

# 大学生における課題の選択基準と性格特性の関係

松香研究室 20L1067X 伊藤滉暉

## 1. 序論

一般的にいう「先延ばし行動」とは、本来やらなければならないことを意図的もしくは無意識的に遅らせたり後回しにする行動のことを言う。こうした人間の先延ばし行動については、様々な側面から研究がされてきた。Lay(1986)では、このようななんらかのやらなければならないことを行わない、あるいは遅らせる現象のことを先延ばし(procrastination)と読んでいる。この先延ばし行動については、様々な側面から研究が行われてきた。たとえば Solomon & Rothblum(1984)では、先延ばし行動がなぜ起こるのかの理由を個人の性格的特性にみつけようとする試みを行なっている。心理学部の大学生 342 人に対し質問形式でデータを集計した結果、先延ばし傾向には不安や鬱といった特性との関連があり、先延ばしの要因の一つとなっていることが示唆されている。また、先延ばしの理由については、失敗への不安やタスクへの嫌悪感との相関が強かった。これらの結果から、先延ばし行動は単に勉強習慣や時間管理能力の不足といった単純な理由で結論づけられるものではなく、行動や認知・感情的な要素の複雑な相互作用に関連した現象であることが示唆された。

Solomon&Rothblum(1984)の研究と同様に、先延ばし行動と性格特性の関連付けを試みた研究として Schouwenburg&Lay(1995)がある。この研究ではビッグファイブと呼ばれる 5 つの性格次元と先延ばし行動の頻度との関連を調べている。先延ばし尺度については 20 項目からなる質問により先延ばしのしやすさをスコア化したものを使用した。ビッグファイブの性格特性の計測については改訂 NEO 性格目録(Costa & McCrae, 1992)が使用された。分析においては 5 因子の下位尺度計 30 因子それぞれに対して先延ばし尺度との関係を因子分析によって分析した。その結果として、特徴的な先延ばしと最も関連していたのは勤勉性・誠実性の欠如であり、神経症傾向との関係は主にその解釈どの衝動性因子によるものであった。

ここまで紹介してきた研究においては、性格特性と先延ばし傾向の関連が示唆されており、興味深い結果も示されているが、ここまでの研究で使用されていた先延ばし行動の尺度は一次元的な指標であり、先延ばしが発生するとき実際どのようなプロセスを経るのかと言う部分には注目がなされていなかった。小浜(2010)ではこの問題を指摘して、実際に先延ばしが起こる際のプロセスに着目した研究を行った。この研究では先延ばし行動を先延ばしをする前・先延ばしをしている最中・先延ばしをした後の 3 つのフェーズにわけ、各フェーズごとに否定的感情の有無や先延ばしの計画性、状況の楽観性、気分の切り替えの反応等を計測して数値の変化を分析した。その分析の結果、先延ばしには 3 つのパターンが存在することが示唆された。パターンの 1 つ目が、否定的感情が先延ばし行動の前中後期に生じている場合である。パターンの 2 つ目は状況の楽観視からくる先延ばしで、学業遂行にも悪影響を与えることがわかった。そして 3 つ目のパターンは計画性を持って行われる先延ばしで、学業成績と正の相関があることが明らかになっている。

本研究は、小浜(2010)と同様それまでの先延ばし研究における尺度の一次元性に注目し、先延ばし行動をより多角的な視点で分析することを目的とする。小浜(2010)では時系列ごとに各尺度を計測することで先延ばし行動を分析した。本研究においては先延ばしをする対象の性質の違いによって先延ばしのされやすさが変化するのか、変化する場合にどのように変化するのかと言うことを調べた。

## 2. 実験

序論で述べたように、本研究では先延ばし行動の対象の性質の違いによって先延ばしのされやすさに変化があるのかを調べることを目的としている。日常におけるタスクは粒度も性質も多種多様であるため、状況を統一する上ではある程度性質の似通ったタスク群を想定し、優先順位づけを行ってもらう必要がある。そのために本研究においては、アンケート回答の対象が大学生であることを鑑み、アンケートのシナリオとして大学生が授業の課題の優先順位を決定するという状況を想定したアンケートを作成することとした。また、大学生の課題に付加する情報(説明変数)として「所要時間」「期限」「重要度」を設定することとした。それぞれの変数には2つの水準を設けた。「所要時間」は2時間か8時間か、「期限」は1週間後か1ヶ月後か、「重要度」は高いか低いかのどちらかがそれぞれの課題には設定されている。説明変数が3種類でそれぞれ2水準ずつあるので、全部で8パターンの課題が存在することになる。この8パターンの課題の中から2つを選ぶ組み合わせは28通りあるので、2つの課題を提示して、どちらの課題をより優先するかという質問を被験者ごとに合計28問回答してもらった。ここまでを課題選択セクションで回答してもらう内容とした。実際のアンケートではそれに加えて被験者の性格特性も同時に回答してもらうセクションを用意した。これは、元々の目的である課題の性質の違いによる先延ばしのされやすさを調べるというのに加えて、性格特性の違いによって重要視する課題の性質が異なるかどうかを調べるためである。性格特性の測定については、小塩,阿部,カトローニ(2012)によって日本語化された日本語版 Ten Item Personality Inventory(TIPI-J)を使用した。この尺度はBigFiveモデルの5特性を10項目で測定するもので、10の設問について、被験者ごとに7件法で回答してもらった。

