

令和 4 年 5 月 30 日現在

機関番号：12601

研究種目：基盤研究(A) (一般)

研究期間：2016～2020

課題番号：16H02056

研究課題名(和文) 心理職の活動を広げるインターネット版認知行動療法の開発とプログラム評価

研究課題名(英文) Development and programme evaluation of internet cognitive behavioral therapy for the active participation of psychologists

研究代表者

下山 晴彦 (Shimoyama, Haruhiko)

東京大学・大学院教育学研究科(教育学部)・教授

研究者番号：60167450

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 30,330,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、メンタルヘルス問題を抱えていても相談をしないサービスギャップの解決に向けて、オンライン上で問題対処できるインターネット認知行動療法(ICBT)を活用してギャップをつなくシステム構築を目的とした。ICBTアプリとWebsiteを制作し、さらにそれらの活用のためのPortal siteを開発した。効果研究では、Portal siteは、メンタルヘルスリテラシーを高め、自己スティグマを減じる効果が示された。次に心理士によるオンラインガイド機能を付け加え、実施マニュアルを作成した。効果研究の結果、共感的なサポートがICBTを遂行するための協働関係を形成することを明らかにした。

研究成果の学術的意義や社会的意義

メンタルヘルス問題を抱えていても、援助要請行動をしないことで問題が悪化し、引きこもることが生じる。その背景には、心理支援サービスが必要な人に適切に届いていないサービスギャップの問題がある。その要因として、心理相談にアクセスすることへの心理社会的バリアーがある。そこで本研究では、誰でも簡単に、有効性が実証されている認知行動療法にアクセスできるICBTを制作し、さらに多様な支援サービスにつながるポータルサイトを開発した。これはサービスギャップ解決の媒体を提供した意義がある。また、心理士がオンラインで利用者をガイドするシステムを付け加えたことで利用者と心理士をつなぐ心理的媒体を提供した意義もある。

研究成果の概要(英文)：Cognitive behavioral therapy (CBT) has become a major means to treat mental health issues. Given the high prevalence of the issues in Japan, it is an urgent task to provide patients with CBT properly. Meanwhile, there has long been a problem with patients not visiting a clinician, even when there is a mental health issue, and research into the service gap, that is, the difference between the need for and uptake of mental health services, has been ongoing. In order to fill the gap, first, we developed internet-based CBT (ICBT) and website to treat the issues. Next, we made a portal site to leads to the website and the apps of ICBT. RCT research indicated that it increased mental health literacy and decreased self-stigma significantly. Then, we added the online guide by psychologists and developed the detailed manual. Finally, we again conducted RCT research, which showed the empathetic communication facilitated by the guide developed the working alliance to complete the ICBT.

研究分野：臨床心理学

キーワード：臨床心理学 コンピュータ化認知行動療法 インターネット認知行動療法 認知行動療法ポータルサイト サービスギャップ

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。

1. 研究開始当初の背景

うつ病患者 100 万人、自殺者 3 万人、精神不調による経済損失推計 2.7 兆円といった深刻なメンタルヘルス問題に対応するために公認心理師法が 2015 年に国会で成立し、心理職の国家資格化が実現した。いじめや虐待、災害や事故によるトラウマも多く見られ、今後起こりえる東南海沖地震では多数の PTSD 患者の発生も予想された。厳しいストレス環境に加えて災害発生の危険を含めたりスク社会への対応は緊急の課題となっていた。認知行動療法 (CBT) はうつ病やトラウマといった精神障害への治療効果が実証されており、CBT の提供を核としたメンタルヘルス対策が必須であった。しかし我が国では精神障害への社会的スティグマが強く、相談や治療に対する回避傾向が強く、援助要請行動をせずに引きこもり、問題の悪化や慢性化を招く問題状況が生じていた。これは、相談・治療サービスが、支援を必要とする利用者に適切に届かないという意味でサービスギャップと呼ばれる。

