

短大生の対人態度と不安（2）

——進路選択からの検討——¹⁾

矢野 由佳子・大國 ゆきの

はじめに

短大で過ごす2年間は非常に短く、たちまち上級生、社会人としての自覚を持つよう促される。果たして、短大生達は、その状況にどこまで心理的に追いついているのだろうか。判断力や検討力の乏しさをどう援助して行けば良いのか。本研究では、短大生の心的傾向と、進路選択に対する意識を切り口に、こうした問題を検討することを試みる。対人態度と不安の関連を検討した矢野（2003）（以下(1)とする）では、「自分は人から嫌われているかもしれない」といった意識が高い、つまりアンビバレン特な対人態度を有する者は、日常的な不安（特性不安）が高く、短大生活を送る上で困難を生じる可能性が高いことが示唆された。また、潜在的にそのような心的傾向を有し、不安が高い学生の多さが感じられた。しかし、個別に実施したフィードバックより、客観的には不安定に見える対人態度でも、それが個人の対人態度として定着しており、大きな葛藤を抱いているとは限らないことがわかった。従って、数値的に不安定さが予想される学生に対する介入については、慎重さが求められると考えられた。

本研究では、①短大生にとってより現実的であり、青年期の発達課題であるアイデンティティ（identity）の確立とも関連する進路選択の視点を取り入れ、対人態度と不安との関連性を検討すること、②(1)で課題として残された、集団による違いについて検討することを目的とする。卒業後の進路が特徴的に異なる保育者養成系学科と一般教養系学科を比較し、共通点、相違点を見出すことから、適応援助や進路指導のあり方についても考えたい。

問 題

1. 対人態度（内的作業モデル）と不安

内的作業モデル（internal working model）とは、個人が成長の中で、これまで経験した自己と他者との関係性を題材として構成する、ある種の表象モデルであり、乳幼児期に身体感覚を中心として体験した愛着関係を手がかりに、他者と自己の関係性を表象的に理解していく過程で形成されると考えられている（遠藤、1992）。なお、(1)に引き続いて本研究で用いた内的作業モデル尺度（戸田、1988）は、エインズワースら（Ainsworth, M. D. S. et al., 1978）によるストレンジシチュエーション法（Strange Situation Procedure : SSP）で分類される乳幼児期の愛着パターン、つまり安定型、回避型、アンビバレン特型の3パターンに対応するように作成されたもので、作成者の考えでは、日頃の対人関係においてその人らしさが發揮されている場合は、タイプに関係なく健

1) 本研究の一部は、日本発達心理学会第15回大会（白百合女子大学、2004年）にて発表した。

康度が高いと判断すべきとされている。しかしながら、人格発達の観点から考えると、自己と他者との関係性になんらかの不全感を抱いていれば、青年期の発達課題であるアイデンティティの確立においても、自らが捉えようとしている自己との間に葛藤が生じ、不適合が生じる可能性は大きいのではないか。そこで本研究では、アンビバレンツ型、回避型の表象モデルを不安定さを示す指標の1つとして仮定している。

なお、(1)においては、対象者の対人態度傾向を調べた結果、アンビバレンツ傾向を示す対象者がやや多いとの結果を得た。つまり、「自分は嫌われているのではないか」「自分を信用できない」「自分に自信が持てない」と感じている対象者がやや多かったということである。

本研究ではまた、(1)に引き続いて、スピルバーガー (Spielberger, C. D.) による、状態不安 (state anxiety, 今現在の不安) と特性不安 (trait anxiety, 日常に感じている不安) の概念を用いて、心理的葛藤を表す重要な概念である不安についても検討を行う。(1)では、内的作業モデルと特性不安の相互関係を調べた結果、安定傾向を示した者は不安得点が低いこと、アンビバレンツ傾向を示した者は不安得点が高いことが示された。つまり、「自分は人から嫌われているかもしれない」といった意識が高い、アンビバレンツな対人態度を有する者は、日常的な不安 (特性不安) が高く、短大生活を送る上で困難を生じる可能性が高いことが示唆されたわけだが、こうした傾向が一般的なものか否かは検討できなかった。そこで、本研究では、複数の集団を比較することによって、この問題を検討する。

