



קורס : 286.4983, תוכנית מ"א, שנה"ל תשפ"ד

מרצה : ד"ר שרון נחמני

סמסטר א', יום ה', בשעות : 18:00 – 19:30

דוא"ל : sharon4sw@gmail.com

* נא לציין את שם הסטודנט, ת.ז., שם הקורס ומספרו בשורת הנושא של כל מייל שנשלח.

מיומנויות טיפול תזונתי התנהגותי קצר טווח

תיאור הקורס:

טיפול קצר טווח כולל שיטות התערבות מגוונות, שמטרתן להגביר את מחויבות הפונים לטיפול, לסייע בביצוע שינויים רצויים בדפוסי התנהגות וחשיבה ולתרום להקלה רגשית. זאת במטרה למנוע חזרה לדפוסים מוכרים לא יעילים, לשפר את הדימוי העצמי ולהיטיב את היחסים הבינאישיים. מטרת הקורס היא לאפשר לסטודנטים. יות להבחין בשלבי התהליך הטיפולי קצר הטווח וליישם מיומנויות טיפוליות עם המטופלים שלהם. במהלך הקורס נזהה את עקרונות הגישה ונתנסה במיומנויות התערבות. זאת כדי שהסטודנטים יוכלו להשתמש בהן בעבודתם הקלינית, תוך הערכה והתאמה למטופלים בעלי אבחנות שונות, מתרבויות שונות ובגילאים שונים.

מטרות הקורס:

1. פיתוח היכולת לתכנן תוכנית התערבות קצרת טווח, המתייחסת לשלבי הטיפול השונים : עריכת אינטייק, בחירת מוקד טיפולי, עריכת חוזה, תרגול מיומנויות טיפוליות, מניעת הישנות וסיום ההתערבות.
2. השוואה בין מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המודעות של המטופלים לאופן שבו הם מבנים את סיפור חייהם וכך לתרום לשינוי בדימוי העצמי שלהם ולהקלה רגשית.
3. השוואה בין מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המודעות של המטופלים לדפוסי התנהלותם, אשר יאפשרו להם להגביר את המוטיבציה לבצע שינוי התנהגותי.
4. הדגמת מיומנויות טיפוליות, שיתרמו לשיפור ביחסייהם הבין-אישיים של המטופלים.



תוצאות למידה:

1. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו לתכנן טיפול קצר טווח יעיל ומיטבי, המתייחס לסטינג ולשלבי הטיפול השונים.
2. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו ליישם עקרונות טיפוליים ומיומנויות התערבות, המגבירים מוטיבציה לעריכת שינויים והמפחיתים את הנשירה מטיפול.
3. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות לוויסות רגשות וליישמן עם מטופליהם.
4. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות שיאפשרו שינוי התנהגותי ולהתאימן למטופליהם.
5. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות המתייחסות לתפקוד הבין-אישי, ולהציע להקנות אותן למטופליהם.

דרישות הקורס ומרכיבי הציון:

1. הסטודנטים יות מצופים להשתתף באופן פעיל בשעורים ולקרוא את הפריט. ים הביבליוגראפ. ים הרלוונטי. ים לפני כל שיעור, כדי שיהיו מוכנים לדון בנושא הנלמד. הפריטים הביבליוגראפיים הועלו לאתר הקורס ב- moodle. השתתפות פעילה ותרומה לקהילה הלומדת, הכוללת התנסות בתרגילים בכתה וקריאת המאמרים לקראת השיעורים, מהווים 10% מציון הקורס. סטודנט שיעדר למעלה מ- 20% מהשעורים לא יוכל להגיש את העבודה המסכמת/סמינריון*.
- הנחיות ללמידה מרחוק, במידה ותתקיים:** הסטודנטים יות נדרשים להדליק מצלמות בשיעורים שילמדו מרחוק. אי פתיחת מצלמה תחשב כהעדרות. סטודנט. ית שמתקשה להדליק מצלמה מסיבה אישית, מתבקש. ת לקבל על כך אישור מהמרצה מבעוד מועד, בהתאם לנסיבות ולשיעור הספציפי. יש ללמוד במקום המאפשר פרטיות והקשבה פעילה, ללא הפרעות (במידה והלמידה איננה מתבצעת בפרטיות, יש להשתמש באוזניות). אין להתחבר באופן שעלול לסכן את החיים, כגון בעת נהיגה. שימוש בצ'אט של הזום יעשה לטובת סוגיות הקשורות לנושא השיעור בלבד. חל איסור על הקלטת שיעור ע"י הסטודנטים. יות.
2. הסטודנטים יות יתבקשו ליישם את אחת מהמיומנויות שילמדו בקורס בטיפול באחד מפונייהם או מכריהם, לפי העקרונות שילמדו ולהגיש עבודה אשר תציג את מהלכו, תוך התייחסות לספרות עדכנית. העבודה המסכמת מהווה 90% מציון הקורס. הנחיות מפורטות להכנה ולהגשה הועלו ל- moodle וידונו בכתה. הסטודנטים יות מוזמנים להתייעץ עם המרצה בנוגע לעבודה.
- * ניתן להגיש סמינריון בקורס, במקום העבודה המסכמת, בהתאם להנחיות המופיעות ב- moodle.



