

# 筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター 2022 年度活動報告書

第 4 号

2023 年 11 月

## 目次

センター長挨拶

- 1.働く人への心理支援開発研究センターについて
- 2.センター独自企画の学術研究
- 3.2022 年度の活動実績
- 4.次年度に向けて



最先端の「知」を、最前線に。

働く人への心理支援  
開発研究センター [T-One ラボ]

## センター長挨拶

センター母体となる本学人間総合科学学術院人間総合科学研究群カウンセリング学位プログラム（博士前期課程）およびカウンセリング科学学位プログラム（博士後期課程）では、過去30年以上にわたりカウンセリングや心理学領域を専門基盤として、社会人研究者の育成や研究の推進・発信を行ってきました。そうした実績に基づいた最先端かつ幅広い知見を活かし、働く人の支援に関する研究成果を社会に還元することをめざした産官学連携の研究拠点として、2019年4月1日に本センターは設立されました。

働く人および働く人を支える家族や組織、さらに働くことに関し、「人は、いつでも、いつまでも発達できる(Pursuit lifelong development with us)」という理念のもと、活動を推進しています。

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター センター長  
筑波大学 人間系教授

岡田 昌毅



# 1.働く人への心理支援開発研究センターについて

## (1)開発研究センターについて

外部資金を事業運営費として、社会的要請の高い学問分野での共同研究開発を積極的に推進し、産学官の共同研究体制を構築するため、2015年7月1日より国際産学連携本部のもとに順次創設されました。筑波大学のミッションである教育、研究、社会貢献のうち、社会貢献を担う新たな組織です。今後も新たな分野でのセンター設置を予定しています。



出典:[https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2023/02/rd\\_202302J\\_small-1.pdf](https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2023/02/rd_202302J_small-1.pdf) (2022.4 時点情報)

## (2)本センターの設立の経緯

2019(平成 31)年 4 月 1 日付けで、働く人への心理支援開発研究センター[愛称:T-One ラボ(ティーワンラボ)]は筑波大学での 7 つ目の開発研究センターとして設立されました。同センターは、働く人への心理支援に関する研究を推進し、その成果を社会に還元することを目的としています。

現代社会は、グローバル化、少子高齢化、働き方の多様化などによる多様で高いストレスが生じやすくなっていると考えられます。また、「働き方改革」などの急速な展開もあり、個人と組織の関係性が改めて問われています。このような中、「働く人への心理支援」や「支援人材の高度化」に対する社会的要請は高まっています。しかしながら、働く人に関する研究や支援は、様々な大学および民間企業などで個別に進んでいますが、研究と社会実装を一体化した産官学連携研究拠点の事例は国内にはありません。

本学人間総合科学学術院カウンセリング学位プログラムでは、カウンセリングや心理学領域を専門とする社会人研究者の育成と、社会における多様な現象を研究として発表することへの成果を上げてきました。そうした実績に基づいた最先端かつ多様な知見を基盤としながら、働く人及び働く人を支える家族や環境、さらに働くことに関し、「人は、いつでも、いつまでも発達できる」ことを理念として、ワンストップでのサービス提供拠点を形成することに至りました。

本センターの特徴は、生涯発達の多様な領域(社会への移行～中年～高齢者、妊産婦・出産・育児・介護等)、専門領域(家族・福祉、学校・教育、産業・社会等)、多様な研究領域(心理臨床、社会行動、キャリア発達、メンタルヘルス、惨事ストレス、アディクション等)をカバーする開発研究体制、および社会貢献体制を整備していることです。

期待される社会的な意義や効果は、以下の通りです。「働く」という切り口から人の生涯発達に貢献するとともに、東京都文京区にある東京キャンパスという地の利を活かし、多様な企業・団体や人々が集いやすい拠点を目指します。

### 【実践的研究】

真の社会ニーズに沿った、働く人への心理支援に関する実践的研究が促進され、働く人に対する、高品質の心理支援サービスの提供が実現される。

### 【人材育成】

心理支援者の質的向上、および指導者養成に関する機能強化が実現される。

### (3)2つの約束(Two Promises)と提供価値(Value Provided)

#### ONE Team

知恵は現場で活かされてこそ、意味がある。企業をはじめとする各団体・機関と一体となり、職場や家庭などで、働く人を広く深く支えていきます。

#### ONE Stop

筑波大学の、最先端かつ多様な知見を結集。ワンストップで、よりよい働きかたへのあらゆる要請に対応します。

### (4)センター愛称「T-One ラボ」

筑波(Tsukuba)大学の知恵を結集し、  
ワン(One)・チームとなって、  
ワン(One)ストップのサービスを提供します。

### (5)組織体制

- ・リサーチユニット  
企業・組織との共同研究を通じたさまざまな現場への展開や社会への貢献
- ・コンサルティングユニット  
心理統計や質的分析に基づく、コンサルティング調査・分析・ツール開発への学術指導
- ・カウンセリングユニット  
心理相談・キャリア相談、スーパービジョン、スーパーバイザー養成
- ・教育・研修ユニット  
人事・人材育成担当者・支援者・指導者への研修プログラムの開発・実施・効果検証
- ・事業戦略ユニット  
広く社会・企業ニーズに即した新規プロジェクトの提案および情報発信・成果報告
- ・企画・調整ユニット  
センター運営の各種事務局、本学との連携窓口



最先端の「知」を、最前線に。  
働く人への心理支援  
開発研究センター

## 働く人への心理支援開発研究センター

2019年4月1日発足

働く人への心理支援に関する研究と社会貢献体制を整備した開発研究センター

◆当センターは、「働く人の意識・行動」や「個人と組織との関係」、および「職場におけるメンタルヘルス」や「専門性や年代に応じた職業的発達」等の開発研究を推進し、多くの企業との共同研究・学術指導を展開しています。リカレント教育、エクステンションプログラムにおける専門職者・指導者層への教育プログラムの開発・運営、およびライフキャリア相談室での個別支援など、働く人を支援するための多様な教育や社会貢献も積極的に進めています。

◆今後は、働く人と組織をつなぐ新たな課題である「人的資本経営」に関しても、心理学的なアプローチを用いた開発研究をより進めていきます。働く人にとっての意欲や活力、組織にとっての持続的成長や組織開発につながる「ワーク・エンゲイジメント」や「組織風土」などに関する検討を深め、結果公表や社会実装を進めることで意欲的に社会貢献を継続していきます。



センター長  
岡田 昌穂  
(人間系教授)

当センターのミッション

### 「人は、生涯、発達する。」

働く現場が様々な環境変化に直面するいま、「心の理解」へのニーズが急速に高まっています。「人は、いつでも、いつまでも発達できる」と信じ、働くこと、生きることのすべてを支えていきたい。そんな思いを持った第一線の実践的研究者が、ここに集いました。

#### 研究

- ・ [リサーチユニット]  
働く人への心理支援に関する研究の推進  
公的外部資金、特別共同研究事業、大型科研

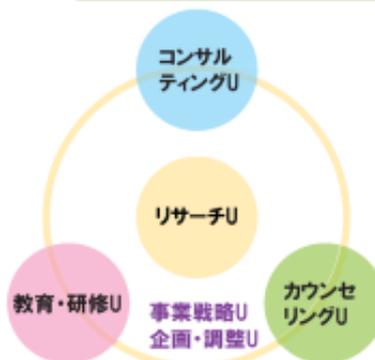


#### 社会貢献

- ・ [コンサルティングユニット]  
企業との共同研究・学術指導の推進、働く人への心理支援に関する研究の成果を社会に還元
- ・ [教育・研修ユニット]  
専門職者等を対象とした研修開発・実施、教育効果検証、リカレント教育の開発・実施
- ・ [カウンセリングユニット]  
ライフキャリア相談室運営、スーパービジョン

#### T-One ラボ\*

\* センター愛称。  
筑波 (Tsukuba) 大学の知恵を結集し、ワン (One) ・チームとなって、ワン (One) ストップのサービスを提供する。



所在地：〒112-0012 東京都文京区大塚 3-29-1 国立大学法人筑波大学 東京キャンパス文京校舎 458 室

6

tel 03-3942-9573 e-mail t-one@lab.info@unio-tsukuba.ac.jp

出典:<https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2021/04/628e0bf1af806650424e600dcff51f1f.pdf>

## 2. センター独自企画の学術研究

「職場における孤独・孤立化過程の分析—総合的予防プログラムの開発に向けて—」

戦略的創造研究推進事業（社会技術研究開発 RISTEX）

「SDGs の達成に向けた共創的研究開発プログラム（社会的孤立・孤独の予防と多様な社会的ネットワークの構築）」

2021 年度採択(JPMJRX21K4)

(研究代表者:松井 豊)

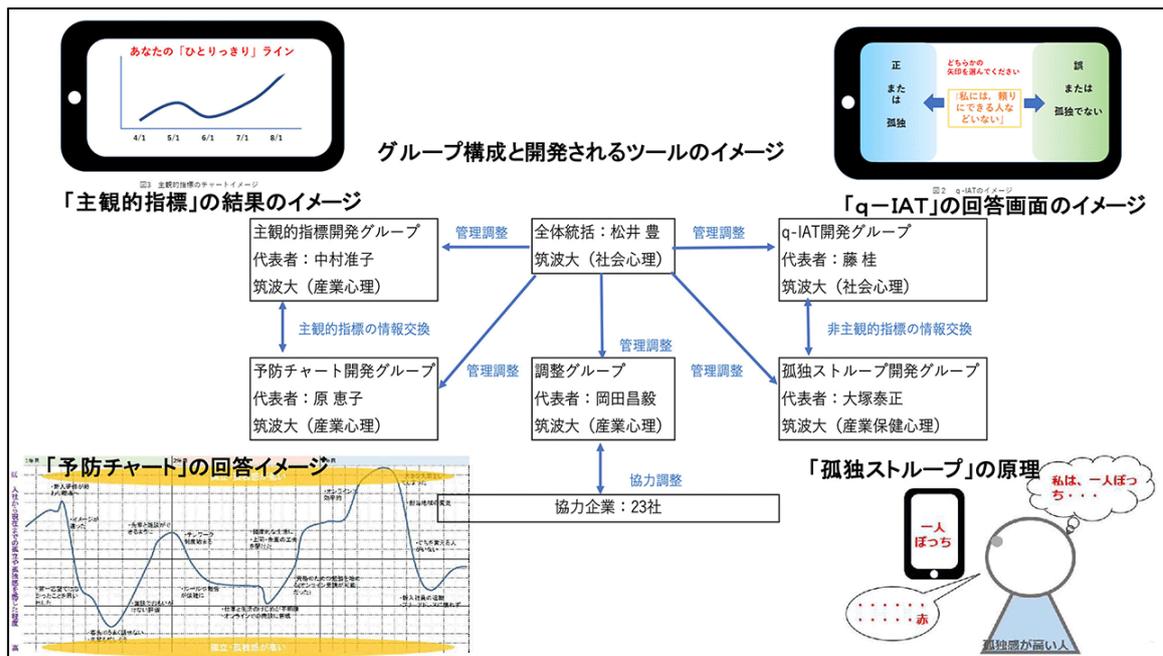


SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム  
社会的孤立・孤独の予防と  
多様な社会的ネットワークの構築

