

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター 2023 年度活動報告書

第 5 号

2025 年 1 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
- 3.2023 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。



プレジジョン・メディスン開発研究センター
日本初の1000 ドルゲノム解析拠点を目標して



未来社会工学開発研究センター
Society5.0を実現するモビリティ・インフラの先端研究拠点



スポーツイノベーション開発研究センター
スポーツを通じたWell-being向上を実現するための最先端研究



ヘルスサービス開発研究センター
健康・幸福をもたらすサービスの学問に特化した日本初の拠点



ティーラーメイドQOLプログラム開発研究センター
食と運動と睡眠を通して一人一人にQOLを向上するプログラムを提供



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



イノバイティブ計測技術開発研究センター
革新的計測評価技術の開発研究を目指して



革新的創薬開発研究センター
新薬、新技術で、活力ある 100 年の人生を



デジタルネイチャー開発研究センター
計算機と自然の新しい関係性を探求



スマートウエルネスシティ政策開発研究センター
健康長寿社会実現に向けたエビデンスに基づく政策化を目指して



健幸ライフスタイル開発研究センター
次世代につなげる健康で幸せなライフスタイルを探究



ゼロCO₂エミッション機能性材料開発研究センター
カーボンニュートラル及び水素社会の実現を目指して

出典:https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2024/05/RDcenter_pamphlet_202404.pdf(2024.4 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及び共同研究

・カウンセリングユニット

ライフキャリア相談、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・キャリア支援者・指導者への研修プログラムの開発・実施・効果検証、リカレント教育

・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

平成 31 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

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と社会貢献の両面から、ワンストップでのサービス提供拠点を形成することを目的に設立されました。

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、生涯、発達する」ことを理念とし、活動を推進しています。

本センターの特徴は、生涯発達の多様な領域（学校から社会への移行～中年期～高齢者、妊産婦・出産・育児・介護等）、多様な専門領域（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。社会ニーズに沿った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ことや、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への寄与が期待されます。



岡田 昌毅センター長

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。

リサーチ部門

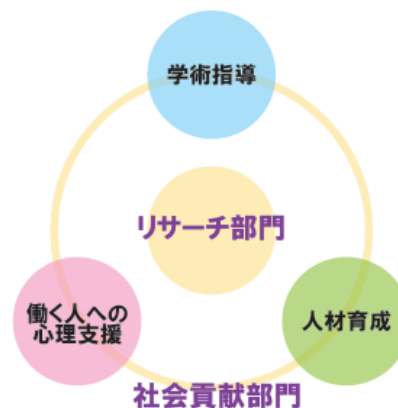
働く人への心理支援に関する研究の推進・拡大



社会貢献部門

- ・ [学術指導]
調査コンサルティング、心理統計を駆使した調査・分析、ツール開発等
- ・ [人材育成]
人事育成担当者や支援者、指導者層への研修プログラムの開発・実施、教育効果検証、トレーニング環境の提供等
- ・ [働く人への心理支援]
相談室運営、スーパービジョン、スーパーバイザー養成等

T-One ラボ



* 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

Tel 03-3942-6573 e-mail t-onelab_info@un.tsukuba.ac.jp

出典: https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2024/05/6_Hataraku.pdf

2. センター独自企画の学術研究(委託研究)

「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)

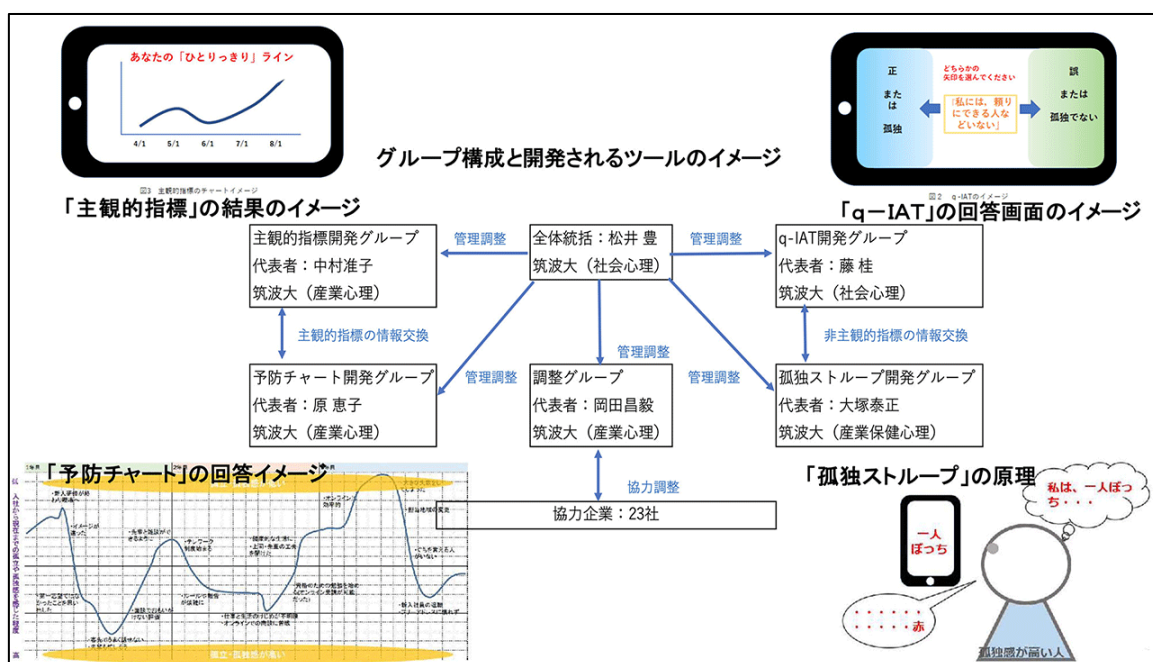


SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム
社会的孤立・孤独の予防と
多様な社会的ネットワークの構築

①概要

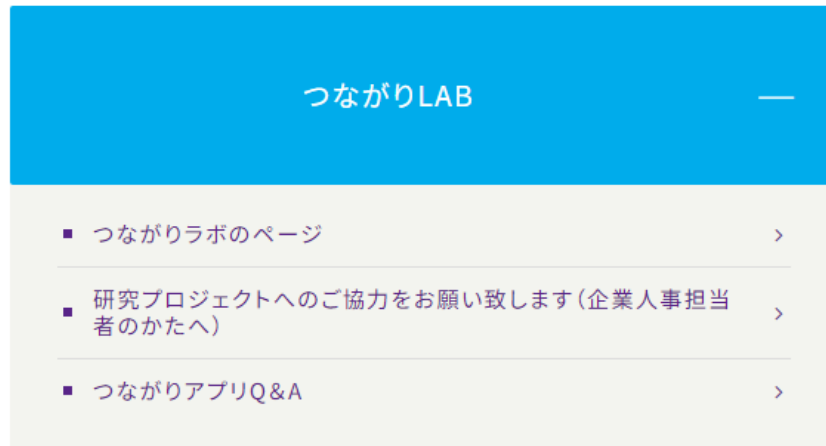
「本プロジェクトでは、企業従業員が職場内で孤独感を深める過程や孤立化について検討を行い、その予防のための測定ツール(スマートフォンのアプリ)を開発し、企業内で試験運用を行い、社会実装に結びつけることを目的とします。測定ツールとしては、孤独・孤立の状態を質問項目で経時的に測定する「主観的指標」、回答者自身の孤独・孤立過程を振り返る「予防チャート」、質問項目を用いて孤独に関する潜在的態度を測定する「q-IAT」、孤独に関するストループ効果を測定する「孤独ストループ」の4種類で、数十社の企業の協力を得ながら開発します。このように本プロジェクトでは、職場内の孤独・孤立化を予防することにより、社会的孤立・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>



