

# 大学生のモチベーションを高める 創作物の登場人物の言葉

伊藤忠弘

## 問題と目的

私たちのモチベーションは周囲の他者から様々な形で影響を受けている（伊藤，2012）。自分を評価し認めてくれる人、ライバルとして競い合う人、尊敬できたり憧れの対象となる人、自分に期待してくれている人は、モチベーションを高めてくれる存在である。なかでも自分の身近にいる家族や友人からの直接の支援や励ましの言葉は、日常生活においても、あるいは達成に向けて努力し続ける上でも特に重要であろう。例えば卒業のときに恩師にかけてもらった言葉や落ち込んでいるときに友人から届いたLINEのメッセージが心の支えとなる。

このような影響は家族や友人といった自分の身近にいる人物から送られた言葉に限らない。伊藤・衛藤（印刷中）は、アイドルやスポーツ選手、芸能人といった有名人や漫画・アニメ、小説、映画、ゲームといった創作物の登場人物がコンテンツ（例えばアニメのDVDやアーティストの音楽）を通して、大学生の日常生活において「これがあるから頑張れる」といった心の支えとなっている実態を調査した。コンテンツを通じての人物の影響は、「元気をもらおう」といった心理的高揚やストレス発散のような即時的なものに留まらず、「尊敬」の対象となること、相手からの「反

応・承認」を求めること、「応援・励まし」を受けることによって、身近にいる人物と同じように恒常的にもたらされていた。さらにこの影響の受けやすさには個人差も示唆された。身近にいる人物のほうが影響が大きいと指摘した人がいる一方で、「心の支えとなる人」を回答するように求めたときに、実在の人物ではなく漫画・アニメの登場人物を挙げた人もいた。

有名人や創作物の登場人物がコンテンツを通じて発するメッセージは、対象からの一方向に限定されており相互にやりとりをすることができない（難しい）こと、そして自分だけでなく不特定多数に向けられていることが、家族や友人から受け取るメッセージとは大きく異なっている。身近にいる人物からのメッセージは、相手の置かれている時と状況に応じてチューニングされて発せられる。そのような個性の高いメッセージだからこそ、困難に直面した状況であればソーシャル・サポートとしての機能を発揮できると考えられる。有名人や創作物の登場人物の不特定多数に向けられたメッセージ（音楽の歌詞や作品の中の言葉）は、タイミングよく与えられることは稀であり、以前からそこに存在していたという性質のものである。このため、自分が必要とするときに自分で気づき、発見し、選択することが不可欠となる。

このような行為は自己制御行動の一つと考えることができる。伊藤・衛藤（印刷中）が調査した、コンテンツを提供する有名人や創作物の登場人物を心の支えとして努力することは、自分で自分自身のモチベーションの回復ないし高揚を図ろうとする試みと捉えられる。このような試みや用いられる方法は、学習に対する動機づけの研究領域では「動機づけ調整」として研究されている。初期の研究では、勉強するときにモチベーションが失われるような事態を想像させ、改めて自分を動機づけるためにやっていることを記述させることで、動機づけ調整の具体的な方法を収集した（Wolters, 1998）。学業場面以外にも、例えば部活動やサークル活動、アルバイト、日々の雑務、人間関係の構築、就職活動など、障壁や困難に直面してもモチベーションを維持し努力を続けていかなければならない状

況は多い。しかしこのような日常生活でなされる動機づけ調整はほとんど研究されていない。

本研究では、明確な言語的なメッセージとして、小説や漫画、アニメといった創作物の登場人物の言葉に着目する。このような言葉は、障壁や困難に直面した際にモチベーションを回復ないし高揚させる動機づけ調整の役割を果たしていると捉える。モチベーションを高める言葉を収集し、その言葉に出会うに至った状況、言葉によって生じた変化、言葉が影響を与えた理由について、事例を記述しながら整理する。そうすることによって日常生活でなされている動機づけ調整の一端を明らかにすることを目指す。

## 方 法

### 研究協力者

研究への参加に同意した、東京都内の A 大学の学生 110 名、および神奈川県内の B 大学の学生 87 名の計 197 名が研究参加者となった。いずれも動機づけに関する心理学の授業を受講していた。

### 研究手続き

2014 年度の心理学の授業の課題として「あなたのモチベーション<sup>1)</sup>を高めた、前向きにさせた、勇気づけられた、小説、漫画、アニメなどの登場人物の一言を教えてください」というテーマで 1600 字以内のレポートの提出を求めた。内容にはまず、モチベーションを高めた言葉とその出典、出典となる作品のなかでその言葉が登場する状況を記載するように求めた。これに加えて「上記の表現が自分自身を変えてくれた時の自分の状況、その表現に出会ってその時自分がどのように変化したか、今振り返

---

1) 実際の調査では「モチベーション」と記述したが、本論文では「モチベーション」に統一した。

大学生のモチベーションを高める創作物の登場人物の言葉（伊藤）

ってなぜその表現が自分にとって重要だったか、影響を与えたと思うかを教えて下さい」という説明の下で、①自分の状況、②自分に生じた変化、③影響を受けた理由、を含めるように求めた。

最後に記載された内容について、①授業内で紹介してもよいか、および②授業担当者（本論文の著者）の研究で利用してもよいか、を確認した。A大学の学生10名とB大学の学生6名から研究での利用の同意が得られなかったため、本研究の分析から除外した。

## 結 果

### モチベーションを高めた言葉の出典

課題文のなかでは「小説、漫画、アニメなどの登場人物の一言」と記述していたが、提出されたモチベーションを高めた言葉の出典は多岐に渡っていた。その分類をTable1に示す。漫画とアニメはいずれも2次元で表される作中の登場人物であり、漫画を原作にアニメが作られていることも多く、実際に1つの言葉が漫画とアニメそれぞれで引用できることを示すレポートもあったことから、1つのカテゴリーにまとめた。映画とドラマはある役割を演じている俳優が発している言葉として1つのカテゴリーにまとめた。人物伝と名言集はいずれも実在の人物が発した言葉を第三者が紹介していることが共通しているため1つのカテゴリーとした。また自伝、エッセイ、自己啓発、スピリチュアルは、いずれも実在の人物が自分自身の体験や考えに基づいて表現した言葉として1つのカテゴリーにまとめた。

