

ד"ר משה משעלי

שנה"ל תשע"ו, 286.4825  
מסטר ב', יום ד' 18:00 – 20:00

קורס בחירה,

**מניעת נפילה בטיפול תזונתי – relapse prevention**  
ד"ר משה משעלי

המרצה: ד"ר משה משעלי      טלפון: 0505611643

שעות הלימוד:      חדר:

דואר אלקטרוני: [moshiko2@netvision.net.il](mailto:moshiko2@netvision.net.il)

מטרת הקורס:

ביסוס כלי אבחון וייעוץ בעבודת הדיאטנים מול מטופלים הסובלים מעודף משקל וממחלות כרוניות. מן הידועות היא שתהליכי הייעוץ הקשורים בשינוי הרגלים חשופים על העת לסכנה שהנועץ ימצא עצמו ככל שעובר הזמן חשוף לפיתוי, מעידה, נפילה או קריסה של כל מערך השינוי עליו עמל בתהליך הטיפולי. מרלט וגורדון חקרו במשך עשרות שנים את השלב הזה ברצף של שלבי השינוי וההליך הטיפולי ויצרו מודל תיאורטי ויישומי להתמודדות עם סכנות הנפילה. המודל יושם ונוסה במגוון רחב של נושאי שינוי והוכתר כמודל מצליח ומוביל במדינות רבות בעולם.

נושאי הקורס:

1. ריענון מושגי יסוד מתחום המודלים של שינוי
2. מודלים של ייעוץ והשוואה בין שיטות להעצמה ועזרה עצמית לעומת מודלים של מחלה.
3. הכרת המכניזם הפסיכולוגי/ קוגניטיבי של נפילה.
4. זיהוי דגלים " אדומים " ואיתותי נפילה מקדימים.
5. המודל הקוגניטיבי / התנהגותי לשינוי התנהגות
6. שימוש בכלי מדידה אבחון הערכה וכלים כמותיים למיפוי אזורי סיכון
7. שימוש בכלי מדידה לזיהוי מבנים קוגניטיביים כמו: מוטיבציה לשינוי, מיקום במעגל השינוי, מסוגלות עצמית, חשיבות ותפישת בטחון, מאזן החלטה וכדומה
8. כתיבת דו"ח אישי ופרופיל לנבדק ובניית אסטרטגיה טיפולית למניעת נפילה ושימור הישגי ייעוץ

הקורס ילווה בקריאה של הספר "מניעת נפילה" של מרלט וגורדון.

חובות הקורס הכנת עבודה מסכמת הכוללת הכרות עמוקה עם 7 הפרקים הראשונים של הספר מניעת נפילה **במהדורתו הראשונה כמו כן יידרש הסטודנט להכרות עם 6 מאמרי חובה הקשורים במודל המוצע .**

ביבליוגרפיה

ANNIS, H.M. Inventory of Drinking Situations. Toronto, Canada: Addiction Research Foundation, 1982a.

ANNIS, H.M. Situational Confidence Questionnaire. Toronto, Canada: Addiction Research Foundation, 1982b.

ANNIS, H.M. A relapse prevention model for treatment of alcoholics. In: Miller, W.R., and Heather, N., eds. Treating Addictive Behaviors: Processes of Change. New York: Plenum Press, 1986. pp. 433–407

ANNIS, H.M.; AND DAVIS, C.S. Assessment of expectancies. In: Donovan, D.M., and Marlatt, G.A., eds. Assessment of Addictive Behaviors: Behavioral, Cognitive, and Physiological Procedures. New York: Guilford Press, 1988. pp. 198–213.

BANDURA, A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review 84(2):(1977 ,215–191  
CAREY, K.B. Alcohol-related expectancies predict quantity and frequency of heavy drinking among college students. Psychology of Addictive Behaviors 1995 ,241–236:(4)9

CARROLL, K.M. Relapse prevention as a psychosocial treatment: A review of controlled clinical trials.

