

(Όνομα/Κωδικός):

Ημερομηνία:

## Ερωτηματολόγιο Μουσικής Προτίμησης (MPQ-R)

Αγαπητέ συμμετέχοντα, οι παρακάτω ερωτήσεις αναφέρονται στο είδος μουσικής που σου αρέσει να ακούς και στις καταστάσεις κατά τις οποίες ακούς μουσική. Γνωρίζουμε ότι δεν μπορούμε να συλλάβουμε ολοκληρωμένα το μουσικό σου γούστο με αυτό το ερωτηματολόγιο, καθώς αναμφίβολα έχουμε παραλείψει κάποια σημεία που είναι σημαντικά για εσένα. Ωστόσο, θα θέλαμε να σου ζητήσουμε να συμπληρώσεις αυτές τις πρόχειρες κατηγορίες.

Ελπίζουμε να περάσεις καλά συμπληρώνοντας το ερωτηματολόγιο!

1. Ποια από τα είδη μουσικής που υποδεικνύονται προτιμάς; Παρακαλώ συμπλήρωσε την απάντησή σου από το 1 μέχρι το 5 στην κλίμακα για κάθε είδος μουσικής:

Pop: (Π.χ., "hit parade")	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Rock: (Π.χ., Indie, Alternative)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Hip Hop: (Π.χ., Rap)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Latin: (Π.χ., Tango, Salsa)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Soul/Funk: (Π.χ., R'n'B)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Hard rock: (Π.χ., Heavy Metal, Crossover)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Electronic Music: (Π.χ., Techno, House)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
New Age: (Π.χ., Μουσική διαλογισμού)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Folk Music: (Π.χ., Country, Folk)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Κλασσική Μουσική: (Π.χ., Μπαρόκ, Ρομαντική, Όπερα)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Jazz/Blues:	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Trap	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Έντεχνο	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Λαϊκή Μουσική	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ

(Π.χ. Μπουζούκια)

Ρεμπέτικα	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Παραδοσιακή Μουσική (Π.χ. Δημοτικά)	Καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
Άλλο: _____	καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ
_____	καθόλου	1	2	3	4	5	Πάρα πολύ

2. Ποια είναι η αγαπημένη σου μουσική/μουσικό συγκρότημα και σε ποιο είδος θα το κατηγοριοποιούσες (μεγ. 3);

Αγαπημένη μουσική/ συγκρότημα: \_\_\_\_\_

Μουσικό είδος: \_\_\_\_\_

3. Πόση ώρα ακούς μουσική μια τυπική μέρα;

\_\_\_\_\_ Ωρες. \_\_\_\_\_ Λεπτά.

4. Για ποιους σκοπούς ακούς μουσική; Παρακαλώ συμπλήρωσε την απάντησή σου από το 1 μέχρι το 5 στην κλίμακα για κάθε σκοπό:

Για να χαλαρώσω:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να δραστηριοποιηθώ:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για περισπασμό:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για μείωση της επιθετικότητας:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να δουλεύω καλύτερα:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να προκαλέσω συγκεκριμένα συναισθήματα:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να αυξήσω συγκεκριμένα συναισθήματα:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να μη βαριέμαι:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά
Για να μη νιώθω μόνος:	ποτέ	1	2	3	4	5	Πολύ συχνά

Για τη μουσική: ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Άλλος σκοπός:

\_\_\_\_\_ ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

\_\_\_\_\_ ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

5. Σε ποιες περιστάσεις ή σε ποιες καταστάσεις ακούς μουσική; Παρακαλώ συμπλήρωσε την απάντησή σου από το 1 μέχρι το 5 στην κλίμακα για κάθε επιλογή:

Disco/Club: Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Techno Πάρτι: Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Συναυλίες (Rock/Pop): Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Συναυλίες (Κλασική/Όπερα): Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Σαν δραστηριότητα στο παρασκήνιο όταν κάνω κάτι άλλο (π.χ. σπορ, δουλειές σπιτιού, στο δρόμο) Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Όταν γράφω εγώ μουσική (π.χ. τραγούδι) Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Όταν είμαι μόνος/η/ο Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Όταν είμαι με φίλους Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Όταν είμαι με οικογένεια Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

Άλλες καταστάσεις/περιστάσεις

\_\_\_\_\_ Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

\_\_\_\_\_ Ποτέ 1 2 3 4 5 Πολύ συχνά

6. Αυτή τη στιγμή παίζεις ενεργά μουσική; Παρακαλώ επέλεξε την ανάλογη απάντηση:

○ όχι

○ Παίζω κάποιο όργανο (ποιο και για πόσο διάστημα): \_\_\_\_\_

○ Τραγουδάω σε χορωδία (για πόσο καιρό): \_\_\_\_\_

- Άλλο: \_\_\_\_\_

7. Έπαιζες μουσική στο παρελθόν;

- όχι
- Έπαιζα κάποιο όργανο (ποιο και για πόσο διάστημα;): \_\_\_\_\_
- Ήμουν σε χορωδία (για πόσο διάστημα;): \_\_\_\_\_
- Άλλο: \_\_\_\_\_

8. Πόσο σημαντική είναι η μουσική στη ζωή σου; Παρακαλώ συμπλήρωσε την απάντησή σου από το 1 μέχρι το 5 στη κλίμακα:

Καθόλου σημαντική 1 2 3 4 5 Πολύ σημαντική

Με την επόμενη ερώτηση, θα θέλαμε να ανακαλύψουμε πόσο συχνά και με ποια ένταση βιώνεις την επονομαζόμενη **ανατριχίλα (chills)**. Τα chills είναι σωματικές αντιδράσεις, ανατριχίλα ή ρίγος, οι οποίες εξαπλώνονται από το κεφάλι στην πλάτη ή/και σε άλλα μέρη του σώματος. Αυτές οι αντιδράσεις προκύπτουν σε σχέση με πολλές εμπειρίες, π.χ. φόβο, τρομάρα ή σε άλλες περιπτώσεις την εμπειρία της τέχνης. Ωστόσο, θα θέλαμε να σου ζητήσουμε να περιορίσεις την απάντησή σου σε ανατριχίλα που μπορεί να νιώσεις **όταν ακούς μουσική**.

Παρακαλώ σημείωσε πόσο συχνά βιώνεις ανατριχίλα όταν ακούς μουσική:

Καθόλου 1 2 3 4 5 Σχεδόν πάντα

Εάν βιώνεις ανατριχίλες, παρακαλώ σημείωσε πόσο έντονο είναι:

Ίσα που είναι αντιληπτό 1 2 3 4 5 Υπερβολικά ισχυρό

Ευχαριστούμε πολύ για την προσπάθεια!