

理想—現実自己のギャップは精神的健康を悪化させるのか

——理想自己を志す理由からの検討——

問題と目的

理想の自分と現実の自分のギャップが小さくなることで不適応状態が改善されていくことを Rogers (1959) が捉えて以来、理想—現実自己のズレと適応の間に普遍的な関係がみられるのかという問題意識が広がり、数多の研究が行われてきた。しかし、一貫した結果は必ずしも得られていない。むしろ、高水準の理想自己を設定することは、自分を向上させたいというポジティブな気持ちの表れでもあり、自己形成の側面から理想—現実自己のズレを肯定的に捉えることも可能ではないかといった指摘もある (水間, 1998)。

そこで、本研究では、どのような場合に理想—現実自己のズレが不適応につながるのかを、理想自己を志す動機づけの内発性・外発性に着目して検討する。さらに、理想自己の内発性・外発性の規定因として完全主義に着目し、精神的健康低減の予防策を提案するための知見を獲得することを目的とした検討も行う。

方法

2022年6月から8月にかけて、Google フォームを利用した質問紙調査を実施し、18歳から23歳の男女167名の回答を対象に分析を行った。質問項目は理想自己の表出、最重要理想自己の選定、理想—現実自己のズレ、理想自己に対する動機づけ、完全主義傾向、精神的健康の指標として感情を尋ねる項目で構成された。

結果と考察

精神的健康に対する、理想—現実自己のズレと理想自己への動機づけの交互作用効果を検討するために重回帰分析を行った。その結果、理想—現実自己のズレの大きさ、および予防焦点型外発的理想自己がネガティブ感情を亢進させること、内発的理想自己がポジティブ感情を促進することが示唆されたが、ズレと各理想自己の交互作用効果は確認されなかった。さらに、完全主義傾向と理想自己に対する動機づけの関連を検討するために重回帰分析を行ったところ、自己志向の完全主義は内発的理想自己に、社会規定的完全主義は促進焦点型外発的理想自己と予防焦点型外発的理想自己に正の影響を与えることが明らかとなった。

以上より、理想自己に対する動機づけの質によって精神的健康に与える影響が異なることが示された。よって、理想自己研究において動機づけを扱う場合、その質についても考慮する必要があるということが指摘できよう。さらに、本研究では、理想自己に対する予防焦点型外発的理想自己はネガティブ感情の亢進につながることで、そして、社会規定的完全主義が予防焦点型外発的理想自己の規定因となっている可能性が示唆された。したがって、理想自己が原因で起こる精神的健康低減の予防策を考える際には、社会規定的完全主義の抑制という観点からのアプローチが有効である可能性が示された。

化粧における自律的動機と心理的効果の関係

問題と目的

本研究では、外見に対する悩みや問題が心理的な影響を与えていると考え、自身の容姿に対する否定的な感情を低減させる一助とすることを目的とする。具体的には、容姿や感情を変化させる行動として化粧を想定し、化粧後の気分の向上、容姿への劣等感の低減、相互作用不安の低減の3つの心理的効果を検討する。その際に、自己決定理論の枠組みから、化粧行動の自律的・他律的動機に着目した。自律的動機はポジティブな心理的効果を促進し、他律的動機はネガティブな心理的効果を促進すると考え、化粧の動機が化粧行動と化粧の心理的効果との関係をどのように調整するのかを探ることとした。

方法

2022年8月中旬に日常的に化粧を行う人を対象に調査した。最終的な調査対象者は148名であった。質問紙の項目は、(1) 化粧行動にリソースを費やす程度を測定する化粧行動項目(3項目)、(2) 藤田(2009)を基に新たに作成した化粧の動機項目(15項目)、(3) 高坂(2017)の「化粧をしたときの気分項目」を用いた、化粧後の気分項目(30項目)、(4) 高坂(2017)の「容姿に対する劣等感項目」を用いた化粧前後の容姿への劣等感項目(5項目)、(5) 岡林(1991)の「相互作用不安尺度」(15項目)、(6) 西村(2015)の「基本的心理欲求充足尺度」を基に新たに作成した基本的心理欲求項目(8項目)、(7) 大西(2008)を参考に新たに作成した化粧への罪悪感項目(記述含む4項目)であった。

