

THERAPEUTIC POWER OF LITERARY TEXTS: A LITERATURE REVIEW OF DEFINITIONS OF BIBLIOTHERAPY

Dinh Thu Thao^{1*}, Nguyen Thi Thu¹

Received: April 19, 2025

Revised: June 18, 2025; Accepted: June 18, 2025

ABSTRACT

This study provides a systematic overview of the definitions of bibliotherapy from various fields and contexts to establish a comprehensive approach and arrive at a universal definition for this concept. The research findings indicate that, despite variations in terminology and application, the definitions consistently involve the use of literary texts in various forms -such as books, stories, poetry, lyrics, scripts, or word performances - as tools for psychological prevention and intervention. This process is facilitated by trained therapeutic professionals who provide guidance, direction, and coordination at different levels. The study also reinforces the interdisciplinary nature of bibliotherapy, rooted in the intersection of psychology and literary arts. Additionally, the paper suggests the term “liệu pháp thư ngôn” as an alternative Vietnamese translation of the term “bibliotherapy”, with the goal of establishing a unified definition to standardize the theoretical foundation, practice procedures, and professional qualifications for bibliotherapy practices in Vietnam.

Keywords: *arts therapy; bibliotherapy; book therapy; interdisciplinary approach; literary texts; literature; psychology.*

¹ Hanoi National University of Education.

* Corresponding author

Email: greenie.dinh@gmail.com

SỨC MẠNH TRỊ LIỆU CỦA VĂN BẢN VĂN HỌC: TỔNG QUAN ĐỊNH NGHĨA VỀ LIỆU PHÁP THƯ NGÔN

Đinh Thu Thảo^{1*}, Nguyễn Thị Thu¹

Ngày nhận bài: 19 tháng 4 năm 2025

Ngày nhận bài sửa: 18 tháng 6 năm 2025; Ngày duyệt đăng: 18 tháng 6 năm 2025

TÓM TẮT

Nghiên cứu tập hợp, phân tích tổng quan các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn dưới góc nhìn đa lĩnh vực, đa bối cảnh, nhằm xác lập một cách tiếp cận toàn diện và đưa ra một định nghĩa phổ quát về khái niệm này. Kết quả nghiên cứu cho thấy, mặc dù tồn tại sự khác biệt trong thuật ngữ và phạm vi ứng dụng, các định nghĩa đều thống nhất ở điểm cốt lõi là việc sử dụng văn bản văn học dưới nhiều hình thức – từ sách (bao gồm cả truyện, thơ) đến ca từ, kịch bản hay các sản phẩm trình diễn ngôn từ – như một công cụ phòng ngừa, can thiệp tâm lý, dưới sự chỉ định, điều phối ở các mức độ khác nhau của một chuyên gia trị liệu được đào tạo bài bản. Nghiên cứu cũng khẳng định bản chất liên ngành của liệu pháp thư ngôn dựa trên nền tảng giao thoa giữa tâm lý học và văn học nghệ thuật; đồng thời đề xuất thuật ngữ “liệu pháp thư ngôn” thay thế cho thuật ngữ “liệu pháp đọc sách”, từ đó tiến tới xác lập một định nghĩa thống nhất, nhằm chuẩn hóa cơ sở lý luận, quy trình thực hành và điều kiện chuyên môn cho hoạt động trị liệu thư ngôn tại Việt Nam.

Từ khóa: liệu pháp đọc sách; liệu pháp thư ngôn; tâm lý học; tiếp cận liên ngành; trị liệu nghệ thuật; trị liệu thư ngôn; văn bản văn học.

¹ Đại học Sư phạm Hà Nội

* Tác giả liên hệ

Email: greenie.dinh@gmail.com

1. GIỚI THIỆU

Kể từ thời cổ đại, khi con người bắt đầu sử dụng ngôn ngữ, chữ viết như một công cụ giao tiếp, tư duy và tác động vào thực tại, ngôn từ nghệ thuật dưới dạng thơ ca, văn chương, hùng biện v.v. đã trở thành một trong những phương thức phản ánh trực tiếp các giá trị tinh thần của nhân loại. Dưới hình thức truyền miệng, các thể loại văn học dân gian như thần thoại, truyền thuyết, sử thi, ca dao, thành ngữ, tục ngữ đã góp phần truyền dạy các kinh nghiệm lao động, nguyên tắc ứng xử, chuẩn mực đạo đức, giá trị văn hoá từ thế hệ này qua thế hệ khác. Do gắn liền với các sinh hoạt tín ngưỡng, tâm linh, ở nhiều nền văn hoá, nghệ thuật ngôn từ còn được sử dụng như một liệu pháp tâm lý cổ xưa mang tính tự phát, nhằm hỗ trợ con người trong việc điều hướng hành vi, cảm xúc, nuôi dưỡng sức khoẻ tinh thần (Jack và Ronan 2008: 161 - 162). Khởi thủy là lời, ngôn ngữ nói và viết từ lâu đã được coi như “hai trong số những công cụ có ảnh hưởng nhất đối với việc chữa lành và thay đổi tình trạng của con người” (Jack và Ronan 2008: 161).

Không thể phủ nhận, ngôn từ nói chung và ngôn từ nghệ thuật nói riêng, luôn đóng một vai trò quan thiết và mang lại những tác động sâu sắc đối với tâm lý con người xuyên suốt nhiều thời đại. Nhận thức được điều đó, một đội ngũ lớn các nhà tâm lý học, tâm thần học, giáo dục học, khoa học thư viện, v.v. – những người công tác trong các lĩnh vực liên quan tới hướng dẫn và phát triển tâm lý người, đã tiến hành nhiều nghiên cứu nhằm tìm hiểu về vai trò, nguyên lý, cách thức ứng dụng sách và các loại hình văn bản trong trị liệu tâm lý và chăm sóc sức khoẻ tâm thần của con người. Hiện nay, các liệu pháp tâm lý dựa trên sách và ngôn từ nghệ thuật ở phương Tây đã và đang phát triển mạnh mẽ, với hàng nghìn

công trình nghiên cứu từ tổng quan đến thực nghiệm, về hoạt động đọc sách hư cấu, phi hư cấu trong nhiều bối cảnh hỗ trợ và can thiệp khác nhau. Tìm kiếm từ khoá liên quan đến liệu pháp thư ngôn trên hệ thống Google Scholar cho ra khoảng 34.000 kết quả. Điều đó cho thấy, liệu pháp này ngày càng nhận được nhiều sự quan tâm từ các học giả trên thế giới.

Tuy nhiên, việc ứng dụng sách và văn bản ngôn từ như một liệu pháp tâm lý đến nay vẫn còn gây nhiều tranh cãi trong giới học thuật, do chưa có sự thống nhất về mặt thuật ngữ, giới thuyết khái niệm, chuẩn hoá quy trình và công cụ đo lường thực nghiệm. Marrs (1995) tổng hợp các quan điểm của Atwater và Smith (1982), Smith và Burkhalter (1987), Starker (1988) và đi đến nhận định rằng: “phần lớn các bác sĩ lâm sàng đều khuyến nghị liệu pháp đọc sách và họ tin rằng liệu pháp này hữu ích cho thân chủ của mình”, mặc dù điều này chủ yếu “dựa trên trực giác lâm sàng nhiều hơn là bằng chứng thực nghiệm” (Marrs 1995: 843 - 844). Song bất chấp những thách thức đó, các nỗ lực định nghĩa, khu biệt liệu pháp thư ngôn như một phương thức trị liệu tâm lý – giáo dục có tính độc lập tương đối so với các loại hình trị liệu dựa trên ngôn ngữ và nghệ thuật khác, đồng thời lượng hoá kết quả ứng dụng văn bản ngôn từ trong hỗ trợ, chăm sóc sức khoẻ tâm thần trên nhiều đối tượng khác nhau vẫn đang được tiến hành rộng rãi ở nhiều quốc gia trên thế giới. Hầu hết các kết quả nghiên cứu hiện nay đều cho thấy hiệu quả khả quan của liệu pháp đọc sách và ứng dụng văn học nghệ thuật đối với việc cải thiện tình trạng sức khoẻ tâm thần, bồi dưỡng và phát triển nhân cách con người ở nhà trường, gia đình, thư viện, bệnh viện và phòng khám tâm lý (Spencer 2013: 3 - 4), (Moy 2017: 15), (Wideman 2019: 1 - 2), (McLaine 2021: 1 - 3), (Zheng Xu và cộng sự 2023: 2728 - 2742).

