

ビジュアル 心理学入門

PSYCHOLOGY SERIES
DVD

教育心理学

社会心理学

生涯発達心理学

臨床心理学

ビジュアル 教育心理学入門 全10巻

少子化による若年層の人口減、高齢化による教員不足が急速に進む今日の日本。現代社会に対応できる教員の資質向上と教員不足を補うための養成は我が国の急務な課題です。教職課程のうち教育心理学系の専門科目は、教育心理(中・高校生の発達と学習)、教育方法・技術・評価、生徒指導・教育相談・進路指導で構成され、教育心理はその基礎となるものを扱うことが期待されています。

「ビジュアル教育心理学入門」は、教育心理学が担う青年期の心身の発達や学習過程に加え、今日的な課題や傾向についても取り上げ、教育方法や技術、生徒指導との関連やその基礎となるべき事項をドラマや再現シーンを用いて具体的に示す映像教材です。教育心理学の中核的な内容や事柄を分かりやすく解説し、青年期の子どもたちとどう向き合うかについて考えていきます。

1 青年期の特徴

指導：三浦香苗(昭和女子大学)
(DVD)600V041S

青年期には身体や運動能力以外に、内面的な精神構造にも大きな変化が生じます。その結果、文法や数学のような抽象的・論理的教科の学習が可能となり、自分を取り巻く現実や未来について批判的に考え、思考する世界も拡大します。また、大人の権威から離脱し、自立した人間になるよう努力し、新しい人間関係を構築しようとする。しかし、青年は経験も生活の知恵も十分には持っていません。この自己を取り巻く現状打開に、友人関係を通じて対処していきますが、信頼できる大人からの確認と支持も期待しています。

この巻では、主として青年期(中・高校生の時期)の特徴を略述し、青年期の一般的理解を得ることを目的とします。同時に、社会の変化が激しく、期待されるものが多様化・変動している今の社会の中で、大人への過渡期にある青年を支援するにはどうすればいいかを幾つかの側面から具体的に考えていく次巻以降の導入の役割を果たします。



2 動機づけとやる気

指導：大芦 治(千葉大学)
(DVD)600V042S

動機づけとは学習に対する意欲、やる気などと言われているものです。どうすれば学習に対する意欲がわき、やる気ができるのか、あるいは、どうして人は無気力になってしまうのかといったテーマは教育心理学の中でも重要なテーマの一つです。人は試験で良い点数を取るため、他人から褒められるためだけに動機づけを高めるものではありません。自分の興味、関心などに由来する自発的な意欲、つまり、内発的動機づけを高めることができます。また、動機づけを維持するためには自分のことは自分でやっているという感覚を持っていることが重要です。それが無い人は自分ではやっても無駄だという気持ちになり学習された無力感といわれる状態に陥ってしまいます。

この巻では、そうした内発的動機づけ、学習された無力感など動機づけに関するさまざまな実験の紹介を通して、教育場面で動機づけを高めることの意味、方法などについて考えていきます。



3 学習方法と評価

指導：岸 学(東京学芸大学)
(DVD)600V043S

学習指導の活動をとらえるために、4つの視点から説明をします。第1は、学習によってどのような知識・技能・態度などが獲得されるのかです。特に、宣言的知識と手続的知識の獲得過程を中心に解説します。第2は、学習方法についてです。これは、学習者(児童・生徒・学生など)の視点に立ち、個人がどのように自分で学習していくか、すなわち自己学習を解説します。また、学習者のいろいろな特徴(学習スタイルなど)も紹介します。第3は指導方法についてです。これは指導者の視点に立ち、教授法、すなわち授業にはどのような方法があるか、授業をどのように実施していくかを解説します。また、最近行われているいろいろな新しい授業の方法も紹介していきます。第4は評価方法です。学習指導と評価活動とが両輪となって、学習の効果が上がります。評価の考え方、測定の手段としてのテスト法について紹介します。



4 学級の中の学習不応

指導：桑田良子(植草学園大学)
(DVD)600V044S

学習不応の問題は、1つは学業不振、もう1つは勉強嫌い、やる気がないという形で現れます。この巻では実践的な視点から、学校教育現場で、学習意欲や学習方法などの学習活動の諸側面に気になる生徒、何らかの配慮なしでは学習活動を円滑に進めることが難しかったり、これからの学習に支障をきたすことが予想されたりする生徒なども含めて「学習不応」生徒としてとらえ、その対応やかかわりのありかについて考えます。

最近特に問題になっている発達障害については、障害特性、認知特性を理解した対応が必要で、わかりやすい教材の工夫や授業展開が有効であることを、事例をあげ解説しています。また、「学習不応」生徒には、単に学習支援だけでなく、学習態度の育成や心理面の支援、進路問題への支援など、幅広い観点にわたる支援が必要であることから、学校体制としての取り組みにも言及しています。



5 自分探し

指導：笠井孝久(千葉大学)
(DVD)600V045S

中・高校生の時期の青年たちは、それまでの親や社会から与えられた行動基準ではなく、自分たちなりの行動基準で考え行動し、社会との関係を築いていこうと試みます。さらに、第二性徴を伴う身体的な変化や友だち関係の変化、進路の選択など、さまざまな変化や課題への対応が求められます。これらの経験は不安や葛藤、失敗など、容易なものではありません。得意なものに熱中することにより、自分の可能性を発見したり、周囲から認められたりしながら、自分なりのやり方でそれら乗り越えていきます。時に起こる親や社会の考えとの衝突や反抗的な振る舞いの背景には、「自分らしさ」、「自分とは何か」を模索する、自立に向かう心性が存在しているのです。

この巻では「自分づくり」「自分探し」をキーワードに、事例を通して、青年期の自立へ向かう心性とそれらを理解する視点、発達を支援する教育的関わりについて紹介します。





「青年を理解し、支援するために」

三浦香苗（昭和女子大学教授）



青年期は、児童期と成人期の中間にあり、子どもから大人に変わる時期です。人間の一生の中でも最も変化に富み、かつその時期をいかに過ごすかはその後の一生を大きく左右する時期といわれています。また、現代の多くの青年たちは、この時期を中学・高校という学校の中で過ごします。学校教育の存在とそこでの在り様を無視しては青年を語ることも理解することもできません。

「ビジュアル教育心理学入門」は、中学校・高校の教育職員免許状取得にかかわる「教職に関する科目」としての「生徒の心身の発達及び学習の過程」を扱う「教育心理学」の授業を補助する教材として開発されました。この科目は、教職に関する授業科目の基礎理論に関する科目であり、「教育の方法及び技術」や「生徒指導、教育相談・進路指導などに関する科目」の基礎・導入としても位置づけられています。青年の発達や学習の諸側面にわたる内容の概観が期待されているために、受講生にとって魅力的な授業になっていないことが多かったと思われます。その側面の課題を各分野の専門家によって内容の精選とビジュアル化で分かりやすく解説したものがこのシリーズです。

監修：三浦香苗（昭和女子大学教授）

DVD 各巻 約30分

各巻 63,000円（本体60,000円）

6 中・高校生的人格と情緒

指導：濱口佳和（筑波大学）
(DVD)600V046S

子ども達は小学校の高学年頃に思春期のスパートという急激な身体発育に直面します。そして子ども達は、これまでの自己との連続性の感覚を揺さぶられ、新しい自己を求める旅に出ます。「自分とはいったい何か?」青年期全体を通じて繰り広げられるアイデンティティの探求を縦軸に、この時期の子ども達のパーソナリティ形成も進んでいきます。

