

大学生の卒業論文作成時の自己認知、 および卒業論文作成状況に対する認知に関する実証的検討

— 卒業論文作成によって生じるストレスの側面から —

橋本 京子

問題と目的

現在、日本の大学では、卒業の要件として卒業論文あるいは卒業研究（以下、「卒業論文」と述べる）を課す場合が多い。読売新聞社が2009年に国内の4年制大学529校を対象に行った「大学の實力 教育力向上の取り組み」調査によると、全体の51%、272校が全学で卒業論文を必修としていると回答したという結果が得られている（読売新聞、2010年3月19日）。全く実施していないという大学は国立ではゼロ、私立ではわずか12%に過ぎず（読売新聞、2010年3月19日）、現在は大学卒業に際して卒業論文を課すことがかなり一般的であるといえる。

卒業論文、およびそれを作成する過程は、学生にとって重要な意味をもつ。卒業論文作成の過程において、学生は、入学以来様々な授業で学んだ事柄を自分なりに総合して、自分が設定した問題に当てはめ、自分なりの解決を与えるという手順を踏むことが必要とされる（楢木、1995）。学生にとっては、既に答えがあることを受身的に学ぶ「勉強」ではなく、自ら問いを立てて自らその問いを解決していくという「研究」に取り組む機会であるといえる。このような課題に取り組むのは、多くの学生にとっては初めての経験である。また、卒業論文は卒業要件にもなり、必修の場合は卒業論文を仕上げなければ卒業できない。さらに、卒業論文は一般的に1年前後の長い期間をかけて取り組むものである。以上のことから、卒業論文は大学4年間の学びの集大成と称される（白井・高橋、2008）。それゆえに、学生にとっては大変困難な経験にもなり、ストレスフルイベントにもなりうると考えられる。それを裏付けるかのように、卒業論文の具体的な書き方や心構えについて述べられた書籍も多数存在する（e.g., 白井・高橋、2008; 楢木、1995）。

そもそもストレスフルイベントとは、「個人に新しい適応行動や対処行動を必要とさせるような出来事であり、それまでの生活様式に重大な変化をもたらすような出来事」（坂野、1999）と定義される。ストレスフルイベントは、予測が困難である、不確実である、コントロールが難しいなどの特徴をもつ（Lazarus & Folkman, 1984）。この点から卒業論文作成というイベントの特質を検討すると、まず、入学した時から卒業論文を作成する必要があるということを学生は知っているため、予測が困難であるとは言えない。また、提出期限が決まっており、期限までに卒業論文を完成させて提出すればイベントも終了するということから、不確実である

とも言えない。しかし、多くの学生にとって「研究」に取り組むのは初めてであるゆえ、新しい適応行動や対処行動を必要とする出来事であるということ、また、それゆえにコントロールが困難であるということから、卒業論文はストレスフルイベントとしての特徴の一部を有していると考えられる。

ストレス研究においては、同種のストレスフルイベントに直面しても、どのような反応が生じるかはそれぞれ異なり、ストレス反応の生起には、ストレスフルイベントに対してどのような認知を行うかということが大きな影響を与えるということが指摘されている (Lazarus & Folkman, 1984)。なかでも、自己や状況に対してポジティブな認知を行うことは、ストレス反応を緩和し、健康を維持するうえで重要な意味をもつと考えられる。ポジティブな認知が健康において重要な意味をもつことは、Taylor & Brown (1988, 1994) が提案したポジティブ幻想 (positive illusions) に関する研究の中でも強調されている。Taylor & Brown (1988) は、非抑うつ者としての一般の人が有している自己・環境・未来に対する認知は、自分に都合の良いようにポジティブな方向に傾いたエラーやバイアスといった歪んだ認知によって特徴づけられると指摘し、このようなエラーやバイアスを総称して、ポジティブ幻想と名づけている。ポジティブ幻想は、身体的健康および精神的健康と結びついていることが明らかになっている (Taylor & Brown, 1988, 1994)。ただし、何をもちて対象者の認知を歪んでいると判断するかということは、しばしば困難な問題となることを Taylor & Brown (1988, 1994) は指摘している。また、重篤なストレス状況にあるわけではない一般の人々の適応について考える場合、「幻想」という言葉は表現として強すぎると考えられる。そこで本研究では、「幻想」の語を用いず、現実に沿ったポジティブな認知、および現実をポジティブな方向に歪めた認知を広く含めて、「ポジティブな認知」と総称する。

Taylor & Armor (1996) は、ストレスフルな状況におけるポジティブな認知の重要性を主張している。ストレスフルな状況においては、そうでない状況よりも、ポジティブな認知が特に明白に現れ、それは精神的健康を維持、高揚するための重要な資源として働くことが指摘されている (Taylor & Armor, 1996; 橋本, 2003)。橋本 (2010) では、学業や職業に関するストレスフルイベントにおいては、他の領域のストレスフルイベントよりも、他者や想定される悪い事態との比較によって、ストレスフルイベントに直面した時点の自己や状況をポジティブに認知することが行われやすいということが示唆されている。このことから、学業に関するストレスフルイベントの1つである卒業論文作成においても、自己や状況に対するポジティブな認知が現れやすく、また精神的健康の維持、高揚に重要な役割を果たす可能性が高いといえる。ただし、橋本 (2010) は仮想的な調査法を用いたものであるため、実際の場面においてはどのようなかということについては未だ明らかではない。また、卒業論文の重要性やその作成に伴う困難が世間に広く認知されているにも関わらず、学生自身が卒業論文作成時の自己や作成状況をどのように認知しているかに関する実証的な検討は、これまでほとんどなされていない。これらを実証的に検討することは、効果的な学生指導および学生支援を考えるうえでも、きわめて重要であると考えられる。

以上の問題を踏まえ、本研究においては、大学生が卒業論文作成時の自己、および卒業論文作成状況をどのように認知しているかを検討することを第一の目的とする。特にポジティブな

