

## 発表成果報告書

国際学術交流助成金に採択された方は、学会参加後 1 か月以内（ただし、助成決定時にすでに発表済みの場合は通知から 1 か月以内）に以下の資料をご提出ください。

① 発表成果報告書（本様式）、②発表抄録（英文）、③発表実績（ポスターやスライド等の写し）

### 【発表概要】（400 字程度）

2026 年 6 月 25 日～28 日にかけて、アメリカ・サンフランシスコにおいて開催された 11th World Confederation of Cognitive and Behavioural Therapies Congress に参加し、ポスター発表を行った。発表した研究においては、Acceptance and Commitment Therapy (ACT) の介入目標である心理的柔軟性について、ネットワーク分析を用いることによって、心理的柔軟性の発達段階による差異を検討することを目的とした。中学生 240 名、高校生 246 名、大学生 100 名を対象に調査を実施した。その結果、大学生は高校生および中学生と異なるネットワーク構造を示した一方、高校生と中学生の間には差はみられなかった。大学生では価値や脱フュージョンが選択的に関連する分化した構造がみられた一方、中高生では各プロセスが広く結びつく未分化な構造が示された。このことから、青年期における ACT の有効性を高めるためには、心理的柔軟性の発達の特徴や、分化した構造の形成に寄与する個人差要因を検討する必要があると考えられる。

### 【参加体験記】（800 字程度）

本学会は、アメリカ・サンフランシスコで開催された。会場に集まる世界各国の研究者の姿や会場の規模の大きさを目の当たりにし、認知行動療法に関する国際学会に参加しているのだという実感を強く得ることができた。会場では、うつ病、不安症、トラウマ、依存、児童青年期のメンタルヘルス、デジタルメンタルヘルスなど、幅広いテーマの発表が行われていた。国内学会では触れる機会の少ない、大規模な国際共同研究や、多文化的背景を踏まえた介入研究の報告も多く、認知行動療法が世界各地で発展していることを肌で感じることもできた。特に、「Prevention of Adolescent Depression in Primary Care Settings: Design, Methods, and Preliminary Findings of the Path 2 Purpose (P2P) Study」に関するシンポジウムでは、プライマリケア場面における青年期うつ病の予防的支援について、研究デザインや方法、予備的知見が報告されており、自身の関心である児童青年期への予防的支援を考える上で大変勉強になった。

また、ポスターセッションでは、自身の研究について英語で説明する貴重な機会を得た。慣れない英語で研究の背景や結果を伝えることには難しさもあったが、海外の研究者の方々が真摯に耳を傾け、質問やコメントをしてくださったことは大きな励みとなった。特に、心理的柔軟性や ACT に基づく児童青年期への支援について意見を交わす中で、自分の研究をより広い文脈から捉え直すことができた。一方で、議論を深めるためには、研究内容を英語で簡潔かつ的確に説明する力をさらに高める必要があることも実感した。

今回の国際学会への参加は、自身の研究成果を海外に向けて発信するだけでなく、世界の研究動向を知り、国際的な視野から自分の研究を見つめ直す貴重な機会となった。本学会で得られた知見や経験を今後の研究活動に活かし、児童青年期に対する認知行動療法や ACT に基づく予防的支援の発展に貢献できるよう、さらに研究に邁進していきたい。

# Developmental Differences in the Core Processes of Psychological Flexibility

Shunsuke NAKAYAMA, B.A.<sup>1)</sup>, Yu MATSUMOTO, M.A.<sup>1)</sup>,  
Kazuki OYAMA, M.A.<sup>1)</sup>, Hironori SHIMADA, Ph.D.<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Graduate School of Human Sciences, Waseda University, Japan

<sup>2)</sup> Faculty of Human Sciences, Waseda University, Japan

## Introduction:

Acceptance and commitment therapy (ACT) has been shown to be effective for various psychological difficulties during adolescence. Psychological flexibility, the primary therapeutic target of ACT, consists of multiple core processes. However, many previous studies have assessed these processes as a single dimension, leaving their interactions insufficiently examined. Because psychological flexibility involves the ability to observe one's thoughts and emotions from a broader perspective, its structural characteristics may differ substantially across developmental stages. Nevertheless, few studies have investigated the structural features of psychological flexibility while accounting for developmental differences. Therefore, the present study aimed to compare the network structures formed by the core processes of psychological flexibility across developmental stages and to examine differences in their interactions.