収集された言葉の出典として多かったのは漫画・アニメ（43%）、小説（18%）、歌詞（16%）であり、その後、エッセイ他（11%）、映画・ドラマ（5%）、人物伝・名言集（3%）の順となっていた。課題文では「小説、漫画、アニメなどの登場人物の一言」というように、物語の架空の人物の言葉を想定していたが、提出された言葉には、「エッセイ・自伝・自己啓

発・スピリチュアル」や「人物伝・名言集」の категорияに含まれる、実在の人物が自分の考えを伝える言葉も少なからず取り上げられていた。ただし直接に相互のやりとりができる相手の言葉ではないこと、また自分だけでない不特定多数に向けられた言葉であることは他の категорияと共通していると考えて、いずれも今回の分析に含めた。

Table1 モチベーションを高めた言葉の出典

	収集された言葉の出典	分析に用いた言葉の出典
漫画・アニメ	84	72
小説	35	29
歌詞	32	28
エッセイ・自伝・自己啓発・スピリチュアル	22	14
映画・ドラマ	10	10
人物伝・名言集	6	5
ゲーム	2	1
絵本	1	1
インタビュー（映像）	1	1
ライブDVD	1	1
コミック・アニメ研究	1	0
雑誌記事	1	0
聖書	1	1
計	197	163

課題文に「1600字以内」という字数制限を設定したことから、1600字を目処に詳細に記述する研究協力者と比較的簡潔に記述をする研究協力者の間で、全体の字数にばらつきが見られた。またレポート内で、モチベーションを高めた言葉、その出典、作品のなかでその言葉が登場する状況、自分の状況・変化の仕方・影響を受けた理由、について細かく分けて記述することを求めなかったため、それぞれの記述量にもばらつきが見られたり、明確に区別されずまとめて記述されることが大変多かった。

197名の自分の状況・変化の仕方・影響を受けた理由の記述の字数は平均645.8字、標準偏差は253.9字であった。今回は200字に満たない7名のレポート（データ）を、分析に必要な内容が含まれていないと考えて、

分析から除外した。また自分の状況・変化の仕方・影響を受けた理由を明確に記載していなかったり、焦点がずれた記述をしている19名のレポート（データ）を分析から除外した。例として、出典である作品の良さ、言葉を発したミュージシャンや芸能人の素晴らしさを記述することに終始しているものなどが除外された。さらに今回の研究目的である、モチベーションの回復ないし高揚という変化とは直接関係しないと考えられる、働き方、人の動かし方、普段の意識の仕方などに関する自己啓発的な言葉を取り上げた8名のレポート（データ）を分析から除外した。最終的に34名分のレポート（データ）を除外して、163名分のデータを分析の対象とした。除外後の出典はTable1に示すとおりであった。

#### モチベーションを高めた言葉を発した人物

提出された漫画・アニメ、小説、映画・ドラマの登場人物の言葉について、レポート内に記載された「出典となる作品のなかでその言葉が登場する状況」で説明されている当該人物の役柄により3つに分類した。1つ目は物語の主人公としての役柄である。これには当該作品自体の主人公に限らず、言葉が発せられる際の物語では中心人物として記述されていたり、チームスポーツの物語でメンバーの一人一人に焦点が当てられるような場合も含めた。典型的に主人公は、努力の過程でなんらかの困難に直面している姿として描かれていた。43作品がこれに該当した。2つ目は主人公を助けたりアドバイスを与える、主人公にとってのメンターとしての役柄である。困難に直面している主人公に対して向けられる言葉が取り上げられていた。今回取り上げられた作品のなかには、主人公がメンター役の人物として描かれ、周囲の人間に影響を与えていくという物語も含まれており、その場合には主人公であってもこちらに含めることにした。58作品がこれに該当した。3つ目は魅力的であったり特徴的な脇役として描かれていた登場人物である。13作品がこれに該当した。Table2には上記の3つの分類に該当する作品とモチベーションを高めた言葉の一部を示す。メン

ター役柄としては、『ドラえもん』のび太に対するドラえもんや『SLAM DUNK』の三井寿に対する安西先生が挙げられる。

Table2 モチベーションを高めた言葉とその作品の例（登場人物の役柄ごと）

役柄	作者・監督	作品	モチベーションを高めた言葉
主人公	宮崎駿	魔女の宅急便	落ち込むこともあるけれど、私この街が好きです
	井上雄彦	SLAM DUNK	オヤジの栄光時代はいつだよ・・・全日本のときか？ オレは・・・オレは今なんだよ!!
	福地翼	うえきの法則	大好きなコトなら・・・努力って言うな!
	小山宙哉	宇宙兄弟	俺の敵は大体俺です
	諫山創	進撃の巨人	戦え!! 戦うんだよ!! 勝てなきゃ死ぬ.. ...勝てば生きる...戦わなければ勝てない
メンター	藤子・F・不二雄	ドラえもん	毎日の小さな努力の積み重ねが、歴史を作っていくんだよ!!
	福本伸行	天和通りの快男児～天～	いいじゃないか! 三流で。熱い三流なら上等よ。
	サン＝テグジュペリ	星の王子さま	いちばん大切なものは、目には見えない
	井上雄彦	SLAM DUNK	あきらめたらそこで試合終了だよ 努力した者が全て報われるとは限らん。しかし! 成功した者は皆すべからく努力してやる!
脇役	森川ジョージ	はじめの一步	
	荒木飛呂彦	ジョジョの奇妙な冒険	『覚悟』とは! 暗闇の荒野に!! 進むべき道を切り開くことだッ!!
	伊坂幸太郎	砂漠	その気になればね、砂漠に雪を降らすことだって、余裕でできるんですよ
	石田敦子	球場ラヴァーズ	ここは堂々と他人を応援できる場所なの!

