

大学生の学業遅延傾向に関わる性格特性について

古 屋 健 (立正大学心理学部)

Personality and academic procrastination of university students

Takeshi FURUYA (*Faculty of Psychology, Ritsyo University*)

Abstract

In this study, our aim was to clarify the relationship between personality and academic procrastination among university students. Based on the Academic Procrastination Scale developed by Kameda & Furuya (1996), new four scales (academic task aversiveness, procrastination, loss of organization, and behavioral failures) were designed. New scales, Big Five Inventory, Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale and Multidimensional Optimism Assessment Inventory were administered to 150 university students. Hypotheses were formulated to test the relationship. Multiple regression analysis showed that conscientiousness negatively predicted academic task aversiveness, procrastination, loss of organization and behavioral failures, and openness to experience negatively predicted academic task aversiveness. A path analysis revealed that Neuroticism positively correlated with "Concern over Mistakes" which positively predicted academic task aversiveness. Neuroticism also showed the negative correlation with "Optimistic View on Abilities" indirectly related to procrastination.

Key words : academic procrastination, Big Five personality, perfectionism, optimism

問 題

遅延傾向 (procrastination) とは、そのために好ましくない結果が予期されるにもかかわらず、決められた行動方針の開始や完成を自ら遅延させることである (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995; Steel, 2007)。遅延傾向は日常生活の行動の中にもさまざまな形で観察される。たとえば、早く寝なければ明日の朝起きるのが辛いことがわかっていてもつい夜更かししてしまうこと、返事をしなければならぬ電話やメールの送信を先延ばしにしてしまうことなど、すべて日常行動に見られる遅延傾向である。幅広い行動について遅延傾向を示すことの多い人と少ない人がいることから、遅延傾向には個人の中の安定した性格特性が関わっていることが明らかにされている。本研究では、教育心理学の分野において特に問題となる、大学生の学業場面における遅延傾向を取り上げ、その背景にある性格特性の影響について検討した。

学業遅延傾向の測定

Ellis & Knaus (1977) や Solomon & Rothblum (1984) によれば多くの学生が学業遅延傾向に関わっており、また Kim, & Seo (2015) はメタ分析により、学

業遅延傾向は学業上のパフォーマンスの量や質を低下させることを明らかにした。ただし、その関係の強さは学業遅延傾向の測定尺度によって異なり、Lay 一般遅延傾向尺度 (Lay, 1986)、API (Aitken Procrastination Inventory; Aitken, 1982) および TPS (The Tuckman Procrastination Scale; Tuckman, 1991) では負の相関が見られたが、PASS (The Procrastination Assessment Scale-Students; Solomon & Rothblum, 1984) では有意な相関は認められず、Choi & Moran (2009) の尺度では正の相関が得られている。これは学業遅延傾向の定義が異なるためである。PASS は学業遅延傾向の測定に特化した尺度で、期末レポートの提出や定期試験勉強といった具体的な6つの学業場面での行動について回答を求めるものである。また、Choi & Moran 尺度は遅延傾向の能動的側面と受動的側面を区別し、その適応的な側面に焦点を当てた点に特徴がある。他はすべて遅延傾向を一元的な特性として捉えた尺度となっている。

これらの既存の尺度の他にも多くの研究で独自の方法によって遅延傾向が測定されてきた。そのひとつである亀田・古屋 (1996) は、大学生の自由記述を基に学業遅延傾向に関わる項目を独自に作成して分析した結果、「始動困難」、「完成困難」、「計画性」、「焦燥感」、

「行動失敗」、「勉強嫌悪」の6因子を抽出し尺度化した。これらの因子はSteel (2007) の分析枠組みの中に再定位すると学業遅延傾向の異なった側面を表している。まず、「勉強嫌悪」因子は、Steel が遅延傾向の原因となる課題特性 (task characteristics) のひとつにあげた課題嫌悪 (task aversive) に当たる。Steel によれば、遅延傾向とは、本来選択すべき行動ではなく、相対的に優先度の低い行動を選択することを意味する。一般に人は不快で退屈な課題を嫌ってできるだけ回避し、より楽しい行動を選ぼうとする。学業を嫌悪刺激と感じる程度には個人差があり、嫌悪感が強い人ほど課題を避けようとして、先延ばししようとするだろう。つまり、この因子は遅延傾向を引き起こす原因となる課題特性と考えられる。他方、「行動失敗」は遅延傾向そのものではなく、その結果 (outcome) として位置づけることができる。また、「焦燥感」因子は行動に随伴して生じる感情であり、遅延行動とは区別される。ただし、遅延行動に伴う感情は焦燥感だけでなく、小浜 (2010) は遅延のプロセスで生じるさまざまな感情反応に焦点を当てた独自の尺度を作成している。このように再定位すると、亀田・古屋の分析で直接的に遅延行動に関わるのは最終的に「始動困難」、「完成困難」及び「計画性」因子の3因子である。本研究では、「学業嫌悪」と「行動失敗」は独立した尺度として切り離し、遅延傾向3因子の項目を利用して学業遅延傾向尺度の再構成を試みた。

ビッグ5性格特性

先行研究で一貫して遅延傾向との強い関連が認められるのはビッグ5性格特性の誠実性 (conscientiousness) と神経症傾向 (neuroticism) である。誠実性の特徴のひとつは勤勉さであり、その欠如は怠惰、つまり為すべきことを忘れてしまう傾向を含意している。また、Steel (2007) によれば、遅延傾向は高い散漫傾向 (distractibility)、低い組織化傾向 (行動を秩序づけ、計画化する傾向)、低い達成動機、意図-行為ギャップあるいは低い自己統制といった特性と関連があり、これらはすべて低誠実性の典型的な特徴である (Lay, 1997)。Steel のメタ分析の結果でも、遅延傾向と誠実性との平均相関は $-.62$ と非常に強い負の相関を示している。また、誠実性を調整変数として偏相関をみると他の4特性と遅延傾向との相関が消失してしまうことも、誠実性の影響がきわめて強いことを示唆している (Schouwenburg & Lay, 1995)。

