

## 大学生の就職活動に対するポジティブ・イリュージョンの影響

米 澤 光 紀

### 問題と目的

就職活動が与える影響 現代は「就職氷河期」といわれ、社会問題になる程就職困難な時代である。

採用試験で不採用になったことによる挫折感や自信の喪失、適切な自己PRをしなければならぬプレッシャー、就職内定の獲得に対する焦り等は、学生たちの心身の健康に影響を及ぼし(下村・木村,1997)、就職活動における不安とストレスおよび抑うつと強い相関がある(藤井,1999)といわれている。

このように、就職活動が精神的健康に悪影響を与えることや就職活動が今後の学生たちの人生設計にあたっても極めて重要であることから、就職活動の中にある大学生の心理的な側面や就職活動自体に対する支援が求められている。よって、本研究では、就職活動中の大学生を対象とした臨床心理学的な研究を行いたい。

**精神的健康とポジティブ・イリュージョン** 本研究では、「ポジティブ・イリュージョン (以下「P.I.」)」という概念を用いる。

P.I.とはTaylor & Brown (1988) によって「実際に存在するもの・ことを、自分に都合よく解釈したり想像したりする精神的イメージや概念」と定義されている。また、従来の「自己についての正確な認識が精神的健康をもたらす」という考えとは対極に位置し、個人の都合の良いように歪められた認知が、精神的健康や適応に影響を及ぼすという新しい健康観である。

P.I.は欧米で研究や理論化が展開されているものの、研究結果は必ずしも一貫していない。一方、日本人は自己卑下傾向にあり、謙遜するといった欧米とは違った文化もあり、特に相互強調的自己を持つ東洋人においては自己高揚の傾向は見られないとされてきたが、外山・桜井 (2001) の大学生を対象として、集団の中での自己認知について検討した研究で、日本人においてもP.I.がみられること、またP.I.が精神的健康に繋がるという

結果を報告している。

P.I.が適応的に働くことを見出す研究がある一方、適応的に働かない側面もあるとする、P.I.の不適応的な側面について指摘している研究もある。例えば、外山 (2006) の小学生を対象とした学校場面における仲間との社会的関係とP.I.について検討した研究では、P.I.が短期的には有効であるが、長期的にみるとそうではなく、攻撃行動が増加することを明らかにしており、P.I.の経過の悪さを指摘している。

**就職活動とP.I.** 就職活動を行うにあたって、自分自身や就職活動自体について正確に認識することが重要であるとされているため、P.I. は不適応的と考えられているが、場面によっては、自己を肯定的に認知することで精神的健康を維持する時も必要であると思われる。また、人生のターニングポイントであり、ストレスフルな場面が連続して起こる就職活動を行なう大学生を対象としたP.I.の研究が未だ行われていない。

本研究では、P.I.に適応的・不適応的「両面」の結果が見られることから、ストレスフルな就職活動を行う大学生の精神的な健康の面では、P.I.により良い影響がもたらされると考えられる。しかし、大学生の行なう就職活動自体には、安易に考えて就職活動が不十分になることや第一希望にこだわり過ぎること等の不利益がもたらされるのではないだろうか。したがって、多角的な観点から、就職活動中の大学生の精神的健康以外の心理面にどのような影響を与えるのかを明らかにしていきたい。

### 方法

**予備調査1** 本調査に先立って、現代の就職活動に沿った項目を設定するにあたり、先行研究に該当する尺度がなかったため、予備面接を実施することとした。

予備調査は、2011年7月に一般企業に勤めている2名(25歳男性・24歳女性)の研究協力者に対して30分程度の半構造化面接を行なった。

調査内容は、「内定を取るためにどのようなことをしたか」「何社にエントリーシートを出したか」等の9項目を尋ねた。

**予備調査2** 今回使用する外山・桜井(2001)自己認知に関する質問紙は、Taylor & Brown (1988)によるP.I.の3つの領域「自己」「楽観主義」「統制」の定義に従って、49項目（「自己（25項目）」「楽観主義（12項目）」「統制（12項目）」から構成されている。

