

2021年9月24日発行

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 105 「成人期発達障害の女性が抱える困難」
宮岡 佳子 (跡見学園女子大学)

1) 学会からのお知らせ (<https://kenkoshinri.jp/>)

■日本健康心理学会第34回大会情報 (2021年11月15~21日, オンライン開催) (第34回大会準備委員会より)

- (1) 各種期限について
大会に関する各種期限についてお知らせいたします。念頭においていただき、ご準備ください。
 - ・一般研究発表ポスターおよびシンポジウムの動画受付: 9月中旬頃~10月15日(金)まで
 - ・大会への事前参加, 研修会申込, 参加費支払い: 10月30日(土)まで

- (2) 大会プログラムについて
第34回大会のプログラムは、大会HP上にて10月中旬頃に公開予定です。印刷した大会プログラムの配布は行いません。詳細は、大会ホームページ<<http://kenkoshinri.jp/conf/34th/>>をご覧ください。皆様のご参加およびご発表を心よりお待ちしております。

■第124回/125回 健康心理学研修会のお知らせ (研修委員会より)
研修会は「コロナ禍での健康心理士の役割と実践 part2」をテーマとし、第34回バーチャル大会にて124回「心と身体をつなぐトラウマセラピー ―自律神経を軸にウェルネスを考える―」、125回「健康心理士としてのセルフケアサポート: マインドフルネスの視点から」を開催いたします。
事前申し込み/事前振り込み制です。9月末から、学会ホームページ<<研修会>>「今後の開催予定」<<http://kenkoshinri.jp/kensyu/kensyu2.html>>より申し込み開始予定です。

■国際学術雑誌投稿支援制度のご案内 (研究推進委員会より)
研究推進委員会では、特定の健康心理学関連の国際学術雑誌への投稿支援を行なっております。
2021年度は、2021年9月1日から2022年3月31日までに先着2名まで募集いたします。
支援金: 修正投稿用の英文校正料5万円, 掲載時の奨励金5万円
申請方法: 随時受け付けておりますので、学会ウェブページ<https://kenkoshinri.jp/support/index.html#a200924_toukoushien>をご参照ください。

■研究部会制度のご案内 (研究推進委員会より)
研究推進委員会では、健康心理学領域における研究の発展のため、研究部会制度を設けております。
学会が認める研究部会として、共同研究の実施などが行なえるほか、研究部会競争的資金獲得支援制度の申請が可能となります。
申請方法: 随時受け付けておりますので、学会ウェブページ<https://kenkoshinri.jp/support/index.html#a200924_kenkyubukai>をご参照ください。

■研究部会競争的資金獲得支援制度のご案内 (研究推進委員会より)
研究推進委員会では、研究部会に属し、競争的研究資金を新規に申請する予定である代表研究者を対象に、準備資金(20万円以下)を支給する支援を行なっております。
募集期間は、毎年1月1日から7月31日とし、採択は先着3件までとします(2022年度は、2022年1月1日から申請を受けつけます)。
申請方法: 詳しくは学会ウェブページ<https://kenkoshinri.jp/support/index.html#a200924_kenkyubukai>をご参照ください。

2) 健康心理学コラム Vol. 105

「成人期発達障害の女性が抱える困難」
宮岡 佳子 (跡見学園女子大学)

成人期発達障害が増えています。成人になって症状が顕在化し、精神科医療機関を受診する人が多くを占めています。男性に多い疾患のためか、発達障害の女性については注目されなかった気がします。私は、2020年に発達障害で通院中の成人女性に調査をしました。「日常生活」「職場・学校」「人間関係」に分けて、困りごとを回答してもらい、それに対する対処があれば記述してもらいました。自閉スペクトラム症(ASD)6例、注意欠如多動症(ADHD)9例、ASD・ADHD合併5例が集まり、20例を内容分析しました。「時間管理」「作業」「片付け」「忘れやすい」「人間関係」に困難が多く見られました。ストレス理論(Lazarus et al., 1984)では、ストレスとストレス反応の間に認知的評価と対処(コーピング)が介在し、ストレス反応を変化させます。上手な対処をすれば、ストレスに対するストレス反応が軽減されるでしょう。患者さんたちは、「メモを取る」「一つ一つ片付ける」など「問題解決型コーピング」を多く用いていました。頑張っています。一方、人間関係は、「離れる」といった「回避型コーピング」。「対処のしようがない」や対処について記入がないなど「コーピングなし」が一番多かったのです。人間関係の対処の難しさを改めて感じました。上手な対処は、支援者もすぐに見つかるわけではありません。しかし、患者さんの困難に焦点を当てて、一緒に考えるような心理支援が大事ではないかと思います。

引用文献
Lazarus, R. S. and Folkman, S. (1984) Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing, New York.

日本健康心理学会広報委員会
<http://jahp-public.blogspot.jp/>
メールマガジンの配信停止, アドレス変更は下記アドレスまで
日本健康心理学会事務局 <jahp@pac.ne.jp>
メールマガジンへのご意見・ご感想は下記アドレスまで
広報委員会 <jahp@pac.ne.jp>
過去のメールマガジンは、こちらからご覧いただけます
<https://kenkoshinri.jp/health/health1.html#mailmaghist>