

## そ の 他

## スピリチュアルケアにおける絵本選定の一提案

## —— 読書療法の3段階のプロセスに着目して ——

鶴生川恵美子<sup>1)</sup>, 中西陽子<sup>2)</sup>

1) 群馬県立県民健康科学大学

2) 元群馬県立県民健康科学大学

**目的：**スピリチュアルケアにおける有益な絵本活用に向けて、スピリチュアルケアの理論と読書療法の類似性に着目し選定した絵本を一提案として示す。

**方法：**入手可能な国内外の死をテーマとした対象絵本69作品を精読した後、ケア対象者である読者が【同一視】できる登場人物と共に、【感情の浄化】【洞察】という読書療法における各プロセスを疑似体験できると判断した表現を抽出し、それらすべてを包含した絵本を選定する。

**結果：**ケア対象者が【同一視】する登場人物と【感情の浄化】【洞察】という読書療法のプロセスを辿りうると考えられる絵本を15作品選定することができた。

**結論：**物語を通じて、ケア対象者が【同一視】できる登場人物と共に、疑似的に苦悩や悲しみの感情を表出【感情の浄化】し、死に対する受容や自己変容【洞察】へと促す絵本は、危機的状況を克服し新たな人生の意味を見出し、アイデンティティを確保するための一助になり得ることから、スピリチュアルケアにおける絵本選定の一提案を示していると考ええる。

**キーワード：**スピリチュアルケア, スピリチュアリティ, 読書療法, 絵本

## 1. はじめに

## 1-1. 研究背景

スピリチュアルケアは、スピリチュアリティを支える援助として、医療分野を中心に教育や福祉関連分野においても、その重要性が高まっている<sup>1)</sup>。スピリチュアルケアには多種多様な方法があるが、文学や音楽等の芸術もその有益な方法の一つとして考えられている<sup>2)</sup>。そこで筆者らは、先行研究(2020)において、文学のなかでも特に絵本に着目して、スピリチュアリティがどのように表現されているかについて検討した。そこでは、死をテーマにした絵本を選定し、スピリチュアリティを「特に危機的な局面に接した際に表面化する自己の存

在のうちに見出される生の側面であり、死を受け止めながら自分のアイデンティティを確保し、死後の生命への肯定的な関心」と捉え、対象とした絵本の中で、どのようにスピリチュアリティが表象されているかについて内容分析を行った。結果として、スピリチュアリティを「死者との共在感」「超越的存在の探求」「輪廻転生」「死の教育的示唆」の4つの枠組みに分類した。そして、これらの絵本を読むことによって、ケア対象者である読者は登場人物と同様の立場に擬似的に自分の身を置くことが可能となり、その結果自身が抱える問題によって生じるスピリチュアルペインを緩和し、well-beingの側面を引き出すことが可能になるのではないかと結論付けた<sup>3)</sup>。

さらに、筆者らは先行研究（2022）にて、スピリチュアルケアにおける絵本の有効活用のために、本を媒体としたセラピーである読書療法とスピリチュアルケアとの関連性を国内外の文献検討により分析した。その結果、悲しみや苦しみの感情を表出することによって心理的な苦痛を和らげ、自身が直面している「死」に関わる問題に対応し、アイデンティティの確保につなげられるよう援助するスピリチュアルケアと、読者が読書を通じて自己の問題に向き合い、アイデンティティの確保へとつなげていくまでの Shrodes<sup>注1)</sup> が提示した読書療法の3段階のプロセスである 1)【同一視】2)【感情の浄化（カタルシス）】3)【洞察】という過程に類似性が見いだされることを示した<sup>4)</sup>。加えて、読書療法は、読書によって読者が自己変容に至ることを重視して<sup>5)</sup>おり、人間が病や死などの生の危機と直面した時、生きる意味を再確認することによって、アイデンティティを再び見出し自己変容するための援助であるスピリチュアルケアとの共通点があると捉えることができる。

読書療法において、読者が、物語の登場人物に自己を重ね合わせ、自己が抱えている問題点との類似性を見いだす第1段階の【同一視】は、スピリチュアルケアにおいて、ケア対象者が、死別や自己の病のような生の危機により人生の意味を失い、スピリチュアルペインが現れる状態に対応する。次に、読者が、物語の登場人物が抱く悲しみや苦しみといった感情を疑似体験することによって、自己の感情との類似点を認識し、共感することによって感情を解放するという第2段階の【感情の浄化（カタルシス）】は、スピリチュアルケアにおいて、ケア対象者が、自己の深層にある感情をありのままに表出する状態に対応する。最後に、読者が感情の解放を通じて、自己の問題に対し新たな自己の気づきや自己変革への道を切り開いていく第3段階の【洞察】は、ケア対象者が、自己の感情の変化に気づき、新たなアイデンティ

ティを構築することで人生の新たな意味を再び見出して行くという、スピリチュアルケアの最終段階に対応すると考え、それらの類似性を示した<sup>6)</sup>。このようなプロセスを活性化するためには、ケア対象者にとってより適した本を選択することも重要な要素となる<sup>7)</sup>と考え、絵本選定を本研究につなげることにした。

## 1-2. 心のケアのツールとしての絵本活用に関する研究動向

スピリチュアルケアは、終末期医療を中心にその受容性が認識される心のケアの一種であり、自らや家族の病や死、失業や離婚といった人生の危機に直面して、自らの生きる意味や存在価値が見いだせなくなっている状態において提供されうるサポートである<sup>8)</sup>。身近な人の死、つまり喪失に直面した人の悲嘆に焦点を当てたグリーフケアの基盤としての側面がある<sup>9)</sup>ように、グリーフケアもスピリチュアルケアの一部であると捉えられる。そこで、本論では、グリーフケアもスピリチュアルケアに包含されるものと考え、

学校における危機的状態にある子供のグリーフケアの一つとして読書療法に着目した木村は、その療法において、喪失体験に直面した子どもを支援するために活用可能な「グリーフ」（悲嘆）をテーマとした絵本や児童文学作品等の物語の活用が、直接立ち向かうことのできないデリケートな問題と子供との間に「安全な距離」を作ることによって、健康的な感情表現を引き出し、成長を促進させることに有益である<sup>10)</sup>とし、グリーフケアにおいて活用可能な児童文学のリストを作成した。

加えて、松田は、ケア対象者が、心の傷をいやし生きる意味への発見へつなげていくというアルフォンス・デーケン氏による「悲嘆のプロセスの12段階<sup>注2)</sup>」に着目し、このような段階を追うことを可能とする「死」をテーマとする絵本を紹介し、

グリーフケアにおける絵本活用の可能性<sup>11)</sup>について言及している。

一方、医療分野において、鈴木らは、代替療法の「読み語り療法」は物語を通して、患者・家族の言葉にしにくい死別の感情表出を助け、お互いのコミュニケーションを深めることによって、相互の心の安定を促す機能がある<sup>12)</sup>としている。さらに、井上は、絵本や詩はコミュニケーションを促進する道具として有用であり、患者にとって侵襲性が低いため受け入れられやすく、絵本や詩が患者の過去の記憶を呼び戻し、さらに無意識の力、イマジネーションの力を賦活する<sup>13)</sup>と述べている。

