

## 講座 8 みんな集まれ！大学で学ぶ楽しみ発見セミナー

### 講師

伊東 俊彦 / 相模女子大学人間社会学部人間心理学科 教授

石川 勇一 / 相模女子大学人間社会学部人間心理学科 教授

森平 直子 / 相模女子大学人間社会学部人間心理学科 教授

川口 信雄 / 株式会社はまりハ 顧問、元横浜市立中学校等教諭、「学校卒業後における障害者の学びの支援に関する実践研究事業」(相模原市受託)の連携協議会会長

### コーディネーター

武部 正明 / 相模女子大学 非常勤講師、山梨英和大学人間文化学部 准教授

### 講座概要

中学生、高校生から 30 代までの若者を対象とした生涯学習プログラムです。障害の有無に関係なく同世代の若者が交流し学びを楽しむため、大学という空間を新たな居場所にしてもらうことを目的にしています。

第 1 部は、大学の先生による「哲学」や「心理学」の講義です。

第 2 部は、「就労ワンポイント講座」(講師:川口信雄)です。就職の準備をどのように進めたらよいか悩んでいる方・就職しているけど、働き方をふり返りたいなどという方には、ぜひおススメです。

第 3 部は、「私の趣味自慢タイム！」です。若者 4 人くらいの小グループで、楽しく自分の好きなものを見せ合います。趣味の合う仲間が見つかるかもしれません。

### 講座日程(全回共通) 土曜日 10:30~12:40

日時	講座内容	講師	申込締切
第 1 回 9 月 30 日	「わかる」って、どういうこと？ 自分の視点で、答えを生み出す思考法：私たちは、つい正解を求めてしまう…でもその“正解”って、本当に正しいの？自分だけの感覚や、興味のツボを大事にしたものの見方から、答えを生み出す考え方を体験しよう！	伊東 俊彦	9 月 14 日(木)
第 2 回 11 月 11 日	「欲」との上手な付き合い方 ところが満たされる瞑想法：「もっと〇〇したい」「◇◇はイヤ」…人が抱くさまざまな“欲”は、生きるエネルギーになるけれど、時には苦しみの原因にも。自分の“欲”を見つめ、コントロールする方法を、一緒に考えてみませんか☆	石川 勇一	10 月 26 日(木)
第 3 回 12 月 9 日	この気持ち、どう扱う？ 自分も相手も大事にできる感情の心理学：「楽しい」「怖い」「不安」「怒り」…どんな感情も人間の重要な一部。ネガティブに思えるものも、生きるのに必要なシグナルです。自分の気持ちにじっくり向き合い、自分も人も大事にできるコツを学ぼう！	森平 直子	11 月 23 日(木)

定 員 15 名/回 受 講 料 無 料

持 ち 物 筆記用具、自分の好きなもの・見せたいもの(第3部で使用。希望者のみ)

対 象 中学生から30代まで

※連続講座ではありません。各回でお申込みください。

※申込多数の場合、抽選となります。

後援 相模原市教育委員会、一般社団法人日本臨床発達心理士会神奈川支部

※本講座は、文部科学省からの委託研究事業の一環として、参加費無料で開催します。また、多くの方々に知っていただく目的で、取材や YouTube 配信を行う予定です。ご理解とご協力をお願いいたします。