この巻では、まず人格（パーソナリティ）の概念を紹介した上で、自己愛、主張性、攻撃性など、青年期のパーソナリティ形成にまつわるピックを紹介します。また青年期は孤独感や自己嫌悪感などネガティブな生活感情を持ち、情緒的に不安定になりやすい時期でもあります。特に対人恐怖心性と抑うつ傾向を取り上げ青年期の感情面の問題について解説します。



7 青年期の交友関係

指導：榎本淳子（東洋大学）
(DVD)600V047S

青年期において、対人関係の中心は親から友人へと移っていきます。青年は親から精神的に独立し始め、友人はその不安感を支える大きな存在となります。友人と心を通わせ、さらに様々生じる葛藤や仲間はずれは、青年にとって人間関係を学ぶ糧となり、また自分自身に目を向け、新たな自分に気づききっかけともなります。このように青年期の友人関係は、親からの自立を支え、自己を獲得する過程で重要な役割を果たしています。ではその実際はどのようなものなのでしょうか。青年期と言っても、中学生と大学生とでは友人との関係の持ち方は異なります。また特に近年では友人関係が希薄化している、青年が状況に応じて友人を使い分けていると言われていました。

この巻では、青年期の友人関係の重要性とその機能と発達の变化を紹介しつつ、近年の友人関係の特徴についても再考し、教員は交友関係にどう関与すべきかを考えていきます。



8 教育とメディアの諸問題

指導：中澤潤（千葉大学）
(DVD)600V048S

マンガ・アニメ等、世界中の若者に大きな影響を与えている日本の若者文化。インターネット・ブログ、携帯電話等、身近に情報の受信と発信の道具を持つ若者たち。この巻では、メディアの役割やその影響、メディアとの適切な関係のあり方等を考えていきます。

まず、若者文化の中で大きな位置を占めているマンガは、なぜ分かりやすいのか、またマンガを読むリテラシーについて考えます。またテレビやインターネット等のメディアでは正誤多様な情報が混合して提示されており、これらの中から適切な情報を読み取るメディアリテラシーは現代の若者に取って重要なスキルです。そのためにも、与えられた情報を鵜呑みにするのではなく、批判的に検討することが重要です。さらに、テクノロジーの発展は若者の創造性を支える多様な情報発信手段を提供しています。情報の発信を体験することは、情報の理解を促します。青年にとってのメディアとの適切な関係を考えます。



9 不適応と問題行動

指導：田中奈緒子（昭和女子大学）
(DVD)600V049S

青年期は大人への移行期です。そのため、その時期にあたる中・高校生においては身体、性、対人関係、社会的役割と様々な面で大きな変化が起こります。このような変化の中で、両親や教師など権威者との葛藤、自己評価の揺らぎ、気分の変動など、様々な問題を抱えがちです。そしてその問題は、不適応や問題行動として顕在化することがあります。不適応は、「身体症状」「精神症状」「外的な行動」という3つの次元の現象として現れてきます。不適応の外的な行動である問題行動は、社会を観点とした表面的な特徴から、「反社会的行動」と「非社会的行動」に大別できます。

この巻では、「非行」と「不登校」を取り上げ、その実態を概説し、彼らの心理状況について解説します。さらに中・高校生の不適応と問題行動に関する理解と支援についても考えていきます。



10 若者の性行動

指導：福富護（東京学芸大学名誉教授）
(DVD)600V050S

初経や精通などの第二性徴の発現に象徴される性的成熟は、青年期の始まりを示す身体的な変化ですが、身体のみならず青年の心理や行動に対して多大の影響を及ぼします。しかしながら、特に教育の場では、青年の性意識や性行動に対して抑圧的な姿勢が根強く、十分な対応がなされていないのが現状です。性的成熟を大人に向かう発達の変化と考えるなら、抑圧的な姿勢をとるだけでは、性的に自立した大人になるための道筋を閉ざしてしまうことにもなりかねません。性的成熟とともに沸き起こる性的関心や性的行動に直面し、時に悩み、戸惑っている青年に対して、教師（大人）として十分な対応をするためには、性を考える視点を自ら確立させる必要があります。それというも、性をどのように考えるのかそれ自体に、考える側の価値観が如実に反映されるからです。

この巻では、現代社会の中で性意識や性行動を考えるための枠組みを、価値観との関連を含めて、解説します。



ビジュアル 社会心理学入門 全10巻

私たちは親や兄弟、家族や友人や恋人、上司や部下など多くの他者と関わりながら生きています。そうした他者の存在により、思考や感情、行動等に影響を及ぼされ、逆に相手に影響を及ぼしています。そして、人が相互に影響を与え合う結果、様々な現象(競争や協力等)や関係(集団や組織等)が生み出されます。

社会心理学(Social Psychology)は、人間の社会行動が、様々な社会的な要因を背景にどのように起こるのか、どのように影響されるのか、その過程を科学的に明らかにする学問です。

「ビジュアル社会心理学入門」は、個人、対人、集団、組織や社会、各レベルで人との関わりから発生する現象や関係を解説する社会心理学入門のための映像教材。再現シーンなどを用いて基礎的な理論や支援について視覚的に理解できるよう興味深く描き、私たちが生きていく上で最も関心の深い人間関係について考察します。

1 現代の社会心理学

指導：安藤清志 (東洋大学)
(DVD)600V031S

心理学の一分野である社会心理学は、社会の中で生きる人間のこころと行動を理解するために、科学的な方法を用いてその研究成果を積み上げてきました。社会心理学が扱う問題は、個人の心理(自己や社会的認知)から対人行動・対人関係、集団・組織、そして集合行動(流行、流言など)や文化に至るまで広範囲にわたります。また、近年では、臨床心理学や環境心理学など、さまざまな領域と重なる応用的な研究も活発に行われています。

ここでは、私たちが日々の生活の中で経験する具体的な問題や代表的な研究例を題材に取り上げながら、現代の社会心理学がどのような問題をどのような方法で研究してきたかを、わかりやすく紹介します。研究方法に関しては、実験法や調査法を中心にして、その基本的な原理を解説しています。これらの内容を理解することによって、社会心理学の各領域の問題を効率的に学習することができます。



2 社会的認知

指導：外山みどり (学習院大学)
(DVD)600V032S

社会生活を営む上で、適切な社会的認知をもつことは、重要な意味をもちます。初対面の他者はどんな人か、社会的な出来事や事件・事故の原因を何と考えるか…こうした認知や判断により、社会的対象に対する感情や行動が左右され、対人関係や集団の活動も影響を受けます。社会的認知は、様々な社会行動の基礎なのです。初対面の人の外的な特徴だけでなく、相手の性格など内面的特徴を、ある程度わかったように思えるのはなぜでしょうか? 対人認知においては、様々な手がかりを用いた推論が行われ、外的情報以外に、過去経験に基づく知識や固定観念も影響を与えます。その種の推論は、必ずしも意識的に行われているとは限りません。最近の研究では、本人も意識しないような自動的・潜在的な認知過程が目立っています。

