

שותפות אקדמיה-קהילה: קורס אקדמי בפיזיותרפיה המקדם בריאות והמשלב עשייה עם הקהילה

באדרה נעאמנה-אבו אלהיג'ה BPT, MPH

דוקטורנטית ומרצה בחוג לפיזיותרפיה, הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה

הקהילה והצגת התוכנית לכל הכיתה, למרצה ולצוות "תוכנית הדגל".

סיכום: למידה במקביל לעשייה בשטח היא כלי עוצמתי, שבאמצעותו נלמדים ומיושמים כישורים אישיים וחברתיים חשובים, כגון מחויבות, דאגה לאחר, אמפתיה ועבודת צוות, שלרוב אינם באים לידי ביטוי בלימוד אקדמי בלבד. השותפות בין אקדמיה ובין הקהילה אפשרה לסטודנטים להכיר מקרוב קהילות מודרות ולהמחיש את החשיבות של פיתוח תוכניות קידום בריאות לאוכלוסיות מגוונות. יש צורך במחקרים כדי לבחון את ההשפעה של קורסים המשלבים עשייה בשיפור רמת טיפולי הפיזיותרפיה והמחויבות לקידום בריאות בקהילה, ולבדוק את השפעתם גם בתחומים נוספים בתוכנית הלימודים בפיזיותרפיה.

מילות מפתח: שותפות אקדמיה-קהילה, קידום בריאות, קורס משלב עשייה, מעורבות חברתית, אורח חיים פעיל, החוג לפיזיותרפיה

תודות

ברצוני להודות לדר' גלי דר, ראש החוג לפיזיותרפיה, הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה, על עזרתה ותמיכתה בשילוב הקורס במסגרת "תוכנית הדגל". תודה לצוות "תוכנית הדגל", ובראשו לפרופ' ישראל איסי דורון, הממונה האקדמי על "תוכנית הדגל". הקורס נתמך במענק מ"תוכנית הדגל" של אוניברסיטת חיפה.

תקציר

רקע: בשנים האחרונות ניכרת עלייה משמעותית במודעות לתחום קידום הבריאות בקרב הציבור ובקרב מקבלי ההחלטות בעולם ובארץ. קידום הבריאות במסגרת האוניברסיטה בא לידי ביטוי בפעולות הנעשות כדי לשפר את בריאות הסטודנטים והצוות האקדמי והמינהלי.

בעידוד המועצה להשכלה גבוהה, פיתחה אוניברסיטת חיפה תוכניות שונות שמטרתן קידום פעילות חברתית בקרב הסטודנטים וסגל האוניברסיטה. בהקשר זה פיתחה האוניברסיטה את "תוכנית הדגל" שמטרתה עידוד סולידריות חברתית בד בבד עם חיבור בין קהילות מוזרות לידע אקדמי על ידי מעורבות פעילה של סטודנטים וסגל אקדמי.

מאמר זה מציג את הקורס האקדמי "סוגיות בקידום בריאות ומניעת סיכונים" שנלמד בחוג לפיזיותרפיה. בשנת תשפ"א שובץ הקורס לראשונה ב"תוכנית הדגל" של האוניברסיטה. בהתאם למטרותיה של "תוכנית הדגל", מטרות הקורס הזה הן להמחיש לסטודנט ולציבור את התפקיד המשמעותי של הפיזיותרפיה בקידום הבריאות ובעשייה החברתית. לצורך זה נדרשו הסטודנטים ליישם את עקרונות קידום הבריאות בפעילות חברתית בקרב קהילות מודרות ומוחלשות.

תיאור הקורס: הקורס הועבר לסטודנטים לפיזיותרפיה בשנה הרביעית ללימודים. החלק התיאורטי של הקורס כלל הרצאות, דיונים, סימולציות אנושיות, וכן עבודה בקבוצות קטנות, שנועדה לניתוח תיאורי מקרה ולפתרון בעיות קליניות. עקב מגפת הקורונה כל המפגשים היו מקוונים ונעשו באמצעות הזום. צוות תוכנית הדגל סייע למרצה לגייס קהילות באזור חיפה והסביבה המעוניינות בשיתוף פעולה. מטלת הסטודנטים בקורס הייתה הכנה ויישום של תוכנית קידום בריאות עם קהילות שונות. היישום כלל שני מפגשים בין הסטודנטים ובין

רקע

בשנים האחרונות ניכרת עלייה משמעותית במודעות לתחום קידום בריאות בקרב הציבור ובמדיניות בריאות הציבור בארץ ובעולם. ארגון הבריאות העולמי (World Health Organization) הגדיר, בשנת 1986, את המושג "קידום בריאות" כך: "תהליך המאפשר לבני האדם להגביר את בקרתם על בריאותם ולשפר אותה".¹