2. 研究の目的

我が国においては、引きこもり 300 万人、不登校 17 万人に加えて、未受診のうつ病患者は受診患者 100 万人の 3 倍、自殺未遂者は既遂者 3 万人の 10 倍はいるとされるなど、相談・治療のサービスギャップは深刻な状態となっていた。そこで、本研究では、相談・治療サービスへのアクセシビリティを高めるためにコンピュータ化認知行動療法 (CCBT) を発展させてインターネット版認知行動療法 (ICBT) を中核とするサービスを開発・実装することを目的とした。具体的には、

うつ病やトラウマといったメンタルヘルスの問題を抱えながらも援助要請をしない人々がアクセスしやすく、しかも継続利用を可能とするゲーミフィケーションを活用した CCBT の開発。

心理職がインターネット上で CCBT 利用の心理支援ガイドができる ICBT の開発。 ICBT を核としたソーシャル・サポートシステムの制作。 使用データを解析し、プログラム評価研究によるサービスの適正化したシステムを構築することを目的とした。

3. 研究の方法

プログラム評価研究の基本ロジックモデルに従い、1 年目は CCBT を実践するための「投入資源」となるアプリケーション群と、CCBT を実施する心理職研修教材を試作し、整備する。2 年目は、CCBT を実践する「活動」を開始し、アプリケーションを統合するポータルサイトを ICBT システムとして構成し、試験的に実施する。3 年目は、ICBT ポータルサイトの実践データ分析の「結果」を確認し、ポータルサイト改修を行う。4 年目はポータルサイトを用いたサービスを産業領域のフィールドで実施し、その「成果」に基づいてサービスの適正化を行う。5 年目は、総合的なプログラムの「評価」を行い、新たなサービスモデルを提案することとした。

4. 研究成果

研究期間後半に、開始当初に全く予想していなかった Covid-19 感染が生じ、予定していた研究実施フィールドが使用できなくな理、研究の計画と方法を変更せざるを得なくなった。そのため、研究期間を延長し、研究フィールドを変更し、共同関係に焦点化して効果研究を実施するとともポータルサイト以外のインターネット心理支援サービスとしてアバター心理相談を開発した。

1) 「投入資源」(2016年度)

複数の CCBT を作成し、その中から「うつ・いっぽ・いっぽ」「いっぽく堂」「レジリエンス トレーニング」を改定し、ポータルサイトを構成した。心理職映像教材を作成し、無料公開した。並行して ICT によるメンタルサービス提供環境の基盤構築のために情報理工学系研究も実施多。「いっぽく堂」を始めとする CCBT アプリについては効果研究論文として発表した。[主な成果論文]Development and implementation of a three-day ICT-based mental health learning program. (Nakano,M., et al 2016) ,Designing behavioral self-regulation application for preventive personal mental healthcare (Hirano, M.,et al. 2017) デタッチト・マインドフルネスを取り入れたゲーム・アプリケーションの可能性の検討(大上他 2017)

2) 「活動」(2017年度)

CCBT を搭載したポータルサイト「こころの手帖」を統合型の ICBT としての改善を進め、インターネット上で援助要請促進に関する効果研究を実施した。その結果、うつ病理解やスティグ低減に有効であった。それと並行して制作アプリの効果研究も進めた。さらにガイド心理職の CBT 学習教材を製作した。「いっぽく堂」については A I 版を製作した。[主な成果業績]Standalone effects of a cognitive behavioral intervention using a mobile phone app on psychological distress and alcohol consumption among Japanese workers (Hamamura, et al 2018) , An Embodied Conversational Agent for Unguided Internet-Based CBT in Preventative Mental Health(Suganuma et al 2028)、前向きな諦めを促すインターネット認知行動療法(菅沼 2018) レジリエンスの自己認識を目的とした予防的介入アプリケーションの検討(平野他 2018)

3) 「結果」(2018年度)

