

## 就職不安に関連する研究の動向

筑波大学大学院人間総合科学研究科 松田 侑子<sup>1)</sup>

筑波大学大学院人間総合科学研究科・心理学系 新井邦二郎<sup>2)</sup>・佐藤 純

Research on employment anxiety: A review

Yuko Matsuda (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Kunijiro Arai (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Jun Sato (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to review current research related to employment anxiety and to advocate new research perspectives proposed from employment anxiety. The four perspectives highlighted are (1) to elaborate anxiety according to its sources and levels, (2) to elucidate the background factors of employment anxiety, (3) to demonstrate the usefulness of positive psychological resources in combining direct interventions for anxiety, and (4) to identify the variations in employment anxiety within the context of job-hunting activities and to utilize such information in screening students with mental health problems or who have interrupted their job-hunting activities. Future research in this area should investigate new perspectives and contribute to realizing smooth transitions.

**Key words:** employment anxiety, job-hunting, transition

「働かない若者が増えている」。こうした若年雇用の問題は、学校生活から社会人への導入がスムーズに行われていないという点で、移行(transition)に関する問題として捉えられている。そもそも、発達心理学において、移行は、それ自体が危機(risk)を内包したライフイベントであり、生涯を通じて見られる数々の移行の中でも、就職は人生周期上大きな転換期として位置づけられてきた(山本・ワップナー, 1992)。こうした学生から社会人への移行のプロセスにおいて現在重要視されているのが、就職活動であり(森, 2005; 大久保, 2002)、如何に「就職活動を円滑に行っていくか」という点で学生を支援していくことは、個人が社会人生活へソフトラン

ディングすることに大きく影響すると考えられている。

こうした就職活動に影響する要因の一つとして不安が挙げられる。キャリアに関する選択は、自分の生活に長期的な影響を与えうる重要度の高い選択である。日常生活の中で行う様々な決定や選択に比べて、考慮すべき情報量が多く、選択肢や選ぶ基準も絶対的なものがない(浦上・三宅・横山, 2004)。また、職業を選択するということは、実際に働いてみないと自分が選択した職業の良否がわからない「最終決定の是非の曖昧な意思決定」でもある(Gati, 1986)。つまり、職業選択や就職活動を行う上では、長期的に不安を感じ続けることが考えられる。例えば、全国大学生生活協同組合連合会(2009)の「学生生活実態調査」によると、就職について不安を感じ

1) 現所属は関東短期大学である。

2) 現所属は東京成徳大学である。

ている大学3年生は82.4%にのぼる。また、1, 2年生においても不安を感じている者は多く、過去最高の割合になったことが報告されている。

これまで、この就職活動中の不安に関しては、就職不安として概念化され、研究が行われてきた(藤井, 1999)。従来の研究から、就職に関する不安が精神的健康に悪影響を及ぼしていることが明らかになっているが、就職不安という概念を用いた、就職活動中の学生に対する心理的な援助の可能性についてはこれまでほとんど言及されていない。しかし、実際に不安を抱えながら活動を行うことで、不適応状態に陥る学生が多いという現状を踏まえると、この就職不安という視点から、活動を円滑に行えるような援助を構築していく必要があると考える。そこで、本論文では、キャリア選択研究の中で就職不安に関連する研究を概観し、就職不安が提供しうる新たな観点について整理することを目的とする。

### キャリア選択研究における就職不安の位置づけ

下村(2007)によると、これまで、大学生の就職活動に関する研究は、大きく二つの流れの中に位置づけられるとされる。一つは、進路意思決定研究であり、これから進路を決めようとする大学生がどうすれば合理的な「良い」進路選択を行えるかを扱う研究群である。これに対して、もう一つは進路不決断(career indecision<sup>3)</sup>)研究であり、進路を決められない大学生が何にどの程度、困難を抱えて進路選択をできないのかに焦点を当てるもので、情動プロセスに注目する。ここでは、後者の情動に着目した進路不決断研究として不安を扱った研究群を俯瞰していくこととする。