一方、神経症傾向は感情面・情緒面での不安定さや、ストレスを感じやすく不安や抑うつといったネガティブ感情を経験しやすい傾向を表し、神経症傾向が強いほど遅延傾向も強くなる。Steel (2007) のメタ分析に

よれば、遅延傾向との平均相関は $.24$ と予想通りの方向であるが、誠実性ほど強い関係はない。このことから、神経症傾向が遅延傾向に及ぼす影響には、不安や抑うつといったネガティブな感情や、自己効力感の低さ、セルフハンディキャッピング傾向などの要因が媒介している可能性が考えられる。

Steel (2007) によれば、その他の特性が学業遅延傾向に影響を与えることを示す明確な証拠はない。しかし、遅延傾向に対して直接的な影響はなくとも、遅延傾向を引き起こす要因への影響を通して、間接的な影響を与える可能性はある。たとえば、学業への関心や嫌悪感に対しては勤勉性だけでなく経験への開放性も影響を及ぼすことが考えられる。経験への開放性は個人の知的な側面での個人差を含意しており、経験への開放性が高い人ほど、知的な活動に対して積極的な関心を抱き、また知的活動を楽しむことができると考えられる。したがって、経験への開放性が低い人ほど勉強嫌悪も強く、間接的に学業遅延傾向を強めると予想される。そこで本研究では、誠実性、神経症傾向に加えて、経験への開放性を取り上げて、性格特性が学業遅延傾向に及ぼす影響を検討した。

完全主義

性格特性としての完全主義が遅延傾向に及ぼす影響は、Ellis & Knaus (1977) により問題提起がなされた時から検討されてきた。しかし、その後、完全主義に関する研究が進み、完全主義が多面的なものであることが明らかにされると、改めて両者の関係について再検討が必要となった。たとえば、Hewitt, & Flett (1991) は多面的完全主義尺度 (Multidimensional Perfectionism Scale: MPS) を作成し、完全主義と抑うつ傾向・絶望感との関係を検討した。この尺度は三次元から構成され、完全性を自己に求める自己志向的完全主義 (self-oriented perfectionism)、完全性を他者に求める他者志向的完全主義 (other-oriented perfectionism)、そして完全性を他者から求められていると感じる社会規定的完全主義 (socially prescribed perfectionism) を測定するよう設計されている。Hewitt & Flett の結果によれば、3次元の中で抑うつとの間に関連が認められたのは自己志向的完全主義と社会規定的完全主義であった。遅延傾向と関連するものもこの2次元であることが示唆されている。たとえば、Onwuegbuzie (2000) は MPS と大学院生の学業遅延傾向について検討し、社会規定的完全主義が遅延行動と正の相関を示し、自己志向的完全主義と社会規定的完全主義の2次元が遅延行動理由となる失敗恐怖と正の相関を示した。また、Burns, Dittmann, Nguyen, & Mitchelson (2000) は Terry-Short, Owens, Slade, & Dewey (1995) が開

発したポジティブ完全主義とネガティブ完全主義の尺度を利用して学業遅延傾向との関連を検討した結果、遅延傾向はネガティブ完全主義とのみ正の相関を示した。Terry-Shor et al. のネガティブ完全主義尺度には社会規定的完全主義尺度と共通の項目が多いことから、この結果も社会規定的完全主義と遅延傾向との関係を示唆するものと解釈できる。

さらに、Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate (1990) は6下位尺度から成る完全主義尺度を作成している。内容的には、Hewitt & Flett の自己志向的完全主義に関係する個人基準 (Personal Standard: PS)、ミス懸念 (Concern over Mistakes: CM)、行為疑惑 (Doubting of Actions: D)、組織化 (Organization: O)、社会規定的完全主義に関わる親の期待 (Parental Expectations: PE)、親の批判 (Parental Criticism: PC) から成る。Frost et al. の結果からは、この中で PS は心理的適応を高めるポジティブな側面を、CM と D は心理的不適応との関連が強いネガティブな側面であることが示唆されている。Ozer, Uzun, O'Callaghan, Bokszczanin, Ederer, & Essau (2014) は Frost et al. の尺度を使って完全主義と遅延傾向との関連を検討し、PS は自己制御を高め、D は逆に自己制御を低下させることで、遅延傾向に間接的な影響を与えることを示した。特に、D が自己制御に及ぼす影響には、直接的な影響だけでなく、抑うつを媒介とする間接的な影響も認められることが明らかにされた。

一方、我が国では櫻井・大谷 (1997) が Frost et al. を参考にして自己志向的完全主義を構造的にとらえる新たな尺度を構成している。この新完全主義尺度 (Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale, MSPS) は、完全でありたいという欲求 (DP)、自分に高い目標を課する傾向 (PS)、ミス (失敗) を過度に気にする傾向 (CM)、自分の行動にいつも漠然とした疑いをもつ傾向 (D) の4つの下位尺度から成るもので、Hewitt & Flett (1991) の3次元とは異なる内容構成となっている。このうち、抑うつとの間には PS が負の相関、CM と D が正の相関を示し、失敗恐怖との間には CM が正の相関を示した。特に興味深いのは抑うつに対して CM とストレス評価の交互作用が認められ、CM の高い群ではストレスレベルが低くても強い抑うつを示したことである。MSPS と遅延傾向との関係については、山口・阿部・森本 (2013) が完全主義が一般遅延傾向を媒介として失敗行動に影響を与えるモデルを検討している。その結果によれば、PS は遅延傾向と失敗行動に対して正の、CM は負の影響を与え、遅延傾向は完全主義と失敗行動とを結ぶ媒介要因となっていることが示されている。

楽観主義

本研究では、これまで遅延傾向との関連についてあまり検討されることのなかった楽観主義 (optimism) についても取り上げた。楽観主義とは「物事がうまく進み、悪いことよりも良いことが生じるだろうという信念を一般的にもつ傾向」であり、反対の悲観主義 (pessimism) は「物事がうまくはかどらず、悪い結果を予測する傾向」を指す (戸ヶ崎・坂野, 1993)。Scheier & Carver (1985) は楽観主義傾向の個人差を測定する尺度である LOT (Life Orientation Test) を開発し、得点が高いほど心身の健康状態が良好であることを明らかにした。それは、将来に対するポジティブな見方が自己の能力を高く評価させ、失敗の不安を低減し、より積極的な行動を導くからである。Jackson, Weiss, & Lundquist (2000) は LOT を使って楽観主義と遅延傾向との関連を検討し、楽観主義的傾向は遅延傾向およびストレスに負の影響を及ぼすことを明らかにしている。

