開智国際大学紀要 第 16 号（2017） **原著論文**

大学生における自己の強みの活用感と認識度が自己形成意識およびキャリア探索に及ぼす影響

高橋　誠*1　　森本　哲介*2　　田原　直久*3

強みの活用感（Strength Use: SU）と強みの認識度（Strength Knowledge: SK）は，“強み（strengths）を中心とした介入プログラム（Strength-Based Program: SBP）“における主要な構成要素であると考えられる。本研究の目的は，SU と SK が，自己形成意識やキャリア探索に影響するプロセスについて探索的に検証を行うことであった。大学生 88 名を対象に調査を実施した。パス解析を行った結果，SU からは自己形成意識の可能性追求因子と努力主義因子に、キャリア探索の自己探索因子と環境探索因子に肯定的な影響がみられたが，SK からは有意な影響が見られなかった。さらに，自己形成意識からキャリア探索には有意な影響がみられなかった。本結果より，強みの活用感は自己形成意識やキャリア探索に大きな影響があることが明らかとなり，強みの活用感を高めることは効果的な自己形成やキャリア探索の支援となりうる可能性について議論された。

キーワード

強み，強みの活用感，強みの認識，自己形成意識，キャリア探索

問　題

学生から社会人になるための移行期にある青年期の大学生にとって重要な問題は，自己形成の課題である。自己形成とは，主体的かつ個性的に自己を形づくる行為（溝上, 2004）である。青年が主体的に自己形成を進めていく過程において重要であると考えられているのが，ほかの誰でもない自分を作っていこうという意識や意欲，すなわち自己形成意識（伊藤・小玉，2006; 水間, 1998）を持つことである。しかしながら，現代の大学生は自己形成意識を持ちながら学生生活を行うことに困難を抱えていることが指摘されており（溝上，2011），自己形成意識を高める支援を行うことは重要である。

近年，ポジティブ心理学（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）の領域において，人が活躍したり最善を尽くすことを可能にさせる

2016 年 9 月 26 日受理
Effect of Strength Use and Strength Knowing on Self-formation Consciousness and Career Explosion in University Students.
*1 Makoto TAKAHASHI
開智国際大学リベラルアーツ学部
*2 Yoshiyuki MORIMOTO
金沢学院大学文学部
*3 Naohisa TAHARA
埼玉大学教育機構

ような特性（Wood, Linley, Maltby, Kashdan, & Hurling, 2011）である“強み（strengths）”を中心とした介入プログラム（Strength-Based Program: SBP）が注目されている。また，SBPは，自己形成意識に影響を及ぼす可能性が示されている。森本・高橋・渡部（2014）は，大学生の自己形成意識を促進させる上で，SBPの中でも先駆的なもののひとつである，“自己の上位5つの強みを新たな方法で活用する課題（Seligman, Steen, Park, & Peterson,2005）”を実施した。この課題は，まずは自分が保有している強みを測定し，各個人が有している強みを，1週間，日常の中の様々な場面の中で意識的に使ってみるというホームワーク形式の課題である。調査の結果，強み課題群は，統制課題群と比べて，介入の前後で自己形成意識の努力主義因子が有意に高まることが確認された。森本・高橋・並木（2015）では高校生女子に同様の課題を実施し，強み課題群のみ，介入の前後で自己形成意識の可能性追求因子，努力主義因子の両方が有意に高まるという結果が得られている。

SBPを実施することにより，自己形成意識を高めることが明らかとなっているものの，プログラムのどの要因が自己形成意識に影響したかについてまでは詳細に検討されていない。SBPが様々な要因に影響するプロセスについての詳細な検討が望まれている（Wood, & Tarrier, 2010）。SBPのように強みを用いるプログラムの内容について分析すると，自分の強みを測定し，強みがフィードバックされるなど“自らの強みに対する認識度を高めるような場面”，または，自分の強みを日常生活の中で用いるように試みるような“強みを活用できている感覚が高まる場面”などが含まれている。Govindji & Linley（2007）は，“自分が保有している強みを日常の中で活用している感覚（Strength Use：以下，SUとする）”，“自らの全体的な強みを認識している感覚（Strength Knowledge: 以下，SKとする）”という概念を提唱している。SBPにおいてSUやSKは主要な構成要素であると考えられる。SBPの効果について理論的なモデルを設定して検証を行う際は，SUやSKがどのような影響をもたらすかについて検討することが有益であろう。

