

大学生の精神的健康と職業未決定に関する研究

RESEARCH ON OCCUPATIONAL UNDETERMINED AND MENTAL HEALTH OF UNDERGRADUATES

次世代教育学部こども発達学科

三木 澄代

MIKI, Sumiyo

Department of Child Development

Faculty of Education for Future Generations

キーワード：大学生， 精神的健康， 職業決定， キャリア形成， 学生相談

要約： In this study, it is possible to grasp of vocational indecision and mental health by performing a questionnaire survey on vocational decision and mental health for targeting the active university students. I have studied the challenges of student counseling and career education in universities, its interrelationships and the way of guidance and support. I was using the vocational indecision scale (Shimoyama, 1986) in search on vocational decision and the University Personality Inventory in the investigation of mental health. As a result, it has been found that “immaturity”, “confusion”, “moratorium”, “exploration”, “easiness”, “decision” are affecting the symptom form of depression, obsession and social anxiety and occupation indecision. In the background of the mental symptoms of university students, the problems of self-determination of career choice has been grasped. This suggested that psychological and social support with a view to the problem of vocational decision in student counseling for complaining of psychological symptoms and need for support of identity development in career education.

I 問題の所在と目的

近年わが国では自殺者が年間3万人を超えることが常態化している。昨年度（平成24年度）は自殺総数の減少が見られたが、15歳～29歳の死因の1位が自殺であり若年層の自殺は深刻な状況にある。大学生が位置する青年期は、アイデンティティの確立や精神的自立が求められる時期であるが、その過程において1960年代から精神保健の専門家や大学の学生相談の関係者の注目を集めているスチューデントアパシーをはじめ対人恐怖・ひきこもりなどの適応障害や、精神疾患発症があらわれやすい時期でもある。本学にみられる不登校・休学・中途退学・留年生の精神的健康の低下についても適切な予防・対処が必要な状況と言える。

他方で、大学生にとって職業選択が大学卒業の中心的目标である。文科省・厚労省の報告によれば大学生の就職決定率は90%台半ば以上が続いているものの就職希望率は約7割（男子63.6%，女子79.7%）で性差と男子大学生の希望率の低さは顕著である（2013年4

月1現在）。本学においても、開学以来卒業時の進路決定率は95%超を維持している（平成24年度卒業生決定率は97.5%）なかで、本年度卒業予定者に対する3年生前期（平成24年6月）の調査（キャリアデザイン授業時実施）では就職希望者（家業含む）（84.5%）のうち職業未決定が43.2%と最も多くを占める結果が見られた（岡野，2012）。これは3年生後期以降にまで及ぶ職業未決定期間における的確な学生理解と支援の必要を示唆するものである。

下山（1986）は、青年期の社会における適所を見出すための積極的で自由な役割実験という積極的な意味のものだけでなく、アイデンティティの発達が不十分なために職業についての自己決定ができない消極的・病理的なもの（笠原，1984）等多様なものがあることをふまえてアイデンティティの発達との関連を考慮した職業カウンセリングが必要であるとし、職業未決定がどのような状態のものかの判断のための尺度を開発している。また、それを用いて大学生のメンタルヘルスと職業決定への支援に職業未決定の状態の把握を試

みたものに福田ら（2011）の抑うつと職業未決定に関する研究がある。

本研究は、これらを手がかりとして本学生の職業未決定の状態と精神的健康状況ならびにそれらの関係をつまびらかにすること、適切な学生相談・キャリア教育・就職支援の充実に向けた課題を整理すること、問題解決の方向性を検討することを目的とする。

II 方法

1. 質問紙調査の時期・対象・手続き

時期：2013年10月中旬～11月上旬

対象：本学生（次世代教育学部・2学科）

計199名（調査時の授業科目履修登録者）

手続き：精神的健康調査（UPI：下記2. 調査内容1）参照）と職業選択に関する質問（職業未決定尺度）を冊子にして配布し、授業時間に実施しその場で回収した。回答時間は、趣旨説明・教示を含めて約25～30分間であった。実施にあたり研究目的・データおよび結果の使徒・保管・回答回避の自由について明記した上で口頭で説明し、同意を得られた者に無記名で回答を求めた。また、学科・学年・性別・部活動・居宅（自宅・自宅外）等の属性について、フェイスシートに選択肢を提示し択一形式により確認した。

