

人間社会学部 / 人間形成学科・心理コース	職名	講師	氏名	小林亮太
-----------------------	----	----	----	------

## 1. 教員紹介・主な研究分野

2021年3月に広島大学教育学研究科を修了し(博士:心理学),福岡県立大学人間社会学部の講師として大学教育,研究に従事しています。研究テーマは,大きく感情制御と内受容感覚の2つです。まず,感情制御については,普段の生活の中で感じるネガティブな感情(例:不安,怒り)をどうしたら緩和することができるのか? どういった方略が有効なのか?といったことを検討してきました。今後はこうした感情制御のメリットを追求するとともに,そのデメリット(弊害)の解明や日常応用について研究をしていきたいと考えています。

次に,内受容感覚についてですが,そもそも内受容感覚という用語は,身体内部の反応(例:心臓の鼓動,胃の収縮)に関する感覚を意味します。そしてたとえば,不安なときに心臓がドキドキするように,あるいは怒っているときに腸が煮えくり返ると表現するように,この内受容感覚は感情と密接に結びついています。これまで私はこうした内受容感覚への意識(注意)の向きやすさと感情体験の関連について研究を行ってきました。現在は,内受容感覚への意識を簡単に測定できる尺度を作成することに力を注いでおり,子ども向けの尺度も作成していければと思案しています。

## 2. 研究業績

### ①最近の著書・論文

- Horinouchi, H., Liu, X., Kabir, R. S., Kobayashi, R., Haramaki, Y., & Kambara, T. (2024). Get the picture: Learning referents in a single-day context. *Word*, 70(1), 22-43. <https://doi.org/10.1080/00437956.2023.2299070>
- Nozaki, Y., & Kobayashi, R. (2024). Instrumental Motives in Emotion Regulation of One's Own and Others' Anger: Testing Cross-Cultural Similarities and Differences Between European Americans and Japanese. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 55(2), 189-215. <https://doi.org/10.1177/00220221231212176>
- 小林亮太・小田真実・岩佐康弘・則武良英 (2023). 青年期前期・中期における学習習慣と社会情緒的コンピテンス, メタ認知の関連 福岡県立大学人間社会学部紀要, 32, 65-72.

### ②その他最近の業績

<学会発表>

- Kobayashi, R. (2024). Cost of Cognitive Reappraisal: Does the regulation of anxiety reduce motivation to prepare? 33rd International Congress of Psychology.
- 小林亮太・本多樹 (2024). 児童・生徒用内受容感覚の気づき尺度の作成の試み 日本心理学会第88回大会
- 小林亮太・林優希 (2024). 反すうの持続性の測定の試み: 意図的熟考に焦点を当てた検討九州心理学会 85回大会

### ③過去の主要業績

- 小林亮太 (2022). Topics3 感情制御の伝染 (pp.74-75) / Topics5 安静時脳活動と感情制御 (pp.125-126) 有光興記 (監修) 感情制御ハンドブック 北大路書房

- ・ 小林亮太・本多樹・町澤まろ・市川奈穂・中尾敬 (2021) 日本語版 Body Perception Questionnaire-Body Awareness (BPQ-BA) 超短縮版の作成 —因子構造, および信頼性, 妥当性の検討— 感情心理学研究, 28, 38-48.
- ・ Kobayashi, R., Shigematsu, J., Miyatani, M., & Nakao, T. (2020). Cognitive reappraisal facilitates decentering: A longitudinal cross-lagged analysis study. *Frontiers in Psychology*, 11:103.

### 3. 外部研究資金

日本学術振興会 科学研究費助成事業 若手研究 (22K13818): 児童生徒の内受容感覚の気づき: 尺度作成から介入まで (代表) 2022.4-2025.3

### 4. 受賞

### 5. 所属学会

日本心理学会, 日本感情心理学会, 日本認知心理学会, 日本社会心理学会, 日本認知・行動療法学会, 九州心理学会

### 6. 担当授業科目

教養演習・1単位・1年・前期(共同), 心理実習Ⅰ・1単位・2年・通年(共同), 心理学統計法・2単位・2年・前期, 心理学実験Ⅰ・2単位・2年・前期(共同), 心理学実験Ⅱ・2単位・2年・後期(共同), 心理学研究法・2単位・2年・後期(共同), 教育心理学概論・2単位・2年・後期, 認知心理学(知覚・認知心理学)・2単位・3年・前期, 心理実習Ⅱ・1単位・3年・通年(共同), 演習・2単位・3年・通年, 認知心理学特論・大学院・前期, 心理統計法特論・大学院・後期

### 7. 社会貢献活動

### 8. 学外講義・講演

### 9. 附属研究所の活動等

