

קשר תמיכה אימוני לקרוב משפחה מטפל, Caregivers Israel

דצמבר 2018

אתי זיו אב

- **מאמנת אישית** בוגרת אמויישן, נטאלי בן דוד, אימון סאטי/הווייטי, מזה 10 שנים.
מאמנת רגשית, בוגרת התדר האנושי, שוש ואורן מניקס, מזה כ-5 שנים.
מאמנת רפואית, בוגרת ב"ס למאמנים רפואיים, שירי בן דוד.
מאמנת מוסמכת בלשכת המאמנים.
- **תומכת אישית/רוחנית** לחולים המתמודדים עם מחלות קשות ובני משפחותיהם, בוגרת קורס שנתי בעמותת אחווה, בוגרת קורס דו שנתי ב"תלם", בוגרת קורס בן 3 שנים ומוסמכת מטעם לימודי חוץ של אוניברסיטת חיפה בהנחיית הגב' דבורה רייכר.
- **מדריכת מדיטציית זן בודהיזם**, בוגרת קורסים אצל זן מאסטר תמיר מסאס, מקים, מנהל ומדריך בבי"ס לזן בודהיזם Become One.

קשר שיחות התמיכה האימונית - מהו?

סדרה של 10-12 שיחות אישיות בטלפון, בהן נברר יחד מהם הקשיים אתם מתמודד הפונה, נזהה את הקשיים שאינם חיצוניים בלבד אלא פנימיים, וכיצד תובנות אלה תוכלנה להקל עליו את משימת הטיפול בהיבטים הרגשיים והמעשיים הרבים. נבדוק כיצד להבין את החוויה הסובייקטיבית ואת הצרכים של הפונה וגם את אילו של החולה בו הוא מטפל, וכיצד הבנה זו יכולה לסייע לפונה לבנות דרכי התייחסות והתנהגות משופרות. התמיכה תסתייע בכלים האימוניים והרגשיים, בהתאם לצרכי הפונה.

המסגרת:

- סדרה של בין 10 ל-12 שיחות טלפוניות בנות כשעה כל אחת.
- בסוף הסדרה תיערך הערכה בין התומכת והפונה לבדיקה אם נדרשת הארכה.
- הפונה מתקשר אל התומכת במדויק בשעה שנקבעה. השיחות יתקיימו במועד (יום ושעה) ובמרווח (מידי שבוע או יותר) לפי קביעה משותפת בין תומכת ופונה.
- ככל קשר מסוג זה יש לכבד את הקביעה מראש ולקיימה בהקפדה. ביטולים או שינויים ייעשו ע"י שני הצדדים מוקדם ככל האפשר, רצוי יומיים מראש, פרט למקרים קיצוניים ומיידים.
- תוכן השיחות סודי. הוא גלוי רק לאנשי המקצוע בצוות בעמותה.
- קשר התמיכה האימונית יחל בד"כ לכשיסתיים השירות של יועצת המוקד בעמותה. בכל עת יקבל הפונה שירות רק ממתנדבת אחת בעמותה. במקרים יוצאי דופן תתקיים התייעצות עם שלומית.

איך נדע לזהות שכדאי/שמתאים להפנות פונה לקשר התמיכה האימונית?

- המענים שקבל מיועצת המוקד לא מביאים להרגעה ולתחושת יכולת להתמודד
- הפונה מבטא רגשות שגורמים לסבל ולא נרגעים בקשר עם היועצת: כעס רב, כאב ועצב קיצוניים, פחד גדול, בלבול ומבוכה, חוסר אונים, בדידות, פגיעה במערכות היחסים עם החולה, או עם המשפחה והסביבה, או פגיעה בעבודה.
- הפונה בעצמו מבקש ומרגיש שזקוק לקיים שיחות ולקבל תמיכה מעבר לשירות של היועצת.
- כל הנ"ל כשיש התרשמות שמודבר באדם שביסודו בריא בנפשו ובעל יכולת התמודדות.

תהליך ההפניה: אם ברצונך להציע לפונה את התמיכה האימונית, בדוק עם שלומית זמינות

ואפשרות, אם כן - חזור והסבר לפונה מהו השירות והמסגרת שלו. אם מעוניין - חזור לשלומית.