

8 章

表現アートセラピーの現場への適用

—精神科クリニックでの実践—

小野 京子

(臨床心理士、表現アートセラピー研究所・東京学芸大学)

1. 表現アートセラピーとは

表現アートセラピーは、表現自体や表現のプロセスにおける治癒力を重視し、多様な表現様式を用いていくセラピーである。多様な表現様式とは、視覚的（ビジュアル）アート、ダンス・ムーブメント、ライティング、サウンド・ミュージック、ドラマ等で、これらを対象により単一で、もしくは組み合わせて用いる、統合的な芸術療法である。

表現アートセラピーは、1970年代のアメリカを中心として生まれた。それまでは、アートセラピー、ダンス・ムーブメントセラピー、ミュージックセラピー、ドラマセラピー、ポエトリー（詩）セラピーなど、それぞれの表現媒体ごとにセラピー領域が生まれていた。表現アートセラピーは、もともとの芸術が持つ多様性を尊重し、専門化することでの欠点を補い、様々な表現媒体、表現がお互いを支えあい、刺激し合う、もともとのアートの源泉や特質に回帰したいという欲求を持って、生まれた。

1974年にアメリカのレスリー大学で表現アートセラピーの初めての修士コースが設立された。その設立者であるショーン・マクニフによれば、表現アートセラピーは、シャーマニズムや古代の儀式と同様に、魂の諸相をフルに表し、魂の多面性を表現できるものと考えている。いろいろなアート媒体はお互いを養い、深め合うというのが彼の主張である。

同じく表現アートセラピーの確立に関わった、パオロ・クニルは、表現アートセラピーをインターモダル表現アートセラピーと呼ぶ。様々なモダリテ

イ（様式）を用いるからで、クニルは、芸術家の訓練においても、様々な表現媒体を体験することで、芸術性が深まると主張している。1994年に国際表現アートセラピー学会が設立され、表現アートセラピストの学会認定が始まっている。

筆者は、パーソン・センタード表現アートセラピーという立場に立っている。パーソン・センタード表現アートセラピーは、カール・ロジャーズの娘である、ナタリー・ロジャーズによって確立された。

ナタリー・ロジャーズも、表現の多様性を尊重する表現アートセラピーの立場に立つが、自らの哲学的、心理療法的な学派である、パーソン・センタードアプローチを表現アートセラピーと統合させた。クライアントや参加者の心理的な自由を保障し、心理的に安全な環境で表現アートセラピーを行うことを徹底して行う。クライアントの表現を分析解釈せず、クライアントの表現に付き添い、心理的に安全な環境を提供することでクライアント自らが主体的に発見、自覚することを大切にする。

ナタリー・ロジャーズは、クリエイティブ・コネクションと呼ばれる方法で、ひとつの媒体での表現に続けて、別の媒体での表現を時間をおかずに行うことで（例えば絵を描いた後で、その体験から詩の表現を行うなど）、心のより深いレベルへと降りていくことができると考える。

パーソン・センタード表現アートセラピーは、クライアントの現在の状態を尊重し、クライアント自らの発見や気づきに寄り添うので、心理的に安全な環境を提供する。クライアントは、自分にとって自然で無理のないペースで進むことができる。それはまた、クライアント自身が自分の体感や感覚、気づきや認知プロセスを信頼することを促進し、エンパワーする特徴がある。

また、表現アートセラピーが持つ特徴として、心の問題に焦点を当てるのではなく、さまざまな媒体で楽しみながら表現することにより、心の中の豊かさや生命力、リソースなどの潜在的可能性を引き出す傾向がある。そして、からだの実感を促進するため、感情との接触を促し、過去の感情の浄化が観察される（小野、2005）。

