

女子大学生の友人関係、 キャリア意識および大学生活自己効力感が学業成績、 大学生活満足度および幸福感に与える影響

吉村 英
(本学教授)

本研究の目的は、青年期の女子大学生を対象として、友人関係、キャリア意識、大学生活自己効力感などの要因が、学業成績、大学生活満足度および幸福感にどのような影響を与えているかを実証的に検討することである。

大学生活において、学生は授業、サークル・クラブ活動、ボランティア活動などさまざまな場面で友人と活動を共にし、お互いに影響を与え合っている。したがって友人関係は大学生活において非常に重要な部分を占めているといえよう。良好な友人関係を構築することは、大学生生活の満足度を高め、人生の幸福感の増大にも寄与するのではないかと考えられる。岩田(2015)は大学生を対象とした調査データから、「親友数」や「仲のよい友達数」などの要因が大学生の生活満足度に有意な正の影響を与えていることを明らかにしている。また徳永と松下(2010)は、大学生の友人関係におけるソーシャル・スキルが主観的幸福感にポジティブな影響を与えていることを明らかにしている。さらに岡田(2008)は、友人関係と学習の関連性について検討を行い、友人との相互作用が学習に対する充実感を高める可能性を示唆している。このように友人関係は、大学生生活の満足度や幸福感に影響を与えるだけでなく、学業成績にも影響を与える可能性を持つ重要な要因であると考えられる。

進路選択の問題は大学生にとって重大な関心事であり、それだけに不安を感じたり悩みを抱いたりすることも多いと思われる。私立大学生生活白書2015(一般社団法人日本私立大学連盟学生委員会, 2015)によれば、大学生の抱く

悩みの第1位は「就職や将来の進路」であり、1回生においても1位にランクされている。したがって進路選択に関し、どのような態度や考え方を持っているか、言い換えればどのようなキャリア意識を持っているかということは、大学生生活の満足感や幸福感に大きな影響を与えている可能性がある。吉村(2009)は女子大学生を対象として、キャリア意識と大学生活満足感および幸福感との関連を、パス解析を用いて検討している。その結果キャリア意識は、大学生生活満足度を経由して、幸福感に間接的また直接的に影響を及ぼしていることが確認された。さらに韓国の女子大学生を対象とした研究においても、同様の結果が得られている(吉村, 2012)。また進路選択は、学業成績とも深いかかわりを持つと考えられる。前田(2017)は大学生を対象として、キャリア教育と学力の階層性の関連について検討している。その結果キャリア教育の受講者はGPAが高い層に偏っていることが明らかとなった。つまり学業成績が良い学生はキャリア教育を選択するが、成績が低い学生は選択しないということになる。しかしながらこの結果からは、キャリア教育を受講することによってキャリア意識は高まるのか、またキャリア意識が高まれば学業成績も向上するのかといった問題については何もわからない。キャリア意識と学業成績の関連については、このような視点からの検討も必要であると思われる。

大学生活自己効力感とは本研究で提唱する概念であり、「大学生活を送る上で必要となる行動の遂行可能感」と定義することができる。つまり充実した大学生活を送るために必要とされ

る行動を、どの程度効果的に遂行できるかという主観的認知であるといえる。この概念はBandura (1977) の自己効力 (self-efficacy) という概念で、大学生活の領域に適用したものである。Bandura (1977) は自己効力感が強くなることによって、課題状況に対する取り組みが積極的になり、また困難に直面することがあっても、より多くの努力をより長く継続することができるようになると述べている。したがって大学生活自己効力感が強くなれば、大学におけるさまざまな活動に積極的に、また粘り強く取り組むようになるのではないかと考えられる。その結果、充実した大学生活を送ることができるようになり、大学生活満足度や幸福感も向上する可能性がある。さらに Schunk (1981) は算数教育に関して、子どもたちの自己効力感が算数能力に促進的な影響を与えていることを示した。したがって大学生活自己効力感は学業成績にも影響を与えている可能性があり、この点についても実証的な検討が必要であると思われる。

実証的な検討を行うに当たっては、大学生活自己効力感の測定尺度を作成する必要がある。これについては社会人基礎力の概念が参考になると思われる。社会人基礎力とは経済産業省が提唱している概念であり、「前に踏み出す力」、「考え抜く力」、「チームで働く力」の3つの能力から構成されている。この力は「職場や地域社会で多様な人々と仕事をしていくために必要な基礎的な力」であり、社会人として活躍するために身に付けておく必要があると考えられている (経済産業省, 2006)。この3つの能力はさらに12の能力要素 (主体性、働きかける力、実行力、課題発見力、計画力、創造力、発信力、傾聴力、柔軟性、状況把握力、規律性、ストレスコントロール力) が含まれている。これらの能力は社会人が仕事をする上で必要な能力とされているが、大学生活においても重要な能力であると考えられる。学業を始め、サークル・部活動、ボランティア活動、また資格取得や留学、さらにアルバイト、友人との付き合い、恋愛など、大学生活のさまざまな面で必要となる能力であり、また培うことができる能力である。そ

こで本研究では、12の能力要素を大学生活に合わせて変更し、それぞれの能力が自分にどの程度身についているかを問う大学生活自己効力感尺度の作成を試みる。その上で大学生活自己効力感が、学業成績や大学生活満足度、そして幸福感にどのような影響を与えているかについて、実証的に検討を行いたい。

方 法

調査対象者 2016年9月に在籍していた、心理学専攻の全学生253名 (1回生59名, 2回生70名, 3回生60名, 4回生64名)。質問紙への有効回答者総数は210名 (回答率83%)。

調査時期 2016年9月16日～2016年10月15日

調査方法 集合調査法による質問紙調査。授業時間を使用して質問紙を配布し、回答を依頼した。研究倫理を配慮して、質問紙の冒頭で守秘義務の順守について記載し、さらに口頭で調査への参加は任意であること、および回答したくない項目は記入しなくてもよいことを伝えた。