### 作品と言葉を知ったきっかけ

163名中35名(21%)が、その言葉に出会ってから問題や困難に直面するたびに思い出すことを明確に記述していた。それ以外で18名(11%)が、その言葉を以前に知っていたが問題や困難に直面したときに改めて思い出したり読み返したりしたと記述していた。偶然に出会った、あるいは他者から紹介された様子を記述した研究協力者が多いものの(89名)、自分で探したと記述した6名を加えると、少なくとも全体の40%程度が作品中の言葉を用いて意図的、意識的に動機づけ調整を行っていた<sup>2)</sup>。

2) 15名はきっかけについて明確に記述していなかった。

### 言葉がモチベーションを高めた際の状況・変化・理由

レポートの記述をその内容に従って、提出された言葉がモチベーションを高めたときの①状況、②自分に生じた変化、③影響を受けた理由、とそれ以外の記述に弁別した。基本的に文単位で抽出したが、1つの文に状況と変化の記述が混在しているような場合には、文の途中で分けた。

KH Coder 3.Beta.06（樋口，2020；樋口，2022）を用いて各内容に該当する記述（状況：158名；変化：163名；理由91名）<sup>3)</sup> に対してテキストマイニングによる分析を行った。

①状況、②変化、③理由の記述ごとに抽出語を頻度上位100語までリストアップし、分析に使用する語について検討した。まず各記述の特徴を明らかにするために除いたほうがよいと考えられる一般的な語について検討した。状況の記述では、「自分」（158名の記述で180語使用されていた；以下も同様）、「思う」（75語）、「考える」（52語）、「時期」（45語）、「当時」（43語）、「本」（32語）、「曲」（18語）、「漫画」（14語）、「年」（14語）、「時代」（11語）の10語、変化の記述では、「自分」（286語）、「思う」（149語）、「言葉」（106語）、「今」（77語）、「考える」（74語）の5語、理由の記述では、「自分」（151語）、「思う」（83語）、「言葉」（65語）、「振り返る」（18語）、「表現」（18語）、「重要」（17語）、「理由」（12語）の7語、を抽出語から除いた。次にKH Coderで品詞として「副詞」（「特に」、「初めて」、「常に」など）および「副詞可能」（「今」、「当時」、「場合」など）と分類される語を分析対象から除いた（理由の分析の際は「人名」（「のび太」など）も分析対象から除いた）。また強制的に抽出する語として、状況の記述では「部活動」と「就職活動」、変化の記述では「結果」を設定した。また状況、変化、理由のすべての分析において、「やる気」と「モチベーション」を「やる気」に、「重なる」と「重ね合う」を「重ねる」に、「部活動」と「部活」を「部活動」に、「台詞」と「セリ

---

3) 状況および理由の記述を抽出できなかったレポート（データ）は欠損値として扱った。



フ」を「台詞」に、「友達」と「友人」と「友だち」の3語を「友だち」に、同義語として統一する処理を行った。

以上の手続きの後、改めて語を抽出した。記述で用いた人数が多い上位30位までの語を Table3 に示した。そして状況と変化については10語以上、理由については対象となるデータ数が少なかったため5語以上出現している語を用いて、研究協力者を集計単位とした上位80の共起関係に基づいて共起ネットワークを描いた (Figure1-Figure3)。認められたグループの語を含む記述例を Table4 から Table6 に示した。

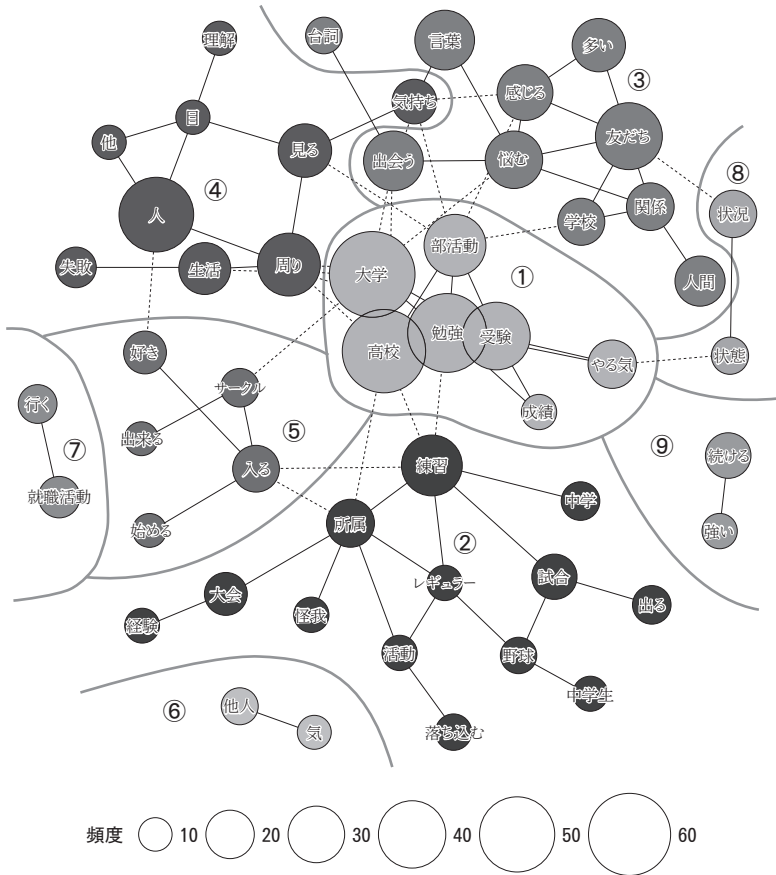
Table3 状況・理由・変化の記述で抽出された語（使用者数上位 30 位まで）

状況			変化			理由		
抽出語	人数	グループ	抽出語	人数	グループ	抽出語	人数	グループ
大学	44	①	気持ち	39	①	影響	23	①
高校	37	①	人	38	③	自身	20	①
読む	32		読む	38	②	状況	18	①
出会う	30	③	感じる	37	①	言う	16	①
勉強	30	①	出会う	34	③	人	16	②
友だち	30	③	結果	33	①	考える	14	④
受験	28	①	生きる	29	③	やる気	13	①
周り	27	④	頑張る	27	②	感じる	13	③
感じる	26	③	思える	27	③	重なる	12	①
言葉	26	③	前向き	27	①	強い	11	③
人	25	④	持つ	26	①	受ける	11	⑤
悩む	25	③	言う	25		心	11	⑤
部活動	22	①	勉強	25	②	一言	10	
見る	21	④	自身	22	③	台詞	10	①
生活	21	④	曲	21	④	与える	10	③
多い	21	③	見る	21	④	感情	9	①
やる気	20	①	思い出す	20	③	見る	9	④
所属	20	②	努力	20	①	前向き	9	②
状況	20	⑧	人生	19	⑥	歌詞	8	②
自身	19		聞く	19	④	共感	8	②
練習	19	②	強い	18	③	似る	8	①
学校	17	③	大切	18	③	主人公	8	③
入る	16	⑤	状況	17	①	生きる	8	②
気持ち	15	④	心	17	⑤	大きい	8	
人間	15	③	勇気	17	⑦	読む	8	
努力	15		行動	16	⑦	頑張る	7	②
関係	14	③	友だち	16	⑦	気持ち	7	③
不安	13		自信	15	①	響く	7	⑤
高校生	12		出来る	15	⑨	曲	7	③
就職活動	12	⑦	練習	15	①	作品	7	①
落ち込む	12	②				残る	7	⑤
						選ぶ	7	③
						努力	7	③
						悩む	7	⑤
						部分	7	⑤
						分かる	7	

