東京学芸大学教育実践研究支援センター紀要　第14集　pp. 57-61, 2018

中学生，高校生の学校生活における時間管理の実態と学力の影響について

―― 生徒指導教諭の視点から窺える現状 ――

山中　小枝子*・橋本　創一**・三浦　巧也***・日下　虎太朗*・工藤　浩二****

（2017年11月21日受理）

YAMANAKA, S., HASHIMOTO, S., MIURA, T., KUSAKA, K. and KUDO, K.; The Relationship between the Current State of Time Management and Academic Ability in Middle and High-School Students: A questionnaire survey among student guidance teachers.
ISSN 1349-9580

In recent years, the importance of time management ability during adolescence has been highlighted, but the actual condition of time management among students in junior high school and high school has not been clarified. In this study, we conducted a questionnaire survey among student guidance teachers with the aim of clarifying the relationship between the current state of time management and academic ability in middle and high school students. It was found that many students did not possess time management ability, and the causes and countermeasures for this were discussed. A high level of time management ability was related to A higher level of time management ability was related to higher academic success, but this ability did not have an effect by improving academic ability alone.In the future, being able to easily measure the level of these abilities will be necessary, as well as establishing support for students to improve these abilities themselves.

KEY WORDS : Time Management, Academic Ability, Middle and High-School Students

* *Graduate School of Education, Tokyo Gakugei University*
** *Center for the Research and Support of Educational Practice, Tokyo Gakugei University*
*** *Tokyo University of Agriculture and Technology*
**** *Educational psychology course*

1．問題の所在と目的

「時間管理」は青年期の社会生活において必要とされる能力の一つである。河合塾（2010）の調査によると，大学の初年次教育の８つの目的の一つに「学生生活や学習習慣などの自己管理・時間管理能力をつくる」ことが掲げられている。また，経済産業省（2008）は社会人が仕事をしていくために必要な基礎的な力として「計画力」を上げている。「時間管理」が社会生活に適応していく上で重要な力とされる一方で，中学校生活においても「時間管理」の重要性は注目されている。飯田ら（2002）が作成した「学校生活スキル尺度（中学生版）」においては，自己学習スキル領域における「試験前など，自分が実行できるような具体的な目標や計画を立てることができる」，進路決定スキル領域における「何が自分にとって大事なのか優先順位をつけることができる」などのよ

* 東京学芸大学大学院教育学研究科
** 教育臨床研究部門
*** 東京農工大学
**** 教育心理学講座

うに，複数の項目で「時間管理」の必要性が見止められた。

青年期の「時間管理」力習得は青少年の発達を支援するうえで重要な領域と考えられる。しかし，現状中学・高校生がどの程度の「時間管理」力をもち，その高低にどのような要因が絡んでいるか，どのような原因が考えられるか，どのような支援が行われているかと言ったことは明らかにされていない。支援の方針の確立のためにも，中学生，高校生の「時間管理」の実態を調査することが急がれる。そこで本研究では，教諭へのアンケート調査によって中学・高校生の「時間管理」のより詳細な実態を把握することにより，青年期の「時間管理」習得の支援の一助とし，その現状への影響として，学力との関係を検討する。これは，中学生，高校生の進路の目標である大学生の定期試験の学力の低下に対して，計画・修正といったコントロール能力の低下が正の相関を示している（片岡ら（2012））ことから，中学・高校生においても学力との関連が予想されるためである。

2．方法

2．1　調査対象と方法

標本抽出方法として，本研究では二段抽出法を採用した。一都三県（東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県）の公私立中学・高等学校について，第一抽出として，共学校・男子校・女子校の3つの学校種に分けて，それぞれナンバリングを施した。その後，乱数表を用いて単純無作為抽出を行い，1500校を抽出した。次に，第二段抽出として，抽出された学校の各偏差値の有無及び偏差値域（40以下・41-50以下・51-60以下・61以上）に分けて，それぞれナンバリングを施した。その後，乱数表を用いて単純無作為抽出を行った。上記二段抽出法により，標本学校数を500校とした。選出された学校当てに2017年の7月から8月にかけて，調査用紙を郵送し，240校からの回答を得た（回収率48%）。調査対象の選定については，文科省によると進路指導は，「生徒の一人ひとりが，自分の将来の生き方への関心を深め，自分の能力・適性等の発見と開発に努め，進路の世界への知見を広くかつ深いものとし，やがて自分の将来への展望を持ち，進路の選択・計画をし，卒業後の生活によりよく適応し，社会的・職業的自己実現を達成していくことに必要な，生徒の自己指導能力の伸長を目指す，教師の計画的，組織的，継続的な指導・援助の過程」と定義されており，中学・高校生の「時間管理」力を図るうえで生徒指導教員はより詳しい現状を把握していると考えられるためである。