小児の精神を安定させる効果があるとして、医療における読書療法の意義について言及する滝沢らは、入院中の患者のQOLについて問題視されているものの、患者用図書サービスの活用もいまだに満足のいくものではないため、病気の治療における読書の効用についてさらに追及する必要がある<sup>14)</sup>と述べている。同様に、医療現場における絵本に関する実態調査を行った丸山は、医療現場においては、絵本がストレスを軽減し癒しの効果があり、さらにコミュニケーションを円滑に促進することでより良い人間関係の構築を促すものとして捉えられているものの、患者にとって適切な絵本の選定方法については検討されていない<sup>15)</sup>現状を示した。加えて、松尾も、海外においてはどのような問題に対してどのような本が効果的であるかについて検討されているが、日本においてはほとんど行われていない<sup>16)</sup>ことを指摘している。

これらの研究動向から、スピリチュアルケアとしての絵本活用の研究は希少であり、グリーフケア及び患者の心のケアとしての活用が主たる研究となっていること、また、医療現場においては絵本活用の効果について認識をしながらも絵本活用の改善や選定については十分ではないことが窺える。

しかし、いずれの分野においても、ケア対象者が、絵本等の活用を通じて、何らかの危機的状態に置かれた自身の感情表出を促し、精神的安寧を得て問題解決へ導くという過程は、読書療法やスピリチュアルケアの理論において言及されている。「自己の感情の変化に気づき、新たなアイデンティティを構築する」という、ケア対象者が辿りうる過程に類似点が見いだされる。遺された人にも死に逝く人にとっても、危機的状況を乗り越え、well-nessをより高め、遺された生を生き抜くことへの支援であるという点において、身近な人の死に直面し遺された人の悲嘆に焦点をおいたグリーフケアを含め、上記で示した様々な研究において言及されたケアは、絵本を活用した有用なスピリチュアルケアであると捉えることができる。

### 1-3. 読書療法の活用における絵本選定の必要性

前述の絵本活用の研究動向は、ケアとして活用可能な絵本の選定についてその重要性を認識しつつも、海外に比べ、国内でのその研究状況は芳しくないことを示唆している。

同様に、読書療法に関する本格的な研究は1970年以降少ない<sup>17)</sup>との指摘もあるが、読書療法による心理的教育的活用に関して研究する松尾は、読書と自己意識との関連性について<sup>18)</sup>、初澤は、自己意識の変化及び自己変容へ至る「自己変容感情」に着目した研究を行い、読書療法が自己成長に多様な影響を及ぼし、作品によってその影響が異なること<sup>19)</sup>も指摘している。

読書療法においては、読者にとって適切な本は偶発的な出会いなども含まれ、特に適切な本の規定はないと思われるが、ケアとして活用する場合は、ケア提供者が、ケア対象者を問題解決へと促すことを可能とする、より適切な本の選定が必要ではないかと考える。

心のケアとしての絵本活用において、前述の木

村は、死を扱った絵本を含む児童文学を紹介しているが、登場人物の死別状況及び喪失対象にのみ焦点をあてたりリスト作成に限定している。松田は、アルフォンス・デーケン氏による「悲嘆のプロセスの12段階」に着目し、「死」をテーマとする絵本を紹介しているが、読者あるいは登場人物が辿りうる12段階すべての経過を提示するのではなく、その一部の過程を包含する絵本について言及するに留めている。

そこで、筆者らは、他者及び自己の死という危機的状況に対する否定的な感情から死の受容を経て、アイデンティティを確保するまでの「悲嘆のプロセスの12段階」は、読書療法の3段階のプロセスに類似性を見出すことができると捉え、松田の研究からの着想を得て、スピリチュアルケアにおける有益なツールの一つとして活用可能な絵本選定を試みる必要があると考えた。

## 2. 目 的

本論の目的は、スピリチュアルケアの理論と読書療法の3段階のプロセスの類似性に着目し、ケア対象者が同一視することが可能な登場人物と共に、読書療法のプロセスを辿りうるストーリー性を持つ絵本を選定し、スピリチュアルケアにおける絵本選定の一提案を示すことである。

## 3. 用語の定義

Shrodesによって示された読書療法の3段階のプロセスの定義に基づき、本論では以下のように定義する。

- 1) 【同一視】：ケア対象者が抱える自己の問題との共通点を持ち、自己と重ね合わせられうる物語中の登場人物を見出す。
- 2) 【感情の浄化】：自己の苦悩や悲しみの感情を、物語を通じて解放させる。

- 3) 【洞察】：自己の感情に注意を向け、深く考えることによって新たな気づきを得て自己の変革につなげていく。

## 4. 方 法

### 4-1. 対象

絵本に関する豊富な情報を年齢別及びテーマ別に提供しているインターネットサイトである絵本ナビ<sup>20)</sup>から、「死に向き合う絵本」として紹介された絵本や片桐による生と死をテーマとした絵本に関する研究論文<sup>21)</sup>において紹介された絵本のうち、1967年から2022年までに発刊された入手可能な69作品(表1)を分析対象とした。

### 4-2. 絵本の選定基準及び内容の分析方法

- 1) 対象とした絵本69作品を筆者らで繰り返し精読する。
- 2) 対象とした絵本から、ケア対象者が、読書療法の3段階のプロセスに沿って、身近な人や動物の死に直面するなど危機状態にある登場人物の立場になり、自己の置かれている状況と重ね合わせ(【同一視】)、登場人物の気持ちを想像し共感することによって、自己の苦しい感情を開放し表出させ(【感情の浄化】)、最終的に、自己の困難を受容し新たな道を開き、アイデンティティの確保を促し、自己変革へつなげる(【洞察】)可能性があるかと判断された絵本を選定し、各プロセスを示す表現を抽出していく。
- 3) 抽出した内容を一覧表に整理した後、絵本を読み直し、抽出箇所の欠落および過多の有無を確認する。
- 4) 3)の過程を経て抽出した内容の一覧を、読書療法のプロセスの本論での定義と合致しているかについて、再度絵本を読み直しながら繰り返し照合する。



