

平成 21 年 4 月 23 日現在

研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2006～2009
課題番号：18530538
研究課題名（和文） 慢性疼痛患者に対するマインドフルネスに基づく集団認知行動プログラムの開発
研究課題名（英文） Development of mindfulness-based group cognitive behaviour therapy for chronic pain
研究代表者
伊藤 義徳 (YOSHINORI ITO)
国立大学法人 琉球大学 教育学部 准教授
研究者番号 40367082

研究分野：心理学

科研費の分科・細目：臨床心理学

キーワード：マインドフルネス，集団認知行動療法，慢性疼痛

1. 研究計画の概要

近年認知行動療法において注目される，マインドフルネストレーニングを取り入れた慢性疼痛患者のための集団認知行動療法プログラムを作成し，その効果と効果のメカニズムを実証的に検討することを目的とする。

2. 研究の進捗状況

過去 3 年間の研究により，効果のメカニズムに関する研究が 4 つ行われ，これらの成果に基づき，介入プログラムを開発し，外来慢性疼痛患者に対する 6 週間プログラムを適用した介入研究を行った。

3. 現在までの達成度

残っているのは，メカニズムに関する研究 2 つと介入研究のフォローアップデータの収集であり，全体の 8 割は達成されたといえる。

4. 今後の研究の推進方策

残り 1 年で，実験研究を終え，成果の発表を積極的に行っていきたい。

5. 代表的な研究成果

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 1 件）

伊藤義徳 2009 慢性疼痛ケアへの展望：痛みのある自分らしい生き方を探して こころの臨床 a・la・carte（特集 ACT=ことばの力をスルリとかわす新次元の認知行動療法）査読（無）28, 169-174.

〔学会発表〕（計 6 件）

- (1) Ito, Y. 2008 What is the cognitive reappraisal?: It is understandable, but not entirely comfortable. 38th Annual congress of European Association for Behavioural and Cognitive Therapies Abstracts.
- (2) 伊藤義徳・園田千里 2008 マインドフルネスのメカニズム：creative hopelessness と willingness 日本行動療法学会第 34 回大会発表論文集，470-071.
- (3) 竹市咲乃・伊藤義徳 2008 反すう的な自己注目の姿勢が情動処理に及ぼす影響 日本行動療法学会第 34 回大会発表論文集，428-429.
- (4) 伊藤義徳 2007 マインドフルネスに基づく認知行動療法を学級集団活用に適用した事例 日本カウンセリング学会第 40 回大会発表論文集，82.
- (5) Ito, Y. & Sonoda, C. 2007 Mechanisms of mindfulness: Which is more active component, willingness or creative hopelessness? World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies 2007 Abstracts.
- (6) 園田千里・伊藤義徳 2007 マインドフルネスのメカニズム：creative hopelessness を媒介変数として 沖縄心理学会第 34 回大会プログラム 5.