2. 調査内容

1) 大学生精神的健康調査（University Personality Inventory）以下「UPI」（表4）

UPIは大学生のメンタルヘルスの実態をスクリーニングするために、1966年に全国大学健康管理協会の学生相談カウンセラー・精神科医によって開発された質問紙である（松原，2004）。中村・丹羽・古沢・長瀬・高橋・本多・朝田・後藤（2000）による入学時のUPI得点とその後の留年・退学状況との関連を示した研究をはじめ、学生生活適応の予測の指標としての有効性が見出されている。開発されて以降今日に至るまで全国的に多くの大学で継続的に実施され、問題の早期発見・早期対応のために活用されている。

60項目で構成され、回答は「はい（○）」「いいえ（×）」の2件法である。本研究では、各質問項目に対して該当する場合に「はい」、該当しない場合に「いいえ」のいずれかで回答を求め、「はい」と回答した数の合計数をUPI得点としている。

質問内容のうち「自覚症状」に関するものが計56項目で、「精神身体的訴え」に関するもの16項目、「うつ

傾向」に関するもの、「対人関係の不安」に関するもの、「強迫傾向、被害・関係念慮」に関するものに分類される（1995、吉武）。「自覚症状」に関する項目のうち「食欲がない」「自分の過去や家族は不幸である」「不眠がちである」「死にたくなる」の4項目（「Key項目」）は、呼び出し面接等積極的介入の必要の指標として活用される。「いつも体の調子がよい」「いつも活動的である」「気分が明るい」「よく他人に好かれる」の4項目（「陽性項目」）は、ライスケール（虚偽尺度）であり本来は検査の信頼性を検証するための項目であるが、「心身の快調さ」への反応を示す健康度の自覚の指標ととらえて分析・考察の対象として活用することができる（沢崎・松原，1988）。

2) 職業未決定

下山（1986）が、青年期の最重要課題である職業決定に向けた適切な支援のためには職業未決定の状態から“自己（アイデンティティ）の確立”度を予測し両者の関連性を考察する必要があるとして作成したもので、信頼性・妥当性を確認されている尺度である（表5）。職業に対する気持ち・態度に関する質問39項目から成り、「あてはまる」「どちらともいえない」「あてはまらない」の3件法で回答を求めるものである。回答の「あてはまる」「どちらともいえない」「あてはまらない」には、それぞれ1～3点を与えて点数化し下位尺度ごとに合計点を求める。下位尺度は職業決定という課題に立ち向う際の態度を6つに分類したもので、以下のとおりである。

・「未熟」（7項目）：職業意識が未熟なため見通しがなく、職業選択に取り組めないでいる状態。

（注：本研究においては項目41の性アイデンティティについての質問「男（女）に生まれてよかったと思う」を除く版（堀・山本，2001. 2011）にしたがい、職業決定に関する質問6項目について回答を求めた。）

・「混乱」（8項目）：職業選択に直面して不安になり、情緒的に混乱している状態。

・「猶予」（7項目）：職業決定を猶予して当面のところは職業について考えたくない状態。

・「模索」（6項目）：職業決定に向かって積極的に模索しているという状態。

・「安直」（7項目）：自らの関心や興味を職業選択に結びつけていこうとする努力

をしない安直な職業決定に関する状態。

・「決定」(4項目)：職業が既決している状態。

なお、本研究では、下山(1986)が原尺度41項目から因子分析により除外した2項目(質問18, 38)と、性アイデンティティに関する1項目(原尺度質問41)を除いて構成された38項目の調査を実施した。

なお、尺度の妥当性は職業未決定尺度と同時に実施された「自己の確立」尺度に因子分析を行って抽出した「確実性」「能動性」「受容性」「統制性」「主体性」「親密性」との検討から担保されている。よって本尺度により測定される職業未決定状態は、アイデンティティ発達の状態を予測においても有効なものとして調査結果の検討をすすめた。

Ⅲ 結果と考察

1. 全体傾向

・分析対象：調査への回答のうち分析対象としたサンプル数は1年70, 2年77, 3年19, 4年3で、合計170であった(表1)。3・4年の数が少なくアンバランスだが、全体傾向の把握には特に支障がないと判断し分析の対象に含めている。男女の内訳は男子53.5%, 女子45.9%でやや男子が多い。本研究においては性差を視点とした分析は行わないが集団を説明する要素として示す(表2)。

表1 学年

		度数	%	有効%	累積%
有効	1年	70	41.2	41.4	41.4
	2年	77	45.3	45.6	87.0
	3年	19	11.2	11.2	98.2
	4年	3	1.8	1.8	100.0
	合計	169	99.4	100.0	
欠損値	システム欠損値	1	.6		
合計		170	100.0		

なお、授業を欠席した学生には追実施は行っていない。また、回答内容に信頼性がなかったものを分析対象外としている。

・分析の方法

職業未決定尺度の下位項目(「決定」「未熟」「猶予」「混乱」「模索」「安直」)ごとに質問数が異なるため、得点を尺度ごとに合計し、その平均値を基準として高得点のものを「高群」、低得点のものを「低群」とした。