### 概要

「本プロジェクトでは、企業従業員が職場内で孤独感を深める過程や孤立化について検討を行い、その予防のための測定ツール(スマートホンのアプリ)を開発し、企業内で試験運用を行い、社会実装に結びつけることを目的とします。測定ツールとしては、孤独・孤立の状態を質問項目で経時的に測定する「主観的指標」、回答者自身の孤独・孤立過程を振り返る「予防チャート」、質問項目を用いて孤独に関する潜在的態度を測定する「q-IAT」、孤独に関するストループ効果を測定する「孤独ストループ」の4種類で、数十社の企業の協力を得ながら開発します。このように本プロジェクトでは、職場内の孤独・孤立化を予防することにより、社会的孤立・孤独を生まない社会作りに貢献し、主観的指標と非意識的指標による新たなツールを開発して意識レベルだけでなく非意識レベルの孤独・孤立を測定し、企業内での試行により社会的仕組みの創設を目指しています。」

出典: <https://www.jst.go.jp/ristex/koritsu/projects/04.html>



## 2022 年度までの研究実績

### [調整グループ]

森理宇子・太田彩子・中村准子・原恵子・御手洗尚樹・岡田昌毅・松井豊（2022）企業の人事担当者が捉えた職場内の「孤立・孤独」とは— 職場における孤立・孤独化過程の検討

（1）— 産業・組織心理学会第 37 回大会

太田彩子・森理宇子・中村准子・原恵子・岡田昌毅・松井豊（2022）人事担当者が考える職場内孤立・孤独の予防対策 — 職場における孤立・孤独化過程の検討（2）— 産業・組織心理学会第 37 回大会

森理宇子・太田彩子・中村准子・原恵子・岡田昌毅・松井豊（2022）企業の人事担当者が捉えた職場の孤立・孤独の原因— 職場における孤立・孤独化過程の検討（9）— 日本キャリア・カウンセリング学会第 27 回大会

### [主観的指標開発グループ]

中村准子・尾野裕美・関谷大輝・松尾 藍・桃谷裕子・松井 豊（2022）職場における孤立・孤独感を測定する尺度の開発— 職場における孤立・孤独化過程の検討（3）— 産業・組織心理学会第 37 回大会

松尾藍・桃谷裕子・松井豊・尾野裕美・関谷大輝・中村准子（2022）職場における孤立・孤独感を測定する尺度の開発とその妥当性の検討— 職場における孤立・孤独化過程の検討（5）— 日本キャリア・カウンセリング学会第 27 回大会

尾野裕美・関谷大輝・松尾 藍・桃谷裕子・松井豊・中村准子（2022）職場の孤立・孤独感と離転職意思、キャリア焦燥感との関連— 職場における孤立・孤独化過程の検討（6）— 日本キャリア・カウンセリング学会第 27 回大会

桃谷裕子・中村准子・尾野裕美・関谷大輝・松尾藍・松井豊（2022）上司のパフォーマンス・フィードバックと孤独感との関係に対する信頼の調整効果— 職場における孤立・孤独化過程の検討（7）— 日本産業ストレス学会第 30 回大会

### [予防チャート開発グループ]

原恵子・須藤 章・羽生琢哉・高橋南海子（2022）職場における社会的孤独に関する探索的検討— 職場における孤立・孤独化過程の検討（4）— 産業・組織心理学会第 37 回大会

### [孤独ストループ開発グループ]

大塚泰正・鷺坂由紀子・大須晶子・三好きよみ（2022）孤独を連想する用語についての検討— 職場における孤立・孤独化過程の検討（8）— 日本行動医学会第 29 回大会

2022年12月 オンライン報告会(調整グループ主催)

**職場内の孤独・孤立化の実態と  
影響因に関する探索的研究  
—企業人事担当者の面接調査から—**

**調査結果のご報告**

職場における孤独・孤立化過程の分析  
—総合的予防プログラムの開発に向けて—  
調整グループ

2022年11月



本研究は、国立研究開発法人科学技術振興機構社会技術研究開発センター  
『SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム(社会的孤立・孤独の予防と  
多様な社会的ネットワークの構築)』の委託研究となっています。

松井豊(2022.3.11) 日本心理学会公開シンポジウム「職場における孤独について考える」



SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム  
社会的孤立・孤独の予防と  
多様な社会的ネットワークの構築



最先端の「知」を、最前線に。  
働く人への心理支援  
開発研究センター  
[T-One ラボ]

日本心理学会公開シンポジウム

---

**職場における孤独について考える**

2023年3月11日  
筑波大学 松井豊

1

## 3.2022 年度の活動実績

### (1) 学術指導・共同研究

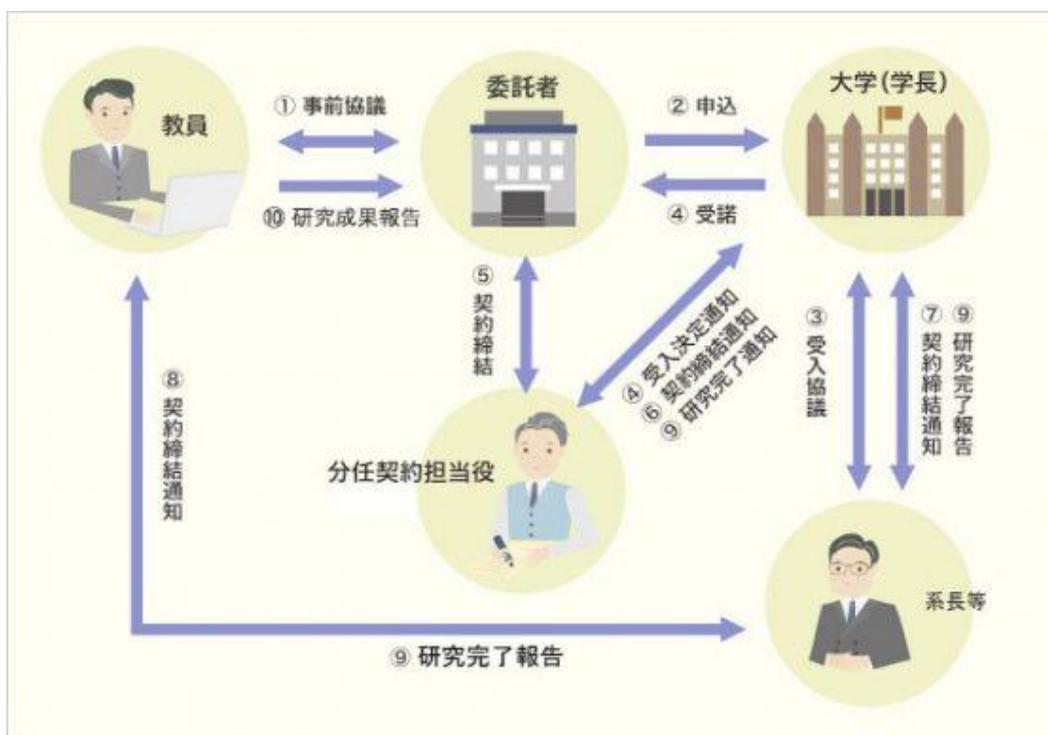
2022 年度に本センターが担当した学術指導・共同研究は、合計 15 件でした。

学術指導・共同研究では、各種企業・団体様との様々な開発研究テーマに取り組んでいます。具体的なテーマ例は、「組織における生産性や充実度」「企業内での人材育成」「企業内従業員のキャリア発達・職業的発達」「企業内でのミッドキャリア層の特徴」「企業内でのキャリア自律」「テクノロジーを活用した人的支援」「企業内相談室でのスーパービジョン」などです。量的調査や質的調査など多様なアプローチで、現場なりの課題やテーマに対して、ともに取り組んでいます。公開可能な情報のいくつかを、以下でご紹介します。 ※以下掲載は五十音順

#### 学術指導とは

学術指導とは、既存の共同研究や受託研究では困難であった技術指導、各種コンサルティングなどの産学連携案件について従来の時間外兼業(大学の職務外)で対応してきたものを教員の本務(大学の職務)としても行えるよう産学連携推進環境を整備したものです。

企業等から特定な課題について委託を受け、教員が教育、研究及び技術上の専門的知識に基づき指導、助言などを行うものです。



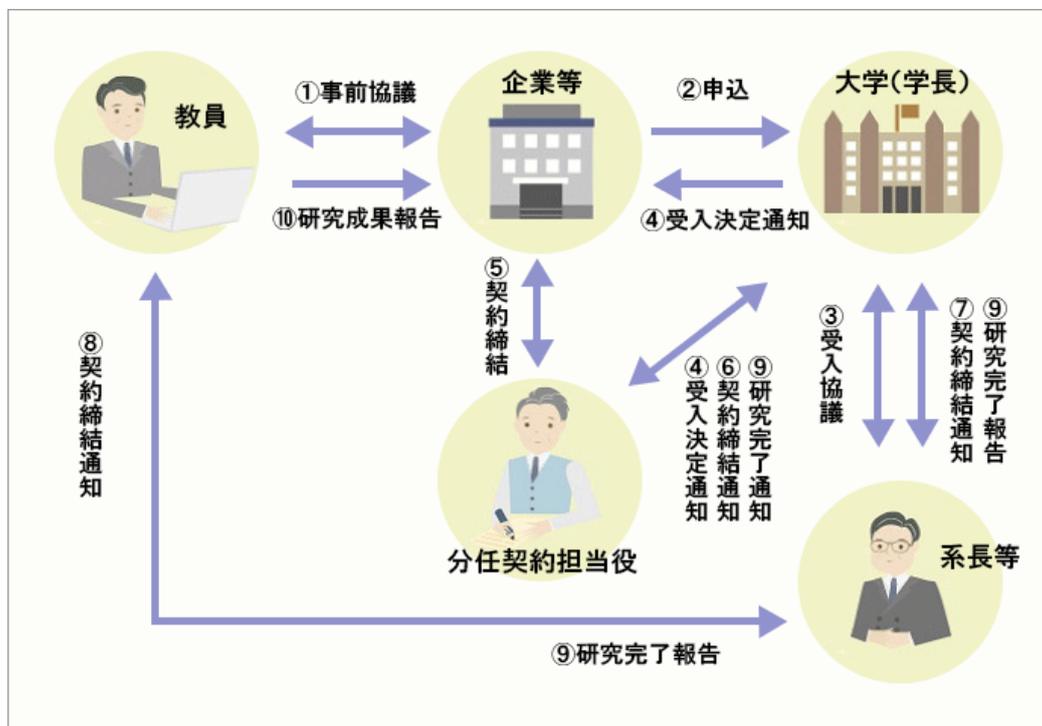
出典: 筑波大学国際産学連携本部 hp

[https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for\\_company-kyoudou/](https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for_company-kyoudou/)

