

青年における職業選択不安，キャリア探索，批判的思考態度の 関連

小田真実¹・小林亮太²・李 受珉³・則武良英⁴

Associations between career choice anxiety, career exploration and critical thinking attitudes
among adolescents

Mami Oda, Ryota Kobayashi, Sumin, Lee, and Yoshihide Noritake

While some studies have reported that career choice anxiety decreases career exploration in adolescents, others have noted that anxiety increases career exploration. Given these mixed results, critical thinking attitudes may moderate the relationships between career choice anxiety and career exploration. The present study examined the interaction between career choice anxiety and critical thinking attitudes in career exploration among adolescents. Multiple regression analysis was conducted using career choice anxiety, critical thinking attitude, and their interactions as explanatory variables, with the two aspects of career exploration as response variables. The results revealed that career choice anxiety negatively explained environmental exploration. Critical thinking attitudes positively explained environmental exploration and self-exploration. However, there was no significant interaction between career choice anxiety and critical thinking attitudes in both the aspects of career exploration.

キーワード：career choice anxiety, career exploration, critical thinking attitudes

問 題

青年期における重要なライフイベントの1つに、就職活動が挙げられる。就職活動において青年は企業や業界に関する様々な情報を駆使しつつ、数多の選択肢の中から自身の生き方を選択する必要がある(松田他, 2008)。このような自己および職業、仕事、組織などに関する情報収集の過程をキャリア探索と言う(Stumpf et al., 1983)。キャリア探索には仕事や職業などに関する情報収集の過程である環境探索、ならびに、長所短所を含めた自己の特性を理解する過程である自己探索の2つ

¹ 広島大学大学院教育学研究科

² 福岡県立大学人間社会学部

³ 広島大学大学院人間社会科学研究科

⁴ 川崎医療福祉大学医療福祉学部

の側面がある (安達, 2008)。キャリア探索は就職活動の持続や進路決定に関する自己効力感の向上に関与するだけでなく (Cheung & Arnold, 2014; 湯口, 2019), 就職後の職場適応にも関与する可能性が指摘されている (Stumpf & Lockhart, 1987)。

しかし、キャリア探索は必ずしも誰もが容易に取り組むことのできる過程とは言えない。ディスコ (2023) によると、就職活動を経験した大学生の約半数が就職活動で苦勞したことに自己分析と就職情報の収集を挙げている。自己分析を「自己の内面と仕事・就職との関係について深慮する作業 (鶴飼, 2007)」と考えると、自己探索の過程として捉えることができるだろう。また、就職情報の収集は企業説明会や就職セミナーの開催情報や業界、仕事に関する情報を収集する過程であり、環境探索とみなすことができる。つまり、大学生の約半数はキャリア探索に難しさを感じながら就職活動に臨んでいたと推察される。

キャリア探索に関連する要因の1つに職業選択不安が挙げられる。職業選択不安とは、就職活動以前から見られる職業選択における不安のことを指す (松田他, 2008)。例えば全国大学生生活協同組合連合会 (2023) の調査では 75%程度の大学生が就職に不安を感じており、特に「就職できるか」「自分が何に向いているのか」といった職業選択不安を抱いている。Bartley & Robitschek (2000) や Jiang et al. (2019) ではポジティブな心理状態はキャリア探索を増加させるが、ネガティブな心理状態はキャリア探索を減少させることが指摘されている。一方、Blustein & Phillips (1988) や Vignoli et al. (2005) では就職に対する不安が高い学生の方がキャリア探索を多く実施していることが示されている。つまり、就職活動に伴う不安は必ずしもキャリア探索を阻害するわけではない。Kirsch & Windmann (2009) は不安やストレスが高いことが問題なのではなく、不安やストレスに対して過度に否定的な捉え方をすることが健康や仕事などにネガティブな結果をもたらすことを示唆している。したがって、職業選択不安とキャリア探索のネガティブな関連は職業選択不安それ自体によってもたらされるのではなく、職業選択不安に対する否定的な捉え方に起因する可能性がある。

