

令和 2 年 6 月 25 日現在

機関番号：13902

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K02919

研究課題名(和文)第二言語習得におけるやり抜く力と自己コントロール力に関する実証研究

研究課題名(英文)Empirical studies of grit and self-control in second language acquisition

研究代表者

田口 達也 (Taguchi, Tatsuya)

愛知教育大学・教育学部・准教授

研究者番号：70411189

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,800,000円

研究成果の概要(和文)：第二言語習得は長期に渡る活動のため、学習困難に直面してもやり抜く力と、身の回りの誘惑に対して自制し自分の感情や行動をコントロールする力が必要となる。本研究では、それら(特に後者)の力を測定する尺度を開発し、それらの有効性を検証した。大学生からのデータを分析した結果、開発した尺度は妥当であり、セルフ・コントロール力の高い学習者は低い学習に比べて学習時間が長く、学習に対する感情と行動をコントロールしていることが明らかとなった。本研究からいくつかの学術的・教育的示唆が提言された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

言語習得におけるやり抜く力とセルフ・コントロールの研究は、過去にはほとんど行われていなかった。そのため、本研究が、セルフ・コントロールのための尺度を提示することによって、言語習得における研究の嚆矢となることが期待される。また、本研究から、やり抜く力や、特に誘惑に対するセルフ・コントロール・ストラテジーを教授することによって、よりよい学習者を育てることができると期待される。

研究成果の概要(英文)：Learning a second language is a long-lasting process. To be successful in it, the capacity of continuous efforts in the face of adversity and of resisting short-term rewards for the sake of long-term rewards is indispensable. Despite that, little research has been conducted on those studying English as a second/foreign language (L2). The purpose of this study was two-fold. The one was to develop a measurement scale about L2 learners' self-control strategies. The other was to assess the validity of the scale quantitatively and qualitatively. The study was conducted to a large number of university students learning English in Japan in several phases. Main results revealed that the specifically designed scale was valid from the statistical point of view, which was also supported from interviewees' comments. Based on these findings, educational and academic implications are provided.

研究分野：言語教育

キーワード：ポジティブ心理学 (positive psychology) 非認知能力 (non-cognitive skills) やり抜く力 (grit) セルフ・コントロール (self-control) 英語学習 (English learning) 学習時間 (study time)

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。

1. 研究開始当初の背景

第二言語習得は長期に渡る活動のため学習動機づけが必要であり、そのために教師は日々苦心している。しかし私達の身の回りには、つまらなく興味のない授業や学習教材、また、思うように学習成果が見られないことなど、学習意欲を下げる要因に満ち溢れている。加えて、学習意欲を下げることはなくても、クラブ活動などの学習以上に魅力的な活動も多く、学習の機会が失われている。このような理由のため、退屈な課題や困難な状況にあっても、目標に向けて努力する力(「やり抜く力(grit)」)と、一時的に魅力的な誘惑や娯楽があっても、目標に向かって自分の衝動的な感情や行動をコントロールする力、つまりセルフ・コントロール(self-control)する力や方法が必要となる。これらは第二言語習得では必要であるにもかかわらず、過去の第二言語習得研究ではほとんど扱われていないことから、本研究は喫緊の課題として位置づけられる。

これらの力は、心理学、特に 1990 年代後半から起こってきた「ポジティブ心理学」という個人や社会の繁栄に寄与するものを科学的に探究する分野において、人生をより良くする個人的資質の要因の一つとして研究が行われてきた。例えば、高いやり抜く力を持っている人は、あまり転職をすることもなく、高い学業成績を取る傾向があった(Eskreis-Winkler, Gross, & Duckworth, 2016)。また、セルフ・コントロールの力が高いと報告している人は、低いと報告している人よりも GPA による学業成績が優れており、過食・暴食・アルコール依存などの衝動抑制に関する問題が少なく、うつや不安などに対する心理的調整がうまく、また対人関係に優れていた(Tangney, Baumeister, & Boone, 2004)。

このように、やり抜く力とセルフ・コントロールというのは、目標達成に向けての必要な力であるにもかかわらず、その力を特に必要とするはずの第二言語習得の分野での研究が乏しく、この研究を推し進める必要性は明白である。

