

# 学生生活満足感向上支援のための DRM による行動調査

A behavioral survey by DRM for supporting better student life

坂井 和貴†  
Kazuki Sakai

中平 勝子†  
Katsuko T. Nakahira

北島 宗雄†  
Muneo Kitajima

## 1 はじめに

学生生活を満足していくものにするのは個々の学生にとって意義あることである。しかし、このことを達成する方法は自明ではなく、満足のいく学生生活を送りたいという希望を持っているにもかかわらず達成できない学生や、満足のいく学生生活を送っていても、さらに高い満足を得ることが可能な学生もいるはずである。満足度に関する先行研究では、学年ごとにどのように生活満足度が変わるのかという縦断的变化を調査するもの [1] などがある。満足度の違いが学業に対してどのような影響を与えるかというものは多い。本稿では、学生が日常生活のどのような出来事に満足を感じているのかという個のプロファイルに着目し、1日再構築法 (DRM: Day Reconstruction Method) を用いて普段の学生生活を調査する。そして、学生が満足感を得るための要素の候補を分析・抽出し、それらを視覚化して提示することで、より高い満足感を得るヒントが取得できるようにするための方法を探る。

## 2 DRM

DRM はカーネマンらが提案した、人が自分の時間を過ごす方法やその時に生じた感情・満足感を調査するための手法である [2]。回答者は思い出すという行為に発生するバイアスを減らすために設計された手順で前日の活動・経験感情を再構築する。回答者の生活の中での瞬間的なサンプルをとる方法として経験サンプリング法があるが、回答者の負担が大きく、稀ではあるが日常的に起こるイベントに関する情報がほとんど取れない。この2点の問題を解消するために本手法が提案された。DRM は、初めにエピソード (経験) の配列からなる日記を作ることによって前日の記憶を復活させる。それから回答者に個々のエピソードによって生じた感情・満足感に関する質問を答えさせることにより、思い出すことによる誤差やバイアスを低減しながらその時の瞬間的な状況を記述することができ、前日に起きた全てのエピソードのデータをとることができる。さらに DRM は日常の活動を妨害しないため、回答者の負担が少なく、経験サンプリング法では収集できないエピソードに費やした時間情報もとることができるため、人がどの程度そのエピソードに重みを置いているか知ることができる。カーネマンらの調査は社会人を対象とし出身国や収入なども調査項目に入っているため [3]、調査項目をそのまま流用することは学生を対象とするときは適切ではない。DRM の手法そのものは応用が利くものであり、目的に合わせて項目を変えても有効なデータが取

れるとされている。よって今回の調査では学生に聞くことを前提とした調査項目を選定・作成した。調査用紙は Packet1 から Packet4 までの4部構成となっており、

- Packet1 年齢、性別などの一般的質問ページ
- Packet2 昨日を思い出すための日記ページ
- Packet3 エピソードごとの満足度・感情調査ページ
- Packet4 生活状況の調査ページ

である。Packet1 では最終学歴、配偶者の有無、子どもの有無、人種、年収の項目を削除した。Packet2 では昨日を時間的経過で思い出しやすいように24時間を縦形のグラフで表し、A~Oまでラベルづけ (睡眠、食事など) された行動を記入するようにした。Packet3 では Packet2 の日記をもとに何をしていたか答えるため、学生がとりそうな項目を選定・変更した。Packet4 では仕事をしている時という箇所を学校にいる時に変え、仕事について詳細に聞く部分を削除した。本調査では長岡技術科学大学学生 (男性7名女性1名) を対象として行った。調査用紙を各自に配布し、家にいるときのデータと学校にいるときのデータの比較を必要としたので記入日を注意した。

## 3 結果と考察

表1は、調査参加者7名のエピソードごとの満足感値の一覧である。縦軸を参加者1から7、横軸をエピソードをラベルづけしたAからMとしている。数字が複数個入っているものはその回数のエピソードがあったことを意味している。図1は、ある調査参加者の日常行動に関する回答を、縦軸をエピソードの内容、横軸を時間経過として表したグラフである。エピソードを体験している期間を横軸に平行線で、その時に生じた感情を折れ線で示した。折れ線上にプロットしている点は順に終了がもどかしい、幸せ、失望・悩み、落胆・憂うつ、満足、苦心・周りからのプレッシャー、温かい・友好的、怒り・敵対、心配・不安、自身で楽しむ、批判的、疲れであり、平行線上を0として+3 (とてもそう思う) から-3 (まったく感じない) の評価を表している。図1では休息や勉強などの同じエピソードであるにもかかわらず感情値が異なっている。9個目と10個目のエピソードは同じ休息であるが、前者は短い期間であるが後者よりも満足や幸せといったポジティブ感情の値が大きい。その違いが生まれた要因として、過ごした場所と前後にあるエピソードが違うという2点が考えられる。前者は外で過ごしていたのに対し、後者は自宅で過ごしている。この調査対象者のほかの休息をみると、この休息以外は家や学校などの屋内で過ごしているのだが、外で休息をとった時ほどポジティブ感情の値は高くはない。さらに前者は長い勉強時間を経てからのエピソードであり、後者は休息を経てからのエピソードである。

