

תכנית ההשלמה לתואר ב"א בסייעוד בנצרת

סמינר מחקר: הפרעות שינה

ד"ר תמר שוחט

מס' קורס: 290.1920

סמסטר ב', שנה"ל תשע"א (חלק ראשון)

סמסטר א', שנה"ל תשע"ב (חלק שני)

ימי ד' – 14:00-16:00

שעות קבלה: ימי ד' בתאום מראש

דוא"ל: tshochat@univ.haifa.ac.il

רקע:

חקר השינה המודרני החל באמצע המאה ה-20, כאשר נורופיזיולוגים גילו שהשינה היא מצב פעיל ודינאמי, ובה מתרחשים שינויים במוח ובמערכות הגוף. חקר השינה הוביל לזיהוי ואבחון של הפרעות שינה, הכוללות חוסר שינה או נדודי שינה, הפרעות של ישנוניות יתר, תופעות פיזיולוגיות והתנהגויות בלתי רצויות בזמן שינה, והפרעות בתזמון שינה. כמו כן ידוע כיום כי קיימים קשרים הדוקים בין הפרעות שינה לבין מחלות והפרעות רפואיות ופסיכיאטריות, וכן להתפתחות, לתפקוד ולאיכות חיים.

מטרות הקורס:

1. הכרת הפרעות השינה הנפוצות

2. הבנת ההשפעות של הפרעות אלו על תפקוד יומיומי

3. הבנת הקשר בין הפרעות שינה ובעיות רפואיות ונפשיות

4. הכרת הכלים למדידת הפרעות השינה

5. רכישת ניסיון בתכנון, ביצוע ודיווח של עבודת מחקר

נושאים:

לאורך הסמינר הסטודנטים יוכשרו לתכנן ולבצע מחקר מדעי על כל מרכיביו, כולל:

חלק ראשון:

1. העלאת שאלת מחקר והצגת השערות המחקר

2. תכנון שיטות המחקר, כולל בחירת נבדקים ומהלך המחקר

3. כתיבה והגשה של הצעת מחקר, הכוללת מבוא, סקירת ספרות ושיטות החקירה

חלק שני:

4. איסוף עיבוד וניתוח הנתונים

5. דיון בתוצאות, במסקנות ובהשלכות המחקר

6. הצגת המחקר בפני משתתפי הקורס

7. כתיבת דו"ח מחקר כמאמר מדעי

- 2 -

מתכונת הקורס:

בחלקו השני של הסמינר יעסקו הצוותים באיסוף הנתונים ועיבודם, בביצוע ניתוחים סטטיסטיים ובכתיבת הדו"ח המדעי. המפגשים האחרונים במליאה יוקדשו להצגת העבודות של כל הצוותים בעזרת מצגת powerpoint. דו"ח המחקר יהווה את עבודת הסיום.

מטלות הקורס ולוח זמנים לחלק השני:

1. הגשת פרק התוצאות: 7.12.11
 2. הגשת דו"ח המחקר המלא: 15.2.12
- היקף הדו"ח: כ- 15 עמודים מודפסים ברווח כפול עם מספור נוסח העבודה: כמקובל בדו"ח מדעי, כולל כותרת, תקציר, מבוא, שיטות, תוצאות, דיון ורשימת מקורות ע"פ כללי הציטוט המקובלים (APA, 2010).

דרישות הקורס:

- נוכחות בהרצאות המליאה
- השתתפות בכל מפגשי הייעוץ הצוותיים
- ביצוע והגשת המטלות במועדן
- ציון עובר: 60

הערכה לחלק ראשון המהווה 50% מהציון של הסמינר:

- תוצאות: 10%
- דו"ח מחקר מלא: 35%
- מצגת: 5%

קריאה מומלצת:

American Psychological Association. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association* (6th ed.). Washington, DC: American Psychological Association.

- 3 -

תוכנית השיעורים סמסטר א' תשע"ב (חלק ב'): *

מפגש מליאה – איסוף ועיבוד הנתונים ב- SPSS	26.10.11	1
מפגשים צוותיים – בדיקת מסד הנתונים, סיוע בהתאם להתקדמות הצוות	2.11.11	2
אין שיעור – חג שמח!	9.11.11	3
מפגש מליאה – ניתוחים סטטיסטיים ב- SPSS וכתובת פרק התוצאות	16.11.11	4
מפגשים צוותיים – ניתוחים סטטיסטיים וכתובת פרק התוצאות	23.11.11	5
מפגשים צוותיים – ניתוחים סטטיסטיים וכתובת פרק התוצאות	30.11.11	6
מפגש מליאה - דיון, הסקת מסקנות, השלכות המחקר והגשת התוצאות	7.12.11	7
מפגשים צוותיים – דיון, הסקת מסקנות והשלכות המחקר	14.12.11	8
מפגשים צוותיים – דיון, הסקת מסקנות והשלכות המחקר	21.12.11	9
אין שיעור – חג שמח!	28.12.11	10
מפגש מליאה - כתיבת דו"ח המחקר, הכנת המצגת והגשת הדיון	4.1.12	11
מפגשים צוותיים – כתיבת דו"ח מחקר והכנת מצגת	11.1.12	12
מפגשים צוותיים – כתיבת דו"ח מחקר והכנת מצגת	18.1.12	13
מפגש מליאה - מצגות	25.1.12	14
מפגש מליאה – מצגות וסיכום הקורס	1.2.12	15

* יתכנו שינויים בהתאם להתקדמות הסמינר