

## שם הקורס – מבוא לטיפול בהפרעות אכילה

### מסגרת הקורס

ימי לימוד – ימי שני 21.4.2025-9.6.2025 בין השעות 19:15 – 16:00, המפגשים יתקיימו בזום  
היקף הקורס – הקורס כולל 24 שעות אקדמיות, המתפרשות על פני 6 מפגשים בני 4 שעות אקדמיות.

תאריכים – 21.04.25 ועד 9.06.25

\*נא לשריין יום שני נוסף מתום הקורס (16.06.25), למקרה של ביטול לא צפוי במהלך הקורס.

\*\*אוכלוסיית יעד – הקורס מיועד לאנשי מקצועות הטיפול (אח.ות, רופא.ה, דיאטנ.ית, פסיכותרפיסט.ית, עובד.ת סוציאלי.ת, פסיכולוג.ית, קלינאי.ת תקשורת, פזיותרפיסט.ית, מרפא.ה בעיסוק, קרימינולוג.ית, מטפלת בהבעה ויצירה, מטפלת בבע"ח, יועצת חינוכית).

### מנחת הקורס

ד"ר רותי קפלן זרחי – פסיכולוגית קלינית, מנהלת המרפאה להפרעות אכילה בקופ"ח מאוחדת – מחוז דרום.  
בעלת קליניקה פרטית לטיפול במתבגרים ומבוגרים במשמר איילון. מרצה בחוג לפסיכולוגיה במכללה  
האקדמית ת"א-יפו.

### תיאור הקורס

הקורס יעסוק בהבנת המאפיינים ההתנהגותיים, הפיזיולוגיים, והפסיכולוגיים המתקיימים בהפרעות אכילה,  
תוך היכרות עם הכלים האבחוניים המסייעים בזיהוין. נלמד על מגוון סוגי הטיפול הקיימים בהפרעות אכילה:  
טיפול פסיכודינמי, הדרכת הורים, טיפול משפחתי וטיפול קוגניטיבי-התנהגותי. נתמקד במנגנונים הנמצאים  
בבסיס הפרעות האכילה המרכזיות: אנורקסיה נרוזה, בולימיה נרוזה והפרעת אכילה כפייתית, ובאופנים בהם  
המתמודדים/ות עם הפרעות אכילה מתקשרים את מצוקתם.

המשתתפות/ים יוכלו להביא מניסיון/ם בשדה על מנת להעשיר את מגוון ההתערבויות העומדות לרשותן/ם  
בשטח.

### מה נותן הקורס?

✓ נרכוש הבנה מעמיקה בתחום הפרעות האכילה, תוך הבחנה בין אכילה מופרעת להפרעת אכילה  
ממשית, והכרת המאפיינים הייחודיים של הפרעות שונות כמו אנורקסיה נרבוזה, בולימיה נרבוזה  
והפרעת אכילה כפייתית.

✓ נלמד כלים לטיפול בהפרעות אכילה מתוך הבנה פסיכודינמית של התפתחות הפרעה והמנגנונים המשמרים אותה, תוך התייחסות להשפעות חברתיות ותרבותיות ולתפקידו של דימוי הגוף.

✓ נלמד להשתמש במגוון כלים טיפוליים, החל מזיהוי סימפטומים פיזיולוגיים, התנהגותיים ופסיכולוגיים, דרך עבודה עם מנגנונים פסיכודינמיים ועד להתערבויות קוגניטיביות-התנהגותיות המותאמות למאפיינים הייחודיים של המתמודדים עם הפרעות אכילה.

### ייחודיות הקורס

קורס ייחודי זה מתמקד בתרגול מעשי לפיתוח יכולת אבחון וטיפול בהפרעות אכילה, תוך שילוב בין הבנה תיאורטית מעמיקה לבין התנסות קלינית, ומציג מגוון גישות טיפוליות הכוללות טיפול פסיכודינמי, משפחתי וקוגניטיבי-התנהגותי. הקורס מעניק למטפלים כלים מעשיים להתמודדות עם האתגרים הייחודיים בטיפול בהפרעות אכילה, החל מזיהוי ואבחון ראשוני, דרך הבנת ההקשרים החברתיים והתרבותיים, ועד להתערבויות טיפוליות מותאמות הכוללות עבודה עם מנגנונים פסיכודינמיים, הדרכת הורים, ושימוש בכלים קוגניטיביים-התנהגותיים.

### דרישות הקורס ותעודה

בסיום תכנית ההכשרה ולאחר עמידה בכל דרישות התכנית, תוענק תעודת השתתפות בחסות המוסד "איכילוב college". המרכז הרפואי תל אביב, איכילוב.  
תנאי מקדים לקבלת תעודה, נוכחות ב 80% מהשיעורים.

