

大学生における自己省察・自分づくり活動の支援（3）

下木戸 隆 司 [鹿児島大学教育学部（教育心理学）]

Developing self-reflection in college students(3)

SHIMOKIDO Takashi

キーワード：大学生の発達、自己理解、キャリア発達、自己分析

1. はじめに

大学生にとって卒業は大学生活の終わりを意味するとともに、社会人として新たに社会参画をはかる門出のときでもある。発達的には、青年期が終わり、成人期へと移行していく端境期にあたる。これは環境変化によって自身の生活圈や日常生活が変わるというだけでなく、自らに求められる社会的役割の転換という意味もある。これまで「子ども」として社会から守られ、いわば特別扱いされてきた立場から、これからは一人前の「大人」として社会を支え、次世代の子ども達を育てていくことが求められるようになる。大学卒業はシュロスバーグがいうところの人生の転機（transition）にあたるが、そこで生じた様々な変化を受け止め、うまく対処していくことが求められるわけである（Schlossberg, 2008）。

しかしそうした変化になじめず、大学卒業後の再出発を円滑に行えない者が少なからず存在する。働くことに積極的な意義を見いだせず、就職しない（できない）学生、不採用通知を受けて心が折れ、挫折経験から就職活動をやめてしまう学生、第一志望に受からず、他に妥協するぐらいなら新卒での就職を諦めてしまう学生もいる。リクルートワークス研究所はこうした状態を「新卒無業」と呼び、進学も就職もしない学生が生み出されている要因について、本人の心や意欲の問題だけに帰属させるのではなく、社会事情や学校教育の構図から分析し、問題提起を行っている（大久保, 2002）。

文部科学省の学校基本調査によれば、2014年3月に大学学部を卒業した者は565,571名であり、そのうち卒業後就職も進学もしていない者は68,481人であった（文部科学省, 2014a）。つまり新卒者における無業者の割合は12.1%となる。

新卒無業者が話題になりはじめた2000年頃の約20%の値からすると減少してはいるものの、大卒10人に1人は無業者という割合は決して小さなものではない。このなかには進学準備中の者が2,845人、就職準備中の者が37,638人含まれているので、無業者のすべてが就学・就労のための活動を何もしていないわけではない点に注意が必要である。

それに加えて、就職したものの3年以内に退職してしまう、いわゆる若年者の早期離職の問題もある。就職後3年以内に何かしらの理由で離職する若者は、中卒で約7割、高卒で約5割、大卒で約3割が占めるという「七五三現象」が知られている。この離職率は就職が非常に厳しかった2000年前後に見られたものであり、近年では中卒者・高卒者については少し改善されてきているが、大卒者では依然として3割程度が3年以内に離職している（厚生労働省, 2010b）。

若者の職業生活に関する実態調査によると、15歳から30歳までの若者が初めて就職した会社を辞めた理由として挙げられているのが「労働時間・休日・休暇の条件がよくなかった」で25.9%、「仕事が自分に合わない」で24.3%、「賃金の条件がよくなかった」で23.8%を占めていた（厚生労働省, 2010a）。また若年者キャリア支援研究会の報告書によると、就職後1年以内に離職した理由として挙げられていたのが「仕事が自分に合わない、つまらない」が39.1%、「賃金や労働時間等の条件が良くない」が32.6%、「人間関係が良くない」が28.3%、「他にやりたいことがあったから」が19.6%であった。就職後3年を超えてから辞めた者の離職理由としては「会社に将来性がない」36.7%、「賃金や労働時間等の条件が良くない」

32.7%、「キャリア形成の見込がない」31.6%となっており、1年以内に辞めた者の上位項目とは異なっていた（厚生労働省、2003）。労働環境への不満や会社自体に見切りをつけて辞めた者のなかには、劣悪な労働環境の会社、いわゆる「ブラック企業」に就職した者も含まれていると思われるが、注目すべきは1年以内に離職した理由として「仕事が自分に合わない、つまらない」「他にやりたいことがあったから」という、就職のミスマッチと呼べるものが上位に挙げられていることであろう。

こうしたミスマッチには少なくとも2つの側面があると考えられる。1つは就職した会社のことをろくに知らないまま就職し、業務に就いてから実態を知り、「こんなはずではなかった」と後悔するものであり、就職活動時の情報収集や調査の不足、または自身の適性や興味関心についての認識の浅さが原因と呼べるものである。もう1つは就職活動時の自己分析によって「自分のやりたいこと」を見いだすことができたものの、それにこだわりすぎるあまり、「やりたいこと」と任された業務のズレが大きいため強い不満を持ち、耐えられなくなったものと考えられる。前者は就職活動をあまり積極的に行わなかった学生が、後者は逆に就職活動を熱心に行ってきた学生が陥りやすいという違いはあれ（豊田、2010）、どちらも共通するのは「自己」と「周りの環境」とのすり合わせがうまくいっていないという点である。

