

A看護短期大学3年生の先延ばし傾向の実態と 看護師国家試験学習との関連

Relationship Between the Actual Tendency of Third-year Students of “Junior College of Nursing A” to Procrastinate, and Their Preparations for the National Nursing Examination

遠藤 美穂子 ・ 岡崎 優子 ・ 高橋 由美
ENDO Mihoko, OKAZAKI Yuko, TAKAHASHI Yumi

キーワード：看護師国家試験 学習状況 先延ばし傾向

Key words : National Nursing Examination, Preparation Status, Procrastination Tendency

要 旨

本研究は、A看護短期大学3年生の先延ばし傾向の実態と看護師国家試験学習との関連を明らかにすることを目的とした。先延ばし傾向および看護師国家試験の学習状況について、自記式質問紙を用いて3回の縦断調査を行った。結果、先延ばし傾向得点は3回の調査において変化は認められなかった。また、3回の縦断調査での対象者個々の先延ばし傾向得点は、調査時期による変化の傾向は一定ではなく、先延ばし傾向は行動特性であることが考えられた。看護師国家試験学習との関係では、先延ばし傾向得点の高群は低群に比べて、本格的な学習開始の遅れや学習時間が短時間である傾向が認められた。

Abstract

The purpose of this research was to clarify the relationship between the actual tendency of third-year students of “Junior College of Nursing A” to procrastinate, and their preparations for the National Nursing Examination. We conducted three longitudinal surveys on procrastination trends and the preparation status for the National Nursing Examination by way of a self-administered questionnaire. As a result, we could not find any changes to the procrastination tendency scores over the course of three surveys. In addition, the procrastination tendency scores of individual students over three longitudinal surveys were not constant in their tendency to change (depending on the surveys were conducted), and it was believed that the tendency to procrastinate was a behavioral trait. In relation to preparing for the National Nursing Examination, the group with the highest procrastination tendency

tended to delay the start of full-fledged preparation and the time spent on study was shorter than the lower group.

I. 緒言

近年の医療の高度化、社会構造の変化、新たな感染症の蔓延などを受けて、看護師に求められるものもより専門的、より包括的になってきている。そのような中、看護師の養成を1つの使命とする看護系大学の役割は大きく、とりわけ基礎的知識や技術などの看護実践能力を身につけた看護師資格取得者の排出が望まれる。看護師資格取得のためには、看護師国家試験（以下、国試）に合格することが必須である。厚生労働省では、国試の問題で問われる内容は、医療現場での第一歩を踏み出す際に必要な基本的な知識および技能であるとし、国試で問う知識などについて、国試出題基準とし体系的に整理して提示している [1]。国試出題基準の内容は1年次からの履修内容を含むことから、日々の講義、演習、実習の授業で学修する内容が国試学習につながると言える。しかし、看護学の学習の導入時期である1年生は、今までとは異なる学習方法に困難を抱えたり [2]、その後、進級しても学習習慣が確立されていなかったり [3] と学習に関する課題を抱える学生は少なからず存在する。さらに、学生は国試対策の学習に関し、「勉強の仕方がわからない」「どの程度学習すればよいのか」などの学習方法の戸惑いや学習の先延ばしなどにより学習が進んでいない状況が指摘されている [4]。そのような中、国試対策の学習支援に関する研究報告も散見される。遠藤ら [5] は、学習のきっかけづくりとしてナッジ理論を活用した学習支援を検討し、その効果と課題を明らかにしている。また、武政ら [6] は、eラーニング学習を用いた学習支援を行い、国試への動機づけが学業成績を促進することを明らかにする一方、今後の課題として、国試対策の先延ばし行動をとる学生への対処などを挙げている。今後も、国試対策は学生の主体的学習を前提にしつつ、それぞれの教育施設の学生の状況に合わせた学習支援が求

められてくると考えられる。

日常生活の中でやらなければならない課題などに着手できないという先延ばし傾向は、私たちは多かれ少なかれ経験する [7]。看護教育においても、不完全な状態での課題の提出や提出期限内に提出できない状況も、先延ばし傾向が1つの要因と考えられる。先延ばし傾向の要因としては、学習動機 [8]、学級の雰囲気 [9]、興味の低さによる他事優先・課題困難性の認知・失敗行動 [7、10] などが明らかになっている。しかし、資格試験学習や看護学生を対象とした先延ばし傾向に関する先行研究は見あたらず、その実態は明らかになっていない。

