
**”עזר כנגדו” – קותרפיה
דיאלקטית במקרים מאתגרים**

שניאור הופמן, Ph. D. בני פלדמן, Ph. D.





Golden Sky
New York

Golden Sky is an imprint of Mondial.

”עזר כנגדו” – קותרפיה דיאלקטית במקרים מאתגרים

Ph. D. , בני פלדמן, Ph. D. , שניאור הופמן

**“Helpmate Unto Him”:
Dialectical Cotherapy with Challenging Cases**
Seymour Hoffman, Ph. D., Benni Feldman, Ph. D.

© 2013 Seymour Hoffman, Benni Feldman

ISBN: 9781595692658

www.goldenskybooks.com

"טובים השנים מן האחד אשר יש להם שכר טוב בעמלם.
כי אם יפלו, האחד יקים את חברו." (קהלת, ד: ט, י)

הקדשה

ספר זה מוקדש ברגשי הוקרה וחיבה לשותפינו המרובים לטיפול ולכתיבה שהפרו את עבודתנו במהלך השנים, ובמיוחד שרה גפני, ברורית לאוב ולאה רוסמן.

שלמי תודות

המחברים שמחים להודות לכותבי המאמרים על תרומותיהם, לסיון שרגאי על עיצוב עטיפת הספר ועל עזרה בתרגום חומר מאנגלית ולבתיה הופמן על הגהות המאמרים באנגלית.

תוכן העניינים

8.....	הקדמה (שניאור הופמן, בני פלדמן)
13.....	מבוא (משה פרייזר)
15.....	חלק א': דגמים של קותרפיה דיאלקטית
16.....	התומכת והמאתגר: טיפול באלמות ברנית (שניאור הופמן, ברורית לאוב) המציף והמרגיעה:
21.....	1. טיפול בהפרעה טורדנית-כפייתית (פרומי גוטליב, שניאור הופמן)
28.....	2. טיפול בפוביה (שניאור הופמן, נילי קופרמן) שימוש במבחן השלכתי בפסיכותרפיה:
32.....	1. טיפול בחוויה טראומטית (שניאור הופמן)
40.....	2. טיפול במתבגרת מורדת (אסתי הרמן, שניאור הופמן) שימוש ביועץ ליציאה ממבוי סתום:
50.....	1. טיפול בפחד קהל (שניאור הופמן, אסתי הרמן)
55.....	2. טיפול בסטודנטית בעלת נטיות אובדניות (שניאור הופמן, בני פלדמן)
60.....	הסתייעות ברב כיועץ בטיפול פסיכולוגי (שניאור הופמן)
67.....	חלק ב': התערבויות יצירתיות בפסיכותרפיה
68.....	כלי להכשרת מתמחים בגישה טיפולית מبدלת (שניאור הופמן, לאה רוסמן)
72.....	קבוצה פתוחה (שולמית גדנקן, שניאור הופמן) התבוננות אישית של מתמחה בטיפול משפחתי עם מדריך
78.....	(אסתר גרינבאום, שניאור הופמן)
83.....	הגיגים על נידות בחדר הטיפול (שניאור הופמן)
85.....	נגיעה בטיפול פסיכולוגי (שניאור הופמן)

נספח

Judaism and Psychological Treatment

Judaism and Homosexuality: An Alternate Rabbinic View (Chaim Rapaport)	3
Psychological Wisdom of the Sages (Seymour Hoffman).....	23
Is Cross-gender Therapy “Kosher”? (Seymour Hoffman)	32
Reflections on Working in an Ultra-orthodox Mental Health Clinic (Seymour Hoffman, Hava Ben Shalom)	39

הקדמה

”בהיסטוריה של הפסיכותרפיה, הפתרון למבוי סתום בין שני צדדים, נוצר תכופות על ידי הוספת צד שלישי על הבמה הטיפולית עצמה (קותרפיסט או בן משפחה חדש) או מאחורי הבמה (המדריך או קבוצה מאחורי מראה חד כיוונית)“. (עומר, 1994)

חיים עומר מעלה נקודה חשובה והיא הקושי לצפות ממטפלים, שנתקלים במבוי סתום בטיפול, לאבחן ולשנות את הפרספקטיבות הכושלות שלהם בעצמם. ”איננו יכולים, אלא לראות את העולם דרך העיניים שלנו; לצורך נקודת התבוננות אחרת, אנחנו זקוקים לעזרה של עיניים אחרות. ולכן, התייעצות חיצונית עשויה להיות יקרת ערך לפתרון של מבוי סתום בטיפול. המטרה הראשונה של היועץ היא למפות את מקורות המבוי הסתום על ידי חקירת נרטיבים, אסטרטגיות ואינטראקציות שיוצרים אותו, ואז לתכנן התערבות מתקנת משמעותית לצורך שחזור התנועה והכיוון של הטיפול. המטרה היא לתת לטיפול דחיפה, לשחרר אותו מהגורמים שיוצרים את המבוי הסתום, ולאפשר למהלך הטיפולי הרגיל להמשיך על בסיס חדש“ (שם). עומר משיג זאת במפגשי ההדרכה עם המודרכים שלו.

