

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

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

מרצה : ד"ר שרון נחמני

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

דוא"ל : sharon4f@netvision.net.il

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 הלקוחות שלהם. במהלך השעורים נזהה את עקרונות הגישה ונתנסה במיומנויות התערבות. זאת כדי שהסטודנטים יות יוכלו להשתמש בהן בעבודתם הקלינית, תוך הערכה והתאמתם 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. הקניית מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המוטיבציה של המטופלים לערוך שינויים.
3. ביאור מיומנויות טיפוליות, התורמות למניעת נשירה של מטופלים מטיפול, באמצעות התייחסות לתרבותו של המטופל.
4. רכישת מיומנויות טיפוליות, התורמות למניעת נשירה של מטופלים מטיפול, באמצעות התייחסות למעגל חייו של המטופל.
5. השוואה בין מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המודעות של המטופלים לדפוסי התנהלותם, אשר יאפשרו להם לבצע שינוי התנהגותי.
6. השוואה בין מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המודעות של המטופלים לאופן שבו הם מבנים את סיפור חייהם וכך לתרום לשינוי בדימוי העצמי שלהם.
7. השוואה בין מיומנויות טיפוליות, התורמות להגברת המודעות לרגשות המטופלים, אשר יאפשרו וויסות רגשי שלהם.
8. 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 לשלבי הטיפול השונים.
2. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להפעיל עקרונות טיפוליים ומיומנויות התערבות, המגבירים את המוטיבציה של המטופלים לערוך שינויים בחייהם.
3. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להפעיל מיומנויות טיפוליות המיועדות למניעת נשירה של מטופלים מטיפול, באמצעות התייחסות לתרבותו של המטופל.
4. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשתמש במיומנויות טיפוליות המיועדות למניעת נשירה של מטופלים מטיפול, באמצעות התייחסות למעגל חייו של המטופל.
5. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות שיאפשרו שינוי התנהגותי ולהתאימן למטופליהם.
6. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות לשינוי בנרטיב ועל כן בדימוי העצמי של מטופליהם ולתרגלם עמם.
7. בסיום הקורס, הסטודנטים יות יוכלו להשוות בין מיומנויות טיפוליות לוויסות רגשות וליישמן עם מטופליהם.
8. 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 הפריטים הביבליוגרפיים הרלוונטיים לפני כל שיעור, כדי שיהיו מוכנים לדיון בנושא הנלמד. הפריטים הביבליוגרפיים 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% מהשיעורים לא יוכל להגיש את העבודה המסכמת/סמינריון*.
במקרה של למידה מרחוק: הסטודנטים יות מתבקשים לפתוח מצלמות בשיעורים. אי פתיחת מצלמה תחשב כהעדרות. סטודנט ית שמתקשה לפתוח מצלמה מסיבה אישית, מתבקש לתקשר לקבל על כך אישור מהמרצה מבעוד מועד, בהתאם לנסיבות ולשיעור הספציפי. יש ללמוד במקום המאפשר פרטיות והקשבה פעילה, ללא הפרעות. 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 מהמימונויות 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 בכיתה. הסטודנטים יות מוזמנים להתייעץ עם המרצה בנוגע לעבודה.
* ניתן להגיש סמינריון בקורס, במקום העבודה המסכמת, בהתאם להנחיות המופיעות ב-moodle.

בהצלחה רבה!

סטודנט/ית יקר/ה,

- אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושבינה את/ה זקוק/ה להתאמות, אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים. יות 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.

תוכנית הקורס **:

