

授業科目名・形態	臨床心理学 講義	必修・選択の別	選択	単位数	2
科目担当者氏名	松田 侑子	実務経験の有無	有	開講期	2年前期

【授業の主題】

心理学の応用分野の一つとして、臨床心理学は心の悩みや精神疾患を抱える人々を理解し、支援していくことを目的としています。また、悩みや問題を抱えていない健康な人々に対しても、その状態を維持および増進することに寄与しています。「こころ」という目には見えないものを対象とするため、そのための理論や方法は非常に多岐にわたります。そこで本講義では、臨床心理学の中でも代表的な理論や方法を取り上げて概説します。

【到達目標】

1. 臨床心理学の基本的な理論・方法を理解し、心に悩みを抱えた人々に対してどのような援助が行われるのかについて説明できる。
2. ワークなどの体験的学習を通じて、セルフケアや対人関係に関する基本的スキルを習得する。

【授業計画・内容】

- 第1回 オリエンテーション・心理学とは何か
- 第2回 精神分析
- 第3回 来談者中心療法
- 第4回 カウンセラーの三条件
- 第5回 体験的学習：カウンセリングスキル（傾聴・共感）
- 第6回 行動療法
- 第7回 認知行動療法
- 第8回 認知行動療法の実践
- 第9回 小テストと解説
- 第10回 体験的学習：ロールレタリング
- 第11回 体験的学習：コラージュ療法
- 第12回 ブリーフセラピー
- 第13回 体験的学習：ストレスマネジメント（理論）
- 第14回 体験的学習：ストレスマネジメント（実践）
- 第15回 まとめ、テスト

※進行に応じて多少変更することもあります。

【授業実施方法】

基本は講義形式で行う。ただし、体験的学習等では個人ワークやグループワークを行うこともある。

【授業準備】

新聞やテレビなどで、こころの問題に関するニュース等に関心を寄せる。配布資料を元に復習を行う。

【主な関連する科目】

心理学関連の授業を受講しておく、更に理解が深まると思います。

【教科書等】

配布資料を用意します。

【参考文献】

下山晴彦編（2009）． よくわかる臨床心理学 ミネルヴァ書房

【成績評価方法】

受講態度（各回のリアクションペーパーの内容）：30%、試験（小テストと試験）：70%により総合的に評価する。

【実務経験及び実務を活かした授業内容】

青森県内自治体において、労働者のメンタルヘルス対策や相談業務に従事している。こころの健康の維持増進や、精神疾患の予防に関する具体的な相談や対策について具体的に示し、対人援助や自分自身のメンタルヘルスを考えていく上での材料を提供する。

【学生へのメッセージ】

自主的に学ぶ姿勢で臨んでもらいたいと思います。