

心理科学研究所

所長 塩谷 亨

http://www.kanazawa-it.ac.jp/wwwr/lab/lps/

ポジティブ心理学を活用したウェルビーイングの増進

心理科学研究所では、ポジティブ心理学を基盤として、ウェルビーイング(主観的幸福感)の増進に取り組んできました。生徒、学生、教職員が生き生きと相互に学習を進めることができる教育、従業員や経営者がやりがいをもって充実して仕事に取り組める企業・組織、住民や行政関係者が協働して気持ちよく安心して暮らせる地域、自分の人生を自分らしく満足して生きていく個人、このような、教育、企業・組織、地域、個人をポジティブ心理学の知見を活用して支えていく活動を行っています。

多くの場合は、実践活動を伴う研究です。すなわち、各種心理学的なワークショップや、研修を実施しながら、参加者のウェルビーイングの増進を図りながら、研究を行っています。PERMAモデルにもとづく心理検査を開発し、これらを活用しながら、実証的に効果を検証しています。



▲心理科学研究所のエントランス。リラックスした雰囲気の中、研究が行われている。

RESEARCH THEME : 研究テーマ

ポジティブな教育を目指して

- ・教育プログラムの中で学習者のウェルビーイングを効果的に高め、多様性を認めつつ、学習者とともに教育者も満足でき、発展的に上昇のスパイラルを目指していく教育を、さまざまな機会でどのように展開するかを、関係者とともに進めています。

ポジティブな組織・企業を目指して

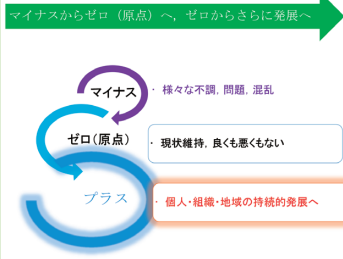
- ・仕事に達成感があったり、夢中になったりすれば、従業員の幸福感に大きく貢献します。企業の生産性も上がるでしょう。経営者のウェルビーイングを高め、意欲ややりがいを持って前向きに仕事に取り組める組織づくりを行っています。

ポジティブな地域を目指して

- ・住民が近隣地域の人々に関わりをもち、そのことが地域全体(コミュニティ)のウェルビーイングを高める支援を行っています。住民、行政、本研究所との協働で行っている野々市市民カウンセラー講座はすでに第8期まで継続しています(2018年7月現在)。

ポジティブな人生を目指して

- ・ひとりひとりが自分の人生を満足して過ごしていく、そのような人生を送るためのお手伝いを、ポジティブ心理学や臨床心理学の知見や技法を提供することで行っています。



研究キーワード

- ・ポジティブ心理学
- ・ポジティブ臨床心理学
- ・ポジティブインターベンション(エクササイズ)
- ・ポジティブな地域支援・援助
- ・ウェルビーイング
- ・臨床心理アセスメント
- ・ポジティブ認知行動療法
- ・障がい児・者へ包括的な支援
- ・ポジティブな組織づくり
- ・ポジティブな研究室づくり
- ・個人の生きがい
- ・ポジティブな経営