学術論文

ライフ・キャリアの視点を重視した授業が大学生のキャリア意識・行動に及ぼす影響
―ワーク・キャリアの視点を重視した授業との比較検証―

小山　知子・杉本　英晴

Ⅰ　目的と背景

2007年に「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）憲章」が策定され，以後，日本では，企業，個人ともにライフスタイルやライフステージに応じた多様な働き方の実現を目指している。「憲章」では，仕事と生活が両立しにくい現状についての強い課題認識をベースに，「一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き，仕事の責任を果たすとともに，家庭や地域社会などにおいても，子育て期，中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」に向けた取り組みの重要性が強調されている（武石，2016）。策定から十数年が経ち，男女ともに働き方を見直して育児をしたいという希望が高まっており（武石，2020），2019年度の男性の育児休暇取得率は，約7.5％と女性の83.0％と比較すると大きな差は見られるものの，7年連続で上昇し続けている（厚生労働省，2019）。女子学生に行った民間調査においても47.0％が「将来の夫に育児休暇を取得してほしい」と回答し，「どちらかといえば取得してほしい」と合わせると約9割が希望している（日本経済新聞，2019）。また「出産・育児を機に退職を考える」と回答した人の割合は，14.6％と2017年の調査の約半分に減ったとしている。以上のことから，学生，社会人ともに仕事と生活の両立に対する意識の変化が読み取れる。

大学に目を向けると，2011年の大学設置基準改正により，「キャリア教育」が大学で義務化されて以来，ほとんどの大学において，キャリア教育科目が設置されるようになってきた。「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について（答申）」において，キャリア教育の基本方針は「生涯学習の観点に立ったキャリア形成を支援する機能の充実を図ることが期待される」とされ，学生にキャリアプランニング能力や課題対応能力を身につけさせることが求められている。大学で行われているキャリア教育科目について概観すると，「勤労観・職業観の育成を目的とした授業科目の開設」87.4％，「資格取得・就職対策等を目的とした授業科目の開設」82.6％，「今後の将来の設計を目的とした授業科目の開設」80.8％と就職への準備を意識した科目の割合が高く，「女性の多様なキャリアを意識したもの等，男女共同参画の視点を踏まえたキャリア教育」は33.2％，「労働者としての権利・義務等，労働法制上の知識の獲得・修得を目的とした授業科目の開設」は46.7％と半数以下である（文部科学省，2018）。仕事と家庭の両立支援制度，労働時間制度や自身の健康面を守るための知識を修得するライフ・キャリアの視点を重視したキャリア教育科目の実施割合は低く，十分に浸透しているとはいえないことがわかる。

また，大学生は雇用構造の変化により，正規雇用が6割まで減少し，非正規雇用が4割に増加しているという現状の社会構造にも目を向けておく必要がある（総務省，2019）。児美川（2013）は，現行のキャリア教育について，正規雇用されることを目的とする「正社員モデル」が前提となっており，就労に焦点化されすぎていると指摘している。これは，非正規雇用にもなりうる，変化の激しい社会に出たあとに遭遇する出来事や転機に対処するための教育ができていないことを意味する。つまり，就職したら終わりではなく，自分の人生を引き受けていく「キャリアデザイン」のマインドを持って行動すること

が求められる（児美川，2013）。今の学生がこれから社会に出て，40 年以上働く間には，社会の仕組みや労働環境，経済状況が大きく変わることも予想される。こうした点から，浮村・浦坂（2019）は，自分の志向と社会の現状とをすり合わせ，多様な選択肢から自分に合ったキャリアを選択できる力をつけることが肝要であり，生涯のキャリア形成に関する知識を得る機会を作り出すことが，大学のキャリア教育が担うべき役割の一つではないかと指摘している。

以上のような背景から，近年，ライフ・キャリアの視点を取り入れたキャリア教育の必要性が高まり，授業の実践報告や方向性に関する考察などの研究が蓄積されつつある。ワーク・キャリアに関する教育支援も継続して行われていることから，今後はそれぞれの特徴を活かした教育支援を行うという視点を持つことが重要になると考えられる。

そこで本研究では，ワーク・キャリア，ライフ・キャリアそれぞれに主眼を置いたキャリア教育の授業の効果についての比較検証を行う。教育目標が異なる授業を受けたのち，受講生の進路選択に対する考え方，捉え方にはどのような共通点あるいは相違点があるか，男女別の視点も取り入れ，検討することを目的とする。

Ⅱ　先行研究

河﨑(2011）は，仕事だけでなく，生活，生き方も生涯のキャリアととらえる「ライフ･キャリア教育」が必要であるとし，カリキュラムモデルを作成した。これによると，大学段階においては,①男女やライフステージおよび環境における共生的な社会の在り方について理解を深め，生活に関するスキルを他者支援的な活動や環境醸成に活かすこと,②将来への具体的計画，実践とともに，人生における危機や転機について知り,生涯にわたりキャリア統合を行う能力を持つことが課題とされる。加澤（2012）は，今後のキャリア教育の中心課題として，学生がどのように自分の人生の中に職業を位置づけ，どのような暮らし方を構築していくかという，人生の方向性を見つける能力を育成することを挙げている。

ライフ・キャリアに主眼を置いた授業の教育効果に関する研究は，女子大学を中心に行われている。長田・薮田（2014）は，女子大学において，結婚・出産と仕事，多様な働き方，金銭・金融教育に関する授業を受講した学生は，働くことへの固定的，限定的な考えが軽減され，自分がどのようなスタイルで働きたいか，働けるかを考えるようになったことを明らかにしている。丸山･河﨑(2016）は，ライフ・キャリアに関する能力を育成するために「自己理解」「人間関係」「意思決定」「職業開発」「生活実践」「キャリア統合」の 6 つの領域が必要だとし，ライフ・キャリア教育における授業プログラムを作成した。丸山（2016）は,女子大学で上記プログラムを実践し,他者とのつながりなどを大切にする「人間関係」,今後の仕事や人生についての展望を持つ「キャリア統合」において有意に能力が向上したとしている。荻野（2019）は，女子大学においては，職業キャリアと結婚，育児等のライフイベントについて学び，将来設計に資するプログラムを提供している大学もあるが，現行のキャリア教育の多くは卒業後の進路選択に直接関わる内容のものであると指摘し，一つの科目として時間数を確保したプログラムとしての普及は今後を待つことになるだろうと述べている。

また，浮村・浦坂（2019）は，大学でキャリア教育を受け，現在就業している 22 歳から 30 歳の男女約 3,000 人に対し，「どのようなキャリア教育を受講したか」という調査を行った。これによると，受講率が半数を超えているのは15項目中,「就職支援」「自己理解･分析」「業種･業界研究」の３項目しかなく,「金銭・金融教育」「労働市場の状況や変化」「労働安全衛生」など，ライフ・キャリアに関わる授業の受講率は 20％台と低かったとしている。また，ライフ・キャリアの科目のうち，性別による社会的な