ポータルサイト「こころの手帖」のガイドを務める心理職マニュアル暫定版を作成し、試験的に実施し、モニターの聴き取り調査結果に基づき改定を行った。さらに協力企業の社員を対象として改訂版「こころの手帖」の介入効果の実装実験を行ったところ、アプリ間の移動システムに不具合があることが判明した。そこで各アプリの連携をスムーズにし、セキュリティを高める改修をした。この改修によって心理職ガイドが積極的に利用者をリードするようにマニュアルの改定も行った。それに伴いポータルサイトの名称も「こころの手帖」から「ココロ・ストレッチ」と変更した。[主な成果業績] The efficacy of a web-based screening and brief intervention for reducing alcohol consumption among Japanese problem drinkers (Hamamura, et al 2018) Robotic utterance style to promote conversation with elderly people in Japan (Hirano et al 2019) ,うつ病患者に対する ICT を用いた心理支援の現状と今後の展望(三枝他 2019)

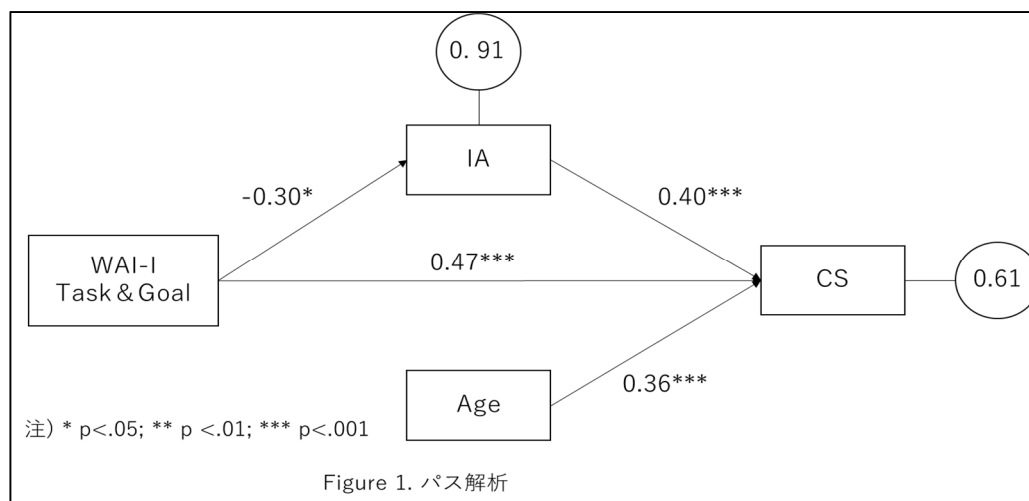
4) 「成果」(2019年度)

インターネット版認知行動療法「ココロ・ストレッチ」を実践し、その効果を検証するアクション・リサーチを実施した。実施過程において利用者がプログラム中の表現(特に「うつ」)に敏感に反応し、自身がうつ状態と評価されるのではないかと不安を感じたことでプログラムを中断する者が多かった。研究遂行上、十分な利用者数を確保し量的検証を行うことが不可欠なため、計画を見直しとプログラム内容を変更する必要が生じた。また、利用者の不安反応と関連して、サービスギャップと関連して思春期のメンタルヘルス状況を検討した。[主な成果業績]うつ病治療のサービス・ギャップの解決に向けて(シュレンペ 2020)、心理支援ポータル

サイト「ココロ・ストレッチ」の研究(シュレンペル他 2020)、うつ病に対するインターネットを介した情報提供の促進可能性(シュレンペル他 2020)、Emotion Regulation and Middle School Adjustment in Japanese Girls: Mediation by Perceived Social Support (Kitahara et al 2020)、Cyber bullying victimization and adolescent mental health: The differential moderating effects of intrapersonal and interpersonal emotional competence (Urano et al 2020)

5) 「評価」(2020 年度)