橋本：大学生の卒業論文作成時の自己認知、および卒業論文作成状況に対する認知に関する実証的検討

認知の現れ方に注目する。自己認知については、尺度を用いて、自己認知と他者(平均的な学生)に対する認知を比較することにより測定する。この方法は、外山・桜井(2000)、および橋本(2004)の先行研究で用いられている方法に基づいている。卒業論文作成状況に対する認知については、卒業論文作成という場面に特化した尺度によって測定する。さらに、これまで卒業論文作成時の学生を対象とした実証的検討がほとんどなされていないため、学生が卒業論文作成のどのような面にしんどさと苦しさを感じているのかについて、より具体的かつ多面的に捉えるために、自由記述方式による回答を求めて、探索的に検討する。

また、第二の目的として、卒業論文作成場面において、どのような自己認知および状況に対する認知が精神的健康と関連しているのかを検討する。精神的健康の指標としては、その指標として広く用いられているものの一つである抑うつ傾向を取り上げる。

なお、卒業論文作成において特に重要となる時期は、夏休み前と、晩秋から初冬にかけてであると考えられる。夏休み前は、自分なりの問いを設定し、研究計画を立てることが必要であり、研究の土台をつくる時期である。このことから、白井・高橋(2008)では「夏休みまでが勝負」と述べられている。他方、晩秋から初冬にかけては、これまで自分なりに調べたことをまとめて、卒業論文という1つの形に仕上げる時期である。提出期限も近付き、作成に伴うストレスもより強く感ぜられる時期であろう。本研究においては、夏休み前である7月と、提出期限の1ヶ月前である12月の2つの時点で注目し、それぞれの時点での検討および両者の比較を行う。

なお、専攻する分野、領域によって卒業論文の作成過程は大きく異なると思われる。本研究においては、心理学専攻の学生に限定した調査を行う。

方 法

被調査者、および調査手続き 2004年～2008年の、それぞれ7月と12月に、国立K大学教育学部(教育心理学系)、および文学部(心理学専修)の4年生を対象に質問紙調査を実施した(2005年は実施せず)。被調査者の卒業論文の提出期限は翌年1月中旬であり、7月は提出期限の6ヶ月前、12月は提出期限の1ヶ月前にあたる。なお、調査にあたっては、個人のプライバシーは保護されること、調査への参加は自由意思によるものであることが、フェースシートにて確認された。

具体的な手続きについては以下の通りである。教育学部学生については、7月初旬、教育心理学系の4年生全員(各年度約25名^{※1})が履修する授業内で調査への参加を依頼し、調査用紙と12月時調査への参加同意書を配布した。被調査者は授業後の任意の時間に、調査への回答を行った。回答済みの調査用紙と参加同意書は、指定の場所に設置した回収箱への投函によって回収された。文学部学生については、7月初旬、文学研究科所属の大学院生の協力を得て、専修内の連絡用メーリングリストを通じて調査を依頼し(4年生は各年度約25名^{※2})、協力の意思を示した学生に、直接または郵送にて調査用紙と12月時調査への参加同意書を配布した。調査用紙と参加同意書は、回収箱への投函、または郵送によって回収された。12月初旬に、参加同意書を提出した参加者全員について、郵送または連絡用レターケースにより調査への参加を依頼し、調査用紙を配布した。回答済みの調査用紙は、回収箱への投函、または郵送によ

って回収された。

本稿では、7月時と12月時の両方の調査に回答した被調査者を分析の対象とした。この条件にあてはまる被調査者は31名であった（2004年11名、2006年10名、2007年5名、2008年5名）。単年度での被調査者数が極めて少数であったことから、本稿では年度をまとめて分析を行う。被調査者の7月時における平均年齢は21.94歳（21歳～28歳、 $SD=1.59$ ）であり、性別の内訳は、男性9名（平均年齢21.89歳、 $SD=1.69$ ）、女性22名（平均年齢21.95歳、 $SD=1.59$ ）であった。専攻分野については、基礎系・実験系心理学が14名（文学部7名、教育学部7名）、臨床系心理学が17名（全員教育学部）であった。学部別、進路希望別の分類をTable 1に示した。

Table 1 被調査者の内訳

	2004年				2006年				2007年				2008年				合計
	教育学部		文学部		教育学部		文学部		教育学部		文学部		教育学部		文学部		
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
就職希望	0	0	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	0	1	7
進学希望	1	4	2	0	1	6	0	1	2	2	0	0	1	1	0	0	21
未定・その他	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
合計	1	5	4	1	1	8	0	1	2	3	0	0	1	3	0	1	31

質問紙の構成 7月時調査、12月時調査ともに、年齢、性別、学部、学年、進路希望、専攻分野（「心理学（基礎系・実験系）」、「心理学（臨床系）」、「その他」から1つ選択）についての質問のあと、次の内容について、(1)～(7)の順序で調査した。なお、質問紙にはその他の調査項目も含まれていたが、本稿ではその部分は割愛する。

(1) 卒業論文作成の重要性：「卒業論文を作成することは、今のあなたにとってどのくらい重要な出来事ですか」という質問に、7段階で評定を求めた（1点：「全然重要でない」～7点：「非常に重要である」）。

(2) 卒業論文作成の深刻性：「卒業論文を作成することは、今のあなたにとってどのくらい深刻な出来事ですか」という質問に、7段階で評定を求めた（1点：「全然深刻でない」～7点：「非常に深刻である」）。

(3) 卒業論文作成のストレス度：「卒業論文を作成することは、今のあなたにとってどのくらいストレスを感じる出来事ですか」という質問に、7段階で評定を求めた（1点：「全然感じない」～7点：「非常に感じる」）。なお、「ストレス」の意味するところとして、「ストレスとは、周囲の状況や環境から影響を受けて、抑うつ・不安・イライラなど不快な気持ちを長く感じている状態のことを指します」との説明を併せて付けた。また、卒業論文を作成することが、現在ストレスを感じている原因のうち、どの程度の割合を占めているかについても回答を求めた。

