―心理学科開設 30 周年記念企画―

心理学科卒業生の生涯キャリアの実態

1992 年 4 月に発足した昭和女子大学心理学科が2022年で 30 周年を迎えました。
これを記念して、卒業生の現在の状況を把握し、在学生のキャリア形成の参考とすることを目的に、
2022 年 8 ～ 9 月に「卒業生キャリア・アンケート」を実施しました。その結果を報告いたします。

1．調査実施の手続きとご協力いただいた方について

心理学科にご住所またはメールアドレスのご登録があり、ご連絡を取ることができた心理学科の卒業生に、はがき・メール（はがきで 618 名、メールで 305 名　ただし、はがき・メールの両方で依頼した方あり）調査へのご協力を依頼しました。

アンケート調査については、Google Form を用いて回答を集めました。156 名の方からご回答をいただくことができました。図 1 から、幅広い年代の方にご回答いただいたことがわかります。

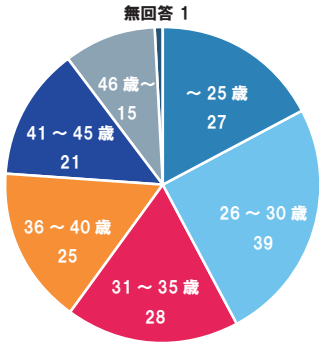


図 1．ご協力いただいた方の年齢分布
＊グラフ内の数値は人数を示す

2．あなたが日常的に行っている活動を教えてください（複数選択可）

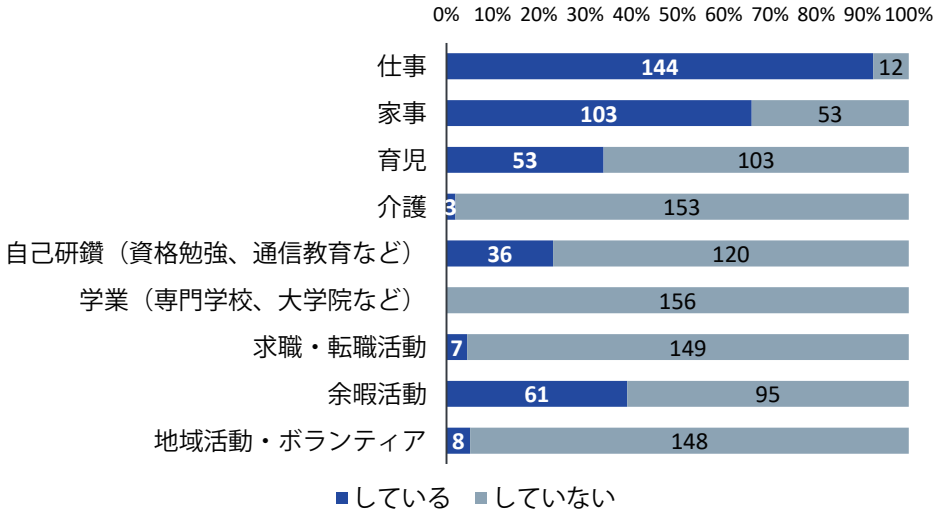


図２．それぞれの活動を日常的に行っているかどうか

90% 以上の方がお仕事をしていました。お仕事をしながらも、家事・育児・介護などご家庭のことにも取り組んでいることがわかりました。さらに、学校に通っている方はいませんでしたが、自己研鑽をしている方が 23%、余暇活動をしている方が 40%となり、ワーク・ライフ・バランスを保ちながら、充実した毎日を送っている方も多いようです。