ここでは、社会的認知のメカニズムを考察し、認知が現実の場面でどのような役割を果たすかについても考えます。



3 自己

指導：沼崎 誠 (首都大学東京)
(DVD)600V033S

汝自身を知れ。これはギリシャのデルフォイのアポロン神殿に刻まれていた格言です。自分とは、という問いは誰でも考えたことがあるでしょう。自己とは他人から知ることのできないものであり、一見すると社会心理学とは無関係なように思われるかもしれませんが、社会心理学においても重要な研究テーマです。自己といったものも他者との関係の中で作られているものであり、どのように自分を見るかによって他者との付き合い方も異なってきます。

ここでは、他者との関係の中で自己がどのように形成されるのか(自己概念)、他者との関係の中で自分をどのように評価するようになるのか(自己評価)、自己を意識しているときとしないときでは他者との関係がどのように変わってくるのか(自己意識)、他者に自分の印象を持ってもらうためにどのようにふるまうのか(自己呈示)、といったことを紹介していきます。



4 親密な対人関係

指導：下斗米 淳 (専修大学)
(DVD)600V034S

私たちは、多くの他者との対人関係の中で一日の大半を過ごしています。あらゆる他者との対人関係は初対面から始まります。多くの他者と出会う中で、その対人関係を、顔見知りから、遊び友達、親友や恋人、あるいは配偶者というように親密なものへとステップ・アップさせていきます。そもそも親密な関係とはどのような状態なのでしょう。人と人が親密になっていくための条件とはどのようなものなのでしょうか。何が顔見知り程度にとどまらせてみたり、親密にさせるのでしょうか。作り上げた関係が動揺し、崩壊に至ってしまうのはなぜなのでしょう。また、人間関係に悩む多くの人々のその悩ましさはどこから生じるものなのでしょうか。

ここでは、まず親密な対人関係とは何か、対人関係がいかに重要であるかを確認します。その上で、親密化過程に求められる諸条件、対人関係の崩壊、そして対人関係を結ぶことに伴う悩ましさについて考えていきます。



5 援助とサポート

指導：福岡欣治 (川崎医療福祉大学)
(DVD)600V035S

他者へのやさしさや思いやりは、人々が共に生きていくために大切な要素です。支えとなる人がいることによって、人はしばしば大きな困難をも乗り越えることができます。「人が人を助け、支える」とこの意義は、多くの人にとって当然の、改めていうまでもないことのように思えるかもしれませんが、しかし一方で、たとえば電車で「○○の人に席をおゆずりください」というアナウンスを聞くことがあります。誰もが席をゆずり合っているなら、そんなアナウンスは必要ないはずですが、どうして人は、大切であるはずの援助をしない時があるのでしょうか。また、たとえば席をゆずろうとする援助の申し出が「拒絶される」こともあります。なぜなのでしょう。

ここでは、「援助行動」と「ソーシャル・サポート」に関する知見のいくつかを、わかりやすく紹介します。どちらも「人が人を助け、支える」という、人が社会生活を営むうえで重要なトピックを真正面から扱う概念です。





監修：安藤清志 (東洋大学教授)
 DVD 各巻 約25分
 各巻 63,000円 (本体60,000円)

「社会心理学の“おもしろさ”を学ぶ」 安藤清志 (東洋大学教授)



私たちは、家族・友人・会社の同僚など、多くの人とのかかわりの中で社会生活を営んでいます。円滑な人間関係を維持したり優れた組織の中で活動することによって、生き甲斐や幸福感を感じたり、目標を効率的に達成することができるようになります。しかし、一方で、人と人のかかわりはストレスや葛藤、いじめや暴力など、様々な問題を引き起こすことがあります。社会心理学は、このような人と人のかかわり、そして人と社会のかかわりが生み出す事柄を科学的に解明し、私たちが社会の中で「より良く」生きるための知識として生かすことを目指しています。

「ビジュアル社会心理学入門」は、文字通り、このような社会心理学が蓄積してきた研究成果を映像を通して視覚的に学んでいただくための教材です。社会心理学の基礎的な理論や研究方法、そして代表的な研究などを図版や再現シーンなどを効果的に用いながら、分かりやすく解説していますので、社会心理学の全体像を効率的に学ぶことができます。このシリーズで学んだ後で、とくに興味を感じた問題について専門の解説書を読むというやり方もお勧めです。また、日常生活の中で自ら感じている問題を解決するヒントを得ることもあるでしょう。このシリーズを通じて、社会心理学の「おもしろさ」を感じ取っていただければと願っております。

6 攻撃と怒り

指導：湯川進太郎 (筑波大学)
 (DVD)600V036S

人はなぜ他者を攻撃するのでしょうか？ 攻撃行動には「防衛」「強制」「制裁」「印象操作」といった機能があることがわかっています。人々は多くの場合、それらにしがたって他者を攻撃します。ただ、攻撃といっても多くのバリエーションがあり、そこには個人差、発達差、性差もあります。また、様々な要因(気温、メディア、アルコールなど)が攻撃を促進することも分かっています。こうした人間の攻撃を説明するための理論も、数多く提出されています。一方、攻撃行動と表裏一体だと考えられているものに、怒り感情があります。私たちはなぜ怒りという感情を抱くのでしょうか？ 怒りという感情はどんなものなのでしょう？ 怒りを感じる背景、怒りと攻撃の関連性、怒りをコントロールする方法について、これまでいくつかの考えが提案されています。

ここでは、攻撃と怒りの基礎的な知識について紹介し、我々が攻撃や怒りとどのように付き合っていけばよいのかを考えていきます。



7 説得と依頼

指導：今井芳昭 (東洋大学)
 (DVD)600V037S

私たちの生活は、人にちょっとしたことを頼んだり、ある行動を取るよう説得したりすることがあります。逆に、自分が人から頼まれごとをしたり、説得されたりすることもあります。こうした人と人との間で行われる働きかけ、影響の及ぼし合いを対人的影響と呼びます。与え手が意図的に相手(受け手)に影響を与えることもありますが、与え手が意図しないうちに、与え手の存在や行動によって、受け手が影響を受けてしまう場合もあります。例えば、同じ作業をしている他の人がいると、つい手を抜いてしまったり、空を見上げている一群の人たちがいると、つい自分も空を見上げてしまったりするということです。一方、特に販売場面においては、受け手(顧客)が商品を買ってくれるように巧妙な働きかけが用いられる場合があります。

ここでは、対人的影響をキーワードにして、その全体像を捉え、特徴的な現象を考察していきます。自分の体験とふだんの生活を対人的影響という枠組みで捉え直してみると理解が深まります。



8 集団と人間

指導：岡 隆 (日本大学)
 (DVD)600V038S

私たちが生活している社会は、歴史や経済によって規定された勢力関係や地位関係を相互に持ち合い、その関係の様相をダイナミックに変動させていく、さまざまな社会的集団によって構成されています。私たち一人ひとりは、これらの社会的集団に所属して、その集団のなかで、その成員間でさまざまな対人相互作用を営みます。それと同時に、私たちは自分が所属していない別の集団やその成員ともさまざまな相互作用を営みます。

ここでは、人がある集団に所属することによって、その人は他の集団成員からどのような影響を受け、どのような関係をつくっていくのか、その人は別の集団やその成員に対してどのように振舞うのか、その人やその人の集団は別の集団との関係性のなかでどのように変わっていくのかを解説します。



