

自著紹介

健康心理学・入門

—健康なところ・身体・社会づくり—

島井哲志*・長田久雄**・小玉正博*** 編

発行/有斐閣 2009年11月20日 初版

心理学の研究から得られた知見を、保健医療領域の実践や研究に生かすことを目指す領域のひとつとして健康心理学がある。かつては、身体疾患への心理的リスク要因を中心として展開されてきたが、最近では、その対象は、心理、身体、社会を含む、より広いとらえ方がなされるようになり、これに伴って、実践活動も、予防、医療、コミュニティ活動と幅を広げている。本書は、このような最近の変化に対応した内容を目指したものである。

本書は、基本的には、健康心理学をはじめて学ぶため人たちのためのテキストとして編集したものであり、本学会でもご活動の先生方をはじめとして、研究・実践の第一線でご活躍中の先生方にご執筆いただいている。15回を標準とする大学の授業でテキストとして用いることを念頭に、全体は15章から構成されている。しかし、全体で250頁あまりと、まず必要な知識をコンパクトにまとめた。

また、各章には、記述を補うためのコラムや、比較的やさしい課題、学習文献案内といった、受講生の理解を深めるためのツールを配置して、授業時間外の学習を進めるためにも役立つように工夫した。

全体は4部より構成され、第I部は全体のイントロであるが、その第1～3章は編者らが担当し、健康習慣とその増進、健康リスク要因とリスク集団、臨床場面での健康心理学の展開という内容を紹介しており、それぞれが責任編集をした、第II～IV部の導入を兼ねている。

したがって、第I部で全体の導入をした後、担当の先生が特に強調する領域を、さらに詳しく展開していくという用い方も可能となっている。その場合にも、全体の中の位置づけも理解しやすくなっており、看護や医療領域の基礎教育などの場面でも、柔軟に用いることができるように配慮している。

各章のタイトルと著者（敬称略）は以下の通りである。担当著者のみをいただければ、この十数年の間に、この領域に、多くの実力のある研究実践家が育ってきたことが理解されるだろう。

第I部 健康心理学とは何か（「健康とウェルビーイング」島井哲志、「健康リスクへのアプローチ」長田久雄、「健康心理学と臨床心理学」小玉正博）

第II部 健康増進の心理学（「健康な社会づくり」杉田秀二郎、「現代生活とストレス」川崎直樹、「健康な食生活」長谷川智子、「運動と休養による健康づくり」荒井弘和、中村菜々子、岡浩一郎）

第III部 リスクと予防の健康心理学（「健康リスク要因とパーソナリティ」大芦治、「健康リスク要因と行動」山田富美雄、「女性と健康」大竹恵子、「高齢者と健康」谷口幸一）

第IV部 臨床健康心理学（「患者の心理と病気対処行動」小玉正博、「健康心理学の臨床的展開」赤松利恵、石原俊一、大木桃代、「医療場面でのコミュニケーション」遠藤公久、「ヘルスケアシステムの現状と将来の問題」島井哲志）

これまでの健康心理学のテキストと比較して、本書の特徴のひとつは、臨床健康心理学に多くの頁を割いている点にある。現在の日本の臨床心理学と健康心理学は十分な協力体制にはないが、このふたつの領域は相補的な関係にあり、将来には、多くの臨床心理学の専門家が、臨床健康心理学の領域でも活躍することを願っている。

この意味で、本書の編集にあたっては、社会的なニーズに応じて、さまざまな専門分野が協力関係を築いていくことを目指すヒューマン・ケアという視点から、どのように心理学の知見を生かして貢献するかということ、常にこころにとめてきた。本書の中では十分に展開できなかった部分もあるが、医療に関わる人たちにとって必要な心理学の基礎を紹介する役割も担ってもらいたいと願っている。

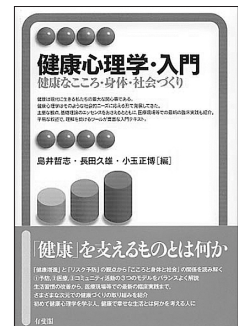


図 本書の表紙

* 日本赤十字豊田看護大学

** 桜美林大学大学院

*** 筑波大学