

やる気喪失状況と動機づけ方略, 及び動機づけの関連の検討

赤 間 健 一

15年ほど前から動機づけ調整方略(motivational regulation strategy)に関する研究が増えてきた。動機づけ調整方略とは、何らかの行動や目標の達成のために、行動を始発し、持続させようという意志を持って使用される方略である(Wolters, 2003)。例えば、その行動をすることで自分にとってどんないいことがあるのか、といった自分自身にとっての価値を見出したり、終了後に自分に報酬を用意したり、など、自身のやる気を高めるために使用される方略である。

動機づけ調整方略は、暗記のような表面的な学習方法や、内容を理解するといった本質的な学習方法など、どのような学習方略を使用するか(梅本, 2013)、また困難に直面しても学習し続けるか(Schwinger, Steinmayr, & Spinath, 2009)、など学習方法や学習の持続性にも影響することが示されてきた。

しかしながら、動機づけ調整方略の研究にはいくつかの問題が残されている。一つは、何を中心に考えるか、ということである。多くの研究は各方略が学習方略や持続性に及ぼす影響を明らかにすることに焦点を当てている。それももちろん意義がある。しかしながら、現実に動機づけを調整する場合に、一つの方略のみを用いているのか、複数の方略を同時に使用しているのか、ということも考える必要があるだろう。Schwinger, Steinmayr, & Spinath(2012)は、方略単位ではなく、人に注目することで、方略の使用にはいくつかのタイプが存在すること、さらに、タイプにより努力の程度や学業成績に違いがあることを示した。

もう一つは、動機づけの調整を必要とする理由、または状況の問題であ

る。Wolters(1998)は、課題が困難である場合、退屈な場合、自分には関係がない場合、など状況別に、動機づけ調整のために使用する方略を分類した結果、状況により使用される方略が異なることを示した。また、伊藤・神藤(2003)や梅本・田中(2012)は、動機づけ調整方略の測定尺度を作成した際に、いくつかの信頼性が低い下位尺度について、その理由を動機づけ調整方略があらゆる状況において同様に用いられるわけではなく、特定の状況行において用いられる可能性を指摘している。しかしながら、動機づけの調整が必要となる状況を考慮した研究は存在しない。

そこで赤間(2013)は、動機づけの調整が必要となる状況の特徴として、やらなければならないが、やる気にならないのはどのような時か、ということについて大学生から自由記述で回答を収集し、それらの回答をもとに、やる気喪失状況を測定する尺度を作成した。その結果、できる気がしない、終わりが見えないなど効力感の低い状況や、やる意味が見いだせないなどの自律性が低い状況、不安やストレスなど心理的に問題がある状況、さらに、他にやりたいことがあるなど優先順位が低い状況や、時間的に余裕がある状況においてやる気をなくしやすいということが示された。また、現実的に考えた場合、状況ごとの特徴よりも、各個人がどのような状況でやる気をなくすのかということが重要であると考え、やる気をなくしやすい状況には5つのタイプがある可能性を示した。

そこで、本研究では、動機づけ調整方略とやる気をなくす状況のそれぞれのタイプを抽出し、状況や方略単位ではなく、個人に焦点を当て、やる気をなくしやすい状況のタイプとやる気を出すために用いる方法のタイプによって動機づけに違いがあるのかどうかを検討することを目的とする。これにより、個別の状況や方略単位ではなく、それら動機づけ、及びその調整に関わる要因を一個人の特徴として包括的に理解することが可能になるだろう。

本研究では動機づけとして、授業への出席を対象とし、授業に出席すること自体が目的である、授業内容に興味があるという内発的動機づけ、授

業に出席することは、あくまでも単位を取るための手段に過ぎないが、その内容を理解することや出席することが自分に何らかのメリットがある、価値があるという高自己決定的外発的動機づけ、そして、授業に出席するのは、出席しないと単位が取れないので仕方なく、といった低自己決定的外発的動機づけの3種類の動機づけを扱う(赤間, 2012a; 田中・山内, 2001)。

方 法

調査参加者 大学生244名(男性118名, 女性126名, 平均年齢20.2($SD=1.7$)歳)が調査に参加した。

調査内容 動機づけ方略尺度 赤間(2012b)の尺度を使用した。価値づけ方略(「自分のためだと考える」などの4項目), 報酬方略(「終わった後にできる楽しいことを考える」などの4項目), 罰方略(「やらなかった場合にどうなるかを考える」などの4項目), 意志力(「いやだが我慢して始める」などの4項目), 欲求解消方略(「やりたいことを先にしてから始める」などの5項目), 社会的方略(「友達と一緒にする」などの3項目), 調整放棄(「やることをあきらめる」などの3項目)の7つの方略を測定する計27項目を使用した。1. 全くしない, から, 6. いつもしている, までの6件法で回答を求めた。