2．2　質問紙の内容

（1）フェイスシート：学校の所在地（上記4都県），学校種（中学校，高校，中等教育学校，その他自由記述），設置種（公立校，私立校），学校の形態（男子校，女子校，共学校，その他自由記述），生徒在籍数，教員数，受験情報誌等記載の偏差値帯（30～35，36～40，41～45，46～50，51～55，56～60，61～65，65～70，71～，不明），専門職の配置の有無（カウンセラー，精神科医，看護師，その他自由記述），記入者の性別，記入者の勤続年数，記入者の現認校の在籍年数を尋ねた。

（2）現在担当している生徒の中で，1クラス分の人数のうち，どの程度の生徒が高校生に必要とされる「計画性」を構成する能力8項目，「空き時間などを把握し，上手に活用する力」「優先順位を適切につける力」「自分の力に見合った目標を立てる力」「自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力」「計画通りに実践する力」「予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力」「振り返りをして的確に評価する力」「継続する力」を身につけていないと想定されるか，「1．ほとんどの生徒が身につけている」「2．数人は身につけていない」「3．10人程度は身につけていない」「4．過半数の生徒が身につけていない」の4件法で最も近いものを選択する。これらの項目は，自己管理力の育成を目的として作成された，「NOLTYスコラプログラム」において，中学・高校生が身につけるべきとされる「自己管理」力の項目を文章化したものである。

（3）（2）の他に必要と考えられる時間管理力（自由記述）

（4）「時間管理」力が身につかない原因と思われること（自由記述）

（5）「時間管理」を身につけるための取り組みとその実践の有無（自由記述）

2．3　倫理的配慮

調査対象者に研究の目的，参加の自由，プライバシー保護のための手立て（統計的に処理等），発表の場所，承諾の自由，調査用紙回収時に個人を特定できないような配慮をするなどを書面で説明し回答を以て同意を得た。

3．結果

3．1　「時間管理」を構成する能力について

「時間管理」を構成する各項目に関して，それぞれの項目への有効回答数は，「空き時間などを把握し，上手に活用する力（N=236）」，「優先順位を適切につけ

表1　各項目におけるそれぞれの選択肢の回答数

	空き時間などを把握し，上手に活用する力	優先順位を適切につける力	自分の力に見合った目標を立てる力	自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力	計画通りに実践する力	予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力	振り返りをして的確に評価する力	継続する力
ほとんどの生徒が身につけている	32	23	22	16	17	12	11	20
数人は身につけていない	62	66	68	56	56	42	48	65
10人程度は身につけていない	59	71	70	88	84	74	69	77
過半数の生徒が身につけていない	83	74	74	75	79	106	105	72
回答数	236	234	234	235	236	234	233	234
平均	2.82	2.88	2.84	2.94	2.95	3.17	3.28	2.86
SD	1.06	1.19	0.98	0.91	0.93	0.90	2.21	0.95

る力（N=234)」,「自分の力に見合った目標を立てる力（N=234)」,「自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力（N=235)」,「計画通りに実践する力（N=236)」,「予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力（N=234)」,「振り返りをして的確に評価する力（N=235)」,「継続する力（N=234)」であった。各項目において，どの選択肢が最も多かったかを集計した結果,「空き時間などを把握し，上手に活用する力」「優先順位を適切につける力」「自分の力に見合った目標を立てる力」「自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力」「予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力」「振り返りをして的確に評価する力」において「過半数の生徒が身につけていない」とする評価が最も高く,「計画通りに実践する力」「継続する力」においては「10人程度は身につけていない」とする評価が最も多かった。しかし，すべての項目に追いて,「10人程度は身につけていない」「過半数の生徒が身につけていない」と評価した回答の合計が，総回答数の6割を超えていた（表1)。また，上記の他に必要だと思われる「時間管理」の能力に関して，81校の回答を得られた。記載された自由記述からKJ法を用いて分類したところ,「情報収集をする力（N=4)」「自己管理ができる力（N=18)」「話を聞く力（N=4)」「整理整頓する力（N=3)」「記憶力（N=1)」「時間を守る力（N=2)」「他者と協力する力（N=9)」「書き残す力（N=8)」などが挙げられた。