3．あなたの現在のお仕事の雇用形態について教えてください（現在、お仕事をされている方のみ）

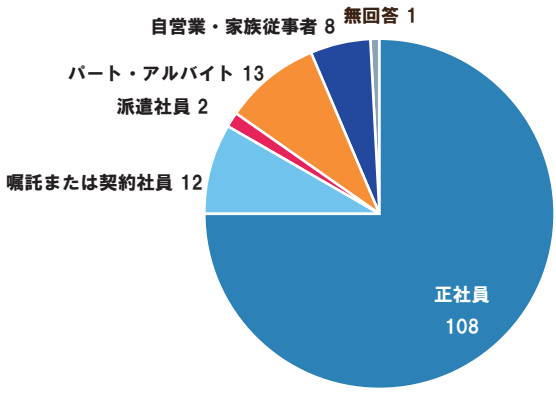


図３．雇用形態の分布

75% と多くの方が正社員として勤務されていることがわかりました。パート・アルバイトや自営業・家族従事者など、ご自身のライフスタイルに合わせていると考えられる働き方を選択している方も一定数いました。

4．あなたの現在のお仕事の業種を教えてください（現在、お仕事をされている方のみ）

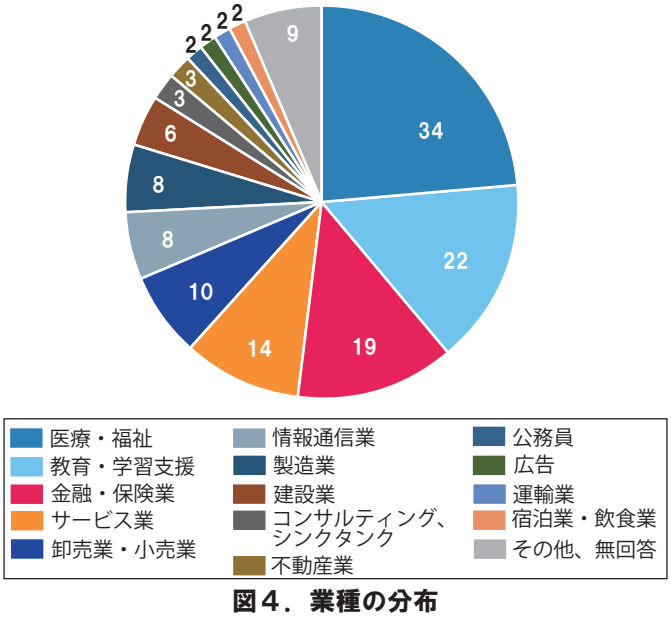


図４．業種の分布

業種が多様であることは、心理学科の卒業生の特徴と言えるでしょう。中でも、人数の多かった医療・福祉業、教育・学習支援業は、心理学の学びを活かすことができると考えられる業種です。

5. 卒業後の最初の勤務先における勤務について教えてください

①現在もその勤務先にお勤めですか？　②いいえの方は、卒業後の最初の勤務先にどのぐらいの期間お勤めでしたか？

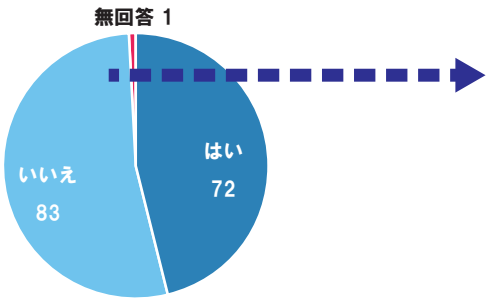


図 5-1. 最初の勤務先に勤めているか

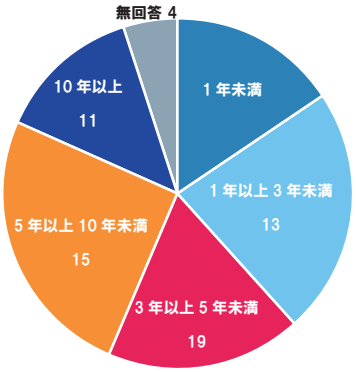


図 5-2. 最初の勤務先での勤続期間

転職することがめずらしくはない時代ですが、46%の方が現在も卒業後の最初の勤務先に勤務していること、やめた方の中でも、5 年以上勤務した方が 38%にのぼることがわかりました。在学中の就職活動において、自分に合った、働きがいのある就職先を探すことが大切ですね。