結果と考察

重回帰分析の結果、化粧行動において他律的動機を持つ人は相互作用不安が高いことが示された。化粧後の気分においては、自己認知の肯定的変化、快活的气氛、不安・懸念の3つの因子が抽出された。さらに、重回帰分析を行った結果、自律的動機が自己認知の肯定的変化に正の影響を与えること、自律的・他律的動機共に快活的气氛には正の影響を与えることが示された。不安・懸念は、自律的動機が高い場合には化粧行動の程度によって変化せず、自律的動機が低い場合には化粧行動が多いほど高くなることが示された。また、他律的動機は不安・懸念に正の影響を与えることが示された。

以上の結果から、自律的な動機によって自己認知の肯定的変化や快活的气氛など化粧のポジティブな心理的効果を高める可能性が示唆された。さらに、他律的動機が高く、自律的動機が低い場合は不安・懸念といったネガティブな感情を高めることから、自律的動機によって化粧を行うことの重要性が示された。加えて、自律的動機を高める要因として、自律性・有能感・関係性の3つの基本的心理欲求に着目し、その影響を検討した結果、基本的心理欲求が充足されているほど自律的動機が高いことが示された。3つの欲求を満たすような支援やアプローチによって化粧の価値の肯定的な認知を促すことで、自己決定的な動機づけタイプへと深化させ、日々の化粧行動による心理的効果を高めることができるであろう。

プレゼンテーション場面におけるスピーチ不安を低減させるには

——達成目標と事前準備の影響——

問題と目的

スピーチやプレゼンテーションなど、人前で話すときに感じる緊張や不安は「スピーチ不安」といわれている。特に、プレゼンテーション場面は現代において何かを伝える手段として重要な役割を果たしているため、本研究ではプレゼンテーション場面におけるスピーチ不安に着目した。

スピーチ不安に影響を及ぼす要因はさまざまあるが、本研究では達成目標と事前準備行動に焦点を当てた。目標と行動には関連があるため、プレゼンテーションにおいてどのような目標や事前準備がスピーチ不安を低減させることに繋がるのかを検討した。

方法

予備調査で集まった回答をもとに本調査の質問紙を作成し、2022年7月に調査を行った。最終的な調査対象は180名であった。質問紙の項目は(1)田中・藤田(2003)の達成目標尺度(16項目)、(2)予備調査をもとに作成したプレゼンテーション場面における事前準備尺度

(28項目)、(3)伊藤・山本(2014)のスピーチ場面不安尺度(29項目)であった。

結果と考察

パス解析の結果をFigure 1に示す。パフォーマンス回避目標がスピーチ場面不安を高め、「聞き手への意識」という事前準備行動がスピーチ場面不安を低減させることが明らかになった。また、パフォーマンス接近目標とマスター目標から「聞き手への意識」へは正のパスが示されたため、この2つの目標を持つ人はスピーチ場面不安が低い傾向があるといえる。

以上より、プレゼンテーション場面においてスピーチ場面不安を低減させるには、良い発表をして他人から良い評価を受けたい、自分のスキルを高めたいというポジティブな目標を持って臨むことが重要であるといえる。また、パフォーマンス回避目標を持っている人でも、事前準備の段階で聞き手の関心を引くような工夫をしたり、反応を予想したりすることによって不安を低減させることができるということが示唆された。