#### 1. 特性不安・状態不安に関する研究

進路不決断の領域では、不安は古くから取り上げられてきた要因の一つである。例えばこれは、進路不決断を測定する尺度の因子として、不安に関連するものが取り上げられていることから指摘できる。Career Decision Scale (Osipow, Carney & Barak, 1976)では、構えや自信の欠如・

選択の不安を表す「need for structure」、Career Factors Inventory (Chatland & Robbins, 1990)では「career choice anxiety」、職業未決定尺度(下山, 1986)では「混乱」、中学生を対象としたものではあるが、進路不決断尺度(清水, 1990)では「進路不安」、などである。このように、不安は進路不決断に深く関連する要因であることが見て取れる。

さらに、不安が介入的視点で重視されてきたのには、進路不決断における最も古典的な類型化が不安によってなされていることによるところも大きいといえる。それはキャリア選択場面における発達のな不決断を意味する undecided 型と、キャリア選択に限らず全般的な不決断傾向を意味する indecisive 型という分類であり、前者は進路を決めるための情報が十分ではないことによるものであり、後者は気質的に高い不安傾向を持つことによるものである。これらは状態不安と特性不安の關係に類似するものとして考えられてきた(Crites, 1969; Goodstein, 1965)。また、Salomone(1982)は、undecided 型は認知的問題に起因し、indecisive 型は情動的問題に派生していると言及している。このような類型は、学生相談などの臨床場面でも見出されており(船津, 2004; Salomone, 1982)、ここから、進路決定を特性的要因と状況的要因に分けて捉えることの重要性が指摘できる。

これまでの研究では、undecided 型は「発達の過程で普通に見られるもの」とされ、介入という点では indecisive 型の方が優先されてきた。しかし最近では、通常の学生に見られる undecided 型が単なる情報提供にとどまることは少なく、やはり何らかの処遇を必要としていることが指摘されている(若松, 2001)。近年では、学生から社会人への移行が一方向を前提としておらず、教育、雇用、結婚、子どもの出生という順に移行する直線的な移行を想定できないことも指摘されている(Bois-Reymond & Blasco, 2003; 白井, 2009)。こうした「移行」に関する変化は、見通しを不透明にし、就職という発達課題を更に困難なものにしているといえよう。こうした状況を考慮すると、undecided 型の未決定者への介入についても検討の余地が十分にあると考えられる。

また、介入を見据えた特性不安・状態不安による類型化研究はひとつの大きな流れを作ったものの、先行研究を振り返ると、実際には現場に還元できるような具体的な介入法も見出されていないのが現状である。したがって、特性不安・状態不安といった、水準の違う不安によってのみ区分する考えには限界があることが示唆される。

3) indecision の訳語は研究者間で一致していない。不決断(清水, 1983; 浦上, 1995)、未決定(下山, 1986; 若松, 2001)などが用いられているが、本論文では、「不決断」を使用することとする。また、進路不決断とはほぼ同義の言葉として職業不決断 vocational indecision という言葉もあるが、職業だけでなく、他の選択肢も含みうる意味で、ここでは「進路不決断」で統一する。

## 2. 就職・職業選択に関連する不安に関する研究

ここでは、以上で見てきた特性不安と状態不安以外の、就職・職業選択に関する不安について概括する。

まず、大学生の職業不決断を予知する要因として提出されている概念が「就職不安」である(藤井, 1999)。就職不安は、「職業決定及び就職活動段階において生じる心配や戸惑い、ならびに就職決定後における将来に対する否定的な見通しや絶望感」と定義されている。藤井(1999)によると、女子学生の就職不安は、就職活動そのものに関する「就職活動不安」、職業に対する適性に関する「職業適性不安」、将来の職場に関する「職場不安」の3つから構成されることが示され、その中の「就職活動不安」がストレスと抑うつに強く関連していることが示された。この藤井(1999)の就職不安を用いた後続の研究はいくつかある。関連要因を検討したものとしては、西山(2003)、瀬戸(2008)、谷口・河村(2007)がある。

