

2級家事セラピスト養成講座のカリキュラム

2級家事セラピスト養成講座では、以下の内容を12回の講座で身につけます。

【導入】 ミニ講演会	「セラピストは何をする？どんな人？」 辰巳渚によるミニ講演会です。初回に限り、無料体験での受講が可能です。	
【第1部】 家のモノ講座	1-1 「すっきり」とはなにか 1-2 物とはなにか 1-3 「片づけ」の3原則 1-4 「捨てる」を身につける 1-5 「できないこと」を明らかにする 1-6 「見えないルール」を「見える化」する 1-7 「物の動線」を明らかにする"	物について考えるとは、自分の暮らし方を考えることであり、その人の物の持ち方はその人の暮らしの価値観を表しています。 第1部では、暮らしの整え方を物を通して学びます。
【第2部】 家のコト講座	2-1-1 家事とはなにか 2-1-2 家事のネガティブな面/ポジティブな面を洗い出す 2-1-3 家事とは何なのか 2-2 基本の家事 2-3-1 家事年表を作成する 2-3-2 家庭・家族・住まいの歴史を概観する 2-3-3 家事を取りまく社会環境 2-4 問診シート体験	家事は「無償の労働」「つまらない繰り返しの仕事」ではありません。 家のコトには「私が私として生きる」ことにつながる深い意味があります。第2部では、家事の意義や基礎的教養を学びます。

家事セラピスト養成講座の特徴

ディスカッション型講座

家事塾の講座は、講師からの一方的な講座ではありません。受講生同士でお互いの経験や考えを話したり、意見を聞いたりすることで、暮らしの多様性や普遍性に気づきます。この視野の広がりによって気持ちがラクになる人が少なくありません。

6カ月のじっくり型講座

家事セラピスト養成講座は、半年間という長い時間をかけて行います。それは、教室で学んだ知識は、ご自身の暮らしに活かしてこそ価値を得るからです。半年かけて学び、実践していくと、必ず暮らしが変わっていきます。

課題（宿題）もあります

普段は当たり前すぎて「家事について考える」という機会はありません。でも、確かに毎日やっていること。そんな「いつもの私の暮らし」を見つめる宿題がです。あるテーマを意識して暮らしを見つめ、表現してみると、意外な「私」に出会えます。