



学生会のご案内

【東京学生会からのご案内】

◆第2回「情報交換会」の開催◆

東京サテライト(四谷)で、5/23～24に「公的扶助論」スクーリングが開催されます。このスクーリングの初日終了後に、下記のとおり情報交換会を開催したいと思います。参加希望者は、スクーリング当日に募集しますが、スクーリング受講をされない方で情報交換会に参加される方は、下記の日時・会場まで直接お越しください。なお「事前予約は不要」です。

今回の情報交換会のテーマは『仙台スクーリング どこに泊まるの？ どうやって行くの？』です。参加希望の方は、『学習の手引き』『レポート課題集』『情報ブック』など関係資料をご持参ください。

日 時 5/23(土)17:30～19:30

会 場 喫茶室ルノアール四谷店 マイ・スペース3階B会議室

①交 通 JR四谷駅四谷口より徒歩2分、「新みち通り」入口すぐ左。

②その他 「東北福祉大学東京学生会」で予約を入れてあります。

会 費 飲食費・会場費を含めた実費。

※目安としてコーヒー代・会場費を含めて1千円程度を予定。

その他 上記のテーマ以外でも質問可能です。お気軽にご参加ください。

◆今後の活動予定◆

第3回 8/8(土) 情報交換会

「福祉経営論VTR」(8/8～9の初日) 教員：高橋誠一先生

第4回 9/12(土) 懇親会

「社会福祉援助技術論A・B」(9/12～14の初日) 教員：川口正義先生

※『With』106号でご案内の6/6(土)「福祉心理学VTR」スクーリング時の情報交換会は、都合により中止します。

◆ご理解とご協力◆

当学生会はボランティアの団体です。可能な限り予定どおり開催するよう努力していますが、諸般の事情で予告なく変更・中止することがあります。あらかじめご理解とご了承をお願いします。また、サポーター募集中です。ご連絡お待ちしております。

◆連絡先◆ 幹事 五十嵐 Eメール hyund-hirokazu@ezweb.ne.jp

投稿

卒業研究のご報告

通信教育部福祉心理学科卒業（2015年3月） M. I

この度、多くの方々のご協力をいただきまして、卒業論文を提出することが叶いました。直接ご指導いただいたのは渡部純夫先生で、研究スタイルは質問紙によるアンケート調査とその分析、先行研究との比較という基本的な型を学ばせていただきました。先行研究の調査、質問紙の作成とアンケートの実施、データの分析に論文の執筆と、どれをとっても初めてのことばかりで困難でしたが、渡部先生の要所要所の具体的かつ的確なアドバイスによってなんとか提出に漕ぎ着けた次第です。

今回私がテーマにした「防衛的悲観主義者（Defensive Pessimist：DP）」とは、一言で言えば“悲観的思考を適応的に用いる人”についての研究です。普通、「悲観的思考」と言えばポジティブ思考の対極に位置し、抑うつに繋がるネガティブな認知として扱われるのが一般的ですが、悲観的思考を使用することがパフォーマンスを高めていると考えられる人々の存在がDPの研究から明らかになっています。また、一般に楽観的思考は精神状態を落ち着かせパフォーマンスを高めますが、DPの悲観的思考を妨げ楽観的思考を促した場合にはパフォーマンスが下がることも明らかになっています。

今回の研究では悲観的思考（防衛的悲観性）と精神的健康の関係を調べました。すると、悲観的思考には確かに精神的健康を大きく損ねる要素があったのですが、一方で精神的健康を高める要素も存在し、その結果DPの精神的健康は比較的高い状態に保たれていることが明らかになりました。ポイントとなったのは自己肯定感や自己受容という、いわゆる自己に対する肯定的な感情です（本論文では自己感と名付けています）。悲観的思考の得点が高く自己感も高い群には悲観的思考と精神的健康との間に正の相関が見られ、好ましい関係を持っていることが分かりました。これは、悲観的思考をあまり用いない群や、悲観的思考をよく用いるが自己感の低い群には見られない特徴でした。その他、男女によって相関の違いが見られること、悲観的思考の得点は年齢層ごとに特徴が異なることなども今回の研究で明らかになりました。

『たとえ悲観的であってもそれ自体が不適応に直結するのではなく、そうした自己の認知スタイルを前向きに肯定的に受け入れていくことで精神的健康を高めることが可能かもしれない』、このような仮説を、長い時間をかけ、自己に深く関わる体験を伴って検証できたことは、本研究に取り組んだことの大きな意義となったと実感しています。

本論文の完成には本当に多くの方々のご協力が欠かせませんでした。アンケートに素直にご回答いただきました同じ学生の皆様に、そして卒業研究の受講を許可し全面的なフォローをしていただいた東北福祉大学通信教育部に、心よりの感謝を申し上げます。

通信教育部から

次号の『With』108号に掲載する皆様からのご投稿の原稿締切は5/15で、発行予定日は6/5です。ご投稿をお待ち申し上げます。

編集後記

4月入学生の募集が終了し、今年も多くの方をお迎えすることができました。新入生の皆さま、スクーリングや学習ガイダンスでお会いできることを楽しみにしております。(myuu 2)

新キャンパスは仙台駅東口からすぐの場所です。遠方の方もスクーリングに参加してぜひ仙台の街を楽しんでください。(グリーン)

新しい年度になり、私にも少なからず出会いと別れが訪れましたが、どちらも大事にしていきたいと思えます。卒業生・新入生の皆様、これからも宜しく願っています。(肉そば太郎)

5月はゴールデンウィークにスクーリングが多く開講されます。申込みをされた方は、講義に参加がてらぜひ仙台を楽しんでいってください。(PIYO)

