

大学生における進路選択自己効力の向上要因 —3年間の継続的調査に基づく考察—

Three-year longitudinal study on factors of improvement of career
decision-making self-efficacy

川 瀬 隆 千

宮崎公立大学学生の大学内外でのさまざまな取組とその成果（達成・成功経験）が進路選択自己効力に及ぼす影響について検討した。2015年、2016年、2017年に「大学内外での活動への取組とその成果」「進路選択自己効力」「進路探索行動」に関するアンケートを実施し、そのすべてに回答した学生（77人、男子21人、女子56人）を分析の対象とした。その結果、進路選択自己効力と進路選択行動は学年が上がるにしたがって上昇していた。1年次に予習復習やゼミに積極的に取り組むことが進路選択自己効力を高めることにつながっており、2年次には、それに加えて語学への取組や、大学祭など学内活動、ボランティア活動など学外の活動への取組が進路選択自己効力を高め、3年次には専門ゼミへの取組や語学、資格取得への取組、ボランティア活動やアルバイトなどの学外活動への取組が進路選択自己効力を高めることが認められた。学生のキャリア発達や成長を考慮し、学生の発達に沿って情報や経験の機会を提供することの必要性を指摘した。

キーワード：進路選択自己効力、進路選択行動、遂行体験、大学生、縦断的調査法

目 次

I はじめに

II 方法

1. 調査対象者と調査手続き

2. 調査項目

1) 大学内外での活動への取り組みとその成果に関する質問

2) 進路選択自己効力に関する質問

3) 進路探索行動に関する質問

III 結果

1. 進路選択自己効力得点の変化

2. 進路選択行動の変化

3-3. 進路選択自己効力と大学内外での活動への取組・成果との関係

IV 考察

V 参考文献

I はじめに

自己効力とはある行動が自分にうまくできるかどうかという予期の認知である。Bandura (1977) は期待概念に関して効力期待と結果期待を区別し、所与の行動がある結果に至るであろうという査定を「結果期待」、その結果に必要な行動を成功裡に実行できるという確信を「効力期待」とした。一連の行動がある結果を生むと分かっていたとしても、自らが必要とされる行動を遂行できるかどうかを疑っていれば（つまり、効力期待が低ければ）、結果期待は行動に影響しない（つまり、そのような行動をしない）。このように、行動に影響を及ぼすのは結果期待ではなく、その行動を成功裡に実行できるという確信、すなわち、効力期待である。効力期待を自己効力と呼ぶ。

Taylor & Betz (1983) は、Bandura (1977) の自己効力理論を進路選択行動に応用し、「進路選択自己効力」という概念を提唱した。進路選択自己効力は進路選択において必要な行動を成功裡に行うことができる能力に関する自己評価、つまり、進路選択に対する自信と言える。

浦上 (1995) は、進路選択自己効力が高い人は進路選択行動を活発に行い、より努力するため、その行動は効果的になるが、進路選択自己効力の低い人はそれらの行動が自分の人生の目的を達成するために必要であると理解できても、進路選択行動を避けてしまう、と述べている。児玉・松田・戸塚・深田 (2002) は、進路選択自己効力が高い学生ほど、友人など身近な者からの情報や目上の者からの情報の活用が活発で、企業に採用してもらうためのノウハウの入手に積極的であると述べている。進路選択自己効力が高い学生は進路選択行動や就職活動を積極的に行うので、就職の内定を得やすく、内定先への満足感や就職後の仕事に対する意欲も高いのである (浦上, 1994)。

ところで、Bandura (1977) は、自己効力を高める要因として、①遂行行動の達成、②代理体験、③言語的説得、④情緒喚起をあげている。中でも、遂行行動の達成は自己効力を高めると考えられる。

進路選択自己効力も遂行行動の達成によって高められる。たとえば、大学進学など過去の達成経験は進路選択自己効力を高める (浦上, 1995) だろう。アルバイトやインターンシップでの達成経験も進路選択自己効力に影響すると思われる。

