

就職活動中の女子大学生におけるアイデンティティが、
抑うつや自己成長感に与える影響

—3波のパネル調査による検討—

村 瀬 玲 子

要旨

就職活動は一般的に、「就活うつ」という言葉が知られるほど、ストレスのかかる状況とされる。一方で、就活生の中には、就職活動での経験が契機となり、精神的に成長できたという実感を得る者もいる。就職活動を行なう学生において、同じようにストレスフルな就職活動の状況に置かれても、心身ともに疲弊してしまう学生もいれば、就職活動の経験を糧に「成長した」と実感する学生もいる背景について、自分のやりたいことや適性への迷いに起因する、アイデンティティの問題が関連しているのではないかと考えられる。そこで本研究では、就活生の進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するというモデルと、就活生のアイデンティティが確立されることによって進路選択に対する自己効力が高まり、就職活動を経験したことによる自己成長感を感じるという2つの仮説モデルを設定し、就活生における抑うつ、および自己成長感に至る経路を検討することを目的とした。

本研究の調査対象者は、東京都内の4年制女子大学に通う4年生であり、無記名の個人記入式の質問紙を配布し、調査を行った。なお、本研究では因果関係を推定するため、3回にわたって縦断調査を実施し、また、モデルの検討を行なう際には、媒介分析を実施した。

分析の結果、アイデンティティが確立されることによって進路選択に対する自己効力が高まり、就職活動による自己成長感を感じるというモデルを、媒介分析によって検討することはできなかった。一方、就活生の進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するというモデルは支持された。すなわち、就職活動を行なうにあたって、自己分析や業界研究をすることによって、アイデンティティの確立が促進される。そして、自分の適性ややりたいことについて明確になったため、アイデンティティ拡散やアイデンティティ・クライシスに起因する抑うつ状態は、抑制されることが示された。

以上のことから、就職活動中の就活生の抑うつ状態に至るプロセスと原因の一端に、アイデンティティが関与していることが明らかとなった。

1. 問題

就職活動は一般的に、「就活うつ」という言葉が知られるほど、ストレスのかかる状況とされる(川乗・山本・宮西, 2014)。その一方で、就活生による就職活動の手記の中には、就職活動での経験が契機となり、精神的に成長できたという記述が見られる(全国就職活動応援団, 2008)。このように、同じようにストレスフルな就職活動の状況に置かれても、心身ともに疲弊してしまう学生もいれば、就職活動の経験を糧に「成長した」と実感する学生もいる背景について、大学生の進路選択に関連する近年の研究では、進路選択に対する自己効力(career decision-making self-efficacy)が注目されてきた(藤里・小玉, 2011)。

進路選択に対する自己効力とは、進路を選択し決定する過程で必要な行動に対する遂行可能感を指す(Taylor & Betz, 1983)。つまり、進路選択に対する自己効力とは、進路を選択する上で、たとえば、自分の適性を知るための自己分析ができるだろう、あるいは、自分の関心のある業界を知るために業界研究ができるだろう、などといった「自信」のことを指す。浦上(1995)は、進路選択に対する自己効力をあまり感じていない者が、たとえ就職活動が自分の人生の目的を達成するために必要なものと理解していても、進路選択行動を避けてしまうことを報告している。

進路選択に対する自己効力が就活生の精神的健康に良い影響を与える一方で、藤里・小玉(2011)は、進路選択に対する自己効力が、職業決定までの過程のみに焦点を当てた概念であると指摘し、進路選択に対する自己効力だけでなく、職業決定の先にあるキャリア構築まで含めた長期的な視点が必要であると述べている。すなわち、就職活動の目的は内定を得ることではなく、自分の経歴を選択していくことと考えられ、長期的な視点に立ち職業を決定することが重要と考えられる。

村瀬 玲子

しかし、就活生は、限られた期間内で就職活動に取り組むことが求められる。就活生は、自己や職業について吟味するためのゆとりもない就職活動に突入した後に、「自分の適性は何なのか」、「自分は何をしたいのか」といった問いに、否が応でも直面せざるを得ず、その過程で、自分について悩んだり葛藤する状態に陥ることが予想される。このように、自分のやりたいことや適性について迷ったり悩んだりすることを、Erikson（1950；仁科訳，1977）は、「アイデンティティ・クライシス」と呼んだ。就職活動中の学生の精神的健康には、自分のやりたいことや適性への迷いに起因する、アイデンティティの問題が関連しているのではないかと考えられる。

