

הגדרת מקצוע מדריך שיקום על-ידי פעילי "ארגון מדריכי שיקום"

חשיבות התפקיד במערך השיקום הפסיכיאטרי:

השיקום הפסיכיאטרי מכוון לניהול אורח חיים נורמטיבי בקהילה בהתאם להגדרות אישיות של המשתקם. מדריך שיקום מסייע בהשגת מטרה זו בכמה דרכים. קודם כל מפגשי מדריך השיקום והמשתקם מאופיינים באינטנסיביות של שעות מפגש והכרות קרובה ומקיפה עם חיי המשתקם, מאחר והם מתקיימים בסביבתו הטבעית של המשתקם וכוללים מגוון רחב של פעילויות: הערכה, ליווי, סיוע, למידה והעצמה בדרך לשילוב בקהילה והשגת מטרות אישיות. כך הופך המדריך לדמות קרובה ותומכת עבור המשתקם ומסייע למשתקם להציב מטרות המכוונות להחלמה ולהרגיש בעל ערך ומשמעות. מתוך הכרות קרובה ואינטנסיבית עם ייחודיות האדם המתמודד, קשייו, רצונותיו, אופיו, תרבותו וצרכיו מדריך השיקום משמש לעיתים גם כמתווך בין המשתקם לקהילתו הרחבה והמסגרות השונות אליהן משתייך המשתקם.

מהות התפקיד:

- ליווי והדרכה של משתקמים בניהול אורח חיים עצמאי ושילוב בקהילה ובחברה הנורמטיבית תוך זיהוי צרכים אישיים ובהתאם לתוכנית שיקום אישית.
- המדריך הוא איש הצוות הבא במגע הקרוב ביותר עם המשתקם בסביבתו הטבעית, ער לכל שינוי במצבו, צרכיו ומצוקתו ובכך משמש גם כמתווך בין המשתקם לשאר המערכת הקהילתית/טיפולית.
- השאיפה היא לעבודה רב-מקצועית וחשיבה משותפת תוך שמירה על חזון המשתקם והובלה להחלמה.

תכונות אישיות שהתפקיד דורש:

- יכולת לקיום יחסי אנוש טובים, עבודת צוות ורגישות לצרכי הפרט
- מוטיבציה אישית גבוהה
- סבלנות וסובלנות
- אמונה ביכולת האדם להשתנות ולהשתפר
- בגרות נפשית

- יכולת הכלה של קונפליקטים או מצבים רגשיים מורכבים ויכולת להבעת אמפטיה לאחר
- יכולת לגמישות מחשבתית ורגשית כולל יכולת ללמוד ולהיעזר בביקורת ושינוי הרגלי עבודה בהתאם
- יכולת לניתוח סיטואציות מנקודות מבט שונות: רגשית, קוגניטיבית והתנהגותית
- יכולת לזיהוי מצבי משבר וסיכון

דרישות התפקיד:

- הבנת עקרונות שיקום והחלמה בקהילה בתחום הפסיכיאטרי
- ידיעת חוק זכויות האדם וחוק השיקום
- עקביות ויציבות במתן המענה לצרכי המשתקם
- יתרון לבוגר קורס מדריכי שיקום
- מחויבות לקבלת הדרכה פרטנית מאיש מקצוע לא פחות משעה בשבוע
- מחויבות להעשרה מקצועית דרך כנסים, ימי עיון, הרצאות, השתלמויות וספרות מקצועית
- התחייבות לעבוד לפחות שנתיים בתפקיד
- גיל מינימום לתחילת עבודה 23
- ידיעת השפה העברית

אתיקה מקצועית:

- יש להתייחס בצורה מכבדת לכל אדם- משתקם, איש צוות, אדם מהקהילה.
- על המדריך לעבוד בשיתוף עם המשתקם, הצוות הטיפולי וגורמים בקהילה.
- בעבודה השיקומית יש להתחשב ברצונות המשתקם, העדפותיו, אופיו, הרגליו, תרבותו.
- יש לזהות רגשות אישיים אשר מופעלים בעבודה וללמוד מזיהוי זה על אופן פעולה נכון לטובת המשתקם.
- בכל מקרה של ספק יש להתייעץ עם איש צוות בכיר יותר.
- יש להסביר את הרציונל מאחורי כל התנהלות במפגש לרבות מטרות המפגש, בקשות וכללים.
- על המדריך לדאוג להבניית סדר יומו ולבדוק עם המשתקם את התאמת זמן המפגש.
- על המדריך לנהוג באחריות ויצירתיות, מתוך ידע ותכנון ותוך שמירה על גבולות אישיים ומקצועיים.

