

平成 24 年度 人間の科学（身体関係論入門）

○授業のねらい： 皆さんは、人と関わっているとき、パソコンで作業をしているとき、さらには授業に出ているとき、どんな「身体」でいますか？不思議な質問だと思ったかもしれませんがね。普段あまり意識しないことだと思います。しかし、どんな身体体験をしているかは、今この場での現実的な適応によるだけでなく、個人的な心身の使い方の癖にもとづくものでもあります。少し大きめに言えば、身体は自分の住みこんでいる世界であり、自分の生き方の現れ（＝姿勢）なのです。そして、自分自身との関わり方が変わったり、姿勢が変わったりすると、世界も変わります。コミュニケーションの基盤は身体関係にあるといえるのです。そこで本科目では、自分と身体との関係、および身体と外界との関係について体験的な理解を深め、習慣を越えた、より自由で手応えのある生の可能性を探ります。普段あまり意識に上らない生きてはたらく身体を、非日常の視線でていねいに捉え返すことで、世界と思考の幅が大きく広がることを願っています。

キーワード： 身体心理学、身体技法、非言語行動、アウェアネス、脱学習

○授業方法： 身体関係論の代表的な考え方を検討しながら、授業は体験学習を中心に進めます。4月の第4土曜日には3コマ分の集中授業を行います。毎回、予習／復習課題があるとともに、学習を総括するために確認テストとディベート、レポート課題があります。期末試験は実施しません。なお、本授業はWebClassを使って進めますので、十分活用してください。

○成績評価： 全回出席を前提にします。（授業ワークシート1点・予習課題2点・復習課題2点）×11回＋確認テスト15点＋ディベート15点＋レポート15点＝100点のうち、60点以上を合格とします。但し、レポート（2000字程度）はワークシートや復習課題等の蓄積をまとめる作業ですので、特に新たに書き起こす必要はありません。

○備考（準備学習等）： いろいろな姿勢や動きをしても気にならない服装で参加して下さい（身体を締め付ける服装や、スカートやサンダル等は避けて下さい）。

○到達目標：

- ①日常的な心身の体験傾向を理解する。
- ②身体の内側に意識を向け、さまざまな感覚や感情の推移を体験する。
- ③自発的な身体動きに任せることで、意識下の調整過程に気づく。
- ④身体次元の体験が言葉となってくるプロセスを体験する。
- ⑤身体との関わり方が変わることで、体験も変わることに気づく。
- ⑥身体動きの一部としての声や言葉の表出に気づく。
- ⑦身体関係論の代表的な考え方を、体験を踏まえて説明することができる。
- ⑧無自覚の社会適応の問題点とそれらへの対処策を、体験を踏まえて議論することができる。

○授業進行

< I 導入 >

回	日付	学習内容	目標	授業方法	予復習課題
1	4/5	「身体関係論とは」： シラバスへの質疑応答、アンラーニング	①②	ミニレクチャー 体験セッション グループワーク	予) なし ----- 復) なし
2	4/12	「知覚とバイアス」： 3D図絵、錯視、選択的注意	①③	ミニレクチャー 体験セッション グループワーク	予) なし ----- 復) 「イリュージョン・フォーラム」のサイトから錯視を一つ選んで説明する
3	4/19	「アウェアネス」： 予習課題の消化、バイアスの様々の理解	①⑦	グループワーク レクチャー	予) C.V.W.ブルックス（伊東博訳）「センサリー・アウェアネス」誠信書房 1986年（pp. 2-9） ----- 復) 認知バイアスの例を調べて説明する

< II 集中授業—かかわりの基底 >

回	日付	学習内容	目標	授業方法	予復習課題
4~6	4/28	予習課題の消化 「重さとからだ」 「見えない世界」 「私の物語」	②③ ④⑤	体験セッション グループワーク	予) C.V.W.ブルックス (伊東博訳)「センサリー・アウェアネス」誠信書房 1986年 (pp. 20-26) 復) 授業のなかから一つか二つの実習を選び、日常生活のなかでやってみる

< III 無意識・非意識とのかかわり >

回	日付	学習内容	目標	授業方法	予復習課題
7	5/10	予習課題の消化 「二人で動く」 「ストレッチング」	②③ ⑤	ミニレクチャー ディスカッション 体験セッション	予) 森有正「生きることと考えること」講談社現代新書 1970年 (pp. 96-111) 復) 授業のなかから一つか二つの実習を選び、日常生活のなかでやってみる
8	5/17	「インプロ表現」 「ボディスキヤン」 「感覚のつくり手になる」	②③ ⑥	体験セッション グループワーク	予) 森有正「生きることと考えること」講談社現代新書 1970年 (pp. 187-206) 復) 「感覚のつくり手になる」をあらためてやってみる
9	5/24	予習課題の消化 無意識・非意識の理解	④⑤ ⑦	レクチャー ビデオ視聴 ディスカッション	予) 池見陽「心のメッセージを聴く」講談社現代新書 1995年 (pp. 122-149) 復) 「フォーカシング」を自分でやってみる

< IV 身体とのかかわり >

回	日付	学習内容	目標	授業方法	予復習課題
10	6/7	予習課題の消化 身体心理学の入門的理解 「進化を追って」 「ヒトの私」	②⑤ ⑥	ミニレクチャー 体験セッション グループワーク	予) 池見陽「心のメッセージを聴く」講談社現代新書 1995年 (pp. 209-234) 復) 自分のストレス反応のパターンを探る
11	6/14	予習課題の消化 「身体の構造とイメージの活用」 「野口体操」	②⑤ ⑦	ミニレクチャー ビデオ視聴 体験セッション	予) 野口三千三・養老孟司・羽鳥操「アーカイブズ野口体操」春秋社 2004年 (pp. 80-101) 復) 授業のなかから一つか二つの実習を選び、日常生活のなかでやってみる
12	6/21	予習課題の消化 「音楽と動き」 「息のふいご」	③⑤ ⑥	ミニレクチャー ビデオ視聴 体験セッション	予) 竹内敏晴「声が生まれる」中公新書 2007年 (pp. 23-36) 復) 授業のなかから一つか二つの実習を選び、日常生活のなかでやってみる； テスト準備

