



רגע של שפיות

ניוזלטר לאחים ואחיות בבריאות הנפש

גיליון 1 | ספטמבר 2018 | תשרי תשע"ז

אחים ואחיות יקרים,

לקראת השנה החדשה הבאה עלינו לטובה, בחרנו להגיש לכם את הניוזלטר הראשון של העמותה לסייעוד פסיכיאטרי, בסימן של **הוקרה למקצוע שלנו**. כאן תוכלו למצוא מידע על המתחדש בפעילויות העמותה, הכנסים הקרובים, המלצות לקריאה מקצועית, סיפורים אישיים של אחים ואחיות ברחבי הארץ, ומפעם לפעם, גם כמה "טיפים" איך לשמור על חדוות העשייה המבורכת שלנו. קחו לכם כמה דקות להקדיש זמן לעצמכם - להרהר בהחלטות אותן תרצו ליישם השנה כדי להתפתח ולצמוח, ואל תשכחו לרגע את התרומה האדירה שלנו, הסייעוד, למערך בריאות הנפש בישראל!

אנו מאחלים לכם מקרב לב, שנה נהדרת, בטוחה ומלאה בחדוות עשייה! גלית לוי, יו"ר וחברי הוועד המנהל של העמותה לסייעוד פסיכיאטרי

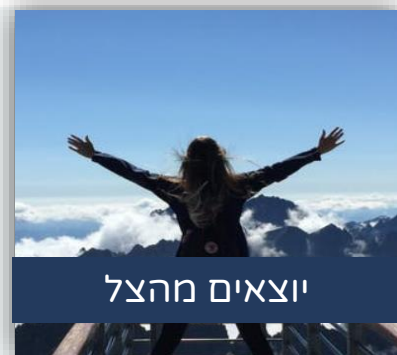
מקדמים את בטחוננו ומעמדנו המקצועי...

השנה הוחלט להתמקד בקידום נושאים שיבטיחו את בטחונם והתפתחותם המקצועית של האחים והאחיות ברחבי המוסדות בארץ. הנושאים מגוונים ונוגעים במרכיבים קריטיים להצלחה בתפקיד שלנו, כגון: מניעת אלימות ובטחון הצוות, בניית מודל אידיאלי למחלקה, הכנסת המקצוע לחוק הפסיכותרפיה, ומיתוג מעמדינו המקצועי בציבור. לקריאה נוספת אודות פעילויות העמותה - [לחץ/י כאן](#)



יוצאים מהצל! מפסיקים להתנצל....

אחים ואחיות בבריאות הנפש מרגישים לאחרונה כי התקשורת והרשתות החברתיות, עשו נזק לתדמית המקצוע. התחושה בקרב צוותי בתי החולים והקהילה היא שסייעוד בריאות הנפש הפסיק להיות מקצוע מועדף להתמחות בקרב סטודנטים. צוות היגוי חדש, בראשותה של חוה גואטה ממעלה הכרמל, לקח על עצמו למתג את המקצוע ולקדם תדמית חיובית בציבור. לקריאה נוספת - [לחץ/י כאן](#)



השנה משנים הרגלים לשמור על חדוות המחשבה...

עולם העבודה שלנו דורש מאתנו להתפתח מקצועית, להתעדכן בידע חדש, ולשמור על מהירות וחדוות המחשבה. בקיצור, לא רק ילדינו נדרשים להתחיל ללמוד השבוע, אלא גם אנחנו. אנו מזמינים אתכם, לקראת השנה החדשה, לפרגן לעצמכם דקה לתרגל את כושר המוח שלכם (brain fitness) עם טיפים מבית מדרשו של אנדרה וורמולן, ד"ר לחינוך ומומחה Neuro-Science מאוניברסיטת פרטוריה שבדרום אפריקה - [לחץ/י כאן](#)





רגע של שפיות

ניוזלטר לאחים ואחיות בבריאות הנפש

גיליון 1 | ספטמבר 2018 | תשרי תשע"ט

השנה תומכים טוב יותר בסטודנטים שלנו...

סטודנטים לסייעוד מוצאים עצמם לא פעם תחת לחץ רגשי לא פשוט, לנוכח הדרישות האקדמיות, הכלכליות והאישיות. חוקרים מאוניברסיטת צ'סטר בלונדון מצאו בקרבם רמות חרדה ודיכאון גבוהות יותר מאוכלוסיית הסטודנטים הכללית, ורמות נמוכות של מוכנות לגייס עזרה ותמיכה. חוסר המוכנות לגייס תמיכה נבע מהחשש לחשוף את מצוקתם כלא כשירים לתפקיד בעיני אחרים. לקריאה נוספת - [לחץ/י כאן](#)



מאמר

בכל שנה וגם בשנה הבאה, נציל חיים...

