研究班番号【60】

心理学で働き方改革！～下校時間を守らない生徒を追い出したい～

社会班：岸上　昊生、柏村　建吾、玉井　将太、田中　新大、木下　駿介

Abstract

Overwork has become a social issue in today's society. This study focuses on teachers' overwork, considers the causes and solutions, implements those solutions, and investigates whether they are actually effective in reducing teachers' overwork.In this study, we devised a solution based on the nudge effect.

要約

今日では過労が一つの社会問題と化している。その中でも教師の働き過ぎに着目し、原因と解決策を考え、実施することで実際に効果があるのかを調べた。また、その解決策が教師の働き過ぎの削減に寄与するのかを調べた。本研究では、ナッジ効果をもとに解決策を考案した。

1.　はじめに

現代では過労が問題視されている。その中でも、先生の過労問題を解決したいと考えた。そこで、先生の仕事の一つである下校指導に着目した。下校指導とは、先生方が「生徒を帰らせる」という目的で、他の業務を一時中断し、指導を行うことすべてを指す。着目した理由としては、私たちに身近な問題であり、間接的に先生の過労を減らせると考えたからだ。実際に下校指導をして下さっている先生に話をお聞きし、生徒を最終下校時間までに校内から追い出すには、時間を意識させることが必要だという意見を頂いた。そこで私たちは、心理学を用いて生徒の行動を誘導することが最も良い選択肢だと考えた。また、最終下校時間頃には生徒が校内の様々な場所で活動していることから広範囲での効果が見込めるもの、他の高等学校や小中学校でも実施しやすいものを条件にした。そこで考えついたのが、校内放送の利用し、「蛍の光」「カウントダウン」を流すことで、生徒に帰る意識を持たせることだった。

2.　研究手法

正門と裏門に計測者を配置し、18:08～18:18までの校内を出る生徒の数を2日ずつ4パターンに分けデータ化する。

【実験1】先生が下校指導を行わない。
【実験2】先生が下校指導を行う。
【実験3】「蛍の光」を流す。
【実験4】カウントダウンの音声を流す。

＊下校指導とは、先生方が「生徒を帰らせる」という目的で、他の業務を一時中断し、指導を行うことすべてを指す。教員が更衣室前に立っている状態や、生徒に帰るように直　接促しているような状態を例とする。

【実験1】
①先生方による追い出し指導を行わない。
②18時8分から18時18分まで、正門および裏門において、通過した生徒の人数を班員が確　認する。
③一定時間ごとの生徒の帰宅人数を分析する。
※必要に応じて、最終下校時刻の18時15分以降に追い出し指導を行っていただく。

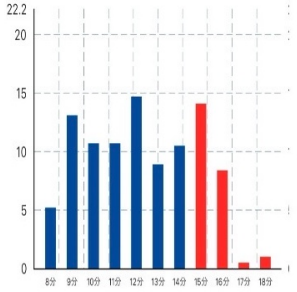
【実験2】
①普段のように、先生方に下校指導をしていただく。下校指導とは、先生方が「生徒を帰　らせる」という目的で、他の業務を一時中断し、指導を行うことすべてを指す。先生が　更衣室前に立っている状態や、生徒に帰るように直接促しているような状態を例とす　る。
②18時8分から18時18分まで、正門および裏門において、通過した生徒の人数を班員が確　認する。
③一定時間ごとの生徒の帰宅人数を分析する。

【実験3】
①18時10分から18時15分まで、全校放送にて「蛍の光」を流す。
②18時8分から18時18分まで、正門および裏門において、通過した生徒の人数を班員が確　認する。
③一定時間ごとの生徒の帰宅人数を分析する。
　※必要に応じて、最終下校時刻の18時15分以降に追い出し指導を行っていただく。

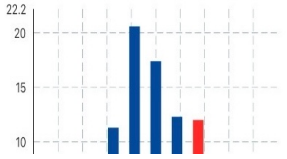
【実験4】
①18時10分から18時15分まで、全校放送にて完全下校時間に向けてカウントダウンの音　声を放送する。
②18時8分から18時18分まで、正門および裏門において、通過した生徒の人数を班員が確　認する。
③一定時間ごとの生徒の帰宅人数を分析する。
　※必要に応じて、最終下校時刻の18時15分以降に追い出し指導を行っていただく。

3.　　結果

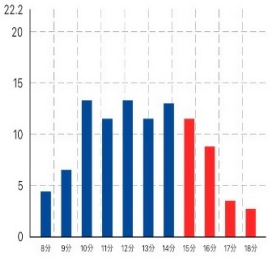
【実験1】
間に合わなかった生徒が多数いた。
生徒がそれぞれのタイミングで帰るので
データにばらつきが見られる。



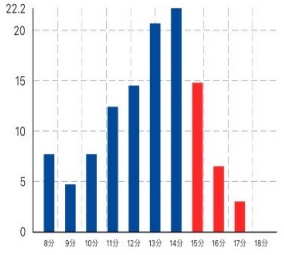
【実験2】
間に合った生徒が多い印象
守る意識が高くなるので
中心とした山なりのグラフになった



【実験3】
鳴り始めは急いでいたが結局間に合わない
生徒が多数いた。
帰る意識は高いが守る意識が薄かった。



【実験4】
間に合った生徒が多い印象
時間の意識がずっとあることで間に合う生徒が多かった。



4.　考察

実験3の蛍の光が失敗し、実験4のカウントダウンが成功した理由は残り何分かを明　確に示しているかの違いであると考えた。カウントダウンは最終下校時間を常に意識し　てさせているので生徒に下校時間に対する意識を常に植え付けることができる。一方で　蛍の光を流すだけでは最終下校時間が近づいていることはわかるが、詳しい時間までは　わからない。これにより最終下校時間に間に合わない生徒がカウントダウンよりも多　かったと思われる。

5.　結論

音を用いた心理学的効果は有効であるが、蛍の光のような帰るイメージの曲を流すよりも、実験4で行ったカウントダウンの音声を流す方法が最も良い方法だと考えた。カウントダウンの音声は、残り時間を一分ごとにアナウンスするので、最終下校時間までを意識しやすくなり、時間を守らない生徒が減るという結果になると考えた。また、本研究では、1・2年生を対象に「音声を聞いて、時間の意識が生まれたか」と「このような音声を用いた下校指導の対策を実際に導入するべきか」についてアンケートを実施した。結果は、この取り組みについて賛成する意見が多かった。このことから、この取り組みは実用性が見込めるものであると分かった。また今回の実験から、心理学的なアプローチを用いて先生の負担を減らすことは可能であると分かった。今後の展望としては、実用化に向けて、「この音声を何度利用しても効果に変化はないのか」や、音響の設備などの課題も残っているので、これらを解決していきたい。

6.　参考文献ならびに参考Webページ

日本認知心理学会（2015）「時間的切迫感が時間の見積もりに与える影響」