エリクソンは、その著書の多くでは、アイデンティティの感覚（a sense of identity）について定義している（大野，2014）。すなわち、アイデンティティの感覚とは、身分、所属、住所などの客観的な情報以外で、「自分は…である」「…だからこそ私である」と言える何かを、はっきりと自分でつかんでいるという感覚を指す（小此木，1974）。青年期に入ると、青年たちは、現実の社会の状況と突き合わせながら、より具体的な人間像や社会的な役割を吟味するようになる（小此木，1974）。この過程において、「自分とは何なのか」という発問を通し、自分の適性ややりたいことについて悩み、葛藤する状態がアイデンティティ・クライシスと呼ばれる。この中で、自分が何なのかつかめない、自分がこれからどうしたいのかが自分でもわからないという感覚に陥っている状態のことをアイデンティティ拡散と呼ぶ。これに対して、自分の適性ややりたいことがはっきりとしている状態は、アイデンティティ確立と呼ばれる。

このような自分の適性や「自分が何をしたいのか」ということについて、悩んだり葛藤したりするアイデンティティ・クライシスの状態、あるいは、自分が何をしたいのかわからないアイデンティティ拡散の状態は、神経症様症状や抑うつ、絶望感などをもたらし、精神的健康に悪影響を与えることが示唆されている（中谷・友野・佐藤，2011；原田，2012）。

就活生のアイデンティティと精神的健康との関連を、直接的に検証した研究は見られない。ただ、アイデンティティと精神的健康との関連を示唆する先行研究が、いくつか見られる。たとえば、北見・茂木・森(2009)は、大学3・4年生に対して質問紙調査を実施した結果、自分の適性ややりたいことが定まっていないことがストレスとなり、精神的健康に悪影響を与えていることを明らかにしている(他にも、高橋・岡田(2013)など)。

ところで、前述した進路選択に対する自己効力がアイデンティティの確立を促す作用を有していることが、先行研究から明らかとなっている。例えば浦上(1996b)は、進路選択に対する自己効力を強く感じるほど就職活動に主体的に取り組み、活動を通して自己や職業に対して理解を深め、アイデンティティを確立することにつながることを示唆している。このことから、進路選択に対する自己効力が、積極的に就職活動を行うことを促進し、アイデンティティの確立を促すことが示唆されている。よって、本研究において以下のようなプロセスが考えられる。すなわち、進路選択に対する自己効力を強く感じることによって、その就活生のアイデンティティの確立が促進されると考えられる。ここまで紹介してきたように、就活生のアイデンティティ確立は抑うつになることを抑制すると考えられる(中谷ら, 2011; 原田, 2012)。したがって、進路選択に対する自己効力の高い人は、自己分析や業界研究などの行動を起こしやすいためアイデンティティが確立されやすく、その結果、抑うつ状態にはなりにくいだろうということが予測される。

一方で、畑野・原田(2014)は、アイデンティティの感覚のひとつである「心理社会的同一性」が、個人の内発的動機づけを高め、大学生による主体的な授業態度を促すことを明らかにした。就活生は、面接の仕方からエントリーシートの書き方に至るまで、就活生自身が自発的に学習し、個々人の活動によって内定を得なくてはならない。そのため、就職活動においてもアイデンティティの感覚が、就活生の自発的な学習態

村瀬 玲子

度を媒介し、主体的に就職活動に取り組む態度に影響を与えることは十分に考え得るだろう。よって、進路を選択する上で、自己分析や業界研究をして情報を集めたりするなどの行動を起こすことに対する自信を表す、進路選択に対する自己効力に対して、アイデンティティが影響を与えている可能性は大いに考えられる。つまり、就活生のアイデンティティが進路選択に対する自己効力を高め、積極的に就職活動を行うことを促進するかもしれない。この結果として、就職活動を経験したことによる自己成長感を促すことが予想される。

多くの大学生にとって、就職活動は、避けては通れないライフイベントと言っても過言ではない。就活生が、内定を得るというその場限りの結果を得るだけでなく、長期的な視点に立って自分のキャリア構築を考えられるよう支援することは、就活生が就職活動によってキャリアを選択する上で重要なことである。また、就職活動中の抑うつ状態が、アイデンティティの確立の度合いに起因するものだとしたら、アイデンティティの確立の度合いが抑うつおよび成長感へと至るプロセスを明らかにすることは、抑うつ状態に陥っている就活生に介入し、支援を考える上で必要なことと言えるだろう。

アイデンティティの確立の度合いが、就職活動中の精神的健康に至るプロセスを明らかにする上で、縦断研究によるアプローチが必要となる。なぜなら、横断研究では、分析する変数の間に時間的な前後関係がないため、変数間に強い共変動(相関)が見出されても、原因から結果への方向性は仮定にとどまらざるを得ないからである(岡林, 2006)。よって、本研究では縦断調査を実施し、アイデンティティの確立の度合いと、抑うつおよび就職活動による自己成長感との因果関係を検討した。

本研究で想定する仮説モデル

アイデンティティの確立の度合いが、就職活動中の学生の精神的健康に影響を与えるという関係性を検討する際、進路選択に対する自己効力

を加味して検討する必要があるだろう。なぜなら、進路選択に対する自己効力が、アイデンティティの確立を後押しすることによって抑うつ状態が緩和される、あるいは、アイデンティティが確立されたことによって、自己効力が高まり成長感を感じる可能性が考えられるからである。

