

教 育 研 究 業 績

平成22年11月12日

氏名 羽鳥 健司

学位: 博士(心理学)

研 究 分 野	研 究 内 容 の キ ー ワ ー ド	
心理学、健康・スポーツ科学	ポジティブ心理学、意味づけ、筆記	
主要担当授業科目	ポジティブ心理学概論 健康・スポーツ心理学実習7	
教 育 上 の 能 力 に 関 す る 事 項		
事 項	年 月 日	概 要
1 教育方法の実践例 1) 体験を伴った授業の実践	平成17年4月1日 ~3月31日	茨城県立つくば看護専門学校において、授業時間の前半を理論の講義、後半を理論を体験するための活動やゲームにあてた。例年の理論のみの講義では、単位を落とす学生が散見するが、この授業では単位を落とした学生が一人もいなかった。
2) 高校での心理学模擬講義	平成19年4月1日 ~現在	大学で学ぶ心理学の概要を要望のあった高校でパワーポイントを用いて講義をしている。始めにゲームを行い、そこで起こった気持ち、考え、行動などが心理学ではどう説明され、どういう意味があるのかを、主にディスカッションを通して講義している。生徒の感想は、「ますます心理学を学びたくなった」など、概ね好評である。
2 作成した教科書・教材		
3 教育上の能力に関する大学等の評価		
4 実務の経験を有する者についての特記事項	2007年4月 ~現在	五霞西小学校教師を対象として、年に1回ずつ、のべ3回の研修会を行った。研修内容は、発達障害の中から自閉性障害、アスペルガー障害、注意欠損多動性障害を取り上げて、それぞれの障害と特徴、見分け方、接し方等の講義を行った。
1) 『五霞町立五霞西小学校における校内研修会講師』		
2) 『五霞町立五霞中学校におけるPTA研修会講師』	2007年4月 ~現在	五霞中学校の保護者を対象として、年に1回ずつ、のべ3回の研修会を行った。受講者数は、毎年約15名程度である。主に、第2次性徴期に特有な反抗を取り上げ、生徒が親や教師に向ける怒りの意味や、怒りを向けられた時の対応方法などについて講義を行った。
5 その他	2007年4月1日 ~現在	小中学生、高校生が気軽に相談できる窓口として、八千代市が平成17年に開設し、本学と提携した。本学学生約40名がボランティアとして参加している。参加している学生への定期的なスーパービジョンと不定期の個別的なスーパービジョンを行っている。
1) 八千代市おにいさんおねえさん子ども電話相談室のスーパーバイザー		

職務上の実績に関する事項		
事項	年月日	概要
1. 資格、免許 1) 臨床心理士	平成 19 年 4 月 1 日	登録番号 16866
2. 特許等		
3. 実務の経験を有する者についての特記事項		
1) 『筑西市立明野教育相談室相談員』	2002 年 4 月 ～ 2006 年 3 月	ここでは 2002 年 4 月から 2006 年 3 月までの間、週 1 回非常勤職員として勤務し、主に筑西市内の小・中学校に所属する不登校の児童・生徒やその保護者、および生徒指導主事、学級の担任、養護教諭等へのカウンセリングやコンサルテーションを行っていた。また、学校側から要請があった場合には、出向いて教室内で児童・生徒と関わったり、職員室内で教師に心理学的な側面から助言を行っていた。
2) 『福田クリニック心理療法士』	2006 年 1 月 ～ 2008 年 3 月	ここでは、2006 年 1 月から 2008 年 3 月までの間、週 1 回の非常勤職員として勤務した。主に、思春期以降の精神科領域および心療内科領域の心理療法や心理査定を行っていた。心理療法は、うつ病性障害、強迫性障害、人格障害、過敏性腸症候群等の患者に行っていた。心理査定は、知能検査を行うことが多かった。本クリニックは入院施設がなかったため、外来患者のみへの対応であった。
3) 『東京成徳大学学生相談室相談員』	2007 年 4 月 ～ 現在	筆者は、2007 年 4 月から現在まで東京成徳大学の常勤学生相談員として勤務している。本学生相談室は、月・水・金曜日の 10:00 から 16:00 まで受付を行っており、申し込みがあった場合、受付担当者から相談申し込みの報告が委員会に送られ、協議の結果、常勤あるいは非常勤の学生相談員が担当することとなる。相談内容は、学生生活に関わる悩み全般についてであり、友人関係やサークルでのトラブル、取得単位の不足等から、統合失調症やうつ病性障害が疑われるような場合まで、多岐にわたる。筆者は現在、3 つのケースを担当している。
4) 『東京成徳大学心理・福祉相談室相談員』	2007 年 4 月 ～ 現在	筆者は、2007 年 4 月から現在まで東京成徳大学心理・福祉相談室の常勤心理相談員として勤務している。本相談室は、月曜から金曜の 10:00 から 16:00 まで受付を行っており、申し込みがあった場合、受付担当者から相談申し込みの報告が委員会に送られ、協議の結果、常勤の心理・福祉相談員が担当することとなる。申し込みは、クライアントからの電話の他に、近隣の総合病院から紹介されてくることが多い。精神科領域の相談がほとんどであり、筆者はこれまでに、2 ケースの統合失調症と 1 ケースの強迫性障害の患者を担当してきた。
5) 『東京成徳大学セクハラ相談員』	2007 年 4 月 ～ 現在	筆者は、2007 年 4 月から現在まで東京成徳大学セクハラ相談室の常勤相談員として勤務している。本相談室は、大学が開いてい

