



**משרד  
הבריאות**  
לחיים בריאים יותר

חטיבת הרפואה  
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי  
National Psychology Unit – Chief Psychologist

א' בניסן, התש"פ  
26 מרץ 2020  
168468020

לכבוד  
מנהלי השירות הפסיכולוגי במוסדות המוכרים להתמחות

עבודת הפסיכולוגים בהתמודדות עם הקורונה – דגשים

שלום רב,

ימי ההתמודדות עם הקורונה, שכנראה אנחנו נמצאים בתחילתם, מדגישים ביותר את חיוניות עבודת הפסיכולוגים בכל המישורים: הפרטניים, הארגוניים, הקהילתיים והלאומיים.

ההנחיות וההגבלות הנובעות מההתמודדות הנדרשת עם מגפת הקורונה חלות על כולנו והן משתנות בתדירות גבוהה ביותר, מטרת מסמך זה להגדיר קווים מנחים לעבודת הפסיכולוגים, באשר הם, הן בסיוע להתמודדות עם הקורונה והן בניסיון להמשיך רצף טיפולי סביר. **בראש סדר העדיפויות נמצא המשך מתן טיפול תוך מניעת התפשטות המחלה וזהו העיקרון המארגן המרכזי בשיקול הדעת שלנו.**

אנו נדרשים לפעול באופן יצירתי, גמיש, ומקצועי. ישנה חשיבות מרובה בעת הזאת לייצר גישה פרואקטיבית ויצירתית המאפשרת הנגשת שרות פסיכולוגי במערכות הבריאות, למטופלים ואוכלוסיות הנוקקות לשרות זה בעקבות המצב המיוחד, כגון, חולים בבתי החולים או בקהילה המתמודדים עם מחלת הקורונה, בני משפחותיהם, מטופלים אשר חווים דחק ומצוקה בעקבות המצב, חולים במחלות אחרות אשר הטיפול השגרתי בהם השתנה או נפגע עקב שגרת החרום בה המערכת עובדת וכד'. כמו כן בעת הזאת עולה חשיבות היכולת של המערך הפסיכולוגי לייצר מענה לצוותים הרפואיים ולעובדי מערכת הבריאות, המתמודדים עם מתח רב, עומס גדול ואף דחק. התגייסות הפסיכולוגים בתוך הארגונים השונים לסיוע ולתמיכה ולהשתלבות במאמצי ההתמודדות עם השפעות נגיף הקורונה הינה צו השעה. טיפול פסיכולוגי ככלל הוא טיפול חיוני. אך חיוניות הטיפול איננה מונעת מלקיימו מרחוק. לכן, על הפסיכולוג לענות בו זמנית על שתי שאלות: מהי מידת נחיצותו וחיוניותו של טיפול מסוים? והאם וכיצד ניתן לשנות את מפגשי הטיפול כך שיהיו מפגשים מרחוק, תוך שמירה בתנאים ובנסיבות הקיימות בימים אלה? על שתי שאלות אלו צריך כל מטפל לענות בעצמו בהקשר של כל טיפול אותו הוא מבצע, ולהפעיל שיקול דעת בהתאם.

מתוך תפיסה זו נובע שהטיפול מרחוק הוא הבטוח והנכון בימים אלו. הוא גם מונע הדבקה וגם משמר רצף טיפולי מסוים.

טיפול מרחוק מיטבי דורש תנאים מסוימים שחשוב לעמוד בהם ועל כך כתבו כבר רבים וטובים.



במידה וקיים הכרח שהפגישה תהיה פרונטלית (ובימים אלו זו צריכה להיות העדיפות האחרונה בהחלט), מקיימים אותה תוך שמירה על כל הכללים וזהירות מרובה. חשוב לקחת בחשבון גם הקשבה למידת הפניות שלכם כמטפלים במצב כזה ולחשש מהידבקות בנגיף הקורונה.

הנחיות לפסיכולוגים בתקופה זו:

1. המשכיות של טיפול פסיכולוגי בכל תקופה, ובתקופה זו בפרט, היא חיונית להצלחתו. לכן, יש לעשות מאמץ להמשיך טיפולים בכל מדיה שמתאימה למטופלים ושומרת על היכולת שלהם לתקשר עם הפסיכולוגים וכן שומרת, ככל האפשר, על פרטיותם ועל חיסיון השיחות.
2. חשוב ומומלץ מאוד להעביר את המענה המקצועי לערוצי עבודה מרוחקים מקוונים ו/או טלפוניים, ככל האפשר, בהתאם להנחיות משרד הבריאות ולכללי הארגון אליו אתם שייכים.
3. יש חשיבות לתת את הדעת לכך כי בריאות המטפל צריכה להיות חשובה אף היא, כדי למנוע מצב של הדבקות המטפל ובכך למנוע את יכולתו לסייע (מרחוק כמו באופן פרונטלי) לכלל מטופליו.
4. טיפול פנים אל פנים – במצב שנדרש טיפול או בדיקה פנים אל פנים (כברירת מחדל אחרונה) יש לשמור על הנחיות המיגון של משרד הבריאות לכלל האוכלוסייה ועבור הצוותים המקצועיים. (המטופל/המטפל אינם חולים ואינם נדרשים להיות בבידוד, מרחק של 2 מטר לפחות, היעדר מגע, לאיש מהם אין חום מעל 38 מעלות, חיטוי החדר לפני כל מפגש וכו').
5. חשוב לתת מענה פסיכולוגי גם לפונים חדשים, שכן בעת כזו של חרדות בריאותיות, שינויים תעסוקתיים ואתגרים משפחתיים, עולה הצורך בטיפול פסיכולוגי וחשוב שהפונים יקבלו מענה מקצועי של פסיכולוגים.
6. טיפול מרחוק דומה בהיבטים רבים לטיפול בקליניקה. עם זאת, ישנם גם הבדלים ויש לתת עליהם את הדעת. ראוי שכל מי שמתחיל לטפל מרחוק יעבור הכשרה בסיסית באמצעים הקיימים היום, יקרא ספרות מקצועית רלוונטית ויקבל הדרכה בהתאם.
7. דרישות החוק וכללי האתיקה חלים גם בטיפול מרחוק (מקוון או טלפוני) ואף ישנם כללים ייחודים לאופן הזה של הטיפול.
8. בטיפול בילדים קיים קושי כפול, הן שמירה על כללי המרחק וההיגיינה, והן, במיוחד בגיל הצעיר קושי במעבר לערוץ הטיפול מרחוק, לכן:
  - יש לפנות אל ההורים, ולדבר אתם על האפשרויות ולבדוק מה הדבר הנכון והמתאים.
  - יש להציע בכל מקרה שיחת וידאו/טלפון חד פעמית עם הילד על מנת להסביר לו את המצב וההחלטה שהתקבלה.



