הדספייס ישראל, התכנית מבית אנוש - העמותה הישראלית לבריאות הנפש, המקדמת את

בריאותם הנפשית של בני נוער וצעירים בגילאי ,12-25 מסכמת 8 שנות פעילות. שנת 2022 נשאה את דגל העמידה בשטף. באופן מתבקש, אתגרי המגפה לא פסחו על נפשם של בני הנוער ושל הצעירים לצד מצוקה ושחיקה של הצוותים המלווים אותם בכלל המרחבים. צוות הדספייס ממשיך לבקש להגיע לכלל הצעירים בשלבים מוקדמים של משבר כדי לייצר מניעה

שיניוניות והתפתחות של מצוקות רגשיות ונפשיות.

שמחים לשתף בעשייה שלנו בשנה החולפת.

**הדספייס אונליין והרחבת מענים ושותפיות**

לאורך השנה פעלנו למתן שירות ישיר לבני הנוער והצעירים במרכזי הדספייס לצד הרחבת המענים גם מחוצה להם. שירות הדספייס אונליין בתמיכת קרנות הבטל"א, הרחיב את המענה הרגשי באופן נגיש ומקצועי לכל קצוות הארץ, בין היתר באמצעות שיתופי פעולה עם מכינות קדם צבאיות, שנת שירות, תכנית ית"ד ומרכזי צעירים. פעלנו רבות מול צוותים בתחום הרווחה והחינוך כדי להוסיף כלים וידע, לתמוך וללוות את האתגרים איתם הם מתמודדים. פתחנו בהדספייס ירושלים יחידה לעבודה עם הממ"ח, הוכרנו כספק מורשה במערכת גפ"ן של משרד החינוך עם מגוון תכניות רחב ומשמעותי, המשכנו את פעילותינו מול פיסג"ה, ומיסדנו שלב נוסף בשיתוף הפעולה

הפורה עם המרכז להתמכרויות (ICA) סביב מודל חמ"ה.

**הזירה החברתית-מדינית**

גם השנה, לקחנו חלק בחקיקה ושינוי מדיניות באמצעות השתתפות נציגי אנוש בכלל והדספייס

בפרט בוועדות בכנסת, שולחנות עגולים וקואליציות של ארגונים. נפגשנו עם שרים ונציגי ממשלה, וזכינו לארח א.נשים חשובים שהיו נכונים לשוחח, לשמוע, להשמיע וללמוד, ובכך לקדם עשייה לצד שיתופי פעולה משמעותיים עם משרדים וגופים שונים. אנו מלאי הוקרה על ביקור מחמם לב של

אשת הנשיא הגב' מיכל הרצוג בהדספייס ירושלים. אנו רואים חשיבות רבה בחשיבה ובעבודה משותפת חוצת משרדים, ומודים לכל מי שנכון לקחת

חלק.



אנו מודים לכל השותפים והתורמים על הנתינה והמעורבות, על ההירתמות לקחת

חלק בעשייה חדשנית בעולם בריאות הנפש בישראל.

תודה מקרב הלב לעובדים ולעובדות, למתנדבות ולמתנדבים על השקעה ומסירות,

עשייה אוהבת וחומלת.

