

www.psychology.org.il

פסיכואקטואליה

זרקור על פסיכולוגיה ומשפט

סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת
משפטית פסיכולוגית לבית
המשפט

6

ד"ר גבריאל וייל, ד"ר יהושע וייס וד"ר דוד
יגיל

הוקרה והאחת לכבוד פרסום
הסטנדרטים לכתיבת חוות-דעת
בפסיכולוגיה משפטית

11

ועדת האתיקה

פסיכולוגיה משפטית בישראל
סקירה ומבט לעתיד

12

ד"ר דוד יגיל

כלים והנחיות לעד-מומחה העומד
בחקירה נגדית בבית המשפט

18

פרופ' משה זכי

בחירות בהפ"י
2009

פסיכולוגיה, משפט ואתיקה

תוכן עניינים

פסיכו-אקטואליה רבעון הסתדרות הפסיכולוגים

טל: 03-5239393 פקס: 03-5230763
ת"ד: 11497 תל-אביב 61114
דוא"ל: psycho@zahav.net.il

חברי המערכת:

יוכי בן-נון:

טלפון עבודה: 09-7472745, בית: 09-7718307
דוא"ל: jbennun@netvision.net.il

צילה טנא:

טלפון נייד: 054-7933195, טלפקס: 09-9566711
דוא"ל: tene_a@macam.ac.il

נחמה רפאלי:

טלפון נייד: 054-3976394
דוא"ל: nechamaraph@gmail.com

אבי שרוף:

טלפקס' בית: 03-9664235
דוא"ל: saroff@hotmail.com

3	דבר המערכת	3	כיצד לטפל בהורים שנוקטים ענישה פיזית כלפי ילדיהם?
	יוכי בן-נון, צילה טנא, נחמה רפאלי ואבי שרוף	41	ד"ר אליעזר יריב
3	מן המזכירות	46	Authentic Happiness – יש או אין? פרופ' אורן קפלן
4	חדשות החטיבות	48	פסיכולוגים יוצרים
	חברתית-תעסוקתית-ארגונית, חינוכית, קלינית		צילה טנא מראיינת את מתי ליבליך לרגל צאת ספרה: "האדם שבקצה האגו"
6	סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט	51	משולחנה של ועדת האתיקה
	ד"ר גבריאיל וייל, ד"ר יהושע וייס, ד"ר דוד יגיל		מועדות לעבירות אתיות
6	הוקרה והארות לכבוד פרסום הסטנדרטים לכתיבת חוות-דעת בפסיכולוגיה משפטית	52	ספרים, רבותי, ספרים
	ועדת האתיקה		ד"ר יוכי בן-נון
11	פסיכולוגיה משפטית בישראל – סקירה ומבט לעתיד	54	פינת היעוץ המשפטי
	ד"ר דוד יגיל		עו"ד ברוך אברהמי, יועץ משפטי להפ"י
12	כללים והנחיות לעד-מומחה העומד לחקירה נגדית בבית המשפט	55	פינת יעוץ מס
	פרופ' משה זכי		רו"ח אריה דן, רואה-החשבון של הפ"י, משרד רואי-חשבון סנדק, דן ושות'
18	טיפול כמסע בין שני קטבים: שאיפה לשינוי והכרה במגבלות הדסה לכמן	55	עדכונים
			אסתר ידגר, מנהלת הפרוייקטים של הפ"י
22	תהליך האבל הבין-דורי לחיפוש הקשר עם האם: אמהות ניצולות שואה ובנותיהן	56	לזכרם של חברים
	עדנה מור		דברים לזכרה של גתית גוטטר-ארזי מאת: האוהבה עציוני
28	על זוגיות וזיקת זולת-עצמי – פסיכואנליזה של התהוות הדדית	57	בחירות בהפ"י 2009
	דפנה הומינר		ועדת הבחירות
32	טופס תשלום דמי חבר לשנת 2009	58	

הפ"י מאחלת לכל חברה - חג עצמאות שמח

המודעות המתפרסמות בעיתון "פסיכו-אקטואליה" הן באחריות המפרסמים בלבד. מערכת העיתון אינה אחראית בכל צורה שהיא לתכניהם המפורסמים



לחברי הפ"י שלום,

הוועד המרכזי ממשיך בפעילות השוטפת, להלן כמה עדכונים:

כנסים וימי עיון:

מפגשים עם סטודנטים לתואר שני בפסיכולוגיה: התחלנו בסדרת מפגשים עם סטודנטים לתואר שני במטרה לסייע להם במתן מידע לקראת המשך דרכם המקצועית. המפגשים אורגנו ע"י מנהלת הפרוייקטים של הפ"י, אסתר ידגר, והונחו ע"י פרופ' דן זכאי, יו"ר הפ"י. תודות רבות לפסיכולוגית הארצית, גב' ימימה גולדברג על השתתפותה במפגש באוניברסיטת תל-אביב ועל הסיוע הרב במתן מידע חיוני לסטודנטים.

כנס מדעי: כאמור, אחת ממטרותינו הייתה לחדש את מסורת הכנס המדעי לאחר שנים רבות של הפסקה. אנו מתוכננים לקיים בסוף חודש יוני / תחילת חודש יולי (תאריך סופי יפורסם בהמשך) כנס מדעי במתכונת של יום אחד, שתשולב בו האספה השנתית של הפ"י. כולכם מוזמנים.

כנסי החטיבות: בחודש מרץ התקיימו הכנסים השנתיים של החטיבה ההתפתחותית ושל החטיבה החברתית-תעסוקתית-ארגונית. הרחבה בעניין תמצאו בפינת "חדשות החטיבות".

החוג העל-חטיבתי לפסיכולוגיה, אתיקה ומשפט: כידוע ההשקה בין התחומים צברה תאוצה בשנים האחרונות, ואף הגיליון הנוכחי שם דגש על פרסומים בנושא, לרבות כתיבת סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת מקצועית לבית המשפט. החוג בראשותו של ד"ר דוד יגיל נולד בשנה שעברה, ומקיים זו השנה השנייה סדרת מפגשים שנתיים בימי שישי בבוקר. המפגש הבא והאחרון יתקיים בחודש מאי. מידע נוסף אפשר למצוא בלוח האירועים שבאתר האינטרנט.

פרוייקטים:

עדכונים לגבי פרוייקטים תוכלו למצוא באתר האינטרנט ופינת העדכונים של אסתר ידגר בגיליון זה.

בחירות:

הבחירות למוסדות הפ"י עתידות להתקיים בחודש ספטמבר. פרסום מטעם ועדת הבחירות מצורף לחוברת זו. הפ"י עומדת בפני אתגרים רבים, ואנו, הוועד הנוכחי של הארגון, התחלנו במהלך של שינוי והתחדשות. כידוע תהליכים כאלה אורכים זמן וחשוב שתהיה המשכיות לפעילות. הייצוג שלנו כלפי חוץ תלוי בעצמה הפנימית של הארגון. אנו קוראים לכם להגיש מועמדות לתפקידים השונים.

הרפורמה בבריאות הנפש:

משרד הבריאות נסוג מהחלטות קודמות על הפרטת התחנות לבריאות הנפש. עד כה רבים מעובדי התחנות הועסקו באמצעות חברות כוח-אדם, משרד הבריאות הודיע כי יקלוט את אותם כעובדי מדינה, ואף יוסיף תקנים. אנו רואים בכך הישג משמעותי ומברכים את כל מי שהיו שותפים במאבק זה: הפורום למען רפורמה מיטיבה הראשות חנה שטרומ-כהן, ואת נציגינו בכנסת ד"ר קרל רובינרויט וד"ר רועי אלדור.

ברכה,

ד"ר נועה ברק

מזכירת הפ"י

דבר המערכת

בימים אלה של כתיבת דבר-המערכת, אנו עומדים ערב חג הפסח, חג חירותנו. החוברת תגיע אליכם בתקופה של האביב. בטבע, זו עונת התחדשות ויצירה. לרבים מאתנו, בעיקר פסיכולוגים חינוכיים והתפתחותיים, זה שיאה של שנת העבודה, המשקעת אותנו באבחונים, דו"חות ועדות השמה והתארגנות לקראת שנה"ל הבאה. נאחל לכולנו עמידה בכל המשימות וגלישה קלה ככל האפשר אל הקיץ.

במקביל, ומתוך רצון ודחף ליצור, המערכת, בסיוע הוועד המרכזי ואסתר ידגר, מנהלת הפרוייקטים החדשה של הפ"י, יחד עם עודד לוי – העורך, פועלת לשינוי פניה של חוברת פסיכואקטואליה, הן מבחינה גראפית, והן מבחינת תוכן. אנו מקווים שבקרוב נוכל להציג בפניכם חוברת משודרגת, ונצפה למשוב מצדכם.

נושא החוברת הנוכחית הוא "פסיכולוגיה משפטית", תחום שהולך ומתעצם, בכורח תהליכים חברתיים, כגון עלייה בתביעות כלפי מטפלים. זהו תחום המעלה שאלות וחושף דילמות שבלבית הווייתנו המקצועית. קריאה מהנה! וכרגיל – נשמח לקבל הערות, הערות ותגובות לחומר שמתפרסם.

המערכת

יוכי בן-נון ♦ צילה טנא ♦ נחמה רפאלי
♦ אבי שרוף





חדשות החטיבות חברתית-תעסוקתית-ארגונית * חינוכית * קלינית

דבר החטיבה חברתית-תעסוקתית-ארגונית

בתאריכים 27.3-24.3 התקיים במלון ניר עציון הכנס השנתי של החטיבה. בכנס לקחו חלק 80 משתתפים, שהופעלו דרך 7 סדנאות מגוונות, סביב הנושא של עבודה ואהבה, על הקשר הרגשי שבין אדם ועבודתו ועל המרכיבים הרגשיים בעבודתו של היועץ. הכנס נפתח בהרצאתו של ד"ר דניאל בקר, על עבודה ואהבה באמצע החיים.

סימני התקופה לא פסחו גם עלינו והתבטאו בקושי של משתתפים רבים לשאת בעלות הכנס, לצד ארגונים שלא יכלו השנה לממן את הכנס עבור הפסיכולוגים העובדים אצלם. השתדלנו גם השנה להציע מחיר נוח לחברי החטיבה ולבוא לקראת המתמחים בסבסוד המחיר.

יוזמה ברוכה בנושא המשבר הכלכלי והתעסוקתי הועלתה על ידי טלי שפר, פסיכולוגית תעסוקתית וקלינית, שהציעה להקים פורום מתנדבים לעזרתם של מפוטרים ומובטלים. אנו מחפשים מתנדבים לבניית סדנאות העלאת רעיונות וגם לביצוע סדנאות ומפגשים עם מובטלים – על מנת לסייע ככל הניתן למי שנמצאים במצוקה. נשמח לקבל פניות מכם לדוא"ל orit@ory.co.il

פניה נוספת שהועלתה בכנס הייתה של מיכל פלג, נציגת החטיבה בוועד המרכזי, העומדת לסיים את הקדנציה שלה. אנו זקוקים מאוד לנציג מטעם החטיבה שיוכל לייצג אותנו בוועד המרכזי של הפ"י, אנא פנו אלינו.

באסיפת החברים שהתקיימה בכנס הציגה ענת קדם, יו"ר הוועדה

המקצועית, את החידושים בתחום תקנות ההסמכה וההתמחות. התפתח דיון ער שהוביל למחשבה המשותפת שעם פתיחת הדרכים להתמחות, יש לבצע פעולת מלקחיים ולחזק את מעמדם של הפסיכולוגים המומחים, הן במרכזים ממשלתיים והן במכוני המיון. כחלק מהמאמץ המשותף צורפה טלי מורד – כנציגת המתמחים לוועד החטיבה.

גיליון זה נסגר בימים האחרונים שלפני חג הפסח. אנו מאחלים לכולכם חג שמח וחופשה נעימה.

בברכה, אורית בן שאול יו"ר ועד החטיבה

דבר החטיבה החינוכית

לחברינו רוב שלומות,

אני חוזרת שוב על פנייתי אליכם להציג את מועמדותכם כנציגינו לוועד המרכזי של הפ"י. זאת על מנת שנוכל להמשיך ולהציג את תפיסתנו הפסיכולוגית-חינוכית, לייצג את עמדותינו המקצועיות ולשמור על האינטרסים שלנו. חשוב שנהיה נוכחים בפורומים השונים העוסקים ומשפיעים עלינו כפסיכולוגים. ככל שגופים אלו יהיו חזקים יותר, יוכלו לקבוע את המיצוב המקצועי שלנו ביתר יעילות! אנו זקוקים לשלושה נציגים נלהבים, אנרגטיים, חדשניים, שיהיו מוכנים להקדיש מזמנם לטובת כולנו. המעוניינים ישלחו אלי קורות חיים מקצועיים קצרים בצירוף תמונה. אני מצפה להיות מוצפת בפניות.

כנס Ispa השנתי יתקיים במאלטה בתאריכים 7-11 בחודש יולי – 2009. הכנסים הם ברמה מקצועית גבוהה ומהווים הזדמנות לפגוש עמיתים

מרחבי העולם העוסקים בנושאים המעסיקים אותנו, כמו גם הזדמנות להכיר מקומות מעניינים וחדשים. מאלטה הוא אי מאוד מעניין, שונה ולא מוכר כל-כך (עדות אישית שווה ביקור). לפרטים נוספים ניתן להיכנס לאתר: www.muppmalta.org/ispa2009

לאחר קריאת כל המשובים על הסמינר השנתי שהתקיים בטבריה, אני רוצה להתייחס לכמה נקודות בנוגע לארגון. הוועד משקיע מאמצים רבים של זמן וחשיבה בארגון סמינר מעניין, מתחדש, וברמה גבוהה ומהנה. אנחנו מנסים להגיע למקסימום של שביעות רצון ממקסימום של משתתפים. זאת באילוצים של עלות, מקום וזמן שיתאימו לסמינר, בהתחשב בלוח העבודה שלנו, של המלונות ושל המנחים. במהלך השנים הבאנו את הסמינר לסטנדרטים גבוהים מאוד מבחינת רמת האירוח ונהנינו מכך. יחד עם זאת, מצבים משתנים ומביאים אתם גם שינויים מסוימים בתנאים. המעבר לטבריה, שמתקבל בברכה ע"י רבים מאוד מהמשתתפים, נכפה עלינו כתוצאה מכך שהמלונות בים המלח החליפו בעלויות ואיתם המחירים קפצו מאוד והתנאים הורעו. זאת ועוד שגם בתנאים החדשים המלונות לא ששו לארח אותנו, כי יכלו להרוויח מהתיירות (הגואה בים המלח) יותר. הוועד חיפש חלופה שתהיה מספיק גדולה שתוכל להכיל את כל מי שרוצה להשתתף בסמינר ולא לדחות אף אחד והאפשרויות אינן רבות: ים המלח, טבריה ואילת. אילת לא נבחרה מכיוון שעלות הנסיעה הייתה מייקרת מאוד את הסמינר ומונעת מרבים (בעיקר הצעירים) להגיע. המלון בטבריה שנמוך בדירוג מהמלון בים המלח, פיצה אותנו באירוח, ביחס החם ובנכונות למלא את מבוקשנו, בשתייה החופשית לכל אורך היום והלילה ובעוד



אנו עומדים לסיים קדנציה של פעילות בוועד החטיבה ובוועד המרכזי. היינו רוצים לראות דור של ממשיכים אשר יוכלו לקחת את המושכות בבחירות הקרובות: פסיכולוגים קליניים בעלי מודעות, רצון לעצב את פני המקצוע בהווה ובעתיד, אנשים המוכנים ומעוניינים להמשיך פרויקטים בהם התחלנו וליזום ולהוביל פרויקטים חדשים.

לצערנו, דמותה של הפסיכולוגיה הקלינית היא דמות מפוצלת בינה לבין עצמה. אנו מקווים כי בהמשך ניתן יהיה להגיע לעשייה אינטגרטיבית יותר. אנו רואים את הפ"י כמקום המתאים לכך – הן בחטיבה הקלינית והן ביכולת להיפגש עם החטיבות האחרות, למרות חילוקי הדעות הקיימים, ולנסות לצמוח ולהתפתח, ולא לכמוס ולהתנוון.

אנו קוראים לכם, חברי החטיבה הקלינית, לקום ולמלא את השורות. מובטחת חוויה של תרומה ועשייה משמעותית. הציעו עצמכם לתפקידי ועד החטיבה והוועד המרכזי והשפיעו על פניה של הפסיכולוגיה – הקלינית בפרט, ובכלל. רבים האתגרים, רבות האפשרויות... אנו, כמוכן, נסייע מניסיונו במידת הצורך והאפשר.

**מצפים לראותכם,
אבי סוויסה ואודי בונשטיין**

מעבר, כאילו החוק עבר, תוך פגיעה חמורה במערך בריאות הנפש ובשורות לאלפי מטופלים. המצב הוא שהחובה לקלוט עובדי חברות כוח אדם או לפטר אותם – כמתחייב מכניסת "חוק חברות כוח אדם" (חוק פרץ) לתוקף במשרד הבריאות ב-31.3.2009, נוגדת את תוכניות המשרד לקדם את ההפרטה ולהעביר את הפעלת שרותי ברה"נ לידי יזמים פרטיים. נראה שמשרדי הבריאות והאוצר אינם מוכנים לקלוט עובדים בתקן, אך גם לא יכולים לפטר אלפי עובדים, מהלך שיגרומם לקריסת כל מערך בריאות הנפש הקהילתי. בהיעדר פתרון אלטרנטיבי נהגה רעיון "יצירת-שערורייתי". להעביר מייד את העובדים כולם ליזם פרטי לתקופת מעבר שבה הממשלה תקנה ממנו את השירותים ובעתיד כשהרפורמה הביטוחית תעבור קניית השירותים מיזמים פרטיים כאלו ואחרים תעבור מהמדינה לקופות החולים. זהו למעשה יישום של ההפרטה בלי המשענת החוקית של החקיקה הדרושה. מהלך זה נעצר בעקבות שיתוף פעולה של מטה "רפורמה מיטיבה בבריאות הנפש" והפ"י.

המאבק אומנם מתקרב להכרעה אך לא נגמר וחסר כסף כדי להשלים אותו. שוב, אנו פונים בבקשה שכל אחד ואחד יתרום כסף וגם אם אפשר לפנות או לקשר אותנו עם אנשים אחרים שיכולים לתרום. תרומות אפשר לשלוח ל-
"רפורמה מיטיבה בבריאות הנפש",

ת.ד. 2520 רחובות 76124.

הכנס השנתי של הפסיכולוגים הקליניים נמצא בפתח ויתקיים בין התאריכים 14-17 ביוני במלון "נוף גינוסר". הוא יעסוק ב-**"התמסרות בין גבולות – בין הצורך בנפרדות וייחודיות והמשאלה לאינטימיות והתמזגות"**.

צ'ופרים שונים שעושים טוב. בהשוואה בין המשובים בכנסים בים המלח וטבריה הדברים, לטוב ולרע, די דומים. אף פעם לא ניתן לרצות את כולם ואנו שמחים שפגשנו את ציפיותיהם של רוב רובם של המשתתפים ואפילו בציוני הערכה גבוהים. אנו נמשיך במאמצינו לארגן סמינר מוצלח גם בחורף הבא.

