**דפוסי שינה וביטויים בציורי מתבגרים צעירים הגרים בפנימייה בהשוואה למתבגרים צעירים הגרים בבתיהם**

**נעמה רוט**

**תזה בהנחיית: פרופ' תמר שוחט (החוג לסיעוד) ופרופ' רחל לב ויזל (ביה"ס לטיפול באמצעות אמנויות)**

המחקר השווה שינה של מתבגרים צעירים (גילאי 10-12) במסגרת חוץ ביתית (N=26) וביתית נורמטיבית (N=33), ושילב מחקר כמותני לבדיקה סובייקטיבית ואובייקטיבית של דפוסי שינה והתנהגויות נלוות, מחקר כמותני לניתוח אינדיקטורים בציורי דמות "עצמי ישן" ומחקר איכותני לניתוח הנרטיבים שעלו מהציורים.

תוצאות המחקר הכמותי הראו כי מתבגרים בפנימיות הולכים לישון וקמים ומוקדם יותר, ישנים יותר זמן וסובלים יותר מקשיי הרדמות. ניתוח הציורים הראה כי מתבגרים בפנימיות מציירים את דמותם ישנה במונוכרומיות ותוחמים את הדמות המצויירת בגבול סגור, בהשוואה לקבוצת הביקורת. כמו כן המחקר האיכותני של התימות שעלו מהנרטיבים העלה כי בקרב מתבגרים בפנימיות קיים שימוש רב יותר במושגים של "הרחקה" (מעבר בין גופי הדיבור וגרנדיוזיות).

המחקר מחדש בכך שעד כה לא נעשה מחקר בארץ הבוחן שינה של מתבגרים בפנימיות, וכן לא נעשה אבחון של חווית השינה באמצעות ציורים.

המחקר הוצג בכנס הארצי לחקר השינה שנערך בתאריך 11/2/15במכללת עמק יזרעאל.

**Sleep Patterns as Reflected in Drawings of Young Adolescents Living in Residential Care Facilities Compared to Those Living at Home**

**Naama Roth**

Supervised by: Prof. Tamar Shochat

 Prof. Rachel Lev-Wiesel

This is a cross-sectional study of young adolescents (age 10-12) in residential care facilities (N=26) and normative in-home adolescents (N=33). It combines standard quantitative subjective and objective measurements of sleep patterns and related behaviors, with quantitative indicators analysis of self-figure drawings, and qualitative analysis of the narratives provided by the participants based on their drawings. Findings revealed that compared to young adolescents living at home, adolescents living in residential care facilities go to bed and rise earlier, sleep longer, and take longer to fall asleep. On examination, the drawings demonstrate that young adolescents in residential care facilities seal their human figure in the drawings inside a closed boundary, and are more prone to use monochromatic colors than their home residing counterparts. The qualitative analysis of the narratives found that they use themes of *exclusion*, that are expressed in the switching between grammatical persons (from 'I' sentences to 'he' or 'she' sentences) and expressions of self aggrandizing.

To our knowledge, no study has been conducted in Israel that examines sleep patterns of young adolescents living in residential care facilities, and its expression in drawings.

The study was presented at the National Sleep Research conference conducted at Faburary 11th, 2015 at the Iezreel Vally College.