自らの置かれている環境の中で周りから求められていることは何かを察知し、そこで「自分は何ができるか」「どんなやり方でできるのか」を考え、その実現に向けて行動していくことが大切である。自己と環境とのマッチングを疎かにし、自分自身の個性・持ち味を殺し、無理してでも周りの環境に合わせたり、逆に自分の好きなことややりたいことだけに囚われ、周りの環境を否定し、理想を追い求めたりしても自分自身が辛くなるだけである。また環境は常に変化していくものであるから、折に触れて自己と環境とのすり合わせを再度行い、内容を改訂していくことも欠かせない。そのような意味での自己省察・自己分析が求められているのであり、変化の激しい時代を生き抜いていくためには、一人一人が自らその力を育成していくこ

とが求められているといえよう。

2. エクササイズに必要なこと

これまで「わたしについて考えるシリーズ」と称する自己理解支援エクササイズについて述べてきた（下木戸、2012、2013）。その他様々な機会における実践経験を踏まえ、そのなかで見えてきた論点を整理し、考えてみたい。

筆者の所属する鹿兒島大学教育学部学校教育教員養成課程心理学専修では、2009年の教育職員免許法施行規則の一部改正に伴って義務づけられた学びの履修カルテ作成とリンクさせ、半期間ごとに振り返り活動を実施している。学生に対し、定期的に自らの活動や経験の省察を求めることにより、「自分はどう生きたいのか」「経験から何を学んだのか」といった問い直しを促し、今現在自らがやっている活動の意味づけを意識的に行わせることを目的としている。普段自分自身や将来についてあまり考えることをしない者にとっては、定期的に自らと向き合うよい機会になっているようである。

この活動は2014年現在で4年目になるが、「わたしについて考えるシリーズ」での実践と併せて再認識させられるのは、自己省察・自己形成支援の活動には「つながり」を持たせることが重要だという点である。この「つながり」には、関連性、系統性、関係性の少なくとも3つの側面がある。以下それぞれ見ていこう。

まず第一のつながりは「関連性」(relevance)である。自己省察・自己形成支援の活動によって、大学教育の正課活動で学んだことが自己概念や自己認識に何かしらの肯定的意味を伴って関連づけられることが重要である。その際、どこまでを正課の活動として捉えるかは意見の分かれるところであろうが、ここではあまり厳密に考えず、単位修得に必要な活動のすべてを指すものとする。つまり授業時間内の学習だけでなく、課題学習や予習復習といった授業外学習も含まれるわけである。

ここで改めていうまでもなく、大学は高等教育機関である。そこでは中等教育課程を終えた者が普通教育及び専門教育を通して、さらに深く知識・見識・技術を習得し、豊かな人間性を育てていく

ことが求められている。したがって大学における自己省察・自己形成支援の活動は、大学での普通教育や専門教育とリンクして行われなければならない。

大学生が自らと向き合い、見つめ直す格好の機会には就職活動であろう。しかしその際、自己分析で出てくる内容は、往々にして大学の正課活動からかけ離れている。筆者のところにも就職活動中の学生がエントリーシート記入や面接対策の相談にやって来るが、「今までの人生で頑張ったと思えることは何か」といった問いに対し、アルバイトやサークル、ボランティアといった正課外活動での経験を重点的に挙げる者が多いのには驚かされる。大学時の活動にはほとんど触れず、高校時代の経験をひたすら述べる者さえいる。それらを悪いと断定するつもりはないのだが、「仮にも大学生なら、大学の正課活動で何を学んだのか」「大学でも勉学に励んできたことをアピールしなくてよいのか」といった疑問を抱くのも事実である。極端な話、「この学生は大学でろくに勉強しなかったのではないかと勘ぐられかねない恐れもある。

多くの学生にとって、授業の課題に対し懸命になって取り組んだこと、教育実習や卒業論文・卒業研究で苦勞して成し遂げたことがあるはずである。その経験は自らにとってどんな役に立っているのか、大学で学んでいることの意味や、そこで自分が得たことは何かを意識的に考えさせ、本人に気づかせる機会がもっと必要なのではないだろうか。大学は就職予備校や職業訓練校ではないのだから、大学生の本分という点からも、自己省察・自己形成支援は正課の活動経験と結びつけて行われる必要がある。

次に、第二のつながりは過去の活動との「系統性」(systematics)である。自分と向き合い、自分自身について考えることは一度やればそれで終わりということではなく、何度も定期的に実行していくことが求められる。したがって自己省察・自己形成支援の活動は、そうした繰り返しによる経験の蓄積を考慮して系統的になされなければならない。