Keith and Whitaker (1983), ואחרים, משיגים מטרה זאת על ידי התערבות קצרה בטיפול עצמו. לדבריהם, מאחר ויועץ מתפקד כבעל יכולת ייחודית ובעל חופש פעולה, ומאחר ומעורבותו קצרה וחולפת, הוא יכול להיות אובייקטיבי, בעל יכולת התבוננות, וחופשי לפעול ולומר דברים שהמטפל העיקרי מהסס או חושש לעשות או להגיד.

* * * * *

מפרשי התורה היו חכמים, נבונים ובעלי תובנה עמוקה בפסיכולוגיה ובדינאמיקה של האדם. את הפסוק ”ולאדם לא מצא עזר כנגדו“ (בראשית, ב, כ), מסביר הנצי”ב (הרב נפתלי צבי יהודה ברלין, המאה התשע עשרה), בספרו ”העמק דבר“, בכך שלאחר שאדם הכיר במגבלותיו, הבין שהוא צריך עזר שיהיו בו כוחות נגדיים. דהיינו - שהניגודים יהיו לו לעזר, ימתנו את מידותיו ויקדמוהו לשלמות.

הרב שמשון רפאל הירש (המאה התשע עשרה) מדגיש: ”תפקיד האישה להיות ”עזר“ לאיש ומשום כך עליה להיות ”כנגדו“. שומה עליה להשלים אותו ולשם כך היא זקוקה לסגולות אחרות“.

קופ (1972), פסיכולוג פסיכותרפיסט, ניתח ופיתח את התובנות הנ”ל. לדעתו, אנשים מת-

חתנים כדי להשלים את החסרונות והמגבלות. מה שחסר באדם הוא מחפש בבן/בת זוג/ה הנבחרת, החלק השני של עצמו/ה ("הצלע החסרה"). האדם אינו שלם. חלקים מאישיותו מפותחים מדי או מוזנחים מדי. את התכונות שחסרות בו הוא מחפש בזולת. לדוגמא: תוקפנות-עדינות, אינטלקטואליות-רגשיות, מופנות-מוחצנות, ספונטאניות-יציבות וכיו"ב. "ניגור דים נמשכים אחד לשני".

מעטים האנשים שירצו להתחתן עם בבואתם. בני זוג ששניהם חסרי ביטחון עצמי יחזקו זה את זו בזהירות ובסבילות של זולתם, כך ששניהם לא ינסו ניסיונות חדשים. באותה מידה, שני הרפתקנים עלולים להסלים האחד את הפזיזות של השני למערבולת של אסונות.

התכונות השונות והמנוגדות של בני הזוג הם הכוחות וגם הסכנות של הנישואין. באופן אירוני, אדם מתחתן עם בן/בת זוג/ה בגלל השוני ומאוחר יותר מתלונן/ת שהזולת אינו דומה לו ואינו מתנהג כמוהו/ה. במריבות בין בני זוג, רוב התלונות קשורות לקושי לחיות עם הזולת שהתנהגותו/ה היא שהייתה גורם המשיכה בתקופת החיזור. בקשר לזה, רש"י (הרב שלמה יצחקי, המאה האחת עשרה) העיר בפירושו על התורה: "עזר כנגדו", זכה – עזר, לא זכה – כנגדו להילחם". המהר"ל מפראג (הרב יהודה ליוואי בר בצלאל, המאה השש עשרה) בפירושו "גור אריה" על פירוש רש"י לתורה, כתב "כי הזכר והנקבה הם שני הפכים... אם זכה – מתחברים בכוח אחד לגמרי, כי כל שני הפכים מתחברים בכוח אחד, כאשר הם זוכים. אבל כאשר אינם זוכים, אז לפי שהם הפכים גורם שהיא כנגדו".

בנישואין, בעל ואישה תורמים לילדיהם גם את הגנטיקה וגם את האישיות המיוחדת שלהם. ללא מודעות הילד מושפע מההתנהגות וההשקפות השונות והמנוגדות של הוריו כלפי עצמו וכלפי אנשים בסביבה. אב ואם מציגים שני כוחות, שתי דוגמאות ליחסים. האם בדרך כלל מביעה אהבה וקבלה בלי תנאים, ומספקת לילד תמיכה ועידוד רגשי, בעוד האב בדרך כלל תכליתי ומבטא ציפיות לאחריות ולצייתנות. האם מזינה את הצרכים הרגשיים של הילד כדי שהוא יהיה מסוגל להתמודד עם האתגרים של החיים, והאב מספק את הכלים. שתי ההשפעות המנוגדות חיוניות כדי להבטיח שהילד יגדל להיות אדם בריא מבחינה גופנית ורגשית, אחראי, מוסרי, עצמאי ומצליח.

