



האוניברסיטה
העברית
בירושלים
THE HEBREW
UNIVERSITY
OF JERUSALEM

מרכז למידה

טראומה חוסן והתמודדות

רכזת: גב' שולה פרוכטר

מייל: shulafruchter@gmail.com

נייד: 0522634469

מרכז למידה – טראומה חוסן והתמודדות

טראומה היא איום חיצוני קיצוני מציף את האדם שחווה אותו ומאיים על השלמות הגופנית והנפשית. הטראומה מותירה את האדם ללא משאבים חיצוניים ופנימיים להתמודדות. האירוע הטראומטי הוא אירוע שמאיים על החיים ו/או על הנפש, הוא מתרחש באופן לא צפוי ופתאומי. על פי רוב, טראומה כרוכה בתגובה נפשית וגופנית. לעיתים טראומה נגרמת מארוע יחיד ולעיתים ממספר ארועים המתרחשים ברצף. חלק מהטראומות קשורות לתקופה מסוימת בחיים ולהתמודדויות קיצוניות במהלך החיים. טראומה יכולה להיגרם מארוע חד פעמי ויכולה להגרם בהקשר של יחסים ופגיעה בהם. דוגמאות לטראומה הינן למשל אירועי אלימות במשפחה, שכול פתאומי ואובדן, תאונה, אירועי טרור ומלחמה.

תיאור מרכז הלמידה

התמודדות עם מצבי דחק וטראומה רווחת באופן נרחב, בכל שכבות האוכלוסייה. מטרתו של מרכז הלמידה "טראומה, חוסן והתמודדות" הינה לאפשר לסטודנטים וסטודנטיות להתנסות בהתערבויות מקצועיות בתחום הטראומה והחוסן. כמו כן, להחשף למגוון אוכלוסיות אשר מתמודדות עם טראומה מסוגים שונים. במרכז הלמידה יזהו הסטודנטיות והסטודנטים את הצרכים הרגשיים, נפשיים וקונקרטיים של נפגעי ונפגעות טראומה ויתנסו במתן מענים מקצועיים לאוכלוסיות אלו. בנוסף, הסטודנטיות והסטודנטים במרכז הלמידה יעסקו במניעה של התפתחות תגובות לטראומה ופיתוח חוסן. יתקיים עיסוק ולמידה של נושא הטראומטיזציה המישנית והשפעה של הטראומה על עבודתם של אנשי ונשות המקצוע.

במרכז הלמידה ישנם ארגונים וסוכנויות אשר נותנים מענה במצבי טראומה, במגוון סוגים והתערבויות. חלק מהארגונים הינם ארגונים ייעודיים לטיפול בטראומה ולפיתוח חוסן, וחלק מהארגונים עוסקים בתחומים אחרים אולם הפונים שלהם ניתן מענה, חוו טראומות ודחק.

סוגי ההתערבויות הן בתחום המניעה והן כתגובה למצבי טראומה ודחק הם מגוונים; חלקם קצרי מועד, חלקם ארוכי טווח. הגישה המערכתית היא הדומיננטית בהתערבויות ובטיפולים. על פי רוב, הסטודנטיות י.תעמוד בקשר עם מספר גורמים בעבודה רב מערכתית.

במרכז למידה זה הסטודנטיות יתנסו בעבודה ישירה ובפתיוח חוסן בשירותים שונים עם פונים בכל טווח הגילאים אשר חוו מצבי דחק, מצוקה וטראומה המקשים עליהם לתפקד באופן מלא. מוקד ההתערבות יהיה ארועי הדחק והטראומה, לצד כוחות, יכולות התמודדות ופיתוח חוסן.

הסטודנטים ירכשו ידע תיאורטי רלוונטי לשירות בו יתנסו ולאוכלוסייה, ויישמו ידע זה בעבודה המעשית.

היקף ההכשרה

הסטודנטים ישתלבו בעבודה בשירותים השונים בימי ההכשרה המעשית. כל סטודנטית תיגיע פעמיים בשבוע למקום ההכשרה למשך 16 שעות שבועיות. על פי רוב, ימי ההכשרה הם א ו-D. בחלק ניכר מהשירותים נדרשת השתתפות בישיבות הצוות ועבודה בשעות אחה"צ/ערב.

