

# スタンフォード・ハーバード大学の マインドフルコンパッション教室

## @ 京都大学

日時：2018年7月14日（土曜）13:00～16:00

会場：京都大学 医学部 G棟 2階 セミナー室A

主催：京都大学ヘルシーキャンパス

参加費  
無料

マインドフルネスが初めての方、歓迎

当日の内容（日本語）：

- ・マインドフルネスの講義と体験
- ・セルフ・コンパッション(自分への思いやり・慈しみ)の講義と体験

お申し込み：

京都大学ヘルシーキャンパス ホームページから

<http://www.hoken.kyoto-u.ac.jp/healthy-campus/2018-07-14mindful-compassion>

参加人数の把握のためできるだけ事前にお申し込みください。当日参加も可能です。



スタンフォード大学  
マインドフルネス教室



講師：

スティーブン・マーフィー・重松

スタンフォード大学 心理学者 臨床心理学博士（ハーバード大学） 東京大学留学生センター・同大学大学院教育学研究科准教授、スタンフォード大学医学部特任教授、教育学部客員教授を歴任。

『When Half is Whole』 (Stanford University Press 2012)、 『スタンフォード大学 マインドフルネス教室』 (講談社 2016)、 『From Mindfulness to Heartfulness: Transforming Self and Society with

Compassion』 (Berrett-Koehler 2018) など著書多数。

岸本 早苗

マインドフルネスストレス低減法 Qualified Teacher マインドフルセルフ・コンパッション Trained Teacher マインドフルネス&心理療法認定プログラム修了（ハーバード大学 精神科教室臨床心理学者によるプログラム）。臨床心理士、公衆衛生学修士（ハーバード大学）、京都大学大学院医学研究科 健康増進・行動学教室にて遠隔マインドフルネス&コンパッションの臨床研究を行っている。