Tsukuba Psychological Research
2007, **33**, 79-87

大学生の進路選択における動機と精神的健康との関連

筑波大学大学院人間総合科学研究科　萩原　俊彦

筑波大学大学院人間総合科学研究科・心理学系　桜井　茂男

The link between motivation and psychological/subjective well-being in the career choices of college students

Toshihiko Hagiwara and Shigeo Sakurai (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to examine the link between the motivation to "search for something to commit to" within career choices and psychological and subjective well-being. A survey was administered to 204 college students, consisting of scales concerning the motivation to "search for something to commit to" within career choices, the General Health Questionnaire (GHQ), a subjective well-being scale, and about whether or not they have "something to commit to" as a career. The results show that self-determination motivation ("self-fulfillment orientation") predicts higher psychological and subjective well-being. In contrast, non-self-determination motivations ("social position orientation" and "following others") predict lower subjective well-being. It is argued that a sense of self-determination is linked with adaptation for career choices.

Key words: self determination theory, career choices, well-being, college students

問題と目的

近年，大学新卒正社員における早期離職の増加（内閣府，2003）や，ニート・フリーターの問題（小杉，2002；2004）など，青年の就業問題が社会問題として注目されている。この心理学的要因としては，青年の進路選択に対する意識変化があると考えられる。こうした変化の一つとして近年注目されているのが，進路選択における「やりたいこと」志向の高まりである。この志向は，好きなことや，やりたいことを仕事に結びつける価値志向として，現代の青年に広く支持されるようになってきている（安達，2004）。

この「やりたいこと」志向については，キャリアを通した自己表現欲求の現われとして，それ自体が進路不決断に直結するわけではないとする知見（安達，2004）と，職業の社会的意義の軽視や，就職志望者の就職活動回避などに結びつく不適応的な志向であるとする知見（e.g. 大久保，2002；下村，2003）の双方が存在する。この背景としては，「やりたいこと志向」が現代の青年に広く支持され受け入れられた価値志向であるために，それを内発的に志向する者と，社会的に望ましい価値志向として外発的に取り入れた（乾，2001；久木元，2003）者の双方が存在し，その違いが適応に対し異なる影響を与えているという可能性が考えられる。

上記の点に着目し，萩原・桜井（2005）は，大学生の進路選択において行われる「やりたいこと探し」の動機には，「他者に促されて」といった外発的動機から，「自分を高めるため」といった内発的動機まで，自己決定性の違いに基づく複数の構成因子が存在するのではないかと考え，Ryan & Deci（2000）の自己決定理論（Self-Determination theory: SDT）を用いて検討を行った。その結果，「やりたいこと探し」の動機は，自己の充足感を高めるためにやりたいことを探すという自己決定的な

「自己充足欲求」，自分の社会的立場を安定させるためにやりたいことを探すという，自己決定性の面では中間的な「社会的安定希求」，周囲の人間に追随するためにやりたいことを探すという非自己決定的な「他者追随」の3つの動機から構成されることが明らかとなった。また，この3つの動機が進路不決断に与える影響について検討したところ，自己決定理論からは適応的な結果と関連すると予測された「自己充足志向」が，職業選択を真剣に考えないモラトリアム的態度を抑制しつつも，職業選択における葛藤を促進という，自己決定的な動機が適応・不適応双方を促進するというアンビバレントな影響が示唆された。そして，この影響が見られたのはやりたいことが見つかっていない群においてであり，やりたいことが見つかっている群には見られなかった。

本研究では，「やりたいこと探し」の動機が，精神的健康に与える影響について検討する。Gordon (1998) は進路未決定者の類型化研究をレビューし，問題のある進路未決定者に共通する特性の一つとして，進路を決められないことへの悩みの程度が高いことを挙げている。この悩みの程度を検討するために，「やりたいこと探し」の動機が精神的健康に与える影響を検討することは，意義があると考えられる。

自己決定理論では，より自己決定的に遂行された行動は適応的な結果と関連があることが示されている (Ryan & Deci, 2000)。近年では適応やヘルスケア (e.g. Ryan, Plant, O'Malley, 1995; Williams, Grow, Freedman, Ryan & Deci, 1996)，精神的健康 (e.g. Igreja, Zuroff, Koestner & Saltaris, 2000; Sheldon & Kasser, 1995; Ryan, Rigby, & King, 1993; Vansteenkiste, Lens, Witte, Witte, & Deci, 2004) などを予測出来る理論として応用がなされている。このように，適応的な行動や精神的健康の予測因 (永作・新井，2003) として，自己決定理論の枠組みの有効性が多くの研究で示されてきている。

