

ビブリオセラピーの体験過程の検討  
—対人援助職を目指す学生を対象として—

立命館大学大学院  
応用人間科学研究科  
臨床心理学領域  
山下 朋美

本研究は文章作品を読んだ後、ファシリテーターおよびほかの参加者との対話を行う構造を持つ Interactive Biblio/Poetry therapy (ビブリオセラピー) を日本で初めて実施し、インタビューの分析を通して、参加者の体験過程を明らかにすることを目的とした。計5名の対人援助職者を目指す大学院生に計5回のビブリオセラピーセッションを行い、計2回の半構造化インタビューを実施した後内容をM-GTAによって分析した。

結果、ビブリオセラピー体験のプロセスとして計32個の概念と計5個のサブカテゴリー、計9個のカテゴリーが生成された。ビブリオセラピーの体験過程として「内と外との往還を繰り返しながら多面的な気づきが進展するプロセス」が明らかになった。

考察では【ビブリオセラピーの構造】として3つの内と外の世界の往還、外の世界での想起の生起、ナラティブ・アプローチとの相乗作用について論じ、【ビブリオセラピーの内部要因】として各内部要素の持つ役割を検討し、【ビブリオセラピーの効用】として第3の場所としての機能、多面的な自分の気づき、新しい視点の獲得等が見られ、ソーシャルサポートとして、更にトレーニングとしても機能しうることを論じた。

本研究では、セッションの回数や参加者の限定性はあったが、今後、日本でビブリオセラピーを導入することの意義を明確化し、多様な実用の可能性を提示する一助を担った。