

筑波大学



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]

2024年度 活動報告書

第6号

2025年9月

センター長挨拶

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 人間系特任教授 岡田 昌毅



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。



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]

目次

PART1 働く人への心理支援開発研究センターについて

- ✓ 筑波大学の開発研究センターについて
 - ✓ 働く人への心理支援開発研究センターについて
 - ✓ 本センターの領域と体制
 - ✓ 共同研究と学術指導の手続きについて
-

PART2 活動実績

2024年度の活動実績概要

2024年度の活動実績詳細

リサーチユニット

- ✓ 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—

コンサルティングユニット ※公開可能な情報のみ紹介

- ✓ 出光興産株式会社 様
- ✓ 日鉄ソリューションズ株式会社 様
- ✓ 株式会社スペサン 様

教育研修ユニット

- ✓ キャリア・プロフェッショナル養成講座
- ✓ 消防職員の惨事ストレス初級研修
- ✓ 次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

カウンセリングユニット

- ✓ ライフキャリア相談室



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]



PART1

働く人への心理支援 開発研究センターについて



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]

筑波大学の開発研究センターについて

開発研究センターとは

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。



筑波大学
国際産学連携本部

開発研究センター

 PMC Research and Development Center for Precision Medicine	プレジジョン・メディスン開発研究センター 日本初の精密医療の社会実装に向けた包括的オミックス解析拠点
 F-MIRAI	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究
	スマートウェ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
	健康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/2025/03/5095fc418b637cf2ec90f3336377fc86-1.pdf> (2025.9時点)

働く人への心理支援開発研究センターについて

設立経緯

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。

2つの約束と提供価値



T-One ラボの由来

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。



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]

本センターの領域と体制

多様な領域をカバーする開発研究・社会貢献の体制

本センターでは、生涯発達・専門・研究それぞれにおいて多様な領域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ます。「働く」という切り口から人の生涯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。

生涯発達

例)

- ・ 社会への移行
- ・ 中年
- ・ 高齢者
- ・ 妊産婦
- ・ 出産・育児
- ・ 介護



研究

例)

- ・ 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



専門

例)

- ・ 家族・福祉
- ・ 学校・教育
- ・ 産業・社会



実践的研究の促進と人材育成による心理支援サービスの提供と 支援者の質向上による社会貢献体制

事業戦略ユニット
企画・調整ユニット

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および
共同研究

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

カウンセリングユニット



ライフキャリア相談室
スーパービジョン
スーパーバイザー養成



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]

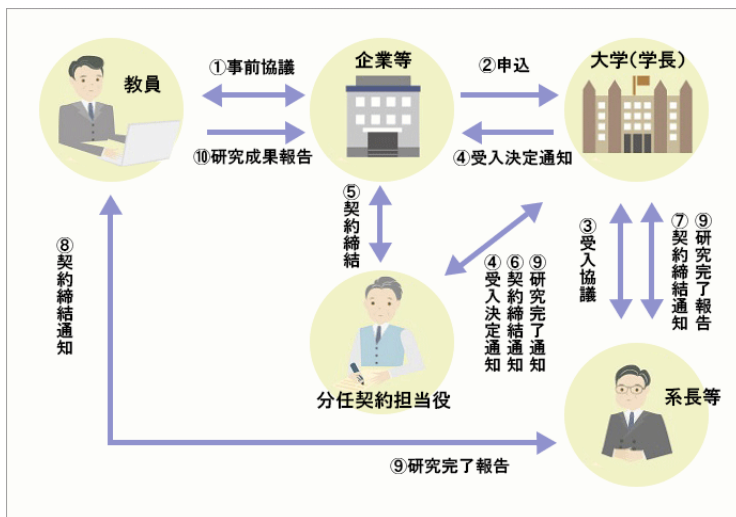
共同研究と学術指導の手続きについて

共同研究

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。

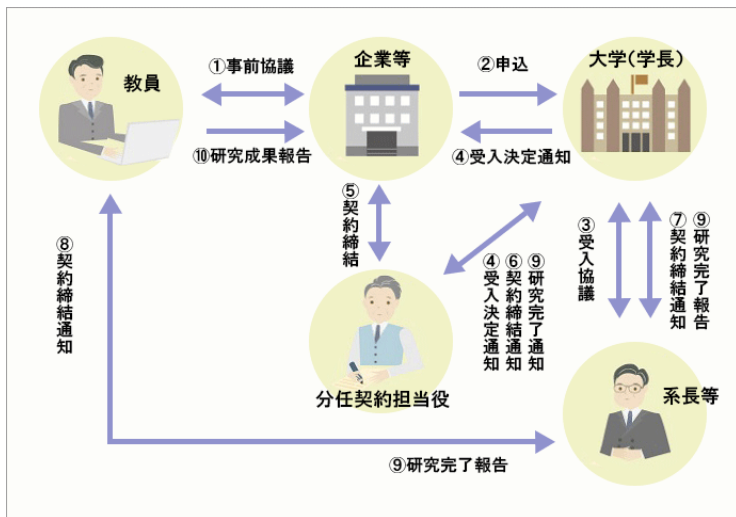
2. 企業等から研究経費等、研究者を受け入れ、本学と企業等で分担して行う。



学術指導

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。

企業等から特定の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ホームページ

https://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/joint-research/for_company-kyoudou/（2025.9時点）



