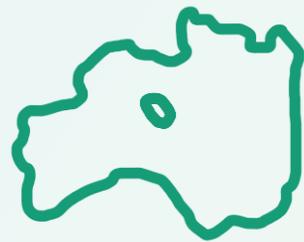


<第3号通信>



ACT Japan
年次ミーティング 2025
@ Fukushima

2026年3月14日(土)–15日(日)

持続可能な発展を目指して



March, 2026

大会テーマ



“持続可能な発展を目指して”

本年度の年次大会のテーマはずばりSDGsです。近年の大会では100名以上の方に参加していただき、ACTが使われる場面も多くあるようです。そんな中でSDGsを意識したテーマとしたのは、今後もこのような場を持ち続けるために、どのような活動が必要なのか考える場となればと思っています。それぞれのコミットメントのきっかけになることを祈念しています。開催負担もなるべく減らせるように努めていますので、もしかしたら至らない点があるかもしれません。その際はお知らせいただくと幸いです。

多様な方がコミュニティに参加しやすく、継続的にコミットできる場になるようにそのきっかけが作れるように努めたいと思います。

2025年度 年次ミーティング開催責任者 伊藤雅隆(福島大学)

大会概要

日時・開催方法

参加費

日時:
2026年
3月14日(土)–15日(日)

一般会員: 5,000円
学生 : 2,500円
非会員 : 8,500円

開催方法:対面のみ*

会場:[ホテル福島グリーンパレス](#)
福島県福島市太田町13番53号

※会員区分での申込みには、今年度の学会年会費の納入が必要です。これからの新規入会申請は、本年度の大会には間に合いません。

*一部プログラムは録画し、会員限定(年次ミーティング不参加者含む)での無料配信を計画していますが、機材状況等により実現できない場合があります。録画の質等は保証できかねますので、予めご了承ください。少なくとも事例検討・ポスター発表の録画予定はありません。

※学生の参加費は、会員・非会員ともに2,500円となります。非会員の学生の方には、会場で学生証を提示いただきます。



参加申し込み(もうまもなく定員) →

<https://actjapan2025.peatix.com/>



プログラム 1日目

2026年3月14日(土)

9:00-9:30	受付 1	瑞光の間 (西)
9:30-11:30	ネットワーキングイベント お悩み相談会	瑞光の間 (西)
11:45-12:45	受付 2	
12:45-13:00	オープニング	瑞光の間
13:00-15:00	WS 1 講師: 武藤 崇 先生	瑞光の間 (東)
	WS 2 講師: 高橋 まどか 先生	瑞光の間 (西)
15:00-15:15	休憩	
15:15-16:15	大会企画 1 講師: 茂本 由紀 先生	瑞光の間 (西)
16:15-16:30	休憩	瑞光の間 (西)
16:30-16:45	ショットガンプレゼン	瑞光の間 (西)
16:45-18:15	ポスター発表 10件/ 情報交換 8件	瑞光の間 (西)

プログラム 2日目



2026年3月15日(日)

9:30-10:00	総会	瑞光の間 (西)
10:15-11:45	大会企画2 はじめてのACT研究会	瑞光の間 (西)
11:45-13:00	昼休み	
13:00-14:00	教育講演 講師: 三田村 仰 先生	瑞光の間 (西)
14:00-14:15	休憩	
14:15-15:45	事例検討 発表者: 船津 萌実 先生 「不安により自身が休まらないと感じ ていたクライアントに対してアクセプ タンスに基づいた介入を行った事例」 コメンテーター: 谷 晋二 先生	瑞光の間 (西)
15:45-16:00	閉会	瑞光の間 (西)
16:00-17:00	ネットワーキング・ イベント + 片付け	瑞光の間 (西)

ワークショップ概要



WS1

2026年3月14日 13:00-15:00 瑞光の間 (東)

講師: 武藤 崇 先生 (同志社大学)

