博士論文の執筆を通して学んだこと

平成22年３月修了生　**古泉　佳代**

2004年４月に連合大学院に入学してから６年間、先生方や仲間に励まされながら研究を続けることができました。博士論文執筆のための苦労や悩みの内容は、３年間で執筆された皆さんと多分同じだと思います。異なるのは、その時間が長かった、ということだけなのではないでしょうか。これから博士論文執筆に取り組む皆さんは、もちろん３年間で執筆することを、おすすめしますが、万が一３年間で修了できなかったとしても、博士論文の執筆をあきらめずに進めるために、少しでも皆さんのお役にたてることを期待して私の経験をまとめたいと思います。

先生や仲間とのコミュニケーションから学ぶこと

自分の研究を最もよく理解してくれているのは、指導の先生だと思います。研究計画書は先生にご指導してもらいながら作成しました。私の場合、ほぼ毎日、研究室で研究を進めることができていたので、その後の研究の進捗状況や、実験結果、測定結果等についても、ある程度まとまった段階で研究室内のゼミで報告し、ディスカッションをする機会を設けていただきました。ゼミでは、研究の途中経過から明らかになった事実について、明確に、根拠を示しながら伝える練習の場にもなりました。また、学術学会で研究成果を公表する場合にも、事前にゼミのメンバーや先生の前で発表の練習をしました。そして先生やゼミのメンバーからの質問や助言を参考にして、発表の流れや、ポスターやパワーポイントの修正を行い、わかりやすい発表を行うために試行錯誤しました。

研究の成果は投稿論文として執筆しますが、このように、ゼミでの発表や学会発表を利用して、自分自身の研究を人前で話すことを繰り返すことで、研究内容も整理され投稿論文としてまとめやすくなったと思います。また、国内の学術学会に出席するだけでなく、国際的な研究の動向に触れるためにも国際的な学術学会への出席の意義もあると思います。

研究に協力してくれた方に感謝して

研究を進める上で、調査や実験に協力してくれる被験者を探すことは非常に重要で、大きなポイントでもあると思います。私の場合は、研究室とこれまでつながりがあった方々にも協力していただけたので、博士論文の研究は比較的早めにスタートできたと思います。そして、一つ目の調査や実験をしている間に、次の研究の被験者を探す、もしくは次の研究も継続して今の被験者にお願いする等、研究を続けて行えるフィールドをもてるようにしていただきました。フィールドとのつながりを継続させるためにも、事前に現地に出向き、内容を説明して調査等に関する不信感や疑問点を事前にとり除くようにしました。そして、研究目的に大きく変更が無い程度であれば、先方の意見を伺い、調査、実験方法の変更も臨機応変に行いました。測定後は、丁寧でわかりやすい報告をできるだけ早めに、提出することを心がけました。こちらからお願いするばかりでなく、できることはやらせていただくという、持ちつ持たれつという関係を築くことが、フィールドと長くつながるポイントだと思います。

研究を進めていると、自分自身の研究のことを中心に考えてしまうため、研究に協力していただける方々への要求が多く、負担の大きい研究計画をたててしまっている場合もあります。私は、私の研究のために、皆さんの貴重な時間を提供してもらっている、ということを忘れないように心がけています。そして研究成果を学術学会で発表したり、投稿論文として公表することで、被験者さんへの責任を果たせると考えて、現在も研究を継続しています。博士論文を執筆している際にも、研究を途中でやめてしまうことは、協力してくれた被験者さんに申し訳がないな、と考えては、執筆に対してのモチベーションを維持していました。

新しい発見をし続ける

私の博士論文執筆のための調査及び研究は、博士課程に在学していた６年間のはじめの２年間位でほぼ終了しました。そのため、その後３年半はデータをまとめながら学術学会で発表したり、投稿論文や博士論文の執筆をし続けていたことになります。今から考えてもよく、息切れをしなかったな、と思うのですが、その理由の一つとして、博士論文執筆のための研究以外にも、同時にいくつかの研究に関わらせていただいたためだと思います。私の場合、博士論文のテーマである「小・中学生の骨量と身体活動、食事に関する研究」とともに「子どもの基礎代謝量、日常生活の身体活動量の研究」を行うことで、子どもの日常生活につ

いてより深く、広い視点で考えることができ、博士論文の研究を発展させることができました。在学中、二つ、三つの研究を同時に進めることができない私に対して、先生からは、一つの研究を成し遂げてから、新たに次の課題を見つけるのではなく、同時に二つか三つのテーマをもって研究を進めることで、一つ一つの研究も深めながら、途切れなく課題を解決することが重要である、という内容のお話をしていただきました。そのおかげで、博士論文の執筆が終わった現在でも「子どもの日常生活の身体活動量の研究」という新しい課題に向かって取り組むことができています。

以上、私にとって、長いようであっという間だった6年間は、研究者としてのあり方にもふれる機会になり大変有意義でした。最後になりましたが、6年間在学していたことを十二分に生かせる研究環境を与えてくださった先生方に、この場をお借りして感謝致します。