進路選択自己効力を高める教育的な介入に関する研究も行われている。たとえば、川瀬・辻・竹野・

田中(2006)は、本学キャリア教育の中心的な科目である「キャリア設計」が受講生の進路選択自己効力を向上させることを示した。進路選択自己効力の向上は、男子学生よりも、女子学生において顕著であった。高橋・石井(2008)は、大学生活を通して「一皮むけるような」体験や自分なりに充実した大学生活を送ることによって、より高い効力感を得ることができることを示した。桑原・喜多・合田・根本・鈴木(2014)は、相互評価学習の実施によって、進路選択自己効力が向上すること、特に、進路選択自己効力の低い群にその効果が顕著であることを示した。

このように、教育的介入によって進路選択自己効力の向上が認められているが、学生の進路選択自己効力を高めるのは教育的介入だけではない。学生は大学の内外でさまざまな活動に取り組んでおり、それらの経験が学生の進路選択自己効力に影響すると思われる。

この点について、川瀬(2015)は、宮崎公立大学学生の大学内外でのさまざまな取組とその成果(達成・成功経験)が進路選択自己効力に及ぼす影響について検討した。取り組み・成果を独立変数、進路選択自己効力を独立変数とした重回帰分析の結果、講義や予習復習への取り組みとその成果、資格取得への取り組みや語学学習の成果、地域活動への取り組みやアルバイトの成果は進路選択自己効力を高め、そのようにして高められた進路選択自己効力は進路探索行動を促進していた。一方、友人との付き合い(遊び)やスポーツディなどの学内活動、サークルや部活動、ゼミへの取り組みやその成果が進路選択自己効力を高める効果は認められなかった。

さらに、川瀬(2016)は、進路選択自己効力が向上した学生に焦点を当て、それらの学生が大学内外でどのような活動に取り組み、成果を得ていたのかを明らかにすることにより、進路選択自己効力の向上に寄与する要因について検討した。宮崎公立大学の学生で、2015年の1年生と2年生に質問紙調査を行い、1年後の2016年に、それぞれ進級した同じ学生を対象に同じ調査を実施し、1年間の変化を調べた。その結果、進路選択自己効力が低レベルから高レベルに向上した学生(2015年には平均以下であったが、2016年には平均以上になった学生)は、講義やゼミ、学内での活動や地域での活動などに積極的に取り組み、成果を上げていることが明らかになった。

特に、1年次に予習復習に取り組む、ゼミや講義、そして、アルバイトで成果を得ることは進路選択自己効力の向上につながっていた。2年次においては、ゼミ活動で成果を得ること、部活動や学内での活動で成果を得ること、遊びやボランティア活動や地域活動に取り組む、成果を得ることが進路選択自己効力の向上につながっていた。一方で、学内外の活動に取り組まず、成果を得ることがなければ、進路選択自己効力は低いままであったり、低下したりするのである。

このように、筆者は本学の学生が大学の内外での活動に取り組む、それらを通して達成を経験することが学生の進路選択自己効力を向上させることを見出してきた。そこで、本研究では、今年度4年生に進級した学生に、昨年、一昨年と同様の調査を実施することで、進路選択自己効力の3年間の変化(発達・向上)を明らかにするとともに、進路選択自己効力に影響する大学内外での活動を明らかにすることで、学生のキャリア発達を支援する大学環境の構築について提言する。

II 方法

1. 調査対象者と調査手続き

2017年4月に以下に示すアンケートを実施した。同じアンケート調査は2015年、2016年にも行われている。3回のアンケートにすべて回答した学生(77人、男子21人、女子56人)を分析の対象とした。

2. 調査項目

川瀬(2015)、川瀬(2016)と同様に、以下の3つの項目群からなる冊子を作成した。

1) 大学内外での活動への取組とその成果に関する質問

過去1年間の大学内外における活動に対する取り組み状況とその成果について尋ねた。大学内外での学習に関する活動として「ゼミ」「語学」「講義」「大学外での勉強(予習復習)」「資格・免許取得の勉強」の5領域を取り上げ、それぞれの活動についてどの程度真剣に取り組んだかを5段階で尋ねた。また、大学内での課外活動等として「サークル・部活動」「凌雲祭、スポーツディなどの学内活動」「友人との付き合い(遊び)」の3領域、大学外での活動として「アルバイト」「ボランティア」「地域で活動」の3領域を取り上げ、それぞれの活動についてどの程度真剣に取り組んだかを5段階で尋ねた。さらに、これら11領域の活動の成果についても5段階で尋ねた。