## 共同研究とは

共同研究は、大学と企業等が対等の立場で共同して研究を行うもので、次の研究形態があります。

1. 企業等から研究経費等、研究者を受け入れて本学で行う。
2. 企業等から研究経費等、研究者を受け入れ、本学と企業等で分担して行う。



出典: 筑波大学国際産学連携本部 hp

[https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for\\_company-kyoudou/](https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for_company-kyoudou/)

## ① 富士ソフト株式会社様

「仮想オフィス利用が働く人の精神的健康に及ぼす影響をテーマに、共同研究を進めました。」

2022-09-08 日本心理学会第86回大会 1AM-085-PQ

### 仮想オフィス利用が働く人の精神的健康に及ぼす効果

○ 松尾 藍<sup>1</sup> ・ 原 恵子<sup>2</sup> ・ 中村准子<sup>2</sup> ・ 松浦直樹<sup>3</sup> ・ 石田卓也<sup>3</sup> ・ 内山ゆかり<sup>3</sup> ・ 岡田昌毅<sup>2</sup> ・ 松井 豊<sup>2</sup> | ( <sup>1</sup>北陸学院大学 ・ <sup>2</sup>筑波大学 ・ <sup>3</sup>富士ソフト株式会社 )

#### 問題と目的

##### 1) 研究背景

- R3年6月時点では、民間企業において在宅勤務・テレワークを週1日以上行っている労働者の割合は約6割（厚生労働省，2022）
- テレワークには業務効率化などメリットも多いが、職場の一体感の喪失や、一部社員で孤独感や不安が高まるなどテレワークならではの問題も存在する（筑波大学働く人への心理支援開発研究センター，2020）
- テレワーク実施企業の約73%で、テレワークの方が従業員のメンタルヘルスケアが難しいと感じている（株式会社月刊総務，2021）

**本研究では、テレワークの問題を解消しうるツールとして仮想オフィス\*に着目**

(※ 仮想オフィスとは、ネット上の仮想空間を利用し、現実のオフィスにいるかのように遠隔地の他者とコミュニケーションができるクラウドサービスのこと)

##### 2) 仮想オフィスに関する国内の研究動向

- 開発とその評価実験が行われている仮想オフィスシステム
  - 常時接続型音声会議システム（赤津他，2010）
  - 仮想オフィスシステムValentine（本田他，1997）
  - コミュニケーション支援システムe-office（榊原他，2001）など
- 孤独感の低減やコミュニケーションの充実（赤津他，2010）、疎外感の解消（本田他，1997）といった心理的效果も報告されているが、主目的は技術開発にあると考えられる。
- 心理的效果やメンタルヘルスの観点からの研究は少ない。

##### 3) 本研究の目的

**仮想オフィスの利用が、働く人の職場における適応や精神的健康に及ぼす効果を明らかにすること**

松尾藍・原恵子・中村准子・松浦直樹・石田卓也・内山ゆかり・岡田昌毅・松井豊（2022）仮想オフィス利用が働く人の精神的健康に及ぼす効果 日本心理学会第86回大会。

[2022年度 日本心理学会学術大会優秀発表賞]

## ② ジャパンラーニング様・クリエイティブ・ジャーニー様

「EQ(情動知能)を応用したアセスメントツールにおける構造」をテーマに、継続的な検討を進めています。

第27回 日本キャリア・カウンセリング学会発表 2022/11/6

### Emotional Intelligence Quotient の行動特性に関する構造の検討

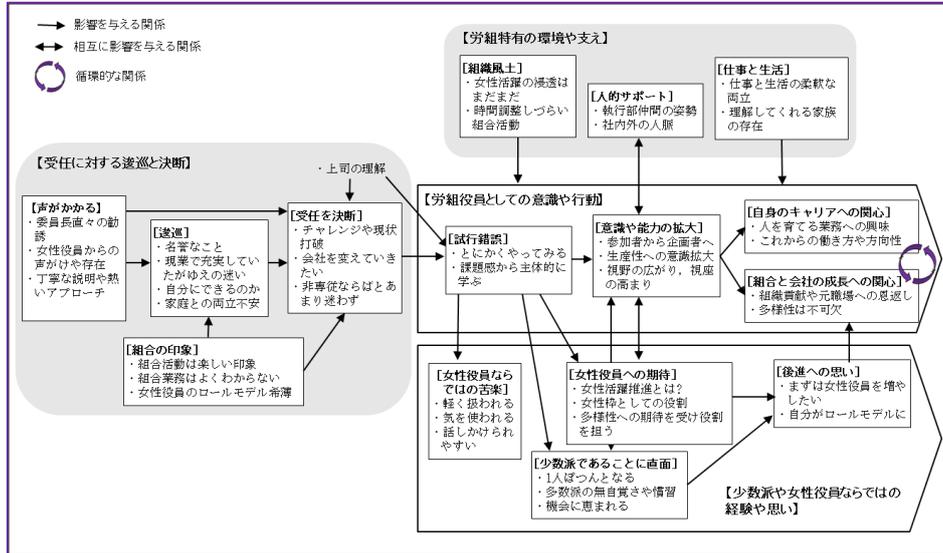
○永野 悠一<sup>1</sup> 松井 豊<sup>1</sup> 原 恵子<sup>1</sup> ○加来 司<sup>2</sup> 酒井 章<sup>3</sup> 中村 准子<sup>1</sup> 岡田 昌毅<sup>4</sup>

(1: 筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター 2: ジャパンラーニング株式会社 3: 株式会社クリエイティブジャーニー 4: 筑波大学人間系)

永野悠一・松井豊・原恵子・加来司・酒井章・中村准子・岡田昌毅(2022) Emotional Intelligence Quotientの行動特性に関する構造の検討 日本キャリア・カウンセリング学会第27回大会。

### ③ j. union 株式会社様

「労働組合における執行役員の職業的発達」をテーマに、継続的な検討を進めています。  
2022年度は「少数派である女性執行役員」を対象とした研究が論文化されました。



原恵子・清水康子・依藤聡・正道寺博之・岡田昌毅(2023) 女性労組役員における受任に至る決断と役員経験を通じた意識や行動の変容プロセス キャリア・カウンセリング研究, 24(2), 13-23.

### ④ (特非)航空の安全・いのちと人権を守る会様・航空労組連絡会様・健康教育学研究所様

「国内航空会社勤務の客室乗務員のストレスとその対処」をテーマに、検討を進めました。



## 国内航空会社勤務の客室乗務員の ストレスとその対処

大塚泰正（筑波大学人間系）

共同研究者  
永野惣一・原 恵子・堀内泰利・中村准子・岡田昌毅（筑波大学），  
奥平 隆・生井良江・酒井三枝子（特定非営利活動法人航空の安全・いのちと人権を守る会），  
渡辺佳子（航空労組連絡会），坂口真澄（健康教育学研究所）

最先端の「知」を、最前線に。

働く人への心理支援  
開発研究センター  
【T-Oneラボ】

本研究は筑波大学、特定非営利活動法人航空の安全・いのちと人権を守る会、航空労組連絡会、健康教育学研究所との共同研究の成果である。

1

大塚泰正・永野惣一・原 恵子・堀内泰利・中村准子・岡田昌毅・奥平 隆・生井良江・酒井三枝子・渡辺佳子・坂口真澄（2022）国内航空会社勤務の客室乗務員のストレスとその対処 過労死防止学会第8回大会。

## ⑤ 日鉄ソリューションズ株式会社様

「働くうえでの悩み」をテーマに、継続的な検討を進めています。

・ニュースリリース:

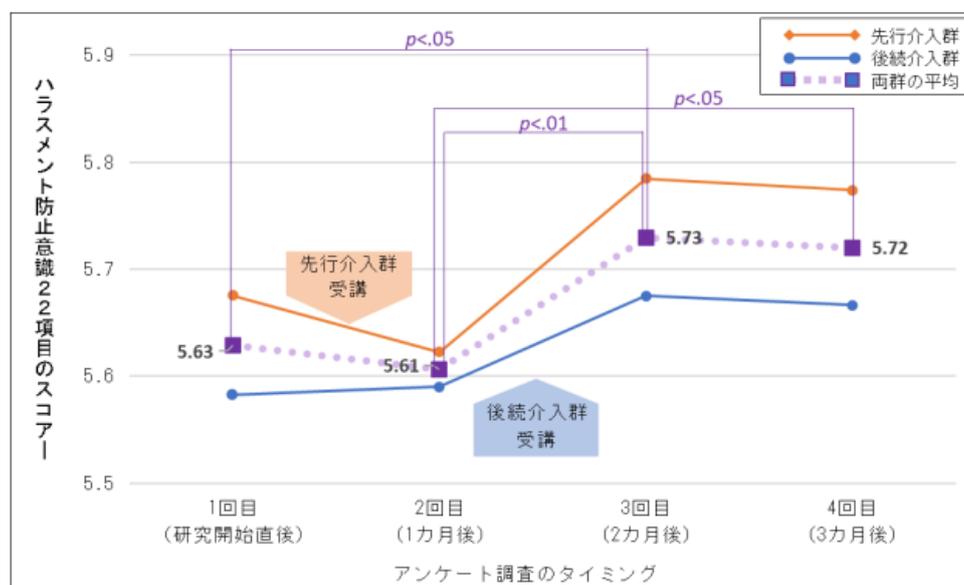
[https://www.nssol.nipponsteel.com/press/2023/20230202\\_110000.html](https://www.nssol.nipponsteel.com/press/2023/20230202_110000.html)

## ⑥ (一社)労務行政研究所様

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター(研究責任者:藤桂)と一般財団法人労務行政研究所は、2021年10月から2022年3月にかけて、「ハラスメントに関する心理尺度を用いたeラーニング教材の効果検証」と題した研究を行いました。研究結果は以下に公開されています。

「ハラスメントに関する心理尺度を用いたeラーニング教材の効果検証」の研究結果について

[図表 3-2]



<https://www.rosei.or.jp/attach/labo/research/pdf/000083070.pdf>

## ⑦ テックwind株式会社様

「顔認証システムからのバーンアウト予測」をテーマに、共同研究を進めました。結果の一部は、論文化されました。

・ニュースリリース:

[https://www.tekwind.co.jp/information/entry\\_1042.php](https://www.tekwind.co.jp/information/entry_1042.php)

・論文:

Yasumasa Otsuka・Yukiko Sagisaka・Junko Nakamura・Keiko Hara・Masaki Okada・Yuko Takeuchi・Mizuki Tsuchiya・Yutaka Monden Happiness Detected by the Emotion Cognition System Is Associated with Burnout in an Information Technology Products and Services Trading Company International journal of environmental research and public health/20(3), 2023-01-26

