

## ■ 絵を描くことは 難しいとおもわれていませんか

ほんものと同じにならなきゃいけない気もち、 どうしたらいいのでしょうか(ことり)

月に一度、造形教室を開催しています。

また、子供たちの制作のお手伝いをすること もあります。

以前には、子供の飼っていた金魚を 描いてもらったことがあります。

生活に根ざしているものをテーマにしたなら 親しみもわき、描きやすいと思ったのです。

中には、図工嫌いの子もいます。 その要因の一つが、絵を描くときの 「本物と同じにならなきゃならない」という 思考です。

めあては「気づいたことを描こう」と しました。

本物と同じように描くという方向に走らない ように設定したのです。

「よく見て描きましょう」 とは 指導の現場ではよく言われるけれど、

### Kotori サロン

080-2725-7939 miyufine@jcom.zaq.ne.jp HP miyufine.com/ 「心・体となかよし通信」 Facebook Ringo Kotori Facebook グループ

心・体と仲よくなろう

これほど具体性のない指導はなく、 子どもも何をどうしたらいいのか わからないと思うのです。 もっとここはこうでしょ!なんて、 言われれば言われるほど、苦しくなります。



教室では観察する時間をたっぷり設け、 発見したこと、感じたこと、気づいたことを 発表してもらいました。 それ(感じること)が 絵を描く原動力であり、出発点であり、 より深く感じることが絵の学びなのだと 思います。

- ・うろこがあるなあ
- 目が真ん丸だなあ
- ・色がお腹のほうが変わっているぞ
- ・しっぽは3つにわかれている。

発表してもらったのを板書します。

それをそのまま、目が丸いと思ったら、目を丸く描いて、 しっぽが3つに分かれていることに 気づいたなら、3つ分けて描いて、

色が変わっているいることを感じたなら、 そこの色は違う色を選んで 描けばいいんだよ

やって見せて伝えました。

(もちろん、観察して、 画用紙に描かれる間に行われていることは、 言語化されたものだけではない感動も 多くあります)

それでも本物と同じでなきゃいや、 という結果主義的な子もいます。

感動したことを描いています。 なのに、「できてない!」と嘆くのです。

こういった子には、表現した意図について うんとお話してもらってそのことをほめたり、 本物と同じにならないように描いてね、 と言います。

「表現」の価値が伝えられるかどうか、その 喜びが伝えられるか、ここが美術教育で一番 の要の部分だと思っています。

そういう子ほど、一生懸命な制作態度を 示します。

でも不安なのです。 だから、それがいいんだ! それってすばらしいんだ! ということを強く、繰り返し伝えます。 保護者の方にもそれを伝えます。 うろこを丸く描いて表現する子がいます。 それをうちの子はそれしかできないんです、 と言うのです。

でも自分の中にある、その表現方法を 駆使して、表現できたってすごい!! そここそ、一番にほめるべきところ なのです!

大人も本物のように描けるのが よいと思ってるらしい (自分もそうだったからつらかったな)。

なんていったって その子がその子の表現をしたなら 一番いい絵だなあと思います。

美術教育を学ぶと、 とっても心が豊かになれます。 「こういう絵が優れている」っていうことは 全部全部、撤回して絵を見ます。

そうしたら、絵を描いた作者の姿勢や面持 ち、性格が見えてきます。

子どもが、絵を描いていた場面について 協力してくださる大人や保護者の方と語り合 えることは、すごく素敵だなって思います。



造形教室は、

月一回調布で開催しています!

