

## סילבוס הכשרת מאמנים

### חולה כמאמן לאיכות חיים

\*\*\*\*מפגש הינו 4 שעות אקדמיות

מס' מפגש	נושאי לימוד
1	<p><b>מפגשים אישיים :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ שיחת מיקוד עם המאמן, תיאום ציפיות ,</li> <li>✓ העלאת דילמות והגדרת יעדים</li> </ul>
2	<p><b>פתיח כללי, ציפיות למבנה התהליך (הטמעה אישית + שיקוף):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ מהו אימון,</li> <li>✓ מיהו מנהל משברים רפואיים?</li> <li>✓ מי קהל היעד?</li> <li>✓ מה הציפיות ממנו?</li> <li>✓ מה הציפיות שלו?</li> <li>✓ מה נילמד בקורס (מעבר מפורט על הסיליבוס),</li> <li>✓ מטרת התהליך האישי,</li> <li>✓ רף המנהיגות האישי, 5 כללי המיון האישי (כולל תהליך ציונים אישי) ושיתוף.</li> </ul>
3	<p><b>תהליך "אחד על החדר" :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ במהלכו יגדיר כל משתתף דילמה ברורה לתהליך (הגדרה מטרה אישית והגדרת מטרה מקצועית המתייחסת למנהל משברים רפואיים).</li> </ul>
4	<p><b>הבהרת ציפיות למבנה התהליך וזיהוי הרגלים:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ היידגר,</li> <li>✓ תובנת ארגז כלים,</li> <li>✓ צדקנות,</li> <li>✓ מגדלור,</li> <li>✓ כללים לקבוצה.</li> </ul>

<p><b>כיצד ליצור תהליך של איכות חיים והתמדה בהתמודדות עם המחלה:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ עקרון המעורבות,</li> <li>✓ קיום הסכמים,</li> <li>✓ עקרון הצמיחה</li> </ul>	5
<p><b>בניית תוכנית חזון:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ התמקדות בבניית תוכנית אישית לסטודנטים.</li> <li>✓ הצבת מטרה אישית / משפחתית ארוכת טווח</li> <li>✓ יצירת הגדרות עשייה (משתנות וקבועות), זיהוי "מקור העוצמה" לתהליך.</li> <li>✓ בניית תוכנית חזון למאומן (לחולה/ משפחתו) המטרה: התמודדות טובה יותר עם המחלה (כפי שהמאומן מגדיר אותה)</li> </ul> <p>* שעורי בית – דו"ח שבועי קבוע.</p>	6
<p><b>מפגש משולב:</b></p> <p><b>חלק א'</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ סבב עשייה שבועי + שיחת הצלחות ודילמות.</li> <li>✓ המשך מטרות והגדרות עשייה.</li> </ul> <p><b>חלק ב'</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ סיפור אישי של חולה</li> </ul>	7
<p><b>מפגש מקצועי:</b></p> <p><b>משרד הבריאות:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>מבנה מערכת הבריאות בישראל</b> – כיצד היא בנויה, מי העומדים בראשה, מה הם יחסי הגומלין בין בתי החולים לקופות החולים, בתי חולים פרטים, רפואה פרטית כן/לא.</li> <li>✓ <b>מבנה משרד הבריאות</b> - כללים ותקנות .</li> </ul>	8
<p><b>מפגש "מקורבן לאחראי"</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ סבב עשייה שבועי + שיחת הצלחות ודילמות.</li> <li>✓ <b>"מטריצת אחריות"</b> - כיצד אני נוטל אחריות על איכות חיי.</li> </ul>	9