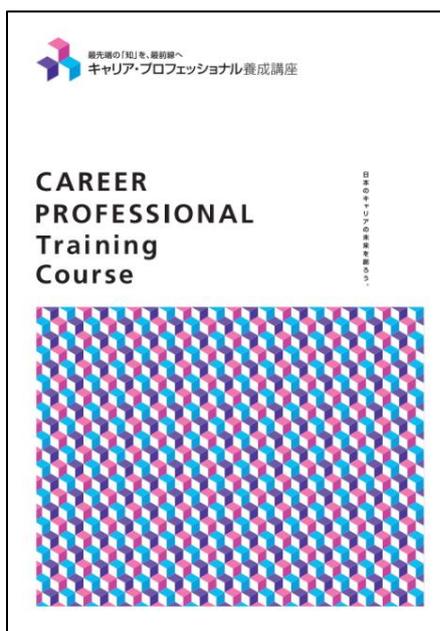
## (2)エクステンションプログラム

本センターでは、以下のエクステンションプログラムを企画・運営しております。社会貢献の1つとして、本学の高度で先駆的な研究・教育分野から得られた成果をいち早く社会に還元し皆様に見える形でお届けすることを目的としています。新規プログラムも、今後順次展開していく予定です。

### ① キャリア・プロフェッショナル養成講座

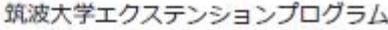
本プログラムは、企業・学校・需給調整機関(ハローワーク等)などの多様なキャリア支援領域における、指導者レベルの人材を養成・強化することを目指しています。2022年度の実施実績は以下の通りでした。

・第9期 2022/10/2-2023/3/26(全26日間) 32名



パンフレット










講座のご案内

最先端の「知」を、最前線へ

**オンライン講座(双方向型) (第9期)**

# キャリア・プロフェッショナル養成講座

受講  
受付中

応募締め切り 7/20

私達と学びましょう



**岡田 昌教 教授**  
筑波大学働く人への  
心理支援開発研究セ  
ンターの所長です。  
キャリア・プロフェ  
ッショナルとして共に  
成長しましょう！

**趣旨** 本講座は、「人は、生涯、発達する。」を理念として、働く人への心理支援に関する研究および社会貢献を目的に設立された「働く人への心理支援開発研究センター」の活動の一環として実施されています。企業・学校・業給調整機関(ハローワーク等)などの多様なキャリア支援領域における、指導者レベルの人材の養成・強化を目的としています。「キャリア・プロフェッショナル」として習得すべき知識、知見を心理学および周辺領域の観点から体系的に学ぶことができる、最新で高品質な大学院レベルのカリキュラムとなっています。

**開催日程** 2022/10/2(日)～2023/3/26(日)まで 全26日 約143時間

**リアルタイム配信(双方向型 Zoom)** 原則として12:00～18:15(オリエンテーション、ふりかえりタイムを含む。短い日もあり。但し、11/13は8:50～18:30、11/27・12/4・3/12・3/19は9:45～18:15。

日時	内容	日時	内容
10/2(日)	初級オリエンテーション 1. キャリア・プロフェッショナルとしての在り方 ・キャリア・プロフェッショナルとしての在り方 ・キャリア・プロフェッショナルへの期待 ・チームビルディング	1/8(日)	4. 人際関係や社会行動に関する領域 ・意思ストレスと組織の心理
10/9(日)	・キャリア・プロフェッショナルへの期待 ・キャリア支援者の職業的発達 ・チームビルディング	1/15(日)	5. 組織における人際関係 ・組織における人際関係 ・協働と社会行動
10/16(日)	2. キャリアコンサルティングに必要な理論と実践 ・キャリア心理学	1/22(日)	6. 組織における心身の健康に関する領域 ・心身医学 ・現代の労働課題 5> 治療と仕事の両立
10/23(日)	・ヘルピング・スキル	1/29(日)	・リーダーシップ理論 ・組織開発理論
10/30(日)	・予備(日程変更が生じた場合)	2/5(日)	・組織におけるキャリア開発 ・組織における心理的気候形成
11/6(日)	・グループプロセス	2/12(日)	・産業、組織心理学概論 2 ・リフレクション④
11/13(日)	・認知行動療法の基礎	2/19(日)	6. 組織における心の健康に関する領域 ・心身医学 ・現代の労働課題 5> 治療と仕事の両立
11/20(日)	・システマチックアプローチ	2/26(日)	・予備(日程変更が生じた場合)
11/27(日)	・アセスメントとケースの概念化 ・リフレクション⑤	3/5(日)	・働く人のメンタルヘルス ・リフレクション⑥
12/4(日)	8. 実践的研究に関する基礎知識 ・心理学研究法(量的研究の基礎) 3. 生涯発達に関する領域 ・発達心理学 1: 組織とアタッチメント	3/12(日)	7. 労働、雇用に関する領域 ・労働関係法論
12/11(日)	・大学生の成長と入社後の適応 ・女性の心理と課題 ・リフレクション⑥	3/19(日)	・フィナンシャル・プラン
12/18(日)	9. 現代の労働課題 1> 異業種や社会福祉 ・発達心理学 2: 発達障がい	3/26(日)	総括(最終発表会・修了式)
12/25(日)	2. キャリアコンサルティングに必要な理論と実践 ・ポジティブ心理学		

**オンデマンド収録版(録画配信)**

2022年11月予定	3. 生涯発達に関する領域	・教育心理学概論
2022年11月予定	8. 実践的研究に関する基礎	・心理学研究法(量的研究の基礎)
2023年2月予定	6. 組織における心の健康に関する領域	・アディクションと支援

**受講対象者** 以下の3点を全て満たす方

- ・国家資格キャリアコンサルタントまたはキャリアコンサルティング技能士1・2級を保有のキャリア支援者
- ・キャリア支援領域で指導的立場にある方
- ・実践現場における問題意識をもち、その解決策を検討し、推進していただける方

**受講人数** 32名 書類選考あり(応募締め切り7/20、結果は8/4にご連絡いたします)

**受講費用** 一般: 296,000円(税込)

キャリアカウンセリング協会(CCA)会員(受講開始時点で会員歴1年以上の方)と日本マンパワー「キャリアコンサルタント(CDA)養成講座」修了生の方には割引制度があります。(詳細は下記のHPを参照)

※修了証発行: プログラムの75%以上を受講し、最終課題を提出した受講者には、筑波大学発行の受講修了証が授与されます

主催: 国立大学法人 筑波大学

協賛: 特定非営利活動法人キャリアコンサルティング協議会  
特定非営利活動法人キャリアカウンセリング協会  
株式会社日本マンパワー

事務局: 筑波大学エクステンションプログラム事務局

※本プログラムの協賛と反応を促す(関係企業へのチラシ配布及びダイレクトメール送付)、人的支援(プログラムの準備・運営に際しての協力)などを行います。

[キャリア・プロフェッショナル養成講座第9期]

お申し込みHP・お問い合わせはメールにて

<https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

ep-sanren@un.tsukuba.ac.jp

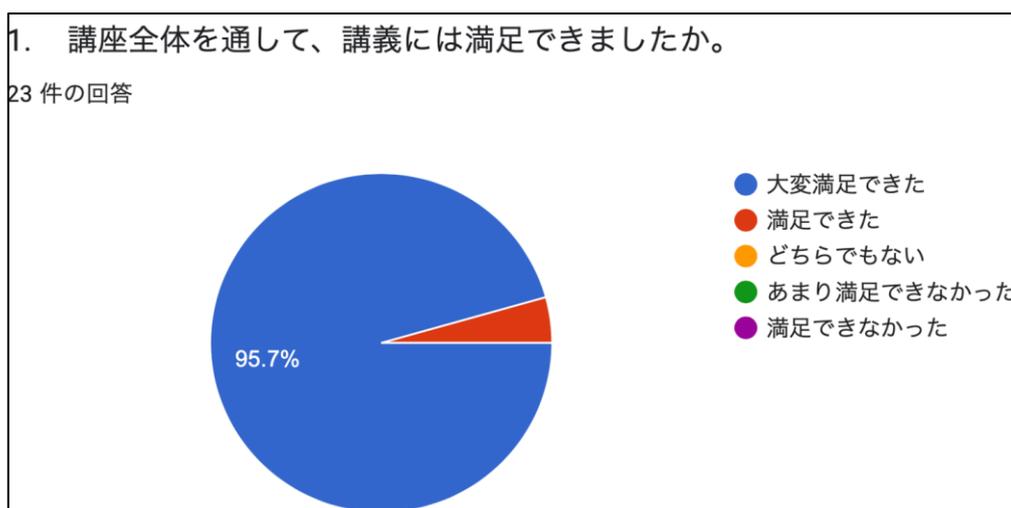


2022年度のキャリア・プロフェッショナル養成講座はオンライン形式で開催され、計32名が修了しました。研修の総合的な満足度を、「大変満足できた」「満足できた」「どちらでもない」「あまり満足できなかった」「満足できなかった」の5件法で尋ねたところ、「大変満足」が96%、「満足」が4%であり、高い評価をいただきました。また、オンライン開催になったおかげで、全国からの参加者が増え、多様な受講生の皆様による深い学びにつながったと考えています。

修了者のアンケートでは、「キャリアやカウンセリングだけでなく幅広い専門家の先生方からの授業と受講者同士での考える時間が多く持てたことで自らの学びや考え方の変化につながった」「キャリアというテーマを巡って、自らは選択しないような多様なテーマで理解を深めることができた」「キャリアコンサルタントとして、だけでなく、社会人として知っておいた方が良いと思われる広範囲の専門的知識を分かりやすく学べたこと」などのお声もいただいております。

本講座における効果検証は、継続して取り組まれています。キャリア支援職者の指導者としての意識や行動の変容プロセスに関する検討も進められています。

#### 講座(第9期)の総合的な満足度



## ② キャリア支援者のビジョン構築プログラム

本プログラムは、キャリア支援者が自身や専門性に関してふりかえり、在り方や今後に向けたビジョンを展望し、主体的な研鑽や実践行動に生かせることを目的としています。2022年度の実施実績は以下の通りでした。

- ・第1期 2022/7/16-2022/9/11 30名参加
- ・第2期 2022/12/10-2023/3/5 30名参加

### 2022年度(第2期)の開講案内文書



大好評につき  
第2期を開催します!