やる気喪失状況尺度 赤間(2013)の尺度を使用した。低効力感状況(「何からしたらよいかわからない時」などの7項目), 低自律性状況(「自分にメリットがない時」などの4項目), 抑うつ状況(「落ち込んでいる時」などの3項目), ストレス状況(「イライラしている時」などの3項目), 低優先状況(「他にやりたいことがある時」などの3項目), 時間的余裕状況(「期日まで時間がある時」などの3項目)の6つの状況を測定する計23項目を使用した。1. 当てはまらない, から, 5. 当てはまる, までの5件法であった。

授業への出席に対する自己決定尺度 赤間(2012c)の授業への参加に対する自己決定尺度を使用した。内発的動機づけ(「授業に興味を持っているから」など4項目), 高自己決定的外発的動機づけ(「授業に出席することが私の将来

のためになるから」など4項目), 低自己決定的外発的動機づけ(「授業に出席することは当然しなければならないことだから」など8項目)の計16項目を使用した。1. 当てはまらない, から5. 当てはまる, までの5件法で評定を求めた。

手続き 講義終了後に用紙を配布し, 参加者自身のペースで回答を求めた。授業への出席に対する自己決定尺度は動機づけ方略尺度とやる気喪失状況尺度への回答の1週間後に配布, 実施, 回収した。

結 果

分析に先立ち, 各尺度に含まれる項目への評定値を加算平均し, 各尺度得点とした。動機づけ方略, やる気喪失状況, 自己決定感の各下位尺度の α 係数は.62から.88と信頼性は十分であった。

1. やる気喪失状況, 動機づけ方略のタイプ

まず, やる気喪失状況と動機づけ方略のタイプを同定するために, それぞれの下位尺度意を従属変数とし, 潜在プロファイル分析を行った。BICや対数尤度の変化量, BLRTの結果などから, どちらも潜在クラス数が5の解を採用した。それぞれ図1と図2に示した。図中の数値は, 潜在クラス間の特徴がわかりやすいよう平均値でセンタリングした後の結果である。

やる気喪失状況は, どの状況でも同程度にやる気を喪失するが, 喪失しやすさが異なる低喪失群, 中喪失群, 講喪失群の3タイプと, 自律性が低い場合にのみやる気をなくしやすい価値依存群, 自律性だけではなく, 効力感が低い場合にもやる気をなくす, 期待・価値依存群の5つのプロファイルが抽出された。しかし, 中喪失群と高喪失群以外の潜在クラスに含まれるデータ数は少なくほぼ2つのタイプに分類された。

動機づけ方略の潜在クラスについては, どの方略も全体の平均的な程度に使用する中調整群, 価値づけや罰など一部の方略を平均に近い程度使用

やる気喪失状況と動機づけ方略、及び動機づけの関連の検討

するものの、全体として調整方略の使用が少ない低調整群、様々方略を平均かそれ以上に使用するが特に価値づけや報酬、罰といった自律性の調整に関する方略の使用が多い自律的調整群の3タイプと、どの方略も平均以上に使用するものの、あきらめが最も高い調整後放棄群と、どの方略も平均未満にしか使用せず、あきらめが最も高い低調整後放棄群の2タイプの潜在クラスが抽出された。