欧米では、表現アートセラピーは、医療、心理臨床、カウンセリング、ソ

ーシャルワーク、看護教育、宗教（教会活動）などの分野で幅広く用いられている。精神科クリニックや病院をはじめ、学校、ホスピス、刑務所、災害センター、地域センター、老人施設、仕事場などで用いられている。また対象も子どもから成人、高齢者とすべての年齢層に対応することができる。

また、さまざまなアート表現は、心身を解放し、免疫力を上げ、学習を促進することでも注目されている。アート表現をセラピーというセッティングで用いるのではなく、教育の中での学習に用いるアプローチも行われている。カナダで行われている、ラーニング・スルー・ジ・アーツ（Learning Through The Arts）のプログラムでは、主要科目の学習で、様々なアート表現を取り入れることで、学習効果を上げている。

アート表現の持つ力は、表現をすることで自分とのつながり、他者とのつながりやコミュニケーションを促進する。つまり、自分を確立し、他者とコミュニケーションをとるという心理学的、発達の課題に大きく貢献する。心身が解放され、自分の感情とつながり、自然な認知プロセス、世界への好奇心を促進するのだ。

表現アートをセラピーで用いるにしても、学習、健康の向上に用いるにしても、大切なことは、アート表現の上手下手、技術を評価しないという点である。すべての表現が、その人の延長として尊重され、大切に扱われるという点が実行されないと、個人の成長や、コミュニケーションが促進されるどころか、個人の尊厳を傷つけ、否定するという結果を招く危険がある。この点は、しっかりと認識する必要がある。

表現アートセラピーでは、対象によって、いつどこで、何の媒体を使うかが検討される。一回のセッションでいくつかの表現媒体が用いられることもあるし、ひとつの媒体に絞られることもある。本稿では、小野の精神科クリニックでの実践を紹介したい。

表現アートセラピーは、感情を刺激し、心の深い層へのアクセスを可能にするため、精神科で適用するに当たっては、注意が必要になる。以下では、精神科における表現アートセラピーのプログラムを説明し、その効果を考察し、適用の留意点について述べてみる。

2. 精神科での表現アートセラピー

小野が、精神科デイケアプログラムでパーソン・センタード表現アートセラピー（以下表現アートセラピー）を実施したのは、1995年から2005年までである。2ヶ所のクリニックにて実施した。Aクリニックでは、1995年より2002年まで、Bクリニックでは1999年より2005年までである。両クリニックともにPTSD、依存症、虐待（被害者、加害者）関係の患者さんが多く、統合失調症よりも境界性人格障害、不安障害の患者さんが多いのが特徴である。

表現アートセラピーはからだの実感を促進し、感情を喚起する性質があるため、精神科での適用には以下のことに配慮した。からだの実感が強調されると、からだの中に記憶されている痛みや苦痛が不用意に浮上する可能性があるため、精神科クリニックにおいては、ムーブメント等の導入は慎重に行った。また、通常のパーソン・センタード表現アートセラピーにおける表現のテーマは、心の内面に触れるものが多いため、精神科においての実施では、テーマの設定にも特別な配慮をした。

そのような考慮から、クリニックでの中心媒体はビジュアルアート（絵画、粘土等）とライティングとした。ビジュアルアートとライティングはさまざまな表現様式の中で、個人の内的世界へ安全に没入することを可能にする。他の表現（音楽、ダンス、ドラマ）も用い方によるが、他者との交流（一緒に動く、歌う、演じる）が生じるため、自分の世界が安全に確立した後に意味あるものとなると思われる。

Bクリニックにおいては、オープングループ（毎週時間帯が決まったおり、基本的に誰でも参加可能）とクローズドグループ（回数が設定され、参加者が決まっていて、毎回同時メンバーで行われる）が行われ、クローズドグループでは、健常者に行うのと同じテーマ設定、さまざまな媒体での表現を試みた。