特に，精神的健康との関連を検討した研究では，職業探索の動機づけにおける自律性（自己決定性）の違いが精神的健康に与える影響を検討したVansteenkiste et al. (2004) の研究がある。Vansteenkiste et al. (2004) は失業者に対し，職業探索する動機と職業探索しない動機を調査し，その自己決定性に違いがあることを見出した。そして，自律的な動機づけで職業探索をしないでいる者はGeneral Health Questionnaire (GHQ) の得点やポジティブな経験，生活への満足感が高くなることを見出した。一方，職業探索の動機づけに関しては，統制的な動機づけで職業探索している者はGHQ得点やポジティブな経験，生活への満足感が低くなることを明らかにした。

我が国での自己決定理論に関する研究は教育評価に関するものが多く (e.g. 速水，1995；Yamauchi & Tanaka 1998)，永作・新井 (2003, 2005) や藤原 (2005) のように動機づけの自己決定性が適応や精神的健康に及ぼす影響について検証した研究はほとんど見当たらない。また，Vansteenkiste et al. (2004) のように，職業探索における動機づけの自己決定性と精神的健康の関連性を検討した研究も，我が国では見当たらないのが現状である。したがって，職業探索と深く関わりのある「やりたいこと探し」の動機づけと，精神的健康および適応との関連を自己決定理論の枠組みで実証的に検討することは意義深いと考えられる。

以上から，本研究では「やりたいこと探し」の動機尺度の各下位尺度と，精神的健康を測定する尺度 (中川・大坊，1985) である日本版GHQ (General Health Questionnaire：精神健康調査票)，および主観的幸福感尺度 (伊藤・相良・池田・川浦，2003) との関連を調査し，「やりたいこと探し」の動機における自己決定性の違いが精神的健康に及ぼす影響に関して検討を行うことを目的とする。本研究における仮説は以下の通りである。

仮説1：自己決定性の低い「やりたいこと探し」の動機である「他者追随」と「社会的安定希求」は，GHQには正の影響（すなわち，精神的健康には負の影響）を，主観的幸福感に負の影響を及ぼすであろう。

仮説2：自己決定性の高い「やりたいこと探し」の動機である「自己充足志向」は，GHQには負の影響（すなわち，精神的健康には正の影響）を，主観的幸福感には正の影響を及ぼすであろう。

なお，本研究では上記の仮説を「やりたいこと」が見つかっている群と，見つかっていない群の二群に分けて検討を行う。下村・菰田 (2005) は，進路意思決定過程における情報処理プロセスの違いを，職業レディネスの一側面である「志望の明瞭性」の高群・低群で比較し，明瞭性高群は，初期段階で「自己関連情報」を選択的・集中的に探索し，次に選択対象を絞り込むという望ましい情報探索を行っていたことを明らかにしている。したがって，本研究においても，志望が明瞭である「やりたいこと」が見つかっている群は，上首尾に就職活動を行いやすいため，より適応的な結果と関連すると予測される。

方　法

調査対象

関東圏内の大学生204名を対象とした。学年の内訳は，1年生が1名（男性1名），2年生が178名（男性79名，女性99名），3年生が15名（男性7名，女性8名），4年生が2名（男性2名），性別もしくは学年が不明の者は8名であった。平均年齢は19.91歳（SD =.72）であった。

調査時期および調査手続き

2004年12月3日に無記名の個別記入形式の質問紙で，大学の講義時間中に集団方式にて実施した。実施時間は約15分であった。

調査内容

「やりたいこと探し」の動機尺度[1]：萩原・桜井（2005）にて構成された26項目，5件法。「他者追随」「社会的安定希求」「自己充足志向」の各下位尺度からなり，やりたいこと探しをどういった動機に基づき行なっているかを測定する尺度である。

