

**日本心理医療諸学会連合
(UPM) 第 34 回大会
プログラム・抄録集**

大会テーマ：患者主体の心理・医療

会期：2023 年 3 月 12 日（日）9:30～17:00

（リアルタイム配信・一部オンデマンド配信）

オンライン開催

大会長：坂入 洋右

（日本心理医療諸学会連合 理事長・筑波大学体育系）

日本心理医療諸学会連合（UPM）第34回大会 プログラム

- ◆大会テーマ 患者主体の心理・医療
 ◆会期 2023年3月12日（日）9：30～17：00
 ◆会場 オンライン開催
 ◆参加費 UPM加盟学会会員：4,000円 非会員：5,000円 学生：2,000円

9：30～12：45 第1部：研修会

研修会Ⅰ	9：30～11：00	研修会Ⅱ	11：15～12：45
A - I	【日本認知・行動療法学会主催】 睡眠問題に対する認知行動療法 講師：岡島 義 先生 (東京家政大学人文学部)	A - II	【日本認知・行動療法学会主催】 マインドフルネスに基づく認知行動療法 講師：伊藤 義徳 先生 (人間環境大学総合心理学部)
B - I	【日本交流分析学会主催】 臨床に活かす交流分析 ～人格適応論の応用～ ①理論編 見立てと介入の戦略図 講師：花岡 啓子 先生 (吉祥寺通り花岡クリニック心療内科)	B - II	【日本交流分析学会主催】 臨床に活かす交流分析 ～人格適応論の応用～ ②実践編 治療のターゲット 講師：花岡 啓子 先生 (吉祥寺通り花岡クリニック心療内科)
C - I	【日本バイオフィードバック学会主催】 先端技術とバイオフィードバック ～生体センシング技術の臨床・教育への活用～ 講師：小貫 睦巳 先生 (常葉大学保健医療学部)	C - II	【日本バイオフィードバック学会主催】 スマートフォンを利用した バイオフィードバック 講師：鈴木 里砂 先生 (文京学院大学保健医療技術学部)
D - I	【日本カウンセリング学会主催】 若者のゲーム利用における 臨床的問題～up-to-date～ 講師：田中 勝則 先生 (北海学園大学経営学部)	D - II	【日本内観学会主催】 内観療法の理論と病院臨床における実際 講師：真栄城 輝明先生 (大和内観研究所) 講師：河合 啓介 先生 (国立国際医療研究センター国府台病院 心療内科)
E - I	【日本ヨーガ療法学会主催】 ヨーガ療法の見立て（診断）と指導（治療） 基礎編 講師：木村 慧心 先生 (一般社団法人日本ヨーガ療法学会理事長)	E - II	【日本自律訓練学会主催】 心身のセルフモニタリングを促す自律訓練法 ～実践上のポイント～ 講師：佐瀬 竜一 先生 (和洋女子大学人文学部)

13：00～13：45 UPM理事会

14：00～17：00 第2部：シンポジウム

	個別データを活用した患者主体の心理・医療
セッション	1. 心理療法におけるセルフモニタリング：実践者主体の心身のサポートと専門家の役割 シンポジスト：坂入 洋右 先生 (日本自律訓練学会：筑波大学体育系教授) 2. Ecological Momentary Assessment (EMA) ～ブラックボックスである日常生活を見える化する方 シンポジスト：吉内 一浩 先生 (日本心身医学会：東京大学大学院医学系研究科ストレス防御・心身医学准教授) シンポジスト：菊地 裕絵 先生 (日本心療内科学会：国立国際医療研究センター病院心療内科診療科長) 3. 生理データから認知プロセスを推定し、セルフケアに活かす試み シンポジスト：熊野 宏昭 先生 (日本行動医学会：早稲田大学人間科学学術院教授) シンポジスト：川島 一朔 先生 (日本認知・行動療法学会：ATR脳情報通信総合研究所専任研究員)

◆ 午前の部

研修会I 9 : 30～11 : 00

研修会II 11 : 15～12 : 45

A-I：睡眠問題に対する認知行動療法

- ・主催学会：日本認知・行動療法学会
- ・講師氏名：岡島 義
- ・講師所属：東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科