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]



PART2

活動実績



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]

2024年度の活動実績概要

リサーチユニット



「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—」

本研究は、**センター独自企画の学術研究（委託研究）**です。
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)

コンサルティングユニット



2024年度に本センターが担当した**学術指導・共同研究は、合計11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

- ・ 組織における生産性や充実度
- ・ 中途採用者の組織再適応
- ・ 企業文化醸成サポートのための成果指標
- ・ キャリアサポートセンターへの支援

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後頁にてご紹介いたします。※掲載は五十音順

教育・研修ユニット



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・運営しています。

- ・ キャリア・プロフェッショナル養成講座
- ・ 消防職員の惨事ストレス初級研修
- ・ 次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

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。

カウンセリングユニット



ライフキャリア相談室

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。

個別のライフキャリア相談および、企業・団体への支援を行っています。

グループスーパービジョンと研修会

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、定期的に開催しています。



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]

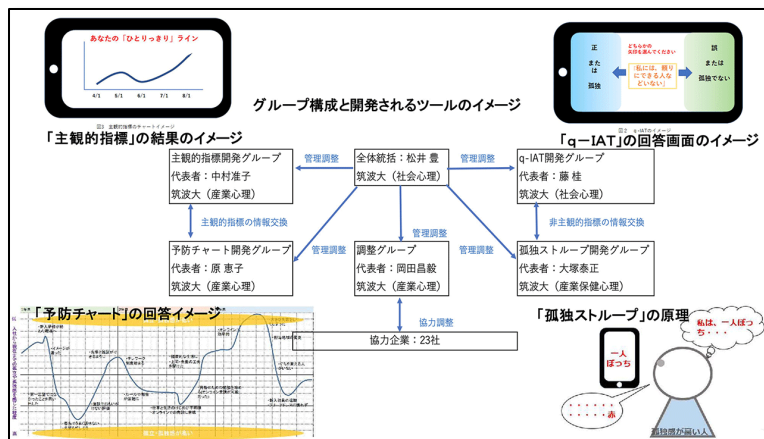


職場における孤独・孤立化過程の分析 —総合的予防プログラムの開発に向けて—

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、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>



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

測定ツールはORINASと命名され2024年12月3日のシンポジウムで公開されました。

ORINAS紹介ページ

<https://www.human.tsukuba.ac.jp/counseling/orinas/>

ORINAS
職場でのつながり理解ツール ORINAS(オリナス)

活動



「ORINAS(オリナス)」は、職場における、あなたと周囲の「人とのつながり」に着目した日本初の心理テストツールです。



後の人生にも大きな影響を及ぼす、職場での人間関係。そのあり方と心の状態にアプローチするため、働く人延べ9,000人のデータを収集。最新の心理学理論に基づいています。





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—

1. 公開シンポジウムの開催

2024年12月3日に「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—」と題し、公開シンポジウムをハイブリッド開催しました。当日は、企業団体の方、研究者の方を中心に、会場に50名、オンラインに150名を超える参加がありました。

【発表内容】

- ・ 岡田センター長挨拶
- ・ プロジェクトの概要
- ・ 主観的指標研究成果発表
- ・ 予防チャート研究成果発表
- ・ 孤独ストループ研究成果発表
- ・ q-IAT研究成果発表
- ・ ORINASご紹介
- ・ 今後の展開とお願い



発表

2. 学会誌等での成果発表

- ・ 森 理宇子・中村 准子・原 恵子・大塚 泰正・松井 豊 (2024) , 企業の人事担当者が捉えた職場の孤独・孤立の原因 ストレス科学 39(1),64-67.
- ・ 森 理宇子・太田 彩子・中村 准子・原 恵子・岡田 昌毅正・松井 豊 (2025) , 企業の人事担当者が捉えた職場内の「孤独・孤立」とは——職場の孤独・孤立の予防策の検討— 産業・組織心理学研究 38 (2) , 227-237.





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—

3.学会大会等での成果発表

・ Soichi Nagano, Junichi Maruyama, Seito Nakamura, Naoya Todo, Hiroko Endo, & Kei Fuji(2024). For those who work with loneliness: Validation of Japanese version of Loneliness at work scale. Program of 33rd International Congress of Psychology, PS26P-03-13, 2024-7-24—2024-7-29.