日本版GHQ（General Health Questionnaire：精神健康調査票）：Goldbergが開発したGeneral Health Questionnaireを中川・大坊（1985）らが日本に導入したものである。本研究では12項目版を使用した。なお，高得点であるほど精神的健康は悪くなる。12項目，4件法。

主観的幸福感尺度（伊藤・相良・池田・川浦，2003）：心理的健康を測定する簡便な尺度を作成する目的で，WHOが開発したSUBI（Subjective Well-Being Inventory）を元に構成された尺度である。「人生に対する前向きの気持ち（満足感）」「達成感」「自信」「人生に対する失望感」「至福感」の5領域（各3項目）から構成される15項目，4件法。

結　果

1.「やりたいこと探し」の動機尺度の因子分析

萩原・桜井（2005）で決定した「やりたいこと探し」の動機尺度の因子構造が再現されるか確認するため，「やりたいこと探し」の動機尺度の因子分析を行った。なお，分析を行う前に，「やりたいこと」を「過去も今も探していない」との回答者は分析から除外した。除外された回答者は8名で，残り196名が分析対象となった。

「やりたいこと探し」の動機尺度25項目[2]について，主因子法Promax回転による因子分析を行ったところ，萩原・桜井（2005）と同じ因子構造が得られた。因子分析の結果をTable 1に示す。以上から，本研究では「自己充足志向」12項目，「社会的安定希求」9項目，そして「他者追随」4項目を「やりたいこと探し」の動機尺度の下位尺度として採用した。

2.「やりたいことの有無」による各尺度得点差の検討

Table 2に，本研究の調査対象者における「やりたいことの有無」と「やりたいこと探しへの取り組み」によるクロス集計表を示す。「やりたいことの有無」ごとに「やりたいこと探しへの取り組み」を比較したところ，有意な差が見られた（χ^2=20.82，df=2，p<.001）。やりたいことが見つかっている人は「やりたいこと探し」を過去にしていた人が多く，やりたいことが見つかっていない人は，現在「やりたいこと探し」をしている人が多かった。

以下では，現在やりたいことを「探している」と回答した人のみに限定して分析を行うこととする。

分析を行うにあたって，やりたいことを「探している」と回答した人のうち，やりたいことが「見つかっている」と回答した群と「見つかっていない」と回答した群それぞれについて「やりたいこと探し」の動機尺度の下位尺度，GHQおよび主観的幸福感尺度の平均得点を算出し，平均値の差の検定を行った（Table 3）。検定の結果，やりたいことが「見つかっている」と回答した群は，「見つかってい

1）萩原・桜井（2005）では「やりたいこと探し」の理由，として扱ったが，その後，項目内容を吟味の上，「やりたいこと探し」の動機尺度，と命名した。あわせて，下位尺度の改称も行った。第1因子「内面的理由」はやりたいことがあること，やりたいことを考えること自体が自己の充足感を高めるという，自己決定的な動機からやりたいことを探す項目で構成されていたことから，「自己充足志向」因子と改称した。第2因子「現実的理由・不安」は，将来における自分の社会的立場を確保し安定させるという，自己決定の面では中間的な動機からやりたいことを探す項目で構成されていたことから，「社会的安定希求」因子と改称した。第3因子「周囲のプレッシャー」は，自分は周りの人に比べて出遅れており，それに追随せねばならないという非自己決定的な動機からやりたいことを探す項目で構成されていたことから，「他者追随」因子と改称した。