<p>6.『五霞町立五霞東小学校スクールカウンセラー』 『五霞町立五霞西小学校スクールカウンセラー』 『五霞町立五霞中学校スクールカウンセラー』</p>	<p>2007年4月 ～現在</p>	<p>る全ての時間帯で受付を行っており、申し込みは、相談員の研究室に被害者が直接訴え出ることとなっている。訴えがあった場合には、委員長から委員会が召集され、即座に対応がとられる。筆者の在任中にこれまで被害の訴えはない。</p> <p>ここでは、週1回小学校および中学校のスクールカウンセラーとして勤務している。午前中に2校の小学校を隔週で勤務し、午後に中学校に勤務している。子どもの心身の発達や心理的な問題、虐待を含む家庭的な問題に関して、教師と保護者および生徒を対象に相談業務を行っている。</p>
<p>4. その他</p>		

著書、学術論文等の名称	単著 共著 の別	発行又は 発表の年月	発行所、発表雑誌等又は 発表学会等の名称	概 要
<p>(著書) 1.『困難体験受容における肯定的意味づけに関する心理学的研究』 2.カウンセリングのすべてがわかる -カウンセラーが答える本当の心理学-</p>	<p>単著 共著</p>	<p>2010年6月 2010年11月</p>	<p>雄松堂出版 ISBN: 978-4-904742-12-9 技術評論社 ISBN: 978-4774144849</p>	<p>本書では、対処困難な出来事に対して行われる意味づけが、その後の精神的健康に与える影響について実証的に検討された。主に青年期の大学生と予備校生を対象として、10回の調査および1回の実験を行った結果、困難体験は感情面認知面の肯定的再評価を行うことで受容され、受容の過程で繰り返される吟味が主観的な成長感を促し、主観的な成長感が精神的健康を促進することが示された。</p> <p>共著：國分康孝(監修)・石村郁夫・羽鳥健司・浅野憲一(編著)。 本書は、カウンセリングや心理療法の専門的な知識のない一般の読者が持ち得る疑問を第1部から第6部までの6部門に分けた合計77項目取り上げ、それぞれの項目について600字から3,600字で回答した。筆者の編集担当部門は第1部と第2部であり、執筆担当項目は「キャバクラやホストクラブとどこが違うの？」等合計16項目である。</p>
<p>(学術論文) 1.教師のイラショナル・ベリーフとバーンアウトとの関連</p>	<p>共著</p>	<p>2003年3月</p>	<p>教育相談研究,41, 13-19</p>	<p>共著：羽鳥健司、小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。 近年、教師などの対人サービス業に従事する人が、バーンアウト(燃え尽き症候群)に陥ってしまうことが問題となっている。本研究では、中学校の教師を対</p>

