

שם המרצה: ד"ר שמרית דכס-יחיא

שם הקורס: וויסות רגשי והטיות קוגניטיביות

קוד קורס: 60-045-01

סוג הקורס: סמינריון

שנת לימודים: תשע"ט **סמסטר:** ב' **היקף שעות:** 2 ש"ס.

יצירת קשר:

המחלקה לפסיכולוגיה קומה 3, חדר 306

טלפון: 03-5317835

דוא"ל: shimrit.daches@biu.ac.il

א. תיאור הקורס ומטרותיו:

במהלך הקורס נדון במחקר אודות תהליכים קוגניטיביים ותהליכי וויסות רגשי. נסקור מחקר בנושאים כגון התפקיד של תהליכי קשב, פרשנות וזיכרון כמשמרים קשיים בוויסות רגשי. נתמקד בגורמי סיכון ספציפיים ומשותפים לדיכאון וחרדה, והשלכות תהליכים אלו להתערבות בהפרעות אלו. מטרת הקורס היא לחשוף סטודנטים למחקר בתחום של פסיכופתולוגיה ניסויית בהקשר של וויסות רגשי. סטודנטים יחשפו למודלים תיאורטיים ולתרגום שלהם לפרדיגמות מחקריות. הקורס מדגיש חשיבה ביקורתית על מחקר עדכני.

ב. חובות הקורס:

הקורס מבוסס על דיון מעמיק במאמרים מדעיים, ולכן נדרשת נוכחות בשיעורים וקריאה שוטפת של החומר לפני השיעור. בתום הקורס יגישו הסטודנטים הצעת מחקר. את הצעת המחקר הסטודנטים יבנו תוך כדי עבודה קבוצתית.

ג. דרישות מוקדמות:

סקרנות ורצון ללמוד על מחקר בפסיכולוגיה קלינית ספציפית בדיכאון וחרדה. אין דרישה מוקדמת לניסיון מחקרי. אין דרישה מוקדמת לידע מעמיק בוויסות רגשי או בתהליכים קוגניטיביים.

ד. הערכה בקורס:

הציון בקורס מורכב משלושה מרכיבים: השתתפות פעילה בשיעורים (20%), הצגת המחקר בכיתה (20%), והצעת מחקר בהיקף של כ 5-10 עמודים (60%).

תוכנית הקורס:

נושא השיעור	חומר הקריאה לשיעור
1 שיעור מבוא	
2 הטיות קשב בחרדה	Waters et al., 2008
3 אימון בקשב בחרדה	Schmidt et al., 2009
4 קוגניציה בדיכאון	Kircanski, Joormann, & Gotlib, 2012
5 אימון בקשב בדכאון	LeMoult et al., 2016
6 איך כותבים הצעת מחקר? שלבים בחשיבה ובכתיבה	Bem, 2003
7 עבודה בקבוצות על תכנון פרויקטים מחקריים	(מאמרים לפי קבוצות המחקר השונות)
8 הטיות פרשנות	Lee, Mathews, Shergill & Yiend, 2016
9 אימון בהטיות בפרשנות	Hertel et al., 2014

Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991	רומינציה	10
Cohen et al., 2015	רומינציה – אימון בשליטה קוגניטיבית	11
Tran, Hertel & Joormann, 2011	Combined cognitive bias hypothesis	12
	הצגות סטודנטים	13
	הצגות סטודנטים	14

ה. ביבליוגרפיה

Bem, D. J. (2003). Writing the empirical journal article. In Darley, J. M., Zanna, M. P., & Roediger III, H. L. (Eds) (2002). *The Compleat Academic: A Career Guide*. Washington, DC: American Psychological Association.

Cohen, N., Mor, N., & Henik, A. (2015). Linking Executive Control and Emotional Response A Training Procedure to Reduce Rumination. *Clinical Psychological Science*, 3, 15-25.

Hertel, P., Mor, N., Ferrari, C., Hunt, O., & Agrawal, N. (2014). Looking on the Dark Side Rumination and Cognitive-Bias Modification. *Clinical Psychological Science*, 2167702614529111.

Kircanski, K., Joormann, J., & Gotlib, I. H. (2012). Cognitive aspects of depression. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 3(3), 301-313.

Lee, J-S., Mathews, A., Shergill, S., & Yiend, J. (2016). Magnitude of negative interpretation bias depends on severity of depression. *Behaviour Research and Therapy*. 10.1016/j.brat.2016.05.007

LeMoult, J., Joormann, J., Kircanski, K., & Gotlib, I. H. (2016). Attentional bias training in girls at risk for depression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(11), 1326-1333.

Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 115-121. doi:10.1037/0022-3514.61.1.115

Schmidt, N. B., Richey, J. A., Buckner, J. D., & Timpano, K. R. (2009). Attention training for generalized social anxiety disorder. *Journal of abnormal psychology*, 118(1), 5.

Tran, T. B., Hertel, P. T., Joormann, J. (2011). Cognitive bias modification: Induced interpretive biases affect memory. *Emotion*, 11, 145-152. doi: 10.1037/a0021754

Waters, A. M., Wharton, T. A., Zimmer-Gembeck, M. J., & Craske, M. G. (2008). Threat-based cognitive biases in anxious children: comparison with non-anxious children before and after cognitive behavioural treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 46(3), 358-374. doi: 10.1016/j.brat.2008.01.002