

## קורס מבוא לטיפול בהפרעות אכילה

מרצה: ד"ר רותי קפלן זרחי

### תכני 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 הפסיכודינמיים 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 מניסיונן/ם בשדה על מנת להעשיר את מגוון ההתערבויות העומדות לרשותן/ם בשטח.

הקורס יועבר בזום והמשתתפים יקבלו את הקישורים להקלטות המפגשים, שיהיו זמינים עבורם לאורך חודשיים.

מרצה: ד"ר רותי קפלן-זרחי, פסיכולוגית קלינית, מנהלת המרפאה להפרעות אכילה בקופ"ח מאוחדת – מחוז דרום.

### מטרות הקורס:

1. הבנה והמשגה מבחינה בין אכילה מופרעת לבין הפרעת אכילה.
2. היכרות עם הפרעות האכילה המרכזיות: אנורקסיה נרוזה, בולימיה נרוזה והפרעת אכילה כפייתית ועם מנגנוני ההסתרה המאפיינים אותן.
3. זיהוי ואבחון של הפרעות אכילה - סימפטומים פיזיולוגיים, התנהגותיים ופסיכולוגיים.
4. הבנת השפעתן של מגמות חברתיות ותרבותיות על התפתחותן של הפרעות אכילה ותפקידן של דימוי גוף בהפרעות אכילה.
5. הבנה פסיכודינמית של התפתחות הפרעות האכילה ושל המנגנונים המשמרים אותן, ולמידה על התערבויות פסיכודינמיות: עבודה עם התנגדות, הזדהות השלכתית העברה והעברה נגדית.
6. היכרות עם מנגנוני התקשורת המאפיינים את המתמודדים/ות עם הפרעות אכילה, ולמידת כלים טיפוליים המסייעים בעבודה עימם – כלים לא מילוליים והתערבויות קוגניטיביות-התנהגותיות (CBT).
7. היכרות עם אופני העבודה עם הורי הסובלים מהפרעות אכילה: הדרכות הורים וטיפול משפחתי.

המפגשים יתקיימו אונליין בזום , בימי ראשון בין השעות 10:00-13:30

הקורס יהיה בהיקף 42 שעות אקדמיות במסגרת של 9 מפגשים:

### תחילת הקורס – 03/11/24

- 03/11/24 .1
- 10/11/24 .2
- 17/11/24 .3
- 24/11/24 .4
- 01/12/24 .5
- 08/12/24 .6
- 15/12/24 .7
- 22/12/24 .8
- 29/12/24 .9

### תאור תכני המפגשים

1. מפגש ראשון - הבנה והמשגה מבחינה בין אכילה מופרעת לבין הפרעת אכילה. היכרות עם הפרעות האכילה המרכזיות: אנורקסיה נרוזה, בולימיה נרוזה והפרעת אכילה כפייתית, עם הגורמים להן ועם מנגנוני ההסתרה המאפיינים אותן.
2. מפגש שני - זיהוי ואבחון של הפרעות אכילה - סימפטומים פיזיולוגיים, התנהגותיים ופסיכולוגיים, כלים אבחוניים. התערבות טיפולית ראשונית בהפרעות אכילה.
3. מפגש שלישי - הבנת השפעתן של מגמות חברתיות ותרבותיות על התפתחותן של הפרעות אכילה ותפקידן של דימוי גוף בהפרעות אכילה.
4. מפגש רביעי – הבנה פסיכודינמית של התפתחות הפרעות האכילה ושל המנגנונים המשמרים אותן, ולמידה על התערבויות פסיכודינמיות: עבודה עם הזדהות השלכתית העברה והעברה נגדית.
5. מפגש חמישי - המשך טיפול דינאמי בהפרעות אכילה: הפרעות אכילה כהפרעה בעצמי.
6. מפגש שישי – דפוסי תקשורת בהפרעות אכילה – שימוש בשפה ומנגנונים סימבוליים ועבודה עם כלים לא מילוליים.
7. מפגש שביעי – הדרכות הורים וטיפול משפחתי.
8. מפגש שמיני – המשך הדרכות הורים וטיפול משפחתי. התערבויות קוגניטיביות- התנהגותיות (CBT) בטיפול בהפרעות אכילה.
9. מפגש תשיעי – הפרעות אכילה אצל גברים – תפיסה פסיכודינמית; תהליך ההחלמה; סיכום הקורס.