ところで，大学生にとってはより具体的な自己形成の過程の一つとして，キャリア形成，いわゆる就職活動の問題も重要かつ喫緊の課題である。日本の就職活動の主流は，現代においても新卒一括採用という環境にあり（宮川, 2015），大学在学中からの積極的な就職活動，つまり自分がなりたい職業，キャリアを見出す行動を行うことが求められる。特に自己分析や環境分析といった自分に見合ったキャリアついて模索する行動，キャリア探索（career exploration）が大学生期のキャリア形成にとって重要となる。

キャリア探索とは，自己や職業に関する情報の収集や理解を深めるための意図的行動である（Stumph, Colarelli, & Hartman, 1983）。キャリア探索において重視されるのは，Super&Hall（1978）により指摘されている，自己理解や自己内省などの“自己探索”，職業や仕事に関する情報収集や理解を深める行為としての“環境探索”の2つである。安達（2010）はStumpf et al.（1983）を参考にキャリア探索に関する日本語版尺度を開発し，“自己探索”と“環境探索”の二つの下位尺度を得ている。

キャリア探索を促進させるために教育現場で行われている各種の支援プログラムにおいては，自己理解の促進や自己PR対策のために自らの強みを発掘したり，強みをロールプレイの中で発揮するような方法論が推奨されており（厚生労働省，2015），SBPのように強みの認識度や活用を促す手法が数多く用いられている。

これまで，キャリア探索に影響を及ぼす要因として，中核的な自己評価（竹内・竹内, 2010; Wanberg, Glomb, Song, & Sorenson, 2005）やキャリア選択に関する自己効力感（安達, 2008）

などが指摘されてきているものの，SKやSUが，キャリア探索にどのような影響を与えるかについて検討した知見は見られない。

本研究の目的と仮説　本研究は，SUとSKが，自己形成意識ならびにキャリア探索にどのような影響を与えるかについて探索的に検討することを目的とし，各概念間での仮説を構築する。

まず，SUとSKはSBPの主要な構成要素とするSBPを用いた先行研究の結果，自己形成意識は高まったが，その効果については一様ではない。森本他（2015）では自己形成意識の2つの下位因子が上昇したが，森本他（2014）では努力主義因子のみが向上している。よって，以下の仮説を設定する。

仮説1　SUとSKは共に努力主義因子に対して強い影響があることが予想されるが，可能性追求因子に対しては努力主義因子よりも影響が弱いか影響がみられない。

次に，キャリア探索に対する影響について検討する。キャリア探索の自己探索因子には，“自分が好きなこと，得意なことについて考えてみる”など自らの強みを意識するような強みの認識度と関連が予想される項目，ならびに“これからの自分の生き方について想像してみる”など，将来的な可能性を想定する“可能性追求因子”と関連するような項目が含まれている。そのため，以下の仮説を設定する。

仮説2　SKと自己形成意識の可能性追求因子は，キャリア探索の自己探索因子に強く影響する。

キャリア探索の環境探索因子は，“興味がある仕事で必要とされる知識や資格について調べる”や“社会人から仕事や働くことについて話を聴く”など，仕事やキャリアに関して日常生活の中でより具体的な行動を行っている程度を測定している。そのため，SKや自己形成意識のような自己を内省する傾向より，“日常生活で強みを活用している”といった行動的な面を含んでいる強みの活用感のほうが大きく影響すると予想される。

仮説3　SUは，SKや自己形成意識よりも環境探索因子に大きく影響する。

なお，キャリア探索に影響を与える可能性があるのは，就職活動を開始する時期の影響が考えられるため，モデルの中にダミー変数として参加協力者の学年を含めて検討する。

方　法

調査時期・方法　調査は 2016 年 7 月に行われた。関東圏内の大学で開講されている心理学入門の講義にて，個別記入形式の質問紙調査を実施した。回答はいずれも無記名で行われた。講義には大学内の多様な学部の学生が参加していた。調査の際に，回答は統計的に処理され，個人が特定されることはないことや回答を中断しても不利益が生じないことを口頭，紙面にて説明した。また，本調査の実施について，開智国際大学研究倫理委員会にて承認された。