西山(2003)では、就職不安3因子と、現状の環境に意図的に直接的に働きかけ変えていこうとするプロアクティブパーソナリティ特性(以下、PP特性)・一般的自己効力・進路選択に対する自己効力の関連を検討している。その結果、一般的な自己効力とは低めながら3因子とも関連があり、PP特性と進路選択に対する自己効力は、職業適性不安と関連があることが示された。

介入の可能性を探る視点から、瀬戸(2008)では、性格特性、自己効力、就業動機、職業未決定が就職不安にどのように影響しているのかを検証し、Big Fiveの開放性や、自己効力、就業動機の探索志向が介入に役立つ可能性を指摘した。また、職業未決定のアイデンティティ拡散を表す「混乱」から、就職不安3因子すべてに正の影響を示していたことが明らかとなっており、谷口・河村(2007)の知見とも一致する。

また、就職不安の推移に関して、柴田(2006)では、就職活動中・活動後を通して、就職不安、進路選択に対する自己効力、抑うつがどのように変化するかについての検討を行っている。これによると、職業適性不安、職場不安、進路選択に対する自己効力、抑うつは、4回の調査を通じて安定しており、個人内でも大きな変動はしなかったが、就職活動不安は活動を通じて有意に低下していき、内定後も低下していることが示された。ここから、不安の内容によって、活性化する特定の時期があることが予想される。

さらに、こうした藤井(1999)の就職不安以外に、

職業選択に関連する不安を扱う研究も散見される。

例えば、戸口・辰巳(2002)は、就職活動における不安と、志望職業に対する明確性・就職活動に対する統制性との関連から、仕事に対する明確なビジョンを持つことで、就職活動への不安が低減し、仕事や生活を含む長期的なキャリア形成に貢献することを示している。

また、古市(1995a)は、職業忌避の傾向の強い者の中で就職に対する不安の程度により「不安型」「非不安型」に分け、それぞれを職業志向群と比較した。その結果、「忌避-不安型」は進路決定自己効力が全体にわたって低く、就業イメージは否定的なものであることが示されたのに対して、「忌避-非不安型」も進路決定自己効力が低くはあるが、就業イメージはさほど否定的ではないことが明らかとされている。ここから、不安の高い者とそうでない者を区別して介入を行う必要性を説いている。

また、坂柳(1996)は、職業選択や就職問題から生じるとする「職業的不安」に関する尺度を作成し、「自己理解不安」「職業情報不安」「経験欠如不安」「相談欠如不安」「選択決定不安」「職業適応不安」から構成されることを示した。さらに、職業的不安が高いほど大学進路指導に対する要望度は高く、特に「職業選択不安」「選択決定不安」は「就職や進路に関する種々の情報提供」「就職や進路に関するカウンセリング」「職業的経験に関する機会の提供」と密接な関連が認められた。これらの結果からは、職業に関する不安が高く、そのためになんらかの援助を必要としている学生が多いことが指摘できる。また、この職業的不安の高い学生は、大学生活の充実度も低調な傾向が認められており、大学生活に適応し、充実感を得られるようになれば、職業的不安が緩和する可能性を示している(坂柳, 1997)。更に、自己理解、相談やカウンセリングの実施、適切な職業情報の提供など、すべての不安要因をバランスよく支援していくことが、進路選択に対する自己効力を高めるポイントになると示唆されている(足塚, 2006)。

以上から、就職・職業選択に関連する不安は、介入の対象となりうることが繰り返し指摘されており、各研究の中で有効な支援について言及されているといえる。しかし他方で、こうした研究では各々が異なった不安を用いており、一つ概念としての研究の蓄積は十分ではないとも指摘できる。つまり、就職に対する不安の概念を整理し、確立する必要があるとも考えられる。

