



タイトル「**2024年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**(共通)**」
シラバスの詳細は以下となります。



科目ナンバー	RMGT/SSCS1132		
科目名	心理学 2		
担当教員	河野 千佳		
対象学年	1年,2年,3年,4年	開講学期	後期
曜日・時限	月 3		
講義室	1501	単位区分	選
授業形態	講義	単位数	2
科目大分類	総合教育		
科目中分類	総合基礎		
科目小分類	文化教養		
科目の位置付け (開発能力)	<p>■ D Pコード-学修のゴールを示すディプロマポリシーとの関連 DP1-D〔市民的素養・市民的教養〕 市民的素養と参加コミュニティに積極的な変化をもたらすために、知識・スキル・価値観・動機を動員することができる。 DP2-B〔自己の特性を理解し社会に貢献しようとする姿勢〕 自己の存在意義を知り、自らを高め続けようと努力することができる。 DP4-I〔理解力・分析力〕 文章表現、数値データを適切に扱いつつ、情報の収集と取捨選択、分析と加工を有効かつ円滑に行い、課題の解決につなげることができる。</p> <p>■ C Rコード-学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモンルーブリック (C R) との関連 D1 市民的素養と参加 (60%) B1 自己啓発 (20%) I3 情報分析 (20%)</p>		
教員の実務経験	臨床心理士・公認心理師として大学病院小児科、小児科クリニック、児童相談所心理判定員、心理教育相談所、大学心理臨床センターにて心理臨床活動を行ってきています。この科目ではこれまでの臨床経験を踏まえながら、コミュニケーション、心の健康、臨床等について、これまでの知見と経験を生かした講義を行います (第2回・第7回・第8回・第11回～第13回)。		
成績ターゲット区分	■成績ターゲット 能力開発目標ステージとの対応 2 進期期 ～ 3 発展期		
科目概要・キーワード	<p>心理学は外部から直接観察できない「心」を客観的な手法で研究し、人間行動の理解や問題解決への応用に役立てる学問領域です。意識・思考、記憶、動機づけ、心の健康、臨床といった心理学の主要分野の基本的知識およびその研究法を概観し、心理学的現象を客観的に理解し判断する力を身につけます。授業の順番は入れ替わる場合があります。</p> <p>授業形態は講義形式により行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替するためオンライン授業を一部取り入れる場合があります。</p> <p>■キーワード：意識と思考、心の健康、臨床心理学</p>		
授業の趣旨	<p>■副題 「自分を知る 他者を知る」自己理解を深め、他者理解という視点を持つ。</p> <p>■授業の目的 ①社会人として必要な教養と社会科学の知識を高めるために、コミュニケーション、意識と思考、記憶、動機づけ、心の健康、臨床といった心理学の基礎知識について理解する。 ②自己啓発力を高めるために、心理学の理論や考え方をもとにしたコミュニケーションのグループワークを通して、客観的に自己や他者の行動を分析する態度を身につける。</p>		

	<p>③情報分析力を高めるために、学習内容に関するレポート作成や討論を通じて情報の再構成や評価に関する技能を修得する。</p> <p>■授業のポイント</p> <p>高校までに学習機会がほとんどない人文社会科学の一学問領域である心理学について、人間の一般的な心理・行動特性を幅広く概観しつつ、心や行動を客観的に捉えるアプローチを学びます。それらの学習を通じて、自分や他者の行動を客観的に解釈する技能を身につけましょう。</p>						
<p>総合到達目標</p>	<p>■文化的素養・市民的教養を高めるために、コミュニケーション、意識と思考、記憶、動機付け、心の健康、臨床を題材として心理学の基礎知識と研究法を理解する。また、自己の特性を理解し社会に貢献しようとする姿勢を高めるために、心理学的アプローチから自己の行動を客観的に分析する態度を身につける。さらに、理解力・分析力を高めるために、心理学に関する情報の収集・再構成・評価に関する技能を修得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループワークを体験し、コミュニケーションについて、心理学的観点から説明できる(第2回、第8回)。 ・複数の心理学的概念を用いて、自分自身の心理や行動を多面的に考察することができる(第2～14回)。 ・特定の心理学的概念に関する情報を複数の情報源から入手し、適切な情報を整理・要約することができる(第6回)。 ・自身の日常生活や専門に関する問題について、心理学的視点から具体的に説明することができる(第2回～第14回)。 						