2）萩原・桜井（2005）にて構成された「やりたいこと探し」の動機尺度の項目「C3 お金がほしいから」は，再分析の結果，本論文の分析からは除外した。

Table 1 “やりたいこと探し”の動機尺度の因子分析結果と各項目の平均値および標準偏差（主因子法・Promax 回転，$n=196$）

		因子負荷量			共通性	*M*	*SD*
		因子1	因子2	因子3			
第1因子：自己充足志向（内的・同一化的調整に相当，12項目，$\alpha=.86$）							
C25	やりたいことができれば楽しいから	**.81**	−.05	.04	.63	4.12	.84
C22	やりたいことをやりたいと思うから	**.71**	−.10	−.04	.47	4.11	.83
C 9	やりたいことは生きがいになると思うから	**.68**	−.07	.02	.43	4.15	.88
C16	打ち込めるものを見つけたいから	**.63**	.01	.12	.43	4.09	.93
C21	やりたいことがないと毎日がつまらないから	**.61**	−.13	.02	.34	3.59	1.14
C13	やりたいことなら辛いことにも耐えられるから	**.60**	.20	−.15	.47	3.45	1.10
C11	目標があると充実できるから	**.59**	.25	−.04	.49	4.07	.92
C20	やりたいことを考えるのが楽しいから	**.58**	−.26	−.05	.32	3.30	1.21
C24	何か目標を定めたいから	**.53**	.25	.11	.47	3.89	.99
C 8	可能性を見つけたいから	**.44**	.09	.13	.26	3.77	1.00
C 5	自分自身を向上させるのに必要だから	**.44**	.17	.06	.28	4.06	.89
C 2	自分がどのような人間か知りたいから	**.40**	.07	.13	.21	3.40	1.20
第2因子：社会的安定希求（取り入れ的調整に相当，9項目，$\alpha=.85$）							
C14	生活していくために必要だから	−.02	**.82**	−.24	.55	3.70	1.09
C15	人生を左右する大切なことだから	.09	**.69**	−.18	.44	4.20	.94
C 1	将来の仕事を決める上で重要だから	.13	**.65**	−.07	.46	4.17	1.03
C10	そろそろ将来のことを考えなければならないから	−.08	**.63**	.26	.57	4.06	1.13
C 4	今探さないと手遅れになってしまうから	−.11	**.56**	.33	.55	3.59	1.13
C18	将来に不安を感じるから	−.16	**.55**	.35	.56	3.63	1.14
C19	就職しなければならないから	−.20	**.53**	.17	.36	3.51	1.21
C12	独立して一人前になりたいから	.28	**.47**	−.15	.34	3.82	1.08
C23	探さないと将来，後悔するから	.29	**.40**	.12	.37	3.73	1.11
第3因子：他者追随（外的調整に相当，4項目，$\alpha=.75$）							
C 7	周りの人はすでにやりたいことが決まっているから	.10	−.24	**.89**	.67	2.68	1.15
C17	周りの人はやりたいことを考えているから	.09	−.08	**.88**	.73	2.85	1.15
C26	今の自分には，やりたいことがないから	−.08	.07	**.51**	.29	2.60	1.28
C 6	身近に就職活動をしている人がいるから	.15	.03	**.45**	.25	2.48	1.25
		因子間相関	因子2	因子3			
		因子1	.32	.06			
		因子2		.43			

[a] ゴシック体は因子負荷量.40以上を表している

Table 2 「やりたいことの有無」別に見た「やりたいこと探し」への取り組み

やりたいことの有無：やりたいことが	*n*	やりたいこと探しへの取り組み：「やりたいこと」を 過去に探していた	探している	過去も今も探していない
見つかっている	114	25 (21.9)	81 (71.1)	8 (7.0)
見つかっていない	90	4 (4.4)	86 (95.6)	0 (0.0)
合計	204	29	167	8

[a] 括弧内は行和の％

$\chi^2=20.82$, $df=2$, $p<.001$

ない」と答えた群に比べ，「やりたいこと探し」の動機尺度の「他者追随」「社会的安定希求」得点およびGHQの得点が有意に低く（「社会的安定希求」は有意傾向），主観的幸福尺度に関しては合計得点および「人生に対する前向きな気持ち」「自信」「達成感」「至福感」の得点が有意に高く，「人生に対する失望感」の得点が有意に低いことが明らかとなった。「やりたいこと探し」の動機尺度の「自己充足志向」は，2群間で有意な差は見られなかった。

したがって以下の分析では，やりたいこと探しをしている人の中でもやりたいことが見つかっている群[3]と，やりたいことが見つかっていない群に分けて分析を行った。

3．重回帰分析

「やりたいこと探し」の動機尺度とGHQおよび主観的幸福感尺度の関係を検討するため，GHQおよび主観的幸福感尺度の5つの下位尺度をそれぞれ基準変数とし，「やりたいこと探し」の動機尺度の3つの下位尺度を説明変数として重回帰分析を行った。