違いを取り上げているジェンダーに関する受講者の割合は女性の方が多く，女性は自分自身の問題だととらえ，男性は自分たちの問題ととらえていない可能性があると示唆している。そのうえで，自分たちを取り巻く問題が他人事ではなく，自分と関連が深いことであるととらえられるようにならないと，主体的な学びや行動につながらないと指摘している。

以上のように広がりが見られるキャリア教育ではあるが，ワーク・キャリアに主眼を置いた内容が多く，授業内容に関しても各大学の裁量に任されていることがわかる。自分のライフステージに応じた働き方を想像し，人生の中にどのように仕事や家庭を位置づけ，どのような暮らしをしていきたいかという，ライフ・キャリアの視点を取り入れたキャリア教育はまだまだ不十分だといえる。また，ライフ・キャリアのキャリア教育に関する研究の多くは長田・薮田（2014）をはじめ、女子大学に多く見られるが（合谷，2009；横田，2016），男女ともに受講する授業については，十分な蓄積がなされていない。

そこで，本研究では，ライフ・キャリアの視点を重視した授業が大学生のキャリア意識・行動に及ぼす影響について探索的に検討する。具体的には，大学生独自の視点を検討するため，自由記述回答を収集し，分析を行ったうえで，ライフ・キャリア，ワーク・キャリアそれぞれの視点を重視した授業の教育効果を比較する。さらに浮村・浦坂（2019）の研究で，男性と女性でジェンダーをはじめ，ライフ・キャリアに対する学びの差がある可能性が見出されていることから，男女別の比較も行う。これまであまり研究が行われてこなかったライフ・キャリア教育とワーク・キャリア教育の比較検証に男女別の視点も取り入れて分析する点が本研究の独自性である。

Ⅲ　方法

1．授業科目の特徴

関東圏内の A 大学では，キャリア教育科目を担当する専任教員が，ライフ・キャリア，ワーク・キャリアそれぞれに主眼を置いた授業を行っている。授業内容については Table1 に表す。ライフ・キャリアを重視したキャリア教育科目では，「卒業後から 30 歳くらいまでに視野を拡大し，自身の各ライフステージで仕事，家庭，趣味，地域活動などを統合して考えることができるようになること，そのうえで，今後の大学生活をどのように過ごしていくか，具体的に考え，行動に移せるようになること」を目標とし，授業を構成している。一方，ワーク・キャリアに主眼を置いたキャリア教育科目では，「卒業後の進路

Table1　授業内容

講時	ライフ・キャリア教育科目	ワーク・キャリア教育科目
第1講	キャリアとライフプランニング	進路選択の準備
第2講	自己概念を理解する	自己理解Ⅰ　「働く」を考える
第3講	自分を振り返る①　ライフラインチャートの作成	自己理解Ⅱ　「自分の特徴」を知る①
第4講	自分を振り返る②　不合理な信念	自己理解Ⅲ　「自分の特徴」を知る②
第5講	現在の自分と過去とのつながりを考えるすごろく（6名グループでのワーク）	インターンシップの準備Ⅰ　進め方
第6講	ライフプランニングと働き方①　　制限・妥協理論	インターンシップの準備Ⅱ　書類（ES)の準備①
第7講	ライフプランニングと働き方②　労働の歴史と現状	インターンシップの準備Ⅲ　書類（ES)の準備②
第8講	キャリアストーリー①　企業の施策と課題	企業研究Ⅰ　企業の基本的理解
第9講	キャリアストーリー②　ライフ・キャリア・レインボー	企業研究Ⅱ　様々な企業①
第10講	キャリアストーリー③　シュロスバーグの４つのS	企業研究Ⅲ　様々な企業②
第11講	キャリアストーリー④　計画された偶発性，弱い紐帯	業界研究Ⅰ　業界の基本的理解
第12講	現在の自分とこれからの自分を考えるすごろく（6名グループでのワーク）	業界研究Ⅱ　探索のコツ
第13講	ライフプランニング①　起こりうるライフイベント	インターンシップの準備Ⅳ　選択軸
第14講	ライフプランニング②　金融教育，ライフイメージの明確化	インターンシップの準備Ⅴ　面接・マナー
第15講	プレゼンテーション　社会人へのインタビュー（事前課題）と今後の自分	総まとめ

選択に向けて準備し，その具体的な行動に移れるよう，支援すること，進路選択を行う上で必要となる「自己理解」，就職活動の準備に向けた「職業探索（仕事探し）」「業界研究」「企業研究」の方法を知り，就職活動の前段階に位置づけられるインターンシップへの準備も行うこと」を目標と位置付けている。

２．授業実施形式

本研究の授業では，ライフ・キャリア教育科目およびワーク・キャリア教育科目ともに毎回４人（もしくは３人）一組でランダムグループを作り，グループワークを実施した。そして，受講生がステップを意識しながら主体的に授業に参加できるよう，下記のように構造化した。

1. 前回の授業の振り返りとフィードバック
   前回の授業で提出されたコメントシート（授業での学び，気づきなどを 200 字程度でまとめたもの，以下，200 字ワーク）に書かれた内容を紹介し，その日の授業テーマの導入へと移る。
2. 学びの環境づくり
   授業開始後，前回の復習などを行った後，グループのメンバーの自己紹介を行い，可能な限り名前で呼び合えるようにする。その後，グループワークの進行役であるリーダーを決める。続いて，「キャンパスで使えるアイスブレイク集」（京都産業大学，2012）などを活用したアイスブレイクの時間を設け，「メンバー全員でグループワークを行っていく」という意識を高める。
3. レクチャー
   授業内容（Table1）に沿った講義を行う。
4. 個人ワーク
   レクチャー後，授業内容に沿ったワークを個人で考える。
5. グループワーク
   リーダーを中心に，個人ワークの内容をグループで共有し，お互いにフィードバックを行う。
6. 全体共有
   グループごとに出た意見，結果をクラス全体で共有し，教員がフィードバックを行う。
7. 振り返り
   200 字ワークを作成し，授業の最後に提出する。