רחל רון, אחות מוסמכת ממרכז בריאות הנפש לב השרון, טיפלה לפני כחודש במטופלת אובדנית בת 24, אשר הגיעה למיון וסרבה להתאשפז. ביכולתיה המדהימות, בחמלה ומקצוענות, שיכנעה רחל את הצעירה להתאשפז ולקבל את הטיפול אותו היתה כל כך צריכה. נשמע פשוט? לקריאה נוספת - [לחץ/י כאן](#)



פינת ההוקרה

למה אנשים מצליחים? האם בגלל שהם חכמים?
או שהם רק ברי מזל? לא זה ולא זה...

האנליסט ריצ'ארד סנט ג'ון מתמצת בסרט של 3 דקות, שנים של מחקר אודות הסודות האמתיים של ההצלחה. צפו בסרטון ותופתעו לגלות מה חושבים 500 מהמצליחים בעולם, על סיבות ההצלחה שלהם. לצפייה בסרטון לחץ בלינק הבא (3:27 דקות) והפעל את הרמקולים.
[https://www.ted.com/talks/richard st john s 8 secrets of success](https://www.ted.com/talks/richard_st_john_s_8_secrets_of_success)



סרטון

למידה מעבר לגבולות...

עולמות בריאות הנפש עשירים בשלל כנסים בארץ ובעולם. לאחרונה הוקמה ועדה לקידום מחקר וקשרי חוץ, בראשות ג'ני סגלוביץ, מלב השרון, וואדים ליבוביץ' מגהה, אשר תעסוק באיתור דרכי למידה והתפתחות בארץ ובחו"ל. להלן מספר כנסים מתוכננים בתחום בריאות הנפש שעשויים לעניין אתכם. לרשימת הכנסים - [לחץ כאן](#)



כנסים



מקדמים את בטחוננו ומעמדינו המקצועי...



השנה הוחלט להתמקד בקידום נושאים שיבטיחו את בטחונם והתפתחותם המקצועית של האחים והאחיות ברחבי המוסדות והקהילה.

הנושאים מגוונים ונוגעים במרכיבים קריטיים להצלחה בתפקיד שלנו. להלן תמצית מפעילויות נציגי ועד המנהל והצוותים, נשמח אם תשתפו אותנו ברעיונות נוספים.

א. מניעת אלימות ובטחון הצוות – בניית מחלקה/מרפאה מתקדמת

- נציגות מהוועד המנהל של העמותה הצטרף לוועדת הבטיחות של משרד הבריאות, על מנת לקדם החלטות בנושאים קריטיים לסקטור שלנו. אנו נעדכן אתכם לגבי החלטות ונושאים שעלו בהמשך.
- בוצע סקר שבחן כיצד אחים ואחיות תופסים את בטחונם ומהן הצעותיהם לקידום הנושא.
- הוקם צוות לבניית "מחלקה ומרפאה אידיאלית" אליו יצורפו נציגים מסקטורים אחרים, על מנת לקדם מול משרד הבריאות סטנדרט מתאים לאופן בו צריכה להתנהל מחלקה ומרפאה אידיאלית, במערך הפסיכיאטרי. יצירת הסטנדרט נועד להגדיר מה אנחנו חושבים שצריך להיות מודל העבודה בנושאים, כגון: תמהיל כוח אדם מותאם לארצות OECD, סטנדרט supervision, נורמות ניהול, וכדומה.
- נשמח לקבל הצעות לקידום הנושא באמצעות המייל (ראו קישור בסוף העמוד). נא לייעד אותו למנהלי הנושא:

- מרינה קודיש, מנהלת המערך הפסיכיאטרי של בית החולים השיקומי שיבא.
- שרון בלו, אחות אחראית מחלקה סגורה א4' במרכז בריאות הנפש שער מנשה.
- ליאור עזימי, סגן מנהל הסיעוד, מרכז בריאות הנפש שלוותה.

ב. שילוב בוגרי/ות על בסיסי בסיעוד פסיכיאטרי עם הכשרת CBT בחוק הפסיכותרפיה

- בימים אלו הושלמה כתיבת נייר עמדה בנושא הכנסת אחים ואחיות בוגרי על בסיסי ו-CBT לחוק הפסיכותרפיה, המקודם בימים אלו בכנסת ישראל ע"י הפסיכולוגים הקליניים והעובדים הסוציאליים.
- נשמח לקבל התייחסות לקידום הנושא באמצעות המייל (ראו קישור בסוף העמוד). נא לייעד את המייל למנהלי הנושא מטעם העמותה:

- מאירה עידן – אחות אחראית מרפאת יפו.
- ואדים לייבוביץ' סגן מנהל הסיעוד במרכז בריאות הנפש גהה.

ג. מיתוג אחות בריאות הנפש – להרחבה בנושא זה ראו בסעיף "יוצאים מהצל" – [לחץ/י כאן](#)

מקדמים את בטחוננו ומעמדינו המקצועי...



