

גיליון מס' 12 אוקטובר 2003



## חומש

החטיבה  
השיקומית  
של העובדים  
הסוציאליים  
בישראל

## מה בגליון

- חוק שיקום נכי נפש בקהילה ויישומו
- התנדבות של חולי נפש ממושכים בקהילה הבריאה  
- כלי טיפולי שיקומי
- הסטודיו לאומנות - מועדון תעסוקתי קצת אחר,  
סניף אנו"ש בראשון לציון
- בדידות ואושר כמשתנים הקשורים להשתלבותם  
החברתית ולפעילויות הפנאי של נכים  
פסיכיאטריים בקהילה
- קבוצת "נשים למען עצמנו" - בשיטת הנחיה  
דינמית-מובנית
- קבוצת עבודה לאנשים בתהליך של חיפוש עבודה
- שילוב של אנשים עם נכויות כקבוצת גינון  
מטעם "המשקם" בבסיס צבאי

הנידון: "דבר היו"ר" בעלון מס' 10 - מומחיות בשיקום

ראשית ברצוני לברך את המערכת על העלון, אשר משתבח כל הזמן. שגגה נפלה לפני עמיתתי יו"ר חומ"ש ומערכת העלון בצינים את עו"ס ברכה בן צבי כמי שהובילה את תהליך ההכרה של שיקום כתחום מומחיות בעבודה סוציאלית.

כמי שנמנה על מייסדי עמותת חומ"ש זכור לי כי אחת מהמטרות הראשונות שהצבנו בפני העמותה היתה לפעול למען הכרת תחום השיקום כתחום מומחיות בעבודה הסוציאלית. למימוש משימה זו הוקמה ועדת המומחיות. עמותת חומ"ש שסיעה לה בגיוס חברים, במימון ימי עבודה מרוכזים, איסוף חומר ומחקר, פרסומים ועוד כהנה וכהנה.

המשימה המורכבת דרשה השקעת מאמץ של רבים מכל תחומי הפעילות של העובדים הסוציאליים השיקומיים בשדה ובאקדמיה. עבודת הוועדה, הופקדה בידיה האמונות של עו"ס שיקומית אביבה אברהמי מי שהיתה מנהלת תחום שיקום במוסד לביטוח לאומי. ואכן, לאחר עבודה מאומצת של מספר שנים, מסמך הכרת תחום השיקום כתחום מומחיות בעבודה הסוציאלית אושר על ידי מועצת העובדים הסוציאליים ביום ל' בסיון תשנ"ו - 1996.

לעו"ס ברכה בן צבי, מנהיגה ומורת דרך, מקום כבוד בכותל המזרח של תחום השיקום. הובלת תהליך ההכרה של תחום השיקום כתחום מומחיות שייכת, כאמור, לעו"ס שיקומית אביבה אברהמי וכל החברים הרבים בוועדת המומחיות.

הנני מנצל הזדמנות זו לברך את העובדים הסוציאליים השיקומיים שהוכרו כמומחים בשיקום ומצטרף לקריאה של יו"ר עמותת חומ"ש, לאלה אשר עומדים בקריטריונים, להגיש מועמדותם לוועדת הרישוי (אשר פועלת מטעם מועצת העובדים הסוציאליים). תהליך מבורך זה יבטיח את המשך התמקצעות תחום השיקום ואת הבטחת מצויינות השירות ללקוחות העובדים הסוציאליים השיקומיים.

בברכה,

יצחק רוזנר - עו"ס בכיר מומחה בשיקום

חבר הנהלת חומש ומנהל המחלקה לשיקום באגף הרווחה, עיריית חיפה.

2..... מכתבים למערכת

3..... דבר היו"ר ודבר המערכת

**משולחן הועדות**

מפעילות ועדת חקיקה

4..... ד"ר נירה דנגור

ועדת השתלמות

4..... ד"ר רות נאור

**חוק שיקום נכי נפש בקהילה ויישומו**

עו"ס מירית כנעני ועו"ס שרה קריאל

5.....

**התנדבות של חולי נפש ממושכים בקהילה הבריאה -**

כלי טיפולי שיקומי

10..... ד"ר בת שבע פנר

**הסטודיו לאומנות - מועדון תעסוקתי קצת אחר,**

סניף אנו"ש בראשון לציון

12..... עו"ס הדר חן

**בידות ואושר כמשתנים הקשורים להשתלבותם החברתית**

ולפעילויות הפנאי של נכים פסיכיאטריים בקהילה

14..... עו"ס ארגמן (רביד) אביטל

**פינת האינטרנט**

16..... עו"ס אהובה אוברשטיין

**קבוצת "נשים למען עצמנו" -**

בשיטת הנחיה דינמית-מובנית

17..... עו"ס איריס אלמוג, עו"ס דינה יציב ועו"ס בנימינה ערן

**קבוצת עבודה לאנשים בתהליך של חיפוש עבודה**

21..... עו"ס שרה אופיר

**שילוב של אנשים עם נכויות כקבוצת גינן**

מטעם "המשקם" בבסיס צבאי

23..... עו"ס שרה ישראל

**קוראים וחברי חומ"ש,**

עיתון מספר 12 מסמל תפנית בתכנים ובאיכות המאמרים. שאיפתה של המערכת הינה להפוך את העיתון לירחון מקצועי אשר הכתיבה בו תהווה מראה לעשייה בשדה ובמה לרב שיוח מקצועי. ההיצע ממנו חברי המערכת צריכים להחליט מה לפרסם בעיתון הנוכחי ומה לעיתון הבא מתעצם ועולה. המאמרים מגוונים וברמה אקדמית גבוהה.

בעיתון זה התמקדנו בשיקום המקצועי והנפשי של אנשים עם נכות נפשית וגיוונו עם מאמרים על תהליכי שקום קבוצתיים בתהליך השמה.

בפרוס השנה החדשה חברי המערכת מאחלים לכל הכותבים והקוראים שנה טובה, שקטה, כתיבה מרובה ולמרות הקיצוצים בתקציב הרווחה עשייה פוריה ועשירה.

**בבית שנה טובה,**

**ד"ר לוחמה שיקום רחל (פג'י)**

יו"ר מערכת עיתון חומ"ש.

**מערכת העלון**

**יו"ר המערכת:**

עו"ס רחל נפתלי, המוסד לביטוח לאומי

עו"ס נחמה בוט, עיריית הרצליה

עו"ס אהובה אונרשטיין, עיריית תל אביב

עו"ס אבנר אחדות, משרד הרווחה

עו"ס איילה וסיליבר, המשקם

ורד ברק, מרכזת המערכת

**נשמח לקבל מאמרים, תגובות והערות לכתובת:**

עמותת חומ"ש, אצל איגוד העובדים הסוציאליים,

רח' ארלוזורוב 93, תל אביב 62098

טלפקס: 09-7429637

Email: homesh@zahav.net.il

העתידינים וד"ר פסיג בראשם, (כנס איגוד העו"ס ובאתר <http://www.passig.com/pic/3EndSocialState.htm> מנבאים את סופה של מדינת הרווחה. ה"הוויסטים" - ושר האוצר בראשם - דואגים הלכה למעשה להוצאה להורג. הפוליטיקאים ולמרבה הצער, גם אנחנו אנשי המקצוע בעבודה סוציאלית, מנסים למנוע זאת ע"י הנשמה מלאכותית. אי אפשר למנוע את קריסתה של מדינת הרווחה, באופייה הנוכחי. ייתכן ונוכל לבנות מערך חדש לסיוע לבעלי זכות לשיקום, המבוסס על התפיסה שאכן זוהי זכות של הפרט לשייוון ולהגשמה עצמית.

לפיכך, התפקיד החשוב ביותר של כולנו בימים אלו הוא להפוך למעצבי מדיניות.

הפוליטיקאים זקוקים לנו כדי שנצביע על הכיוון הנכון ונאמר להם מה הם השרותים שיכולים וחייבים להיות ניתנים לאנשים שזוהי זכותם כאזרחים לקבל סיוע בשיקום, כדי שיהיה להם סיכוי לממש את עצמם. עלינו להצביע על אפשרויות למקורות סיוע כאלו.

אל נטמין ראשינו בחול ואל נסתפק רק בתפקיד של העו"ס המעשי, העושה רק מה שמונח לפניו ובמסגרת האישורים/האיסורים שהמערכות הציבוריות מטילות עליו. לולא תשומה שלנו יהיה שיקום רק למי שנכותו ולקותו הינם תוצר של פגיעה "לאומית" ולחלשים לא תהיה תקומה.

**תכלה שנה וקללותיה,**

**תחל שנה וברכותיה.**

**ד"ר לוחמה שיקום צפניא צוויק**

יו"ר עמותת חומ"ש

**בית איזי שפירא**

ספריה ע"ש דוד הק ז"ל

י.ס. // 2842



## מפעילות ועדת חקיקה

בישיבת הועדה ארחנו את רוני שכטר ויואב קריים ממטה מאבק הנכים. מי שהגיע זכה למפגש מרתק ולדיון שהוא בודאי רק בתחילתו.

**א.** במהלך הפגישה קיבלנו מידע על עבודת הועדה הציבורית בראשות השופט בדימוס לרון.

הועדה הוקמה ע"י ראש הממשלה במסגרת ההסכם שנחתם מול מטה המאבק עם סיום שביתת הנכים השנייה. מטרתה להמליץ לממשלה בכל אותם נושאים שנשארו שנויים במחלוקת עם תום השביתה. מלבד נציגי מטה המאבק מיוצגים בוועדה משרד העבודה והרווחה, ביטוח לאומי, משרד הבריאות, האוצר והמשפטים וכן נציגי ציבור - פרופ' תמיר, ד"ר פרידמן ופרופ' שני.

מתוך שלל הנושאים שבהם עסקה (או תעסוק הועדה) התמקד הדיון בשניים:

### 1. קצבת נכות כללית כגורם מעכב בשילוב בעבודה

המחלוקת היא כיצד לנתק את הזיקה בין שכר לקיצבה ואיך למנוע הכבדה בירוקרטית לגבי מי שירצה לחזור לקצבה. ההצעה של מטה המאבק (שלה מתנגדים נציגי אוצר וביטוח לאומי) היא לבטל את הזיקה הקיימת כיום שמאפשרת למקבל גימלה להשתכר עד גובה קצבת יחיד ולאשר המשך קבלת קיצבה למי שמשתכר עד סכום של 5,100 ש"ח, (70% מהשכר הממוצע במשק). טרם נפתרה המחלוקת לגבי תוספת התלווים לקיצבה ושאר ההטבות הנלוות לה. כמו כן מוצע שבשנתיים הראשונות לאחר הפסקת הגימלה תהיה החזרה אליה אוטומטית. לאחר מכן יש צורך בבדיקת זכאות חוזרת אך בתקופת הביניים תשולמנה מקדמות.

### 2. הקמת מנהלה לאומית לנושאי נכויות

הכוונה להציע לממשלה להקים מועצת על לאומית לתחום כל הנכויות. שתשאב את התקציבים מהמשרדים השונים ובתחומי חיים שונים. כידוע היום יש פרגמנטציה רבה ופיזור אדמיניסטרטיבי ומקצועי של מענים בין משרד העבודה והרווחה, חינוך, בריאות, שיכון, רישוי, קליטה והשלטון המקומי. מהצד השני יש הפ של הקצאת שרותים על בסיס זכויות המעוגנות בחוק ולא על בסיס זכאות ושיקולי דעת מקצועיים. בהיבט הזה שוחחנו על שני מושגים מובילים: תלושי שירות ומינהל טיפול.

**ב.** במהלך הדיון הסתבר לנו באמצעות ד"ר אבי רמות, שבמקביל הוקמה

ע"י שר העבודה והרווחה הקודם ועדה בראשות פרופ' קטן, אשר אמורה להגיש המלצות לגבי הזכות של האזרח לקבלת סל שרותי רווחה. בין השאר מדובר גם בתת ועדה שעוסקת בגיבוש הצעה של סל שיקום. ד"ר אבי רמות מרכזת ועדה זו.

**ג.** מהדיון המעניין שהתפתח בעקבות הדברים שהוצגו עלתה ההרגשה שאולי מתקיימים בו זמנית תהליכי חשיבה מקבילים בעבודת שתי הועדות הללו. עד כמה באה לביטוי בתהליכים הללו גם עמדת העובדים הסוציאליים מתחום השיקום, היא בגדר נעלם.

ד"ר נירה דנגור

יו"ר הועדה

## עדכונים מועדת השתלמות

**א.** בתאריך 23.10.03 יתקיים יום עיון בנושא: הפרעות אישיות, בבית-הלוחם בחיפה.

**ב.** בדצמבר 2003 יתקיים יום עיון

בנושא: עדכונים טכנולוגיים לליקויי שמיעה, במוזיאון הארץ, בתל-אביב.

**ג.** קורס גישור מסובסד בשיתוף חברת "גומא"

מתחיל ב- 3.11.03, במכון "קרן" בתל-אביב.

**ד.** לקראת סמסטר ב' (תחילת 2004) יתחיל קורס כתיבה מקצועית.

בברכה,

ד"ר רות נאור

יו"ר הועדה.

## חברי הועד המנהל - עמותת חומ"ש 2003

צפרא דוויק - יו"ר	זולטי שלמה	צפרא דוויק - יו"ר
כרמל סטינגר - גיזברית	יציב דינה	כרמל סטינגר - גיזברית
אחדות אבנר	כהן מרים	אחדות אבנר
יפה ארפה	מגדסי עמי	יפה ארפה
בוט נחמה	מאיר לאה	בוט נחמה
ברחד שמואל	נאור רות	ברחד שמואל
דנגור דינה	נורי אורה	דנגור דינה
דימנט שרה	נפתלי רחל	דימנט שרה

ביקורת: גרשון ברנאי וגורלי אורית.

