

シラバス作成の例(ゼミの場合)

授業科目名	リエゾンゼミⅡ	授業形態	演習	開講期間	通年	単位	2
担当教員名	福祉ハリー (※「リエゾンゼミ・ナビ『学びとの出会い』」のナビゲーター教員)						
事前に受講して欲しい講義等		事後に受講して欲しい講義等					
授業のテーマ	ストレスへの対処						
授業の目的	心理実践力のうち、人間理解力と問題解決力を身に付ける。						
授業の到達目標	①ストレスへの対処について、文献を調べることができる。 ②ストレスへの対処について、討議し、意見を発表することができる。 ③ストレスへの対処について、グループで調査を行い、結果をまとめ、発表することができる。						
授業の概要(内容) (200～250字)	現代はストレス社会といわれ、うつ病を発症する人も少なくない。厚生労働省の調査によると、今までの人生でうつ病にかかったことのある人は15人に1人という。そういう状況を踏まえて、従業員50名以上の全事業所でストレスチェックが義務化されるという改正労働安全衛生法が2014年6月に成立し、2015年12月より施行されることにもなった。そこで、ストレスの対処について調べ、理解を深める。また、ストレスを抱えている人を対象にストレスへの対処の聞き取り調査を行う。授業の一部で感性とストレスの関連も学ぶ。						
授業の方法	前期は、各自が選んだ文献をもとにディスカッションを行う。 後期は、グループで問題解決型学習(PBL)に取り組む。ストレスへの対処について聞き取り調査を行い、ストレスの対処についてわかったことをまとめ、発表する。						
授業時間外学修(予習・復習等)	前期は、文献を読んで、意見をまとめる。 後期は、調査を行い、結果をまとめ、プレゼン用のスライドを作成する。						
評価の方法・基準(評価割合)	授業への参加態度(50%)、レポート(30%)、プレゼンテーション(20%)						
特記事項(資格認定科目等)	〇〇の受験資格取得のための選択科目になっている。						
履修上の注意事項	2/3以上の出席がない場合は、単位を取得することができない(欠格条件) 遅刻3回で欠席1回とみなします						
前期授業計画(テーマと内容等)【必須】				後期授業計画(テーマと内容等)【必須】			
①	テーマ:自己紹介とオリエンテーション 内容:お互いに自己紹介をする。ゼミの進め方について説明を行う。	①	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り① アルバイト学生 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
②	テーマ:文献による学習① ストレスはない方がいい? 内容:文献による学習を行う。	②	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り② 介護をしている人 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
③	テーマ:文献による学習② ストレス反応にはどんなことがある? 内容:文献による学習を行う。	③	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り③ 施設職員 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
④	テーマ:文献による学習③ ストレスへの対処にはどんなことがある? 内容:文献による学習を行う。	④	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り④ 教員 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
⑤	テーマ:文献による学習④ ストレスに強い人ってどんな人?(ハーディネス) 内容:文献による学習を行う。	⑤	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り⑤ ストレスを感じるのはどんなとき? 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
⑥	テーマ:文献による学習④ ストレスで挫けても立ち直る人ってどんな人?(レジリエンシー) 内容:文献による学習を行う。	⑥	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り⑥ ストレスを感じたときにどのように対処している? 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
⑦	テーマ:文献による学習⑥ 逃避するのも対処? («負けるが勝ち»「逃げるが勝ち»「三十六計逃げるに如かず») 内容:文献による学習を行う。	⑦	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り⑦ ふとストレスが軽くなったときはどんなとき? 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				
⑧	テーマ:文献による学習⑦ 見方にとってストレスは変わるのか? («万物は心の所変») 内容:文献による学習を行う。	⑧	テーマ:ストレスを抱えている人への聞き取り⑧ どの程度のストレス度?(ストレスチェックリスト) 内容:ストレスを抱えている人を対象に聞き取り調査を行う。				

