

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور
מרצה: ד"ר ציפי העצני
קורס 286.4805
טל: 052-383-3832
שנה"ל תשפ"ב 2021-2022
דואל: zipi_h@017.net.il
תוכנית MA, שנה ב' סמסטר א'
שעת קבלה: בתיאום מראש
יום ד' 16:00-20:00

טיפול התנהגותי-קוגניטיבי והתנהגות אכילה- חלק א'

מטרת הקורס

הקניית מושגים וכלים בסיסיים מתוך עולם הטיפול ההתנהגותי קוגניטיבי השייכים לפרוטוקולים המוכחים כיעילים לטיפול באנשים עם קשיים בוויסות האכילה ומגוון קשיים בוויסות העצמי:

1. אינטייק: איסוף מידע שיטתי וביצוע הערכה טרום טיפולית יסודית ומקיפה.
2. תכנון טיפול: בניית תוכנית טיפולית המבוססת על הערכה מקיפה, בניית תנאים מקדימים לעבודה טיפולית וקביעת יעדים הולמים למטופל במצבו הקליני הנוכחי.
3. טיפול: הקניית מיומנויות בסיסיות לשיפור בוויסות הרגשי וההתנהגותי (התערבויות קוגניטיביות והתנהגותיות).
4. מניעת הישנות: זיהוי מוקדם של תהליכי הישנות ובניית תוכניות אישיות למניעת הישנות ולהתאוששות יעילה ממצבי הישנות.

מבנה הקורס

בכול מפגש יהיה שילוב של הצגה תיאורטית של החומר הנדון ותרגילים מעשיים שיאפשרו למשתתפים. ות להתנסות בכלים באופן אישי ומקצועי. בסיום הקורס, משתתפים. ות יתבקשו להדגים את הבנת החומר ויישומו באמצעות "הצגות יישום" של הנלמד בו בכתב ובעל פה (פירוט בהמשך).

דרישות הקורס

על מנת לקבל אקדמיטציה אקדמית במסגרת הקורס, יש לעמוד בדרישות הקורס:

1. נוכחות בשיעורים חובה (לפחות 80% נוכחות מכלל המפגשים). **במידה והשיעורים יהיו בזום, נוכחות מתייחסת לנוכחות בשיעור און-ליין ברגע אמת עם מצלמה פתוחה.**
2. השתתפות פעילה בתהליך הלמידה האישי והקבוצתי והקפדה על נהלי העבודה של הקורס (פירוט בהמשך). **במידה והשיעורים יהיו בזום, השתתפות תהיה באמצעות מיקרופון שניתן יהיה לפתוח בהרמת יד ומצלמה פתוחה בזום.**
3. ביצוע כל התרגילים בתוך ובין המפגשים. גם אם נאלצתם. להיעדר, אחריותכם. להשלים את החומר באופן עצמאי.
4. ניהול יומן למידה אישי מדי שבוע לאורך כל הסמסטר (פירוט בהמשך, ראו נספח 1- יומן למידה אישי) **והגשת דגימה אחת מיומן הלמידה שאתם תבחרו להגיש במפגש**

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور
האחרון של הסמסטר (12.1.2022). שימו לב: אני משאירה לעצמי את הזכות לבקש
הגשת יומני למידה מדי שבוע בכול שלב במהלך הקורס במידה ואתרשם שיש צורך
בכך. אפרט על כך במפגש הראשון.
5. קריאת חומר תיאורטי וכתובת "הצגת יישום" המתארת תהליך של למידה באמצעות
רכישת ויישום מושג או כלי שנלמד במסגרת הקורס (פירוט בהמשך). **העבודה תוגש
במקוון לכול המאוחר עד 16:00 לפני תחילת המפגש האחרון של הסמסטר
ב12.1.2022. תאריך זה מצוין מראש על מנת שתוכלו לתכנן את עצמכם במהלך
הסמסטר ולהגיש בזמן. במידה והעבודה ו/או היומן יוגשו באיחור אוריד על כך
נקודות לפי גודל האיחור: 5 נקודות על איחור ביום הראשון ונקודה נוספת על כל
יום נוסף של איחור.**

מרכיבי הציון (ראו נספח 2- דף משוב לדוגמה)

לצורך שקיפות ותיאום הציפיות בינינו, ראו נספח 2 עם דף משוב לדוגמה המפרט את מרכיבי
הציון. שימו לב: ההסתכלות שלי בקביעת הציון תתמקד בתהליך הלמידה בתוך ובין המפגשים
וברמת היישום וההפנמה של הנלמד במסגרת הקורס, ולא בידע המוקדם איתו הגעתם.
לקורס.

נוהלי עבודה ותיאום ציפיות

1. אני אחראית לדאוג לכך שהמפגשים יתחילו בזמן. המפגשים מתחילים בזמן, ומי שלא
מגיע. בזמן מחסירה חלק מהחומר הנלמד ומפריעה לסטינג הלימודי. דאגו להגיע
בזמן ולתאם את כל הסידורים האחרים באופן שאינו מתנגש עם מפגשי הקבוצה.
2. ההשתתפות במפגשים חיונית לתהליך הלמידה הן במישור האישי והן במישור
הקבוצתי. הקורס הוא בעל אופי יישומי. הוא בנוי בשלבים ולכן מי שמחסירה שלב
עלול. לאבד חלק חשוב בשרשרת הלמידה. במידה ונאלצתם. להיעדר ממפגש, קחו
אחריות והשלימו באופן עצמאי את החומר הנלמד בעזרת תלמידים. ות שנכחו בקורס.
אל תבואו למפגש הבא מבלי "להיות בעניינים".
3. כדי ללמוד, נדרשים תנאים של פתיחות וביטחון ללמידה. כולנו אחראים. ות לשמור על
מסגרת הלימוד ועל אווירה בטוחה, חיובית ותומכת בקבוצה (שיתוף וכבוד בין אנשים,
השתתפות פעילה ובונה במסגרת המפגש והימנעות מהפרעות באווירה הלימודית
וברצף המפגש).
4. במהלך הקורס, תקבלו תרגילים לביצוע בזמן המפגשים וביניהם. כמו כן, בנספח 1 של
הסילבוס יש יומן למידה לדוגמה. תעשו את התרגילים ומלאו את יומן הלמידה גם אם
נראה לכם. מיותר. התרגול ומילוי יומן הלמידה הם חלק אינטגרטיבי מהתוכנית
וחשובים להפנמה ולעיבוד של החומר בכול שלב ושלב.
5. המפגשים דורשים את מלוא הריכוז שלכם. ושלי ביחד. כאנשי מקצוע הנדרשים
למיומנויות קליניות חשובות כמו ריכוז ונוכחות, זוהי הזדמנות לתרגל הכלת דחפים
למוסחות ודחיית עיסוקים אחרים, כגון עיסוק בפלאפונים, עיתונים או כל עיסוק שאינו
קשור למפגש לזמן מתאים (דחיית סיפוקים). במידה ואינכם. מסוגלים. ות להתרכז או
שיש לכם. משהו דחוף לטפל בו, בבקשה צאו מהשיעור ותחזרו לאחר שסיימתם.
עדיף לצאת מאשר להפריע לסטינג הלימודי.

