

大阪彩都心理センター <http://saitokodomo.com/>

「アートセラピー入門」

～愛する対象を失った人への支援～

2011 年 10 月 30 日 9:45-16:30 ホテル「ホップイン」アミング尼崎 にて

講 師

金井菜穂子先生（市立奈良病院 臨床心理士）

内 容

「心理療法としてのアートセラピー」

アートセラピーとは

画材に触れ、その特性を学ぶ

アートを理解する枠組み（ETC）

グリーフワークとしてのアートセラピー

身体の喪失とアートセラピー

体験ワーク 1：個人

体験ワーク 2：グループ

感想（参加者アンケートから）

すごく面白かったです。研修と
いうことを忘れて、表現するこ
とを楽しんでいました。

以前からアートセラピーに興味があったの
ですが、どのように実践すればよいのかわか
りませんでした。今日、ワークを体験する中
で、アートセラピーの実際について教えてい
ただき、とても勉強になりました。

最初は絵を描くことに抵抗がありまし
たが、描いているうちに夢中になってきま
した。こんなにたくさんの画材を並べて絵を
描いたことはなかったので、画材を選ぶ楽
しさ、がありました。

アートセラピーを実施するには、「アセスメントが
大事」ということを改めて感じました。言葉で行う
カウンセリングと違い、使う素材の特性を吟味するこ
と、クライアントの状態に合わせて用いること、など
考えなければならない、と実感しました。

印象的だったのは、個人でやっている時とグループでや
っている時とで、自分のアンテナのどこを使うのがま
ったく違っていた、ということでした。個人ではどん
どん自分の内面に向かうし、グループだとそれよりは“協
働”とか“協力”をいかにしていくか、ということに向
かう。体験してみなければ分からない感覚でした。セラ
ピーを安全に実施するために、自分自身が経験しておく
ことが大事、ということがよく分かりました。