注 1) グループの番号は Figure1-Figure3 で示されたグループの番号に対応する。

注 2) 理由の「台詞」の人数には「セリフ」は含まれていない。

Figure1 状況の抽出語の共起ネットワーク



当時の状況 Figure1からは、比較的多くの語を含む5つのグループ（①～⑤）と2語から成る4つのグループ（⑥～⑨）が認められた。各グループの状況を表す語とその状況における困難を表すと予想される否定的な意味の語に着目しながら解釈を進めた。①のグループには使用者数の多い「大学」、「高校」、「勉強」、「受験」、「部活動」が含まれる。「勉強」と「受験」が含まれる記述を確認すると、そのほとんどが受験勉強における困難とモチベーションの低下について言及していた。「部活動」もこの

グループに含まれたが、これは、部活動を続けていることで受験勉強に支障をきたしているという記述があるためと考えられる。②のグループには、「練習」、「試合」、「レギュラー」と否定的な意味の語として「怪我」と「落ち込む」が含まれていた。レギュラーになれないことや怪我をしたことが否定的な事象として記述されていたため、部活動における困難とモチベーションの低下はこちらに該当すると解釈できる。③のグループには、使用者数の多い「友だち」と「人間」、「関係」、「学校」といった語と「悩む」という否定的な意味の語が含まれ、友人関係の悩みと解釈できる。④のグループには、使用者数の多い「人」と「周り」、「生活」、「目」、「他」といった語と「失敗」という否定な意味の語が含まれる。「目」と「周り」が含まれる記述を確認すると、他者から否定的に見られることへの懸念について言及していた。また、「他人」と「気」の2つで形成される⑥のグループにも同様の記述が含まれていた。さらに④と⑥には他者と比較した劣等感に対応する否定的な経験も含まれていた。⑦のグループでは「就職活動」における困難がほとんどを占めていた。

Table4 状況に関する記述の各グループで選択された語を含む例

グループ	記述例
①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・私がこの漫画を初めて読んだのは、中学校3年生の時でした。ちょうど高校受験の時期で、塾の先生に勧められて呼んだ漫画です。当時、中学生だった私は自分が何のために勉強しているのか、どうして高校に行きたいかも考えず、ただ周りと同じように高校受験のための勉強を嫌々していました。</li> <li>・筆者が高校3年生で、これから受験勉強をしていかなければならないという時期、私は「ちゃんと合格することができるのだろうか。失敗したらどうすればよいのだろうか。」と考えており、また勉強しなければならぬことはわかっていたが、どうにもやる気が出ない、という状態であった。</li> <li>・自分がこのメッセージにであったのは、大学受験に失敗し浪人していたころ。勉強に疲れ、日々の生活に嫌気がさし、浪人もあと半分ほどになり心が折れがちだが大事な時期に、少し勉強に疲れて気持ちが萎えているときだった。</li> </ul>
②	<ul style="list-style-type: none"> <li>・副主将は務めたものの、レギュラーには定着できず、試合に出たり出なかつたりを繰り返していた。チームに必要とされていない気もしてきて、辞めてしまおうかと何度も思うことがあった。今までは、試合でどう活躍するかを考えていたが、このときはどうやって試合に出るかを考えており、これほど野球で悩んだことはなかった。こうして、レギュラーには定着できないまま、最後の夏を迎えた。そのようなときに、このセリフに出会った。</li> <li>・当時の自分はサッカー部に所属していてレギュラーだったものの、レギュラーから外されて、ふてくされていた。また、自分がなんでサッカーをしているのか分からなくなり、練習もまじめにやらず、レギュラーになることから遠ざかるという悪循環にはまってしまっていた。</li> <li>・高校でクラブ活動に所属していて、大事な大会を控えているときに怪我で離脱することになり</li> </ul>

