

1. 科目名 (単位数)	カウンセリング特論 (2単位)	3. 科目番号	SJMP5333
2. 授業担当教員	西野 薫		
4. 授業形態	講義	5. 開講学期	秋期
6. 履修条件・他科目との関係	履修条件は特になし	履修形態 (通信教育)	R
7. 講義概要	<p>『カウンセリング』には大きく分けて「医学モデル」に基づくカウンセリング (心理療法) と「成長モデル」に基づくカウンセリングがある。本講義では、医療現場等での治癒を目的としたカウンセリング (心理療法) ではなく、保育・教育の現場で実践できる「成長モデル」に基づいたカウンセリングの基礎を学ぶ。はじめに、人の心のメカニズム、社会と人間、生涯発達臨床心理学など、カウンセリングに必要な基礎知識を学ぶ。次に、それらの知識を生かしたアセスメント (支援対象者理解) と、アセスメントを可能にする包括的な情報の聴き取り、そして、それらの情報をカウンセリングに生かす技術を身につける。</p> <p>本講義のカウンセリングの核は『傾聴』『共感』『受容』であり、その技術をどれだけ高められるかが効果的なカウンセリングにつながる。アセスメントの技術を学んだあとは、『傾聴』『共感』『受容』についてロールプレイやワークを通して学んでいく。さらに、カウンセリングを実践していくにあたっては、支援者の心の健康も重要である。セルフマネージメントやセルフコントロールの基礎の習得を目指す。</p>		
8. 学習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 保育・教育現場において効果的なカウンセリングの方法を学ぶ。</li> <li>2. 心のメカニズム、社会と人間、発達臨床心理学について習得する。</li> <li>3. 『アセスメント (支援対象者理解)』『傾聴』『共感』『受容』の基本を習得する。</li> <li>4. 実践に役立てられるセルフマネージメント、セルフコントロールの知識を身につける。</li> </ol>		
9. アサイメント (宿題) 及びレポート課題	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 日頃の自分自身を被験者として、自分がどんなときに何を感じているか心の動きをモニターする。</li> <li>2. 授業中に質問できなかつた場合、メモをしておき、自分で調べてみて分からなければ必ず講師に聞く。</li> <li>3. ロールプレイの感想・考察などをまとめ、発表する。</li> </ol>		
10. 教科書・参考書・教材	<p>【参考書】五十音順  五十嵐透子『リラクゼーション法の理論と実際 第2版』医歯薬出版  梅田 聡・小嶋祥三 監修『心の謎から心の科学へ 感情』岩波書店  岡本裕子/深瀬裕子 他編集『シリーズ 生涯発達心理学1』『シリーズ 生涯発達心理学3 児童心理学』『シリーズ 生涯発達心理学4 青年心理学』『シリーズ 生涯発達心理学5 老年心理学』ミネルヴァ書房  河合隼雄『カウンセリング入門 実技指導をとおして』『カウンセリングと人間性』創元社  河合隼雄『カウンセリングと実際問題』誠信書房  子安増生『「心の理論」から学ぶ発達基礎』ミネルヴァ書房  下山晴彦『臨床心理アセスメント入門』金剛出版  鈴木公啓 編『パーソナリティ心理学概論』ナカニシヤ出版  高瀬由嗣/関山徹 他『心理アセスメントの理論と実践』岩崎学術出版社  平木典子『カウンセリングの技法 臨床の知を身につける』北樹出版  平木典子『カウンセラーのためのアサーション』金子書房  本間三郎『脳と心のメカニズム』講談社学術文庫  D.W. ウィニコット『遊ぶことと現実』橋本雅雄・大矢泰士(訳) 岩崎学術出版社  G.W. オルポート『人格心理学 上・下』今田 恵(監訳)誠信書房  J. Piaget『幼児心理学: 1. 模倣の心理学 2. 遊びの心理学 3. 表象の心理学』大伴 茂(訳) 黎明書房</p>		
11. 成績評価の規準と評定の方法	<p>○成績評価の規準</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 『アセスメント』『傾聴』『共感』『受容』について理解している。</li> <li>2. 『セルフコントロール』『セルフマネージメント』の基礎を習得している。</li> <li>3. ロールプレイ、ワークを通して、子どもおよび保護者とかかわる技法について知識を深めている。</li> <li>4. カウンセリングの技能を生かし支援者間で連携・協働できる基礎を身につけている。</li> </ol> <p>○評定の方法  授業への積極的参加 60% レポート 40%</p>		
