

構成的グループエンカウンターによる中学生の進路選択 効力感の向上

Developing Children's Career Decision-Making Self-efficacy
by The Structured Group Encounter

宮本正一* ・ 木村由紀**

MASAKAZU MIYAMOTO* ・ YUKI KIMURA**

The purpose of this study was to examine effects of structured group encounter upon career decision-making self-efficacy confidence. Subjects were one hundred and nine pupils from 3 sixth-grade classes. Thirty-seven children of the experimental group had the structured group encounters five times in their class. Seventy-six children of the control group had no experience. Results indicated that the children of the experimental group improved their career decision-making self-efficacy confidence better than the control group. These results were discussed in two cases in detail.

キーワード：構成的グループエンカウンター，自己効力感，進路選択，事例研究

Key words: structured group encounter, self-efficacy, career decision-making, case study

進路の選択は青年にとって重要な発達課題である。測上(1984a)は高校3年生の進学志望動機が家族からの影響が大きいこと，また測上(1984b)は高校3年生がはっきりした目的意識を持って進学しようとする場合には教師が大きな影響を与えることを明らかにしている。

進路選択には親の影響も大きい。小川・田中(1980)は親の職業意識が娘の職業選択に及ぼす影響を分析している。その結果，親が自分の職業を継承することを娘に期待することが娘のその職業へ就きたいという志望の高さに影響を与えているとしている。田中・小川(1981)は，母親の強い職業継承希望が看護学生の進路に影響を与えたことを報告している。続いて田中・小川(1982)は，親の生き方を子どもが敬意を持ってみるのが職業的同一視の基盤であること，親の職業を継承する希望を持つ学生の場合は親が早くからその期待を持っていたことを報告している。

しかし現代の青年は必ずしも明確な目的を持って進路を決定しているわけではない。測上(1984a)は特定の目的

がないモラトリアムの進路決定が多いことも報告している。また下山(1983)は，高校2，3年生がさまざまな模索の結果として自分の進路決定を行なっていないこと，本当の意味での職業決定のレディネスができてはいないことを指摘している。

これらのことより中学生や高校生にとって進路決定が容易なことではなく，社会人になってからの適応を考えると学校教育の場で十分な進路指導をすべきことが示唆される。つまり生徒が進路を主体的に考え選択する能力や態度を育成するために，しっかりした年間計画のもとに進路指導を行なうことが必要である。「どうせ自分は…」[「やってみようまいかないに決まっている」といった自己否定的な生徒や，「なるようになるさ。」「いけるところで…」といった進路に無気力な生徒に対して自分の進路を主体的に考え，選択していこうとする姿勢を持たせるための新たな指導，援助の必要性がある。文部省(1985)は主体的な進路選択力という用語を提出して，自己の進路を自主的・自律的に計画・選択する意志・意欲・態度を養うことが重要であるとしている。

この主体的進路選択力という概念に類似した心理学的概念が「進路選択に関する自己効力感(Career Decision-Making

* 学校教育講座(心理学)

Department of Psychology, Faculty of Education, Gifu University

** 羽島郡笠松町立笠松小学校

Kasamatsu Elementary School

Self-efficacy; Taylor & Betz, 1983)である。自己効力感とは Bandura (1977; 1992) が提唱した概念であり、「ある特定されたタイプの遂行を達成するのに必要な行動を組織立てたり、実行したりする能力に対する判断」と定義されている。この効力感は課題遂行をどれくらい努力するか、困難に直面したときどれくらい耐えうるかを決定すると考えられている。日本においても彼の理論は原野 (1979)、祐宗ら (1985)、伊藤 (1994) により紹介され、宮本・今井 (1994) は長期キャンプ体験による自己効力感の変容について、宮本・今井 (1996) は学習目標を自己設定し、それを自己評価することによる自己効力感の変容について報告している。学校教育における自己効力感については Schunk (1990) が特集を組んでいる。

