

# こころの見つめ方

～仏教心理学入門～

世界中で新型コロナウイルス感染症が流行して2年が過ぎました。コロナ禍では、「おうち時間」や「巣ごもり需要」などの言葉も生まれ、良くも悪くもこころとからだが、内向きになる期間だったと言えるかもしれません。これまで普通に行われていた飲み会や外出の時間も制限され、家にいる時間が増えたことで、孤独を感じる方もいる反面、自分の働き方や人生について、そして、家族や友人との関係をあらためて見つめる機会となった方も多いことでしょう。

本講座では、こころを見つめる機会が増えた今だからこそ、「こころの見つめ方」についてお話ししたいと思います。こころを見つめるとはどういうことか、また、仏教や臨床心理学ではどのようにこころを扱っているのか、こころを見つめる方法や考え方のヒントなどをお伝えできればと思っています。



2022年 **8月27**日(土) 10:00 ~ **29**日(月) 17:00

**場所** 人間総合科学大学より  
映像配信 (YouTube)

**講師** 鮫島 有理 先生

人間総合科学大学 人間科学部  
心身健康科学科 講師

## 申込方法

本学ホームページ応募フォームまたはメールにてお申込みください。  
申込期限：2022年8月25日(木)

**応募フォーム** <https://www.human.ac.jp/forms/index.php?id=389>  
右のQRコードからも簡単にアクセスできます。



**メールアドレス** [records@human.ac.jp](mailto:records@human.ac.jp)



■主催：人間総合科学大学 ■協賛：日本心身健康科学会・埼玉まなびプロジェクト ■後援：蓮田市・さいたま商工会議所・蓮田市商工会・大学コンソーシアムさいたま



学校法人 早稲田医療学園

# 人間総合科学大学

お問い合わせ

## 048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> [records@human.ac.jp](mailto:records@human.ac.jp)

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科 (通信制) ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科 (理学療法専攻・義肢装具専攻)