そこで本研究では、進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するという仮説モデルを検討した (Figure1)。さらに、アイデンティティを確立することによって進路選択に対する自己効力が高まり、自己成長感を感じるという仮説モデルを設定し、検討した (Figure2)。

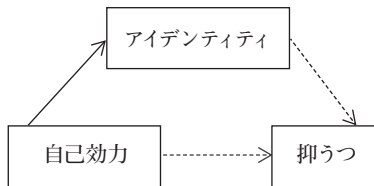


Figure1 本研究における、抑うつに至る仮説モデル

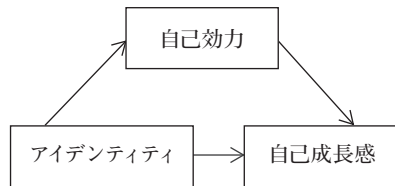


Figure2 本研究における、自己成長感に至る仮説モデル

※直線は正の影響、破線は負の影響。

目的

以上のことから、本研究では、就職活動中の学生を対象とし、就活生の進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するというモデルと、就活生のアイデンティティが確立されることによって進路選択に対する自己効力が高まり、就職活動を経験したことによる自己成長感を感じるという2つの仮説モデルを設定し、就活生における抑うつ、および自己成長感に至る経路を検討することを目的とした。

村瀬 玲子

2. 方法

2-1. 調査方法

本研究では、縦断調査の一形態である「パネル調査」を実施した。「パネル調査」とは、同一の調査対象者に、同一内容の項目群を、一定のインターバルをおいて2回以上実施していくものである（Finkel, 1995）。なお、パネル調査において、調査回数を、一般的に「波」と呼称する（高比良・安藤・坂元, 2006）。本調査では、第1波（2016年4月下旬から5月下旬）、第2波（2016年6月下旬から7月下旬）、第3波（2016年9月下旬から10月下旬）の3時点における質問紙調査を実施しているため、本研究もこれに倣い、「3波のパネル調査」と呼称する。

2-2. 調査対象者

本研究の調査対象者は、東京都内の4年制女子大学に通う4年生であった。調査者が大学講義時間中と大学構内において、質問紙を配布した。

第1波では101名（平均年齢：21.20歳、標準偏差：.64）に配布し、全員から回収した。第2波では第1波に参加した101名に調査を依頼し、59名から協力を得た（平均年齢：21.28歳、標準偏差：.45）（回収率55.1%）。第3波では、第1波および第2波の両方において質問紙に回答した協力者に調査を依頼し、50名から回答が得られた（平均年齢：21.54歳、標準偏差：.54）（回収率84.7%）。

2-3. 調査内容

①フェイスシート

(ア) 調査対象者の個人情報

調査対象者の個人情報として年齢を尋ねた。

(イ) 希望する進路

調査対象者の希望する進路について、「1. 就職（一般企業）」、「2. 就

職（公務員）」、「3. 就職（教職）」¹、「4. 進学（大学院，専門学校，海外留学など）」、「5. 自営」、「6. その他」の中から，当てはまる希望進路先を回答するよう求めた。このうち，「1. 就職（一般企業）」、「2. 就職（公務員）」を希望した者は，「就職活動をしている者」とした。そして，「3. 就職（教職）」、「4. 進学（大学院，専門学校，海外留学など）」、「5. 自営」、「6. その他」を希望した者は，「就職活動をしていない者」として位置付けた。

（ウ）内定獲得状況

就職活動をしている者を対象に，内定を獲得したかどうかについて，「1. 就職活動を始めていない」，「2. 内定をもらっておらず，就職活動をしている」，「3. 内定をもらっているが，就職活動をしている」，「4. 内定をもらったため，就職活動をやめた」，「5. 内定をもらっていないが，就職活動をやめた」，「6. その他」の中から，当てはまる状況について回答するように求めた。このうち，「1. 就職活動を始めていない」，「2. 内定をもらっておらず，就職活動をしている」，「5. 内定をもらっていないが，就職活動をやめた」と回答した者は「内定を獲得していない者」と分類され，「3. 内定をもらっているが，就職活動をしている」，「4. 内定をもらったため，就職活動をやめた」と回答した者は「内定を獲得した者」として分類された。