המגמה לפסיכולוגיה קלינית-חינוכית למגזר הערבי באוניברסיטת חיפה שוב בסכנת סגירה. אנו מוצאים חשיבות רבה בקיומה של מגמה המכשירה פסיכולוגים ערביים ונותנת מענה לצורך ולביקוש לפסיכולוגים בקרב האוכלוסייה הערבית. פניתי, ביחד עם יו"ר הפ"י, פרופ' דן זכאי, הן לאוניברסיטת חיפה והן לות"ת שאחראית על תקצוב האוניברסיטאות בדרישה להמשך קיומה של המגמה. עד כתיבת שורות אלו עדיין לא התקבלה תשובה סופית ואני מבטיחה להמשיך לעקוב ולא להרפות.

ועד החטיבה שולח ברכת חג שמח וחופשת אביב נעימה לכל החוגים והנופשים.

ציפי חייקין

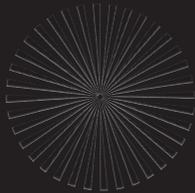
יו"ר החטיבה לפסיכולוגיה חינוכית

דבר החטיבה הקלינית

חג אביב שמח,

למרות שהרפורמה הביטוחית בבריאות הנפש לא עברה בחקיקה בכנסת ה-17, משרד הבריאות ממשיך במהלכים ליישום ההפרטה של כל מערכת בריאות הנפש הקהילתית, תוך ניסיון להולכת שולל של העובדים ובניגוד לכל נוהל מקובל ביחסי עבודה במשק.

משרד הבריאות והאוצר ממשיכים לקדם את ההפרטה בתקופה של ממשלת



הסתדרות הפסיכולוגים בישראל
הוועד המרכזי – ועדת האתיקה

משרד הבריאות
מועצת הפסיכולוגים

סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט*

כללי

- א. מתן עדות לבית המשפט היא חובה משפטית ואזרחית ומי שמוזמן על ידי בית המשפט להעיד חייב לעשות זאת.
- ב. עדות מומחה לבית המשפט ומתן חוות דעת מומחה, משמשת כראיה במשפט ומסייעת לבית המשפט בחקר האמת ובהכרעת הדין.
- ג. מומחה הנותן חוות דעת מקצועית לבית המשפט חייב לשתף את בית המשפט הן בהליכי קליטת העובדות המשמשות בסיס למסקנותיו והן בהליכי עיבודן שבמומחיותו והדרך שבה שימשו אותו לצורך הסקת מסקנותיו. הכלל הוא שהעד המומחה חייב – אם יידרש לכך – להציג בפני בית המשפט את "ניירות העבודה" שלו לרבות פרטים של בדיקות ותרשומות באופן שבו יוכל בית המשפט לעקוב אחר הליך הסקת המסקנות ובמידת האפשר להיות שותף להליכים אלו.
- ד. כאשר חוות הדעת מתבססת או מפנה לאסמכתאות בספרות המקצועית, על כותב חוות הדעת לצרף לחוות דעתו את רשימת האסמכתאות אשר הוא הסתמך עליהן. אסמכתאות שלא ניתן לאתרן בנקיטת אמצעים סבירים יצורפו לחוות הדעת.
- ה. מומחה יחווה דעתו רק בנושאים המקצועיים ולא יביע דעה או ינקוט עמדה בשאלות האמורות להיות מוכרעות על ידי בית המשפט. אין לכלול בחוות הדעת קביעה בעניין שהוא משפטי ושהוא בתחום שיקול דעתו הבלעדי של בית המשפט.

מטרה והגדרות

מטרת המסמך היא לקבוע סטנדרטים על-מנת לסייע לפסיכולוגים בהתמודדותם עם סוגיות העולות מתוך עבודתם בתחום הפסיכולוגיה המשפטית. הסטנדרטים נבנו מתוך קבלה של כללי האתיקה של הפ"י (2004) כאשר הם מנסים לחדד ולהוסיף על כללים אלו.

פסיכולוגיה משפטית – תחום בפסיכולוגיה העוסק בנושאים משפטיים. חוות-דעת פסיכולוגית משפטית – חוות-דעת הניתנת על ידי פסיכולוג לבית המשפט או לישות משפטית אשר עוסקות בשאלה משפטית או נכתבות על מנת לסייע לאחר לגבש חוות-דעת לבית המשפט.

א.1. מקצועיות

פסיכולוגים יגישו חוות-דעת פסיכולוגיות משפטיות על בסיס הידע המדעי הקיים בתחום בו עוסקת חוות-הדעת. זאת, בהתאם לכללי האתיקה של הפ"י לפסיכולוגים באופן כללי. על הפסיכולוגים המגישים חוות-דעת לביהמ"ש להתעדכן בהתפתחויות המדעיות והמקצועיות בתחום עיסוקם, ולהשתמש בכלים מקצועיים המקובלים בתחום. זאת מתוך מודעות והתחשבות בהיבטים הבאים:

- א. חולשות ורגישויות אישיותיות שעלולות ליצור הטיה בשיקול דעתם המקצועי.
- ב. תחומי היעילות של כלי המדידה בהם הם משתמשים לאבחון, הערכה וניבוי.

* הסטנדרטים חוברו על ידי ועדה שמונתה ע"י מועצת הפסיכולוגים, ועדת אתיקה והוועד המרכזי של הסתדרות הפסיכולוגים, לשם ניסוח סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת פסיכולוגית עבור בית המשפט. היא כללה את ד"ר גבריאל וייל, ד"ר דוד יגיל ואת ד"ר יהושע וייס בסיוע של רבים. הסטנדרטים אומצו על ידי מועצת הפסיכולוגים, הוועד המרכזי של הסתדרות הפסיכולוגים ועדת האתיקה של הסתדרות הפסיכולוגים ב-2008.



הצדדים לתת חוות דעת בסוגיה מקצועית עקרונית, ולא דווקא על אדם מסוים. במצב זה אפשר ותיכתב חוות-דעת פסיכולוגית גם בסוגיה פסיכולוגית, על סמך ידע מבוסס ומעוגן בספרות המקצועית.

7. במקרים יוצאים מן הכלל תיכתב חוות-דעת על בסיס נתונים ודיווחים של אחרים ללא בדיקה של כותב חוות הדעת. במקרים אלה ובמצב שהפסיכולוג נותן חוות הדעת מתבסס על נתוני אבחון של גורם אחר, יש לציין בחוות הדעת באופן בולט שלא נערכה בדיקה ישירה של הנבדק ועל כן תוקף הממצאים מוגבל ומבוסס על העובדות, הממצאים וחומר הנתונים כפי שנמסרו לכותב חוות הדעת.

ב. סודיות

- 1.** בחוות-דעת פסיכולוגיות המוגשות לבית המשפט, קיימת חובה אתית לשמור על סודיות מקצועית ומניעה של זליגת מידע לידי כל גורם שאיננו רלוונטי לדיונים בבית המשפט. יש לשאוף לכך שהחומר של חוות הדעת והממצאים יישארו חסויים. יש לדאוג לכך שתהליך הבדיקה יתבצע בתנאים שמאפשרים שמירה על סודיות.
- 2.** על המאבחן להבהיר לנבדק היטב לפני תחילת תהליך הבדיקה את מגבלות הסודיות, למי יגיעו תוצאות הבדיקה ואת הסכמתו לכך. באופן בסיסי על הנבדק להבין שבניגוד לסיטואציה הטיפולית בה עקרון הסודיות – נועד לשרת אותו, כאן הבודק נמצא בשליחות המסגרת המשפטית או בשליחות עורך-דין וחוות הדעת תיחשף בתהליך המשפטי, לשופט ולצדדים. יש להבהיר שאם הנבדק רוצה שמשוה יישאר סודי, עליו להעלות את הסוגיה מראש בפני הבודק לפני שגילה את סודו על מנת שעמדת הבודק תובהר לו ללא כל ספק והוא יוכל להחליט אם לגלות לו את הסוד או אם לאו.
- 3.** בחוות-דעת פסיכולוגיות לביהמ"ש לענייני משפחה, שבהן מדווחים ממצאי מבחני האישיות שנערכו להורים – יש לספק מידע ענייני ותמציתי שחיוני להבנת השיקולים של כותב חוות-הדעת, תוך הימנעות מפירוט יתר שעלול לשמש כלי-ניגוח בין הצדדים.
- 4.** בחוות-דעת פסיכולוגיות בנוגע לקטינים – יש להביא בפני ביהמ"ש את המלצות כותב חוות-הדעת בנוגע לחיסיון המידע ואיסור העברתו לגורם אחר זולת ביהמ"ש והצדדים המתדיינים כעת. לחילופין, ניתן לציין את הכללים והתנאים להסרת החיסיון.
- 5.** הבדיקה הפסיכולוגית נועדה לענות לשאלות ספציפיות שהבודק התבקש לענות עליהן. אם תוך כדי תהליך הבדיקה או לאחריה מתברר לבודק שהגיע לידו מידע אחר משמעותי לתהליך המשפטי או החקירה המשטרית, מותר לו לכתוב את הדברים, כל עוד סוכם על כך כאשר סוכם על מגבלות הסודיות עם הנבדק. אם מתברר מתוך הבדיקה שיש סימני שאלה ביחס לשפיותו של הנבדק כפי שמוגדר על ידי החוק או בשעת העבירה המיוחסת לו או כיום במסגרת התהליך המשפטי, עליו לנקוט עמדה פעילה ולהסביר את מצב הנבדק גם אם לא התבקש לתת חוות-דעת בתחום זה.

2.2. כישורים ומיומנויות

- א.** פסיכולוגים יגישו לביהמ"ש חוות-דעת מקצועית בתחום מומחיותם. על העוסק בתחום הפסיכולוגיה המשפטית לקרוא את הספרות המקצועית הרלוונטית בכוחות עצמו, ולקבל הדרכה שיטתית בכתיבת חוות-דעת משפטית על ידי פסיכולוג בעל ניסיון בתחום זה.
- ב.** על הפסיכולוג לציין בראש חוות-דעתו לבית-המשפט את הבסיס עליו מבוססת מיומנותו המקצועית: השכלה, ידע, הכשרה וניסיון. פסיכולוגים יתנו עדות ויכתבו חוות דעת מקצועית לבית המשפט רק כאשר הם בעלי הכשירות והיכולת המקצועית לעשות זאת.

3.3. אובייקטיביות וישרה

- 1.** על הפסיכולוג נותן חוות הדעת לשאוף למידה אופטימאלית של אובייקטיביות בעבודתו כשמול עיניו המחויבות למקצועיות וליושרה. יש לזכור כי חוות-דעת פסיכולוגית הינה תמיד בגדר הערכה (ASSESSMENT), ולא מדובר רק במדידה אובייקטיבית ומדיקת של נתונים כמותיים. חוות-דעת פסיכולוגית לביהמ"ש מושתתת לרוב על ניתוח אינטגרטיבי של נתונים כמותיים ואיכותניים ועל הפרשנות שמעניק הפסיכולוג לממצאי הבדיקה שערך, להתרשמותו הקלינית במהלך הראיון ולתצפיות שביצע במהלך עבודתו.
 - 2.** עליו להישמר מפני לחצים של הממונים עליו וחוות-דעתו אינה צריכה להתחשב באינטרסים של הארגון בו הוא עובד או באינטרסים של מזמיני חוות-הדעת. הואיל ובמערכות ארגוניות שמספקות חוות-דעת פסיכולוגיות בעניינים משפטיים. הואיל ולא תמיד קל לפסיכולוג הבודד לעמוד מול צפיות ולחצים של ממונים או עמיתים ביחס לחוות הדעת שהוא מגיש – עליו לשמור במשנה תוקף על הפעלת שיקול-דעת עצמאי מתוך אובייקטיביות וישרה, ותוך התבססות על סטנדרטים אלה.
 - 3.** עליו לשאוף להיות מועסק או ממונה על ידי גוף ניטרלי כמו ביהמ"ש או שמינויו יהיה בהסכמת כל הצדדים.
 - 4.** כאשר הוא מועסק על ידי צד אחד בלבד, עליו להישמר ביתר-שאת מהטיות שעלולות להיגרם מעניין כלכלי, הזדהות עם הצד המעסיק אותו וכדומה. עליו לפעול כדי להפחית מההטיות, בין היתר, בדרכים הבאות:
- א.** לקבל במידת האפשר תשלום מלא לפני הגשת חוות הדעת.
- ב.** להימנע מהגשת טיוטה למזמין חוות-הדעת, אשר עלולה להזמין לחצים לתיקונים. לאחר כתיבת חוות-הדעת, על הפסיכולוג להימנע מלערוך בה תיקונים מהותיים. במידה ועולה צורך בהבהרות, עליו לציין אותן כנספח.
 - ג.** כאשר קיימות אסכולות או שיטות אבחון וטיפול שונות המקובלות בחוגי המקצוע, רשאי הפסיכולוג להתבסס על אסכולה או על שיטה שהוא מאמין בה.
 - 5.** ככלל, יש לשאוף לכתוב חוות-דעת פסיכולוגית רק על מי שנבדק על-ידי כותב חוות-הדעת.
 - 6.** לעתים פסיכולוגים מתבקשים על ידי בית המשפט או אחד



ג.1. הסכמה מדעת

1. חיוני שלפני תחילת תהליך הבדיקה לצורך מתן חוות דעת לבית המשפט, הבודק יבהיר מראש את כל הפרטים הרלוונטיים לנבדק, ובמיוחד מטרת הבדיקה והשאלות שהבודק נשאל על ידי בית המשפט או עורך הדין. במיוחד חשוב להקפיד על ההסכמה מדעת של כלוא. יש לוודא כי הוא מבין את ההשלכות של הסכמתו לתהליך הבדיקה לצורך מתן חוות דעת לבית המשפט.

2. כאשר חוות הדעת מתבקשת על ידי בית משפט או ישות משפטית אחרת, רשאי הנבדק לסרב להיבדק על ידי הפסיכולוג ועל הפסיכולוג לבקש אז את הכרעת בית המשפט בנדון.

3. אם הנבדק איננו במצב נפשי המאפשר מתן הסכמה מדעת, על הבודק להשהות את הבדיקה ולהודיע על כך למזמין הבדיקה. במקרים של הערכת כשרות לעמוד לדין או הערכת השפיות במצב הנוכחי – ניתן להמשיך בתהליך הבדיקה.

4. על הבודק להבהיר את כל העניינים הקשורים לתהליך הבדיקה, כגון:

⊙ **הבודק:** שמו, מקצועו וניסיונו המקצועי בסוגיה הנדונה, הדרך לתקשר איתו.

⊙ **הפעולה המקצועית:** הבודק יבהיר את השאלות שהוא נשאל, את תהליך הבדיקה, מה היא כוללת, הסודיות המקצועית ואת מגבלותיה.

⊙ **המערך המקצועי:** הבודק יבהיר את הערכתו לגבי מספר הפגישות, את אורכן ואת תוכנן, וכן יפרט למי תופנה חוות הדעת הכתובה, איך הנבדק יקבל את ממצאיה. כמו כן עליו להבהיר מי משלם לו ובאיזה תנאים.

⊙ **משוב לנבדק:** מוצע שהפסיכולוג המאבחן/כותב חוות הדעת – הוא אשר ימסור משוב של ממצאי הבדיקה וההמלצות ישירות לנבדק, ובמידה והדבר לא אפשרי, יודא שהנבדק יוכל לקבל משוב מלא מאיש מקצוע אחר. עליו להבהיר לנבדק כיצד יינתן המשוב.

⊙ **תיעוד:** ההסכמה מדעת של הנבדק תתועד בגוף חוות-הדעת.

ג.2. הסדרים כספיים

1. על הפסיכולוג להבהיר לפונה את העלות של שרותיו, וזאת לפני תחילת עבודתו. עליו לקבוע את המחיר הנדרש לצורך הכנת חוות-הדעת, תוך תחשיב סביר של העלויות הכרוכות בהליכי ראיון, בדיקות פסיכולוגיות/ניורופסיכולוגיות, תצפיות ועוד. יש לעשות זאת, מוקדם ככל האפשר, ובמידת האפשר מייד בתום שלב ה- INTAKE. כמו-כן, מומלץ להבהיר מראש לפונה את העלויות הכרוכות במתן עדות בביהמ"ש ובמתן תשובות לשאלות הבהרה אם הדבר יידרש. אם מדובר בכמה צדדים, ראוי שכולם ידעו על ההסדרים הכספיים עם הבהרה חד משמעית שאין קשר בין האינטרסים של המממן לבין תוכן חוות הדעת.

2. כאמור, על הפסיכולוג להבהיר תעריף שעת ראיון, מתן עדות על הדוכן ושעות נלוות (ביטול זמן בהמתנה, שיחות עם עו"ד וכדומה) על מנת שהעלויות תהיינה ברורות למצבים משתנים, ככל הניתן. על הפסיכולוג לקבל תשלום מראש, ככל שניתן, בהתאם לעלויות מוגדרות מראש של פעילותו המקצועית, כך שתימנע באופן מוחלט התניה כלשהי בין תוצאות חוות הדעת או תוצאות המשפט לבין התשלום שישולם לו.

3. כאשר פסיכולוג מתבקש להגיש חוות-דעת מומחה, מטעם אחד הצדדים בלבד (ולא כמומחה מוסכם או ממונה ע"י ביהמ"ש) – על הפסיכולוג להימנע מהתחייבות לפונה לכתוב עבורו חוות-דעת פסיכולוגית שתואמת את צפיותיו. תחת זאת, עליו להבהיר שחוות-הדעת תיכתב בהתאם למידע שיתקבל מהממצאים השונים, ובהתאם לערכיו המקצועיים. ניתן לאפשר לפונה להחליט בתום שלב איסוף נתונים – ולאחר הערכת מצב של הפסיכולוג – האם הוא מעוניין בחוות הדעת שעיקריה נמסרו לו בע"פ או שמא הוא מעדיף לוותר על השלמת שרות זה, שאינו תואם את צפיותיו. על מנת להימנע מאי-הבנות יש להעריך מראש את העלות שהפונה יידרש לשלם עבור הליכי האבחון בלבד, וללא ניסוח חוות-הדעת. במקרה זה, על הפסיכולוג לגבות סכום זה בלבד.

פסיכולוג מומחה שנתן חוות דעת מקצועית לא יחלוק את שכר טרחתו עם כל אדם אחר, לרבות זה שהפנה אליו את הנבדק נשוא חוות הדעת. אלא אם מדובר באיש מקצוע נוסף שעבד איתו בעריכת האבחון ו/או חוות הדעת.

ד.1. יחסים כפולים וניגודי אינטרסים

1. בגלל האופי הייחודי של עבודתו של הפסיכולוג המגיש חוות דעת לבית המשפט וההשלכות האפשריות של עבודתו, יש צורך בזהירות מיוחדת בנושא יחסים כפולים עם הנבדק או עם גורם המעורב בתהליך המשפטי. על הפסיכולוג נתן חוות הדעת להימנע ככל הניתן מהגשת חוות דעת על כל אדם עמו יש לו קשר שעלול לפגוע באובייקטיביות של חוות הדעת. במידה וקיימת מערכת יחסים כלשהי שעלולה להיתפס פוגעת באובייקטיביות של חוות הדעת (אך לא נכללת בהגדרה של יחסים כפולים), מוצע להבהיר בגוף חוות הדעת את מערכת היחסים תוך התייחסות להשפעות אפשריות ודרכי ההתמודדות עמם.