תוכנית הקורס **:

פריטים ביבליוגרפיים	מס' שיעורים ותאריכים	הנושא
יבלון, י. (2008). הסיפור הטיפולי - קצר אך לא מקוצר, טיפול דינמי קצר מועד. נדלה מאתר שפ"י משרד החינוך: https://meyda.education.gov.il/files/shefi/psihologia/sipurtipuli.pdf	שעור 1: 4.1.24	1. מהו טיפול קצר טווח?
אלפנדרי, רי (2018). יצירת המרחב הטיפולי: אספקטיים קונקרטיים וסימבוליים. בתוך ר. אלפנדרי (עורך), למצוא מקום לנפש: אבני יסוד בעבודה סוציאלית פסיכודינמית (עמ' 27-46). כרמל.	שעור 2: 11.1.24	2. כיצד ניצור מרחב ליצירת חוזה טיפולי?
סלונים-נבו, וי (2013). טיפול קצר מועד: גישה אסטרטגית, ממוקדת פתרונית ואסטרטגית. רמות – אוניברסיטת תל-אביב. (לקריאה: פרק רביעי- ראיון מוטיבציוני קצר מועד). צ'ופרה הופמן, מי (2018). מצבי משבר בטיפול. בתוך ר. אלפנדרי (עורך), למצוא מקום לנפש: אבני יסוד בעבודה סוציאלית פסיכודינמית (עמ' 227-246). כרמל.	שעור 3: 18.1.24	3. כיצד נסייע למטופל להגביר את המוטיבציה לטיפול?
שני גולן, אי, יולזרי, אי, אגמון שניר, חי ושמר, אי (2020). "אני לא יודעת, בוא תספר לי אתה": מודל לדיאלוג כשיר תרבות. מידעו"ס, 93, 41-34. Sladdin, I., Ball, L., Bull, C., & Chaboyer, W. (2017). Patient-centred care to improve dietetic practice: An integrative review. <i>Journal of Human Nutrition and Dietetics</i> , 30, 453-470. Doi:10.1111/jhn.12444	שעור 4: 25.1.24	4. כיצד נסייע למניעת נשירה בטיפול קצר טווח?
Botha, D. (2015). Anorexia nervosa: A fresh perspective. <i>Theory & Psychology</i> , 25, 328-345. https://doi:10.1177/0959354314566490	שעור 5: 1.2.24	5. כיצד נסייע למטופל להתבונן אחרת על סיפורו האישי, באמצעות הגישה הנרטיבית?



הנושא	מס' שעורים ותאריכים	פריטים ביבליוגרפיים
6. כיצד נשתמש במיומנויות אסטרטגיות שיתרמו למימוש יעדיו של המטופל?	שעור 6: 8.2.24	סלונים-נבו, ו' (2013). טיפול קצר מועד: גישה אסטרטגית, ממוקדת פתרונות ואסטרטגית. רמות – אוניברסיטת תל-אביב. (לקריאה: פרק שני- טיפול אסטרטגי קצר מועד לפתרון בעיות ופרק שלישי- טיפול קצר מועד ממוקד פתרונות).
7. אילו מיומנויות דיאלקטיות נוכל ליישם בהדרכת הורים ובטיפול פרטני וקבוצתי?	שעורים 7-8: 15.2.24 22.2.24	נחמני, ש' ועשהאל, ע' (2020). "בין לבין" - הקבוצה כמרחב מעברי לבחינה של עמדה אמביוולנטית ביחס לטיפול בהפרעות אכילה. שיחות, ל"ד, 224-237. Shimshoni, Y., & Lebowitz, E.R. (2020). Childhood aviodant/restrictive food intake disorder: Review of treatment and a novel parent-based approach. <i>Journal of Cognitive Psychotherapy</i> , 34, 200-224. https://dx.doi.org/10.1891/JCPSY-D-20-00009
8. כיצד גישות שמתמקדות בטיפול בין-אישי יתרמו למימוש היעדים הטיפוליים של המטופל?	שיעורים 9-10: 29.2.24 7.3.24	Wilfley, D.E., Iacovino, J.M., & Van Buren, D.J. (2012). Interpersonal psychotherapy for eating disorders. In J.C. Markowitz & M.M. Weissman (Eds.), <i>Casebook of interpersonal psychotherapy</i> (pp. 125-148). Oxford University.
9. כיצד נפרד בטיפול קצר טווח ונמנע הישנות?	שיעור 11: 14.3.24	אראל-ברודסקי, ה' וגראור-פרנס, י' (2018). הסיפור שאינו נגמר – מחשבות על סיומי טיפול. בתוך ר' אלפנדרי (עורך), <i>למצוא מקום לנפש: אבני יסוד בעבודה סוציאלית פסיכודינמית</i> (עמ' 268-290). כרמל. Astrachan-Fletcher, E., & Maslar, M. (2009). <i>The dialectical behavior therapy skills workbook for bulimia</i> . New Harbinger. (Ch. 10: Maintaining healthy eating and coping with relapse, pp. 170-181).

** תכני הלימוד וסדר הצגתם נתונים לשינוי.



סטודנט/ית יקר/ה,

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

בהצלחה רבה!