

募集要項

- ◆ 対象：16歳以上（お子様連れも可）
- ◆ 定員：200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「立正大学心理学部公開講座」・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、〒140-8715 品川区広町2-1-36 品川区文化スポーツ振興課 生涯学習係までお申し込みください。

<記入例>

〒140-8715	品川区広町2-1-36	1. 「立正大学心理学部 公開講座」
品川区文化スポーツ振興課 生涯学習係		2. 住所
		3. 氏名（ふりがな）
		4. 年齢
		5. 性別
		6. 連絡先電話番号

- ◆ 申込期間：平成25年9月21日（土）～10月7日（月）
- ◆ 問い合わせ：品川区地域振興事業部 文化スポーツ振興課 生涯学習係 Tel 03-5742-6837
メールアドレス 立正大学心理学部 ris.psychology@gmail.com
当日の問合せ 立正大学心理学部事務局 Tel 03-3492-6196



※ 小さなお子さんを同伴なさっても結構です。お子さんがじっとしていられなくなったら、静かに会場の外に出て、リラックスさせてあげてください。（託児は実施いたしません。）

※ ご提供いただいた個人情報は、「立正大学心理学部公開講座」以外には使用いたしません。

会場案内

立正大学大崎キャンパス

総合学術情報センター11号館5階1151教室（山手通り口よりお入りください）

〒141-8602 品川区大崎4-2-16 Tel 03-3492-6196（心理学部事務局）



※ 駐車・駐輪スペースがございませんので、車・バイク・自転車でのご来校はご遠慮ください。

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 (渋谷駅-大井町駅)	大崎警察署前下車	徒歩1分

平成25年度 立正大学心理学部公開講座

2013 Ritsumeikan University Faculty of Psychology OPEN LECTURE

現代をポジティブに生きる心理学

日時

第1回 10月18日（金） 18:30～20:00

第2回 10月25日（金） 18:30～20:00

会場

立正大学 大崎キャンパス

総合学術情報センター（11号館）5階 1151教室

共催 立正大学心理学部・品川区

★★ 平成 25 年度 立正大学心理学部 公開講座 ★★

現代をポジティブに生きる心理学

私たちは日々、様々な困難にぶつかりながら生活しています。つらい出来事をうまくやり過ごせる時もあれば、落ち込みからなかなか立ち直れない時もあります。厳しい経験を乗り越えてなお活き活きと過ごしている方と出会った時に、「もっと自分も前向き（ポジティブ）に生きたい」と感じたことがある。そんな方も多くおられることでしょう。

現代社会では、「こうあるべき」という姿よりも、どう生きたいかという意志が人生の舵を強く動かす時代になっ

第 1 回 10 月 18 日（金）開場 18：10 開演 18：30 終了 20：00

大崎キャンパス 総合学術情報センター 11 号館 5 階 1151 教室



「超高齢時代を見据えた仕事と人生」

立正大学 心理学部対人・社会心理学科 教授
所 正文（ところ まさぶみ）

わが国の超高齢社会は留まるところを知らず、すでに総人口の 4 分の 1 近くを 65 歳以上の人々が占めております。我々はこうした日本社会を今後どう生き抜いていくのかについて考えていきたいと思えます。人生とは、社会・文化的脈絡の中で、ストレスに対して積極的な対処行動をとり、愛の関係を大事にしなが、自己実現をめざして、常に自らの能力を発揮し続ける過程です。そして、この営みは人生時計が止まるまで生涯を通じて続きます。人生時計とは、人生 80 年を 1 日 24 時間の枠の中でとらえる考え方であり、誕生を零時とし、40 歳が正午になります。老年期の人生をより充実させるには、60 歳の午後 6 時でリセットし、その時点で人生を仕切り直してさらに前進していく心理的過程を重視する変則時計にする必要があると最近私は考え始めています。このように老年期の生き方を中心に話を進めていきたいと思えます。

