

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 5 月 21 日現在

機関番号：12601

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23530924

研究課題名(和文)臨床心理学を活用したキャリア発達支援の研究

研究課題名(英文)Research on Clinical Psychology-Based Career Support

研究代表者

森田 慎一郎(Shinichiro, MORITA)

東京大学・教育学研究科(研究院)・研究員

研究者番号：90515123

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円、(間接経費) 840,000円

研究成果の概要(和文)：臨床心理学を活用したキャリア発達支援を目的に、認知行動療法を活用した高校生用キャリア教育プログラムの開発(以下、研究1)と、大学の学生相談部門と就職サポート部門の協働によるキャリア支援システムの開発の推進(以下、研究2)を行った。

研究1では、他の研究者とも共同して当該プログラムを開発し、高校生を対象とした実験授業で有効性を確認した。研究2では、全国各地の4年制大学で、大学教員や学生相談員を対象に、システム開発上の必要事項を探るためのインタビュー調査を行った。

なお予備的研究として、大学生を対象としたキャリア意識に関する国際比較調査などを行った。

研究成果の概要(英文)：Aiming to support individuals' career development using clinical psychology, this research developed a career educational program for high school students that uses cognitive behavioral therapy(Research 1), and examined issues surrounding the construction of career support systems based on collaboration between university student advisory services and career services departments (Research 2).

In Research 1, it was confirmed that the program, which was collaboratively developed with other researchers, was effective through experimental classes for high school students. In Research 2, faculty staff and student counselors at four-year universities throughout Japan were interviewed to identify issues that need to be considered when constructing such a system.

In addition, as preliminary research, an international comparative survey was carried out in order to understand differences in university students' career attitudes.

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：臨床心理学 キャリア支援 認知行動療法 学生相談

1. 研究開始当初の背景

平成 18 年の教育基本法の改正以降、学校教育法、学習指導要領、大学設置基準等が改正され、いずれにおいてもキャリア教育・職業教育の充実が求められており、教育界における大きな課題となっている。一方、この 20 年間に、日本の景気が低迷を続ける中、大企業を中心に新規学卒の採用枠が縮小され、学生に対する就職サポートの強化が緊急の課題となっている。このような、キャリア発達支援の問題に対して、臨床心理学は、発達障害の学生の就労支援(岩田, 2003; 田中・八重田, 2008)などの成果はあるものの、顕著な関与をしてきたとは言いがたい。しかし、社会における臨床心理学の認知が高まっている今日の状況を見れば、より積極的に関与すべきであろう。

そこで、本研究では、臨床心理学を活用し、冒頭に記したキャリア教育の充実と就職サポートの強化、というそれぞれの課題に対応したプログラムとシステムの開発を行う。

2. 研究の目的

(1) 研究 <認知行動療法を活用した高校生用キャリア教育プログラムの開発>

森田(2010a)は、企業に勤める社会人を対象としたキャリア意識に関する調査研究(森田, 2006a, 2007b)と、大学生を対象としたキャリア意識に関する調査研究(森田, 2006b)をもとに、今日の産業界では個人のキャリア形成において専門性(自ら知識や技術を学び、学んだことをキャリアに活かそうとする態度)を発展させていくことが重要であることを見出すと同時に、今日の大学生には、専門性を発展させようというキャリア意識が希薄であることを見出した。

上記の結果に呼応するように、今日の高校生には、学習意欲の低下の問題が指摘されている。そこからは、学習の目的を見出しにくい高校生像が浮かび上がるが、「学習を何らかの形で将来のキャリアに活かす」という認知が高校生の中に育まれれば、この問題は改善される部分があると考えられる。ところで、認知の育成という面で優れている臨床心理学の技法に認知行動療法がある。認知行動療法では、非適応的な認知に基づく気分と適応的な認知に基づく気分との比較によって、認知を適応的なものへと修正していく方法論が確立している(森田, 2007a)。これまでのキャリア教育においても、広い意味では認知の育成は試みられてきたが、認知行動療法で特に重視される「気分」の問題への着目がある所かであったがゆえに、効果が得られにくかったと考えられる。したがって、気分の問題を重視する認知行動療法のアプローチをキャリア教育に組み込むことができれば、その点が克服され、時代への適応力に優れた認知を育成することが可能であると考えられる。