（エ）調査協力者の連絡先

調査の際に連絡をとる手段として，メールアドレスの記入を求めた。調査協力者に対してIDを設定するため，調査協力者の携帯番号の下4桁の記入を求めた。

②心理尺度

（ア）進路選択に対する自己効力尺度（浦上，1995）

日本社会において，大学・短大卒業時の進路選択場面で必要と考えられる広範囲にわたる行動についての自己効力を測定する尺度である。

村瀬 玲子

(イ) 就職活動による自己成長感尺度（高橋・岡田，2013）

大学生が就職活動を通じて変容し、自分が成長したと感じる主観的な感覚を「就職活動による自己成長感」と定義し、それを測定する尺度である。

(ウ) 日本語版ベック抑うつ尺度（林・瀧本，1991）

最近の1週間における抑うつ状態の重症度を測定する、自己記入式尺度である。

(エ) 多次元自我同一性尺度（MEIS: Multidimensional Ego Identity Scale）
（谷，2001）

エリクソン（1959）の“Identity and the life cycle”の記述を中心に、アイデンティティの概念の定義に関する記述を抽出し作成された、アイデンティティの確立の度合いを測定する尺度である。

2-4. 分析方法について

本研究の分析には、IBM Statistics 22 及び HAD ver15.00 を使用した。

本研究において、進路選択に対する自己効力からアイデンティティを媒介し、抑うつに至るプロセスを示すモデルと、アイデンティティから進路選択に対する自己効力を媒介し、自己成長感に至るプロセスを示すモデルを想定している。これらを検討する際に、媒介分析を実施した。

媒介分析（mediation analysis）とは、ある独立変数 X と従属変数 Y との間を、媒介変数 M が介在しているようなモデルを検討する分析のことである。つまり、ある原因と結果があったとき、その心理的プロセスを検討するのに有効な手法であると言える。

3. 結果

3-1. 第1波のデータより

3-1-1. 調査対象者

女子の4年制大学に通う4年生101名のうち、質問紙に明らかな欠損のある2名を除き、99名を分析対象とした(平均年齢21.2歳, SD=.64)。

①希望進路先

就活生の希望進路先について、企業への就職を希望する者は66名(66.7%)、公務員を志望する者は6名(6.1%)、教職を志望する者は9名(9.1%)、進学を希望する者は17名(17.2%)、その他が1名(1.0%)であった。

②就職活動状況

第1波の調査時点における、就活生の就職活動状況は、「就職活動を始めていない」と回答した者が7名(7.1%)、「内定をもらっておらず、就職活動をしている」と回答した者が51名(51.5%)、「内定をもらっているが就職活動をしている」と回答した者が19名(19.2%)、「内定をもらったため、就職活動をやめた」と回答した者が4名(4.0%)、「内定をもらっていないが、就職活動をやめた」と回答した者は1名(1.0%)、「その他」と回答した者が2名(2.0%)であった。

なお、無回答だった15名は、進学を希望しており、就職活動をしていない者であった。

③内定獲得の有無について

第1波の調査時点において、内定を獲得していた者は、23名(23.2%)、内定を獲得していない者は60名(60.6%)、就職活動をしていない者は16名(16.2%)であった。

3-1-2. 就職活動および内定の有無が精神的健康に与える影響

就活生の内定の有無によって、進路選択に対する自己効力や抑うつ、就職活動による成長感、アイデンティティの感覚に違いが見られる可能性がある。そのため、進路選択に対する自己効力、就職活動による自己成長感、抑うつ、およびアイデンティティの各変数を従属変数とし、内定の有無（内定なし・内定あり・就職活動をしていない、の3水準）を要因とした1要因の分散分析を実施した。その結果、就職活動による自己成長感得点において、有意な主効果が見られた ($F(2, 96)=20.5, p<.01$)。また、多次元自我同一性尺度の下位尺度である、「心理社会的同一性」において、有意な主効果が見られた ($F(2, 96)=4.56, p<.05$)。

有意な主効果の見られた、就職活動による自己成長感と「心理社会的同一性」について、多重比較（Bonferroni法）を実施した。その結果、就職活動による自己成長感において、内定あり群、および内定なし群が、就職活動の経験なし群よりも有意に自己成長感得点が高く、内定あり群は、内定なし群よりも有意に自己成長感得点が高かった。また、心理社会的同一性得点において、内定あり群は、内定なし群よりも有意に得点が高かった。

3-1-3. 仮説モデルの検討

本研究では、就活生の進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するというモデルと、就活生のアイデンティティが確立されることによって進路選択に対する自己効力が高まり、就職活動を経験したことによる自己成長感を感じるという2つの仮説モデルを検証する。進路選択に対する自己効力、アイデンティティ、抑うつ、就職活動による自己成長感の間で、関連性が見られるのかを検討するため、就職活動および内定獲得の有無を統制した、偏相関分析を実施した（Table1）。

分析の結果、進路選択に対する自己効力に関しては、就職活動を経

験したことによる自己成長感との間に、有意な正の相関関係、および抑うつとの間に有意な負の相関関係、アイデンティティとその下位尺度である、対自的同一性・対他的同一性・心理社会的同一性との間に有意な正の相関関係が得られた。就職活動を経験したことによる自己成長感は、アイデンティティとその下位尺度である、対自的同一性・対他的同一性・心理社会的同一性との間に有意な正の相関関係が見られた。抑うつは、アイデンティティとその全ての下位尺度との間に、有意な負の相関関係が見られた。