<p>2 . ディストレス状況下での日常的活動の継続性に対する心理学的規定要因の検討～心理的ウェルビーイングとの関連から～</p>	<p>単著</p>	<p>2004年3月</p>	<p>筑波大学人間総合科学研究科修士論文</p>	<p>象として、教師のイラショナル・ビリーフ(不合理な信念)がバーンアウトにどのように関連しているのかを調査した。その結果、イラショナル・ビリーフが少ないほど、バーンアウトに陥りにくいことが示唆された。</p> <p>修行僧やオリンピックの選手などは、普通の人にとっては明らかな嫌悪刺激を自ら望んで受け、しかもその行動を継続させている。このような行動を規定する心理学的な要因を自己陶冶志向性と命名し「ディストレスを伴う可能性のある活動を自主的に行う志向性」と定義し、活動の継続性との関連を調査したところ、自己陶冶志向性が活動の継続にとって重要な要因の一つであることが示唆された。</p>
<p>3 . The influence of the Orientation for Self-Cultivation on Ikigai in Japanese college students.</p>	<p>共著</p>	<p>2004年8月</p>	<p>Asian Congress of Health Psychology、Seoul、August/2004、306.</p>	<p>共著:羽鳥健司、小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>ディストレスを伴う活動を行っているときの心理状態の一部を明らかにするために、自己陶冶志向性が生きがい感に与える影響を検討した。その結果、自己陶冶志向性が生きがい感に正の影響を与えていることが明らかになった。</p>
<p>4 . The influence of positive meaning to adverse incidents on psychological well-being and stress responses in Japanese college students.</p>	<p>共著</p>	<p>2006年8月</p>	<p>International Congress of Psychotherapy、Tokyo、August/2006、140.</p>	<p>共著:羽鳥健司、小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>わが国では極めてストレスフルな出来事に対する意味づけの実証的研究はほとんど行われていない。そこで約100の心理療法のケースの終結期のプロトコルから定義に合致する部分を抜き出して意味づけの適応的な成分を表す積極的困難受容尺度を構成し、積極的困難受容と楽観性が心理的 well-being とストレス反応に与える影響を検討した。その結果、楽観性がストレス反応に負の影響を与えるのみだったのに対して、積極的困難受容は心理的 well-being とストレス反応の両方に適応的な方向に影響を与えていることが示唆された。</p>
<p>5 . 極めてストレスフルな出来事に対して行われる積極的困難受容がその後の精神的健康に与える影響について</p>	<p>単著</p>	<p>2008年3月</p>	<p>東京成徳大学臨床心理学研究,8, 3-10.</p>	<p>本研究では、困難事態経験後のその事態に対する認知・感情面での肯定的再評価を表す積極的困難受容が、PTSD 反応に与える影響を検討した。関連する概念として楽観性を取り上げ、積極的困難受容との組み合わせが PTSD を表す諸症状に与える影響を検討した結果、楽観性が低く</p>