9 組織と人間行動

指導：角山 剛 (東京国際大学)
 (DVD)600V039S

工業化社会の急速な発展に伴い、組織と人間行動の関係は、大きな関心をもって研究がなされ、その関心領域は、大きく分けて、組織に働く人々を適切に管理することを通じて組織の効率を高めていく側面と、人々の行動や人間関係の理解を通じての意欲向上、仕事生活の充実という側面が含まれます。前者の視点からは、作業行動、職務設計、従業員の選抜や適正な配置、訓練、業績の評価など、後者の視点からは、従業員の仕事への態度や満足感、動機づけ、リーダーシップ、キャリア発達、仕事ストレスの問題などが研究されてきました。インターネットの発達、経済のグローバル化、働く意識の変化など、企業組織をとりまく環境が、様々な面で大きく変動を続けている現代、組織と人間行動のかかわりを探究することは、ますますその重要性を増しています。

ここでは、仕事動機づけ、管理者のリーダーシップ、職務ストレスとメンタルヘルスの問題を考えます。



10 集合行動

指導：田中 淳 (東京大学)
 (DVD)600V040S

都市暴動、パニック、リンチ、うわさ、流行、社会運動……。これらの行動は、すべて集合行動の対象です。これら集合行動は一見すると無関連にみえますが、いずれも社会の混乱や摩擦の原因を解釈し、個々人や社会の中に意味づけ、新たな社会秩序を共有しようとする過程で発生します。対人行動は、個人の欲求や願望だけに規定されているわけではありません。他者との関係やその場に相応しい行動の様式が求められる、相互に行動が調整される一連の行動プロセスなのです。集合行動はこの相互の行動調整過程に関心を持っているのです。21世紀の社会にとって重要な集合行動、そのひとつが災害過程です。災害は稀にしか発生しないゆえに体験したことのない未知の環境に追いつまれ、その厳しい環境に適応し、相互に調整を図っていく必要に迫られます。

ここでは、過去のニュース映像を交え、それぞれの集合行動はどのようにして起こっていくのかを解説します。



ビジュアル 生涯発達心理学入門 全10巻

動機を理解したい出来事が頻発する現代社会。その対応に社会全体が苦慮しています。私たちの心の中ではどんな変化が起こっているのでしょうか。

人生の各過程での心の発達を研究する発達心理学は、近年の長寿化傾向と高齢化社会を背景に成人期から高齢期までも含む生涯発達心理学(life-span developmental psychology)として注目されています。

「ビジュアル生涯発達心理学入門」は、人間の誕生前後から死に至るまでの一生涯を対象とし、基礎的な理論や発達の捉え方、研究方法などが視覚的に理解できる生涯発達心理学入門のための教材です。厳選された重要な事例を取り上げ、発達心理学の基礎の習得とより深い理解を目指す、現代の私たちの心を理解する映像作品です。

1 生涯発達心理学とは ～発達の仕組みと様相～

指導：田島信元 (白百合女子大学)
(DVD)600V021S

人の発達は母親の胎内にいるときから始まっています。そして成長し、成人を迎え、いよいよ高齢期にさしかかっても発達は続いているのです。発達心理学の取り扱う「発達」とは何なのか。どのような仕組みで発達するのか、どのように発達が現れてくるのか。

ここでは、発達心理学の前提となる「発達」そのものについての考え方を解説します。子どもの認知発達研究の礎を築いた二大発達心理学者、J.ピアジェとL.S.ウィゴツキーの理論の紹介を通して、「発達心理学」が「生涯発達心理学」へと展開していった過程を解説。さらに、発達を客観的に測定する「観察法」「実験法」「テスト法」、そして人の考え方を測定する「面接法」「質問紙法」など発達心理学で用いられる主要な方法論についても紹介します。発達心理学とはどういった視点で、何を、どのように研究しているのか、ということの理解を目指します。



2 胎児期・新生児期 ～魅力に満ちたその世界～

指導：川上清文 (聖心女子大学)
(DVD)600V022S

胎児や新生児は従来、「無力・無能で環境から受動的に影響を受ける存在」だとみなされ、医学や生理学の対象ではあっても、心理学の対象とはあまり考えられてきませんでした。しかし、最近の研究により、胎児や新生児は、想像以上の能力を持っていることが分かってきました。ヒトとしての発達は母親の胎内にいる時から始まり、生まれた直後から社会に訴えかける存在になります。胎児は外界の音を聞いており、また、嗅覚能力もあります。音やおいなどの刺激に反応できる胎児は、心理学の対象であるといえます。さらに胎内から外界に出たヒトは、急激な発達を続けます。新生児は知覚、記憶などの認知能力を使って、周りの環境に順応していきます。そして、この時期に獲得する能力は、後の人生の基礎となるのです。

ここでは、臍帯血流の測定など実験を交え、胎児や新生児が持つ能力を実証していきます。



3 乳児期 ～情動・認知発達の基礎～

指導：田島信元 (白百合女子大学)
(DVD)600V023S

なぜ赤ちゃんは泣くのでしょうか。乳児が泣く行為は従来、泣いている赤ちゃんをどう受け止めるか、という親の感受性という視点で捉えられてきました。しかし泣くという行為によって、乳児が母親をコントロールしているとも解釈できます。言葉を話せない乳児にとって、「泣き」は、最も有効なコミュニケーションの手段です。親と子は、相互に影響を与えながら関係を形成していきます。この相互交渉を通して、乳児は母親に対して徐々に愛着を形成していきます。そして1歳を過ぎる頃から母親を安全基地にして、環境への積極的な探求を始めます。こうした人間が環境と効果的に相互交渉する能力を「コンピテンス」といいます。乳児期はコンピテンスが発達し、その後の情動・認知発達の基礎を作る重要な時期なのです。

ここでは、乳児のコンピテンスの発達を泣きの変化、遊び方の変化を例に解説し、アタッチメントについてストレンジ・シチュエーション法を見ながら解説します。



4 幼児期Ⅰ ～表象の獲得～

指導：鈴木 忠 (白百合女子大学)
(DVD)600V024S

幼児期の大きな発達の变化の一つ、表象の獲得があります。乳児期の子どもは、触れる、見る、聞くといった知覚や感覚をもとに行動をしてきました。それに対して、幼児は、記憶や知識、イメージなどを使って頭の中で考えること——すなわち表象活動を始めます。人間は、具体的に目に見えているものを抽象化したり、目に見えていないことを仮想的に考えたりすることができます。幼児期は、そうした表象操作が可能になる時期です。表象を使い始めたばかりの幼児のものもの考え方には、大人とは異なるユニークな点があります。それは子どもが「未熟だから」ではありません。彼らなりに筋道の立つものの考え方をしているのです。

ここでは、表象を獲得する幼児がどのように物事を理解しているかを、数の保存、空間認知、描画、心の理論の実験を題材にして紹介します。



5 幼児期Ⅱ ～社会性の発達～

指導：上村佳世子 (文京学院大学)
(DVD)600V025S

幼児期は、コミュニケーションスキルが身につく、他者との関係のみならず、自分自身にも目が向く時期でもあります。子どもの言語、遊び、自己意識の発達は、親や仲間などの周囲の親しい他者との関係の中で培われるものであり、子どもの発達がその社会的関係を変容させていくともいえます。

ここでは、言語獲得の理論、コミュニケーションスキルや遊びの発達という側面から、幼児期の子どもの理解を深めるとともに、その社会的、言語的環境を提供し共有する他者の機能について考察します。子どものこのような周囲の世界の理解と関係づくりに焦点をあてると同時に、自分自身の認識を形成していく過程についても取り上げます。さらに、子どものコミュニケーションスキル研究の一事例として、家庭における観察法についても触れます。