一方、楽観主義を将来への期待としてだけでなく、多面的に捉える考え方が提起されている。そのひとつ、安藤・中西・小平・江崎・原田・川井・小川・崎濱 (2000) では、ネガティブなことは起こらないだろうという「楽観的期待」、たとえネガティブだとされる事象が起こっても、ポジティブに考える「楽観的評価」、ある事柄や考えにこだわらないという「割り切りやすさ」という3つの側面を仮定した尺度構成を試みた。その結果、「楽観的な能力認知」尺度、「割り切りやすさ」尺度、「外在要因への期待」尺度、「運の強さへの信念」尺度、「楽天的楽観」尺度、そして「楽観的展望」尺度の6下位尺度から成る多面的楽観性測定尺度 (Multidimensional Optimism Assessment Inventory, MOAI) を構成した。本研究で着目したのは、安藤らが尺度構成の過程の中で、これら楽観性下位尺度と櫻井・大谷の完全主義下位尺度であるミス過度に気にする傾向 (CM) との相関を見たことである。その結果によれば、CM は「楽観的な能力認知」尺度と -0.342 、「割り切りやすさ」尺度と -0.338 の負の相関を持ち、楽観的であることがミス懸念を低下させることが示唆されている。このことから、楽観主義が遅延傾向を低下させる過程で CM が媒介していることが予想される。そこで本研究では、MOAI を利用して楽観主義と遅延傾向との関連について検討した。

本研究の仮説

本研究では亀田・古屋 (1996) の尺度を再構成し、課題特性としての勉強嫌悪、遅延傾向、そして結果としての行動失敗という枠組みを設定し、勉強嫌悪が遅延傾向を引き起こし、遅延傾向が強いほど行動失敗が

増えるというプロセスを検討する。このプロセスに対してはビッグ5性格特性を起源とする個人差がさまざまな形で影響を及ぼすことが考えられる。本研究は、ビッグ5性格特性の中から3つの特性を、関連する性格として完全主義と楽観主義に着目してその影響を検討した。先行研究によれば、次のような影響過程を考えることができる。

1. 誠実性は勉強嫌悪と遅延傾向の両方に負の影響を及ぼすであろう。
2. 経験への開放性は勉強嫌悪に対して負の影響を及ぼすであろう。
3. 神経症傾向は不安や抑うつといったネガティブな感情を強く感じやすいことから、ミスを過度に気にする傾向(完全主義)や楽観主義の低さ(悲観主義)に影響を与えるだろう。
4. 楽観的な能力認知や割り切りやすさ(楽観主義)はミスを過度に気にする傾向(完全主義)に対して負の影響を与えるだろう。
5. ミスを過度に気にする傾向(完全主義)は遅延傾向に対して正の影響を与えるだろう。

本研究では、これらの関係性について相関分析とパス解析を用いて分析した。

方法

参加者

調査に参加したのは大学生151名である。回答もれの多かった1名をのぞき、150名の回答が分析された。内訳は男性56名(年齢19~26歳、平均21.2歳)、女性94名(年齢18~24歳、平均20.8歳)である。

質問紙の構成

A. 学業遅延傾向

学業遅延傾向の測定のために、本研究では亀田・古屋(1996)の遅延傾向尺度の再構成を試みた。この尺度は6つの下位尺度から構成されているが、課題特性に関する「勉強嫌悪」尺度と結果に関する「行動失敗」尺度は遅延傾向尺度からは独立させた。勉強嫌悪尺度は「勉強するのが面倒くさい」など4項目、行動失敗尺度は「勉強不足で単位を落とした」、「余裕をもって課題を提出する」など7項目である。

学業遅延尺度のための項目は、「やる気が出るのを待っていて遅くなる」などの「始動困難」尺度、「試験勉強が長続きせず他のことをしてしまう」などの「完成困難」尺度、「課題や試験勉強は計画を立ててから始める」などの「計画性」尺度の項目を合わせた19項目である。なお、亀田・古屋の「焦燥感」尺度については除外した。

回答はいずれも「1:まったくあてはまらない~5:

非常に良くあてはまる」の5件法である。

B. ビッグ5性格特性

ビッグ5性格特性の中から、誠実性、神経症傾向、経験への開放性の3特性について測定する。使用したのは和田(1996)の性格特性語によるBig Five尺度である。因子分析結果を参考に、因子負荷量の多い項目を選択し、誠実性については「怠惰な」、「勤勉な」など7項目、神経症傾向については「神経質な」など5項目、経験への開放性については「好奇心が強い」など5項目を選択した(表1)。回答は「1:まったくあてはまらない~5:非常に良くあてはまる」の5件法である。

C. 完全主義

自己に求める完全主義の性格傾向を測定する尺度である桜井・大谷(1997)のMSPSの中から、遅延傾向との関連が認められた「自分に高い目標を課する傾向(PS)」尺度と「ミス(失敗)を過度に気にする傾向(CM)」尺度、および完全主義の特徴を示す「完全でありたいという欲求(DP)」尺度の3下位尺度について各5項目選択して実施した(表1)。回答は「1:まったくあてはまらない~6:非常に良くあてはまる」の6件法である。

D. 楽観主義

完全主義的傾向の測定のために、安藤ら(2000)が作成したMOAIの下位尺度から、遅延傾向と関連が予想される「割り切りやすさ」尺度、「楽観的な能力認知」尺度、および「外在要因への期待」尺度の3つの下位尺度を使用した。因子分析結果を参考に、各下位尺度について5項目ずつ計15項目を選択し(表1)、「1:まったくあてはまらない~6:非常に良くあてはまる」の6件法で回答を求めた。