大学生は4年間を通して成長・変化していくものであるから、1年生と4年生では自ずから活動の内容や発達の意味合いが異なってくる(下木戸、

2012)。例えば、1年生では高等学校から大学への接続を意識し、「大学で学びたいことは何か」「大学生活でやってみたいこと」などを考えさせ、大学生活や大学での学びに対する意識づけを高める取り組みが役立つであろう。4年生では卒業を間近に迎え、大学生活での「学び残し」や「やり残し」に気づかせ、それを解消させるよう促す取り組みが有用と考えられる。心理学専修で半期ごとに実施している振り返り活動では、大学生の発達状況を勘案し、対象学年ごとに実施する内容を変えている。実際にどのようなエクササイズを行ったのかに関しては、以前の報告(下木戸、2012, 2013)を参照されたい。

最後に、第三のつながりは自分の周りの人たちの「関係性」(relationship)である。自分を支えてくれる人たち、困ったときでも励ましや助言を与え、勇気づけてくれる人たちの存在はとても大きい。こうした人たちの有形・無形の援助は、心理学では社会的支援(social support)として知られている。この社会的支援が重要なのは、大学生の心理的健康や進路選択行動との関連が随所で指摘されているからである(例えば、松田・前田、2007; 嶋, 1992; 下村・木村, 1997)。

このような点から、自己省察・自己形成支援の活動は個人単位ではなく、グループ単位で行うことが望ましいといえよう。グループワークやグループでの話し合い、シェアリングを交え、他者がどのような考えを持っているのかを知ることは自らを見つめ直すよい契機となるだけでなく、「悩んでいるのは自分だけではない」「他の人が頑張っているのだから、自分も頑張ろう」といった心理面における安心や勇気づけを得られる効果も大きい。とくに自らのコミュニケーション力に不安を抱いている者ほど、他者と一緒に活動することで培われる連帯感や仲間意識も重要である。学生は自己分析の内容を友人に対してもあまり話したがない傾向が見受けられるが、そうであるからこそ、お互いに語り合う機会を意図的に設定することによる教育的意義は決して小さくないと考えられる。

自身の内面や将来のことを他者に話す行為は心理学でいうところの自己開示(self-disclosure)に他ならず、少なからぬ勇気を必要とする。そのた

めこのような活動は、ある程度心を許せる親密な関係ができあがっている者同士で行うことが望ましい。面識のない者同士でグループをつくる場合には、学生のなかに対人緊張が強く残っていると考えられることから、まず最初にグループ内での関係づくりを優先し、ある程度友好的・親和的な雰囲気ができあがってから活動を実施すべきである。

以上、大学生の自己省察・自己形成支援の活動における関連性、系統性、関係性の重要性について述べてきた。これらの要因を充足させながら、今後も様々な角度から新たな活動・取り組みを開発し、実施していく必要があるといえよう。

3. 今後の課題

近年、鹿兒島大学教育学部では教員採用試験を受験する学部4年生が減ってきている。心理学専修ではとくにその傾向が強く、そもそも小学校教諭ないし中学校教諭の一種免許状取得が卒業要件になっていることさえ知らずに入学してくる者も珍しくない。全国的には公立学校教員採用試験の合格者が4年連続(2010～2013年)で3万人を超え(文部科学省, 2014b)、大量採用に伴い受験者数も増加していることを考えると実に対照的である。

もちろんこの問題には、鹿兒島県公立学校での教員採用試験合格者が少なく、競争倍率が高騰しているという事情もあろう。実際2013年に実施された公立学校教員採用試験では鹿兒島県全体での競争倍率は11.8となり、全国第2位であった(文部科学省, 2014b)。鹿兒島県の他にも、宮崎県、長崎県、沖縄県は軒並み競争倍率が10倍を超えており、九州地区の受験競争の苛烈さが窺える。こうした厳しい状況を受け、はなから地元の教員採用試験を受験しないという学生も少なからずいるものと思われる。

特筆すべきは、九州地区以外の自治体、とくに競争倍率が低い傾向にある大都市圏の採用試験を受験する者がそれほど多くないという点であろう。例えば鹿兒島大学教育学部が毎年刊行している学部紹介パンフレットによると、2013年度学部卒業生で教員就職者は101名であった。そのうち64名は鹿兒島県内の学校であり、23名は鹿兒島

以外の九州内の学校、本州の大都市圏に含まれる学校に就職した者は14名に過ぎない。これは地元と大都市圏とを併願し、「本命」の地元の自治体合格を優先した者が多かったからではない。というのも、2013年に九州内の「地元」の自治体を受験した者が158名(鹿兒島県111名、鹿兒島県以外47名)であったのに対し、九州地区以外の受験者(いずれも政令指定都市ないしそれが含まれる都府県)が37名だったからである。もともと大都市圏を受験する者自体が少ないのである。

