Bulletin of the Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University (Psychology and Human Development Sciences) 2000, Vol. 48, 65 − 72.

自己調整（self-regulation）研究に関する考察（1）

崎　浜　秀　行[1)]

1　問題と目的

わたしたちが何かの活動を行う時，必ず何らかの方略，ルールを自分の内部に持ってから行動を開始することが多い。たとえば，短距離走の場合，ただ走るだけではなく，スタート時の姿勢をどうするか，どうすれば早く走れるか（腕をふる，など），などを考えることがある。また，道徳性に関しての場合，生まれてからの様々な体験の中で自身の行為に対しての善悪のフィードバック，あるいは観察学習を行い，道徳性に関する自身の考え方（道徳観）を獲得し，その人の行動を規定するようになる（Damon, 1999)。さらに，学習場面においても同様の活動が見られる。例えば，文章を書く場合であれば，読み手が誰であるか，どんなことを書くのか，どのように書くのか，などについて，自分の中で何らかの目標，あるいは基準を設定している（Burtis, Bereiter, Scardamalia, & Tetroe, 1983)。

このように，日常生活においては，何らかの形で自分自身の行動を調整し，活動を円滑に行うことがある。これらは「自己調整」と呼ばれており，心理学研究の中でも重要なテーマの1つとなっている。

近年，情報化社会の中で，個人の主体性を問う動きが見られる。特に，日本の社会においては，自分の側から何かを「発信」するという機会にはあまり恵まれなかった。そのため，最近では，自己を「表現」する能力の育成が重要視されている。学校教育を中心として，コミュニケーションツールとして言葉を活用する動きが出てきた（有本，1997)。

しかしながら，表現能力育成が重視される一方で，最近では，学校において子どもが突然「キレる」など，新たな問題点も生じている（尾木，2000)。こうした問題については様々な対処法が考えられるが，その一つに，自己調整を用いる方法が考えられる。

自己調整については様々な分野での研究がなされているが，今回は，幼児期から青年を対象とした研究をとりあげ，これまで明らかになってきたこと，および，今後の課題等について検討を加える。

2　「自己調整」とは？

心理学辞典（1999）によると，自己調整とは「人が自分自身の行動をモニターし，その内容と自己の持つ何らかの基準とを比較して行動を評価し，その結果に応じて行動を統制すること」を指す。したがって，外的な要因による影響を受けず，自己の持つ内的な基準が行動の生起を決定，あるいは行動に大きな影響を及ぼすことになる。このうち，内的基準が行動の生起を決定する，という考え方については，特に動機づけの研究において重要視されてきている。

一方，Thorensen & Mahoney (1974)，伊藤・丸山・山崎（1999）は，自己制御（自己調整）を「自己の要求や意志に基づいて自発的に行動を調整する能力」と定義しており，柏木（1995）が指摘するように，下位側面として，「自己主張的側面」と「自己抑制的側面」の2側面が存在することを指摘した。

なお，日本では，塩見・矢田・中田（1997)，塩見・芦屋・中田（1999）が「自己調整」，伊藤ら（1999）が「自己制御」を訳語として用いている。しかし，自己の行動を評価，かつ，評価に応じて行動を調整しているという本来の意味を考慮し，以下では「自己調整」という語を用いる。そして，必要に応じて「自己調整学習」，「自己調整活動」などの語を用いる。

3　自己調整に関する研究

幼児期から青年期の被験者を対象にした自己調整研究では，主に，向社会的行動との関連を見た研究，あるいは，学習場面での自己効力感との関連を検討した研究などが見られる。そこで，以下では，1）思春期以前の子どもを対象とした研究，2）教授―学習過程に関連した研究，に分け，これまでに明らかにされてきたことをまとめる。

