

大学生における時間管理が学習習慣の形成に及ぼす影響

井邑 智哉*

The influence of time management in undergraduates on the formation of learning habits

Tomoya IMURA

【要約】本研究では、大学生の時間管理が学習習慣の形成に及ぼす影響を検討した。大学生 302 名に対して調査を行なった結果、(1) 時間管理は時間コントロール感を媒介して、学習習慣に正の影響を及ぼすこと、(2) 時間管理と根気強さは、それぞれ独立に学習習慣に影響を及ぼすこと、(3) 時間管理と根気強さによって学生を 4 分類できることが明らかとなった。

【キーワード】時間管理、時間コントロール感、学習習慣、やり抜く力 (Grit)

教員勤務実態調査(小・中学校)報告書(2007)によると、公立小・中学校の教員の月間平均残業時間は昭和 41 年の 8 時間から平成 18 年には平均 38 時間 20 分と大きく増えている。また、平成 27 年度に愛知県で実施された「在校時間の状況調査」によると、小学校で 10.8%、中学校で 38.7%、高等学校で 14%の教員が正規の勤務時間以外で月 80 時間を超えて在校している状況が報告されている。樋口(2017)は、教員のこうした長時間労働の背景として、(1) 教育内容の多様化・複雑化、(2) 観点別学習評価状況などの評価活動の緻密化・膨大化、(3) 教育的配慮を要する児童生徒への学習指導、(4) 問題行動の増加に伴う、生徒・生活指導業務の負担増を挙げている。

このような教員の多忙化に代表されるように、現代社会では、限られた時間の中で多くの仕事を行う事が求められている。社会のニーズに適合するためには、無駄な時間の浪費を防ぎ、仕事の生産性を高める必要がある(Lakein, 1974)。このような環境下において、時間を効率良く使用方法として時間管理(time management)が提案されている。時間管理とは、「目標を達成するために時

間を効果的に使用する行動」である(Claessens, van Eerde, Rute, & Roe, 2007)。

時間管理は仕事や学業上の成績(Burt & Kemp, 1994; Britton & Tesser, 1991)、職務遂行能力や仕事の成果(Barling, Kelloway, & Cheung, 1996; Macan, 1994)と正の相関関係を示しており、ストレス反応(Macan, 1994)、不安(Kelly, 2003)、仕事負荷感(Hafner & Stock, 2010)と負の相関関係を示している。また、時間管理トレーニングの有効性についても検討が進められている(Green & Skinner, 2005; Hanfer & Stock, 2010; Orpen, 1994)。このように、時間管理は仕事や学業、精神的健康など様々な面に肯定的な効果をもたらすと考えられる。

時間管理能力を獲得することは大学生の重要な課題の一つとされる(松田・橋本・井上・森田・山崎・三宅, 2002)。Zimmerman(1998)は、大学などの高等教育機関において時間管理を含む自己調整過程を学ぶことの重要性を指摘している。また、田中・向後(2014)は、在学中に時間管理の困難さを経験するほど、卒業後の仕事とキャリアに良い影響があることを示しており、岩田・藪脇・京極(2014)では、大学生の初年次教育の一つと

*佐賀大学大学院学校教育学研究科

して、時間管理に関するスキルトレーニングを実施している。

これまで時間管理は大学での学業成績に正の影響を及ぼすことが明らかにされているが (e.g., Britton & Tesser, 1991), 時間管理と学修の関連については十分に検討されていない。学修は、授業時間だけではなく、授業前後の学生の主体的な学びに要する時間も内在するものであり、学生が能動的に学修を行うことが、予測困難な時代を切り拓く力を育成する上で重要だと考えられる (中央教育審議会, 2012)。本研究では、大学生が授業時間外に行う学習習慣に焦点を当て、時間管理が学習習慣の形成にどのような影響を及ぼすのかを明らかにする。特に、学習習慣への影響に関して、時間管理という認知的スキルと、やり抜く力¹⁾ (Duckworth, 2016 神崎訳 2016) などの非認知的スキルとの関連性を検討することで、学習習慣の形成に必要なことについて議論する。