調査対象者　大学生 106 名のうち，データの欠損を除いた 88 名（男性 65 名，女性 23 名: 平均年齢 19.95, *SD*＝1.41）を分析の対象とした。学年別の人数構成は，1 年生 25 名，2 年生 25 名，3 年生 20 名，4 年生 18 名であった。学部別の人数構成は，経済学部 20 名，教養学部 11 名，教育学部 1 名，工学部 18 名，理学部 38 名であった。

調査内容　質問紙のフェイスシートは，施行目的と回答方法，ならびに対象者の属性として，性別，年齢，学年，専攻の記入欄を設けた。さらに，以下の質問項目から構成されていた。

強みの活用感（SU）　Govindji & Linley（2007）の尺度をもとに高橋・森本（2015a）が作成した日本語版Strength Use Scaleの14項目を使用した。

各項目について“全くあてはまらない（1 点）”から“非常にあてはまる（5 点）”の5 段階評定で回答を求めた。**強みの認識度（SK）** Govindji & Linley（2007）の尺度をもとに高橋・森本（2015b）が作成した日本語版Strength Knowledge Scaleの8項目を使用した。各項目について“全くあてはまらない（1 点）”から“非常にあてはまる（5 点）”の5 段階評定で回答を求めた。**自己形成意識** 水間（1998）による自己形成意識尺度12項目を使用した。この尺度は，下位尺度として可能性追求因子5項目，努力主義因子7項目からなる。各項目について“全くあてはまらない（1 点）”から“非常にあてはまる（5 点）”の5 段階評定で回答を求めた。**キャリア探索** Stumpf et al.（1983）を参考に安達（2008）が就職活動の始まっていない大学1，2年生にも適用可能なかたちで調整したキャリア探索尺度を用いた。自己探索行動6 項目，環境探索行動7 項目の計 13 項目であり，各項目における現在の状況について，“全くあてはまらない（1 点）”から“非常にあてはまる（5 点）”の5 段階評定で回答を求めた。

解析方法 測定されたデータについて，変数間の相関分析，また仮説に基づいて変数間のモデルを設定し，パス解析を用いて分析を行った。解析にはSPSS社のAmos20.0を用いた。

結 果

記述統計と性差の検証 尺度ごとの合計得点を算出して分析に用いた。まず，各変数における合計得点の平均値，標準偏差を算出した。変数の信頼性係数を算出したところ，α 係数は.74～.94 の値であり，各変数とも以降の分析に耐えられる程度の内的整合性が認められたと考えられた。続いて性差を検討するため，性別を独立変数，尺度の得点を従属変数とした対応のない t 検定を実施した。結果，SK を除くすべての変数で有意な性差は見られなかった。以上の結果を Table 1 に示す。

相関分析による検討 各変数間の関連を検討するために相関分析を行った。結果を Table 2 に示す。SU と SK，自己形成意識とキャリア探索の下位因子間では有意な正の相関が見られた。SU は全ての変数と有意な相関が見られたが，SK は努力主義，自己探索のみと有意な正の相関が見られた。自己形成意識の 2 因子は自己探索と有意な正の相関が見られたが，環境探索との有意な相関は見られなかった。

パス解析によるモデルの検証 仮説に基づき，SU と SK，自己形成意識の可能性追求と努力主義，キャリア探索の自己探索と環境探索を用いたパスモデルを構築した。さらにダミー変数として学年を投入し，全ての変数へのパスを設定した。次に修正指数を参考にモデルの修正を行った。最終的に，Figure1 のモデルが最も良い適合度となり，χ^2（13）=9.42, p=.74，GFI＝.97，AGFI=.94，CFI=1.00，NFI=.95，RMSEA=.00 であった。ここで示すパスはすべて 5%水準で統計的に有意なものである。単方向のパスは標準化されたパス係数，双方向のパスは相関係数を表す。まず，学年からから SU に有意な弱い正のパス（β=.17, p＜.05）が見られたが，その他の変数との有意なパスは見られなかった。