הגורם הראשוני להגדרת המונח "קידום בריאות" הוא הזינוק בתחלואה במחלות כרוניות והגידול בשכיחותם של גורמי הסיכון למחלות אלו. בהתאם לכך, ארגון הבריאות העולמי קבע חמישה שטחי פעילות עיקריים לקידום הבריאות, כפי שנוסחו באמנת אוטווה בשנת 1986: 1. מדיניות ציבורית בריאה; 2. יצירת סביבה תומכת בבריאות; 3. חיזוק הפעילות הקהילתית; 4. פיתוח מיומנויות אישיות; 5. ארגון מחודש של שירותי הבריאות.² אחת הדרכים היעילות לקידום בריאות היא פעילות במסגרת המקום, המרחב או ההקשר החברתי שבו מבלים אנשים בפעילויות יומיומיות שונות, אשר למאפייניו יש השפעה על בריאות הפרט ורווחתו. דוגמאות למסגרות השונות הן: ערים, קיבוצים, מקומות עבודה, בתי חולים, בתי ספר ומוסדות להשכלה גבוהה.³

למוסדות להשכלה גבוהה תפקידים מרכזיים בהקניית ידע ובהכשרה מקצועית והם יכולים להוות מסגרת לקידום בריאות הציבור עקב השפעותיהם רחבות ההיקף לא רק על האוכלוסייה השווה בהם אלא גם על החברה כולה.

תפקידו של מוסד להשכלה גבוהה בקידום בריאות הציבור יכול לבוא לידי ביטוי בכמה דרכים:

1. חינוך לבריאות תורם לחיזוק מיומנויות הפרט לקבל החלטות מושכלות ולאמץ באופן רצוני אורח חיים בריא; 2. פיתוח מדיניות בריאה וסביבה התומכת בבריאות הסטודנטים, הסגל, העובדים והקהילה, מדיניות המאפשרת לבחירה הבריאה להיות הבחירה הקלה. דוגמאות למדיניות בריאה במסגרת האקדמית הן למשל: נגישות וזמינות חדרי כושר וקבוצות פעילות גופנית, עידוד השתתפות בקורסי פעילות גופנית תמורת נקודת זכות; 3. חיזוק הפעילות הקהילתית ופיתוח שותפויות בקידום הבריאות עם הקהילה.

בשנים האחרונות רוב המוסדות האקדמיים, בעידוד המועצה להשכלה גבוהה בישראל, החלו להדגיש את פיתוח התוכניות החברתיות והאחריות החברתית בקרב הסטודנטים והסגל. זאת כדי ליצור שינוי משמעותי בחברה ולקדם סולידריות חברתית.

התפתחות זו היא חלק ממגמה בין לאומית לחיזוק המעורבות החברתית של המוסדות להשכלה גבוהה. לדוגמה, בארצות הברית, משנת 2000 חתמו כ-1,200 נשיאים של אוניברסיטאות ומכללות על אמנה למחויבות חברתית, שעל פיה נשיאי המכללות והאוניברסיטאות מתחייבים לעודד התנדבות של סטודנטים בקהילה באמצעות קורסים ותוכניות המשלבים בין ידע אקדמי לפעילות עם קהילות מודרות.⁴ המושג "שותפות אקדמיה-קהילה" נועד להדגיש את חשיבותם של יחסי הגומלין ההדדיים והשוויוניים בין האקדמיה לקהילה. הכוונה לשותפויות משמעותיות בין השותפים לתהליך: סטודנטים, מרצים, מוסדות להשכלה גבוהה, ארגונים קהילתיים ואנשים החיים בקהילות המודרות.⁴

מחקרים מראים כי להשתתפות הסטודנטים בפעילות חברתית במהלך הלימודים הייתה השפעה חיובית על ההישגים האקדמיים, על המנהיגות ועל הביטחון העצמי שלהם.⁵⁻⁶ הפעילות החברתית בקהילה הגדילה אף את הסיכוי של הסטודנטים לבחור במקצוע המערב שירות לקהילה בעתיד.⁴ מחקרים הדגימו כי קורסים משלבי עשייה תורמים ליישום ידע שנצבר בכיתה לתרגול בעולם האמיתי.⁷ מחקרם של Shek ועמיתיו (2020) מספק נתונים אמפיריים לכך ששותפות אקדמיה-קהילה מקדמת מעורבות בקהילה, תחושה של אמפתיה, כבוד ודאגה לאחרים, ומשפרת מנהיגות, כישורים חברתיים, עבודת צוות ויכולות קוגניטיביות בקרב הסטודנטים.⁷⁻⁸ אלה הן תכונות שהחברה בישראל זקוקה להן משום שהיא מתמודדת עם תופעה מדאיגה של קיטוב, שסעים בין האוכלוסיות, הדרה ואי-שוויון חברתי.

יתרה מכך, מחקרים ארוכי טווח שעקבו אחרי הסטודנטים הראו כי הסטודנטים שהשתתפו בקורסים המשלבים עשייה במהלך הלימודים לתואר הראשון המשיכו ללימודים לתארים מתקדמים. כלומר, ההשפעה על הסטודנטים היא ארוכת טווח והיא נשמרת לכל חייהם.⁹ הפעילויות עם הקהילה מאפשרות לסטודנטים לפגוש אוכלוסיות מודרות בתוך החברה. מפגשים

בו כי "... הפיזיותרפיסט ישאף לקדם תחומים חדשים לשיפור בריאות הציבור ורווחתו ... יקדם ויטמיע את חשיבות הפעילות הגופנית ותנועה למטופלים ולציבור הרחב".²