概 要：

睡眠に問題を持つ患者さんの訴えのほとんどは、「寝つけない」「何度も目が覚める」「早く目が覚める」「朝起きられない」「日中眠い」といったものです。そのため、「睡眠問題＝不眠症」と考えられがちですが、睡眠障害は 80 種類以上にのぼり、不眠障害はその 1 つにすぎません。現在、睡眠障害に対する心理学的支援の中で、不眠障害に対して認知行動療法の有効性が示されており、その効果は、不眠症状の改善、睡眠薬の減量、精神症状・身体症状の軽減であり、欧米では不眠症治療の第一選択として推奨されています。本研修では、睡眠問題のとらえ方と基本的な知識についてのオンデマンド配信、およびそれらを踏まえた認知行動療法の臨床実践をリアルタイム配信で話します。

講師略歴：

2003 年に日本大学文理学部心理学科を卒業。2008 年北海道医療大学大学院心理科学研究科博士後期課程修了〔博士（臨床心理学）取得〕。医療法人社団絹和会睡眠総合ケアクリニック代々木の主任臨床心理士，2009 年東京医科大学睡眠学寄附講座の兼任助教，2015 年早稲田大学人間科学学術院の助教を経て，2018 年に現職。資格：公認心理師，臨床心理士，認知行動療法師，認知行動療法スーパーバイザー，産業カウンセラー。

A-II：マインドフルネスに基づく認知行動療法

- ・主催学会：日本認知・行動療法学会
- ・講師氏名：伊藤 義徳
- ・講師所属：人間環境大学総合心理学部

概 要：

マインドフルネスは昨今ブームの様相を呈しており、老若男女、多くの方々がマインドフルネスを嗜んでいる。心理学者として、マインドフルネスとはどのようなものか尋ねられる機会も増えているのではないだろうか。現在、多くの一般の方々がアプリや動画サイトを利用してマインドフルネスに触れているが、そうした気軽に触れられる情報の中には、誤解に満ちたものや、根拠に基づかない詐欺まがいの情報も溢れている。こうした社会の状況の中で、マインドフルネスに対する正しい理解と情報を提供していくことは、全ての心理学者における責務ではないかと考える。本研修会では、マインドフルネスの正しい理解に資する情報と、実践を提供する。マインドフルネスの理解には、知識だけではなく体験が不可欠であるため、短時間でも実践の時間を設けたい。さらに今回は、マインドフルネスがなぜ「第三世代」の認知行動療法と位置づけられるようになったのか、マインドフルネスと認知行動療法の関係についても解説を行いたい。

講師略歴：

人間環境大学総合心理学部教授。早稲田大学大学院人間科学研究科博士後期課程修了。琉球大学教育学部、同人文社会学部を経て、2022年4月より現職。専門は認知行動療法、マインドフルネス。日本認知・行動療法学会理事、日本マインドフルネス学会理事、日本感情心理学会理事。近著として、「臨床的観点から見たマインドフルネスとコンパッション」精神療法誌、「マインドフルネス再考」心理学評論誌（責任編集担当）等。

B-I：臨床に活かす交流分析～人格適応論の応用～

①理論編 見立てと介入の戦略図

- ・主催学会：日本交流分析学会
- ・講師氏名：花岡 啓子
- ・講師所属：吉祥寺通り花岡クリニック副院長（内科・心療内科）
PSR ストレス医学研究所所長

概 要：

交流分析はわかりやすい理論だが、人生脚本の理論は深い部分に触れるものであり、臨床でどう活用したらよいか迷うといわれることがある。不用意に脚本に踏み込んで傷つけたり、依存や抱え込みの関係に陥ることを心配される場合もある。

人格適応論は、ドライバー、禁止令、ゲーム、人生脚本などの交流分析理論を統合的にまとめた実践的モデルであり、安全で効果的な心理療法のガイドラインになるであろう。

思考、行動、感情のどこからアプローチするかは患者の病態レベルやタイプによって異なるといわれ、選択の糸口として Poul Ware と Vann Joines による人格適応論と治療のドアの概念が役立つ。

