

《担当者名》 金澤 潤一郎

【概要】

行動療法、認知行動療法のさまざまな技法やその発想について学ぶ。歴史的展開、基本的発想、および代表的な疾患に対する認知行動的アプローチの実践について学ぶ。本講義は、臨床現場で必要とされる知識や技能を習得することを目的としているが、日々のセルフケアとして実践が出来るようになることも目標としている。

【学修目標】

行動療法、認知行動療法の歴史と基本的発想を理解する。  
 行動療法、認知行動療法の実際を理解し、その技法について体験を通して身につける。  
 代表的な精神疾患に対する認知行動療法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	認知行動療法	第1世代と第2世代の認知行動療法の概要を学ぶ。	金澤 潤一郎
2	ケースフォーミュレーション	認知行動療法の基本となるケースフォーミュレーションの実際を学ぶ。	金澤 潤一郎
3	認知行動療法	ACTなど第3世代の認知行動療法の基本理念や臨床の実際を学ぶ。	金澤 潤一郎
4	問題解決療法	認知行動療法の基盤となる理論のひとつである問題解決療法の基礎を学ぶ。	金澤 潤一郎
5	問題解決療法	問題解決療法の実践での応用を学ぶ。	金澤 潤一郎
6	アサーション	アサーションと臨床上役立つ機能的アサーションを学ぶ。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。	金澤 潤一郎
7	アサーション	アサーションと機能的アサーションについて臨床上の工夫を学ぶ。	金澤 潤一郎
8	機能分析心理療法	クライアントとセラピスト関係に特化した機能分析心理療法の基礎を学ぶ。	金澤 潤一郎
9	行動療法家にとっての臨床での褒める	行動療法の根幹である褒めるを理解し、実践での活用方法を学ぶ。	金澤 潤一郎
10	認知療法尺度改訂版の活用	認知行動療法を自身で振り返ることができる認知療法尺度改訂版を学ぶ。	金澤 潤一郎
11	認知療法・認知行動療法ガイドライン	認知行動療法の基盤マニュアルから、基本的な治療的コミュニケーションや導かれた発見を学ぶ。	金澤 潤一郎
12	認知療法・認知行動療法ガイドライン	認知行動療法の基盤マニュアルから抑うつ基礎理解と治療概略を学ぶ。	金澤 潤一郎
13	認知療法・認知行動療法ガイドライン	認知行動療法の基盤マニュアルから不安の基礎理解と治療概略を学ぶ。	金澤 潤一郎
14	認知療法・認知行動療法ガイドライン	認知行動療法の基盤マニュアルから強迫の基礎理解と治療概略を学ぶ。	金澤 潤一郎
15	認知療法・認知行動療法ガイドライン	認知行動療法の基盤マニュアルから行動活性化、行動実験、段階的曝露、認知再構成など代表的なスキルを学ぶ。	金澤 潤一郎

【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 80%

授業への取り組み（毎回のコメントカード） 20%

**【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）

三田村 仰（著）「はじめてまなぶ行動療法」金剛出版

**【備考】**

厚生労働省HP（[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/shougai Shahukushi/kokoro/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougai Shahukushi/kokoro/index.html)）より「うつ病の認知療法・認知行動療法マニュアル（平成21年度厚生労働省こころの健康科学研究事業「精神療法の実施方法と有効性に関する研究」）」、および不安障害の認知療法・認知行動療法マニュアル（平成27年度厚生労働省障害者対策総合研究事業「認知行動療法等の精神療法の科学的エビデンスに基づいた標準治療の開発と普及に関する研究」）に関する資料を事前にダウンロードしてください。

**【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】**

DP3. 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。

DP1. 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。

上記、心理科学部ディプロマ・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。

詳細は、講義内で説明する。

**【実務経験】**

金澤 潤一郎（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。