(4) 自己認知：長島他（1967）、桑原（1991）を参考に、自己記述に際して用いる特性語として、ポジティブな項目10項目、ネガティブな項目（逆転項目となる）10項目、合計20項目を選定した（Table 3）。それぞれの特性語に対して、「同学部で同じように卒業論文を書いている平均的な学生と自分とを比較して、次のようなことにあなた自身がどのくらいあてはまると思いますか」と相対的な比較による評定を求めた。各項目について7段階で評定を求めた（1点：「全然あてはまらない」～7点：「非常にあてはまる」。4点は「同学部の学生と同じくらい」）。

橋本：大学生の卒業論文作成時の自己認知、および卒業論文作成状況に対する認知に関する実証的検討

(5) 卒業論文作成状況に対する認知：橋本（2004）の「卒業論文に対する認知尺度」を用いた。この尺度は、ストレスフルイベントを経験した者を対象とした先行研究（e.g., Taylor, Lichtman, & Wood, 1984）を参考にして作成された橋本（2010）の項目をもとに、卒業論文作成状況にあてはまるように内容を修正して12項目を設定したものである（Table 4）。「卒業論文をめぐる自分自身や周りの状況に対して、次のような考え方をどのくらいしていますか」の教示のもと、各項目について7段階で評定を求めた（1点：「全然あてはまらない」～7点：「非常にあてはまる」）。

(6) 抑うつ：Zung（1965）の作成したSDS（Self-rating Depression Scale）の日本語版（福田・小林，1973）20項目を用いた。4段階評定で、抑うつ傾向が強いほど高得点となる。

(7) 卒業論文作成の楽しい面と苦しい面：「あなたにとって、卒業論文作成のどのような面が楽しいですか」、「あなたにとって、卒業論文作成のどのような面が苦しいですか」の教示のもと、それぞれ縦7cm×横17cmの空欄に自由記述を求めた。

結果と考察

以下の分析においては、因子分析等の多変量解析を行うには全体の被調査者数が十分でないため、項目ごとに検討を行う。また、性差、学部、専攻分野、進路希望などの条件は込みにした結果のみを見ていくことにする。

1. 卒業論文の重要性、深刻性、ストレス度

卒業論文の重要性、深刻性、ストレス度について、7月時、12月時別に、被調査者全員の平均値と標準偏差を算出した（Table 2）。いずれも高得点であり、特に重要性については、全員が5点（「やや重要である」）以上であったことから、被調査者にとって卒業論文作成が重要なこととして位置づけられていることが確認された。また、7月時と12月時の平均値を、対応のある t 検定によって比較したところ、いずれも有意な差が認められ、12月時の方が7月時よりも重要性、深刻性、ストレス度ともに高いことが明らかになった。なお、卒業論文作成が現在抱えるストレス源のうち最大のストレス源であると報告した者の人数は、7月時調査では13名であったのに対し、12月時調査では21名であった。

Table 2 7月時・12月時における卒業論文の重要性、深刻性、ストレス度

	7月				12月				t 値 ($df=30$)
	平均	SD	min	max	平均	SD	min	max	
重要性	6.16	0.82	5	7	6.58	0.67	5	7	-2.76**
深刻性	5.74	1.21	3	7	6.16	0.97	3	7	-2.43*
ストレス度	5.19	1.45	1	7	5.68	1.05	2	7	-2.54*
ストレス全体に占める割合	42.10	26.19	0	100	57.42	27.17	0	100	-3.22**

** $p<.01$, * $p<.05$

2. 卒業論文作成時の自己認知について（7月時、12月時）

自己認知尺度の各項目について、7月時、12月時別に、被調査者全員の平均値と標準偏差を算出した（Table 3）。自己認知については、他者と比較したうえでの自己認知について評定を求めているため、尺度上の中点（4点）と実際の評定値の差は、他者と比較してどの程度自己をポジティブ（ネガティブ）に評価しているかということを示す。つまり、自己を他者と同程度にみなしている場合には尺度上の中点（4点）、自己を他者よりもポジティブにみなしている場合には5～7点、自己を他者よりもネガティブにみなしている場合には1～3点となる。

Table 3 7月時・12月時の自己認知尺度各項目の平均値、 t 検定結果（尺度上の中点（4点）との比較、7月時と12月時の比較）、および抑うつとの相関（Pearsonの r ）