(表3)UPIについては質問項目をその訴え内容により「精神身体的訴え」16項目(Q1~4, Q16~19, Q31~34, Q46~49),「うつ傾向に関するもの」20項目(Q6~15, Q21~30),「対人面での不安に関するもの」10項目(Q36~45),「強迫傾向や被害・関係念慮に関するもの」10項目(Q51~60)の4群に分類し(吉武, 1995), 虚偽項目(表4※)を陽性項目として(沢崎・松原, 1988)結果を検討した。なお、本研究では陽性項目は逆転項目として処理し「陰性傾向」としている。

表2 性別

		度数	%	有効%	累積%
有効	男子	91	53.5	53.8	53.8
	女子	78	45.9	46.2	100.0
	合計	169	99.4	100.0	
欠損値	システム欠損値	1	.6		
合計		170	100.0		

2. 結果

職業未決定の状態について、下位尺度における被験者間因子は下記のとおり(表3)で、いずれの水準においても各群ほぼ半数に近い分布となった。

これらの手続きを行ったうえで、職業未決定の状態を独立変数とし精神的健康状況を従属変数として分散分析による両者の関係の検討を行った。

表3 被験者間因子

		N
「決定」水準	低群	93
	高群	76
「未熟」水準	低群	82
	高群	87
「猶予」水準	低群	99
	高群	70
「混乱」水準	低群	84
	高群	85
「模索」水準	低群	77
	高群	92
「安直」水準	低群	86
	高群	83

下位尺度ごとの平均/満点(標準偏差)は、「決定」8.23/12(2.24), 「未熟」10.90/18(3.25), 「猶予」10.421(2.89), 「混乱」15.35/24(3.60), 「模索」12.50/18(3.17), 「安直」11.76/21(3.16)であった。

各尺度の質問項目数が異なるため、平均点の高低を

各尺度間で比較することの意味はないが、標準偏差はいずれの尺度においても一定の範囲と考えられ特異な分布状況はみられないと理解される。

これらから、先の手続きによる分散分析の結果を職業未決定と精神的健康の関係の検討に用いることは支障がないものとした。

表4 大学生精神的健康調査 (University Personality Inventory) (1966, 全国大学健康管理協会)

1	食欲がない ※	31	赤面して困る
2	吐き気, 胸やけ, 腹痛がある	32	吃ったり, 声がふるえる
3	わけもなく便秘や下痢をしやすい	33	体がほてったり, 冷えたりする
4	動悸や脈が気になる	34	排尿や性器のことが気になる
5	いつも体の調子がよい (L)	35	気分が明るい (L)
6	不平や不満が多い	36	なんとなく不安である
7	親が期待しすぎる	37	独りでいると落ち着かない
8	自分の過去や家族は不幸である ※	38	ものごとに自信を持ってない
9	将来のことを心配しすぎる	39	何事もためらいがちである
10	人に会いたくない	40	他人にわるくとられやすい
11	自分が自分でない感じがする	41	他人が信じられない
12	やる気が出てこない	42	気をまわしすぎる
13	悲観的になる	43	つきあいが嫌いである
14	考えがまとまらない	44	ひげ目を感じる
15	気分が波がありすぎる	45	とりこし苦労をする
16	不眠がちである ※	46	体がだるい
17	頭痛がする	47	気にすると冷汗が出やすい
18	首すじや肩がこる	48	めまいや立ちくらみがする
19	胸がいたんだり, しめつけられる	49	気を失ったり, ひきつけたりする
20	いつも活動的である (L)	50	よく他人に好かれる (L)
21	気が小さすぎる	51	こだわりすぎる
22	気疲れする	52	くり返し確かめないと苦しい
23	いらいらしやすい	53	汚れが気になって困る
24	おこりっぽい	54	つまらぬ考えがとれない
25	死にたくなる ※	55	自分のへんな匂いが気になる
26	何事も生き生きと感じられない	56	他人に陰口をいわれる
27	記憶力が低下している	57	周囲の人が気になって困る
28	根気が続かない	58	他人の視線が気になる
29	決断力がない	59	他人に相手にされない
30	人に頼りすぎる	60	気持が傷つけられやすい

L: 本来虚偽項目であるが、本研究では、陽性項目として分析に含めている

※: KEY項目として、呼び出し面接の指標として活用されることが多い項目

【質問内容の分類】(吉武, 1995)