SU から可能性追求（β=.31, p＜.01），努力主義（β=.47, p＜.001）に有意の正のパスが見られたが，SK からこれらの変数への有意なパスは見られなかった。SU から環境探索（β=.35, p＜.001），自己探索（β=.55, p＜.001）へ有意な正のパスが見られた。一方，SK，可能性追求，努力主義から，自己探索と環境探索へ有意なパスは見られなかった。

Table 1 各変数の記述統計量，信頼性係数，性差の検討結果

	全体(n=88)		男性(n=65)		女性(n=23)		性差	信頼性係数
	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)	t値	α
SU	2.83	(0.68)	2.85	(0.65)	2.77	(0.77)	-.47 *n.s.*	.94
SK	2.78	(0.77)	2.90	(0.76)	2.43	(0.69)	-2.57 *	.91
自己形成意識								
可能性追求	3.69	(0.67)	3.71	(0.69)	3.64	(0.63)	-.39 *n.s.*	.81
努力主義	3.31	(0.56)	3.30	(0.56)	3.31	(0.57)	.05 *n.s.*	.74
キャリア探索								
環境探索	3.05	(0.66)	3.04	(0.69)	3.07	(0.59)	.24 *n.s.*	.82
自己探索	3.44	(0.69)	3.45	(0.66)	3.41	(0.78)	-.24 *n.s.*	.88

*p < .05

Table 2　変数間の相関係数

	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	Ⅴ	Ⅵ
Ⅰ SU	.73 **	.31 **	.47 **	.36 **	.55 **
Ⅱ SK		.19	.33 **	.18	.38 **
Ⅲ 可能性追求			.63 **	.13	.33 **
Ⅳ 努力主義				.16	.41 **
Ⅴ 環境探索					.40 **
Ⅵ 自己探索					

**p < .01

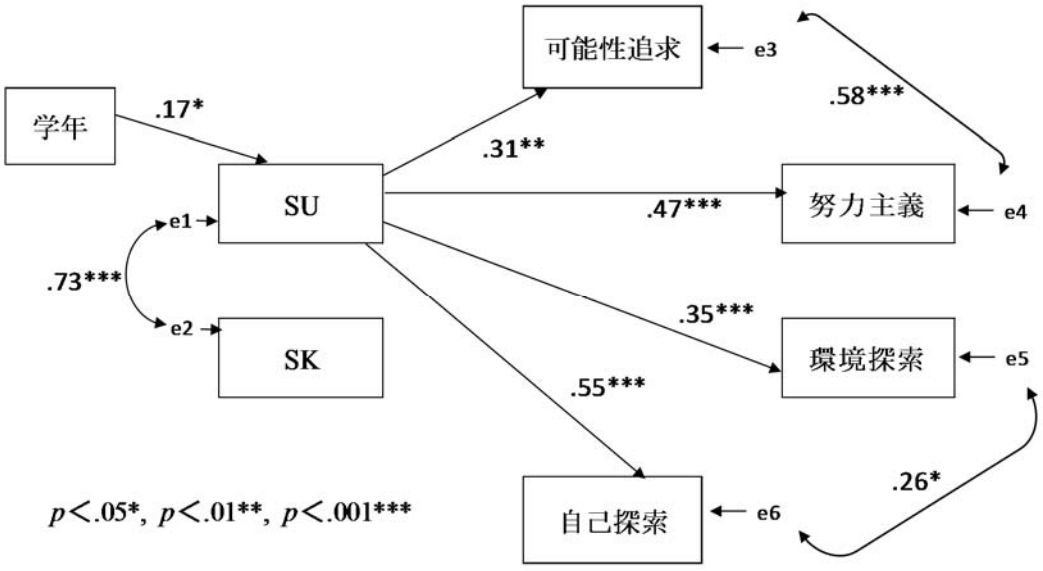

Figure 1　強み関連要因と自己形成意識，キャリア探索との関連

考　察

本研究の目的は，強みの活用感と強みの認識度が，自己形成意識，キャリア探索のそれぞれの下位因子に与える影響について仮説を立て，それを検討することであった。

本研究の参加協力者は男性が多く，SK のみ有意な性差が見られたが，他の変数では有意な性差はみられなかった。そのため，相関分析やパス解析全体に対する影響は少ないと考えられる。一方，SK に関する結果については，本研究では有意な性差が認められた点を踏まえて，結果の解釈には留意が必要であると思われる。

