

תמר אהרוני היא דוקטורנטית בפסיכולוגיה באוניברסיטת באר שבע ועבדה שנים רבות במחקר בפסיכולוגיה של קבלת החלטות. כיום מלמדת סטודנטים כתיבה אקדמית. לפני 12 שנה, אובחנה אצלה מחלה נדירה בשם 'פסאודו טומור סרברי'. "קולה של שפרה" הוא ספרה הראשון. הוא נולד בקורס לכתובה יוצרת ב"אסכולות", בהנחייתו של אילן שיינפלד, בעקבות מטלה לכתוב את סיפור חייה של דמות בשם 'שפרה בוכריס'...

הטקסט שמופיע לעיל הוא כולו בדיוני וחלק מהספר.

הותר לפרסום בפסיכולוגיה בעברית www.hebpsy.net בהסכמת המחברת והוצאת אוריון.

מבוא

שלום,

שמי ד"ר אבנר ירושלמי. אני פסיכולוג קליני במקצועי, בעל ניסיון של שנים רבות בטיפול באנשים עם מגוון של בעיות וקשיים. בספר זה אביא בפניכם את סיפורה של שפרה (כל השמות המוזכרים בספר בדויים כדי לשמור על פרטיותם), שהייתה מטופלת שלי במשך כחצי שנה. בדרך כלל אינני נוהג לחשוף בפני אחרים את תהליך הטיפול שאדם עובר בעבודתו איתי, אך הפעם החלטתי לחרוג מהנוהג שלי ולשתף אנשים אחרים בתהליך זה. מובן שקיבלתי את אישור המטופלת לפרסום המקרה שלה לפני הוצאתו לאור. היו שתי סיבות מרכזיות להחלטתי לפרסם תהליך זה: אחת, דרך העבודה שלי עם מטופלת זו הייתה ייחודית, כפי שאפרט מיד, ואפשרה, בקלות יחסית, את חשיפת התהליך שהיא עברה במהלך הטיפול אצלי. שנית, העבודה איתה מהווה דוגמה מצוינת להתמודדות של הורה עם מחלה קשה של ילדו הצעיר, דבר אשר, לדעתי, גם אנשי מקצוע וגם אנשים מן השורה יכולים להפיק ממנו תועלת רבה. התהליכים שעוברים הורים המתמודדים עם קשיים כאלה הם, מצד אחד, ייחודיים

לאותם הורים וקשורים לכל מה שקרה להם בחייהם, ומצד שני, כלל אנושיים ומבטאים את הכמיהה של כל בני האדם למעט סדר, ודאות, שליטה על חייהם ויכולת להשפיע על טיב חייהם של היקרים להם מכל ועל איכותם. לדעתי, ספר זה מתאים לכל אדם אשר עובר משבר נפשי או מתמודד עם קשיי החיים, ומנסה להבין מהיכן לשאוב כוחות להתמודד עם מה שקורה לו ולמצוא דרכים לשרוד. הספר משקף את מאבקה של אישה אחת למען בריאות ילדה ולמען שמירה על שפיות דעתה. מאבק כואב, לעתים גם קשה מנשוא, אך מסמל את הנטייה האנושית הבסיסית להחזיק מעמד ולהמשיך הלאה, למרות הכול.

המטופלת האמורה, שפרה, היא אישה די צעירה (הייתה בת 42 כאשר התחילה את הטיפול אצלי), נשואה ואם לשני ילדים. במהלך התקופה שהייתה בטיפול היא התמודדה בעיקר עם מחלת הסרטן של בנה בן הארבע ועם מספר אובדנים שחוותה בחייה קודם לכן. חלק גדול מתקופת הטיפול הוקדש למציאת דרכים שיסייעו לה להתמודד ולהכיל את הקשיים הרבים שנוצרו עקב המחלה של בנה, אך הטיפול בה נע כל הזמן על הציר בין ההווה לעבר ובין ההווה לעתיד. במהלך הטיפול הקפדתי לא להישאר איתה רק בקשיי ההווה וההתמודדות התמידית איתם, אלא במקביל לפענח יחד איתה את דפוסי ההתמודדות שנוצרו בעקבות אירועים משמעותיים בחייה בעבר ובבית שבו גדלה. הגישה הטיפולית שלי דגלה בכך שחשוב להבין את שורשי התגובות וההתנהגויות של המטופלת על מנת לעזור לה לשנות אותן ובכך לשפר את איכות חייה בהווה. משום כך, בנוסף למחלתו של בנה, עלו במהלך הטיפול סוגיות נוספות כמו: הקשר עם הוריה, הקשר עם אחיה, הקשר שלה עם ילדיה, הנישואין שלה, העבודה, החברים ועוד. שפרה לא תמיד הסכימה עם החלטתי לחקור איתה גם את עברה ולא להתמקד רק בהווה, שהיה קשה כל-כך עבורה, אך לדעתי הייתה לכך משמעות רבה בתהליך הטיפולי שעברה איתי, ואני עדיין מאמין בשיטת טיפול המשלבת בין התמודדות עם ההווה להתמודדות ופענוח של העבר, על כל משמעויותיו.

כפי שציינתי קודם, דרך הטיפול שלי בשפרה הייתה ייחודית ויוצאת דופן, אבל היא זו המאפשרת לי כעת להציג בפניכם את התהליך הטיפולי מזווית ייחודית ושונה מן ההסתכלות