2. פסיכולוגים יצינו אם יש או היה להם או לבני משפחותיהם, עניין אישי עם מי מבעלי הדין, לרבות מוסדות רפואיים מעורבים, מבטחים או מי מעורכי הדין המעורבים במקרה. לעניין זה "עניין אישי" – זיקה אישית או תועלת אישית העשויה לצמוח לפסיכולוג או קרובו. "קרוב" – בן זוג, הורה, ילד, אח או אחות, או אדם אחר הסמוך על שולחנו של הפסיכולוג.



ד.2. כפילות תפקידי טיפול ואבחון

1. כעקרון יש לשאוף להפרדה בין תפקיד של אבחון והערכה לצורך מתן חו"ד לביהמ"ש לבין תפקיד של טיפול וייעוץ למי שנפתח תיק חקירה בעניינו או למי שעומד לדין כנאשם. על כן, מומלץ להימנע מהגשת חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט על מטופלים או נועצים שפנו לטיפול לאחר שנפתח תיק חקירה בענינם. זאת, הואיל וקיימת סתירה מהותית בין התהליכים: בתהליך טיפולי שבו המטופל יודע מראש כי המטפל יגיש חוות-דעת לביהמ"ש – המטופל יטה בהכרח את הטיפול לכיוון שלדעתו רצוי מבחינתו וסתיר עובדות חיוניות לתהליך הטיפול. מאידך, אם לא יובהר מראש שתינתן חוות-דעת, תהיה פגיעה בזכות המטופל לסודיות ויש בכך משום רמיית המטופל. במידה וביהמ"ש מורה על מתן חו"ד אבחוני-הערכתית למטופל או נועץ, יש להתנגד לכך ולהסביר לביהמ"ש את הסיכונים לאובייקטיביות חוות-הדעת ולתהליכים טיפוליים בהווה ובעתיד הנגרמים מהוראה זו. יש לשאוף להפרדה בין טיפול וייעוץ לבין הערכה ואבחון גם במסגרות משפטיות כגון טיפול מטעם שירות מבחן או שירות בתי הסוהר.

2. אנשים הנמצאים בהליך משפטי פונים לעיתים לקבל טיפול פסיכולוגי בציפייה שהמטפל יגיש בבוא הזמן חו"ד חיובית בענינם לבית המשפט. במצב זה הפסיכולוג עלול להיות חשוף במיוחד להטיות ולפגיעה במקצועיותו בתהליכי האבחון והטיפול. על כן בתחילת תהליך טיפולי עם מטופל הנמצא בהליך משפטי או שיש סבירות שיעשה מעורב בהליך משפטי יובקש חוות-דעת מהמטפל – יש להבהיר למטופל בעת עריכת החוזה הטיפולי שמבחינה אתית המטפל מנוע מלכתוב חוות-דעת לביהמ"ש בענינו, אך הוא רשאי לכתוב מכתב שמסכם את תהליך הטיפול, מבלי לקבוע עמדה בנושא הדון בביהמ"ש (למשל, סוגיות של מסוכנות של נאשם העומד לדין או אסיר העומד לפני שחרור מוקדם). מומלץ להבהיר את הכלל האתי ואת הסיבות לכלל (שהדבר מסכן הן את הטיפול והן את האובייקטיביות של חוות הדעת).

3. ניתן גם להציע תהליך אבחוני שימשך מספר מפגשים שבהם יש צדדים טיפוליים. זאת, לצורך בדיקת הפתיחות לטיפול ולשינוי, יכולת לקיחת אחריות, תובנה, התנגדויות וכדומה, ותהליך זה יוצג במסגרת חוות-דעת פסיכולוגית-משפטית. אולם חשוב שהמסגרת תהיה מוגדרת בבירור כמסגרת אבחוני-הערכתית.

4. במקרה שבו מתקיים תהליך טיפולי, ובמהלכו המטופל מבקש מהמטפל להגיש חוות-דעת בענינו לבית המשפט – ניתן לספק סיכום טיפול לאיש מקצוע אחר הכותב חו"ד אבחוני לבית המשפט. במצב זה יש להיזהר מגלישה מסיכום כללי של הטיפול לכתיבת חוות דעת בשאלות הדונות בבית-המשפט.

ה. שיטות והליכים – תהליך האבחון

1. על הפסיכולוג לבסס את חוות-דעתו על-סמך מידע שהתקבל באמצעות הכלים הרלבנטיים לנושא חוות-הדעת, זאת כאמור, בהתאם לכללי האתיקה של הפ"י. הפסיכולוג יבסס את חוות-דעתו על ממצאים שהתקבלו מראיונות שערך ובמידת הצורך גם מאבחון באמצעות כלי מדידה והערכה מקובלים. בכל מקרה של

התבססות על כלים אבחוניים על הפסיכולוג להשתמש בכלים סטנדרטיים בעלי מהימנות ותקפות ראויים. רצוי להשתמש בכלים אבחוניים שונים המתאימים לשאלה האבחונית ובמגוון מקורות ידע (כגון שרותי רווחה, משטרת ישראל, שרותי רפואה, אנשי חנוך, בני משפחה) על מנת להגביר את התקפות ואת המהימנות על ידי הצלבת ממצאים. כל אלה יפורטו בצורה בהירה במבוא לחוות הדעת.

2. על הפסיכולוג לנסח את חוות-דעתו ואת ההשערות האבחוניות שלו במונחים ברורים לקורא חוות הדעת, ולוודא שדבריו יובנו כהלכה ולא יפורשו באופן שגוי או באופן שפוגע מבלי משים, בנשוא חוות הדעת.

עליו לציין את המגבלות של הכלים שלו, תוך ניסוח שמבהיר לקורא שמדובר בהערכתו הקלינית ו/או בשיקול-דעתו המקצועי. עליו לענות לשאלות שנשאל ע"י ביהמ"ש או הצדדים המתדיינים, בהתאם ליושרה המקצועית והאישית שלו, ולעיתים בצורה מורכבת ומפורטת מבלי לוותר לשיטה המשפטית אשר לוחצת לעיתים לקבל תשובות חד משמעיות ופשטניות למדי.

3. על הפסיכולוג לציין בחוות-דעתו מה הם הכלים עליהם מבוססת הערכתו, ולתעד את החומר הגולמי בכתובים. כאמור לעיל, על הפסיכולוג להיות מוכן למצב שבו יידרש ע"י בית המשפט להציג את החומר הגולמי של המבחנים, אופן עיבודם והסקת המסקנות מהם.

4. יש לשמור על חסיון המבחנים הפסיכולוגיים. על הפסיכולוג להימנע מחשיפה של מבחנים ו/או שאלונים פסיכולוגיים, אשר עלולה לפגוע ביעילות השימוש בהם בהמשך. פסיכולוג שדרש – עפ"י החלטת ביהמ"ש – למסור את החומר הגולמי של מבחנים או שאלונים פסיכולוגיים – יעשה זאת ישירות לעמיתו למקצוע, ולא באמצעות עורכי הדין או אחרים. זאת בהתאם לכללי האתיקה של הפ"י. את חומר הגלם יעביר הפסיכולוג כותב חוות הדעת למומחה האחר בצמוד לחוות-דעתו. במקרה שבו הפסיכולוג מתבסס על מידע שהתקבל או נאסף ע"י גורם מקצועי אחר – עליו לציין זאת מפורשות ואת מגבלות התוקף של המידע.

5. יחסים כלפי עמיתים: בכל מקרה שבו פסיכולוג כותב חוות-דעת לביהמ"ש ובה הוא מתייחס לחוות-דעת של פסיכולוג אחר – עליו לפעול מתוך בקורת עניינית, תוך כדי שמירה על כבוד עמיתו וכבוד המקצוע. בגלל האופי של ההתדיינות בשאלות משפטיות יש להיזהר ביתר שאת מלהיגרר להתנצחויות בין-אישיות או לשמש ככלי בידי עורכי דין לפגיעה ביוקרתם של עמיתים.

6. חוות הדעת תיכתב ועדות תינתן בלשון עניינית, תוך התייחסות לעצם השאלות או הבעיות שבמחלוקת ומבלי לגלוש או להיסחף לפרובוקציות.

7. פסיכולוג הנותן חוות דעת או עדות רשאי לחלוק על חוות-דעת פסיכולוגיות אחרות שניתנו לבית המשפט. הדבר ייעשה בלשון עניינית ומאופקת תוך שמירה על כבודם של העמיתים, ללא סטייה מהדרוש לצורך מתן חוות דעתו ותוך הימנעות משימוש בביטויים שאינם הולמים ובשפה שאינה מכבדת את המקצוע. אין לעבור לפסים אישיים ולהעביר ביקורת אישית על מומחים אחרים.



Critical Introduction. 2nd. Ed., New York: Cambridge university press.

Knapp Samuel and VandeCreek Leon (2001). Ethical Issues in Personality Assessment in Forensic Psychology, **Journal of Personality Assessment**, 77 (2), 242-254.

Otto K. Randy and Heilbrun Kirk (2002). The Practice of Forensic Psychology, **American Psychologist**, Vol.81, No.4, 5-18.

Society for Personality Assessment (2005) The status of the Rorschach in Clinical and Forensic Practice: An Official Statement by the Board of Trustees of the Society for Personality Assessment, **Journal of Personality Assessment**, 85 (2), 219-237.

רשימת מקורות מומלצת:

אלמגור, מ' (2008). כללים לכתיבת חוות דעת מומחה בפסיכולוגיה. בתוך יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ' ולבני, ע' (עורכים). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה בישראל: אבחון, טיפול ושיפוט**. תל-אביב: הוצאת פרובוק.

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל (2004). **קוד האתיקה המקצועית של הפסיכולוגים בישראל**.

וייל, ג' (2003). סוגיות אתיות בפסיכולוגיה פורנסית, בתוך שפיר גבי, אכמון יהודית, וייל גבריאל (עורכים). **סוגיות אתיות במקצועות הייעוץ והטיפול הנפשי**. ירושלים: הוצאת מאגנס.

וייס, י' (2005). כיצד ניתן להעריך פסיכופתיה? כלים בהערכת עבריינות, אלימות ומסוכנות, **צוהר לבית הסוהר** – אסופת מאמרים, תשס"ו, 51-60.

זכי, מ' (2003). **אשנב לפסיכולוגיה משפטית**. בני ברק: הוצאת הקיבוץ המאוחד בע"מ.

יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ' ולבני, ע' (עורכים). (2008). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה בישראל: אבחון, טיפול ושיפוט**. תל-אביב: הוצאת פרובוק.

פורה, א' (2005). השפעת השינוי בדיני הראיות על חוות הדעת והאבחון הפסיכולוגי בארה"ב ובישראל. **רפואה ומשפט**, 32, 111-116.

Butcher, J. N. (2002). Assessment in Forensic Practice: An Objective Approach. In: Brent Van Dorsten (Ed.) (2002). **Forensic Psychology: From Classroom to Courtroom**. New-York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. 65-82.

Committee on Ethical Guidelines for Forensic Psychologists (1991). Specialty Guidelines for **Forensic Psychologists, Law and Human Behavior**, Vol.15, No.6. pp. 655-665.

Kapardis, A. (2005). **Psychology and Law: A**



הוקרה והאחת לכבוד פרסום הסטנדרטים לכתיבת חוות-דעת בפסיכולוגיה משפטית

באוקטובר 2004 המליצה ועדת האתיקה שהייתה אז בראשות פרופ' גבי שפיר, להקים ועדה רב-תחומית לקביעת כללים לכתיבת חוות-דעת מקצועיות לבית המשפט. ההצעה הונחה על שולחנם של יו"ר מועצת הפסיכולוגים ד"ר שלמה לקס, ויו"ר הפ"י דאז, ד"ר יעל שושני, ובהמשך פרופ' דן זכאי.

ביוני 2006 הוקמה הוועדה, והוועד המרכזי מינה את ד"ר גבי וייל, חבר ועדת האתיקה, לרכז. מועצת הפסיכולוגים מינתה ד"ר דוד יגיל וד"ר יהושע וייס כחברים בוועדה. כל השלושה טרחו ללא לאות על ניסוח הכללים, ובין השאר הסתמכו בכתיבתם על מקורות מהספרות ועל סטנדרטים קודמים. המסמך אותו כתבו נחשף לראשונה במפגש הפותח של החוג העל-חטיבתי לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה אשר נערך בנובמבר 2007. במסגרת זו החל "מקצה שיפורים" באמצעות אינטגרציה של מכלול דעותיהם של אנשי המקצוע העוסקים בתחום. כמו-כן התייחסו חברי הוועדה המנסחת להשגות של היועץ המשפטי של הפ"י, ולאלו של וועדת האתיקה. בהמשך לכך אומצו הסטנדרטים על-ידי הוועד המרכזי.

מהמתואר לעיל עולה שגיבוש הסטנדרטים היה תהליך מקצועי ארוך ויסודי, שכלל התייחסויות של גורמים רבים ומגוונים בתוך מקצוע הפסיכולוגיה. ועדת האתיקה נותנת בהזדמנות זו פומבי לברכתה על המוגמר ולהערכתה העמוקה והוקרתה החמה לכל המעורבים בתהליך ובראשם לחברי הוועדה המנסחת: ד"ר גבי וייל, ד"ר דוד יגיל, וד"ר יהושע וייס, אשר הביאו את המסמך לניסוחו הסופי.

בנוסף להוקרה מבקשת הוועדה להאיר את משמעותה של הפעילות אשר מעבר לניסוח הסטנדרטים עצמם. הפעילות אשר רחשה ביחס לניסוח הסטנדרטים לכתיבת חו"ד בפסיכולוגיה משפטית היא דוגמה לשקידה מבורכת על כללי אתיקה, הכוללת את ניסוחם, הנחלתם והטמעתם. כמו-כן היא מופת לשיתוף פעולה בין גופי הפסיכולוגיה השונים הפ"י ומועצת הפסיכולוגים, אשר כה חיוני בימים אלו של מחלוקות ופיצולים. אין ספק שפעילויות מסוג זה הכוללות התייחסות לכללי האתיקה ולשיתופי פעולה מגבירות את הסולידריות בינינו ומיטיבות עם דמותו של מקצוע הפסיכולוגיה כמו-גם עם איכות עבודתנו. מכך הכול יוצאים נשכרים, אנחנו כאנשי מקצוע ולקוחותינו המגוונים. יישר כוח לעושים במלאכות שכאלו.

ועדת אתיקה

ד"ר רבקה רייכר-עתייר – יו"ר הוועדה
גב' חנה בן-ציון
ד"ר גבריאל וייל
גב' יהודית להט
גב' נוגה קופלביץ





פסיכולוגיה משפטית

פסיכולוגיה משפטית בישראל – סקירה ומבט לעתיד

■ ד"ר דוד יגיל

בשלושת העשורים האחרונים אנו עדים לדרישה גוברת לחוות-דעת של מומחים מתחומי בריאות הנפש בעניינים משפטיים שונים ומגוונים, כגון:

1. סוגיות בתחום הפלילי בשאלת שפיותם של עבריינים שעומדים לדין בעבירות שונות ובכלל זה גם שאלות של אלימות, הריגה ורצח.
2. תביעות בתחומי נזיקין, שעוסקות בהערכת הנזק הניוירו-קוגניטיבי ו/או הנפשי של נפגעי תאונות (דוד, 2008; הופיין בר לב, 2008).
3. סוגיות של מסוגלות הורית, החלטות בענייני משמורת על ילדים וסדרי-הראיה (זכויות הביקורים) של ההורה שאינו משמורן. בארה"ב גוברת הדרישה במיוחד להמלצות בנושאים אלה (Stahl, 2002 ; Butcher, 2002).

במחקר שנערך בקרב שופטים בארה"ב ובקנדה נמצא כי ב- 92% מהמקרים בהם דנו בענייני משמורת, קיבלו השופטים החלטות המבוססות על חוות-דעת פסיכולוגיות (Caplan and Wilson, 1990). ממצאים אלה משקפים ללא ספק, את היוקרה ואת החשיבות שיש לחוות-דעת פסיכולוגיות בבית המשפט. כמו-כן, אפשר לראות בכך ביטוי לבדידותם של השופטים, בתהליך קבלת ההחלטות ולצורך שלהם להישען על מידע אמין של מומחים בתחום זה. בישראל, הוקמו יחידות לסיוע ע"י בתי המשפט לענייני משפחה, שבהן עובדים עו"סים ופסיכולוגים על-מנת לסייע, הן בתהליך הגישור בין בעלי הדין והן בתהליך קבלת ההחלטות בנושאים הנדונים בבית המשפט.

ואולם, למרות הדרישה הגוברת לחוות-דעת פסיכולוגיות בבתי המשפט, מעטים מאוד הפסיכולוגים בישראל – מכל תחומי המומחיות – אשר עוסקים בתחום זה. סביר להניח כי אחת הסיבות לכך היא שבניגוד למדינות מערביות אחרות, עד כה לא קיימים בישראל מסלולי לימודים לתואר שני ושלישי בתחום הפסיכולוגיה המשפטית, ואף לא קיימת התמחות בפסיכולוגיה משפטית, כתחום מומחיות מוכר עפ"י "חוק הפסיכולוגים" (1977) ועל-פי התקנות שנקבעו ע"י שר הבריאות בהמשך לחוק זה מאז נחקק החוק ועד היום. מרבית הפסיכולוגים העוסקים בתחום זה כיום, לא למדו כיצד להיות "פסיכולוג משפטי", אלא, 'גלשו' לתחום זה, בתוקף עיסוקם כפסיכולוגים קליניים, שיקומיים, חינוכיים וכו'. 'גלישה' זו התרחשה בדרך-כלל כאשר הם התבקשו לתת חוות-דעת לבית-המשפט בעניינים הקשורים למטופליהם.

נוסף על-כך, תחנות לבריאות הנפש ותחנות של שפ"י נמנעות מלכתחילה מלעסוק בנושאים שעלולים לגרור את עובדיהם למצב בו הם נדרשים לתת חוות-דעת לבית-המשפט. זאת, בין היתר משום העומס הרב המוטל על כתפי העובדים, והצורך לעסוק באבחון, ייעוץ וטיפול בכלל האוכלוסייה בעניינים פסיכולוגיים אחרים. כתוצאה מכך, מרבית הפסיכולוגים המתמחים ב"מוסדות מוכרים" אלה (עפ"י חוק הפסיכולוגים) – לא נחשפים במהלך התמחותם לסוגיות מתחום הפסיכולוגיה המשפטית ואף לא זוכים להדרכה בסוגיות אלה.

גם בקרב פסיכולוגים מומחים העובדים באופן עצמאי, מעטים הם אלה אשר נענים לבקשה של פונים חדשים המבקשים חוות-דעת לבית-המשפט. סביר להניח כי נוסף לסיבות הנ"ל, קיימות סיבות נוספות שטרם נחקרו עד כה ביחס לשאלה: מדוע כה מעט פסיכולוגים עוסקים בתחום זה?