1）名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士課程（後期課程）

1　思春期以前の子どもを対象とした自己調整研究

幼児～思春期の子供を対象とした研究では，主に向社会的行動との関連を取り上げたものが見られる。たとえば，Nakata & Shiomi (1997) は，幼稚園児の自己調整行動を規定する下位概念について探索的な検討を加えた。その結果，「自己主張性（self-assertion)」，「しつけ（discipline)」，「愛他的自己調整（altruistic regulation)」，「がまん強さ（patience)」，「外的自己調整（external regulation)」の5つの下位概念を見出した。一方，小学生を対象にした研究（Nakata & Shiomi, 1998）では，「寛容さ（permissiveness)」，「自己開示（self-disclosure)」，「意志決定（decision-making)」，「独自性（uniqueness)」の4つの下位概念を見出した。

これらの結果を基に，Nakata, Shiomi, & Joireman (1999) は，小学生を対象として，自己調整と自己効力感との関連について検討を加えた。その結果，自己効力感には1）自己認知効力感，2）潜在能力への気づき，の2側面が存在することが明らかになった。また，1）自己認知効力感では，自己調整のうちの「意志決定」，「自己開示」，「寛容さ」との間に，2）潜在能力への気づきでは，「意志決定」，「寛容性」との間に有意な正の相関が得られた。さらに，Shiomi, Nakata, & Joireman (1999) は，自己調整，自己効力感に加え，人格特性の間の関連について検討を加えた。その結果，自己調整の各下位概念と，人格特性の中の「執着性（immodithymic)」，「同調性（syntonic)」との間には有意な正の相関が，「分裂性（schizothymic)」，「不安性（nervous)」，「不確実性（uncertain)」との間には有意な負の相関が得られた。これらの結果から，自己調整の評定得点が高いと積極性を持った人格特性を保有していること，および，自己効力感が高まることが明らかになった。

伊藤ら（1999）は，幼児の自己調整を自己主張的側面，および自己抑制的側面の2側面から捉え，向社会的行動との関連を検討した。その結果，自己主張，自己抑制ともに度合いの高かった幼児は，他者の意見を聞いた上で行動を行うことが明らかとなった。すなわち，両側面について何らかの内的基準を持ち，行使する度合いが高い幼児は，向社会的行動を起こしやすいことが示唆された。

しかしながら，明確に何らかの内的基準を持つと考えられる年齢以前でも，愛他的行動，あるいは道徳的行動が生起することが明らかにされた。たとえば，Damon (1999) は先行研究について検討を加え，生後1週間程度の赤ちゃんでも，他者が存在するにより共感的な感情を生起させることを明らかにした。また，Ainsworth & Bowlby (1991) による，ウガンダと米国の子供を対象とした共感性に関する研究をはじめとして，こうした傾向は文化に関係なく生起することが明らかにされた。

以上の研究から，どの子供たちについても，幼いうちから身近にいる人を気遣おうとすること。Damon (1999) は，子供が成長するにつれ，心の中に描く理想像がその子の行為に影響を与えることを示唆した。このことから，子供が信念という形で何らかの内的な行動基準を持っていることが考えられる。ただし，Damon (1999) では，次の点についても指摘がなされた。もし子供の中に，「人間は正直であるべきだ」という考え方があったとしても，「私は正直になりたい」というように，信念が自我の主要な点として受け入れられることがなければ，その子は嘘をつく，というのである。すなわち，信念が何らかの形で自我として受け入れられ，行動の基準になることが大切であるとの指摘がなされた。

では，子供たちが上記のように自己調整のスキルを獲得するためにはどのような家庭環境が必要であろうか。その点について検討を加えた研究が見られる。Brody, Stoneman, Flor, McCrary, Hastings, L. Conyers (1994)，Brody, Flor, Hollett Wright, & McCoy (1998)，Steinberg, Elmen, & Mounts (1989) は，親子関係が肯定的なものである場合，子供の自己調整力が促進されることを明らかにした。逆に，親が非支援的である場合，子供の自己調整力が劣ってしまうことも明らかになった（Brody et al, 1994; Fabes & Eisenberg, 1992)。また，支援的な親に育てられた子供の場合，抑うつ傾向が少ない，思春期に入ってあまりアルコール摂取をしない，という一方，親が非支援的である場合，思春期に入って，抑うつ傾向，アルコール摂取に割合が高くなる傾向が見られた（Andrews, Hops, & Duncan, 1997; Armsden, McCauley & Greenberg, 1990; Bailey & Hubbard, 1990; Brody, Flor, HollettWright, McCoy, & Donovam, 1999; Donovan, Jessor, & Jessor, 1983; Hops, Duncan, Duncan, & Stoolmiller, 1996; Jessor & Jessor, 1997; Kandel & Davies, 1982; Kaplan, Martin, & Robbins, 1984; Peterson & Zill, 1986; Robertson & Simons, 1989)。