6. あなたがこれまでに取得した心理学関連の資格を教えてください（複数選択可）

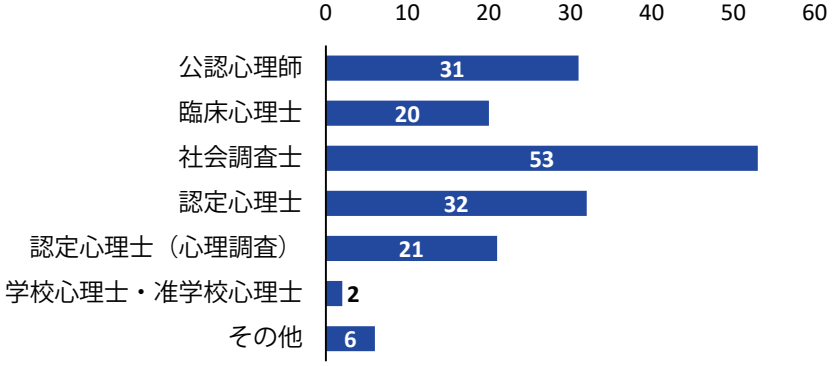


図 6. 資格を所有している人の人数

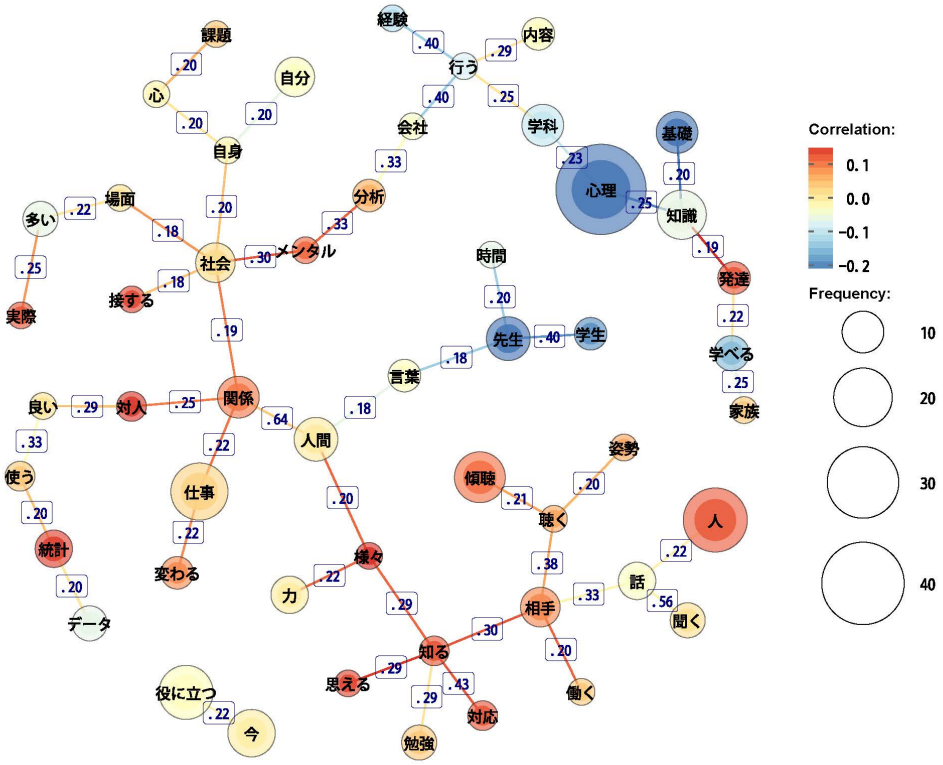
「社会調査士」の資格を持っている方が、もっとも多いという結果となりました。2 つ以上の資格を持っている方が 56 名 (36%) いました。また、心理学科在籍時には学科では取得ができなかったと考えられる資格もあり、卒業後にご自身で目標を定めて取得されたことがうかがえます。