『隗より始めよ: CBSに基づくサイエンティスト・プラクティショナーとは何か?』

2021年に、国連(United Nation:以下、UN)の事務総長であるA. グテーレスは「行動科学に関するガイダンスノート」(Secretary-General's Guidance Note on Behavioral Science)を発売した。これは国連システム全体に対し、政策立案・プログラム実施・行政管理のあらゆる領域で、行動科学を探索・適用するよう求めるものであった。さらに2023年には、UN 2.0構想において、行動科学は「変革の五重奏」(Quintet of Change)の一つとして位置づけられた。特に、行動科学がSDGs達成に寄与できる具体的領域として、健康(Goal 3)、ジェンダー(Goal 5)、気候変動(Goal 13)、平和と安全(Goal 16)が挙げられている。しかしながら、上記の行動科学とは、いわゆる行動経済学的なアプローチ(ナッジや行動インサイトなど)のことであり、文脈的行動科学(CBS:行動分析学、ACT、RFT、ProSocialを含む)ではない。

そこで、本ワークショップでは、①UNが推奨する行動科学の動向を概観する、②CBSとの差異を整理する、③CBSの方がSDGs的課題に対して優位な点を明確にする、④ACT Japanの持続可能性を高める具体案を協働で立案する(エクササイズの実施)、⑤「①~④」を通じて、CBSによるUN 2.0構想への寄与の可能性を探求することを目的とする。

予習動画があります。QRコードからアクセスください。

なお、パスワードはPeatixからメッセージとしてお送りしています。



WS2

2026年3月14日 13:00-15:00 瑞光の間 (西)

講師: 高橋 まどか 先生 (西内科消化器内視鏡クリニック 心療内科)

『臨床でACTをどう使う?—見立てから考えるメタファーとエクササイズ—』

本ワークショップでは、ACTを臨床でどのように用いるのかを具体的に考えていきます。ACTに関心を持ち学び始めたものの、実際の臨床場面でメタファーやエクササイズをどの場面でどのように使えば良いのか迷ったり、使ってみてもクライアントに十分に届いていないと感じたりすることはないでしょうか。本企画では、機能的アセスメントをどのようにACTの介入につなげるのか、メタファーやエクササイズをどのような観点から選択するのかを、仮想事例を用いながら検討します。それぞれの臨床現場で、ACTを活かすためのヒントを持ち帰っていただければと思います。



教育講演概要

2026年3月15日 13:00-14:00 瑞光の間 (西)

講師: 三田村 仰 先生 (立命館大学)

『文脈的カップルセラピー(CCT)はいかにして傷ついた関係性の再構築を図るのか? --行動システムアプローチおよび親密さの行動的プロセスモデルからの説明』

文脈的カップルセラピー(Contextual Couples Therapy: CCT)とは、文脈的行動科学の中で生まれた新しいカップル関係支援法です。従来より、カップルセラピーという複雑なセラピーの仕組みについて文脈的行動科学もしくは行動分析学の枠組みから説明することは難しい課題となっています。

この教育講演では、CCTがどのようにカップル関係の再構築を可能にするかについて、「行動システムアプローチ」、「親密さの行動的プロセスモデル」といった行動的なモデルを基に、その解説を試みたいと思います。

宿泊・観光案内は下記バナー, URLからどうぞ

<https://www.f-kankou.jp/>



大会期間が会期中です！
大会会場からは徒歩で25分、
公共交通機関の利用で10分の会場です。
詳しくはURLからどうぞ

<https://www.minpo.jp/vangogh/>



大会企画概要

大会企画1

2026年3月14日 15:15-16:15 瑞光の間 (西)

企画者: 茂本 由紀先生¹

話題提供: 谷千聖²・加藤実祐³

¹武庫川女子大学, ²立命館大学 総合心理学部, ³久喜すずのき病院

『メタファーを持続可能な開発の視点で捉える』

本企画は、大会長の伊藤先生より、「持続可能な開発を目指して」と「メタファー」の2つのテーマで構成するようご依頼を受け企画したものである。本企画では、文脈に応じたメタファーを創出するという視点から持続可能性を捉え、臨床で機能するメタファーを生み出すために何が必要となるのかを明らかにすることを目的とする。

