



אוניברסיטת בן-גוריון בנגב
הפקולטה למדעי הרוח והחברה
המחלקה לפסיכולוגיה

סילבוס לסטודנט

המחלקה לפסיכולוגיה - תשע"ה 2014-2015

שם הקורס: חלומות במדע

מס' קורס: 101.1.0040. קורס סמסטרילי (סמסטר ב'). (דרישות קדם: פסיכולוגיה ניסויית, רגרסיה ושיטות ניתוח רב משתניות).

שם המרצה: ד"ר נירית סופר-דודק

יעדי ההוראה:

מטרת הקורס להציג את הידוע על חלימה במחקר המודרני, תוך התמקדות באספקטים הקליניים של חלימה (נתייחס באופן נרחב לנושאים כגון לחץ וטראומה), ובאספקט האישיותי (מי זוכר חלומות, מהן תכונות אחרות הנלוות לחלומות מסוגים שונים). נסקור תכונות אישיות של מצבי תודעה משתנים (altered states of consciousness) ואת הקשר שלהם לחלימה. בסוף הקורס הסטודנט יכיר סוגים שונים של חלומות מיוחדים ומצבי תודעה חלופיים הקשורים לשינה, וידע לקשר אותם למשתנים תכונתיים ומצביים. כמו כן נסקור תיאוריות פסיכו-דינמיות על חלימה, האספקט הפיזיולוגי של חלימה, התפתחות חלימה בילדים, וכן הפרעות הקשורות לחלימה.

The aim of this course is to present current research and theorization on dreams, while focusing on clinical antecedents and personality. We will review tendencies for altered states of consciousness and their relation to dreaming, psychodynamic theories on dreaming, physiological aspects, development, and abnormal dreaming.

תכני 13 השיעורים:

סקירת תכני ודרישות הקורס
חלומות לאורך ההיסטוריה
מבנה לעומת תוכן
מדידת חלומות
הצגת שאלת השאלות: האם לחלומות יש משמעות?
הפיזיולוגיה של החלימה
הפרעות שינה הקשורות בחלימה: נרקולפסיה, הזיות היפנוגוגיות ושיתוק שינה, פרסומניות (ביעותים, הליכה בשינה)
מחקר על סיוטים וטראומה, וקשרים בין חלומות לפסיכופתולוגיה
תכני חלומות
עקרון ההמשכיות בחלומות
חלימה וזיכרון
חלימה ואישיות, תכונת "גבולות" דקים לעומת עבים
חלומות צלולים, חוויות שינה, מצבי תודעה חלופיים
יש לציין כי:
בחלק משיעור 7 יתקיים הבוחן (45 דקות אחרונות של השיעור).
בחלק משיעור 8 יינתנו הנחיות חשובות לקראת כתיבת העבודה ("טיפים" לכתובה אקדמית טובה).
בשיעורים 9-12 יוצגו רפרטים בכיתה (3 זוגות כל שיעור). מצופה מכם להשתתף בדיון, על מנת לעזור לחבריכם המציגים "לשייף" את הרעיון שלהם לעבודה.

דרישות והרכב ציון הקורס

הקורס הוא סמסטריאלי, ומתקיים בסמסטר ב'. דרישות הקורס כוללות:

1. נוכחות חובה בשיעורים (יש לחתום על דף נוכחות) והשתתפות בדיונים בכיתה. **שימו לב:** היעדרות של יותר מ-2 שיעורים תגרור "קנס": הורדת ציון של 5 נקודות מהציון הסופי.
2. בוחן (משקל: 24% מהציון הסופי), שיתקיים במהלך אחד השיעורים. הבוחן יכלול את הנלמד בכיתה ב-5 השיעורים הראשונים, וכן 4 מאמרים נבחרים (שעליכם לקרוא בעצמכם בבית). הבוחן יורכב מ-12 שאלות אמריקאיות, כל אחת מהווה 2 נקודות מהציון הסופי בקורס (סה"כ 24 נקודות).
3. רפרט בזוגות (משקל: 20% מהציון הסופי). זוהי התנסות אקטיבית של כל זוג סטודנטים בהצגת הרעיון שלהם לעבודת הגמר מול הכיתה. משך ההצגה: 20-25 דקות כולל זמן לשאלות. יש לשלוח את המצגת למרצה שבוע מראש. ההצגה תכלול מבוא: רקע תיאורטי והשערות/שאלות המחקר, ושיטה מתוכננת, כולל ציון הניתוחים הסטטיסטיים שאתם מתכננים לבצע. בשלב זה יתנהל דיון בכיתה אשר יעזור למציגים לגבש את הרעיון הסופי לפני שהם ניגשים לאיסוף הנתונים (אם מדובר בעבודה אמפירית) וכתובת העבודה עצמה.
4. עבודה סמינריונית שתוגש בזוגות (משקל: 56% מהציון הסופי). ניתן לעשות עבודה על כל נושא הקשור לחלימה, אך על הרעיון לקבל אישור מהמרצה. העבודה יכולה להיות **עיונית** או **אמפירית** (זה נתון לבחירתכם). אם זו עבודה אמפירית, יש לקבל מהמרצה **אישור אתיקה לפני** התחלת הרצת המחקר. העבודה תוגש עד לתאריך 30.9.15. הנחיות לכתובת העבודות יפורסמו באתר הקורס, וכן חלק מאחד השיעורים בקורס יוקדש לנושא כתיבה אקדמית.

ציון עובר בקורס הוא ציון משוקלל (סופי) 56.

רשימת קריאה – חובה (לבוחן) **המאמרים יהיו זמינים באתר הקורס**

קטעים נבחרים מתוך "פירוש החלום". פרויד, ז. (2007). פירוש החלום. ת"א: עם עובד.

Hartmann, E. (1998). Nightmare after trauma as paradigm for all dreams: A new approach to the nature and functions of dreaming. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 61 (3), 223-238.

Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23 (6), 877-901.

Watson, D. (2001). Dissociations of the night: Individual differences in sleep-related experiences and their relation to dissociation and schizotypy. *Journal of Abnormal Psychology*, 110, 526-535.

שימו לב – הבוחן יכלול הן את המאמרים והן את החומר הנלמד בכיתה בשיעורים 1-5

המאמרים המסומנים בכוכבית (*) הם מאמרים אמפיריים, אשר יכולים לשמש דוגמה לעבודה אמפירית.
המאמרים המסומנים בצלב (†) הם מאמרים מסוג סקירה, אשר יכולים לשמש כדוגמה לעבודה עיונית.

פרויד, ז. (2007). פירוש החלום. ת"א: עם עובד.

- Cicogna, P., & Bosinelli, M. (2001). Consciousness during dreams. *Consciousness and Cognition*, 10, 26-41.
- *Claridge, G., Clark, K., & Davis, C. (1997). Nightmares, dreams, and schizotypy. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 377-386.
- Dang-Vu, T. T., Desseilles, M., Petit, S., Mazza, D., Montplaisir, J., & Maquet, P. (2007). Neuroimaging in sleep medicine. *Sleep Medicine*, 8, 349-372.
- Domhoff, G. W. (2001). A new neurocognitive theory of dreams. *Dreaming*, 11, 13-33.
- Foulkes, D. (1999). *Children's Dreaming and the Development of Consciousness*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Hall, C. S. (1953). A cognitive theory of dream symbols. *The Journal of General Psychology*, 48, 169-186.
- Hartmann, E. (1996). Outline for a theory on the nature and functions of dreaming. *Dreaming: Journal of the Association for the Study of Dreams*, 6 (2), 147-170.
- Hartmann, E. (1998). Nightmare after trauma as paradigm for all dreams: A new approach to the nature and functions of dreaming. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 61 (3), 223-238.
- †Hartmann, E., & Kunzendorf, R. G. (2006-2007). Boundaries and dreams. *Imagination, Cognition, and Personality*, 26, 101-115.
- Hobson, J. A. (2003). Dreaming as delirium: Sleep and mental illness. In: *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. NY: Oxford University Press, pp. 97-105.
- Hobson, J. A. (2003). Why dream? The functions of brain activation in sleep. In: *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. NY: Oxford University Press, pp. 71-87.
- Hobson, J. A., Pace-Schott, E. F., & Stickgold, R. (2000). Dreaming and the brain: Toward a cognitive neuroscience of conscious states. *Behavioral and Brain Sciences*, 23, 793-1121.
- Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. USA: Dell publishing.
- *Kahn, D., & Hobson, A. (2005). Theory of mind in dreaming: Awareness of feelings and thoughts of others in dreams. *Dreaming*, 15, 48-57.
- †Koffel, E., & Watson, D. (2009). Unusual sleep experiences, dissociation, and schizotypy: Evidence for a common domain. *Clinical Psychology Review*, 29, 548-559.
- Lavie, P., & Kaminer, H. (1991). Dreams that poison sleep: Dreaming in Holocaust survivors. *Dreaming: Journal of the Association for the Study of Dreams*, 1 (1), 11-21.
- †Levin, R., & Nielsen, T. (2009). Nightmares, bad dreams, and emotion dysregulation: A review and new neurocognitive model of dreaming. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 84-88.
- *Maggiolini, A., Persico, A., & Crippa, F. (2007). Gravity content in dreams. *Dreaming*, 17, 87-97.

