

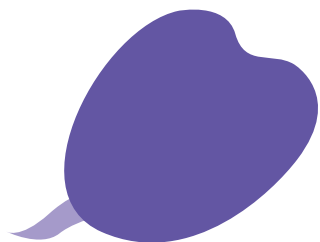
じっとみて。

私を描く、私の絵本制作

"Look at me" Workshop GUIDE

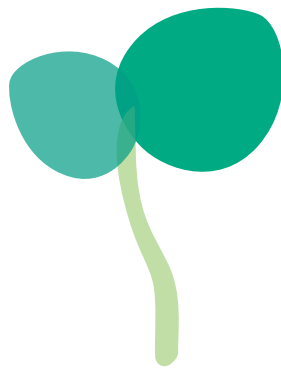


タネからはじまる物語です。



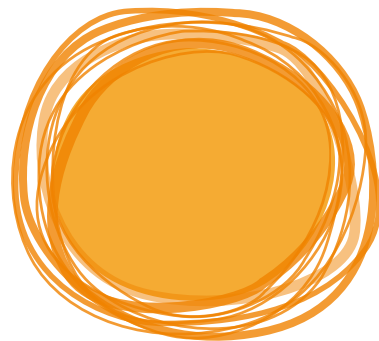
たね、はっけん!
We found a seed!

①



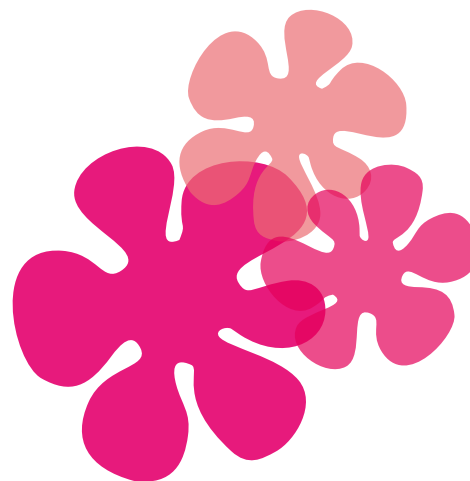
生まれてきたよ!
Wow! It sprouted!

②



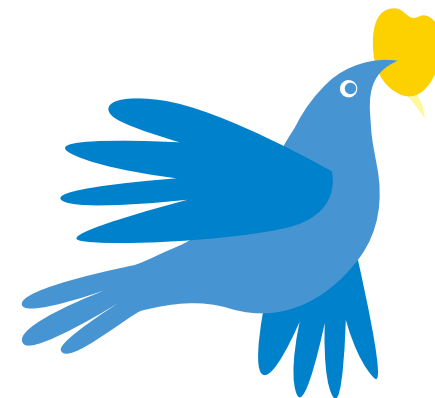
あつ^ひい^ひも。さむ^ひい^ひも。
On sunny days. On cold days.

③



やさしいきもち。だいじょうぶ。
What a sweet feeling! It's OK. You are OK.