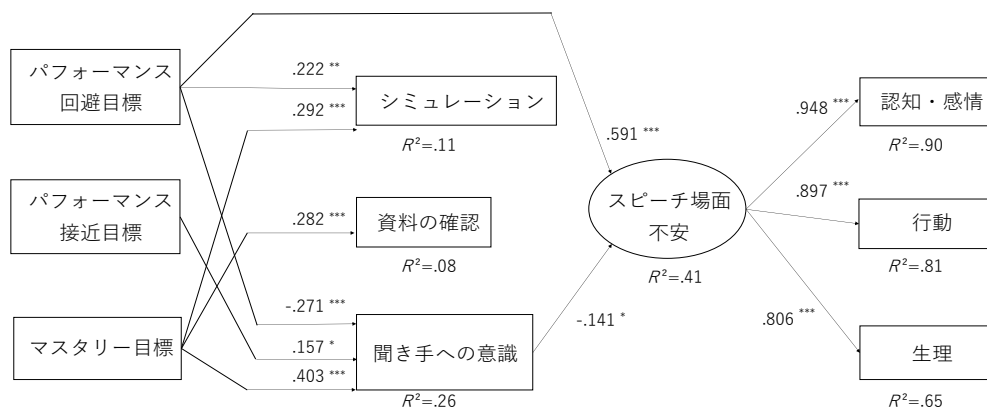


Figure 1. パス解析の結果。
注) 適合度は、GFI=.998, AGFI=.994, CFI=.953, SRMR=.058, RMSEA=.096であった。
パス係数は標準化したものである。
* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

PMDDの女性に対する第三者の援助行動を促進する要因

——症状に対する原因帰属からの検討——

問題と目的

女性のQOLを大きく左右する要因の一つとして、月経随伴性症状による不調が挙げられる。特に、月経前に著しい情緒不安定や怒り、抑うつ等の精神症状が主体で現れるものをPMDDと呼ぶ。この生活と症状が相互に作用するPMDDの改善には、患者が周囲の重要人物による支援を得ながら、セルフケアをすることが重要となる(江川, 2017)。そこで本研究では、PMDDの女性への援助行動を促進・抑制する要因を検討するとし、その要因としてPMDDの女性の症状に対する原因帰属に着目する。加えて、原因帰属と援助行動を媒介する変数として、PMDDの女性の症状への評価を扱う。本研究の仮説を、Figure 1に示す。

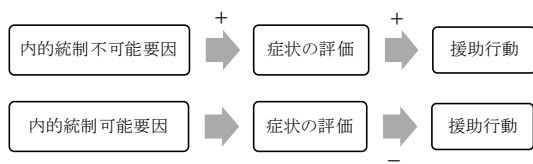


Figure 1. 本研究の仮説。

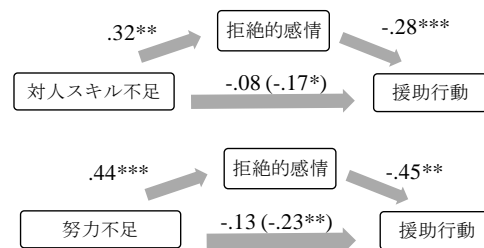
方法

本研究では、PMDDを患うAさんのビネット(PMDDの特徴を網羅した架空の事例を紹介する文章)を作成した。予備調査・本調査共に、ビネットを見せた上で回答を求めた。予備調査は、2022年6月にGoogleフォームで実施し、分析対象は有経女性87名であった。対象者には、想定した援助行動がPMDDの女性にとって有効か否かを尋ねた。本調査は、2022年7月から10月にGoogleフォームで実施し、分

析対象は115名であった。Googleフォームは、Aさんの症状に対する原因帰属、Aさんの症状に対する評価、Aさんへの援助意図を尋ねる項目で構成された。

結果と考察

予備調査の結果に本調査での因子分析の結果を加味し、有効な援助行動として「不安や不満を聞く」、「心配していると伝える」、「必要な援助を尋ねる」などの5項目を採用した。媒介分析はFigure 2のような結果となった。



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

注) 括弧内の値は媒介変数を設定する前の直接効果を示す。

Figure 2. 媒介分析の結果。

Aさんの症状を対人スキル不足及び努力不足に帰属すると、Aさんに対する拒絶的感情を媒介して援助行動が抑制されることが明らかとなった。一方で、媒介効果はなかったものの、症状を体内の生物学的変化に帰属すると援助行動が促進されることも明らかとなった。今後は、PMDD女性に対する拒絶的感情を低減する要因を検討することに加え、PMDD等の月経随伴症状について罹患、非罹患を問わず広く教育することにより、症状の本質を理解した原因帰属に繋げることの重要性が示唆された。

