

## 大人のための表現アクティビティーグループ

クリエイティブな自分に出会い、それを開放させることは、しなやかに生きるためのキーエレメントです。

「自分らしさって?」「私ってどんな人?」「このままでいいのかな」・・・誰もがもつ心のモヤモヤを、楽しみながら発散する機会にもなります。バーバルだけではなく、アートやストーリーメイキング、ボディワークといった表現活動を通すことにより、創作のもつ喜びを体感するとともに、自分自身への気づきを得ることを目指します。

第4土曜日午後、がんばれ子供村ビル4F 研修室（豊島区・雑司ヶ谷）にて、参加費3000円

### 第1回 2/26 (土) 13:30~15:30 「自分で作る心理占い」

雑誌やネットに溢れる心理占いは、時に迷う心を後押ししてくれたり、自分を励ましてくれたりするものです。自分って本当はどんな人?自分の性格や深層心理を、CAT（クリエイティブ・アーツ・セラピー）流に紐解いてみましょう。世界に一つだけの心理占いは、どんな答えを出すのでしょうか?



### 第2回 4/23 (土) 17:30~20:30 「Movie Night vol.1」

毎回、一作品をピックアップしてお届けします。心に残るシーン、物語の結末、登場人物の気持ち、「あの時、○○だったら」…映画の余韻に浸った後は、言葉にならない思いや湧いてくる感情にしばし目を向けてみましょう。



### 第3回 7/23 (土) 13:30~15:30 「写真からはじまるストーリー」

雑司ヶ谷の街へ、カメラを持って飛び出しましょう! 塀の上の猫、豆腐屋の店先、苔むした石、立ち話する人・・・カメラを向けたくなる景色がそこにあるはず。切り取った瞬間をつなぎ合わせ、あなたというファインダーを通してみると、写真の向こうにどんなストーリーが見えるのでしょうか?



## 満月の会

2009年11月よりスタートした「満月の会」は、音楽、アート、演劇、ボディワークなど、様々なジャンルで活躍する芸術家をゲストに迎えてお届けします。月夜の下、ゲストと参加者が一体となり、表現の持つパワーや癒しを分かち合うスペシャルナイトです。ゲストのパフォーマンスの後は、お月見&お茶タイム、ミニワークの時間をもちます。場所・参加費は各回毎に異なります。

満月の会 その四 ～声×CAT（クリエイティブ・アーツ・セラピー）～

日時：5月15日（日）17:30~20:00

場所：清澄庭園涼亭 参加費：3500円

ゲスト：北谷和子（シャンソンシンガー／心理カウンセラー）




\* このプログラムはクリエイティブ・アーツ・セラピーの考え方と実践を取り入れています。

クリエイティブ・アーツ・セラピー（CAT）とは、表現活動を意図的に用いる諸芸術療法、アートセラピー、ダンス／ムーブメントセラピー、ドラマセラピー、ミュージックセラピー、表現アーツセラピーの総称です。欧米では大学院レベル以上の教育機関でトレーニングを積んだ専門家が福祉・教育・更正・医療・産業等様々な分野で活動しています。

対象者は・・・性別・年齢・障害を問わず、誰もが持つ創造性を活かすことにより、自己成長や自己実現を目指し、医療・福祉・教育・心理の分野で幅広く適用される。

目的は・・・心身の不調やさまざまな障がいへの回復、機能の維持や改善、ストレスの緩和や予防、リラクゼーションの促進、モチベーションや生活の質の向上、行動の変容、自己洞察の深化、その他、自尊心や自己肯定感、主体性や柔軟性、創造力や表現力の向上など

主催： APCONCEPT/ アップコンセプト 

アップコンセプトは、Artful(創造性に溢れる)、Playful(遊び心に満ちる)の2つの要素を生き方に取り入れたいという願いの元、活動しています。CAT(クリエイティブ・アーツ・セラピー)の考えに基づいた子ども・大人・親子向けプログラム、心理療法、各種ワークショップ/研修、セミナー等の企画立案、実施などを行っています。 [www.apconcept.jp](http://www.apconcept.jp)