את היתרון של שני הכוחות המנוגדים והמשלימים ניתן לראות גם בתחום המנהיגות הציבורית. פרשני המקרא עומדים על כך שבשני פסוקים עוקבים מופיעים משה ואהרון בסדר הפוך. "בכל מקום הוא מקדים משה לאהרון, ובמקום אחד הוא אומר: "הוא אהרון ומשה" (שמות, ו', כ"ו). מסביר בעל ה"כתב סופר" (הרב אברהם סופר, המאה התשע עשרה) כי לצורך הגאולה היו דרושים שני מנהיגים שונים באופיים. בשליחות אל בני ישראל כדי לדבר על לבם שיאמינו בגאולה, דרוש היה שליח בעל מזג טוב שיהיה מנחם את העם, ממתקן

את צרותיהם, מחזק את רוחם ואת תקוותם לגאולה. לכך היה אהרן העיקר, שהיו דבריו נשמעים, שהיה נוח לבריות, אוהב שלום ורודף שלום. כנגד זה, בשליחות אל פרעה, היה דרוש שליח בעל רצון חזק וכוח עמידה. העושה את שליחותו ללא חת. לכך היה משה העיקר, שהיה מדבר אל פרעה בלשון של עזות: "למען תדע כי לה' הארץ" (שמות ט, כ"ט), "גם אתה תיתן בידנו זבחים ועלת" (י, כ"ה), "לא אוסיף עוד ראות פניך!"... (י, כ"ט). התובנות וההשקפות הנ"ל הביאו להתפתחות גישה טיפולית בשם "קותרפיה דיאלקטית", שמנצלת את התכונות והתפקידים השונים והמנוגדים של שני תרפיסטים שמטפלים יחדיו ביחיד, בזוג, במשפחה או בקבוצה (Hoffman, et. al., 1994).

בגישה זו, שני התרפיסטים נוקטים באופן עקבי, מתחילת הטיפול ועד סופו, בתפקידים מנר גדים. מטפל אחד מאתגר, מעמת את ההגנות הבלתי מסתגלות של המטופל ומבטא ספקנות ביחס למוטיבציה ויכולתו של המטופל להשתנות, בעוד המטפל השני מעודד, תומך ומדגיש את הכוחות של המטופל ואת השאיפה והיכולת שלו לחולל שינוי. הראשון מתמקד ומשקף את היסודות הפתולוגיים והרגסיביים, בעוד השני – את האספקטים הבריאים של המטופל.

מטפל אחד פונה לאספקט החשיבתי, מדגיש את המציאות ועוזר למטופל להשתמש בהיגיון כדי להתמודד עם החרדה, הקשיים והבעיות באופן בונה, בעוד המטפל השני מזין ותומך ומכיל את הרגשותיו. בדרך זו, הקותרפיסטים עוזרים למטופל לשלב אספקטים רגשיים וקוגניטיביים בהתנהגותו, ולפתח את המודעות להרגשותיו האמביוולנטיים כלפי עצמו וכלפי האנשים המשמעותיים בחייו. כתוצאה מהשוני באופי ובהתנהגות של המטפלים, ולעיתים גם במינם, הם מספקים למטופל דגמי תפקוד שונים והזדמנות לחוות שני אנשים שלא תמיד מסכימים זה עם זה, אולם מתקשרים ביניהם בדרך פתוחה, בוגרת ובונה תוך כבוד הדדי. הדו-שיח והאינטראקציה האלה מאפשרים לתכנים מעוררי חרדה ומאיימים להגיע למטופל, מבלי לעורר מנגנוני התנגדות.

הגישה הזו יעילה במיוחד במצבי חירום בהם יש צורך בהתערבות אינטנסיבית ומהירה, וב־מצבים של מבוי סתום בטיפול. לינהאן (1993) סבורה שדיאלקטיקה כגישה בעלת השפעה מתייחסת לתהליך שינוי שקורה על ידי התייחסות סימולטנית של המטופל לדעות המנוגדות.

עומר (1991) רואה את ההתערבות הדיאלקטית כ"אסטרטגיות טיפול הכוללת תנועה של שתי מטוטלות מנוגדות. כאשר המטוטלות נעות אחת מהשנייה, יש גיוס של כוחות הדוחפים לשינוי ונטרול ההתנגדות". השימוש במושג "דיאלקטי" הוא במובן ההגליאני, כלומר, התערבויות אלה מורכבות משתי תנועות מנוגדות מתואמות (תזה ואנטיתזה). לעיתים מטרת ההתערבות היא לתת כוח מרבי לאחת מהתנועות הקוטביות, פעמים אחרות היא מכוונת ליצירת סינתזה.