- יש לכבד את פרטיותו של האדם
- על המדריך לשמור ולסנגר על זכויות המשתקם כאדם ואזרח ולסייע לו בקבלת אמצעי עזר המגיעים לו כחוק, על מנת לאפשר הזדמנות שווה ונגישות למשאבים המסייעים להגשמה עצמית.
- על המדריך לתמוך בתפיסה לפיה קיימת יכולת להשתקם תוך שינוי ושיפור

תפקידי המדריך ודרכי עבודה:

- הנחיית המשתקם לפיתוח וחיזוק מיומנויות יומיומיות כגון: תזונה נכונה, היגיינה אישית, ניקיון הבית ותפעולו, בישול, עריכת קניות, ניהול תקציב, סדר וארגון היום, הקניית מיומנויות חברתיות, עידוד לפעילות חברתית, לקיחת תרופות, מעקב רפואי סדיר, מילוי תורנויות שונות, עידוד לשילוב במעגל העבודה.
- הנחיה וליווי בהתמודדות מול גורמים בקהילה כמו עירייה, בנק, ביטוח-לאומי, קופת-חולים, בית-חולים, תחבורה ציבורית, חברות תקשורת.
- פיתוח חשיבה בנושאים שונים על ידי סיפוק גירויים ודוגמאות למגוון האפשרי הקיים בנושא מסוים, כולל חשיפה אישית, בשילוב שיח מכוון לבחירה, רצון, משמעות ותקווה. לדוגמא: חשיבה בדבר טיפוח הבית והרגשת שייכות אליו.
- הכרה של מגוון וזמינות משאבים הקיימים בקהילה לשיקום והתפתחות אישית.
- קיום קשר בלתי אמצעי עם המשתקם - לתמוך, לשמש אוזן קשבת, להתייחס למשתקם כשווה בין שווים, ללא משוא פנים. להרגיע, להכיל, ולהשתמש בשפה מכובדת.
- שימוש כמודל לדרכי חיברות וחיים בקהילה.
- התאמת המדריך למשתקם. על המדריך להכיר את הערכים החשובים לאדם, התרבות ממנה הגיע, עקרונות, חלומות, תחביבים, שאיפות ואת העבר וההיסטוריה שלו.
- עבודה בהתאם לתוכנית שיקום אישית מכוונת החלמה.
- התאמת תורנויות, מטלות וזמני עבודה עם משתקם בהתאם לצרכים, עקרונות, העדפות ויכולות של המשתקם.
- ביצוע התאמות של תוכנית שיקום ומטלות, תוך זיהוי קשיים, מצוקות וחרדה העומדים מאחורי אי-עשייה וקשיים בביצוע מטלות והשגת מטרות. מציאת פתרונות יחד עם המשתקם במטרה לעקוף ולצמצם את החרדה והקושי.
- ביצוע הערכה של יכולת תפקודית ובניית תוכנית המאפשרת עצמאות תפקודית גוברת והולכת.
- הגברת מוטיבציה לשינוי על-ידי מתן חיזוקים חיוביים ועידוד, כמו גם למידה מתוך כישלון. על המדריך להחזיק באמונה והתקווה ביכולת להשתפר, להשתנות ולהשתקם.

- בניית חוזה והסכם עבודה משותפת הכולל: מרכיבי סודיות ושיתוף אחרים במידע כולל בני משפחה, דרך עבודה עם משתקם, תחומי אחריות של המדריך, גבולות הקשר, תאום ציפיות, דרכי עבודה של המדריך.
- את חוזה העבודה המשותפת יש לרענן בהתאם לצורך העולה מהשטח- הן של המדריך והן של המשתקם, דרך דיאלוג משותף.
- השתתפות פעילה ומעורבות בתהליכי למידה בתוך מערך ההדרכה (supervision) של הארגון.
- שיתוף בידע, ניסיון, דילמות והצלחות עם שאר חברי הצוות.
- קבלת משוב מצוות מקצועי להמשך עבודה נכונה עבור המשתקם ואיתו.
- מציאת פתרונות לבעיות חברתיות והתנהגותיות והפנייה לגורם מתאים במידת הצורך.
- נוכחות בשיחות מערכתיות כגון ועדות מעקב, מפגש עם משפחה, מפגש עם גורם טיפולי נוסף.
- שמירה על קשר עם המשתקם וצוות המטפלים בזמן אשפוז.

עורכות המסמך:

אניה צבליחובסקי, אחראית הגדרת מקצוע ארגון מדריכי השיקום
רינה יעקב, מדריכת שיקום

ועד מדריכי שיקום:

סופי זגריסק

עירית משיח

מרגריטה בונדרצ'וק

ניקולאי (נוי) טבך