生理心理学実験研究報告書

テーマ：自然環境が与える作業効率UPの効果

計画の課題：作業時の環境による集中力の変化

人間学部心理学科　秋山慎太朗　伊藤康大　嵯峨慧大　下川貴大　西山丈裕　細田熙

**研究計画の概要**

　近年の教育現場では、小学校、中学校、高校、大学での教育に使われるのはあまりに簡素で無機質な教室が見受けられる。そのような場所での授業は本当に集中して勉強ができ、身についているのだろうか。そこで私たちは、より自然に近い環境で勉強や作業を行うことのほうがリラックスでき、ストレスにも対応できることで作業効率が上がるのではないかと考えた。また、この作業効率を測るためには、単調課題に豆移動、発想課題にタングラムを用いる事とした。

**はじめに**

私たちが、義務教育を受けてきた、また、現在大学に通ってきたが簡素で無機質な教室での授業が多かった。このような教室で授業を受けるのはあまりにも簡素であり、退屈なものでストレスが貯まりやすく、作業効率も悪いのではないかという疑問が生まれた。このような問題は、日本の教育現場に悪影響をもたらしている可能性も充分に考えられる。

　一方、近年ではレンタルオフィスやレンタル会議室などの画期的で今までの社会になかったアイディアであるため強烈なインパクトを与えうるものである。しかし、このような場所でも簡素で無機質なものが多いことが見受けられる。レンタルオフィスやレンタル会議室などではやはり会議などをするものであり、簡素で無機質なものだと脳がリラックスされず、またストレスが貯まりやすくなることによって新たなアイディアや意見が生まれてこないことが考えられる。

　以上のことを踏まえると、日本の教育現場や仕事場などの簡素で無機質な場所においてストレス貯まりやすいことやリラックスができないため作業効率が低下しているのではないかと私たちは考えた。この問題を対処するべく自然を用いて室内を緑化し、また一層自然に近づけるため自然音を流すことにし、自然の環境を再現した。室内植物は、空気浄化効果、微気候調整機能、居室の印象向上効果、視覚疲労回復効果、作業効率向上効果、身体的苦痛軽減効果、ストレスや緊張の緩和効果、職場での身体的不調の軽減効果等をもたらす(長谷川・下村,20000)。故に、自然にはこのような効果があるため本実験では作業効率、発想力の上昇を検討するため単調課題に豆移動、発想課題にタングラムを用いる事とした。

　研究実施場所としては、心理学専門演習Ⅳの専門授業とし、そこで研究の計画を行った。