当日は、立命館大学の谷千聖先生と久喜すずのき病院の加藤実祐紀先生にご登壇いただき、文脈に応じたメタファーの創出について、RFTの視点も交えながらご紹介いただく。先生方のご発表を踏まえ、臨床現場で機能するメタファーを創出するために求められるものについて、参加者の皆様との議論を通して理解を深めていく。

大会企画2

2026年3月15日 10:15-11:45 瑞光の間 (西)

企画者: はじめてのACT研究会

話題提供: 佐々木 三紗¹・松川 昌憲²・香月 みかん³・杉田 創¹

司会: 嶋 大樹⁴

¹早稲田大学大学院, ²同志社大学大学院, ³立命館大学大学院,

⁴追手門学院大学

『若手CBS研究者の試行錯誤－基礎と実践を行き来して－』

本シンポジウムでは、修士・博士課程のCBS研究者で構成される「はじめてのACT研究会」のメンバーにより、基礎および実践研究の今後の発展例として、各々の研究活動を報告する。前半は、学業先延ばし行動の改善要因の検討や、朝鮮半島にルーツをもつ青年の異文化適応ギャップに対する支援可能性の検討といった実践研究を報告する。後半は、脱フュージョンの音声刺激による文脈制御や、RFTを使った行動変容に関する基礎研究を報告する。基礎と実践の双方向的な視点から、これからのRFTとACTの活かし方について考察する。

ポスター発表 抄録集



学術研究

A1 向社会的行動とウェルビーイングの関連における心理的柔軟性の役割

○小國 龍治^{1,2}・井上 和哉²・姜 来娜^{3,4}・谷 千聖²

¹就実大学, ²立命館大学, ³関西学院大学, ⁴高麗大学

本研究では、向社会的行動とウェルビーイング（人格的成長、人生の目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的他者関係）の関連が心理的柔軟性によって調整されるか検討した。日本人1080名（男性522名、女性558名、平均年齢36.86, SD = 13.38）からデータを収集した。その結果、アクセプタンス低群において向社会的行動高群は低群よりも高い人格的成長を示した。脱フュージョンの高低にかかわらず向社会的行動高群は低群よりも低い人生の目的と自律性を示したが、脱フュージョン高群でその関連が弱まった。脱フュージョン高群において向社会的行動高群は低群よりも高い自己受容を示した。今この瞬間への気づきの高低にかかわらず向社会的行動高群は低群よりも高い積極的他者関係を示したが、今この瞬間への気づき低群でその関連が強まった。以上により、心理的柔軟性の各プロセス変数が向社会的行動とウェルビーイングの関連において異なる調整効果を持つことが示された。

A2 放課後等デイサービスに通う生徒らへの刺激等価性訓練の実践:PCベース介入の効果

○岩村 賢¹・香川 紘子¹

¹株式会社スタートライン CBSヒューマンサポート研究所

刺激等価性・関係フレーム理論に基づく訓練は、障害児・者の言語能力向上に有効であると示唆されている。我々は、刺激等価性や関係フレームのスキル(以下、SESとRFS)を効率的に訓練するためパソコン上で実行可能な訓練パッケージを開発した。本研究は、学習面に支援を要する生徒らにこの訓練を行い参加者のSESとRFSの変化を検討することを目的とした。参加者は2名であった。訓練前後にSESとRFSのアセスメントであるPCA(Dixon, 2019)を用い参加者のSESとRFSを評価した。訓練は、週1回PC上で行った。2名とも約9か月間訓練を継続しSES訓練を完了した。PCAの結果より、両者ともにSESや一部のRFSの得点が訓練後に上昇しSES訓練がSESのみでなくRFSの向上にも影響を与えた可能性が示唆された。また、支援者から日常生活での行動変化が報告され、訓練の副次的効果についても検討した。