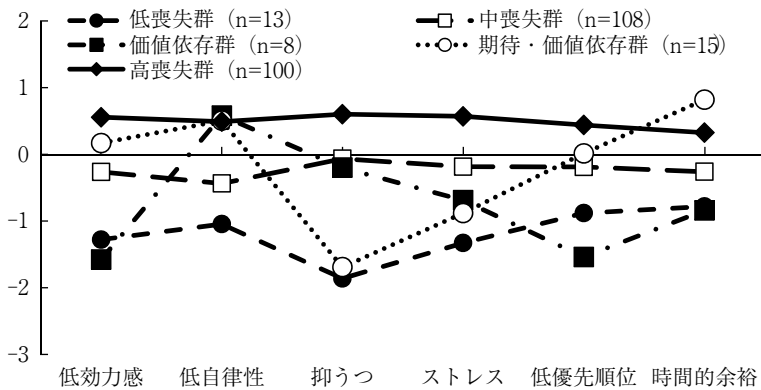


図1 やる気喪失状況のプロフィール

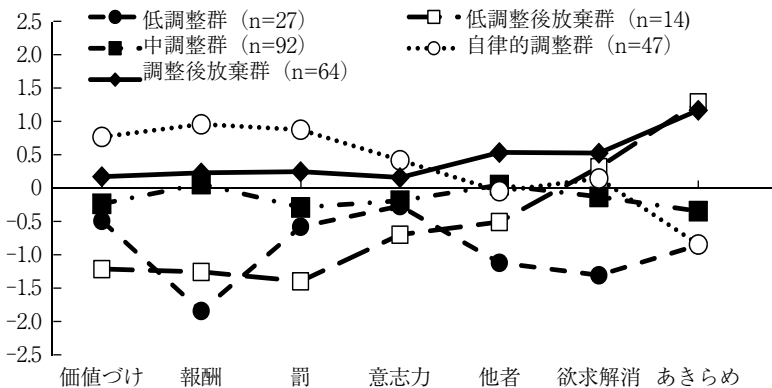


図2 動機づけ方略のプロフィール

表1 動機づけ方略とやる気喪失状況の群による
クロス集計表

		喪失状況群		合計
		中喪失群	高喪失群	
	低調整群	9 (.56)	7 (.44)	16
	低調整後放棄	7 (.58)	5 (.42)	12
方略群	中調整群群	50 (.64)	28 (.36)	78
	自律的調整群	21 (.5)	21 (.5)	42
	調整後放棄群	21 (.35)	39 (.65)	60

次に、やる気を喪失する状況のタイプと動機づけ方略のタイプの関連の有無を検討するためにクロス集計表を作成し(表1)、 χ^2 検定を行った。ただし、やる気喪失状況は5タイプのうち、中喪失群と高喪失群以外の3タイプは少数のタイプであるために、多くのセルで期待度数が5未満になるために以降の分析から除外した。その結果、比率の差が有意であり($\chi^2(4) = 11.90, p < .05$)、調整済み残差の値から、中喪失群は高喪失群に比べ、中調整群に含まれる比率が有意に大きく(調整済み残差=2.72, $p < .05$)、調整後放棄群に含まれる比率が有意に小さかった(調整済み残差=3.11, $p < .05$)。

2. 動機づけに対するやる気喪失状況と動機づけ方略の効果の検討

やる気を喪失する状況のタイプや、動機づけ方略のタイプが動機づけに影響しているかどうかを検討するために、動機づけ(内発的動機づけ、高自己決定的外発的動機づけ、低自己決定的外発的動機づけ)×喪失状況×動機づけ方略の3要因分散分析を行った。その結果、動機づけの主効果($F(2, 396) = 85.08, p < .001$)、動機づけ方略の主効果($F(4, 198) = 2.64, p < .05$)が有意であり、喪失状況の主効果は有意ではなかった($F(1, 198) = .73, n.s.$)。動機づ

