

# 心理学的な理論と支援(学校・教育心理学)

単位数	履修方法(授業形態)	配当学年
4単位	R	1・2年
担当教員	中村 恵子	

## ■授業のテーマ

学校臨床の事例をモチーフに認知行動療法を学ぶ

## ■授業の目的

問題解決に対してゴールド・スタンダードと称される認知行動療法について、理論的な発展の歴史と現実の事例に即した解決技法を学ぶ。

## ■授業の到達目標

- ・生物・心理・社会モデルを用いたアセスメントについて説明できる。
- ・不適応を起こしている問題を行動と認知の観点から説明できる。
- ・問題膠着に対する悪循環の構造を説明できる。
- ・問題の性質に応じて支援の方法を選択できる。

## ■授業の概要

カウンセリングは心理・教育・福祉臨床の多様な現場でさまざまに活用されています。

筆者(中村)は、スクールカウンセラーの創成期から学校臨床に携わり、認知行動療法での実践を展開してきました。認知行動療法の原理はシンプルで、公式を用いて行動と認知を分析することが可能です。

本授業では、認知行動療法の誕生と発展の歴史を紹介し、代表的な技法について事例を用いて詳述します。事例は、カウンセリングのプロセスがイメージできるように筆者自身の面接事例をモチーフにしました。

「カウンセリング」と、そこで活用される認知行動療法の技法を追体験いただけたら幸いです。

## ■在宅学修15のポイント

	テーマ	学修内容(・キーワード)	学びのポイント
1	カウンセリングの土台をつくった理論	P.1～7 精神分析と愛着理論および発達課題	愛着理論および発達課題の理論の誕生と精神分析との関係を学ぶ
2	人間性心理学の誕生	P.7～11 ユダヤの迫害と人間性心理学	ロジャーズの来談者中心療法、マズローの欲求階層論、フロイトのフロイトセラピーを学ぶ
3	行動主義心理学の誕生と発展	P.12～18 行動を学習ととらえる行動主義心理学	学習行動の発見と理論化、学習曲線の発見、洞察学習と行動形成法の開発を学ぶ
4	認知療法の誕生と認知行動療法の発展	P.18～24 問題行動の背景に存在する認知の歪み	スキーマ分析と認知療法、自己効力感とSST、学習性無力感と弁証法的行動療法を学ぶ
5	不登校理解の心理学とカウンセリング	P.25～31 不登校に対するマルチプルアプローチ	グループソーシャライゼーション・セオリーとカウンセリングのプロセス研究を学ぶ
6	問題行動のアセスメント	P.32～37 機能分析とスキーマ分析	認知行動療法のアセスメントとケースフォーミュレーションを学ぶ
7	問題行動を修正する分化強化法	P.38～43 行動の分化強化	適応行動と不適応行動の分化と代替強化について学ぶ
8	分化強化法の実践的活用	P.43～46 分化強化法の実践	問題行動を悪化させる分化強化の誤った使い方を学ぶ

	テーマ	学修内容(・キーワード)	学びのポイント
9	シェイピング法と課題分析	P.47～52 課題分析	不登校事例に対する課題分析に基づく行動形成法について学ぶ
10	課題分析と行動スケジュールの策定	P.52～57 行動スケジュールの作成	課題分析に基づく行動スケジュールの作成について学ぶ
11	シェイピング法と行動形成	P.58～63 シェイピング法の実践	行動スケジュールのモニタリングによる課題分析の更新とシェイピングを学ぶ
12	認知再構成法による行動修正	P.64～75 チーム支援の実際	思春期の抜毛症に対する認知再構成法について学ぶ
13	高所恐怖と動物恐怖に対する拮抗制止法	P.76～79 拮抗制止セラピー	高所恐怖と動物恐怖に対するセラピーに拮抗制止による行動修正を学ぶ
14	おまじない法による行動修正	P.79～92 おまじない法	フラッシュバックと睡眠時遊行症に対するおまじない法による行動修正について学ぶ
15	受験不安に対するおまじない法	P.92～100 受験不安とおまじない法	受験不安に対するおまじない法による行動修正について学ぶ

## ■レポート課題

課題 1	興味をもった事例1つを取り上げ、そこで用いられた認知行動療法の技法とその効果について論じなさい。
課題 2	課題1とは別の事例1つを取り上げ、そこで用いられた認知行動療法の技法とその効果について論じなさい。

※提出されたレポートは添削指導を行い返却します。

## ■アドバイス



論文の価値は、論点の明瞭さにおかれます。直感による個人的な意見や感想を交えず、文献による根拠から結論を導くことを「論じる」といいます。この論理の客観性と明瞭性が論文の価値の決め手になるのです。本レポートでも、複数の事例に一貫する共通性と、事例の特性による相違点を抽出し、論点を明瞭にしてください。



レポートは、以下の順序で記述し、最初に結論を述べてください。

- 1) 結論
- 2) 本論 結論に対する解説
- 3) 総括 支援システムを用いることの意義と効果

## ■評価の方法・基準

課題レポート各30%、試験レポート40%

## ■参考文献（\*印=大学から送付される必読図書）

- \* 1) 中村恵子著 2023 『認知症行動療法のストラテジー：行動修正法・行動形成法・認知行動療法・おまじない法』 ナカニシヤ出版
- 2) 中村恵子著 2026 『別室登校法：学校と適応指導教室での不登校支援と集団社会化療法 第2版』 ナカニシヤ出版
- 3) 田上不二夫監修 中村恵子編著 2011 『学校カウンセリング：問題解決のための校内支援体制とフォーミュレーション』 ナカニシヤ出版