

修士論文要旨

風景構成法は大学生の自己理解促進に寄与する

別府大学大学院 文学研究科 臨床心理学専攻
修士課程 2年 木村さゆり

(目的) 本研究では、大学生を対象に、集団法による風景構成法が自己理解促進に寄与するかを検証するため以下の3点を目的とした。

- ① 風景構成法体験により、大学生のポジティブ感情が喚起されるか
- ② 風景構成法とフィードバック体験後に、大学生の自己理解が促進されるか
- ③ 風景構成法における構成段階、彩色段階及びフィードバックのいずれが、ポジティブ感情を喚起し、自己理解促進に寄与しているか

(方法) 大学生 194 名を対象に、講義時間内に、集団法による風景構成法を実施した。はじめに、教示に沿ってサインペンでアイテムを描き込み風景を構成した後、クレヨンで自由に彩色した。そして、風景構成法の一般的な解釈のポイントを扱ったフィードバック (10 分程度) を行った。なお、描画前後及びフィードバック後に、感情や自己理解に関する質問紙を実施した。

(結果と考察) 構成段階後と彩色段階後の描画体験尺度因子得点については、彩色段階後に気持ちの解放・安定、子ども時代への回帰、絵に対する自己評価が有意に上昇し、緊張感が有意に低下した。この結果は、彩色段階で大学生のポジティブ感情が喚起されるなどの感情の変化が生じたことを示唆している。

構成段階後、彩色段階後及びフィードバック後の自己注目と洞察 (描画体験尺度因子) 得点については、彩色段階後に変化はなく、フィードバック後に有意な上昇が認められた。さらに、自己理解度の認識、内省的自己理解傾向、自分らしさへの欲求及び自己理解因子総計において、風景構成法とフィードバック実施後に有意に低下した。この結果は、一見すると自己理解が低下したようにみえるが、実際は自己理解への洞察が深まったことにより自己理解を低く評価したことを示唆している。

自己理解尺度合計得点の変化 (風景構成法とフィードバック実施後の得点と実施前の得点の差) を従属変数、構成段階後、彩色段階後、フィードバック後の描画体験尺度因子得点を独立変数として重回帰分析 (変数減少法) を行った。フィードバック後の自己注目と洞察 ($\beta=0.36$)、彩色段階後の子ども時代への回帰 ($\beta=0.28$)、彩色段階後の絵に対する自己評価 ($\beta=0.15$) との関連性が認められた。つまり、風景構成法によって自己理解を促進するためには、サインペンで風景を構成するのみでは自己理解の変化に影響はみられず、クレヨンで風景に彩色をする段階が加わることで、大学生の感情に大きな変化が生じ、自己理解の変化に寄与することを示唆している。