

グループ名	ユニット名等	科目名	担当教員名	対象学年次	学期
自己発見	2単位 人間を知る	心理学	服部 卓	2年次	春

授業のキーワード	心理学とは、日常生活における心理学、私たちはなぜ悩むのか
授業の概要・目的 及び修得させる知識・技能	心理学とは人の心の働きを科学的に解明しようとする学問です。目に見えない「こころ」というものを、心理学はどのようにとらえているか、どのように皆さんの生活の中で役立てていけるかを学んで行きたいと思えます。
履修のアドバイス・ 前提科目等	この授業で扱うのは心理学の基礎的な部分であり、あるいは一部分です。皆さんが興味を持って、さらに深く勉強をしてゆくきっかけとなればと持っています。

授業展開

	テーマ	内 容		テーマ	内 容
第1講	心理学とは何か	実際の心理学皆さんが思っているものとは少し違っているかもしれません。心理学の全体像についてご紹介します。	第9講	心の問題1 発達障害-臨床心理学	人々が抱える心の問題はいろいろなものがあります。その中から、子どもの心の問題として、最近注目されている発達障害について学びます。
第2講	ノンヴァーバル・コミュニケーション心理学	人と人のつながりを考える上で言葉とともに大切なのがボディ・ランゲージと言われています。日本人は少しなじみのないこのテーマから心理学の勉強を始めましょう。	第10講	私たちはどのように育って行くのか-発達心理学	心理学でおおとなになったところで発達終わりではありません。私たちは生涯を通じて、変化し、発達してゆきます。発達について、認知の発達、人格の発達という2つの視点から見えてゆきます。
第3講	あなたとパーソナリティ-人格心理学	自分を知りたいにしても、相手を知りたいにしても、人のパーソナリティについて知っていることはとても役立つでしょう。ここでは、様々なパーソナリティへのアプローチの仕方を学んでみたいと思います。	第11講	ストレスとコーピング-臨床心理学、健康心理学	私たちは日常生活の中で様々なストレスにさらされ、それを乗り越えながら暮らしています。様々なストレスの種類とその対処法について学んでゆこうとお思います。
第4講	それぞれの違い-人格心理学	私たちは、それぞれ異なる特徴を持ち、それぞれに違いがあります。その違いについて知能という面から考えてみましょう。知能を測るのはIQだけなのではないでしょうか?	第12講	心の問題2 うつ病と認知行動療法-臨床心理学	近年うつ病にかかる人が増えてます。うつ病というものとはどのようなものか、うつ病に対する心理学的な対処法である認知行動療法について学びます。
第5講	みんなと自分、自分であるということ-社会心理学	私たちは、自分らしさを他の人との関係の中で作り出してゆきます。ここでは、自分に自信があるということ、自分らしくとこれができるってどうして思えるようになるのか、といったことについて学びます。	第13講	ポジティブさが持つ力-ポジティブ心理学	今までの心理学では、心の問題点、悩みということについて焦点が当てられがちでした。最近の心理学では、ポジティブさの持つ力、それぞれの人が持っている強さといったことについて注目されてきています。
第6講	みんなの中のあなた-社会心理学	人間は周りの人の影響なしに生きてはなりません。それは、好ましい影響の時もありますが、そうでない時もあります。集団の中でいかに人間が行動について学びます。いくつかの興味深い実験などを紹介します。	第14講	私たちはなぜ悩むのか?-臨床心理学	心理療法、カウンセリングには様々な方法があります。それぞれの方法、理論を知ることは、私たちが悩むののかわりに考えて、知識を得るためにも役立ちます。
第7講	私たちはどのように世界を見ているか-知覚・認知心理学	私たちは自分の周りの世界をどのように見ているのでしょうか。人間は人間独特の世界のとらえ方があります。その見方について、知覚、記憶、思考、認知といった面から考えてみます。	第15講	定期試験	
第8講	身につけるとのこと-学習心理学	私たちはどのように、毎日生きてゆくために必要な様々なやり方、知識などを学び、身につけてきたのでしょうか? 人の行動の大事な基礎となっている学習について学びます。	評価方法	授業への参加状況 30% 定期試験 70%	
備考 (関連する資格・試験等)					
使用する教科書 (必ず購入してください)			参 考 文 献		
随時、プリントを配布します			長谷川寿一他著 はじめて出会う心理学 有斐閣 北尾彦倫他著 グラフィック心理学 サイエンス社 その他適宜紹介		