

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	対人援助場面において、対象児者の心理状態を理解することは、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。 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。 基本的な歴史や考え方を解説した後、演習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。										
授業形態	対面授業				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	1. 認知行動療法の歴史、概要、適用について説明できる。 2. 認知行動療法におけるアセスメント、介入技法、支援過程について説明できる。 3. マインドフルネスを含めた認知行動療法が、領域や対象者の年齢、特性に合わせて応用されている現状について説明できる。 4. 認知行動療法の考え方や支援方法を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考えだすことができる。										
理想的 レベル	標準的なレベルに加えて、認知行動療法の考え方や支援方法を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考えることができる。										
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								
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				授業への参加姿勢				
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回の目安時間（時間）	
該当箇所の復習										1	
授業計画											
第1回	テーマ：認知行動療法の歴史と基本的な考え方 臨床心理学の歴史について紹介した後、行動療法および認知療法の概要、認知行動療法が成立した経緯やその発展について解説する。										

	また、小レポートの中で、受講生の関心のある対象者や領域に関して問う。
第2回	テーマ：行動変容を促す援助技法1 行動療法を取り上げ、人の行動を機能的に捉える方法やその重要性について解説する。適宜、個人ワークを実施し、行動療法の視点から自身の行動を捉えなおし、行動変容のための支援計画を検討する。
第3回	テーマ：行動変容を促す援助技法2 行動療法を用いた個人ワークおよび事例提示から、支援場面における行動療法を用いて行動変容を促す際の留意点等について検討する。適宜、個人ワークやディスカッションを行う。
第4回	テーマ：認知療法 認知がその人の気分、感情や行動といった個人の反応へ及ぼす影響について解説する。適宜、個人ワークを行う。
第5回	テーマ：認知行動療法の基礎1 認知行動療法のアセスメントにおいて用いられる認知行動モデルについて解説する。事例の提示や個人ワークを行いながら、人や自分自身の体験について、認知行動モデルの視点から捉えることの留意点やその意義について検討する。
第6回	テーマ：認知行動療法の基礎2 認知行動療法における介入技法について、認知へのアプローチおよび行動へのアプローチに分けて、それぞれ事例の提示を行いながら解説する。適宜、技法に関する個人ワークやグループワークを行う。
第7回	テーマ：認知行動療法の基礎3 認知行動療法による支援事例を紹介し、インテークから終結までの支援の流れや、対象者への技法の説明や提案の仕方などの支援の実際について学習する。
第8回	テーマ：認知行動療法の応用1 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。事例を提示し、グループ形式で実施することの際のメリットや留意点について考察する。
第9回	テーマ：認知行動療法の応用2 認知行動療法の考え方に基づいた子どもを対象とした関わりについて紹介する。子ども向けに描かれた絵本やワークシートを用いて、子どもを対象にした際の工夫や留意点について検討する。
第10回	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について解説を行う。適宜、個人ワークやグループワークを行う。
第11回	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提示し、マインドフルネスの用いた支援の実際について学習する。
第12回	テーマ：マインドフルネス 3 マインドフルネスの考え方に基づいた子どもを対象とした関わりについて紹介する。個人ワークやグループワークを行う。
第13回	テーマ：多様な領域、対象者への認知行動療法の適用 1 精神科領域以外の教育や福祉、司法などの領域にける認知行動療法に基づいた支援事例を提示し、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検討する。
第14回	テーマ：多様な領域、対象者への認知行動療法の適用 2

	精神科領域以外の教育や福祉、司法などの領域にける認知行動療法に基づいた支援事例を提示し、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検討する。
第 15 回	テーマ：認知行動療法の特征およびまとめ 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。
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	心理学と心理支援Ⅰ・Ⅱを履修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。