結果

尺度構成

A. 学業遅延傾向

本研究では、亀田・古屋(1996)が作成した学業遅延傾向尺度の再構成を試みた。まず、遅延傾向尺度とは独立させた勉強嫌悪尺度4項目と行動失敗尺度7項目についてそれぞれ主成分分析を行った。第1主成分の説明率は、勉強嫌悪で63.3%、行動失敗で39.9%となり、いずれも一元構造であることが確認された(表2、表3)。内的一貫性を示すクロンバックの α は、勉強嫌悪4尺度で0.796と十分に高い値であった。行動失敗尺度7項目については、1項目を削除した6項目で0.743と十分な値を示した。以上の分析を踏まえ、勉強嫌悪尺度4項目、行動失敗尺度6項目の評定の合計を各尺度得点とした。

次に、19項目による学業遅延尺度を再構成した。ま

表1 BIG FIVE 尺度、完全主義尺度および楽観主義尺度の項目

BIG FIVE 尺度	神経症傾向	経験への開放性
誠実性		
いい加減な*	不安になりやすい	独創的な
ルーズな*	心配性	進歩的
怠惰な*	悲観的な	想像力に富んだ
不精な*	神経質な	興味の広い
計画性のある	くよくよしない*	好奇心が強い
軽率な*		
勤勉な		
新完全主義尺度 (Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale, MSPS)		
「完全でありたいという欲求 (DP)」尺度		
どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである		
物事は常にうまくできていないと気が済まない		
中途半端な出来では我慢できない		
できる限り、完璧であろうと努力する		
やるべきことは完璧にやらなければならない		
「自分に高い目標を課する傾向 (PS)」尺度		
いつも、周りの人より高い目標を持つと思う		
何事においても最高の水準を目指している		
高い目標を持つほうが、自分のためになると思う		
簡単な課題ばかり選んでいては、ダメな人間になる		
自分の能力を最大限に引き出すような理想を持つべきである		
「ミス (失敗) を過度に気にする傾向 (CM)」尺度		
“失敗は成功のもと” などとは考えられない		
ささいな失敗でも、周りの人からの評価は下がるだろう		
人前で失敗するなど、とんでもないことだ		
少しでもミスがあれば、完全に失敗したのも同然である		
完璧にできなければ、成功とは言わない		
多面的楽観性測定尺度 (Multidimensional Optimism Assessment Inventory, MOAI)		
「楽観的な能力認知」尺度		
どんな課題にでもそれなりに対処できると思う		
何か困難な出来事が起きても、切り抜けることができると思う		
何か失敗をしても、最後にはうまくやることができると思う		
やらなくてはいけないことが多くある時でも、それをやり終えることができると思う		
たとえそれほど自信がないことでも、結果的になんとかなると思う		
「割り切りやすさ」尺度		
何事もあれこれ思い悩まない		
困ったことが起きても、悩んでも仕方ないと思うのであまり気にしない		
何か物事に失敗しても、仕方なかったとあまりこだわらない		
自分でもどうしようもないと思うことは、あまり深く考えない		
先のことについていろいろ考えたり、悩んだりすることが多い*		
「外在要因への期待」尺度		
周りの人は、自分に親切にしてくれるだろうと考えている		
失敗してしまっても、誰かがフォローしてくれると思う		
失敗しそうになると、必ず誰かが助けてくれると思う		
困ったことがあったら、きっと誰かが助けてくれると思う		
人に頼みごとをしたときには、必ずきいてもらえると思う		

* 逆転項目

表2 勉強嫌悪尺度項目の主成分分析結果

項目	I
勉強しなければと思うと憂鬱になる	.828
勉強するのが面倒くさい	.859
本当は勉強が嫌いだ	.734
教科書を開くのがわずらわしいことがある	.754
合計	2.530
分散の%	63.3

ず、19項目について最尤法プロマックス回転による因子分析を行った。スクリー図や解釈可能性から2因子を抽出した(表4)。第1因子は「試験の前に限って他のことがしたくなる」、「試験勉強が長続きせず他のことをしてしまう」「早くから取り組んでも途中でダラダラする」など、オリジナルの尺度では始動困難尺度や完成困難尺度に含まれていた項目で負荷量が高い。この因子は決められた行動の開始や完成を自ら遅延させるという、遅延傾向の本質的要素に関わる内容を含ん

表3 行動失敗尺度項目の主成分分析結果

項目	I
まったく勉強しないで試験を受けることがある	.633
余裕をもって課題を提出する*	.660
締め切りを過ぎて課題を提出した	.763
勉強不足で単位を落とした	.647
課題の締め切りに遅れて提出できない	.498
締め切りまで放っておく	.723
毎回、課題は納得のいくものに仕上げている*	.430
合計	2.793
分散の%	39.9

* 逆転項目

でいることから遅延行動因子と呼ぶことができよう。他方、第2因子は「自分で立てた計画にきちんと従える(逆転)」、「すべきことがあったらすぐに取り掛かる(逆転)」といったオリジナル尺度の「計画性」に含まれる項目を中心に負荷量が高く、計画を立てられな

表4 遅延傾向尺度の因子分析結果(最尤法プロマックス回転)

項目	I	II
試験の前に限って他のことがしたくなる	.795	-.264
試験勉強が長続きせず他のことをしてしまう	.781	-.014
早くから取り組んでも途中でダラダラする	.712	-.076
暇な時でも課題以外のことをしてしまう	.631	-.018
勉強をしなくてもいい理由があると安心する	.559	-.060
自己嫌悪に陥りつつもまだやれない	.488	.302
好きな教科でも課題となるとやる気が出ない	.428	-.098
しても無駄だだと思うと始める気にならない	.402	-.028
夜遅くなると明日しようと思って寝てしまう	.307	.135
自分で立てた計画にきちんと従える*	-.075	.811
すべきことがあったらすぐに取り掛かる*	-.047	.684
試験勉強や課題の一夜漬けはしない*	-.166	.630
試験の下準備にきちんと時間をかける*	-.013	.535
毎日しようと思ったことは長続きするほうである*	.135	.507
やる気が出るのを待っていて遅くなる	.361	.484
課題や試験勉強は計画を立ててから始める*	-.086	.445
勉強の計画を立てても実行できない	.349	.443
課題を終わらせるために何をしなければならぬかきちんと考える*	-.075	.405
試験勉強はしっかりしないと落ち着かない*(削除)	-.079	.247
固有値	4.644	4.441
因子相関行列		0.641

