様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　６ 月　８ 日現在

機関番号：１５４０１
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ０３０９５

研究課題名（和文）慢性頭痛に対する認知行動モデルの開発

研究課題名（英文）Cognitive behavioral model of chronic headache

研究代表者
杉浦　義典（Sugiura, Yoshinori）

広島大学・人間社会科学研究科（総）・准教授

研究者番号：２０３７７６０９

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,300,000円

研究成果の概要（和文）：　慢性頭痛に対する予測力の高い心理的変数を精査することを目的とした。
　まず，抑うつが頭痛の症状を予測することが見出された。次に，抑うつを予測する認知的な変数である反復思考と頭痛との関連を見たところ，反復思考が頭痛を増強する場合と，低減させる場合があることが分かった。これは，痛みから気晴らしをするためにあれこれ考えこむというように，反復思考が痛みへの対処として使われている場合もある可能性を示唆する。
　最後に，反復思考の上位概念であるマインドワンダリングの関連について調査を行った。その結果，マインドワンダリングの内容に応じて頭痛を抑制する効果と増強する効果がみられることが分かった。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　人は起きている時間の多くを，考え事をして過ごしている。この考え事を心理学ではマインドワンダリングや反復思考という現象として研究されてきた。考え事によって，心身の健康が損なわれるという知見は多いが，本研究では反復思考やマインドワンダリングが頭痛を低減する場合もあることが示された。これは，マインドワンダリングや反復思考の性質の理解とともに，頭痛を予防できる具体的な方法にもつながるだろう。

研究成果の概要（英文）：We set out for developing a cognitive behavioral model for chronic headache. Among psychological distress indices, depression longitudinally predicted severer headache symptoms. This finding informed researchers that cognitive concomitants of depression may be canditates for inclusion in our model. Repetitive negative thinking is a transdiagnostic cognitive factor of internalsing psychopathologies, including depression. Repetitive negative thinking indicated both increasing and decreasing effect on headache symptom. In order to extend this finding, we examined the effect of mindwandering, an umbrella construct subsuming repetitive negative thinking, on headache. Mindwabndeing, as expected, indicated double-sided effect on headache depending on its contents.

研究分野：臨床心理学

キーワード：頭痛　抑うつ　反復思考　マインドワンダリング

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

頭痛には複数の種類がある。慢性化し多くの人にとって健康上の問題となるのは，片頭痛と緊張型頭痛である。頭痛とストレスが関連することから，慢性頭痛に対する認知行動療法は少数ながら試みられてきたが，効果は一貫しない。これは，既存の方法が広範なストレスに対処する非特異的なものや，あらかじめ特定の要因に限ったものであり，慢性頭痛に対する予測力が高い変数についての包括的な認知行動モデルに基づいていないためであろう。

申請者らは不安症やうつ病などの精神疾患の認知行動モデルの研究を重ねてきた。慢性頭痛とうつ病や不安症には関連があるため，うつ病や不安症で見いだされた予測変数と，その研究の過程で培ったノウハウを慢性頭痛という新しい問題に適用し，頭痛症状を増強あるいは低減する要因を明らかにすることを試みる。

２．研究の目的

うつ病や不安症の認知行動モデルについての研究経験をもとに，以下の方針で頭痛の予測要因を検討することとした。

まず，症状を増強する要因と低減する要因の双方を考慮する。症状を増強する変数を「逆転」するだけでは介入につながらないことが理解されるようになったのは，今世紀に入ってからである。例えば，ネガティブな認知は抑うつを増強するが，認知行動療法が奏功した場合でも，ネガティブな認知はなくならない。むしろ，治癒した人では，ネガティブな認知は事実ではないことに気がつき，そこから距離をおくスキルが向上していることが分かってきた。このように，症状を増強する要因と，低減する要因をそれぞれ考えたうえで，その相互作用を含んだモデルが必要である。

さらに，個々の精神疾患に固有の要因と，複数の精神疾患に共通する要因の双方を視野にいれる。後者は，診断横断的な要因と呼ばれる。複数の精神疾患が併発することが多いため，近年，それらを予測する共通要因への関心が高まった。一つの要因が，頭痛も含めた多数の症状を予測できるならば，よりシンプルで説明力の高いモデルが可能になる。

