学校番号	1008

令和８年度　教養科

教科	教養	科目	(学)カウンセリング入門	単位数	２単位	年次	２・３年次
使用教科書	無し						
副教材等	無し						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・対人スキルを身につけるための授業です。人間関係の構築に不安のある人にこそ率先して受講してもらいたいと考えています。
・ロールプレイやワークショップ形式等の活動を行いますので積極的な姿勢で臨むようにしてください。
・外部から専門の先生がお越しいただきますので失礼が無いようにしてください。（教務部）

2　学習の到達目標

・カウンセリングについて理解するとともに、関連する知識を身に付けるようにする。
・心理的な分析方法について、適切なものを判断し、その結果を考察する力を身に付ける。
・自己の内面を見つめ、自分らしさを無理なく発揮しようとする態度や、他者とのつながりを楽しもうとする態度を身に付ける。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・心理テストで自分自身や他者のことを分析する方法や対処法について理解している。 ・ワークを行う際に分析方法を活用することができている。	・具体的なワークを通じて得た気づきを文章化することができている。 ・いくつかの心理的な分析方法の中から適切な物を選択することができている。 ・得られた結果から具体的な状況を心理学的に考察することができている。	・心理テストや具体的なワークへの取り組み、提出物が十分である。 ・学習した心理的な分析方法や対処法を用いようとしている。 ・得られた結果を心理学的に考察しようとしている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	1 心について	1)オリエンテーション 2)心理テスト体験 3)職業興味テスト	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート
	2 自己分析	1)性格検査体験 2)青年期の心 3)自分をみつめる 4)自分の進路について	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート
2学期	3 カウンセリングマインド	1)ストレスや悩みについて 2)防衛機制について 3)自律訓練	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート
		4)自分らしさとは 5)交流分析	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート
3学期	4 ストレスマネージメント	1)自己感情の気づき 2)ストレスマネージメント	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート
		3)ロールプレイ	a: 自分・他者の分析方法や対処法を理解している。 b: ワークの結果を文章化し、その結果について考察している。 c: ワークへの取り組み・提出が十分である。	小テスト	文章化 レポート	観察 レポート

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度