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور
6. אנא, אל תהססו לשתף בהתנסויות ולשאול שאלות שקשורות להבנה או ליישום החומר.
אני אשמח לענות לכול שאלה שנשאלת במטרה לתרום לתהליך הלמידה האישי והקבוצתי.

7. **במידה והסמסטר הראשון יתנהל בזום, ההשתתפות תהיה מאד דומה לזו שבכיתה רגילה. אני אעשה מעברים בין הצגת שקפים בזום לבין גלריה היוצרת מעין כיתה וירטואלית במסך. ההשתתפות תהיה עם מצלמה פתוחה והדין יתנהל באופן אינטראקטיבי.**

בהצלחה לכולנו!

הנחיות להצגות יישום בכתב

1. הצגת היישום תיעשה באופן פרטני ותוגש באופן מקוון לכול המאוחר עד 16:00 לפני תחילת המפגש האחרון של הסמסטר (12.1.2022). ראו סעיף דרישות הקורס.

2. הנושאים להצגה ייבחרו מתוך רשימת הנושאים המוצגים בסילבוס ומתוך החומר הנלמד במסגרת ההרצאות. אין למחזר נושאים או עבודות שהכנתם בקורסים אחרים. **דוגמאות למושגים שניתן לבחור להציג מתוך הסילבוס:** תיאור תהליך של מעבר מ-Fixed Mindset ל-Growth Mindset, ביצוע אינטייק מקיף, ניתוח יומן אכילה מקיף (כולל מחשבות ורגשות ולא רק התנהגות אכילה), זיהוי ושינוי הרגלי חשיבה, ניתוח שרשרת אכילה ושבירת חוליות שבשרשרת, פתרון בעיות, שיקום מערכת היחסים שלכם. עם גופכם, פיתוח עמידות בפני בושה (Shame Resilience), בניית תכנית אישית למניעת הישנות. אלו דוגמאות לנושאים שניתן ליישם. למעשה, ניתן להגיש עבודה בכל נושא שלמדתם. במסגרת הקורס, כשהדגש הוא תיאור תהליך של למידה ושינוי משמעותי שעברתם. במהלך הסמסטר. זכרו ששינוי הוא לא אירוע חד פעמי אלא תהליך שמתרחש לאורך זמן.

3. החומר שיוגש מודפס למרצה באופן מקוון בקובץ וורד לא יעלה על 4 עמודים, ברווח כפול, גופן 12 אריאל, שוליים 2 ס"מ מכול צד. הקצאה זו לא כוללת עמוד שער. **יש להקפיד לעמוד בזמנים ובמספר העמודים שהוקצו להגשת החומר בכתב. בבקשה לא להרחיב רווחים או לדחוס שורות.**

4. הצגות היישום בסיום הקורס נועדו לאתגר את המשתתפים להמשיג עבור עצמם ולעשות שימוש אישי ו/או מקצועי בחומר הנלמד בקורס. כל הצגת יישום תכלול:

א. **הבנה תיאורטית:** הסבר קצר של המושג שנלמד במסגרת הקורס תוך ציון המקורות/התיאורטיים הרלוונטיים. אין צורך להקדיש לחלק זה יותר מפסקה אחת בלבד. אני רוצה לראות שהבנתם את המושג ברמה הרעיונית ויכולים. ות להסביר אותו באופן ברור במילים שלכם. כמו כן, אני מצפה שתדעו לחבר בין המושגים שנלמדים בקורס למקורות המקצועיים הרלוונטיים בסילבוס (אם תרצו ניתן להוסיף מעבר לקריאת החובה מקורות שתמצאו באמצעות סקירת ספרות עצמאית- אופציונאלי).

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور
ב. **מודעות עצמית:** זיהוי הרלוונטיות של המושג לדפוס ההתנהלות האישיים ו/או המקצועיים של מחבר. העבודה. השאלה החשובה שדורשת את התייחסותכם. בפרק של מודעות היא: מדוע בחרתי במושג/בכלי זה? כיצד חשבתי שזה יהיה שימושי עבורי?

שימו לב: לא כדאי להאריך יותר מדי בסעיפים של תיאוריה ומודעות עצמית על מנת להשאיר מקום לתיאור תהליך היישום והשינוי עצמו שהוא העיקר. רבים מאיתנו "מאד מודעים" לקשיים שלנו, אך תקועים ביכולת לבצע שינוי בפועל בחיים.

ג. **שינוי הרגל בפועל:** דוגמאות מעשיות של שינויים התנהגותיים, קוגניטיביים ו/או רגשיים שנבעו מתוך יישום המושג המוצג בהצגת היישום. **חשוב לתאר תהליך של שינוי שעברתם. לאורך הסמסטר בזכות הלמידה שחוויתם. זכרו ששינוי אינו אירוע חד פעמי אלא תהליך מתמשך.**

דוגמה: משתתפת המדגים. את המושג שרשרת אכילה-י. תוכל לתאר כיצד התנסות בשבירת חולייה בשרשרת האכילה שלו גרמה לו. לה לחשוב, לנהוג ולהרגיש אחרת. כיצד ההתנסות השפיעה על תפקודו. והתנהלותו. בפועל.

