



המוסד לביטוח לאומי  
אגף הקרנות - קרן מפעלים מיוחדים  
ירושלים, טבת התשע"ה, ינואר 2015



## "מדברים בעד עצמם": סגור עצמי לאוכלוסיית נפגעי נפש

ד"ר ברברה רוזנשטיין, ענבל ברגר





המוסד לביטוח לאומי  
אגף הקרנות - קרן מפעלים מיוחדים

## "מדברים בעד עצמם": סגור עצמי לאוכלוסיית נפגעי נפש

ד"ר ברברה רוזנשטיין, ענבל ברגר

מפעלים מיוחדים **156**

ירושלים, טבת התשע"ה, ינואר 2015

[www.btl.gov.il](http://www.btl.gov.il)

פרסום זה יוצא לאור בסיוע  
מינהל המחקר והתכנון  
של המוסד לביטוח לאומי.

## פתח דבר

אנו שמחים להגיש לעיונכם דוח מסכם את המפעל המיוחד **סנגור עצמי לאוכלוסיות בוגרים צעירים נפגעי נפש – מדברים בעד עצמם**. התוכנית הוצעה ופותחה על ידי המרכז לטכנולוגיה חינוכית (מט"ח), והיא מתבססת על תוכנית דומה שהפעיל מט"ח במסגרות של משרד החינוך עם אוכלוסיות מגוונות.

התוכנית פעלה בשנים 2009-2011 בשיתוף השירות לשיקום באגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות והיא נועדה לספק ידע וכלים לצוותים מקצועיים ולנפגעי נפש במסגרות שיקום מגוונות. היא התקבלה במסגרת "קול קורא" שפורסם ב-2006 על ידי הקרן למפעלים מיוחדים במוסד לביטוח לאומי, שהתמקד בפיתוח התערבויות שיקום והחלמה של נפגעי נפש. עם סיומה שולבה כקורס בתוכנית הלימודים הקבועה של בית ספר לשיקום המופעל במימון משרד הבריאות.

סנגור עצמי מעניק לאדם כלים להשמיע את קולו, לדבר בעד עצמו ולהציג את האינטרסים שלו בפני הזולת. הוא מתבסס על התיאוריה של **לקיחת אחריות האדם על הישגיו וכישלונותיו**, ומטרתו לחולל שינוי באופן שבו נפגעי הנפש מקבלים החלטות בנוגע לחייהם. בקורס, שכלל 26 מפגשים, השתתפו כ-200 מתמודדים מ-35 מסגרות שיקום שונות. ליוו אותם 65 מנחים, שהשתתפו ב-11 מפגשים של השתלמויות.

המחקר המלווה, שנעשה במקצועיות ובמסירות בידי ד"ר ברברה רוזנשטיין וגבי ענבל ברגר, מראה שיעדי התוכנית בקרב המנחים והמתמודדים הושגו הן בטווח הקצר והן בטווח הארוך יותר: מודעות המתמודדים לשימוש בכלי הסנגור במימוש זכויותיהם עלתה, תחושת הביטחון העצמי שלהם התחזקה, ורבים הצליחו לעשות שינויים בתעסוקה, בלימודים או בדירור.

את התוכנית ליוותה ועדת היגוי בין-משרדית רחבה שקבעה את עקרונותיה והתנהלותה, וכיועצות שימשו ד"ר נעמי הדס לידור ופרופ' לאה קוזמינסקי. מר יחיאל שרשבסקי, לשעבר הממונה על שיקום נפגעי הנפש במשרד הבריאות, וגבי רונית דודאי, הממונה היום, דאגו לשיתוף פעולה ולכוח אדם נוסף של משרד הבריאות.

גבי עופרה רזאל וגבי דינה סלע ממט"ח הובילו את פיתוח התוכנית ואת יישומה בשטח, וגבי כרמלה קורש אבלגון, סגנית מנהלת הקרן למפעלים מיוחדים, ריכזה את התוכנית מטעם הקרן.

תודתנו לכל השותפים בארגונים וליועצים, ותודה מיוחדת לכל המנחים והמתמודדים שאפשרו את הפעלתה ואת המחקר המלווה.

אנו מקווים שהניסוי והמחקר בעקבותיו יתרמו להתפתחותה וליישומה במוסדות ובקהילה הרחבה.

עו"ד יצחק סבטו  
מנהל קרנות ביטוח לאומי

שרית מוראי  
מנהלת הקרן

## חברי ועדת ההיגוי

המוסד לביטוח לאומי  
הקרן למפעלים מיוחדים

גב' שרית בייץ, מנהלת  
גב' כרמלה קורש, סגנית מנהלת

האגף לבריאות הנפש, משרד הבריאות

מר יחיאל שושבסקי, ממונה שיקום ארצי  
גב' רונית דודאי, מנהלת תחום תעסוקה  
ד"ר ורד בלוש-קליינמן, מנהלת תחום הכשרה,

הדרכה והטמעת מודלים

גב' סיגל מאוטנר, מדריכה

יועצים ד"ר נעמי הדס-לידור, מרכזת תחום השיקום  
בבריאות הנפש, החוג לריפוי בעיסוק, אוניברסיטת תל  
אביב

פרופ' לאה קוזמינסקי, נשיאה, המכללה האקדמית ע"ש  
קיי, באר שבע

מטח

גב' עפרה רזאל, מנהלת תחום צרכים מיוחדים, מטח  
גב' דינה סלע, פיתוח וכתובה  
גב' גילי פרימרמן, פיתוח וכתובה

מחקר מלווה

ד"ר ברברה רוזנשטיין, חוקרת  
גב' ענבל שוורץ, עוזרת מחקר

## תקציר

מאז שנחקק חוק שיקום נכי הנפש בקהילה, התש"ס-2000, מערכת בריאות הנפש במדינת ישראל נמצאת בתהליך של שינוי מגישה פטרנליסטית לגישה המעודדת אוטונומיה ובחירה. עד כה היו המטופלים תלויים לחלוטין במערכת, הן בבחירת הטיפול הרפואי הן לקיומם. שינוי זה דורש מהם, לראשונה, להיות עצמאים ומעורבים יותר בהחלטות אשר נוגעות בכל היבט בחייהם. כתוצאה מכך, התעוררו בעיות רבות ומורכבות. הקרן למפעלים מיוחדים של ביטוח לאומי הוציאה בשנת 2006 "קול קורא" להגשת הצעות לפתרון עבור בעיות אלו. ההצעה לתכנית "סנגור עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש" של המרכז לטכנולוגיה חינוכית (מטח) התקבלה והפרויקט יצא לפועל בשנת 2008. דוח זה מסכם את שלוש השנים של הפיילוט של תכנית זו.

לתכנית סנגור עצמי "מתמודדים מדברים בעד עצמם" שלושה מעגלים: מטפלים, מטופלים ומערכות שיקום. מטרתיה העיקריות הן להשפיע לטובה על התפקוד היום-יומי של בוגרים צעירים נכי נפש, לשפר את תפקודם, ביטחונם העצמי ואיכות חייהם, להעלות את מודעותם לזכויותיהם, וכן לשפר את יכולתם להציג את עצמם. מטח הפעיל את התכנית כשירות לאוכלוסייה המיועדת בשיתוף פעולה עם הקרן למפעלים מיוחדים, ביטוח לאומי והאגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות. הפיילוט החל באוקטובר 2008 והסתיים ביוני 2011.

### ממצאים עיקריים

הממצאים מוצגים על פי התיאוריה של התכנית, שנגזרה מהמודל הלוגי שבנינו עם צוות התכנית. לפי התיאוריה, אם עובדי בריאות הנפש ילמדו את התיאוריה והפרקטיקה של הסנגור העצמי, הם יוכלו להעביר ידע זה למשתקמים שבטיפולם. המשתקמים יוכלו להשתמש בכלי הסנגור העצמי ובידע שצברו על מנת לשפר את הדימוי העצמי ואת היכולת לתפקד ולנהל חיים חברתיים עצמאיים ובריאים.

תפוקות התכנית, בזמן ביצוע הפרויקט ובקיץ 2012, שנה לאחר שהסתיים הפיילוט, מתוארות בטבלה:

## תפוקות התכנית 2008–2012

37	מספר המסגרות השיקומיות שבהן התקיימו קורסים
65	מספר המנחים שסיימו את ההשתלמות
187	מספר המשתקמים שסיימו את הקורס
54	מספר המדריכים הבכירים שעברו השתלמות קצרה
6	מספר המסגרות שבהן התקיימו קורסי המשך
13	מספר המסגרות שבהן נפתחו קורסים חדשים
3	מספר המסגרות שבהן צפויים להיפתח קורסים חדשים (אחד מהם בראשותו של משתקם שעבר את הקורס)
	פרסום
	תשתית מוכנה לקורסים חדשים
	מדריך הפעלה: "מדברים בעד עצמם"
	אתר "מדברים בעד עצמם" <a href="http://www.cet.ac.il/singurim">www.cet.ac.il/singurim</a> ובו מאגר משאבים: מאמרים, פעילויות, הפעלות, קישורים, טפסים ופורום לשימוש המדריכים והסטודנטים
	חומר לימוד, תרגומים לערבית ולרוסית, משובים מכל המסגרות לגבי כל השיעורים בקורס

תפוקות אלה משקפות את תוצאות התכנית. התוצאות מתוארות גם בטבלה מטה. בעמודה הימנית מצוינות מטרות התכנית, מחולקות לפי טווחים – הקצר, הבינוני והארוך. בעמודות האחרות מצוינת מידת השגתן בקרב האוכלוסיות שהשתתפו בתכנית (מנחים, משתקמים והמערכת). מספר הסימנים מסמל את המידה שבה הושגה המטרה על פי השאלונים (מידה רבה, בינונית, נמוכה), ועל פי הדוגמאות שהביאו.

חשוב לציין לגבי הסעיף "שינוי בהתנהגות", כי כמה מהמנחים חשבו שלא היה צורך בשינוי משום שהם פעלו בעבר בהתאם לעקרונות הסנגור, ולכן מידת השינוי בסעיף זה פחותה. התוצאות הן:



## תוצאות התכנית

טווח	מנחים	משתקמים (סטודנטים)	מערכת
<b>קצר</b>			
עליית המודעות לאפשרות לפעול אחרת	√√	√√	√
למידת הכלי סגור עצמי	√√√	√√	
בקיאות בשימוש בכלי הסגור	√√√	√√	
שינוי בחשיבה	√√	√√√	√
<b>בינוני</b>			
שימוש בסגור עצמי באופן יום-יומי	√√	√	
שינוי בהתנהגות	√	√√	√
הפצת הרעיון סגור עצמי במסגרת העבודה	√√√	√√	√
קבלה השינויים המתרחשים בעקבות השימוש בסגור			
עצמי ועידודם	√√	√√	√
הכללת קורס סגור בבית הספר הארצי להכשרה,			
הדרכה והטמעת התערבויות שיקומיות מקדמות			
החלמה בבריאות הנפש			√√
<b>ארוך</b>			
המשך ארגון קורסים למשתקמים ולצוותים במסגרות			
העבודה של המנחים	√√	√	√
שינוי לטובה בחייהם המקצועיים והאישיים עקב שימוש			
בסגור עצמי	√√√	√√	√
הפנמה של עקרונות הסגור העצמי והטמעתם	√√√	√√	√√*

\* בית הספר הארצי להכשרה, הדרכה והטמעת התערבויות שיקומיות מקדמות החלמה בבריאות הנפש שילב בתכנית הלימודים שלו קורס להכשרה, הדרכה והטמעה של התערבות לסגור עצמי לפי המודל של הפיילוט.

## מסקנות

בכל המסגרות הפנימו המשתקמים את עקרונות הסגור העצמי ויישמו אותם. השימוש במודל הסגור נחלק על-פי נמעניו. מרבית המקרים שהזכירו המנחים והמשתקמים התרחשו במקומות העבודה ובמקומות ציבוריים. נמצא כי כאשר המשתקמים גרים בבית משפחתם, הם משתמשים בסגור גם ביחסיהם עם בני משפחתם, ואף מלמדים אותם את עקרונות הסגור. לעתים משתמשים המשתקמים בסגור מול הרופאים והפסיכיאטרים שלהם, בדרך כלל בסיוע רשת התמיכה שלהם (עובדים סוציאליים בעיקר).

הוזכרו גם מקרים שבהם השימוש בסגור לא השיג את המטרה. משתקמת אחת סיפרה כי חשה גאווה על שניסתה להשתמש במודל בשעת הצורך, אף שהדבר לא צלח. נמצא כי לאחר התכנית:

- א. עלתה מודעות המשתתפים לזכויותיהם.
- ב. עלתה תחושת הביטחון העצמי של המשתתפים, ועמה יכולתם לבטא את עצמם.
- ג. המשתתפים משתמשים בסגור העצמי כדי לממש את זכויותיהם.
- ד. בעקבות התכנית הצליחו כמה מהמשתתפים לערוך שינויים של ממש בחייהם האישיים: לזכות בקידום במקום העבודה, להשתלב בלימודים ולשפר את תנאי מגוריהם (למשל מעבר מהוסטל לדיור מוגן או מדיור מוגן לדיור עצמאי).

צוות ההערכה הבחין במאפיינים חשובים המאפשרים לנבא הצלחה בתכנית לפי כמה תנאים עיקריים הקשורים לסוג המסגרת, לגישת המנחים ולמסוגלות של המשתקם:

- א. מסגרת שיקומית יציבה, כגון מועדון תעסוקתי, מועדון חברתי פעיל ויציב, ובייחוד מפעל מוגן שבו ה"קהל שבוי", שרמתם התפקודית של המשתקמים בו גבוהה והמקום תומך. חשיבות מיוחדת יש לנכונות מצד המפעל להקדיש שעות עבודה לשיעורי הקורס. מסגרת כזו מבטאת תמיכה ואמון ביכולתם של המשתקמים.
- ב. מקום נגיש ונוח לקיים בו שיעורים.
- ג. מנחים המתאפיינים באנרגיה חיובית, בהתלהבות ובדבקות לנושא הסגור העצמי.
- ד. צוות וסביבה תומכים ופתוחים לשינויים ולדרישות החדשות המוצבות למשתקמים.
- ה. משתקמים בעלי מוטיבציה ויכולת תפקוד גבוהה.
- ו. מסגרת המעסיקה מדריכה בכירה המכירה ומעודדת סגור עצמי.

באוגוסט 2012 נערך מעקב לבחינת הצלחת התכנית. 22 מסגרות השיבו על השאלון. 14 מהן דיווחו על הצלחת התכנית המבוססת על דרגת שימוש גבוהה בסגור עצמי בקרב המשתקמים. כל 14 המסגרות הללו התאפיינו בתנאים שהוצגו לעיל. בכך נמצאה הלימה בין שכיחות המאפיינים לבין הצלחת התכנית (ראו טבלה בנספח).

## המלצות

לאור הממצאים והמסקנות אנו ממליצים על ארבעה צעדים;

- א. להמשיך את התכנית במסגרות השיקום המתאימות למאפיינים אלה;
- ב. להמשיך ללמד צוותים שיקומיים את הקורס סנגור עצמי במתכונת מצומצמת של הפיילוט;
- ג. לשלב את עקרונות הסנגור בלימודים ובהכשרה לעובדי שיקום: עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק ומדריכי שיקום, כדי להטמיעם בכל חלקי המערכת;
- ד. לקדם ככל האפשר תנאים המעודדים את הצלחת התכנית.

ראוי לציין כי לתכנית סנגור עצמי "מתמודדים מדברים בעד עצמם" ערך רב, והיא השפיעה לחיוב על רוב משתתפיה: המנחים, צוות מסגרות השיקום וביחוד על המשתקמים עצמם. נראה כי התכנית מעודדת את המשתקמים להשתתף באופן פעיל יותר בהחלטות אשר נוגעות לחייהם, וכך מקדמת את יישומו של חוק השיקום הקורא לשלב את נפגעי הנפש בקהילה כאזרחים שווי ערך.



