

修士論文(要旨)

2017年1月

大学生の就職活動における先延ばし行動を克服するプロセスの質的研究

指導 井上 直子 教授

心理学研究科
臨床心理学専攻

214J4001

金井 諒

Master's Thesis (Abstract)
January 2017

A Qualitative Study of the Process of Overcoming Job-hunting Procrastination
among Undergraduate Students

Ryo Kanai
214J4001

Master's Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Naoko Inoue

目次

第1章 問題の背景と所在	1
第2章 目的	1
第3章 方法	1
第4章 結果	1
第5章 考察	2

文献

第 1 章－問題の背景と所在

就職活動は企業の新卒一括採用のスケジュールに合わせて行動しないと就職することが難しいとされ(下村・木村, 1997), 就職活動に乗り遅れることで就職活動そのものを中断してしまうケースも多いことが指摘されている(大久保, 2002)。やらなければならないことをやらない, できないことによって選考が進まない, あるいは選考以前の段階に留まっている事例が指摘されている(西村・種市, 2010)。就職活動といった進路選択の場面においては, メンタル面と情報面の両方のサポートが必要とされている(水野・佐藤・濱口, 2013)。

レポートや書類の提出, 納税など, なんらかのやらなければならないことを行わない, あるいは遅らせる現象を先延ばしと呼ぶ(Lay, 1986;ただし小浜, 2010 による)。Tice & Baumeister(1997)によると, 先延ばしは日常生活において学生や一般成人の多くが経験する一方, 長期化・慢性化に伴って, 不適応的な行動となることが指摘されている(ただし林(2007)による)。小浜(2010)は学業課題についての先延ばし過程で生じる意識のプロセスの研究で, 否定的感情が一貫して生起する決断遅延, 状況の楽観視を伴う習慣的な行動遅延, 気分の切り替えを目的とした計画的な先延ばしの 3 種類の先延ばしプロセスを見出した。

第 2 章－目的

本研究は大学生の就職活動における先延ばし行動を克服するプロセスを質的研究法を用いて明らかにすることを目的とする。

第 3 章－方法

調査対象者は, 就職活動を終えた大学 4 年生であった。教員への依頼と機縁法にてメールでアンケートへの回答を求めた。調査協力を申し出た学生 26 名のうち, アンケートの就職活動の実施状況, 年齢と性別を考慮しながら, 先延ばし行動をより行った人を優先的に先着順で選出し, あらためて個別にインタビューへの協力をメールにより依頼した。インタビューは半構造化面接の形態で行った。1 人あたり 45 分から 1 時間程度のインタビューを一回実施した。許可を得て録音後, 逐語記録を作成し M-GTA による分析を行った。

第 4 章－結果

成立した 27 個の概念から 6 個の【カテゴリー】が生み出された。以下にストーリーラインを示す。

大学生の就職活動における先延ばし行動を克服するプロセスは, 【先延ばし行動】の意識である『就活嫌悪』『就活の楽観視』『あいまいな基準』から始まる。『就活嫌悪』をしている人は就活とは関係のないことをしてしまう『回避的先延ばし行動』をとるようになる。『就活の楽観視』をしている人は何とかなるだろうという思いから, 『回避的先延ばし行動』『楽な課題から取り組む』『情報不足的先延ばし行動』をとるようになる。就活に関する『あいまいな基準』を持っている人は『消極的就活』をおこなう。【先延ばし行動】がしばらく続いたのち, 【自分への陰性感情】の生起へのきっかけとなるのが【現実への直面】である。【現実への直面】には『課題の完成度低下』『家族からのプレッシャー』『選考落ち』がある。これらの外的な要因によって『先延ばし行動の後悔』『自分へのいら立ち』『先延ばし行動からくる焦り』といった【自分への陰性感情】が生起され

