

〔原著〕

就職活動中のサポート資源に関する探索的検討

筑波大学大学院人間総合科学研究科：水野 雅之

筑波大学人間系：佐藤 純

Exploratory examination of support resources in Japanese job hunting

Masashi Mizuno and Jun Sato

問題と目的

近年、大学生の就職活動の過酷さが注目されるようになり、厚生労働省（2010）の調査では2011年卒大学生の就職内定率は2010年10月1日時点で57.6%と過去最低の数値となっている。また、2010年卒大学生の平均エントリー社数は66.4社、平均内定数は1.04社（レジェンダ・コーポレーション, 2009）とエントリー社数に対して得られた内定数の少なさが目立ち、多数の会社からの不採用を経験しながら、内定に向かって活動している様子がうかがえる。

大学生は就職活動や進路選択の中で不安やストレスなど様々な不適応を経験することが明らかにされており（北見・茂木・森, 2009; 松田・永作・新井, 2008; 2010; Peng, 2001; Saka, Gati, & Kelly, 2008など）、特に日本の就職活動においては就職活動に関する不安が抑うつや身体に表れるストレス症状を高めること（藤井, 1999）、就職活動に関するストレスが精神健康度を悪化させること（北見ら, 2009）、就職活動に関する不安が就職活動の量と主観的な満足感を抑制することが報告されている（松田ら, 2010）。

また、上述したように、就職活動では多数の会社からの不採用を経験するという現状があり、このことによって自尊感情が大きく損なわれることも考えられるだろう。また、北見ら（2009）や北見・森（2010）はストレス状態の長期化により、就職活動の意欲が低下した場合、就職をあきらめてしまう可能性を指摘して

いる。

このように大学生の就職活動にはその活動を阻害・抑制するような様々な不適応が伴うにも関わらず、大学生の就職活動は企業の採用スケジュールを反映した画一的なプロセスによって進められていくため、このスケジュールから外れてしまうと就職することが難しいことを下村・木村（1997）は指摘している。

以上のことから大学生の就職活動は心理的な不適応をもたらすイベントであり、多数の入社試験における不採用という挫折を繰り返し経験しながらも、採用スケジュールに合わせて活動を継続していかなければならないプロセスであるといえる。就職活動中の心理的不適応を低減し、企業の採用スケジュールに合わせて就職活動を継続していけるような支援が求められていると考えられるだろう。

ところで、大学生は進路の悩みがあるときに学生相談のような専門家よりもインフォーマルな援助者である友達や家族への被援助志向性が高いこと（木村・水野, 2004）が明らかにされている。就職活動中の学生は多数の会社にエントリーし、説明会に参加し、採用試験を受けるなどと多忙である現状を鑑みると、以上のような日常生活の中でサポートを得ることができる人やもの、サービスなどのサポート資源の有効な活用を促す就職活動支援が有用であると考えられる。

日常生活の中に存在するサポートに関する知見はソーシャル・サポート研究の中で蓄積され

てきており（久田，1987；2006など），サポート資源に援助を求めることについては被援助志向性や援助要請研究の中で扱われてきた（水野・石隈，1999など）。しかしながら，佐藤（2010）はまずは人に頼らないで自分で問題解決していくとする態度の健康的な側面を指摘している。

自助資源の利用を人的資源に加えて検討しているものには佐藤（2008）があり，この研究では友人や家族などの人的資源の活用に加えてウェブや書籍のような自助資源の活用に関して検討を行い，友人や家族だけでなくウェブや書籍のような自助資源が学生相談よりも活用されていることを明らかにした。

就職活動中のソーシャル・サポートを扱った下村・木村（1997）では家族，先輩，同性の友人，異性の友人を，松田・前田（2008）では友人と親をサポート資源として取り上げている。しかしながら，これらは研究者によって設定されたサポート資源の分類であり，就職活動中の学生が多忙な中で実際にどのようなサポート資源を活用しているのかは明らかにされておらず，ウェブや書籍のような自助資源の活用についても検討されていない。

