関西大学心理学研究　2020 年　第 11 号　pp.19-28

自動思考，問題解決能力および社会的スキルが大学生の就職活動不安に及ぼす影響の日中国際比較

董　　潔　関西大学大学院心理学研究科
松原耕平　長野県教育委員会
佐藤　寛　関西学院大学文学部
川崎友嗣　関西大学社会学部
細越寛樹　関西大学社会学部

A Comparative Study of Influence of automatic thoughts, problem-solving skills, social skills on Job-hunting Anxiety among Japanese and Chinese undergraduate students

Jie DONG　(Graduate School of Psychology, Kansai University)
Kouhei MATSUBARA　(Nagano Prefectural Board of Education)
Hiroshi SATO　(School of Humanities, Kwansei Gakuin University)
Tomotsugu KAWASAKI　(Faculty of Sociology, Kansai University)
Hiroki HOSOGOSHI　(Faculty of Sociology, Kansai University)

This study aimed to compare the relationship between automatic thoughts, problem-solving skills, social skills, and job-hunting anxiety in students from China and Japan. A total of 181 Japanese and 127 Chinese undergraduate students participated in this study. Results revealed the following relationships: negative automatic thoughts influenced all the sub-factors of the job-hunting anxiety scale. Problem-solving skills had an influence on support anxiety and activity persistence anxiety among Chinese students but were related to lack of readiness anxiety in both countries. Social skills only influenced appeal anxiety in Japanese students. On the other hand, social skills influenced support anxiety, activity persistence anxiety, and lack of readiness anxiety among Chinese students. From these results, it could be indicated that negative automatic thoughts consistently influenced job-hunting anxiety in Japanese and Chinese students. Problem-solving skills and social skills have a greater influence on Chinese than on Japanese students regarding factors related to job-hunting anxiety. In addition, positive automatic thoughts may not be important in reducing job-hunting anxiety.

Keywords: job-hunting anxiety, automatic thoughts, problem-solving skills, social skills, international comparison

目　的

就職活動の成否は，大学生の生活に大きな影響を与え得る課題の１つである。就職活動では，その短い活動期間中に自己分析や業界研究を行い，志望企業を決定することが求められる（種市，2011）。また，学業とともに，企業へのエントリーシートの書き方から筆記試験，面接の受け方に至るまでを自ら学習することが必要とされる。さらに，採用試験で不採用になることは自己評価を大きく低下させ，それがストレッサーとなって大学生の心身の健康に影響を及ぼすこともある（北見・森，2010；下村・木村，1997）。実際に就職活動を経験した大学生は，未経験の大学生よりも精神的健康が低かったことも報告されている（北見他，2010）。

就職活動を巡る課題は，日本だけでなく中国においても重要な課題となっている。中国は世界一の人口大国であり，その人口数が就職活動に及ぼす影響は大きい。中国の大学生の大学入学率は，高等教育システムの改革によって年々増加している。教育部（日本における文部科学省に相当）によると，中国の大学新卒者数は 2015 年に 749 万人，2016 年に 765 万人，2017 年に 795 万人と年平均 20 ～ 30 万人で増え続けているが，経済が停滞する中で就職難の状態が続いている（労働政策研究・研修機構，2017）。さらに，一度就職しても２ヶ月以内に 17.6％が離職していることも問題になっている（李・陳・張，2014）。このように，中国においても大学生の就職問題は重要な課題となっている。

就職活動に臨む就活生の重要な情緒的課題として，ネガティブな気分状態の１つである就職活動不安が挙げられる。松田・永作・新井（2010）は，現代の大学生は就職活動に不安を感じている者が多いことを指摘している。また，文部科学省と厚生労働省の共同調査では，就活生の 87％が就職活動や就職に不安を感じていることが報告されている（デジタル・ナレッジ，2016）。中国の大学生を対象とした調査でも，大学新卒者の急激な増加が就職難をより悪化させ，その就職競争に戸惑い，将来に否定的な見通しを持つ大学生が多いとされる（蔡・李，2007）。また，松田・新井（2007）は，就職活動不安の下位概念であるサポート不安や準備不足不安が高い大学生ほど，ガイダンスや企業説明会への参加，エントリーシートの提出といった就職活動への取り組みが少ないことを報告している。このように就職活動不安は大学生の就職活動に悪影響を及ぼし，精神的健康を損ねる一因になっている。たとえば藤井（1999）は，就職活動不安がストレスや抑うつ症状と強く関連することを示している。中国でも，就職活動段階にある大学生には，不安，緊張，怒り，注意力や記憶力低下などの症状が頻出すると報告されている（朱，2010）。以上のことから，大学生の就職活動不安は，就職活動そのものを停滞させるだけでなく，精神的健康にも強く影響するため，効果的な対処法の確立が急がれる。

