

氏名(本籍)	小 <sup>こ</sup> 浜 <sup>はま</sup> 駿 <sup>しゅん</sup> (東京都)
学位の種類	博士(心理学)
学位記番号	博甲第5781号
学位授与年月日	平成23年3月25日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当
審査研究科	人間総合科学研究科
学位論文題目	大学生における先延ばしの意識過程の分析
主査	筑波大学教授 文学博士 松井 豊
副査	筑波大学教授 博士(心理学) 吉田 富二雄
副査	筑波大学准教授 博士(心理学) 湯川 進太郎
副査	筑波大学講師 博士(学術) 望月 聡

## 論文の内容の要旨

### (目的)

先延ばしは「当面の課題をやらなければならないと意識しながらも、一時的に課題とは無関連な行動あるいは課題遂行を妨害する行動をとる現象」と定義される。従来の先延ばし研究では、理論的にも実証的にも、先延ばしが不適応的な傾向であると捉えられてきた。一方で、不適応性や傾向性が含まれない定義が存在することや、先延ばし特性と適応指標との関連が必ずしも不適応的な結果を示さないことなど、知見の混乱もみられた。こうした背景のもとに、本論文では従来の先延ばし研究の問題点を3点(不適応性への偏り、特性的研究への偏り、先延ばしの際に生じる意識の検討不十分)にまとめた。本論文では、先延ばしを過程として捉え、複数の過程が存在することを前提とした多面的検討を行う研究アプローチをとり、それぞれの過程がもつ適応性を検討することで、先延ばしの際に生じている意識過程を包括的に検討することを目的とした。

### (対象と方法)

大学生および専門学校生を対象に、8つの研究(面接調査、質問紙調査、携帯電話を用いたweb調査)を行った。

### (結果)

第4章では、研究1で調査面接(N=12)を、研究2で探索的な質問紙調査(N=105)を行ったのちに、研究3(N=358)で先延ばし過程における下位過程を3種導出した。3種の下位過程とは、第一が先延ばし前、中、後で否定的感情が一貫する「否定的感情プロセス」、第二が先延ばし前に状況の楽観視が、先延ばし中に肯定的感情が、先延ばし後に否定的感情がそれぞれ生じる「楽観的プロセス」、第三が先延ばし前に計画性が生じ、先延ばし後に気分の切り替えが生じる「計画的プロセス」である。第5章では、3種の下位過程の確証と3種の下位過程が生起する時間間隔について検討を行うため、携帯電話を用いたweb測定によって、課題期限7日前、3日前、1日前、課題期限3日後の計4回の測定を行う短期縦断調査を行った。研究4(N=79)では先延ばし過程が1日で生じていると仮定して先延ばし過程における意識を測定し(先延ばし過程における意識の日内変動の検討)、研究5(N=108)では先延ばし過程が1週間で生じていると仮定して先延ばし

過程における意識を測定した(先延ばし過程における意識の週内変動の検討)。研究4および研究5から、「否定的感情プロセス」は1日を単位とした時間間隔においても1週間を単位とした時間間隔においても生起する常在的過程であることが明らかになった。また「楽観的プロセス」は1週間を単位とした時間間隔において主に生起し、「計画的プロセス」は1日を単位とした時間間隔で課題期限直前に生起することが明らかになった。第6章では、3種の下位過程のもつ適応性を検討するために、先延ばし意識特性尺度を作成し、同尺度を用いて3種の下位過程を辿りやすい者を抽出する手続きを開発した(研究6:N=440)。第7章では、同手続きの妥当性をさらに確認するために、第6章で抽出された「否定的感情プロセス」、「楽観的プロセス」、「計画的プロセス」の3種の下位過程それぞれを辿りやすい者が実際に感じている意識について、週内変動と日内変動の2つの観点から検討を行った。研究7-1(N=79)では各下位過程を辿りやすい者が感じている意識の日内変動について検討を行い、研究7-2(N=39)では各下位過程を辿りやすい者が感じている意識の週内変動について検討を行った。第8章では、5つの調査研究(研究8A~8E)によって、3種の下位過程のそれぞれを辿りやすい者の適応性を検討するとともに、3種の下位過程の規定因について検討を行った。具体的には、否定的感情に関する個人特性(研究8A:N=223)およびネガティブな反すう(研究8B:N=256)、精神的健康(研究8C:N=290)、学業成績(研究8D:N=292)、自尊感情(研究8E:N=276)によって3種の下位過程の適応性について検討を行い、Big-5性格特性および楽観主義(研究8A)、気晴らしスタイル(研究8C)、学習目標志向性(研究8D)、自意識および完全主義(研究8E)によって、3種の下位過程の規定因について検討を行った。

#### (考察)

第9章では、実証的検討の結果をまとめるとともに、理論的検討によって先延ばし前、中、後のそれぞれの意識の規定因について推定を行い、先延ばしの際に生じている意識過程について包括的に説明するモデルを提出した。3種の下位過程は、先延ばし前の目標設定の適切さと先延ばし中の課題志向性と先延ばし後の知覚された達成可能性がそれぞれ異なっており、その結果、適応性がそれぞれ独自の継時的変化を見せると理論化された。提唱されたモデルに基づいて、教育場面における先延ばしを行いやすい者に対する働きかけのあり方などが論じられた。

### 審査の結果の要旨

先延ばしという身近で日常的なテーマに関して、先行研究では着目されてこなかった過程の視点を導入して検討を行うと同時に、回顧法による検討、短期縦断調査を用いた検討、特性的検討を用いて多角的に先延ばし過程について検証を行った研究である。研究成果の一つとして、先延ばしを行いやすい者への実践的示唆も得られており、教育的意義も有している。理論の細部には今後の検討をまつ部分もあるが、意欲的な研究として評価される。

よって、著者は博士(心理学)の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。