ג. ערכה למנהל/ת בתחום שיפור חווית המטופל ובני משפחתו

בימים אלו הושלמה ערכה למנהל בבריאות הנפש, בנושא ניהול חווית המטופל ובני משפחתו. הערכה היא תוצר של צוות היגוי רב מקצועי שהתכנס במשך שנתיים בבתי חולים שונים, על מנת ללמוד את הנושא ולהגיש את המלצותיו בשלושה נושאי ליבה:

- העצמת המטופל ושיתופו בתכנית הטיפול.
- העצמת המשפחה ושיתופה בתכנית הטיפול.
- העצמת המטפל.

הקיט יועבר לחברי צוות ההיגוי שהיו שותפים לבנייה ולחברי ועד המנהל, להפצה במוסדות השונים החל מינואר 2019. אנו מודים לכל האנשים שלקחו חלק בבניית הערכה.

ה. Supervision לאחות בריאות הנפש

בשנת 2019 יאורגן קורס נוסף בתחום Supervision בשיתוף חטיבת בתי החולים במשרד הבריאות. בימים אלו נעשים מאמצים גדולים של הוועד המנהל לקדם תקצוב ייעודי של משרד הבריאות לטובת supervision לאחות בריאות הנפש במוסדות ובקהילה. אנו נמשיך לעדכן אתכם בנושא. נשמח לקבל התייחסות לקידם הנושא באמצעות המייל (ראו קישור בסוף העמוד). נא לייעד את המייל למנהלת הנושא מטעם העמותה:

- ג'ני סגלוביץ – מנהלת ההדרכה ופיתוח הצוות במרכז בריאות הנפש לב השרון.
- גלית לוי – סגנית מנהלת הסיעוד ויו"ר העמותה – מרכז בריאות הנפש לב השרון.

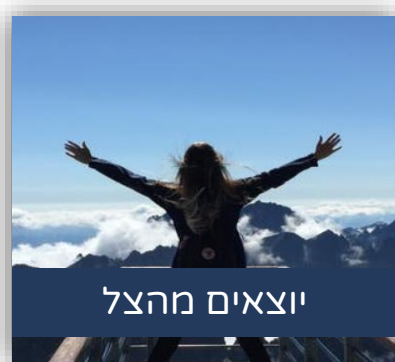
ו. חלוקת מלגות

אנו ממשיכים לחלק מלגות ללימודים. לקבלת מלגה אנ היכנסו לאתר העמותה בכתובת www.apni.co.il.

מזל טוב ואיחולי הצלחה לאיה ארבל!!!
אשר מונתה לכהן כמנהלת שירותי הסיעוד במרכז בריאות הנפש מזור.

תודה ענקית לכל פעילי העמותה, אשר מקדישים מזמנם ומרצם להצלחת הפעילות על גווניה!!!

יוצאים מהצל! מפסיקים להתנצל...



אחים ואחיות בבריאות הנפש מרגישים לאחרונה כי התקשורת והרשתות החברתיות, עשו נזק רב לתדמיתו של המקצוע. מרכזי בריאות הנפש משוועים לגיוס עובדים מקצועיים ואיכותיים, העומדים בפני אתגרי השעה.

צוות היגוי חדש, בראשותה של חוה גואטה, סגנית מנהלת הסיעוד במרכז הרפואי לבריאות הנפש מעלה הכרמל, פועל לקידום מיתוג המקצוע והפיכתו למקור משיכה עבור סטודנטים לסיעוד ואחים ואחיות איכותיים ממקצועות אחרים.

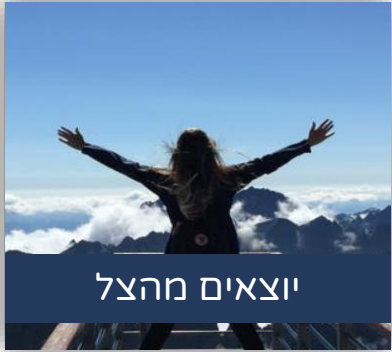
חברי הצוות שמו לעצמם למטרה לקדם את מעמד המקצועי של האחים והאחיות בבריאות הנפש על ידי יצירת תדמית חיובית בקרב הציבור, הפיכת המקצוע לאטרקטיבי ומושך מועמדים איכותיים, תוך תיחום והגדרה מובחנת ומבודלת של העשייה שלנו, מיתר מקצועות הסיעוד. כמו כן, שיפור וביסוס הדימוי המקצועי בקרב אחיות בריאות הנפש עצמן, תוך יצירת תחושה של גאוות יחידה.

בשלבי העבודה הראשונים, חברי הוועדה אספו מבתי חולים שונים אסוציאציות של אחים ואחיות המשקפות את האופן בו הם תופסים את המקצוע. לאחר מכן, נבנה שאלון מיתוג, בעזרתה האדיבה של חברת ועדת ההיגוי, אריאלה דגן, אחות בריאות נפש בגנה, אשר בעברה היתה מנהלת שיווק, ותרמה מהידע הקודם שלה למקצוע הסקר. הסקר בוצע במסגרת קבוצות מיקוד במרכזי הבריאות: מעלה הכרמל, באר יעקוב – נס ציונה, שער מנשה, לב השרון וגנה ובחן עמדות של אחים ואחיות בבריאות הנפש, סטודנטים לסיעוד וחברי צוות רב מקצועי.