監修：田島信元(白百合女子大学教授)
DVD 各巻 約25分
各巻 63,000円(本体60,000円)

「発達心理学を学ぶ皆様へ」

田島信元 (白百合女子大学教授)



「ビジュアル生涯発達心理学入門」は、大学で新たに発達心理学を学ぼうとしている方や、教育・保育の現場で、また医療系、福祉系施設で働きつつ、最近の発達心理学の動向を知りたいと考えていらっしゃる方々のための映像教材です。人の発達は母親の胎内にいるときから始まり、老いて死を迎える瞬間まで続きます。一生という広大な研究領域の全体像を、書籍や講義のみで把握するのはなかなか困難です。「ビジュアル生涯発達心理学入門」は、実験の実演や図解資料などを用いて発達心理学の研究を視覚的に理解できるよう制作しました。本教材の特色は、従来の幼児期から青年期までを扱う「発達心理学」の領域にとどまらず、成人期から高齢期までも対象に含めた「生涯発達心理学」として構成していることです。「新生児・幼児は無力、無能力」、「高齢者は衰退するばかり」といった古い発達観ではなく、各世代が本来的にもつ能力の高さを紹介し、人は一生発達し続けていく存在であることを解説します。「発達」という現象をどう捉えるべきなのか、発達心理学はどのような方法を用いて人の「発達」を研究しているのか、多彩な映像とイラスト、グラフ等の資料を用いて分かりやすく示します。発達心理学の理解と探求を志す多くの方にご覧いただければと思います。

6 児童期 ~教室環境での発達~

指導：宮下孝広 (白百合女子大学)
(DVD)600V026S

児童期の発達を考えると、入学というライフイベントが大きな意味を持ちます。読み書き算をはじめ、生活に身近な事柄であれば、かなり高度な内容まで習得していきます。教室で築かれる子ども同士の関係は、友達として、学友として、またライバルとして広がりも深まりも増していきます。

ここでは、学校環境のもとでの発達を、認知発達と社会性の発達の側面から見ていきます。認知発達の側面では、幼児期までの基本的な認知の構造と機能の発達をもとに、それらを意識的に使いこなしていくメタ認知の発達が特徴的です。一方社会性の発達については、人間の複雑な心的世界の理解の深まりとともに、対人関係・社会関係のネットワークの中で適切に振舞う経験が蓄積されていきます。また、児童期は発達における様々な問題が顕著になってきます。軽度発達障害と、その対応を主な課題とする特別支援教育についても見ていきます。



7 青年期 ~アイデンティティの統合~

指導：大野久 (立教大学)
(DVD)600V027S

アメリカの自我心理学者エリクソンは、人生を8段階に分け、人間の人格発達を理論化した漸成発達理論を提唱し、青年期は、自分の人生を見定め、アイデンティティと呼ばれる自覚、自信、自尊心、責任感、使命感、生きがい感をつかみ取る時期であるとした。その意味で人生の中で最も重要な時期であるとした。

ここでは、アイデンティティの意味する内容、「アイデンティティ・ステータス」と呼ばれるアイデンティティ統合へのプロセスの分析の枠組み、「アイデンティティのための恋愛」と呼ばれるアイデンティティの未熟さが恋愛において現れる具体的な現象などを解説します。さらに、質問紙調査と面接法を組み合わせた、アイデンティティ研究の1つの具体的な研究技法も紹介し、青年期研究のための有効な概念枠と研究法の指針を示します。



8 成人期 ~他者・社会との関わり~

指導：大日向雅美 (恵泉女学院大学)
(DVD)600V028S

成人期は青年期に見出したアイデンティティをより具体化し、諸課題を解決していく時期です。職場や家庭、地域社会において他者と関わる中で、自分らしい生き方を構築していきます。会社の同僚、妻や夫、子ども、地域の人々など他者との心の絆が、成人期のアイデンティティを満たす大きな支えとなります。成人期に経験する他者との関わりの一つがパートナーとの関わりです。結婚する・しないという選択も含めて、パートナーと関わることは、今までの社会的価値にとらわれない自己の実現や、適応の模索の一つです。こうした社会との関わりは、より成熟した人格の獲得にも繋がります。例えば「働くこと」は社会との接点の一つ。しかし、この時期の女性の再就職問題など、社会に参加したくともできないという現実もあります。

ここでは、他者・社会との関わりという二つを軸に、成人期の生き方と、現代社会における課題・問題について考えます。



9 中年期 ~人生の折り返し点からの発達~

指導：下仲順子 (文京学院大学)
(DVD)600V029S

家庭内では親として子を養い、老いた両親の世話をし、職場内においては熟練した働き手として企業や社会を支えていく中年期は「板ばさみ世代」と呼ばれます。一見すると心身共に安定した人生の最盛期とも見えるこの時期、実は、様々な発達の変化が起きています。

ここでは、エリクソンのライフサイクル論をきっかけに生涯発達心理学が中年期をどのように捉えているかを解説します。また中年期にとって最大のライフイベントとなる定年退職と子どもの独立によって引き起こる社会的役割の喪失について紹介します。定年に対する予期不安や夫婦のコミュニケーション不足による熟年離婚、退職によって起きる社会的役割の喪失、そして模索。中年期において起こる人生の転機としての問題を解説し、高齢期を見据えた中年期の発達課題を考察します。



10 高齢期 ~人生の完結~

指導：下仲順子 (文京学院大学)
(DVD)600V030S

長い人生を越えてたどりついた高齢期、そこに生きる人達は一昔前の「老いた弱い人」ではありません。21世紀の高齢者は元気で活動的であり、人生経験を生かして、自立し、多様な価値観をもった集団といえます。かつての発達心理学では高齢者の様々な能力は一律に衰退するものと理解されてきました。しかし、近年の生涯発達心理学では生まれてから死に至るまでの人生を発達のプロセスとしてとらえ、そこでは様々な発達曲線が発見されています。

ここでは、高齢期になると低下のみと考えられてきた記憶、人格、知能などの心理機能の新しい発達プロセスを紹介し、長い人生を歩んできた者のみに備わる「知恵」が高齢期ではどのように発揮されるのかを、現代の高齢者の新しい社会参加のスタイル「プロダクティブ・エイジング」から解説しつつ高齢期の最後の発達課題に高齢者がどのように向き合うのかをみてゆきます。



ビジュアル 臨床心理学入門 全20巻

進歩する機械文明、複雑化する人間関係。現代社会にはいじめ・不登校・非行などの問題からうつ病・心的外傷・発達障害など心を痛める問題が山積しています。心の病は現代社会が抱える重大な課題であり、早急な解決を迫られています。病める現代社会が必要とし、注目を集めている臨床心理学。臨床心理学(Clinical Psychology)は、心の問題や葛藤を持つ人々に対し、心理学的な知識や技法を用いて援助する実践学であり、その実践のための理論や技法を研究する学問です。

「ビジュアル臨床心理学入門」は、臨床心理学の基礎的な理論や知識を深め、その理解を容易にするための映像教材です。臨床心理学の概念、具体的な技法や実践方法などを映像で分かりやすく紹介・解説することを通して、私たちの心に迫ります。