- ・「精神身体的訴え」16項目 (Q 1 ~ 4, Q16~19, Q46~49)
- ・「うつ傾向に関するもの」20項目 (Q 6 ~15, Q21~30)
- ・「対人面での不安に関するもの」10項目 (Q36~45)
- ・「強迫傾向や被害・関係念慮」10項目 (Q51~60)

表5 職業未決定尺度 (1986, 下山)

- 1 自分の職業計画は、着実に進んでいると思う。
- 2 自分の将来の職業については、何を基準にして考えたらよいのかわからない。
- 3 せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない。
- 4 できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい。
- 5 望む職業につけないのではと不安になる。
- 6 将来、やってみたい職業がいくつかあり、それらについていろいろ考えている。
- 7 生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい。
- 8 自分のやりたい職業は決まっており、今は、それを実現していく段階である。
- 9 自分がどのような職業に適しているのかわからない。
- 10 職業決定と言われても、まだ先のことのようにピンとこない。
- 11 将来自分が働いている姿が全く思い浮かばない。
- 12 職業決定のことを考えると、とても焦りを感じる。
- 13 職業を最終的に決定するのはまだ先のことであり、今はいろいろなことを経験してみる時期だと思う。
- 14 自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている。
- 15 自分の職業決定には自信を持っている。
- 16 自分の職業については、いろいろ計画をたてるが、一貫性が無く、次々に変化していく。
- 17 自分の知っている職業の中で、やりたいと思う職業が見つからない。
- 19 これまで、自分自身で決定するという経験が少なく、職業決定のことを考えると不安になる。
- 20 職業に関する情報がまだ充分にないので、情報を集めてから決定したい。
- 21 できるだけ有名な所に就職したい。
- 22 自分なりに考えた結果、最終的にひとつの職業を選んだ。
- 23 誤った職業選択をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない。
- 24 私は、いつも自分で実現できないような職業ばかり考えている。
- 25 職業につけたとしても、うまくやっていく自信がない。
- 26 将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる。
- 27 将来の職業については、いくつかの職種に絞られてきたが、最終的にひとつに決められない。
- 28 自分にとって職業につくことは、それほど重要なことではない。
- 29 自分一人で職業を決める自信がない。
- 30 今の状態だと、自分の一生の仕事などみつきりそうもない。
- 31 将来の職業については、考える意欲が全くわからない。
- 32 私は、あらゆるものになれるような気持ちになる時と、何にもなれないのではないかと不安になる時がある。
- 33 これだと思う職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ。
- 34 できることなら誰か他の人に自分の職業を決めてもらいたいと思うことがある。
- 35 自分が職業としてどのようなことがやりたいのかわからない。
- 36 職業のことは、大学4年生になってから考えるつもりだ。
- 37 できることなら、職業など持たず、いつまでも好きなことをしたい。
- 39 職業は決まっていないが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う。
- 40 学歴や“ツテ (コネ)”を利用してよい職業につきたい。

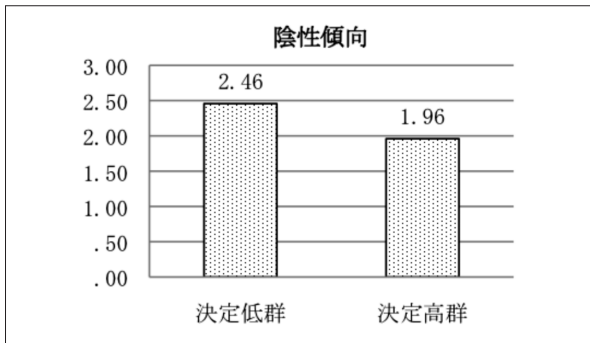
(備考) 項目番号「18」と「38」は項目分析の結果、分析に含まれなかった項目のための欠番 (『心理測定尺度集Ⅱ』, 2001より)

1) 職業未決定尺度と精神的健康調査の分散分析の結果

(1) 職業未決定下位尺度ごとの結果

①下位尺度「決定」×UPI得点

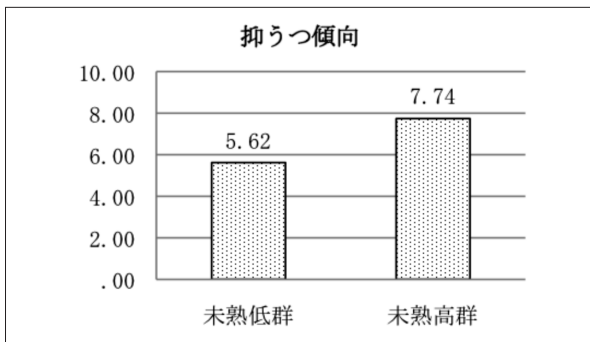
職業決定が進んでいないとする群は、進んでいるとする群より体調の良さ・活動性・気分の明るさ・他人に好かれるとの自覚が持ちにくい傾向にある。



