

2020年10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. 94 「メンタル疾患誘因調査の意外な結果」 菅原 ゆり子 (日産自動車NTC 地区)

1) 学会からのお知らせ (<http://jahp.wdc-jp.com/>)

■第122回/123回 健康心理学研修会の開催のお知らせ (研修委員会より)

健康心理学研修会は「コロナ禍での健康心理士の役割と実践」をテーマとし、第33回バーチャル大会にて122回(早稲田大学 竹中 晃二先生)、123回(関西福祉科学大学 山田 富美雄先生)の研修会を予定しております。

研修会は、事前申し込み/事前振り込み制です。詳細は、学会ホームページ<<研修会>>より「今後の開催予定」(<http://jahp.wdc-jp.com/kensyu/kensyu2.html>)をご確認ください。

■2020年度「本明記念賞」授賞論文の決定(本明記念賞選考委員会より)

『Journal of Health Psychology Research』第32巻に掲載された原著論文の中から、以下の論文が2020年度「本明記念賞」授賞論文として決定いたしました。

著者：島井 哲志・有光 興記・マイケル・F・スティーガー  
論文名：日本人成人の発達段階による人生の意味の変化—得点レベルと関連要因の検討—

なお、日本健康心理学会第33回大会はweb開催のため、受賞記念講演はオンデマンド方式で皆様に公開致します。  
詳しくは大会HP (<http://jahp.wdc-jp.com/conf/33rd/>)をご参照ください。

■ヤングヘルスサイコロジストの会のシンポジウムの紹介(第33回大会事務局より)

例年、大会前日の夕刻にヤングヘルスサイコロジストの会がシンポジウムを開催しておりますが、今大会では大会HPにおいて動画を配信することになりました。

テーマは「こんなことまで健康心理学—若手研究者が考える社会的ニーズの共有—」という意欲的な内容です。

会員の皆様には是非閲覧していただき、若手研究者の育成のためにも、皆様の貴重なご意見をお寄せいただければ幸いです。

(詳細は添付のファイルをご覧ください。)

2) 健康心理学コラム Vol. 94

「メンタル疾患誘因調査の意外な結果」  
菅原 ゆり子 (日産自動車NTC 地区)

当社(日産自動車NTC地区メンタルチーム:柏倉 美和子, 田島 並子, 吉末 真理子)で産業医が面接したメンタル疾患の方全員を対象に、3か月にわたって体調を崩した誘因を調査しました。126名の対象者に、

複数回答可の選択肢として「仕事の量」、「仕事の質」、「人間関係」、「入社や異動など環境の変化」、「プライベートな出来事」、「自身の仕事の能力」を提示し、さらに今回のテーマとなる「もう一つ」を用意しました。そして結果は、その「もう一つ」が最多だったのです。その意外な「もう一つ」とは何だと思われますか?

答えは「相談ができない」でした。さらにその理由を伺うと、「相談するのが苦手」が圧倒的に多かったのです。この結果に関わる先行研究として、自殺既遂者の80%が誰にも相談できていなかったとの報告もあります(保坂,2006)。「相談」は、耳慣れた言葉で安易に考えがちですが、技術が必要なようです。例えば、相談相手の状況を把握し時間を確保してもらうまでのやり取り、的確な助言を得るため起こっている事実だけでなくそれに対してどう考えて困っているかまで伝える必要性、相手に解るように状況を説明することの難しさ、要望を伝える際に思いやりをもって「自分ならこう言われれば受け入れられる」という言い方の工夫、などです。療育の専門家は、子どもさんが幼稚園での体験を母親に聞いてもらうのが相談の原点とおっしゃっていて、相談技術には幼いころの養育環境も関わるようです。健康心理学の様々な領域からの相談技術向上への援助が望まれます。

保坂隆(2006).自殺企図の実態と予防介入に関する研究,平成18年度総括研究報告書:厚生労働科学研究費補助金 こころの健康科学研究事業

-----  
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-post@bunken.co.jp](mailto:jahp-post@bunken.co.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-ML@bunken.co.jp](mailto:jahp-ML@bunken.co.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  
<http://jahp.wdc-jp.com/health/health1.html>