3．2　「時間管理」が身につかない原因と対策

「時間管理が身につかない原因」として202校の回答を得られた。記載された自由記述からKJ法を用いて分類したところ,「生活環境の問題（N=78)」「保護者の問題（N=24)」「個人の特性（N=34)」「生徒の力不足（N=53)」「自己管理の甘さ（N=24)」「障害が疑われる（N=51)」「友人関係（N=8)」「スマホなどの通信機器の利便性（N=20)」「意識の低さ（N=29)」「時間のなさ（N=11)」「経験不足（N=49)」「自己理解不足（N=10)」「主体性不足（N=37)」などが挙げられた。その対策としては，190校の回答が得られ,「組織的な取り組み（N=19)」「個別の対応（N=40)」「授業等の集団対応（N=20)」「保護者対応（N=16)」「指導や訓練（N=64)」「自信をつけさせる（N=7)」「教員の声かけ（N=23)」「道具の使用（N=33)」「娯楽の制限（N=4)」「計画表の作成（N=39)」「自己理解（N=20)」「自主性を育てる（N=19)」が挙げられ，実施の有無に関しては回答を得られた190校の内，99校で実際に取り組んでいるとのことであった。その一方で,「中学校までに身につけるべき」「高校の指導の範囲をこえている」といった指導の必要性を再考する回答や,「どうすればよいかわからない」といった回答も得られた。

3．3　各偏差値帯の「時間管理」を構成する能力について

フェイスシートへの回答で得られた受験情報誌等記載の偏差値帯「30～35（N=4)」「36～40（N=22)」「41～45（N=41)」「46～50（N=28)」「51～55（N=34)」「56～60（N=23)」「61～65（N=20)」「65～70（N=14)」「71～（N=9)」「不明（N=13)」を独立変数とし，質問紙の（2）への回答を従属変数として一要因分散分析を行った。その結果,「空き時間などを把握し，上手に活用する力（F（9,196）=2.994, p<.01)」「優先順位を適切

につける力（F（9,195）=3.707, p<.001）」「自分の力に見合った目標を立てる力（F（9,194）=3.587, p<.001）」「自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力（F（9,195）=4.290, p<.001）」「計画通りに実践する力（F（9,196）=2.976, p<.01）」「予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力（F（9,194）=2.750, p<.01）」「継続する力（F（9,194）=3.427, p<.01）」の7項目において，各群の平均に有意な主効果が見られた。これらの平均は，値が高いほど「時間管理を構成する能力を身につけていない生徒が多い」とされる。「空き時間などを把握し，上手に活用する力」においては偏差値帯「30～35」「36～40」「41～45」「61～65」の学校が偏差値帯「71～」の学校に比べて優位に平均が高かった。「優先順位を適切につける力」においては，「36～40」「41～45」「46～50」「51～55」の学校が偏差値帯「65～70」「71～」の学校に比べて優位に平均が高かった。「自分の力に見合った目標を立てる力」においては偏差値帯「30～35」「36～40」「41～45」「46～50」の学校が偏差値帯「65～70」「71～」の学校に比べて優位に平均が高かった。「自身の性格（やる気が出ないなど）を踏まえて計画する力」においては，「30～35」「36～40」「41～45」の学校が偏差値帯「56～60」「65～70」「71～」の学校に比べて優位に平均が高かった。「計画通りに実践する力」においては，「36～40」の学校が偏差値帯「65～70」「71～」の学校に比べて優位に平均が高かった。「予定外の問題が起こった時に現状を立て直す力」においては偏差値帯「41～45」の学校が偏差値帯「65～70」の学校に比べて優位に平均が高かった。「振り返りをして的確に評価する力」においては，偏差値帯「51～55」の学校が最も平均が高く，偏差値帯「71～」の学校が最も平均が低かったが，有意な差は見られなかった。「継続する力」においては，「36～40」「41～45」「51～55」の学校が偏差値帯「65～70」の学校に比べて優位に平均が高かった。

また，上記の他に必要だと思われる「時間管理」の能力に関して，各偏差値帯と「情報収集をする力」「自己管理ができる力」「話を聞く力」「整理整頓する力」「記憶力」「時間を守る力」「他者と協力する力」「書き残す力」のそれぞれの回答数からχ二乗検定を行った。その結果，有意な差が見られた組み合わせはなかった。