<p>成績評価方法</p>	<p>■リアクションペーパー13回 (65%) (評価の観点) 授業内容の理解度、ならびに心理学の概念を日常生活の経験に置き換えて説明できるかを評価します。 (フィードバック方法) 授業時間中に解説・講評を行います。</p> <p>■レポート1回 (15%) (I3) (評価の観点) 心理学学修の意義を日常生活や専門と関連づけて論じることができているかを評価します。 (フィードバック方法) 授業時間中に解説・講評を行います。</p> <p>■理解度確認課題1回 (20%) (I3) (評価の観点) 心理学1での学習の理解度を評価します。シラバスを熟読し、復習課題をしっかりこなすことが重要になります。 (フィードバック方法) 授業時間中に解説・講評を行います。</p> <p>※成績評価における各方法の比率は、授業形態によって変更となる場合があります。詳細は初回ガイダンスで説明します。</p>						
<p>履修条件</p>	<p>特になし</p>						
<p>履修上の注意点</p>	<p>初回ガイダンスでは授業の進め方や成績評価に関わる提出物等の説明を行います。必ず出席してください。</p> <p>リアクションペーパーや小レポート、レポート課題等の提出が合計10回に満たない場合は成績評価は行いません。それらをよく理解し、授業参加や成績評価に際してのルールやマナーを遵守することを履修の前提とします。</p>						
<p>授業内容</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="464 1435 517 1480">回</th> <th data-bbox="517 1435 1497 1480">内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="464 1480 517 1912">1</td> <td data-bbox="517 1480 1497 1912"> <p>①授業テーマ ガイダンス ころってどこにある？ 人間の行動は何によって決まるのか？ 心理学のイメージ</p> <p>②授業概要 ガイダンス聴講と個別質問により、当科目の到達目標や学習計画、授業運営や成績評価方法を想起できるようになるとともに、それらを自分のコンピテンスや希望キャリア、学修計画と照らし合わせ、当科目を今期履修するか否かの意思決定ができる(I3)。</p> <p>③予習 (120分) シラバスを精読するとともに、心理学に対するイメージについてまとめておく。</p> <p>④復習 (120分) 各自で作成した授業ノートを確認して、自分の学修計画における当科目での学修目標を明確にするともに、他履修科目の授業計画も参照し、当科目について学期を通じての学修計画書を作成する。</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="464 1912 517 2159">2</td> <td data-bbox="517 1912 1497 2159"> <p>①授業テーマ エンカウンターグループワークを体験する</p> <p>②授業概要 人とのかわりにとって基本的、かつ重要なことは何かについて体感しながら (B1) 理解し説明することができる(D1)。 教員の実務経験を活かし、エンカウンターグループの有効な導入例等についても説明します。</p> </td> </tr> </tbody> </table>	回	内容	1	<p>①授業テーマ ガイダンス ころってどこにある？ 人間の行動は何によって決まるのか？ 心理学のイメージ</p> <p>②授業概要 ガイダンス聴講と個別質問により、当科目の到達目標や学習計画、授業運営や成績評価方法を想起できるようになるとともに、それらを自分のコンピテンスや希望キャリア、学修計画と照らし合わせ、当科目を今期履修するか否かの意思決定ができる(I3)。</p> <p>③予習 (120分) シラバスを精読するとともに、心理学に対するイメージについてまとめておく。</p> <p>④復習 (120分) 各自で作成した授業ノートを確認して、自分の学修計画における当科目での学修目標を明確にするともに、他履修科目の授業計画も参照し、当科目について学期を通じての学修計画書を作成する。</p>	2	<p>①授業テーマ エンカウンターグループワークを体験する</p> <p>②授業概要 人とのかわりにとって基本的、かつ重要なことは何かについて体感しながら (B1) 理解し説明することができる(D1)。 教員の実務経験を活かし、エンカウンターグループの有効な導入例等についても説明します。</p>
回	内容						
