

開講期間	配当年	単位数	科目必選区分
前期	2	2	選択
担当教員			
太田 誠			
水3、金1			
添付ファイル			

科目の概要	<p>(Hクラス用) 人間生活を考える際に、その主体である人間行動の理解が重要である。</p> <p>本講義では、生活のなかのさまざまな行動の基礎過程、特に知覚、学習、動機づけについて心理学の視点から焦点をあてて検討する。</p> <p>生活の中の人間行動に着目し、心理学の考え方についての理解をめざす。加えて、食行動の機制や栄養指導の過程、運動における行動変容を心理学の視点から検討する目を養うこともめざす。</p> <p>本講義は、人間行動の理解を通して、管理栄養士養成課程の授業理解を助けるものである。特に、管理栄養士課程カリキュラムにおいて、人間の行動特性とその基本的メカニズムを理解することを目標の一つとしている「社会・環境と健康」、行動科学の理論と行動変容技法を学ぶ「栄養教育論」の内容との関連が深い。</p> <p>また、健康運動実践指導者課程の科目「運動指導の心理学的基礎」に充てられる。</p> <p>さらに、教職課程（栄養教諭課程）の科目「教育心理学」の内容理解の基礎となる。</p>
授業の内容	<p>第1回      ガイダンス 授業についての事前アンケートを実施した上で、授業の概要、授業計画、授業の方法、学習到達目標、成績評価の方法などについて説明する。</p> <p>第2回      事前準備：事前にシラバスを読んでおくこと。テキストを持参すること。 心理学とは（1）：心理学とは何か 心理学の定義と研究領域について解説する。</p> <p>第3回      授業後： 1) 復習課題を使って、心理学の定義や研究領域についてまとめておくこと。その際、ノートや配付資料プリントの内容などを確認しながら記入すること。 2) 授業で紹介された心理学の研究領域と自分が予想した領域との違いをまとめておくこと。 心理学とは（2）：心理学の方法 観察、実験について解説する。</p> <p>第4回      授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。 2) テキスト、資料で紹介した観察・実験の事例について、目的、方法、結果をまとめ、その観察や実験からわかったことをまとめておくこと。 次回の準備： 配布するケーススタディの資料を読んで、事例の概要をまとめておくこと。 心理学とは（3）：心理学の方法 検査、ケーススタディ、研究倫理について解説する。</p> <p>第5回      事前準備： 事前に配布するケーススタディの資料を読んで、事例の概要をまとめておくこと。 授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。 2) テキストを参考に、検査の種類をまとめておくこと。 3) ヘルシンキ宣言の概要を調べておくこと。 心理学とは（4）：心理学の歴史 心理学の基礎となる考え方の成り立ちを解説する。</p> <p>第6回      授業後： 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。 環境の認知 知覚情報の処理過程—もの見え方を中心に（1）情報の選択 感覚器官等による情報の選択について解説する。 図版や簡単な装置を使用しての実験・観察なども実施する。</p> <p>第7回      授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。 2) 授業中に行った観察や実験について、方法と結果をまとめておくこと。 環境の認知 知覚情報の処理過程—もの見え方を中心に（2）知覚の体制化について解説する。 知覚の体制化について解説する。 図版や簡単な装置を使用しての実験・観察なども実施する。 授業後：</p>