Hackett & Betz (1981) や Taylor & Betz (1983) は進路決定の問題に自己効力感を適応している。そして進路不決断 (career indecision) との関係、進路成熟との関係 (浦上, 1993)、大学生の進路選択との関係 (浦上, 1995, 1996) が報告されている。また田中 (1994) も進路選択と自己認識との関係を取り上げている。

それではこの進路選択に関する自己効力感は学校教育の実践の中でどのようにしたら開発されるのであろうか。そのひとつの方法として構成的グループエンカウンターが考えられる。古田・宮本 (1997) と木村・宮本 (1998) は構成的グループエンカウンターを小学生に実施し、かれらの自己肯定度の変容を検討した。エクササイズは自己開示、自己受容、他者理解、他者受容をねらいとしている。事前と事後に42項目からなる質問紙を実施し、その変容の内実を検討した。構成的グループエンカウンターは顕著な効果をもたらしたことを、全体的分析と事例分析により明らかにしている。

そこで、本研究は一人一人の生徒が自らの進路を意欲的、主体的に考えていけるようにするために、授業の中に構成的グループエンカウンターを取り入れ、中学生の自己効力感を高めることをめざした。

方 法

被験者

岐阜市内のJ中学校の6年生、3クラスに所属する109名である。

構成的グループエンカウンター

表1 エクササイズの実施日とその内容

月日	題名と内容	形態
1回目 11/11	「気になる自画像」互いに相手に合う肯定的な言葉を25個の中から3個選び、交流する。	班
2回目 11/18	「わたしの価値観と職業」質問に答えて自分の価値観とそれにふさわしい職業を知り、交流する。	班
3回目 11/25	「私のしたいこと10」自分がしたいことを10個記入する。記号の意味を見ながら願いが当てはまるかを振り返り、交流する。	班以外で
4回目 12/4	「私は私が好きです。なぜならば…」自分の好きなところを順に友達に話していく。自分の好きなところを見つけられない場合は、周りの子と相談してもよいことにする。最低5周は、まわるようにする。	班とランダム
5回目 12/9	「25才の私からの手紙」25才の自分の姿を想像し、25才になったつもりで今の自分に手紙を書く。交流では、25才の友達から、15才の友達へアドバイスを送る。	班

エンカウンターの実施は、新しく編成された班が落ち着き始めた11月から表1のような日程と内容で行った。また、この実施には、道徳と学級活動の時間を割り当てた。従属変数

30項目から成る質問紙を作成し、5段階で評定を求めた。この質問紙を、エクササイズを実施する前後に2度実施した。

結 果

(1) 構成的グループエンカウンター中の生徒の反応

① 「気になる私の自画像」

<生徒の様子>

初めての実施になるので、生徒が十分心を開いて参加できるようにするために、ウォーミングアップとして、指圧を行った。始めは、自分の手や首を、次に班員の手を指圧するという順に行い、何が始まるか緊張していた生徒を十分リラックスさせてスタートすることができた。エクササイズではどれを選んでも、相手を誉めることになる選択肢なので、どれがふさわしいか迷いながらも、生徒は楽しみ

ながら行うことができた。友達が選んだ選択肢をみて「自分はこう思われているんだ」という自己理解と自分への自信を高めたようだった。

<生徒の一日の反省から>

今日は道徳で自分のことについてやりました。自分が思っていた自分と、人から見た自分とは同じところもあつたけれど、思ってもいなかったことを書いてくれたりして、ちょっとびっくりしました。でもうれしかった。

人に私ってどんな感じ?なんて聞くことはほとんどないし、自分のことを人がどう思っているのか分からないので、今日のような授業がたくさんあるといいと思った。

② 「私の価値観と職業」

<生徒の様子>

すでになりたい職業が決まっている生徒は自分の希望と同じ結果になると喜び、そうでない生徒は自分にはあっているのかどうかをもう一度考え直していた。その際、友達にアドバイスをもらっている生徒もいた。まだなりたい職業がはっきりとしていない生徒は、「何となく自分の希望する道と違う」とか、「なるほど自分にはこんな価値観があり、それにはこんな職業がふさわしいのか」といった自己理解を深める姿が見られた。