理論編では、交流分析の基礎理論をもとに 6 つの適応タイプの成り立ちと特徴を解説し、それぞれの適応タイプの見立てと治療的介入の戦略を図示していく。

講師略歴：

内科臨床の中でストレスへの対処の重要性を感じ、日本大学板橋病院心療内科で研究医員として心身医学を学ぶ。地域医療の臨床のなかで交流分析の有用性を実感している。心身医学会専門医、交流分析学会認定交流分析士、交流分析学会認定研修スーパーバイザー。

B-II：臨床に活かす交流分析～人格適応論の応用～

②実践編 治療のターゲット

- ・主催学会：日本交流分析学会
- ・講師氏名：花岡 啓子
- ・講師所属：吉祥寺通り花岡クリニック副院長（内科・心療内科）
PSR ストレス医学研究所所長

概 要：

人格適応論には、治療的アプローチとして3つのドアの概念がある。関係を築きラポールを形成するオープンドア、そこに触れると抵抗がおこって治療が行き詰るトラップドア、治療的介入に反応するターゲットドアの3つがあり、適応のタイプによってアプローチの仕方が異なる。これらのドアは各々〔思考〕〔感情〕〔行動〕のいずれかにあたり、その組み合わせは各適応タイプによって異なるとされている。

各適応タイプへのアプローチの実際をモデルケースの提示とともに解説する。

講師略歴：

内科臨床の中でストレスへの対処の重要性を感じ、日本大学板橋病院心療内科で研究医員として心身医学を学ぶ。地域医療の臨床のなかで交流分析の有用性を実感している。心身医学会専門医，交流分析学会認定交流分析士，交流分析学会認定研修スーパーバイザー。

C-I：先端技術とバイオフィードバック

～生体センシング技術の臨床・教育への活用～

- ・主催学会：日本バイオフィードバック学会
- ・講師氏名：小貫 睦巳
- ・講師所属：常葉大学保健医療学部

概 要：

先端技術の一つである生体センシング技術は「センサ」を使って人間のいろいろな感覚を機械に置き換えて生体情報を取得し、様々な人間の営みに活用するものである。例として圧センサー、温度センサー、筋電センサーなどが挙げられる。

これらのうち「奥行きセンサー」「張力センサー」に絞って臨床にどのように活用したのかを研究結果を通じて報告する。結論から言うと、対象の個体差が大きく、様々なプロトコルが有意に改善したといえるだけの統合されたデータ取得に至っておらず、精度を含めてまだまだこれからの分野と言える。

また教育への応用として「シミュレーション」がある。こちらについては医学教育におけるシミュレーション教育の現状を述べ、問題提起をする。その上で筆者の取り組んでいる圧センサーを指圧手技の客観化に応用する研究について述べ、指圧シミュレーターの構築について報告する。

講師略歴：

按摩マッサージ指圧師・鍼灸師・理学療法士資格を取得。脳血管疾患・整形外科疾患・脳性まひ等の20年以上の臨床活動を経て現在に至る。私の行っている研究は「生体センシング技術をリハビリテーションに活用する」であり、Kinectや圧センサーなどのセンシング技術を医療や医学教育の中で「見える化」して社会に役立てようとするものである。また、これに加え理学療法教育にeラーニングを上手く活用できないか様々な形で教育実践を通して授業の中でeラーニングを試行錯誤中である。

C-II：スマートフォンを利用したバイオフィードバック

- ・主催学会：日本バイオフィードバック学会
- ・講師氏名：鈴木 里砂
- ・講師所属：文京学院大学保健医療技術学部

概 要：

本講義では、スマートフォンを利用した、簡易に利用できるバイオフィードバックの実例を紹介していく。

バイオフィードバックとは、通常、人間が感知困難な身体の生理学的変化を、センサなどにより感知できる情報に変換し、自己認知させる手法である。

近年、国民が1人につき1台は保持しているともいわれているスマートフォンの機能に着目し、このスマートフォンをバイオフィードバックのセンサー及びモニターとして使用、より身近に簡易に利用可能となるバイオフィードバックの可能性を模索する。