集合研修  
と  
個別面談

専門家  
による  
講義と対話

筑波大学  
University of Tsukuba

講座のご案内

オンライン開催!  
全国から参加できます

## キャリア支援者の ビジョン構築プログラム第2期

**趣旨**

「働き方改革」「働き方の多様化」「キャリア自律」「個人を軸とした組織活性」など、キャリア支援者への期待や要請は各領域で拡大しています。社会変化のなか、キャリア支援者として、自分自身の在り方やビジョンを内省的に考えていくことが強く求められます。本プログラムは、令和3年度筑波大学教育戦略推進プロジェクト支援事業で試行実施した講座をベースにして、キャリア支援者自身の将来展望を考え、深めることを目的としています。オンラインでの集合研修と個別面談を組み合わせた全8回のプログラムです。

**開催日程** オンライン (リアルタイム ZOOM) 集合研修 (5回) + 個別面談 (3回)  
2022年12/18 (日) ~ 2023年3/5 (日) まで (全8回)

日 時	内 容	担当講師
1 12/18 (日) 10:00 17:00 (1時間休憩)	1. キャリア支援者の職業的発達とは 全体発表	岡田 昌樹 / 原 恵子
2 12/25 (日) ※	個別面談 1 (ZOOM 使用) 1人75分 ~自由について~	1 原 恵子 / コンサルティング技術士
3 1/9 (月祝) 10:00 17:00 (1時間休憩)	2. 経験のふりかえり 3. EQを通じた自己理解	橋本 和子 / 大野 亮一郎 森 理宇子 / 大野 亮一郎
4 1/15 (日) ※	個別面談 2 (ZOOM 使用) 1人75分: 事例加減 or 自由について	1 原 恵子 / コンサルティング技術士
5 1/29 (日) 10:00 17:00 (1時間休憩)	4. 様々な領域での支援や理念 (企業、学校、行政など)	橋本 和子 藤部 典子 / 安井 正人 須藤 章 / 高田 俊博
6 2/11 (土) 10:00 17:00 (1時間休憩)	5. キャリア支援における職業的倫理を考える 6. 先輩のキャリアストーリー 7. 自身の在り方やビジョンの検討	高川 進 島村 恵子 原 恵子
7 2/12 (日) ※	個別面談 3 (ZOOM 使用) 1人75分: 事例加減 or 自由について	1 原 恵子 / コンサルティング技術士
8 3/5 (日) 10:00 17:00 (1時間休憩)	8. キャリア支援における専門性を考える 全体発表・総括・修了式	高橋 浩 岡田 昌樹 / 原 恵子

※個別面談は10:00~18:00の内1回75分で実施します

**受講費用** 93,000円 (税込)

**受講対象者** 以下の2点をすべて満たす方  
・国家資格キャリアコンサルタントもしくは、キャリアコンサルティング技術士資格を保有している方  
・キャリア支援者として、自分自身の在り方やビジョンを考え、深めたい方

**受講人数** 定員25名まで (最小受講人数12名) ※書類選考あり、応募締切11/17、結果は11/24までにご連絡します  
全8回のうち2/3(23時間)以上参加した受講者には、筑波大学発行の受講修了証が授与されます

お申し込み  
お問い合せ

筑波大学エクステンションプログラム [キャリア支援者のビジョン構築プログラム第2期]

〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2  
高総研医療イノベーション棟 1F (受付時間: 月~金 9:30~17:00)

お申し込みはHPにて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

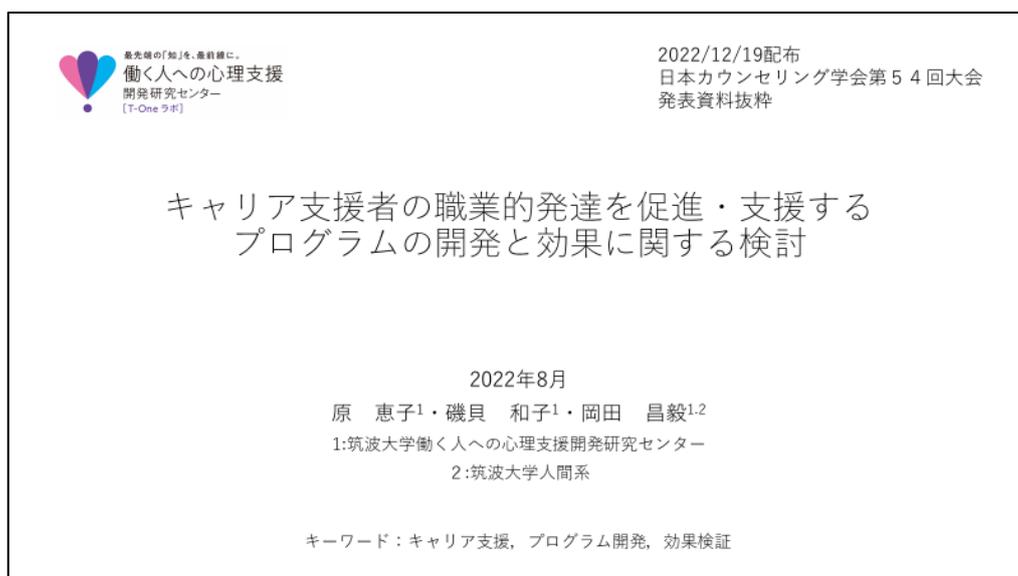
Tel: 029-859-1648



2022年度のキャリア支援者のビジョン構築プログラムは、2期分ともにオンライン形式で開催され、計60名が修了しました。研修の総合的な満足度を、「大変満足できた」「満足できた」「どちらでもない」「あまり満足できなかった」「満足できなかった」の5件法で尋ねたところ、回答してくれた44名の結果は「大変満足」が77%、「満足」が20%、「どちらでもない」2%であり、一定の評価をいただきました。

修了者のアンケートでは、「自分の経験や強みを活かしつつ、常に学び続けることで、自分領域のキャリア支援者としての立場を構築できていけると感じられた」「自分自身を内省する機会を十分に持てた。キャリアコンサルタントの役割、自分自身が現在携わっている役割、今後関わりたいと考えている役割など多面的に向き合う機会をいただけた」「キャリア支援の専門性とは何かを探究できたこと」「3回の個別面談で想いや自身の葛藤が少し見えた。自分が取り組むべき課題が明確になった」などのお声もいただいております。

効果検証に関する調査結果は、学術大会において発表されました。



原 恵子・磯貝和子・岡田昌毅(2022) キャリア支援者の職業的発達を促進・支援するプログラムの開発と効果に関する検討 日本カウンセリング学会第54回大会。

### ③ 消防職員の惨事ストレス初級研修

本プログラムは、消防職員の惨事ストレスに関する知識の学習とグループミーティングの基礎的な実習などを通して、消防職員の惨事ストレス対策を推進する要員を養成することを目的としています。2022年度の実施実績は以下の通りでした。

- ・初級第30期 2022/7/30-31 23名参加
- ・初級第31期 2023/2/11-12 24名参加

2022年度(初級第30期)の開講案内文書



受講  
受付中

専門家による  
知識学習

対面  
開催

講座のご案内

筑波大学エクステンションプログラム

消防職員の  
惨事ストレス初級研修 第30期

筑波大学働く人への心理支援開発研究センター

趣旨

消防職員や警察官などの災害救援者が、悲惨な現場活動後にストレス症状(惨事ストレス)を起こすことは広く知られるようになってきました。職員の惨事ストレス対策の必要性が認識されていますが、多くの消防本部では、身近に専門家がいらない、研修の場がないなどの理由で、十分な対策を準備できない現状にあります。

本研修は、消防職員の惨事ストレスに関する知識の学習とグループミーティングの基礎的な実習などを通して、消防職員の惨事ストレス対策を推進する要員を養成することを目的とします。

本研修は、東京消防庁のデブリーフャー養成研修及びイギリス海軍の惨事ストレス対策(TRIM)における研修内容を骨格にしています。講師の多くは東京消防庁などで講義や実習を講じた経験をもっています。

開催日程

開催日：2022年7月30日(土)・31日(日) 全2日間  
開催場所：筑波大学東京キャンパス文京校舎

7月30日(土)	内容	講師	場所
9:00~9:10	オリエンテーション	岡田 昌毅・松井 豊	3階 337 会議室
9:10~10:10	惨事ストレスとは	松井 豊	
10:20~12:20	消防職員のストレス	大塚 泰正	
13:20~15:20	惨事ストレス反応と対策	松井 豊	
15:30~18:00	傾聴の基礎実習1	安藤 智子	
18:00~18:30	ディスカッション	松井 豊	
7月31日(日)	内容	講師	場所
9:00~10:30	傾聴の基礎実習2	原 恵子	1階 122 講義室
10:40~12:00	外傷体験への介入	松井 豊・東京消防庁有志	
13:00~14:00	グループミーティング理論	松井 豊	
14:10~17:20	グループミーティング実習	東京消防庁有志・ 日本消防ピアカウンセラー協会・松井	
17:20~17:30	ディスカッション・修了証書授与	原 恵子・松井 豊	1階 122 講義室

受講対象者

消防職員の惨事ストレス対策を担当する職員(原則として消防吏員が消防学校の職員)対象

受講人数

先着28名まで(1本部/学校から各期2名まで)※定員になり次第締め切り

受講費用

30,000円(税込)

修了証発行：2日間受講され、すべての実習に参加された方には、筑波大学発行の受講修了証が授与されます。ただし、未受講科目がある方や早退される方には発行できません。

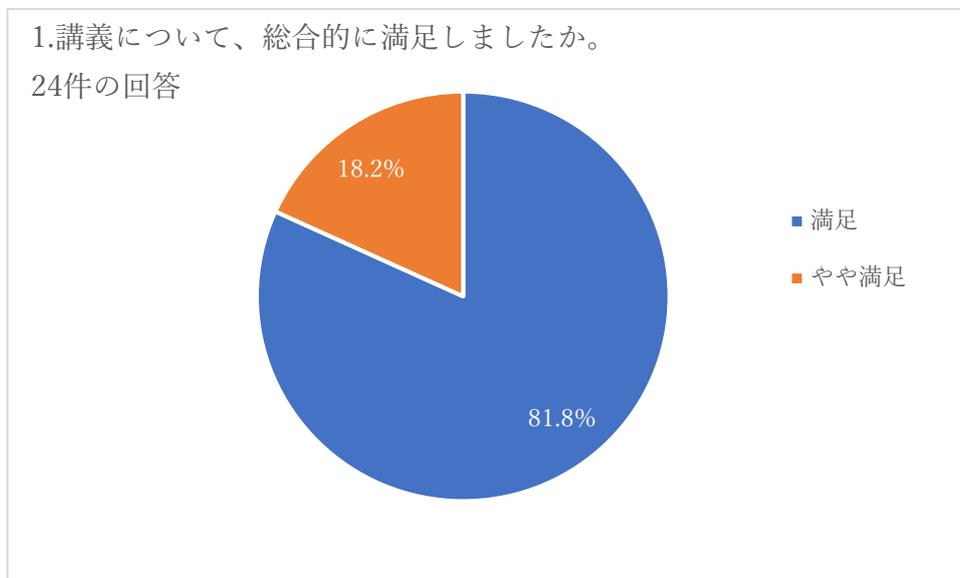
お申し込み  
お問い合わせ

筑波大学エクステンションプログラム [消防職員の惨事ストレス初級研修 第30期]  
〒305-8550 茨城県つくば市春日1-2  
高層階医療イノベーション棟1F(受付時間:月~金9:30~17:00) Tel:029-859-1648  
お申し込みはHPにて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>



