

第七回東京成徳大学ポジティブ臨床心理学研究会開催のご案内

第七回東京成徳大学ポジティブ臨床心理学研究会は、以下のように開催する運びになりましたので、この学門領域に関心のある方はふるってご参加ください。

記

日 時 : 平成 23 年 2 月 8 日 (火) 午後 2 時 00 分 ~ 午後 6 時 00 分
場 所 : 東京成徳大学大学院 3 階 311 (講義室)
〒114-0002 東京都北区王子 3 丁目 23-2 Tel 03-3927-4116
内 容 :

論文紹介 スポーツの遂行におけるマインドフルネス アクセプタンス技法

東京成徳大学大学院心理学研究科 市村操一 教授

Bernier, M., et al. (2009). Mindfulness and Acceptance Approaches in port Performance. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4, 320-333.

本論文には二つの研究が含まれており、スポーツの遂行におけるマインドフルネス（非評価的集中）とアクセプタンス（受容）の問題が論じられている。この二つの研究はともに、スポーツにおけるマインドフルネス - アクセプタンス技法を扱っており、マインドフルネス - アクセプタンス技法に基づくプログラムは試合でのパフォーマンス向上に役立つことが分かった。

論文紹介 感謝 (Gratitude) に関するレビュー論文の紹介

東京成徳大学応用心理学部健康スポーツ心理学科 助教 羽鳥健司

Watkins, P. C., Gelder, M. V., & Frias, A. (2009). Furthering the science of Gratitude. In Lopez, S. J., & Snyder, C. R. *Oxford Handbook of Positive Psychology*, 437-435. New York: Oxford University Press.

感謝は、実り豊かな人生を送っていくにあたり必要不可欠な要因の 1 つであることがわかってきています。今回発表する研究では、今後感謝を実証的に研究していくための理論的枠組みが提供されています。具体的には、感謝研究の歴史的背景、感謝の定義、感謝の測定方法と研究方法、感謝が有する機能が記述されています。また、これまでに行われた感謝の研究が概観されています。そこでは、感謝の表明と主観的幸福感との関係や、感謝を促進するための介入方法等が紹介されています。

論文紹介 創造的な性格に関する論説の紹介

東京成徳大学応用心理学部臨床心理学科 助教 石村郁夫

Csikszentmihalyi, M. (1997). The creative personality. In Chapter 3., *Creativity*. New York: Harper Perennial

創造性についてはギルフォードが1950年にAPAの会長になった時から興味を持たれているテーマです。今回はフロー理論の提唱者であるチクセントミハイの創造性（Creativity）に関する文献の第三章を紹介します。現代社会においてビジネスや産業、その他の領域においても新しいものを生み出し、発明することが極めて困難な時代になっていますが、創造的な性格の持ち主は如何にして新たな意味や価値を見出して行くのでしょうか。その創造的な性格について紹介します。

論文紹介 不眠症における安全確保行動に関する論文の紹介

東京成徳大学応用心理学部臨床心理学科 助教 浅野憲一

●Harvey, A. (2002). Identifying Safety Behaviors in Insomnia. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 190, 16-21.

不眠の問題を取り上げる際に、不眠に対する安全確保行動が長期的に患者の不利益とつながることが多い。本発表では、不眠症における安全確保行動について、言及したHarveyの論文を取り上げ、不眠症に対する安全確保行動への理解を深めたい。

主催：東京成徳大学ポジティブ心理療法研究会 代表 市村操一

参加資格：特にありません。学生、院生、教育関係者、会社経営者などポジティブ心理学の領域に興味を持つ人であれば、誰でも参加できます。

問合せ先：東京成徳大学応用心理学部臨床心理学科 助教 石村郁夫

Email: i-ishimura@tsu.ac.jp

以上