Tại Việt Nam, việc nghiên cứu về khả năng ứng dụng văn bản văn học trong chăm sóc sức khỏe tinh thần là một lĩnh vực hoàn toàn mới mẻ. Năm 2010, tác giả Nguyễn Công Phúc công bố bài báo “Liệu pháp đọc sách trong hoạt động thư viện” trên *Tạp chí Thư viện Việt Nam*, qua đó giới thiệu sơ lược về tên gọi, lịch sử và hiện trạng của liệu pháp đọc sách ở một số nước trên thế giới, đồng thời đưa ra các lập luận liên quan đến tác dụng trị liệu của sách và đề xuất mở rộng, thúc đẩy việc ứng dụng liệu pháp này trong hệ thống thư viện tại Việt Nam. Tuy nhiên, bài báo chỉ mang tính dẫn nhập sơ lược, chưa cung cấp được nền tảng cơ sở lý luận và thực tiễn của liệu pháp này; đồng thời còn tồn tại một số bất cập về mặt thuật ngữ.

Xã hội hiện đại phát triển, nhu cầu về chăm sóc sức khỏe tinh thần của người dân Việt Nam ngày càng tăng cao, kéo theo sự bùng nổ các trào lưu chữa lành và giáo dục trị liệu, gắn liền với các dự án đọc, viết sáng tạo, đã trở nên rất phổ biến trong thời gian gần đây. Tuy nhiên, những mô hình này đều chưa thiết lập được một nền tảng khoa học đầy đủ cho các thực hành có tính trị liệu của mình. Trong khi đó, việc định hình cơ sở lý thuyết và đo lường hiệu quả thực nghiệm ở bối cảnh Việt Nam, lại là điều vô cùng quan thiết, bởi nó ảnh hưởng trực tiếp tới sức khỏe và quyền lợi chính đáng của những người sử dụng dịch vụ, cũng như đóng góp cho sự phát triển của hệ thống giáo dục – y tế nước ta hiện nay.

Do vậy, nghiên cứu này được tiến hành nhằm định nghĩa, giới thiệu khái niệm, và đề xuất sử dụng một thuật ngữ chỉ chung các liệu pháp tâm lý – giáo dục dựa trên hoạt động đọc, thảo luận và làm việc với văn bản văn học dưới nhiều dạng thức tồn tại, gọi là “liệu pháp thư ngôn”. Qua đó, nghiên cứu sẽ góp phần đặt nền móng sơ

khởi để xây dựng cơ sở lý thuyết, mở đường cho việc hình thành quy trình ứng dụng, thiết kế mô hình thực hành liệu pháp thư ngôn trong bối cảnh Việt Nam.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp tiếp cận nghiên cứu

Nghiên cứu vận dụng linh hoạt hệ quy chiếu và tri thức liên ngành về Tâm lý học, Giáo dục học, Ngôn ngữ học, Văn học, v.v. để giải quyết các vấn đề lý luận và thực tiễn liên quan đến định nghĩa về liệu pháp thư ngôn. Tiếp cận liên ngành cho phép nghiên cứu khai thác những khía cạnh chung và riêng thuộc các lĩnh vực nói trên nhằm phân tích, lý giải, đánh giá, phản biện các quan điểm xoay quanh việc định nghĩa khái niệm liệu pháp thư ngôn tại Việt Nam và trên thế giới.

2.2. Phương pháp triển khai nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp thu thập, thống kê, phân loại và xử lý dữ liệu từ 240 công trình nghiên cứu tổng quan (literature review) trên hệ thống Google Scholar, với từ khoá tìm kiếm “bibliotherapy”. Trong đó bao gồm 177 bài báo khoa học và 63 luận văn thạc sĩ, luận án tiến sĩ, chương sách và sách chuyên khảo; 87 bài báo thuộc hệ thống ISI - Scopus, 17 bài báo thuộc hệ thống Scopus và 136 tài liệu không thuộc hai hệ thống trên.

So với các cơ sở dữ liệu chuyên ngành khác như PsycINFO, PubMed, JSTOR, Google Scholar là một hệ thống mở với lượng dữ liệu đồ sộ, dễ dàng tiếp cận các nguồn thông tin phong phú từ những công trình học thuật đa dạng trên thế giới, đặc biệt là những công trình có tính liên ngành về liệu pháp thư ngôn. Bên cạnh đó, số lượng bài báo đăng trên các tạp chí chuyên ngành thuộc hệ thống ISI - Scopus cũng

chiếm tỉ trọng lớn (49,15%), cho thấy dữ liệu có độ tin cậy cao và đạt chất lượng tốt. Viện Thông tin khoa học Hoa Kỳ (“Institute for Scientific Information” – ISI) đã tuyển chọn kĩ lưỡng để đưa vào cơ sở dữ liệu của mình khoảng 10.000 tạp chí khoa học uy tín, dựa trên những tiêu chí đánh giá khắt khe. Hệ thống Scopus của Nhà xuất bản Elsevier (Hà Lan) cũng là một cơ sở uy tín với hơn 30.000 tạp chí thuộc lĩnh vực Y tế, Nghệ thuật, Khoa học Xã hội và Nhân văn, được xét duyệt theo các tiêu chuẩn nghiêm ngặt. Bởi vậy, trọng tâm lý thuyết của những tài liệu này đã được kiểm chứng, công nhận bởi các học giả tới từ các viện nghiên cứu, các trường đại học lớn trên thế giới, thông qua những tạp chí đầu ngành.

Ở khâu kế tiếp, phương pháp nghiên cứu tài liệu, phân tích văn bản được sử dụng nhằm tổng hợp, hệ thống hoá, nhận xét và đánh giá các cách định nghĩa về liệu pháp thư ngôn, thuộc hệ thống tài liệu đã được xử lý, phân loại. Bằng việc đọc, tìm kiếm và tập hợp các quan điểm chia sẻ chung từ khoá, cách thức lập luận, diễn giải, kết luận, nhóm tác giả tiến hành phân nhóm quan điểm, thảo luận về ưu điểm, nhược điểm của từng nhóm, từ đó đề xuất và bảo vệ quan điểm định nghĩa mới về liệu pháp thư ngôn.

Cuối cùng, nhóm tác giả củng cố lập luận, nhấn mạnh đóng góp của nghiên cứu đối với việc giới thiệu, định hình một liệu pháp tâm lý – giáo dục mới trong bối cảnh Việt Nam dựa trên nền tảng khoa học từ các tài liệu tổng quan trên thế giới.

Trong khuôn khổ nghiên cứu, nhóm tác giả chỉ tập trung làm rõ một khía cạnh lý thuyết then chốt của liệu pháp thư ngôn, đó là định nghĩa về liệu pháp, dựa trên việc phân tích các thuật ngữ, khái niệm và đề xuất định nghĩa mới theo những kết quả phân tích đã có. Do vậy, các vấn đề thực hành, bao gồm dữ liệu về tính khả thi, quy

trình và mô hình thực nghiệm cũng như các trường hợp và kinh nghiệm thực tiễn quốc tế, sẽ chưa được đề cập, phân tích cụ thể ở nghiên cứu này.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Tính phức tạp của việc định nghĩa liệu pháp thư ngôn

Yếu tố được đề cập trong phần mở đầu của hầu hết các nghiên cứu định nghĩa về liệu pháp thư ngôn chính là tính phức tạp của việc xác lập một khái niệm thích hợp về liệu pháp này. Các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn luôn có sự co giãn phức tạp về mặt nội hàm và ngoại diên, tồn tại trong mối liên hệ phức tạp với các thuật ngữ khác liên quan đến trị liệu ngôn ngữ và văn học - nghệ thuật. Điều này không những xuất phát từ sự đa dạng của loại hình văn bản, thể loại văn học, phong cách ngôn ngữ của tác phẩm dùng trong trị liệu, mà còn tới từ sự phong phú, sinh động của toàn bộ thực tiễn ứng dụng văn bản ngôn từ ở các lĩnh vực, bối cảnh trị liệu khác nhau.