３．研究の方法

まず，頭痛の種類（片頭痛／筋緊張型頭痛），頻度，重度を測定する尺度が必要である。それを用いて，頭痛症状を増強，低減する要因をそれぞれ検討する。そのうえで，増強要因と低減要因を統合したモデルを構成する。モデル変数と頭痛との関係の方向性を明らかにするため縦断デザインとする。とりわけ，活動性やウェルビーイングの低下は頭痛との双方向の関係が予想されるため，縦断調査が不可欠である。また，頭痛は日誌を用いた研究の蓄積が多いため，体験サンプリングを用いることで，活動性や反復思考の日々の変化と頭痛との共変動を見ることもできる。えられたモデルからは，有効な介入の方向性が示唆されるだろう。例えば，活動性やウェルビーイングの低下の予測力が高い場合はウェルビーイング療法や行動活性化療法，脱中心化やマインドフルネスの予測力が高い場合はマインドフルネス認知療法が選択肢となるだろう。

本研究は，調査・実験への参加者の同意と協力が不可欠である。よって，すべての調査・実験は，人間を対象にした調査・実験に関する国際的な取り決め（ヘルシンキ宣言）ならびに文部科学省・厚生労働省による「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針ガイダンス」に従って実施する。

４．研究成果

(1)頭痛の測定手法の妥当性

まず，調査研究を行う前提として，慢性頭痛の種類（片頭痛／筋緊張型頭痛），頻度，重度を測定する尺度の妥当性を確認する必要がある。慢性頭痛の種別を判定する尺度として BHS（Brief Headache Screen）と片頭痛スクリーナーというものがある。頻度，重度を測定する尺度としては，MIDAS（Migraine Disability Assessment）と HIT-6（Headache Impact Test）が，それぞれ片頭痛と頭痛一般の重度や頻度を測定する尺度である。

これらの妥当性を検討した結果，BHS と片頭痛スクリーナーによる片頭痛のスクリーニングの結果の一致性が高いこと，MIDAS と HIT-6 の項目を合わせた分析の結果，頻度・重度・生活支障度が一因子を形成することが示唆された。

(2)抑うつが頭痛を予測する。

認知行動的な予測変数としては，うつ病や不安症と関連するものが候補となっているが，その

前提として不安と抑うつ症状と，MIDAS と HIT-6 で測定される頭痛の重症度との関連を見た。その結果，頭痛は抑うつと特異的に関連することが見いだされた。具体的には，縦断調査によって，大学生参加者の場合，抑うつが頭痛の症状を予測することが見出された。

(3)反復思考の頭痛への二面的な影響

抑うつを予測する認知的な変数である反復思考と頭痛との関連を見たところ，反復思考が頭痛を増強する場合と，低減させる場合があることが分かった。

やはり縦断調査によって，抑うつを予測する認知的な変数である反復思考と頭痛との関連を見たところ，反復思考が頭痛を増強する場合と，低減させる場合があることが分かった。これは，痛みから気晴らしをするためにあれこれ考えこむというように，反復思考が痛みへの対処として使われている場合もある可能性を示唆する。一方，反復思考が長引くことによって，一時的な痛みの低減を持続する心身への負担が上回ることによって，反復思考が頭痛の症状を増強するという結果がえられたと考えられる。

(4)マインドワンダリングの頭痛への二面的な影響

最終年度は，反復思考をも含む上位概念であるマインドワンダリングに注目し，マインドワンダリングが条件によって，頭痛を増強する場合と低減する場合があるという仮説を検討するため，頭痛と反復思考をも含む上位概念であるマインドワンダリングの関連について縦断調査を行った。

その結果，マインドワンダリングの内容に応じて頭痛を抑制する効果と増強する効果がみられることが分かった。

発表文献（抜粋）

Koike, H., Tsuchiyagaito, A., Hirano, Y., Oshima, F., Asano, K., Sugiura, Y., ... & Nakagawa, A. (2020). Reliability and validity of the Japanese version of the Obsessive-Compulsive Inventory-Revised (OCI-R). *Current Psychology,* 39, 85-95. https://doi.org/10.1007/s12144-017-9741-2

増永希美・杉浦義典. (2019). ネガティブなメタ認知的信念と全般性不安症状および抑うつ症状の関連に対するウェルビーイングおよび感謝感情による調整効果. パーソナリティ研究, *27,* 200-209. doi.org/10.2132/personality.27.3.5

大江由香・杉浦義典・亀田公子. (2020). 犯罪者処遇の効果の向上に関する一考察―犯罪者に対するマインドフルネス瞑想の可能性― 教育心理学研究, *68*, 94-107.