そこで、本研究では、A看護短期大学3年生を対象とした3回の縦断調査から、先延ばし傾向の実態を明らかにし、国試学習との関連について検討した。なお、本研究を通して明らかになった知見は、先延ばし傾向の対策に着目した国試対策の学習支援を検討する上での重要な基礎資料となり得る。

II. 研究目的

本研究は、A看護短期大学3年生の先延ばし傾向の実態と国試学習の関連を明らかにすることを目的とした。

III. 用語の定義

1. 先延ばし傾向：

本来やらなければならないはずの課題を何らかの理由づけによって、意図的に遅らせたり後回しにしたりすることとする [8]。

2. 本格的な国試学習：

国試対策の具体的な学習計画の立案と、その学習計画に沿って学習を実施することとした。

IV. 研究方法

1. 研究対象者

A看護短期大学看護学科3年生86名

2. 研究期間

2021年5月～2022年3月

3. 調査方法と内容

1) 調査方法

調査は夏期休暇前の7月（以下、7月調査）、夏期休暇後の10月（以下、10月調査）、統合実習終了後の12月（以下、12月調査）の3回、自記式質問紙を用いて行った。調査時期は本調査による対象者の負担を考慮し、実習期間との重複をさけて設定した。

2) 調査内容

(1) 先延ばし傾向

課題先延ばし行動傾向尺度 [7] を用いた。本尺度は課題先延ばし行動傾向を測定する尺度である。[課題先延ばし] 因子9項目、[約束事への遅延] 因子4項目の2因子13項目で構成され、5段階評定（非常にある：5点～全くない：1点、逆転項目あり）で、得点が高いほど先延ばし傾向が高いことを示す。各因子合計得点を先延ばし傾向得点とする。なお、逆転項目は点数を逆転して得点化した。本研究における内的整合性を示すCronbachの α は課題先延ばし因子0.938、約束事への遅延因子0.851であった。

(2) 学習開始時期

本格的な国試対策の学習開始時期について、「すでに始めている」「これから始める予定である」「具体的には決めていない」から最もあてはまるものを尋ねた。なお、本格的な国試学習とは、「国試対策の具体的な学習計画の立案と、その学習計画に沿って学習を実施することを示す」と説明を行った。

(3) 国試学習時間

直近1か月の国試を意識した学習時間（平日・休日）それぞれについて、「0分」「30分」「1時

間未満」「2時間未満」「2時間以上」から最もあてはまるものを尋ねた。

4. 分析方法

先延ばし傾向得点および学習状況は、7月調査、10月調査、12月調査での記述統計量を算出した。各変数のShapiro-Wilk検定の結果、得点分布の正規性が確認されたため、以下の検定を行った。先延ばし傾向は3時点での変化を確認するために一元配置分散分析を行った。また、先延ばし傾向は7月の先延ばし傾向得点の中央値を基準に「低群」「高群」の2群とし、7月調査、10月調査、12月調査において各変数との関連を χ^2 検定により確認した。統計解析ソフトはSPSS statistics24.0を用い、有意水準は5%未満とした。

5. 倫理的配慮

対象者には、研究の趣旨、研究参加の可否は学校生活への影響はないこと、同意撤回可能であること、得られたデータは本研究以外で使用しないことを口頭および文書にて説明した。また、公表にあたっては個人が特定されないような表記を行うことを説明した。同意書の提出をもって研究参加の意思を確認した。本研究は仙台青葉学院短期大学研究倫理審査委員会の承認を得てから実施した（承認番号0306）。

本研究に関連し、開示すべき利益相反（COI）関係にある企業などはない。

V. 結果

1. 対象者の概要

研究参加の同意が得られたのは49名、同意率は57.0%であった。各調査の回答は7月調査23名、10月調査47名、12月調査44名であり、3回の調査全てに回答が得られた21名（24.4%）を分析対象とした。