2. 研究の目的

ポジティブ心理学の領域で扱われている「やり抜く力」と「セルフ・コントロール」の概念は、第二言語習得の分野ではほとんど扱われていないため、本研究では、それらを測定する尺度を開発し、その尺度の有効性を検証し、研究結果に基づいた教育提言をすることが主目的であった。当初は、やり抜く力とセルフ・コントロールの両方を同時に研究対象とする予定であったが、両者は関連が強いが、やり抜く力自体は、言語習得の領域に特化した要因と言うより、より広い個人の性格に強く関連した要因であるため(田口, 2017)、本研究の対象外とした。やり抜く力と英語力の関係についての実証研究については、田口(2018b)を参照。

以上のことから本研究では、次のことを明らかにすることを目指した：

- (1) 第二言語習得に貢献するセルフ・コントロールを測定するための尺度開発を行う。
- (2) 開発した尺度に基づいて、セルフ・コントロール力を持つ学習者と持たない学習者とは、学習への従事と学習到達度とにどの程度違いがあるのかの検証を行う。

これらの研究結果と先行研究に基づき考察を行い、どのようなセルフ・コントロールが必要か、そしてそれらを育むための有効な方法を提案する。

本研究におけるセルフ・コントロールの理論的基盤として、Duckworth, White, Matteucci, Shearer, and Gross(2016)による「セルフ・コントロールのプロセスモデル(process model of self-control)」を用いる。これらは下記の 5 ストラテジーから構成されている：

- 状況選択(Situation selection)(SS)ストラテジー：望ましい衝動を強めたり、望ましくない衝動を弱めたりするために、場所や人々を意図的に選択すること；
- 状況修正(Situation modification)(SM)ストラテジー：衝動を強めたり、望ましくない衝動を弱めたりするために、目的をもって物理的や社会的環境を変更すること；
- 注意配置(Attentional Deployment)(AD)ストラテジー：長期的な目標が顕著になったり、誘惑が目立たなくなったりする状況の特徴に、選択的に注意を向けること；
- 認知変更(Cognitive Change)(CC)ストラテジー：誘惑をあまり魅力的でないようにしたり、貴重な長期目標をより魅力的にしたり、その両方を行ったりする方法で状況を意図的に評価すること；
- 反応調整(Response Modulation)(RM)ストラテジー：自発的に、望ましくない衝動を抑えたり、望ましい衝動を起こしたりすること。

3. 研究の方法

3. 1. 尺度開発

本調査で第二言語習得におけるセルフ・コントロールのプロセスモデルに基づいた尺度項目の作成をする。項目作成は、次の 2 つの方法に基づいて行った：

1. ポジティブ心理学等における先行文献
2. 英語力と英語学習意欲が高い学習者からの声(インタビューや質的アンケート調査)

特に、本研究では、大学生が英語学習において誘惑となっているものを明確にすることと、どのようなセルフ・コントロール・ストラテジーを用いているか、そして有効であるかを調査することで、有益な尺度項目の生成が可能となる。最初に行った調査では、Duckworth et al. (2016)の研究で実施された手法を参考にして、123 名の大学生からデータ収集を行った。次に、妥当性

と信頼性の高いアンケート項目の精選が必要となるために、上記の研究で開発されたアンケートを 146 名の大学生に実施し、統計分析を行った。そしてその結果に基づき、次の実証研究で用いる尺度項目を決定した。

3.2. 実証研究

前年度の予備調査で開発した尺度を用いてセルフ・コントロールの実証研究を行った。本実証研究は、次の 2 つの方法で実施された：

1. 量的調査：調査対象者約 150 名に対して開発した尺度を用いて、学期中における学習時間・学習成績との関連性の程度を調査し、セルフ・コントロールの有効性を検証する。上記のアンケートは学期最初に実施し、学習時間を調査する質問紙は学期末に実施した。
2. 質的調査：上記の学期最初の量的調査の結果に基づいて、セルフ・コントロール力の特に高い、そして特に低い計 20 名の学習者を抽出し、彼らの学習態度と行動について約 8 週間ごとにインタビュー調査を行った。