בשאלה הראשונה התבקשו המשתתפים לבחור 5 מילים, מתוך הטבלה הבאה, המתארות באופן המיטבי ביותר את מקצוע סיעוד בריאות הנפש, כפי שהוא בפועל.

מקצוענות	חוסר ייחוד	אהבה למטופל	פריירת	משמעות	קבלת השונה
אלימות	אין גיבוי	שליחות	העצמה	כפיות טובה	קונפליקטים
הכל אפשרי	סייעת לרופא	גמישות	עובדות קשה	אמפטיה	לא מקצועי
תחנה סופית	נוקשות	כלבויניק	הכל קורה בזכותם	אומץ לב	אתגר
חוסר הערכה	ילד כפות	סגירות	חמלה	מסוכן	סבלנות
סיפוק	רגישות	כוננות	רגשי נחיתות	דאגה לצרכים	לב רחב
מסכנות חום	בלבול	עצמאות שחיקה	אחריות תסכול	ללא גבולות בלתי אפשרי	אקווריום

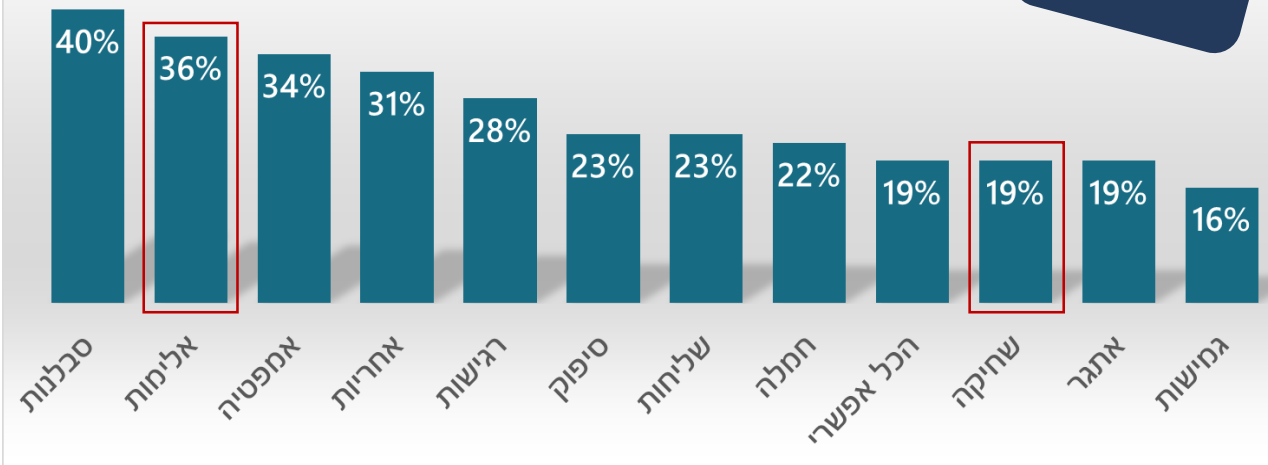
יוצאים מהצל! מפסיקים להתנצל...



הופתענו לגלות שהאסוציאציות השכיחות חיוביות במהותן, למעט המילים "אלימות" ו"שחיקה" שהופיעו בתדירות גבוהה, ומשקפות את המצב האמיתי שחווים אחים ואחיות במרכזי בריאות הנפש.

תפיסת המקצוע כפי שהוא בפועל כלל האוכלוסיה

המובילים

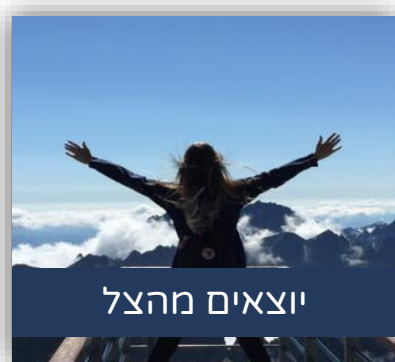


בשאלה השניה התבקשו המשתתפים לסמן מניעי בחירה והישארות במקצוע מתוך הרשימה הבאה:

הזדמנויות קידום	יחסים טובים בצוות הסייעוד	לא בחרתי, הגעתי ("התגלגלתי") במקרה / לא רוצה להישאר
נותן לי משמעות בתפקיד	הקשר עם המטופלים	מאפשר לי לטפל נפשית
באתי לנוח/אני אדיש תנו לי לנוח	יכולה להשפיע	אני משמעותי בצוות רב מקצועי
מקצוע מעניין	אוטונומיה בתפקיד	הוצבתי ע"י משרד הכריאות
אין הרבה עבודה פיזית	המלצת החברים	בגלל המדריכה
טיפול לאורך זמן	מת לעזוב	מאפשר ניהול טיפול
אני חשוב	מקשיבים לי	מאפשר התפתחות מקצועית
עצמאות בתפקיד	אין היררכיה	יחסים חמים בצוות-כמו משפחה
סקרנות	אני תקוע	יחס שוויוני בצוות הרב מקצועי
גיוון בתפקיד	פה יש לך קול	העדר micromanagement
לא הייתי מרוצה קודם/אני מאוד לא מרוצה	צורך בשליטה	נותן כישורי חיים
האדם מאחורי המחלה	מרחב גדול של עשייה	המרכיבים הפסיכולוגיים



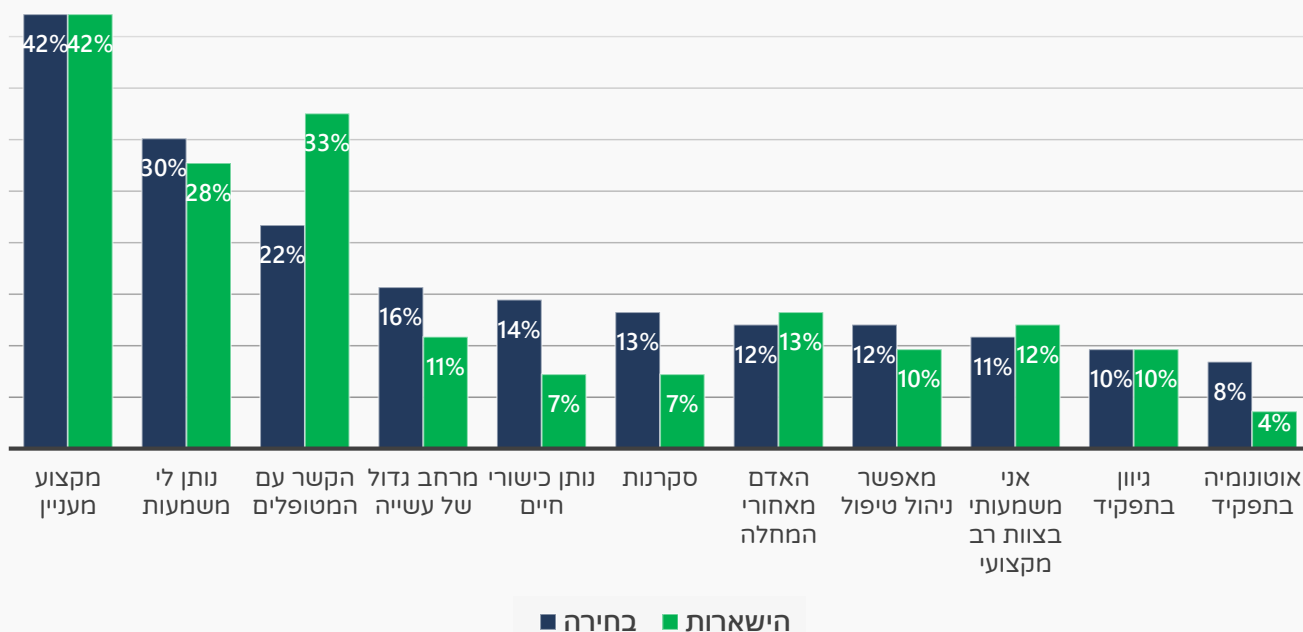
יוצאים מהצל! מפסיקים להתנצל...



יוצאים מהצל

נעים להיזכר שהסיבות האמיתיות שבגין אנחנו בוחרים להיות אחים ואחיות בבריאות הנפש, הינן העשייה המקצועית שלנו, המשמעות, הקשר עם המטופלים ומרחב העשייה.

סיבות בחירה לעסוק בסיעוד בריאות הנפש אל מול סיבות להישאר אחים/יות כלל האוכלוסיה



בימים אלו אנו שוקדים על קידום מעמד אחות בריאות הנפש במשרד הבריאות, בין היתר באמצעות הפקת סרט תדמית לרשתות החברתיות, כחלק מקמפיין הפרסום. הועדה תמשיך לדון במפגשים הבאים בתוצאות סקר המיתוג ובפתרונות השונים שהעמותה יכולה לקדם על מנת לשפר את מעמדם של האחים והאחיות בריאות הנפש בישראל.

אנו מודים לכל מי שענה על הסקר, ותודה ענקית לכל השותפים לצוות: שרון בלו, תמירה חפץ, מירי לויאה, גלית לוי, ג'ני סגלוביץ, ואריאלה דגן. נשמח לקבל מכם הערות, הארות, רעיונות, מאמרים וכל נושא שחשוב לכם לשתף בו (ראו לחיצה על לינק בתחתית העמוד) אנא ציינו לידי: חווה גואטה, סגנית מנהלת הסיעוד מעלה הכרמל.

בכל שנה, וגם בשנה הבאה נציל חיים.....