הסטודנטים רוכשים במהלך לימודיהם ידע ומיומנויות תיאורטיים בלבד בקידום בריאות. הדגש ניתן בעיקר לזיהוי צרכים בריאותיים ולשיפור בעיות בריאות ספציפיות ברמת המטופל, ופחות לזיהוי צרכים חברתיים וסביבתיים של אוכלוסיות שונות, ובמיוחד של קבוצות מיעוט וקבוצות מודרות בחברה. לפיכך, השותפות אקדמיה-קהילה מאפשרת לסטודנטים לפיזיותרפיה להכיר קהילות שונות ולנתח מקרוב את הגורמים האישיים, החברתיים, הסביבתיים והמדיניים המשפיעים על נקיטת התנהגויות בריאותיות. כמו כן, הקורס מאפשר לסטודנטים לפיזיותרפיה לפגוש אוכלוסיות מיוחדות בחברה שלולא הפעילות עם הקהילה לא היו נפגשים אתם במהלך הלימודים.

הקורס "סוגיות בקידום בריאות ומניעת סיכונים" קיים בחוג לפיזיותרפיה במסגרת התואר הראשון, משנת 2011, אך עד כה היה קורס תיאורטי בלבד. הסטודנטים הכינו תוכניות תיאורטיות לקידום בריאות, על פי מודלים בקידום בריאות, ולא יישמו אותן הלכה למעשה. יחד עם זאת, שלא במסגרת הקורס, חלק מן הסטודנטים הוציאו אל הפועל את התוכניות שהכינו במסגרת עבודת סמינריון או במקומות העבודה שלהם לאחר סיום התואר.

במשך השנים עלו הצעות להוציא אל הפועל את התוכניות שהכינו הסטודנטים במסגרת הקורס כדי שלא יצטמצם לקורס תיאורטי בלבד. בשנת 2020, הגשנו "ד"ר גלי דר, ראש החוג לפיזיותרפיה, ואנוכי, לראשונה, בקשה ל"תוכנית הדגל" של אוניברסיטת חיפה לקורס משלב עשייה עם הקהילה שייכלל במסגרת הקורס "סוגיות בקידום בריאות ומניעת סיכונים". בשנת תשפ"א (2020-2021), זכה הקורס להכרה כקורס המשלב עשייה חברתית במסגרת "תוכנית הדגל" של האוניברסיטה. בהתאם לכך, הותאם הקורס ונערכו בו שינויים משמעותיים, כולל הוספת החלק היישומי של תוכניות קידום הבריאות עם הקהילה.

אלו מעוררים את הדעות הקדומות והסטראוטיפיות שהיו לסטודנטים על אותן אוכלוסיות, כך שהדיונים בכיתה והשיקופים (reflection) של הסטודנטים מאפשרים התמודדות טובה יותר עם הדעות הללו.¹⁰ כדי לממש יעדים אלו, הפעילות עם הקהילה חייבת להיות רלוונטית לתוכן האקדמי של הקורס. נוסף על כך, פעילות הסטודנטים עם הקהילה חייבת להיות מרכיב מרכזי בקורס כדי לאפשר לסטודנטים להיות מעורבים בקהילה ובכך להעצים את עצמם.¹⁰

"תוכנית הדגל" באוניברסיטת חיפה היא תוכנית לשותפות אקדמיה-קהילה, הפועלת לעידוד סולידריות חברתית ולחיבור בין הסטודנטים, הסגל האקדמי, הסגל המנהלי ואוכלוסיות מודרות ומחלשות. מטרת "תוכנית הדגל" היא לצמצם את רמת הקיטוב החברתי, המעמדי, התרבותי והלאומי בחברה, לקדם סולידריות ולעודד את השתלבותן של קבוצות מודרות בזרם המרכזי של החברה הישראלית. התוכנית פועלת באוניברסיטה זו השנה התשיעית, ומערבת עשרות חברי סגל אקדמי ממגוון פקולטות וחוגים, חברי סגל מינהלי ויותר מ-200 סטודנטים בשנה.

התוכנית עוסקת בפיתוח של פרויקטים חברתיים מובילים ושל קורסים משלבי-עשייה בקהילה. קורסים אקדמיים אלה משלבים מרכיב של עשייה חברתית (סטודנטים ו/או סגל) בפעילותם לשינוי חברתי מחוץ לקמפוס. קורסים משלבי עשייה במוסדות האקדמיים בישראל נבנו במגוון רחב מאוד של תחומים, ובהם עבודה סוציאלית, אומנות, משפטים, אדריכלות, חינוך, תרגום, סוציולוגיה ואנתרופולוגיה. למרות התרומה הידועה של השותפות אקדמיה-קהילה הן לסטודנטים והן לקהילה, לא ידוע לנו על שילובם של קורסים משלבי-עשייה בתוכניות הלימודים בפיזיותרפיה בישראל.