## תוכן העניינים

1	מבוא
3	רקע תיאורטי
5	תיאור התכנית ומרכיביה
6	המחקר – מתודולוגיה
10	ממצאים
10	תשומות
12	תפוקות
15	תוצאות
18	מסקנות והמלצות
19	מקורות
21	נספחים
	מתמודדים מדברים בעד עצמם! השתלמות מדריכים המפעילים את פרויקט הסנגור העצמי למתמודדים עם לקות נפשית להפעלה במסגרות שיקומיות
24	סיפורים מהשדה
27	שאלונים
32	סנגור עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש 2008-2012 – המודל הלוגי

### רשימת לוחות ותרשימים

2	תרשים 1	התפתחות התכנית 2008-2012
11	תרשים 2	הלימה בין הצלחה לבין מאפיינים
12	לוח 1	תפוקות התכנית – 2008-2012
14	לוח 2	רשימת המסגרות שהשתתפו בפיילוט 2008-2012
15	לוח 3	תוצאות התכנית – 2008-2012
16	לוח 4	הטמעת התכנית במערכות
17	תרשים 3	תשובות לשאלון מעקב



## מבוא

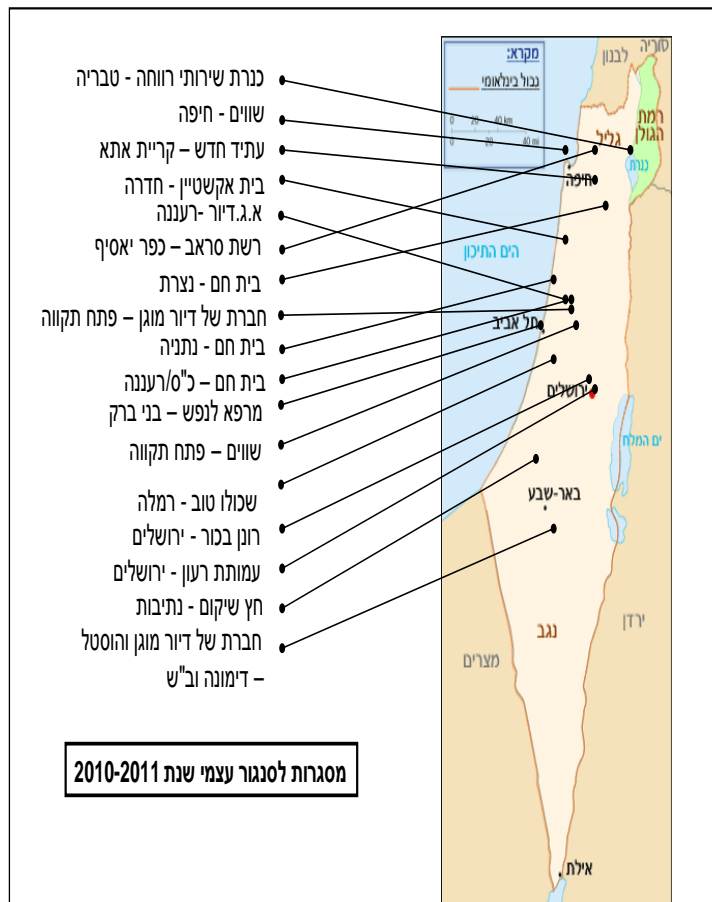
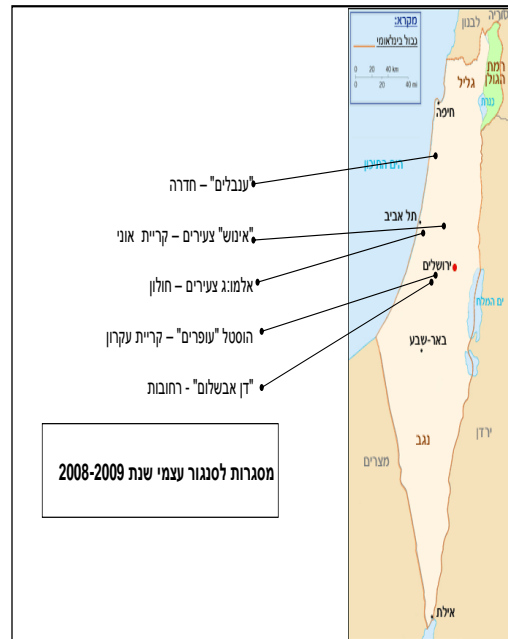
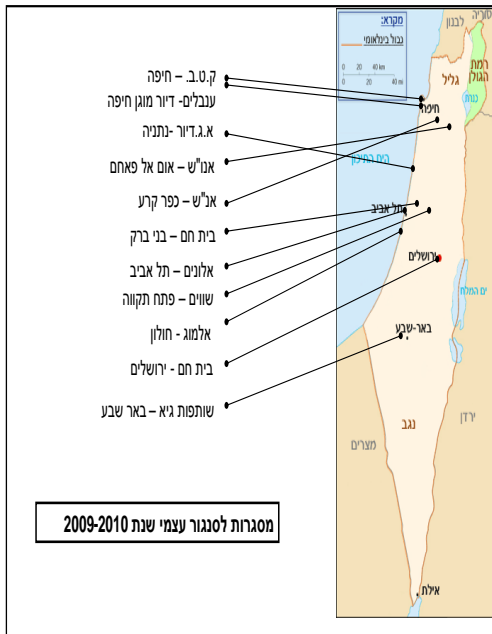
דוח זה מסכם את שלוש שנות הפיילוט של התכנית סנגור עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש ("מתמודדים מדברים בעד עצמם"). לדוח כמה חלקים: רקע תיאורטי על אודות שיקום נכי נפש; תיאוריית הסנגור העצמי; שיטות מחקר ההערכה; תיאור התכנית ומרכיביה, ויישומה והשלכותיה, בייחוד היבטים של התמדה ושל הטמעת הסנגור במערכת בריאות הנפש. הדוח אף מציג מאפיינים או תנאי יסוד המסייעים בחיזוי הצלחתה של התכנית, הן אצל מנחי התכנית, הן אצל הצעירים נפגעי הנפש (להלן המשתקמים).

לתכנית סנגור עצמי "מתמודדים מדברים בעד עצמם" שלושה מעגלים: מטפלים, מטופלים ומערכות שיקום. התכנית ניתנת כשירות לאוכלוסיית הבוגרים הצעירים נפגעי הנפש כדי להביא לשיפור בתפקוד, ביטחון עצמי ואיכות חיים. מטרות נוספות הן העלאת המודעות בזכויות, שיפור בדימוי העצמי וכן היכולת לייצג את עצמם. את התכנית מתקצבים הקרן למפעלים מיוחדים, ביטוח לאומי ומשרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש. הפיילוט החל באוקטובר 2008 והסתיים ביוני 2011. דוח זה מציג את הפיילוט כמכלול, על כל היבטיו, עד אוגוסט 2012.

בשלוש השנים של הפיילוט הופעלה התכנית ב-33 מסגרות שיקומיות ברחבי הארץ. בתכנית השתתפו 269 משתקמים (בני 18-40), ו-65 מנחים הנחלקים באופן שווה בין עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק ומדריכי שיקום. את המסגרות מפעילים 23 יזמים. ראוי לציין כי כיום מציע האגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות קרוב ל-500 שירותים שיקומיים המנוהלים באמצעות 300 מלכ"רים ויזמים.

בתרשים 1 מוצגת פריסת המסגרות על פי שנת הפעילות. אפשר לראות כי התכנית הופעלה בכל רחבי הארץ ובמגוון מגזרים, בהם המגזר הערבי והמגזר החרדי. מספר המסגרות היה קטן מהמתוכנן בשל הנסיבות בשטח, שעליהן יפורט בהמשך.

**תרשים 1 – התפתחות התכנית 2008–2012**





## רקע תיאורי

הטיפול באוכלוסיית הבוגרים הצעירים נכי הנפש השתנה מאוד בעשורים האחרונים. עיקר השינוי התרחש במוקד ההתייחסות לטיפול – ממוסדות סגורים ומבודדים אל הקהילה (אבירם, 2010). שינוי זה מתבטא בחוק שיקום נכי הנפש בקהילה התשי"ס – 2000, המכיר בזכותם של אנשים עם נכות נפשית להשתלב בחיי הקהילה ומעביר את נטל הטיפול ואת האחריות מצוותי בתי החולים לשירותי השיקום בקהילה (כגון מדריכי שיקום, עובדים סוציאליים וכדומה). כתוצאה מכך, מספר האנשים העוסקים בשיקום בקהילה (מדריכי שיקום, עובדים סוציאליים וכדומה) גדל פי ארבע בעשור האחרון (שם). לשינוי זה השלכות נרחבות, משום שהוא אינו משנה רק את אופי הטיפול, אלא גם מחייב שינוי של ממש בגישה כלפי המטופלים, הן מטעם מספקי השירותים, הן מטעם האוכלוסייה המיועדת.

עקרונות השיקום מחייבים לאפשר למשתקמים להשתתף בהחלטות לגבי הטיפול שהם מקבלים, כדי שיחוו עצמם לראשונה כשווי זכויות וכשווי ערך לאוכלוסייה (שרשבסקי, 2006). כדי לעודד את השינוי, על אנשי המקצוע, פסיכיאטרים, אנשי צוות ועובדים סוציאליים, לוותר על שליטתם המוחלטת בסוג הטיפול ולהעביר אותה למקבל השירות עצמו (שרשבסקי, 2006), על אף הסתייגותם. ואכן, חוק השיקום עודד את המעבר ההדרגתי של המערכת לבריאות הנפש מגישה פטרנליסטית לגישה המעודדת אוטונומיה ובחירה. ספקי שירותי השיקום, שקבעו בעבר את הטיפול, היו ליועצים, מסייעים, או מתאמי טיפול המתווכים בין הרופאים לבין המשתקמים. לשם כך נזקקו ספקי השירות להכשרה מקצועית ייחודית לתחום השיקום, משום שלעתים קרובות חסרים המשתקמים את הכישורים, הידע והיכולת לדרוש את זכויותיהם.

עוד, ספקי השירות מתקשים להגיע לכל הזכאים לשירותיהם, משום שהמגורים השיקומיים מפוזרים ומגוונים. קשה לא פחות למחפשי השירות (המשתקמים) לקבל מידע על אודות שירותים אלו ועל זכאותם להם, משום שלשם כך נדרשות יוזמה ואסרטיביות. בשל כל הקשיים הללו נדרשה תכנית התערבות שתלמד את המשתקמים להתגבר על אתגרים אלו.

על פי הצעתו של המרכז לטכנולוגיה חינוכית (2007), תכנית התערבות להקניית יכולת הסנגור העצמי "תסייע למתמודדים לקבל את עצמם, להיאבק בסטיגמה הקשורה להפרעה הנפשית שלהם, לייצג את עצמם בצורה הולמת ואפקטיבית בתוך המסגרות שהם נמצאים בהן ומחוצה להן, ולהקל על השתלבותם בקהילה".

המונח "סנגור עצמי" שייך לתחום התיאוריה של הכוונה עצמית, המתייחסת לנכונות של אדם לקחת אחריות על מטרותיו האישיות, על הישגיו ועל כישלונותיו (Deci & Ryan, 2000). תנועות לסנגור עצמי של אנשים עם מוגבלויות קוגניטיביות החלו לצמוח בשנות השבעים בארצות הברית (קוזמינסקי, 2004). ב-25 השנים האחרונות המשיכה התנועה לצבור תנופה, והקבוצות לסנגור עצמי גדלו. בשנת 1984 לדוגמה, העריכו ברווינג, תורין ורודס (Browning, Thorin, & Rhodes) כי בארצות הברית יש 152 קבוצות סנגור עצמי, שבהן משולבים כ-5,000 אנשים עם מוגבלויות.

בשנת 1991 נוסד ארגון ארצי בשם Self-Advocates Becoming Empowered, הפועל לאיגוד קבוצות בודדות כדי לקדם את תנועת הסנגור העצמי ברמה הארצית (Miller & Keys, 1996). בשנת 1994 דיווח לונגהארסט (Longhurst, 1994) שב-43 ממדינות ארצות הברית מצויות 500 קבוצות סנגור עצמי, ובהן כ-11,600 אנשים עם מוגבלויות. לונגהארסט זיהה גם 15 ארגוני סנגור עצמי שסייעו בתקשורת בין הקבוצות והעלו את המודעות לסנגור עצמי במדינה (Miller & Keys, 1996).

ברוינג (Browning, 1997) הגדיר סנגור עצמי בתור

...מאמצים שמבצעים יחידים לדבר עבור ולפעול בעד עצמם, לקבל החלטות ולהשפיע על מצבים המשפיעים על חייהם, ולהגיע לדרגה הגבוהה ביותר של עצמאות שאליה הם יכולים להגיע. בפשטות, זהו עניין של אדם המביע את ההעדפות והאינטרסים שלו, קביעת היעדים שלו, מיפוי תכניותיו והשגת המשאבים הדרושים למטרתו (עמוד 334).

בישראל מובילה פרופ' לאה קוזמינסקי את תחום הסנגור העצמי. ספרה, **מדברים בעד עצמם**, משמש בהצלחה רבה מדריך להשתלמויות ולקורסים בקרב אוכלוסיות יעד מסוימות. המרכז לטכנולוגיה חינוכית (מטח) עוסק מזה כמה שנים בנושא הסנגור העצמי ומפעיל תכניות בכל הארץ. את תכניתם המרכזית, "בדרך אל עצמי", פיתחו יחד מטח ושפ"י עבור תלמידים עם לקויות למידה. תכניות אחרות לסנגור עצמי שמפעילה מטח הן "להשמיע את קולי", עבור תלמידים עם לקויות שמיעה, ו"לייצג את עצמי", עבור נוער בסיכון המצוי במסגרות מפתן. על פי קוזמינסקי,

סנגור עצמי הוא פעולה באמצעותה האדם מדבר בעד עצמו ומייצג את האינטרסים שלו בפני הזולת. במהלך הסנגור העצמי הוא משמיע את קולו, מגן על זכויותיו ומבטיח שיסופקו לו השירותים המתאימים במערכות חיי השונות, כגון: משפחה, חינוך ותעסוקה (בתוך סלע, ד', תכנית לסנגור עצמי – מדריך הפעלה, 2010, עמ' 7).

על כן, תכנית פיילוט של סנגור עצמי לבוגרים צעירים נכי נפש התאימה לצורך שהעלה החוק – לעודד שינוי בהתנהגותם של המשתקמים באמצעות מתן ידע וכלים המאפשרים להם להשתתף בקבלת ההחלטות הנוגעות לחייהם.

בשנת 2008 אישרה הקרן למפעלים מיוחדים בביטוח לאומי את הצעתו של המרכז לטכנולוגיה חינוכית להפעיל עם האגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות ובליטוי של מחקר הערכה, פיילוט לתכנית לסנגור עצמי במשך שלוש שנים.

## תיאור התכנית ומרכיביה

התכנית מורכבת משני נדבכים: מנחים ומשתקמים. את ההשתלמות בנושא הסנגור העצמי עוברים המנחים במטח, ואילו המשתקמים – במסגרות השיקומיות שאליהן הם שייכים. האגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות גייס את צוותי ההנחיה בציפייה שלאחר שתסתיים התכנית יוכלו המנחים להמשיך לפעול למען התמדה בשימוש בסנגור העצמי בשטח ולהטמעתו. לשם כך גויסו שני מנחים מכל מסגרת: איש מקצוע (עובד סוציאלי או מרפא בעיסוק) ומדריך שיקומי (ראוי לציין כי המנחים יוצאים להשתלמות על חשבון היזם המעסיק).

בהשתלמות לומדים המנחים את עקרונות הסנגור העצמי, תיאוריות שונות, בהן הכוונה עצמית, פסיכולוגיה חיובית, זכויות אדם וסל שיקום. מודל הסנגור, העומד בבסיסה של ההשתלמות, מגדיר שלושה היגדים מרכזיים: אמירה חיובית, תיאור הקושי והצעות לדרכי פעולה. את ההיגדים מתרגלים המשתלמים באמצעות סימולציות של מצבים מְזמני סנגור. המנחים לומדים גם הנחיית קבוצות, הפעלות וסדנאות, ומגוון שיטות הנחייה. לקראת סיום השליש הראשון של ההשתלמות נדרשים המנחים לפתוח קבוצות סנגור עצמי למשתקמים במקומות העבודה שלהם. המנחים מעבירים את הקורס על פי סילבוס שפיתח לשם כך צוות המורכב מנציגי מטח והאגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות, בליווי של יועצים אקדמיים, פרופ' לאה קוזמינסקי וד"ר נעמי הדס-לידור (ראו סילבוס בנספחים).

