

התערבות קבוצתית מקוונת ללימוד שיטות הרפיה ודמיון מודרך

אסותא רמת החייל



רעות רון¹, דר' ענת לרון², דר' רותי ברגר¹

¹מכון אסותא לחקר שירותי בריאות, אסותא מרכזים רפואיים, ²המערך לפסיכולוגיה רפואית, אסותא רמת החייל

רקע

הרפיה ודמיון מודרך הם כלים טיפוליים המשמשים להתמודדות מטופלים עם מצבי חולי שונים. ההשפעה של הרפיה ודמיון מודרך על חולים כרוניים באופן פרונטלי מוכחת. המערך הפסיכולוגי של בית החולים אסותא רמת החייל מציע שירותים של קבוצות הרפיה ודמיון מודרך. עם התפרצות מגפת הקורונה, כל הקבוצות הפרונטליות הופסקו והועברו למתכונת מקוונת.

מטרות

בחינת יעילותה של התערבות קבוצתית מקוונת הכוללת הרפיה ודמיון מודרך על מדדי חרדה, דיכאון, דחק, שביעות רצון ותפיסות לגבי טיפול מקוון בקרב מטופלי אונקולוגיה, פוריות (IVF) וכאב באסותא רמת החייל (לפני ואחרי ההתערבות)

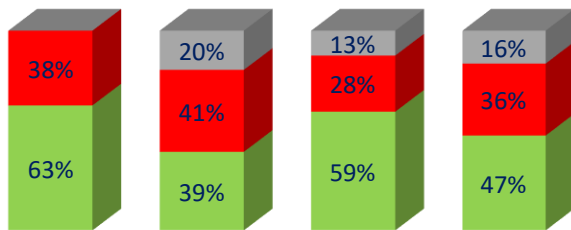
שיטות

- מחקר משולב שיטות בקרב 247 מטופלים אשר השתתפו ב-27 קבוצות מקוונות בין השנים 2020-2022
- הגיל הממוצע של המשתתפות עמד על 48 (27-83), 96% מהן נשים
- המשתתפות מילאו שאלונים מקוונים לפני ואחרי ההתערבות לגבי רמות דחק, חרדה ודיכאון (HADS, DASS, PSS)
- שתי קבוצות מיקוד התקיימו עם מנחי הקבוצות במהלך התקופה

תוצאות

תפיסת משתתפים לגבי טיפול מקוון

הציון נשאר זהה ■ הציון ירד ■ הציון עלה ■



המשתתפים כלל IVF אונקולוגיה כאב

תפיסות המטופלים

יתרונות וחסרונות

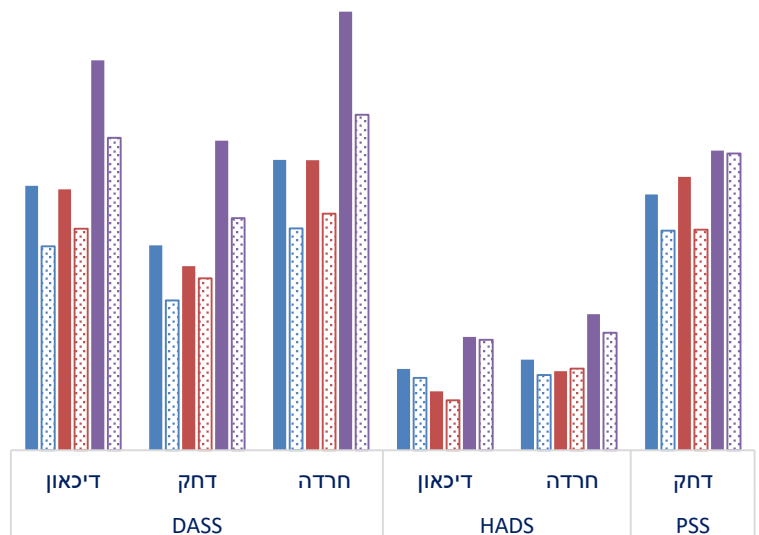
- זמינות ונוחות ההגעה
- תרגול בסביבה ביתית וטבעית
- יצירת "זמן לעצמי" בתוך הבית
- נוכחות קרוב משפחה כמשתתף עצמאי

קשיים ואתגרים

- בעיות חיבור ושמע
- מחסור באינטראקציות
- מחסור בנוכחות הגוף
- התרופפות המחויבות
- התחברות מכל מקום ולא מסטינג מתאים

מדדי לחץ, חרדה ודיכאון לפני ואחרי ההתערבות

אונקולוגיה לפני ■ אונקולוגיה אחרי ■ פוריות לפני ■ פוריות אחרי ■ מרפאת כאב לפני ■ מרפאת כאב אחרי ■



מסקנות

- ✓ הוכחה יעילותה של ההתערבות המקוונת בשיפור יכולות המטופלים בניהול דיכאון, לחץ וחרדה
- ✓ נמצאה שביעות רצון בקרב המטופלים מהשימוש במימד המקוון
- ✓ זוהו יתרונות וחסרונות לקיום הקבוצות באופן מקוון לעומת פרונטלי ושונות ביעילותן בין אוכלוסיות מטופלים שונות
- ✓ שאלון HADS לא מתאים לבחינת מדדים אלה באוכלוסייה שאינה מאושפזת