

中学生における学習先延ばし行動と生活習慣

○松本瑠蘭 (聖徳大学大学院)

相良順子 (聖徳大学)

キーワード：学習先延ばし行動，中学生，生活習慣

問題と目的

学習先延ばし行動は、主観的な不安や不快感を経験する時点まで、不必要に課題を遅らせる行為と定義されている (Solomon&Rothblum, 1984)。松本・相良 (2018) は、中学生を対象に調査した結果、学級の雰囲気が良いと学習先延ばし行動を抑制することを報告し、学習先延ばし行動における環境面の影響を示唆した。

しかし中学生の環境は、学級だけではなく家庭も含まれる。豊田 (2008) は、基本的生活習慣や学習習慣は、学業成績との関連が強いことを報告していることから、基本的生活習慣は学習先延ばし行動の関連要因の一つであると予想できる。しかしこれまで学習先延ばし行動との関連は検討されていないため、基本的生活習慣の影響を検討する。

方 法

調査対象者 都内公立中学校計4校，1年生から3年生までの中学生男女815名。

調査内容 ①フェイスシート(学年・性別)。②教研式はびっと基本的生活習慣検査中学生用

(青木・真仁田・沢崎, 1989)，20項目3件法。③達成目標傾向尺 (Hayamizu, Ito&Yoshizaki, 1989) 22項目4件法。④中学生用学習課題先延ばし行動測定尺度 (藤田・仲澤, 2013)，9項目4件法。⑤将来志向性尺度 (山上・相良, 2019)，13項目4件法。
手続き 質問紙の配布と回収は、中学校に依頼し、調査はクラスごとに空き時間を利用し、担任により集団で実施された。所要時間は15分程度。

倫理的配慮 第一著者が所属する大学の「ヒューマンスタディに関する倫理審査委員会」の承認を得て実施した。

結果と考察

因子分析

本研究では教研式はびっと基本的生活習慣検査中学生用から、20項目を使用したため、新規尺度とし、探索的因子分析 (最尤法，プロマックス回転) を行った。因子負荷量が.35以下を削除した結果、2因子10項目が抽出され、第一因子を「生活習慣」、第二因子を「自主的学習」と命名した (Table 1)。累積寄与率は、33.86%であり、因子間相関は $r = .562^{**}$ であった。

基本的生活習慣における性差と学年差

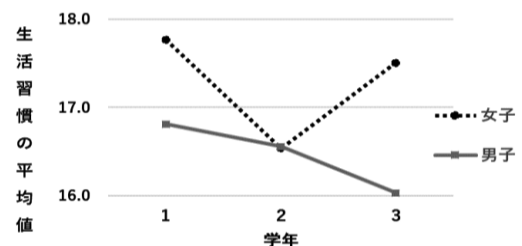
基本的生活習慣の各下位尺度「生活習慣」「自主的学習」をそれぞれ従属変数、学年と性別を独立

Table 1 基本的生活習慣の因子分析の結果

項目内容	I	II
生活習慣 ($\alpha = .714, M = 2.11, SD = .416$)		
9. 見る時間を決めてテレビを見ていますか (テレビを見ない人は答えなくてよい)。	.543	-.036
12. 勉強や読書をするとき、良い姿勢をしていますか。	.526	.012
11. 外出するときは、帰る時刻を家の人に言って出かけますか。	.523	-.095
14. 家で勉強するとき、何時から何時まで何を勉強するかを決めていますか。	.516	.110
7. 毎晩、決まった時刻に寝ていますか。	.465	-.001
15. 勉強机の上をきれいにしていますか。	.430	.053
4. 毎朝、決まった時刻に自分で起きますか。	.424	.045
13. 服をきちんと着るなど、身なりに気を付けていますか。	.408	.046
自主的学習 ($\alpha = .825, M = 2.10, SD = .645$)		
3. 家では、人に言われなくても自分で勉強しますか。	.008	.928
20. 家では、自分から進んで勉強していますか。	-.022	.765

変数とし、二要因分散分析を行った。その結果、生活習慣では、交互作用 (Figure 1) が認められた ($F(2, 802) = 3.20, p < .05$)。単純主効果の結果、女子では2年生よりも1年生の方が得点が高く ($F(2, 802) = 6.26, p < .05$)、1年生と3年生とでは男子よりも女子の方が得点が有意に高かった ($F(1, 802) = 7.06, p < .05$)、($F(1, 802) = 8.43, p < .05$)。2年生女子の得点が低い理由として、学習より友人関係等に敏感な時期であるためと考えた。

一方、自主的学習は、性別の主効果 (男子 < 女子) のみ認められた ($F(1, 802) = 4.91, p < .05$)。

Figure 1 生活習慣における交互作用の結果
学習先延ばし行動と基本的生活習慣の関係

学習先延ばし行動は性差がなく、学年差が有意だった。そこで学習先延ばし行動を従属変数、基本的生活習慣の下位尺度を独立変数とし重回帰分析 (学年を統制変数) を行った。生活習慣 ($\beta = -.336^{**}$)、自主的学習 ($\beta = -.358^{**}$) に負の関連が見られた ($R^2 = .358$)。したがって、学習先延ばし行動を抑制する要因であることが示唆された。