

קורס מספר 290.3431: מיומנויות בין אישיות - הכנה לעולם העבודה
התוכנית הגנרית, שנה ד'
סמסטר ב', תש"פ 2020
יום א' 16:00-18:00

מרצות: ד"ר שרה שחף, גב' ראיפה ג'אברין, גב' לבנה יעקובסון, גב' דלית וילהלם

רקע

השתלבות טובה בעולם העבודה היא משאת נפשו של כל בוגר טרי, עם סיום לימודיו האקדמיים. המעבר מתפקיד הסטודנט לתפקיד עובד המועסק בארגון הוא מאתגר. חוקרים מגדירים מעבר זה כמשבר התפתחותי. מחקרים על שנת העבודה הראשונה של אנשי צוות העוסקים בסייעוד הראו, כי הכנה מתאימה הקלה את הכניסה לעבודה וסייעה במניעת שחיקה וחוויות 'הלם המעבר' (transition shock). לדוגמה, במחקרים שנעשו בארצות הברית נמצא, שבמהלך שנת העבודה הראשונה בין 33%-61% מהאחיות החליפו את מקום העבודה. ממצאים אלו יוחסו ל'הלם מעבר' (Advisory Committee on Health Human Resources, 2002).

מטרות הקורס

1. התנסות בכלים שונים להתמודדות יעילה עם האתגרים הקשורים לתהליך הכניסה וההשתלבות בעולם העבודה בסייעוד.
2. חשיפה לתהליך פיתוח קריירה - מודלים ומרכיבים המאפשרים תכנון ובניית קריירה בסייעוד.

נושאי הקורס

כישורי עבודת צוות

1. התמודדות עם בריונות (bullying) ואלימות כלפי צוות הסייעוד
2. הפגנת אסרטיביות

פיתוח קריירה

1. הלם המעבר (transition shock)
2. כשירויות בסייעוד (competence)
3. זהות מקצועית
4. חזון אישי
5. תהליך פיתוח קריירה בסייעוד

לחץ בעבודת הצוות הסייעודי

דרכי למידה

- ✓ דיונים משותפים
- ✓ מרצים אורחים מעולם העבודה בסייעוד
- ✓ תרגילים המתבססים על ההתנסות של האימון המתקדם
- ✓ משחקי למידה ופעילויות קבוצתיות דינמיות

דרישות וחובות הסטודנטים בקורס ומרכיבי הציון בקורס

1. נוכחות חובה
2. השתתפות בשיעורים - 30%
3. הגשת תרגילים במהלך הקורס – 70%
4. קבלת ציון עובר

מערך השיעורים

פעילויות מלוות לקורס	נושא השיעור	תאריך	שיעור מס'
	פתיחה, היכרות	8.3	.1
	כשירויות בסיסיות	15.3	.2
	גבולות אישיים ומקצועיים – שמירה על קווים	22.3	.3
תרגיל – בריונות וקווים אדומים	אדומים בריונות ואלימות בסיסיות – מודעות לתופעה	29.3	.4
	בריונות ואלימות בסיסיות – דרכי התמודדות	19.4	.5
		26.4	.6
		3.5	.7
	לחץ בעבודת הצוות הסייעודי	10.5	.8
תרגיל- קורות חיים	זהות אישית ומקצועית פיתוח קריירה – תפיסה אישית לגבי הקריירה שלי הרצאה מקוונת – הכשרה מתקדמת בסיסית-קורסים על בסיסיים בסיסיות.	17.5	.9
תרגיל – פורטפוליו מקצועי	תהליך פיתוח קריירה ובניית תפקידים בסיסיות – פגישה עם בעלי תפקידים שונים מארגוני בריאות שונים (בקבוצות)	31.5	.10
	פגישה עם בוגרים (בקבוצות)	7.6	.11
	פגישה עם אנשי מקצוע האחראים על קליטת עובד חדש	14.6	.12
	סיכום הקורס – הצגת הפורטפוליו	21.6	.13

רשימת מקורות ביבליוגרפיים

כשירויות בסיסיות

Finnbakk, E., Wangensteen, S., Skovdahl, K., & Fagerström, L. (2015). The Professional Nurse Self-Assessment Scale: Psychometric testing in Norwegian long term and home care contexts. *BMC nursing*, 14(1), 59.

Meretoja, R., Isoaho, H., & Leino-Kilpi, H. (2004). Nurse competence scale: development and psychometric testing. *Journal of advanced nursing*, 47(2), 124-133.

