

パステル通信



第11号 2024年7月

ホームページ



発行元 パステルいまばり
今治市郷桜井3-4-25
(アトリエパステル内)
代表 篠原睦美(公認心理師)
Tel 090-7149-7382

アート作品の展示のお知らせ

古民家カフェ姉妹さんにて、篠原睦美のパステルアートと藤田みどり(みい)さんのイラストを、展示させていただいています。

期間は、6月12日~7月27日です。

温かい雰囲気のあるカフェで、ランチ、ドリンクなど、とってもおいしいですよ。

是非、この機会にどうぞ。



カフェ姉妹

愛媛県西条市丹原町高知甲 665-1

イベント開催中

アトリエにおいて、イベントを開催しています。
お誘いあわせてお越しください。

こころの日

日時 毎月第2日曜 13:00~16:00
内容 シングングボウルの癒し 20分 2000円
3色パステルアート 1作品 500円
カラーセラピー 1000円
みいさんのポストカード、絵本などの販売
☆ ご来場の方には、粗品をプレゼントします。



「ゴードン博士のコミュニケーション
ヒューマンリレーションニュース」より抜粋

1歳二女 公園でもっと遊びたい(岩手県)

初夏の夕方、その日は仕事が早く終わった。日が長く外はまだ明るいので、長女(6歳)と二女(1歳)を公園に連れて行った。一時間遊び、「そろそろ帰るよ」と声をかけた。

私 6時だね。そろそろ夜ご飯の時間だから帰ろう!

長女 えー。もうおしまいなの?

二女 やだ~!!

私 **やなんだねー**

二女 やだ~!! (泣き出す)

私 **もっと遊びたかったねー。たのしかったんだねー**

二女 うん(強くうなずき、泣き声が小さくなる)

私 また遊びに来ようねー

二女 (泣き止む)

長女 あーちゃん、静かになったね

私 だねー



【感想】 非常にシンプルなやり取りですが、二女の気持ちをくむことを意識して能動的な聞き方で、関わりました。いつもなら、「早く帰ってご飯を作らなきゃ」と焦りがちですが、泣いている二女の気持ちを全面的に受け止めたいという思いで、子どもの気持ちに寄り添いながら対応できました。

能動的な聞き方

(くり返す・言いかえる・気持ちをくむ)をして、
ネガティブな気持ちを理解し受け止めることが助けに!