そこで，本研究では就職活動を経験した大学生・大学院生を対象に自由記述式質問紙調査，半構造化面接による調査を行い，どのようなサポート資源から得られるどのようなサポートを就職活動中の学生が実際に活用しているのか明らかにすることを目的とする。就職活動中に実際に使われているサポート資源およびサポート内容を明らかにすることで，より現実に基づいた就職活動中のサポート資源の活用に関する知見を得ることができるだろう。

方 法

1. 自由記述式質問紙

調査対象者

企業に対する就職活動を経験したことがあった関東圏の国立大学3校，私立大学4校の大学生27名および大学院生5名の合計32名（男性：11名・女性：21名）で，平均年齢は21.94歳（SD

=1.07）であった。大学はいずれも4年制大学を対象とした。なお，調査対象者には企業への就職活動と同時に公務員試験を受験していた大学生を含む。

調査時期および調査手続き

2011年6月下旬～7月に無記名の個別記入形式の質問紙を心理学の講義時間やサークル・学生団体などの課外活動，および知人を通して配布し，回答を求めた。

調査内容

「あなたは就職活動中にどのような人・ものから実際にサポートを受けましたか。その人・ものについて，差し支えない範囲で詳細にご記入ください。」「答えていただいた人・ものからは実際にどのようなサポートを受けましたか。実際にどのようなサポートを受けたか，差し支えない範囲で詳細にご記入ください。」と教示し，空欄に自由に回答を求めた。

2. 半構造化面接

調査対象者

調査時期に企業に対する就職活動を経験したことがあった関東圏の国立大学の大学生11名および大学院生2名，就職活動をしていた大学卒業後1年目のフリーター1名の合計14名（男性：6名・女性：8名）で，平均年齢は21.69歳（SD=0.58）であった。大学は4年制大学を対象とした。なお，調査対象者には企業への就職活動と同時に公務員試験を受験していた大学生を含む。また，調査協力者は自由記述式質問紙の調査協力者と重複していない。

調査時期および調査手続き

2011年6月下旬～7月に知人を通して面接調査協力者を募集し，半構造化面接を実施した。

調査内容

就職活動をしていた時期のことが想起しやすいように，時系列に沿って「自己分析や企業研究など始める時期」，「エントリーシートを提出したり，会社に赴いて説明会に参加する時期」，「筆記試験や面接試験を受ける時期」の3つに就職活動を分け，それぞれの時期に関して「不安

な気持ちになったときやわからないことがあったときにどなたか人にご相談しましたか」、「不安な気持ちになったときやわからないことがあったときに何かものやサービスをご利用になりましたか」と尋ねた。

結 果

サポート資源の活用に関して、自由記述式質問紙から227記述、半構造化面接から346記述、合計573記述を得た。得られた記述に対して、KJ法（川喜多，1967）を援用して心理学を専攻する大学院生5名で記述の分類を行った。なお、分類を行った大学院生5名のうち、2名は就職活動を研究テーマとしており、そのうち1名は就職活動の経験があった。

記述の分類結果をTable 1に示す。分類の結果14のカテゴリーと47のサポート源、74のサポート内容が得られた。なお、複数のサポート源を含んだカテゴリーのうち、カテゴリー名とサポート源名が同じ、『友人』カテゴリーの中の「友人」、『先輩』カテゴリーの中の「先輩」、『家族』カテゴリーの中の「家族」、『先生』カテゴリーの中の「先生」は記述内容から具体的にどのような「友人」「先輩」「家族」「先生」であるかわからなかった記述が分類された。

サポート内容の「情緒的サポート」には気持ちを聞いてくれたり、気分転換を一緒にしてくれるなどの感情面でのサポートの記述が分類され、「道具的サポート」には就職活動の様子を教えてもらったり、模擬面接をしてくれるなどの就職活動を直接的・間接的に手伝う記述が分類された。なお、「内容不明」のサポート内容には「相談した」のような具体的なサポートの内容がわからない記述が分類された。

次にそれぞれのサポートを活用している人数を調査対象者全体の人数で除し、それぞれのサポートがどの程度の割合で活用されているかパーセンテージを算出した（以下、このパーセンテージを活用率と表記する）。活用率が20%を超えたサポート内容は「就職サイトからの道具的サポート（24人：52.17%）」、「就職活動