方法

調査対象者

2017年7—11月に大学生331名に対して集合法による質問紙調査を行った。回答に不備のある者を除き302名 (男性95名, 女性207名, 平均年齢19.72歳 ($SD = 1.56$)) から有効回答を得た。有効回答率は91.2%であった。

質問紙

(1) 時間管理を測定するために、井邑・高村・岡崎・徳永 (2016) の時間管理尺度を用いた。この尺度は「時間見積もり」, 「時間活用」, 「その日暮らし」の3下位尺度から構成されており, 「1. 全く当てはまらない」から「4. 非常に当てはまる」までの4件法で回答を求めた。(2) 時間コントロール感²⁾を測定するために、井邑他 (2016) が作成した時間コントロール感尺度を用いた。時間コントロール感を測定する12項目について, 「1. 全く当てはまらない」から「4. 非常に当てはまる」までの4件法で回答を求めた。(3) 学習習慣を測定するために、富山・嘉数 (1998) の学習習慣尺

度を用いた。学習習慣を測定する13項目について, 「1. 全く当てはまらない」から「4. 非常に当てはまる」までの4件法で回答を求めた。(4) やり抜く力を測定するために、西川・奥上・雨宮 (2015) が作成した日本語版 Short Grit (Grit-S) 尺度を用いた。この尺度は, 「興味の一貫性」, 「根気強さ」の2下位尺度から構成されており, 「1. 全く当てはまらない」から「4. 非常に当てはまる」までの4件法で回答を求めた。

結果

時間管理と学習習慣の影響過程モデル

まず全変数の平均と標準偏差, Cronbachの α 係数を算出した (Table 1)。また時間管理 (3因子) と学習習慣の関係について, 対象の2変数以外の2変数をコントロールした偏相関分析を行った。その結果, 学習習慣と時間見積もり ($r = .436, p < .001$), 時間活用 ($r = .224, p < .01$) の間に有意な正の相関が示された。一方, その日暮らしは学習習慣と無相関であったため, 以後の分析から除外した。

Table 1 全変数の平均, 標準偏差, α 係数

	<i>M</i>	<i>SD</i>	α
時間見積もり	2.20	0.60	.75
時間活用	2.73	0.66	.80
その日暮らし	2.82	0.69	.69
時間コントロール感	2.18	0.66	.77
学習習慣	2.72	0.67	.80
興味の一貫性	2.45	0.60	.62
根気強さ	2.40	0.70	.82

次に時間管理 (時間見積もり, 時間活用) と学習習慣の関係について, 時間管理の2変数を時間コントロール感が媒介するモデルAと, 時間コントロール感が媒介しないモデルBを構成し, どちらのモデルが妥当なのかを検討するため, 最尤法による共分散構造分析を行った (Table 2)。分析の結果, 時間コントロール感の媒介を仮定するモデルAの方がいずれの適合度も良好であったため, モデルAを採用した。

Table 2 モデル A 及び B で得られた適合度指標

	AIC	GFI	AGFI	RMSEA
モデルA	21.64	.994	.940	.074
モデルB	64.98	.873	.796	.182

最終モデル (Figure 1) を見ると、まず時間コントロール感に対して、時間見積もり、時間活用がいずれも正のパスを示した。次に時間コントロール感から学習習慣へは正のパスが見られた。また、時間見積もりから学習習慣に直接の正のパスも見られた。時間管理と学習習慣の関連については、時間コントロール感以外の媒介過程も存在することを示唆しているといえる。

時間管理および根気強さと学習習慣

まず、やり抜く力 (興味の一貫性、根気強さ) と学習習慣の関連を検討するために、対象の2変数外の1変数をコントロールした偏相関分析を行った結果、根気強さと学習習慣 ($r = 259, p < .001$) の間に有意な正の相関が示された。一方、興味の一貫性と学習習慣は無相関であったため、以下の分析から除外した。