Experimental and Clinical Psychopharmacology 4:  
.1996 ,54–46

CHANEY, E.R.; O'LEARY, M.R.; AND MARLATT,

G.A. Skill training with alcoholics. Journal of Consulting and Clinical Psychology 46:1092–1104,  
.1978

COONEY, N.L.; LITT, M.D.; MORSE, P.A.; BAUER,  
L.O.; AND GUAPP, L. Alcohol cue reactivity,

negative-mood reactivity, and relapse in treated alcoholic men. Journal of Abnormal Psychology 106:  
.1997 ,250–243

DELONGIS, A.; COYNE, J.C.; DAKOF, G.; FOLKMAN,  
S.; AND LAZARUS, R.S. Relationship of daily hassles,

uplifts, and major life events to health status. Health Psychology 1(2):119–136, 1982.

DIMEFF, L.A.; AND MARLATT, G.A. Preventing  
relapse and maintaining change in addictive behaviors.

Clinical Psychology: Science & Practice 5(4):513–  
.1998 ,525

GLASER, W. Positive Addiction. New York: Harper  
&Row, 1976.

IRVIN, J.E.; BOWERS, C.A.; DUNN, M.E.; ANDWANG,

M.C. Efficacy of relapse prevention: A metaanalytic review. Journal of Consulting and Clinical  
Psychology 67:563–570, 1999.

LITMAN, G.K.; EISER, J.R.; RAWSON, N.S.B.; AND OPPENHEIM, A.N. Differences in relapse precipitants and coping behaviours between alcohol relapsers and survivors. Behaviour Research and Therapy .1979 ,94–17:89

LONGABAUGH, R.; RUBIN, A.; STOUT, R.L.; ZWIAK, W.H.; AND LOWMAN, C. The reliability of Marlatt's taxonomy for classifying relapses. Addiction )91suppl.): 73–88, 1996.

LOWMAN, C.; ALLEN, J.; STOUT, R.L.; AND The Relapse Research Group. Replication and extension of Marlatt's taxonomy of relapse precipitants: Overview of procedures and results. Addiction 91(suppl:). .1996 ,72–51

MAISTO, S.A.; CONNORS, G.J.; AND ZYWIAK, W.H. Construct validation analyses on the Marlatt typology of relapse precipitants. Addiction 91(suppl:). .1996 ,98–89

MARLATT, G.A. Taxonomy of high-risk situations for alcohol relapse: Evolution and development of a cognitive-behavioral model. Addiction 91(suppl:). .1996 ,49–37

MARLATT, G.A.; AND GORDON, J.R. Determinants of relapse: Implications for the maintenance of behavior change. In: Davidson, P.O., and Davidson, S.M., eds. Behavioral Medicine: Changing Health

Lifestyles. New York: Brunner/Mazel, 1980. pp.

.452–410

MARLATT, G.A.; AND GORDON, J.R., EDS. Relapse Prevention: Maintenance Strategies in the Treatment of Addictive Behaviors. New York: Guilford Press, 1985.

MARLATT, G.A., AND ROHSENOW, D.J. The think drink effect. Psychology Today 15:60–93, 1981.

MARLATT, G.A.; BAER, J.S.; AND QUIGLEY, L.A. Self-efficacy and addictive behavior. In: Bandura, A., ed. Self-Efficacy in Changing Societies. New York: University Press, 1995. pp. 289–315.

MARLATT, G.A.; BARRETT, K., AND DALEY, D.C. Relapse prevention. The American Psychiatric Press Textbook of Substance Abuse Treatment. 2d ed. .1999pp. 393–407.

MCKAY, J.R. Studies of factors in relapse to alcohol, drug and nicotine use: A critical review of methodologies and findings. Journal of Studies on Alcohol .1999 ,576–60:566

MILLER, W.R.; WESTERBERG, V.S.; HARRIS, R.J.; AND TONIGAN, J.S. What predicts relapse? Prospective testing of antecedent models. Addiction )91suppl):155–172, 1996.

RAWSON, R.A.; OBERT, J.L.; MCCANN, M.J.; AND  
MARINELLI-CASEY, P. Relapse prevention models  
for substance abuse treatment. *Psychotherapy* 30(2):  
.1993 ,298–284

SHIFFMAN, S. Relapse process and relapse prevention  
in addictive behaviors. *Behavior Therapist*:  
.1992 ,11–9

STOUT, R.L.; LONGBAUGH, R.; AND RUBIN, A.  
Predictive validity of Marlatt's relapse taxonomy  
versus a more general relapse code. *Addiction*  
(91suppl):99