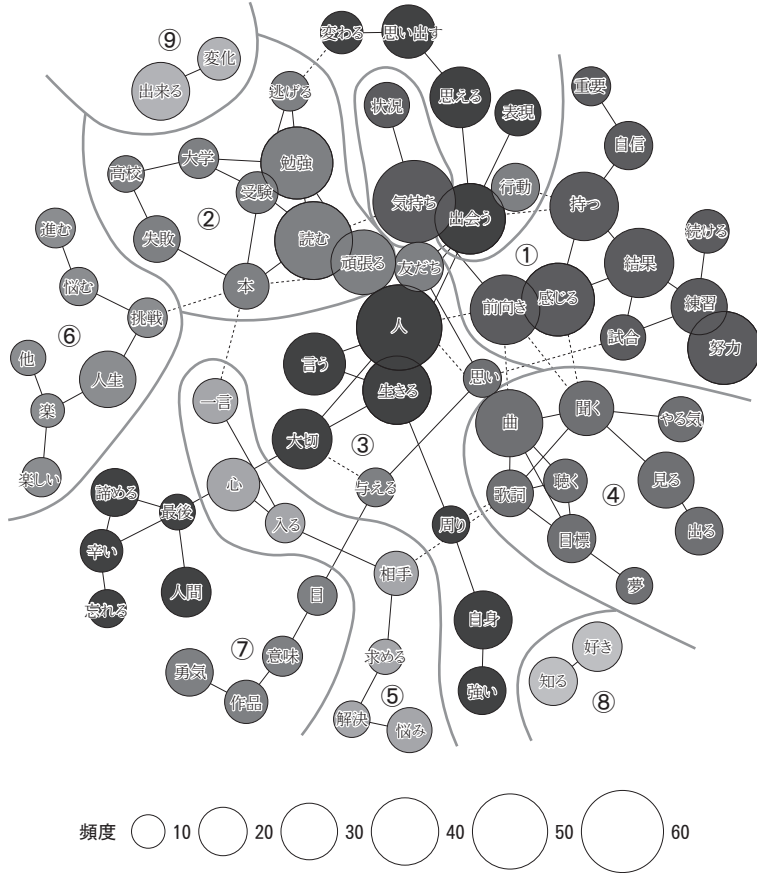
大学生のモチベーションを高める創作物の登場人物の言葉（伊藤）

	<p>ました。その時、自分は3年生でレギュラーだったので周りにとても迷惑をかけてしまったなと思いつつも落ち込んでいました。</p>
③	<p>・この曲に元気づけられたのは、就職活動の真最中で面接も始まっている頃でした。緊張が続いている中、プライベートでも人間関係でうまくいかずじめられているような状態になりました。親しいと思っていた人からの心無い言葉や態度を浴び、さらに私が今まで努力して築き上げてきたものも水の泡となったのだと精神的に追い詰められていました。</p> <p>・この本を読んだ時の私は、ちょうど新しい環境になって、新しい人間関係を築く必要があったときだった。今まで親しかった人たちと異なる環境で生活しなければならなくなって、今までの関係を保てるのかも心配だった。新たに友達を作るといっても、誰にも自分を見せたくなく、誰も自分のことを理解してくれる人がいないんじゃないかという漠然とした不安を抱えていた。</p> <p>・その頃私は学校での友人関係に少しばかり悩んでいました。友人にとって自分とは何なのだろうとよく考えている時期でした。彼らにとって自分は学校に休まずに来て、授業にちゃんと出ていて、テスト前にノートを見せてくれるだけの便利な存在に思われているような気がしてならなくて、気持ちが落ち込んでいました。</p>
④	<p>・当時高校生であった私は、周りとの価値観の違いに悩んでおり、「もっと個性的な生き方したい」と考えるようになりました。自分らしさを出す周囲から冷ややかな目で見られると思うようになり、自分自身が理解できなくなっていた時だった。</p> <p>・これを読んだときの私は、自分のこれからやりたいことを考えてどうしたらいいのか、自分が本当は何をしたいのか分からなくなっていて、他の人たちとの人間関係の中で、自分のしたいことをするのに、他の人の目が気になって自分の考えが他人に左右されていて、自分が空っぽになったように感じていたときでした。</p> <p>・私は周りの評価を一番に生活をしている。だから周りの評価を下げないようにしているため、言いたいことも言えず、本当の自分を知る者は少ない。失敗をしてしまうことも周りの自分に対する評価を下げてしまうので失敗に対してとても恐れており、新しいことから避けている。</p> <p>・私は当時自分に自信が持てず、周り自分と比較しては自分は劣っているなど感じていました。</p>
⑥	<p>・人は誰でも「嫌われたくない」「他人からどう思われているか」ということを気にするものであるが、私自身その傾向が特に強く、人からの視線、評価を常に気にしていた。講義中など人が大勢集まる場所では人の視線を病的なほど恐れ、友人との会話でも自分の発言が相手にどのような印象を与えようのかということに常に意識し、自分の思っていることの半分も言えないという状況にあった。他人から「変な人」と思われなくなかったのである。</p> <p>・他人にどうみられるかは結果を出すしかなく、けれどその結果を出せる人間は多かれ少なかれ見た目や才能が元々他人より優れているものだ。当時の私は感じていた。努力したという事は所詮自己満足に過ぎないものであり、大した価値はないとさえ考えていた。</p>
⑦	<p>・就職活動は、自分との戦いと言っても過言ではありませんでした。最終面接までは進むことができるのですが、最終面接で何回も落ちてしまい、内定がもらえず、心が折れていた状況でした。</p> <p>・大学3～4年の就職活動中、自分のやりたいことがなかなか見つからずに悩んでいた時期、何の気無しにビデオテープを漁っていたところ子供のころに見ていた同作品を発見し、主人公のこの言葉を聞いた。</p>

注) 下線部は各グループに含まれる語。

言葉による変化 Figure2 からは、比較的多くの語を含む7つのグループと2語から成る2つのグループが認められた。各グループに含まれる肯定的な意味の語に着目しながら解釈を進めた。①のグループには、使用者数の多い「前向き」と「自信」という肯定的な意味の語と、「練習」、「努力」、「結果」などが含まれている。前向きな気持ちになり自信が生まれる

Figure2 変化の抽出語の共起ネットワーク



注) ③と⑦のグループは重なっているために曲線で分けられていない。⑦のグループは「勇気」―「作品」―「意味」―「目」―「与える」―「思い」―「友だち」―「行動」と結びついてつながっている。

という変化と解釈できる。個別に確認すると「前向き」で23例、「自信」で9例が上記の解釈に合致する記述であった。②のグループには、「頑張る」と共に「勉強」、「受験」が含まれていた。「頑張る」を含む記述を確認すると、勉強に限らず部活動などに対する努力の回復と解釈できる16例が認められた。③のグループには、比較的使用者数の多い「大切」とい

う肯定的な意味の語と「生きる」、「人」などが含まれている。「大切」を含む記述は、「大切さを知る」、「大切さを学ぶ」、「大切さを教わる」などの表現でそのすべてが肯定的な認識の変化と解釈できた。④のグループには、「目標」と「夢」という肯定的な意味の語が含まれている。高い目標と夢に対する意識と解釈できる記述がそれぞれ6例と1例認められた。⑤のグループには、「悩み」と「解決」が含まれている。ただし「解決」を含む記述を確認しても、悩みが解消されたという肯定的な変化の内容は1例も認められなかった。⑥のグループには、「楽しい」、「楽」という肯定的な意味の語が「人生」などと共に含まれており、心が楽になったり楽しんだりできるようになるという変化と解釈できる。個別に確認すると「楽しい」と「楽」でそれぞれ5例ずつ上記の解釈に合致する内容が認められた。⑦のグループには、比較的使用者数の高い「勇氣」という肯定的な意味の語が含まれている。この語を含む記述を確認するとそのほとんど（15例）で「勇氣をもらう／与えられる」という影響を記していた。⑧のグループは肯定的な意味をもつ「好き」と「知る」のみから成る。「好き」を含む記述を確認するとそのほとんどが好きという気持ちを思い出すことを記していた。⑨のグループは「変化」と「出来る」のみから成る。「変化」はこの分析のテーマであったが直接この語を用いた記述は少なかった。その内容は気持ち、態度、考え、自分の「変化」と表現されており、これまでの例と重複するため Table 5 には挙げていない。

