労働と生活の心理学

Social Life and Mental Health

単位数：２単位

○神田秀幸　教　授：環境保健医学
久松隆史　准教授：公衆衛生学

１．科目の教育方針

地域医療支援コーディネータを養成するに際し、地域医療に従事する方々のメンタル面にも配慮できる能力を育成することは欠かせないことです。「労働と生活の心理学」では、ストレスの基本概念や対処法、職場でのメンタルヘルスや職場復帰対応等に必要な対応、グループダイナミクスといった社会（集団）心理について授業を行う。また、タバコやアルコールなどの依存性のある危険因子と健康の関連についても学習する。

２．教育目標

一般目標　general instructional objectives

１）ストレスの基本概念や対処法を概説することができる。
２）対人関係や交渉について社会心理学的な説明ができる。
３）タバコやアルコールなど依存性のある危険因子と健康の関連について概説できる。

３．教育の方法、進め方

オムニバス形式を基本とする。

４．成績評価の方法

すべての講義および演習が終わった後、規定の出席率（３分の２以上）を満たした学生に対し、課題を提示し、レポートの提出等を指示する。そのレポート等について行動目標の達成度を主眼に評価する。

５．使用テキスト・参考文献

参考文献

予防医学のストラテジー　曽田研二・田中平三監訳　医学書院 1998
薬物依存の理解と援助　松本俊彦著　金剛出版 2005
アルコール保健指導マニュアル　ｱﾙｺｰﾙ保健指導ﾏﾆｭｱﾙ研究会　社会保険研究所　2003
禁煙学改訂第 2 版　日本禁煙学会編　南山堂　2010
依存と嗜癖　和田清編　医学書院 2013

６．教育内容と行動目標

１）ストレスと生体反応・医療

ストレスの基本概念や生体反応を中心に解説を行う。そのうえで、医療関係の分野において注意すべき事柄を取り上げ、検討する。

行動目標

・医療関係の分野において、どのような点に注意してストレスやその対処法を考えればよいかを説明することができる。

２）職場のメンタルヘルス

メンタルヘルス対策の動向、働く人のストレスとメンタルヘルス不調の関連を認識できるように検討する。

快適職場を目指すための職場マネジメントや働く人のコミュニケーション関係を検討する。

行動目標

・メンタルヘルス対策の動向と企業のメンタルヘルス対策の実際を踏まえて、組織論の観点からメンタルヘルス対策の立案施行の留意点を説明することができる。

・自身のコミュニケーションのあり方を見直すことができ、自身と相手をエンパワーするコミュニケーション・スキルを実践することができる。

３）精神的要因を含むリスクファクターと健康

タバコやアルコールなど依存性のある危険因子について、広くその有害性と健康の関連について学習する。難病患者の QOL や患者-医療者関係についても学習する、

また生活習慣病や栄養などプライマリケアの場面で頻出の要因についても検討する。

行動目標

・依存性のある危険因子と健康の関連、難病患者の QOL や患者-医療者関係について概説できる。

４）グループダイナミクス

グループダイナミクスを通し、社会（集団）心理について解説するとともに、演習を通して集団合意形成の過程を体験する。

行動目標

・グループダイナミクスを通し、社会（集団）心理学的プロセスを概説できる。

５）学生発表

受講生によって労働や生活の場面で体験した精神的負担の大きかった状況を発表し、その状況を本講受講内容から分析し、今後の対応や行動に活かすことを目的とする。

行動目標

・自身の体験したエピソードを他受講生に伝わるようにプレゼンテーションできる。

・その時の心理状況を客観的・分析的に評価し、考察できる。

※講義は１０月以降の予定　日時は別途通知する。

回	授業内容	担　当
1	職場のメンタルヘルス 1	神田秀幸
2	職場のメンタルヘルス 2	神田秀幸
3	ストレスと生体反応	神田秀幸
4	ストレスと医療	神田秀幸
5	リスクファクターと健康 1（循環器疾患）	久松隆史
6	リスクファクターと健康 2（食事）	久松隆史
7	リスクファクターと健康 3（タバコ）	神田秀幸
8	リスクファクターと健康 4（アルコール）	神田秀幸
9	リスクファクターと健康 5（難病患者の QOL）	神田秀幸
１０	リスクファクターと健康 6（患者-医療者関係）	神田秀幸
１１	グループダイナミクス 1	神田秀幸
１２	グループダイナミクス 2	神田秀幸
１３	学生発表	全員
１４	学生発表	全員
１５	学生発表	全員