Özsoy, S., & Donmez, R. Ö. (2015). Nurses professional values scale-revised: Psychometric properties of the Turkish version. *Nursing Practice Today*, 2(1), 16-24.

בריונות (bullying) ואלימות כלפי צוות הסייעוד

Chapman, R., Styles, I., Perry, L., & Combs, S. (2010). Nurses' experience of adjusting to workplace violence: A theory of adaptation. *International Journal of Mental Health Nursing*, 19, 186–194.

Goldblatt, H., Freund, A., Drach-Zahavy, A., Enosh, G., Edlis, N., & Peterfreund, I. (2017). Providing healthcare in the shadow of violence: Does emotion regulation vary among hospital workers from different professions? *Journal of Interpersonal Violence*. Advance online publication.

קריירה בסייעוד

Chamblee, T. B., Dale, J. C., Drews, B., Spahis, J., & Hardin, T. (2015). Implementation of a Professional Portfolio: A Tool to Demonstrate Professional Development for Advanced Practice. *Journal of Pediatric Health Care*, 29(1), 113-117.

Williams, M., & Jordan, K. (2007). The nursing professional portfolio: A pathway to career development. *Journal for Nurses in Staff Development*, 23(3), 125-131.

לחץ בסייעוד – ההתחלה

Blomberg, K., Isaksson, A. K., Allvin, R., Bisholt, B., Ewertsson, M., Kullén Engström, A., ... & Gustafsson, M. (2016). Work stress among newly graduated nurses in relation to workplace and clinical group supervision. *Journal of nursing management*, 24(1), 80-87.

תרגילים

1. תרגיל – בריונות בסייעוד וקווים אדומים

- בחר/י סיטואציה בה היית שותף/ה, ואת/ה תופס/ת אותה כמעשה בריונות של איש צוות בסייעוד כלפיך.
- תאר/י ונתח/י את הסיטואציה:
 - א. פירוט של העובדות שמתארות את ההתרחשות:
מי הפוגע ומי הנפגע? איזה סוג של כוח/אלימות/פוגענות הופעל?
 - ב. מה היו התחושות והמחשבות שעלו אצלך בזמן האירוע?
 - ג. באיזה אופן התנהגת?
 - ד. באיזה אופן התנהגו/הגיבו שאר המשתתפים?
 - ה. איך התמודדו/תפקדו שאר המשתתפים בסיטואציה?
 - א. איזה סוג שיח התנהל בסיטואציה?
 - ב. מה היו המניעים של האנשים בסיטואציה?
- באיזה אופן יכולת להביא לביטוי את המקום האסרטיבי שלך?

• מה לדעתך היו הבעיות המרכזיות מבחינת הערכים והנורמות המקצועיות שלא נשמרו או לא כובדו?

- יש להגיש את התרגיל בהיקף של 3 עמודים
- יש להביא את התרגיל לסימולציות האנושיות משום שהסימולציות יתבססו על התרגיל

תרגיל 2 – כתיבת קורות חיים

הכנה לכתיבת קורות חיים

קורות חיים הם חלק אינטגרלי מהאופן שבו אדם תופס את יכולותיו. בקורות החיים אתם מבטאים את:

- הכישורים שלכם,
- הניסיון שלכם
- העובדה שאתם מסוגלים למלא את התפקיד בצורה הטובה ביותר

השאלה איך כותבים קורות חיים לא צריכה להיות מופנית אל המעבידים הפוטנציאליים אליהם אנחנו מכוונים, אלא מתחילה מבפנים.

שלב א. חשוב על עצמך ומה מאפיין אותך בתחומים הבאים. סמן ליד התחומים הרלוונטיים לך כדי לדעת מה לכתוב בקורות חיים

1. **כישורים שלך - סמן/י איזה תכונות, תיאור התנהגות או התנהלות מאפיינים אותך ברמה המקצועית:**

- חשיבה עצמאית אינטליגנטיות חרוץ/ה ויסודיות חדור/ת מוטיבציה מוכן/ה להשקיע מזמנו/ה על-מנת להעמיק ולהרחיב את ידיעותיו/ה בעל אחריות רבה יכולת התאמה למצבים משתנים טיפול בבעיה מתחילתה ועד סופה התעדכנות בידע, במחקרים חדשים ובהנחיות מקצועיות יכולת תפקוד במצבי לחץ ובתנאי אי-וודאות יכולת ללמוד מידע חדש במהירות יעילות יוזמה לפיתוח רעיונות חדשים יכולת מתן פתרונות לבעיות מורכבות התמודדות טובה ויעילה עם מצבי קיצון מהווה דוגמה והשראה לחברים לצוות מבקש/ת משוב מתוך כוונה להשתפר מתמודד באופן טוב עם קונפליקטים בצוות הפגנת גישה ייחודית המתאימה למטופלים מגוונים יכולת ארגון גבוה יכולת אלתור ופתרון בעיות באופן יצירתי יכולת בקרה עצמית גבוהה גמישות מחשבתית