３．調査

＜調査対象者＞

関東圏内の文系学部に在籍する大学生 197 名（男性 129 名，女性 68 名）であった。ライフ・キャリア教育科目受講者を実験群（男性 69 名，女性 39 名），ワーク・キャリア教育科目受講者を統制群（男性 60 名，女性 29 名）とした。なお，調査対象大学においては，全員が１年次の必修科目の一つとして，これから始まる大学生活をいかに有意義に過ごすか考え，計画することを目標としたキャリア教育科目を受講する。2 年次以降にライフ･キャリア教育科目とワーク･キャリア教育科目の中から自由に選択し，受講することが可能となっている。本研究では，1 年次必修のキャリア教育科目を受け，調査時点で 2 年次以降のキャリア教育科目を初めて受講する人を対象とした。

＜調査内容＞

質問①「この授業を受けて，今後自分の進路をどのように選択していきたいと思いましたか。」，質問

②「この授業を受けて，以前より考えるようになったり，行動するようになったことはありますか。あるとしたら，どのようなことでしょうか。できるだけ具体的に例を挙げて説明してください。」という教示に自由記述形式で回答を求めた。

＜調査時期と手続き＞

2019 年 7 月下旬にキャリア教育科目の授業中に行われた。調査の同意が得られた学生に，上記の調査内容を含んだ質問紙を配布し，授業内に回収した。本研究は駿河台大学の研究倫理審査にて承認を得た（承認番号：01 駿研倫第 1-3 号）。

＜分析方法と妥当性信頼性の確保＞

KJ 法を用いて分析した。KJ 法は多数の質的データを比較しながら関係性を明らかにする手法として優れており，本研究に最適であると判断した。分析にあたっては川喜田研究所と契約を結んだ KJ 法研修機関で基礎研修受けた。その後，キャリア心理学を専門とする研究者により検討された。その際，意味が重複していないか，複数の解釈可能性がないか，意味を理解しにくい項目がないか，抽象的な項目がないかという検討がなされた。

Ⅲ　結果

自由記述回答の意味内容を KJ 法で分類した結果，最終的に質問①は 16 カテゴリー，質問②は 18 カテゴリーに分類された。

1．質問①の分析結果

分類された 16 のカテゴリーについて，全体，さらには性別ごとに実験群と統制群の回答率を算出した（Table2）。

実験群全体の回答率が最も高かったカテゴリーは,「多重役割（仕事･家庭）を考えて選択していきたい」であった。以下，全体の回答率が 5%を超えるカテゴリは，順に「興味のない仕事・職業も探し、進路選択の幅を広げていきたい」「自分に合っている仕事・職業を探していきたい」「就職後や将来のことも考えて選択していきたい」「給与や経済的なことも考えて選択したい」「自分（の能力）を生かせる職業を選択していきたい」「業界についてもっと調べ，理解を深めていきたい」であった。

一方，統制群全体の回答率が最も高かったカテゴリーは，「興味のない仕事・職業も探し、進路選択の幅を広げていきたい」であった。以下，全体の回答率が 5%を超えるカテゴリーは，順に「自分に合っている仕事・職業を探していきたい」「就職後や将来のことも考えて選択していきたい」「明確化された職業に向けて選択していきたい」「自分に合っている仕事･職業を探していきたい」「多重役割（仕事・家庭）を考えて選択していきたい」「自分（の能力）を生かせる職業を選択していきたい」であった。

比率の差の検定の結果,「多重役割（仕事・家庭）を考えて選択していきたい」は，全体および女性において統制群より実験群のほうが比率が有意に高かった。男性においても統制群より実験群のほうが比率が高い傾向が示された。「興味のない仕事・職業も探し，進路選択の幅を広げていきたい」は，全体および女性において，実験群より統制群のほうが有意に比率が高かった。「自分に合っている仕事・職業を探していきたい」「就職後や将来のことも考えて選択していきたい」「自分（の能力）を生かせる職業を選択していきたい」「業界についてもっと調べ，理解を深めていきたい」は，全体および男女ともに実験群と統制群の比率に差は見られなかった。「給与や経済的なことも考えて選択したい」は, 全体,

および男性において，統制群より実験群のほうが有意に比率が高かった。

実験群全体の回答率が 5%以下のカテゴリーのうち，比率の検定を行い，差がみられたのは次の 3 カテゴリーであった。「生活のことも考えて選択していきたい」は，全体として統制群よりも実験群のほうが有意に比率が高い傾向が示された。「明確化された職業に向けて選択していきたい」は，全体および男性において，実験群よりも統制群のほうが有意に比率が高く，女性については実験群よりも統制群のほうが比率に高い傾向が示された。「就業体験をもとに選択していきたい」は，全体において，実験群よりも統制群のほうが比率に高い傾向が示された。

以上の結果から，実験群，統制群ともに就職活動し，内定取得できればそれで終わりと考えるのではなく，就職後や将来にも目を向け，進路を選択していきたいという意識に高まりが見られた。実験群の結果からは，人生には各ライフステージで担う役割を有しているという考え方を持つようになったことが示された。統制群は，就職活動に向けた自己理解，職業理解を深め，就業体験をもとに進路を決めていこうとする進路探索行動の促進が見られた。

２．質問②の分析結果

分類された 18 のカテゴリーについて，全体，さらには性別ごとに実験群と統制群の回答率を算出した（Table3）。

実験群全体の回答率が最も高かったカテゴリーは，「就業条件をふまえて働き方を考えるようになった」と「多重役割をふまえて働き方を考えるようになった」であった。以下，全体の回答率が 5%を超えるカテゴリーについては順に「志望していない企業について調べるようになった」「将来について具体的に考えるようになった」「仕事､就職について考えるようになった」「他者への興味, 関心が高まった」「資格を取ろうと思い始めた」「以前よりも行動力が増した」「以前よりも人と積極的に話すようになった」であった。

統制群全体の回答率が最も高かったカテゴリーは，「インターンシップに申し込んだ（エントリーを含む）」であった。以下，全体の回答率が 5%を超えるカテゴリーについて，順に「就業条件をふまえて働き方を考えるようになった」「志望していない企業について調べるようになった」「仕事，就職について考えるようになった」「以前よりも行動力が増した」「求人情報を見るようになった」「就職行事に参加するようになった（参加の検討も含む）」「自分について考えるようになった」であった。

比率の差の検定の結果，「就業条件をふまえて働き方を考えるようになった」「志望していない企業について調べるようになった」「仕事, 就職について考えるようになった」「以前よりも行動力が増した」「以前よりも人と積極的に話すようになった」は，全体および男女ともに実験群と統制群の比率に差は見られなかった。「多重役割をふまえて働き方を考えるようになった」は，全体および男女において，統制群より実験群のほうが有意に比率が高かった。「将来について具体的に考えるようになった」と「他者への興味，関心が高まった」は，全体および男性において，統制群より実験群のほうが比率が有意に高かった。「資格を取ろうと思い始めた」は, 全体において統制群よりも実験群のほうが有意に比率が高く, 男性は統制群より実験群のほうが有意に比率が高い傾向が示された。