2) 進路選択自己効力に関する質問

浦上(1995)の作成した「進路選択に対する自己効力尺度」30項目を用いた。この尺度はTaylor & Betz(1983)の作成したCDMSE(Career Decision-Making Self-Efficacy Scale)を参考に作成されている。CDMSEは、目標選択、自己認識、職業情報の収集、将来設計、課題解決の5つの要素から構成される50項目からなる尺度であるが、因子分析を用いた研究では5つの要素に対応する因子が抽出されず、1因子構造であることが指摘されている。CDMSEに倣って作られた「進路選択に対する自己効力尺度」も1因子構造であることが確認されている(浦上, 1995)。

3) 進路探索行動に関する質問

富永(2000)、柴田・安住(2011)を参考に進路探索行動に関する質問を作成した(表1)。富永(2000)は就職活動を終えた女子大学生(4年生)に対し、進路選択行動の内容として、資料請求、OG訪問、セミナー参加、面接試験、筆記試験などへの取り組みを尋ねている。柴田・安住(2011)は大学3年生と4年生に対し、就職活動内容として、HPでの情報収集、就職課での情報収集、就職希望先への資料請求、就職希望先関係者からの情報収集について行ったか否かを尋ねている。

本研究では「進路に関する情報収集」「進路に関する相談行動」「進路に関連する活動」を進路探索行動と捉え、これらの活動をどの程度行ったかについて、5段階で解答を求めた。

表1 進路探索行動に関する質問

1.新聞・テレビ・雑誌・ネットなどで将来の進路に関する情報を探す
2.希望する進路先のホームページを見る
3.就職相談室で、希望する進路先についての情報を収集する
4.希望する進路先を尋ねる
5.希望する進路に関わっている人の話を聞く
6.進路について親と相談する
7.進路について先生と相談する
8.進路について就職相談室のスタッフと相談する
9.進路について目上の人と相談する
10.進路について先輩と相談する
11.進路について友だちと相談する
12.希望する進路を達成するための計画を立てる
13.資格や免許を取得するための勉強をする
14.希望する進路に関わるアルバイトやボランティア活動をする
15.希望する進路に関わる講演会、セミナーなどに参加する

III 結果

先述のように、本研究では3回のアンケートにすべて回答した学生(77人、男子21人、女子56人)を分析の対象とした。

1. 進路選択自己効力得点の変化

はじめに、進路選択自己効力の3年間の変化を見てみる。現在4年生である対象学生の2年前のデータと去年(1年前)のデータ、そして、現在のデータを比較することになる。

対象者の2年前(2年次)、1年前(3年次)、および今年(4年次)の「進路選択自己効力尺度」30項目の合計点を算出した。それぞれの合計点、標準偏差を表2に示す。

表2 3年間の進路選択自己効力の向上

	2年次			3年次			4年次		
	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子
平均	77.32	80.81	76.02	82.62	81.00	83.23	87.55	86.43	87.96
SD	14.09	15.60	13.39	14.84	16.59	14.24	16.62	17.71	16.34
人数	77	21	56	77	21	56	77	21	56

表2に示すように、77人の進路選択自己効力尺度の得点は、2年次から3年次、4年次と学年が進むにつれて高くなっている。進路選択自己効力尺度の得点について、対応のある一元配置分散分析を行った結果、男女込みの全体では、 $F(1,76) = 43.80, p < .001$ 、男子学生では、 $F(1,20) = 3.14, p < .10$ 、女子では、 $F(1,55) = 48.16, p < .001$ であり、男子では統計的に有意な変化は認められなかったが、全体と女子では進路選択自己効力が3年間で有意に向上していることが認められた。