②2023 年度の活動

測定ツール（スマートフォンのアプリ）の一部を開発し、アプリ紹介や企業の方に協力をお願いする以下のサイト「つながり LAB」を働く人への心理支援開発研究センターのサイト中に開設しました。



2024.01.06 **働く人への心理支援開発研究センター**

つながりラボのページ

本アプリで何が分かるのか・どう利用していただきたいか

本アプリは、職場における人とのつながりの状態やニーズをセルフチェックするアプリです。職場で働いている方が、職場内でどのように人とつながり、どのようなニーズをもっているかを分析します。毎月1回のペースで利用していただければ、ご自身の人とのつながりの変化を確認することができます。

職場での人間関係を振り返るきっかけとなります。とくに職場の人間関係に迷ったり悩んだりしたときに、自分を見つめる手がかりになります。

本アプリは、「つながり状態」と「つながりニーズ」の2つのサブアプリ（心理テスト）で構成されています。

「つながり状態」は、職場内の人とのつながり状態を測定します。

「つながりニーズ」は、人とのつながりにどんなニーズをもっているかを、あなた自身が意識していないレベルで測ります。

それぞれのサブアプリの詳しい説明は、[こちら](#)にあります。

サブアプリを利用する前に、利用規約 ([PDF](#)) をお読みください。

本アプリは心理学データに基づいて作成されました。それぞれの科学的根拠（エビデンス）は、[こちら](#)で詳しく説明してあります。各研究の一覧は[こちら](#)にあります。

③2023 年度発表

2023 年度は、以下の通り、多くの学会、学会誌等で本プロジェクトの研究成果を発表しました。

<International Meeting of the Psychometric Society 2023 July 25-28, 2023>

Nakamura Seito, Maruyama Junichi, Nagano Soichi, Todo Naoya, Endo Hiroko, & Fuji Kei
(2023) Development and Comparison of Regular and Reversed Items Measuring the Need
for Intimacy in the Workplace

<17th International Congress of Behavioral Medicine Vancouver, BC, Canada August 23-26,
2023>

Yasumasa Otsuka, Akiko Osu, Yukiko Sagisaka, Kiyomi Miyoshi (2023) AN
EXPERIMENTAL STUDY DISCERNED WORDS ASSOCIATED WITH LONELINESS
AMONG WORKERS

<2023 年 9 月 2, 3 日 産業・組織心理学会第 38 回大会>

尾野裕美・中村准子・桃谷裕子・松尾 藍・松井 豊 (2023) 職場における孤立・孤独感とキ
ャリア焦燥感—職場における孤立・孤独化過程の検討 (10) 産業・組織心理学会第 38 回
大会発表論文集

<2023 年 9 月 7, 8 日 日本社会心理学会第 64 回大会>

松尾 藍・中村准子・尾野裕美・桃谷裕子; 松井 豊 (2023) タイムラグ分析による職場の
孤立・孤独感と離職意思の因果関係の検討—職場における孤立・孤独化過程の検討 (11)
日本社会心理学会第 64 回大会発表論文集

<2023 年 9 月 15 日～17 日日本心理学会第 87 回大会>

中村准子・松尾 藍・桃谷裕子・尾野裕美・松井 豊 (2023) 職場における孤立・孤独感の属
性による違い—職場における孤立・孤独化過程の検討 (12) 日本心理学会第 87 回大会発
表論文集

松尾 藍・中村准子・尾野裕美・桃谷裕子・松井 豊 (2023) 職場における孤立・孤独感を構
成する 3 側面の影響関係—職場における孤立・孤独化過程の検討 (13) 日本心理学会第
87 回大会発表論文集

尾野裕美・中村准子・松尾 藍・桃谷裕子・松井 豊 (2023) 職場における孤立・孤独感と組
織的公正—職場における孤立・孤独化過程の検討 (14) 日本心理学会第 87 回大会発表論
文集

<ICOH-WOPS & APA-PFAW September 19-22, 2023>

Momotani Hiroko, Nakamura Junko, Matsuo Ai, Ono Hiromi (2023) The Relationship

between Supervisor Feedback and Subordinate Burnout: The Mediating Role of Workplace Loneliness

<2023 年 11 月 25, 26 日 日本キャリア・カウンセリング学会第 28 回大会>

尾野 裕美・中村 准子・松尾 藍・桃谷 裕子・松井 豊 (2023) 職場における孤立・孤独感と組織的公正—職場における孤立・孤独化過程の検討 (16) 日本キャリア・カウンセリング学会第 28 回大会論文集

原 恵子・須藤 章・羽生琢哉 (2023) 企業内ミドル層社員における孤立・孤独を促進する要因・緩和する要因 —職場における孤立・孤独化過程の検討 (17) 日本キャリア・カウンセリング学会第 28 回大会論文集

<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



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]

産業・組織心理学会自主シンポジウム

**職場における孤独・孤立を防ぐために
なにができるか**

2023年8月2日
筑波大学 松井豊

1

松井 豊・中村 准子・大塚 泰正・原 恵子・岡田昌毅(2023) 自主企画シンポジウム「職場における孤独・孤立を防ぐために何ができるか」 産業・組織心理学会第 38 回大会.

<日本画像学会誌>

大塚泰正 (2023) テレワークの普及によるメリットと課題 日本画像学会誌, 62(5), 458-465.

松井 豊・中村 准子・原 恵子(2023) インタビュー「職場内孤独を防ぐには従業員の「役立ち感」を高める施策が有効だ」リクルートマネジメントソリューションズ「RMS Message」
<https://www.recruit-ms.co.jp/issue/interview/0000001142/>

3.2023 年度の活動実績

(1)学術指導・共同研究

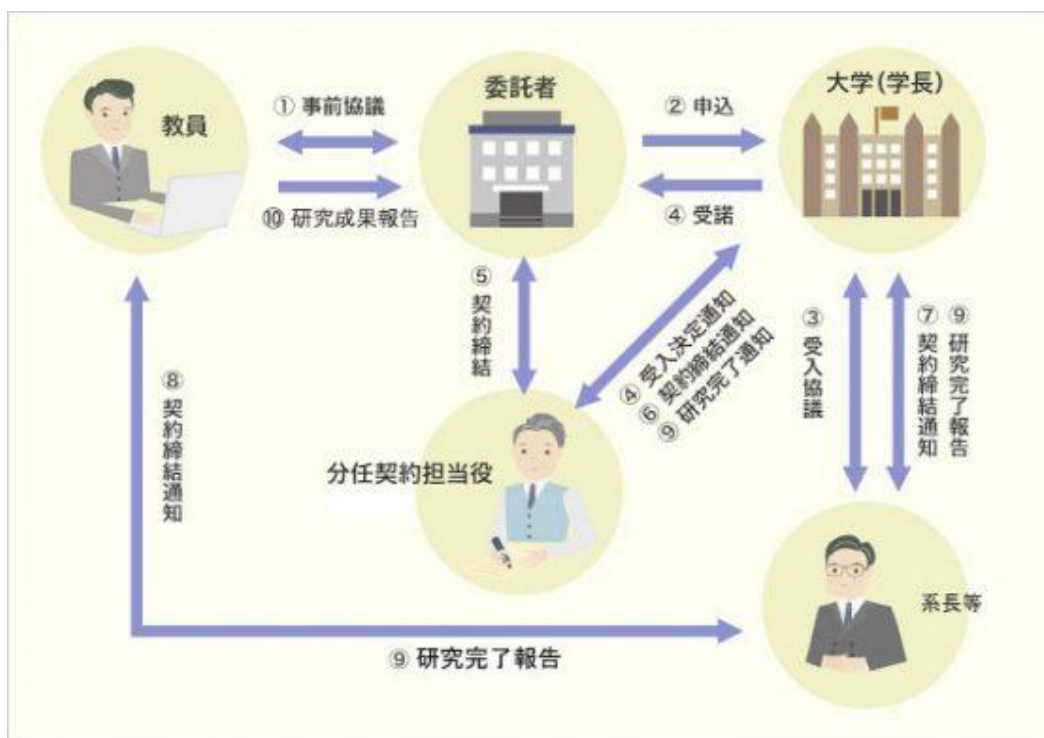
2023 年度に本センターが担当した学術指導・共同研究は、合計 15 件でした。