まずパス解析において学年から強みの活用に弱い正の影響がみられた点について，学年ごとのSU の平均値を見ると，学年間でのばらつきは有意ではなく（$F(3,87)=2.53, n.s.$），学年から他の変数に対しては有意な影響がみられなかったため，学年がモデル全体に及ぼす影響は少ないものと判断した。

仮説の検証　相関分析ならびにパス解析の結果から，仮説について検証を行う。

仮説 1 の検証　相関分析では，可能性追求はSU と SK ともに有意な正の相関がみられたが，努力主義はSU のみ有意な正の相関を示した。パス解析では，SU のみ自己形成意識の 2 つの下位因子に影響を与えており，SK からは有意な影響がみられなかった。そのため，仮説 1 は支持されたと考えられる。

SU と SK 間には強い相関関係がみられるため，相関分析で見られたSK から努力主義への影響についても，SU を媒介した効果であることが示唆される。

仮説 2 の検証　相関分析において，すべての変数と自己探索には有意な正の相関がみられた。次にパス解析の結果，SU からキャリア探索の自己探索に有意な中程度の正の影響が見られたが，SK，自己形成意識の 2 因子からの影響は見られなくなった。そのため，仮説 2 は支持されなかった。

仮説 3 の検証　環境探索について，相関分析で有意な正の相関がみられたのはSU のみであった。また，パス解析も同様であり，SU のみが環境探索に影響を与えており，仮説 3 は支持された。

総合考察　仮説の検証を踏まえて，以下の点が考察された。まず本研究により，強みを中心とした介入の主要な要素である“強みの活用感”が自己形成意識に影響することが示された。この結果は，先行研究（森本他，2014; 森本他，2015）にて自己形成意識を高めていた主な要因は強みの活用感であったという可能性を示唆するものである。

次に，強みの活用感がキャリア探索へ直接的な影響があることが示された。特に，環境探索に対して有意な影響を示していたのは強みの活用感のみであり，さらに強みの活用感から環境探索への影響に関しては，自己探索と環境探索の誤差間の相関係数（$r=.26, p<.05$）よりも高い値であることが判明した。この結果は，強みの認識や自己形成に対する意識，キャリアに関しての自己探索などの内省的な要因よりも，強みを日常的に活用している感覚といった行動的・活動的な要因のほうが，実際的にキャリア情報を探索する行動に強く影響する可能性があることを示唆していると考えられる。

なお，自己形成意識の各因子とキャリア探索の環境探索因子間において，相関分析，パス解析ともに影響がみられなかった。これは，自己形成意識が，キャリア探索行動の全ての要因に必ずしも影響を及ぼすわけではないことを示唆する結果だと思われる。

キャリア教育および支援施策への提言　学校教育において自己形成意識を高める重要性は指摘されているものの，意識を高めさえすれば，自ずとキャリア探索行動や就職活動に関連するような行動が促進されるであろうという暗黙の前提があるように感じられる。本研究の結果より，自己形成意識の向上や自己内省を促すような教育的支援が，就職活動やキャリア探索に必ずしも影響を及ぼさない可能性が示唆された。今後，効果的かつ継続的なキャリア支援方法を考えていく上で，自己形成意識とキャリア探索や就職活動の関係性に関する詳細な検討，ならびに強みの活用感の影響を活かした効果的な支援方法の開発が求められる。

本研究の限界と今後の課題　本研究は，強みに関する要因が自己形成意識やキャリア探索に影響するモデルについて詳細に分析するため，一時点での横断的調査から検討を行った。しかし，本研究で見出された影響モデルの妥当性を検証するためには，強みの活用感が，中・長期的な時期を

経て自己形成意識やキャリア探索に影響する程度について，縦断的な検討を行う必要があるだろう。

また，今後は SBP のように強みの活用感を主要素とした介入を行うことで，自己形成意識だけではなく，キャリア探索に与える影響について検討を行うことも望まれる。介入の効果が示されたならば，強みの活用感がキャリア教育やキャリア支援，就職活動支援を考えるに当たり，重要な役割を担うことが予想される。

最後に，本研究は大学生を対象とした調査であった。今後は大学生以外の参加協力者，例えば社会人を対象に調査を行い，比較検討するなかで，本研究で提唱された影響モデルの適用可能性を拡充させる必要がある。

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.