הרגילה על טיפול פסיכולוגי. באופן כללי, כפסיכולוג, אני נוטה להתאים את שיטת הטיפול שלי לכל מטופל, כאשר המטרה העיקרית מבחינתי היא שהוא או היא ירגישו הכי בנוח שאפשר עם התהליך הטיפולי ויפיקו ממנו את המרב. במהלך הפגישה הראשונה שלי עם שפרה הבנתי ששיטת הטיפול הסטנדרטית - המבוססת על שיחות ישירות בין הפסיכולוג למטופל, שיחות שבהן המטופל מביא בכל פעם לפגישה את הקשיים בחייו שלגביהם הוא זקוקה לעזרה - אינה מתאימה במקרה שלה. מה שבלט מאוד בפגישתנו הראשונה היה הקושי שלה לדבר על נושאים רגשיים ואישיים. היה ברור לי שהיא חווה דברים בעוצמות חזקות מאוד, אך אין לה כלים ופתיחות מספקת כדי לחלוק אותם עם אדם אחר, ובמיוחד עם זר. בפגישה זו הבנתי מעל לכל ספק, שלא אוכל לצפות ממנה להגיע לפגישות איתי ולחלוק איתי את מה שעובר עליה. הבנתי שעליי למצוא דרך עבודה אחרת איתה. בשל קושי זה שלה, הצעתי לה את "שיטת המכתבים" שלי. בשיטה זו, אחרי כל פגישה איתי התבקשה שפרה לכתוב לי מכתב ולפרט בו איך הרגישה במהלך הפגישה, האם היו דברים נוספים שרצתה להעלות ולא הצליחה או לא הספיקה, ומה עובר עליה בכלל בתקופה זו. המטרה הייתה לתת לה כלי בלתי אמצעי שבאמצעותו תוכל לבטא את מה שעובר עליה באמת, ושדרכו אוכל להציץ לתוך נפשה ולמתחולל בראשה באותו שבוע. בפגישה הראשונה איתה גם הבנתי שלא תהיה לי דרך אחרת לקלוט את העוצמות האמיתיות של הרגשות שהיא חווה כל הזמן, כי יש לה יכולת יוצאת דופן להיראות בזמן הפגישה כאילו היא שלווה ורגועה, גם כאשר היא נתונה בסערת רגשות מוחלטת. לפיכך, היה נראה לי שבעזרת חיבור בין המידע שיתקבל בפגישות איתה למכתבים, שמהם אקבל את הסאבטקסט, את המשמעות הנסתרת של הדברים, אבין טוב יותר מה באמת עובר עליה ואוכל לקבל תמונה מלאה יותר של מצבה. במכתבים אלה ביקשתי ממנה גם לכלול חלק שיהיה תיאור של נושא ספציפי בעברה או בחייה כיום, נושא אשר השתנה מדי שבוע ונועד לאפשר לטיפול לגעת בנושאים נוספים בעברה ובחייה, אשר לא היו עולים בטיפול בשום צורה אחרת. נושאים אלה כללו לעתים תיאור של בן משפחה, זיכרונות ילדות, חווית ההורות עבודה וכולי. המטרה של חלק זה, כאמור, הייתה לאפשר לי להכיר אותה ואת ההיסטוריה שלה טוב יותר וכך לנתב את הטיפול למחוזות הנכונים ביותר

עבודה. במהלך הפגישות הטיפוליות שלנו דיברנו בדרך כלל על מה שעלה מהמכתבים והמשכנו משם. בספר זה בחרתי להציג את אסופת המכתבים ששלחה לי בתקופה שהייתה בטיפולי, עשרים מכתבים בסך-הכול. הספר כולל רק את המכתבים ששלחה לי מדי שבוע, ולא תיאור של הפגישות הטיפוליות שהיו לי איתה. חשוב לי לציין שבפגישות אלו התגלו מדי שבוע פערים עצומים בין עוצמת הרגשות והחשיפה האישית אשר יצאו ממנה במכתבים, לאיפוק ולרוגע שהיא ביטאה בפגישות הטיפוליות אצלי. בפגישות היא מיעטה לדבר, במיוחד על רגשות או על תהליכים נפשיים שהיא עוברת, ודיברה בטון מאופק ורגוע מאוד על הדברים ההקשים כל-כך שהיא עוברת.

לפני שאפרוס בפניכם את המכתבים, ברצוני להציג בפרק הראשון תמליל של הפגישה הראשונה שלי עם שפרה. אני נוהג להקליט את הפגישות הראשונות שלי עם המטופלים כי הן כוללות בדרך כלל מידע רב החשוב להמשך הטיפול. תמלילי את השיחה קרוב לזמן פגישתנו, וההערות המצוינות בטקסט מתייחסות להערות שחשבתי עליהן במהלך הפגישה או מיד אחריה. אני מקווה שפרק זה יעזור להכניס אתכם לקשר הטיפולי שנוצר ביני לבין שפרה, וכך תבינו טוב יותר את צורת העבודה הייחודית שהייתה לי איתה ואת הסיבות לכך.

ד"ר ירושלמי

24/11/07

פרק 2:

יום שבת:

שלום ד"ר ירושלמי,

מאוד מוזר לי לכתוב לך מכתב. אני בכלל לא מכירה אותך, וגם לא כתבתי מכתבים אמיתיים כבר המון שנים. אני לא יודעת אם אי פעם כתבתי, אבל אנסה לענות על מה שביקשת כמיטב יכולתי. אני לא בטוחה איך זה יצא. אני גם אשתדל לא להתרגש משגיאות כתיב או ניסוחים לא נכונים. אני בן אדם די פרפקציוניסט, אז קשה לי לא לדאוג לכך שהכול יראה מושלם. אבל הבנתי שזו לא המטרה. המטרה היא שאני אבטא את עצמי, נכון? פשוט אתן דרור למחשבות ולרגשות. טוב, אולי לא צריך להגזים, אולי קצת דרור...

טוב, אני אפסיק לקשקש. ביקשת שראשית כל אגיב לפגישה שלנו, לפגישה הראשונה שלנו. היה לי מאוד מאוד מוזר להיפגש איתך וגם מאוד מלחין. הרגשתי שאני נמצאת במבחן וצריכה כל הזמן להוכיח את עצמי באיזושהי דרך. אני אפילו לא יודעת מה ניסיתי להוכיח. אולי שאני באמת צריכה עזרה? אולי שכדאי לעזור לי? שאני נחמדה? אני לא יודעת. אבל הרגשתי שדי נכשלת. לא הצלחתי לבטא את עצמי בכלל. די נדהמתי מהעניין הזה. זה לא שיש מישהו בחיים שלי שאני מדברת איתו על דברים אישיים, באמת שאין. אפילו עם בעלי, שמוליק, אני כמעט לא מדברת על הרגשות האמיתיים שלי לגבי מה שעובר עליי. אבל עדיין, איכשהו חשבתי שאם החלטתי לבוא לטיפול, אז כנראה שאני מוכנה לדבר על כמה דברים. אבל זהו, שלא. יש בי איזה שהוא מעצור קשה שמונע ממני להתבטא על דברים רגשיים ועל דברים אישיים בכלל. זה מאוד מתסכל אותי, אבל אני כנראה לא יכולה להכריח את עצמי לדבר. זה פשוט לא ילך. אני מקווה שהכתיבה הזו תשחרר אצלי משהו, או לפחות תמציא לנו דברים לדבר עליהם, כדי שלא נבזבז את הזמן של שנינו על דיבורי סרק. לא שאני מזלזלת בשיחה שהייתה לנו. אני חושבת שלמדת להכיר אותי קצת ושהצלחתי להעביר לך כמה פרטי