2. 進路選択とアイデンティティの確立

短大生にとって進路選択とは、入学と同時に目前に迫ってくる最大の懸案である。短大生たちは2年間でその後に自分が進むべき道を決定すると同時に、自分とは何者か、どのような職業に就きたいのか、といった自己と向き合う機会を得ているともいえよう。将来に対する展望を明確にしていく過程は、エリクソン (Erickson, E. H.) の心理社会的発達段階においても青年期の発達課題とされ、自己と向き合う葛藤の体験が、その後の心理的成長を促すと考えられている。短大生は、4年制大学の学生よりも与えられた時間が短く、発達的な課題として進路選択を考えた場合、心理的負担が大きいことが予想されるため、有効な支援が求められる。

本研究では、進路に対する葛藤の視点から検討する。オシュボーラ (Osipow, S. H. et.al, 1976) による「進路未決定」(vocational indecision) の概念を参考に、下山 (1986) が大学の学生相談室での事例をもとに作成した「進路未決定尺度」を用いる。本尺度は、「進路を決定できない状態」に着目している点に特徴がある。進路を決定できない要因について、①「未熟」(進路選択に取り組めないでいる状態)、②「混乱」(情緒的な混乱状態)、③「猶予」(職業決定を先延ばしにしたい状態)、④「模索」(職業決定に向かって積極的に模索している状態)、⑤「安直」(自らの関心を職業選択に結び付けていく努力をしていない状態)、⑥「決定」(進路決定に対して自信を持っている状態)の6つの視点から細かく分析することが可能である。つまり、どのような原因で進路を決定できないのか探ることにより、進路決定を援助する効果が期待される。

特定の職業に就かない若者の存在が報告されるようになって久しい。背景には社会経済的な事情のみならず、将来の自己像に対する展望の乏しさ、葛藤と向き合うことからの回避といった個人の要因も介在していると考えられる。いかに進路に関する興味・関心を引き出し、決定を促していくかが短大における進路指導の大きな課題となっている。また、対人態度や不安との関連性を考えた場合、不安定な要素が多いほど進路選択に対する迷いが多く、自分で進路を決定することへの確信や自信を持ちにくいうことが予想される。そこで本研究では、入学時より卒業後の進路が明確な保育者養成系学科と、様々な職種への挑戦の可能性が開かれている一般教養系学科を比較することにより、短大生の心的傾向との関連性、および進路指導や適応援助のあり方を検討する。

方 法

1. 対象と手続き

短期大学1年生女子107名（保育者養成系学科54名、一般教養系学科53名）。入学式翌日のオリエンテーション時に質問紙調査を実施した。実施に際しては、個人名は公表されないこと、成績とは関係ないこと、以上に同意する場合に回答を依頼することを質問紙に明記し、伝達した。

2. 質問紙

質問の内容、項目数が対象者へ与える負担を考慮し、次の3つの尺度を用いた。

①内的作業モデル尺度（戸田、1988）

ヘイザンヒシェイバー（Hozan, C., Shaver, P., 1987）の成人用愛着スタイル尺度を参考に、戸田（1988）が作成したものである。「安定尺度」「アンビバレント尺度」「回避尺度」各6項目、計18項目から構成され、「非常によくあてはまる」（6点）から「全くあてはまらない」（1点）の6件法による。

②特性不安尺度－STAI 日本語版（清水・今栄、1981）

スピルバーガー（Spielberger, C. D. et al., 1970）のSTAI（状態－特性不安検査）の日本語版（清水・今栄、1981）である。日頃の心の状態を示す20項目の文章について「全くそうである」（4点）から「全くそうでない」（1点）までの4件法による。