דוגמה: משתתפת המדגים. את המושג איתגור מחשבתי – י. תוכל לתאר כיצד זיהוי ואיתגור מחשבות אוטומטיות השפיעו על האופן שבו הוא. היא חושבת, מרגישה ומתנהלת. במצבי חיים שונים כתוצאה מהלמידה.

דוגמה: משתתפת המדגים. את המושג פתרון בעיות – י. תוכל לתאר כיצד תהליך החשיבה והיישום של הנלמד השפיע על יכולתו. להתמודד עם הבעיה שהגדירה ו/או עם בעיות אחרות איתם התמודדה.

שימו לב: אל תבחרו כלי שלא מצאתם יעיל עבורכם. אנשים שונים מגיבים באופן שונה לכלים שונים. המטרה היא להדגים תהליך אישי של למידה באמצעות שימוש יעיל בכלי או מושג שלמדתם. במסגרת הקורס. ניתן גם לשלב בין כלים ומושגים שונים שלמדתם. במסגרת הקורס. אפשר וגם רצוי לתאר קשיים בדרך, אך בסופו של דבר הרעיון כאן הוא להדגים יישומים שעזרו לכם. לשנות משהו בדפוס ההתנהלות שלכם.

ד. **סיכום ומסקנות-** לסכם את התהליך- לפרט מה למדתם, כיצד למידה זו תשפיע על המשך ההתנהלות שלכם. מבחינה אישית ומקצועית, קשיים פוטנציאליים שחשוב לשים לב אליהם בהמשך, כיצד תרצו להתקדם מכאן?

ה. **רשימת מקורות-** חשוב שיהיה ברור לקורא לאיזה משפט בטקסט של העבודה המקור ברשימה הביבליוגרפית מתקשר ולא סתם לרשום רשימה של מקורות מהסילבוס מבלי לשלבם בסוגריים בגוף הטקסט.

*שימו לב: לא ניתן להגיש עבודת סמינריון במסגרת חלק א' של הקורס. עם זאת, משתתפים. ו. שיעמדו בקריטריונים ויסיימו בהצלחה את חלק א' ואת חלק ב' של הקורס, יורשו להגיש עבודת סמינר בכפוף לאישורי האישי בסיום חלק ב' של הקורס ובתנאי שעמדו בכול דרישות הקורס (בסוף סמסטר ב).

הנחיות לניהול והגשת יומן למידה (נספח 1)

אנחנו לומדים. ות באמצעות התנסות ולכן חשוב שנשים לב לחוויות מצטברות של למידה במהלך הקורס על מנת שחוויות אלו תישמרנה וצטברנה בזיכרון לטווח הרחוק. כחלק מדרישות הקורס, אני מבקשת מכם. למלא מדי שבוע יומן למידה אישי (ראו נספח 1 בהמשך) ולסכם את תהליך הלימוד ביומן אישי זה מדי שבוע לאורך הסמסטר. כפי שתראו בנספח 1, היומן מכיל שאלות מכוונות אודות הלמידה בשיעור ובהתנסויות הלמידה בזמן שבין המפגשים.

יומן זה יסייע מאד בהפנמת הנלמד במסגרת המפגש ובין המפגשים ובהכנת הצגת היישום בסוף הסמסטר.

במפגש האחרון של הסמסטר (12.1.2022), אבקש להגיש דגימה אחת של יומן למידה ולצרף אותה בסוף העבודה. **שימו לב: הקפידו להגיש את העבודה ואת יומן הלמידה בקובץ אחד בפורמט וורד, כשיומן הלמידה מופיע בעמוד האחרון של הקובץ שאתם מגישים.** חשוב שהדגימה שתבחרו מיומן הלמידה יעסוק **בנושא אחר מנושא הצגת היישום**, וזאת כדי למנוע כפילויות בחומר ולאפשר לי להתרשם מתהליך למידה רחב יותר שעשיתם. במהלך הסמסטר. בעמוד השער של העבודה יש לרשום: את נושא העבודה, שם הסטודנטית ואי מייל שאליו תרצו לקבל את המשוב האישי שלכם. עמוד השער אינו נחשב כעמוד מהעבודה. כך שהקובץ שתגישו אלי במייל כולל: עמוד שער, עבודה של 4 עמודים ויומן למידה. סה"כ 6 עמודים.

הנחיות לסבב שיתוף למידה במפגש האחרון

בכול מפגש אנחנו נעשה סבב שיתוף למידה בתחילת המפגש, אבל במפגש האחרון, נעשה סבב של שיתוף למידה שיהיה ארוך יותר מסבב שיתוף למידה שאנחנו נקיים מדי שבוע. בסבב זה, כל משתתפת בקורס ישתף את הקבוצה במשהו משמעותי שלמד. ה מתוך הקורס שחשוב לו/לה לזכור להמשך הדרך. ניתן להיעזר ביומן למידה כדי להתכונן לסבב ולתאר במילים שלך:

- 1- מה הלמידה המשמעותית ביותר עבורך שתציה לזכור מתוך הקורס? מדוע בחרת להציג למידה זו?
- 2- כיצד הצלחת ליישם למידה זו בהתנסות יום יומית בקליניקה ו/או בחיים
- 3- מדוע חשוב לך לזכור למידה זו? כיצד למידה זו תשפיע על המשך התפתחותך האישית והמקצועית

מדובר בשיתוף מילולי של 5-10 דקות (תלוי בזמן שעומד לרשותנו) ואין צורך בעזרים ובציטוטים חיצוניים. יש להתמקד בתיאור חוויה או תהליך אישי של למידה שנובע מהנלמד בקורס זה. אורך ההצגה תלוי במספר התלמידים והזמן שיעמוד לרשותנו.

המפגש האחרון של הסמסטר מתקיים ביום רביעי 12.1.2022. הנוכחות במפגש זה הוא מרכיב חשוב בהשתתפותכם בקורס. יש להקפיד ולוודא מראש שמועד זה פנוי לכם. ושלא קבעתם. משהו אחר בטעות. **אנא דאגו לכול הסידורים מראש על מנת לוודא שתגיעו ותשתתפו במפגש.**

נושאי הקורס וקריאה רלוונטית

היכרות והצגת הדרישות של הקורס.

