

第14回 日本読書療法学会勉強会

「読書療法実践ガイドを読む II」

日本読書療法学会会長 寺田 真理子

2014年7月13日(日) 14:00~16:00

日本読書療法学会

The Japanese Bibliotherapy Association
La Asociación Japonesa de Biblioterapéutica



本日の内容

第13回 日本読書療法学会勉強会の概要 読書療法実践ガイドの内容

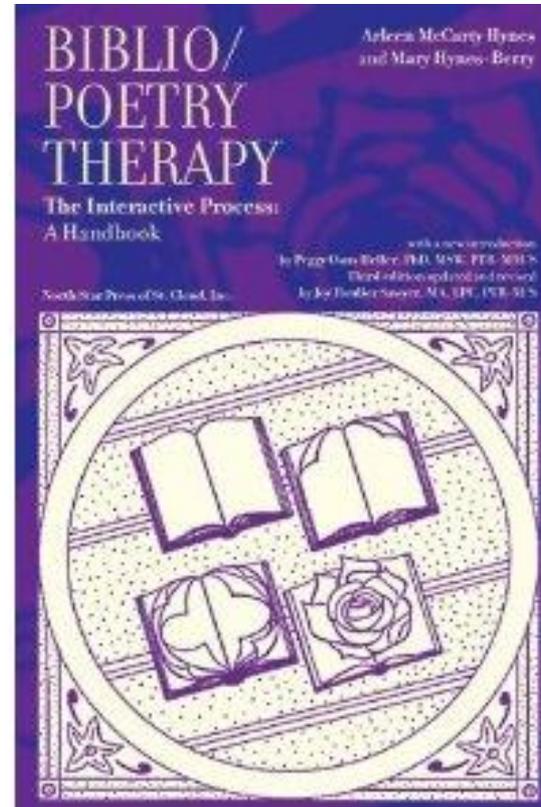
第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準
5. 読書療法向け素材の戦略的選択
6. 読書療法向け素材の資源と管理

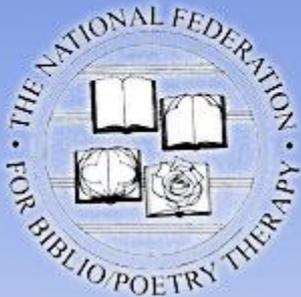
BIBLIO/POETRY THERAPY

The Interactive Process: A Handbook

初版：1986年
第3版：2012年



the National Federation for Biblio/Poetry Therapy



1983年に設立されたthe National Federation for Biblio/Poetry Therapyは読書療法／詩療法の分野における療法家のトレーニングと資格認定の基準を設定し、有資格者がメンター／スーパーバイザーとして実践を行う権限を付与する。

(本拠地はアメリカ)

the National Federation for Biblio/Poetry Therapy

<http://www.nfbpt.com/>

※the International Federation for Biblio/Poetry Therapy
へと2014年に名称変更

Arleen McCarty Hynes

Arleen McCarty Hynes (1916-2006)

ワシントンD.C.のセントエリザベス病院で初の
病院ベースの読書療法の研修プログラムを
1974年に構築

NFBPTを1983年に設立

cf. lectio divina

レクティオ・ディヴィナ



第1部：基礎知識

1. 対話型読書療法：定義

読書療法の定義

対話型読書療法では、訓練されたファシリテーターが話し合いを導くことで、対象となる文学作品に臨床／発達段階の参加者が感情と認知反応を統合できるよう手助けする。この文学作品は印刷された文章でも視聴覚素材でも参加者による創作的作文でもよい。

第1部：基礎知識

1. 対話型読書療法：定義

定義の前提条件

1. 読書療法は対話型の(双方向の)プロセスである。
2. 文学はその最広義において定義される。
3. 記載されたプロセスは臨床と発達段階の読書療法の双方において生じる。
4. 読書療法の実践は1対1、またはグループで行われる。
5. 効果的な読書療法の結果として、自尊心が向上し、適切な心理的、社会的価値が参加者の性格や行動に同化される。
6. 読書療法は療法であるが、その独自の効果のひとつは文学を主たる道具とするところにある。このため、発達段階の参加者、臨床における参加者の双方にとって読書療法は精神の健全な側面に特別に訴えかける。目標についての話し合いで見ると、対話型読書療法で強調されるのは問題の所在の診断ではなく、強みを励まし、補強することである。
7. 読書療法の効果はファシリテーターの能力にかかっている。個々の参加者のニーズと関心に訴える素材を選択し、参加者の反応を正確に共感を持って解釈し、文学と対話を通してより深い自己理解を引き出す。つまり、よい読書療法家は熟練した聞き手である。

