

宮城まり子さんところの旅 【どんな時にも人生には意味がある】



講師

キャリア心理学研究所 代表
臨床心理士

宮城 まり子 Miyagi Mariko

【フレンドィッド】 回ごとに開催形態が異なります。各回指定の方法でご参加ください。

V.フランクルに学ぶ

「どんな時にも人生には意味がある。成すべきこと、充たすべき意味が与えられている」

ユダヤ人でオーストリアの精神科医V.フランクルは第二次世界大戦中ナチスに捕らえられ、過酷な強制収容所生活のなか常に死と向き合いながらも、希望を捨てずに生きる収容所の人々の姿を世界的名著『夜と霧』に著し、私たちに生きる勇気と希望、エネルギーを与えました。フランクルはどんな時にも人生には意味があることを説き、「私達が人生に何を期待するのか」ではなく、「人生は私たちに何を期待しているのか」を考えることの大切さを伝えています。

二十世紀を代表する思想家でもあるV.フランクルの考え方、提唱したロゴセラピーを通して、改めて「何のために生きるのか」「生きる意味とは何か」を問いかけ、長い人生、生き方、さらに希望・夢、そして死について、共に語り合い探求します。

宮城 まり子

1・25 | 土
14:00-17:00
【ハイブリッド】

V.フランクルってどんな人
～その生涯と思想

1

常に死に直面しながらも強制収容所のなかで強く生き抜いたフランクルの人物像から、その生涯と思想について学びます。

【気づきのヒント】 生と死、苦難のなかでの希望

2・22 | 土
14:00-17:00
【オンライン】

心の発達と変化
～真の豊かさとは何か

4

豊かな社会にあって、若者と心の虚しさ、中年期の心の危機、若いと人生の統合・・・とライフステージと心のありようの変化への課題は絶えることはありません。ライフサイクルと心の発達・変化より、生きるとは何か、真の豊かさとは何かを考えます。

【気づきのヒント】 生涯発達ライフステージ、発達課題と心の危機、自己理解と内省、自分との対話

2・1 | 土
14:00-17:00
【ハイブリッド】

フランクル心理学と人間観
～人生は私たちに期待している

2

フランクルは過酷な生活のなかで「人生は生きる意味があるのだろうか」と問いかけることにより「問いかけられている自分」の存在を発見します。未来にはあなたによって生み出される何かがあることに気づきます。

【気づきのヒント】 生きる希望、生きる意味、内面の豊かさ、使命感

3・1 | 土
14:00-17:00
【ハイブリッド】

ロゴセラピー
～心の虚しさを癒す

5

フランクルは、大きな問題を抱えているわけではないが、どこか虚しい、これからどうしたら良いのか、という「実存的空虚さ」を対象としたロゴセラピーを提唱しました。ロゴセラピーとは何か、どのような意味があるのかについて学びます。

【気づきのヒント】 実存的対話、反省除去、逆説志向、意味による癒し

2・15 | 土
14:00-17:00
【ハイブリッド】

3つの価値
～人生において実現すべき意味

3

人生において実現すべき意味をフランクルは3つの領域、価値に区分しました。この3つの価値を念頭に「人生において実現すべき意味、なすべきこと」を考え、さらに人に必要とされる喜びとは何か深めます。

【気づきのヒント】 意味の発見、価値に気づく、創造価値、体験価値、態度価値

3・22 | 土
14:00-17:00
【丸の内キャンパス】

生きる意味
～それでも人生にイエスと
言う

6

フランクルは「逃れられない事実であっても、その事実どんな態度をとるかにより生きる意味を見出すことができる」と述べています。生きる過程にあって、これから何が待ち受けているのかは誰にもわかりません。「行動する存在」、さらには「愛する存在」として意味ある人生を送ることについて考えます。

【気づきのヒント】 意味の実現、行動する存在、愛する存在、愛と死

これからの生き方・働き方を見つめなおす

長期化する人生、後半の人生を見据え、これからの豊かな生き方、キャリアを形成するために、自身への問いかけ、講師・参加者との対話、意見交換を通して、自分を見つめなおし、深く自身に気づき、生きる意味について考え行動へとつなげます。

フランクルの思想・哲学・心理学より学ぶ

豊かな時代にあって、私たちが抱える言い知れぬ孤独感や虚しさからの解放について、フランクルの考え方、生涯から学び、意味ある人生としていくために日々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	2025年 1/25、2/1、2/15、2/22、3/1、3/22(すべて土曜日)
開催形態	ブレンディッド(各回ごとにハイブリッド、丸の内またはオンラインで開催)
回数	6回
時間	14:00-17:00 (3時間)
定員	25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	・自己理解を深め、これから長い人生のあり方、生き方・働き方についてじっくりと考えたい方 ・今後も自分らしく豊かに生き充実した人生を過ごしたい方
詳細・申込み	

本講座は【ブレンディッド】形態で開催いたします。お申し込みにあたっては下記をご確認ください。

【ハイブリッド】(対面・オンライン)



丸の内キャンパス オンライン

- ・丸の内キャンパスとオンラインの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。
- ・オンラインは Zoom を使って配信します。

【オンライン】(オンライン)



オンライン

- ・オンライン配信のみです。

【丸の内キャンパス】(対面)



丸の内キャンパス

- ・オンライン配信はありません。

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

