第15回　日本読書療法学会勉強会

「読書療法実践ガイドを読む　Ⅲ」

日本読書療法学会会長　寺田　真理子

2014年9月28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

「読書療法実践ガイドを読む」ⅠとⅡの概要

読書療法実践ガイドの内容

第3部:読書療法家

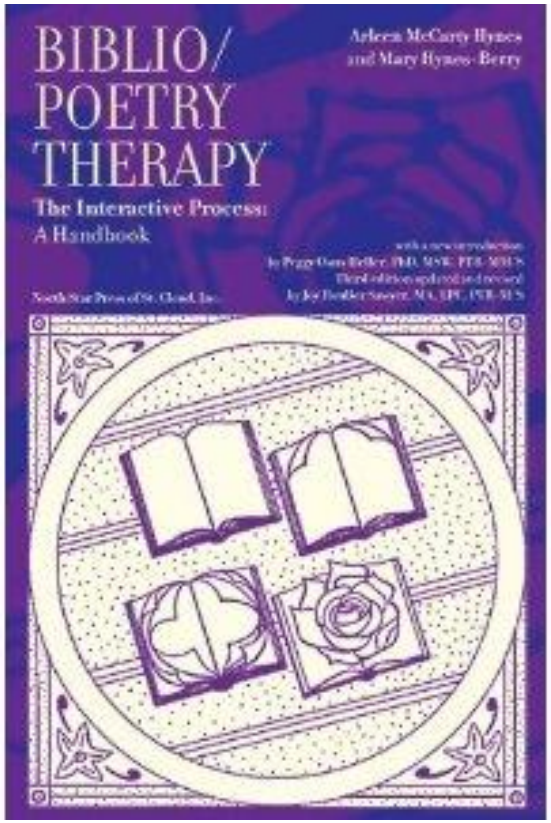
7. 読書療法家の性格特性

8. 読書療法家の責任

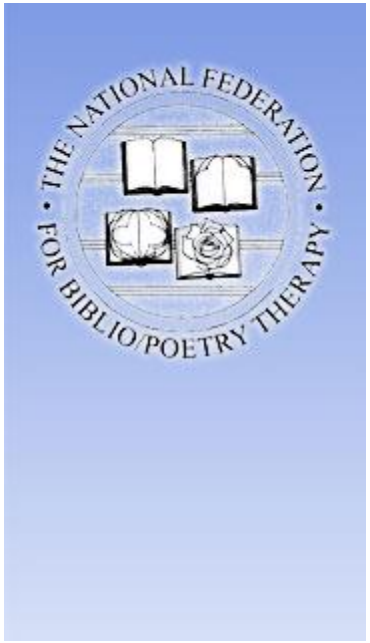
BIBLIO/POETRY THERAPY
The Interactive Process: A Handbook

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.のセイ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ように、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
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
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3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

読書療法家が示すべき療法的態度

共感

敬意

誠実さ

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

読書療法家が示すべき療法的態度

共感・・・他者の感情や考えを実際に自分で経験することなしに知的に又は想像力をもって理解する能力

正確な認識

推定ではなく証拠に基づく

言語・非言語のメッセージ

トレーニングとスーパービジョン

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

共感を伝える

- 自己の発する非言語メッセージの自覚
- 静かな淡々とした態度の説得力
- 暗黙のメッセージ
- 同情との違い

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

読書療法家が示すべき療法的態度

敬意・・・共感の他の側面といえるが、敬意のない共感も、共感のない敬意もありうる

敬意 VS 救世主(メサイア)コンプレックス

自己の動機の判断

相互関係の構築

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

敬意を伝える

素材選び、参加者への対応

言語、非言語

各参加者、すべての反応を尊重

NG・・・指示的、侮蔑的、自己開示の強制、

嘲笑、開示された情報の不正利用

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

読書療法家が示すべき療法的態度

誠実さ・・・共感と敬意は読書療法家の参加者への関わりに関するが、誠実さは自己認識に関する

自己認識

自己のニーズと関心を抑制

スーパーバイザーや専門家の支援

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

誠実さを伝える

芸術的価値へのこだわりからの脱却

自身の反応

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

読書療法家が示すべき療法的態度

・・・共感・敬意・誠実さ

読書療法家の性格特性

・・・成熟、高潔、責任感、適応性

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

成熟

- 年齢によらず他者に対する態度による
- 自己認識
- 自己受容、他者受容
- すぐに結果が出ないことに耐えられる
- 自己満足を目標としない

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

高潔

NG・・・自己開示の強制、情報の不正利用

責任感

手続き的な事柄

参加者の自己認識の支援

指導やスーパービジョン

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

適応性

参加者からの予期せぬ反応

参加者の「今この瞬間」への対応

誤読への対処

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

ワーク

1. あなたが共感力が高いと思う人は誰ですか

2. どういう点が共感力が高いのでしょうか

第3部：読書療法家
7. 読書療法家の性格特性

Cf. https://www.youtube.com/watch?v=QFZ_7Az3U6Y (2:50～4:57)

3. どうすれば共感力を高めることができますか

第3部：読書療法家
8. 読書療法家の責任

一般的な手順に関する判断事項

形式

契約

第3部：読書療法家
8. 読書療法家の責任

選択とスクリーニング（臨床の場合）

- 選択
- 規模
- スクリーニング

選択とスクリーニング（通常の発達段階の場合）

- 募集
- スクリーニング

第3部：読書療法家
8. 読書療法家の責任

運営責任

- **タイミング**
- **セッションの長さ**
- **セッションの回数**
- **環境設定**

第3部：読書療法家
8. 読書療法家の責任

社会的限界

呼称

交流

態度

第3部：読書療法家
8. 読書療法家の責任

療法的限界

ディスカッションにふさわしい話題

守秘義務

第16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　Ⅳ
日時：2014年11月30日(日)　14：00~16：00
会場：T’s渋谷フラッグRoom8A

ご参加ありがとうございました！