太田哲政・田中圭介・杉浦義典（2020）.不適応なメタ認知が Dampening 及び抑うつ的反すうを媒介し，抑うつ症状に及ぼす影響の検討　認知療法研究, *13*, 70-78.

Sugiura, Y., & Fisak, B. (2019). Inflated responsibility in worry and obsessive thinking. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12, 97-108. doi: dx.doi.org/10.1007/s41811-019-00041-x

Sugiura, Y., & Sugiura, T. (2018). Mindfulness as a moderator in the relation between income and psychological well-being. *Frontiers in Psychology, 9:1477.* doi: 10.3389/fpsyg.2018.01477

Sugiura, Y., & Sugiura, T. (2020). Relation between daydreaming and well-being: Moderating effects of otaku contents and mindfulness. *Journal of Happiness Studies*, 21, 1199-1223.doi.org/10.1007/s10902-019-00123-9

砂田安秀・杉浦義典 (2021). マインドフルネスは有害な行動にむすびつくか？ マインドフルネスと能動的攻撃の関連に対する危害/ケアの調整効果　パーソナリティ研究, 30.

砂田安秀・杉浦義典・伊藤義徳 (2019). マインドフルネスに倫理は必要か?―マインドフルネスと無執着・視点取得の関連に対する倫理の調整効果の検討　パーソナリティ研究, *28*, 150-159.

高田圭二・杉浦義典（2019）．日常生活の中での体験への気づき（Mindful observation）と今を味わう態度（Savoring the moment）の関連について―経験抽出法を用いた予備的研究―　立教大学心理学研究，*61*，11-25.

杉浦義典（2019）．診断横断的アプローチ　心理学評論，*62*，104-131.

向井秀文・杉浦義典（2018）．心理学からみた診断横断的アプローチ　精神科，*33*，419-424.

杉浦義典（2018）．良く生きるための叡智　心理学評論，*61*，227-230.

杉浦義典（2020）．感情・人格心理学について　公認心理師，2，24-32.

杉浦義典（2021）．マニアとオタクの幸福感―３つの祝福―　土木技術, 76, 36-42.

杉浦義典（2022）．特性論に基づくパーソナリティ検査　公認心理師，2，126-130.

杉浦義典（編著）(2020)．感情・人格心理学（公認心理師の基礎と実践）遠見書房

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計27件（うち査読付論文　22件／うち国際共著　2件／うちオープンアクセス　15件）

１．著者名 Sunada Yasuhide、Sugiura Yoshinori	４．巻 30
２．論文標題 Does Mindfulness Linked to Harmful Behaviors?: The Moderating Effect of Ethics on the Relationships between Mindfulness and Proactive Aggression	５．発行年 2021年
３．雑誌名 The Japanese Journal of Personality	６．最初と最後の頁 1～11
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2132/personality.30.1.1	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 杉浦義典	４．巻 76
２．論文標題 マニアとオタクの幸福感－３つの祝福－	５．発行年 2021年
３．雑誌名 土木技術	６．最初と最後の頁 36-42
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 杉浦義典	４．巻 2
２．論文標題 特性論に基づくパーソナリティ検査	５．発行年 2022年
３．雑誌名 公認心理師	６．最初と最後の頁 126-130
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 Koike Haruna、Tsuchiyagaito Aki、Hirano Yoshiyuki、Oshima Fumiyo、Asano Kenichi、Sugiura Yoshinori、Kobori Osamu、Ishikawa Ryotaro、Nishinaka Hirofumi、Shimizu Eiji、Nakagawa Akiko	４．巻 39
２．論文標題 Reliability and validity of the Japanese version of the Obsessive-Compulsive Inventory-Revised (OCI-R)	５．発行年 2020年
３．雑誌名 Current Psychology	６．最初と最後の頁 89～95
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s12144-017-9741-2	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 佐藤 徳	4．巻 5
2．論文標題 自己感の社会的構成　試論	5．発行年 2020年
3．雑誌名 エモーション・スタディーズ	6．最初と最後の頁 16～24
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.20797/ems.5.1_16	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 Sugiura Yoshinori、Sugiura Tomoko	4．巻 -
2．論文標題 Relation Between Daydreaming and Well-Being: Moderating Effects of Otaku Contents and Mindfulness	5．発行年 2019年
3．雑誌名 Journal of Happiness Studies	6．最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s10902-019-00123-9	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Sugiura Yoshinori、Fisak Brian	4．巻 12
2．論文標題 Inflated responsibility in worry and obsessive thinking	5．発行年 2019年
3．雑誌名 International Journal of Cognitive Therapy	6．最初と最後の頁 97-108
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s41811-019-00041-x	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 該当する

