

好きな色のクレヨンで名前を描く。

今から21年前、私は失業者対策の「介護系の職業訓練」を受講。介護に関する知識・技能以外に社会人に求められるコミュニケーション力を養うことを目的とした授業があり、その中にクレヨンで絵を描く授業が数回あった。

星形の五角形を書き、塗り絵のように好きな色を塗り、木の絵を描き、好きな風景・行きたい場所を描き、生徒同士で見せ合ったりした。その授業では、最初に自分の名札にクレヨンを使い、ニックネームや今呼ばれたい名前を書くことが決まりになっていた。不思議なもので本名以外の名前を書いて自己紹介等をす

ると、気分が全く変わり、心がほぐれていく。また、黒以外に自分の好きな色、緑や黄色や茶色や水色等々の色の組み合わせで描くことで、自由な気分を味わえ、心の開放を体験でき、さらに利き手と反対で描くとその効果は倍増。私以外にも隣席の竹村さん(仮名)も同じ体験をしたと思う。

竹村さんは、50代後半の男性。東大阪市のメーカーの技術部の部長をしていたが、社長が息子に代を譲る際に一緒に辞めてくれと頼まれ、リストラされた。実直で温厚な人柄・融通が利かない典型的な昭和の職人気質。竹村さんは、いつもは黒のクレヨンで

「竹村」と書いていたが、訓練の終わり頃に緑や黄や赤の色を織り交せて「としおちゃん」と描くようになり、笑顔が増え、本来の優しさが伝わる人になり、ベッドから車いすへの移乗の実習のボディタッチも柔らかくなっていった。

たとえ一時的かもしれないが、心に自由をもたらす「書く」ではない「描く」力に惹かれた私は、この体験がきっかけとなり、産業カウンセラーの資格を取得。今も心の勉強をしている。失業者に限らないが、前向きな気持ちになる過程で、心の開放が一番の薬になる。就労支援の仕事をしていてつくづく思う次第だ。