3. Bクリニックにおけるプログラム

Bクリニックでのプログラムについて説明する。Bクリニックでは、表現アートセラピーのプログラムは2つ行われた。ひとつが基本的に誰でも参加

できるオープングループ（週1回1時間半）である。もうひとつがクローズドグループ（メンバー固定）である（週1回1時間半で8回～10回がワンクール）。オープングループとクローズドグループでは、異なる枠組み、異なる内容設定で行った。

オープングループは、1999年から2005年まで行った。このグループでは、まずからだを少しほぐす体操的なムーブメントを行い、次にウォームアップの絵を描き、テーマでの作品（絵画、または粘土、コラージュ、立体など）を作る、という流れで行った。テーマの設定は、「自分がほっとする風景、好きだった童話の一場面、なったら気持ちのいい動物、自分が植物ならどんな植物か、自分の好きなもの（好きなこと）、虹と自分、偶然から生まれる絵、回し絵」などである。

絵の上手下手は問わず、表現の楽しみを味わえることを目的とした。絵を描いた後に物語や詩を書くこともある。その後作品をシェアリング（分かち合いの話合い）する時間をとった。シェアリングはパスすることもできる。「絵が下手なのだが」とおそろおそろ参加する人も多く、作品が分析解釈、診断されないと知ってほっとする人も多かった。このプログラムに参加して、以前描いていた絵をまた始めたり、絵や音楽を習い始めた人もいた。また日常生活でよく絵を描くようになったという人もいる。

このプログラムの目標は、自己発見というよりも創作することの楽しさを味わい、自己評価や自尊感情を上げることである。言葉で自分を語ると否定的なものが出てくることが多い精神科の患者さんが、言葉とは別のレベルで、自分の豊かさを感じてもらうのも目標のひとつであった。

クローズドグループは、2003年から2005年まで行った。参加希望者は医師と相談し、許可が下りた者のみの参加である。統合失調症の患者さんは、基本的に参加不可である。8回のテーマは以下のようなものである（テーマは変わることもある）。

① 過去・現在・未来（絵画）



- ② からだ、感情、考え、たましい（絵画）
- ③ 本来の自分・人生が形作った自分（粘土）
- ④ 自分が好きだった童話（絵）
- ⑤ からだへの手紙・からだからの手紙（ライティング）
- ⑥ 溶けて成長する（ムーブメント）
- ⑦ 宝物地図（絵コラージュ）
- ⑧ 物語を書く（ライティング）

このグループは、「アート・グリーフワーク」という名前がつけられたプログラムであり、グリーフワークという位置づけでおこなわれた。自分の成育史などを振り返り、自分を見つめることができ、現時点でアート表現を用いて自分を振り返ることのできるメンバーが参加した。

Bクリニックでは病気になった自分の成育史を振り返り、自分を見つめ、語るプログラムが充実しており、そのような回復の道をたどれる患者さんには、そのようなプログラムが進められていた。境界性人格障害と診断されているメンバーも多く、Bクリニック開院以来メンバーの5、6年にわたる回復を見守る経験を筆者は持つことができた。このグループに繰り返し参加しているメンバーも多かった。

4. プログラムの概要

このアート・グリーフワークにおける内容と参加者に行ったアンケートと結果を紹介する。

以下が精神科デイケア内における、プログラムの位置づけである。

プログラム名 「アート・グリーフワーク」

目標

表現アートセラピーを用いて、無意識の肯定的エネルギー、リソースと触れながら過去のトラウマを非言語的表現により扱う。言葉を通してそれを再び自己に統合する。抑制されていた自己表現を回復し、自己の感情、感覚、

個性と出会い、自発性、創造性を体験することで自己評価を上げる。絵の上手下手、作品のできればえはまったく問わない。自己の内面との対話を促す。

対象

つらい感情が出てきてもある程度扱える落ち着きと強さが芽生えていること。言葉でなかなか自分を表現できないメンバー、もしくは言葉でのグリーフがほぼ終わったメンバー。

内容

からだの動きなど身体を自覚したり、リラックスするようなエクササイズやゲームの導入後、自分の過去や自分の感情に触れるようなテーマで作品を作り、そこで出てきたものを安全なグループの環境の中で分かち合い、自分に統合していく。