וויניקוט (1971), בהתייחסו אל תהליכי הנפש הראשוניים, תבע את התפישה שאין תינוק בפני עצמו, אלא כחידה דיאדית בסיסית אם-תינוק. לדבריו, מתוך הדיאלקטיקה המתרחשת במרחב הבין-אישי אם-תינוק צומח "המרחב הפוטנציאלי". זהו המרחב שבו מתהווים הכי-שורים המאוחרים של היכולת הרגשית לשחק, ליצור, לחלום ולפרש סמלים, והוא המייצג את המעבר מעולם חויתי דו-מימדי, דיאדי, אל עולם חויתי טריאדי שבו קיים "השלישי", ונוצרת בו החוויה הסוביקטיבית של העצמי.

גישה זו נבדלת מזו של קסלו (1981) על פיה תפקידי המנחים בקבוצה טיפולית מש-תנים במהלך המפגש "וכל אחד מהם יכול לייצג את עקרון העונג ואת עקרון המציאות כאחד. היכולת למלא תפקידים שונים באופן מותאם וללא תלות בסטריאוטיפים של מין או "תפקיד" מדגימה בפני המשתתפים בקבוצה מבנה אגו אינטגרטיבי ושלם".

המטרות והמשימות של הורים ופסיכותרפיסטים הן זהות – לספק לילדיהם / מטופליהם תמיכה, עידוד, הדרכה, יעוץ והכוונה מתאימים ובונים, וכן את הכלים, כדי שהם יוכלו להתמודד עם הדרישות והאתגרים של החיים באופן יעיל ומוצלח. התכונות והנתונים שחיוניים להורים ולקותרפיסטים, כדי שיצליחו בעבודתם המשותפת, כוללים:

1. זוג – רצוי גבר ואישה שידגימו התנהגות חיובית ויעילה. (Roller and Nelson, 1991)
2. סגנון ואישיות – שונים ומשלימים.
3. אוריינטציה תיאורטית – שונה וגמישה.
4. יחסים המושתתים על שוויוניות, חוסר תחרותיות, שיתוף פעולה, פתיחות בתקשורת, אחריות משותפת, אמון, כבוד ותמיכה הדדיים.

מכיוון שהאתגר, האחריות והרצון להצליח גדולים ביותר, בחירת השותף שיהיה "עזר כנגדו" ("Helpmate") דורשת השקעה, מאמץ, תובנה ורגישות כדי שהורים / מטפלים יצליחו במשימתם הקשה והחשובה.

ההשלמה הדיאלקטית של גורמים טיפוליים שונים יכולה להתקיים בין שני מטפלים העובדים יחדיו בטיפול. היא יכולה לפעול גם כאשר המטפל מזמין לטיפול יועץ שינקוט עמדה ניגודית לזו של המטפל. החלק הראשון של הספר שלפניכם מציג דוגמאות של טיפולים בהן באות לידי ביטוי שתי צורות של שיתוף פעולה דיאלקטי המשחררות מטפלים ומטופלים ממבוי סתום.* חשוב להדגיש: בכל המקרים הנ"ל נבחרה ההתערבות המתוארת אחר שנעשתה

*על מנת להמחיש בצורה ויזואלית את גישת הטיפול בקותרפיה דיאלקטית ד"ר שניאור הופמן וד"ר לאה רוסמן ערכו וידאו הכולל מובאות מטיפול זוגי בן 12 מפגשים, שצולם בהסכמת בני הזוג. הסרט ממחיש את האינטראקציה התוססת בין שני המטפלים ובינם לבין הזוג בטיפול. הוידאו כולל גם דיון של המטפלים עם ד"ר פלדמן על עקרונות הטיפול וישומם במקרה זה. וידאו זה משמש להוראה בקורס לטיפול זוגי ומשפחתי בתכנית MA לפסיכולוגים וכן הוצג ונדון במספר מפגשים מקצועיים.

הערכה לגבי כוחות המטופל, וגובשה התרשמות שהסמפטום מייצג קבעון התנהגותי שניתן לשחרר את המטופל ממנו באמצעות ההתערבות המוצעת. בחלק השני מתוארים חמשה מאמרים שמציעים התערבויות ורעיונות לא שגרתיות שקשורים לטיפול פסיכולוגי. בחלק השלישי, נמצאים ארבעה מאמרים בשפה האנגלית שדנים בנושאים של טיפול פסיכולוגי ויהדות שכולל מאמר חשוב של הרב רפאפורט, "Judaism and Homosexuality: An Alternative Rabbinic View".