### 3. 不安に焦点化した介入研究

進路不決断に対する不安への介入に関する実践的な研究としては、Mendonca & Siess (1976) や Peng (2001) が挙げられる。Mendonca & Siess (1976) によれば、職業選択上の困難を緩和するためには、状態不安への対処と問題解決訓練を組み合わせることが最も有効であると示されている。同様に、Peng (2001) は、認知的再構成と、不安への対処と意思決定のスキルトレーニングを組み合わせた介入法により、不決断が緩和し、状態不安が軽減されることを明らかにしている。こうした結果を考え併せると、ただ直接的な問題の取り組みを行わせるだけでなく、不安に対する支援も併行させることが効果的な介入となりうるといえるだろう。

不安と進路不決断の研究において、どちらが先行するののかに関しては、未だ十分には検討されていないとされるが（若松, 2001）、介入研究において得られた、不安の軽減とともに進路不決断状態が緩和されるという結果は、改めて両者の密接な関連を示すものであるといえよう。

また、キャリア選択における不安の研究の中心は、特性不安・状態不安であったが、最近では、職業決定に関連する情動的側面に着目し、困難の中核をなす事柄を的確に浮き彫りにすることが、支援上重要であるとされている（Saka, Gati & Kelly, 2008）。斎藤（2001）では、不安の元を探ることの必要性を指摘しているが、こうした点を考慮した、不安の対象に関する研究は未開拓であり、ここから不安への具体的な介入への示唆が得られると考えられる。

### 4. 就職活動における不安の機能に関する研究

また、介入の観点から、不安が実際の就職活動、およびキャリア探索と呼ばれる活動の中で、どのように影響を与え、機能しているかを検討した研究も散見される。Greenhaus & Sklarew (1981) では、キャリア探索への従事に影響を与える要因と、キャリア探索過程における特性不安の役割に関して検討している。これによると、自己に関連する探索が、職業決定に対する満足感に与える影響は不安のレベルによることが示され、不安が高い場合、自己探索を行う学生ほど、満足感が低いことが指摘されている。また、不安が低いほど、後に行われる仕事に関する探索を満足感が促進することが明らかになっており、キャリア探索における不安の役割の重要性が示唆されている。

これまでに示されてきたように、不安が高い場合、就職活動に阻害的な影響を与えるという知見が大半を占める。これは、不安と進路不決断の関連を考え

れば自明である。

しかしその一方で、こうした不安と就職活動の関連と一貫しない結果を示す研究があることも注目される。進路不決断においても、社会不安が高いと、進路不決断の傾向が低くなることを明らかにした研究（Leong & Chervinko, 1996）があるが、これと同様に、不安が高いほど、就職活動やキャリア探索をよく行うという知見の存在も看過できない。例えば、Blustein & Phillips (1988)、加藤・柴田（2005）、高校生を対象とした研究の中にも Vignoli, Croity-Belz, Chapeland, de Fillipis & Garcia (2005) が、不安が高いほど活動量が増加することを明らかにしている。

このように、就職活動という文脈において、不安がどのように機能しうるのかについては、一部で一貫した結果が得られておらず、どのような要因が促進・阻害を区別しているのかを明らかにしていく必要性が指摘される。

### 就職不安研究に導入されるべき新たな視座

#### 1. 不安の対象・水準の細分化

不安を捉える際、慢性的なものか状況的なものかといった水準によって区分される、特性不安・状態不安は非常に有効な概念であるが、これとは異なる切り口から捉えられる不安もある。例えば、子どもの不安障害をアセスメントするために用いられるスペンス児童用不安尺度（Spence, 1998）では、不安を感じる対象が区別され、不安障害をよりの確に鑑別することが可能になっている。また、藤井（1998）の大学生生活不安尺度でも、不安の種類を適切かつ迅速にアセスメントできるようにすることを目的としている。つまり、不安の水準だけではなく、不安の対象によって更に細かく分類しアセスメントしていくことが、臨床的にも有効であるとする見方がある。

