**映像と音楽の交互作用によるリラクセーション効果の検討**

**実験用マニュアル**

**[実験スケジュール]**

1. 実験のお願い

インフォームド・コンセント

②気分調査票

1回目

（3分）

③前安静

（2分）

動画A 条件

[文書の重要な部分を引用して読者の注意を引いたり、このスペースを使って注目ポイントを強調したりしましょう。このテキスト ボックスは、ドラッグしてページ上の好きな場所に配置できます。]

⑥気分調査票

2回目

（3分）

⑤動画視聴

（２分）

④計算課題

（２分）

**＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝少し休憩＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝**

1. 項目１‐４への回答

②　気分調査票

1回目

（3分）

③前安静

（2分）

動画B 条件

⑥気分調査票

2回目

（3分）

⑤動画視聴

（２分）

④計算課題

（２分）

**//実験終了**

**[各ステップ細かい流れ]**

**動画A条件**

1. 実験のお願いインフォームド・コンセント

QRコードからFORMSを開いてもらい，研究のお願いとインフォームド・コンセントを得る。同意を得た方から，項目番号１から４に答えてもらう。

１氏名，２学生番号　３性別　４年齢

　　まだ**気分調査票**に答えないように促す＊歩調をあわせるため

　　**実験計画の説明**

**「**最初に質問紙に答えてもらいます。その後２分間の前安静を行います。次に２分間のFORMSによる計算課題、次に２分間の動画視聴を行ってもらいます。最後に、また質問紙に答えていただきます。この実験を２回行います。」

「動画は１分40秒ほどで終わりますが、実験者の指示があるまで座ってリラックスしていてください。」

**何か質問があるかどうか聞く**

1. 気分調査票回答

前安静の前に気分調査票に答えてもらう。

**教示**「forms５番の項目をみてください。そちらにある質問文をよく読んで，今のあなたの状態に最もよく当てはまるところに印をつけてください。質問は項目６まで続き回答が終わったら静かに携帯を置いて待っていてください。」

全員が終わるのをまつ。

1. 前安静

**教示「**それでは前安静に入ります。実験を始めますと言ったら、目を開けてリラックスしてください。実験を始めます。」

**＝＝＝＝＝２分経過＝＝＝＝＝＝＝＝＝**

1. 計算課題

**教示**「安静終了です。それではFormsの７番から計算課題を始めてください。やめと言うまで、できるだけ早く正確に答えてください。」

＝＝＝＝＝＝＝**２分経過＝＝＝＝＝＝＝＝＝**

「計算をやめてください。」

1. 動画視聴

**教示**「それではこちらの動画をご覧ください。」

＝＝＝＝＝**動画終了（1分40秒ごろ）＝＝＝＝＝**

**教示**「まだ座ったままリラックスしていてください。」

＝＝＝＝＝＝**２分経過＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝**

1. 気分調査票回答　２回目

**教示**「はい、それでは質問紙に答えていただきます。FORMSの項目38を見てください。そちらにある質問文をよく読んで、今のあなたの状態に最もよく当てはまるところに印をつけてください。質問は項目39まで続きます。すべて終えたら、formsを送信してください。お疲れさまでした。」

**動画A条件終了**

**動画B条件**

　動画B条件用のQRコードを配る。

1. 項目１‐４への回答

**教示**「再度お手数ですが、新しいQRコードを読み込んで、１‐４の項目を入力してください。」

１氏名，２学生番号　３性別　４年齢

1. から⑥

**実験をA条件と同じようにやることを伝え、②から⑥を繰り返す。**