MINDSET

- *Dweck, C.S. (2017). *Mindset- Updated Edition* (pp. 223-264). New York: Random House.
- Dweck, C.S. (2008). The Perils and Promises of Praise. *Educational Leadership*, 65, 34-39.
- Dweck, C.S. (2010). Boosting Achievement with Messages that Motivate. *Education Canada*, 6-9.
- Dweck, C. S. (2010). Mindsets and Equitable Education. *Principal Leadership*, pp. 26-29.
- Yeager, D.S. & Dweck.C.S. (2012). Mindsets that Promote Resilience: When students believe that Personal Characteristics can be Developed. *Educational Psychologist*, 47 (4), 302-314.

טיפול קוגניטיבי התנהגותי: רקע תיאורטי, הנחות יסוד, מאפייני הטיפול ומבנה בסיסי של המודל הטיפולי.

- *Boisseau, C.L. & Howell, J.F. (2018). The Unified Protocol in Eating Disorders. In Barlow, D. A. & Farchione T.J. (Eds). *Applications of the Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders* (pp. 150-163). New York: Oxford University Press.
- Craske, M. G. (2017). *Cognitive-Behavioral Therapy 2nd Edition*. (pp. 141-151). Washington, DC: American Psychological Association.
- Dalle Grave, R. (2013). *Multistep Cognitive Behavioral Therapy for Eating Disorders: Theory, Practice and Clinical Cases* (pp. 21-37). Plymouth, UK: Jason Aronson.
- Fairburn, C. G. (2008). *Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders*. pp. 7-34. New York: Guilford.
- Fairburn, C. G. (2013). *Overcoming Binge Eating, Second Edition: The Proven Program to Learn Why You Binge and How You Can Stop*. New York: Guilford.
- *Fairburn, C.G., Cooper, Z., & Shafran, R. (2003). Cognitive Behavior Therapy for Eating Disorders: A Transdiagnostic Theory and Practice. *Behaviour Research and Theory*, 509-528.

- Fairburn, C.G., Marcus, M.D. & Wilson, G.T. (1993). Cognitive Behavioral Therapy for Binge Eating and Bulimia Nervosa: A Comprehensive Treatment Manual. In Fairburn & Wilson (eds). *Binge Eating: Nature, Assessment & Treatment* (pp. 361-404). New York: Guilford Press.
- Fursland, A. & Watson, H.J. (2013). Enhanced cognitive Behavioral Therapy Approach to Counseling Clients with Eating Disorders. In L. H. Cohate (Ed). *Eating Disorders and Obesity: A Counselor's Guide to Prevention and Treatment* (pp. 287-308). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Hayes, S.C. & Hoffman, S.G. (2018). The History and Current Status of CBT as an Evidence Based Therapy. In S. C. Hoffman & S.C. Hayes (Eds). *Process Based CBT: The science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy* (pp. 7-21). Oakland: Context Press.
- Hershkovitz, O. (2020). *Cognitive Behavioral Therapy Targeting Intolerance of Manifested Emotions (CBT-TIME)* p.5-11. Petah Tikva: CBT Institute of Israel.
- Kennedy, K.A. & Barlow, D.H. (2018). The Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional disorders: An Introduction. In Barlow, D. A. & Farchione T.J. (Eds.). *Applications of the Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders* (pp. 1-17). New York: Oxford University Press.
- Sakiris, N. & Berle, D. (2019). A Systematic Review and Meta-analysis of the Unified Protocol as a transdiagnostic Emotion Regulation-based Intervention. *Clinical Psychology Review*. 72, 101751.
- Waller G., Cordery, H., Corstophine, E. et al. (2007). *Cognitive Behavioral Therapy for Eating Disorders: A Comprehensive Treatment Guide*. (pp. 1-12). New York: Cambridge University Press.
- Wonderlich, S.A et al. (2014). A Randomized Controlled Comparison of Integrative Cognitive Affective Therapy (ICAT) and Cognitive Behavior Therapy Enhanced (CBT-E) for Bulimia Nervosa). *Psychological Medicine*, 44 (3), 543-553.
- Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa. A Treatment Manual* (pp 21-31). New York: Guilford.
- Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa. A Treatment Manual* (pp. 159-165). New York: Guilford.

ביצוע אינטייק מקיף בגישה הקוגניטיבית התנהגותית- נושאים להערכה וקריטריונים לסינון

- *Boettcher, H., Conklin, L.R. (2018). Transdiagnostic Assessment and Case Formulation: Rationale and Application with the Unified Protocol. In Barlow, D. A. & Farchione T.J. (Eds). *Applications of the Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders* (pp. 17-37). New York: Oxford University Press.
- Cooper, Z. & Mitchell, K.S. (2020). Eating Disorders, pp. 379-411. In M.M. Antony and D.H. Barlow (Eds). *Handbook of Assessment and Treatment Planning for Psychological Disorders 3rd edition*. New York Guilford.

- Dalle Grave, R. (2013). *Multi-step Cognitive Behavioral Therapy for eating Disorders: Theory, Practice and Clinical Cases*. (pp. 51-66). Plymouth, UK: Jason Aronson.
- *Fairburn, C. G. (2008). The patients: Their Assessment, Preparation for Treatment and medical management. In *Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders*. pp. 35-56. New York; Guilford.
- Gondek, W. (2017). Psychiatric Suitability Assessment for Bariatric Surgery. In Socklingam & Hawa (Eds). *Psychiatric Care in Severe Obesity, 173-186*. Cham, Switzerland: Springer International Publishing.
- *Greenberg, D. & Padesky, C.A. (2016). *Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 5-15. New York: Guilford.
- Johnson C. A. (2018). Obesity, Weight Management and Self-Esteem. In T.A. Wadden & G.A. Bray. *Handbook of Obesity Treatment*. Chapter 36, pp. 576- 590.
- *Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). *The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 25-28. New York: Guilford.
- Sogg, S et al. (2016). *ASMBS Guidelines: Recommendations for the Presurgical Psychological Evaluation of Bariatric Surgery Patients*. *Surgery for Obesity and Related Diseases* 12, 731-749.
- Waller G., Cordery, H., Corstophine, E. et al. (2007). *Cognitive Behavioral Therapy for Eating Disorders: A Comprehensive Treatment Guide*. (pp. 31-41). New York: Cambridge University Press.
- Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa. A Treatment Manual* (pp. 166-167). New York: Guilford.
- *העצני, צ. (2010). הערכה ובניית תוכנית טיפול למועמד הבריאטרי. מתוך *לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי למטפל הבריאטרי*. פרק 2. ירושלים: הדר.