今回の講義では、主に、筋収縮を計測する筋電図計に着目し、簡易に組み立て可能な簡易筋電計の紹介と、そのバイオフィードバックへの応用方法を中心に、臨床分野、教育分野への応用の実例を挙げ、講師の研究内容を報告する。

さらに、超音波装置によるバイオフィードバックへの可能性も紹介する。バイオフィードバックを通じて、自身の身体変化を感知することによるバイオフィードバック・ウェルネスを感じていただければと考えている。

本講義は、リアルタイムの遠隔配信であるが、筋触診など、ご自身の身体の動きを感じるための簡単な実技（上肢筋、咬筋、骨盤底筋など運動・飲食に伴う筋収縮感の触知）を、講義中に行う予定であるので、お手元に飲み物、お菓子等をご準備いただけると幸いである。

講師略歴：

1998 年より慶應義塾大学月が瀬リハビリテーションセンターに理学療法士として勤務、2006 年から学校法人森島学園富士リハビリテーション専門学校専任教員、現在は、文京学院大学保健医療技術学部勤務。2005 年慶應義塾大学 政策・メディア研究科 修士課程修了。2019 年早稲田大学 人間科学研究科 博士後期課程修了。専門領域は、リハビリテーション科学、理学療法教育、身体評価学、神経理学療法学。

D-I：若者のゲーム利用における臨床的問題～up-to-date～

- ・主催学会：日本カウンセリング学会
- ・講師氏名：田中 勝則
- ・講師所属：北海学園大学経営学部

概 要：

若者の間での余暇活動の一つとしてゲーム利用があげられます。特にコロナ禍においては感染防止対策として外出自粛や対面での接触を避けることが望まれるため、オンラインゲームを用いた余暇活動や対人交流が増加している可能性があります。一方、これまでも際限なくゲームを行うことはゲームへの過剰な時間の消費や依存の問題につながると考えられ、最も不適応なゲーム利用形態は依存症としてのゲーム障害として定義されるようになりました。

青年期は行動制御に関する神経基盤が未成熟であるため、嗜癖行動に陥りやすい時期です（Chambers et al., 2003）。また、青年期の問題のあるゲーム利用は抑うつや不安、不眠といったメンタルヘルスの問題と関連するだけでなく、いじめや学業不振などの社会機能不全問題とも関連することが近年報告されています。こうした現状を踏まえ、この研修では若者におけるゲーム利用に関連する近年の臨床的問題について、エビデンスに基づく up-to-date な研究動向を整理し理解を深めることを目的とします。

講師略歴：

九州大学大学院人間環境学府博士後期単位修得退学後、国立病院機構菊池病院心理療法士、長崎大学心の教育総合支援センター助教、弘前大学教育学部講師、北海学園大学経営学部講師を経て現在同准教授および学生カウンセリング室長。博士（心理学）、公認心理師、臨床心理士。

D-II：内観療法の理論と病院臨床における実際

- ・主催学会：日本内観学会
- ・講師氏名：真栄城 輝明
- ・講師所属：大和内観研修所所長，上海交通大学医学院客員教授，
中国民族西北大学特任教授
- ・講師氏名：河合 啓介
- ・講師所属：国立国際医療研究センター国府台病院心療内科診療科長

概 要：

内観療法は，吉本伊信（1916～1988）が創始した日本発祥の精神療法である。仏教の修行法を母体としているが，吉本はその宗教色を完全に払拭し，内観法を確立した。この治療は，自己修養法から始まり，その後，内観療法として，心理臨床や医学領域の病院臨床（うつ病，不安症，アルコール依存症，摂食障害，生活習慣病など）へと適応が広まった。

また，日本内観学会は 1978 年に創設された。2018 年より学会認定資格として「認定医師」「認定心理療法士」「認定内観面接士」の認定が開始された。さらに 2021 年日本精神神経学会・学会認定サブスペシャリティとして日本内観学会専門医が認定されている。現在は中国・韓国・欧米に広く普及し，国際会議も活発に開催されている。

