

自分を欺く効果

21811354 八木稀央

21811093 神谷侑陽

1. 目的

自分を上手く欺くことで、本来の実力以上の力を発揮することができるのかを検証する。

2. 実験の方法と内容

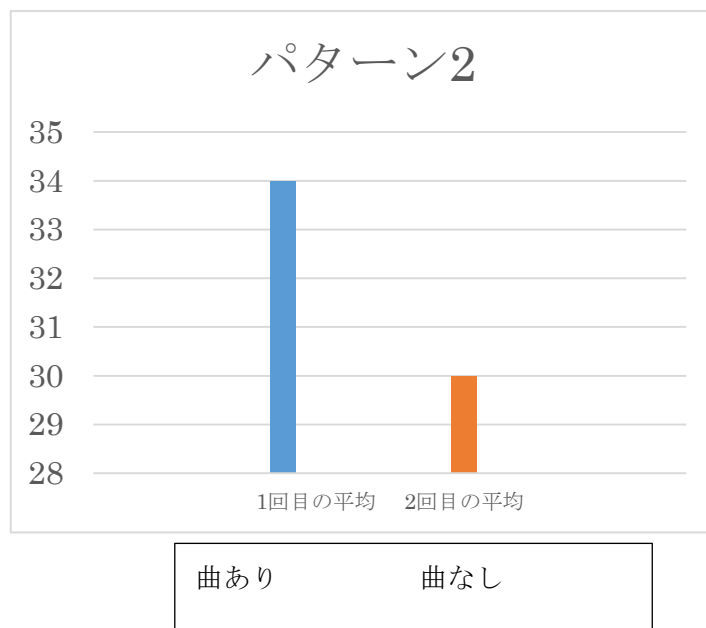
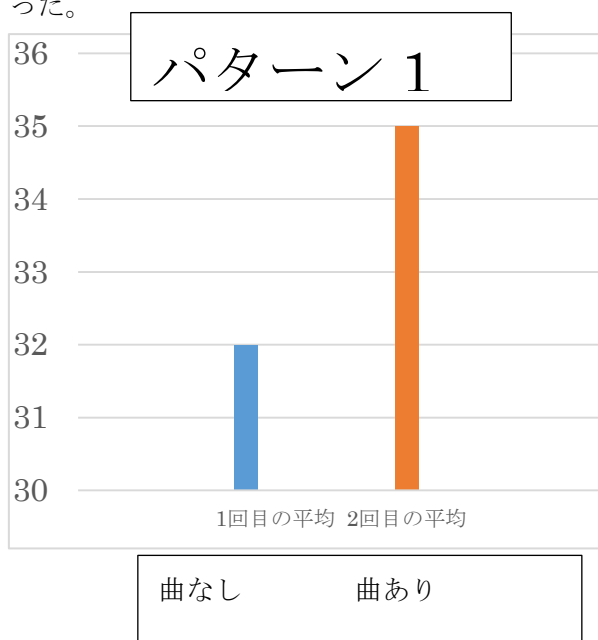
実験は百マス計算を使う、最初に練習をしてから百マス計算を「通常」と「自分を欺いた状態」の両方で行い、その結果を比較する。時間は30秒で右上から一行ずつ解いていく。今回は自分を欺くための媒体として、松岡修造の曲「君ならできる」を聴く。

順序的には、百マス計算（練習）➡百マス計算（1回目）➡「君ならできる」聴く➡百マス計算（2回目）➡結果を比較

また、このままでは2回目が優れていても、順序効果による可能性を否定できないため、「君ならできる」を1回目の前に聴くという条件で同じ実験をもう一度行う。

3. 実験結果

実験の結果、パターン1の実験もパターン2の実験も曲を聴いた直後の方が得点高くなった。



4. 考察

今回の実験で音楽によって自分を欺くことに成功し、結果もよくなった。これは音楽を聴いて自分を勇気づけた結果、自分はできると思い込んだためと考えられる。つまり自分を欺く、あるいは自分はできるといふ暗示をかけた結果、本来より良い結果を出すことができた。