Brody & Ge (2001) は，親の養育態度と思春期の子供の自己調整，心理的な機能（自尊心，憎悪など），およびアルコール摂取との関連について，2年間にわたる縦断研究を行った。その結果，①親の養育態度と子供の自己調整については2年間で一定であったこと，②子供の自己調整の度合いは，親の非支援的な養育態度と関連

している，などが明らかになり，非支援的な親に育てられた子どもの場合，思春期以降，アルコール摂取に走る傾向があることが示された。

2　教授―学習場面を対象とした研究

教授―学習研究では，学習者の動機づけ，自己効力感，学習不安と学業成績との関連を検討した研究が行われてきた。例えば，Bandura & Schunk (1981)，Shunk (1981, 1982, 1984) は，小学生の算数に関する研究を行い，自己効力感が学業成績を規定する変数となることを明らかにした。同様に，Pajares & Miller (1994)，Pajares & Miller (1995)，Pajares (1997) でも，自己効力感が学業成績を規定する変数であることが示唆された。

一方，学業成績を規定する変数として他に扱われるものとして，自己調整学習 (Pintrich & DeGroot, 1990; Zimmerman & Martinez-Pons, 1988, 1990) が挙げられる。たとえば，McDonough (2000) は，外国語学習に関する研究について検討を加え，学習者は自己の持つレベルに関わらず，何らかの形で内的な自己調整を行っていることを見出した。

では，学習者は，具体的にどのような自己調整活動を行っているのであろうか。Zimmerman & Martinez-Pons (1988) は，高校1年生の被験者に対し，教室場面や宿題に取り組む場面で学習を行う際，どのような自己調整学習方略を用いるかについて，面接調査を通して検討を加えた。その結果，①自己評価，②組織化・変換，③目標設定・プランニング，④情報検索，⑤結果の記録あるいはモニタリング，⑥環境設定，⑦自分への賞罰，⑧リハーサル，記憶，⑨～⑪援助要求（⑨先生に対するもの，⑩大人に対するもの，⑪友達などに対するもの），⑫～⑭復習（⑫テスト，⑬メモ，⑭テキスト），の14種類の活動が存在することを見出した。また，14のうち13の活動において，高成績の生徒の方が自己調整方略を使う数が多かった。また，研究の結果から，Zimmerman & Martinez-Pons (1988) は，学力を規定する変数として自己調整が最良であることを明らかにした。

Zimmerman & Martinez-Pons (1990) は，学習者の自己調整方略と，性別，学年，学習への効力感との関連について検討を加えた。その際，学習者は14の自己調整方略 (Zimmerman & Martinez-Pons, 1988) についての質問を受け，各々について自分がどの程度使っているかについて面接による回答を行った。調査の結果，言語能力，数理への自己効力感が高い被験者ほど，「組織化 (organizing)・変換 (transforming)」という方略を使うことが明らかになった。また，こうした方略は，5年生よりも8年生において顕著になる傾向が見られた。その他，女子の方が男子よりも「目標設定 (goal-setting)・プランニング (planning)」をよく行うことや，「モニタリング (monitoring)」については，女子の方がよく行い，学年で言えば，5年生よりも8年生や11年生の方が度合いは大きくなることが明らかになった。