をしていた先輩からの道具的サポート（17人：36.96%）」、「就職課からの道具的サポート（15人：32.61%）」、「友人からの道具的サポート（15人：32.61%）」、「就職活動をしている友人からの道具的サポート（13人：28.26%）」、「就活本からの道具的サポート（13人：28.26%）」、「友人からの情緒的サポート（12人：26.09%）」であった。サポート内容では道具的サポートが、サポート資源はインフォーマルなサポート資源および自助資源がより活用されていた。

大学生のソーシャル・サポートは女性の方が男性よりも高く知覚し（福岡・橋本，1997）、被援助志向性は女性の方が男性よりも高いという知見が得られている（木村・水野，2004）ため、実際のサポート資源の活用にも性差がみられる可能性が考えられた。そこで、活用率が20%を超えた7つのサポートに関して、「性別」×「サポート活用の有無」の χ^2 検定によって性差の検討を行った。分析の結果、7つすべてのサポートで性別による有意差はみられなかった。

考 察

本研究では就職活動中の学生がどのような資源から、どのような内容のサポートを活用しているかを探索的に明らかにするために、自由記述式質問紙および半構造化面接を実施し、得られた記述に対してKJ法を援用して分類を行うとともにそれぞれのサポートがどの程度の割合で活用されているか活用率を算出した。

KJ法の結果および活用率を算出した結果から就職活動中の学生は「情緒的サポート」よりも「道具的サポート」をより活用していることがわかった。就職活動では情緒的な面でのサポートよりもどのように就職活動を進めていけば良いのかといった情報や実際に面接の練習をしてもらうといったサポートがより利用されやすいのかもしれない。

また、就職活動中の学生は木村・水野（2004）や佐藤（2008）の結果と同様に友人、就職活動をしている友人、就職活動をしていた先輩のようなインフォーマルなサポート資源および就職

Table 1 a 記述の分類結果と活用率

カテゴリー	サポート源	サポート内容	活用人数	活用率	項目例
友人	友人	情緒的サポート	12	26.09%	友人に不安な気持ちを聞いてもらった
		道具的サポート	15	32.61%	友人と情報交換した
		内容不明	4	8.70%	友人にアドバイスしてもらった
	就職活動をしている友人	情緒的サポート	6	13.04%	就職活動をしている友人と頑張ろうねと言った
		道具的サポート	13	28.26%	就職活動をしている友達と説明会の情報共有をした
	就職活動で知り合った友人	情緒的サポート	2	4.35%	就活中に知り合った友人と励まし合った
		道具的サポート	3	6.52%	説明会で知り合った人と今の進み具合について話した
	就活をしていない友人	情緒的サポート	3	6.52%	就活をしていない友達に愚痴を聞いてもらった
	就活をしていた友人	道具的サポート	1	2.17%	就職活動をしている友人からマナーで気をつけることを聞いた
	就職浪人している友人	道具的サポート	1	2.17%	就職浪人している友人に就活の説明会の様子を聞いた
	就職している友人	道具的サポート	1	2.17%	就職している同期に仕事の様子を聞いた
恋人	恋人	情緒的サポート	2	4.35%	恋人に愚痴を聞いてもらった
		道具的サポート	1	2.17%	恋人にESをみてもらった
先輩	先輩	情緒的サポート	2	4.35%	先輩に話を聞いてもらった
		道具的サポート	6	13.04%	先輩から就職活動に関する情報を得た
		内容不明	2	4.35%	先輩に相談した
	就職活動をしていた先輩	情緒的サポート	1	2.17%	内定を多数貰っていた先輩に愚痴を聞いてもらった
		道具的サポート	17	36.96%	就職活動をしていた先輩に業界分析の仕方について聞いた
	就職浪人をしていた先輩	道具的サポート	1	2.17%	就職浪人していた先輩にどういう風に就職浪人を決意したか聞いた
家族	家族	情緒的サポート	4	8.70%	家族に話を聞いてもらった
		道具的サポート	5	10.87%	家族から自己分析の際に意見をもらった
		内容不明	1	2.17%	家族に助言してもらった
	親	情緒的サポート	5	10.87%	親に不安な気持ちを聞いてもらった
		道具的サポート	8	17.39%	親に面接のアドバイスをもらった
		内容不明	2	4.35%	親に相談した
	父親	情緒的サポート	2	4.35%	父に自分を理解してもらった
		道具的サポート	6	13.04%	父親に働くというのはどういうことか聞いた
	母親	情緒的サポート	4	8.70%	母に自分を理解してもらった
		道具的サポート	9	19.57%	母親に企業の評判を聞いた
	兄弟	情緒的サポート	2	4.35%	兄弟に精神的フォローをしてもらった
		道具的サポート	5	10.87%	姉に自己分析の仕方を教えてもらった
		内容不明	1	2.17%	兄弟に相談した
	親戚	道具的サポート	1	2.17%	親戚から地元企業の情報を教えてもらった
	ペット	情緒的サポート	1	2.17%	ペットからぬくもりをもらった
バイト先の人	バイト先の人	情緒的サポート	2	4.35%	バイトの同僚に第一希望の企業に落ちたときに励ましてもらった
		道具的サポート	1	2.17%	バイト先で同じ業界に内定をもらっている人がどの時期に何をしてたのか聞いた
		内容不明	1	2.17%	バイト先の人に相談した
	先生	情緒的サポート	1	2.17%	先生が親身に相談にのってくれた
		内容不明	1	2.17%	恩師に最後の後押しをもらった
先生	大学の先生	情緒的サポート	1	2.17%	教授に愚痴を聞いてもらった
		道具的サポート	2	4.35%	研究室の先生にエントリーシートをチェックしてもらった
		内容不明	2	4.35%	学校の先生に相談にのってもらった