פינת ההוקרה



הכירו את רחל רון, אחות בבריאות הנפש מזה שנים רבות. עד לפני כמה שנים, עבדה רחל במרכז בריאות הנפש מעלה הכרמל, ולאחרונה עברה ללב השרון, בשל העתקת מקום מגורים. במקצועיותה, רגישותה הרבה, והיחס האכפתי שהיא מפגינה לאורך השנים כלפי מטופלים ובני משפחותיהם, היא הצליחה לפני חודש, להציל את חייה של נערה אובדנית בת 24. הנערה הגיעה למיון במצב קשה ושברירי, ולאחר שהרופא המליץ לה להתאשפז, היא סרבה ורצתה להשתחרר הביתה. בשל הכרותה האישית עם הנערה מאשפוזים קודמים, רחל התבקשה לסייע בשכנועה להעתר לטיפול ולהתאשפז. בדרכה הרכה ומסבירת הפנים, הצליחה רחל אט אט, להרגיע את הנערה, להקשיב לעצותיו של הרופא ולהישאר להמשך הטיפול. קרוב לודאי שמאמצים אלו הצילו את חייה.

כפי שאתם יודעים, מחיי היום היום, הסיפור של הנערה האובדנית היה יכול להיגמר לגמרי אחרת. בקרב נערות צעירות כמוה, הסיכוי שהן תבצענה ניסיון אובדני נוסף, יחד עם הסרבנות להתאשפז במצב קשה, הוא גדול. השילוב בין החמלה, הגישה המקצוענית והנשמה הגדולה, השזורים בתפיסת העבודה של רחל, מאפשרים לה ליצור רמת אמון מאוד גבוהה עם המטופלים, וזה מה שהופך אותה, בסופו של דבר, לאחות בריאות נפש מקצועית ומעולה.

הדבר המעניין העומד מאחורי סיפורה של רחל הוא, שעבודתנו כאחים ואחיות בבריאות הנפש מפגישה אותנו, חדשות לבקרים, בדיוק עם אותם "רגעי אמת" בהם המטופלים צריכים אותנו יותר מכל. זה מה שהופך את המקצוע שלנו לכל כך מעניין, בעל ערך ומשמעות.

זה אחד מהרבה סיפורים שמתרחשים מדי יום במסגרת העבודה בסיעוד בריאות הנפש. אלו "רגעי האמת הקטנים", שנסתרים פעמים רבות מן העין (ומהתקשורת), וזר לא יבין זאת.

נשמח לספורים נוספים. אנא הפנו את הסיפורים לצוות הוקרת האחות (בלינק הרשום מטה), לידי תמירה חפץ, מנהלת הסיעוד הפסיכיאטרי בקהילה – שרותי בריאות כללית וליאת לגזיאל, אחות בקרה במכבי שירותי בריאות.

דקה לעצמנו

חג שמח ושנה טובה מהועד המנהל של העמותה לסיעוד פסיכיאטרי
רוצה להאיר או להוסיף? מעוניין לחלוק אתנו מה מעניין אותך? ליצירת קשר לחץ כאן

השנה משנים הרגלים לשמור על חדות ומהירות המחשבה...



שיפור הביולטרליות תאפשר לכם לחשוב מהר וחד יותר
בני אדם אמורים להשתמש בכל אונות המוח כדי להפעיל את מרבית מיומנויות התנועה,
הראייה, השמיעה, ותיאום עין-יד. כאשר אנשים מתפקדים במצב דו-צדדי (בילטרלי), הם
מעבדים מידע באופן בו שתי ההמיספרות של המוח "מופעלות" בעת ובעונה אחת. זה
מאפשר לנו ללמוד ביתר קלות, ולעבוד בצורה מהירה וחכמה יותר.
זוכרים את תרגילי הקואורדינציה שהיינו מבצעים בשיעורי ההתעמלות בילדותינו? הפעלת
שתי הידיים, הרגליים, והעיניים בו זמנית והליכה יום יומית, משפרים את יכולתן של שתי
ההמיספרות במוח לפעול בו זמנית.

**7H15 M3554G3 53RV35 70 PR0V3 HoW oUR
MiND5 C4N Do 4M4Z1NG 7H1NG5!
1MPR3551V3 7H1NG5! 1N 7H3 B3G1NN1NG
17 WA5 H4RD BU7 NoW, oN 7H15 LIN3 YoUR
MiND 1S R34D1NG 1T 4U7oM471C4LLY
W17HoU7 3V3N 7H1NK1NG 4BoU7 17, B3
PRoUD! oNLY C3R741N P3oPL3 C4N R3AD
7H15.**



המלצה:

בצעו תרגיל להפעלת שתי
ההמיספרות כבר עכשיו,
קראו את הכתוב מצד שמאל,
הכי מהר שאתה יכולים....