1 臨床心理学とはなにか

指導：松原達哉（東京福祉大学）
(DVD)600V001S

人間は誰もが心の悩みをもって生きています。悩みが重過ぎるとノイローゼや心身症になったりします。生活が上手く出来ない人もいます。臨床心理学はそうした心の動き、迷いや悩みを理解し、それをどのように解消して生活していくのか、理論や技法を研究するものです。つまり、心の悩みを解決し、人間を幸せにする学問なのです。カウンセリングの学問ともいわれています。

ここでは、こうした「心の専門家」の学習内容、働く場所、領域などについての概要を紹介します。

〈臨床心理学とは・臨床心理士の仕事(スクールカウンセラー/産業カウンセラー)・臨床心理学は何を学ぶか〉



2 心理アセスメントとはなにか

指導：松原達哉（東京福祉大学）
(DVD)600V002S

心の問題を抱える人に対して、相談内容や原因、経過、現状などを診断・測定し、どのような理論や技法を用いてカウンセリングするかを決めます。これを「心理アセスメント」といいます。心理アセスメントの方法としては、面接、行動観察、心理テストなどがあります。その中でも心理テストは、客観的、科学的な方法であり、広く利用されています。

ここでは知能検査、発達検査、人格検査、適性検査などについてその診断法や活用法などの概要を解説します。心の問題解決のためには知識も必要であるが、実践活動、経験を積むことの重要性についても触れます。

〈心理アセスメント・アセスメントの方法(面接法/行動観察法/心理テスト)〉



3 異常心理学

指導：西松能子（立正大学）
(DVD)600V003S

異常心理学とは、精神障害とされる心的現象について、共通の概念形成をし、一定の法則を見つけ出そうとする科学です。

ここでは、異常心理学を了解心理学的立場、力動心理学的立場、人間学的立場の3つの立場から考え、精神障害をもつクライアントの心をどのように理解するかを考察します。また、代表的な異常心理として、統合失調症と躁うつ病を取り上げ、クライアントの絵や文章などの作品を提示しながら実症例を紹介。さらに、リハビリやデイケアなどの治療の現場取材し、クライアントへの理解を深めます。また、臨床心理士がクライアントの異常心理を見落としがちであること、誤った援助、治療を行う危険性について、精神科医の立場から指摘します。

〈異常心理学とは・精神医学とは(DSM/ICD-10)・主な精神障害(統合失調症/躁うつ病)・治療の現場〉



4 人生の危機への介入法

指導：西松能子（立正大学）
(DVD)600V004S

人生の危機には、内的な危機と外的な危機があります。内的危機は人生の節目節目で生じ、それに伴い精神障害の発症率が上がります。一方、内的危機に対して、心的外傷を蒙るような場面に遭遇することがあります。これら外的危機によって、人は心的外傷後ストレス障害(PTSD)に罹患することがあります。

ここでは、内的及び外的な危機について事例を交えながら解説します。また、危機に陥った人々に対しては、危機が内的か外的かによって、それぞれ求められるカウンセリングの技法が異なります。特に外的な危機への介入については、被害に関してクライアントの利益に立ち、司法や公共と折り合っていく力量が求められます。危機介入時の臨床心理士の役割と守秘義務についても明らかにします。

〈内的な危機(思春期・青年期の危機/壮年期の危機/初老期・老年期の危機)・外的な危機(PTSD)・カウンセラーの対応(危機介入法/守秘義務)〉



写真提供 共同通信社

5 発達障害へのアプローチ

指導：下司昌一（明治学院大学）
(DVD)600V005S

最近、教育や社会福祉援助の新たな課題として、知能の遅れに問題のないものや、逆に知能の高い発達障害が問題とされるようになってきました。LD(学習障害)・AD/HD(注意欠陥・多動性障害)などの軽度発達障害です。軽度発達障害の人たちは、集団行動が出来ない、集団に入っていけない、知能に遅れはないのに学習が極端に困難な分野があり、成績が上がらないなど、障害として分かりにくいために、周囲の理解が得られず、家庭や学校、地域社会において生きにくさを感じています。

ここでは、そのようなLD・AD/HDなどの軽度発達障害児を中心として、発達障害全般に対する理解を深め、発達障害児の現状と適切な支援について解説します。

〈発達障害とは・軽度発達障害児とは(LD/AD/HD/HFA)・軽度発達障害児への支援〉





「映像で学ぶ臨床心理学」

松原達哉 (東京福祉大学教授)



「ビジュアル臨床心理学入門」は、カウンセラーや心理臨床家をめざす人、その養成をしている大学・大学院・養成機関の方々のための映像教材です。臨床心理学やカウンセリングの本を沢山読んだり、講義や講演を聞いたりするだけでは、実学である臨床心理学の習得は難しいと思います。実際に悩める人、困っている人をどのように相談活動するのか、自分の目でみたり、ベテラン相談員が相談している場所に陪席したりして実習をしないと分かりません。また、どんな技法や心理査定などを使って実践するのかも習得が難しいのです。医師・看護師・福祉士・弁護士等々の実学は皆同じです。「百聞は一見に如かず」といわれるように、百回聞いて分かつよりも、一度目で確かめた方がよく分かります。

「ビジュアル臨床心理学入門」は、目で確かめ、臨床心理学の実学を確実に習得でき、楽しみながら、分かりやすく学べる教材です。

各大学・大学院・カウンセラー養成機関で広く御利用いただけることを期待しています。また、カウンセラーや心理臨床家をめざす方々に御利用いただけることを願っています。

監修：松原達哉 (東京福祉大学教授)

DVD 各巻 約25分

各巻 63,000円 (本体60,000円)

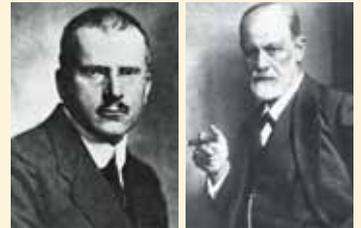
6 フロイトとユングの心理学

指導：諸富祥彦 (明治大学)
(DVD)600V006S

精神分析の創始者フロイト、分析心理学の創始者ユング。心の問題を解明し、人を援助する学問である臨床心理学における二人の巨頭が唱えた理論と方法を理解することは、重要なことです。精神科医であったフロイトは、治療を重ねる中で、心の悩みは、幼少期の心理的葛藤のために、無意識に抑圧された心の内容によるものとなりました。またユングは、無意識はフロイトの発見した個人的無意識ばかりでなく、より深い集合的無意識の層が存在すると考えました。この理論をもとに、フロイトとユングは、それぞれ独自の臨床的方法を開発したのです。

ここでは、そのフロイトとユングの理論と治療法を詳しく解説します。

〈フロイトによる「心」の解明・フロイトの精神分析・心の構造論の修正・フロイトの性格形成論・ユングによるこころの概念・ユングの夢分析・イメージを重視したユング〉



7 来談者中心療法

指導：諸富祥彦 (明治大学)
(DVD)600V007S

来談者中心療法(クライアント中心療法)は、カウンセリングの最もベーシックな方法の一つです。開発者のロジャーズはカウンセリング界の神様の存在。彼が重んじたのは、受容、共感、純粋性と称される、ふれあいのある人間関係です。このような安心感のある受容的な、真実の人間関係の中でこそ、クライアントの成長が促進されると彼は考えたのです。そこで人は、自分の心のメッセージに耳を傾け、より自分らしい自分になっていく(自己実現)のです。