次に、時間管理 (時間見積もり、時間活用)、根気強さという3要因が学習習慣に及ぼす影響を検討するために、それぞれの得点の中央値により対

象者を2分割し、上位をH群、下位をL群とした。そして、学習習慣得点を従属変数とする、2 (時間見積もり : H群, L群) × 2 (時間活用 : H群, L群) × 2 (根気強さ : H群, L群) の3要因分散分析を行った結果、時間見積もりの主効果 ($F(1, 294) = 46.18, p < .001$)、根気強さの主効果 ($F(1, 294) = 19.84, p < .001$) が有意であり、いずれもH群の得点がL群の得点よりも高かった。すなわち、時間見積もりを行い、根気強さを持った学生は、そうでない学生に比べ学習習慣が身につけていることが分かった。しかし、この他の主効果、及び交互作用効果については有意な結果が得られなかった。各条件の平均と標準偏差をTable3に示す。

時間管理と根気強さによる大学生の分類

大学生の時間管理に特徴的なタイプが存在するかを調べるために、クラスタ分析 (ward法, 平方ユークリッド距離) を行った。分析では2種類の時間管理 (時間見積もり, 時間活用) と根気強さの3変数を投入変数として扱った。各クラスタに含まれる対象者の人数とクラスタの解釈可能性を考慮して、4つのクラスタを得た。クラスタの特徴を把握するために、投入変数ごとに、4つのクラスタの得点について、1要因の分散分析を行った。その結果、全ての投入変数において有意な主

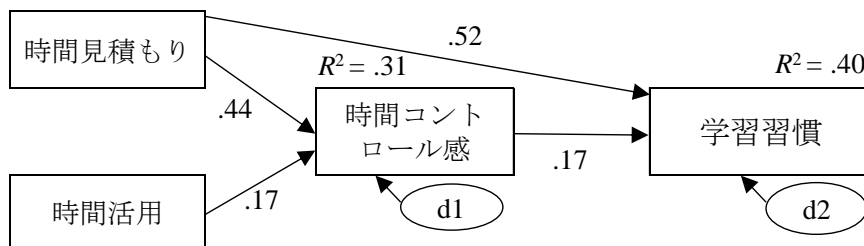


Figure 1. 時間管理と学習習慣に関する影響過程モデル
注) 係数の値は標準化回帰係数β。いずれも5%水準で有意。

Table 3 各条件における学習習慣得点の平均 (SD)

時間見積もりH群				時間見積もりL群				
時間活用H群		時間活用L群		時間活用H群		時間活用L群		
根気H群	根気L群	根気H群	根気L群	根気H群	根気L群	根気H群	根気L群	
n = 80	n = 26	n = 25	n = 20	n = 18	n = 27	n = 28	n = 78	
学習習慣	3.25 (0.43)	2.83 (0.51)	2.89 (0.71)	2.82 (0.41)	2.72 (0.49)	2.23 (0.63)	2.59 (0.51)	2.27 (0.61)

効果が示された(時間見積もり: $F(3, 298) = 107.04$, $p < .001$, 時間活用: $F(3, 298) = 168.85$, $p < .001$, 根気強さ: $F(3, 298) = 88.43$, $p < .001$)。4つのクラスタにおける投入変数の平均と標準偏差, 及び多重比較(Bonferroni法)の結果をTable 4に示す。

第1クラスタは, 根気強さが最も高く, 時間見積もりもある程度行う群であったため, 「時間見積もり高・根気強さ高群(58名, 19.2%)」と命名した。第2クラスタは, 時間管理を行わず, 根気強さも低い群であったため, 「時間管理低・根気強さ低群(138名, 45.7%)」と命名した。第3クラスタは, 時間を活用しようとするが, 根気強さが最も低い群であったため, 「時間活用高・根気強さ低群(61名, 20.2%)」と命名した。第4クラスタは, 時間管理を最も行い, 根気強さも高い群であったため, 「時間管理高・根気強さ高群(45名, 14.9%)」と命名した。