פריטים ביבליוגרפיים	מס' שעורים ותאריכים	הנושא
<p>הפרט, י. ד' (2011). יסודות הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי. בתוך צ' מרום, א' גלבוש-שכטמן, נ' מור וי' מאירס (עורכים), טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים: עקרונות טיפוליים (עמ' 1-16). דיונון.</p> <p>סלונים-נבו, ו' (2013). טיפול קצר מועד: גישה אסטרטגית, ממוקדת פתרונות ואסטרטגית. הוצאת רמות – אוניברסיטת תל-אביב. (לקריאה: פרק רביעי: ראיון מוטיבציוני קצר מועד).</p> <p>Safer, D.L., & Telch, C.F. (2009). <i>Dialectical behavior therapy for binge eating and bulimia</i>. Guilford. (Ch. 3: The pretreatment stage, pp. 30-88).</p>	<p>שעורים 1-2: 14.10.21, 21.10.21</p>	<p>1. כיצד מעריכים ומכינים מטופל לטיפול קצר טווח?</p>
<p>דיין, נ' ובידרמן, א' (2014). כשירות תרבותית בשירותי בריאות: חקיקה ומדיניות בארה"ב, אוסטרליה, אנגליה וישראל- מבט משווה. קידום בריאות בישראל, 5, 35-43.</p> <p>Cohen, M. (2014). An integrated view of cultural perceptions of cancer among Arab people in Israel. <i>Health psychology review</i>, 8(4), 491-493. https://doi: 10.1080/17437199.2013.816205</p> <p>Freund, A., Cohen, M., & Azaiza, F. (2014). The doctor is just a messenger: Beliefs of ultraorthodox Jewish women in regard to breast cancer and screening. <i>Journal of religion and health</i>, 53(4), 1075-1090. https://doi: 10.1007/s10943-013-9695-0</p> <p>Gesser-Edelsburg, A., Endevelt, R., Zemach, M., & Tirosh-Kamienchick, Y. (2013). Food consumption and labeling among immigrants to Israel from the former Soviet Union. <i>Journal of Immigrant Minority Health</i>, 17, 459-466. https://doi: 10.1007/s10903-013-9885-6</p>	<p>שעורים 3-4: 4.11.21, 28.10.21</p>	<p>2. כיצד מתייחסים לתרבותו של המטופל בטיפול קצר טווח?</p>

פריטים ביבליוגרפיים	מס' שעורים ותאריכים	הנושא
<p>MacLellan D, & Berenbaum, S. (2007). Canadian dietitians' understanding of the client-centered approach to nutrition counseling. <i>Journal of the American Dietetic Association</i>, 107,1414-1417.</p> <p>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</p>	<p>שעור 5: 11.11.21</p>	<p>3. כיצד מתמודדים עם זילמות בטיפול קצר טווח? 3. כיצד מתמודדים עם זילמות בטיפול קצר טווח?</p>
<p>פלגי, יי (2015). הערכה פסיכולוגית של אנשים זקנים הפונים לטיפול. בתוך ד' פרילוצקי ומי כהן (עורכות), <i>גרונטולוגיה מעשית: מבט רב מקצועי לעבודה עם אנשים זקנים</i> (עמ' 33-63). גוינט ישראל.</p> <p>Sadeh-Sharvit, S., Levy-Shiff, R., Ram, A., Gur, E., Zubery, E., Steiner, E., & Latzer, Y. (2016). Mothers with eating disorders: The environment factors affecting eating-related emotional difficulties in their offspring. In Y. Latzer & D. Stein (Eds.), <i>Bio-psycho-social contributions to understanding eating disorders</i> (pp. 77-90). Springer Publishers.</p>	<p>שעור 6: 18.11.21</p>	<p>4. כיצד מיישמים טיפול קצר טווח לאורך החיים? 4. כיצד מיישמים טיפול קצר טווח לאורך החיים?</p>
<p>Botha, D. (2015). Anorexia nervosa: A fresh perspective. <i>Theory & Psychology</i>, 25, 328-345. https://doi: 10.1177/0959354314566490</p>	<p>שעורים 7-8: 2.12.21 ,25.11.21</p>	<p>5. כיצד עוזרים למטופל להתבונן אחרת על סיפורו האישי, באמצעות הגישה הנרטיבית? 5. כיצד עוזרים למטופל להתבונן אחרת על סיפורו האישי, באמצעות הגישה הנרטיבית?</p>

פריטים ביבליוגרפיים	מס' שיעורים ותאריכים	הנושא
סלונים-נבו, ו' (2013). טיפול קצר מועד: גישה אסטרטגית, ממוקדת פתרונות ואסטרטגית . הוצאת רמות – אוניברסיטת תל-אביב. (לקריאה: פרק שני: טיפול אסטרטגי קצר מועד לפתרון בעיות ופרק שלישי: טיפול קצר מועד ממוקד פתרונות).	שיעורים 9-10: 16.12.21, 9.12.21	6. אילו מיומנויות אסטרטגיות יתרמו למימוש יעדיו של המטופל?
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.	שיעורים 11-13: 30.12.21, 23.12.21 6.1.22	7. כיצד גישות שמתמקדות בטיפול בין-אישי (IPT) תורמות למימוש היעדים הטיפוליים של המטופל?
אראל-ברודסקי, ה' וגראור-פרנס, י' (2018). הסיפור שאינו נגמר – מחשבות על סיומי טיפול . בתוך ר' אלפנדרי (עורך), למצוא מקום לנפש: אבני יסוד בעבודה סוציאלית פסיכודינמית (עמ' 268-290). כרמל.	שיעור 14: 13.1.21	8. כיצד נפרדים בטיפול קצר טווח ומונעים הישנות?
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.