Sau quá trình khảo sát, đánh giá tổng quan tài liệu, Randie (2015) đi đến kết luận rằng, “liệu pháp thư ngôn” là một thuật ngữ không dễ định nghĩa và thường được mô tả là một thuật ngữ “có vấn đề” (2015: 8). Nghiên cứu của Randie (2015) cũng chỉ ra rằng, ngay từ năm 1978, Glasgow và Rosen đã phát hiện ra sự không nhất quán trong việc sử dụng thuật ngữ về “liệu pháp thư ngôn”, đồng thời đề xuất rằng những người nghiên cứu, thực hành nên tổ chức các cuộc thảo luận sâu hơn để tìm ra một định nghĩa thống nhất (Randie 2015: 8 - 9). “Những nỗ lực tận tâm đã được thực hiện để định nghĩa thuật ngữ này, song thực tế cho thấy, việc thảo luận về liệu pháp thư ngôn vẫn là một hoạt động khó nắm bắt, vô hình và rất phức tạp” (McLaine 2021: 15). Đánh giá này còn được lặp lại trong nhiều nghiên cứu khác về

liệu pháp thư ngôn. Hầu hết các tác giả đều cho rằng đây là một khoa học mới mẻ, do đó không có gì ngạc nhiên khi đã và đang tồn tại rất nhiều ý kiến trái chiều về nó, từ việc xác định thuật ngữ cho tới xây dựng khung lý thuyết và thực hành (Beatty 1962: 106 – 114), (MacLaine 2021: 14 - 15).

Lý giải nguyên nhân dẫn đến sự phức tạp và không đồng bộ về cách định nghĩa nói trên, các nhà nghiên cứu đều có sự đồng thuận về quan điểm, liệu pháp thư ngôn là một liệu pháp có tính liên ngành, nghiên cứu lý thuyết và ứng dụng thực hành của nó chịu ảnh hưởng từ rất nhiều lĩnh vực khoa học - nghệ thuật với những bối cảnh đa dạng, bao gồm Y học, Giáo dục, Tâm lý học, Văn học, Chăm sóc sức khỏe, Dịch vụ nhân đạo, Khoa học thư viện - thông tin và các khoa học xã hội khác (Randie 2015: 8 - 9), (Wideman 2019: 1). Có thể thấy, liệu pháp thư ngôn nhận được sự quan tâm rộng rãi từ tất cả những người hành nghề trong các lĩnh vực có tính chất hướng dẫn và hỗ trợ, bao gồm các chuyên gia thư viện, các bác sĩ, nhân viên y tế, các nhà tâm lý học, chuyên gia tham vấn – trị liệu, nhân viên công tác xã hội, v.v. (Pehrsson và McMillen 2005b: 3 - 5). Mặc dù liệu pháp thư ngôn (“bibliotherapy”) là thuật ngữ được sử dụng phổ biến nhất ở hầu hết các tài liệu, song tương ứng với mỗi bối cảnh sử dụng, các tác giả lại đưa ra những tên gọi khác nhau về liệu pháp này như “tư vấn thư ngôn” (“bibliocounseling”), “giáo dục thư ngôn” (“biblioeducation”), “tâm lý thư ngôn” (“bibliopsychology”), “liệu pháp thư viện” (“library therapeutics”), “liệu pháp văn học” (“literatherapy”), “liệu pháp đọc sách” (“reading therapy”, “book therapy”), “đọc có hướng dẫn” (“guided reading”), “hướng dẫn thư ngôn” (“biblioguidance”) (Riordan và Wilson 1989: 506), (Piercy 1996: 15), (Debbie 2012: 23 - 24), (Pehrsson và

McMillen 2005a: 48), (Randie 2015: 8), (Yontz-Orlando 2017: 68).

Bên cạnh tính chất liên ngành phức tạp đó, lý do dẫn tới những khó khăn, thách thức trong việc định nghĩa liệu pháp thư ngôn còn bắt nguồn từ sự “thiếu giao tiếp giữa các lĩnh vực”, sự làm việc độc lập riêng rẽ mà không có tính gắn kết, thảo luận để đưa ra những quan điểm chung (Randie 2015: 8 - 9). Bởi vậy, mặc dù được thảo luận từ nhiều góc độ khác nhau, mỗi lĩnh vực đều bàn luận rất sôi nổi và đưa ra các quan điểm riêng của mình, thì việc không có một định nghĩa chung về liệu pháp thư ngôn vẫn dẫn tới những tranh cãi về nguyên tắc, quy trình thực hành, điều kiện áp dụng trong từng bối cảnh thực tiễn sinh động (Wideman 2019: 1 - 2).

Hơn nữa, sự khác biệt trong cách giới thuyết khái niệm, định nghĩa về liệu pháp thư ngôn còn nằm ở những yếu tố nhỏ nhất của quy trình thực hành, điển hình là việc lựa chọn sách, xác định thể loại văn học và kiểu văn bản phù hợp với đối tượng, mục đích sử dụng. Một số định nghĩa chỉ giới hạn ngoại diên ở thể loại văn học phi hư cấu và sách tự lực (self-help), trong khi các định nghĩa khác, với nội hàm rộng hơn, lại khuếch đại phạm vi tài liệu dùng trong liệu pháp thư ngôn, bao gồm cả sách văn học hư cấu như thơ, tiểu thuyết, thậm chí rộng hơn nữa là các tác phẩm văn học với kết hợp với các loại hình nghệ thuật khác, như truyện tranh, truyện đồ hoạ v.v. (Randie 2015: 11).

3.2. Các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn hiện nay

3.2.1. Các định nghĩa phân tích từ nguyên “bibliotherapy”

Hầu hết các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn đều đi từ phân tích từ nguyên để lý giải nội hàm của khái niệm này.

“Bibliotherapy” được kết hợp bởi hai từ tiếng Anh có nguồn gốc từ tiếng Hy Lạp – La Mã: “biblio” và “therapy”. Trong đó, “biblio” (βιβλίον, phiên âm Latin: “biblío”) có nghĩa là “sách”, về sau biến đổi thành từ “bible”, dùng để chỉ Kinh Thánh. “Biblio” cũng xuất hiện như một thành tố trong từ “bibliography”, nghĩa đen là “viết sách”. “Therapy” (θεραπεία, phiên âm Latin: “therapeo/therapeia”) nghĩa là “trị liệu”, “liệu pháp”, “điều trị y khoa”, “chữa lành” (Cohen 1992: 1), (Nguyễn Công Phúc 2010: 21), (Strobel 2011: 55), (Debbie 2012: 23), (Wideman 2019: 1), (Mclaine 2021: 1), (Huff 2024: 23). Từ những phân tích này, các tác giả đi đến kết luận rằng, “bibliotherapy” là một thuật ngữ chỉ việc sử dụng sách và tổ chức hoạt động đọc sách nhằm hỗ trợ, chăm sóc sức khỏe tinh thần. Nguyễn Công Phúc (2010) đã dịch thuật ngữ “bibliotherapy” ra tiếng Việt là “liệu pháp đọc sách” hay “trị liệu bằng sách”, với nội hàm tương tự (Nguyễn Công Phúc 2010: 21).

