

音楽と暗記～聞きながら勉強するのは間違っているのか～

音楽班：永井 智也

要約

本研究の目的は、音楽を聴きながら勉強することが暗記にどのような影響を与えるのかを明らかにすることである。実験によって、暗記中とテスト中に音楽を聴くのが最も正答率が高く、その次に正答率が高かったのが音楽を聴かない状態であった。従って本研究では、音楽を聴かずに暗記するのが良いということが結論付けられた。

Abstract

The purpose of this study is revealing that how listening to the music affect studying. The experiment shows that listen to the music while memorizing and answering the test have scored the best result, and not listening to the music was second. This study concludes that memorizing without listening to the music will be the best for you to get a good score of the test.

1. 序論

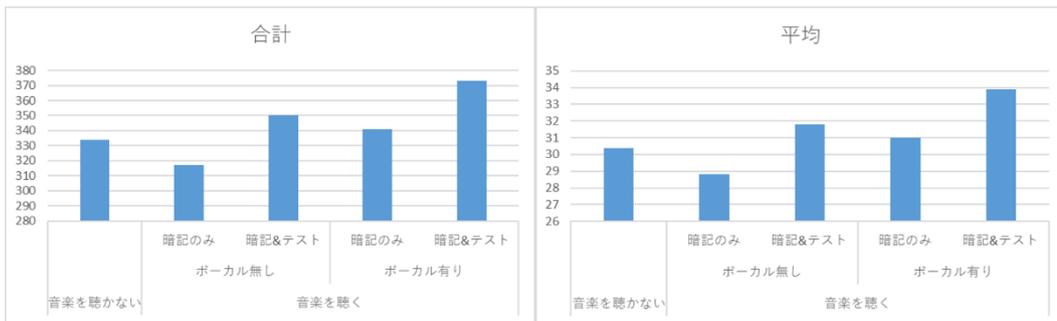
勉強する時に音楽を聴いたりするいわゆる「ながら勉強」というものが本当に学生の成績低下の原因になっているのか疑問を持った。筆者は反対に、音楽を聴きながら勉強することで周りの環境音などが遮断され、より深く勉強に集中できるのではないかと考えた。本研究では、勉強手法を暗記に絞り、音楽を聴きながら暗記することが成績にどのような影響を与えるのか調査した。

2. 研究手法

「音楽を聴かない」、「暗記中だけ音楽を聴く」、「暗記中とテスト中でに音楽を聴く」の三種類、また聴く音楽はボーカル無し(bgm、サウンドトラックなど)とボーカル有りの二種類の合計五パターンで以下の手順で計11回実験を繰り返した。その結果の合計、平均を出し音楽が暗記に与える影響を調査した。

- ① 英単語帳の英単語五十個を五分間暗記する。
- ② 少し時間を空けてから五分間、例文の日本語訳を見て暗記した英単語を答える。

3. 結果



左図の各パターンの合計を示すグラフと、右図の平均を示すグラフにおいて、どちらも「暗記中とテスト中に音楽(ボーカル有り)を聴く」が最も高かった。ボーカル有り・無しのどちらにおいても、「暗記中だけ音楽を聴く」のほうが、「暗記中とテスト中に音楽を聴く」よりも低かった。

4. 考察

「暗記中とテスト中に音楽(ボーカル有り)を聴く」が最も正答率が高いのには、曲の進行具合から経過時間に当たりをつけることが出来た事で暗記により多くの意識を割けた、好きな曲を流すことで良い気分で集中できた、音楽をつけることでメリハリをつけることが出来たという3つの要因があるのではないかと考えた。「暗記中だけ音楽を聴く」の正答率が低かった原因をしては、上手くメリハリをつけることが出来ず、また暗記中に音楽をかけていたことによって反ってテスト中に周りの音が気になって集中できなかつたからではないかと考えた。

5. 結論

ボーカル有り、ボーカル無しのどちらにおいても、「暗記中とテスト中に音楽を聴く」が「暗記中だけ音楽を聴く」よりも正答率が高かった事から、音楽を聴きながら勉強することは一概に悪いとは断言出来ない。しかし、実際に音楽を聴きながらテストを受けることは不可能なため、実用性が低い。よって、正答率は下がるが、一番実現性が高く、また「暗記中だけ音楽を聴く」よりも正答率が高かった「音楽を聴かない」が暗記勉強をする際に最も有用である。但し推測ではあるがテストを解く時に脳内で暗記中に聴いていた曲を思い出しながら解くと、「暗記中とテスト中に音楽を聴く」の時のような結果やリラックス効果が期待出来るかもしれない。本研究は筆者一人で行ったため、結果そして結論には著しい個人差が影響している。従って今後の展望としては、複数人で行うことによって全体的な傾向を調べる事、また今回は聴く曲に対して一定の縛りを設けなかったが、今後は曲のジャンルやテンポなどより細やかに分けて、どのように影響するのか検証していきたい。