

日本健康心理学会メールマガジン No. 150

2025年1月24日発行

Contents

- 1) 外部連携団体からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 145 「メンタルヘルス悪化と言語的機能の関係：介入方策の可能性」 姜 来娜（早稲田大学）

1) 外部連携団体からのお知らせ

■ニューズレター発行のお知らせ（NPO 法人健康心理教育実践センターより）

ニューズレター26号を発行しましたので、ぜひご覧ください。

https://npo-kenko-shinri.jp/wp-content/uploads/2024/12/newletter_vol26.pdf

2) 健康心理学コラム Vol. 145

「メンタルヘルス悪化と言語的機能の関係：介入方策の可能性」
姜 来娜（早稲田大学）

メンタルヘルスの不調は2030年までに約2,400兆円の経済損失をもたらすと予測されています（Bloom et al., 2011）。その悪化にはさまざまな要因が関与していますが、特に「認知的フュージョン」という言語的特徴が注目されています。認知的フュージョンとは、言語を通じた思考内容が現実そのものとみなされる状態をさします。文化や言語背景による違いを調査した研究では、韓国人が日本人よりも認知的フュージョンの程度が高いことが示唆されており（姜他, 2021）、言語的背景がこの特徴に影響を与える可能性が示されています。従来、反すうや自己注目といった心理的機能がメンタルヘルス悪化の要因として主に研究されてきましたが、近年では、認知的フュージョンのような言語的機能を考慮することの重要性が示されており、これらを踏まえた新たな支援方策が求められています。今後は、言語的機能の違いがメンタルヘルス悪化にどのように寄与するのか、そのメカニズムを実証的に明らかにし、認知的フュージョンに基づく介入法を体系化するなど、多文化社会における言語的背景に応じたメンタルヘルス支援の実践を目指していきたいと考えています。

引用文献

Bloom, D. E., et al. (2011). The global economic burden of noncommunicable diseases. Geneva: World Economic Forum.

姜 来娜他 (2021). 在日コリアンにおける罰への感受性と認知的フュージョンが対人ストレス過程に及ぼす影響 ストレスマネジメント研究, 16, 80-81.

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 >