・ 原 恵子・羽生琢哉・須藤 章(2024) 職場での孤立・孤独感の予防・緩和のための面接法—職場における孤立・孤独化過程の検討(18)—. 日本心理学会第88回大会、熊本城ホール、2024年9月6～8日

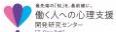
・ 三好きよみ・大須晶子・大塚泰正 (2024) . 孤立・孤独感と職場でのつながり状態の年代による比較. 経営情報学会2024年全国研究発表大会、西南学院大学、2024年11月16、17日

・ 羽生琢哉・原 恵子・須藤 章・高橋南海子・中村准子・松井 豊 性・年代別にみる職場内の孤立・孤独感の促進・緩和要因—職場における孤立・孤独化過程の検討(19)—. 人材育成学会第22回年次大会、立教大学、2024年12月22日

・ 中村准子・原 恵子・羽生琢哉・松井 豊 (2024) 職場の孤立・孤独感と対処法との関係に関する検討 —職場における孤立・孤独化過程の検討(20)—. 人材育成学会第22回年次大会、立教大学、2024年12月22日

発表

【人材育成学会第22回年次大会2024年12月22日（日）】



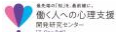
人材育成学会第22回年次大会
2024年12月22日（日）

**性・年代別にみる職場内の孤立・孤独感の促進・緩和要因
— 職場における孤立・孤独化過程の検討 (19) —**

羽生 琢哉
(筑波大学働く人への心理支援開発研究センター)

【共同研究者】
原 恵子 (埼玉学園大学) 須藤 章 (筑波大学) 高橋 南海子 (明星大学)
中村 准子 (筑波大学) 松井 豊 (筑波大学)

本研究は、社会技術研究開発センター（RISTEX）が推進する戦略的創造研究推進事業（社会技術研究開発）「SDGsの達成に向けた持続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）」に採択された研究開発プロジェクト「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—（代議：松井 豊）」の一環の研究の一つである。



人材育成学会第22回年次大会

**職場における孤立・孤独感と対処法との関係に関する検討
— 職場における孤立・孤独化過程の検討 20) —**

中村 准子
(筑波大学人間系・働く人への心理支援開発研究センター)

【共同研究者】
原 恵子 (埼玉学園大学) 羽生琢哉 (筑波大学) 松井 豊 (筑波大学)

本研究は、社会技術研究開発センター（RISTEX）が推進する戦略的創造研究推進事業（社会技術研究開発）「SDGsの達成に向けた持続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）」に採択された研究開発プロジェクト「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—（代議：松井 豊）」の一環の研究の一つである。

4.その他

職場における孤立・孤独__埼玉新聞2024年11月22日





出光興産株式会社 様

概要

2023年度に「企業就業者のシニア層の働く意識」をテーマに検討した結果を学会で発表しました。

活動



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】

シニア社員の継続勤務に対する意欲と不安尺度の検討

- 柘植英水（筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
中村准子（筑波大学人間系、筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
原恵子（埼玉学園大学）
永野惣一（淑徳大学）
堀内泰利（筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
須藤章（筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
松井豊（筑波大学人間系、筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
岡田昌毅（筑波大学人間系、筑波大学働く人の心理支援開発研究センター）
竹内雅巳（出光興産株式会社）
相田典子（出光興産株式会社）

1

柘植英水・中村准子・原恵子・永野惣一・堀内泰利・須藤章・竹内雅巳・相田典子・松井豊・岡田昌毅（2024）シニア社員の継続勤務に対する意欲と不安尺度の検討. 日本キャリア・カウンセリング学会第29回大会 2024年11月24日



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】



日鉄ソリューションズ株式会社 様

概要

2023年度に企業就業者の職業生活における悩みに関する検討を進めた結果を学会で発表しました。

活動

企業就業者の職業生活における 悩みと上司に相談しづらい理由 に関する検討

産業・組織心理学会 第39回大会 2024年9月1日（日）

栗林 縫¹ 中村 准子^{1,3} 原田 大輝² 関口 遼² 岡田 昌毅^{1,3} 松井 豊^{1,3}

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

栗林 縫・中村准子・原田大輝・関口 遼・岡田昌毅・松井 豊（2024）企業就業者の職業生活における悩みと上司に相談しづらい理由に関する検討 産業・組織心理学会第39回大会発表 2024年8月31日

リリース

ニュースリリース

筑波大学と、働く人の悩み解消をサポートするツール「なやさぼ」の効果検証実施

～仕事の悩み整理や、辛さ軽減への効果の検証～

https://www.nssol.nipponsteel.com/press/2024/20240418_130000.html

2024年4月18日 日鉄ソリューションズ株式会社



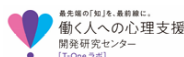


株式会社スペサン 様

概要

企業理念と浸透度と企業文化醸成のための組織風土が従業員に与える影響を測定する尺度を開発し、検討を進めました。

活動



企業理念の浸透度と企業文化醸成のための 組織風土が従業員の思考や行動に与える影響 の探索的検討

- 須藤 章（筑波大学）
- 原 恵子（埼玉学園大学）
- 植松 健佑（株式会社スペサン）
- 小見山 薫（株式会社スペサン）
- 中村 准子（筑波大学）
- 岡田 昌毅（筑波大学）