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」「休職者の予測及びその予防」「人事課題に関する検討」「企業内でのシニア層の特徴」「企業内での well-being」「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。



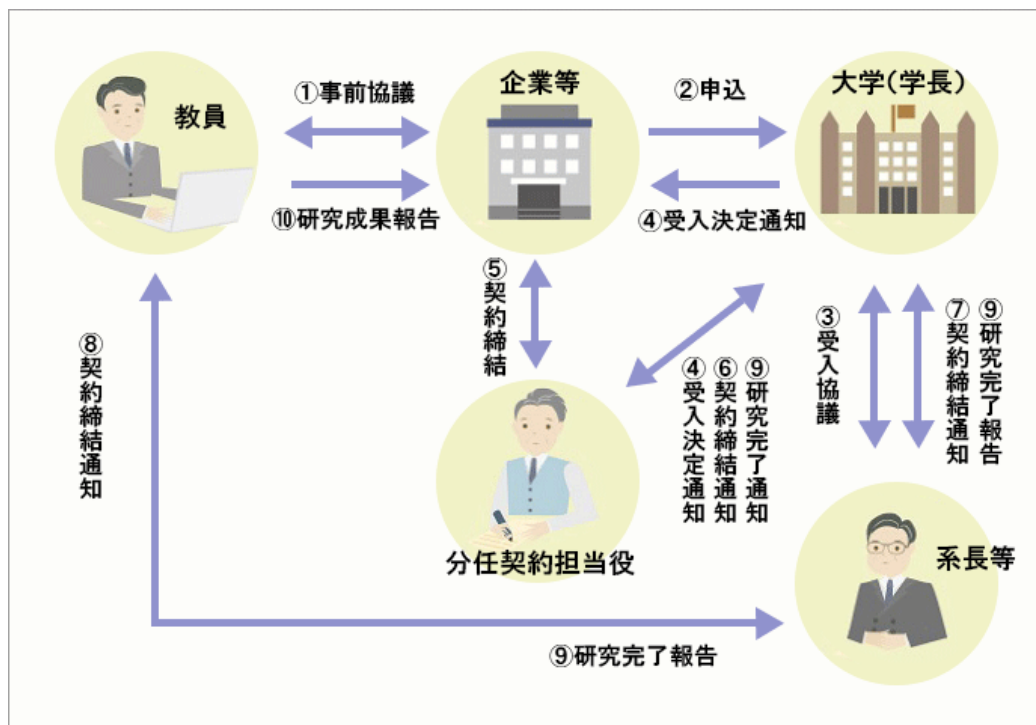
出典: 筑波大学国際産学連携本部 hp

https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for_company-kyoudou/

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。



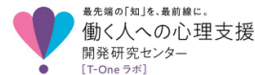
出典: 筑波大学国際産学連携本部 hp

https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for_company-kyoudou/

①出光興産様

「企業就業者のシニア層の働く意識」をテーマに、検討を進めました。

日本キャリア・カウンセリング学会
第28回研究大会 2023年11月26日



シニア企業就業者の働く意識に関する探索的検討

○中村准子¹ 原 恵子^{1,2} 永野惣一¹ 堀内泰利¹ 須藤 章¹
柘植英水¹ 竹内雅巳³ 相田典子³ 松井 豊¹ 岡田昌毅^{1,2}
(1筑波大学働く人への心理支援開発研究センター)
(2筑波大学人間系)
(3出光興産株式会社)

中村 准子・原 恵子・永野 惣一・堀内 泰利・須藤 章・柘植 英水・竹内 雅巳・相田 典子・松井 豊・岡田 昌毅 (2023) シニア企業就業者の働く意識に関する探索的検討 日本キャリア・カウンセリング学会第28回大会

②日鉄ソリューションズ株式会社様

「企業就業者の職業生活における悩み」をテーマに、継続的な検討を進めました。

産業・組織心理学会第38回大会 9月3日

企業就業者の職業生活における悩みに関する検討 —悩みの種類と性別，年代，職位，職種による違い—

○中村准子¹ 原 恵子¹³ 須藤 章¹ 原田大輝² 関口 遼² 岡田昌毅¹³ 松井 豊¹
1筑波大学働く人への心理支援開発研究センター,2日鉄ソリューションズ株式会社
3筑波大学人間系

Examination of the worries of company employees in their professional lives - Types of worries and differences by gender, age, position, and occupation -

○Junko NAKAMURA¹ Keiko HARA¹³ Akira SUDO¹ Daiki HARADA² Ryo SEKIGUCHI²
Masaki OKADA¹³ and Yutaka MATSUI¹ (13 University of Tsukuba,2 NS Solutions Corporation)

中村 准子・原 恵子・須藤 章・原田 大輝・関口 遼・岡田 昌毅・松井 豊 (2023) 企業就業者の職業生活における悩みに関する検討:悩みの種類と性別，年代，職位，職種による違い 産業・組織心理学会第38回大会

③j.union 株式会社様

「労働組合」をテーマに継続的な検討を進めました。

キャリアカウンセリング研究 2023年 第24巻 第2号 13-23
The Japanese Journal of Career Counseling 2023 Vol. 24(2) 13-23

資料

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

The process of changing attitudes and behaviors among female officers in a labor union through their decision to accept a position and their experience as a labor union officer

原 恵子 (筑波大学働く人への心理支援開発研究センター)・清水 康子 (j. union 株式会社)・
依藤 聡 (j. union 株式会社)・正道寺 博之 (j. union 株式会社)・
岡田 昌毅 (筑波大学人間系・働く人への心理支援開発研究センター)
keiko Hara (University of Tsukuba: R & D Center for Working Persons' Psychological Support),
Yasuko Shimizu (j. union Inc.), Satoshi Yorifuji (j. union Inc.), Hiroyuki Shodoji (j. union Inc.),
Masaki Okada (University of Tsukuba: Faculty of Human Science)

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ソフトバンク株式会社様

「企業就業者のワーク・エンゲイジメント」をテーマに、継続的な検討を進めました。

A00365/日本心理学会第87回大会

ワーク・エンゲイジメントへの影響要因に関する探索的検討

○原 恵子¹・堀内泰利¹・山下陽子²・田中列子²・原田おりえ²・岡田昌毅¹・松井 豊¹
(¹筑波大学・²ソフトバンク株式会社)

問題と目的

- ・少子高齢化・AI化の進展, 価値観やニーズの多様性等を背景として, 就業環境は大きく変化。
- ・働き方改革に関する法律では, 個々人が柔軟に働くための心理的な支援も組織側に求められている。人的資本経営が掲げられ(経済産業省, 2022), 人材育成や人的支援の側面からの組織力強化が求められている。
- ・個々人の仕事における肯定的で充実した感情および態度を測定する尺度として「ワーク・エンゲイジメント (Schaufeli et al, 2002)」があり, 人的資本経営での効果指標として検討されることも近年増えている。

【目的】ワーク・エンゲイジメントに対する, 職場における影響要因を探索的に検討する

原 恵子・堀内 泰利・山下 陽子・田中 列子・原田 おりえ・岡田 昌毅・松井 豊(2023) ワーク・エンゲイジメントへの影響要因に関する探索的検討 日本心理学会第 87 回大会

