

日本健康心理学会メールマガジン No.17



2013年12月21日 第17号

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラムvol.13 防衛大学校 永岑光恵先生

1) 学会からのお知らせ

■第27回日本健康心理学会は、2014年11月1日(土)2日(日)の両日、沖縄科学技術大学院大学(OIST)にて開催されます。ホームページは、年明け1月中に開設する予定です。

■日本マインドフルネス学会設立記念大会

～そして動き出す 日本のマインドフルネス～

日時：2013年12月22日(日) 10:00～16:30 (受付開始 9:30～)

場所：早稲田大学(東京都新宿区西早稲田1-20-14)

国際会議場 第二会議室

詳しくは、<http://mindfulness.jp.net/convention.html>

■健康心理士資格更新について

健康心理士資格の有効期間は5年です。学会員であることが前提です。資格更新には、大会、研修会参加等による10ポイントが必要です。2014年度に更新時期を迎える方には2014年1月頃はがきにてご案内致します。

資格更新の手引き(pdfファイル)：<http://jahp.wdc-jp.com/kensyu/tebiki2013.pdf>

問い合わせ先：日本健康心理学会認定・研修事務局 jahp-shikaku@bunken.co.jp

■研修委員会より

第89回・第90回健康心理学研修会の案内です。奮ってご参加ください。いずれも桜美林大学四谷キャンパス(東京都新宿区四谷1-21)にて開催します。

▲89回：2014年3月15日(土)

10時半～16時10分 3コマ6単位

テーマ：健康教育に活かす交流分析

講師：中村延江(桜美林大学大学院心理学研究科)

▲90回：2014年3月29日(土)

10時半～16時10分 3コマ6単位

テーマ：職場のストレスとメンタルヘルス～個人と組織に対するアプローチ～

講師：種市康太郎(桜美林大学心理・教育学系准教授)

詳しくは、<http://jahp.wdc-jp.com/kensyu/kensyu2.html>

kensyu2.html

2) 健康心理学コラムvol.13

「情動調節と健康」

(防衛大学校人間文化学科 永岑 光恵 先生)

怒り、恐れなど、いわゆるネガティブな情動を伴う体験は誰しも経験があり、それらが過剰な反応であったり、長期化したことによって、対人関係や心身の健康に様々な影響を及ぼすことも経験的に知っています。そのため、いかに情動を調節するかという視点をもつことは重要です。

私のかかわる研究領域では、近年、情動調節機能の障害という観点から外傷後ストレス障害(PTSD)の病態解明に向けた神経生物学的理解が進み、米国精神医学会の新たな『精神障害の診断・統計マニュアル第5版』(今年刊行)では、PTSDの診断基準も様々な観点から改訂されました。

特に、PTSDの低位分類として「解離タイプ」が設けられたことは旧版からの主要な変更点といえます。

この背景には、Laniusらの一連の脳神経イメージング研究の成果があり、Lanius et al. (2010)は、PTSDには異なる2つのタイプ(過覚醒優位型、解離型)が存在し、前者は情動調節の不足(前帯状回の活動低下と辺縁系・扁桃体の活動昂進)である一方、後者は情動調節の過剰によるもの(内側前頭前野の活動昂進と扁桃体の活動抑制)であるというモデルを提示しました。

このように、情動調節の過不足は、心身の健康に悪影響を及ぼすことがわかります。

私はこれまで主に成人(PTSD患者、がん患者、健常者)における情動調節について、情動を伴う出来事記憶の実験研究を通して検討してきました。

しかし、適度な情動調節と過剰な調節の相違は何か、という点は十分に考慮できていませんでした。今後は、この点を考慮しながら、心身の健康に影響を及ぼす情動調節機構について明らかにしていきたいと思っています。

参考文献：

Lanius, RA et al.: Emotion modulation in PTSD: Clinical and neurobiological evidence for a dissociative subtype. *Am J Psychiatry* 167(6): 640-7, 2010

Nagamine M. et al.: Different emotional memory consolidation in cancer survivors with and those without a history of intrusive recollection. *J Trauma Stress* 20:727-736, 2007

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、アドレス変更について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>

メールマガジンへのご意見・ご感想については下記アドレスまで。広報委員会 <jahp-ML@bunken.co.jp>