בהשתלמות המנחים 11 מפגשים, ובהם הרצאות והפעלות חווייתיות. לצד המרכיבים הפרונטאליים בהשתלמות, פיתחו במטח אתר אינטרנט חדשני וייחודי למשתתפי התכנית. לאתר הקורס כמה תפקידים: (א) מאגר משאבים למנחים, ובו מערכי שיעור, חומרי העשרה, רעיונות להפעלות יצירתיות, מאמרים וקישורים למקורות מידע שימושיים בתחום בריאות הנפש וזכויות האדם; (ב) המנחים נדרשים לכתוב משובים לאחר כל מפגש עם הסטודנטים, ולהעלותם לאתר הקורס. משובים אלה משקפים את הנעשה בשטח, וצוות ההשתלמות הגיב למשובים באתר וכך קידם דיון בין משתתפי הקורס; (ג) פרום מנחים המשמש כלי תקשורת בין המנחים לצוות המעביר את התכנית ובין המנחים לבין עצמם. ראוי לציין שאפשר להפעיל פרום למשתקמים, אפשרות שלא מומשה בפילוט משום שלמעט במסגרת אחת, אין מחשבים במסגרות השיקום. לצד ההשתלמות והנחיית הקבוצות, מנחי התכנית היו אמורים לשתף את שאר אנשי הצוות במסגרת השיקומית שלהם בתכני התכנית כדי לשלב את נושא הסנגור בשיח המקצועי במקום וליצור שפה משותפת.

בקורס המשתקמים 26 מפגשים והוא מתקיים במסגרות השיקומיות שבהן נמצאים המשתקמים (הוסטל, מועדון חברתי, מפעל מוגן וכדומה). לכל שיעור יש מערך מובנה. חלקו הראשון אחיד, ואילו לחלק הפעילות מוצעות שתי אפשרויות: עם מחשב ובלעדיו. בפילוט, רק במסגרת אחת התקיים קורס שלם עם מחשבים כחלק מובנה של הקורס.

קורס המשתקמים עוסק בזכויות וחובות, במודל הסנגור העצמי, בסנגור במסגרת, בסנגור אישי ובסנגור קבוצתי. צוות המנחים בחר בכל מסגרת את המשתתפים בקורס וגייס אותם. האגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות בחר אילו מסגרות שיקומיות ישתתפו בתכנית. במהלך הפיילוט, ועל סמך הניסיון בשטח, הוגברו הדרישות למחויבות מהמסגרות ומהמנחים – המנחים חויבו לפתוח קבוצה שנייה לאחר סיום הקורס הראשון. אף על פי כן, רק כמה מסגרות קיימו קורס שני, זאת בשל מגוון סיבות – התפרקות המסגרת, החלפת צוותים, הכנסת תכניות אחרות ועוד.

כפי שציינו בדוח הביניים בדצמבר 2009, כתוצאה מחשיבה משותפת ומשיפור בהטמעת התכנית במסגרות, מנהלת תחום הכשרה, הדרכה והטמעת מודלים בשירותי בריאות הנפש במשרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש, די"ר ורד בלוש, הציעה לשלב את פורום המדריכים הבכירים שלה בתכנית. בשנה השנייה של התכנית התקיימה השתלמות בת ארבעה מפגשים למדריכי השיקום הבכירים בנושא סנגור עצמי. בשנה השלישית נערכו למדריכי השיקום הבכירים שני מפגשים מרוכזים בנושא.

## המחקר – מתודולוגיה

שתי מטרות להערכה: לשמש משאב למפתחי התכנית ולבדוק את הצלחתה. גם להצלחה שני חלקים: שינוי מחשבתי והתנהגותי בקרב משתתפי הפיילוט, ושינוי תפיסתי ארצי של מפעילי התכנית – משרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש.

אלו הן מטרות התכנית ביחס למשתקמים, על פי מגישה, המרכז לטכנולוגיה חינוכית:

- א. העלאת המודעות העצמית של המשתקמים לקשייהם וליכולותיהם.
- ב. הכרת זכויותיהם בהוסטל, במקום העבודה, במשפחה ובחברה הקרובה והכללית: ידע כיצד לרתום את משאבי הקהילה לקידום כפרטים וכקבוצה.
- ג. לימוד יכולת של סנגור עצמי – היכולת לייצג את עצמם, את צורכיהם ואת זכויותיהם: שיפור במיומנויות חברתיות-תקשורתיות, יכולת התארגנות לשם סנגור קבוצתי.
- ד. העלאת הדימוי העצמי והביטחון העצמי.

מטרות התכנית ביחס למסגרות שבהן פעלה התכנית:

- א. התמקצעות של צוותי ההדרכה במסגרת השיקומית.
- ב. הכשרת צוותי הדרכה בנושא הסנגור והחדרת נושא הסנגור לשיח המסגרות השיקומיות.
- ג. שילוב נושא הסנגור העצמי בתכניות העבודה השיקומיות.
- ד. שילוב נושא הסנגור העצמי כחלק מתכני הלימוד במסגרות החינוכיות.

בדוח זה בדקנו האם מטרות אלו הושגו וכיצד. מממצאי המחקר בשלוש השנים האחרונות עולה שמבין המטרות המתייחסות למשתקמים, מטרות א ו-ב – עליית המודעות לקשייהם, ליכולותיהם ולזכויותיהם, היו בנות-הגשמה יותר מאשר מטרות ג ו-ד – בניית יכולת תפקודית הדורשת תרגול רב ורמת מיומנות גבוהה יותר. אף על פי כן, חלק מהמשתתפים השיגו גם מטרות אלו. בנוגע למטרות ביחס למסגרות, יש לציין כי בתחילה הציע צוות מטח להרחיב את שיתוף הפעולה כך שלא ייכלל בו רק משרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש, אלא גם משרד החינוך. בשל שאיפה זו נקבעו לתכנית מטרות אופרטיביות המתאימות למסגרות חינוכיות יציבות, כמו בית ספר. אולם בסופו של דבר משרד החינוך לא היה מעורב, ובמסגרות השיקומיות תחלופת אנשי הצוות, ההדרכה והמשתקמים עצמם, גבוהה ושכיחה. ראוי להוסיף כי אף שזהו שיתוף פעולה ראשון מסוגו בין משרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש, לבין מטח, שיתוף הפעולה הניב פרי ושני הצדדים דיווחו על למידה הדדית ועל שביעות רצונם.

צוות ההערכה פעל על-פי שני מישורי הערכה: הערכה מעצבת והערכה מסכמת. שאלות ההערכה המעצבת:

- א. כיצד מתקדמת בניית התכנית? אילו אתגרים ניצבים בדרך?
- ב. האם ובאיזו מידה התכנית מתאימה לאוכלוסיות היעד?
- ג. מהי מידת השרידות של התכנית?

- ד. מהי רמת השיתוף של המשתתפים ומהי רמת שביעות רצונם?
- ה. מהי רמת השימוש באתר התכנית – בפורומים, בקישורים וכדומה?
- ו. האם ובאיזו מידה חלו שינויים במשך התכנית: אשפוזים חוזרים, בריחות ממסגרות, ועוד.

במהלך הפיילוט בדק צוות ההערכה את השאלות הללו כחלק מההערכה המעצבת ודיווח על כך בדוחות הביניים.

כפי שכתבנו בהצעת המחקר, בשנים האחרונות גוברת ההכרה בתועלת הרבה שאפשר להפיק משימוש בכלי "מודל לוגי" – כלי המְשָׁגה מובנה המתבסס על תהליך של בדיקה (באמצעות שיחות עם בעלי עניין וניתוח חומרים כתובים), דיון ושרטוט תרשימים. בסוף התהליך מתקבל סיכום גרפי של התכנית המזכיר תרשים זרימה ומציג באופן ברור ופשוט את מרכיביה העיקריים ואת הקשרים ביניהם. מודל לוגי יכול לשרת למגוון מטרות בעבודה על תכנית, משלב התכנון הראשוני ועד לשלב ההפצה (ראו בנספח, עמ' 40).

החלק השני של ההערכה עסק בהערכה מסכמת, ובה התייחסנו למטרות שהתכנית הציבה לעצמה ולמטרות הנגזרות מהתיאוריה של גוסקי (Guskey, 1997), העוסקת בהערכת השתלמויות מקצועיות. לפי התיאוריה, תוצאותיה של השתלמות מקצועית יכולים להתבטא בחמש רמות: שביעות רצון של המשתלמים, למידה בהשתלמות, יישום הידע בשטח, למידה מצד המשתלמים תלמידי המשתלמים ויישום בחיים, תמיכה ושינוי בארגון שאליו משתייכים המשתלמים.

בבחינת התכנית מצא צוות ההערכה כי התכנית סנגור עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש היא השתלמות מקצועית על-פי המבנה שלה, מרכיביה ושאיופותיה.

לפיכך, שאלות ההערכה ומדדי התוצאה והתפוקה הם:

- א. מהי רמת שביעות הרצון של המשתתפים בתכנית?
- ב. האם ובאיזו מידה המשתתפים בתכנית למדו את החומר?
- ג. האם ובאיזו מידה המשתתפים בתכנית יישמו את עקרונות הסנגור העצמי בשטח? (להכיר ולזהות את כוחותיהם ואת מגבלותיהם, לדעת את זכויותיהם ולעמוד על מימושן, לקחת אחריות על מעשיהם ולקבל עזרה כשהיא נדרשת).
- ד. האם ובאיזו מידה השתנתה רמת התפקוד של המשתתפים בתכנית? האם ועד כמה השתנתה המסוגלות העצמית של המשתתפים בתכנית(בחירה וקבלת החלטות, פתרון בעיות, תקשורת עם הזולת, משא ומתן עם הזולת)?
- ה. האם ובאיזו מידה השתנתה מדיניות משרד הבריאות, האגף לבריאות הנפש. האם השינוי מתבטא למשל באימוץ התכנית במסגרות אחרות באזור, בהפצת התכנית בארץ או בתמיכה כספית בתכנית.

מתודולוגיית מחקר ההערכה הייתה איכותנית וכמותית ועל כן הנתונים נאספו בקבוצות מיקוד, בראיונות אישיים וקבוצתיים, בראיונות עומק, בתצפיות, בשאלונים למנחים ולמתמודדים (לפני ואחרי) ובתיעוד מסמכים ממטח.

השאלונים נבנו מתוך ניסיון וסקירת שאלונים קיימים, קבלת משובים, תגובות רבות והצעות מצד אנשי הצוות, אך ככל שהעמקנו לחקור את אוכלוסיית היעד של התכנית, התברר כי שיטות המחקר האיכותני מתאימות יותר לאוכלוסייה זו, בשל הקושי של האוכלוסייה לענות על שאלונים ובשל אי-היציבות במערכת במסגרות ובקרבת המשתתפים – מנחים ומשתקמים כאחד. בשנים שבהן פעלה התכנית עקב צוות ההערכה אחר כמה פעילויות: ההשתלמות במטח, התפתחות הקורסים למשתקמים בכל מסגרת, שימוש המנחים בפורום באתר הקורס, ועוד. הצוות ביקר בכל המסגרות והעביר שאלונים "לפני ואחרי" לכל המנחים והסטודנטים שהשתתפו בתכנית. צוות ההערכה עקב גם אחר המנחים ואחר המשך פעילותם לאחר שהסתיימה התכנית. באוגוסט 2012, כדי לבחון את ההתמדה בסנגור העצמי ואת הטמעתו במסגרות שבהן הם עובדים. לכל המנחים שהשתתפו בהשתלמות בשלוש שנות פעילותה נשלחו שאלונים ובהם שאלות סגורות ופתוחות. הם התבקשו לדווח על השפעת הקורס עליהם וכן על המשתקמים שסיימו את הקורס, משום שצוות ההערכה לא יכול היה לגשת למשתקמים עצמם. 16 מנחים עזבו את המערכת. מבין 51 המנחים שנשארו, 25 מנחים השיבו לשאלונים. מנחים אלו מייצגים 22 מסגרות שהשתתפו בתכנית. ניתחנו את תשובותיהם של המנחים בשאלוני מעקב, וכך הגדרנו את שיעור ההצלחה על בסיס שביעות הרצון של המשתתפים, הבנת הכלי והשימוש בו, והשפעתו המערכתית של הפיילוט.

## ממצאים

דוח זה מתמקד בתוצאות התכנית ומציג אותן בהתאם למודל הלוגי שהנחה אותנו לכל אורך התכנית. מודל זה נשען על ההנחה הבסיסית של התכנית: אם המתמודדים יאמצו את שיטת הסנגור העצמי, הם יוכלו לממש את זכותם לקבל החלטות הנוגעות לחייהם באופן עצמאי ולקחת חלק פעיל יותר בניהול חייהם. ההנחה האופרטיבית היא כי התכנית שמטח ומשרד בריאות הנפש פיתחו, היא זו שתאפשר למתמודדים לאמץ את השיטה בצורה היעילה ביותר.

## תשומות

את התשומות הטיפוליות סיפק הצוות של מטח – הסילבוסים של ההשתלמות והקורס וביצועם, מקום המפגש שבו נערכה השתלמות המנחים, חומרי הלימוד, ערוצי תקשורת בין צוות התכנית למשתתפים, אתר התכנית במחשב ותחזוקתו.

כשהתפתח הפיילוט ועלו מספר המסגרות ומספר המשתתפים בהן, נוצר צורך להרחיב את צוות המדריכים. לשם כך צורפו מדריכים מהשטח: ארבע נשות צוות חדשות מעמותות שונות (אנו"ש, א.ג. דיור, שווים ואלמוג כישורי חיים), שכולן עוסקות במקצועות טיפוליים (עובדת סוציאלית, מרפאות בעיסוק ומדריכה שיקומית).

האגף לבריאות הנפש במשרד הבריאות סיפק אף הוא חברת צוות הדרכה שלה ניסיון רב בשטח – עובדת סוציאלית מתחום בריאות הנפש. תפקידה היה לגייס מסגרות שיקומיות, להדריך את המנחים בהשתלמות ולשלב בין התכנית לעבודה בשטח. האגף לבריאות הנפש העניק תמיכה וייעוץ מקצועי לאורך כל שלבי התכנית. היוזמים הכירו בשעות ההשתלמות כשעות עבודה של המנחים. הקרן למפעלים מיוחדים של הביטוח הלאומי מימנה את הפיילוט וסיפקה ליווי של מחקר הערכה.

בשלוש השנים של הפיילוט נוספו עוד תשומות. צוות התכנית, למשל, העביר שיעור נוסף בנושא זכויות המשקם, והמנחים התאימו את התכנית לשפות הערבית והרוסית ולחייהם של משתקמים מאוכלוסיות חרדיות וערביות. התאמות אלו מצביעות על גמישות הצוות והמשתתפים ועל מסירותם לתכנית (משתקם שלמד בקורס בשנת 2009 עזר לתרגם את החומר לרוסית עבור סטודנטים בקורס בשנת 2010, ומנחים ערבים סייעו בתרגום חומר הקורס לערבית).

צוות ההערכה הבחין בכמה תנאים חשובים, הקשורים לסוג המסגרת, לגישת המנחה ולמסוגלות המשתקם, שעמידה עליהם מאפשרת לחזות את מידת הצלחתה:

א. מסגרת שיקומית תומכת המאופיינת ביציבות, כגון מועדון תעסוקתי, מועדון חברתי פעיל ויציב, ובייחוד מפעל מוגן שבו "הקהל שבוי" וברמת תפקוד גבוהה. בעיקר חשוב שהמפעל יהיה מוכן להקדיש שעות עבודה לשיעורי הקורס.

ב. מקום נגיש ונוח לערוך בו את השיעורים.

