

# 宮城まり子さんところの旅 【未来への「新たな物語り」の創造】



講師 臨床心理士 **宮城まり子** Mariko Miyagi

【ハイブリッド】 丸の内キャンパス、オンライン(Zoom)いずれでも参加可能です。ご希望は事前にお伺いします。  
今後の状況によって【オンラインのみ】に開催形態を変更する場合があります。

## ダイアログを通してライフテーマを探る

ICTの進化による社会環境の変化が人々の生活やところの変容に大きな影響を与えているいま、私たちには「ところの対話(ダイアログ)」の大切さが再認識されています。対話を通して語り合い、深く理解しあうプロセスには、それぞれに独自の物語りが存在します。一人ひとりの生き方・働き方はまさにその人の「物語り(ナラティブ)」でもあります。対話を通して理解しあうためには、お互いの物語りに寄り添うことが大切です。今回の講座では、対話(ダイアログ)、物語り(ナラティブ)をキーワードに、自分が主人公である人生の「新たな物語り」を著し、お互いの「対話」を通して、深い自己理解と気づきを得ていきます。対話によって私のライフテーマを探りながら、未来へ向けた「新たな物語り」を創造し、ところの旅を歩んでいきましょう。

宮城 まり子

1・23 | 日  
9:30-12:30

### 対話(ダイアログ)とは何か 1

対話によるコミュニケーションがいま改めて注目されています。対話による意味づけ、問題解決、変容のプロセスを通して、人と人の新たな関係性の構築、可能性を探ります。

【気づきのヒント】 関係性の構築、対話と意味づけ・問題解決・変容のプロセス

2・27 | 日  
9:30-12:30

### 環境変化とニューノーマルから考えるライフテーマ 4

環境変化とともに新しい生活様式も常態化され、私たちはキャリアにおいても、変化に適応することが求められています。新たな時代にあつての価値観、ライフスタイルのあり方について再考し、これからの生き方に大切な新たな「ライフテーマ」を描いていきます。

【気づきのヒント】 キャリア適応力、プロティアン・キャリア、これからのキャリア設計図

2・6 | 日  
9:30-12:30

### 対話(ダイアログ)と物語り(ナラティブ) 2

私たちが現実として捉えているものは、人々の解釈や認識によって絶え間なく変化する過程のなかにあります。「分かり合える」とはどういうことか対話を通して考えるとともに、語りの意味についてナラティブ・アプローチからみていきます。

【気づきのヒント】 「私とあなた」(汝と我)とダイアログ、サビカス(Savickas.M)の社会構成主義、ナラティブ・アプローチ

3・13 | 日  
9:30-12:30

### 支配的物語(ドミナント・ストーリー)からの脱出 5

私たちは時に社会通念で自らを縛り、そこから動けなくなる時があります。その存在を知り、物事の見方を変えることで、自分の感情、行動の変化に気づき、新たな物語りを紡ぐスキルを獲得します。

【気づきのヒント】 ディスコース(社会通念)からの解放、内在化と外在化、認知の変容

2・20 | 日  
9:30-12:30

### 生きるとは自分の人生物語り(ナラティブ)を著すこと 3

自分の物語は何に縛られ、どのように影響を受けてきたのでしょうか。これまでの物語をふりかえるとともに、これからの「人生の物語り」に必要なものは何か語りを通して出会います。

【気づきのヒント】 物語り(ナラティブ)の意味、キャリアストーリー・インタビュー

3・27 | 日  
9:30-12:30

### 未来のナラティブ「新たな物語り」を著す 6

新たな物語り(オルタナティブ・ストーリー)を創造するためには、自らが物語りの著者であり主人公であることを再認識することが大切です。不確実な未来を肯定的に捉え、自分の新たな物語りを創っていきます。

【気づきのヒント】 オルタナティブ・ストーリー、物語りのテーマ、底流に流れる通奏低音

## これからの生き方・働き方を見つめなおす

変化の時代、ニューノーマルの中にあって、自身への問いかけ、講師・参加者との対話や多様な演習を通してこれまでの価値観、ライフスタイルのあり方を再考し、これからの自分らしい生き方・働き方を構築していきます。