אינפורמציה שחשוב שתדע עליי. אבל ציפיתי מעצמי להרבה יותר. באתי בעיקר כדי לדבר על הבן שלי, עודדי, ובסוף כמעט לא דיברנו עליו. דיברנו קצת על הרקע שלי והרבה על העבודה שלי. אני יודעת שרק ניסית למצוא נושא לשיחה, חיפשת משהו שאוכל בכל זאת לדבר עליו, ואני חושבת שהעבודה שלי היא נושא טוב בתור "חימום", כי לשבת שעה ולשתוק, זה באמת טיפשי. אני מאוד מעריכה את זה שניסית לגרום לי להרגיש בנוח בחברתך. רוב השאלות שלך היו לעניין, לא מציקות או משהו. אני אפילו לא יכולה להגיד לך הרבה על איך היית מבחינתי. הייתי כל כך שקועה בעצמי וב למה אני לא מצליחה להגיד את מה שבאתי בשבילו, שפחות התרכזתי במה שאתה עושה. אני בטוחה שהיית בסדר גמור, אחרת בכלל לא הייתי רוצה לדבר איתך. הייתי פשוט רוצה לברוח מהחדר, שזה מה שקורה לי בדרך כלל כשמתחילים לשאול אותי שאלות אישיות מדי. אז קח את זה כמחמאה. אני ממש רוצה להיפתח ולדבר בפניך. אני פשוט לא יודעת איך עושים את זה. איך מתמודדים עם החרדות של "מה תחשוב עליי" והאם תגרש אותי מהחדר כשתשמע את העוצמות הרגשיות שמתוללות אצלי בפנים. בכל מקרה, חשוב לי להדגיש שאני לא מצפה שתעזור לי להיפתח אליך באופן מיידי. אני צריכה שזה יהיה תהליך הדרגתי ועדין, כדי שארצה להתמיד ולהשקיע בו. חשוב לי שלא תבהיל אותי בלחצים חזקים מדיי להיחשף בפניך. אני אמנם מאוד צריכה עזרה, אבל כנראה שהתהליך הטיפולי שלי יצטרך להיות אטי. אני מצטערת על כך. אני מקווה שמה שאני כותבת הוא בסדר ושלא התכוונת. אני מרגישה שאני קצת כותבת באסוציאציות חופשיות ולא בצורה מסודרת. אני מקווה שזה יוצא ברור בסך-הכול.

טוב, אני באמת לא יודעת מה עוד להגיד על הפגישה שלנו, אני מקווה שזה מספיק. בחלק השני של המכתב ביקשת שאתייחס למה שקורה בימים האחרונים, אבל אני חושבת שאתחיל עכשיו דווקא עם החלק השלישי, בו אני מספרת לך על עודדי, האבחון של המחלה ומה צפוי לנו איתו. בלי זה, לא באמת תבין מה עובר עליי עכשיו. ביקשת גם שאתחיל חלק זה בכך שאספר לך קצת על איזה מין ילד הוא היה לפני המחלה. חלק זה קצת יותר קשה עבורי. המחלה כל-כך השתלטה עלינו, שקשה להיזכר עכשיו מה היה קודם, אבל אנסה. אני יכולה להגיד לך שמאוד חיכיתי ללידה שלו. עם נועה, הבת הגדולה שלי, היה לי יותר קשה. הרגשתי

מוכנה להיות אימא ומאוד רצייתי כבר ילדים, אבל ההסתגלות אליה ולטיפול בה הייתה קשה, ובחודשים הראשונים היו לי הרבה משברים. לא העליתי בדעתי כמה עבודה כרוכה בלהיות אימא. פתאום מגיע יצור קטן, חדש, ומשתלט לך על החיים. לא היה לי זמן לאכול או לישון. סבבתי כל הזמן סביב הצרכים שלה. כל הזמן הייתי מודאגת וחרדה שמא יקרה לה משהו, שמא תפסיק לנשום, תיחנק, תיפול או כל דבר אחר. עם עודדי כבר היה לי יותר קל. ידעתי איך לטפל בו, מה צריך לעשות ומה לא. נכנסתי לשגרה די מהר אחרי שנולד והרגשתי שמחה עצומה שיש לי עוד יצור מדהים לדאוג לו. הרגשתי הרבה יותר בטוחה בעצמי ויכולתי גם ליהנות מההליך. הייתי אמנם צריכה למצוא דרך לשלב בין הטיפול בו לטיפול בנועה, שהייתה אז רק בת שלוש, אבל שמוליק, בעלי, עזר המון והסתדרנו לא רע. גם אימא שלי ואחיותיי עזרו לנו הרבה בתקופה ההיא, אז הרגשתי ממש טוב עם הכול.

עודדי היה תינוק שקל להרגיע אותו. היה מספיק לדבר איתו בטון שקט או לספר לו סיפור, והוא נרגע. כל סיפור הרגיע אותו. אני חושבת שברגע שראה את הספר, כל ספר, הוא כבר נרגע. בזה הוא מאוד הזכיר לי את אחי הגדול, זה שנהרג, בתאווה הזו לספרים וביכולת להירגע לגמרי מעצם הנוכחות של ספר, כל ספר, אפילו עוד לפני שקוראים בו. בגיל שנה הכנסנו אותו לגן, ולקח לו זמן להתרגל לגננת ולסביבה החדשה, אבל הוא לא עשה יותר מדי בעיות. הוא ילד טוב, ולא אוהב להקשות. גם הגננת הנוכחית שלו, שולה, מאוד חמה ותומכת ומקריאה לו המון. כמו שהוא אוהב. היא אישה די פשוטה, מרוקאית כזאת, חמה ורגישה, תמיד מחכה לו בזרועות פתוחות בבוקר עם חיבוק חם ואוהב. אין לה יומרות ללמד אותם דברים מתוחכמים מדי או לפתח אותם אינטלקטואלית או משהו, היא פשוט רוצה לעשות לילדים כיף, הרבה כיף. היא רוצה שירגישו נוח בגן ואיתה ועושה הכול להנעים עליהם את זמנם. היא אישה קטנה וצנומה אבל עם המון כוחות ולב רחב. אני מקווה מאוד שעודדי יוכל בקרוב לחזור לשם. אני חושבת שהוא מתגעגע אליה. הוא ילד שמרגיש שכולם אוהבים אותו. הוא כל-כך חמוד, ויש לו פרצופים שאי אפשר לעמוד בפניהם. הוא רק התחיל את הגן הזה, גן טרום חובה, ולא זכה כמעט ליהנות ממנו. אני כל-כך מקווה שהוא יצליח לחזור אליו עוד לפני סוף השנה. האמת היא שאני בכלל מקווה שהוא יחזור ללכת לגן מתישהו. אוי, כמה שאני

מקווה! אין לי הרי מושג מה יקרה איתו בתקופה הקרובה ואם ומתי הוא יוכל לחזור לחיים
רגילים של ילד בן ארבע.