就職活動不安に影響を与える要因には，自動思考，問題解決能力，社会的スキルなどが挙げられる。たとえば，コーピング（問題解決能力）と就職活動不安との関連や，社会的スキルと就職活動ストレスとの関連が報告されている（松田他，2010；北見他，2010）。中国人大学生においても，ネガティブな自動思考が就職活動不安に影響すると報告されている（Dong, Matsubara & Sato, 2018）。就職活動不安に対して自動思考，問題解決能力，社会的スキルの影響が大きいのであれば，これらの要因にアプローチして改善することで，就職活動不安を低減させることができると考えられる。

自動思考，問題解決能力，社会的スキルにアプローチする介入法として，認知行動療法が挙げられる。認知行動療法は心理療法の一つであり，認知再構成法，問題解決訓練，社会的スキル訓練などの技法を有し（内山・坂野，2008），不安や落ち込み対してその有効性が実証されている（大野，2003）。ただし，自動思考，問題解決能力，社会的スキルが大学生の就職活動不安にどう影響するのか，また，就職活動不安に影響するその他の要因があるのかなど，実際の検討した研究は報告されていない。

また，自動思考などが就職活動不安に与える影響は，各国の文化的背景を越えて普遍的なものであるかどうかも不明である。比較文化的観点から，同じアジア系の日本と中国は共に集団主義文化と位置づけられ，少子化による若者人口の低比率化，晩婚化，急速な高齢化など，類似点を多く指摘できる。もともと日本人と中国人の行動様式は似ているとの指摘もあり（于・木村，2011），自動思考などと就職活動不安の関係も類似することが予測される。一方で，もしもなんらかの差異が認められれば，日中で基本的な類似点が多いことによって，その差異を生み出

した要因を絞り込みやすくなると考えられる。

そこで本研究は，自動思考，問題解決能力，社会的スキルが就職活動不安に及ぼす影響について，日中両国の大学生を対象とし，比較文化的な観点を加えて検討することを目的とした。仮説として，就職活動不安に対して，ネガティブな自動思考は正の影響，問題解決能力と社会的スキルは負の影響があると考えられる。また，日中両国の大学生において，その影響は基本的に類似していると考えられる。

方　法

1. 対象者

日中で学年や就職活動の段階を揃えるため，それぞれ就職活動を始める時期（年度開始から2ヶ月後）に調査を行った。日本では，X年6月とX＋2年6月の2回にわたり，当時3年生および4年生であった190名を対象として調査を行った。記入漏れや記入ミスのあった回答を除き，有効回答者181名（男子55名，女子125名，未記入1名；平均＝20.95歳，SD＝0.74，年齢未記入1名）を分析対象とした。中国では，X年11月に当時4年生であった127名を対象として調査を行った。有効回答者127名（男子93名，女子33名，未記入1名；平均年齢＝22.23歳，SD＝0.99歳，未記入2名）を分析対象とした。なお，日本では3年生からインターンシップの申請などで就職活動が始まるため，3年生も対象とした。中国では，インターンシップ等も含めて4年生から就職活動が始まるため，4年生のみを対象とした。

2. 尺度

① 就職活動不安尺度（松田他，2010；中国語版：董・松原・佐藤・川崎，2019）

20項目からなる就職活動不安の自己評価尺度である。就職に関する不安の中でも就職活動に限定した不安を扱っており，時期や内容を区別することで，不安の種類を細かく分類している（松田・永作他，2010）。「アピール不安」，「サポート不安」，「活動継続不安」，「試験不安」，「準備不足不安」の5つの下位因子があり，各4項目から構成され，「1＝全く当てはまらない」～「5＝とてもあてはまる」の5件法で回答を求める。十分な信頼性と妥当性が確認されている（松田・新井，2006）。本研究では下位因子ごとの得点および20項目すべてを加算した合計得点を用いた。どの得点も，高いほど就職活動に関連する不安が高いことを示す。

② Automatic Thoughts Questionnaire-Revised（ATQ-R: Kendall, Howard, Hays, 1989; 日本語版：坂本・田中・丹野・大野，2004；中国語版：董・松原・佐藤，2016）

自動思考を測定する自己評価尺度である。否定的な自動思考と肯定的な自動思考をそれぞれ測定する「ネガティブな自動思考」，「ポジティブな自動思考」の2下位尺度12項目から構成され，過去1週間に各項目で示す自動思考が生起した頻度を，「1＝まったく思い浮かばない」～「5＝いつも思い浮かぶ」の5件法で回答する。下位尺度ごとに項目の得点を加算し，ネガティブな自動思考とポジティブな自動思考とする。どちらの下位尺度も得点が高いほどそれぞれの自動思考の生起頻度が高いことを意味する。それぞれ高い信頼性と妥当性が確かめられている（坂本他，2004）。