# חוק שיקום נכי נפש בקהילה ויישומו

מאת: מירית כנעני ושרה קריאל

## ועדות שיקום אזוריות

בכל אחד מששת המחוזות של משרד הבריאות, מתקיימות ועדות שיקום אזוריות: צפון, חיפה, תל אביב, מרכז, ירושלים ודרום.

## ועדת שיקום אזורית – תפקידיה:

- א. הועדה בוחנת את זכאות נכי הנפש.
- ב. הועדה קובעת תוכנית שיקום לפי מגוון השירותים הכלולים בסל שיקום.
- ג. הועדה רשאית לאשר לנכה הנפש החזר הוצאות נסיעה בתחבורה הציבורית לביצוע תוכנית השיקום.
- ד. מידי שישה חודשים תעין הועדה בתוכנית השיקום בכדי לעמוד על התאמת התוכנית למטרות השיקומיות.
- ה. ועדת השיקום האזורית רשאית לשנות את תוכנית השיקום שנקבעה אם לפי בקשת נכה הנפש המשתקם, או מי מטעמו (אפוטרופוס), מטפל מקצועי וכדומה.
- ו. החלטות הועדה יתקבלו ברוב דעות החברים, היו הצעות שקולות - דעתו של היו"ר, רכז השיקום, היא המכרעת.

## תחומי השיקום:

תחומי השיקום הם רבים, מגוונים ומנסים להקיף את תחומי החיים השונים של המשתקם.

השכיל המחוקק להשתמש במילה סיוע ובכך להדגיש, שלא כל מימון השיקום הוא על הקופה הציבורית, כחלק מהתפיסה הטיפולית-שיקומית ובמגבלות התקציב. לכל משתקם נקבעת תוכנית אינדיבידואלית לפי צרכיו, וסדר המימוש הוא באחריות המטפל או מתאם הטיפול.

### א. תחום התעסוקה

### ב. תחום הדיור

### ג. תחום השלמת השכלה

### ד. תחום החברה והפנאי

### ה. תחום המשפחות (עדין לא יושם)

### ו. תחום טיפול השיניים

### ז. תחום תיאום טיפול

## 4. דרכי פניה

1. נכה נפש המוגדר בחוק יכול לפנות לגורם טיפולי שיכין אותו לקראת התהליך השיקומי וירכז את הכנת הפנייה הפורמלית לועדת שיקום אזורית.

## 1. הקדמה

שיקום נכי נפש בעולם המערבי קיבל בעשור האחרון מקום נכבד. מדינת ישראל נמנית על הארצות המשקיעות משאבים בעניינם של נכי הנפש. גולת הכותרת במדיניות זו, היא חקיקת החוק לשיקום נכי הנפש והתהליך המלווה והמקיף ליישום חוק זה.

המודל המוביל היום את מהלך השיקום הפסיכיאטרי הוא המודל הביו-פסיכו-סוציאלי, המודל מוצא יתרון באינטגרציה שלוש המשתנים בטיפול בפרט. המודל מפנה זרקור על שלוב בין המערכות והארגונים הממוסדים והוולונטריים. השילוב מצריך תאום של אנשי מקצוע המלווים את המשתקם בתהליך השיקומי.

במודל קיימת התייחסות אל האדם בראייה הוליסטית, המוקד אינו על המחלה; קיים דגש על החלקים השמורים והיכולות, במטרה לשפר את איכות החיים.

העשייה השיקומית מטרתה לפתח במשתקם תחושה של אופטימיות ותקווה.

## 2. היסטוריה

בשנת 1997 הוקמו ועדות בין משרדיות במחוזות השונים, לבדוק מהם הצרכים של חולי הנפש בישראל. סכום מסקנות הוועדות וההמלצות יצרו תשתית להכנת החוק.

הקצאת משאבים במסגרת החוק אפשרה פיתוח השירותים הקיימים והקמת תשתיות לשירותים חדשים שונים ומגוונים.

## 3. החוק

חוק שיקום נכי נפש התש"ס 2000, מאפשר לאוכלוסייה של נכי הנפש בישראל ליהנות מתוכניות שיקום שונות, מגוונות ודינמיות בהתאם למגבלות החוק. מטרת החוק "לשקוד על שיקומם ושילובם בקהילה של נכי הנפש, כדי לאפשר להם להשיג דרגה מרבית אפשרית של עצמאות תפקודית ואיכות חיים, תוך שמירה על כבודם ברוח חוק יסוד: כבוד האדם וחירותו".

המחוקק השכיל להגדיר ולהפריד בין מושגי המפתח: שיקום, שירות שיקום ותוכנית שיקום.

**זכאות לשיקום:** נכה נפש, שמלאו לו 18 שנה, והסובל מנכות רפואית בשל הפרעה נפשית, או מי מטעמו, ראשי לפנות לועדת שיקום אזורית לקביעת זכאותו של הנכה לתוכנית שיקום לפי חוק זה;



כאן המקום להדגיש ולציין כי קיימים משתקמים הנהנים ממספר שירותים בו זמנית.

### 7. תעסוקה – שיקום מקצועי

התעסוקה ברמות השונות חשובה למשתקם ויצירת התנהגות נורמטיבית. התעסוקה מגבירה את הסיפוק, הערכה והדימוי העצמי של המשתקם. התעסוקה עשויה לשפר את מצבו הכללי והכלכלי. המקום מאפשר למשתקם להיחשף ליחסים נורמטיביים של עובד מעביד, לעמוד בלוח זמנים, שימוש בתחבורה ציבורית, משפר את התקשורת ויוצר סביבה חברתית מקובלת. התעסוקה משמשת מנוף חיובי לתהליך אקטיבי משתנה של בניית ביטחון עצמי והערכה של המשפחה והחברה.

השיקום התעסוקתי החל על ידי המוסד לביטוח לאומי. הוקמו מרכזי שיקום המהווים גם היום כאחת האפשרויות השיקומיות הפתוחות לבחירה בפני המשתקם. במרכזים אלה ניתן להסתייע באבחון שבדוק מיומנויות, כישורים וכוחות במטרה להשתלב בדרגת מוגנות תעסוקתית הולמת. קיימת אפשרות למצות במסגרות נורמטיביות אלה המיועדות גם לנכים כללים, את הזכאות ללמוד מקצוע ולסייע בהשמה בעבודה בשוק החופשי בקהילה.

אופציה נוספת היא הפניה לאחד ממפעלי השיקום של המשקם. הדרישות במסגרת הביטוח הלאומי אינן מותאמות לתנודות שמאפיינות את מחלת הנפש ולפיכך רק מספר מועט של משתקמים מצליחים להיקלט ולהחזיק מעמד במערך זה.

להלן פירוט השירותים לפי רמת המוגנות, שבאחריות משרד הבריאות בריאות הנפש:

#### מועדונים תעסוקתיים:

המועדון התעסוקתי הוקם לתת מענה למשתקמים בעלי יכולות מוגבלות או מיומנויות לא מפותחות וקלט זמני לאנשים במשבר. ההשתתפות במועדון התעסוקתי היא על בסיס יומי ושעות גמישות. מועדון תעסוקתי, בדרך כלל, מתמקד בעבודה חרושתית. יש מועדונים המושתתים על יצירה ואמנות ובחלק מהמועדונים מתקיימים חוגי העשרה בתחומים שונים כגון: תכשיטנות, בישול, היגינה וכו'. מטרת המועדונים להקנות מושגים בסיסיים ביחסי עבודה, בשילוב האפשרות לקידום למסגרות תעסוקה מורכבות יותר. המועדונים אינם מזכים את המשתתף בשכר אלא בהשתתפות בדמי נסיעה ובדמי כיס בהתאם לנוכחות.

2. כל מטפל מקצועי, לאחר שהתרשם שאכן קיים פוטנציאל שיקומי אקטיבי, רשאי למלא חוברת סל שיקום 2002 שבהוצאת משרד הבריאות.

המשתקם לוקח חלק פעיל ואקטיבי בהתלבטות סביב הנושאים השיקומיים. המשתקם מביע בכתב את משאלותיו, דעתו והתלבטותיו. הועדה נותנת משנה חשיבות לעמדת המשתקם והמוטיבציה המובעת בפועל במהלך הועדה.

3. הועדה הנה סטטוטורית.

### 5. מטרות הועדה

א. ראייה בינ-דיספלינרית של המשתקם ע"י אנשי מקצוע מיומנים בתחום השיקום העכשווי.

ב. הכנת תוכנית שיקומית פרטנית לטווח קצר וארוך.

ג. יצירת רצף טיפולי שיקומי בין בית חולים והקהילה.

ד. הגברת מודעות תהליך השיקום בקהילה.

ה. שינוי סטיגמה כתהליך.

האמצעי הוא בשילוב נכי הנפש בכל רובדי החיים באוכלוסייה הבריאה בקהילה. רק באמצעות הכרה הדדית, בלתי אמצעית תושג מטרה זו. החוק מתייחס גם להקמת מועצה לאומית לשיקום נכי הנפש, כנדבך נוסף להורדת הסטיגמה.

כל האמור לעיל הוא תהליך דינמי מתפתח ומבורך ודורש המשך השקעת משאבים מתמידים להתמודדות עם הנושא.

### 6. נתונים

הנתונים המספריים לשנת 2002 מתייחסים במאמר זה למחוז אחד מתוך שישה, מחוז ת"א, ומשקפים מגמה ארצית.

מערכי השיקום הפסיכיאטרי:

מערך השיקום	מס' משתקמים	סה"כ
דיר: דיר מוגן	255	431
הוסטלים	176	
<b>תעסוקה: תעסוקה נתמכת</b>	167	532
מפעל מוגן	132	
מועדון תעסוקתי	233	
סומכות	57	57
חונכות	68	68
השלמת הכנסה	61	61
מועדון חברתי	אין נתונים	/
C.M.	118	118

## מפעל מוגן:

העבודה במפעל מוגן מלווה בכניסה הדרגתית, המשתקמים יכולים לעבוד בין חמישה לשישה ימים בשבוע, במשך ארבע עד שמונה שעות ליום, בהתאם ליכולת ולמוטיבציה. השכר הוא דיפרנציאלי לפי המפעל, ההתמדה, התפוקה וטיב העבודה. מסגרות אלה אינן מקיימות יחסי עובד מעביד וכל המשתמע מכך.

## תעסוקה נתמכת:

שירות המסייע להשתלבות המשתקם בתעסוקה שיקומית מוגנת ומלווה בשוק החופשי. המושג הצלחה, בתעסוקה נתמכת, מוגדר כמכוננת לעבודה בשוק החופשי. המונח כולל: דייקנות, נוכחות עקבית, יכולת עבודה רציפה של מספר שעות, יכולת לקבל הדרכה ולעקוב אחר ההנחיות, הופעה הולמת, גילוי עניין בעבודה, יכולת תקשורתית עם הסביבה ברמות הנדרשות.

השכר הוא דיפרנציאלי ויכול להגיע מעל גובה הקצבה. תעסוקה נתמכת היא שאיפה למיצוי יכולת המשתקם בתהליך השיקום המקצועי.

## 8. דיור

מסגרות הדיור ברמות המוגנות השונות מאפשרות לתת מענה למגוון רחב של צרכים דיפרנציאליים של נכי הנפש. כל השירותים השונים במערך מופעלים כאמור על ידי יזמים פרטיים או עמותות בפיקוח משרד הבריאות ומתחלקים לשני סוגי אב טיפוס שיקומי: הוסטלים ודיור מוגן.

## הוסטלים:

הוסטל הוא מסגרת דיור בקהילה המאכלס בדרך כלל כ- 22 משתקמים/דיירים ומלווה באנשי צוות. קיימות שלוש רמות של הוסטלים על פי סטנדרטים של משרד הבריאות. השוני בין הוסטלים מתבטא בעיקר בשני תחומים: כמות הצוות המלווה והיכולת התפקודית של המשתקם. העבודה המקצועית נערכת ברמת הפרט והקבוצה; ובאינטראקציה מתמדת עם המשפחה והקהילה. קיימים פרמטרים נוספים המאפיינים הוסטל כגון: גיל, הוסטל צעירים, הוסטל חרדי וכדומה.

## דיור מוגן:

כאמור קיים גם מדרג במסגרות הדיור המוגן והחופשי בהתאם ליכולות האינדיבידואליות של כל משתקם ורצונו.

במסגרת העצמאית ביותר נמצא הדיור המוגן לשלושת שלביו השונים. המשתקם גר בדירה שכורה או בדירתו הפרטית. הדיור המוגן מאפשר לקבל תמיכה ולהמשיך להתגורר בסביבה בריאה ונורמטיבית ולתפקד ככל אדם בריא. מחלת הנפש הפעילה יוצרת מצבים משתנים, בזמנים משתנים ולפיכך יש אפשרות לנוע על ציר אינטנסיביות השרות לפי הצורך. שירותי הדיור המוגן מתחלקים כאמור לשלוש רמות: דיור לווין, דיור מוגן ודיור מוגן מתוגבר.

## 9. השכלה

הועדה בודקת אפשרות השלמת השכלה ואת היכולת להשתתף בקורסים שונים הנבחרים על ידי המשתקם. השלמת השכלה מאפשרת להשלים לימוד יסודי ו/או בחינות בגרות, הכרת המחשב ולימוד השפה העברית.

## 10. חברה ופנאי

המועדונים החברתיים הוקמו במטרה לתת מענה חברתי למשתקם.

## הזדמנות מקצועית

### לתוכנית הטיפולית להפסקת עישון "SMOKEQUITTERS" בישראל

דרושים מועמדים לתוכנית הכשרה בת 6 חודשים,  
שתחל בינואר 2004, כדי להיהפך ליועצים קליניים  
בטיפול להפסקת עישון ברחבי הארץ.

"SMOKEQUITTERS" היא תוכנית להפסקת עישון  
מוכרת ומוערכת מאד, המספקת טיפול פרטני וקבוצתי  
למעוניינים להפסיק לעשן טבק.

