

暗記に効果のある色

北尾楓太（兵庫県立北摂三田高等学校）

研究動機

テスト勉強をしているときに覚えやすい色について気になり調べてみたいと思い、ネットで調べてみると赤や青などで意見が分かれていた。そのため研究を通して調べてみたいと思った。またネットで調べてみると心理学的な観点からも意見がいろいろ分かれているということがわかり研究を通して調べてみたいと思った。

研究テーマ・先行研究

赤→元気ややる気が芽生えたり、気分を高揚させたりするなどの効果

青→気持ちを落ち着かせたり、集中力を高めたりする効果

「読字記憶における暗記の効果」

- ・黒赤橙青緑の五色を用いる。
- ・人物名を記載した用紙を配り、10秒間の閉眼の後三分間黙読もしくは音読を行ってもらい、問題に答えてもらう。

研究手法

1. 赤と青の文字グループをAとBに分ける
 2. 一単語0.7秒ずつ画面に表示する。
 3. 表示後すぐに覚えている単語を答えてもらい、それを記録する。（クラスメイト39人に実施）
 4. 39人の正解数を合計し、平均を算出する。
- ※用いる語として感情に関係のある感情語は記憶に残りやすいことがわかっているため、それ以外の中立語を用いる。

研究結果・考察

赤の平均 | 4.13

青の平均 | 4.76

結果より青のほうが平均値が高く、瞬間的な記憶への関与が高いとわかる。

先行研究と今回の研究より

長時間・短時間関係なく青が暗記には高い効果をもたらすことが分かった。

今後の展望

- ・単語を入れ替えるとどうなるのか
- ・青と赤の文字を交互に出すとどうなるのか

参考文献

ペンの色で学習効果が変わる！暗記に向いているのは何色？ 東京法経学院

読字記憶に与える音読・黙読及び色彩の効果 滋慶学園グループ