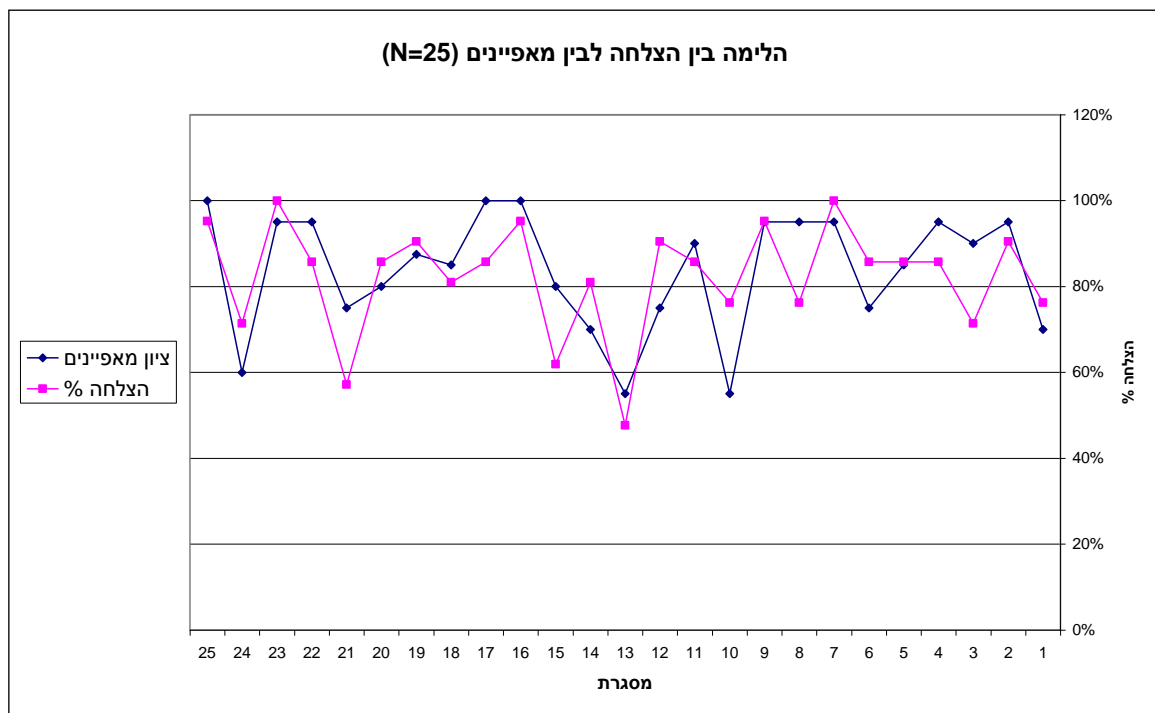
ג. מנחים בעלי אנרגיה חיובית, התלהבות, ודבקות בנושא הסנגור העצמי.



- ד. סביבה תומכת ופתוחה לקבל שינויים ואת דרישות המשתקמים.
- ה. משתקמים בעלי מוטיבציה ויכולת תפקוד גבוהה.
- ו. מסגרת המעסיקה מדריכה בכירה המכירה את עקרונות הסגור העצמי ומעודדת אותם.

בתרשים 2 מתוארת ההלימה בין הצלחת הקורס לבין מאפייני המסגרת. כל מסגרת קיבלה ציון לפי שכיחות המאפיינים שבה. לדוגמה, במסגרת מס' 1 היו 70% מהמאפיינים העשויים לנבא הצלחה, ונמצאו בה 75% הצלחה. המאפיין הבולט ביותר היה סוג המסגרת, ובהתאם – מידת התפקוד של המשתקמים. במפעל שיקומי או בתעסוקה נתמכת למרבית המשתקמים יכולת תפקוד גבוהה יחסית. לעומת זאת, בהוסטל מידת תפקודם של המשתקמים ועצמאותם נמוכה יותר. ואולם, בהוסטל ייתכן מקום נגיש ונוח לכולם להיפגש ולערוך בו את הקורס, יתרון המפצה על הקושי התפקודי. למעט קריטריון זה (סוג המסגרת), מצאנו כי מידת ההצלחה תלויה בשילוב בין כמה מאפיינים בכל קבוצה, כפי שאפשר לראות בתרשים 2.

### תרשים 2 – הלימה בין הצלחה לבין מאפיינים



בהמשך עוסק המודל הלוגי בתיאור הפעילויות, קרי, התכנית. פעילויות אלו הוצגו בתיאור התכנית, ולכן כעת יתוארו התפוקות.

## תפוקות

התפוקות הן הפעילויות שבוצעו בשטח – מה בעצם קרה? אלה הן התפוקות בשלוש השנים של הפיילוט, עד ינואר 2012 :

### לוח 1 – תפוקות התכנית – 2012-2008

37	מספר המסגרות שעברו בהן קורסים
65	מספר המנחים שסיימו את ההשתלמות
187	מספר המשתקמים שסיימו את הקורס
54	מספר המדריכים הבכירים שעברו השתלמות קצרה
6	מספר המסגרות שמתקיימים בהן קורסי המשך (אחד מהם בראשותו של משתקם בוגר הקורס)
13	מספר המסגרות שנפתחו בהן קורסים חדשים
ב-3 מסגרות	מספר המסגרות שצפויים להיפתח בהן קורסים חדשים
הקורס מדריך הפעלה: "מדברים בעד עצמם"	פרסומים
אתר "מדברים בעד עצמם" ובו מאמרים, פעילויות, הפעלות, לינקים וקישורים, טפסים ופורום לשימוש המדריכים והסטודנטים	תשתית מוכנה לקורסים חדשים
חומר לימוד, כולל תרגומים לערבית ורוסית, משובים מכל המסגרות לגבי כל השיעורים בקורס	תיעוד

התפוקה המובנת מאליה, אך החשובה ביותר, היא מספר המשתקמים אשר השתתפו בפיילוט. ראשית, בפיילוט השתתפו פחות מסגרות מהמצופה בשל מגוון סיבות: חוסר התאמה לתכנית, בעיות לוגיסטיות והיעדר מחויבות לפרויקט לאורך זמן. עוד – לאחר שגויסו המסגרות לפיילוט, התגלו לעתים קשיים בגיוס המשתקמים עצמם. לכן, על אף המאמצים, לא הצליחו מפעילי התכנית להגיע ל-100-120 משתתפים בשנה, כמתוכנן. למעשה, בשלוש השנים התחילו את הקורס 291 משתקמים בסך הכול, כלומר כ-75% מהיעד. מהם, רק 187 סיימו את הקורס – שיעור הנשירה מהקורס היה 33%. הסיבות לנשירה קשורות בהחלט למאפיינים שציינו. במפעל מוגן קהל היעד נמצא במקום. לעומת זאת, מסגרות של דיור מוגן מתאימות פחות לקורס, משום שהדירות מפוזרות על פני שטח רחב, והמנחים התקשו לגייס את המשתקמים. מקצת המנחים נענו לאתגר במסירות ובהתלהבות ומשכו את המשתקמים בשיטות יצירתיות, אולם לא תמיד נחלו המנחים הצלחה. לעתים קרובות היו הסיבות לכך חיוביות: שינוי לטובה בעבודה או במגורים או קבלה לאוניברסיטה, אך בפעמים אחרות עזבו המשתלמים את הקורס בשל אשפוז, החמרה במצב בריאותם או שינוי לרעה במגורים. בכמה מקרים הקורס לא צלח בשל בעיות במסגרת השיקום שבה התנהל הקורס: פירוק המסגרת, עזיבת המנחים או שינוי מיקום המסגרת.

רק לעתים נדירות לא הגיעו הסטודנטים לקורס בשל חוסר עניין. את מספר המשתקמים שהשתתפו בקורס צמצמה גם הגבלת הגיל שהושתה עליהם: התכנית יועדה לבני 20-35, אף שכמה מנחים העידו כי משתקמים מבוגרים יותר הביעו עניין רב בתכנית. בלוח 2 רשומים כל הקורסים שהתקיימו בשלוש השנים של הפיילוט, לפי שיעור הנשירה, מהנמוך לגבוה.

נמצא כי פורום המנחים באתר האינטרנט שימש בעיקר להגשת המשובים אחר כל שיעור של הסטודנטים, וכמעט שלא היה כלי לדיון. בתחילת הקורס כמה מהמדריכים ניסו לפתח דיונים דרך הפורום, אך לא זכו למענה ארוך טווח. בסך הכול, רק ארבע מסגרות השתמשו בפורום באופן קבוע. כפי שאמרה אחת המנחות: "השימוש בפורום דורש זמן, זמינות של מחשב ואינטרנט ובתוך לחצי היום-יום קצת קשה להתפנות לזה". כל עוד מפגשי הקורס היו תכופים נכנסו המדריכים לפורום לעתים קרובות יותר.

לוח 2 – רשימת המסגרות שהשתתפו בפיילוט בשנים 2008-2012

שם המסגרת	אזור	תחום שיקומי	מספר המשתתפים	סיימו	נשרו	אחוז נשירה
אלמו"ג	חולון	מועדון חברתי צעירים	5	5	0	0%
אנו"ש	אום אל פאחם	תעסוקה וחברה ופנאי	8	8	0	0%
אנו"ש	קריית אונו	מועדון חברתי צעירים	12	12	0	0%
בית חם	בני ברק	מועדון תעסוקתי נשים	9	9	0	0%
עתיד חדש	קריית אתא	הוסטל שיקומי	4	4	0	0%
שוים	פתח תקווה	מפעל מוגן	18	18	0	0%
שלו	באר שבע	מועדון חברתי	4	4	0	0%
שוים	פתח תקווה	מפעל מוגן	10	10	0	0%
שכולו טוב	רמלה	מפעל מוגן	10	9	1	10%
חברת של	פתח תקווה	דיוור מוגן	7	6	1	14%
רונן בכור	ירושלים	תעסוקה נתמכת	6	5	1	17%
א.ג. דיוור	רעננה	הוסטל כוללני ומתוגבר	10	8	2	20%
בית חם שווים	נתניה	תעסוקה נתמכת	5	4	1	20%
ענבלים	חדרה	מועדון חברתי	10	8	2	20%
עתיד חדש	חיפה	דיוור מוגן	8	6	2	25%
בית חם	ירושלים	תעסוקה נתמכת	10	7	3	30%
אלמו"ג	חולון	כישורי חיים	6	4	2	33%
ענבלים	חיפה	דיוור מוגן	9	6	3	33%
ק.ט.ב.	חיפה	דיוור מוגן	6	4	2	33%
"דן אבשלום"	רחובות	מועדון תעסוקתי והוסטל לצעירים	9	5	4	44%
עמותת רעות	פסגת זאב ירושלים	מועדון תעסוקתי	15	8	7	47%
בית אקשטיין	חדרה	דיוור קלאב האוס	8	4	4	50%
הוסטל "עופרים"	קריית עקרון	הוסטל	8	4	4	50%
שוים	חיפה	מפעל מוגן	14	7	7	50%
א.ג. דיוור	נתניה	דיוור – קהילה תומכת	9	4	5	56%
כנרת שירותי רווחה	טבריה	דיוור	9	4	5	56%
רשת סראב	כפר יסיף	הוסטל	9	4	5	56%
שלו	דימונה	דיוור מוגן והוסטל	9	4	5	56%
מרפא לנפש	בני ברק	דיוור מוגן	10	4	6	60%
ח.צ. שיקום	נתיבות	דיוור	5	1	4	80%
אלונים	תל אביב	דיוור מוגן	9	1	8	89%
*שותפות גיא	באר שבע	הוסטל – דיוור	8	0	8	100%
אנו"ש	כפר קרע	מועדון חברתי – חברה ופנאי	6	0	6	100%
תפארת בית חם	נצרת	מפעל מוגן, הוסטל, דיוור מוגן	6	0	6	100%
סה"כ			291	187	104	36%

\* ההוסטל עבר לבניין אחר. לאחר המעבר המדריכים פתחו קורס חדש.

## תוצאות

בפרק זה נדווח על תוצאות הפיילוט ונדון בהן. נחלק את התוצאות לשני היבטים: טווח (טווח קצר, בינוני וארוך) ולמיקוד (המנחים, המשתקמים והמערכת).

לוח 3 מציג מטריצה של תוצאות התכנית ואת הממצאים בסוף הפיילוט.

### לוח 3 – תוצאות התכנית – 2008-2012

מיקוד	טווח קצר	טווח בינוני	טווח ארוך
מנחים	<ul style="list-style-type: none"> <li>עלייה במודעות לאפשרות לפעול באופן אחר</li> <li>למידת הכלי סגור עצמי</li> <li>שינוי בחשיבה</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>שימוש בסגור עצמי בחיים הפרטיים ובעבודה</li> <li>שינוי בהתנהגות</li> <li>הפצת הרעיון סגור עצמי במסגרת העבודה</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>העברת קורסי המשך למשתקמים ולצוותים במסגרות העבודה</li> <li>שימוש בסגור עצמי ככלי בעבודה</li> </ul>
משתקמים/ס'טודנטים	<ul style="list-style-type: none"> <li>עלייה במודעות לאפשרות לפעול באופן אחר</li> <li>שינוי בחשיבה</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>שימוש בסגור עצמי בחיים הפרטיים ובעבודה, כפרטים וכקבוצה</li> <li>שינוי בהתנהגות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>שינוי לטובה בחיים הפרטיים ובעבודה עקב שימוש בסגור עצמי</li> </ul>
מערכת	<ul style="list-style-type: none"> <li>עלייה במודעות לאפשרות לפעול באופן אחר</li> <li>שינוי בחשיבה</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>קבלת השימוש בסגור עצמי ועידודו</li> <li>הכללת קורס סגור בבית הספר לשיקום</li> <li>שינוי במדיניות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>הפנמה של עקרונות של סגור עצמי והטמעתם במערכת</li> <li>שינוי במדיניות</li> </ul>

#### הטווח הקצר – שינוי בחשיבה

מצאנו כי הן אצל המנחים הן אצל המשתקמים חלו שינויים בטווח הקצר. תלמידי שתי הקבוצות דיווחו כי למדו היטב את הכלים ואת הטכניקה החדשה של סגור עצמי. בביקורים שערכנו בקורסים ובקבוצות המיקוד שכינסנו במסגרות השיקומיות במהלך הפיילוט, העידו משתקמים כי שינו לא רק את דרך החשיבה וההתנהגות שלהם, אלא גם את צורת החשיבה של הקרובים להם.

#### הטווח הבינוני – שינוי בהתנהגות

המנחים והמשתקמים לא רק למדו לבקש את זכויותיהם ואת רצונם בצורה נעימה וממוקדת, אלא גם לפעול לשם השגתם. הם תיארו שלל מצבים מחיי היום-יום, מבקשות משותפיהם לדירה להשתתף בהוצאות ובניקיון הדירה ועד לסגור קבוצתי להתקין מזגנים במפעל שבו עבדו. בכל המסגרות הפנימו

הסטודנטים את עקרונות הסגור העצמי ויישמו אותם. השימוש במודל הסגור מושפע מנמעניו – רוב הדוגמאות שנתנו המנחים והמשתקמים התרחשו במקומות עבודה ובמקומות ציבוריים. נמצא כי כאשר המשתקמים גרים בבית המשפחה, הם משתמשים בסגור גם ביחסיהם עם בני משפחתם. במקרים אלו, המשתקמים אף מלמדים את בני המשפחה את עקרונות הסגור. לעתים השתמשו המשתקמים בסגור בפגישותיהם עם רופאים ופסיכיאטרים, בדרך כלל בסיוע של רשת התמיכה שלהם (בעיקר עובדים סוציאליים).

המשתקמים סיפרו כי קרה שהשתמשו בסגור אך לא השיגו את מטרתם. אחת המשתקמות סיפרה כי חשה גאווה על שניסתה להשתמש במודל בשעת הצורך, אף שהניסיון לא צלח.

מן הנתונים עולות כמה מסקנות:

- א. עלתה המודעות של המשתתפים (המנחים והמשתקמים) לזכויותיהם.
- ב. עלה ביטחונם העצמי של המשתתפים, ועמו יכולתם לבטא את רצונותיהם ולעמוד על זכויותיהם במגוון רחב של תחומי חיים.
- ג. המשתתפים מממשים את זכויותיהם בתדירות גבוהה יותר מאשר לפני הקורס.
- ד. כמה מהמשתתפים חוללו שינוי ניכר בחייהם האישיים, בעבודה ובבית (ראו דוגמאות בנספח).

#### הטווח הארוך – שינוי במערכת

תפוקות אלה מעידות על שינויים התנהגותיים ועל הטמעת התכנית והפצתה.

#### לוח 4 – הטמעת התכנית במערכות

6	מספר קורסי המשך במערכת (אחד מהם בראשותו של משתקם בוגר (הקורס))
13	מספר הקורסים החדשים שנפתחו במערכת
3	מספר הקורסים החדשים הצפויים להיפתח במערכת
1 (נפתח בשנת 2012)	קורס סגור עצמי בבית הספר הארצי להכשרה, הדרכה והטמעת התערבויות שיקומיות מקדמות החלמה בבריאות הנפש

סימן מובהק לכך שהתכנית השפיעה על כל המערכת הוא הכללת קורס סגור עצמי בתכנית הלימודים של בית הספר הארצי להכשרה, הדרכה והטמעת התערבויות שיקומיות מקדמות החלמה בבריאות הנפש. גם העובדה כי 25% מהמנחים ממשיכים להעביר את הקורס מלמדת כי הסגור מוטמע במערכת.