Table 1 b 記述の分類結果と活用率（続き）

カテゴリー	サポート源	サポート内容	活用人数	活用率	項目例
就職課	就職課	情緒的サポート	2	4.35%	CDP で応援してもらった
		道具的サポート	15	32.61%	就職課で ES の添削をしてもらった
		内容不明	2	4.35%	キャリアセンターでいろいろな相談をした
社会人	OB・OG	道具的サポート	8	17.39%	OB 訪問でどういった意識を持った人がいるか聞いた
		内容不明	1	2.17%	OB・OG に相談した
	個人的な知り合い	道具的サポート	4	8.70%	父の学生時代の同期の人に ES のアドバイスをもらった
企業関連	企業	道具的サポート	2	4.35%	企業に資料を請求した
	人事	道具的サポート	3	6.52%	人事の人が面接での受け答えに関するアドバイスをくれた
		内容不明	1	2.17%	企業の人事部の人に相談にのってもらった
		リクルーター	道具的サポート	3	6.52%
	内容不明		1	2.17%	リクルーターにアドバイスしてもらった
	その他社員	道具的サポート	2	4.35%	会社見学で現場の人にきれいなことだけではなくしんどいことを聞いた
	説明会・セミナー	合同説明会	道具的サポート	3	6.52%
セミナー		道具的サポート	3	6.52%	学生団体の企画で就活をは何かを聞いた
就活本		道具的サポート	13	28.26%	就活本で面接対策をした
書籍	企業のパンフレット	道具的サポート	3	6.52%	会社のパンフレットで企業分析をした
	就活ノート	道具的サポート	1	2.17%	就活ノートを見返して面接で話したことを思い出した
	雑誌	道具的サポート	2	4.35%	雑誌で業界のニーズを調べた
	新聞	道具的サポート	2	4.35%	新聞で時事問題対策をした
	乗り換え表	道具的サポート	1	2.17%	乗り換え表を使った
	日程表	道具的サポート	1	2.17%	日程表を作った
	マンガ	情緒的サポート	1	2.17%	マンガを読んで気分転換をした
	インターネット	道具的サポート	8	17.39%	インターネットで面接で何を質問されるか調べた
	インターネット	就職サイト	情緒的サポート	2	4.35%
道具的サポート			24	52.17%	就職サイトで企業の情報を集めた
掲示板		道具的サポート	1	2.17%	インターネットの掲示板の書き込みを企業をみるときの参考にした
企業のホームページ		道具的サポート	4	8.70%	企業独自のサイトで企業の情報を得た
スーツ店のホームページ		道具的サポート	1	2.17%	量販店のサイトでスーツの手入れの仕方を調べた
twitter		道具的サポート	1	2.17%	twitter で就職支援の団体に質問した
スマートフォン		道具的サポート	2	4.35%	スマートフォンで面接の予約をした
テレビ	ニュース	道具的サポート	2	4.35%	ニュースで時事を知った
ゲーム	ゲーム	情緒的サポート	1	2.17%	ゲームをして気分転換した