בשנה האחרונה, מאז התחיל גן טרום חובה, הוא התחיל יותר לשחק עם ילדים אחרים
בגן. בגן הקודם שלו הוא היה בעיקר צמוד לגננת ולעוזרת שלה. כיום הוא בעיקר אוהב לשחק
בתוך הגן ולא בחצר, והוא תמיד משחק בשקט בפניו שלו. הוא לא יוזם משחקים עם ילדים
אחרים, אבל מסתדר איתם טוב, אם הם מצטרפים אליו לפינה שהוא נמצא בה. בבית הוא
מאוד אוהב משחקי דמיון וכל פעם אומר לנו מי אנחנו הפעם ומה המשחק. פעם אני אחות
והוא רופא, פעם הוא טבח ואני האוכלת, פעם הוא רוקח ואני מקבלת תרופה וכו'... בקטעים
האלה הוא נכנס מאוד חזק לתפקיד ומתקשה אחר כך לחזור להיות עודד, או אם אני מבקשת
ממנו לגמור את המשחק בזמן שלא מתאים לו עדיין, אז הוא בדרך כלל מתעקש להישאר מי
שהוא באותו רגע ולא מוכן לחזור להיות הילד שצריך לעשות לו אמבטיה או להאכיל אותו
ארוחת ערב. כשאנחנו מגיעים לסביבה חדשה הוא בדרך כלל מאוד ביישן ומתחבא מאחוריי
או מאחורי שמוליק. לוקח לו זמן להתרגל ולהרגיש בנוח. אחר-כך הוא בסדר. אפילו כשאנחנו
באים לאימא שלי, בהתחלה הוא מעמיד פנים כמתחבא, ולוקח זמן עד שהוא מתחיל לשחק
ונרגע. הוא תמיד היה ביישן, אפילו כשהיה קטן. גם בזה הוא מזכיר לי את אחי, עודד. גם הוא
היה ביישן ומופנם.

עד לפני חודש הוא התפתח בצורה רגילה, ללא שום בעיות מיוחדות. כאשר היה קטן
יותר היו לו כמה פעמים דלקות אוזניים ופעם או פעמיים שפעת, אבל אתה יודע, אלו בעיות
רגילות של ילדים. אבל לפני חודש הוא שוב חלה, והפעם הרגשתי שזה אחרת. החום לא ירד
לו במשך יותר משבוע. נשאר על 39 כמעט כל הזמן. בכל פעם שנתתי לו תרופה, החום ירד
קצת, אבל אחרי שעתיים-שלוש שוב עלה. בלילה הוא הזיע נורא. בהתחלה חשבתי שזה
קשור לחום, אבל אחר-כך זה התחיל להדאיג אותי. הוא היה עייף כל הזמן והתלונן שכואבים
לו הראש והבטן. אחרי שבוע גם היה נראה לי שהוא יורד במשקל, למרות שהוא אכל פחות או
יותר כמו תמיד. לא ידעתי מה לעשות. הרגשתי כל-כך חסרת אונים. שמוליק כל הזמן טען

שהוא בסדר, שזה סתם שפעת. המצחיק הוא ששמוליק הוא רופא ילדים, אז הוא כאילו אמור לדעת יותר ממני, אבל איכשהו בבית אני תמיד מרגישה שהוא מנותק מהכובע המקצועי שלו, הוא יותר אבא. קשה לו לגשר בין שני הדברים. הוא אף פעם לא ידע להיות במקביל גם רופא וגם אבא, לכן לא סמכתי עליו, ואחרי יומיים לקחתי את עודדי לרופא הילדים שלו.

הרופא הזה מלווה אותי מאז שנועה נולדה וטיפל בכל התחלואים הרגילים של שניהם. הוא איש גדול ושמן עם חיוך גדול ומשקפיים גדולים ומרובעים, שתמיד התייחס אליי בסבלנות ובאהדה, אף פעם לא אמר לי שאני מגזימה בדאגות שלי, ותמיד ידע מה להגיד כדי להרגיע אותי שהבעיה שלהם לא כזאת רצינית. אני כל-כך שמחה שמצאנו אותו. הוא גם מאוד מבין במחלות ילדים שונות. אבל אני בעיקר מעריכה אותו בגלל היכולת שלו להסביר לי כל דבר, להתייחס אל השאלות שלי ברצינות רבה ולענות לי באופן מלא על כל חרדה או קושי שמתעוררים אצלי. לכן הרגשתי מאוד בנוח לפנות אליו עכשיו. ידעתי שהוא יתייחס אליי ברצינות, ושאם הוא יגיד לי שמדובר בשפעת או במשהו פשוט אחר, אוכל באמת להירגע. כאשר הגענו למרפאה, היא הייתה מלאה בילדים חולים ומנוזלים. נכנסנו לרופא אחרי שעתיים המתנה, כאשר הרופא היה כבר מאוד חסר סבלנות ומיהר ללכת. הוא ממש לא התנהג כמו בדרך כלל, והיה קשה לקבל ממנו התייחסות רצינית ומעמיקה לבעיות של עודדי. הוא הפטיר שכנראה מדובר בשפעת רגילה וכדאי לתת לו לנוח ולשתות הרבה. לא חשבתי שהוא התעמק מספיק במגוון הסימפטומים של עודדי ועדיין הייתי מאוד לא שקטה לגבי האבחון. הייתה לי תחושה חזקה שמדובר במשהו יותר גרוע, אבל אחרי ששני רופאים אמרו לי שזה שפעת, מה אני, הקטנה, יכולתי לעשות?

נשארתי איתו בבית כמה ימים וניסיתי להקל עליו, אבל מצבו לא השתפר. הוא נהיה חלש יותר ויותר וכמעט לא יצא מהמיטה. לא היה לו כוח לכלום, אפילו לשחק הוא לא רצה. הוא ישן המון, ובין שינה לשינה הקראתי לו סיפורים וניסיתי שיאכל. כל-כך רציתי לעזור לו, להקל עליו במשהו, אבל לא ידעתי מה לעשות. אחרי עוד מספר ימים התקשרתי לרופא ודיווחתי לו על המצב. הפעם הוא נשמע יותר מודאג והציע שאקח את עודד למיון. שאלתי אותו מה

עשויה להיות הבעיה, אך הוא סירב לפרט את החשדות שלו. הוא אמר שעדיף שיעשו לו בדיקות מקיפות ואז יוכלו להגיד לי בדיוק מה הבעיה. הוא אמר שהוא לא מאמין בלשער השערות סתם. זה לא כדאי ולא מועיל לאיש. צלצלתי לשמוליק ואמרתי לו שצריך לקחת את הילד לבית חולים, למיון. הוא בא ועזר לי להכניס אותו לאוטו.

