

心理学

責任者・コーディネーター	人間科学科心理学・行動科学分野 藤澤 美穂 准教授		
担当講座・学科(分野)	人間科学科心理学・行動科学分野		
担当教員	藤澤 美穂 准教授		
対象学年	1	区分・時間数 (1コマ2時間計算)	講義 9コマ 18時間
期間	前期		演習 0コマ 0時間 実習 0コマ 0時間

・学修方針（講義概要等）

心理学は、「こころ」を科学的にとらえる学問のひとつであり、人間を探究する学問である。心理学では人間のもつ「こころ」の動きを理解するため、知覚・行動・感情などを対象とした実験・調査等がおこなわれ、また観察等を通じた人間行動解明へのアプローチがなされる。たとえばテレビや雑誌等で日常的に目にする「心理テスト」は、心理学から得られた知見をわかりやすく抽出したものであるが、学問としての心理学においては、概念の定義、論理の整合性、科学的方法論等が重視され、より学術的で厳密な態度が求められる。

本科目においては、まず心理学における基礎領域として学習心理学・認知心理学を学び、そして個人と社会の相互作用を前提とした社会心理学を学ぶ。次に応用領域としての臨床心理学・健康心理学を学び、心理的ストレスと心身の健康のつながりに関する概要を理解する。さらに、医療における心理学的知見の応用を目指すべく、身体疾患やその治療に関する心理社会的要因の理解、医療とライフサイクルの観点、メンタルヘルスの保持増進に関する理解を深める。そして自殺予防ならびに災害メンタルヘルスの学修を通じ、危機的状況の心理状態と予防のための関わりについて学ぶ。

本科目の学修を通じ、独自性と多様性の尊重と、個人と社会の相互作用の理解を身に付けることを目指す。

・教育成果（アウトカム）

- こころの科学である心理学の知識を幅広く学び、ものごとを心理学的視野により説明することができる。
 - こころと行動の理解を通して、個人・社会において生じる現象を相互作用的にとらえ、説明することができる。
 - 見えない“こころ”を理解するための多様な方法を学び、現象の背景を探究するための視点を獲得することができる。
 - 対象者の状況について、心理・社会的背景を考慮した理解のもと、必要な関わりについて説明できる。
 - ライフサイクルならびに心理的問題が発生しやすい時期を理解し、早期発見・早期対応のための観点をもつことができる。
 - 災害時におけるメンタルヘルスの保持増進について、予防的観点を持つことができる。
 - 災害などの危機的状況におけるメンタルヘルス面へのサポートを理解し、要点を説明できる。
- (ディプロマポリシー：1, 2, 4, 5, 6, 8)

・到達目標 (SBO)

1. 学習や記憶のプロセスを心理学的視野から理解し、説明できる。
2. こころのありようを考えることを通し、人間理解の多様な視点を身につけることができる。
3. 個人と他者、個人と集団の相互作用について理解し、説明できる。
4. 悩みを抱える人のこころと生活を想像し、相手を尊重した援助について考察できる。
5. 病や障害をもつ人の体験と心理状態を理解し、できうる関わりを考察することができる。
6. 災害時における被災者、救援者のストレスとメンタルヘルスケアについて理解し説明できる。
7. ストレスマネジメントとセルフケアの重要性について理解し、説明できる。
8. 患者・家族・生活者の心身の状態や多様な価値観への配慮をもち、行動することができる。
9. 自分の「こころ」への興味関心を高く保つことができる。

・講義日程
【講義】

(矢) 東 1-A 講義室

月日	曜日	時限	講座(学科)	担当教員	講義内容/到達目標
4/16	木	2	心理学・行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#1 心理学の基礎 (1) 学習</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.心理学の誕生までの歴史を説明することができる。 2.見えない“こころ”へのアプローチ法について、述べることができる。 3.心理学の「学習」の定義を述べることができる。 4.古典的条件づけについて説明できる。 5.オペラント条件づけについて説明できる。 <p>【双方向授業】【ICT(Mentimeter)】</p> <p>事前学修：教科書 2～12 ページを読む。 事後学修：WebClass の#1 に取り組む。講義資料を復習する</p>
4/24	金	3	心理学・行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#2 心理学の基礎 (2) 認知、記憶</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認知理論が重視されるようになった経緯を説明できる。 2. 記憶のモデルについて説明できる。 3. Miller の直接記憶範囲について説明できる。 4. 知覚的防衛について、説明できる。 <p>【双方向授業】【ICT(WebClass)】</p> <p>事前学修：教科書 55～61 ページを読む。 事後学修：WebClass の#2 ワークに取り組む。講義資料を復習する。</p>