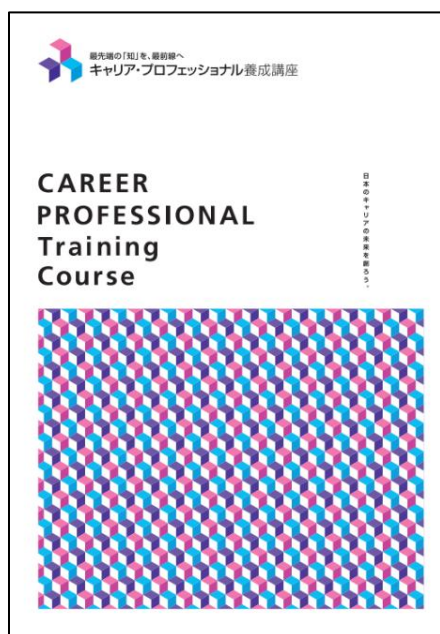
(2)エクステンションプログラム

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10期 2023/4/9 - 2023/10/1(全27日間) 21名
- ・第11期 2023/10/8 - 2024/3/24(全23日間) 17名



パンフレット



2023 年度(第 10 期)の開講案内



筑波大学エクステンションプログラム

筑波大学
University of Tsukuba

知見と
実践力

指導者
養成

講座のご案内



最先端の「知」を、最前線へ

(第 10 期)

キャリア・プロフェッショナル養成講座

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・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。

オンライン講座とオンデマンド型講座

リアルタイム配信 (Zoom)

開催日程 2023/4/9 (日) ~ 2023/10/1 (日) まで 全 27 日 (約 140 時間)
原則として 12:00 ~ 18:15 (オリエンテーション、ふり振り返りタイムを含む。短い日もあり。)
但し 6/11、7/9、8/26、9/17、9/24 は、9:45 ~ 18:15、6/25 は 8:50 ~ 18:30。

日 時	内 容	日 時	内 容
4/9 (日)	初回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	7/2 (日)	・高前帯の心理と課題
4/16 (日)	・キャリア支援者の職業的発達 ・チームビルディング	7/9 (日)	4. 人間関係や社会行動に関する領域 ・組織における人間関係・協働と社会行動 [現代の労働課題 2] マイノリティの雇用とダイバーシティ
4/23 (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	7/16 (日)	・慢性的ストレスと健康の心理
4/29 (土)	・ヘルピング・スキル	7/23 (日)	[現代の労働課題 3] 子育てと仕事の両立 [現代の労働課題 4] 職場における合理的配慮・リフレクション③
5/14 (日)	・グループプロセス	7/30 (日)	5. キャリア開発と組織開発に関する領域 ・産業・組織心理学概論 1
5/20 (土)	・システミックアプローチ	8/6 (日)	・人的資源管理概論
5/28 (日)	・アセスメントとケースの概念化 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への期待	8/20 (日)	・組織開発概論 - 職場における心理的居場所感
6/4 (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・リフレクション①	8/26 (土)	・リーダーシップ概論 ・組織におけるキャリア開発
6/11 (日)	8. 実践的研究に関する基礎知識 ・心理学研究法 (質的研究の基礎) 3. 生涯発達に関する領域 ・発達心理学 1: 概論とアタッチメント	8/27 (日)	・産業・組織心理学概論 2・リフレクション④
6/17 (土)	・大学生の成長と入社後の適応・女性の心理と課題	9/3 (日)	6. 職場における心の健康に関する領域 [現代の労働課題 5] 治療と仕事の両立
6/24 (土)	[現代の労働課題 1] 貧困や社会福祉	9/10 (日)	・働く人のメンタルヘルス
6/25 (日)	2. キャリアコンサルティングに必要な理論と実践 ・認知行動療法の基礎	9/17 (日)	リフレクション⑤ 7. 労働・雇用に関する領域 ・労働関連法規
7/1 (土)	3. 生涯発達に関する領域 ・発達心理学 2: 発達障がい・リフレクション②	9/24 (日)	・フィナンシャル・プラン
		10/1 (日)	最終発表会・修了式

オンデマンド型講座
(録画配信)

配信日 2023 年 6 月予定
2023 年 6 月予定

※登壇者・日時等は変更になる場合があります。また、気象状況、天災、感染症拡大防止や講師の都合等によりやむを得ず延期、または動画配信型、または中止になる場合があります

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、推進していける方

受講人数 30 名 書類選考あり (応募締め切り 2/16、結果は 3/1 にご連絡いたします)

受講費用 一般: 296,000 円 (税込)

キャリア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

※本プログラムの発展とは広報支援 (関係企業へのチラシ配布及びダイレクトメール送信)、人的支援 (プログラムの準備・運営に際しての協力) などを含みます。

[キャリア・プロフェッショナル養成講座第 10 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

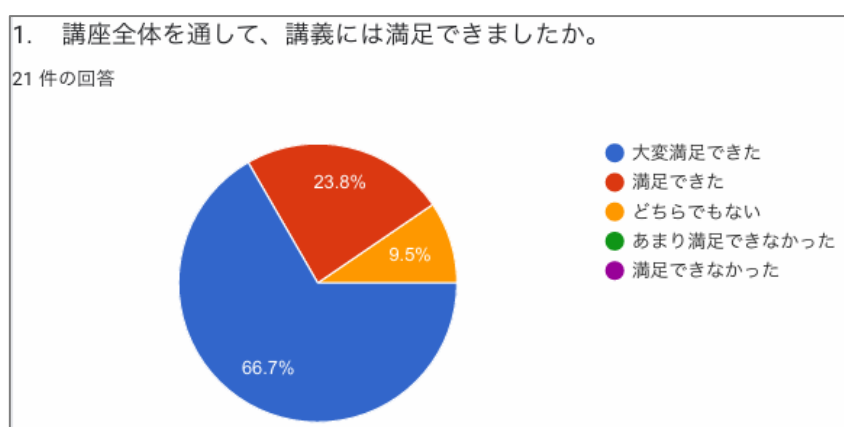


2023年度のキャリア・プロフェッショナル養成講座は、第10期がオンライン形式、第11期が対面形式で開催され、計38名が修了しました。講座の総合的な満足度を、「大変満足できた」「満足できた」「どちらでもない」「あまり満足できなかった」「満足できなかった」の5件法で尋ねたところ、「大変満足」が第10期66.7%、第11期88.2%、「満足」が第10期23.8%、第11期11.8%であり、高い評価をいただきました。コロナ禍以降、第11期にて対面形式を再開し、対面ならではの良さと、多様な受講生が参加するオンラインならではの良さによる深い学びにつながったと考えています。

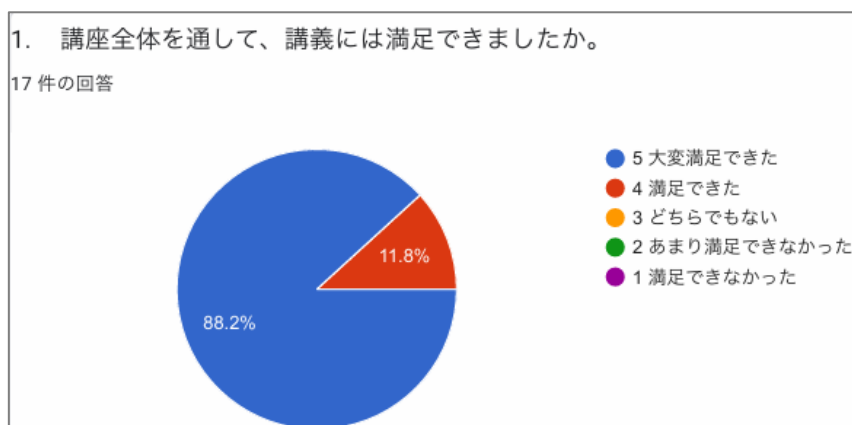
修了者のアンケートでは、「キャリア支援者、指導者にとって幅広い知識をベーシックな部分から最新の情報まで網羅して提供していただくプログラムになっていた。」「体系的に整理されたプログラムと、講師の方一人一人の「経験の蓄積と知識」があふれた講義内容に圧倒された。」「自分の領域外の知識も詳しく学べたこと、様々な領域で活躍されている方と情報や意見を共有することで、多面的に捉えることについて大切だと意識して、毎回取り組むことができた」などのお声もいただいております。