12. 受講生へのメッセージ	<p>本授業では、自分自身を被験者として、人の心の動きについて話し合い、考察を深めることもあります。その際、自らの過去や現在、未来の問題とも向き合うことがあると思います。カウンセリングを習得するにあたって、自己理解は不可欠なものです。一方で、自分と向き合うことが一時的に苦しくなったときは、講師にその旨を伝えてください。別の課題を個別に実施できるようにいたします。</p> <p>内容の理解や討論の深まりによっては、シラバス通りに進行しない場合がありますのでご了承ください。</p>		
13. オフィスアワー	開始時に提示する		
14. 学習の展開及び内容【テーマ、学習の目標、学習の内容、キーワード、学習の課題、学習する上でのポイント等】			
1. テーマ	カウンセリングとは何か		
【学習の目標】	本講義のオリエンテーション		
【学習の内容】	カウンセリングとは何かを考察し、それぞれが本講義を通して特に学びたい『目標』を明確化する。		
【キーワード】	カウンセリング、傾聴、受容、共感、対人関係、自己理解、セルフモニタリング		
【学習の課題】	授業内で提示する。		
【参考文献】	河合隼雄『カウンセリング入門 実技指導をとおして』『カウンセリングと人間性』創元社 河合隼雄『カウンセリングと実際問題』誠信書房		
【学習する上での留意点】	自分が感じていることに、本来、正解・不正解はない。にもかかわらず、我々は様々な縛りを自らに課し、“このように感じる”という自分の体感をありのままに感じることにすら難しい。ましてや、本講義では「他者を理解する」というカウンセリングの難題に取り組んでいくことになる。初回の授業は、その準備を整える授業である。		

2. テーマ	時代・社会と人間
【学習の目標】	時代背景、社会状況と人の心理について学ぶ。
【学習の内容】	人の心理に普遍性がある一方、時代・社会の変化によって、今後も人の心は影響を受ける可能性があることを理解し、その変化に対してカウンセリング技術をどのようにチューニングしていけるのかを学ぶ。
【キーワード】	時代、社会、人の心理
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	講師が用意する資料などを参考に、自分が日頃感じていることを自由に発言してみることに。
3. テーマ	生まれてから亡くなるまでの生涯発達臨床心理学
【学習の目標】	人間の生涯発達と心について理解する。
【学習の内容】	胎児期から老年期までの生涯発達を概観し、その発達の段階と課題、過程、および心の変化を理解する。
【キーワード】	身体的・心理的・社会的発達／持続的影響と社会的影響／生まれるということ／老いと死について
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	岡本裕子／深瀬裕子 他編集『シリーズ 生涯発達心理学1』『シリーズ 生涯発達心理学3 児童心理学』『シリーズ 生涯発達心理学4 青年心理学』『シリーズ 生涯発達心理学5 老年心理学』ミネルヴァ書房 子安増生『心の理論』から学ぶ発達的基础』ミネルヴァ書房 D.W. ウィニコット『遊ぶことと現実』橋本雅雄・大矢泰士(訳) 岩崎学術出版社 J. Piaget『幼児心理学：1. 模倣の心理学 2. 遊びの心理学 3. 表象の心理学』大伴 茂(訳) 黎明書房
【学習する上での留意点】	生きるということ、老いて死んでいくということに思いを巡らせること。そして、他者の人生の一端に関わらせていただくカウンセラーの在り方についても考察すること。
4. テーマ	心のメカニズム [1] 情動・感情—脳・心・身体—、パーソナリティ
【学習の目標】	人を理解するにあたって必要な『情動・感情—脳・心・身体—』、およびパーソナリティ理論の基礎を学ぶ。
【学習の内容】	ひとつの出来事に対する反応は人それぞれである。心の中で何が起きているのか、それが身体、ひいては日常にどのような影響を及ぼしているか、人を全体的に理解するため、心のメカニズムについて学ぶ。また、支援対象者をより良く理解するためのパーソナリティ理論についても学習する。
【キーワード】	脳、情動・感情、パーソナリティ
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	梅田 聡・小嶋祥三 監修『心の謎から心の科学へ 感情』岩波書店 鈴木公啓 編『パーソナリティ心理学概論』ナカニシヤ出版 本間三郎『脳と心のメカニズム』講談社学術文庫 G.W. オルポート『人格心理学 上・下』今田 恵(監訳)誠信書房
