



所属・職位	福祉健康科学部 福祉健康科学科 心理学コース・教授	
氏名	河野 伸子 (Kawano Nobuko)	
取得学位	博士 (医学)、大分大学、2021年9月	
SDGs目標		

研究分野 臨床心理学・発達心理学

研究キーワード 心理療法、マインドフルネス、生涯発達心理学

研究内容

- マインドフルネス心理療法の効果研究
マインドフルネスは、近年広まってきた瞑想を用いた心理療法です。「現在に気づきを向ける」ことを通して、身体感覚や五感、思考や感情を、ありのまま観察することを練習します。マインドフルネスを練習することによって、自分自身の状態に早めに気づき、ぐるぐる考えること（反芻と言います）から抜け出すことで、うつや不安、ストレスを減少させると言われています。
共同研究者の一人として、マインドフルネス心理療法とマインドフルネス心理療法に実存的なアプローチを加えた場合の効果の比較検討を行い、効果の予測因子を抽出しました。
マインドフルネス心理療法は、医療領域で用いられてきましたが、現在では、幅広い領域、幅広い対象の方に応用されており、私も、一人ひとりの幸福な生活を支援できるよう、応用していきたいと考えています。
- 子育て支援・保護者支援における多職種連携
子どもが生まれ成長していく過程は、同時に、その保護者にとっては、子どもを受け入れ、養育することを学び、親になるという過程でもあります。その中で生じるさまざまな課題に対して、心理的支援を通じて実践的に取り組むと同時に、多職種との効果的な連携の在り方についても検討しています。

研究業績・アピールポイント

(論文)

1. Kawano N, Terao T, Sakai A, Akase M, Hatano K, Shirahama M, Hirakawa H, Kohno K, Ishii N. (2021) Maternal overprotection predicts consistent improvement of self-compassion during mindfulness-based intervention and existential approach: a secondary analysis of the EXMIND study. BMC Psychology.;9(1):20.
2. Sakai A, Terao T, Kawano N, Akase M, Hatano K, Shirahama M, Hirakawa H, Kohno K, Inoue A, Ishii N. (2019) Existential and Mindfulness-Based Intervention to Increase Self-Compassion in Apparently Healthy Subjects (the EXMIND Study): A Randomized Controlled Trial. Frontiers in Psychiatry. 10:538.

(著書)

1. (共著)「第3部 教育臨床の諸問題 第3章 虐待」武内珠美・渡辺巨・佐藤晋治・溝口剛 (編)『教育臨床の実際〔第2版〕』2018. 151-160.
2. (共著)「第3章 諸機関での発達障害 1保健センターで出会う発達障害の可能性のある子どもとその親への支援」伊藤良子・角野善宏・大山泰宏 (編)『京大心理臨床シリーズ7「発達障害」と心理臨床』2009. 214-223.

役員

大学院教育学研究科
教育学部

経済学部

医学部

医学部附属病院

理工学部

福祉健康科学部

その他学内施設等