③ Problem Solving Inventory（PSI: Heppner & Peterson, 1982; 日本語版：丸山・中田・椎谷・杉山，1995；中国語版：松原・董・佐藤，2016）

問題解決能力の自己評価尺度であり，35項目で構成される。丸山他（1995）は「1＝よく当てはまる」～「6＝まったく当てはまらない」で回答を求めたが，本研究では「1＝まったく当てはまらない」～「6＝よく当てはまる」の6件法とし，得点が高いほど問題解決能力が高くなるようにした。原版のPSI（Heppner & Peterson, 1982）では3因子構造が想定されていたが，丸山他（1995）によって翻訳されたPSI日本語版は1因子構造になることが報告されており，本研究でもすべての項目を加算した合計得点を分析に用いた。

④ Kikuchi's Social Skill Scale短縮版（KiSS-18短縮版：日本語版：相川，2007；中国語版：毛・大坊，2007）

社会的スキルを測定するKiSS-18の短縮版（5項目）を使用した。社会的スキルの実行の程度を「1＝いつもそうでない」～「5＝いつもそうだ」の5件法で回答を求める。すべての項目を加算した得点を社会的スキル得点とし，得点が高いほど社会的スキルが高いことを表す。

3. 調査実施方法

調査用紙を大学の授業終了後に配布し，一斉回答形式で調査を実施した。なお，調査対象者が回答に

要した時間は 15 ～ 20 分であった。

4. 倫理的配慮

調査実施時には，調査目的，調査内容，データの処理方法，調査結果の使用およびプライバシーの保護について書面および口頭で説明を行った。また，質問紙への回答は匿名とし，本調査への参加は自由であり，回答によって個人が特定されないことや回答の拒否による不利益は一切ないことを説明した。以上の点について承諾を得られた者に対して調査を実施した。

結　果

1. 日本と中国の大学生における各尺度得点の記述統計量の比較

日本人と中国人大学生とで各尺度得点に差がないかを検討するため，全ての尺度得点について t 検定を実施した。両国における平均値および標準偏差を Table 1 に示す。分析の結果，サポート不安では有意な差はみられなかったが，就職活動不安合計，アピール不安，活動継続不安，試験不安，準備不足不安では，日本人大学生の方が有意に高かった（順に，$t(297) = 5.68, p < .001$; $t(296) = 8.67, p < .001$; $t(301) = 5.29, p < .001$; $t(301) = 5.06, p < .001$; $t(304) = 5.71, p < .001$）。社会的スキルは日本人と中国人大学生に差はなかったが，ネガティブな自動思考，ポジティブな自動思考，問題解決能力は中国人大学生の方が有意に高かった（順に，$t(305) = -2.68, p < .01$; $t(300) = -7.32, p < .001$; $t(301) = -2.60, p < .01$）。

2. 日本と中国の大学生における就職活動不安と自動思考，問題解決能力，社会的スキルの関連

日本と中国の大学生において，就職活動不安と自動思考，社会的スキル，問題解決能力について Pearson の相関係数を算出した。

日本人大学生では，就職活動不安の合計得点および各下位尺度得点は全て，いずれかの要因と有意な相関を示した（Table 2）。まず，就職活動不安尺度の合計得点は，ネガティブな自動思考と中程度の正の相関（$r = .55, p < .001$），ポジティブな自動思考と問題解決能力と社会的スキルとは弱い負の相関を示した（順に，$r = -.24, p < .01$; $r = -.39, p < .001$; $r = -.24, p < .01$）。就職活動不安の各下位尺度とネガティブな自動思考では，全てで中程度の正の相関が示された（順に，$r = .34 \sim .54, p < .001$）。就職活動不安の各下位尺度とポジティブな自動思考では，試験不安とポジティブな自動思考を除いて（$r = -.01$, *n.s.*），いずれも弱い負の相関がみられた（順に，$r = -.29 \sim -.16, p < .001 \sim p = .04$）。就職活動不安の各下位尺度と問題解決能力では，全てで負の相関がみられた（順に，$r = -.43 \sim -.25, p < .001 \sim p < .01$）。就職活動不安の各下位尺度と社会的スキルでは，試験不安を除いては（$r = -.10$, *n.s.*），いずれも弱い負の相関係数が見られた（順に，$r = -.28 \sim -.16, p < .001 \sim p = .02$）。

中国人大学生においても，おおむね同様の結果が得られた（Table 3）。まず就職活動不安尺度の合計得点は，ネガティブな自動思考と弱い正の相関（$r = .38, p < .001$），問題解決能力とは弱い負の相関が示された（$r = -.37, p < .001$）。就職活動不安の各