4つのクラスタ間で学習習慣に差があるのかを検討するために, 学習習慣得点を従属変数とする1要因分散分析を行った結果, 有意な主効果($F(3, 298) = 32.17$, $p < .001$)が得られた。Bonferroni法による多重比較を行った結果, 「時間管理高・根気強さ高群(第4クラスタ)」>「時間見積もり高・根気強さ高群(第1クラスタ)」>「時間管理低・根気強さ低群(第2クラスタ)」, 「時間活用高・根気強さ低群(第3クラスタ)」の順に得点が高いこと

が明らかとなった(Table 5)。時間管理を行い, 根気強く物事に取り組む者が最も学習習慣を確立していることが示された。一方, 時間を活用しようとするが根気強さが低い者, あるいは時間管理を行わず根気強さも低い者は学習習慣が十分確立されていないことが分かった。

考察

本研究の目的は, 大学生が授業時間外に行う学習習慣に焦点を当て, 時間管理が学習習慣の形成にどのような影響を及ぼすのかを明らかにすることであった。特に認知的スキルとしての「時間管理」と, 非認知的スキルとしての「やり抜く力」がどのように関連して学習習慣の形成に影響を及ぼすかを明らかにしようとした。

時間管理と学習習慣の影響過程モデル

時間管理と学習習慣との関係における影響過程モデルの検討を行った結果, 時間見積もりと時間活用は, 時間コントロール感を高めることを通して, 学習習慣に影響することが示された。日常の中で, これから行う活動の時間を見積もったり, 今後の予定を立て時間を活用しようとしたりすることは, 自分の時間に意識を向けることになるため, 時間コントロール感が高まると考えられる。これまで時間コントロール感は, ストレス(e.g.,

Table 4 各クラスタにおける投入変数の平均(標準偏差), 及び多重比較結果

	第1クラスタ $n = 58$	第2クラスタ $n = 138$	第3クラスタ $n = 61$	第4クラスタ $n = 45$	多重比較
時間見積もり	2.56 (0.56)	1.82 (0.36)	2.12 (0.54)	3.01 (0.63)	2 < 3 < 1 < 4
時間活用	2.80 (0.52)	2.23 (0.42)	3.09 (0.33)	3.67 (0.23)	2 < 1 < 3 < 4
根気強さ	3.22 (0.47)	2.12 (0.51)	1.97 (0.50)	2.80 (0.53)	2, 3 < 1 < 4

Table 5 各クラスタにおける学習習慣得点の平均(標準偏差)

	第1クラスタ 時間見積もり高・ 根気強さ高群 $n = 58$	第2クラスタ 時間管理低・ 根気強さ低群 $n = 138$	第3クラスタ 時間活用高・ 根気強さ低群 $n = 61$	第4クラスタ 時間管理高・ 根気強さ高群 $n = 45$
学習習慣	3.00 (0.60)	2.46 (0.63)	2.56 (0.55)	3.35 (0.41)

Adams & Jex, 1999) など、主に精神的健康に対してポジティブな影響を及ぼすと考えられてきたが、学習習慣という具体的な行動に対してもポジティブな影響を及ぼすことが示唆された。ただし、その間接効果はストレスなどと比較すると低く、時間管理の影響を全て説明できるものではない点は注意が必要である。

一方、時間見積もりから学習習慣への直接のパスが高い値を示しており ($\beta=.52$)、学習習慣に関しては、時間コントロール感以外の媒介過程が存在することが示唆されたといえる。時間見積もりの尺度で測定している項目は、「時間を決めて課題に取り組むようにしている」、「何事にも余裕を持って早めに準備するようにしている」、「やろうとすることがどのくらい時間がかかるかを事前に見積もる」といったものである。時間を見積もることによって、目標が具体的になり、学習に対する動機付けが高まることで、学習が習慣として身についていくという過程が考えられる。時間管理と学習に対する動機付けの関連については、今後さらに検討を進めていく必要がある。