Table1 内定獲得状況と就職活動経験を統制した、各変数間における偏相関分析 (df=95)

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
①進路選択に対する自己効力								
②就職活動による自己成長感	.52**							
③抑うつ	-.38**	-.19+						
④アイデンティティ	.57**	.37**	-.58**					
⑤自己同一性・連続性	.19+	.00	-.48**	.66**				
⑥対自的同一性	.48**	.25*	-.38**	.84**	.51**			
⑦対他的同一性	.30**	.21*	-.49**	.71**	.52**	.42**		
⑧心理社会的同一性	.67**	.52**	-.49**	.70**	.24*	.38**	.41**	

※ 値は偏相関係数を表す

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

3-2. 第1波から第2波にかけての推移

3-2-1. 調査対象者

第2波の調査では、第1波に参加した101名に調査を依頼し、59名から協力を得た(平均年齢:21.28歳, 標準偏差:.45, 回収率:55.1%)。

①進路希望先

第2波の調査協力者の希望進路先は次の通りであった。企業への就職を希望する者は37名(62.7%), 公務員を志望する者は3名(5.1%), 教職を志望する者は5名(8.5%), 進学を希望する者は12名(20.3%), その他が2名(3.4%)であった。

②就職活動状況

第2波の調査時点における、就活生の就職活動状況は、「就職活動を始めていない」と回答した者が8名(13.6%)、「内定をもらっておらず、就職活動をしている」と回答した者が7名(11.9%)、「内定をもらっているが就職活動をしている」と回答した者が9名(15.3%)、「内定をもらったため、就職活動をやめた」と回答した者が27名(45.8%)、「内定をもらっていないが、就職活動をやめた」と回答した者が1名(1.7%)、「その他」と回答した者は1名(1.7%)であった。なお、無回答だった6名(10.2%)は進学を希望しており、就職活動をしていない者であった。

③内定獲得の有無

第2波の調査時点において、内定を獲得していた者は、36名(61.0%)、内定を獲得していない者は9名(15.3%)、就職活動をしていない者は14名(23.7%)であった。

3-2-2. 内定獲得状況がアイデンティティと抑うつに与える影響

第1波から第2波にかけて、内定を得ていなかった者が内定を獲得したという、内定の獲得状況に変化が生じていた。このような変化が、抑うつ、およびアイデンティティにどのような変化をもたらしたのかを検討するため、内定の獲得状況と調査時点を要因とする、2要因の分散分析を実施した。なお、内定獲得状況の変化について、次のように群わけを行った。すなわち、第1波の調査時点で既に内定を獲得していた者を、「第1波で内定獲得群」、第1波では内定を獲得しなかったが、第2波の調査時点で内定を獲得した者を「第2波で内定獲得群」、まだいずれの調査時点においても内定を獲得していない者を「内定なし群」、第1波、第2波のいずれの時点においても就職活動をしていない者を「就職活動経験なし群」とした。それぞれの群の人数は、「第1波で内定獲得群」が13名、「第2波で内定獲得群」が23名、「内定なし群」

が9名、「就職活動経験なし群」が14名であった。

分析の結果、抑うつ得点において、「内定獲得状況」の主効果は有意ではなかった ($F(1, 55)=.93, n.s.$)。「時点」の主効果は5%水準で有意だった ($F(1, 55)=5.29, p<.05$)。「内定獲得状況」と「時点」の交互作用は5%水準で有意だった ($F(3, 55)=3.27, p<.05$)。交互作用が有意だったので、単純主効果の検討を行った。その結果、第1波、および第2波の抑うつ得点において、内定獲得状況の4群に、有意な主効果は見られなかった(第1波： $F(3, 55)=.20, n.s.$ ；第2波： $F(3, 55)=2.07, n.s.$)。さらに、群ごとに第1波および第2波の抑うつ得点に差が見られたのかを検証した。その結果、「第1波で内定獲得群」と「第2波で内定獲得群」において、第2波の調査時点の方が、第1波の調査時点よりも、有意に抑うつ得点が低かった(「第1波で内定獲得群」： $F(1, 55)=7.24, p<.01$ ；「第2波で内定獲得群」： $F(1, 55)=11.82, p<.01$)。一方、他の2つの群については、第1波と第2波との間で、抑うつ得点に違いがあるとは言えなかった(「内定なし群」： $F(1, 55)=1.16, n.s.$ ；「就職活動経験なし群」： $F(1, 55)=.37, n.s.$)。分析の結果をFigure3に示した。