重回帰分析は変数増加法を用い，投入された偏回帰係数の有意性（5％水準）の基準で変数の増加を打ち切った。以下，やりたいことを探している人の中でも，a）やりたいことが見つかっている群を対象とした重回帰分析，b）やりたいことが見つかっていない群を対象とした重回帰分析，の順で結果を述べる。

a）やりたいことが見つかっている群を対象とした重回帰分析

投入された変数と標準偏回帰係数をTable 4に示す。「やりたいこと探し」の動機のうち，「他者追随」はGHQおよび主観的幸福感尺度の5つの下位尺度いずれに対しても有意な影響は見られなかった。これは相関分析でも同様の結果であった。

また，「社会的安定希求」は，GHQに対しては有意な影響は見られず，主観的幸福感尺度の下位尺度「人生に対する前向きな気持ち」には負の影響（$\beta = -.25$, $p<.05$）を，「人生に対する失望感」には正の影響（$\beta = .40$, $p<.001$）を与えていた。相関分析の段階では「社会的安定希求」と「達成感」とは正の相関（$r=.25$, $p<.05$）を示していたが，重回帰分析では有意な標準偏回帰係数は見られなかった。

そして「自己充足志向」はGHQに対して有意な負の影響が見られた（$\beta = -.25$, $p<.05$）。主観的幸福感尺度に対しては，「人生に対する前向きな気持ち」（$\beta = .49$, $p<.001$），「自信」（$\beta = .37$, $p<.001$），「達成感」（$\beta = .42$, $p<.001$），「至福感」（$\beta = .30$, $p<.01$）に対して正の影響が，「人生に対する失望感」に対しては負の影響（$\beta = -.33$, $p<.01$）が見られた。

この結果から，やりたいことを探していて，かつ，やりたいことが見つかっている人の場合，「社会的安定希求」から「やりたいこと探し」をしていると，人生に対する前向きな気持ちは低くなり，人生に対する失望感は高くなることが分かった。また，「自己充足志向」から「やりたいこと探し」をしていると，一般的な精神的健康は高まり，人生に対する前向きな気持ち，自信，達成感，至福感は高くなり，人生に対する失望感は低くなることが分かった。

b）やりたいことが見つかっていない群を対象とした重回帰分析

投入された変数と標準偏回帰係数をTable 5に示す。まず，GHQに対しては，「やりたいこと探し」の動機尺度のいずれの下位尺度も有意な影響を与えていなかった。これは相関分析においても同様の結果であった。主観的幸福感尺度に対する「やりたいこと探し」の動機尺度の影響を見ていくと，「他者追随」は「人生に対する失望感」には正の影響（$\beta = .27$, $p<.05$）を与えていたが，それ以外には有意な影響が見られなかった。相関分析でも，「人生に対する失望感」との正の相関のみが得られている。

また，「社会的安定希求」は主観的幸福感尺度の「達成感」には正の影響（$\beta = .22$, $p<.05$）を与えていたが，それ以外には有意な影響が見られなかった。相関分析でも，「達成感」との正の相関のみが得られている。

そして「自己充足志向」は，主観的幸福感尺度の「人生に対する前向きな気持ち」および「至福感」

3）やりたいことが「見つかっている」と回答しながら「やりたいことを探している」と回答するのは，質問当初の意図からすると矛盾した回答であるが，この回答は「自分のやりたいことが完全に確定した」というよりは，むしろ，「自分が今，将来やりたいと思っていることはあるが，それは確信に至るほどではない暫定的なもので，今後変わるかも知れない」という意味を含んだ回答であると考えられる。本研究では，暫定的でも意思決定できている者は，「決定している」者，すなわち，「やりたいことが見つかっている」者として，これらの者も分析対象として扱うこととした。若松（2001）においても，他に迷う選択肢があっても進路の方向性を部分的にでも決めたか否かで決定，未決定を分けていることから，この分類方法は妥当であると考えられる。

Table 3 「やりたいこと探し」の動機尺度およびGHQ，主観的幸福感尺度の平均値，標準偏差ならびにt検定の結果（やりたいこと探しをしている人を対象，n =167）

