心理療法の実際Ⅰ

［講義］　第３学年　前期　選択　2単位

《担当者名》〇本谷 亮（motoyan@hoku-iryo-u.ac.jp）　金山 裕望

【概　要】
行動療法、認知行動療法の基礎と実際を理解するために、歴史的展開、基本的発想、および代表的な疾患（うつ病、不安症、強迫症、不眠症）に対するアプローチの実践、最近の動向（マインドフルネス、ACT）について系統的に学習する。また、子どもや養育者への応用とその実際について、理論的背景を交えて学ぶ。

【学修目標】
① 行動療法、認知行動療法の歴史と基本的発想を理解する。
② 認知再構成法、SSTの基本的発想、特徴、および実際について理解する。
③ 代表的な精神疾患（うつ病、不安症、強迫症）に対する認知行動療法の基本的発想と実際を理解する。
④ マインドフルネス、ACTの基本的発想、実際を理解し、その技法について体験を通して身につける。
⑤ 機能分析、応用行動分析の基本的発想と手続き、その実際を理解する。
⑥ ペアレントトレーニング、親子相互交流療法（PCIT）の基本的発想と実際を理解する。

【学修内容】

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
1	行動療法、認知行動療法の歴史と基本的発想	行動療法、認知行動療法の歴史と基本的発想について学習する。 〈キーワード〉行動療法、認知療法、認知行動療法	本谷 亮
2	認知再構成法	認知再構成法について、基本的発想、主な特徴、および臨床現場での実際を学習する。 〈キーワード〉認知再構成法、コラム	本谷 亮
3	うつ病に対する認知行動療法	うつ病に対する認知行動療法の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 〈キーワード〉否定的思考	本谷 亮
4	不安症に対する認知行動療法	不安症に対する認知行動療法の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 〈キーワード〉 社交不安症、パニック症、エクスポージャー	本谷 亮
5	強迫症に対する認知行動療法	強迫症に対する認知行動療法の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 〈キーワード〉強迫観念、強迫行為、暴露反応妨害法	本谷 亮
6	マインドフルネス	マインドフルネスの基本的発想、意義、臨床現場での活用方法を学ぶ。また、マインドフルネスを実際に体験する。 ＜キーワード＞マインドフルネス	本谷　亮
7	ACT(アクセプタンス＆コミットメント・セラピー)	ACTの基本的発想、および根幹的な要素（アクセプタンス、脱フュージョン、「今、この瞬間」との接触、コミットされた行為、視点としての自己、価値）について学ぶ。 ＜キーワード＞心理的柔軟性	本谷　亮
8	SST（Social Skills Training）	SSTの基本的発想、意義、主な特徴を学習する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 〈キーワード〉ソーシャルスキル	金山 裕望
9	子どもの不安症への認知行動療法	子どもの不安症に対する認知行動療法の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 ＜キーワード＞子どもの不安症、親子面接	金山 裕望

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
10	行動療法、認知行動療法におけるアセスメント	行動療法、認知行動療法のアセスメントの特徴を学ぶ。また、特に重要な機能分析について、手続きや実際を学ぶ。 ＜キーワード＞機能分析、ケースフォーミュレーション	金山 裕望
11	応用行動分析①	応用行動分析の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 ＜キーワード＞標的行動、観察法、記録	金山 裕望
12	応用行動分析②	応用行動分析の基本的発想と手続きについて理解する。また、演習を通して応用行動分析の実際を理解する。 ＜キーワード＞自分実験	金山 裕望
13	応用行動分析③	応用行動分析の基本的発想と手続きについて理解する。また、演習を通して応用行動分析の実際を理解する。 ＜キーワード＞介入計画の修正	金山 裕望
14	ペアレントトレーニング	ペアレントトレーニングの基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 ＜キーワード＞ペアレントトレーニング	金山 裕望
15	親子相互交流療法（Parent child interaction therapy: PCIT）	親子相互交流療法（Parent child interaction therapy: PCIT）の基本的発想と手続きについて理解する。また、臨床現場で実際にどのように実践されているかについて学ぶ。 ＜キーワード＞親子相互交流療法	金山 裕望

【授業実施形態】
面接授業と遠隔授業の併用
※授業実施形態は、各学部（研究科）、学校の授業実施方針による

【評価方法】
定期試験　70%
レポート　30%

【教科書】
指定しない。

【参考書】
坂野雄二「認知行動療法」（日本評論社）
下山晴彦（編）「認知行動療法　理論から実践まで」（金剛出版）
ジャクリーン・B・パーソンズ（著）坂野雄二・本谷　亮（監訳）「認知行動療法ケース・フォーミュレーション」（金剛出版）

【備考】
特になし。

【学修の準備】
・予習（60分以上）：毎回のキーワードについて、参考書、関連書、インターネットなどで調べておく。
・復習（30分以上）：講義資料、参考資料をもとに復習し、記憶の定着を図る。

【ディプロマ ・ポリシー（学位授与方針）との関連】
「心の問題にかかわる職業人として必要な幅広い教養と専門的知識を修得している」（DP1）、および「社会の様々な分野において、心の問題を評価し、それを適切に判断し援助できる基礎的技能を修得している」（DP3）という臨床心理学科のディプロマ・ポリシーに適合している。

【ICTの活用】
学習教材（授業資料）の配信や学習課題の提示ではGoogle Classroomを利用する。
また、出席・理解度確認にはGoogle Formsを活用する。

詳細は、講義内で説明する。

【実務経験】
本谷　亮（公認心理師）、金山裕望（公認心理師）

【実務経験を活かした教育内容】
認知行動療法をオリエンテーションとした心理臨床家としての実務経験を活かし、臨床現場の実際に即した実践的教育を行う。