Bên cạnh đó, các nghiên cứu lý giải thuật ngữ “bibliotherapy” bằng phương pháp từ nguyên cũng viện dẫn ba mốc thời gian quan trọng của tiến trình ghi nhận “bibliotherapy” như một liệu pháp tâm lý trong các văn bản, thư tịch đầu thế kỷ XX. Mốc thứ nhất là năm 1916, thuật ngữ “bibliotherapy” lần đầu xuất hiện trên tạp chí Atlantic Monthly của Mỹ, khi Samuel Crothers, một nhà văn kiêm mục sư người Mỹ thuộc phong trào Nhất vị luận (Unitarianism) kết hợp các từ tiếng Hy Lạp để mô tả một phương pháp trị liệu tâm lý, trong đó tác phẩm văn học được các bác sĩ, mục sư “kê đơn” như một loại thuốc cho nhiều vấn đề tâm bệnh của người dân, khi họ tìm kiếm các giải pháp tâm lý tại bệnh viện, nhà thờ; đồng thời mô tả sơ lược quá trình sử dụng văn học để kết nối những người gặp rắc rối về tinh thần với nhau

(Crothers 1916: 291), (Sclabassi 1973: 71), (Cohen 1992: 1), (Pehrsson và McMillen 2007: 1), (Debbie 2012: 23), (Mclaine 2021: 1). Mốc thứ hai là năm 1941, định nghĩa từ điển sớm nhất về “bibliotherapy” lần đầu tiên xuất hiện trong ấn bản thứ 11 của Dorland's Illustrated Medical Dictionary, được xác định là liệu pháp sử dụng sách và đọc sách trong điều trị các bệnh thần kinh (Sclabassi 1973: 71), (Debbie 2012: 23). Mốc thứ ba là năm 1961, định nghĩa về bibliotherapy của từ điển Webster's Third New International Dictionary chính thức được Hiệp hội Thư viện Hoa Kỳ (ALA) chấp nhận, và “bibliotherapy” được công nhận như một liệu pháp điều trị bổ sung trong y học và tâm thần học, “cũng như hướng dẫn giải quyết các vấn đề cá nhân thông qua việc đọc có định hướng” (Gove 1961: 212), (Lindeman và Kling 1968: 36), (Sclabassi 1973: 71), (Debbie 2012: 23).

3.2.2. Các định nghĩa tập trung vào chức năng hỗ trợ và trị liệu tâm lý của văn bản văn học

Liệu pháp thư ngôn thường được dùng để chỉ việc sử dụng sách và văn bản văn học thuộc bất kỳ thể loại nào vào mục đích trị liệu tâm lý, ở các cấp độ can thiệp khác nhau, nhằm giúp con người đối phó với những thách thức về tâm bệnh, cảm xúc xã hội, học tập và những vấn đề khác trong cuộc sống (Cohen 1992: 1 - 3), (Debbie 2012: 23 - 34), (Randie 2015: 8 - 14), (Mclaine 2021: 1 - 45). Mặc dù các định nghĩa hiện có đều nhấn mạnh vào chức năng hỗ trợ và trị liệu tâm lý của sách và đọc sách, song sự khác biệt về lĩnh vực nghiên cứu của các học giả đã dẫn tới sự phân hoá phức tạp trong quan niệm về nhóm chức năng được đề cập. Theo kết quả phân tích tài liệu, có thể chia thành ba nhóm định nghĩa liên quan tới chức năng hỗ trợ và trị liệu tâm lý của liệu pháp thư ngôn như sau:

Nhóm thứ nhất, các tác giả tập trung vào tác dụng hỗ trợ giải quyết các vấn đề đời sống, xã hội. Strobel (2011) dẫn lại quan điểm của Prater và cộng sự (2006) cho rằng, liệu pháp thư ngôn được định hình bởi quá trình “sử dụng sách để giúp mọi người giải quyết các vấn đề của họ” (Strobel 2011: 55). Spencer (2013) tổng hợp các quan điểm của Forgan (2002); Prater, Johnstun, Dyches và Johnstun (2006); Rapee, Abbott và Lyneham (2006) và định nghĩa liệu pháp thư tịch là việc sử dụng sách để giúp mọi người đối phó với những thách thức cá nhân, xử lý các tình huống khó khăn, thông qua việc giúp họ nâng cao nhận thức, hiểu biết sâu sắc về vấn đề mà họ gặp phải, từ đó thúc đẩy quá trình tư duy, thảo luận, tìm ra các chiến lược giải quyết vấn đề một cách thích hợp nhất (Spencer 2013: 3). Trong bối cảnh giáo dục, Renwick (2009) đã dẫn các quan điểm của Russell (1958) cho rằng liệu pháp thư ngôn còn sử dụng sách như một biện pháp can thiệp, giúp trẻ em “hiểu rõ hơn về bản thân và đối phó với các vấn đề hiện tại bằng cách cung cấp tài liệu có liên quan đến hoàn cảnh cá nhân và nhu cầu phát triển của trẻ vào thời điểm thích hợp” (Renwick 2009: 30). Các tác giả khi lập luận về chức năng hỗ trợ giải quyết vấn đề của liệu pháp thư ngôn thường mô tả đây là một liệu pháp “nhạy cảm và không xâm lấn”, “ít tốn kém về mặt tài nguyên” và “dễ tiếp cận hơn so với việc tiếp xúc với nhà trị liệu” (Furner và Kenney 2011: 5), (Spencer 2013: 3).

Nhóm thứ hai, các tác giả nhấn mạnh vào công dụng an ủi, xoa dịu, động viên tinh thần của sách và văn bản, qua đó hỗ trợ và thúc đẩy việc điều hoà cảm xúc, nhận thức, hành vi, phát triển trí tuệ cảm xúc, hướng đến sự trưởng thành trong cá tính và hoàn thiện về nhân cách. Các tác giả thuộc nhóm này tin rằng, đọc sách có thể là “một phương tiện để nuôi dưỡng đời sống nội

tâm, đạt được sự thông thái và an ủi trong những lúc đau khổ” (Lickorish 1975: 105). Hoagland (1972) nhận định, liệu pháp thư ngôn là liệu pháp tâm lý thúc đẩy “nỗ lực của một cá nhân nhằm tăng cường sức khỏe tinh thần và cảm xúc của mình, bằng cách đọc các tài liệu để đáp ứng nhu cầu, giảm bớt áp lực hoặc phát triển bản thân như một con người” (Hoagland 1972: 390). Randie (2015) trích dẫn mô tả của Corman (1975: 935) về liệu pháp thư ngôn, coi đây là phương pháp cho phép “người đọc chia sẻ hy vọng và nỗi sợ hãi với người khác, đồng thời nhận thức được những cảm xúc này là của riêng họ” (Randie 2015: 10). Bên cạnh điều hoà cảm xúc, Oppenheimer (2010) còn tập hợp các quan điểm của Berns (2003), Briggs và Pehrsson (2008), Malchiodi và Ginns-Gruenberg (2008: 169) và lập luận, thư ngôn là liệu pháp bổ trợ sử dụng sách hoặc câu chuyện nhằm thúc đẩy quá trình chữa lành thông qua những thay đổi về mặt hành vi (Oppenheimer 2010: 21). Spencer (2013) sau khi nghiên cứu, tổng hợp các quan niệm về liệu pháp thư ngôn trong bối cảnh giáo dục của Shechtman (2000), Forgan và Gonzalez-DeHass (2004), Rapee và cộng sự (2006), Briggs & Pehrsson (2008), cũng chỉ ra rằng, liệu pháp này được ghi nhận về hiệu quả can thiệp đối với các vấn đề liên quan tới “kỹ năng xã hội”, “đau buồn”, “lo lắng” và “gây hấn” ở trẻ em (Spencer 2013: 4). Aiex (1993) và Randie (2015) trình bày quan điểm của Lenkowsky (1987), Adderholdt-Elliott và Eller (1989), Pardeck (1994), mô tả liệu pháp thư ngôn như là một phương thức sử dụng việc đọc để đối phó với các vấn đề về cảm xúc, từ đó tạo ra sự thay đổi, phát triển tích cực về cá tính, nhân cách (Aiex 1993: 1 - 2), (Randie 2015: 10).

Nhóm thứ ba, các tác giả kết hợp toàn bộ những quan niệm về liệu pháp thư ngôn nói trên để đề xuất ra một thuật ngữ có tính

phức hợp, nhấn mạnh đầy đủ các chức năng hỗ trợ sức khoẻ tinh thần của liệu pháp này. Hầu hết các nghiên cứu từ năm 1990 đến nay đều thuộc nhóm thứ ba, do các học giả đã tổng hợp, kế thừa nguồn tài liệu dồi dào từ quá trình nghiên cứu, phát triển lý thuyết lâu dài, song hành với những thực nghiệm đa dạng trong nhiều bối cảnh khác nhau. Nguyễn Công Phúc (2010) căn cứ vào *Từ điển giải nghĩa Thư viện học và Tin học Anh - Việt* của Hiệp hội Thư viện Hoa Kỳ, đưa ra định nghĩa về “liệu pháp đọc sách” bao gồm bốn yếu tố nội hàm, trong đó yếu tố thứ ba nhấn mạnh, “tác dụng của liệu pháp này là góp phần vào công việc trị liệu các chứng hỗn hợp tâm thần và cảm xúc, hay những trường hợp kém thích nghi xã hội” (Nguyễn Công Phúc 2010: 21). Davis (2017) cho rằng, định nghĩa toàn diện nhất về liệu pháp thư ngôn đến từ Cronje (1994: 121), người đã thu thập, phân loại và công bố bảy định nghĩa, tương ứng với bảy yếu tố thuộc nội hàm khái niệm liệu pháp thư ngôn, trong đó yếu tố (1), (2) và (7) cho thấy những ứng dụng phong phú của liệu pháp này đối với việc sử dụng sách và hoạt động đọc sách trong điều trị bệnh thần kinh ở bối cảnh lâm sàng, xây dựng các chương trình phòng ngừa ở trường học và cộng đồng về kiểm soát hành vi, cảm xúc và các vấn đề khác tùy theo nhu cầu, mục đích cụ thể (Davis 2017: 78).