一口に就職に関連した不安といっても、職業選択に関連した不安から就職活動に関連した不安など、様々にあり、その不安の元を分析することが必要とされている（Berger-Gross, Kahn & Weare, 1983）。職業選択上の困難への介入に関する知見においては、進路を決められない学生の中にも、さまざまなタイプが存在していることが示されており、それぞれの問題に対応した介入を行うことが求められている（Fuqua, Blum & Hartman, 1988）。こうした提言を考慮すると、問題の中心である不安の対象が曖昧であることは、個人が抱えている問題に対して具体的かつ適切な支援を行う上で大きな妨げとなり、ますます不安を高めることにつながることも考えられ

る。従って、就職活動を円滑に行うためには、例えば、就職活動のどのような側面について不安を感じているのか、職業選択のどのような側面について不安を感じているのかなどを詳細にとらえることが重要であり、不安への支援に有効であるといえるだろう。

松田・永作・新井(2008)と松田・永作・新井(2010)では、就職不安を2つの水準に区別し、職業選択不安と就職活動不安の尺度を作成することで、不安の対象の細分化を目指した。これらを用いた更なる研究で、効果的な実践活動を行うための基礎資料を蓄積する必要があると考える。

## 2. 就職不安の背景要因に関する資料の蓄積

効果的な実践活動を行う上で有用な観点の1つとして、ある症状の背景にある要因をさまざまな視点から捉えていくという考え方がある。従来から、精神症状や状態像に関与する全因子を分析して、その把握と治療に役立てようとする診断方法が存在しており、心理臨床場面では一般的に用いられている。これは、多次元診断とも呼ばれ、脳器質因子、体験因子、性格因子、環境因子などが精神疾患の発症や予後に関わりあってくるとされている(佐藤, 2002)。

このような観点から、キャリア選択に関する問題に目を向けると、例えば、進路不決断は特性不安と状態不安のように、個人内と状況の2側面から捉えられてきた歴史がある。また、従来のキャリアカウンセリングにおいても、クライアントの問題が、状況(環境)的要因と、状況に対するクライアントの個人内要因に起因することが指摘されており(渡辺・ハー, 2001)、こうした多次元診断のような考え方は、非常に有効であると考えられよう。

例えば、これまでも、進路不決断に関連する個人内要因としてパーソナリティ傾向(Holland, 1985 渡辺・松本・館訳 1990)や就職に対する認知(古市, 1995a,b; 杉本, 2005)などが取り上げられているが、どのような特徴を備えている個人が、就職不安を高く持ちやすいのかを把握することで、予防的な支援などの実践活動を行う際の有益な情報とすることができると考えられる。

## 3. 就職活動を促進させる心理資源の有用性

従来の研究の大半においては、不安はキャリア選択や就職活動に否定的な影響を与えることが見出されている。ここから、不安を低減することで円滑な就職活動が実現するという科学的根拠が得られている。しかし他方では、不安を低減するだけでは、本来の問題の解決には至らず、円滑な就職活動を促進

することに繋がらないとする視座もある。例えば、問題解決療法(D'zurilla, 1986 中田・杉山・椎谷訳 1995)やポジティブ心理学の立場から、ネガティブな症状を減少させることに焦点を当てるだけでなく、困難状況を乗り越えるための方策を探ってポジティブな心理資源を築き上げることが重要であるとする見方がある(Magyar-Moe, 2009; Seligman, 2002; Seligman, Rashid & Parks, 2006)。

例えば、「進路選択研究=自己効力」といった傾向が見られるほど、キャリア選択研究における自己効力の研究は隆盛を極めている。その中でも、自己効力が強い者は、就職活動を活発に行うが、逆に弱い者は活動に対して回避的になったり、不十分な活動に終始したりすることが頑健に示されている。従って、キャリア選択において、自己効力は十分に肯定的な心理資源たりうるといえるだろう。

ポジティブ心理学からの視点を援用すると、不安の低減だけではなく、就職活動において直面した発達課題を乗り越える際に作用しうる肯定的な心理資源の活用を並行させることで、円滑な就職活動をより長期的に支えることができると考えられる。従って、就職活動に有用な肯定的な心理資源について、自己効力以外にも目を向けた更なる模索を行っていく必要があると考える。