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10期：オンライン開催)の総合的な満足度



講座(第11期：対面開催)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、2022年度に始まり2年目を迎えました。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。2023 年度の実施実績は以下の通りでした。

- ・第 3 期 2023/7/15-2023/9/9 29 名参加
- ・第 4 期 2024/1/21-2024/3/23 19 名参加

2023 年度(第 3 期)の開講案内



**大好評につき
第 3 期を開催します！**

筑波大学エクステンションプログラム

**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 3 期

**お申し込み締切
2023.6.8 (木)**

定員 25 名

※書類選考あり

一緒に学びましょう



筑波大学
働く人への心理支援
開発研究センター長
人間系・教授
田辺 尚教



筑波大学
働く人への心理支援
開発研究センター
准教授 原 恵子

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)
2023 年 7/15 (土) ~ 2023 年 9/9 (土) まで (全 8 回)

日 時	内 容	担当講師
1 7/15 (土) 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 昌典 / 原 恵子 原 恵子 / 磯貝 菊子
2 7/23 (日) ※	個別面談 1 (ZOOM 使用) 1 人 75 分 ~ 自席について	1 級キャリアコンサルティング技術士
3 7/29 (土) 10:00 ~ 17:00 (1 時間休憩)	2. 経験のふりかえり 3. EQ を通した自己理解	磯貝 和子 / 大野 亮一郎 森 理子 / 大野 亮一郎
4 8/6 (日) ※	個別面談 2 (ZOOM 使用) 1 人 75 分: 事前指導 or 自席について	1 級キャリアコンサルティング技術士
5 8/19 (土) 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)	磯貝 和子 / 野田 典子 山形 久 / 安井 正人 須藤 幸 /
6 8/26 (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. 在り方やビジョンの検討	廣川 進 島村 孝子 原 恵子
7 8/27 (日) ※	個別面談 3 (ZOOM 使用) 1 人 75 分: 事前指導 or 自席について	1 級キャリアコンサルティング技術士
8 9/9 (土) 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 清 岡田 昌典 / 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 (最小開講人数 12 名) ※書類選考あり、応募締切 6/8、結果は 6/16 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
お問い合わせ**

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 3 期]

〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2
高槻橋西側イノベーション棟 1F (受付時間: 月~金 9:30 ~ 17:00) Tel: 029-859-1648

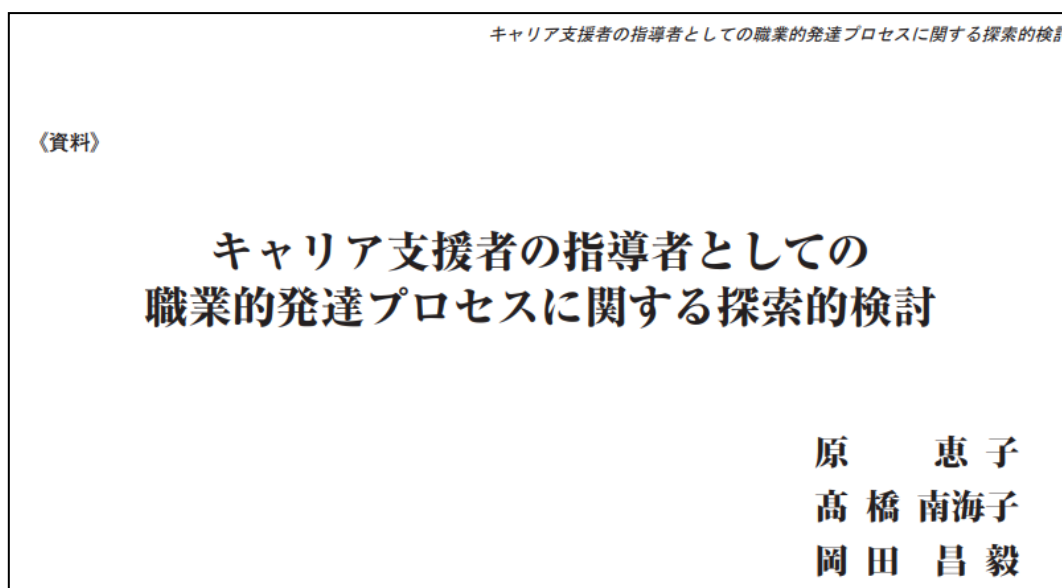
お申し込みは HP にて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>



2023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48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、回答してくれた第3期21名の結果は「大変満足」が91%、「満足」が第3期9%であり、高い評価をいただきました。

修了者のアンケートでは、「「キャリア・プロフェッショナル」として求められるあり方やビジョン、専門性への探求は大変印象深かった。経験・スキルだけではなく、自身がどうあるべきか、どうありたいのかを、深く考える機会となり大変満足です。」「自己理解を深めること、様々な領域で活動する方の話を聞いて視野を広げること、キャリア支援者の専門性とは何かを考えることができた。個人面談もあわせて、キャリア支援者としての自分の強みと足りない点を自覚することができた。」「講座を受講する前と後でキャリア支援者としての考え方や意識が変わった実感があり、全プログラムを通じてとても豊かで充実した時間を過ごすことができた。」などのお声もいただいております。

<エクステンションプログラム>



原 恵子・高橋 南海子・岡田 昌毅(2023) キャリア支援者の指導者としての職業的発達プロセスに関する探索的検討 キャリアデザイン研究, 19, 109-116.

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。2023 年度の実施実績は以下の通りでした。

- ・初級第 32 期 2023/9/30-10/1 26 名参加
- ・初級第 33 期 2024/2/11-2/12 17 名参加

2023 年度(初級第 32 期)の開講案内



**受講
受付中**

筑波大学エクステンションプログラム

**専門家による
知識学習**

**対面
開催**

筑波大学
University of Tsukuba

講座のご案内

消防職員の 惨事ストレス初級研修 第32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ァ養成研修及びバ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：2023年9月30日（土）・10月1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

9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	1 階 122 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	
10月1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	東京消防庁有志・松井 豊	
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・幾田・松井	4 階 433,434,435,436 号室
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に関心を持つ消防職員および消防職員の惨事ストレスケアにかかわっている方（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 32 期]
〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2
高経精密ビル 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>