2. **כישורים שלך - סמן/י איזה תכונות, תיאור התנהגות או התנהלות מאפיינים אותך ברמת הקשרים הבינאישיים:**

- נעים/ת הליכות מסביר/ת פנים מסורה אדיבה מחובר לאנשים מכוון/ת למטופלים ובני משפחותיהם מקשיב/ה וקשוב/ה לצרכי הצוות והמטופלים תומך/ת באנשי צוות שלו/ה ורגוע/ה נמרץ/ת ופעלתן/ית אופטימית משתמש/ת בהומור ומשפיע/ה על יצירת אווירה עבודה טובה משרה אווירה נעימה סביבו/ה רגישה לסביבה יכולת לגייס את הצוות למטרותיו/ה

3. **כישורים שלך סמן/י איזה תכונות, תיאור התנהגות או התנהלות מאפיינים אותך הידע, למידה והתמודדות עם חומר אקדמי/מורכב:**

- סקרנות ירידה לפרטים יכולת ניתוח – אנליזה ברמה גבוהה יכולת לסנטז דברים ברמה גבוהה
- העלאת השערות העלאת מגוון נקודות מבט; העלאת אפשרויות מגוונות זיהוי רכיבים וקשרים ויצירת אינטגרציה ברמה גבוהה מפיק רעיון חדש מייצר תובנות חדשות המבוססות על מידע
- מייצר הכללות ברמה גבוהה מיישם עקרונות באופן אינטגרטיבי משתמש בעדויות מחקריות בקבלת החלטות מייצר בסיס לפרשנות ולהערכה של המידע.

4. ניסיון מקצועי - סמן איזה פעילויות מקצועיות עשית/ה שמדגימים את היכולות שלך במהלך התיכון והחיים אחרי התיכון. במקומות העבודה השונים וגם במסגרת הלימודים באוניברסיטה (לימודים בקורסים ובהתנסויות הקליניות)

- התנדבות בפרויקטים חברתיים אחריות על משימות מסוימות פעילות עצמאית בתחום/משימות מסוימים
- השתתפות בהכנת ימי עיון (בפרויקטים של קידום בראות, בהתנסויות הקליניות) תיאום בין גורמים שונים
- מתן שירות בתחום מסוים טיפול במקרים/מצבים מורכבים שיווק תחום/מוצר טיפול בקונפליקטים/שביעות רצון לקוחות מתן שירות בתחומים של שירות לקוחות התמודדות עם מצבי אי וודאות ועמימות הדרכה/מתן ידע

5. הישגים- בכל אחד מתיאורי התפקיד שבצעתם (גם במסגרת הניסיון התעסוקתי וגם במסגרת הלימודים) ציינו הישג מרכזי אחד לפחות שהיה לכם בתפקיד/לימודים

- השגת השתתפות מלאה במשימות עמידה ביעדים תוך זמן קצר התייעלות בעבודה גידול של % העלאת שביעות רצון טיפול בתלונות/הקטנת תלונות באופן יעיל הצלחה בטיפול במקרים/מצבים מורכבים
- שיווק תחום/מוצר טיפול בקונפליקטים/שביעות רצון לקוחות מתן שירות בתחומים של שירות לקוחות התמודדות עם מצבי אי וודאות ועמימות

שלב ב. כתוב בתבנית של קורות החיים את כל הנתונים שלך כולל הדברים המשמעותיים שהכנת בסעיף הקודם

תבנית לכתיבת קורות חיים:

שם פרטי + שם משפחה-קורות חיים

הפונט הפשוט והקריא ביותר הוא Ariel.

פרטים אישיים:

טלפון נייד:

כתובת:

דוא"ל:

שנת לידה:

השכלה:

שנה – שנה תואר שני (אם יש) : פירוט שם התואר, מוסד הלימודים והתמחות. יש לפרט

ולהדגיש במידה והתקבלה תעודת הצטיינות כלשהי בתואר.

שנה – שנה תואר ראשון (אם יש) : פירוט שם התואר, מוסד הלימודים והתמחות. יש לפרט

ולהדגיש במידה והתקבלה תעודת הצטיינות כלשהי בתואר.

