

科目名	開講時期	必修・選択	科目区分	単位（時間）	科目責任者
セルフマネジメント 支援論	2年次 後期	必修	講義	1単位（30時間）	坂本 優子 ※
授 業 概 要					
対象者自身が健康の維持・増進、健康障害からの回復などにおいて、知識・技術を持ち自身の生活と折り合いをつけながらセルフマネジメントを行えるように支援する方法を学ぶ。また、特定の健康課題を持つ集団に対するセルフマネジメント支援の方法を学ぶ。					
到 達 目 標					
1. セルフマネジメント支援の必要性とセルフマネジメントのための主要概念を説明する。 2. セルフマネジメント支援に関する理論を活用した効果的な支援方法について説明する。 3. 対象(個人)の状況に応じたセルフマネジメント支援を実施する。 4. 特定の健康課題を持つ小集団に対するセルフマネジメント支援を実施する。					
実務経験のある教員					
坂本 優子：看護師としての臨床経験をふまえて、セルフマネジメント支援について教授する。					
回	学 習 内 容				担当教員
1-5	1. セルフマネジメントとセルフマネジメント支援とは 2. 対象に応じたセルフマネジメント支援の技法 1) 個人への支援 2) 集団への支援 3) セルフマネジメント支援に必要な技法 3. 行動変容に関する理論と支援方法 成人教育学(アンドラゴジー)、エンパワメントモデル 健康信念モデル、自己効力理論、変化ステージモデル、計画的行動理論 ストレスとコーピング、ソーシャルサポート、コントロール所在 4. 演習				坂本 優子 ※
6-10	1) セルフマネジメント支援に関する理論を活用し、対象(個人)の状況に応じた支援を計画・実施・評価する				
11-15	2) 特定の健康課題をもつ小集団に対して、セルフマネジメント支援を計画・実施・評価する				
学 習 方 法					
講義 演習 グループワーク					
評 価 方 法					
科目修了試験・レポート等					
先 修 科 目					
なし					
教科書、参考書					
[教科書] 系統看護学講座 成人看護 [1] 成人看護学総論 小松浩子 他 著 医学書院 医療・保健スタッフのための健康行動理論の基礎 松本千明 著 医歯薬出版株式会社					