調査項目の概要 本調査は大きく分けて、学籍番号、大学の良いところ、満足できないところ、大学へ望むこと、友人関係、学生生活への不安、大学生活の満足度、就職未決定、大学生活自己効力感、幸福感尺度、人生の満足度、大学入試、進路目標、関心のある資格などの質問項目から構成されている。

調査項目と使用尺度 本研究では以下の質問項目と尺度を使用した。また成績との関連を検討するために、2016年前期までの累積GPAを使用した。

①学籍番号 学年 (回生) による比較、および学業成績との関連を分析するために学籍番号を尋ねた。

②友人関係 榎本 (2003) が作成した友人との「感情的側面」を測定する尺度を用いた。本尺度は信頼・安定、不安・懸念、独立、ライバル意識、葛藤の5因子からなっている。ただし項目数については、各因子の項目数を調整するために各因子から3～4項目を選択し、計16項目を採用した。この16項目について、“まった

く思わない(1)”から“とてもよく思う(6)”までの6点尺度で回答を求めた。

③大学生生活の満足度 友人との関係, 授業や教育内容, クラブやサークル活動, アルバイトの経験, 大学生活全体などの項目について満足度を尋ねた。“まったく満足していない(1)”から“とても満足している(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

④職業未決定 下山(1986)が作成した職業未決定尺度を用いた。未熟, 混乱, 猶予, 模索, 安直の5因子からなっている。ただし項目数については因子負荷量の大きさを参考にし, 各因子から3項目を選択し, 計15項目を採用した。この15項目について, “まったくあてはまらない(1)”から“よくあてはまる(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

⑤大学生生活自己効力感 経済産業省が定義する「社会人基礎力」の12の能力要素を大学生生活に合わせて変更し, それぞれの能力が自分にどの程度身についているかを問う大学生生活自己効力感の尺度を作成した。全12項目について, “まったく自信がない(1)”から“とても自信がある(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

⑥ハッピネス尺度 吉森・植田・有倉(1992)が作成したハッピネス尺度を使用した。この尺度は生活充実感, 将来に対する積極的展望。ストレスバッファ(人間関係), 自己肯定感の4

つの下位尺度からなっており, それぞれ3項目, 計12項目で構成されている。各項目について“そう思わない(1)”から“そう思う(4)”までの4点尺度で回答を求めた。

結果と考察

尺度の構成 本研究で用いた尺度は, 回答者の負担を考慮しオリジナルな尺度より項目数を若干少なくしている。また大学生生活自己効力感尺度など新しく作成した尺度も含まれている。そこで回答者の認知構造を確認し尺度を再構成するために, 各尺度の項目群に対して因子分析(最尤法, プロマックス回転)を行った。

友人関係項目群の因子分析 友人関係に関する16項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個(累積寄与率62.4%)に決定した(表1)。第1因子は固有値4.78, プロマックス回転後は「友達の考えていることがわからなくなって不安になる」「友達のやっていることに引きずり込まれて困る」「友達の誘いを断れず困る」「友達に「仲間はずれにされた」と感じることもある」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友人関係における不安や葛藤を示していると考えられる。したがってこの因子を「不安・

表1 友人関係項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
友達の考えていることがわからなくなって不安になる	.748	.002	.008	-.090
友達のやっていることに引きずり込まれて困る	.736	-.006	.102	.032
友達の誘いを断れず困る	.639	.039	-.085	.011
友達に「仲間はずれにされた」と感じることもある	.543	-.134	.063	-.096
友達と意見が違くと不安になる	.477	.114	-.335	.122
友達といると自分のやりたいことができない	.467	-.327	.067	.067
友達を信頼している	-.030	.871	-.035	.031
友達とは気持ちが通いあっている	.068	.736	.130	-.072
自分は友達に十分受け入れられていると思う	-.065	.665	.035	.019
友達と意見が対立しても自分をなくさないでいられる	-.032	.001	.797	.043
友達と違う意見でも自分の意見はきちんと言う	.192	.128	.737	-.041
友達と一緒にいても自分の意志で行動している	-.122	.073	.639	.042
自分が友達にどう思われているか気になる	.256	.180	-.302	.061
友達には様々な点で負けたくない	.031	-.010	.120	.925
友達よりいい仕事につきたい	-.031	-.044	.004	.697
友達の方がテストの点がいいと不安になる	-.056	.028	-.130	.635
因子間相関行列	I	-.386	-.513	.400
	II	—	.293	-.046
	III		—	-.027
	IV			—

葛藤」の因子と命名した。第2因子は固有値2.26, プロマックス回転後は「友達を信頼している」「友達とは気持ちに通いあっている」「自分は友達に十分受け入れられていると思う」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友人を信頼し安定した関係が結ばれていることを示している。したがって榎本(2003)と同様にこの因子を「信頼・安定」の因子と命名した。第3因子は固有値1.74, プロマックス回転後は「友達と意見が対立しても自分をなくさないでいられる」「友達と違う意見でも自分の意見はきちんと言う」「友達と一緒にいても自分の意思で行動している」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は自分の考えをしっかりと持ち、安易に同調しない独立した存在であることを示している。したがって榎本(2003)と同様にこの因子を「独立」の因子と命名した。第4因子は固有値1.21, プロマックス回転後は「友達にはさまざまな点で負けたくない」「友達よりいい仕事につきたい」「友達の方がテストの点がいいと不安になる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は友達にライバル意識を持ち負けたくないという気持ちを示している。そこで榎本(2003)と同様にこの因子を「ライバル意識」と命名した。各因子について因子負荷量が.450より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.400以下であ

る項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点(下位尺度得点)を算出した。榎本(2003)の研究と比較すると「不安・懸念」因子と「葛藤」因子が、本研究では「不安・懸念」という友人関係のネガティブな側面を示す1因子にまとまっている。したがって因子数も5因子から4因子へとややシンプルになっている。