③職業未決定尺度（下山、1986）

オシュポーラ（Osipow, S. H. et.al, 1976）による先行研究を参考に、下山（1986）が作成したものである。「未熟」6項目、「混乱」8項目、「猶予」7項目、「模索」6項目、「安直」7項目、「決定」4項目、計38項目から構成され、「あてはまらない」（3点）から「あてはまる」（1点）の3件法による。なお、「決定」以外の5尺度は進路未決定の要因を探るための質問項目であるため、該当するほど得点が低くなる。

結果と考察

1. 対人態度（内的作業モデル）

内的作業モデル尺度の下位尺度「安定」「アンビバレント」「回避」の平均得点を表1に示す。全体の傾向としては、安定得点が平均して最も高かったものの、安定得点とアンビバレント得点とに有意差は認められず（全体： $t=.90$, n.s. 保育者養成： $t=1.15$, n.s. 一般教養： $t=.32$, n.s.），両尺度で似通った点数を示している学生の多さが目付いた。

学科による比較を行った結果では、「回避」にのみ、学科による有意差が認められた（回避： $t=-3.74$, $p<.01$ 安定： $t=-.59$, n.s. アンビバレント： $t=-.04$, n.s.）。人の深いつき合いを避けるといった消極的な傾向は、保育者という対人援助職を志望して入学した学生には少ないようである。しかし、一般教養系学科の学生においても、「回避」の平均得点は他の2尺度より明らかに低い値を示していること、安定傾向、アンビバレント傾向に学科による有意差が認められなかったことから、対人態度と志望学科との関連性はそれほど強固なものではないと考えられる。このことの理由としては、まず、保育者志望の入学生の中に「慕われる」という子どもとの関わりの中で自ら癌されることを望むアンビバレント群が存在している可能性が考えられるだろう。一般教養系学科の学生は、安定群とアンビバレント群との差が小さく、また回避群も少ないながら存在しており、多様な対人態度を有しているようだが、平均値の差の小ささから、アンビバレント傾向を有する学生

表1 内的作業モデル尺度の学科別下位尺度平均得点（標準偏差）

下位尺度	保育者養成	一般教養	
安 定	3.79 (0.74)	3.70 (0.84)	n.s.
アンビバレント	3.66 (0.77)	3.65 (0.85)	n.s.
回 避	2.31 (0.62)	2.83 (0.77)	**

** p<.01

が若干多いことが読み取れる。

以上の結果をまとめると、内的作業モデルから見た短大生の心的特性としては、安定傾向を示す者が多いけれども、特に、他者を求めつつも他者に受け入れられているという安心感を得られない「アンビバレント」な対人的な表象を有している者の多さに鑑みると、潜在的な不安定さも無視できないレベルにあると言える。学科による違いが小さかったことは、(1)で提唱した、短大生には潜在的な不安定群が多いという可能性の一般性を示唆している。ただし、こうした特徴は「自分への自信のなさ」や、「他者への不信感」といった青年期における発達的な心的特性のあらわれとも考えられるので、ここであらわれている不安定さと性格的な不安定さを同等であると判断することは注意を要する。

2. 状態不安と特性不安

STAIによる不安得点を学科別にまとめた結果は表2に示した通りであり、入学直後の状態不安は全体的に特性不安よりも低い傾向が見出された（全体： $t=-3.72$, $p<.01$ 保育者養成： $t=-1.96$, n.s. 一般教養： $t=-3.86$, $p<.01$ ）。入学直後は不安より期待が大きいため、あるいは短大生活に慣れることに没頭しているため不安が意識化されていないのかもしれない。なお、状態不安と特性不安には有意な正の相関が認められ ($r=.61$, $p<.01$)、入学時に喚起される不安は日常的な不安とも関連が強いことと、入学時の不安の高さがその後の短大生活での不安の高さを予測することがうかがえた。