3.2.3. Các định nghĩa tập trung vào mối liên hệ giữa người đọc và văn bản văn học

Một khía cạnh quan trọng trở đi trở lại trong các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn chính là việc tạo ra mối liên hệ giữa người đọc và văn bản tác phẩm, giúp người đọc nhận được sự đồng cảm thông qua các trải nghiệm tương tự với hành trình thử thách của nhân vật và những điều được phản ánh trong sách (Randie 2015: 10). Định nghĩa về cơ chế này của liệu pháp thư ngôn thường

được đưa ra trong các nghiên cứu về ảnh hưởng, vai trò của sách và việc đọc sách đối với quá trình phát triển của trẻ em và vị thành niên, cũng như việc sử dụng sách và thiết kế hoạt động đọc sách trong các chương trình phòng ngừa, giáo dục trị liệu diễn ra ở bối cảnh nhà trường và gia đình.

Theo phân tích của Randie (2015), nhóm tác giả Fassler (1978) và Amer (1999) coi liệu pháp thư ngôn là một thực hành tích hợp những hiểu biết về sự phát triển của trẻ em và kiến thức văn học thiếu nhi để thúc đẩy quá trình khơi gợi cảm xúc, trải nghiệm, giúp trẻ khám phá bản thân và làm chủ những tình huống thách thức, nhờ đó đem lại hiệu quả giáo dục cao hơn, khi trẻ tự liên hệ chính mình với các nhân vật trong sách (Randie 2015: 10). Markell và Markell (2008) cũng đồng tình với quan điểm này, khi cho rằng trẻ em và thanh thiếu niên thường có xu hướng đồng cảm với các nhân vật hư cấu trong sách, do đó, liệu pháp thư ngôn là liệu pháp mang lại trải nghiệm tương tự giữa trẻ và nhân vật, khiến các em chủ động học tập nhân vật để “đưa ra cách thức giải quyết cho vấn đề của mình”, chủ động hơn khi “đôi phó với các vấn đề tương tự trong cuộc sống” (Markell và Markell 2008: xiii). Morgan (1976) cũng dẫn lại định nghĩa của Lindahl và Koch (1952: 390) về liệu pháp thư ngôn như một hoạt động đọc sách mà “trong đó, trẻ em có thể nhận được trải nghiệm trị liệu tinh thần và cảm xúc thông qua việc đồng nhất mình với một nhân vật trong sách – vốn phải đối mặt với một vấn đề hoặc tình huống tương tự như em đang phải đối mặt” (Morgan 1976: 39).

Ở góc độ rộng hơn, các học giả không giới hạn ngoại diên của “liệu pháp thư ngôn” trong phạm vi văn học thiếu nhi hay sách dành cho thanh thiếu niên, mà mở rộng nội hàm của khái niệm này để bao quát được tất cả các thể loại văn học, văn bản

cũng như các loại sách và giá trị tương tự của nó với những đối tượng khác. Theo Hoagland (1972), cần mở rộng góc nhìn về khái niệm này, bởi liệu pháp thư ngôn vốn là một quá trình tương tác năng động giữa người đọc và văn bản, nhờ đó hình thành các tác động mang tính trị liệu (Hoagland 1972: 390 - 393). Quan điểm đó cho thấy, liệu pháp thư ngôn vừa mang tính phòng ngừa – giáo dục, vừa có thể tham gia vào quá trình điều trị – chữa lành. Cohen (1992) nhấn mạnh, trước khi cố gắng nghiên cứu sâu hơn và tìm ra một khái niệm về liệu pháp thư tịch, điều quan trọng nhất là phải hiểu được bản chất trải nghiệm của người đọc trong hiện tượng này (Cohen 1992: 2). Theo đó, liệu pháp thư ngôn chính là sự tương tác giữa người đọc và tài liệu đọc, hiệu quả trị liệu của nó nằm ở bản thân trải nghiệm đọc, thậm chí không cần có sự hướng dẫn hoặc can thiệp từ bên ngoài. Nói cách khác, liệu pháp thư ngôn hoàn toàn có thể trở thành một dạng thức “tự trị liệu” (self-therapy).

Về hiệu quả cụ thể do môi tương tác giữa người đọc và văn bản mang lại, Aiex (1993) phân tích quan điểm của Gladding & Gladding (1991) cho thấy, tiền đề căn bản của liệu pháp thư ngôn, bất kể ở bối cảnh nào, cũng chính là tạo ra sự đồng cảm giữa thân chủ và các nhân vật văn học có trải nghiệm giống họ. Mỗi liên hệ khăng khít đó giúp thân chủ giải tỏa cảm xúc, tìm ra hướng đi mới trong cuộc sống và khám phá những cách tương tác mới (Aiex 1993: 2). Aiex (1993), Oppenheimer (2010) cũng trình bày cách diễn giải của Hebert và Kent (2000), Collins, Furman và Russell (2005) và lập luận rằng, liệu pháp thư ngôn giúp một người đọc đang căng thẳng và cô đơn cảm thấy nhẹ nhõm vì họ không phải là người duy nhất phải đối mặt với vấn đề tương tự, nhờ đó giảm thiểu được cảm giác bị cô lập và tuyệt vọng, tìm lại sự bình tĩnh

và gián tiếp học cách đối phó, giải quyết vấn đề của mình thông qua quá trình theo dõi, đồng hành, suy ngẫm về cách nhân vật trong sách giải quyết vấn đề của họ (Aiex 1993: 2), (Oppenheimer 2010: 22, 35). Bên cạnh tác dụng điều hoà cảm xúc, Huff (2024) còn tổng hợp các quan điểm của Pardeck (1990), Afolayan (1992), De Vries và cộng sự (2017), Akgun và Benli (2019), Mehdizadeh và Khosravi (2020), Ginns-Gruenberg và Bridgman (2021), Rottenberg (2022) về khả năng điều chỉnh, thay đổi hành vi, cảm xúc, thái độ của người đọc nhờ hình thành mối tương tác với văn bản tác phẩm (Huff 2024: 1 - 23). Piercy (1996) dẫn lại định nghĩa sơ lược của Pardeck (1993: 2) về liệu pháp thư ngôn, cho thấy liệu pháp này có thể “đem lại sự tự kiểm tra và tự nhận thức” cho con người, thông qua “việc đọc bất kể nguồn nào” (Piercy 1996: 8).

3.2.4. Các định nghĩa tập trung vào vai trò của người hướng dẫn đọc văn bản văn học

Sự xuất hiện và vai trò của người hướng dẫn đọc sách là một yếu tố thường được đề cập trong các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn. Đối lập với các quan điểm cho rằng liệu pháp đọc sách mang yếu tố tự trị liệu, các nghiên cứu khác lại tuyên bố, tính tương tác giữa người đọc và tài liệu chỉ mang tính chất trị liệu khi có sự hướng dẫn từ một “bên thứ ba”, một người được đào tạo để đưa ra những chỉ dẫn có hiệu biết, hoặc giao các bài tập đọc, nhằm định hướng phiên trị liệu, giúp quá trình thực hiện liệu pháp đạt được hiệu quả cao nhất.