表1 絵本リスト

ID	著 者	発行年	絵 本 名	出版社
1	大塚勇三	1967	スーホの白い馬	福音館書店
2	おのきがく	1970	かたあしだちょうのエルフ	ポプラ社
3	やなせたかし	1975	やさしいライオン	フレーベル館
4	佐野洋子	1977	100万回生きたねこ	講談社
5	岸武雄	1981	けんぼうは1年生	ポプラ社
6	レオ・バスカーリア	1982	葉っぱのフレディ いのちの旅	童話屋
7	スーザン・バーレイ	1984	わすれられないおくりもの	評論社
8	ジョン・パーミンガム	1985	おじいちゃん	ほるぷ出版
9	大森真貴乃	1987	おばあちゃん	ほるぷ出版
10	ハンス・ウィルヘルム	1988	ずーっと ずっとだいすきだよ	評論社
11	梅田俊作／梅田佳子	1991	まんげつの海	佼成出版社
12	立松和平	1992	海のいのち	ポプラ社
13	森津和嘉子	1996	月にとんだ猫	文溪堂
14	としまかおり	1996	ひとりぼっちじゃないよ	文溪堂
15	池見宏子	1997	おばあちゃんといつもいっしょ	岩崎書店
16	葉祥明	1997	ひかりのせかい	佼成出版社
17	甲斐裕美	1997	ロン	新風舎
18	森津和嘉子	1998	子猫の気持ちは？	文溪堂
19	井上夕香	1998	星空のシロ	国土社
20	菊田まりこ	1998	いつでも会える	学研
21	近藤薫美子	1998	のにつきー野日記ー	アリス館
22	ブライアン・メロニー	1998	いのちの時間	新教出版社
23	細谷亮太	1999	ぼくのいのち	岩崎書店
24	武鹿悦子	2000	あたしのいもうと	佼成出版社
25	武鹿悦子	2000	ありがとうフクロウじいさん	教育画劇
26	河原まり子	2000	天国からやってきたねこ	岩崎書店
27	立松和平	2000	街のいのち	くもん出版
28	はらだゆうこ	2000	リリがのこしてくれたもの	旺文社
29	大塚敦子	2000	さよなら、エルマおばさん	小学館
30	いせひでこ	2000	1000の風 1000のチェロ	偕成社
31	福田岩緒	2001	夏のわすれもの	文研出版
32	葉祥明	2001	もういちど会える	大和書房
33	那須正幹	2002	秋空のトト	ポプラ社
34	石亀泰郎	2002	さよならトンボ	文化出版局
35	パトリック・ジルソン	2002	レアの星	くもん出版
36	細谷亮太	2003	おにいちゃんがいてよかった	岩崎書店
37	おぐらひろかず	2003	しろがはしる	ポプラ社
38	マイケル・デュドク・ドゥ・ヴィット	2003	岸辺のふたり	くもん出版
39	木葉井悦子	2004	ぼんさいじいさま	ピリケン出版
40	谷川俊太郎	2004	ふたごのき	リプロポート
41	内田麟太郎	2004	おじいちゃんの木	佼成出版社
42	マイケル・ローゼン	2004	悲しい本	あかね書房
43	晴佐久昌英	2005	恵のとき 病気になったら	サンマーク出版
44	指田和子	2005	あの日をわすれない はるかひまわり	PHP 研究所
45	高橋妙子	2005	小さな小さなおとうとだったけど。	あかね書房

ID	著 者	発行年	絵 本 名	出版社
46	ローレンス・ブルギニヨン	2005	だいじょうぶだよ、ゾウさん	文溪堂
47	キム・フォップス・オーカソン	2005	おじいちゃんがおばけになったわけ	あすなろ書房
48	どいかや	2006	うさぎのルーピースー	小学館
49	西本鶏介	2006	おじいちゃんのごくらくごくらく	鈴木出版
50	茨木のり子	2006	貝の子プチキュー	福音館書店
51	のぶみ	2006	いぬかって！	岩崎書店
52	秋元康	2007	ぞうのせなか	講談社
53	湯本香樹実	2008	くまとやまねこ	河出書房新社
54	長谷川義史	2008	てんごくのおとうちゃん	講談社
55	平田研也	2008	つみきのいえ	白泉社
56	谷川俊太郎	2009	死	大月書店
57	内田麟太郎	2009	なきすぎではいけない	岩崎書店
58	長田弘	2010	詩ふたつ	クレヨンハウス
59	鈴木まもる	2011	いのちのふね	講談社
60	高野優	2012	よつつめの約束	主婦の友社
61	ブリッタ・テッケントラップ	2013	いのちの木	ポプラ社
62	谷川俊太郎	2014	かないくん	東京糸井重里事務所
63	レベッカ・コップ	2014	おかあさん どこいったの？	ポプラ社
64	のぶみ	2015	ママがおばけになっちゃった！	講談社
65	坂井文	2015	くものうえのハリー	パイ インターナショナル
66	ヨシタケ シンスケ	2016	このあと どうしちゃおう	ブロンズ新社
67	谷口真知子	2016	パパの柿の木	星湖舎
68	ジャッキー・アズーア・クレイマー	2020	悲しみのゴリラ	クレヨンハウス
69	美谷島邦子	2020	けんちゃんのもみの木	BL 出版

## 5. 結 果

読者としてのケア対象者が、物語において自身が同一視した登場人物が辿っていると考えられる読書療法のプロセスをともに追いながら、スピリチュアルケアの最終的目標である新たな人生の意味を見出し、アイデンティティの確保へ促されることを可能にすると考えられた絵本として、最終的に 15 作品を見出すことができ、その結果を示したのが表 2 である。

選定された各作品について、著者及び発行年を示すとともに、ケア対象者である読者が同一視した物語中の登場人物を【同一視】の項目に示した。（ ）内は同一視した登場人物の死に逝く対象との関係性を示している。【感情の浄化（カタルシス）】の項目では、登場人物が直面した他者

の死に対して表出された悲しみの感情として抽出された表現を示している。【洞察】の項目では、登場人物が、直面した他者の死を受容し、新たな気づきを得て自己変容へと促す表現を示している。

選定された作品全体を概観すると、ケア対象者が同一視した対象（遭された対象）と亡くなったあるいは死に逝く対象が「人間対動物」「動物対動物」「人間対人間」といった 3 つの関係性のパターンがあり、それぞれのパターンから 1 作品ずつ例示する。他の作品については、表 2 を参照として、同様に解釈することが可能である。なお、引用文は〈 〉で示し、引用文中における登場人物の発言については「 」で示す。また、絵本特有の表現形式があるため、原文に記載された表現のままとする。

