

איכות הטיפול ואחריות מקצועית בטיפול נפשי בתוכנית עמית

דף מידע למטפל הקליני

- הדף מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך פונה לכלל המגדרים.

מטפלים ומטפלות יקרים ויקרות, בעת האחרונה אנו נחשפים יותר ויותר לשיח ציבורי ולשיתופים מצד מטופלי התוכנית אודות חוויות הטיפול שלהם במסגרת הטיפול בתוכנית עמית. לצד סיפורים רבים על טיפולים משמעותיים, מיטיבים ומעוררי השראה, שאפשרו חזרה מיטבית למעגלי החיים ועיבוד חוויות מורכבות מהשירות הצבאי, עולים גם קולות המתארים תחושות של חוסר רצף, היעדר "החזקה" ולעיתים אף פגיעה באמון בטיפול ובמטפל. חשוב להתייחס לקולות אלו לא מתוך עמדה שיפוטית או ביקורתית, אלא מתוך אחריות מקצועית ומתוך מחויבות מתמשכת לאיכות הטיפול שאנו מבקשים להעניק בתוכנית עמית. אנו מודעים למורכבות שעשויה להתעורר סביב סיום טיפול לאחר 12 מפגשים, הן עבור המטופל והן עבור המטפל ולכן המסמך נועד להציע מספר עקרונות קליניים מנחים שעשויים לסייע בהחזקת מסגרת הטיפול ובתהליך הפרידה, וזאת מבלי לצמצם את שיקול הדעת הקליני שלכם כאנשי מקצוע מנוסים.

1. נוכחות קלינית ורצף טיפולי

עבור רבים מהפונים לטיפול, ובפרט עבור אלו המתמודדים עם מצבי דחק, טראומה, אובדן או השלכות השירות הצבאי, עצם הפנייה לטיפול היא צעד משמעותי הכרוך בחשיפה ובמתן אמון המייצר פגיעות. המטופל אינו בוחן את הטיפול רק דרך הידע המקצועי או ההתערבות הטיפולית, אלא גם דרך שאלות עמוקות של נראות: האם אני נראה? האם אני זכור? האם אני חשוב למי שיושב מולי?

כפי שידוע לנו, מטופלים זקוקים לחוויה של המשכיות והחזקה ולכן הרצף הטיפולי הוא חלק מהטיפול עצמו. כאשר מטפל מגיע מוכן לפגישה, זו כר את סיפורו של המטופל, את מוקדי המצוקה ואת הנושאים שהעסיקו אותו במפגש הקודם, הוא משדר למטופל מסר חשוב: "אתה נמצא בתודעת". חוויה זו של המשכיות היא חלק מהטיפול עצמו. לעומת זאת, כאשר נוצר בלבול בין מטופלים, נשכחים פרטים משמעותיים או כאשר המטופל נדרש לשוב ולספר את עצמו מחדש, עלולה להיפגע הברית הטיפולית.

האחריות המקצועית מחייבת אותנו לעשות כל שביכולתנו כדי לשמור על רצף, להיערך לכל פגישה, לעבור על החומר הרלוונטי ולהבטיח שהמטופל יחוש כי הוא מוכר ומוחזק לאורך התהליך. נוכחות טיפולית היא רכיב מקצועי משמעותי לא פחות מהידע, ההכשרה והניסיון המקצועי. היכולת להיות עם המטופל באופן מלא, להקשיב באמת, לגלות עניין וסקרנות, לאפשר למטופל לחוות שהוא פוגש אדם הנמצא איתו ולא רק איש מקצוע המפעיל ידע.

בנוסף, עלינו להכיר בכך שאנו פועלים בתקופה המאופיינת בעומסים חריגים ובביקוש הולך וגובר לשירותי טיפול. כאשר עומס, עייפות או שחיקה מצטברים לאורך זמן, עלולים לפגוע ביכולת שלנו להיות נוכחים, לזכור, להחזיק ולהתעניין. שחיקה מקצועית היא סוגיה קלינית ואתית והכרה בכך היא ביטוי לאחריות מקצועית.

כאנשי מקצוע קליניים, הדרכה מקצועית סדורה מהווה רכיב חשוב בשמירה על איכות הטיפול ועל רווחת המטפל. גם אנשי מקצוע מנוסים עלולים בתקופות עומס למצוא עצמם נאבקים על שמירת הרצף והנוכחות הטיפולית, ולכן חשוב להמשיך ולבחון סוגיות אלו באופן מודע ומתמשך.