職業未決定項目群の因子分析 職業未決定に関する15項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個(累積寄与率60.8%)に決定した(表2)。第1因子は固有値4.52, プロマックス回転後は「自分一人で職業を決める自信がない」「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」「誤った職業決定をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない」「将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業意識が未熟で職業選択に自信が持てず、職業決定に直面して情緒的に混乱している状態を示している。そこで下山(1986)の研究を参考にし、この因子を「未熟・混乱」の因子と命名した。第2因子は固有値1.99, プロマックス回転後は「生活が安定するなら、職業の種類はどのようなもの

表2 職業未決定項目群の因子分析結果

	I	II	III	IV
自分一人で職業を決める自信がない	.860	-.152	-.168	-.056
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	.810	.158	-.115	-.166
誤った職業決定をしてしまうのではないかと不安があり、決定できない	.675	-.047	.109	.035
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	.672	.077	-.029	.022
将来の職業のことを考えると気が滅入ってくる	.605	.053	.023	.128
職業決定のことを考えると、とてもあせりを感じる	.563	.128	.170	.001
できるだけ有名なところに就職したいと思っている	.237	.083	.164	-.136
生活が安定するなら、職業の種類はどのようなものでもよい	.053	.883	.034	-.068
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	.084	.649	-.078	.210
これだと思える職業が見つかるまでじっくり探していこう	-.072	-.004	.610	-.041
職業は決まっていらないが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う	-.074	.037	.598	.112
職業に関する情報がまだ十分でないので、情報を集めてから決定したい	.445	-.142	.525	.024
せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない	-.049	-.035	.036	.683
できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい	.314	-.080	-.137	.518
自分にとって職業につくことは、それほど重要なことではない	-.177	.178	.119	.428
因子間相関行列	I	—	.339	.198
	II	—	-.212	.302
	III	—	—	-.013
	IV	—	—	—

でもよい」「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」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において自らの関心や興味を深く考えようとしないうる安易な態度を示している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「安直」の因子と命名した。第3因子は固有値1.42，プロマックス回転後は「これだと思ふ職業が見つかるまでじっくり探していくつもりだ」「職業は決まっていないうるが、今の関心を深めていけば職業につながってくると思う」「職業に関する情報がまだ十分にないうるので、情報を集めてから決定したい」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業選択において積極的に模索している状態を示している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「模索」因子と命名した。第4因子は固有値1.19，プロマックス回転後は「せっかく大学に入ったのだから、今は職業のことは考えたくない」「できることなら職業決定は、先に延ばし続けておきたい」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は職業決定を猶予して当面のところは職業について考えたくないと気持ちを表している。そこで下山（1986）と同様にこの因子を「猶予」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.500より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.450以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。下山（1986）の研究と比較すると「未熟」因子と「混乱」因子が、本研究では「未

熟・混乱」という職業意識の不安な側面を示す1因子にまとまっている。したがって因子数も5因子から4因子へとややシンプルになっている。

大学生生活自己効力感項目群の因子分析 大学生生活自己効力感に関する12項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を3個（累積寄与率59.9%）に決定した（表3）。第1因子は固有値4.78，プロマックス回転後は「何かをするときにはしっかりと目標を設定し、行動することができる」「大学生生活で自らやるべきことを見つけて積極的に取り組むことができる」「今の学生生活はこれでいいのかと常に再確認し、課題を見つけることができる」「大学生生活において計画をしっかりと立て、スケジュールを管理することができる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は大学生生活においてしっかりと目標や計画を定め、主体的かつ積極的に取り組む姿勢を表している。したがってこの因子を「計画性と主体的行動力」の因子と命名した。第2因子は固有値1.38，プロマックス回転後は「社会のルールや人との約束を守り、行動することができる」「意見の違いや立場の違いがあっても、相手を尊重し理解することができる」「集団で作業をするとき、周りの状況を理解した上で自分の役割を果たすことができる」「相手の話を聞いてねいに聞き、相手の意見を引き出すことができる」などの項目に高い因子負荷量を得てい

表3 大学生生活自己効力感項目群の因子分析結果

	I	II	III
何かをするときにはしっかりと目標を設定し、行動することができる	.809	.070	-.003
大学生生活で自らやるべきことを見つけて積極的に取り組むことができる	.786	.051	-.128
今の学生生活はこれでいいのかと常に再確認し、課題を見つけることができる	.782	-.157	-.033
大学生生活において計画をしっかりと立て、スケジュールを管理することができる	.534	.085	.033
課題に対していろいろなアイデアを考え、新しいものや方法を造り出すことができる	.513	-.075	.230
グループで作業をするとき、メンバーと積極的に交流できる	.346	.238	.114
社会のルールや人との約束を守り、行動することができる	-.065	.737	-.195
意見の違いや立場の違いがあっても、相手を尊重し理解することができる	-.092	.658	.044
集団で作業をするとき、周りの状況を理解した上で自分の役割を果たすことができる	.088	.611	.143
相手の話を聞いてねいに聞き、相手の意見を引き出すことができる	-.017	.550	.171
ストレスを感じるがあっても前向きにとらえ、柔軟に対応することができる	.136	.488	-.093
自分の意見をわかりやすく整理し、相手に理解してもらえるよう伝えることができる	-.012	-.051	1.028
因子間相関行列	I	—	.620
	II	—	.473
	III	—	—

る。これらの項目は相手を尊重し相手の話をしっかり聞けることや、ルールや約束を守り協調的に行動できることなど、集団やチームとして活動する上で重要な能力を表している。そこでこの因子を「協調性とチームワーク」の因子と命名した。第3因子は固有値1.03, プロマックス回転後は「自分の意見をわかりやすく整理し、相手に理解してもらえるように伝えることができる」という項目に高い因子負荷量を得ている。この項目はコミュニケーションの中でも特に発信力、伝達力に関する項目であると考えられる。そこでこの因子を「分かりやすく伝える力」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.450より大きく、かつ他の因子の因子負荷量が.400以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。