Table 1　日中の就職活動不安及び認知行動的要因の平均値と標準偏差

	日本（$N = 181$）		中国（$N = 127$）		t 値
	M	(SD)	M	(SD)	
就職活動不安合計	67.56	(17.23)	57.29	(14.33)	5.68 ***
アピール不安	15.28	(3.90)	11.72	(3.27)	8.67 ***
サポート不安	10.98	(4.20)	11.14	(3.50)	−3.67
活動継続不安	13.08	(4.45)	10.68	(3.51)	5.29 ***
試験不安	13.99	(4.15)	11.83	(3.30)	5.06 ***
準備不足不安	14.27	(4.10)	11.91	(3.12)	5.71 ***
ネガティブな自動思考	12.24	(5.91)	14.06	(5.81)	−2.68 **
ポジティブな自動思考	13.52	(5.94)	18.00	(4.77)	−7.32 ***
問題解決能力	115.46	(14.80)	119.18	(10.19)	−2.60 **
社会スキル	17.75	(3.36)	17.73	(3.83)	.05

$p < .01$，*$p < .001$

Table 2　日本人大学生における各尺度間の相関係数

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
① 就職活動不安合計									
② アピール不安	.81 ***								
③ サポート不安	.80 ***	.54 ***							
④ 活動継続不安	.86 ***	.64 ***	.59 ***						
⑤ 試験不安	.80 ***	.58 ***	.50 ***	.61 ***					
⑥ 準備不足不安	.87 ***	.62 ***	.66 ***	.70 ***	.62 ***				
⑦ ネガティブな自動思考	.55 ***	.46 ***	.47 ***	.54 ***	.34 ***	.48 ***			
⑧ ポジティブな自動思考	−.24 **	−.20 **	−.29 ***	−.16 *	−.01	−.24 **	−.11		
⑨ 問題解決能力	−.39 ***	−.31 ***	−.34 ***	−.27 ***	−.25 **	−.43 ***	−.37 ***	.28 ***	
⑩ 社会的スキル	−.24 **	−.28 ***	−.17 *	−.28 ***	−.10	−.16 *	−.29 ***	.24 **	.34 ***

*$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$

Table 3　中国人大学生における各尺度間の相関係数

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
① 就職活動不安合計									
② アピール不安	.88 ***								
③ サポート不安	.87 ***	.67 ***							
④ 活動継続不安	.88 ***	.70 ***	.76 ***						
⑤ 試験不安	.85 ***	.72 ***	.64 ***	.65 ***					
⑥ 準備不足不安	.86 ***	.72 ***	.67 ***	.69 ***	.65 ***				
⑦ ネガティブな自動思考	.38 ***	.29 **	.36 ***	.36 ***	.28 **	.32 ***			
⑧ ポジティブな自動思考	.01	.12	.07	.01	.07	−.03	.08		
⑨ 問題解決能力	−.37 ***	−.28 **	−.39 ***	−.40 ***	−.20 *	−.31 ***	−.38 ***		
⑩ 社会的スキル	−.15	−.14	−.20 *	−.20 *	.02	−.16	−.15	−.15	−.02

*$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$

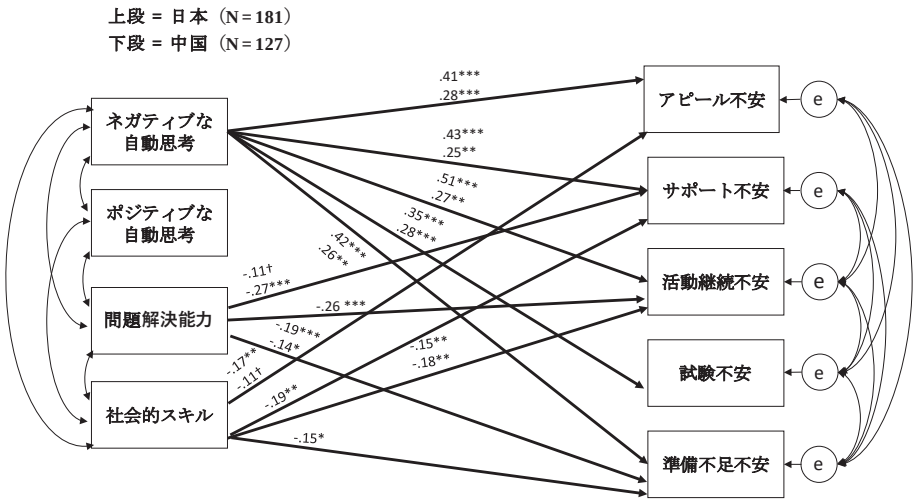
下位尺度とネガティブな自動思考では，全て弱い正の相関が示された（順に，$r = .28 \sim .36, p < .001 \sim p < .01$）。就職活動不安の各下位尺度とポジティブな自動思考では，いずれも有意な相関がみられなかった。就職活動不安の各下位尺度と問題解決能力では，全て負の相関がみられた（順に，$r = -.40 \sim -.20, p < .001 \sim p = .02$）。就職活動不安の各下位尺度と社会的スキルでは，サポート不安と活動継続不安に弱い負の相関が示された（順に，$r = -.20, p = .02$; $r = -.20, p = .03$）。