時間管理および根気強さと学習習慣

時間管理は「目標を達成するために時間を効果的に使用する行動」と定義されるが (Claessens et al., 2007)、目標を達成していくためには時間を管理する技術・スキルだけではなく、目標に到達するまで行動を維持する意欲も必要であると考えられる。時間管理で学習を行う時間が多く取れたとしても、集中できずにダラダラ過ごしては「能動的な学修」を行ったことにならない。本研究では行動を維持する意欲として「やり抜く力」(Duckworth, 2016 神崎訳 2016) を用いて検討を行った。

時間見積もり、時間活用、根気強さの3つの尺度得点を用いて学生をH群とL群に分け、学習習慣得点を従属変数とする、2(時間見積もり:H群, L群) × 2(時間活用:H群, L群) × 2(根気強さ:H群, L群)の3要因分散分析を行った結果、時間見積もりの主効果、根気強さの主効果が有意であった。いずれもH群の得点がL群の得点より

も高く、時間見積もりを行い、根気強さの高いもののほど学習習慣が身につけていることが分かった。ただし、時間見積もりと根気強さの交互作用効果 ($F(1, 294) = 3.14, p < .10$) は有意傾向であり、学習習慣に対しては、それぞれ独立に影響を及ぼすことが示された。

一方、時間活用は学習習慣に対して有意な主効果を示さなかった。時間管理と学習習慣の影響過程モデル (Figure 1) においても、時間活用が学習習慣に及ぼす影響は、時間コントロール感を媒介する限定的なものであったことを考えると、学習習慣の形成に時間活用はあまり寄与しないといえる。時間活用の尺度項目は、「空き時間を活用するようにしている」、「次の日の予定をきちんと確認するようにしている」などであるが、時間の見積もりに比べて、学習など特定の課題、活動への目標指向性が低いと考えられる。学習習慣を形成するためには、時間を生み出すだけでは十分ではなく、時間見積もりなど自分が行うべき課題に向き合うことが大切であることが示唆されたといえる。

時間管理と根気強さによる大学生の分類

時間見積もり、時間活用、根気強さの3つの尺度得点を用いて学生をH群とL群に分け、学習習慣を従属変数とする分散分析を行ったが、有意な交互作用効果は得られなかった。得点の中央値によって対象者を2群に分けるという方法は、対象者の特徴を見逃してしまう危険性がある。そこで本研究では、時間管理(時間見積もり、時間活用)と根気強さによって、大学生をどのようなタイプに分類できるかを明らかにするためにクラスタ分析を行った。

分析の結果、「時間見積もり高・根気強さ高群 (19.2%)」、「時間管理低・根気強さ低群 (45.7%)」、「時間活用高・根気強さ低群 (20.2%)」、「時間活用高・根気強さ低群 (14.9%)」という特徴的な4つのクラスタが得られた。あくまで対象者間の相対的な位置によって分類しただけではあるが、時間管理を行わず、根気強さも低い学生が全体の半数 (45.7%) いたことは、大学生の「学修」や、「自ら学ぶ力」を考えていく際に大きな課題になると

いえる。

また、4つのクラスタによって学習習慣得点に違い見られるかを分析した結果、「時間管理高・根気強さ高群 (3.35)」>「時間見積もり高・根気強さ高群 (3.00)」>「時間管理低・根気強さ低群 (2.46)」、「時間活用高・根気強さ低群 (2.56)」の順に得点が高いことが明らかとなった。時間管理を行い、根気強く物事に取り組むことが、学習習慣の形成にとって重要であること、及び時間を活用しようとするだけでは、実際の学習習慣には繋がらないことなどが示された。

