



楽観主義のチカラ

希望を見いだす心理学

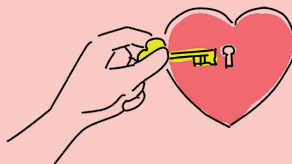
誰もが心に秘める“前向きな力”を引き出すために
教育心理学が専門の著者が、「力強い楽観主義」という視座からつづる、
日々をたくましく、しなやかに生きるためのアドバイス集。

“心の健康”にかかわる問題を、精神科医や公認心理士らと語り合う
座談会も収録し、今の時代を生き抜く上で有用な心理学や哲学の知見を集めました。

【目次】

第Ⅰ部 楽観主義の力を引き出す

- 第1章 自分を受け入れる楽観主義の力
- 第2章 人生を彩る楽観主義の力
- 第3章 自分に秘められた楽観主義の力
- 第4章 人生を切り拓く楽観主義の力



第Ⅱ部 紙上座談会 「現代の心の問題と、どう向き合うか」

〈参加者：鉤治雄／五味渕高志（精神科医）／
松元大地（公認心理師・臨床心理士）／
高橋早苗（公認心理師・臨床心理士・教育学博士）／
李和貞（公認心理師・東日本国際大学教授）〉

- 第1章 「心の問題」の今
- 第2章 “ふさぎ込む心”と、どう向き合うか
- 第3章 “現実と向き合う力” “困難を切り拓く力”を育む



鉤 治雄（まがり・はるお）

心理学者、創価大学名誉教授。
1951年生まれ。大阪教育大学教育学部卒業。同大学院教育学研究科修士課程修了。子どもと学校、子どもと家庭の問題を中心テーマに、教育心理学の立場から、調査研究を行う。単著に『楽観主義は自分を変える』（第三文明社）『教育環境としての教師』（北大路書房）など、共著・共編著に『子どもの育成と社会』（八千代出版）『はじめて学ぶ教育心理学』（ミネルヴァ書房）などがある。

● 下記に必要な事項をご記入いただき、お近くの書店にお申し込みください。 ※インターネットからもお求めになれます。

楽観主義のチカラ 希望を見いだす心理学

ISBN: 978-4-476-03444-8 体裁: 四六版・並製、272ページ 2026年3月26日 発売予定 定価: 1,650円（本体 1,500円＋税10%）

冊

フリガナ

お名前

電話番号

〒
ご住所

株式会社 第三文明社

〒160-0022 東京都新宿区新宿 1-23-5 <https://www.daisanbunmei.co.jp>
TEL.03-5269-7145 FAX.03-5269-7146

書店印

※タイトル・価格・発売日等は予告無く変更になる場合があります。