

# 楽観性・悲観性と先延ばしとの関連

○奥野哲史・首藤祐介

(広島国際大学大学院心理科学研究科) (広島国際大学健康科学部心理学科)

## 問題

悲観性と学業場面での先延ばしに関連があることが示されている(渡辺・長谷川, 2017)。しかし、その研究で使用されている先延ばし尺度の妥当性は不明である。また、楽観性と先延ばしの関連において偏相関分析の結果、楽観性と先延ばしの関連が消失したことから悲観性が交絡要因となる可能性が指摘されているものの、交互作用については検討されていない。そこで本研究では、信頼性と妥当性が確認されている先延ばし尺度を使用し、楽観性・悲観性と先延ばしとの関連と楽観性と悲観性の交互作用の検討の2点を行う。

## 方法

2020年11月に対面とオンラインで質問紙への回答を求めた。大学生174名のうち有効回答168名(男性89名, 女性79名, 平均年齢 $19.17 \pm 0.97$ 歳)を分析対象とした。対面での有効回答は149名、オンラインでの有効回答は19名であった。質問紙は年齢と性別に加え、楽観性と悲観性を独立した2次元として個別に測定できる楽観・悲観性尺度(外山, 2013)を使用した。また、信頼性と妥当性が確認されている日常生活全般における先延ばし尺度としてGeneral Procrastination Scale(GPS)日本語版(林, 2007)を使用した。なお、本研究における尺度の $\alpha$ 係数は楽観性が.92、悲観性が.93、先延ばしが.89であった。統計解析には清水(2016)のHAD16を用いた。

## 結果と考察

性別を独立変数、楽観性と悲観性、先延ばしを従属変数とする $t$ 検定をそれぞれ行った結果、楽観性と悲観性に有意差が認められた。楽観性は、男性が高く( $t(166) = 3.25, p < .01, d = 0.50$ )、悲観性は、女性が高かった( $t(166) = -2.34, p = .02, d = -0.36$ )。先延ばしに性差は見られなかった( $t(166) = 0.10, p = .92, d = 0.02$ )。

楽観性と先延ばし、悲観性と先延ばしの組み合わせで相関分析を行った結果、楽観性と先延ばし( $r = -.24, p < .01$ )、悲観性と先延ばし( $r = .29, p < .01$ )、楽観性と悲観性( $r = -.84, p < .01$ )に有意な相関が認められた。

階層的重回帰分析を行った(Table 1)。Step 1では、楽観性と悲観性を独立変数、先延ばしを従属変数として投入した。Step 2では、Step 1に楽観性と悲観性の交互作用を追加投入した。その結果、Step 1の $R^2$ は.08( $F(2, 165) = 6.78, p < .01$ )であり、Step 2の $R^2$ は.09( $F(3, 164) = 4.83, p < .01$ )であった。増加量 $\Delta R^2$ は.01( $F(1, 164) = 0.98, p = .32$ )で有意ではなかった。よってStep 1を採択した。楽観性と先延ばしに関連は見られなかったが、悲観性と先延ばしに有意な正の関連が見られた。この結果は、渡辺・長谷川(2017)と一貫していた。つまり、学業場面に限らず日常生活全般においても悲観性が高い者はストレス場面で先延ばしをしてしまうと考えられる。交互作用については階層的重回帰分析の結果、Step 2は採択されず、交互作用項を検討する必要性は示されなかった。したがって渡辺・長谷川(2017)の楽観性と先延ばしの関連の消失は悲観性の交絡によるものではなく、本来楽観性との関連は見られないものと考えられる。楽観性と悲観性の性差について、今後これらの特性を扱う場合は、その性差の有無や発生要因の特定も必要である。

Table 1 階層的重回帰分析の結果

	$\beta$	SE	95%下限	95%上限	$t$	$p$	VIF
楽観性	.02	0.24	-0.25	0.28	0.12	.91	3.46
悲観性	.30	0.23	0.03	0.58	2.19	.03	3.46
$R^2$	.08						
調整済み $R^2$	.07						

## 引用文献

- 林 潤一郎 (2007). General Procrastination Scale 日本語版の作成の試み—先延ばしを測定するために— パーソナリティ研究, 15, 246-248.
- 清水 裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD: 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 外山 美樹 (2013). 楽観・悲観性尺度の作成ならびに信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 84, 256-266.
- 渡辺 将成・長谷川 晃 (2017). 楽観性と悲観性がコーピング方略に与える影響—重要性の異なる2場面を設定した上での検討— カウンセリング研究, 50, 73-80.