い、あるいは計画通り実行できないという無計画性や自己制御の欠如を示すことから、無計画実行性の因子と命名した。

B. ビッグ5性格特性

遅延傾向との関連が予想された3つの性格特性について、和田（1996）のBig Five尺度により測定した。各特性について、その特徴を示す特性語への評定得点の合計を求め下位尺度得点とした。内の一貫性を示すクロンバックの α 係数は、誠実性7項目で0.812、神経症傾向5項目で0.836、経験への開放性5項目で0.766であり、十分な信頼性が認められた。

C. 完全主義

桜井・大谷（1997）に従い下位尺度ごとに項目評定の合計点を算出して尺度得点とした。内の一貫性を示すクロンバックの α 係数は、「自分に高い目標を課する傾向（PS）」尺度で0.706、「ミス（失敗）を過度に気にする傾向（CM）」尺度で0.715、および完全主義の特徴を示す「完全でありたいという欲求（DP）」尺度で0.834となり、いずれも十分に使用に耐える信頼性を有することが示された。

D. 楽観主義

安藤ら（2000）に従い各下位尺度ごとに項目評定の合計点を算出して尺度得点とした。クロンバックの α 係数は、「楽観的な能力認知」尺度で0.834、「割り切り

やすさ」尺度で0.845、および「外在要因への期待」尺度で0.838であり、十分な信頼性を有することが確認された。

相関分析

本研究ではビッグ5性格特性が最終的に遅延傾向による学業上での行動の失敗を引き起こすまでのプロセスを検討することを目的に相関分析とパス解析の手法により分析した。

表5に、ビッグ5性格特性と勉強嫌悪、遅延傾向2尺度、行動失敗尺度と全尺度との相関係数を示した。行動失敗は勤勉性と負の相関、勉強嫌悪と2つの遅延傾向尺度との間で有意な正の相関が認められた。2つの遅延傾向尺度は勤勉性と楽観的な能力認知とは負の、勉強嫌悪、完全主義のミスを過度に気にする傾向とは正の有意な相関があり、遅延行動では神経症傾向と正の相関も認められた。勉強嫌悪は勤勉性、開放性、自分に高い目標を課す傾向とは負の、神経症傾向、ミスを過度に気にする傾向、楽観的な能力認知とは正の相関が認められた。

次に、行動失敗を基準変数、他の尺度を説明変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った。表6に示すように、選択された説明変数は勤勉性、2つの遅延傾向尺度と自分に高い目標を課す傾向（完全主

表5 性格尺度得点と学業遅延傾向関連尺度得点との相関

尺 度	ビッグ5性格特性				遅延傾向		
	勤勉性	神経症傾向	経験への開放性	勉強嫌悪	遅延行動	計画実行性欠如	行動失敗
勤勉性	-	-0.128	-0.014	-0.359 **	-0.443 **	-0.534 **	-0.541 **
神経症傾向	-0.128	-	-0.149	0.249 **	0.217 **	0.101	0.037
開放性	-0.014	-0.149	-	-0.216 **	-0.065	-0.091	0.080
勉強嫌悪	-0.359 **	0.249 **	-0.216 **	1.000	0.727 **	0.392 **	0.393 **
完全主義							
自分に高い目標を課す傾向	0.076	-0.078	0.373 **	-0.196 *	-0.104	-0.151	0.056
ミスを過度に気にする傾向	-0.249 **	0.449 **	-0.021	0.271 **	0.348 **	0.165 *	0.151
完璧でありたいという欲求	0.057	0.211 **	0.286 **	-0.025	0.036	-0.066	-0.027
楽観主義							
割り切りやすさ	-0.073	-0.698 **	0.084	-0.054	-0.048	-0.024	0.069
外的要因への期待	-0.072	-0.222 **	0.092	0.033	0.145	0.050	0.110
楽観的な能力認知	0.167 *	-0.448 **	0.335 **	-0.213 **	-0.180 *	-0.164 *	-0.027
遅延行動	-0.443 **	0.217 **	-0.065	0.727 **	-	0.534 **	0.467 **
計画実行性欠如	-0.534 **	0.101	-0.091	0.392 **	0.534 **	-	0.475 **
行動失敗	-0.541 **	0.037	0.080	0.393 **	0.467 **	0.475 **	-

*p<.05 **p<.01

表6 行動失敗を基準変数とする重回帰分析結果

説明変数	β	SE	標準化 β	t 値
(定数)	6.953	4.052		1.716 †
勤勉性	-0.263	0.059	-0.351	-4.472 **
遅延行動	0.201	0.070	0.226	2.873 **
計画実行性欠如	0.159	0.071	0.188	2.239 *
自分に高い目標を課す傾向	0.185	0.090	0.134	2.048 *
R	0.626 **			
R ² 乗	0.392			
調整済み R ² 乗	0.375			

† p<.10 *p<.05 **p<.01

表7 遅延行動を基準変数とする重回帰分析結果

説明変数	β	SE	標準化 β	t 値
(定数)	3.710	2.254		1.646
勉強嫌悪	0.973	0.095	0.569	10.204 **
計画実行性欠如	0.263	0.052	0.276	5.073 **
ミスを過度に気にする傾向	0.240	0.075	0.168	3.196 **
外的要因への期待	0.193	0.071	0.137	2.703 **
R	0.800 **			
R ² 乗	0.639			
調整済み R ² 乗	0.629			

*p<.05 **p<.01

表8 計画実行性欠如を基準変数とする重回帰分析結果

説明変数	β	SE	標準化 β	t 値
(定数)	25.941	3.569		7.268 **
勤勉性	-0.328	0.063	-0.370	-5.176 **
遅延行動	0.389	0.075	0.370	5.171 **
R	0.629 **			
R ² 乗	0.395			
調整済み R ² 乗	0.387			

*p<.05 **p<.01

表9 勉強嫌悪を基準変数とする重回帰分析結果

説明変数	β	SE	標準化 β	t 値
(定数)	19.723	1.906		10.347 **
勤勉性	-0.156	0.037	-0.316	-4.156 **
経験への開放性	-0.140	0.048	-0.216	-2.937 **
ミスを過度に気にする傾向	0.156	0.063	0.187	2.463 *
R	0.459 **			
R ² 乗	0.211			
調整済み R ² 乗	0.195			

