

音楽の好悪による体感時間と仕事効率の変化について

兼信 充

1)動機

電車で移動する際、音楽を聞いていると目的地までの時間が短く感じられたので。またファミリーレストランなどであまり好みではない曲が流れたとき、集中力が損なわれたと感じたので、このテーマについて研究しようと考えた。

2)考察

個人的な経験から、好きな音楽ほど体感時間は早く感じるのではないかと。また仕事効率も上がるのではないかと考える。

3)実験

なるべくテンポの近い、雰囲気離れた曲？クラシック(モーツァルト弦楽四重奏)、メタル(アイアンメイデン)を二曲用意し、それぞれを聴きながらひと桁の単純な計算をさせる。また無音での実験も行い、それぞれの実験後に実験についてのアンケートを取る。実験結果とアンケートの結果を総合的に判断する。

*)アンケート内容

二曲の好悪について。捗ったかどうか。体感時間はどうだったか(無音時との比較)。他

4)結果

音楽についての好悪が、単純な計算の仕事効率に与える影響はほとんどなかった。

しかし捗ったかどうかの体感的な感覚については大きな影響があった。平均値では、無音時よりも音楽がある方が問題の点数が高かった。しかし、捗ったかどうかの質問については、無音時の点数が最も高かった。これは個々の結果でも同じ傾向にあった。またクラシックはあまり好悪の差があらわれなかったが、メタルでは差が大きかった。

つまり今回のような単純な作業の場合、音楽があったほうが仕事効率は良い反面、音楽があると集中できず、体感的な効率は下がるということがわかった。