

下山研究室
×
野中研究室

紹介資料

発達臨床心理学分野とは

- **臨床心理学の知見**と**発達心理学の知見**を発展的に融合し，援助実践に役立てる
- **生涯発達**という視点から，子どもから大人まで様々な年代に表れる心理的問題をターゲットとした援助プログラムの開発・研究と実践を行う
- 上記のような問題を扱う専門職の養成と指導者の育成を目指す

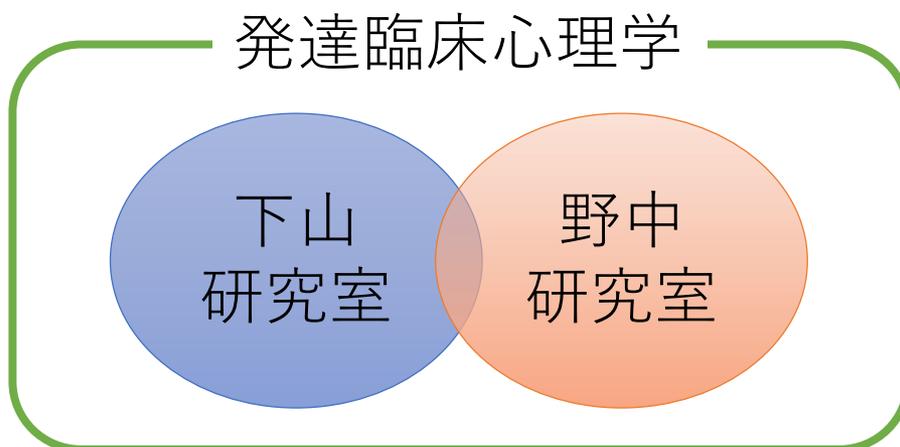
下山研究室 × 野中研究室の連携

下山研究室と野中研究室は、**発達臨床心理学分野**の臨床・研究活動を行なうチームとして、連携をとりながら活動をしています

下山晴彦教授は2021年度で退官となりますが・・・

2022年度以降、

下山研究室から野中研究室に移行し、
臨床実践や研究について一環して指導を受けることができます



下山研究室の紹介

下山研究室の 臨床活動

3つの臨床プログラムの紹介



下山研究室の認知行動療法プログラム

[Home](#) / [相談をご希望の方へ](#) / 下山研究室の認知行動療法プログラム



子どもと若者の
「うつ」



子どもと若者の
強迫性障害



子どもと若者の
発達障害系こだわり

「うつ」 プログラム

■対象者

：うつ状態によって、生活がうまくいかなくなったクライアント(7歳-20歳)

■主な介入

：認知行動療法

■面接形態

：ご本人(プレイセラピー・言語面接)、家族メンバー(言語面接)

■面接の流れ (例)

：インテーク (1回)
⇒アセスメント (1~2回)
⇒介入 (12回)
⇒フォローアップ (3回)

「強迫性障害 (OCD)」 プログラム

■対象者

強迫性障害(※)をもつクライアント

繰り返し出てくる不安や恐怖に取り付かれ、これらの気持ちを振り払うために手洗いや確認といった動作を何度も繰り返してしまうこと

■主な介入

：曝露反応妨害法など

■面接形態

：ご本人(プレイセラピー・言語面接)、
家族メンバー(言語面接)

■面接の流れ (例)

：インテーク (1回)
⇒アセスメント (1~2回)
⇒介入 (12回)
⇒フォローアップ (3回)

「発達障害系 ・こだわり」 プログラム

■対象者

：発達障害等からくるこだわり(※)によって、
生活がうまくいかなかったクライアント
(7歳-18歳:小学生-高校生)

(※)普段の行動に細かいルールがあり、その通りに進まないと何度もやり直す/ものの置き方や順番にこだわりがあり、少しでもずれると気になって仕方ない

■主な介入

：応用行動分析

■面接形態

：ご本人(プレイセラピー・言語面接)、家族メンバー(言語面接)

■面接の流れ (例)

：インテーク (1回)
⇒アセスメント (1~2回)
⇒介入 (12回)
⇒フォローアップ (3回)

野中研究室 との連携

3つの臨床プログラムは、**野中研究室**と連携しながら運営を行なっています。

◆ 連携活動の内容

- プログラムの**実施**
 - プログラムの**開発・修正**
 - プログラムの**効果研究**
- など...