< V まとめと振り返り >

回	日付	学習内容	目標	授業方法	予復習課題
13	7/5	知識の確認テスト (40分) 重要事項の確認 予習課題の消化	⑦	テスト 解答の説明	予) S.E.スプラドリン (齊藤富由起監訳)「弁証法的行動療法ワークブック」金剛出版 2009年 (pp. 94-101) 復) セルフ・トークと「べき思考」の記録をつける
14	7/12	予習課題の消化 ディベート方法の理解	⑧	ミニレクチャー ビデオ視聴	予) 深澤弘樹「講座4『コミュニケーション』の方法のための『社会常識』」松野弘編著「大

		ディベートの準備・実施 (論題「大学教育では内的適応をより重視すべきである」)		グループワーク ディベート	学生のための『社会常識』講座」ミネルヴァ 書房 2011年 (pp. 128-150) ----- 復) フォームに沿ってディベートを自己評価 する
15	7/19	予習課題の消化 レポート課題の理解・準備 学習の自己評価と授業の振り返り	①⑦ ⑧	レクチャー グループワーク 授業評価	予) 佐伯胖「まなびほぐし (アンラーン) の すすめ」 荻宿俊文他編「まなびを学ぶ」東京 大学出版会 2012年 (pp. 52-64) ----- 復) 提出物と教員コメントを総覧して、レポ ートの準備をする
16	7/26	授業評価に基づいて自由な意見交換		懇談会	予) J.B.テイラー (竹内薫訳)「奇跡の脳」新 潮文庫 2012年 (pp. 299-333) ----- 復) なし

○成績評価の方法

評価対象	目標	実施方法	配点と評価観点
予習課題	⑦	配布資料を読み、主張点を述べられるように 準備する。	1回 2点×11回。主張点の要約が十分であれば 2 点、不十分な場合は 1点、予習がない場合は 0点。
ワークシート	授業回に よる	WebClass で各回のフォームをダウンロー ドし、項目に従って記入の上、提出する。	1回 1点×11回。提出がない場合は 0点。
復習課題	授業回に よる	WebClass で各回のフォームをダウンロー ドし、項目に従って記入の上、提出する。	1回 2点×11回。復習が十分できていれば 2点、 不十分な場合は 1点、復習がない場合は 0点。
確認テスト	⑦	予習課題や授業中の提示資料等から重要点 の説明問題 10 問程度を出題する。	15 点満点。各問題とも、体験を踏まえて十分説明 できているかどうかをみる。
ディベート	⑧	グループで準備を行い、肯定側・否定側・ジ ャッジのいずれかの役割で実施する。	15 点満点。チームワーク・論拠収集・主張内容・反論内 容・プレゼンテーション・フローシートについて各 2.5 点を配分。
レポート	①⑦⑧	次頁の資料を参照。	15 点満点。次頁の資料を参照。

レポート課題：「私という生き物」（副題に「私のキャッチコピー」を入れなさい）

① 以下の二つの内容を含めること。

○ワークシート10で行った内容を、これまでのワークシートや復習課題等での記述内容を適宜使いながら紹介して下さい。(1,600字程度)

○それを踏まえて、生き物としての自分の成長課題をまとめて下さい。(400字程度)

② 分量は合計2000字程度です。字数が1800字未満あるいは2200字以上の場合は評価外(0点)となるので、注意すること。

③ レポート作成にはMicrosoft Wordを用い、A4版36字×40行のページ設定で提出すること。

④ 以下の情報を、先頭に忘れずに入れておくこと。

学生番号または履修番号：_____ 氏名：_____
学部：_____ 学科：_____ 年次：_____

⑤ 評価観点は以下の通り：(15点満点。引用がある場合は2点分追加対象になります)

<内容面>

- ・自分の体験や学びを丁寧に振り返ることができているか(3点)
- ・自分の成長課題が具体的にまとめられているか(3点)
- ・授業での学びや予復習課題が十分総合されているか(3点)

<表現面>

- ・自分自身の体験を表す、独自でかつ共感をよぶ日本語表現になっているか(2点)

<書式面>

- ・文体は常体(デアル調)で統一されているか(1点)
- ・一文が長くなり過ぎていないか(原則60字程度まで)(1点)
- ・段落分けや句読点等は適切か(1点)
- ・誤字や脱字はないか(1点)

- ・引用の場合は、引用であることが明示されているか(1点)

例1：ブロードバンド回線の加入件数は、2013年には3,500万件を超える見込みである¹⁾。

例2：長崎大学の「幕末・明治期日本古写真コレクション」には、約7,000点の古写真がある²⁾。

- ・末尾の引用文献リストには、書誌情報が過不足なく挙げられているか(1点)

例1：1) 野村総合研究所 情報・通信コンサルティング部：IT市場ナビゲーター これから情報・通信市場で何が起こるのか 2011年版、東洋経済新報社、2011年、p.223

例2：2) 長崎大学附属図書館 幕末・明治期日本古写真メタデータ・データベース
<http://oldphoto.lb.nagasaki-u.ac.jp/jp/about.html> 2011年11月11日参照

(なお、引用および引用文献の表示の仕方は、各自が他科目で習得している書式でも構わない)

⑥ め切りは7月31日(火)24時。WebClassに提出のこと。

⑦ レポートは後期開始までに返却する。