

שנה"ל תשע"ד, קורס 286.4806  
תוכנית מ"א, סמסטר א'  
ימי ד' 08:00-12:00

מרצה: ד"ר שרון נחמני  
יצירת קשר: sharon4f@netvision.net.il  
שעת קבלה: בתיאום עם המרצה

## הפרעות אכילה

### תיאור הקורס ומטרותיו:

מטרת הקורס היא להקנות ידע אבחוני, אטיולוגי וטיפולי בתחום הפרעות האכילה. במהלך הקורס נדון בטווח הפרעות האכילה, תוך התייחסות להיבטים תזונתיים, רגשיים, משפחתיים ותרבותיים רלוונטיים. נתאר את מסגרות הטיפול הקיימות בהפרעות אכילה ונדון בעקרונותיהם של מגוון שיטות טיפוליות (פסיכודינמיות, התנהגותיות-קוגניטיביות ומשפחתיות), תוך התייחסות לתפקיד הדיאטנית. במפגשים ישולבו נושאים תיאורטיים וישומיים, תוך הצגת דוגמאות, הקרנת סרטים להמחשה והתנסות במיומנויות טיפוליות.

### תכנית הקורס:

#### 1. מבוא להפרעות אכילה

- יחסי האכלה, אכילה תקינה ופתולוגית

Bryant-Waugh, R., & Kreipe, R.E. (2012). Aviodant/Restrictive food intake disorder in DSM-5. *Psychiatric Annals*, 42, 402-405.

- אנורקסיה נרבוזה, בולימיה נרבוזה, הפרעת אכילה התקפית והפרעת אכילה לילית: רקע היסטורי, קריטריונים אבחנתיים, שכיחות, פרוגנוזה, מהלך, השלכות רב מימדיות והיבטים אטיולוגיים רב סיבתיים.  
אלופי, א' ולצר, י' (2006). ברות (Diet) או בריאות – צמחונות ואנורקסיה נרבוזה. **הרפואה**, 145, 531-526.

וינשטיין, י' ווינשטיין, א' (2012). משק האנרגיה, הרכב הגוף והתסמונת המשולשת של הספורטאית. **הרפואה**, 151, 101-97.

ויצטום, א', שטיין, ד' ולצר, י' (2004). אנורקסיה נרבוזה כתסמונת תלוית תרבות בעידן הגלובליזציה. בתוך ר' לב, ג' צוויקל, וני ברק (עורכות), **שימרי נפש: בריאות נפשית של נשים בישראל** (עמ' 205-228). ירושלים: מכון ברוקדייל.

ניסים, ר', רודין, ג', דנמן, ד', ריידל, א', קולטון, פ', מהרז', ש' וגיונס, ג' (2002). הפרעות אכילה בקרב מתבגרות חולות סוכרת מסוג 1. **הרפואה**, 141, 907-902.

לצר, י' (1999). **הפרעות אכילה**. ירושלים: מכון סאלד. (רשות)

לצר, י. וציינסקי, א. (2003). הפרעת אכילה בולמוסית תת קבוצה של השמנת יתר או של בולימיה? **הרפואה**, 142, 544-549 (רשות)

ציינסקי, א' ולצר, י' (2010). תסמונת אכילה לילית: שכיחות, מאפיינים ושינה בקרב נשים עם בולימיה נרבוזה והפרעת אכילה התקפית בישראל. בתוך א' שריד, ד' סגל-אנגלצ'ין וג' צוויקל (עורכות), **פסיכס גופנפש: בריאות נשים בישראל** (עמ' 238-259). באר-שבע: אוניברסיטת בן-גוריון בנגב. (רשות)

American Psychiatric Association (2013). *Diagnosis and statistical manual of mental disorders. Fifth Edition (DSM-5)*. Washington, DC: Author.

Fairburn, C.G., & Harrison, P.J. (2003). Eating disorders. *The Lancet*, 361, 407-416.

## 2. מבוא לטיפול בהפרעות אכילה

### • מסגרות לטיפול בהפרעות אכילה

גולן, מ', היימן, נ' והרדוף, ד' (2007). מדדים לאשפוז בני נוער הלוקים בהפרעות אכילה על-פי הגישה הבתר (פוסט)-מודרניסטית. **הרפואה**, 146, 554-559.

לצר, יי (2007). הפרעות אכילה ועמדות כלפי אכילה בישראל: סקירת מחקר וטיפול, **חברה ורווחה**, 3, 477-453.

### • המודל הרב מקצועי לטיפול בהפרעות אכילה וטיפול תזונתי בהפרעות אכילה

בכר, א' (2001). העברה, העברה נגדית וניהול הטיפול. בתוך א' בכר (עורך), **הפחד לתפוס מקום** (עמ' 68-73). ירושלים: מאגנס.

Kaplan, A.S., & Garfinkel, P.E. (2007). General principles of outpatient treatment. In G. Gabbard (Ed.), *Treatment of psychiatric disorders* (pp. 1-12). Washington, DC : American Psychiatric Press.