一方，自己調整の果たす役割については，熟達化，あるいは文章産出など，特定の領域に関しても検討がなされている (Berninger, Fuller, & Whitaker, 1996; Graham & Harris, 1997, 2000; Kellogg, 1987; Larkin, McDermott, Simon, & Simon, 1980; McCutchen, 1995; Scardamalia & Bereiter, 1986; Zimmerman & Risemberg, 1997a, 1997b)。Humes (1983) は，熟達した書き手と初心者とを比較し，前者の方が，自己調整の下位プロセスである「プランニング」に時間をかけていることを明らかにした。また，このような傾向はプランニングに限らず，他のプロセスでも起こり得ることが明らかになった。たとえば，Bereiter, Scardamalia, & Tetroe (1984) は，初心者と熟達者とを比較し，文章産出プロセスにおける違いを検討した。その結果，熟達者の場合，書く内容を決めて実際に文章化した後，それが自分の書こうとした内容であったかどうかを検討することが可能であるのに対し，初心者の場合，書いたものを吟味することが不可能であることを明らかにした。また，Fitzgerald (1987) においても，熟達者の方が非熟達者に比べ，内容に関連した書きなおしを行うことが明らかになった。したがって，熟達者の方が非熟達者よりも自己調整方略についての知識を持っていることが考えられる (Englert, Raphael, Fear, & Anderson, 1988)。

これらの結果を踏まえつつ，Graham & Harris (1997), Zimmerman & Risemberg (1997a) は，書き手の持っている自己調整方略が産出文章に影響を及ぼすこと，あるいは，書き手の熟達度合いを規定することを示唆した。彼らの示唆は，その後行われた研究 (Ferrari, Bouffard & Rainville, 1998) でも裏づけられた。Ferrariら (1998) は大学生を対象として，カナダの2つの都市を比較する文章を作成させた。その結果，熟達した書き手の方が自己調整の度合いが高かったことを明らかにした。また，Zimmerman & Kitsantas (1999) は中学生・高校生を対象とした実験を行い，書き手の目標を産出プロセスそのものからゴールへと向けさせることにより，産出文章の質に向上が見られることを明らかにした。

熟達者の方が細かい下位プロセスよりも目標に焦点を

当てていることは，Larkin, McDermott, Simon, & Simon (1980) でも明らかにされた。Larkinら（1980）は物理学の学習について検討を加え，熟達者の方が非熟達者よりも，最終的に求めるべきことがらを考え，それに基づいて問題を解決する傾向があることを明らかにした。

では，どのような環境設定を行うと学習者の自己調整方略が有効に機能するといえるのだろうか。Orange (1999) は，大学生を対象として，仲間からの同一視により，自己調整の態度，行動が促進されるかどうかを検討した。被験者には，かつて問題を抱えていたが，自己調整方略を身につけることで問題が解決したという大学生が自己調整方略を教える，という内容のビデオが呈示された。その結果，実験群において，自己調整的な行動・態度に関する評定値が上昇した。

Miller (2000) は，大学志望の高校生を対象として，彼らが自己調整方略を用いた学習を行う際，自分の中にある基準を用いるのか，それとも他者との比較を行うのかを検討した。その結果，他者との比較を通じ，自分が自己調整方略を用いることが明らかになった。Orange (1999), Miller (2000) の結果は，他者の存在が自己調整学習を促進することを示唆したものである。

では，こうした学習者の自己調整を行使できる能力を育成するためにはどのような教育環境が必要になるのであろうか。Ley & Young (2001) は，自己調整に関する教授原理についての検討を行っている。これまでに行われた学習活動に関する自己調整研究の知見を基に，学校場面において生徒の自己調整を援助していくには，以下の4点が必要であることを示唆した。それぞれ，①学習が容易になるような環境作りを行うこと，②認知的，あるいはメタ認知的なプロセスを促進させるための教授あるいは活動の機会を設けること，③生徒たちにモニタリングの機会を与える意味で，教授の目標およびフィードバックを与えること，④生徒に，評価を与えたり，自分で評価する時間を与えること，である。