סדנא

אחת לחודש, בימי א' בשעות 8:30-12:00, תתקיים סדנא מקצועית של מרכז הלמידה. בסדנאות ייחשפו הסטודנטים יות לעולם התוכן של מניעה, טיפול והתערבות במצבי טראומה, משבר, דחק והתמודדות ופיתוח חוסן. מעת לעת יתארחו מרצים שירצו בנושאים הרלוונטיים לשירותים השונים בהם מתמחים הסטודנטים, וכן יתקיימו סיורים בשירותים שונים.

בנוסף לכך, בסדנא יוצגו על ידי המשתתפים.ות דילמות מתוך ההכשרה המקצועית, ותתקיים למידת עמיתים.



רשימת דוגמאות למקומות ההכשרה

"עמך"

ארגון עמך הוקם על מנת לסייע לרווחתם הנפשית של ניצולי השואה. בשנים האחרונות, בעקבות הניסיון הרב שרכשו המטפלים ב"עמך", הרחיב הארגון את שירותי הסיוע הנפשי לאוכלוסיות נוספות בחברה הישראלית.

האוכלוסיות הנוספות היכולות ליהנות מטיפול נפשי בעמך כוללות בין היתר אוכלוסיות מגוונות המתמודדות עם:

משברים ואובדן. מעברים התפתחותיים וקשיים בשלבים השונים במעגל החיים. טראומה אקוטית

אנשים שמתמודדים עם השלכות הנפשיות של טראומה לאורך כל מעגל החיים, התמודדויות שונות של גיל הזיקנה, טיפולים נפשיים במרחב הביתי, בעיות זוגיות, משפחתיות ובין-דוריות

מניעה ופיתוח חוסן, צמיחה פוסט טראומטית

ישיבות הצוות בעמך, הישיבות הקליניות וישיבות העמיתים נערכות בימי חמישי.

העבודה בעמך כוללת ביקורי בית וטיפולי בית.

שלוש פעמים בשבוע מתקיים מועדון ניצולים (ימי ראשון אחה"צ ימי שני ורביעי בבוקר).

מרכזי חוסן

מרכז חוסן הינו מרכז טיפולי מקצועי המהווה כלי בידי הרשויות העירוניות להיערך ולספק מענה לקהילה בשעת חירום. כמו כן, מרכז החוסן מאפשר לפתח ולחזק את חוסנה של הקהילה בתקופת רגיעה. המרכז מספק שירותי ייעוץ, הדרכה, אבחון וטיפול למשפחות, ילדים, מבוגרים וקשישים, אשר נמצאים במצבי לחץ, משבר, טראומה והתמודדות.

במרכז ניתן טיפול פסיכותרפויטי פרטני לילדים, נוער, הורים, מבוגרים וקשישים.

ניתנים טיפולים באמצעים מילוליים ובלתי מילוליים. כמו כן, בהתאם לצורך, ניתן מענה בהתערבות משפחתית, זוגית ו/או הדרכת הורים וקבוצות הדרכה.

משרד הביטחון – אגף השיקום

אגף שיקום נכים במשרד הביטחון הינו הגוף הממלכתי האחראי על שיקומם של נכי צה"ל וכוחות הביטחון. המטרה המרכזית של האגף היא להשיב את הנכים לתפקוד מיטבי בכל מעגלי החיים. מטרה זו מושגת באמצעות בנייה של תוכנית שיקום מקיפה ומותאמת אישית לכל נכה, שימוש בטכנולוגיות רפואיות מתקדמות ומתן שירותים סוציאליים, פסיכולוגיים, כלכליים ועוד.

סטודנטיות.ים המשובצות.ים במשרד הביטחון יידרשו לפעמים לעבודה בשעות אחצה. כמו כן, בימי ראשון בבוקר מתקיימות ועדות מקצועיות. עבודת הסטודנטים.יות תשתלב במסגרת הרפורמה בטיפול בנכי צה"ל במשרד הביטחון

החברת מציגה דוגמאות לסוכנויות הכשרה במרכז הלמידה

יתכנו שינויים במקומות ההכשרה המצוינים בחוברת