המלצה:

בצעו תרגיל נוסף להפעלת שתי ההמיספרות.
הנח את האצבע של יד ימין על האף ואת
האצבע של יד שמאל על אוזן ימין, מחאו כף
והחלף את המצב כך שאצבע יד שמאל תיגע
באף ואצבע יד ימין באוזן. חזרו על הפעולה
לפחות 10 פעמים. אם תתרגלו מספר פעמים
ביום, תתרמו לשיפור כושר המוח שלכם.



השנה תומכים טוב יותר בסטודנטים שלנו....



סטודנטים לסיעוד מוצאים עצמם לא פעם תחת לחץ רגשי לא פשוט, לנוכח הדרישות האקדמיות, הכלכליות והאישיות במהלך הלימודים.

חוקרים מאוניברסיטת צ'סטר בלונדון מצאו בקרבם רמות חרדה ודיכאון גבוהות יותר, ורמות נמוכות של גיוס עזרה ותמיכה. הסיבה המרכזית עליה דיווחו לסיבה שהם אינם מקבלים תמיכה רגשית, היתה החשש לחשוף את מצוקתם ולהיתפש כלא כשירים בעיני אחרים.

מטרת המחקר היתה לבחון את רמות הלחץ הפסיכולוגי בו היו נתונים הסטודנטים בעזרת כלי מחקר אמפיריים וכמותיים, תוך עריכת השוואה לנורמות האוכלוסייה, ובחינה של מחסומים שעלולים למנוע, או לתמוך בגיוס עזרה.

לחץ פסיכולוגי הוגדר כמצב רגשי המאופיין בסימפטומים של חרדה ודיכאון. אוכלוסיית הסטודנטים חשופה לגורמי לחץ בשל גורמים כגון: היפרדות מהמשפחה, שינויים בקריירה, מגבלות כלכליות, והרצון להצליח בלימודים.

המחקר תומך במחקרים דומים אודות לחץ בתקופת לימודים, שנערכו בקרב סטודנטים, אלא שהפעם הוא התמקד באוכלוסיית האחים והאחיות. לחץ וחרדה עשויים להיות גורמים מעכבים בהישגי סטודנטים לסיעוד, וגורם משבש של מערכות יחסים צוותיות, בעיקר בשלב ההשתלמות המעשית.

שיטת המחקר: המחקר נערך בעזרת סקר בקרב 121 אחים ואחיות באוניברסיטת צ'סטר, מכל תחומי הסיעוד. הנתונים נותחו באמצעות סטטיסטיקה תיאורית, מבחן t עצמאי ו- ANOVA חד כיוונית.

ממצאים: הממצאים מראים רמות גבוהות של לחץ פסיכולוגי (מעל הממוצע באוכלוסייה) בקרב אוכלוסיית האחים והאחיות. המחסומים המרכזיים לגיוס עזרה במטרה להקל על הלחץ היו פחד מחשיפה וההשפעה שתהיה לחשיפה זו, על מידת ההתאמה שלהם לתפקד כאחים ואחיות.

לאנשי אקדמיה ואחים ואחיות מתחום בריאות הנפש עשוי להיות תפקיד תורם מרכזי בהקניית כלים להתמודדות עם תופעות הלחץ והחרדה, ובעידוד הסטודנטים להיחשף ולגייס עזרה.

לקריאת המאמר המלא תוכלו ללחוץ על הקישור הבא:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29509300>

על כותב המאמר: Dr Andrew E.P Mitchell הוא אח מוסמך ובפסיכולוג מוסמך. במסגרת הקריירה עבד Dr. Mitchell במחלקות פסיכיאטריות והתנסה בעבודה קלינית טיפולית. במסגרת עבודתו האקדמית הוא מתמחה בפסיכולוגיה קוגניטיבית וטיפול התנהגותי.

לומדים בישראל...



עולמות בריאות הנפש עשירים בשלל כנסים בארץ ובעולם. לאחרונה הוקמה ועדה לקידום מחקר וקשרי חוץ בראשות ג'ני סגלוביץ, מרכזת ההדרכה ופיתוח הצוות במרכז הרפואי לב השרון, וואדים ליבוביץ, סגן מנהלת הסיעוד במרכז בריאות הנפש גהה, אשר תעסוק באיתור דרכי למידה והתפתחות בארץ ובחו"ל. להלן מספר כנסים מתוכננים בתחום בריאות הנפש שעשויים לעניין אתכם.