*p<.05 **p<.01

義)で、説明率は38%と大きな効果サイズが認められた。外的要因への期待が行動失敗を増やすという結果は、人が助けってくれるだろうという楽観的な期待が失敗を引き起こすことを意味している。次に、2つの遅延傾向尺度を基準変数、行動失敗を除いた他の尺度を説明変数とステップワイズ法による重回帰分析を行った。遅延行動については、勉強嫌悪と計画実行性欠如、性格特性ではミスに過度に気にする傾向(完全主義)と外的要因への期待(楽観主義)が選択され、説明率は63%と非常に大きな効果サイズとなった(表7)。仮説と異なり誠実性や楽観的な能力認知(楽観主義)の影響は見られなかった。計画実行性欠如では勤勉性と遅延行動だけが残ったが、この2変数だけでも説明率は39%で大きな効果サイズがある(表8)。最後に、勉強嫌悪を基準変数、ビッグ5性格特性・完全主義・楽観主義尺度を説明変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った結果、勤勉性と開放性が負の影響を、ミスに過度に気にする傾向が正の影響を与えていた。説明率は20%で効果サイズは中程度であった(表9)。

パス解析

相関分析の結果を踏まえて、ビッグ5性格特性が直接に、あるいは完全主義、楽観主義を媒介して学業嫌悪、遅延傾向に影響を与え、最終的に行動失敗をもたらすプロセスについてモデル化し、パス解析により分析した。分析にはAmos(ver.20.0.0)を利用した。

採用されたモデルとパス係数、および適合度指標の結果を図1に示した。なお、明確な仮説のないパスについては適合度指標を参考に方向性を決めた。具体的には、遅延行動と計画実行性欠如との関係では、計画実行性欠如→遅延行動とするとパス係数は.26となり、AIC=90.382で適合度は低下する。また、ミスに過度に気にする傾向(完全主義)と楽観的な能力認知(楽観主義)の関係は、楽観的な能力認知→ミスに過度に気にする傾向とするとパス係数は-.25、AIC=86.286となる。また、楽観的な能力認知(楽観主義)と外的要因への期待(楽観主義)との関係では、外的要因への期待→楽観的な能力認知とするとパス係数は.37、AIC=92.262となり、やはり適合度は低下する。

なお、重回帰分析では行動失敗に対して自分に高い目標を課す傾向(完全主義)が正の影響を示した。そこで、この変数も組み込んだモデルについても分析し、

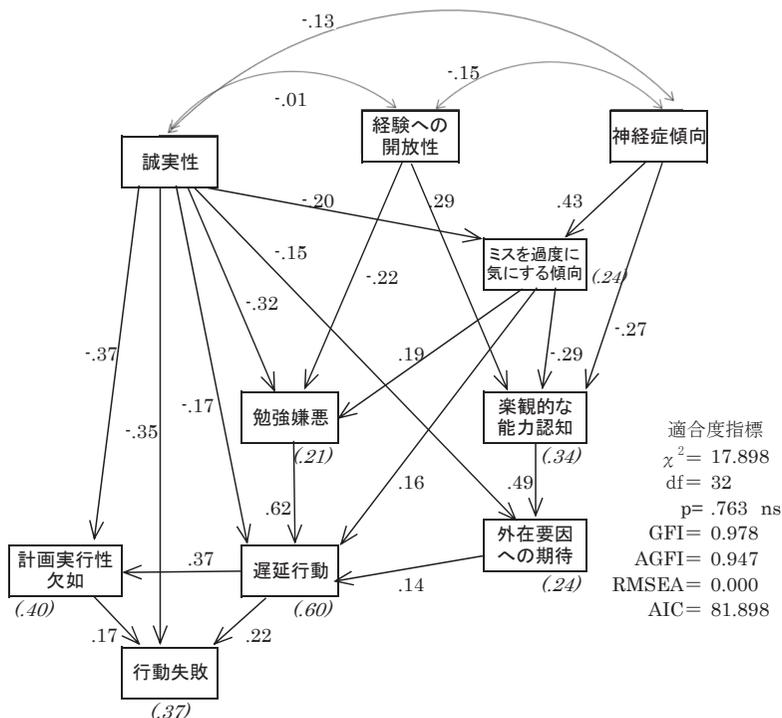


図1 性格特性、遅延傾向、行動失敗に関するパス・モデル分析結果

最終的に適合度の高いモデルを得ることができた。しかし、自分に高い目標を課す傾向は経験への開放性からの有意な正の影響を受け、行動失敗に対して有意な正の影響を与えるだけで、遅延傾向に対する直接・間接の影響は認められなかったため、本研究では採用しなかった。

考 察

本研究では、亀田・古屋 (1996) の遅延傾向尺度を Steel (2007) の枠組みを使って再構成した上で、ビッグ5性格特性、完全主義、楽観主義と遅延傾向との関係を検討した。

学業遅延傾向とビッグ5性格特性

亀田・古屋 (1996) の学業遅延傾向尺度は、大学生の自由記述から作成した項目を分析して得られた6因子を基に作成された。そのため、内容は遅延傾向だけでなく、その関連要因を含むものとなっていた。本研究では、Steel (2007) の分析枠組みに従い、その中の「勉強嫌悪」を課題特性のひとつである課題嫌悪性として、また「行動失敗」を遅延の結果として位置づけ、「始動困難」、「完成困難」および「計画性」の3つを遅延傾向を表す尺度として再構成した。その結果、本研究では新たに2因子が抽出された。ひとつは始動困難や完成困難など遅延行動の因子、もうひとつは計画性および計画実行力の欠如を表す因子（計画実行性欠如）であった。パス解析の結果、勉強嫌悪は遅延行動に影響を与え、遅延行動は直接的に行動失敗を引き起こすとともに、計画実行性欠如を介して間接的に行動失敗をもたらすという関係性が確認された。このことは、これらの尺度が Steel (2007) の枠組み通りに位置づけられることを意味している。