6. 自己陶冶志向性尺度作成の試み-レジリエンス、心理的 well-being との関連から-	単著	2008年3月	東京成徳大学臨床心理学研究, 8, 91-17.	でも積極的困難受容が高ければ PTSD 反応は抑制されることが示された。 対象者をアスリートに限定して、自己陶冶志向性が心理的 well-being に与える影響を検討した。また自己陶冶志向性の類似概念としてレジリエンスを取り上げて自己陶冶志向性との関係を検討した。分析の結果、自己陶冶志向性は心理的 well-being の下位因子である“人格的成長”、“人生における目的”、“積極的な他者関係”に、レジリエンスは“自律性”に正の影響を与えていることが明らかになった。
7. 受験ストレス環境に対して予備校生が行う積極的意味づけ過程に関する検討	共著	2008年9月	ヒューマン・ケア研究, 9, 43-52.	共著：羽鳥健司、湯浅俊夫、小玉正博 受験ストレスという困難な出来事に対して予備校生が行う意味づけを、困難な出来事に対して行われる肯定的再評価を表す積極的困難受容と成長感に分けて検討を行った。対象は大学受験に失敗して再受験を意図している大学浪人者である。調査の結果、積極的困難受容が成長感を促進するという結果を得た。
8. 我々は困難な状況でどう成長するのか：困難体験に対する肯定的意味づけの視点から	共著	2009年11月	ヒューマン・ケア研究, 10, 101-113.	共著：羽鳥健司・小玉正博。筆頭。 本研究では、これまで海外を中心に行われてきた困難事態経験後の意味づけに関する心理学的な実証研究のレビューを行った。意味づけ研究は、大きく分けて認知的ストレス対処の一種である肯定的再評価と、困難事態経験後に知覚する成長感を表す外傷後成長に関する研究に分類できることが示された。
9. バーンアウトに対するポジティブ心理学的アプローチ：Lonsdale らによる質的研究と量的研究の接合	共著	2010年3月	東京成徳大学臨床心理学研究, 10, 127-124.	共著：市村操一・羽鳥健司・石村郁夫・川北隼人。 本研究では、アスリートの競技への積極的関与を高めることによって競技者のバーンアウトを防ごうとする方向性を持った研究を展望した。その結果、競技者の積極的関与の中には専念、自信、活力、熱中といった下位概念が含まれることが確認された。また、積極的関与はバーンアウトと負の相関関係にあることが示された。
10. スポーツにおけるポジティブな社会的態度の決定要因としての価値観と達成目標	共著	2010年3月	東京成徳大学研究紀要 人文学部・応用心理学部, 17, 123-133.	共著：川北隼人・羽鳥健司・近藤明彦・市村操一。 本研究では、大学の男子バスケットボール選手 43 名を協力者として、スポーツが人格形成に与える影響を測定する質

				問紙を作成するために、Lee et al. (2008)の社会的態度の質問紙を日本語訳し、日本版社会的態度尺度の信頼性、妥当性を検討することとした。分析の結果、一定の信頼性および妥当性が確認された
(その他)				
1. 中学校教師のイラショナル・ビリーフインベントリーの因子構造の検討	共著	2002年9月	日本健康心理学会第15回大会発表論文集, 368	共著:羽鳥健司、小玉正博、増田真也。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。 教師などの対人サービス業に従事する人が、バーンアウト(燃え尽き症候群)に陥らないための要因を検討する研究は、主にソーシャル・サポート等の外的な要因に焦点を当てたものが多い。本研究では教師の個人内要因であるイラショナル・ビリーフに注目し、実際にバーンアウトとの関連を検討する前段階として、イラショナル・ビリーフ尺度の因子構造を確認した。
2. 小中学校教員のイラショナル・ビリーフ、バーンアウト、専門的援助に対する態度の関係	共著	2002年9月	日本健康心理学会第15回大会発表論文集, 168	共著:増田真也、羽鳥健司。第二著者。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。 対人サービス業に従事する人は、バーンアウト状態に陥りやすいことが報告されている。そこで本研究では、小中学校の教師を対象として、教師の個人内要因であるイラショナル・ビリーフ、援助要請願望に注目して、バーンアウトとの関係を検討した。その結果、イラショナル・ビリーフが低く、援助を求める傾向が高いほど、バーンアウトに陥りにくいことが示唆された。
3. 専門的援助に対する教師の援助要請願望を規定する要因について	共著	2002年9月	日本教育心理学会第44回大会発表論文集, 162	共著:野村照幸・増田真也・正保晴彦・中嶋健治・羽鳥健司・天間玲子。第五著者。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。 教師がストレスフルな状態に陥ったとき、援助要請願望が高く、実際に援助を要請する人ほどバーンアウトに陥りにくいことが報告されている。そこで本研究では、援助要請を行いやすくする要因について検討した。その結果、イラショナル・ビリーフが小さいほど、援助要請を行いやすいことが示唆された。
4. 職業人のストレスと抗ストレス要因に関する調査研究(2) 抑うつリスク要因としての怒り持続要因を中心に	共著	2003年9月	日本健康心理学会第16回大会発表論文集, 352	共著:渡辺俊太郎・小玉正博・杉江征・大森美香・松井めぐみ・羽鳥健司。第六著者。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。 職業人の自殺率は高水準で保たれて