COVID-19 の感染拡大によってフィードバックが確保できずアクションリサーチによる効果研究が実施できなくなった。そこで、オンライン上で「ココロ・ストレッチ」の利用者をオンライン上でガイドする心理士のフィードバックの影響に注目し、効果研究で焦点を当てる変数として利用者と心理士のワーキングアライアンスを取り上げることとした。健常者 49 名を対象とし、セラピストからのフィードバックに個人が記入した内容への共感的な伝え返しが含まれているパーソナル群と、含まれていないジェネラル群の 2 群に無作為に分けて、「ココロストレッチ」を用いた 3 週間の体験プログラムに参加してもらい、その体験について質問紙調査を実施した。インターネットに対する態度を評価するためにインターネット態度尺度(IA)、利用者満足度日本語版 (CS)、プログラム参加によるワーキングアライアンスの変化を評価するために、介入前と介入後にそれぞれワーキングアライアンス評価尺度 (WAI-I) を実施した。パス解析を実施し、適合度が有意なモデルが見られ($\chi^2 = 2.52, p = 0.283, Df = 2; GFI = 0.975, AGFI = 0.875, CFI = 0.980, RMSEA = 0.074, AIC = 18.524, SRMR = 0.086$)。



「利用者満足度」に対して「年齢」の有意な直接効果(.36)、「ワーキングアライアンス内容下位指標」の有意な直接効果(.47)、「インターネット態度尺度」を介した「ワーキングアライアンス内容下位指標」の有意な間接効果が見られた(-.12)。「内容下位指標」が「利用満足度」を促進する結果は、インターネット版認知行動療法における支援内容の重要性が示唆された(Figure1)。また、この間、COVID-19 感染拡大によってオンライン心理相談が急拡大したことに伴い、アクセシビリティの改善を目的としてアバター心理相談システムの開発研究も実施した。[主な成果業績] オンライン心理相談の最前線(下山他 2021)、オンライン心理支援におけるワーキングアライアンスの意義について(蒲他 2021)、アバター通信を用いた心理支援における非言語コミュニケーションの豊富さと対面性の低さの役割の検討(三枝他 2022)

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計36件（うち査読付論文 28件 / うち国際共著 12件 / うちオープンアクセス 7件）

1. 著者名 三枝弘幸・内村慶士・谷川智洋・下山 晴彦	4. 巻 30(3)
2. 論文標題 アバター通信を用いた心理支援における非言語コミュニケーションの豊富さと対面性の低さの役割の検討	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 パーソナリティ研究	6. 最初と最後の頁 174-185
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 蒲東寧・三枝弘幸・井上薫・原田優・下山晴彦	4. 巻 44
2. 論文標題 オンライン心理支援におけるワーキングアライアンスの意義について	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 25-31
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 Kitahara, Y., Mearns, J., Shimoyama, H.,	4. 巻 62(2)
2. 論文標題 Emotion Regulation and Middle School Adjustment in Japanese Girls: Mediation by Perceived Social Support	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Japanese Psychological Research	6. 最初と最後の頁 138-150
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/jpr.12280	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 該当する

1. 著者名 Urano, Y., Takizawa, R., Ohka, M., Yamasaki, H., & Shimoyama	4. 巻 80
2. 論文標題 Cyber bullying victimization and adolescent mental health: The differential moderating effects of intrapersonal and interpersonal emotional competence	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Journal of Adolescence	6. 最初と最後の頁 182-191
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 シュレンベル レナ,菅沼慎一郎,下山晴彦	4. 巻 37(6)
2. 論文標題 うつ病に対するインターネット を介した情報提供の促進可能性	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 心理臨床学研究	6. 最初と最後の頁 599-609
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 シュレンベル レナ・内村慶士・下山晴彦	4. 巻 43
2. 論文標題 心理支援ポータルサイト「ココロ・ストレッチ」の研究 サービスギャップを超えるICTツールの観点から	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 25-33
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 三枝弘幸・中村杏奈・シュレンベル レナ・内村慶士・下山晴彦	4. 巻 42
2. 論文標題 うつ病患者に対するICTを用いた心理支援の現状と今後の展望	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 39-46
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 下山晴彦	4. 巻 45(1)
2. 論文標題 公認心理師と認知行動療法の活用	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 7-12
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 谷真美華・大井葉月・下山晴彦	4. 巻 42
2. 論文標題 感情労働者の早期離職に関する研究の概観:離職要因と支援可能性に着目して	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 7-14
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 井上薫・片岡優介・下山晴彦	4. 巻 42
2. 論文標題 レジリエンス育成プログラムの概観と今後の展望:児童・青年期を中心として	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 47-54
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 Hirano, M., Ogura, K., Sakamoto, D., Nakano, M., Tsuchida, T., Iwano, Y. & Shimoyama, H.	4. 巻 18(2)
2. 論文標題 Robotic utterance style to promote conversation with elderly people in Japan	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 Gerontechnology	6. 最初と最後の頁 89-96
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 Nakamura, A., Takizawa, R., & Shimoyama, H.	4. 巻 240
2. 論文標題 Increased sensitivity to sad faces in depressive symptomatology: A longitudinal study	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Journal of Affective Disorders	6. 最初と最後の頁 99-104
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 該当する