מקצוע הפיזיותרפיה נחשב למקצוע עיקרי לשם מינוף נושא קידום הבריאות בקהילה. לפיזיותרפיסטים יש תפקיד מכריע באימוץ אורח חיים בריא ופעיל בקרב המטופלים. על פי הקוד האתי של הפיזיותרפיסטים בישראל, לפיזיותרפיסטים מחויבות אתית מקצועית לקידום בריאותם של כלל המטופלים. בפרק "יחסי פיזיותרפיה-קהילה" מוצגים העקרונות לשמירה על תדמית המקצוע בעיני החברה, ונאמר בו כי "הפיזיותרפיסט ישאף לקדם ערכי בריאות בקרב האוכלוסייה ויתרום מן הידע שלו בתחום בריאות הציבור הקשור למקצועו".² כמו כן מודגש

לוח 1: תוכנית מפורטת של נושאי הקורס

נושאי ההרצאות
<ul style="list-style-type: none"> האם יש לנו תפקיד בקידום בריאות המטופלים שלנו? מהו קידום בריאות? התפתחות היסטורית ומושגי יסוד
<ul style="list-style-type: none"> מודל תכנון תוכניות קידום בריאות Precede-Proceed הצגת דוגמה לתוכנית קידום בריאות בפיזיותרפיה נושאים לפעילויות עם הקהילה וחלוקה לקבוצות עבודה
<ul style="list-style-type: none"> מהי התנהגות בריאותית? איך נוכל לקדם שינוי התנהגותי בטיפולי הפיזיותרפיה? מודלים בקידום בריאות: מודל האמונות הבריאותיות (The Health Belief Model), המודל הסוציו-אקולוגי (The Socioecological Model), מודל שלבי השינוי (The Trans theoretical Model)
<ul style="list-style-type: none"> קידום אורח חיים פעיל ובריא בקרב אוכלוסיות הסובלות ממחלות כרוניות כגון: סוכרת, מחלות לב וכלי דם, השמנה, סיסטיק פיברוזיס ועוד תיאור מקרה
<ul style="list-style-type: none"> גישת הניהול העצמי (self-management) Patient Activation
<ul style="list-style-type: none"> הריאיון המוטיבציוני התמודדות עם התנגדויות מטופלים לשינוי באורח חיים איך נוכל לשפר היענות ודבקות בטיפול? (באמצעות סימולציות אנושיות)

תיאור קורס המשלב עשייה חברתית בסוגיות בקידום בריאות ומניעת סיכונים בפיזיותרפיה

תיאור כללי של הקורס: הקורס הוא קורס חובה לסטודנטים לתואר ראשון בפיזיותרפיה, בשנה הרביעית והאחרונה ללימודים. הקורס מקנה שתי נקודות זכות. כיוון שהקורס ניתן בסמסטר של 7 שבועות, הוא כלל מפגש אחד של ארבע שעות פעם בשבוע.

מטרות הקורס הן להציג את חשיבותו של נושא קידום בריאות בתחום הבריאות, בכלל, בטיפול הפיזיותרפיה, בפרט, ולהכיר את היבטי קידום הבריאות בעבודתו של הפיזיותרפיסט. בסימו של הקורס הסטודנטים רוכשים כלים: א. ליישום העקרונות של קידום בריאות בעבודתם כפיזיותרפיסטים. יישום זה כולל התייחסות לכלל הגורמים המשפיעים על הפרט ועל ניהול מחלתו, כגון החברה, הסביבה והמדיניות הציבורית; ב. להעצמה של הפרט והקהילה; ג. לקידום שינוי התנהגותי; ד. לחינוך לבריאות (health-education and patient-education); ה. לעידוד ניהול עצמי של מחלה כרונית (self-management); ו. ליצירת סביבה המאפשרת בריאות מרבית לקהילה, להתאמה ולהנגשה תרבותית של תוכניות קידום בריאות וליישומן בקהילה.

החלק התיאורטי של הקורס

החלק התיאורטי של הקורס כלל הרצאות, דיונים, סימולציות אנושיות, ועבודה בקבוצות קטנות לשם ניתוח תיאורי מקרה ולפתרון בעיות קליניות. דוגמה טיפוסית לנושא לדיון היא מקרה של מטופל בעל עודף משקל המגיע למכון פיזיותרפיה עם תלונה של כאבי ברכיים. בניתוח המקרה היו הסטודנטים צריכים לבחון את גורמי הסיכון לתלונתו (למשל, BMI, איזון הסוכרת על פי המוגלובין A1C), לקבוע את מטרות הטיפול, ולהתאים תוכנית טיפול הכוללת אימון גופני בהתאם לעקרונות תורת האימון. החלק האקדמי כלל 12 הרצאות של שעתיים עם מרצת הקורס. מתוך מפגשים אלו, מפגש אחד כלל הרצאה עם פסיכולוגית קלינית ויועצת ארגונית בנושא התמודדות עם התנגדויות מטופלים לשינוי באורח חיים. נערך מפגש נוסף של שעתיים עם שחקן שבו תרגלו הסטודנטים סימולציות של מצבים שבהם מטופלים מגלים התנגדות לשינוי באורח חייהם. במפגש האחרון (בן שעתיים) הציגו קבוצות הסטודנטים את תוכניות קידום הבריאות שהכינו. עקב מגפת הקורונה כל המפגשים היו מפגשים מקוונים בזום. לוח 1 מציג את הנושאים שנלמדו בהרצאות במהלך הסמסטר.