2022年度の消防職員の惨事ストレス初級研修は、第30期は2022年7月30日31日に、第31期は、2023年2月11日12日に、合計47名が修了しました。開催にあたっては、講師の皆様や東京消防庁惨事ストレス部会の皆様のご協力を得ました。研修の総合的な満足度を、「満足」「やや満足」「どちらとも言えない」「やや不満」「不満」の5件法で尋ねたところ、直近の第31期では「満足」が82%、「やや満足」が18%であり、全体として高い評価をいただきました。なお、同研修は、2007年から開始され、第31期までに804名の修了生を輩出しました。多くの修了生は全国の消防本部で、惨事ストレスの予防やケアに取り組んでいます。

初級研修(第31期)の総合的な満足度



#### ④ 消防職員の惨事ストレス中級研修

本研修は、初級研修修了などの惨事ストレスの基礎知識や基礎スキルを習得した方に限定して、消防職員のピアサポートのスキルに関する知識の学習と実習などを通して、消防職員の惨事ストレス対策を推進する要員を養成することを目的としています。2022年度の実施実績は以下の通りでした。

・中級第10期 2023/1/21-22 9名参加

[参考]2022年度(中級第10期)の開講案内文書



受講  
受付中

専門家による  
知識学習

対面  
開催

筑波大学エクステンションプログラム



筑波大学  
University of Tsukuba

講座のご案内

### 消防職員の 惨事ストレス中級研修 第10期

筑波大学働く人への心理支援開発研究センター

**趣旨** 多くの方々にご参加いただきました初級研修に引き続き、スキルアップの「中級研修」を開催します。消防職員の惨事ストレスに対する理解は徐々に広がっておりますが、多くの消防本部では、身近に専門家がいない、研修の場がないなどの理由で、十分な対策を準備できない現状にあります。東日本大震災では、多くの被災職員が惨事ストレスを体験しましたが、自治体の枠内では十分な対策を講じることが難しい状況にありました。本学は共同研究者や東京消防庁の有志と、被災消防職員への傾聴ボランティアや個別面接を行ってきました。その中で、被災消防職員にとっては、訓練された同職種による支援（ピアサポート）が、有効であることが明らかになりました。本研修は、初級研修修了などの惨事ストレスの基礎知識や基礎スキルを習得した方に限定して、消防職員のピアサポートのスキルに関する知識の学習と実習などを通して、消防職員の惨事ストレス対策を推進する要員を養成することを目的とします。

**開催日程** 開催日：2023年1月21日（土）・22日（日）全2日間  
開催場所：筑波大学東京キャンパス文京校舎

1月21日（土）	内容	講師	場所
13:00～13:30	オリエンテーション	岡田 昌毅・松井 豊	3階 337会議室
13:30～15:00	ピアサポートの基礎理論とは	藤生 英行	
15:10～18:20	現場でのピアサポート実習	松井・幾田・秋本	
1月22日（日）	内容	講師	場所
9:00～9:10	オリエンテーション	松井 豊	1階 122講義室
9:10～10:40	消防におけるアセスメントのありかた	笹川真紀子	
10:50～12:00	消防におけるピアサポート	笹川真紀子	
13:00～13:30	東日本大震災のピアサポート事例	秋本・幾田	4階 433,434,435,436号
13:40～16:20	被災地でのピアサポート実習	秋本・幾田・松井 東京消防庁有志	
16:25～16:35	ディスカッション・修了証書授与	原 恵子・松井 豊	

**受講対象者** 本講座の「消防職員の惨事ストレス初級研修講座」を受講の方、惨事ストレスの基礎知識や基礎スキルを習得した方に限定

**受講人数** 先着18名まで（1本部/学校から2名まで）※定員になり次第締め切り

**受講費用** 30,000円（税込）

修了証発行：2日間受講され、すべての実習に参加された方には、筑波大学発行の受講修了証が授与されます。ただし、未受講科目がある方や早退される方には発行できません。

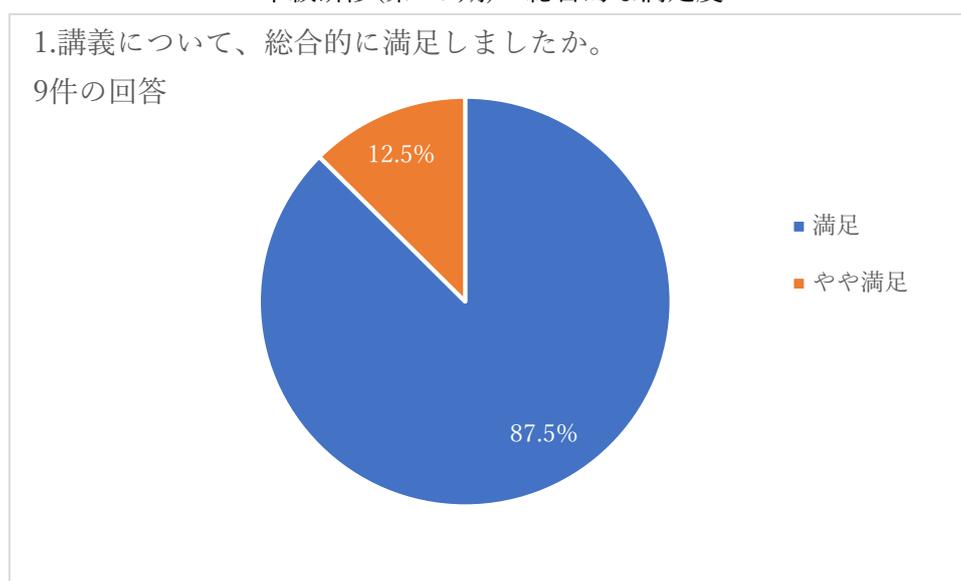
**お申し込みお問い合わせ** 筑波大学エクステンションプログラム 【消防職員の惨事ストレス中級研修 第10期】  
〒305-8550 茨城県つくば市春日1-2  
高層棟医療イノベーション棟1F（受付時間：月～金9:30～17:00）  
お申し込みはHPにて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

Tel:029-859-1648



2022年度の消防職員の惨事ストレス中級研修は、10期が2023年1月21日21日に、9名が修了しました。開催にあたっては、講師の皆様や東京消防庁惨事ストレス部会の皆様のご協力を得ました。研修の総合的な満足度を、「満足」「やや満足」「どちらとも言えない」「やや不満」「不満」の5件法で尋ねたところ、「満足」が87.5%、「やや満足」が12.5%であり、全体として高い評価をいただきました。

中級研修(第10期)の総合的な満足度



⑤ 文部科学省受託事業「女性のためのオフィスワークDX推進プログラム」

(代表者:センター長 岡田昌毅)

※本研究は以下に採択された受託事業である。

文部科学省

『DX等成長分野を中心とした就職・転職支援のためのリカレント教育推進事業』

・受講者数:28名 修了率:93% 就職率:73%(2023年3月末時点)

就職・転職希望者に寄り添い・サポートしながらオフィスワークスキルを習得し、女性のライフキャリアと一緒に創っていくプログラムとして計画され、2022年10~12月に実施されました。

文部科学省 DX等成長分野を中心とした  
就職・転職支援のためのリカレント教育推進事業

## 筑波大学東京キャンパス発 女性のための オフィスワークDX推進プログラム

DX (ビジュアルライゼーション) × 女性活躍

**10月開講  
受講料無料**

オフィスワークに必要なIT・ビジネススキルを習得し、  
女性のライフキャリアと一緒に創っていくプログラムです。

対象者	募集概要																				
<p><b>対象者</b></p> <p><b>失業中もしくは転職を希望している女性</b> ※主に一般事務職への就職を希望されている方向けのプログラムですが、それ以外の職種希望の方も応募可能です。</p>	<table border="1"> <tr> <td>募集期間</td> <td>2022.8.9 (火) ~ 2022.9.19 (月・祝)</td> </tr> <tr> <td>選考日・選考方法</td> <td>2022.9.21 (水) 筆記試験+面接</td> </tr> <tr> <td>結果通知日</td> <td>2022.9.22 (木) ※メールにて通知</td> </tr> <tr> <td>開講日</td> <td>2022.10.4 (火)</td> </tr> <tr> <td>開講期間 開講時間</td> <td>2022.10.4 (火) ~ 2022.12.23 (金) 9:30 ~ 16:30</td> </tr> <tr> <td>定員</td> <td>30名</td> </tr> <tr> <td>開講対象者の条件</td> <td>失業中及び転職を希望する女性 ※世界中の方は対象外となります</td> </tr> <tr> <td>修了条件</td> <td>履修全体の80%(192時間)以上を履修すること ※事前に80%以上の参加が可能な程度履修を完了していただくこと</td> </tr> <tr> <td>受講料</td> <td>無料 (ただし、自費での交通費や研修料等は別途あり) ※一定の条件を満たす場合は、研修期間中、履修継続費助成金が支給されます(厚労省「求職者支援制度」)。詳しくは募集要約のハローワークにお問い合わせください。</td> </tr> <tr> <td>開講会場</td> <td>①筑波大学東京キャンパス 東京新文京区大塚3-23-1 【東京メトロ丸の内線「茗荷谷駅」徒歩3分程度】 ②株式会社IPイノベーションズ 東京都千代田区神田錦町1-7-3 錦町一丁目ビル</td> </tr> </table>	募集期間	2022.8.9 (火) ~ 2022.9.19 (月・祝)	選考日・選考方法	2022.9.21 (水) 筆記試験+面接	結果通知日	2022.9.22 (木) ※メールにて通知	開講日	2022.10.4 (火)	開講期間 開講時間	2022.10.4 (火) ~ 2022.12.23 (金) 9:30 ~ 16:30	定員	30名	開講対象者の条件	失業中及び転職を希望する女性 ※世界中の方は対象外となります	修了条件	履修全体の80%(192時間)以上を履修すること ※事前に80%以上の参加が可能な程度履修を完了していただくこと	受講料	無料 (ただし、自費での交通費や研修料等は別途あり) ※一定の条件を満たす場合は、研修期間中、履修継続費助成金が支給されます(厚労省「求職者支援制度」)。詳しくは募集要約のハローワークにお問い合わせください。	開講会場	①筑波大学東京キャンパス 東京新文京区大塚3-23-1 【東京メトロ丸の内線「茗荷谷駅」徒歩3分程度】 ②株式会社IPイノベーションズ 東京都千代田区神田錦町1-7-3 錦町一丁目ビル
募集期間	2022.8.9 (火) ~ 2022.9.19 (月・祝)																				
選考日・選考方法	2022.9.21 (水) 筆記試験+面接																				
結果通知日	2022.9.22 (木) ※メールにて通知																				
開講日	2022.10.4 (火)																				
開講期間 開講時間	2022.10.4 (火) ~ 2022.12.23 (金) 9:30 ~ 16:30																				
定員	30名																				
開講対象者の条件	失業中及び転職を希望する女性 ※世界中の方は対象外となります																				
修了条件	履修全体の80%(192時間)以上を履修すること ※事前に80%以上の参加が可能な程度履修を完了していただくこと																				
受講料	無料 (ただし、自費での交通費や研修料等は別途あり) ※一定の条件を満たす場合は、研修期間中、履修継続費助成金が支給されます(厚労省「求職者支援制度」)。詳しくは募集要約のハローワークにお問い合わせください。																				
開講会場	①筑波大学東京キャンパス 東京新文京区大塚3-23-1 【東京メトロ丸の内線「茗荷谷駅」徒歩3分程度】 ②株式会社IPイノベーションズ 東京都千代田区神田錦町1-7-3 錦町一丁目ビル																				
<p><b>身に付くスキル・目指す職種</b></p> <p>“バックオフィス”のスペシャリストとして、DXを推進しながら企業で活躍できる人材になる事が目標。</p> <p><b>受験可能資格</b> マイクロソフトオフィススペシャリスト(MOS)、秘書検定(3級程度)、簿記(3級程度)</p> <p><b>目指す職種</b> 一般事務職(システム部門、総務、人事、営業アシスタント、秘書、広報)など</p>																					
<p><b>こんな方にオススメ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 大学卒業後、希望する就職が決まらない方 (第二新卒者)</li> <li>● 失業中の方</li> <li>● 転職を希望している方</li> <li>● 育児や介護で長く就労から離れていて、復職を考えている方</li> <li>● 将来の仕事を考え直したい方</li> <li>● テレワークなどに対応したい方</li> <li>● ITスキルを高めたい方</li> <li>● コミュニケーション能力を向上させたい方 etc...</li> </ul>																					