③ 「私のしたいこと10」

<生徒の様子>

まず、自分のしたいことを10個挙げるのに多くの生徒が苦勞していた。「普段やりたいことはたくさんあるみたいだけど、実際書くとなると思い浮かばない。」これが生徒の感想だった。時間内に10個書けなかった生徒は、交流する中で自分のやりたいことが見つかったら、書き足していつでもよいという指示を与えたところ、交流が終わる頃には、ほとんどの生徒が10個書き終えることができていた。

生徒は自分の夢や希望を友達と共有することで、自分がやりたいことがはっきりした。さらに「○○ちゃんならきっとできるよ。」といった励ましの言葉をもらい、自分のやりたいことに自信が持てたという生徒が多かった。

<生徒の感想>

“自分のしたいことはもちろんだけど、人のを聞いて、「それっていい。」と思って自分の中に取り入れた。やっぱり、自分のやりたいことはこれなんだと実感した。”

④ 「私はわたしが好きです。なぜならば…」

<生徒の様子>

自分で自分の好きなところを言うということは生徒にとって大変勇気のいることであり、とまどいを隠せない様子であった。しかし、交流を始めた頃にはすっかりと慣れ、周りの子からうまくリードしてもらって進んでいた。自分の良さを再確認し、それを友だちに認めてもらうことで自

信を持つ生徒や、もっと自分の好きなところを見つけないと思う生徒が増えた。

<生徒の感想>

“好きなところを見つけるのは難しいと思った。嫌いなところはすぐに出てくるけど、好きなところは少ない。だから、もっと自分を磨いて好きなところが多くなればいいなと思った。”

⑤ 「25才の私からの手紙」

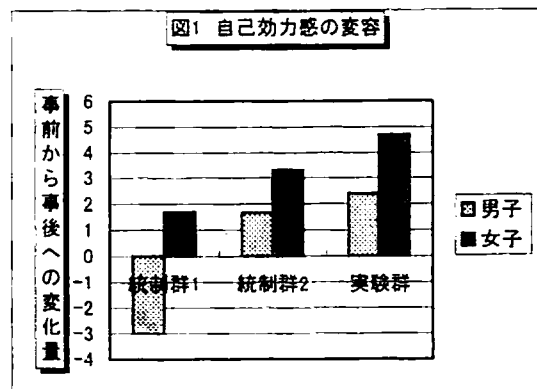
これは、25才の私が今の自分の生活職業などを語りながら、今の自分にしてほしいことを書くエクササイズである。生徒の中の多くは今までやってきたエクササイズでのことを思い出しながら、まとめているようだった。交流の中で将来看護婦さんになっているという友だちに対し、「君は看護婦さんにぴったりだから、絶対になってね。」といった手紙をもらい、より夢への意志を固くした生徒もみられた。

<生徒の感想>

“今日のエクササイズでは、みんなのやりたいことがわかって良かった。あと、みんなが私の夢について考えていろいろ書いてくれてうれしかった。絶対夢を叶えたい。”

(2) 事前と事後の自己効力感の変容

エクササイズの実施前と後に自己効力感を測定する質問紙を実施した。事後の方が事前よりもわずかではあるが、自己効力感が高くなっていった。また、統制群（エクササイズを行っていないクラス）と実験群（エクササイズを行ったクラス）を比較しても、自己効力感の伸びは、実験群が最も大きいという結果になった（図1）。