学科による比較では、保育者養成系学科の学生の不安得点がやや低い傾向が示された（状態不安： $t=-1.75$, n.s. 特性不安： $t=-2.08$, $p<.05$ ）。特に一般教養系の学生における特性不安の高さは、日常的に不安を感じやすい傾向を有する者の多い可能性を感じさせる。対人態度におけるアンビバレントな傾向をふまえると、ストレスや困難な状況への対処の未熟さも予想される。一方、保育者養成系の学生における不安の低さは、対人援助職を志す者の特性の1つとして考えられる。ただし、対人態度におけるアンビバレント得点の高さも考慮すると、心身の安定が求められる職業を目指している自負感から、不安をあらわにしてはいけないといった、抑圧による防衛機制が働いている可能性も考えられる。

以上から、志望学科による性格特性の違いとしては、保育者養成系学科の学生が若干安定傾向を示しているものの、その差は決定的なものではない、つまり、短大で学ぶことやその後の進路を考える上で、個人の心的特性が反映されることは十分考えられるが、すなわちそれが集団の特性とし

表2 学科別不安得点

尺度	保育者養成	一般教養	
状態不安	43.94 (8.49)	46.27 (10.17)	n.s.
特性不安	45.83 (9.83)	49.75 (9.41)	**

** p<.05

て成立するとは考えにくいと判断された。

3. 職業選択に対する意識

表3は、職業未決定尺度の下位尺度「未熟」「混乱」「猶予」「模索」「安直」「決定」の平均得点を学科別にまとめたものである。すべての下位尺度で学科による有意差が認められた。具体的には、「決定」以外の全下位尺度において保育者志望の学生のほうが有意に高く（未熟： $t=4.95$, $p<.01$ 　混乱： $t=3.55$, $p<.01$ 　猶予： $t=3.44$, $p<.01$ 　模索： $t=3.58$, $p<.01$ 　安直： $t=5.18$, $p<.01$ ）、「決定」のみ有意に低い（ $t=-5.22$, $p<.01$ ）という結果になった。職業未決定尺度においては、質問項目に該当するほど得点は低くなる。つまり、保育者養成系学科の新入生が、入学当初から職業に対する意識や自覚を持っている、あるいは持つことが推奨されていると感じている一方で、一般教養系学科の新入生は、職業選択に対する自由度や可能性とともに、方向性が定まらないことに関連する不安を抱えた状況であると考えられる。一般教養系の新入生の回答における下位尺度の値を総合すると、色々な進路の可能性を感じ、自分の関心を深めていきたいという願望（模索）が高い一方で、自分の進路選択に自信を持ち、職業計画が順調に進んでいる（完成）とはまだ感じられないこと、むしろ具体的な進路と向き合うこと（決定）を避けようとする姿がうかがえる。

表3 職業未決定尺度の学科別下位尺度得点（標準偏差）

下位尺度	保育者養成	一般教養	
未熟	2.50 (0.43)	1.96 (0.56)	***
混乱	2.21 (0.40)	1.93 (0.41)	***
猶予	2.60 (0.35)	2.32 (0.46)	***
模索	2.01 (0.52)	1.70 (0.36)	***
安直	2.57 (0.28)	2.22 (0.40)	***
決定	1.57 (0.42)	2.34 (0.52)	***

*** $p<.01$

4. 職業選択に対する意識と状態不安

職業未決定尺度の下位尺度の平均得点と、STAIによる不安得点との相関係数を表4に示した。状態不安と特性不安は共に似た傾向の相関係数を示しており、職業選択に対する意識は、状況による不安にあまり左右されないことが示唆された。

両学科を通して「未熟」「混乱」で有意な負の相関が認められ、「決定」で正の相関が認められた。職業未決定尺度は、該当するほど得点が低くなるため、職業選択に対する意識を明確にできない（未熟）、職業に対してネガティブなイメージがある（混乱）という意識が高いほど不安も高く、逆に、職業選択に対する自信が高いと（決定）、不安は低くなることが示された。