## Methods:

The participants were 240 junior high school students (111 males, 127 females, and 2 other; mean age =  $13.9 \pm 0.6$  years), 246 high school students (130 males, 103 females, and 13 other; mean age =  $15.8 \pm 0.7$  years), and 100 university students (72 males and 28 females; mean age =  $21.2 \pm 1.3$  years). The measures included (a) cognitive fusion: Japanese version of the CFQ (Shima et al., 2016), (b) acceptance: APQ (Shima et al., 2017), (c) mindfulness: short form of the FFMQ (Takahashi et al., 2022), (d) self-as-context: TSSQ (Yanagihara et al., 2015), and (e) values: VOYAGE (Ishizu et al., 2020). The study protocol was approved by the local ethics committee (No. 2024-049). This study reanalyzed the dataset used by Nakayama et al. (2025, the 51st Annual Meeting of the Japanese Association for Cognitive and Behavioral Therapy) from a new perspective. Network structures were estimated for each group and structural differences between groups were assessed using the network comparison test.

## Results:

Significant differences in network structure were observed between university and high school students ( $M = .376$ ,  $p = .017$ ), as well as between university and middle school students ( $M = .481$ ,  $p < .001$ ). In contrast, no significant differences were found between high school and middle school students ( $M = .233$ ,  $p = .104$ ). Structural patterns indicated that university students exhibited a differentiated network in which processes such as values, behavioral repertoires, and defusion were selectively interconnected. In comparison, middle and high school students showed undifferentiated networks characterized by broadly interconnected processes.

## Discussion:

Thus, psychological flexibility in middle and high school students is relatively undifferentiated, making it difficult to identify specific intervention targets. However, examining individual differences that contribute to the formation of more differentiated structures—similar to those observed in university students—may further enhance the effectiveness of ACT for adolescents.

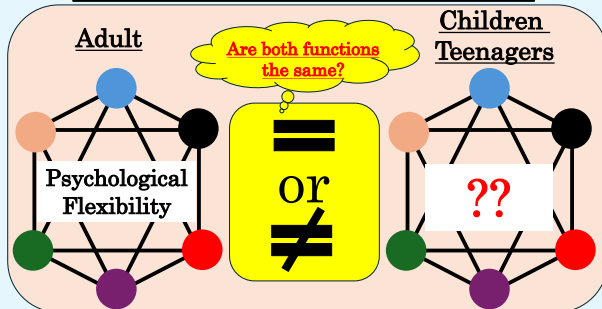
# Developmental Differences in the Core Processes of Psychological Flexibility

Shunsuke NAKAYAMA, B.A.<sup>1)</sup>, Yu MATSUMOTO, M.A.<sup>1)</sup>, Kazuki OYAMA, M.A.<sup>1)</sup>, Hironori SHIMADA, Ph.D.<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Graduate School of Human Sciences, Waseda University, Japan <sup>2)</sup> Faculty of Human Sciences, Waseda University, Japan



## 【Introduction】



### Problems in Previous Research

1. A lack of research that takes a **comprehensive approach** to psychological flexibility
2. Does NOT take into account **differences in developmental stages**

### Purpose

To identify differences  
in the structure of psychological flexibility  
across developmental stages

## 【Methods】

### Participants

240 JHS students (M: 111, F: 127, 2 other)  
246 HS students (M: 130, F: 103, 13 other)  
100 Univ. students (M: 72, F: 28)

