

中学校美術科でのコラージュ制作が 自己受容に及ぼす効果

Rogers の来談者中心療法を交えての考察

▶ 下條美緒

1. はじめに

青年期は自己に関する意識の形成にとって重要な意味を持つ発達段階である。中学生にあたる青年期前期は、急激に身体が変化する時期で、変化した自分の身体に注目し、それをきっかけとして自分はどうのような人間なのかという自己の内面に対する意識も高くなる(平石, 1990)。このような青年期には自分自身に注意・関心を向ける自己意識が強くなり、それはやがて自分とはこのような人間であるという自己概念の形成へと繋がっていく。

自己概念が形成されると次はそれを受け入れられるかどうかの自己受容の問題が生じる。自己受容とは自己を受け入れていく過程のことで、Rogers(1966)によってその概念が提唱され、その後、多くの研究者によって自己受容の定義が模索されてきた。最近では、今江・齋藤(2004)は、「自己受容とは、自己肯定的側面、否定的側面、また意識、無意識といった様々な側面を持つ自己存在そのものを自分自身が受け抱える態度であり、感情体験である」とした。そして自己の否定的な側面を否定的に捉えるのではなく、折り合いをつけ許容し、自己の全体性を受容することこそが自己受容であるとしている。また、山田・岡本(2006)は、「自分の持つ様々な面を良いか悪いかと客観的に評価することではなく、好きか嫌い、または受け入れられるか受け入れられないか感覚的に評価することが自己受容である」と考えている。さらに、春日(2015)は、自己受容とは、ありのままの自己をどの程度、受け入れているかといった状態を意味するのではなく、ありのままの自己を受け入れようとする態度や姿勢を意味するとしている。

自己受容できるかどうかは精神的健康や社会的適応とも関連している。例えば、自己に対する受容度が低下すると、精神的不適応の問題が生じやすくなり(伊藤, 1989)、うつ病の人は自己卑下が顕著であったり、自分をまったく価値のないものと見なしたりする傾向が強い(伊藤, 1991)。また、非行少年の場合も自己を受容できない例が多く存在していることが藤森(1990)によって報告されている。

このようなことから中学校学習指導要領解説美術編(文

部科学省, 2017)においても、生徒が自分の内面に目を向け表現する内容を取り扱うこととされている。本稿では、中学校美術科で自分の内面を見つめる題材として、コラージュを取り上げる。コラージュ制作には自己に目を向け、新たな自己の側面に気づくなどの機能が認められている。例えば、Ratcliffe(1977)の研究では、コラージュの制作を通して隠されていた内面が意識化され、自己理解と内面の成長が促進されるという結果が得られている。コラージュは自己の内面に目を向けさせるだけでなく、自己を受け入れるプロセスを手助けするということが報告されている。上西(2013)は、コラージュを制作することは、自己の内面を表現する一方、作品の中に表現された自己の内面を外から見ることで自己の内面を意識的に理解する一連のプロセスであるとしている。

ところで、もともとコラージュは芸術作品を制作することで心のケアを試みる芸術療法の1つとしてしばしば用いられており、内面に肯定的な変化をもたらす手法とされてきている(例えば杉浦ら, 1997; Ratcliffe, 1977; 青木, 2009; 林, 2015)。コラージュを用いた芸術療法はコラージュ療法と呼ばれ、杉浦ら(1997)の臨床的研究によると、コラージュの制作によって心理的退行、美意識の満足、カタルシス、自己洞察が認められている。自己の肯定的変化に関しては、臨床的研究だけでなく、健常者を対象とした研究も行われている。例えば、大学生を対象とした石口・島谷(2006)は、コラージュ制作によって自己への理解および自己の解放感が体験でき、それによって自分に対する肯定的な感情である自尊感情に好ましい変化がみられたとしているし、中学生を対象とした下條・前田(2017, 2018)の研究によると、コラージュの制作は自己の内面により注意を向けることができること、自尊感情をより高めることができることなどが確認された。

現在、コラージュは中学校美術科では色々な表現を楽しむモダンテクニックの1つとして紹介されているが(佐々木, 2009)、以上のことからコラージュの制作は自己受容にも何らかの好ましい影響を及ぼすと考えられる。そこで本研究では、中学校美術科におけるコラージュ制作が生徒の

内面に注意を向けさせ、自己受容を促進する題材となりうるのかを検討する。

2. 研究の方法

2-1. 対象

公立中学校1年生104人(男子54人、女50人)及び別の公立中学校の中学2・3年生138人(男子73人、女子65人)を対象に、美術科の授業の一環として本研究は行われた。