2. 進路選択行動の変化

次に、進路選択行動の3年間の変化を見てみる。現在4年生である調査対象学生の2年前のデータと去年（1年前）のデータ、そして、現在のデータを比較する。

対象者の2年前（2年次）、1年前（3年次）、および今年（4年次）の「進路選択行動尺度」15項目の合計点を算出した。それぞれの合計点、標準偏差を表3に示す。

表3 3年間の進路選択行動の変化

	2年次			3年次			4年次		
	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子
平均	38.78	43.47	37.09	44.36	43.95	44.51	53.38	52.32	53.75
SD	11.13	11.07	10.77	12.75	12.15	13.07	11.19	10.20	11.59
人数	72	19	53	72	19	53	72	19	53

表3に示すように、継続してデータを収集することができた72人の進路選択行動得点は、2年次から3年次、4年次と学年が進むにつれて高くなっている。進路選択行動の得点について、対応のある一元配置分散分析を行った結果、男女込みの全体では、 $F(1,71) = 137.34, p < .001$ 、男子学生では、 $F(1,18) = 11.91, p < .01$ 、女子では、 $F(1,52) = 158.32, p < .001$ であり、進路選択行動が3年間で有意に向上していることが認められた。

3. 進路選択自己効力と大学内外での活動への取組・成果との関係

次に、進路選択自己効力と大学内外での活動への取組・成果との関係について検討する。川瀬(2015、2016)から、大学の内外での活動への取組と成果が進路選択自己効力に影響することが

分かっているが、学生の発達に応じて進路選択自己効力を向上させる活動は異なることが予想される。そこで、2年次、3年次、4年次のそれぞれの時期で、進路選択自己効力を従属変数、大学内外での活動への取組、および成果を、それぞれ独立変数とした重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。

2年次の結果から見ていく。継続してデータを収集できた77人全体を対象に進路選択自己効力を独立変数、大学内外での取組を従属変数とした重回帰分析を行った結果、予習復習への取組とゼミへの取組が有意であった（表4）。男子学生においては語学の成果が有意であり（表5）、女子学生では予習復習への取組、ゼミへの取組が有意であった（表6）。

表4 重回帰分析の結果（2年次全体）

	B
予習復習への取組	0.35 ^{***}
ゼミへの取組	0.29 ^{***}
R ²	0.24 ^{***}

表5 重回帰分析の結果（2年次男子）

	B
語学の成果	0.68 ^{***}
R ²	0.46 ^{***}

表6 重回帰分析の結果（2年次女子）

	B
予習復習への取組	0.37 ^{***}
ゼミへの取組	0.30 ^{**}
R ²	0.26 ^{***}

次に、3年次の結果を見てみる。77人全体を対象に進路選択自己効力を独立変数、大学内外での取組を従属変数とした重回帰分析を行った結果、ゼミの成果、語学への取組が有意であった（表7）。男子学生では進路選択自己効力に有意な影響を及ぼす大学内外の活動は認められなかった。女子学生では、ゼミの成果、大学祭など学内活動の成果、ボランティア活動の成果が有意であった（表8）。

表7 重回帰分析の結果（3年次全体）

	β
ゼミでの成果	0.29 ^{**}
語学への取組	0.24 ^{**}
R^2	0.17 ^{**}

表8 重回帰分析の結果（3年次女子）

	β
ゼミでの成果	0.41 ^{**}
大学祭など学内活動の成果	0.30 ^{**}
ボランティア活動の成果	0.28 ^{**}
R^2	0.34 ^{**}

さらに、4年次の結果を見てみる。77人全体を対象に進路選択自己効力を独立変数、大学内外での取組を従属変数とした重回帰分析を行った結果、語学の成果、ゼミへの取組、地域活動の成果が有意であった（表9）。男子学生では資格への取組、ゼミでの成果、ボランティア活動の成果が有意であり（表10）、女子学生では、予習復習への取組、アルバイトでの成果、ボランティア活動への取組が有意であった（表11）。

