

大学生のイラショナルキャリアビリーフと職業未決定の関連

森本康太郎*

Relationship between Irrational Career Beliefs and Career Indecision of University Students

Kotaro MORIMOTO*

This study aimed to examine the relationship between irrational career beliefs and career indecision. A questionnaire was administered to 185 third-year university students who had participated in employment seeking activities. The results suggested that having irrational career beliefs, such as lack of self-confidence, a pessimistic view of one's career path, and fixed ideas about one's own or others' evaluation of one's career, increases one's state of career indecision. Moreover, the findings indicated three types of irrational career beliefs, namely, realistic, optimistic, and pessimistic, as defined by beliefs of unrealistic optimism, lack of confidence, and self-underestimation. These findings suggest that appropriate support is necessary, particularly for those with pessimistic career beliefs that may result in greater career indecision.

key words: university students, irrational career beliefs, career indecision, career support

問題と目的

青年期において、就職は最大のライフイベントとも呼べるものであり、職業的発達の観点からも重要な課題である。Super (1990) の提唱した職業発達理論では、職業についての希望を形づくりそれを具体的にすることが職業的発達段階における探索段階 (14 歳~25 歳ごろ) での課題とされており、職業発達の中核である自己概念の確立が特に重要となる。そのような時期にある我が国の大学生の就職をめぐる状況はどうであろうか。例えば、労働政策研究・研修機構 (2006) によれば、就職活動をしたが結果が得られず、方向の修正ができないまま中断してしまう例や、やりたいことがわからずに一歩踏み出せない例、

具体的に何から始めればいいのかという戸惑いを持つ例など、就職活動に困難を抱える学生の存在が浮かびあがる。就職活動に意欲を持っていない学生や、就職活動をしても採用に結びつかない学生 (労働政策研究・研修機構, 2017) の姿は、すべての学生が望むような就職を容易に達成できない現状を表しており、わが国の大学生にとって社会人への移行は難しい課題として存在していると理解することができる。より具体的には、正社員を希望しながら3年次の夏の時点で就職活動をしない学生の存在を示した堀・濱中・大島・苅谷 (2007) の調査結果からわかるように、就職したいという意思はあるものの活動に着手できない、あるいは活動が停滞してしまう学生が存在する。このように就職活動に取り組めていない学

* 福井県立大学キャリアセンター

Career Center, Fukui Prefectural University, 4-1-1 Kenjojima, Matsuoka, Eiheiji, Fukui 910-1195, Japan.
(morimoto@fpu.ac.jp)

生は職業未決定状態に陥っていると換言できる。

我が国の大学生は、新卒者の一括採用を行うために一定の時期にあわせて選考を実施する「新卒一括採用システム」という日本特有の採用・就職の慣行にあわせて就職活動をせざるを得ない。すなわち、卒業までの期間内で就職先を確保、決定する必要がある。この点については、探索段階において職業的発達をどのように促進して自己概念を確立するかという発達の課題と、実際の採用選考の動きに対応せざるを得ないという実際の課題との両方が存在しているといえる。上述したような職業未決定状態にある学生は、その両方の課題を抱えていると考えられることから、いかにして有効な支援を行うべきかを検討する必要がある。この点を踏まえれば、学生に対する職業未決定状態の軽減を目指した支援の重要性を指摘することができる。

このような職業未決定の問題を検討する際、これまで例えば就職関連情報源の利用（下村・木村, 1994）、進路選択に対する自己効力（浦上, 1995）、アイデンティティ（下山, 1986）、イラショナルビリーフ（Stead, Watson, & Foxcroft, 1993）などの要因が検討されてきた。例えば、進路選択自己効力に関する研究蓄積は厚く、我が国でも、自己と職業の理解・統合の行動や就職活動の計画・実行の行動の程度が、進路選択自己効力から有意な影響を受けている（浦上, 1996a）ことが明らかにされ、大学生を対象としたキャリア授業による介入を通じて進路選択自己効力が有意に高まった研究（三村・白石, 2001）も行われている。これらの結果は、進路選択自己効力の変化によって望ましい進路選択行動が生起することを示しているが、一方で、介入による進路選択自己効力への影響が一貫しないことも明らかにされている（浦上, 1996b）。富永（2008）はその理由として、進路選択自己効力を育成すると考えられる情報源の提供方法の違い、実験以外の経験、介入の時間や頻度などの介入の条件が一定でないことをあげている。これらを踏まえると、進路選択自己効力を高めることは進路支援における有効な手段として考えられているが、介入の具体的方策に関する課題が残っているといえる。

他方で、進路選択自己効力同様に認知的要因であるイラショナルビリーフとは、Ellis（1994）のRational Emotive Behavior Therapy（以下 REBT）の中

心的概念を指す。REBT とは、人間の感情的不適応を生み出すのは出来事ではなく、その人の信念体系であるとし、非論理的な考え方を最小化し論理的な考え方を最大化することを学べば、感情的・精神的混乱から抜け出すことができると考える心理療法である（伊藤, 2021）。REBT の基本的治療理論は ABC 理論と呼ばれ、クライアントの問題（Consequence ; C）が出来事（Activating event ; A）ではなく、その人の信念体系（Beliefs ; B）から引き起こされると考える。REBT では、クライアントが ABC 理論を学び、自身の問題を引き起こす不合理な信念（イラショナルビリーフ）を発見し、それに代わる合理的な信念（ラショナルビリーフ）に修正することで新たな認知的構えを獲得し、行動の変容を図る。この非論理的で、経験的に現実と一致しないイラショナルビリーフが情動的問題や行動の障害を引き起こす直接間接の原因（Dryden & DiGiuseppe, 1990）であるがゆえに、REBT ではイラショナルビリーフがセラピーを進める上での重要概念である。