עודדי ישן כל הדרך, בקושי מודע למתרחש סביבו. שמוליק ניסה להרגיע אותי. הוא טען שוב ושוב שזה עדיין יכול להיות סתם וירוס ואין מה להיכנס לפאניקה. סירבתי להירגע. אמרתי לו שהחושים האימהיים שלי אומרים לי שמהו מאוד לא בסדר עם הילד שלי. זה לא סתם וירוס, חזרתי ואמרתי. הבהרתי לו שאני אמצא דרך להתמודד עם כל מצב שיתעורר בבית החולים, שאני חזקה ואוכל להכיל את זה, אבל אני ממש צריכה לדעת מול מה אנחנו עומדים, להבין מה קורה. חוסר הוודאות הנוראי הזה הוא מה שמשגע אותי. לראות את עודדי קמל לי ככה מול העיניים, מבלי להיות מסוגלת לעשות כלום או להבין מה מתרחש, זה משהו שאני לא יכולה להכיל בכלל. ברגע שאדע מה הבעיה, לא משנה מהי, יהיה לי יותר קל. אני רק צריכה שיתנו לי תכנית פעולה, יגידו לי מה אני יכולה לעשות כדי לעזור לו, ואז אצליח להחזיר לעצמי מעט מתחושת השליטה שאבדה לי.

אחרי נסיעה שנראתה כנצח הגענו לבית החולים. למזלנו הרב עברנו לאזור המרכז לפני כמה שנים, כך שמצאנו את עצמנו בפתחו של בית החולים לילדים "שניידר". אני לא רוצה לחשוב מה היה קורה אם היינו צריכים לקחת אותו ל"הדסה". אני יודעת שיש שם רופאים טובים, אבל אין בירושלים בית חולים לילדים, וזה בכל זאת אחרת. ב"שניידר" באמת יודעים איך לטפל בילדים וגם איך לעזור להורים להתמודד עם כל סיבוך שקורה.

שמוליק לקח את עודדי בזהירות על ידיו והכניס אותו למיון. הוא הציג את עצמו כד"ר סער כדי לזרז וליעל את הטיפול בעודדי. נראה היה שזה מקדם קצת את הדברים. כנראה עוזר לפעמים שיש בעל רופא... לא שמישהו שם הכיר אותו, אבל האמינו לו שהוא רופא, ולכן טיפלו בנו מהר וביעילות. קיוויתי גם למצוא בחדר המיון אחות או רופא שאני מכירה מעבודתי ב"שניידר", אך לצערי אני לא מכירה רבים מהם, ואלה שאני מכירה לא היו באותו

יום. בדרך כלל, לצערי, אין חפיפה בין הרופאים והאחיות העובדים במחלקת הפגים לאלה העובדים במיון. עודדי התעורר די מהר והתחיל לבכות. הוא לא הבין מה המהומה סביבו. ניסיתי להרגיעו כמיטב יכולתי. אמרתי לו שהדוד רופא רק רוצה למשש אותו קצת כדי לראות איפה כואב לו וכדי לעזור לו. גם הרופא והאחות היו מאוד נחמדים, ושיחקו איתו תוך כדי בדיקה. התחלתי להקריא לו סיפור, וזה מיד הרגיע אותו. הם אפילו הצליחו לקחת ממנו דם בלי שיצרח יותר מדי. אחרי השלב הזה נתנו לנו לנוח קצת עד שיגיעו תוצאות הבדיקות.

עודדי שכב בחדר גדול במיון ילדים. לידנו היו עוד שני ילדים עם הוריהם. אחד מהם שבר רגל והרופא גיבס אותה. הוא צרח מכאבים ללא הפסקה, ועודדי התכווץ למשמע הצרחות. בצד השני שכב ילד מסכן שבכה כל הזמן. החדר שהוא היה בו היה בסך הכול ידידותי לילדים. היו בו, בין המכשירים הרפואיים הרבים, תמונות נחמדות וצעצועים, כנראה בניסיון לשוות לחדר מראה לא מאיים. אבל עודדי כל-כך רגיש לסבל של ילדים אחרים, שהיה לו מאוד קשה עם הגניחות והצעקות של הילדים האחרים. הוא כל הזמן שאל אותי מתי כבר הולכים הביתה ולמה אנחנו לא הולכים. ניסיתי להסביר לו שהרופא עוד צריך לבדוק כמה דברים ועוד מעט הוא יחזור. לא רציתי להבטיח לו שעוד מעט הולכים הביתה, כי לא הייתה לי שום דרך לדעת אם אנחנו נשארים שם באשפוז או שנשתחרר באותו יום. חיכינו שעתיים. היה לי נורא קשה. אף אחד לא הסכים להגיד לנו כלום. רופאים לא מאמינים בהשערות, אלא בממצאים. אז ישבנו וחיכינו, תוך כדי ניסיונות עיקשים להסיח את דעתו של עודדי ולהעביר לו את הזמן בנעימים. הוא לא הצליח לשוב ולהירדם, כך שכל הזמן היינו צריכים לשעשע ולהעסיק אותו. אני מניחה שזה עזר לי, כי ככה לא היה לי זמן לחשוב על מה שעוד עתיד לקרות.

אחרי יותר משעתיים הרופא חזר וביקש לדבר איתנו ביחידות. אמרתי לו שאנחנו לא יכולים לעזוב את עודדי לבד פה. הוא התעקש שהוא חייב לדבר עם שנינו ושנשאיר את עודד עם האחות. האחות הייתה מאוד נחמדה ונראה היה שעודדי מסתדר איתה. אבל הרגשתי שזה לא נכון שנעזוב אותו שנינו. רציתי להמשיך להתווכח, אבל משהו במבט של הרופא לא

נתן לי לעשות זאת. ראיתי בעיניים שלו שמהו רציני מאוד קורה ושכדאי שנדבר איתו. אז גם הבנתי שאני לא רוצה להיות לבד בשיחה הזו.