項目	7月					12月					7月・12月の 平均値の比較		抑うつとの相関	
	平均	SD	min	max	t 値 ($df=30$)	平均	SD	min	max	t 値 ($df=30$)	t 値 ($df=30$)		7月	12月
意欲的な	4.32	1.17	2	6	1.54	4.29	1.30	2	7	1.25	0.23		.112	-.213
悩みがち	4.45	1.39	2	7	1.81 ⁺	4.65	1.45	2	7	2.48 [*]	-0.72		.504 ^{**}	.399 [*]
独創的な	3.94	1.06	2	6	-0.34	3.97	1.30	1	6	-0.14	-0.16		.129	-.220
無責任な	3.32	1.47	1	6	-2.57 [*]	3.87	1.61	1	7	-0.45	-2.24 [*]		.041	.383 [*]
積極的な	4.26	0.97	2	6	1.49	4.16	1.49	2	7	0.61	0.57		-.035	-.233
楽観的な	4.10	1.64	1	7	0.33	4.35	1.68	1	7	1.17	-0.98		-.581 ^{**}	-.361 [*]
視野の狭い	4.32	0.87	3	6	2.06 [*]	4.45	1.03	2	7	2.45 [*]	-0.73		.270	.415 [*]
勤勉な	3.81	1.11	2	5	-0.97	3.71	1.40	1	6	-1.16	0.37		.118	-.174
あきらめの早い	3.00	1.13	1	5	-4.95 ^{***}	3.29	1.49	1	7	-2.66 [*]	-1.07		-.190	.431 [*]
前向きな	4.58	0.96	3	6	3.37 ^{**}	4.48	1.21	1	7	2.23 [*]	0.42		-.160	-.554 ^{**}
好奇心の強い	4.32	1.01	2	6	1.77 ⁺	4.19	1.35	1	7	0.80	0.49		-.292	-.187
あきっぽい	3.45	1.12	2	5	-2.73 [*]	3.71	1.30	1	7	-1.25	-0.89		.216	.364 [*]
意志の強い	4.03	1.14	1	6	0.16	3.84	1.16	1	6	-0.78	1.06		-.363 [*]	-.311 ⁺
神経質な	4.03	1.43	2	7	0.13	4.19	1.62	1	7	0.67	-0.78		.406 [*]	.338 ⁺
有能な	3.19	1.28	1	6	-3.52 ^{**}	2.94	1.39	1	6	-4.27 ^{***}	1.25		-.122	-.467 ^{**}
慎重な	3.84	1.21	1	6	-0.74	3.61	1.33	1	6	-1.62	0.87		-.354 ⁺	-.213
弱気な	4.29	1.30	2	6	1.25	4.35	1.40	2	7	1.41	-0.27		.337 ⁺	.454 [*]
自信を持っている	3.61	1.12	1	6	-1.93 ⁺	3.32	1.42	1	6	-2.65 [*]	1.20		-.317 ⁺	-.541 ^{**}
不器用な	4.42	1.29	1	6	1.82 ⁺	4.55	1.29	2	7	2.37 [*]	-0.49		.100	.552 ^{**}
しんぼう強い	3.81	1.05	1	5	-1.03	3.94	1.29	1	6	-0.28	-0.53		-.379 [*]	-.392 [*]

注：7月・12月の t 値はそれぞれ尺度上の中点（4点）との比較結果 *** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$, + $p<.10$

被調査者全体として、統計上有意に、他者（平均的な学生）に比べて自己をポジティブ（ネガティブ）にみなす傾向がみられるかどうかを検討するため、被調査者全員の自己認知項目の平均値について、項目ごとに t 検定を行い、尺度上の中点（4点）との比較を行った。その結果、7月時点でも12月時点でもほぼ同じ傾向がみられた。自己を他者よりも有意にポジティブな方向に評価していたのは、「前向きな」、「あきらめの早い」（逆転項目）の2項目であった。7月時は、「無責任な」（逆転項目）、「あきっぽい」（逆転項目）についても、自己を他者よりも有意にポジティブな方向に評価していた。他方、自己を他者よりも有意にネガティブな方向に評価していたのは、「悩みがち」（逆転項目）、「視野の狭い」（逆転項目）、「有能な」、「自信をもっている」、「不器用な」（逆転項目）であった。この結果から、被調査者全体として、情緒安定性や能力に関する側面においては自己を他者よりもネガティブに認知する傾向がある

が、卒業論文に取り組む自己の姿勢自体はポジティブに認知する傾向があるといえる。

次に、自己認知の時系列的な変化を検討するため、各項目について、対応のある t 検定により、7 月時の平均値と 12 月時の平均値の比較を行った。その結果、「無責任な」のみで有意な差が認められ、12 月時は 7 月時よりも自己を無責任であるとみなしていることが明らかになった。しかし、12 月時の「無責任な」の平均値は、尺度上の中点（4 点）と有意な差が認められなかったことから、12 月時に卒業論文に対する責任感が下がったというわけではなく、12 月になると同級生の卒業論文への取り組みも目立つようになるため、他者の責任性についての評価が上がった結果、相対的に自己の無責任さと他者の無責任さの差が小さくなったものと考えられる。

3. 卒業論文作成状況に対する認知について（7 月時、12 月時）

卒業論文作成状況に対する認知尺度の各項目について、7 月時、12 月時別に、被調査者全員の平均値と標準偏差を算出した（Table 4）。この中で、「卒業論文は私の糧になると思う」については最小値が 3 点（「あまりあてはまらない」）であったことから、被調査者は卒業論文に自分なりの価値を見出していることが窺える。また、各項目について、対応のある t 検定により、7 月時の平均値と 12 月時の平均値の比較を行った。その結果、12 月時は 7 月時よりも「期限に間に合うように提出できないのではないかと不安」、「卒業論文を書かなくても卒業できる学部の人がうらやましい」と認知していることが明らかになった。このことから、12 月時には期限に対する不安感、および卒業論文を書かない学生への羨望というネガティブな認知が増すことが示唆された。

Table 4 7 月時・12 月時の卒業論文作成状況に対する認知尺度各項目の平均値、 t 検定結果（7 月時と 12 月時の比較）、および抑うつとの相関（Pearson の r ）

