

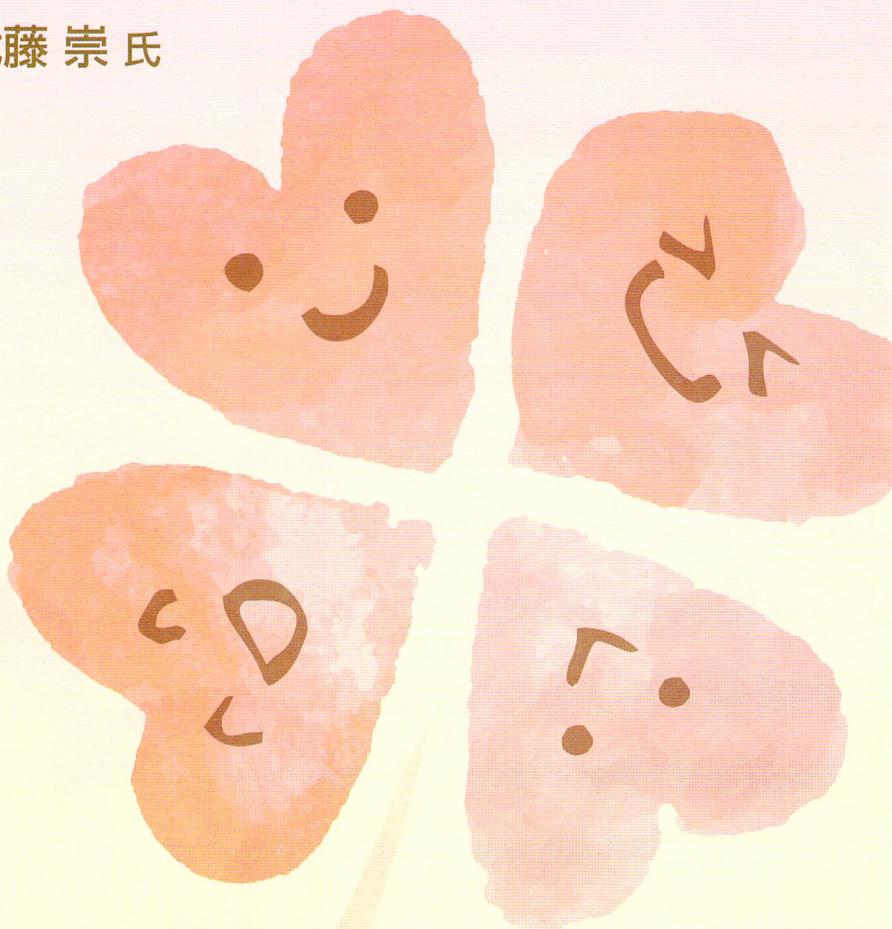
「しあわせ」のはじめかた

最新の心理学からのヒント

講師 同志社大学 心理学部 教授 武藤 崇 氏

いまの時代、「しあわせ」とはいったい何かが、わかりにくくなっている、と言われることがあります。しかし、もともと「しあわせ」という和語は「めぐり合わせ」という意味で使われていたそうで、そこには「良い・悪い」も「楽しい・苦しい」も含まれていました。

また、最新の心理学でも「しあわせ」は、とても重要なテーマになっています。今回は「しあわせ」に関する「こころの健康」と、その増進のためのヒントを最新の心理学から考えてみます。とくに「**心理的柔軟性**（こころの「やわらかさ・しなやかさ」）」という新しい概念から考えてみたいと思います。



平成 30年 **7月13日** **金** 14:00~16:00 (開場 13:30)

京都市男女共同参画センター

ウィングス京都 イベントホール

(京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地)

※一般来館者用の駐車場はありませんので、電車・バスをご利用ください。

定員240名(先着順, 申込不要)

参加
無料

講師プロフィール



むとう たかし

武藤 崇

- 1998年 筑波大学大学院心身障害学研究科心身障害学専攻修了、博士(心身障害学)
- 1998-2001年 筑波大学心身障害学系 技官・助手
- 2001-2010年 立命館大学文学部および大学院応用人間科学研究科 准教授
- 2007-2008年 米国ネバダ大学リノ校心理学部 客員研究教授
- 2010年-現在 同志社大学心理学部および大学院心理学研究科 教授
- 2011-2015年 東京大学医学部附属病院22世紀医療センター腎疾患総合医療学講座 客員講師
- 2010年-現在 同志社大学実証に基づく心理・社会的トリートメント研究センター(WEST)センター長
- 2017年-現在 名古屋市立大学医学部 客員教授

主書

55歳からのアクセプタンス&コミットメント・セラピー：超高齢化社会のための認知行動療法の新展開(編著) ratik / 2017年

応用行動分析から対人援助学へ：その軌跡をめぐって(共編著) 晃洋書房 / 2016年

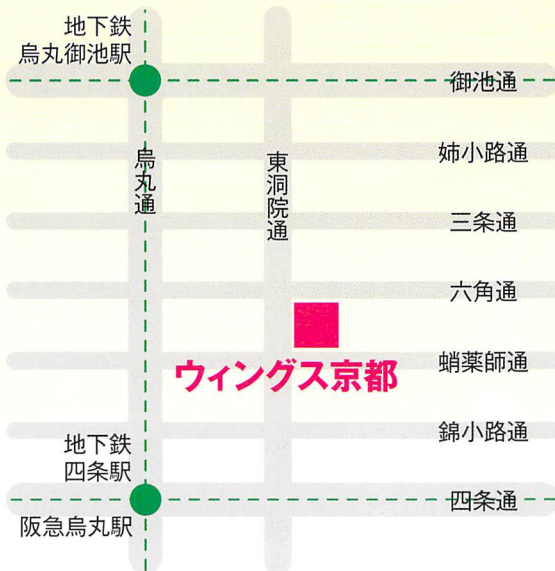
ケースで学ぶ行動分析学による問題解決(共編著) 金剛出版 / 2015年

心理学概論(第2版)(共編著) ナカニシヤ出版 / 2014年

ACT(アクセプタンス&コミットメント・セラピー)ハンドブック(編著) 星和書店 / 2011年

など。

会場map



京都市男女共同参画センター ウイングス京都 イベントホール

(京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地)

アクセス

地下鉄・烏丸御池駅または四条駅、
阪急・烏丸駅下車徒歩5分

*会場へは市バス、京都市営地下鉄等の
公共交通機関をご利用下さい

京都市印刷物 第304207号 平成30年6月発行
発行元：京都市こころの健康増進センター 相談援助課



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



Facebook
はじめました



<https://www.facebook.com/kokorohothot>

われらは京都市ゲートキーパーズ!! 大切な人の命を守る! それがゲートキーパー

内容

- 精神保健福祉に関する講演や研修のお知らせ
- 相談会や相談電話等の案内
- 京都で見つけた **ホット**とするもの
など。

皆さんの投稿を
お待ちしております!



「ゲートキーパー」って? ↓

京都市 ゲートキーパーズ 検索