事前の合計点から事後の合計点への変化量を求め、群(3)×性別(2)の分散分析を実施した。その結果、群の主効果が有意となった ($F=3.607, df=2, p<.05$)。下位検定の結果、実験群は統制群1よりも変化量が大きかった。他の組み合わせでは有意差がなかった。また性別の効果が有意となり、女子の方が変化量が大きかった。

実験群において、特に変化があった項目を挙げると次のようになった。

項目2：苦手や不得意なことも努力すれば、やがて苦手や不得意でなくなると信じている。

項目20：今できないことも、いつかはきっとできるようになると思う。

項目23：友達ががんばる姿を見ると、焦ってしまうことが多い。(焦らないが増えた。)

項目30：周りの人は、いつも自分を応援してくれていると思う。

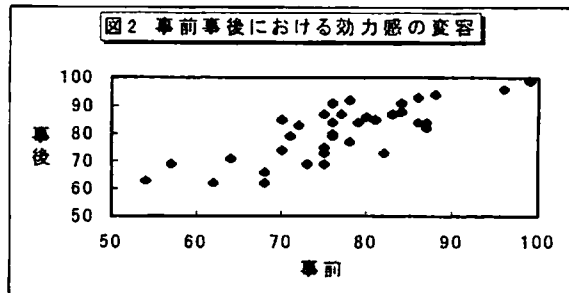
どの項目もエクササイズの内容と関わりがある項目といえる。

項目20については、特に将来のビジョンをはっきりとさせ、「君ならきっとできる」と互いに励まし合ったことによって、自己効力感が高まったのではないかと考えられる。

項目23については、互いの夢や希望を出し合うことによって、「みんなそれぞれに違う夢を持っていて、それに向かってがんばろうとしている。」という感想を述べている生徒が多かった。このことから、他者理解が深まり、単に他と比べて焦るようなことがなくなったのではないかと考えられる。

項目30については、自分の夢を交流しながら互いに励まし合うことによって、家族や先生だけでなく、多くの友達からも応援されているんだという実感がもてたため自己効力感が高まったのではないかと考えられる。

また、実験群の事前と事後の変化を分布図で表すと図2のようになった。



この図から分かるように、多くの生徒が事前より事後において自己効力感が高まっている。この分布の相関係数は0.78であり、高い相関が得られた。

<クラス全体の変化(観察より)>

まず、このエクササイズを行うことによって、クラスの中に次のような変化が表れた。

- ① クラスの雰囲気明るくなった。
- ② 男子と女子がよく話すようになった。
- ③ 進路の話題が普段の会話の中で、多く出るようになった。
- ④ 担任への進路に関する相談が増えた。(中には、友達を連れてきて一緒に考えてもらう生徒もいた。)

そして、全体としては、クラスの雰囲気が開放的になった。

(3) 「気になる生徒」の変容

① 10月に自傷行為が始まったA子

10月に入り、A子が自傷行為をしているという連絡を養護教諭から受けた。確かにA子の手や腕には、かなりの傷があった。本人の話からすると、足にもあるらしい。2年生の頃も繰り返していたと本人は比較的けろっとして担任にも話してくれた。A子は、どんなことにも前向きにがんばるが、常に誰かに認めてほしいという欲求が強い。そのため、いつも周りを意識した行動をとり、友達関係も広くて浅い。10月頃はグループも変わり不安定な時期であった。「自分を傷つけたくなるのはどんなときかわかる?」と本人に尋ねると、「ムシャクシャする時」と答えた。A子自身は、高校に行けるかどうか心配だし…と進学への不安が自傷行為の原因だと考えているようであった。

<実施中の様子>

班にもだいぶん慣れ、とても開放的になった。また、A子の班はクラスの中でも特に盛り上がり、楽しくエクササイズを実施していた班なので、本人もよく話し、よく笑っていた。振り返りシート中の質問項目1の「今日のエクササイズは楽しかったですか。」では、5段階評価で、5回とも5に○をつけていた。また、感想を書く欄には前向きなコメントが毎回書かれていた。

