



絵こみゆ



7号

一般募集講座

絵本コーチング®が初めての方向けの講座を企画しました。ぜひお友達やご家族とご一緒に、多くの方のご参加をお待ちしています。

● 「スペシャル講座」～絵本コーチング®で毎日をHAPPYに♪～

日程：2014年10月4日（土）
 会場：ウインクあいち（名古屋市） 対象：母親 父親 一般
 絵本コーチングは、絵本を通じて大人も子どもも自身をふり返り、コミュニケーションで豊かに生きるヒントが満載です。対人関係や物事を新しい視点で見ることができたり、気づくことができたりするHAPPYな体験ができます。1日で絵本コーチングが体験できる講座です。
 絵本コーチング事務局主催 講師 坂元誉子

● 初級絵本コーチ® 養成 アドバンスコース

日程：11/16 12/14 (2015年)1/18 2/1 3/1 3/29 4/12
 会場：ウインクあいち（名古屋市） 対象：一般
 11月16日より開講します。人前で講座をするときの対話のコツや、絵本コーチングのプログラムの活用方法を学びます。ベーシック、アドバンスコースのどちらからでも受講できます。
 絵本コーチング事務局主催 講師 坂元誉子

● 指導者講習会

日程：2015年1月17日（土）
 会場：ウインクあいち（名古屋市） 対象：教職員 保育士 図書館職員 一般
 教育や子育て等に関わる方を中心に、大人の適切なかわりや、働きかけを学びます。絵本を通じて、実践コミュニケーション理論を学び、日頃の仕事や生活に役立てることもできます。
 絵本コーチング事務局主催 講師 坂元誉子

● 初級絵本コーチによる絵本コーチングマラソン（絵本コーチング®体験講座）

初級絵本コーチ・絵本コーチが月替わりで、「絵本コーチングマラソン」と題して多くの方に絵本コーチングの体験講座をお届けしています。
 次回日程：10月30日（木）10：00～12：00 会場：イーブルなごや 講師：土屋邦代

● 大人のための絵本の講座

“えほんの中の、短いことば えほんの中の、分かりやすいことば 絵本からの、大切にしたいことば絵本から広がる世界”を大切にしている講座です。お好きな絵本を1冊お持ちください。
 次回日程：9月29日（木）10：00～12：00（毎月第4月曜日開催）
 会場：伏見山京ビル 会議室 講師 村田あやみ



絵本コーチング事務局～絵本を通じて、豊かな生き方と「人間力」を……

〒460-0003 愛知県名古屋市中区錦2-17-11
 伏見山京ビル 5階 NLM デザイン内
 TEL:080-4222-2556
 e-mail: info@ehon-c.com 公式HP <http://ehon-c.com/>
 担当(坂元 村田 加藤 塩原)
 *絵本コーチ、絵本コーチングは絵本コーチング事務局の登録商標です。

絵本コーチング

検索

facebook twitter mixi

カチッ!

ちょこっと絵本コーチング®



あなたは右の円のどこに目がいきますか？
 健康的な会話や交流で、周囲と子どもや周りの人とストレスの少ない関係性を周囲と築いていきましょう

家庭や職場の中でどんな視点で会話をしていますか。図を見ていただいた時でいうと会話しているのは、欠けている部分でしょうか。色のついた部分でしょうか、ということと関係しています。色のついているのは「うまくいっていること・メリットや長所 肯定的」の部分を表しています。そして、かけている部分というのは「できていないこと デメリットや欠点（否定）」などを示しています。「どこに注目して会話しているか」で性格は変化してくるとも言われています。そして、家庭、お子さんとの関係や職場、日常の人間関係にも大きく影響を与えるのです。

自分に対して、どのくらい良い所、長所、メリット、素晴らしいところが見つけられるでしょうか。そして、その次に自己の課題にも目を向けることができるでしょうか。大事なことは、色のついている部分（長所、いい面、メリット）の部分から物事を見られるようになることが大切です。そのあとに白い部分（短所、悪い点、デメリット）の部分を見られることが必要になります。