Table5 変化に関する記述の各グループで選択された語を含む例

グループ	記述例
①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・そんな時にこの曲を聴き、人生にはなかなか上手くいかないこともあるけれど、前に進まなければ、何も始まらないんだ、まだまだ頑張ろうという前向きな気持ちになれました。</li> <li>・この歌はいつまでも引きずっていた筆者を「引きずるのもわかるけど、仕方ないことだ。そろそろ次いこうや。」と前向きな気分に諭してくれた。(中略)この歌詞が自分の思いを断ち切って、前向きな諦めを与えてくれた。</li> <li>・この表現によって自分の過去を否定することをやめることができた上に、自信をつけることができたので、この表現は自分にとって、とても重要な言葉である。</li> <li>・現在でもなにか考えることが多く重い気分になったとき、この言葉を一度思い浮かべ、根拠のない自信に身を預け前向きに気持ちを切り替えます。</li> </ul>
②	<ul style="list-style-type: none"> <li>・この名言集には他の名言もたくさん載っていましたが、特にこの言葉が心に響いて、なんと</li> </ul>

大学生のモチベーションを高める創作物の登場人物の言葉（伊藤）

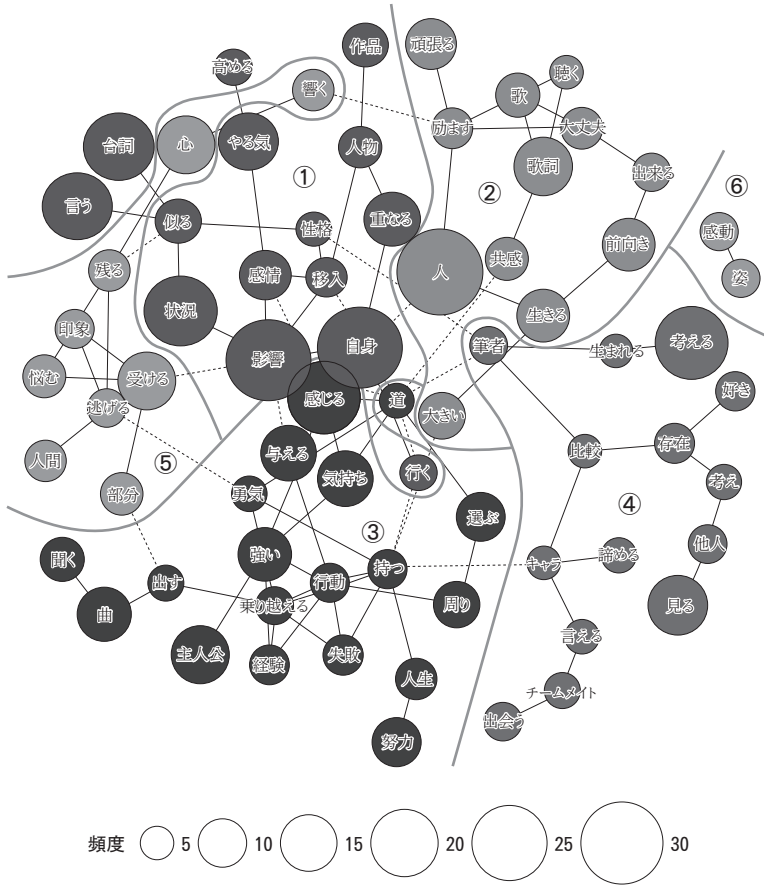
	<p>くだけれど、勉強にもやる気が出たり、部活でもいつもより<u>頑張ろう</u>という気になりました。</p> <p>・いつも通りつらかった帰り道に、自転車に乗りながらこの曲を口ずさむとなぜか気持ちが晴れて、<u>頑張ろう</u>という気持になることができました。</p>
③	<p>・そんな中同じ時を一緒に過ごしてくれる仲間や家族を大切にし、目標に向かってまた前向きに<u>生きよう</u>という気持ちが<u>大切</u>であるということがこの曲に教わった。</p> <p>・周りから自分がどう判断されようと、自分の意見、自己というものを、誰よりもまず自分自身が尊重し<u>大切</u>にしようと、この名言は思わせてくれる。</p> <p>・今まではただのいい曲だと聞いていたこの曲が夢にむかって努力することのかっこよさ、<u>大切</u>さを教えてくれた私の心境に大きく変化を与えてくれました。</p>
④	<p>・そんな時、この曲の『高ければ高い壁の方が登ったとき気持ちいいもん』という歌詞を聞いて、どうせ頑張るなら高い目標にむけて<u>頑張ろう</u>、とモチベーションを取り戻すことができました。</p> <p>・つくしのように、そして、自分には届かなかった夢を叶えた人たちのように、私は命をかけて、この四年間、資格、単位取得、就職活動、自分の夢の実現のために生きていきたいと、つくしの一言に出会って、思えるようになったのである。</p>
⑥	<p>・次第に<u>楽し</u>もうと思わなくても練習が<u>楽しく</u>感じるようになった。</p> <p>・前向きに学校に行くことができ、そのうちクラスに馴染み、とても<u>楽しく</u>過ごすことができた。</p> <p>・そのため何か一つでも勝てればいいと考えることでかなり気が<u>楽</u>になった。</p> <p>・そのような状況のときにこの一言に出会ったことで、焦りや負い気が軽くなって気持ちが<u>楽</u>になりました。</p>
⑦	<p>・この言葉のおかげで、私はきちんと話し合う場を設けなければと思い、<u>勇気</u>を出して一歩を踏み出すことができた。</p> <p>・このような節目に、何もせずにただ楽な方に向かうのではなく、“挑戦する”ということに対し、背中を押して、<u>勇気</u>を与えてくれるような言葉でした。</p>
⑧	<p>・そしてこの言葉を読んだときに、通い始める前のことを思い出した。<u>好き</u>だから勉強しているという気持ち。</p> <p>・音楽が<u>好き</u>で吹奏楽部に入ったことをこの言葉で思い出した。</p>

注) 下線部は各グループに含まれる語。

モチベーションが高まった理由 Figure3 からは、比較的多くの語を含む5つのグループと2語から成る1つのグループが認められた。各グループでモチベーションを高める要因と考えられうる語に着目しながら解釈を進めた。①のグループには、「自身」、「作品」、「人物」と「重なる」、「感情」と「移入」、「性格」と「状況」と「似る」といった語がまとまっている。これらの語を含む記述より、作品中の登場人物や状況が自分と似ていることから、自分自身を重ね合わせて、感情移入することで影響を受けたと説明されていることがわかる。②のグループには、「歌詞」と「共感」に加えて、「前向き」、「生きる」、「励ます」、「頑張る」といった語が含まれており、共感が媒介して前向きになり励まされたと説明されている。この共感も「当時の自分に当てはまる内容だったので共感し」(Table6)



