

大自然の力を活かした 創造性向上ワークショップの開発と効果検証

国際総合科学部 准教授 坂口和敏

【研究背景と目的】

ワークショップの普及など、自然がもたらす心理的効果（安らぎ、リラックス、創造性向上）が企業活動で注目される一方、大学の研究活動の場は依然キャンパス内に限られている。山口大学秋吉台アカデミックセンターを舞台に、秋吉台という特異な自然環境での研究活動が、研究者の創造性と幸福感に与える影響を、「発散」「収束」「対話」の3つの思考モード別に実証的に検証する。

【研究方法】

対象者：研究活動に従事する学生10名を対象とした。

実験設計：屋内環境と屋外環境（秋吉台）の2条件で、3つの思考モードに対応した課題を実施した。

評価：創造性、幸福感、環境の影響に関する質問紙調査と、半構造化インタビューによる質的分析を実施した。



発散

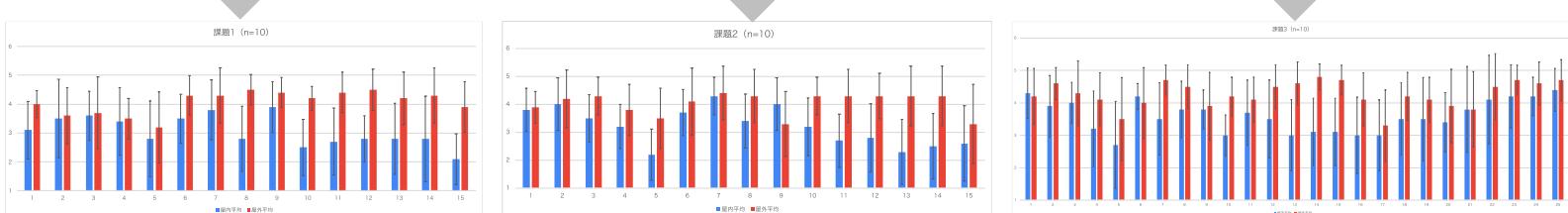
9項目で有意な差

収束

9項目で有意な差

対話

13項目で有意な差



【提案と結論】

提案：研究成果に基づき、秋吉台アカデミックセンターを「創造性と幸福感の大自然研究室（ジオラボ）」として再定義するための具体的な改修案を提案する。

発散促進：コラボレーションスペース、学術交流を促すシェアライブラリ

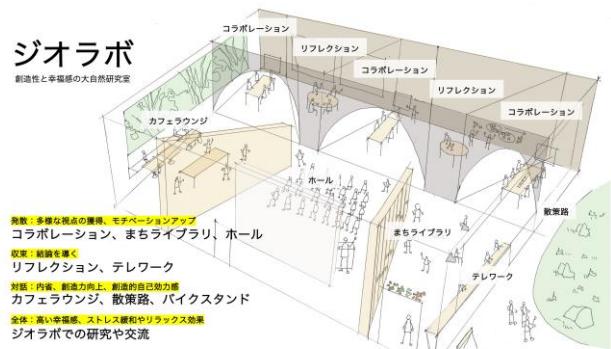
収束支援：内省のためのリフレクションルーム、景観を活かしたテレワークゾーン

対話活性化：緩やかな交流を促すカフェラウンジ、散策路などの屋外アクティビティ整備

結論：自然環境での研究活動は、単なる作業効率向上にとどまらず、研究者の創造的自信や幸福感を高める重要な要素である。本研究の知見が、今後の研究環境デザインにおける新たな視座を提供し、秋吉台アカデミックセンターが社会共創の研究拠点へと進化することを期待する。

表：研究活動における自然の効果

	発散	収束	対話
創造性	1.多様なアイデア生成を促進する	3.新しい発見がある 4.自分の考えを明確に言語化できる 5.結論を導くことができる	2.深い内省ができる 4.自分の考えを明確に言語化できる 5.結論を導くことができる
環境	6.この環境がアイデア生成を促進すると感じましたか？ 8.気分を向上させる 9.集中力が向上する	8.気分を向上させる 10.自分の創造力を高める	7.自分と向き合う時間を与える 8.気分を向上させる 10.自分の創造力を高める
幸福度	11.気分が明るくなる 12.幸福感が高まる 13.日常のストレスが軽減する 14.精神的なリフレッシュ効果がある 15.身体的な疲れが軽減され、リラックスできる	11.気分が明るくなる 13.日常のストレスが軽減される 14.精神的なリフレッシュ効果がある	12.幸福感が高まる 13.日常のストレスが軽減される 14.精神的なリフレッシュ効果がある 15.身体的な疲れが軽減され、リラックスできる
自己評価・相互評価			16.自分が創造的なアイデアを生み出せる 18.他のメンバーが自分の創造性を高く評価してくれる
協同性・コミュニケーション			23.他人の意見に対して傾聴できる



図：ジオラボの提案