アイデンティティ得点においては、各群間の主効果と時点の主効果および交互作用に有意な効果は見られなかった。

村瀬 玲子

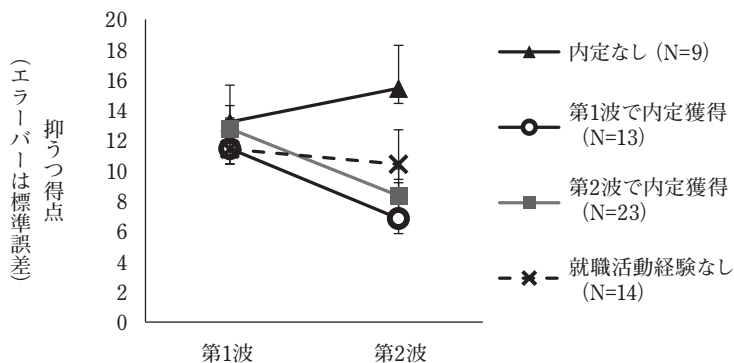


Figure3 抑うつに対する、アイデンティティと内定の有無の交互作用効果

3-3. 第1波から第3波にかけての推移

3-3-1. 調査対象者

第3波の調査は、第1波、第2波いずれにおいても参加した59名に調査を依頼し、50名から協力を得た（平均年齢:21.54歳、標準偏差:.54、回収率84.7%）。

①進路希望先

第1波から第3波にかけて参加した調査協力者の希望進路先は、次のとおりであった。企業への就職を希望する者は31名（62.0%）、公務員を志望する者は3名（6.0%）、教職を希望する者は3名（6.0%）、進学を希望する者は12名（24.0%）、その他は1名（2.0%）であった。

②就職活動状況

第1波から第3波の調査に参加した、就活生のうち、「就職活動を始めていない」と回答した者は3名（6.0%）であり、いずれも進学希望者であった。「内定をもらっておらず、就職活動をしている」と回答した者は5名（10.0%）、「内定をもらっているが就職活動をし

ている」と回答した者は1名(2.0%)、「内定をもらったため、就職活動をやめた」と回答した者は33名(66.0%)、「内定をもらっていないが、就職活動をやめた」と回答した者は0名(0%)、「その他」と回答した者は1名(2.0%)であった。なお、無回答だった7名は、進学を希望しており、就職活動をしていない者であった。

③内定獲得の有無

第3波の調査時点において、内定を獲得していた者は、35名(70.0%)、内定を獲得していない者は5名(10.0%)、就職活動をしていない者は10名(20.0%)であった。

3-3-2. 仮説モデルの検討

①アイデンティティを確立することによって進路選択に対する自己効力が高まり、自己成長感を感じるという仮説モデルの検討

アイデンティティを確立している人ほど、積極的に進路選択行動を起こし、成長感を感じることにつながるかどうかを検討するため、独立変数を第1波における「アイデンティティ」、媒介変数を第2波において観測された「進路選択に対する自己効力」、従属変数を第3波において観測された「就職活動による自己成長感」とする、媒介分析を試みた。

媒介分析では、独立変数、媒介変数、従属変数がそれぞれ関連していることが前提条件とされる(Lacobucci, 2008)。そのため、各調査時点におけるアイデンティティと自己効力、自己成長感との間に相関関係が見られるのかどうか検討するために、相関分析を実施した。

分析の結果、第1波において観測されたアイデンティティと第3波において観測された自己成長感との間に、有意な相関関係が見られなかった($r=.22, n.s.$)。よって、媒介分析によって、アイデンティティを確立している人ほど、積極的に進路選択行動を起こし、成長

感を感じることにつながるかどうかを検討することはできなかった。

②進路選択に対する自己効力がアイデンティティを媒介し、抑うつに影響を与えるという仮説モデルの検討

就職活動に主体的に取り組むことができる者が、アイデンティティを確立し、抑うつになりにくいかどうかを検討するため、独立変数を第1波における「進路選択に対する自己効力」、媒介変数を第2波において観測された「アイデンティティ」、従属変数を第3波において観測された「抑うつ」とする、媒介分析を行った。

まず、媒介分析を実施する上で前提となる、各変数間の関連が見られるかどうかを確認するため、相関分析を実施した

分析の結果、第1波において観測された進路選択に対する自己効力と第2波において観測されたアイデンティティの間には有意な正の相関関係が見られ ($r=.53, p<.01$)、第2波において観測されたアイデンティティと第3波において観測された抑うつとの間には有意な負の相関関係が見られた ($r=-.50, p<.01$)。さらに、第1波において観測された進路選択に対する自己効力と第3波において観測された抑うつとの間に有意な負の相関関係が見られた ($r=-.35, p<.05$)。以上の結果から、独立変数、媒介変数、従属変数との間に関連性があることが明らかとなり、媒介分析を行うための前提が確認された。そこでこれらの変数を用い、媒介分析を実施した。結果を、Figure4に示した。

