

## 人間関係学部 心理臨床学科

講師名

講義テーマ及び内容

テーマNo.

学 長

飯干 紀代子  
IIBOSHI, Kiyoko

### 心理学を仕事に活かす

公認心理師、臨床心理士とは、どんな仕事でしょう。カウンセラーや医師とは、どう違うのでしょうか。心理学を学び、心理の専門職として働くためには、どうすればよいのでしょうか。働く喜びや、やりがい、守らなければならないこと、お伝えします。

テーマNo.

No.101

教 授

大島 英世  
OSHIMA, Eisei

### からだからこころの構えをつくる

カウンセリングの方法にからだを動かしてこころを楽にする方法があります。ゆっくり動かし、まっすぐになって座る、大地を踏みしめて立つ体験をすると、前向きな気持ちになってきます。こころとからだの不思議を体験します。

テーマNo.

No.102

教 授

神蘭 紀幸  
KAMIZONO, Yoshiyuki

### 親密な人間関係の心理学

私たちを取り囲む様々な人間関係を理解するための視点やより良い人間関係を営むためのヒントを心理学の立場からお伝えします。また場合によっては、青年期に特に重要な恋愛の心理学についてもお話します。

テーマNo.

No.103

助 教

川津 優  
KAWAZU, Suguru

### 心理学からみたリラクセーション

みなさんはどんな時にリラックスした気持ちになれますか？リラックスしたくてもできず、イライラしたり不安になることは誰でもあるでしょう。そんな時に試せる「心理学的なリラクセーション法」をご紹介します。

テーマNo.

No.104

准教授

木下 馨子  
KINOSHITA, Keiko

### 自分らしいコミュニケーション ～アサーション～

「親しき仲にも礼儀あり？」  
自分も相手も互いに大切にするコミュニケーション～アサーション～(assertion) についてご紹介します。自分らしいコミュニケーションのあり方について一緒に考えてみませんか？

テーマNo.

No.105

教 授

木下 昌也  
KINOSHITA, Masanari

### パブロフのイヌの話

高校生物に出てくる「パブロフのイヌ」の実験は科学的心理学の基礎を築いた実験の一つでもあります。しかし、我々の日常心理との関係はあまり知られていません。本講義では日常の中の条件反射についてお話しします。

テーマNo.

No.106

講 師

志賀 希子  
SHIGA, Kiko

### “科学的に” からだの不思議をみてみよう！

日常にあるからだの不思議について、科学的な視点からみてみませんか？「心理学の先生が科学の話？」と思った方もぜひ話を聞いてみてください。例：呪いに効果はある？食後に運動するとわき腹が痛くなるのはなぜ？

## 人間関係学部 心理臨床学科

講師名

講義テーマ及び内容

テーマNo.

准教授

白井 祐浩  
SHIRAI, Masahiro

### 試験に役立つ（かもしれない！？）心理学

みなさんが日頃やっている試験勉強、ひょっとしたら効率が悪いやり方を  
してるかも！？記憶などいろいろな心理学の知識をもとに、心理学的に効  
率のよい（かもしれない）勉強法について考えていきたいと思います。

テーマNo.

No.108

講 師

玉田 理紗子  
TAMADA, Risako

### よりよいコーチングとは何か考えてみよう

スポーツは人とのつながりを持つ機会として考えることができる。近年、  
スポーツ指導の在り方の改善が求められているが、コーチング学の考え方  
を用い、コーチとアスリートのよりよい人間関係を考えてみましょう。

テーマNo.

No.109

講 師

中條 大輔  
NAKAJO, Daisuke

### 「心の支援」を学んでみませんか？

「心」は時に疲れたり、病を患います。そして、生きづらさを持つこともあ  
ります。心が疲れ、孤独を感じた時、生活の中で生きづらさを感じた時、  
その心を支え、生活を支えるサポーターが居たら心強いと思います。そん  
なサポーターである精神保健福祉士のことを知ってみませんか？

テーマNo.

No.110

教 授

野上 真  
NOGAMI, Makoto

### 「やる気」の科学

人間「ベストを尽くせ」と言われただけでは決してベストを尽くせません。  
では、「やる気」を引き出し、ベストを尽くすために、どのような条件が  
必要なのか。実例を交えながら、分かりやすく解説します。

テーマNo.