Nghiên cứu của Randie (2015) đã tập hợp được một số quan niệm từ các tác giả thuộc nhóm này, bao gồm Rubin (1981), Coleman và Ganong (1990), Johnson và cộng sự (2001), Hynes và Hynes-Berry (2012), Ogrenir (2013), cho rằng liệu pháp thư ngôn có thể được mô tả là phương pháp trị liệu mà một chuyên gia sử dụng tài liệu,

văn bản để hướng dẫn, hỗ trợ một người giải quyết vấn đề của họ (Ranide 2015: 10 - 11). Riordan và Wilson (1989) cũng định nghĩa liệu pháp thư ngôn là “việc sử dụng phương pháp đọc có hướng dẫn các tài liệu viết để hiểu hoặc giải quyết các vấn đề liên quan đến nhu cầu trị liệu của một người” (Riordan và Wilson 1989: 506). Nguyễn Công Phúc (2010) khi phân tích nội hàm khái niệm “liệu pháp đọc sách” cũng trình bày khía cạnh thứ hai là “việc sử dụng sách phải được tiến hành theo chương trình và phải được hướng dẫn” (Nguyễn Công Phúc 2010: 10). Với định nghĩa này, các tác giả tập trung vào vai trò và sự chủ động của người hướng dẫn đọc sách. Thay vì trao toàn quyền cho người đọc tự nhận thức và giải quyết vấn đề của họ qua quá trình tiếp nhận văn bản, quá trình trị liệu thư ngôn được xem như một quá trình giáo dục có hướng dẫn (Strobel 2011: 55).

Khía cạnh này trong nội hàm khái niệm thường được các tác giả nghiên cứu ứng dụng liệu pháp thư ngôn ở bối cảnh phát triển chú trọng phân tích. Bern (2003) và Oppenheimer (2010) định nghĩa liệu pháp thư ngôn là một quá trình tương tác giữa nhà trị liệu và trẻ em, hoặc trong một nhóm, trong đó văn bản được sử dụng như một tài liệu chung nhằm thúc đẩy sự hiểu biết và biểu đạt liên cá nhân, thông qua việc chia sẻ những trải nghiệm và cảm xúc được hình thành, phản chiếu từ nội dung tài liệu đó (Bern 2003: 326), (Oppenheimer 2010: 21). Foss (2010) diễn đạt lại quan điểm của Cook và cộng sự (2006) cho rằng, liệu pháp ngôn là biện pháp can thiệp giáo dục được tiến hành trong lớp học thông qua việc lựa chọn kỹ lưỡng, cẩn thận các cuốn sách phù hợp với học sinh, từ đó phục vụ tối ưu cho mục tiêu phát triển và thành tích của trẻ (Foss 2010: 3). Ediger (2004) coi liệu pháp thư ngôn là hoạt động dạy trẻ tiếp cận các tài liệu chứa đựng những chủ đề phức tạp,

giúp trẻ sử dụng chúng như một “nguồn tài liệu hướng dẫn” (Ediger 2004: 377 - 378).

Đặc biệt, các định nghĩa còn mô tả rõ, người hướng dẫn đọc sách phải là người được đào tạo chuyên sâu để thực hiện công việc này. Shrodes (1950) nhấn mạnh, quy trình tương tác năng động giữa người đọc và tài liệu cần diễn ra dưới “sự hướng dẫn của một người trợ giúp được đào tạo” (Shrodes 1950: 32). Mclaine (2021) tổng hợp các quan điểm của Neenan và Palmer (2012: xvi), Monroy-Fraustro và cộng sự (2021) và lập luận rằng, thư ngôn là một biện pháp can thiệp do chuyên gia y tế thực hiện trong bối cảnh lâm sàng, khi họ kê đơn sách cho bệnh nhân theo nguyên tắc của liệu pháp nhận thức hành vi (“cognitive behavioral therapy” - CBT) (Mclaine 2021: 1).

Cohen (1992) phân tích định nghĩa của Hynes và Hynes-Berry (1986) về liệu pháp thư ngôn, xác định đây là phương pháp “sử dụng tác phẩm văn học dưới sự hướng dẫn hoặc can thiệp của nhà trị liệu” để mang lại “tương tác có tính trị liệu giữa người đọc và người cung cấp dịch vụ theo hình thức nhóm hoặc cá nhân”, thông qua việc gợi ý, lựa chọn và đọc tác phẩm có “tiềm năng trị liệu” (Cohen 1992: 3). Theo đó, liệu pháp thư ngôn đã trở thành một động thái (dynamics) phức tạp bao gồm sự tương tác “ba chiều” giữa người đọc, người hướng dẫn và tác giả hàm ẩn trong văn bản ngôn từ. Các nghiên cứu khẳng định, bên cạnh sự đào tạo bài bản về chuyên môn, người hướng dẫn còn phải thiết lập được mối quan hệ năng động với thân chủ và người giám sát, thông qua các cơ chế phản hồi, đánh giá, báo cáo định kỳ như một phiên trị liệu hoàn chỉnh, bất kể bối cảnh thực hành liệu pháp là ở trường học, phòng khám hay bệnh viện (Lindeman và Kling 1968: 36 - 38), (Mclaine 2021: 14 - 15).

Davis (2017) tổng hợp các định nghĩa của Tews (1962), Rubin (1978), Cilliers (1980), Lundsteen in Cornett và Cornett (1980), Swart (1984) theo trích dẫn của Cronje (1994: 121), cho thấy liệu pháp này có tính năng động, bởi nó đòi hỏi việc “thảo luận với sự trợ giúp của người hướng dẫn” để phiên trị liệu được tổ chức dưới dạng một chương trình trải nghiệm, giáo dục hay truyền thông, “dựa trên sự đồng hóa các giá trị tâm lý, xã hội học, thẩm mỹ”, sử dụng văn bản in ấn hay dưới dạng thức khác, nội dung hư cấu hoặc phi hư cấu, tùy theo vấn đề cụ thể của người tham gia cũng như thời điểm thực hành (Davis 2017: 78).

4. THẢO LUẬN

Dễ nhận thấy, các định nghĩa trong khi tập trung vào chức năng, công dụng trị liệu hay một số nguyên lý thực hành của liệu pháp thư ngôn, đều nhấn mạnh một đặc tính quan trọng của liệu pháp này, đó là việc sử dụng ngôn từ văn học dưới dạng sách và văn bản, tài liệu trị liệu. Thông qua liệu pháp thư ngôn, văn học với tư cách là một môn nghệ thuật sử dụng chất liệu ngôn từ, chính thức trở thành một phương pháp trị liệu nghệ thuật, tương đương với các liệu pháp nghệ thuật khác như hội họa (art therapy), âm nhạc (music therapy) v.v. Randie (2015) sau khi phân tích tổng quan định nghĩa về liệu pháp thư ngôn đã đi đến kết luận, trong tất cả các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn thuộc nhiều lĩnh vực và bối cảnh sử dụng, luôn có một điều hiện diện trước tiên, đó chính là văn học với các thể loại đa dạng từ hư cấu (tiểu thuyết, thơ, lời bài hát v.v.) cho đến phi hư cấu (sách tự lực, các tài liệu hướng dẫn v.v.) (Raiden 2015: 11). Mặc dù còn tồn tại nhiều tranh cãi về mặt thuật ngữ, song “liệu pháp văn học” chính là tên gọi được sử dụng thay thế phổ biến trong số các tên gọi khác của liệu pháp thư ngôn, bởi liệu pháp này được quy định

bởi quá trình sử dụng sách, văn bản nói riêng và ngôn từ nghệ thuật nói chung, như một biện pháp can thiệp tâm lý, tâm thần (Aix 1993: 1 - 3), (Pardeck 1995: 83 – 87), (Raiden 2015: 8 - 11).

Các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn đã cho thấy, cơ chế trị liệu cốt lõi của liệu pháp này không chỉ bắt nguồn từ các học thuyết tâm lý lâm sàng, mà còn được xây dựng dựa trên các lý thuyết văn học, với hạt nhân là lý thuyết tiếp nhận. Quá trình đọc trị liệu về cơ bản chính là quá trình tiếp nhận tác phẩm văn chương, giúp người đọc soi chiếu, cộng hưởng cảm xúc và tìm ra các giải pháp cho vấn đề của bản thân thông qua việc “gặp gỡ”, đồng hành cùng các nhân vật trong tác phẩm, trò chuyện và giao tiếp nghệ thuật với cái “tôi” tác giả. Dầu có hay không có sự tham gia của người hướng dẫn, thì những thay đổi về cảm xúc, hành vi đều là kết quả của hoạt động tiếp nhận và xử lý các tác động tinh thần mà văn học khơi dậy trong tâm trí người đọc; mặc dù vai trò điều phối của nhà trị liệu là cần thiết ở những bối cảnh đặc thù.

