



人生をゲームにするアプリ

会員 米谷 尚起 (75期)

「趣味はゲーミフィケーションで、人生をゲームにするアプリを作っています」。飲み会で趣味を聞かれてこう答えると10分は説明で場を独占してしまうので、ワインと筋トレ、たまにサウナと答えるようにしている。しかし、ワインや筋トレと違い、ゲーミフィケーションは毎日行っていることから、私の一番の趣味はゲーミフィケーションであるといえる。

1 ゲームに明け暮れた学生時代

私は根っからのゲーム少年だった。ゼルダの伝説は全作プレイし、日本史の偉人の名前は全く覚えられないのにポケモンの名前、技の威力、命中率の数字は全て完璧に記憶していた。夜型人間なのにテレビが自由に使える朝4時半に起きてゲームをしていたこともあった。ゲームのためならどんな努力も厭わないし、ゲームのためなら複雑な名前や数字もいくらでも覚えられた。

2 ゲーミフィケーションとの出会い

ロースクールに入るも、私の成績は散々だった。勉強が苦痛で長時間でできなかった。3時間勉強すると三蔵法師が頭に輪っかをつけて呪文を唱え始め、5時間勉強しようものなら足を挫いてしまった力士がのしかかっておんぶを要求してくる。これでは司法試験に絶対に受からないと思い、勉強方法の本を読み漁る日々を過ごしていた。

そんなある日、ゲーミフィケーションという心理学の1ジャンルに出会った。ゲームも勉強もやるべきタスクを次々こなしているだけなのに、ゲームは楽しくて勉強は苦痛以外の何物でもない。この違いはなぜ起きるのか、日常生活を少しでもゲームに近づけるにはどうすればいいのかを研究しているのがゲーミフィケーションである。

ゲームと現実世界の違いで一番大きなものは報酬の即時性と勝敗の明確性である。ゲームだと、敵を倒したり村人のお願いを聞いてあげたりすると直ちに効果音が鳴りアイテムやお金がもらえる。一方毎日の勉強が

上手くいったかは不明確で試験に合格するのは何年も先のことであり、仕事ならタスクを完成させてもさせなくとも月末に固定給が振り込まれる。

報酬の即時性と勝敗の明確性を現実世界に取り入れる簡単な方法は、自分へのご褒美とタイムアタックである。to doリストを作り、それぞれのタスクの見込み時間を入力し、達成することに線を引いて消し、時間内に達成出来たら少し多めに自分にポイントを加算する。ポイントが溜まれば、欲しいものが買える。

ゲーミフィケーションで成績が良くなったかは分からないが、嫌だったタスクが楽しく、時には夢中に取り組めるようにさえなり、日々が楽しくなったことは間違いない。

3 アプリの作成

司法試験のときは1つタスクが終わる毎に正の字を書いてポイントを加算し、一日の終わりに集計していたのだが、ポイントの集計等を自動でやってくれるアプリを作ることにした。

今はChat GPTがあるので、プログラミングに詳しくなくてもコードが書ける。この要素も入れよう、あの要素も入れよう、とコードを書き足しているうちに楽しくなり、一通り人生がゲームになるアプリが完成したが、現在もしばしば改良を加えている。周りの人の人生もゲームになったらいいなと思い、YouTubeでひそかに発信してアプリを配布している。宣伝の場でないことは心得ているのでチャンネル名等は記載しないが、興味のある方は探してみてください。

