

# 先延ばし時の行動選択における個人の一貫性

○ 栗原るり<sup>1</sup>・森田愛子<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> 広島大学大学院教育学研究科・<sup>2</sup> 広島大学大学院人間社会科学研究科)

## 目的

先延ばしとは何らかの達成すべき課題を遅らせることである (Lay, 1986)。先延ばし時に課題以外の何らかの行動が選択されているにもかかわらず、これまで先延ばしは傾向や特性として捉えられて多く検討されてきた。先延ばしを複数の行動選択肢がある状況での意思決定と捉え (黒田, 2017)、先延ばし時に選択される行動の影響を検討することが重要である (黒田・望月, 2012)。先延ばし時に選択している行動の特徴については、課題成績の高低による違いが見られる可能性が示唆されているが (栗原・長柄・森田, 2019)、個人の行動選択の特徴に着目した検討は不足している。そこで本研究は、先延ばし時に選択する行動の個人の一貫性を検討することを目的とする。具体的には、選択する行動の種類数の一貫性と種類の一貫性の2点について検討をする。

## 方法

**参加者** 大学のレポートを複数回課す授業の受講生 52 名。9 回の質問紙調査を実施した。

**質問紙** 質問紙には、以下のセクションがあった。第 1 に、直前に提出したレポートを作成した際に先延ばしをしたか尋ねた。第 2 に、行動選択肢の中から先延ばし時にどの行動をどの順序で行っていたのか尋ねた。行動選択肢は、黒田・望月 (2013) を参考に作成した。

**手続き** 授業内で一斉に調査を実施した。

## 結果と考察

選択した行動の種類数の一貫性を検討するために、各個人の行動の種類数を算出し、種類数の最大数による分類を行った (Table 1, Table 2)。9 回の調査において 3 回以上先延ばしした 38 名を集計の対象とした。第 2 セクションの回答におい

Table 1 行動の種類数の最大数とその人数

種類数の最大数(種類)	1	2	3	4~
人数(人)	3	14	14	7

Table 2 各回の行動の種類数の最大差とその人数

種類数の最大差	0	1	2	3~
人数(人)	4	15	14	5

て、1 回の先延ばしで選択した行動の種類数が 4 以上の場合を含むのは 7 名であり、全て 3 以下であったのは 31 名であった。つまり、1 回の先延ばしでは 3 種類以内の行動しか行われないことが多く、行動の種類数はそれほど大きく変動し得ない。にもかかわらず、毎回同じ種類数の行動を選択したのは 4 名、各回に選択した行動の種類数の差が 1 であったのは 15 名であり、選択した行動の種類数に 2 以上の変動があった者が 19 名いたことになる。以上より、先延ばし時に選択する行動の種類数は必ずしも一致しないことが示された。

次に、選択した行動の種類の一貫性を検討するために、各個人の最頻行動の「選択率」を算出した (Figure 1)。選択率は、各個人が最も多く選択した行動が先延ばし時に選択された割合と定義する。例えば、9 回の調査の中で 5 回「家事」を最も多く 4 回選択した場合、「家事」が最頻行動であり、その選択率は 80% となる。この値は、ある個人が先延ばし時に選択しやすい行動を毎回選択するのにかつての一貫性を示している。選択率の全体平均は 72.5% ( $SD=18.9$ ) であった。100% ではないものの、全体的には、先延ばし時に選択しやすい行動を 3/4 程度は行っているという一貫性があることが示された。よって、全体的には比較的种类の一貫性はあると言える。さらに、選択された行動の具体的な内容を見ると、多くの人が特定の同じ行動をしていたわけではなかった。つまり、各個人が異なる行動をした中で選択しやすい行動の種類に一貫性が見られたと言える。

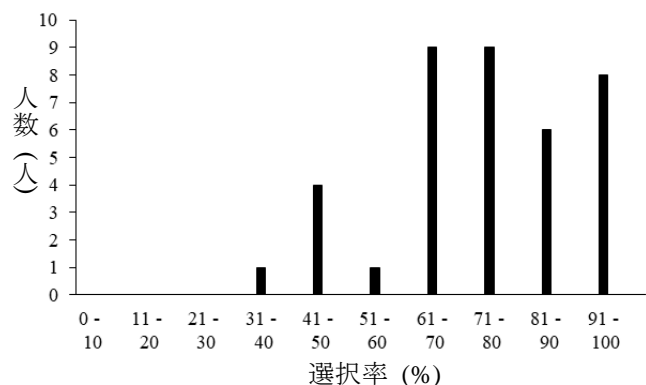


Figure 1. 選択率とその人数