高校生は受験における困難な目標にどう対処するのか？

——大学生活に対する LOC 尺度を作成して——

問題と目的

目標に向かって継続的に取り組む姿勢は世間に肯定的に受け止められている一方で、努力と成果の非随伴性が高いと考えられる達成困難な場面においては、目標継続に限らない柔軟な対処行動が重要であると言える。達成困難な目標追求行動に着目した研究は大学生以上が主な調査対象であるが、子どもも様々な心理的困難に遭遇していることが示唆されている(田崎・橋本, 2005)。そこで本研究では、多くの生徒が困難さを伴う出来事に少なからず直面すると考えられる(堀井, 2017) 大学受験場面における困難を扱う。そして、困難への対処行動に影響を与える要因を明らかにすること、困難への対処行動が精神的健康に与える影響を検討することを目的とした。千島・水野(2015)の知見から、大学生活に対する期待が大学受験場面における困難への対処に影響を及ぼす可能性が挙げられる。しかし、高校生が、大学生活に対して抱く期待をどのように実現させられると考えるのかという認知面についても踏まえる必要があると考えられる。そこで、困難への対処行動に影響を与える要因として、大学生活に対する統制感に着目することとした。

方法

2022年8月中旬に愛知県内の公立高校3年生に対し調査を行った。教員によって質問紙を配布し、最終的な調査対象は172名であった。質問紙の項目は、(1)鎌原・樋口・清水(1982)の一般的 LOC 尺度(6項目を抜粋)、(2)千島・

水野(2015)を基に新たに作成した大学生活に対する LOC 尺度(18項目)、(3)外山・長峯(2022)の困難な目標への対処方略尺度(25項目)、(4)竹村(2007)の心理的 well-being 尺度(「他者関係」を除いた12項目)であった。

結果と考察

探索的因子分析の結果、新たに作成した大学生活に対する LOC 尺度は想定とは異なった、内的統制・外的統制の各2因子から成る計4因子の尺度が構成された。SEMの結果からは、大学生活に対する LOC 尺度の各因子がそれぞれ困難な目標への対処方略に影響を与えていることが示唆された。内的統制因子と柔軟な目標調整の関係は一部予想通りであり、「交友関係に対する内的統制」と柔軟な目標調整に正の関連があった。さらに、予想通り、柔軟な目標調整は、精神的健康にポジティブな影響を与えていた。クラスター分析の結果からは、高校生は複数の対処方略を複合的に用いる場合があることが示唆された。分散分析の結果からは、目標を継続する場合にも変更・断念する場合にも、目標達成方略の調整を行うことが精神的健康にポジティブな影響をもたらすことが明らかとなった。

以上より、高校生が健やかに大学受験に取り組むために「交友関係に対する内的統制」を高める支援が有用である可能性が示唆された。具体的な手段として、対人不安の軽減などが示されているアサーション・トレーニングを実施することが考えられよう。

問題と目的

教育現場において、テストの点数や順位等の比較の場面は多く存在する。社会的比較は、生徒の感情や行動に影響を及ぼすものであり、上方比較後には、自己向上感情や自己卑下感情をもたらす。特に、社会的比較志向性の高い生徒は、社会的比較を行う頻度が高く、神経症傾向にあることから、社会的比較に伴うネガティブな影響を受けやすく、学習意欲の低下を招くことが推測される。本研究では、上方比較後に、社会的比較志向性の高い生徒の学習意欲を高めるアプローチとして学級の目標構造に着目し、以下の2つの仮説について検討した。

仮説1: 社会的比較志向性の高い生徒が熟達目標構造を重視する学級に所属している場合、上方比較後に学習意欲の低下を抑制し、生徒に学習意欲の向上をもたらす。

仮説2: 社会的比較志向性の高い生徒が遂行目標構造を重視する学級に所属している場合、上方比較後に学習意欲の低下を促進し、生徒に学習意欲の低下をもたらす。

方法

愛知県内の公立中学校・高校に通う1・2年生、合計309名を対象とし、2022年6月中旬に、質問紙調査を実施した。質問項目は、社会的比較志向性、普段の学習の取り組み、学級の目標構造、上方比較後の学習意欲を測定する尺度を使用し、全43項目で構成された。

結果と考察

上方比較後の学習意欲を目的変数、社会的比較志向性、学級の目標構造、社会的比較志向性と学級の目標構造の交互作用項を説明変数として階層的重回帰分析を行った。交互作用効果はみられず、以下の主効果を示した (Figure 1)。

