



インターネット依存・ストレスの臨床心理学的研究

[キーワード: インターネット依存、注意機能、ストレス]

講師 津村 秀樹

<研究の概要>

本研究室では、インターネット依存やストレスといった臨床心理学的なテーマに対して、生理心理学、認知心理学の観点からアプローチする研究を実施している。

1. インターネット依存に対する臨床心理学的研究

インターネットの利用可能地域の拡大、高速化、モバイル化によって、インターネットの普及率が世界的に高まった。インターネットは情報収集、娯楽、仕事、学業、生活などに欠かせない便利なツールになっている一方で、過剰な使用や依存により精神的、身体的健康状態を損なう原因にもなっており、予防や治療のための取り組みが進められている。

本研究室では、臨床心理学の観点から、インターネット依存の心理学的な維持、増悪要因を明らかにする実験心理学的研究を行うとともに、インターネット依存の状態の緩和に効果的な心理学的介入法を開発することを目指した研究を実施している(主要研究業績1、2)。

2. ストレスに対する生理心理学的研究

強く持続的なストレスはさまざまな精神疾患、身体疾患の要因の一つになり、生活の質を大きく低下させる。そのため、ストレスの状態を的確に把握して、効果的に対処することは、それらの重大な結果に至ることを予防する意味で重要である。

本研究室では、ストレスが心身に悪影響を及ぼす心理的なメカニズムを明らかにすることを目的として、ストレス時に見られる認知機能の変化、生体反応の変化、およびそれらの関連性を実験心理学的な方法論で明らかにする研究を実施している(主要研究業績3)。

<主要研究業績>

1. Tsumura H, Kanda H, Sugaya N, Tsuboi S, Fukuda M, Takahashi K. (2018) Problematic Internet Use and its relationship with psychological distress, insomnia, and alcoholism among school teachers in Japan. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 21(12): 788-796.
2. Tsumura H, Kanda H, Sugaya N, Tsuboi S, Takahashi K. (2017) Prevalence and risk factors of Internet addiction among employed adults in Japan. *Journal of Epidemiology*. 28(4): 202-206.
3. Tsumura H, Shimada H. (2012) Acutely elevated cortisol in response to stressor is associated with attentional bias toward depression-related stimuli but is not associated with attentional function. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*. 37(1): 19-29.

<地域(行政)、NPOや企業と連携・共同研究可能なテーマ>

- インターネット依存の心理学的な維持、増悪要因や心理学的介入法に関する研究
- 生体試料を用いたストレスの客観的評価とストレスマネジメントの効果研究

専門分野 : 臨床心理学、生理心理学

E-mail: tsumura.hideki@tokushima-u.ac.jp

Tel : 088-656-7191

Fax : 088-656-7191

詳細情報 : <http://pub2.db.tokushima-u.ac.jp/ERD/person/346404/profile-ja.html>