

進路選択における自己効力感、ソーシャルスキル、EIの関係に関する考察
—コロナ禍における3年間の大学生データを基にして—

A Study on the Relationship between Self-Efficacy, Social Skills,
and EI in Career Choice
—Based on Three Years of College Student Data During the Corona Crisis—

町 田 尚 史
MACHIDA, Hisashi

進路選択における自己効力感、ソーシャルスキル、 EIの関係に関する考察

—コロナ禍における3年間の大学生データを基にして—

町 田 尚 史

要 旨

進路選択における先行研究では、進路選択能力を高めることにより進路選択行動が活発化し、そこに進路選択自己効力感が媒介するとより進路選択行動が高まるなど多様な研究成果が報告されてきた(富永, 2009)。先行研究を踏まえて筆者らはこれまでMachida, H., & Hirakimoto, H. (2017)、Machida, H. (2021) などにおいて、大学生などの進路選択自己効力感を高める因子としてのソーシャルスキルの存在を明らかにしてきた。しかしながら2020年以降のコロナ禍においては、大学生は学業の場のみならず、課外活動やアルバイトの場においても対人関係を深める活動が制限されると共に、コミュニケーションの機会が失われ、ソーシャルスキルを高める機会は低減した。筆者らはこのような環境下においてもソーシャルスキルを高める因子としてのEI(感情知性)に着目し、2021年度の調査を基礎に町田・開本(2022)においてEI(感情知性)とソーシャルスキル並びに進路選択自己効力感の関係について明らかにしてきた。その後2021年からの3年に渡る、ソーシャルスキルに加えEI(感情知性)が大学生の進路選択自己効力感にどのような影響を及ぼしているかについて明らかにすることを目的に、大学生を対象にサーベイ調査を継続してきた。結果的にEI(感情知性)はソーシャルスキルを媒介して進路選択自己効力感に正の影響を及ぼすことが3年間の継続調査により明らかになった。

キーワード：進路選択、進路選択自己効力感、ソーシャルスキル、キャリア、EI、感情知性、
CDMSE

1. 問題意識と研究目的

大学生の進路選択におけるもっとも汎用的な就職という活動について、筆者らは進路選択能力を明らかにした上で(町田, 2017)、進路選択能力を付与すれば進路選択行動が高まり、進路不決断が回避される可能性が高いことを示し、そこに進路選択自己効力感が媒介することにより、進路選択行動が促進されることを町田(2014)、町田・開本(2016)、Machida, H., & Hirakimoto, H. (2017) などにおいて明らかにしてきた。大学生活の中で、学業やクラブ・サークル活動及びアルバイトや

地域活動などにおいて、進路選択に関する自己効力感を高めることが、進路選択行動に正の影響を与える可能性が高いといえる（町田・開本, 2022）。

自己効力感とは「自分はできる」という自らへの信頼感情であり（Bandura, 1977）、効力期待と結果期待から構成される。進路選択領域における自己効力感は、Taylor & Betz（1983）により50項目による尺度開発と共にCDMSE（進路選択自己効力感）という概念が明らかにされ、その後も様々な研究がなされている。我が国においても浦上（1995）などにより海外と比較した研究や尺度開発が行われてきた。その中では、就職という進路選択行動は、広い意味では社会参加行動であり、その場合楠奥（2007, 2009）や北見・森（2010）が明らかにした進路選択とソーシャルスキルの関係について検討が必要となると考えられている（町田・開本, 2022）。

大学もしくは大学院での学びを経て、それまで地域や社会から与えられる側から、地域や社会に対して貢献する、与えられる側に入る就職という社会参加行動においては、他との協働を含めたエンゲージメントの意識と能力が求められ、そこでは多様な価値観を持つ多様な年代の方々との協働を実現するために、ソーシャルスキルが求められることが想定される。ただ我が国でも大学生や大学院生などを含めて、青年の対人関係が希薄化していることが岡田（1995）や落合・佐藤（1996）以降重ねて指摘されてきた。日本経済団体連合会（2018）などにより民間企業の多くが本来ソーシャルスキルと呼称すべき対人関係能力を含めたコミュニケーション能力を選考で重視しながら、社会のICT化やスマホ等のツールの進化、核家族化の進行などの理由もあり直接的な人間関係が希薄となる中で、対人関係能力が後退しているとすれば、ソーシャルスキルの低下による進路選択の失敗の可能性が高まることが予想される（町田・開本, 2022）。

ではコロナ禍にて対人関係やコミュニケーションの機会が低減する中で、進路選択自己効力感を高めるとされるソーシャルスキルをどのように高めればよいのであろうか。町田・開本（2022）では、ソーシャルスキルを高める要因として、自己省察の中で学ぶことのできる非認知能力の一つである感情知性（Emotional Intelligence）（以下EIと記す）を想定した。なぜならEIとは自己の感情および他者の感情を認知し、自らの感情を自己制御する能力とされ、EIが高いことは他者との円滑なコミュニケーションを促進すると考えられるからである。したがってEIの高い個人は、それに応じてソーシャルスキルの開発や発揮が促進されると予想される。すなわちEIがソーシャルスキルの促進を通じて進路選択自己効力感を高めると考えられるのである。結論として2021年度の調査によりEIはソーシャルスキルを媒介として、大学生の進路選択自己効力感に正の影響を及ぼしていることが明らかになった（町田・開本, 2022）。本研究では町田・開本（2022）を基礎にして、2021年から2023年度までの3年間のデータをもとにソーシャルスキルとEIが大学生の進路選択自己効力感にどのように影響を及ぼすのかについて分析を深めていく。