3．4　学校の偏差値別にみた「時間管理」が身につかない原因と対策

各偏差値帯と，時間管理が身につかない原因として挙げられた「生活環境の問題」「保護者の問題」「個人の特性」「生徒の力不足」「自己管理の甘さ」「障害が疑われる」「友人関係」「スマホなどの通信機器の利便性」「意識の低さ」「時間のなさ」「経験不足」「自己理解不足」「主体性不足」のそれぞれの回答数から，χ2乗検定を行った。その結果，偏差値帯「71～」の学校において，「スマホなどの通信機器の利便性」が原因であると答える群が有意に多かった（$\chi 2 = 17.187$, df = 9, p=.046<.05）。

また，各偏差値帯と，時間管理が身につかない原因への対策として挙げられた「組織的な取り組み」「個別の対応」「授業等の集団対応」「保護者対応」「指導や訓練」「自信をつけさせる」「教員の声かけ」「道具の使用」「娯楽の制限」「計画表の作成」「自己理解」「自主性を育てる」のそれぞれの回答数からχ2乗検定を行った。その結果，有意な差が見られた組み合わせはなかった。回答を得られた学校のうち，各偏差値帯と実施の有無からχ2乗検定を行った。その結果，有意な差は見られなかった。

4．考察

4．1　中学生，高校生の「時間管理」の現状について

実態として，中学生，高校生のほとんどが「時間管理」の能力を「身につけていない」と捉えられていることが明らかになった。子安ら（2016）の行った全国の公立校に勤める教員の意識調査においても，中学校で80.2%，高校で67.3%の教員が「指導の必要な生徒が増えた」ことを悩みとしており，生徒の「時間管理」力の不足もその一端と言える。その一方で，原因とされるものは多岐にわたり，対策からも「個別の対応」「指導や訓練」といった汎化の難しさが窺えるということが示されている。対策の実施校が少ないという結果からも，「何が不足しているか」が見えている状況でどのような支援を行えばよいか不明瞭であることが現状の課題と言えるだろう。

4.2「時間管理」と学力の関連について

各学校の偏差値帯と「時間管理」力を習得している人数を比較した時，全体的に偏差値の高い学校において，「時間管理」力を身につけている生徒が多いと言う結果に至った。この結果は，片岡ら（2012）の示した大学生の成績との関連とも一致している。これらのことから，青年期における学力は「時間管理」を身につける上で大きな要因と言える。しかし，「空き時間などを把握し，上手に活用する力」「振り返りをして的確に評価する力」などにおいては，中～高偏差値の学校であっても身についていないとする生徒が多かった。これらの能力は，他の能力と比較した時，「現状を踏まえて未来を予想する」と言う側面が強く出ている能力と言えるだろう。これらの

能力は，青年期の「時間管理」を支援するうえで，重点的に向上させる必要がある。

5．今後の課題

今回の調査を通して，中学生，高校生の「時間管理」力向上の課題として「支援の方法が個別対応化しており，全体的な向上へとつなげることが難しい」という現状が見えてきた。必要とされるのは，「時間管理」という能力を細分化したうえで，各生徒の能力の凸凹を教員が負担なく把握することができるアセスメントと，それぞれの能力を生徒自身が個別に向上させることができる支援の確立であり，今後の研究を通して明らかにしていくべき課題である。

引用文献

1）河合塾：大学の初年次教育調査，Kawaijuku Guideline, 9，2010.

2）経済産業省：今日から始める社会人基礎力の育成と評価 産業競争力強化人材育成事業「社会人基礎力育成・評価手法の開発等，2007.

3）飯田順子，石隈利紀：中学生の学校生活スキルに関する研究 学校生活スキル尺度）中学生版）の開発，教育心理学研究，50，225-236，2002.

4）片岡紳一郎，中野禎，森耕平，阿曽絵巳，中俣恵美，西井正樹：学習活動におけるメタ認知能力に対する教育の必要性，第1報，192，2012.

5）文部科学省：進路指導の手引―中学校学級担任編）三訂版），1994.

6）子安潤，片山悠樹，武寛子，相原総一郎，石澤伸弘，金子真理子，高橋一郎：教員の仕事と意識に関する調査，国立大学法人愛知教育大学，2016.