כך למשל, במהלך לימודי הפסיכולוגיה, פסיכולוגים לא רק **לומדים**, אלא גם **מתחנכים** לחשוב חשיבה מדעית ולפעול בכלים מדעיים, אובייקטיביים ומדויקים. אולם, בתחום הפסיכולוגיה המשפטית הם חשים כעומדים בפני שוקת שבורה. זאת, בהיעדר כלים פסיכולוגיים שעברו תיקון (סטנדרטיזציה) בישראל ושתכונותיהם הפסיכומטריות ובכלל זה תקפות ומהימנות, נבדקו באופן מדעי. למעשה, פסיכולוגים שנענים לדרישה לספק חוות-דעת פסיכולוגית לבתי-

הכותב הוא:

ראש החוג למדעי ההתנהגות
במכללה האקדמית עמק
יזרעאל

בהיעדר כלים ייעודיים
לבדיקה של הסוגיות
הפסיכולוגיות הנדונות
בבית המשפט,
פסיכולוגים רבים
חווים חששות,
חרדות ופחדים, כעין
"אימת בית-הדין"
לפסיכולוגים. משום כך
הם מעדיפים להימנע
ממתן חוות-דעת
פסיכולוגיות לבית
המשפט



"למרות הדרשה הגוברת לחוות-דעת פסיכולוגיות בבתי המשפט, מעטים מאוד הפסיכולוגים בישראל – מכל תחומי המומחיות – אשר עוסקים בתחום זה. סביר להניח כי אחת הסיבות לכך היא שבניגוד למדינות מערביות אחרות, עד כה לא קיימים בישראל מסלולי לימודים לתואר שני ושלישי בתחום הפסיכולוגיה המשפטית, ואף לא קיימת התמחות בפסיכולוגיה משפטית, כתחום מומחיות מוכר עפ"י "חוק הפסיכולוגים"

משפט, עושים זאת על סמך בדיקות פסיכולוגיות ונירו-פסיכולוגיות בכלים המקצועיים הידועים להם – במערכות האבחון המקובלות בתחומי העיסוק השגרתיים שלהם. זאת, מבלי שיוחושו ביטחון מקצועי בתקפותם ומהימנותם של כלים אלה, ביחס לשאלות העומדות לדיון בבית המשפט.

למיטב ידיעתנו, מרבית הפסיכולוגים אשר 'גולשים' בדרך זו לתחום הפסיכולוגיה המשפטית, עושים זאת תוך כדי קניית הדרכה מפסיכולוגים בכירים ובעלי ניסיון בתחום זה. בכך, הם נכנסים למעשה לתהליך של הדרכה – אמנם בלתי-רשמית – אך בהחלט הדרכה מקצועית יסודית, אשר משקפת גישה אחראית וסטנדרטים אתיים גבוהים. יחד עם זאת, בהיעדר כלים ייעודיים לבדיקה של הסוגיות הפסיכולוגיות הנדונות בבית המשפט, פסיכולוגים רבים חווים חששות, חרדות ופחדים, כעין "אימת בית-הדין" לפסיכולוגים. משום כך הם מעדיפים להימנע ממתן חוות-דעת פסיכולוגיות לבית המשפט. להערכתנו, קיים כאן היבט של "חרדה מוראלית", אשר נובעת מסופר-אגו אישי ומקצועי מחמיר, אשר תובע מאיתנו עמידה בסטנדרטים מקצועיים ואתיים.

כך למשל, בסוגיות משפטיות הנוגעות לשאלת המסוגלות ההורית, קיימת בעייתיות בהגדרת המושג "מסוגלות-הורית" הן מההיבט הנומינלי והן מן ההיבט האופרציונלי (יגיל, 2008):

א. בשעה שמסוגלות-הורית נתפסת כנתון בסיסי הקיים אצל כל בוגר בריא בגופו ובנפשו, הרי ש"חוסר מסוגלות-הורית" – אינו מהווה תסמונת פסיכופתולוגית או פסיכיאטרית מוכרת. מושג זה אינו מופיע במדריך הפסיכיאטרי האמריקאי למיון הפרעות נפשיות (DSM-IV) והוא מבוסס למעשה על נורמה חברתית, בעלת אופי איכותי ולא כמותי.

ב. מסוגלות-הורית, אינה תכונה דיכוטומית שניתנת לאבחנה קטגורית: יש או אין, אלא מדובר למעשה ברצף שבין שני קצותיו ניתן למקם את ההורה בנקודה כלשהי. כאן מתעוררת השאלה: האם קיימת נקודת-חתך מוסכמת ומקובלת על פני רצף זה? לדוגמא: מצב שבו הורים אינם מסוגלים להיענות לצרכיו הכלכליים או הרגשיים והחינוכיים של בנם (במישור היום-יומי), אך מסוגלים לארח אותו בביתם, ולהעניק לו תחושת שייכות בסופי שבוע, בצאתו לחופשות מהפנימייה בה הוא שוהה.

ג. מסוגלות-הורית, כמשתנה אישיותי, מורכבת מהיכולת למלא תפקידים רבים, הן בהווה, והן בעתיד, בהתאם לצרכיו ההתפתחותיים של הילד. כלומר, יש צורך להעריך את מסוגלותו העתידית של כל הורה, לספק את צרכיו ההתפתחותיים המשתנים של הילד, בתחום רחב של תפקודים הוריים. מכאן משתמע שלא ניתן "לכווץ" את כל מרכיבי התפקוד ההוריים, בהווה ובעתיד, לשתני קטגוריות של: "מסוגלות-הורית" ו"חוסר מסוגלות-הורית", הואיל ולא ניתן להסתפק ברצף חד-מימדי אחד, בנוסח סולם גוטמן, אלא שיש צורך במערכת שיקולים רב-מימדית.

ד. מחקרים הנוגעים ליציבות ולעקביות באישיות מלמדים שהתנהגותו של היחיד, אינה תוצר בלבדי של תכונות אישיות הקיימות אצלו מעבר לזמן ומעבר לסיטואציה, אלא תוצאה של אינטראקציה תמידית המתרחשת בין תכונותיו האישיות של היחיד לבין גורמים מצביים. סביר להניח שגם תפקודי-הורים, אינם תוצר בלבדי של אותה תכונה הקרויה: מסוגלות-הורית, אלא תוצאה של אינטראקציה מורכבת בין מרכיבי אישיות של ההורה לבין מרכיבים מצביים כגון: קיומו של בן-זוג תומך ומסייע; קיומה של משפחה מורחבת תומכת (הורים, אחים); מספר ילדים; גיל הילדים; מצבם הרגשי וההתנהגותי של ילדים אחרים במשפחה; גורמי-לחץ שאינם קשורים למשפחה; ועוד). בנוסף לכך, יש לקחת בחשבון גם את נטיותיו המולדות של התינוק, שאף הן עשויות להקל או עלולות להקשות על תפקוד ההורה: דוגמת ילדים בעלי רגישויות אורגאניות, הפרעת קשב ויתר-פעילות (היפראקטיביות), ו/או צרכים מיוחדים אחרים. מכאן, סביר להניח כי לעתים הורה מסוים, עשוי להיות "הורה טוב דיו" בהקשר משפחתי או זוגי מסוים או לאחד מילדיו, אך מאידך, הוא גם עלול לתפקד כהורה גרוע לילד אחר.

בדומה לכך, גם בסוגיות של לקויות נירו-קוגניטיביות והפרעות נפשיות, אנו עוסקים לרוב בהערכה ולא במדידה מדויקת של המשתנים. בהקשר זה Butcher (2002), סבור כי מבחינה פסיכולוגיים עשויים להיות בעלי ערך רב יותר בבתי-משפט – הרבה יותר מאשר ראינות או התרשמות של עדים – בתנאי שממצאיהם הם אובייקטיביים והם מספקים מידע תקף מעבר להתרשמות סובייקטיבית. Butcher (2002), מזהיר ומונה מספר כשלים העומדים בפני



פסיכולוגים הכותבים חוות-דעת לבית המשפט ומציין כי שני המבחנים הפסיכולוגיים שנמצאו שכיחים בשימוש לצורך מתן חוות-דעת אלו, הם ה-MMPI ומבחן האינטליגנציה של וקסלר. מבחנים אלה, אכן נמצאו אובייקטיביים והם עונים לדרישות של "הלכת דאוברט" – הלכה משפטית שקרויה כך על שם פס"ד בו נקבעה. בפסיקה זו קבע בית-משפט בארה"ב את יסודות ההכרה במעמד העד המומחה: ידע, מיומנות, ניסיון, והשכלה. נוסף לכך, קבע בית המשפט כי עדות הסברה (Opinion) המובאת ע"י מומחה, תיבחן לא עפ"י עקרון "ההסכמה הכללית" (דהיינו, האם הסברה מקובלת על כלל אנשי המקצוע), אלא, עפ"י הביסוס המדעי שלה, כלומר, באיזה מידה היא ניתנת לבדיקה, אישוש, והפרכה. יתר על כן, לדעתו, שימוש בעיבוד ממוחשב של נתוני המבחן – עשוי לסייע למומחה להגיע לפרשנויות (אינטרפרטציות) אובייקטיביות של ממצאי המבחן.

פורה (2005) בעקבות סהר (2004), סקר את השינויים המהותיים שחלו בארה"ב בנושא עדות מומחים בעקבות "הלכת דאוברט". לדעתו לשינויים אלה יש השלכות גם בנוגע לקבילותן של חוות-דעת פסיכולוגיות ופסיכיאטריות בביהמ"ש, הואיל והדרישה המשתמעת מכך מפסיכולוגים, היא שהם ישתמשו רק במבחנים שיש להם בסיס מדעי. לדעתו, על הפסיכולוגים לזנוח את שיטת האבחון הקלינית המבוססת על מבחנים השלכתיים, ותחת זאת להשתמש בשיטה הסטטיסטית, המבוססת על מבחנים אובייקטיביים, כגון, שאלון האישיות הרב-תחומי של מינסוטה (MMPI), שאלון האישיות NEO-PI, ושאלון CBCL לילדים (Achenbach, 1991).

להערכתו, טענות אלה מציבות דרישות לסטנדרטים מדעיים גבוהים בתחום הפסיכולוגיה המשפטית שהוא תחום צעיר יחסית ורב בו, עדיין, תחום אי-הוודאות, מן הגלוי והמוכח. יתר על כן, טענות אלה בנוגע לעדיפות של שאלוני אישיות "אובייקטיביים" בהשוואה למבחני אישיות השלכתיים – מתעלמות מממצאי מחקרים בנוגע להטיה הקיימת בשאלוני אישיות אלה, שנובעת מנטייה של נבדקים להציג את עצמם באור חיובי. נטייה זו גורמת לפגיעה בתוקף הניבוי של הסולמות השונים. במחקר בנושא זה שנערך על ידי Car et al. (2005), נמצא כי סולמות התיקוף של MMPI 2, של PAI (Morey, 1996), של CAPI (Milner, 1986) ושל CBCL (Achenbach, 1991) – מצביעים על נטייה משמעותית של נבדקים להציג תמונה חיובית וכפי הנראה שקרית של עצמם. נוסף לכך, נמצא שלהטיה זו יש השפעה על הסולמות העיקריים. זו הסיבה ש Car et al. (2005) מזהירים מפני שימוש בשאלוני דיווח-עצמי שאין בהם סולמות תיקוף ואף מציינים את חשיבות השילוב של מבחנים השלכתיים בנוסף לשאלוני דיווח-עצמי, בכך שהמבחנים ההשלכתיים, פחות מושפעים מהטיה זו.

יוצא אפוא, שקיימת בעייתיות רבה בניסיון למדוד משתנים כגון, מסוגלות-הורית או אי-שפיות זמנית (כאשר מדובר במצב נפשי שארע בעבר ובמהלכו בוצעה עבירה), באמצעות המבחנים הפסיכולוגיים המקובלים כיום. על פניו נראה כי השימוש במבחנים פסיכולוגיים (בין אם במבחנים השלכתיים ובין אם במבחנים אובייקטיביים), עשוי לספק מידע רק בנוגע לחלק מקריטריונים אלה. לאמתו של דבר, בבדיקת יתר הקריטריונים של משתנים אלה, איננו עוסקים למעשה במדידה מדויקת (Measurement) של תכונות אישיות קבועות, אלא בהערכה (Assessment) בלבד של פוטנציאל התנהגותי. לא פלא אפוא שעקב מגבלותיהם של כלי האבחון וההערכה המקובלים כיום, ובהיעדר כלי-הערכה/מדידה ייעודיים בתחום הפסיכולוגיה המשפטית – חשים פסיכולוגים רבים חוסר בטחון מקצועי וחוסר נכונות לעסוק בתחום זה.

ל"חרדה המוראלית" מתווסף היבט מציאותי ביותר, שראוי לקרוא לו בשמו הברור: פחד מכישלון ומביזיון שיש בהם פגיעה חמורה בהוקרה העצמית. פחד זה נובע מתחושות של חוסר בטחון-עצמי וספקות בנוגע ליכולתם של פסיכולוגים רבים לתת ביטוי לכישוריהם המקצועיים, בסיטואציה זרה כל-כך לזו המוכרת להם בקליניקה. הם אמורים לעמוד בחקירה-נגדית מצד משפטן אשר יציג שאלות שנועדו לערער על מומחיותם, על אמינותם ועל שיקול-דעתם המקצועי בסוגיה הנדונה. כללים והנחיות לעד מומחה העומד לחקירה נגדית בבית המשפט יוצגו להלן בחוברת זו של פסיכואקטואליה ע"י פרופ' משה זכי.

על מנת לעודד פסיכולוגים בישראל לתרום יותר מפרי מקצועיותם ומפרי מחקרם בתחום זה, הקים פרופ' אמנון כרמי את המחלקה לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה, כיחידה של המרכז הבינלאומי לבריאות, משפט ואתיקה שליד הפקולטה למשפטים, אוניברסיטת חיפה.
המחלקה גייסה סגל אקדמי (פסיכולוגים בכירים בפרקטיקה ובמחקר), תוך שיתוף-פעולה מקצועי עם הפסיכולוגיה הארצית במשרד הבריאות ועם יו"ר הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

במסגרת שתוף הפעולה בין הסתדרות הפסיכולוגים, מועצת הפסיכולוגים והמרכז הבין-לאומי לבריאות, משפט ואתיקה – הוקמה ועדה מקצועית בת שלושה חברים (ד"ר גבריאל וייל, ד"ר דוד יגיל וד"ר יהושע וייס) שעסקה בניסוח סטנדרטים לכתובת חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט. סטנדרטים אלה אושרו ע"י מועצת הפסיכולוגים וע"י וועדת האתיקה של הפ"י והם מפורסמים במקביל הן באתר האינטרנט של הפ"י והן ב"פסיכואקטואליה" בחוברת זו



יוזמות לקידום ולפיתוח תחום הפסיכולוגיה המשפטית בישראל

1. על מנת לעודד פסיכולוגים בישראל לתרום יותר מפרי מקצועיותם ומפרי מחקרם בתחום זה, הקים פרופ' אמנון כרמי בשנת 2004, את המחלקה לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה, כיחידה של המרכז הבינלאומי לבריאות, משפט ואתיקה – שליד הפקולטה למשפטים, אוניברסיטת חיפה. המחלקה גייסה סגל אקדמי (פסיכולוגים בכירים בפרקטיקה ובמחקר), תוך שיתוף-פעולה מקצועי עם הפסיכולוגית הארצית במשרד הבריאות ועם יו"ר הסתדרות הפסיכולוגים בישראל. במסגרת שיתוף פעולה זה נערכו ימי-עיון והשתלמויות לפסיכולוגים מתמחים בנושאי פסיכולוגיה, משפט ואתיקה; ימי-עיון למשפטנים (בש"פ עם לשכת עורכי-הדין); ימי-עיון לשופטים במסגרת המכון להכשרת שופטים והקמת החוג העל-חטיבתי לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה בהפ"י.

2. מועצת הפסיכולוגים בראשותו של ד"ר שלמה לקס דנה בהצעתו של ד"ר משה אלמגור מאוניברסיטת חיפה, לפרסם "כללים לכתיבת חוות-דעת מומחה בפסיכולוגיה". הצעה זו אושרה ע"י מועצת הפסיכולוגים ופורסמה לאחרונה גם בספרם של יגיל, כרמי, זכי ולבני (אלמגור, 2008).

3. במסגרת שתוף הפעולה בין הסתדרות הפסיכולוגים, מועצת הפסיכולוגים והמרכז הבין-לאומי לבריאות, משפט ואתיקה – הוקמה ועדה מקצועית בת שלושה חברים (ד"ר גבריאל וייל, ד"ר דוד יגיל וד"ר יהושע וייס) שעסקה בניסוח סטנדרטים לכתיבת חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט. סטנדרטים אלה אושרו ע"י מועצת הפסיכולוגים וע"י ועדת האתיקה של הפ"י והם מפורסמים במקביל הן באתר האינטרנט של הפ"י והן ב"פסיכואקטואליה" בחוברת זו.

4. באתר האינטרנט של הסתדרות הפסיכולוגים בישראל, קיימת קטגוריה הקרויה: "עניין משפטי" ובה ניתן למצוא מידע בנושאים שבעיקרם הם מתחום הפסיכולוגיה המשפטית, כגון: הדילמות של פסיכולוג המוזמן לעדות בבית-המשפט.

5. פרסום מאמרים בכתב-העת "רפואה ומשפט". בכתב-עת זה ניתן לקרוא מאמרים מפרי עטם של רופאים, משפטנים ובכירי הפסיכולוגים העוסקים בתחום הפסיכולוגיה המשפטית בישראל. פסיכולוג שיעיין בגיליון 38 מחדש יוני 2008, יחוש ודאי סיפוק וגאווה מקצועית מן המאמרים שפורסמו בו ע"י עמיתיו הפסיכולוגים (גוטליב, 2008; זכי, 2008; יגיל, 2008; וצדיק, 2008).

6. ספרים. התברכנו במספר ספרים שפורסמו בעברית ועוסקים בנושא זה מהיבטים שונים. ראשית, ראוי להזכיר את ספרם של שפיר, ג., אכמון, י. ווייל ג. (עורכים). (2003), סוגיות אתיות במקצועות הייעוץ

והטיפול הנפשי, בהוצאת מאגנס. בספר זה ניתן למצוא מאמרים מטובי החוקרים ואנשי השדה בסוגיות אתיות שונות ומגוונות. כמו-כן, ספרו של פרופ' משה זכי (2003) אשנב לפסיכולוגיה משפטית, בהוצאת הקיבוץ המאוחד. ספר אשר פותח צוהר לקורא העברי בתחום זה. מעניין במיוחד הוא ספרו של ד"ר איתן אלעד (2005) בנושא: הפסיכולוגיה של השקר ושיטות לחשיפתו, בהוצאת אוניברסיטת בר-אילן. בספר זה ניתן למצוא סקירת ספרות ענפה של תיאוריות וממצאי מחקרים בהיבטים שונים של נושא זה. ממכבש הדפוס יצא לאחרונה ספר חדש בעריכת: ד"ר דוד יגיל (עורך ראשי), פרופ' כרמי, פרופ' זכי וענת לבני (2008) שכותרתו: סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה בישראל. הספר הוא פרי יוזמתו של פרופ' כרמי שהשתתף אף כאחד העורכים של הספר. הספר מכיל ארבעה חלקים: החלק הראשון דן בסוגיות מקצועיות בקשר המדעי והפרקטי שבין פסיכולוגיה למשפט והוא כולל פרקים המתמקדים בסוגיות אתיות של חוות-דעת מומחה באמצעות מבחנים פסיכולוגיים, ובסוגיות פסיכולוגיות ואתיות בהליכי אבחון, טיפול ושיפוט. בחלקו השני של הספר, הצגנו מאמרים העוסקים במתן חוות-דעת לבתי המשפט בענייני-משפחה. חלק זה דן בסוגיות ובהיבטים המשפטיים של הפסיכולוגיה של המשפחה: מסוגלות-הורית, ענייני משמורת על קטינים, אימוץ והשמת ילדים, היבטים קליניים של הגירושין ועוד. ממאמרים אלה ניתן ללמוד עד כמה מושגים השגורים בפינו ואשר נשמעים באופן שכיח בחלל בית המשפט אינם פשוטים ומובנים מאליהם כלל ועיקר. החלק השלישי עוסק בסוגיות מתחום הניורו-פסיכולוגיה המשפטית, סוגיות שרלבנטיות במשפט האזרחי הנוגע לתביעות נזיקין במקרים של נזקים גופניים, קוגניטיביים ונפשיים בעקבות תאונות. החלק הרביעי עוסק בסוגיות פסיכולוגיות מתחום המשפט הפלילי.

