



ブックレビュー

サポーター・サイコセラピー入門

総合福祉学部福祉心理学科 准教授 秋田 恭子

東日本大震災で多くの方々が被害にあわれ、直後の惨劇状況の記憶に苛まれ、併せて復興の難しさを痛感している昨今です。そこでは、専門家やボランティア参加者が何とか被災者の役に立とうと心がけますが、被災者の傷付いた心にどう関わるべきかという難問に直面します。

私は、長年のカウンセラーとしての勤務経験を通じて、相談者にどのような言葉をかけるべきかを常に考えさせられてきました。そして、表題の本に出会いました。原著者は、アメリカで長らく精神療法に携わってきたヘンリー・ピンスカーです。サポーター・サイコセラピーでは、「セルフ・エスティーム」、「自我機能」、「適応スキル」の維持、向上を目指します。例えば、ボランティアで、数ヶ月ごとにしか会わない相手であっても、こちらがその人の趣味や好きな事等、前回話したことを覚えていて、それを口にするだけでも相手の「セルフ・エスティーム」を高める効果があります。又、相手を傷つけないのであれば、「なぜ」ではじまる質問は避けるべきです。「あなたは、なぜ・・・したのですか？」という問いは、「あなたはそんなことをするべきではなかった！」という批判や攻撃として受けとられがちだからです。

次に、多種多様な心配事やニュース、計画に圧倒される人に対して、何から始めたらいいのかという優先順位を示して差し上げることは、その人の不安を鎮め、「自我機能」を支えるのに効果的です。

最後に、「適応スキル」とは、これから起こりうる出来事やそれに対応する方法を想像するスキルのことで、その向上を通じて不安を軽減できます。例えば、大地震の再来を心配する人であれば、万一の場合にはどう行動し、何を持ち出し、どんな事に注意しないといけないのかを想像し頭の中でリハーサルをする訳です。サポーター・サイコセラピーの「サポート」とは応援団の「サポーター」よりもむしろ、怪我の保護帯の「サポーター」に近い意味です。

本書では関わる相手のどの部分をどうサポートするか、どんな言葉を用いるかについて具体的な例と共に提示されています。卒業後に対人援助職に付く方、企業で上司や同僚とのコミュニケーションを円滑化したい方にもお勧めしうる1冊だと思います。

「サポーター・サイコセラピー入門」 ：力動的な理解を日常臨床に活かすために」



ヘンリー・ピンスカー著
秋田恭子、池田政俊、重宗祥子訳
岩崎学術出版社

所 在： 学生閲覧図書コーナー
請求記号： 146.8/ヒン/学関

～ お薦めの本と出会う ～

図書館 13 利用シリーズ

今、話題の本が何か知りたい時や何か面白い本やお薦めの本があるかどうか、皆さんはどのように本を探していますか？書店へ行って話題の本の棚などを見たり、本学図書館のベストセラーの棚から興味のある本を選んだり、あるいは友達から本の情報を得たり…。でも簡単に自分の好みの本を見つけることができなくて困ったことはありませんか？そんな時は「カーリル」のデータベースを利用してみると、きっと良い出会いがあるはずです。

さっそく「カーリル」をのぞいてみるとポップなデザインがかわいらしく、ワクワクしながら本を探すことができそうです。

まず、「新着本のレシピ」や「今日のいいね!レシピ」では、本を紹介したい人が集まるコミュニティーとなっており、素敵な紹介文が掲載されているので、お薦めの本をすぐに読みたくなってしまいます。

読んでみたい本が見つかったら、現在いる地域を選択するか、事前によく利用する図書館を登録すると、欲しい本が近くの図書館で貸出可能かダイレクトに検索でき、貸出状況も確認できます。

Googleやfacebook等のSNSのアカウントを持っていれば、利用しているサイトやSNSから「カーリル」へログインが可能で、色んなサービスをさらに便利に使うこともできます。携帯からでも手軽に検索できるデータベースですので、ぜひこの「カーリル」を利用して素敵な本と出会ってみませんか？