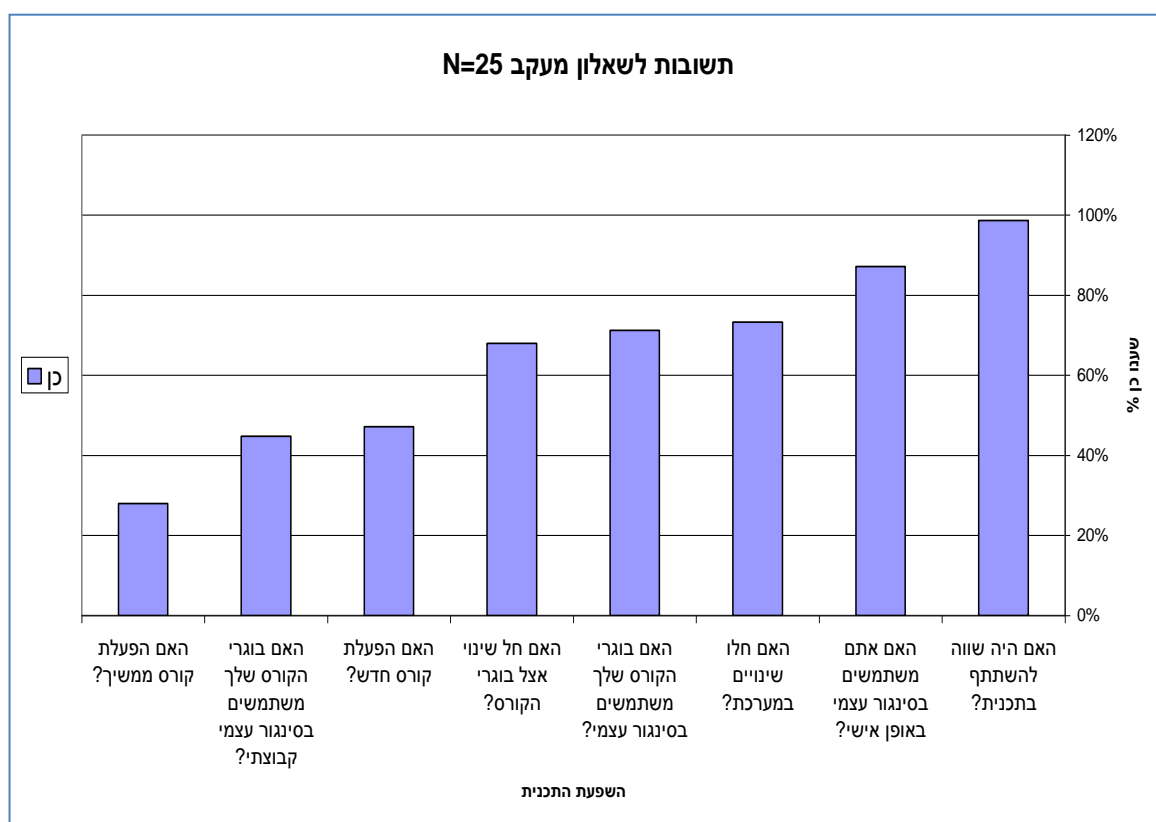
בריאיון שנה אחרי תום הפיילוט אמר אחד המנחים: "הצוות (במסגרת) מכיר את המושג, ולמרות שלא נפתחו במסגרת קבוצות נוספות, הסגור נכנס לשיח השיקומי בשירות". יש לציין כי אף שבמסגרת זו לא חודש הקורס, היזם המנהל את המסגרת פתח קורסים של התכנית בסניפים אחרים שלו.

כאמור, אפשר להתייחס לממצאים אלו על פי המודל של הערכת השתלמות מקצועית והצלחתה של גוסקי (Guskey, 1997): בטווח הקצר, המנחים למדו את הטכניקות של סנגור עצמי, השתמשו בהן בעצמם והיו מסוגלים ללמד אותן את המשתתפים. בטווח הבינוני, הם ארגנו והעבירו למשתתפים ולצוותי השיקום קורסים בסנגור במסגרות שבהן עבדו. בטווח הארוך, מקצתם העבירו קורסי המשך ואף ארגנו ולימדו קורסים חדשים. חשוב לציין כי גם המנחים שלא עלה בידם לפתוח קבוצות חדשות ממשיכים להפיץ את רוח הסנגור ואת השפה הייחודית לו במערכת. במילותיה של מדריכה בכירה שלמדה בהשתלמות בשנה הראשונה של הפיילוט: "הצוות הוכשר ועל כן זו נהייתה שפה ותפיסת עולם. אנו מעודדים את הצעירים לבצע פעולות סנגור גם אם לא עברו את הקורס". כל אלה מלמדים כי לימוד הטכניקות של סנגור עצמי ועידוד עקרונות הכללי לא השפיעו רק על משתתפי התוכנית, אלא על המערכת כולה.

ברמת האגף לבריאות הנפש, הקורס מוצע בבית הספר לשיקום בקריית אונו (ראו נספח). ד"ר ורד בלוש-קליינמן, מנהלת תחום הכשרה, הדרכה והטמעת מודלים באגף לבריאות הנפש שבמשרד הבריאות אף הציעה לכלול את הקורס בהכשרתם של מדריכים בכירים בראשותה.

ההיסטו גרמה שבתרשים 3 מסכמת את תשובותיהם של המנחים לשאלון שישה חודשים לאחר הפיילוט, ומשקפת את התהליך.

### תרשים 3 – תשובות לשאלון מעקב



## מסקנות והמלצות

דוח הערכה זה מסכם את שלוש השנים של פיילוט התכנית "מדברים בעד עצמם", ואת השנה הראשונה אחרי תום הפיילוט. הדוחות הקודמים שהוציא צוות הערכה זה לפרויקט ליוו את הפיילוט ולכן שימשו הערכה מעצבת. דוח זה הוא דוח מסכם המתייחס לתוצאות הפיילוט, כולל התוצאות לטווח הארוך.

במהלך הפיילוט הראו הממצאים כי התכנית הייתה יעילה וכי רוב המשתקמים למדו כיצד להשתמש בכלי הסנגור במידה זו או אחרת. עוד הראו דוחות הביניים כי המסגרות הפנימו את רעיון הסנגור וכי המנחים הצליחו ללמד את הכלי בהצלחה. ממצאי מעקב התכנית לימדו כי מנחים רבים מעוניינים להמשיך לארגן קורסים למשתקמים שבטיפולם. המנחים העידו כי המשתקמים שעברו את הקורס ממשיכים להשתמש בכלי השיפור הסתגלותם בחיי היום-יום ולהגשמת מטרותיהם. בית הספר הארצי להכשרה, הדרכה והטמעת התערבויות שיקומיות מקדמות החלמה בבריאות הנפש אימץ את הקורס לסנגור עצמי, הן כקורס נפרד הן כתכנים המועברים בקורסים אחרים.

כפי שתיארנו בפרק הממצאים, נמצאו מאפיינים חשובים המעודדים את הצלחתה של התכנית ואת הפצתו של כלי הסנגור העצמי. ראוי לציין כי אוכלוסייה זו זקוקה לחיזוקים בכל הנוגע ללמידה, ולכן חשוב להציע לה קורסי המשך וריענון בנושא.

לאור הממצאים והמסקנות אנו ממליצים:

- א. להמשיך את התכנית במסגרות שיקום שלהן סיכויי הצלחה הגבוהים יותר, כפי שהוגדרו בדוח;
- ב. להעביר קורס סנגור עצמי מתומצת לצוותים השיקומיים במסגרות;
- ג. לשלב את עקרונות הסנגור העצמי בלימודים לעובדי שיקום באשר הם: עובדים סוציאליים, מרפאים בעיסוק ומדריכי שיקום, כדי להטמיעם במערכת;
- ד. לקדם ככל האפשר תנאים המעודדים את הצלחת התכנית.

ראוי לציין כי לתכנית הסנגור העצמי ערך רב, כיוון שהשימוש בכלי זה מאפשר למשתקמים לקחת חלק פעיל יותר בחייהם, לפעול למימוש זכויותיהם ולשפר את תנאי חייהם. לכן, הסנגור העצמי הוא אחד הפתרונות הנדרשים כדי להתמודד עם האתגרים שעורר חוק השיקום.



## מקורות

- אבירם, א' (2010). חוק שיקום נכי נפש בקהילה: הערכת ביניים והיערכות לעתיד. **פסיכיאטריה, 14**, 23–14. פורסם באתר The Medical. אוחר מ :
- <http://www.themedical.co.il/Article.aspx?itemID=2781> בתאריך 28 בדצמבר, 2012.
- חוק שיקום נפש בקהילה, התש"ס, 1746, 231. החוק פורסם ס"ח תש"ס מס' 1746, ביום 21 ביולי, 2000, ע' 231. כן פורסם תיקון מס' 1 לחוק [ס"ח תשס"ח מס' 2171, ביום 30 ביולי, 2008, ע' 729]. תיקון זה ייכנס לתוקף כעבור שנה מיום פרסומו, ביום 30.7.09.
- סלע, ד' (עורכת) (2010). מתמודדים מדברים בעד עצמם: תוכנית לסנגור עצמי – מדריך הפעלה. תל אביב: מטח.
- קוזמינסקי, ל' (2010). בתוך ד' סלע (עורכת), **מתמודדים מדברים בעד עצמם, תוכנית לסנגור עצמי – מדריך הפעלה** (עמ' 7-8). תל אביב: מטח.
- קוזמינסקי, ל' (2004). **מדברים בעד עצמם: סנגור עצמי של לומדים עם לקויות למידה**. חולון: יסוד ומכון מופת.
- שרשבסקי, י' (2006). שיקום נכי נפש בקהילה בישראל – תהליכים ואתגרים. בתוך א' אבירם וי' גינת (עורכים), **שירותי בריאות הנפש בישראל: מגמות וסוגיות** (עמ' 357–387). אזור: צ'ריקובר.
- Browning, P.L. (1997). *Transition in action: Youth and young adults with disabilities*. Montgomery, AL: Wells Printing.
- Browning, P., Thorin, E., & Rhoades, C. (1984). A national profile of self-help/self-advocacy groups of people with mental retardation. *Mental Retardation*, 22(5), 226–230.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Guskey, T. R. (1997). Research needs to link professional development and student learning. *Journal of Staff Development*, 18(2), 3640.
- Longhurst, N.A. (1994). *The self-advocacy movement by people with developmental disabilities: A demographic study and directory of self-advocacy groups in the United States of people with mental retardation*. Washington, DC: American Association on Mental Retardation.
- Miller, A.B. & Keys, C.B. (1996). Awareness, action, and collaboration: How the self-advocacy movement is empowering for persons with developmental disabilities. *Mental Retardation*, 34(5), 312–319.



## נספחים

מתמודדים מדברים בעד עצמם! השתלמות מדריכים המפעילים את פרויקט הסנגור  
העצמי למתמודדים עם לקות נפשית להפעלה במסגרות שיקומיות

סיפורים מהשדה

שאלונים

סנגור עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש 2008-2012 – מודל לוגי

---

מתמודדים מדברים בעד עצמם!  
 השתלמות למדריכים המפעילים את פרויקט הסנגור העצמי  
 למתמודדים עם לקות נפשית  
 להפעלה במסגרות שיקומיות

● מבנה ההשתלמות

נושאים תיאורטיים מרכזיים :

1. הכוונה עצמית וסנגור עצמי

2. ייחוסים סיבתיים: דיאלוג ייחוסי

3. פסיכולוגיה חיובית

● נושאים סדנאיים :

1. היכרות עם מודל הקורס והרציונל בהפעלתו

2. היכרות עם מבנה המדריך והשימוש בו

3. אירועים המזמנים סנגור עצמי ברמה האישית והמקצועית

4. הפעלות קבוצתיות מגוונות

5. שימוש בעזרים להמחשה ולהפעלה של הנושאים הנלמדים (סרט, מחשב וכד')

6. פיתוח כלים והפעלות נוספות להעשרת מאגר ההפעלות שבמדריך

7. התמודדות עם קשיים העולים במהלך הפעלת הקבוצה

8. משוב מהמשתתפים

● אתר הקורס

1. מבנה האתר- רציונל

2. היכרות עם מרכיבי האתר והתנסות בהפעלתו

3. מודל השילוב בין הפעלה פנים אל פנים לבין פעילות באתר

4. התנסות בעבודה מול המתמודדים ומשוב

● היקף ההשתלמות

56 שעות : במפגשי פנים אל פנים

בפעילות וירטואלית באמצעות אתר האינטרנט של התוכנית

● לוח זמנים

תחילת ההשתלמות- ספטמבר 2008

1. יום מרוכז להיכרות עם רציונל התוכנית ומרכיביה בתאריך 8.9.08

2. משימות לכל משתתף יינתנו בסיום היום

3. קביעת לוח זמנים לכל המפגשים פנים אל פנים וכן ל"מפגשים וירטואליים"

● תעודה לסיום הקורס

● דרישות ההשתלמות :

1. נוכחות והשתתפות פעילה

2. עבודה להגשה בסיום הקורס

## סיפורים מהשדה

דוגמאות מהשטח (שאלות פתוחות, סיפורים של המדריכים והמתמודדים, ביקורים במסגרות)

### מול המשפחה

הבנות שהשתתפו בסגור מאד נתרמו. ויש סיפורים רבים בניהם בת שהרופא רצה לאשפז אותה לאשפוז ארוך ודרך הגדי הסגור היא הצליחה להסביר לו עד כמה זה ידפוק לה את החיים וסכמה איתו על אשפוז יום זאת במקום אימפולסיביות אליה הייתה רגילה לפני הקורס כשהיא מבינה שהתקפנות רק הייתה גורמת לזירוז האשפוז. (מהקהילה החרדית)

עוד אישה שמצליחה מאז לעמוד על זכויותיה במקום העבודה כשהיא נשאר מנומסת ונעימה כמו שהייתה רק עם יותר ביטחון עצמי מה שהעלה מאד את ערכה בעבודה וכיום נעזרים בה בהסבר ללקוחות דוברי אנגלית (אנגליה במקור) וסומכים עליה יותר בשרות לקוחות.

עוד אחת אישה גרושה עם ילדים באומנה שמשפחת האומנה היא משפחה שלקחה אותה תחת חסותם מרגע המשבר ועזרה לה בכל והי-ה לה קשה לומר להם שהיא התקדמה ורוצה לעשות ולהיות במקומות אחרים ולהתקדם לקראת לקיחת הילדים תחת חסותה בעוד מס' שנים. היא פחדה שהיא יורקת להם בפרצוף. עם הקורס היא הצליחה להסביר שההוסטל בו נמצאת לא מתאים לה ועברה לגור אצל סבתא שלה בליווי דיור מוגן, בקשה העלאה במשכורת שלה כדי שתוכל יותר לפרנס את עצמה, בקשה למשפחה שהיא רוצה ייצוג בביה"ד של טוען רבני כי הייצוג שלהם לא מספיק מקצועי וכך לא תוכל לקבל גט וסיפרה להם שהיא מתכננת לקיחת הילדים בעתיד הרחוק ורוצה שיעזרו לה להתקדם לקראת זה צעד אחר צעד. (מהקהילה החרדית)

סטודנטית שסיגרה על עצמה בפני אחותה הגדולה, לתחושת הסטודנטית אחותה מדברת אליה בזלזול ואינה נותנת לה את היחס המגיע לה, הסטודנטית קבעה עם אחותה פגישה ושיתפה אותה ברגשותיה תוך שימוש במודל הסגור, בנוסף, ההכנה למפגש בין השתיים נעשה בקורס הסגור עם מציאת רשת תמיכה, תכנון המפגש ועוד...

אחת הסטודנטיות ביקשה מאביה שיפוץ בבית פעמים רבות אך ללא מענה. היא ערכה רישומים ומעקב מסודר אחר בקשותיה ואז פנתה שוב לאביה וסגרה. היא השתמשה באמירה חיובית ולא צעקה, כפי שהיא עושה בדרך כלל. היא מציינת כי זהו שינוי גדול באופן הדיבור אצלה וכעת היא אינה צועקת כמו שנהגה, בסופו של דבר אביה גם שיפץ.