2 の日常的な活動に関する質問でも、「自己研鑽」をしているという回答が一定数見られたことから、卒業後も学びを続けている卒業生の方の様子を知ることができました。

7. 心理学科で学んだことで今に活きていることを教えてください

ここからは、自由記述によりご回答いただいた項目です。計量テキスト分析という手法を用いて、自由記述の内容にどのような特徴が見られたのかについて分析しました。

図の見方：円の大きさは言葉の登場回数の多さを、数値は大きくなるほど語と語の結びつきが強いことを表します。
青色になるほど卒業して間もない人、**赤色**になるほど卒業後の年数が長い人に多く見られることを意味します。



卒業後間もないうちは…

「心理」学の「基礎」「知識」を「学べた」ことが役に立っていると感じるという感覚に留まっていますが、

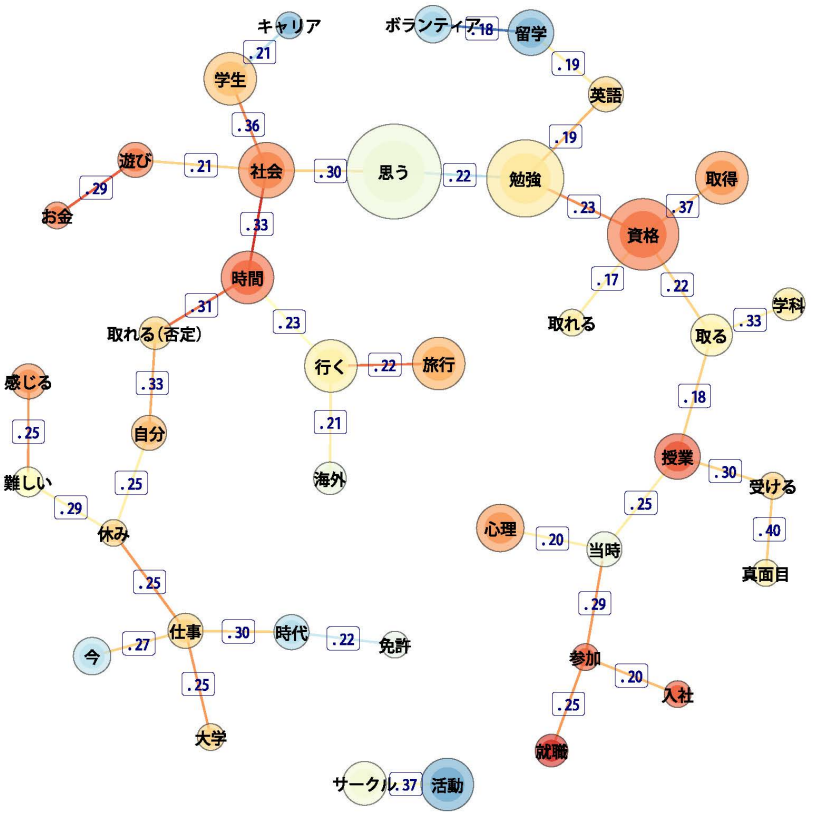
卒業後の経過年数が長くなると…

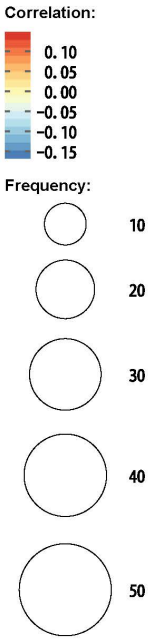
「相手」の「話」を「聞く」ことや「相手」を「知る」ことで「対応」を考えるなど、「対人関係」上で実際に心理学の学びが活かされていると感じるようになっていくこと、