実際に、不安や抑うつ症状といった精神的問題の背景要因としてネガティブに偏った思考の関与が指摘されている (Greenberg & Beck, 1989)。そして、そのような過剰に否定的な思考を修正するためには、証拠や論拠に基づいて自身の思考を省察的に鑑みる態度や能力である批判的思考が必要と考えられている (Liu et al., 2021)。批判的思考とは、何を信じ、行うのかに焦点を当てた、合理的かつ内省的な思考のことを指す (Ennis, 1996)。なお、批判的思考には批判的思考能力と批判的思考態度の2つの側面がある (楠見他, 2012)。批判的思考能力は批判的思考を正確に遂行する能力のことを、批判的思考態度は批判的思考を行おうとする態度のことを指す。これまでに批判的思考が不安や抑うつ症状といった精神的健康に関与することが示されている (Liu et al., 2021; Suliman & Halabi, 2007)。また、批判的思考を高める介入によってストレスが低減することも実証されている (Ugwuozor et al., 2021)。したがって、批判的思考によって職業選択不安への過剰に否定的な評価を防ぎ、職業選択不安によるキャリア探索への阻害効果が緩和される可能性がある。しかし、こうした関係性については明らかになっていない。

本研究の目的は職業選択不安とキャリア探索および批判的思考態度の関係を解明することである。本研究では批判的思考の中でも批判的思考を実施しようとする意欲である批判的思考態度に着目す

る。批判的思考にはその能力が重要となるのはもちろんだが、批判的思考能力を身に付けていれば必ず批判的思考が行われるというわけではない。むしろ、批判的思考を行おうとする態度が重要であるという見解も存在する (道田, 2000; 三浦・楠見, 2014)。また、批判的思考態度は意図レベルの問題であり、教示による変化が可能であることも示唆されている (Stanovich & West, 1997)。これらの先行研究を踏まえて、本研究は批判的思考の中でも介入や支援による変化が期待できる批判的思考態度に焦点を当て、キャリア探索、職業選択不安ならびに批判的思考態度の関係を明らかにすることを目的とする。まず、キャリア探索の2側面、職業選択不安、批判的思考態度との関連を検討する。これに対する仮説として、環境探索・自己探索の双方で職業選択不安との負の相関ならびに批判的思考態度との正の相関が、職業選択不安と批判的思考態度には負の相関がそれぞれ示されると予測する (仮説 1)。次に、キャリア探索における職業選択不安と批判的思考態度の交互作用について検討する。これに対する仮説として、批判的思考態度の高い青年では職業選択不安とキャリア探索が無関連になると予測する (仮説 2)。

方 法

参加者と手続き

Crowd Works (<https://crowdworks.jp/>) にて参加者の募集を行った。Crowd Works の登録者 395 名 (男性 166 名, 女性 222 名, その他 7 名, 平均年齢 24.16, $SD = 6.10$) が以下の質問紙に回答した。質問紙は Google Forms を用いて作成され、参加者はコンピュータ、スマートフォンなどからオンラインで調査に参加した。なお、本研究の実施に当たっては広島大学教育学研究科倫理審査委員会による承認を受けた (承認番号: 20200088)。

質問紙

職業選択不安 松田他 (2008) による短縮版職業選択不安尺度を用いた (16 項目, 5 件法)。この尺度は、「職業移行不安: 社会人として自分がちゃんとやっていると不安である」、「自己理解不安: 自分が何をやりたいかわからないのが不安である」、「決定方略不安: いろいろ考えすぎてひとつの職業に決められないのが不安である」、「職業理解不安: いろいろな職業があることを十分に知らないのではないかと不安である」の 4 因子各 4 項目から構成される。本研究では職業選択不安尺度の合計得点を分析に使用した。