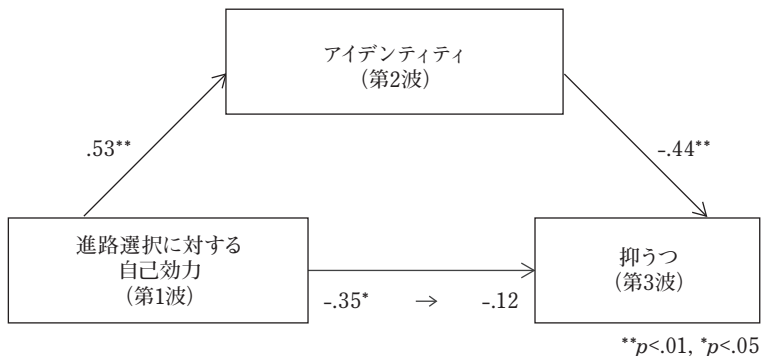


Figure4 進路選択に対する自己効力が、アイデンティティを媒介し、抑うつに与える影響

分析の結果、進路選択に対する自己効力から抑うつへの直接効果は有意であったが ($-.35; p < .05$)、媒介変数としてアイデンティティを組み込むと直接効果は $-.12$ となり、非有意となった。

ブートストラップ法 (ブートストラップ標本数: 2000) による、間接効果の検定を実施した結果、 $-.23$ (95%信頼区間: $-.24 - .05$) という値が得られ、有意であった。これらの結果から、第1波の進路選択に対する自己効力から第2波の抑うつに対する直接効果が観測され、さらに、第1波の進路選択に対する自己効力から第2波のアイデンティティを媒介し、抑うつに対する間接効果が得られた。

4. 考察

4-1. 仮説モデルの検討

4-1-1. アイデンティティを確立することによって進路選択に対する自己効力が高まり、自己成長感を感じるという仮説モデル

アイデンティティを確立することによって進路選択に対する自己効力が高まり、自己成長感を感じるという仮説モデルについて、第1波のアイデンティティ、第2波の進路選択に対する自己効力、第3波の就職活動による自己成長感との間に関連性がみられるのかを検討したところ、第1波のアイデンティティと第3波の就職活動による自己成長感との間に、有意な相関関係が見られなかったため、媒介分析を実施することはできなかった。このことは、この仮説モデルが、成り立たないことを示している。

媒介分析によって、仮説モデルを検証できなかった理由として、就活生が就職活動による自己成長感を感じる経路には、別のプロセスがあったことが考えられる。例えば、高橋・岡田(2013)は、就職活動を経験したことによって感じる成長感の中に、自分についての理解が深まったという内容が含まれることを示した。このことから、就活生が、結果的に自己成長感を感じる経路として、進路選択に対する自己効力が高まることによって、アイデンティティの確立が促進され、結果的に自己への理解が深まり、自己成長感を感じる可能性が考えられる。また、第1波のデータの分析において、就職活動の経験をした者は、就職活動をしていない者よりも、就職活動による自己成長感を感じており、内定を得ている者は、内定を得ていない者、および就職活動をしていない者よりも、有意に就職活動による自己成長感を感じているという結果が得られている。このことから、就職活動の経験や内定の有無といった要因が、アイデンティティと就職活動による自己成長感との間に、介在していることが考えられる。今後は、モデルを構成す

際には、進路選択行動の程度や内定獲得の有無を示す変数を取り入れる必要があるだろう。

4-1-2. 進路選択に対する自己効力がアイデンティティを媒介し、抑うつに影響を与える仮説モデル

進路選択に対する自己効力が高まることでアイデンティティの確立が促進され、抑うつを低減するという仮説モデルについて、本研究の媒介分析の結果は、進路選択に対する自己効力が高まるほど、アイデンティティの確立が促進され、その結果、抑うつ状態が緩和されるという可能性を示している。これまでは、横断研究によって、進路選択に対する自己効力、アイデンティティおよび抑うつとの関連性が示唆されてきた(安達, 2001; 中谷ら, 2011)。一方、本研究は、縦断調査によって、進路選択に対する自己効力がアイデンティティの確立を促し、結果的に抑うつ状態の緩和につながるという効果を、初めて明らかにすることができた。

この結果から、就活生が、結果的に抑うつに至るプロセスは、次のようなものであると予想される。すなわち、佐藤(2016)が指摘するように、進路を選択する上で必要な行動を起こせる自信のある者は、自信があるために、積極的に自分の適性や長所・短所を把握する自己分析や、自分の志望する業界について調べる業界研究などの行動を起こすため、自分の適性や、何をしたいのかについて理解を深め、明確化することができ、アイデンティティを確立することができると考えられる。そのため、結果的に、自分が何をしたいのか悩んだり葛藤したりする、アイデンティティ・クライシスに起因する抑うつ状態に陥りにくいと推察される。一方で、進路選択に対する自己効力が低い就活生は、自己分析などの行動を起こす自信が少ないため、自分についての理解を深められずに、結局自分は何をしたいのかわからないという状態、すなわち、アイデンティティ拡散の状態に陥る。これが、結

