

審査の結果の要旨

氏名 林潤一郎

先延ばしは、学生において一般的にみられる行動ではあるが、慢性化するにつれて、様々な精神的不健康につながるという問題点も指摘されている。そこで本論文は、学生を対象として、先延ばしがどのような場合に精神的不健康に至るのかに関して、影響要因及びそのプロセスを認知行動モデルの観点から明らかにすることを目的としたものである。論文は、関連論文のレビューによって研究課題を明らかにした第1部（1章と2章）、研究の基礎となる先延ばし尺度を作成した第2部（3章と4章）、先延ばし前の認知プロセスのモデル化を試みた第3部（5章）、先延ばし後の認知プロセスのモデル化を試みた第4部（6章、7章、8章 9章）、最後に研究を総括する第5部（10章）から構成されている。

第1章では、先行研究を概観し、先延ばし概念の混乱、本邦における標準化された測定尺度の欠如、先延ばしと精神的不健康との間の媒介要因（例：認知変数）の未検討という3つの問題点を明らかにした。そして、本研究における操作的定義を明確化した上で、本研究で用いる先延ばし尺度の作成、先延ばし前後の認知プロセスの検討、を課題とした研究を実施する必要性を論じた。第2章では研究の目的と方法および全体像を示した。

第3章では、先延ばしの測定尺度として、General Procrastination Scaleの日本語版(以下、GPS日本語版)を作成し、その妥当性と信頼性を検証した。第4章では、更なる妥当性の検証を行い、最終的に13項目1因子で構成されるGPS日本語版を完成した。

第5章では、先延ばしに先行する認知プロセスとして完全主義に着目し、課題取組時における完全主義の多元的認知がどのようなプロセスを経ることで、元来の意図に反する先延ばしに至るのかを共分散構造分析を用いて検討した。その結果、完全欲求と高目標設定は先延ばしの抑制要因としての側面をもつが、それが行動疑念や失敗過敏を媒介した場合には先延ばしの助長要因になる傾向があることが明らかとなった。

第6章以降では、先延ばしに後続する認知プロセスとして自動思考に着目し、精神的不健康に及ぼす影響を検討した。第6章では、一般的な自動思考の媒介効果を検討した。第7章では、先延ばし後に特徴的な自動思考を収集し、精神的不健康と関連性が強い思考内容を明らかにした。それを受け、第8章では先延ばし後自動思考尺度を作成し、信頼性と妥当性を検証した。第9章では、同尺度を用いて先延ばしが抑うつと不安に至るプロセスを検討した結果、先延ばし後の自動思考として自己行為批判が強いほど主に抑うつと不安が強く、先延ばし後の自動思考として達成困難が強いほど主に不安が強いことが示唆された。

本論文は、先延ばしの測定尺度を作成したうえで、先延ばし前後の認知プロセスをモデル化したものである。完全主義および自動思考という媒介変数に注目することで、先延ばしが抑うつや不安といった精神的不健康を強めるプロセスを認知行動モデルとして実証的に示し、臨床的な予防や問題解決に寄与する示唆をもたらした点で特に意義が認められる。よって、本論文は、博士（教育学）の学位を授与するに相応しいものと判断された。