ハッピネス尺度項目群の因子分析 ハッピネス尺度に関する12項目について因子分析を行った。固有値の推移と解釈可能性から因子数を4個（累積寄与率72.5%）に決定した（表4）。第1因子は固有値5.23, プロマックス回転後は「将来に夢を持っている」「夢を実現しようと意欲に燃えている」「生きていく上でめざす目標がある」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は将来に向けて積極的な展望を持っていることを示している。そこで吉森他（1992）の結果を参考にし、この因子を「将来

展望」の因子と命名した。第2因子は固有値1.41, プロマックス回転後は「毎日の生活にハリがない（逆転項目）」「毎日の生活がつまらなさと感じている（逆転項目）」「生き方に自信が持てない（逆転項目）」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は毎日の生活の充実度を示している。そこで吉森他（1992）を参考にし、この因子を「生活充実感」の因子と命名した。第3因子は固有値1.07, プロマックス回転後は「私のことを頼りがいがあると思う人がいる」「周りの人々の中で、自分の個性が活かされている」「少しずつ成長しているような気がしている」「人に誇れるものがある」などの項目が含まれている。これらの項目は自分を評価し肯定的に捉えている状態を示している。そこで吉森他（1992）を参考にし、この因子を「自己肯定感」の因子と命名した。第4因子は固有値0.99, プロマックス回転後は「心の底から笑ったり、怒ったり、泣いたりすることがある」「親しく打ち解けて話せる人がいる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は喜怒哀楽の感情が豊かであること、自分の話をしっかり聞いてくれる人が存在することを示している。心を許せる人がいて自分の感情を素直に表現することができるならば、たとえストレスがあっても緩和されるであろう。そこで吉森他（1992）と同様にこの因子を「ストレスバッファ」の因子と命名した。各因子について因子負荷量が.350より大きく、かつ他の

表4 ハッピネス尺度の因子分析結果

	I	II	III	IV
将来に夢を持っている	1.004	-.020	-.118	-.098
夢を実現しようと意欲に燃えている	.875	.057	.062	-.063
生きていく上でめざす目標がある	.788	-.103	-.014	-.001
毎日の生活にハリがない	.021	.990	-.014	.124
毎日の生活がつまらなさと感じている	-.080	.655	.036	-.148
生き方に自信が持てない	-.059	.429	-.110	-.173
私のことを頼りがいがあると思う人がいる	-.170	-.077	.904	-.201
周りの人々の中で、自分の個性が活かされている	.148	.082	.676	.033
少しずつ成長しているような気がしている	.199	.078	.431	.259
人に誇れるものがある	.214	-.077	.375	.192
心の底から笑ったり、怒ったり、泣いたりすることがある	.029	.031	-.198	.795
親しく打ち解けて話せる人がいる	-.237	-.057	.066	.614
因子間相関行列	I	—		
	II	-.533	.603	.510
	III	—	-.564	-.521
	IV		—	.653
				—

因子の因子負荷量が.300以下である項目をその因子に所属するものとし、因子内の項目の平均点（下位尺度得点）を算出した。なお「生活充実感」の因子については得点が高くなるほど生活充実感が高くなるよう逆転させて平均点を求めた。吉森他（1992）の結果と比較すると因子数は4個と同じであるが、各因子に含まれる項目は多少異なっている。解釈の際にはこの点に留意することが重要であろう。

友人関係、職業未決定、大学生活自己効力感が大学生生活満足度に与える影響 大学生活において友人との関係は非常に重要なものであり、良好な友人関係は充実した大学生活を送るうえで欠かすことのできないものである（吉村，2015，2016，2017）。また将来どのような職業に就きたいのか、そのためにどのような準備が必要かというキャリア意識も、大学生活の充実度および満足度に大きな影響を与えている（吉村，2009，2012，2014）。さらに大学生活を送るうえで必要となる多様な能力をどの程度身につけているかという自己効力感も、大学生活の満足度に大きな影響を与えていると考えられる。そこでまず友人関係に関する認識が大学生活の満足度にどのような影響を与えているかを検討するために、友人関係の4因子を説明変数とし、大学生活全体の満足度を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。「不安・葛藤」因子は大学生生活満足度に有意な負の影響

を与えていた。したがって友人との関係に自信が持てず不安になったり、友人に引きずられて自分のしたいことができないという気持ちが強いと、大学生生活の満足度は低下することになる。これに対し「信頼・安定」の因子は大学生生活満足度に有意な正の影響を与えていた。したがって友人とお互いに信頼関係で結ばれ安定した気持ちでいる学生は、大学生生活の満足度も高くなるということを示している。

つぎにキャリア意識の形成が大学生生活満足度にどのような影響を与えているかを検討するために、職業未決定の4因子を説明変数とし、大学生生活全体の満足度を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。4因子の中で「模索」因子のみが大学生生活満足度に有意な正の影響を与えていた。したがって職業がまだ決まっていなくても、職業選択に向けて積極的に模索している状態であれば、大学生活の満足度は高くなるということを示唆している。

さらに大学生活自己効力感が大学生活の満足度にどのような影響を与えているかを検討するために、大学生活自己効力感の3因子を説明変数とし、大学生生活全体の満足度を目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った（表5）。「計画性と主体的行動力」因子および「協調性とチームワーク」因子が大学生活の満足度に有意な正の影響を与えていた。したがって大学生生活のさまざまな活動において、目標と計画をしっかりと立て、スケジュールを管理しながら

