

נספח מפגש הכשרת שומרי סף למניעת אובדנות

במסגרת התוכנית הלאומית למניעת אובדנות, מיושמות מספר אסטרטגיות שהוכחו כיעילות ברחבי העולם, במטרה להביא לירידה בשיעורי האובדנות בישראל. אחת האסטרטגיות המרכזיות היא, איתור בני אדם בסיכון אובדני באמצעות "שומרי סף" שיוכשרו לתפקידם וטיפול באנשים במצוקה אובדנית ע"י אנשי מקצוע ומטפלים.

מה זה שומר סף?

שומר סף הוא אדם המסוגל לזהות אדם הנמצא במצוקה אובדנית ולתת לו סיוע ראשוני.

שומר סף יודע לזהות סימנים לאובדנות ולבצע QPR - תהליך המקובל בעולם שבו לומד שומר הסף: לשאול את שאלת האובדנות (כדי לוודא שהסימנים שהוא זיהה אכן נכונים), לשכנע את האדם לקבל סיוע מאנשי מקצוע למצוקה הקשה בה הוא נמצא, ולבסוף, להפנותו לקבלת סיוע.

מי יכול להיות שומר סף? כל אחד! אנשי מקצוע, מדריכים, אנשי חינוך, טיפול והוראה, עובדים בארגונים, מטפלים בקשישים, הורים, מפקדים, אנשי רווחה, מתנדבים.

מי מבצע את הכשרת שומרי הסף? מנחים של היחידה למניעת אובדנות שהוכשרו במיוחד לצורך כך. ההדרכות מותאמות לאוכלוסיות סיכון ולקבוצות שונות באוכלוסייה.

כמה זמן אורכת הכשרה? בין שלוש לשש שעות, בהתאם ליכולות הארגון ובהתאם למשתתפי ההכשרה ומעורבותם בנושא.

מבנה ותכולת הכשרת שומרי סף לזיהוי וסיוע לאדם במצוקה אובדנית

- דיון על עמדות ועובדות בנושא האפשרות למנוע אובדנות.
- הכרת התוכנית הלאומית למניעת אובדנות ותפקיד שומר סף.
- הכרת נושא האובדנות: מושגי יסוד, נתונים, אוכלוסיות סיכון, גורמי סיכון וטריגרים לאובדנות.
- הקניית ידע לזיהוי סימנים מחשידים לאובדנות.
- הקניית כלים ומיומנויות לביצוע תפקיד שומר סף: לשאול, לשכנע, להפנות.
- סימולציות ותרגילים להטמעת הידע ותחושת מסוגלות.

כלים ומיומנויות נוספים בהכשרות לאנשי מקצוע ומטפלים

- הערכת סיכון ראשונית.
- מה תאמר לאיש על הגג.
- בניית תכנית ביטחון.
- ניתוח רצף אירועים.
- מניעת הישנות.

ניתן להזמין הכשרות מותאמות

לאוכלוסיות שונות כמו: נוער, אזרחים ותיקים, עולים, להט"ב, גברים בתהליכי פרידה וגירושין, חרדים, חברה ערבית, מקצועות בסיכון ועוד.