文部科学省 働く人への心理支援開発研究センター  
17-066 941

## 授業科目一覧（全240時間）

バックオフィス・DX推進プログラム		授業時間数
DX 関連講座	デジタルファシリテーション UXデザイン入門 表現力	18
ITリテラシー（Officeリテラシー）		39
	グループウェア（コミュニケーションツールの使い方）	3
	ロジカルシンキング	3
	論取り力（優先順位の付け方、ケーススタディー）	3
	コンピューターサイエンス入門	12
	AIリテラシー	6
	セキュリティ基礎	6
	業務改善入門（業務フロー作成、改善の視点）	6
	RPA入門	6
	DX総合演習（演習2.5日+発表0.5日）	18
		合計 120時間



バックオフィス・スキルUPプログラム		授業時間数
	ビジネスマナー	12
	コミュニケーション	6
	ホスピタリティ	6
	ビジネス文書	3
	簿記	12
	セルフマネジメント	3
	職業人講話（専門人材からの話題提供）	6
		合計 48時間



女性のためのライフキャリア心理学プログラム		授業時間数
	キャリア心理学	12
	産業・組織心理学	12
	生涯発達臨床心理学	12
	働く人のメンタルヘルス	6
	心と身体の健康心理学	2
		合計 44時間



女性のための就職支援プログラム		授業時間数
	就職活動の進め方 人情報の収集・仕事の適性と能力	6
	社会人としての職業意識、面接対策	6
	自己理解・キャリアデザイン	5
	仕事に求める条件と候補職の整理	5
	自分をアピール！就職活動総合演習	6
		合計 28時間



筑波大学（東京キャンパス）  
働く人への心証支援開発研究センターリカレント教育プロジェクト事務局

〒112-0012 東京都文京区大塚 3-29-1 TEL：03-3942-6982  
火曜日～土曜日 10:00～17:00

公式ホームページ <https://trp-298.jp>



プログラム受講前後に、本プログラムが目的とする12の力を測定するアンケートを実施し、変化を確認しました。質問項目は、「協働作業認識」、「社会人基礎力」、「ライフキャリア・レジリエンス」、「成人キャリア成熟度」、「職業レディネス」、「自己効力感」、「自己肯定感」、「就職・キャリアに対する意識」に関する心理尺度を使用しました。全ての項目において、受講前に比べ、受講後の点数が高く、本プログラムが目的とした12の力が一定程度、習得できたと考えられます。また、受講前に比べ受講後は、自己効力感や自己肯定感が高まり、自己に対する意識がポジティブに変化したことが確認されました。

実践的な活動に加え、本プロジェクトを通じたプログラム紹介や効果検証、支援者を対象とした調査結果の学会発表などが進められています。

(04) 社会連携および企業・社会人教育-I  
講演番号：2C11

## 就職支援のためのリカレント教育における IT 能力開発プログラムの紹介

—IT スキルを身につけたい人のためのライフキャリア醸成・就職支援プログラム—

Case Study of IT Basic Skills Acquisition Program in Recurrent Education

— Life Career Fostering and Employment Support Program for Those Who Want to Acquire IT Skills —

○三好きよみ<sup>\*1</sup> 中村准子<sup>\*2</sup> 廣田奈穂美<sup>\*2</sup> 浦山昌志<sup>\*3</sup> 鈴木伸学<sup>\*3</sup>  
Kiyomi MIYOSHI Junko NAKAMURA Naomi HIROTA Masashi URAYAMA Nobusato SUZUKI

キーワード：リカレント教育, IT 基礎, 就職支援  
Keywords: Recurrent Education, IT Basics, Employment Support

三好きよみ・中村准子・廣田奈穂美・浦山昌志・鈴木伸学(2022) 就職支援のためのリカレント教育における IT 能力開発プログラムの紹介—IT スキルを身につけたい人のためのライフキャリア醸成・就職支援プログラム— 公益社団法人日本工学教育協会 2022 年度高額教育研究後援会論文集.



最先端の「知」を、最前線に。  
働く人への心理支援  
開発研究センター  
【T-One ラボ】

JACC第27回大会

### 求職者を対象とした教育プログラムの受講効果 に関する検討

—大学におけるリカレント教育を通じた検討(1)—

2022年11月6日

中村准子	筑波大学働く人への心理支援開発研究センター
三好きよみ	東京都立産業技術大学院大学
廣田奈穂美	筑波大学働く人への心理支援開発研究センター
原 恵子	筑波大学働く人への心理支援開発研究センター
大川一郎	埼玉学園大学
浦山昌志	株式会社IPイノベーションズ
鈴木伸学	株式会社IPイノベーションズ
岡田昌毅	筑波大学人間系、筑波大学働く人への心理支援開発研究センター

※本プログラムは、文部科学省『令和2年度「就職・転職のための大学リカレント教育推進事業(就職・転職支援のためのリカレント教育プログラムの開発・実施)』に採択された受託事業です。

中村准子・三好きよみ・廣田奈穂美・原 恵子・大川一郎・浦山昌志・鈴木伸学・岡田昌毅(2022) 求職者を対象とした教育プログラムの受講効果に関する検討—大学におけるリカレント教育を通じた検討(1)— 日本キャリア・カウンセリング学会第27回大会.

## 求職者を対象としたキャリア支援に関する探索的検討 —大学におけるリカレント教育を通じた検討(2)—

2022年11月6日

---

原 恵子	筑波大学働く人への心理支援開発研究センター
廣田 奈穂美	筑波大学働く人への心理支援開発研究センター
大川 一郎	埼玉学園大学
岡田 昌毅	筑波大学人間系、筑波大学働く人への心理支援開発研究センター

※本プログラムは、文部科学省『令和2年度「就職・転職のための大学リカレント教育推進事業(就職・転職支援のためのリカレント教育プログラムの開発・実施)』に採択された受託事業です。

原 恵子・廣田奈穂美・大川一郎・岡田昌毅(2022) 求職者を対象としたキャリア支援に関する探索的検討—大学におけるリカレント教育を通じた検討(2)— 日本キャリア・カウンセリング学会第27回大会.

### (3)企業との連携による研究会の実施

「シニア労働者の活躍支援に向けたワークモチベーション研究会」は、賃金の低下などの処遇の変化が著しい60歳以上の再雇用社員のモチベーションを維持する方法を共に考え、参加企業の問題解決と社員の方々の問題解決能力の向上を目指していくことをねらいとして2019年度に発足されました。筑波の知でシニア労働者のモチベーションに関する企業の課題解決を応援し、モチベーションに関するデータ分析を通して、モチベーションに関する企業課題を解決できる人材を育成することを具体的な目標としました。当研究会での取り組み結果の一部は、論文化されました。

[参考]2019年度の案内文書(一部)

研究会参加者募集



## シニア労働者の活躍支援に向けたワークモチベーション研究会

開催目的

わが国では、全労働者のうち20%(1,414万人)は60歳以上となっており、60歳から64歳までの就労率は男性では約8割、女性では約6割となっており、シニア労働者がわが国の重要な働き手となっていることは確実です。

しかし、シニア労働者は定年退職を境に、賃金の低下や役職の喪失に直面し、多くの企業がシニア労働者のモチベーションを維持し、彼らを戦力として活用していく方法を模索しています。

この研究会では、特に賃金の低下などの処遇の変化が著しい60歳以上の再雇用社員のモチベーションを維持する方法を共に考え、参加企業の問題解決と社員の方々の問題解決能力の向上を目指していきたいと考えています。

≪研究会参加のメリット≫

- ・ 筑波の知で、シニア労働者のモチベーションに関する企業の課題解決を応援します！
- ・ モチベーションに関するデータ分析を通して、モチベーションに関する企業課題を解決できる人材を育成します！

高齢者のケアと行動科学 2022 第27巻 PP. 66-81

〈原著・研究報告〉

## 高齢労働者の仕事への自律的動機づけに関連する要因の検討 —組織公平性、組織からのサポート、役割葛藤および 役割のあいまいさに着目して—

堀口 康太*	白百合女子大学・筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター
平野 真吾	株式会社日立製作所
池尾 早紀	株式会社 IHI
貝森 岳之	マブチモーター株式会社
武藤 大介	サッポロビール株式会社
大谷 泰子	日本通運株式会社
田尻 純子	BIPROGY 株式会社
桐井 久美子	筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター
濱野 裕貴子	筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター
御手洗 尚樹	筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

堀口康太・平野真吾・池尾早紀・貝森岳之・武藤大介・大谷泰子・田尻純子・桐井久美子・濱野裕貴子・御手洗尚樹(2022) 高齢労働者の仕事への自律的動機づけに関連する要因の検討—組織公平性、組織からのサポート、役割葛藤および役割のあいまいさに着目して— 高齢者のケアと行動科学, 27, 66-81.