2024/11/24

日本キャリアカウンセリング学会 第29回大会

1

須藤 章・原 恵子・植松 健佑・小見山 薫・中村 准子・岡田 昌毅（2024）企業理念の浸透度と企業文化醸成のための組織風土が従業員の思考や行動に与える影響の探索的検討. 日本キャリア・カウンセリング学会第29回大会 2024年11月23日

リリース

プレスリリース

【株式会社スペサン】筑波大学働く人への心理支援開発研究センターとの共同研究の成果を発表

<https://sp-cultive.com/news/5828/>

2025年4月23日 株式会社スペサン





キャリア・プロフェッショナル養成講座

概要

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。

活動

2024年度のキャリア・プロフェッショナル養成講座は、第12期がオンライン形式、第13期が対面形式で開催され、計52名が受講しました。

- 第12期 2024/ 4/14 - 2024/10/6 (全27日間) 30名
- 第13期 2024/10/13 - 2025/3/23 (全21日間) 22名

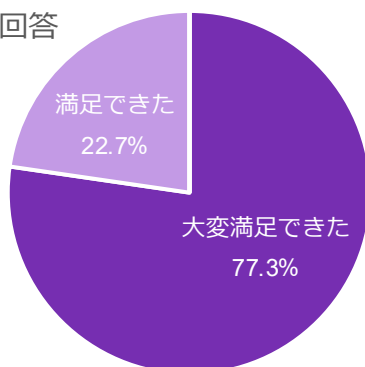
コロナ禍以降、第11期にて対面形式を再開し、対面ならではの良さと、多様な受講生が参加するオンラインならではの良さによる深い学びにつながったと考え、2024年度も同様にオンラインと対面の期を1期ずつ実施しました。

講座の総合的な満足度

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12期77.3%、第13期80%、「満足」が第12期22.3%、第13期20%であり、高い評価をいただきました。

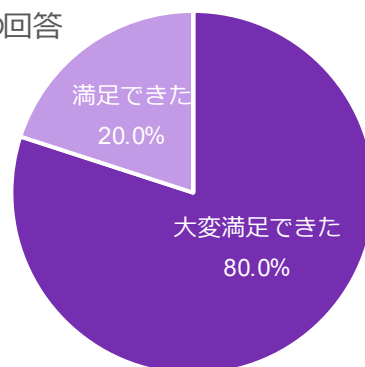
【第12期：オンライン開催】

22件の回答



【第13期：対面開催】

20件の回答



修了者の評価

修了者の声

- 「各分野の第一線で活躍されている先生方から、最新の研究成果や実践的な知見、理論的な基礎から実践的なスキルまでバランスの取れたカリキュラムで学べたことは、私の支援者としての視野を大きく広げてくれました。」
- 「こんなにたくさんの思いをもったキャリアコンサルタントのみなさんと出会える場なので、組織、団体を超えて「日本のキャリアの未来を創る」活動に繋がりたい、つなげたいです。」
- 「講座を通じて、キャリアコンサルタントとしての専門性を高められただけでなく、人として大きく成長できた貴重な時間でした。」





キャリア・プロフェッショナル養成講座

【2024年度(第12期)の開講案内】

日本の
キャリアの
未来を
創ろう。

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

知見と
実践力指導者
養成

最先端の「知」を、最前線へ

(第12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・福祉調整機関（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。

オンライン講座リアルタイム配信 (Zoom)

受講
受付中
応募締め切り 2/21

勉強と学びましょう

阿部 昌穂 教授
筑波大学働く人への
心理支援開発研究セ
ンターの長です。
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！**開催日程** 2024/4/14 (日) ~ 2024/10/6 (日) まで 全26日 (約142時間)
原則として9:20~17:50 (オリエンテーション、ふり返りタイムを含む、短い日もあり。)
但し5/25は8:50~18:30。

日時	内容
4/14 (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
4/21 (日)	2. キャリア・プロフェッショナルへの期待 ・キャリア・プロフェッショナルに必要な理論と実践 ・キャリア心理学
4/27 (土)	・ヘルピング・スキル
5/12 (日)	・グループプロセス
5/19 (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) 1. キャリア・プロフェッショナルとしての在り方 ・キャリア支援者の職業的発達・リフレクション①
5/25 (土)	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 ・システムックアプローチ
6/1 (土)	・システムックアプローチ
6/9 (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) 2. キャリアコンサルティングに必要な理論と実践 ・ボジティブ心理学
6/16 (日)	[現代の労働課題 1] 労働と社会福祉 ・アセスメントとケースの概念化
6/23 (日)	[現代の労働課題 2] 職場における合理的配慮 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
6/29 (土)	4. 女性の心理と課題 6. 職場における心の健康に関する領域 ・アディクションと文書
6/30 (日)	3. 生涯発達に関する領域 ・発達心理学 2: 発達障がい・教育心理学概論

