

מלחמת חרבות ברזל התמודדות רגשית ופיתוח חוסן בקרב עובדים בתקופת חירום ולחימה



אסנת קרני | מיכל בלום | מיכל פליישר | אורלי צוברי
אורית שושני-מירום | אלונית טל | קרן זמיר
השירות לעבודה סוציאלית, מאוחדת

רקע

השילוב של קבוצות חוסן תורם לשמירה על הבריאות והרווחה הנפשית של הצוותים, דבר המשפיע על איכות הטיפול אותו מעניקים בחירום ותורם ללכידות עבודת הצוות.

הטיפול בחוסן בעובדי מערכת הבריאות ע"י העו"ס, הינו נושא משמעותי בעקבות האתגרים הרבים בהם נתקלים העובדים במהלך עבודתם בשגרה. בחירום ומלחמה הצורך בטיפול בחוסן העובדים הופך להיות קריטי.

ממצאים

כ-30 קבוצות בכל מחוז שהונחו על ידי העו"ס, סה"כ כ-120 קבוצות למגוון אוכלוסיית עובדי מאוחדת: מנהלים, מתאמות שירות, מנהלות סיעוד, רופאים, טכנאיות אולטרסאונד, מקצועות הבריאות, היחידות לאשפוזי בית, בקרה, התפתחות הילד. העובדים דיווחו על שביעות רצון גבוהה וחשיבות קיום מפגשים אלו סמוך לאירועי ה-7.10.

מסקנות והמלצות

- עובדים שיתפו כי מפגשי החוסן תרמו להגברת העמידות הנפשית של העובדים, על ידי למידת כלים ואסטרטגיות להתמודדות עם לחץ.
- נצפתה ירידה בהיעדרויות עובדים לאחר התערבות עו"ס.
- מנהלים דיווחו על שיפור התקשורת והתפקוד הצוותי במצבי לחץ.
- יש לשקול התערבות שיטתית במצבי חירום לאומי.
- מומלץ לבדוק מחקרית את יעילות כל אחד ממרכיבי ההתערבות.

מטרה

- עיבוד רגשי, מענה בתנאי לחץ וחרדה ופיתוח תחושת חוסן.
- תחושת שייכות ויחד צוותי, חיזוק קשרים ושימור תפקוד
- הקניית כלים להתמודדות עם לחץ וחרדה
- זיהוי מוקדי מצוקה אצל משתתפי הקבוצות, מניעת תשישות החמלה וטראומטיזציה משנית

שיטות

- הנחיית מפגשים קבוצתיים חד פעמיים הכוללים שימוש בטכניקות מעולם המיינדפולנס וההרפיה וטכניקות טיפול מעולם ה-cbt. המפגש החל בהרפיה, שיתוף והתייחסות לעולה בקבוצה ומתן כלים ישימים לוויסות פסיכו-פיזיולוגי.
- הנחיית קבוצות בהתאם לבקשת ההנהלה ובהתאם לצרכים שעלו מהשטח.
- קיום מפגשי החוסן במספר ערוצים, ביניהם מפגשים פרונטליים במרפאות, פרטניים וקבוצתיים, מפגשים היברידים עם צוותים, מפגשי וובינר חוצי ארגון, בסמיכות לפרוץ המלחמה.