Abstrakt

Bakalářská práce představuje v teoretické části nejprve fyziologii zdravého spánku s důrazem na REM spánek a insomnii a její diagnostiku a etiologii, a následně seznamuje čtenáře s modelem hyperarousalu u insomnie a fenoménem spánkové mispercepce.

Empirická část se zabývá dvěma výzkumnými otázkami: zaprvé vztahem mezi mírou spánkové mispercepce a množstvím REM spánku u pacientů s diagnózou neorganické nespavosti, zadruhé vztahem míry spánkové mispercepce a míry subjektivně vnímané depresivity podle BDI-II u těchto pacientů

Výsledky ukazují, že ve vzorku nebyla nalezena korelace mezi mírou mispercepce a množstvím REM spánku (Spearmanovo rho = 0,091, p = 0,103), byla však nalezena signifikantní slabá pozitivní korelace mezi mírou mispercepce a mírou subjektivně vnímané depresivity (Spearmanovo rho = 0,154, p = 0,029). Z těchto výsledků nelze udělat žádné závěry o povaze hyperarousalu u insomnie, neboť naše studie zkoumala hyperarousal pouze nepřímo, což je také její největší limitací. Výsledek druhé analýzy lze vykládat několika způsoby: může se jednat o náznak vztahu emoční dysregulace a míry mispercepce, spíše se ale přikláníme k vysvětlení tendence těchto pacientů k negativnímu zkreslování, tedy jak subjektivně vnímané depresivity, tak subjektivně vnímanému spánku. Je však potřeba dalšího zkoumání.

Navazujícím studiím doporučujeme zejména přímé měření ukazatelů hyperarousalu a zohlednění psychologických charakteristik.