



סוגיות בדימוי גוף (286.4839)

קורס חובה

שנה"ל תשפ"ד, סמסטר א

יום ה', 8-10

מרצה: ד"ר רוני אלרן-ברק

שעת קבלה: לפי תיאום מראש

מייל: roniebarak@gmail.com

תיאור הקורס ומטרותיו: הקורס עוסק בסוגיות של דימוי גוף לאורך החיים, ובפרט בגיל הילדות וההתבגרות, גיל המעבר (אמצע החיים) וגיל הזקנה. ננסה להבין כיצד דימוי הגוף נוצר ומתעצב במהלך החיים. כמו כן, נעמיק בהבנת אירועי חיים שיכולים להשפיע על דימוי הגוף. נושא מרכזי בקורס הוא סטיגמה נגד השמנה.

חובות הקורס:

1. נוכחות חובה: יש להגיע לכל השעורים (10% מהציון)

כאשר השעורים יתקיימו בזום:

1. חובה על הסטודנטים להיות עם מצלמה פתוחה במשך כל השיעור.
2. אי פתיחת מצלמה או סגירת מצלמה למשך חלק מהשיעור תחשב כהיעדרות.

כאשר השעורים יתקיימו באופן פרונטלי:

יציאה מוקדם משיעור, או הגעה באיחור משמעותי (יותר מ-5 דקות) נחשבים כחיסור.



2. השתתפות פעילה בשיעור - מענה על שאלות של המרצה בזמן השיעור והצגת שאלות על החומר הנלמד - (10% מהציון).
3. הצגת תרגיל כיתה בשעור מספר 4 (10%)
4. הצגת רפרט בפני הכיתה – (20%)
5. עבודה מסכמת – 50% מהציון.

נושאי השיעור ורשימת קריאה

- הסילבוס הרצ"ב הוא נקודת הפתיחה לקורס. יתכנו שינויים ותוספות מאמרים לקריאה בהתאם להתקדמות וצרכי הכיתה.
- הסטודנטים יתבקשו להציג בפני הכיתה רפרט העוסק בסוגיה הקשורה לדימוי גוף.

נושאים מרכזיים שילמדו בקורס:

- תיאוריות של דימוי גוף: התיאוריה הפסיכו-סוציאלית, תאוריית הייחוס, תאורית הזהות החברתית ועוד.
- סטיגמה נגד השמנה.
- דימוי גוף לאורך החיים (ילדים, בני נוער, גיל המעבר והזקנה).
- הפרעת גוף דיסמורפית או הפרעה בדימוי הגוף (באנגלית: Body dysmorphic disorder).
- דימוי גוף בקרב אוכלוסיות מיוחדות (לדוגמא- ספורטאים ורקדנים, נשים הרות, לה"טבים, נשים שעברו טראומה מינית).
- ניתוחים אסתטיים.

בקורס זה לא תותר הגשה של סמינריון.



הנחיות לרפרט:

1. הרפרט עוסק במפגש האישי שלכם עם סוגיה נבחרת הקשורה לדימוי גוף (לדוגמא – משקל, מבנה גוף, צבע עור, גיל).
2. יש לבחור פריט ויזואלי אחד (חלק מסרט, תמונה, ציור, ראיון טלוויזיוני, קליפ, יצירת אומנות וכו') המשקף את האופן בו החברה מתייחסת לסוגיה הנבחרת.
3. יש להציג את הסוגיה הנבחרת בכיתה ולהסביר את הדילמות המתעוררות בעקבות המפגש עם הפריט הוויזואלי שהוצג.
4. יש להסביר כיצד הסוגיה הנ"ל פוגשת אתכם באופן אישי.
5. תשומת לבכם לפרטים הבאים:

 - יש לבחור תאריך ולהירשם אצל המרצה.
 - אין להציג יותר מסרט אחד ואין להציג יותר מ-2 דקות מהסרט. לא תותר הקרנה של יותר מסרט אחד.
 - יש להעביר את הקובץ (או הקישור) למרצה במייל עד 24:00 בלילה ביום רביעי [.roniebarak@gmail.com](mailto:roniebarak@gmail.com)
 - משך הרפרט – חמש עשרה דקות.

הנחיות לעבודה המסכמת

1. נושא: יש לבחור נושא לעבודה ולאשר אותו במייל מול ד"ר רוני אלרן-ברק roniebarak@gmail.com
2. נושא העבודה יכול להיות כל נושא שקשור לדימוי גוף או לתכנים אחרים בהם נגענו בקורס (לדוגמא- סטיגמה נגד אנשים שמנים).
- רשימת נושאים לדוגמא- דימוי גוף בקרב נערות בגיל ההתבגרות, דימוי גוף בקהילת הלהט"ב, דימוי גוף של ילדים שמנים, דימוי גוף של נשים או גברים בגיל המעבר/הזיקנה, נשים לאחר ניתוח להסרת שד (סרטן שד), דימוי גוף של אנשים עם נכויות פיזיות. ניתן כאמור לבחור גם נושאים משיקים כדוגמת החוויה של הורים לילדים שמנים, אולם יש למקד את סקירת הספרות ומדריך הראיון בסוגיות הקשורות לקורס.
3. יש לכתוב סקירת ספרות המתארת את הנושא הנבחר וכוללת שתי תיאוריות המסבירות או מתייחסות אליו.



