

【2026 年度/専門科目領域/専門科目群/人間コミュニケーション学科】

科目名	ナンバリング	区分 (必修・選択)	単位数	履修年次	開講学期等
増悪・怒りとコミュニケーション		選択	2	2.3	後期
担当教員	研究室	電子メール ID	オフィスアワー		
前川 真奈美	B304	manami.maekawa	木曜日 12:10~13:00		
授業の目的・概要	<p><目的>人間コミュニケーション学科のディプロマポリシーにある「豊かな人間観」と「多様性を尊重する姿勢」を育むため、多角的な視野を培い、異なる背景や視点を尊重できる、多様な自己表現・コミュニケーションの実践を体験する。</p> <p><概要>本科目は1年次に学び得るコミュニケーションの基礎に重ねて、多様なコミュニケーションの実態を体験させて、学生の視野・視座の拡充・柔軟を促す学際的科目群である。この授業では、「憎悪」と「怒り」というテーマを、社会の観点で見つめ、人間交流で必然的に伴う負の感情がコミュニケーションにおいて如何なる特徴・功罪を具備しているか、様々なワークを通して体感してもらい、自分自身の情緒と感性を豊かにさせ、社会実装への展開を考察していく。</p>				
授業形式・方法	<input checked="" type="checkbox"/> 対面授業 <input type="checkbox"/> 遠隔授業(双方向型) <input type="checkbox"/> 遠隔授業(自主学習) <input checked="" type="checkbox"/> 講義 <input checked="" type="checkbox"/> 演習 <input type="checkbox"/> 実習 <input type="checkbox"/> 実技 <input type="checkbox"/> PBL <input type="checkbox"/> 反転授業 <input checked="" type="checkbox"/> ディスカッション・デベート <input checked="" type="checkbox"/> グループワーク <input type="checkbox"/> プレゼンテーション <input type="checkbox"/> 実習・フィールドワーク <input type="checkbox"/> その他 ()				
学習上の助言	本授業では、怒りを自分ごととして捉え、日常の経験と結びつけて考えることを大切にする。正解を当てるのではなく、試しながら理解を深めていく姿勢を求める。普段はあまり意識しない日常の小さなイライラにも目を向け、学びに結びつけてほしい。				
教科書	教科書は指定しない。必要に応じて資料を配付する。				
参考書	講義中に適時紹介する。				
外部教材	講義中に適時紹介する。				
学生が達成すべき行動目標				関連卒業認定・学位授与方針	
①	憎悪や怒りに関するコミュニケーションの実際や理論が多様であることを認識し、自身の自己表現を成長させることができる。			HC (1)、(3)、(4)	
②	憎悪や怒りに関する多様なコミュニケーションの見識を体験して、実際の社会場面で表現・応用する準備学習とすることができる。			HC (2)、(6)	
授 業 計 画					
回	学習内容等	授業の方法	学習課題・学習時間 (時間)		
1	オリエンテーション -怒りを「なくす」のではなく、適切に「扱える」ようになろう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	2	
2	どうして自分は/あの人はイライラするのか? -怒りのしくみを知ろう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
3	あなたの「地雷」はどこ? -イラッとポイントを見つけよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
4	イライラさんのプロファイリング① -あおり運転	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
5	イライラさんのプロファイリング② -SNS 炎上	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
6	イライラさんのプロファイリング③ -恋人・親とのすれ違い	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
7	怒りを「そのまま出さない」スキル① -イライラのピークをやり過ぎそう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
8	怒りを「そのまま出さない」スキル② -イライラを身体からリセットしよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
9	その怒り、何点? -アンガーシアターで感情を「見える化」してみよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
10	「ムカつく」の正体を言葉にする -怒りの気持ちを細かく分解してみよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
11	あなたの怒りパターンは? -イライラログから、自分のクセを見つけよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
12	その「べき」、あなたを苦しめてない? -心の法律を見直してみよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
13	怒りを出してみよう① -ただし、お嬢様言葉で。	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
14	怒りを出してみよう② -「そのまま出す」から、「翻訳して伝える」へ	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	4	
15	これから、どう怒る? -自分なりの「怒りの扱い方」を言葉にしよう	講義・演習	授業内容について整理し、課題に取り組む。	6	

【2026 年度/専門科目領域/専門科目群/人間コミュニケーション学科】

試			
---	--	--	--

総合評価割合 (%)		達成度評価					合計
		試験	レポート	成果発表	ポートフォリオ	その他	
		0	0	0	55	45	100
総合 力 指 標	知識・技術力	0	0	0	5	5	10
	思考・推論・創造する力	0	0	0	25	15	40
	協調性・リーダーシップ	0	0	0	0	0	0
	発表・表現伝達する力	0	0	0	0	0	0
	コミュニケーション力	0	0	0	0	0	0
	取組みの姿勢・意欲	0	0	0	0	15	15
	問題を発見・解決する力	0	0	0	25	10	35

評価のポイント			評価の実施方法と注意点	フィードバックの方法
評価方法	行動目標			
試験	①			
	②			
	③			
	④			
	⑤			
	⑥			
レポート	①			
	②			
	③			
	④			
	⑤			
	⑥			
成果発表	①			
	②			
	③			
	④			
	⑤			
	⑥			
ポートフォリオ	①	✓	学期末にポートフォリオ課題の提出を求める。 第3回、第11回、第12回、第15回の授業内容の区切りを目途に、ワークをもとにした、自身の怒りの特徴やその背景にある考え方を振り返り、今後の対処法やコミュニケーションの工夫について具体的にまとめることを求める。 授業内容の理解、自己分析の深さ、具体性、応用力等を総合的に評価する。	コメントと評価点を付して返却する。
	②	✓		
	③			
	④			
	⑤			
	⑥			
その他	①	✓	各回で授業内ワークを課し、その内容および取組みの姿勢を総合的に評価する。これは授業内だけでなく、授業終了後に提出するものも含まれる。	Microsoft Teams を利用して個別にフィードバックを行う。
	②	✓		
	③			
	④			
	⑤			
	⑥			

備 考	
他 担 当 教 員	なし
教員の実務経験	該当なし
実践的授業の内容	該当なし
そ の 他	本科目では、科目の特性上、生成 AI の利用自体は禁止しない。ただし、自らの思考を求める課題（授業内ワーク、ポートフォリオ課題等）において、生成 AI の出力結果を未加工のまま提出することは禁止する。これに反した場合は、評価の対象外とする。