図書館だより

28

甲子園大学図書館

2023年3月24日発行

本に癒される

心理学部・教授　東　斉彰

本学図書館から、図書館だよりの巻頭言の依頼を受けた。無類の本好きを自認する身としては格別の喜びである。筆者は心理学を専門とする者であるが、当該の専門書はもちろん、仕事を経験するにつれて、他の分野の書籍にも強い興味を抱くようになった。この小論では、そのような自身の図書・書籍への志向歴を披瀝し、本を読むことの人生における自分なりの意義を思量してみたい。

思えば小学生のころ（昭和40年代）、まだ「図書の時間」などといったカリキュラムがなかった時代だが、よく学校の図書館へ出入りし、そのころ夢中になっていた戦国時代の本を読み漁った。「戦国時代の人間関係」というタイトルの本を、この原稿を書きながら何十年かぶりに思い出した。思えば、幼少期から人間関係に、つまり心理学に興味があったのだということに気づいた次第である。なぜかロシア文学（ドストエフスキーやチェーホフ）にも関心があった。

中学校に入って、クラブ活動の見学で見たスターティング・ブロックがかっこよく、陸上部に入部した。そこから長距離走に夢中になり、スポーツ三昧の３年間だった（3 年生の時は陸上部の部長になった）。その頃もやはり細々と読書を続け、日本の純文学を時折読んでいた。谷崎、芥川、太宰、川端、三島あたりだったと思う。総じて「暗い（重い？）」タッチの小説群だった。こちらも今の専門性（臨床心理学や心理療法）に繋がるのか・・。

高校時代も陸上競技に明け暮れ、あまりに厳しいトレーニングに「これでは受験勉強ができない」と焦ったものである。また、青春時代まっただ中で、それなりに楽しかったのだが、心はやはり内向していたようで、この頃は哲学（プラトン、キルケゴール、ニーチェ、三木清など）を、おそらく理解できないままに教養として読んでいたように思う。

大学、大学院は心理学科だったので、当然だが心理学の本に没頭した。専攻は動物を被験体とした学習心理学実験であったので、生物学や動物行動学、進化論といった生物系統の学問にも関心がうつり、初めて理科系の勉強をした。そういえば小学生時は天体望遠鏡を担いだ天文少年でもあり、天文学という一応理科系の学問にも興味があったのかもしれない。

さて、社会人となり、臨床心理学の実践家と

して医療施設で職を得て、それからは主として心理療法の学習と読書に没頭した。一口に心理療法といっても、精神分析学に始まり、行動療法、認知療法、パーソン・センタード・アプローチ、交流分析、家族療法、催眠療法、ゲシュタルト療法などがあり、この分野だけでも膨大な書籍が溢れ、いくら本を読んでも次々と出版される書籍量に到底追いつかない。それでも、書店・古書店に通い続け、電車の中でも就寝直前の寝床の中でも寸暇を惜しんで読書（勉強）に勤しんだ（その継続性が今の仕事に着実に役立っていることは間違いない）。

心理学や心理療法も、30 年ぐらい勉強を続けると「なんだ、心理学ってこんなものか」みたいな、よく言えば俯瞰的見方、その実は高慢で高飛車な態度になってくる。ここ 10 年近くは、哲学・思想、文化人類学、カルチュラル・スタディーズ、宗教学、といった文科系で学際的な分野の本ばかり読んでいる。その中でも特に、哲学では現象学・心の哲学、文化論関連では比較文化学、宗教学では禅仏教（道元思想）とヒンドゥー教にはまり専門書を読み漁っている。それに関して、ある臨床心理学系の雑誌の往復書簡論文にて次のように書いている。

> ちなみに私は、哲学（特に現象学と解釈学、あるいは形而上学としての時間論や空間論）、宗教学（比較宗教学）、文化人類学、動物行動学に惹かれて独学を続けています。どうも自分は、物事を比較して見ること、あるいは生と死の問題を個体の発達を越えて系統発生的に（つまり相対的時間軸として）見ることが好きなようです[1]。

この論文執筆によって初めて、自分の学問的興味の傾向を知った。物事を比較して見ること、時間や空間も相対的に見るという傾向があるようである。また年を取ると、やはり死という人間にとって避けがたい問題を意識せざるを得ない。幼少期から思春期にかけて死の恐怖が人一倍強かった自分が、禅仏教や東洋思想、インドの民間宗教（ヒンドゥー教）を深く知ることで「無」や「空」の発想に触れ、50 年余りに渡る長い読書の末に死の恐怖がずいぶん薄らいだ。ありがたいことであるが、結局は根源的な不安を払拭するために長大な勉強（読書）を続けてきたのかもしれない。本に救われたわけである。

