

感謝の可視化に関する検討と評価

長野 美月

1. はじめに

近年、承認欲求の高まりが顕著である。承認欲求とは、「自分が価値ある存在であると認められたい」「社会的評価を得たい」という欲求を意味する。安全で豊かになった日本において、「食欲」「排泄欲」「家族や健康の安心」等といった基本的欲求は満たされ、人間のモチベーションを向上させるものは、より高次の精神的欲求へと変化してきた。それゆえ、他者からの承認を得ようとする心の動きが、現代の若者の行動の動機となっている。特に SNS による承認数の視覚化は、欲求を気軽に満たすことに効果的であり、利用者は増加している。また、アドラーの心理学[1]では、承認欲求を良くないものとし、他社に貢献する気持ちをもち、共同体の一部とすることが人間の幸福であると述べている。

本稿では、日常生活において気軽に使える SNS を用いた承認数の視覚化に着目し、承認欲求を満たせる仕掛けを提案し、構築と評価を行う。また、自分の善い行いを褒められることで承認欲求が満たされ、他者貢献感と共に充実した幸福感が得られるのではないかと考える。携帯端末を用いた感謝の可視化を行うシステムを開発し、評価する。

2. 感謝の可視化アプリ

2.1 仮説

SNS を通じた感謝に関し、3つの仮説を検証することを目的とする。(1)知らない人と気軽にコミュニケーションをとることが出来る人は、見知らぬ人に感謝の気持ちを伝えることに抵抗感がない(2)匿名者から感謝の気持ちを伝えられたら、嬉しい気持ちになる。(3)匿名者から感謝の気持ちを伝えられたら、人に見られているという恐怖感などから不安を感じてしまう。

2.2 アプリ概要

本アプリは、感謝を送信する側(以下、アプリ S)と、感謝を受け取る側(以下、アプリ R)から構成される。アプリ S を利用するユーザは、善い行いをしている人の地点を指定し、感謝の気持ちを送信する。アプリ R を利用するユーザは、アプリを起動している

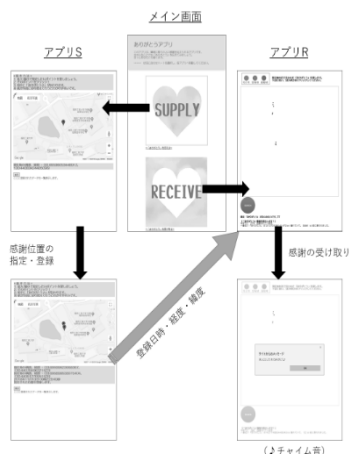


図1 画面構成

間、その地点（一定範囲 r をもつ）に送信された感

謝を一定の時間 t の間、受け取ることが出来る。この適用範囲は予備実験を通し値を r =半径 14.5m, t =60 秒と定めた。画面構成を図1に示す。

3. 評価実験

10人の被験者(20代男性6名、女性4名)に各アプリを利用してもらい、アンケートを実施した。仮説に関する項目を表1にまとめた(各5段階評価、とてもそう思/全くそう思わない1)。

スピアマンの順位相関検定より、以下の結果が得られた。(1)Q1(反転)と Q2は弱い相関が認められた

[$Rho(8)=0.68, p<.1$]. よって、知らない人とでも気軽にコミュニケーションをとれる人は、ボタンを押し感謝の気持ちを伝えることに抵抗感がないと言える。(2)Q3(反転)と Q4は強い相関が認められた [$Rho(10)=0.80, p<.01$]. よって、突然のメロディに不安を感じ無い人は嬉しい気持ちになると言える。(3)Q3と Q5は強い相関が認められた [$Rho(10)=0.78, p<.05$]. よって、突然のメロディに不安を感じる人は他者に見られているという恐怖感を抱くと言える。

4. 議論

2.1の仮説は正しいことが示された。

しかし、仮説 2,3 は相反する結果となった。図2のグラフより、匿名者から感謝

の気持ちは恐怖感に

より程度が異なるものの、嬉しさを感じるということがわかった。

5. まとめ

本稿では、感謝の可視化アプリを制作した。評価結果から、本アプリは承認欲求を満たし、善い行動への動機づけになったと考えられる。今後の課題として、システム性能の向上、アプリ S の簡易化を行い、ユーザの負担を軽減することが挙げられる。

【参考文献】

- [1] 岸見一郎, 古賀史健:嫌われる勇氣 自己啓発の源流「アドラー」の教え, ダイヤモンド社, 2013年

表1 アンケート結果

質問項目	平均
Q1. ボタンを押すことに抵抗感はあったか	2.1
Q2. ネットを介し、知らない人とでも気軽にコミュニケーションをとれるか	3.5
Q3. 突然のメロディに不安を感じたか	2.8
Q4. メロディが鳴った時、嬉しい気持ちになったか	4.4
Q5. 人に見られているという恐怖感はあったか	2.9

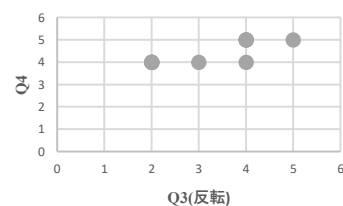


図2 Q3(反転)・Q4の回答分布