דרישות מינימליות להגשת מועמדות:  
תואר שני בעבודה סוציאלית או בפסיכולוגיה

על המעוניינים לפנות: לד"ר מייקל גרופר  
כדי לקבוע פגישה בטל': 09-7741913  
או בדוא"ל: drmikegropper@hotmail.com

מוכרת בתשלום



השיקומי.

השרות בא לאפשר נגישות למשאבים קהילתיים למטופל ולמשפחתו. מספר המשרות הקיימות היום במערך זה, אינן עונות על הצרכים הקיימים ולפיכך מופנים למתאמי הטיפול בעיקר מקרים מורכבים וקשים.

### 13. איכות חיים

בעבר עסקו אנשי השיקום בעיקר בניסיון להחזיר את תפקודו של נכה הנפש ולשלב מחדש בחברה. היום נוסף לשיקום גם מימד איכות החיים של המשתתפים (SETON, 1993).

קיימות תיאוריות שונות לגבי הערכת איכות החיים. עתה רואים את תפיסת האדם כלפי איכות החיים שלו כתהליך פעיל הנלמד בעיקר מנקודת הראות של הפרט, איך הפרט תופס את חייו ומהידיעה כי אנשים שונים יכולים לחוות את אותה חוויה בצורה שונה.

איכות החיים היא רב-מימדית, הכוללת מימד אובייקטיבי של תנאי החיים ומימד סובייקטיבי של תנאי הרווחה. איכות החיים של נפגעי הנפש בקהילה תלוי במידה רבה בזמינות ובנגישות לשירותי השיקום ולשירותים האמבולטוריים.

### 14. פיתוח תרופתי

התרופות הפסיכיאטריות החדשות הנמצאות היום בשוק מסייעות להחזרתם המהירה יחסית, של המשתתפים למסגרות חיים נורמטיביים בקהילה. כיום ניתן למזער את תופעות הלוואי על ידי התאמה מרבית למשתתפים.

הטיפול במצבים פסיכטיים אינו מתבסס כיום על טיפול תרופתי בלבד. השילוב של טיפול פסיכו סוציאלי שיקומי ודגש על ליווי ותמיכה, עם טיפול תרופתי תואם מאפשר למטופל ליהנות מתהליך שיקומי רב תכליתי.

### 15. מעקב

מעקב צמוד לתהליך הדינמי של השיקום הוא בסיס ללמידה, צמיחה ויכולות שינוי בתחומים השונים.

המחוקק מצא לנכון להדגיש מעקב חצי שנתי משום השינויים העתידיים הצפויים בתהליך והצרכים המשתנים בהתאם. המעקב הוא לגבי כל מי שצורך שירות שיקומי, פעם בחצי שנה. נבדקת שוב תוכניות השיקום הפרטניות התוכניות משתנות ומותאמות בהתאם לשינוי בסולם הצרכים הדינמיים של המשתתפים והשירותים הנגישים בסביבה.

כיום פועלים כ- 60 מועדונים ברחבי הארץ בשעות אחר הצהריים. רוב המועדונים הם באחריות עמותת "אנוש". כיום נפתחו אפשרויות נוספות כגון: אגודת מתנ"סים ויזמים פרטיים. למשתתפים ניתנת זכות בחירה באיזו מהמסגרות הוא רוצה לעבור את התהליך השיקומי החברתי, ולאילו רמת אינטנסיביות הוא מעוניין להיחשף, פעם עד שלוש פעמים בשבוע, ובאיזה מקום גיאוגרפי.

### 11. חונכות וסומכות

#### סומכות:

הגדרה: "דבר המשמש לתמיכה, לחיזוק או למשענת" (י. שווקה, רב מילים).

השרות מקנה הכשרה למיומנויות של חיים עצמאיים. הכשרה זו עוסקת בהפעלתו של המשתתפים בפעילויות של חיי היום יום ADL; ובהסתגלות ראשונית לחיים עצמאיים. השרות ניתן למשתתפים המתגוררים.

השרות ניתן למשך שישה חודשים על ידי יזמים פרטיים וניתן להמשיכו בהתאם לנזקקותו של המשתתפים.

#### חונכות:

הגדרה: "חונך, מדריך אישי המוצמד למישהו כדי לטפל בו, לעזור לו בקידומו הכללי, לארח לו חברה וכדומה" (י. שווקה, רב מילים).

השרות ניתן באופן אינדיבידואלי למשתתפים המתגוררים בקהילה וקיימת פגיעה, בעיקר בכישוריהם החברתיים וקושי בהשתלבות במסגרות שיקומיות או מסגרות קהילתיות. מטרת החונכות לשפר אינטראקציה עם החונך, דבר המאפשר למשתתפים להתנסות מחדש ביצירת קשר חברתי. קיים אלמנט של תמיכה, עידוד, למידת מיומנויות חברתיות והגדלת ההתפתחות האישית – חברתית.

קיים ליווי ומעקב, מקצועי אישי אחר עבודת החונך על ידי איש מקצוע מיומן לנושא. השרות ניתן עד שנתיים, וכולל כ- 10 שעות בחודש, הנפרשות על פי צרכי הלקוח.

### 12. מתאם טיפול C.M.

שרות מתאם הטיפול המיועד לנכי נפש הוא שרות המרכז את ניהול המקרה, C.M., תפקידו של מתאם הטיפול, בין שאר תפקידיו, הוא להציג בפני המטופלים השונים מבריאות הנפש את ההבדלים הדקים בין מסגרות השיקום הקיימות בקהילה. תפקידו להוציא מהכוח אל הפועל את המלצות והחלטות הועדה, ללוות ולעקוב אחרי הרצף



ראיה כוללת של המסגרות מאפשרת פתוח של מסגרות חדשות, בהתאם לצרכים המשתנים של קבוצות המשתקמים. המעקב, כאמור, הוא חלק אינטגרלי מהרצף הטיפולי - שיקומי.

### 16. תיאור מקרה שיקומי

מדובר במשתקמת בת 53, גרושה ללא ילדים, המוכרת למערכת הפסיכיאטרית מזה 10 שנים. במהלך השנים אובחנה במסגרות אשפוזיות פסיכיאטריות שונות, בארץ ובח"ל, כסובלת מהפרעה סכיזו-אפקטיבית לא מסווגת (לפי ICD-10 האבחנה F.259).

המשתקמת נהנית מסל שיקום, משמע מהזכויות שהחוק העניק לה. היא מתגוררת במערך שיקומי דיורי ברמת מוגנות של דיור מוגן רגיל מזה 3 שנים (בעבר נעזרה ברמת מוגנות יותר אינטנסיבית). היא מתפקדת בדירה ברמה משביעת רצון, מנהלת רוב ענייניה ברמה סבירה, נוטלת תרופות באופן עצמאי ומודעת למחלה והשלכותיה. בנושא התעסוקה, עובדת במפעל מוגן מזה שנתיים (בעבר לא עבדה כלל).

כיום עובדת כ- 5 ימים בשבוע, 5 שעות כל יום ומשתכרת כ- 600 ש"ח בחודש ובנוסף מקבלת דמי נסיעות, כמו כל שכיר במשק. במהלך השנים מטופלת במרפאה ונעזרת במערכות השיקום. גם כשמצבה הנפשי התדרדר מידי פעם, המערכות מצליחות לסייע לה בעבודה אינטרגרטיבית ובינ-דיספלינארית ולמנוע אשפוז עד ייצוב מצבה הנפשי, ע"י החזרתה לתפקוד עצמאי מלא בתחומים השונים. לצוות התומך במערך השיקום התעסוקתי נודע שבעבר הייתה ציירת. עם פרוץ המשבר הראשון לפני כ- 10 שנים הפסיקה לצייר. בעידוד הצוות חזרה למכחול ושבה להתבטא דרך עולם האומנות הפלסטית על מנת לממן את הוצאות חומרי הציור, התגייס הצוות וקנה עבורה את הנדרש. המשתקמת התחילה לצייר ואף הצליחה לאסוף מספר רב של עבודות באופן שמאפשר העמדת תערוכה משלה. כיום, אנו מקווים למצוא מקום תערוכה מכובד שיאפשר לה להציג בכבוד את עבודותיה.

### 17. סיכום

מודל השיקום של נכי הנפש בעזרת חוק השיקום 2000, כולל ארגון שירותים המבטיחים רצף של טיפול והתערבות כוללנית שמטרתם לשפר את יכולותיו של המשתקם (טלר). יש בתהליך אלמנטים של הורדת לחצים מחד, מניעת אשפוזים חוזרים, שיפור איכות החיים ומתן אפשרות בחירה בו יכול כל משתקם להגיע

למירב תפקודו ולשפר את יכולותיו. תהליך זה מושג על ידי שיתוף פעולה של אנשי המקצוע מהתחומים השונים, וכמובן בשיתוף המשתקם, משפחתו והקהילה. התהליך יכול להתבצע בתנאי שקיימת תשתית כלכלית הולמת.

אחת ממטרות השיקום הוא העצמה של נכי הנפש והמשפחות. התהליך איטי ומצריך שינוי תפיסת המשתקם את עצמו, המשפחה את המשתקם, המטפלים את השיקום והחברה את הסטיגמה.

כמי שמלוות את התהליך המבורך מאז 1999 כפיילוט, ואחר כך מיום חקיקת החוק אנו תקווה, שתגבר המודעות לצורכיהם המגוונים והמשתנים של נכי הנפש ויוקצו משאבים לפתוח שירותים בקהילה.

\* עו"ס מירית כנעני ושרה קריאל - רכזות שיקום איזוריות - משרד הרווחה.

גולשים בבתינו  
www.homesh.org.il  
מה באתר?  
הנהלת תומש ופעילות הוועדות  
מאגר מידע גדול ומעודכן  
מידע על ימי עיון וכנסים

# התנדבות של חולי נפש ממושכים בקהילה הבריאה - כלי טיפולי שיקומי

\*מאת: ד"ר בת שבע פנו

ממושכים. אחת הדרכים אותה מציגה הלוגותרפיה הינה התעלות מהתמקדות בעצמנו, הושטת יד לאחר לנתינה, וזאת לשם מציאת משמעות בחיים. היכולת לתת ולקבל היא התנסות רגשית וקוגניטיבית, המפתחת התנהגות ותגובות המותאמות להן. עבור חולה נפש, כמו כל אדם, יכולות להפוך לתגובות אלטרנטיביות שתאפשרנה שינוי בעמדות פנימיות וחוויות האני (גוטמן ד. 1999).

מכאן נגזרו מטרות הפרויקט:

- א. העלאת הדימוי העצמי של המתנדב.
- ב. הרחבת המעגל החברתי.
- ג. שיפור איכות החיים.
- ד. שיפור סטטוס נפשי.
- ה. העצמה בדרכים שונות.

משתנים אלו נבחנו במשך 3 שנים רצופות במחקר שנעשה בשיטת מערך מחקר יחיד והתוצאות הצביעו על שיפור מובהק במשתנים אלה, ביחוד בלטה העובדה של ירידה באשפוזים חוזרים, השיפור בסטטוס הנפשי ואיזונו והתמדה במעקב התרופתי.

דיגן (1998) הציגה את עמדת החולים בסוגיית השיקום: חולת נפש שהשתקמה, משקפת עמדה שיש לחולי נפש אודות שיקום, לדעתה החולה חש צורך להתמודד עם הנכות ויש לו אתגר לבנות מחדש בתחום גבולות הנכות, תחושה של שלמות ושל מטלה בחיים. השאיפה היא לחיות, לעבוד ולאהוב בתוך הקהילה שהיחיד תורם לה תרומה משמעותית. בנוסף לדיגן, חולים אחרים מדגישים את הזכות של החולה למצוא את עצמו ואת זהותו, להתקדם לעבר ביטחון פנימי וסיפוק, ולהגיע למטרות, שהוא ולא המטפל הציב לעצמו (סטיצקי 1991). בשיקום החברתי המאמץ צריך להיות מופנה לחלקי אגו לא פגיעים. המטרה היא להרחיב ולחזק צדדים בריאים של האדם. למב טוען שכאשר החלק הבריא באדם מורחב, האדם מגלה יכולת תפקודית גבוהה יותר. שיקום נכון לדבריו, מתבסס על התמודדות עם המציאות הטבעית ולא דווקא על תופעות אינטרא-פסיכיות, כלומר, שינוי התנהגותי ולא שינוי אישיותי (הידש, פרברשטיין 1997).

מוסד **ההתנדבות** גדל בשנים האחרונות, עם זאת נראה כי חולי נפש אינם מהווים חלק בעוסקים בהתנדבות, בשל הסטיגמה המלווה תחום זה ובשל חשש של מקומות ההתנדבות, וכן החשש של החולים עצמם מהתמודדות עם הציפיות של המעסיקים מהם. נראה כי מתנדבים אלה זקוקים למסגרת תומכת שתעזור להם בהתנדבות, וללוותם בקשייהם

ברצוני להציג פרוייקט המופעל במסגרת המרפאה ומח' אשפוז יום פסיכיאטרי בבי"ח סורוקה בב"ש. הנושא: התנדבות של חולי נפש ממושכים בקהילה בריאה - ככלי טיפולי. הפרוייקט מלווה בהדרכת גב' שולה הרשקוביץ מרפאה בעיסוק ומומחית בשיקום וניהול דר' בת שבע פנו עו"ס ופסיכותרפיסטית.

**רציונל** הפרוייקט נשען על הלוגותרפיה שהיא תיאוריה קיומית-הומניסטית הרואה באדם ייצור חיוני אשר המניע הראשי בחייו הוא הרצון העז למצוא משמעות בחיים. ויקטור פראנקל, אבי הלוגותרפיה הציג את הממד הרוחני ככוח קובע לבריאות האדם, ובמיוחד במקרים בהם האובדן מלווה בחוסר משמעות בחיים. גישה זו יכולה להתאים לחולי הנפש, מפני שדרכה הם יכולים להתחבר לכוחות הגלומים בהם לעומת ליקויי תפקוד, אורח חיים תלתי, אשפוזים חוזרים ונשנים, הזדקקות לשירות קהילה וכו'. חולים אילו זקוקים לקשר ארוך טווח או מוסדות פסיכיאטריים מטפלים, ומסגרות אלו אינן ממלאות את הצורך של המטופל להשתלב בקהילה.

