

科目名 (科目番号)	カウンセリング論 (092711)	教員名 山本哲也	学科等	保健栄養	選択	履修年次	3
			曜日・時限等	時間割表参照		単位数	2
			オフィスアワー		水曜2限	第1キャンパス(B213)	
授業概要	<p>カウンセリングは「受容」「傾聴」「肯定的理解」が基本的な態度とされている。どの専門書にもそういった記述がある。しかしながら、実際にこの3つの基本的な態度をどのように身に付けていくのかということについてはあまり触れられていない。本講義では、これら3つの態度や「寄り添う」「理解する」などのわかりそうでわからないことを具体的に考え、スキルとして身に付けることを目的とする。また、人の支援を行うに当たって避けて通れない「自己理解」も進めていく。</p>						
準備学習	<p>毎回の授業について少なくとも1時間程度の予習・復習をすること。</p>						
授業計画	回	授業項目	学習内容・到達目標				
	1	オリエンテーション	<p>到達目標:自らの責任において履修することを決め、契約を行う 学習内容:本講義の目的を概説し、履修契約を行う</p>				
	2	自己理解と他者理解①	<p>到達目標:他者から見た自己について知り、理解を深める 学習内容:性格検査を用いた自己紹介ワークを行う</p>				
	3	自己理解と他者理解②	<p>到達目標:普段かかわることの少ない他者と交流し、相互理解を深める 学習内容:エンカウンターワークを体験する</p>				
	4	自己理解と他者理解③	<p>到達目標:共同作業を行う中で、他者との交流を深め、自己・他者理解を深める 学習内容:普段交流のない人との共同作業を行う</p>				
	5	自己理解と他者理解④	<p>到達目標:自分に生じる感情・認知・行動・生理的反応を客観的に把握する。 学習内容:1対1での対話課題を行う</p>				
	6	他者との対話①	<p>到達目標:さわやかな自己主張方法を知る 学習内容:アサーショントレーニングについて概説・体験する</p>				
	7	他者との対話②	<p>到達目標:“感情を捉える”スキルについて反復練習を行う。 学習内容:共感的対話について概説する</p>				
	8	対人援助の基礎技法①	<p>到達目標:困った場面における対処方法について理解を深める 学習内容:面接を想定した場面への対応について学習する</p>				
	9	対人援助の基礎技法②	<p>到達目標:リラクゼーション技法を実施できるようになる 学習内容:筋弛緩法・呼吸法等のリラクゼーション技法を体験する</p>				
	10	対人援助の基礎技法③	<p>到達目標:自分の問題を外在化し、“人のせい、自分の意志のせい”をやめる 学習内容:問題の外在化について学習する</p>				
	11	対人援助の基礎技法④	<p>到達目標:カウンセリング面接とはどのようなものか理解し、体験する 学習内容:カウンセリング面接についてグループ学習を行う</p>				
	12	対人援助の基礎技法⑤	<p>到達目標:カウンセリング面接とはどのようなものか理解し、体験する 学習内容:カウンセリング面接についてグループ学習を行う</p>				
	13	対人援助の基礎技法⑥	<p>到達目標:カウンセリング面接とはどのようなものか理解し、体験する 学習内容:カウンセリング面接についてグループ学習を行う</p>				
	14	対人援助の基礎技法⑦	<p>到達目標:カウンセリング面接とはどのようなものか理解し、体験する 学習内容:カウンセリング面接についてグループ学習を行う</p>				
	15	対人援助の基礎技法⑧	<p>到達目標:カウンセリング面接とはどのようなものか理解し、体験する 学習内容:カウンセリング面接についてグループ学習を行う</p>				
成績評価の方法・基準	<p>期末レポート(30%) + 講義中の課題 (70%)</p>						
教科書	<p>特に指定しません。授業で講義資料を配布します。</p>						
参考図書	<p>適宜、紹介します。</p>						
教員からのメッセージ	<p>グループワークを中心とした演習となるため、出席することを前提にします。そのため、欠席の数が合計で4回を超えた場合、単位は認められません。授業では、積極的な発言・意見交換が必要となります。また、人によってはハードな体験になることも考えられます。選択科目であり、講義内容の質を高めるため、初回に履修契約を行います。少しでも履修したいと考えている学生は1回目に必ず出席してください。なお、必要に応じて、授業内容を変更することがあります。</p>						