

## מאפייני פוסט - טראומה בטסטים קיום מנחים להתכוננות

### ברמה פנומנולוגית

תופעות וסימפטומים חודרניים  
צמצום, המנעות, השטחה  
עוררות-יתר (קשיי ויסות, קשיי ריכח וכו')

בניתוח נתייחס לצירים הבאים:

### תפקודי-אגו ותפקוד מסתגל למציאות

נבחין במאפיינים של צמצום ו/או דיסאורגניזציה

תפיסה: עד כמה נשמר בוחן המציאות, באילו סיטואציות מתערער

חשיבה: האם קיימת פגיעה בארגון (הצפה, אסוציאטיביות, אובדן-מרחק, נתקים, צמצום, קוהרנטיות ואחידות השפה והביטוי המילולי, ריכח, קשב וכו')  
עד כמה שמורה היכולת לחשוב ולהמשיג  
עד כמה שמור הדחף לדעת, להבין, לחבר

עד כמה פנוי ללמידה ולהתמודדות עם מסלות חיצוניות

עד כמה שמורות היכולות לרצות, לתכנן, לבצע, לשחק, לווסת, להתאפק, להתרכז, להתגבר  
וכו'  
מה מערער את התפקוד, וכיצד מתארגן להמשך תפקוד לאחר מפגש עם גרוי מערער

יעילות הטיפול בדחפים (תוקפנות, מיניות): היכולת לווסת, לתעל, לשלוט בדחף,  
עד כמה קיים ערבוב בין אהבה לתוקפנות, בין קשר למיניות

יעילות ואיכות המנגנונים לעיבוד העולם הרגשי

מנגנוני הגנה מאפיינים: דיסוציאציה

הכחשה

הדחקה

הזדהות עם התוקפן

פיצולים ברמות שונות

עד כמה יעילים המנגנונים להתמודדות עם החרדה ועם חוויות מפרקות

### יחסי - אובייקט

עד כמה קיימת הפנמה של אספקטים מייטיבים בקשר אל מול אספקטים שליליים:  
האם הקשר נחוזה כמאפשר הכלה, תמיכה, הזנה, עזרה וכו'  
או כמעורר איום, סכנה ופוטנציאל לפגיעה  
או כמתאפיין ע"י ניכור, בדידות, נסישה

עד כמה קיימת נפרדות בין העצמי לאחר

עד כמה קיימים מאפיינים של בלבול ואמביוולנציה ביחס לקשרים הבינאישיים  
כמה ענין בקשר או רתיעה מפני קרבה

### חויית העצמי

דימוי גופני: עד כמה אינטגרטיבי ומאורגן או מעוות ופגוע

גבולות העצמי: עד כמה נחווים כמאורגנים ושמורים או פרוצים וחזירים

דימוי עצמי: עד כמה מבוסס על הפנמות חיוביות או שליליות

תחושת הזהות: עד כמה קיימת לכידות בזהות העצמית או בלבול (בין קטן לגדול, בין המינים, בין תפקידים, בתחושת השייכות)  
עד כמה שמורה או פגועה חווית האנושיות הבסיסית ("אני לא יודעת מי אני, לא מרגישה בנאדם בכלל, כמו חייר")

### חוויות ותכנים מאפיינים

תחושות סכנה

פחד, חרדה, אימה

בלבול

חוסר אונים, אובדן שליטה

תחושת פגיעות

תחושת פגמות

אשמה

זעם ועוינות

חשדנות

בדידות

ניכור

חזרתיות ופרהאוקיופציה סביב תוכן ספציפי, לעיתים אידיוטינקרטי, הנקשר לטראומה

נשים לב כי לעיתים קרובות נמצא דיאלקטיקה ותנועה בין צמצום, המנעות ולעיתים אף הסתרה, לבין חדירה של תכנים וחוויות, ושיבוש בארגון השפה/החשיבה.  
דיאלקטיקה זו, היא אחד המאפיינים הבולטים ביותר של המצב הפוסט-טראומטי.