†長岡技術科学大学

表1 調査参加者のエピソードごとの満足感値:A(睡眠), B(食事), C(入浴), D(家事), E(講義), F(勉強・課題), G(研究), H(アルバイト), I(移動), J(休息・くつろぎ), K(趣味・娯楽), L(買い物), M(付き合い)

	エピソード												
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	6	5.6.5	5			2.3		4	2	6.4.5	4.5		
2	2	2.3.3	1.0			3			3	0	4		
3		5	4		1.1				1	3.5.4	5.3.4	5.2	
4	4	3.2	2			1	1.1.2	3	3.2.0	2			5
5	3	4.4	3			3	3.3	3		3	4		
6	6	4.3		3			1		0.2	3	6.4.4		
7	6	2		2	0	0.2.1		1	2	3.2.5.2			
8	4.6	4	4					5.3		3.4.4	4	3	

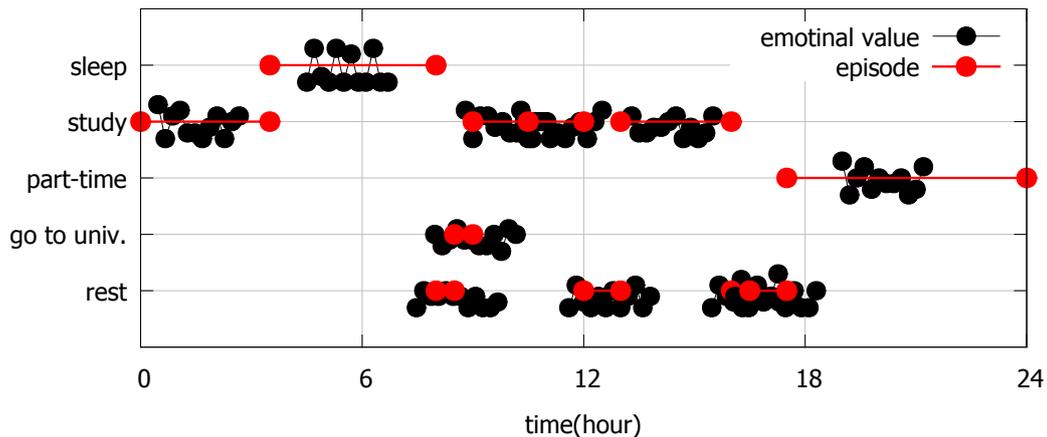


図1 調査参加者の日常行動例

勉強によって疲れが生じ、楽しむという感情がない状態からの休息のエピソードである前者に対し、後者は高いポジティブ感情の状態にあることからのエピソードなので高い状態にあることに慣れてしまい、高いポジティブ感情を感じれなかったことが考えられる。1日の体験を視覚化することによって、同じエピソードでも異なる感情を喚起することが分かり、その要因が前後のエピソードによるものということが考えられた。今回の調査で得た結果から学生の生活満足度を高める共通要素として考えられるものは睡眠、休息、食事である。被験者によっては読書、パソコン、TVゲーム、アルバイトも満足度を高める要素であった。読書やパソコン、TVゲームは1人で自分の時間を楽しむものであり、自分の時間を自由に費やして過ごしている時ということになる。アルバイトは、学生が多くの時間を自宅や学校で過ごすなかで、アルバイト先という空間で仕事を任されている責任感と達成感が満足度を高めているのではないかと考える。また、満足度の値が高くなりやすい傾向として、疲れを感じたエピソードの後に休息や食事といったエピソードを経験した時というものがあ、疲れを感じた状態から体を休めることによって、疲れを感じていない状態からエピソードの移行をするよりも満足度を得やすくなることが考えられる。これらから学生生活満足度を高めるためには、限りある1日24時間という時間の一部を自由に過ごすことなのではないかと考える。学生生活は講義や研究などやらなくてはならないことは多いが、自由に使うことのできる時間は必ず存在する。上記でも述べたが少ない時間でも高い満足度を得ることは可能と考えら

れるので、いかにその時間を自分の好きなことをして過ごすかが生活満足度を高めていくためのヒントになると考える。

#### 4 まとめと今後の課題

本稿では学生を対象に DRM を利用するために調査項目の選定・作成を行い、結果として学生を対象としてもデータが取ることがわかった。そのデータをもとにエピソードの経験時間とその時の感情値を図に示し、視覚化することができた。継続的にこの調査を行えば、数年に渡る学生生活において満足感の変化を促す要因が分かると考える。

今後の課題として調査項目の改良、調査対象者数を増やし、データの詳しい分析を行い個人の特性との関連を見つけるなどがある。

#### 参考文献

- [1] 坂田 博之 et al : 複数コホートの大学1年生 : 4年生の縦断データから見た大学生生活充実度の学年変化, 大阪樟蔭女子大学研究紀要,3, pp.29-37, 2013.
- [2] Daniel Kahneman et al : A Survey Method for Characterizing Daily Life Experience:The Day Reconstruction Method, science, 306, pp.1776-1780, 2004.
- [3] [http://sitemaker.umich.edu/norbert.schwarz/files/drm\\_documentation\\_july\\_2004.pdf](http://sitemaker.umich.edu/norbert.schwarz/files/drm_documentation_july_2004.pdf)(accessed2013.7.1)