やる気喪失状況と動機づけ方略，及び動機づけの関連の検討

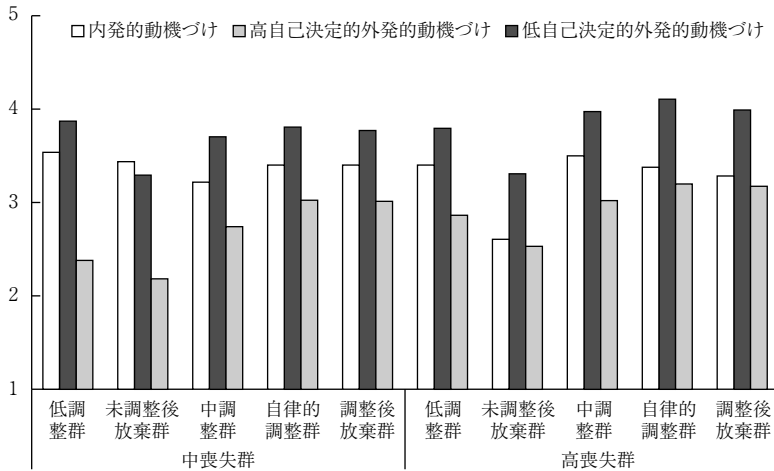


図3 喪失状況と動機づけ方略の各タイプの動機づけ得点

けと喪失状況の交互作用は有意であったが $(F(2, 396) = 5.08, p < .05)$ ，方略と喪失状況の交互作用 $(F(4, 198) = .47, n.s.)$ ，動機づけと動機づけ方略群の交互作用 $(F(8, 396) = 1.29, n.s.)$ ，動機づけと動機づけ方略と喪失状況の交互作用 $(F(8, 396) = 1.09, n.s.)$ は有意ではなかった。動機づけ方略の主効果が有意であったので Bonferroni 法による多重比較を行った。その結果，低調調整後放棄群は自律的調整群と調整後放棄群よりも動機づけが低かった。動機づけと喪失状況の交互作用が有意であったので，下位検定を行った。動機づけにおける喪失状況の単純主効果の検定を行った結果，内発的動機づけにおける喪失状況の単純主効果は有意ではなく $(F(1, 206) = .01, n.s.)$ ，高自己決定的外発的動機づけにおける喪失状況の単純主効果 $(F(1, 206) = 6.31, p < .05)$ ，低自己決定的外発的動機づけにおける喪失状況の単純主効果 $(F(1, 206) = 9.00, p < .01)$ は有意であった。両動機づけとも，中喪失状況よりも高喪失状況の方が高かった。

次に喪失状況における動機づけの単純主効果の検定を行った結果，中喪失状況における動機づけの単純主効果 $(F(2, 412) = 73.98, p < .001)$ ，高喪失

状況における動機づけの単純主効果($F(2, 412) = 62.82, p < .001$)が有意であったため Bonferroni 法による多重比較を行った。その結果、両状況において、高自己決定的外発的動機づけが最も高く、次いで内発的動機づけ、そして低自己決定的外発的動機づけが最も低いという有意な差が見られた。

考 察

本研究では、動機づけ調整方略とやる気をなくす状況のそれぞれのタイプの抽出し、状況や方略単位ではなく、個人に焦点を当て、やる気をなくしやすい状況のタイプとやる気を出すために用いる方法のタイプによって動機づけに違いがあるのかどうかを検討した。

まず、やる気喪失状況は5つのタイプが抽出されたが、どの状況でも平均程度にやる気を喪失するタイプと、どの状況でもやる気を喪失しやすいタイプに分類された調査参加者が各4割程度であり、他の3タイプは少数しか存在しないことが示された。そのため、やる気をなくしやすい状況は複数あるものの、多くの人にとっては、どの状況でもやる気のなくしやすさはほぼ同程度であると考えられる。

次に、やる気を出すための方略である動機づけ方略のタイプについても5つのタイプが抽出された。そのうち3タイプは、どの方略も同程度に使用して自身を動機づけようとするタイプ、あるいは価値づけや報酬の設定など自己決定理論における価値の内在化(Deci & Ryan, 2002)を行うタイプであったが、残りの2タイプは、どの方略も平均以上に使用するものの、あきらめることも多いタイプと、どの方略も平均未満にしか使用せず、あきらめが最も高いタイプと、動機づけ方略を使用するかしないかの違いはあるが、あきらめ、という選択をすることが多いタイプであった。使用している方略の種類が違うために、単純に比較することはできないが、Schwinger, Steinmayr, & Spinath(2012)においても、全方略を同程度に使用し、その程度が異なる数タイプと、特定の方略をよく使用するタイプの

存在が示されており、動機づけ方略の使用の仕方には、いくつもの方略を使用するタイプと、あるいは特定の少数の方略のみを使用するタイプが存在する可能性があるだろう。

状況と方略のタイプ間の関連については、状況のタイプの中でも全体に占める割合が大きかった中喪失群と高喪失群のみにおいて動機づけ方略のタイプとの関連を検討した。どの状況でも全体の平均的な程度にやる気をなくす中喪失群は、どの動機づけ方略も同程度に使用して自身を動機づけようとする中方略群に含まれる割合が高く、やる気をなくしやすい高喪失群は、動機づけようと様々な方略を使用するが、同程度にあきらめる調整後放棄群に含まれる割合が高かった。

また、これらやる気喪失状況と動機づけ方略のタイプ間の動機づけの差を検討したところ、動機づけようとせずにあきらめる未調整放棄群が、自律的調整群と調整後放棄群よりも動機づけが低かった。未調整放棄群は自身を動機づけようとせず、動機づけることをあきらめることが多いために他の群よりも動機づけが低いことも不思議ではないだろう。

やる気喪失状況のタイプ間では、内発的動機づけは両タイプ間で差はなかったものの、外発的動機づけは、自己決定の高さに関係なく、高喪失状況のタイプの方が高かった。このことは、やる気をなくしやすいタイプの方が動機づけは高いということになる。これは、高喪失群が調整後放棄群に含まれる割合が高かったことと併せて考えると、高喪失群は動機づけが低いわけではなく、動機づけを喪失しやすいので、高めようと様々な方略を用いるものの、うまくいかずあきらめることも少なくない、ということなのかもしれない。これは動機づけ調整をどの程度うまく行えているか、など動機づけ調整に対する自己知覚や自己効力感などとともに検討することで明らかにできるだろう。