2. 先行研究および分析モデルの構築

2. 1 EI

EIの概念が初めて提示されたSalovey & Mayer (1990)によればEIとは、自己と他者の感情を注意深く観察し、自己と他者の感情の有り様を区別し、それを情報として活用することで、自らの望ましい思考や行動を導く能力を含む社会的知性、として定義されている。その後EIの概念を普及させたのはGoleman (1995)であるとされている (Rathi & Rastogi, 2009)。Goleman (1995)のEIモデルは、①自己認識 ②共感 ③自己動機づけ ④感情の安定 ⑤関係の管理 ⑥完全性 ⑦自己啓発 ⑧価値志向 ⑨コミットメントおよび ⑩利他的行動の10要素で構成されている。EIは比較的新しい概念であるためその定義も多様であるが、本研究ではSaloveyらが提唱し、Goleman (1995)が広く普及させたとされる定義をベースにし、EIを①自己の感情を認識する能力 ②他者の感情を我がことのように認知する能力 ③自己の感情を希求する方向にコントロールする能力の3要素を含む知性であると捉え、本研究の検討を進めることとする (町田・開本, 2022)。

2. 2 EIと進路選択自己効力感の関係

EIとキャリアや自己効力感の関係に関する研究は海外を中心に活発に行われている。たとえば、Brown et al. (2003)やJiang (2014)などであり、Ordun & Akün (2017)では、トルコの大学生を対象にEIが自己効力感と中程度の正の関係 ($r=0.43$) があるとしている。さらにSantos et al. (2018)では、英国の大規模な大学に通う472人の学生を対象に調査し、EIは進路選択自己効力感を有意に予測し ($\beta=0.53$)、EI因子の中で特に自己感情評価と感情利用が進路選択自己効力感に大きな影響を与えていたと指摘している。これらの先行研究によりEIと進路選択自己効力感は正の相関関係にあることは繰り返し指摘されたことが分かる。くわえてEIが進路選択自己効力感を促進する要因であることが推察できる。したがって以下の仮説を導出した (町田・開本, 2022)。

仮説 1 EIは進路選択自己効力感に正の影響を与える。

2. 3 ソーシャルスキル

ソーシャルスキルとは、対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動とそのような対人行動の発現を可能にする認知過程との両方を包含する概念 (相川・津村, 1996) とされる。一方で相川・藤田 (2005) は ① 具体的な対人場面で用いられるもの ② 対人目標を達成するために使われるもの (対人目標とは、当該の対人場面から手に入れたと思う成果のこと) ③ 相手の反応の解釈や対人目標の決定感情の統制などのような認知過程と対人反応の実行という行動過程の両方を含むもの ④ 言語的ないしは非言語的な対人反応として実行されるもの ⑤ 学習によって獲得されたもの ⑥ 自分の対人反応と他者の反応とをフィードバック

ク情報として取り入れて、変容していくもの ⑦ 慣れない社会的状況では意識的に実行されるが、熟知した状況では自動化しているものなどの要素を含んだものであると述べ、関係開始・解読・主張性・感情統制・感情維持・記号化の6因子から構成されるソーシャルスキル自己評定尺度を構築した（相川・藤田, 2005）。筆者らが普段接している大学生・大学院生においては、彼らの知的レベルの高さと比較して必ずしも対人関係能力、コミュニケーション能力に優れている学生ばかりではない。さらに2020年1月以降、新型コロナウイルスの影響により、大学生の行動は大きな変化を余儀なくされている。人間関係を深め、異なる価値観を持つ人々とのコミュニケーションは激減し、ソーシャルスキルを高めるどころか低減させているのが現状である（町田・開本, 2022）。

相川・津村（1996）および相川・藤田（2005）によるソーシャルスキルの定義に従えば、現在の大学生および大学院生のソーシャルスキルは十分に高くないと推察される。一方ソーシャルスキルを高めることが進路選択における意思決定や行動を促進することは楠奥（2007, 2009）や北見・森（2010）でも繰り返し指摘されてきた。したがってソーシャルスキルをどのように高められるかが、大学生や大学院生の進路選択行動に強く影響を及ぼすと想定される（町田・開本, 2022）。

2. 4 ソーシャルスキルと進路選択自己効力感の関係

ソーシャルスキルと進路選択自己効力感との関係についていくつかの研究が進んでいる。楠奥（2007）では、授業を通じてソーシャルスキルが向上した津村（2002）の事例を前提としながら、進路選択自己効力感を高めるソーシャルスキル・トレーニングプログラムの試案を提示している。その後楠奥（2009）において経営学の講義受講者451名に対し、進路選択自己効力感とソーシャルスキルの関係について定量調査を実施している。その結果ソーシャルスキルが高くなれば、進路選択自己効力感が高くなるという仮説を支持する示唆が得られたとしている。特に積極的な会話スキル、自己統制スキル、ストレスマネジメントスキルといったソーシャルスキルの要素が進路選択自己効力感を強く促進することが示されている。さらにMachida & Hirakimoto（2017）においても、大学生のソーシャルスキルが進路選択自己効力感を促進する効果を持つことが示されている。このようにいくつかの定量研究を踏まえると、ソーシャルスキルは進路選択自己効力感にポジティブな影響を与えていることが予想されるものの、特に我が国では十分な蓄積がないのが現状でもある（町田・開本, 2022）。

2. 5 EIとソーシャルスキル

EIの定義にはいくつかの考えがあり、EIとソーシャルスキルの関係性においても同様の考えがある。EIの構成要素としてソーシャルスキルを捉えるか、EIの後続要因（結果変数）としてソーシャルスキルを捉えるかという点である。たとえばSalovey & Mayer（1990）によれば、EIは以下6項目に基づいているとされる。①自己認識 ②自己動機づけ ③他者の感情または共感を理解する ④

ソーシャルスキル ⑤感情の知覚 ⑥感情の理解と分析である。同様に Singh (2004) では ①自己認識 ②自己規制 ③動機づけ ④共感 ⑤ソーシャルスキルの5つの側面が組み込まれているとしている。Goleman (1998) および上記の Singh (2004) では、ソーシャルスキルはEIの構成要素となることが指摘されている (町田・開本, 2022)。