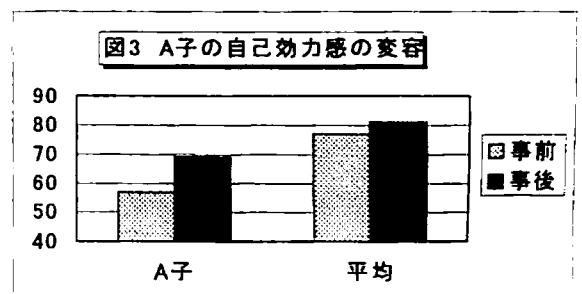
<第2回目>

自分に合っている職業ではなかったのかもしれないけれど、どれがいいのかとか、また考えるようになりました。これを機に、真剣に考えたいです。

<3回目>

今日はこんなにも自分でしたいことが見つかった。友達もいろんなことを考えていてすごいと思った。これをかなえるためにも、これからがんばっていきたい。

<自己効力感の変化>



A子の自己効力感の変化(図3)を見ると、クラス平均と比べてかなり高くなっていることが分かる。

<その後の様子>

11月中にA子は、カウンセリングを受けるようになり、今現在自傷行為は治まっている。目標とする高校も決まり、勉強に対して意欲的である。ただ、休み時間には保健室へ出かける様子は変わっておらず、今後も観察を続けると同時に、決して他の生徒と比べると高いとは言えない自己効力感を高めるような手だてを更に考えていきたい。

②最も自己効力感の低かった生徒B男

<B男について>

決して暗い生徒ではないが、どちらかというとうつむき加減で、担任の立場からすると、何を考えているのかつかみにくい生徒である。班の活動でも、自分から話すことはほとんどない。

<実施中の様子>

決して積極的に参加している様子ではなかった。自分の希望や将来について深い考えはあまり持っていないようで、話したり書いたりするときには、いつも遅れていた。ただ、第3回だけは、気のあった仲間同士が集まったので、いつもよりも口数の多い様子がうかがわれた。

<B男の感想>

<1回目>

あまり自分の将来についてとか、自分は何に向いているのかが分からなかったの、これを機に考えてみたいなあと思った。

<第3回>

自分でも気づかなかったことが、人から聞いて何となく実感することができた。

<振り返り得点の変化>

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
12	12	13	10	16

この結果から見ても分かるように、徐々にB男の関心が高まっている。この結果は自己効力感の変化にも影響し、A子同様B男も自己効力感を増大させた。

<その後の様子>

B男は自分の進路について、進んで考えるようになった。普段あまり話さないが、担任にも情報を求めに来た。また、志望校決定には、親に自分で決めると言い、夜中に一人で30分間も外を走って決めたというエピソードも聞かされた。

考 察

構成的グループエンカウンターを5回繰り返し実施した実験群は統制群1よりも有意に自己効力感を高めたが、統

制群2とは有意差が認められなかった。生徒の感想、クラスの雰囲気の変化などから構成的グループエンカウターの効果は実感できたがその有効性の結論にはさらに検討を要する。そのため、今後は4月当初から計画的に進めていくことが大切である。また普段の生活や学校行事などで、生徒が「やった!」「できた!」と感じた瞬間をうまく自己効力感へと結びつけていくことも大切である。

構成的グループエンカウンターを実施して改めて集団の大切さを感じた。今回は、グループがある程度形成された集団であったので、容易にエクササイズを導入することができたが、グループが形成されていないとなかなか難しいと感じた。また、グループの作り方によって自己開示に大きな差が見られた。この点からも、4月当初から意図的に構成的グループエンカウンターを導入していくことが大切になる。また、集団の構成や雰囲気にあったエクササイズの開発・工夫も重要となってくる。

3学期に入り、これから生徒が進路に対して主体的に関わってこられたかどうかの結果があらわれる時期となる。今後とも進路における自己効力感の変化を測定し、生徒の内面がどのように変化していくのか、また、自己効力感を高めるにはどんな手だてが有効なのかを探っていきたい。