1 に挙げた量的調査によって、研究結果を一般化することができ、2 に挙げた質的調査によって、個々の事例を見ることができると同時に、量的調査で顕著な結果が現れなくても、質的調査によって、学習者の心の中で起こる変化をも捕えることが可能となる。

4. 研究成果

4.1. 尺度開発

データ分析の結果、英語学習にとっての勉強を妨げる誘惑物として、スマートフォンが最も高く (27%)、次いで、テレビ (20%)、そして疲れや眠気などの身体的状況 (16%) や友達/家族 (13%) があつた。また、日本人大学生は、SM ストラテジー (33%) を、その他のストラテジーに比べて最も頻繁に用いていることが分かった (SS = 15%、AD = 18%、CC = 18%、RM = 16%)。さらに、SM ストラテジーが最も有効的で、CC と SS ストラテジーが次に有効であるとみなしていることが分かった。

これらの研究結果から英語学習におけるセルフ・コントロール・ストラテジーについての具体的な記述が得られたため、それらの妥当性・信頼性を検討する目的で、因子分析を行った。因子分析の結果と信頼性係数、そして内容的妥当性を考慮した結果、適宜新たな項目も含め、表 1 にある項目を用いることにした。紙面の都合上、各要因の代表的な 2 項目を提示する。

表 1 セルフ・コントロール尺度最終版

状況選択 (Situation Selection (SS)) (6 項目) ($\alpha = .64$)

- ・英語の授業では、英語の勉強に真剣に取り組んでいる人と一緒に勉強する。
- ・自分の部屋や家には勉強をさまたげるものがたくさんあるので、英語の勉強をするときは図書館やカフェに行く。

状況修正 (Situation Modification (SM)) (8 項目) ($\alpha = .71$)

- ・英語の勉強をしているときは、友達に遊びに誘われても、勉強が終わってから参加するように言う。
- ・英語を勉強しているときは、スマートフォンを手の届かないところや視界に入らないところに置く。

注意配置 (Attentional Deployment (AD)) (7 項目) ($\alpha = .71$)

- ・遊びに行かずに勉強をした場合と、遊びに行つて勉強しなかった場合の英語の授業や試験の成績について考える。
- ・英語の勉強をしているとき、外国の写真やテレビ番組を見て、自分の英語が使えたときの状況を想像する。

認知変更 (Cognitive Change (CC)) (8 項目) ($\alpha = .77$)

- ・大変な英語の課題でも、少しずつこなせるような分量に分けて行えばできる、と考える。
- ・今行っている英語の勉強は、自分のためになる勉強だと思つようにする。

反応調整 (Response Modulation (RM)) (6 項目) ($\alpha = .76$)

- ・他の楽しいことがどれだけ魅力的でも、英語の課題を先に仕上げようと決めたら、ただするだけだ。
 - ・その日にやると決めた英語の勉強はなんとしてでもやる。
-

注． α は実証研究のデータに基づいた値

3.2. 実証研究

(1) 量的研究

本研究では、表 1 にある 6 つのセルフ・コントロール・ストラテジーを、セルフ・コントロール全体として見ていくため、上記で作成された要因を統合して判断する。主な結果の一つとして、セルフ・コントロールの下位群と上位群による、授業関係学習時間と授業関係外学習時間についての平均値の差を見ていく。表 1 にあるように、授業関係学習時間には統計的有意さは見られな

かったものの、授業関係外学習時間に有意差が見られ、効果量も中程度近くの傾向が見られた。

本研究の発展的研究として、Taguchi (2019) は大規模のサンプルからなるデータから、セルフ・コントロール・ストラテジーをより使用する学習者は、あまり使用しない学習者に比べて、ストラテジーのタイプによる違いはあるものの、より長い学習時間とより高い英語力の傾向を示していることを明らかにした。その結果に基づくと、本研究の学習者も英語力が高まった可能性があると考えることができる。