## 親子で参加、コミュニケーション講座 (別紙プログラム参照)

日常の中で親子がじっくり対話したり、子どもの自由遊びに親が寄り添ったりする時間は持ちにくいものです。共同制作や共同作業を通し、親子が同じ目線に立つことで、言葉にはならない対話が生まれます。お互いの新たな一面を発見したり、子どもの気持ちに触れたりするきっかけとなります。また、親子遊びの方法を知り、一緒に笑い楽しむ時間としてもお気軽にご参加ください。子どもや表現に関するミニレクチャーも用意しています。希望される方には、プログラム終了後、お子さんに関わる相談を受け付けます。

## 表現アクティビティーグループ (小学生)

落ち着きがない、学校に行きづらい、友達とうまく遊べない、自分を表現するのが苦手・・・そんなお子さんたちが、表現活動や子ども同士の関わりを通して「あそぶ」経験を積み、生きる力を育むためのグループです。「楽しくあそぶ」だけではなく、子ども一人一人にあった目標を立て、子ども達のさらなす成長をめざします。

\*グループ参加前に、個別でお話を伺う場合があります。詳しくはお問い合わせください。

日時：第2・4土曜日 10:00~11:30

場所：がんばれ！子供村ビル4F

参加費：1回 2500円



## 教育関係者、対人援助職、保護者向け、子ども支援シンポジウム

言語表現が未熟な子ども時代は、五感を通して世界を探索し、からだ全体で表現する時期です。子どもは皆、表現への欲求とそれから学ぶ力を持っています。このシンポジウムで、保護者や子ども支援の担い手となる参加者と共に、子どもの表現をどう引き出すのか、そこからどんなメッセージを読み取りつつしていくのか、そのために大人がどのような存在であるべきかを考える1日です。昨年度に続いて開催です。

「クリエイティブ・アーツ・セラピーと子ども支援」

日時：6月25日(土) 10:00~17:00

場所：がんばれ！子供村ビル全館

参加費：無料



1							2							3							
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
						1			1	2	3	4	5			1	2	3	4	5	
	2	3	1月22日(土) 13:30~15:30 親子講座 「ファミリー福笑い2011」			8	6	7	2月26日(土) 13:30~15:30 おとな表現AG 「自分で作る心理占い」			9	6	7	8	9	10	11	12		
9	10					15	13	14					19	13	14	15	16	17	18	19	
16	17	18	19	20	21	22 親子	20	21	22	23	24	25	26 大人	20	21	22	23	24	25	26	
23 30	24 31	25	26	27	28	29	27	28						27	28	29	30	31			
4							5							6							
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
						2	1						7							4	
4月9日(土) 13:30~15:30 親子講座 「おとさがし、おとづくり、おとあそび」						9 親子	8		5月14日(土) 13:30~15:30 親子講座 「オリジナルキャラをつくろう」			14 親子	6月11日(土) 13:30~15:30 親子講座 「体で表現！みえないものであそぶ」						11 親子		
10	11	12	13	14	15	16	15 満月	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	
17	18	19	20	21	22	23 大人	5月15日(日) 17:30~20:00 満月の会 「声×CAT」			26	27			25 シンポ	19	20	21	22	23	24	25
24						30								26	27					シンポ	
7							8							9							
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
						1							7							4	
3	4	7月23日(土) 13:30~15:30 おとな表現AG 「写真からはじまるストーリー」																			
10	11					17															
17	18	19	20	21	22	23 大人															
24 31	25	26	27	28	29	30															

- 大人のための表現アクティビティーグループ
- 親子で参加！コミュニケーション講座
- 公開シンポジウム
- 満月の会

上記プログラムとは別に、定例グループを開催中です。  
**表現アクティビティーグループ (小学生対象)**  
 毎月第2・第4土曜日 10:00~11:30  
 ※別途お問い合わせください。

\*プログラムのスケジュール内容は、予告なく変更される場合がございます。予め、ホームページにて最新情報をご確認ください。