נערך ע"י עדי אלפא, פסיכולוגית קלינית

במסגרת קורס לפסיכולוגים חינוכיים

"שימוש במבחנים פסיכולוגיים לאבחון מצבים פוסט-טראומטיים"

## מאפייני פוסט טראומה ב-T.A.T:

- רמזים לפוסט טראומה יכולים להשתקף בתוכן ולעיתים רק בארגון השפה והחשיבה חודרנות בתחום הארגון:
  - מעבר בגופים, זמן, מקום, זכר-נקבה, ילדה-אישה, שינויים בדמות
  - ספור לא קוהרנטי
  - שימוש אידיוסיןקרטי בשפה
  - טון משתנה
  - היתקעות בשטף, זמן תגובה ארוך
  - "פתאום" מילה המרמזת על פלישה חודרנית
- תנודות- לביליות
- הימנעות (מלאה או חלקית), צמצום/תנודות (כולל ברמת ההפשטה ובמבנה התחבירי), דבור לקוני, סרוב לספר "אני לא רואה", "אני לא יודע מה זה", "אין לי מה לספר"
- חודרנות- אובדן מרחק, אסוציאטיבי או סיפור על עצמו. אובדן הגבול בין דמיון לבין מציאות "קחי את התמונה", "מה את עושה לי"
- מלל רב, הצפה
- ניתוק ברצף
- ראייה "לא טובה" דרך ערפל, דרך וילון
- שמוש בפעלים המראים על ניתוק, "הוא נרדם", "משעמם לי"
- נתק "מה אמרתי לך?", "מה סיפרתי לך?", נתקים בחשיבה
- ספור מפורש על אונס, כפיה, פגיעה -כרטיס 13 MF
- תוכן קטסטרופלי, הקשרים של ניצול, אלימות, פגיעה
- יחסי אובייקט- איך נחוזה הקשר?
- כמה הקשר נתפס כמיטיב, כמה נתפס כאלים, פוגע, או אי קשר
- חוויות של חוסר שליטה, חוסר אונים, פאסיביות כלפי המתרחש
- חזרתיות של תוכן מסויים, עיסוק חזרתי בתוכן מסויים, נרטיב או פועל מסויים שחוזר
- חלומות רעים, בספור מופיע סימפטום חודרני

### מאפייני פוסט טראומה בציורים:

- צמצום- הקטנות, העדר מבט
- חודרנות- הדגשות יתר, השמטת איברים, סירוב לצייר, שקיפויות, בלבול בין פנים לבין חוץ, הצללה, איכות קו ירודה, קו רעוע, לחץ, לביליות (קו משתנה), אברי מין, ציור של חלק גוף עליון בלבד, דגש על בגדים, חגורות, אוזניים, שיניים. בבית- מנעולים, גדרות
- ביטויים משולבים לחודרנות וצמצום: דגש על כיסים, חגורות ושקיפות ברגליים
- בית המוקף מנעולים דלתות, אך הקווים פרוצים.
- הגנות של הכחשה (השמטות) ופיצול

#### מאפייני פוסט טראומה במבחן הוקסלר:

- פרופיל לא אופייני
- הנמכות המרמזות על דיסוציאציה
- הצפה מילולית- מרמזת על חודרנות (להבחין מחשיבה אסוציאטיבית)
- צמצום- מס' רב של תגובות הימנעות "אני לא יודע" "מה?"
- ציון נמוך בסידור תמונות- יכול לרמז על קטיעה ברצף החיים
- לביליות- מעברים מצמצום לחודרנות
- תכנים המרמזים על פוסט טראומה- חרדות סביב הגוף, פירוט יתר וכו'

#### מאפייני פוסט טראומה בבנדר:

- קושי באינטגרציה (מרחק או חדירה)
- הצללה במגע (המגע מעורר חרדה)
- נקודות כמו עיין (עיגול מושחר בתוך עיגול)
- בפגיעות מיניות נראה 2 מרכיבים: 1. הפגיעה הגברית (כרטיס 7)
- 2. הנטישה הנשית (כרטיסים A ו-4)
- בעיות של ויסות רגשי (כרטיס 6)
- היחס לבית ולחיבור בין החלק הפאלי לחלק הנשי (כרטיס 5)
- פרגמנטציה (הצורך לנתק), הגנה של פיצול, דיסוציאציה
- קווקים או קוים לא מחוברים- פגיעה בדימוי הגוף ובגבולות האני.
- אובססיביות- צורך בשליטה חיצונית
- זכירה טובה יותר מההעתקה- המפגש עם המציאות קשה/מלחיץ
- השמטות- הגנה דיסוציאטיבית