ポスター発表 抄録集



学術研究

A3 睡眠問題に対するアクセプタンス&コミットメント・セラ

ピー：プログラム構成に焦点を当てたスコーピングレビュー

○板東 瑞季¹・松井 佑里子¹・世良田 和奏¹・川崎 瞭¹・朝倉 智大²・岡島 義³

¹東京家政大学大学院人間生活学総合研究科, ²関西学院大学大学院文学研究科,

³東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科

本スコーピングレビューは、睡眠問題に対する介入としてアクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT) がどのように実施されているかを把握するために行われた。文献検索とスクリーニングの結果、29件の論文が適格基準を満たした。ACT単体で介入した論文が14件、ACTとCBT-Iを組み合わせた論文が9件、ACTとその他の介入技法を組み合わせた論文が6件であった。睡眠問題の改善を目的に構築されたプログラムが22件、QOLや主疾患の改善を目的に構築されたプログラムが7件確認された。睡眠問題に対するACTは、睡眠に特化した内容から生活全体に焦点を当てたものまで多様であり、構造化された手続きではなく研究間で統一されていないことが確認された。これらの知見により、介入目的や位置づけを明確にしたプログラム構築および研究設計の基盤が整理され、今後の睡眠問題に対するACT研究の方向性が示された。

A4 アクセプタンス&コミットメント・セラピーに基づくプログラ

ムのメンタルヘルスと仕事のパフォーマンスに対する効果の 検討について

○小倉 玄¹・福島 ひとみ²・金 貴珍²

¹株式会社スタートライン CBSヒューマンサポート研究所 ²株式会社スタートライン 障害者雇用支援事業東日本本部

本研究の目的は、企業労働者を対象としたアクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT) に基づく心理的柔軟性向上プログラムが、メンタルヘルスおよび労働生産性に及ぼす効果を検証することである。対象は民間企業に勤務する労働者28名であり、2.5時間×3回の集団ACTプログラムを実施した。介入前後およびフォローアップにおいて、心理的柔軟性(AAQ-II、VQ)、労働生産性(WHO-HPQ)、職業性ストレス、ワークエンゲイジメント(UWES)を測定した。その結果、心理的柔軟性の体験の回避指標および価値に沿った行動に有意な改善が認められ、労働生産性の一部指標においても有意な向上が示された。一方、職業性ストレスおよびワーク・エンゲイジメントでは有意差は認められなかった。本研究はサンプルサイズおよび対照群を欠く点に限界があり、今後はランダム化比較試験や組織要因を統制した研究デザインによる検証が求められる。

ポスター発表 抄録集



学術研究

A5 コペアレンティングの促進要因とは何か？—機能的アサーションと応答性知覚からの検討—

○樋口 穂乃佳¹・谷 千聖²・三田村 仰²

¹立命館大学大学院 人間科学研究科, ²立命館大学 総合心理学部

コペアレンティングとは、子育てにおける養育者間での共同的な行為で、その良好さは子供達の健やかな成長につながる。良好なコペアレンティングを促進するうえでは、CBSの観点からは、両親間での機能的なコミュニケーション・スキルおよび、親密な相互作用の指標である応答性知覚が重要と考えられる。本研究では、コペアレンティング促進要因として、機能的アサーションと応答性知覚をとりあげ検討をおこなった。子育て中の女性71名を対象に調査を実施し、コペアレンティング関係尺度の得点を従属変数とする重回帰分析を行った。その結果、機能的アサーションのみを投入したモデルではその下位因子である「課題達成」が有意な正の値を示したが、応答性知覚を加えたモデルでは応答性知覚のみが有意となった。以上より、コペアレンティング促進にあたってはスキル以上に、養育者間での応答性知覚を高めることが有効であることが示唆された。

