

平成19年度

立正大学 心理学部 公開講座

全3回

受講者募集 (受講料無料)

日程・会場等

第1回 10月13日(土)
第2回 10月20日(土)

開場 15:30
開演 16:00~17:30
会場 立正大学大崎校舎
総合学術情報センター
(11号館)5階1151教室

第3回 10月26日(金)

開場 17:30
開演 18:30~20:00
会場 立正大学大崎校舎
石橋湛山記念講堂

メンタルヘルスを支援する 心理療法への誘いこころな

募集要項

- ◆対象: 16歳以上
- ◆定員: 第1回・第2回は200名(定員を超えた場合は抽選) 第3回のみ500名(定員を超えた場合は抽選)
- ◆受講料: 無料
- ◆申込方法: 往復はがきに講座名「立正大学公開講座」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・連絡先電話番号をご記入の上、品川区教育委員会(下記、問い合わせ先参照)までお申し込みください。
※申し込みは、原則3回とも受講して頂きますが、第3回のみ受講する場合は、申し込み時にその旨をご記入ください。
- ◆申込期間: ●3回とも連続して受講される場合 平成19年9月1日(土)~ 9月29日(土)消印有効
●第3回のみ受講される場合 平成19年9月1日(土)~10月18日(木)必着
- ◆問い合わせ: 品川区教育委員会 生涯学習課 学習推進係 〒140-8715 品川区広町2-1-36 TEL03-5742-6837
※ご提供頂いた個人情報は、立正大学心理学部公開講座のみに使用し、この目的以外には使用しません。

会場案内

※駐車スペースがございませんので、車でのご来校はご遠慮ください。

立正大学大崎校舎 〒141-8602 品川区大崎 4-2-16
TEL 03-3492-6196 (心理学部事務室)



交通アクセス

JR山手線	五反田・大崎駅下車	徒歩5分
東急池上線	大崎広小路駅下車	徒歩1分
都営浅草線	五反田駅下車	徒歩5分
東急バス 渋41 (池田駅一・大崎駅)	大崎警察署前下車	徒歩1分

共催 立正大学心理学部
品川区教育委員会

メンタルヘルスを 支援する心理療法への誘い

いざな

第1回 認知行動療法 —クライアントと共に問題解決をめざす—

10月13日(土)

開場15:30~17:30終演 於:総合学術情報センター11号館 5階 1151教室

心理学部教授(臨床心理士) 沢宮 容子(さわみや ようこ)

好きな異性に告白したのに振られてしまったとします。これを、「とても辛いけれど、今は一人の時間を大切に過ごそう。そのうち、あのよりいい人が現れるかもしれない」と考えるか。それとも、「もう終わりだ。こんな自分なんか死んだ方がましだ」と考えるか。同じ体験をしても、受け取り方によって、その人の情動や行動は大きく変わってくるものです。

認知行動療法では、このような受けとり方、思考、信念などを、認知的要因として取り扱います。クライアントがどんな環境で、どう考え、どうふるまい、どう感じているか、また身体にどう変化が現れているかという観点から、クライアントの訴える問題を、クライアント自身と協力しながら、解決へと導いていくことが、認知行動療法の目的です。受講者の皆さんがメンタルヘルスを保持する上で、少しでも役立つお話ができればと考えています。



プロフィール

- 研究テーマ: 認知行動療法に関する基礎研究および臨床応用、柔軟性と社会的適応に関する研究
- 学会活動・社会的活動: 日本心理臨床学会、日本心理学会、日本行動療法学会、日本認知療法学会、日本カウンセリング学会(編集委員・広報委員)
- 最近の研究成果: 「<ケーススタディ>認知行動カウンセリング」(至文堂)、「エビデンス・ベスト・カウンセリング」(至文堂)、「認知療法ケースブック」(星和書店)

第2回 家族療法 —文化人類学者グレゴリー・ベイトソンの遺産—

10月20日(土)

開場15:30~17:30終演 於:総合学術情報センター11号館 5階 1151教室

心理学部准教授(臨床心理士) 若島 孔文(わかしま こうぶん)

問題を個人という単位で観るのではなく、問題を家族という単位で観てみると、どのように視野に変化が現れるのでしょうか?この家族という単位で問題を捉えるためのパラダイムについて解説し、家族療法の事例を通してより理解を深めていきたいと思います。家族療法に特徴付けられるパラダイムには、情報理論やサイバネティクスがあります。サイエンスやエンジニアの世界で使用される情報理論やサイバネティクスを心理療法にどのように適用しているのでしょうか?こうしたパラダイムの導入において最大の貢献をした人物がメイシー会議のメンバーでもあった20世紀最大の認識論者グレゴリー・ベイトソンでした。グレゴリー・ベイトソンを中心としたベイトソン・グループによって行われたコミュニケーション研究と、その成果が家族療法の創造に与えた影響は計り知れないものがあります。