7. קבוצת דיון: פורום לדיון בפסיכולוגיה משפטית ואתיקה החל לפעול לאחרונה בהנחיית מוטי ארגוב. הפורום נועד לתת במה לדיון ולהתייחסות של אנשי-מקצוע בתחום בריאות הנפש העוסקים בכתיבת חוות-דעת או תסקירים לבית-המשפט ו/או למטפלים הנדרשים לכך במהלך עבודתם. ניתן להצטרף לפורום מתוך אתר האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.

מבט לעתיד

תחום הפסיכולוגיה המשפטית בישראל, הוא תחום צעיר יחסית מבין התחומים השונים בפסיכולוגיה, וסביר להניח כי ימשיך להתפתח, הן עקב דרישה של משפטנים להיעזר בחוות-דעת פסיכולוגיות והן מבחינת המחקר המדעי. סביר להניח גם, שבשלב מסוים יפתחו מסלולי לימוד לתארים מתקדמים שירחיבו את תחומי המחקר ואת תכני הדעת בתחום זה.





תהליכים סוגאסטביליים וקונפולטוריים, כפי שעולה ממחקרה של פרופ' אליזבט לופטוס? כיצד נדע להבחין בין זיכרונות אותנטיים שהודחקו לבין דמיונות שווא או האשמות שווא?

8. כיצד לבדוק אמינותם של עדויות קטינים? האם די להסתפק בעדותם של חוקרי ילדים ונוער, כפי שמקובל כיום? האם נכון להמשיך ולהעניק את הסמכות לחוקרי-ילדים להחליט בשאלה: האם עדותו של קטין בביהמ"ש עלולה להזיק לו מבחינה נפשית או שמן הראוי שבסוגיה זו יעסקו פסיכולוגים ופסיכיאטרים? יתר על-כן, נושא הערכת מהימנות של עדותם של קטינים כפי שמתקבלת בחקירתם של חוקרי ילדים ונוער – נתון אף הוא להחלטתם של החוקרים עצמם. האם נכון וצודק הדבר, מן ההיבט הפסיכולוגי משפטי? או שמן הראוי שגם בתהליכים אלה יהיו מעורבים פסיכולוגים?

9. כיצד להעריך מסוכנות של עבריינים בתחומי פשיעה שונים? או לחילופין, כיצד ניתן להעריך את סיכוי השיקום של עבריינים, ובמיוחד של אלה שניתן להגדירם כ"עברייני מועד"?

ביבליוגרפיה:

אלמגור, מ' (2008). כללים לכתיבת חוות דעת פסיכולוגית לבית-המשפט. בתוך: יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ', ולבני, ע' (עורכים), **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה**. תל-אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.

אלעד, א' (2005). **הפסיכולוגיה של השקר ושיטות לחשיפתו**. רמת-גן: הוצאת אוניברסיטת בר-אילן.

גוטליב ד' (2008). הערות מערכת למאמר של ד. יגיל. **רפואה ומשפט**, 38, 144-145.

הופין, ד' ובר-לב, נ' (2008). סוגיות משפטיות נבחרות באיבחון נזיר-פסיכולוגי קליני: הטיית תוצאות והערכת אינטליגנציה טרום-פגיעתית. בתוך: יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ', ולבני, ע' (עורכים). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה**. תל-אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.

חנן, ד' (2008). היבטים פסיכולוגיים, משפטיים ואתיים בנוגע למצבי-מוגבלות גופנית ו"נכות". בתוך: יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ', ולבני, ע' (עורכים). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה**. תל-אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.

חנן, ד' (2008). היבטים נזיר-פסיכולוגיים ואתיים של קביעות משפטיות הנוגעות לתביעות מזיקין אצל נפגעי-מוח. בתוך: יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ', ולבני, ע' (עורכים). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה**. תל-אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.

קיימות סוגיות רבות אשר נתונות עדיין במחלוקת ואשר ראויות למחקר מדעי. בעיקר סוגיות הקשורות למושגים שאינם ניתנים בקלות לאופרציונליזציה ולמדידה שעומדת בקריטריונים הרצויים של תקפות ושל מהימנות, דוגמת: מסוגלות-הורית, טובת הילד, כשרות לעמוד לדין, אי-שפיות זמנית ועוד. דווקא משום כך, סבורני כי קיים אתגר בעיסוק המדעי והיישומי בפסיכולוגיה משפטית. להלן מספר נושאים מאתגרים במיוחד:

1. התהליכים הנפשיים המתחוללים בקרב המשתתפים בהליכים משפטיים: חוקרי-משטרה, משפטנים בפרקליטות, תובעים, סנגורים, נאשמים, תובעים תביעות מזיקין, פקיד-סעד לסדרי-דין, שופטים ועוד. סביר להניח כי מצבים רגשיים של אמפטיה, הזדהות-יתר, תחושות סלידה, כעס, רתיעה וכיו"ב – עלולים להשפיע על התפקוד של כל אחד מאלה ועל תהליכי קבלת ההחלטות שלהם. אך נשאלת השאלה: האומנם הם מודעים לכך? ואם אכן הם מודעים לכך, כיצד ניתן למנוע הטיית שמקורן בתהליכים אלה?
2. האומנם נכון וראוי להמשיך בנוהג המקובל, לפיו בבית-משפט שלום, יושב שופט יחיד, ולעומת זאת, בבית-משפט מחוזי, יש דיונים משפטיים שמתנהלים בהרכב של שלושה שופטים? האם חומרת העבירה וגובה דמי-הנזיקין שיפסוק ביהמ"ש – הם אלה אשר אמורים לקבוע את ערכת הדיון או שמא ראוי שבבית-משפט שלום, שבו מן הסתם, יושבים לא אחת שופטים בתחילת דרכם המקצועית בתחום השיפוט, יתנהלו דיונים בהרכב של שלושה שופטים?
3. שופטי שלום בתחילת דרכם, מביעים לא אחת את הצורך בקבלת ייעוץ מצד שופט בכיר מהם. חלקם אף פונים באופן בלתי-רשמי ונועזים בחבריהם. מצב זה מצריך עיון מעמיק בשאלה: האם רצוי ונחוץ להעתיק את מודל ההדרכה (Supervision) מתחום ההכשרה של מומחים בפסיכולוגיה ובפסיכיאטריה, לתחום הכשרת שופטים?
4. מה הם התהליכים התוך-אישיים והבין-אישיים המתרחשים בתהליכי קבלת החלטות של חברי ועדות החלטה למיניהן. כיצד מתקבלות החלטות בועדות של שרות בתי הסוהר אשר מתפקידן לאשר מתן חופשות לאסירים ו/או שחרור מוקדם לאחר ריצוי שני-שלישים מעונשם.
5. כיצד עשויה הפסיכו-דיאגנוסטיקה והנזיר-פסיכולוגיה לסייע לפסיכיאטריה המשפטית בתחום האבחון של חוסר-שפיות וחוסר-שפיות זמנית?
6. כיצד להתייחס ל'עדויות כבושות', ול'זכרונות מודחקים' שצצו לפתע בעקבות אירוע, קריאת ידיעה בעיתון, קריאת ספר או סרט קולנועי? מה הם הגורמים העלולים להשפיע על תהליכים אלה?
7. האם זכרונות מודחקים שמופיעים במהלך טפול פסיכותראפויטי, הם אותנטיים, או שמא הם תוצר של



- Butcher, J. N. (2002). Assessment in Forensic Practice: An Objective Approach. In: Brent Van Dorsten (Ed.) (2002). **Forensic Psychology: From Classroom to Courtroom**. New-York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. 65-82.
- Caplan, P. J. & Wilson, J. (1990). Assessing the assessor: Legal issues. **Canadian Family Law Quarterly**, 6, 179-226.
- Carr, G. D., Moretti, M. M. & Cue, B. J. H. (2005). Evaluating Parenting Capacity: Validity Problems with the MMPI-2, PAI, CAPI, and Ratings of Child Adjustment. **Professional Psychology: Research and Practice**, 36 (2), 188-196.
- Milner, J. S. (1986). **The Child Abuse Potential Inventory**: Manual. 2nd ed., Webster, NC: Psytec.
- Morey, L. C. (1996). **An interpretive guide to the Personality Assessment Inventory**. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Stahl, P. M. (2002). Child Custody Evaluations. In: Brent Van Dorsten (Ed.) (2002). **Forensic Psychology: From Classroom to Courtroom**. New-York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. 171-178.
- זכי, מ' (2003). **אשנב לפסיכולוגיה משפטית**. הוצאת הקיבוץ המאוחד.
- זכי, מ' (2008). פסיכותרפיה, משפט ואתיקה: הטיפול הפורנזי. **רפואה ומשפט**, 38, 130-134.
- יגיל, ד' (2008). חשיבות ההבחנה בין אמת/שקר במקום נכון/לא נכון בחקירת ילדים. **רפואה ומשפט**, 38, 136-144.
- יגיל ד' (2008). שיקולים ולבטים באבחון מסוגלות הורית. בתוך: יגיל, ד', כרמי, א', זכי, מ', ולבני, ע' (עורכים). **סוגיות בפסיכולוגיה, משפט ואתיקה**. תל-אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.
- סהר, א' (2004). האם חל שינוי במבחני ראייה בענין שבמדע? ע"פ 4682/01 גבריאלי לוי ומשה עטייה נ' מדינת ישראל. **רפואה ומשפט**, 30, עמ' 166.
- פורת, א' (2005). השפעת השינוי בדיני הראיות על חוות הדעת והאבחון הפסיכולוגי בארה"ב ובישראל. **רפואה ומשפט**, 32, 111-116.
- צדיק, י' (2008). שבירת החיסיון ביחסי מטפל-מטופל בבריאות הנפש, **רפואה ומשפט**, 38, 146-154.
- שפיר, ג', אכמון, י' ווייל ג' (עורכים) (2003). **סוגיות אתיות במקצועות הייעוץ והטיפול הנפשי**. ירושלים: הוצאת מאגנס. פרק 1 עמ' 15-29.
- Achenbach, T. M. (1991). **Manual for the Child's behavior Checklist**. Burlington, VT: University of Vermont.

מכרז 04/09 מנהלת השירות הפסיכולוגי-חינוכי בעיריית אילת

תואר שני או שלישי בפסיכולוגיה, רישום בפנקס הפסיכולוגים, מומחה בפסיכולוגיה חינוכית. עדיפות למדריך או בתהליך הסמכה. ניסיון בשירות פסיכולוגי חינוכי – חובה. משרה מלאה, שכר בהתאם להסכם קיבוצי ארצי.
לפרטים לפנות לליאורה בטל': 08-6367135 עד ל- 03/05/09 בשעה 12:00



פסיכולוגיה משפטית

מלים והנחיות לעד-מומחה העומד לחקירה נגדת בבית המשפט

■ פרופ' משה זכי

מבוא

הספרות המקצועית מייחסת חשיבות רבה לחשיפת המומחה בבית המשפט. כך למשל, תופס Brodsky (1991) את הסיטואציה שיוצרת החשיפה המקצועית, כמעמד בו איש המקצוע נתון למרותו של עורך-דין שמטרתו לזכות במשפט, יותר מאשר ללמוד להבין את תוכן המסמך המקצועי של העומד מולו. יתירה מכך, עורך הדין אינו שולט בידע בתחום בריאות הנפש, והוא שואל שאלות שמטרתן להביך, כגון: "אדוני הפסיכולוג המכובד, כמה שעות הקדשת לאבחון פלוני העומד לדין? האם בזמן מוגבל זה נראה לך שאתה מסוגל להבין את נפשו כפי שהיא מתוארת ומפורטת במסמך עדות המומחה?". ולעתים, מספר עורכי-דין מרחיקים לכת עד לניסיון הכשלה אישית לפסול מומחה על הסף: "אני בטוח שאדם אחראי לא היה נוהג כך!" וזאת באמירה בטון דרמטי שיש בו נימת כעס ואכזבה כאחד. בגלל המעמד המביך והלחצים הנפשיים הכרוכים בו, פסיכולוגים נמנעים מלתת שירות מקצועי לבית-משפט ונוטים להפנות את הלקוחות לאנשי-מקצוע אחרים. אך ישנם גם מקרים שבהם נאלצים פסיכולוגים להופיע לעדות בבית המשפט בהזמנת שופט, כדי להגן על פעילות מקצועית שעשו בעבר, ללא קשר לדיון המתקיים בהווה. מכאן, נראה שלא ניתן להתחמק ממצב לחץ זה, שעשוי להתרחש מבלי שהמומחה מוכן לקראתו מראש. חשוב לציין, שהמפגש בין פסיכולוגיה ומשפט מלווה בסוגיות מקצועיות ואתיות: מדובר בשתי דיסציפלינות נבדלות, שבהן התפיסות שונות והשיטות שונות. במשפט קיימת דיכטומיה של שפוי ובלתי-שפוי שבניגוד לה בקבוצות הסיווג DSMIV ו-ICD10, תסמונות של הפרעות נפשיות מופיעות ברצף עם מצבי-ביניים. כמו כן, תסמונות כמו מסוגלות הורית ומסוכנות, לא נכללות במסגרת המשפט בקבוצות הסיווג של תחום בריאות הנפש (זכי, 2003). כתוצאה מכך שאלות מקצועיות ואתיות מתעוררות בקשר שבין פסיכו-דיאגנוסטיקה ומשפט: מהימנותה ותקפותה של חוות-דעת פסיכולוגית לבית המשפט. לסוגיות אלה הוצעו פתרונות מקצועיים בצורה של מודלים של הערכה (זכי, 2008).

הכותב הינו מנהל התחנה הפסיכולוגית, טירת כרמל. פרופסור וראש המחלקה לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה – המרכז הבינלאומי לבריאות, משפט ואתיקה – הפקולטה למשפטים, אוניברסיטת חיפה

הדינאמיקה הפסיכו-חברתית וגורמי הטיה באולם בית המשפט

הליך משפטי מתנהל על ידי שופט, עורכי-דין המייצגים את הצדדים (התובע והנתבע) ומומחים מקצועיים המוזמנים לחקירה ולחקירה נגדית. כל אלה, מעבר להיותם בעלי ידע וכישורים מקצועיים בתחומי מומחיותם, הם גם בני-אדם. לכל אחד מערכת אמונות, דעות אישיות, השקפות וערכים. בחלק זה, ננסה להיעזר בתיאוריות מתוך הפסיכולוגיה החברתית, כדי להבין את מערכת היחסים בתוך קבוצת "משתתפים" זאת, כאשר יחסים אלה עלולים לפגוע במידת האובייקטיביות של התנהלות ההליך המשפטי בבית המשפט, כיוון ש"הטיה" (bias) היא כה קריטית בחריצת הדין.

להלן מצבים המתייחסים למערכת היחסים הבין-אישיים בין הנפשות הפועלות באולם בית המשפט:

- יש ומשפטנים – שופטים כפרקליטים – נדרשים לנהוג בבית המשפט בניגוד למערכת האמונות והערכים שלהם ברמה האתנית, או הדתית. הדבר ייתכן בסכסוכי משמורת, או במשפט אימוץ, בהם עלול המשפטן להידרש לנהוג בניגוד לעמדתו. לדעת Festinger (1957) מצב זה מהווה מקור לקונפליקט – "דיסוננס קוגניטיבי". ההרגשה הלא נעימה מניעה את האדם להגיע לפתרונות שונים כדי לצמצם את אותו "דיסוננס". הורדת הדיסוננס פירושה שכנוע עצמי בדבר יעילותה של הבחירה שננקטה.
- Heider (1958) ב"תיאורית האיזון" מוסיף וטוען שמערכת היחסים בין אנשים, ולצורך דיון



4. יש לשמור על קור רוח לאורך כל החקירה, ולהימנע מאובדן שליטה עצמית.
5. יש להימנע מנוקשות ותוקפנות. המומחה מגן על מסמך מקצועי שהוא ערך ולא על בעל הדין – זה תפקידו של עורך הדין.
6. יש להקפיד על רושם אחרון חיובי, המשרה אווירה מכובדת של נועם.

להלן ההנחיות ברמה המקצועית:

7. יש להכיר ולהבין את השתלשלותו של ההליך המשפטי.
8. יש להיפגש עם עורך הדין המזמין את המומחה להכנת החקירה, ולהתכונן לשאלות אפשריות מצד החקירה הנגדית.
9. יש להיות מודע לתהליכים בין-אישיים ולדינאמיקה הפסיכו-חברתית המתחוללת באולם בית המשפט.
10. יש לקבל הדרכה מאנשי מקצוע בכירים, שלהם ניסיון בהופעה בבית-משפט, בחקירה וחקירה נגדית.
11. על המומחה לזכור, כי הוא בעל הידע המקצועי, הוא שבנה את חוות הדעת, לפיכך עליו להיצמד לגרסתו ללא חשש מאסטרטגיות המופעלות על ידי עורך-דין תקיף.
12. יתירה מכך, לעתים מטרתו הסמויה של עורך הדין, הינה להפעיל לחץ כדי להוציא את המומחה מכליו. היצמדות למסמך המקצועי עשויה למנוע זאת.
13. התייחס לשאלות רלוונטיות הקשורות לעדות המקצועית, והישמר משאלות מניפולטיביות מצד החקירה הנגדית.
14. יש להתבצר בחומר העובדתי, ולא להיגרר ולהגיב להאשמות אישיות וסובייקטיביות כלפי העד המומחה.
15. התשובות אמורות לקבל אופי "אובייקטיבי" וקשורות לעובדות מקצועיות בלבד.
16. יש להיזהר מתשובות לא מבוססות ואינטואיטיביות.
17. יש לחזק טענה מקצועית בידע וציטטות מספרות מקצועית.
18. יש להיצמד לקו חשיבה אחיד במהלך החקירה ובחקירה הנגדית, ולא לשנות כיווני חשיבה במסגרת הגרסה המקצועית.
19. יש להישאר צמוד למקרה הנדון והנחקר, ולא להביע הצהרות כוללניות ובלתי ממוקדות, כגון: "בדרך כלל אדם עם פיגור שכלי לא יכול להיות מודע למצבו, על כן הוא לא אחראי למעשיו!". לעומת זאת יש להתייחס לנבדק הספציפי שנבדק על ידי המומחה ונמצא כי הוא סובל מפיגור שכלי.
20. יש להודות בטעות או בכשל מקצועי, כמוצאה בפני השופט בראשית החקירה.