一方で Goleman (1998) はソーシャルスキルがEIの一要素であると述べつつ、EIがソーシャルスキルを規定すると少し混乱した主張をしているが、Norman & Combs-Richardson (2001) ではEIはソーシャルスキルの規定要因と捉えられている (町田・開本, 2022)。

EIとソーシャルスキルの関係性に関する定量研究として Al-Tamimi & Al-Khawaldeh (2016) では、イスラム圏の大学生338人を対象に、EIとソーシャルスキルとの相関関係について調査している。結果はEIとソーシャルスキルの間に正の相関関係のあることを指摘している。Al-Elwan (2011)、Al-Balawi (2004) および Norman & Combs-Richardson (2001) も同様にEIとソーシャルスキルの間に正の相関関係が存在すると結論づけている (町田・開本, 2022)。

先行研究を踏まえて、本研究ではEIはソーシャルスキルを高める規定要因であると考えることが適切であると判断した。また仮説1の導出過程やソーシャルスキルが進路選択自己効力感を高めることを踏まえると、EIはソーシャルスキルの向上を通じて、進路選択自己効力感を促進すると考えられるだろう。したがって以下の仮説を導出した (町田・開本, 2022)。

仮説 2 EIはソーシャルスキルを媒介して、進路選択自己効力感に正の影響を与える。

3. 分析方法と結果

3. 1 調査方法と変数の操作化

本研究の調査は、第1回は2021年6月、第2回は2022年6月、第3回は2023年6月において実施した。調査対象者はキャリア形成に関する講義を受講したA国立大学の人文科学系、社会科学系、自然科学系、薬学系、教育学系の1年生である。彼らに対し2021年度及び2022年度はオンライン講義で、また2023年度は対面講義で使用される専用情報サイトに、個人情報保護や倫理的配慮などの注記を掲載した上で、無記名で質問紙 (進路選択意識調査票) への回答を促した。回答のうち欠損値などのあった回答を除いた結果、第1回は65名、第2回は186名、第3回は185名を分析対象とした。

調査で取り上げた変数については以下の通りとした。まず進路選択自己効力感については浦上 (1995) による進路選択に対する自己効力尺度30項目版を使用した。具体的な質問項目は、「もし望んでいた職業に就けなかった場合、それにうまく対処することができる」、「自分の才能を、最も生かせると思う職業的分野を決めることができる」、「5年先の目標を設定し、それにしたがって計画を立てることができる」などである。浦上 (1995) においてはリッカート4点法にて尋ねているが、本研究の調査では、リッカート5点尺度 (1: 全く当てはまらない～ 5: 非常に当てはまる) で尋ね

ている。以下のソーシャルスキルとEIに関する質問項目についても同様にリッカート5点尺度で尋ねている。

さらにソーシャルスキルについては、相川・藤田（2005）における成人用ソーシャルスキル自己評価尺度から35項目を採用した。具体的な質問項目は、「知らない人とでも、すぐに会話を始められる」、「どちらかといえば、自分の意見を気軽に言うほうだ」、「感情をあまり面（おもて）にあらわさないでいられる」などである。

EIに関する尺度は、阿部ら（2012）により作成されたTEIQue-SF（Petrides & Furnham, 2001）の縮約版（日本語版）を使用した。TEIQue-SFはPetrides と Furnhamが2001年に開発した153項目からなるTEIQueフルバージョンを30項目にした短縮版である。TEIQue-SFの日本語短縮版（阿部ら, 2012）の信頼性係数（クロンバック α 係数）は0.87であり、オリジナル尺度の信頼性係数（ $\alpha = 0.88$ ）と同様に高い信頼性を有していることが阿部ら（2012）によって確認されている。したがって、TEIQue-SFの日本語縮約版は日本人のEIを測定する妥当な尺度であると考え、本研究で採用することにした（町田・開本, 2022）。具体的には、「相手の立場に立って考えることができ、相手の感情を自分のことのように経験できる」、「自分自身を交渉上手だと言えることができる」、「人生の中でいろんなことがうまく行くだろうと思っている」などの質問項目を採用した。

以上の進路選択自己効力感、ソーシャルスキル、EIに関する質問項目の回答結果を単純平均することで、それぞれの尺度得点を算出した。さらにまた回答者の属性をコントロールする変数として、男子学生ダミー、自宅通学ダミー、民間企業志望ダミー、文系ダミーを設定した。

3. 2 分析結果

3. 2. 1 各変数の基本統計量

本研究で中核となる進路選択自己効力感、ソーシャルスキル、EIの平均値、標準偏差などの基本統計量および信頼性係数は2021年度が表1、2022年度が表2及び2023年度が表3の通りである。

いずれの尺度も天井効果やフロア効果は確認されなかった。またいずれの尺度とも十分な内的整合性を有すると考えられる。

表 1. 本研究の中核尺度の基本統計量（2021年度）

	平均	標準偏差	度数	Cronbach α
EI感情知性	3.156	0.443	65	0.842
ソーシャルスキル	3.311	0.542	65	0.910
進路選択自己効力感	3.542	0.448	65	0.886

表 2. 本研究の中核尺度の基本統計量 (2022年度)

	平均	標準偏差	度数	Cronbach α
EI感情知性	3.115	0.488	186	0.870
ソーシャルスキル	3.266	0.529	186	0.807
進路選択自己効力感	3.475	0.531	186	0.782

表 3. 本研究の中核尺度の基本統計量 (2023年度)

	平均	標準偏差	度数	Cronbach α
EI感情知性	3.110	0.470	185	0.891
ソーシャルスキル	3.300	0.520	185	0.842
進路選択自己効力感	3.470	0.550	185	0.912