本研究では、ビッグ5性格特性が遅延傾向に及ぼす影響として、仮説1で誠実性が勉強嫌悪と遅延傾向に負の影響を及ぼすであろうと予想した。重回帰分析およびパス解析の結果は、誠実性が勉強嫌悪、遅延行動、計画実行性欠如、さらに行動失敗に対して負の影響を与えることが示され、この仮説は支持された。遅延傾向尺度とそれに関わる周辺要因すべてに対して、誠実性は強い影響を与えており、遅延傾向は誠実性の広範囲な特徴と重複していることが示唆される。

ビッグ5性格特性と遅延傾向との関連については、仮説2として経験への開放性が勉強嫌悪に対して負の影響を及ぼすであろうと予想した。分析の結果、この仮説も支持された。経験への開放性は勉強嫌悪に負の影響を与え、遅延傾向や行動失敗には直接の影響を与えていなかった。経験への開放性の高さは知的好奇心の高さや創造性、新奇な刺激や活動への関心などの特

徴を意味しており、これらは学業への積極的関与を高めることで勉強嫌悪を低減させると考えられる。課題嫌悪性に対するこの影響は、課題が学業や知的活動の場合にのみ見られる課題特異的なものであり、課題によっては嫌悪性に全く影響を与えないこともあり得るし、あるいは知的な刺激が乏しい単調で退屈な仕事に対しては経験への開放性が課題嫌悪性を高める可能性もあるだろう。その意味で、経験への開放性の関与は学業遅延傾向に特徴的な現象であると言える。

本研究では学業遅延傾向に及ぼす誠実性の圧倒的な影響が示された。パス解析の結果に示された誠実性の影響を、直接・間接の影響をすべて含めた総合効果（標準化澄み）で示すと、勉強嫌悪に対して $-.352$ 、遅延行動に対して $-.439$ 、計画実行性欠如に対して $-.532$ 、行動失敗に対しては $-.539$ であった。大学生における学業遅延傾向の個人差は誠実性の程度の違いによるものであると言える。Poropat (2009) や Vedel (2014) によるメタ分析によれば、ビッグ5性格特性と学業パフォーマンスに関する研究の中で誠実性とパフォーマンスとの強い関連性が一貫して認められてきた。本研究の結果は、誠実性と学業パフォーマンスとの関係において学業遅延傾向が重要な媒介要因として作用していることを示している。

それに対して経験への開放性と神経症傾向の総合効果は、遅延行動に対しては $-.115$ と $-.090$ 、計画実行性欠如に対しては $-.042$ と $.033$ 、行動失敗に対しては $-.033$ と $-.025$ と、きわめて弱い関連性しか認められなかった。しかし、それは遅延傾向に対して正の影響と負の影響を同時に与えていたため、全く影響がないわけではない。本研究では検討しなかった外向性や協調性についても、このように遅延傾向に影響を与える複数の個人差要因を規定することで、単純な相関関係には表れないような複雑な影響を及ぼしている可能性があり、今後さらに検討を加える必要がある。

完全主義と楽観主義

本研究ではビッグ5性格特性だけでなく、完全主義と楽観主義が学業遅延傾向に及ぼす影響についても検討した。先行研究を踏まえ、完全主義については桜井・大谷 (1997) の MSPS の3つの下位尺度、楽観主義については安藤ら (2000) による MOAI の3つの下位尺度に着目した。遅延傾向に対する直接的な影響については、仮説5でミスを過度に気にする傾向 (CM) は遅延傾向に対して正の影響を与えるだろうと予想した。重回帰分析とパス解析の結果はこの仮説を支持するものであった。結果によれば、完璧さを損なう小さなミスも許さない完全主義のネガティブな特徴が遅延傾向に正の直接的影響を与えるだけでなく、勉強嫌悪を高

めることで間接的にも遅延行動に影響を与えることが明らかにされた。ただし、勉強嫌悪に対するCMの影響は学業のように行動結果の評価が重視されるような状況に限られる可能性がある。経験への開放性とは違う意味で、CMは学業場面での課題嫌悪性に影響を与える特異的要因のひとつと考えられる。

完全主義と楽観主義については、仮説3でビッグ5性格特性のひとつ神経症傾向がCMや楽観主義の低さ(悲観主義)に影響を与え、また仮説4で楽観主義がCMに負の影響を与えるだろうと予想した。パス解析の結果、神経症傾向はCMを高め、楽観主義(楽観的な能力認知)を低下させることが示され、仮説3は支持された。他方、仮説4で予想した楽観主義とCMの関係は支持されなかった。パス解析では楽観主義がCMを低減するのではなく、逆にCMが神経症傾向とともに楽観的な能力認知に負の影響を与えていることが示された。また、仮説に反して、楽観的な能力認知は外在要因への期待を媒介に遅延行動に対して正の影響を与えることも明らかになった。この尺度は他人が助けてくれるだろうという甘い期待を抱きやすい傾向を意味しており、そのような傾向が強ければ遅延行動が出現しやすいと言える。したがって、神経症傾向は一方でCMへの正の影響により遅延傾向を高める同時に、楽観主義傾向への負の影響により遅延傾向を抑制する影響も与えていることになる。このように、神経症傾向は直接的に遅延傾向に影響することはないが、ネガティブな感情に関わる要因への影響を媒介に間接的な影響を与えていると言えよう。

なお、完全主義、楽観主義に対しては、神経症傾向の他にも誠実性や経験への開放性からの影響も見られた。誠実性はCMと外在要因への期待に対して負の影響を与えており、いずれも勉強嫌悪や遅延傾向に対して間接的に負の影響を及ぼしたことになる。それに対して、経験への開放性は楽観的な能力認知に正の影響を与えており、これは間接的に遅延傾向に正の影響となる。したがって、経験への開放性は、一方で勉強嫌悪を低減することで遅延傾向を抑制すると同時に、楽観的な能力認知を介して遅延傾向を高める影響も与えていることになる。

課題と展望

本研究では性格と遅延傾向との関連に関する5つの仮説を検討し、主要な仮説については支持する結果が得られた。支持されなかった仮説は完全主義と楽観主義に関わる仮説である。完全主義には高い目標を掲げることで達成動機や学習意欲を高める適応的側面と、ささいなミスも許されないと感じることから生じる不適応的側面がある。本研究では2つの側面のうちネガ