安達智子 (2010). キャリア探索尺度の再検討. 心理学研究, **81**, 132-139.

Govindji, R., & Linley, P. A. (2007). Strengths use, self-concordance and well-being: Implications for strengths coaching and coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review,* **2**, 143-153.

伊藤正哉・小玉正博 (2006). 大学生の主体的な自己形成を支える自己感情の検討―本来感，自尊感情ならびにその随伴性に注目して―. 教育心理学研究, **54**, 222-232.

厚生労働省 (2015). 大学生のための「キャリア教育プログラム集」. 厚生労働省委託, 2015 年 3 月＜http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11800000-Shokugyounouryokukaihatsukyoku/0000092897.pdf＞（2016 年 12 月 18 日）.

宮川栄一 (2015). 新卒一括採用の経済理論：改訂版. 国民経済雑誌, **212**, 63-82.

溝上慎一 (2004). 現代大学生論―ユニバーシティ・ブルーの風に揺れる. 日本放送出版協会.

溝上慎一 (2011). 自己形成を促進させる自己形成モードの研究. 青年心理学研究, **23**, 159-173.

水間玲子 (1998). 理想自己と自己評価及び自己形成意識の関連について. 教育心理学研究, **46**, 131-141.

森本哲介・高橋 誠・並木恵祐 (2015). 自己形成支援プログラムの有用性―高校生女子を対象とした強みの活用による介入―. 教育心理学研究, **63**, 181-191.

森本哲介・高橋 誠・渡部雪子 (2014). 「強み(Strengths)」 を活用する介入が大学 1 年生の自己形成意識に与える効果. 学校メンタルヘルス, **17**, 39-49.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, **55**, 5-14.

Seligman, M. E. P., Steen, T., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, **60**, 410-421.

Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K. (1983). Development of the career exploration survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, **22**, 191-226.

Super, D. E., & Hall, D. T. (1978). Career development: Exploration and planning. *Annual review of psychology*, ***29***, 333-372.

高橋 誠・森本哲介 (2015a). 日本語版強み活用感尺度 (SUS) 作成と信頼性・妥当性の検討. 感情心理学研究, **22**, 94-99.

高橋 誠・森本哲介 (2015b). 日本語版強み認識尺度の信頼性・妥当性の検討. パーソナリティ研究, **24**, 170-172.

竹内倫和・竹内規彦 (2010). 新規参入者の就職活動プロセスに関する実証的研究. 日本労働研究雑誌, **52**, 85-98.

Wanberg, C. R., Glomb, T. M., Song, Z. & Sorenson, S.(2005) Job-search persistence during unemployment: A10-wave longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*, **90**, 411-430

Wood, A. M., & Tarrier, N. (2010). Positive clinical psychology: A new vision and strategy for integrated research and practice. *Clinical Psychology Review*. **30**, 819–829.

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Kashdan, T., & Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*. **50**, 15-19.

Effect of Strength Use and Strength Knowing on Self-formation Consciousness and Career Explosion in University Students.

Makoto TAHAHASHI *1 Yoshiyuki MORIMOTO*2 Naohisa TAHARA*3

Abstract

Strengths Use (SU) and Strengths Knowledge (SK) were main component of Strength-based program(SBP). The purpose of present study was to investigate exploratory the process of SU and SK affect self-formation consciousness and career explosion.

University student (*N*=88) participated in the survey. Path analysis revealed that SU significantly positively effect of self-formation consciousness and career explosion. SK has no significantly effect of these factors. Furthermore, self-formation consciousness has no significantly effect of career explosion.

These finding suggest that SU have great influence on self-formation consciousness and career explosion. And it was discussed that enhance of feeling of using strengths would be effective support of self-formation and career explosion.

Key words

Strengths, Strength Use, Strength Knowledge, Self-formation Consciousness, Career Explosion

＊1 Faculty of Liberal Arts, Kaichi International University

＊2 Faculty of Literature, Kanazawa Gakuin University

＊3 Organization of Education, Saitama University