教師になりたいのであれば、大量採用で競争倍率の低い大都市圏の自治体の採用試験を受験した方が合格しやすい。それを考慮すれば、もっと多くの学生が大都市圏での採用試験を受験しても不思議ではないのだが、実態はそうっていない。「全国各地どこでもよいから、教師として働きたい」という広域志向の学生はさほど多くないようである。「地元で教師になりたい」という者でも、他県で教員として就職し、経験を積んだ上でUターンで戻ってくるという方法もあるはずだ。

学生と接していて実感するのは、地元での就職を優先するあまり、教師が無理なら地元の公務員や民間での就職を目指そうとする者が少なからずいるという点である。こうした学生の地元志向の強さは、新卒者就職率のもとより、無業率、教員採用試験合格率への影響を考慮すると、大学や学生本人にとって重要な問題といえよう。

ここまで鹿兒島大学教育学部の教員就職状況について述べてきたが、公務員や民間の就職においても同様のことが当てはまるだろう。就職における大学生の地元志向の強さは近年各所で指摘されており(例えば、平尾・重松, 2006; 轡田, 2009; 杉山, 2012)、ここでその是非について論じる余裕はないが、学部・大学としてどう対応していくのか、今後慎重に議論していく必要がある。

社会・経済の変化によって、新卒で正規職員として就職し、そこで定年まで勤め上げるという「日本的雇用慣行」が必ずしも成り立たなくなってきた。「安定している」といわれる公務員といえども、自身の健康状態や家族の介護、職場での人間関係などの面から離職を余儀なくされるケースも多い。契約社員や派遣労働者、臨時的雇用者などの就業

形態も多様化してきている。そうした労働事情を考えると、転職や離職は誰にとっても決して他人事ではない。今後、大学におけるキャリア教育、キャリア支援には新卒での就職だけでなく、離職や転職のサポートをより一層充実させていくことが求められるだろう。

離職や転職は人生における大きな転機であるが、事態に直面してはじめて自分と向き合い、考えるというのでは遅すぎる。常日頃から折に触れ、「自分が今していることは何なのか」「それは自らにとってどのような意味を持っているか」「自分は何をしたいのか」「今後、どのように生活していきたいか」といった事柄について考えることが必要だろう。大学における自己省察・自分づくり支援の活動は、その際の方法と習慣を学生に身につかせるものでなければならない。

4. 引用文献

- 平尾元彦・重松政徳（2006）. 大学生の地元志向と就職意識 山口大学大学教育機構 大学教育, **3**, 161-168.
- 厚生労働省（2003）. 若者の未来のキャリアを育むためにー若年者キャリア支援政策の展開ー 若年者キャリア支援研究会報告書
- 厚生労働省（2010a）. 平成21年若年者雇用実態調査結果の概況
- 厚生労働省（2010b）. 新規学卒者の離職状況に関する資料一覧
- 饒田竜（2009）. 地元志向と社会的包摂／排除ー地方私立X大学出身者を対象とする比較事例研究ー 樋口明彦 編 若者問題の比較分析ー東アジア国際比較と国内地域比較の視点ー 科研費プロジェクト「公共圏の創成と規範理論の探求」
- 松田由希子・前田健一（2007）. 大学生の職業選択未関与におよぼす自己効力感と親や友人からのサポートの影響 広島大学心理学研究, **7**, 147-158.
- 文部科学省（2014a）. 学校基本調査ー平成26年度（速報）結果の概要ー
- 文部科学省（2014b）. 平成25年度 公立学校教員採用選考試験の実施状況について
- 大久保幸夫 編（2002）. 新卒無業。ーなぜ、彼らは就職しないのかー 東洋経済新報社
- Schlossberg, N. K. (2008). *Overwhelmed: Coping with Life's Ups and Downs*(2nd ed.). Lanham, MD: Rowman & Littlefield.
- 嶋信宏（1992）. 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに関する効果 社会心理学研究, **7**, 45-53.
- 下木戸隆司（2012）. 大学生における自己省察・自分づくり活動の支援 鹿児島大学教育学部 教育実践研究紀要, **23**, 223-226.
- 下木戸隆司（2013）. 大学生における自己省察・自分づくり活動の支援（2） 鹿児島大学教育学部 教育実践研究紀要, **24**, 257-261.
- 下村英雄・木村周（1997）. 大学生の就職活動ストレスとソーシャルサポートの検討 進路指導研究, **18**, 9-16.
- 杉山成（2012）. 大学生における地元志向意識とキャリア発達 小樽商科大学人文研究, **123**, 123-140.
- 豊田義博（2010）. 就活エリートに迷走 筑摩書房