

脑电图测试调查问卷

一般事项:

- 1.你曾经做过脑电图测试吗?
- 2.你有任何与脑部相关的疾病吗? 如果有, 具体是哪些?
- 3.你惯用左手还是右手?
- 4.你喜欢什么种类的音乐?
- 6.你从事演奏、演唱、作曲等音乐相关的职业, 或有这方面爱好吗? 如果有的话, 你的音乐水平如何?
- 7.你对萨满传统有了解吗? 特别是击鼓和萨满精神之旅?
- 8.你平常会冥想吗? 如果会, 频率有多高? 是什么类型的冥想? (练太极也是冥想的一种形式)。

今天(试验前)的状况:

- 1.你今天喝酒了吗?
- 2.你今天有没有使用可以改变心情的药物, 包括茶/咖啡因?
- 3.你觉得肚子饿, 还是吃饱了?
- 4.你现在觉得精神专注, 还是累了?

我们将要在测试中做什么:

在测试中, 我会为你播放萨满传统音乐, 并记录你的脑电波。萨满鼓乐的一个目标是帮助参与者潜入心灵深处, 改变精神状态, 捋清思绪, 寻求特定问题的答案。音乐将播放30分钟。开始播放时, (如可能) 请尽量闭上眼睛, 直到音乐结束。

尽量保持挺直背部, 减慢呼吸, 放松--并找到一个你希望自己用改变后的精神状态思索的问题。萨满巫师认为, 在类似这样的仪式上, 问题的答案常常会以抽象的形式出现(比如像在梦中感受到的图像和声音)。尽量集中精力去感受(而非思考)鼓声。尽量不要与自己在大脑中对话。试验结束后, 如果你有任何有趣的想法, 请用铅笔和纸重现你的记忆, 画出大概故事情节。

[试验]

今天(试验后)的状况:

- 1.你现在觉得精神专注, 还是累了?
- 2.在试验中去“感受”鼓声是容易还是困难?
- 3.停止与自己在大脑中对话是容易还是困难?