

תוכנית עמית

דף מידע למטפל הקליני

• הדף מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך פונה לכלל המגדרים באהדה ובשוויון.

רקע כללי: תוכנית עמית הינה תוכנית השייכת לאגף חיילים משוחררים ומילואים במשרד הביטחון. מטרתה המרכזית של תוכנית עמית היא לספק טיפול בהשלכות המלחמה על חיילים משוחררים סדיר ומילואים שהשתתפו במלחמת 'חרבות ברזל' באופן מערכתי, תוך יצירת רצף מניעתי, על מנת לאפשר השתלבות מיטבית מחדש במעגל החיים, התפקודי והתעסוקתי. זכאי תוכנית עמית: משוחררים ומשחררות משירות סדיר ומילואים, ששירתו לפחות 30 ימים במלחמת חרבות ברזל, שתאריך השחרור שלהם הוא ה- 07.10.23 ואילך, והינם מתחת לסף האבחנה הקלינית להפרעות הקשורות בדחק.

תוכנית עמית בשלב זה מורכבת מ-3 עולמות תוכן: עולם קליני הכולל טיפול פסיכולוגי קצר מועד של 12 מפגשים (לבחירת הפרט לבחור בין טיפול פרטני, זוגי או קבוצתי); עולם Wellness הכולל ניצול "סל מטבעות" וירטואלי להזמנת סדנאות, אימונים וטיפולי רפואה משלימה; עולם אפליקטיבי הכולל מספר אפליקציות לעזרה עצמית לניהול וויסות לחץ, חרדה ועוד. הטיפול הנפשי מתקיים במימון מלא של משרד הביטחון, וניתן על ידי מטפלים מוסמכים בפריסה ארצית, מהפרופסיות הבאות: פסיכולוגים קליניים/רפואיים/שיקומיים; עובדים סוציאליים; קרימינולוגים קליניים; מטפלים באומנות; פסיכיאטרים. הטיפול, הן הפרטני והן הזוגי, מתבצע ב- 12 מפגשים בלבד.

להלן דגשים לעבודה הטיפולית עם זכאי תוכנית עמית:

1. ככלל וכתשתית לטיפולים קיימת ציפייה ליצירת קשר טיפולי רגיש, מקצועי, מכבד ולא שיפוטי.
2. דינמיקה של בקשת עזרה: לא אחת, זו תהיה הפעם הראשונה שבה זכאי תוכנית עמית יפנה לקבלת עזרה נפשית. על כן חשוב מאוד לדבר במפגש הראשון על משמעות הטיפול; הסבר על הסטיג בדגש על מגבלת משך המפגשים דרך התוכנית; החוזה טיפולי; ביטולי מפגשים בטווח הזמן שנקבע והסבר על סודיות רפואית. כמו כן, פעמים רבות, זכאי תוכנית עמית נוטים להמעיט בחומרת התסמינים כדי להמשיך לתפקד ולמנוע פגיעה בשירות המילואים. יש לגלות לכך ערנות ולשים לב לתסמינים שונים כגון: קהות רגשית, הימנעויות, ריחוק רגשי, תוקפנות על הרצף עד לכדי אירועי אלימות, דיסוציאציה ואובדנות על כל רצפיה. בנוסף, לעיתים יש צורך לעבד חוויות פגיעות, בושה, ולעיתים אשמה על עצם הפנייה לטיפול.
3. האוריינטציה הכללית המומלצת לטיפולים היא התערבות קצרת מועד. כדאי שההתמקדות בטיפול לא תהיה על תמות רחבות או אירועים טראומטיים מהעבר שלא ניתן יהיה לטפל בהם במשך הזמן הנתון, דהיינו עד 12 מפגשים. כמו כן, חשוב לציין כי מצופה שמפגש אחרון יוקדש לסיכום ופרידה.
4. מגבלת משך המפגשים: לידיעת המטפלים, אין אפשרות להגדלת סל המפגשים לאחר סיום 12 המפגשים בזכאות, חשוב ונכון לשקף זאת לזכאי תוכנית עמית. יש לציין כי לרשות המטופל והמטפל, בהתאם לשיקול דעת והסכמתם ההדדית, להמשיך טיפול באופן חיצוני לתוכנית במקביל לסיום האחריות של תוכנית עמית.
5. התערבויות טיפוליות ממוקדות עשויות להידרש במהלך הטיפול, כמובן בהתאם למיומנויות המטפל, הסמכותיו וההכשרות המקצועיות שעבר. כמו כן, על המטפל לטפל רק בשיטה בה הוסמך אליה ואושר ספציפית על ידי הצוות הקליני של תוכנית עמית. הדבר נוגע גם לגבי סוג הטיפול כלומר, מטפל פרטני שלא אושר לטיפול זוגי, הגם שיש לו הסמכה לכך, לא יוכל להעניק טיפול זוגי לזכאי.
6. גבולות, סודיות ותיאום ציפיות: יש לוודא עם המטופל הבנה ברורה של הסודיות ומגבלותיה, גבולות הגילוי מול צה"ל והקווים המנחים של תוכנית עמית.
7. נדרש לערוך במפגש הראשון אינטייק קצר וממוקד בתכנים הבאים: סיבת הפנייה; רקע אנמנטי רלוונטי בלבד ואנמנזה הקשורה בטיפול נפשי בעבר/רקע פסיכיאטרי קודם/ שימוש בחומרים ממכרים/ התנהגות מסוכנת על הרצף האובדני/תוקפנות לאחר.

