

# 新入生歓迎展示

3つのテーマで展示しています

コミュニケーション



メンタルケア



学び方と入門書

# メンタルケア

春はいろいろな疲れるよね…



「分かりやすい表現」の技術：意図を正しく伝えるための16のルール / 藤沢晃治著

SNSの哲学：リアルとオンラインのあいだ / 戸谷洋志著

自分疲れ：ココロとカラダのあいだ / 頭木弘樹著

ココロの友だちにきいてみる / 細川貂々著

自分にやさしくする生き方 / 伊藤絵美 [著]

「消えたい」「もう終わりにしたい」あなたへ / 水島広子著；細川貂々イラスト

嫌な気持ちになったら、どうする？：ネガティブとの向き合い方 / 中村英代著

悩み・不安・怒りを小さくするレッスン：「認知行動療法」入門 / 中島美鈴著

我慢して生きるほど人生は長くない / 鈴木裕介著

カウンセラーの選びかた / ネヴィル・シムントン [著]；筒井亮太訳

「自分の感情」の整えかた・切り替えかた：モヤモヤがスッキリ!!に変わる85のセルフケア / 高井祐子著

ラクに生きるための「心の地図」：セルフケアのメソッド100 / 高井祐子著

わからない世界と向き合うために / 中屋敷均著

「能力」の生きづらさをほぐす / 勅使川原真衣著

Think civility：「礼儀正しさ」こそ最強の生存戦略である / クリスティーン・ポラス著；夏目大訳

ケアしケアされ、生きていく / 竹端寛著

やすらぎスイッチ：もやもやイライラコリコリうつっぽさ対人関係のストレスがすーっとやわらぐ! / 崎田ミナ著

パニぬけ：ザワザワする心、不安・パニックを手放す方法 / まーる著

カラダが変わるたのしいおうちヨガプログラム / サントーシマ香著

頭を「からっぽ」にするレッスン：10分間瞑想でマインドフルに生きる / アンディ・プディコム著；満園真木訳

# コミュニケーション

アサーティブ・コミュニケーション / 戸田久実著.

ついつい抱え込んでしまう人がもう無理!と思ったら読む本 / 根本裕幸著.

思いついて、どうしたら「自分の考え」になるの? : 直感を論理的な意見にする授業 / 深沢真太郎著

イラスト図解5日間で言葉が「思いつかない」「まとまらない」「伝わらない」がなくなる / ひきたよしあき

敵を作らない人の思考法 : 能力よりも才能よりも大事なスキル / リョウ [著]

ぼっちのままで居場所を見つける : 孤独許容社会へ / 河野真太郎著

なぜ人に会うのはつらいのか : メンタルをすり減らさない38のヒント / 斎藤環, 佐藤優著

人間関係を半分降りる : 気楽なつながりの作り方 / 鶴見済著

沈黙がコワイ人のための聞き上手のコツ : 初対面でも、相手がどんどん話し出す! / 本郷陽二著

「要するに」って言わないで : 本当の自分の思いに気づくとラクになる / 尹雄大著

よけいなひと言を好かれるセリフに変える言いかえ図鑑 / 大野萌子著

「断れなくて損している」を簡単になくせる本 / 大嶋信頼著

大人のための会話 (コミュニケーション) の全技術 / 齋藤孝著

知らない人に出会う / キオ・スターク著 ; 向井和美訳

相手も自分も大切にするコミュニケーション+社会学 / 吉井奈々著

孤独と居場所の社会学 : なんでもない”わたし”で生きるには / 阿比留久美著

ハマれないまま、生きてます : こどもとおとなのあいだ / 栗田隆子著

わたしはわたし。あなたじゃない。 : 10代の心を守る境界線「バウンダリー」の引き方 / 鴻巣麻里香著

群れから逸れて生きるための自学自習法 / 向坂くじら, 柳原浩紀 [著]

悪口ってなんだろう / 和泉悠著

実は、内向的な人間です / ナム・インスク著 ; カン・バンファ訳

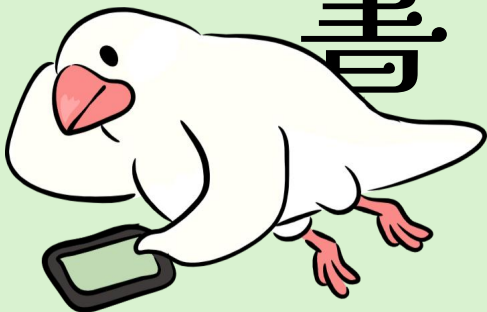
話が通じない相手と話をする / ピーター・ボゴジアン, ジェームズ・リンゼイ著 ; 藤井翔太監訳 ; 遠藤進平訳

知らない人に話しかけるの  
勇気いるよね



# 学び方と入門書

どうやって勉強したらいいのかな：



使える!予習と復習の勉強法：自主学習の心理学 / 篠ヶ谷圭太著

学ぶということ / 内田樹 [ほか] 著；桐光学園, ちくまプリマー新書編集部編

18歳からの歴史学入門 / 福岡大学人文学部歴史学科編

日本近・現代史研究入門 / 松沢裕作, 高嶋修一編

大学で心理学を学ぶ人のために：入学前から就職、大学院進学までの道標 / 内田利広 [編著]

大学1年生の歩き方：先輩たちが教える転ばぬ先の12のステップ / トミヤマユキコ, 清田隆之著

法学を学ぶのはなぜ?：気づいたら法学部、にならないための法学入門 / 森田果著

池上彰の経済学入門 / 池上彰著

値段がわかれば社会がわかる：はじめての経済学 / 徳田賢二著

ゼロからはじめる経済入門：経済学への招待 / 横浜国立大学経済学部テキスト・プロジェクトチーム編

勉強ができる子は何が違うのか / 榎本博明著

問う方法・考える方法：「探究型の学習」のために / 河野哲也著

大学でどう学ぶか / 濱中淳子著

よくわかる大学生のための研究スキル / ノートルダム清心女子大学人間生活学科編

大学に入ったら読む講義+レポートの基本 / 小澤正邦編著

大学生の時間管理ワークブック / 中島美鈴, 若杉美樹, 渡辺慶一郎著

先生は教えてくれない大学のトリセツ / 田中研之輔著