

קול קורא לעוזרי מחקר

המעבדה לחקר פסיכופתולוגיה, קוגניציה ורגש

שלום רב,

שמי עומר לינקובסקי, ואני חוקר את המנגנונים העומדים בבסיס פסיכופתולוגיות ואת הדרכים להשפיע עליהם.

אני מגייס סטודנטים/ות מעולים/ות אשר מתעניינים/ות להשתלב בעבודה מחקרית במעבדה שלי בשנת הלימודים הבאה (בחלק מהפרויקטים ישנה אפשרות להתחיל את ההתנסות במהלך או בסיום סמסטר ב'). המחקרים במעבדה בודקים יכולות בסיסיות שמשפיעות על פסיכופתולוגיות, במטרה לשפר את האופן שבו אנחנו מבינים, מאבחנים ומטפלים. במעבדה נעשה שימוש בשיטות מחקר התנהגותיות בשילוב של מדדים פיזיולוגיים ומוחיים.

הפרויקטים המרכזיים בהם ניתן להשתלב בשנה הבאה קשורים ל:

1. **התמודדות עם חוסר וודאות ומנגנונים קוגניטיביים שונים והשפעתה על דיכאון והפרעה טורדנית-כפייתית (OCD).** איך אנשים מתמודדים עם חוסר וודאות, ואיך זה קשור לתהליכים קוגניטיביים אחרים? כיצד דרכי ההתמודדות קשורות לדיכאון, חרדה או OCD ואיך החוויות הפנימיות שלנו משפיעות על זה? במחקר ננסה להבין כיצד אנשים מתמודדים במצבי חוסר וודאות, לבסס אפיון קוגניטיבי של כל אחד, ולהבין את השפעת דרכי ההתמודדות על הפרעות נפשיות ומנגנונים שיכולים לעזור להתמודד במצבים כאילו. המחקר הנוכחי הוא מחקר גדול הכולל עבודה רב צוותית ומערב אוכלוסיות קליניות שונות. ישנה אפשרות גם להשתלב במחקר עצמאי יותר בנושא.
2. **שינה ומחשבות והתנהגויות חזרתיות ביום-יום:** כיצד נראית התנהגות חזרתית ביום-יום? מה הן דרכי ההתמודדות השונות עם מחשבות חוזרות? האם יש הבדל בין תגובה פיזית לתגובה מנטלית למחשבות כאלו? והאם מחשבות והתנהגויות חזרתיות מושפעות מהשינה שלנו? אנו נבחן את התנודות היומיות של מחשבות והתנהגויות חזרתיות ואת הקשר לשינה דרך מחקר אורך, בו נבדקים משיבים על מס' שאלות קצרות, כמה פעמים ביום למשך שבועיים. השתתפות בהרצת המחקר כוללת יצירת קשר והעברת פגישות זום עם נבדקים, תפעול טכני של מערכת השליחה וניטור המשובים.
3. **אפליקציית ForestApp:** אפליקציה מבוססת משחק להתמודדות עם חוסר ודאות ב-OCD - כיצד ניתן לסייע לאנשים עם OCD להתמודד עם תחושות של חוסר ודאות דרך תרגול קוגניטיבי יומיומי? במסגרת המחקר פיתחנו אפליקציה מבוססת משחק, שמטרתה לחזק מנגנוני אינהיביציה ולעודד התמודדות עם מצבי אי-ודאות. המשחק מציג למשתמשים משימות הדורשות שהיית תגובות אוטומטיות, במטרה לעזור להם להשהות את המחשבות הטורדניות. במחקר נבחן כיצד שימוש עקבי באפליקציה משפיע על רמות מצוקה והתנהגויות כפייתיות של המשתתפים. השתתפות בהרצת המחקר כוללת ליווי נבדקים בשימוש באפליקציה, תפעול טכני של המערכת, איסוף נתונים וניטור משובים לאורך תקופת המחקר.

4. **איך שינה נראית בהפרעת אגרנות:** אנשים עם הפרעת אגרנות מדווחים על שינה פחות איכותית אבל עד כה אין שום מידע על האופן שבו הם ישנים באמת. המחקר הנוכחי יבחן את השינה של אנשים עם הפרעת אגרנות ואנשים בריאים באמצעות מדדים גופניים ומוחיים (באמצעות מכשיר שנקרא פוליסומנוגרף). המחקר דורש זמינות של לילה בכל שבועיים.

5. **תגובתיות רגשיות לאורך היום:** ידוע כי מקצבים ביולוגיים (תהליכים מחזוריים בגוף שפועלים על פי השעון הביולוגי) משפיעים על עוררות לאורך היום וכן על רגשות ותסמינים פסיכולוגיים שונים. המחקר הנוכחי יבחן כיצד מקצבים ביולוגיים משפיעים על התגובות של אנשים לאירועים רגשיים שונים לאורך היום.

ההתנסות המחקרית במעבדה כוללת למידה וביצוע מחקר תחת ליווי והנחיה, תוך מעורבות בכל חלקי המחקר – מהבנת רקע תיאורטי, הרצת הניסוי, ניתוח התוצאות וחשיבה על ניסויי המשך. בנוסף מתקיימת עבודה שוטפת עם כלל צוות המעבדה, במטרה לסייע אחד לשני בקידום פרויקטים ובחשיבה משותפת. סטודנטים/ות המעוניינים/ות בכך יקבלו **המלצה מחקרית** לקראת המועמדות לתואר שני בהתאם לעבודתם.

סטודנטים/ות המעוניינים/ות בהתנסות מחקרית כזו מוזמנים לפנות על מנת לתאם פגישה ראשונית – נא לשלוח מייל לכתובת peclabbiu@gmail.com ולציין את הפרויקטים בהם תרצה/י להשתלב. **בנוסף יש לצרף קורות חיים וגיליון ציונים עדכני. בכותרת המייל כתבו בבקשה "התנסות במחקר".**

מידע נוסף אודות המעבדה והפרויקטים המתקיימים בה ניתן למצוא [באתר המעבדה](#).

מידע נוסף על המחקר שלי אפשר למצוא [בקישור הנוכחי](#), ופרסומים מדעיים שלי ב - [Google scholar](https://scholar.google.com/)

תודה, עומר