

המעבדה לחקר שינה ורגשות - ד"ר מיכל קהן, המגמה הקלינית-מחקרית

מעבדת המחקר שלנו מתמקדת בשתי אבני יסוד של בריאות ורווחה נפשית: שינה ורגשות. מטרת העל של המעבדה היא להבין טוב יותר מדוע אנחנו ישנים, כיצד מסייעת השינה לתפקוד הרגשי שלנו, וכיצד ניתן לטפל בבעיות שינה כמו אינסומניה באופן מיטבי. לצורך כך, המעבדה חוקרת את מהלך ההתפתחות הנורמטיבי של שינה מינקות ועד הבגרות, וכן את מה שיכול להשתבש בהתפתחות זו. כמו כן, אנו עוסקים בהתפתחות וטיפול באינסומניה, ובקשר שבין שינה וגורמים שונים כגון פחדי לילה, סיוטים, תגובות הוריות לבכי, דכאון אחרי לידה, שימוש במסכים לפני השינה ועוד.

אנחנו מחפשים סטודנטיות.ים המתחילים.ות בשנה הבאה את שנה ב' או ג', בעלי.ות מוטיבציה ויחסי אנוש מצויינים, שיצטרפו כסדנאיות.ים לצוות המעבדה. סדנאים.יות במעבדה יעבדו בצמוד לסטונטיות.ים לתואר שני מהמגמה הקלינית-מחקרית. ההשתתפות בסדנה תכלול גיוס נבדקים, איסוף נתונים (הרצת המחקר) ונוכחות בפגישות המעבדה. הסדנה תתקיים בהיקף של 4 או 6 ש"ס שנתיות, שיוכלו להיות מרוכזות בסמסטר א' או להתפרש לאורך השנה.

מוזמנות.ים להציץ באתר המעבדה: [Kahn Sleep Lab](https://kahn.sleep.lab)