## 4. 就職不安のアセスメントに必要な情報の収集

Super (1957 日本職業指導学会訳 1960)は、進路選択を「自己概念の実現」として捉え、進路選択はその時々の実現的な諸条件と自己の条件との適応関係を維持していくダイナミックな過程であることを主張した。そもそも、キャリア(career)は、職業が静的な概念であるのに対して、動的な概念とされている。キャリア研究では、通文化、通時代的な普遍性を追求するだけではなく、背景を力動的に捉える必要があるといったような指摘も見られ(浦上, 2005)、状況的・文脈的要因も積極的に扱っていくべきであることが提言されている(Blustein & Phillips, 1988; Gordon, 1998)。Schwab, Rynes & Aldag (1987)では、就職活動に関する研究は横断的なデザインが多いことが指摘されており、介入を見越した、効果的な活動のアセスメントは難しいと考えられている(Barber, Daly & Giannantonio, 1994)。前述の多次元診断になぞらえれば、問題をより総合的に評価するためにも、環境的要因の把握は重要であり、就職活動に際して体験される不安に関しても、状況に富んだ視点から、包括的に検討していくことが求められよう。以上を踏まえ、就職活動を進めていく中での就職不安の変化を明らかに

し、実際の就職支援やキャリアカウンセリングの場面でアセスメントを行う際の基礎となる情報を収集していく必要がある。具体的には、一般的な不安の程度・変化を把握することで、就職活動が停滞しそうな学生、臨床的に問題が生じている・生じそうな学生を掘り上げる目安を探ることが目指される。

## まとめ

これまで、進路不決断や就職に関連した研究の中でも、不安は度々取り上げられ、知見の積み重ねがなされてきた。しかし、こうした先行研究の中で、就職不安が新たな視点を提供していくためには、乗り越えるべき課題が残されているといえる。具体的には、第1に、就職に関する不安を対象・水準で細分化し、これによる更なる知見の蓄積を行っていくこと、第2に、就職不安の背景要因を把握し、より効果的な実践活動への基礎資料とすること、第3に、就職不安への直接的介入に併用しうる、肯定的な心理資源の有用性を明らかにすること、第4に、就職活動という文脈において、時期による就職不安の推移を明らかにし、アセスメントを行う際の基準となる情報を提供すること、である。これら課題をクリアしていくことで、円滑な就職活動を実現するための支援に、より豊かな示唆が得られるであろう。