そこで、高校生を対象に、認知行動療法を

活かしたキャリア教育プログラムの開発を行う。大学生でなく高校生を対象とする理由としては、高校生の方が認知の育成に対して柔軟性があると考えられること、高校卒業時の進路決定というキャリア発達上の重要課題に取り組む際に、本プログラムによる認知の育成が有効に機能しうると考えられること、などがあげられる。

(2) 研究 <大学の学生相談部門と就職サポート部門の協働によるキャリア支援システムの開発>

森田(2010a)は、今日の大学生には、専門性を発展させようという意識が希薄であることを見出している。また、河地(2005)は調査結果をもとに、今日の大学生を、まじめだが自信に欠ける、と評している。これらの研究を含め先行研究からは、日本の大学生には主体性が不足していることが示唆されている。このような大学生に対するキャリア支援においては、学生自身が主体的に支援機関を探り当て訪ねることを前提とした支援システムよりも、学生の心理的問題に関連部門が協働して対応できる支援システムの構築が必要であろう。

大学生に対する支援として臨床心理学が実践してきた活動の代表は学生相談である。その学生相談における協働の重要性は藤川(2007)などでも指摘されているが、キャリア支援に直接的に携わる就職サポート部門との協働について扱ったものは、千葉・嶺岸・猪俣(2008)における東北大学の現状紹介を除けばほとんど見当たらない。このことは、従来は、キャリアの問題がメンタルヘルスなどの臨床心理学の問題と切り離される傾向があったことを示している。カウンセリングの研究では、キャリアの問題をキャリア以外の問題と切り離すことの危険性が論じられており(Hackett, 1993 など)その意味でも、キャリア支援の問題は、メンタルヘルスなどの問題を含めた総合的な心理的問題という枠組で検討することが望ましい。そこで、大学生のキャリア発達支援促進のために、学生相談部門と就職サポート部門の協働によるキャリア支援システムの開発を行う。

3. 研究の方法

(1) 研究 <認知行動療法を活用した高校生用キャリア教育プログラムの開発>

認知行動療法を活用したキャリア教育プログラムの開発の準備として、高校生のキャリアに対する認知の特徴把握を目的とした調査を行った。なお、高校生のキャリア意識は、所属先が普通高校か専門高校かで大きく異なるが(下村, 2009)、本研究では、高校生から大学生へと成長する発達の視点にも注目するため、大学への進学者の多い普通高校の生徒を対象とした。比較的規模の大きい調査であるため、他の研究者と共同して研究を

行った。

キャリアに対する認知の特徴としては、ライフキャリアにおけるレジリエンスに着目し、先行研究をもとに項目を案出し、ライフキャリア・レジリエンス尺度の開発に取り組んだ。この際、ライフキャリアという長いスパンのキャリアについての認知であることから、尺度の開発にあたっては中学生のデータも含めることとした。そして、中学生と高校生を対象に質問紙調査を行い、1822名からデータを収集した（学会発表 など）。

一方、認知行動療法の考え方を活用した教育プログラムを他の研究者と共同で開発し、実験授業を行った。都内の普通科高校3年生の実験群約40名を対象に実験授業を行い統制群約70名との比較を通して、実験授業の効果評価を行った。それぞれの群に対して実験前と実験後の2回にわたり効果を検証するための尺度への回答を求めた（学会発表 など）。

(2) 研究 <大学の学生相談部門と就職サポート部門の協働によるキャリア支援システムの開発>

システム開発に向けて、最初のステップとして、まずは先行研究のレビューを行い、その上で、学生相談部門と就職サポート部門の協働に関するニーズを調査した。研究への協力が得られた大学（国立大学1校と私立大学1校）の就職サポート部門の事務担当者を訪問し、学生相談部門との協働を想定した場合の学生相談への意見や要望などについて問う半構造化面接を行った。

次のステップとして、学生相談と就職サポート双方についての経験や知識のある大学教員計6名を対象としたインタビュー調査を行った。地域の偏りを防ぐため、北海道、東北、中部、近畿、関東の4年制大学でインタビューデータを収集した。ここでは、両部門の協働を想定した場合の検討点などを問う半構造化面接を行った。