自らの関心を職業選択と結び付けていこうとする努力を放棄していても（安直）、不安は高まるようだ。自分の進路選択と直面することからの回避として解釈されるが、「生活が安定するなら、自分を採用してくれるなら、どのような職業（就職先）でも構わない」「有名なところに楽して就職したい」といった、やや打算的とも感じられる態度でも、裏には不安の高さが介在しているのだろう。特に、保育者志望の新入生における状態不安と高い相関を示しており、入学と同時に具体性を帯びている保育者としての就職と不安をどう扱っていくかが、短大生活への適応とも関連することが予想される。

次に、学科による違いが見出された点をまとめる。「猶予」と「模索」において、保育者養成系

表4 学科別職業未決定尺度と不安得点の相関

尺度	保育者養成		一般教養	
	状態不安	特性不安	状態不安	特性不安
未熟	-0.37***	-0.32**	-0.34**	-0.38***
混乱	-0.39***	-0.39***	-0.40***	-0.35***
猶予	-0.38***	-0.24*	0.07	0.00
模索	-0.29**	-0.11	0.07	0.07
安直	-0.39***	-0.32**	-0.23	-0.29**
決定	0.24*	0.44***	0.34***	0.37***
状態不安	—	0.39***	—	0.79***

*** p<.01 ** p<.05 * p<.10

学科でのみ不安得点との間に負の相関が認められた。まず、「猶予」についてであるが、保育者志望の新入生においては、職業について考えるのを先延ばしにしたい気持ちが強いと不安が高かった。これから保育者としての資質を身に付けていくことを考え不安が高まり、職業について考えることを避けていたい気持ちが高まっている可能性もあれば、他者の薦めなどを受け、さほどの決意を持たずに入学し、「これで良いのか」と自問自答している可能性もある。いずれにしても、これは、入学と同時に進路が決定されている（と少なくとも当人達が感じている）集団の特徴であると捉えられる。次に、状態不安と「模索」とに負の相関が認められた件についてだが、この結果は、将来の職業について複数の選択肢を考慮に入れながら最終的な職業を決定したい気持ちが強いと不安が高いことを示している。つまり、保育者を目指して入学したけれども他の可能性もあるのではないかと考えている学生にとっては、入学時の不安がかなり高いことがわかる。「猶予」との相関と共通する部分もあり、入学してきた動機が曖昧で迷いが生じている場合、不安も高まっていると考えられる。

一方、一般教養系学科の学生ではこうした相関が認められないのは、最初から進路に関する選択肢が複数用意されているため、不安の高さとひきあう部分がないためであろうか。興味のある職業に対する情報収集や、進路選択とじっくり向き合おうという意識とも不安がひきあわないようである。これは、様々な進路の可能性に対して積極的に取り組んでいこうとする期待の反映かもしれないし、あるいは、入学したことに対する達成感や短大生活に対する期待の度合いの個人差が大きく、分散が大きいために相関が見出されなかった可能性もある。「猶予」には、神経症性の無気力、無感動を意味するアパシー（apathy）と類似する面も見られるからである。一般教養系学科ではむしろ、職業選択に対する意識を明確に出来ない（未熟）、職業に対してネガティブなイメージがある（混乱）といった、漠然とした不安のほうに焦点が合わされているようだ。進路に対する漠然とした不安を解消しなければ、就職活動に対する具体的な興味へと移行しないのかもしれない。

以上から、進路を決められない進路未決定の状態と不安との関連についてまとめる。進路に対する迷いが多い場合は、不安も高まる、あるいは不安が高いと進路に対して積極的に取り組んでいけない可能性が示された。しかし、その不安の質や内容には学科による違いがあるようだ。卒業後の進路が明確な場合は、それに対する疑問や不一致感を抱いているとき、明確でない場合は、自分自身の興味・関心がわからないときと、不安の高さが関連しあっているようである。これは学科による特徴として理解されるが、どのような理由で進路に不安を抱き、迷っているのか、個人差を考慮した関わりが、不安の解消、進路決定への移行を支援する対策の一部として考えられる。