日時	内容
7/7 (日)	・大学生の成長と人社会の適応 ・リフレクション②
7/14 (日)	・異年齢の心理と課題 4. 人間関係や社会行動に関する領域 ・脳の働きと社会行動 [現代の労働課題 3] マイノリティの雇用やダイバーシティ
7/21 (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
7/27 (土)	[現代の労働課題 4] 子育てと仕事の両立 [現代の労働課題 5] 個人と組織のための男性育休 4. 人間関係や社会行動に関する領域 ・参加型ストレスと影響の心理
7/28 (日)	5. キャリア開発と組織開発に関する領域 ・人的資源管理概論
8/4 (日)	・リーダーシップ概論 ・組織におけるキャリア開発
8/18 (日)	・職業生活における心理的居場所 ・産業・組織心理学概論 2・リフレクション③
8/25 (日)	・組織開発概論 6. 職場における心の健康に関する領域 ・心療内科
9/1 (日)	[現代の労働課題 6] 労働と仕事の両立 ・リフレクション④ (イメージ発表会)
9/8 (日)	4. 人間関係や社会行動に関する領域 ・結婚における人間関係 ・リフレクション⑤ (発表発表会)
9/14 (土)	7. 労働・雇用に関する領域 ・労働関係法概論
9/22 (日)	・ファイナンシャル・プラン
9/29 (日)	最終発表会・修了式
10/6 (日)	

オンデマンド型講座
(録画配信)

配信日 2024年8月~9月予定

6. 職場における心の健康に関する領域・働く人のメンタルヘルス

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ティング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 2/21、結果は 3/5 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) と日本メンバー「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送付されます

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は別な支援 (勤務先企業へのチラシ配布及びダイレクトメール送付)。
人財支援 (プログラムの準備・運営に際しての協力) などを指します。

[キャリア・プロフェッショナル養成講座第12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

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]



消防職員の惨事ストレス初級研修

概要

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。

活動

2024年度は、計49名が受講しました。

- ・ 初級第34期 2024/9/15 - 2024/9/16 28名参加
- ・ 初級第35期 2025/2/ 8 - 2025/2/ 9 21名参加

【2024年度(初級第35期)の開講案内】



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初級研修 第35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います。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ピアサポート（ラインケア）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。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：2025年2月8日（土）・9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

2月8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 講義室
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	
2月9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	
13:00～13:40	惨事ストレス対策の具体的な進め方	松井 豊	
13:50～17:20	ピアサポート・ラインケアの実習	東京消防庁有志・幾田・松井	4階 433,434, 435,436,437 号室
17:20～17:30	ディスカッション・修了証書授与	中村 准子・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35期]
〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2
高細精医歯イノベーション棟 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>







次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

概要

「～多様なチャレンジに寄り添う～次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム」(代表者:センター長 岡田昌毅)

本プログラムは、生涯発達の視点と実践的スキルを基盤に、他者をマネジメントし、サポートできる支援者の育成を目的として企画されました。

活動

2024年11月から翌年2月にかけて実施されました。

- 受講者数：37名 修了率：95%

心理学の基礎知識をオンデマンドで学ぶ「ライフキャリア心理学プログラム」に加え、支援者としての実践的スキルを習得する「カウンセリング実践プログラム」を対面で実施しました。

オンデマンド配信は、大学院レベルの高品質な内容を自分のペースで反復学習できる点で高く評価されました。また、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促進しました。

講座の総合的な満足度

94%の受講者が「大変良かった」または「良かった」と回答しました。

また、「本プログラムを他の支援者に勧めたいか」という質問には、97%が「勧めたい」と回答し、プログラム全体の高い評価が示されました。

修了者の声（一部抜粋）

「正解のない他者支援」に課題を抱えていた参加者が、「寄り添いサポート」のノウハウを学ぶことで、自分なりの支援方法確立し、成長を実感できたという声が多く寄せられました。

- キャリアカウンセリングをいかにうまく回すか、ではなく、「ありがた」や「意味づけ」にフォーカスした、今までにない切り口の学びを得ることができ、今までにない視点から自身の仕事を見直すことができました。講義以外に、自身の仕事で悩んでいたことのアドバイスもいただけ大変ありがたかったです。あらためまして、本当にありがとうございました。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。
- オンラインの動画の内容、各回の実践的な研修と、非常に細部までデザインされた良質な研修でした。先生からは、知識の表層的な理解ではなく、何がコアなのか？を大変わかりやすく説明いただき、抽象的・感覚的なことを具体と紐づけて伝えていただいたことで、理解が進みました。自己超越の次元でこのプログラムを企画し、全力で取り組んでおられることが受講者にも伝わり、その熱量によってこちらも夢中になって研修に参加できたと思います。

修了者の評価





次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

修了者の声（一部抜粋）

- 対面講座の初日に私は、支援の「プロ」としての自覚、想像力、問いかける力が足りないことを痛感し、プログラムのゴールとして「支援者としての自覚を持ち、想像力を鍛え、相手の真意に近づける問いかけができるようになること」を個人目標といたしました。

