

精神保健

科目ナンバー 7A214
基礎分野 選択 2単位

横山 明子

1. 授業の概要(ねらい)

価値観の多様化した現代社会では、対人関係の難しさなどから、精神的緊張や心理的ストレスを受けることが多く、心身症や社会的不適応、あるいは自殺などの精神の健康にかかわる問題が増加している。本授業では、生涯を通じた精神保健の諸問題に関する基礎的な知識と学校精神保健活動を実施するうえでの基礎技術を学ぶ。また、保健授業における精神保健分野が担当できるように保健体育教科書の批判的検討を行う
教職(保健体育)の必須科目でもあります。なお、この授業はディプロマポリシー①に該当します。

2. 授業の到達目標

到達目標は以下の通りです。

- 1) コミュニケーションスキルの基礎を理解し説明できる
- 2) 精神保健に関わる問題を説明できる
- 3) 保健授業における精神保健分野の教材を作成できる
- 4) 精神保健の組織活動について説明できる

3. 成績評価の方法および基準

レポート80点試験20点で評価をおこないます。
最期の時間に結果をフィードバックします。

4. 教科書・参考文献

参考文献
全国柔道整復学校協会 衛生学・公衆衛生学
医歯薬出版
ISDN978-4-524- 26198-7 C3047

5. 準備学修の内容

仲間と簡単な会話をします(ピアワーク)をしますので、
事前学修として

毎回、次のことを仲間(ピア)に発表できるようにしてきてください。

- ①この一週間の楽しい出来事
- ②この一週間で私がかはじめて学んだこと、気がついたこと
- ③この一週間で私が夢に向かって試みた小さな一歩 (15時間)

事後学修として。プリントで指示されたキーワードの解説文をノートに書いてください。(15時間)

6. その他履修上の注意事項

基本的には、すべての授業に出席をしてください。

7. 授業内容

【第1回】 授業計画

:精神保健の基本構造とその考え方 精神的緊張・心理的ストレスの理解

【第2回】 大学生の精神保健 コミュニケーションスキル① 傾聴と質問 心理学検定を受けてみよう

【第3回】 大学生の精神保健 コミュニケーションスキル② 非言語的コミュニケーション

【第4回】 生涯を通じる精神保健 ①胎児期 幼児期 私とは?自分マップ

【第5回】 生涯を通じる精神保健 ②児童期 思春期 高齢期

【第6回】 心とはなにかと問われたら?

【第7回】 精神保健問題 ①いじめ 自殺 コミュニケーション③

【第8回】 精神保健問題 ②アルコール、薬物

【第9回】 精神保健問題 ③性 その他

【第10回】 精神保健教育の進め方 ①中学、高校の教科書

【第11回】 精神保健教育の進め方 ②ソーシャルスキルと精神保健教育

【第12回】 精神保健教育の進め方 ③大学生の精神保健教育

【第13回】 精神保健の基礎知識を公衆衛生のテキストをもとに確認する。

【第14回】 精神保健の基礎知識を確認するために、問いをつくりクイズ大会を開催する。

【第15回】 授業の振り返りと評価 まとめ

※なお、精神保健問題については、受講者の関心のあるテーマに変更することがあります。その場合には授業のなかでお伝えします。授業のなかで、公衆衛生学に関する復習をしますので1年生に購入したテキストを必ず準備してください。