3. 日本と中国の大学生における自動思考，問題解決能力，社会的スキルが就職活動不安に与える影響

日本人と中国人大学生の就職活動不安に対し，自動思考，問題解決能力，社会的スキルが及ぼす影響を明らかにするために，就職活動不安の各下位尺度得点を従属変数，ネガティブな自動思考，ポジティブな自動思考，問題解決能力，社会的スキルを独立変数として，構造方程式モデリングを行った。まず，両国のモデルの違いを検討するため，多母集団同時解析を行った（Figure 1）。分析には Amos（Ver. 5.0）を使用した。その結果，モデル適合度は十分な値を示した（$\chi^2 = 59, p < .001, df = 20$, CFI = .964, RMSEA = .080）。日中のモデルに大きな差はなく，いずれも自動思考のネガティブな自動思考，問題解決能力，社会的スキルが就職活動不安を予測した。

アピール不安に対しては，日本人と中国人大学生ともにネガティブな自動思考から有意な正のパスが示された（順に，$ß = .41, p < .001$; $ß = .28, p < .001$）。さらに，社会的スキルからも有意な負のパスが示された（順に，$ß = -.17, p < .01$; $ß = -.11, p = .08$）。

サポート不安に対しては，日本人と中国人大学生ともにネガティブな自動思考から有意な正のパスが示された（順に，$ß = .43, p < .001$; $ß = .25, p < .01$）。パス係数の大きさを比較したところ，日本人大学生の方が大きかった。さらに，問題解決能力からも負のパスが示された（順に，$ß = -.11, p = .09$;



$\chi^2 = 59$, $p < .001$, $df = 20$, CFI = .964, RMSEA = .080

†$p < .10$, *$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$

Fig. 1　多母集団同時解析モデル

ß = −.27, $p < .001$）。社会的スキルからも負のパスが示されたが，このパスは中国人大学生においてのみ有意であった（ß = −.19, $p < .01$）。

活動継続不安に対しては，日本人と中国人大学生ともにネガティブな自動思考から有意な正のパスが示された（順に，ß = .51, $p < .001$; ß = .27, $p < .01$）。パス係数の大きさを比較したところ，日本人大学生の方が大きかった。問題解決能力からも有意な負のパスが示されたが，このパスは中国人大学生においてのみ有意であった（ß = −.26, $p < .001$）。社会的スキルからも負のパスが示された（順に，ß = −.15, $p < .01$; ß = −.18, $p < .01$）。

試験不安に対しては，日本人と中国人大学生ともにネガティブな自動思考から有意な正のパスが示された（順に，ß = .35, $p < .001$; ß = .28, $p < .001$）。

準備不足不安に対しては，日本人と中国人大学生ともにネガティブな自動思考から有意な正のパスが示された（順に，ß = .42, $p < .001$; ß = .26, $p < .01$）。パス係数の大きさを比較したところ，日本人大学生の方が大きかった。問題解決能力からも有意な負のパスが示された（順に，ß = −.19, $p < .001$; ß = .14, $p = .03$）。社会的スキルからも負のパスが示されたが，このパスは中国人大学生においてのみ有意であった（ß = −.15, $p = .02$）。

考　察

本研究の目的は，自動思考，問題解決能力，社会的スキルが，就職活動不安に及ぼす影響について，比較文化的な観点から日中両国の大学生を対象に検討することであった。

本研究の結果から，①日中の大学生のネガティブな自動思考は就職活動不安のあらゆる側面を悪化させること，②日中の大学生のポジティブな自動思考は就職活動不安に影響を与えないこと，③日中の大学生の問題解決能力は就職活動不安の中でもサポート不安と準備不足不安を低減させること，さらに中国人大学生では活動継続不安も低減させること，④日中の大学生の社会的スキルは就職活動不安の中でもアピール不安と活動継続不安を低減させること，さらに中国人大学生ではサポート不安と準備不足不安も低減させること，⑤日本人大学生の方が中国人大学生よりも就職活動不安が高いこと，が示唆された。