## 引用文献

- 足塚智志 (2006). 女子短期大学生の職業観の発達に関する研究—進路選択に対する自己効力と職業的不安の変化から— 大阪女子短期大学紀要, **31**, 13-27.
- Barber, A.E., Daly, C.L., Giannantonio, C.M. & Phillips, J.M. (1994). Job search: an examination of changes over time. *Personnel Psychology*, **47**, 739-765.
- Berger-Gross, V., Kahn, M.W. & Weare, C.R. (1983). The role of anxiety in the career decision making of liberal arts students. *Journal of Vocational Behavior*, **22**, 312-323.
- Blustein, D.L. & Phillips, S.D. (1988). Individual and contextual factors in career exploration. *Journal of Vocational Behavior*, **33**, 203-216.
- Bois-Reymond, M. & Blasco, A.L. (2003). Yo-yo transitions and misleading trajectories: Towards integrated transition policies for young adults in Europe. In A.L. Blasco, W. McNeish, & A. Walther (Eds.), *Young people and contradictions of inclusion: Towards integrated transition policies in Europe*. Bristol, UK: Polocoy Press. pp.19-41.
- Chartland, J.M. & Robbins, S.B. (1990). Development and validation of the career factors inventory. *Journal of Counseling Psychology*, **37**, 491-501.
- Crites, J.O. (1969). *Vocational psychology*. New York; McGraw-Hill.
- D'zurilla, T.J. (1986). *Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention*. New York: Springer-Verlag.
- (ズリラ T.J. 中田洋二郎・杉山圭子・椎谷淳二 (訳) (1995). 問題解決療法—臨床的介入への社会的コンピテンス・アプローチ 金剛出版)
- 藤井義久 (1998). 大学生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 心理学研究, **68**, 441-448.
- 藤井義久 (1999). 女子学生における就職不安に関する研究 心理学研究, **70**, 417-420.
- 船津静代 (2004). 大学内における就職相談の役割—名古屋大学での就職相談の実践を通じて— 大学と学生, **6**, 14-25.
- Fuqua, D.R., Blum, C.R. & Hartman, B.W. (1988). Empirical support for the differential diagnosis of career indecision. *Career Development Quarterly*, **36**, 364-373.
- 古市裕一 (1995a). 現代青年における職業忌避的傾向—規定要因の検討と類型化の試み— 悠峰職業科学研究紀要, **3**, 57-65.
- 古市裕一 (1995b). 青年の職業忌避的傾向とその関連要因についての検討 進路指導研究, **16**, 16-22.
- Gati, I. (1986). Making career decisions: A sequential elimination approach. *Journal of Counseling Psychology*, **33**, 408-417.
- Goodstein, L.D. (1965). Behavior theoretical views of counseling. In B. Steffire & W.H. Grant (Eds.), *Theories of counseling*. New York: McGraw-Hill, pp.140-192.
- Gordon, V.N. (1998). Career decidedness types: A literature review. *Career Development Quarterly*, **46**, 386-403.
- Greenhaus, J.H. & Sklarew, N.D. (1981). Some sources and consequences of career exploration. *Journal of Vocational Behavior*, **18**, 1-12.
- Holland, J.L. (1985). *Making vocational choices*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- (ホランド, J.L. 渡辺三枝子・松本純平・館暁夫 (訳) (1990). 職業選択の理論 雇用問題研