Figure3 理由の抽出語の共起ネットワーク



とあるように歌詞や言葉の表す内容が自分に当てはまることで生じるという点では、①のグループの影響の説明に近いと考えられる。③のグループには、「勇氣」、「与える」、「強い」、「気持ち」といった語が含まれる。曲や物語の主人公に勇氣をもらって「失敗」を「乗り越える」ように行動が促されたと説明される。Table6の記述例では「自分を・・・主人公に重ね合わせて」と記述されているが、強い魅力的な主人公と同一視して励まされるという点で①のグループの説明とは異なっている。④のグループで

は、「筆者」が「キャラ」、「存在」、「好き」と「比較」をはさんで結びついている。これらの語を含む記述を確認すると、物語中のキャラクターや好きな人物を自分と比較し憧れの存在として自身のモチベーションを高めていると説明されている。⑤のグループには、「心」、「響く」、「残る」、「印象」といった語が含まれている。何らかの理由で言葉が心に響いたり印象を残したと予想される。特に Table6 の記述例で「本当はもっと人と深くかかわりたいと心のどこかで思っていたから」というように、「心のどこか」という半意識的な欲求や気づきが影響を後押ししたように説明されている。最後の⑥のグループは「感動」と「姿」のみから成り、言葉ないしそれを発した人物の姿に感動したという説明である。これらの語を含む記述を確認すると、登場人物が必死に努力して困難を乗り越えようとしている姿に感動し自分も努力することを「義務感のよう」に動機づけられるという説明がなされているものが複数見受けられた。これは④の内容に近いものの、近づきたいとする理想の対象が相手の優れた性格ではなく努力する姿そのものにあるという点で異なっていると解釈できる。

Table6 理由に関する記述の各グループで選択された語を含む例

グループ	記述例
①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・この表現が私に影響を与えることができたのは、登場人物の紀紗が自分に自信がなく、そんな自分を好きになれないという点が当時の私の心情とよく似ており感情移入しやすかったからだ。</li> <li>・思うに、キャラクター（筆者の場合だとのび太）に対し感情移入し、言葉を受け入れやすくなったのだろう。漫画のキャラクターであるため実在はしないが、のび太の怠けがちな性格が自分と似ていることで親近感がわいたのである。</li> <li>・当時の自分はそのような自分を、全てを失った主人公に重ね合わせてこの小説を読んでいたのだと思う。そして見事その困難を乗り越え、新たな人生を手に入れた主人公がとても強く、かっよく見えたのだと思う。</li> </ul>
②	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テロップで流れる歌詞が、当時の自分に当てはまる内容だったので共感し、見入ってしまった。</li> <li>・そんなときにこの言葉を読んで、私は今の自分を客観的に評価されているようで、また的確に批判されているようでとても感動してしまっし、納得したのだ。それに加え、取り返しのつかない失敗をして落ち込み、泣き、苦悩しながらこの言葉を絞り出すように言う主人公の状況にとても共感して泣いてしまった。</li> </ul>
③	<ul style="list-style-type: none"> <li>・この主人公やその仲間たちの潔いまでの勇気のまっすぐさとひたむきさに胸を打たれることが多くある。（中略）対して主人公たちは、人間の弱さや愚かさも全て逃げずに受け入れた、真に勇気のある者たちである。この主人公たちの勇気そのものが、私のモチベーションにつながっている。</li> <li>・当時の自分はそのような自分を、全てを失った主人公に重ね合わせてこの小説を読んでいたのだと思う。そして見事その困難を乗り越え、新たな人生を手に入れた主人公がとても強く、かっ</li> </ul>

大学生のモチベーションを高める創作物の登場人物の言葉（伊藤）

	<p>こよく見えたのだと思う。</p>
④	<ul style="list-style-type: none"> <li>・それと同時に、変に執着して固く柔軟性がない自分と、一方でとてもあっさりとしていて柔軟性のあるウルトラとを比較して、「自分も彼女のような軽やかな思考が持てる人間になりたい」という“憧れ”も存在していただろうと思います。</li> <li>・それだけでなく、自分がただ単に“アカギ”のファンであり、憧れのような存在であるということも大きく影響されている理由だと思います。</li> <li>・また、私は浅田真央選手のことがとても好きで尊敬していました。自分にとって偉大な存在の人の言葉だった事も大きな要因です。</li> </ul>
⑤	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当時この言葉が凄まじく私の胸に刺さったのは、おそらく心のどこかで、「このままでは後々後悔するのではないか」という不安があったからだと思う。部活を辞めてこのまま何をして高校生活をすればいいのか分からないという先の見えない怖さを、無理やり覆い隠していたのが当時の自分であった。本当はこのままではだめだという事実に、心のどこかでは気づいていたのだと思う。</li> <li>・しかし自ら方法を模索しそれを実践する主人公の積極的で行動力のある生き方にとっても感銘を受け、この言葉にとっても心を動かされた。心のどこかで未練を残したままやめたサッカーを諦め、ほかのことに打ち込むということにパラドックスを持っていたのだと思う。</li> <li>・また、当時、自分の中で、強がる気持ち、今まで人づきあいで嫌だったことや疲れたことなどで人と接することに臆病になってしまっていたが、本当はもっと人と深くかかわりたいと心のどこかで思っていたから、この言葉が心に響いたのだと思う。</li> </ul>
⑥	<ul style="list-style-type: none"> <li>・そんな桜木花道がインターハイの主力メンバーとして出場するに至るまで成長し、怪我をしてもそれでも自分のできることをしようという彼の前向きで頑張っている姿に、自分ももっと頑張らなくてはと思ったのである。ゆえに、1つ目の理由には、逆境にも負けずに頑張る桜木に感動し、私も桜木を見習わなくてはいけないという一種の義務感のようなものをこのセリフから感じたからということが挙げられる。</li> <li>・当時私は、自分の状況を少女の困難に立ち向かう姿に照らし合わせ、自分も負けられないという感情を支えにして自己を高めていた。このドラマの場合は生きることに懸命な人からの言葉を受けて生まれた感情によってモチベーションを上げられたが、例えば自分の趣味に懸命な人、勉強に懸命な人などの言葉からも影響を大きく受けるのではないだろうか。</li> <li>・このドラマは実話に基づいているという事もあり、あまりドラマや映画で感動しない私であったが、本当に、心から感動し、何に対してもやる気を出させてくれた。小さな壁を乗り越えられない私に、乗り越えるきっかけをくれた。</li> </ul>

