

筑波大学働く人への心理支援開発研究センター RISTEX 研究プロジェクト

「人事担当者・管理者, 支援者対象の教育プログラム」参加者募集

職場における孤独感へのケア

-職場での孤独感と対処を知り実践に活かす-

近年、職場での孤立・孤独感は、働く人々の心の健康や組織活性化に深く関わる重要なテーマとして注目されています。人間関係の希薄化やリモートワークの拡大により、孤立感を抱く人は少なくありません。

本プロジェクトでは、人事担当者・管理者、支援者の方を対象に、職場での孤独感への理解を深め、対処や実践への活用を学ぶ教育プログラムを開発しました。今回は2月に試行実施した結果に基づいた、プログラム改訂版を実施いたします。プログラムの受講と、受講前後(合計3回)のWeb アンケート調査にご協力いただける方を募集しています。皆さまのご協力を心よりお待ちしております。

【開催日時・会場】

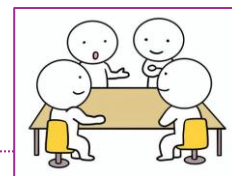
- ・2026年8月29日(土) 13時~17時30分 (対面集合式)
- ・筑波大学東京キャンパス文京校舎 [112-0012 東京都文京区大塚 3-29-1]

【プログラム内容】 ※講義・討議・演習

- ①オリエンテーション
- ②職場における孤独感とは
- ③職場における孤独感の原因と対処
- ④面接法の紹介と演習
- ⑤実践への応用
- ⑥まとめ

~プログラムの到達目標~

- ・職場における孤立・孤独感に関する、正しい知識や情報を知る。
- ・職場における孤独感への影響要因(原因)を知る。
- ・職場における孤独感の対処法について知り、実践に活かす。
- ・職場における孤独感を緩和するための面接法や基盤



【アンケート調査について】

- ・Web 調査は、研修前・研修後・研修後一か月経過後の計3回となります。都度、メールにてご案内させていただきます。各回 10~20 分程度の回答時間を想定しています。
- ・各回ともに、ご参加者の個別環境にて回答していただくことを予めご了解ください。

【受講対象者と募集人数】

- ・職場の孤立・孤独感に関して関心がある人事担当者・管理者、支援者の方
- ・これまでの当センター主催の「職場の孤独」に関する公開シンポジウムや勉強会に参加していない方、2月に実施された同プログラムに参加していない方
- ・プログラム受講前後のアンケート調査(計3回)へご協力いただける方
- ・15名 (応募者多数の場合は抽選をさせていただきます)

【費用】 無料

【お申込先と締切日】 <https://forms.office.com/r/hmSDpcMzqC>

- ・2026/8/5(水)申込締切 ⇒8/7(金)までに受講可否をお知らせします

【主催】 筑波大学 働く人への心理支援開発研究センター

本調査研究に関するプロジェクト体制: 松井 豊・羽生琢哉・中村准子(筑波大学), 高橋南海子(明星大学), 須藤 章(お茶の水女子大学), 原 恵子(埼玉学園大学)
お問い合わせ: 原 恵子 k.hara@saigaku.ac.jp