ティブな側面であるCMが遅延傾向を引き起こすことが明らかにされた。山口ら(2013)が指摘するように、ミスに対して過度に過敏になると、課題に集中できなくなったり、細部に固執してしまうなど、状況に適した柔軟な行動が取れなくなり、結果的に遅延が生じるものと考えられる。ただし、山口らにおいては完全主義の高目標設定傾向は遅延傾向に負の影響を与えていた。しかし、本研究の重回帰分析の結果によれば「自分に高い目標を課する傾向(PS)」は行動失敗に対して正の影響を及ぼすことが明らかにされた。遅延傾向との関連が認められなかったためPSは学業遅延のパスモデルには組み込まれていないが、PSが学業行動や学業パフォーマンスに及ぼす影響については改めて再検討する必要があるだろう。

また、楽観主義についてはこれまで遅延傾向との強い関連は想定されていなかったが、本研究では「外在要因への期待」尺度に遅延行動への正の影響が認められた。楽観主義も多面的にとらえると、適応的に作用する場合と不適応的に作用する場合があると考えられる。特に過度に外在要因(周囲にいる誰かの援助)に期待する傾向は、学業場面では遅延傾向を促進することで不適応的な影響を与えてしまう可能性が高い。ただし、外在要因への期待は楽観主義の中核的な特徴を示しているとは言いがたく、他の楽観主義下位尺度と遅延傾向との間に直接的な関連が認められなかったことは、むしろ関連が弱いことを示唆している。楽観主義については、本研究で利用したMOAIの他にも尺度化が試みられており、他の尺度でも検討する必要がある。

引用文献

- Aitken, M. (1982). A personality profile of the college student procrastinator. Unpublished doctoral dissertation. University of Pittsburgh.
- 安藤史高・中西良太・小平 英志・江崎真理・原田一郎・川井加奈子・小川一美・崎濱秀行(2000), 多面的楽観性測定尺度の作成 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要心理発達科学, 47, 237-245.
- Burns, L. R., Dittmann, K., Nguyen, N., & Mitchelson, J. K., (2000). Academic procrastination, perfectionism, and control: Associations with vigilant and avoidant coping. *Journal of Social Behavior & Personality*, 15, *Special Issue: Procrastination: Current issues and new directions*. 35-46.
- Choi, J. N., & Moran, S. V., (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *The Journal of Social Psychology*, 149, 195-211.

- Ellis, A., & Knaus, W. (1977). *Overcoming procrastination*. New York, NY: Signet.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (Eds.). (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory research, and treatment*. New York, NY: Plenum Press.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R., (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, **14**, 449-468.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L., (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, **60**, 456-470.
- Jackson, T., & Weiss, K. E., & Lundquist, J. J. (2000). Does procrastination mediate the relationship between optimism and subsequent stress? *Journal of Social Behavior & Personality*, **15**, Special Issue: *Procrastination: Current issues and new directions*, 203-212.
- 亀田有美・古屋 健 (1996). 学業場面における大学生の遅延傾向に関する基礎的研究 群馬大学教育学部紀要, **45**, 353-364.
- Kim, K. R., & Seo, E. H., (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, **82**, 26-33.
- 小浜 駿 (2010). 先延ばし意識特性尺度の作成と信頼性および妥当性の検討教育心理学研究, **58**, 325-337.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, **20**, 474-495.
- Lay, C. H. (1997). Explaining lower-order traits through higher-order factors: The case of trait procrastination, conscientiousness, and the specificity dilemma. *European Journal of Personality*, **11**, 267-278.
- Onwuegbuzie, A. J., (2000). Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior & Personality*, **15**, Special Issue: *Procrastination: Current issues and new directions*, 103-109.
- Ozer, B. U., O'Callaghan, J., Bokszczanin, A., Ederer, E., & Essau, C., (2014). Dynamic interplay of depression, perfectionism and self-regulation on procrastination. *British Journal of Guidance & Counselling*, **42**, 309-319.
- Poropat, A. E., (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, **135**, 322-338.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997) “自己に求める完全主義”と抑うつ及び絶望感との関係 心理学研究, **68**, 179-186.
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, **4**, 219-247.
- Schouwenburg, H. C. & Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, **18**, 481-490.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D., (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, **31** 503-509.
- Steel, P., (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, **133**, 65-94.
- Terry-Short, L.A., Owens, G., Slade, P.D., & Dewey, M.E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, **18**, 663-668.
- 戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1993), オブテイミストは健康か? 健康心理学研究, **6**, 1-12.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, **51**, 473-480.
- Vedel, A. (2014). The Big Five and tertiary academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, **71**, 66-76.
- 和田さゆり (1996). 性格特性用語を用いた Big Five 尺度の作成 心理学研究, **67**, 61-67.
- 山口葉純・阿部晋吾・森本美奈子 (2013). 自己志向的完全主義が先延ばし行動と失敗行動に及ぼす影響 : 自己志向的完全主義の適応的側面と不適応的側面からの検討 対人社会心理学研究, **13**, 15-21.

要 約

本研究の目的は大学生の学業遅延傾向と性格との関係を明らかにすることである。学業遅延を測定するために、亀田・古屋（1996）の尺度を再構成して、課題特性を示す勉強嫌悪、結果を示す行動失敗、遅延傾向を示す遅延行動、計画実行性欠如の4尺度を作成した。大学生150名に対して新学業遅延尺度、ビッグ5尺度、新完全主義尺度（MSPS）、多面的楽観性測定尺度（MOAI）が実施された。重回帰分析とパス解析の結果、誠実性が勉強嫌悪、遅延傾向、行動失敗に、経験への開放性が勉強嫌悪に負の影響を与えていた。また、神経症傾向は完全主義下位尺度のミスを過度に気にする傾向（CM）に正の影響を与え、CMは勉強嫌悪を高めていた。神経症傾向は楽観主義下位尺度の楽観的な能力観に負の影響を及ぼし、外的要因への期待が遅延傾向に正の影響を及ぼしていた。

キーワード：学業遅延傾向、Big5性格特性、完璧主義、楽観主義