その他のケース

下山研究室では、子どもと若者を対象としたケースだけでなく、**成人期以降**を対象とする臨床実践も行っています

- ・ 復職を目指す50代男性のケース
- ・ 気分の波があり、面接を通してストレスへの対処法を身につけたい

…など

下山研究室の 研究活動



下山研の研究グループ活動

S1S2

4月	5月	6月	7月	8月	9月
----	----	----	----	----	----

★ 新入生ゼミ決め

★ 下山研 研究サブグループ決め

→研究の関心テーマに応じて、小グループを構成
例) 虐待, 発達, 産業, うつ, 家族支援, 援助要請など

- 個々の関心に応じた勉強会
- 外部講師によるレクチャー
- メンバーの研究発表会



下山研の研究グループ活動

A1A2

10月	11月	12月	1月	2月	3月
-----	-----	-----	----	----	----

- M1 紀要論文のテーマ決め
- (M2 修論の中間発表)

★ 紀要論文のタイトル決め (11月中旬×切)

- M1 紀要執筆
- (関心に応じた勉強会)



2019年度の例：勉強会

スキーマ療法勉強会（講師：伊藤絵美先生）

スキーマ療法：説明シート

※スキーマ療法とは、自分の生きづらさの根っこを知り、根っこ部分を含めたセルフケアを身につけ、生きづらさを手放すための心理学的アプローチです。

①早期不適応的スキーマ
 ※1：人生早期に適応のために形成されたが、その後その人自身を生きづらくさせるスキーマ
 +
スキーマに対するコーピングスタイル（服従、回避、過剰補償）

※1の例：見捨てられ、不信／虐待、情緒的剥奪、欠陥／恥、社会的孤立、無能／依存、脆弱性、巻き込まれ、失敗、服従、自己犠牲、評価希求、否定／悲観、感情抑制、厳密な基準、罰、権利要求、自制と自律の欠如

①-1 スキーマ分析
理解

- ヒアリング（過去体験の理解）
- 質問紙であたりをつける
- スキーマのリストを共有
- スキーママップを描く
- 日々のスキーマのモニターとマインドフルネス

①-2 スキーマワーク
挑戦

- スキーマを手放す
- ハッピースキーマを手に入れる

②スキーマモード
 ※2：その時々感情や自動思考や行動の状態

※2の例

- ◆**チャイルドモード**：傷ついたチャイルド、怒れるチャイルド、やりたい放題のチャイルド、幸せなチャイルド、他
- ◆**いただけないコーピングモード**：遮断・防衛モード、過剰補償モード、服従モード、他
- ◆**傷つける大人モード**：懲罰的大人モード、要求的親モード、無関心な親モード、傷つける他人モード、他
- ◆**ヘルシーアダルトモード（健やかな大人モード）**

②-1 モードへの気づき
理解

②-2 モードワーク
挑戦

各モードに対して適切な対応をする
 例：傷ついたチャイルドモードを癒す
 怒れるチャイルドの言い分を聞く
 やりたい放題のチャイルドを導く
 幸せなチャイルドを見守る
 いただけないコーピングに引退してもらい
 傷つける大人モードを撃退する
 傷つける大人モードに謝ってもらい
 ヘルシーアダルトモードを大きくする
 ヘルシーアダルトモードが各モードに適切に対応できるようにする