4. יש לבחור אדם אותו ניתן לראיין בנוגע לנושא העבודה ולכתוב תיאור של המרואיין. ניתן לראיין גם איש מקצוע אשר עובד עם אוכלוסייה מסוימת ומתייחס בעבודתו לסוגיה הקשורה לדימוי גוף (לדוגמא, דיאטנית שעובדת בקהילה הערבית עם נשים שסובלות מעודף משקל).
5. יש להכין מדריך ראיין שיכלול עשר שאלות. אלו הן השאלות שהתעוררו אצלכם לגבי הנושא בעקבות סקירת הספרות שערכתם ואותן תרצו לשאול את המרואיין. יש לרשום את השאלות.
6. יש לבצע את הראיין ולאחר מכן לכתוב את הנקודות העיקריות שעלו בראיין. יש לכתוב את השאלות ואת התשובות בפורמט שאלה ותשובה (מראיין: "...", מרואיין: "...").
7. סיכום: יש לערוך דיון וסיכום אינטגרטיבי בו אתם מסבירים כיצד הראיין חידש לכם או חייד עבורכם את האופן בו אתם מסתכלים על הסוגיה בה בחרתם לעסוק בעבודה. מה השתנה בגישה שלכם לגבי הנושא בעקבות המחקר הקטן שערכתם (סקירת הספרות והראיין). הדיון צריך לכלול גם התייחסות לתיאוריות שסקרתם.
8. בפרק הסיכום יש להראות גם את ההבדלים בין שני כותבי העבודה ו/או את הנקודות בהן אתם חלוקים בינכם מבחינת ההסתכלות שלכם על נושא המחקר וממצאיו.
9. אורך כל העבודה עשרה עמודים (או פחות אבל לא יותר) ברווח כפול, גופן 12. שוליים סטנדרטיים של מסמך וורד. לכתוב לפי כללי הכתיבה האקדמית.
10. יש להגיש בזוגות עד ליום הראשון ללימודים של סמסטר ב' למייל של המרצה.
11. מומלץ לכתוב את העבודה אחרי שלקחת את הקורס המתוקשב "כתיבה מדעית" על מנת להיות בטוחים שהעבודה שהגשתם עומדת בכללי הכתיבה המדעית.

מאמרים בסיסיים המלווים את הקורס (מאמרים נוספים נמצאים במודל, יתכנו שינויים ותוספות מאמרים

לקריאה בהתאם להתקדמות וצרכי הכיתה)

- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body image*, 1(1), 1-5.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body image*, 1(1), 29-41.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: where do we go from here? *Body image*, 1(1), 15-28.



- Schwartz, M. B., & Brownell, K. D. (2004). Obesity and body image. *Body image*, 1(1), 43-56.
- Puhl, R. M. & Brownell K. D (2003) Psychosocial origins of obesity stigma: toward changing a powerful and pervasive bias. *Obesity reviews*, 4, 213–227

- סטודנט/ית יקר/ה,
- אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושביגיה את/ה זקוק/ה להתאמות אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים למדור נגישות ולקויות למידה: דואל LDA@univ.haifa.ac.il טל: 8249265-04
- לאבחון והתאמות בגין לקות למידה ו/או הפרעת קשב יש לפנות ליה"ל: דואל mhait@univ.haifa.ac.il טל: 8249022-04
- אם יש ברשותך מכתב התאמות מהאוניברסיטה ואת/ה זקוק/ה להנגשה בקורס אנא פנה/י אליי בשעות הקבלה או במייל בסמוך לתחילת הקורס



מהלך השעורים בסמסטר:

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----|
| מבוא לדימוי גוף | 19.11.23 | | 1. |
| דימוי גוף בעידן הרשתות החברתיות | 26.11.23 | | 2. |
| <p>תרגיל כיתה (שעור אסינכרוני). צפו בסרט: https://youtu.be/bqmkqM8lmgg</p> <p>קראו את הכתבה: https://leedsbeckett.shorthandstories.com/body-image-and-social-media--the-real-impact--instagram-vs--reality--posts-have-on-our-mental-health/index.html</p> <p>תרגיל: יש לתאר שני משפיענים ברשת (עם דוגמאות ויזואליות) – אחד בעל השפעה חיובית עליך (או על אנשים אחרים) והשני בעל השפעה שלילית עליך (או על אנשים אחרים). יש להכין לשיעור הבא דוגמא של הדברים שהם מפרסמים ולהציג זאת בכיתה.</p> | 2.11.23 | זום | 3. |
| הצגת תרגיל כיתה + דיון | 9.11.23 | | 4. |
| דימוי גוף לאורך החיים | 16.11.23 | | 5. |
| סטיגמה נגד השמנה | 23.11.23 | | 6. |
| <p>רפרטים + Photovoice/Phototherapy</p> | 30.11.23 | זום | 7. |
| סטיגמה נגד השמנה | 7.11.23 | | 8. |



| | | | |
|-------------------------------------|----------|-----|-----|
| רפרטים + Photovoice/Phototherapy | 14.12.23 | זום | .9 |
| Body positivity | 21.12.23 | | .10 |
| רפרטים + Photovoice/Phototherapy | 28.12.23 | זום | .11 |
| רפרטים + Photovoice/Phototherapy | 4.1.24 | זום | .12 |
| שעור מסכם | 11.1.24 | | .13 |