また、「統計」や「分析」など具体的な「仕事」に知識を活かせていると感じるようにもなっていく

ということが示唆されました。

8．「大学時代にやっておけば良かった」と感じることについて教えてください



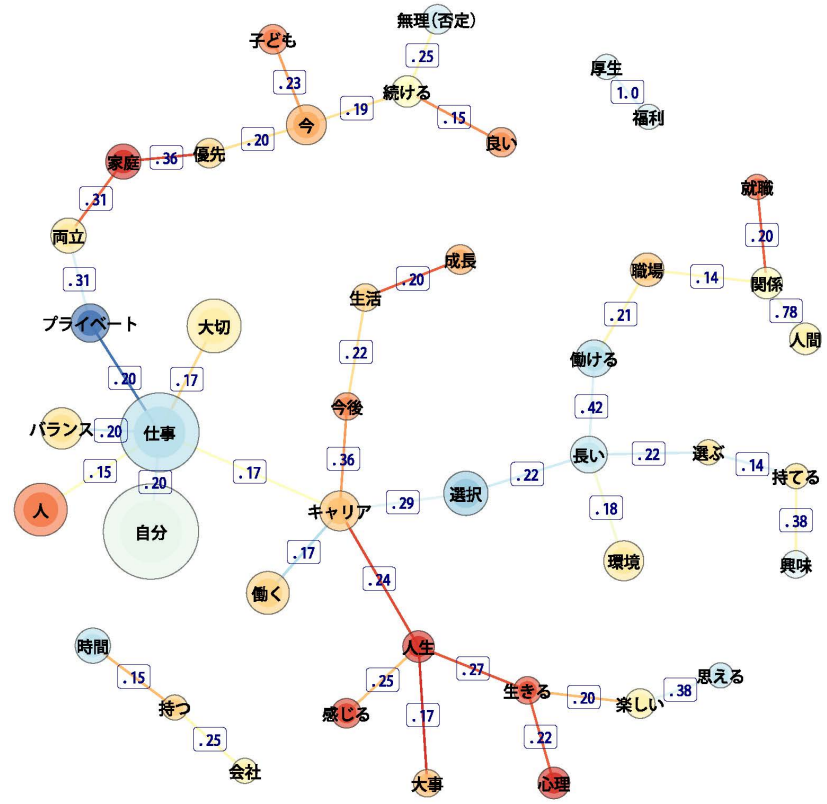


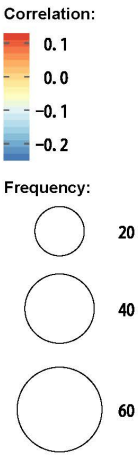
卒業後間もないうちは…
「ボランティア」や「留学」などのプログラムや「活動」をやっておけば良かったと感じていますが、

卒業後の経過年数が長くなると…
「旅行」や「遊び」など余暇「時間」をもっと楽しんでおけば良かったと感じるようになり、一方で、「資格取得」や「授業」をもっと真面目に取っておけばよかったと、「勉強」面での心残りも感じるようになる

ということが示唆されました。

9．キャリア選択で大切にしてきたこと、これから大切にしたいことについて教えてください





卒業後間もないうちは…
「仕事」と「プライベート」の「バランス」が気になるなど自分の「時間」が持てるかということや、「長く働ける」か「楽しい」と「思える」かということに重きが置かれるようですが、

卒業後の経過年数が長くなると…
おなじバランスでも「家庭」や「子ども」との「両立」や、「人生」や「今後」といった展望、「人」との関係の中で大切にしたいことを考えるなど、自分以外のことに視点が向くようになる

ということが示唆されました。

7～9の結果から、大学卒業から時間を重ねることによって、大学時代の学びに関するふり返り方や、生涯キャリアに対する考え方が少しづつ変化していく、ということを知ることができました。