表 2 選定した絵本における読書療法の 3 段階に沿った主な内容の抽出

ID	絵本名・著者・発行年	同一視 (関係性)	感情の浄化 (カタルシス)	洞 察
1	スーホの白い馬 大塚勇三 1967	スーホ (白い馬の飼い主)	「白馬、ぼくの白馬。死なないでくれ！」でも、白馬は、よわりはてていました。いきは、だんだんほそくなり、目の光りもきえていきました。つぎの日、白馬は死んでしまいました。かなしさとくやしきで、スーホはいくばんも、ねむれませんでした。	スーホは、どこへ行くときも、このぼとうきんをもっていきました。それをひくたびに、スーホは、白馬をころされたくやしきや、白馬に乗って、草原をかけまわった楽しさを、思い出しました。そしてスーホは、じぶんのすぐまきに、白馬がいるような気がしました。そんなとき、がっきの音は、ますますつくつくびびき、聞く人の心をゆりうごかすのでした。
2	わすれられないおくりもの スーザン・パーレイ 1984	森のみんな (アナグマの仲間)	キツネが悲しい知らせを伝えました。アナグマが死んでしまったのです。……森のみんなは、アナグマをとて愛してましたから、悲しまないものはいませんでした。なかでもモグラは、やりきれないほど悲しくなりました。ベッドの中で、モグラはアナグマのことばかり考えていました。なみだは、あとからあとからほおをつたい、毛布をぐっしょりぬらします。	アナグマは、ひとりひとりに、別れたあとでも、たからものとなるような、ちえやくふうを残してくれたのです。みんなはそれで、たがい助けあうこともできました。さいこの雪がきえたころ、アナグマが残してくれたもののゆたかさで、みんなの悲しみも、きえていました。……アナグマの話が出るたびに、だれかがいつも、楽しい思い出を、はなすことができるように、なったのです。……モグラは、なんだか、そばでアナグマが、聞いていてくれるような気がしました。
3	ありがとうフクロウじいさん 武鹿悦子 2000	ぼく (フクロウじいさんの友達)	「フクロウじいさんが……びょうき……」すると、あとは、もう、なみだが あふれでるように、ことばが あふれでてきました。 「ねたきりなの……さびしがつてる。みんなに あいたはがつてる……」 …ひとばん ふりつづいた 雨が、からりと はれた あさ、フクロウじいさんは もういませんでした。つめたくなつた からだを のこして、とおい くにへ たびだつたのです。	ぼくには 見える。おじいさんには 見えない。どうして？ …… 「花が 見えるのは、ぼくが いるから。いなかや 見えないもん。……」 「フクロウじいさんが ここに いたこと、ぼくたちは 永遠に わすれない」 クマが おわかれのことばを いい、「おじいさんに会えてよかった」と、みんなが いいました。「ぼくが、いま、そして これから さきも ずっと ひとりぼっちじゃないのは、おじいさんの おかげです」 ありがとうと、モグラは いいました。
4	街のいのち 立松和平 2000	瞳 (娘)	「秋はきれいな。街は落ち葉でいっぱい。街にはこんなにたくさん、木があったんだなあと思うの。一本一本の木が輝いているんですもの。」 「最後の輝きのね」 母がぼつとりといい、瞳はそれ以上、話しつづけられなくなってしまう。 …… 「一度でいいから、家に帰りたい。……」 動かない目で母は瞳を見る。そのすんだ目にみえる涙が盛り上がりてくるので、瞳はどこをみたらいいか、わからなくなってしまう。	こんなにも季節が流れているのが驚きであった。時間は生きている。瞳はふとそう思った。 ……瞳がどんな気持ちでいても、時は止まらず流れている。 ……街は緑だった。土の下には命がまつているかのように、あっちでもこっちでも緑色の命がふきだしていた。元氣を出しなさいと、瞳は街にはげまされていると感じた。「お母さん、 ありがとう」 この命の気配こそが、生きるようにと瞳を上げます母の声だ。
5	1000 の風 1000 のチェロ いせひでこ 2000	ぼく (犬の飼い主)	ぼくはまだ、グレイのことをわすれられないでいる。グレイがいなくなつて、まいにちないてばかりいたぼくに、とうさんがかっけてきてくれたのは、あたらしいぬいじゃなかつた。このチェロだつたんだ。	いろとりどりのケースをかついだひとのれつがかいじょうにむかう。みんなじぶんのかげをだいでいるようにみえた。たいせつなじぶんのぶんしんを。 ……ぼくはみえないぬいぬをさきしめてひいた。 ……1000 のチェロが、1000 のものがたりをかたっている。それでいて、ちゃんとひとつのきよくなっている。1000 のおとが、ひとつのところになつたんだ。
6	夏のわすれもの 福田岩緒 2001	ぼく (孫)	おじいちゃんは、もう どこにも いない。ほんとうに いなくなつたんだ。 ……目の おくが あつくなつた。鼻が つまづて ……とうとうこらえきれなくなつた。なきはじめたら とまらなくなつて、なみだが ぼろぼろと 流れおちた。	煙を でてから、おじいちゃんの 麦わらぼうしを かぶつた。すこし 大きかつた。ふりかえると、ひまわり畑は、かなしいほど あかるく、にぎやかに見えた。(じいちゃん、 ぼく、 ひまわりのように なるからね。)

ID	絵本名・著者・発行年	同一視 (関係性)	感情の浄化 (カタルシス)	洞 察
7	あの日をわすれない はるか のひまわり 指田和子 2005	わたし (はるかの姉)	おとうさんは まえより はなしをしをなくなりました。わたしが こえを かけても、おかあさんは いつも とおくを みてい ます。 —はるかには もう、いないのに。わたしは だんだん はるかの はなしをするのも、いけないこと みたいに おもえ てきたのです。「もう いやや。 じしんも はるかの おもい でも、ひまわりも、いや。なんもかも はここに つめて、海の そこへ しずめてしまいたい！」	「海に しずめた はずの あのはこが、 とつぜん ガタツと ゆれだし たのです。」……コトリ。わたしの なかで、なにかがうごいたのです。 ……—ここであんな、はなしがいい。はるかのこと、はなしでも いいやん！ わたしの ところの はこは、ふたが、ゆっくり ひらいたのです。…… 「生きている わたしが、いま できること。それは、はるかの なまえが ついた ひまわりの ことを、みんなに してもらう ことです。じし んで なくした、たいせつな もの、じしんの あと しまった やさしい ひとの きもちや なかまの ことを、これからも ずっと つたえていく ことです」
8	だいじょうぶだよ、ゾウさん ローレンス・ブルギニヨン 2005	ネズミ (ゾウの友達)	「あの森が、なくなったばくのおかあさんとおとうさんがいると ころなんだ」……「にいさんやねえさんや友だちもね。もうすぐ ばくもいくんだよ。そんなかなしそうな顔をしないで。むこうで は、みんなしあわせなんだから」ゾウがいなくなるなんて、ネズ ミはかんがえたくもありませんでした。……「でも、つりばしを わたつても、もどつてくるってやくそくしてね」……「それはで きないんだ。ゾウは、いちどつりばしをわたつたら、けつしても どらないんだ」[それなら、行っちゃいやだ]	ネズミは、いまやこころも成長し、まえのようにこわがらなくなっていまし た。もちろん、なかよしだった友だちがいってしまうのは、かなしいことで した。でも、ゾウがむこうの国にいけば、しあわせになるのだと、思えるよ うになっていた。……ゾウは、こころをきめると、せまいつりばしをわ たりはじめました。……「そう、きつとすべでうまくいくよ……」ネズミは そつとつぶやいて、やさしいえみをうかべました。
9	おじいちゃんのごくらくごく らく 西本鶏介 2006	ぼく (孫)	げんきになつてもどつてくるといったのに、おじいちゃんばかりは ういんから ほとけさまのくにへいつてしましました。……おじ いちゃんとおわかれのひ、ぼくがいないっていると、おかあさんがぼ くをだきしめてくれました。	「もうなくのはおよし。おじいちゃんほとけさまのくにでも『ごくらく ご くらく』といって くらしているのよ」……おゆにつかると、おじいちゃん のまねをして「ごくらく ごくらく」といいます。すると、おじいちゃんの やさしいかおがうかんできて、ちよつとかなしいけど、とてもしあわせな きもちになれます。
10	くまとやまねこ 湯本香樹実 2008	くま (ことりの友達)	ある朝、くまはないていました。なかよしのことりが、しんでし まつたのです。……「ああ、きのうはきみがしんでしまふなんて、 ぼくは知りもしなかった。もしもきのうの朝にもどれるなら、ぼ くはなにもいらないよ」くまは、大つぶのなみだをこぼしてい ました。……くまは じぶんの家のとびらに、なかから かぎを かけました。	ある日のことです。ひさしぶりに まどをあげてみると……なんていいおて んきなんでしょう！……それからくまは、ことりといっしょにしたのし かったことを、ひとつひとつ思い出しました。……森のなかにぼつかりと、 そこだけいつも日のあたるぼしよがあります。ことりといっしょに、よくひ なたぼっこをしたばしょです。くまはそこに、ことりをうめました。「ぼく、 もうめそめそしないよ。だつて、ぼくとことりはずっとずっと友だちなんだ」
11	よつつめの約束 高野優 2012	わたし (娘)	「大きくなるまで そばにいてあげられなくて ごめん」……「い つだって 空のずっと上から ちゃんと見ているからね」わたし、 なんていったらいいか わかんなくって まぶたのおくが ぎゅゅと あつくなくて 細くなった パパのうでに しがみつ いた。……「笑いたいときは……泣きたいときは思いっきり 泣 いていいんだよ」パパはそういつて わたしの頭のうえに しば らく 手をのせていた。てのひらは 大きくて あったかかった。 そこで わたしは たくさん 泣いた。	そうだ。よつつめの約束は「わたしの名前！」……「自分の名前を、好きで いてね」……「幸せになるように。まっすぐな夢が かなうように。笑顔いっ ぱいの 人生になるように。そんな願いを たくさんこめて つけた 名前 だから。自分の名前に ほこりをもってね」これが よつつめの約束だった。 ……弟にちゃんと教えてあげなくちゃね、……ちゃんと見てる？ちゃんと見 ててね。