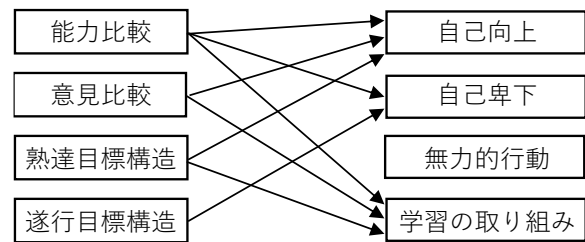


Figure 1. 階層的重回帰分析の結果。

社会的比較志向性について、意見比較をよく行う生徒は、上方比較後に学習意欲が高まり、能力比較をよく行う生徒は、上方比較後に学習に対するネガティブ感情を伴いながらも学習意欲が高まることを明らかにした。また、学級の目標構造について、熟達目標構造は、上方比較後の学習意欲の向上に有効であり、遂行目標構造は、上方比較後に学習意欲の低下を助長する懸念があることを明らかにした。

本研究では、社会的比較志向性の高い生徒の、上方比較後の学習意欲の特徴と、熟達目標構造が、上方比較後の学習意欲向上に有効であることを明らかにした。本研究から、社会的比較志向性の高い生徒の学習意欲を高めるための学級づくりや、生徒へのアプローチ法の検討において、役立つ知見が得られたと言えよう。

高校生の探究学習における興味の深化プロセス ——教科学習との相互作用に着目した縦断的検討——

問題と目的

近年、変化する社会で「生きる力」を育む目的から、児童生徒が自らの興味・関心をもとに課題を設定し、探究する活動が注目されている。市川 (2004, 2017) は、習得と探究の 2 サイクルモデルを提言し、各教科・科目の習得型の学習と、課題を追究する探究型の学習のバランスとリンクを図る重要性を唱えている。よって、教科横断型の探究の学びが、各教科・科目とどのように影響し合っているのかという視点からの検討が求められている。

本研究では、上述した相互作用過程について、持続的な個人特性として定義されている個人的興味を取り上げ、興味は深化 (development) するものであるという観点から検討を行う。具体的には、探究するテーマへの個人的興味と、関連する科目への個人的興味について、両者の相互作用による深化過程を検討するとともに、探究と他の授業を結び付ける LB (Learning Bridging) の調整効果を明らかにする。

方法

普通科高校 2 年生を対象に Google フォームを利用して質問紙調査を実施した。研究 1 では、5 月中旬 (Time 1) に実施した調査データを用いて横断的検討を行った。研究 2 では、研究 1 の調査に加え、7 月中旬 (Time 2)、10 月初旬 (Time 3) にも同様の調査を実施し、3 時点の縦断的検討を行った。質問項目は、総合的な探究の時間で探究するテーマ、および関連する科目への個人的興味、探究と他の授業を架橋す

る LB、実践的利用価値、仲間との相互作用を尋ねる尺度で構成された。研究 2 では、3 時点すべての有効回答数が少なかったため、2 時点ずつのデータを用いた。分析対象者は、研究 1 は 191 名、研究 2 は Time 1 と Time 2 で 64 名、Time 2 と Time 3 で 40 名であった。

結果と考察

横断データを用いた研究 1 では、相関分析により、探究と科目の個人的興味の正の相関が有意であること、LB が高い生徒は一方の個人的興味が低い場合に他方の個人的興味を補償的に促進する効果があることが示唆された。

縦断データを用いた研究 2 では、交差遅延モデルにより、探究と科目の個人的興味における双方向の因果関係を検討した結果、Time 1 の科目の興味から Time 2 の探究の興味に正の有意な影響が示された。さらに、探究と科目の個人的興味の相互作用的な関連を LB が調整するか、重回帰分析により検討した結果、LB が高い生徒は、Time 1 の探究の興味が高いほど Time 2 の科目の興味が高いことが示された。

以上より、LB が探究と科目の興味の相互作用を調整する効果が明らかになった。また、科目の興味から探究の興味への促進作用は、LB の高低によらず生じるものの、探究の興味から科目の興味への促進作用は、LB が高い者ほどみられることが明らかになった。よって、教師が探究の課題と各教科・科目の関連を示すなど、効果的な支援を行うことにより、習得と探究の学習サイクルを促す必要性が示された。