1. 自動思考と就職活動不安の関連

日本人と中国人大学生において，ネガティブな自動思考は就職活動不安の全ての下位概念（アピール不安，サポート不安，活動継続不安，試験不安，準備不足不安）に影響することが示された。すなわち，

日本人と中国人大学生のいずれにおいても，ネガティブな自動思考が就職活動不安に悪影響を与えることが示された。先行研究でも類似した結果が得られており，Vîslă, Cristea, Tătar, David（2013）はネガティブな自動思考とスピーチ不安との関連を，Wong（2008）はネガティブな自動思考とテスト不安との関連を示唆している。したがって，本研究の結果は先行研究を支持するものといえる。

一方，日本人大学生と中国人大学生ともに，ポジティブな自動思考は就職活動不安に影響しないことが明らかになった。中国人大学生集団に行われた別の調査でも，ポジティブな自動思考と就職活動不安との関連はみられなかった（Dong et al., 2018）。よって，ポジティブな自動思考は就職活動不安に与える影響は少ないと推察できる。

2. 問題解決能力と就職活動不安の関連

日本人と中国人大学生ともに，問題解決能力の高さは，サポート不安，活動継続不安，準備不足不安を低減させることが示唆された。問題解決能力に焦点を当てた心理的介入が，抑うつや不安の改善に有効であったという先行研究とも一致する結果といえる（Kleiboer, Donker, Seekles, Straten, Riper, & Cuijpers, 2015）。また，問題解決能力が就職活動不安に及ぼす影響は，中国人大学生においてより強いことも示された。中国では，大学進学者の増加が教育水準の低下および就職難をもたらしたとされる（劉・何，2008）。教育水準の低下は問題解決能力の低下にも繋がると考えられるため，中国人大学生において問題解決能力と就職活動不安には関連が生じるのかもしれない。

3. 社会的スキルと就職活動不安の関連

両国の大学生ともに，おおむね社会的スキルと就職活動不安との関連が認められたが，サポート不安と準備不足不安については中国人大学生においてのみ有意であった。大坊（2008）は，社会のスキルの内容は文化と深く関わっていることを指摘している。中国人大学生は就職先を探す際に，教師や親戚などの紹介を頼ることが多いため（福沢他，2015），自身の社会的スキルによって他者（教師や親族）からサポートが得られるであろうという自信に繋がりやすいのかもしれない。また，中国人大学生は就職活動中のサポートを教師や家族に任せてしまうことが多く，日本人大学生のように自らで積極的に企業情報の収集や自己分析を行っていないため，社会的スキルの低さが準備不足不安を招きやすいのかもしれない。

なお，社会的スキルの高い大学生は就職活動を開始するのが早く，内定数も多かったことが報告されている（種市，2011）。また，厚生労働省（2004）が実施した「若年者の就職能力に関する調査」では，企業側が採用時に重視する能力として，約86％の企業がコミュニケーション能力を挙げていた。社会的スキルの向上を目指した心理的支援は，就職活動不安を低減させるだけでなく，就職活動自体を円滑に進める能力も向上させる側面があり，その有効性は高いと考えられる。

4. 文化の違いと就職活動不安の関連

日本人と中国人の大学生の結果の異同に着目すると，日本人大学生の就職活動不安は中国人大学生よりも全般的に高いことが示された。これは，卒業後に就職すべきだと考える人は日本人により多く，中国人は起業や留学を考える者も多いため（于・木村，2011），中国人大学生の就職活動不安が相対的に低くなっているのかもしれない。一方で，自動思考であればネガティブなものでもポジティブなものでも中国人大学生の方がより高かった。中国では一人っ子政策が行われてきたことにより，親が子どもにかける期待は大きく，大学生も進路選択の際には自分の考えよりも親の考えを優先せざるを得ないことも多いため（于他，2011），ポジティブなものであればネガティブなものであれ親の意向を反映した自動思考が浮かびやすいのかもしれない。また，問題解決能力も中国人大学生の方が高かった。これは，就職活動上の問題解決に臨む中国人大学生は，親から就職活動についての知識や情報を提供されたり，具体的な提出書類の作成を手伝ってもらったりと様々な情報的・道具的サポートを得やすく，就職に限って言えば問題解決にいたる解決策が日本人大学生より豊富であると考えられる。それによって，中国人大学生の問題解決能力が高かったと推察できる。

前述の通り，就職活動不安に与える各要因の影響力の差異に関しては，日本人大学生の方がネガティブな自動思考の影響がやや強かった。これは，ネガティブな自動思考の内容が，日本人大学生では就職活動に関するものが多いのに対して，中国人大学生