1. 著者名 Hamamura, T., Suganuma, S., Takano, A., Matsumoto, T., & Shimoyama, H.	4. 巻 7(5)
2. 論文標題 The efficacy of a web-based screening and brief intervention for reducing alcohol consumption among Japanese problem drinkers: Protocol of a single-blind randomized controlled trial.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 JMIR Research Protocol	6. 最初と最後の頁 e10650
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.2196/10650	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 Hamamura, T., Suganuma, S., Ueda, M., Mearns, J., & Shimoyama, H.	4. 巻 5(1)
2. 論文標題 Standalone effects of a cognitive behavioral intervention using a mobile phone app on psychological distress and alcohol consumption among Japanese workers: Pilot nonrandomized controlled trial.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 JMIR Mental Health	6. 最初と最後の頁 e24
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.2196/mental.8984	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 Suganuma S, Sakamoto D, Shimoyama H	4. 巻 5(3)
2. 論文標題 An Embodied Conversational Agent for Unguided Internet-Based Cognitive Behavior Therapy in Preventative Mental Health: Feasibility and Acceptability Pilot Trial	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 JMIR Mental Health	6. 最初と最後の頁 e10454
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 該当する

1. 著者名 平野真理・小倉加奈子・能登眸・下山晴彦	4. 巻 18(6)
2. 論文標題 レジリエンスの自己認識を目的とした予防的介入アプリケーションの検討 レジリエンスの「低い」人に効果的なサポートを目指して	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 臨床心理学	6. 最初と最後の頁 731-742
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 該当する

1. 著者名 Mari Hirano ,Kanako Ogura, Mizuho Kitahara, Daisuke Sakamoto, Haruhiko Shimoyama	4. 巻 4
2. 論文標題 Designing behavioral self-regulation application for preventive personal mental healthcare	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 Health Psychology Open	6. 最初と最後の頁 1
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 該当する