授業関係学習時間について、予習・復習・宿題は授業参加に必須であるため、誘惑があろうとなかろうと行わないといけないためか、際立って大きな差が見られなかった。

表1 セルフ・コントロールの下位群・上位群による学習時間の差についての t 検定の結果

| | 下位群 | | | 上位群 | | | t 値 | df | p 値 | Cohen's d |
|---------------|-----|------|------|-----|------|------|-------|------|-------|-------------|
| | n | M | SD | n | M | SD | | | | |
| 授業関係 学習時間 | 51 | 3.06 | 1.14 | 92 | 3.45 | 1.17 | -1.91 | 141 | .058 | 0.34 |
| 授業関係外 学習時間 | 51 | 2.39 | 1.28 | 93 | 2.99 | 1.41 | -2.51 | 142 | .013 | 0.45 |

(2) 質的研究

ここでは、抽出されたセルフ・コントロール上位群と下位群の中から、特に際立った学習者のコメントを紹介することで、量的結果の妥当性をサポートする。

● セルフ・コントロール上位群

セルフ・コントロール上位者として抽出された学生は、適宜うまく自分の感情や行動をコントロールしていることが窺える。インタビュー者の「英語の勉強をしたい、あるいはしないといけないうき、友達に遊びに誘われたり、勉強が面倒くさい、やる気が起きないという理由で勉強をやめておこうという葛藤するような状況はありましたか？」という質問に対する代表的な返答として、次の2名のものがある：

YY：やっぱりありますよね。そういう時はちゃんと遊びますね。勉強する時は勉強する、遊ぶときは遊ぶと区別をつけているんで、結構ストレスはたまらずです。

NY：ありましたね...多少負ける時もありますが、だいたい勉強の方を優先していますね。

どのような学習者にも、誘惑に学習が揺さぶられるときがあるが、彼らの特徴として、誘惑への対処法、つまりストラテジーに学習継続のコツがあるようである。上記の2名は次のような対処方法を用いている：

インタビュー者：(バイトが勉強を遮る誘惑になっているため)どのようにバイトの時間と授業以外の勉強する時間のバランスを取っていますか？

YY：週ごとに小さい目標を立てることですかね。目標というか計画ですね。週ごと、今週はバイト入ろう、この曜日は勉強しようというのを週ごとで決めていたら、そんなに(計画が)狂うことはないですね。

インタビュー者：...勉強しないといけないうきに誘惑に負けてしまった時と、...勉強しないといけないうけど、誘惑に打ち勝って勉強した時の割合って、どのような割合ですか。

NY：五分五分ぐらいですかね...留学に行きたいので。

これらのことから、戦略的に計画を立てることと、目標を明確にすることが有効な対処法であることが分かる。

● セルフ・コントロール下位群

一方で、セルフ・コントロールがうまくできていない学習者は、その失敗を次のように説明している。代表的なコメントとして、次の2名の言葉を提示する：

インタビュー者：...勉強しないといけないうきという状況で、友達が遊ぼうと誘ってきたり、今日はもう面倒くさいから勉強したくないという状況はありましたか。

SR：ありました...課題を全然してなくて、溜まってるけど、友達に誘われたら行ってしまうかもしれないです。母とかに出かけようと言われたら、身内なんですぐに断りやすく、ちょっと課題があるから行かないって言って。友達の場合は(遊びに)行ってしまうかも...

インタビュー者：友達の場合は難しいと思いますが、例えば、締切がすぐにじゃなくても課題がある場合で、疲れているからしたくないなあという時はありますか？

SR：そういう時は疲れが優先して、全然手が付けられないです。でも心の中ではしないといけないと分かっているんですが、全然大体がついてこないという感じで...