まとめと今後の課題

本研究では学生の学修、特に時間外に行う学習習慣の形成に必要な要因を検討した。本研究の結果からは、時間管理の中で特に時間見積もりを行い、根気強さを持った者が、学習習慣を確立していることが示された。学生の授業時間外学習を促す取り組みに関しては、反転授業³⁾、パフォーマンス課題⁴⁾、ルーブリック評価⁵⁾など、課題を行うシステムづくり、課題の内容、評価の明確化など様々な工夫が行われているが、学生自身が時間管理を行うかどうかということも重要であることが示されたといえる。

ただし、本研究の結果はあくまで一時点での調査研究から得られたものであり、時間管理と学習習慣の間に因果関係があるのかどうか、本研究の結果を一般化することができるかどうかに関しては、今後慎重に検討を進めていく必要がある。以下に、今後特に検討すべき課題について述べる。

一つ目は、学習習慣を主観的な尺度ではなく、学習時間や実際に行った課題など客観的な指標を用いて検討を行うことである。多様な指標を用いることで、時間管理と学習習慣に関連が見られるか、結果の一般化を行うことができるだろう。併せて、時間管理と学習習慣を媒介する過程についても、時間コントロール感以外の変数、例えば学習への動機付け（学習への価値、期待）といった変数を用いて検討することで、時間管理と学習習慣に関するモデルを構築していくことができる。

二つ目は時間管理トレーニングに関する先行研

究 (Green & Skinner, 2005; Hanfer & Stock, 2010; 岩田他, 2014; Orpen, 1994) を参考に、学生に効果的な時間管理トレーニングを作成することである。そして作成した時間管理トレーニングを行うことで、学生の時間管理能力を高め、学修の充実が図られるかどうかを検討していくことが求められる。

引用文献

- Adams, G. A., & Jex, S. M. (1999). Relationships between time management, control, work-family conflict, and strain. *Journal of Occupational Health Psychology, 1*, 72-77.
- 愛知県教育委員会 (2015). 平成 27 年度在校時間の状況調査 愛知県教育委員会
Retrieved from <http://www.pref.aichi.jp/uploaded/attachment/216198.pdf#search=%27在校時間の状況調査%27> (2017年9月3日)
- Barling, J., Kelloway, E.K. & Cheung, D. (1996). Time management and achievement striving interact to predict car sale performance. *Journal of Applied Psychology, 81*, 821-826.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology, 83*, 405-410.
- Burt, C.D.B. & Kemp, S. (1994). Construction of activity duration and time management potential. *Applied Cognitive Psychology, 8*, 155-168.
- 中央教育審議会 (2012). 新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて—生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ— (答申) 文部科学省
Retrieved from http://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afile/2012/10/04/1325048_1.pdf#search=%27質的転換に向けて%27 (2017年6月20日)
- Claessens, B. J. C., Van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review, 36*, 255-275.

