

## カウンセリング論

責任者・コーディネーター	人間科学科心理学分野 藤澤 美穂 助教		
担当講座・学科(分野)	人間科学科心理学分野		
担当教員	藤澤 美穂 助教		
対象学年	第1学年	期間	後期
区分	講義	時間数	21時間

### ■ 学習方針（講義概要等）

カウンセリングとは、カウンセラー（治療者）・相談者（患者）間の心理的交流を通して、相談者の悩みや問題の解決を図る援助技法である。相手の話によく耳を傾け、信頼関係を築きながら治療的関わりをおこなうことは、対人援助職の基本姿勢であることがいえよう。カウンセリングや心理療法は、臨床心理学領域において発展した技法であるが、医療とも関係が深い分野である。臨床心理学的知見に基づいた人間理解は、相手との関係をよりよいものにするだけでなく、自身のメンタルヘルスを良好に維持するためにも有用な視点のひとつである。

本科目においては、カウンセリングの基本的事項を臨床心理学の立場から理解することを大きな目標とする。そして、カウンセラーに必要な態度を学ぶことを通して、医療人として生きていく上で重要な“相手を尊重し、自分も大切にすること”について、自分なりの気づきを得るための一助となることを目指す。

### ■ 一般目標（GIO）

カウンセリングの基本的な特徴を、臨床心理学との関連に基づき、理解する。そして、こころの不調の顕れについて知るとともに、カウンセリング技法に基づいた援助方法について学ぶ。さらには、自身のメンタルヘルスの保持増進という観点から、ストレスマネジメント及びセルフケアの重要性についての理解を得ることを目標とする。

### ■ 到達目標（SBO）

1. カウンセリングの基本的な特徴を説明できる。
2. カウンセラーに必要な態度について、説明できる。
3. カウンセリング技法に基づいた援助方法について理解する。
4. こころの不調の顕れとそれへの援助・対処について、臨床心理学的視野から理解する。
5. 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。

## ■ 講義日程

【(矢) 西 1-A 講義室】

月日	曜日	時限	講座(学科)	担当教員	講義内容
9/9	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングと臨床心理学
9/30	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングに必要な条件
10/21	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセラーの態度(1)
10/28	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセラーの態度(2)
11/11	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングとアセスメント(1)
11/18	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングとアセスメント(2)
11/25	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングの諸学派(1)
12/2	月	2	心理学分野	藤澤助教	カウンセリングの諸学派(2)
12/9	月	2	心理学分野	藤澤助教	家族が抱える問題への支援
12/16	月	2	心理学分野	藤澤助教	心理的危機とその対応
<u>12/24</u>	<u>火</u>	<u>2</u>	心理学分野	藤澤助教	自己理解、他者理解(1)
<u>12/25</u>	<u>水</u>	<u>2</u>	心理学分野	藤澤助教	自己理解、他者理解(2)
1/6	月	2	心理学分野	藤澤助教	ストレスマネジメント
<u>1/14</u>	<u>火</u>	<u>2</u>	心理学分野	藤澤助教	ストレスのセルフケア、まとめ

■ 教科書・参考書

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	カウンセリング概説・改訂版	馬場謙一・橘玲子	放送大学教育振興会	2005
参	カウンセリングの技法	國分康孝	誠信書房	1979

■ 成績評価方法

「カウンセリング論」の成績は、試験成績を 70%、出席状況とミニ・レポートを 30%として評価する。

■ 特記事項・その他

- 12月24日（火）12月25日（水）、1月14日（火）の2時限目に授業を行う。

■ 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	書画カメラ・DVDレコーダーセット (エルモ、東芝、他)	1	講義資料の提示