オンデマンドにより諸先生方からライフキャリア心理学を学べたことが大きな財産となり、「人は、生涯、発達する」ことを、実感をもって学びました。そして何より、対面でのカウンセリング実践プログラムを通して、①人生の、働くことの意味、使命を深く考えられたこと、②喪失感を受容しキャリアの価値に気づけたこと、③支援者としてスキルより以上にマインド、「自己理解なくして他者理解なし」と気づけたことが、私の成長であり学びとなりました。

管理職として、支援者として、「相手を尊重し、可能性を信じて誠意をもって接し、成長を見守ること」を心に留め、社員を支えたい、悩みを持つ人を元気にしたい、「寄り添いサポート」を実践できる支援者でありたい、と心から思える学びの時間を過ごさせていただきました。
- 支援者の本質とは何か、本来は資格取得前に理解しておく重要なことを学ぶことができ、充実したカリキュラムでした。これまでの自分自身を見つめ直し、支援者としての在り方、責任や役割を再認識する機会となりました。
- 情報がスーッと頭に入ってくること、ストレスなく理解できる講座は初めてでした。

もう一度改めて4ヶ月のワークなどを振り返り、自分の中に知識の定着をしたいと思います。あっという間に楽しく、終わってしまったので、課題は定着させることのように感じてます。
- 実際の事例を取り上げて議論することの大切さも実感しました。具体的なケースを通じて学ぶことで、より実践的なスキルが身につくようになるため、今後の学びにおいても意識して取り入れていきたいと思います。特に、同じ仲間内だけでの議論では方向性がずれてしまったり、議論が浅くなってしまうことがあるため、指導者のもとで学びを深める機会を作ることの重要性を感じました。
- 対面講座は、受講者の人柄もよく理解できるのでとても良いと思います。そしてなにより、女性だけということが素敵です。男性が入る1日講座でも、主導権は男性になってしまうので、本心を語れないこともあります。とても貴重な空間でした。意欲のある女性が多いことで元気をもらいました。
- グループワークの班分けで思わぬ共通点がある方や、その時に、その人と話せて良かったと思えるご縁が何度もあって、対面だからこそ、そう感じられたのかもしれません。

先生方との距離も近く、岡田先生へのインタビューなど、他では経験できないような体験もさせて頂きありがとうございました！
- 対面だからこそ、いろんな人とグループワークをして、沢山学ぶことができました。キャリアコン試験合格のために、ロープレの回数を重ねましたが、それより前に沢山やるべきことがあったと気がつきました。特に、真の寄り添い支援スキルは、相談者が相談しにきてよかったと思える実りあるカウンセリングができるので、学ぶことができて本当によかったです。職場でも実践していきたいと思います。

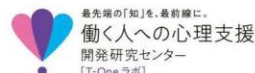
修了者の 評価





次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

【2024年度の開講案内】

筑波大学
エクステンションプログラム最先端の「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]

～多様なチャレンジに寄り添う～

次世代女性リーダーのための
カウンセリング実践プログラム11月
開講心理学の知 × カウンセリング実践
次世代女性リーダーを創造する

プログラムホームページ



✳ 次世代女性リーダーを育成するプログラム

様々な職場で他者を支援する役割を担う仕事に就いている方が次世代の女性リーダーを目指すためのプログラムです。これからリーダーを目指す方にもおすすめです。

✳ キャリア自律から他者支援へ

「自己理解なくして他者理解なし」。改めて自分自身を振り返り、そして「他者に寄り添う」。対面講座では、個々のライフキャリアに寄り添うための新たなキャリア支援の方法について、より実践的に学ぶことが出来ます。

✳ 対面講座 × オンデマンド講座

プログラムは4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通学することが可能です。また、プログラムの半数は“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。

受講相談会
アーカイブ配信

形 式 対面講座(9日間)+オンデマンド講座(16科目)

会 場 筑波大学 東京キャンパス
※東京メトロ丸の内線「茗荷谷駅」徒歩3分対 象 キャリア支援に関わる仕事をしている方
※企業の管理職、人事労務管理者、キャリアコンサルタント有資格者、
1・2級キャリアコンサルティング技能士有資格者、大学等のキャリアセンター職員、
需給調整機関職員など、次世代女性リーダーを目指す方期 間 平日クラス 2024年11月14日～2025年2月27日
土曜クラス 2024年11月16日～2025年3月 1日
※詳しい来校日は裏面をご確認ください

定 員 60名(平日クラス30名+土曜クラス30名)

受講料 198,000円(税込)