Bên cạnh đó, các định nghĩa về liệu pháp thư ngôn còn chứng tỏ một chức năng rất quan trọng của văn học trong trị liệu tâm lý – giáo dục, đó là cung cấp công cụ trực quan (sách và văn bản tác phẩm) cho quá trình thực hành liệu pháp. Mcardle và Byrt (2001) phân tích các quan điểm về thể loại văn bản, tác phẩm văn học được sử dụng trong trị liệu thư ngôn và đưa ra nhận định, đó có thể là những từ ngữ trên giấy hoặc trên màn hình thiết bị điện tử, tạo thành một văn bản có thể đọc được, dưới dạng văn xuôi hoặc thơ, song cũng có thể là các tài liệu nghe - nhìn, nơi ngôn ngữ tồn tại dưới dạng nói, hát, diễn kịch v.v. sử dụng phép ẩn dụ và được đưa ra thảo luận dưới sự hướng dẫn của nhà trị liệu (Mcardle và Byrt 2001: 520 - 522). Các định nghĩa này đã góp phần

mở rộng khái niệm “thư ngôn”, khi không chỉ sách và các ấn phẩm được dùng như một công cụ trị liệu văn học, mà toàn bộ các dạng thức tồn tại sống động của văn bản ngôn từ cũng có thể trở thành chất liệu cho quá trình thực hành liệu pháp.

Đây là lí do chúng tôi đề xuất thuật ngữ “liệu pháp thư ngôn” thay vì “liệu pháp đọc sách” hay các thuật ngữ khác. Bởi “thư ngôn” là kết hợp giữa hai từ Hán - Việt: “thư” (chữ Hán: 書) nghĩa là “sách”, văn bản ở dạng in ấn và “ngôn” (chữ Hán: 言) nghĩa là “ngôn từ, ngôn ngữ”, văn bản ở các dạng khác in ấn. Việc gọi tên “bibliotherapy” là “liệu pháp đọc sách”, mặc dù đúng về mặt từ nguyên, song vẫn chưa bao quát hết nội hàm sâu sắc và ngoại diên rộng lớn của khái niệm này. Theo Bakhtin (1977), “con người với đặc trưng người của nó bao giờ cũng biểu hiện mình (nói), tức là sáng tạo văn bản (dù có khi là văn bản tiềm năng)” (Bakhtin 1977: 9). “Văn bản tiềm năng” ấy chính là “hiện thực trực tiếp, hiện thực của tư tưởng, cảm xúc” dưới dạng một chỉnh thể ngôn từ, mà “xét từ góc độ ngữ học hiện đại, văn bản văn học, như mọi văn bản ngôn từ khác, là một tác phẩm ngôn từ với cấu trúc trên câu, có mở đầu, có kết thúc, có tính liên kết, có chủ đề thống nhất, có tính hoàn thành, phân biệt với thực tại ngôn từ khác” (Trần Đình Sử và cộng sự 2014: 29 - 30).

Thực tế cho thấy, văn bản ngôn từ nghệ thuật không chỉ được tạo sinh dưới dạng các cuốn sách hay các bản in có thể tiếp cận qua phương thức đọc, mà còn được trình hiện sinh động qua nhiều dạng thức phong phú khác. Tác phẩm văn học không nhất thiết phải là một truyện ngắn, một bài thơ, một cuốn tiểu thuyết mà có thể là phần từ ngữ trên một bức tranh, một sắp đặt thể nghiệm, phần lời của một bài hát, một tiết mục sân khấu, kịch bản của một bộ phim

v.v. đang được diễn xướng, trình chiếu, thể hiện bằng ngôn ngữ nói. Năm 2016, Bob Dylan lần đầu tiên trở thành nhạc sĩ được nhận giải thưởng Nobel Văn chương của Viện Hàn lâm Văn học Thụy Điển, vì đã “sáng tạo ra cách diễn đạt đầy chất thơ trong các bản nhạc truyền thống Mỹ” (The Nobel Prize Organization 2016). Việc công nhận ca từ của Bob Dylan như những tác phẩm văn chương đã mở rộng biên độ của văn bản văn học, đồng thời cho thấy sự đa dạng, dồi dào của nguồn tài liệu có thể được sử dụng trong quá trình trị liệu thư ngôn. Thuật ngữ “liệu pháp thư ngôn”, do đó, bao quát được cả những dạng tồn tại sống động của văn học nghệ thuật trong quá trình tiếp biến, giao thoa với các loại hình nghệ thuật khác, hé mở những phương pháp tích hợp thư ngôn trong trị liệu nghệ thuật để đáp ứng được những nhu cầu ngày càng phức tạp của quá trình trị liệu.

Định nghĩa mới, thể hiện đầy đủ các khía cạnh phong phú của liệu pháp thư ngôn nói trên có ý nghĩa rất lớn đối với việc xây dựng cơ sở lý thuyết, góp phần xác định tính chuyên môn hoá của ngành, khoanh vùng phạm vi trị liệu, chuẩn hoá nguyên tắc, quy trình thực hành và đề xuất các điều kiện về bằng cấp, kinh nghiệm cho nhà trị liệu thư ngôn tại Việt Nam. Trong đó, nhà trị liệu thư ngôn có thể tương đương với chức danh “Nhà chuyên môn trị liệu nghệ thuật” (thuộc mã nghề 2269, “Nhà chuyên môn khác về sức khoẻ chưa được phân vào đâu”), “Nhà tâm lý học” (mã nghề 2634), “Nhà chuyên môn về tư vấn và công tác xã hội” (mã nghề 2665), thực hiện các chức năng, quyền hạn, nhiệm vụ tương ứng theo Quyết định 34/2020/QĐ-TTg về Danh mục nghề nghiệp Việt Nam do Thủ tướng Chính phủ (2020) ban hành (Thủ tướng Chính phủ 2020: 65 - 125). Tiêu chuẩn về năng lực của nhà trị liệu thư ngôn cần đảm bảo tuân thủ Mục 8, Điều 8, Nghị định 96/2023/NĐ-CP

của Chính phủ (2023) về giấy phép hành nghề đối với chức danh tâm lý lâm sàng (Chính phủ 2023: 15 - 16); đồng thời kiến nghị bổ sung thêm một số yêu cầu cụ thể về đặc thù nghề nghiệp, bao gồm: (1) Có bằng cấp Cử nhân trở lên thuộc các lĩnh vực Văn học, Sư phạm Ngữ văn, Sáng tác Văn học; (2) Có ít nhất 01 năm kinh nghiệm giảng dạy Ngữ văn hoặc xuất bản ít nhất 01 tác phẩm Văn học, sách tham khảo liên quan đến Văn học - Nghệ thuật.

5. KẾT LUẬN

Văn học và ngôn từ nghệ thuật từ lâu đã được xem là công cụ hữu hiệu trong việc giáo dục, nuôi dưỡng tâm hồn con người, giúp mỗi người nhận thức đầy đủ, toàn diện và sâu sắc về thế giới bên trong mình, từ đó điều chỉnh hành vi, phát triển và trưởng thành về nhân cách. Các nhà khoa học thuộc những lĩnh vực liên quan tới tâm lý học và văn học nghệ thuật đã cố gắng tìm tòi, xây dựng một nền tảng lý luận cho hoạt động sử dụng văn bản văn học để giúp đỡ con người cải thiện, khắc phục các khó khăn tâm lý, với tên gọi “liệu pháp thư ngôn”. Tuy nhiên, do tính chất liên ngành phức tạp, đến nay vẫn chưa có một định nghĩa thống nhất về liệu pháp thư ngôn tại Việt Nam và trên thế giới, gây ảnh hưởng lớn đến việc chuẩn hoá quy trình và đo lường hiệu quả thực nghiệm.