#### (4)ライフキャリア相談室

ライフキャリア相談室は 相談業務を通しての社会貢献と、生活や仕事における課題へのカウンセリング技能の開発を目的として、2020年4月1日に開室されました。筑波大学大学院人間総合科学学術院カウンセリング学位プログラム(博士前期課程:社会人大学院)の修了生と教員が中心となって運営しています。相談員は、全員が心理キャリア関連の資格を有しており、企業や団体におけるキャリア相談業務や講師の経験者です。

また、相談者へのよりよい支援の提供と相談員のカウンセリング能力・スキル・技術の向上・研鑽及びカウンセリング技能の開発を目的に、定期的にグループスーパービジョンと研修会を開催しています

##### [個別のライフキャリア相談について]

- ・対象:ライフキャリアについて考えたい社会人の方
- ・日時:毎週水曜日 19時~21時 毎週土曜日 18時~20時 (年末年始・8月お盆の週を除く)
- ・面談:50分/回、19時~、20時~
- ・場所:筑波大学東京キャンパス文京校舎4階相談室

##### ◆相談内容の例◆

今後の働くイメージをより明確に描きたい

キャリアの方向性を考えてみたい

今の働き方になんとなく不安を感じている

ワークとライフのバランスに悩んでいる

職場の人間関係の悩みを解決したい

これまでの仕事や生活について振り返ってみたい

生活上での悩みを話してみたい

※本相談室では、具体的なお仕事の紹介、職場への介入、医療行為、治療的カウンセリングは行いません。

※個人情報厳重に管理されます。研究目的のため個人が特定できる情報を全て取り除いたうえで使用させていただく場合があります。

##### [企業・団体への支援について]

- ・社員の方々へのライフキャリア相談
- ・キャリア開発、現職の適性、能力開発、職場の人間関係、ワークライフバランス等のコンサルテーション

## 【2022年度(2022年4月～2023年3月)ライフキャリア相談室 活動報告】

### 1. 2022年度ライフキャリア相談室相談実績

#### <活動概要>

- 相談回数 69回 (インテーク 30回、継続 39回、合計回数 69回)
  - このうちオンライン相談 31回
- 相談員登録人数 36名
- 新規相談主訴分析(複数回答)

主訴分析	件数
キャリア開発	9
定年後のキャリア	7
役職定年・再雇用	5
家庭・家族	5
ワークライフバランス	4
転職	4
自己理解	4

#### <2022年度の取り組み>

- 相談員研修会 1回実施 (2022年6月26日)
- グループスーパービジョン(GSV)10回実施
  - オープンダイアログを取り入れた GSV の実施

### 2. 企業・団体への支援活動

#### (1)A 大学 キャリア形成ゼミ担当

#### <活動概要>

- 参加学生数 20名
- 実施内容
  - 講義・ワークショップ 6回 (すべて対面による実施)
  - グループ活動 3回
  - 個別面談(1回につき40分程度の面談を実施)
    - ◇ 全員面談 3回 オンラインによる実施
    - ◇ 自由面談 2022年11月以降～2023年7月末まで学生の希望を受けて実施
    - ◇ 個別面談回数: 58回

#### <ゼミの効果>

- 実施した「就活レディネス・チェック」により、ゼミ開始前後を比較すると、5つのポイント(就職意欲度、キャリアプラン設計度、環境理解度、就活理解度、思い込みからの自由度)のすべて

で得点が向上しており、効果を確認した。

- 講義・ワークショップの効果
  - 年度当初学生が抱いていた就職活動に対する漠然とした不安が解消され、就職意欲の変化、就活に向けた行動化、成長が見られた。
  - グループワークにおける学生間の積極的な発言や情報共有、相互フィードバック、またファシリテーターによる適切なフィードバックにより、自身の持ち味の発見につながられた。
  - ゼミの回数を重ねるなかで深まった自己理解を、エントリーシート作成につながられた。
- 個別面談の効果
  - 学生が感じている不安や心配の緩和・解消がなされた。
  - 個別面談を通して自己理解をより深め、課題を明確にし、行動につながる変容がみられた。

<参加相談員のカウンセラーとしての学び・成長>

- プログラム開始準備として、前年度のゼミ・グループ活動内容の検討、課題についての情報交換をし、プログラム内容に反映させた。
- 毎回のゼミ内容について、参加相談員による実施前の検討、および実施後の振り返りを実施し、加えて就活をとりまく状況などを共有し、内容の一層の充実を図った。
- 年度末にプログラム全体について参加相談員で振り返りを行い、次年度の改善点を確認した。

(2)B 社キャリアコンサルタントへのスーパービジョン

<活動概要>

- B 社相談室キャリアコンサルタント 3 名
- 実施内容
  - 1)個別スーパービジョン(毎月 2 回、1 時間/回)
  - 2)グループスーパービジョン・事例検討(毎月 1 回、2 時間)
  - 3)ロールプレイトレーニング(毎月 1 回、2 時間)
- 2022 年 1 月から実施、2023 年度も継続実施

(3)C 団体職員のキャリア相談

<活動概要>

- C 団体職員 20 名
- 実施内容
  - 1)2022 年 12 月から 2023 年 3 月に 7 日間の相談日を設けて実施
  - 2)キャリア相談(50 分/回、対面・オンライン) 20 名・23 回
- 2023 年度も継続実施

### 3. 研究の実施

(1)相談員を対象とした体験的心理療法の研修の効果を検証した論文を、筑波大学紀要の教育相談研究に投稿した。論文タイトル「感情と関係性に焦点化したカウンセリングの研修に参加したキャリア支援職者の体験と変容の探索的検討」。

(2)ライフキャリア相談室のグループスーパービジョンにおいて、相談場面の録画映像を活用することにより、スーパーバイザーのカウンセリングに対する思考や態度、技能にどのような影響をもたらすかを、面接法を用いて探索的に検討している。論文タイトルは「録画映像を使用したグループスーパービジョンの実践と効果に関する探索的検討」。ケースを提供したスーパーバイザーへのインタビューが終了し、KJ法を援用することによる概念の抽出まで終了している。

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

# ライフキャリア相談室

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センターは、「働く人への心理支援に関する研究を推進し、その成果を社会に還元する」というミッションのもと、活動しています。当センターでは「人は、生涯、発達する。」と考え、様々な形で働く人への心理支援を行っております。その中の一つの取り組みであるライフキャリア相談室では、働くこと(キャリア)や、日々の生活(ライフ)について、個別にご相談をお受けします。

～ご相談内容の例～

- ・今後の働くイメージをより明確に描きたい
- ・キャリアの方向性を考えてみたい
- ・今の働き方になんとなく不安を感じている
- ・ワークとライフのバランスに悩んでいる
- ・職場の人間関係の悩みを解決したい

## □相談室の概要

**対象** : ライフキャリアについて考えたい社会人の方

**日時** : 毎週水曜日 19時～21時、毎週土曜日 18時～20時  
(年末年始・8月お盆の週を除く)

**形態** : 面談(50分間/回) 水曜日19時～、20時～、土曜日18時～、19時～

**場所** : 筑波大学東京キャンパス文京校舎  
住所 東京都文京区大塚3-29-1  
最寄り駅 丸ノ内線茗荷谷駅「出口1」徒歩2分程度  
\* 必要に応じてオンライン相談にも対応します。

**相談料** : 3,800円/回 \* 当日お支払いください。オンライン相談の場合は事前振込

**申込** : メールにて承ります E-mail : tsukuba\_life\_career@un.tsukuba.ac.jp

\* 「お名前」「年代(20代、30代、40代、50代等)」「面談希望日時」  
「ご連絡先メールアドレス・電話番号」「相談内容」をご連絡ください

\* 予約日時についての返信は、5日以内にお送りします

\* 予約変更のご連絡は、上記メールアドレスに、**前日17時まで**にお願いします

\* 開始時刻から**15分**を過ぎても連絡がなく、お越しいただけない場合は、キャンセルとさせていただきます

## □主催者・相談員

○筑波大学働く人への心理支援開発研究センター ライフキャリア相談室は、筑波大学大学院カウンセリングコース(社会人大学院)\*の修士と教員が中心となって運営しています。

○相談員は、全員が心理キャリア系の有資格者(キャリア・コンサルタント、キャリアコンサルティング技能士、カウンセリング学会認定カウンセラー、産業カウンセラーなど)であり、企業や団体におけるキャリア相談業務や講師の経験者です。

\*筑波大学大学院人間総合科学研究科カウンセリングコース及び人間総合科学学術院カウンセリング学位プログラム

※本相談室では、具体的なお仕事の紹介、職場への介入、医療行為、治療的カウンセリングは行いません。

※個人情報(年齢、性別、所属)は厳重に管理されます。研究目的のため個人が特定できる情報を全て取り除いたうえで使用させていただきます。



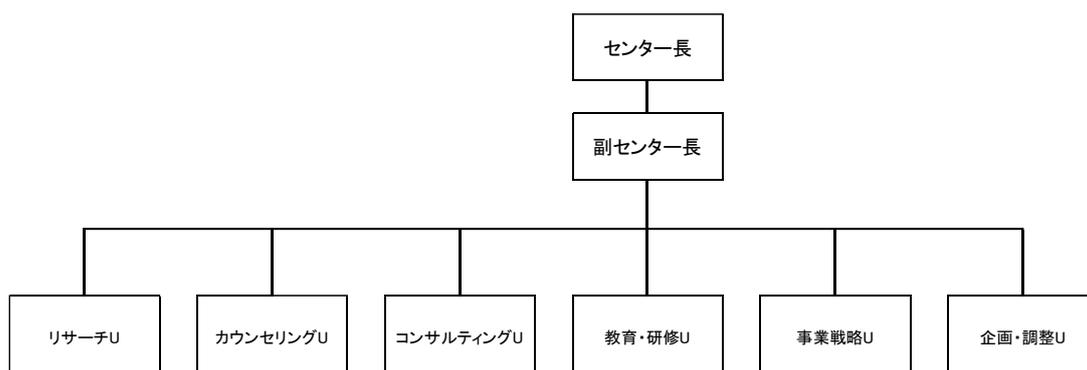
最先端の「知」を、最前線に。  
働く人への心理支援  
開発研究センター [T-One ラボ]



#### 4. 次年度に向けて

- (1)企業・団体との産学連携(共同研究や学術指導等)を通して、継続的な社会貢献を目指します。実践現場での問題解決と学術的検討の両方の視点を重視します。
- (2)ライフキャリア相談室やエクステンションプログラム、およびリカレント教育の企画・運営を通して、個人や専門職者・指導者層等への成長支援を継続して進めます。
- (3)開発研究結果の社会還元や企業連携の可能性拡大を目的に、次年度も外部者を対象とした発表会等を企画します。

[参考]2022 年度働く人への心理支援開発研究センター組織図



(2023/3/31 現在)



最先端の「知」を、最前線に。

## 働く人への心理支援 開発研究センター [T-One ラボ]

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

〒112-0012 東京都文京区大塚 3-29-1

国立大学法人筑波大学東京キャンパス文京校舎

03-3942-6573

[t-onelab\\_info@un.tsukuba.ac.jp](mailto:t-onelab_info@un.tsukuba.ac.jp)