חיבקתי את עודדי והבטחתי לו שאימא ואבא תיכף חוזרים. ביקשתי ממנו להישאר לשחק עם האחות הנחמדה. הוא דווקא היה בסדר וקיבל זאת. לאחות היו גם ספרים שלא הכיר, ולכן היה מוכן לקבל אותה ולהיפרד מאיתנו. לי היה נורא קשה. הרגשתי שמהו מהותי בחיים שלי עומד להשתנות. שזו הפעם האחרונה שאני מסתכלת על עודדי כעל ילד בריא. התקשיתי מאוד להיפרד ממנו, אבל שמוליק חיבק אותי ולחש באוניי שנתמודד יחד עם מה שלא שיקרה. הוא החזיק אותי עד שהגענו לחדר של הרופא.

היה זה חדר קטן וצפוף, מלא ספרים וניירת. במרכז החדר עמד שולחן ארוך ועליו ערמות של דפים. הרופא התיישב מולנו בכיסא משרדי גדול ומרשים, ואנחנו שקענו מולו בשני כיסאות קטנים. הסתכלתי עליו. הוא היה די שמן, עם פרצוף גדול ועיניים קטנות מכוסות במשקפיים מוזרים. ניסיתי למצוא במבטו טוב לב וחמלה. היה לי קשה לאתר אותם. ראיתי בעיקר רשמיות וקור. לא הייתי בטוחה שזה הרופא שאני מוכנה שיחרוך את גורלנו, אבל הייתי מוכרחה כבר לשמוע מה יש לו להגיד.

"שלום ד"ר וגברת סער, אני רוצה לדבר איתכם על הבדיקות של הבן שלכם," פתח.

"אנא, תקרא לנו שמוליק ושפרה," ביקש שמוליק.

"כרצונכם," אמר הרופא. "אז כמו שאמרתי, אני רוצה לדבר איתכם על הבדיקות של עודד. מצאנו כמה ממצאים מדאיגים שמצריכים בדיקות נוספות, מסובכות יותר, ורציתי שתדעו בדיוק מה קורה. מניסיוני, אם הורים לא מקבלים את כל האינפורמציה מראש, הם מכניסים לחץ מיותר לכל התהליך," הוא אמר בהתנשאות.

"סליחה, אתה מוכן להציג את עצמך לפני שאתה מתחיל?" ביקשתי בעדינות.

"כמובן, סליחה שלא עשיתי זאת," אמר הרופא. "אני ד"ר גונן ואני רופא חדר המיון. בכל אופן, לפי הממצאים שלנו נראה שהבן שלכם סובל מלוקמיה. האבחון אינו ודאי עד שנעשה לו ביופסיה, אבל לפי כמות הליקוציטים בדמו ומדדים אחרים בבדיקות הדם, וכן מהמישוש הגופני שעשיתי והסימפטומים שמהם הוא סובל, אני חושש שזו האבחנה. השלב הבא הוא לעשות ביופסיה, כלומר להוציא תאי מוח עצם מעצם הירך שלו על מנת לוודא את הימצאות הסרטן במוח העצם שלו. אצל מבוגרים אנחנו עושים פרוצדורה זו בהרדמה מקומית, אבל ילדים בגילו מתקשים להתמודד עם התהליך, ולכן אנחנו נוהגים להרדים אותם הרדמה מלאה קצרה לצורך ביצוע הפרוצדורה. אחד מכם יוכל להיות איתו בחדר הניתוח לאורך כל התהליך הזה, והוא לא ייקח יותר מחצי שעה. אקבע אותו למחר בבוקר, בסדר? אחרי הביופסיה נדע תוך כמה שעות מה מצבנו ואז נחליט איך ממשיכים." הייתי ממש בהלם. ידעתי שמשוהו רציני לא בסדר עם הילד שלי, אבל סרטן? באמת? לא יכולתי להאמין. הרגשתי שאני נמצאת ברעידת אדמה ולא מצליחה למצוא אחיזה לרגליים שלי.

"מה האופציות? מה זה אומר בעצם? אתה יכול לספר לנו יותר מה הולך לקרות אם זה אכן לוקמיה? ומה עוד זה יכול להיות?" שאל שמוליק מבוהל.

"אתה הרופא פה, לא? אתה לא יודע מה זה אומר? חשבתי שאתה אחר-כך תוכל להסביר לי הכול. מה קרה לך היום?" שאלתי בכעס.

"שפּרה, אני לא אונקולוג. אני לא מטפל בחולי סרטן. אני רופא פנימי. למדתי חלק מהדברים האלה בבית הספר לרפואה, אבל אני רוצה לשמוע מהרופא מה בדיוק זה אומר לגבי עודדי. אני לא פה כרופא, אני פה כאבא, ואני רוצה שייתנו לי את כל המידע, בדיוק כמו שהיו עושים עם כל אבא, טוב? בואי ניתן לרופא לדבר," אמר שמוליק בחוסר סבלנות.

"אני לא חושב שכדאי שנדבר על כל התהליך היום. עדיף שקודם נדע אם אכן מדובר בלוקמיה, ואם כן, באיזה סוג של לוקמיה מדובר, ואז נוכל לתת לכם מידע מדויק ומפורט. אני חושב ששמעתם מספיק להיום. למה לכם להעמיס על עצמכם יותר מדי כרגע? אני גם לא

רוצה לדבר על אופציות אחרות, כי באמת שאין טעם. מחר נדע בדיוק מה המצב ונמשיך משם. אני, כמובן, לא אהיה הרופא שימשיך ללוות אתכם. עודד יאושפז במחלקה האונקולוגית לילדים. בהמשך היום תוכלו להיפגש עם רופא בכיר במחלקה שיענה לכם על שאלות נוספות, אם יהיו לכם, והוא יהיה זה שילווה אתכם לאורך כל התהליך מכאן. אני צריך עכשיו לחזור למיון כדי להמשיך לעבוד. אני מציע שתחזרו לעודד, תנסו להסביר לו שהוא נשאר בבית החולים לפחות ללילה אחד, ושמחר ישכיבו אותו לישון בחדר מיוחד ויטפלו בו. יש במחלקה עובדת סוציאלית שתוכל לעזור לכם להחליט מה בדיוק לספר לו ואיך. אדאג שעוד מעט יעבירו אתכם, "סיים הרופא את השיחה.

יצאנו רועדים מהחדר. לא האמנתי למשמע אוזניי. חשבתי שמהו נוראי קורה, אבל לא האמנתי שעד כדי כך. הרגליים שלי לא הצליחו להחזיק אותי. התיישבתי מחוץ לחדרו של הרופא. שמוליק חיבק אותי בחוזקה. ישבנו כך כמה דקות, מחובקים והמומים. לא יכולנו לדבר. פשוט ישבנו. אחרי כמה זמן שמוליק אמר: "אני לא מאמין. אני פשוט לא מאמין. טוב, יהיה בסדר, אנחנו עוד לא באמת יודעים כלום. מחר נשמע יותר. אולי אפשר לא לדאוג עד מחר? מה את אומרת?" שאל בתקווה.

