

令和 5 年 6 月 4 日現在

機関番号：17201

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2022

課題番号：19K14386

研究課題名（和文）時間管理能力の発達過程と促進要因の検討—時間管理の3側面に着目して—

研究課題名（英文）Developmental process of time management abilities and its facilitating factors - Focusing on three aspects of time management

研究代表者

井邑 智哉 (Imura, Tomoya)

佐賀大学・学校教育学研究所・准教授

研究者番号：80713479

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,000,000円

研究成果の概要（和文）：児童生徒の時間管理能力に関して、（1）児童生徒の時間管理能力を測定する尺度を開発し、目標設定・優先順位、生活リズムの確立という2因子が得られた。また時間管理について学んだ内容を分類した結果、プランニング、モニタリング、時間の活用、他律的な時間管理という4種類が得られた。（2）親など他者からの時間管理支援が時間管理の促進要因として働くかを検討した。子どもの生活リズムの確立に対しては、親による目標設定の支援、自律性の支援、環境面の支援が正の影響を及ぼすことが明らかとなった。これらの結果は、自律的な時間管理を促す親の関わりと、過剰なコントロールについて示唆を与えるものであった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の学術的独自性・社会的意義は、「時間管理能力」を切り口として、自ら学ぶ自律的な学習者について言及することができる点が挙げられる。予測困難な時代において、自分の時間をコントロールし、様々な課題に対処していくことのできる力が子どもたちには求められている。しかし子どもたちは具体的にどのように時間管理を行うのかを教わる機会は少ない。本研究を行ったことで、時間管理を学ぶ時期、内容が明らかとなり、他律的な時間管理から自律的な時間管理へと変えていくために必要な支援が示唆された。

研究成果の概要（英文）：In this study, we examined the time management ability of pupils. In Study 1, we developed a scale to measure students' time management skills, and obtained two factors: goal setting and prioritization, and establishing a rhythm in daily life. In addition, we categorized the content of time management learned into four types: planning, monitoring, use of time, and autonomous time management. In Study 2, we examined whether time management support from others, such as parents, was a facilitating factor for time management. It was found that support for goal setting by parents, support for autonomy, and environmental support had positive effects on the establishment of children's life rhythms. These results have implications for parental involvement in promoting autonomous time management and excessive control.

研究分野：教育心理学

キーワード：時間管理 児童生徒 時間管理支援 時間コントロール感

## 1. 研究開始当初の背景

本研究は、時間管理能力の発達過程と促進要因に関する一連の研究を通して、「児童生徒の時間管理能力を育む」ための方法を提案することを目的として行われた。限られた時間の中で何がどれくらいできるか、何をしないかなどを考え、時間管理を行うことは、児童生徒が充実した生活を送る上で必要なことのひとつといえる。さらに、時間管理能力を就学中に育むことは、自分の将来やキャリアの積み重ねを見据えることにも繋がる。

しかし、これまで時間管理の重要性を示す研究はあっても、児童生徒の時間管理能力がどのように発達していくのか、また時間管理能力をどのように高めていけるかという点を検討した研究は十分に行われていなかった。

## 2. 研究の目的

本研究課題は、具体的に4つの研究から構成された。以降、研究成果の節までのカッコ内の番号は、同じ研究であることを示している。

### (1) 児童の時間管理を測定する尺度の研究

成人の時間管理尺度はあるが、子どもの時間管理能力を測定する尺度は見られなかった。児童の時間管理の特徴を把握するために尺度を開発した。

### (2) 時間管理を学んだ時期、内容に関する調査

時間管理能力の発達過程に関して、これまで発達の時期や周りからのサポートについて十分に検討されていなかったため、時間管理学ぶ時期に、相手、内容などを調査した。

### (3) 時間管理支援の分類に関する研究

時間管理の発達において、親や教師など他者からの支援が重要となる。しかし、これまで時間管理の支援にどのようなものが存在するのか明らかになっていなかったため、調査を行い時間管理支援尺度を開発し、分類を行った。

### (4) 時間管理支援が子どもの時間管理に及ぼす影響に関する研究

時間管理を自ら行うことを目標とする場合、時間管理支援をいつまでも行うことはよいとはいえない。(3)で検討する時間管理支援について、子ども自身の時間管理や時間コントロール感(自分で時間を制御できているという感覚)にどのような影響を及ぼすのかを検討した。

## 3. 研究の方法

(1) 時間管理尺度を作成するために、先行研究と予備調査(幼・小・中・高の先生)から項目を作成した。本調査では、285名の児童に調査を行い、時間管理をどの程度行うか回答を求めた。

