

2022 年度 授業計画(シラバス)

学 科	医療福祉総合学科	科 目 区 分	専門分野	授業の方法	演習
科 目 名	カウンセリング演習	必修/選択の別	選択	授業時数(単位数)	30 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	2年	学期及び曜時限	前期 水曜3限4限	教室名	602
担 当 教 員	松田 直美	実務経験とその関連資格	医療分野(精神科・心療内科)、教育分野(スクールカウンセラー)、福祉分野(母子支援施設等)、産業分野(メンタルヘルス・ハラスメント対策等)など、多種分野における心理業務20年以上経験。また訪問看護ステーション開設/民間カウンセリングルームを開設		

《授業科目における学習内容》

良好なコミュニケーションを築くためのコミュニケーション技法である「カウンセリングの技法」は、カウンセリングの理論・技法など多種多様です。その特徴から3種類に分類することができると言われています。第1は、フロイドの精神分析理論やロジャーズの人間中心理論、日本独自の森田正馬考案による森田療法で用いられる技法、既存のカウンセリング理論に基づく技法。2番目の技法は、カウンセリングの進行過程から考案された技法(面接法、ヘルピング技術など)3番目の技法としては、特定のクライアントや目的のために使われるカウンセリングテクニック(メンタルヘルス・キャリア分野・学校・異文化・医療等)の専門化された技法が相当します。実践において必要に応じて活用されており、近年、医学や心理学、看護学、教育学、社会福祉などの分野でも基礎援助技術として取り入れられています。本講義では、既存のカウンセリング理論に基づく技法を中心に折衷の立場からの聴き方・伝え方など基礎技術(積極的傾聴技法など)を具体的に学び、理論的理解と演習等により実践的理解を深めより身近なものとして学んでいきます。

《成績評価の方法と基準》

定期試験評価 70% 出席評価 20% 平常評価(授業態度、振り返りレポートなど) 10%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

- 【教科書】 カウンセリングの技法 國分 康孝 著 誠信書房
 【参考書】 参考図書および参考文献は、その都度ご紹介いたします。
 【その他 使用教材 配布プリント】必要に応じて、随時資料を配布いたします。

《授業外における学習方法》

カウンセリング(相談援助)の目的は、人によって異なりますが、援助者(聞き手)との面談を繰り返すことによって、クライアント自身が抱えている悩みに対する気づきを得たり、ストレスを和らげたり、問題を解決していくことが、カウンセリング(相談援助)の目的です。カウンセリング(相談援助)の基本は対話です。「カウンセリングの技法」を学びながら、信頼関係の構築などを円滑に進められるようにカウンセリングの技術、テクニックを習得し上達することは大切ではありますが、それだけですぐに技法が効果的に活用されるとも限りません。忘れてはならないのは、援助者(聞き手)とクライアント(話し手)の人間の間で成立する対人関係があり、そこには、さまざまなルールや原則が存在しており、これを無視しては、クライアントの人格の成長や行動の変容は起こりません。では一体どのような条件のもとにカウンセリングの技法が「生きて」くるのか? 本講義で学ぶ聴き方の基本技術(傾聴技法)、活動技法(聴き取り技術)、傾聴・活動技法以外のカウンセリング技法、クライアントの問題を定義づける技法など学び実践に活用できるように学びます。「積極的傾聴技法」を意識し日常生活における対人関係(家族・友達・諸先生方等)においてよりよい信頼関係等のカウンセリングの技法を用いた関わり方を日々活用して体験したことが授業に反映できるように取り組んでみて頂きますようお願いいたします。

《履修に当たっての留意点》

カウンセリングの技法と言うと単に技術的側面だけの修得と考えがちですが、その成り立ちに関する論理的背景、さまざまな技法の効果と影響、それらのカウンセリングの理論や過程から捻出された技法もあれば、特別な状況やクライアントに対して用いられる技術もあります。講義で多面的な視点で理解して頂きながら、基本的なカウンセリングの技法を日常生活にも取り入れて活用できるように、楽しみながら演習や体験ワークなどをしてもらいたいと思います。

授業の方法	内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第1回 講義演習形式	授業を通じての到達目標	カウンセリングの技法における理論・技法は、多種多様でありカウンセリング技法を取り巻く基礎概念を理解できる。	教科書及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 予習 p3-24 カウンセリング技法【事後学習】(30分)授業の復習
	各コマにおける授業予定	【カウンセリング技法を取り巻く基礎概念】 ・カウンセリングの技法とは何か? 種類・活用領域とは? ・カウンセリング技法と効果の関係・カウンセリング技法を取り巻く諸条件など		
第2回 講義演習形式	授業を通じての到達目標	傾聴技法は数多いカウンセリング技法のなかで最も重要な技術であることを把握でき、傾聴技法の3つの主要目的が理解できる。また、診断的理解・共感・同情の違いを知り相手の感情に寄り添う「共感」を理解できる。	教科書及び配布プリント	【事前学習】(60分)教科書 予習 p25-51 第2章 カウンセリングの三段階 第1節 リレーションの意義/第2節 受容/第3節 支持/第4節 繰り返し/第5節 明確化/ 第6節 質問
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】傾聴技法:聴き方の基礎技術【体験ワーク】 ・傾聴技法とは何か ・5つの技法 傾聴:受容・共感・繰り返し・支持・明確化・質問		