1. 著者名 1.向江 亮・下山晴彦	4. 巻 17(3)
2. 論文標題 企業におけるメンタルヘルス対策の効果・役割への従業員の期待と勤務先の組織要因および個人要因との関連についての検討	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 臨床心理学	6. 最初と最後の頁 359-369
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 大上真礼・平野真理・山本瑛美・下山晴彦	4. 巻 2(1)
2. 論文標題 ディタッチト・マインドフルネスの促進を目的としたゲーム・アプリケーションの可能性の検討 アプリの開発と実証試験を通して	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 マインドフルネス研究	6. 最初と最後の頁 1-7
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 菅沼慎一郎・平野真理・川崎舞子・下山晴彦	4. 巻 35(2)
2. 論文標題 認知行動療法に基づいたうつ心の心理教育Webサイトの開発と評価	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 心理臨床学研究	6. 最初と最後の頁 192 - 198
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 藤尾 末由希・金生 由紀子・松田 なつみ・野中 舞子・河野 稔明・下山 晴彦	4. 巻 16(6)
2. 論文標題 衝動性を有するトゥレット症候群の子どもの保護者の心理過程	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 臨床心理学	6. 最初と最後の頁 723-732
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 羽澄 恵・能登 眸・川崎 隆・榎原 潤・高木 郁彦・下山 晴彦	4. 巻 33(6)
2. 論文標題 他職種との協働の現状に対する臨床心理士の認識	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 心理臨床学研究	6. 最初と最後の頁 556-567
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 菅沼 慎一郎・平野 真理・中野 美奈・下山 晴彦	4. 巻 16(4)
2. 論文標題 日本盤Warwick-Edinburgh Well-being Scale (WEMWBS)の作成と信頼性・妥当性の検討	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 心理臨床学	6. 最初と最後の頁 471-475
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 堤 亜美・下山 晴彦	4. 巻 16(6)
2. 論文標題 中学生を対象とした抑うつ予防心理教育プログラムの試行	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 臨床心理学	6. 最初と最後の頁 713-722
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 大上真礼・平野真理・山本瑛美・下山晴彦	4. 巻 2(1)
2. 論文標題) デイタット・マインドフルネスを取り入れたゲーム・アプリケーションの可能性の検討：アプリの開発と実証試験を通して	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 マインドフルネス研究	6. 最初と最後の頁 1-7
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 Mari Hirano, Kanako Ogura, Mizuo Kitahara, Daisuke Sakamoto, Haruhiko Shimoyama	4. 巻 印刷中
2. 論文標題 Designing behavioral self-regulation application for preventive personal mental healthcare	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 Health Psychology Open	6. 最初と最後の頁 印刷中
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 該当する

1. 著者名 Kazuyo Mizuno, Daisuke Sakamoto, and Takeo Igarashi	4. 巻 60 (6)
2. 論文標題 AssisTag: Seamless Integration of Content-based and Keyword-based Image Exploration for Category Search	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 Journal of Imaging Science and Technology, Society for Imaging Science and Technology	6. 最初と最後の頁 60401-1-12(12)
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.2352/J.ImagingSci.Technol.2016.60.6.060401	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 該当する

1. 著者名 尉林 暉, 杉浦 裕太, 坂本 大介, チョン トビー, 宮田 なつき, 多田充徳, 大隈 隆史, 蔵田 武志, 新村 猛, 持丸 正明, 五十嵐 健夫	4. 巻 57(12)
2. 論文標題 Dollhouse VR: 複数人が異なる視点で共同作業を行うVR環境	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 情報処理学会論文誌, 情報処理学会	6. 最初と最後の頁 2610-2616
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 杉浦 裕太, リー カリスタ, 尾形 正泰, ウィタナ アヌーシャ, 坂本 大介, 牧野 泰才, 五十嵐 健夫, 稲見 昌彦	4. 巻 57 (12)
2. 論文標題 PINOKY: ぬいぐるみに動きを付与するデバイス	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 情報処理学会論文誌, 情報処理学会	6. 最初と最後の頁 2542 - 2553
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 Morihiko Nakamura, Yuki Koyama, Daisuke Sakamoto, and Takeo Igarashi	4. 巻 35(7)
2. 論文標題 An Interactive Design System of Free-Formed Bamboo-Copters	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 Computer Graphics Forum, Wiley	6. 最初と最後の頁 323-332
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1111/cgf.13029	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 該当する

1. 著者名 Daisuke Sakamoto, Yuta Sugiura, Masahiko Inami, and Takeo Igarashi	4. 巻 49(7)
2. 論文標題 Graphical Instruction for Home Robots. Computer	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 IEEE,	6. 最初と最後の頁 20-25
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1109/MC.2016.195	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 該当する

1. 著者名 深堀孔明, 坂本大介, 五十嵐健夫.	4. 巻 33(2)
2. 論文標題 靴下型圧力センサを用いた足裏ジェスチャ	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 コンピュータソフトウェア, 日本ソフトウェア科学会	6. 最初と最後の頁 116-124
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 高橋哲・只野智弘・星野崇宏	4. 巻 9
2. 論文標題 効果的な効果検証? : 非無作為化デザインによる刑事政策の因果効果の推定	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 更生保護学研究	6. 最初と最後の頁 52-74
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 Kenshuke Okada, Takahiro Hoshino	4. 巻 印刷中
2. 論文標題 Researchers' Choice of Number and Range of Levels in Experiments Affects the Resultant Variance-Accounted-For Effect Size	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 Psychonomic Bulletin & Review	6. 最初と最後の頁 印刷中
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 該当する