1	<p>①授業テーマ ガイダンス ころってどこにある？ 人間の行動は何によって決まるのか？ 心理学のイメージ</p> <p>②授業概要 ガイダンス聴講と個別質問により、当科目の到達目標や学習計画、授業運営や成績評価方法を想起できるようになるとともに、それらを自分のコンピテンスや希望キャリア、学修計画と照らし合わせ、当科目を今期履修するか否かの意思決定ができる(I3)。</p> <p>③予習 (120分) シラバスを精読するとともに、心理学に対するイメージについてまとめておく。</p> <p>④復習 (120分) 各自で作成した授業ノートを確認して、自分の学修計画における当科目での学修目標を明確にするともに、他履修科目の授業計画も参照し、当科目について学期を通じての学修計画書を作成する。</p>						
2	<p>①授業テーマ エンカウンターグループワークを体験する</p> <p>②授業概要 人とのかわりにとって基本的、かつ重要なことは何かについて体感しながら (B1) 理解し説明することができる(D1)。 教員の実務経験を活かし、エンカウンターグループの有効な導入例等についても説明します。</p>						

	<p>③予習 (120分) エンカウンターグループとは何か、調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、今後どのような場面で用いることができそうかについてノートにまとめる。</p>
3	<p>①授業テーマ 意識と思考の心理学Ⅰ 意識とは 脳波の種類、睡眠</p> <p>②授業概要 脳波を中心に意識の一般的特性の概要を学習しそれについて説明できる(D1)。</p> <p>③予習 (120分) 意識がある、ないとはどのような状態を指すのか、生理学における人間の意識について調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容について自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の特性についてもノートにまとめる。</p>
4	<p>①授業テーマ 意識と思考の心理学Ⅱ 思考 推論 確率の推定 問題解決</p> <p>②授業概要 思考を中心に思考の一般的特性の概要を学習しそれについて説明できる(D1)。</p> <p>③予習 (120分) 思考とは何かについて調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容について自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の特性についてもノートにまとめる。</p>
5	<p>①授業テーマ 記憶の心理学 記憶とは 記憶の役割 記憶の過程 記憶の種類</p> <p>②授業概要 記憶に関する基礎的な知見について説明できるようになる(D1)。また、記憶のメカニズムから、学生として学習等に際して脳を刺激して記憶する方法を活用することができる(B1)。</p> <p>③予習 (120分) 脳の働きについて調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の特性について理解したこともノートにまとめる。</p>
6	<p>①授業テーマ 自分のエピソード記憶を披露する</p> <p>②授業概要 過去に経験したさまざまな出来事に対して、自分がどのように行動してきたのかについて分析できる (I3) 。そしてそれを今思い出すことによってどのような感情が湧き上がってくるかという視点を持ち、自分という一人の人間について考えることができる (B1)。</p> <p>③予習 (120分) もっとも古い記憶と、最も強く記憶に残っているエピソードを思い出しておく。</p> <p>④復習 (120分) 自身の気づきについてノートにまとめる。</p>
7	<p>①授業テーマ パーソナリティの心理学 自身について客観的視点を持つ</p> <p>②授業概要 自己分析を行いながら (I3) 、客観的に自身をとらえることができる(B1)。教員の実務経験を活かし、ネガティブな側面を別の視点からとらえる意味についても説明します。</p> <p>③予習 (120分) いろいろな場面での自身の振る舞いや役割、そこから生み出される行動について考えておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の特性について理解したこともノートにまとめる。</p>
8	<p>①授業テーマ コミュニケーションのグループワークを体験する</p> <p>②授業概要 人とのかかわりにとって基本的、かつ重要なことは何かについて体感しながら (B1)</p>

	<p>理解し説明できる(D1)。 教員の実務経験を活かし、グループワークの有効な導入例等についても説明します。</p> <p>③予習 (120分) コミュニケーションとは何か、調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、今後どのような場面で用いることができそうかについてノートにまとめる。</p>