このプログラムは、グリーフワークという枠組みの中で行われたので、以下にグリーフワークの定義と、PTSDの回復における段階を紹介する。

グリーフワークとは

- ・ 喪の仕事、悲嘆ワークとも言われる
- ・ 身近な人を失った（亡くした）人の回復、がんの受容におけるプロセスの一部に位置づけられる（A・デーケン、キューブラ・ロスら）
- ・ 震災や事件後のトラウマからの回復に用いられる
- ・ PTSDの回復や虐待を受けて育った人、アダルトチルドレンと呼ばれる人にも適用されるようになった（ジュディス・ハーマン、斉藤学ら）

PTSDにおける回復の段階

- ・ 第一段階
中心課題は安全の確立
- ・ 第二段階



中心課題は想起と服喪追悼

(mourning)

・ 第三段階

中心課題は通常生活との再結合

(回復段階の進行は、螺旋的である)

(ジュディス・ハーマン「心的外傷と回復」、1992より)

このプログラムで扱われるのは、第二段階にある人々の課題である。参加者の安全感を高めるために、毎回の手順を決め、安全な枠組みとして設定した。

- (1) まず初めに、体と心の調子を各自感じ取る瞑想をおこない、チェックインをおこなう
- (2) 簡単なからだほぐし
- (3) メインのテーマでの表現
- (4) 2人もしくは3人でシェアリングをおこなう
- (5) 最後にまた全体グループで短い感想を述べる

このプログラムの1クール(8回)を取り上げて、説明する。200x年に行われたものである。固定参加者は13名であった。参加者は、元家族での身体的心理的虐待体験者である。全8回で一回90分。ルールは、秘密保持、人の批判をしない、アドバイスをしない。作品の分析もしない。何か問題があったときには、直接メンバーに言わず、後でセラピストに話す。クロストーク(メンバー同士の自由なコメント)は行わない。いやなことはやらなくてよい、シェアリングなどもパスしてよい。

グループ療法の枠組みとしては、メンバー同士の直面化は行わない方法であり、自助グループの運営方法を基本とした。であるから、グループメンバー同士の自由なやり取りは、参加者の心理的安全を守るために原則として行っていない。自発的に起こることもあるが、セラピスト(小野)が、安全を守る立場で、批判的な発言に対してフォローを行った。1回目と8回目にアンケート実施。

行ったエクササイズは以下である。(1) 導入、過去・現在・未来 (2) からだ、感情、理性、魂の絵 (3) 運命が形作った自分、本来の自分 (粘土) (4) 子供のころ印象に残った童話 (5) からだへの手紙、からだからの返事 (6) ムーブメント (溶けて成長する) (7) 宝物コラージュ (8) まとめ、すべての作品からの物語作り

1 回目の流れと参加者の感想 (参加者 9 名)

- ・ ルールの確認

- ・ エクササイズ

- (1) ウォームアップの絵

- (2) 一枚の紙を 3 分割し過去・現在・未来

- ・ 感想

緊張ほぐれた。集中できなかった。クレヨンで描くことで開放感あった。自分を再認識した。以前よりもやもやが少なくなり力強い自分を実感した。

2 回目の流れと参加者の感想 (参加者 9 名)

- ・ エクササイズ

- (1) からだの絵

- (2) 感情の絵

- (3) 考え、理性の絵

- (4) 魂の絵 (魂があるとすれば)



- ・ 感想

4 は「こうになりたい」、という絵で明るくカラフルな色になった。4 は「ほんとうはこう」という絵で、気持ちが楽になった。3 は感情を抑える絵で疲れる。2 は自分は欲求不満なのと思った。

3 回目の流れと参加者の感想 (参加者 10 名)

- ・ エクササイズ (粘土)

