パーソナリティと適応の心理

科目ナンバリング　CLI-101
選択　　2単位

杉本　真理子

1. 授業の概要（ねらい）

現代教育課題系科目群の心理学に関する科目は、1年次開講の「心の理解」に続き、2年次では4科目開講されています。本科目はその1つで、パーソナリティ（性格・人格とほぼ同義語）と適応について学んでいきます。

人と関わるためには、まず自分自身のパーソナリティーをよく知ること、そして人はそれぞれに異なったパーソナリティーであることを理解し、互いに認め合っていくことが大切です。本科目では、性格検査やグループワークを実施しながら、自己理解・他者理解を深めていきます。そして、適応的に生きる上で役立つ理論を体験学習を交えて学びます。さらに、精神的に不健康に陥ることは誰にでもあり得ることであり、不健康に陥った人に対する理解と治療についても基礎的な知識を学びます。

2. 授業の到達目標

①自己理解・他者理解のための心理学的方法を知る。
②自己理解を深める。
③適応的に生きるための理論を知る。
④精神的な不健康について、臨床心理学の代表的な理論と治療について知る。

3. 成績評価の方法および基準

毎回の授業のコメントペーパーと数回の小レポート（40%）、および期末の試験（60%）で評価します。

4. 教科書・参考文献

教科書
テキスト：指定しません。
参考文献
詫摩武俊・鈴木乙史・瀧本孝雄・松井 豊　『性格心理学への招待―自分を知り他者を理解するために』（新心理学ライブラリ）　サイエンス社
小塩真司　『はじめて学ぶパーソナリティ心理学―個性をめぐる冒険』　ミネルヴァ書房
杉田峰康　『交流分析』　日本文化科学社
平木典子　『アサーション入門－自分も相手も大切にする自己表現法』　講談社現代新書
平木典子　『自分の気持ちをきちんと〈伝える〉技術』　PHP

5. 準備学修の内容

①授業中にかなりの量の配布プリントがあります。毎回ファイルし、授業終了後、プリントを見直しノートにまとめること。
②宿題には丁寧に取り組み、提出期日を守ること。
③授業で紹介する文献を1冊は読破し、パーソナリティーについての理解を深めること。

6. その他履修上の注意事項

自分について、他者について、知ることは面白いことです。性格検査やグループワークに積極的に取り組んで下さい。

7. 授業内容

【第1回】　オリエンテーション、受講上の注意、「私は…」20答法あるいはイメージ画の実施、病跡学（パトグラフィー）の例を絵画作品で眺める
【第2回】　パーソナリティとは何か：気質・キャラクター・パーソナリティー、特性論と類型論
【第3回】　パーソナリティの理論①：代表的な類型論
【第4回】　パーソナリティの理論②：代表的な特性論
【第5回】　パーソナリティーを測る①：性格検査とは、性格検査を知るグループワーク（調べる）
【第6回】　パーソナリティーを測る②：性格検査を知るグループワーク（発表準備）
【第7回】　パーソナリティーを測る③：性格検査を知るグループワーク（発表・・・質問紙法性格検査、作業検査法性格検査）
【第8回】　パーソナリティーを測る④：性格検査を知るグループワーク（発表・・・投影法）
【第9回】　交流分析①：エゴグラムの実施、交流分析とは、構造分析
【第10回】　交流分析②：エゴグラムのフィードバック、交流パターン分析、グループワーク
【第11回】　交流分析③：ゲーム分析、脚本分析、ストローク、基本的構え、交流分析の目的とまとめ
【第12回】　アサーション①：3つの自己表現、アサーションとは、アサーション・グループワーク
【第13回】　アサーション②：なぜアサーティブになれないか、アサーティブになるために
【第14回】　不適応と心理療法
【第15回】　本科目のまとめ、試験

注：受講生の人数・状態により内容・順序に変更があるかも知れません。