8. "התוויות נגד" לטיפול בתוכנית עמית:

- א'. כידוע לאחר חשיפה לאירועי דחק או אירועים בעלי אופי פוטנציאלי טראומטי, בוודאי סביב נסיבות מבצעיות, עשויות להתעורר הפרעות נפשיות שונות הקשורות בדחק, לרבות תסמיני דיכאון משמעותיים; תסמיני חרדה חריפה על כל גווניה; רמת סימפטומים פוסט טראומטיים גבוהה על פי האשכולות הבאים: חודרנות, עוררות יתר, הימנעויות ושינויים שליליים בקוגניציה ובמצב רוח. כמו כן, יש להגביר קשב לתחושות אשמה ובושה הנובעות מהאירועים; התמכרויות; אובדנות; אלימות פעילה או קיומה של הפרעה פסיכיאטרית חריפה (כגון הפרעה דו קוטבית/ דיכאון מאג'ור/ פסיכוזה/ אובדנות).
- ב'. במצבים בהם המטפל מתרשם מקיומם של תסמיני מצוקה נפשית משמעותית, חשוב לחדד כי מטופלים אלו אינם יכולים לקבל טיפול בתוכנית עמית כיוון שהמסגרת הקלינית לא תואמת את צרכיהם. על כן יש להפנות את המטופל לפונקציה טיפולית אחרת מחוץ לתוכנית עמית לאור מצבו הקליני וזאת לאחר ייעוץ המטפל עם מנהליו המקצועיים/המנהלת המקצועית בחברת התפעול "מובמנט" (ודרכה לצוות הקליני במשהב"ט במידת הצורך). לגבי הגוף הנכון לקליטת המטופל.
- ג'. לאחר מכן, יש להפנות אותו בהתאם להתייעצות בדרך המקובלת למענים החלופיים. עד הקליטה אצל הגורם המקצועי המתאים, ניתן על פי שיקול דעת להמשיך את ההתערבות לצורך מעקב וליווי בלבד. חשוב לקבל הדרכה מקצועית בנושא זה ולתעד ברשומה כנדרש את ההתערבות שבוצעה.

תוכנית עמית

דף מידע למטפל הקליני

9. פירוט המענים הטיפולים המרכזיים הקיימים מחוץ לתוכנית עמית :

א'. היחידה לטיפול בתגובות קרב בצה"ל מספקת מענה רפואי-נפשי לאזרחים הסובלים ממצוקה נפשית בעקבות השתתפותם בלחימה או בפעילות מבצעית בעת שירותם הצבאי (בסדיר או במילואים). יש לשים לב כי מדובר רק במי ששירתו כלוחמים/תומכי לחימה, אשר השתתפו בפועל באירוע לחימה במסגרת פעילות מבצעית. כאשר התרשמתם שזוהי המסגרת המתאימה למטופל, הן מבחינה קלינית והן מבחינה הקריטריונים לקבלה ליחידה לתגובות קרב, יש להעביר את פרטי המטופל למנהלת המקצועית בחברת התפעול מובמנט בהסכמת המטופל, לצורך זימונו להערכה קלינית ביחידה לתגובות קרב.