**אוכלוסית היעד**, המתנדבים הנוטלים חלק בפרוייקט סובלים ממחלת נפש ממושכת. הפרוייקט ממשיך ברציפות זו השנה הרביעית. כיום קבוצת המתנדבים מונה 12 איש. במהלך התנדבותם בקהילה, המתנדבים משתתפים אחת לשבוע באופן קבוע בקבוצת תמיכה אשר נפגשת במשך שעה וחצי, ביום קבוע, ומונחית על ידי הסטודנטים לעבודה סוציאלית.

איתור המתנדבים נעשה מתוך אוכלוסיית המרפאה, הוסטלים של "אנוש", בית החולים הפסיכיאטרי, ו"חבר מביא חבר". את מקומות ההתנדבות בקהילה איתרנו לפי נכונותם לקבל מתנדבים שלנו, בהמשך התברר כי המקומות מחויבים במתן זכויות למתנדבים ולכן מספרם הצטמצם. אנו מלווים את המתנדבים בתהליך ההתנדבות, מהתאמת מקום ההתנדבות, השתלבותם ובכל צורך הדורש את התערבותנו.

האנשים המדוברים מתקשים למצוא מקומות תעסוקה המוכנים לקלוט אותם ולכן גם המיומנויות החברתיות ומיומנויות העבודה נפגעות ומצטמצמות בהדרגה. זה קורה גם עקב המחלה וגם עקב הדחייה החברתית, ובמקביל נפגע ביטחונם וערכם העצמי.

הגישה של הלוגותרפיה כתרפיה לחולה (ביולוגיה), תמיכה באדם הסובל (פסיכולוגיה) חינוך למבולבל ופילוסופיה למתוסכל ( משמעות החיים), מהווה תוספת לשיטות הקונציונליות של הטיפול הנפשי בחולי נפש

ובהתלבטויותיהם. מסגרת זו של קבוצה מאפשרת לחוש שייכות, העצמה, ומעלה את יכולתם לראות עצמם כמסוגלים לתרום ולא רק להיתרם על ידי החברה.

**העצמה** מהווה תהליך מרכזי בעבודה עם הקבוצה. העצמה, תהליך שמשמעותו מעבר ממצב של חוסר אונים, למצב של שליטה יחסית בחיים, בגורל ובסביבה. מעבר זה יכול להתבטא בשיפור בתחושות היכולת לשלוט והשיפור היכולת הממשית להפעיל שליטה. תהליך העצמה מאחד בתוכו תהליכי שינוי פרטניים, עם תהליכי שינוי חברתיים בסביבות הפרט.

לפני מספר חודשים החלו חברי הקבוצה להשתלב בהנחיית הקבוצה לסירוגין. הגישה בעבודה בקבוצה הינה אינטגרטיבית-הוליסטית, קבלת החלקים המוגבלים של האנשים ופיתוח החלקים הבריאים הקיימים בהם. הדגש הינו על שיפור תחומי התפקוד במסגרת ההתנדבות והתמודדות עם הקשיים אשר עולים במהלך, תוך העברת מסר חיובי ואמונה בכוח חברי הקבוצה. הקבוצה מורכבת מאנשים הסובלים ממחלות נפש ממושכות, מטופלים תרופתית ונמצאים במעקב תרופתי קבוע. הקבוצה הטרוגנית מבחינת מין רקע תרבותי השכלה ואבחנה פסיכיאטרית.

להיות אדם פירושו להיות מסוגל להפעיל השפעה ולחולל שינוי. לכן ניתן לעזור לאנשים להפיק מתוכם העצמה, אך אין צורך להעניק להם העצמה או ליצור אותה עבורם (סדן 1996). מתוך התהליך הזה חשבנו כי התנסות החברים בקבוצה בהנחיה יעצים את תחושת יכולתם. הרעיון זכה להדים רבים בקרב הקבוצה, חלק חששו וחלק קדמו זאת בברכה. ד' היה נלהב מהרעיון, הוא ראה בו הזדמנות להגשים חלום נעורים, ואף התנדב להיות ראשון. ברצוני לספר דרך ד' על התנהלות הקבוצה והעצמה בכלל לאורך הדרך.

ד' - בן 40, רוב שנותיו המאוחרות עברו עליו בבי"ח פסיכיאטרי, ולאחרונה עבר להתגורר בהוסטל בבאר שבע. ד' החל להתנדב בצער בעלי חיים, אחת לשבוע במשך 3 שעות. במהלך אחד המפגשים הקבוצתיים הראשונים הצענו לשני חברים נוספים בקבוצה לשקול התנדבות בצער בעלי חיים. ד' הציע באופן ספונטני ללוותם למקום ולהסביר להם על התנהלות העבודה שם. זו הייתה הראשונה בהתנסויות משמעותיות בהם הוא תורם לאחרים מהידע שצבר.

במסגרת "שבוע בריאות הנפש" ד' התנדב התראיין ברדיו בנושא הסטיגמה החברתית על חולי נפש. המשמעות של הראיונות הללו ל-ד' הייתה רבה: הכבוד לו זכה מצד התקשורת, ויכולתו להעביר מסר לקהל

אנשים רחב. במפגש הקבוצתי הושמעה קלטת מהראיון של ד', חברי הקבוצה היו נרגשים והרעיפו עליו שבחים רבים, העצמה הן בממד הקבוצתי והן בממד הקהילתי. ד' היה נבוך ומופתע מהמחמאות שקבל "לא היה יכול להיות שגריר יותר טוב לקהילת חולי הנפש" ו-"היית מקור גאווה לכולנו".

נחזור כאן לרעיון הקודם של הנחיית הקבוצה על ידי המתנדבים עצמם. ד' היה הראשון שהעז לבוא בכובע של מנחה, להיות נתון לביקורת של הקבוצה ולדעת כי הנחייה שלו תשמש כעין מבחן להמשך הנחיות משותפות. במפגש המקדים עם ד', המדריכות והסטודנטים תכננו את מהלך הקבוצה העתידית. ד' הגיע בזמן, נרגש עם, רעיון מובנה להנחיה להתחיל את הקבוצה דרך שיר. פיתחנו איתו את הרעיון, דיברנו עימו על כללי ההנחיה בכלל, חששו של ד' בא לידי ביטוי בתחילת המפגש, בפתיחת דבריו אמר לקבוצה כי הוא מקווה שישביע את רצונם, כמו כן הכין לעצמו כרטיסיה בה רשם את סדר הפגישה, ולאורך כל המפגש פעל על פיה. ד' החל את ההנחיה באופן מאד מקובע ולא היה גמיש לצורכי הקבוצה, אולם במהלך הפגישה חל שינוי בהנחיה שלו, הרפה מעט מהכרטיסיה והיה פתוח יותר לשינויים. בסוף המפגש, חברי הקבוצה הגיבו על ההנחיה: "הוא ממש הפתיע אותי, לא ציפיתי שזה יהיה ככה בכלל..." "כל הכבוד, אבל בפעם הבאה תשתדל להיות יותר איתנו, ופחות עם הדף" כמו כן שאר חברי הקבוצה הביעו נכונות להנחות בעתיד.

ד' הגיב: כשהייתי בקבוצת נוער בארגנטינה, תמיד רציתי לנסות להיות מדריך בקבוצה. זה אמנם לא אותו דבר, אבל זה עדיין לעמוד מול קבוצה... אז הגעתי לארץ ואחרי כמה זמן התפרצה לי המחלה, והבנתי שזה לא יקרה. שכשהעלתם את הרעיון, מאד שמחתי כי זה ישר הזכיר לי את זה וגם נורא רציתי לנסות. חשבתי מה יעניין את הקבוצה. היה לי חשוב שזה יהיה משהו משותף לכולם. חשבתי עם עצמי המון על הרעיון, ואז באתי להדרכה עם רעיון קצת מוכן. ההנחיה הייתה נוחה. נורא התרגשתי בהתחלה, אבל בסדר גמור, ומאד נהינתי, והכי חשוב שהגשמי חלום. וזה נתן לי תקווה ואמונה לדברים אחרים שאני חשבתי שאני לא אעשה".

אני חושבת כי המתאים ביותר לסיכום מאמר זה על הפרויקט הינם דבריו של א': "כשמעבירים קורס או מנחים קבוצה פעם ראשונה, תמיד מתרגשים אבל בגלל שאני מכיר את האנשים, לא כל כך התרגשתי. הרגשתי שאני בין חברים, אבל פחדתי מזה שאולי לא אצליח להעביר את הנושא, שלא יבינו את מה שרציתי להעביר. היה לי הכי חשוב

שווה, ואני מדבר ומקשיבים לי. זה נתן לי מרץ, כל השבוע אחר כך עבדתי במרץ, כמו שלא עבדתי הרבה זמן. הצלחה או סיפוק נתן לך לנסות עוד דברים, נתן מוטיבציה. ביומיים אחר כך בכלל לא ישנתי אחר הצהריים וזה לא קרה הרבה זמן. התחלתי את השבוע ברגל ימין.

רשימה ביבליוגרפית נמצאת במערכת חומ"ש

\* ד"ר בת שבע פנר, עו"ס - בי"ח סורוקה באר-שבע.

שכולם יתחברו לנושא ושמתתי על מ' שבמשך של השנה כמעט לא דיבר ופתאום הוא התעורר אולי כי אנחנו חברים.

זה תרם לי שאנחנו לא יושבים פה סתם שנה. נכון שהעיקרון זה השתלבות בהתנדבות אבל אמרנו גם להשתלב בחברה, וזה מאד יכול לעזור, כי העובדה שמי שהנחה יכול לתפוס אנשים ולדבר איתם על כל מיני דברים. אצלי זה פחות בולט, כי אני בחברה שלי כבר מרגיש

## הסטודיו לאומנות - מועדון תעסוקתי קצת אחר

מאת: הדר חן

לשילוב נפגעי הנפש בקהילה בתחום התעסוקה משקל רב וחשוב לשיקומם ולאיכות חייהם. הדבר מתבטא הן בהתקדמות המשתקמים בתהליך השיקום והן באופן קליטתם בחברה.



### סניף אנו"ש בראשון לציון

עמותת אנו"ש היא ארגון ציבורי מתנדב המפעיל סניפים בכל רחבי הארץ ושם לו למטרה לקדם ולשפר את בריאותם ואיכות חייהם של נפגעי הנפש בקהילה ומשפחותיהם.

הסטודיו לאומנות בסניף אנו"ש בראשון לציון מצטרף למפעלים נוספים בסניף: מועדון חברתי למבוגרים, מועדון חברתי לנוער, ייעוץ למשפחות, דיור מוגן ופרויקט חונכות. הסטודיו לאומנות מופעל על ידי עמותת אנו"ש בשיתוף עם משרד הבריאות.

#### תאור הסטודיו לאומנות

עד לשנת 2001 היו קיימים עבור נפגעי הנפש באזורנו שירותי שיקום מקצועי אבחוניים או מסגרות תעסוקתיות קבועות כגון מפעלים מוגנים אשר תחום העיסוק שלהם הוא חרושתי. הסטודיו לאומנות הוקם כאלטרנטיבה למסגרות השיקומיות הקיימות עבור נפגעי הנפש בקהילה. הסטודיו הנו מועדון תעסוקתי בו עוסקים בסוגים שונים ומגוונים של אומנות.

אנו מאמינים כי לתעסוקה משקל רב בתהליך השיקום, ועל כן עולם נוסף של יצירה כתעסוקה מאפשר לנפגעי הנפש אשר לא מצאו את דרכם עד כה הזדמנות אחרת.

בסטודיו עובדים היום כ-15 משתקמים, חלקם נפלטו ממסגרות חרושתיות בגין חוסר שביעות רצון שלהם מתחומי העיסוק המוצעים להם במסגרות אלו וחלקם משתקמים חדשים שהגיעו מהמסגרות הטיפוליות השונות.

#### רציונל

שיקום נפגעי הנפש מהווה את הבסיס לעבודתנו. אנו מאמינים כי

## פעילות

צוות הסטודיו מורכב מעובדת סוציאלית המשמשת כרכזת הסטודיו ומורים לאומנות. כל אנשי הצוות פועלים מתוך אמונה ביכולת המשתתפים ובניסיון לקדםם.

לכל משתתף בסטודיו נבנית תוכנית שיקום אישית ומתקיימות שיחות אישיות ושיחות קבוצה עפ"י הצורך. כחלק מפעילות המקום מתקיים קשר עם גורמים מטפלים בקהילה ועם משפחות המשתתפים. הסטודיו פועל חמישה ימים בשבוע בשעות הבוקר ותחומי העיסוק המוצעים במקום הם: נגרות, ציור, ציור על עץ, קרמיקה ועוד. המשתתפים משתתפים בשיעורים הנלמדים במקום ויוצרים. במסגרת הפעילות בסטודיו אנו עובדים עם המשתתפים על רכישת מיומנויות תפקודיות תעסוקתיות כמו: הקפדה על זמנים, יכולת להסתדר עם צוות, השתתפות בתרונות ועוד.

כמו כן, כחלק מעבודת הסטודיו נערכות מכירות של עבודות החברים בסטודיו ומחוצה לו. גם בתהליך השיוק והמכירה שותפים המשתתפים ורוכשים מיומנויות בנושאים אלו. במהלך השנתיים בהן פועל הסטודיו, ערכנו שינויים הן בתחומי הלימוד והן בדרך העבודה.