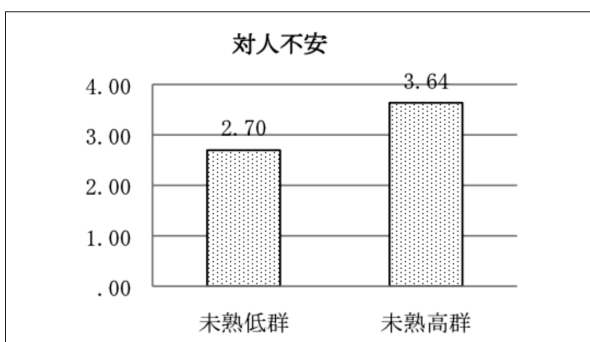
(陰性傾向：有意確率.019 p<.05*)

②下位尺度「未熟」×UPI得点

将来の職業についてどう考えてよいかわからない、思い浮かばない、一人で決められないなど未成熟なことが、抑うつ傾向・対人不安症状につながっている。



(抑うつ傾向：有意確率.005 p<.01**)

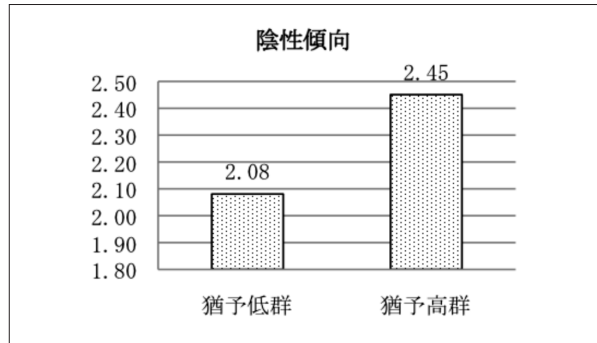


(対人不安：有意確率.022 p<.05*)

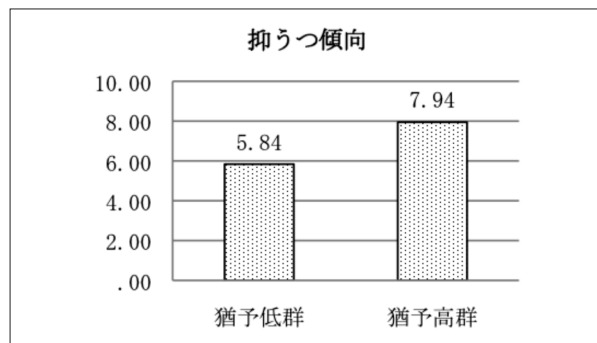
③下位尺度「猶予」×UPI得点

職業に就く意欲が乏しく職業決定を先延ばしにしている状態が、気分の明るさ等快調さの自覚の低さと、イライラや悲観・死にたくなるような気分、気分の波

等の抑うつ傾向に影響していることが示された。



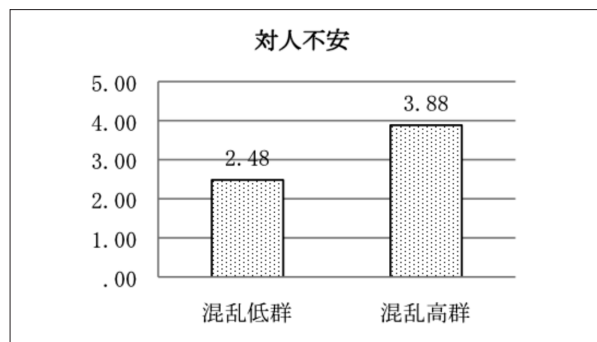
(陰性傾向：有意確率.083 p<.1+)



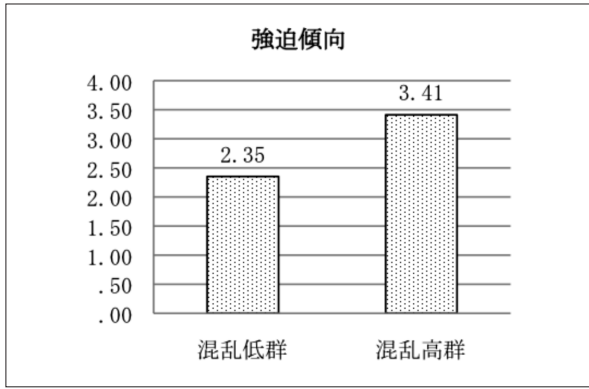
(抑うつ傾向：有意確率.006 p<.01**)

