

מרץ 2025

***מדריך למקרים בתחום האפור בין טיפול ואימון עבור מאמני לשכת המאמנים בישראל ע"ר**

מאמנים עשויים לפגוש בחדר האימונים סיטואציות רבות ומגוונות שחלקן מאתגרות ומצריכות ניסיון ומיומנות רבה. לעיתים ישנם מקרים שנמצאים בתחום האפור בין טיפול לאימון לדוגמא:

אנשים שנוטלים תרופות פסיכיאטריות

מתמודדי נפש

קורבנות אלימות מינית

אנשים הסובלים מטראומה או פוסט טראומה – אלימות מינית או אלימות במשפחה, נפגעי פעולות איבה, ניצולי חרבות ברזל ועוד

אסירים/ מכורים לשעבר

נטיות אובדניות

ועוד.

לשם כך אנו מעלים מדריכים עבור מאמנים החברים בלשכת המאמנים בישראל וכפופים לכללי האתיקה של לשכת המאמנים.

1. מהות מקצוע האימון:

הקוד האתי מגדיר כי "אימון – על כל תחומיו, הוא מקצוע שמהותו מומחיות בניהול תהליך שינוי משמעותי ובר-קיימא... עיקרו הנחיית המתאמן למימוש עצמי מיטבי ולהשגת היעדים המבוקשים על ידו – בהתאם לערכיו, לשאיפותיו ולכישרונותיו".

2. בתחום המקצועיות:

הקוד קובע כי "בעבודתם, ישאפו המאמנים לפעול על פי סטנדרטים גבוהים של ידע ומיומנות מקצועית, מתוך הכרה ברב גונית המקצוע, בגבולותיהם, יכולותיהם, ניסיונם המקצועי ולקיחת אחריות אישית לעשייה המקצועית".

3. בתחום כבוד האדם:

"מאמן יפעל תוך גילוי דאגה, אמפתיה, רגישות, הקשבה והבנה לצרכי המתאמן" וכן "מאמן יפעל תוך הקפדה על טיפוח כישורי המתאמן והצורך שלו במימוש עצמי".

לאור זאת, המלצתנו המפורטת:

א. תנאים מקדימים לקיום האימון:

מומלץ לשאול מתאמנים לפני שמגיעים לאימון - מס' שאלות אינפורמטיביות

האם טופלת בעבר על ידי פסיכולוג. פסיכיאטר,

האם אתה נוטל תרופות פסיכיאטריות,

האם אושפדת בעבר בבית חולים פסיכיאטרי

האם היו לך במסלול חייך אירועים שהיו חריגים/ דרמטיים/ טראומטיים שכדאי שאני אדע ואם כן, האם טופלו.

זה יאפשר למאמן לקבל מידע כללי אודות המתאמן וכן ינחה אותו כיצד להתייחס לאימון על פי כללי המקצועיות והאתיקה.

אם המתאמנת מציין כי נוטל תרופות פסיכיאטריות בזמן האימון או מטופל על ידי איש מקצוע מתחום בריאות הנפש, או אושפד בעבר בבית חולים פסיכיאטרי:

(1) מומלץ לקבל אישור בכתב מהמטפל. ת הנפשי של המתאמנת. המאשר כי:

המצב הנפשי מאפשר תהליך אימון ממוקד

האימון לא יפגע בתהליך הטיפול ויכול להתקיים במקביל

המטפל מודע למטרות האימון ותומך בהן

(2) יש לקיים פגישת תיאום ציפיות מפורטת עם המתאמנת שבה:

יוגדרו גבולות ברורים של האימון והתמקדותו במטרה ספציפית

יובהר שהאימון אינו תחליף לטיפול

יוסכם על התנהלות - פרוטוקול למקרה של טריגרים או קשיים במהלך האימון

ב. תנאים מחייבים במהלך האימון:

(1) הסכם אימון מפורט הכולל:

הגדרה ברורה של מטרות האימון

גבולות האימון והתמקדותו בתחום שאותו בוחר המתאמן עם המאמן

פרוטוקול למצבי משבר

זכות המתאמנת להפסיק את האימון אם מזהים סיכון

(2) יש לקיים תיעוד מפורט של:

פגישות האימון

אירועים חריגים

התייעצויות מקצועיות במידה ויהיו
החלטות משמעותיות בתהליך

ג. המלצות נוספות:

(1) קבלת ליווי מקצועי:

מומלץ מאוד לקבל הדרכה (סופרוויז'ן) במהלך תהליך האימון ממדריך סופרוויזר, מאמן בכיר או איש טיפול בתחום בריאות הנפש בעל ניסיון בתחום זה.

אם מתעורר צורך ניתן ליצור קשר מפעם לפעם עם המטפל המלווה (בהסכמת המתאמנת בכתב)

(2) נקודות בדיקה והערכה:

קביעת נקודות ציון לבחינת התקדמות התהליך

הערכה מתמדת אינטואיטיבית של המאמן על מצב המתאמנת

בדיקת האפקטיביות של האימון ביחס למטרה

סייגים והערות חשובות:

1. על פי הקוד האתי, עלינו להכיר בגבולות יכולתנו המקצועית. אם קיים ניסיון מועט באימון מקרים אלו זה מחייב משנה זהירות והתייעצות שוטפת עם גורם מקצועי בכיר.

2. יש להיות ערים לסימנים של:

החמרה במצב הנפשי

חריגה מגבולות האימון

הפרעה לתהליך הטיפול

3. במקרה של ספק במהלך האימון:

יש להתייעץ מיידית עם גורמי מקצוע

לשקול הפסקת האימון אם נדרש

להפנות למאמן מנוסה יותר במידת הצורך

סיכום:

זכרו – כל מקרה הוא לגופו, כבוד האדם הוא נר לרגלינו וכלל חשוב באתיקה המקצועית שלנו. אדם המגיע לאימון מאמין ורוצה לבצע שינוי בחייו, וזו זכות גדולה לסייע לו בכך בסייגים הנדרשים.

קיום תהליך האימון אפשרי, אך מחייב זהירות יתרה, הקפדה על הגבולות המקצועיים, ותמיכה מקצועית נאותה. חשוב להדגיש כי הקוד האתי מחייב אותנו "לפעול לקידום רווחתם של המתאמנים על פי שיקולים מקצועיים" ולכן כל החלטה חייבת להיות מונעת משיקולי טובת המתאמנת.

אדם הנוטל תרופות פסיכיאטריות מסוגים מסויימים וחלק ממתמודדי נפש יכולים לעבור תהליך אימון חשוב ומשמעותי, אך אימון אחראי - מחייב אישור/ליווי איש הטיפול של אותו מתאמן.

לשכת המאמנים בישראל וועדת האתיקה עומדים לרשותכם להתייעצות נוספת בכל שלב של התהליך.

נ.ב.

מומלץ לשמור מסמך זה כחלק מתיעוד תהליך האימון

*האמור במסמך זה אינו אלא תיאור כללי בלבד ואין בו כדי להוות ייעוץ משפטי, טיפולי או אחר, חוות דעת מקצועית או תחליף לייעוץ משפטי או אחר. בכל מקרה ספציפי כזה או אחר מומלץ לפנות לקבלת ייעוץ מעורך דין ו/או מהגורמים הרלוונטיים, לרבות סמכות מקצועית בתחום בריאות הנפש ככל ונדרש ורלוונטי, והכל בכפוף ובהתאם לכל דין.

"למען הנוחות, המסמך נכתב בלשון זכר, אך פונה לכל המגדרים באופן שווה".

נכתב על ידי ועדת אתיקה וצוות יועצי בריאות הנפש בלשכת המאמנים בישראל ע"ר