שהיו מעוניינות בשיתוף פעולה עם "תוכנית הדגל". בהמשך פנתה המרצה לאנשי מפתח באותן קהילות, הציגה בפניהם כמה נושאים שיחד עם הסטודנטים לפיזיותרפיה יכולים לקדם אותם. בהתאם לכך, חולקה הכיתה לשש קבוצות עבודה. כל קבוצה בחרה נושא בהתאם להצעות ולעדיפויות של הקהילה שאתה עבדו. במהלך הסמסטר ולפי בקשת הסטודנטים נקבעו מפגשי עבודה עם המרצה כדי שתנחה אותם בהכנת התוכנית הספציפית. לוח 2 מסכם את תוכניות קידום הבריאות שהופעלו במהלך סמסטר א', שנת הלימודים תשפ"א.

יישום תוכניות קידום בריאות עם הקהילה בחלק המעשי של הקורס

מטלת הסטודנטים בקורס הייתה להכין וליישם תוכנית לקידום בריאות עם הקהילה, בהסתמך על הידע התיאורטי שנרכש במהלך הקורס. שעות הפעילות עם הקהילה היו מעבר לשעות הקורס. כל סטודנט היה חייב להשתתף בשני מפגשים עם הקהילה, כל מפגש היה למשך שעתיים (סה"כ 4 שעות פעילות חובה). לקראת הקורס, המרצה פנתה לצוות "תוכנית הדגל" כדי לקבל את רשימת הקהילות באזור חיפה והסביבה

לוח 2: תוכניות קידום הבריאות שהכינו הסטודנטים לפיזיותרפיה במהלך הקורס

שם התוכנית	הקהילה	יישום התוכנית	מספר המפגשים
"קידום אורח חיים פעיל"	המרחב ליזמות +60 המרחב נועד לאזרחים ותיקים בני הגיל השלישי	המפגש ראשון כלל הרצאה בנושא "השפעת אימוני התנגדות על בריאות העצם בגיל השלישי בתקופת הקורונה" ופעילות אקטיבית משותפת בזום בין האזרחים הוותיקים לבין הסטודנטים. המפגש השני כלל הרצאה בנושא "מניעת נפילות בקרב מבוגרים" ופעילות אקטיבית.	שניים בזום
"ניהול אורח חיים פעיל בקרב צעירים עם אוטיזם"	עמותת כיוונים: עמותה לקידום צעירים, בני 18 עד 30 עם צרכים מיוחדים, לחיים עצמאיים	הפעילות הייתה בנושא "קידום אורח חיים פעיל בקרב אנשים עם אוטיזם". הקהילה כללה צעירים על הרצף האוטיסטי בתפקוד גבוה הגרים בדירות בקהילה - בכל דירה שלושה דיירים. במפגש הראשון, הסטודנטים לפיזיותרפיה נכנסו לכמה דירות והתאמנו עם הדיירים למשך כשעה. המפגש השני כלל הרצאה בזום לכל המשתתפים בנושא: "ניהול אורח חיים פעיל בקרב צעירים עם אוטיזם" ופעילות אקטיבית. בכל דירה ישבו יחד המחנך והצעירים.	פגישה אחת פנים אל פנים במרכז העמותה, מפגש שני בזום

שם התוכנית	הקהילה	יישום התוכנית	מספר המפגשים
"בואו נירגע - התמודדות עם מצבי לחץ"	המרכז לחיים עצמאיים: הוא שירות קהילתי לקידום אנשים בני 21 ויותר, עם מוגבלות, בחיפה והסביבה. האנשים מגיעים למרכז אחר הצהריים לפעילות הנמשכת שעתיים	המפגשים כללו הרצאה ודיון בנושא "התמודדות עם מצבי לחץ". בשני המפגשים שולבה פעילות אקטיבית ושימוש בשיטות שונות להורדת לחץ, כגון כיווץ והרפיה (שיטת ג'ייקובסון), נשימות עמוקות, טאי צ'י ותרגול מדיטציה.	שניים בזום
"עבודה נכונה עם הגוף"	אלווין ישראל: העמותה נותנת שירות ליותר מ-5,200 אנשים עם מוגבלות, ביניהם פעוטות, ילדים, בני נוער, צעירים, מבוגרים ומזדקנים	הפעילות החברתית הייתה בקרב המטפלים שעובדים עם מטופלים סיעודיים. מפגש אחד כלל הרצאה בנושא "ביו-מכניקה ועבודה נכונה עם הגוף ושמירה הגב". המפגש השני הדגים את המעברים מן המיטה לאנשים במצב סיעודי - מעברים מן המיטה לכיסא, קימה מישיבה ועזרה בקימה מן הרצפה לעמידה.	שניים בזום
"קידום אורח חיים בריא"	נשים יהודיות חרדיות בהדר, חיפה	הפעילות החברתית נועדה לפתח שיח משותף בנושא "קידום אורח חיים בריא". המפגש הראשון כלל הרצאה על החשיבות שיש באורח חיים פעיל ובעיסוק בפעילות גופנית, הרמה נכונה במהלך עבודות משק הבית והרמת התינוקות. המפגש השני כלל הרצאה בנושא "שינה וחשיבותה לבריאות, פעילות קבוצתית, דיונים ומדיטציה".	שניים בזום
"מניעת נפילות בגיל השלישי"	מתנ"ס ליאו באק - מרכז קלור, חיפה	פעילות חברתית אקטיבית במתנ"ס משותפת לסטודנטיות ולמשתתפים בגילים השונים. כללה הרצאות בנושא מניעת נפילות בגיל השלישי והשלכות הנפילות. המפגש השני כלל תרגול אקטיבי לשיפור שיווי המשקל.	מפגש אחד פנים אל פנים, ואחד בזום

◆ חשיפה לתכנים חדשים

"הפעילות הועילה לי בכך שחשפה אותי לתכנים עליהם העברנו את ההרצאה, במיוחד לתכנים שאותם העבירו שאר הסטודנטים מכיוון שאת התחום שאני העברתי הכרתי קצת יותר".