キャリアカウンセリングの文脈でのイラショナルビリーフについては、例えば Richman（1993）がキャリアカウンセリングの実践を通じて、仕事についてのイラショナルビリーフを持つ人は、ネガティブな感情で苦しんだり、目標達成や自己啓発を生み出すような行動を避けることを指摘している。また、Nevo（1987）は、職業未決定や職業選択に関してフラストレーションを抱えるクライアントのキャリアカウンセリングを通じて見いだされたイラショナルビリーフを 10 種類に整理して示している。イラショナルビリーフの概念から職業未決定を検討することは、すでに治療仮説や介入効果に関するエビデンスが蓄積された技法である REBT（David, Szentagothai, Lupu, & Cosman, 2008）という構造化された技法体系を、問題の原因となるビリーフに働きかける具体的な方法論として用いることが可能である。この観点から、本研究では就職未決定へのアプローチとしてイラショナルビリーフに注目することとする。

一方で、Krumboltz（1991）は REBT から理論的影響を受け、進路選択やキャリア発達の妨げとなる自身や職業世界についての思考や一般化をキャリアビリーフとして概念化し、キャリアビリーフを測定するアセスメントツールである Career Belief In-

ventory (以下 CBI) を開発している。CBI は、キャリア形成上の目標の実現を妨げるような約 1,000 のビリーフをもとにして作成され、96 項目 25 下位尺度で構成されている。CBI の開発以来、職業選択行動やキャリア形成などキャリアについての問題とキャリアビリーフが関連を持つことが報告されてきた。以下では、イラショナルビリーフおよびキャリアビリーフと、キャリア形成における中心の問題である職業未決定についての検討を取りあげる。

例えば、南アフリカの大学生 153 人を対象とした Stead, et al. (1993) では自尊心の欠如を表すイラショナルビリーフを持つ学生、コミュニティカレッジに在籍するメキシコ系アメリカ人学生 176 人を対象とした Lucero-Miller & Newman (1999) では、自分の進路計画や進路選択の理由を他人には開示できないというキャリアビリーフを持つ学生、イタリアの高校生 256 人を対象とした Hess, Tracy, Nota, Ferrari, & Soresi (2009) では自分のスキルやパフォーマンスに関する自信を表すキャリアビリーフが低い学生が、それぞれ職業未決定を示す尺度得点と中程度から強い相関を示していた。また、アメリカ中西部の大学に在籍する学生 119 人 (うち 59 人は障害を持つ) を対象とした Enright (1996) では、自信の欠如や自己に対する疑念を表すキャリアビリーフが職業未決定と有意な正の相関を示し、かつ重回帰分析の結果ではこれらのキャリアビリーフから職業未決定に正の影響がみられたことが報告されている。遠隔授業を受講する台湾の学生 178 人を対象とした Peng & Herr (2002) は、自分の決断力に疑問を持つキャリアビリーフや、自己の権利を主張するキャリアビリーフを持っていないことが職業未決定に正の影響を及ぼしていることを示している。これらの報告を踏まえると、進路選択や進路計画を実行する上での自信に関わるキャリアビリーフ、およびネガティブな自己概念と結びつくイラショナルビリーフが職業未決定と関連を有することが示唆される。

一方でわが国では、キャリア形成に関連するイラショナルビリーフを取り上げた研究としては次のようなものがあげられる。本多 (2008) では、進路によって自分の社会的評価が決められてしまうというイラショナルビリーフが強いほど自己判断に自信が持てない、決定した進路を実現できる自信が持てないという悩みを持つことが示された。また、森本 (2022)

では、大学生活における適応的な充実感や心理的安定感が高いと非現実的な楽観というイラショナルビリーフを持ちやすく、低い場合は自己に対する無力感というイラショナルビリーフが高くなることが示されている。これらの報告からは、大学生の就職や進路選択においてイラショナルビリーフが影響を及ぼすことが示唆されていることがわかる。しかし、職業の決定という重要かつ具体的な問題としての変数である職業未決定の状態との関係については取り上げられてこなかった。浦上 (2001) では職業選択を阻害するような進路選択に対する考え方と職業不決断の関連が報告されている。この研究では、自分の適職を知らなければならない、満足できる仕事に就かななければならないという「縛り意識」と職業不決断のうち希望関連不安、相談希求、葛藤が有意な正の関連を持つことが示されている。また、進路選択に対する考え方を分類した 6 タイプごとに職業不決断の様相が異なることから、考え方の違いに応じた進路指導が必要であることが指摘されている。なお、職業未決定と職業不決断はともに career indecision の日本語表記であるが、「職業未決定」は、具体的な進路としての職業を決めることができない「状況にある」ことを指し、「不決断」とは、進路を決める活動にコミットメントできないという「心理的状态あるいは傾向性」を指す (清水・花井, 2007)。本研究では、職業未決定を「積極的な職業探索状態から消極的状态までを含めて、具体的な進路としての職業を決めることができない状況」(下山, 1986) を指すこととする。

上記の浦上 (2001) の指摘は学生支援を考える上で重要であるといえるが、一方でここでの考え方とは、個別化された詳細なものというよりは、「通常の会話の中で表現される学生の就職に対する考え方」(浦上, 2001) を指しており、進路選択についてのイラショナルビリーフを直接的には扱っていない。この点より、海外の先行研究との比較検討や、REBT を適用したキャリアカウンセリングの実践を想定した場合、「進路選択に対する考え方」を「進路選択についての不合理な信念」(以下イラショナルキャリアビリーフ (森本, 2023)) として明確にしておくことは必要であると考えられる。さらには、イラショナルキャリアビリーフと職業未決定との関連を検討することは、進路選択の支援を行う上でビリーフを扱うことの有効性をより明らかにすることにもつながる