References

- Hoffman, S., Gafni, S. and Laub, B. (1994) *Cotherapy with Individuals, Families and Groups*. New Jersey, Jason Aronson, Inc.
- Kaslow, F. W. (1981). A dialectic approach to family therapy and practice: Selectivity and synthesis. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 345-351.
- Keith, D. V. & Whitaker, C. A. (1983). *Cotherapy with families*. In B. B. Wolman & G. Stricker (Eds.) *Handbook of family and marital therapy*. New York: Plenum.
- Kopp, S. B. (1972) *If You Meet the Buddha on the Road, Kill Him*. New York, Bantam Books.
- Linehan, M. M. (1991) *Cognitive-behavioral Treatment for Borderline Personality Disorder*. New York, Guilford Press.
- Omer, H. (1991) Dialectical interventions and the structure of strategy. *Psychotherapy*, 28, (4), 563-571.
- Omer, H. (1994) *Critical interventions in psychotherapy*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- Roller, B. and Nelson, V. (1991) *The Art of Cotherapy: How Therapists Work Together*. New York, Guilford Press.
- Winnicott, D. W. *Playing and Reality*. New York: Basic Books, 1971.

שניאור הופמן ובני פלדמן

מבוא

סלבדור מינושין וג'יי היילי, שני אנשים יצירתיים וכריזמטיים, שהיו במוקד ההתפתחויות של הטיפול המשפחתי, פיתחו לאחר שנים רבות של עבודה משותפת במרפאה להדרכת ילדים בפילדלפיה, שני מודלים נפרדים של טיפול משפחתי. מינושין ושותפיו פיתחו את הגישה המבנית לטיפול משפחתי, וג'יי היילי ביחד עם קלו מדנס בת זוגו פיתחו את הגישה האסטרטגית לטיפול משפחתי.

עבודתו של מינושין מבוססת על ההנחה כי כאשר במשפחה מתקיימות תת-מערכות להן תפקידים וגבולות מותאמים-דורית, נוצר מבנה משפחתי מתפקד, אשר מאפשר לחבריו לצ' לוח היטב את משברי החיים ההתפתחותיים. במודל זה פותחו טכניקות התערבות שכוללות התערבויות המעצבות מחדש דפוסי תפקוד בלתי שימושיים, על מנת ליצור דפוסיים חדשים שיתמכו במבנה מתפקד של המערכת המשפחתית.

הגישה שפותחה על ידי היילי צמחה מעבודתו של מילטון אריקסון – מטפל דגול בהיפנוזה, שהיילי היה תחילה תלמידו ולימים שותפו. עבודתו של ג'יי היילי הייתה מבוססת על יישום אסטרטגיות מחוללות שינוי. הוא העדיף להימנע - ממה שהוא החשיב - כמסגרות תיאורטיות מסורבלות. הוא אסף, עיצב ולימד אסטרטגיות לשינוי התנהגויות / סימפטומים. הוא היה חסיד של מגוון רחב של טכניקות; ביניהן כאלו שבנויות על הניגודים הטבועים בקונפליקט הפנימי של האדם בעזרתן יוכל הפרט להתקדם תוך שהוא אווז בידיו את שני הקטבים הדיאלקטיים. אחת האסטרטגיות בהן הוא השתמש הייתה התוויה פרדוקסלית של סימפטור מים. אסטרטגיות אלו היו מותאמות לעבודה תחת הדרכה מאחורי מראה חד כיוונית, ומצאו ביטוי גם בשיטת "המקהלה היוונית" אשר פותחה על ידי פגי פאפ.

הגישה של קותרפיה דיאלקטית מתמקדת בשימוש בדיאלקטיקת השינוי של היילי, כאשר הקו-תרפיסטים יוצרים ביניהם שונות משלימה, מייצגים קטבים מנוגדים בעולמו הפנימי של המטופל. מבנה זה מבוסס על הנחות שעומדות ביסודות המודל העכשווי והנגיש של טיפול התנהגותי דיאלקטי (Dialectical Behavior Therapy) שפותח על ידי מרשה לינהאן משנות השבעים ואילך. מטרתה האסטרטגית הייתה לסייע ביצירת דיאלקטיקה, שתעזור לאנשים עם הפרעת אישיות גבולית להכיל את המתח בין "הראש הרגשי" ו"הראש החושב" עד ליצירת חיבור של השניים "בראש השקול". הטכניקות שלה מבוססות על התנהגות שמפחיתה את העוצמה הרגשית ברגע הנתון, ומאפשרת מרחב לחשיבה הגיונית. בסופו של תהליך, המטופלים מסוגלים לווסת את רגשותיהם ולכלול את תגובותיהם הרגשיות בתהליכי החשיבה, בדרך שמאפשרת פעולה מושכלת.

משה פרייזר, Ph. D.

מנהל לשעבר של שירותים פסיכולוגיים, במרכז הרפואי במחוז קינגס, ברוקלין, ניו יורק.