【学習する上での留意点】	『理論』と『個性』を良く理解すること。
5. テーマ	心のメカニズム [2] 成育歴と心
【学習の目標】	支援対象者が生まれてから今日までの育ちの中で経験したことは、元々の気質・器質と重なり合い、その考え方や生き方に様々な影響を及ぼす。人の「心」について考える。
【学習の内容】	いくつかの模擬事例をもとに、育ちの中の経験・体験が人の考え方や生き方にどのように影響するか考察し話し合う。
【キーワード】	成育歴、気質・器質、パーソナリティ
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	カウンセリングに自己理解は必須である。自分自身を知る機会にすること。
6. テーマ	アセスメント [1] アセスメントのための情報収集 —聴き取りのコツ—
【学習の目標】	カウンセリングにおいて、アセスメントは羅針盤のようなものである。カウンセリングは傾聴・共感・受容に基づくが、支援者が羅針盤を失うと、つまりは、アセスメントに失敗すると、カウンセリングは不要に長期化し、支援対象者に大きな負担となる。的確なアセスメントを行うための基礎を学習する。
【学習の内容】	本授業では、アセスメントの基礎として、アセスメントに必要な情報収集—聴き取りのコツ—について学ぶ。
【キーワード】	アセスメント、情報収集
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	下山晴彦『臨床心理アセスメント入門』金剛出版 高瀬由嗣／関山徹 他『心理アセスメントの理論と実践』岩崎学術出版社
【学習する上での留意点】	『心のメカニズム [1]・[2]』を復習しておく。
7. テーマ	アセスメント [2] 模擬事例を通じたアセスメントのワーク
【学習の目標】	模擬事例を通して、アセスメントのワークを行う。
【学習の内容】	得られた情報から実際にアセスメントを行い話し合う。
【キーワード】	アセスメント、支援対象者理解
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考図書】	平木典子『カウンセリングの技法 臨床の知を身につける』北樹出版
【学習する上での留意点】	アセスメントが独善的にならないよう、相互に意見を出し合い、様々な視点があることを学ぶこと。
8. テーマ	『傾聴』
【学習の目標】	傾聴とは何か。聴くことの難しさと、聴くための姿勢について学び、実践する。
【学習の内容】	支援対象者をより深く知るために聴き取るべき情報、および、侵襲的にならずに聴き取る工夫などを学んだのち、ロールプレイを通して実践し考察を行う。
【キーワード】	傾聴、侵襲的にならない聴き取りの工夫、支援対象者の尊重
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	河合隼雄『カウンセリング入門 実技指導をとおして』創元社
【学習する上での留意点】	ロールプレイ後、感じたことや考察をまとめること。

9 . テーマ	『共感』『受容』とセルフコントロール
【学習の目標】	『共感』は同情などとは異なり、深い支援対象者理解に基づくものである。また、『受容』はカウンセラー自身が自己受容できていなければ容易ではない。本授業では、本当の『共感』『受容』とは何かを体感的に習得することを目指す。さらに、業務に追われているときでも、支援者が自分の心を安定させ、支援対象者への真摯な姿勢を保てるようセルフコントロールの技法を学ぶ。
【学習の内容】	自己理解を深めつつ、『共感』『受容』について学べるようワークを取り入れて実習していく。また、セルフコントロールの技法について学習し実践できるようにする。
【キーワード】	共感、受容、自己受容、自己理解、セルフコントロール
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	五十嵐透子『リラクゼーション法の理論と実際 第2版』医歯薬出版
【学習する上での留意点】	授業中も、自分の心の動きをモニターしながら参加すること。授業後、セルフコントロールの技法を日常に汎用し、実際に活用してみることに。
10 . テーマ	カウンセリングと問題解決
【学習の目標】	カウンセリングは支援対象者が主体的に問題解決をしなくてはならないことを支援するものである。一方で、実際の現場では、その問題解決のために実際的な支援の手を差し伸べる必要がある場面もある。支援対象者の主体性を損なわず、どこまで何を支援するかは非常に難しい。実際の現場で求められる支援の“練引き”について考える。
