

## 2021 年度 授業計画(シラバス)

学 科	医療心理科		科 目 区 分	専門分野	授業の方法	講義
科 目 名	心理総論IX		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	2年		学期及び曜時限	後期	教室名	5校舎 6階
担 当 教 員	飯塚 稔	実務経験と その関連資格				
《授業科目における学習内容》						
産業領域におけるメンタルヘルスについて基本的な学習を行い、メンタルヘルスマネジメント検定Ⅲ種に合格できる水準まで理解を深める。						
《成績評価の方法と基準》						
定期試験の点数70% 出席点20% 提出物・受講態度点10%						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
使用教材 メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅲ種 公式テキスト(大阪商工会議所)						
《授業外における学習方法》						
配布資料の見直し、模擬問題の調べ学習と復習を必ずすること。						
《履修に当たっての留意点》						
心理・精神の両方の分野で非常に重要な学習です。しっかりと聞いて、確実に復習をこころがけてください。						
授業の 方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第1回	講義形式	授業を通じての到達目標	労働者のストレスの現状について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。	
		各コマにおける授業予定	労働者のストレスの現状、メンタルヘルスケアの意義と重要性、メンタルヘルス指針とセルフケア 等			
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	メンタルヘルスケアの方針と計画について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。	
		各コマにおける授業予定	メンタルヘルスケアに関する事業者方針の意義、心の健康づくり計画 等			
第3回	講義形式	授業を通じての到達目標	ストレスの基本知識について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。	
		各コマにおける授業予定	ストレス、健康障害のメカニズム、産業ストレス 等			
第4回	講義形式	授業を通じての到達目標	メンタルヘルスの基礎知識について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。	
		各コマにおける授業予定	メンタルヘルス不調 等			
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	心の健康問題の正しい態度について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。	
		各コマにおける授業予定	自分とは関係ないという誤解、残業を頑張るのは美德という誤解 等			

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義形式	授業を通じての到達目標	過重労働の健康への影響について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	過重労働の背景と労働者の健康状態、過重労働の健康影響メカニズム 等		
第7回	講義形式	授業を通じての到達目標	自己保健義務について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	自己保健義務を果たす具体的な行動、事業者による安全配慮義務と労働者による自己保健義務 等		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	早期対処の重要性について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	自己管理としての早期対処、事業場内システムによる早期対処 等		
第9回	演習形式	授業を通じての到達目標	注意すべきリスク要因について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	注意すべきリスクとは、どんなリスクがあるのか、ストレスの個人差 等		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	仕事以外でのストレスについて説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	個人生活におけるストレス、さまざまなトラブル 等		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	いつもと違う自分について気づくことを説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	身体・行動・心理の変化、いつもと違う自分に気づく 等		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	ストレスのセルフチェックについて説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	簡易チェックリスト、結果の出し方と注意点、定期チェックの重要性 等		
第13回	講義形式	授業を通じての到達目標	ストレスの対処・軽減の方法について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	ストレスの軽減方法、ストレス緩和要因の充実、ストレス要因の対処法 等		
第14回	講義形式	授業を通じての到達目標	自発的な相談の有用性について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	コミュニケーションスキル、カウンセリングの効果、同僚のケア 等		
第15回	講義形式	授業を通じての到達目標	活用できる資源と専門相談機関について説明できるようになる。	配布資料 公式テキスト	配布資料で該当項目を調べ、専門用語に触れる。
		各コマにおける授業予定	事業場内外の資源、医療機関の種類と選び方、受診を決めるポイント、治療の実際 等		