

## 2021年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
221332066	栄養カウンセリング論(行動療法含む) Nutritional Counselling	岡本康子	○	専門	2	必修	3後期

## 科目の概要

心やストレスのしくみを知るとともに、自己分析を行い、クライアントの気質や気持ち、感情のメカニズムを理解する。また個人が経験から学習した行動によって、形成・維持されていくライフスタイルに焦点をあて、栄養教育への適応・実践へ向けて行動療法の科学的技法を理解し、行動変容への効果的な栄養面談法を習得する。管理栄養学科の教育目標は、家政学部教育目標の下、管理栄養士の資格を生かして、「食」の専門家として疾病治療・重症化予防、疾病予防、食育と食環境を整えるための高度な知識と技能を持ち、人々の日常生活を健康の面から支援するために精神面から支えることのできる人材を育成する。25年間の病院勤務経験、医療人としての経験を生かし教育を行う。

学修内容	到達目標
① カウンセリングの定義、基本理論を学ぶ ② 心、ストレスの仕組みや心理アセスメントを学ぶ ③ 自己分析法、気質について学び他者（クライアント）への理解を学ぶ。 ④ 行動科学の基本的概念を学び、保健行動科学の基礎理論などをおして健康や病気をめぐる人間の行動について理解を深め、行動変容につなぐための方法を学ぶ ⑤ 傾聴力、共感力を実践から身につけ、行動変容へ導くための作品を協力して仕上げ、プレゼンする能力を養う	① カウンセリングの定義、意味を理解できる。 ② 心の仕組みを知り、アセスメントができる。 ③ 自己を知り、他者を理解できる。 ④ ライフスタイルを考慮し、行動科学の基本的概念や行動のとらえかたをもとにカウンセリングができる。 ⑤ 特に臨床における栄養カウンセリングについての理解を深め、行動変容につなぐための理論、方法が理解でき、作品をしあげ、プレゼンすることができる

## 学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

## 学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例

前に踏み出す力	主体性	自分がやるべきことを見極め、自発的にとりくむことができる。
	働きかけ力	周囲の方々に対し、目標達成へむけ、邁進できるように協力を仰ぐことができる
	実行力	成果に喜びを感じ、目標達成に向かい粘り強く取り組みを続けることができる。
考え抜く力	課題発見力	現状を正しく把握し、情報収集や分析をして課題を明らかにすることができる。
	計画力	作業のプロセスを明らかにし、優先順位をつけ、実現性の高い計画を立てるとともに柔軟に計画を修正できる。
	創造力	従来の常識や発想を転換し、新しい解決策を生み出すことができる。
チームで働く力	発信力	相手がどんな情報を求めているかを理解し、具体的にわかりやすく伝えることができる。
	傾聴力	相槌や共感等により、相手に話しやすい環境を作るとともに、素直に聞くことができる。
	柔軟性	自分の意見を持ちながら、相手の意見をよく理解し、共感することができる。
	状況把握力	自分の期待されている役割を認識し、行動することができる。
	規律性	ルールを把握し、そのルールや約束をまもることができる。
	ストレスコントロール力	ストレスの原因を知り、解決・発散する方法を身につけることができる。

## テキスト及び参考文献

エッセンシャル栄養教育論第3版 医歯薬出版 新版ヘルス21栄養教育・栄養指導論

## 他科目との関連、資格との関連

栄養教育:行動療法論 コミュニケーション能力の必要性の理解 臨床栄養教育論  
管理栄養士 栄養教諭

学修上の助言	受講生とのルール
自己理解することで他者を理解することができます。栄養指導が栄養カウンセリングを学ぶことで、人間の気質や本質をしりえ、クライアントにとり、QOLや心への配慮をしつつ、行動変容へつながる十分な助言やサポートができます。	皆さんは自分をしり、他者を理解することで、クライアントの接する方法などが見えてきます。また栄養教育論で学んで技法が役立ちます。グループで話しあうことが多いので、積極的に意見を発信し、また傾聴力を養いましょう。レポートは復習のためかならずまとめましょう。

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント			
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	30	①	✓	気持ちや感情のメカニズムへの理解、行動科学療法の理論、臨床の現場におけるカウンセリングについての理解ができているかを問う 国試にも関係する試験とする		
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
	平常評価	小テスト		0	①			
					②			
					③			
					④			
					⑤			
		レポート		30	①	✓		予復習のため1～4、5～8、9～12の3回、レポートに学ぶべきこと、学んだことをまとめる。5週目、9週目、13週目に提出をする。スライドを参考に自分のことばで理解できるレポートに仕上げる。提出日が守られること、自分のわかるようにレポートをまとめていることを高く評価をする。
					②	✓		
					③	✓		
					④	✓		
					⑤	✓		
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）		30	①	✓	栄養カウンセリングを学んだ管理栄養士の視点でクライアントに対応できたか作品か、カウンセリングの流れを理解し、上手にコーチングスキルなどカウンセリング技術を取り入れた内容か、文字は少なく、簡潔にすっきりしているかを評価する。カウンセリングの流れを理解し、上手にコーチングスキルなどカウンセリング技術を披露し、相手に明確にわかりやすく、はっきりした口調で伝えているか、また聞いている人を魅了するようなプレゼン能力を高く評価する			
			②	✓				
			③	✓				
			④	✓				
			⑤	✓				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓	（主体性）自発的に取り組むことができる （実行力）粘り強く取り組むことができる （課題発見力）情報収集や分析をして、課題を明らかにすることができる （創造力）新規性に富んでいる （発信力）グループワークで、積極的に意見を発信できる。 （傾聴力）相手の話をよく聞くことができる （規律性）授業が円滑に進行するように、ルールを守ることができる。			
			②	✓				
			③	✓				
			④	✓				
			⑤	✓				
総合評価割合		100						