- חשוב להציע להורים פגישות עמהם, ולקיים עם הורים שגרת הדרכת הורים ומעקב אחר מצב הילד, מרחוק.
  - בהדרכות הקבועות עם ההורים ניתן לשקול לצרף לפרקים את הילד.
  - אם נדרש וחיוני על פי המצב ניתן לקיים מפגש פרונטלי, בהתאם להנחיות.
9. חשוב לשמור על שגרת ההדרכות. ניתן לקיימן בערוץ מקוון, כולל הדרכות קבוצתיות.
10. למעט מקרים הכרחיים, יש להימנע ככל האפשר מעריכת אבחונים חדשים.
11. תטפלו בעצמכם! זו תקופה שיש לה השלכות פסיכולוגיות גם על המטפלים. אל תזניחו את הצרכים שלכם.

### סוגיית ההתמחות

שמירה על רצף ההתמחות הינה אתגר משמעותי בימים אלה. הפסיכולוגים המתמחים, מהווים חלק ממערכת הבריאות. בעת הזו כאשר כלל מערכת הבריאות נדרשת למאמץ מיוחד והתגייסות כלל עובדיה, נדרשים המתמחים למתן שירות למטופלים, לשמירה על רצף טיפול ומתן מענים, כאשר אנשי המקצוע במערכת. ולכן חשוב להדגיש את הדברים הבאים:

1. המוסדות המוכרים להתמחות, כפופים להנחיות המשרד והוראותיו הכלליות וכן לאלה הנוגעות לעבודת מערכת הבריאות.
2. כלל הפסיכולוגים, המומחים והמתמחים, מחויבים למתן שירות למטופלים, לשמירה על רצף טיפול ומתן מענים פסיכולוגיים. ובימים אלו החשיבות במתן טיפול פסיכולוגי מתעצמת עוד יותר.
3. כפועל יוצא מכל האמור, יש להמשיך את שגרת העבודה, כולל טיפולים (בעדיפות ראשונה מרחוק), סיום אבחונים (במידת האפשר) ועיבוד ממצאי אבחונים פסיכולוגיים שנעשו, כתיבת דוחות, ובמידת הצורך והאפשר אף משוב מקוון.
4. לפסיכולוגים מתמחים שיצאו לחל"ת או שהיקף עבודתם הופחת וכעת עובדים פחות מחצי משרה, יישקל בהמשך מענה מתחשב ומקצועי באמצעות הועדות המקצועיות.

מערך הפסיכולוגיה הוא חלק בלתי נפרד מהחברה הישראלית ומושפע באותה מידה מהשלכות ה"קורונה". אנחנו נשתדל מאוד לטפל ברגישות ובהתחשבות בסוגיות שיונחו לפתחנו בימים מורכבים אלה.



**משרד  
הבריאות**  
לחיים בריאים יותר

חטיבת הרפואה

יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי  
National Psychology Unit - Chief Psychologist

### בחינות ההתמחות

בשלב הראשון, כפי שפרסמו הועדות המקצועיות השונות, נדחו כל הבחינות שהיו מתוכננות להתקיים במועד הקרוב. ההגבלות על העבודה לא מאפשרות ניהול מסודר של תהליך בחינות ההתמחות.

יחד עם זאת, ניתן מענים מיוחדים למצבים מיוחדים. את הפניות יש לשלוח לתיבת המייל של 'בחינות פסיכולוגיה' -

[psytest@mky.health.gov.il](mailto:psytest@mky.health.gov.il)

צוות המשרד יחד עם הוועדות המקצועיות פועלים תוך קשיבות ורגישות למצב. החלטות יתקבלו בשיקול דעת ובהתחשב בנסיבות המיוחדות, אך גם מתוך דאגה והקפדה על ההיבטים המקצועיים. לאחר הפסח, ובהתאם לתחזיות ולהנחיות, נחליט לגבי מועד ואופן קיום הבחינות. האפשרויות השונות יילקחו בחשבון, והודעה מסודרת תשלח אל השטח בהמשך.

לסיכום, המצב החריג הנוצר עקב ההתמודדות עם מגפת הקורונה, והחשיבות לשמר את העבודה הטיפולית הכוללת (כפי שגם עולה מהנחיות משרד הבריאות), לטובת המטופלים וכלל האוכלוסייה, מציבים בפנינו אתגר להתאמת והנגשת המענים הפסיכולוגיים לאוכלוסיית המטופלים, שמירת רצף עבודה והתמחות ככל שניתן, לצד הבטחת בריאותנו ובריאות המטופלים, כדי שכל זה יתאפשר.

בברכת בריאות לכולנו,

גבי פרץ

פסיכולוג ארצי

וממונה על רישוי פסיכולוגים