

| 科目 | 単位 | 時間 | 履修学年 | 講師名 |
|-------|---|------|------|-----|
| 人間関係論 | 1 | 30 | 1 | |
| ねらい | 人間尊重を基盤とし、人を愛する、慈しむことができる人間形成を目指し、人に対する深い洞察力や人間対人間の相互作用のあり方を学び、創造力・想像力を育み、豊かな感性を養うと共に、円滑な人間関係のための、より高度なコミュニケーション能力を養う。 また、演習を通じて、カウンセリング技法を学ぶ。 | | | |
| 回数 | 授業内容 | 授業方法 | | |
| 1回目 | 1. 食と笑い・食べ物を変えると、心と体が変わる 選択理論心理学 (1) | 講義 | | |
| 2回目 | 2. 選択理論心理学 (2) | 講義 | | |
| 3回目 | 3. 相手の問題を解決に導く傾聴法 (1) アクティブ・リスニングとリアリティ・セラピーの基本 | 講義 | | |
| 4回目 | 4. 相手の問題を解決に導く傾聴法 (2) アクティブ・リスニングとリアリティ・セラピーの基本 | 講義 | | |
| 5回目 | 5. ロールプレイ | 演習 | | |
| 6回目 | 6. アサーション・自分の気持ちの伝え方 (1) Iメッセージと YOUメッセージ | 講義 | | |
| 7回目 | 7. アサーション・自分の気持ちの伝え方 (2) Iメッセージと YOUメッセージ | 講義 | | |
| 8回目 | 8. ロールプレイ | 演習 | | |
| 9回目 | 9. ストレスマネジメント (1) | 講義 | | |
| 10回目 | 10. ストレスマネジメント (2) | 講義 | | |
| 11回目 | 11. 認知行動療法 (1) | 講義 | | |
| 12回目 | 12. 認知行動療法 (2) | 講義 | | |
| 13回目 | 13. アンガーマネジメント (1) | 講義 | | |
| 14回目 | 14. アンガーマネジメント (2) | 講義 | | |
| 15回目 | 15. 試験 | 試験 | | |
| 教科書 | ・講師配布資料 | | | |
| 評価方法 | ・筆記試験 50点 (45分間) ・講義の参加度 50点 | | | |
| 備考 | ・講義資料を忘れた場合は講義が始まるまでに講師に申し出ること。講義中に他の科目の宿題、レポート作成など発見した場合およびスマートフォンなどの操作を発見した場合は参加度に影響します。 | | | |