

現役高校生「自己効力感に関するアンケート」

“自信を持つのに強く影響すること”1位は「勉強を頑張っている・良い成績が取れた」
“自信がたった保護者の言葉”1位は「頑張ったね・頑張ってるね」、直球の褒めが大切
受験・進学に対する自信の度合いは、中央値「60%」

株式会社リクルート（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：北村 吉弘）が提供する進路情報メディア『スタディサプリ進路』は、スタディサプリ編集部の高校生エディターと公式 LINE 登録者を対象に“自己効力感”についてアンケートを実施致しました。また、こちらのアンケートの詳細は『スタディサプリ進路』内の「#高校生なう」でお知らせしています。

URL：<https://shingakunet.com/journal/fromsapuri/20241218000014/?vos=scrmot00092>

■“自分ならできる”と自信を持つことに強く影響する事柄のカギは、置かれている環境より“努力と結果” 自信に強く影響する人の TOP3 は、1位「高校の友達」、2位「中学までの友達」、3位「保護者」

今回は、高校生にとって受験や部活などへの原動力にもなり得る「自信」について、そのきっかけにフォーカスしてアンケートを取りました。「自分ならできる」という自信を持つことに強く影響する“こと”を聞くと、選択肢の中には、「境遇・置かれている環境が良いと感じていること」、「健康で何かにチャレンジできる状態が整っていること」など境遇や環境、自分自身の状態にまつわるものもあった中、TOP3には「努力して良い結果を得られた経験」「周囲の人が褒めてくれたこと」がランクイン。また、“人”について聞くと、高校の友だち・中学生時代までの友だちの次に保護者がランクイン。同世代に加え、最も身近な大人も影響力が大きいことが分かりました。

＜「自分ならできる」という自信を持つことに強く影響すること TOP3＞

1位	勉強を頑張っていること 良い成績が取れたこと	44.4%
2位	友人・家族に「〇〇ならでき！」 「〇〇が上手！」などと褒められたこと	28.4%
3位	部活を頑張っていること 良い結果を残せたこと	26.2%

(複数回答/n=694)

＜「自分ならできる」という自信を持つことに強く影響する人 TOP3＞

1位	高校のクラスメイト・友だち	43.4%
2位	中学生時代までの友だち	31.3%
3位	保護者	22.8%

(複数回答/n=694)

■自信がたった保護者からの言葉 TOP3 は、頑張りを認める直球の褒め言葉がランクイン 受験や進学に対して自分ならでき！という自信の度合いは、中央値「60%」

保護者からかけてもらった言葉で自信がたった言葉を聞くと、TOP3は、努力・頑張りを認めてくれる直球の褒め言葉がランクイン。また、「受験・進学に対する、自分ならできるという自信の度合いは何パーセント？」という問いでは、中央値「60%」の結果となりました。

Q.保護者からかけてもらった言葉で、「自分ならできる」という自信がたった言葉は？

1位	頑張ったね・頑張ってるね	43.7%
2位	〇〇ならでき	27.5%
3位	大丈夫	24.8%

(複数回答/n=694)

＜受験や進学に対する自信の度合い＞



(数値回答/n=694)

■編集長コメント

今の高校生の自己効力感は高めで、“謙遜”に見られる日本人的思考とは異なる様子
良い人生には自信が必要と考え、自信は人生をより良くしてくれると捉えている



『スタディサプリ進路ブック』
編集長
金剛寺 千鶴子
(こんごうじ ちづこ)

今回のアンケートで、保護者や友人からの言葉で自分への自信を得られている様子が見られました。保護者や友人との間に、ポジティブなコミュニケーションがあるようです。

また、自信の有無を尋ねられた時に「自信がある」と回答する比率が低いのは、「日本人の奥ゆかしさ」などともいわれますが、今回の調査では少し違うように捉えられる結果がありました。「何かに挑戦する時、今の自分に『自分ならでき！』という自信がある？」というストレートな質問に対し、73%が「YES」と回答。さらに「良い人生に自信は関係あるか？」の問いにも78%が「YES」。その理由には、「自信を持っている人は挑戦をしてキラキラしている」「自分を強く持つことで周りからも認められる」などを挙げ、自信は自分に良い影響を与えると捉えています。中には、大人の背中を見てそう考えたのだろうと思われる理由もあり、高校生の生の声からは挑戦する大人から影響を受けていることも感じられます。

【アンケート概要】

- 調査期間：2024年11月12日(火)～11月14日(木)
- 調査方法：インターネットリサーチ
- 調査対象：全国高校生男女（『スタディサプリ進路』の高校生エディター／公式LINE登録者）
- 有効回答数：694人（男子252件、女子433件、回答しない9件）
- 調査実施機関：株式会社リクルート

■『スタディサプリ進路』について

『スタディサプリ進路』は、1970年に創刊した『リクルート進学ブック』に始まり、2020年に50周年を迎えた、リクルートグループにおいて就職支援に次いで歴史の長い事業です。“「学びたい」「学んでよかった」がもっと増えていく世界の実現”をコンセプトに、変化が激しい社会の中で生徒が生き抜くために、「なりたい自分」と「自己実現できる学校」を発見し、「自分に合った進路選択の実現」を可能にするためのサービスを提供しています。高校3年間を通して、「自己理解」「職業観育成」「学びの内容理解」「学校研究」に対応するさまざまな教材ラインアップを無料で提供しています。

（詳細：<https://shingakunet.com/rnet/column/rikunabi/index.html?vos=conttwnowother00010>）

■“スタサプ編集部”について

全国3,000人以上の現役高校生からなる「スタサプ高校生エディター」と共に、高校ライフにフィットするコンテンツを作る編集部。進路や受験勉強のノウハウはもちろん、夜食レシピやメンタルを支える名言などの多様なコンテンツを、Webサイト『#高校生なう』、年8回発行の情報誌『スタサプ進学マガジン』、アプリ『スタディサプリ for SCHOOL』、会員向けメールマガジン、各種SNSで配信中。

なお、今回のアンケート結果をさらに詳しく分析した記事は『#高校生なう』の下記URLにて公開中。

<URL：<https://shingakunet.com/journal/fromsapuri/20241218000014/?vos=scrmot00092>>

また、スタサプ編集部では、毎月LINEでアンケートを配信し、読者の高校生・保護者の皆さまから頂くご意見を記事に反映しています。現在も、今後のより良い記事制作に向けてLINEお友だちを絶賛募集中です！ご興味をお持ちの方は、ぜひご登録ください。

<LINE URL：<https://lin.ee/LbRvueT>>

リクルートグループについて

1960年の創業以来、リクルートグループは、就職・結婚・進学・住宅・自動車・旅行・飲食・美容などの領域において、一人ひとりのライフスタイルに応じたより最適な選択肢を提供してきました。現在、HRテクノロジー、マッチング&ソリューション、人材派遣の3事業を軸に、60を超える国・地域で事業を展開しています。リクルートグループは、新しい価値の創造を通じ、社会からの期待に応え、一人ひとりが輝く豊かな世界の実現に向けて、より多くの『まだ、ここにはない、出会い。』を提供していきます。

詳しくはこちらをご覧ください。

リクルートグループ：<https://recruit-holdings.com/ja/> リクルート：<https://www.recruit.co.jp/>