

教員名	かねつき まさる 金築 優
専門分野	臨床心理学、認知行動療法(認知行動カウンセリング)
ゼミのテーマ	認知行動療法をツールにして、心の諸問題への理解を深める
ゼミの内容	<p>認知行動療法(cognitive behavior therapy: 以下 CBT)は、心の問題に対して、認知や行動に関する科学的理論を応用し、その改善を図るアプローチです。CBT は、様々な理論(互いに相容れない理論も含む)や技法で成り立っています。そして、CBT は、世界各地で日々行われている研究の知見に基づき、理論や技法が常にアップデートされています。</p> <p>専門演習 I では、まず、CBT はどのようなものかについて、文献講読や DVD の視聴を通して学びます。また、心理テストやロールプレイ等を用いた体験的学習も取り入れます。そして、CBT をツールにして、身近な心の問題(例えば、不安、抑うつ、怒り等)を、どのように理解できるか考えていきます。その際、グループでの発表やディスカッションを行います。CBT には、様々な理論が含まれているので、その分、色々な物の見方を幅広く知るきっかけになりますし、その中から、関心が沸くテーマを見つけることができると思います。</p> <p>専門演習 II では、CBT に関する研究論文を読み、心理学の研究法について学びます。そして、卒業論文に向けて、自らの関心があるテーマについて、CBT の理論に基づき、どのように研究できるかについて考えていきます。研究法を学ぶことで、科学的思考や批判的思考に馴染んでもらえればと思います。</p> <p>専門演習 III では、卒業論文を執筆します。できれば、CBT に関するテーマについて、調査や実験によって実際にデータを収集・分析する研究に取り組んでもらいたいと考えています。そして、CBT を、自分なりに何らかの形で、日常生活や社会問題に役立てることを意識できるようになって欲しいと思います。</p>
次年度選考会 選抜方法	自己紹介と本ゼミを志望する理由を、A4 1枚(プリントアウトしたもの)にまとめて提出してください。それを基に、面接を行います。