

授業科目	認知行動療法基礎演習				単位	1		
履 修	選択	関連資格	保育士		ナンバリング	WE21403J		
開講年次	2	開講時期	後期	該当DP	DP1-2 DP2-1 DP3-1			
担当教員	水貝 洵子							
授業概要	<p>対人援助場面において、対象児者の心理状態を理解し心理的支援を行うことは、心理専門職に限らずに求められることである。本講義では、心理支援の基礎となる対象児者を理解する臨床心理学的視点や心理支援の援助技法についての知識と技能を学ぶことを目的としている。</p> <p>本講義で扱う臨床心理学的援助技法は、認知行動療法と解決志向アプローチである。認知行動療法および解決志向アプローチの基本的な考え方や技法は、カウンセリング場面のみならず対人援助の場面全般で有用である。</p> <p>それぞれの援助技法について、基本的な歴史や考え方を解説した後、ワークや支援事例の検討などを通し、各援助技法の意義や適用、支援過程について学びを深めていく。</p>							
学生が達成すべき行動目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認知行動療法の歴史、意義、適用を説明できる。 2. 認知行動療法の基本的な考え方、技法、支援過程を説明できる。 3. 解決志向アプローチの歴史、意義、適用を説明できる。 4. 解決志向アプローチの基本的な考え方、技法、支援過程を説明できる。 							
達成度評価								
評価と評価割合／ 評価方法	試験	小テスト	レポート	発表(口頭、プレゼンテーション)	レポート外の提出物	その他	合計	備考
総合評価割合	70	0	0	0	30	0	100	
知識・理解 (DP1-1)								
知識・理解 (DP1-2)	30						30	
知識・理解 (DP1-3)								
知識・理解 (DP1-4)								
思考・判断 (DP2-1)	40						40	
思考・判断 (DP2-2)								
関心・意欲 (DP3-1)					30		30	
関心・意欲 (DP3-2)								
態度(DP4-1)								
態度(DP4-2)								
態度 (DP4-3)								
技能・表現 (DP5-1)								
技能・表現 (DP5-2)								
技能・表現 (DP5-3)								
具体的な達成の目安								
理想的レベル				標準的なレベル				
各心理療法についての基本的な考え方や支援過程について適切に説明することができる。 各心理療法の考え方や支援の在り方を学ぶことを通し、その人らしい在り方や生き方を尊重した支援を考えようとする姿勢や態度を持てるようになる。 今後の臨床実践においてどのように活かすことができるか、今までの経験も踏まえつつ、考えだすことができる。				各心理療法についての基本的な考え方や支援過程について説明することができる。 各心理療法の考え方や支援の在り方を学ぶことを通し、その人らしい在り方や生き方を尊重した支援を考えようとする姿勢や態度を持てるようになる。				
授業計画								

進行	テーマ・講義内容	授業の運営方法	学習課題(予習・復習)	予習・復習時間(分)
1	テーマ: 認知行動療法の歴史と基本的な考え方 認知行動療法の成立や発展について解説を行う。 また、ひとの行動やこころの在り方を認知行動療法ではどのように捉え理解するのか、基本的な考え方について解説を行う。	講義	該当箇所の復習	30
2	テーマ: 認知行動療法によるアセスメント 認知行動療法のアセスメントシートを用い、自分自身の習慣化している行動、あるいは架空の事例の行動について認知行動モデルの視点から捉えなおすワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
3	テーマ: 認知行動療法の技法1 認知行動療法における、ひとの認知変容を促す技法について架空事例等を用いながら紹介する。また、実際に技法を使うワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
4	テーマ: 認知行動療法の技法2 認知行動療法における、ひとの行動変容を促す技法について架空事例等を用いながら紹介する。実際に技法を使うワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
5	テーマ: 認知行動療法の技法3 認知行動療法における、リラクゼーション技法について紹介し、ワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
6	テーマ: 認知行動療法の適用 1 認知行動療法の事例を紹介する。事例検討を通じ、実施時の留意点やメリットについて考察する。	講義 ディスカッション	該当箇所の復習	60
7	テーマ: 認知行動療法の適用 2 認知行動療法の考え方に基づいたグループアプローチを紹介する。事例検討を通じ、グループで実施する際の留意点やメリットについて考察する。	講義 ディスカッション	該当箇所の復習	60
8	テーマ: 認知行動療法の適用 3 認知行動療法の考え方に基づいた子ども支援の事例を紹介する。事例検討を通じ、子どもを対象にした際の留意点やメリットについて考察する。	講義 ディスカッション	該当箇所の復習	60
9	テーマ: マインドフルネス 1 マインドフルネスの基本的な考え方や方法論について解説を行う。マインドフルネスのワークも実施する。	講義 実習	該当箇所の復習	60
10	テーマ: マインドフルネス 2 マインドフルネスを実施した事例を紹介する。また、マインドフルネスのワークも実施する。	講義 実習	該当箇所の復習	60
11	テーマ: マインドフルネス3 マインドフルネスに基づいたグループアプローチを紹介する。また、マインドフルネスのワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
12	テーマ: 多様な領域、対象者への認知行動療法の適用 多様な領域や対象者へ認知行動療法の考え方に基づき支援した事例を紹介する。これまで学習した内容を応用し支援に活かす方法について学習する。	講義 ディスカッション	該当箇所の復習	60
13	テーマ: 解決志向アプローチ1 解決志向アプローチの基本的な考え方について解説する。また、ワークを行う。	講義 実習	該当箇所の復習	60
14	テーマ: 解決志向アプローチ 2 解決志向アプローチの事例を紹介、解説を行う。	講義 ディスカッション	該当箇所の復習	60

15	テーマ:各心理療法の比較とまとめ 認知行動療法および解決志向療法の共通点や相違点について解説する。また、心理支援における重要な点について解説する。	講義	該当箇所の復習	60
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
理解に必要な予備知識や技能	心理学の基礎知識を有していることが望ましい。			
テキスト	適宜資料を配布する。			
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	「事例で学ぶ認知行動療法」伊藤絵美(著) 誠信書房 「子どもと家族の認知行動療法 うつ病」C.ヴァーダイン・J.ロジャーズ・A.ウッド(著) 下山晴彦(監訳) 中田美綾(訳) 誠信書房 「マインドフルネス・ストレス低減法 ワークブック」ボブ・スタール エリシャ・ゴールドステイン(著) 家接哲次(訳) 金剛出版 「解決志向ブリーフセラピー」森俊夫・黒沢幸子(著) ほんの森出版 「解決志向アプローチ再入門 臨床現場での効果的な習得法と活用法」テリー・ピンショー イボンヌ・M・ドラン(著)三島徳雄(訳)金剛出版			
授業以外の学習方法・受講生へのメッセージ	ワークやディスカッションでは積極的な参加が求められる。			

達成度評価に関するコメント/課題に対するフィードバックの方法	試験およびレポート外の提出物の詳細は、授業の中で指示を行う。 なお、レポート以外の提出物は、授業毎の質問感想シートや授業中に実施するワークシートのことである。 質問感想シートやワークシートを通じて出された授業内容に関する質問やコメントについては、適宜授業内で紹介し回答を示す。
--------------------------------	--