- Davis, M. A. (2000). Time and the nursing home assistant: Relations among time management, perceived control over time, and work-related outcomes. *Paper presented at the Academy of Management the 60th Annual Meeting* (Toronto, Canada), 532.
- Duckworth, A.L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance*. New York: Scribner (ダックワース, A. L. 神崎朗子(訳) (2016). やり抜く力—人生のあらゆる成功を決める「究極の能力」を身につける ダイヤモンド社)
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 1087-1101.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91, 166-174.
- Green, P., & Skinner, D. (2005). Does time management training work? An evaluation. *International Journal of Training and Development*, 9, 124-139.
- Hafner, A., & Stock, A. (2010). Time management training and perceived control of time at work. *Journal of Psychology*, 144, 429-447.
- 樋口修資 (2017). 学校組織運営論からみる「チーム学校」の批判的考察と教員のワーク・ライフ・バランスの実現 明星大学教育学部研究紀要, 7, 1-14.
- 井邑智哉・高村真広・岡崎善弘・徳永智子 (2016). 時間管理尺度の作成と時間管理が心理的ストレス反応に及ぼす影響の検討 心理学研究, 87, 374-383.
- 岩田美幸・藪脇健司・京極 真 (2014). 人間作業モデルを用いた初年次教育プログラムの開発に関する予備的研究 日本保健科学学会誌, 16, 210-219.
- Kelly, W. E. (2003). No time to worry: The relationship between worry, time structure, and time management. *Personality and Individual Differences*, 35, 1119-1126.
- Lakein, A. (1974). *How to get control of your time and life*. New York: New American Library.
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79, 381-391.
- 松田文子・橋本優花里・井上芳世子・森田愛子・山崎理央・三宅幹子 (2002). 時間管理能力と自己効力感, メタ認知能力, 時間不安との関係 広島大学心理学研究, 2, 85-93.
- 西川一二・奥上紫緒里・雨宮俊彦 (2015). 日本語版 Short Grit (Grit-S) 尺度の作成 パーソナリティ研究, 24, 167-169.
- 西岡加名恵 (2016). 「資質・能力」を育てるパフォーマンス評価—アクティブ・ラーニングをどう充実させるか 明治図書出版
- 沖 裕貴 (2014). 大学におけるルーブリック評価導入の実際—公平で客観的かつ厳格な成績評価を目指して 立命館高等教育研究, 14, 71-90.
- Orpen, C. (1994). The effect of time management training on employee attitudes and behavior: A field experiment. *Journal of Psychology*, 128, 393-396.
- 田中理恵子・向後千春 (2014). オンライン大学生の卒業後の変化と満足度との関係 日本教育工学会論文誌, 38, 105-108.
- 東京大学 (2007). 教員勤務実態調査(小・中学校) 報告書(平成 18 年度文部科学省委託調査研究報告書) 国立大学法人 東京大学 Retrieved from http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afildfile/2017/11/30/1297093_9.pdf#search=%27 教員勤務実態調査+平成 18 年度%27 (2017 年 9 月 12 日)
- 富山りえ・嘉数朝子 (1998). 高校生の学習統制感, 原因帰属および学習習慣の発達の研究 琉球大学教育学部教育実践研究センター紀要, 6,

109-118.

Tough, P. (2012). *How children succeed: Grit, curiosity and the hidden power of character*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.

山内祐平・大浦弘樹・安斎勇樹・伏木田稚子 (2014). 高等教育における反転授業の研究動向 日本教育工学第 30 回大会講演論文集, 741-742.

Zimmerman, B. J. (1998). Academic studying and the development of personal skills: A self-regulatory perspective. *Educational Psychologist*, 33, 73-86.

⁵⁾評価指標と、評価指標に即した評価基準のマトリックスで示される配点表を用いた成績評価方法 (沖, 2014)

(2018年2月16日 受理)

<脚注>

¹⁾Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly (2007) は、やり抜く力を「長期目標に向けての粘り強さと情熱」と定義しており、短縮版 Grit 尺度 (Duckworth & Quinn, 2009) では、「根気強い努力」と「関心の一貫性」という 2 つの下位因子が仮定されている。近年、「やり抜く力」をはじめとする非認知的スキルに注目が集まっており、記憶力や学力などの認知的スキルよりも社会的成功に結びつきやすいと言われている (e.g., Tough, 2012)

²⁾時間管理は時間コントロール感 (自分の時間をうまく使えているという感覚) を媒介して、ストレスなどに影響を及ぼすことが報告されている (e.g., Macan, 1994)。ただし、時間管理とストレスの関連はすべて時間コントロール感によって媒介されるわけではないことを主張する研究も存在する (Davis, 2000)。そこで本研究では、時間管理と学習習慣の関連について、時間コントロール感の媒介を仮定するモデル A と媒介を仮定しないモデル B という 2 つのモデルを作成し、どちらのモデルが妥当かを検証する。

³⁾説明型の講義など基本的な学習を宿題として授業前に行い、個別指導やプロジェクト学習など知識の定着や応用力の育成に必要な学習を授業中に行う教育方法 (山内・大浦・安斎・伏木田, 2014)。

⁴⁾様々な知識やスキルを統合して使いこなすことを求めるような複雑な課題 (西岡, 2016)。