動機づけ方略については、あきらめることが多いタイプが2つ見出されたものの、あきらめる頻度の高いタイプであっても、少なくとも調整後放棄群のように、他の方略の使用も多いのであれば、自身を動機づけようと

しており、動機づけも低くはないのだから、あきらめずに済むよう、動機づけ調整を成功させることが出来さえすれば動機づけを高く維持させることができる可能性もあり、一概に問題であるとはいえないだろう。問題となるのは、少数のタイプではあったが、そもそも動機づけようとせず、あきらめることが多い低調整後放棄群のようなタイプである。

最後に、動機づけ間の差については、やる気喪失状況、動機づけ方略のタイプに関わらず、高自己決定的外発的動機づけが最も高く、次いで内発的動機づけ、そして低自己決定的外発的動機づけが最も低かった。つまり、授業自体への興味がないわけではないが、それよりも授業に出ることのメリットが動機づけとして最も強いということである。これは、赤間(2012a)と同様の結果であり、大学生の授業に対する動機づけの特徴といえるかもしれない。このことから授業に対する動機づけを高めるには、メリットを見出す価値づけ方略が最も望ましいと考えられる。ただし、今までのところ、動機づけと方略の対応を検討した研究は少なく、価値づけ方略(または類似の方略)が、自律性の高い外発的動機づけを高めることを示した研究は見当たらないため、今後検討が必要である。

以上、本研究では、やる気をなくしやすい状況、やる気を出すために使用する方法について、いくつかのタイプがある可能性を示し、状況とタイプの関連、及びタイプ間の動機づけの違いを示した。これまで、動機づけ調整方略は方略単位で検討されることが多かったが(Schwinger, Steinmayr, & Spinath, 2009; 梅本, 2013; 梅本・田中, 2012; Wolters, 1998)、タイプとして検討することで、方略ではなく、それを使用する「人」について考えることが可能となるだろう。状況、方略のいずれにおいても、特定の状況においてやる気をなくしやすい、特定の方略のみを使用する、というよりも、あらゆる状況で、あらゆる方略を使用して、というタイプの方が多数であることが示された。しかしながら、少数ではあるものの、特定の状況や方略のみが関係しているタイプもあり、動機づけの問題に対し現実的な対応が求められる場合にはやる気をなくしやすい状況ややる気を出すために使

用する方略の個人差を見極めることが求められるだろう。そのような意味で本研究は現実的な応用可能性を考えるための一助となるだろう。

引用文献

- 赤間健一 (2012a). 動機づけから考える大学生にとっての授業 人間文化研究, 29, 125-151.
- 赤間健一 (2012b). やる気調整方略尺度作成の試み 日本教育心理学会第54回総会発表論文集, 150.
- 赤間健一 (2012c). 友人関係・課外活動の動機づけと学業の重要度, 動機づけの関連の検討 人間文化研究, 30, 51-73.
- 赤間健一 (2013). やる気喪失状況尺度作成の試み 日本教育心理学会第55回総会論文集, 81.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (Eds.). (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- 伊藤崇達・神藤貴昭 (2003). 中学生用自己動機づけ方略尺度の作成 心理学研究, 74, 209-217.
- Schwinger, M., Steinmayr, R., & Spinath, B. (2009). How do motivational regulation strategies affect achievement: Mediated by effort management and moderated by intelligence. *Learning and Individual Differences*, 19, 621-627.
- Schwinger, M., Steinmayr, R., & Spinath, B. (2012). Not all roads to Rome – comparing different types of motivational regulation profiles. *Learning and Individual Differences*, 22, 269-279.
- 田中希穂・山内弘継 (2001). 動機づけが well-being に及ぼす影響 日本心理学会第64回大会発表論文集, 904.
- 梅本貴豊 (2013). メタ認知的方略, 動機づけ調整方略が認知的方略, 学習の持続性に与える影響 日本教育工学会論文誌, 37, 79-87.
- 梅本貴豊・田中健史朗 (2012). 大学生における動機づけ調整方略 パーソナリティ研究, 21, 138-151.
- Wolters, C. A. (1998). Self-regulated learning and college students' regulation of motivation. *Journal of Educational Psychology*, 90, 224-235.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 38, 189-205.

謝辞

本研究は科学研究費助成事業(若手研究(B) No.23730635 研究課題:「大学生の動機づけ調整スタイルの検討」)による研究の一部である。