2. 先延ばし傾向得点の変化（表1）

先延ばし傾向得点は7月調査26.6点（標準偏差9.6点）、10月調査26.5（10.6）、12月調査26.8（10.2）

表1 先延ばし傾向得点の変化

n = 21

因子	項目	項目得点			因子得点			p ^{a)}		
		7月	10月	12月	7月	10月	12月			
		平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)	平均値 (SD)			
課題先延ばし	1. やらなければならない重要な課題があるときは、できるだけ早く取りかかるようにしている (R)	1.8 (0.9)	2.0 (1.1)	1.9 (1.2)						
	2. ギリギリまで物事に取りかかることを延ばす	2.5 (1.5)	2.6 (1.4)	2.5 (1.5)						
	3. やらなければならない課題はすぐに取りかかる (R)	2.0 (1.1)	2.0 (1.4)	1.9 (1.1)						
	4. しなければならないこととわかっていても、すぐに始めようとしない	2.6 (1.2)	2.6 (1.3)	2.6 (1.3)						
	5. 毎日その日の勉強量をこなし、期日までに課題を提出するようにしている (R)	1.8 (1.0)	1.9 (1.0)	2.0 (1.0)	20.5 (8.5)	20.6 (9.7)	20.6 (9.1)	.999		
	6. 物事を始めるまでに長い時間がかかることがよくある	3.2 (1.3)	3.1 (1.4)	3.0 (1.3)						
	7. 自分で決めた期限をたいてい守る (R)	1.9 (0.9)	2.0 (0.9)	2.1 (0.9)						
	8. 締め切りに間に合わせるために、あわてふためくことがよくある	2.7 (1.3)	2.6 (1.4)	2.6 (1.4)						
	9. 本当にやらなければならないとわかっている時は早めに取りかかり、遅れることはない (R)	2.1 (1.2)	1.9 (1.3)	2.1 (1.2)						
約束事への遅延	10. 約束やミーティングの時間に、よく遅れる	1.5 (0.6)	1.5 (0.5)	1.6 (0.5)						
	11. 部活の約束や課外活動の待ち合わせには十分に余裕を持っていく (R)	2.0 (0.8)	2.0 (1.0)	2.0 (0.9)	6.1 (1.8)	5.9 (1.5)	6.2 (1.8)	.850		
	12. 授業は時間通りにいく (R)	1.5 (0.9)	1.3 (0.6)	1.5 (0.6)						
	13. 図書館で借りた本は期日までに返すように気をつけている (R)	1.1 (0.2)	1.1 (0.3)	1.2 (0.4)						
				先延ばし傾向得点 /			26.6 (9.6)	26.5 (10.6)	26.8 (10.2)	.997

注) (R) は逆転項目を示す
得点が高いほど先延ばし傾向が高いことを示す。

a) 一元配置分散分析

であり、調査した3時点での得点に有意差は認められなかった。また、[課題先延ばし][約束事への遅延]のそれぞれの因子においても、調査した3時点での得点に有意差は認められなかった。以下、項目内容を〈 〉、逆転項目を (R) にて記載する。項目の中で得点が高い項目は、〈6. 物事を始めるまでに長い時間がかかることがよくある〉〈8. 締め切りに間に合わせるために、あわてふためくことがよくある〉〈4. しなければならないこととわかっていても、すぐに始めようとしない〉〈2. ギリギリまで物事に取りかかることを延ばす〉などであり、これらは[課題先延ばし因子]を構成する項目であった。一方、得点が高い項目

は〈13. 図書館で借りた本は期日までに返すように気をつけている (R)〉〈12. 授業は時間通りにいく (R)〉〈10. 約束やミーティングの時間に、よく遅れる〉などであり、これらは[約束事への遅延]を構成する項目であった。

3. 先延ばし傾向得点の対象者個々の経時的変化 (表2)

7月調査、10月調査、12月調査の先延ばし傾向得点の対象者個々の変化を示した。対象者21名に任意の番号を付し、対象者1のように表示した。また、10月調査、12月調査においては、得点とあわせて前回調査得点と比較して、低下および上

表2 先延ばし傾向得点の対象者個々の経時的变化

n = 21

	7月調査	10月調査	12月調査
対象者1	15	13	13
対象者2	15	19	22
対象者3	16	18	20
対象者4	17	20	23
対象者5	18	17	16
対象者6	18	13	13
対象者7	19	22	20
対象者8	20	13	14
対象者9	21	20	22
対象者10	23	32	32
対象者11	27	28	27
対象者12	28	25	21
対象者13	28	19	22
対象者14	30	27	29
対象者15	30	35	37
対象者16	33	36	37
対象者17	35	37	38
対象者18	36	30	26
対象者19	42	40	42
対象者20	42	46	42
対象者21	46	47	46

前回調査得点と比較して低下
 前回調査得点と比較して上昇

昇などの変化がある場合は塗りつぶしを行った。

7月調査から10月調査、12月調査と先延ばし傾向得点が続けて低下した者は3名、上昇し続けた者は6名であった。7月調査から10月調査で先延ばし傾向得点が低下したものは10名、上昇した者は11名であった。10月調査から12月調査で先延ばし傾向得点が低下した者は7名、上昇した者は11名であった。