4　自己調整研究が抱える課題

多くの先行研究において，自己調整の有効性が示唆，あるいは明らかにされてきた。定義によれば，自己調整とは，目標に向けて自分自身の行動をモニターし，その結果によって行動をコントロールすることを指している。こうした行動は日常生活の多くの場面で起こり得る。そこで，どのような方略をとれば自己調整が可能となるかを考えてみる。学習場面を例とすれば，Zimmerman & Martinez-Pons (1986, 1990) らが提唱した14の下位プロセスを実行することが挙げられる。しかし，たとえば「プランニング」1つを取り上げても，いくつかの下位プロセスの存在が考えられる。Hayes & Nash (1996) は文章産出場面に着目し，プランニングには少なくとも，①内容に関するプランニング（何を書くかについて決める過程），②内容以外に関するプランニング（書きたい内容をどんな順番にするか，など）の2つの下位プロセスが存在することを示唆した。また，佐藤・松島（2001）は，文章産出過程において，読み手を意識することが産出文章の質を向上させる上で重要になることを明らかにした。しかしながら，プランニング，あるいは読み手を意識する，という場合，どのような内的プロセスを経るとそれぞれの活動を実行できたことになるのだろうか。あるいは，どの程度の活動を実行することが求められるのであろうか。現段階では，十分に明らかにされているとは言えない。

これまでにも，文章産出の教育では，たとえば「読み手を意識して書く」などの目標が挙げられ，その目標を実行することの大切さが指摘されてきた。しかし，そのために必要な自己調整活動については今まであまり検討が加えられてこなかったのである。

吉倉（1999）が指摘しているように，今日，日本人学生に対する日本語表現能力の育成が求められている。さらに，小学校においても，産出された文章をどのように評価し，表現能力を育成する必要があるかが問われている（梶井，2001）。効果的な文章産出教育への介入を考える上で，産出活動において持つのが望ましい自己調整活動を明らかにすることは重要と考えられる。現在のところ，﨑浜（1999）が，大学生・専門学校生を対象として，書き手が文章を書く時に持つ意識構造を検討している。﨑浜（1999）では大学生・専門学校生を対象に，情報伝達文を書く時に書き手が持つ意識について質問紙を用いた調査を行った。そして，「伝わりやすさ」，「読み手の興味・関心」，「読みやすさ」，「語句の簡潔性」，「文章の長さ」の5因子を見出した。また，大学の理系学生・文系学生を対象とした調査（﨑浜，2000）では，両群ともに，「伝わりやすさ」，「構成の簡潔性」，「読み手の興味・関心」，「語句の簡潔性」の4因子を抽出した。しかし，﨑浜（1999, 2000）では実際の文章産出活動は行われなかったため，上記のような自己調整活動と産出スキルとの関連，および，自己調整活動の程度による産出スキルの違いについては明らかにされなかった。今後，それらの問題点を解決することが求められる。

また，文章産出に限らず，他の領域においても自己調整活動の具体的な内容を明らかにすることが求められる。たとえば，Chase & Simon (1973) では，チェスの熟達者は初心者に比べ，一つのチャンク内に記憶できる駒

の数が多くなることを明らかにした。しかし，そのことがどのような自己調整活動から生じたものかついては明らかにされなかった。同様のことは，Larkinら（1980）の研究に関しても言える。Larkinらの研究では，物理学の熟達者ほど，最終的に求めるべきことがらを先に考えることが明らかにされた。すなわち，周辺の細かいプロセスから目標に視点を変更することにより，熟達化を促進することが可能になる（Zimmerman & Kitsantas, 1999)。しかし，なぜ目標を意識できるようになるのか，そのプロセスを支える自己調整活動の中身とは何か，などについては明らかになっていない。現在のところ，多くの研究者は「自動化」という用語を用いて説明している。しかしながら，自動化プロセスにおいて，どのような心的メカニズムが働いているのかは明らかにされていない。熟達化するにあたっては，被験者自身が何らかの自己調整スキルを身につけていることが考えられる。その中身を明らかにすることで，初心者の心的状態をも考慮した効果的な教授が可能になるのではないだろうか。

5　最後に

本研究では先行研究を基に，自己調整活動の果たす役割についてこれまで明らかにされてきたこと，および今後の課題について検討を加えた。その結果，向社会的行動を促進する，あるいは，文章産出，一般の学習活動における熟達化に影響を及ぼす要因であることが示唆された。今後は，自己調整活動を支える具体的な活動内容，あるいは，それらと熟達度との関連を検討し，学習活動，向社会的行動に関するスキルに問題を抱えている人に対する効果的介入法を検討することが期待される。

引用文献

Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. 1991 An ethological approach to personality development. *American Psychologist,* **46**, 333-341.