またダミー変数を含めた各変数間相関係数は2021年度が表4、2022年度が表5、及び2023年度は表6の通りである。

表 4. すべての変数間相関 (2021年度)

	進路選択 自己効力感	男性ダミー	自宅住居 ダミー	民間企業志望 ダミー	文系ダミー	EI	ソーシャル スキル
進路選択自己効力感	1						
男性ダミー	-0.089	1					
自宅住居ダミー	0.061	-0.202	1				
民間企業志望ダミー	-0.232	0.416***	-0.058	1			
文系ダミー	-0.079	-0.161	0.178	-0.441	1		
E I	0.603***	0.006	-0.062	-0.095	-0.133	1	
ソーシャルスキル	0.696***	-0.116	-0.038	-0.331	-0.022	0.724***	1

*** $p < .001$

表 5. すべての変数間相関 (2022年度)

	進路選択 自己効力感	男性ダミー	自宅住居 ダミー	民間企業志望 ダミー	文系ダミー	EI	ソーシャル スキル
進路選択自己効力感	1						
男性ダミー	-0.022	1					
自宅住居ダミー	0.026	0.014	1				
民間企業志望ダミー	0.009	0.076	0.008	1			
文系ダミー	-0.002	-0.061	0.106	-0.196**	1		
EI	0.463**	-0.056	0.067	0.118	-0.067	1	
ソーシャルスキル	0.629**	-0.053	-0.014	0.133	-0.035	0.672**	1

** $p < .01$

表 6. すべての変数間相関 (2023年度)

	進路選択 自己効力感	男性ダミー	自宅住居 ダミー	民間企業志望 ダミー	文系ダミー	EI	ソーシャル スキル
進路選択自己効力感	1						
男性ダミー	0.028	1					
自宅住居ダミー	-0.071	0.010	1				
民間企業志望ダミー	0.187	0.035	0.125	1			
文系ダミー	-0.002	-0.131	-0.001	-0.304	1		
EI	0.499***	-0.073	-0.104	-0.055	0.135	1	
ソーシャルスキル	0.668***	-0.009	-0.056	0.031	0.023	0.629***	1

*** $p < .001$

3. 2. 2 ソーシャルスキルが進路選択自己効力感に与える影響

EIやソーシャルスキルが進路選択自己効力感にどのように影響を与えるかを検証するため、前者を独立変数に、後者を従属変数にした階層的重回帰分析を行った。まず進路選択自己効力感に影響を及ぼすと考えられる性別・自宅通学・民間企業志望・文理別といった属性変数についてステップ1で投入し、その後EIをステップ2で投入した。そしてステップ3ではEIおよびソーシャルスキルを投入した。結果について2021年度は表7、2022年度は表8及び2023年度は表9のとおりである。2021年度からの3年間の継続調査を通じて、重回帰分析により判明した共通した点では第1にダミー変数は概ね有意な関連を示しておらず、これらの属性変数は進路選択自己効力感に影響を与えていないことが確認された。第2に進路選択自己効力感に対して、EIおよびソーシャルスキルが有意にポジティブな回帰係数を有していることが確認できた。さらにステップ2にて有意を示していたEIはステップ3においては有意を示さず、EIはソーシャルスキルを媒介して進路選択自己効力感に対し正の影響を与えている完全媒介モデルであることが明らかになった。したがって2021年度の調査を基本にした町田・開本（2022）同様に仮説1および仮説2は共に支持される結果となった。

表 7. EIが進路選択自己効力感に与える影響の重回帰分析結果 (2021年度)

従属変数：進路選択自己効力感

独立変数	β ステップ1	β ステップ2	β ステップ3
男性ダミー	0.035	0.003	0.009
自宅住居ダミー	0.091	0.105	0.107
民間企業志望ダミー	-0.349+	-0.226+	-0.078
文系ダミー	-0.243+	-0.12	-0.09
EI		0.572***	0.216
ソーシャルスキル			0.517**
ΔR^2	-	0.311***	0.108**
R^2	0.102	0.413	0.521

*** $p < .001$ 、** $p < .01$ 、+ $p < 1.0$

表 8. EIが進路選択自己効力感に与える影響の重回帰分析結果 (2022年度)

従属変数：進路選択自己効力感

独立変数	β ステップ1	β ステップ2	β ステップ3
男性ダミー	-0.023	0.009	0.02
自宅住居ダミー	0.027	-0.008	0.029
民間企業志望ダミー	0.009	-0.043	-0.08
文系ダミー	-0.004	0.023	0.006
EI		0.471***	0.075
ソーシャルスキル			0.591***
ΔR^2	-	0.216***	0.189***
R^2	0.001	0.217	0.406

***p<.001

表 9. EIが進路選択自己効力感に与える影響の重回帰分析結果 (2023年度)

従属変数：進路選択自己効力感

独立変数	β ステップ1	β ステップ2	β ステップ3
男性ダミー	0.030	0.058	0.041
自宅住居ダミー	-0.098	-0.045	-0.048
民間企業志望ダミー	0.219	0.219**	0.190**
文系ダミー	0.069	0.003	0.028
EI		0.510***	0.146
ソーシャルスキル			0.567***
ΔR^2	-	0.251***	0.192***
R^2	0.048	0.300	0.492

***p<.001、**p<.01

4. 考察と課題

本研究では大学生の進路選択自己効力感にEIが与える影響についてコロナ禍の2021年度より3年間継続して調査し分析してきた。本研究で明らかになったことは以下の通りである。第1に町田・開本（2022）において2021年度に調査した結果と同様に大学生にとってEIは進路選択自己効力感にポジティブな影響を与える要因であることが明らかになった。Machida & Hirakimoto（2017）により明らかになったソーシャルスキルのみならずEIも進路選択自己効力感に対し正の影響を与えていた。またEIはソーシャルスキルを媒介して進路選択自己効力感に対し正の影響を与えていた。