### מול המשפחה עם עזרת רשת תמיכה

"המשפחה שלי רצתה לקחת מחשבון הבנק שלי את קצבת הנכות שאני מקבלת. אני נפגשתי עם העובדת הסוציאלית שלי וסיפרתי לה על רצון המשפחה ושאני לא מסכימה שיעשו זאת. היה לי מספיק ביטחון עצמי לדבר עם העו"ס על הנושא הזה והיא אכן עזרה לי ואני הרגישה טוב יותר והייתי מאוד גאה בעצמי על שלא הסכמתי להיכנע לדרישות משפחה."

"הגיע עבורי מכתב מ-012, שהגיע לי חוב מהאינטרנט על סך 198 ₪. ראיתי וחשבתי שזה לא הגיוני כי אין לי אינטרנט דרכם. יש לי גם הוכחה לזה כי בכלל אני לא מחובר לאינטרנט. בהתחלה כעסתי כי זה מעצבן, פתאום שולחים לי חוב ואני בכלל לא מחובר. התקשרתי אליהם ואפילו חיכיתי על הקו חצי שעה. אמרתי להם 'תשמעו, אני מחכה על הקו הרבה מאוד זמן ואני משלם על השיחה הזו. אני יודע שאתם מאורגנים ומסודרים, אבל שלחתם לי חוב ואני בכלל לא מחובר אצלכם. אני מציע שתבדקו את העניין יותר לעומק ותודיעו לי'. הבחורה שדיברתי איתה בדקה ואמרה שזה נכון ושאיני צודק וביקשה סליחה. הם כאלה, הם מנסים לחייב בכל מקרה, יש אנשים שלא מדברים. התקשרתי אליהם ודיברתי יפה, לא צעקתי כמו שכולם עושים, דיברתי רגוע והצלחתי. בזמן האחרון כל פעולות הסנגור שלי מצליחות לי."

### בעבודה

"אני עובדת במפעל ונתנו לי לעבוד עם חומרים שונים בעייתיים, כאשר כל אחד מהם בפני עצמו הוא מסוכן. הייתי מאוד מודאגת כי קראתי מה כתוב על החומרים ואילו אמצעי זהירות יש לנקוט כי אלו חומרים מסוכנים. צריך כפפות, חדר מאוורר וכל מיני אמצעים שאין לי בחדר בו אני עובדת. מאוד חששתי לסגור אך הלכתי לבוסית שלי וביקשתי לדבר איתה. אמרתי לה 'אני מאוד מעריכה את הגמישות וההתחשבות שאתם מביעים כלפיי ואני יודעת שאתם קצת לחוצים עכשיו בעבודה ואני מבינה את זה, אבל יש לי קושי אמיתי לעבוד עם החומרים הללו בתנאים הנוכחיים. לא הכול פה בעיה שלי אישית אלא באמת יש כאן בעיה אובייקטיבית. אני מבקשת שתציעו לי דרך לעבוד עם החומרים תחת התנאים המתאימים'. היה לנו מו"מ קצר על איפה אוכל לעבוד. בסופו של דבר, נתנו לי לעבוד בחדר אחר עם מאוורר וחלון פתוח והסנגור עזר לי."

### בחיים היו יומיים

אחת הסטודנטיות סגרה על עצמה **בבית משפט** להחזיר לעצמה אפוטרופסות והצליחה!

אחד הסטודנטים רב עם **אם הבית בהוסטל** בה הוא מתגורר. הוא דרש שהיא תבקש ממנו סליחה ממנו, התווכח איתה במשך חודש על כל דבר, הציק לה ולא נתן מרחב אישי. הריב ביניהם עלה רבות בקורס סנגור. בלי"ג בעומר הוא פנה אליה וביקש לשוחח איתה. היא אמרה שהיא לא פנויה וביקשה לקבוע איתו למחרת. הסטודנט הסכים והם דיברו למחרת. באותה שיחה הוא הקשיב ולקח אחריות על החלק שלו באירוע וביחד הם מצאו פתרונות שישפרו את הקשר ביניהם עתיד.

סטודנט שמגיע לאכול **במסעדה** קבועה כמאת כל שבוע, נפגע מהמוכר כאשר התייחס לא יפה אליו. לקח לו שבועיים להשלים עם עצמו כדי לגשת אליו ולהסביר לו שהמקום נעים לו לאכול וקשה לו לוותר על המקום של עדיפותו בגלל יחס לא נעים. המוכר קיבל אותו בגובה העיניים והתנצל בפניו על האי נוחות ואי הבנה והסביר לו שיש מצב שמרוב הלחץ בעבודה לא שם לב על יחס נכון עם הקליינט. הסטודנט הגיב בחיוך למוכר ויצא מרוצה מאוד מה ניסיון הראשון לסגור את עצמו.

אחד הסטודנטים סיפר **שהעו"ס שלו** נעדרה זמן רב בשל חופשת מחלה וכי הוא מרגיש שהוא לא מצליח לקדם את מטרותיו לעבור לדירת שותפים אחרת בגלל שהיא הייתה בחופשת מחלה, הצטברה

לה המון עבודה, וכעת אין לה זמן לטפל בנושא שלו. הוא התייעץ עם הקבוצה בשל היותה רשת התמיכה שלו, הקבוצה ואנחנו עזרנו לו לנסח אמירת סגור. היא הצליחה וכיום הוא עבר לדירה אחרת.

#### אפילו כשזה לא מצליח!

היה טיול לאילת לא מזמן ורציתי מאוד לצאת אך אבא שלי לא הסכים לכך. עשיתי מאמצים והשתמשתי גם ברשת התמיכה שלה (באחים ובשאר חברי משפחה) וסגרת מול אבא שלי. לא הצלחתי ואבא שלי המשיך וסירב שתצא לטיול, אך למרות זאת הרגשתי טוב שעמדתי על זכויותי וסגרת. "

"הייתי צריך חופשה מהעבודה אבל כבר לקחתי הרבה ימי חופשה. פניתי לבוסית בדרך של סגור. לא קיבלתי חופשה אבל קיבלתי שיחה טובה עם הבוסית שלי ויישרנו הדורים."

#### מתוך שיעור 26 ואחרון: משוב וסיכום הקורס, סגור קבוצתי

**ס :** עשינו סגור קבוצתי כי רצינו שיהיו יותר קורסים, נעזרנו בתכנית עמיתים. עשינו דיון בינינו והחלטנו לכתוב מכתב. קבענו פגישה עם רכזת עמיתים. חשבנו קודם איזה קורסים כדאי שיהיו ואז עשינו פרסומים בכל העיר על זה.

**סמ :** רצינו שיהיו קורסים במתנ"ס לכל הקהילה, לא רק לנו. יש לנו פגישה עם מנהל המתנ"ס והרכזת מייצגת אותנו וזה מתקדם לאט לאט. זה לא היה קורה לפני הקורס, לא היינו פועלות ככה.

**ס :** נעזרנו אחת בשנייה, נתנו תיגבור והיה כיף.

**סמ :** גם היה מאתגר לקבל אחריות.

:

**שאלון סופי של פרויקט  
מדברים בעד עצמם – סינגור עצמי  
יוני 2012**

משתתפי קורס סינגור עצמי שלום רב,  
אנו מונים אליכם בפעם האחרונה על מנת לעקוב אחר השפעתו של פרויקט "מדברים בעד עצמם – סינגור עצמי". אנא עזרו לנו לעריך את הפרויקט החשוב הזה.  
על מנת למלא את השאלון, יש לשמור אותו כקובץ נפרד עם שמך כשם הקובץ.

נא לענות על השאלות הבאות:	לעיתים קרובות	לפעמים	מדי פעם	לעיתים רחוקות	אף פעם
האם אתם משתמשים בסינגור עצמי באופן אישי?					
האם בוגרי הקורס שלכם משתמשים בסינגור עצמי?					
האם בוגרי הקורס שלכם משתמשים בסינגור עצמי קבוצתי?					
לא	פעם אחת	פעמיים	יותר מפעמיים	בתכנון	
האם הפעלת קורס חדש?					
האם הפעלת קורס ממשידך?					
אצל כולם	אצל חלקם	בכלל לא			
האם חל שינוי אצל בוגרי הקורס?					
אם כן (סמנו התשובות המתאימות)	יותר בטחון עצמי	מדברים יותר בעד עצמם	עומדים על זכויותיהם		
לא	במידה מועטה	במידה רבה	דוגמה		
האם חלו שינויים במערכת?					
האם היה שווה להשתתף בפרויקט?					

בתודה רבה. נהנינו והערכנו מאד את העבודה איתכם.  
צוות הערכה  
דר' ברברה רוזנשטיין וענבל שוורץ



## מתמודדים מדברים בעד עצמם: קורס מדריכים

### שאלון למדריך (לפני הקורס)

אוקטובר 2010

אנחנו מברכים אתכם על הצטרפותכם לקורס המדריכים. זו שנת ההפעלה השנייה שבו המחקר מלווה את הפרויקט ומבקש ללמוד מהנעשה בו ולקבל משוב על הפעלתו. דעתכם חשובה לנו מאד ואנו מודים לכם על השתתפותכם.

### השאלון מנוסח בלשון זכר אך מיועד לשני המינים:

1. מספר סידורי: \_\_\_\_\_
2. כמה שנות ניסיון יש לך בהדרכה או בעבודה במסגרות של בריאות הנפש?  
\_\_\_\_\_
3. כמה שנות ותק במסגרת הנוכחית?  
\_\_\_\_\_
4. מה תפקידך במסגרת?  
\_\_\_\_\_

סמן עד כמה הינך מסכים עם ההיגדים הבאים כאשר 1- כלל לא, 2- מעט, 3- באופן בינוני, 4- מסכים, 5- מסכים ביותר

1. הנושא של סגור עצמי חדש לי.	1	2	3	4	5
2. אני יודע לעמוד על שלי.	1	2	3	4	5
3. אני עומד על שלי בנימה רגועה ומנומסת.	1	2	3	4	5
4. אני עומד על שלי בנימה חיובית.	1	2	3	4	5
5. אני מתחשב בנקודת המבט של הצד השני.	1	2	3	4	5
6. אני יודע מתי לוותר.	1	2	3	4	5
7. אני יודע מתי לא לוותר.	1	2	3	4	5
8. אני מצפה לרכוש כלים חדשים שישרתו אותי להתמודדות עם מצבים שונים.	1	2	3	4	5
9. אני מצפה לרכוש כלים שיסייעו לי ללמד את החניכים שלי סגור עצמי במסגרת העבודה.	1	2	3	4	5
10. אני מצפה שהקורס ישדרג אותי מקצועית.	1	2	3	4	5
11. אני מצפה לראות שינוי בהתנהגות אצל מתמודדים שיעברו את הקורס.	1	2	3	4	5
12. אני יודע מהן הזכויות המגיעות למתמודדים.	1	2	3	4	5

## מתמודדים מדברים בעד עצמם: קורס מדריכים

### שאלון למדריך (אחרי הקורס)

יוני 2011

אנחנו מזרבים אתכם על הצטרפותכם לקורס המדריכים. זו שנת ההפעלה השנייה שבו המחקר מלווה את הפרויקט ומבקש ללמוד מהנעשה בו ולקבל משוב על הפעלתו. דעתכם חשובה לנו מאד ואנו מודים לכם על השתתפותכם. השאלון מנוסח בלשון זכר אך מיועד לשני המינים:

1. שם: \_\_\_\_\_
2. כמה שנות ניסיון יש לך בהדרכה? \_\_\_\_\_
3. כמה שנות ניסיון בעבודה במסגרות של בריאות הנפש? \_\_\_\_\_
4. כמה שנות ותק במסגרת הנוכחית? \_\_\_\_\_
5. מה תפקידך במסגרת? \_\_\_\_\_
6. מה המקצוע שלך? \_\_\_\_\_

**סמן עד כמה הינך מסכים עם ההיגדים הבאים כאשר 1- כלל לא, 2- מעט, 3- באופן בינוני, 4- מסכים, 5- מסכים ביותר**

	5	4	3	2	1	
1.						אני יכול להסביר מה זה סנגור עצמי.
2.						אני יודע לעמוד על שלי.
3.						אני עומד על שלי בנימה רגועה ומנומסת.
4.						אני עומד על שלי בנימה חיובית.
5.						אני מתחשב בנקודת המבט של הצד השני.
6.						אני יודע מתי לוותר.
7.						אני יודע מתי <b>לא</b> לוותר.
8.						רכשתי כלים חדשים שישרתו אותי להתמודדות עם מצבים שונים.
9.						רכשתי כלים שיסייעו לי ללמד את החניכים שלי סנגור עצמי במסגרת העבודה.
10.						הקורס ישרג אותי מקצועית.
11.						אני ראוה שינוי בהתנהגות אצל מתמודדים שיעברו את הקורס.
12.						אני יודע מהן הזכויות המגיעות למתמודדים.
13.						לכתוב דוגמה שהשתמשת בכלי סנגור בעצמך.
14.						לכתוב דוגמה ששימוש בסנגור עצמי אצל משתתף בקורס.

תודה רבה על שיתוף הפעולה!  
צוות הערכה: דר' ברברה רוזנשטיין וענבל שוורץ

**שאלון לסטודנט בתחילת הקורס**

**2010-2011**

אנחנו רוצים ללמוד על הפיילוט – ולשפר איפה שצריך, על כן המשוב שלכם מאד חשוב לנו ואנחנו מודים לכם על תשומת ליבכם והשתתפותכם. השאלון מנוסח בלשון זכר אך מיועד לשני המינים.

צוות הערכה: דר' ברברה רוזנשטיין וענבל שורץ

שם או מספר סידורי: \_\_\_\_\_

ציין את התכיפות בה אתה עושה את הדברים הבאים כאשר: 1 - מעולם לא 2 - לעיתים רחוקות 3 - בדרך כלל

3	2	1	1. אני יודע מהן זכויותיי.
3	2	1	2. אני יודע לעמוד על שלי.
3	2	1	3. אני עומד על שלי בנימה רגועה ומנומסת.
3	2	1	4. אני עומד על שלי בנימה חיובית.
3	2	1	5. אני מתחשב בנקודת המבט של הצד השני.
3	2	1	6. אני יודע מתי לוותר.
3	2	1	7. אני יודע מתי לא לוותר.
3	2	1	8. אני יודע כיצד להתפשר.
			9. אני מביע את דעתי בפני:
3	2	1	א. רופאים
3	2	1	ב. עובדים סוציאליים
3	2	1	ג. בבנק
3	2	1	ד. בקופת חולים
3	2	1	ה. בביטוח לאומי
3	2	1	ו. בעבודה
3	2	1	ז. במשפחה
3	2	1	ח. שותפי דור
3	2	1	ט. חבריי



