

מערכי הדרכה

במסמך זה מוצגות דוגמאות של מערכי הדרכה בנושאי לחץ, משבר וחירום. ניתן, כמובן, להוסיף עליהם, לשנותם ולהתאימם לפי צרכי המסגרת. כל מערך כולל פירוט של יעדים ספציפיים, תכנים, מתודות מומלצות וסדר יום - מהלך ההנחייה.

אוכלוסיות ומטרות של הדרכה

אוכלוסיות יעד, שחשוב להדריך להתמודדות עם מצבי חירום¹ הן -

- הצוות המקצועי והטיפול
- אנשים עם מוגבלויות
- מתנדבים קבועים

מטרותיה של הדרכה להתמודדות עם מצבי לחץ, משבר וחירום הן -

חיזוק המסוגלות האישית תוך פיתוח כישורי התמודדות וחוסן נפשי

פיתוח עבודת צוות, תיאום ושיתוף פעולה במצבי לחץ, משבר וחירום

ההדרכה כוללת 3 נדבכים:

מודעות, הבנה ומידע: מה קורה במצב חירום? איך הדברים צריכים להתנהל?
אימון והתנסות: איך אנו חושבים, פועלים ומתפקדים במהלך סימולציה המתרגלת אירוע או תרחיש של מצב חירום?
מיומנויות וכלים: מה עלינו לדעת לעשות ובמה להשתמש בשעת חירום? אלו התנהגויות עלינו לאמץ?

¹ לתשומת הלב - המושג "מצב חירום" מתייחס לאירועי חירום חיצוניים למסגרות (מלחמה, אסון סביבתי, אסון טבע וכיו"ב) כמו-גם לאירועי חירום פנימיים - מהתפרצות של אלימות ועד אירוע חירום המתרחש בתוך המסגרת, כגון: חו"ח שריפה.

מערך הנחייה 1: בידיים שלך

אוכלוסיית היעד: אנשי הצוות ו/או מתנדבים קבועים.

יעדי ההנחיה:

• לברר תחושות ורגשות לגבי מצבי לחץ ומשבר.

משך הזמן: כשעה.

טכניקות מומלצות ותכנים:

עבודה בקבוצות קטנות על בסיס התבוננות בכרזות² (posters) שלהלן ותוך העזרות

בשאלות המנחות הבאות -

- מה אתה רואה בתמונה שלפניך?
- מה עושה הפרפר בידיים?
- מה עושות הידיים?
- מה עוד יכולות לעשות הידיים מעבר למה שרואים בתמונה?
- מיהו הפרפר בידיים?
- האם הפרפר יכול לעוף מתוך הידיים?
- מה יעזור לפרפר לעוף מתוך הידיים?
- מה מרגיש הפרפר כשהוא בתוך הידיים?
- מה מרגיש הפרפר כשהוא עף?
- מה יותר נעים לפרפר - להיות בתוך הידיים או לעוף?
- האם הפרפר יכול כל הזמן לעוף - או שהוא צריך גם את הידיים שיחזיקו בו?
- האם אתה רואה דמיון בינך לבין הפרפר, שבתמונה?
- במה אתה שונה מהפרפר?
- מה מסמל הבית, לדעתך?
- איך הבית נמצא בתוך הידיים?
- האם התמונה בכרזה מרמזת משהו לדעתך? למה היא מרמזת?
- למה מתכוונים בכתוב מתחת לתמונה?
- מה השוני בין כוח, יכולת והכל?
- מה אנחנו יכולים להבין משלוש הכרזות?

² הכרזות עוצבו בסטודיו Vary Design על ידי סמדר סגל-מילר - בהזמנת האגף לטיפול באדם עם פיגור שכלי.

• מה המסקנה שלנו בסוף הפעילות?

כרזה 1: הכוח בידיים שלך - לטפל ולתמוך בכל אדם



הכח בידיים שלך

לטפל ולתמוך בכל אדם

כרזה 2: היכולת בידיים שלך - להתגבר על כל קושי ולקדם



היכולת בידיים שלך

להתגבר על כל קושי ולקדם

כרזה 3: הכל בידיים שלך - לבנות בית חם וליהנות יחד מהתוצאה



**הכל
בידיים שלך**

לבנות בית חם וליהנות יחד מהתוצאה

מסמך זה הינו מתוך ערכת ההדרכה: התמודדות עם מצבי לחץ, משבר וחירום במסגרות לטיפול באדם עם מוגבלות שכלית, דר דליה ניסים, 2010.