注) 下線部は各グループに含まれる語。

## 考 察

本研究では、有名人や小説、漫画、アニメなどの創作物の登場人物の言葉を意識したり思い出して、モチベーションを回復させたり高めようとする動機づけ調整法が大学生に広く認められることを確認した。言葉を発していたのは、(1) 漫画・アニメ、小説・絵本の登場人物、(2) 映画・ドラマの登場人物、(3) 歌詞を歌うアーティスト、(4) エッセイや人物伝の著者であった。いずれも家族や友人といった身近な他者ではない。その言

葉は双方向的なやりとりのなかで生まれたものではなく一方向であるという点、また自分だけに向けられたものではなく不特定多数に向けられているという点で共通している。一方で、言葉を発する人物の実在性という観点では（4）が最も高く、（3）、（2）、（1）と続くと考えられる。（4）と（3）はいずれも実在の人物である。（4）は明確に本人の考えを言語的メッセージとして伝えているのに対して、（3）は歌という創作物を介して間接的に伝えている。一方、（2）と（1）は創作物のなかの架空の登場人物である。（2）は生身の役者が演じているが、（1）は声のみを人間が担当していたり、あるいは実在しない対象である。本研究では（1）の言葉であっても、困難に直面しモチベーションが低下している状況で、動機づけ調整の機能を十分に発揮しうることが明らかにされた。

しかしどのような人物の言葉でもよいというわけではない。（1）に限っては作中の役柄に従って、主人公、メンター、脇役の3つに区別された。主人公あるいはメンターの言葉が動機づけ調整の役割を果たす場合には、主人公の性格や置かれた状況が自分のそれと類似していて、その人物と自分を重ね合わせて、感情移入したり共感したりしていることが説明された。主人公を自分のように考えたり感じたりすることができれば、メンターが主人公に向けて話す言葉は自分に向けられた言葉として影響をもつことになり、主人公が発する言葉は自分が発している言葉となる。これは同一視と呼ばれるプロセスと考えられる。これ以外にも主人公の言葉は、困難に直面しても努力し続ける姿に感動して、自分も努力しなければならないと考えたり、憧れの対象となることで影響をもつことも指摘された。また言葉が動機づけ調整の機能をもった理由として、「心のどこか」に半ば無意識にこうしたいという欲求や本当はこうであるといった気づきが存在していたとする指摘も注目される。

今回の結果について、留意すべき点を確認する。まず上記の言葉の影響はあくまで影響をうけた当事者の内観に基づく自己報告に頼っている。心理学の専門家ではない大学生が「感情移入」や「共感」などの用語で指し

示す内容がどのような心的現象と対応しているかについては慎重に解釈することが求められる。

2つ目として、今回の分析対象が授業のレポート課題であるため、研究参加者が実際以上に言葉の動機づけ調整の機能を誇張して記述している可能性が考えられる。「小説、漫画、アニメなどの登場人物の一言を教えてください」という課題文に対して、そのような創作物の登場人物からの言葉を挙げた参加者は197名中132名（漫画・アニメ84名、小説35名、映画・ドラマ10名、ゲーム2名、絵本1名）、67%に留まっていたが、創作物の登場人物の言葉の実際の影響はこれよりも小さいかもしれない。

3つ目に、言葉による変化として「前向きな気持ちになる」や「勇気をもたらす／与えられる」という内容が解釈されたが、「前向き」と「勇気」はいずれも課題文に含まれていた言葉である。今回の研究では「モチベーションを高めた」という内容が広く解釈され多様な記述が引き出せるように複数の表現を並記した。しかしこの指示文の記述に内容が引きずられた可能性も考えられる。その点で「大切に気づく」、「高い目標を意識する」、「楽しむ」、「楽になる」、「好きという気持ちを思い出す」と解釈された変化については信頼できるものと考えられるかもしれない。

4つ目として、研究協力者の属性の問題を考慮する必要がある。本研究では言葉がモチベーションを高めた状況として就職活動が挙げられることは少なかったが、これは4年生の研究参加者が多くなかったためと考えられる。また中学や高校での受験勉強や部活動でのエピソードが多く挙げられたことや漫画・アニメのなかの言葉が多く取り上げられたことは研究対象者の年齢と関連しているかもしれない。実際、研究参加者の一人は「中学一年生のときは自分が漫画の言葉によって心を動かすことがステータスと思っているような部分があった」と振り返っていた。年齢を上げて同様の調査を実施することによって、日常的に行われている動機づけ調整の様子をさらに明らかにできると期待される。

最後に、今回はKH Coderを用いてテキストを計量的に分析しその内

容の分類を試みた。しかしこれが唯一有効な分類ではない。伊藤（2022）はモチベーションの変化の記述を、知・情・意という3つの心理的側面の変化により媒介されるという前提で分類した。その結果、今回と同じデータは、(1) 行動を促す直接的なモチベーションの変化のみ（74名）、(2) 感情の変化（21名）、(3) 状況認知の変化（26名）、(4) 自己認知の変化（22名）、(5) 対人関係認知の変化（11名）、(6) その他・分類不能（9名）、に分類された。状況認知には、例えば努力に対する考え方や失敗のとらえ方についての記述、自己認知には、自分を許す、自分の可能性を認める、自分に自信をもつ、自分を尊重する、自分を否定することをやめる、といった記述を伴うものが含まれた。こういった側面は今回の計量的分析には明確に表れておらず、質と量双方の観点を維持しながら分析を進めていくことの重要性が示唆される。

## 引用文献

- 樋口耕一（2020）. 社会調査のための計量テキスト分析 [第2版] ——内容分析の継承と発展を目指して—— ナカニシヤ出版
- 樋口耕一・中村康則・周景龍（2022）. 動かして学ぶ！ はじめてのテキストマイニング——フリー・ソフトウェアを用いた自由記述の計量テキスト分析—— ナカニシヤ出版
- 伊藤忠弘（2012）. 努力は自分のためならず 鹿毛雅治（編）モチベーションをまなぶ12の理論——ゼロからわかる「やる気の心理学」入門！—— (pp. 101-134) 金剛出版
- 伊藤忠弘（2022）. 大学生はどのような言葉でモチベーションを高めているか 日本社会心理学会第62回大会発表論文集
- 伊藤忠弘・衛藤悠香（印刷中）. コンテンツを利用した動機づけ調整方略 人文
- Wolters, C. A. (1998). Self-regulated learning and college students' regulation of motivation. *Journal of Educational Psychology*, 90, 224-235.