④「混乱」×UPI得点

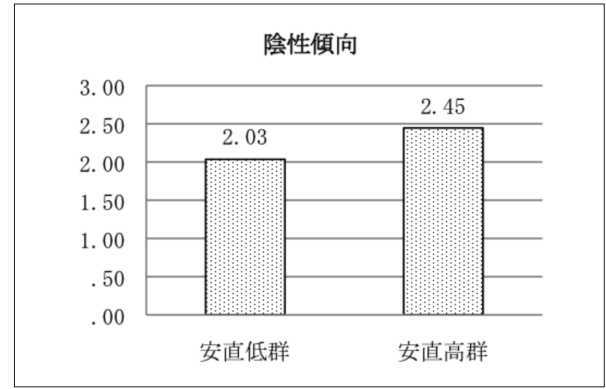
職業決定についての不安・焦燥などの混乱状態が、他人を信じられない・気をまわしすぎる・一人でいると落ち着かない等の対人面の不安や、こだわりすぎる・他人の視線や自分の臭いが気になるなど強迫傾向を高めることが示された。



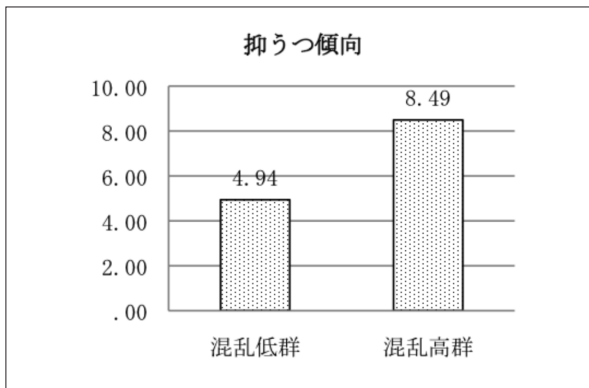
(対人不安：有意確率.001 p<.001***)



(強迫傾向：有意確率 .004 p<.01**)



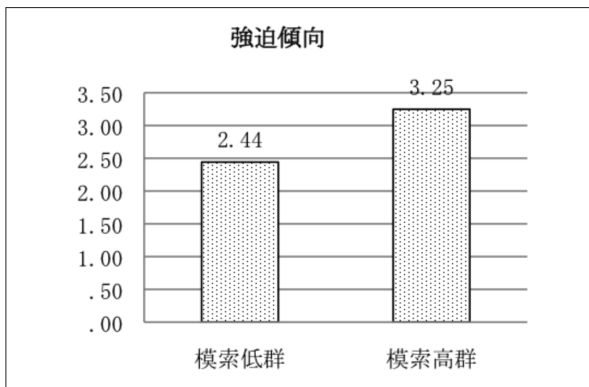
(陰性傾向：有意確率 .052 p<.1+)



(抑うつ傾向：有意確率.000 p<.001***)

⑤下位尺度「模索」×UPI得点

いくつかやりたいことがある・色々な体験をしてから職業を決めるなど模索していることが、他人に相手にされない・傷つきやすいなどの被害意識やこだわりなどの強迫傾向症状に影響している。



(強迫傾向：有意確率.030 p<.05*)

⑥下位尺度「安直」×UPI得点

どのような職業でもよい、誰かに決めてもらいたい、ツテで就職したいなどの安直な傾向にあっても、気分の・活動性・体調の良さ等の自覚は低い。

2) 結果のまとめ

すべての下位尺度において、精神的健康（陽性項目（表7注*：逆転項目とし「陰性傾向」と命名）を含む）に職業未決定の状態が有意な影響を与えていることが示された（表7）。

表7 分散分析結果のまとめ

	身体症状	抑うつ傾向	対人不安	強迫傾向	陰性*傾向
決定	×	×	×	×	○
未熟	×	○	○	×	×
猶予	×	○	×	×	○
混乱	×	○	○	○	×
模索	×	×	×	○	×
安直	×	×	×	×	○

○：有意差あり ×：有意差なし

抑うつ傾向は、「未熟」「猶予」「混乱」の状態の影響をうけており、対人不安は「未熟」「混乱」の状態により高まることが示された。強迫傾向は「猶予」「混乱」の、陰性傾向は「決定」「猶予」「安直」の状態により生じるとの結果が得られた。身体症状のみ、いずれの状態においても有意差がなく職業未決定の状態による影響はみられなかったが、総じて職業未決定の状態がさまざまな精神的症状や心理的問題の要因となっている可能性が示されている。

