

## > Le sommeil

**A**lban, 17 ans, élève de première bac pro, vit en colocation avec Martin, jeune apprenti boulanger. Fan de jeux vidéo, Alban joue tous les soirs jusqu'à une heure du matin. Le matin, vers 4 heures, il est réveillé par la musique de son colocataire qui part vers 5 heures et par la lumière du lampadaire extérieur situé à la hauteur de la fenêtre de sa chambre. À 6 h 30, lorsque le réveil sonne, Alban se lève très difficilement. En classe, il n'arrive plus à se concentrer. Ses résultats scolaires sont en nette baisse.



© Matton.

### ANALYSER LA SITUATION

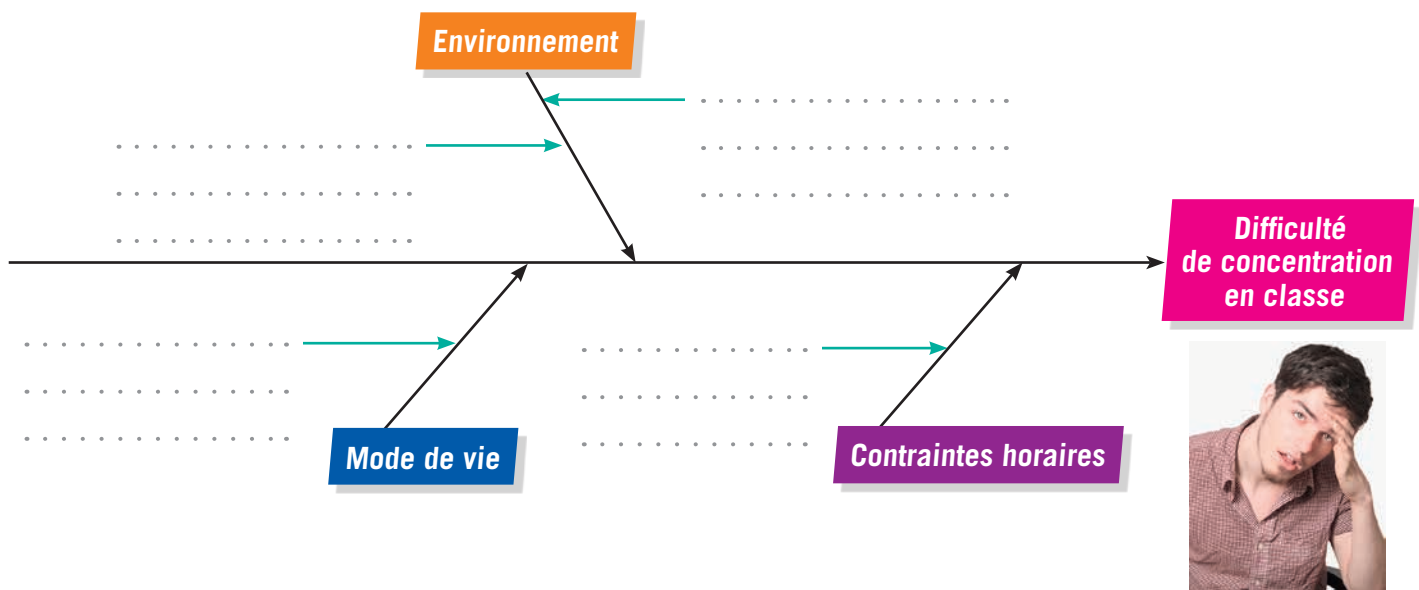
①

Cochez le problème posé dans la situation.

- ☐ Les rôles du sommeil.
- ☐ La difficulté de concentration d'Alban en classe liée à un manque de sommeil
- ☐ La vie en colocation.

②

À partir de la situation, renseignez le diagramme d'Ishikawa. Vous pouvez vous reporter à la fiche Méthode du rabat de couverture.





## PROPOSER DES SOLUTIONS

**3** Proposez, pour chaque cause du diagramme, une conduite à tenir pour supprimer la difficulté de concentration en classe d'Alban.

.....

.....

.....

.....