1．著者名 砂田安秀，　杉浦義典，　伊藤義徳	4．巻 28
2．論文標題 マインドフルネスに倫理は必要か?―マインドフルネスと無執着・視点取得の関連に対する倫理の調整効果の検討	5．発行年 2019年
3．雑誌名 パーソナリティ研究	6．最初と最後の頁 150～159
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2132/personality.28.2.13	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 杉浦 義典	4．巻 62
2．論文標題 診断横断的アプローチ	5．発行年 2019年
3．雑誌名 心理学評論	6．最初と最後の頁 104～131
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.24602/sjpr.62.1_104	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 太田哲政・田中圭介・杉浦義典	4．巻 13
2．論文標題 不適応なメタ認知が Dampening 及び抑うつ的反すうを媒介し，抑うつ症状に及ぼす影響の検討	5．発行年 2020年
3．雑誌名 認知療法研究	6．最初と最後の頁 70-78
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 伊藤義徳	4．巻 35
2．論文標題 トラウマを扱うマインドフルネス	5．発行年 2019年
3．雑誌名 集団精神療法	6．最初と最後の頁 44-52
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 伊藤義徳	4．巻 34
2．論文標題 瞑想に頼らないマインドフルネスは可能か?	5．発行年 2019年
3．雑誌名 精神科	6．最初と最後の頁 121-126
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 重松　潤・尾形明子・伊藤義徳	4．巻 18
2．論文標題 認知行動療法と「腑に落ちる理解」	5．発行年 2019年
3．雑誌名 広島大学心理学研究	6．最初と最後の頁 135-148
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Yamamoto Hiroki、Sato Atsushi、Itakura Shoji	4．巻 10
2．論文標題 Transition From Crawling to Walking Changes Gaze Communication Space in Everyday Infant-Parent Interaction	5．発行年 2020年
3．雑誌名 Frontiers in Psychology	6．最初と最後の頁 2987
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyg.2019.02987	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 佐藤 徳	4．巻 62
2．論文標題 こころの多様性（マインド・ダイバーシティ）の観点から「精神疾患」を捉え直す　特集号の刊行に寄せて	5．発行年 2019年
3．雑誌名 心理学評論	6．最初と最後の頁 1～4
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.24602/sjpr.62.1_1	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Sato Atsushi、Matsuo Ai、Kitazaki Michiteru	4．巻 192
2．論文標題 Social contingency modulates the perceived distance between self and other	5．発行年 2019年
3．雑誌名 Cognition	6．最初と最後の頁 104006～104006
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.cognition.2019.06.018	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Yamamoto Hiroki、Sato Atsushi、Itakura Shoji	4．巻 9
2．論文標題 Eye tracking in an everyday environment reveals the interpersonal distance that affords infant-parent gaze communication	5．発行年 2019年
3．雑誌名 Scientific Reports	6．最初と最後の頁 10352
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1038/s41598-019-46650-6	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 佐藤 徳	4．巻 58
2．論文標題 共同行為―二人の身体と心をつなぐ行為の仕組み	5．発行年 2019年
3．雑誌名 児童心理学の進歩2019年版	6．最初と最後の頁 27-51
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 Masunaga Kimi、Sugiura Yoshinori	4．巻 27
2．論文標題 Moderating Effect of Well-Being and Gratitude on the Relationships between Negative Metacognitive Beliefs and Generalized Anxiety/Depressive Symptoms	5．発行年 2019年
3．雑誌名 The Japanese Journal of Personality	6．最初と最後の頁 200～209
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2132/personality.27.3.5	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Mukai Hidefumi、Takagishi Yukihiro、Sugiura Yoshinori	4．巻 26
2．論文標題 The Relationship between Responsibility to Continue Thinking and Diverse Psychological Symptoms: Considering Mediating Effect by Repetitive Negative Thinking	5．発行年 2018年
3．雑誌名 The Japanese Journal of Personality	6．最初と最後の頁 263～272
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2132/personality.26.3.10	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Sugiura Yoshinori、Sugiura Tomoko	4．巻 9
2．論文標題 Mindfulness as a Moderator in the Relation Between Income and Psychological Well-Being	5．発行年 2018年
3．雑誌名 Frontiers in Psychology	6．最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyg.2018.01477	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Sunada Yasuhide、Koda Munenaga、Ito Yoshinori、Sugiura Yoshinori	4．巻 26
2．論文標題 Developing a Measure of Sluggish Cognitive Tempo, a Comorbid Symptoms of ADHD in Adults: Discrimination from Depression	5．発行年 2018年
3．雑誌名 The Japanese Journal of Personality	6．最初と最後の頁 253～262
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2132/personality.26.3.11	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 向井秀文・杉浦義典	4．巻 33
2．論文標題 心理学からみた診断横断的アプローチ	5．発行年 2018年
3．雑誌名 精神科	6．最初と最後の頁 419-424
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 杉浦義典	4．巻 61
2．論文標題 良く生きるための叡智	5．発行年 2018年
3．雑誌名 心理学評論	6．最初と最後の頁 227-230
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 伊藤義徳	4．巻 61
2．論文標題 認知療法，マインドフルネス，原始仏教：「思考」という諸刃の剣を賢く操るために	5．発行年 2018年
3．雑誌名 心理学評論	6．最初と最後の頁 272-294
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 佐藤 徳	4．巻 61
2．論文標題 人と人の「間」にある叡智	5．発行年 2018年
3．雑誌名 心理学評論	6．最初と最後の頁 362-378
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計29件（うち招待講演　4件／うち国際学会　4件）