## 心理学を活かす

ありのままの自分を理解し気づきを深めるとともに他者を理解することを大切に心理学の考え方、知識をベースとして、生き方、働き方、毎日の生活に活かしていきます。

## 講師プロフィール


### 宮城まり子 (みやぎまりこ)

慶應義塾大学文学部心理学科卒業、早稲田大学大学院文学研究科心理学専攻修士課程修了、臨床心理士として病院臨床(精神科・心療内科・小児科)、教育研究所研究員などを経て、産能大学経営情報学部助教授となる。1997年よりカリフォルニア州立大学大学院教育学部カウンセラー教育学科に研究留学、キャリアカウンセリングを中心に研究。立正大学心理学部臨床心理学科教授、法政大学キャリアデザイン学部、大学院キャリアデザイン研究科教授を経て、現在は臨床心理士、キャリア心理学研究所代表。専門は、臨床心理学、生涯発達心理学、産業心理学、キャリア心理学。現在、日本キャリアカウンセリング学会名誉会長をつとめる。企業における社員相談室臨床心理士として臨床活動に携わると同時に、キャリアカウンセラーの養成、スーパービジョン、働く人のメンタルヘルスとキャリアの統合的支援の研究に力を注いでいる。

### ■主な著書

『リーダーの仕事力を高める7つの心理学』(生産性出版)  
『成功をつかむための自己分析』(河出書房新社)  
『キャリアカウンセリング』(駿河台出版社)

## 開催概要

日程	2022年 1/23、2/6、2/20、2/27、3/13、3/27(すべて日曜日)
開催形態	ハイブリッド(丸の内キャンパス・オンライン)
回数	6回
時間	9:30-12:30 (3時間)
定員	24名
会場	丸の内キャンパス、オンライン(Zoom)
参加費	110,000円(税込)
おすすめしたい方	・心理学を通して自己理解を深め、これからの自身のあり方、生き方・働き方を考えたい方 ・心理療法の深いエッセンスを実践的に学び、自己理解・他者理解を深め、人生や仕事に活かしていきたい方
申込み	<a href="http://www.sekigaku-agera.net/">http://www.sekigaku-agera.net/</a> 

## 講座の開催方法およびキャンパスにお越しになる皆様へのお願い

本講座は【ハイブリッド】形態で開催いたします。ただし今後の状況により【オンラインのみ】に開催形態を変更する場合があります。お申し込みにあたっては、下記開催形態およびキャンパスへお越しになる皆様へのお願いをご確認の上、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

### 【ハイブリッド】



丸の内キャンパスで

### どちらも可能

自宅からオンラインで



### ハイブリッド開催形態について

- ・丸の内キャンパス、オンライン(Zoom)いずれでも参加可能です。
- ・参加方法は毎回選択していただけます。ご希望は開催前にお伺いします。
- ・全回オンラインで参加される方は、お申込時の「備考欄」に「オンライン参加」とご記載ください。優先的に受付いたします。

### オンライン参加について

- ・オンライン会議システム Zoom を使って配信します。
- ・パソコン(またはスマートフォン、タブレット)およびインターネット環境があれば、どこからでもご参加いただけます。
- ・Zoom を初めてご利用の方には操作方法をサポートいたします。

### キャンパスにお越しになる皆様へのお願い

- ・事前に体調を確認の上お越しください。発熱、咳などの症状、体調不良、また過去2週間以内に感染が引き続き拡大している国や地域に訪問歴がある場合はご来場をお控えください。
- ・マスクの着用をお願いいたします。
- ・手洗いや備え付けの消毒液のご使用、咳エチケットのご協力をお願いいたします。

### 会場の感染予防措置

- ・講師およびスタッフのマスク着用、手指消毒、体調管理の徹底
- ・教室共用部分の清掃、消毒(机、椅子背もたれ、ドアノブ等)
- ・アルコール消毒液と清浄綿の設置
- ・可能な限り間隔を開けた座席配置
- ・常時空調換気と適宜教室扉の開放換気
- ・喫煙ルームの閉鎖

お問い合わせ 東京都千代田区丸の内2-5-2 三菱ビル10階 株式会社慶應学術事業会  
TEL:03-5220-3111 info@keiomcc.com



今後の状況によっては対応施策が変更となる場合がございます。ご理解とご協力のほど、何卒よろしくお願いいたします。