בין אינטייק לטיפול: שיפור היכולת להיעזר באני המתבונן

- *Baldini, L.L. et al. (2014). The Clinician as Neuroarchitect: The Importance of Mindfulness and Presence in Clinical Practice. *Clinical Social Work Journal*, 42, 218–227.
- *Fairburn, C. G. (2008). Starting Well- Establishing Real Time Self-Monitoring. In *Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders*. pp. 57-62. New York; Guilford.
- Siegel, D.J. (2014). Mindfulness as Integration. Posted online Jul 28, 2014.
- Siegel, D.J. (2018). *Aware*. New York: Penguin Random House.
- Siegel, D.J. & Shahmoon-Shanok (2010). Reflective Communication: Cultivating Mindsight through Nurturing Relationships, *Zero to Three*, pp. 6-14.
- Waller G., Cordery, H., Corstophine, E. et al. (2007). Diaries. In *Cognitive Behavioral Therapy for the Eating Disorders*. (pp. 154-161). New York: Cambridge University Press.

Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa. A Treatment Manual* (pp 170-183, 186-191). New York: Guilford.

העצני, צ. (2010). יומן אכילה. דף עזר 3.1 מתוך *לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי למטפל הבריאטרי*. ירושלים: הדר.

בין אינטייק לטיפול: קביעת יעדים מעשיים לטיפול והבניית המפגש (Agenda Setting)

*Beck, J. (2021). Structuring Sessions. In *Cognitive Therapy: Basics & Beyond* (3rd edition). (pp. 174-191). New York: The Guilford Press.

*Greenberg, D. & Padesky, C.A. (2016). *Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 33-38. New York: Guilford.

Kingsford, E. (2017). Ch. 8- Set SMART Goals and Plans. In *Brain Powered Weight Loss*. pp. 152-157. New York: Rodale.

Lock, E.A., & Latham, G.P. (2006). New Directions in Goal Setting Theory. *Current Directions in Psychological Science*. 15 (5), 265-268.

*Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). *The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition*. pp.45-65. New York: Guilford.

Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). *The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition*. pp.386-389. New York: Guilford.

עבודה קוגניטיבית: זיהוי מחשבות אוטומטיות ועיוותי חשיבה

*Beck, J. (2021). Identifying Automatic Thoughts. In *Cognitive Therapy: Basics & Beyond* (3rd edition). (pp. 210-226). New York: The Guilford Press.

*Burns, D. (2020). *Feeling Great: The Revolutionary New Treatment for Depression and Anxiety*. (pp. 15-26) Eau Claire: Pesi Publishing and Media.

Greenberg, D. & Padesky, C.A. (2016). *Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 39-68. New York: Guilford.

Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). *The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 66-90. New York: Guilford.

Ruttan, R. L., & Nordgren, L. F. (2015). Perceptions of desire: A hot-cold empathy gap perspective. In W. Hofmann & L. F. Nordgren (Eds.), *The psychology of desire* (p. 225-243). The Guilford Press.

Yapko, M.D. (2016). *The Discriminating Therapist: Asking How Questions, Making Distinctions and Finding Direction in Therapy*. Pp. 145-159. Fallbrook, CA: Yapko Publications.

העצני, צ. (2009). *לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי להרזיה ולשמירה על הישגים*. (ע' 41-52). רמת גן: רימונים.

עבודה קוגניטיבית: איתגור מחשבות ושינוי הרגלי חשיבה

- *Beck, J. (2021) Evaluating Automatic Thoughts. In *Cognitive Therapy: Basics & Beyond* (3rd Edition). (pp. 239-259). New York: The Guilford Press.
- *Beck, J. (2021) Responding to Automatic Thoughts. In *Cognitive Therapy: Basics & Beyond* (3rd Edition). (pp. 260-272). New York: The Guilford Press.
- *Beck, J. (2021) Integrating Mindfulness into CBT. In *Cognitive Therapy: Basics & Beyond* (3rd Edition). (pp. 273-281). New York: The Guilford Press.
- Burns, D. (2020). *Feeling Great: The Revolutionary New Treatment for Depression and Anxiety*. (pp. 26-34) Eau Claire: Pesi Publishing and Media.
- Gilbert, P. (2010). *Compassion Focused Therapy*. pp. 185-193. New York: Routledge.
- Greenberg, D. & Padesky, C.A. (2016). *Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 69-131. New York: Guilford.
- Neff, K. (2021). *Fierce Self-Compassion: How Women Can Harness Kindness to Speak Up, Claim Their Power and Thrive*. London: Penguin Books.
- Neff, K. (2011). *Self-Compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself*. pp 41-106. New York: Harper Collins.
- Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). *The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition*. pp. 91-135. New York: Guilford.
- Walen, S.R., DiGiuseppe, R., & Dryden, W. (1992). Therapy: getting down to D, Disputation. *A Practitioner's Guide to Rational-Emotive Therapy* (2nd. Edition- pp. 150-180). New York: Oxford University Press.
- Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa: A Treatment Manual* (pp. 202-205). New York: Guilford.
- העצני, צ. (2009). לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי להרזיה ולשמירה על הישגים. (ע 62-53). רמת גן: רימונים.

התערבויות התנהגותיות לשיפור וויסות הרגלי אכילה-עיצוב סביבה

- Kessler, D. (2006). Nature or Nurture? Chapter 33. In *The end of Overeating*. pp 166-168. Toronto: McClelland and Stewart.
- Leitch, M. & Geleibter, A. (2015). Overeating and Binge Eating. In N. M. Avena. *Hedonic Eating*, pp. 85-105. New York: Oxford University Press.
- Lowe, M. (2003). Self-Regulation of Energy Intake in the Prevention and Treatment of Obesity: Is It Feasible? *Obesity Research*, 11, 44-59.
- Ruttan, R. L., & Nordgren, L. F. (2015). Perceptions of desire: A hot-cold empathy gap perspective. In W. Hofmann & L. F. Nordgren (Eds.), *The psychology of Desire* (p. 225–243). The Guilford Press.

*Wood, W. & Neale, D.T. (2016). Healthy through habit: Interventions for initiating & maintaining health behavior change. *Behavioral Science & Policy*, 2(1), pp. 71–83.

