

勉強うながしホームアプリ「勉強うながしホーム」

2016年、KDDI 総合研究所は、中高生のスマートフォン（以下「スマホ」）の長時間利用問題を改善させ、子どもたちの勉強を支援することを目的に、ホームアプリ「勉強うながしホーム」を開発した。

青少年のスマホの長時間利用の問題について、当時の内閣府の調査によれば、高校生のスマホの平均利用時間は1日2.58時間、10人に1人は5時間以上の利用といった結果が報告されていた。程度を超えた利用は、青少年の学力低下や体調不良、トラブル経験の増加といった事態に陥る可能性があり、その改善が求められていた。そこで、中高生が自律的に適切なスマホの利用を実現させるために、“うながし”という心理的なアプローチを用いたホームアプリケーションを開発した。

「勉強うながしホーム」は、アメリカの経済学者 Thaler と法律学者 Sunstein が提唱する“Nudge”の設計思想をもとに、スマホ利用を物理的に制限することなく、情緒的・客観的に行動変容をうながすコンテンツを表示することで、利用者自らがスマホを適切に利用できるように支援するアプリである。ウェブ／アプリフィルタリングといった従来の手法とは異なり、心理学的なアプローチで中高生に行動変容をうながすよう“Nudge”の設計思想を独自に再設計し、アプリを開発した。

「勉強うながしホーム」は、一般的なホームアプリと異なり、「通常モード」と「勉強モード」の2つのモードを持ち、それらを活用することで、過度なスマホの長時間利用を抑制するとともに、勉強に役立つアプリなどの適切な利用をうながすことを目的とした。

それぞれのモードで、利用したいアプリを登録することができるほか、利用時間により変化する背景画像やウィジェット、100以上のポップアップメッセージ、スマホ利用時間表示などのうながしコンテンツを表示した。「通常モード」では、適切なスマホ利用への気づきを与え、過度な利用を自ら控えるよううながし、「勉強モード」では、勉強に役立つアプリのみを登録しておくことで、スマホが手元にあっても勉強に集中することができた。なお、KDDI 総合研究所は、KDDI と協力し、2016年3月6日に一兵庫県猪名川町で開催された、スマホの安心・安全な使い方に関する高校生らの活動を発表する、第4回猪名川町青少年フォーラム「INAGAWA スマホサミット」において、「勉強うながしホーム」の機能限定版「勉強うながしホーム（猪名川町青少年健全育成推進会議コラボ版）」を提供した。