1．発表者名 杉浦義典・砂田安秀
2．発表標題 Stay homeの幸福向上のための実践
3．学会等名 認知行動療法セミナー2021（日本認知・行動療法学会）（招待講演）
4．発表年 2021年

1．発表者名 杉浦義典
2．発表標題 白昼夢（妄想）・幸福・恋愛
3．学会等名 サブカルチャー心理学のこれまでとこれから　日本パーソナリティ心理学会第30回大会
4．発表年 2021年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 反復思考と執着・無執着
３．学会等名 第18回日本うつ病学会総会・第21回日本認知療法・認知行動療法学会
４．発表年 2021年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 指定討論：痛みを観察する
３．学会等名 痛み緩和の心理生物学的基盤　日本心理学会第85回大会
４．発表年 2021年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 指定討論：視点を変える／視点が変わる
３．学会等名 情報通信技術を活用した心理学研究と臨床応用　日本心理学会第85回大会
４．発表年 2021年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 マインドフルに役立つ豆知識
３．学会等名 日本マインドフルネス学会第７回大会　理事会企画小講演（招待講演）
４．発表年 2021年～2022年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 Stay Homeの幸福
３．学会等名 日本マインドフルネス学会第７回大会（招待講演）
４．発表年 2020年～2021年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 指定討論：腑に落ちる理解を研究するための戦略　重松潤・伊藤義徳（企画）認知変容を理解するための新たな視点－「腑に落ちる理解」とは何か？
３．学会等名 日本認知・行動療法学会第46回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 指定討論：研究法を深読み　竹林由武（企画）認知行動療法研究の新時代を切り開く研究法
３．学会等名 日本認知・行動療法学会第46回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 杉浦光海・杉浦義典
２．発表標題 サイコパシー特性がいじめ加害行動の継続性に及ぼす影響
３．学会等名 日本心理学会第84回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 砂田安秀・杉浦義典
２．発表標題 マインドフルネスと無執着、ウェルビーイングの関連に対する倫理観の調整効果の検討
３．学会等名 日本認知行動療法学会第46回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 砂田安秀・杉浦義典
２．発表標題 倫理的な言葉遣いのトレーニングの開発と効果およびユーザビリティの検討
３．学会等名 日本マインドフルネス学会第７回大会
４．発表年 2020年～2021年

