

心理療法特論

選択 2単位

中島 俊

1. 授業の概要(ねらい)

心理療法には、心理療法全般に共通する要素と各オリエンテーションに特異的な要素がある。この授業では心理療法全般に共通する要素であるコミュニケーション・スタイルについての理解を深めるとともに、心理療法家に必要な基本的スキルの習得を目指す。

2. 授業の到達目標

- 1)心理療法に共通する基礎知識を理解する。
- 2)心理療法家に必須の基本的なスキルを習得する。
- 3)不安とうつに対する認知行動療法を理解する。
- 4)睡眠障害に対する認知行動療法について理解する。

3. 成績評価の方法および基準

ロールプレイ演習60%、レポート及び期末試験40%、

4. 教科書・参考文献

教科書

堀越勝・伊藤正哉(訳) 不安とうつの統一プロトコル 診断を越えた認知行動療法 ワークブック 診断と治療社

5. 準備学修の内容

あらかじめ講義内容を予習し、理解を深めること。事前に心理療法に関する文献やDVD等の視聴が望ましい。

6. その他履修上の注意事項

グループ討議、心理療法面接のロールプレイを含む。ロールプレイは備え付けのタブレット端末および各自のスマートフォンを用いて録画をすることがある。

この科目は臨床心理学専攻に特化した科目です。

7. 授業内容

- 【第1回】 心理療法概論
 - ・さまざまな心理療法の共通性、特異性
 - ・心理療法家の価値感とクライアントの価値観
 - ・Evidence Based Medicine(EBM)とNarrative Based Medicine(NBM)
- 【第2回】 心理療法に必要なコミュニケーション・スキルと姿勢
 - ・動機づけ面接(Motivational Interviewing)
 - ・共有意思決定(Shared Decision Making)
- 【第3回】 心理療法に必要な基本的スキルの習得
 - ・ロールプレイ
- 【第4回】 心理療法に必要な基本的スキルの習得
 - ・ロールプレイ
- 【第5回】 認知行動療法の歴史的変遷とさまざまな理論
 - ・行動分析、行動療法、認知療法、認知行動療法
- 【第6回】 不安とうつの統一プロトコル①
 - Unified protocol:UP
- 【第7回】 不安とうつの統一プロトコル②
 - Unified protocol:UP
- 【第8回】 不安とうつの統一プロトコル③
 - Unified protocol:UP
- 【第9回】 不安とうつの統一プロトコル④
 - Unified protocol:UP
- 【第10回】 不眠障害に対する認知行動療法
 - Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia:CBT-I
- 【第11回】 睡眠リズムー覚醒障害に対する認知行動療法
 - Cognitive Behavioral Therapy for circadian Rhythm sleep disorders:CBT-R
- 【第12回】 行動活性化療法
 - Behavioral Activation:BA
- 【第13回】 社会的スキル訓練
 - Social Skill Training:SST
- 【第14回】 これまでのまとめ
- 【第15回】 テストとまとめ