キャリア探索 安達 (2008) によるキャリア探索尺度を用いた (13 項目, 5 件法)。この尺度は、「環境探索: 本や雑誌, インターネットなどで仕事や働くことに関連する記事を読む」(7 項目), 「自己探索: 自分の長所や短所について考えてみる」(6 項目) の 2 因子から構成される。本研究ではキャリア探索尺度の 2 因子についてそれぞれ合計得点を算出し、分析に使用した。

批判的思考態度 平山・楠見 (2004) による批判的思考態度尺度を用いた (33 項目, 5 件法)。この尺度は、「論理的思考への自覚: 複雑な問題について順序だてて考えることが得意だ」(13 項目), 「探求心: いろいろな考え方の人と接して多くのことを学びたい」(10 項目), 「客観性: いつも偏りのない判断をしようとする」(7 項目), 「証拠の重視: 結論をくだす場合には、確たる証拠の有無に

こだわる」(3項目)の4因子から構成される。本研究では批判的思考態度の合計得点を分析に使用した。

結 果

分析対象者

参加者のうち、(1) 専門学校生、短期大学生、大学生、大学院生でない者(7名)、(2) 18—29歳でない者(14名)、(3) 三浦・小林(2015)によるsatisfice項目「この質問については必ず『1:まったくあてはまらない』を選択してください」に1以外で回答した者(42名)、(4) (1) — (3)の全ての基準を満たす者(21名)を分析から除外した。最終的な分析対象者は311名だった(男性122名、女性182名、その他7名、平均年齢22.68, $SD=2.99$)。本研究のデータはhttps://osf.io/qvc3b/?view_only=9dce7a121e37482eb06d91323d5e9b06から利用可能である。また、本研究のデータは則武他(2021)とLee et al.(2022)でも測定・利用されている。

記述統計量および相関分析

本研究の分析にはHAD(清水,2016)を用いた。なお、各尺度において欠損値が見られたためリストワイズ削除を行い、以下の分析を実施した。各尺度の記述統計量、 α 係数および相関分析の結果をTable 1に示す。全ての尺度で.70以上の α 係数が示されたため、各尺度の内の一貫性には問題がないと判断した。相関分析の結果、環境探索は職業選択不安と負の相関($r=-.18, p<.01$)、批判的思考態度と正の相関($r=.42, p<.01$)がそれぞれ有意に示された。一方、自己探索においても職業選択不安と負の相関($r=-.12, p<.05$)、批判的思考態度と正の相関($r=.44, p<.01$)がそれぞれ有意に示された。最後に、職業選択不安と批判的思考態度は負の相関($r=-.17, p<.01$)が有意に示された。

Table 1

各尺度における α 係数、記述統計量および尺度間の相関分析

尺度	α	M	SD	1	2	3
1. 職業選択不安	.95	54.96	15.83			
2. 批判的思考態度	.86	116.91	17.31	-.17 **		
3. キャリア探索_環境探索	.81	22.65	5.18	-.18 **	.42 **	
4. キャリア探索_自己探索	.77	21.87	4.04	-.12 *	.44 **	.42 **

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

批判的思考態度の交互作用

職業選択不安得点、批判的思考態度得点、職業選択不安 × 批判的思考態度の交互作用項を説明変数、環境探索ならびに自己探索の各得点を目的変数として強制投入法による重回帰分析を実施した(Table 2)。その結果、職業選択不安($\beta=-.12, p<.05$)ならびに批判的思考態度($\beta=.40, p<.01$)が環境探索を有意に説明した($R^2=.19, F(3, 307)=23.38, p<.01$)。しかし、環境探索における職業選択不安 × 批判的思考態度の有意な交互作用は認められなかった($\beta=.03, p=.58$)。一方、批判的思考態度($\beta=.43, p<.01$)が自己探索を有意に説明したが、職業選択不安($\beta=-.05, p=.38$)は自己探

索を有意に説明することが認められなかった ($R^2 = .19, F(3, 307) = 24.74, p < .01$)。また、自己探索においても職業選択不安 × 批判的思考態度の有意な交互作用は認められなかった ($\beta = .00, p = .98$)。