メディアがダイエット行動に与える影響 ——体重管理に対する統制信念の調整効果——

問題と目的

近年日本では痩せの比率が高まっており、摂食障害の患者も増加傾向にある（幸田・菅原，2009）。摂食障害にはダイエットが先行していると考えられている（山田，2019）。しかし現代の日本において、ダイエットは日常的に行われているため、どのようなダイエットが摂食障害につながるのかを明らかにする必要があると考えられる。そこで本研究では、健康的な方略による構造的ダイエットと不健康的な方略による非構造的ダイエットとを分け、ダイエットに影響を与える要因を検討する。本研究では、ダイエットに影響を及ぼす要因としてメディアに着目し、「見た目に関する社会文化的な基準を、自分自身の価値観として取り込むくらいに受け入れること」と定義される痩身理想の内在化を用いた検討を行った。さらに、調整変数として体重管理に対する統制信念を想定した。

本研究の目的は、痩身理想の内在化がどのようなダイエットに影響するのかを、体重管理に対する統制信念の調整効果とともに検討することである。本研究の仮説は以下の通りである。体重管理に対して内的統制信念を強く持つ者ほど、そうでない者と比べて、痩身理想を内在化しているときに非構造的ダイエットを行うだろう。

方法

2022年8月から9月にGoogleフォームを用いた質問紙調査を実施した。最終的に18歳から25歳の男女169名の回答を分析の対象とし

た。質問項目は、痩身理想の内在化、ダイエット、体重管理に対する統制信念を測定する尺度を使用し、計83項目で構成された。

結果と考察

痩身理想の内在化と体重管理に対する統制信念が健康的な構造的ダイエットおよび不健康的な非構造的ダイエットに与える影響を検討するために男女別に重回帰分析を行った。その結果、女性の非構造的ダイエットに対して内化/TV雑誌・比較と内的統制信念の交互作用効果が見られた。単純傾斜分析の結果、内化/TV雑誌・比較は、内的統制信念が高い者において非構造的ダイエットに影響を及ぼすことが示唆された。男性の非構造的ダイエットに対しては、メディアによるプレッシャーと内的統制信念の交互作用効果が見られた。単純傾斜分析の結果、メディアによるプレッシャーは、内的統制信念が高い者において非構造的ダイエットに影響を及ぼすことが示唆された。

以上から、体重は努力次第で変えられるという内的統制信念が高い者が痩身理想を内在化することによって、構造的ダイエットだけでなく非構造的ダイエットをも行うようになる可能性が示された。また、体重管理に対する外的統制信念の調整効果も見られたため、メディアリテラシーを高めることが有効だと考えられる。本研究の結果から、メディアからの影響を受けて強迫的にダイエットを行う者の存在も示唆されたため、メディアに露出する痩せすぎたモデルの規制がなされる必要もあるだろう。

母親の愛着スタイルと青年期の子どもの自立との関連

——母親の対人関係の良好さに着目して——

問題と目的

「ニート」「ひきこもり」などの若者に関する社会問題は、青年期の重要な発達課題である自立と深い関係がある。自立には、多様な側面があるが、特に精神的自立は意欲低下やうつ等の不適応と関連する可能性が示唆されている(山田, 2011)。自立は子どもの課題とされているが、精神的自立は親と子どもの相互の影響によって成り立っている。

精神的自立に影響を及ぼすものに愛着スタイルが考えられる。愛着スタイルはすべての対人関係の基盤となるものであるため、親子関係の変容を指す精神的自立に影響を及ぼすと予想される。精神的自立とは親子関係の変容であるため、子どものみではなく、母親にも着目する必要がある。青年期の子どもを持つ親に生じる問題として空の巣症候群が挙げられ、精神的自立を妨げる要因であると考えられる。母親の対人関係が充実し、子育て以外の生きがいを見つけることで子どもの精神的自立を受け入れることができると思われる。

