

高木雅之先生へ

2022年10月17日

下村拓滋

生活充実講座（於倉之内公民館、2022年8月～10月、計4回）の感想

本講座を受講したきっかけは母が「生活充実講座」のチラシを渡してくれたことでした。2022年7月に東京から三原に戻って来て、社会開発のコンサルティングを立ち上げる話を母にしたことで、母の中で私の活動と「生活充実講座」が結びついたようです。

講座の申し込み時に主催者のみちみちの代表岡田増夫さんにご連絡を差し上げてから、講座開催までに直接お会いできるご縁を頂きました。

何度かお会いするタイミングで高木先生にもお会いする機会があり、「生活充実講座」に緊張感なくリラックスして参加できました。

病気や悩みに焦点を当てて、それを改善する態度ではなく、日常生活そのものを充実させるための講座であることを知り、私が長年取り組んで来たことに似ているなあと思いました。

生活充実講座では毎日、その日に実行したことを一つ取り上げて、その振り返りを記録します。そして、毎回、他の参加者の皆様と1週間の中で印象に残ったことを報告しあう場を共有しました。お互いの世界観の相互理解が深まる感覚を持ってました。

最終日に「色カルタ」による、心象風景を共有しました。一人一人がお題に対応する色を選んで、その色を選んだ理由を語りました。お題を聞いてから色を選択するまでの時間はヒトそれぞれ。勿論、選んだ色も別々。選んだ後に順番に理由を話し、お互いに参加者の視点への理解が深まりました。

私は2003年からU-12のFootballCoachを実践しています。低年齢の選手にはイメージを持つこと、次にそれを自分の言葉で話すこと、そして、自主課題を持つことを年齢を上るにつれて、サッカーへの理解が深まるにつれて支援をして来ました。この体験から、生涯学習のフレームを私が確信することができました。「生活充実講座」にもこのフレームがあると感じております。