授業の方法		内 容	使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第3回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 クライアントの観察は、カウンセリングの基盤です。カウンセリングの技法というすぐに言語による応答技術と考えがちですが、クライアントの非言語行動を正確かつ詳細に観察する技術は極めて重要であることを理解できる。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 p52- 第4章 面接初期の諸問題 【事後学習】(30分) 授業の復習
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】クライアントの観察技法 ・クライアントの観察が必要な理由 ・非言語要素とは何か 【傾聴の基本】 【体験ワーク】 ・反応を示しながら聴く「うなずき」「あいづち」・受けとめて共有する「繰り返し」/「反射」		
第4回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 明確化:あいまいな発言をはっきりさせる技法である、クライアントのあいまいな発言や行動を明確にするカウンセリング技術を理解できる。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 予習 p42- 第5節 明確化 【事後学習】(30分) 授業の復習
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(傾聴技法) 明確化技法・明確化-あいまいな発言をはっきりさせる 【演習 ロールプレイ】		
第5回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 感情反映は、カウンセリング技法の中で最もよく知られた技術である。クライアントの発言から「情動」に焦点を当て、それをフィードバックする技法を理解することができる。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(傾聴技法) 感情の反映技法 ・感情の反映-感情に焦点を当てる 【演習 ロールプレイ】		
第6回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 クライアントの発言が特に複雑で混乱しているような場合、感情の反映と言い換えを同時にまとめて用いることがある。このテクニックを要約技法ということを理解しフィードバックすることが出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分) 授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(傾聴技法) 言い換えの技法 言い換え技法/オウム返し・言い換え技法-相手の話から感じとったことや、理解したことを、聴き手の言葉で返す技法 ・オウム返し-相手の言葉をそのまま繰り返す技法 【演習 ロールプレイ】		
第7回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 クライアントの発言が特に複雑で混乱しているような場合、感情の反映と言い換えを同時にまとめて用いることがある。このテクニックを要約技法ということを理解しフィードバックすることが出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分) 授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(傾聴技法) 要約技法 ・要約-複雑な発言を整理する 【演習 ロールプレイ】		
第8回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 「その人を知る」ための情報、書類などから得られる客観的な情報と質問することで得られる主観的な情報を用途に応じて、上手に質問を使い分けることが出来る	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 予習 p47- 第6節 質問【事後学習】(30分) 授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(活動技法) 質問技法 (情報収集) 【演習 ロールプレイ】 キーワード ナラティブアプローチ 質問の効果① 情報収集 質問して引き出そう		
第9回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 何かについて説明したら、最後に必ず、相手の理解度を確認する質問が出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分) 授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】 質問技法 (確認) 【演習 ロールプレイ】 キーワード 対人認知 質問の効果② 確認 質問して確かめよう		
第10回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 質問するときに肯定的な関心と好意を伝える非言語と好意が伝わらない非言語を理解し、上手に質問することが出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分) 教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】 質問技法 (伝達) 【演習 ロールプレイ】 効果③ 好意を伝えよう 相互性 / 心理的距離		

授業の方法		内 容	使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第11回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 質問は、コミュニケーションが苦手な人にも、効果的に会話への参加を促す質問をすることが出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】質問技法(促進) 【演習 ロールプレイ】 効果④ 会話を弾ませよう		
第12回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 上手に問いかけることで、情報を引き出す質問と思考を促す発問の両方を活用することを理解できる。自分のこととして、主体的に考えてもらう質問をすることができる。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】質問技法(発問法) 【演習 ロールプレイ】 効果⑤ 気づきを促そう インプット / アウトプット		
第13回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 質問には、その人が抱いている感情を明確にする効果があることを理解できる。内接的なかかわりに不可欠な質問ができる。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】質問技法(内・外接的なかかわり) 【演習 ロールプレイ】 効果⑥ 質問して表現を促す 内接的なかかわり / 外接的なかかわり		
第14回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 傾聴技法によってクライアントの理解とラポートを確立すると、力動的理解期とか洞察的期と呼ばれる内容を把握し、活動技法と呼ばれる4つのテクニックを理解することが出来る。	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 自身のペースで読み進めてください 【事後学習】(30分)授業の復習および意識して人とかかわってみる
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】(活動技法) ・活動技法とは何か? ・探索・矛盾提示・解釈・情報提供 回答について尋ねる技法/言葉や態度の矛盾を指摘する技法/行動の全体像や隠れたパターンを混在化させる技法/クライアントに有益な情報提供する技法		
第15回	講義演習形式	授業を通じての到達目標 カウンセリングの進行過程と認知行動理論から編成された傾聴・活動技法と違い、特定の理論によらないテクニックや、反対に複数の理論から展開した技術が多いことを把握し実践できる技法をクライアントに合わせてこれらの技術をつかうことを理解できる。(代表的な5つの技法)	教科書 及び配布プリント	【事前学習】(30分)教科書 p99- 第5節 面接 中期の諸問題 第1節 沈黙 / 第2節 抵抗 第3節 対抗感情転移 第4節 感情転移 【事後学習】(30分) 授業の復習・総まとめ
	各コマにおける授業予定	【カウンセリングの技法】【まとめ】(傾聴)(活動技法以外のカウンセリング技法) リフレーミング(ポジティブリフレーミング・ネガティブリフレーミング)/語調反射/自己開示/反復/沈黙		