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

テーマに関する側面

普遍的な経験や感情	個人的
力強い	陳腐
わかりやすい	不明瞭
ポジティブ	ネガティブ

※様式に関する側面よりも重視される

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

様式に関する側面

心を引きつけるリズム

イメージ

印象的

具体的

言語

シンプル、正確な語彙

明瞭、シンプルな言葉遣い

複雑さ

対応できる長さ

簡潔

単調／不連続なリズム

イメージ

陳腐または欠落

抽象的

言語

複雑または古めかしい語彙

複雑な言葉遣い

複雑さ

長い

冗長、とりとめがない

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

普遍的なテーマ

芸術的価値と矛盾しない

特定の集団に対して有意義なもの
cf. “Eve to Cain”

自己と重ね合わせることで認知を刺激

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

力強いテーマ

琴線に触れる・・・自分にとっての真実・意味
cf. “One person’s suffering takes place while someone else is eating or opening a window or just dully walking along.” **対比によって生まれる力強さ**

シンプルであることと単純化の違い

Cf. “into each life some rain must fall, some days must be dark and dreary” “Life ain’t no crystal stair”

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

わかりやすいテーマ

芸術的価値との不一致

・・・共感が困難

テーマが不明瞭（理解力の問題）

テーマが難解

気が散る環境で事前に検証

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

ポジティブなテーマ

芸術的価値とは無関係な基準

ネガティブな題材により抱えている不安が
表面化する懸念 Cf. “Richard Cory”

ネガティブな感情の認識
≠ネガティブな解決策の提示

極度な楽観主義の提唱ではない

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

あいまいさ

- ・・・参加者のリアクションを喚起

現実への異なる対応方法を認識

ユーモア

- ・・・軽い切り口で深い問題を扱う

導入などに活用、皮肉は避ける

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

リズム

心を引きつけるリズム

うつ、内向的な場合への効果

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

イメージ

印象的、具体的

洞察を与える

cf. 『ぼくのなかの黒い犬』

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

言語

シンプル、正確な語彙

明瞭、シンプルな言葉遣い

参加者の自尊心、参加度への影響

第2部：文学：読書療法のツール

4. 読書療法向け素材の選択基準

複雑さ

大半は短いもの

簡潔

詩、散文

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

特定集団向けの選択における検討事項

ファシリテーターによって選択された文学が最も集団の利益にかなうのか？ 参加者自身によるべきか、あるいは創作的作文か？

選択に際してどのような生活環境を考慮に入れるべきか？ その選択は参加者の自己理解や治療にどれだけ効果があるのか？

参加者はその文学作品の様式をどれだけ受け入れられるのか？

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

読書療法向け素材選択の責任

読書療法家（ファシリテーター）による選択

・・・ニーズ把握が困難な場合

参加者自身による選択

・・・選択＝自己表現、参加者間の交流、反応

創作的作文

・・・口頭では不可能な自己表現、対応能力

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

生活環境による影響

年齢と教育程度

子ども、青年・・・豊富なリスト(≠対話型)

関心を引く工夫、問題直視への抵抗

読解力不足・・・「子ども向け」体裁への抵抗

高齢者・・・加齢による変化、ライフレビュー

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

生活環境による影響

心身の状態

入院患者・・・躁状態による注意散漫、治療チームの一員、統合失調の傾向や自殺願望に寄与しないもの

視覚障害・・・聴覚、触覚、味覚、嗅覚への訴え、点字の活用

聴覚障害・・・手話の活用

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

生活環境による影響

置かれた状況

囚人・・・他者への敬意、学力の問題、
参加者の背景 cf. マルコムX
履歴書記入

薬物・アルコール・・・直接的、間接的
長期プログラム参加者の変化

ホスピス・・・消耗度、キューブラー・ロス

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

生活環境による影響

置かれた状況

支援団体・・・様式の考慮、直接的、間接的

物理的環境・・・写真や音声の活用による
自然の実感

過去の反映・・・過去のセッションの情報

第2部：文学：読書療法のツール

5. 読書療法向け素材の戦略的選択

ジャンルとメディア

詩・・・適切な長さ、イメージや比喩の刺激、
歌詞を含む

想像力に富む散文・・・SF、ファンタジー等

情報素材・・・エッセイ、記事、事実情報、
論理療法

視聴覚素材・・・ドラマ、CM等

第2部：文学：読書療法のツール

6. 読書療法向け素材の資源と管理

各種ブックガイドや読書療法家のリストの活用

原本の収集・・・見栄え、素材への敬意

キーワードを含めた記録管理

活動記録・・・参加者の反応

関連資料の管理

第15回 日本読書療法学会勉強会

テーマ：読書療法実践ガイドを読む Ⅲ
日時、会場は後日ご案内いたします。

ご参加ありがとうございました！

日本読書療法学会

The Japanese Bibliotherapy Association
La Asociación Japonesa de Biblioterapéutica