実験群全体の回答率が 5%以下のカテゴリーのうち，比率の検定を行い，差が見られたのは次の 4 カテゴリーであった。「インターンシップに申し込んだ（エントリーを含む）」「求人情報を見るようになった」「就職行事に参加するようになった（参加の検討も含む）」は全体と男性において，実験群よりも統制群のほうが有意に比率が高かった。また，「自分について考えるようになった」も全体および男性において実験群よりも統制群のほうが有意に比率が高い傾向が示された。

Table 2　質問①の自由記述回答における KJ 法による分類と実験群・統制群の回答率

カテゴリー			回答率 実験群	回答率 統制群
1　多重役割（仕事・家庭）を考えて選択していきたい	全体	**	20.4%	5.6%
仕事一筋ではなく，結婚し，年を取った後のことも考えて就職を考える	男性	†	14.5%	5.0%
将来，結婚，出産することも頭に入れたうえで就職を考えていかなければと思っている	女性	*	30.8%	6.9%
2　興味のない仕事・職業も探し，進路選択の幅を広げていきたい	全体	*	18.5%	23.6%
特定の職に固執することなく，もっと多面的な選択の仕方をする	男性		21.7%	28.3%
「自分には向いていない」と決めつけないようにしたいと思った	女性	**	12.8%	41.4%
3　自分に合っている仕事・職業を探していきたい	全体		11.1%	15.7%
志望している業界をもっと調べ，不向きかどうか検討していきたい	男性		8.7%	11.7%
自己分析から自分に合った業種・業界を見つけたい	女性		15.4%	24.1%
4　就職後や将来のことも考えて選択していきたい	全体		10.2%	10.1%
将来への見通しもある程度してから選択していきたい	男性		5.8%	11.7%
就職できれば終わりではなく，大事なのはその後だと学んだので，これをふまえて進路を考えたい	女性		17.9%	6.9%
5　給与や経済的なことも考えて選択していきたい	全体	**	9.3%	0.0%
やりたい仕事をするのもいいが，経済的な面を考える必要がある	男性	**	11.6%	0.0%
給料や残業代についてもよく考えたうえで就職を考えなければと思っている	女性		5.1%	0.0%
6　自分（の能力）を生かせる職業を選択していきたい	全体		5.6%	5.6%
自分の長所を生かせる職業に就きたいと思う	男性		4.3%	5.0%
コミュニケーション力を活かしていける職に就きたい	女性		7.7%	6.9%
7　業界についてもっと調べ，理解を深めていきたい	全体		5.6%	4.5%
興味のある仕事を見つけたら調べてみたい	男性		8.7%	5.0%
志望する業界についてもっとよく調べたうえで選択していきたい	女性		0.0%	3.4%
8　生活のことも考えて選択していきたい	全体	†	3.7%	0.0%
収入の多い，少ないで仕事を決めるのではなく，生活のことも考えて選択したい	男性		4.3%	0.0%
将来の生活のことも考えながら選択していきたい	女性		2.6%	0.0%
9　自分に無理のない選択をしていきたい	全体		2.8%	4.5%
体調が崩れないよう，自分の生活に合った業界を選びたい	男性		2.9%	5.0%
そこの会社で長く続けていけるかを考えて就職先を決めたい	女性		2.6%	3.4%
10　人的資源を活用して選択していきたい	全体		2.8%	0.0%
人脈を広げて情報を得て，物事を決め，就職する	男性		1.4%	0.0%
たくさんの人に話を聞いて，仕事や会社を選択していきたい	女性		5.1%	0.0%
11　人生を考慮して選択していきたい	全体		2.8%	0.0%
充実した人生を歩めるように職に就きたい	男性		4.3%	0.0%
自分が後悔しない人生を送る	女性		0.0%	0.0%
12　やりたいことを仕事にしたい	全体		2.8%	3.4%
自分のやりたいことを主として，就職を考える	男性		2.9%	3.3%
好きなこと，やりたいことを中心に考える	女性		2.6%	3.4%
13　決めている職業・進路について深めていきたい	全体		1.9%	2.2%
食品メーカーをメインに大・中小企業を探り，就職を目指す	男性		1.4%	3.3%
志望する業界に向けて勉強を頑張りたいと思っている	女性		2.6%	0.0%
14　明確化された職業に向けて選択していきたい	全体	**	0.9%	10.1%
マーケティングに関する仕事，サービス業に勤めたいと考えている	男性	*	1.4%	11.7%
公務員か不動産関連	女性	†	0.0%	6.9%
15　就業体験をもとに選択していきたい	全体	†	0.0%	3.4%
調べるだけでなく，実際に体験して選んでいきたい	男性		0.0%	3.3%
さまざまな業種を受け，目で見て決めたい	女性		0.0%	3.4%
16　その他	全体		1.9%	2.2%
	男性		1.4%	1.7%
	女性		2.6%	3.4%

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$,
注1）それぞれのカテゴリーにおける下段は協力者の自由記述回答
注2）実験群における全体での回答率が高いカテゴリーから順に示す