最後のステップとして、学生相談の現場の視点を取り入れるために、現役の学生相談員計5名を対象にインタビューデータを収集した。ここでは、現状における両部門の協働のあり方や、就職サポート部門への意見や要望などについて問う半構造化面接を行った。

(3) 一方、研究 と研究 を推進するなかで、現代の日本におけるキャリア発達の問題について、最新の情報をもとに、日本の独自性や成人期以降の発達段階も視野に入れた検討を行う必要が生じた。そこで、日本と中国とカナダの大学生を対象としたキャリア意識の国際比較調査と、キャリア形成の問題に直面している社会人（特に近年、割合が増加傾向にある非正規雇用者など）を対象とした調査を、他の研究者と共同で行った。

4. 研究成果

(1) 研究 <認知行動療法を活用した高校生用キャリア教育プログラムの開発>では、まず、高校生のキャリアに対する認知の特徴の把握に関しては、1822名から得られたデータをもとに5因子32項目で構成されるライフキャリア・レジリエンス尺度を開発した。また、データの一部を用いた比較の結果、高校生は中学生よりもライフキャリアにおけるレジリエンスは高いことが示唆された（学会発表 など）。

次に、認知行動療法の考え方を活用した教育プログラムの実験授業では、実験前後における効果を検証するための尺度（ライフキャリア・レジリエンス尺度を含む）の得点の比較を通して、実験群では、対照群ではほとんど認められなかった、有意な得点の上昇が認められた。

以上の結果から、臨床心理学の活用可能性を、これまでは顕著な貢献を示すことが難しかったキャリア発達支援の分野において示すことができた。今後は、この教育プログラムの効果の持続性等を検討していく必要がある。

(2) 研究 <大学の学生相談部門と就職サポート部門の協働によるキャリア支援システムの開発>では、最初のステップにおける調査の結果、「就職サポート部門が行うキャリア相談においては、学生にメンタルヘルスの問題が懸念されることは珍しくなく、適宜、学生相談部門からアドバイスをもらいながら対応している。ただし、キャリア相談を担当する相談員は、メンタルヘルスの問題に対して必要以上に臆してしまう場合もあり、そのような点を改善するような何らかの働きかけが協働によって促進されればありがたい。」等の意見が得られた。そこで、いったん、先行研究のレビューの結果と合わせて、論考を作成した（図書）。

次のステップにおける大学教員から収集したインタビューデータと、最後のステップにおける現役の学生相談員から収集したインタビューデータは現在分析中であり、今後、その分析結果をもとに、学生相談部門と就職サポート部門の協働システムのモデルの作成を行う予定である。

以上より、就職サポート部門と学生相談部門それぞれの実務担当者、さらには双方の部門を知る大学教員という3つの視点を活かしたモデルが作成される見込みである。先行研究でも、これら3つの視点から実証的検討を行ったものはほとんどない。したがって、方法面でのオリジナリティを示すことはできたと考えられる。今後は、このモデルの検証が課題である。

(3) 研究 と研究 で見落としがちな面を補うために行った研究では、まず、大学生の働くことの意味づけに関する国際比較調査において、日本はカナダよりも非難回避（周

困から非難されるのが嫌だから働く)が有意に高いことや(雑誌論文),日本は中国よりも非難回避が有意に高く,自己成長(自己成長のために働く)と家族との調和(家族との調和のために働く)と優越性(他者よりも優れていると感じるために働く)が有意に低いことなどが明らかになった(雑誌論文)。社会人を対象とした調査では、非正規雇用者のなかでも非自発的非正規雇用者が、自発的非正規雇用者や正規雇用者や失業者などよりも、働くことのイメージがネガティブであることや、職業への志向そのものが正規雇用者よりも低いことなどが明らかになった(雑誌論文)。

以上より、日本の若者にとっての働くことの意味には、ある種の独自性があり、さらに近年、その若者の就く割合が増加傾向にある非自発的非正規雇用者には、様々な問題があることが把握できたため、今後、高校生や大学生のキャリア発達を考える上で、これらの要素をふまえていくことが重要である。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計 8 件)

森田慎一郎・木下玲子・宮岡等、うつ病と職場内人間関係 休職者の職場復帰と上司や同僚のサポートに着目して、臨床心理学、査読有、第 14 巻(第 1 号)、2014、pp.101-110.