Andrews, J .A., Hops, H., & Duncan, S. C. 1997 Adolescent modeling of parent substance use: The moderating effect of the relationship with the parent. *Journal of Family Psychology,* **11**, 259-270.

有本秀文 1997　相互交流的なコミュニケーションの推進を　教育ジャーナル　'97　7月号, 12-15.

Armsden, G., McCauley, E., & Greenberg, M. 1990 parent and peer attachment in early adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology,* **18**, 683-697.

Bandura, A & Shunk, D.H. 1981 Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology,* **41**, 586-598.

Berninger, V., Fuller, F., & Whitaker, D. 1996 a process model of writing development: Across the life span. *Educaional Psychology Review,* **8**, 193-205.

Bailey, S.L., & Hubbard, R.L. 1990 Developmental variation in the context of marijuana initiation among adolescents. *Journal of Health and Social Behavior,* **31**, 58-70.

Brody, G. H., Flor, D. L., Hollett-Wright, N., McCoy, J.K., & Donovam, J. 1999 Parent-child relationships, child temperament profiles and children's alcohol use norms. *Journal of Studies on Alcohol (Suppl. 13)*, 45-51.

Brody, G. H., Flor, D.L., Hollett-Wright, N., & McCoy, J.K. 1998 Children's development of alcohol-use norms: Contributions of parent and sibling norms, children's temperaments, and parent-child discussions. *Journal of Family Psychology,* **12**, 209-219.

Brody, G. H., & Ge, X. 2001 Linking parenting processes and self-regulation to psychological functioning and alcohol use during early adolescence. *Journal of Family Psychology,* **15**, 82-94.

Brody, G. H., Stoneman, Z., Flor, D., McCrary, C., Hastings, L., & Conyers, O. 1994 Financial resources, parent psychological functioning, parent co-caregiving, and early adolescent competence in rural two-parent African-American families. *Child Development,* **65**, 590-605.

Burtis, P.J., Bereiter, C., Scardamalia, M., & Tetroe, J. 1983 The development of planning in writing. In Kroll, B. M. & Wells, G. (eds). *Explorations in the development of writing.* (pp.153-174). Chicester, England: John Wiley and Sons.

Chase, W.G., & Simon, H. A. 1973 Perception in chess. *Cognitive Psychology,* **4**, 55-81.

Damon, W. 1999 The moral development of children. *Scientific American,* **281**, 2, 72-78.

Donovan, J. E., Jessor, R., & Jessor, L. 1983 Problem drinking in adolescence and young adulthood: A follow-up study. *Journal of Studies on Alcohol,* **44**, 109-137.

Englert, S., Raphael, T., Fear, K., & Anderson, L. 1988 Students' metacognitive knowledge about how to write informational texts. *Learning Disability Quarterly,* **11**, 18-46.

Fabes, R.A., & Eisenberg, N. 1992 Young children are coping with interpersonal anger. *Child development,* **63**, 116-128.

Ferrari, M., Bouffard, T., & Rainville, L. 1998 What makes a good writer? Differences in good and poor writers' self-regulation of writing. *Instructional Science,* **26**, 473-488.

Graham, S., & Harris, K. 1997 Self-regulation and writing: where do we go from here? *Comtemporary Educational Psychology,* **22**, 102-114.

Graham, S., & Harris, K. 2000 The role of self-regulation and transcription skills in writing and wriing development. *Educational Psychologist,* **35**, 3-12.

Hayes, J.R., & Nash, J. 1996 On the nature of planning in writing. In Levy, M., & Ransdell, S (Eds). *The science of writing: Theories, methods, individual differences, and applications* (pp.29-55). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associations, Inc.

Hops, H., Duncan, T. E., Duncan, S. C., & Stoolmiller, M. 1996 parent substance use as a predictor of adolescent use: A six-year lagged analysis. *Annals of Behavioral Medicine,* **18**, 157-164.