では相対的に就職活動に関するものが少ない可能性があり，それに影響されているのかもしれない。本研究で用いた自動思考尺度は，就職活動に限定された自動思考ではなく，一般的で抽象度の高い自動思考を測定するものであったため，具体的にどのような自動思考が多かったかまでは把握できていない。しかし，先述の通り中国人大学生よりも日本人大学生の就職活動不安が高く，卒業後にすぐ就職すべきという風潮が中国より強い日本では（于他，2011），就職活動の時期に浮かんでくる自動思考の大半が就職活動に関するものになる可能性が高く，それによって就職活動不安との関連が強まるのかもしれない。

しかし，全体としては日本人大学生と中国人大学生において，そのモデルに大きな差異はなく，ともにネガティブな自動思考，問題解決能力，社会的スキルが就職活動不安に影響するということは変わらなかった。少なくとも日本と類似した文化的背景を持つ国では，本研究と同様の傾向になる可能性が高いと指摘できる。

5. 本研究の限界と今後の課題

まず，本研究の限界を述べる。第一に，本研究は一時点の調査によるものであり自動思考，問題解決能力および社会的スキルと就職活動不安の因果関係の検証としては不十分である。したがって，縦断的な介入研究等によって本研究の知見を厳密に検証することが期待される。第二に，本研究では対象者数が少なく，複数の段階がある就職活動の一時点しか扱えていない。今後はさらに対象者数を増やし，より多様な時期において調査を行い，詳細な検討を行う必要がある。また，本研究は日中ともに二つの大学しか対象としてない。結果の一般化を図るためには，より多くの大学の学生を対象とした調査が求められる。

今後の課題と展望として，ネガティブな自動思考，問題解決能力，社会的スキルの向上を目的とした介入プログラムを開発し，大学生の就職活動不安を低減させる試みが期待される。大学生にとって就職活動は大きな課題であり，初期段階から生じる就職活動不安への対応の成否は，その後の就職活動や精神的健康にも大きく影響すると考えられる。それに対する心理的支援プログラムの早急な開発が待たれる。

引用文献

相川充（2007）．社会的スキルの国際比較は可能か　菊池章夫編　社会的スキルを測る ―KiSS-18 ハンドブック―　川島書店，Pp.166-172.

蔡水清・李根平（2007）．大学生就職不安および心理教育　黒龍江教育，*7-8*，61-62.

デジタル・ナレッジ（2016）．大学生の就職活動に関する意識調査報告書 https://www.digital-knowledge.co.jp/archives/category/report/（2019 年 5 月 5 日 10 時 5 分）.

大坊郁夫（2008）．社会的スキルの階層的概念　対人社会心理学研究，8，P.1-P.6

董潔・松原耕平・佐藤寛（2016）．中国語版 Automatic Thoughts Questionnaire-Revised 短縮版の作成の試み．日本認知・行動療法学会第 42 回大会論文集

Dong J., Matsubara, K., & Sato.（2018）Influence of automatic thinking on job-hunting anxiety in Chinese university students. *The 52nd Association for Behavioral and Cognitive Therapy Annual Convention P8*

董潔・松原耕平・佐藤寛・川崎友嗣（2019）．就職活動不安尺度中国語版の作成と妥当性・信頼性の検討　関西大学心理学研究，*10*，33-40

独立行政法人労働政策研究・研修機構（2017）．http://www.jil.go.jp/foreign/jihou/2017/03/china_01.html

藤井義久（1999）．女子学生における就職不安に関する研究　心理学研究，*70*，417-420.

福澤勝彦・王暁丹（2015）．中国大学生の就職意識と職探し行動：日中の比較　熊本学園大学経済論集，*22*，65-92.

Heppner, P.P. & Petersen, C.H.（1982）. The Development and Implications of a Personal Problem-Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology, 29*, 66-75.

Kendall, P.C., Howard, B.L., & Hays, R.C.（1989）. Self-report speech and psychopathology: The balance of positive and negative thinking. *Cognitive Therapy and Research, 13*, 583-598.

北見由奈・森和代（2010）．大学生の就職活動ストレスおよび精神的健康とソーシャルスキルと関連性の検討　ストレス科学研究，*25*，37-45.

Kleiboer, A., Donker, T., Seekles, W., Straten, A., Riper, H., & Cuifpers, P.（2015）. A randomized controlled trial on the role of support in Internet-based problem solving therapy for depression and anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 72*, 63-71.