Table 2

キャリア探索を目的変数とする重回帰分析

説明変数	目的変数											
	環境探索					自己探索						
	B	β	SE	95%CI		B	β	SE	95%CI			
職業選択不安	-0.04	-.12	0.02	-0.07	-0.01	*	-0.01	-.05	0.01	-0.04	0.01	
批判的思考態度	0.12	.40	0.02	0.09	0.15	**	0.10	.43	0.01	0.08	0.12	**
交互作用項	0.00	.03	0.00	0.00	0.00		0.00	.00	0.00	0.00	0.00	

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

考 察

本研究は職業選択不安とキャリア探索および批判的思考態度の関係を明らかにすることを目的とした。まず、仮説1としてキャリア探索と職業選択不安は負の相関、キャリア探索と批判的思考態度は正の相関、職業選択不安と批判的思考態度は負の相関を示すと予測した。相関分析の結果、環境探索・自己探索の双方で職業選択不安との負の相関ならびに批判的思考態度との正の相関が示され、仮説1は支持された。また、職業選択不安と批判的思考態度には負の相関が示され、こちらについても仮説1は支持された。不安や抑うつ症状の一因としてネガティブに偏った思考の関与が想定されている (Greenberg & Beck, 1989)。そのため、証拠や論拠に基づいた批判的思考は偏った思考を修正することで不安や抑うつ症状の軽減に関与すると考えられている (Liu et al., 2021)。本研究でも批判的思考態度と職業選択不安の間に負の関連が示されたことから、職業選択不安という文脈においても批判的思考が不安を緩和する可能性が示唆された。

次に、キャリア探索における職業選択不安と批判的思考態度の交互作用について検討した。これに対する仮説2として、批判的思考態度の高い青年では職業選択不安とキャリア探索が無関連になると予測した。職業選択不安と批判的思考態度の交互作用項を投入する重回帰分析を実施した結果、環境探索・自己探索の双方において職業選択不安と批判的思考態度の有意な交互作用は示されなかった。したがって、仮説2は不支持だった。キャリア探索の側面別に見ると、まず、職業選択不安が独立して環境探索をネガティブに説明していた。先行研究では職業選択不安などのネガティブな心理状態はキャリア探索を減少させることが示されている (Bartley & Robitschek, 2000; Jiang et al., 2019)。本研究の結果もこれらの先行研究を支持するものであり、職業選択不安によって青年のキャリア探索行動が減少することを示唆するものであった。次に、批判的思考態度が独立して環境探索をポジティブに説明していた。就職みらい研究所 (2023) によれば、就職活動における情報収集は「広く」と「深く」の繰り返しである。職業について広く情報を集め、気になった職種・業界があれば深掘りする。そのうえで自身の志向や希望に合致しない場合にはまた広く情報を集めるという

過程を繰り返すことで、キャリア探索が深まると述べられている。しかし、広く情報収集を行う過程では多数の情報を吟味し、自身がどのような職種・業界に興味を持っているのかを省察することが求められる。また、気になった職種・業界を深掘りする過程においても、先入観や偏見にとらわれずに職種・業界が本当に自身の志向や希望と合致するのかを検討する必要がある。本研究の結果から、収集された情報を客観的に検討するという点で、合理的で偏りのない思考を行おうとする批判的思考態度が環境探索の遂行に関与することが示唆された。

また、批判的思考態度は独立して自己探索を説明した。自己探索では長所短所を含めた自身の特性を鑑みる必要がある (安達, 2008)。しかし、自己探索では主に自身の内面に関する情報を収集することから、必ずしもエビデンスが伴うとは限らない。そのため、自己探索で収集した情報を客観的に受け止められずに偏った評価を行い、適切に自己探索を行うことができない可能性が考えられる。本研究の結果は批判的思考態度によって自分自身に関する情報を客観的に受け止めることで、自己探索を深めることができる可能性を示唆するものであった。

