

モチベーションを上げる方法

21111038

大森拓哉ゼミ 4年 井上 真由

1. 今回は、勉強に対するモチベーションに絞り込み、大学生20人に「勉強を行う上で、あなたのやる気に影響するものを5段階で評価してください」との内容でアンケート調査を行い、その結果をエクセルによるt-検定で分析を行った。アンケート項目の一例としては、「勉強の面白さがわかる」、「目標がある」「報酬がもらえる」などがある。

2. t-検定では、アンケートの項目を内発的動機づけと外発的動機づけにわけ、どちらのほうが勉強に対してのモチベーションに影響を及ぼすのかを調べた。内発的動機づけの平均点が3.44、外発的動機づけの平均点が3.80、 $P(T \leq t)$ 両側の項目が0.009となり、 $P(T \leq t)$ 両側の項目が0.05を下回ったため、外発的動機づけのほうがモチベーションに大きな影響を及ぼすことがわかった。

3. 今後については、今回のアンケート人数だけでは、不十分なところがあるため、もっと多数の人にアンケート調査を行い、結果に相違がないか詳しく分析する。また、今回は実験などを行わなかったため、モチベーションを向上させるのに最も効果的な方法、内発的動機づけと外発的動機づけでは、どちらのほうがモチベーションの持続時間が長いかなどを実験したい。そして、勉強以外では今回と異なった結果が出るのか、なども調べていきたいと考えている。