	やりたいことを探している				
	やりたいことが見つかっている（n =81）		やりたいことが見つかっていない（n =86）		
	M	SD	M	SD	t値
<「やりたいこと探し」の動機尺度>					
自己充足志向	47.00	7.98	45.45	7.57	1.28
社会的安定希求	34.00	7.22	35.98	5.89	1.94†
他者追随	9.52	3.48	12.07	3.48	4.74***
GHQ[a]	26.56	5.46	29.41	6.42	3.08**
<主観的幸福感尺度>					
合計得点	43.57	5.79	38.73	5.14	5.72***
人生に対する前向きな気持ち	9.86	1.32	8.84	1.45	4.77***
自信	8.67	1.85	7.94	1.48	2.80**
達成感	8.99	1.58	8.41	1.54	2.41*
人生に対する失望感[b]	6.85	1.54	8.28	1.50	6.06***
至福感	7.90	1.67	6.83	1.67	4.15***

[a] 得点が高いほど精神的健康が悪くなる　　†p <.10, *p <.05, **p <.01, ***p <.001
[b] 得点が高いほど人生に対する失望感が高くなる

Table 4 精神的健康関連尺度に対する重回帰分析の結果（やりたいことを現在探していて，やりたいことが見つかっている人を対象，n =81）

説明変数：	基準変数：GHQ[b]	基準変数：主観的幸福感尺度				
		人生に対する前向きな気持ち	自信	達成感	人生に対する失望感[c]	至福感
やりたいこと探しの動機尺度	β	β	β	β	β	β
自己充足志向	−.25*	.49***	.37***	.42***	−.33**	.30**
	(−.25*)	(.38***)	(.37***)	(.42***)	(−.15)	(.30***)
社会的安定希求	−	−.25*	−	−	.40***	−
	(−.00)	(−.04)	(.06)	(.25*)	(.27*)	(−.04)
他者追随	−	−	−	−	−	−
	(.08)	(−.04)	(.00)	(.06)	(−.21)	(.03)
R^2	.05	.17	.13	.17	.14	.08
F	5.44*	9.37***	12.66***	16.94***	7.27***	7.98**

[a] (　　) 内は相関係数　　*p <.05, **p <.01, ***p <.001
[b] 得点が高いほど精神的健康が悪くなる
[c] 逆転項目のため，得点が高いほど人生に対する失望感が高くなる

に正の影響（順に，β =.23, p<.05；β =.35, p<.001）が見られた。これも相関分析においても同様の結果を得ている。

この結果から，やりたいことを探していて，かつ，やりたいことが見つかっていない人の場合，「他者追随」から「やりたいこと探し」をしていると，人生に対する失望感が高くなることが分かった。そして，「社会的安定希求」から「やりたいこと探し」をしていると，達成感が高くなることが分かった。さらに，「自己充足志向」から「やりたいこと探し」をしていると，人生に対する前向きな気持ちや至福感が高くなることが明らかとなった。

考　察

本研究では，自己決定的な動機づけが精神的健康

Table 5　精神的健康関連尺度に対する重回帰分析の結果（やりたいことを現在探していて，やりたいことが見つかっていない人を対象，n =86）

説明変数： やりたいこと探しの動機尺度	基準変数： GHQ[b)] β	基準変数：主観的幸福感尺度 人生に対する前向きな気持ち β	自信 β	達成感 β	人生に対する失望感[c)] β	至福感 β
自己充足志向	−	.23*	−	−	−	.35***
	(−.03)	(.23*)	(−.12)	(−.01)	(.00)	(.35***)
社会的安定希求	−	−	−	.22*	−	−
	(−.05)	(.06)	(−.02)	(.22*)	(−.02)	(.08)
他者追随	−	−	−	−	.27*	−
	(.05)	(.06)	(−.20)	(.04)	(.27*)	(.20)
R^2	−	.04	−	.04	.06	.11
F	−	4.88*	−	4.25*	6.80*	11.97***

a) (　　) 内は相関係数　　*p <.05, ***p <.001
b) 得点が高いほど精神的健康が悪くなる
c) 逆転項目のため，得点が高いほど人生に対する失望感が高くなる

や適応の予測因として有用であるという，自己決定理論の先行研究の知見に基づいて，「やりたいこと探し」の動機における自己決定性の違いが精神的健康に及ぼす影響に関して検討を行った。

まず，「やりたいこと」が見つかっている群と見つかっていない群における精神的健康を測る尺度の得点差の検討では，「やりたいこと」が見つかっている群が，見つかっていない群に比して有意に精神的健康が高いことを示していた。このことから，「やりたいこと」が見つかっていると答えた群においては，「やりたいこと」を見つけたことによる「快適さ」(Gordon, 1998；若松，2001) も高いことが予測される。

