Suunnittele kokeellinen tutkimusasetelma, jossa tutkitaan, miten huonosti tai liian vähän nukkuvien ihmisten nukkumista voitaisiin parantaa.

Aloita suunnittelu sen pohtimisesta, mikä voisi olla mielekäs riippumaton muuttuja tutkimuksessasi, kun riippuva muuttuja on nukkuminen. Voit tarkentaa ja rajata nukkumiseen liittyvää ongelmaa. Kirjoita perustelut riippumattoman muuttujan valinnalle. Kirjoita sen jälkeen tutkimuskysymyksesi kysymyksen muotoon. Muotoile hypoteesi ja perustele se psykologisella tiedolla. Voit joko kirjoittaa lyhyen kuvauksen tutkimuksen kulusta ja menetelmistä tai piirtää siitä kuvan, josta edellä kuvatut seikat käyvät ilmi selkeällä tavalla. Pohdi suunnitelmasi vahvuuksia ja heikkouksia.