応募受付 【2次募集】10月31日まで
※定員に達し次第、受付終了備 考 一定の要件を満たした方には、
筑波大学の「修了証」を発行します。



次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

【2024年度の開講案内】

プログラム一覧

※プログラムの内容や日程等は予告なく変更する可能性があります

カウンセリング実践プログラム(対面講座) ※9日間			ライフキャリア心理学プログラム(オンデマンド講座)	
講義名	日程(5時間/日)		講義名	講義時間(時間)
	平日	土曜		
オリエンテーション セルフマネジメント	11/14	11/16	生涯発達臨床心理学Ⅰ(幼少期・児童期)	3
キャリア支援者としてのあり方	11/28	11/30	生涯発達臨床心理学Ⅱ(成人期・高齢期)	4
キャリア支援者としての自己理解	12/5	12/7	働く人の心理学	1
自己開示と他者理解	12/19	12/21	キャリア心理学	2
人生と働くことの意味理解	1/16	1/18	ワークライフバランスと心理学	3
寄り添いサポート概論	1/23	1/25	職場のポジティブメンタルヘルス	3
カウンセリング実習①	2/6	2/8	職業リハビリテーション	3
カウンセリング実習②	2/20	2/22	メディア心理学	2
プログラム総合演習	2/27	3/1	人間関係の心理学	3
			カウンセリング心理学	3
			産業・組織心理学	3
			リーダーシップ心理学	3
			プロジェクト・マネジメント	3
			職場のメンタルヘルス支援	3
			カウンセリング方法論	3
			キャリアカウンセリング実践論	3

【講座時間】10:00~16:00
(途中60分間休憩)

対面講座 合計:45時間

オンデマンド講座 合計:45時間



次世代女性リーダーのためのカウンセリング実践プログラム

全体総括責任者 岡田 昌毅 (Masaki OKADA)

筑波大学 人間系 教授

働く人への心理支援開発研究センター センター長

特定非営利活動法人キャリアコンサルティング協議会 会長



誰もが自分らしく働けるよう援助する理想的な支援者になるにはどうしたらいいでしょうか。職場での1on1やキャリアコンサルティング、家族や友人との会話など、さまざまな場面では、その技術やスキルのみが注目されがちです。しかし、相手に寄り添いより深く関わろうとする態度を点検し深化させることこそ、最も大切なことだと私たちは考えています。本プログラムでは、筑波大学大学院の強みである心理学やカウンセリングの知見を活かして、この課題解決に一緒に取り組み、個々のライフキャリアに寄り添い支援する、女性リーダーを育成することを目的としています。人と丁寧に関わることでできる「次世代女性リーダー」が、これからの社会を温かく包んでくれることを願ってやみません。

主催:国立大学法人筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

協賛:特定非営利活動法人キャリアカウンセリング協会

特定非営利活動法人キャリアコンサルティング協議会

株式会社日本マンパワー

筑波大学

エクステンションプログラム事務局

〒305-8550 茨城県つくば市春日1-2
底細特設専用パソコン棟1階

お問い合わせ



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]



ライフキャリア相談室

概要

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。

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
- キャリアの方向性になんとなく不安を感じている
- 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
- 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ィング



ライフキャリア相談室

個別のライフキャリア相談

- 相談回数 : 合計78回（インテーク26回、継続52回）
このうちオンライン相談34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	14
転職	6
職場適性	2
職場環境	5
職場人間関係	6
自己啓発	2
ワークライフバランス	2
仕事と育児の両立	1
仕事と介護の両立	1
復職・職場復帰	3
独立・起業	1
セカンドキャリア	1
定年後のキャリア	1
家庭・家族	2
精神的不調	1
身体的不調	1
自己理解	3
コミュニケーション	1

【取り組み】

- 相談員研修
「感情体験を促進する「共感介入」：Emotion-Focused Therapyの理論と共感を体験的に学ぶ」（2025年3月30日）
- グループスーパービジョン（GSV）8回実施
1グループ10名程度、2グループで実施し、一人ひとりが参加できるように配慮しています。感情焦点化療法やオープンダイアログの講師を招いて実施しました。

活動





ライフキャリア相談室

活動

企業・団体への支援

(1) A大学 キャリア形成ゼミ担当

【概要】

- ・ 参加学生数 : 24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：2024年12月～2025年7月末まで学生の希望を受けて実施
 - 個別面談回数：74回

【ゼミの効果】

実施した「就活レディネス・チェック」により確認しました。ゼミ開始前後を比較すると、全5つのポイント（A就職意欲度、Bキャリアプラン設計度、C環境理解度、D就活理解度、E思い込みからの自由度）に関して、ゼミ終了後の得点は、ABCDの4ポイントにおいて得点が向上しており、効果を確認することができました。（E思い込みからの自由度は同値で開始前からの変化はなかった）

講義・ワークショップの効果

- ・ ゼミ開始時期は前年同様5月とし、早い時期から学生に接したことで就活への不安感の軽減とインターンシップへの参加喚起に対する効果が認められました。
- ・ 学生による自主性を重んじたグループワークによって、活発な意見交換ができ、学生同士のピアサポート効果が高まりました。
- ・ 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が見られ、またファシリテーターが適切にフィードバックを行い、個々人の個性や持ち味の発見を促進しました。
- ・ ゼミを通して自己理解と業界研究を支援し、エントリーシート作成と面接対策に役立てました。

個別面談の効果

- ・ 採用活動の早期化傾向によって、就活への焦りや不安を覚える学生もいましたが、個別面談を通してその緩和や解消をはかる支援ができました。
- ・ 個別面談を通して自己理解を深め、課題を明確にし、主体的に行動する様子がみられました。