4. 学習開始、国試学習時間の経時的变化と先延ばし傾向との関連 (表3)

先延ばし傾向による学習状況の違いを確認するために、7月調査の中央値を算出し、中央値より低値を低群、中央値より高値を高群と設定した。その際、中央値は分析より除外した。7月調査の中央値は27.0点であり、26点以下を低群、28点以上を高群とした。低群は相対的に先延ばし傾向が低い集団、高群は相対的に先延ばし傾向が高い集団である。

本格的な国試学習開始について、「すでに始めている」とした者は7月調査では低群8名(80.0%)、高群4名(40.0%)、10月調査では低群10名(100.0%)、高群5名(50.0%)、12月調査では低群9名(90.0%)、高群6名(60.0%)であった。10月調査の学習開始時期において、先延ばし傾向低群とその高群に有意差が認められた ($p = .033$)。

平日国試学習時間を1時間以上とした者は7月調査では低群4名(40%)、高群2名(20%)、10月調査では4名(40%)、4名(40%)、12月調査では5名(50%)、3名(30%)であり、相対的に低群の方が学習時間は長かった。休日国試学習時間を1時間以上とした者は7月調査では低群6名(60%)、高群1名(10%)、10月調査では6名(60%)、5名(50%)、12月調査では8名(80%)、5名(50%)であり、相対的に低群の方が学習時間は長かった。しかし、平日および休日とも両群に有意差は認められなかった。

表3 学習開始、国試学習時間の経時的変化と先延ばし傾向との関連

n=21

		7月調査				10月調査				12月調査			
		全体	低群	高群	$p^a)$	全体	低群	高群	$p^a)$	全体	低群	高群	$p^a)$
		n (%)	n (%)	n (%)		n (%)	n (%)	n (%)		n (%)	n (%)	n (%)	
本格的な国試 学習開始	すでに始めている	13 (61.9)	8 (80.0)	4 (40.0)	.164	16 (76.2)	10 (100.0)	5 (50.0)	.033 ^{b)}	16 (76.2)	9 (90.0)	6 (60.0)	.303 ^{b)}
	これから始める予定	7 (33.3)	2 (20.0)	5 (50.0)		5 (23.8)	0 (0.0)	5 (50.0)		5 (23.8)	1 (10.0)	4 (40.0)	
	具体的に決めていない	1 (4.8)	0 (0.0)	1 (10.0)		0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)		0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
平日国試時間	0分	1 (4.8)	1 (10.0)	0 (0.0)	.609	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	.504	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	.153
	30分未満	8 (38.1)	3 (30.0)	5 (50.0)		5 (23.8)	3 (30.0)	2 (20.0)		6 (28.6)	1 (10.0)	4 (40.0)	
	1時間未満	6 (28.6)	2 (20.0)	3 (30.0)		7 (33.3)	3 (30.0)	4 (40.0)		6 (28.6)	4 (40.0)	3 (30.0)	
	2時間未満	4 (19.0)	3 (30.0)	1 (10.0)		5 (23.8)	1 (10.0)	3 (30.0)		4 (19.0)	1 (10.0)	2 (20.0)	
	2時間以上	2 (9.5)	1 (10.0)	1 (10.0)		4 (19.0)	3 (30.0)	1 (10.0)		5 (23.8)	4 (40.0)	1 (10.0)	
休日国試時間	0分	2 (9.5)	0 (0.0)	2 (20.0)	.127	1 (4.8)	0 (0.0)	1 (10.0)	.307	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	.122
	30分未満	3 (14.3)	1 (10.0)	2 (20.0)		2 (9.5)	2 (20.0)	0 (0.0)		5 (23.8)	1 (10.0)	4 (40.0)	
	1時間未満	8 (38.1)	3 (30.0)	5 (50.0)		7 (33.3)	3 (30.0)	4 (40.0)		2 (9.5)	0 (0.0)	2 (20.0)	
	2時間未満	5 (23.8)	4 (40.0)	0 (0.0)		4 (19.0)	1 (10.0)	3 (30.0)		4 (19.0)	3 (30.0)	1 (10.0)	
	2時間以上	2 (9.5)	2 (20.0)	1 (10.0)		7 (33.3)	4 (40.0)	2 (20.0)		10 (47.6)	6 (60.0)	3 (30.0)	

a) χ^2 検定

b) Fisherの直接法

低群：先延ばし傾向低群 n=10

高群：先延ばし傾向高群 n=10

VI. 考察

1. 先延ばし傾向の実態

教育学部の大学生などを対象とした先延ばし傾向に関する先行研究では、[課題先延ばし] 得点 29.0 点 (標準偏差 7.88)、[約束事への遅延] 得点 8.80 (3.81) と報告されており [8]、本研究対象者は先行研究対象者と比して先延ばし傾向は低かった。しかし、学部による課題の違い、資格取得の有無などによる学部の特性も考えられるため、比較には十分な留意が必要である。