9	<p>①授業テーマ 動機付け 生理的動機付け 社会的動機付け マズローの欲求階層</p> <p>②授業概要 動機づけに関する基礎的な理論について説明できるようになる(D1)。また、学習トピックに関する自分自身の特性について述べるができる(B1)。</p> <p>③予習 (120分) 動機付けとはどのようなものか、調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、日常生活の中から例を探してノートにまとめる。</p>
10	<p>①授業テーマ こころの健康の心理学 I 防衛機制 フラストレーション耐性</p> <p>②授業概要 防衛機制について理解し、説明できる(D1)。フラストレーション下で自身が用いる防衛機制に気づき、述べるができる (B1) 。</p> <p>③予習 (120分) 防衛機制とは何かについて調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の発達課題についてもノートに列挙しておく。</p>
11	<p>①授業テーマ こころの健康の心理学 II ストレス反応</p> <p>②授業概要 ストレスについて理解し、説明できる(D1)。ストレスに対する対処法について述べるができる (B1) 。</p> <p>教員の実務経験を活かし、ストレスと身体との関係についても説明します。</p> <p>③予習 (120分) ストレスとは何かについて調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の発達課題についてもノートに列挙しておく。</p>
12	<p>①授業テーマ 臨床の心理学 I 話をきかないからみえてくる 開かれた質問・閉じた質問</p> <p>②授業概要 カウンセリングの技法について説明できる(D1)。 教員の実務経験を活かし、心理臨床活動の中でのカウンセリングについても説明します。</p> <p>③予習 (120分) カウンセリングとは何か調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 授業ノートを確認して、学習した内容に自分の言葉で概略を述べるとともに、自身の特性について理解したこともノートにまとめる。</p>
13	<p>①授業テーマ 臨床の心理学 II 心理臨床活動の実際</p> <p>②授業概要 公認心理師・臨床心理士が心理臨床活動を行っている領域について知ることができる(D1)。 教員の実務経験を活かし、心理臨床活動の中での臨床現場についても説明します。</p> <p>③予習 (120分) 心理職がどいうところ働いているのか調べておく。</p> <p>④復習 (120分) 自身の気づきについて理解したことをノートにまとめる。</p>
14	<p>①授業テーマ 学修内容の振り返りと授業内レポートの作成</p> <p>②授業概要</p>

	<p>今学期の学修内容を振り返るとともに、レポートの課題や形式について確認した上で、レポートを作成する(B1)。</p> <p>③予習 (120分) これまでの授業ノートを読み直し、各回のテーマや概念を自身の生活や専門にどのように役立てることができるか考えを整理してくる。</p> <p>④復習 (120分) 作成したレポートの内容と学修内容の対応について整理し直す。</p>
15	<p>①授業テーマ 授業内レポート作成と授業総括</p> <p>②授業概要 今学期の学修内容を振り返るとともに、レポートの課題や形式について確認した上で、レポートを作成する(B1)。授業総括を通じて、当科目での学習内容や自己の到達度を説明できるとともに(D1)、自身の自己啓発力や情報分析力に関する気づきや成長について具体例を挙げながら説明できる(I3)。</p> <p>③予習 (120分) これまでに配布した授業資料やノートを読み直し、各回のテーマについて自身の生活や専門にどのように役立てることができるか考えを整理しておく。また自分が修得した知識や技能を論じられるように準備する。</p> <p>④復習 (120分) 授業総括および授業内レポートの内容を振り返り、自分の考えを再検証する。</p>
関連科目	心理学1 (RMGT/SSCS1131)
教科書	無し 必要に応じて講義資料を配布します。なお、講義資料はポータルサイト (Canvas LMS) から事前にダウンロードできるようにしますので、予習や補習に活用してください。
参考書・参考URL	授業内で適宜指示します。
連絡先・オフィスアワー	<ul style="list-style-type: none"> ■連絡先：開講時に告知します。 ■オフィスアワー：授業時間の前後に設定します。
研究比率	