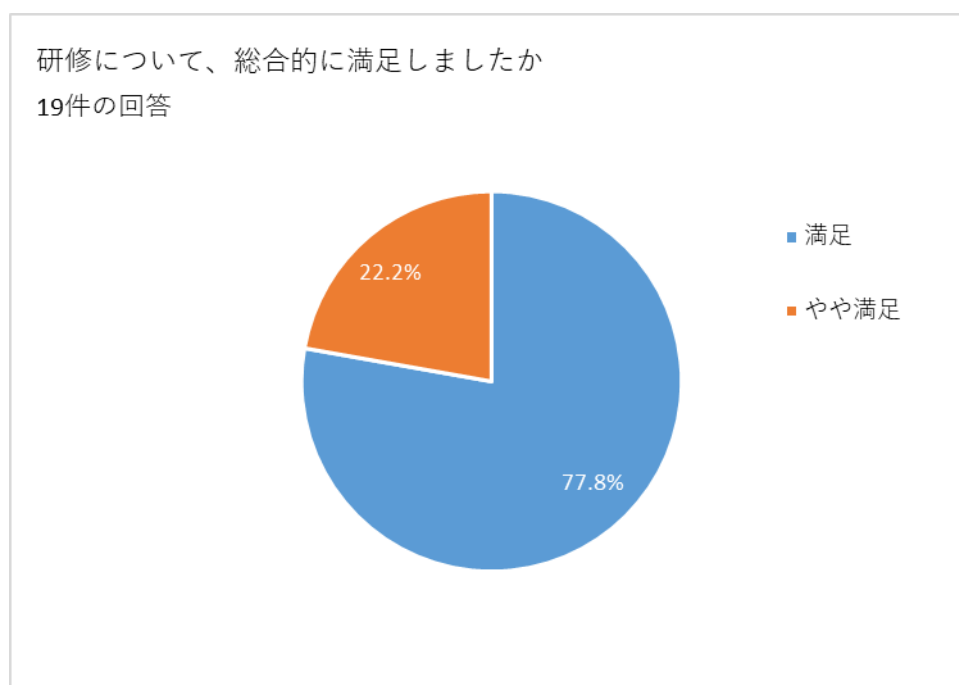
Tel:029-859-1648



2023年度の消防職員の惨事ストレス初級研修は、第32期、第33期で合計43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、第32期では「満足」が77%、「やや満足」が19%「どちらとも言えない」が4%であり、第33期では「満足」が78%、「やや満足」が22%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33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。2023 年度の実施実績は以下の通りでした。

・中級第 11 期 2024/3/2-3 10 名参加

2023 年度(中級第 11 期)の開講案内



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

受講
受付中

専門家による
知識学習

対面
開催

消防職員の 惨事ストレス中級研修 第11期

筑波大学働く人への心理支援開発研究センター

お申し込み締切
2024.
1.14日
午後18時まで

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。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、被災消防職員への積極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：2024年3月2日（土）・3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

3月2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	教室未定
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	
3月3日（日）	内容	講師	場所
9:00～9:10	オリエンテーション	松井 豊	教室未定
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	教室未定
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
高経精密ビルイノベーション棟 1F（受付時間：月～金 9:30～17:00）

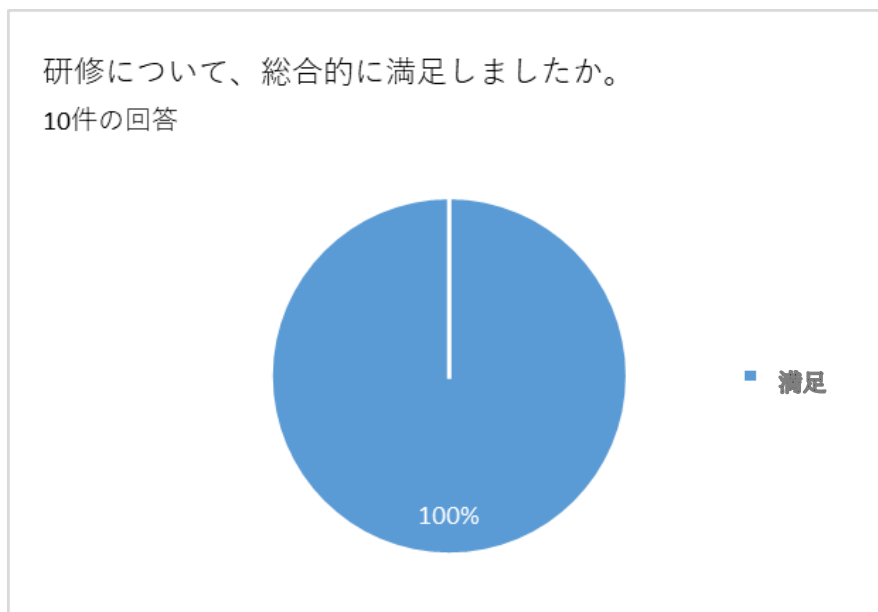
お申し込みは HP にて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

Tel:029-859-1648



2023 年度の消防職員の惨事ストレス中級研修 11 期では、10 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 100%であり、高い評価をいただきました。

中級研修(第 11 期)の総合的な満足度



⑤ 文部科学省補助事業「ライフキャリア構築を目指す女性のための心理学プログラムー生涯発達の視点からのキャリア自律と他者支援への展開ー」

(代表者:センター長 岡田昌毅)

※本研究は以下に採択された補助事業である。

文部科学省

『成長分野における即戦力人材輩出に向けたリカレント教育推進事業』

・受講者数:60名 修了率:95%

生涯発達の視点と実践的なスキルによって、他者をマネジメント・サポート出来る支援者を育成するプログラムとして計画され、2023年10月～12月に実施されました。



筑波大学
University of Tsukuba



文部科学省

成長分野における即戦力人材輩出に向けたリカレント教育推進事業

筑波大学(東京キャンパス)

ライフキャリア構築を目指す 女性のための心理学プログラム

ー生涯発達の視点からのキャリア自律と他者支援への展開ー

10月
開講

生涯発達の視点と実践的なスキルによって、
他者をマネジメント・サポートできる**“支援者”**を育成します

こんな方におすすめ

管理職、人事・教育担当者、
職場メンタルヘルス担当者、総合職(営業等)、
人の支援に関わる者(キャリアコンサルタント等)

※上記以外の方も応募可能です
企業からの派遣(OFF-JT等)も可能 ※1社5名まで

募集要項

募集期間	2023年7月20日～2023年8月31日
選考方法	書類選考
結果通知	2023年9月上旬 ※メールにて通知
クラス	①【平日クラス(木曜日)】 ※11/24(木)休 10/5,10/19,11/2,11/9,11/24,11/30,12/14,12/21 ②【土曜クラス】 10/7,10/21,11/4,11/11,11/25,12/2,12/16,12/23
開講期間	① 2023年10月5日～2023年12月21日 ② 2023年10月7日～2023年12月23日
定員	各クラス 30名 ※募集内容は同一
修了条件	(1) 講義全体の80%以上を履修すること (2) 科目ごとのテストに合格すること
受講料	120,000円(税込) ※入会後の退会は出来ませんので、予めご了承ください。
受講方法	オンデマンド講義～47時間 対面講義～40時間 ※一定の条件を満たした方には、筑波大学の修了証を発行します。
対面講義会場	筑波大学(東京キャンパス) 東京都文京区大塚3-29-1 (最寄り駅: 東京メトロ「茗荷谷駅」徒歩3分程度)

プログラムの特徴

- ★ 女性支援者を育成するプログラム
筑波大学社会人大学院の心理学の知見を活かした、人の支援に関わる仕事をしている方におすすめのプログラムです。
- ★ キャリア自律から他者支援へ
改めて自分を振り返り、そして“他者に寄り添う”これまでにない新たな支援の方法を学ぶことが出来ます。
- ★ オンデマンド × 対面
プログラムは3ヶ月間の短期集中型です。対面講義は、平日クラス(主に木曜日)と土曜日クラスを用意しましたので、ご自身の都合に合わせて受講することが可能です。
また、プログラムの半数以上は“オンデマンド”で行うため、好きなタイミングで学習することが出来ます。





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]

