

ナンバリング	授業科目名(科目の英文名)					区分・【新主題】/(分野)						
ET46J028	健康心理学特論(心の健康教育に関する理論と実践)(Special Seminar in Health Psychology (Theory and Practice for Mental Health Education))					臨床心理学						
必修選択	単位	対象年次	学部	学期	曜・限	担当教員						
選択	2	1・2	教育学研究科	前期		氏名 上野徳美 E-mail 内線						
授業の概要	心の健康問題と健康教育、ストレスマネジメントなどについて、健康心理学の今日的なトピックスも取り上げながら考える。心の健康の維持増進や、健康教育、ストレスの軽減や対処能力などに関する理論と実際について講義し、議論する。また、講義中にとりあげる心理的健康のテーマに関して、医療、福祉、心理の専門家がどのように協力して支援を展開していくことができるかについても考える。講義とグループ発表、討議などにより授業を進める。											
具体的な到達目標	DP等の対応(別表参照)					1 2 3 4 5 6 7 8 9 10						
目標1	健康心理学の今日的な役割や課題、心の健康教育と心理社会的ストレスに関する主な理論を習得する。											
目標2	心の健康の維持増進やストレスマネジメントの実際について学び、実践的知識とスキルを高める。											
目標3	健康心理学の視点や方法論を自身の健康観の醸成や心身健康の維持増進に役立てられるようにする。											
目標4												
目標5												
目標6												
目標7												
目標8												
目標9												
目標10												
授業の内容												
1	健康心理学の役割と課題											
2	現代社会のストレスと心の健康											
3	ストレスと健康の障害											
4	ストレスと性格・パーソナリティ 1											
5	ストレスと性格・パーソナリティ 2											
6	レジリエンスと心の健康 1											
7	レジリエンスと心の健康 2											
8	健康生成論とSOC(首尾一貫感覚) 1											
9	健康生成論とSOC(首尾一貫感覚) 2											
10	外傷性ストレスと心の健康 1											
11	外傷性ストレスと心の健康 2											
12	バーンアウトの予防と対策1											
13	バーンアウトの予防と対策2											
14	アサーションとコミュニケーションカ 1											
15	アサーションとコミュニケーションカ 2											
ラ ブ ニ テ ン イ グ ラ フ	A:知識の定着・確認 B:意見の表現・交換 C:応用志向 D:知識の活用・創造	グループ発表、討議			工夫 その 他の	上記の内容に関する文献・資料の調査やまとめなど(詳細は別途指示する)						
時間外学修の内容と時間の目安	準備学修 事後学修	心の健康教育やストレスと健康に関する書籍・論文に目を通すこと 心の健康教育やストレスと健康に関する書籍・論文に目を通すこと										
教科書	なし											
参考書	大竹恵子編著(2016). 保健と健康の心理学 ナカニシヤ出版 Abramowitz, J.S. (高橋祥友監訳) (2014). ストレス軽減ワークブック 金剛出版 平野真理(2015). レジリエンスは身につけられるか 東京大学出版会											
成績評価の方法及び評価割合	評価方法	割合	目標 1	目標 2	目標 3	目標 4	目標 5	目標 6	目標 7	目標 8	目標 9	目標 10
	授業内容の理解	30%										
	試験(レポート)	40%										
	試験(発表)	30%										
原則として授業開始後 20 分以上の遅刻は欠席とみなすとともに、出席回数が 3 分の 2 に満たない者は最終試験の受験資格を失うこととする。(詳細は別途指示する)												
注意事項												
備考	この科目は公認心理師受験資格取得に関する必修科目である。											
リンク	URL											