Humes, A. 1983 Research on the composing process. *Review of Educational Research,* **53**, 201-216.

伊藤順子・丸山愛子・山崎晃　1999　幼児の自己制御認知タイプと向社会的行動との関連　教育心理学研究，**47**，160-169.

Jessor, R., & Jessor, S. L. 1977 *Problem behavior and psychological development: A longitudinal study of youth.* New York: Academic Press.

梶井芳明　2001　児童の作文はどのように評価されるのか？（2）－作文に対する好意度が評価に及ぼす影響　教員の場合－　日本教育心理学会第43回総会発表論文集，76.

Kandel, D. B., & Davies, M. 1982 Epidemiology of depressive mood in adolescence. *Archives of General Psychiatry,* **39**, 1205-1212.

Kaplan, H.B., Martin, S. S., & Robbins, C. A. 1984 Pathways to adolescent drug use: Self-derogation, peer influence, weaking of social controls, and early substance use. *Journal of Health and Social Behavior,* **25**, 270-289.

柏木恵子　1995　自己制御　岡本夏木・清水御代明・村井潤一（編）　発達心理学辞典　ミネルヴァ書房

Kellogg, R. 1987 Effects of topic knowledge on the allocation of processing time and cognitive effort to writing processes. *Memory & Cognition,* **15**, 256-266.

Larkin, J. H., McDermott, J., Simon, D. P., & Simon, H.A. 1980 Expert and novice performance in solving physics problems. *Science,* **208**, 1335-1342.

Ley, K., & Young, D. B. 2001 Instructional Principles for Self-Regulation. *Educational Technology Research and Development,* **49**, 93-105.

McCutchen, D. 1995 Cognitive processes in children's writing: Developmental and individual differences. *Issues in Education: Contributions from Educational Psychology,* **1**, 123-160.

McDonough, S.K. 2000 Promoting self-regulation in foreign language learners. *Clearing House,* **74**, 323-326.

Miller, J. W. 2000 Exploring the source of self-regulated learning: The influence of internal and external comparisons. *Journal of Instructional Psychology,* **27**, 47-52.

中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁桝算男・立花政夫・箱田裕司　1999　心理学辞典　有斐閣

Nakata, S., & Shiomi, K. 1997 Structures of self-regulation in Japanese preschool children. *Psychological Reports,* **81**, 63-66.

Nakata, S., & Shiomi, K. 1998 Construction of self-regulation questionnaire for Japanese elementary school children. *Perceptual & Motor Skills,* **86**, 827-833.

Nakata, S., Shiomi, K., & Joireman, J.A. 1999 Relationships between self-regulation and self-efficacy of Japanese school children. *Perceptual and motor skills,* **89**, 885-889.

尾木直樹　2000　子どもの危機をどう見るか　岩波新書

Orange, C. 1999 Using peer modeling to teach self-regulation. *Journal of Experimental Education,* **68**, 21-39.

Pajares, F., & Miller, M.D. 1994 Role of self-efficacy and self-concept beliefs in mathematical problem solving: A path analysis. *Journal of Educational*

Psychology, **86**, 193-203.

Pajares, F., & Miller, M.D. 1995 Mathematics self-efficacy and mathematics performances: The need for specificity of assessment. *Journal of Counseling Psychology,* **42**, 190-198.

Pajares, F. 1996 Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research,* **66**, 543-578.

Peterson, J.L., & Zill, N. 1986 Marital disruption, parent-child relationships, and behavior problems in children. *Journal of Marriage and the Family,* **48**, 295-307.

Pintrich, P.R., & DeGroot, E.V. 1990 Motivational and self-regulated learning components of classroom academic prformance. *Journal of Educational Psychology,* **82**, 33-40.

Robertson, J.F., & Simons, R.L. 1989 Family factors, self-esteem, and adolescent depression. *Journal of Marriage and the Family,* **51**, 125-138.

崎浜秀行　1999　文章を書くとき，書き手はどんなことを意識するか？―情報伝達文の場合―　日本教育心理学会第41回総会発表論文集，465.