④



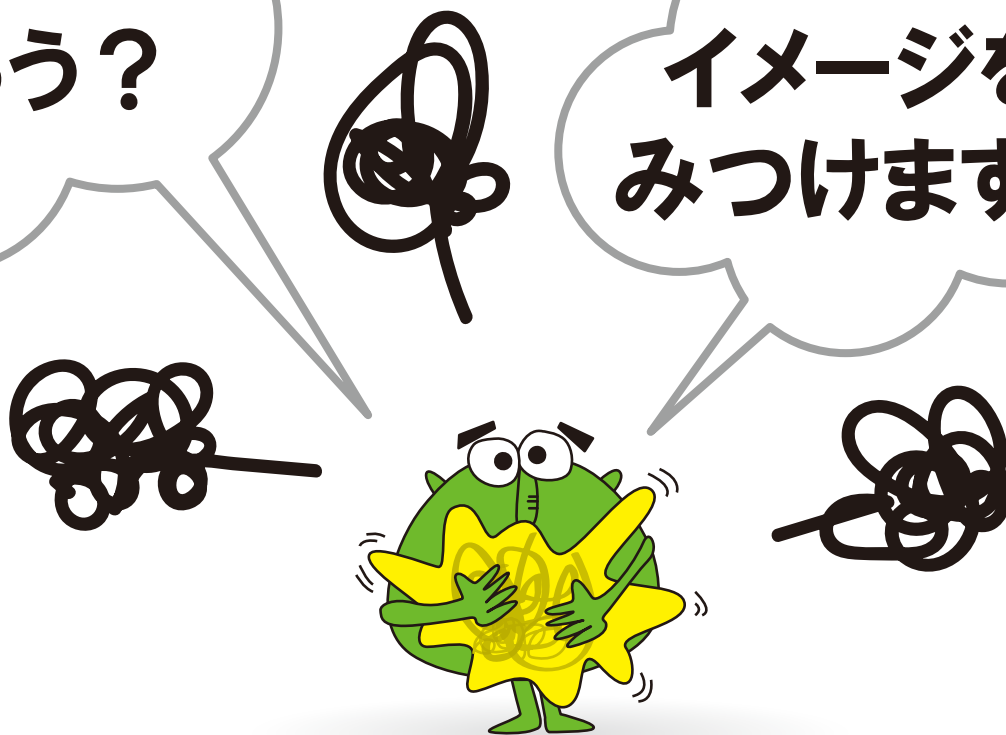
きみのそばへ。今すぐ。
I'm flying to you. Right now!

⑤

自分のストーリーに変えます。

もし、自分を
タネにたとえるなら
どんなタネなんだろう？

イメージを
みつけます。

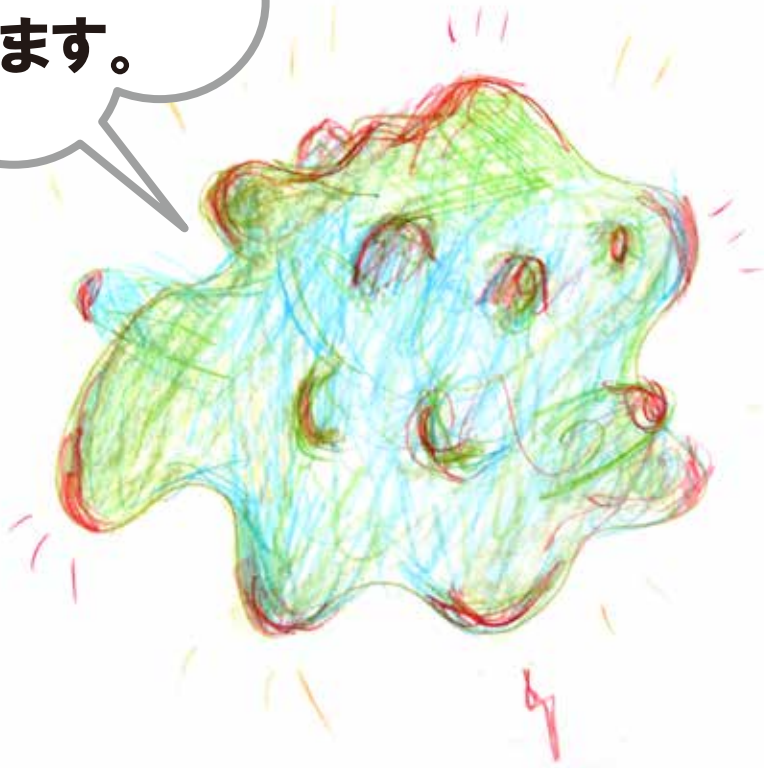


5つのメタファーは、自分自身を全力でみつめるための「触媒」です。過去の記憶や現在の状況、未来の夢など思考を巡らせていきます。

※メタファー＝暗喩(隠喩) 「タネ」、「芽」、「栄養」、「花」、「未来のタネ」の5つの対象が、自分自身を表すメタファーとなります。 ※触媒＝化学反応の速度を促す物質。内面をじっとみつめるという、難しく曖昧な思考方法をクリアにし、自分の見つめ方を深め促す助っ人になります。

絵本のつくり方

1 見つけた
イメージを
描きます。



たね、はっけん！

We found a seed!

씨, 발견!

呵！发现了一颗种子。

4

2 文章や言葉で
説明します。

自分からみた「たね」のとくちょう
Characteristic of your seed.