ライフキャリア相談室

活動

【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・グループ活動内容を検討し、課題について情報交換しました。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ました。
- ・ 毎回のゼミ内容について、参加相談員で実施前に再度詳細を検討し、内容の一層の充実を図るとともに、各回の学生へのふりかえりアンケートで意見・感想・改善要望を確認しました。
- ・ 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ました。その課題認識を基に、A大学の本ゼミ担当教員と打ち合わせを実施し、次年度の改善を計画しました。

(2) B社キャリアコンサルタントへのスーパービジョン

【概要】

- ・ B社相談室キャリアコンサルタント6名（2024年8月に3名から6名に増員）
- ・ 実施内容
 - ・ 個別スーパービジョン（毎月1回、1.5時間／回）
 - ・ 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、2025年度も継続実施

(3) C団体職員のキャリア相談

【概要】

- ・ 実施内容
 - ・ 2024年7月から2025年3月に7日間の相談日を設けて実施
また、2024年度は通常のライフキャリア相談室開室時でも相談可とした。
 - ・ 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、2025年度も継続実施





ライフキャリア相談室

発表

1.論文発表

服部典子・須藤章・安藤智子（2024）「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化の探索的検討」
教育相談研究, 59・60, 11-20, 2024.10

2.投稿準備中

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ます。

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ます。





ライフキャリア相談室

【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

今の働き方に
なんとなく不安を
感じている

職場の
人間関係の悩みを
解決したい

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。

開 催 時 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 （案内）新丸ノ内線茗荷谷駅（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 ※当面お支払いください。オンライン相談の場合は事前要約

申 込 方 法 E-mail : tsukuba_life_career@unt.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」(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、具体的なお仕事への紹介、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。
※個人情報情報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。

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」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

【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 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

日時・面談形態・相談料等 ご相談に応じます。 [メールにてご連絡ください](#)

お問い合わせ 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



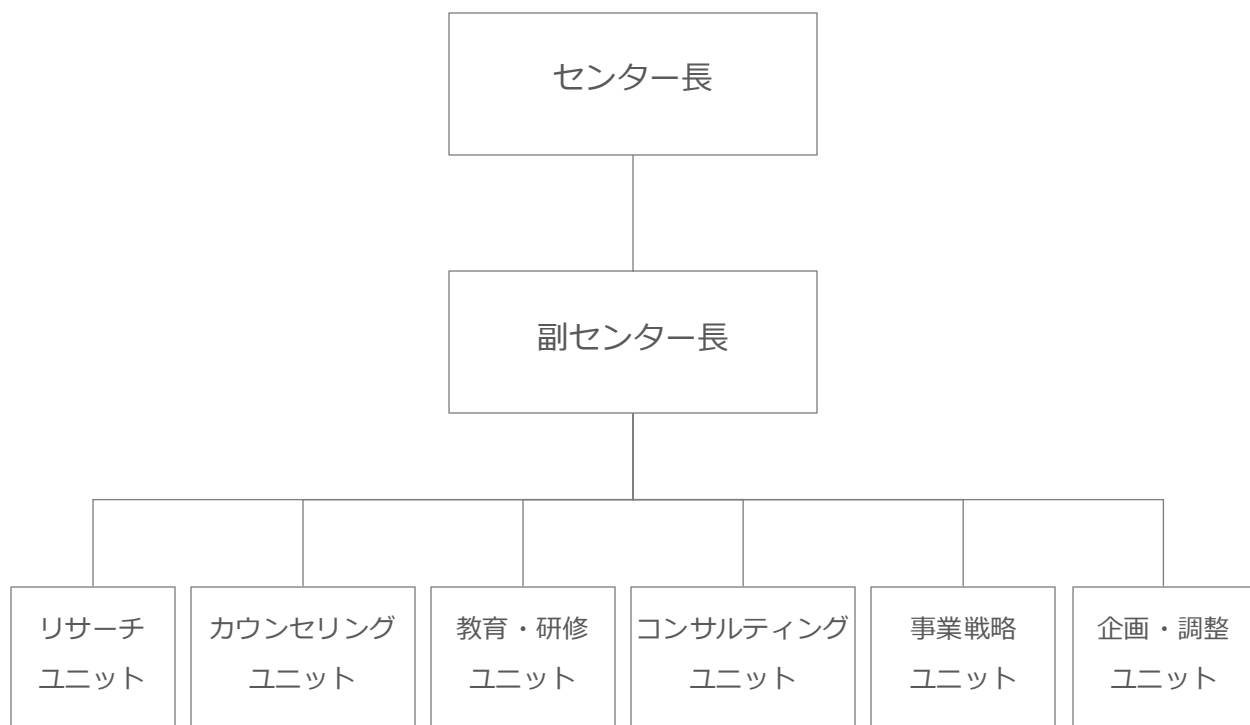
筑波大学
University of Tsukuba



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]

組織図





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]



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

お問い合わせ：〒112-0012 東京都文京区大塚3-29-1

TEL : 03-3942-6573

MAIL: t-onelab_info@un.tsukuba.ac.jp