

授業科目	認知行動療法基礎演習					実務家教員担当科目	-				
単位	1	履修	選択	開講年次	2	開講時期	後期				
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、認知行動療法である。認知行動療法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>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>										
授業形態	演習				授業方法	グループワーク ディスカッション					
学生が達成すべき行動目標											
標準的レベル	<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。 										
理想的レベル	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認知行動療法の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。 2. 認知行動療法の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。 3. 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。 										
評価方法・評価割合											
評価方法	評価割合（数値）					備考					
試験	70%										
小テスト											
レポート	20%					授業にて提出を求める質問感想シートやワークシートを指す					
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	10%										
カリキュラムマップ（該当 DP）・ナンバリング											
DP1	○	DP2	○	DP3	○	DP4	-	DP5	-	ナンバリング	WE21403J
学習課題（予習・復習）										1回の学習目安（時間）	
該当箇所の復習										1	
授業計画											
第1回	<p>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。</p> <p>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。</p>										

第2回	<p>テーマ：認知行動療法によるアセスメント</p> <p>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。</p>
第3回	<p>テーマ：認知行動療法の技法1</p> <p>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。</p>
第4回	<p>テーマ：認知行動療法の技法2</p> <p>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。</p>
第5回	<p>テーマ：認知行動療法の技法3</p> <p>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。</p>
第6回	<p>テーマ：認知行動療法の適用 1</p> <p>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。</p>
第7回	<p>テーマ：認知行動療法の適用 2</p> <p>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。</p>
第8回	<p>テーマ：認知行動療法の適用 3</p> <p>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。</p>
第9回	<p>テーマ：マインドフルネス 1</p> <p>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。</p>
第10回	<p>テーマ：マインドフルネス 2</p> <p>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。</p>
第11回	<p>テーマ：マインドフルネス3</p> <p>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。</p>
第12回	<p>テーマ：多様な領域、対象者への認知行動療法の適用1</p> <p>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。</p>
第13回	<p>テーマ：多様な領域、対象者への認知行動療法の適用2</p> <p>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。</p>
第14回	<p>テーマ：多様な領域、対象者への認知行動療法の適用3</p> <p>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。</p>
第15回	<p>テーマ：認知行動療法の特徴およびまとめ</p> <p>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。</p>

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STEIN（著） 家接哲次（訳） 金剛出版
課題に対するフィードバックの方法	レポートを通じて出された授業内容に関する感想や質問は、適宜授業内で紹介をして回答を示す。
学生へのメッセージ・コメント	心理学の基礎知識を有していることが望ましい。 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。