חלק א': דגמים של קותרפיה דיאלקטית

התומכת והמאתגר: טיפול באלמות בררנית

שניאור הופמן, Ph. D. ברורית לאוב, M. A.

תיאור המקרה

לילי, בת ארבע וחצי, הופנתה למרפאה, כיוון שסירבה לדבר עם מבוגרים, מלבד עם הוריה ועם שני זוגות הסבים. בגן דיברה לילי רק עם הילדים והשתמשה בחברה טובה כמתווכת בינה לגננת. משפחתה כוללת שני הורים בני שלושים ואחד בן שבע. בגיל שנתיים אושפזה לילי במשך שבועיים עקב אטקסיה חריפה שחלפה. הורים תיארו את האשפוז כטראומטי ביותר עבורם ובעבור הילדה. מאז סירבה לילי לדבר ונמנעה מקשר עם מבוגרים אולם גם לפני כן הייתה לילי נוהגת לבכות כאשר אנשים אחרים, פרט לבני המשפחה הקרובה, היו ניגשים אליה. הפסיכולוגית המפנה אשר טיפלה במשפחה כשנה בבית החולים שבו אושפזה, תיארה את הילדה כבעלת התפתחות קוגניטיבית מתאימה לגילה, והטיפול שנתנה בבית החור- לים היה "טיפול משפחתי מבני משולב בהדרכה חינוכית".

לפני הפגישה הראשונה עם המשפחה, החלטנו להימנע ממאבק כוח עם הילדה (כדי שלא להמשיך ולעשות "עוד מאותו הדבר") ולהתייחס אליה באופן שונה גמרי ממה שהיא כנראה מצפה מאתנו. בפגישה הראשונה, לאחר ההיכרות, הודענו להורים שאנחנו לא מדברים עם ילדים קטנים, ואם נרצה לומר לילי משהו (או היא לנו) נשתמש בהורים כמתווכים. במשך הפגישה הראשונה והפגישות הבאות, לילי נצמדה לאם ונמנעה ממגע עם המטפלים.

בפגישה השלישית, שאליה הוזמנו גם הסבים והסבתות, ציינו בפני הנוכחים כי לילי יש כנראה סיבות טובות הגורמות לה שלא לדבר עם מבוגרים, למרות שלא ברור לנו מה הן. הועלו מספר השערות שדיבורה ילדותי ולכן היא פוחדת שיצחקו ממנה, שהיא חשה כי המשפחה מעוניינת בתינוק בבית, או שזוהי דרך לאחד את המשפחה, ואולי זו הבעת משאלה לא לגדול כדי שלא תצטרך לעזוב את החממה המשפחתית. בפגישה זו הדגשנו בפני המשפחה המורחבת את החשיבות שבהפסקת הלחץ על לילי לדבר, לחץ שהיווה בעבורה רווח משני ניכר. הסב אף הגדיל לעשות והבטיח לה בובה מדברת – אם תדבר. במקביל קיבלנו את הסכמת הגננת להימנע מלחץ על הילדה לדבר.

בפגישות הבאות עם המשפחה הגרעינית, הייתה יותר ויותר הפרדה בין שני המטפלים, כאשר המטפל "הרע" טוען שלילי היא אכן תינוקת, ולכן גם אינה מדברת עם מבוגרים וכי יש לכך חשיבות לגבי המשפחה, במיוחד כל עוד אינם מעוניינים בילד נוסף. המטפלת "הטובה" לעומת זאת, הביעה את אמונה ביכולתה של הילדה להגיע להתנהגות יותר בוגרת ועצמאית ועודדה את ההורים להתייחס אתל בתם באופן המתאים לגילה. היא התפעלה ושיי-

בחה את ההורים ואת הילדה, כשדיווחו על כך שלילי התחילה לאכול לבד, שטפה כלים ועוד. המטפל המשיך להטיל ספק בהישגי הילדה והצביע על היצמדותה לאם והתנהגותה התינוקית בפגישות, כהוכחה לכך שהיא אכן תינוקת.

בפגישה הבאה סירבה לילי להיכנס לחדר הטיפול, ואנו להבדיל מפגישות קודמות, הרשנו זאת. באמצע הפגישה יצאה המטפלת לענות לטלפון וניצלה את המצב כדי ללחוש באוזני הילדה כמה מילים תוך כדי חיבוק וגילויי חיבה. המטפל שלח את האח אל אחותו כדי שימסור לה כי הוא אינו מאמין להודעתה כפי שנמסרה על ידי ההורים שהיא יודעת להרכיב הרכבה בת חמישים חלקים, הוא אינו מאמין, מכיוון שילדים קטנים אינם מסוגלים לבצע משימה כל כך קשה. האח חזר ובפיו תשובתה: "שניאור מטומטם" זה היה הסדק הראשון שנקבע בחומת המגן של הילדה.