表5 大学生生活満足度とGPAを目的変数とする重回帰分析の結果

		大学生生活満足度		G P A	
		β	ρ	β	ρ
友人関係	不安・葛藤	-.208	.011	-.116	.186
	信頼・安定	.311	.000	.002	.977
	独立	-.114	.131	-.046	.566
	ライバル意識	.046	.509	.154	.040
	<i>R</i>	.394	.000	.154	.311
職業未決定	未熟・混乱	-.016	.846	.142	.090
	安直	-.107	.171	-.240	.002
	模索	.152	.039	.014	.852
	猶予	-.020	.794	.020	.787
	<i>R</i>	.201	.078	.236	.020
大学生生活自己効力感	計画性と主体的行動力	.236	.003	.173	.041
	協調性とチームワーク	.239	.002	-.037	.658
	分かりやすく伝える力	-.116	.118	-.122	.121
	<i>R</i>	.372	.000	.158	.160

主体的にかつ積極的に取り組む自信がある学生ほど、大学生活の満足感が高くなるといえる。また社会のルールや人との約束を守り、意見の違いはあっても相手を尊重しながら協調的に対応できる能力、いかにすればチームワークに必要とされる能力に自信がある学生ほど、大学生活の満足感も高くなるといえる。

友人関係、職業未決定、大学生活自己効力感がGPAに与える影響 友人関係の悩みや不安は学業成績にどのような影響を与えるのであろうか。またキャリア意識の未発達も学業成績とどのような関係があるのであろうか。さらに大学生活を送るうえで必要となる多様な能力をどの程度身につけているかという自己効力感も、学業成績にも影響を与えているだろうか。このような問題を検討するために、累積GPAを目的変数とする重回帰分析を行った。まず友人関係が学業成績にどのような影響を与えているかを検討するために、友人関係の4因子を説明変数とし、GPAを目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表5)。4因子の中で「ライバル意識」の因子のみがGPAに有意な正の影響を与えていた。したがって友人にさまざまな面で負けたくないという意識が強い学生ほど、学業成績も高くなるということを示している。その他の因子には有意な影響力はみられなかった。友人関係に不安や悩みを抱えていることが、直接学業成績に影響を与えることはあまりないようである。

つぎにキャリア意識の形成が学業成績にどのような影響を与えているかを検討するために、職業未決定の4因子を説明変数とし、GPAを目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表5)。4因子の中で「安直」因子のみがGPAに有意な負の影響を与えていた。職業選択において自らの関心や興味を深く考えようとし、安易な態度を持つ学生は、学業成績も低くなるようである。その他の因子には有意な影響力は見られなかった。したがって職業決定に直面して情緒的に混乱していることや自信が持てないことが直接学業成績に結びつくので

はなく、深く考えようとし、安易な態度がGPAの低下と結びついていると考えられる。

さらに大学生活自己効力感が学業成績にどのような影響を与えているかを検討するために、大学生活自己効力感の3因子を説明変数とし、GPAを目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表5)。3因子の中で「計画性と主体的行動力」の因子のみがGPAに有意な正の影響を与えていた。したがって目標と計画をしっかりと立て、スケジュールを管理しながら主体的にかつ積極的に取り組む自信がある学生は、学業においてもよい成績を修めているようである。

以上のようにGPAとの関係で興味深い結果がいくつか見られたが、友人関係や大学生活自己効力感に関しては、重相関係数の値があまり高くない。その原因の1つとして、GPAとの関係が直線的(1次的)ではなく曲線的(2次的)である可能性が考えられる。例えば大学生活自己効力感の「分かりやすく伝える力」因子に関して、GPAが中間層の学生が最も自信を持っており、GPAが上位層の学生は下位層の学生とともにあまり自信を持っていないという可能性もある。

友人関係が幸福感に与える影響 良好な友人関係を築くことは青年期の大学生にとって重要な発達課題(Havighurst, 1972 児玉・飯塚訳2004)であり、友人関係が主観的幸福感に影響を与えていることを示唆する結果も多くみられる(徳永・松下, 2010; 吉村, 2015, 2016, 2017)。本研究では幸福感の尺度として吉森他(1992)が作成したハッピーネス尺度を使用しているが、この尺度はさらに4つの下位尺度から構成されている。そこで友人関係と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、友人関係の4因子を説明変数とし、ハッピーネス尺度の下位尺度をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表6)。「将来展望」因子に対しては友人関係の「ライバル意識」因子が有意な正の影響を与えていた。したがってさまざまな面で友人に負けたくないという意識が強

表6 重回帰分析の結果（友人関係とハッピネス尺度）

	ハッピネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
不安・葛藤	-.129	.135	-.405	.000	-.022	.775	-.106	.183
信頼・安定	.049	.523	.122	.091	.229	.001	.351	.000
独立	.093	.245	-.067	.370	.309	.000	.090	.217
ライバル意識	.159	.031	.114	.098	.117	.082	.101	.137
R	.242	.017	.420	.000	.464	.000	.449	.000

い学生ほど、将来に夢を持ちその夢を実現しようという意欲も高いということを示している。

「生活充実感」因子に対しては友人関係の「不安・葛藤」因子が有意な負の影響を与えていた。したがって友人との関係に不安や悩みを抱えていたり、友人との関係に葛藤を感じていたりすると、毎日の生活が楽しくなくなり、充実した毎日が送れなくなってしまうようである。また傾向ではあるが、「信頼・安定」因子や「ライバル意識」因子は「生活充実感」因子に正の影響を与えていた。友達を信頼し、また友達から受容されていると感じている学生は充実した毎日を送っているようである。また友達に負けたくないというライバル意識の高い学生も、毎日の生活にハリを感じているようである。

「自己肯定感」の因子には友人関係の「独立」および「信頼・安定」因子が有意な正の影響を与えていた。また傾向ではあるが「ライバル意識」因子も正の影響を与えていた。友達と意見が異なっても、傷つくことを恐れ安易に同調するのではなく、自分の意見をしっかりと伝えることが、周りからの信頼につながり、自分の個性を肯定することにもつながるのであろう。友達と気持ちが通い合い、お互いに信頼し受容されていると感じることができれば、自分の個性を認めることができ、少しずつでも成長しているという実感が得られるようである。