2-2. 手続きの概要

まず、当該授業の1週間前に、生徒がどの程度自己受容しているのかを測定した(プリテスト)。コラージュを題材とした授業は全2時間で行われた。授業では「モダンテクニックの1つであるコラージュを制作してみよう」というテーマで、生徒が持参した雑誌類を切り抜き、B4サイズの画用紙に貼り付け、コラージュを制作させた。生徒の作品例は図1の通りである。そして、コラージュを完成した直後に、プリテストと同じ自己受容の程度を測定した(ポストテスト)。最後、作品を仕上げた生徒と完成した作品を用いて作品の出来映えについて「満足している」や「この部分が好き」など会話を交えた。

2-3. 自己受容の測定

本研究では伊藤(1989)に習って、自己受容を「ありのままの自分を歪めることなく認識し、自分自身として受け入れ好きになること」と定義した。そして伊藤(1991)の自己受容尺度を参考に新たに項目を作成した(表1)。質問項目は全10項目で自分の性格・行動に関する内容が5項目、身体に関する内容が5項目である。回答は「受け入れられる(=1)」から「受け入れられない(=5)」の5件法で求めた。

3. 結果

対象となった242人のうち、2回とも授業に参加している者、かつ自己受容尺度の回答に欠損のなかった者170人をデータ分析の対象とした。

各項目のプリテストとポストテストにおける平均値を示したのが表2である。

各項目とも値が小さくなるほど、自己を受け入れられたことを示す。まず、自分の性格・行動に関する5項目の



図1 生徒のコラージュ作品

表1 質問項目表

No.	項目
1	今の自分の運動能力
2	今の自分の容姿(顔)
3	今の自分のものの考え方
4	今の自分の能力・特技
5	今の自分の人間関係(人づきあい)
6	今の自分のスタイル・体型
7	今の自分の社交性・積極性
8	今の自分の健康・体力
9	今の自分の身体に関すること
10	今の自分の性格・行動面に関すること

* 1,3,5,7,10 が性格・行動に関すること、
2,4,6,8,9 が身体に関すること

表2 プリテスト、ポストテストにおける各項目の平均値

No.	pre	post	t 値
	M (SD)	M (SD)	
(性格・行動に関すること)			
1 今の自分の運動能力	2.89 (1.34)	2.8 (1.28)	1.19
3 今の自分のものの考え方	2.48 (1.1)	2.56 (1.02)	-0.96
5 今の自分の人間関係 (人づきあい)	2.55 (1.22)	2.32 (1.03)	2.53***
7 今の自分の社交性・積極性	2.98 (1.2)	2.8 (1.06)	2.22*
10 今の自分の性格・行動面に関すること	2.86 (1.12)	2.79 (1.04)	0.82
(身体に関すること)			
2 今の自分の容姿 (顔)	3.42 (1.22)	3.34 (1.11)	1.05
4 今の自分の能力・特技	2.5 (1.2)	2.55 (1.13)	0.46
6 今の自分のスタイル・体型	3.28 (1.27)	3.02 (1.15)	3.02**
8 今の自分の健康・体力	2.63 (1.24)	2.66 (1.18)	-0.33
9 今の自分の身体に関すること	2.89 (1.2)	2.68 (1.03)	2.31*

Mは平均値、SDは標準偏差 *p<.05, **p<.01, ***p<.001 (いずれもdf=169)

結果であるが、「No.3自分のものの考え方」を除く、4項目に関しては値が小さくなっており、コラージュを作成することにより、各項目に示す自己の側面を受け入れられてことがわかる。各項目の授業前のプリテストから授業後のポストテストへの変化が統計学的に意味のあるものかどうかを確かめるためにt検定を行った。その結果、「No.5今の自分の人間関係」および「No.7今の自分の社交性・積極性」の2項目に有意な差が認められた。

次に自分の身体に関すること5項目の結果であるが、これも「No.4今の自分の能力・特技」と「No.8今の自分の健康・体力」を除く3項目に関しては値が小さくなっていた。この3項目が示す自己の側面に関しては自己を受け入れる傾向が進んだことがうかがわれる。t検定の結果は「No.6今の自分のスタイル・体型」と「No.8今の自分の身体に関すること」の2項目に有意な差が認められた。

4. 考察

青年期前期にあたる中学生の段階は、自己に関する意識の形成や発達にとって重要な意味を持つ時期である (平石, 1990)。自己意識は自己概念の形成へと繋がり、そして、意識した自己を受け入れられるかどうかの自己受容が問題になる。

そこで本研究では中学校美術科で自分の内面を見つめる題材としてコラージュを取り上げた。従来の研究によると、コラージュ制作には、自分に目を向け自己を発見するなどの機能が認められているからである (例えば Rogers, 1966; 上西, 2013; 石口・島谷, 2006; 下條・前田,

