

自分をかえる脳科学

責任者・コーディネーター	神経科学分野 駒野 宏人 教授		
担当講座・学科(分野)	神経科学分野		
対象学年	2, 3, 4, 5	区分・時間数	講義 6 時間
期 間	前期		
単 位 数	0.5 単位		

・学習方針（講義概要等）

脳の研究は、これまで、疾患などの異常に焦点をあてた解析が中心であった。しかし、近年、脳科学の進歩によって、我々の心や行動を引き起こしている生物学的・分子的な基盤がより深く理解されるようになり、人間がよりよく生きるための研究も多くすすめられてきている。

本講義では、このような脳科学的知識を背景に、脳の働きにかなった学習法、意欲の増進法、挫折からの回復、行動変化を修得することを目的とする。そのため、記憶や意欲・動機を生み出している生物学的・分子的基盤を理解し、より能率のよい学習法や意欲を高める方法、さらに挫折からの回復力を養うにはどうしたらよいかについて講義および実践的なグループワークも行いながら学んでいく。

・教育成果（アウトカム）

記憶や意欲・動機を生み出している生物学的・分子的基盤を理解し、動機付け、意欲の増進法、挫折からの回復、行動変化を引き起こす脳の働きを学ぶことにより、より能率のよい学習法や意欲を高める方法、さらに挫折からの回復力を養う。

（ディプロマ・ポリシー：6,7,8,9,10）

・到達目標（SBO）

1. 記憶、意思、感情を司っている脳領域・生体物質について概説できる。（☆）(41,42,68)
2. 生存脳とPQ脳について知り、自分の考え・行動が主にどちらの脳を使っているか判断できる。（☆）(45,46,47,48,49)
3. 動機・意欲を司っている脳領域、生体物質を理解し概説できる。（☆）(45,46,47,48,49,68)
4. 意欲・動機付けをもたらす考え方、行動を理解し、実践できる。（☆）(45,46,47,48,49,68)
5. 願望達成のための脳科学を知る。（☆）
6. ストレスから回復するための脳科学を知る。（☆）
7. 幸福感をもたらす脳科学を知る。（☆）(6)

・講義日程

（矢）東 207 2-E 講義室

月日	曜日	時限	講座・分野	担当教員	講義内容/到達目標
4/15	水	5	神経科学分野	駒野 宏人 教授	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生存脳と社会脳について ・ 関係性の脳科学（自分との関係性・他人との関係性） 1. 記憶、意思、感情を司っている脳領域・生体物質について概説できる。

					<p>(☆) 2. 生存脳とPQ脳について知り、自分の考え・行動が主にどちらの脳を使っているか判断できる。(☆) 事後学習：内容を振り返って、学んだことが、自分の人生にどう生かせるかを考える。 【グループワーク】【双方向授業】【対話・議論型授業】</p>
4/22	水	5	神経科学分野	駒野 宏人 教授	<ul style="list-style-type: none"> ・ 願望達成の脳科学 ・ 意欲、動機づけの脳科学 ・ 自分の強みの発見 <ol style="list-style-type: none"> 1. 動機・意欲を司っている脳領域、生理物質を理解し概説できる。(☆) 2. 意欲・動機付けをもたらす考え方、行動を理解し、実践できる。(☆) 3. 願望達成のための脳科学を知る。(☆) <p>事後学習：内容を振り返って、学んだことが、自分の生活にどう生かせるかを考える。 【グループワーク】【双方向授業】【対話・議論型授業】</p>
5/13	水	5	神経科学分野	駒野 宏人 教授	<ul style="list-style-type: none"> ・ 困難・挫折からの回復力に必要な脳科学 ・ リフレーミングについて ・ 自分の強みの発見 <ol style="list-style-type: none"> 1. ストレスから回復するための脳科学を知る。(☆) <p>事後学習：内容を振り返って、学んだことが、自分の生活にどう生かせるかを考える。 【グループワーク】【双方向授業】【対話・議論型授業】</p>
5/20	水	5	神経科学分野	駒野 宏人 教授	<ul style="list-style-type: none"> ・ 幸福を感じる脳科学 <ol style="list-style-type: none"> 1. 幸福感をもたらす脳科学を知る。(☆) <p>事後学習：内容を振り返って、学んだことが、自分の人生にどう生かせるかを考える。 【グループワーク】【双方向授業】【対話・議論型授業】</p>

・ 成績評価方法

レポート(10%)とワークに参加すること(90%)で評価する。

・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
参	「生きるスキル」に役立つ脳科学	駒野宏人 著	セルバ出版	2019

・特記事項・その他

授業に対する事前学修（予習・復習）の時間は最低 30 分を要する。
本講義は、グループワークも取り入れた科目のため、受講者は積極的にワークに取り組むこと。また、受講者の上限を 60 名程度までとする。

・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	パソコン（パナソニック、CF-SX2）	1	コンピューターで作成した講義資料を講義室のプロジェクターで映写し、講義に使用する。