

後悔感情から高校生の自律的な動機づけの獲得プロセスに迫る

後藤崇志 教育学研究科博士課程学生と楠見孝 同教授は、高校生を対象とした縦断調査を行い、後悔感情と自律的な動機づけの獲得との関連を検討しました。自律的な動機づけの獲得には、いつ、どのようなことに対して生じた後悔かによって、異なる影響が見られるという結果を得ました。

本成果は、2014年11月15日に、心理学の国際学術誌「Learning and Individual Differences」の電子版で公開されました。

背景

心理学における「動機づけ」とは、一般に「やる気」と言われるものを指す概念です。やる気の有無として現れる動機づけの量的な違いだけでなく、自律的動機づけ(自ら選んでやっている)や統制的動機づけ(やらされているからやっている)として現れる動機づけの質的な違いも成功の鍵を握るものとして考えられています。これらの動機づけの質的な違いは二分されたものではなく、連続的なものとして考えられており、始めは統制的に動機づけられていた活動であっても、その活動の価値を認めるようになることで、自律的に動機づけられるようになると考えられています。しかしながら、内在化(internalization)と呼ばれる、このような自律的な動機づけの獲得を支える心理プロセスは明らかではありません。本研究では、意思決定の際に活動の価値の調整に関わる後悔(regret)感情が動機づけの内在化に関与していると考え、質問紙を用いた縦断的研究を行いました。

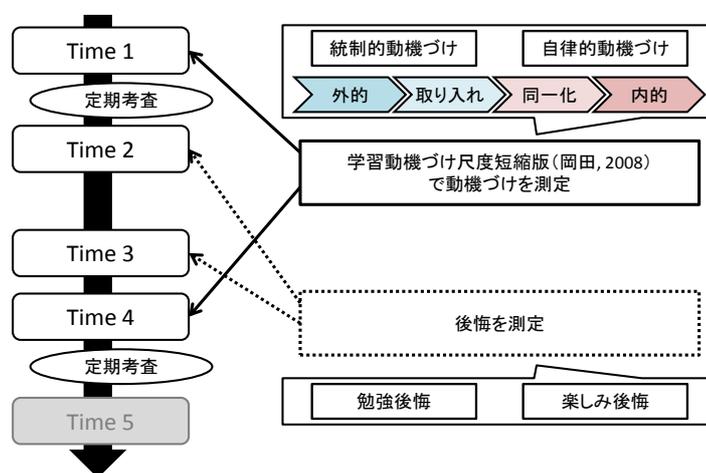


図1. 手続きの概略

手法と成果

320名の県立高校の高校1年生を対象に調査を行いました。ここでは中心的な手続きと結果について報告します。手続きの概略は図1に示した通りです。まず、定期考査の1週間前に試験勉強への動機づけを質問紙で尋ねました(Time 1)。つづいて、定期考査の1週間後に定期考査の前の週の生活を振り返って、「もっと試験勉強をしておけばよかった」という後悔(勉強後悔)と、「もっと自分の楽しめることをしておけばよかった」という後悔(楽しみ後悔)をどのくらい感じているかを尋ねました(Time 2)。さらに、

定期試験から 8 週間後に、再度、学業後悔と楽しみ後悔を尋ねました(Time 3)。その後、次の定期考査の 1 週間前に試験勉強への動機づけを尋ねました(Time 4)。

動機づけと後悔の縦断的な関係について検討した結果を、図 2 に示しました。まず、試験の直後(Time 2)の勉強後悔と、次の試験勉強(Time 4)での自律的な動機づけに正の関連が見られました。試験の直後に「もっと試験勉強をしておけばよかった」と強く後悔していたほど、後の試験の際に自律的な動機づけが高かったことを示しています。また、前の試験の際(Time 1)に統制的な動機づけが高い人ほど試験の直後の勉強後悔が強い傾向も見られました。この後悔は統制的な動機づけから自律的な動機づけの変化を媒介していることを示唆する結果です。一方で、試験から時間が経ってから(Time 3)の楽しみ後悔と、次の試験勉強(Time 4)での自律的な動機づけに負の関連が見られました。試験から時間が経ってから生じた「もっと自分の楽しめることをしておけばよかった」という後悔が強いほど、後の試験の際に自律的な動機づけが低かったことを示しています。これらの結果は、後悔は動機づけの内在化に影響しますが、その影響の仕方はいつ、どのようなことに対して生じた後悔かによって異なることを示しています。