(1) 運命や出来事が形作った自分

(2) 本来の自由な精神を持った自分

・感想

今までにない新しい言葉が出てきた。1は穴だらけだった

が、土台しっかりしていてばらばらにならなかった。2を作ったとき悲しくなった、なぜなら父が「男の子だったらよかった」と言ったのを思い出した。みんなが違うものができるのが面白かった。1はやっと生きてきた自分、2は丸くして周囲から影響されないころの自分を作った。



4 回目の流れと参加者の感想（参加者12名）

・エクササイズ

(1) 子供のころ印象に残った
童話を語る

(2) 印象に残った場面を絵に
する

・感想

小さいころのことを思い出すのがいやだった。「ちび黒サンボ」のトラがかわいそうだった（自分もかわいそうだった）。「めがねウサギ」、臆病だが勇気出して山の向こうへ行く。「眠れる森の美女」の嘘を言う鏡が本当のことを言うと壊される（本当のことを母に言えなかった自分）。「キタキツネ」で夜の闇の中親キツネが子キツネを守る場面で、「怖いけど親がいていいじゃん（わたしにはなかった）」。



5 回目の流れと参加者の感想（参加者9名）

・エクササイズ

(1) からだへ手紙を書く

(2) からだから返事を書く

(3) 粘土で作品をつくる (今感じていること)

・感想

からだ疲れていることを再確認。長い手紙で体が文句を言っている。からだ(胃袋)が「勘弁してくださいよ」。からだが「ほんとは休みたい、やらせないで」と言っていた。

6 回目の流れと参加者の感想 (参加者 4 名)

・エクササイズ

(1) ウォームアップのムーブメント

(2) ムーブメント (溶けて成長する)

(3) 体験を絵にする

・感想

動くことを考えずにでき、けっこう溶けられた。子供のころから常に緊張・恐怖感あったのを認識した。動いていて緊張感・恐怖感が溶けた。寝ていたのがもったいなかった。

7 回目の流れと参加者の感想 (参加者 8 名)

・エクササイズ

(1) 自分の宝物のコラージュ
(地図)

・感想

貝に引かれ、海の中の静けさ、きらきら光るもの楽しく、本来海の中の静かなもの・ピュアなものを自分が持っているんだと。

好きなものを並べた。海のイメージ、海の中での浄化。大事なものを守りたい気持ちになった。ちょっと気持ち悪い心臓のようなものになったのは、今いろいろ悩んでいるから。宝物に到達するイメージで道のりは



長いと思ったが、自分が好きなもの（海）を貼っていると障害物が短くなり、実際の幸せも近いのかもしれないと思った。

8 回目の流れと参加者の感想（参加者 9 名）

・エクササイズ

すべての作品（今クルルの）を見て物語を書く

・感想

助けに来るのは王子様でなく自分だとわかった。いつも考えや気持ち
が堂々巡りしていたが、絵や文章に書くことで客観的に見れ、少しづつ
整理できている。暗い色の絵を糧に前にすすむ物語を作ったが、自分も
そうなれるとよいと思った。

アンケートの結果（1）

	よい	まあまあよい	普通	あまりよくない	非常に悪い
体調（開始時）	1	4	0	7	0
精神的（開始時）	2	3	1	4	2
体調（終了時）	0	4	4	1	0
精神的（終了時）	0	3	3	3	0