内観の方法には，集中内観と日常内観がある。集中内観では，病院に入院あるいは内観研修所に宿泊しながら，7 日間のプログラムを行う。具体的には幼少期から今日までの自分とかわりの深い人物に対する自身の行動を内観三項目と呼ばれる課題「して貰ったこと」「して返したこと」「迷惑をかけたこと」に添って丁寧にたどる。この治療は治療枠，手順が明確であり，人生観，価値観に関連する高次のレベルの精神療法としての活用が可能である。本研修会では内観療法の概念，治療者の作法を含めた治療構造，海外での内観などの概説，さらに最近の病院臨床での実際について講演する。

講師略歴：

真栄城輝明：臨床心理士・博士（心理学）。24年間の病院臨床を経て，大和内観研修所に着任後，奈良女子大学教授を経て佛教大学特任教授を退職後，非常勤講師。京都文教大学非常勤講師，放送大学非常勤講師を歴任。日本大学文理学部心理学科卒業。中京大学文学部臨床心理学専攻修士課程修了。日本内観学会認定の「認定心理療法士」及び「認定スーパーバイザー」の第一号として認定。

河合啓介：1989年愛媛大学医学部卒業 九州大学心療内科に入局。1994年カナダ・トロント大学 内分泌研究所研究員。2000年九州大学心身医学助手。2006年九州大学病院心療内科講師。2016年国立国際医療研究センター国府台病院 心療内科診療科長。2018年千葉県摂食障害治療拠点病院代表（併任）。2021年摂食障害全国支援センター「相談ほっとライン」代表（併任）。研究テーマ：低栄養が心身へ及ぼす影響。摂食障害への認知行動療法。内科系疾患への内観療法への適応。

研修会I 9：30～11：00

E-I：ヨーガ療法の見立て（診断）と指導（治療）基礎編

- ・主催学会：日本ヨーガ療法学会
- ・講師氏名：木村 慧心
- ・講師所属：一般社団法人日本ヨーガ療法学会 理事長

概 要：

インド伝統のヨーガはヒマラヤ山中で 5000 年間実習されてきている。その伝統的ヨーガの精髓を、現代人の安寧と福祉に役立てるのが、ヨーガ療法である。世界保健機関 WHO は 2019 年 2 月 26 日～28 日インドの首都ニューデリーにて、インドの A（アーユルヴェーダ）Y（ヨーガ）USH 省と共にヨーガの指導基準・策定作業部会（The Working Group Meeting about benchmarks for training in Yoga）を開催した。全世界から 20 余名のヨーガ指導者が招集されて、WHO の伝統医学・相補統合医療（TCI）部門に中国医学やアーユルヴェーダ医学と共に入れられたヨーガに関する指導者育成基準を定めた。ヨーガ指導者は上記医学の医療者と同じと WHO は認定している。本講師も東アジアを代表してこの作業部会に招聘されている。いずれこのベンチマーク最終規定は世界各国の健康関連省庁に公布されるが、その一端を本研修で紹介し、セラピーとしてのヨーガの診断と治療の理論と実際の基礎を研修してもらうことになる。ご期待いただきたい。

講師略歴：

1969 年東京教育大学理学部卒業後、スワミ・ヨーゲシヴァラナンダ大師より聖名。(ギヤーナ・ヨーギ)を拝受して得度し、ラージャ・ヨーガ・アチャルヤ（阿闍梨）となり、ラージャ・ヨーガ指導を開始。2018 年ヨーガ研究普及への貢献で第 1 回インド首相賞受賞。インド SVYASA 大学・大学院 DDE 講座開講責任者。インド SVYASA 大学大学院／シュリシュリ大学ヨーガ学部客員教授。SVYASA 大学名誉博士号受賞。世界保健機関 WHO のヨーガベンチマーク策定委員。

E-Ⅱ：心身のセルフモニタリングを促す自律訓練法

～実践上のポイント～

- ・主催学会：日本自律訓練学会
- ・講師氏名：佐瀬 竜一
- ・講師所属：和洋女子大学人文学部教授

概 要：

(1) 自律訓練法 (Autogenic Training：以下 AT) とは

Vogt の催眠研究を発端に、ドイツの神経科医 Schultz (1932) が創始し、Luthe が発展させた心理生理的治療法・訓練法である。日本では当初は心療内科領域で導入されたが、徐々に教育、スポーツ、産業領域に普及していった。