であろう。

以上を踏まえ本研究では、イラショナルキャリアビリーフを「職業の選択や決定、その後のキャリア形成の妨げとなるような、自身、就職活動、職業選択、就職についての不合理な信念、思考、思い込み」(森本, 2023)とした上で、次にあげる課題について検討することを通して、イラショナルキャリアビリーフと職業未決定との関連を探索的に検討することを第一の目的とする。

課題1：自分に対する自信や前向きな自己像に関するイラショナルキャリアビリーフと、職業未決定状態の関連

課題2：自己評価や、周囲・社会からの評価に対する懸念を表し、柔軟性に欠けるイラショナルキャリアビリーフと、職業未決定状態の関連

ところで、上述したように、浦上(2001)は、職業不決断の様相が進路選択の考え方のタイプによって異なっていた結果を踏まえて、考え方の違いに応じた進路指導が必要であることを指摘している。この点については、例えばWall(1994)も、キャリアビリーフの尺度得点と進路選択上の目標達成がどう関連しているか、ビリーフのプロフィールの観点から実証的に検討することが必要だと指摘し、Enright(1996)も、キャリアビリーフをカウンセリングの実践や研究で取り上げる場合、進路選択の過程に影響するようなキャリアビリーフをタイプとして見分けることが有用であると指摘している。これらの指摘を踏まえ、イラショナルキャリアビリーフの持ち方を分類し、その職業未決定の様相について探索的に検討することを本研究における第二の目的とする。

方 法

調査手続き

インターネットアンケートシステムを用いて回答を求めた。調査協力者はインターネット調査会社のパネル登録者であった。参加者は初めに教示文を読み、匿名性が保障される点、回答は任意である点、協力しないことによる不利益は一切ない点を確認したうえで調査協りに同意し、回答に進んだ。本調査の実施にあたり、所属機関による承認を得ている(承認第183号)。

調査時期

日本経済団体連合会「採用選考に関する指針」に

よって、採用選考活動の広報活動開始時期が3月1日以降と示されていることから、2021年3月上旬に実施した。

調査協力者

就職活動を経験した、または経験している全国の大学3年次生185名(男性40名、女性145名、平均年齢21.08歳、 $SD = 0.41$)を対象として実施した。調査協力者の地方分布は、北海道・東北11名、関東80名、甲信越・北陸13名、東海25名、関西35名、中国・四国11名、九州・沖縄10名であった。

調査項目

学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度(森本, 2023) 学生の就職や就職活動、進路選択の妨げとなるイラショナルなキャリアビリーフを測定する尺度である。CBIをはじめとした国内外のキャリアに関連するビリーフを測定する尺度から収集した176項目と、就職活動を経験したが望むような結果を得られない大学生を対象としたインタビューデータの分析結果とを参照し、独自に作成された。確たる根拠はないが最終的には就職活動で成功を収めることができるだろう、という思い込みを表す「非現実的な楽観」8項目、自分に自信がなく、自己を過小評価し、自分には能力がないと感じ、進路就職の実現の悲観的な捉え方を表す「自信不足・自己過小評価」6項目、価値のある人間として評価されるためには対外的な評価の高い就職をしなければならないという思い込みを表す「社会的評価へのとらわれ」5項目、自分の能力を発揮し、やりたいことをできる職業に就くことや、就職活動を完璧に準備して進めたいという思い込みを表す「理想追求の就職観」5項目の4下位尺度で構成される。強くそう思う(6)―全くそう思わない(1)の6件法で回答を求めた。

職業未決定尺度(下山, 1986) 積極的な職業探索状態から消極的な状態までを含めて、具体的な進路としての職業を決めることができない状況にあることを意味する職業未決定の状態を測定する尺度である(下山, 1986)。職業意識が未熟なため将来の見通しがなく、職業選択に取り組めない状態を表す「未熟」7項目、職業決定に直面して不安になり情緒的に混乱している状態を表す「混乱」8項目、職業決定を猶予して当面のところは職業について考えたくない状態を表す「猶予」7項目、職業決定に向かって積極的に模索している状態を表す「模索」6項目、自らの関心

Table 1 各変数の基礎統計量と *t* 検定の結果

	男性		女性		<i>t</i> 値	α 係数
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度						
非現実的な楽観	27.23	7.91	26.10	7.32	0.84 <i>n.s.</i>	.895
自信不足・自己過小評価	19.03	4.77	17.89	5.00	1.28 <i>n.s.</i>	.774
社会的評価へのとらわれ	17.55	4.27	18.14	4.01	0.81 <i>n.s.</i>	.700
理想追求の就職観	21.08	4.28	20.87	3.86	0.29 <i>n.s.</i>	.796
職業未決定尺度						
未熟	12.48	3.31	12.85	3.23	0.64 <i>n.s.</i>	.824
混乱	17.25	3.84	17.82	3.44	0.91 <i>n.s.</i>	.782
猶予	13.80	3.72	12.94	2.94	1.55 <i>n.s.</i>	.683
模索	12.13	2.58	12.30	2.56	0.39 <i>n.s.</i>	.642
安直	13.53	2.66	13.99	2.83	0.94 <i>n.s.</i>	.588
決定	7.93	2.02	8.00	2.24	0.21 <i>n.s.</i>	.724