"קודם כל זה הקנה לי ידע בפעילות שהכנו עבור המשתתפים שגם אני לא ידעתי קודם וזה עזר לי בחיים האישיים שלי, חוץ מזה הפעילות נתנה לי את ההרגשה שאני תורמת מעולם הידע שלי לאנשים עם צרכים מיוחדים".

◆ התרומה של קורס משלב-עשייה ברמה האישית

"בעיניי קורסים משלבי עשייה חשובים מאוד וגם תורמים לנו קודם כל כבני אדם. תרומה לקהילה בעיניי היא דבר משמעותי וחשוב שרצוי לעודד בקרב האוכלוסיות השונות. אני מאמינה שבזכות התרומה והפעילות הצלחנו לעזור לפחות לאישה אחת וזה מבחינתי עולם ומלואו".

◆ חשיבות למידה דרך העשייה

"ניתן לתת יותר משקל לביצוע הפעילות עם האוכלוסייה, להעלות מ-2 מפגשים ליותר על מנת לייצר תוכנית קידום בריאות ולא רק פרויקט. ניתן לראות אם ניתן לשלב תוכנית זו לאורך שנה שלמה ולייצר מפגש דו חודשי או חד חודשי מתמשך".

"הפעילות עם הקהילה הייתה הכי משמעותית שעשיתי במסגרת התואר יחד עם ההתנסויות, מאוד חשוב!"

"הייתי ממליצה שיהיה יותר מקורס אחד, ושהקורסים כבר יתחילו בשנים הראשונות, על מנת לחשוף את הסטודנטים בתחילת הקורס לקהילות שצריכות אותנו יותר".

"אני אישית לומד הרבה יותר טוב בעשייה מאשר בתיאוריה. אז כן, חד משמעית, הייתי מעדיף וממליץ על קורסים פרקטיים".

◆ תגובות המשתתפים מהקהילה

"היה מאוד משמעותי כי זה פעם ראשונה שהפרויקט מתקיים. הסטודנטים מקסימים והגיעו עם המון רצון וסובלנות... בסוף שיתפתי גם את באדרה בהארות שהיו לי לשנה הבאה".

ההערכה בקורס

מרכיבי הציון בקורס היו: 60% עבור יישום תוכנית קידום הבריאות בקהילה, 30% עבור הצגת תוכנית קידום הבריאות במהלך השיעור האחרון לכלל הכיתה, ו-10% עבור העבודה בקבוצות ועבור השתתפות פעילה בדיונים ובסימולציות האנושיות.

שיקוף הרגשות והחוויית של הסטודנטיות והסטודנטים לפיזיותרפיה

בסיום הקורס נשלח לסטודנטים סקר שביעות רצון מן הקורס וענו עליו 63% מן המשתתפים. הערות הסטודנטים מתייחסות לכמה היבטים מרכזיים. להלן מוצגות חלק מן התגובות של הסטודנטים:

◆ היכרות עם אוכלוסיות מגוונות והנגשה תרבותית של קידום בריאות

"תוכנית קידום בריאות הייתה עבורנו התנסות מעניינת ולימודית עם הקהילה. שמחנו להכיר אוכלוסייה שפחות מוכרת לנו מהסביבה החברתית. למדנו על האוכלוסייה (נשים יהודיות חרדיות) ומאפייניה ובכך הצלחנו להתאים במידה המיטבית תוכנית לקידום בריאות עבורה. הנושא בו בחרנו "שינה ובריאות" היה עבורנו נושא מעניין לחקור וללמוד עליו ולקחנו את ההמלצות שמצאנו גם לחיינו האישיים. התנסונו בהעברת מצגת מול קהל שאנו לא מכירות ורכשנו כלים להמשך דרכנו כפיזיותרפיסטיות. נשמח לציין כי התוכנית בעינינו חשובה ומלמדת וכי ניתן לשלב קורסים משלבי עשייה בדרכים שונות שיתאימו לתוכנית הלימודית. תודה על ההזדמנות להיות חלק, ללמוד, לתרום ולהביא הלכה למעשה".

"הפעילות עם הקהילה הועילה לי ותרמה להעשרתי בנושא בו בחרתי עם קבוצתי להתמקד. בנוסף, הכרת אוכלוסייה שאינה קרובה לאנשים איתם אני מסתובבת בחיי עזרה לי להכיר עוד עולם ועוד השקפת חיים. הבנתי לעומק סוגיות איתם מתמודדת האוכלוסייה והבנתי גם דרך הפרויקט כיצד אוכל להנגיש בתור פיזיותרפיסטית בהמשך את הטיפולים לאוכלוסייה שכזו".