(閲覧係 五十嵐 智子)



司書の プロムナード

～ 『アジア・熱き希望の大地』を読む ～

「ボランティアとはなにか」、「福祉とは何か」と考えている人も多いことと思います。同じ言葉を心に秘め本学を1980年卒業と同時にSVA(公益社団法人シャンティ国際ボランティア会)に飛び込んで、今なおアジア

の子ども達と共に歩いている八木沢克昌氏からのメッセージを紹介しましょう。

タイをはじめ世界には一冊の絵本すら手にすることができない子ども達がいること、阪神大震災の時、自分達が生きることもままならないタイのスラムの人々が「困った時に励まし助け合うのがアジア人、それが人間のすることだ」という言葉とともに募金してくれたこと、貴重な財産の水牛が日本ではペットフードになってイヌやネコが食べている事実を知って涙を流しているタイの人がいることを私達は知っているのでしょうか？知ろうとしたのでしょうか？

地球市民として、アジア人として、異文化を知り自分達とは異なった考え方や行動する人々を理解することの重要さが伝わってきます。東日本大震災で私達は、人はある日突然援助される側になることがあるというのを思い知らされました。今も多くのボランティアの人達が活躍しています。八木沢氏が語るように、「ボランティアは自分のために行うものだが、相手を知ることなしに相手の心に入ることではできず、相手にとって何が必要なのかを知り、理解して行動することが大切だ」ということを痛切に感じています。

さあ～て、みなさんは16年前に書かれたこの本からどんなメッセージを受け取るのでしょうか。(図書係 田上 けい子)



『アジア・熱き希望の大地』 国際ボランティアからのメッセージ」

出版社：悠々社 著者：八木沢克昌

所在：学生閲覧図書

請求記号：329.36/ヤキ/学関



文学賞
紹介

『週刊読書人』など出版関係の新聞には、文学賞受賞式の記事がよく載っています。それで、どれだけ文学賞があるのか気になり『最新文学賞事典』を開いてみると、2004年から2008年までの5年間に日本国内で実施された文学関係の賞が466も記載されていました。

「文学賞」と言っただけで思い浮かぶのは「芥川賞」と「直木賞」ではないでしょうか。ともに昭和10年に制定され、長い歴史と権威をもっている賞です。最近では「日本ケータイ小説大賞」というものも登場しています。それから、文学者の出身地や文学で地域を盛り上げていこうという自治体、新聞社が主催する地方文学賞などもあります。

賞に付きものの賞金ですが、芥川・直木賞ともに100万円。意外に少なめですが、そんなことを言はいけません。受賞することが名誉なのです。と言いつつ、ちなみに「『このミステリーがすごい!』大賞」は1200万円、「ポプラ社小説大賞」は驚きの2000万円。庶民には宝くじの感覚です。

最近知名度を上げてきた「本屋大賞」。この賞は全国の書店員が自分で読んで面白い、お客様にお薦めしたい、自分の店で売りたいと思った本に投票し決定するものです。大賞発表後には書店で特設コーナーが設けられ、店員の思い入れが感じられる力作ディスプレイで私たちを引き寄せます。

受賞作品は図書館でも所蔵していますので読んでみてください。もしかしたら全て制覇した方もいるかもしれませんね。

<過去の本屋大賞受賞作品 2004-2012>

- 『博士の愛した数式』『夜のピクニック』
- 『東京タワー オカンとボクと、時々、オトン』『一瞬の風になれ』
- 『ゴールドスランパー』『告白』『天地明察』
- 『謎解きはディナーのあとで』『舟を編む』



(図書係 稲妻 晶子)

震災
アーカイブ

昨年の3月11日から1年9カ月が経ちます。3.11の記録、そして復興の記録を後世に残し、今後の復興教育や観光活用に向けて、東日本大震災アーカイブが色々と立ち上がっています。今回はその一部を紹介します。