ב'. במידה ולא עומד בקריטריונים אלו, ועדיין קיימת התרשמותכם שישנה מצוקה נפשית הקשורה בדחק סביב השירות הצבאי אשר דורשת תהליך הכרה, החזקה ומענים שיקומיים, ניתן לשקול להפנות לאגף שיקום נכים לבקשת הכרה וטיפול ארוך טווח. לצד זאת, הפנייה שכזו תוכל להיעשות רק לאחר פנייה אל המנהלת המקצועית בחברת התפעול "מובמנט" ודרכה לצוות הקליני במשהב"ט. יש לציין כי כבר מרגע הגשת הבקשה להכרה, זכאי המטופל למענה של טיפול נפשי.

ג'. אפשרויות ההפנייה כאשר המצוקה הנפשית לא קשורה באופן ישיר בטרומה ובשירות הצבאי, אך מצבו הנפשי דורש המשך מענה והחזקה משמעותית, הן כמקובל - לביטוח לאומי, מרפאות ברה"ן בקהילה או טיפול באופן פרטי בהתאם למצבו ולשיקול הדעת שלכם.

10. טיפול נפשי מרחוק באמצעים מקוונים: מטפלים שמבצעים התערבות מקצועית באמצעות טיפול מקוון נדרשים להקפיד על אמות מידה מקצועיות לטיפול מרחוק, דהיינו - סביבת הטיפול ופרטיות הטיפול. ישנו מסמך מפורט של הצוות הקליני אודות הסטנדרט לכך (ראו נספח מצורף בנפרד).

11. ניהול הרשומה הטיפולית: בהתאם לדרישות המקובלות ממטפלים, יש לתעד את המפגשים כהלכה. קיימת חשיבות גבוהה מאוד לתיעוד המפגשים על פי אמות המידה המקצועיות, תוך התייחסות לתכנים חריגים ולניהול סיכונים.

12. כתיבת חוות דעת: ההמלצה הכללית היא לא לכתוב מכתבים או חוות דעת לגורמים אחרים. כמו כן, יש לנסות להימנע מכתובת אבחנות כלשהן.

13. ניהול סיכונים מקצועיים: כאשר המטופל נמצא במצוקה הבאה לידי ביטוי באמירות אובדניות/מחשבות אובדניות עם תוכנית קונקרטית ואף כוונות/ביסיונות לכך, יש להמליץ לו לפנות באופן מיידי לבדיקת פסיכיאטר במיון לשם הערכת מסוכנות וזאת על פי כללי האתיקה המקצועית. חשוב במצב שכזה להעביר מסמך של התרשמותכם, או לשוחח עם הפסיכיאטר הבודק על המטופל והמצוקה הנפשית שביטא, וזאת על מנת שהערכה תהיה מקיפה ומדויקת ככל האפשר. מעבר לכך רצוי לשקול, בהסמכת המטופל, לערב אחר משמעותי כגורם תמך. נציין כי בכל אירוע חריג שכזה יש להעביר דיווח למנהלים המקצועיים/המנהלת המקצועית בחברת התפעול "מובמנט" (ודרכה לצוות הקליני במשהב"ט במידת הצורך).

14. מענה פסיכיאטרי: לתוכנית עמית אין מערך של מענים פסיכיאטריים כחלק מהתוכנית. כאשר נדרש מענה שכזה לצורך יעוץ אבחנתי, קבלת אבחנה או שקילת טיפול תרופתי למשל, המענה יהיה על בסיס מרפאות ברה"ן בקהילה וקופות החולים או לחלופין פנייה באופן פרטי לשיקול דעת המטופל.

15. טלפונים חשובים/אתרים רלוונטיים:

קישור לבטל"א לחצו כאן	היחידה לטיפול בתגובות קרב בצה"ל 03-6401400 הפונה מתבקש למסור את שמו, פרטיו המזהים ואירוע הלחימה בו השתתף ובעקבותיו פונה. הפנייה דיסקרטית ונעשית תוך שמירה על סודיות רפואית. קישור מקוון להגשת פנייה ליחידה לחצו כאן	מוקד טלפוני תכנית עמית 5261*
שימריט גז רמ"ד קליני תוכנית עמית משהב"ט - shimritgez.amit@gmail.com	אושרת גוזלן מנהלת מקצועית בחברת התפעול "מובמנט" 052-9278147	קישור לאגף השיקום לחצו כאן

בברכה,
הצוות הקליני בתוכנית עמית: ראש מדור קליני - שימריט גז; ד"ר יעל שובל צוקרמן והגב' מאיה שטיין.