

臨床心理学特講 8

「眠りを疎かにしている日本社会」

1	9月29日	オリエンテーション	
2	10月6日	眠りの現状1	はじめに & 1章(眠りの現状)
3	10月13日	眠りの現状2	2, 3章(眠りを眺める、眠りと脳)
4	10月20日	眠りを眺める	4, 5章(寝不足では、眠りと年齢)
5	10月27日	寝不足では？	6, 7章(いつ寝てもいい？、睡眠物質)
6	11月10日	いつ寝てもいい？	8, 9章(眠りと関係する物質、様々な眠り)
7	11月17日	眠りと物質	10, 11章(ヒトと光、睡眠関連疾患)
8	11月24日	様々な眠り	12, 13章(sleep health、眠りの社会学)、 1月12日に向けての進捗報告
9	12月1日	睡眠関連疾患	14, 15章(リテラシー、未解決の問題)
10	12月8日	眠りの社会学 1	16章、附録、おわりに
11	12月15日	眠りの社会学 2	追加事項(高橋まつりさん&電通で検索)
12	12月22日	眠りの社会学 3(ぜひ見てほしいビデオ)	質問、知識確認テスト
13	1月12日	研究発表	
14	1月19日	試験	

研究発表の進捗状況の報告、審査基準の策定状況の報告。11月24日

Take home message

- 自分を大切に。
- あなたも加害者？

頭の体操

- 来年の自分を漢字一字で表現してください。
 - そしてその漢字を理由とともに神山にメールしてください。
 - アドレスは j.koyama@u-sacred-heart.ac.jp です。
 - 送信作業も含めて時間は2分です。
-
- 学、信、開、挑、全、楽、笑、律、努、決、挑

1) 皆さんに本授業の評価をお願いしたいと思います。

下記 URL にアクセスしてください。選択式 Google フォームの画面に進みます。

<https://forms.gle/12u5hUvkEeD34Taa6>

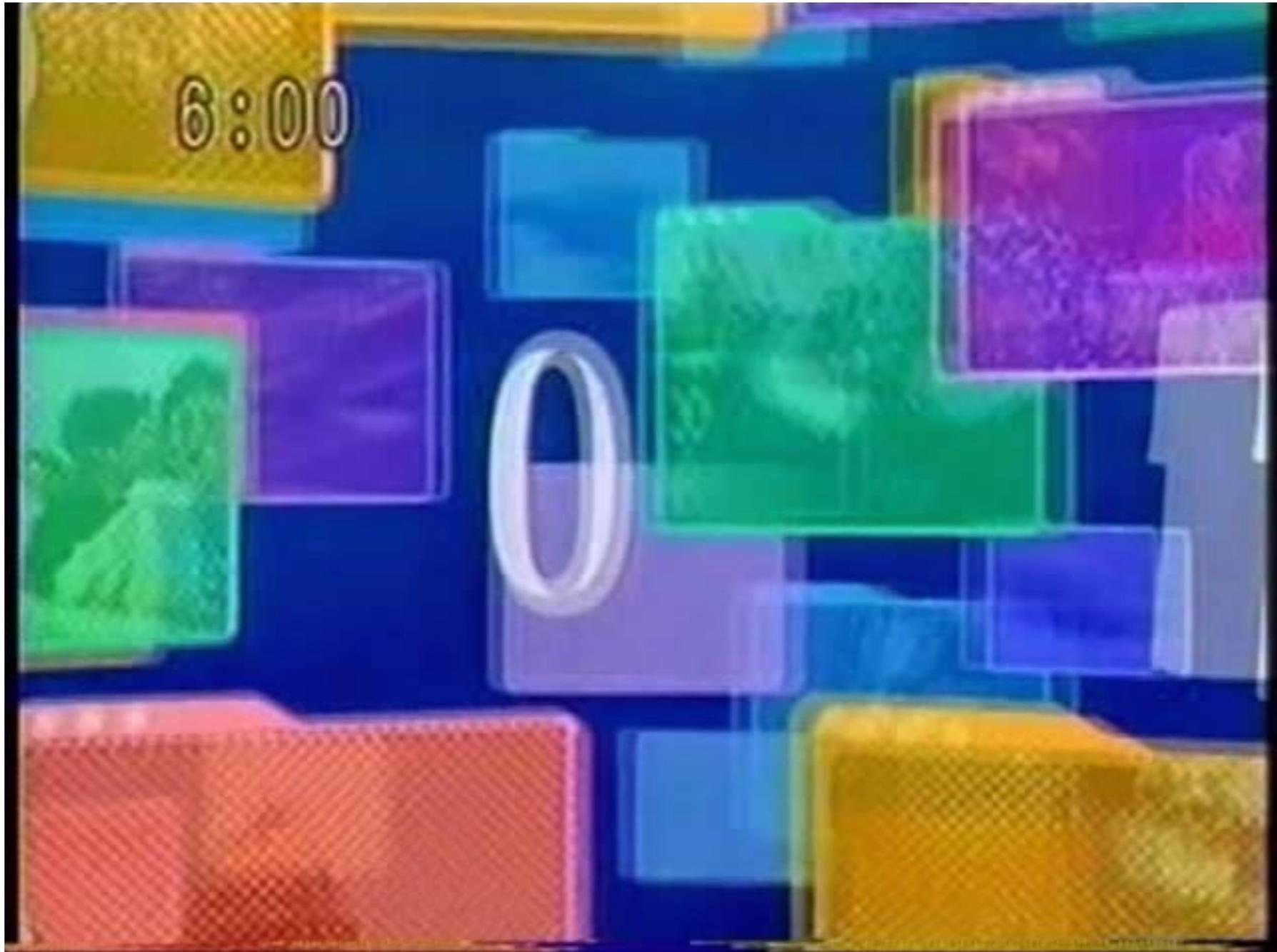
上記フォームの QR コード表示用の URL です。

<https://drive.google.com/file/d/1hILrz1kpSQwpXNS5cXF3h9ojlvUpD4Rk/view?usp=sharing>

2) アンケートにご回答ください。

3) 尚、Google フォームには授業名を記載する欄がありますが、本授業名 臨床心理学特講8 を間違わず、そのまま入力するようご注意ください。

ビデオ



- 感想をグループで。

質問は？

知識確認テスト 50問

- メールで設問を送付します。
- まずは一人で25分。14:35まで。
- グループで答え合わせ20分。14:55まで。
- 各グループから質問、確認したい事項。

年明け最初(次回)は研究発表

- 司会は井出さんとChenさん。
- まずは評価基準を明示してください。
- 最後に順位を発表してください。

Take home message

- 子どもの生活リズムは家庭(大人)の生活リズムに影響される。