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、失業者のメンタルヘルスに対する影響要因の検討 就労の機能に注目して -、臨床心理学、査読有、第 14 巻(第 1 号)、2014、pp.90-100.

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、文系低学年の大学生における職業への志向 - 選抜性による違いに着目して -、産業・組織心理学研究、査読有、第 27 巻(第 1 号)、2013、pp.21-30.

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、非自発的非正規雇用者の働くことに関する意識 - 自発的非正規雇用者・正規雇用者・失業者との比較 -、キャリアデザイン研究、査読有、vol.9、2013、pp.155-165.

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、大学生における働くことの意味の昼中比較、臨床心理学、査読有、第 13 巻(第 2 号)、2013、pp.247-258.

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、働くことの意味づけと職業への志向に関する日本とカナダの大学生比較、キャリアデザイン研究、査読有、vol.8、2012、pp.183-193.

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、失業者に対する意識 - 失業者に対するスティグマ尺度の作成 -、心理学研究、査読有、第 83 巻、2012、pp.100-107.

森田慎一郎、書評「認知行動療法を学ぶ」、臨床心理学、査読無、第 11 巻(第 5 号)、2011、pp.779-780.

〔学会発表〕(計 10 件)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、日本・カナダの大学生における失業者に対するスティグマ キャリア観との関連を中心に、日本心理学会第 77 回大会、2013 年 9 月 21 日、札幌市産業振興センター(北海道)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、ライフキャリアレジリエンス - 中高生のライフキャリア教育の効果測定のための尺度作成 -、日本コミュニティ心理学会第 16 回大会、2013 年 7 月 13 日、慶應義塾大学日吉キャンパス(神奈川県)

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、正規雇用者と非正規雇用者と失業者の労働観比較、日本心理学会第 76 回大会、2012 年 9 月 12 日、専修大学(東京都)

石津和子・森田慎一郎・高橋美保、ライフキャリアレジリエンス(2) ライフキャリアレジリエンスを用いた中高生の比較、日本心理学会第 76 回大会、2012 年 9 月 11 日、専修大学(東京都)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、失業者に対するスティグマが失業者のメンタルヘルスに及ぼす影響、日本コミュニティ心理学会第 15 回大会、2012 年 7 月 14 日、北翔大学北方圏学術情報センター(北海道)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子・石橋太加志、高校生を対象としたライフキャリア教育の実践研究 働くことと生きることをテーマにした認知行動療法的アプローチ、日本発達心理学会第 23 回大会、2012 年 3 月 11 日、名古屋国際会議場(愛知県)

石津和子・高橋美保・森田慎一郎、高校生における失業者に対する意識 - キャリア意識との関連を中心に -、日本心理学会第 75 回大会、2011 年 9 月 17 日、日本大学文理学部(東京都)

森田慎一郎・石津和子・高橋美保、大学生におけるキャリア観の昼中比較 - 文系の 1,2 年生に着目して -、日本心理学会第 75 回大会、2011 年 9 月 15 日、日本大学文理学部(東京都)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子、コミュニティ感覚及び就労意識が失業者へのスティグマ意識に及ぼす影響 - 国際比較研究から -、日本教育心理学会第 53 回総会、2011 年 7 月 26 日、北海道立道民活動センターかでの 2・7(北海道)

高橋美保・森田慎一郎・石津和子・李健實、日韓の就労者が抱く失業者への意識の比較検討 - コミュニティ感覚に注目して -、日本コミュニティ心理学会第 14 回大会、2011 年 7 月 16 日、上智大学四谷

キャンパス（東京都）

〔図書〕（計 2 件）

森田慎一郎 他、平凡社、最新心理学事
典、2013、pp.105-107,286.

森田慎一郎 他、金剛出版、学生相談必
携 GUIDEBOOK 大学と協働して学生を支
援する、2012、pp.26-39,175-188.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

森田 慎一郎 (MORITA, Shinichiro)
東京大学・大学院教育学研究科・特任研究
員

研究者番号：90515123