

# 日本健康心理学会メールマガジン No.20



2014年3月21日 第20号

## Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラムvol.16 福山大学 堤俊彦先生

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

■日本健康心理学会第27回沖縄大会 ～南の美(ちゅ)ら島から日本・アジアへ～

日程：2014年11月1日(土)2日(日)

会場：沖縄科学技術大学院大学(OIST)

■健康心理士会より ～健康心理士会新体制発足のご報告～  
認定健康心理士会は、この4月から新体制で活動を始めます。現在、会員はまだ50名ほどですので、さらなる発展を目指して新規会員を募集します(2014年度は会費が無料になります)。

今後の活動として、禁煙治療、自殺予防、再犯防止、いじめ対策、特別支援教育など社会に貢献する研鑽の場を提供していきます。多くの方の積極的なご参加とご協力をいただければ幸いです。

(健康心理士会副会長 西田隆男)  
連絡先：kenkoshinrishi@gmail.com

■研修委員会より  
第90回健康心理学研修会は3月29日に開催されます。  
会場：桜美林大学四谷キャンパス  
詳しくは：<http://jahp.wdc-jp.com/kensyu/kensyu2.html>

■研究推進委員会より  
2013年度禁煙研究部会研究集会議事録が掲載されました。(2014.2.19)  
<http://jahp-research.blogspot.jp/>

■住所変更等ご連絡のお願い  
4月より、住所・ご所属が変更となる会員も多いと存じます。住所、氏名、所属等の変更時には、E-mailで添付ファイルの内容をお送りいただくか、添付ファイルにご記入の上、FAXまたは郵便でお送りいただくと幸いです。  
<連絡先・送付先>  
一般社団法人日本健康心理学会事務局  
〒162-0801 東京都新宿区山吹町358-5 アカデミーセンター

TEL：03-5389-3025 FAX：03-3368-2822 E-mail：  
[jahp-post@bunken.co.jp](mailto:jahp-post@bunken.co.jp)

### 2) 健康心理学コラムvol.16

「疾患と患者の家族の感情表出」

(福山大学 人間文化学部 堤俊彦先生)

近年、疾患と患者の家族の感情表出(expressed emotion: EE)の関係についての研究が、健康関連領域においても行なわれるようになって

ています。EEは、家族が患者に対して取る態度や言葉の事で、元々は統合失調症の患者と家族の感情表出と再発の関連性についての研究がよく知られています。

今やEEは統合失調症や他の精神疾患だけではなく、高血圧や糖尿病等のストレス関連疾患や症状の「発症」や「再発」への影響の研究も進められるようになってきました。たとえば、ストレス性疾患の発症および再発のメカニズムについては、発症しやすいかどうかの「脆弱性」と発症のトリガーとなる「ストレス」の度合いやタイプの組み合わせによって示されるストレス・脆弱性モデルがあります。何らかの要因によりメンタルヘルスを低下させた個人は、ストレスに対する抵抗力も低くなり、健康な人にとっては平気なストレスの程度であっても、それに耐えることができずに症状が現れやすくなります。

過度のストレスを避けるための対応として、家族が接する際の感情表現、つまりEEは、最も重要な環境調整の一つとなります。その昔、統合失調症の患者は家族のもとで暮らした方が再発しにくいと考えられていました。しかし、実際に調べてみると家族と離れて暮らす方が再発率が低いことがわかりました。家族と一緒に住むと本人に接する際の感情表現が再発のトリガーとなる場合があるのです。家族は患者の支援者としてとても重要な存在ではありながら、一方で身近にいるだけに接し方によっては本人にとって大きなストレスとなり、かえって再発を引き起こしやすくなるわけです。こうしたEE研究は、最近では家族だけでなく、看護師などの医療従事者の感情表出も、患者の再発に影響を与えることがわかっています。

ところで、必ずしも家族自身の性格や病理に関連する指標ではありません。高EEは「病因」ではなく、疾患や病気という困難によってもたらされる家族の構成要因間のコミュニケーションの歪みの投影として考えることができます。親や家族が高EE状態だと、患者のために何かしたくても、どう対処していいかわからず、ますます感情的な巻き込まれ状態となり、かつ敵意や批判も増える悪循環に陥ってしまうことがあります。一方、EEは変化しうる指標であるため、それゆえ、いかに家族に適切な心理教育を行うかが再発の防止に重要となります。心理教育を行うことによって、特に、親や家族の情緒的巻き込まれすぎが大きく改善することが明らかにされています。

筆者らは、EE研究を発達障害児に適用し、ペアレントトレーニングを中心とする心理教育によるプログラムを行い、その介入前後で家族のEE、母親のストレスおよび知識の獲得、子どもの問題行動への影響を調べています。現在、心理教育の介入が進行中であり、その結果は、また別の機会に紹介したいと思います。

#### 参考文献

米倉裕希子・堤俊彦他(2014) 発達障害児のペアレントトレーニングの有効性に関する研究、関西福祉大学紀要、17、印刷中。  
野津山希・堤俊彦他(2012) ペアレント・トレーニングにおける汎用性促進を目指したプログラム、福山大学心の健康相談室紀要、6、135-143。

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](mailto: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](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>