5. 自己陶冶志向性尺度の開発ならびに生きがい感への影響	共著	2004年8月	日本健康心理学会第17回大会発表論文集, 390	<p>しまっている。本研究では、自殺と密接な関連がある抑うつに、怒りがどのように関連しているのかを検討した。その結果、一時的な怒りは抑うつにほとんど影響を与えていなかったのに対して、怒りが持続すると抑うつ状態に陥りやすいことが示唆された。</p> <p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>ディストレスを伴う活動を行っているときの心理状態の一部を明らかにするために、自己陶冶志向性が生きがい感に与える影響を検討した。その結果、自己陶冶志向性が生きがい感に正の影響を与えていることが明らかになった。</p>
6. 自己陶冶尺度作成の試み 信頼性・妥当性の検討	共著	2004年9月	日本心理学会第68回大会発表論文集, 78	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>修行僧やオリンピックの選手などは、普通の人にとっては明らかな嫌悪刺激を自ら望んで受け、しかもその行動を持続させている。このような行動を規定する心理学的な要因を自己陶冶志向性と命名し「ディストレスを伴う可能性のある活動を自主的に行う志向性」と定義し、尺度項目を収集して信頼性、妥当性を検討した。その結果、高い内的整合性を得た。また内容的妥当性が確認された。</p>
7. 最大限に能力を発揮したい志向性とストレス反応との関連—ソーシャルサポートとの関連に注目して—	共著	2005年8月	第18回日本健康心理学会大会発表論文集, 149	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>大学生を対象として、ストレスを伴うある活動を行っているときの、ストレス反応とソーシャルサポート、および個人内要因(自己陶冶志向性と活動への価値観)との関連を検討した。その結果、個人内要因の方がソーシャルサポートよりも、ストレス反応の低下に大きな影響を与えていることが示唆された。また、自己陶冶志向性が高いとソーシャルサポートを認知しやすいことが示唆された。</p>
8. 自己陶冶志向性がストレス反応に及ぼす影響	共著	2005年9月	日本心理学会第69回大会発表論文集, 60	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>大学生を対象として、ストレスを伴うある活動を行っているときの、スト</p>

<p>9. 受験生活に対する肯定的意味づけが予備校生のストレス対処と精神的健康生成に及ぼす影響に関する縦断的研究 -中間報告-</p>	<p>共著</p>	<p>2006年8月</p>	<p>日本健康心理学会第19回大会発表論文集, 160</p>	<p>レス反応と個人内要因との関連を検討した。その結果、その活動に価値を置いている場合は、自己陶冶志向性が高いほどストレス反応は低減することが示唆された。一方で、その活動に価値を置いていない場合は、自己陶冶志向性が高いほどストレス反応は増加することが示唆された。</p> <p>共著:羽鳥健司・湯浅俊夫・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>極めてストレスフルな出来事に対して行われる積極的困難受容が精神的健康にどのように影響しているのかを検討するために、予備校生を対象として調査を行った。分析の結果、受験に落ちて日が浅いときには、積極的困難受容が成長感とポジティブ感情に正の影響を与えていることが示唆された。</p>
<p>10. 羽鳥健司・小玉正博 2006 困難事態に対する肯定的意味づけと主観的 well-being との関連</p>	<p>共著</p>	<p>2006年9月</p>	<p>日本心理学会第70回大会発表論文集, 31</p>	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>極めてストレスフルな出来事に対して行われる積極的困難受容と他のストレスコーピングが、主観的 well-being にどのように影響しているのかを検討した。その結果、積極的困難受容はソーシャル・サポートを介して主観的 well-being に正の影響を与えているのに対して、他のストレスコーピングの一つである“肯定的解釈”は直接主観的 well-being に正の影響を与えていることが示された。</p>
<p>11. 困難事態経験後の利益獲得尺度作成の試み-積極的困難受容、ポジティブ・イリュージョンとの関係から-</p>	<p>共著</p>	<p>2007年8月</p>	<p>日本健康心理学会第20回大会発表論文集, 81</p>	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>極めてストレスフルな出来事に対する意味づけは、出来事のラベリング (making sense、以下 MS) と、出来事を通して得たポジティブな結果 (benefit finding、以下 BF) の2種類があることが示唆されている。わが国では BF を測定できる尺度がほとんど存在しない。そこで本研究では日本語版の BF 尺度を作成することを目的として検討を行った結果、高い信頼性と構成概念妥当性の一部を備えた尺度を開発することの成功した。</p>