השינויים נעשו בהתאם לצרכים שעלו מהמשתתפים ובהמשך ללמידה שלנו את המשתתפים ואת המקום, ומתוך ניסיון שלנו לספק מסגרת הולמת ומעשירה ככל הניתן. עבודתנו ממשיכה להיות דינמית מתוך אמונה בשינוי בהתאם לצרכי המשתתפים.

## סיכום

הסטודיו לאומנות באנש ראשון לציון הנו מסגרת תעסוקתית אלטרנטיבית שמטרתה שיקום מתוך עיסוק בתחומים שונים של אומנות. הסטודיו פועל מזה שנתיים והמשתתפים החברים בו עוסקים בלמידה עיונית ומעשית של תחומי אומנות שונים.

המשתתפים עובדים בסטודיו כאשר לכל אחד מהם מותאמת תוכנית שיקום אישית המתחשבת בצרכיו הרגשיים ומתקיים קשר שלנו עם המשפחות והגורמים המטפלים.

אנו פועלים עם המשתתפים לרכישת מיומנויות תעסוקתיות מתוך אמונה שבדרך זו יוכלו להשתלב ביתר קלות והצלחה בקהילה. ■

ביבליוגרפיה: אוקלר, ו. (1994). **אנש לנפש** - שיח יצירתי עם ילדים. הוצאת נורד: חיפה.

אנו מלווים את המשתתפים בתהליך ומנסים לסייע לאלו אשר יכולים ורוצים להשתלב בהמשך במסגרות בשוק החופשי לעשות כן. ואכן, מתוך מגוון המסגרות השיקומיות הקיימות כיום עבור אוכלוסיית יעד זו אנו משמשים למשתתפים אחדים תחנה זמנית על הרצף השיקומי, ולאחרים - מקום קבוע הנותן מענה לצורכיהם וליכולותיהם.

## אוכלוסיית היעד

נפגעי נפש בוגרים מגיל 20 ומעלה החיים בקהילה, אשר רוצים ומסוגלים לעסוק בתחומים שונים של אומנות.



## מטרות

- \* למידה תיאורטית ומתן כלים מעשיים ליצירה אומנותית
- \* רכישת מיומנויות והרגלי עבודה
- \* הכרה של הקהילה את האוכלוסייה ויצירתה ויצירת שינוי עמדות בקהילה כלפי אוכלוסיית נפגעי הנפש.

# בדידות ואושר כמשתנים הקשורים להשתלבותם החברתית ולפעילויות הפנאי של נכים פסיכיאטריים בקהילה

מאת: ארגמן (רבד) אביטל

ממצאי המחקר העיקריים מצביעים על קשר בין תחושת בדידות לבין השתתפות בפעילויות פנאי וקשר בין תחושת בדידות לתחושת אושר; האנשים שחשו פחות בודדים גם השתתפו יותר בפעילויות פנאי מאשר אלה שחשו בודדים יותר. אנשים שחשו פחות בודדים, גם חשו יותר מאושרים ולהפך. הספרות המחקרית מציעה הסבר לקשר בין בדידות להשתתפות בפעילויות פנאי בכך שהיעדר ידע ומיומנויות לניצול הזמן הפנוי, מותיר אצל האנשים בעלי הנכות חלל ריק שבו עולות תחושות של בדידות, שעמום וחרדה. בנוסף, הם מתקשים ליצור קשר חברתי ונמצאים, בעצם, במצב של בדידות אובייקטיבית. מצב זה נמצא כמשפיע על שיעור ההשתתפות בפעילויות פנאי. לפיכך, שיעור ההשתתפות בפעילויות פנאי ינבא את רמת הבדידות המורגשת וגם מצב של בדידות אובייקטיבית יעכב השתתפות בפעילויות פנאי.

ישנה התייחסות מחקרית מועטה לקשר ההפוך בין תחושות בדידות לתחושות אושר בקרב האוכלוסייה הכללית. חלק מהמחקרים טענו כי משתנה האושר הינו משתנה המורכב מחלקים אישיותיים וסביבתיים, וחלקים אלה הם אשר ישפיעו על רמת הבדידות. מחקרים אחרים מצאו כי הן בדידות משפיעה על רמת האושר והן אושר משפיע על רמת הבדידות בקרב אוכלוסייה מבוגרת כללית. ממצאי המחקרים האלה מהווים חיזוק לממצאי המחקר הנוכחי ובכך מדגימים כי אוכלוסיית הנכים הפסיכיאטריים אינה שונה בתגובותיה מתגובותיה של האוכלוסייה הכללית.

לא אושר הקשר בין תחושת בדידות להשתלבות חברתית כוללת ולקשרי חברות ושכנות. גם לא נמצא קשר בין תחושות אושר להשתלבות חברתית כוללת לבין קשרי חברות ושכנות ופעילויות פנאי. לפיכך, ההשערה הראשונה אוששה באופן חלקי, ההשערה השנייה הופרכה וההשערה השלישית אוששה במלואה.

ממצאים נוספים שעלו מצביעים על היעדר קשר בין גיל האנשים וחומרת המחלה הפסיכיאטרית לבין משתני ההשתלבות החברתית ומשתני הבדידות והאושר; מסתבר כי אנשים מבוגרים יותר אינם בודדים יותר מאחרים ואינם מאושרים פחות, כפי שהיה צפוי. כן רמת ההשתלבות בחברה אינה משתבשת כתוצאה מהיות האדם חולה יותר או מבוגר יותר מנכים אחרים. ההשערה כי תחושות בדידות ואושר ינבאו את רמת ההשתלבות בחברה, כאשר משתני גיל וחומרת המחלה ישמשו כגורמים מתערבים, אוששה רק באופן חלקי: בדידות נמצאה כמנבאת את שיעור ההשתתפות בפעילויות וכקשורה לקשר בעל

ההשתלבותם של הנכים הפסיכיאטריים בקהילה הוא נושא שזכה להתייחסות רבה בשנים האחרונות לאור מגמת האל-מיסוד והמעבר מטיפול בתוך המוסדות לטיפול במסגרת הקהילה. הניסיון מלמד כי העברת מוקד הטיפול מהמוסדות לקהילה אין דיו בכדי לשלב את האנשים מחדש בה. אוכלוסייה זו חסרה בכלים ובמיומנויות הנדרשות לשם תפקוד חברתי הולם בקהילה. בנוסף, עליה להתמודד עם הדחייה והניכור הבאים מצד הקהילה הבריאה כלפיה. הקניית מיומנויות חברתיות וסיוע בהשתלבות בפעילויות שונות בקהילה הינם צעד הכרחי לקראת תהליך של שילוב מחדש בחיי הקהילה. תנאי הסביבה החברתית שבה שוהים האנשים הנכים עשויים לתרום לאיכות חייהם ובכך לסייע בתהליך השילוב בחברה הבריאה.

המחקר הנוכחי התמקד בנכים פסיכיאטריים המתגוררים במערך ההוסטלים בקהילה. מטרת המחקר הייתה לבדוק אם ההשתלבות החברתית וההשתתפות בפעילויות פנאי קשורה לתחושות בדידות ואושר של האוכלוסייה.

המחקר בדק שש השערות:

1. אנשים עם נכות פסיכיאטרית שיחשו בודדים יותר, פחות ישתלבו חברתית וישתתפו פחות בפעילויות פנאי, מאשר אלה שיחשו בודדים פחות.
  2. אנשים עם נכות פסיכיאטרית שיחשו מאושרים יותר, ישתלבו יותר בחברה וישתתפו יותר בפעילויות פנאי, מאשר אלה שיחשו מאושרים פחות.
  3. אנשים עם נכות פסיכיאטרית שיחשו מאושרים יותר, גם יחשו פחות בודדים, בעוד אלה שיחשו פחות מאושרים, יהיו גם יותר בודדים.
  4. אנשים עם נכות פסיכיאטרית שמחלתם חמורה יותר, ישתתפו בפחות פעילויות פנאי, מאשר אלה שמחלתם פחות חמורה.
  5. אנשים צעירים בעלי נכות פסיכיאטרית יהיו פחות בודדים ויותר מאושרים מהמבוגרים.
  6. בדידות ואושר ינבאו את רמת ההשתלבות החברתית של הנכים הפסיכיאטריים ורמת ההשתתפותם בפעילויות פנאי, כאשר הגיל וחומרת המחלה יהוו משתנים מתערבים בקשר הזה.
- במחקר השתתפו 80 בוגרים בעלי נכות פסיכיאטרית, המתגוררים בחמשה הוסטלים מתוגברים הפזורים באזור חיפה והצפון. גילם נע בין 21 ל-64. 15 מתוכם נשים, רובם רווקים (כ-72%).

חומ"ש - החטיבה השיקומית של העובדים הסוציאליים בישראל,  
בשיתוף גומא המרכז הישראלי לגישור  
מזמינה אותך להצטרף בתנאים מיוחדים ל-

## קורס גישור בסיסי

במדינות רבות בעולם קיים חוק חובת גישור. בארץ חלה עליה משמעותית  
בכמות הפניות לגישור הן מבתי המשפט והן באופן פרטי.

קורס גישור בסיסי פותח לך חלון אל עולם הגישור ומביא אותך במגע  
ראשוני עם: **מיומנויות הגישור, תרגול שימושי בכלים בסיסיים של  
הליך הגישור, ניהול מו"מ והתמודדות עם קונפליקטים.**

מקצוע הגישור מתאים הן למעוניינים בהסבה מקצועית והן למעוניינים  
להעשיר עצמם בכלים ייחודיים להתמודדות טובה יותר בסביבת העבודה  
ובחיים הפרטיים.

הקורס נערך בהתאם ועל פי דו"ח ועדת גדות - הועדה המייעצת לבתי  
המשפט לענייני גישור.

הקורס יתקיים:

במכון קרן, רח' בית הלל 7, שכונת מונטיפיורי, תל-אביב.  
בימי ב', החל מתאריך 3.11.03 בין השעות 16:00 - 20:30,  
וימשך 10 מפגשים.

עלות הקורס לצרכן: 3,776 ש"ח כולל מע"מ

עלות לחברי חומ"ש: 1,300 ש"ח

(הקורס מסובסד ע"י עמותת חומ"ש)

המעוניינים מתבקשים לשלוח פרטיהם בתוספת 200 ש"ח דמי הרשמה  
לעמותת חומ"ש, אצל איגוד העובדים הסוציאליים,  
רח' ארלוזורוב 93, תל-אביב.

ניתן יהיה לקיים קורס בחיפה  
במידה ויהיו מספיק נרשמים.

\*הארוח במכון קרן - מכון אבחון תעסוקתי, באדיבות הקרן למפעלי שיקום.

השפעות הדדיות עם אושר, אולם גיל וחומרת המחלה אינם  
משמשים כמשתנים מתערבים במודל. בדיעבד, נראה כי  
הסביבה החברתית, משך השהות בקהילה והקניית מיומנויות  
חברתיות הם המשמשים משתנים מתווכים.

תוצאות המחקר תרמו להבנה כי רמת הבדידות של האדם  
הנכה אכן תורמת להשתתפותו בפעילויות פנאי. תוצאות אלה  
רומזות על כך שנקיטת אמצעים שונים להפגת תחושת  
הבדידות תתרום לעלייה ברמת ההשתתפות בפעילויות פנאי  
וההשתלבות החברתית. התוצאות מדגישות את הצורך להעמיד  
את נושא ההשתלבות החברתית ופעילויות הפנאי בראש סולם  
העדיפויות של קובעי המדיניות ואנשי המקצוע, המטפלים  
באנשים בעלי נכויות פסיכיאטריות, בייחוד לאור המגמה  
השיקומית המעודדת מעבר למסגרות שיקום פחות מוגנות.  
המעבר לדיור עצמאי יותר ופחות מוגן עלול להגביר את תחושת  
הבדידות והיעדר האושר בשל הניכור הקיים בחברה המודרנית  
והסטיגמה הקיימת כלפי אוכלוסייה זו. מסיבה זו, חשוב כי  
אנשי המקצוע יתנו את הדעת להתערבויות המסייעות לתפקוד  
החברתי ולהשתלבות בקהילה. ■

'תקציר תזה לתואר שני בהנחיית ד"ר אילנה דובדבני -  
ב"ס לעבודה סוציאלית, אוני' חיפה.

גולשים  
בחומ"ש

[www.homesb.org.il](http://www.homesb.org.il)

מה באתר?  
הנהלת חומ"ש ופעילות הוועדות.  
מאגר מידע גדול ומעודכן  
מידע על ימי עיון וכנסים



## פינת האינטרנט

גלשה, סקרה וכתבה עו"ס אהובה אברשטיין

המטפלים בנפגעי נפש, גופים ממשלתיים, זכויות הנפגעים ועוד. במדור המוקדש לחוסן נפשי, למשל, יש הגדרות של לחץ, לחץ וטראומה, דרכי שיפור החוסן הנפשי, מבחן עצמי לחוסן נפשי אישי ותרגילי הרפיה מונחים.

ועוד אתר לשרות נפגעי הנפש - "נפשנט" [www.nefeshnet.co.il](http://www.nefeshnet.co.il) וכפי שהאתר מציג את עצמו: אפשר לקבל בו יעוץ, טיפול ומידע איכותי ע"י צוות מקצועי בנושאים שונים. הפונה ליעוץ מתבקש למלא טופס קצרצר במסלול המתאים לו (למשל יעוץ אישי או משפחה וזוגיות), ולפרט או שאלתו ואת העניין בו מבקש לקבל יעוץ והתשובה תגיע!?

אנו"ש היא עמותת משפחות, מתנדבים ואנשי מקצוע [www.enosh.org.il](http://www.enosh.org.il), חוגגת 25 שנות קיומה. לעמותה פעילות מגוונת וענפה, והאתר צנוע וענייני: רשימת פעילויות של העמותה (שיקום תעסוקתי, החברתי, תעסוקה נתמכת דיור ועוד), כל פעילות מוגדרת ומפורטת. מידע מאד חשוב - כתובות מלאות של כל סניפי העמותה ברחבי הארץ, כולל מספרי טלפון ושעות פעילות.