講義科目

講義名	講義時間
ライフキャリア心理学プログラム	
生涯発達心理学Ⅰ	285分
生涯発達心理学Ⅱ	585分
働く人の心理学	180分
キャリア心理学	285分
人間関係の心理学	180分
ワークライフエンリッチメント	385分
カウンセリング心理学	385分
生涯・健康心理学	285分
メディア心理学	285分
職業リハビリテーション	385分
リーディングシップ心理学	385分
プロジェクトマネジメント	385分
職場のポジティブメンタルヘルス	385分
職場のメンタルヘルス支援	385分
カウンセリング方法論（基礎・応用実習あり）	285分
キャリアカウンセリング実践論	385分
職場での働き方づくりと余暇の充実	285分

講義名	平日クラス	土曜クラス
ライフキャリア開発プログラム		
オリエンテーション	10/5	10/7
セルフマネジメント		
仕事理解とコミュニケーション	10/19	10/21
自己理解と能力開発		
人生と働くことの意味理解	11/2	11/4
産協と関係者へのアプローチ	11/9	11/11
他と関係の構築		
支援者のための寄り添いサポートプログラム		
寄り添いサポート概論	11/24	11/25
生涯キャリアコンサルティング概論	98分	98分
寄り添いサポート実習（ワークショップ）	11/30 12/14	12/2 12/16
プログラム総論	12/21	12/23

※講義名や内容、日程は変更する可能性があります







遠方の方・対面講義に参加出来ない方向け

遠方の方や、対面講義に参加出来ない方向けにオンデマンド講義のみ受講できるコースをご用意しました。
対象講義は「ライフキャリア心理学プログラム（全47時間）」です。
※このコースでは、修了証の発行はいたしませんので予めご了承ください。

【受講料】60,000円(税込) ※入会後の返金はありませんので、予めご了承ください。
【開講期間】2023年10月末～（予定）

WEB

説明会

※公式ホームページ※
<https://yorisoi-298.jp/>



※お問い合わせはこちら※
<https://forms.gle/R6SC7yJdW9pRfR7>

筑波大学（東京キャンパス）
働く人への心理支援開発研究センター リカレント教育プログラム事務局

〒112-0012 東京都文京区大塚3-29-1 TEL：03-3942-6982
休館日：土曜日 9:00～17:00



心理学の基礎知識をオンデマンド形式で配信する「ライフキャリア心理学プログラム」を実施するとともに、実践的な学びを提供する「ライフキャリア開発プログラム」および「支援者のための寄り添いサポートプログラム」を対面形式で開催しました。

オンデマンド配信は、大学院レベルの高品質かつ高度な内容を、自分のペースで繰り返し学べる点が大きなメリットであり、対面講座ではワークやロールプレイングを通じて知識の深化と定着を図ることができました。

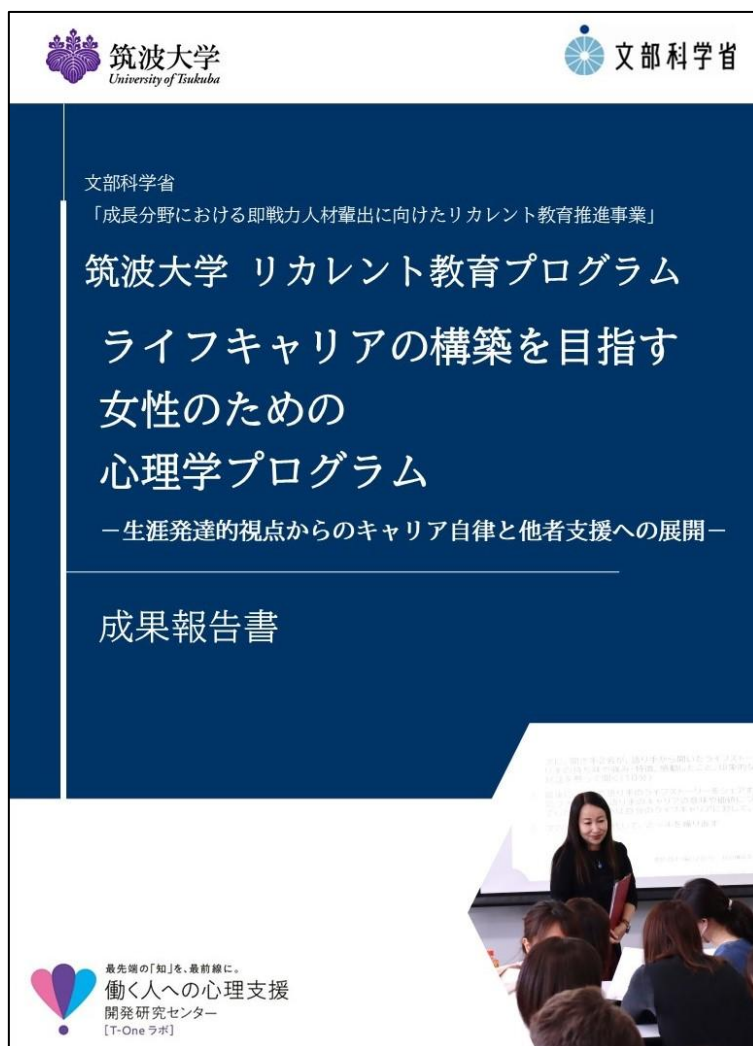
受講者の満足度調査では、オンデマンド講座について「大変良かった」とおよび「良かった」と回答した方が98%、対面講座では100%に達しました。また、「本プログラムを他の支援者にお勧めしたいか」という質問に対しては、全員が「お勧めしたい」と回答し、プログラム全体の高い満足度が確認されました。

修了者アンケートでは、「正解のない他者支援」に課題を抱えていた参加者が、「寄り添い」のノウハウを習得することで、自分なりの支援方法を確立し、成長を実感したという声が多く寄せられました。

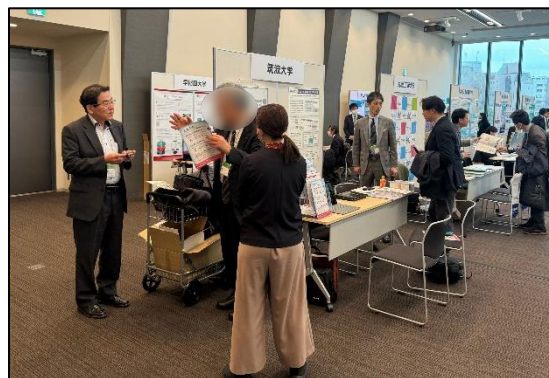
プログラムの詳細は、「成果報告書」として冊子にまとめ、広く共有しています。

修了アンケート 一部抜粋

- ・ プログラムでの学び・経験を通じ、自分の支援者としてのスキルや意識に以前より少し自信が持てるようになった感覚があります。
- ・ 無責任に思える「大丈夫」という言葉を、支援者として必要な知識やスキルを身につけた上で「大丈夫」と言える人になりたいという気持ちに、3 か月間で気づかせてくれたように思います。
- ・ 頭ではわかっている、まだ感情についての質問や掘り下げていく難しさを感じますが、理論をイメージしながら面談ができるスキルは確実に身についたと実感しております。
- ・ 私自身が最初に掲げていたゴールが「他者への深い理解ができるようになる」でしたが、このプログラムで成長できたと実感しています。



本プロジェクトにより、文部科学省委託事業「大学等を活用したリカレント教育 EXPO2024
(2024 年 3 月 5 日開催、場所:お茶の水ソラシティカンファレンスセンター)にブース出展しました。



＜リカレントプログラム＞

リカレントプログラムにおけるキャリア支援の検討を学会発表及び学会誌に投稿し掲載されました。

産業・組織心理学会第38回大会

女性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(3)—

○原 恵子^{1,2} 廣田 奈穂美¹ 大川 一郎³ 岡田 昌毅^{1,2}

(¹:筑波大学働く人への心理支援開発研究センター ²:筑波大学人間系 ³:埼玉学園大学人間学部)