「ストレスバッファ」因子に対しては、友人関係の「信頼・安定」因子が有意な正の影響を与えていた。友達を信頼し受容されていると感じることができれば、素直に自分の感情を表現することもできるし、本音の話をすることもでき、ストレスに対する耐性も高まるのではないだろうか。

職業未決定が幸福感に与える影響 Havighurst (1972 児玉・飯塚訳 2004) は青年期の発達課題として8つの課題を挙げているが、その中に「職業に就く準備をする」という課題を挙げている。将来どのような職業に就きたいのか、そのためにどのような準備が必要かというキャリア意識を形成することは、青年期の重要な発達課題であり、それをうまく達成することは幸福感と深く結びつく可能性がある(吉村, 2009, 2012, 2014, 2015, 2016, 2017)。そこでキャリア意識と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、職業未決定の4因子を説明変数とし、ハッピネス尺度の下位尺度をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表7)。「将来展望」因子に対しては職業未決定の「未熟・混乱」因子と「安直」因子が有意な負の影響を、「模索」因子が有意な正の影響を与えていた。キャリア意識が未成熟で、職業決定に不安や焦りを感じたり、自信が持てなかったりすると、将来に対する夢や目標を持つことが難しく、意欲も低下するようである。また職業や自分の適性について深く考えることなく、就職できるならどのような職業でもよいと考えている学生も、夢や目標が持てず、意欲にも欠けるようである。これに対し現時点で職業が決まっていなくても、いろいろと情報を集めじっくり考えていきたいという前向きな気持ちを持っている学生は、夢や目標を持ち、夢を実現しようとする意欲も高いようである。

「生活充実感」の因子には職業未決定の「未熟・混乱」因子が有意な負の影響を、「模索」因子が有意な正の影響を与えていた。職業決定を前にしてキャリア意識の形成が不十分で、情緒的に混乱している学生は、毎日の生活にハリ

表7 重回帰分析の結果（職業未決定とハピネス尺度）

	ハピネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
未熟・混乱	-.522	.000	-.425	.000	-.325	.000	-.059	.464
安直	-.241	.000	-.032	.652	-.082	.253	-.150	.048
模索	.164	.003	.157	.018	.277	.000	.267	.000
猶子	-.082	.146	-.100	.145	-.044	.531	.004	.956
R	.687	.000	.482	.000	.429	.000	.331	.000

がなくつまらなさと感じているようである。また自分の生き方に対する自信も持てないようである。これに対し自分の関心や職業についてじっくりと考え、自分に合った職業を模索している学生は、たとえ職業が決まっていなくても自信を持ち充実した毎日を送っているようである。

「自己肯定感」因子に対しては、職業未決定の「未熟・混乱」因子が有意な負の影響を、「模索」因子が有意な正の影響を与えていた。自分が職業としてどのようなことをしたいのかわからず、情緒的に混乱し、自分一人で職業を決める自信がない学生は、自分に対する評価も下がり、自分を肯定的に捉えることが難しくなるようである。これに対したとえ職業は決まっていなくても、自己の関心を深め、職業に関する情報をしっかりと収集した上で決定しようと考えている学生は、自己を肯定的に捉えることができ、自己評価も高くなるようである。

「ストレスバッファ」因子には、職業未決定の「安直」因子が有意な負の影響を、「模索」因子が有意な正の影響を与えていた。職業について深く考えようとせず、就職できるならどこでもよいという安易な考えを持っている学生は、親しく打ち解けて話せる人があまりおらず、素直に自分の感情を表現することも少ないようである。反対に職業についてしっかりと情報を集め自分の関心や適性を見定めていこうと考えている学生は、たとえ職業が決まっていなくても、素直に自分の感情を表現することができるし、本音の話をすることもできるようである。

大学生活自己効力感が幸福感に与える影響自己効力とは Bandura (1977) が提唱した概

念であり、ある成果を生み出すための行動をどの程度うまく実行できるかという予期、または確信度である。富安 (1997) は、大学生の進路決定自己効力感が高ければ、将来の見通しが肯定的になるため、未来イメージがポジティブになることを示唆している。また吉村 (2009) の結果は、進路選択自己効力感が職業未決定を媒介として、幸福感に促進的な影響を与えることを示している。このような進路決定に関する自己効力感だけでなく、より広い大学生活における自己効力感も、幸福感と強いつながりを持つ可能性が考えられる。そこで大学生活自己効力感と幸福感の関係をさらに詳しく検討するために、大学生活自己効力感の3因子を説明変数とし、ハピネス尺度の下位尺度をそれぞれ目的変数とする一括投入方式の重回帰分析を行った(表8)。「将来展望」因子に対しては大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子が有意な正の影響を、「わかりやすく伝える力」因子が有意な負の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標や計画を定め、主体的かつ積極的に取り組む姿勢を持っている学生は、現在の生活だけでなく卒業後の将来についてもしっかりとした展望を持ち、夢を実現すべく努力を重ねているようである。「分かりやすく伝える力」については予測と異なり負の影響を与えていた。自分の意見をわかりやすく整理し相手に伝えることに自信を持っている学生ほど、夢や目標がないことになる。このような結果が得られた理由の一つとして、将来に夢や目標を持っている学生ほど、「分かりやすく伝える力」の重要性を強く認識している可能性がある。そして重要であると思うがゆえに要求水準も高くなり、結果として「分かりやすく伝える力」の

表8 重回帰分析の結果（大学生生活自己効力感とハッピーネス尺度）

	ハッピーネス尺度							
	将来展望		生活充実感		自己肯定感		ストレスバッファ	
	β	ρ	β	ρ	β	ρ	β	ρ
計画性と主体的行動力	.522	.000	.324	.000	.411	.000	.131	.114
協調性とチームワーク	.070	.333	.297	.000	.286	.000	.159	.050
分かりやすく伝える力	-.179	.010	-.145	.038	.129	.029	.005	.949
R	.506	.000	.488	.000	.681	.000	.255	.003