や興味を職業選択に結びつけていこうとする努力をしない安易な職業決定態度を表す「安直」7項目、職業決定の既決を表す「決定」4項目の6下位尺度で構成されている。あてはまる(3)―あてはまらない(1)の3件法で回答を求めた。

結 果

性差の検討

本研究では調査協力者が性別によって偏りがあるため、学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度と職業未決定尺度における性差の有無について検討した。結果を各下位尺度の基礎統計量、 α 係数とともにTable 1に示す。非現実的な楽観 ($t(183) = 0.84, p = .40$)、自信不足・自己過小評価 ($t(183) = 1.28, p = .20$)、社会的評価へのとらわれ ($t(183) = 0.81, p = .42$)、理想追求の就職観 ($t(183) = 0.29, p = .77$)のいずれにおいても有意な性差はみられなかった。職業未決定についても、未熟 ($t(183) = 0.64, p = .52$)、混乱 ($t(183) = 0.91, p = .37$)、猶予 ($t(183) = 1.55, p = .12$)、模索 ($t(183) = 0.39, p = .70$)、安直 ($t(183) = 0.94, p = .35$)、決定 ($t(183) = 0.21, p = .84$)のいずれにおいても有意な性差はみられなかった。以上より、本研究では男女のデータを合わせて分析を行うこととした。

各尺度の因子構造

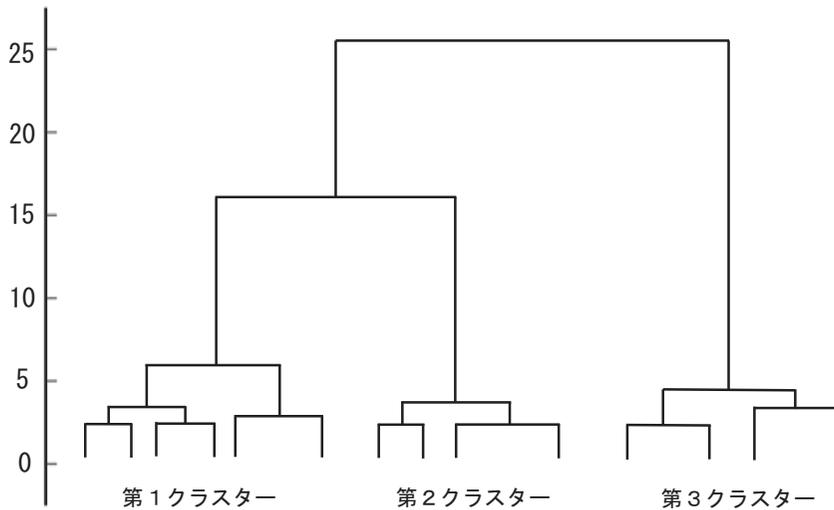
学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度に対して最尤法、プロマックス回転による因子分析を行ったところ、固有値の推移は6.00, 3.43, 2.46, 1.67, 1.06, 1.02, …, となっており、4因子解としての解釈が妥

当な結果であった。4つの下位尺度の α 係数がそれぞれ.70以上を示したこととあわせると、先行研究(森本, 2022; 2023)と同様の因子構造であることが示された。職業未決定尺度についても同様に因子分析を行ったところ、固有値の推移は9.71, 2.86, 2.14, 1.65, 1.60, 1.41, 1.23, 1.17, …, を示し、3因子解, 5因子解, 6因子解とも解釈可能な結果であった。この尺度を用いた先行研究(福田・朝倉・伊野宮・小室・脇坂, 2011; 松原・野間・牛尾・境, 2015)では、いずれも下山(1986)で示されている6つの下位尺度を用いた分析が行われており、福田他(2011)では6下位尺度の α 係数はそれぞれ.82~.92を示していた。本研究でも6つの下位尺度の α 係数を算出したところ、安直、模索はやや低い値を示したがその他は.70以上であり、猶予も.70に近いことから、全体としては一定の信頼性係数を有すると考え、6因子構造の尺度として用いることとした。

各尺度間の相関

イラショナルキャリアビリーフと職業未決定の各下位尺度間の相関係数を算出したところ、非現実的な楽観は未熟と中程度の負の相関 ($r = -.46, p < .001$)、混乱、猶予、安直と弱い負の相関 ($r = -.30, p < .001; r = -.23, p < .01; r = -.30, p < .001$)を示し、決定と中程度の正の相関を示した ($r = .54, p < .001$)。自信不足・自己過小評価は未熟、混乱、猶予、安直と中程度の正の相関 ($r = .58, p < .001; r = .40, p < .001; r = .56, p < .001; r = .48, p < .001$)、決定と中程度の負の相関 ($r = -.50, p < .001$)を示した。社会的評価へのとらわれは混乱、模索と弱

Figure 1 イラショナルキャリアビリーフを变量としたクラスター分析のデンドログラム



い正の相関 ($r = .27, p < .001$; $r = .22, p < .01$) を、理想追求の就職観は猶予と弱い負の相関 ($r = -.22, p < .01$)、模索と弱い正の相関 ($r = .22, p < .01$) を示した。

イラショナルキャリアビリーフのクラスター分類

学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度の下位尺度得点を投入変数としたクラスター分析 (Ward法, 平方ユークリッド距離) を行った。検討の結果, 解釈可能性により3つのクラスターが分類された (Figure 1)。第1クラスターは全般的にイラショナルキャリアビリーフが低く, ラショナルである一方で, 進路や就職に対する完璧主義的な考えにはとらわれていないことが推察されるため, 「現実型」と命名した。第2クラスターは非現実的な楽観が有意に高く, 自信不足・自己過小評価が有意に低かった。また, 理想追求の就職観が他のクラスターより高く, 自身の進路や就職の目標達成を志向する姿勢を持つと推察されるため, 「楽観型」と命名した。第3クラスターは, 自信不足・自己過小評価が3クラスターの中で最も高く, かつ非現実的な楽観が低いことから, 自分には能力がないと感じ, 進路就職の実現に対して悲観的であると考えられることから「悲観型」と命名した。