たのち、【先延ばし行動の克服への試行錯誤】へと移る。【先延ばし行動の克服への試行錯誤】では『サポート希求行動』を通して、『キャリア開発センターからの道具的サポート』『心の支え』といった【サポート】を受ける。【サポート】を受けた人は『支えられた就活』を行うようになり、【先延ばし行動の克服】へと移行する。この際、【サポート】を受けたことでやるべきことが具体的になり『容量オーバー先延ばし行動』をおこなう人もおり、この場合は再び【現実への直面】を経験し、『先延ばし行動の後悔』といった【自分への陰性感情】が生起される。そうした経験を経て『無理のない計画』を立てられるようになり、『支えられた就活』へと移行する。【先延ばし行動の克服】では『魅力的な企業の発見』『就活の楽しさ発見』『就活の肯定的解釈』『基準の明確化』といった意識から『高い志望度による先延ばし行動の抑制』が起こる。また、『就活生との支えあい』という【サポート】は『就活生の影響による先延ばし行動の克服』を促す。こうして大学生の就職活動における先延ばし行動を克服するプロセスは、【先延ばし行動の克服】を経て、結果として『就活の満足』という状態で終了する。

第5章－考察

【先延ばし行動】を行った後に立ち現われてくる好ましくない結果を受け止めることで【現実への直面】が起きた。現実には直面することで【自分への陰性感情】が生起し、楽観的な意識が消え、やらなければならない意識が強まると【先延ばし行動の克服への試行錯誤】が始まった。小浜・松井(2007)は先延ばし行動後の課題遂行について、課題に対する否定的な意識を抱えながらも“やらなければならない意識”を持つことで現実を受け入れ課題を遂行することができると示唆しており、本研究のプロセスも先行研究と一致する。サポートを求め、キャリア開発センターや友人からサポートを得ることで『支えられた就活』を行うようになった。キャリアアドバイザーからの適切な課題の提示やサポートを受けられるという安心感から、積極的に活動するようになった。

【サポート】を受けながら『支えられた就活』を行っていくうちに様々な企業を知る機会に巡り合う。そのことで『基準の明確化』が起こる。就職活動をポジティブに捉えることでモチベーションを上げる『就活の肯定的解釈』や『就活の楽しさ発見』は就職活動を促進すると考えられる。これらは発生するタイミングや順番は人それぞれで異なっても、お互いが強め合っ【先延ばし行動の克服】を促進すると考えられる。

『魅力的な企業の発見』は当該企業への志望度を高め『高い志望度による先延ばし行動の抑制』へとつながる。最終的には先延ばし行動を克服し、『就活の満足』に至る。太田・岡村(2006)によると、自己と就職を結び付けて活動した者が内定取得に有利である。『基準の明確化』、『魅力的な企業の発見』といった自分の基準に照らして就職活動を行うことが、先延ばし行動の克服を促進することが示唆された。

文献

- 林 潤一郎(2007). General Procrastination Scale 日本語版の作成の試み——先延ばしを測定するために—— パーソナリティ研究, *15*, 246-248
- 小浜 駿(2010). 先延ばし意識特性尺度の作成と信頼性および妥当性の検討 教育心理学研究, *58*, 325-337
- 小浜 駿・松井 豊(2007). 先延ばし過程における意識の変化の探索的検討 筑波大学心理学研究, *34*, 27-35
- 水野 雅之・佐藤 純・濱口 佳和(2013). 就職活動中のサポート資源に関する研究の動向 筑波大学心理学研究, *45*, 83-89
- 西村 圭子・種市 康太郎(2010). 大学生の進路決定における心理的プロセスに関する記述的研究(1) (桜美林大学)心理学研究, *1*, 46-60
- 大久保 幸夫(2002). 新卒無業。——なぜ、彼らは就職しないのか—— 東洋経済新報社
- 太田 さつき・岡村 一成(2006). 就職活動に対する自己効力感 応用心理学研究, *31*, 65-75
- 下村 英雄・木村 周(1997). 大学生の就職活動ストレスとソーシャルサポートの検討 進路指導研究, *18*, 9-16