Qua quá trình tổng hợp, phân tích các quan điểm định nghĩa về liệu pháp thư ngôn, có thể đi đến kết luận sau: “Liệu pháp thư ngôn là phương pháp phòng ngừa và can thiệp tâm lý có sự tham gia hướng dẫn ở các mức độ khác nhau của chuyên gia trị liệu, sử dụng một hay nhiều loại hình văn bản văn học nhằm hỗ trợ quá trình nhận diện, khắc phục và giải quyết các vấn đề về cảm xúc, nhận thức, hành vi, cũng như các khó khăn tâm lý trong học tập, công việc, mối quan hệ và đời sống”. Định nghĩa đã

bao trùm toàn bộ nội hàm khái niệm liệu pháp thư ngôn, thông qua việc kết hợp và mở rộng các định nghĩa sẵn có, trong đó nhấn mạnh tính chất liên ngành giữa tâm lý học và văn học nghệ thuật như hai lĩnh vực cốt yếu góp phần định hình nền móng cho liệu pháp này. Việc xây dựng được một định nghĩa chung về “liệu pháp thư ngôn” có thể sử dụng trong tất cả các bối cảnh, lĩnh vực, chính là bước đầu tiên của quá trình hoàn thiện cơ sở lý thuyết, chuẩn hoá nguyên tắc, quy trình thực hành và điều kiện chuyên môn ở nước ta hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Aiex, N. K. (1993). *Bibliotherapy*. ERIC Digest, pp.1 - 6.
- Bakhtin, M. (1977). The Problem of The Text (An Essay in Philosophical Analysis). *Soviet Studies in Literature*, 14(1), pp. 3 - 33.
- Beatty, W. K. (1962). A historical review of bibliotherapy. University of Illinois Urbana-Champaign, pp. 106 - 117.
- Berns, C. F. (2003). Bibliotherapy: Using books to help bereaved children. *Omega: Journal of Death & Dying*, 48(4), pp. 321 - 336.
- Chính phủ (2023). *Nghị định 96/2023/NĐ-CP: Quy định chi tiết một số điều của Luật Khám bệnh, chữa bệnh*, tr. 1 - 16.
- Cohen, L. J. (1992). *Bibliotherapy: The experience of therapeutic reading from the perspective of the adult reader*. New York University.
- Crothers, S. M. (1916). A Literary Clinic. *Atlantic Monthly*, 118, pp. 291 - 301.
- Davis, C. A. G. (2017). ‘Why Bibliotherapy?’ A Content Analysis of

- its Uses, Impediments and Potential Applications for School Libraries. *Qualitative and Quantitative Methods in Libraries*, pp. 75 - 93.
- Debbie, McCulliss (2012). Bibliotherapy: Historical and research perspectives. *Journal of Poetry Therapy: The Interdisciplinary Journal of Practice, Theory, Research and Education*, 25(1), pp. 23 - 38.
- Ediger, M. (2004). Challenge in children's literature. *College Student Journal*, 38(3), pp. 374 - 379.
- Foss, E. (2010). *Bibliotherapy: helping children cope with emotional and developmental distress through books*. University of Maryland.
- Furner, J. M., & Kenney, C. (2011). Counting on Frank: Using bibliotherapy in mathematics teaching to prevent degeniusing. *Pythagoras*, 32(2), pp. 1 - 7.
- Hoagland, J. (1972). Bibliotherapy: Aiding children in personality development. *Elementary English*, 49(3), pp. 390 - 394.
- Huff, D. E. S. T. (2024). *Exploration of Therapists' Use of Bibliotherapy as a Clinical Strategy for Military Children*. Walden University.
- Jack, S. J., & Ronan, K. R. (2008). Bibliotherapy: Practice and Research. *School Psychology International*, 29(2), pp. 161 - 182.
- Lickorish, J. R. (1975). The therapeutic use of literature. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 12(1), pp. 105 - 109.
- Lindeman, B., & Kling, M. (1968). Bibliotherapy: Definitions, uses and studies. *Journal of School Psychology*, 7(2), pp. 36 - 41.
- Markell, K.A., & Markell, M.A. (2008). *The Children Who Lived: Using Harry Potter and Other Fictional Characters to Help Grieving Children and Adolescents (1st ed.)*. Routledge.
- Marrs, R. W. (1995). A meta-analysis of bibliotherapy studies. *American Journal of Community Psychology*, 23(6), pp. 843 - 870.
- Mcardle, S., & Byrt, R. (2001). Fiction, poetry and mental health: expressive and therapeutic uses of literature. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 8(6), pp. 517 - 524.
- Mclaine, S. A. (2021). *Looking beyond traditional bibliotherapy: a new view*. RMIT University.
- Morgan, S. R. (1976). Bibliotherapy: A broader concept. *Journal of Clinical Child Psychology*, 5(2), pp. 39 - 42.
- Moy, J. D. (2017). Reading and writing one's way to wellness: The history of bibliotherapy and scriptotherapy. *New directions in literature and medicine studies*, pp. 15 - 30.
- Nguyễn Công Phúc (2010). Liệu pháp đọc sách trong hoạt động thư viện. *Tạp chí Thư viện Việt Nam*, 2(22), tr. 21 - 25.
- Oppenheimer, C. (2010). *Use of bibliotherapy as an adjunctive therapy with bereaved children: A grant proposal*. California State University, Long Beach.
- Pardeck, J. T. (1995). Bibliotherapy: An innovative approach for helping children. *Early Child Development and Care*, 110(1), pp. 83 - 88.

- Pehrsson, D. E., & McMillen, P. (2007). Bibliotherapy: Overview and implications for counselors (ACAPCD-02). *Professional Counseling Digest* 2, pp. 1 - 2.
- Pehrsson, D. E., & McMillen, P. S. (2005a). A bibliotherapy evaluation tool: Grounding counselors in the therapeutic use of literature. *The Arts in Psychotherapy*, 32(1), pp. 47 - 59.
- Pehrsson, D. E., & McMillen, P. S. (2005b). Competent bibliotherapy: Preparing counselors to use literature with culturally diverse clients. *WACES Wire*, 43(2), pp. 1 - 9.
- Piercy, B. A. (1996). *A Content Analysis and Historical Comparison of Bibliotherapy Research*. Kent State University.
- Randie, D. C. (2015). *Perceptions of bibliotherapy: A survey of undergraduate students*. Iowa State University.
- Renwick, B. L. (2009). *The expansion of a domestic violence program to provide bibliotherapy services to children*. California State University, Long Beach.
- Riordan, R. J. & Wilson, L. S. (1989). Bibliotherapy: Does it work?. *Journal of Counseling and Development*, 67, pp. 506 - 509.
- Sclabassi, S. H. (1973). Literature as a therapeutic tool: A review of the literature on bibliotherapy. *American journal of psychotherapy*, 27(1), pp. 70 - 77.
- Shrodes, C. (1950). *Bibliotherapy: A theoretical and clinical-experimental study*. University of California at Berkeley.
- Spencer, R. L. (2013). *Bibliotherapy and bullying: Teaching young children to utilize peer group power to combat bullying*. Brigham Young University.
- Strobel, D. (2011). *Bibliotherapy: An intervention designed for siblings of children with autism*. Northern Illinois University.
- The Nobel Prize Organization (2016). The Nobel Prize in Literature (2016). <https://www.nobelprize.org/prizes/literature/2016/summary/>. Truy cập tháng 04/2025.
- Thủ tướng Chính phủ (2020). *Quyết định 34/2020/QĐ-TTg: Ban hành Danh mục nghề nghiệp Việt Nam*.
- Trần Đình Sử (chủ biên), La Khắc Hoà, Phùng Ngọc Kiêm, Nguyễn Xuân Nam (2014). *Lí luận văn học – Tập 2 – Tác phẩm và thể loại văn học*. NXB Đại học Sư phạm.
- Wideman, M. A. R. I. A. (2019). *Bibliotherapy in the public library: an analysis of the concept and recommendations for practice*. University of Strathclyde, Glasgow.
- Yontz-Orlando, J. (2017). Bibliotherapy for mental Health. *International Research in Higher Education*, 2(2), pp. 67 - 73.
- Zheng Xu, Ru Liu, Liping Guo, Ziyi Gao, Zicheng Gao, Xiaowei Liu, Jieyun Li, Bin Li & Kehu Yang (2023). The 100 most-cited articles on bibliotherapy: a bibliometric analysis. *Psychology, Health & Medicine*, 28(9), pp. 2728 - 2744.