表6 被験者間効果の検定

従属変数：陰性傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
決定	10.377	1	10.377	5.656	.019

p<.05 *

従属変数：対人不安

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
未熟	37.605	1	37.605	5.346	.022

p<.05 *

従属変数：抑うつ傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
未熟	190.178	1	190.178	8.039	.005

p<.01 **

従属変数：陰性傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
猶予	5.657	1	5.657	3.037	.083

p<.1 +

従属変数：抑うつ傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
猶予	183.258	1	183.258	7.733	.006

p<.01 **

従属変数：対人不安

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
混乱	83.300	1	83.300	12.319	.001

p<.001 ***

従属変数：強迫傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
混乱	47.647	1	47.647	8.552	.004

p<.01 **

従属変数：抑うつ傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
混乱	536.494	1	536.494	24.843	.000

p<.001 ***

従属変数：強迫傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
模索	27.348	1	27.348	4.804	.030

p<.05 *

従属変数：陰性傾向

下位尺度	タイプ III 平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率
安直	7.131	1	7.131	3.824	.052

p<.1 +

3. 考察

(1) 抑うつ傾向と職業未決定尺度との関連

職業未決定尺度（下山，1986）は測定される職業未決定の状態から「自己の確立」の発達状況を予測することができるように作成されている。職業に向けた混乱・未熟の傾向が強い場合には、自己確立がすすんでいないことが予想できる。先述のとおり（表6）抑うつ傾向は、「未熟」「猶予」「模索」で有意差がみられた。「未熟」では、親への依存が遷延し将来の見通しや職業に就こうとする意欲がないまま職業決定に直面し自立への抵抗・不安が抑うつ傾向に関連している可能性が考えられる。次に「猶予」については、職業決定を先延ばしにすることの不安・焦り、先延ばしにせざるを得ない自身の自己統制力のなさ等が考えられる。

また、「模索」の抑うつ傾向については、下山（1986）の「模索」を積極的探索期とする視点から、「模索」では抑うつ傾向が低いとする調査研究（福田，2011）をふまえると、自立への意欲の一方にある分離不安や職業決定への効力感の低さが本学の特徴とも捉えられる。

また、岡ら（2006）は津田塾大学での28年間にわたるUPIの変化についての研究で、景気変動が対象者の精神的健康に及ぼす影響について言及している。抑うつ傾向への対応を検討するとき、学費滞納・奨学金受給者の状況も把握し職業未決定の水準を問わず経済環境の影響を考慮することを重要なポイントの一つとすべきであろう。

(2) 対人不安と職業未決定との関連

「未熟」「混乱」で対人不安に有意差が見られた。

「未熟」「混乱」は自分の将来に関して安定した能動的取組ができていないでいる職業未決定状態である。自我の能動性の弱さの表れで、他者との安定的な関係を調整・維持する力が乏しいために対人不安が高まることは当然のことと理解される。このことは、下山（1986）が、混乱傾向が強いほど自分の確立の最も基本的部分である自我の確実性の脆弱さが予測されることを示すとしていることと一致する。職業を考えると、自己の能力に対する自他の評価や他者との比較、それらによる傷つきを避けて通れない。職業決定への不安が増幅し混乱傾向が激しい場合、信頼 v s 不信の課題と対応していることを念頭において自我の弱さに配慮したキャリア支援や学生相談による共感・支持が必要であろう。

(3) 強迫傾向と職業未決定との関連

強迫傾向は「混乱」「模索」で有意差がみられた。「混乱」については上述したとおり、信頼 v s 不信の課題との直面でありそのために他者への不信や関係念慮は当然のことであろう。一方「模索」の強迫傾向は、積極的な職業決定のための取組のなかで生じる緊張感・圧迫感が背景にあると考えられる。職業へのこだわりや過敏性への配慮が求められるであろう。

(4) 陰性傾向と職業未決定との関連

陰性傾向は「決定」「猶予」「安直」で有意差が見られた。心身の調子が良く活動的であるという自覚は、それぞれの状態において持つ意味は異なる。「猶予」では、職業選択への直面を避け職業決定を先延ばしにしている状態はすなわち青年期の発達課題である自立への躊躇の表れとも考えられる。であるとすれば、表面上の無気力・怠学傾向等職業決定の回避への叱責・指導・激励を行うことは危険である。挑戦への不安・失敗することへの恐れや自己効力感の低さ等背景にある問題・課題に配慮した心理的サポートや具体的支援が必要であろう。