Table 3　質問②の自由記述回答における KJ 法による分類と実験群・統制群の回答率

カテゴリー			回答率 実験群	回答率 統制群
1　就業条件をふまえて働き方を考えるようになった	全体		15.2%	14.1%
職種よりも勤務時間，給与，休日なども考えて仕事を探すようになった	男性		15.5%	14.0%
給料，退職率，有給消化日数など自分の生活に影響しそうな部分を見るようになった	女性		20.6%	14.3%
2　多重役割をふまえて働き方を考えるようになった	全体	***	15.2%	0.0%
男性にも育休があるとのことで自分の働き方に取り入れていきたいと思った	男性	**	13.8%	0.0%
子育てと仕事の両立について考えるようになった	女性	*	14.7%	0.0%
3　志望していない企業について調べるようになった	全体		13.0%	11.3%
自分にとって身近な仕事，そうでない仕事もよく見て調べるようになった	男性		8.6%	8.0%
興味のない業界も詳しく調べたことで幅広く業界を見られるようになった	女性		20.6%	19.0%
4　将来について具体的に考えるようになった	全体	*	9.8%	1.4%
将来についてそこまで深く考える事はなかったが，この授業がきっかけで考えるようになった	男性	**	13.8%	0.0%
将来についてより具体的に考えるようになった	女性		2.9%	4.8%
5　仕事、就職について考えるようになった	全体		8.7%	9.9%
就職に熱がなかったが，意識を高く持って就活について考えるようになった	男性		8.6%	12.0%
自分がどういう仕事がしたいかを考えるようになった	女性		8.8%	4.8%
6　他者への興味，関心が高まった	全体	*	7.6%	0.0%
人の生き方についていろいろと知り，自分も同じようなことをしようと思うようになった	男性	*	8.6%	0.0%
ほかの人の考えというものを気にするようになった	女性		5.9%	0.0%
7　資格を取ろうと思い始めた	全体	*	7.6%	0.0%
資格に関して情報収集して，講座に申し込んだ	男性	†	6.9%	0.0%
今年中に資格を3つ，取得する	女性		8.8%	0.0%
8　以前よりも行動力が増した	全体		6.5%	7.0%
やろうか迷っていたことを実行するようになった	男性		5.2%	6.0%
今自分がすべきことは何かを考え，課題に積極的に取り組むようになった	女性		8.8%	9.5%
9　以前よりも人と積極的に話すようになった	全体		5.4%	4.2%
知らない人にも話しかけて，会話を広げられるようになった	男性		8.6%	6.0%
わからないことは人と話すことで解決するようになった	女性		0.0%	0.0%
10　志望する企業について調べるようになった	全体		3.3%	4.2%
関心のある分野の企業について今までよりも多く調べるようになった	男性		1.7%	4.0%
自分が気になる企業を調べるようになった	女性		5.9%	4.8%
11　他者の意見を参考にしながら選択していきたいと思うようになった	全体		3.3%	4.2%
公務員志望の先輩に試験内容を聞くなど，人に話を聞くようになった	男性		3.4%	4.0%
すでに働いている友人に就職後の時間の使い方を質問したりしている	女性		2.9%	4.8%
12　インターンシップに申し込んだ（エントリーを含む）	全体	***	2.2%	18.3%
あまり興味のなかった業界のインターンシップに申し込んだ	男性	***	0.0%	20.0%
3つの業界のインターンシップに申込，うち1つに参加した	女性		5.9%	14.3%
13　インターンシップについて調べたり考えている	全体		1.1%	4.2%
以前よりもインターンシップに積極的に参加して見聞を広げたいと思うようになった	男性		1.7%	4.0%
インターンシップについて調べた	女性		0.0%	4.8%
14　自分について考えるようになった	全体	*	0.0%	5.6%
自分について振り返る時間が増えた	男性	†	0.0%	6.0%
自分が卒業後に何をしているのか，考えるようになった	女性		0.0%	4.8%
15　求人情報を見るようになった	全体	**	0.0%	7.0%
就活サイトをひんぱんに見るようになった	男性	*	0.0%	8.0%
マイナビを一日1回，開いている	女性		0.0%	4.8%
16　就職行事に参加するようになった（参加の検討も含む）	全体	**	0.0%	7.0%
合同説明会に行って，さまざまな企業の話を聞いた	男性	*	0.0%	8.0%
就職行事への参加を考えるようになった	女性		0.0%	4.8%
17　授業の受け方について考えるようになった	全体		0.0%	2.8%
どの授業を受けたら，将来仕事でどのように役に立つのか，考えるようになった	男性		0.0%	4.0%
テストへの取り組みを考えて授業を受けるようになった	女性		0.0%	0.0%
18　その他	全体		1.1%	5.8%
	男性		1.7%	6.0%
	女性		0.0%	4.8%

*** $p < .001$，** $p < .01$，* $p < .05$，† $p < .10$，

注1）それぞれのカテゴリーにおける下段は協力者の自由記述回答

注2）実験群における全体での回答率が高いカテゴリーから順に示す

以上の結果から，実験群，統制群ともに就業条件に目を向け，業種，業界について詳しく調べたうえで進路を選択するという意識が促されている。実験群は人生の各ステージで増減する役割への理解が促されたと同時に資格の取得に向けた意識，行動に，統制群は，自己理解や職業探索の方法を知り，インターンシップに向けた準備，行動に変化が確認されている。

Ⅳ　考察

本研究では，ライフ・キャリアの視点を重視した授業が大学生のキャリア意識・行動に及ぼす影響について探索的に検討するため，ライフ・キャリア，ワーク・キャリアそれぞれの視点を重視した授業の受講者の自由記述回答を収集し，分析を行った。先行研究（浮村・浦坂, 2019）において，男性と女性でライフ・キャリアに対する学びの差がある可能性が見出されていることから，ライフ・キャリア教育とワーク・キャリア教育の比較検証に男女別の視点も取り入れて分析することが目的であった。

探索的な検討という性質上，キャリア教育科目の授業の効果について KJ 法で分類されたカテゴリー別に統計的検定を実施した。ただし，これは第一種の過誤の増大につながるため，今後は，効果の種類を整理し，より構造化された形で受講効果を検討していく必要がある。そのための一助として，KJ 法で分類された個々のカテゴリーに注目した受講効果について考察を行う。

1．ライフ・キャリアの視点を重視した授業が受講生に及ぼす影響

(1) 多様な役割への認識

人生の各ステージで増減する役割に目を向け，仕事の位置づけを考えられるようになることを教育目標とし，第 8 講から 11 講にかけて多様な役割を有する男女 4 名を選び，彼らのキャリアストーリーを紹介した。人生における役割についてはスーパー（D.E.Super）の理論的アプローチである，ライフ・キャリア・レインボーを取り入れた。

スーパーは，キャリアは単に労働者としてのキャリアに限定されるものではなく，さまざまなライフ・スペースにおける役割（子ども，学生，余暇人，市民，労働者，家庭人，その他）の組み合わせであると述べている（Super, 1980）。授業では，4 名の人生においてどの年代に役割が増減しているのか，視覚的に認識できるよう，ライフ・キャリア・レインボーに当てはめながらストーリーを紹介した。そして，受講生には，自分が彼らと同じ状況に遭遇したらどのような道を選択するか，考えながらストーリーを聞くよう，促した。4 名のキャリアの概略は次のとおりである。

第 8 講：育児休暇を 2 度取得後，短時間勤務制度や自治体の子育てサポートシステムを活用しながら就業継続している女性

第 9 講：業務に必要なスキルを磨くため，正社員から非正規雇用（業務委託契約）へと働き方を変えたが，結婚を機に正社員として再就職し，現在に至っている男性

第 10 講：勤務先が倒産の危機に遭い，家族のことも考え，資格所得や転職活動を行ったが，会社の業績が回復し，そのまま就業継続している男性

第 11 講：正社員として企業に勤務したのち，出産を機に退職し，無職期間を経て現在，大学教員をしている女性

星野（2019）は，3 年次生のキャリア教育科目の授業において，自身のライフ・キャリア・レインボーを公開し，勤労観，人生観を伝え，受講生にも自身のライフ・キャリア・レインボーを作成させた。その結果，将来への仕事，生活，自己肯定感，自己受容に肯定的な変化が見られたと述べている。しかし，結婚，出産，担う役割の変化に伴う働き方に関する自由記述回答は見られていない。本授業では，「仕