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<p>行動法の理論、応用が完全に理解できていること。 筆記試験において心やストレスのしくみ、行動科学の基本的な概念について説明ができる。 レポート内容についても上記概念をふまえて、レポートが確実に書かれている (S) まずまず理解でき、説明でき、さらにレポートが書かれている (A)</p>	<p>行動療法の理論が理解できていること。 筆記試験において心やストレスのしくみ、行動科学の基本的な概念について理解できる レポート内容についても上記概念をふまえてレポートが書かれている</p>

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	15回の流れ ガイダンス	講義 Googleクラスルームを用いる	カウンセリングの必要性の理解をする	(予習) カウンセリングについて理解しておく (復習) 1連の流れを理解しておく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	カウンセリングの基本理論 臨む前の基本的姿勢 心理アセスメント 栄養カウンセリングの目的	講義 自己分析演習 インターネット、Googleクラスルームを用いる	自己分析で自己を振り返ることができる グループワークで積極的に発言でき、他者の話を傾聴できる	(予習) 心理アセスメントとはなにかを調べておく (復習) 自己分析で自己を振り返る	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	ストレスの成り立ちや症状など具体的な理論を知る ストレスと食行動を知り、ストレスマネジメント(対処法)を学ぶ	講義 演習 Googleクラスルームを用いる インターネット ストレス耐性チェック、eラーニング	ストレスの成り立ち、出現する症状など理論を知り、対処法を理解する	(予習) ストレスとはなにか、自分ならどう対処するかまとめる (復習) ストレス対処法をまとめる	180	ストレスコントロール力
4	気質コーチング 自分の特徴を知る	講義、演習 グループワーク Googleクラスルームを用いる	自分の気質を知り、気質分析ができる またその気質に応じた対応を理解する	(予習) 気質の意味を調べ、分析する方法を模索してくる (復習) 気質について理解し、かかわり方をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	栄養教育に必要なカウンセリングスキル理論 効果的に栄養教育を実施するための方法を理解	講義 Googleクラスルームを用いる	心理学領域の理論を知ることができる	(予習) カウンセリングについて理解しておく (復習) 病態別の介入をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	栄養教育に必要なカウンセリングスキル活用	講義 演習 Googleクラスルームを用いる	リスニングスキルの実践法を習得する実践を行い、技術の習得ができる	(予習) リスニングスキルについて理解しておく (復習) 実践法をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	カウンセリングの応用 ①	講義 演習 Googleクラスルームを用いる	アサーション・ネゴシエーションスキルの実践法を習得できる	(予習) アサーション・ネゴシエーションスキルについて理解しておく (復習) 授業で学んだ応用の実践法をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	カウンセリングの応用 ②	講義 演習 Googleクラスルームを用いる	コーチングの理論と実践法を習得する	(予習) コーチングスキルについて理解しておく (復習) 授業で学んだ応用の実践法をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	カウンセリングの応用 ②③	講義 演習 Googleクラス ルームを用いる	事例からカウンセリングの応用ができる	(予習) 今まで学んだ カウンセリングについて 理解しておく (復習) 授業で学んだ 応用の実践法をまとめ る	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	作品計画 カウンセリングの応用 ③	講義 演習 グループワーク Googleクラスルームを 用いる	グループでカウンセリ ングスキルを活用した 症例への栄養教育作品 を計画できる	(予習) カウンセリン グについて理解してお く (復習) カウンセリン グの応用についての復 習	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	作品作成	講義 演習 グループワーク Googleクラスルームを 用いる	グループでカウンセリ ングスキルを活用した 症例への栄養教育作品 が作れる	(予習) カウンセリン グについて理解してお く (復習) カウンセリン グの応用についての復 習	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	作品作成	グループワーク Googleクラスルームを 用いる	グループでカウンセリ ングスキルを活用した 症例への栄養教育作品 が作れる	(予習) カウンセリン グについて理解してお く (復習) カウンセリン グの応用についての復 習	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	発表 Googleクラス ルーム(フォーム) を 用い評価	演習	わかりやすいプレゼン ができる 栄養教育がカウンセリ ング手法を用い作成で きる 他者の作品、プレゼン の評価ができる	(予習) 作品の完成 (復習) ほかのグルー プからまなんだことま とめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	発表	演習 Googleクラス ルーム(フォーム) を 用い評価	わかりやすいプレゼン ができる 栄養教育がカウンセリ ング手法を用い作成で きる 他者の作品、プレゼン の評価ができる	(予習) 作品の完成 (復習) ほかのグルー プからまなんだことま とめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	まとめ 行動療法の手法や各臨 床現場はじめ、様々な 場面での活用法を講義 する 質問に答える	講義 演習 Googleクラス ルーム	行動療法の基礎知識を 理解する行動療法を活 用できる行動療法の応 用について臨床現場で どのように利用されて いるか理解できる	(予習) 行動療法が、 臨床の場でどのように 利用されているかを調 べておく (復習) 行動療法の基 礎をまとめる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力