項目	7 月				12 月				7 月・12 月の 平均値の 比較 t 値 ($df=30$)	抑うつとの相関	
	平均	SD	min	max	平均	SD	min	max		7 月	12 月
卒業論文を私の努力次第で完成させることができると思う	5.42	1.15	2	7	5.58	1.21	2	7	-0.63	-.326 ⁺	-.437 [*]
期限に間に合うように提出できないのではないかと不安である	3.48	1.39	1	7	4.29	1.66	1	7	-2.53 [*]	.570 ^{**}	.556 ^{**}
卒業論文の完成を妨げるような出来事は起こらないだろうと思う	4.13	1.36	2	7	4.06	1.37	2	7	0.24	-.122	-.328 ⁺
テーマの設定がこれでよかったのかどうか自信がない	4.13	1.54	1	7	4.13	1.63	2	7	0.00	.248	.355 ⁺
私の卒業論文作成の進行状況は順調だと思う	3.29	1.51	1	6	3.52	1.73	1	7	-0.77	-.271	-.677 ^{***}
卒業論文を書かなくても卒業できる学部の人がうらやましい	4.32	2.01	1	7	5.10	1.94	1	7	-2.50 [*]	.261	.410 [*]
卒業論文は私の糧になると思う	5.61	0.88	3	7	5.58	1.15	3	7	0.24	-.159	.029
他の人の卒業論文の進行状況が気になる	4.97	1.82	1	7	5.00	1.69	1	7	-0.16	.327 ⁺	.305 ⁺
私はよい卒業論文を書き上げられると思う	4.10	1.14	2	7	3.71	1.44	1	6	1.46	-.187	-.264
卒業論文を期限に間に合うように提出できると思う	5.23	1.09	3	7	5.23	1.20	3	7	0.00	-.494 ^{**}	-.640 ^{***}
卒業論文の作成がうまく進まない時があると落ち込んでしまう	4.83	1.49	1	7	5.26	1.13	3	7	-1.40	.431 [*]	.370 [*]
卒業論文を作成することは私を人間的に成長させる機会であると思う	5.37	0.77	4	7	5.10	1.08	2	7	1.39	.067	.319 ⁺

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

4. 卒業論文作成時の自己認知および卒業論文作成状況に対する認知と精神的健康との関連

抑うつ尺度については、20 項目の合計得点を抑うつ得点とした。被調査者全員の抑うつ得点の平均値は、7 月時は 42.87 点 (31 点～68 点, $SD=7.96$; $\alpha = .831$)、12 月時は 42.21 点 (29 点～56 点, $SD=7.23$; $\alpha = .799$) であった。7 月時と 12 月時の抑うつ得点の平均値を対応のある t 検定により比較したところ、有意な差は認められなかった ($t(30)=0.50$, n.s.)。

次に、自己認知尺度および卒業論文作成状況に対する認知尺度の各項目と、抑うつ得点との相関係数 (Pearson の r) を、7 月時、12 月時別にそれぞれ算出した (Table 3, Table 4)。

卒業論文作成時の自己認知と抑うつとの相関については、7 月時、12 月時両方において、「悩みがち」、「神経質」、「弱気」と正の相関が、「楽観的」、「意志の強い」、「自信をもっている」、「しんぼう強い」と負の相関がみられた。12 月時においてのみみられた相関は、「無責任」、「視野の狭い」、「あきらめの早い」、「あきっぽい」、「不器用」との正の相関、「前向き」、「有能」との負の相関であった。このことから、7 月、12 月とも、楽観性や意志の強さ、情緒安定性に関するポジティブな自己認知の高さと抑うつ低さとが関連しているといえる。12 月になると、抑うつ低さは、能力や粘り強さに関するポジティブな自己認知の高さとも関連すると考えられる。

卒業論文作成状況に対する認知と抑うつとの相関については、7 月時、12 月時両方において、「期限に間に合うように提出できないのではないかと不安」、「作成がうまく進まない時があると落ち込んでしまう」と正の相関が、「私の努力次第で完成させることができる」、「期限に間に合うように提出できると思う」と負の相関がみられた。12 月時においてのみみられた相関は、「卒業論文を書かなくても卒業できる学部の人がうらやましい」との正の相関、「進行状況は順調だと思う」との負の相関であった。このことから、7 月、12 月とも、完成度に対する意識というよりは、期限に間に合うだろうというポジティブな認知、および卒業論文の進捗状況に関するポジティブな認知と抑うつ低さが関連していると考えられる。

5. 卒業論文作成の楽しい面、苦しい面についての認知 —自由記述の分析から—

卒業論文作成の楽しい面、苦しい面についての自由記述について、KJ 法による分類を行った。具体的な分析の手順は以下である。まず、被調査者が挙げた回答内容をカードに転記した。複数の内容が含まれる回答は 1 つの内容に分解した。その後、「7 月時の楽しい面」「12 月時の楽しい面」「7 月時の苦しい面」「12 月時の苦しい面」別に、内容的に類似するもの同士でカードをまとめた。それらをさらに内容的類似性に基づいて小カテゴリーに、小カテゴリーを大カテゴリーにまとめた。最初に内容的に類似するもの同士に分類した際、各側面に共通するものもみられたことから、小カテゴリーおよび大カテゴリーにまとめる際には、両時点および両側面に共通する小カテゴリー、大カテゴリーを設定した。なお、カテゴリー名とその定義の説明をした上で、仮説を共有していない評定者 1 名にカードの分類を依頼した。評定一致率は 87.87 % であった。不一致の事例は討議により解決した。

まず、楽しい面についての結果を述べる。7 月時調査においては、無回答者が 1 名であった。

30名分の回答から45枚のカードが作成され、45枚全てを分析対象とした。1人あたりの回答数は1.45個であった。12月時調査においては、無回答者が3名、「楽しいと思えない」と記述した者が1名であった。27名分の回答から42枚のカードが作成された。うち1枚は意味が曖昧であったため無効とし、41枚のカードを分析対象とした。1人あたりの回答数は1.32個であった。

楽しい面の分類の結果をTable 5に示す。大カテゴリーとして「卒業論文作成自体に関わる要因」、「卒業論文の評価に関わる要因」、「その他」に分類された。「卒業論文作成自体に関わる要因」はさらに「研究の基礎づくり、テーマの設定」、「方法の立案」、「実験・調査、および実験・調査における対象との関わり」、「実験・調査結果の分析、および結果の意味づけ」、「研究をまとめ、執筆する」、「自主性に任される」、「新たな発見がある」、「その他」の8つの小カテゴリーに分類された。7月時は「研究の基礎づくり、テーマの設定」、「自主性に任される」、「新たな発見がある」の出現率が高いが、12月時はこれらの出現率が下がり、代わって「実験・調査結果の分析、および結果の意味づけ」の出現率が高くなっていた。また、何か新しいことを知るという内容に関して、7月時はソースが明記されていない回答が13%、文献から知るという回答が13%であるのに対し、12月時はこれらの出現率が低くなっていた。これらのことから、7月時は、興味のあるテーマについて自分自身で研究を進めていけることや、文献を調べる過程で新たな発見があることに楽しさを感じているのに対して、12月時は、自分自身で実際に進めた実験・調査結果の分析や意味づけを通して、新たな知見を得たり、自ら設定した問いに答えを見出したりすることに楽しさを感じていると考えられる。また、12月時は7月時に比較して、無回答の者および「楽しいと思えない」と回答した者の比率が増していた。