מהצעות אלה אנו למדים שהופעה בבית משפט והגנה על מסמך מקצועי, אינה קלה מבחינת עד-מומחה. הסיבה לכך אינה רק מקצועית כי אם גם פסיכו-חברתית. על כן, יש בארה"ב גופים אקדמיים ומקצועיים המקיימים סדנאות ללימוד נושאים אלה, וגם המחלקה לפסיכולוגיה, משפט

זה משפטיים, תלויה בהלימה ובאי-הלימה בין המערכת הקוגניטיבית שלהם (אמונות, עמדות וכו'). מכאן שגרסתו של שופט עשויה להיות, שלא במודע, מותאמת למערכת יחסים מעין זו. לכך אמור לענות הכלל של ניגוד עניינים, המחייב שופט לפסול עצמו, במקרה בו יש לו מערכת יחסים עם אחד הצדדים במשפט.

יש תופעות פסיכולוגיות שעלולות, במודע או שלא במודע, לגרום להטיה (bias) בתהליך של גיבוש עמדה מקצועית במסגרת חוות דעת מומחה לבית המשפט:

© "השפעת ציפיות הבוחן" (Orne, 1962) – השפעת אמונות, מקצועיות ואישיות, של המומחה על ממצאי הבדיקה. תופעה זו יוצרת בקרב צרכנים תוויות ביחס לקפדנותם או לגמישותם המקצועית של מומחים ואף של שופטים.

© "הנבואה המתגשמת מאליה" (Rosenthal, 1968) – מתבטאת בנטיית אנשי מקצוע לפרש שלא במודע ממצאים פסיכו-דיאגנוסטיים שלהם בהתאם למצופה מהם מעמיתים למקצוע ומאנמנזה ומסמכים אחרים שהועברו אליהם לפני הבדיקה. תופעה זו מניעה חלק משופטים למנוע העברת מסמכים ואנמנזה אודות נבדק העומד לבדיקה על ידי איש מקצוע.

© "נאמנותו של איש מקצוע למזמין השיחות" (1981) (Gottesman, – נטייתם של אנשי המקצוע שלא במודע להתאים מסקנות מקצועיות למדיניות של הגוף איתו הם נמצאים בקשר רצוף, כגון: הוועדה הרפואית של המוסד לביטוח לאומי, המאבחנים של המכון הרפואי לבטיחות בדרכים ועוד.

בחלק זה ניסינו להראות כיצד מערכת יחסים בין המשפטיים ובין אנשי מקצוע ללקוח, עלולים להשפיע על מידת האובייקטיביות של פעילותם, ואף מבלי להיות מודעים לכך. יתירה מכך, עורכי הדין בתפקיד של תביעה והגנה, לדעת Saks & Hastie (1978) הם אינם מונעים לחפש את האמת אלא לנצח – על כן גרסתם סלקטיבית ומגמתית.

עמידה של עד מומחה לחקירה נגדית בבית המשפט

ההנחיות המתייחסות לעמידה של עד-מומחה לחקירה נגדית, מתחלקות לשני תחומים עיקריים: החלק האישי (המומחה כאדם) והחלק המקצועי (המומחה כפסיכולוג). להלן ההנחיות ברמה האישית:

1. מומלץ להתכונן להופעה בבית המשפט. הכנה זאת אינה רק מקצועית, אלא בעיקר הכנה נפשית מקדימה (Meichenbaum, 1977).
2. לפני הופעתך בבית המשפט, יש ללמוד את שמות הנפשות הפועלות באולם, של השופט ועורכי הדין.
3. ההופעה חייבת להיות נאותה והולמת את כבוד בית המשפט ואת המעמד המקצועי.



Meichenbaum, D. (1977). **Cognitive-Behavior Modification**. New York: Plenum Press

Orne, M.T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. **American Psychologist**, 17, 776-783.

Rosenthal, R. and Jacobson, I. (1968). **Pygmalion in the Classroom**. New York: Holt Rinehart and Winston.

Saks, M. and Hastie, R. (1978). **Social Psychology in Court**. N.Y.: Van Nostrand Reinhold Company.

זכי, מ' (2003). **אשנב לפסיכולוגיה משפטית**, בני ברק: הוצאת הקיבוץ המאוחד.

זכי, מ' (2008) פסיכודיאגנוסטיקה, משפט ואתיקה: סוגיות מקצועיות ואתיות, בתוך: ד' יגיל ואחרים (מוציאים לאור) **סוגיות פסיכולוגיות, משפט ואתיקה בישראל**, תל-אביב: דיונון.

ואתיקה באוניברסיטת חיפה בשיתוף החוג העל-חטיבתי לפסיכולוגיה, משפט ואתיקה בהסתדרות הפסיכולוגים בישראל – פועלים בכיוון זה.

סיכום

הכללים וההנחיות שניתנו מיועדים לעד מומחה בתחום הפסיכולוגיה; אך למעשה, הם מתאימים גם לדיסציפלינות אחרות בתחום הבריאות ומדעי ההתנהגות (Curran & McGorry 1986): פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים... גם הם, בסיטואציה של חקירה נגדית בבית המשפט, עומדים בלחצים אישיים ומקצועיים והמצריכים הכנה מקדימה ואף הכשרה בשני תחומים אלה.

ביבליוגרפיה:

Brodsky, L.S. (1991). **Testifying in Court: Guidelines for the Expert Witness**. Washington, D.C.: American Psychological Association.

Curran, W.J. & McGorry, A.L. (1986). **Forensic psychiatry and psychology: Forensic and standards for interdisciplinary practice**. Philadelphia, F.A. Davis

Festinger, L. (1957). **A theory of Cognitive Dissonance**. Evanston, ILL: Row and Peterson.

Gottesman, R. (1981). **The Child and the Law**. St. Paul, Minn.: West Publishing Co.

Heider, F. (1958). **The Psychology of Interpersonal Relations**. New York: Wiley.

INTERNATIONAL CONFERENCE
Trauma in Early Childhood
June 28 - 29, 2009
Jerusalem, Israel

An exciting conference with international experts, including:
Claude M. Chemtob, PhD - Mount Sinai School of Medicine
Ruth Feldman, PhD - Bar-Ilan University
Nathaniel Laor, MD, PhD - Cohen-Harris Center for Trauma and Disaster Intervention, Tel Aviv University and Yale Child Study Center
Alicia F. Lieberman, PhD - University of California San Francisco
Ruth Pat-Horenczyk, PhD - Israel Center for the Treatment of Psychotrauma
Patricia Van Horn, PhD - University of California San Francisco

Symposiums and professional workshops include:
Trauma Treatment for Young Children under the Shadow of War and Terrorism;
Trauma and Development: Somatic Aspects; Loss in Early Childhood;
Building Resilience; International Efforts in Early Childhood Trauma; Child Parent Psychotherapy;
The Treatment of Trauma with Young Children

FOR MORE INFORMATION AND REGISTRATION: RGILL@HERZOGHOSPITAL.ORG, 02-644-9666 WWW.TRAUMAWEB.ORG

The Israel Center for the Treatment of Psychotrauma
המרכז הישראלי לטיפול בפסיכותרומה

HERZOG HOSPITAL
בית חולים הרצוג

Paul Baerwald School of Social Work and Social Welfare
The Hebrew University of Jerusalem

Jewish Family and Children's Services
Of San Francisco, the Peninsula, Marin and Sonoma Counties



האגודה הישראלית
לפסיכותרפיה פסיכואנליטית

המרכז לטיפול רגשי בילד
ובמשפחה בית איזי שפירא



BEIT ISSIE SHAPIRO - AMUTAT AVI
בית איזי שפירא - עמותת אבי (ע"ר)

העץ והדעת 4/5 יוני 2009

נכות התפתחותית, נוירולוגיה ופסיכותרפיה פסיכואנליטית
שני ימים של עבודה והרצאות על טיפול בילדים עם נכות התפתחותית

יום חמישי 4 ליוני 2009

תשע קבוצות הדרכה מקבילות מונחות על ידי אנשי מקצוע בכירים מהארץ ומחול, בהן יוצג מיקרה ויערך דיון המדריכים הם: אליהו פלדמן, אבנר ברגשטיין, אריה גרין, דורה פלדפוגל, דבורה פלורסהיים ומרים רוזנטל

יום שישי 5 ליוני 2009

פרופ. ורדה גרוס ודר. אביגיל גולומב: מהמארג המוחי - למארג המשפחתי:
הערכה פסיכודינמית מחודשת של מושג ההתקשרות - attachment.

Bianca Lechevalier: Long-term mother-child psychotherapy:
infantile autism with cerebral anomaly.

פרופ. יולנדה גמפל: היכן שוכנת, בתוך נפשו של ילד, הפגיעה בגוף.

מר. יצחק הירשברג: האדם, העץ ושדה הדעת - לידתו והתפתחותו של כנס בין תחומי.

לפרטים נוספים והרשמה בטלפון 09-7701219, בפקס 09-7717139, או בדוא"ל rased@beitissie.org.il



הילה עמרם

הטיפול באחר מתחיל בי

ההרשמה לתכנית ההכשרה בהנחיית קבוצות גוף נפש (קבוצות CMBM) בעיצומה

ניהול אקדמי: ד"ר נפתלי הלברשטאט; ניהול קליני: ד"ר רומה אדסקי; ייעוץ אקדמי: אילת ויזר כהן MA, ד"ר ג'ימס. ס. גורדון, אמי שינל LCSW

המרכז להכשרה במיומנויות גוף נפש מזמין אנשי רפואה, מטפלים ומנחי קבוצות להתמחות במודל עבודה קבוצתי המקנה גישה וכלים לריפוי עצמי, הן למטפל והן למטופל. המודל מבוסס-מחקרית ונמצא יעיל בהתמודדות עם מצבי דחק ממושכים ועם תגובות פוסט טראומתיות.

תפיסת המודל נסמכת על יכולות הריפוי העצמי ומדגישה את חשיבותה של ההתבוננות הפנימית ככלי מחולל ריפוי והחלמה:

המטפל בשיטה CMBM מסייע למטופליו בפיתוח של כלי התבוננות לחווית הדחק ומקורתיה ומאפשר למטופליו מפגש חדש עם העצמי. הוא מזמן אותם להתנסות בכלי התמודדות מוחשיים ויעילים, כך שימשו אותם בעיתות של מצוקה וחוסר אונים.

המטופל בשיטת CMBM לומד ומתנסה במערכת של כלים המעודדים מודעות עצמית, ביטוי עצמי ו-mindfulness. הוא רוכש לעצמו כלי עבודה עצמיים, פשוטים ומוכחים ביעילותם, המסייעים לו בפיתוח החוסן האישי ובהגברת התחושה למסוגלות עצמית.

המודל הקבוצתי ייחודי בכך שהוא מאגד בתוכו עבודה באמצעות מיומנויות גוף נפש, תוך שילוב בין תפיסות תיאורטיות ממזרח ומערב; בסביבה לימודית המאפשרת הכרות תיאורטית, המשנתית וחוויתית עם המודל - כלומדים, כמשתתפים וכמנחים.

התכנית היא פרי פיתוח של ד"ר ג'ימס. ס. גורדון, מייסודו של המרכז לרפואת גוף נפש ושינגטון (CMBM D.C.). מודל קבוצות גוף נפש מבוסס מחקרית, בן שני עשורים, ובמסגרתו הוכשרו מאות רבות של אנשי רפואה ומטפלים ברחבי ארה"ב והעולם, כולל בישראל. צוות המנחים של המרכז להכשרה במיומנויות גוף נפש מייצג מגוון מקצועות של מדעי הרפואה וההתנהגות, בעלי ניסיון רב בתאוריה ובפרקטיקה. כולם הוכשרו על ידי המרכז האמריקאי שהסמיך את המרכז הישראלי (ע"ר: 58-045605) בהוראת המודל.

אוכלוסיית היעד:

רופאים, פסיכולוגים, פסיכותרפיסטים, עובדים סוציאליים, יועצים חינוכיים, אנשי טיפול נוספים (אמנות, הבעה, רפואה משלימה), יועצים ארגוניים, מנחי קבוצות ומאמנים - המעוניינים להרחיב ידע תיאורטי וכישורי טיפול קבוצתי בעבודתם.

מטרת התכנית:

הקניית בסיס תיאורטי של המודל, וכישורי הנחייה תוך כדי לימוד והתנסות אישית בקבוצה הקטנה - כתלמיד, כמשתתף וכמנחה.

מבנה התכנית:

שלב א' - הטיפול באחר מתחיל בי

תכנית הבסיס משלבת בין לימודים תיאורטיים על המודל לבין למידה והתנסות חוויתית במיומנויות גוף נפש במסגרת הקבוצה הקטנה. הלימודים ייערכו במסגרת של כנס בן חמישה ימים במלון גולדן קראון בצרת, בתאריכים 9-5 יולי 2009.

שלב ב' - ממשתתף למנחה

השלב השני של תכנית ההכשרה מוקדש להתנסות בהנחיית קבוצות גוף נפש (הנחיית משתתפים את עצמם) ובלמודים תיאורטיים בדבר מסע המנחה ותפקידו.

שלב ג' - הסמכה והתמחות

בשלב ההסמכה וההתמחות שאורך כ-20 שבועות מתאמנים המנחים בהנחיית קבוצות קטנות באופן עצמאי, ומסתייעים בהדרכה שוטפת של מנחי המרכז. לשם ההסמכה נדרשת הגשה של עבודה תיאורטית על אחת מהמיומנויות וניתוח תהליך קבוצתי.

לקבלת טפסי הרשמה ולמידע נוסף על התכנית המלאה ניתן לפנות לאורית: טלפון: 054-6962578, פקס: 03-6177176
מייל: orit@mindbodygroups.org, אתר: www.mindbodygroups.org

מספר המקומות ליוני מוגבל! מומלץ להירשם בהקדם האפשרי.



מרכז הכשרה

במיומנויות גוף נפש

טיפול כמסע בין שני קטבים: שאיפה לשינוי והכרה במגבלות

■ הדסה לכמן

הכותרת היא
פסיכולוגית קלינית בכירה

הטיפול תחילתו במצוקה נפשית והמשכו בכמיהה לשינוי. הטיפול הדינאמי, ייחודי באופן שבו בחר להגדיר קושי ובדרך שאותה גיבש כדי לקדם שינוי. הגדרת הקושי אומנם מתייחסת לסימפטומים, אך היא מתרכזת בעיקר בדינאמיקה האינטרה-פסיכית שבבסיסם (מקוויליאם, 1999). הטכניקה הקלינית נגזרת אף היא מאבחנה זאת (גרינסון, 1967). היא מדגישה תובנה לתכנים לא-מודעים, המושגת באמצעות הפירוש. אסטרטגיה זאת מתמקדת בעיקר בתהליך ההעברה, אך היא מיושמת גם על תחומים נוספים בחייו של המטופל.

השינויים שעברה הגישה הפסיכואנליטית לאורך השנים

הגישה הפסיכואנליטית עברה שינויים רבים מאז פרויד. ראשיתה – בניסיון לתת מענה למטופלים הסובלים מבעיות נירוטיות (פרויד, 1915 b). בהמשך ניסו להכילה גם על מטופלים הסובלים מהפרעות אישיות, אך אז נתקלו בקשיים רבים. התפתחות זאת הביאה להרחבה תיאורטית. ההתמקדות בשלב האדיפלי וביחסי המשולש פינתה את מקומה לעיסוק בשלבים הפרה-אדיפליים וביחסים הדיאדיים (וויניקוט, 1965, קליין, 1975, קרנברג, 1976). פיין (1990) ערך סקירה מקיפה של התיאוריות בפסיכואנליזה, והצביע על ארבע כיוונים מרכזיים:

א. פסיכולוגיית הדחף: נוסחה בהרחבה על-ידי פרויד (1915 B). תחום זה מתאר קונפליקטים אדיפליים סביב משאלות מיניות ותוקפניות כמקור לקושי בהסתגלות.

ב. פסיכולוגיית האגו: תוארה בהרחבה בספרם של גטרוד ורובין בלנק (1974). תחום זה מתרכז במנגנוני ההגנה שתפקידם כפול: לווסת את העולם הפנימי ואת הקשר עם המציאות. חוסר בשלות בתחום זה עלול לפגוע בבחון המציאות.

ג. פסיכולוגיית יחסי-אובייקט: מצביעה על קושי בדפוס היחסים המוקדם, בעיקר בספרציה-אינדיווידואציה, המפריעה ביצירת קשרים בין-אישיים בהווה (מאלר, 1968, וקרנברג, 1976). חוסר הבשלה בתחום זה משפיע על קושי באינטימיות מצד אחד ועל קושי לממש אוטונומיה מצד שני. תיאוריית יחסי-אובייקט אינה מהווה מקשה אחת וקיימים גם בה גוונים ודגשים שונים. קליין (1975), לדוגמה, ראתה ביחסי-אובייקט אינטרוייקטים, בעוד שוויניקוט (1965) ראה בהם הפנמה של יחסי אם-תינוק אקטואליים וכד'. מעבר להבדלים בין התאורטיקנים השונים – תחום זה מדגיש לעומת קודמיו דווקא את יחסי-האובייקט ולא את המשאלות והדחפים.

ד. פסיכולוגיית העצמי: תוארה בהרחבה על-ידי קוהוט (1971, 1977). כיוון זה רואה בחוסר אינטגרציה/ יציבות/ המשכיות של הערך העצמי מקור לקשיים נפשיים. תחום זה בדומה לקודמו רואה את מקור הפתולוגיה ביחסי הורה-ילד. עם-זאת – בשונה ממנו – המוקד הפעם אינו ביחסים עצמם אלא בהתפתחות העצמי. זאת עלולה להיזק כתוצאה מחסכים בקשר המוקדם, בעיקר בחוויות אישור והערכה.

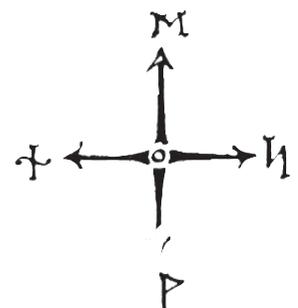
כל אחד מארבעת הכיוונים הללו הגדיר לא רק את מוקד הקושי, אלא גם את הדגש הקליני שסביבו אמורה להתנהל העבודה הטיפולית:

א. פסיכולוגיית הדחף: מתרכזת בפירוש קונפליקטים אדיפליים הקשורים למיניות, לתוקפנות ולתחרות. כל זאת באמצעות חלומות, אסוציאציות חופשיות ותהליך העברה.

ב. פסיכולוגיית האגו: מתרכזת בפירוש מנגנוני ההגנה, כאמצעי להרחבת אזורי האגו החופשיים מקונפליקטים. תהליך זה יחזק את בחון המציאות.

ג. פסיכולוגיית יחסי-אובייקט: מתרכזת בפירוש דפוסי יחסים מהילדות המשוחזרים בהעברה ובהעברה-נגדית של הקשר עם המטפל.

ד. פסיכולוגיית העצמי: מתרכזת בקידום מובחנות ואינטגרציה של הערך העצמי. המטפל נדרש לא רק לפרש, אלא גם להשלים חסכים התפתחותיים דרך שימוש באופנות האמפאטיה.