ここでは、来談者中心療法の実際や、フォーカシングの実際について面接のデモンストレーションを呈示しながら具体的に解説します。さらに集団で行うエンカウンターグループについてもその実際を示します。

〈来談者中心療法(カールロジャーズ/カウンセリングの3条件)・フォーカシング・ベーシックエンカウンターグループ〉



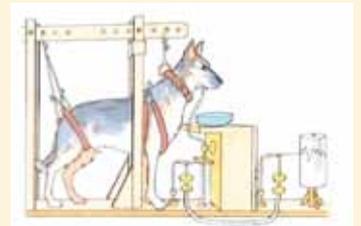
8 行動論的アプローチ

指導：山口正二 (東京電機大学)
(DVD)600V008S

不登校や無気力、強迫神経症の治療に有効だとされているのが、行動論的アプローチです。心の問題によっておこる症状や不適切な思考や行動を、好ましい適切な反応に変化させるために行われる治療法です。この治療法の基礎となっているものは、「パブロフの犬」で知られる条件反射です。つまり人間の不適切行動も、後天的に学習されたものであるならば、正しい学習を体で覚え問題を解決しようというものです。

ここでは、生活分析的カウンセリング、系統的脱感作法、シェーピングについて解説します。

〈古典的条件付け・オペラント条件付け・系統的脱感作法・自律訓練法・シェーピング・生活分析的カウンセリング〉



写真提供 齋藤 勇

9 表現療法へのアプローチ

指導：杉浦京子 (日本医科大学)
(DVD)600V009S

表現へのアプローチは、内に秘めた心の悩みを、言葉以外の方法で表現することや体を動かすことで、治療しようとするものです。代表的なものとして、ユングの弟子であるドーラ・カルフが考案した箱庭療法があります。砂を敷き詰めた箱の中に、模型などを選び並べて作られる作品は心の状態を映し出す鏡となり、また作品を作るという行為そのものに、治療効果があります。その他に大人にも受け入れやすい治療法に、コラージュ療法があります。一枚の大きな紙に、好きな写真や絵を切り貼りするもので、作る過程で気持ちの発散が起こり、問題解決に至ります。

ここでは、箱庭療法、遊戯療法、コラージュ療法を、実際の症例を交えながら、その理論と効果について解説します。

〈遊戯療法(8つの原理/描画テスト)・箱庭療法・コラージュ療法〉



10 集団へのアプローチ

指導：河村茂雄 (早稲田大学)
(DVD)600V010S

人が自らの存在を実感するという事は、集団の中で行われます。集団へのアプローチは、心の悩みを集団の中で治療していこうとするものです。代表的なものに、構成的エンカウンターグループがあります。自らの生活体験や考え方、感じ方を集団の中で率直に語り合うことで、自己理解、他者理解を深めようとするものです。自分らしさの実感には、他者への気づきがなくてはなりません。他者を見ることで、自らに気づくのです。

ここでは、構成的エンカウンターグループの他に、サイコドラマやアルコール依存者の会のような同じ悩みを持つ者同士のセルフ・ヘルプ・グループについても解説します。

〈グループアプローチとは・構成的エンカウンターグループ・サイコドラマ・セルフヘルプグループ〉



11 無気力からの脱出

指導：松原達哉（東京福祉大学）
(DVD)600V011S

最近、学生相談室には、スチューデント・アバシーによる、いわゆる無気力症で、授業に出席できない、単位が取れないなどの相談が増えています。無気力とは、積極的に物事をしようとする意欲のない状態をいいます。原因には、いじめ、失恋などといった心理的な原因、睡眠の乱れや運動不足などの環境的な原因、うつ病などの病気が原因の場合もあります。大学生の無気力の原因は、心理的な原因と環境的な原因が重なっている場合がほとんどです。無気力からの脱出方法としては、来談者中心療法、短期療法、KJ法、そして、これらの折衷的な方法としての生活分析的カウンセリング法があります。

ここでは、学生相談の現場から発案された生活分析的カウンセリングの理論と実践を中心に紹介します。

〈無気力とは・無気力の原因・スチューデント アバシー・無気力から脱出するための心理療法・生活分析的カウンセリング〉



12 児童虐待の現状とケア

指導：松原達哉（東京福祉大学）
(DVD)600V012S

増加する児童虐待。その背景には、都市化、核家族化による孤立した家族の増加、若い夫婦に見られる子育てに関する知識や心構えの欠如、母親が病弱、うつ病、夫婦不和、離婚などによる育児不安、その他の諸原因が複雑に絡み合い、深刻な事態となっています。虐待予防のために、厚生労働省では、「子育て支援センター」を全国に開設、地域全体で子育てを支援する基盤の形成づくりに力を入れています。そして家庭という密室での虐待から児童を守るための「児童虐待防止法」が施行されました。

ここでは、虐待の原因や実態、児童にもたらす影響、そして、虐待を行なう大人への社会的なサポートを紹介し、その中で、臨床心理士がどのような役割を担っているのかを解説します。

〈児童虐待の背景・虐待の相談件数・虐待の種類・虐待の予防・児童相談所の取り組み・アメリカの取り組み〉



13 ストレスとうつ病

指導：島 悟（東京経済大学）
(DVD)600V013S

この時代のいわゆる21世紀に増えつつある自殺者。自殺の原因のほとんどに、うつ病が関与しているといわれています。うつ病の原因は過剰なストレスです。

ストレス要因には、心理的要因、環境的要因、身体的要因、性格的要因があります。これらが、単独あるいは重なり合い、神経伝達物質のバランスを崩し、気分が憂鬱になったり、肩こり、不眠、倦怠感などといった症状を引き起こします。うつ病は、単にこのころの病ではなく、身体に支障をきたす病気なのです。うつ病の治療には、休養、薬物療法、心理療法、環境調整があります。社会のうつ病に対する理解も重要なポイントです。

ここでは、ストレスとは何か、うつ病とは何か、そしてその治療法や臨床心理士の関わり方を解説します。

〈ストレスとはなにか・ストレスの個人差・ストレス反応・うつ病・うつ病の治療法・メンタルヘルス〉



14 心的外傷(トラウマ)

指導：島 悟（東京経済大学）
(DVD)600V014S

心的外傷(トラウマ)とは、こころに負った傷が癒えずに、様々な心的反応をおこす、こころの傷をいいます。

心的外傷という考え方を心理学の世界に導入したのは、精神分析学の祖、ジグムント・フロイトです。19世紀の後半から提唱されていた概念ですが、日本で心的外傷が取り上げられ始めたのは、阪神淡路大震災や地下鉄サリン事件以降です。こうした命に危険を及ぼすほどの自然災害や犯罪に遭った際の心的外傷が、「再体験」、「過覚醒」、「麻痺」といった症状を発症します。これを外傷後ストレス障害(PTSD)といいます。

ここでは、フロイトが提唱した心的外傷の概念に触れ、外傷後ストレス障害とは何か、そして治療のための社会的なケアについて解説します。

〈心的外傷・フロイト・ヒステリー研究・外傷後ストレス障害・外傷後ストレス障害のケア〉



15 ひきこもり・ニートの心理

指導：嶋田洋徳（早稲田大学）
(DVD)600V015S

最近、働かない成人“ニート”や、家に閉じこもる“ひきこもり”の存在が社会問題化しています。彼らは、なぜ動きだすことをためらうのでしょうか。そこには、それぞれ固有の問題があり、それは社会のあり方と密接に絡み合う形で存在しています。特にひきこもりは、コミュニケーションの欠如が大きな障壁となっており、特有の悪循環構造に陥っています。そこから自力で抜け出すことは極めて困難であり、最も有効な支援は、家族からの働きかけです。そのためには、家族をサポートし、ひきこもり本人への接し方を変化させることが大切です。