次に, 得られた3群を独立変数, イラショナルキャリアビリーフの各下位尺度を従属変数とした1要因分散分析を行ったところ, 非現実的な楽観, 自信不

足・自己過小評価, 理想追求の就職観の3下位尺度において群間に有意差が示された (非現実的な楽観 $F(2, 182) = 182.64$; 自信不足・自己過小評価 $F(2, 182) = 64.89$; 理想追求の就職観 $F(2, 182) = 38.84, ps < .001$)。社会的評価へのとらわれについては有意傾向が示された ($F(2, 182) = 47.94, p = .054$)。加えて, TukeyのHSD法 (5%水準) による多重比較を行ったところ, 非現実的な楽観については第2クラスター>第1クラスター>第3クラスター, 自信不足・自己過小評価については第3クラスター>第1クラスター>第2クラスター, 社会的評価へのとらわれについては第1クラスター=第2クラスター=第3クラスター, 理想追求の就職観については第2クラスター=第3クラスター>第1クラスターという結果が得られた。各クラスターの特徴を Figure 2 に示す。

各クラスターにおける職業未決定の違い

分類された各クラスターを独立変数, 職業未決定の下位尺度得点を従属変数とした1要因分散分析を行った (Table 2)。その結果, 未熟 $F(2, 182) = 27.57, p < .001, \eta^2 = .23$; 混乱 $F(2, 182) = 11.25, p < .001, \eta^2 = .11$; 猶予 $F(2, 182) = 6.99, p < .01, \eta^2 = .07$; 安直 $F(2, 182) = 19.58, p < .001, \eta^2 = .18$; 決定 $F(2, 182) = 30.79, p < .001, \eta^2 = .25$ 。模索を除く職業未決定に対する効果量は.07~.25を

Figure 2 イラショナルキャリアビリーフの3つのクラスター

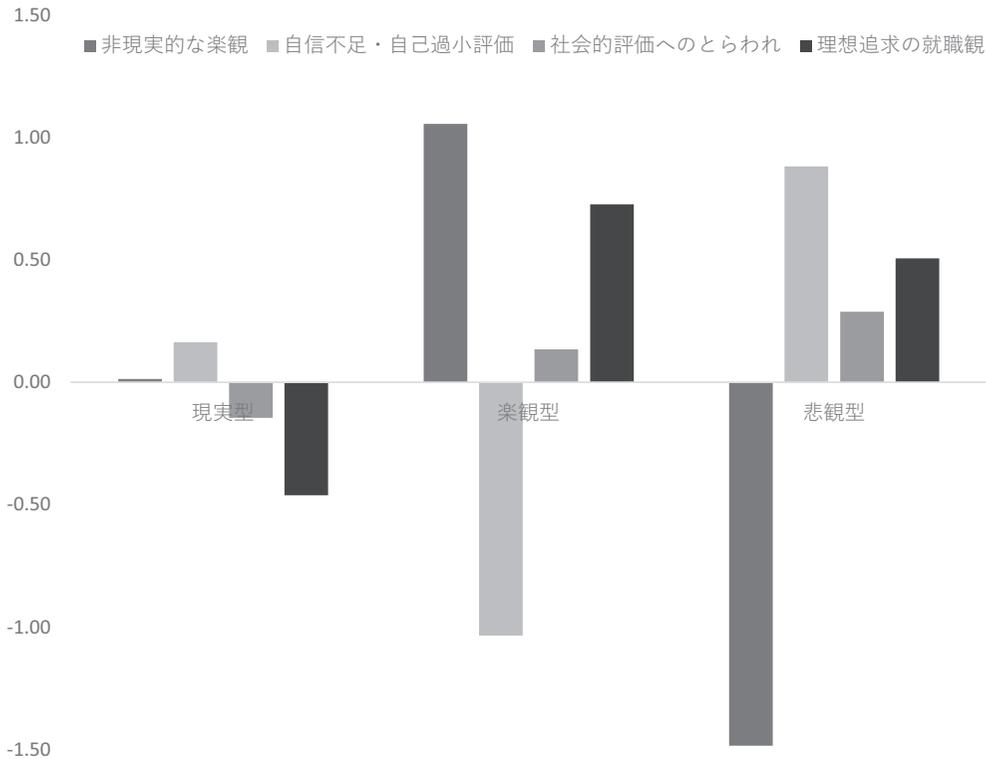


Table 2 各クラスターの職業未決定の平均値と分散分析の結果

	1. 現実型		2. 楽観型		3. 悲観型		F 値	η^2	多重比較
	n = 107		n = 45		n = 33				
	M	SD	M	SD	M	SD			
未熟	12.96	2.67	10.47	3.36	15.27	2.70	27.57***	.23	楽観型 < 現実型 < 悲観型
混乱	15.58	2.90	14.47	3.40	17.67	2.48	11.25***	.11	現実型, 楽観型 < 悲観型
猶予	13.51	2.90	11.67	3.44	13.85	2.92	6.99**	.07	楽観型 < 現実型, 悲観型
模索	12.22	2.27	12.33	3.23	12.33	2.50	0.48	.00	
安直	14.32	2.34	11.91	2.94	15.21	2.61	19.58***	.18	楽観型 < 現実型, 悲観型
決定	7.93	1.80	9.51	2.01	6.09	2.08	30.79***	.25	悲観型 < 現実型 < 楽観型