やりたいことが「見つかっている」と答えることは，自分の将来の志望が（部分的にではあっても）明瞭であることを示すと考えられる。職業レディネスの一側面である「将来の志望の明瞭性」は，就職活動を上首尾に行えるか否かを分かつ要因となることが示唆されている（下村・菰田，2005)。したがって，本研究の結果と併せて考えると，志望が明瞭であるという点で，「やりたいことが見つかっている」状況は進路選択において適応的な結果につながるものであると考えられる。

しかし，「やりたいこと探し」の動機の各下位尺度においては，自己決定性が比較的低い「他者追随」「社会的安定希求」に関して「やりたいこと」が見つかっていない群の得点が高かったものの，自己決定性の高い「自己充足志向」については，二群間で有意差は見られなかった。このことから，「やりたいこと」が見つかっていない群は「やりたいこと探し」をしているものの，社会的に望ましい行動として「やりたいこと探し」を外発的に取り入れている（乾，2001；久木元，2003）可能性があると考えられる。

重回帰分析の結果，やりたいことが見つかっている群，やりたいことが見つかっていない群の，いずれの分析においても，「やりたいこと探し」の動機尺度のうち，自己決定性の低い「他者追随」と「社会的安定希求」は主観的幸福感に対して負の影響を与えることが明らかとなった。ただし，やりたいことが見つかっていない群では，「社会的安定希求」は主観的幸福感尺度の「達成感」に対し正の影響が見られた。一方，自己決定性の高い「やりたいこと探し」の動機である「自己充足志向」は主観的幸福感に対して正の影響を与えることが明らかとなった。一方，GHQへの影響を見ると，やりたいことが見つかっている群において，「自己充足志向」から精神的健康に対しポジティブな影響を持つことが明らかとなった。したがって，「やりたいこと探し」の動機における自己決定性の違いが精神的健康に及ぼす影響に関して見ると，本研究の結果は仮説1，2を支持するものであったと考えられる。

以上の結果から，本研究においても自己決定的な動機づけが精神的健康や適応の予測因として有用であるという先行研究の知見を支持する結果が示されたと考えられる。

「やりたいこと探し」の動機尺度の「社会的安定希求」が主観的幸福感尺度の「達成感」に対し正の影響を与えていた理由については，これは主観的幸福感尺度の「達成感」の項目内容によるものと考えられる。この下位尺度は，「期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか」「これまでどの程度成功したり出世したと思いますか」「自分がやろうとしたことはやり遂げていますか」という

項目から構成されており，「やりたいこと探し」の動機尺度における「社会的安定希求」と同様，社会的な価値観に沿った面での幸福といった意味合いが強い。したがって，この両尺度間に正の関連があっても，内容的には妥当なものであると考えられる。これは先行研究とは異なる結果であるが，自分の社会的立場を確保し安定させるという，あまり自己決定性の高くない動機が達成感を高めるという点は，「やりたいこと」志向にとらわれた進路不決断の大学生への介入を考える上での示唆となることが考えられる。

なお，「やりたいこと」が見つかっている群では，見つかっていない群に比してパスの数，特に「自己充足志向」動機からのパスの数が多かった。これは，二群間における「自己充足志向」動機の内在化の違いを示すものと考えられる。Table 3に示したように，「自己充足志向」については，両群間で得点の有意差は見られなかった。しかし，こうしたパスの数の違いが出たということは，「やりたいこと」が見つかっている群では，「自己充足志向」動機が自己の動機として内在化されていたのに対し，「やりたいこと」が見つかっていない群においては，「自己充足志向」の社会的価値は認めても，それは自己の動機としては内在化されず，取り込まれた価値として認知されていた可能性が考えられる。以上のことから，「やりたいこと」志向という価値志向は青年に広く受け入れられる価値志向ではあるものの，その受け入れ方の自己決定性には個人間で差があることが本研究の結果によって示唆されたと考えられる。