"הפעילות מאוד משפיעה עליי כפיזיותרפיסטית גם כיום כאשר אני נמצאת בהתנסות שיקום ונתקלת באוכלוסייה של דתיים, אני מבינה את החשיבות של הכרת מאפייני האוכלוסייה".

"היה מפגש מקסים ומעולה עם הסטודנטים לפיזיותרפיה, משהו שאפשר לפתח בהמשך הדרך".

"המידע שהועבר מהסטודנטים לפיזיותרפיה הוא חיוני מאוד עבורנו".

דיון

ההבנה כי תוכניות קידום בריאות הן חשובות מאוד כאמצעי ליצירת שינוי התנהגותי בבריאות היא במוקד הרפואה הציבורית בישראל. במקביל, מערכת ההשכלה הגבוהה בישראל שמה לה למטרה לקדם מחויבות חברתית. לשם כך, "תוכנית הדגל" באוניברסיטת חיפה מפתחת תוכניות חדשות לעידוד המעורבות החברתית של הסטודנטים על ידי שילוב של הקניית ידע אקדמי ויישומי הלכה למעשה.

במהלך הקורס "סוגיות בקידום בריאות ומניעת סיכונים", שהתקיים בחוג לפיזיותרפיה באוניברסיטת חיפה, נבנו יחסי גומלין בין החוג, ובין קהילות חברתיות שונות. הפעילויות במהלך הקורס חידדו את היתרונות של שיתוף הפעולה בין הקהילה ובין האקדמיה. הארגונים החברתיים שהשתתפו בתוכנית הוקירו מאוד את פועלם של הסטודנטים לפיזיותרפיה, ולמדו להכיר בתרומה הייחודית של מקצוע הפיזיותרפיה בכל הקשור לקידום אורח חיים פעיל ובריא. במהלך הקורס נוצרה היכרות בין הסטודנטים, בין המרצה ובין הארגונים השונים, ואלה ביקשו המשך שותפות עם החוג לפיזיותרפיה. הקורס הנכיח את הצורך העצום להנגיש ידע על קידום הבריאות לאוכלוסייה, ובמקביל אפשר לסטודנטים להכיר אוכלוסיות מיוחדות שללא הפעילות החברתית לא היו נפגשים איתן. בהתאם לכך, הן הסטודנטים והן הנציגים בקהילה ברכו על התרומה המשמעותית של השותפות אקדמיה-קהילה.

נוסף על כך, הקורס תרם לחוויה רגשית משותפת חזקה בין הסטודנטים ובין המשתתפים בפעילויות ולרצון הדדי ללמידה משותפת. הערות הסטודנטים מעידות כי רבים מהם סבורים כי ההשתתפות בפעילות עם הקהילה תרמה להם לא רק להבנת הנושאים שנלמדו באופן תיאורטי, אלא גם בהענקת כלים חשובים נוספים לעבודתם בעתיד כאנשי מקצוע.

פעילויות עם הקהילה מעודדות את הסטודנטים לפיזיותרפיה להרחיב אופקים, לחשוב מחוץ לקופסה ולמקם את הדילמות המקצועיות בהקשרים חברתיים, סביבתיים ואתיים. בהתאמה למטרות ארגון הבריאות העולמי ולמדיניות הבריאות בארץ ובעולם, ההשתתפות הפעילה בתוכניות שונות, כגון אלו שהתנסו בהם הסטודנטים שלנו, מעודדות את הסטודנטים לשמש מגדלור של סובלנות, שיוויון ואמפתיה.

יש לציין כמה קשיים שהתמודדו איתם בפיתוח הקורס. קושי אחד נבע מן המגבלות שהוטלו עקב מגפת הקורונה ואילצו אותנו לקיים מפגשים מקוונים בזום במקום מפגשים פנים אל פנים. נוסף על כך, קידום בריאות הוא תהליך שאנשים צריכים להתנסות בו שוב ושוב. כפי שצינו סטודנטים, אחד העקרונות המרכזיים בקידום בריאות הוא המשכיות (sustainability) של התוכניות, לכן, אגב, אין משתמשים כאן במונח "פרויקט" שיש בו רכיב של סיום. אין ספק שקיום הקורס במהלך סמסטר אחד בלבד אינו מאפשר להשיג שינוי קבוע בהתנהגות האוכלוסייה.

מגבלה נוספת קשורה לתוכנית הלימודים העמוסה של הסטודנטים לפיזיותרפיה. זאת במיוחד לאור העובדה שבאוניברסיטת חיפה בשנת הלימודים הרביעית, שבה התקיים הקורס, הסמסטר קצר (כי הסטודנטים יוצאים ללימודים קליניים במחצית השנייה של הסמסטר). כמו כן, הסטודנטים בסמסטר זה מרוכזים בהכנת עבודת הגמר, מה שמכביד עוד יותר את העומס המוטל עליהם.

החוג לפיזיותרפיה באוניברסיטת חיפה שם לו למטרה להפוך את קידום הבריאות של אוכלוסיות מגוונות וקידום סולידריות חברתית לחלק אינטגרלי מתוכנית הלימודים. בקורסים משלבי עשייה טמונה גישה כוללת של מחויבות לחברה, צדק ואכפתיות.