脳の構造上、一般的に白い部分（円が書いている部分）に注目しがちな方が多いと言われています。健康的なものの見方としては、色のついた部分と白い部分との両方を見て、物事を考えられる人が健康的なのです。自分に対して、他者（家族、職場の人、知人、友人）に対して、仕事に対して、両方の側面を見ることができていますか。

次に、他者（子ども、家族、知人友人、職場の人）に対して、どのような視点から注目する傾向があるでしょうか。もしかすると、人によって変えていることもあるかもしれませんが。短所やよくない視点にのみ注目し、その視点をもった姿勢でその人と交流したり会話すると、お互いにストレスを与え、ストレスを受けすぎてしまいます。さらには、相手の能力や行動を妨げてしまう言葉になるので、相手の人はどんどん「できない人」「ダメな人」になってしまうのです。もっとというとダメな人を育ててしまっているのかもしれない。

最後に、仕事や社会、周囲の環境に対してどのような視点で見ているでしょうか。デメリットや良くない点から見てしまったり、悪い面だけしかみえなかったりすると、怒りや無力感・絶望感が出やすくなります。これはストレスを抱えてしまうものの見方です。こういうときは「どうせ～」「許せない」という言葉が出てきがちです。この表現をする回数が増えていくと、物事はどんどん悪い方へいってしまったり、適切な選択や判断ができず、知らず知らずのうちに悪い方悪い方へ進んで行ってしまうのです。この場合はいつも周囲や環境のせいで、自分が被害をこうむっているように見えがちですが、実は自分から良くないことや嫌なことを引き寄せてしまっているのです。

絵本コーチングでは「絵本から感じたこと、思ったこと 考えたことという自分自身の気づきや発見を見ていきます。「大人」の私自身もそうですが、私たちがかわかってる「子ども」はどんな視点に気づいているでしょうか。そして、子どもの気づきや発見をどうサポートしているのでしょうか。「豊かな思いやりあふれる子に育てて欲しい」と願いつつ、日常の親子の会話や教育現場での子どものかかわりや、その子の可能性を引き出すかかわりがどのくらいできるかどのくらいできているか、考えてみませんか。絵本の世界から考えていくことで、改めて私たち自身の本質となる価値観（普段は見過ごしがちな気がついていない価値観）にふれることもできるのです。

自分に対して、周囲に対して肯定的な見方をし、さらには、肯定的な表現を身につけていくことが心身ともに健康に過ごせる秘訣なのです。その中で、修正点や改善点をその場にふさわしい見方や表現で気がついていけることが、人としての成長にもつながるのです。絵本を通じて豊かな生き方と人間力を育む時間に繋がりますように・・・



中学生向け 勉強会「たがいを認め合う人間関係づくりをめざそう！」

大口中学校 学校保健委員会

2014年6月24日

中学生も絵本が大好きで、読んで欲しい絵本の名前がたくさんでました。1年生生徒が自分の友だちとの日頃のコミュニケーションのあり方を振り返り、これから自分が何に気をつけたらいいのか、気づききっかけとなったようでした。中学生になったからこそ気をつけていきたい表現を考えた真面目でそしてワンドラフルな楽しい時間となりました。



小中教職員向け 夏季研修会「子どもが変わる、学級が変わる」

三河図書館教育研究協議会・四日市教育委員会共催

2014年7月29日



暑い中、予想をはるかに超える100人弱のご参加いただきました。絵本が好きな先生方がたくさんいらっしゃるということで、熱心にメモを取ってご参加いただきました。又、子どもたちへの言葉かけや適切な関わりについて一緒に考えました。今後子どもたちと接していくうえで大事にしていきたいことや実践に活用していくことのヒントとなりますように……。約100人の先生方の先に何人の子どもたちがいるのだろうと思いをはせながらの時間になりました。