事一筋ではなく，結婚し，年を取った後のことも考えて就職を考える」「将来，結婚，出産することも頭に入れたうえで就職を考えていかなければと思っている」という記述回答に見られるように，キャリアストーリーをライフ・キャリア・レインボーにあてはめるとどうなるか，想像させたことにより，仕事と家庭，趣味などのバランスを取り，育児休暇制度を活用して就業継続するなど，役割の組み合わせを視野に入れ，進路を考えていくという意識が高まったことがうかがえる。加えて，将来にわたって自分の能力を活かして働くために，具体的にどのようなことをしたらよいかを考え，資格の取得をはじめとした意識，行動面に影響を与えたと考えられる。

(2) 起こりうるライフイベントとライフプラン

卒業後から 30 歳くらいまでに視野を拡大し，幸せな生活を送るために，自分にとって欠かせない，大事なものは何かを見出せるようになることを教育目標に第 12 講から 14 講にかけて授業を進めた。第 11 講までのキャリアストーリーで学んだように，大学卒業後から 30 歳くらいまでの間には，親から独立する，結婚する，出産する，住宅を購入するなど，あらゆるライフイベントが起こりうる。ライフプランの実現には，「生きがい（心)」「健康づくり（体)」「家庭経済（お金)」の 3 つのバランスを取ることが重要であると伝えた。第 12 講では，希望する働き方，将来欲しいと思っている子どもの人数，旅行や趣味, 学習など, これからチャレンジしてみたいと考えていることを具体的に書き出すよう, 促した。第 13 講では，実際の支出額，自分の働き方がどれだけの収入を生むかという現実を知るために，全国銀行協会のウェブサイト「自分で描く未来図　ライフシュミレーション」も活用した。最後に新卒採用で正社員として働いた場合の平均年収，給与明細を示し，手取り収入についても解説を加えた。

その結果,「給料や残業代のこともよく考えたうえで就職を考えなければと思っている」「収入の多い，少ないで仕事を決めるのではなく, 生活のことも考えて選択したい」という記述回答に見られるように，将来の生活や金銭面に配慮し，進路を選択するという意識が高まったと考えられる。特に独立生計を立てながら，自分が大事にしている趣味の活動費用，正規雇用と非正規雇用の収入差など，現実的な金額に対する理解が進んだと思われる。

長田・薮田（2014)，杉本（2019）はライフ・キャリアの視点を取り入れた授業に「お金」という現実的な題材を取り入れたことにより，家庭経済，給与に目を向け，就職活動や就職後の生活を充実させたいという意欲を促していることがうかがえたとしている。本授業においても同様に「お金」を題材にした授業は，将来どのようなスタイルで働きたいかという，ライフへの視点を高める効果を持っていることが確認された。

(3) ライフ・キャリアに関する教育が男子学生に及ぼす効果

「職種よりも勤務時間，給与，休日なども考えて仕事を探すようになった」「男性にも育休があるとのことで自分の働き方に取り入れていきたいと思った」などの記述回答に見られるように，ライフ・キャリアの視点を重視した授業は，男子学生にとって，多重役割をふまえた働き方，勤務時間と給与に対する意識を高める教育効果を有していることが見出された。

授業では，一人 3 つまで，就きたいと思っている職業と予想する年収および残業時間を書き出してもらった。しかし，自分が希望している職業の年収，残業時間についての正確な情報を持っておらず，資料を提示して初めて実情を知ったという受講生も少なくなかった。

尾崎（2001）は，大学生に将来の見通しについて自由記述を求めたところ，男子学生は卒業後，ずっと働くことを前提としているためか，結婚後のライフスタイルに関する記述はまったく見られず，女子

学生に限られていたと述べている。杉本（2012）によれば，「働くこと」に対する価値観は，労働者としての役割だけでなく，その他の役割とのバランスである役割特徴が変容することと相互作用しながら，キャリア発達にともない変容していくと述べている。本研究においても，受講前の段階において，大学卒業後は仕事を中心とした生活を送るというイメージが大きかったと思われる。しかしながら、授業を通じて、多重役割への理解が進み、「働くこと」以外にも目を向けられるようになったと考えられる。その結果，自分が興味・関心を抱いている仕事に着目して職業選択するだけでなく，役割が増えたときのことも視野に入れ，業界ごとに異なる勤務形態，残業時間，休暇制度，収入についてよく考えたうえで進路を検討していきたいという意識が高まったと思われる。

(4) ライフ・キャリアに関する教育が女子学生に及ぼす効果

「子育てと仕事の両立について考えるようになった」「将来，結婚，出産することも頭に入れたうえで就職を考えていかなければと思っている」という記述回答に見られるように，本授業は女子学生に対して，結婚，出産することも視野に入れたうえで進路を検討するという意識に影響を及ぼしていることが示された。

神田（2000）によれば，女子学生は，就職やその後のキャリア形成において，男子学生に比して情報が十分に得難いと述べている。この点から，授業では，子供を産むという女性特有のライフイベントに着目し，出産を機に企業を退職，育児休暇制度を活用しながら就業継続，という 2 つのキャリアパターンを紹介した。さらに近年，女性の就業を取り巻く支援制度が充実し，特に子供を持つ女性の就業継続者が増加している背景についても取り上げた。安達（2008）は，女子学生のキャリア支援について，現実の社会のつながりや実現可能性に意識を向け，早いうちから行動させる支援について考えていかなければならないと指摘している。本授業で，仕事と家庭を両立しながらバランスよく生活していくための支援制度や実例を知ったことにより，多様な役割をいつ，どのように担うかについても考えながら進路を選択するという意識が高まったと考えられる。

２．ワーク・キャリアの視点を重視した授業が受講生に及ぼす影響

(1) 進路探索行動の促進

卒業後の進路選択に向けて準備し，その具体的な行動に移れるようになることを教育目標に，第 1 講でキャリアセンター職員が就職行事および参加方法を概説するという時間を組み込んだ。第 2 講以後もキャリアセンターが主催する就職行事を案内し，参加することのメリットとキャリアセンターは就職活動に関する重要な情報を有していることを伝えた。その結果,「就職行事への参加を考えるようになった」「合同説明会に行って，さまざまな企業の話を聞いた」という記述に見られるように，学内の行事だけでなく，学外の説明会に参加するなど，進路探索行動にプラスの影響を与えたと考えられる。