本研究では、母親の愛着スタイルが子どもの精神的自立に与える影響を母親の対人関係の良好さがどのように調整するのかを検討する。

方法

2022年7月から8月にかけて、大学生とその母親を対象に Google フォームを利用した質問紙調査を行った。

母親用の質問紙は子どもに対する愛着スタイルを尋ねる「日本語版 ECR (中尾・加藤,

2004)」、対人関係の良好さを尋ねる「心理的 well-being 尺度 (西田, 2000)」の下位尺度である「積極的な他者関係」で構成された。

子ども用の質問紙は精神的自立を尋ねる「母子関係における精神的自立尺度 (水本・山根, 2011)」で構成された。

結果と考察

精神的自立の 2 因子である母親との信頼関係、母親からの心理的分離を目的変数とし、愛着スタイルの 2 因子である親密性の回避と見捨てられ不安、対人関係の良好さ、そしてこれらを組み合わせた交互作用項を説明変数とした重回帰分析を行った。その結果、母親との信頼関係を目的変数とした場合、友人との対人関係が良好でない場合に見捨てられ不安が負の影響を与えることが示された。加えて、夫との対人関係の良好さが負の影響を与えることが明らかになった。母親からの心理的分離を目的変数とした場合は、説明変数による説明率が有意ではなかった。

以上のことから、見捨てられ不安が高い母親であっても、友人関係が充実することで子どもに適度な距離感で接することができて信頼関係を築けると考えられる。母親からの心理的分離の規定要因を母親の愛着スタイルと対人関係の良好さによって説明するにはその他の要因があることが明らかになった。本研究から、精神的自立をできない子どもの母親へのはたらかけとして、子育て以外の拠り所を見つける必要性が示唆された。

大学生の就職活動不安が自己成長感に与える影響

——不採用経験に対する対処方略に着目して——

問題と目的

大学生にとって就職活動は心理的負担が大きいイベントである。一方、就職活動における職業選択は、大学生の自立に向けた青年期の重要な発達課題である（高橋・岡田, 2013）ことから、就活生は不安を抱えながらも就職活動を通じて自己成長することが求められていると考えられる。自己成長するためには困難な状況乗り越えるような能動的な取り組みが必要である（吉田, 2012）。そこで、本研究では自己成長における能動的な取り組みとして、認知的および行動上の努力である対処方略という概念を扱う。

本研究では、不採用経験に対する対処方略を測定する尺度を作成し、大学生の就職活動不安や就職活動による自己成長感との関連について検討することを目的とする。そして、不採用経験に対する対処方略の役割について示す。また、就職活動不安が対処方略を抑制するか促進するかについて情動コンピテンスが関係している可能性についても検討を行う。

仮説は、情動コンピテンスが高い場合には、就職活動不安と積極的な対処方略は、正の関係であると予測される。そして、就職活動不安と消極的な対処方略である回避的対処は、負の関係だろう。また、回避的対処以外の積極的な対処方略と自己成長感は正の関係だろう。

方法

本調査は、2022年7月から8月に2023年卒業予定である大学4年生の男女110名を対

象とし、Google フォームにて実施した。質問項目は、就職活動不安、予備調査で作成した不採用経験に対する対処方略、就職活動による自己成長感、情動コンピテンスを尋ねる項目で構成された。

結果と考察

予備調査をもとに不採用経験に対する対処方略尺度を作成した結果、問題解決的対処、回避的対処、認知的再評価対処の3因子構造であることが示された。不採用経験に対する対処方略を目的変数とし、就職活動不安と情動コンピテンスの交互作用項を説明変数とする重回帰分析を行った。その結果、情動コンピテンスが高い場合、就職活動不安が認知的再評価対処を促すことが示唆された。さらに、就職活動による自己成長感を目的変数とし、不採用経験に対する対処方略を説明変数とする重回帰分析を行った。その結果、認知的再評価対処においては、全ての就職活動による自己成長感を促すことが示唆された。

研究結果より、情動コンピテンスの高さが、就職活動不安と認知的再評価対処との関係を強めることが示唆された。さらに、本研究では認知的再評価対処は全ての就職活動による自己成長感を促すことが示唆された。したがって、本研究では、全ての就職活動による自己成長感を促進する認知的再評価対処の使用へと繋がるメカニズムが明らかにされ、就活生が不安を抱えながらも自己成長するためには、認知的再評価対処に注目する必要があることが示唆された。