ID	絵本名・著者・発行年	同一視 (関係性)	感情の浄化 (カタルシス)	洞 察
12	いのちの木 ブリッタ・テッケントラップ 2013	どうぶつたち (キツネのなかま)	フクロウは、えだからとびおると、キツネによりそって すわりました。フクロウのむねは、かなしみで、いっぱいでした。……一びき、また一びきと、どうぶつたちが もりのあきちへあつまってきました。……いつも しんせつで おもいやりのあつた キツネ。そのキツネが いなくなってしまうなんて……。みんなは、なにも いえなくて、だまっただまま すわりこんでいました。	キツネは、みんなに いくつもの おもいでを のこしてくれました。キツネとともにすごした じかんと、みんなは、ほほえみを うかべながら おもいかえしていたのです。そのころ、キツネが よこたわっていた ゆきのしたから、オレンジのめがぼつちり できてきました。……みんなは、よどおし キツネのことを かたりあいました。そのあいだにも オレンジのめは のびつづけ、あさが きたときには、ちいさな木に そだっていました。みんなは、木を みつめ、キツネは いまも じぶんたちと いっしょにいてくれるのだと、つよく おもいました。……キツネの木は、もりのみんなが すめくらしいに、おおきく りっぱに なりました。……木は、キツネのともだちすべての いのちのちから、いきるささえと なったのです。キツネは、みんなの ころのなかに、いまも いきつづけています。
13	くものうえのハリー 坂井文 2015	おかあさん羊 (子羊ハリーの母羊)	こひつじの ハリーも いっしょに すんで いましたが、とつぜん しんでしまったのです。 おかあさんは かなしくて、なにもできなくなつて しまいました。ゆうびんやさんが きて も、 おともだちが たずねて きても、だれにも あいたくありません。 ごはんの じかんに なつても、 おやつ の じかんに なつても、 なにも たべたいと おもいませんでした。 かなしい 気もちが あふれ、 いえの 中で ねてばかり いました。	おかあさんは セーターを 手に もつて そとに 出しました。ハリーがいなくなつてから はじめての ことでした。……そして、気もちの よいかぜが さあつと ふいてきて、おかあさんが 手を 見ると セーターは きえていました。……すんだ よぞらに いくせんもの ほしが あらわれました。それは まるで、ハリーが 大すきだった 本のほしの カーテンのようです。おかあさんには それが ハリーからの おへんじに おもえました。そして、ハリーが てんごくに たび立った ことが わかりました。でも、おかあさんは もう なきません。だって、ハリーは たくさんの しあわせな じかんといたつたからものを、のこして くれたのですから。
14	パパの柿の木 谷口真知子 2016	ボク／僕 (息子)	まいばんボクは、パパのシャツを抱きしめて寝た。とても悲しくて、涙が止まらない。「パパ、パパ、なんでいなくなっちゃったの!」パパのいない初めての夏。ママに海に連れて行ってもらったけど、ちっとも楽しくなかった。周りのみんなは楽しそう。でもボクたちは……ボクはそれから夏が大好きになった。	パパの植えてくれた柿の木が初めて実をつけた。それを、ボクがまっさきに 見つけたんだ。お兄ちゃんが「パパからのプレゼントだ」っていった。とつても、とってもおいしいかったんだけど、なんだか涙の味もした。……僕もパパになった。「おれの子どもたちは世界一だ!」僕はパパの言葉ふと思ひ出す。それは本当にそう思ってたんだね。ようやくわかったよ。……パパの柿の木は、冬になると枯れたように見える。でも、春になると、そこから小さな芽が力強く生えてくるんだ。……でもね、僕はパパが僕たちのパパでほんとうに幸せだった。パパ、いつも僕たちを見守ってくれて、ありがとう。
15	けんちゃんのもみの木 美谷島邦子 2020	お母さん (けんちゃん之母)	あの日 たくさんの星が おすたか山にふつた きみはどこにいるの? どこにきえたの? ……どの星なの? 見つけたい さがしたい きみのところに いきたい……お母さんは 突然いなくなつたけんちゃんを さがしにいった日から 迷子になってしまった	迷子になつたおかあさんは もみの木に あいにくいた あの日 やけこげで がらんどうになつた木が 新しいいのちを そだてていた 「また いつかきつと あえるよ」 ささやくように チョウが舞う …… 「ただいま」の 声がした 「お母さん、どこにいったの? ぼくはここにいます」 ずっとと9さいだよ お父さん お母さんと いまもいっしょ! その日から にもいかない きみがいる

注) 表中の「……」は中略を表す

『スーホの白い馬』は、モンゴルの草原に住む心優しい少年と白馬の物語である。少年は助けた子馬を立派に育てあげるが、ある時、白馬を奪い取られ、弓で射られ殺されてしまう。悲しみに暮れたスーホは、夢の中に現れた白馬の言うとおりに、白馬の体を使って馬頭琴という楽器を作り、肌身離さず持ち歩いて演奏したというストーリーである。この絵本では、読者は、主人公のスーホを【同一視】の対象とし、大切に育てた白馬を失うという状況と自身の身近な人の死という危機的状況を重ね合わせる。【感情の浄化】として、〈「白馬、ぼくの白馬。死なないでくれ！」でも、白馬は、よわりはてていました。いきは、だんだんほそくなり、目の光りもきえていきました。（中略）かなしさとくやしさと、スーホはいくばんも、ねむれませんでした。〉の箇所が抽出された。【洞察】として、〈スーホは、どこへ行くときも、このぼとうきんをもっていきました。それをひくたびに、スーホは、白馬をころされたくやしさを、白馬に乗って、草原をかけまわった楽しさを、思い出しました。そしてスーホは、じぶんのすぐわきに、白馬がいるような気がしました。そんなとき、がっきの音は、ますますうつくしくひびき、聞く人の心をゆりうごかすのでした。〉の箇所が抽出された。

『いのちの木』は、森に住むキツネとその仲間達との絆を描いた絵本である。森の仲間の動物たちと仲良く暮らしていたキツネは、年老いて体が弱っていったとき、自分の死を悟り、森のお気に入りの場所で静かに亡くなる。仲間の動物たちはとても悲しむが、キツネが死んだ場所からキツネと同じオレンジ色の芽が出て大きな木に育ち、その木が仲間の命や、生きる力を支えてくれることによって、いつまでもキツネのことを忘れずにいたというストーリーである。この絵本では、読者は、キツネの仲間たちそれぞれを【同一視】の対象とし、キツネの死に直面する悲しみに自身の危