- 「3がつ11にちをわすれないためにセンター」
(<http://recorder311.smt.jp/>)

せんだいメディアテークが開設したサイト。震災時の写真や映像等を収集し、震災による影響に、ともに向き合い考えるために開設されました。市民や専門家が協働し、復興の過程を発信、記録、保存。震災体験を語り直し、支援を考える「わすれんTV311」も放送中です。

- 「ALL311
：東日本大震災協働情報プラットフォーム」
(<http://all311.ecom-plat.jp/>)



- 「311まるごとアーカイブス」
(<http://311archives.jp/>)

防災科学研究所(独立行政法人)が開設したサイト。東日本大震災関連の情報支援サイトとして多岐にわたる内容を扱っています。被災地の過去・現在の映像の収集とデジタル化、またアルバム写真の返還とデジタル化、行政の災害対応文書等のデジタル化・検証など多面的に復興活動を支援しています。

(図書係 八巻 千穂)

中学生
職場体験

～ 中学生による職場体験レポート ～

10月17～19日に五橋中学校、22～26日に吉成中学校、それぞれ4名の若者達が「図書館での職場体験学習」を頑張りました。学内で見かけた方もいたことでしょう。年々図書館に興味を持つ少年&少女が志望し、中学校の先生からも期待感が伺えましたが、さて今回はどうだったのでしょうか。

体験の前半は「大学図書館とは」から始まり、「図書」や「雑誌」の情報をパソコン入力し情報検索ができるまでの目録作業体験。中半は普段利用する側のカウンターサービスの体験で、大学生と話す緊張感が伝わってきました。後半は絵本紹介と質問に対応するレファレンスサービス体験で、絵本紹介のキャプション作品は実際の展示に採用されました。お互いの質問を百科事典や辞書、インターネットなどを駆使して調査し回答するのには苦労したようです。ほかに図書館のコンピュータ活用や著作権講習もありました。

一冊の図書が利用者の手に届くまで「選ぶ、買う、情報を作る、ラベルを貼る、本棚に並べる」等々・・・、多くのステップがある図書館の裏側体験でしたが、いつ利用されるかわからない一冊の図書を、いつでも使えるように準備しておく、そんな図書館の奥深さを感じてもらえたでしょうか。



五橋中学校



吉成中学校

後半は緊張も解け発言や質問など活発な体験学習になりました。将来、図書館司書として活躍するかもしれない若者達に、教える館員も自身の初心に思いをはせながら、普段の仕事を考える良い機会になったのではないかと思います。この体験が働く意味や将来の職業選択を考える一助になったなら図書館としては嬉しいです。

若者達の今後に大いに期待します! (図書課長 本間雅人)

図書館からのお知らせ

冬期休業中の長期貸出

期間：平成24年12月17日(月)～

返却日：平成25年1月9日(水)

対象資料：図書

*ベストセラーも含む、貸出冊数は通常と同じ。

新コーナーのお知らせ

図書館1Fに「東日本大震災関係資料コーナー」が誕生しました。是非ご利用ください。

資料移動のお知らせ

下記の資料はそれぞれ移動しました。

パンフレット・統計資料・・・1F(廊下)

縮刷新聞等・・・1F(美術書コーナー隣)

専門新聞・・・書庫(和雑誌)

最新情報について

図書館HPや図書館内の掲示板に最新情報やお知らせ、変更等が掲示されています。定期的にチェックして活用しましょう。

- 編集後記 -

今回の書評は、秋田先生に書いて頂きました。誠にありがとうございました。さて、No.16から八巻氏を編集委員に迎え、新しい話題も取り入れつつ、皆さんに親しまれる「とよかんぼう」を目指したいと思います。ご感想やご意見は気軽に編集委員まで声をおかけください。 五十嵐・稲妻・菅原・八巻