## ביבליוגרפיה

### 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.

### קריאת רשות:

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

Bordo, S. (2004). *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. Univ of California Press.

Brumberg, J. J. (1988). *Fasting girls: The emergence of anorexia nervosa as a modern disease*. Harvard University Press.

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*.

### דפוסי תקשורת, שפה והסמלה בהפרעות אכילה

Freedman, N., & Lavender, J. (2002). On desymbolization: The concept and observations on anorexia and bulimia. *Psychoanalysis & Contemporary Thought*.

Skårderud, F. (2007). Eating one's words, Part I: 'concretised metaphors' and reflective function in anorexia nervosa—An interview study. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15(3), 163-174.

#### קריאת רשות:

Bourke, M. P., Taylor, G. J., Parker, J. D., & Bagby, R. M. (1992). Alexithymia in women with anorexia nervosa: A preliminary investigation. *The British Journal of Psychiatry*, 161(2), 240-243.

Buhl, C. (2002). Eating disorders as manifestations of developmental disorders: language and the capacity for abstract thinking in psychotherapy of eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 1(2), 138-145.

Kaplan-Zarchi, R., & Levine Keini, N. (2023). Presentational symbolism and the anorexic true-self: working with metaphoric associative cards. *Psychodynamic Practice*, 1-15.

Skårderud, F. (2007). Eating one's words, part II: The embodied mind and reflective function in anorexia nervosa—theory. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15(4), 243-252.

#### 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.

#### קריאת רשות:

Bromberg, P. M. (2001). Treating patients with symptoms—and symptoms with patience: Reflections on shame, dissociation, and eating disorders. *Psychoanalytic Dialogues*, 11(6), 891-912.

Fischer, N. (1989). Anorexia nervosa and unresolved rapprochement conflicts. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 70, 41.

Teusch, R. K. (2015). Sadomasochistic relations between ego and superego in anorexic patients. *Psychoanalytic Psychology*, 32(1), 191.

#### הפרעות אכילה כהפרעה של העצמי

Geist, R. A. (1989). Self psychological reflections on the origins of eating disorders. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 17(1), 5-27.

#### קריאת רשות:

Bruch, H. (2001). *The golden cage: The enigma of anorexia nervosa*. Harvard University Press.

Goodsitt, A. (1997). "Eating Disorders: A Self-psychological Perspective." In *Handbook of Treatment for Eating Disorders*, edited by Garner, David M., and Paul E. Garfinkel, 205-228. Guilford Press.

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.

#### קריאת רשות:

Minuchin, S., Rosman, B. L., Baker, L., & Minuchin, S. (2009). *Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context*. Harvard University Press.

Rowa, K., Kerig, P. K., & Geller, J. (2001). The family and anorexia nervosa: Examining parent-child boundary problems. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 7(2), 97-114.

#### הפרעות אכילה ברשת ובמדיה החברתית

Dias, K. (2003). The ana sanctuary: Women's pro-anorexia narratives in cyberspace. *Journal of International Women's Studies*, 4(2), 31-45.

#### שיטות טיפול בהפרעות אכילה: טיפול קוגניטיבי התנהגותי ושימוש בכלים לא מילוליים

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.

#### קריאת רשות:

Skårderud, F. (2007). Eating one's words: Part III. Mentalization-based psychotherapy for anorexia nervosa—an outline for a treatment and training manual. *European Eating Disorders Review: The Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 15(5), 323-339.

### קריאה נוספת להעשרה:

הורנבאכר, מ. (2000). מבוזבזת. תל-אביב: כנרת.  
וולף, נ. (2004). מיתוס היופי: על השימוש בייצוגים של יופי נגד נשים. תל-אביב: הוצאת הקיבוץ  
המאוחד.

Bell, R. M. (1987). *Holy anorexia*. University of Chicago Press.

Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *The psychoanalytic study of the child*, 22(1), 162-186.

Bruch, H. (1982). Anorexia Nervosa: therapy and theory. *The American Journal of Psychiatry*.

Raviv, S. (2010). *Being Ana*. Bloomington, IN: iUniverse.