ועד רשימה קצרה של אתרים בהם אני ממליצה לבקר:  
1. ער"ן - עזרה ראשונה נפשית [www.1201.org.il](http://www.1201.org.il)

2. עמותת ח"ן - יחידה שיקומית תעסוקתית [www.chen.org.il](http://www.chen.org.il)

3. מכון סאמיט המשלים 30 שנות קיומו [www.summit.org.il](http://www.summit.org.il)

4. פסיכו - נט - מידע לצרכני בריאות נפש [www.zarut.com](http://www.zarut.com)

5. התחנה הפסיכואנליטית של קליניקה ומחקר [www.tachana.co.il](http://www.tachana.co.il)

6. מדור שירותי בריאות הנפש של משרד הבריאות [www.health.org.il](http://www.health.org.il)

יום טוב, גלשה ואניצו!



הפעם מוקדשת הפינה לנושא **בריאות הנפש**. מודה, היה לי מאד קשה להחליט מה להציג כאן - שפע של אתרים העוסקים בנושא, במישרין או בעקיפין, צצו מכל עבר, מכל "קצה חוט" שנגעתי בו. נושא מרתק, חומרים מרתקים, דבר גורר דבר.....ובכל זאת צריך להכריע! אז הרי לפניכם, על קצה המזלג, ועם המלצה חמה לגלוש ולגלות עוד ועוד....

אתחיל מ"קולות" [www.voices.co.il](http://www.voices.co.il) אתר שהוא בית ובמה ליצירה של צרכני בריאות הנפש. אתר כה עשיר ברוח אנושית יוצרת אין מלבדו! האתר פתוח לכל החפץ לחלוק עמנו את פירותיו. רשימה ארוכה של יוצרים, מי בשמו המלא ומי בכינוי, מציגים את השירים, קטעי הפרוזה, הצילומים והצוירים! לכל יוצר פינה משלו ובה הוא מציג עצמו בדרכו הייחודית כבר בדף הפתיחה. הגישה מאד נוחה: בוחרים שם מהרשימה וכבר אפשר להתיידד איתו - לקרוא את סיפור חייו, לראות ולקרוא את מה שהוא בחר להציג באתר. הכל מסודר ומסווג, בהיר ומרתק! ואפשר גם לכתוב תגובה ולנהל כך דו-שיח עם היוצר. היצירה מרגשת, נוגעת ללב, פותחת ערוצים. קשה להתנתק ולצאת מעולם כה שופע ואנושי.

ועוד באתר - מידע שימושי: מדריך מסווג ומאורגן בידודיות של שירותי בריאות הנפש ושל קישורי אתרים בנושא, של ארגונים, בתי חולים, מסגרות דיור ועוד.

אתר מעניין נוסף הוא אתר "המרכז הישראלי לטיפול בפסיכוטראומה" [www.traumaweb.org](http://www.traumaweb.org). המרכז הוקם בשנת 1999 כפרוייקט של בי"ח הרצוג בירושלים (גם האתר שלו מעניין בפני עצמו [www.herzoghospital.org](http://www.herzoghospital.org)) הצוות מציג את עצמו (גם בתמונה קבוצתית) וכולל פסיכולוגים, עו"ס קלינית ויועצת חינוכית. באתר מידע, החל מהסבר מהי פניה לטיפול, מה הקושי הכרוך בכך ומה הן הדרכים להתגבר עליו, וזאת תוך הסבר מהו טיפול, מה הוא דורש, כמה זמן אורך, עלותו וכו'. יש פירוט נאה של דרכי טיפול, ארגונים ועמותות



# קבוצת "נשים למען עצמנו" - בשיטת הנחיה דינמית-מובנית

מאת: איריס אלמוג, דינה יציב ובנימינה ערן

התוכן ורמת התהליך בו-זמנית.

## העקרונות התיאורטיים של השיטה הם כדלהלן:

**כל קבוצה מתקדמת בשני צירים:** ציר התוכן וציר התהליך. ציר התוכן מייצג את החומרים המילוליים וציר התהליך מייצג את האופי המשתנה של דפוסי האינטראקציה בין החברים במהלך חיי הקבוצה ובמסלול התפתחותה.

**ציר התהליך של התפתחות הקבוצה הוא אוניוורסלי.** בשל כך ניתן לצפות אותו מראש ולתכננו.

במודל ההתפתחות של הקבוצה על פי השיטה הדינמית-מובנית לכל מפגש יש מטלה התפתחותית ספציפית איתה מתמודדת הקבוצה, וכך היא מהווה תת שלב ברצף שלבי ההתפתחות של הקבוצה.

**ציר התוכן משתנה מקבוצה לקבוצה לפי מטרתה.** נושאי התוכן ניתנים מטבעם לתיכנון והבנייה. לפיכך אפשר לתכנן מראש את הנושא המיועד לכל מפגש קבוצתי ולהתאימו לתת השלב ההתפתחותי.

בדרך זו מתקבלת נוסחה ליצירת יחסי גומלין בין ציר התוכן (נושאי הקבוצה) לבין ציר התהליך (רצף ההתפתחות שלה).

**התימה היא החוליה המקשרת בין שני הצירים הנ"ל.** התימה היא צורת ניסוח המבטאת את הנושא ובד בבד גם את המימד החווייתי שלו. ע"י עיצוב התימה לכל מפגש נוצרת תירכובת אחת משני האלמנטים: תוכן וחוויה התפתחותית.

**הגמישות היא עיקרון מהותי בהפעלת המודל,** בבחינת כל תכנית היא בסיס לשינויים. מטרות הקבוצה וצרכי משתתפיה הם הגורמים העיקריים המשפיעים על החלטת המנחה מתי ואיזה שימוש יעשה בהבניה או באינטראקציה פתוחה.

**הבניית התוכן והתהליך ומיזוג השניים לתכנית איטגרטיבית** תגביר את הבהירות, תחושת הכוון והביטחון שהדברים יסתדרו, שהם ניתנים לשליטה ובעלי משמעות. בדרך זו מספק המודל הדינמי-מובנה מרחב אופטימלי להתפתחות ספונטנית של הקבוצה, ושל כל אחד מהפרטים בה, ובד בבד מרחיב את אפשרות השימוש במתודה הקבוצתית, להתערבות קיצרת מועד עם אוכלוסיות מגוונות.

שיטת הדי"ם משתמשת בידע על המהלך האוניוורסלי של התפתחות קבוצה כדי לצפות מראש ולתכנן את עולם התוכן של הקבוצה כך שיתאים לצרכים שלה בכל שלב ושלב. לכן, מודל התפתחות הקבוצה נבדל ממודלים אחרים מורכב משנים עשר תת-שלבים. אלה מבטאים

## רקע

ההתערבות הקבוצתית נערכה במרכז לאבחון הכשרה ושיקום מקצועי בהרצליה. מרכז זה נותן מענה לאוכלוסיה בעלת מוגבלות תעסוקתית. מטרת ההתערבות היתה לסייע למשתקמות חברות הקבוצה, להתנסות בתהליך של העצמה אישית, לרכוש בטחון עצמי וללמוד להיות יותר עצמאיות ברמה האישית והתעסוקתית. ההתערבות הקבוצתית הוותה חלק מתהליך השיקום והשיטה הדינמית-מובנית נבחרה בשל היותה מודל הנחיה תומך שיקום.

## השיטה הדינמית-מובנית (הדי"ם)

לאור הניסיון המצטבר בתחום השיקום, קיימת הסכמה שעבודה קבוצתית היא מתודה המסייעת בהשגת יעדים שיקומיים. השיטה הדינמית-מובנית מהווה כלי הנחייה שניתן להתאימו לשימוש מגוון בשלבי השיקום השונים: בעבודה עם אוכלוסיית המשתקמים, עם משפחותיהם ועם צוותים רב מקצועיים בתוך השרות.

בנימינה ערן פיתחה יחד עם שותפתה חוה ברך, פסיכולוגית קלינית ויועצת אירגונית, שיטה להנחיית קבוצות המאפשרת שילוב עולם התוכן של הקבוצה עם התהליכים הבינאישיים המתרחשים בה. השיטה הדינמית-מובנית כשמה כן היא, מבוססת על "אחדות הנגודים": דינמיקה והבניה. היא מחדשת בכך שהיא מציעה נוסחה אוניוורסלית אליה ניתן לשדך כל עולם תוכן ולהתאימה לאוכלוסיות שונות עם צרכים מגוונים. שיטת הדי"ם היא "ידידותית למשתמשים", ניכרת בה תשומת לב מיוחדת להפחתת העמימות ולוויסות החרדה. בתנאים כאלה מתאפשר מיצוי פוטנציאל הלמידה הטמון בהתנסות הקבוצתית ויצירת אווירה של תמיכה, צמיחה והעצמה. השיטה הדינמית-מובנית בהנחיית קבוצות משלבת עקרונות פסיכו-דינמיים וערכים הומוניסטיים. הקבוצה נתפשת כמיקרוקוסמוס חברתי המשמש מסגרת ללמידה אישית על-ידי אינטראקציה בינאישית אשר בה הפרט צומח באמצעות תהליכי ההתפתחות של הקבוצה. שיטת הדי"ם מתמקדת ביחסי הגומלין בין ציר התוכן וציר התהליך. בספרות המקצועית מתנהל דיון לגבי הצורך בהעמקת ההבנה של יחסי גומלין אלה וחוזר בו הטיעון שהאתגר בפניו עומדת כיום העבודה הקבוצתית הוא הצורך לזהות את החוליה המקשרת בין שניהם. השיטה הדינמית-מובנית מציעה מודל הנחייה הנותן תשובה לאתגר זה. החוליה המקשרת היא הבניה סינכרונית של התוכן ושל התהליך. באמצעות התכנון המיוחד של שיטת הדי"ם מתאפשרת הבניית התוכן לתוך התהליך והתמזגות השנים ליחידה אחת. בדרך זו יכולים המנחים לשמור על מעורבות אופטימלית ברמת

אף הוא להפחתת העמימות ולהמשך תהליך ההתחברות. התימה של תת השלב השני היא: **האתגר בלהיות אישה במאה ה-21**. מבחינה תהליכית מטרתו לאפשר המשך התחברות, העמקת הכרות ויצירת זהות קבוצתית, באמצעות נושא כללי שאיני מחייב חשיפה אישית ומגלם בתוכו את המוטיב המשותף והמיוחד לקבוצה זו, הנשים דנו בשוני בין האישה במאה ה-21 לבין התמודדות אימותיהן וסבתותיהן. התימה נתנה הזדמנות לומר שכאשר מאפשרים לנשים לקחת חלק בחברה ולהתקדם הן יכולות להצליח, ושחברות הקבוצה יכולות לשאוב מכך כוח במאבק הנוכחי: למידת מקצוע והשתלבות בעולם העבודה. כך התחברה קבוצת הנשים סביב מוטיבים של מאבק וניצחון והגדירה את עצמה כקבוצת נשים בעלות תקוות ויכולת, שמוכנות להאבק ולהצליח. תהליך זה גרם להתקרבות הדדית בין החברות ואפשר עבודה על גבולות הקבוצה וזהותה.

בהמשך אותו מפגש הביאו שתי נשים דוגמאות מנוגדות להתמודדותן עם בעיות חינוך ילדיהן. חלק מחברות הקבוצה הביעו תמיכה בדרך ההתמודדות של אחת מהן ונצרו שתי תת-קבוצות. באמצעות תהליך זה החל המעבר לשלב השני שהמטלה שלו היא **אינדיוידואציה באמצעות בדיקת כוח והשפעה**.

התימה של המפגש (תת השלב) השלישי היתה **יתרונות וחסרונות של אישה עובדת**. הדילמות הדנות במה עדיף משפחה או עבודה היו אמורות לאפשר לקבוצה להתמודד עם קונפליקט. זאת כדי שהקבוצה תלמד שהיא מסוגלת להכיל בקרבה את כל הפרטים על השונות שבהם. בפועל היו מעט חילוקי דעות ביניהן ומהר מאוד הן הגיעו לפתרון: אפשר לשלב בין שתי המשימות ולכל אישה יש בחירות ופתרונות משלה.

בהדרכה התברר בדיעבד שהגירוי שניתן למפגש "יתרונות וחסרונות", לא איפשר לקונפליקט להתבטא במלוא עוצמתו. לו היינו מציבות בפני המשתתפות את הצורך לבחור באחת הברירות, אישה עובדת או אם, הוא היה בא לידי ביטוי. כדי שהקבוצה תחווה את הקונפליקט במלואו, הועברה התימה של המפגש החמישי למפגש הרביעי.

התימה **הסתגלות למקום חדש** - מהי הדרך הנכונה? כאן ביקשנו מהנשים לעצור במנהרת הזמן בתחנה בו הגיעו למקום חדש. הן התבקשו להזכר ברגשותיהן בחוויה עצמה, במי נעזרו וכיצד התמודדו. ש' סיפרה על החלטתה להיפך לאם חד הורית. ר' סיפרה על החרדות

את המטלות שעימן אמורה הקבוצה להתמודד בכל מפגש ומפגש כדי להתקדם צעד אחר צעד בתהליך ההתפתחות שלה.

השיטה הדינמית-מובנית משתמשת בתימות כגורם מגשר בין התוכן והתהליך. בתוך הדיאלוג הקבוצתי מקבלת התימה את גווניה החוויתיים-רגשיים. התימות מתוכננות מראש לכל המפגשים ובעזרתן נסללת הדרך לחברי הקבוצה לחקור את הנושא שעל סדר היום ובאופן סימולטני גם לטפל בתהליכים הבינאישיים המאפיינים את השלב בו הקבוצה נמצאת.

התיכונן של המבנה והרצף של עולם התוכן, באמצעות תימות מוגדרות מראש מאפשר לקבוצה להגיע ללכידות ולפתח תרבות של דיאלוג. כמו כן הוא תורם לקוהרנטיות של הלמידה הן בעיני התוכן הנלמד והן בעינים שבין הפרט וזולתו.

