

「ひきこもりからの新たな出発！南カリフォルニアから見つめ直す日本の生活」

AJI LLC 岩田 直也

新しいプログラムを10月終わりから11月初旬にかけ、開催することが決定いたしましたので、ご紹介させていただきます。

「ひきこもりからの新たな出発！南カリフォルニアから見つめ直す日本の生活」です。現在、日本で深刻化している引きこもりや、不登校、学校嫌いな子などの問題に対して、サンディエゴにいる我々が何かできないかという思いから、このプログラムを企画しました。

プログラムの趣旨は、気候の温暖なサンディエゴで、親子一緒に新しい経験を通じて、“少しでも悩みを解消し、一歩でも前進できるきっかけ作り”をして頂くことです。更に、この企画はSDJBA会員の岩本光弘さん、ハース・のり子さん並びにベゾウスカ・さおりさんを講師に招き、弊社の2名による共同プログラムです。

具体的な講師と内容：

ハース・のりこ講師：マインドフルネス担当

アメリカや日本で話題のマインドフルネスとは、今の瞬間に意識を向け、良い悪いなどの判断、または批判をせず、あるがままの状態に気づき、受け容れることを意味する。マインドフルネスの練習は、仏教におけるサティ（正念）から宗教的要素を取り除き、自分の体や気持ちのありのままの状態に気づく力を育む「心のエクササイズ」。

マインドフルネスの効果は、「やる気が起きる」、「対人関係が良好になる」、「集中力、意思決定力の向上」等々。最近では日本でもかなり認知度が上がっており、NHKスペシャルのキラーストレスで紹介された。

ベゾウスカ・さおり博士：親業を担当

悩みや不安を抱えている親御さんたちに、考え方や人への接し方のヒントやアドバイス。そして、簡単な心理学理論を紹介。この理論は自立心を育て、子供達が素直に育つことに焦点を当てたもの、並びにポジティブサイコロジーを含む。短所を治すのでなく、長所をより伸ばし、強化することが目的。

岩本光弘講師：全盲でありながら、アメリカで診療所を持ち、更にヨット太平洋横断やトライアスロンに挑戦し続ける。困難を乗り越え、挑戦する大切さや素晴らしさについてのモチベーションスピーキングを担当。

それに加え、机に向かって勉強する環境に慣れる時間作り、岩本さんのヨットに乗り、サンディエゴベイへのセーリング、曾我部インストラクターによるゴルフ

レッスンといった一味違うスポーツによる新しいものに挑戦する楽しさを味わっていただきます。またサンディエゴのトロリーバスツアーや買い物等の時間もあります。

このプログラムを通じ、親子で少しでも前進して頂くことが、我々の切なる願いです。

期間：10月30日(日)～11月4日(金) 5泊6日

プログラム費：\$1,890(航空券代は含まれておりません)

対象者：家に引きこもっている、不登校、学校嫌い等の、小学3年生から中学3年生までと、その保護者(親など)

※対象者(年齢)以外で参加ご希望の場合は要相談

以下のサイトをご参照ください。

参照URL:http://www.ksi-sd.com/hikikomori_program.htm

どなたかこのプログラムにご興味がある、または賛同してくださる方がいましたら、是非ご紹介頂けたら嬉しいです。

どうぞよろしくお願い申し上げます。