

就職活動中の心身の健康感におけるメカニズムについて

—大学生の就職活動における探索的検討—

後藤 和也¹

Mechanisms in the Sense of Physical and Mental Health When Job Hunting — An Exploratory Study of Job Hunting Activities by College Students

GOTO Kazuya

1. 緒言

大学生にとって就職活動は熾烈な選抜競争でもある。そのため、就職活動中は心身の健康感が悪化していることが指摘されている（北見・茂木・森,2009；船津,2004）。しかしながら、先行研究では主に大学生の精神的健康感に着目する傾向にあり、身体的健康感や心身の健康感におけるメカニズムは未だ不明である。そこで本研究では、就職活動中の大学生における心身の健康感について探索的に検討を行う。

2. 方法

2.1 調査対象者

民間企業への就職を希望して就職活動を行っている大学3年生の男女714名のうち、495名から回答を得られ、回答不備等を除いた457名（男子学生140名、女子学生317名）を調査協力者とした。平均年齢は21.52歳（標準偏差は1.39歳）であった。

2.2 調査材料

精神的健康感については、小杉（2000）によるストレス反応尺度のうち、「循環器系の不調」5項目、「疲労」5項目、「抑うつ」10項目を用いた。身体的健康感については、澤田・久住（2019）の心身の健康感に関する調査票のうち、「身体健康感」14項目を用いた。

2.3 調査手続き

調査時期は、2024年3月とした。上述の調査協力者に対し、インターネット調査会社を経由して回答を依頼した。統計的な分析についてはHAD（清水,2016）を使用した。

2.4 倫理的配慮

本研究は、筆者の所属先の倫理委員会における承認を得て行った。

3. 結果

3.1 確認的因子分析結果

調査項目について、それぞれ確認的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。その結果、「身体健康感」14項目のうち、「全般的な快調」のみ因子負荷量が.35未満であったため、当該項目については以下の分析から除外した。

3.2 変数間の相関分析結果

続いて、調査協力者の心身の健康感におけるようやく統計量と変数間の相関関係につい

¹ 昭和女子大学現代ビジネス研究所 研究員/山形県立米沢女子短期大学准教授

て表 1 に示す。以下のように、変数間における比較的強い有意な正の相関が示された。

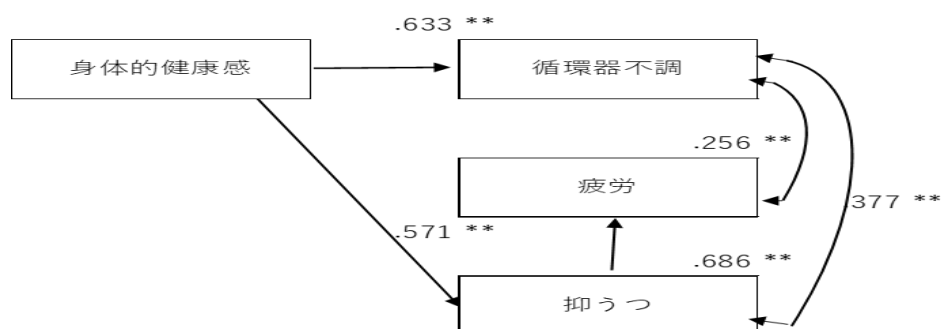
表 1 要約統計量と変数間の相関関係

	有効N	平均値	中央値	標準偏差	①	②	③	④
① 循環器不調	457	12.567	13	4.963	1.000			
② 疲労	457	14.766	15	4.762	.566 **	1.000		
③ 抑うつ	457	28.212	30	10.059	.599 **	.686 **	1.000	
④ 身体的健康感	457	29.223	29	8.343	.639 **	.418 **	.571 **	1.000

** $p < .01$

3.3 変数間のパス解析結果

上述の有意な相関関係を踏まえ、変数間のパス解析を行った。観測変数として循環器不調、疲労、抑うつ、及び身体的健康感を設定し、パスの追加と削除を繰り返しながら最適なモデルを探った。結果について図 1 に示す。このモデルの適合度指標は $\chi^2=0.888$ ($p=.346$), $df=1$, $GFI=1.00$, $AGFI=.990$, $RMSEA=.000$ であり、十分データに適合したものであるといえる。



注) パス係数の数値は標準化解。誤差変数は記載を省略した。

図 1 大学生の就職活動における心身の健康感のメカニズムのパス図

4. 考察

大学生の就職活動について、心と身体が密接に関連していた。また、探索的に行ったパス解析の結果から、心身の健康感の出発点が身体的健康感であることから、就職活動で優先すべきは身体のケアである。キャリアセンターと保健管理センター等との連携が望まれる。なお、本研究における調査協力者の多くが女子学生であった。女性は男性に比べて就職活動への不安が高い(董・松原・佐藤,2019)ことから、本研究の結果に影響を及ぼした可能性がある。今後は男女差に基づいた分析を行う必要がある。

<参考文献>

- ・船津静代 (2004) 「大学内における就職相談の役割-名古屋大学での就職相談の実践を通じて」『大学と学生』第 6 号,PP.14-25
- ・北見由奈・茂木俊彦・森和代 (2009) 「大学生の就職活動ストレスに関する研究—評価尺度の作成と精神的健康に及ぼす影響」『学校メンタルヘルス』第 12 号,PP.43-50
- ・小杉正太郎 (2000) .ストレススケールの一斉実施による職場メンタルヘルス活動の実際—心理学的アプローチによる職場メンタルヘルス活動— 産業ストレス研究,7,141-150.
- ・澤田幸子・久住武 (2019) .大学生の対面コミュニケーション能力に影響を及ぼす要因 心身健康科学,15 (1) ,14-23.
- ・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』第 1 号,PP.59-73
- ・董潔・松原耕平・佐藤寛 (2019) 「大学生の就職活動不安に与える認知行動的要因の影響」『不安症研究』第 11 巻第 1 号,PP.59-69