ふっふっとし、もう芽を出して
出しては左の方へ。
赤くはって 様をうかがっている
しんとはいはい うづめくたね。



他の人からみた「たね」の感想
Characteristic of your seed seen from others.

動物が生まれたような「たね」です。
二葉が出てくる「たね」ではなさそう。
中でたくいんの子どもが 見られている。中学校の
トビヲミたい。いかにいかに ^{修学旅行の先と樹} において、おもしろい！
中身を見せて!! ほっ!!

3 みんなで感想を
書きあいます。

3つの大切な約束



① 全力で自分について考えよう。

② ありのまま、素直な気持ちで。



③ 上手に描こうとは思わない。

5シーンの定義



: 存在の原点、本質

(自分のはじまり)



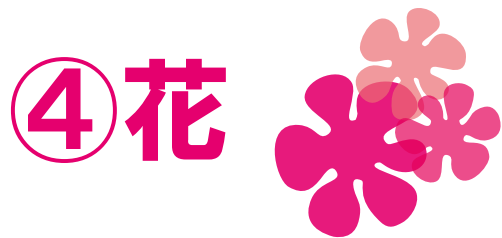
: 生命力、好奇心、社会性

(がんばる力)



: 感謝、サポート

(大好きなもの)



: 夢・憧れ・理想、目標・ゴール

(一番幸せな自分)



(未来への約束)