1. 著者名 大賀 真伊・浦野 由平・北原 祐理・下山 晴彦	4. 巻 印刷中
2. 論文標題 ARMSにおける認知的介入の作用メカニズムに関する研究の概観と展望	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 印刷中
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 恩田 豪・信吉 真璃奈・山本 瑛美・館野 弘樹・平林 佳奈・下山 晴彦	4. 巻 印刷中
2. 論文標題 学校適応感研究の現状と今後の展望	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要	6. 最初と最後の頁 印刷中
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 -

〔学会発表〕 計15件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 11件）

1. 発表者名 Hamamura, T., Kawai, K., Uchimura, Y., Suganuma, S., Sato, K., & Shimoyama, H.
2. 発表標題 Does a self-monitoring mobile app help reduction of problem drinking?: A pilot randomized controlled trial among Japanese problem drinkers.
3. 学会等名 International Congress of Psychological Science, Paris, France (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Hamamura, T., Suganuma, S., Takano, A., Matsumoto, T., & Shimoyama, H.
2. 発表標題 How effective is a brief website intervention with personalized normative feedback among Japanese adults with risky drinking? Findings from a pilot RCT
3. 学会等名 the 19th Congress of International Society for Biomedical Research on Alcoholism, Kyoto, Japan (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 中村杏奈・下山晴彦
2. 発表標題 愛着スタイルが曖昧なポジティブ感情の判断に与える影響
3. 学会等名 日本心理学会第82回大会, 仙台
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 中村杏奈・下山晴彦
2. 発表標題 抑うつ状態とASD傾向: 表情認知の苦手さが異なる学生を対象としたアナログ研究から
3. 学会等名 日本うつ病学会第14回大会, 東京.
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 浜村俊傑・菅沼慎一郎・上田麻実・下山晴彦
2. 発表標題 セルフモニタリングアプリが与える飲酒量・日常ストレスへの効果
3. 学会等名 第39回日本アルコール関連問題学会，東京
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 浜村俊傑・中村杏奈・吉田成朗・Jack Mearns・下山 晴彦
2. 発表標題 VR表情フィードバック装置が情動・自伝的記憶に及ぼす影響:ネガティブ気分制御期待感に着目して
3. 学会等名 日本心理学会第81回大会，久留米
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Fujio, M., Kano, Y., Matsuda, N., Nonaka, M., Kono, T., Nobuyoshi, M., & Shimoyama, H
2. 発表標題 The investigation into the changes of subjective urges in people with Tourette Syndrome
3. 学会等名 The 31st International Congress of Psychology, (国際学会)
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 Hirano, M., Ogura, K., Sakamoto, D., Iwano, Y., Yamashita, Y., Tsuchida, T., Suganuma, S. & Shimoyama, H.
2. 発表標題 Interaction at home between a human and a talking cleaning robot as an apprentice counsellor
3. 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4. 発表年 2016年

1 . 発表者名 Nakano, M., Suganuma, S. & Shimoyama, H
2 . 発表標題 Development and implementation of a three-day ICT-based mental health learning program.
3 . 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4 . 発表年 2016年

1 . 発表者名 Nobuyoshi, M., Kano, Y., Matsuda, N., Fujio, M., & Shimoyama, H
2 . 発表標題 Reliability and validity of Japanese version of the Sensory Gating Inventory (SGI)
3 . 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4 . 発表年 2016年

1 . 発表者名 Ogura, K., Hirano, M., Sakamoto, D., Iwano, Y., Yamashita, Y., Tsuchida, T., Suganuma, S. & Shimoyama, H
2 . 発表標題 Difference of emotional self-regulation behavior by mental state
3 . 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4 . 発表年 2016年