## שאלון לסטודנט בסוף הקורס

2010-2011

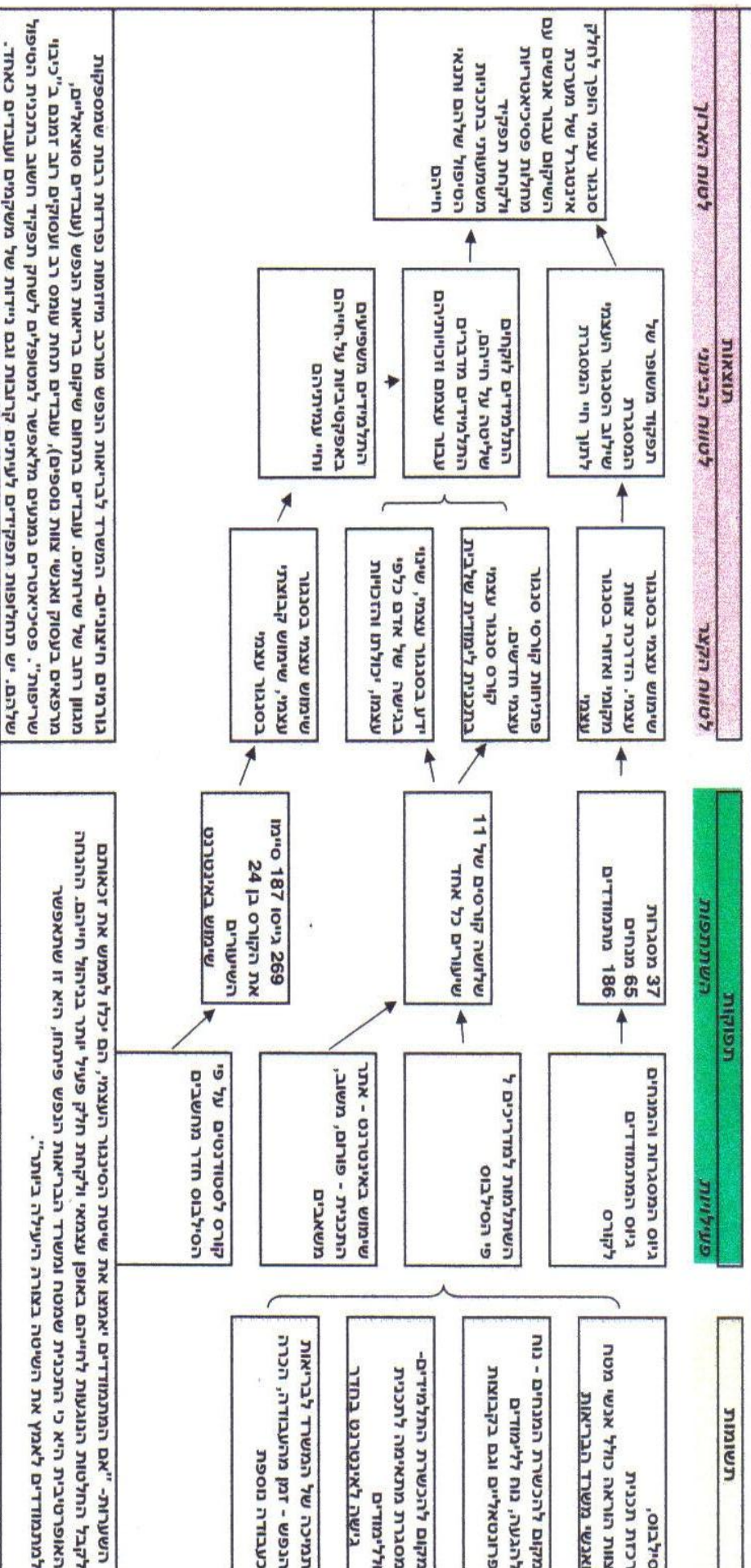
אנחנו רוצים ללמוד על הפיילוט – ולשמר איפה שצריך, על כן המשוב שלכם מאד חשוב לנו ואנחנו מודים לכם על תשומת ליבכם והשתתפותכם. השאלון מנוסח בלשון זכר אך מיועד לשני המינים.  
צוות הערכה: דר' ברברה רוזנשטיין וענבל שורץ  
שם או מספר סידורי: \_\_\_\_\_

ציין את התכיפות בה אתה עושה את הדברים הבאים כאשר: 1 - מעולם לא 2 - לעיתים רחוקות 3 - בדרך כלל

3	2	1	1. אני יודע מהן זכויותיי.
3	2	1	2. אני יודע לעמוד על שלי.
3	2	1	3. אני עומד על שלי בנימה רגועה ומנומסת.
3	2	1	4. אני עומד על שלי בנימה חיובית.
3	2	1	5. אני מתחשב בנקודת המבט של הצד השני.
3	2	1	6. אני יודע מתי לוותר.
3	2	1	7. אני יודע מתי לא לוותר.
3	2	1	8. אני יודע כיצד להתפשר.
			9. אני מביע את דעתי בפני:
3	2	1	א. רופאים
3	2	1	ב. עובדים סוציאליים
3	2	1	ג. בבנק
3	2	1	ד. בקופת חולים
3	2	1	ה. בביטוח לאומי
3	2	1	ו. בעבודה
3	2	1	ז. במשפחה
3	2	1	ח. שותפי דיר
3	2	1	ט. חבריי
3	2	1	10. רכשתי כלים חדשים המשרתים אותי עצמי להתמודדות עם בעיות שונים.
3	2	1	11. שיניתי את דרך החשיבה שלי בעקבות מה שלמדתי בקורס.
3	2	1	12. שיניתי את ההתנהגות שלי בעקבות מה שלמדתי בקורס.
3	2	1	13. שיניתי את אופן הדיבור שלי בעקבות למידת שפת הסינגור.
3	2	1	14. בסוף הקורס הבנתי לעומק מהו סינגור עצמי.
3	2	1	15. לפי דעתי, סינגור עצמי ישמש אותי.
3	2	1	16. אני יכול לזהות סיטואציה של סינגור ולסגור בזמן אמת.
3	2	1	17. אני יכול לזהות סיטואציה של סינגור אחרי שהייתי בסיטואציה.
3	2	1	18. אני צריך יותר תרגול בסגור עצמי בשביל לדעת לסגור.

## סגנון עצמי לאוכלוסיית בוגרים צעירים נכי נפש 2008-2012

אורך: מאז הקיאת חוק שיקום בני הנפש בקהילה שעבר בנסת בשנת 2000, מערכת בריאות הנפש במדינת ישראל נמצאת בתהליך של שינוי מגישה פטרנליסטית לגישה שמעודדת אוטונומיה ובחירה. כתוצאה משינוי זה התעורר בעיות רבות ומורכבות.





## מפעלים מיוחדים

- מס' 1 - הבראה לאמהות למשפחות מרובות ילדים, אלחנן בלומנטל, 1974.
- מס' 2 - הערכת התוצאות של הדרכה תזונתית למשפחות מרובות ילדים, שרה בבלי וגילה מיכאלי, 1975.
- מס' 3 - "קשיש לקשיש" בשכונת גונן בירושלים בשנים 1969 – 1975, 1975.
- מס' 4 - מפעל ניסיוני לשיפור שירות ההזנה בבתי הספר בלוד וברמלה בשנת הלימודים תשל"ה, אגי מיינהרד ונעמי פינטון, 1976.
- מס' 5 - חינוך והדרכה לאורח חיים חסכוני למשפחות מרובות ילדים, נעמי פינטון, 1976.
- מס' 6 - מפעל ניסיוני ליצירת תהליך אבחון תעסוקתי לקשישים, רחל וינשטיין, 1976.
- מס' 7 - מפעל ניסיוני לשירות הזנה כולל בכפר סבא, נעמי פינטון ואגי מיינהרד, 1977.
- מס' 8 - פרויקט עבודה קהילתית בשכונת שפרינצק בקרית שמונה, נעמי פינטון, 1978.
- מס' 9 - מפעל ניסיוני לסיוע משפטי חינוך בנושאי ביטוח לאומי (שירות אוניברסאלי ללא מבחן הכנסות); סקר מעקב, 1978, ראובן שטיינר ויוסף זילבר, 1979.
- מס' 10 - עמדות האוכלוסייה כלפי שאלות של בריאות הנפש (ממצאים מתוך סקר בשכונות מצוקה בירושלים), נעמי פינטון, 1980.
- מס' 11 - השירות המקיף לקשיש בטבריה, ברנדה מורגנשטיין ורונית ליברמן, 1981.
- מס' 12 - חונכות – פרויקט לעזרה הדדית של נוער בשכונת רוממה, ירושלים, נעמי פינטון, 1981.
- מס' 13 - צרכים רפואיים וסוציאליים של קשישים מוגבלים – שרותים נחוצים ועלותם, חלק א', בני-ברק, חוקר ראשי ד"ר יוסף זילברשטיין, 1981.
- מס' 14 - חונכות – פרויקט לעזרה הדדית של נוער בשכונת רוממה, ירושלים – דו ח סיכום, נעמי פינטון, 1982.
- מס' 15 - מפעלים ניסיוניים לסיוע לאלמנות שאירים, ברנדה מורגנשטיין ורונית ליברמן, 1983.
- מס' 16 - חוק ביטוח נכות כללית – קצבה לילדים נכים בגיל 3 - 14, ברנדה מורגנשטיין, 1983.
- מס' 17 - חימום בתי קשישים בשכונת נחלאות בירושלים, יעקב צדקה ומרים שמלצר, 1984.
- מס' 18 - מפעל תעסוקה לקשישים, קרית גת, ברנדה מורגנשטיין, 1984.
- מס' 19 - היקף הצרכים לטיפול אישי ולעזרה ביתית ואספקתם על ידי המשפחה וגורמים בקהילה – בני ברק ובאר שבע, ברנדה מורגנשטיין, 1984.
- מס' 20 - הערכת מוגבלות תפקודית של נכים, שירותים מיוחדים לנכים, ברנדה מורגנשטיין ופרלה ורנר, 1985.
- מס' 21 - מועדונים פסיכוגריאטריים בירושלים, שרית בייץ, ברנדה מורגנשטיין, מרים כרמלי, 1985.
- מס' 22 - מקלט לנשים מוכות, אשדוד – מעקב מחקרי, נעמי פינטון ויהודית סלעי, 1985.
- מס' 23 - הדרכת בני משפחה המטפלים בקשישים מוגבלים בביתם, ברנדה מורגנשטיין, פרלה ורנר ומרים כרמלי, 1985.
- מס' 24 - הכשרת פנסיונרים מתנדבים לעבודה קהילתית, ברנדה מורגנשטיין ופרלה ורנר, 1985.
- מס' 25 - סדנא לאלמנות שאירים במסגרת מחלקת השיקום, ברנדה מורגנשטיין ומרים כרמלי, 1986.
- מס' 26 - מקלט לנשים מוכות, אשדוד – סיכום שנת מעקב 1983/4, נעמי פינטון ויהודית סלעי, 1986.
- מס' 27 - פרויקט הכשרה בלתי פורמלית למטפלות בית – מחקר הערכה, יהודית סלעי ונעמי פינטון, 1988.
- מס' 28 - תוכנית למניעת לידות מוקדמות בבית שמש, אדית דר, 1988.
- מס' 29 - מערך שירותים מוגבר בקהילה לקשישים סיעודיים שקיבלו אישור לסידור במוסד סיעודי – רמת גן, מרים כרמלי וברנדה מורגנשטיין, 1989.
- מס' 30 - מפעל מיוחד לגמילה מאלומות במשפחה, דינה סגל, נעמי פינטון ודבי עובדיה, 1989.
- מס' 31 - חונכות ילדי אסירים, דבי עובדיה, 1989.

- מס' 32 - **שיבולת – ניידת שירותים לקשישים מוגבלים**, פרלה ורנר וברנדה מורגנשטיין, 1989.
- מס' 33 - **ההפעלה הניסיונית של חוק ביטוח סיעוד, חלק א'**, ברנדה מורגנשטיין, שרית בייץ-מוראי ותמר הרון, 1989.
- מס' 34 - **פרויקט גמלאים בביה"ס התיכון העירוני קריית שרת בחולון**, הדסה האז, 1989.
- מס' 35 - **מפעל מיוחד לחונכות ילדי אסירים, שנה ב'**, דבי עובדיה, 1990.
- מס' 36 - **שירות פסיכולוגי בבתי אבות של משען**, שרית בייץ-מוראי, 1990.
- מס' 37 - **מפעל מיוחד – הלוואות לעזרים רפואיים**, שאול נמרודי, 1990.
- מס' 38 - **תוכנית התערבות למניעת לידות מוקדמות בבית שמש, שנה ב'**, אדית דר וענת שמש, 1990.
- מס' 39 - **דוח מסכם – קליטה והדרכה של עובדי יצור ישראליים במפעל פולגת קרית גת**, ג'ולי צוויקל, 1990.
- מס' 40 - **ההפעלה הניסיונית של חוק ביטוח סיעוד, חלק ב' – מעקב**, שרית בייץ-מוראי, 1990.
- מס' 41 - **קבוצות לעזרה הדדית לבוגרי הסדנאות לגמילה מאלימות במשפחה**, חסיה קליבנסקי, 1990.
- מס' 42 - **משפחתונים לקשישים בטבריה**, יעקב צדקה, 1991.
- מס' 43 - **קו חירום לנשים מוכות**, דבי עובדיה, 1991.
- מס' 44 - **הדרכה בתחום המיני להורים ולסגל בית הספר לילדים בעלי בעיות מוטוריות בעפולה**, תמר הרון ודבי עובדיה, 1991.
- מס' 45 - **תוכניות התערבות למניעת לידות מוקדמות בבית שמש, שנה ג'**, אדית דר וענת שמש, 1992.
- מס' 46 - **קבוצות לעזרה הדדית לבוגרי הסדנאות לגמילה מאלימות במשפחה**, שלומית לוי ודר אריאלה פרידמן, 1992.
- מס' 47 - **פרויקט סדנאות לנשים לאחר לידה באור עקיבא**, תמר צמח ומרים שיף, 1992.
- מס' 48 - **מפעל מיוחד סמ"ל: תוכנית קהילתית למניעת שימוש בסמים במועצה האזורית מעלה יוסף**, חביבה בר וג'אסר עסאקלה, 1992.
- מס' 49 - **משפחתון לקשישים: דגם חדש לטיפול יום בקהילה**, חנה פרימק, 1992.
- מס' 50 - **קליטת מובטלים בעבודה בצה"ל במקום אנשי מילואים**, דליה גורדון, 1992.
- מס' 51 - **אתגר משותף לילדי משפחות זהבי ומורים-עולים**, דבי עובדיה, 1993.
- מס' 52 - **הערכת התכנית בטיחות סביבתית – הגורם האנושי**, ד"ר קרול רזאל ועינת בבנשתי-שרון, 1994.
- מס' 53 - **פיתוח מסלולים מקצועיים לחיילות בגיוס מיוחד**, ד"ר יעקב אזרחי ואילן רוזינר, 1994.
- מס' 54 - **מפעלים מיוחדים לתעסוקה למרותקים לביתם: 'תכנית ברכה' בקרית טבעון, 'בית מלאכה נייד' בחיפה**, הנק הבסי ובלהה ז'יסלין, 1994.
- מס' 55 - **הדרכה בתחום המיני לסגל בית הספר, לילדים בעלי בעיות מוטוריות בעפולה, שנה שנייה**, דבי עובדיה, 1994.
- מס' 56 - **מרכז חירום טיפולי לילדים ולהורים בקרית אתא – מעקב מחקרי**, חביבה בר, 1995.
- מס' 57 - **תב"ל – תעסוקת בית למרותקים**, הנק הבסי ובלהה ז'יסלין, 1996.
- מס' 58 - **ליווי תעסוקתי לאסירים משוחררים**, דבי עובדיה-יוסף, 1996.
- מס' 59 - **מניעה וטיפול בנפילות קשישים בבאר שבע**, ד"ר ג'ולי צוויקל, 1996.
- מס' 60 - **היחידה לדרי רחובות תל אביב-יפו, מחקר הערכה – שלב א'**, שמעון שפירו ודפנה פרומר, 1996.
- מס' 61 - **הכשרת מתמכרים לשעבר כמדריכי גמילה, מחקר הערכה**, ד"ר אברהם כרמלי, נעמה הררי וטליה בראל, 1996.
- מס' 62 - **טיפול קבוצתי לנפגעי פגיעה מינית ולבני משפחותיהם**, דבי עובדיה-יוסף, 1996.
- מס' 63 - **ליווי תעסוקתי לאסירות משוחררות**, דבי יוסף, 1997.
- מס' 64 - **היחידה לדרי רחובות תל-אביב-יפו, מחקר הערכה, שלב ב'**, שמעון שפירו ודפנה פרומר, 1998.
- מס' 65 - **מועדון הזיכרון לקשישים הסובלים מירידה קוגניטיבית ובעיות זיכרון**, פרלה ורנר, 1999.

