

## しあわせな就活の追究：社会心理学・ポジティブ心理学からのアプローチ

福沢愛・矢澤美香子・  
菅原育子・羽田啓一郎



大学生におけるキャリア選択は、その後の職業におけるパフォーマンスや職業満足度にも影響する重要なイベントである (e.g., Kanten & Yesiltas, 2015; Gati & Tal, 2008)。一方で、職業やキャリアについての自己決定ができない職業未決定の状態にある大学生の存在が指摘されている (下山, 1986)。コロナ禍以降、キャリア観や価値観の多様化や就活の早期化が急速に進んでいる状況からも、大学生が低学年次から自ら主体的に行動し、納得のいく職業・キャリア選択を行っていけるよう、効果的な働きかけ方法や関連する心理社会的要因、個人スキルについて明らかにすることは喫緊の課題であるといえる。

そこで本プロジェクトでは、産業・組織心理学、社会心理学、well-being の研究者、および数々の就活講座の実践経験を持つ講師が協働し、大学生を対象に調査を行った。調査では、大学生の職業未決定状態、対面・SNS 上の社会関係資本、社会的スキル、就活に関する自己効力感、well-being 等を測定した。職業未決定状態や進路決定状態を目的変数とした重回帰分析の結果、「進路決定状態」「安定志向」「就活自己効力感」は LINE や Instagram 上の友人数と正の関連を示し、

大学入学前からの友人数とは負の関連を示した。過去の関係にとどまらず、大学での友人関係を維持・拡張する形で SNS を使用する学生ほど就活自己効力感が高い傾向が示唆された。

興味深い点として、進路決定状態と、「未決定」の一因子として位置づけられる安定志向において、LINE や Instagram 上の友人数が正、大学入学前からの友人数が負という類似した関連パターンが見られた。この結果は、同じ「未決定」状態であっても、その内実には異なる心理的特徴を持つ学生が含まれている可能性を示唆している。そこで、職業未決定の下位因子 (混乱・猶予・未熟・模索・決定)、知名度志向・安定志向を含めた指標を用いてクラスター分析を行ったところ、大学生のキャリア意識は大きく 4 つのタイプに分類された。

クラスターごとの特徴を検討した結果、同じ「安定志向」・「知名度志向」の者でも、社会的スキルが高く well-being が高いクラスターと、社会的スキルや well-being が低いクラスターに分かれること、同じ「未決定状態」の者でも、社会的スキルや well-being が平均的な者とそれらが低い者に分かれることが示された。これらの結果から、大学生の進路未決定状態は一様ではなく、一律のキャリア支援では十分に対応できない層が存在すること、また学生のタイプに応じて、対人関係や SNS との関わり方を含めた支援の在り方を検討する必要性が示された。