それぞれの感性が共有できる温かい場を提供 させていただいていますので、初心者でも大 丈夫です。詳しくはホームページ

「心・体となかよし通信」イベントまで

# ■■■ウイメンズプラザワークショップ 谷田結海が代講で入ります 自己紹介をしていただきました!■■■

こんにちは。アレクサンダーテクニーク教師の谷田結海です。

突然ですが、私は料理を作るのが好きです。

私の料理は家事の一環だから 毎日渾身の力を振り絞って 作るわけではないし、

手の込んだ料理を作るにしても 趣味の域を出ることはありません。

でも何を作るか決めてから食材を調達しに行くのも、

冷蔵庫の中のものを 漁って何ができるかを考えて、 あり合わせて適当な料理を作るのも、 どちらもワクワクします

メニューを先に決めてから作るにしても、 あり合わせで作るにしても、 私の場合こんな工程をたどります。

- 何を作るか考える (最終目的を定める)
- 2. 食材を揃える(現状を把握する)
- 食材の状態、これから何を作るか、 舌触りはどんなふうになるのか、 などを考えながら調理する (最終目標を念頭に置きながら プロセスを考える)
- 4. 盛り付けをして食卓に出す (最終目的に辿り着く)



1と2の順序は入れ替わることはありますが、 まず現状把握と作りたいものが決まらなければ調理は始まりません。

そして調理に取り掛からないことには、 自分がいま食べたいものは 目の前にやってはきません。

3の調理ついて少し具体的に書くと、 切るサイズをなるべく均等にしたり、

油でいためて野菜の旨味を吸った その油を肉に浸み込ませたり、なんていう ちょっとしたコツも踏まえながら行います。

もちろん「食べたい!」 と思わせる見た目も大事だから、 盛り付けについても素人なりに考えます。

こんな風に工程を考えることによって、 料理もアレクサンダーテクニークで 考えられている、

- 「・状況を把握する(観察)
  - 不要な事をしない、やめる(抑制)
  - 何が必要か、何がやりたいのかを 考えて行動に移す(指示)」

の概念と結び付けて捉えることができます。

このようにして、 日常の様々な活動(たとえば歩く・立つ・ 座る・書くなどの動作)にも

アレクサンダーテクニークの考え方である 「過程を大事に考える」ことを取り入れる ことによって、より的確に目的に向かって 進むことができると信じています。





谷田結海(たにだゆう):

山形県生まれ。愛知、東京、オランダ、アメリカを経て現在東京在住。

クラシック歌手として活動する中で、

なぜ同じ指示を受けながら人々はバラバラな行動をとるのかという疑問を抱き、

人それぞれがもつ思考・概念の違いや癖によって行動が起こることに着目。

身体と思考の結びつき(心身の同一)の考え方に惹かれてオランダにてATの講師資格を取得。 レッスンを通して「その人が本当にやりたいこと、得たいこと」を一緒に考えていきます。

☆☆谷田結海講師は、10月~11月のレッスンでお越しいただきます。ご期待ください! ☆

### ■■■イベント案内ほか■■■■■■■■■

【展覧会パーティがあります】

私(ことり)がアレクサンダーテクニークのワークを受けて、

夢を実現したい気もちがわきあがってきた時のことを絵と詩に表現しまし<mark>た。</mark>



### \* ざっく展

○10月17日(水)~10月22日(月)10時~19時(初日2時より最終日17時まで)

○宮地楽器ホールギャラリー (武蔵小金井駅徒歩 | 分)

**★**\* \* 21 日 16 時~パーティ:お食事しながら鑑賞してください(無料)★\* \*

【自分なんてダメだ、と思っている人が質の高いオンリーワンの魅力を高める講座】調布

両方の講座含めて半年取り放題 | 万円 (単発各 3500円)

①アレクサンダーテクニーク: 外池康剛

②造形教室:kotori

10月13日(土) ①13時30分~ ②15時30分~





【渋谷ウイメンズプラザ あきらめていた体への希望をとりもどすワークショップ】 単発 3000 円

日にち	午前 9:30~11:30	昼 13:30~15:30	夜 18:30~20:30	教師
10月8日(祝月)	•			上原知子
29 日(月)			•	谷田結海
11月4日(日)		•		上原知子
23 日(祝金)	•			谷田結海