厚生労働省（2004）．『若年者の就職能力に関する実態調査結果』

http://www.mhlw.go.jp/houdou/2004/01/dl/h0129-3a.pdf（2019年5月5日10時5分）
李培林・陳光金・張寛（2014）．中国社会形勢分析と予測　中国社会科学院創新工程学術出版
劉志業・何暁毅（2008）．中国における高等教育研究の現状と課題　大学教育 山口大学教育機構，*5*，1-8.
松田侑子・新井邦二郎（2006）．就職活動不安尺度作成の試み　日本教育心理学会第48回大会発表論文集，100.
松田侑子・新井邦二郎（2007）．大学生における就職活動不安が就職活動に与える影響　日本教育心理学会第49大会発表論文集，*49*，543.
松田侑子・永作稔・新井邦二郎（2010）．大学生の就職活動不安が就職活動に及ぼす影響―コーピングに注目して―　心理学研究，*80*，12-519.
松原耕平・董潔・佐藤寛（2016）．Problem Solving Inventory 中国語版の作成の試み　第16回日本認知療法学会大会論文集.
丸山晋（監訳）中田洋二郎・椎谷淳二・杉山圭子（訳）（1995）．問題解決療法―臨床的介入への社会的コンピテンス・アプローチ．金剛出版（D'zurilla, T.J.（1986）Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention. New York: Springer-Verlag）.
毛新華・大坊郁夫（2007）．KiSS-18の中国人大学生への適用　対人社会心理研究，*7*，5-60.
毛新華・大坊郁夫（2012）．中国文化の要素を考慮した社会的スキル・トレーニングのプログラムの開発および効果の検討　パーソナリティ研究，*21*，23-39.
大野裕（2003）．こころが晴れる―ノートと打つと不安の認知療法自習帳　創元社
坂本真士・田中江里子・丹野義彦・大野裕（2004）．Beckの抑うつモデルの検討―DASとATQを用いて―　日本大学心理学研究，*25*，14-23.
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.
種市康太郎（2011）．女子大学生の就職活動におけるソーシャルスキル，内定取得，心理的ストレスとの関連について　桜美林論考心理・教育学研究，*2*，59-72.
内山喜久雄・坂野雄二（2008）．認知行動療法の技法と臨床　日本評論社
Vîslă, A., Cristea, I.A., Tătar, A.S., & David, D.（2013）. Core beliefs, automatic thoughts and response expectancies in predicting public speaking anxiety. *Personality and Individual Differences, 55*, 856-859.
Wong, S.S.（2008）. The relations of cognitive triad, dysfunctional attitudes, automatic thoughts, and irrational beliefs with test anxiety. *Current Psychology, 27*, 177-191.
于泳紅・木村裕（2011）．大学生の就職意識に関する日中比較研究　日本心理学会第75大会発表論文集，社会・文化　3PM060
朱子娟（2010）．大学生就職不安の原因研究　経済研究，*31*，13-14.

付記

本論文は，以下の抄録原稿に，第一著者らが大幅な加筆・修正を加えて再構成したものである。

Dong et.al.（2019）A comparative study of influence of cognitive behavioral factors on job-hunting anxiety among Japanese and Chinese university students. *The 9th World Congress of Behavioural and Cognitive Therapies*.

また，本論文のデータのうち，日本人大学生のデータのみに対する分析と報告は，以下の論文で行われている。

董潔・松原耕平・佐藤寛（2019）．大学生の就職活動不安に与える認知行動的要因の影響　不安症研究，*11*，59-69.

謝辞

本研究にご参加いただいただ大学生のみなさまに感謝申し上げます。

利益相反

著者全員がいかなる利益相反もないことを表明する。

著者分担

第1著者が本研究を発案し，データ分析，草案作成を行った。第2，3，4，5著者は研究デザインと分析計画に助言を行い，草稿の修正を行った。最終稿は5人で確認した。

著者紹介

董　　潔　2017年関西大学大学院博士課程前期課程心理学研究科修了，2018年より関西大学大学院心理研究科博士後期課程に在籍。中国国家二級心理咨询師（心理カウンセラー）。
松原耕平　長野県教育委員会
佐藤　寛　関西学院大学文学部教授
川崎友嗣　関西大学社会学部教授
細越寛樹　関西大学社会学部准教授
Correspondence concerning to this article should be addressed to Ms. Jie Dong at hitomi2015227@gmail.com

要　旨

本研究の目的は，自動思考，問題解決能力，社会的スキルが日本と中国の大学生の就職活動不安に与える影響について比較検討することであった。その結果，両国の大学生ともに，ネガティブな自動思考は就職活動不安の

全下位尺度に正の影響を与えた。問題解決能力と社会的スキルは，就職活動不安の一部の下位尺度に負の影響を与えた。日中比較では，日本人大学生の方が，就職活動不安が高かった。一方，中国人大学生の特徴として，問題解決能力と社会的スキルが就職活動不安に及ぼす影響の幅が広かった。総合的には，就職活動不安の低減に対して，ネガティブな自動思考を改善することや，問題解決能力と社会的スキルを向上させることが重要であると示唆された。

キーワード：就職活動不安，自動思考，問題解決能力，社会的スキル，国際比較