表9 重回帰分析の結果（4年次全体）

	β
語学の成果	0.43 ^{**}
ゼミへの取組	0.28 ^{**}
地域活動の成果	0.19 [*]
R^2	0.39 ^{**}

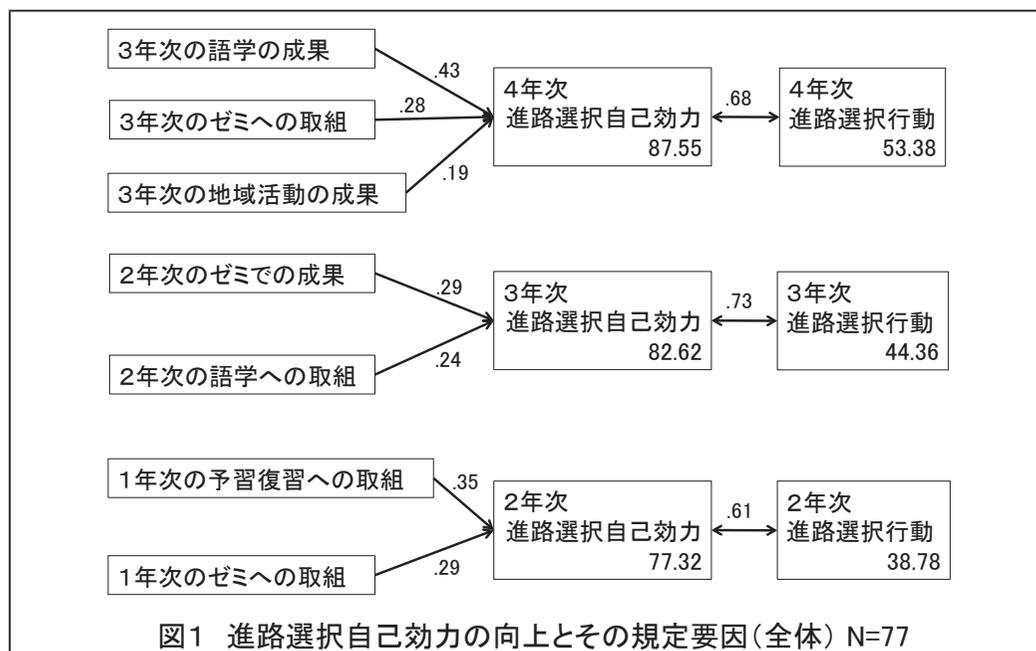
表10 重回帰分析の結果（4年次男子）

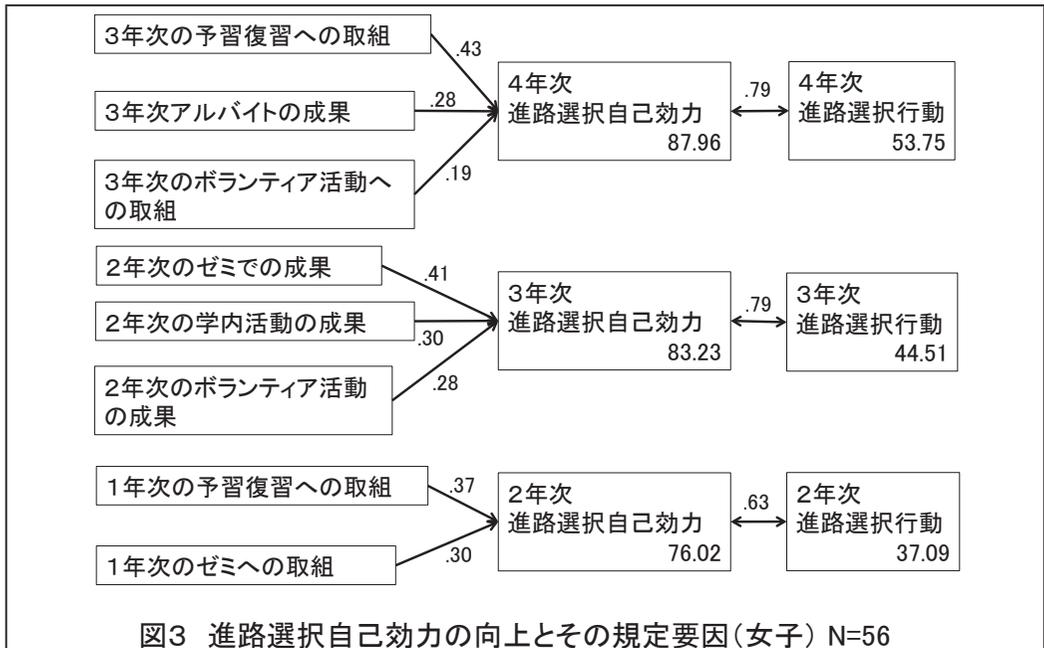
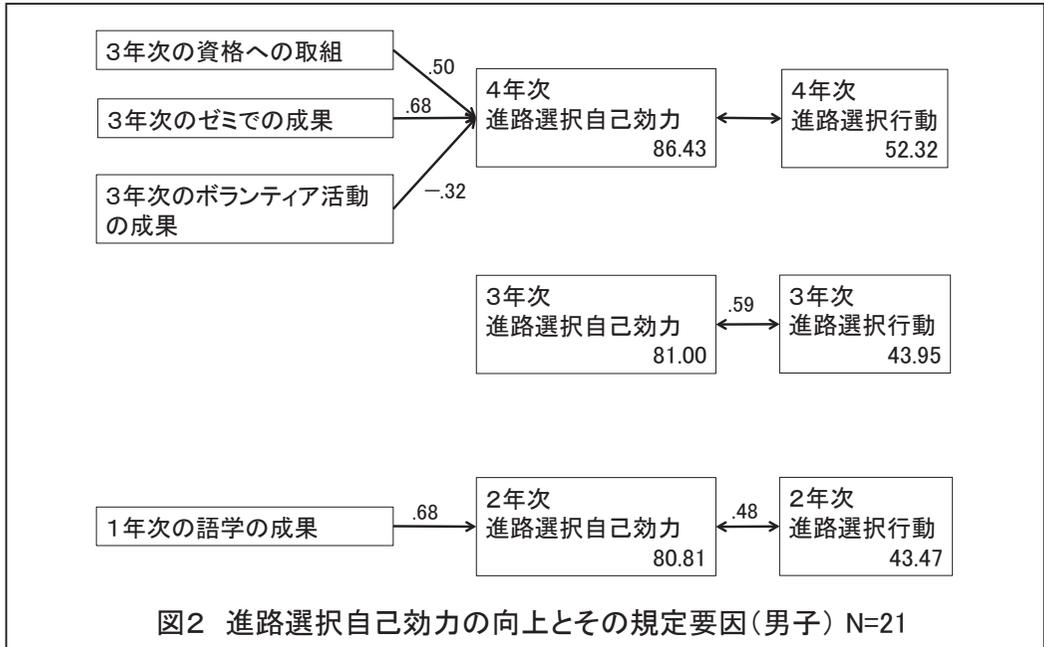
	β
資格への取組	0.50 ^{**}
ゼミでの成果	0.68 ^{**}
ボランティア活動の成果	-0.32 [*]
R^2	0.73 ^{**}

表11：重回帰分析の結果（4年次女子）

	β
予習復習への取組	0.43 ^{**}
アルバイトでの成果	0.28 ^{**}
ボランティア活動への取組	0.19 ^{**}
R^2	0.40 ^{**}

これまでの結果をまとめ、進路選択行動、進路選択自己効力とその規定因となる大学内外での活動との関連を図1、図2、図3に示す。図1は全体、図2は男子学生、図3は女子学生に関するものである。





IV 考察

3年間、継続してデータを収集できた77人について分析した結果、進路選択自己効力は学年が上がるにしたがって上昇していた。また、進路選択行動も学年とともに上昇していた。1年次に予習復習やゼミに積極的に取り組むことが進路選択自己効力を高めることにつながっており、2年次には、それに加えて、語学への取組や大学祭など学内活動、ボランティア活動など学外の活動への取組が進路選択自己効力を高め、3年次には専門ゼミへの取組や語学、資格取得への取組、ボランティア活動やアルバイトなどの学外活動への取組が進路選択自己効力を高めることが認められた。

このように、進路選択自己効力を高める経験は学年によって異なっていた。特に、1年次では講義や基礎演習など大学での勉強に取り組むことが、大学生としての自覚を作り出すと同時に、進路選択自己効力を高めることになる。