最後に、本研究の成果と限界点を述べる。本研究ではキャリア探索の2側面において批判的思考態度の関与が示された。したがって、青年のキャリア探索を深めるためには批判的思考態度を高めるための介入が有用である可能性が示唆された。キャリア探索が十分ではない場合、就職活動の持続困難や就職後の職場不適応などの問題に繋がることが指摘されている (Stumpf & Lockhart, 1987; 湯口, 2019)。就職活動に臨む青年に対して批判的思考態度を高める介入が確立されれば、キャリア探索不足に伴う就職活動中・就職後の諸問題への予防策となる可能性がある。しかし本研究はあくまでも横断調査で実施されており、職業選択不安、批判的思考態度、キャリア探索の因果関係については言及できないという限界点が存在する。批判的思考態度や職業選択不安が実際にキャリア探索に影響するのかについては、縦断調査や実験などで再検討する必要がある。

また、本研究のもう1つの限界点として、キャリア探索における職業選択不安と批判的思考態度の有意な交互作用が認められなかった点が挙げられる。この結果は、本研究では批判的思考態度のみに着目した点に起因する可能性がある。Mendonca & Siess (1976) は職業選択への不安を緩和するためには、不安への対処方略と問題解決能力を並行してトレーニングする必要性を述べている。本研究で着目した批判的思考態度は不安を過度に捉えないという対処方略に関連する要因であると考えられるが (Liu et al., 2021; Suliman & Halabi, 2007)、問題解決には批判的思考態度よりも批判的思考能力が関与する可能性が指摘されている (道田, 2013)。したがって、今後は批判的思考能力の側面も含めて職業選択不安とキャリア探索における批判的思考の役割を精査することで、本研究の結果をより深く理解できると考えられる。

引用文献

- 安達 智子 (2008). 女子学生のキャリア意識—就業動機, キャリア探索との関連— 心理学研究, 79, 27–34. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.79.27>
- Bartley, D. F., & Robitschek, C. (2000). Career exploration: A multivariate analysis of predictors. *Journal of*

- Vocational Behavior*, 56, 63–81. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1708>
- Blustein, D. L., & Phillips, S. D. (1988). Individual and contextual factors in career exploration. *Journal of Vocational Behavior*, 33, 203–216. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(88\)90056-5](https://doi.org/10.1016/0001-8791(88)90056-5)
- Cheung, R., & Arnold, J. (2014). The Impact of Career Exploration on Career Development Among Hong Kong Chinese University Students. *Journal of College Student Development*, 55, 732–748. <https://doi.org/10.1353/csd.2014.0067>
- ディスコ (2023). 2024 年卒 Vol.10 10 月 1 日時点の就職活動調査 Retrieved February 8, 2024 from https://www.disc.co.jp/wp/wp-content/uploads/2023/10/202310_gakuseichosa2024_kakuho.pdf
- Ennis, R. H. (1996). Critical Thinking Dispositions: Their Nature and Assessability. *Informal Logic*, 18, 165–182. <https://doi.org/10.22329/il.v18i2.2378>
- Greenberg, M. S., & Beck, A. T. (1989). Depression versus anxiety: A test of the content-specificity hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 9–13. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.98.1.9>
- 平山 るみ・楠見 孝 (2004). 批判的思考態度が結論導出プロセスに及ぼす影響 教育心理学研究, 52, 186–198. https://doi.org/10.5926/jjep1953.52.2_186
- Jiang, Z., Newman, A., Le, H., Presbitero, A., & Zheng, C. (2019). Career exploration: A review and future research agenda. *Journal of Vocational Behavior*, 110, 338–356. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.08.008>
- Kirsch, M., & Windmann, S. (2009). The role of anxiety in decision-making. *Review of Psychology*, 16, 19–28.
- 楠見 孝・田中 優子・平山 るみ (2012). 批判的思考力を育成する大学初年次教育の実践と評価 認知科学, 19, 69–82. <https://doi.org/10.11225/jcss.19.69>
- Lee, S., Kobayashi, R., Oda, M., Noritake, Y., & Nakashima, K. (2022). Does shift-and-persist strategy buffer career choice anxiety and affect career exploration? *BMC Research Notes*, 15, 311. <https://doi.org/10.1186/s13104-022-06206-w>
- Liu, Z., Li, S., Shang, S., & Ren, X. (2021). How Do Critical Thinking Ability and Critical Thinking Disposition Relate to the Mental Health of University Students? *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.704229>
- 松田 侑子・永作 稔・新井 邦二郎 (2008). 職業選択不安尺度の作成 筑波大学心理学研究, 36, 67–74.
- Mendonca, J. D., & Siess, T. F. (1976). Counseling for indecisiveness: Problem-solving and anxiety-management training. *Journal of Counseling Psychology*, 23, 339–347. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.23.4.339>
- 道田 泰司 (2000). 批判的思考研究からメディアリテラシーへの提言 コンピュータ&エデュケーション, 9, 54–59. <https://doi.org/10.14949/konpyutariyoukyouiku.9.54>
- 道田 泰司 (2013). 批判的思考教育の展望 教育心理学年報, 52, 128–139. <https://doi.org/10.5926/arepj.52.128>