"אולי אתה יכול", אמרתי בכעס. "זה שהרופא לא מסוגל לומר שום דבר מפורש לא אומר שאנחנו לא יכולים להבין. זה די ברור שיש לו סרטן. אנחנו חייבים לנסות למצוא כל מידע שאפשר על לוקמיה אצל ילדים. אנחנו חייבים להבין מה צפוי לנו עכשיו. איך נסביר לו מה קורה? הוא כל-כך רוצה ללכת הביתה. מי יודע מתי זה יקרה. אני לא מאמינה שזה קורה לנו. תמיד שומעים על הילדים המסכנים האלה, אבל שעודדי שלנו יהיה חולה סרטן?! זה לא יאמן. איך נדבר איתו עכשיו? איך נהיה איתו? אני לא יכולה להתמודד עם זה. לא יכולה. אני הולכת להתמוטט. מה אנחנו עושים עכשיו, מה?" שמוליק לא ענה. הוא הסתכל עליי במבט עצוב כל-כך. איכשהו דווקא המבט הזה החזיר אותי לאיפוס, וידעתי שיהיה בסדר, שנוכל להתמודד.

באותו יום העבירו אותו למחלקה. כיוון שהגוף שלו היה רגיש לזיהומים, השכיבו את עוודי בבידוד וביקשו שניכנס אליו עם מסכות וחלוקים. אני לא הייתי מסוגלת. לא יכולתי לחשוב שאדביק אותו במשהו. גם הייתי חייבת שהוא יראה את הפנים שלי. גם ככה כל המצב הפחיד אותו. האחיות והרופאים במחלקה היו מאוד נחמדים אליו וניסו להקל על כולנו עד כמה שאפשר. הם גם עזרו לנו לחשוב איך כדאי לדבר עם עוודי, מה להסביר לו ומה לא. הוא ממש לא הבין מה קורה וגם היה עייף מכדי לשאול שאלות. הוא ישן הרבה באותו יום. ישן ובכה. המחלקה עצמה הייתה מאוד צבעונית ומלאת חיים ונראתה על פני השטח כקרקס או כמקום כיפי אחר לילדים. היה מאוד סוריאליסטי לנסות לגשר על הפער בין הילדים המאוד חולים ששוכבים שם, כולם חולי סרטן, והצבעים העליזים והצעצועים ששכבו בכל פינה. אני מניחה שזה נחמד שבית החולים מנסה להשרות אווירה פחות מאיימת על החולים הצעירים, אבל לי היה קשה להתמודד עם הפער הזה. גם בחדר של עוודי הקירות היו צבועים בצבעים עליזים, עם דוגמאות של חיות שונות, אבל שם לא היו צעצועים או משחקים. החדר היה מלא במכשירים רפואיים שנראו מאיימים למראה. היו לו כוננית קטנה וארון קטן לשים בו את הדברים שלו, אבל חוץ מזה לא היה שם שום דבר שנראה מזמין. כנראה זה טוב שמראה החדר לא גרם לי לרצות להישאר שם א. פשר לי להתמקד בסיבות שאנחנו שם ולא להתחמק מהמציאות הקשה אליה נקלענו. רציתי מאוד לתת לחדר מראה יותר ידידותי, אבל אסרו עלינו להביא לשם יותר מדי צעצועים או דברים, אז הבאתי לו רק את הדובי שאיתו הוא ישן מאז שהיה קטן וכמה ספרים שהוא אוהב. מעבר לזה לא יכולנו להביא כלום. היינו צריכים לעבוד ממש קשה כדי לגרום לעוודי להרגיש בטוח ולא לפחד מהסביבה שנקלע אליה. הוא אף פעם לא ישן מחוץ לבית ולא ממש הבין מה קורה סביבו עכשיו. לפחות שמחתי שהיה לנו חדר לבד, כי לא ממש רציתי שעוודי יהיה חשוף למחלות ולסבל של ילדים אחרים. מספיק שהוא מתמודד עם שלו.

למחרת אמרנו לו שאסור לו לאכול עד הערב ושישכיבו אותו לישון בחדר מיוחד שבו יבדקו אותו. אמרנו לו שלא יכאב לו כלום, למרות שידענו שכאשר יתעורר יהיו לו כאבים.

מהניתוח אני לא זוכרת הרבה. שמוליק נכנס איתו, ואני ישבתי בחוץ וחיכיתי. ידעתי שכדאי שאתקשר למשפחה שלי ואספר להם מה קורה, כי אף אחד מהם עדיין לא ידע מכלום, אבל לא היה לי כוח לדאגה שלהם, אז החלטתי לחכות עם זה בינתיים. אולי יקרה נס, והרופאים יגלו שהם טעו באבחנה, אז למה סתם להלחיץ את כולם. היה לי נורא קשה לשבת שם לבד מחוץ לחדר הניתוח בלי לדעת מה קורה שם בפנים. הרגשתי שאני ממש משתגע. הרגשתי כל-כך לבד וחסרת אונים. חשבתי שאני מאבדת את שפיותי. ניסיתי נואשות לחשוב איך אני מתמודדת עם המצב הזה עכשיו, איך אעמוד בחודשים של טיפולים ומי יודע מה עוד. תמיד ראיתי את עצמי כאדם חזק שיכול להתמודד עם כל מצב, אבל פתאום גיליתי שאני לא. ממש לא. כל החוזק שחשבתי שבניתי בעשרים וחמש השנים האחרונות התמוטט באחת. הרגשתי כמו אחרי שאחי נהרג. אותה תחושת לבד, אותה תחושה של תהום שאני נופלת אליה ונופלת ולא יכולה לעצור. הרגשתי שכל השליטה שלי בחיים מתמוססת.

בשעה הזאת של הניתוח הגעתי למסקנה שאני חייבת להתחיל בטיפול, שאני חייבת לקבל עזרה בהתמודדות עם המחלה של עודדי. היה ברור לי שאני לא יכולה לעשות זאת בלי עזרה. כך, בסופו של דבר, הגעתי אליך. יומיים מאוחר יותר התקשרתי לחברה, שידעתי שיש לה מטפל טוב, וביקשתי את מספר הטלפון שלך. ידעתי שיהיה לי קשה להתפנות לתהליך הזה תוך כדי טיפולים או אשפוז של עודדי, אבל החלטתי שאמצא דרך לעשות זאת, שאין לי בעצם ברירה. כך שמה שאני בעיקר מצפה מהטיפול אצלך הוא שתיתן לי תמיכה נפשית ותעזור לי למצוא את הדרכים הטובות ביותר להתמודד עם המצב הזה ועם כל דבר שיעלה בשבועות הקרובים. אני לא מוכנה להתמוטט פתאום באמצע התהליך. אני חייבת להיות חזקה ולהחזיק מעמד. אני מצפה ממך לעזור לי לעשות זאת. זו לפחות השאיפה שלי. אני מקווה מאוד שהיא הגיונית.

