

科目区分	基礎分野	科目名	カウンセリング論	対象学生	第3学年
		単位数(時間数)	1単位(30時間)	学期	第1学期
担当講師	院外講師				
科目目標	<p>1. カウンセリングの理論、過程、方法を通して、相談助言や心理指導的カウンセリング技術を習得できる。</p> <p>2. 演習を通じて、自己や他者について気づき、関わり方やコミュニケーションについて考えることができる。</p>				
授業計画	<p>第1回 オリエンテーション (講義)</p> <p>第2回 カウンセリング (講義)</p> <p>第3回 自己理解① EQ (GW・講義)</p> <p>第4回 自己理解② エゴグラム (講義)</p> <p>第5回 他者理解 (GW・講義)</p> <p>第6回 コミュニケーション① 交流パターン分析 (講義)</p> <p>第7回 コミュニケーション② 交流パターン分析 (GW・講義)</p> <p>第8回 コミュニケーション③ ストローク (講義)</p> <p>第9回 コミュニケーション④ ゲーム分析 (GW・講義)</p> <p>第10回 有意義な時間の使い方 時間の構造化 (講義)</p> <p>第11回 上手な自己表現 アサーション (GW・講義)</p> <p>第12回 上手な自己表現 5つのコラム法 (講義)</p> <p>第13回 ストレス (講義)</p> <p>第14回 ストレスマネジメント (講義)</p> <p>第15回 まとめ・終了試験 (講義)</p>				
評価方法	筆記試験				
テキスト	必要な資料を随時配布する。				
講師からのメッセージ	<p>実生活を通して感じたことや気になることを、より具体的な理論と演習を通じて、自己や他者について気づき、関わり方やコミュニケーションについて考えることができる。他者の援助者になることは、自己がどのような人間であるかを問われることでもある。また自分の感情について知っていることが、他者の感情の理解につながる。自分の今までの体験やその時の自分の気持ちなどを振り返りながら授業に臨む。</p>				