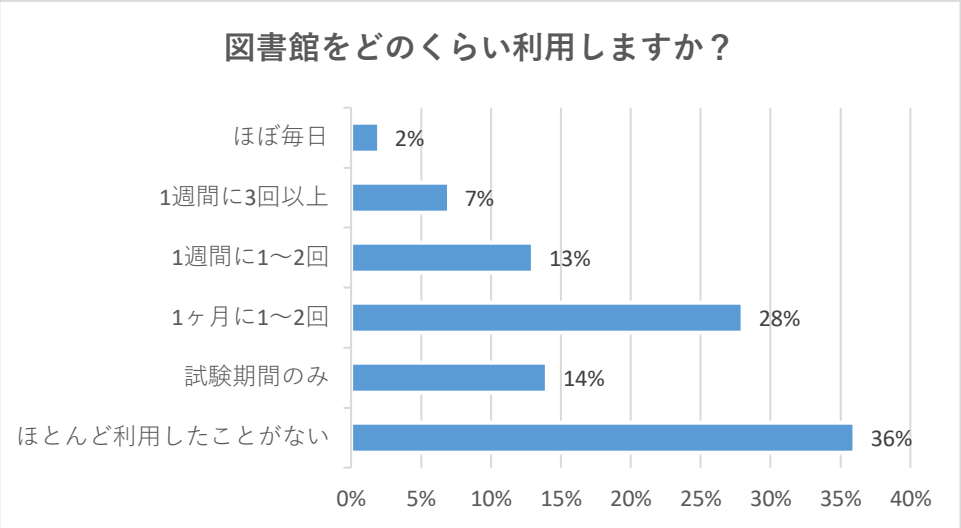
最後に、恐縮ながら再び自著から、自分なりの書物の意義を披瀝してこの小論を終わりたい。

> 最近の日本人は本を読まなくなったと言われる。（中略）コンピュータや携帯電話が普及し、インターネットやＩＴ機器を通しての情報が激増し、現代人（特に臨床心理学を目指す若い学生）は一方的に送られてくる圧倒的情報量に時間とエネルギーを吸い取られ、自ら選んだ書物を能動的に読みこなすという裕がなくなった。この頃ではインターネット上に表示される学術的情報をまとめ読みしてそれで満足してしまうことも多いだろう。
>
> 書物から得るものは多い。ただ文章を読んで理解するだけでなく、1 冊の本を一つの集合体とし、丸ごと 1 冊理解し消化するつもりで読む。読んでいる途中で疑問を持ったらすでに読んだ箇所をもう一度確認することで、さらに深い理解ができる。何より美しく装丁された本は一種の美術工芸品であるから、所有する喜びと共に大事に扱おうとする気持ちが生まれる。本という物を大事にするということは、書いてある内容を大事にするということなのだ[2]。

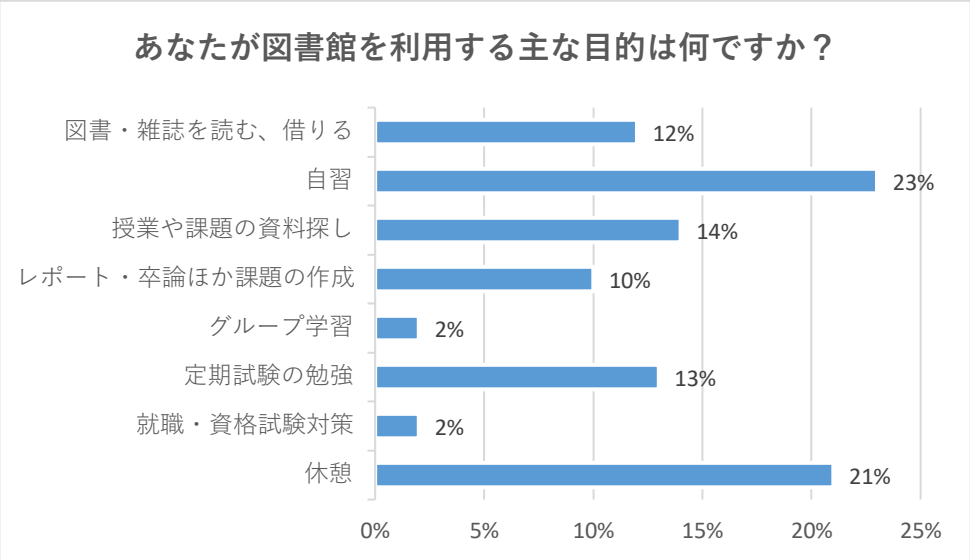
1）東 斉彰（2013）認知行動療法をめぐる対話ー精神分析との対話Ⅱ」、精神療法、第 34 巻第 4 号