総括的討論

1. 調査結果について

内的作業モデルと不安の側面から短大生の心的特性を検討した結果、安定傾向を示す者が多いけれども、潜在的な不安定さも無視できないと考えられた。

進路選択の視点から検討した結果、保育者養成系学科の学生は、入学当初から職業に対する意識や自覚を持っている、あるいは持つことが推奨されていると感じていることがわかった。一方、一般教養系学科の学生は、職業選択に対する自由度や可能性を持つつも、進路未決定の度合いは高く、進路選択の課題とはまだ向き合いたくない、先延ばしにしたいと感じている傾向があり、将来に対する展望がまだ乏しく、漠然としているようであった。

職業未決定尺度と不安得点との相関から、職業選択に対する意識を明確にできない（未熟）、職業に対してネガティブなイメージがある（混乱）という意識が高いほど不安も高く、逆に、職業選択に対する自信が高いと（決定）、不安は低くなることが示された。また、卒業後の進路がほぼ決定している場合とそうでない場合では、不安の性質が異なっていた。決定している場合はそれに向かっていくことへの不安とどう向き合うか、決定していない場合は、その漠然とした不安とどう向き合い、いかに自分の考えを明確にしていくかが、その後の短大生活への適応とも関連してくることが予想される。

2. 適応援助・進路指導への適用

上記の結果から、適応援助や進路指導への適用を考察する。心的特性に学科による明らかな違いが認められなかったことから、どの学生も不安定になる可能性を考慮した、きめ細やかな精神保健活動が望まれる。安定傾向とアンビバレント傾向の境界は非常に曖昧であった。ちょっとしたことでも不安定になる、あるいは勇気づけられるといった変動性のあるものとして捉える必要があろう。

心的特性は、潜在化していて表面上の適応と必ずしも連動していない場合もある。短大生活への適応と直結しうるものとして、授業や友人関係が挙げられる。学んでいる内容が卒業後に目指している方向性と一致していれば、日常的な不安が高く不安定要素が多くても適応が順調に行き、充実感をもって短大生活を過ごすことができるだろう。しかし、自身が抱いている将来への展望との不一致が起こった場合、生活の大半を過ごす短大での生活は色あせ、適応できない自分への焦りや不安が高まる。どこで不一致を感じるかは、保育者という進路が明確である環境に身を置く場合と、一般教養系で多くの選択肢が用意されている環境に身を置く場合では異なるようだ。進路が明確になっている保育者養成系学科の学生は自分が保育者を志すことに迷いを感じたとき、一般教養系学科の学生は、方向性を見出せず途方に暮れてしまったとき、周囲からのサポートが有効に作用すると考えられる。進路選択を援助していく上で、どんな職業につきたいのか、理想とする社会人や保育者のイメージをより具体的に理解させていくことが有効であると考えることができる。

ただし、一般教養系学科の学生の場合、入学した段階での職業選択に対する意識が低いことを考慮すると、具体例を呈示してもイメージが広がらないという可能性もあり、必ずしも進路選択への興味が引き付けられるとは限らないだろう。職業未決定と効力感、就業動機との関連を検討した安達（2001）によれば、1年生に対しては「情報を広く効率よく収集できることへの有能感」、2年生に対しては「自分の職業適性について正しく評価を行える自信」が高まるような援助や介入が有効であるという。彼らのように、就職活動を自己成長の機会（浦上、1996）と考え、自己効力感および自信を高めていく機会と捉えるアプローチも参考になるだろう。

