

参加費
無料

どなたでもご参加
いただけます

公開シンポジウム



公益社団法人日本心理学会
The Japanese Psychological Association

感情とうまく 付き合うために

～無理なく自分を大切にする3つのアプローチ～

9.19 土

開場13:30

14:00~16:00

会場

日本女子大学
目白キャンパス
百二十年館
12001 教室

会場はこちら
google
map



〒112-0015 東京都文京区目白台 2-8-1

・JR山手線「目白」駅から徒歩約15分 バス約5分

・副都心線「雑司が谷」駅(3番出口)から徒歩 約8分

・有楽町線「護国寺」駅(4番出口)から徒歩 約10分



感情は、時に私たちを苦しめますが、
心強い味方にもなります。
感情とうまく付き合うヒントを共有し、
無理なく自分を大切にする方法について
考えます。

企画

寺島 瞳

東京経済大学

企画
司会

川崎 直樹

日本女子大学

話題
提供

No.1 寺島 瞳

東京経済大学

感情の嵐から抜け出すためのスキル・トレーニング

No.2 野田 亜由美

立命館大学

感情は、あなたに何を伝えようとしているのか

～感情を手がかりに、自分をより深く理解する～

No.3 浅野 憲一

筑波大学

自分と誰かを「大切にする」ためのアプローチ



公益社団法人日本心理学会

〒113-0033 東京都文京区本郷 5-23-13 田村ビル

URL: <https://psych.or.jp/>

E-mail: jpa-event@psych.or.jp Tel: 03-3814-3953

共催 日本女子大学人間社会学部心理学科

●定員120名(対面開催のみ)

●右のQRコードからお申込みいただけます

●お申込期限 2026年9月14日(月)

<https://psych.or.jp/event/>



ご応募は
こちらから!