- *Ohayon, M. M. (2000). Prevalence of hallucinations and their pathological associations in the general population. *Psychiatry Research*, *97*, 153-164.
- †Palagini, L., & Rosenlicht, N. (2011). Sleep, dreaming, and mental health: A review of historical and neurobiological perspectives. *Sleep Medicine Reviews*, *15*, 179-186.
- †Phelps, A. J., Forbes, D., Creamer, M. (2008). Understanding posttraumatic nightmares: An empirical and conceptual review. *Clinical Psychology review*, *28*, 338-355.
- Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, *23* (6), 877-901.
- Schenck, C. H., & Mahowald, M. W. (1994). Review of nocturnal sleep-related eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, *15*, 343-356.
- Schredl, M., & Reinhard, I. (2008). Gender differences in dream recall: a meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, *17*, 125-131.
- Schwartz, S., & Maquet, P. (2002). Sleep imaging and the neuropsychological assessment of dreams. *Trends in Cognitive Science*, *6*, 23-30.
- Soffer-Dudek, N., & Shahar, G. (2009). What are sleep-related experiences? Associations with transliminality, psychological distress, and life stress. *Consciousness & Cognition*, *18*, 891-904.
- *Soffer-Dudek, N., & Shahar, G. (2010). Effect of exposure to terrorism on sleep-related experiences in Israeli young adults. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, *73*, 264-276.
- Soffer-Dudek, N., & Shahar, G. (2011). Daily stress interacts with trait dissociation to predict sleep-related experiences in young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, *120*, 719-729.
- *Soffer-Dudek, N., Shalev, H., Shiber, A., & Shahar, G. (2011). Role of severe psychopathology in sleep-related experiences: A pilot study. *Dreaming*, *21*, 148-156.
- *Soffer-Dudek, N., Wertheim, R., & Shahar, G. (2011). Lucid dreaming and resilience in the face of exposure to terrorism. *Journal of Traumatic Stress*, *24*, 125-128.
- Stickgold, R., Hobson, J. A., Fosse, R., & Fosse, M. (2001). Sleep, Learning, and Dreams: Off-line Memory Reprocessing. *Science*, *294*, 1052-1058.
- Voss, U., Holzmann, R., Tuin, I., & Hobson, J. A. (2009). Lucid Dreaming: A state of consciousness with features of both waking and non-lucid dreaming. *Sleep*, *32*, 1191-1200.
- Voss, U., Schermelleh-Engel, K., Windt, J., Frenzel, C., & Hobson, A. (2013). Measuring consciousness in dreams: The lucidity and consciousness in dreams scale. *Consciousness and Cognition*, *22*, 8-21.
- Wamsley, E. J., Tucker, M., Payne, J. D., Benavides, J. A., & Stickgold, R. (2010). Dreaming of a learning task is associated with enhanced sleep-dependant memory consolidation. *Current Biology*, *20*, 850-855.
- *Watson, D. (2001). Dissociations of the night: Individual differences in sleep-related experiences and their relation to dissociation and schizotypy. *Journal of Abnormal Psychology*, *110*, 526-535.
- Zadra, A. & Donderi, D. C. (2000). Nightmares and bad dreams: Their prevalence and relationship to well-being. *Journal of Abnormal Psychology*, *109* (2), 273-281.