⑨	<p>テーマ: 文献による学習⑧ 感性を磨くことによってストレスは軽減する? (映画「燃えよ、ドラゴン」のセリフ「考えるな、感じるんだ」)</p> <p>内容: 文献による学習を行う。</p>	⑨	<p>テーマ: 聞き取り調査結果についての話し合い: どんなどきにストレスは高まるのか?</p> <p>内容: 聞き取り調査の結果について整理し、話し合う。</p>
⑩	<p>テーマ: 文献による学習⑨ ストレス対処には意志が大事? (上杉鷹山「為せば成る、為さねば成らぬ何事も、成さぬは人の為さぬなりけり」、西洋の格言「意志あるところに道は開ける」、吉田松陰「志を立てて、もって万事の源とす」)</p> <p>内容: 文献による学習を行う。</p>	⑩	<p>テーマ: 聞き取り調査結果についての話し合い: これまで報告されていないストレスが高まる要因があるか?</p> <p>内容: 聞き取り調査の結果について整理し、話し合う。</p>
⑪	<p>テーマ: 文献による学習⑩ 開き直りの対処? («どうにもならぬときはどうにかなる」「ケセラセラ(なるようになる)»)</p> <p>内容: 文献による学習を行う。</p>	⑪	<p>テーマ: 聞き取り調査結果についての話し合い: 有効なストレスへの対処法は何か?</p> <p>内容: 聞き取り調査の結果について整理し、話し合う。</p>
⑫	<p>テーマ: 文献による学習⑫ 私心除去の対処? (吉田松陰「私心さえ除き去るならば、進むもよし退くもよし、出るもよし出ざるもよし」「至誠にして動かざる者は未だこれ有らざるなり」、稲盛和夫「動機善なりや、私心なかりしか」)</p> <p>内容: 文献による学習を行う。</p>	⑫	<p>テーマ: 聞き取り調査結果についての話し合い: これまでにない独創的なストレスへの対処法はあるか?</p> <p>内容: 聞き取り調査の結果について整理し、話し合う。</p>
⑬	<p>テーマ: 文献による学習⑬ 体と気持ちの状態に気づくことから? (マインドフルネス)</p> <p>内容: 文献による学習を行う。</p>	⑬	<p>テーマ: 発表 第1グループ</p> <p>内容: ストレスの対処についてわかったことを発表する。</p> <p>予習: プレゼン用のスライドを作成する。</p>
⑭	<p>テーマ: 総括</p> <p>内容: 前期の学習について、総括する。</p>	⑭	<p>テーマ: 発表 第2グループ</p> <p>内容: ストレスの対処についてわかったことを発表する。</p> <p>予習: プレゼン用のスライドを作成する。</p>
⑮	<p>テーマ: 前期マイステップ・リエゾンポートフォリオ</p> <p>内容: マイステップで、学士力、人間力、社会人基礎力などがどの程度身についたか、ふりかえる。</p>	⑮	<p>テーマ: 後期マイステップ・リエゾンポートフォリオ</p> <p>内容: マイステップで、学士力、人間力、社会人基礎力などがどの程度身についたか、ふりかえる。</p>
⑯	なし	⑯	なし
教科書・テキスト	特になし		
参考書・参考資料・参考URL等	「PBL授業を受けるみなさんへー学生向けPBL授業受講ガイドー」(三重大学高等教育創造開発センター) http://www.hedc.mie-u.ac.jp/pbl-student/		
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・授業計画の前期のテーマには、問題意識の例を挙げている。実際は、その時々によってテーマは変わる。 ・授業計画の後期のテーマには、調査の対象、質問内容、話し合いの視点などを例示している。実際は、その時々によって設定する。 ・特色ある科目: 授業の一部で「感性」について学ぶ。 ・授業の感想をUNIPAのクラスフォーラムに前期1回以上後期1回以上は記入すること。 ・レポート、グループワーク、問題解決、プレゼンテーションに取り組む際は、学士力関連コモンルーブリックを参照すること。 http://www.tfu.ac.jp/campuslife/rubric.html ・レポート及び発表のスライドはUNIPAの課題提出で提出すること。 ・年間を通しての課題: ①ストレス対処に関する文献を要約し、コメントを述べなさい。 ②ストレス対処に対する事例をあげて、考察しなさい。 ③発表のスライドについて、最後にコメントを述べて提出しなさい。 ・評価の際は、学士力関連コモンルーブリックも踏まえて行う。 ・課題に対するフィードバック: UNIPAの課題提出によりコメントする。 ・欠席する場合は、欠席届を提出するとともに、UNIPAのQ&Aに記入すること。 ・授業中は、携帯電話をマナーモードにし、私語を慎むこと。 ・シラバスの内容は、やむをえない事情等により一部修正することがある。 		
連絡先(質問等)	授業終了時、UNIVERSAL PASSPORT のクラスプロフィールのQ&A、オフィスアワー(曜日時間はUNIVERSAL PASSPORT の時間割表(教員別)で公開)		