

[17]

氏 名	とう けつ 董 潔
博士の専攻分野の名称	博士（心理学）
学 位 記 番 号	心博第 37 号
学 位 授 与 の 日 付	2021 年 3 月 31 日
学 位 授 与 の 要 件	学位規則第 4 条第 1 項該当
学 位 論 文 題 目	就職活動不安に及ぼす認知・行動的要因の影響と 認知行動療法による予防的介入プログラムの検討 —日本人大学生と中国人大学生を対象として—
論 文 審 査 委 員	主 査 准教授 細越 寛樹 副 査 教 授 阿部 晋吾 副 査 教 授 脇田 貴文

## 論 文 内 容 の 要 旨

大学生にとって、就職活動はストレスフルなライフイベントの 1 つとなっている。就職活動経験のある者となない者では、経験のある大学生の方が精神健康状態は悪かったことを示している（北見・茂木・森，2009）。就職活動時期の心的状態の 1 つとして、就職活動不安が挙げられる。たとえば、大学 3 年生の時期において、就職先が決まるか不安であると回答する者の割合は 80.5%にのぼる（的場，2013）。さらに、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していることを示している。つまり、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、内定の獲得や臨床的な精神状態にも強く影響することが示唆されている。この問題は日本だけでなく、中国においても、卒業者数と新卒の求人数とのアンバランスさによる大学生の就職問題は深刻なものであり、心身ともストレスがあり、日本と同じように早急な心理支援が求められている（姜・高松，2016）。就職活動不安に対しては、認知行動療法が有効である可能性がある。しがしながら、多様な技法を有する認知行動療法のどの要素が、就職活動不安の低減に対して有効であるかについては、基礎的研究が少なく具体的な示唆を得ることが困難である。そこで本論文では、日本と中国の大学生を対象とし、就職活動不安と関連性の高い認知・行動的要因を同定した上で、それを改善するために有効な認知行動療法の技法を取り入れた就職活動不安予防介入プログラムを開発し、その有効性を日本と中国とで比較検討することを目的とした。

本論文は 6 つの章から構成され、その中に 9 つの研究が含まれている。先行研究をレビューした上で、認知・行動的要因が日本と中国の大学生の就職活動不安に与える影響と、国際比較の観点から両国の大学生の差異を検討した（研究 1～6）。また、両国においてそれぞれ

れ就職活動不安予防介入プログラムの開発と効果検証を行い、さらに両国における効果の差異を検討した（研究 7～9）。

第 1 章「就職活動不安」では、日本と中国の就職不安に関する先行文献から、認知行動療法を中心に両国の大学生の就職活動不安を形成する要因を概観した。その結果、就職活動不安は日本でも中国でも多くの大学生が抱える問題であることが示された。また、就職活動研究における問題点が明らかとなり、より詳細な研究をする意義が明確にされた。特に、就職活動不安は多くの大学生が抱える不安であるにも関わらず、それに対する心理学的支援についての研究は限られていた。また、ネガティブな自動思考、問題解決能力、社会的スキルといった認知・行動的要因が就職活動不安の維持・増減に関わっている可能性が示された。

第 2 章「本研究の目的および意義」では、従来の研究の問題点として、①就職活動不安に関する研究はキャリア教育の立場から行われたものが多く、臨床心理学的な観点に基づく研究は限られている、②先行研究の多くは全般的な就職不安に焦点を当てており、就職活動不安に特に焦点を当てた研究が限られている、③日本と中国のいずれにおいても、大学生の就職活動不安にどのような認知・行動的要因が影響を与えているかを検討した基礎的研究がほとんど行われていない、④中国では基礎的研究に不可欠な就職活動不安や、関連する認知・行動的要因を測定する尺度が十分に整備されていない、の 4 点を指摘した。これに基づき、本研究で解決すべき課題として、①縦断的視点から媒介要因を統制した上で、就職活動不安に影響を与える認知・行動的要因を明らかにすること、②就職活動不安を低減させる予防的介入プログラムを開発してその効果を検証すること、を挙げた。

第 3 章「日本と中国の大学生における就職活動不安と認知・行動的要因の関連性の検討」では、第 1 節において就職活動不安と認知・行動的要因を測定する中国語版の尺度を開発し、その信頼性と妥当性を確認した（研究 1）。第 2 節において、日本の大学生の就職活動不安に影響を与える認知・行動的要因を検討した（研究 2）。その結果、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強い関連を持つことが明らかになった。第 3 節では、中国人大学生を対象として、研究 2 とほぼ同様の結果を得た（研究 3）。第 4 節では、国際比較の観点から、日本と中国の大学生において認知・行動的要因と就職活動不安の関連を検討し、いくつかの点で差異は認められたものの、概ねその関連性は類似していることを確認した（研究 4）。

第 4 章「日本と中国大学生における就職活動不安と状態不安と認知・行動的要因の媒介変数の関連性の縦断的検討」では、日本と中国の大学生それぞれを対象として、先行する認知・行動的要因が、後の就職活動不安に及ぼす影響について検討した（研究 5～6）。その結果、両国の大学生ともに、ネガティブな自動思考、問題解決能力と社会的スキルが就職活動不安に強い関連を持つことが示された。なお、これらの関連は、性別や特性不安の影響力を考慮しても認められた。