機的状态を重ね合わせる。【感情の浄化】として、〈（中略）いつも しんせつで おもいやりのあった キツネ。そのキツネが いなくなってしまうなんて……。みんなは、なにも いえなくて、だまったまま すわりこんでいました。〉の箇所が抽出され、【洞察】として、〈キツネは、みんなにいくつもの おもいでを のこしてくれました。キツネとともにすごした じかんと、みんなは、ほほえみを うかべながら おもいかえていたのです。そのころ、キツネが よこたわっていたゆきのしたから、オレンジのめがぽっちり でてきました。（中略）みんなは、よどおし キツネのことを かたりあいました。そのあいだにも オレンジのめは のびつづけ、あさが きたときには、ちいさな木に そだっていました。みんなは、木を みつめ、キツネは いまも じぶんたちと いっしょに いてくれるのだと、つよくおもいました。（中略）木は、キツネのともだちすべての いのちのちから、いきるささえとなったのです。キツネは、みんなの こころのなかに、いまも いきつづけています。〉の箇所が抽出された。

『パパの柿の木』は、昭和 60 年に起こった日航機墜落事故で亡くなったパパの思い出を、当時 9 歳と 13 歳だった息子 2 人が、パパが生前に植えた柿の木の成長と自身の成長に重ね合わせながら、父親の死を受容していく物語である。この絵本では、読者は、ある日飛行機で仕事に行ったきり帰ってこなかったパパの死に直面するボクを【同一視】の対象とし、自身の危機的状況を重ね合わせる。【感情の浄化】として、〈まいばんボクは、パパのシャツを抱きしめて寝た。とても悲しくて、涙が止まらない。「パパ、パパ、なんでいなくなっちゃったの！」パパのいない初めての夏。ママに海に連れて行ってもらったけど、ちっとも楽しくなかった。周りのみんなは楽しそう。でもボクたちは……。ボクはそれから夏が大嫌いになった。〉

の箇所が抽出され、【洞察】では、〈パパの植えてくれた柿の木が初めて実をつけた。それをボクがまっさきに見つけたんだ。お兄ちゃんが「パパからのプレゼントだ」っていった。（中略）僕もパパになった。「おれの子どもたちは世界一だ！」僕はパパの言葉をふと思い出す。それは本当にそう思ってたんだね。ようやくわかったよ。（中略）パパの柿の木は、冬になると枯れたように見える。でも、春になると、そこから小さな芽が力強く生えてくるんだ。（中略）でもね、僕はパパが僕たちのパパで本当に幸せだった。パパ、いつも僕たちを見守ってくれて、ありがとう。〉の箇所が抽出された。

## 6. 考 察

選定された15作品は、物語の主人公及び登場人物自身が抱える問題（ここでは、他者の死）に直面した後、悲しみや苦しみ等の感情を表出することによって、他者の死を受容し、最終的に自己変容を遂げるという物語形式となっている。物語を読む過程において読書療法の3段階のプロセスを追うことが可能となれば、ケア対象者は、自身の悲しみや苦しみといった消極的な感情を肯定的な感情に昇華させ、新たな道を切り開くことが可能となると考える。

【同一視】においては、ケア対象者が、身近なものの死に対する悲しさや悔しさを疑似体験し自己との共通点を見出すことを可能とするために、自身を投影し同一視しうる主人公及び登場人物の存在が示される。遺されるものと死に逝くものとの関係性が「飼い主と動物」「動物と動物」「母と子」等、様々であるが、登場人物が自身の大切なものを失うという共通の状況が描かれ、ケア対象者は、主人公及び登場人物に自身を重ねて疑似体験することで、彼らが直面する他者の死とケア対象者自身が直面する他者の死に対する苦悩や悲し

みという点での共通点を見出すことができると考える。

読み手は主人公の特性と同特性でなくとも同一化が喚起されるが、年齢が下であるなど弱い立場の援助行動が同一化の起きやすさに結び付く<sup>22)</sup>との研究結果もある。本研究において選定された絵本では、ケア対象者が主人公と特性が同じであることに加え、喪失など危機的状况に置かれた弱い立場の主人公が同化対象となっているため、ケア対象者にとっては、特に疑似体験しやすいストーリーが展開されていると言える。

【感情の浄化】においては、ケア対象者が、同一視した登場人物が直面している大切な人や動物の死に対する自己の悲しみや悔しさの感情を直接的に、また間接的に表現することによって、自己の悲しみや悔しさを開放し浄化していく過程が表現されている。他者の死に対する悲しみや悔しさの表現については、遺された登場人物の感情が言葉によって明確に表現されている場合と、前後の文章や絵の描写から推測することが可能である場合がある。例えば、〈かなしさとかやささで、スーホはいくばんも、ねむれませんでした。〉（『スーホの白い馬』）と、〈みんなは、なにも いえなくて、だまったまま すわりこんでいました。〉（『いのちの木』）〈森のみんなは、アナグマをととても愛していましたから、悲しまないものはいませんでした。なかでもモグラは、やりきれないほど悲しくなりました。〉（『わすれられないおくりの』）などは、大切な存在を失った時の自身の苦悩や悲しみの感情が明確に表現されている。

一方、『ありがとうフクロウおじさん』や『街のいのち』では、大切な人や仲間を亡くした場面において、〈つめたくなった からだを のこして、とおい くにへ たびだったのです。〉〈母がぼつりといい、瞳はそれ以上、話しつづけられなくなってしまう。〉と記述されているように、苦悩や悲しみの感情が直接的な言葉で表現されていない

が、前後の文章によって、その感情が間接的に表現され、ケア対象者が自己の問題との共通点を思考しながら見いだせるように余白を残していると考えられる。

ケア対象者が、物語の登場人物に自己を重ね合わせ、登場人物が抱える問題と自己が抱える問題との共通点を見出すためには、直接的あるいは間接的いずれの場合でも、感情を表す表現が共感を導きやすいと考えられる。終末期の患者と家族を対象にした絵本活用について研究した鈴木も、絵本の特徴である、「生と死の自然さや身近さの隠喩や絵」「別れや悲しみの感情のありのままの素直な描写」「著者の温もりある表現」によって、奥深くにしまい込んだ感情や心の問題の表出が得られるのではないかと<sup>23)</sup>と述べている。また、本研究では扱わなかったが、文章による表現以外に、絵や色合い等の絵本特有の表現もケア対象者に登場人物への共感を促すことを容易にしているとも言える。

【洞察】においては、同一視の対象となる登場人物が、亡くなった人や動物の生前の存在があったからこそ、自分が今生きているということを自覚し、亡きものと自己のつながりを感じながら、その死を受け入れていく過程が表現されている。また、亡くなった人や動物の死を「木」や「楽器」などの形あるものによって思い出し、生前の思い出を語ることやその人に想いを寄せることで、亡きものとの新たな関係性の気づきを得ていくことが表現されている。