4/28	火	1	心理学・ 行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#3 心理学の基礎（3）社会、集団</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.知覚的防衛について、説明できる。 2.認知的一貫性理論について、身近な例を当てはめ説明することができる。 3.同調行動について、説明できる。 4.パーソナル・スペースについて、説明できる。 <p>【双方向授業】【ICT(WebClass)】 事前学修：教科書 70～84 ページを読む。 事後学修： WebClass での確認テストに取り組み、結果のフィードバックを受ける。</p>
5/20	水	3	心理学・ 行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#4 臨床心理学の基礎</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.臨床心理学の歴史を説明できる。 2.臨床心理学の主要領域を述べることができる。 3.愛着について、説明できる。 4.多職種連携にかかわる心理職(公認心理師・臨床心理士等)の職能について理解し説明できる。 <p>【双方向授業】【ICT(WebClass)】 事前学修：教科書 95～109 ページを読む。 事後学修：講義資料を復習する。 形成的評価：WebClass による「理解度チェック」に取り組み、結果のフィードバックを受ける。</p>
5/22	金	4	心理学・ 行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#5 医療における心理的関わり（1）身体医療領域</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.身体疾患の治療における心理的要因について説明できる。 2.生活習慣病等の内科系疾患治療における心理的観点を述べることができる。 3.がん治療・緩和ケアにおける心理的観点を述べることができる。 4.中途障害について理解し、障害福祉の観点を含め必要な関わりを述べることができる。 <p>【ICT(WebClass)】 事前学修：疾患をもつ当事者に関する記事・インタビュー等を、書籍やインターネットで調べ、読む。 事後学修：WebClass での確認テストに取り組み、結果のフィードバックを受ける。</p>
5/29	金	1	心理学・ 行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#6 医療における心理的関わり（2）子ども、思春期、高齢者など</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ライフサイクルの観点を理解し説明できる。 2.子どもの発達に関して、心理面における要点を述べることができる。 3.思春期と青年期の概念を理解し、述べることができる。 4.青年期の発達課題を理解し、説明することができる。 5.超高齢社会の現状を理解し、高齢者の心理面の特徴を述べることができる。

					<p>【ICT(WebClass)】</p> <p>事前学修：教科書 111～115 ページ、ならび 132～142 ページを読む。加齢に伴い生じる生活上の苦勞・不便について、書籍やインターネットで調べ、400 字程度にまとめる。</p> <p>事後学修：WebClass の#6 ワークに取り組む。WebClass での確認テストに取り組み、結果のフィードバックを受ける。</p>
6/5	金	4	心理学・行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#7 医療における心理的関わり (3) 心身の健康、ストレスと心身・疾病の関係、メンタルヘルス不調</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ストレスの定義を述べるができる。 2. ストレスに関するところと身体的相关性を説明できる。 3. 心理的ストレスプロセスモデルについて説明できる。 4. 職業性ストレスモデルについて説明できる。 5. バーンアウトについて説明できる。 6. メンタルヘルス不調の表れについて説明できる。 7. 働く人への支援について、最新の科学的知見を踏まえ、自身の意見を述べるができる。 <p>【ICT(Mentimeter, WebClass)】</p> <p>事前学修：現代人のストレスについて、インターネットで調べる。仕事におけるストレスについてまとめる。どういう職場環境で働きたいかまとめる。</p> <p>事後学修：WebClass での確認テストに取り組み、結果のフィードバックを受ける。WebClass の#7 ワークに取り組む。講義資料を復習する。</p>
6/8	月	4	心理学・行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#8 保健活動における心理的関わりと自殺予防活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 心の健康教育に関する理論と実践を理解し、ポイントを挙げるができる。 2. 自殺のリスク因子と防御因子について説明できる。 3. 精神疾患と自殺の関連について説明できる。 4. 社会の変化に応じ必要とされる心理的支援について自らの考えを述べるができる。 <p>【ICT(WebClass)】</p> <p>事前学修：#7 の内容を復習する。</p> <p>事後学修：WebClass での確認テストに取り組み、結果のフィードバックを受ける。</p>
6/11	木	3	心理学・行動科学分野	藤澤 美穂 准教授	<p>#9 災害メンタルヘルス【双方向授業】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 災害時の被災者の心理を理解し、関わりの上でのポイントを挙げるができる。 2. 災害時のコミュニティにおける多様な支援について理解し、説明できる。 3. 災害時の支援者への支援について最新の科学