12. 受験生活に対する積極的困難受容が予備校生の精神的健康生成に及ぼす影響に関する縦断的研究	共著	2007年9月	日本心理学会第71回大会発表論文集, 939	<p>共著:羽鳥健司・湯浅俊夫・小玉正博。筆頭。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>予備校生を対象として、極めてストレスフルな経験に対して行われる積極的困難受容と他のストレスコーピングの一つである“肯定的解釈”が成長感にどのように影響しているのかを検討した。その結果、積極的困難受容のみが成長感に正の影響を与えていることが示唆された。また積極的困難受容は、信念の変容を伴い、長期に渡って精神的な健康を保つことが示唆された。</p>
13. 慢性疾患者の病気受容とその対処に関する探索的研究～積極的困難受容尺度を用いて～	共著	2007年11月	日本カウンセリング学会第40回大会発表論文集, 205	<p>共著:小玉正博・片山富美代・羽鳥健司。第三著者。執筆の担当部分は協議して執筆したため、特定できない。</p> <p>人工透析を受けている慢性疾患者を対象に、積極的困難受容が患者のQOLにどのように影響しているのかを検討した。その結果、積極的困難受容が患者のQOLに正の影響を及ぼすことが示され、困難を受容することで希望を失わずに人生を積極的に生きられることが示唆された。</p>
14. 対人ストレス経験のポジティブ面の記述が澈意に及ぼす効果	共著	2009年8月	日本心理学会第73回大会発表論文集, 420	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。</p> <p>対人関係のトラブルを経験した個人を対象として、その経験から獲得したポジティブな出来事を記述する(writing about the perceived benefits of traumatic event; 以下, WPBT とする)と、精神的健康にどのような効果を及ぼすのか検討した結果、WPBT は従来の筆記療法と同程度以上の効果があることが示された</p>
15. 困難後成長感尺度の開発および信頼性妥当性に関する検討	共著	2009年9月	日本健康心理学会第22回大会発表論文集, 109	<p>共著:羽鳥健司・小玉正博。筆頭。</p> <p>本研究では、大学浪人者を対象として、浪人生としての生活から獲得した主観的な成長感を「困難後成長感」と命名し、困難後成長感を測定するための尺度を開発することを目的とした。分析の結果、「打たれ強さ」、「人生観の変化」、「親密な他者関係」の3因子で構成される尺度を得、一定の信頼性、妥当性が確認された。</p>
16. 困難事態経験後の肯定的意味づけ研究の展望	共著	2010年7月	日本ヒューマン・ケア心理学会第12回大会発表論文集, 67	<p>共著:羽鳥健司・石村郁夫・小玉正博。筆頭。</p> <p>本研究は、困難事態経験後の肯定的意味づけに関する実証研究を概観し、意味づけ研究の新たな方向性を指摘した。新た</p>

<p>17. 自分をほめる行為が強 迫傾向に及ぼす影響</p>	<p>共著</p>	<p>2010年7月</p>	<p>日本ヒューマン・ケア心 理学会第12回大会発表 論文集, 76</p>	<p>な視点として、元々個人内に存在する認 知的枠組みを困難事態に当てはめる意 味づけと、新たな認知的枠組みを作る意 味づけの2つの視点による意味づけの理 解を紹介した。</p> <p>共著：石村郁夫・羽鳥健司・小玉正博。 本研究では、強迫症状の回復期にみられ る自尊感情の高まりに注目して、一日の 終わりに自分をほめるという新しい介 入法の効果を検討することを目的とし た。分析の結果、高すぎる自尊心は低め られ低すぎる自尊心は高められ、強迫行 為が抑制されるという結果を得た。</p>
-------------------------------------	-----------	----------------	--	--