科目名			担当教員	
特講・福祉心理学 17 （認知行動療法）			中村　恵子	
科目コード	単位数	スクーリング単位	履修方法	配当年次
FT2617	1	1	S（講義）	1 年以上
生成 AI 利用レベル		試験（スクーリング含む）　：　C		

※この科目の会場スクーリングは隔年開講予定です。2026 年度は開講しません（次回開講は 2027 年度）。
※オンデマンド・スクーリングは 2026 年度も開講予定です。

科目の概要

■科目の内容

認知行動療法では、不適応は問題行動によって起きるので、それを引き起こしている誤学習を修正すれば問題が解決するはずだと考えます。この授業では、不適応場面での問題行動をとらえ、その背景にある認知と行動の分析方法および誤学習の解除と適応行動の形成方法について学びます。

■到達目標

１）認知とは何か説明できる。
２）行動とは何か説明できる。
３）誤学習について説明できる。
４）認知行動療法について説明できる。

■学位授与の方針（ディプロマポリシー）との関連

とくに「人間理解力」を身につけてほしい。

■教科書・参考図書

【教科書】

（スクーリング時の教科書）スクーリングにあたって、教科書は使用しません。※配本はありません。

【参考図書】

中村恵子著『認知行動療法のストラテジー』ナカニシヤ出版、2023 年

■スクーリング講義内容

回数	テーマ	内容
1	カウンセリングの基本的技法	ミラー、ポジティブフィードバック、リフレイミング技法
2	行動療法の原理と実践	動物恐怖の治療
3	行動のオペレーション	高所恐怖症の治療
4	分化強化法での行動修正	悪循環の切断と適応行動を促す行動療法
5	認知療法の原理と技法	問題行動の背景にある認知への注目とスキーマ分析
6	誤学習の解除	誤学習の解除と認知の修正
7	認知再構成法	受験不安とおまじない法

8	不安の拮抗制止と環境調整	強迫性スペクトラム障害の治療
9	スクーリング試験	

※オンデマンド・スクーリングでは、上記の講義内容と異なる場合があります。

■講義の進め方

パワーポイントの資料を基に、具体的な解説を行います。

■スクーリング　評価基準

授業への参加状況 30%＋スクーリング試験 70%（持込可）。

試験では、とくに機能分析とスキーマ分析についての理解を問います。

オンデマンド・スクーリングでは、スクーリング試験 100%で評価します。

■スクーリング事前学習（学習時間の目安：5～10 時間）

講義内容の関心あるテーマについて、自分なりに本を読んだり学びたいことを考えてきてください。

■スクーリング事後学習（学習時間の目安：20～25 時間）

授業での配付資料や講義内容を基に、自分自身の問題行動を一つあげてください。そして、その機能分析とスキーマ分析を行い、誤学習の解除を試みてください。