先延ばし傾向の各項目得点では、[課題先延ばし] 因子のうち、得点が高い傾向にある項目は〈6.物事を始めるまでに長い時間がかかることがよくある〉〈8.締め切りに間に合わせるために、あわてふためくことがよくある〉〈4.しなければならないこととわかっていても、すぐに始めようとしない〉〈2.ギリギリまで物事に取にかかるとを延ばす〉であった。一方、項目得点が低い傾向にある項目は〈5.毎日その日の勉強量をこなし、期日までに課題を提出するようにしている (R)〉〈7.自分で決めた期限をたいてい守る (R)〉であった。こ

れらより、本研究対象者の特徴として、国試学習のように新たに取り組む課題や国試当日まで数か月の期間があるなどの課題に対しては先延ばし傾向が強くなる一方、実習において毎日の実習記録を提出するなどの慣れた課題や締め切り設定が短期間の課題に対しては先延ばし傾向が回避されている可能性が考えられた。

他方、3回の調査における対象者全体の先延ばし傾向得点の変化は認められなかった。龍ら[11]は、女子大生を対象とした調査で、幼少時の親の養育態度が先延ばし傾向の関連要因であることを報告している。このことより個人の先延ばし傾向は幼少時から築き上げられてきた行動特性の1つであると考えられる。本研究においても、3回の縦断調査での対象者個々の先延ばし傾向得点は、調査時期による変化の傾向は一定ではなかった。このことから、先延ばし傾向は国試が近いなどのイベントの有無やその時期には、直接影響を受けて変化するものではなく、対象者個々の行動特性であることが推察された。先延ばし傾向の行動特性を短期間で大きく変えることは難しいが、本人が日々意識して行動することや他者からの支援を

受けることにより、その行動を少しずつ変えることは可能であると考えられる。例えば、前述の本研究対象者の特徴から、国試学習という新たな課題に繰り返し取り組み慣れること、また、取り組む課題の量を少なくして、課題取り組み期間を短期間にするなども対策の1つとして挙げられる。国試学習が日常の学習として習慣づけられることにより、先延ばし傾向が改善していく可能性が高まるであろう。さらに、先延ばし傾向が学生の行動特性であれば、入学後早期のスクリーニングと支援の検討も必要である。

2. 国試学習状況の経時的変化

本格的な国試学習を「すでに開始している」とした者は7月調査13名(61.9%)であった。新里らの短期大学生を対象にした国試に関する調査では、5月時点において本格的な国試学習を始めていたとした3年生は30%であったと報告されている[4]。本研究結果と一概に比較はできないが、本研究対象者の学習の取り組みは、先行研究と比較して大きくは遅れていないことが推察された。

10月調査と12月調査の比較では、本格的な国試学習を「すでに開始している」とした者の割合は同じであったが、先延ばし傾向低群の10月調査と12月調査の比較では、「すでに開始している」とした人数が減少していた。これは、一度、本格的な国試学習を始めた後に中断したことを示している。その要因として、学生が複数課題に直面していたことが推察された。A看護短期大学のカリキュラムでは、3年次の5月から11月にかけて行われる領域別看護学実習にて各領域での看護実践能力を身に付け、その後の11月下旬から、それまで履修した知識と技術を統合するための統合実習が行われる。さらに、9月から11月にかけて、授業科目の1つである看護研究の本格的な取り組みの課題があり、学生は9月から12月は複数課題に直面して時間的にも、精神的にも余裕がない時期となる。藤田らは、大学生の行動の原因について分析を行い、課題先延ばし行動に影響しているのは「興味の低さによる他事優先」と「課題困

難性の認知」であったことを報告している[7]。学生は、目の前に差し迫っている実習や看護研究の取り組み、就職活動などの課題を優先したことにより、国試当日まで、まだ期間のある国試対策を先延ばししていたことが考えられた。学生が3年次の実習や課題、就職試験などを見通し、夏期休暇前に国試学習を開始し、その後も学習継続ができるような学習計画の立案などの学習支援の必要性が示唆された。