次に、苦しい面についての結果を述べる。7月時調査においては、被調査者全員（31名）の回答から48枚のカードが作成された。うち1枚は意味が曖昧であったため無効とし、47枚のカードを分析対象とした。1人あたりの回答数は1.52個であった。12月時調査においては、被調査者全員（31名）の回答から54枚のカードが作成された。うち1枚は意味が曖昧であったため無効とし、53枚のカードを分析対象とした。1人あたりの回答数は1.71個であった。

苦しい面の分類の結果をTable 6に示す。大カテゴリーとして、「楽しい面」と同様、「卒業論文作成自体に関わる要因」、「卒業論文の評価に関わる要因」、「その他」に分類された。「卒業論文作成自体に関わる要因」はさらに「作成段階初期の不安」（具体的な形が見える前の不安）、「研究の基礎づくり、テーマの設定」、「方法の立案」、「実験・調査を進めるうえでの負担・困難」、「実験・調査結果の分析、および結果の意味づけ」、「研究をまとめ、執筆する」、「自主性に任される」、「期限に関わること」、「作成過程における行き詰まり」、「その他、負担に感じること」の10個の小カテゴリーに分類された。全体の回答数およびカテゴリーの数から、苦しい面は楽しい面よりも多様であるといえる。7月時は「研究の基礎づくり、テーマの設定」の出現率が最も高く、次いで「作成段階初期の不安」、「作成過程における行き詰まり」の出現率が高かった。12月時は「実験・調査結果の分析、および結果の意味づけ」の出現率が最も高く、次いで「研究をまとめ、執筆する」、「作成過程における行き詰まり」、「評価に関わること」の出現率が高かった。これらのことから、7月時は、研究の基礎づくりに苦しさを感じ、同時に自分が卒業論文を完成させられるのかという不安が大きいことが窺える。それに対して12月時は、結果の分析や意味づけ、および、これまでの結果をまとめて論文として文章化するこ

とに苦しさを感じていると考えられる。また、「期限に関わること」については、12月時に於いて出現率が高く、尺度より得られた結果と一致していた。「評価に関わる要因」についても、12月時に於いて7月時よりやや高い出現率であった。「作成過程における行き詰まり」については両時点で比較的高い出現率であった。

楽しい面と苦しい面に共通するカテゴリーがみられたこと、および、楽しい面と苦しい面に同一の記述をした参加者があった（7月時2名、12月時2名）ことから、卒業論文作成における楽しさと苦しさは表裏一体のものであるといえる。7月時は楽しさも苦しさも漠然とした状態であり、興味のあるテーマを自分自身の力で進められることに楽しさと苦しさを感じ、具体的な形が見えない不安も大きいという状態であろう。それに対して12月時は、具体的な実験・調査の実施や、結果の意味づけに楽しさと苦しさを感じるとともに、期限や評価への精神的な重圧も増していることが窺える。

Table 5 卒業論文作成の楽しい面のカテゴリー分類と出現度数（出現率）

大カテゴリー 小カテゴリー	7月		12月		記述内容	7月		12月	
	度数	出現率 (%)	度数	出現率 (%)		度数	出現率 (%)	度数	出現率 (%)
Ⅰ. 卒業論文作成自体に関わる要因 (7月: 40 (87.0%), 12月: 38 (82.6%))									
1. 研究の基礎づくり, テーマの設定	12	26.1	4	8.7	(1) 資料(文献)を調べる・読む, 資料(文献)から新しいことを知る (2) 興味のあるテーマについて取り組める・考えられる・調べられる	6	13.0	2	4.4
2. 方法の立案	2	4.4			(1) 実験・調査計画を立てる	2	4.4		
3. 実験・調査, および実験・調査における対象との関わり	5	10.9	6	13.0	(1) 実験・調査(詳細な記述なし) (2) 実験個体(サル・動物)の行動を観察する (3) 調査を通じて人間の内面に近づける (4) 調査を通じて様々な人の話を聞くことができる (5) 実験・調査を通して人(参加者)と接しながら卒業論文を作成できる	1	2.2	2	4.4
						2	4.4	1	2.2
						1	2.2		
						1	2.2	2	4.4
						1	2.2	1	2.2
4. 実験・調査結果の分析, および結果の意味づけ	3	6.5	14	30.4	(1) データ分析 (2) データへの意味づけ・解釈を考える (3) データを通じて新しいことを知る (4) 個々のデータに共通性を見出す (5) 予想していた通りの結果が得られる (6) 意外な結果が得られる (7) 何らかの結果が得られる (8) 考察する	1	2.2	2	4.4
								3	6.5
								1	2.2
						1	2.2	1	2.2
								4	8.7
								2	4.4
						1	2.2		
								1	2.2
5. 研究をまとめ, 執筆する	1	2.2	3	6.5	(1) 論述する (2) 自分の取り組みが1つの形になる	1	2.2	1	2.2
						1	2.2	2	4.4
6. 自主性に任される	6	13.0	2	4.4	(1) 自分で考え, 進めていくことができる	6	13.0	2	4.4
7. 新たな発見がある	6	13.0	2	4.4	(1) 新たな発見がある(ソースは明記されず)	6	13.0	2	4.4
8. その他	5	10.9	7	15.2	(1) これまで学んだことを活かせる (2) 今まで経験したことのないことができる (3) 自分の考えを順を追って組み立てる (4) 1つのことを集中して考える機会が与えられている (5) 他者と議論する (6) 他者から助言をもらう (7) 作成過程全体が楽しい(特にどの過程と限定されない)	1	2.2	2	4.4
						2	4.4	2	4.4
								2	4.4
								1	2.2
						1	2.2	1	2.2
						1	2.2	1	2.2
Ⅱ. 卒業論文の評価に関わる要因 (7月: 4 (8.7%), 12月: 3 (6.5%))									
1. 評価に関わること	4	8.7	3	6.5	(1) 誰もしていない新しいことをする (2) 他者に良い評価をしてもらえる (3) 研究結果を公の場に発表できる	2	4.4	2	4.4
						1	2.2	1	2.2
						1	2.2		
Ⅲ. その他 (7月: 2 (4.4%), 12月: 5 (10.9%))									
1. 付随的な要因	1	2.2			(1) パソコン室で友達と一緒に過ごせる	1	2.2		
2. 無回答, 楽しいと思えない	1	2.2	4	8.7	(1) 無回答 (2) 良いものを書かねばならないというプレッシャーのため, 楽しいとは思えない	1	2.2	3	6.5
								1	2.2
3. 分類不能			1	2.2	(1) 意味の曖昧な回答			1	2.2
合計	46	100.0	46	100.0		46	100.0	46	100.0