** $p < .01$, *** $p < .001$

示しており、水本・竹内(2008)で示された目安に基づくと、これらの効果量は中程度から大きいものであったといえる。TukeyのHSD法(5%水準)による多重比較の結果、未熟については悲観型、現実型、楽観型の順で有意に高く、混乱については、悲観型が現実型・楽観型と比べて高かった。猶予と安直についてはともに、楽観型が現実型・悲観型より有意に低かった。決定については楽観型、現実型、悲観型の順で有意に高かった。模索については3クラスター

間で有意な差は示されなかった。

考 察

イラショナルキャリアビリーフと職業未決定の関連

相関分析の結果、学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度と職業未決定尺度との間に有意な相関が散見された。職業未決定尺度は、職業未決定の「状態」を測定し分類する尺度(下山, 1986; 下村, 2014)であるが、同時に、進路を決められない原因を分類する

面がある(下村, 2014)。この点を踏まえると、職業未決定尺度が職業未決定状態を生み出す原因としての「思考」を部分的に測定しているとも考えられる。実際に、職業未決定尺度の各下位尺度は、未熟は状態8項目、混乱は状態8項目、猶予は状態3項目と思考4項目、模索は状態1項目と思考5項目、安直は状態2項目と思考5項目、決定は状態2項目と思考2項目から構成されていると解釈できる。したがって、職業未決定尺度は状態と思考の両方を測定していると考えられることから、職業未決定尺度と学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度はともに、職業未決定を引き起こす思考を測定していると考えられる。

次に、両尺度間に有意な相関がみられた箇所について検討すると、両尺度が測定している思考に共通性があると考えられる部分と、REBTの治療理論に合致する結果と考えられる部分とが見受けられる。学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度の各項目は全24項目中18項目が「～なければならない」「～べきだ」「(必ず)～だ」「～違う」「～はずだ」「～ない」といった断定的な表現形式をとっており、これらはイラショナルビリーフの特徴(加濃, 2013)である。また、REBTにおける中核的なイラショナルビリーフには①Demand, ②Awfulizing, ③Discomfort intolerance, ④Depreciation, の4種類があり、なかでも自己・他者・人生に対する過度な期待・要求を意味する①Demandは、他の3つのイラショナルビリーフを派生させる強固なイラショナルビリーフである(Dryden, 2015)。上記の学生用イラショナルキャリアビリーフ尺度の項目内容や表現には、このようなイラショナルビリーフの特徴が含まれている。相関が見られた箇所は、両尺度が共通して職業未決定の原因となる思考を測定していると考えられる。そして、その思考が連続線上に位置するものとして捉えられるとすれば、極端に偏っていたり柔軟さに欠ける頑なな思考を、イラショナルキャリアビリーフの概念として理解できるのではなかろうか。

また、REBTでは自己の価値を貶めたり自己を否定するようなビリーフが不安や焦り等のネガティブ感情を引き起こす(Dryden, 2015)と考えられている。未熟と混乱の下位尺度は不安や焦りといった感情を抱えている状態であり、両下位尺度と自信不足・自己過小評価との有意な相関は、イラショナルビリーフの機能から理解することができる。また、猶

予と自信不足・自己過小評価との間に相関が見られる点については、REBTでは「自分はだめな人間だ」というイラショナルビリーフが先延ばし癖を引き起こす(Dryden, 2000)と考えられており、両者の相関をイラショナルビリーフの観点からも読み取ることが可能と考えられる。

イラショナルキャリアビリーフのクラスターと職業未決定上の特徴

イラショナルキャリアビリーフの持ち方をクラスターとして見分け、その職業未決定の様相について検討する。

クラスター分析の結果、現実型、楽観型、悲観型の3つのイラショナルキャリアビリーフのクラスターが抽出された。これらのクラスターは大きく、非現実的な楽観と自信不足・自己過小評価の2つのビリーフの持ち方によって分類されたことが理解できる。Enright (1996) は、CBIを因子分析した際に抽出したSelf-affirming Belief(自己に対する肯定)と、Self-doubting Belief(自己に対する疑念)の2因子が、自己に対する自信の連続線上の両極を示すものであると解釈している。本研究の非現実的な楽観と自信不足・自己過小評価は、Enright (1996) の示した2つのキャリアビリーフと共通する側面を有すると考えられ、かつ、この2つのビリーフの持ち方による分類は、希望する進路の実現可能性や、自己の資質・能力に関する認識や基本的構えを学生がどのように持っているか、という点と深く関わっていると理解することができる。

次に、イラショナルキャリアビリーフの各クラスターと職業未決定上の特徴を記す。まず現実型は、いずれのイラショナルキャリアビリーフも強く持っていないことから、就職や就職活動、職業決定について偏りがなく、地に足のついた考え方をしていることが考えられる。このタイプの職業未決定については、3クラスターの間位置ないし平均的な位置である。全体の57.8%の調査協力者がこのクラスターに含まれることから、平均的な学生像であることが考えられる。このクラスターに該当する学生は、進路や就職に対してそれほど強いイラショナルビリーフを持っているわけではないが、実際には就職活動において情緒的な混乱や意欲の減退、自信の欠如などを経験している学生が存在する。この点を考慮すれば、必要に応じて就職活動による負担を抱える学生

