

科目名	心理学	科目分類	■基礎教育科目 □専門教育科目
			□卒業必修 □栄養士必修 ■選択
		開講年次	■1年 □2年
英文表記	Psychology	開講期間	□前期 ■後期 □通年 □集中
ふりがな	せと ひろし	授業形態・修得単位	講義・2単位
担当教員名	瀬戸 泰	実施方法	■対面のみ□遠隔のみ□対面・遠隔併用
		実務家教員担当科目	○
授業のテーマ	<p>同じ経験をして、人によって「楽しい」と感じたり「つまらない」と感じたり、人によって感じ方が異なるのはなぜでしょうか。また、幼い頃の親子関係や成育歴はどのように心に影響を及ぼすのでしょうか。このように心理学は、私たちの様々な日常生活と結びついている「心」と「行動」の働きや法則性を検証していく学問です。本授業では、心理学に関する代表的な理論や考え方を学び、そのことを通じて私たち自身についても理解を深めていくことをテーマにします。</p>		
授業概要	<p>座学を中心に、心理学の主な分野について説明します。単に知識を紹介することにとどまらず、心理学をいかに日常生活に活かしていくかという視点から授業を進めていきます。</p> <p>なお、担当教員は、学生相談のカウンセラー等として、相談援助等に携わってきました。そのような具体事例を織り交ぜつつ、分かりやすく説明をしていきたいと思えます。</p>		
到達目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 心理学の成り立ちや心理学という学問について理解できる。 2. 人の心の基本的な仕組みおよび働きについて概説できる。 3. 学習した内容を、自らの心や日常生活の様々な場面で当てはめて確認・活用できる。 		
授業時間外の学習	<p>学習内容の定着を図るため、毎回、復習を行うようにしてください。</p> <p>学んだことを、自らの経験や日常生活の中で意識的に当てはめ、考察・活用できるよう努めてください。</p>		
履修条件	心理学のエッセンスを基礎から学ぶため、履修のための条件はありません。		
授業計画			
第1回	心理学とは	(イントロダクション、心理学の概要、心理学の三大潮流)	
第2回	学習心理学	(心理学なのに心を扱わない?、2つの条件付け)	
第3回	感覚・知覚心理学	(ありのままの世界 ≠ 見えている世界、外界情報のインプット)	
第4回	認知心理学	(世界の捉え方は人それぞれ、外界情報の処理)	
第5回	健康心理学	(心身相関、ストレスと健康)	
第6回	パーソナリティ心理学	(自分や他者の性格傾向、アセスメント、性格は遺伝か環境か)	
第7回	動機付け理論	(人はどのように動機づけられるのか、無気力の心理学)	
第8回	社会心理学	(人は社会をどのように捉えどのように振舞うか)	
第9回	意思決定心理学	(行動経済学とは、意思決定の背後に潜むワナ)	
第10回	感情心理学	(感情は人類共通?、感情はどのように生じるか、感情コントロール)	
第11回	発達心理学	(発達とは、心の発達と親子関係)	
第12回	発達心理学	(人は生涯発達する、発達プロセスと発達課題)	
第13回	発達心理学	(映画を通して考える発達)	
第14回	臨床心理学	(心理学を応用して心のケアに役立てる、様々な心の病、主な心理療法①)	
第15回	臨床心理学	(主な心理療法②、個人と環境との相互作用)	
第16回	定期試験		
テキスト	毎回、講義用レジュメを配布します。		
参考文献・資料	二宮克美ほか『エッセンシャルズ心理学 (第2版)』(福村出版、2021年)		
成績評価の方法	<p>学期末試験 70%、毎回のコメントシート 30%</p> <p>※出席回数が規定に満たなかった場合及び授業料その他納入金等の全額を納めていない場合は試験を受けることができません。</p>		
成績評価基準	秀(100~90点)、優(89~80点)、良(79~70点)、可(69~60点)、不可(59点以下)		
オフィスアワー	<p>月曜日・火曜日 13:00 ~ 14:00</p> <p>※上記以外の時間帯でも、研究室に在室中であればお声がけください (メール: seto@nau.ac.jp)</p>		
受講生に望むこと・受講のルール	<p>心理学は、心と行動に関する研究に基づいた学問であり、「占い」や「ゲーム」のようなものではありませんので、「思っていたものと違う、、」とならないよう、その点を予め理解したうえで受講するようにしてください。</p>		