またこれも町田・開本（2022）において2021年度に調査した結果と同様であるが第2に民間企業志望ダミー・男子学生ダミー・自宅通学ダミー・文系ダミーというダミー変数はいずれも概ね進路選択自己効力感に有意な影響を与えていないことが明らかになった。民間企業に就職したいという進路の希望が必ずしも進路選択自己効力感に影響を与えるものではないのである。同様に男女という性差も自宅通学なのかそうでないのかという通学スタイルおよび文系や理系という所属学部の相違のいずれも進路選択自己効力感に有意な影響を与えるものではないことが明らかになった。

町田・開本（2022）においてはコロナ禍における教育現場で、EIを活用した具体的な教育手法についての可能性を提示していた。その提案ではまずEIを①自己の感情を認識する能力 ②他者の感情を我がことのように認知する能力 ③自己の感情を希求する方向にコントロールする能力の3要素を含む知性であると定義した。その上で、自分の感情を認識する能力が醸成されれば、たとえば面接選考時に自分に対してネガティブな質疑が行われても、感情的に冷静な受け答えをすることで危機を切り抜け、面接選考で望ましい結果が得られ、結果的に自己効力感が高まる、という仮説を立てた（町田・開本, 2022）。また他者の感情を我がことのように認知する能力が醸成されれば、面接選考時に面接官の立場に立ち、受け答えをすることが可能になり、面接選考の成功確率は高まるだろう。さらに自己の感情を希求する方向にコントロールする能力を醸成できれば、進路選択において第一志望の就職先に不合格になったとしても、第二志望の就職先に合格するためにはどのような努力をすればよいのか、と前向きな感情を引き出すことができるだろう。その結果進路選択自己効力感に正の影響を与えるという仮説を立てた（町田・開本, 2022）。これらの仮説を踏まえて、地方の国立A大学において2021年度後期並びに2022年度後期に、【人間関係とコミュニケーションの黄金律】という講義において、EIとは何か、EIは開発により高めることができること、自己認知ワークを含めた具体的なEI開発の手法などを講義形式により提示した。

具体的には最初にEIとは何か、について説明した。また自己の感情を認識する能力に関しては、恐れ・怒り・悲しみ・驚き・幸せ・嫌悪という基本的な感情の要素があることを明示し、自分が現在どのような感情を保有し、どのような感情に支配されようとしているかを客観的に認知させるトレーニングを自己認知のワークシート（自分取扱説明書）を活用して行った。次に①自己の感情を認識する能力および ②他者の感情を我がことのように認知する能力を高める手法として、感情の識別が自分においても、関与する他者に対しても重要なことを言語的説得で行うこと、様々な表情の写真を見せて、それぞれの表情がどのような感情を表出しているかについて議論させること、他者と交わる中で一番嬉しかった体験などのテーマを与え、1分間で、具体的にそして論理的に語るトレーニングを行った。相手の語る内容を話の終了後に要約して相手に確認を求める手法、会話において相手の目を見ず、うなずきも与えないなどの態度をとられた際に、語る側はどのような感情になるかなどの体験学習手法を用意することも、感情を我がことのように理解させるトレーニングとしては有効であると考え履行した。③自己の感情を希求する方向にコントロールする能力を高めるためには、自らが自分の感情をコントロールして、成果を挙げることが出来た経験や、反対に感情のコントロールができずに、大事な友人をなくした経験などの体験を思い出させ、その際になぜ成功したのか、なぜ失敗したのかについて考えることにより、感情のコントロールが自らに望ましい結果を生み出す源泉であることを理解させるワークショップを履行した。

受講者は、人文科学系・社会科学系・自然科学系・医歯薬学系・教育学系の1年生から4年生で、2021年度後期では合計96名が受講し、2022年度後期では合計84名が受講した。そこでEIについて

の感想をレポート提出させたところ、下記のような感想が寄せられた。(講義では学術的にEIとされる感情知性を、我が国において汎用的に使用されているEQ(心の知能指数)という用語を使用しているため、レポートではEIではなくEQという用語が使用され、ここではそのままEQの記述を記載する。)

上述のEIの定義に従い分類すれば、まず①自己の感情を認識する能力に関しては、下記のような記述がみられた。

「(自己認知のワークシートを作成した際に)自分自身の感情をきちんと理解できていないことに気づかされました。」

「EQとは今の自分の感情の状態を正しく認識し、それをコントロールする能力のことであると学んだ。」

「EQが高いことの特徴としては自己認識がしっかりできている。(中略)自己認識ができていると、自分の感情を抑えて俯瞰的な立場で物事を見られることや(中略)、人と良好な関係を築く上で大切な点が押さえられる。」

「今私は感情の調整の部分が低い(=苦手意識がある)のだが、それを知ることができたことにより、自分の特徴(感情に振り回されやすいということ)が分かり、これから直していきたいと思えるようになった。」

「現段階での自分の能力値を数値として視覚化したことで、今後自分に足りない能力を開発するためにすべきことをより明確にすることができた。」

「感情は自然に湧き出てくるようなものと思っていた自分には少し衝撃であった。感情の制御はできたとしても、感情のコントロールもすることができ感情を知性として扱い、さらにそれを鍛えることができるということは驚きであった。」

「私は感情の識別があまり及んでいないことにより自身の痛みに鈍感であり、自分自身を貶めるような考え方をして、それに深く傷ついているとしても、気づくことは稀でやめることがほとんどできていなかった。これは自尊心を傷つける行為であり、自己効力感を低迷させるには十分である。」

「EQを高める方法を聞くうちに、それが『自己効力感』を高めることにも繋がるのではないかと感じ始めた。」

次に②他者の感情を我がことのように認知する能力に関しては、下記のような記述がみられた。

「感情が理解できれば人とのコミュニケーションもうまくいくと思うし、自分の意見も主張することによって協力したりお互いを理解しあうところまでできるようになると思います。」