בפגישה הבאה מסרה לנו לילי, שוב דרך הוריה, ציור צבעוני עליז של עץ פרי שציירה. שמחנו כמובן מההישג, המאשר מטפורית את מוטיב הצמיחה והגדילה שלה, אולם המטפל "הרע" הביע מיד את חוסר אמונו שאכן לילי ציירה את הציור, מכיוון שהיא תינוקת, בעוד המטפלת מבטאת את ביטחונה שזהו ציורה של הילדה ובוודאי יש לה עוד ציורים יפים, ההורים אישרו זאת והזדרזו לציין את התפעלותה של הגננת מציוריה של לילי.

בהמשך התעורר ויכוח בין המטפלים בנוגע ליכולתה של לילי לדבר באופן המתאים לגילה. המטפל טען, שמכיוון שהיא תינוקת, היא מסוגלת להגות הברות בודדות בלבד כמו נה, נה, נה, בה, בה, בעוד המטפלת הייתה בטוחה ביכולתה של לילי לדבר כהלכה. המטפלים החליטו להתערב בשאלה זו על סך של מאה שקלים וביקשו מהמשפחה להקליט בחדר את הילדה ויצאו מחדר הטיפול.

לאחר שהמטפל שמע את קול הילדה במכשיר ההקלטה, הוא מסר ללא התלהבות את דמי ההתערבות למטפלת. יחד עם זאת הוא הכריז, שדיבורה של לילי מאוד לא ברור וחלש, וב-וודאי שאינו מוכיח את יכולתה לדבר משפטים שלמים. לילי גילתה יותר מעורבות וסקרנות, וכל המשפחה הייתה במצב רוח מבודח. המטפלת ביקשה להביא הקלטה של לילי לפגישה הבאה.

לאחר שמיעת ההקלטה, הודה המטפל שאכן טעה, אך עדיין המשיך וטען, כי לילי ילדותית, משום שאינה מדברת בנוכחות מבוגרים שאינם ממשפחתה הקרובה, הוא הציע לאחיה לה-תערב עמו על כך, שאם יצא מהחדר, לילי לא תדבר ישירות אפילו מילה אחת, אל המטפ-לת. הפעם הפסיד האח בהתערבות. לילי פתחה את פיה אך לא הוציאה הגה. המטפל צהל

לניצחוננו וקיבל סוכריות מהילד. בסיום הפגישה הדגיש המטפל, שכל מטרתו היא להרוויח כמה שיותר סוכריות, ולא אכפת לו אם לילי תדבר או לא, ולכן הציע באופן פרובוקטיבי התערבות נוספת, אם כי הוא סבור שהילד אינו כה טיפש שיסתכן בהתערבויות אבודות. המטפל הציע לילדים שקית ממתקים, אם לילי תדבר אפילו מילה אחת אל הגננת. מכיוון שהמטפל אינו מאמין ביכולתה של הילדה להצליח בהתערבות, הוא ביקש להביא לו אישור בכתב מהגננת. שוב הביעה המטפלת את אמונה ביכולתה של הילדה, והאח קיבל את שקית הממתקים למשמרת, לאחר שהסכים להתערבות.

כמה ימים לאחר מכן הופיע האב באופן בלתי צפוי כשחיוך רחב נסוך על פניו. נרגש מאוד הוא לחץ את יד המטפל, נישק את המטפלת וסיפה שלילי החלה לדבר, לא רק עם הגננת, אלא אף עם מבוגרים אחרים במשפחה. שמחנו מאוד ומסרנו לו, שהילדים רשאים לפתוח את שקית הממתקים כדי לחגוג את ניצחונם. אולם, הזהרנו אותו מפני הדגשת יתר של המאורע וביקשנו שיתייחס לעניין בטבעיות מרבית.

בפגישה האחרונה (ה-18) הביאו לנו ההורים שתי בונבוניירות של שוקולד, וערכנו מסיבה קטנה, שהייתה אחת משרשרת של מסיבות לילי בגן ובבית. המסיבות הזכירו טקס "בת-מצווה" כאשר לילי מקבלת את אישור המשפחה וברכתה לצמיחה ולגדילה. הסבתא, שפגשה את המטפלת מספר ימים לאחר מכן, אמרה בחיוך, "נו – מגיע לי מזל טוב".

בתגובה לשאלת המטפלת, הסבירה הילדה את הסיבה להימנעותה מדיבור עם מבוגרים: "הגרון כאב לי ועכשיו הוא כבר לא כואב". שמנו לב שהיא החזיקה את שקית הממתקים לא פתוחה בידה, כאילו נצמדה ל"גביע". בסיום הפגישה התנצל המטפל לפני הילדה על כך שחשב שהיא תינוקת. הוא לחץ את ידה ושאל אם היא סולחת לו. לילי ענתה: "כן", וכך הצטרף גם הוא למעגל המבוגרים עמם החלה לדבר.