**יש להישמר מכך
שבמרחב הטיפולי
תתמקם פנטזיה
כוזבת המבטיחה
כי בתנאים
אופטימליים
ואצל מטפלים
אופטימליים
לתרומת הטיפול ו/או
ליכולת השינוי אין
גבול ואין מגבלות**

לצד אותו גיוון הקיים בגישה הפסיכואנליטית נשמרת עדיין אסטרטגיה קלינית משותפת: חשיבות תהליכי העברה והעברה נגדית תוך מתן פירושים. לאחרונה נוסף, כאמור, השימוש באמפאטיה לצד הפירוש.

פיין סבר שכיוונים תיאורטיים אלו – כל הארבעה – תורמים כל אחד בדרכו להבנת האדם. לכן, לדעתו, אין צורך שהמטפל יבחר בנאמנות לאסכולה אחת. לדבריו, גמישות ההקשבה, זאת הלוקחת בחשבון את כל ארבעת התחומים, תאפשר למטפל להתאים את תוכן הפירוש לזמינות המטופל. גמישות זאת חשובה לדבריו, במיוחד כשמדובר במטופלים עם קשיים פרה-אדיפליים. במקרים אלו – פירוש שאינו מותאם עלול לעכב את הטיפול ואף להביא לסיומו טרם זמנו.

התמקדות הגישה הפסיכואנליטית בהבנת הסיבות לטיפולים שכשלו.

מרבית השינויים שחלו בגישה הפסיכואנליטית נבעו מניסיון מתמשך להבין טיפולים שכשלו. המטרה היתה ונתרה – ניסיון מתמיד להתאים את הגישה לכמה שיותר מטופלים הסובלים ממגוון רחב של הפרעות. במאמרים שהתפרסמו במהלך השנים נמנו סיבות אפשריות אחדות לטיפולים שכשלו:

א. סיבות הקשורות להעברה ולהעברה-נגדית. פרויד עצמו (1937) מנה את היעדר עיבוד האגרסיה בתהליך ההעברה כאחת הסיבות לכישלון בטיפול. קושי נוסף עלול לנבוע מאינטראקציה בין העברה-נגדית לא מעובדת של המטפל לבין תוכני העברה של המטופל. בולס (2000), לדוגמה, עסק בנושא זה כאשר הוא דן בהפרעת אישיות היסטרית. הוא התייחס למקרים שבהם קשה למטופל לקבל גבולות, ולמטפל רגשי אשמה להציבם. לדבריו, אם המטפל איננו מודע לדינאמיקה הזאת, היא עלולה לפגוע בתוצאות הטיפול וביכולת לסיימו.

ב. סיבות המתייחסות למטפל שאיננו מבין את מבנה האישיות של המטופל. בלינט (1968) ציין כי מבנה האישיות של המטופל, נירוטי או פרה-אדיפלי, משפיע על סוג הרגרסיה שתפתח בטיפול. הוא הבחין בין שני סוגי רגרסיה: רגרסיה בשירות הטיפול לעומת רגרסיה פתולוגית. לדבריו, הבחנה בין שני הסוגים חשובה לתכנון התהליך הטיפולי ולהצלחתו. טולפין (1978) התייחסה אף היא לנושא זה, הפעם מההיבט של העצמי. לדבריה, מטופלים עם עצמי פגוע עלולים לחוות פירוש בעיתי הלא נכון כחזרה על הטראומה. דהיינו – שוב דמות משמעותית כמו בילדות אינה מבינה אותם ואינה שומרת עליהם מהצפה בתובנות שאינם יכולים להכיל. לדבריה, במקרים אלו פירוש כטכניקה בלעדית עלול לפגוע בברית הטיפולית ובתוצאות הטיפול.

ג. סיבות הנובעות מהיעדר התייחסות למגבלות אורגניות של המטופל, בעיקר בכל הקשור לפונקציות האגו. היטיב לתאר זאת פיין (1994) כאשר הבחין בין שלושה סוגי פתולוגיות: פתולוגיית קונפליקט, פתולוגיית חסך ופתולוגיית דפקט. **פתולוגיית קונפליקט** קשורה, לדבריו, לקונפליקטים אדיפליים שלא נפתרו. **פתולוגיית חסך** קשורה לחסכים במערכת היחסים הורה-ילד. **פתולוגיית דפקט** קשורה לליקוי בתפקוד פונקציות האגו, במיוחד ביכולת לווסת גירויים. פיין סבר שהבחנה נכונה בין השלוש, תעזור למטפל להתאים את סגנון ההתערבות ליכולתו של המטופל, ובכך תסייע להצלחת התהליך. פיין הבדיל את פתולוגיית הדפקט מהשתיים האחרות. האחרונה יכולה אומנם לנבוע מטראומה פסיכולוגית, אך היא נובעת גם מליקויים אורגניים (הפרעות קשב וריכוז וכו') ו/או מחלה פיזית (עיוורון וכו'). מה שמייחד אותה מהאחרות הוא תפקידו של המטפל. כאן עליו לעזור למטופל להכיר במגבלותיו, כתנאי הכרחי להתקדמות התהליך. במקרה זה פיין אומנם מזכיר לראשונה מגבלות של המטופל, אך אין אצלו התייחסות למגבלה אפשרית של תוצאות הטיפול.

אפשר אפוא, לסכם ולומר כי המגבלות של הישגי הטיפול מופיעות בספרות הפסיכואנליטית בעיקר תחת הכותרת "טיפולים שכשלו" ופחות כחלק טבעי מכל טיפול שמצליח. התייחסות זאת – שלא במתכוון – עלולה לעודד עמדה אומניפוטנטית לא רצויה. זאת המניחה שדי באבחנה נכונה ובהתאמת הטיפול אליה כדי שההצלחה תהיה "מלאה".



המגבלות של הישגי הטיפול מופיעות בספרות הפסיכואנליטית בעיקר תחת הכותרת "טיפולים שכשלו" ופחות כחלק טבעי מכל טיפול שמצליח. התייחסות זאת – שלא במתכוון – עלולה לעודד עמדה אומניפוטנטית לא רצויה. זאת המניחה שדי באבחנה נכונה ובהתאמת הטיפול אליה כדי שההצלחה תהיה "מלאה"

מגבלות השינוי כמאפיין טבעי ולא כסימן לתקלה

אני מבקשת לחדד את הנקודה הזאת כאן: יש להישמר מכך שבמרחב הטיפולי תתמקם פנטזיה כוזבת המבטיחה כי בתנאים אופטימאליים ואצל מטפלים אופטימאליים לתרומת הטיפול ו/או ליכולת השינוי אין גבול ואין מגבלות. הוצה לומר שאם השינוי מוגבל זה סימן לכך שמהו ו/או מישהו לא בסדר – המטפל, המטופל או שניהם. בספרות הפסיכואנליטית נכתב רבות על חשיבותה של ההתפקחות אצל המטופל – מפנטזיית הקשר-הטרנספרנסיאלי/אידיאלי עם המטפל (גרינסון, 1967). יש לעבד פנטזיות אלה ולהיפרד מהן, אחרת תיפגע היכולת להפנים את הישגי הטיפול. תהליך זה מגיע לשיאו בשלב הסיום של הטיפול. פתרון הקשר הטרנספרנסיאלי מאפשר למטופל להיפרד מהאובייקטים הראשוניים ולבסוף גם לראות את המטפל כאדם ולהיפרד ממנו. שלב זה מעצם טיבו מסמל לא רק את סופיות הקשר עם המטפל אלא גם השלמה עם סופיות ציר הזמן (מסנר 2007). סמית (1977) היטיב לתאר את הפנטזיה הזאת: לדבריו, מדובר בפנטזיה עם איכויות סימביוטיות, שעלולה להופיע כתגובה גרסיבית לחרדת פרידה. הוא כינה אותה: "The Golden Fantasy". המאפיין של פנטזיית-ההעברה זאת, היא המשאלה שכל צרכיו/משאלותיו/רצונותיו של המטופל ייענו בצורה מושלמת. סמית הדגיש שעבודה של הפנטזיה, במיוחד לקראת סיום, הכרחי להפנמת המטפל כשלם ולחיזוק בוחן המציאות. בולס (2000) הוסיף, שגם המטפל עלול לעכב באופן לא מודע את פרידתו של המטופל מן הפנטזיה הזאת. סוג זה של התפתחות בלתי רצויה עלול להתרחש כאשר למטפל – ולא רק למטופל – יש קושי לא מעובד להכיל סופיות ופרידה.

בספרות המקצועית יש, אם-כן, התייחסות נרחבת לחשיבות ההתפקחות מפנטזיית הקשר הטרנספרנסיאלי/אידיאלי עם המטפל. עם-זאת – בפער ניכר – קיים פחות דגש על חשיבות ההתפקחות מפנטזיה נוספת. פנטזיה שפרידה ממנה אף היא חיונית לסיום הטיפול. הכוונה הפעם אינה לפנטזיה-אידיאלית כלפי המטפל, אלא לפנטזיה-אידיאלית כלפי תוצאות הטיפול, האמונה שבסוף "הכול יהיה בסדר". פנטזיה זאת מתעלמת ממגבלות השינוי כעובדה אקזיסטנציאלית, ורואה בהן סימן לתקלה מצערת.

הניסיון הקליני מפגיש אותנו לא אחת עם מצב שככל שהטיפול יהיה מוצלח עדיין יש רגישויות ודפוסים תגובה שאינם נעלמים. המטופל אומנם שולט בהם טוב יותר מבעבר והשפעתם על חייו קטנה, אך עם-זאת הם עדיין מהווים חלק מהמערך הנפשי שלו. בסיום טיפול אפשר, איפוא, לומר שחשוב שהמטופל יגיע לא רק לראייה ריאלית של המטפל, אלא גם לראייה ריאלית של הישגי הטיפול על מגבלותיו. ללא התפקחות משתי הפנטזיות כאחד הטיפול לא יהיה שלם.

יכולתו של המטופל להתפקח מהפנטזיה הגרנדיוזית לגבי תוצאות הטיפול דומה ליכולתו להתפקח מפנטזיית-ההעברה כלפי המטפל. גם במקרה זה התהליך מושפע משני מרכיבים:

א. המטופל: עד כמה הוא מסוגל לוותר על הגרעין האומניפוטנטי-נרציסטי שלו ולהפנים את ההישג למרות החלקיות שבו (בולס, 2000).

ב. המטפל: עד כמה הוא מסוגל לוותר על הגרעין הנרציסטי-אומניפוטנטי שלו, ולהכיל את מגבלותיו כמטפל כדי ליהנות מפירות עבודתו (מסנר, 2007).

בסיום הטיפול אמורה אם-כן להתרחש פרידה מהמטפל ונוסף לה – גם תהליך טבעי של אבל על סופיות השינוי. תהליך האבל מפגיש עם עצב, ולכן קל לעיתים לחמוק ממנו דרך אידיאליזאציה או כעס. פרויד (1917) הבחין בין שתי תגובות אבל – תקין ופתולוגי.

כאשר קיים אבל תקין: יש הכרה באובדן, לאחריה עצב, ולבסוף השלמה ובנייה מחדש של משמעות.

כאשר קיים אבל פתולוגי: יש הכחשה של האובדן. הכעס מחליף את הכאב ואת העצב. תהליך זה פוגע בהשלמה עם האובדן ומקשה על הסתגלות לחיים שאחרי.

האבל על הסופיות של הישגי הטיפול יכול לקבל גם תרחיש תקין או פתולוגי:

בראשון: יש הכרה של המטופל והמטפל בהישגים, אך גם עצב על חלקיותם. תהליך זה מאפשר למטופל ליהנות מהישגיו ולהמשיך לממשם גם בעתיד.

בשני: משתלט כעס של המטפל ו/או של המטופל. הכעס הזה תופס את מקומו של העצב. המטופל עלול לכעוס על עצמו שלא היה טוב דיו ו/או על המטופל שלא התמסר דיו לתהליך. המטופל עלול לכעוס על המטפל שאינו מקצועי דיו ו/או על עצמו שלא השקיע דיו. במקרה זה אין יכולת להכיל את העצב על מגבלות השינוי, ולכן גם אין הפנמה של ההישגים.



ציפיותיה מתוצאות הטיפול באו לידי ביטוי בשני שלבים שונים:

בשלב הראשון – לאחר כחצי שנה של טיפול. ע. החלה לעמוד על שלה בקשר עם בן-זוגה ונוכחה שזה אינו פוגע בקשר, אלא דווקא מחזק אותו. במקביל החלה ע. להעלות שאלות לגבי הטיפול.

ע.: "אני מתחילה להרגיש יותר טוב בזמן האחרון". הייתה שתיקה קצרה ואז המשיכה: "רציתי לשאול מתי יודעים שאפשר לסיים את הטיפול". היא התבוננה עמוקות בפני, כאילו מחפשת רמז אם מותר לה לשאול שאלה כזאת.

המטפלת: "חשוב שתרגישי שאפשר לשאול כל דבר".
ע.: חייכה בהקלה והמשיכה: "עכשיו שאני רואה שהטיפול עוזר, התחלתי לפחד איך אני אסתדר פעם בלי, ואולי אני אף פעם לא אוכל לסיים."

המטפלת: "את מעלה בעצם שתי שאלות. אחת – מתי מרגישים שאפשר לסיים, ושנייה – פחד מתלות."

ע.: מהרהרת זמן-מה ואז אומרת: "רק עכשיו התחלתי להתקדם, אז זה עוד לא הזמן לסיים... אבל מפחיד אותי נושא התלות. אני מפחדת להיות כמו אמא, שכל כך תלויה באבא ולא יכולה לעשות שום דבר עצמאי משלה."

בשלב זה עלתה לראשונה המחשבה שבשביל ע. הקריטריון לסיים הטיפול יהיה שיפור במצבה. עם-זאת – המוקד היה לא הישגי הטיפול אלא הפחד מתלות.

בשלב השני עסקה ע. בציפייה מתוצאות הטיפול. זה היה באמצע השנה השלישית. הפעם – בניגוד לפעם הקודמת – המחשבה לסיים לא עלתה מתוך פחד מתלות, אלא מהתפתחות משמעותית שהושגה.

ע.: "ש. (החבר) העלה אתמול אפשרות שנעבור מהצפון למרכז הארץ. הרגשתי מיד שזה עוד לא מתאים לי ואני צריכה זמן, אך לא אמרתי כלום. את יודעת איך זה אצלי, מן 'רפלקס' כזה לא לריב. אבל זה לא נמשך הרבה זמן כמו פעם. בערב אמרתי לו איך אני מרגישה, וכמו תמיד מצאנו פתרון והחלטנו לדחות את המעבר לעוד חצי שנה. אני חושבת שזה יהיה גם זמן טוב לסיים את הטיפול."

המטפלת: "את במקום אחר כבר... מרגש לשמוע אותך ככה."

ע.: "לא שאין לי חששות לסיים. אני יודעת שיש לי את ה'רפלקס' הזה להימנע מוויכוח, שלפעמים תוקע אותי. עם-זאת – אני בסך-הכול מרוצה, ומרגישה שאני יכולה להמשיך לבד."

ניכר היה שע. שמחה בהישגי הטיפול ואינה רואה בדפוס תגובה שעדיין נותרו, מכשלה לסיומו.

ההישגים של הטיפול מתגבשים אם-כן בתנועה מתמדת במרחב שבין השאיפה לשינוי ובין ההכרה במגבלות. דינאמיקה זאת נוגעת בהכרח בשאלה מרכזית המעסיקה כל מטפל ומטופל: מתי העיתוי הנכון לסיים טיפול? מחד-גיסא חשוב להיזהר משימוש באשליית השינוי האין-סופי כקריטריון לסיום. דהיינו – שכל הקונפליקטים והחסכים ייפתרו. מאידך-גיסא – יש להיזהר מלהשתמש במגבלות כקנה-מידה בלעדי. דהיינו – אין למה לשאוף. רק שילוב בין השניים מייצר בכל טיפול את התשובה השלמה והאפשרית, להבדיל מתשובה מושלמת ודמיונית.

דוגמאות

אביא בקצרה שתי דוגמות מטיפול, המתייחסות למתח המתמיד בין הציפייה לשינוי ובין ההכרה במגבלות. הדוגמאות אינן עוסקות במורכבותו של כל אחד מהטיפולים. הן מתמקדות בציפייה של כל אחת מהמטופלות מתוצאות הטיפול. ציפיות אלה עולות בד"כ בתחילת הטיפול ובשלב הסיום. במקרה הראשון מדובר בבחורה הסובלת בעיקר מקשיים נוירטיים. במקרה השני מדובר בבחורה שהארגון הנפשי שלה נוטה יותר לכיוון של הפרעת אישיות. הציפייה של המטופל מתוצאות הטיפול בשני המקרים – ריאלית או אומניפוטנטית – עלתה במיוחד בקשר לשאלה: מתי לסיים את הטיפול.

דוגמא ראשונה:

ע. בחורה באמצע שנות העשרים, בת אמצעית ולה עוד אח ואחות. למדה חינוך מיוחד ועסקה בהוראה. היא הגיעה לטיפול כחצי שנה לאחר שעברה להתגורר עם חבר. סיבת הפנייה היתה חשש שמא תחזור עם החבר הנוכחי על טעויות שהביאו לפרידה מהחבר הקודם. היא סיפרה שהתגוררה שנים אחדות עם חבר שהכירה בצבא. היא הניחה שהם ימסדו את הקשר, אך בכל פעם שהנושא עלה, החבר התחמק מלדון בו והיא לא התעקשה. לבסוף החליטה להעלות את הנושא, ואז התברר שהחבר מתכוון ללמוד בחו"ל ולנסוע לשם בלעדיה. היא סיפרה על התדהמה שחשה ועל הפרידה שקרתה בעקבותיה. העלתה חשש שמא תהליך זה יחזור על עצמו בקשר הנוכחי. הציפייה של ע. מהטיפול, כפי שעלתה בפגישה הראשונה, היתה עניינית. רצון להבין מה קרה בקשר הקודם. הקשר ביניהם התפתח כמצופה, כולל תהליך העברה. במהלך הטיפול התברר שע. חשה זמן רב לפני הפרידה מהחבר שיש קשיים בקשר. היא לא העלתה זאת כי חששה לריב. לדבריה, היא אף פעם לא הייתה "טובה במריבות". סיפרה שלכל אורך הקשר מיעטה לעמוד על שלה מחשש שהחבר ידחה אותה או יעזוב. בפגישות הטיפוליות עסקנו בהרחבה במקור הפחד שלה מוויכוחים ומכך שבן-הזוג לא יקבל אותה אם תהיה לה דעה או רצון משלה. ע. סיפרה בהקשר זה על הדינאמיקה בין הוריה. אביה היה הדומיננטי וקבע הכול במשפחה, בעוד האם ויתרה על קריירה מצליחה כדי לטפל בילדים. בקשר הטיפולי, עלה כלפי חשש דומה. לקח זמן עד שהיא העזה לבטא את רצונותיה/מחשבותיה/רגשותיה בלי לבדוק כל הזמן אם זה "בסדר מבחינתי".