①自分の主体性に気づく。

「じっとみて。」で絵を描くことは、無意識のうちに封じ込めていた主体性や能動性の感覚を目覚めさせます。

言葉ではうまく言えない気持ちやつかみどころのない思いなどもクリアになってきます。

自己確認や自己発見、自己肯定の感覚が芽生え、それらは成長へのエネルギーとなります。

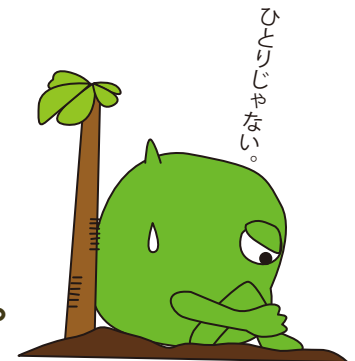


②見えない壁を超える。

自己開示と他者開示による内面の共有は、見えない部分での交流を可能にします。

互いの奥深くへ思考が広がり、これまでの認識が塗り替えられます。

共感したり、リスペクトしたりする関係性の構築は、一歩進んだ連帯感を生み出します。



③ダイバーシティが腹に落ちる。

多様な事例との遭遇は、固定観念を覆すほどの衝撃となる場合があります。

自分の守備範囲以外のものを「特例」としてとらえるのではなく、

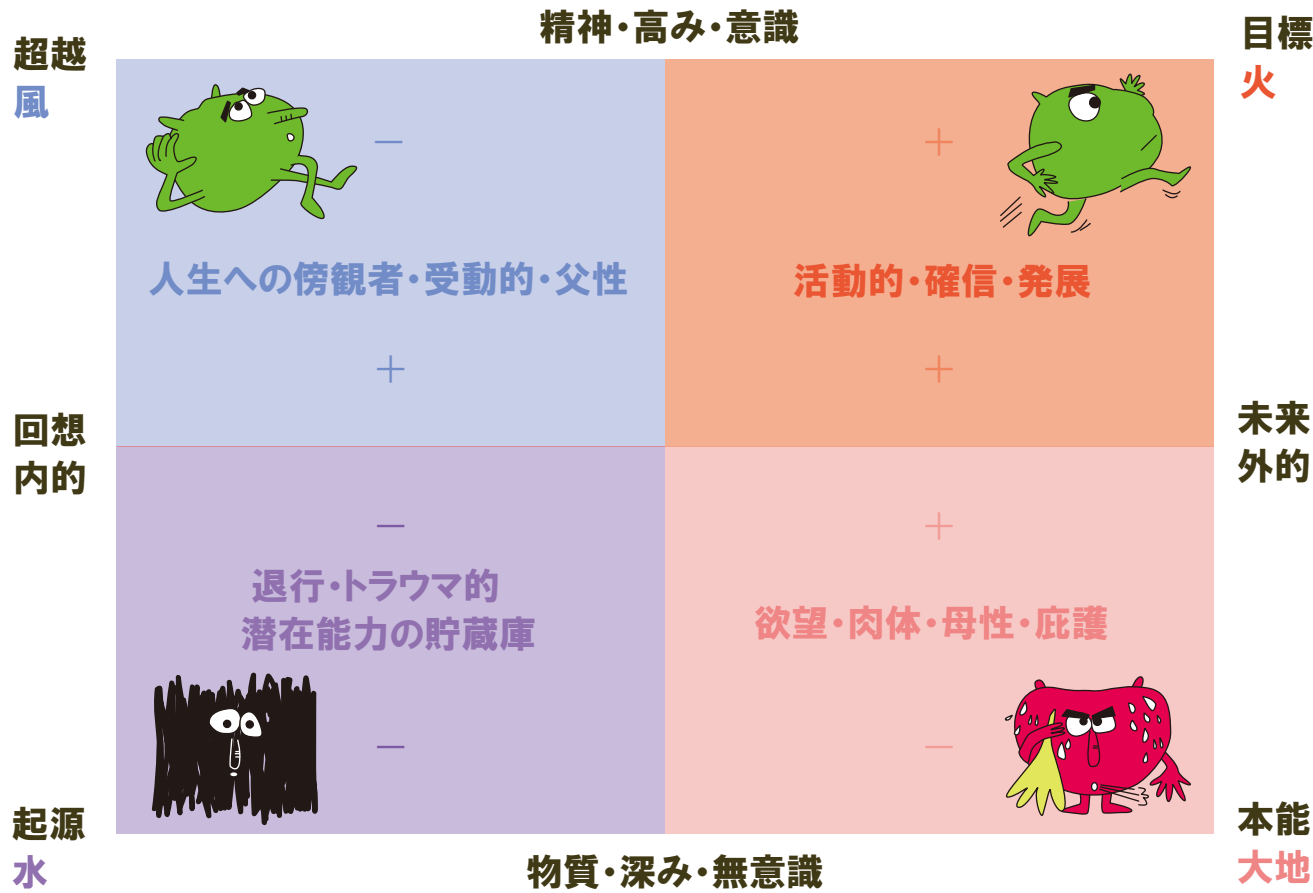
「通例」として認識できる価値観・世界観へ変容できるきっかけとなります。

どのような場面でもあわてず、解決しようとする行動につながります。



参考:「じっとみて。」絵の解釈のための一般的な豆知識

画面空間の象徴(四象限アセスメント理論)



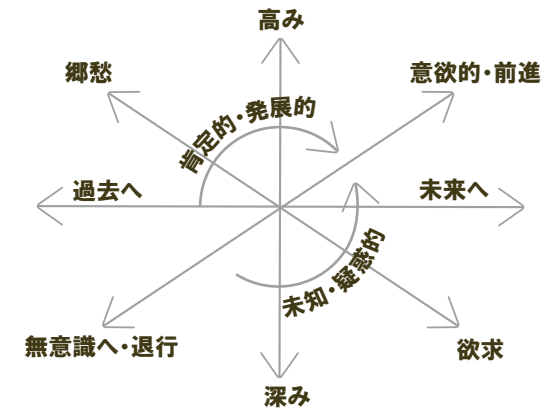
画面を4分割し、それぞれのエリアが持つ意味を表しています。

参考資料: ルドルフ・ミヒェルの空間モデル
 : スーザン・バウハによる空間方式
 : グリュン・ヴァルトによる空間方式
 : ドルフ・テストの図式

参考図書: 絵画と象徴—イメージセラピー (叢書 象徴のラビリンス) イングリット リーデル著
 : 絵が語る秘密—ユング派分析家による絵画療法の手引き グレグ・M. ファース (著)、他

画面における動的要素の意味

描かれた物やイメージの動き方には意味があります。始点、終点、方向や勢い、スピードなどもあわせて見ていくことで、動きの持つ意味を考えることができます。



色相環

虹色の順番「赤→橙→黄→緑→青→藍→紫」に赤紫を加えて、リング状にならべたものを色相環と言います。反対側に位置する2色を補色と言います。(例: 赤-青緑)

