

開講期	2026年度前期			単位数	2.0単位
科目[授業]名	1147 人づきあいのスキル			開講形態 (隔週 偶数 = 隔週2コマ)	週間授業
種別	なし			定員	
履修可能学年	全学年履修可	重複履修	×	全学開講	○
曜日時限	火曜1限				
教室	J401教室				
代表教員	菅野 恵				
担当教員	菅野 恵				
テーマと到達目標	人づきあいのスキル（技術）を高めるためには、人の心の動きに着目しながらアプローチを行う必要がある。本講義では、人づきあいに役立つ心理学の基礎的な知識を習得しながら、事例を通して学んでいく。				
概要	担当教員がカウンセラー（公認心理師、臨床心理士）の立場で経験した現場でのエピソードを踏まえながら授業を進めていく。日常に役立つ実践的な内容にしていきたい。				
対面科目/オンライン科目	対面科目				
授業計画				担当教員（複数の教員が担当する場合のみ記載）	授業方式
第1回	ガイダンス				対面授業
第2回	Ⅰ. 心のメカニズム ①防衛機制				対面授業
第3回	Ⅰ. 心のメカニズム ②ストレスのしくみ				対面授業
第4回	Ⅰ. 心のメカニズム ③心理的視野狭窄、学習性無力感				対面授業
第5回	Ⅰ. 心のメカニズム ④トラウマ				対面授業
第6回	Ⅱ. 心の不調の理解 ①精神疾患、発達障害				対面授業
第7回	Ⅱ. 心の不調の理解 ②パーソナリティ障害、その他の心の不調				対面授業
第8回	Ⅲ. 家族関係や人づきあいで生じるリスク ①虐待、DV				対面授業
第9回	Ⅲ. 家族関係や人づきあいで生じるリスク ②ゲーム障害、ヤングケアラー他				対面授業
第10回	Ⅲ. 家族関係や人づきあいで生じるリスク ③育児、介護、その他				対面授業
第11回	Ⅲ. 家族関係や人づきあいで生じるリスク ④ひきこもり（VTR視聴予定）				対面授業
第12回	Ⅳ. 人づきあいのスキルを高めるために ①カウンセリングマインド				対面授業
第13回	Ⅳ. 人づきあいのスキルを高めるために ②コーピング、リフレーミング、その他				対面授業
第14回	まとめ、授業内試験の留意点				対面授業
第15回	学期末試験				対面授業
成績評価の基準	学期末試験80%、出席点・授業内で数回提出を求めるレポート等20%とする予定である。				
履修にあたっての留意事項	15回目の授業で実施される学期末試験が、主な評価対象となる。 この授業は、実務経験のある教員による授業であり、担当教員がカウンセラー（公認心理師、臨床心理士）としての経験をふまえた内容となっている。				
オンライン授業方式(同時双方向型・オンデマンド型)の詳細					
【種別】人数制限（抽選）授業の優先条件					

◆教科書・教材

教科書以外に必要な教材費用	なし		
教科書	菅野恵（著）『心が軽くなる人づきあいのヒント』（大修館書店）※2024年4月刊行予定	教科書(ISBN)	
参考文献	井梅由美子・渡辺千歳（編著）『はじめて学ぶ心理学—心の形成・心の理解—』（大学図書出版）/2,100円+税	参考文献(ISBN)	

◆合理的配慮

本学における修学支援基本方針について	本学における修学支援基本方針は以下URLを確認してください https://www.wako.ac.jp/campuslife/barrier-free.html 合理的配慮を希望する場合は基本方針およびシラバスを熟読の上で申請すること
--------------------	--