

אגוז קורסים

בית הספר ללימודי המשך בתזונה

קורס גישות, כלים טיפוליים ופרקטיקה בטיפול בהשמנת ילדים ומתבגרים

ספטמבר 2025

רכזות הקורס: יעל חן רביע וענת תבור

תיאור כללי:

הקורס משלב בין ידע תיאורטי עדכני אודות הטיפול בהשמנת ילדים ובני נוער לבין כלים פרקטיים מהעבודה בקליניקה עם הורים, ילדים ומשפחות ומיועד לדיאטנים ודיאטניות שמעוניינים להרחיב לא רק את הידע התיאורטי בתחום, אלא בעיקר את ארגז הכלים הטיפולי. המשתתפים/ות יכירו מגוון רחב של גישות מעולמות מגוונים של פסיכולוגיה והתנהגות ויתרגלו בסדנאות כלים מעשיים, שניתן לשלבם ביעילות בטיפול תזונתי כוללי. ההרצאות מועברות על ידי אנשי מקצוע מומחים ומנסים בתחומם, ומלוות בהדגמה, ניתוח של תיאורי מקרה והשתתפות פעילה בתרגולים בסדנאות.

קהל היעד:

דיאטנים ודיאטניות בוגרי תואר ראשון בתזונה. מתאים לדיאטניות בכל שלב מקצועי, החל ממתחילות ועד לבעלות ותק בתחום.

מבנה הקורס

- הקורס יתקיים במתכונת מקוונת, ב-Zoom.
- הקורס מחולק ל-2 מודולות:
- **מודולת ילדים:** 3 מפגשי בסיס (משותפים ל-2 המודולות) + 4 מפגשים במיקוד טיפול בהשמנת ילדים
- **מודולת מתבגרים:** 3 מפגשי בסיס (משותפים ל-2 המודולות) + 4 מפגשים במיקוד טיפול בהשמנת מתבגרים
- ניתן להירשם לכל אחת מהמודולות בנפרד (ילדים או מתבגרים) או להירשם לכלל הקורס.
- משך הקורס: 3 מפגשים במודולה המשותפת, 4 מפגשים בכל אחת מהמודולות (1 ו-2).
- מפגשי הקורס יתקיימו בימי שני בין השעות 08:30-13:30
- תאריכי המפגשים:
- מפגשי בסיס (משותפים ל-2 המודולות): 8/9, 15/9, 29/9
- מודולת טיפול בהשמנת ילדים: 10/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11
- מודולת מתבגרים: 11/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12

- ישנה חובת נוכחות של 80% במפגשים כתנאי לקבלת תעודה בסיום הקורס.
- הקורס מוגבל ל-30 משתתפים לכל היותר.

צוות היגוי, ריכוז הקורס והנחייתו:

יעל חן רביע - דיאטנית ילדים בכירה, מטפלת בבני נוער ובמשפחות, בעלת תואר שני בתזונה, מנחת קבוצות ומאמנת מוסמכת. רכזת תחום תזונת ילדים בשירותי בריאות כללית (שרון-שומרון), מטפלת בקליניקה פרטית לטיפול בהשמנה ובאכילה בררנית, מפתחת "מילון התיאבון" – תוכנית להקניית הרגלי אכילה תוך חיבור לאכילה מודעת ותחושות רעב ושובע. מנחת הפודקאסט "הכל על תזונת ילדים".

ענת תבור - דיאטנית ילדים בכירה, עובדת בקופ"ח מכבי ובקליניקה פרטית, מדריכת הורים, מנחת סופרוויז'ן, מרצה ומנחת קבוצות, מפתחת תוכניות חינוך תזונתי ועובדת עם הורים וילדים בפעילויות תזונה חווייתיות. כתבה שני ספרי ילדים בנושא תזונה. שפית של אוכל בריא ויועצת קולינרית. מנחת הפודקאסט "הכל על תזונת ילדים".

רשימת מרצים אורחים:

לילך הדר דגני – מנהלת תחום תזונת ילדים מחוז דן-פ"ת בכללית, בעלת תואר שני בהתפתחות הילד, מטפלת בתינוקות וילדים.

מיכל מסר בן שלום – דיאטנית קלינית, יועצת משפחתית ומדריכת הורים.