例えば、『スーホの白い馬』では、〈スーホは、どこへ行くときも、このばとうきんをもっていきました。それをひくたびに、スーホは、白馬をころされたくやしさを、白馬に乗って、草原をかけまわった楽しさを、思い出しました。そしてスーホは、じぶんのすぐわきに、白馬がいるような気がしました。〉と記述されており、亡くなったものの形見を身近におくことで、亡くなったはずの白

馬が今でも自分と共に生きていると感じることで安堵し新たな生を共に生きていくという関係性を表現している。

『いのちの木』では〈そのころ、キツネが よこたわっていた ゆきのしたから、オレンジのめがぼつちり できました。〉「みんなは、木を みつめ、キツネは いまも じぶんたちと いっしょに いてくれるのだと、つよく おもいました。」と記述されており、オレンジの木を亡くなったキツネの生まれ変わりだと思うことで、共に在るのだという新たな関係性の気づきが表現されている。

また、『わすれられないおくりもの』では、〈みんなだれにも、なにかしら、アナグマとの思い出がありました。アナグマは、ひとりひとりに、別れたあとでも、たからものとなるような、ちえやくふうを残してくれたのです。みんなはそれで、たがいに助けあうこともできました。さいごの雪がきえたころ、アナグマが残してくれたもののゆたかさで、みんなの悲しみも、きえていました。〉と記述され、遺されたものたちが亡きものとの生前の楽しい思い出を共有することによって、「心の中で生きている存在」という新たな関係性に気づく過程が表現されている。

このように、亡きものが共に在ると感じることによる新たな関係性の構築は、先行研究（2020）において、最も多くの作品にみられた「死者との共在感」という概念に相当する。亡きものを思い起こさせる「形見」や形見以外の何か象徴的な存在から、遺されたものたちは、亡きものの生前の姿を想起し、思い出を語り合うことにより、亡きものとの関係性の継続を確信することができ、それが遺されたものにとっての安堵感につながる<sup>24)</sup>と言える。

一方、『街のいのち』では、〈こんなにも季節が流れているのが驚きであった。時間は生きている。瞳はふとそう思った。瞳がどんな気持ちでいても、



時は止まらず流れている。(中略)「お母さん、ありがとう」この命の気配こそが、生きるとしての瞳をはげます母の声だ.)と記述されており、時間の経過や季節の移り変わりといった超自然的存在を通して永遠の命のつながりを感じることに、感情が解放されることが表現されている。このことは、先述した先行研究で明らかになった「輪廻転生」という概念の特徴である「自然とのつながりを感じ、生の意味を考える」ことに相当し、永遠なる自然の営みに触れ、自然に見る命の継続を感じることに<sup>25)</sup>によって、遺されたものは亡きものとの新たな関係性の気づきを得て自己変容していくと捉えられる。

上記のように、亡きものと共に在るという新たな関係性や自然に見る命の継続性からの気づきを得て自己変容を促される際に、登場人物は肯定的な自己の感情を認識する。例えば、『くものうへのハリー』では、〈でも、おかあさんはもうなきません。だって、ハリーはたくさんのしあわせなじかんというたからものを、のこしてくれたのですから。〉と、また、『パパの柿の木』では、〈でもね、僕はパパが僕たちのパパで本当に幸せだった。パパ、いつも僕たちを見守ってくれて、ありがとう〉と記述されているように、「しあわせ／幸せ」という肯定的な自己の感情に注意を向け、新たな気づきを得ていく経過が表現されている。また、『いのちの木』では、〈キツネの木は、もりのみんながすめるくらいに おおきく りっぱに なりました。(中略)木は、キツネのともだちすべてのいのちのちから、いきるささえと なったのです。〉と記述され、亡きキツネの形見としてのオレンジの木の育成を通し、遺されたものたちが木を通してみる亡きキツネとの関係性に生きる意味を見出し、肯定的な生に対する新たな気づきを得ていくことが表現されている。

以上のように、【洞察】においては、自己の感情に注意を向け、亡きものとの関係性から新たな気

づきを得て自己変革につなげていく経過が表現されている。読書には鏡の機能があり、読者は主人公に自分を重ね合わせるにより、共に成長する可能性がある<sup>26)</sup>こと、さらに物語には新たな自己のアイデンティティの回復を促す力がある<sup>27)</sup>と松田が指摘しているように、絵本の中で描写されている遺されたものの成長を通して、ケア対象者も共に新たなアイデンティティの確保にむけて成長していけると考えられる。

これらの読書療法の3段階のプロセスを辿ることを可能とする絵本を媒体として、ケア対象者は、「生と死」や「生の危機」と直面し触発されたときに、自己喪失、自己崩壊、心の動揺、自己の見失いなどの痛みとして表面化した自己のスピリチュアリティ<sup>28)</sup>が、他者との関係性を拠り所として、生きる目的・意味を見出し、存在の意味を支持する well-being の状態として表面化<sup>29)</sup>されていく過程を疑似体験していくことができるのではないかと考える。そのような点から、選定された絵本は、スピリチュアルケアにおける有益な一つのツールとしての活用が可能であると言えるのではないだろうか。

## 7. 本分析における限界と今後の課題

本研究は、スピリチュアルケアと読書療法の類似性に着目し選定された絵本が、より有意義にケア対象者が悲嘆から希望へ向かうための一助となることを期待するものであるが、あくまでも多様な絵本の中から示され得る一つの選定方法を提示したに過ぎない。また、現在入手可能な絵本の中からの選定であり、選定が少なからず筆者らの主観によって影響されていることが本分析での限界であると言える。

加えて、本研究において対象とした絵本以外に、読書療法の3段階のプロセスを辿りながら読むことが可能な絵本も未知数であり、また、特に死を

扱った絵本でなくても、スピリチュアルケアにおいて、自己あるいは他者の死を受容し、生に対して前向きに進むことの手助けとして可能な作品もある。このことを認識したうえで、より多様な絵本の有益な活用の可能性を広げていくために更なる研究が必要である。

## 8. おわりに

読書療法という他のセラピーと同様に、何らかの確固たる効果を求める傾向があるが、ケア対象者がどのような境遇に置かれているかによってその心理的影響が異なるように、本との出会いは偶発的な出会いの要素を含んでいるため、期待したような効果が必ずしも得られるわけではない。

本研究では扱わなかったが、言葉と絵を組み合わせた絵本であるがゆえに、絵が担っている役割は大きい。言葉だけでは理解できない幼い子供の理解を補足するため、また絵の力によって言葉以上の深い感情を呼び起こすなど、言葉に添えられた絵との相乗効果が絵本の意義をさらに高めている。絵本は子供の読み物というイメージが強いことは言うまでもないが、「命」や「死」について書物や講演を通じて啓発している柳田邦男は、絵本を自身の経験から年齢や年代を超えて共有できるものであると捉え、「洗練された簡潔な文章と絵と肉声の共振によって」物語の世界感が読者の心に共感や気づきをもたらす<sup>30)</sup>と強く語る。絵本は小説よりもより簡潔な短い言葉とそれを補う絵によって一つの世界観を生み出し、読み聞かせの場合でも、一人で読む場合でも、長い時間を必要とせず、何度でも繰り返しその世界への扉を開けることを可能にするという点において有益な媒体であると考えられる。