プロフィール

■ 最近の研究成果

- ・『車社会も超高齢化：心理学が解く近未来』（学文社、2012）
- ・『高齢ドライバー・激増時代：交通社会から日本を変えていこう』（学文社、2007）
- ・『働く者の生涯発達：働くことと生きること』（白桃書房、2002）
- ・「An Issue on Automotive Society in Europe」（政経論叢、2011）

■ 学会活動・社会的活動

- ・国際心理学会 2016 年大会組織委員 ・日本交通心理学会（運営委員・国際交流委員） ・日本応用心理学会
- ・産業組織心理学会 ・日本老年社会科学会 ・日本心理学会 ・日本健康心理学会

■ 研究テーマ

- ・超高齢社会と交通
- ・生涯発達とキャリアデザイン

ています。ひと昔であれば、年齢や性別に応じた典型的な生活スタイルや考え方が人々に共有されていましたが、今はそのような社会的枠組みは緩くなり、ひとりひとりが「自分らしい生き方」を探求することが可能となったのです。しかし同時に、超高齢時代の中で私たちはよりよく生きるために、人生の様々な段階で自分の考え方や行動を再調整していくことが求められています。ポジティブに生きるためには、自分について様々な側面から考えてみるのが大切です。

本年度の立正大学心理学部公開講座は、社会心理領域および臨床心理領域において活躍している教員による、2 回の講座を企画いたしました。第 1 回は、「超高齢時代を見据えた仕事と人生」と題し、60 歳以降の生き方を充実させるためのヒントをキャリアデザインの視点から解説します、第 2 回は、「こころの治癒力を考える」と題し、どのようにして自分自身の心をケアするのかについて、心理検査の実施やディスカッションをとりいれながら皆様と一緒に考えていきます。

この講座が、皆様がふと立ち止まってご自身の「今まで」を考える機会となり、「これからの人生」をより前向きに生きるための手がかりにいただければ幸いです。

第 2 回 10 月 25 日（金）開場 18：10 開演 18：30 終了 20：00

大崎キャンパス 総合学術情報センター 11 号館 5 階 1151 教室



「こころの治癒力を考える」

立正大学 心理学部臨床心理学科 教授
田中 輝美（たなか てるみ）

私たちのこころは、時に弱く、そのために誰かに支えてもらったり、医療機関にお世話になったり、さまざまなケアを必要とします。ですがその一方で、たくさんのストレスにさらされていながらも強く、健康でありつづけることもあります。大きなこころの傷となるようなことを経験してさえも、それをのりこえて、むしろ精神的に成長する人もいます。

この、弱いようでいて、しなやかに強い、そんなこころのポジティブな面について考えていきたいと思えます。もともとこころが強い、ということは考えにくいですから、どのような経験が、どのような考え方が、こころを強くしてゆくののか、心理検査の結果や、参加者同士でのディスカッションを通して、今後の自分の在り方、自分のこころを自分でケアしてゆくということについて、考えてゆきたいと思えます。

プロフィール

■ 最近の研究成果

- ・生涯発達の中のカウンセリングⅡ ―子どもと学校を援助するカウンセラー（サイエンス社）
- ・気晴らしを中心とした認知行動療法の効果 ―うつ病を対象とした無作為比較試験―（行動療法研究）
- ・中学生用学級集団構造尺度の作成とその信頼性・妥当性の検討（カウンセリング研究第 44 巻）
- ・日本における外的要因による赦しに関する研究 ―年代差を考慮して―（教育相談研究第 48 巻）
- ・被支配的関係の解消に対する援助 ―自分をおかしいと思ひこんだ事例―（教育相談研究）
- ・キャリア発達という視点からみた高校生の不登校事例（カウンセリング研究）

■ 学会活動・社会的活動

- ・日本カウンセリング学会 ・日本行動療法学会 ・日本自律訓練学会 ・日本心理学会
- ・臨床心理士、日本カウンセリング学会認定カウンセラー、認定スーパーバイザーの資格を持って、相談活動を行っています

■ 研究テーマ

- ・情動のコントロール