### אודות המנחה

הקורס יועבר על ידי ד"ר רותי קפלן זרחי, פסיכולוגית קלינית, מנהלת המרפאה להפרעות אכילה בקופ"ח מאוחדת – מחוז דרום. בעלת קליניקה פרטית לטיפול במתבגרים ומבוגרים במשמר איילון, מרצה בחוג לפסיכולוגיה במכללה האקדמית ת"א-יפו.

### תכנית הלימודים

תוכן המפגש	תאריך	מפגש
הבנה והמשגה מבחינה בין אכילה מופרעת לבין הפרעת אכילה. היכרות עם הפרעות האכילה המרכזיות: אנורקסיה נרווזה, בולימיה נרווזה והפרעת אכילה כפייתית, עם הגורמים להן ועם מנגנוני ההסתרה המאפיינים אותן.	21.04.25	מפגש 1
זיהוי ואבחון של הפרעות אכילה - סימפטומים פיזיולוגיים, התנהגותיים ופסיכולוגיים, כלים אבחוניים. התערבות טיפולית ראשונית בהפרעות אכילה.	05.05.25	מפגש 2
הבנת השפעתן של מגמות חברתיות ותרבותיות על התפתחותן של הפרעות אכילה ותפקידו של דימוי גוף בהפרעות אכילה.	12.05.25	מפגש 3
הבנה פסיכודינמית של התפתחות הפרעות האכילה ושל המנגנונים המשמרים אותן, ולמידה על התערבויות פסיכודינמיות	19.05.25	מפגש 4
הדרכות הורים וטיפול משפחתי בהפרעות אכילה	26.05.25	מפגש 5
התערבויות קוגניטיביות-התנהגותיות (CBT) בטיפול בהפרעות אכילה, תהליך ההחלמה וסיכום הקורס.	09.06.25	מפגש 6

\*\*\*הקלטות הקורס יהיו זמינות לצפייה ומצגות השיעורים יהיו זמינות למשתתפים וניתנות להדפסה עד 3 חודשים ממועד סיום הקורס.

## ספרות מומלצת

### אבחון הפרעות אכילה

בכר, א. (2001). הפחד לתפוס מקום. ירושלים: מאגנס.

דנה, מ ולורנס, מ. (1999). נשים אוכלות את עצמן: על אנורקסיה, בולימיה ואכילה כפייתית. תל-אביב: מודן.

APA - American Psychiatric Association, D., & American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 (Vol. 5, No. 5). Washington, DC: American psychiatric association.

### גורמים סביבתיים, תרבותיים וחברתיים להתפתחות הפרעות אכילה

גור, ע. (2015). גוף זר: הפרעות אכילה, פגיעות מיניות בילדות וטיפול מותאם. תל-אביב: הקיבוץ המאוחד.

אורבך, ס. (1997). לא עוד דיאטה: איך לרדת במשקל לתמיד בלי דיאטת הרזיה. בן-שמן: מודן.

Kaplan-Zarchi R, Levin-Keini N. (2023). The increased morbidity of anorexia during the COVID-19 pandemic a psychoanalytic perspective. *Journal of Environmental Science and Public Health*.

### היבטים פסיכודינמיים בטיפול בהפרעות אכילה

קולמן, א. (2020). רעב לקשר: למצוא משמעות בהפרעות אכילה. דיאלוג-הפצה.

Bruch, H. (1980). Preconditions for the development of anorexia nervosa. *American Journal of Psychoanalysis*, 40(2), 169.

Williams, G. (2018). *Internal landscapes and foreign bodies: Eating disorders and other pathologies*. Routledge.

Kaplan-Zarchi, R. (2023). Self-Constructive vs. Self-Destructive Mechanisms in the Writings of Anorexics 1. In *Psychoanalytic Investigations in Philosophy* (pp. 218-240). Routledge.

## טיפול משפחתי בהפרעות אכילה

Lock, J., & Le Grange, D. (2015). *Treatment manual for anorexia nervosa: A family-based approach*. Guilford publications.

Treasure, J., Smith, G., & Crane, A. (2016). *Skills-based caring for a loved one with an eating disorder: The new Maudsley method*. Routledge.

## טיפול קוגניטיבי התנהגותי בהפרעות אכילה

Fairburn, C. G., Shafran, R., & Cooper, Z. (1999). A cognitive behavioral theory of anorexia nervosa. *Behaviour research and therapy*, 37(1), 1-13.

Fairburn, C. G. (2008). *Cognitive behavior therapy and eating disorders*. Guilford Press.