התערבויות התנהגותיות לשיפור וויסות הרגלי אכילה-חשיפה ומניעת תגובה (Urge Surfing)

- *Black Becker, C.B., Farrell, N.R. & Waller, G. (2020). *Exposure Therapy for Eating Disorders*. pp. 11-31. New York: Oxford University Press.
- Craske, M. G. (2017). *Cognitive-Behavioral Therapy 2nd Edition*. Exposure Based Strategies (pp. 86-95). Washington, DC: American Psychological Association.
- Davies, C.D. & Craske, M.G. (2018). Exposure Strategies. In S. C. Hoffman & S.C. Hayes (Eds). *Process Based CBT: The science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy* (ch. 18, pp. 285-297). Oakland: Context Press.
- Marlatt, G.A. & Gordon, J.R. (1985). *Relapse Prevention* (pp. 239-243, 423-429). New York: the Guilford Press.
- *Safer, D.L. & Adler, S. & Masson, P.C. (2018). *The DBT Solution for Emotional Eating: A Proven Program to Break the Cycle of Bingeing and Out-of-Control Eating*. Ch. 8, Mindful Eating and Urge Surfing. pp. 146-158. New York: Guilford.
- Wenzell, A. (2017). Exposure. *Innovations in Cognitive Behavioral Therapy*. Ch. 7, pp. 107-125.
- Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa. A Treatment Manual* (pp. 185). New York: Guilford.

התערבויות התנהגותיות לשיפור וויסות הרגלי אכילה- ניתוח שרשרת התנהגות

- Brownell, K.D. (2000). *The Learn Program for Weight Management* (pp. 194-199). Dallas, Texas: American Health.
- Mitchell, J.E., Devlin, M.J., de Zwaan, M, Crow, S.J. & Peterson, C.B. (2008). A Cognitive Behavioral Treatment Program for Binge eating Disorder. In *Binge Eating Disorder: Clinical foundations and Treatment*. (pp. 139-141) New York: Guilford.
- Rizvi, S.R. (2019), Chain Analysis in Dialectical Behavior Therapy. pp. 120-136. New York: The Guilford Press.
- *Safer, Telch & Chen (2009). Sample Chain Analysis. In *Dialectical Behavior Therapy for Binge eating and Bulimia*. pp. 75-81. New York: The Guilford Press.
- Safer, D.L. & Adler, S. & Masson, P.C. (2018). *The DBT Solution for Emotional Eating: A Proven Program to Break the Cycle of Bingeing and Out-of-Control Eating*. Ch. 4, Learning to Become you own Coach, Behavior Chain Analysis, pp. 84-99. New York: Guilford.
- העצני, צ. (2009). לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי להרזיה ולשמירה על הישגים. (ע' 63-81). רמת גן: רימונים.

התערבויות התנהגותיות לשיפור וויסות הרגלי אכילה- פתרון בעיות

- Cooper, Z., Fairburn, C.G., Hawker, D.M. (2003). Developing Problem Solving skills. In *Cognitive Behavioral Treatment of Obesity* (pp. 57-60). New York: Guilford Press.
- D'Zurilla, T.J. & Goldfried, M.R. (1971). Problem Solving and Behavior Modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78, 107-126.
- D'Zurilla, T.J. & Nezu, A.M. (2007). *Problem-Solving Therapy: A Positive Approach to Clinical Intervention, Third Edition*. Problem Solving Training Manual. (pp. 95-148). New York: Springer.
- *Nezu, A.M., Nezu, A.M. & Greenfield, A.P (2018). Problem Solving. In S. C. Hoffman & S.C. Hayes (Eds). *Process Based CBT: The science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy* (chapter 17, pp. 273-284). Oakland: Context Press.

ניסויים התנהגותיים

- *Cooper, M., Whitehead, K., Boughton, N. (2004) Eating Disorders. In Bennett-Levi, J. et al. (2004). *Oxford Guide to Behavioural Experiments in Cognitive Therapy*. pp 267-286. Oxford: Oxford University Press.

Body Image and Shame Resilience

- Bell, L. & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A program for People with eating Disorders*. New York: Routledge.
- *Brown, B. (2009). *Connections: A 12 Session Psychoeducational Shame -Resilience Curriculum*. Hazelden
- Brown, B. (2007). *I thought it was just me, but it isn't*. New York: Gotham Books.
- Brown, B. (2006). Shame Resilience Theory: A Grounded Theory Study on Women and Shame. *Families in Society*, 87,43-52.
- Cash, T.F. (2008). *The Body Image Workbook 2nd Edition*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Cooper, Z., Fairburn, C.G., Hawker, D.M. (2003). Addressing Body Image Concerns. In *Cognitive Behavioral Treatment of Obesity* (pp. 97-128). New York: Guilford Press.
- Hilbert, A. & Hartman, A.S. (2013). Body Image Disturbance. In J. Alexander, A.B. Goldschmidt & D. Le Grange (Eds). *A Clinician's Guide to Binge eating Disorder*. pp 78-90. New York: Routledge.
- Jarry, J., L., & Cash, T.F. (2011). Cognitive Behavioral Approaches to Body Image Change. In *Body Image: A Handbook of science, Practice & Prevention* (2nd ed). pp. 415-423. New York: Guilford Press.
- Lewis-Smith, H., Diedrichs, P.C., Halliwell, E. (2019). Cognitive-Behavioral Roots of Body Image Therapy and Prevention. *Body Image*, 31, 309-320.

Pearson, A.N., Heffner, M., Follette, V.M. (2010). *Acceptance & Commitment Therapy for Body Image Disturbance*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Rabinor, J.R. (1985). Overcoming Body Shame: My Client, myself. In M.B. Sussman (Ed). *A Perilous Calling: The Hazards of Psychotherapy Practice* (pp. 89-99). New York: John Wiley & Sons.

Stice, E. & Presnell, K. (2007). *The Body Project: Promoting Body Acceptance and Preventing Eating Disorders*. New York: Oxford University press.

*Tribole, E. & Resche, E. (2020). *Intuitive Eating* 4th edition. Ch. 13. Respect Your Body. pp. 196-215. New York: St. Martin's Publishing Group.