本調査に先立って、使用する尺度の項目数が多く、研究協力者の負担を考慮し項目数を減らすために、特に項目数の多い「自己」領域の項目の精選を行なうため予備調査を実施することとした。予備調査は、2011年10月に大学生以上の年齢の研究協力者80名に「自己」領域の25項目を「同世代の一般的な他者と比べてあなたは」と教示し、「非常にそう思う」から「まったくそう思わない」の5段階で評定を用いて行った。その後、予備調査で得ることのできた回答を用い、因子分析を行った。因子分析の因子抽出には、主因子法・Promax回転を用い、因子数はスクリープロットにより5因子と判断し分析を行なった。項目の精選は、各因子から因子負荷量の高い上位3項目を選び、「自己」領域は「明るい」「責任感がある」「スタイルがよい」等の項目を15項目設定した。

### 本調査

**調査時期** 2011年11月に研究協力者に郵送にて質問紙を配布した。

**調査対象** 2011年に大学4年生に進級した大学生240名。その際、国家資格等の取得を目指す学部の学生は除外し、一般企業への就職活動のみを行う学生を対象として質問紙調査を行った。

**①P. I. 尺度** 予備調査により再構成された尺度は、「自己(15項目)」「楽観主義(12項目)」「統制(12項目)」となり、39項目から構成されている。教示は「同じ大学に通う一般的な同性の他者と比べてあなたは」とし、「非常にそう思う」から「まったくそう思わない」の5段階で評定してもらう相対的方法を用いた。

**②就職活動に関する項目** 予備調査やインターネットでの情報収集、就職活動に関する文献、先行研究を用いて就職活動の実態を調べるための27項目設定して用いた(PP参照)。

**③就職活動ストレス尺度** 北見・茂木・森(2009)が作成し、4因子各4項目の計16項目で構成され

ている。大学生が就職活動で経験するストレスのかかる出来事を提示し、それに対してストレスを感じたかを「ストレスだった」から「ストレスではなかった」の4段階で評定を求めた。

**④精神的健康を測る尺度** Goldbergによって開発されたGeneral Health Questionnaireの日本語GHQ12項目短縮版を使用した。

### 結果

自己ポジティブ・イリュージョン群と非自己ポジティブ・イリュージョン群においては、「共同対策因子」、「活動の真剣さ」、「具体的動機」、「抽象的動機」で有意な差がみられ、自己ポジティブ・イリュージョン群の方が非自己ポジティブ・イリュージョン群より高いという結果が示された。楽観ポジティブ・イリュージョン群と非楽観ポジティブ・イリュージョン群においては、「共同対策因子」と「活動の真剣さ」に有意な差がみられ、楽観ポジティブ・イリュージョン群の方が非楽観ポジティブ・イリュージョン群より有意に高かった。統制ポジティブ・イリュージョン群と非統制ポジティブ・イリュージョン群においては、自分の適性や興味についての理解が乏しく、定まっていないことを示す「就労目標不確定」の因子に有意な差がみられ、非統制ポジティブ・イリュージョン群の方が統制ポジティブ・イリュージョン群より有意に高かった。

### 考察

領域ごとにポジティブ・イリュージョン群と非ポジティブ・イリュージョン群において、就職活動の違いがみられるかを検討した。結果、それぞれの領域において、大学生の行なった（行なっている）就職活動や精神的健康に差がみられた。また、「就職活動の差」に領域ごとで特徴がみられた。具体的には、自己領域で就職活動対策や第1希望選択動機に違いがみられ、楽観主義領域と統制領域では、就職活動ストレス尺度やGHQ12に違いがみられた。特に楽観主義領域において、就職活動ストレスとGHQ12で差がみられていた。したがって、特に楽観主義領域は、就職活動で感じるストレスや就職活動を行なう大学生の精神的健康と関連がある可能性があり、ポジティブ・イリュージョンの自己、楽観主義、統制の側面ごとで大学生の就職活動や精神的健康に与える影響が異なることが考えられる。