### Measures

**Cognitive Fusion:** CFQ (Shima et al., 2016)

**Acceptance:** APQ (Shima et al., 2017)

**Mindfulness:** short form of the FFMQ (Takahashi et al., 2022)

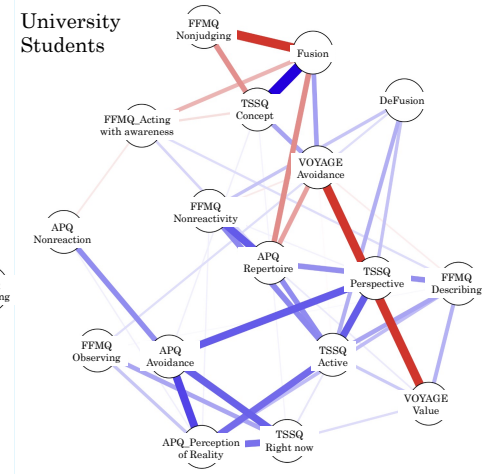
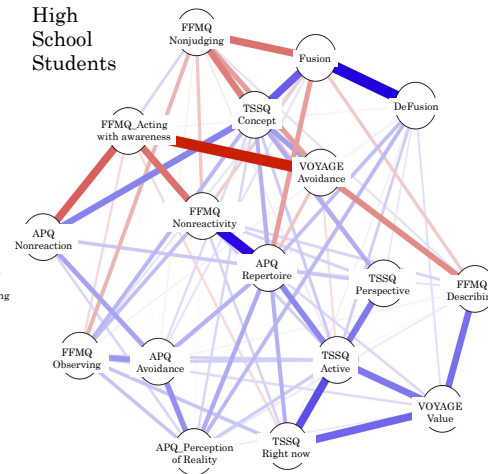
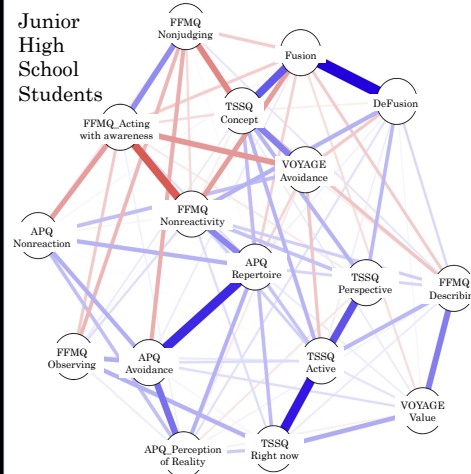
**Self-As-Context:** TSSQ (Yanagihara et al., 2015)

**Values:** VOYAGE (Ishizu et al., 2020)

### Procedures

Conducted a survey using a web-based questionnaire form.

## 【Result & Discussion】



### Network Comparison Tests (Structural differences)

Between **Univ. and HS students** ( $M = .376, p = .017$ )

Between **Univ. and JHS students** ( $M = .481, p < .001$ ).

The characteristics of psychological flexibility  
may differ by age group, indicating the need  
for support tailored to JHS and HS students.

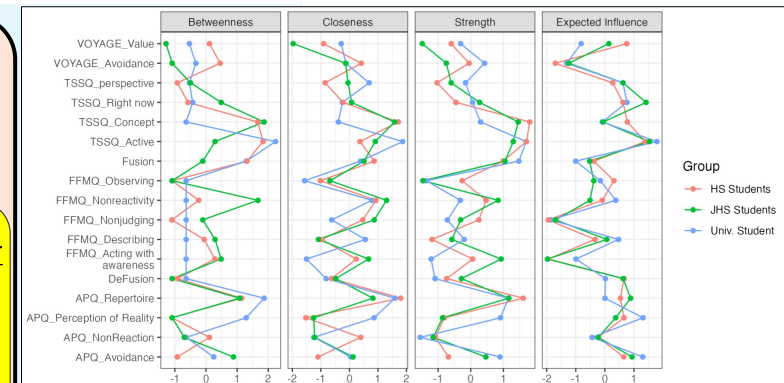
Univ. students  
Network

A More  
Differentiated  
Network



JHS and HS students  
Network

More broadly  
interconnected,  
undifferentiated  
networks



### 【Conclusion】

Examining factors that  
promote differentiated structures  
may enhance the effectiveness of ACT  
for children and adolescents.