

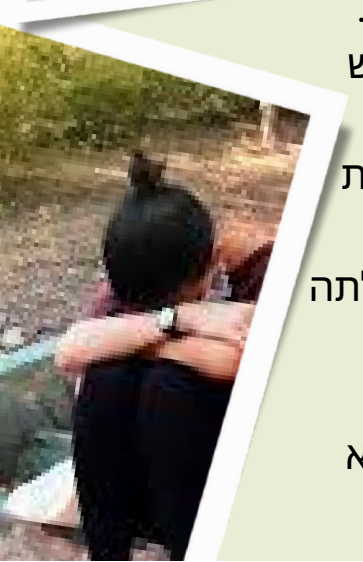
שלום לכולם,

נראה שלא עבר זמן רב מאז תחילת השנה והנה אנחנו כבר במחציתה. זהו זמן מצוין לעצירה והתבוננות, במה שעבר, במה שלפנינו ובמה שצפוי להגיע. אנחנו נמצאים במערכות החינוך, פוגשים הורים, ילדים וצוותים, שומעים על קשיים, מנסים לסייע, אבל כשאנחנו מרימים מעט את מבטינו, אנחנו רואים שעבודתנו מתקיימת על רקע ספיחי מחלת הקורונה, מתחים פוליטיים ודתיים והתרחשויות אלימות בין אזרחים בחיי היום יום.

כפסיכולוגים חינוכיים, הידיעה שילדים גדלים בסביבה בה הם חשופים לקוצר רוח, חוסר הקשבה ולעיתים גם אלימות, עלולה לעיתים לשתק. עולות בנו שאלות מתסכלות לגבי היכולת שלנו לפעול למען שינוי חיובי, כאשר עולם המבוגרים כל כך סוער ולא מווסת. חשוב שנהיה מודעים לכך שאירועי אלימות קשים מפגישים גם אותנו עם תחושות קשות, שעלולות להיות לעיתים אף מטלטלות, במיוחד אם הם קשורים לעמדות וזהויות אישיות שלנו. מחקרים מראים כי מאז הקורונה ישנה עליה משמעותית בשכיחות של אלימות קיצונית בקרב ילדים ובני נוער, כפי שבוודאי גם אתם מזהים בעבודתכם השוטפת. בנוסף, התפרסמו בתקשורת מספר מקרים קשים ביותר, ביניהם גם מקרי רצח.

רצוי לזכור כי למרות המורכבות, יש לנו, הפסיכולוגים החינוכיים, יכולת ואמצעים לסייע גם במקרים של בעיות התנהגות, מתוך נקודת המבט הייחודית שלנו, המשלבת ידע פרטני וידע מערכתית, כלים אבחוניים וטיפוליים. מודל "פתאום איזון", שפותח בשפ"י, על ידי אורנה קרשטיין, מדגים כיצד שימוש בעקרונות בסיסיים, המוכרים לנו מעבודתנו כפסיכולוגים חינוכיים, מסייע במקרים של התנהגות תוקפנית ואלימה. מדובר בעקרונות כדוגמת: ידע תאורטי, יכולת לאינטגרציה, העלאה למודעות, קשיבות והכלה. מול אלימות אין פתרונות קסם, אך חזרה אל הכלים המקצועיים שלנו ושימוש בהם, ממלאת בחוויה של מסוגלות, אל מול תחושות ראשוניות של בהלה ורתיעה. לכך יש לצרף את מבנה העבודה הצוותית שלנו, שמסייע לנו לא להיות לבד ומעניק מסגרת להתייעצות ולתמיכה.

במחוז שלנו פועלת גם קבוצה מחוזית של רכזי תחום מניעת אלימות, בהובלתה של מירב קציר, שמעמיקה בידע מקצועי ומהווה מקום להיוועצות. עוד על ההתמודדות עם בעיות אלימות, כולל דגש על טיפול באלימות בגישת DBT תוכלו לראות **בהרצאה המוקלטת** מתוך מפגש הלמידה הארצי בנושא **ובמצגת** המלווה אותה.



ניוזלטר מחוז ירושלים

מספר עדכונים על הנעשה במחוז:

התמחות והדרכה

מאז צמצום שנות ההתמחות לארבע שנים, אנחנו רואים עליה משמעותית במספר המתמחים הניגשים למבחן במועדים השונים. במחוז שלנו ניגשו 63 פסיכולוגים למבחן ההתמחות בשנת 2022. מנהלי השירותים הפסיכולוגיים וצוותי המדריכים, עושים מאמצים ניכרים להכין את המתמחים באופן מיטבי למבחני ההתמחות.

בשנתיים האחרונות מוקדשים מפגשי הלמידה המחוזיים של המדריכים בשפ"חים, להיכרות מעמיקה יותר עם מבחני ההתמחות ולהתמקדות בשילוב שבין תהליכי הדרכה לבין ידע תאורטי. מפגש המדריכים הראשון שהתקיים השנה כלל שיתוף בסימולציה פתוחה, שעוררה דיון ער בין המשתתפים, ואילו המפגש השני עסק בלמידה של מתווה של הדרכה על עבודה מערכתית, בהובלת הפורום המערכתי של שפ"ח ירושלים. בהקשר זה כדאי להזכיר כי סיום ההתמחות הינו שלב משמעותי בחיי פסיכולוגים ופסיכולוגיות, אך הוא גם רק שלב ראשוני והכרחי בדרך להתפתחות והתמקצעות, בתוך מגוון האפשרויות הקיימות כיום בשפ"חים.

מאגר תוכניות

בשעה טובה הושלם דף התוכניות בתוך אתר השירותים הפסיכולוגיים החינוכיים של מחוז ירושלים. הדף יתעדכן מעת לעת ויצגי את התוכניות הקיימות בשפ"חים במחוז, על פי קבוצות גיל וקהל יעד. ניתן יהיה לפנות לאנשי הקשר הרלוונטיים בכל שפ"ח, לקבל מידע על התוכנית ולבדוק את התנאים הדרושים להפעלתה. תודה למפתחי התוכניות, למנהלי השפ"ח ולרכזת המדיה המחוזית, שלומית פוגל יעקבי, על השיתוף וההתגייסות למשימה.

כניסה לדף כאן. מומלץ להיכנס ממחשב על מנת לראות קבצים מצורפים.

אירועים קרובים

ביום ב', 20.3.23, יתקיים יום עיון מחוזי. יום העיון יוקדש לזכרה של רנה לוי ז"ל, סגנית מנהלת שפ"ח ירושלים ומדריכה במספר שפ"חים במחוז. יום העיון, שיתקיים במשכנות שאננים, תוכנן בשיתוף משפחתה של רנה ויתמקד בעולם המופלא של הקשר בין מוח ופסיכולוגיה.

להתראות,

אורית כהן, פסיכולוגית מחוזית