2017; 下條・前田, 2018)。また、コラージュは芸術療法の1つとしても用いられており、内面に肯定的な変化をもたらす手法とされて (例えば杉浦ら, 1997; Ratcliffe, 1977; 青木, 2009; 林, 2015)、例えば、自己を洞察する効果が認められている (杉浦ら, 1997)。これらのことから、美術科の授業におけるコラージュ制作は自己受容にも好ましい影響を及ぼすことが考えられた。

その結果、自分の性格・行動に関することにも、身体に関することにも自己受容が認められた。それでは、コラージュ制作することでどうして自己受容が進むのか。その理由は、以下のようなことが考えられる。

上西 (2013) は、コラージュ制作の表現と鑑賞から制作者が自己理解へと導かれていく過程を分析している。上西 (2013) は、子どもの発達段階における自己の形成が言語活動以前の表現行為を通じて行われる過程に着目し、自己表現が自己理解につながると考えた。そして、自己理解を自己についての意識化と自己の生き方の探求であると定義し、調査を実施した。コラージュ画の制作過程を1つの出来事として、その出来事を制作者自身に語ってもらい、語った内容をテキスト化し、分析した。その結果、自己理解へとつながるきっかけは制作過程で生じる「ああでもない」「こうでもない」といった「内的手本」との対話的やりとりにあるとした。内的手本とは、今まで生きてきた中で、意識的あるいは無意識的に外部の出来事からの刺激や影響を受けて自分に内在させ蓄積された表象のことである。この手本を自己の中に無意識に抱え込んだ他者性ではないかと考えた (上西, 2013)。コラージュ制作の過程は無意識の中にしまい込

んだこの内的手本とのやりとりを行い、意識化をする過程である。制作後、作品について創造的に解釈し言葉による物語にすることで、画面から浮き上がる自己に向き合い、自己理解へと導かれる考察を加えた。

コラージュ制作を通して自己の内面を表現し、作品の中に表現された自己の内面を外から客観的にみるという一連の過程は、Rogersの来談者中心療法を想起させる。

Rogersは人間の成長を目標として、クライアント（来談者のこと）を中心としたカウンセリングの技法を模索した結果、次のような来談者中心療法の考え方に辿り着いた。人は自分自身の中に自分を理解し、自己概念や態度を変え、自己主導的な行動を引き起こすための巨大な資源を持っている。そのため、心理的な成長が促進されるような要素が提供されれば、その資源は働き始める（伊藤, 2001）。カウンセラーはあれこれとクライアントに指示するのではなく、クライアント自身が成長していくような働きかけを行う。クライアントの自己理解につながる内面の成長を促進する要素は3つある（伊藤, 2001）。第1は、クライアント自身が表現したことをカウンセラーが感じ取り、クライアントに向かって建前などではなく素直に返すこと。第2は、カウンセラーがクライアントを肯定的に受容・尊重すること。第3は、クライアントが述べたこと、感じたことをカウンセラーが共感的に理解しクライアントに伝えることである。これは感情の反射というが、ただRogersはクライアントの表現したことを単なるおうむ返しのようにくり返すのではなく、クライアントの内面を感じ取った上でクライアントに投げ返すというやり方である（諸富, 1997）。すなわち、クライアントが発言したことを受けて、カウンセラーはクライアントの内的な世界を感じとりながらクライアントが発言した内容をクライアント自身に確認していく。この作業によってクライアント本人に聴かせ、クライアント本人に自分自身の問題を気づかせ、自己受容に導くというものである（Robert, 1995）。

一方、コラージュ制作は、自分が表現したいことを一枚の作品にしていく。デッサンや絵画に比べ課題の内容が抽象的であるため自分の内面がコラージュ作品に投影されやすい。そして、出来上がった作品を客観的に鑑賞する。この一連の過程はクライアントの発言をカウンセラーが共感的理解を示しながらクライアントに投げ返し、それによってクライアント自身が自分の問題に気づき、自己を受け入れていく来談者中心療法のプロセスと重なる。すなわち、本研

究の授業実践でコラージュを制作した生徒たちは、制作を通して上西（2013）のいう内的手本とやりとりを行い、そうしたプロセスを経て出来上がった自分の作品を見ることで、自己の内面を外から観察することになった。そして自分の色々な側面に気づき、それを受け入れることができた。つまり、生徒の自己受容を高める結果になったと考えられる。

今回の研究は、授業の一環として行ったため、コラージュを制作する時間が2時間に制約された。しかし、もう少し制作の時間があれば、自己受容もより進んだかもしれない。また、質問項目の文言が難しく、中学生にとって理解しにくいこともあったのかもしれない。加えて、作品鑑賞の際、生徒と会話による作品解釈が十分に仕切れなかったこと、そしてそれら会話の内容を紙面に残すなどできなかった部分において深い反省と、この点を踏まえた更なる検討が必要である。