לסיכום, ניתן לתאר את יחסי התוכן והתהליך בשיטה הדינמית-מובנית בהנחיית קבוצות בעזרת מטאפורה מיחסי הגומלין בין המנגינה והמילים במוזיקה קולית, הנעים בשני צירים מקבילים לאורך הזמן ויוצרים יצירה מאוחדת.

### קבוצת "נשים למען עצמן"

הקבוצה הוקמה כדי לתגבר את מימד ההעצמה האישית, במהלך תקופת ההכשרה המקצועית של הנשים. חברות הקבוצה הן נשים רווקות, נשואות וגרושות, הנמצאות בתהליך שקומי הכולל אבחון, הקניית מקצוע והרגלי עבודה ומלווה בטיפול פרטני, משפחתי או קבוצתי. כולן למדו במהלך חיי הקבוצה, בקורסי מינהל שונים. מאחר ושיטת הדי"ם שמה דגש על יצירת אקלים בינאישי המאפשר אופטימיזציה של החרדה, היא מתאימה לעבודה קבוצתית עם אוכלוסיה במצוקה מתמשכת. בקבוצה שלנו הנשים היו בעלות דימוי עצמי נמוך, תחושת חוסר אונים וחסימים רגשיים וחברתיים.

### התפתחות הקבוצה באמצעות ארגון יחסי תוכן - תהליך

בפרק זה נתאר כיצד התימות שתוכננו מראש, הניעו את הקבוצה קדימה ותרמו להתפתחותה. המטלה של השלב הראשון היא: **התחברות ויצירת זהות**. התימה של תת-השלב הראשון נקראת הכרות והתחברות מטרתה להביא ליצירת הישות הקבוצתית ע"י כך שכל משתתף מגדיר את זהותו ועושה לעצמו מקום בקבוצה. התימה סיעה למשתתפות להתמודד עם השאלות: "איך אני מציגה את עצמי?" "האם אני שונה מאחרות?" "האם יקבלו אותי?" בהמשך הוגדר החוזה הקבוצתי, שתרם

ובקשו עזרה בפתרון הקושי. ג' סיפרה בהומור איך שכנתה מנצלת אותה באפיית עוגות. חברות הקבוצה שיקפו לה כיצד דפוס התנהגותה חוזר על עצמו בסיטואציות שונות בחייה, מול אמה, מול בעלה, ועבדו עמה על דרך אסרטיבית להתמודדות.

בהמשך המפגשים ג' סיפרה כי הצליחה ליישם את שהפנימה גם מול בעלה והוא ציין כי הוא מרגיש שחל בה שינוי "אני כבר לא מכיר אותך"... השינוי בג' בא לידי ביטוי גם בטיפוח חיצוניותה, בשלב הזה הקבוצה עבדה באופן עצמאי, היתה זקוקה פחות למנחות והיתה נתינה וקבלה של משוב. כך הן עזרו זו לזו, לבדוק נקודות תורפה וחזקן של כל אחת מהן.

### העצמה אישית באמצעות האינטראקציה הבינאישית

בפרק הקודם תיארו כיצד התפתחה בקבוצה לכידות והדדיות, באמצעות הבניית היחסים בין התוכן והתהליך. להלן נתאר את תהליכי ההעצמה האישית שעברו שתי חברות בקבוצה וכיצד התהליך הקבוצתי איפשר לקדם אותן לקראת עצמאות אישית ותעסוקתית.

ת' המבוגרת שבחבורה, נטתה לדאוג לכך שלכל חברה בקבוצה תהיה התנסות בעלת ערך. היא התייחסה לתהליכים בין אישיים והתערבה כדי לגשר בין הבדלים ולקרב בין הנשים. היא ספרה באריכות על ניסיונה עם בנה ודאגה לשתף את אחת הנשים המתמודדת עם אותן בעיות. כל העת היא שדרה לה "אל תוותר, תשקיע, המאמץ משתלם". התנהגות זו קידמה את הלכידות הקבוצתית. בהמשך היא סיפרה על תאונת העבודה שלה ועל הדיכאון העמוק שהיתה שרויה בו כ- 3 שנים. תרומתה של ת' לקבוצה ואופן התמודדותה זכו להכרה והערכה מצד חברות הקבוצה. "את מודל לחיקוי עבורי הלוואי בגילך אתנהג כמוך ויהיה לי כוח ללמוד מקצוע חדש" הערכה והכרה זו תרמו לשינוי המשמעותי בהערכתה העצמית כפי שבא לידי ביטוי במפגש הסיום כאשר ציירה שני עצים, האחד נבול, שביטא את תחילת דרכה בשיקום והאחר מלבלב בסיומו. ת' נחשבה לפופולרית ואף החלה לטפח את חיצוניותה, סכמה את התהליך: "אין לי היום את אותם סימני דיכאון, אני חשה שאני יכולה וחזרתי לעצמי". מיד בתום הקורס החלה לעבוד ברשת הוסטלים של בריאות הנפש כאם בית.

מ' אם חד הורית לבן בגיל ההתבגרות, שכאמור עברה תהליך גמילה מסמים, עבדה בעיקר בעבודות משק בית ולאחר שפוטרה הופנתה למרכז לאיבחון וללימודי עיבוד תמלילים. היא סיפרה בכנות מרגשת

והפחדים שהציפו אותה בעקבות מחלתה ועל החלטתה להתחבר לרגשותיה ולנקוט בעשייה (בלימודים). מ' סיפרה בגילוי לב על היותה מכורה-נקיה מזה שמונה שנים, ועל כך שהיתה מנותקת מבנה, משפחתה וחבריה והחלה הכל מחדש. הדיאלוג הזה סלל דרך לקונפליקט, א' טענה שאין כל קשר בין חווית העבר וההתמודדות עם עבודה חדשה. ש' לעומתה טענה בתקיפות שצריך "לקחת מניסיונות קודמים בחיים ולהיעזר בהם כשבאים להתמודד עם תפקיד חדש". ר' הציעה שכל אחת תעשה בחירה אישית, תוך שקילת היתרונות והחסרונות שבדבר. כך החל להתגבש תהליך של קבלת השונות.

במפגש החמישי הצגנו את התימה שתוכננה למפגש השישי - איך אפשר לצמוח ממצב של קונפליקט? המטרה התהליכית היתה לבדוק יחסי סמכות ולהאיר את מידת האחריות האישית של כל אחת. באמצעות דיון חוזר על נושא הסודיות עלתה השאלה האם אפשר לסמוך על המנחות, שלא תשתפנה את הצוות במרכז, בתכני הקבוצה. המפגש נפתח בהערה של ש': "חשבתי שיכינו אותי לחיפוש עבודה, אבל סוחרים אותי לדבר על דברים אישיים ואני לא רואה את הקשר". אחת המנחות עודדה את הקונפליקט מול הסמכות. זה הוביל לבדיקה מחודשת של הנורמות בקבוצה שבמהלכה אמרה מ' לש': "כאן ישנה בעצם התמודדות שלך עם סמכות, זה הכל קשור בנו, הבעיות האישיות לא סתם עולות, הן משליכות על איך אנחנו ומי אנחנו ואיך נתמודד בעתיד". הדיאלוג הזה הוביל את הקבוצה להדדיות. ש' פנתה אל מ': "רק תגידי לי איך אני יכולה ללמוד ממך, איך עושים את זה".

בשלב הבא, שלב הקרבה והקשר ההדדי, תוכננו תמות הדורשות רמה גבוהה יותר של חשיפה אישית. התימות היו מכוונות לעבודה על יכולות וכוחות של חברות הקבוצה ובכך סייעו לתהליך של העצמה אישית.

התימות למפגש השביעי, שמיני, תשיעי, עשירי ואחד עשר היו:

- איך נתקשר עם אנשים משמעותיים לנו?
- איך נתקשר עם אנשים משמעותיים לנו? - המשך.
- מהם הכוחות שאני מביאה עמי על מנת לשפר את חיי?
- מהם הכוחות שאני מביאה עמי על מנת לשפר את חיי? - המשך.
- השאיפות האישיות לעתיד ואיך אקח אחריות לממש אותן.
- סיכום ופרידה.

בשלב זה הנשים החלו להעלות דילמות אישיות עמן הן מתמודדות



הקבוצתית איפשרה למידה פרודוקטיבית לאנשים שהם בעלי בט עזמי נמוך ורמת פגיעות גבוהה, ובפרק זמן קצר. השיטה מתאימה גם למנחים מנוסים וגם למנחים מתחילים. מאפשרת תכנון מראש של כל התמוות למפגשי הקבוצה, יחד מידה רבה של גמישות לשנות את התכנון על פי קצב התפתח הקבוצה. ההבניה שבאה לידי ביטוי בתכנון התימוות למפגשים, משו בטחון על מנחי הקבוצה, שכן המנחה יודעת מהי מטרת המפגש ומ הדרך הרצויה להשיג מטרה זו. עם התקדמות הקבוצה עלה הבטו שלנו בעצמנו, בקבוצה ובתהליך. במקביל פחת הצורך שלנו של הקבוצה בהבניה משום שהנושאים שעלו לדיון בקבוצה חפפו את התמו שתוכננו. בהדרכה, הניתוח של התהליך בסינכרוניזציה עם התוכן תר באופן מיוחד לתחושת הביטחון, שאנחנו בדרך הנכונה והקבוצה תג בשלום לשלב השלישי ותשיג את מטרתיה.

השיטה הדינאמית - מובנית נתנה לנו מודל עבודה, שהיה לו כיוון יד והיו בו צעדים ברורים מתחילתו ועד סופו. מבחינת התאמתו "לאנ האישי והמקצועי שלנו אפשר לסכם ולומר שבקבוצה התקיימי סינכרוניזציה בין התוכן והתהליך ואצל המנחות התקיימה סינכרוניזציה בין הסיגנון האישי לבין שיטת ההנחיה וההדרכה. ■

כיצד היתה מכורה לסמים ונגמלה, על הניתוק מהמשפחה ומחבריה ועל הצורך להתחיל הכל מבראשית. היא הדגישה את נקודות האור בחייה שסייעו בידה להתגבר על הקשיים ולהגיע למצב בו היא לומדת קורס במרכז שיקום. הקבוצה למדה באמצעותה שניתן להכיל את כל חברות הקבוצה על השונות שבהן. מי יכלה להתנהג באוטנטיות ולהישאר מקובלת על האחרות. היא חוותה שאומץ ואוטנטיות משתלמים בקבוצה, וחשה מקובלת ואהודה. היא היתה מודל לפתיחות ואיפשרה לחברות להמשיך להתקרב ולהיפתח זו לזו. היא הצליחה לחבר באופן אינטואיטיבי בין התוכן לבין התהליך ולסייע לחברות להבין התרחשויות ובכך תרמה לקידום התהליך הקבוצתי. באופן אישי היתה ערה לתרומתו של התהליך הקבוצתי להתפתחותה האישית וחיפשה גם להיתרם. במפגש האחרון כל המשתתפות בקבוצה ציינו עד כמה למדו ממ', כיצד להיאבק ולהצליח למרות הקשיים. היא זכתה להוקרה רבה על התהליך שעברה וזכתה לכבוד בשל יכולת עמידתה ונחישותה. לכך היא הגיבה בדמעה ואמרה: "למדתי שאין לא יכולה אלא רק לא רוצה".

הפידיבק הקבוצתי העצים את בטחונה ותרם ליכולתה לסיים את הקורס המקצועי למרות שהיו לה קשיים לא מעטים בהתמודדות עם החומר הנלמד. ההשתתפות בקבוצה אפשרה לה לזכות בחוויה של סיום מוצלח, חוויה שהיא די נדירה בחייה.

**סיכום ומסקנות**

מההתנסות הנ"ל נוכחנו שהשיטה הדינאמית-מובנית היא מתודה המתאימה לעבודה קבוצתית עם סוגי האוכלוסייה במרכז השיקום ועם משך הזמן בו מתרחש התהליך השיקומי. ההבניה והארגון של החוויה

עו"ס בנימינה ערן - מנהלת מכון "הדים" להנחייה דינמית-מובנית.  
 עו"ס דינה יציב - מרכזת שירותי הרווחה - האגודה למען העיוור, מרכז שיקום הרצליה.  
 עו"ס איריס אלמוג - האגודה למען העיוור, מרכז שיקום הרצליה.

מה באתר?  
 הנהלת תומט ופעילות הוועדות  
 מאגר מידע גדול ומעודכן  
 מידע על מי ציון וכנסים

אולטים  
 בחומ"ט

@

[www.homesesh.org.il](http://www.homesesh.org.il)

# קבוצת עבודה לאנשים בתהליך של חיפוש עבודה

מאת: **שרה אופיר**

החלו 10 וסיימו 7. בקבוצה שהתקיימה השנה החלו וסיימו 8 אנשים.

## השלב הראשון – התחברות ויצירת זהות קבוצתית

בשלב זה יש רמת חרדה גבוהה, וכדי להרגיע את החרדה החברים מחפשים קשר ודמיון. לכן הנושאים שנבחרים ע"י המנחה הם כאלו שעוזרים לחבור הזה.

דוגמא לנושא:

במפגש ההכרות אחד המשתתפים הצהיר ש"החיה בנגוד לבני האדם היא יצור נאמן" למעשה החרדה שלו התבטאה בכך שהוא שאל "האם ניתן לסמוך על מי שנמצא כאן בחדר".

התימות המתאימות לשלב זה:

1. מעמדו של הנכה בחברה בכלל ובעולם העבודה בפרט.
2. יתרונות וחסרונות ביציאה לעבודה.

המטרה בשלב זה לאפשר למשתתפים לשוחח על נושא משותף כדי שתיווצר אינטראקציה לא מאיימת.

