

平成19年度 卒業研究発表会

授業中の眠けの要因の分析

～人に優しい授業の提供へ～

Factor Analysis of Sleeping Induction in Lecture
～Condition Transition of Teacher-Student Field Relationship～

2007.04.20

教育学部 心理学系 教育心理学研究室

授業中の眠けの要因

- ・ 授業の面白くない
- ・ 眠気が半端ない
- ・ 寝てしまいたい

ストレスの多い社会

人々は温かい心に癒やされる



全くの面白くない!!
でも寝たい!!

眠気を誘う要因を知りたい!!
眠りの誘因を知りたい!!

昔の眠り方にもヒントがある!!

人々が眠る姿を見てみたい!!
その昔(リラックス)が色々!!

よく眠るために
眠気を誘う要因を知りたい!!

リラックス状態にするために
眠気を誘う要因を知りたい!!

要因

眠気の要因を解明することで、眠気の防止法
リラックス状態への誘導法が現実化する!!