プロフィール

- 研究テーマ: コミュニケーションの実験的研究、家族構造の比較文化的研究
- 学会活動・社会的活動: 日本家族心理学会常任理事、海上保安庁第三管区惨事ストレス対策ネットワーク委員会委員、MCF不登校・ひきこもり援助センター理事長

●最近の研究成果: 「社会構成主義のプラグマティズム—臨床心理学の新たな基礎—」(金子書房)、「犬と家族の心理学—ドッグ・セラピー入門—」(北星出版) Wakashima, K. & Ikuta, M. 2006 The help of withdraw. 25 Aniversario X Congreso Nacional, I Congreso Iberoamericano, Terapia Familiar: ciencia, arte y espiritualidad, Asociation Mexicana de Terapia Familiar, A.C. del 23 al 26 de Noviembre del 2006, Hotel Hyatt, Acapulco., Ikuta, M. & Wakashima, K. 2006 The characteristic of family therapy in Japan. 25 Aniversario X Congreso Nacional, I Congreso Iberoamericano, Terapia Familiar: ciencia, arte y espiritualidad, Asociation Mexicana de Terapia Familiar, A.C. del 23 al 26 de Noviembre del 2006, Hotel Hyatt, Acapulco.



こころの病で休職する教員が5年間で2倍になった、とある新聞が報道していました。また、2007年版白書は、精神障害は300万人を超したと指摘しています。それに伴い抗うつ剤の売り上げが同様に増大しています。一方アメリカ食品医薬品局(FDA)は、パキシル等のSSRI系抗うつ剤の使用について、嚴重な警告を発しています。これまで言われていた希死念慮の副作用が18歳以下ではなく、年齢幅を広げて24歳以下であると警告しています。さらにネットでも、向精神薬の減薬、断薬で苦しむ人たちの苦悶が感じられます。薬物療法を受けていた人たちの自死などの深刻な事件が起こる中で、薬物療法以外の対処法についても、その必要性が強く感じられ始めています。

このような状況のなか、立正大学心理学部は、「メンタルヘルスを支援する心理療法」を3回にわたりご紹介することで、皆様のメンタルヘルスに少しでも役立ちたいと願い、今回の講座を企画しました。

1回目はもっとも注目されている認知行動療法について沢宮容子教授、2回目は家族システムに切り込む家族療法について若島孔文准教授、3回目は、米国の著名なW. グラッサー博士から、それぞれの得意分野でご講演をして頂きます。

第3回 現実療法 —選択理論によるメンタルヘルスの改善—

10月26日(金)

開場17:30~20:00終演

於:石橋湛山記念講堂

アメリカ精神科医(現実療法提唱者) ウイリアム・グラッサー

精神疾患を持つ人々が増大するなかで、メンタルヘルスとは何か、どのように維持できるかを共に考えてみたいと思います。もしあなたが自分の知っているほとんどの人、特に家族、恋人、友人のように人生で重要な関わりを持つ人たちと一緒にいることを楽しんでいるなら、あなたの精神は健康と言えるでしょう。概ねあなたは幸せであり、不幸な家族・友人・同僚の気分をよくするお手伝いを喜んでするでしょう。あなたは、過度のストレスがなく、よく笑い、多くの人が日常生活で避けられないものとして受け入れ、痛みや苦痛を感じることもほとんどないでしょう。あなたは人生を楽しみ、自分と違う考えをし、違う行動をする人をなんの苦もなく受け入れます。人を批判し、人を変えようとするのはほとんどなく、もし誰かとの間に違いがあれば、問題を解決しようと努めるでしょう。

メンタルヘルスを増進するために、どのような生き方をしたらよいかご紹介したいと思います。



プロフィール

米国家精神科医。現実療法、選択理論の提唱者。教育で「上質」を追求する改革を試み「ウォリティア・スクール」を出現させている。著書としては、「現実療法」「ウォリティア・スクール」「グラッサー博士の選択理論」「結婚のミステリー(謎)」(アチーブメント出版)等多数。グラッサー博士のアイディアは文化の違いを超えて全世界に広まっている。アメリカ・カウンセリング学会(ACA)より Professional Development Award (2003年)、Legend in Counseling Award (2004年)を受賞。

通訳プロフィール

心理学部教授(臨床心理士・精神保健福祉士) 柿谷 正期(かきたに まさき)

- 研究テーマ: 自閉症の早期対策研究、基本的欲求プロフィール研究、視覚的統合学習(VL)研究
- 学会活動・社会的活動: 日本選択理論心理学会(会長)、特定非営利活動法人 日本リアリティセラピー協会(理事長)、日本カウンセリング学会、日本産業カウンセリング学会、日本心理臨床学会
- 最近の研究成果: 「精神疾患へのアプローチ再考」(立正大学大学院紀要論文)、「本当の生きる力を与える教育とは」(日本経済新聞社・分担執筆)、「自閉症を含む軽度発達障害の子を持つ親のために」(アチーブメント出版・監修)、「結婚のミステリー(謎)」(アチーブメント出版・共訳)、グラッサー博士の著書の翻訳・紹介。