10．心理学科で、特に印象に残っているエピソードを教えてください

ご回答いただいたエピソードから、いくつかを厳選して紹介いたします。

松野先生が年明け初めてのゼミで辻占を選ばせてくれました。おみくじは財布にしまってあります。（~25 歳，情報通信業）

学寮研修で古川先生に卓球で勝ったこと。（~25 歳，不動産業）

自分は事情があって欠席がちで学業の出来も良くなかったが、ゼミの担当教授が怒りもせず最後までサポートしてくれたこと。（~25 歳，医療・福祉）

ハワード先生との野球観戦（26~30 歳，卸売業・小売業）

ゼミでうまく発表できず泣いてしまったこと…笑（26~30 歳，医療・福祉）

ゼミの活動がとても楽しかったです。クラスの仲のいい子たちだけでない新たなコミュニティを得られたのは貴重な体験でした。（26~30 歳，卸売業・小売業）

館山の学寮。お風呂に 15 分で入るスキルが身につきました。（26~30 歳，運輸業）

卒論発表会。緊張しました。（26~30 歳，公務員）

卒業論文の制作において、優秀賞を獲得したことです。担当教授には大変お世話になり、さらにゼミ生全員の力を借りて作り上げた論文だった為、達成感と感謝の気持ちでいっぱいでした。（26~30 歳，卸売業・小売業）

自分のペースで卒論に取り組めて良かったです。（今城先生のゼミ）（31~35 歳，サービス業）

卒論について、同じゼミのある友人と「一緒に卒論で『秀』を取ろうね」と言って実際に友人と共に実現できたことが、印象に残っています。（31~35 歳，情報通信業）

ある先生が授業の半分以上で親友との思い出を熱く語り、最後の最後で『ま、この話はほとんど嘘なんですけどね。』と言われたこと。（31~35 歳，製造業）

毎週の実験レポート提出は非常に印象に残っています。今でも論文を読み返すほどです。（31~35 歳，卸売業・小売業）

大学なのに、クラスやホームルームがあることに他大学に通っている友達から驚かれたことです。（36~40 歳，無職）

オリエンテーションで学科長が「心理学科に入っても人の心は分かりません。分かったら私はここにいません。」と話されたこと。（36~40 歳，宿泊・飲食業）

秋桜祭！それがきっかけで今もイベント制作の仕事をしています。学園祭から始まって、昨年はオリンピックの仕事をしました。（36~40 歳，サービス業）

脳波計測で目を閉じた瞬間にアルファ波が流れ出す珍しいタイプだったようで、「変わってる。人間ですか？」と言われたのが面白かったです。確かに今もベッドに入って数秒で寝ています（苦笑）（36~40 歳，医療・福祉）

認知心理学のゼミの仲間（当時古川学科長、松野教授）で行った芋煮会（41~45 歳，教育・学習支援）

学寮での先生とのおにごっこです。藤田先生、肉離れしていましたが。。。（41~45 歳，子育て支援）

清水先生に留学の相談をした際のアドバイスのおかげで、卒業後イギリスに留学し修士号を得ました。アドバイスに感謝しています。（41~45 歳，医療・福祉）

彼氏がねずみ講にひっかかった時に清水先生が親身に相談にのってくれました。そのおかげで、被害にあわずにすみました。（41~45 歳，医療・福祉）

先生が酒鬼薔薇事件の犯人像をぴったり予想していたこと。（41~45 歳，サービス業）

履修登録時に張り切りすぎてしまい、登録取り消しのために、教授が事務局宛に文書を書いてくださったこと。（46~ 歳，製造業）

古川先生の授業で、実験内容は忘れてもチンパンジーのズルタンという名前は忘れないとおっしゃりましたが、まさにその通りになりました。（46 歳～，無回答）

実験や卒論など、大変なことは今も昔もあまり変わらないようですが、がんばったからこそ今も印象に残っているのかもしれません。先生方との知られざるエピソードも、いろいろとうかがうことができました。

お忙しいところアンケートにご協力いただいた卒業生のみなさま、本当にありがとうございました