2）東 斉彰（2011）統合的観点から見た認知療法の実際ー理論、技法、治療関係、岩崎学術出版社

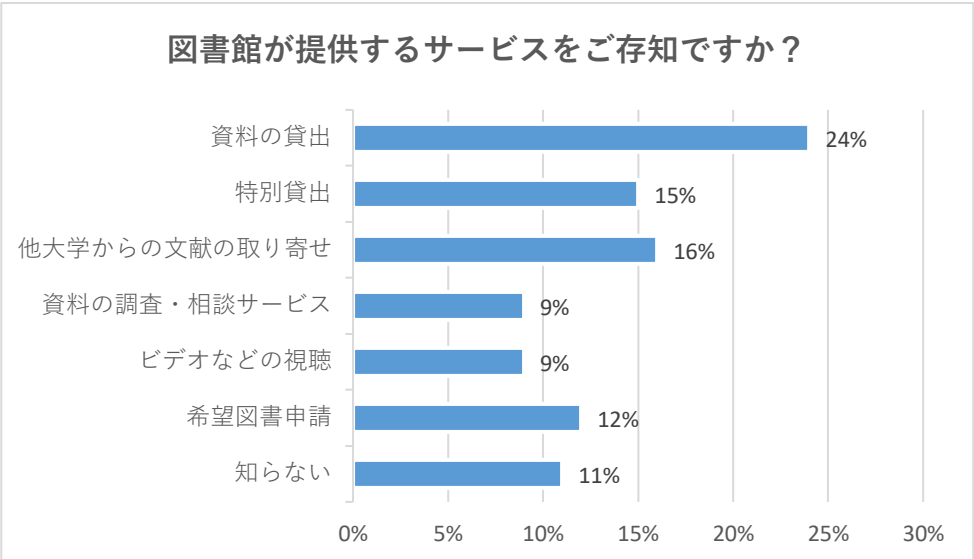
2022年度　大学図書館アンケート結果
～学生生活実態調査より～



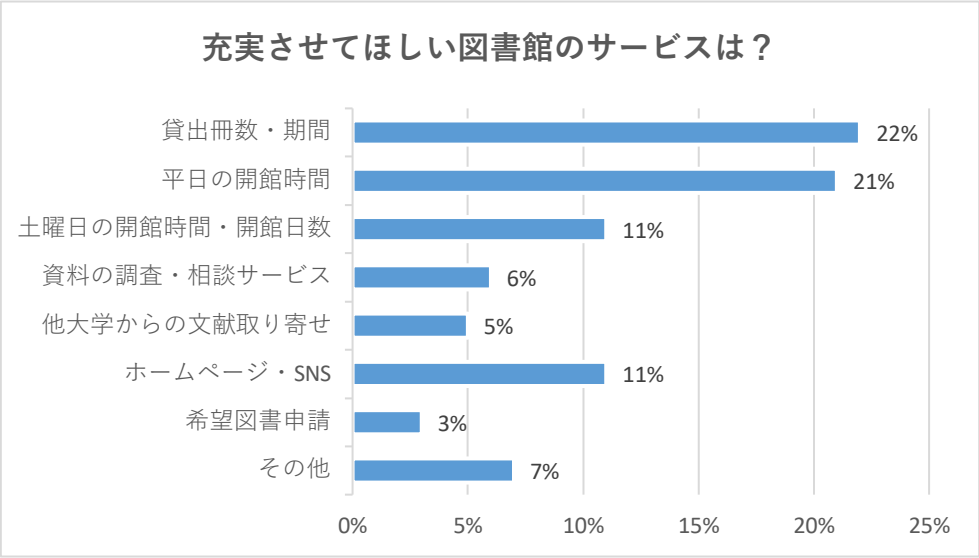
ほぼ毎日図書館を利用する学生が10％減少。代わりに、1ヶ月1～2回利用する学生が10％増加した。
図書館をもっと利用してもらえるように工夫する必要がある。