PTA 講演会「大人も子どもも ハッピー絵本コーチング」

名古屋市立第3幼稚園PTA講演会

2014年6月25日

名古屋のオフィスビルと下町商店街のど真ん中にある緑いっぱい名古屋市立第3幼稚園の保護者向けの講演会に行ってきました。絵本コーチングの視点から子育てのちょっとしたヒントやコツをふまえてお伝えしました。日頃の子どもへの愛情表現や言葉かけを絵本を通して考えていきました。それぞれの家庭の子育てをふり返っていただくきっかけとなったのでしょうか、想像以上に涙、涙の時間となり、思わずもらい泣きしてしまう場面もありました。



絵本コーチ®のためのブラッシュアップ講座

主催：絵本コーチング®事務局

2014年7月20日・21日

年に一度の合宿「ブラッシュアップ講座」に各地から絵本コーチが集まりました。清々しい空気と風。ウグイスの声やカワセミといった鳥たち。セミの鳴き声が響き、あま〜い水。自然のクーラーとまでの涼しさ。癒しの山の奥の森と湖。コーチングの理論やスキル、コーチとしてのあり方をひとつひとつ見つめ直す……

まさにブラッシュアップの時間となりました。参加いただいた方から、「絵本コーチングの深さと、

日常の人間関係の必要性を深く深く味わった2日間になった」と感想をいただき嬉しかったです休憩時間のたびに、湖畔へ散歩に行く時間も、リソースフルな時間になりました。避暑地とは知らずに来た場所でしたが、また、仲間と一緒に来たい場所のひとつとなりました♡ 今回の参加メンバーの変化に感動したキラキラの2日間でした。そして絵本コーチングもですが、コーチングトレーニングとしても、必要とされている方にしっかり届けようと感じた時間でもありました。

(写真上：コーチングセッショントレーニング中の講座風景 写真下：保古の湖)



夏季指導者講習会 ～一般向け講座～

主催：絵本コーチング®事務局

2014年8月26日

ウインクあいちにて夏季指導者講習会が開催されました。この講座は大人から子どもへの適切なかわりや、働きかけのヒントやコミュニケーションの上手いくコツを学ぶものです。はや5回目の開催となり、今回は、少人数に合わせた内容でした。この人数ならではのワークで盛り上がりました。「そうか〜」「わっ！」あちらこちらで、気付きの声や笑い声があがりました。最後のワークでは、思わず湧き上がってくる喜びの涙もありました。毎回満足度の高い講座となっています。

次回は2015年1月17日、次は一緒に体験してみませんか。



絵本コーチング®マラソンでファシリテーターをしてみたい

絵本コーチ：土屋邦代

「私、変わりました！ 脱皮しました！」

「脱皮する」はこの夏のブラッシュアップ講座で取り組んだ言葉。講座の準備中、この言葉に何度もカブづけられました。

講師としてまだまだだけれども、講座参加者のために、これだけはやろう、伝えようと思えたことが私にとっては大進歩。以前は「講師なんて……」とただ怖さで震えているばかりでした。

実際に「絵本コーチング講座」をやってみて、参加者にとって役立ったことがあるなあと思えます。参加者や周りの人のために、もっと機会を増やしていきます。その為に経験を積むことは大切で必要なことです。仲間と一緒にさらに成長していきます。



2014年 今後の講演予定



- 9月26日(金)「絵本の中から人間力を高めよう～絵本コーチングを通じて～」
主催：公益財団法人人権啓発推進センター 場所：人権啓発センター(東京都) 講師：坂元誉子
- 10月13日(月)「絵本コーチングの基礎 心に響く絵本の魅力」
主催：一般社団法人発達支援協会(ことばの音楽療法) 場所：ウィルあいち 講師：坂元誉子
- 10月31日(金)「平成26年度小牧市放課後子ども教室安全管理指導員研修会」
主催：小牧市教育委員会 場所：小牧市スポーツ公園 講師：坂元誉子
- 11月17日(月)「美濃加茂市主任保育士会 講演」
主催：美濃加茂市主任保育士会 場所：岐阜県美濃加茂市 講師：坂元誉子
- 12月2日(火)「子どもの自尊感情を高める、仲間づくり、コミュニケーション力の育成」
主催：三重県松阪市立阿坂小学校 PTA 場所：三重県松阪市立阿坂小学校 講師：坂元誉子