A6 大学生を対象とした「価値の明確化」の記述詳細度と心理的柔軟性、精神的健康との関連の検討

○吉田 千夏¹・大屋 藍子²

¹同志社大学大学院心理学研究科, ²同志社大学心理学部

本研究の目的は、大学生を対象に「価値」および「コミットメントされた行動」の記述詳細度の実態を把握し、その記述の困難さと内容を明らかにすることであった。大学生132名を対象に質問紙調査を実施し、VOYAGE, AAQ-II, CFQ, PWBS短縮版への回答を求めた。また、VCQを参考に設定した各領域における価値とコミットメント行動を詳細に記述させ、その記述困難度を評定させた。分析では、各記述詳細度(文字数)と各既存尺度との相関分析等を実施した。その結果、「価値」と「コミットメントされた行動」の平均記述文字数の間に有意な正の相関が認められた。また、「コミットメントされた行動」の平均記述文字数は、AAQ-IIと有意な正の相関を示した一方、VOYAGEの「回避の持続因子」とは有意な負の相関を示した。これらにより、価値・行動の言語化の精緻さが心理的柔軟性や価値の追求を阻害する要因と関連している可能性が示唆された。

ポスター発表 抄録集



学術研究

A7 ゴルフ選手のパフォーマンス向上へのアクセプタンス & コミットメント・トレーニングの効果について

○佐々岡 叶夢¹・澤田 佳子²・杉田 創¹・大月 友³

¹早稲田大学大学院人間科学研究科, ²早稲田大学人間科学部, ³早稲田大学人間科学学術院

【問題・目的】不安や緊張はスポーツパフォーマンスに影響を及ぼす。近年, Acceptance and Commitment Therapy (ACT) が注目されているが, 日本のスポーツ領域での研究は少ない。本研究では, ACT 介入がゴルフのパッティングパフォーマンスに及ぼす影響を検討した。

【方法】大学体育会ゴルフ部所属の女性 1 名を対象に, ABA シングルケースデザインを用いた。体験の回避, 認知的フュージョン, マインドフルネスを中心とした ACT 介入を行い, TAIS.2, AAQ-II, CFQ, およびパッティングパフォーマンスを測定した。

【結果・考察】介入後, 心理的柔軟性関連指標およびスポーツ特性不安は低下し, パッティングパフォーマンスは介入期に向上した。ACT は競技不安を有する選手に対する介入として, 一定の適用可能性が示唆された。

A8 階層的な自己の体験を促す方略へのドローンの援用に向けた予備的検討(1)-1

○大島 康寛 (立命館大学大学院人間科学研究科)

ACTの根幹の一端をなす「文脈としての自己」の体験では, 私的事象と自己との階層的関係をイメージする難しさから, 個人間で理解に差異が生じやすい。したがって, そのイメージを持ちやすくさせる介入技法の確立が望まれる。そこで本研究ではその確立に向けて, 既存の介入技法にドローンの視覚化技術を援用し, 文脈としての自己の体験が促されるかどうかを確かめる予備的検討を行った。実験参加者は1名であり, シングルケースデザインの下で, 三つの自己体験尺度が反復測定された。指標の測定間には, 先行研究に基づいた介入と, ドローンを援用した介入を順に1回ずつ挟み, それらの介入の前後で得点の推移の変化を確かめた。結果としてドローンを援用した介入後は, それ以前よりも「視点取り」尺度の得点が有意に高く推移した。この結果から, ドローンの視点を援用した場合は階層的関係を視覚的にイメージしやすく, 日常場面でも想起しやすい可能性が示された。

ポスター発表 抄録集



学術研究

A9 自己への気づきを高めるプロセスを含む精神疾患に対する理解促進教育の効果検討

○津田 菜摘^{1,2}・嶋 大樹³・片桐 陽子¹

¹一般社団法人カウンセリングセンターきょうと, ²同志社大学, ³追手門学院大学

本研究の目的は、精神疾患についての理解促進のための企業研修において、ACTの要素と心理教育を組み合わせることが、職場における心理的柔軟性や精神疾患に対する態度に与える影響を検討することであった。対人援助を行う企業において管理職対象の研修(2時間半)を単群で行った(N=23)。研修前後(PreとPost)と、1か月後(FU: n=15)の3時点で効果測定を行った。効果指標は、1)仕事に関わる心理的柔軟性、2)現在の認知的フュージョン、3)精神疾患に関するスティグマの行動的側面、4)あいまいさ耐性を測定した。その結果、1)仕事に関わる心理的柔軟性(WAAQ:戸澤他, 2023)においてのみPreとPostからFUにかけて改善がみとめられた(p<.05)。対人援助職者において身近な話題に合わせてACTを伝えることで職場における心理的柔軟性が向上した可能性がある。