「授業の中で『人は聴かれるだけで、相手に好意を持つ』という内容も印象的であった。」

「EQを学んだことは、傾聴に限らず、今まで無意識にできていたかもしれない、相手への思いを正しく表し切れていない習慣を見直すいい機会になった。」

「自己効力感を高める以外に、『人の話を丁寧に聴く』ことに注力したい。」

「伝えようとしてくれている事や興味を持って聞いてくれているのがわかるので話をするのがとても楽しいと感じます。つまり社会においても話をしっかり聞くという行動は大切に、お互いに好意が伝わるのが重要だと思いました。」

「私が話を聴くことが好きな人間で良かった。私は他人に話したり話しかけたりすることに苦手意識を持っているため、話を聴くことがいつしか自分のスタンスになっていた。初対面の人や先輩の前ではより話を聴くスタンスでいる。しかし、そのスタンスのおかげで良好な人間関係が築けているのかもしれない。私は今まで人間関係で困ったことがほとんどないのだ。相手の話をきちんと聴いていれば相手も私に話すように話題を振ってくれる。そして私もその後に相手に話題を振る。こうしてみると、良好な人間関係は相手の話を聴くことから始まるのではないかと今回の講義で思った。」

最後に③自己の感情を希求する方向にコントロールする能力に関しては、下記のような記述がみられた。

「キーワードは『わかっていてもできない』でした。これはEQチェックシートで感情の利用が低かったのを感じています。感情を理解していたとしてもそれを別のものに向けて利用したりすることはとても難しいことだと思いました。」

「自分がその時感じている感情の正体を的確に感じ取り、正しく対処ができれば、どれだけ失敗して落ち込んでいてもすぐに切り替えて作業を停滞させることなく再開したり、必要以上に自分を攻め立てて自己効力感を下げることが防いだりといったことが可能になる。」

「【EQを高めるトレーニング】を通して、私は現在よりもっとEQを高めてより良い対人関係の構築ができるようになりたいと感じた。」

「授業の中で印象に残った活動として、相手の目を見ずに話を聞いた場合と、目を見て話を聞き、話す側も身振り手振りを使って話した場合の比較である。」

「EQを磨くことは自分のためにもなり、また相手のためにもなる有意義なことである。」

「EQの高さはより良い人間関係を形成する力と相関があり、また大人になってからでも伸ばすことができると学んだ。これらから、EQを高める幾つかのトレーニングを通して私自身のEQを高めたいと思った。」

「伝えようとしてくれている事や興味を持って聞いてくれているのがわかるので話をするのがとても楽しいと感じます。つまり社会においても話をしっかり聞くという行動は大切に、お互いに好意が伝わるのが重要だと思いました。」

「今はマスクで人の感情を読み取りにくい部分もありますが、極力相手の顔や仕草に意識を向けることで、相手は今おどけているだけなのか、真剣に話をしているのかなど、感情を読み取る（推定する）スキルを上げていきたいです。」

「EQが高まった状態で、他者と関わることで、『自分にも上手く人間関係を築くことができる』

という成功体験を積み重ね、自己効力感を高めることに繋がるのではないかと感じた。」

「EQはリーダーシップをとるのに必須なスキルであると考える。」

「このトレーニングでは自分の感情を正しく認識し、本当に自分が心躍っているのかを識別する能力の向上及び刺激を求めた能動的な生活が期待できる。」

その他EQ全般に関しても、下記のような記述がみられた。

「授業を受ける前はEQについて知らず、IQとの違いも分からなかった。」

「この講義を受けて初めてEQという単語を知った。人とのコミュニケーションや人間関係を形成していく上でEQ（こころの知能指数）はとても重要なものであると実感した。」

「EQは今の自分の感情の状態を認識し、それをコントロールする能力であるが、IQとは違い伸ばすことができるということに驚いたからである。」

「マスクをつけることで表情から得られる情報が数十%減少しているのだと思いました。」

「現在の教育現場では【いじめ】や【不登校】などの諸問題が多発しており、これらは人間関係の問題が原因であることも少なくない。そのため、現在の日本の教育現場では学習面だけではなく対人関係、つまりEQを高めさせる教育もこれまでよりさらに行っていくべきなのではないかと考える。」

「教育現場にてEQを育ませるような環境を作ることができれば、子どもたちのEQを高め社会に送り出すことができるのではないかとことを示していると思う。」

「就職活動に向けても高めたい能力ではあるが、人としてもとても大切な能力であると考える。」

「EQは開発することが可能であるものである、ということがとても印象に残っている。」

「現在の日本社会の教育現場について考えてみると、受験やテストなどの「学習面」についての教育が盛んであるのに対し、果たしてEQを高めさせるような「対人関係」についての教育はそれほど行われていたのだろうかと感じる。」

以上のように質的研究においても、本研究で定義したEIの3要素を向上させることができれば、ソーシャルスキルを媒介して結果的に進路選択自己効力感を向上させる可能性が推察される。

次に本研究から得られた理論的含意と実践的含意を整理する。先行研究においてアメリカではBrown et al. (2003) により、4つのEI因子（共感・感情利用・関係の処理・セルフコントロール）が、いずれも進路選択自己効力感と正の相関関係にあるとされ、トルコではOrdun & Akün (2017) により、EIが自己効力感と中程度の正の相関関係にあることが見出されている。同様にイギリスでもSantos et al. (2018) により、EIは進路選択自己効力感を有意に予測し、特に自己感情評価と感情利用というEI因子が進路選択自己効力感に大きな影響を与えていたと指摘されている。さらにアジアでもJiang (2014) により、中国と韓国の大学生を対象にEI因子の感情活用と進路選択自己効力感には高い正の相関が見られ、感情評価および感情制御と進路選択自己効力感には中程度の正の相関が見られたと報告されている（町田・開本, 2022）。