に対する支援を行う必要性があるといえるだろう。

楽観型については24.3%が該当し、非現実的な楽観と理想追求の就職観が有意に高く、自信不足・自己過小評価が有意に低いことが特徴である。このようなビリーフの持ち方からは、就職活動や職業決定については前向きで積極的であり、かつ就職活動を進めていくことに一定の自信を持っている可能性が考えられる。職業未決定については全般的に他の群よりも低く、かつ決定が最も高い値を示していることから、職業を決定していくという面からは望ましい状態にあるものと予想される。非現実的な楽観と理想追求の就職観は、尺度項目としてはイラショナルな内容が含まれているものの、少なくとも職業未決定を軽減する機能を有する可能性が考えられる。一方で、このような自己過信的・完璧主義的なビリーフを強く持つことによって、例えば現実を客観視できない可能性や誤った判断をするおそれを否定できない面もあるだろう。今後、どの程度までであれば楽観型のビリーフの持ち方が有効であるのかについて、詳細な検討も必要であろう。

最後に悲観型については、非現実的な楽観が最も低く、自信不足・自己過小評価が最も高いことが特徴である。すなわち、自分に対する自信を持たず自己評価が低く、就職や職業決定について楽観的な考えを持っていないクラスターと考えられる。悲観型の職業未決定状態を見てみると、全般として他の群よりも高い状態であり、決定も最も低い値を示している。これより悲観型は、円滑な就職活動や職業決定に至らない可能性が高い学生像として理解できるのではないかと。17.8%という少なくない学生がこのクラスターに該当すること、および就職活動で困難を覚える学生が多い現状を踏まえるならば、悲観型に該当する学生を支援の対象者として認識すること、過度に悲観的な受けとめ方から、現実の中立的な受けとめ方に修正したり、一步を踏み出していけるような支援を検討して行う必要があることが指摘できよう。

まとめと今後の課題

本研究の目的は、大学生のイラショナルキャリアビリーフと職業未決定との関連を明らかにすることと、イラショナルキャリアビリーフの持ち方をクラスターとして見分け、その職業未決定の様相につい

て検討することであった。

結果より、自分に対する自信、進路就職に対する悲観的な捉え方、自己あるいは他者からの評価に対するとらわれのイラショナルキャリアビリーフを持つことで職業未決定状態が高まることが示唆された。また、イラショナルキャリアビリーフのうち、非現実的な楽観と自信不足・自己過小評価の2つのビリーフの持ち方で学生を現実型、楽観型、悲観型の3つに分類できること、特に職業未決定状態が高い可能性のある悲観型について、適切な支援を行う必要性があることが示唆された。これらより、進路選択やキャリア発達の領域における先行研究で示されてきた知見と同様に、イラショナルキャリアビリーフが進路選択支援を検討する上で有効性のある概念の一つであることが確認できた。CBIのマニュアル(Krumboltz, 1991)では、キャリアビリーフの尺度得点の高低が、キャリア形成上の目標達成の障害を示すのか、あるいは目標達成を促進するものなのか記載がなく、ビリーフがどのように影響するのかについてのエビデンスの蓄積が求められていた(Wall, 1994)。本研究の知見は、この指摘に応答するものといえる。

一方で、本研究は以下に示すような限界を持つ。まず、本研究の結果からは、イラショナルキャリアビリーフが職業未決定に与える影響を因果関係としては説明できない点があげられる。今後は、イラショナルキャリアビリーフと職業未決定に共変関係があるかどうかも含めて、さらなる検討が必要である。また、クラスター分析の結果については、本研究での調査協力者特有のものなのか、他の調査協力者でも同様に分類されるのかについて今後の検討が必要であると考えられるため、結果の解釈は慎重に行う必要があるだろう。加えて、調査協力者の在籍する大学の設置者区分、学部学科の分野、入学難易度等の詳細な属性を把握できていない点は、本研究の限界であり課題である。就職活動の展開には大学間の差が存在しているとの指摘もある(労働政策研究・研修機構, 2007)ことから、例えば都市部の入学難易度の高い大学と地方部の入学難易度の低い大学、あるいは同じ都市部でも入学難易度の大きく異なる大学のよう、大学間の差に着目した検討も必要であろう。

引用文献

David, D., Szentagotai, A., Lupu, V., & Cosman, D. (2008).