崎浜秀行　2000　大学生は，情報伝達文産出時にどんなことを心がけるのか？―理系学生と文系学生の比較―　名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要（心理発達科学），**47**，413-420.

佐藤浩一・松島一利　2001　読み手を意識することが説明文の産出に及ぼす影響　日本教育心理学会第43回総会発表論文集，67.

Scardamalia, M., Bereiter, C, & Steinbach, R. 1984 Teachability of reflective processes in written composition. *Cognitive Science,* **8**, 173-190.

Scardamalia, M., & Bereiter, C. 1986 Written composition. In M.Wittrock (Ed.), *Handbook of research on teaching* (3rd ed., pp.778-803). New York: Macmillan.

Shunk, D.H. 1981 Modeling and attributional effects on children's achievement: A self-efficacy analysis. *Journal of Educational Psychology,* **73**, 93-105.

Shunk, D.H. 1982 Effects of effort attributional feedback on children's perceived self-efficacy and achievement. *Journal of Educational Psychology,* **74**, 548-556.

Shunk, D.H. 1984 Sequential attributional feedback and children's achievement behaviors. *Journal of Educational Psychology,* **76**, 1159-1169.

塩見邦雄・芦屋文也・中田栄　1999　小学生の自己調整学習方略およびそれに影響を及ぼす要因の検討　兵庫教育大学紀要（第1分冊　学校教育　幼児教育　障害児教育），**19**，1-10.

Shiomi, K., Nakata, S., & Joireman, J.A. 1999 Associations of self-regulation with personality traits and self-efficacy in Japanese elementary school children. *Perceptual and motor skills,* **88**, 1169-1172.

塩見邦雄・矢田信士・中田栄　1997　小学生の学習意欲及びそれに関連する要因の研究　兵庫教育大学紀要（第1分冊　学校教育　幼児教育　障害児教育），**17**，1-13.

Steinberg, L., Elmen, J. D., & Mounts, N.S. 1989 Authoritative parenting, psychological maturity, and academic success among adolescents. *Child Development,* **60**, 1424-1436.

Thorensen, C., & Mahoney, M. J. 1974 *Behavioral self-control.* New York: Holt. Rinehart & Winson.

吉倉紳一　1999　全額必修科目「日本語技法」の新設とそのマニュアル作成の経験　大学教育学会誌，**21**，2，82-86.

Zimmerman, B.J., & Martinez-Pons, M. 1988 Construct validation of a strategy model of student self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology,* **80**, 284-290.

Zimmerman & Martinez-Pons,M　1990　Student differences in self-regulated learning:relating grade,sex,and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology,* **82**, 51-59.

Zimmerman, B.J., & Risemberg, R. 1997a Becoming a self-regulated writer: A social cognitive perspective. *Contemporary Educational Psychology,* **22**, 73-101.

Zimmerman, B.J., & Risemberg, R. 1997b Caveats and recommendations about self-regulation of writing: a social cognitive rejoinder. *Contemporary Educational Psychology,* **22**, 115-122.

Zimmerman, B.J., & Kitsantas, A. 1999 Acquiring writing revision skill: Shifting from process to outcome self-regulatory goals. *Journal of Educational Psychology,* **91**, 241-250.

（2000年9月20日　受稿）

ABSTRACT

A Study of Self-regulation (1)

Hideyuki SAKIHAMA

Purpose of this study was to examine and have some perspectives to studies on self-regulation. Studies focusing on children have pointed out the importance of this process, the relationship between self-regulation and pro-social behavior, and have examined the effect of parenting on self-regulatory process. Researchers on learning, motivation, writing and expertise have also shown the relationships between self-regulation, self-efficacy and performance, and have also pointed out the effects on peer modeling and the existence of the peers. Unfortunately, few studies have examined precisely what would be important to promote self-regulatory processes, which might be our future project. By exploring them in precise, it might be expected to have better intervention toward people having difficulties in some kinds of activities.

Key words : self-regulation, studies focusing on children, studies focusing on learning