自己評価が低くなった可能性がある。つまり夢や目標を実現するためには自分の意見を整理し相手に分かりやすく伝えることが重要であるが、今の自分にはその力が足りないと感じているのかもしれない。

「生活充実感」の因子には大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子および「協調性とチームワーク」因子が有意な正の影響を与えていた。また「分かりやすく伝える力」の因子が有意な負の影響を与えていた。学生生活を常に振り返り、さまざまな課題に対してしっかりと計画を立て積極的に取り組んでいる学生は、毎日の生活が充実し生き方にも自信が持っているようである。また社会のルールや約束を守り、意見の違う相手であっても尊重し話を聞くことができる学生も、生活にハリがあると感じ充実した毎日を送っているようである。「分かりやすく伝える力」因子については「将来展望」因子の場合と同じく「生活充実感」因子にも負の影響を与えていた。したがって自分の意見をわかりやすく整理し相手に伝えることに自信を持っている学生ほど、毎日の生活が充実していないことになる。この結果については「将来展望」と同じように、毎日の生活が楽しく充実した生活を送っている学生ほど、「分かりやすく伝える力」の重要性を強く認識している可能性がある。そのために要求水準が高くなり、結果として「分かりやすく伝える力」の自己評価が低くなったのかもしれない。この点については今後さまざまな視点からの検討が必要であると思われる。

「自己肯定感」の因子に対しては、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子、「協調性とチームワーク」因子および「分かりやすく伝える力」因子のすべてが有意な正の影響

を与えていた。大学生活においてしっかりと目標を定め、計画を立て、スケジュールを管理しながら積極的に取り組むことができる学生は、自分に誇りを感じ、成長しているという実感を持つことができるようである。またグループで作業する場合でも、メンバーと積極的に交流し、意見や立場の違いがあっても相手を尊重できる学生は、周りから信頼され自分の個性が活かされることによって、自己評価が高まり、自己肯定感も高まるようである。また自分の意見をわかりやすく整理し、相手に理解してもらえるように伝えることができるという自信は、自己肯定感にもつながるようである。

「ストレスバッファ」因子については、「協調性とチームワーク」因子が有意な正の影響を与えていた。人との約束を守り、意見の違いや立場の違いがあっても相手の話をていねいに聞き、相手を尊重できる学生は、自分の感情を素直に表現することができ、本音の話ができる人にも恵まれているようである。それによってストレスも軽減されるであろうと考えられる。

まとめと今後の課題

本研究では青年期の女子大学生を対象として、友人関係、職業未決定、大学生活自己効力感などの要因が、大学生生活満足度、学業成績、幸福感などにどのような影響を与えているかについて検討を行った。主な結果は以下のとおりである。

大学生生活満足度に負の影響を与えていたのは、友人関係の「不安・葛藤」因子のみであった。これに対し友人関係の「信頼・独立」因子、職業未決定の「模索」因子、大学生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」および「協調性と

チームワーク」因子は正の影響を与えていた。したがって友人関係に不安があり、友人とのつきあいに葛藤を感じていると大学生生活の満足度は低下するようである。反対に信頼できる友人がおり、また友人からも受容されていると感じている学生は大学生生活の満足度が高いようである。さらに職業選択に向けて前向きな気持ちでいる学生、大学生生活のさまざまな活動において他者と協調し、主体的にかつ積極的に取り組むことに自信を持っている学生も満足度が高いようである。

GPAに対しては、職業未決定の「安直」因子が負の影響を、友人関係の「ライバル」因子と大学生生活自己効力感の「協調性とチームワーク」因子が正の影響を与えていた。職業選択に向けて真剣に考えようとせず安易な気持ちでいる学生は、学業成績も低いようである。これに対し友人にライバル意識を持っている学生や、目標を立てスケジュールを管理しながら主体的に取り組むことに自信がある学生は、学業成績も高くなるようである。

幸福感については、「将来展望」、「生活充実感」、「自己肯定感」、「ストレスバッファ」の4つの下位尺度ごとにさらに詳しく検討を行った。

まず友人関係が幸福感に与える影響について検討を行った。友人関係の「不安・葛藤」因子は幸福感の「生活充実感」因子に負の影響を与えていた。友人関係に不安を抱き、つきあい方に悩みや葛藤を抱えていると、充実した毎日を送ることが難しくなるようである。「信頼・安定」因子は幸福感の「自己肯定感」と「ストレスバッファ」因子に正の影響を与えていた。信頼でき気持ちが通い合う友人がいれば、自分の個性を肯定的に受け止めることができ、ストレスに対する耐性も高まるようである。また「独立」因子も幸福感の「自己肯定感」因子に正の影響を与えていた。友人と意見が違っていても自分の意見をしっかりと述べ行動することによって、自分に誇りを持ち、肯定的に捉えることができるようになると思われる。「ライバル意識」は幸福感の「将来展望」に正の影響を与えていた。さまざまな面でライバル意識が強い

学生は、将来に夢を持ちその夢を実現しようという気持ちも強いようである。

つぎに職業未決定が幸福感に与える影響について検討を行った。職業未決定の「未熟・混乱」因子は幸福感の「将来展望」、「生活充実感」、「自己肯定感」の因子に負の影響を与えていた。キャリア意識が未成熟で職業決定に不安や焦りを感じていると、将来に対する夢や目標を持つことができず、毎日の生活もつまらなく感じ、自分の生き方に対する自信も持てなくなるようである。職業未決定の「安直」因子は幸福感の「将来展望」因子と「ストレスバッファ」因子に負の影響を与えていた。職業選択に向けて真剣に考えようとせず安易な気持ちでいる学生は、将来の夢や目標を持つことが難しく、親しく打ち解けて本音で話せる相手も少ないようである。職業未決定の「猶予」因子は幸福感のどの下位尺度にも有意な影響を与えていなかった。職業決定をしばらく猶予したいという気持ちは、幸福感とは関係がないようである。

