

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2024 年度
氏名	土肥 明日香	指導教員 (主査)	笹川 智子准教授

論文題目	課題先延ばしが自尊心と学習動機および損失回避に及ぼす影響
------	------------------------------

本文概要

【問題と目的】先延ばしとは、遅延により状況が悪くなることが予想されるにもかかわらず、意図した行動方針を自発的に遅らせる行動である (Steel, 2007)。学業の不適応的な先延ばしは *academic procrastination* と呼ばれる。大学生の約 9 割が学業課題の先延ばし経験があることを報告しており、約 9 割がその行動を改善したいと望んでいる (小浜, 2010 ; 黒住・外山, 2017)。

学業の不適応的な先延ばしには、学習動機や自尊心、利得接近－損失回避の志向性が影響を及ぼすとされている。先行研究 (例えば龍他, 2014) では、自尊心が低く損失回避傾向の高い人は、学習に対する内発的動機づけが低く、先延ばしをしやすいが、先延ばしを行うことで更に損失回避の傾向が高まり、自尊心や内発的動機づけの低下に陥るという悪循環があることが示唆されている。しかし、実際に先延ばしを行うことで、こうした要因に直接的な変化が生じるかについて実験的に検討した例は限られており、因果関係が明らかにされていない。本研究では特定の学業課題の実施前後で縦断調査を行い、先延ばしによって各要因に変化が見られるかを検証することを目的とした。その際、課題実施前を Time 1 (以下 T1)、課題提出後を Time 2 (以下 T2) とした。

【方法】2 時点調査のどちらにも回答した大学生 111 名 (男性 30 名、女性 79 名、回答しない 2 名、 $M=19.24$) を対象に分析を実施した。調査材料は、T1 では①フェイス項目(データ照合のための 5 桁の数字、学年、年齢、性別)、②状態自尊感情尺度 (阿部・今野, 2007)、③促進予防焦点尺度邦訳版(PPFS) (尾崎・唐沢, 2011)、④学習動機づけ尺度 (鷲見, 2013)、⑤Pure Procrastination Scale 日本語版(PPS-J) (金子他, 2022)を用いた。T2 では上記の①から④に加えて、⑥課題先延ばし尺度 (藤田, 2005)、⑦課題難易度と課題重要度を使用した。本調査は目白大学人文社会科学系研究倫理審査委員会より承認を受けて実施した (23 人研－010)。参加は自由意思に基づくこと、得られた情報は統計的に処理し、研究以外の目的で使用しないこと等を口頭と書面で説明し、同意を得られた者にのみ回答を求めた。

【結果と考察】はじめに、今回提出を求めた課題の難易度と重要度に関する評価の分布を確認したところ、課題の難易度は低く、重要度は高いと評価していた者が多かった。次に、⑥で測定した、今回の課題で先延ばしを行った程度に基づき、対象者を高群・平均群・低群に分けて、⑦の課題難易度、課題重要性、⑤の普段からの先延ばし (PPS-J) を統制し、反復測定分散分析を行った。課題難易度を統制した際の時期 (T1・T2) の主効果は、「利得接近志向」を従属変数とした際に有意であり、PPS-J を統制した時期の主効果は、「自尊心」を従属変数とした際に有意であった。群 (高群・平均群・低群) の主効果は、課題難易度と課題重要度をそれぞれ統制した際に、「自尊心」と学習動機の「無調整」、「外的調整」を従属変数とした際に有意であった。いずれの分析においても交互作用は見られなかったことから、課題の先延ばしをした者ほど、自尊心と内発的動機づけが下がり、損失回避傾向が高まるという仮説は支持されなかった。その理由として、(1)設定した課題は難易度が低く、重要度が高いと評価されていたため、先延ばしが生じにくい条件がそろっていたこと、(2)T2 を課題提出後に設定したため、調査に回答した者の多くは T2 時には課題を提出できており、その安心感から自尊心や学習動機等に顕著な影響が見られなかったことが考えられる。今後はこれらの点についても実験的に操作・統制した上で、研究を重ねていくことが望まれる。