村瀬 玲子

果的に、就活生の抑うつ状態を引き起こしてしまうと考えられる。

5. 今後の課題

本研究は、就職活動中の学生を対象に、進路選択に対する自己効力がアイデンティティを媒介し、抑うつに影響を与えるというモデルと、アイデンティティが進路選択に対する自己効力を媒介し、就職活動による自己成長感に至るという2つの仮説モデルを検討した。

アイデンティティが進路選択に対する自己効力を媒介し、就職活動による自己成長感に至るモデルに関しては、媒介分析によって検証することはできなかった。よって、本研究で取り扱わなかった要因が、自己成長感を促進する可能性が考えられた。神藤(1998)の研究によって示されているように、ストレスへの対処方略が自己成長感につながっている可能性が考えられる。よって、何が自己成長感を促す可能性があるのかについて、先行研究を参考に再検討を行なう必要があるだろう。

注

- ¹ 教職を志望している者は、教員採用試験に向けた勉強が主たる活動のため、本研究では就職活動をしていない者とした。

引用文献

- 安達 智子(2001). 進路選択に対する効力感と就業動機、職業未決定の関連について 女子短大生を対象とした検討 心理学研究, 72, 10-18.
- Erikson, E.H.(1950). *Childhood and Society*. New York: W.W.Norton & Company. (仁科弥生(訳)(1977). 幼児期と社会1 みすず書房)
- Erikson, E.H.(1959). *Identity and life cycle*. New York: W.W.Norton & Company. (小此木啓吾(訳編)(1973). 自我同一性 誠心書房.)

- 原田 新 (2012). 発達の移行における自己愛と自我同一性との関連の変化 発達心理学研究, 23, 67-75.
- 畑野 快・原田 新 (2014). 大学生の主体的な学習を促す心理的要因としてのアイデンティティと内発的動機づけ: 心理社会的自己同一性に着目して 発達心理学研究, 25, 67-75.
- 藤里 絃子・小玉 正博 (2011). 首尾一貫感覚が就職活動に伴うストレスおよび成長感に及ぼす影響 教育心理学研究, 59, 295-305.
- 川乗 賀也・山本 朗・宮西 照夫 (2014). ひきこもり大学生支援における精神保健福祉士の役割の一考察 —和歌山大学「ひきこもり支援プログラム」で支援した1事例を振り返って— 精神医学, 56, 901-905.
- 北見 由奈・茂木 俊彦・森 和代 (2009). 大学生の就職活動ストレスに関する研究: 評価尺度の作成と精神的健康に及ぼす影響 学校メンタルヘルス, 12, 43-50.
- Lacobucci, D. (2008). *Mediation analysis: Antitative applications in the social science*. Los Angeles: Sage.
- 中谷 陽輔・友野 隆成・佐藤 豪 (2011). 現代青年においてアイデンティティ(自我同一性)の危機は顕在化するのか パーソナリティ研究, 20, 63-72.
- 小此木 啓吾 (1974). アイデンティティ—社会変動と存在感の危機— 現代のエスプリ, 78 至文堂.
- 岡林 秀樹 (2006). 発達研究における問題点と縦断データの解析方法 パーソナリティ研究, 15, 76-86.
- 大野 久 (2014). 高校の生徒・進路指導におけるアイデンティティ概念に関する誤った教育とその弊害 教職研究, 25, 1-9.
- 佐藤 舞 (2016). 大学生の就職活動および自己効力の縦断的研究 教育心理学研究, 64, 26-40.
- 神藤 貴昭 (1998). 中学生の学業ストレスと対処方略がストレス反応および自己成長感・学習意欲に与える影響 教育心理学研究, 46, 442-451.
- 高橋 南海子・岡田 昌毅 (2013). 大学生の就職活動による自己成長感の探索的検討 産業・組織心理学研究, 26, 121-138.
- 谷 冬彦 (2001). 青年期における同一性の感覚の構造 教育心理学研究, 49, 265-273.
- Taylor, K.M. & Betz, N.E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22, 63-81.
- 浦上 昌則 (1995). 学生の進路選択に対する自己効力に関する研究 名古屋大学教育學部紀要. 教育心理学科, 42, 115-126.

村瀬 玲子

浦上 昌則 (1996a). 就職活動を通しての自己成長—女子短大生の場合— 教育心理学研究, 44, 400-409.

浦上 昌則 (1996b). 女子短大生の職業選択過程についての研究—進路選択に対する自己効力, 就職活動, 自己概念の関連から— 教育心理学研究, 44, 195-203.

全国就活応援団編 (2008). 就活論 2009—学生による世界—リアルな就活本— ザメディアジョン.