<p>✓ <b>בניית מבנה אחריות אישית:</b> הקנית דפוסי התנהלות המבוססים על פתרונות ולא על בעיות או האשמות. חיזוק היוזמה האישית לעשייה, מעורבות ואחריות.</p> <p>✓ עבודה פרטנית על מטריצת אחריות + דוגמאות מהחדר.</p> <p>✓ כיצד לבנות למאומן מבנה אחריות אישית.</p> <p>ש. ב בניית מטריצת אחריות אישית לכל סטודנט</p>	
<p><b>מפגש מקצועי:</b></p> <p>✓ <b>מקור הסמכות של המלווה-</b> אינסטרומט משפטי – יפוי כח [ של מי ? החולה? המשפחה? ]</p>	10
<p>✓ סבב שיתופים</p> <p>✓ שבעיות – עבודה אימונית על דילמה בקבוצות של 7 משתתפים.</p> <p>✓ הקשבה איכותית, מה היא?</p> <p>✓ סימולציות</p> <p>✓ Buddies איתור "שותפי לתהליך", יצירת אמנת שותפים, הבהרת ציפיות לגבי אימון בית עם השותף לתהליך: כל משתתף יתבקש להתישב, ליד האדם עימו הוא עדיין לא התחבר/קשה לו מולו/הכי מאתגר אותו. מעתה הם מאמנים אחד של השני, כל שבוע נפגשים שעה: כל אחד מקבל חצי שעה אימון שבועי מהפרטנר שלו עד סוף ההכשרה.</p>	11
<p><b>מפגש מקצועי:</b></p> <p><b>הבטים חוקיים:</b></p> <p>✓ חוק זכויות החולה</p> <p>✓ זכויות משפחת החולה</p> <p>✓ ביטוח לאומי,</p> <p>✓ חוק בריאות ממלכתית,</p> <p>✓ פסיקות של בתי משפט הקשורות לנושא</p>	12

<p>✓ <b>תהליך פידבק קבוצתי</b>- תהליך clearing : הסבר מקדים אודות משמעות מתן פידבק נקי ומצמיח, התהליך עצמו, התערבות בחדר, כל אחד פונה לאחר בחדר, "זיהיתי לגביך ש... ", האחר רק מקשיב, ממישכים להתערבב, התהליך מסתיים רק כשכולם סיימו לפגוש את כולם.</p> <p>✓ שבעיות-כנל</p> <p><b><u>כלים תקשורתיים :</u></b></p> <p>✓ ניהול איכותי של אינטראקציה, מטריצת אינטראקציה (מלא).</p> <p>✓ גירויי תגובה</p>	<p>13</p>
<p><b><u>כלים תקשורתיים :</u></b></p> <p>✓ יח"צ – מסר מקדים לאמירה שלי, הכנה של האדם לקבלת מסר לא פופולרי</p> <p>✓ טיפול באכזבות + חמש הצעדים לטיפול בדעה שונה</p> <p>✓ עבודה בקבוצות קטנות- "תהליך תשאול איכותי",</p> <p>✓ סימולציות</p> <p>✓ שיתופים</p> <p>✓ שבעיות</p>	<p>14</p>
<p><b><u>מפגש משולב</u></b></p> <p><b>חלק א'</b></p> <p>✓ שיתופים</p> <p>✓ שבעיות</p> <p>✓ מטריצת סדר עדיפויות – אני הופך להיות מנהל הזמן שלי במקום שהזמן ינהל אותי.</p> <p>✓ הקשר לניהול הזמן של אדם החולה במחלה כרונית</p> <p><b><u>חלק ב'- מקצועי:</u></b></p> <p>✓ <b>איתור חומר רפואי ברשת</b> - פורומים, מחקרים וכו...??</p>	<p>15</p>

<p><b><u>מפגש הכנה לפרקטיקום:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ הצגה עצמית,</li> <li>✓ פרזנטציה (מפגש הכרות) + מבנה פרזנטציה</li> <li>✓ כיצד לשווק את עצמי</li> <li>✓ פניה למתאמנים</li> <li>✓ ש.ב הכנת הצגה עצמית ושיחת הכרות</li> </ul>	16
<p><b><u>מפגש הכנה לפני תחילת פרקטיקום :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ הסבר פרקטיקום,</li> <li>✓ הצגת דוחות פרקטיקום.</li> <li>✓ הצגת לוג אימוני</li> <li>✓ סימולציות – הכנה למפגש ראשון</li> </ul>	17
<p><b><u>תחילת פרקטיקום:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ שיתופים</li> <li>✓ דילמות פרקטיקום</li> <li>✓ הקשר תוכן, אימון "הקשר תוכן" בזוגות, אימון שיחות תשאול בזוגות</li> <li>✓ סימולציות</li> </ul>	18
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ דילמות פרקטיקום</li> <li>✓ שביעיות</li> <li>✓ עקרון השרות- זיהוי מערכות יחסים בחיי וכיצד הן משרתות אותי ומקדמות אותי.</li> <li>✓ "מטריצת ניהול סכסוך"</li> </ul>	19
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ סבב אישי</li> <li>✓ דילמות והצלחות בפרקטיקום</li> </ul>	



✓ "מה אני שם במרכז חיי"	20
הכנה למבחן	21
מבחן מסכם	22
סיכום תהליך ומסקנות אישיות.	23

