

令和6年度卒業論文

大学生の正課外活動（広義）への取り組みがキャリアレジリエンスに与える影響 —武蔵大学生の取り組みに注目して—

経済学部経営学科 4年 木村彩乃
所属ゼミ 伊藤誠悟ゼミ

要旨

本研究は、大学生の正課外活動（広義）がキャリアレジリエンスに与える影響を明らかにすることを目的としている。キャリアレジリエンスは、困難や逆境に柔軟に対応し、回復する能力で、VUCA 時代やメンタルヘルス問題、人生 100 年時代において重要な資質として近年注目を集めている。

本研究では武蔵大学（121 名）の学生に限定して調査を行った後、因子分析と重回帰分析を行った。因子分析からは、「目標達成に向けた取り組み」「運営」「内省」「イベントに向けたメンバーとの協調」「積極的な関与」の 5 つの因子に分かれることが分かった。その後、各因子と先行研究で課題となっていた「正課外活動（狭義）の種類」「正課外活動（狭義）の役割・役職」「準正課活動の有無」を説明変数、キャリアレジリエンスを従属変数として重回帰分析を行った。その結果、「目標達成に向けた取り組み」「内省」「体育系の正課外活動（狭義）に所属していること」がキャリアレジリエンスに正の影響を与えることが示された。また、さらなる分析として、キャリアレジリエンスに正の影響を与えた「目標達成に向けた取り組み」「内省」「体育系の正課外活動（狭義）に所属していること」の関係について重回帰分析を行った。その結果、「体育系の正課外活動に所属していること」は「目標達成に向けた取り組み」に正の影響を与えているため、間接的にもキャリアレジリエンスに正の影響を与えているということが分かった。

ここから、大学生のキャリアレジリエンスの獲得を促す上では、正課外活動（広義）を通して目的意識を持って取り組むこと、目標に対して定期的に振り返ること、体育系の活動を経験することが重要だということが示された。