ただし、本研究で明らかにされたように、出発点として「自分は人から嫌われているのではない

か」といったアンビバレントな対人態度を有する学生が少くないことを考えると、筆記試験での不合格や面接での失敗といった就職活動の過程で、むしろ自己に対するマイナスのイメージを強めてしまう可能性も無視できない。具体例として理想像や完成像を呈示するだけでは効果が乏しく、現実の不安に寄り添う援助が望まれるのかかもしれない。

今回は新入生を対象に調査を実施したため、当時の不安や職業選択に対する意識がその後どう変化しているかは定かでない。今後は、こうした観点に立った縦断的な調査や事例に基づく解釈が必要であると考えられる。

文 献

- 安達智子 進路選択に対する効力感と就業動機. 職業未決定の関連について－女子短大生を対象とした検討－. 心理学研究, 72 (2001), 10–18.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. Patterns of attachment : A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, Inc. 1978.
- 遠藤利彦 愛着と表象－愛着研究の最近の動向：内的作業モデル概念とそれをめぐる実証研究の概観－. 心理学評論, 35 (1992) : 201–233.
- Hazan, C., Shaver, P. Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52 (1987) : 511–524.
- 堀洋道（監修）・吉田富二雄（編）『心理測定尺度集II－人間と社会のつながりをとらえる＜対人関係・価値観－』 サイエンス社 2001.
- 堀洋道（監修）・吉田富二雄（編）『心理測定尺度集III－心の健康をはかる＜適応・臨床＞』 サイエンス社 2001.
- 水口公信・下仲順子・中里克治 『日本版STAI使用手引』 三京房 1991.
- Osipow, S. H., Carney, C. G., & Barak, A. A Scale of educational-vocational undecidedness : A typological approach. Journal of Vocational Behavior, 9 (1976) : 233–243.
- 下山晴彦 大学生の職業未決定の研究. 教育心理学研究, 34 (1986) : 20–30.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. Manual for State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire). Palo Alto, California : Consulting Psychological Press. 1970.
- 戸田弘二 青年期後期における基本的対人態度と愛着スタイル：作業仮説（working models）からの検討. 日本心理学会第52回大会発表論文集 (1988) : 27
- 浦上昌則 就職活動を通しての自己成長－女子短大生の場合－. 教育心理学研究, 44 (1996) : 400–409.
- 矢野由佳子 短大生における対人態度と不安－特性不安と内的作業モデルからの検討－. 東京成徳短期大学紀要, 36 (2003) : 19–26.

付 表

1. 内的作業モデル尺度

【安 定】

1. 私は知り合いができるやすい方だ。
18. 私はすぐに人と親しくなる方だ。
8. 私は人に好かれやすい性質だと思う。
12. たいていの人は私のことを好いてくれていると思う。
7. 気軽に頼ったり頼られたりすることができる。
2. 初めて会った人とでもうまくやっていける自信がある。

【アンビバレント】

3. 人は本当はいやいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある。
5. 時々友達が、本当は私を好いてくれていないのではないかとか、私と一緒にいたくないのではと心配になることがある。
6. 自分を信用できないことがよくある。
10. あまり自分に自信がもてない方だ。
13. 私はいつも人と一緒にいたがるので、時々人からうとまれてしまう。