בהקשר זה מומלץ שכל מטפל ומטפלת יבחנו מעת לעת את השאלות הבאות:

- האם אני פנוי רגשית להחזיק את היקף המטופלים שבאחריותי?
- האם אני מגיע לכל פגישה לאחר הכנה מספקת?
- האם אני שומר על רמת הנוכחות והקשב שהמטופלים שלי זכאים לה?
- האם אני מזהה סימני שחיקה בעצמי?
- האם אני נעזר בהדרכה ובחשיבה מקצועית כאשר אני זקוק לה?

שאלות אלו לא נועדו לביקורת עצמית, אלא לשמירה על איכות הטיפול ועל היכולת שלנו להמשיך להיות נוכחים ומיטיבים עבור המטופלים לאורך זמן.

איכות הטיפול ואחריות מקצועית בטיפול נפשי בתוכנית עמית

דף מידע למטפל הקליני

2.הקפדה על הסטינג הטיפולי (Setting):

אנו מדגישים מספר קווי מסגרת ברורים לטיפול מכבד בתוכנית עמית:

- **תדירות המפגשים:** אחת לשבוע לפחות (או פעמיים בשבוע בהתאם לצורך של המטופל). מרווחים גדולים יותר פוגעים ברצף הטיפולי ובתחושת ההחזקה, אלא אם מדובר בהיעדרות מסיבה אישית שסוכמה עם המטופל ומתועדת מראש.
- **זמינות ונוכחות:** אגף הקפידו על משך זמן הפגישה (50 דקות לטיפול פרטני, 60 דקות לטיפול זוגי), תוך תשומת לב לאחריות המשותפת של המטפל והמטופל לשמירה על המסגרת הטיפולית ותוך שימת לב לביטולי מפגשים.
- **ניהול תהליך הפרידה:** בהתערבות קצרת מועד ישנה חשיבות להצגת תהליך ומועד סיום הטיפול כבר מהפגישה הראשונה, מתוך הבנה כי המודעות המשותפת למסגרת הזמן משפיעה על התהליך הטיפולי כולו. כמו כן ישנה חשיבות מקצועית לאיכות סגירת הטיפול וקיום מפגשי הסיכום והפרידה.
- **סודיות רפואית:** שמירה על הסודיות הרפואית היא אבן יסוד אתית וחוקית בעבודה הטיפולית, במיוחד עבור מטופלים שזוהי חשיפה ראשונית לטיפול שחוששים מהפרת הסודיות והבושה עקב כניסה לטיפול מביאים לרגישות יתרה לנושא זה.

3.מצבי חירום ו"דגלים אדומים":

קיימת חשיבות עליונה ורבה להביא לידיעתו של ד"ר ניר ויטנברג, המנהל הקליני בחברת התפעול "מובמנט", בכך לאחד מהמצבים הבאים:

- כל תלונה או "דגל אדום" הקשור במסוכנות או מצב פסיכיאטרי חריג.
- אירוע חריג מכלל סוגיו שקרה במהלך הטיפול בזכאי התוכנית.
- צורך בהעברת מקל עם מטופל מתוכנית עמית - להמשך טיפול בצה"ל, ביחידה לתגובות קרב (ילת"ק), במרפאות בריאות הנפש (ברה"ן) בקהילה, או בצורך בהגשת בקשה להכרה באגף השיקום.

לסיכום:

גם במסגרת טיפול קצר מועד ניתן לקיים תהליך טיפולי משמעותי ובעל ערך. הצלחתו תלויה לא רק בהתערבויות המקצועיות, אלא גם בנוכחות, ברצף, בהחזקה, בכבוד למטופל ובשמירה על המסגרת הטיפולית.

אנו מבקשים להודות לכם על העבודה המקצועית והמסורה שאתם עושים עבור משרתי ומשרתות המילואים, בתקופה מורכבת זו. יום אנו פוגשים מטפלים ומטפלות המקדישים זמן, רגישות ולב לעבודה זו מתוך שליחות אמיתית, ומתוך שליחות ורצון לסייע לאוכלוסייה, ועל כך נתונה לכם הערכתנו העמוקה.

בברכה,

ראש תחום קליני תוכנית עמית במשרד הביטחון הגב' שמרית גז
היועצת הקלינית הגב' מאיה שטיין
היועצת הקלינית ד"ר יעל שובל צוקרמן
היועצת הקלינית פרופ' שרה פרידמן
המנהל הקליני בחברת מובמנט ד"ר ניר ויטנברג