新キャンパスに移って1カ月になろうとしています。20年間ずっと車通勤でしたが今はJRを利用しています。最初の頃は近くの乗客が咳やくしゃみをすると鼻呼吸や息を止めたりしていましたが、今では大口を開けて寝られるようになりました。適度に歩くためか日々健康になっている気がします。(Y.O)

都会人になって1カ月。お山が恋しい時もありますが、楽しみを探しながら通勤しています。お山の桜を満喫できなかったのが心残りです。(プー吉)

日常業務と後片付けに追われ、直帰の毎日です。いつか仕事帰りに楽天の応援行きたいな～(^-^)(haru)

「泣くから悲しい、笑えば楽しい」のジェームズ・ランゲ説は実証されるかな。(Pon)

早くもGW。今年こそ旅行に行きたいものです。(スター☆)

新ストッパーの出来は…。(H)

久しぶりに好きなアーティストのコンサートに行ってきました！心が洗われました(^ω^)(M)

「ミモザ」は春の訪れを告げる、鮮やかな黄色の小さな花です。暖かければ生育する野に咲く花ですが、イタリアのローマでは1946年に女性の権利を主張する象徴として選ばれました。今日では政治的な抗議の色はほとんどなく、女性へ愛を伝えたり、敬意を表したりする際に贈られるそうです。

(のーさん)

お花見する間もなく桜の季節が過ぎましたが、続いてケヤキの葉が芽吹いてきました。そんなケヤキ並木の下を歩いてみてもいいかもです。(とら)

今年こそは、体を絞りたいと思いつつ徒歩通勤に励んでいます。(金太郎)

4月から通信教育部に配属されました。少しでも皆さんの学習が円滑にすすむよう頑張りますので宜しくお願いします。東口キャンパスの周りは飲食店が多くあります。皆さんも仙台でスクーリングの際には美味しいお店を探してみてくださいね♪(弁当男子)

4月1日付で国見キャンパスから異動してきました。一生懸命がんばります！宜しくお願い致します。(るんば)

仙台駅東口キャンパス誕生とともに、お世話になることになりました。少しでも早く皆様に追いつけるよう頑張りますので、よろしくお祈りします。(A)

スクーリング受講の際は、東から射す西日にお気をつけください。

(いぬわし)

●投稿募集中！

『With』では、学生の皆様からの投稿を募集しております。

①レポートを書いている、スクーリングや試験を受けてみての感想、②読んでもおもしろかった本、③福祉や心理のしごとに関連する職場の話題、④学生会の呼びかけや実施後の感想や記録などのテーマで、ご自分の考えをまとめてみませんか。

郵送・FAX・電子メール (uc@tfu-mail.tfu.ac.jp) で通信教育部まで、どうぞ。皆様の投稿をお待ちしております。

●本冊子の申込みハガキ等を通じて得られた個人情報の利用目的について

本学が入手いたしました学生や保証人の皆様の個人情報は、科目修了試験やスクーリングの受付から結果送付までの諸手続きをはじめ、学籍・成績管理、大学からの諸連絡、学習支援・相談、進路支援・相談、学費請求、学外実習実施、学割・証明書発行、学校行事参加時の緊急連絡など学生の教育と安全管理のために必要な範囲でのみ利用いたします。受講料をはじめとする学費の請求、オンデマンド・スクーリング、学生本人による成績の閲覧システムの実施、ならびに教材の発送にあたっては、一部の業務の外部委託を行っていますが、個人情報の管理については適正な監督を実施いたしております。

With 107 5月号

2015年5月1日 発行

発行 東北福祉大学通信教育部
〒983-8511 (本館) 仙台市宮城野区榴岡2-5-26
電話 022-233-2211
<http://www.tfu.ac.jp/tushin/>
印刷・製本 今野印刷株式会社

●社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室からのご案内●

①『新緑ウォーク』のご案内

新緑の美しい季節です。秋保の自然の中を気持ちよく歩いてみませんか。カラダを動かした後はお昼を食べたり、温泉に入ったりしてゆっくりしましょう。

- 内 容：3つのコースからご自身の体力に応じて選択していただけます。
ノルディックウォーキングでのご参加も大歓迎です。(ノルディックウォーキング初心者向けの講習も行います。)

- 開催日：6月7日(日)

〈スケジュール〉 9：30 開会式・準備運動等
10：00 コース歩行開始
(3.5km, 6km, 8km)
12：30 昼食
13：30 フリータイム・入浴
15：00 解散



- 参加費：4,700円(税込) ※昼食, 入湯税・傷害保険料・(送迎費)含む
NWポールレンタル有り 別途 310円(税込)

- 締切日：5月28日(休)

- 会 場：秋保温泉 ホテルクレセント

②『臨床美術“無料”体験ワークショップ』のご案内

臨床美術に興味のある方は、どなたでもご参加いただけます。お気軽にご参加ください。

- 内 容 ①臨床美術とは？
②アートプログラム体験 ※抽象作品を制作します
③臨床美術士養成講座概要



5月	16日(土)	①10：00～12：00	②13：30～15：30
	30日(土)	①10：00～12：00	②13：30～15：30
6月	13日(土)	①10：00～12：00	②13：30～15：30
	27日(土)	①10：00～12：00	②13：30～15：30
7月	4日(土)	①10：00～12：00	

* 定員 8名 /回

※各回とも体験内容は同じです。ご都合に合わせてご参加ください。

《申込み・問合せ先》

①② 仙台元気塾事務局 TEL：022-208-7792 FAX：022-208-7791