

[JPACP2026-026] 公開シンポジウム「感情とうまく付き合うために一無理なく自分を大切にする3つのアプローチ」9月19日

---

If you are unable to see this message, click the URL below.

<https://psych.or.jp/wp-content/uploads/2026/08/JPACP2026-026.pdf>

公益社団法人日本心理学会 認定心理士 各位

◆-----◆  
公開シンポジウム「感情とうまく付き合うために一無理なく自分を大切にする  
3つのアプローチ」

(2026年9月19日(土))

[https://psych.or.jp/event/sympo2026\\_1/](https://psych.or.jp/event/sympo2026_1/)

◆-----◆  
■日時

2026年9月19日(土) 14:00-16:00 (開場13:30)

■場所

日本女子大学 目白キャンパス 百二十年館 12001 教室

定員120名

※対面開催のみとなります

■概要

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。

■話題提供者

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」

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—」

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」

■企画・司会

寺島 瞳 (東京経済大学), 川崎 直樹 (日本女子大学)

■お申し込み

下記本シンポジウムのページより、「お申し込みはコチラ」ボタンをクリックして  
所定の事項をご登録ください。

[https://psych.or.jp/event/sympo2026\\_1/](https://psych.or.jp/event/sympo2026_1/)

・事前申込制【申込締切：2025年9月14日(月)】

・どなたでもご参加いただけます。

◆-----◆  
■つるの 剛士氏 特別対談

[https://psych.or.jp/special/interview\\_tsuruno/](https://psych.or.jp/special/interview_tsuruno/)

## ■認定心理士の会 行事

(公開行事) <https://psych.or.jp/authorization/ninteinokaievent/>  
(新刊連動講座) <https://psych.or.jp/authorization/ninteinokai-book/>

## ■メール配信バックナンバー

<https://psych.or.jp/authorization/mailservice/>

■認定心理士の会 ニュースレター

<https://psych.or.jp/authorization/ninteinokai02/>

## ■配信先メールアドレスの変更や配信中止，学会登録情報の変更

(連絡先, 所属機関, 学歴等)は, メール ( [jpanintei@psych.or.jp](mailto:jpanintei@psych.or.jp) ) でお知らせください。

\_\_\_\_\_

公益社団法人日本心理学会

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