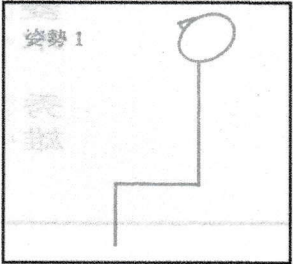
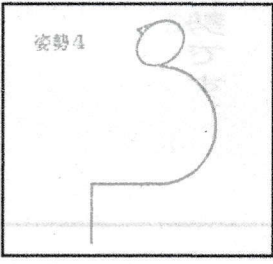
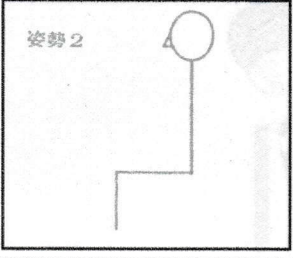
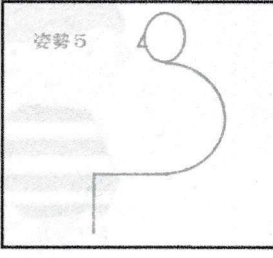
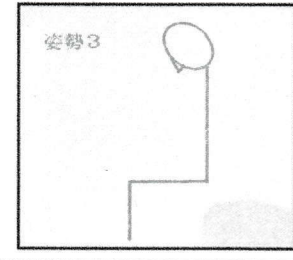
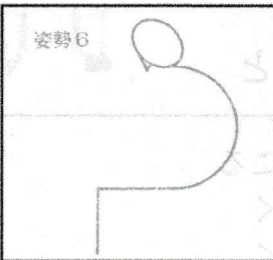


よい姿勢はどれですか

*背筋を曲げていると 顔の向きに関係なく 【姿勢4・5・6】
 生気のない、不健康な、弱々しい意識性

*背筋を伸ばしていても、顔を下に向けると 【姿勢3】
 深刻な、抑圧された意識性

	背筋、腰ともに伸ばす		肩、腰を落とし、背筋をまるめる	
顔 45° 上方	姿勢1 	積極的な 生き生きした 若々しい 健康な 晴れやかな	姿勢4 	弱々しい 生気のない 不健康な 老けた 消極的な
顔 真正面	姿勢2 	自信のある 生き生きした はりつめた きまじめな 若々しい	姿勢5 	不健康な 静的な 弱々しい 生気のない 老けた
顔 顎を引き自分の 大腿部を見る 程度の下向き	姿勢3 	深刻な はりつめた きまじめな 抑圧された 静的な	姿勢6 	暗い 沈んだ 生気のない 自信のない 静的な
背筋、腰ともに伸ばし、顔を前に向けると 前頭葉が活性化する 気持ちが落ち着き、冷静になる 粘れる			出遅れるので、聞き逃す ぼーっとするので、物事の組み立て ができにくくなる * 自己評価まで下がってしまう	

(鈴木・春木：躯幹と顔面の角度が意識性に及ぼす影響)
 躯幹（くかん）・・・頭と手足を除いた胴体部分