(2) 時間管理の学び方を明らかにするために、大学生239名を対象に想起法を用いた調査を行い、時間管理を学んだ時期、時間管理を教えてくれた相手、時間管理を学んだ経験が学習に及ぼす影響、時間管理について教わった内容を調査した。

(3) 時間管理支援の分類を行うため先行研究と予備調査から項目を作成した。本調査には9歳から18歳までの子どもをもつ親527名が参加した。

(4) (3)で作成した親の時間管理支援尺度を用いて調査を行った。調査には9歳から18歳の450名、及びその親450名が参加した。

## 4. 研究成果

(1) 先行研究と予備調査から作成した時間管理尺度を用いて児童285名に対して調査を行った。因子分析の結果、児童の時間管理は、「生活リズムの確立」と「目標設定・優先順位」という2種類から構成されることが明らかとなった。そして、2種類の時間管理は根気強さと正の関連を示し、無気力、不機嫌・怒りと負の関連を示していた。これらの結果から、児童用時間管理尺度は一定の信頼性と妥当性を有していることが示された。今後は今回作成した児童用時間管理尺度を用いて、児童の時間管理が学校生活など様々な場面でどのような影響を及ぼすかを検討することが可能となった。

(2) 大学生239名に対して想起法による調査を行った結果、時間管理を学ぶ機会は中学、高校の時に多いこと、時間管理を教わる相手としては、母親、学校の先生が多いことが明らかとなった。また時間管理を学んだ経験は、大学での学習習慣に正の影響を及ぼす可能性があることが示

唆された。最後に、時間管理に関して学んだ内容を分類した結果、プランニング（計画の立て方、計画を書き出す（可視化）、計画の共有）、モニタリング、時間の活用（時間の創出、集中）、他律的な時間管理という4種類が得られた。

(3) 先行研究と予備調査から作成した親の時間管理支援尺度（PTMSS）を用いて、9歳から18歳までの子どもをもつ親527名に対して調査を行った。因子分析の結果、親の時間管理支援は「目標設定の支援」、「自律性の支援」、「動機の支援」、「環境面の支援」という4種類から構成されることが明らかとなった。養育態度との関連を検討した結果、目標設定、動機、環境面の支援は過干渉と正の関連を示し、自律性、動機、環境面の支援は関与見守りと正の関連を示していた。これらの結果から、親の時間管理支援尺度は一定の信頼性と妥当性を有していることが示された。今後はこの尺度を用いて、時間管理支援が子どもに及ぼす影響を検討することが可能となった。

(4) (3) で作成した親の時間管理尺度を用いて、9歳から18歳の450名、及びその親450名に対して調査を行った。分析の結果、子どもの生活リズムの確立に対しては、親による目標設定の支援、自律性の支援、環境面の支援が正の影響を及ぼすことが明らかとなった。また、子どもの目標設定・優先順位に対しては、親による目標設定の支援、動機の支援が負の影響を及ぼすことが明らかとなった。これらの結果は、自律的な時間管理を促す親の関わりと、過剰なコントロールが及ぼす影響について示唆を与えるものであった。

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計6件（うち査読付論文 2件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 6件）

1. 著者名 井邑智哉・岡崎善弘・高村真広・徳永智子	4. 巻 12
2. 論文標題 児童の時間管理が長期休暇中の学習に及ぼす影響	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 時間学研究	6. 最初と最後の頁 55-62
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 井邑 智哉、塚脇 涼太	4. 巻 6
2. 論文標題 親の時間管理支援に関する基礎的研究	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 110～116
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 井邑智哉・岡崎善弘・高村真広・徳永智子	4. 巻 11
2. 論文標題 児童用時間管理尺度の開発と信頼性・妥当性の検討	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 時間学研究	6. 最初と最後の頁 57-64
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 井邑智哉・塚脇涼太	4. 巻 4
2. 論文標題 時間管理の学び方に関する基礎的研究	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 2-9
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 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 井邑智哉・塚脇涼太	4. 巻 7
2. 論文標題 自律的学習動機づけが児童生徒の時間管理に及ぼす影響	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 271-277
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 オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 井邑智哉・塚脇涼太	4. 巻 7
2. 論文標題 中学生の自律的な時間管理が学業成績に及ぼす影	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 佐賀大学大学院学校教育学研究科紀要	6. 最初と最後の頁 278-283
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 オープンアクセスとしている (また、その予定である)	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 1件)

1. 発表者名 Imura, T., & Tsukawaki, R.
2. 発表標題 Does parental time management support increase children's perceived control of time ?
3. 学会等名 Asian Association of Social Psychology(AASP) (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 井邑智哉
2. 発表標題 親の時間管理支援が子どもの時間管理行動に及ぼす影響
3. 学会等名 日本時間学会第13回大会
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔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
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------