14. ちょっとしたことで、すぐに自信をなくしてしまう。

【回避】

4. 人に頼るのは好きでない。

9. 私は人に頼らなくても、自分一人で十分にうまくやっていけると思う。

11. あまりにも親しくされたり、こちらが望む以上に親しくなることを求められたりすると、イライラしてしまう。

16. あまり人と親しくなるのは好きでない。

17. 人は全面的には信用できないと思う。

15. どんなに親しい間柄であろうと、あまりなれなれしい態度をとられると嫌になってしまう。

2. STAI 日本語版 (*は逆転項目)

【A-state (状態不安)】

1. 平静である。*

2. 安心している。*

3. 固くなっている。

4. 後悔している。

5. ホッとしている。*

6. どうでんしている。

7. まずいことが起りそうで心配である。

8. ゆったりした気持ちである。*

9. 不安である。

10. 気分がよい。*

11. 自信がある。*

12. ピリピリしている。

13. イライラしている。

14. 緊張している。

15. リラックスしている。*

16. 満足している。*

17. 心配である。*

18. ひどく興奮ろうぱいしている。

19. ウキウキしている。*

20. たのしい。*

【A-trait (特性不安)】

1. たのしい。*

2. 疲れやすい。

3. 泣き出したくなる。

4. ほかの人と同じくらい幸せであったならと思う。

5. すぐに決心がつかず迷いやすい。

6. ゆったりした気持ちである。*

7. 平静・沈着で落ち着いている。*

8. 困難なことが重なると圧倒されてしまう。

9. 実際に大したことではないことが気になってしかたがない。

10. 幸せである。*

11. 物事を難しく考える傾向がある。

12. 自信がない。

13. 安心している。*

14. やっかいなことは避けて通ろうとする。

15. ゆううつである。

16. 満足している。*

17. ささいなことに思いわずらう。

18. ひどくがっかりした時には気分転換ができる。

19. 物に動じないほうである。*

20. 身近な問題を考えるとひどく緊張し混乱する。

3. 職業未決定尺度

【未熟】

2. 自分の将来の職業については、何を基準にして考えたらよいのかわからない。

11. 将来自自分が働いている姿が全く思い浮かばない。

18. これまで、自分自身で決定するという経験が少なく、職業決定のことを考えると不安になる。

28. 自分1人で職業を決める自信がない。

29. 今の状態では、自分の一生の仕事などみつけりそうもない。

34. 自分が職業としてどのようなことをやりたいのかわからない。

【混乱】

5. 望む職業につけないのでと不安になる。

12. 職業決定のことを考えると、とてもあせりを感じる。

16. 自分の職業については、いろいろ計画をたてるが、一貫性がなく、次々に変化していく。

22. 間違った職業選択をしてしまうのではないかという不安があり、決定できない。

23. 私は、いつも自分で実現できないような職業ばかり考える。

24. 職業につけたとしても、うまくやっていく自信がない。

25. 将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる。

31. 私は、あらゆるものになれるような気持ちになる時と、何にもなれないのではないかという気持ちになる時がある。

【猶予】

3. せっかく短大に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない。

4. できることなら職業決定は、先にのばし続けておきたい。

10. 職業決定と言われても、まだ先のことのようでピンとこない。

27. 自分にとって職業つくことは、それほど重要なことではない。

30. 将来の職業については、考える意欲がまったくわからない。

35. 職業のことは、短大2年生になってから考えるつもりだ。

36. できることなら、職業など持たず、いつまでも好きなことをしてみたい。

【模索】

6. 将来、やってみたい職業がいくつかあり、それらについていろいろ考えている。

13. 職業を最終的に決定するのはまだ先のことであり、今はいろいろなことを経験してみる時期だと思う。

19. 職業に関する情報がまだ十分にないので、情報を集めてから決定したい。

26. 将来の職業については、いくつかの職種にしほられてきたが、最終的に1つに決められない。

32. これだと思う職業がみつかるまでじっくり探していくつもりだ。

37. 職業は決まっていないが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う。

【安直】

7. 生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでも構わない。

9. 自分がどのような職業に適しているのかわからない。

14. 自分を採用してくれる所なら、どのような職業でもよいと思っている。

17. 自分の知っている職業の中で、やりたいと思う職業がみつからない。

20. できるだけ有名なところに就職したいと思っている。

33. できることなら誰か他の人に自分の職業を決めてもらいたいと思うことがある。

38. 学歴や“ツテ”を利用してよい職業につきたい。

【決定】

1. 自分の職業計画は、着実に進んでいると思う。

8. 自分のやりたい職業は決まっており、今はそれを実現していく段階である。

15. 自分の職業決定には自信を持っている。

21. 自分なりに考えた結果、最終的にひとつの職業を選んだ。