具体的には、軽く目を閉じた状態で、「公式」と呼ばれる特定の決められた言葉を、「心の中」でゆっくり「自分のペース」で繰り返す練習である。心身が落ち着いている時には誰でも当たり前にかかる身体感覚を具体的な言葉で繰り返し確認することによって、心身が落ち着いている状態を作るコツを段階的につかんでいく。

1日2回～3回(1回2分程度)の練習を最低1～3ヶ月行うことで心身に様々な効果が生じるとされている。

(2) AT の特徴

1 自己練習法

AT は患者(練習者)が自分で毎日短時間の練習を継続する技法であることから、治療者－患者関係の過度の依存性に基づく弊害が除かれることや、条件さえ整えば自宅などで手軽にできるという利点がある。

2 心理生理的变化

練習を継続することで実際に様々な心理的变化(例：不安低減、気分の安定)、生理的变化(例：心拍下降、皮膚温上昇、筋弛緩)が生じる。このような変化によって、心身に向ホメオスタシス状態に変換することが可能になり、自然治癒力が高まる。また実際に生理的变化が生じてくるために、AT を指導する際には、「重たい」や「温かい」といった練習と直接関係する反応である練習効果、症状が軽減するなどの臨床効果に加え、練習中に様々な主観的、心理的体験が生起することを念頭において進める必要がある。

3 受動的注意集中 (Passive Concentration)

AT を習得する際には、身体感覚に対する受動的注意集中（さりげない態度および機能的受動性をもって向かうこと」）が必要不可欠とされている。さりげなくぼんやりと注意を向けることを指しており、練習中に一生懸命に気持ちを落ち着かせよう、重くしよう、温かくしようとするのではなく、さりげなくぼんやり自分の身体感覚の変化に注意を向けて、気持ちが落ち着いている様子、重たい、温かい感覚を感じる態度ともいえる。また、AT の練習を通して受動的注意集中を習得することが、心身のありのままを眺める態度・自然な変化を待つ姿勢、日常でゆったりした気持ちで自然に身を任す心構え、心身の変化や外界の諸現象に対する受動的態度である受動的受容 (Passive Acceptance) を形成する。受動的受容は、マインドフルネス特性、脱中心化、フォーカシング的態度と類似する態度であり、心身のセルフモニタリングを可能とする。

この受動的注意集中を習得し、受動的受容を形成することが AT の本質であり、AT が習得できるか、効果を産むかを左右する重要なポイントである。

(3) 本研修のポイント：心身のセルフモニタリングを促すための AT 実践

心身のセルフモニタリングが AT の本質であり受動的注意集中がポイントである。しかし、AT はリラクセーション効果が強調されてきた背景もあって、現状では心身のセルフモニタリングとしての側面は注目されにくい状況にある。より効果的な AT 実践（練習、指導）を行うためには受動的注意集中に焦点を当てた実践（指導）が必要である。

本研修では AT の概要を解説した後に、下記 1) ～3) および図 1 について実技を交えながら解説し、心身のセルフモニタリングを可能にするための AT 実践のコツを学ぶ。

- 1) 受動的注意集中のより詳細な定義
- 2) 受動的注意集中の定義や要素を踏まえた AT 実践のコツ
- 3) 受動的注意集中と受動的受容のつながりを意識した AT 実践のコツ