ורד יפה-חאיק - דיאטנית ופסיכודרמטיסטית. מטפלת בהשמנת ילדים בגישת "מסתכלים לילדים בעיניים במקום על הבטן".

יעל בריסקר - מומחית לתקשורת מקרבת (Nonviolent Communication). נמצאת בתהליך ההסמכה של המרכז הבינלאומי לתקשורת לא אלימה (cnvc). מטפלת ביחידים וזוגות ומנחה צוותים חינוכיים.

דולי חותם - פסיכולוגית, מאמנת ויועצת ארגונית. בוגרת תואר ראשון בפסיכולוגיה באוניברסיטת בר אילן ותואר שני בהצטיינות בפסיכולוגיה ארגונית, אוניברסיטת בן גוריון בנגב, בוגרת לימודי טיפול משפחתי וזוגי באוניברסיטת תל אביב ומנהלת של התוכנית לאימון בגישה פסיכולוגית, ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל אביב.

אירית חליפה-קורצמן - דיאטנית ילדים ונוער בכללית, בעלת תואר שני בתזונה, מרכזת הטיפול התזונתי במנותחים בריאטריים ודיאטנית במרפאה להפרעות אכילה בבית חולים שניידר.

ד"ר רינת גרונדמן שם טוב – דיאטנית מומחית להפרעות אכילה, דיאטנית אחראית במרכז לטיפול בהפרעות אכילה, הדרים שלווה.

ד"ר אילנה קורן - אנדוקרינולוגית ילדים.

ד"ר מיכל בן-עמי - אנדוקרינולוגית ילדים, שיבא.

דוד לב - מנחה בכיר ב"גישה המוטיבציונית". מורה למיינדפולנס ומטפל בתנועה (M.A) מטעם "מכון מודע" לחקר המוח והמודעות במרכז הבינתחומי. עוסק בהכשרת צוותים רפואיים ומטפלים.

ענת אסודי – מרצה ומנחת סדנאות על דימוי גוף ופעילות גופנית, מדריכה ומייסדת "פילאטיס פוזיטיב", יועצת גיוון והכללה בתחומי הכושר והבריאות, חברה בפורום המקצועי למניעת סטיגמת משקל, בוגרת תואר ראשון ותעודת הוראה מטעם האקדמיה למחול.

סיגל סידליק אלון – פסיכולוגית קלינית מדריכה, פסיכולוגית ארצית, כללית

דורית בצ – מנהלת היחידה לתזונה קלינית, מרכז לבריאות הנפש גהה

סילבוס

- ייתכנו שינויים בסילבוס

מודולה משותפת ילדים ומתבגרים - 3 מפגשים

תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 1 08.09.25	8:30-10:00	יעל חן רביע	פתיחה, היכרות, תיאום ציפיות. המגמות והגישות העדכניות בטיפול בהשמנת ילדים ומתבגרים, מהי הצלחה בטיפול?
	10:10-11:40	ענת תבור	קווים מנחים להערכה וטיפול – מהי הצלחה בטיפול? סקירת ספרות – מטרות הטיפות התזונתי בהשמנת ילדים. הגדרות לטיפול בהשמנת ילדים בראיה רחבה, הצבת מטרות ריאליות.
	12:00-13:30	יעל חן רביע	<u>סדנה:</u> כלים למיפוי חוזקות והעלאת המוטיבציה, מדע שאילת השאלות לפי הגישה האימונית.
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 2 15.09.25	8:30-10:00	ענת תבור	חשיבותו של המפגש הטיפולי הראשון ויצירת הברית הטיפולית. תיאום ציפיות, אינטייק ראשוני, יעדים ריאליים לתוכנית הטיפול
	10:10-11:40	יעל חן רביע	אוטונומיה ומסוגלות, התמדה בטיפול בהשמנת ילדים
	12:00-13:30	יעל חן רביע	<u>סדנה:</u> אכילה קשובה
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 3 29.09.25	8:30-10:00	אירית חליפה-קורצמן	הקשר בין דיאטות לירידה במשקל והתפתחות של הפרעות אכילה
	10:10-11:40	ענת תבור	סגנונות הורות והשפעותיהם על הצלחת הטיפול – תרגול ותיאורי מקרה
	12:00-13:30	יעל חן רביע	<u>סדנה:</u> רעב ושובע – כלים חווייתיים בטיפול בהשמנת ילדים ומתבגרים