התימה השניה מצד אחד היא נטרלית אך מצד שני מאפשרת גם אי הסכמה ובכך מובילה לשלב השני. כך מסייע התוכן לתהליך.

בשלב הראשון החברים מעלים תחושות ורגשות המשותפים לכולם: רגשות קפוח, אי שיון הזדמנויות, רחמים מצד החברה, דחיה ועוד. הקבוצה חשה שלכל החברים בקבוצה בעיות משותפות.

לקראת סוף שלב זה התחילו לעלות קולות של שינוי ותחילת הקונפליקט. היו שצינו שפעמים רבות לנכה יש מקצוע אבל המעסיק מוכן לתת לו תפקיד שהוא נמוך ביחס לכשוריו. ואלו האחרים טענו שכל אדם שמתחיל לעבוד מבצע תפקיד שהוא מתחת לכשוריו.

## השלב השני – אינדיבידואליזם באמצעות קונפליקט

שלב זה מאופיין בקטוב. החברים מדגישים את השונות ביניהם ואת הדרך האישית בה הם רואים דברים. המטלה הקבוצתית היא להכיר בכך שקיימים הבדלים בין החברים. בשלב זה יש שמוש בתימות שמדגישות שונות קוטביות וקונפליקט.

דוגמא לתימות בשלב זה:

1. באיזו מידה אנחנו אחראים למצבנו התעסוקתי או שגורמים אחרים

תהליך השקום מורכב ממס' שלבים. שלב קריטי בתהליך הוא שלב ההשמה בעבודה שהוא גם גולת הכותרת בתהליך השקום המקצועי. למרות התערבויות מגוונות בתהליך ההשמה עדין שעורי ההשמות נמוכים מהמצופה.

ההנחה שלנו היתה שההתערבויות הקיימות לא מתייחסות מספיק לצרכים הרגשיים בתהליך ההשמה. תהליך זה גורר עמו לא פעם תחושות של בדידות, כעס, דחיה ועוד. במחלקה שלנו מתקיימות קבוצות למטרה זו זו השנה השניה.

## יעדים

בחרנו בהתערבות קבוצית כדי להקטין את הבדידות המאפיינת את שלב ההשמה ושיטת ההנחיה היתה על פי המודל הדינמי מובנה שפותח על ידי גב' בנימינה ערן.

על פי המודל הדינמי מובנה מציע דרך שיטתית המשלבת בין תוכן ותהליך בהנחית קבוצות. מתמקדים מצד אחד בתכנים ומצד שני בקדום התהליך הקבוצתי בהתאם לעקרונות התאוריה ההתפתחותית של קבוצה. מודל זה נערך בקבוצות סגורות קצרות מועד בנות 12 מפגשים שמטרתם לאפשר למידה וצמיחה.

מושג מרכזי במודל הנ"ל הוא התימה. תימה היא חוליה המקשרת בין התוכן הספציפי של הקבוצה לבין תהליך ההתפתחות שלה. התימה מנוסחת באופן מתאים לשלב ההתפתחותי של הקבוצה ובד בבד מבטאת היבט כלשהו בעולם התוכן שבו עוסקת הקבוצה. המנחה מכין מראש 10 תימות כאשר המפגש הראשון והאחרון מוקדשים להכרות ולסיום.

התימות הם בטו' לנושאים שמעסיקים את הנכים בשלב ההשמה. בכל מפגש המנחה מציג את התימה, ומתקים דיון קבוצתי סביבה. תפקיד המנחה לעבד את התימה ברמה הרגשית והקוגניטיבית. המנחה צריך להיות ער לתהליך ולתוכן כאחד.

## שלבים בהתפתחות הקבוצה

ההתקדמות של הקבוצה מתבצעת במעבר משלב לשלב. לכל שלב דילמה שמאפיינת אותו ופתרון של דילמה מאפשר מעבר לשלב הבא. עד כה נערכו בסניף שתי קבוצות כאלו ובשנה הקרובה מתוכננת קבוצה נוספת.

נערכים ראיונות מקדמיים למיין מועמדים מתאימים.

הקבוצות כללו אנשים עם נכות בגילאי 30 ומעלה. בקבוצה הראשונה



3. אחריות אישית, השתלבות בעבודה ומה שביניהם.

אחת המשתתפות ספרה במפגש התשיעי לראשונה את ספור חייה האישי הזוגי האמהי והתעסוקתי תוך התייחסות לרגשות הנלווים. רמה זו של חשיפה היתה חדשה לקבוצה. הקבוצה התגיסה: לעזור לה, הם שדרו סובלנות, תמיכה ולא מהרו לתת עצות כבעבר.

לאמירתה: "אשה בונה ואשה הורסת" הגיב משתתף אחר: "זה באמת נכון שאשה בונה ואשה הורסת, זה בדיוק מה שעשית. תראי, איזה בן יפה הקמת, דאגת לבנות גדלת אותן לתפארת, דאגת לפרנסת המשפחה ולחסול החובות. אשה כמוך היה צריך לשאת על כפיים". תמיכת הקבוצה תרמה לחזוק בטחונה העצמי, לאמונה שלה בכוחותיה והיא מצאה עבודה כקופאית. עבודה שלא תאמה את ציפיותיה מלכתחילה. כעת היתה זקוקה פחות לסטטוס המקצועי והיתה מוכנה להשתלב בעבודה אחרת שהשיגה.

לסכום: הקבוצה מספקת מסגרת של תמיכה ועודד בתקופת ההשמה שמאופינת בבדידות. הקבוצה מאפשרת ברור נושאים אישיים, עזרה בפתוח מודעות עצמית ובדפוס ההתמודדות שלהם עם עצמם ועם עולם העבודה.

הקבוצה עוזרת בחזוק הבטחון העצמי ובשנוי עמדותיהם הרגשיות של החברים כלפי עבודות שונות. התהליך הקבוצתי מוביל את המשתתפים ליצירת ציפיות מציאותיות יותר באשר למאפייני מקומות העבודה בהם יוכלו להשתלב. ■



אחרים למצבנו.

2. האם אפשר להסתדר לבד בתהליך השקום או שזה תלוי בעזרת האחרים.

3. שנויים בחיים זה מפחיד מסוכן או מקור לתקווה.

4. איך כל אחד מאתנו מקבל החלטות בחיים בכלל והחלטות לגבי עבודה בפרט.

לדוגמא, אחת המשתתפות אמרה שאם רק יסדרו לה את העבודה היא תוכל להסתדר ולדאוג לעצמה. לעומתה משתתפת אחרת אמרה: "מצאתי עבודה רק ברגע שהחלטתי לפעול למען עצמי".

בשיאו של הקונפליקט יש לעתים אפילו תחושה של הכחשת הדמיון. התערבויות של המנחות נותנות לגיטימציה לשוני. "מי אמר שכולם חייבים להסכים". אחרי ויכוחים ונסיגות לתת עצות שנהדפות על הסף, נוצרת לקראת סוף השלב מודעות של המשתתפים ליחודיות ולשונות שלהם תוך הכרה בצורך לתת כבוד הדדי. לדוגמא: אחד המשתתפים אמר: "אנחנו אנשים שונים ולכל אחד דעה משלו", או "השכר הוא לא בראש סולם העדיפויות שלי אבל המצב שלי אחר משלך".

לקראת הכניסה לשלב האחרון האינטימי עסוקה הקבוצה בבדיקת הנורמות הקבוצתיות. זהו תת שלב בקבוצה, שמאפשר להם אח"כ להפתח ולחשוף את הקשיים האישיים. למשל, אחד החברים שאל: "אני יכול להגיד לך מה אני בדיוק חושב?"

התימה בשלב זה נוסחה כך: "כשאני נכנס למקום עבודה חדש איך הייתי רוצה שיתחסו אלי כדי שארגיש בנוח?" ממקום זה אפשר לעשות חבור בין הציפיות של האנשים ממקום העבודה לציפיות שלהם מהחברים בקבוצה.

### שלב שלישי - אינטימיות והדדיות

בשלב הזה נוצר אמון בין החברים והם מוכנים לחשוף את עצמם. שלב זה מאופיין בנתינה וקבלה, בבטוי רגשות ובשתוף בחיזיון אישיות. ההתערבויות בשלב זה הן בעקר ברמה אישית ובין אישית. המנחות מאפשרות לאנשים להביא עצמם ולהפתח. התימות ממוקדות בהתמודדות הפרט וב"אני".

### דוגמא לתימות

1. איך אני מסתדר בחי' היום יום עם המגבלה.

2. ציפיות שלי מהמשפחה ושל המשפחה ממני.

מאת: שרה ישראל

העבודה. נערכה להם קבלת פנים ולאחר הסיוור בסביבת העבודה נקבע תאריך תחילת העבודה של הקבוצה.

6. חברי הקבוצה החלו לעבוד בליווי הצמוד של המנהל אשר משמש להם כמדריך, מאמן ומורה מקצועי.

7. בשלבים הראשוניים נשרו מספר עובדים. מתוך כ- 15 עובדים ששובצו נתגבשה קבוצה המונה שמונה עובדים העובדים בפועל יחדיו וללא שינויים פרסונליים מזה חמישה חודשים.

## הערכת תפקוד הקבוצה

הקבוצה התייצבה, העובדים מתמידים ומקפידים להגיע לעבודה מידי יום ביומו, כולם שותפים מלאים בעבודה, למדו להפעיל את כל המכשירים המקצועיים, קיבלו ידע ומידע רב בנוגע לצמחיה, דישון והשקיה. הם גאים בעבודתם המקצועית ובהיותם עובדים שווים ותורמים, למרות השוני בנכויות, בגילאים ובעברם התעסוקתי.

## סיכום והערות

הפרוייקט המתואר כאן פועל מספטמבר 2001, כאשר במקביל לו פועל פרוייקט זהה יותר משנתיים (במקום עבודה אחר בחברת "המשקם"). עם זאת הליווי המקצועי, ההשקעה בתחומי העו"ס, הגינון והניהול ממוקדים וגדולים.

ניתן לראות אחרי הפעילות הקצרה יחסית, הצלחה רבה בהשתלבות העובדים בקבוצה, תוך גיבוש דימוי עצמי ומקצועי.

אין נשירה. נהפוך הוא, יש התמדה יתרה בעבודה, כמעט ואין העדרויות, העובדים מרוצים מאוד וגם המעסיקים. ניתן לראות תוצאות בשטח, השינוי נראה ומורגש היטב. חברי הקבוצה מקבלים פיד-בק חיובי על עבודתם ותפקודם. גם חברת "המשקם" יוצאת נשכרת, כאשר חוזי עבודה מתחדשים ויש פניות רבות נוספות ליצירת פרוייקטים נוספים.

## הערכה לאחר שנה ומחצה

בפברואר 2003 נערכה פגישת הערכה קבוצתית בבסיס עם ראש הקבוצה וכל שאר העובדים. אנו שמחים מאוד לדווח על התמדתם בעבודה של כל חברי הקבוצה. למרות החורף הקשה הם מגיעים ומבצעים עבודות גינון ואחזקה כנדרש.

העשייה הרצופה והתמיכה לה זוכים העובדים מצד כל הגורמים הם נדבכים חשובים בהתמדתם והמשך עבודתם במקום. ■

הפרוייקט עוסק בשילוב אנשים עם נכויות שונות בעולם העבודה בעידן אי ודאות כלכלית בו האבטלה עמוקה בכלל וחרפה במיוחד בקרב אנשים בעלי מוגבלויות, כל זאת בעת של שינויים טכנולוגיים כלכליים וחברתיים עצומים.

הפרוייקט בוצע בחברת "המשקם" המצויה בקצה העליון של הרצף התעסוקתי-שיקומי.

תעסוקה בחברת "המשקם" מבטיחה לאנשים עם נכויות שונות, העסקה בתנאי שכר ותנאים סוציאליים המשופרים יותר מבכל גוף תעסוקתי-שיקומי מוגן וכן מאנשים עם נכויות המועסקים באמצעות תעסוקה נתמכת ותעסוקה בדרך אחרת בשוק הטבעי.

במסגרת מדיניותה של חברת "המשקם" לתעסוקה מוגנת, קיימת מגמה של הרחבת מקורות התעסוקה המוגנת והנתמכת, זאת תוך שימת דגש על פתרונות תעסוקה הולמים לעולם התעסוקה המשתנה.

## מטרת הפרוייקט

שילוב של אנשים עם נכויות בתחום התעסוקה המוגנת והנתמכת בפרוייקט נסיוני:

תעסוקת חוץ בה משמש מדריך מקצועי בתחום הגינון כראש קבוצה של שמונה אנשים עם נכויות שונות. הוא מלווה, מסייע, תומך ומלמד את חברי הקבוצה ההופכים לעובדים מקצועיים ולשותפים מלאים בקבוצת העבודה.

## אוכלוסיית היעד

מועמדים לעבודה בחברת "המשקם" אנשים עם נכויות שונות המופנים על-ידי הגורמים המפנים לחברת "המשקם", מגיל 18 ומעלה.

## התוכנית והשלבים

1. הגדרת צרכי הפרוייקט - מבחינת מאפייני התפקוד, כישורים ויכולות.
2. איסוף מידע רלוונטי אודות המועמדים מתוך מאגר המופנים ומיונם לתוכנית המוצעת.
3. המועמדים שנמצאו מתאימים ובעלי מוטיבציה על פי כישוריהם, עברם התעסוקתי ובעיקר הרצון שלהם להשתלב, הוזמנו לפגישת הכרות עם העו"ס והמדריך המקצועי.
4. פגישת אוריינטציה קבוצתית להכרות עם חברת "המשקם" נערכה לאחר שנתקיימו ראיונות אישיים עם המועמדים.
5. הקבוצה עם המדריך והעו"ס הגיעו לפגישת היכרות וסיוור במקום

אמנון פרסום 09-9570287

אצל איגוד העובדים הסוציאליים  
רח' ארלזרוב 93 תל-אביב 62098