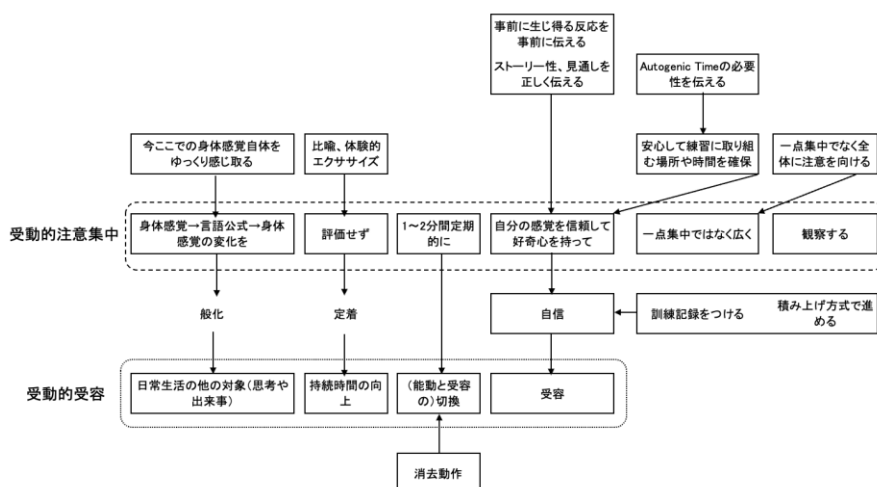


図 1 本研修の全体像

講師略歴：

研究分野は臨床心理学，健康心理学，教育心理学。「自律訓練法の受動的注意集中と第 1 空間感覚練習に関する研究」にて博士（心理学/駒澤大学）取得。大阪国際大学，常葉大学を経て 2022 年 4 月より現職。日本自律訓練学会では理事・編集委員長・研究推進委員長，役割交換書簡法・ロールレタリング学会では副理事長を担当。

◆ 午後の部

シンポジウム 14:00～17:00

個別データを活用した患者主体の
心理・医療

企画趣旨：

今、社会では、ウェアラブルセンサーやアプリなどの普及によって、一般の人々や患者一人ひとりが膨大な生理・行動・心理データを持っています。また、医療においては、各個人のデータを活用した EMA（Ecological Momentary Assessment）や EMI（Ecological Momentary Intervention）などの研究や実践も発展しています。医療に限らず、心理や教育や産業など対人サポートのあらゆる領域で、各個人の膨大なデータを有効に活用すべきですが、個人情報の扱いや AI の発展を考慮すると、今後、セルフケアがさらに重視される可能性があり、その際の専門家の役割や、研究や実践のあり方なども、検討する必要があると考えています。

また、個人を重視した実践のあり方については、「各自の心身に関するデータの活用」という観点では、もともと自律訓練法やヨガなどは、自分の心身の状態や経験を各自が継続的にモニタリングして、自己データ（自己理解）を更新していく方法だと考えられます。

以上のような問題意識から、5 名のシンポジストに話題提供いただき、「個別データを活用した患者主体の心理・医療」の動向や発展性、今後のあり方について、理解を深めたいと思います。

セッション：

1. 「心理療法におけるセルフモニタリング：実践者主体の心身のサポートと専門家の役割」

・シンポジスト：坂入 洋右（日本自律訓練学会：筑波大学体育系 教授）

2. 「Ecological Momentary Assessment（EMA）～ブラックボックスである日常生活を見える化する方法」

・シンポジスト：吉内 一浩（日本心身医学会：東京大学大学院医学系研究科
ストレス防御・心身医学 准教授）

・シンポジスト：菊地 裕絵（日本心療内科学会：国立国際医療研究センター病院
心療内科 診療科長）

3. 「生理データから認知プロセスを推定し、セルフケアに活かす試み」

・シンポジスト：熊野 宏昭（日本行動医学会：早稲田大学 人間科学学術院 教授）

・シンポジスト：川島 一朔（日本認知・行動療法学会：ATR 脳情報通信総合研究所
専任研究員）



日本心理医療諸学会連合（UPM）第34回大会 実行委員会

大会長：坂入洋右

事務局長：雨宮 怜

実行委員：阿南俊之介

上迫彬岳

君塚祐美

酒井 佑

高木祐多

高橋史穂

夏見謙人

水上七菜美

峰 勇仁

吉武誠司

日本心理医療諸学会連合（UPM）第34回大会プログラム・発表抄録集

発行日 2023年2月10日

発行者 日本心理医療諸学会連合（UPM）第34回
大会事務局

事務局長 雨宮 怜

〒305-8574 茨城県つくば市天王台 1-1-1

筑波大学 体育系 雨宮研究室気付

mail : upm34taikai.jim.ut@gmail.com