למחרת קיבלנו את האבחון הסופי. לוקמיה לימפטית. יחד עם מתן האבחון הסבירו לנו את הסטטיסטיקות ואת דרכי הטיפול. זה היה יום די סהרורי. לא קלטתי הרבה, מלבד העובדה שיש לו 80% סיכוי לשרוד זאת. זה השלב שבו נשברתי סופית. מה הייתי אמורה

להבין מזה? שבכזאת קלות מבשרים לי שהילד שלי אולי הולך למות? הוא רק בן ארבע. כל החיים שלו עוד לפניו. הוא קצת לא מרגיש טוב. מה זאת אומרת שהוא הולך למות? חשבת שאני משתגעת.

באותו יום שחררו אותנו הביתה ונתנו לנו תור לעוד ארבעה ימים לאשפוז של ימים אחדים בשביל הטיפול הכימותרפי הראשון. הוחלט על עשרה טיפולים, כשכל אחד מהם ייערך באשפוז של שלושה ימים, ובין טיפול לטיפול הוא ישתחרר לכמה ימים הביתה. אני כל-כך מפחדת מהטיפול הראשון, ובכלל, אין לי שום מושג איך עודדי יתמודד עם זה. הוא כל-כך חלש. אני מפחדת שהטיפול עצמו יהרוג אותו. שומעים כל-כך הרבה סיפורים כאלה. אני גם פוחדת מתופעות הלוואי של הטיפולים, מהמצוקה שלו, מחוסר ההבנה שלו למה עושים לו את כל זה. איך אפשר להסביר לילד בן ארבע שמכאיבים ומציקים לו נורא כדי שבעתיד (מושג שהוא לא מכיר בכלל) הוא ירגיש יותר טוב? אני גם ממש לא יודעת איך אני אתמודד עם כל זה. אני מניחה שזה בעיקר מה שמעסיק אותי כרגע. אנחנו צריכים להתייבב במחלקה מחר לטיפול הראשון, ואני לא יודעת איך אני והוא נתמודד עם הטיפול הזה, מבחינה פיזית ונפשית. לא תהיה לי שום דרך להקל עליו, רק לעמוד מהצד ולראות אותו סובל. אני לא יודעת אם אוכל לעמוד בזה, בחוסר האונים הנורא הזה ובסבל שלו. מאז שהוא נולד אני רק מנסה להגן עליו מכל דבר רע, מכל צרה או סבל, ועכשיו אני אמורה פשוט לעמוד מהצד ולתת להם לעשות איתו מה שהם רוצים? אני פשוט לא מבינה.

אני ושמוליק לוקחים חופשות מהעבודה לכמה שבועות כדי להיות איתו. גם אימא שלי ואחותי יגיעו הרבה לבקר. הן יעזרו בעיקר עם נועה, שממש קשה לה עם המצב. אמרנו לה רק שעודדי חולה והוא צריך להיות בבית חולים כדי שירפאו אותו. היא לא מבינה את חומרת המצב, אבל היא מרגישה שכולנו במצוקה. אחותי הקטנה, רחל, תהיה איתה ותנסה להקל עליה כמה שאפשר, אבל הפרידה מאיתנו לא תהיה קלה עבורה. גם ככה בקושי התייחסנו אליה בעשרת הימים האחרונים, בהם היינו מרוכזים לגמרי בעודדי. אוי, אני מקווה

כל-כך שהיא תשרוד את כל זה. שכולנו נשרוד. הכול נראה כל-כך קשה ומוגזם כרגע, כל-כך בלתי אפשרי. אני לא יודעת איך אתמודד עם זה. איך? אני ממש לא יודעת.

זהו, בערך, לגבי עודדי, האבחון ומה קורה איתי עכשיו. עוד תשמע ממני הרבה על כל מה שקורה איתו ואיך אני מתמודדת עם זה. בסך הכול, זו הסיבה העיקרית שאני פה. אני יודעת שתוצאה גם לדבר על העבר שלי כמו כל פסיכולוג, ואני באמת מבינה שזה חשוב כדי להבין את שורשי הבעיות והקשיים הנוכחיים שלי, אבל חשוב לי שתבין שלא יהיה לי קל לעסוק בזה תוך כדי טיפול בעודדי. אעשה כמיטב יכולתי, את זה אני יכולה להבטיח לך. אני סומכת עליך שתדע להוביל אותי הלאה. עיקר הציפיות שלי מהטיפול הוא שתדע לעזור לי להרגיש טוב יותר עם כל מה שקורה עם עודדי, שארגיש יותר בשליטה לפחות על עצמי, אם לא על המתרחש סביבי. שתעזור לי לא להתפרק לגורמים במהלך השבועות הקרובים, לפחות עד שעודדי ירגיש יותר טוב. זה הכי חשוב. אני חושבת שמה שהכי מפחיד אותי בטיפול איתך זה שלא אצליח לבטא את עצמי, שלא תלמד להכיר אותי מהר ולכן לא תוכל באמת לעזור לי. אני יודעת שאני מאוד סגורה וקשה להכיר אותי, אבל אני צריכה שאיכשהו תמצא דרך לעשות זאת מהר, שתלמד מהר את הדברים הבסיסיים לגביי ותמצא דרכים לעזור לי לא לטבוע פה, בכל מה שקורה, שתעזור לי להמשיך לצוף מעל המים. אני מתחילה לחשוב שהמכתבים האלה יעזרו לנו בתהליך. הם יאפשרו לך לדעת עליי יותר ובכך יאפשרו לי לקדם את הטיפול יותר מהר, ולך להתחיל לעזור לי יותר מהר. אשמח גם אם תיתן לי פידבק כלשהו על המכתב הזה כשניפגש. לא כל-כך מה אתה חושב על התוכן, אלא שאיך שכתבתי אותו זה בסדר, שזה נכון איכשהו. אני יודעת שאין נכון ולא נכון, אבל חשוב לי לדעת שקלעתי למה שהתכוונת. זה אולי דבילי, אבל זה חשוב לי בכל זאת.

תודה,

שפרה