## 3. 分析 1

### 3.1. 目的

分析は2段階に分けて行った。まず分析1では、性格特性セクションの集計結果については考慮せずに、課題に設定した「所要時間」「期限」「重要度」のそれぞれが課題の選択にどのように影響を与えているかを分析した。分析の際には個人差があることをあらかじめ分析に加味した上で全体の傾向を調べることで、人が先延ばしをする際にどのような方針を採用しているのかを調べることを目的とした。

この部分における仮説としては、「所要時間」「期限」「重要度」についてはそれぞれに主効果があるのではないかと予測される。前提として、これら3つの課題の性質を選定した理由は個人の経験からくる直感によるところであるので、これら3つの性質については課題の優先順位を決定する上でそれぞれ影響を与えているものとする。

### 3.2. 方法

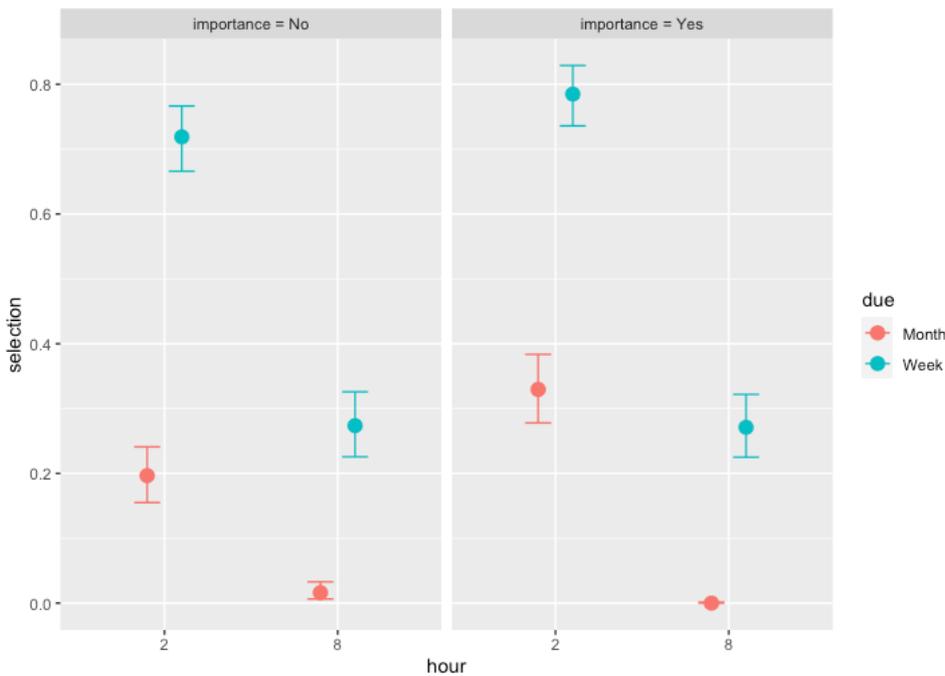
R上で動作する統計解析用パッケージ `brms` を利用して一般化線形混合モデルを推定し、そのモデルを評価した。今回の分析における説明変数は重要度・所要時間・期限であり、これらは全て2値の変数であるため分散分析モデルを利用した。また、目的変数も選択されたかされていないかの2値しかないので使用する分布はベルヌーイ分布とした。また、今回扱うデータにおいては全ての被験者の選択回数を合計して集計しているので、モデルの推定の際には被験者ごとの差異を加味するためにランダム効果を加えた。

### 3.3. 結果

結果の確認方法としては、ベイズ推定によって得られた各推定値の 95%信頼区間を確認して、それぞれのパラメータが信頼区間に 0 を含んでいるかどうかを見ることで、主効果・交互作用の有無を確認した。まず、「所要時間」「期限」「重要度」のそれぞれについて、主効果が見られた。「所要時間」については、所要時間が 8 時間のものよりも 2 時間のもののほうが優先して選択される結果となった。「期限」については期限が 1 ヶ月後のものよりも 1 週間後のもののほうが優先して選択される結果になった。「重要度」については重要度が低いものよりも高いもののほうがより優先して選択されるという結果になった。