１．発表者名 砂田安秀・杉浦義典
２．発表標題 倫理的な言葉遣い尺度の開発および信頼性と妥当性の検討
３．学会等名 日本心理学会第84回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 高田圭二・杉浦義典
２．発表標題 体験の観察とwell-beingの関連―縦断調査による注意の制御の効果―
３．学会等名 日本心理学会第84回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 高田圭二・杉浦義典
２．発表標題 体験を見つめることとwell-beingの関連―Experience Sampling Methodによる縦断的検討―
３．学会等名 日本パーソナリティ心理学会第29回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 Yamamoto, H., Sato, A., & Itakura, S.
２．発表標題 Transition from crawling to walking and gaze communication in everyday lives
３．学会等名 Virtual International Congress of Infant Studies 202（国際学会）
４．発表年 2020年

１．発表者名 伊藤義徳
２．発表標題 社交不安症に対する認知行動療法～他者のネガティブな評価に対する思い込みと顔の引きつりに対する認知的アプローチ～
３．学会等名 第41回沖縄精神神経学会
４．発表年 2020年

１．発表者名 Tomori, N., Tomori, S., Aniya, M., & Ito, Y.
２．発表標題 The Effect of Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Japanese Human Service Professionals: Focusing on Work stress and Self-Compassion
３．学会等名 the 9th World Congress of Behavioural & Cognitive Therapies（国際学会）
４．発表年 2019年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 指定討論：「階層性」から共感性を理解する　喜入暁・増井啓太（企画）　共感性の基盤，性質，実装―進化×心理×人口知能―
３．学会等名 日本心理学会第83回大会 公募シンポジウム
４．発表年 2019年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 マインドワンダリングの熟達者としてのオタク　サブカルチャー心理学研究会・日本心理学会連携企画・家島明彦（企画）　サブカルチャーの心理学（2）―オタクの幸福感―
３．学会等名 日本心理学会第83回大会 公募シンポジウム
４．発表年 2019年

１．発表者名 向井秀文・杉浦義典
２．発表標題 様々な心理的症状に対するメタ認知療法の効果検証―考え続ける義務感の低減をターゲットとして―
３．学会等名 日本心理学会第83回大会
４．発表年 2019年

１．発表者名 杉浦光海・杉浦義典・堀内孝
２．発表標題 日本語版3因子レベンソンサイコパシー尺度の作成
３．学会等名 日本心理学会第83回大会
４．発表年 2019年

１．発表者名 Tamura, A., Suzue, S., Sugiura, Y.
２．発表標題 Mediating effect of optimism for the relationship between psychopathy and risk-taking behaviors.
３．学会等名 European Conference on Personality. Zadar, Croatia.（国際学会）
４．発表年 2018年

１．発表者名 高山千絵・杉浦義典・砂田安秀・田村綾女
２．発表標題 マインドフルネスを用いた介入の効果を調整する個人特性
３．学会等名 日本心理学会第82回大会
４．発表年 2018年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 マスメディアを通じて伝える　日本心理学会 教育研究委員会 博物館小委員会（企画）　心理学を広くひとに伝える―さまざまな発信のかたち
３．学会等名 日本心理学会第82回大会 学会企画シンポジウム
４．発表年 2018年

１．発表者名 杉浦義典
２．発表標題 マインドフルネスから考える平和
３．学会等名 日本マインドフルネス学会第5回大会（招待講演）
４．発表年 2018年

１．発表者名 星屋 佳映・杉浦 義典
２．発表標題 統合失調症スペクトラム傾向の予測要因としての自閉症スペクトラム傾向
３．学会等名 日本心理学会第82大会
４．発表年 2018年

１．発表者名 石黒昂祐・杉浦義典
２．発表標題 活動の種類を問わないフロー状態測定尺度の開発―自己決定理論に基づく信頼性・妥当性の検討―,
３．学会等名 日本心理学会第82回大会
４．発表年 2018年

１．発表者名 Masunaga, K., Ogata, A., Sugiura, Y.
２．発表標題 The Effect of Brief Well-Being Therapy: Focusing on Cognitive Distortion.
３．学会等名 International Convention of Psychological Science（国際学会）
４．発表年 2019年

〔図書〕　計15件

１．著者名 こころの科学増刊編集部・岡村達也・野島一彦・・・杉浦義典・・・他２８名	４．発行年 2021年
２．出版社 日本評論社	５．総ページ数 168
３．書名 公認心理師試験の問題と解説2021	