**יוצאים לשנה נוספת של עשייה!**

**פעילות במרכזי הדספייס**



# 180

ייעוץ, הכוונה וחונכות

**320**

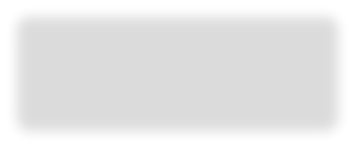
טיפול קבוצתי

# 1057

טיפולי טיפול ממוקד

# 1557

מקבלי שירות



**סיכום פעילות הדספייס לשנת 2022**

19-15

15-12

**29% 35%**

גיל

**36%**



**40%**

מגדר

**60%**

26-19



**תופעות מרכזיות שהטרידו את צעירי הדספייס ב2022-**

זהות מינית

משבר ביחסים כישורים חברתיים דימוי עצמי

חרדה

חרדה חברתית עצבות ומצב רוח

משבר גיל ההתבגרות

תעסוקה

דימוי גוף

שימוש בחומרים פסיכואקטיביים

אלימות

בעיות התנהגות

אתגרים בשל בעיות קשב וריכוז

הסתגלות

מחשבות אובדניות פגיעה עצמית

התמודדות עם אירוע טראומתי

**פריסה ארצית**

ון לציון



ירכא

מעלות תרשיחא

מזרע חיפה

עכו

דלית אל כרמל

פרדס חנה

חדרה

נתניה

בני ברק

אלון מורה

בת ים

תל אביב

ראש

חולון

רחובות

בית חורון

יבנה

מודיעין

אשדוד

אשקלון

מעלה אדומים ירושלים מבשרת ציון

ביתר עלית

בית שמש

קרית גת

מעג

באר שבע

ירוחם

סוגי מרכזים

מרכזים פיזיים

מרכזים אונליין

אילת

לים

בשנה הקרובה נרחיב ונפתח שירותים חדשניים, פיזית ווירטואלית. נתחיל לעבוד באמצעות מערכת ליבה, תומכת טיפול וקשר מטפל מטופל. נפתח את **מרכז הדספייס תל אביב** ויחידה טיפולית ביפו בשיתוף הרשות המקומית ותכנית ית"ד להתמודדות בני נוער וצעירים עם אתגרי הגיל ורצף



**פיתוח ידע**

הכשרות פנים ארגוניות

לאורך השנה אנו פועלים לפיתוח הידע המקצועי, הדרכת הצוותים, המשגת הידע והעברתו לכלל

הצוות. ישנם ארבעה מדריכים ומדריכות קליניות שמלווים את הצוות הטיפולי. לצידם, מתקיימות הדרכות פרטניות המוענקות לסטודנטים במקצועות הטיפוליים בהכשרה המעשית, ולמתנדבים בפרויקטים

של חונכות. הדרכות קבוצתיות שבועיות מועברות לצוות המקצועי במקביל להכשרות המקצועיות, במטרה לתמוך בתהליך ההתפתחות והלמידה של אנשי המקצוע, לשפר את העשייה ולהרחיב את ההיכרות

עם עולמות ידע חדשים בעבודה עם בני נוער וצעירים. ההכשרות לאורך השנה האחרונה כללו השתלמויות במודלים ובכלי התערבות שונים המותאמים לעבודה ממוקדת בבני נוער וצעירים, כדוגמת השתלמות ACT ,CBT, טיפול קצר מועד, עבודה

עם פגיעות מיניות ומיניות בריאה, השתלמות בהתמכרויות ורצף השימוש ועוד.

הדספייס אקדמי – מערך ידע חוץ ארגוני

בתור גוף ידע מקצועי ואיכותי בתחום בריאות הנפש לבני נוער ולצעירים, פעלנו רבות לאורך השנה על מנת להנגיש ידע באופן שמותאם לקהל היעד בחטיבות הביניים והתיכונים, במכינות הקדם הצבאיות, בתנועות הנוער, בשנת שירות ובמרכזי צעירים. במקביל, העברנו הכשרות וסדנאות

מקצועיות לצוותים בגופים חינוכיים, חברתיים, אקדמאיים ובקרב משלחות בארץ ובחו"ל. כאמור, הוכרנו כספק מן המניין במערכת גפ"ן של משרד החינוך, עם שש תכניות שנבנו בהתאמה לצרכי השטח. זאת, במטרה להנגיש את שירותי הדספייס לכלל בני הנוער ברחבי הארץ תוך תמיכה

בצוותים החינוכיים. הענקנו למעלה מ200- שעות של סדנאות, הכשרות והרצאות בנושאים שונים, ובהם: זיהוי סימני מצוקה, הגשת עזרה ראשונה, דימוי גוף והפרעות אכילה, טיפול ממוקד, תקשורת

לא אלימה ועוד.



ומה מצפה לנו בשנה הקרובה?

השימוש, נרחיב את תכנית החונכות "האח הגדול," ונכנס לערים נוספות עם שירותי דלת פתוחה, הרצאות וסדנאות למען קידום הבריאות במסגרת שיתוף הפעולה עם המרכז הישראלי

להתמכרויות.