インタビュー者：...英語を勉強しないといけない反面、面倒くさいなあとか、今していることの方が忙しい時に、英語の勉強ができた、できなかった状況があると思いますが、その点の話を色々聞かせてもらえますか。

IU：やっぱりできなかったのは、家に着いて、やっぱり TOEIC とかも近かったので、ちょっとやろうかなって思っても結構疲れてたりすると、まあいいや、今日は寝ようってなったり。

これらのコメントから言えることは、セルフ・コントロールのアンケート尺度の値が低い学習者は、学習を行わないといけないという気持ちがあるにも関わらず、自分の感情や行動がうまくコントロールできていないということである。

これらの量的・質的データ分析の結果から、今回開発されたセルフ・コントロールの尺度は妥当であることが分かった。

本研究結果から、次の点が示唆される。

- 本研究で開発された尺度は一定程度の妥当性と信頼性を兼ね備えており、今後の第二言語習得のセルフ・コントロールの研究を行う上でも有益なものである。
- 授業関連の授業外学習時間は強制力があり、セルフ・コントロールが苦手でも、一定の授業外学習は行われる。一方で、授業関連以外においては、セルフ・コントロールできない学生は、授業外において自発的に学習をすることに困難を感じている。
- 状況に応じて、効率の良いストラテジーが異なるため、セルフ・コントロール・ストラテジーの方法を教えることが大事である。それと同時に、意志力を高めるための方法も併せて教授していく必要がある。
- セルフ・コントロールは学習意欲とは異なる概念ではあるが、関連がある。セルフ・コントロールは目の前の状況や課題に有効であるが、長期にわたる献身のためには動機づけ、さらには性格も関係する。
- 用いる領域は違えども、セルフ・コントロール・ストラテジーには汎用性がある可能性がある。そのため、ストラテジー・トレーニングによって、言語習得以外の領域においても、学力向上等の効果が期待できる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

| | |
|--|-------------------|
| 1. 著者名 田口達也 | 4. 巻 18 |
| 2. 論文標題 TOEIC、学習時間、そしてやり抜く力 愛知教育大学の事例から | 5. 発行年 2018年 |
| 3. 雑誌名 教養と教育 | 6. 最初と最後の頁 1-9 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし | 査読の有無 有 |
| オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著 - |

| | |
|---|---------------------|
| 1. 著者名 田口達也 | 4. 巻 28 |
| 2. 論文標題 第二言語学習におけるセルフ・コントロールを高める方法への示唆 | 5. 発行年 2019年 |
| 3. 雑誌名 龍谷大学グローバル教育推進センター研究年報 | 6. 最初と最後の頁 41-54 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし | 査読の有無 無 |
| オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著 - |

| | |
|--|---------------------|
| 1. 著者名 田口達也 | 4. 巻 27 |
| 2. 論文標題 学習継続のメカニズム 心理学/行動経済学から第二言語習得へ | 5. 発行年 2018年 |
| 3. 雑誌名 龍谷大学グローバル教育推進センター研究年報 | 6. 最初と最後の頁 21-36 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし | 査読の有無 無 |
| オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著 - |

| | |
|---|---------------------|
| 1. 著者名 田口達也 | 4. 巻 26 |
| 2. 論文標題 非認知的スキルと第二言語学習 やり抜く力とセルフ・コントロールの視点から | 5. 発行年 2017年 |
| 3. 雑誌名 龍谷大学グローバル教育推進センター研究年報 | 6. 最初と最後の頁 63-80 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし | 査読の有無 無 |
| オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著 - |

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

| |
|--|
| 1. 発表者名 Tatsuya Taguchi |
| 2. 発表標題 Investigating self-control strategies of university students learning English in Japan. |
| 3. 学会等名 The 53rd International IATEFL Conference (国際学会) |
| 4. 発表年 2019年 |

| |
|--|
| 1. 発表者名 Tatsuya Taguchi |
| 2. 発表標題 Strategic self-control contributing to higher English abilities and longer study time in Japan. |
| 3. 学会等名 The 6th World Congress of Positive Psychology (国際学会) |
| 4. 発表年 2019年 |

〔図書〕 計1件

| | |
|--|-----------------|
| 1. 著者名 Tatsuya Taguchi (Editor: Tania Pattison.) | 4. 発行年 2020年 |
| 2. 出版社 IATEFL | 5. 総ページ数 4 |
| 3. 書名 「Investigating self-control strategies of university students learning English in Japan」 『IATEFL 2019 Liverpool Conference Selections』 | |

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

| | | |
|---------------------------|-----------------------|----|
| 氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号) | 所属研究機関・部局・職 (機関番号) | 備考 |
|---------------------------|-----------------------|----|