最後に大学生生活自己効力感が幸福感に与える影響について検討を行った。大学生生活自己効力感の「計画性と主体的行動力」因子は、幸福感の「将来展望」、「生活充実感」、「自己肯定感」の因子に正の影響を与えていた。大学生活においてしっかりと目標を定め、計画とスケジュールを管理し、主体的に行動できるという自信がある学生は、将来に夢を持ち、毎日の生活が充実しており、自分の個性を肯定的に捉えているようである。また「協調性とチームワーク」因子も、幸福感の「生活充実感」、「自己肯定感」、「ストレスバッファ」の因子に正の影響を与えていた。社会のルールや約束を守ることができ、意見の違う相手であっても尊重し話ができるという自信がある学生は、毎日の生活が充実し、自分の個性を認めることができ、ストレスに対する耐性も高くなるようである。「分かりやすく伝える力」因子は幸福感の「自己肯定感」因子に正の影響を与えていた。自分の意見を分かりやすく整理し、相手に伝えることができるという自信は、自己を肯定し、自己の成長を認めるといふことにつながるようである。予測とは

異なり「分かりやすく伝える力」因子は、幸福感の「将来展望」及び「生活充実感」因子に対しては負の影響を与えていた。この結果については今後さまざまな角度からの検討が必要であると思われる。一つの解釈として、将来に夢や目標を持ち、毎日の生活が充実している学生ほど、「分かりやすく伝える力」の重要性を強く認識しているという可能性がある。それゆえ要求水準が高くなり「分かりやすく伝える力」の自己評価が低下した可能性がある。

以上の結果をまとめると、友人関係やキャリア意識、大学生活自己効力感などの要因は、大学生生活満足度や学業成績と密接な関係を持っており、大学生の幸福感に大きな影響を与えていることが明らかになったといえよう。

最後に今後の課題についていくつか述べたい。本研究の調査対象者は女子大学生であった。友人関係に関する意識やキャリア意識、また大学生活自己効力感などに対する認知構造は、男性と女性で異なる可能性がある。したがって今後は男子大学生も含めた大学生全体を対象とする調査を行い、友人関係やキャリア意識、大学生活自己効力感などの要因と幸福感の関係について検討を行うことが必要であると思われる。

本研究では友人関係やキャリア意識、大学生活自己効力感などの要因と学業成績との関連についても重回帰分析を用いて検討を行った。いくつか興味深い結果が得られたが、重相関係数の値はさほど高くない。この結果は各要因と学業成績との関係が直線的ではなく曲線的である可能性を示唆している。この点についてもさらに詳しく検討する必要があると思われる。

また本研究では、大学生生活満足度、学業成績および幸福感を従属変数として扱っている。しかしながら大学生生活満足度や学業成績は、媒介変数として幸福感に影響を与えている可能性もある。今後は本研究で得られた結果を参考にしながら、各要因の関係を因果モデルとして構築し、各要因間の影響力の大きさと向きを実証的に検討することが重要であろう。

最後に本研究では大学生活自己効力感という概念を提唱し、測定尺度を作成した。この尺度

の信頼性と妥当性については、今後より詳しく検討する必要がある。特にコミュニケーション能力に係わる発信力と傾聴力については、内容や項目数も含めて検討を行い、より実用性の高い尺度へと改良を重ねることが重要であると思われる。

引用文献

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- 榎本淳子 (2003). 青年期の友人関係の発達の变化——友人関係における活動・感情・欲求と適応—— 風間書房
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York : Longmans.
- (ハヴィガースト, R. J. 児玉憲典・飯塚裕子 (訳) (2004). ハヴィガーストの発達課題と教育 新装版 川島書店)
- 一般社団法人日本私立大学連盟学生委員会 (2015). 私立大学生生活白書2015
(http://www.shidairen.or.jp/blog/info_c/support_c/2015/09/29/18118) (2017年11月3日)
- 岩田考 (2015). 大学生の生活満足度の規定要因——全国26大学調査から—— 桃山学院大学総合研究所紀要, 40, 67-85.
- 経済産業省 (2006). 社会人基礎力
(<http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/>) (2017年11月3日)
- 前田信彦 (2017). 立命館大学におけるキャリア教育の成果と課題 立命館高等教育研究, 17, 1-18.
- 岡田涼 (2008). 友人との学習活動における自律的な動機づけの役割に関する研究 教育心理学研究, 56, 14-22.
- Schunk, D. H. (1981). Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement : A Self-Efficacy Analysis. *Journal of Educational Psychology*, 73, 93-105.
- 下山晴彦 (1986). 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, 34, 20-30.
- 徳永美紗子・松下姫歌 (2010). 青年期の友人関係における主観的幸福感、ソーシャル・スキルおよび対人交互作用の質との関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 9, 80-90.
- 富安浩樹 (1997). 大学生における進路決定自己効力と進路決定行動との関連 発達心理学研究, 8, 15-25.
- 吉森讓・植田智・有倉巳幸 (1992). ハッピーネスに関する社会心理学的研究(1)——ハッピーネス尺

- 度の開—— 日本心理学会第56回大会発表論文集, 189.
- 吉村英 (2009). キャリア意識の形成が大学生生活の満足感に及ぼす影響 京都女子大学発達教育学研究, 3, 23-33.
- 吉村英 (2012). 韓国女子大学生のキャリア意識と大学生生活の満足感および幸福感 京都女子大学発達教育学研究, 6, 41-60.
- 吉村英 (2014). 女子大学生のキャリア意識と幸福感——学部間の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 8, 31-53.
- 吉村英 (2015). 女子大学生における幸福の概念と幸福感の規定因 京都女子大学発達教育学研究, 9, 13-29.
- 吉村英 (2016). 大学生における幸福の概念——男子学生と女子学生の比較—— 京都女子大学発達教育学研究, 10, 13-30.
- 吉村英 (2017). 青年期の発達課題が幸福感に与える影響 京都女子大学発達教育学研究, 11, 1-13.