さらに、絵の効果を考慮することに加え、読み手と聞く人との関係性も重要なポイントである。読書療法の研究に研鑽を積んできた村中は、目に

見える効果の統計化を避け、読書療法に対する過剰な期待を懸念してきた<sup>31)</sup>。あえて「読みあい」という表現を使い、絵本を読むという行為が単なる物語の伝達ではなく、人と人との関わりに支えられ、互いの関係性の深まりとともにある<sup>32)</sup>ことを強調している。

スピリチュアルケアは、まさにケア提供者とケア対象者との関係性をコミュニケーションを通じて行うケアであると考えられる。絵本を含む文学作品は人間の人生を描いたものであり、そこには多くの生や死が象徴的に描かれ、ケア対象者に自身の物語を語りなおす契機を与える宝庫として有益である。このように、他者の人生を読むことによって、自身を客観視し、新たな自分自身のストーリーを語れるまでの支援を、絵本を含む文学作品を通して提供することも、スピリチュアルケアの一つの姿ではないかと考える。

注 1): C. Shrodes は、「読者の人格と文学作品との間のダイナミックな交流のプロセス」と読書療法を定義づけ、博士論文(1949)において、心理療法としての読書療法の理論と方法について示した<sup>33)</sup>。

注 2): A. デーケン氏は、日本や米国において、遺された家族のカウンセリングに当たった経験から、悲嘆のプロセス 12 段階として、1) 精神的打撃と麻痺状態 2) 否認 3) パニック 4) 怒りと不当感 5) 敵意とルサンチマン(恨み) 6) 罪意識 7) 空想形成、幻想 8) 孤独感と抑鬱 9) 精神的混乱とアパシー 10) あきらめ—受容 11) 新しい希望—ユーモアと笑いの再発見 12) 立ち直りの段階—アイデンティティの誕生という段階が存在するという結論に至った<sup>34)</sup>。

## 引用文献

- 1) 窪寺俊之 (2004): スピリチュアルケア学序説, 29, 三輪書店, 東京
- 2) 前掲書 1) 82
- 3) 鶴生川恵美子, 中西陽子 (2020): 日本の児童文学における「死」の表象とスピリチュアリティ—スピリチュアルケアにおける絵本活用の可能性の一考察—, 群馬県立県民健康科学大学紀要, 第15巻: 57-72
- 4) 鶴生川恵美子, 中西陽子 (2022): 文献に見るスピリチュアルケアと読書療法の類似性—スピリチュアルケアにおける絵本の有効活用に向けて—, 第17巻: 4
- 5) 初澤宣子 (2018): 読書療法理論に基づく文学読書体験尺度作成の試み, 読書科学, 60(2): 59-67
- 6) 前掲書 4) 10
- 7) 松尾直博 (2011): 中学生の読書と自己意識の関係: 読書療法の観点, 東京学芸大学紀要, 62(1): 205
- 8) 小西達也 (2012): グリーフケア入門 悲嘆のさなかにある人を支える 高木慶子 [編著], 93, 勁草書房, 東京
- 9) 前掲書 8) 94
- 10) 木村有里 (2010): 学校の危機介入を支援するために—「子どものグリーフケア」に役立つブックリストを作る—, 学校危機とメンタルケア, 1: 45
- 11) 松田智子 (2018): 絵本から学ぶグリーフプロセス, 奈良学園大学紀要, 9: 147-156
- 12) 鈴木美千代, 森 礼子, 渡辺富子ほか (2008): がん終末期における絵本読み語りによる患者家族の感情の表出を促す援助, 日本看護学会論文集成人看護Ⅱ, (39): 303
- 13) 井上実穂 (2009): 全人的苦痛を抱える終末期患者の「物語」の紡ぎ方—絵本・詩による新たなケアの可能性を探る—, 死の臨床, 32(2): 217
- 14) 滝沢鷹太郎, 小宅泰郎, 阿部薫ほか (1995): 小児科における読書療法の試み, 医学図書館, 42(1): 44
- 15) 丸山愛子 (2015): 病院が患者に対して提供している絵本に関する実態調査と癒し効果を持つ絵本の検討, 日本赤十字広島看護大学紀要, 15: 3
- 16) 前掲書 7) 206
- 17) 星野有香 (2009): 「大学生の読書における同一化—読書療法の立場から—」, 『日本教育心理学会総会発表論文集』, 51: 386
- 18) 前掲書 7) 206
- 19) 前掲書 5) 59-67
- 20) 絵本ナビ (<https://www.ehonnavi.net>)
- 21) 片桐史恵 (2005): 絵本から学ぶ生と死, 中部学院大学・中部学院大学短期大学部研究紀要, (6): 114-118
- 22) 前掲書 17) 386
- 23) 前掲書 12) 302
- 24) 前掲書 3) 60
- 25) 前掲書 3) 66
- 26) 前掲書 11) 151
- 27) 前掲書 11) 154
- 28) 石井八恵子 (2003): 文献からみるスピリチュアリティへの関心の高まり, ホスピスケアと在宅ケア, 11(3): 288
- 29) 今村由香 (2002): 終末期がん患者のスピリチュアリティ概念構造の検討, ターミナルケア, (12)5: 425-434
- 30) 柳田邦男 (2006): 大人が絵本に涙する時, 14, 平凡社, 東京
- 31) 村中李衣 (1998): 読書療法から読みあいへ, 110, 教育出版株式会社, 東京
- 32) 西隆太郎, 村中李衣, 松下姫歌 (2016): 長期入院時家族のための絵本の読みあいによる支

- 援プログラム：実践方法について，ノートルダム清心女子大学紀要，40(1)：58
- 33) Pardeck, J. A., Pardeck, J. T. (1993): *Bibliotherapy: A clinical approach for helping children*. New York: Routledge: 2-3
- 34) アルフォンス・デーケン（1986）：《叢書》死への準備教育 死を看取る，261-265，メジカルフレンド社，東京



## **Proposal for the Selection of Picture Books for Spiritual Care:**

### **Focusing on Three Phases of Bibliotherapy**

Emiko Ubukawa<sup>1)</sup> and Yoko Nakanishi<sup>2)</sup>

1) Gunma Prefectural College of Health Sciences Faculty of Nursing

2) Gunma Prefectural College of Health Sciences (affiliation where this work was completed)

**Objective:** This paper aims to propose the effective selection of picture books for spiritual care, with a focus on the similarities between the theories of spiritual care and bibliotherapy.

**Methods:** After carefully reading 69 available picture books on the theme of death in Japan and abroad, we selected those that included all of the following characteristics: characters with whom the readers, the subjects of care, could “identify” and expressions through which they could vicariously experience each process of bibliotherapy: “purification of feelings (catharsis)” and “insight.”

**Results:** We were able to select 15 picture books that the subjects of care could trace through the bibliotherapy process of “purification of feelings (catharsis)” and “insight” with characters with whom they could “identify”.

**Conclusion:** Picture books that encourage care recipients (the subjects of care) to express feelings of suffering and sorrow with characters with whom they can identify through stories, to purify their feelings “purification of feelings (catharsis),” to gain acceptance and understanding of death and to discover a new self through self-transformation (“insight”) may help them find a new meaning of life from a crisis in spiritual care. Therefore, it is thought that the picture books focusing on the similarities between the theories of spiritual care and bibliotherapy selected in this study can be proposed as effective selections for spiritual care.

**Keywords:** spiritual care, spirituality, bibliotherapy, picture books