次に、それぞれの交互作用について確認した。交互作用が見られたものだけ抜粋して紹介すると、まず「所要時間」と「重要度」の間に交互作用が見られた。「所要時間」が 2 時間のものについては「重要度」が高いもののほうが優先されやすいのに対し、「所要時間」が 8 時間のものについては「重要度」が低いもののほうが選択されやすくなってしまっているという結果になった。また、「所要時間」と「締切」と「重要度」の 3 要素の交互作用についてはさきの「所要時間」と「重要度」の交互作用を打ち消すような形の交互作用が見られた。全体の結果の図示は以下の図 1 のようになった。

図 1.3 要素の主効果・交互作用が選択確率に与えた影響



## 4. 分析 2

### 4.1. 目的

分析 1 までの範囲では、課題の性質の違いが優先順位決定にどのような影響を与えているかを調べたものだった。その結果として、今回設定した課題の性質についてはそれぞれ課題の選択時に有意な影響を与えていることが示唆された。分析 2 ではこの結果に加えて、性格特性の違いによって重視する課題の性質が異なるのかどうかということを調べるための分析を行った。今回性格特性の尺度として使用するのには Big Five の性格次元であり、Big Five については使用された尺度は異なるが先延ばし傾向についての先行研究でも使用されていたものであるため、課題の優先順位づけの際にも影響を与えるものなのではないかと予測される。

## 4.2. 方法

基本的な分析方法としては分析1と同じであるが、分析1で使用したモデルの構造にそのままビッグファイブの5因子を説明変数として追加した場合、モデルの構造が複雑になりすぎてしまい、推定値が想定通りに収束しなかったため、この分析においては、3つのうち1つの性格特性と、5つの性格次元のうち1つの主効果と交互作用を含めたモデルをそれぞれの組み合わせで作成した。これにより15種類のモデルができることになる。各課題の性質ごとに5つの性格特性のモデルができることになるので、それらのモデルのWAICを算出することにより最も適合しているモデルを決定する。そのモデルの推定値を見ることで性格特性と課題の性質の間に交互作用が見られるかどうかを確認した。

## 4.3. 結果

課題の性質3要素ごとにビッグファイブの性格次元を含めたモデルを5つずつ、計15個のモデルを作成して推定値を算出したが、どのモデルの推定値の信頼区間においても0を含まないものは存在しないという結果になった。つまり、どの課題の性質においても各性格次元との関連をみとめることはできないという結果であった。

## 5. 総合考察

本研究通じての目的は「性格特性の違いによって、課題の選択基準がどのように異なるかを明らかにする」ということであった。分析1ではその前段階として、被験者全体の傾向としてどういった基準で課題を選択しているのかということ調べた。今回課題の性質として設定した「所要時間」「期限」「重要度」の3要素においては主効果がみとめられ、さらに「所要時間」と「重要度」の間には負の交互作用が確認された。この結果を解釈すると、「所要時間」が8時間の場合は「重要度」の高い低いに関わらず優先されないというふうに解釈できる。これがどのような基準に基づいた結果であるのかといった部分についてはさらに自由回答式のアンケートなどで確認をしていく必要がある。分析1の範囲を総括すると、概ね全体の傾向を知ることができたと考える。

次に分析2についてであるが、こちらは想定していたような結果を得ることはできなかった。当初の予想としてはビッグファイブの性格特性のうちいくつかの次元は課題の選択基準に影響を及ぼしているだろうというものであったが、今回の分析結果においてはそうした結果を得ることはできなかった。その原因として考えうるのは、課題の性質が優先順位を考える上では差を与えるに足るほど複雑なものではなかったということである。課題の性質としての「所要時間」「期限」「重要度」は、優先順位を考える上では比較的わかりやすい要素であったため、性格特性に関わらず似通った結果になってしまった可能性は考えられる。

もちろん、わかったこととしてあげられるのは「所要時間」「期限」「重要性」の要素の注目度とビッグファイブの性格特性の間には影響があるとは言えなかった、ということであるが、だからと言ってビッグファイブとは違った切り口の性格特性では関連が認められるかもしれないし、課題に付加されるその他の性質ではビッグファイブとも関連があるものが見出せる可能性は考えられる。なので、性格特性と注目する課題の性質の関連については、さらなる組み合わせや方法を検討する必要がある。