					<p>的知見を理解し、その必要性を説明できる。</p> <p>4. ストレスマネジメントの重要性を理解し、ポイントを挙げるができる。</p> <p>【ICT(WebClass)】</p> <p>事前学修：国内における自然災害時の医療・保健・福祉・教育領域における支援活動の記事・活動報告等を、書籍やインターネットで調べ、読む。</p> <p>事後学修：講義資料を復習する。</p>
--	--	--	--	--	--

・教科書・参考書等

教：教科書 参：参考書 推：推薦図書

	書籍名	著者名	発行所	発行年
教	医療と健康のための心理学 新版	青木 智子（編）	北樹出版	2025
参	図説心理学入門 第2版	齊藤勇（編）	誠信書房	2005
参	心理学ビジュアル百科 基本から研究の最前線まで	越智啓太（編）	創元社	2016

・成績評価方法

総括評価：前期試験成績を70%、講義中・後に実施するワーク（課題）への取り組みを10%、確認テスト（#3, 5, 6, 7, 8）の成績を20%として評価する。前期試験はMCQ：多肢選択式問題を出題する。ワーク（課題）への取り組みは、提出（入力）された回答内容を対象とし、評価については初回講義で示す「ワーク（課題）評価基準」に従い採点する。

形成的評価：4回目の講義にてWebClassより「理解度チェック」を実施し、理解度・到達度を確認する。理解度チェックの結果はWebClassからフィードバックする。理解度チェックの結果は成績には反映しない。

到達目標	DP	中間試験	ワーク（課題）	確認テスト	定期試験	発表	その他	合計
1-9	1, 2, 4, 5, 6, 8		10	20	70			100
合計			10	20	70			100

・特記事項・その他

（講義内容関連事項）

本科目は、一般的な講義に加えて双方向的な対話を適宜取り入れ進行する。またWebClassによるワークやコメント入力を求める回を設定する。回答については、内容を踏まえ、翌回の講義で解説をおこなう。

WebClassでの確認テストを実施する回を設定する。結果と解答はWebClassにてフィードバックする。

講義時間中に、各自のデバイスから参加できるリアルタイムフィードバックツールを用いて他学生の考えを確認、共有する。Mentimeter を使用する予定のため、スマートフォン、タブレット、PC のいずれでも参加可能である。

【事前事後学修の具体的内容及び時間】

講義については、シラバスに記載されている講義内容／到達目標を確認し、指定された事前学修課題、及び教科書該当箇所を読み予習をおこなった上で臨むこと。講義中、事前学修内容を WebClass に入力する時間を設ける。事後学修については毎回配布される講義資料と教科書等を用いておこなうこと。

各回講義に対する事前学修の時間は 60 分間を要する。各回講義に対する事後学修の時間は 60 分間を要する。定期試験前には 9 時間の総復習の時間を確保する必要がある。

【試験や課題に対するフィードバック】

学生からの授業に対する意見や質問については、WebClass のメッセージから随時受け付ける。授業内容に関する質問・要望は、翌回の講義にて追加説明をおこなう。

定期試験後にフィードバックとして WebClass を通じた解説もしくは補講を実施する。

【その他】

- ・ワークや確認テストの期日は、講義当日中を基本とする。
- ・成績開示方法：成績確定後、希望者には結果開示と講評をおこなう。

当該科目に関連する実務経験の有無 有：保健・医療・福祉・学校臨床現場での実務経験をもつ公認心理師・臨床心理士有資格教員が、心理学の知識の応用について、実践例に基づきながら講義をおこなう回が含まれる。

・授業に使用する機器・器具と使用目的

使用区分	機器・器具の名称	台数	使用目的
講義	ノート型 PC (MacBook Air)	1	講義資料の提示
講義	プロジェクター	1	講義資料・教材の提示
講義	DVD (BR)プレーヤー	1	教材の提示
講義	書画カメラ	1	教材の提示
講義	デスクトップ PC (iMac)	1	講義資料の作成