מודולת טיפול בהשמנת ילדים - 4 מפגשים

תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 1 20.10.25	8:30-10:00	לילך הדר דגני	הגדרה וטיפול בהשמנת תינוקות ופעוטות
	10:10-11:40	ורד יפה חיאק	יצירת סביבה בטוחה והעברת האחריות להורים, מסגרות חינוכיות ומעגל חברתי
	12:00-13:30	ענת תבור	ויסות כמויות - השפעת גודל המנה על וויסות האכילה – גישות ופרקטיקה. הקשר בין השמנת ילדים לקשיים שונים בוויסות חושי. <u>סדנה: תיאורי מקרה</u>
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 2 27.10.25	8:30-10:00	דולי חותם	תהליך היקשרות- היפרדות, קשר דיאדי הורה- ילד
	10:10-11:40		<u>סדנה:</u> טיפול במשולש של הורה – ילד – מטפל.
	12:00-13:30		סמכות הורית, הצבת גבולות והעברת מסרים בנוגע לאוכל, ניהול משא ומתן לשיתוף פעולה
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 3 03.11.25	8:30-10:00	יעל בריסקר	<u>סדנה:</u> גישת התקשורת המקרבת – שיפור התקשורת בין המטפלת לבין המטופלים בכל הגילים והדרכת הורים לתקשורת חומלת וטובה יותר עם ילדיהם
	10:10-11:40		הגישה המשפחתית לטיפול בהשמנת ילדים ומתבגרים. עקרונות וכלים להתערבות עם הורים
	12:00-13:30	מיכל מסר בן שלום	
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 4 10.11.25	8:30-10:00	יעל חן רביע ענת תבור	<u>סדנה:</u> סימולציות טיפוליות – התנסות ב"אני הטיפולי"
	10:10-11:40		בהשמנת ילדים
	12:00-13:30		המשך סדנה סיכום המודולה ומשוב

מודולת מתבגרים- 4 מפגשים

תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 1 17.11.25	8:30-10:00	ד"ר אילנה קורן	טיפול בהשמנת מתבגרים מהזווית הרפואית והאנדוקרינית, כולל התייחסות לטיפול תרופתי
	10:10-11:40	סיגל סידליק אלון	המתבגרת, ההורים והתזונאית: סקירת מאפייני גיל ההתבגרות ותקשורת מותאמת עם מתבגרים בטיפול התזונתי
	12:00-13:30	ד"ר מיכל בן עמי	השמנה מונוגנית – מהי, אבחון ודרכי התייחסות וטיפול
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 2 24.11.25	8:30-10:00	רינת גרונדמן שם טוב	כלים להתמודדות עם דימוי גוף נמוך בקליניקה של הדיאטנית, תאוריה ותיאורי מקרה
	10:10-11:40	דוד לב	<u>סדנה:</u> ראיון מוטיבציוני בעבודה עם מתבגרים, הורדת התנגדות ותמיכה במסוגלות עצמית
	12:00-13:30		

תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 3 01.12.25	8:30-10:00	דורית כץ	טיפול במתבגרים עם רקע של קשיים נפשיים ומחלות פסיכיאטריות
	10:10-11:40	ענת אסודי	פ"ג בכל מידה – כיצד נעודד בני נוער לבצע פ"ג ללא קשר להרזיה אלא מתוך חיבור לעצמם, לגופם ולבריאותם הכוללנית? עקרונות והתאמת האימון למבנה גוף בעודף משקל/ השמנה
	12:00-13:30	ענת תבור יעל חן רביע	התמודדות עם תפקודים ניהוליים והפרעות קשב
תאריך	שעה	מרצה	נושאים
מפגש 4 08.12.25	8:30-10:00	ענת תבור	בניית מוטיבציה להתמודדות עם התנגדות. רכילה רגשית – מהי אכילה רגשית וכלים להתנהלות מולה תאוריה ותיאורי מקרה
	10:10-11:40	יעל חן רביע	טיפול דיאטני בהשמנת מתבגרים עם אכילה בורנית, תיאורי מקרה
	12:00-13:30	ענת תבור	סימולציות וראיונות עם מתבגרים והורים למתבגרים עם השמנת יתר