שנה – שנה לימודים רלוונטיים : פירוט שם הלימודים והתעודה, מוסד הלימודים והתמחות.

ניסיון מקצועי:

בראש הרשימה המעסיק האחרון ואחריו ברשימה כל מעסיק רלוונטי לפי סדר כרונולוגי.

שנה – שנה שם התפקיד ושם הארגון
- תחומי עיסוק ותחומי אחריות מרכזיים
- יכולות שנדרשו בתפקיד
- פרויקטים או פעילויות מיוחדות שבצעתם שהם מעבר להגדרת התפקיד
- חשוב להוסיף ולפרט במידה והייתה התנסות ניהולית/קלינית/חינוכית/מחקרית

שנה – שנה שם התפקיד ושם הארגון
- תחומי עיסוק ותחומי אחריות מרכזיים
- יכולות שנדרשו בתפקיד
- פרויקטים או פעילויות מיוחדות שבצעתם שהם מעבר להגדרת התפקיד
- חשוב להוסיף ולפרט במידה והייתה התנסות ניהולית/קלינית/חינוכית/מחקרית

שנה – שנה שם התפקיד ושם הארגון
- תחומי עיסוק ותחומי אחריות מרכזיים
- יכולות שנדרשו בתפקיד
- פרויקטים או פעילויות מיוחדות שבצעתם שהם מעבר להגדרת התפקיד
- חשוב להוסיף ולפרט במידה והייתה התנסות ניהולית/קלינית/חינוכית/מחקרית

כתיבה בגוף ראשון ("הכנתי מצגות", "ניהלתי אנשים") נותנת לקובץ רושם של סיפור אישי. כיוון שמדובר במסמך רשמי המדבר בשפה מקצועית, יש לכתוב את קורות החיים עם שמות פעולה. לדוגמא: "הכנת מצגות", "ניהול עובדים", "יצירת שיתופי פעולה". וודאו כי התכונות החיוביות הרלוונטיות שלכם מקבלות ביטוי.

אם יש לכם ניסיון בהתנדבות – ציינו זאת בנפרד

שירות צבאי :

שנה – שנה אם רלוונטי - יש לפרט תפקיד שבוצע בשירות. במידה ופרטים מן השירות או מן הסמכויות בשירות רלוונטיים לתפקיד הבא, יש לפרטם.

שפות:

כאן יש לפרט את כישורי השפות הרלוונטיים. לדוגמא:
עברית: שפת אם
אנגלית: רמה גבוהה מאד
המלצות תימסרנה על פי דרישה.

תרגיל 3 – הכנת פורטפוליו מקצועי

פורטפוליו – תיק עבודות/תיק מקצועי אינו עוד רק נחלתם של אמנים, אדריכלים, צלמים ודוגמניות. תיק עבודות נחשב לכלי חיוני בהדגמת הישגים מקצועיים ותייעוד צמיחה מקצועית במגוון מקצועות. המועצה הלאומית של ארגוני הסייעוד (NCSBN) פיתחה נייר עמדה שהמליץ הן על הערכה קבועה של צרכי פיתוח מקצועי והן על שימוש בתיק מקצועי לארגון והערכה של התפתחות מקצועית (NCSBN, 1996).

הנחיות להכנת פורטפוליו – תיק מקצועי

א. חפשי/ נתונים, עדויות, מסמכים, תמונות ועוד לנושאים של תיק העבודות:

1. מידע ביוגרפי- שם, דמוגרפיה
2. תעודות המעידות על חינוך מקצועי
3. רישיון
4. לימודי המשך - הסמכות
5. היסטוריית תעסוקה עם תיאור קצר של תפקידים
6. פעילויות לפיתוח מקצועי
7. תמיכה בתרגול / מחקר מבוסס ראיות
8. פעילויות לתמיכה בלמידה והערכה של אחרים, כמו חונכות, קדם-לימוד והוראה
9. פילוסופיה אישית של סיעוד
10. רשימת ועדות ופרויקטים מקצועיים
11. הערכת ביצועים שנתית
12. פרסים מקצועיים
13. פרסומים או מצגות מדעיות
14. מכתבי הערכה ממפקחים, עמיתים, או מטופלים
15. מכתבי המלצה ממפקחים או עמיתים לקידום הקריירה
16. יעדי קריירה עתידיים
17. חברות בארגונים מקצועיים

ב. ארגן/י את המידע באופן פיזי בתיק או באופן אלקטרוני.

ג. בסוף הקורס ייבחר תיק העבודות המייצג ביותר מפגש סיכום הקורס.