【学習の内容】	模擬事例を通して、支援者がどう対応するのがより良いのか話し合う。
【キーワード】	支援対象者の主体性、問題解決
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	実際の現場に出た場面を具体的に想起しながら、自分がどんな点に困りそうか、話し合い考察すること。
11 . テーマ	カウンセリングのためのセルフマネジメント
【学習の目標】	支援を継続する中で、支援者が疲弊してしまうこともある。質の良いカウンセリングを提供し続けるには、セルフマネジメントも必要になる。本授業では、支援者自身の心身のケアについて学び実践する。
【学習の内容】	セルフコントロールの際に学んだ技術も汎用させつつ、自分に合ったセルフマネジメント法を習得する。
【キーワード】	自分の心身のケア —セルフマネジメント—
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	五十嵐透子『リラクゼーション法の理論と実際 第2版』医歯薬出版
【学習する上での留意点】	効果的なセルフマネジメントの技法は人によって異なる。自分に合ったものを見つけること。そのためには、ここまでの授業で自己理解を深め、“正解”“不正解”に囚われない選択をすること。
12 . テーマ	カウンセリングの場の設定・子どもの気持ちを聴くスキル
【学習の目標】	子どもは言語表現が未成熟である。どのように気持ちを聴くのか、また、どのような環境設定や状況であれば、当該児童は話しやすいのか、個々の児童に合わせた聴き方、言語外のメッセージの捉え方、場の設定について学ぶ。
【学習の内容】	いくつかの模擬事例をもとに考察を深め話し合う。
【キーワード】	言語が未熟な子どもとの対話、聴き方、環境設定
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	実際の現場を想像しながら、実現可能なカウンセリングの場の設定、子どもの気持ちの聴き取りについて考察し話し合うこと。
13 . テーマ	カウンセリングの場の設定・保護者の気持ちを聴くスキル
【学習の目標】	保護者は年齢層から考え方まで幅広い。時には、前任者とのトラブルを抱えた保護者を引き継いだり、行き違いが重なってしまった保護者との関係改善から始めるケースもある。様々な状況に対応し、保護者の気持ちを聴き取り、寄り添うスキルについて学ぶ。
【学習の内容】	いくつかの模擬事例をもとに考察を深め話し合う。
【キーワード】	関係改善、気持ちの聴き取り方、状況に応じたカウンセリングの場の設定
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	実際の現場を想像しながら考察し話し合うこと。自分の心の動きをモニターしながら取り組むこと。
14 . テーマ	カウンセリングの技能を生かした連携・協働 —職場への応用—
【学習の目標】	質の高いカウンセリングを提供するためには、職場の人間関係が安定していることも重要である。本授業では、職場内の人間関係を安定させ、連携・協働がスムーズに進むようカウンセリングの技術をどのように生かすかを学ぶ。
【学習の内容】	現場実習等での受講者自身の体験について話し合いながら、集団をアセスメントすることや、支援者同士の関わりに、カウンセリング技法をどのように生かせるかを話し合う。また、アサーションの技法についても学び、円滑な関係を守りつつ自分の意見を的確に伝える技術を身につける。
【キーワード】	連携・協働、集団のアセスメント、アサーション
【学習の課題】	授業内で提示する。
【参考文献】	平木典子『カウンセラーのためのアサーション』金子書房
【学習する上での留意点】	自分の経験をもとに、実感をとまなう学習にすること。また、学んだことを日常に汎用し、実際に活用してみることに。
15 . テーマ	振り返り —総論—
【学習の目標】	自己目標の達成度について話し合う。また、これまでの学習を振り返り、今後の『演習』につながる土台固めを行う。
【学習の内容】	授業内容の振り返りに加え、カウンセリングを日常に生かしてみた体験などをシェアし、難しいと感じること、効果を感じたことなど話し合う。また、習得が足りないと思われる内容について補習を行う場合がある。
【キーワード】	初回に設定した自己目標、自己の体験、振り返り、総論
【学習の課題】	授業内で提示する。
【学習する上での留意点】	自己の到達度に意識を向け、今後、さらに実践的に習得したいと思うことを明確化すること。