最後に本研究の限界について述べる。本研究では，精神的健康の測度として，GHQと主観的幸福感の2尺度を用いたが，先行研究であるRyan et al.（1993）やVansteenkiste et al.（2004）において，精神的健康への影響を検討するために用いられていたのはGHQであった。しかし，本研究では「やりたいこと探し」の動機尺度からの影響が大きかったのは，GHQではなく主観的幸福感尺度であった。主観的幸福感尺度がGHQと同様に精神的健康を測定する尺度であるとはいえ，本研究がRyan et al.（1993）やVansteenkiste et al.（2004）の結果を十分に再現し得ているかどうかについては，この点で疑問が残る。したがって，従属変数の検討が今後の課題である。また，本研究は1回の調査による検討であったため，因果関係の言及に制限がある。したがって，今後は縦断的調査による検討も必要と考えられる。

引用文献

安達智子（2004）．大学生のキャリア選択――その心理的背景と支援　日本労働研究雑誌，**533**，27-37.

藤原善美（2005）．大学生のライフコース展望における自律性尺度の開発――自己決定理論に基づいて――　進路指導研究，**23**，11-18.

Gordon, V.N. (1998). Career decidedness types: A literature review. *Career Development Quarterly,* **46**, 386-403.

萩原俊彦・桜井茂男（2005）．大学生の進路選択における動機づけと進路不決断との関連　日本心理学会第69回大会発表論文集，66.

速水敏彦（1995）．外発と内発の間に位置する達成動機づけ　心理学評論，**38**，171-193.

Igreja, I., Zuroff, D.C., Koestner, R. & Saltaris, C. (2000). Applying self-determination theory to the prediction of distress and well-being in gay men with HIV and AIDS. *Journal of Applied Social Psychology,* **30**, 686-706.

乾　彰夫（2001）．高卒無業者・フリーターの発生要因と社会的性格――近年の諸調査の批判的検討を通して――　<教育と社会>研究，**11**，1-10.

伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至（2003）．主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討　心理学研究，**74**，276-281.

小杉礼子（編）（2002）．自由の代償／フリーター――現代若者の就業意識と行動――　労働政策研究・研修機構

小杉礼子（2004）．若年無業者増加の実態と背景――学校から職業生活への移行の隘路としての無業の検討　日本労働研究雑誌，**533**，4-16.

久木元真吾（2003）．“やりたいこと”という論理――フリーターの語りとその意図せざる帰結――　ソシオロジ，**48**，73-89.

内閣府（編）（2003）．平成15年版国民生活白書　デフレと生活――若年フリーターの現在　ぎょうせい

永作　稔・新井邦二郎（2003）．自律的高校進学動機尺度作成の試み　筑波大学心理学研究，**26**，175-182.

永作　稔・新井邦二郎（2005）．自律的高校進学動機と学校適応・不適応に関する短期縦断的検討，教育心理学研究，**53**，516-528.

中川泰彬・大坊郁夫（1985）．日本版GHQ精神健康調査票手引　日本文化科学社

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

Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, **55**, 68-78.

Ryan, R.M., Plant., R.W. & O'Malley, S. (1995). Initial motivations for alcohol treatment: Relations with patient characteristics, treatment involvement and dropout. *Addictive Behaviors*, **20**, 279-297.

Ryan, R.M., Rigby, S. & King, K. (1993). Two types of religious internalization and their relations to religious orientations and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 586-596.

Sheldon, K.M. & Kasser, T. (1995). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 531-543.

下村英雄（2003）．調査研究から見たフリーター――フリーターの働き方と職業意識　現代のエスプリ，**427**，32-44.

下村英雄・菰田孝行（2005）．大学生の就職活動におけるメタ認知的知識と職業レディネスに関する基礎的研究　日本心理学会第69回大会発表論文集，1244.

Vansteenkiste, M., Lens, W., Witte, S.D., Witte, H.D. & Deci, E.L. (2004). The 'why' and 'why not' of job search behaviour: Their relation to searching, unemployment experience, and well-being. *European Journal of Social Psychology*, **34**, 345-363.

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.

Williams, G.C., Grow, V.M., Freedman, Z.R., Ryan, R.M. & Deci, E.L. (1996). Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 115-126.

Yamauchi, H. & Tanaka, K. (1998). Relations of autonomy, self-referenced beliefs, and self-regulated learning among Japanese children. *Psychological Reports*, **82**, 803-816.

（受稿９月27日：受理10月12日）