בפגישת מעקב חודשיים לאחר מכן דיווחו ההורים על כך שלילי הרחיבה את רשימת המבוגרים. שעמם היא מדברת, הפסיקה להשתמש במוצץ, הפכה מאוד מעורה בגן והתחילו אף להגיע אליה ילדים הביתה.

דיון

במקרה של לילי התרשמנו משני מרכיבים בולטים בסימפטום של אלמות ברנית: חרדה ושליטה. בעוד שייטכן שלמרכיב הראשון הייתה חשיבות מכרעת עם תחילתו של הסימפטום, הרי עקב הפקת רווחים משניים מן הסביבה, נעשה המרכיב השני בולט יותר ויותר.

אנו בחרנו להשתמש בתחילת התהליך הטיפולי בגישה פרדוקסלית, שכללה הגדרה מחדש של הסימפטום והימנעות מניסיון לסילוקו. כתוצאה מהתערבויות אלה – הפחתת תשומת הלב שניתנו לסימפטומים והפרובוקציות הגוברות של המטפל, גרמנו ללילי מצב של "חוסר איוון", ועוצמת הסימפטום והשפעתו ירדו במידה משמעותית.

כדי להשיג מחדש את השליטה, הייתה לילי צריכה להוכיח למטפל שהוא טועה. אילו הייתה מסרבת ליטול חלק ב"משחק ההתערבויות", הייתה זו הודאה מצידה, שאכן הוא צודק והיא אמנם תינזקת חסרת אונים, שאינה מסוגלת לדבר עם מבוגרים. ה"ניצחון" על המטפל החזיר לה למעשה מחדש את השליטה והכוח. אך הפעם בצורה יותר קונסטרוקטיבית ומתאימה לגילה.

עמדת המטפלת "הטובה" הייתה מכוונת בעיקר להפחתת המרכיב החרדתי של הסימפטום באמצעות פעולות של הגברת הביטחון העצמי וההערכה העצמית, בעוד שעמדת המטפל "הרע" הייתה מכוונת בעיקר למרכיב השליטה של הסימפטום, על ידי שימוש בהתערבויות פרדוקסליות. התנהגותו הפרובוקטיבית גם הכעיסה את הילדה ובכך הכריחה אותה להיות יותר מעורבת בפגישות הטיפוליות. העמדה החיובית של המטפלת סיפקה לילדה מוטיבציה לבוא לטיפול ולהתחיל לתרגל התנהגויות המתאימות לגילה. הפרובוקציות של המטפל הכ- שירו את הקרקע בעקיפין להצטרפותה של הילדה אל המטפלת "הטובה", כדי להביס את המטפל "הרע". בנקודה זו ההתערבויות הביהוויוריסטיות כמו חיזוק והתקרבות הדרגתית היו יעילות בהורדת חרדת הילדה בדיבור לפני מבוגרים.

האב חשמלאי במקצועו, הסביר את השפעת הטיפול במונחים מקצועיים: נוצר קשר חיובי בין לילי למטפלת והיה קצר בינה לבין המטפל. הוא סיפר, שלילי מאוד כעסה על הערת המ- טפל שהוא מעוניין רק בהשגת סוכריות ולא בכך שתדבר. פרובוקציה זו גרמה לה לדבר עם הגננת כדי למנוע ממנו מלזכות בסוכריות נוספות ולהוכיח לו את טעותו. האב סיכם: "היה צורך בפלוס ומינוס במצב הטיפולי כדי לעורר זרם חשמלי. שני פלוסים (מטפלים "טובים") או שני מינוסים ("מטפלים רעים") לא היו מביאים לתוצאה המקווה".

יש לציין כי ניתוח המקרה התמקד רק על הטיפול בסימפטום של אלמות בררנית ולא כלל את תהליך הטיפול, שעסק בבעיות נוספות שהוצגו על ידי בני משפחה שונים.

References

Kopp, S. B. (1972) *If You Meet the Buddha on the Road, Kill Him*. New York, Bantam Books.

Hoffman, S., Gafni, S. and Laub, B. (1994). *Cotherapy with Individuals, Families and Groups*. Northvale, N. J.:Jason Aronson.

Linehan, M. M. (1991) *Cognitive-behavioral Treatment for Borderline Personality Disorder*. New York, Guilford Press.

Omer, H. (1991) Dialectical interventions and the structure of strategy. *Psychotherapy*, 28, (4), 563-571.

Roller, B. and Nelson, V. (1991) *The Art of Cotherapy: How Therapists Work Together*. New York, Guilford Press.

Winnicott, D. W. *Playing and Reality*. New York: Basic Books, 1971.