No.111

教 授

野浪 俊子  
NONAMI, Toshiko

### 音楽療法入門 ～こころと音楽～

音楽療法とは、音楽を通して心身の回復を目指す療法のことです。このよう  
な音楽療法について、「こころ」と音楽の関わりについてお話しします。

テーマNo.

No.112

講 師

野元 明日香  
NOMOTO, Asuka

### こころの不思議

普段生活する中で、常に「こころ」を意識して生活している人は少ないか  
もしれませんが、実は私たちの活動のすべてに関わっています。ここでは  
身近な「こころの不思議」を紹介し、こころの世界の魅力をお伝えできた  
らと思います。

テーマNo.

No.113

講 師

畑田 惣一郎  
HATADA, Soichiro

### 人はどのように“考え”、“行動”するの？

人は食べたり、テレビを見たり、友達と話す時など、たくさんの場面で「感  
じ」「考え」「行動」しています。自然に起きる「考えや行動」について学  
び、それを心のサポートに活用するお仕事の紹介もしたいと思います。

## 人間関係学部 心理臨床学科

講師名

講義テーマ及び内容

テーマNo.

准教授

花形 武

HANAGATA, Takeshi

### 心理学って何を学ぶの？

人の心を学ぶ学問は何かと問われれば、心理学と答えるかもしれない。では心理学では実際にどんなことを学ぶのだろうか。入門編と位置付けて、心理学で学ぶことの一端を紹介したい。

テーマNo.

No.115

講師

前野 明子

MAENO, Akiko

### こころの健康と心理学

同じような失敗をしても、回復が早い人と、落ち込みが続く人の違いはどこにあるのでしょうか？自分や他者の理解に役立つことや、こころの健康を保つために自分でできることについて心理学の視点からお話をします。

テーマNo.

No.117

教授

松本 宏明

MATSUMOTO, Hiroaki

### スマホやゲームにハマるころとは

スマホ世代の高校生に、スマホやゲームにハマってしまうころのメカニズムや影響、また、スマホやゲームとの付き合い方について、心理学的な視点を交えて伝えていきます。

テーマNo.

No.118

特任准教授

満田 ミツ江

MITSUDA, Mitsue

### 保健の先生は魔法使い

保健の先生がそばにいととても安心する。おでこに触るとあったかくてホッとする。話を聞いてもらおうと、気持ちが楽になる。何故だろう。まるで魔法使いだ。どうしたらそんな先生になれるのかな？そんな子供の質問に答えます。

テーマNo.

No.119

教授

胸元 孝夫

MUNEMOTO, Takao

### ストレスと健康

私たちは、ストレスを感じると、心や体に困った変化が起きることがあります。気分が沈んだり、胸がどきどきしたり、衝動的に食べ過ぎたりなど、いろいろです。心と体の不思議な関係を考えてみましょう。

テーマNo.

No.120

講師

森 実紀

MORI, Miki

### ココロとカラダに優しい考え方

私たちの悩みの多くは人間関係ともいわれます。人との関わりの中で生きやすくなる考え方や知っていれば役立つコミュニケーション方法を心理や福祉のお仕事の説明を織り交ぜながらお伝えします。

※心理臨床学科の説明も含まれます。

テーマNo.

No.121

教授

山喜 高秀

YAMAKI, Takahide

### 心の世界

「あなたには心がありますか？あるとすればどこにありますか？」と問われたら、どう答えますか？Aさん「当然あるよ、頭の中」。Bさん「胸が苦しくなるから胸の中だよ」。Cさん「俺には心なんてないよ！」。不思議です・・・人それぞれの「心」とは、いったいどのようなものなのでしょうか？一緒に「心」の世界にふれてみませんか？

## 人間関係学部 心理臨床学科

講師名

講義テーマ及び内容

テーマNo.

講 師

吉川 直人

YOSHIKAWA, Naoto

### 現代社会と福祉について

現在の少子高齢、人口減少社会の中で、様々な課題が生じています。私たちのふだんのくらしをしあわせにするため、福祉について一緒に学んでみませんか？

テーマNo.

No.122

准教授

米嶋 美智子

YONESHIMA, Michiko

### 目の健康 Lesson

あなたは毎日、目が疲れていませんか？

目を労わっていますか？

もし目の機能が低下したら…。目の健康を維持するために、今日からできる自己管理について、一緒に学んでいきます。