- 三浦 麻子・小林 哲郎 (2015). オンライン調査モニタの Satisfice に関する実験的研究 社会心理学研究, 31, 1–12. https://doi.org/10.14966/jssp.31.1_1
- 三浦 麻子・楠見 孝 (2014). 批判的思考態度・リスクに対する態度と投票行動 選挙研究, 30, 49–59. https://doi.org/10.14854/jaes.30.2_49
- 則武 良英・小林 亮太・李 受珉・小田 真実 (2021). キャリア探索における職業選択不安と感情制御方略の関連 広島大学心理学研究, 20, 23–31. <https://doi.org/10.15027/50570>
- 清水 裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD : 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59–73.
- Stanovich, K. E., & West, R. F. (1997). Reasoning independently of prior belief and individual differences in actively open-minded thinking. *Journal of Educational Psychology*, 89, 342–357. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.2.342>
- Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K. (1983). Development of the Career Exploration Survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, 22, 191–226. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(83\)90028-3](https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90028-3)
- Stumpf, S. A., & Lockhart, M. C. (1987). Career exploration: Work-role salience, work preferences, beliefs, and behavior. *Journal of Vocational Behavior*, 30, 258–269. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(87\)90004-2](https://doi.org/10.1016/0001-8791(87)90004-2)
- Suliman, W. A., & Halabi, J. (2007). Critical thinking, self-esteem, and state anxiety of nursing students. *Nurse Education Today*, 27, 162–168. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2006.04.008>
- 就職 みらい 研究所 (2023). 就職 白書 2023 Retrieved February 18, 2024 from https://shushokumirai.recruit.co.jp/wp-content/uploads/2023/10/hakusyo2023_tsunagari_01-32_01.pdf
- Ugwuzor, F. O., Otu, M. S., & Mbaji, I. N. (2021). Critical thinking intervention for stress reduction among undergraduates in the Nigerian Universities. *Medicine*, 100, e25030. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000025030>
- 鶴飼 洋一郎 (2007). 企業が煽る「やりたいこと」—就職活動における自己分析の検討から 年報人間科学, 28, 79–98. <https://doi.org/10.18910/6135>
- Vignoli, E., Croity-Belz, S., Chapeland, V., de Fillipis, A., & Garcia, M. (2005). Career exploration in adolescents: The role of anxiety, attachment, and parenting style. *Journal of Vocational Behavior*, 67, 153–168. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.08.006>
- 湯口 恭子 (2019). 大学生のキャリア探索の意義—就職活動維持過程と内定後不安に着目して— 日本心理学会大会発表論文集, 83.
- 全国大学生生活協同組合連合会 (2023) 第 58 回学生生活実態調査 概要報告 Retrieved February 8, 2024 from https://www.univcoop.or.jp/press/life/pdf/pdf_report58.pdf