

2024 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 | 心理特論Ⅳ | | 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 | 3年 | | 学期及び曜時限 | 前期 木曜2限 | 教室名 | 5校舎7階 |
| 担 当 教 員 | 有馬 早苗 | 実務経験と その関連資格 | | | | |
| <p>《授業科目における学習内容》</p> <p>認知行動療法(以下CBT)はうつ病、不安障害、パーソナリティ障害などに適用するEBPに基づいた治療法とされ、生活習慣の改善などにも幅広く活用されています。この授業ではわかりやすいテキストで実際にワークシートに記録していくことで、対象者や援助者自身の考え方や受けとめ方の歪みに気づき、改善していくプロセスを学んでいきます。</p> | | | | | | |
| <p>《成績評価の方法と基準》</p> <p>試験素点70% 出席評価点20% 平常評価点10% *課題の提出もあります。</p> | | | | | | |
| <p>《使用教材(教科書)及び参考図書》</p> <p>(指定教科書) 「認知行動療法を身につける」(金剛出版)</p> | | | | | | |
| <p>《授業外における学習方法》</p> <p>CBTは意識的に課題にとり組むことで効果が期待されます。ホームワークとして自分の日常を継続的に記録して認知、感情、行動の関係を捉えることも授業の一環として実施します。</p> | | | | | | |
| <p>《履修に当たっての留意点》</p> <p>積極的に受講し、現場で少しでも応用できるよう頑張ってください。</p> | | | | | | |
| 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 | 授業を通じての到達目標 | CBTとは何か説明できるようになる。 | | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと | |
| | 各コマにおける授業予定 | ストレスマネジメント・CBTとは。 | | | | |
| 第2回 | 授業を通じての到達目標 | モニタリングとCBTについて説明できるようになる。 | | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと | |
| | 各コマにおける授業予定 | 自分のストレスを知ろう①。 | | | | |
| 第3回 | 授業を通じての到達目標 | アセスメントと対処について説明できるようになる。 | | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと | |
| | 各コマにおける授業予定 | 自分のストレスを知ろう②。 | | | | |
| 第4回 | 授業を通じての到達目標 | 自動思考について説明できるようになる。 | | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと | |
| | 各コマにおける授業予定 | 自分のストレスを知ろう③。 | | | | |
| 第5回 | 授業を通じての到達目標 | 自分のストレスパターンについて気づけるようになる。 | | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと | |
| | 各コマにおける授業予定 | 自分のストレスを知ろう④。 | | | | |

| 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 | 認知再構成法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 幅広いものの考え方を検討しよう①。 | | |
| 第7回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 認知再構成法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 幅広いものの考え方を検討しよう②。 | | |
| 第8回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 認知再構成法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 幅広いものの考え方を検討しよう③。 | | |
| 第9回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 問題解決法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 問題解決法にとり組もう①。 | | |
| 第10回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 問題解決法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 問題解決法にとり組もう②。 | | |
| 第11回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 問題解決法について説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 問題解決法にとり組もう③。 | | |
| 第12回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | ロールプレイで体験的にCBTを説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | バックのシナリオを使ったロールプレイ。 | | |
| 第13回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 授業のまとめとしてCBTを説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | まとめ①。 | | |
| 第14回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 授業のまとめとしてCBTを説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | まとめ②。 | | |
| 第15回 | 講義形式 | 授業を通じての到達目標 | 授業のまとめとしてCBTを説明できるようになる。 | テキスト・関連資料 | 教科書の関連部分を予め通読しておくこと |
| | | 各コマにおける授業予定 | 総まとめ | | |