

目 次

I. 総括研究報告	
メンタルヘルス問題を予防する教育・普及プログラムの開発および評価	----- 1
竹中 晃二	
II. 分担研究報告	
1. 認知行動療法を用いたストレスマネジメント教育プログラムの開発・評価	----- 23
嶋田 洋徳	
2. ICTを利用したポジティブ心理学的介入	
―強みの活用を促すスマートフォン用アプリケーションの開発―	----- 39
上地 広昭	
3. 仕事ストレス緩和を目的としたポジティブメンタルヘルス研修の効果成立過程の検証	44
山田富美雄	
4. 社会経済・人口統計学的変数によるメンタルヘルスプロモーション行動の実施格差	52
島崎 崇史	
5. メンタルヘルス問題の予防に果たす自助方略の検討	----- 61
竹中 晃二	
6. 注意バイアス修正法を用いたリカバリー経験の効果検証	----- 88
島津 明人	
III. 研究成果の刊行に関する一覧表	----- 100
平成31(2019)年 4月	
IV. 倫理審査等報告書の写し	