- 研究会)
- 加藤千恵子・柴田雄企 (2005). 大学生の就職活動に与える自己効力感と就職不安の影響 日本発達心理学会第16回大会発表論文集, 500.
- Leong, F.T. & Chervinko, S. (1996). Construct validity of career indecision: Negative personality traits as predictors of career indecision. *Journal of Career Assessment*, **4**, 315-329.
- Magyar-Moe, J.L. (2009). *Therapist's guide to positive psychological interventions*. New York: Academic Press.
- 松田侑子・永作 稔・新井邦二郎 (2008). 職業選択不安尺度の作成 筑波大学心理学研究, **36**, 67-74.
- 松田侑子・永作 稔・新井邦二郎 (2010). 大学生の就職活動不安が就職活動に及ぼす影響—コーピングに注目して— 心理学研究, **80**, 512-519.
- Mendonca, J.D. & Seiss, T.F. (1976). Counseling for indecisiveness: Problem-solving and anxiety management training. *Journal of Counseling Psychology*, **23**, 339-347.
- 森 陽子 (2005). フリーター、ニートをめぐる臨床から 白井利明 (編) 迷走する若者のアイデンティティー—フリーター、パラサイト・シングル、ニート、ひきこもり— ゆまに書房 pp.70-105.
- 西山 薫 (2003). 就職不安とプロアクティブパーソナリティ特性および自己効力に関する研究 人間福祉研究, **6**, 137-148.
- 大久保幸夫 (2002). 新卒無業。—なぜ、彼らは就職しないのか— 東洋経済新報社
- Osipow, S.H., Carney, C.G. & Barak, A. (1976). A scale of educational-vocational undecided: A typological approach. *Journal of Vocational Behavior*, **9**, 233-243.
- Peng, H. (2001). Career group counseling in undecided college female seniors' state anxiety and career indecision. *Psychological Reports*, **88**, 996-1004.
- 斎藤幸江 (2001). 大学3年生必携 あきらめないで就職活動 週刊東洋経済, **5732**, 72.
- Saka, N., Gati, I. & Kelly, K.R. (2008). Emotional and personality-related aspects of career-decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, **16**, 403-424.
- 坂柳恒夫 (1996). 大学生の職業的不安に関する研究 広島大学大学教育研究センター大学論集, **25**, 207-227.
- 坂柳恒夫 (1997). 職業的不安と大学生活充実度との関係 愛知教育大学教科教育センター研究報告, **21**, 79-85.
- Salomone, P.R. (1982). Difficult cases in career counseling: II—The indecisive client. *Personnel and Guidance Journal*, **60**, 496-500.
- 佐藤泰三 (2002). 児童青年期の精神疾患と診断基準 佐藤泰三・市川宏伸 (編) 臨床家が知っておきたい「子どもの精神科」—こころの問題と精神症状の理解のために— 医学書院 pp.130-137.
- Schwab, D.P., Rynes, S.L. & Aldag, R.J. (1987). Theories and research on job search and choice. In K.M. Rowland & G.M. Ferris. (Eds.), *Research in personnel and human resources management*. Vol.5. Greenwich, CT: JAI Press. pp.129-166.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M.E.P., Rashid, T. & Parks, A.C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, **61**, 774-788.
- 瀬戸正弘 (2008). 女子大学生の就職不安に影響を及ぼす心理社会的要因の研究 安田女子大学院文学研究科紀要, **13**, 71-93.
- 柴田雄企 (2006). 進路選択に対する自己効力感と就職不安の変化—短期大学女子学生の場合— 大分県立芸術文化短期大学研究紀要, **44**, 73-80.
- 清水和秋 (1983). 職業的意思決定と不決断 関西大学社会学部紀要, **14**, 203-222.
- 清水和秋 (1990). 進路不決断尺度の構成—中学生について— 関西大学社会学部紀要, **22**, 63-81.
- 下村英雄 (2007). 進路未決定と進路意思決定をいかに支援するか 日本教育心理学会第49回総会発表論文集, S59.
- 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.
- 白井利明 (2009). 問題提起と理論的背景 白井利明・下村英雄・川崎友嗣・若松養亮・安達智子 (編) フリーターの心理学—大卒者のキャリア自立— 世界思想社 pp.12-29.
- Spence, S.H. (1998). A measure of anxiety symptoms

- among children. *Behavior Research and Therapy*, **36**, 545-566.
- 杉本英晴 (2005). 大学生の進路選択開始行動に影響を与える要因の検討 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 145-146.
- Super, D.E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Brothers.  
(スーパー, D.E. 日本職業指導学会(訳) (1960). 職業生活の心理学—職業経歴と職業的発達—誠信書房)
- 谷口有里香・河村茂雄 (2007). 大学生の職業未決定と就職不安との関連 日本教育心理学会第49回総会発表論文集, 540.
- 戸口愛泰・辰巳雅紀 (2002). 就職活動における将来展望と不安—不安低減要因の検討— 関西大学大学院人間科学, **57**, 133-144.
- 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.
- 浦上昌則 (2005). キャリア関係研究の動向 教育心理学年報, **44**, 47-56.
- 浦上昌則・三宅章介・横山明子 (2004). 就職活動をはじめの前に読む本 北大路書房
- Vignoli, E., Croity-Belz, S., Chapeland, V., de Fillipis, A. & Garcia, M. (2005). Career exploration in adolescents: The role of anxiety, attachment, and parenting style. *Journal of Vocational Behavior*, **67**, 153-168.
- 若松養亮 (2001). 大学生の進路未決定者が抱える困難さについて—教員養成学部の学生を対象に— 教育心理学研究, **49**, 209-218.
- 渡辺三枝子・E.L. ハー (2001). キャリアカウンセリング入門 人と仕事の橋渡し ナカニシヤ出版
- 山本多喜司・S. ワップナー (1992). 人生移行の発達心理学 北大路書房
- 全国大学生生活協同組合連合会 (2009). CAMPUS LIFE DATA 2008 全国大学生生活協同組合連合会

(受稿3月23日：受理4月30日)