Table 6 卒業論文作成の苦しい面のカテゴリー分類と出現度数（出現率）

大カテゴリー 小カテゴリー	7月		12月		記述内容	7月		12月	
	度数	出現率 (%)	度数	出現率 (%)		度数	出現率 (%)	度数	出現率 (%)
Ⅰ. 卒業論文作成自体に関わる要因(7月:40(83.3%), 12月:44(81.5%))									
1. 作成段階初期の不安	8	16.7	2	3.7	(1) 結果が出るかどうか、どのような結果になるかわからない (2) 実験がうまくいくかどうか不安 (3) 卒業論文として完成させられるかが不安 (4) 先が見えない (5) 一連の作成過程を最後までやり遂げられるかが不安 (6) 調査の方法や分析が大変そうである	2	4.2	2	3.7
2. 研究の基礎づくり、テーマの設定	10	20.8	4	7.4	(1) 先行研究の確認、先行研究と自分の研究との関係づけ (2) テーマ設定 (3) 自分の興味・考えが整理できない (4) 自分が何がしたいのかわからない	4	8.3	2	3.7
3. 方法の立案			2	3.7	(1) 実験・調査計画を立てる (2) 質問紙の作成			1	1.9
4. 実験・調査を進めるうえでの負担・困難	4	8.3	5	9.3	(1) 参加者を集める (2) プログラムを覚えねばならない (3) 毎日実験個体の世話をせねばならない (4) 調査を通じて人間の内面に近づける (5) テープ起こしの作業 (6) 図表作成 (7) 謝礼を自費で購入せねばならない (8) 実験のため毎日大学に来なければならない	1	2.1	2	3.7
5. 実験・調査結果の分析、および結果の意味づけ	2	4.2	8	14.8	(1) データ分析 (2) 結果が出ない (3) 何らかの結果を形として出さねばならない (4) 考察することの困難さ	1	2.1	1	1.9
6. 研究をまとめ、執筆する			6	11.1	(1) 文章化することの困難さ (2) まとめて1つの形にすること			5	9.3
7. 自主性に任される	5	10.4	4	7.4	(1) 自分で進めていかねばならない (2) 自分の未熟さを感じること (3) 自分自身と向き合うこと (4) 自分の知識不足 (5) 自分の能力の限界を感じる	2	4.2	1	1.9
8. 期限に関わること	1	2.1	5	9.3	(1) 期限がある、期限まで時間がない	1	2.1	5	9.3
9. 作成過程における行き詰まり	8	16.7	6	11.1	(1) 思うように進まない (2) 何をしてもいかわからない (3) 分からないことが多い	6	12.5	3	5.6
10. その他、負担に感じること	2	4.2	2	3.7	(1) しなければならないことが多い (2) 1つのことを集中して考えねばならない (3) したくないことをせねばならない (4) 初めてのことに取り組みねばならない	1	2.1	1	1.9
Ⅱ. 卒業論文の評価に関わる要因(7月:5(10.4%), 12月:7(13.0%))									
1. 評価に関わること	4	8.3	6	11.1	(1) 院試に関係する (2) どう評価されるかわからない、否定的評価を受けるかもしれない (3) 発表の場において皆の前にさらされる (4) 進学希望者と同レベルのものを求められる (5) 他人と比較して劣等感を感じる	3	6.3	1	1.9
2. 卒業論文の意味づけ	1	2.1	1	1.9	(1) 卒論が自分の将来につながらない (2) 自分の卒論と社会とのつながりが見出せない	1	2.1	1	1.9
Ⅲ. その他(7月:3(6.3%), 12月:3(5.6%))									
1. 卒論以外の活動との両立	2	4.2	2	3.7	(1) 卒論以外の活動との両立が難しい、他のことに時間が割けない	2	4.2	2	3.7
2. 分類不能	1	2.1	1	1.9	(1) 意味の曖昧な回答	1	2.1	1	1.9
合計	48	100.0	54	100.0		48	100.0	54	100.0

