学生相談室からのおしゃべりタイム

～コラージュとは？～

第７号

沖縄キリスト教学院大学・沖縄キリスト教短期大学

2016 年 7 月

７月になり前期も残り１カ月ですね。残り１カ月、しっかりと体調管理をしましょう。

学生相談室では、４月から６月にかけて、１～４年次を対象に、いろいろな学生と面談を持ちました。忙しい中、面談に応じてくださり、ありがとうございました。多くの学生と知り合えることができました。今後もこの出会いを大切にしていきたいと思います。

さて、学生相談室では、様々な学生のニーズ・相談に応じています。その他には自己探求や自己理解も行っています。今日は内面的の自己理解を促す「コラージュ」という技法について紹介していきたいと思います。

「コラージュ」って何？

「コラージュ」とはアートセラピーです。作成方法はいたってシンプルで、雑誌から気に入った写真を切り抜いて、それを１枚の台紙に貼っていくだけです。制限時間はありませんので、ゆったりとお話をしながら作業します。作品が出来上がったら、その作品のタイトルと中身について語ってもらいます。

「コラージュ」で何が分かるの？

「コラージュ」という１つの作品には、その個人が抱えている不安・悩み・願望等がアートに表現されています。作品を通して自己理解が深まります。

「コラージュ」の効果は？

描画ではないので、上手・下手に悩む必要がありません。ストレスなく楽しみながら、作業に没頭できます。自己満足感や達成感を促す効果があります。

あなたもコラージュを作成してみませんか？気軽に学生相談室へ立ち寄ってください。

柳田正豪