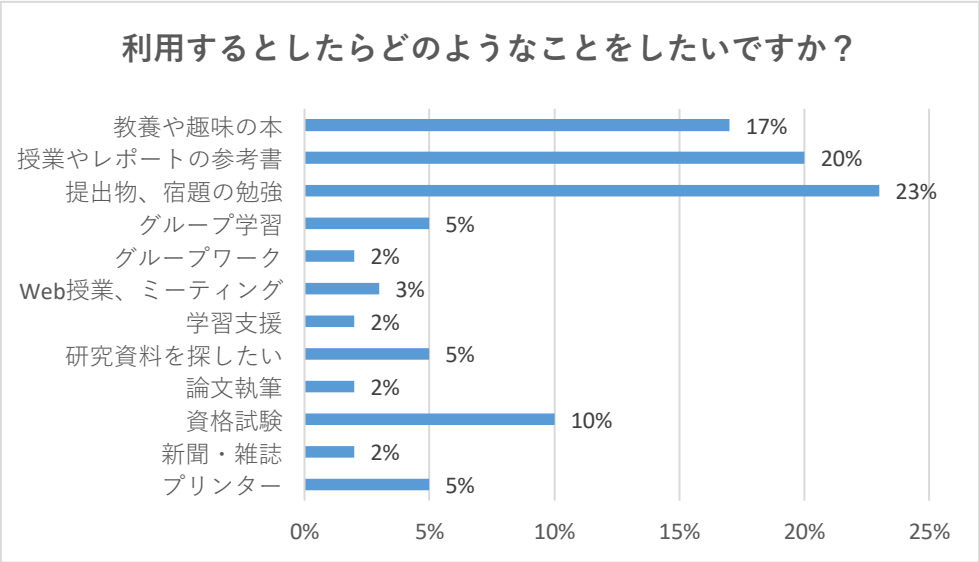
授業や課題の資料探しを目的に図書館を利用する学生の割合が、2倍に増えた。
授業連携の成果が表れている。



他大学からの文献取り寄せと調査・相談サービスが2％微増した。
一方、図書館のサービスを知らない学生は、6％減少し周知は進んでいる。



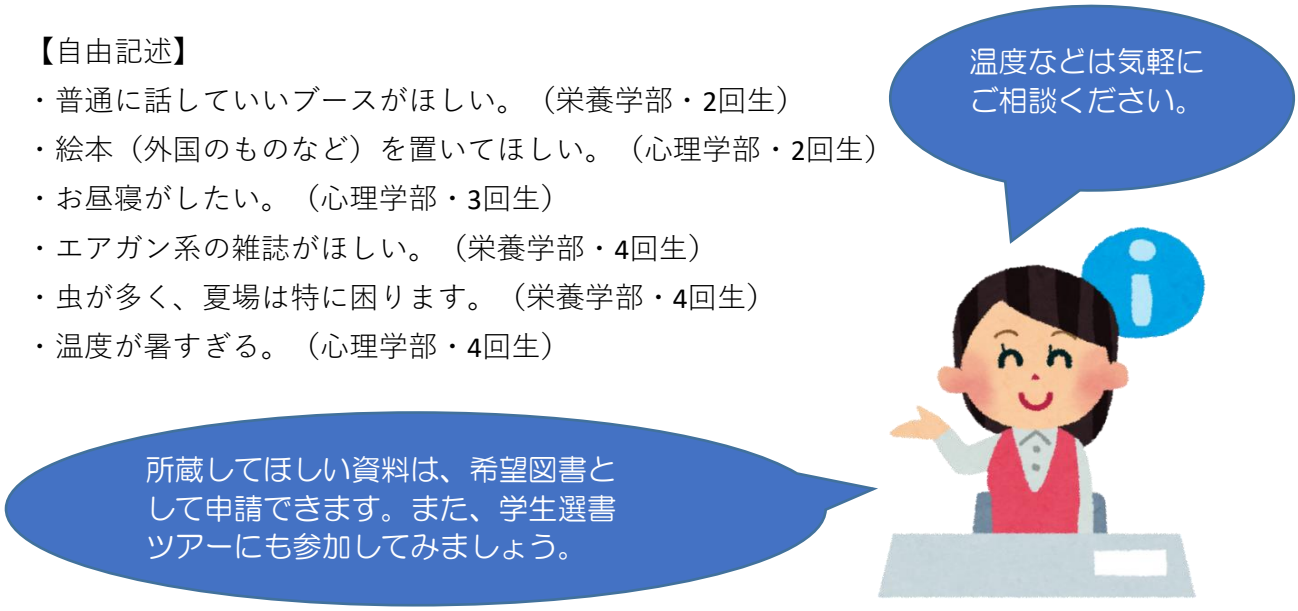
貸出冊数と期間、開館時間といった基本的なサービスに加え、HPやSNSに対する充実が求められている。



