

שם המרצה: ד"ר חורש דני

שם הקורס: על הקשר בין גוף ונפש: תיאוריה, קליניקה ומחקר.

קוד קורס: 60-586-01

סוג הקורס: בחירה

שנת לימודים: תשע"ט סמסטר: ב' היקף שעות: 2 ש"ס.

א. מטרת הקורס:

מטרת הקורס היא לחשוף את הסטודנטים לקשרים המורכבים בין גוף לנפש. נעסוק באופן שבו החיבור בין היבטים גופניים ופסיכולוגיים בא לידי ביטוי בטיפול, בפסיכופתולוגיה, ובמחקר. הקורס יעודד את הסטודנטים לפתח חשיבה ביקורתית בנוגע לקשר שבין גוף לנפש, וישים דגש על האינטראקציה המתמדת הקיימת בין בריאות פיזית לבריאות נפשית.

ב. תיאור הקורס:

הקורס יתחיל בהצגת הרציונל הפילוסופי והתיאורטי העמוק לחיבור שבין גוף לנפש, בהתבסס על הוגים כמו פרויד וישעיהו ליבוביץ'. לאחר מכן, יילמדו בקורס היבטים שונים ומגוונים של סוגיית הגוף-נפש: פסיכופתולוגיות (הפרעות בדימוי גוף, פגיעה עצמית), גישות טיפול אלטרנטיביות, ביטויים גופניים של טראומה ודחק, ועוד. השיעורים בקורס יתייחסו לדו-כיווניות בקשר שבין גוף לנפש – דהינו, כיצד קשיים פיזיים משפיעים עלינו פסיכולוגית, וכיצד קשיים פסיכולוגיים משפיעים על בריאותנו הפיזית. על כן, תמה אחת שתלווה את הקורס לכל אורכו היא ההשוואה בין הגישה הפסיכיאטרית/רפואית לגישה של הפסיכולוגיה הקלינית הקלאסית.

מהלך השיעורים:

השיעורים יועברו כהרצאה פרונטלית, כאשר יהיה מקום נרחב לדיון ביקורתי בכיתה. בשיעור אחד תגיע מרצה אורחת.

חלוקה לשיעורים במהלך הסמסטר ורשימת קריאת חובה נלווית:

שיעור 1. הבעיה הפסיכופיזית: בסיס תיאורטי ופילוסופי.

ליבוביץ, י. (1982). גוף ונפש - הבעיה הפסיכו-פיזית. תל אביב: הוצאת משרד הביטחון, סדרת האוניברסיטה המשודרת.

שיעור 2. המשך - הבעיה הפסיכופיזית: בסיס תיאורטי ופילוסופי.

כשר, נ. (2013). הגוף, הנפש ומה שביניהם. אודיסאה, 18.

שיעורים 3+4. דחק (Stress) וביטוייו הגופניים.

Bremner, J.D. (2005). *Does Stress Damage the Brain?: Understanding Trauma-Related Disorders from a Mind-Body Perspective*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.

שיעור 5. טראומה נפשית והגוף.

van der Kolk, B.A. (1994). The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, 1(5), 253–265.

שיעורים 5+6. גוף ונפש במבט בודהיסטי: קשיבות (Mindfulness) ופרקטיקות אחרות

Harvey, P. (1993). The mind-body relationship in Pali Buddhism: A philosophical investigation. *Asian Philosophy*, 3(1), 29-41.

Kabat-Zinn, J. (2009). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. Hachette UK.

שיעור 7. הפרעות בדימוי גוף ובתפיסת גוף.

., Gleaves, D.H. (2001). Body dysmorphic disorder: a review of Cororve, M.B conceptualizations, assessment, and treatment strategies. *Clinical Psychology Review*, 21(6), 949-70.

שיעור 8. התנהגויות של פגיעה עצמית גופנית (Self-injury): מה ידוע לנו מהקליניקה ומהמחקר?

Nock, M.K. (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 78-83.

שיעורים 9+10. גוף ונפש במבט הפסיכיאטריה.

Kendler, K.S. (2005). Toward a philosophical structure for psychiatry. *American Journal of Psychiatry*, 162, 433–440.

שיעור 11. גישות בפסיכולוגיה שיקומית ורפואית.

שיעור 12. פעילות גופנית ובריאות נפשית (הרצאת אורח – גב' חן רוזנר-אורבך).

שיעור 13. הגוף בטיפול הפסיכולוגי: פסיכותרפיה גופנית, מגע פיזי בין מטפל למטופל, ועוד.

Westland, G. (2011). Physical touch in psychotherapy: Why are we not touching more? *Body, Movement and Dance in Psychotherapy: An International Journal for Theory, Research and Practice*, 6(1), 17-29.

ג. דרישות קדם: אין

ג. חובות / דרישות / מטלות:

נוכחות חובה בשיעורים (על פי תקנון בר אילן: מותרת היעדרות של עד 2 שיעורים בסמסטר).
-מבחן מסכם

ד. מרכיבי הציון הסופי (ציון מספרי / ציון עובר):

מבחן מסכם (100% מהציון).

ה. רשימת קריאה:

קריאת חובה מפורטת בגוף כל שיעור, לעיל.

קריאת רשות נוספת לקורס:

דמסיו, א. (2003). *ההרגשה של מה שקורה: גוף ורגש ביצירת התודעה*. ירושלים: מכון ברנקו וייס לטיפוח החשיבה.

ירום, נ. (2001). *הגוף מדבר*. אור יהודה: דביר.

מקדוגל, ג'. (1998). *תיאטרוני הגוף*. אור יהודה: דביר.

קמפל, ק. (1983). *גוף ונפש*. ירושלים: הוצאת מאגנס.

, S. (2004). *Body-Mind Psychotherapy: Principles, Techniques, and Practical Applications*. New York: W.W. Norton & Company.

Kabat-Zinn, J. Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness. 1990. *Delta Trade, New York*.



Koenen KC, Nugent NR, Amstadter AB. Gene-environment interaction in PTSD: Review, strategy and new directions for future research. *European Archives on Psychiatry Clinical Neuroscience*. 2008; 258(2):82–96.

Levine, P.A. (1997). *Waking the Tiger: The Innate Capacity to Transform Overwhelming Experiences*. Berkeley, CA: North Atlantic Books.

Ogden, J. (2012). *Health Psychology: A Textbook*. Maidenhead, Berkshire, UK: Open University Press.

, R., DeFries, J.C., Knopik, & V.S., Neiderhiser, J.M. (2012). *Behavioral Plomin Genetics*. New York: Worth Publishers.

., Epstein-Lubow, G., Gaudiano, B.A., Tremont, G., Battle, C.L., Uebelacker, L.A & Miller, I.W. (2010). Hatha yoga for depression: critical review of the evidence for efficacy, plausible mechanisms of action, and directions for future research. *Journal of Psychiatric Practice*, 16(1), 22-33.