

開講科目名 / Course	行動療法論	
ターム・学期 / Term・Semester	2024年度 / Academic Year 3 学期 / Third	
開講区分 / semester offered	3 学期 / Third	
単位数 / Credits	1.0	
学年 / Year	2,3,4	
主担当教員 / Main Instructor	関根 剛	
担当教員名 / Instructor	関根 剛	
必修・選択 / compulsory subject	選択	
講義形態 / Class Type	講義	
授業回数	8	
科目の目的と概要	人の行動を変容させる理論の理解、さらに実際にプログラムを作成・実践することを通じて、自己および他者の行動変容について体験的な理解を深めることを目的とする。最初に行動変容に関して理論的な解説と事例をあげながら説明し、中盤に行動変容プログラム作成方法を解説、実際に自分の行動変容のためのプログラム作成を行ない実際に試行する。最後に他者に行動変容を促す幅広いアプローチ方法として多理論統合モデルについて解説、検討する。	
到達目標	1. 行動変容の基礎理論について正確な知識をもつ 2. 行動変容プログラムを作ることができる 3. 他者の行動変容を促進する具体的な方法を提案できる	
DPとの対応	2.科学的思考力、3.看護の基盤となる専門知識・技能、6.探求心と創造力	
授業計画	01. 行動変化の基礎：学習心理学 02. 行動を変化させる：失敗する方法 03. 行動変容プログラム（1）：行動目標の設定 04. 行動変容プログラム（2）：好子の設定 05. プログラム作成：自分の行動を変えるプログラム 06. 多理論統合モデル（1）：人の行動を変えるアプローチ 07. 多理論統合モデル（2）：人の行動変化を促進する 08. プログラム実施：やってみる、修正してみる	
その他の授業の工夫	・実際に自分の行動変化プログラムを作成する。 ・知識確認テスト、小レポートで理解を深める。	
時間外学修	・作成した自己の行動変容プログラムを2～4週間ほど実施して、レポートを作成する（11h）。	
評価方法と評価割合	講義ごとに課す知識確認テスト・小レポート（7割）、プログラム実施結果レポート（3割）。	
テキスト	テキストは使用せず、毎回、ハンドアウトを配布する。	
参考書	糖尿病診療マスター 7巻2号（2009年3月発行）「糖尿病療養行動を促進する方法 「多理論統合モデル(変化ステージモデル)」の本質と方法論」（医学書院）	
履修する上で必要な要件		
その他	聞いて覚える講義ではなく、実際に考えて、作業して、実践してもらおう部分が多くありますので、それを理解した上で履修して下さい。	
教員の実務経験	有・無	有
	内容	関根剛：臨床心理士
教員以外で指導に関わる者の実務経験	有・無	無
	内容	
実務経験をいかした教育内容	実際のカウンセリング相談において行動変容を促進する指導助言経験を活かし、具体的・実践的な講義を行っていく。	