לאור המשוב של הסטודנטים והיתרון הגלום בלמידה בדרך זו על פי הספרות, יש לערוך מחקר-המשך כדי לבדוק את ההשפעה שיש לקורסים משלבי עשייה בשיפור רמת הטיפול של בוגרי החוג וגם על רמת המחויבות שלהם לקידום בריאות הציבור.

מקורות

- א. גולן, ד' ורוזנפלד, י' (2015). למידה מהצלחות של קורסים משלבי עשייה באקדמיה בישראל. גיליון 7 (אביב), 13-36.
- ב. ועדת האתיקה של הפיזיותרפיסטים בישראל, 2018. הקוד האתי של הפיזיותרפיסטים בישראל - קישור לקוד המלא:
http://www.ipts.org.il/_Uploads/dpsAttachedFiles/Kod_Eti_2018.pdf
1. Tannahill, A. (1958). What is health promotion ?, 44(4), 167-168.
 2. World Health Organization. (1978). Declaration of Alma-Ata 1978. Retrieved, May 21, 2021 from: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0009/113877/E93944.pdf
 3. Dooris, M., & Martin, E. (2002). Developing a health promoting university initiative within the context of inter-sectoral action for sustainable public health: reflections from the University of Central Lancashire. *Promotion & Education*, 9(1_suppl), 16-19. <https://doi.org/10.1177/10253823020090010111>
 4. Golan, D., Rosenfeld, J., & Orr, Z. (2017). Bridges of Knowledge: Campus-Community Partnerships in Israel. Mofet.
 5. Astin, A. W., & Sax, L. J. (1998). How Undergraduates Are Affected by Service Participation How Undergraduates Are Affected by Service. *Journal of College Student Development*, 39(3), 251-263.
 6. Vardi, M., Orr, Z., & Finkelstein, A. (2019). Civic Engagement of Students from Minority Groups: The Case of Ultra- Orthodox Students and Communities in Jerusalem. In *Understanding Campus-Community Partnerships in Conflict Zones* (pp. 261-292). <https://doi.org/10.1007/978-3-030-13781-6>
 7. Shek, D., Ma, C. M. S., & Yang, Z. (2020). Transformation and Development of University Students through Service-Learning : a Corporate-Community-University Partnership Initiative in Hong Kong (Project WeCan). *Applied Research in Quality of Life*, 15, 1375-1393.
 8. Ma, C. M. S., Shek, D. T. L., & Li, P. P. K. (2019). Service Leadership Through Serving Socially Deprived Students: Experience Gained from Corporate-Community-University Partnership (Project WeCan). In *Service-Learning for Youth Leadership* (pp. 83-112). Springer US.
 9. Jacoby, B. (2009). *Civic engagement in higher education: Concepts and practices*. San Francisco: Jossey-Bass.
 10. Butin, D. W. (2010). *Service learning in theory and practice: The future of community engagement in higher education*. New York: Palgrave Macmillan.

Academia-community partnership: An academic physical therapy course promoting health within the community

Badera Naamneh-Abuelhija BPT, MPH

Doctoral student and Lecturer, Department of Physical Therapy, Faculty of Social Welfare Health Sciences, University of Haifa

Abstract

Introduction: Awareness of the importance of health promotion is increasing publicly as well as among policy makers in Israel and worldwide. Health promotion within the university is reflected in actions taken to improve the health of students and of the academic and administrative staff.

With the support of the Council for Higher Education, the University of Haifa has developed a variety of programs aimed at promoting social activism among its students and faculty. In this context, the university developed a “flagship project” intended to promote social solidarity and create links between underprivileged communities and academic knowledge through active student and faculty involvement.

This article describes and discusses an academic course taught at the Department of Physical Therapy, called “Issues in health promotion and risk prevention”. In the 2020/21 academic year this course was integrated in the university’s “flagship program”. The objective of this course is to demonstrate to the students and public the contribution of physical therapy to health promotion and social action. To this end, physical therapy students were required to implement health promotion principles while engaging in social activities among marginalized and underprivileged communities.

Description of the course: The course was taught to fourth-year physical therapy students. The theoretical part of the course included lectures, discussions, simulations, as well as work in small groups to analyze case descriptions and resolve clinical problems. The meetings were all conducted online through Zoom due to the COVID-19 pandemic. The faculty and administrative staff of the “flagship program” assisted the lecturer in recruiting communities interested in cooperating in this endeavor from Haifa and the surrounding area. Students in the course had to develop and implement a health promotion program with one community. Students and community members met twice during the implementation stage, and the programs were presented to the class, the lecturer, and the “flagship program” team.

Summary: Action-based learning is a powerful tool for promoting among students important personal and social skills such as commitment, empathy, and teamwork, which are not always addressed in academic teaching. The academic-community partnership in the course presented here exposed students to underprivileged communities and stressed the importance of developing health promotion programs for diverse populations. Further research is needed to evaluate the effect of action-based courses on improving the level of physical therapy care and commitment to promoting community health, as well as its effect in other fields within the physical therapy curriculum.

Keywords: Academic-Community Partnership, Health Promotion, Physical Therapy, Service Learning, Social Activism, Active Lifestyle