- Rational emotive behavior therapy, and medication in the treatment of major depressive disorder: A randomized clinical trial, posttreatment outcomes, and six-month follow up. *Journal of Clinical Psychology*, 64, 728-746. <https://doi.org/10.1002/jclp.20487>
- Dryden, W. (2000). *Overcoming procrastination*. Sheldon Press.
- Dryden, W. (2015). *Rational emotive behaviour therapy: distinctive features*, (2nd ed.). Routledge.
- Dryden, W. & DiGiuseppe, R. (1990). *A primer on rational-emotive therapy*. Research Press.
(ドライデン, W.・デジサッピ, R.菅沼憲治 (訳) (1997). 実践論理療法入門 岩崎学術出版社)
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy, revised and updated*. Birch Lane.
(エリス, A.野口京子(訳) (1999). 理性感情行動療法 金子書房)
- Enright, M. S. (1996). The relationship between disability status, career beliefs, and career indecision. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 40, 134-153.
- 福田直子・朝倉隆司・伊野宮興志・小室理恵子・脇坂喜代美(2011). 大学生の抑うつ症状と職業未決定尺度の学年別検討 東京海洋大学研究報告, 7, 9-16.
- Hess, T. R., Tracey, T. J. G., Nota, L., Ferrari, L., & Soresi, S. (2009). The structure of the career beliefs inventory on a sample of Italian high school students. *Journal of Career Assessment*, 17, 232-243. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.2.181>
- 本多陽子(2008). 大学生が進路を決定しようとするときの悩みと進路決定に関する信念との関係 青年心理学研究, 20, 87-100. https://doi.org/10.20688/jisyap.20.0_87
- 堀健志・濱中義隆・大島真夫・荻谷剛彦(2007). 大学から職業へ III その2: 就職活動と内定獲得の過程 東京大学大学院教育学研究科紀要, 46, 75-98.
- 伊藤拓(2021). 論理療法 子安増生・丹野義彦・箱田裕司(監修)有斐閣現代心理学事典 (p.808) 有斐閣
- 加濃正人(2013). 日本人生哲学感情心理学会 REBT ベーシックコース 補足資料
- Krumboltz, J. D. (1991). *Manual for the career beliefs inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Lucero-Miller, D. & Newman, J. L. (1999). Predicting acculturation using career, family, and demographic variables in a sample of Mexican American students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 27, 75-92. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.1999.tb00216.x>
- 松原弘和・野間あずさ・牛尾恵・境泉洋(2015). 大学生の職業未決定に自己効力と就職不安が与える影響 徳島大学地域科学研究, 5, 1-9.
- 三村隆男・白石紳(2001). 大学における体験活動を取り入れた進路授業の進路決定自己効力に関する研究 (1) 上越教育大学研究紀要, 21, 65-75.
- 水本篤・竹内理(2008). 研究論文における効果量の報告のために——基礎的概念と注意点 英語教育研究, 31, 57-66.
- 森本康太郎(2022). 大学生のイラショナルキャリアピリーフとその関連要因の検討 キャリア・カウンセリング研究, 23, 101-109. https://doi.org/10.34512/careercounseling.23.2_101
- 森本康太郎(2023). 学生用イラショナルキャリアピリーフ尺度作成の試み 応用心理学研究, 48, 168-178. https://doi.org/10.24651/oushinken.48.3_168
- Nevo, O. (1987). Irrational expectations in career counseling and their confronting arguments. *Career Development Quarterly*, 35, 239-250.
- Peng, H. & Herr, E. L. (2002). Relation of career beliefs to career indecision among distance education adult college students in Taiwan. *Psychological Reports*, 90, 803-813. <https://doi.org/10.2466/pr0.2002.90.3.803>
- Richman, D. R. (1993). Cognitive career counseling: a rational-emotive approach to career development. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 11, 91-108. <https://doi.org/10.1007/BF01061234>
- 労働政策研究・研修機構(2006). 大学生の就職・募集採用活動等実態調査Ⅱ「大学就職部/キャリアセンター調査」及び「大学生のキャリア展望と就職活動に関する実態調査」 Retrieved from <https://www.jil.go.jp/institute/research/documents/research017.pdf> (2023年8月10日)
- 労働政策研究・研修機構(2007). 大学生と就職——職業への移行支援と人材育成の視点からの検討—— 労働政策研究報告書, 78. Retrieved from <https://www.jil.go.jp/institute/reports/2007/078.html> (2023年8月10日)
- 労働政策研究・研修機構(2017). 高等学校の進路指導とキャリアガイダンスの方法に関する調査結果 調査シリーズ, 167. Retrieved from <https://www.jil.go.jp/institute/research/2017/167.html> (2023年8月10日)
- 清水和秋・花井洋子(2007). キャリア意思決定尺度の開発——その1: 大学生を対象とした探索的因子分析からの尺度構成—— 関西大学社会学部紀要, 38, 97-118.
- 下村英雄(2014). 進路選択 堀洋道・吉田富士雄(2014) 心理測定尺度集Ⅱ——人間と社会のつながりをとらえる〈対人関係・価値観〉—— (pp.334-364) サイエンス社
- 下村英雄・木村周(1994). 大学生の就職活動における就

- 職関連情報と職業未決定 進路指導研究, 15, 11-19.
https://doi.org/10.20757/career.15.0_11
- 下山 晴彦(1986). 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, 34, 20-30. https://doi.org/10.5926/jjep1953.34.1_20
- Stead, G., Watson, M. B., & Foxcroft, C. D. (1993). The relation between career indecision and irrational beliefs among university students. *Journal of Vocational Behavior*, 42, 155-169. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1993.1011>
- Super, D. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown & L. Books (Eds.), *Career choice and development; applying contemporary theories to practice* (pp.197-261). Jossey-Bass.
- 富永 美佐子(2008). 進路選択自己効力に関する研究の現状と課題 キャリア教育研究, 25, 97-111. https://doi.org/10.20757/jssce.25.2_97
- 浦上 昌則(1995). 女子短期大学生の進路選択に対する自己効力と職業不決断——Taylor & Betz (1983) の追試的検討 進路指導研究, 16, 40-45. https://doi.org/10.20757/career.16.0_40
- 浦上 昌則 (1996a). 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, 172-182. https://doi.org/10.5926/jjep1953.44.2_195
- 浦上 昌則 (1996b). 「進路選択に対する自己効力」の育成に関する予備的研究——ワークブックを用いた育成方法について—— 進路指導研究, 17, 17-27. https://doi.org/10.20757/career.17.1_17
- 浦上 昌則(2001). 進路選択に対する考え方と職業不決断 アカデミア人文・社会科学編(南山大学), 72, 167-186.
- Wall, J. E. (1994). Review of career beliefs inventory. In J. T. Kapes, M. M. Mastie, & E. A. Whitefield (Eds.), *A counselor's guide to career assessment instruments* (3rd ed.) (pp.253-257). National Career Development Association.

(受稿: 2023.8.11; 受理: 2023.12.6)