問題と目的

- ・「学校教育からいったん離れたあとも、それぞれのタイミングで学び直し仕事で求められる能力を磨き続けていくこと」、すなわち社会人の学びとしての「リカレント教育」は重要(厚生労働省, 2022)。
- ・経済産業省や文部科学省等との連携等さまざまな施策が取り組まれている。産学連携によるリカレント教育の重要性も示されている(内閣府, 2018)。
- ・2021年度に筑波大学が実施した就職支援付きリカレント教育(文科省受託事業)では、プログラム効果検証に加え(中村・三好・廣田・原・大川・浦山・鈴木・岡田, 2022), 求職者への支援やかかわりに関する探索的な検討も行われた(原・廣田・大川・岡田, 2022)。整理は一定程度進んだが、受講生の属性に応じたより細やかなキャリア支援の側面が残ると推測される。

[目的]大学リカレント教育事例を通し、女性求職者の特徴や有効なキャリア支援に関して探索的に検討する

原 恵子・廣田 奈穂美・大川 一郎・岡田 昌毅(2023) 女性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(3) 産業・組織心理学会第38回大会.

キャリア・カウンセリング研究 2024年 第25巻 第2号 90-100
The Japanese Journal of Career Counseling 2024 Vol. 25(2) 90-100

事例研究

就労支援付きリカレント教育プログラムを通じたキャリア支援 —A大学におけるリカレント教育プログラム事例を通じた探索的検討—

Career support through recurrent education programs with employment support —An exploratory study of a recurrent education program at A University—

原 恵子(筑波大学働く人への心理支援開発研究センター・人間系)・

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(埼玉学園大学人間学部)・

岡田 昌毅(筑波大学人間系・働く人への心理支援開発研究センター)

Keiko HARA (University of Tsukuba), Naomi HIROTA (University of Tsukuba),

Ichiro OKAWA (Saitama Gakuen University), Masaki OKADA (University of Tsukuba)

原 恵子・廣田 奈穂美・大川 一郎・岡田 昌毅(2024) 就労支援付きリカレント教育プログラムを通じたキャリア支援:A大学におけるリカレント教育プログラム事例を通じた探索的検討 キャリア・カウンセリング研究 25(2), 90-100.

(3)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か不安を感じている

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

今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

【2023年度(2023 年 4 月～2024 年 3 月)ライフキャリア相談室 活動報告】

1. 2023 年度ライフキャリア相談室相談実績

<活動概要>

- 相談回数 45回 (インテーク10 回、継続35回、合計回数45回)
 - このうちオンライン相談 22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	5
職場異動	4
職場適性	2
職場人間関係	2
精神的不調	2
身体的不調	2
コミュニケーション	2

<2023年度の取り組み>

- 相談員研修会 3回実施 (2023年5月28日、2023 年 10 月 22 日、2024 年 3 月 24 日)
- グループスーパービジョン(GSV)7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 25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 4回 対面およびオンラインによる実施
 - ◇ 自由面談 2023年12月～2024年 7 月末まで学生の希望を受けて実施
 - ◇ 個別面談回数: 88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)のすべてにおいてゼミ終了後の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
 - ゼミ開始時期を5月に早めたことにより、早い時期で学生の就活への不安軽減やインターンシップへの参加喚起に効果が認められた。
 - 学生による真摯で活発なグループワークにより、学生同士のピアサポート効果が高まった。
 - 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、傾聴、ポジティブな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
 - 企業の採用活動前倒し傾向によって、就活への焦りや不安を覚える学生があったが、個別面談を通してそれらの緩和・解消がみられた。
 - 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し、課題についての情報交換をした。また、就活を取り巻く社会状況の変化を参加相談員で共有し、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を実施し、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 1 回、1.5 時間／回)
 - 2)グループスーパービジョン(事例検討・ロールプレイ)(毎月 1 回、3 時間／回)
- 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 10 名

- 実施内容

- 1)2023 年 6 月から 2024 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) 10 名・13 回

- 2022 年度から実施、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「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」を、教育・相談研究第 59 巻に投稿し掲載決定した。

(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。

ライフキャリア相談室（個人用）の案内文書

筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

仕事や生活のもやもやを
話しに来ませんか？

ライフキャリア 相談室

ワークとライフの
バランスに
悩んでいる

キャリアの
方向性を
考えてみたい

今後の
働くイメージを
より明確に
描きたい

職場の
人間関係の悩みを
解決したい

今の働き方に
なんとなく不安を
感じている



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。

期 間 水曜日 19:00、20:00
土曜日 18:00、19:00
※年末年始・8月お盆の期を除く

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
方 法** E-mail : tsukuba_life_career@un.tsukuba.ac.jp
●上記メールにて、「お名前」「年代（20代、30代、40代、50代等）」「相談希望日時」
「ご連絡先メールアドレス・電話番号」を必ず記載ください
●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時までにお送りします
●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

運営・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学位プログラム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カウンセリング心理士、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。

※本相談室では、具体的なお仕事紹介、職場への介入、医療行為、倫理的カウンセリングは行いません。
※個人情報等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く場合があります。



働く人への心理支援
開発研究センター「T-One」

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。



筑波大学
University of Tsukuba

ライフキャリア相談室（企業用）の案内文書

最先端の「知」を、最先端に。
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

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、
2019年にその活動を開始しました。

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、
社員・職員の方々に対するキャリアコンサルティング面談やライフキャリア相談業務の受託を行っております。

組織で働く社員一人一人が成長することは、
その社員が所属する組織の活性化につながるに違いありません。
当センターのライフキャリア相談室を貴社社員の方々の生涯発達の一助としていただき、
貴社のより一層の発展にお役立てください。

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学位プログラム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カウンセリング心理士、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。

詳しくは
こちらから



内容

貴社社員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

場所

筑波大学 東京キャンパス文京校舎
東京都文京区大塚3-29-1 東京メトロ丸の内線 茗荷谷駅下車2分

お問合せ

日時・面談形態・相談料等ご相談に訪じます。 [メールにてご連絡ください](#)
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
tsukuba_life_career@un.tsukuba.ac.jp



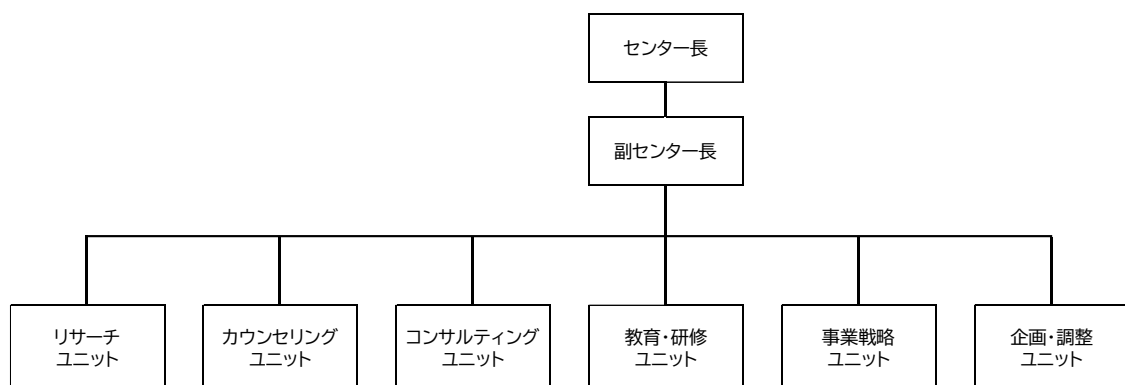


筑波大学
University of Tsukuba

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]2023 年度働く人への心理支援開発研究センター組織図



(2024/3/31 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