第 5 章「就職活動不安に対する予防的介入プログラムの開発と有効性の効果」では、ネガティブな自動思考、問題解決能力、社会的スキルに対応する認知行動療法の技法を取り入れた 4 セッションから構成される予防的介入プログラムを開発し、日本（第 1 節）と中国（第 2 節）の大学生それぞれを対象としてその効果を検討した（研究 7～8）。その結果、介入直

後だけでなく、フォローアップでも一定の効果が維持されていることが明らかにされた。第3節では、国際比較の観点から、就職活動不安に対する予防的介入プログラムの効果が、日本と中国とで異なるかを比較検討した（研究9）。その結果、中国より日本の方が介入前後とフォローアップ期の就職活動不安が高いことが示唆された。

第6章「総合考察」では、全ての研究結果を総合した考察および本研究の限界と今後の展望についてまとめた。本研究の成果として、中国人を対象とした就職活動不安の研究に必要な尺度を開発できたこと、就職活動不安に強く影響するに認知・行動的要因を明らかにできたこと、そしてそれに基づいた予防的介入プログラムを開発できたことが挙げられた。今後の課題として、就職活動の段階を考慮した検討や、予防的介入プログラムの改善が挙げられた。

## 論文審査結果の要旨

本博士論文の特徴として、①就職に関する不安の中でも、特に就職活動中に感じる就職活動不安に焦点を絞って研究を進めていること、②キャリア教育の視点ではなく、臨床心理学的な視点から検討を行なっていること、具体的には認知行動療法の視点に基づいて作用機序を検討していること、③具体的な予防的介入プログラムを開発してその効果を実証的に検証していること、④日本と中国の2ヶ国で同一の研究をしながら結果を比較検討することにより一般化可能性を高めていること、を挙げられる。

以下、心理学研究科が定める「博士学位論文審査基準（課程博士）」に従って、審査委員の見解を記述する。

### 1. 問題意識が明確で、課題設定が適切であること

大学生の就職活動不安に対する心理学的支援の必要性を明確にして、それに対する具体的な方策として認知・行動的要因を中心とした作用機序の検討を行い、さらにその認知・行動的要因に対する予防的介入プログラムを開発して実証的に効果検証をしている。この一連の流れは臨床心理学的研究として適切なものと評価できる。以上の通り、問題意識は明確で、課題設定も適切と評価できる。公開口頭試問においては、就職活動不安が高い場合だけでなく低すぎる場合も問題となる可能性がないか、ポジティブな自動思考とネガティブな自動思考は両者のバランスによって就職活動不安に与える影響が異なるかについて議論され、今後の検討課題として共有された。

### 2. 国内外の先行研究を適切に検討、吟味していること

国内外の先行研究を広く調べ、就職活動不安への心理学的介入として、認知・行動的要因を扱うのが有効である可能性が高いことをつきとめている。公開口頭試問においては、性差や文化差の捉え方やその整理について議論があり、今後の検討課題として共有された。

### **3. 研究目的に照らして研究・分析の方法が適切であること**

研究目的達成のために、基礎的研究を丁寧に行なっている点が評価できる。具体的には、就職活動不安の増減に関与する認知・行動的要因を同定するために、単に横断的研究を実施するだけでなく、交絡因子の検討も含めて縦断的にその関連を検証している。予防的介入プログラムの検証においても、授業時間外を利用するなど、実現可能性を考慮した方法が選択されている。口頭試問では、結果的に一部で仮説と異なる結果になった理由について議論された。異なる統計手法によるさらなる解析や、サンプリングが十分な無作為化になっていない点、認知行動的介入プログラムのどの要素が就職活動不安の低減に寄与したかを明確にできていないなど、公開口頭試問では今後のさらなる検討が必要な点について議論された。

### **4. 論文構成が的確で、論理的展開に整合性、一貫性、説得性があること**

論文構成は、目的と内容に沿って構造化されており、その論理的展開も整合性と一貫性をもったものとなっていた。公開口頭試問においては、一部で分析内容に重複がみられる点はよりコンパクトにまとめられる可能性があったことを指摘された。

### **5. 全体を通して社会的・学術的な独創性が認められること**

これまでに検討が少なかった就職活動不安に対する臨床心理学的な予防的介入プログラムを開発した点は独創性が高いと評価できる。また、日本だけでなく中国でも同様の研究を並行して行なうことで本研究の一般化可能性を高め、国外でも評価される内容であると認められる。

### **6. 国内外の学会や社会に対して貢献が認められること**

本論文の内容は、就職活動不安の理解だけでなく、その改善に資する具体的な方法論も提案するものであり、今後の大学生の就職活動不安に対する支援に大きく寄与する可能性があるとして評価できる。

以上の通り、本論文は丁寧な基礎的研究に立脚し、実践的な介入研究まで行なわれているため、博士論文審査基準からみて適切と判断できる。よって、本論文を博士論文として価値あるものと認める。