- Cannx 2018 - הכינוס ה-3 הבינלאומי בנושא מריחואנה רפואית, 14-16.10.2018, ת"א.
- כנס אילס"ם השנתי 2018, 22-24.11.2018, מלון מלכת שבא, אילת.
- יום עיון: שינויים בחוק הכשרות המשפטית והאפוסטרופסות 5.9.2018, איכילוב, תל אביב
- יום עיון של ועדת האתיקה של איגוד הפסיכיאטריה בישראל 28.11.2018, ירושלים
- הסמינר השנתי של המרחב הקליני: הסמינר הראשון של לאקאן - "הכתבים הטכניים של פרויד", פורום תל אביב של השדה הלאקאניאני הבינלאומי, 30.10.18-14.5.19.
- Foulkes Lecture בישראל, הרצאתו של רובי פרידמן, מכון ישראלי לאנליזה קבוצתית בשיתוף עם העמותה להנחיה ולטיפול קבוצתי והפקולטה לניהול-אוניברסיטת ת"א. המכון הישראלי לאנליזה קבוצתית, ת"א, 6.9.2018.
- יום עיון בנושא "מחקר גנטי בפסיכיאטריה", 14.11.2018 במרכז האקדמי יפו תל אביב.
- כנס פסיכודה: בין בדידות לקהילה, הכנס של האיגוד הישראלי לקידום גישות פסיכולוגיות וחברתיות לפסיכודה (ע"ר) - , 16-17.12.2018, ISPS-IL מכללה האקדמית תל אביב-יפו.
- הכנס הבינלאומי השלישי בנושא אובדן, שכול וחוסן נפשי בחברה הישראלית ובעולם: עובדות, תובנות והשלכות, 14-17.1.2019, מלון מלכת שבא, אילת

כנס העמותה לסיעוד פסיכיאטרי
בחודש מאי 2019 יערך כנס של יומיים לחברי העמותה. אנו נעדכן אתכם בניוזלטר הבא אודות פרטי הכנס וההרשמה. מצפים לראותכם.

לומדים בחו"ל...



- 17th European Symposium Of Suicide & Suicidal Behaviour 2018, 05 Sep 2018 - 08 Sep 2018 • Ghent, Belgium
- RCPsych Faculty of Neuropsychiatry Annual Conference 2018, 13 Sep 2018 - 14 Sep 2018 • London, United Kingdom
- 9th Biennial Conference of the International Society for Affective Disorders and the Houston Mood Disorders Conference 2018 - September 20 - September 22, 2018, Houston, USA.
- European Society For The Study Of Personality Disorder 5th International Congress
- 27 Sep 2018 - 29 Sep 2018 • Sitges, Spain
- 17th WPA World Congress of Psychiatry 2018 – September 27-September 30, 2018, Santa Fe, Mexico.
- 41st International Association for Psychoanalytic Self Psychology Annual International Conference , 17 Oct 2018 - 20 Oct 2018 • Vienna, Austria.
- 2nd World Congress – World Association on Dual Disorders, 25 October 2018 – 27 October 2018, Florence, Italy.
- 29th Annual Meeting and Scientific Symposium – American Academy of Addiction Psychiatry, 3 December 2018 – 9 December 2018, Bonita Springs, Florida.

הנציגים שלי בעמותה חברי ועד המנהל



שם ותפקיד	טלפון	לחץ/י ליצירת קשר
פנינה ברבלק, מזכל"ת העמותה מרבה"נ לב השרון	050-6268269	penyb@lev-hasharon.co.il
גלית לוי, יו"ר העמותה מרבה"נ לב השרון	050-6267915	galitl@lev-hasharon.co.il
מאירה עידן, יו"ר הועדה המקצועית מרפאת יפו	050-6267915	Meira.Idan@mky.health.gov.il
ליאור עזימי, חבר ועדת בטחון האחים/ות מרבה"נ שלוותה	050-6265565	lioraz@clalit.org.il
שרון בלו, חברת ועדת בטחון ומיתוג אחים/ות, מרבה"נ שער מנשה	050-6265416	agamb5@gmail.com
מרינה קודיש, יו"ר ועדת בניית מודל מח' פסיכיאטרית מתקדמת, מרבה"נ שיבא	052-6666508	Marina.Kodish@sheba.health.gov.il
תמירה חפץ, יו"ר ועדת הוקרת האחים/ות שרותי בריאות כללית	050-6260497	thefetz@clalit.org.il
ליאת לגזיאל, חברת ועדת הוקרת האחות	052-6500937	lagziel_l@mac.org.il
ודים לייבוביץ, חבר ועדת מחקר, כנסים וקשרי חוץ	050-7277119	vleibovich@clalit.org.il
ג'ני סגלוביץ, יו"ר ועדת מחקר, כנסים וקשרי חוץ ואחראית ניוזלטר מרבה"נ לב השרון	050-6267937	jennys@lev-hasharon.co.il
יבגני ורובל, גזבר העמותה מרבה"נ לב השרון	050-6267948	vrubell@013net.net
רותי לוי, חברת ועד מנהל מרבה"נ באר שבע	050-6267652	ruti.levi@pbsh.health.gov.il
עמרן גאבר, חבר ועד מנהל מרבה"נ כפר שאול איתנים	052-6600290	jaberamran@yahoo.com
מזי חן, חברת ועד מנהל מרבה"נ מעלה הכרמל	050-6265141	Mazi.chen@psmh.health.gov.il
ויינשטיין אמליה, חברת ועד מנהל מרבה"נ אברבנאל	052-8728024	emilia.vainshtein-yavor@moh.health.gov.il