*Tylka, T.L. et al. (2014). The Weight-Inclusive versus Weight Normative Approach to Health: Evaluating the Evidence for Prioritizing Well-Being over Weight Loss. *Journal of Obesity*, volume 2014, 1-18.

Veale, D., Wilson, R. & Clarke A. (2009). *Overcoming Body Image Problems*. New York: basic Books.

Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa: A Treatment Manual* (pp.206-209). New York: Guilford, 206-209.

*העצני, צ. (2009). לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי להרזיה ולשמירה על הישגים. (ע' 155-175). רמת גן: רימונים.

Relapse Prevention

*Bowen, S., Chawla, N., Grow, J. & G.A. Marlatt (2021). *Mindfulness Based Relapse Prevention for Addictive Behaviors, second edition*. New York: Guilford.

Collins, R.L. (2005). Relapse Prevention for Eating Disorders and Obesity. In G.A. Marlatt & D.M. Donovan (Eds). *Relapse Prevention: Maintenance Strategies in the Treatment of Addictive Behaviors*, (pp. 248-275). New York: Guilford.

Cooper, Z., Fairburn, C.G., Hawker, D.M. (2003). Weight Maintenance. In *Cognitive Behavioral Treatment of Obesity* (pp. 157-185). New York: Guilford Press.

Diclemente, C.C. (2018). *Addiction and Change*. (ch.11- Well Maintained Recovery, pp. 237-256). New York: Guilford Press.

Feigenbaum, N. (2012). *Maintaining Recovery from Eating Disorders: Avoiding Relapse and Recovering Life*. London, UK: Kingsley.

*Larimer, M.E., Palmer, R.S., Marlatt, A. (1999). Relapse Prevention: An Overview of Marlatt's Cognitive Behavioral Model. *Alcohol Research and Health*, 23, 151-160.

Marlatt, G.A. & Gordon, J.R. (1985). *Relapse Prevention* (pp. 128-279). New York: Guilford Press.

Schlam, T.R. & Wilson, T.G. (2007). Relapse prevention in Eating Disorders. In K. Witkiewitz & G.A. Marlatt (Eds). *Therapist's guide to Evidence-Based Relapse prevention* (pp. 169-190).

Witkiewitz, K. & Marlatt, G.A.(2004) Relapse Prevention for Alcohol and Drug Problems: That was Zen, This is Tau. *American Psychologist*, 59 (4), 224-235.

Wonderlich, S.A., Peterson C.B., Leone Smith, T. (2015). *Integrative Cognitive-Affective Therapy for Bulimia Nervosa: A treatment Manual* (pp. 210-219). New York: Guilford.

*העצני, צ. (2009). לשקול מחדש: המדריך הפסיכולוגי להרזיה ולשמירה על הישגים. (ע' 117-131, 193-206). רמת גן: רימונים.

העצני, צ. (2012). לשקול מחדש 2: RESTART - חוזרים למסלול של הרגלי חיים בריאים ומאוזנים. רמת גן: רימונים.

מפגש סיכום למידה - ראו סעיף הנחיות לסבב שיתוף למידה במפגש האחרון (12.1.2022).

*** קריאת החובה לכל נושא מצוינת בכוכבית. **ייתכנו שינויים בסדר השעורים ובתוכנם ובחומרי הקריאה.**

רשימת מקורות מומלצת להעשרה

Allison, K.C. & Stunkard, A.L., Their, S.K. (2004). <i>Overcoming Night eating Syndrome</i> . Oakland: New Harbinger.
Apple, R.F. & Agras, W.S. (2008). <i>Overcoming your eating Disorder: A Cognitive Behavioral Therapy Approach for Bulimia Nervosa and Binge Eating Disorder</i> . New York: Oxford University press.
Barlow, D.H., Farchione, T.J., Fairholme, C.F., Ellard, K.K., Boisseau, C.L., Allen, L.B., Eherenreich-May, J. (2011). <i>Unified Protocol for Trans-diagnostic Treatment of Emotional Disorders</i> . New York: Oxford University press.
Barlow, D. A. & Farchione T.J. (2018). <i>Applications of the Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders</i> . New York: Oxford University Press.
Beck, J. (2008). <i>The Complete Beck Diet for Life</i> . Birmingham: Oxmoor House.
Beck, J. (2021). <i>Cognitive Therapy: Basics and beyond (3rd edition)</i> . New York: Guilford.
Bieling, P.J., McCabe, R.E. Antony, M.M. (2009). Eating Disorders. In <i>Cognitive Behavior Therapy in Groups</i> (266-297). New York: Guilford press.
Burns, D. (2020). <i>Feeling Great. The Revolutionary New Treatment for Anxiety and Depression</i> . Eau Claire: Pesi Inc.
Craighead, L.W. (2006). <i>The Appetite Awareness Training Workbook: How to Listen to your Body and Overcome Bingeing, Overeating, & Obsession with Food</i> . Oakland, CA: New Harbinger Publications.
Craske, M. G. (2017). <i>Cognitive-Behavioral Therapy</i> 2nd Edition. (pp. 141-151). Washington, DC: American Psychological Association.
Greenberg, D. & Padesky, C.A. (2016). <i>Mind over Mood</i> 2 nd Edition. New York: Guilford.
Harvey, A., Watkins, E., Mansell, W., Shafran, R. (2004). <i>Cognitive Behavioral Processes across Psychological Disorders</i> . New York: Oxford university press.
Hayes, S.C. & Hoffman, S.G. (2018). <i>Process Based CBT: The science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy</i> . Oakland: Context Press.
Hershkovitz, O. (2020). <i>Cognitive Behavioral Therapy Targeting Intolerance of Manifested Emotions (CBT-TIME)</i> p.5-11. Petah Tikva: CBT Institute of Israel.