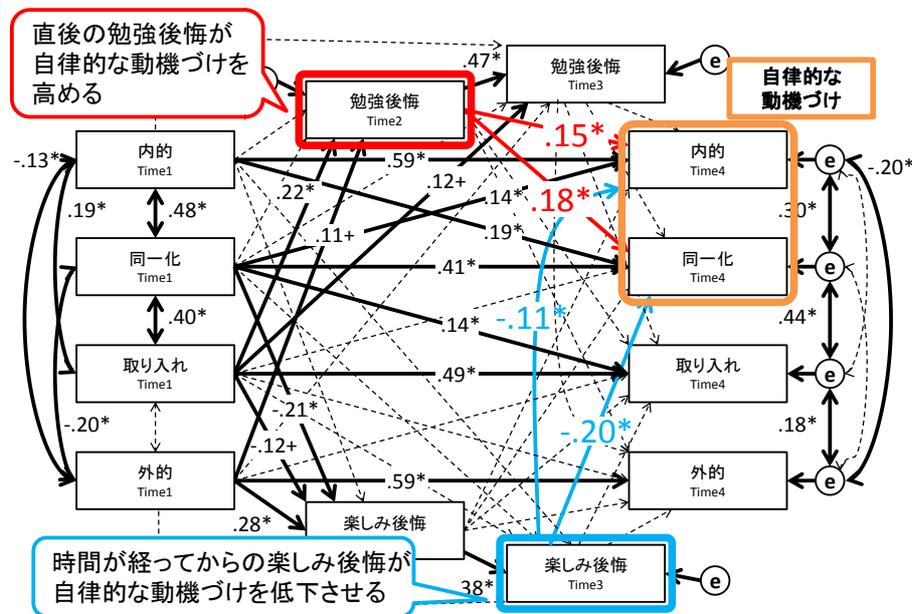


図2. 動機づけの自律性と後悔感情の時間的な関係性

波及効果

直後に生じる後悔と、時間が経ってから生じる後悔は、情動的なものか冷静なものかという質的な違いがあると考えられています。「『もっと勉強しておけばよかった』と思うことがやる気を高める」という結果は直感的な考えとも合致する結果かと思えます。本研究の結果は、自律的な動機づけの獲得に寄与するのは、冷静に思考を巡らして生じる後悔よりもむしろ、情動的に生じる後悔であることを示しています。先のような直感的な考えを検証するだけに留まらず、もう一步踏み込んだ考察を可能にする結果です。情動的な後悔は意思決定における学習を円滑に進めることができる機能を持つと考えられており、動機づけの内在化と意思決定における学習との間に類似した心理プロセスがある可能性を示唆する

ものだと考えています。

また、本研究の結果は、自律的な学習者を育成するための教育環境を考える上でも有効な知見となると考えます。ただし、自律的な動機づけを獲得するためには後悔させることが重要だと主張したいわけではありません(逆に、学習時に活動を強制するサポートは自律的な動機づけを低下させてしまうことが知られています)。本研究の結果は、人は自ら活動の価値を取り込み、自律的に動機づけられようとする傾向性を持っていることを示唆しています。過去の経験を振り返って生じる後悔の感情が、将来の動機づけにどのように影響しているかを理解し、人にもともと備わっていると考えられる成長傾向をうまくサポートできるような環境を整えることが有効な方法の一つと考えます。

※本研究は日本学術振興会特別研究員研究奨励費により実施されました。

書誌情報

[DOI] <http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.013>

Goto, T., & Kusumi, T.,

“The effects of regret on internalization of academic motivation: A longitudinal study (学業動機づけの内在化に後悔が及ぼす効果: 縦断的研究)”

Learning and Individual Differences.

Published online: 15 Nov 2014