これっていいのだ

★スキーマ療法の重要なポイント！

- ・「中核的感情欲求」・・・気づく、満たす
- ・安全第一！・・・安全なイメージ、安全な儀式を準備する
- ・治療的再養育法・・・セラピストが養育的に関わる

★スキーマ療法にはお膳立てが必要！

- ・サポートネットワークの確認
- ・コーピングレパートリーの確保
- ・セルフモニタリング&マインドフルネス（認知行動療法）

ワークブックを使うこともできます
 伊藤絵美(2015)『自分のできるスキーマ療法ワークブック』BOOK1&2(星和書店)

Copyright: 洗足ストレスコーピング・サポートオフィス(イラストは除く)



紀要論文の執筆

【2019年度】

- 児童虐待における世代間連鎖の背景と支援の可能性

【2018年度】

- うつ病患者に対するICTを用いた心理支援の現状と今後の展望
- 発達障害者の自己理解に関する概観と芸術活動の可能性
- 児童虐待に対する学校現場の支援の現状と課題
- 慢性的虐待のリスクを抱え孤立状態にある母親への支援の現状と課題
- レジリエンス育成プログラムの概観と今後の展望
——児童・青年期を中心として——
- 睡眠がメンタルヘルスに与える影響に関する研究動向と今後の展望
——交替制勤務者に着目して——
- 感情労働者の早期離職に関する研究の概観
——離職要因と支援可能性に着目して——



共同研究実績

□ANAASとの共同研究

働く人の心の健康支援の総合サービス

□帝人ファーマとの共同研究

睡眠プログラムの開発

□パーソルワークスデザイン

会社員向け心理支援ポータルサイトの開発

下山研究室の 年間行事

年間スケジュール

コースの予定

ゼミの予定



5月 歓迎会

ゼミの新メンバーの歓迎会を実施しています！

- ・ 場所：本郷三丁目付近

Welcome party

歓迎会



8月ゼミ合宿

日時	昨年度（2019年度） 8月26日～27日	一昨年度（2018年度） 8月27日～28日
場所	伊豆高原	熱海
外部講師	平木典子先生、日下華奈子先生、津田容子先生	川畑隆先生
内容	家族療法	家族支援、福祉分野における虐待支援
形式	講義、事例検討、ビデオ視聴	講義、ロールプレイ、ビデオ視聴



3月送別会



☆下山研恒例送別会 夜の銀座にて☆

野中研究室の紹介



研究活動

子どもと家族への支援を軸に研究活動を行っています。

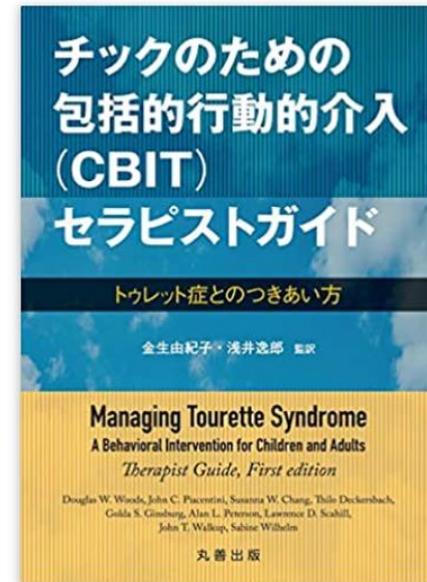
1. チック・トゥレット症の病態理解と支援の発展に向けた研究

*** 東大病院こころの発達診療部**との連携

2. **下山研究室と連携**をした子どもや若者を対象とした認知行動療法の実践及びその開発・効果検証
3. 教育現場での心理職養成カリキュラムの検討

活動例

- * チック・トゥレット症候群を対象とした認知行動療法の発展・研究
- * 児童・思春期に発症した強迫性障害の理解と介入の発展に向けた研究
- * 附属学校と連携した心理職養成カリキュラムの検討（野中ら，2020）



最後に

- スクールカウンセラーとしても活動してきたため、その経験を活かした実践・研究ができればと思います。
- 研究室としてはできたばかりなので、それぞれの希望と関心を考慮して活動していこうと思うのでよろしくお願いします。