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور

Keville, S., Byrne, V., Tatham, M., McCarron, G. (2008). Cognitive Behaviour Group Therapy for Obesity and Binge Eating Disorder. In J. Buckroyd & S. Rother (Eds). <i>Psychological Responses to Eating Disorders and Obesity: Recent and Innovative Work</i> (pp. 139-158). England: John Wiley & Sons.
LaLiberte, M., McCabe, R.E., Taylor, V. (2009). <i>The Cognitive Behavioral Workbook for Weight Management</i> . Oakland: New harbinger.
Miller, S., Hubble, M.A., Chow, D. (2020). <i>Better Results: Using Deliberate Practice to Improve Therapeutic Effectiveness</i> . Washington DC: American Psychological Association.
Miller, S. & Moyers, T.B. (2021). <i>Effective Psychotherapists: Clinical Skills That Improve Client Outcomes</i> . New York: Guilford.
Mitchell, J.E., Devlin, M.J., de Zwaan, M, Crow, S.J. & Peterson, C.B. (2008). A Cognitive Behavioral Treatment Program for Binge eating Disorder. <i>In Binge Eating Disorder: Clinical foundations and Treatment</i> . (pp. 75-188). New York: Guilford.
Padesky, C.A. & Greenberg, D. (2020). <i>The Clinician's Guide to Using Mind over Mood 2nd Edition</i> . New York: Guilford.
Wells, A. (2011). <i>Metacognitive Therapy for anxiety and Depression</i> . New York: Guilford Press.
Wenzell, A. (2017). <i>Innovations in Cognitive Behavioral Therapy. Strategic Interventions for Creative Practice</i> . New York: Routledge.

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور

נספח 1- יומן למידה אישי (X+1)

למלא בסמוך לשיעור

1. מה הדבר המשמעותי ביותר (מבחינתך) שאת/ה לוקח/ת מהשיעור היום (כלומר מה ה-1+X שלך מהשיעור)?
2. נסה/נסי לחשוב: כיצד מושג/רעיון/כלי זה רלוונטי אליך/אלייך? כיצד תוכלי ליישם את מה שלמדת בהתנהלות שלך: א. בחיים האישיים ב. באופן שבו את/ה עבוד/ת עם מטופלים?

למידה נוספת שהתגבשה בעקבות השיעור במהלך השבוע:

3. תארי/י התנסות שבו יישמת בפועל משהו שלמדת מהשיעור בסיטואציה בחיך האישיים ו/או המקצועיים.
4. האם נתקלת בקשיים ביישום? האם נשארתי עם שאלות או התלבטויות שחשוב לך לחדד עבור עצמך?
5. מה למדת מהתנסות זו? מדוע חשוב לך לזכור את זה?

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور

נספח 2- דף משוב ריק לדוגמה

הרכב הציון: הציון משקף את חשיבות התהליך הכיתתי והאישי בתוך ובין המפגשים לאורך הסמסטר לצד החשיבות של כתיבה אקדמית-קלינית אשר מצליחה לשקף תהליך של למידה לאורך הסמסטר. להלן פירוט מרכיבי הציון:

א. השתתפות פעילה ובונה בתהליך הלימוד הכיתתי-20%

הקריטריון הנבדק	6- NOT YET, 7- מספק 8- טוב 9- ט"מ 10- מצוין
עמדת הלימוד הפעילה של התלמיד/ה באופן אישי- 10% (התנהלות המשקפת עמדה אקטיבית ומעורבת בתהליך הלימוד האישי- למשל: נוכחות פיזית ומנטאלית, מוסחות, פתיחות ללמידה חדשה, שאלות וביצוע התרגילים בתוך ובין המפגשים, תהליך הלמידה כפי שמשתקפת בהגשה של עמוד נבחר מתוך יומן למידה אישי)	X מתוך 10-
תרומת התלמיד/ה למסגרת הקבוצתית, לקהילה הלומדת- 10% (תרומה לדין ולתהליך הכיתתי, תרומה לאווירה לימודית מקצועית, בטוחה ובונה בכיתה, השתתפות בסבב שיתוף למידה, הימנעות מהפרעות וכו')	X מתוך 10-
ציון מסכם: X מתוך 20	

ב. עבודה בכתב- 80%- פירוט בטבלה.

הקריטריון הנבדק	6- NOT YET, 7- מספק 8- טוב 9- ט"מ 10- מצוין
שליטה בחומר התאורטי שהוצג- עד כמה הסטודנט/ית מדגים הכרות עם החומר שהציג, רמת הידע, דיוק ההבנה והחיבור לחומר שנלמד בכיתה ובסילבוס	X מתוך 10-
ארגון הכתיבה והבחנה בין עיקר לטפל- היכולת לארגן את הכתיבה, לדלות מתוך החומר הנלמד את העיקר ולהציג את הדברים באופן ברור, קוהרנטי, מקצועי ומדויק	X מתוך 20-
רמת התובנה- עד כמה הכתיבה משקפת עמדה של קשיבות ומודעות עצמית, הן בבחירת הנושא והן לאורך תהליך השינוי	X מתוך 10-
יישום הולם ויעיל- שימוש מותאם, ויעיל בפועל של הכלי או המושג	X מתוך 20-
הצגה וכתיבה אינטגרטיבית המצביעה על הפנמה של החומר ולא חזרה מכנית על החומר הנלמד. עד כמה ההצגה והכתיבה משקפים שהסטודנט/ית חווה/חווה תהליך משמעותי של למידה לאורך הסמסטר (בסמסטר ב'- לאורך השנה) שילווה אותה/אותה בהמשך הדרך.	X מתוך 20-
ציון מסכם: X מתוך 80	

משוב מילולי מסכם.....

ציון סופי בקורס:

בית הספר לבריאות הציבור • School of Public Health • مدرسة صحة الجمهور

נספח 3- הנגשה לסטודנטים עם מוגבלויות

סטודנט יקר,

אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושבינה אתה זקוק/ה להתאמות אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים למדור נגישות ולקויות למידה:

דואל LDA@univ.haifa.ac.il טל: 04-8249265

לאבחון והתאמות בגין לקות למידה ו/או הפרעת קשב יש לפנות ליה"ל:

דואל mhait@univ.haifa.ac.il טל: 04-8249022

אם יש ברשותך מכתב התאמות מהאוניברסיטה ואתה זקוק/ה להנגשה בקורס אנא פנה/י אליי בשעות הקבלה או במייל בסמוך לתחילת הקורס.

If you have a disability that may affect your studies and for which you may require accommodations, please contact the Accessibility and Learning Disabilities Department at the Dean of Students office

e-mail: LDA@univ.haifa.ac.il Phone number: 04-98249265

Students that receive accommodation letters, and need academic adjustments, please meet with me to discuss the provisions of those accommodations as early in the semester as possible.