本研究においても3年間の継続調査においてEIが進路選択自己効力感にポジティブな影響を与えていることが確認された。こうした先行研究と本研究での発見事実を踏まえて、本研究の理論的含意として3点が指摘できる。第一に欧米や中東さらに中国などグローバルに研究が進展しているEIと進路選択自己効力感の関係について日本人を対象にして再確認できたことである。グローバルに得られたEIと進路選択自己効力感に関する知見が我が国でも援用可能であることを3年間に渡る継続的な大学生サンプルで検証したことは、改めてEIという概念の有用性を確認することにつながる理論的貢献である（町田・開本, 2022）。

第二には媒介分析によりEIがソーシャルスキルを媒介して、進路選択自己効力感に正の影響を与えていることを明らかにした点である。先行研究でも繰り返しEIが進路選択自己効力感を向上させることが指摘されてきた。本研究でもそうした関係性を確認できたが、くわえてその関係性のメカニズムを提示できたことが理論的貢献であると考ええる。すなわちEIはソーシャルスキルの向上を通じて、結果的に進路選択自己効力感を向上させるということである。筆者ら（Machida & Hirakimoto, 2017）はソーシャルスキルが進路選択自己効力感を向上させることを指摘したが、本研究では3年間の継続調査を基にした研究においてソーシャルスキルを高める要因としてEIを取り上げることで、ソーシャルスキルの規定要因としてのEIの可能性を改めて提示できたといえる。

第三に我が国の大学生においてEIとソーシャルスキルとの関係性について確認できたことである。我が国においてEIは、1990年代後半のEQ = 心の知能指数という翻訳がなされる中で、学術面よりも実務面からのアプローチが中心となりEIに関する研究蓄積が乏しい傾向にあった（町田・開本, 2022）。くわえてGoleman（1998）およびSingh（2004）ではEIの構成要素としてソーシャルスキルを捉える一方Norman & Combs- Richardson（2001）ではEIの後続要因（結果変数）としてソーシャルスキルを捉えるなどEI概念をめぐる幾分混乱が見られた（町田・開本, 2022）。こうした状況の中で3年間の継続調査を行うことで改めてEIがソーシャルスキルの規定要因であることが確認できたことは本研究の理論的貢献であるといえる。このことは我が国の大学生の進路選択行動のメカニズムを検討する際に有益な理論的示唆を与える。従来就職活動という進路選択の場面における進路選択自己効力感の重要性については繰り返し指摘されていたにもかかわらず、これまで進路選択自己効力感を向上させる因子が進路選択能力に限定されていた。Machida & Hirakimoto（2017）ではソーシャルスキルの有用性について提示したが、2020年1月以降コロナ禍の中で、我が国の大学生が、主流となるオンライン教育やアルバイトの中断、クラブ活動などの中止により、ソーシャルスキルを向上させるところか低減させかねない状況となった。こうした状況において3年間の継続調査の中でEIはソーシャルスキルを刺激することが明らかになったことは、進路選択自己効力感を向上させる新たなメカニズムとしてのEIの可能性を示したという点から町田・開本（2022）と併せて理論的貢献ができたと考えられる。

次に本研究の知見から得られる実践的含意について述べたい。上述の通り本調査は大学1年生を

対象に2021年、2022年というコロナ禍でオンラインによるコミュニケーションが主体となる時期に行われた。(2023年度は対面によるコミュニケーションが回復しつつある環境で調査は行われた。)こうした直接的にソーシャルスキルの向上が難しい状況においても、セルフラーニングなどによってEIを高めることができるならば、ソーシャルスキルの向上を通して、働くことへの前向きな意識を構築することが可能であると本研究の結果から示唆される。

最後に今後の研究上の課題を指摘する。これは町田・開本(2022)において指摘した点と同様ではあるが、第1にコロナ禍が完全に終息した後に同様の調査及び研究を行い、進路選択自己効力感、ソーシャルスキルとEIの関係について比較する必要がある。第2にEIの講義の受講生を対象にした、調査を継続的に進める必要があると考えられる。EIを基礎にした様々な学習やトレーニングを経て、受講者のソーシャルスキルなどがどのように変化するなどについて調査することが必要である。第3にはコモンメソッドバイアスの課題をいかに解決するかである。本研究の質問紙などではすべて自己評定で回答がなされている。バイアスを解消するために他者評価や他の複数の客観的指標などを活用し、一部の変数を測定することができれば分析結果の正確性も増すと考えられる。これらの課題については、継続的な調査を行い、改めて別の機会に報告したい。

参考文献

- 阿部恵子, 若林英樹, 西城卓也, 川上ちひろ, 藤崎和彦, 丹羽雅之, & 鈴木康之.
(2012). Trait Emotional Intelligence Que-SFと Jefferson Scale of Physician Empathy の日本語版開発と信頼性・妥当性の検討. 医学教育, 43 (5), 351-359.
- 相川充, & 津村俊充. (1996). 社会的スキルと対人関係: 自己表現を援助する. 誠信書房.
- 相川充, & 藤田正美. (2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成. 東京学芸大学紀要. 第1部門, 教育科学, 56, 87-93.
- Al-Balawi, K. B. S. (2004). Emotional Intelligence and Its Relation with Psychological Compatibility and the Social Skills among a Sample of Female Students of the Faculty of Education for Girls in the City of Tabuk (Unpublished MA research paper) . The Faculty of Education for Girls, King Saud University, Riyadh.
- Al-Elwan, A. (2011). Emotional Intelligence and Its Relation with Social Skills and Patterns of Attachment among University Students in the Light of the Variables of Specialization and Social Class of the Student. The Jordanian Journal for Educational Sciences, 7 (2), 124-144.
- Al-Tamimi, E. M. R. A., & Al-Khawaldeh, N. A. (2016). Emotional Intelligence and Its Relation with the Social Skills and Religious Behaviour of Female Students at Dammam University