まとめと今後の課題

本研究は、大学生の卒業論文作成時の自己認知、および卒業論文作成状況に対する認知のあり方、および認知と抑うつとの関連を、夏休み前と提出期限1ヶ月前の時点を取り上げて探索的に検討した。その結果、自己認知については、情緒安定性や能力に関する側面においては自己を他者よりもネガティブに認知しているが、卒業論文に取り組む自己の姿勢に対してはポジティブに認知していること、および、楽観性や意志の強さ、粘り強さ、情緒安定性に関するポジティブな自己認知と抑うつの低さが関連していることが明らかになった。卒業論文作成状況に対する認知については、期限や進捗状況に対する意識が12月になると強まり、それらが抑うつとも関連していることが明らかになった。自由記述の分析からは、卒業論文作成に伴う楽しさ、苦しさとも、7月から12月にかけて、より具体的な作成過程や、実験・調査結果を意味づける過程に見出されるようになること、および、楽しさと苦しさは表裏一体のものであることが明らかになった。

大学生が卒業論文作成をどのように捉えているのかについての実証的検討は、これまでほとんどなされてこなかったが、本研究は、大学生自身の卒業論文作成に対する認知、および卒業論文作成時の自己認知を解明したという点で意義があると考えられる。また、自由記述からは、学生が卒業論文作成の各段階において楽しさを見出していることが確認された。それは苦しさとも表裏一体のものではあるものの、それぞれの段階で楽しみを見出せるよう、学生を指導することが重要であると考えられる。また、早い段階で期限を意識させることや、卒業論文に取り組む学生の姿勢や意志をサポートすることは、抑うつの低減という観点からも重要であろう。

本研究の限界として、多変量解析を用いて検討するには、全体の被調査者数が十分でなかった点が挙げられる。また、本研究の被調査者は、学力的に優れた学生の多い「高度に競争的(highly competitive)」な大学に属する、心理学を専攻とする学生のみであった。卒業論文の作成過程は大学により、また専攻により大きく異なることが考えられる。今後、より多数かつ多様な学生を対象とした検討が必要であると考えられる。さらに、本研究では卒業論文作成時の自己認知や状況認知が、どのように実際の行動に結びついているかについての検討が不十分であった。この点に関しては、実際の行動や、自己報告以外の指標を用いて検討することが必要であろう。

謝 辞

本論文作成にあたり、京都大学大学院教育学研究科 教授 子安増生先生に貴重な御指導、御助言を賜りました。心より御礼申し上げます。

注

両学部とも人数は年度によって多少異なる。文学部は4年生全員がメールを受信している。

文 献

福田一彦・小林重雄 (1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究 精神神経学雑誌, 75, 673-679.

橋本：大学生の卒業論文作成時の自己認知、および卒業論文作成状況に対する認知に関する実証的検討

- 橋本京子 (2003). ストレスフルイベントにおけるポジティブ幻想と精神的健康との関係 京都大学大学院教育学研究科紀要, 49, 327-337.
- 橋本京子 (2004). 卒業論文作成時におけるポジティブ幻想の現れ方と精神的健康の関係について 京都大学大学院教育学研究科紀要, 50, 265-276.
- 橋本京子 (2010). ストレスフルイベントにおけるポジティブな認知のあり方について ―ストレスフルイベントの深刻性および内容による差異の検討― 京都大学大学院教育学研究科紀要, 56, 425-437.
- 桑原知子 (1991). 人格の二面性について 風間書房.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer publishing Company. (本明寛・春木豊・織田正美 (監訳) (1991). ストレスの心理学－認知的評価と対処の研究－ 実務教育出版)
- 長島貞夫・藤原喜悦・原野広太郎・斎藤耕二・堀洋道 (1967). 自我と適応の関係についての研究 (2) - Self-Differential の作製 - 東京教育大学教育学部紀要, 13, 59-83.
- 坂野雄二 (1999). ストレスの基礎研究の現状－心理学・行動科学 河野友信・石川俊男 (編) ストレス研究の基礎と臨床 (現代のエスプリ別冊 現代のストレス・シリーズ I) 至文堂 pp.68-77.
- 白井利明・高橋一郎 (2008). よくわかる卒論の書き方 ミネルヴァ書房.
- Taylor, S. E., & Armor, D. A. (1996). Positive illusions and coping with adversity. *Journal of Personality*, 64, 873-898.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1994). Positive illusions and well-being revisited: Separating fact from fiction. *Psychological Bulletin*, 116, 21-27.
- Taylor, S. E., Lichtman, R. R., & Wood, J. V. (1984). Attributions, beliefs about control, and adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 489-502.
- 榎木伸明 (1995). 卒論を書こう－テーマ探しからスタイルまで 三修社.
- 外山美樹・桜井茂男 (2000). 自己認知と精神的健康の関係 教育心理学研究, 48, 454-461.
- 読売新聞 (東京本社) 朝刊 2010年3月19日 [大学の实力・500校分析] 卒業論文 (1) 授業とは異なる効果期待 21面.
- Zung, W. W. K. (1965). A Self-Rating Depression Scale. *Archives of General Psychiatry*, 12, 63-70.

(教育認知心理学講座 博士後期課程3回生)

(受稿2010年9月6日、改稿2010年11月26日、受理2010年12月9日)

Students' Self-Perception and Cognition about Circumstances in Writing a Graduation Thesis

HASHIMOTO Kyoko

This study investigates how students perceive self and the circumstances when writing a graduation thesis, and also the relationship between positive cognitions and mental health. Thirty-one university students who were writing graduation theses were administered a questionnaire six months before the deadline and again one month before it. Students perceived themselves more emotionally unbalanced and more incapable, but more positive about their attitudes concerning their graduation theses than their classmates did. To perceive themselves more optimistic, strong-willed, and emotionally balanced was negatively correlated with feelings of depression in writing a graduation thesis. With regard to cognition about circumstances, they were more aware of the deadline and the progress of the graduation thesis one month before the deadline, and such awareness correlated with feelings of depression. From the analysis of their free descriptions, both enjoyment and suffering in writing a graduation thesis were abstract six months before the deadline, and they got both enjoyment and suffering in the concrete process of writing a graduation thesis and giving meaning to the results of their research one month before the deadline. The enjoyment and suffering in writing a graduation thesis were inextricably linked with each other.