1 . 発表者名 Ooue M
2 . 発表標題 What is Japanese elderly ' s emptiness (Munashisa) ? : a text analysis of free descript answers
3 . 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4 . 発表年 2016年

1. 発表者名 Ooue M., Yamamoto E., Suganuma S., Shimoyama H
2. 発表標題 Possibilities and limits of mindfulness approach in Japan: A consideration of the mindfulness-based iPhone application
3. 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 Suganuma, S. & Shimoyama, H
2. 発表標題 The psychological intervention of cognition in resignation through mobile application
3. 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 Urano, Y., Suganuma, S., & Shimoyama, H
2. 発表標題 Development of an iPhone application focusing on the experience of "akirameru" : Verifying its effect on mental health using qualitative data
3. 学会等名 The 31st International Congress of Psychology (国際学会)
4. 発表年 2016年

〔図書〕 計9件

1. 著者名 下山晴彦 (編)	4. 発行年 2021年
2. 出版社 金剛出版	5. 総ページ数 137
3. 書名 特集オンライン心理相談の最前線	

1. 著者名 シュレンベル レナ	4. 発行年 2020年
2. 出版社 東京大学出版会	5. 総ページ数 204
3. 書名 うつ病治療のサービス・ギャップの解決に向けてーICTを用いた心理支援の活用ー	

1. 著者名 下山晴彦・神村栄一（編著）	4. 発行年 2019年
2. 出版社 放送大学教育振興会	5. 総ページ数 234
3. 書名 改訂版 認知行動療法	

1. 著者名 下山晴彦（編訳者）	4. 発行年 2019年
2. 出版社 東京大学出版会	5. 総ページ数 226
3. 書名 臨床心理学入門	

1. 著者名 大野裕・下山晴彦（編著）	4. 発行年 2019年
2. 出版社 金剛出版	5. 総ページ数 153
3. 書名 公認心理師のための簡易型認知行動療法入門	

1. 著者名 下山晴彦(監修)	4. 発行年 2018年
2. 出版社 北大路書房	5. 総ページ数 210
3. 書名 公認心理師のための「発達障害」講義	

1. 著者名 下山晴彦(監修)菅沼 慎一郎(著)	4. 発行年 2018年
2. 出版社 ミネルヴァ書房	5. 総ページ数 192
3. 書名 前向きな諦め を促すインターネット認知行動療法：日本文化にそくした心理支援のために」	

1. 著者名 下山晴彦・熊野宏昭・鈴木伸一	4. 発行年 2017年
2. 出版社 講談社	5. 総ページ数 248
3. 書名 臨床心理フロンティアシリーズ 認知行動療法入門	

1. 著者名 下山晴彦・中嶋義文(編集)	4. 発行年 2016年
2. 出版社 医学書院	5. 総ページ数 345
3. 書名 公認心理師必携 精神医療と臨床心理の知識と技法	

〔産業財産権〕

〔その他〕

ようこそ、下山研究室へ
<http://www.p.u-tokyo.ac.jp/shimoyama/>
 下山研究室 科研費の研究情報
<http://www.p.u-tokyo.ac.jp/shimoyama/08kaken/index.html>
 下山研究室HP
<http://www.p.u-tokyo.ac.jp/shimoyama/>

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	菅沼 慎一郎 (Suganuma Shinichro) (60756451)	防衛大学校(総合教育学群、人文社会科学群、応用科学群、電気情報学群及びシステム工学群)・人文社会科学群・講師 (82723)	
研究分担者	坂本 大介 (Sakamoto Daisuke) (00556706)	北海道大学・情報科学研究院・准教授 (10101)	
研究分担者	星野 崇宏 (Hoshimo Takahiro) (20390586)	慶應義塾大学・経済学部(三田)・教授 (32612)	

	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
研究協力者	シュレペル レナ (Schlepper Lenna)		
研究協力者	北原 祐理 (Kitahara Yuri)		

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
---------	---------