１．著者名 繁桝 算男・北岡明佳・上原泉・小塩真司・楠見孝・小田亮・杉浦義典・丹野義彦・村本由紀子・山祐嗣・竹村和久・四本裕子・西川泰夫	４．発行年 2021年
２．出版社 新曜社	５．総ページ数 232
３．書名 心理学理論バトル	

１．著者名 杉浦 義典...佐藤徳..	４．発行年 2020年
２．出版社 遠見書房	５．総ページ数 200
３．書名 感情・人格心理学	

１．著者名 山岡　重行...杉浦義典	４．発行年 2020年
２．出版社 福村出版	５．総ページ数 256
３．書名 サブカルチャーの心理学	

１．著者名 島井 哲志、長田 久雄、小玉 正博...竹林由武・杉浦義典	４．発行年 2020年
２．出版社 有斐閣	５．総ページ数 338
３．書名 健康・医療心理学 入門	

1．著者名 「こころの科学」編集部 , 岡村達也・野島一彦...杉浦義典	4．発行年 2020年
2．出版社 日本評論社	5．総ページ数 168
3．書名 公認心理師試験の問題と解説 2020	

1．著者名 伊藤義徳	4．発行年 2019年
2．出版社 文光堂	5．総ページ数 896
3．書名 マインドフルネスの理論モデル　公認心理師技法ガイド：臨床の場で役立つ実践のすべて（下山晴彦　編集主幹　伊藤絵美・黒田美保・鈴木伸一・松田　　修　編）	

1．著者名 伊藤義徳	4．発行年 2019年
2．出版社 文光堂	5．総ページ数 896
3．書名 マインドフルネス　公認心理師技法ガイド：臨床の場で役立つ実践のすべて（下山晴彦　編集主幹　伊藤絵美・黒田美保・鈴木伸一・松田　修　編）	

1．著者名 伊藤義徳	4．発行年 2019年
2．出版社 北大路書房	5．総ページ数 472
3．書名 少年院とマインドフルネストレーニング　感情心理学ハンドブック	

1．著者名 佐藤 徳	4．発行年 2019年
2．出版社 北大路書房	5．総ページ数 472
3．書名 自己と感情 感情心理学ハンドブック	

1．著者名 佐藤 徳	4．発行年 2019年
2．出版社 北大路書房	5．総ページ数 472
3．書名 畏怖，または喝 感情心理学ハンドブック	

1．著者名 ジョバンニ・A・ファヴァ、堀越　勝、杉浦　義典、竹林　由武、駒沢　あさみ、竹林　唯、土井　理美、羽鳥　健司	4．発行年 2018年
2．出版社 星和書店	5．総ページ数 212
3．書名 ウェルビーイング療法	

1．著者名 Sugiura, T., Sugiura, Y.	4．発行年 2018年
2．出版社 Nova Science Publishers	5．総ページ数 24 (pp. 161-184)
3．書名 Meditation: Practices, Techniques and Health Benefits	

１．著者名 Tanaka, K., Sugiura, Y.	４．発行年 2018年
２．出版社 Nova Science Publishers	５．総ページ数 26（pp. 135-160）
３．書名 Meditation: Practices, Techniques and Health Benefits .	

１．著者名 佐藤 徳	４．発行年 2018年
２．出版社 北大路書房	５．総ページ数 12
３．書名 生理心理学と精神生理学 第3巻 展開	

〔産業財産権〕

〔その他〕

【研究成果】白昼夢が幸福につながる条件が明らかに －マインドフルネスとオタク消費の効果を実証－
https://www.hiroshima-u.ac.jp/news/51131
【研究成果】過剰な責任感が、心配や強迫傾向(確認の繰り返し)を強める
https://www.hiroshima-u.ac.jp/news/50741
“幸福感”は年収の高さに依存するのか？ ～心理的傾向「マインドフルネス」の影響を初めて解明～
https://www.hiroshima-u.ac.jp/news/46711

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	佐藤　徳 (Sato Atsushi) (00422626)	富山大学・学術研究部教育学系・教授 (13201)	

６．研究組織（つづき）

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	伊藤　義徳 (Ito Yoshinori) (40367082)	琉球大学・人文社会学部・教授 (18001)	

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関			
米国	University of Central Florida			