<p>第 8 回</p> <p>第 9 回</p> <p>第 10 回</p> <p>第 11 回</p> <p>第 12 回</p> <p>第 13 回</p> <p>第 14 回</p> <p>第 15 回</p> <p>定期試験</p>	<p>1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中に行った観察や実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>環境の認知 知覚情報の処理過程—もの見え方を中心に (3) 奥行知覚等について解説する。奥行知覚等について解説する。</p> <p>図版や簡単な装置を使用しての実験・観察なども実施する。</p> <p>事前準備： この回の図版観察の練習課題を事前に配布するので、可能な範囲で試しておくこと。但し、見え方には個人差があるので、可能な範囲で良い。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中に行った観察や実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>学習と行動変容・運動における行動変容 (1) : 学習とは、学習の基礎過程 (古典的条件づけ) 学習の定義について説明した上で、学習の基礎過程、特に古典的条件づけ (レスポナント条件づけ) について解説する。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中紹介した実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>3) 関連する自分の体験についてまとめておくこと。</p> <p>学習と行動変容・運動における行動変容 (2) : 学習の基礎過程 (道具的条件づけと行動変容) 学習の基礎過程、特に道具的条件づけ (オペラント条件づけ) と行動変容について解説する。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中紹介した実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>3) 関連する自分の体験についてまとめておくこと。</p> <p>学習と行動変容・運動における行動変容 (3) 報酬と罰、観察学習・社会的学習理論、行動療法 罰刺激による行動のコントロールについて解説し、報酬と罰の働きの違いを検討する。さらに、観察学習・社会的学習理論や行動療法について解説する。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中紹介した実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>3) 関連する自分の体験についてまとめておくこと。</p> <p>動機づけ—摂食行動の調節を中心に： (1) 生理的基礎をもつ動機づけ 動機づけの概念について解説した上で、食の動機づけについて、視床下部の調節、他の要因について解説する。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 関連する自分の体験についてまとめておくこと。</p> <p>動機づけ—摂食行動の調節を中心に： (2) 生理的基礎をもつ動機づけ 食の動機づけについて肥満者の食行動、神経性食欲不振症について解説する。</p> <p>授業後： 1) 復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>2) 授業中紹介した実験について、方法と結果をまとめておくこと。</p> <p>3) 肥満や神経性食欲不振症への管理栄養士としての対応をまとめておくこと。</p> <p>動機づけ—摂食行動の調節を中心に： (3) その他の動機づけ、ストレスと認知等 食の動機づけ以外の動機づけやストレスと認知の関わりについて解説する。</p> <p>授業後：復習課題を使って、基本的な用語についてまとめておくこと。その際、テキストや配付資料プリントの内容、ノートなどを確認しながら記入すること。</p> <p>まとめ</p>
<p>学習到達目標</p>	<p>【知識】 心理学の基本的な概念や用語が説明できる。 知覚、学習、動機づけなどの分野の基礎的な用語が説明できる。</p> <p>【技能】 栄養指導や運動実践指導にかかわる行動変容の技法を活用することができる。</p> <p>【態度】 行動を科学的に捉えることができる。 データに基づいて考えることができる。 生活の中の人間行動を心理学的視点で捉えることができる。</p>
<p>授業の方法</p>	<p>1. 講義に加えて、図版や簡単な装置を使用しての実験・観察などの実習、ディスカッション、復習課題による演習などを交えて授業を進めます。</p> <p>・実習、実験、：図版や簡単な装置を使用しての実験・観察などを行います。</p> <p>特に、第 6 回～8 回の「環境の認知 知覚情報の処理過程—もの見え方を中心に」では、図版や簡単な装置を観察や実験を行います。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループワーク：グループで図版や簡単な装置を使用しての実験・観察を実施し、結果についてディスカッションします。</li> <li>2. 授業時に「カード」を配布します。その回の授業内容について、わかったこと、質問や感想などを自由に記入して提出してください。提出されたカードは、授業の参考にし、みなさんからの質問で重要なものには後の授業でコメントします。</li> <li>3. 授業時に「復習課題プリント」を配布します。</li> </ul> <p>提出用：授業時に指示に従って記入し、提出してください。      保存用：「提出用と同じ内容」と「自主的により理解を深めるための課題」から成る自習用課題です。持ち帰り、ノートや資料、テキストの内容を確認し記入してください。</p>
成績評価の方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 課題（各回提出：20%）、定期試験（筆記試験：80%）により評価します。</li> <li>2. 各回授業で提出の課題は授業内容の理解を助けることを主眼とし、評価の割合としては定期試験を重視します。</li> <li>3. 授業出席が授業回数の2/3未満の者および受講に著しく問題のある者については単位を認定しません。</li> <li>4. 詳細は初回の授業時に説明します。</li> </ul>
教科書・テキスト	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 鹿取廣人 杉本敏夫 鳥居修晃 編 2020 心理学 第5版補訂版 東京大学出版会</li> <li>2. 資料プリント</li> <li>3. 復習課題プリント（各回提出用、自習用）</li> <li>4. 図版、装置など</li> </ul>
参考書	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 飯長喜一郎 岩立志津夫 2008 精神保健福祉士・社会福祉士 養成基礎セミナー第2巻 心理学 心理学理論と心理的支援 へるす出版</li> <li>2. 鳥居修晃 川上清文 高橋雅延 遠藤利彦 2011心のかたちの探求 異形を通して普通を知る 東京大学出版会</li> <li>3. 永田良昭 2011 心理学とは何なのか 中公新書</li> </ul> <p>その他は授業中に紹介します。</p>
授業時間外の学修について（事前・事後学習について）	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 復習課題プリントを使って復習しましょう。授業時に「復習課題プリント」を配布します。</li> </ul> <p>提出用：授業時に指示に従って記入し、提出してください。保存用：「提出用と同じ内容」と「自主的により理解を深めるための課題」から成る自習用課題です。持ち帰り、ノートや資料、テキストの内容などを確認しながら記入してください。疑問点はメモし、質問しましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2. テキストや配布資料プリントの資料を読んで理解を深めましょう。詳細は授業時に指示します。</li> </ul>
履修上の留意事項	<p>用語を憶えると同時にストーリーの理解に努めてください。</p> <p>他の授業での学修内容や、生活の中での経験、栄養指導、自分の興味関心と関連づけて考えるように努めてください</p>
オフィスアワー	<p>月曜日5限（事前に連絡してから訪問してください。）</p> <p>その他の時間も可能な限り対応します。事前に連絡してから訪問してください。</p> <p>授業内容についての質問をする際には、質問内容に関わるテキスト、ノート、プリント、筆記用具などを持参してください。</p>
実務経験	
その他	<p>授業開始時刻までに着席しましょう。</p> <p>授業開始前に必要物（テキスト、ノート、筆記用具など）を準備し、配布物に目を通しましょう。</p> <p>配布物をファイル等に整理しておきましょう。</p> <p>授業中私語厳禁とします。授業中、携帯電話は電源を切り鞆の中にしまってください。</p> <p>積極的に質問をしましょう。</p>