アンケートの結果（2）

	よかった	まあまあよかった	ふつう	あまりよくなかった
このグループを受けて	5	3	1	0

アンケートの結果（3）

	成育歴 ほとんど振り返っていない	成育歴 少しは振り返っている	成育歴 かなり振り返っている
開始時	1	5	6

アンケートの結果（４）

	昔のこと思い出すとつらくてたまらなくなる	昔のこと思い出すとかなりつらくなる	昔のこと思い出すとあまりつらくならない
開始時	2	4	6

アンケートの結果（５）

	現在の生活の中で大変なストレスがある	現在の生活の中でストレスがある	現在の生活の中で比較的落ち着いている
開始時	4	4	4

アンケートからの感想（全体を通して）

- ・ もややもした気持ちがだんだん整理された
- ・ 以前は黒い色でしか描けなかったが、今回はカラフルな色が使えるようになり、大きな変化
- ・ 楽しかった。作品にすることで自分を客観的に見れた
- ・ グリーフにはならなかったが、「作りたいのにやらない」自分から、「作る楽しさを味わえる」ようになった。
- ・ 表現することで自分のテーマが見えた
- ・ 子供のころの私は守られるべき存在だったと、当たり前に見えるようになった
- ・ 王子様を自分の中に見つけた
- ・ 作品を作っていた自分と今の自分が違うのは確かだ

アンケートから読み取れるもの

まず結果（１）であるが、開始時体調があまりよくないと答えている者（７名）が多かった。終了時には体調が、真ん中の「まあまあ」と「普通」に分布が多くなっていた。「普通」は０から４名に増えている。これは、プログラムが体とのつながりも促進し、体調の改善にもプログラムが貢献したのかもしれない。精神的には、非常に悪いと答えたものは２名から０名になっているが、「よい」は２名から０名に減っている。過去のつらい気持ちとも直

面するので、その影響があるのかもしれない。

開始時のアンケートで、現在に大変なストレスがあるものが4名あり、グリーンワークの第二段階に達していないものも多い。現在のストレスが多すぎると、過去を見ていく心理的エネルギーが充分なく、グリーンワークをすることで余計に具合が悪くなる可能性もある。ドクターからの許可を得ているのであるが、このアンケートを取ることで、セラピストは、その点にも配慮してメンバーを見守る。また昔のことを思い出すと、たまらなくつらくなる人たちについても、同様である。

5. 考察

このBクリニックのクローズドグループにおいて観察したことを述べたい。アート表現で自分を表現していくことで、言葉で語るだけでは気づかなかったことに気づいたり、また自分の変化・成長を作品から確認できる効果があった。時には自分の課題や問題が作品に現れることもあり、それを受け入れるのに時間がかかる場合もあった。過去のトラウマが表現された場合、作品の芸術性（色や形、ニュアンス、純粋性）によりインパクトが言葉より緩和される場合が多く、また生起したテーマを継続的に作品とすることで、統合整理されていく過程も観察された。

このプログラムにおいてはグリーンワークという枠組みで行われたが、どのようなグリーンワークにおいても、現在グリーンワークを行うのに適しているか（現実の生活の安定や心の準備等）を検討する必要がある。その上で表現されたものを常に言葉のレベルに還元し、作品に表れたものを消化していくプロセスが大切と思われる。グリーンワーク（性的虐待、災害被害、PTSD）においてアートセラピーは多く用いられており、無意識の内容にアクセスできること、アート表現を通してその内容を消化統合できることが長所としてあげられる。また、アート表現により心のリソースや豊かさに触れることができ、グリーンワークの辛さを和らげることができる。

精神科での表現アートセラピーを用いてのグリーンワークにおいては、言葉でしっかりと自分を捉えるプロセスが大切と思われた。もちろん、アート

表現や体験を言葉のレベル（意識）に還元し、統合整理することは、精神科だけに限らず重要なことである。精神科においては、ある程度自分の過去や成育史を言葉で語り整理した段階で、表現アートを導入していくことが好ましいと思われる。しかしながら患者さんによっては、言葉から自己を省みることが難しい方もいる。言葉が上滑りして、真の自己に触れることが難しい場合もある。そのような方には、絵を描くことなどから過去を紐解き、そこから言葉に入っていくことがよい結果を生むこともある。