- in the Light of Some Variables. *International Education Studies*, 9 (3), 131-147.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Brown, C., George-Curran, R., & Smith, M. L. (2003). The role of emotional intelligence in the career commitment and decision-making process. *Journal of Career Assessment*, 11 (4), 379-392.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.
- Jiang, Z. (2014). Emotional intelligence and career decision-making self-efficacy: national and gender differences. *Journal of employment counseling*, 51 (3), 112-124.
- 北見由奈, & 森和代. (2010). 大学生の就職活動ストレスおよび精神的健康とソーシャルスキルとの関連性の検討. *ストレス科学研究*, 25, 37-45.
- 楠奥繁則. (2007). 文科系大学生における進路選択過程に対する自己効力と社会的スキル—キャリア教育における手がかりの探究. *立命館経営学*, 46 (3), 99-121.
- 楠奥繁則. (2009). 大学生の進路選択セルフ・エフィカシー研究: KiSS-18 からのアプローチ. *対人社会心理学研究*, 9, 109-116.
- 町田尚史. (2014). 進路選択自己効力を高めるキャリア教育の成果と課題. *経営行動科学学会年次大会: 発表論文集*, 17, 169-174.
- 町田尚史, & 開本浩矢. (2016). 進路選択能力の構造に関する考察: 進路選択能力と進路選択自己効力感との関係. *商大論集*, 67 (3), 15-28.
- 町田尚史. (2017). 進路選択における自己効力感に関する研究.
- Machida, H. (2021). 博士前期課程学生における進路選択とソーシャルスキルに関する考察: 進路選択自己効力感, ソーシャルスキル, 進路選択能力の関係. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 50, 1-9.
- Machida, H., & Hirakimoto, H. (2017). An Empirical Study of Social Skills Impact on Career Decision Making. *Discussion Papers in Economics and Business*, 17 (34), Osaka University, Graduate School of Economics.
- 町田尚史, マチダヒサシ, 開本浩矢, & ヒラキモトヒロヤ. (2022). 進路選択における自己効力感, ソーシャルスキル, 感情知性の関係: コロナ禍での大学生調査をもとに. *大阪大学経済学*, 71 (4), 1-13.
- 日本経済団体連合会 (2018). 2018 年度新卒採用に関するアンケート調査結果.
- Norman, K., & Combs-Richardson, R. (2001). Emotional intelligence and social skills: Necessary components of hands-on learning in science classes. *Journal of Elementary Science Education*, 13 (2), 1-8.

- 落合良行, & 佐藤有耕. (1996). 青年期における友達とのつきあい方の発達的变化. 教育心理学研究, 44 (1), 55-65.
- 岡田努. (1995). 現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察. 教育心理学研究, 43 (4), 354-363.
- Ordun, G., & Akün, F. A. (2017). Self Actualization, Self Efficacy and Emotional Intelligence of Undergraduate Students. *Journal of Advanced Management Science*, 5 (3), 170-175.
- Rathi, N., & Rastogi, R. (2009). Assessing the relationship between emotional intelligence, occupational self-efficacy and organizational commitment. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35 (1), 93-102.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9 (3), 185-211.
- Santos, A., Wang, W., & Lewis, J. (2018). Emotional intelligence and career decision-making difficulties: The mediating role of career decision self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 107, 295-309.
- Singh, S. (2004). Development of a measure of emotional intelligence. *Psychological Studies-University of Calicut*, 49, 136-141.
- 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 (1), 63-81.
- 富永美佐子. (2009). 進路選択能力, 進路選択自己効力, 進路選択行動の関連: 中学生・高校生・大学生を対象に, 福島大学人間発達文化学類論集 (10), 39-4.
- Trigueros, R., Maldonado, J. J., Vicente, F., González-Bernal, J. J., Ortiz, L., & González- Santos, J. (2020). Adaptación y validación al contexto de la educación física de la escala de la frustración de las necesidades psicológicas el ejercicio físico, con la inclusión de la novedad como necesidad psicológica. *Revista de Psicología del Deporte*, 29.
- 津村俊充. (2002). ラボラトリ・メソッドによる体験学習の社会的スキル向上に及ぼす効果—社会的スキル測定尺度 KiSS-18 を手がかりとして. *アカデミア 人文・社会科学編*, 74, 291-320.
- 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.
- Wechsler, D. (1958). *The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence*. Williams & Wilkins.

Machida, Hisashi

Abstract

Previous research on career selection has reported a variety of research results, such as increasing career choice ability, which activates career choice behavior, and mediated by career choice self-efficacy, which further increases career choice behavior (Tominaga, 2009). Based on previous research, the authors have previously investigated social skills as a factor that increases college students' career choice self-efficacy in Machida, H., & Hirakimoto, H. (2017), Machida, H. (2021), etc. existence has been revealed. However, in the wake of the coronavirus pandemic starting in 2020, university students have been restricted not only in academic settings, but also in extracurricular activities and part-time jobs, with opportunities for communication being lost and opportunities to improve social skills reduced. did. The authors focused on EI (emotional intelligence) as a factor that improves social skills even in such an environment, and based on the 2021 survey, Machida and Kaimoto (2022) investigated the relationship between EI (emotional intelligence), social skills, and We have clarified the relationship between career choice self-efficacy. After that, we will conduct a three-year survey of university students starting in 2021 with the aim of clarifying how EI (emotional intelligence), in addition to social skills, influences university students' career choice self-efficacy. The investigation has continued. As a result, three years of continuous research revealed that EI (emotional intelligence) has a positive influence on career choice self-efficacy through the mediation of social skills.

Keywords: career choice, career choice self-efficacy, social skills, career, EI, emotional intelligence, CDMSE