授業やレポートの参考書を見たい、宿題などの勉強をしたいという希望が強い。加えて、教養や趣味の本を読みたいという要望も強い。

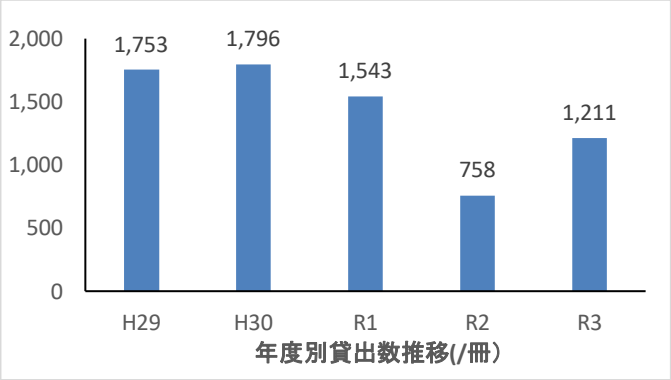
【自由記述】

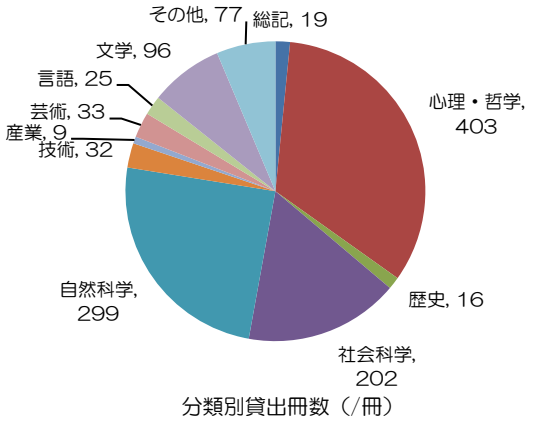
・普通に話していいブースがほしい。（栄養学部・2回生）
・絵本（外国のものなど）を置いてほしい。（心理学部・2回生）
・お昼寝がしたい。（心理学部・3回生）
・エアガン系の雑誌がほしい。（栄養学部・4回生）
・虫が多く、夏場は特に困ります。（栄養学部・4回生）
・温度が暑すぎる。（心理学部・4回生）



2021年度図書館利用統計

開館日数	平日：232日　土日：12日　合計：244日
入館者数（学内/学外）	学内：15,284名　学外：7名　合計：15,291名 (62.6名/日)
貸出冊数	累計： 1,211冊（年度推移、分類別貸出冊数は下記グラフ参照）
学外相互協力（ＩＬＬ）（依頼/受付）	［図書］ 受付：9件　依頼：1件　［複写］ 受付：114件　依頼：37件
蔵書冊数	図書蔵書数：129,942冊　雑誌契約数：50タイトル（和：48　洋：2）
電子ジャーナル・データベース数	電子ジャーナル：5　データベース：1





第5回 図書館POP大賞

図書館POP大賞は、学生が好きな本をPOP広告で表現するイベントで、学生の読書推進と図書館利用の促進を目的に毎年開催しています。

今回の応募作品は、全部で65作品ありました。全学生と教職員の投票、さらに、図書館委員の審査の結果、最優秀賞には『世界から猫が消えたなら』、優秀賞には『いきるりすく』、特別賞には『いつか、眠りにつく日』が選ばれました。

受賞作品は、デザイン性に優れ、表現の工夫が丁寧になされていること、加えて、本の内容も含まれていることが高く評価されました。

12月15日と21日には授賞式が行われ、受賞者に表彰状と豪華な副賞が授与されました。

第2回 学生選書ツアー

学生選書ツアーは、図書館に所蔵してほしい本を学生が書店で選ぶイベントです。大学図書館の選書に学生のニーズを反映することにより、読書推進や図書館利用促進を図ることを目的としています。

2022年度は、10月11日、12日にジュンク堂書店西宮店で開催しました。

今回は、7名の学生さんが参加しました。(栄養学部3名、心理学部4名）一人一人が学生の視点から幅広い分野の本を選びました。

学生さんが選んだ本の一例は、『よくわかる栄養学』『臨床心理学』『韓国語単語集』『優しい死神の飼い方』『六人の嘘つきな大学生』です。

このように、各学部に関する本や自分の好きな本、話題の本などがバランス良く選ばれていました。

12月14日には、選書報告会を開催しました。自分が選んだ本を前に、各自感想や改善点などを述べ合い、意見交換しました。

ライブラリー サポーター サークル

部員 大募集!!!

今までの活動

POP大賞や選書ツアー

学園祭でタピオカ屋さん

おすすめ本 インタビュー

のんびり会議

4月8日（土）に新入生歓迎会があります。
その際詳しく説明しますので、ぜひ来てください！