



NPO法人JDDP研究会

会報 第十七号

二〇一二年 八月二十日

NPO法人JDDP研究会 事務所

名古屋市東区主税町二丁目三八番 主税町シティハウス803

TEL・FAX 052 961 9510

http://www.npojdp.org/

e-mail : npojdp@aol.com

2012夏

いきいき心理セミナー

ピグマリオンマインド

深層心理技法 太極拳&古武術

開催日 8月11日(土)・12日(日)

於 ウイル愛知

今年もウイル愛知でNPO法人JDDPによる夏季いきいき心理セミナーが開催されました。

《一日目》

【講座①】 佐藤理事長による基調講演が行われ、その中で「思いは自分をつくる」催眠技法中心からピグマリオンマインド中心の活動へというこれからのJDDPの活動の指針となる主張がなされました。



それは、催眠技法が、ともすればショー的要素を強く持ち、一人歩きしがちなものであるのに対し、JDDPがその活動の中心に据えたいのは「このストレス社会をどう生きるのか」「原発に代表される身体的健康にふりかかる問題をどう考えていくのか」であり、ひとが、健康で元気にすごせるようにすることである。そのためにかウンセリングマインドやピグマリオンマインドを使って、環境に自然に対応している人間の持つ身体能力、潜在能力を引き出していくということだということでした。



【講座②】 鈴木伸子先生による幼児期教育の実践が報告されました。先生は乳児、幼児、少年と細かく年齢別に特徴を述べられ、目を見て語りかけることの大切さ、優しく教えてもらえる子ども、物を擬人化し、たとえば「そんなことをすると、くっさんが、痛いって言っているよ。」という表現を使うことで、ひとの気持ちかわかる子どもへと育てる。など具体的な幼児教育の事例を話されました。

【講座③】 小野昌子さんの指導で太極拳を体験することができました。太極拳はテレビなどで拝見することもありますが、実際にやってみるのは初めてという方も多く、ゆっくりとした動きながら、まねするのが精一杯という感じでした。自分の体を使って実践し、心地よい時間を過ごすことができました。



【ナイター講座】 理事長より、操体法を使って歪みがちである私たちの体を正していく方法を学んだり、また実際に治療してもらったりしました。

《二日目》

【講座④】 高綱先生が、自律訓練法の活用についてテキストを使って優しく、系統的に教授されました。自律訓練法について(1) 心身をリラクセスさせる。(2) 疲労回復、エネルギー蓄積促進効果(3) 気づきの能力が高まる(4) 潜在意識に働きかけ活動を正常化する(5) 人格形成に役立つ(6) 創造性を高める(7) 心身の緊張緩和、不安を軽減し、あがり防止効果ある。などの効果があることを話されました。



【講座⑤】 熊崎先生による、催眠技法の講義のあと、「定形法」・「自律訓練法」の二つのグループに分かれ、それぞれ実習をしました。そのうち「定形法」ではペアを組みましたがお互い初心者同士、テキストを手にしたの練習となりました。スーパーパーバイザーとして熊崎先生がそれぞれのペアの間を忙しくまわり、指導にあたられました。「自律訓練法」では高綱先生の指導の下、癒しとして四季の風景を思い描けるまでに実習を深めることができました。



【特別講座】

「古武術に学ぶ」では、カラダラボ



がまとまってしまおう、不思議さに感動しました。

セミナーの最後には認定式が行われ、今回のセミナーでの単位修得認定と本会の認定する資格を本年度取得された方への認定証授与が行われました。この認定式をもって、セミナーの全日程を終了しました。



山口先生のご指導で、今回は「肘と膝の使い方」を中心に実技研修をしました。普段の生活の中では思っても見なかったカラダの使い方を教えられ、感心することしきりでした。なかでも、普段対立しがちな私たちの生活の中で、力を抜いてしまうことでまるで対立がなような関係になって動き

良いのかということも知りたいです。◇お話しのないなかにあった親御さんに「指示待ち人間にしないで下さい」と仰っていたことが私自身の身近なことにあてはまりました。びっくりしました。◇鈴木先生の終始穏やかな口調で子どもさんとのやりとりをお話し下さり、子ども時代の過ごし方の大切さ改めて認識できました。

講座③に関して ◇個々にやって動きを追求していくという考え方が興味深かったです。◇陰と陽の考え方を初めて知りました。奥が深いので自身の生活に活用できそうなので、また講演いただけたらうれしいです。◇その技法、精神はこの会につながるとあると実感しました。とてもわかりやすい説明で、太極拳の動きの基礎がわかったと思います。◇中国四千年の歴史、かいまみましたがやはり大事な型ではなく何のために行うのか問題なんだと思いました。◇母の大好きな太極拳の張先生の奥様でいらして、中国旅行に2回ご一緒させていただいたそうです。私とJDPのご縁を改めて感じました。



参加者感想

講座①に関して ◇佐藤先生の雰囲気（空間？）の作り方がうまいなと思いました。すぐく自然に講座の流れに入れました。◇経緯がよくわかりました。◇この団体の志の根源に触れてよく目的がわかりました。◇「師」と呼べる人：考えました。佐藤秀・ちづ子さんご夫妻です。

講座②に関して ◇教育法というのとはさまざなことを言う方がいて、例えば昔なら、小難しいことを言わなくても（構う暇がなかった親も多く）子ども同士でほっとけば良かったんだなどと言われる方もいたりして、結局どうすれば良いのか、と思ってしまうたりします。教育の結果は20年たてないとわからないとも。だから、大人が自分を変えたいという時、それは可能なかどうかという

ナイター講座に関して ◇背骨が歪んでなかったのよかったです。いつもの整体？操体とはいえず、またあらたに発見もあり、よかったです。◇正座ができるようになったと思います。◇もっといろいろ教えていただきたいと思いました。

講座④に関して ◇深くリラクセスできました。◇高綱先生の声のトーンが柔らかく、とても心地よくしかも目覚めはキリッとしてすっきりしていました。

講座⑤に関して 「コトバで追い込む」これが難しいと思えました。普段の生活でも、実践できていないので、普段から仕事場の後輩に声かけ等で実践できるようにしていきたいです。◇まさか、自分で



考になりました。ありがとうございました。

特別講座に関して ◇よい発見をさせてもらいました。◇握手の実演で人と人の距離のことがありましたが、自身のこと置き換えてみると為になりました。◇毎回参加させていただき、常に勉強をさせていただき、こちらの感性などを刺激させてもらって楽しいです。ありがとうございます。◇古武術はやはりおもしろいです。もっと回数を増やしてください。◇特別講座に出て、JDPとのつながりを感じます。ひざとひじの使い方、特に立方、正座のやり方が参考になりました。チビ二人、うるさくてご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。（智ちゃん、輝光君もとってもよろこんでいました。特別の体の使い方と講座②の言葉の使い方、同じだなあと感じました。太極拳を是非来年も！◇体の動かし方、力のいれ方によりまったく違う動きになることがわかりました。なんとなくそのちがいがわかりました。◇世の中の中国武術家がすべて練習後ビールを飲んでるわけではないと思います。普段あまり気づかない体の使い方を知らることができ、参