最後に、生徒の感想を示す。

“今までわからなかった自分の心がわかったこともある。これが正しいこれでいいと考えるのではなく、これから新しい自分をどんどん見つけていきたい。エクササイズはおもしろいです。”

今後も構成的グループエンカウンターのような経験をどんどんさせていきたい。これが学校の、クラスの楽しさにつながるものと思われる。

参考文献

- Bandura, A. 1977 Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. 1992 Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanism, In Ralf Schwarzer (Ed.) *Self-efficacy: Thought control of action*. Hemisphere, Washington, Pp. 3-38.
- Hackett, G., & Betz, N. E. 1981 A self-efficacy approach to the career development of woman. *Journal of Vocational Behavior*, 18, 326-339.
- 測上克義 1984a 進学志望の意思決定に関する研究 教育心理学研究, 32, 59-63.
- 測上克義 1984b 大学進学決定におよぼす要因ならびにその人的影響源に関する研究 教育心理学研究, 32, 228-232.
- 古田信宏・宮本正一 1997 構成的グループ・エンカウンターによる児童の自己肯定度の変容 岐阜大学教科教育学研究, 5, 1-

- 11.
- 原野広太郎 (監訳) 1979 社会的学習理論：人間理解と教育への基礎 金子書房
- 伊藤秀子 1994 自己の能力を信じる：バンデューラの自己効力理論 梶田叙一編「自己意識心理学への招待」 有斐閣 Pp. 195-205.
- 川崎知巳 1994 構成的グループエンカウンターが中学生の進路意識に及ぼす効果 カウンセリング研究, 27, 132-144.
- 木村正男・宮本正一 1998 児童の肯定的自己認知に関する研究 岐阜大学教科教育学研究, 6, 1-8.
- 国分康孝 1996 エンカウンターで学級が変わる 図書文化
- 宮本正一・今井由紀 1994 集団宿泊体験を通しての自己効力感の変容 岐阜大学教育学・心理学研究紀要, 12, 71-83.
- 宮本正一・今井由紀 1996 自己目標と自己評価による自己効力感の増大 岐阜大学教科教育学研究, 4, 20-30.
- 文部省 1985 中学校・高等学校進路指導の手引き—主体的な進路選択力を育てる進路指導— (進学指導編)
- 小川一夫・田中宏二 1980 親の職業が娘の職業選択に及ぼす影響に関する研究 教育心理学研究, 28, 328-331.
- 田中宏二・小川一夫 1981 親の期待と親への同一視が看護職の継承に及ぼす影響 教育心理学研究, 29, 166-170.
- 田中宏二・小川一夫 1982 教師職選択に及ぼす親の影響—子の認知した親の期待と職業モデル— 教育心理学研究, 30, 257-262.
- 田中孝志 1994 女子学生の進路選択と自己認識 西南学院大学児童教育学論集, 20, 175-189.
- Schunk, D. H. 1990 Introduction to the special section on motivation and efficacy. *Journal of Educational Psychology*, 82, 1-3.
- 下山晴彦 1983 高校生の人格発達状況と進路決定状況との関連性についての一研究 教育心理学研究, 31, 157-162.
- 祐宗省三・春木豊・原野広太郎・柏木恵子 1985 社会的学習理論の新发展 金子書房
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. 1983 Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22, 63-81.
- 浦上昌則 1993 進路選択に対する自己効力と進路成熟の関連 教育心理学研究, 41, 358-364.
- 浦上昌則 1995 学生の進路選択に対する自己効力に関する研究 名古屋大学教育学部紀要 (教育心理学科), 42, 115-126.
- 浦上昌則 1996 女子短大生の職業選択過程についての研究—進路選択に対する自己効力, 就職活動, 自己概念の関連から— 教育心理学研究, 44, 195-203.