また、回復にとって、希望や未来の自分のイメージ（こうなりたい自分）を持つことが重要と思われる。言葉よりもイメージで表現しやすいのが、アート表現の特徴である。この利点を利用し、プログラムの中で未来のよいイメージを持てるように導入することが、大切と思われる。現在の安全性が確保され、過去を想起し、未来へ向かうという流れである。

特に精神科でのグリーフワークでの留意点として、以下の点があげられる。

- ・安全を確保するためのセラピストのリーダーシップと場の設定
- ・やりたくないことはやらない権利の強調
- ・成育史や過去の振り返りなど理解枠の確立
- ・現在の体調やストレスなどの検討
- ・過去の振り返りとともに自己の欲求に気づき未来への希望や展望をもつ

（本稿は、2006年日本人間性心理学会での発表を基にしている）

〈参考文献〉

- Bradshaw, J. (1990) Homecoming. Bantam Books. 新里里春監訳 (2001) インナーチャイルド—本当のあなたを取り戻す方法. NHK出版.
- Cameron, J. (1992) The Artist's Way : A Spiritual Path to Higher Creativity. Jeremy P, Tarcher/Putnam.
- Capacchione, L. (1989) The Creative Journal : The Art of Finding Yourself. New Castle Publishing.
- Gardner, H. (1993) Multiple Intelligences. Basic Books. 黒上晴夫監訳 (2003) 多元的知能の世界. 日本文教出版.
- Herman, J. L. (1993) Trauma and Recovery. Basic Books. 中井久夫訳 (1996)

- 心的外傷と回復. みすず書房.
- Knill, P. J., Barba, H. N., and Fuchs, M. N. (1995) *Ministrels of Soul : Intermodal Expressive Therapy*. Palmerston Press.
- Levine, S. K. and Levine E. G. Edited (1999) *Foundations of Expressive Arts Therapy : Theoretical and Clinical Perspectives*. Jessica Kingsley Publishers.
- Levine, S. K. (1992) *Poiesis : The language of Psychology and the Speech of the Soul*. Palmerston Press.
- Malchiodi, C. Edited (2005) *Expressive Therapies*. The Guilford Press
- McNiff, S (1981) *The Arts and Psychotherapy*. Charles C. Thomas.
- McNiff, S (1992) *Arts as Medicine : Creating a Therapy of the Imagination*. Shambhala.
- 村山正治編 (2003) 現代のエスプリ別冊 ロジャーズ派の現在.
- 小野京子 (2005) 表現アートセラピー入門. 誠信書房.
- Oldham J., Key, T., and Starak, I. Y. (1978) *Risking Being Alive*. Oldham, Key, Starak & PIT Publishing. 岡野嘉宏訳 (1992) *ゲシュタルトセラピー : 自己との対話*. 社会産業教育研究所.
- Rogers, N. (1993) *The Creative Connection : Expressive Arts as Healing*. Science & Behavior Books. 小野京子・坂田裕子訳 (2000) *表現アートセラピー*. 誠信書房.
- Rubin, J. A. Edited (1987) *Approaches to Art Therapy : Theory and Technique*. Brunner/Mazel.
- 徳田良仁監訳 (2001) *芸術療法の理論と技法*. 誠信書房.
- Rubin, J. A. (1999) *Art Therapy : An Introduction*. Brunner/Mazel.
- Samuels, M. and Lane, M. R. (1998) *Creative Healing*. Harper San Francisco.
- Silverstone, L. (1993) *Art Therapy : The Person-Centered Way*. Jessoca kingsley Publishers.
- Stone, H. and Winkelman, S. (1989) *Embracing Ourselves : The Voice Dialog Manual*. New World Library.
- アレクサンダー・ローエン (1994) *からだのスピリチュアリティ*. (村本詔司・国永史子訳) 春秋社.
- 竹内敏晴 (1988) *ことばがひらかれるとき*. 筑摩書房.
- 徳田良仁・大森健一・飯森真喜雄・中井久夫・山中康裕監修 (1998) *芸術療法 1・2*. 岩崎学術出版会.