田澤（2014）は，キャリア意識の低い学生の方がキャリアセンターにネガティブなイメージを持っていることを実証的に明らかにし，キャリアセンターが話しやすい雰囲気を形成していきながらも，キャリアセンターの機能を評価してもらえるように学生からの信頼を得る必要があると述べている。杉本（2019）は，授業でキャリアセンター職員が話すことにより，面識ができ，キャリアセンターに足を運ぶハードルを下げることにつながるとしている。本授業においても，第 1 講からキャリアセンター職員と連携したことで，就職行事に参加することへのハードルが下がり，インターンシップの情報を得た学生も少なくないと考えられる。先行研究と同様に，キャリアセンター職員，就職行事と授業との連携は，学生の進路探索行動を促進させ，就職活動や就職を充実させる意欲を高めているといえよう。

(2) 職業選択の明確化

第 8 講から 12 講にかけて，企業研究，業界研究の方法を取り上げ，インターンシップへの申し込みおよび参加につなげることを教育目標とし，授業を進めた。日常生活ではあまりかかわることのない業種・職種（B to B）について調べるワーク，多くの業種・業界から自分に適していると思うものを選択していくワークを行いながら進めていった。

その結果,「食品メーカーをメインに大･中小企業を探り, 就職を目指す」という記述回答にあるように，多数の企業の中から自分なりの基準を持って職業を選択できるようになったことがうかがえる。そして，「3 つの業界のインターンシップに申込，うち一つに参加した」との記述に見られるように，職業選択を明確にするための行動を起こしていたことが示された。

下村（2012）は，大学生の就職活動の本質的な難しさについて，膨大な企業の中から自分のターゲットを探さなければならない，何を基準に仕事を選択したらよいか不明確である，アルバイト程度の就職活動しか経験したことがない，人間の持つ情報処理能力には限界がある，時間的制約があることに起因すると述べている。本研究の結果においても，本格的な就職活動の前に自分なりに大まかな業種や業界を絞り，自分なりに「これは重視しよう」という選択基準を明確にできると進路探索行動が促進されることが見出された。

(3) ワーク・キャリアに関する教育が男子学生に及ぼす効果

「就活サイトをひんぱんに見るようになった」「あまり興味のなかった業界のインターンシップに申し込んだ」などの記述回答に見られるように，本授業は男子学生のインターンシップ参加に対する意識を向上させ，求人情報を見る，就職行事に参加するという行動に影響を及ぼしていることが見出された。

現在，キャリアセンター主催の就職行事は，学生の任意参加であり，対象も 3 年次生以上が多い。メールなどで配信しているものの，1 ～ 2 年次生は関心を持って着目していない可能性がある。この点をふまえ，授業では，キャリアセンターと有機的に連携していることを伝え，毎回の授業の終わりに行事の案内をした。安達（2004）によれば，大学の就職行事の多くは任意参加の形をとっており，主体的に動ける学生と全く活動に参加しない層の分化が起こりやすい。そのため，すべての層を対象とした働きかけを行うことが望まれると述べている。本授業で，何を基準に仕事を選択していけばよいかを理解したことにより，求人情報を見る，合同説明会や就職行事に参加してみようという意識が高まったことが示された。授業内で，大学としてどのような就職支援を行っているか，伝えることにより，主体的に行動する男子学生が少しずつ増加した可能性が考えられる。

(4) ワーク・キャリアに関する教育が女子学生に及ぼす効果

「特定の職に固執することなく，もっと多面的な選択の仕方をする」「『自分には向いていない』と決めつけないようにしたいと思った」という記述回答に見られるように，本授業により，女子学生の約 4 割が，選択の幅を広げたうえで進路を検討するという意識を持つようになったことが示された。

授業では，自分の長所や強みを書き出し，自己 PR 文を作成するなど，過去から現在までを見つめたうえで，自分に適した業種・業界を見つけ，選ぶためのポイントを伝えた。自己 PR 文の作成では，グループを通じてメンバーからフィードバックをもらうことで，客観的に映る自分像，特にこれまで気がつかなかった長所を認識できるようにした。また，卒業生がどのようにして就職先を決め，現在働いているかを紹介する 5 分程度のインタビュー映像を取り入れた。男子学生と比較すると女子学生は，就職やその後のキャリア形成を考えるにあたり，モデル不在，情報不足（神田, 2000：安達, 2008）の中，進

路を選択していかなければならないことが多い。しかしながら，自分の能力や長所を見つめ直し，卒業生という身近なモデルの進路選択の過程や現状を知ったことにより，女子学生は，多様な選択肢から自分に合った進路を選ぶための知識を得たと考えられる。

Ⅴ　まとめと今後の課題

本研究による分析から，ワーク・キャリアの視点を重視した授業において，受講生はこれまで興味，関心を抱いていなかった仕事，職業にも目を向け，進路選択の幅を広げようと考え，インターンシップに申し込むなど，進路探索行動の促進が見られた。殊に男性は，情報収集を行い，キャリアセンター主催の就職行事に参加するなどの行動につなげていた。女性は授業により，自分の長所や可能性に気づき，適している仕事，職業を幅広く調べたうえで進路を検討するという意識が高まったことが示された。これらの結果については，先行研究（中間，2008 ： 杉本・佐藤・寺澤，2014）と同様の結果が得られたといえる。働くということを考える際，自分にとって重視すべき選択基準がある程度，明確であるなら，就職活動を進めやすくなる（下村，2012）という点からもワーク・キャリアの視点を重視した授業は，重要な意味を持つと考えられる。

一方，ライフ・キャリアの視点を重視した授業において，受講生は，各段階における多様な役割について理解を深め，起こり得るライフイベントに向けて，具体的なイメージを持てるようになったことが示唆された。「お金」という現実的な題材を取り入れたことにより，家庭経済，給与に注目し，就職活動や就職後の生活を充実させたいというキャリア意識を高めていた。とりわけ，男性にこの傾向が強く見られた。女性については，これまで就職，大学卒業後のキャリア形成に関する情報が得にくい，モデルが不在という課題が指摘されてきた。しかし，女性のさまざまなキャリアパターン，企業，個人が目指している仕事と生活の調和の実例を具体的に伝えたことにより，多重役割へのイメージが持てるようになることが示された。

「労働者」の役割について，杉本（2012）は，生活の中で担う多様な役割の一つでしかなく，「家庭人」「余暇人」など，「労働者」以外の役割を通してやりたいことや好きなことが見つかるのであれば，それらを充実させるために働き方を考えることも可能である，と述べている。本研究においても「将来についてそこまで深く考えることはなかったが，この授業がきっかけで考えるようになった」「人の生き方についていろいろと知り，自分も同じようなことをしようと思った」などの記述回答に見られるように，受講前は将来についての考えがまとまっておらず，特にやりたいことがない，という状態の受講生が少なからずいたと思われる。しかし，授業を通じ，他者のキャリアストーリーを知り，「労働者」以外の役割を通したやりたいことや好きなことが見つかったことにより，それらを充実させるための生き方，働き方を考え出せるようになった可能性がある。つまり，多重役割の視点を持つことで，大学生が以前よりも自分の将来について考え，行動しようというキャリア意識を高める効果を有していることが示されたといえよう。

