

アスリートの心のケア

ー「弱さ」を見つめ「強さ」を考えるハートフルネス・ケアー

11/18(月) 13:00-16:00

関西大学堺キャンパス

SA502 教室

対象 堺市に通勤・通学・居住するスポーツ関係者等

定員 25名程度（応募多数の場合は抽選）

応募締切 11/5 (火) 午前 9:00

スタンフォード大学医学部で教鞭を取り、感謝や自他への思いやり、共感、自分自身の弱さを受容すること、あるがままに物事や自他を受容するといった、いわゆる「ハートフルネス」に基づいた心のケアの世界的権威による講義およびワークショップを開講致します。

アスリートをはじめスポーツ関係者が「ハートフルネス・ケア」について実践的に学ぶことで、強さばかりが求められるスポーツの現場において、一人の人間として、誰もが持ち得る弱さや苦悩と緩やかに向き合い、真の心の強さとは何かを考える契機として頂ければ幸いです。

講師

スタンフォード大学
スティーヴン・マーフィー重松博士

講師プロフィール

スタンフォード大学ライフワークス統合学習プログラムの共同創設者、ハートフルネスラボ創設者。日本で生まれ、米国で育つ。ハーバード大学大学院で臨床心理学博士号を取得した後、同大学や東京大学で教鞭を執る。その後、米国に戻り、スタンフォード大学教育学部客員教授、医学部特任教授を務める。現在は、医学部の精神行動科学科で、教育イノベーションプログラムを開発し、生きる力や人間力を高める革新的な授業を行っている。同大学で学生が優秀な教員をノミネートする優秀教員賞受賞。また、米国内のみならず、ヨーロッパ、日本を含むアジアのさまざまな組織で、ハートフルネスの原理と価値観にもとづくプログラムを提供しており、EI（感情的知性）でグローバルスキルを高める国際的な専門家として、教育、医療分野を中心に活躍している。「vulnerability（弱さ）を受容すること」の必要性をも説いたスタンフォード大学の講義には、定員の10倍を超える学生が殺到しており、受講により立ち直って活躍したアスリートたちもいる。2020年・2021年度関西大学人間健康学部客員教授。

主な著書

『スタンフォード大学 マインドフルネス教室』（講談社、2016）
『スタンフォード大学 いのちと死の授業』（講談社、2024）

関西大学各キャンパス図書館に配架中。
関西大学堺・ミューズキャンパス紀伊国屋書店にて発売中。



講演会参加の
お申し込みは
こちらから



<https://forms.gle/umhgwNhpurohV8bU9>



関西大学
KANSAI UNIVERSITY

<問い合わせ先>

堺キャンパス事務局 地域連携担当

〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町 1-11-1

TEL 072-229-5024

※ご記入いただいた個人情報は、関西大学個人情報保護規程に則り適切に管理いたします。本イベントの参加登録および次年度の開催案内にのみ利用し、これ以外には使用いたしません。