ここでは、ニートやひきこもりの心理に迫り、理解を深めた上で具体的な支援方法を示します。ひきこもり親の会などの現場の様子、当事者の生の声も交えながら解説します。

〈ニートのタイプ別支援方法(スキル欠如型/実行欠損型)・ひきこもりの実態と心理状況・ひきこもりシステム・ひきこもりの支援方法・支援の現場〉



協力(敬称略・順不同)

教育心理学入門

朝日新聞社 独協学園 武南学園 京都市市民生活センター 警視庁 厚生労働省 埼玉医科大学 さいたま市立土呂中学校 社会福祉法人嬉泉 新生銀行 杉並区 宝塚造形芸術大学 千葉大学 東京学芸大学附属中学校 日本性教育協会 防衛庁 毎日新聞社 文部科学省 他

社会心理学入門

青山商事 朝日新聞社 柏崎市災害ボランティアセンター 独協学園 岐阜新聞社 日本カウンセラー協会 日本労務協会 世田谷区役所 デイリースポーツ社 東京メトロ 東洋大学 八十二銀行 毎日新聞社 読売新聞社 レナウン 他

生涯発達心理学入門

朝日新聞社 学習研究社 亀田メディカルセンター 鴻池学園 白百合女子大学 鶴見大学 調布市立布田小学校 練馬子ども家庭支援センター 日本産業カウンセラー協会 富士通オープンカレッジ 文京学院大学 目黒区シルバー人材センター 立教大学 あいぼーとステーション 他

臨床心理学入門

あいクリニック神田 朝日新聞社 足立区立興本小学校 跡見学園女子大学 全国ひきこもりKHP 東京「楽の会」 公徳会佐藤病院 金子書房 共同通信社 幻冬舎 こども未来財団 柴田クリニック 筑波大学 都留文科大学 東京慈恵会医科大学 東京電機大学 日本医科大学 日本産業カウンセラー協会 兵庫県こころのケアセンター 明治学院大学 明治大学 横須賀市立武山中学校 立正大学 早稲田大学 IPI統合的心理療法研究所 NHK リカバリーサポートセンター Verlag Hans Huber 他

16 自律訓練法

指導：笠井 仁 (筑波大学)
(DVD)600V016S

現代人は、絶えず、ストレスによる緊張と不安にさらされながら生きています。それを緩和し、心と体をリラックスさせる代表的な方法が自律訓練法です。神経科医であったシュルツが創案したこの方法は、「催眠」と「暗示」の力を応用した訓練法です。誰もが自分自身で行うことができるように技法を標準化し、ストレスの原因自体をさかのぼることなく、比較的短い期間で効果を期待できるのが大きな特徴です。

ここでは、自律訓練法の練習を再現しながらポイントを詳しく紹介します。自律訓練法を治療の現場で取り入れている実践家の声も紹介しながら、その理論と実際を解説します。

〈ストレスとは・自律訓練法の背景(催眠と暗示)・自律訓練法の練習姿勢(仰臥姿勢／単純椅子姿勢／安楽椅子姿勢)・トレーニングの特徴(段階的な構成／技法の標準化／練習の反復)・公式の練習(背景公式から第六公式)〉



17 認知行動療法

指導：沢宮 容子 (立正大学)
(DVD)600V017S

認知行動療法では、外から観察できるクライアントの「行動」だけでなく、クライアントの内なる「認知」過程も治療の標的とし、これらの変容へ向けた援助を行います。つまり、「人間がどのようにふるまうか」だけでなく、「人間の考えがそのふるまいにどう影響を及ぼすか」をも問題にしていけるのです。このような認知行動療法は、エビデンス(実証性)を基盤とし、科学的な治療を目指した心理療法として、近年注目を集めています。

ここでは、認知行動療法の特徴、および技法を示した上で、事例を交えながら認知行動療法の実際について解説します。

〈認知行動療法・行動療法・認知療法・論理情動行動療法・系統的脱感作法・エクスポージャー法・シェーピング法〉



18 キャリアカウンセリング

指導：宮城まり子 (法政大学)
(DVD)600V018S

最近では労働環境が大きく変化し、ますます厳しさを増す中、多くの働く人々が自分の働き方・生き方に大きな不安を抱えて生きています。キャリアカウンセリングは、キャリアに関する悩みや不安を軽減し、個人のキャリア開発やキャリア計画の支援を行い、若者から中高年に至る人々の自立をサポートするためのカウンセリングです。中でも、自己理解の支援が最も大切であり、深い自己への気づきと助言・指導を通じて適切な意思決定をサポートすることがその目的です。

ここでは、スーパー、ホランドなどの代表的なキャリア理論を紹介し、キャリアカウンセリングの具体的なアプローチ方法を解説します。

〈生涯発達とキャリア開発支援・キャリアデザイン・「正しい自己理解」を支援する・スーパーの理論・ホランドの理論・キャリアカウンセリングのアプローチ方法〉



19 家族療法

指導：平木典子 (東京福祉大学)
(DVD)600V019S

家族を対象とした家族療法では、個人の症状や問題は、個人の心理的メカニズムのみの問題ではなく、むしろ対人関係の問題であると考え、症状や問題を持った人をIP (Identified Patient)「たまたま患者になった人」と呼びます。たとえば、不登校やひきこもりを考える時も、家族やその他の人間関係を負担に感じている人が、症状としてSOSを発したと考えます。カウンセラーは、家族関係や家族を取り巻く人間関係をシステムとして捉え、機能不全に陥っている関わりを有効な関わりに変える援助をします。家族はもちろん、時には地域社会をも視野に入れてカウンセリングを行います。

ここでは、核家族が集まった家族療法のロールプレイによって、家族療法の進め方を具体的に解説します。

〈家族療法・IP・家族システム理論・対人相互作用〉



20 日本で生まれた心理療法

指導：中村 敬 (東京慈恵会医科大学)
(DVD)600V020S

日本で生まれた心理療法の代表的なものが、内観療法と森田療法です。ともに東洋的な考えを重視した心理療法です。内観療法は、過去から現在までの他者に対する自分の態度について時間を追って徹底的に調べる方法です。森田療法は、不安と欲望を人間が本来持っている心の両面と捉え、不安を排除しようとするのではなく、自然なものとして受け入れます。そして、神経症の人がとらわれている悪循環を断ち切り、自然に沿った心のあり方を獲得することが、症状の改善はもちろん、自己を生かすことにつながるという療法です。

ここでは森田療法を中心に、その理論と具体的な治療手順を体験者のインタビューなどを交えながら解説します。

〈内観療法と森田療法・集中内観・神経症とは(強迫性障害/社会恐怖/パニック障害)・神経症のメカニズム「とらわれの機制」・不安に対する態度の変換「あるがまま」・入院療法と外来療法〉



www.sun-edu.co.jp



企画・制作・発売



株式会社 サン・エデュケーショナル

〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-22-8 朝日屋ビル9F
TEL.03(5428)5675 FAX.03(5428)5674
<http://www.sun-edu.co.jp>