平日および休日国試学習時間は、先延ばし傾向低群と高群には有意差は認められなかったが、相対的に先延ばし傾向低群の方が高群に比べて長時間であった。これは、先延ばし傾向低群が具体的な学習計画に沿って、先延ばしせずに学習に取り組んでいることが、その理由であると考えられた。

3. 本研究の意義と今後の課題

本研究において、先延ばし傾向と国試学習との関連について得られた知見は、国試対策学習の先延ばし傾向を回避するための、新たな学習支援につながるものである。今後、国試対策は学生の主体的学習を前提にしながらも、学習の開始を先延ばしにしている学生への支援が求められてくると考えられる。そこでは、学習計画の立案の支援が方法としてあげられた。

一方、本研究の限界としては以下のことがあげられる。本調査は看護学生の国試学習に焦点を絞って、学生の先延ばし傾向や学習との関連を検討した。看護基礎教育の最終学年に在籍する学生は、臨地実習、看護研究、就職試験など複数の課題があり、学生は複数課題となった際に優先順位をつけて課題解決行動や取り組みを行っている。しかし、本研究では、国試学習のみの調査であり、他の課題などの状況は考慮されていない。また、本研究結果はA看護短期大学に所属する21名の学生から得られたデータに基づくものであり、一般化するにあたっては慎重でなければならない。今後、先延ばし傾向や国試学習に関して、他学年や他教育機関などに在籍する学生へ対象者を広げた調査研究が必要である。

Ⅶ. 結論

A看護短期大学3年生の先延ばし傾向の実態と国試学習に関する調査した結果、以下のことが明らかになった。

1. 先延ばし傾向得点は、7月、10月、12月の3時点においての変化は認められなかった。
2. 3回の縦断調査での学生個々の先延ばし傾向得点は、調査時期による変化の傾向は一定ではなかった。
3. 先延ばし傾向得点が高い者は低い者に比べて、本格的な国試学習の開始の遅れや国試学習時間が短時間である傾向が認められた。

謝辞

本研究を進めるにあたり、調査にご協力くださいました学生の皆様に深く感謝いたします。

文献

1. 厚生労働省ホームページ 保健師助産師看護師国家試験制度改善検討部会 報告書。
<https://www.mhlw.go.jp/content/10803000/000919424.pdf> (2022年4月30日引用)
2. 大久保暢子, 佐竹澄子, 大橋久美子, 他: 看護学導入時期の学生が感じる困難性の検討. 聖路加看護学会誌. 2011; 15 (1): 9-16.
3. 嶋崎昌子: 看護学生の学習の実態と成績との関連 - 入学前教育のあり方に関する考察 -. 松本短期大学研究紀要. 2018; 27: 11-20.
4. 新里穂久斗, 内藤雪枝, 塚本恭正: 看護師国家試験に対する学生の意識. 岩手看護短期大学紀要. 2015; 11: 47-52.
5. 遠藤美穂子, 岡崎優子, 佐藤清湖, 他: ナッジ理論を用いた看護師国家試験対策: 学習のきっかけづくりを目指した学習支援の効果. 研究紀要 青葉 Seiyō. 2022; 14 (1): 23-36.
6. 武政奈保子, 森實詩乃, 志田久美子, 他: 看護師基礎教育の国家試験対策におけるeラーニング学習の効果の中間報告 - 学習理論によるインストラクション構築の段階とeラーニ

ングの動機づけの比較 -. 帝京科学大学紀要. 2015; 11: 83-93.

7. 藤田正, 岸田麻里: 大学生における先延ばし行動とその原因について. 教育実践総合センター研究紀要. 2006; 15: 71-75.
8. 小野洋平: 課題の先延ばし傾向に及ぼす学習動機の影響. 日本体育大学紀要. 2020; 49: 1001-1018.
9. 松本瑠欄, 相良順子: 中学生における学習先延ばし行動と学級の雰囲気. 児童学研究 聖徳大学児童学研究所紀要. 2021; 23: 11-16.
10. 藤田正: 先延ばし行動と失敗行動の関連について. 教育実践総合センター研究紀要. 2005; 14: 43-46.
11. 龍祐吉, 小川内哲生: 大学生の学業的延引行動に及ぼす認知された親の養育態度と自尊感情の影響. 東海学園大学研究紀要. 2013; 18: 145-154.