2年次には、将来の希望や進路に基づき、各自が自分にとって必要な活動に取り組むことになるのだろう。たとえば、3年次で海外留学を考えている学生は真剣に語学に取り組む、将来、教職に就くことを目標にしている学生はボランティア活動なども含め教職に関わる活動に取り組むのであろう。このように自分の取り組むべき課題を発見した学生はその取り組みを通して進路選択自己効力を高めていくのである。逆に言えば、2年次に取り組むべき課題を発見できない学生は方向性が定まらないまま進級してしまうことになる。2年次の一年間はキャリア形成の視点からも極めて重要な時期と言えるだろう。

3年次には専門の領域への取り組みを通して、経験の幅が広がることになる。専門ゼミへの取組はもちろん、地域での活動やボランティア活動などを通して、進路選択自己効力が高められると考えられる。

学生時代にさまざまな経験ができることが望ましいが、学生のキャリア発達や成長を考慮し、学生の発達に沿って情報を提供したり、経験の機会を提供することが必要なのである。

ただし、何度も述べているように、これらの結果には性差が大きい。女子学生は、男子学生に比べ、進路選択自己効力、進路選択行動の向上が著しい。低学年時には男子学生のほうが進路選択自己効力も進路選択行動も高い傾向にあるが、男子学生は以降の伸びが小さい。一方、女子学生では学年が上がるにしたがって、進路選択自己効力も進路選択行動も大きく向上する。

女子学生が多いこと、人文学部国際文化学科のカリキュラムなどの環境が女子学生の興味関心を促進し、達成経験の機会を提供しているのかもしれない。一方で、男子学生に向けての情報や機会の提供が必要かもしれない。

本研究の結果は3年間の継続的にデータを収集できた学生(77人)だけのものである。特に、男子学生は少ないので、結果の一般化には慎重であるべきである。しかし、進路選択自己効力の向上など学生の成長プロセスと、大学内外での学生の取り組みなど成長促進要因を把握していく

ことにより、大学生のキャリア発達過程の一端を示すことができたことは、本研究の意義である。

V 参考文献

- Bandura, A. 1977 Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, *Psychological Review*, 84, 191-215.
- 川瀬隆千 2015 宮崎公立大学学生の進路選択自己効力の要因としての遂行体験, 宮崎公立大学人文学部紀要, 23, 1-12.
- 川瀬隆千 2016 宮崎公立大学学生における進路選択自己効力の向上要因, 宮崎公立大学人文学部紀要, 24, 17-32.
- 川瀬隆千・辻 利則・竹野 茂・田中宏明 2006 本学キャリア教育プログラムが学生の自己効力感に及ぼす効果, 宮崎公立大学人文学部紀要, 13, 57-74.
- 児玉真樹子・松田敏志・戸塚唯氏・深田博己 2002 大学生の進路選択に及ぼす自己効力および職業的アイデンティティの影響, 広島大学心理学研究, 2, 63-72.
- 桑原千幸・喜多敏博・合田美子・根本淳子・鈴木克明 2014 初年次キャリア教育科目における相互評価学習の実践と進路選択自己効力の向上, 日本教育工学会論文誌, 38, 79-89.
- 柴田由己・安住伸子 2011 女子大学生の進路選択に対する自己効力と進路探索行動—進路選択過程としての就職活動に着目して—, キャリア教育研究, 29, 71-80.
- 高橋桂子・石井藍子 2008 大学生生活・就職活動が自己効力感に与える影響, 新潟大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要 教育実践総合研究, 7, 47-55.
- Taylor, K. M. & Betz, N. E., 1983 Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision, *Journal of Vocational Behavior*, 22, 63-81.
- 富永美佐子 2000 女子大学生の進路選択過程における自己効力, 進路指導研究, 20, 21-31.
- 浦上昌則 1994 女子学生の学校から職場への移行期に関する研究—「進路選択に対する自己効力」の影響—, 青年心理学研究, 6, 40-49.
- 浦上昌則 1995 学生の進路選択に対する自己効力に関する研究, 名古屋大学教育学部紀要, 42, 115-126.