



אוניברסיטת בן-גוריון בנגב
הפקולטה למדעי הרוח והחברה
המחלקה לפסיכולוגיה

סילבוס לסטודנט

המחלקה לפסיכולוגיה - תשע"ו 2015-2016

שם הקורס: חלומות במדע

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

שם המרצה: ד"ר נירית סופר-דודק

יעדי ההוראה:

מטרת הקורס מבחינה תוכנית היא 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. מטרת הקורס מבחינת ההתפתחות האקדמית היא להרגיל את הסטודנטים בקריאת מאמרים אקדמיים ולהקנות כלים להעריך את טיבם. כמו כן להבין מהי כתיבה אקדמית ובסיום הקורס לדעת לכתוב עבודה אקדמית, בין אם אמפירית או סקירה.

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. In the context of this course students will be required to read academic papers, and evaluate and discuss them. By the end of the course students will be required to submit a final paper (empirical or review), manifesting proper academic writing.

תכני 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

דרישות הקורס כוללות:

1. **נוכחות חובה בשיעורים והשתתפות בדיונים בכיתה.** שימו לב: היעדרות של יותר מ-2 שיעורים בסמסטר כלשהו תגרור הורדת ציון של 5 נקודות מהציון הסופי. [באם הסתיים הסמסטר ונעדרתם יותר מ-2 שיעורים, וכל היעדרויות היו מסיבות מוצדקות, אנא הגישו בקשה להתחשבות לועדת ההוראה המחלקתית, ולא אלי, בגיבוי מסמכים רלוונטיים לקשורים לסיבות היעדרות].
2. **20 בחנים קטנים**, כל אחד מורכב משאלה אחת, ששווייה נקודה אחת מהציון הסופי (משקל כולל של הבחנים: 20% מהציון הסופי), שיתקיימו במהלך 20 שיעורים לאורך השנה (כ-10 בכל סמסטר. כל בוחן יתקיים בתחילת שיעור). הבחנים יתבססו על מאמרים נבחרים (אותם יש לקרוא באופן עצמאי בבית) ועל החומר הנלמד בכיתה (כל בוחן יהיה על מאמר שאותו היה צריך לקרוא באותו השבוע או על החומר של השיעור האחרון). (לשם מענה על הבחנים באחריות כל סטודנט להביא עמו דף/פתק ועט. התשובות על הבחנים ישמשו גם כדף נוכחות). לאחר הבוחן יהיה דיון בכיתה על המאמר.
3. **רפרט בזוגות** (משקל: 20% מהציון הסופי). זוהי התנסות אקטיבית של כל זוג סטודנטים בהצגת הרעיון שלהם לעבודת הגמר מול הכיתה. משך ההצגה: 20 דקות פרזנטציה + 5 דקות זמן לשאלות/דיון בכיתה. יש לשלוח את המצגת למרצה **שבוע מראש**. ההצגה תכלול מבוא: רקע תיאורטי והשערות/שאלות המחקר, ושיטה מתוכננת, כולל ציון הניתוחים הסטטיסטיים שאתם מתכננים לבצע (במידה ומדובר בעבודה אמפירית ולא עיונית). בשלב זה יתנהל דיון בכיתה אשר יעזור למציגים לגבש את הרעיון הסופי לפני שהם ניגשים לאיסוף הנתונים (אם מדובר בעבודה אמפירית) וכתיבת העבודה עצמה. הרפרטים יתקיימו במהלך סמסטר ב'.
4. **עבודה סמינריונית שתוגש בזוגות** (משקל: 60% מהציון הסופי). ניתן לעשות עבודה על כל נושא הקשור לחלימה, אך על הרעיון לקבל אישור מהמרצה. יש לקבל אישור על הרעיון במהלך חופשת הסמסטר (לפני סמסטר ב'). העבודה יכולה להיות **עיונית** או **אמפירית** (זה נתון לבחירתכם). אם זו עבודה אמפירית, יש לקבל מהמרצה אישור אתיקה לפני התחלת הרצת המחקר (אין ליצור קשר עם נבדקים לפני קבלת אישור מפורש ממני!). העבודה תוגש עד לתאריך 30.9.16. הנחיות להגשת בקשת אתיקה וכן לכתיבת העבודות יפורסמו באתר הקורס, וכן חלק מאחד השיעורים בקורס יוקדש לנושא כתיבה אקדמית.

ציון עובר בקורס הוא ציון משוקלל (סופי) 56.

רשימת קריאת חובה (אין צורך לקרוא מראש, אלא תקבלו הנחיה מתי לקרוא לאורך השנה). שימו לב – עשויים לחול שינויים ברשימה, עקב התחדשות הספרות המחקרית. כמו כן, בחלק מהמאמרים תקבלו מיקוד לקראת הבוחן הרלוונטי (כלומר לא תיבחנו על כל המאמר).

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

Hall, C. S. (1953). A cognitive theory of dream symbols. *The Journal of General Psychology*, 48, 169-186.

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.

Suzuki et al. (2004). Dreaming During Non-rapid Eye Movement Sleep in the Absence of Prior Rapid Eye Movement Sleep. *SLEEP*, 27, 1486-1490.

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.

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.

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.

Zink, N., & Pietrowsky, R. (2015). Theories of dreaming and lucid dreaming: An integrative review towards sleep, dreaming and consciousness. *International Journal of Dream Research*, 8, 35-53.

Sándor, P., Szakadát, S., & Bódizs, R. (2014). Ontogeny of dreaming: A review of empirical studies. *Sleep Medicine Reviews*, 18, 435-449.