サイトや就活本のような自助資源をよく活用していた。一方で、フォーマルなサポート資源と考えられる就職課も活用されていた。上述したように就職活動では道具的なサポートがより利用しやすいと考えられている可能性があり、そ

のため様々な道具的サポートを提供してくれる就職課がよく活用されていると考えられる。

先行研究の結果からサポート資源の活用性に性差がみられると予測されたため、 χ^2 検定による性差の検討を行った。しかしながら、先行研

究の知見からの予測とは異なり、サポート資源の活用に関して、男女差はみられなかった。この結果についてはふた通りの解釈が可能である。まず、第一の解釈として、先行研究では一般的な問題に対しての援助要請について扱っているため男女による違いがみられたが、本研究のような就職活動という特異的な場面では男女によって差がみられないという可能性が考えられる。第二の解釈は本研究で収集したデータの尺度水準に関係するものである。本研究で収集したデータからはサポート資源をどの程度活用するか、どの程度活用しないのかを明らかにすることができないため、今回の分析ではサポート資源を「活用する」のか「活用しない」のかを問題にして、 χ^2 検定によって分析を行った。しかしながら、先行研究で示された男女による差はサポート資源を「活用する」のか、「活用しない」のかではなく、サポート資源をどの程度活用するか、どの程度活用しないのかといった程度の違いによるものである可能性が考えられる。

今後は就職活動中のサポート資源の活用と他の変数との数量的な関係を明らかにするために、本研究の結果をもとにしてサポート資源の活用に関する尺度を作成し、その妥当性と信頼性を検討することが求められるだろう。

引用文献

- 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.
- 福岡欣治・橋本宰 (1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, 68, 403-409.
- 久田満 (1987). ソーシャル・サポート研究の動向と今後の課題 看護研究, 20, 170-179.
- 久田満 (2006). ソーシャルサポート理論 植村勝彦・高島克子・箕口雅博・原裕視・久田・満 (編) コミュニティ心理学 (pp.82-83) ミネルヴァ書房.
- 川喜田二郎 (1967). 発想法—創造性開発のために— 中公新書.
- 木村真人・水野治久 (2004). 大学生の被援助志向性と心理的変数との関連について—学生相談・友達・家族に焦点をあてて— カウンセリング研究, 37, 260-269.
- 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.
- 北見由奈・森和代 (2010). 大学生の就職活動ストレスおよび精神的健康とソーシャルスキルの関連性の検討, ストレス科学研究, 25, 37-45.
- 厚生労働省 (2010). 平成22年度大学等卒業予定者の就職内定状況調査 (平成22年10月1日現在) について <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000000weq7.html> (2011年8月27日参照)
- レジェンダ・コーポレーション (2009). エントリー者数は1.7倍に、内定社数は4割減少 <http://www.atmarkit.co.jp/news/200906/02/leggenda09.html> (2011年8月27日参照)
- 松田由希子・前田健一 (2008). 大学生の職業選択未関与におよぼす自己効力感と親や友人からのサポートの影響, 広島大学心理学研究, 7, 147-158.
- 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の及ぼす影響—コーピングに注目して— 心理学研究, 80, 512-519.
- 水野治久・石隈利紀 (1999). 被援助志向性、援助要請行動に関する研究の動向 教育心理学研究, 47, 530-539.
- Peng, H. (2001). Career group counseling in undecided college female senior's state anxiety and career indecision. *Psychological Reports*, 88, 996-1004.
- 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.
- 佐藤純 (2008). 大学生の援助資源の利用について—学生相談におけるセルフヘルプブック利用という視点から— 筑波大学発達臨床心理学研究, 19, 35-43.
- 佐藤純 (2010). 大学生におけるセルフヘルプ志向性に関する基礎的研究, 日本カウンセリング学会第43回発表論文集, 116.
- 下村英雄・木村周 (1997). 大学生の就職活動ストレスとソーシャルサポートの検討 進路指導研究, 18, 9-16.