A10 双因子モデルによる価値の明確化とコミットされた行為の測定不変性の検討

○世良田 和奏¹・岡島 義²

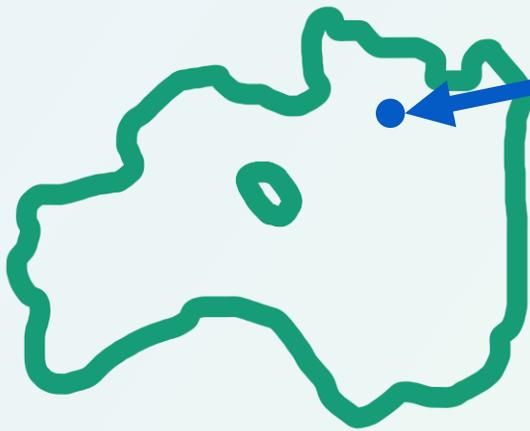
¹東京家政大学大学院人間生活学総合研究科, ²東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科

本研究の目的は、アクセプタンス&コミットメント・セラピーにおいて価値として理論化されている価値の明確化とコミットされた行為の構造を、双因子モデルに基づく測定不変性の観点から検討することである。価値の明確化とコミットされた行為を下位因子とし、共通する一般因子を仮定した双因子モデルを構成し、複数群にて多母集団同時解析による配置不変性および測定不変性を検討した。あわせて、一般因子を仮定しない2因子モデルと比較しモデル適合を評価した。その結果、双因子モデルがより良好な適合を示したため、不変性検討には双因子モデルを採用した。一方、価値の明確化因子は測定不変性において有意でなかった。よって、価値の明確化とコミットされた行為は先行研究通り同じ方向に働く一方でコミットされた行為には行動化という独自性がなお残っている可能性がある。臨床では、価値の明確化のみでなく行動の実践・継続の評価が重要と考えられる。

ポスター発表 情報共有



- I1 2024年度Process-based Therapyワーキンググループについての効果検証
三國 史佳 (株式会社スタートライン)
菊池 ゆう子・下山 佳奈・豊崎 美樹
- I2 職場での機能的アサーションを支える心理的柔軟性の検討
—職場復帰支援プログラムの開発に向けて—
東辻 紗菜子 (兵庫教育大学大学院)
伊藤 大輔
- I3 CBSの鍵概念の教育的な含蓄及び説明
瀬平劉 アントン (九州大学・基幹教育院)
- I4 心理的柔軟性が複雑性PTSD症状およびQOLに及ぼす影響
中山 義朗¹・伊藤 大輔¹
¹兵庫教育大学大学院
- I5 関係フレーム理論から見た「自己」と「臨床会話」での活用について
刎田 文記 (株)スタートラインCBSヒューマンサポート研究所
- I6 ACTによる創造性拡張
富木 毅¹・家志 門太¹・白鳥 行大¹
¹NECソリューションイノベータ株式会社
- I7 野球の送球イップスに対するアクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT)
井上 和哉 (立命館大学)
- I8 CBS研究の変遷について
伊藤 雅隆 (福島大学)



この辺り（福島市）

アクセス

東北新幹線 - 福島駅
やまびこのみの停車

STAFF

嶋 大樹(追手門学院大学)

谷 千聖(立命館大学)

開催責任者

伊藤雅隆(福島大学)

問い合わせ先 ACT Japan年次ミーティング2025運営事務局

act.japan.annual@gmail.com

“あ”をアットマークにしてご利用ください