## 3. היבטים דינמיים בהבנת ובטיפול בהפרעות אכילה

בכר, א' (2001). הופעת הפסיכולוגיה של העצמי: הזדמנויות ודילמות בטיפול באנורקסיה ובבולמיה. בתוך א' בכר (עורך), **הפחד לתפוס מקום** (עמ' 24-41). ירושלים: מאגנס.

גז, יי ופנר, ב' (2010). טיפול קבוצתי אינטגרטיבי בקבוצה מעורבת של נשים הסובלות מהפרעות אכילה מסוג אנורקסיה ובולמיה נרבוזה. **פסיכס גופנפש**. (רשות)

הוכדורף, צ', לצר, יי, קנטי, ל' ובכר, א' (2008). למות בשביל לחיות: דפוסי התקשרות ודחף לחיים ומוות בהפרעות אכילה. **חברה ורווחה**, כח, 1-17.

רועה, ד', רוט, ש' ופניג, ס' (2003). צמצום התובנה למחלת האנורקסיה כביטוי ליחס אמביוולנטי להחלמה. **שיחות**, יז, 253-247.

## 4. טיפול התנהגותי-קוגניטיבי בהפרעות אכילה

לצר, יי ושטיין, ד' (2011). הפרעות אכילה. בתוך צ' מרום, א' גלבוש-שכטמן, נ' מור ויי מאירס (עורכים), **טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים: עקרונות טיפוליים** (עמ' 175-195). תל-אביב: דיונון.

Berner, L.A., & Allison, K.C. (2013). Behavioral management of night eating disorders. *Psychology Research and Behavior Management*, 6, 1-8.

Latzer, Y., Peretz, T., & Kreutzer, S. (2008). Conflict-oriented cognitive behavioral therapy (CO-CBT): An integrative approach to the treatment of bulimia nervosa patients. *Clinical Social Work Journal*, 36, 373-383. (רשות)

## 5. הדרכת הורים וטיפול משפחתי לילדים בעלי הפרעות אכילה וילדים בעלי משקל עודף

ברגר, א', מידן, י' וגולן, מ' (2007). טיפול קבוצתי לאמהות לבנות אנורקטיות. *מקבץ*, 12, 61-74. (רשות)

לצר, י' (2001). הדרכת הורים לילדים שמנים- הכיצד? *עניין משפחתי*, 35, 9-12.

לצר, י' (2008). הפרעות אכילה – תפקידה של המשפחה. בתוך ר. רייפן וג. רוזן (עורכים) *האינטליגנציה של התזונה*, (עמ' 160-173) רמת גן: אימפרס מדיה ישירה בע"מ.

Latzer, Y., & Stein, D. (2013). A review of the psychological and familial perspectives of childhood obesity. *Journal of Eating Disorders*, 1, 1-13.

Loeb, K.L., & le Grange. (2009). Family-based treatment for adolescent eating disorders: Current status, new applications and future directions. *International Journal of Child Health and Adolescent Health*, 2, 243-253.

### דרישות הקורס ומרכיבי הציון:

- נוכחות חובה, השתתפות פעילה בכיתה וקריאת הפריטים הביבליוגרפיים הרלוונטיים לפני כל שיעור (פריטי הרשות מצוינים, שאר הפריטים- חובה. הפריטים הועלו ל- moodle).
- הגשת תרגיל למרצת הקורס בשעור האחרון (יום ד' 14.1.15 בשעה 08:30). לא יתקבלו תרגילים שיוגשו באיחור.
- מבחן המשלב שאלות פתוחות עם שאלות רב-ברירתיות, בו ידרשו הסטודנטים ליישם את הידע שנרכש בקורס מהדיונים בכתה ומקריאת הפריטים הביבליוגרפיים.

### מרכיבי הציון

נוכחות והשתתפות	10%
תרגיל	20%
מבחן	70%

### תרגיל הגשה

בחרו אחד מהתרגילים הבאים: מאכל מהילדות, מאכל לבחירה מהמקרר, העברה נגדית גופנית, פאי, מאכל אסור, או אכילה מודעת.

1. כתבו כיצד כל אחד מכם ביצע את התרגיל ואילו מחשבות ורגשות עלו בו בעקבותיו. (10 נק').

2. כתבו מסקנה משותפת בעקבות ההתנסויות של כל אחד מכם, שתתיחס לנלמד בקורס ולמקורות ביבליוגרפיים אקדמיים עדכניים (מעשר השנים האחרונות). (10 נק').

גוף התרגיל (פרט לשער ורשימה ביבליוגרפית) יכלול עד שני עמודים מודפסים ברווח כפול. יש להקפיד על סגנון כתיבה מדעי. גודל אותיות- 12, גופן- David. יש להשאיר שוליים של 2 ס"מ מכל צד. התרגיל יוגש בזוגות, אולם יש לציין את שמות המגישים בחלק האישי. סטודנטים המעוניינים לקבל את התרגיל חזרה עם התיחסויות- יגישו שני עותקים.

### התכנית נתונה לשינויים בהצלחה!