- מס' 66 - פיתוח מנהיגות במושב במועצה אזורית בקעת בית שאן, ד"ר יעקב אזרחי, 1999.
- מס' 67 - מתחברים לנוער מנותק, ד"ר אברהם כרמלי, גב' נעמה שמיר וגב' לילי יצחקי, 1999.
- מס' 68 - כינוך מיני לנוער חרש, ד"ר עמנואל חיגר, 1999.
- מס' 69 - מרכז מידע וסיוע לילדים, אשדוד, דינה קידר וגדעון טלשר, 1999.
- מס' 70 - סדנא להכרת עולמו של הילד המיוחד, ד"ר אברהם כרמלי, גב' נעמה שמיר וגב' לילי יצחקי, 2000.
- מס' 71 - פרויקט 'גיל הצפון' גמלאים יוצרים, מפיקים ומשדרים שידורים קהילתיים, ד"ר הלל נוסק, 2000.
- מס' 72 - קבוצות לילדי נגמלים מסמים, נעמה בר-און, ד"ר מירי לוי-רוזליס, רפי יודלביץ, 2000.
- מס' 73 - תוכנית ההכשרה של מתנדבי עמותת סינגור קהילתי (חנות הזכויות), חיה אמזלג-באהר וחגית הכהן וולף, 2000.
- מס' 74 - בית-נועם – כיוון חדש לגברים אלימים, חגית הרטף, נעמה בר-און, 2000.
- מס' 75 - פרויקט מועדוניות-ספריות עבור ילדים ובני נוער, ד"ר הלנה סינה דה-סביליה, נביל חטאב וניצה רסקין, 2001.
- מס' 76 - דירות קלט לנשים בסיכון וילדיהן, חיה אמזלג-באהר וחגית הכהן וולף, 2001.
- מס' 77 - אמהות למען אמהות, ד"ר אברהם כרמלי, רנה פוזנר, סיגל רוביצ'ק ושרה בלומנפלד, 2001.
- מס' 78 - תכנית טיפול נמרץ לגמילת אלכהוליסטים, ד"ר מרק ויסמן וד"ר ריקי סויה, 2001.
- מס' 79 - מדריכים חברתיים: הערכת הכשרה, מיפוי התפקיד והערכת התפקוד, ד"ר אברהם כרמלי, אייל אגוזי ולימור חודד, 2001.
- מס' 80 - אבות אסירים בתהליכי שחרור ומשחררים: בית ספר להורים, חיה אמזלג-באהר וחגית הכהן וולף, 2002.
- מס' 81 - בית חם לצעירים, ד"ר הלנה סינה דה-סביליה, 2002.
- מס' 82 - הזמנה לדו-שיח, קטרינה בודובסקי וטלל דולב, 2002.
- מס' 83 - הגנה על קשישים ומניעת אלימות נגדם בהרצליה, בת כצמן והווארד ליטוין, 2002.
- מס' 84 - בית ספר שדה המשלב אוכלוסיות מיוחדות, יהודה מור, 2002.
- מס' 85 - השפעת תכנית ההתערבות רפואה שלמה למען יוצאי אתיפיה על הטיפול ומצב הבריאות בקרב חולי אסתמה וחולי סכרת, נורית ניראל, שורוק איסמעיל ומרק טרגין, 2002.
- מס' 86 - מרכז יום לאסירות משוחררות, חלק א', אמנון טימר, ארנונה סינבני ועירית שריג, 2002.
- מס' 87 - קווי מצוקה (ערך) בשפה הערבית, ד"ר עדיטל בן-ארי וד"ר פייסל עזאזיה, 2003.
- מס' 88 - התערבות עבור ילדים ונוער שהוריהם התגרשו או נמצאים בתהליכי פירוד וגירושין, יהודה מור, 2003.
- מס' 89 - מרכז יום לאסירות משוחררות, חלק ב', ד"ר רירי סויה וד"ר מרק ויסמן, 2003.
- מס' 90 - פעילות גופנית מכלילה, פרופ' שונית רייטר וד"ר רחל טלמור, 2004.
- מס' 91 - התנדבות עובדת: מתנדבים והתנדבות במרכזי מידע ועוז לנוער 'הפוך על הפוך', בעז מ. בן-דוד, דבי חסקי-לוונטל, רנאל, 2004.
- מס' 92 - כמה אנחנו שונים/כמה אנחנו דומים, גית הכהן וולף וחיה אמזלג-באהר, 2004.
- מס' 93 - אמהות למען אמהות, ד"ר אברהם כרמלי, איריס רביד-ימין וגלי אורון, 2005.
- מס' 94 - תוכנית ההזנה במסגרות פורמאליות, אברהם כרמלי, חיה שנפ-רודוי וקרן שליט-יאיר, 2005.
- מס' 95 - בית לורן – המרכז למשפחה המתמודדת עם אוטיזם / PDD, ד"ר מרק ויסמן וד"ר ריקי סויה, 2005.
- מס' 96 - מועדוניות בני ארזים תשס"ג-תשס"ד, ד"ר ריקי סויה וד"ר מרק ויסמן, 2005.
- מס' 97 - העצמת נשים בדואיות בנגב, מירי מונק, 2005.
- מס' 98 - חיוק הקשר והתקשורת בין הורים לילדים לקווי שמיעה ממזרח ירושלים, ד"ר מאיה חושן ומיכל קורת, 2005.
- מס' 99 - הלקוח במרכז, ד"ר הנק הבסי, 2006.
- מס' 100 - שימור ושיקום קשרי משפחה בעת סידור חוף ביתי-פנימייתי, אירית מירו ועמנואל גרופר, 2006.



- מס' 101 - **המושבים – משבר תעסוקתי לפרנסה**, ד"ר שוקי הנדלס, 2006.
- מס' 102 - **קן-זוגות**, נעמה בר-און, קרן קופיעץ, עביר גאנם ואווה שדה, 2006.
- מס' 103 - **עלה של זית**, אירית מירו ואמין חאג' יחיא, 2006.
- מס' 104 - **תחנות מידע וייעוץ לעיוורים וכבדי ראייה**, אלאיב ברמן, נורית שטרסברג ודניז נאון, 2006.
- מס' 105 - **תוכנית לפיתוח מנהיגות של אזרחים ותיקים**, מלכה כורזים ותמר תומר-פישמן, 2006.
- מס' 106 - **אור לילד ביישובי הנגב**, ד"ר יאיר עמרם, 2006.
- מס' 107 - **שילוב נכים בקהילה**, אדוה הים-יונס ויצחק פרידמן, 2006.
- מס' 108 - **פרויקט בית רשת לטיפול בנוער בסיכון במסגרת הקהילה**, ד"ר רון שור, 2006.
- מס' 109 - **תוכנית תעסוקתית עבור בלתי מועסקים (מודל רש"ת)**, ד"ר שוקי הנדלס, 2006.
- מס' 110 - **פיתוח ערכת פעילות לבריאות להפעלת החולה הדמנטי בביתו**, פרופ' פרלה ורנר, 2007.
- מס' 111 - **דרור: מקלט חירום לבני נוער הומולסביים**, מרים גולן, בתיה פנחסי, רונית חיימוב-איילי, שמעון שפיר וטטיאנה זסלבסקי, 2007.
- מס' 112 - **עסק משלך**, ד"ר עמליה סער, 2007.
- מס' 113 - **היחידה למניעה וטיפול באלימות כלפי קשישים בחיפה**, ד"ר הלנה סינה דה-סביליה, אלה אדלר-ברונשטיין ומיכל חותם-אלבאז, 2007.
- מס' 114 - **מועדון חליפין קהילתי**, ד"ר חגית הכהן וולף וחיה אמזלג - באהר, 2007.
- מס' 115 - **מודל לפיקוח ומעקב על חוק ביטוח סיעוד**, פרופ' פרלה ורנר, 2007.
- מס' 116 - **השכלה אקדמית נתמכת לאנשים עם מוגבלויות פסיכאטריות**, נגה שגיב ונעמי שטרך, 2007.
- מס' 117 - **מנהיגות צעירה ללקויי שמיעה**, חיה אמזלג-באהר, ד"ר חגית הכהן וולף ובטי סבו, 2007.
- מס' 118 - **פינת חי טיפולית לילדים חולי סרטן**, בלה גילוף, ד"ר דוד גרין, לאה לנגזם, ד"ר דוד סנש, 2007.
- מס' 119 - **בית חם לנערות ולנשים רווקות בפרדיס ובשפרעם**, אירית מירו-יפה וד"ר ג'הד חאג'י-יחיא, 2007.
- מס' 120 - **תכנית ביחד בטריית הכרמל**, אירית מירו וטליה קונסטנטין, 2007.
- מס' 121 - **מרכז ללמידה פעילה ולהעצמה חברתית של 'אילן'**, ד"ר נה פיגין ודר מרים ברזון, 2007.
- מס' 122 - **העצמת משפחות חד-הוריות במגזר החרדי**, ד"ר מאיה חושן, מיכל קורח, שירי בורנשטיין, 2007.
- מס' 123 - **תוכנית להגנה על קשישים במגזר הכפרי**, ד"ר איילת ברג-ורמן וג'ני ברודסקי, 2008.
- מס' 124 - **רעים: מסגרת חברתית לצעירים בעלי קשיי תקשורת ולקויות למידה**, ד"ר יעקב אזרחי ודר מלכה שבתאי, 2008.
- מס' 125 - **שירות אישי לבטיחות ילדים**, ד"ר אורנה בראון-אפל ולובה בליון, 2008.
- מס' 126 - **פרויקט הורים נפגעי סמים**, ד"ר יואב סנטו, 2008.
- מס' 127 - **המרכז לתעסוקת מבוגרים**, ד"ר שוקי הנדלס, 2008.
- מס' 128 - **בנפשנו: מוקד נגישות בבריאות הנפש**, ד"ר רון שור, 2008.
- מס' 129 - **פיתוח משאבי התנדבות בקהילה הבדואית בנגב**, ד"ר מייק נפתלי ופרופ' גיורא רהב, 2008.
- מס' 130 - **תוכנית קש ת: קידום, שיתוף ותקשורת**, ד"ר רון שור, 2009.
- מס' 131 - **מבדידות לשייכות – מתבגרים מתנדבים מסייעים למתבגרים נפגעי נפש**, ד"ר מייק נפתלי, פרופ' גיורא רהב, דר אהרן יורק, 2009.
- מס' 132 - **שומעים הקול – קידום נגישות ושימוש בטכנולוגיית עזרי שמיעה לאנשים לקויי שמיעה**, אברהם כרמלי ואדווה הרטמן, 2009.
- מס' 133 - **התכנית לקידום הגישור בסכסוכים הקשורים לאנשים עם מוגבלות**, חיה אמזלג-באהר ודר חגית הכהן וולף, 2009.
- מס' 134 - **שילוב חניכים עם צרכים מיוחדים בצופים**, מירי מונק וד"ר חגית קליבנסקי, 2009.
- מס' 135 - **הוסטל מפתחות לאסירים משוחררים אלימים**, ד"ר מיכל שמאי, ד"ר אלי בוכינדר, ד"ר גיא אנוש, גלי דותן ויעל ברזילי, 2009.
- מס' 136 - **שילובם של מקבלי גמלה להבטחת הכנסה בשוק העבודה: פרויקט תלמ"ה**, פרופ' אורי ינאי, 2009.

- מס' 137 - **עגלות קפה, מסגרת תעסוקה שיקומית בסביבת חיים נורמטיבית לאנשים המתמודדים עם הפרעה נפשית**, פרופ' נעמי כץ, ענת רווח ואורנית זיו, 2009.
- מס' 138 - **מרכז יום לטיפול בעברייני מין בקהילה**, ד"ר יעל אידיסיס וד"ר מלי שחורי, 2009.
- מס' 139 - **תוכניות לבוגרי מסגרות השמה חוץ-ביתית חסרי עורף משפחתי**, רמי בבנישתי, 2009.
- מס' 140 - **תוכנית ה-סל-גל הפועלת לשילוב בני נוער עם וללא מוגבלויות במשחק כדורסל בכיסאות גלגלים**, טלי היוש, גילה ווגל, שחר גינדי, 2010.
- מס' 141 - **חממה עסקית לנשים**, ד"ר שוקי הנדלס, 2010.
- מס' 142 - **כנפיים – מכינה לחיים, תכנית שילוב נכים בלימודים ובשירות לאומי**, ד"ר חגית הכהן וולף, בטי סבו, דקלה מארק, 2010.
- מס' 143 - **שכן טוב**, ד"ר אברהם כרמלי, אמיר פלק ושרון פקמן, 2010.
- מס' 144 - **תוכנית תעסוקה עבור נפגעות תקיפה מינית בחיפה ובראשון לציון**, פרופ' רבקה לזובסקי, מיכל היישריק, עינת יצחק-מונסונגו, 2010.
- מס' 145 - **מקשיבים לך – תחנות מידע ללקויי שמיעה**, אדוה הים-יונס, תמי ברוש, 2011.
- מס' 146 - **קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים – הערכה מחקרית**, ד"ר אבי גריפל וליאת הבר, 2011.
- מס' 147 - **אבן דרך**, ד"ר אברהם כרמלי, אמיר פלק, יעל גורודינסקי, ישי המנחם, 2012.
- מס' 148 - **הקיבוצים – משבר תעסוקתי לפרנסה**, פרופ' אברהם אופק ואריאל צימרמן, 2012.
- מס' 149 - **מרכז ילדים-הורים: המודל האזורי הנייד**, יואה שורק, פידא ניג'ם, דליה בן רבי, 2012.
- מס' 150 - **תוכנית איל – אני יכול להצליח**, ד"ר ארי נוימן, רינה נוימן, ליטל ברלב קוטלר, 2013.
- מס' 151 - **מרכז תמיכה לתעסוקה לבוגרי אקדמיה עם ליקויי למידה במכללת תל חי**, פרופ' הלנה דה-סביליה סינה, מיכל רו, עמית רוטמן, 2013.
- מס' 152 - **תכנית הבתים השיקומיים לנשים צעירות המחלימות מהפרעות אכילה**, ד"ר טלי היוש, מיכל היישריק, עינת יצחק-מונסונגו, פרופ' רבקה לזובסקי, 2013.
- מס' 153 - **מרכז ייעוץ וטיפול לאוכלוסייה בעלת צרכים מיוחדים נפגעי אלימות או פוגעים ובני משפחותיהם**, ד"ר חגית הכהן וולף, תחיה בן דוד-ויטמן, 2013.
- מס' 154 - **תוכניות לשיקום בקהילה של צעירים המתמודדים עם מחלה פסיכיאטרית: הישגים ואתגרים**, ד"ר חן ליפשיץ, 2014.
- מס' 155 - **ציפור הנפש: מרכז פעילות והדרכה למשפחות המתמודדות עם מחלת נפש של ההורים**, ד"ר עתליה מוסק, 2014.



## **Abstract**

The self-advocacy program "Speak for Themselves" is a valuable intervention that has led to positive outcomes and inspiration among all participants: instructors, course participants, setting staff, senior instructors, and people of higher positions in the Ministry of Mental Health. The program encourages rehabilitees to take an active and significant role in the decisions that touch their lives and thus promotes the Rehabilitation Act, which calls for integration of the mentally disabled in the community as citizens of equal value and rights. The evaluation found that the participants internalized and applied the principles of the course in almost all the settings. Use of the self-advocacy model can be divided according to the recipient of the self-advocacy request. Instructors and students cite examples of use of self-advocacy in a variety of settings: home, the work place, with the family and in public places. In some cases, students also teach family members the principles of self-advocacy. We found that students use self-advocacy with their doctors and psychiatrists, but often enlist the help of their support network (mainly social workers). According to the data we found that after the program, participants had better awareness of their rights, had higher self-confidence, which allowed them to express themselves and act according, and used self-advocacy practices in order to exercise their rights.

Following the program, some participants were able to make significant changes in their personal lives such as upgrading their employment, attending advanced studies and changing their type of housing (from hostel to protected housing to their own apartment).

The evaluation team noted important characteristics for predicting success of the program among the inputs of the pilot. A number of essential conditions encourage and make it possible to foresee success. These conditions relate to the type of rehabilitation setting, the approach of the instructor and the ability of the participant.

We recommend taking the following steps based on the findings and conclusions: 1. continue the self-advocacy program in additional rehabilitation settings; 2. offer self-advocacy courses according to the format of the course used in the pilot.; 3. integrate the principles of self-advocacy into all levels of the system, both training and practice and finally, 4. promote conditions conducive to the success of the program as stated above.





**The National Insurance Institute**

**Funds for Service Development – Demonstration Projects**

**"Speaking for Themselves":  
Self-Advocacy for Populations with Mental Disabilities**

by

**Dr. Barbara Rosenstein  
Inbal Berger**

**Jerusalem, January 2015**



## המפעלים המיוחדים - הכתובת שלך לרעיונות מקוריים

המוסד לביטוח לאומי, באמצעות הקרן למפעלים מיוחדים, תומך בפיתוח שירותי רווחה חדשניים וניסיוניים.

“מפעל מיוחד” הוא פרוייקט מקורי העוסק במתן שירותי רווחה קהילתיים. הוא מיועד לציבור מקבלי הגמלאות במוסד לביטוח לאומי (קשישים, נכים, מובטלים, משפחות, ילדים ועוד) ומבוצע בידי גוף משפטי רשום.

פרוייקט שיאושר יזכה בהשתתפות במימון לתקופה הראשונית-נסיונית, בליווי מקצועי בשלבי התכנון וההפעלה, במעקב מחקרי ובפרסום דוח מפורט. אם יש לך רעיון חדשני הקשור לתחום פיתוח שירותי הרווחה, נא לפנות אלינו:

**המוסד לביטוח לאומי**  
**המחלקה למפעלים מיוחדים**  
שד' ויצמן 13, ירושלים 91909  
או בדוא"ל: [moray@nioi.gov.il](mailto:moray@nioi.gov.il)