「安直」では、安直傾向の高い群に陰性傾向がみられる。安易でポジティブな見通しや楽観的な状態を呈している一方で、内面には気分が晴れない・行動できていない・他者から好かれるという自覚がもてない等ネガティブな感覚を体験している可能性を示唆しているのではないだろうか。職業決定という自己の確立の取り組みからの撤退とも理解でき、抑うつ・不安等の顕著な精神症状がない点においてアパシー（笠原，1984）に類似している。体調の良さや気分の明るさの自覚というポジティブな感覚の自覚が乏しいことが、アパシーの基本的特徴とされるアンヘドニア（快体験の希薄化）と一致する。抑うつ傾向がみられる「猶予」と異なる点である。ともに同様に職業未決定ではあるが、「安直」では何らかの外的基準に依存して職業を自己決定しようとする一定の自己統制性が背景にあることが予測される。回避せず自己決定しようとする姿勢・意欲を認め支持することが重要な支援のポイントとなるであろう。

「決定」においては低群で陰性傾向が高い傾向にある。職業選択が進まない不安・焦り、明確な目標も自己評価も低い状態では気分や活動が抑制される状況になり、明確な目標・職業がある場合にはそれをめざして活動し心理的・社会的に健康で自己効力感も高まる傾向につながると考えられる。学生の実生活から予測して妥当な結果であるが、本研究の結果からは、決定

か未決定かという現象だけではなく、職業未決定においては特に背景にある問題の理解、決定の場合には就職支援と職に要する資質・技能の養成等キャリア形成のプロセスにおけるメンタルヘルスへの留意の必要は明らかであろう。

心身の快調さ・気分の明るさの自覚や表面的な活動性が必ずしも職業決定の度合いの高さと一致していないことや、職業決定の様相が精神的健康に影響していることを十分配慮し、学生理解と対応を注意深く進める必要が示唆されていると理解してよいであろう。

(5) 総合考察

本研究では精神的健康を調査するためにUPIを使用した。これを入学時に新入生全員を対象に実施している大学の中に、その結果と後の留年・退学に関連がみられるとした研究(中村ら, 2000)が複数みられる。入学時に何らかの方法で精神的健康をスクリーニングし、開発的・予防的學生相談活動を実施することが大学生活への適応促進と留年・退学の予防に有効であることを裏付けるものであろう。

本研究ではUPI職業未決定の状態が多様な精神症状の要因となっていることを示す結果を得た。今後サンプル数を増やし学年別・性別の検討も加えて詳細に職業未決定と精神的健康の関係を把握することが課題ではあるが、職業未決定の状態を自己確立との関連で理解することの重要性を確認できたと考える。

自己確立との生き方支援としてのキャリア形成教育・相談・支援のためのネットワーク整備, 全員・一部・特定の対象とする症状・課題に応じた開発・予防・治療各レベルの計画的・組織的取組をすすめるうえで一つの手がかりを得られたといえよう。

参考文献

福田直子・朝倉隆司・伊野宮興志・小室理恵子・脇坂清美 2011 大学生の抑うつ症状と職業未決定尺度の学年別検討 東京海洋大学研究紀要, 7, 9-16
堀洋道監修 山本真理子編 2001『心理測定尺度集Ⅱ』職業未決定尺度(下山, 1986) 345-350. サイエンス社
笠原嘉 1984『精神病と神経症』みすず書房
笠原嘉 1984『アパシー・シンドローム高学歴社会の青年心理』岩波書店
笠原嘉 1988『退却神経症-無気力・無関心・無快楽の克服-』講談社
松原達哉 2004 UPI学生精神的健康調査(松原達哉編『心理テスト法第4版-基礎知識と技法習得のた

めに-』日本文化科学社

中村恵子・丹羽美穂子・古澤洋子・長瀬江利・高橋睦・本多恭子・浅田修市・後藤紘 2000 入学時UPIと4年後の留年・退学状況 CAMPUS HEALTH, 36(2), 87-92.
岡伊織・銚谷路・山崖俊子 2011 University Personality Inventory (UPI) 高得点者が抱える潜在的ニーズ 学生相談研究, 31, 2, 146-156
岡伊織・山崖俊子・佐々木由利子 2006 大学生精神医学的チェックリスト(UPI)における津田塾大学生28年間にわたる変化 学生相談研究, 26, 3, 233-242
岡野聡子・小野憲一 2012 大学生のキャリア意識とキャリア支援体制の確立に関する研究-環太平洋大学3年生を対象としたアンケート調査を踏まえて- 日本キャリア教育学会第34回研究大会研究発表論文集, 86-87
下山晴彦 1986 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, 34, 20-30.
沢崎達夫・松原達哉 1988 大学生の健康に関する研究(1) 筑波大学心理学研究, 10, 183-190.
山崖俊子 2012 学生相談の役割 学生相談研究, 33, 1, 72-83
吉武光世 1995 UPIからみた新入生の心の健康状態について-他大学との比較を通して- 東洋女子短期大学紀要, 27, 33-42