5. まとめ

本研究では、コラージュ制作が自分の内面に注意を向けさせ、自己受容を促進させる題材となりうるのか検討した。結果として、コラージュを作ることで、ある程度の自己受容が進むことが示された。

これまでの中学校美術科の授業におけるコラージュ制作は、絵画表現の幅を広げるためのモダンテクニックの1つとして、生徒に提供されてきた。しかしそれだけでなく、生徒の人格的な成長、精神的健康の維持増進の一助となる題材の可能性が考えられる。

引用文献

- 青木智 2009 マンダラ・コラージュ理解の可能性— 文京学院大学保健医療技術学部紀要, 2, 31-40.
- 藤森晋一・岡堂哲雄編 1990 クライアント中心療法に基づく援助講座心理臨床の実際3 非行の心理臨床, 福村出版社, 32-50.
- 林牧子 2015 造形表現を中心としたイメージワークにおける参加者の心的変容と自己発見 美術教育学研究, 47, 279-286.
- 平石賢二 1990 自己意識の構造—自己確立感と自己拡散感からみた心理学的健— 教育心理学研究, 38, 3, 1990, 90.
- 石口貴子・島谷まき子 2006 コラージュ制作体験と気分変容 昭和女子大学生活心理研究紀要, 9, 89-98.
- 今江秀和・齋藤久美子 2004 「自己受容」概念をめぐる理論

- 的・臨床的諸見解の検討 甲子園大学紀要人間文化学部編, 8, 139-152.
- 伊藤博・H.カーシェンバウム・V.L.ヘンダーソン編・村山正治監訳 2001 ロジャーズ選集(上)——カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選33論文, 誠信書房, 162.
- 伊藤美奈子 1989 青年期時が形成過程における自己受容研究の意義と視点 青年心理学研究, 3, 23.
- 伊藤美奈子 1991 自己受容尺度作成と青年期自己受容の発達の変化—2次元から見た自己受容発達プロセス— 発達心理学研究, 2, 2, 70-77.
- 春日由美 2015 自己受容とその測定に関する一研究 九州大学人間発達研究, 5, 19-25.
- 文部科学省 2017 中学校学習指導要領解説美術編.
- 諸富祥彦 1997 カール・ロジャーズ入門—自分が“自分”になるということ (有)コスモス・ライブラリー, 224-225.
- Ratcliffe, E.R. 1977 The old masters art collage: An art therapy technique for heuristic self-discovery. Art Psychotherapy, 4, 29-32.
- Robert D.Nye.・河合伊六訳 1995 臨床心理学の源流 フロイト・スキナー・ロジャーズ 二瓶社, 151-158.
- Rogers, C.R.・友田不二男訳 1966 ロジャーズ全集2 カウンセリング 岩崎学術出版社.
- 佐々木秀樹 2009 美術資料 編集京都市立芸術大学美術教育研究会, 秀学社, 64-65.
- 下條美緒・前田基成 2017 中学校美術科における自画像の指導に関する検討—事故の内面を見つめさせる題材として— 女子美術大学研究紀要, 47, 66-171.
- 下條美緒・前田基成 2018 コラージュ制作が自尊感情の変容に及ぼす効果に関する検討 女子美術大学研究紀要, 48, 39-45.
- 杉浦京子・鈴木康明・金丸隆太 1997 集団コラージュ制作の効果—社会心理学的、臨床心理学的考察— 日医大基礎科学紀要, 23, 1-15.
- 上西知子 2013 制作過程と受容過程における他者性から自己理解へ—コラージュ画制作経験調査の分析から— 美術科教育学会誌, 34, 75-90.
- 山田みき・岡本祐子 2006 現代青年の自己受容—自己による自己受容と他者を通しての自己受容の観点から— 広島大学大学院教育研究科紀要, 第三部, 教育人間科学関連領域, 55, 339-348.

The effect of collage production in junior high art courses on self-acceptance: Based on Carl Rogers' Client-centered Therapy

SHIMOJO Mio

This research examined whether collage production could turn students' attention to their own inner face and become a subject to promote self-acceptance. First, a self-acceptance measure was created. Then, before and after the collage production, students were asked to answer for items on self-acceptance. Consequently, it showed that the degree of self-acceptance related to some items on personality/behavior and body increased. There was a common point between Rogers' client-centered therapy and collage production in the reason why the degree of self-acceptance increased by collage production. Based on this fact, it was considered that the effect similar to the client-centered therapy was brought to the producer.