以上のことから，将来について考えたくない，特にやりたいことが見つからない，という状態の大学生に対し，教育課程内に多重役割の視点を取り入れた授業を配置すると，キャリア意識を高める効果が期待できるのではないかと考えられる。新型コロナウィルス感染症（COVID-19）の流行をはじめ，流動的な社会環境において，一見遠回りのように思えるかもしれないが，大学生が自身のライフ・キャリアを柔軟にデザインしていくうえで，多重役割は重要な視点ではないだろうか。

最後に本研究の限界と今後の課題について述べる。本研究により，ライフ・キャリアの視点を重視した教育の重要性は確認できたが，どのような授業内容が多重役割の視点を持つことにつながるか，また

多重役割に対する認識がどのようにキャリア意識に影響を与えるかまでは分析できていない。これらの点について，今後，とりわけ多重役割に注目した質問紙調査を実施し，意識が変化しない学生と変化した学生に事後インタビューなどを実施し，分析していく必要がある。さらに就職不安や進路探索行動などの尺度を用いて授業の実践の評価を行っていくことを本研究の課題としたい。

引用文献

安達智子「大学生のキャリア選択―その心理的背景と支援」『日本労働研究雑誌』No.533, 2004 年，27-37 頁。

安達智子「女子学生のキャリア意識―就業動機，キャリア探索との関連―」『心理学研究』第 79 巻第 1 号，2008 年，27-34 頁。

中央教育審議会「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について（答申）」文部科学省，2011 年。

合谷美江「女子学生に焦点をあてたキャリア教育の必要性について」『国際経営論集』No.38, 2009 年，175-188 頁。

星野宏「ライフ・キャリア・レインボー作成による大学生の将来に対する意識変容」『日本福祉大学全学教育センター紀要』第 7 号，2019 年，101-108 頁。

一般社団法人　全国銀行協会「自分で描く未来予想図　ライフプランシュミレーション」https://www.zenginkyo.or.jp/special/lps/（最終確認日：2020 年 9 月 27 日）

神田道子『女子学生の職業意識』，2000 年，勁草書房。

河﨑智恵「ライフキャリア教育における能力領域の構造化とカリキュラムモデルの作成」『キャリア教育研究』Vol.29, 2011 年，57-69 頁。

加澤恒雄「高等教育機関におけるキャリア教育の現状と課題」『工学教育』Vol.60（1），2012 年，4-10 頁。

厚生労働省「雇用均等基本調査」，2019 年。https://www.mhlw.go.jp/content/11901000/000676815.pdf（最終確認日：2021 年 2 月 27 日）

児美川孝一郎『キャリア教育のウソ』筑摩書房，2013 年，172 頁。

京都産業大学キャリア教育研究開発センター　Ｆ工房「キャンパスで使えるアイスブレイク集」，2012 年。http://www.kyoto-su.ac.jp/features/f/action/book.html（最終確認日：2020 年 9 月 27 日）

丸山実子「高等学校・大学におけるライフキャリア教育の実践」『奈良教育大学教職大学院研究紀要「学校教育実践研究」』第 8 号，2016 年，67-75 頁。

丸山実子・河﨑智恵「ライフキャリア教育における授業プログラムの枠組 構築－日米家庭科教科書分析を手がかりとして－」『奈良教育大学教職大学院紀要「学校教育実践研究」』第 8 号，2016 年，59-66 頁。

文部科学省「平成 28 年度大学における教育内容の改革状況について（概要）」2018 年。https://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/daigaku/04052801/__icsFiles/afieldfile/2019/05/28/1417336_001.pdf（最終確認日：2020 年 9 月 27 日）

中間玲子「キャリア教育における教育効果の検討―キャリアに対する態度と自己の変化に注目してー」，『京都大学高等教育研究』第 14 号，2008 年，45-57 頁。

日本経済新聞「今春就職の女子学生，「夫も育休」9 割希望」2019 年 4 月 30 日朝刊。

荻野佳代「ライフキャリアの視点から見たキャリア教育の方向性」『神奈川大学心理・研究論集』第 45 号，2019 年，19-28 頁。

長田尚子･薮田由己子「女性のライフプランニングを志向した授業実践―共通教育科目「女性とキャリア」の開発と評価―」『現代女性とキャリア』第 6 号，2014 年，89-101 頁。

尾崎仁美「大学生の将来の見通しと適応との関連」溝上慎一編『大学生の自己と生き方』，ナカニシヤ出版，2001 年，167-198 頁。

下村英雄「就職はなぜ難しいのか」若松養亮・下村英雄編『大学生のキャリアガイダンス論』，金子書房，2012 年，13-24 頁。

総務省「平成 31 年（2019 年）労働力調査」，2019 年。

杉本英晴「何のために働くのか」若松養亮・下村英雄編『大学生のキャリアガイダンス論』，金子書房，2012 年，43-58 頁。

杉本英晴・佐藤友美・寺澤朝子「キャリア科目「自己開拓」の長期的教育効果―就職ガイダンスへの参加状況及び卒業時点の進路状況からの検証―」，『中部大学教育研究』No.14，2014 年，15-20 頁。

杉本英晴「キャリア教育課程の新設およびキャリア教育科目の開発・実施とその効果 中部大学全学共通教育科目「社会人基礎知識」を事例として」永作稔・三保紀裕編『大学におけるキャリア教育とは何か』，ナカニシヤ出版，2019 年，33-67 頁。

Super,D.E. A life-span, life-space approach to career development, *Journal of Vocational Behavior, 16* (3)，(1980)，pp. 282-298.

武石恵美子『キャリア開発論』，2016 年，中央経済社。

武石恵美子「出産・育児期のキャリア形成」武石恵美子・高崎美佐編『女性のキャリア支援』，2020 年，中央経済社，85-110 頁。

田澤実「キャリア意識の高低とキャリアセンターに対するイメージ」『キャリアデザイン研究』Vol.10，2014 年，157-164 頁。

浮村眞弓・浦坂純子「大学におけるキャリア教育が就業意識に与える影響―画一的なキャリア展望強化に関する一考察」『キャリアデザイン研究』Vol.15，2019 年，73-86 頁。

横田明子「女子大学生のキャリア形成意識とワーク・ライフ・バランス」『広島大学大学院教育学研究科紀要』第二部　第 65 号，2016 年，265-271 頁。