דוגמא שנייה:

נ. היא בחורה באמצע שנות העשרים. פנתה לטיפול כשלושה חודשים לאחר שחזרה מטיול ארוך (שני) במזרח. היא התלוננה על התקפי חרדה ועל קושי להירדם. תחילה ניסתה טיפול תרופתי, אך משלא חל שיפור החליטה לפנות לטיפול. מבחינת הרקע, נ. היא בת זקונים להורים מבוגרים. שני אחיה הגדולים הם בעלי משפחה משל עצמם. היא סיפרה שתמיד עשתה "מה שבא לה", והוריה לא החמירו איתה כמו עם שני אחיה. סיפרה שחלק גדול מחברותיה החלו ללמוד באוניברסיטה וחושבות על קשר רציני עם בן-זוג. לדבריה, היא עצמה אף פעם לא חשבה על העתיד כי "זה מעיק". היא השתחררה מהצבא ועבדה "לא חשוב במה" רק כדי לנסוע לחו"ל. על הטיול אמרה שהיה "מושלם" ועל החזרה לארץ אמרה: "קטסטרופה". בפגישות הראשונות התברר כי חלק מהמצוקה התגובתית נבעה משני גורמים: היא לא התקבלה לפקולטה שנרשמה אליה, וחבר שאיתו טיילה נפרד ממנה כשחזרו לארץ. במהלך הטיפול שנמשך כחמש שנים התברר בהדרגה ש. היא בחורה מאד טוטאלית. או שהכול מסתדר "נהדר" או כשמשוהו לא מסתדר, "הכול לא שווה". חוסר היכולת להכיל אמביוולנציה ותסכול גרם לה לנוע בין אידיאליזציה של אנשים/מצבים/ושלה עצמה לבין הורדת ערך מוחלטת של כל השלושה. אותו דפוס חזר גם בקשר איתי. או שהייתי "נהדרת" או שהפכתי ל"ברירת מחדל". ציפיותיה מהטיפול התנהלו אף הן במסלול דומה. בתקופת האידיאליזציה של הטיפול בלטה ציפייה שבסופו כל החרדות תיעלמנה ושכל חלומותיה יתגשמו. לפנטזיות אלה היה גוון אומניפוטנטי בולט. בתקופת הורדת-הערך, לעומת-זאת, חשה מיואשת, חסרת-תקנה וראתה בטיפול כישלון. בהדרגה התבררה הדינאמיקה הפנימית שבבסיס החרדות של נ. דינאמיקה שנבעה מקושי התפתחותי בספרציה-אינדווידואציה, אשר הקצין כי "עכשו מתחילים החיים על אמת, ואין לי כוח לאחריות הזאת". נוסף על כך – חוסר הבשלות של הארגון הנפשי, הקשה עליה להתמודד עם תסכולים ועם אכזבות. במצבים אלו נטתה להתפרצויות זעם שלוו אח"כ בהתקפי חרדה. כל שינוי שהתרחש בחייה, כמו התחלת לימודים או יצירת קשר זוגי חדש, גרם תחילה לרגרסיה. כל נסיגה הביאה לכעס ולייאוש מעצמה ומהטיפול. היו פעמים שהרגשתי כועסת ומיואשת לא פחות ממנה, עד כי שקלתי להעבירה למטפל אחר. אלא שברגע שעלתה ההצעה הזאת, הבנתי עד כמה היתה שגויה ואף הגבירה את הייאוש שלה. בדיעבד אני סבורה, שכאשר יכולתי להתגבר על אכזבתי ממני וממנה, הצלחתי להתקדם. תהליך זה דרש מאיתנו להכיר בדפוס ההתקדמות שלה, שכלל רגרסיות תכופות. באחת הפגישות בתחילת השנה החמישית אפשר היה לראות אצל נ. התחלת תפיסה ריאלית של הישגי הטיפול. הפגישה הנדונה באה לאחר התקף חרדה שנבע מהחלטתה לעבור לגור עם חבר.

נ.: "אני מתחילה להבין שאולי אף פעם אני לא אפטר לגמרי מהחרדות האלה". הייתה שתיקה ארוכה ואז היא המשיכה: "פעם חשבתי שאני אקום יום אחד בבוקר וזה כבר לא יהיה."

המטפלת: "את נשמעת עצובה אבל לא מיואשת."

נ.: מסתכלת בי ומחייכת: "כמו שאמרת לי פעם, גם קצת זה הרבה". היתה זמן מה מהורהרת ואז המשיכה: " החרדות, האמת, גם פחות נוראות ממה שהיו. אני חושבת שהפעם הצלחתי שזה יעבור יותר מהר."

פגישה זאת התחילה, למעשה, את שלב הסיום של הטיפול. ניכר היה ש. סובלנית יותר לחרדות שלה, ועם זאת היא מתחילה לסמוך יותר על יכולתה להתמודד איתן.

דיון בדוגמאות

בשתי הדוגמאות בלטו הבדלים בין המטופלות בנוגע לציפיות מהטיפול.

במקרה הראשון – הציפייה של ע. מהטיפול היתה ריאלית, ולא היה קושי בתחום זה גם בסיום. ע. באה לטיפול עם יכולת התבוננות מפותחת ובמהלכו הגיעה לתובנות חשובות ששחררו חלק מהעכבות שלה. היא הרגישה בעצמה מתי רכשה די כלים ומתי היא יכולה לסיים. החששות שעלו לקראת הפרידה היו אופייניות. עלה חשש שמא ההישגים ייפגעו כשהפגישות תסתיימנה. חשש זה נרגע לאחר שעבר עיבוד ולא חיבל בפרידה. ע. יכלה לראות בסיום הן את ההישגים והן את הרגישויות שימשיכו ללוות אותה גם בעתיד.

במקרה השני – ארגון האישי של נ. היה בתחום הפרה-אדיפלי. ציפיותיה בתחילת הטיפול היו אומניפוטנטיות-מגיות, לכן היה צורך בתהליך אבל הדרגתי על פנטזיה זאת ועיבודה. לקח זמן לשתינו עד שיכולנו ליהנות מהתפתחותה, למרות הרגרסיות שהופיעו מדי פעם. עוצמתן אומנם התמתנה, אך היה ברור שהן לא תיעלמנה.

אפשר, איפוא, לסכם ולומר כי בשתי הדוגמאות הללו, למרות השוני ביניהן, היכולת להפנים את הישגי השינוי כללה הכלה של מגבלותיו. בשני המקרים גם יחד נותרו אצל המטופלות נטיות-תגובה שלא נעלמו. במקרה הראשון: לצד התפתחות שהושגה, היתה הכרה שהנטייה להימנע מריב עדיין קיימת. במקרה השני: לצד שיפור שהושג היתה הכרה שהנטייה לרגרסיה תמשיך ללוות גם לאחר שהטיפול יסתיים. נשאלת השאלה – האם התובנה לגבי סופיות השינוי מובילה בהכרח לחשיבה פסימית? נהפוך הוא. מטופלות אלו החלו את הטיפול כשדפוסי תגובה בעייתיים ניהלו את חייהן ופגעו במימושן העצמי. הן סיימו טיפול כשדפוסי אלה עדיין השפיעו, אך כבר לא שלטו באופן טוטאלי בחייהן. הישג זה, גם אם הוא נשמע צנוע, היה בהחלט משמעותי מבחינת קידום ההתפתחות של שתיהן. ההבחנה בין דפוסי תגובה המשתלטים על המרחב הפנימי והחיצוני לבין אלה שהשפעתם קיימת אך אינה משעבדת עשויה בהחלט לשמש קריטריון ריאלי לסיום טיפול. ברגע שהקריטריון הזה יופנם על-ידי המטופל הוא עשוי לסייע לו גם מול קשיים בעתיד. דהיינו – אם תחזור תזכורת לדפוסי שהיו: לא יראה בכך כישלון, אלא אתגר, שרכש די כלים כדי להתמודד איתו.

Greenson, R. R. (1967). **"The Technique and Practice of Psychoanalysis"**. vol. 1, International Univ. Press.

Kernberg, O. (1976). **"Object Relations Theory and Clinical psychoanalysis"**. Jason Aronson, inc.

Klein, M. (1975). **"The Psycho-Analysis of Children"**. London: Free Press.

Kohut, H. (1971). **"The Analysis of the Self"**. New York: Int. Univ. Press.

Kohut, H. (1977). **"The Restoration of the Self"**. New York: Int. Univ. Press.

Mahler, S.M. (1968). **"On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation"**. International Univ. Press, ch. 1.

McWilliams, N. (1999). **"Psychoanalytic Case Formulation"**. The Guilford Press, ch:5.

Meissner, W. W. (2007). **"Time Self and psychoanalysis"**. Jason Aronson, ch:9.

Pine, F. (1990). **"Drive, Ego, Object, and Self"**. Basic Books, ch.3.

Pine, F. (1994). "Some Impression Regarding Conflict, Defect and Deficit". **Psychoanalytic Study of the Child**, Vol:49, p. 222-240.

Smith, S. (1977). "The Golden Fantasy: a Regressive Reaction to Separation Anxiety". **Int. J. Psycho-Anal.**, p: 311-324.

Tolpin, M. (1978). "Self Objects and Oedipal Objects". **Psychoanalytic Study of the Child**, Vol: 33.

Winnicott, D. (1965). **"The Maturation Processes and the Facilitating Environment"**. London:Hogarth Press.

סיכום

חשוב, אם-כן, להבחין בין תקווה לשינוי שהיא הדלק שמניע כל טיפול לבין פנטזיה אומניפוטנטית על השינוי ה"מושלם", שמחבלת בו. אם הפנטזיה הזאת אינה עוברת תהליך עיבוד ופרידה אצל המטופל והמטפל כאחד היא עלולה לחבל בהערכת הישגי הטיפול ובהחלטה על סיום.

בכל האמור לעיל אין כדי לתת לגיטימציה לטיפולים כושלים ו/או לחוסר אחריות מקצועית. חשוב לשאוף להפיק את המיטב מכל תהליך טיפולי. עם-זאת – יש לשמר בתודעה שגם לשינוי ולשיפור יש מגבלות. מגבלות אלה אינן בהכרח תוצאה של כישלון, אלא חלק טבעי מכל תהליך גדילה והתפתחות. הטיפול הדינאמי אמור, איפוא, לנוע בין שני הקטבים:

מצד אחד – מיצוי הפוטנציאל של השינוי בעזרת פתרון קונפליקטים ו/או קידום תהליכי ספרציה-אינדיווידואציה ו/או חיזוק תחושת ערך עצמי יציבה.

מצד שני – השלמה עם מגבלות השינוי. דהיינו – תהליך אבל על הפנטזיה, שהשינוי אינו אין-סופי.

טיפול הוא מסע בשניים – בעיקר של המטופל אך גם של המטפל. ההישגים מתגמלים את שני השותפים בעוד שהחוסרים והמגבלות מעוררים כעס ועצב ומחייבים תהליך אבל. תהליך טיפולי שלם אמור, איפוא, להקיף את שני הרבדים כאחד: שמחה על ההתפתחות, ועצב על סופיות ממדיה.

ביבליוגרפיה:

Blank G. and Blank, R. (1974). **"Ego Psychology, Theory, and Practice"**. Colombia University Press.

Bollas, C. (2000). **"Hysteria"**. Routledge, ch.: 11.

Freud, S. (1915b). "Repression". In **Collected Papers**, London:Hogarth, Vol. 4.

Freud, S. (1917), "Mourning and melancholia", in **Collected Papers**, London:Hogarth, 7:153-73.

Freud, S. (1937). "Analysis Terminable and Interminable", In J. Strachey (ed), **The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud**. London: Hogarth Prsss, vol. 23 ,pp. 209-253.

תהליך האבל הבין-דורי כמסע לחיפוש הקשר עם האם אמהות ניצולות שואה ובנותיהן

■ עדנה מור

הכותבת היא פסיכולוגית קלינית, מדריכה בפסיכותרפיה ובפסיכו-דיאגנוסטיקה ואנליטיקאית מנחה בחברה הישראלית לפסיכואנליזה

"לנסות ולהבין את אמי זה כמו לקחת ספר ולהתחיל לקרוא מהאמצע", כותבת פרן שומר-צ'פמן (2000) בספרה Motherland. הסופרת, שהיא עיתונאית במקצועה, מספרת על מסע עם אמה לעיירה בה נולדה בגרמניה. האם נשלחה בגיל 12 ע"י הוריה לארה"ב וכך ניצלו חייה. את הוריה לא ראתה יותר. 54 שנים לא דיברה על עברה.

בביקור זה בוכה האם לראשונה באופן גלוי על הוריה וקרובי משפחה אחרים שנספו, על ביתה ועל ילדותה. לראשונה היא מקבלת את העובדה, שהאובדן הוא אמיתי ובלתי הפיך. היא אומרת לבתה: "עד עכשיו ההורים שלי חיו עבורי, חיו בראש שלי, חיו בתוכי". בנסיעה זו מתגלים לבת יותר ויותר פרטים על העבר של אמה. לראשונה היא שומעת על הסבים ודמותם קורמת עור וגידים. כל השנים הרגשה הבת שהיא ספגה את הסבל של האם, אך תחושות אלה לא קבלו מעולם ביטוי מילולי. בעיני הבת, האם נראתה תמיד מרוחקת ומאופקת כאילו "רגשותיה נשמרים בכספת". הקשר בין האם לבת נעשה יותר רגשי וקרוב בעקבות המסע.

כמה נושאים שנידונו בספרות המקצועית על ניצולי שואה והדור השני באים לביטוי בסיפור המסע הזה (Jucovy, 1992). על השתיקה של ניצולי השואה נכתב רבות (Adelman, 1995 ; Krell, 1992). רבים מהניצולים הרגישו שהם חייבים להשקיע את כל כוחם במאבק על ההישרדות ואינם יכולים להשקיע בזיכרונות ובאבל. לחלקם הייתה גם תחושה שאין מי שמוכן להקשיב. כשהפכו להורים רצו לחסוך מילדיהם את הזוועה ולהגן עליהם. אינני יכולה להיכנס במסגרת זו לממצאים של מחקרים שנעשו בנושא זה, אך ברצוני לציין שבעיני יש הבדל בין תיאור של חוויות קשות של פגיעה פיזית, השפלה, בדידות, רעב, ובין דיבור על האובדן, על רגעי הפרדה מהדמויות המשמעותיות ועל הדמויות עצמן: מי היו האנשים האלה שנעלמו באופן כל-כך פתאומי ומה הייתה מהות הקשר איתם. כמו-כן יש חשיבות לאופן הדיבור: אם מתוך שיתוף אמיתי או ממניעים אחרים. דובר על כך שלניצולים היה קושי להתאבל על בני משפחתם הקרובים ביותר (Gampel, 1992 ; Klein, 1974 ; Shoshan, 1989 ; Davidson, 1992 ; Fresco, 1984 ; Pines, 1992). האבל במקרים רבים נדחה לשנים רבות או הפך לכרוני. רבות נכתב על תפקידם של הילדים שנולדו להורים ניצולים לפצות את הוריהם על הסבל שעברו ולשמש תחליף לבני משפחה שנספו, ראו למשל את ספרה של דינה ורדי "נושאי החותם" (1990). הילד שנבחר לשמש כנר זיכרון מקים לתחייה באופן סמלי את האובייקטים שאבדו ובכך עוזר להורה לשלוט בטראומות שעבר וגם, לפי ברגמן וגקובי (1982), לעקוף את תהליך האבל.

גבריאלה רוזנטל בספרה "השואה בשלושה דורות" (1998) מדברת על כך שתהליך האבל אינו מסתיים בדור אחד אלא נמשך מדור לדור. בראיונות עם שלושה דורות במשפחה אחת, היא מראה כיצד הילדים והנכדים ממשיכים את עבודת האבל שהאם לא יכלה להשלים. בשנים האחרונות אנו עדים לכך שניצולי שואה ששתקו במשך שנים רבות מתחילים לספר את סיפורם. הדור השני, שגם הוא התבגר בינתיים, מעוניין יותר לשמוע ואף מחפש פרטים על המשפחות שנספו. במקרים רבים יוצאים הבנים עם הוריהם הניצולים למסע שורשים כמו זה שתואר לעיל, או עוזרים להוריהם לתעד את סיפורם. דינה ורדי מציינת שמסעות אלה מבטאים צורך אישי ולאומי לשים קץ להכחשה ולהדחקה של העבר הטראומטי. באותה מידה ניתן לומר שהם מהווים שלב חשוב והכרחי בעיבוד האבל.

הרעיון למחקר הנוכחי צמח מתוך העבודה הטיפולית במסגרת "עמך" המציעה טיפול נפשי לניצולי שואה ולדור השני. בכמה מקרים, שני הדורות – ההורה הניצול ובנו או בתו, נמצאים בטיפול באותה מסגרת. המחשבה הייתה לעקוב אחרי תהליך האבל ולבדוק באיזו מידה יכול היה ההורה להתמודד עם האובדן ובאיזה אופן והאם התפקיד הועבר לדור הבא. אופי הקשר בין ההורה לבן או לבת, הקרבה ביניהם, האם ההורה שיתף את הבן או הבת במה שעבר עליו ומה הייתה האווירה בבית, כל אלה שאלות שנראו לנו נוגעות לנושא.



מצאנו שבעה "זוגות" של אם ובת הנמצאות בטיפול ב"עמך". נערכו ראיונות עם המטפלות של האמהות והבנות, כל אחת בנפרד.

תיאור המדגם והממצאים העיקריים

גיל האמהות בתחילת הטיפול נע בין 56-71, וגיל הבנות בין 24-53.

ארצות המוצא של האמהות: 3 מפולין, 1 מהונגריה, 1 מרומניה, 1 מאיטליה, 1 מטרנסילבניה. 6 נולדו בארץ, אחת ברומניה.

הציפיות שהופנו אל הבת הראשונה שנולדה היו עצומות. ארבע מהבנות האלה נקראו ע"ש הסבתא שנפטרה, כלומר היו "נרות זיכרון" (ורדי, 1990). האם הניצולה רצתה לגדל את ילדיה בתנאים נורמאליים, בבית קבוע, עם שני הורים, בית שיש בו אוכל ובגדים, בית שמעניק תנאים להתפתחות והשכלה. כל מה שלא היה לאם הניצולה, או שהיה ואבד. למרות שהתנאים האלה ניתנו לבנות, ברוב המקרים, בחלק גדול מן הבתים דווח על יחסים קשים של האם, בעיקר עם הבת הבכורה [ראה גם [Adelman, 1995 ; Brom, Kfir & Dasberg, 2001].

ננסה לבדוק יותר לעומק מה ההסבר ליחסים קשים אלה. החומר שבידנו מאפשר להסתכל עליהם משתי נקודות מבט, זו של האם וזו של הבת.

הרושם הכללי הוא שהקשר בין האם לבת מאופיין ע"י ריחוק רגשי ולעיתים קרובות גם פיזי. בשני מקרים דווח על כך שהאם אינה מסוגלת לגעת פיזית בבת ובאופן טבעי, גם הבת פיתחה רתיעה פיזית מן האם. ברוב המקרים דווח על חוסר אינטימיות, על ריחוק רגשי עד כדי ניתוק. אימא אחת מעידה: לא מצאתי חום בתוכי כלפי הבת (הבכורה).

רק במקרה אחד דווח על קרבה רגשית. בשני מקרים הבנות נשלחו לפנימייה כי האם לא יכלה לטפל בהן בגלל מחלה, או בגלל שהייתה מפרנסת יחידה. כשהבת חזרה הביתה, היחסים הידרדרו. במקרים אחרים, האם הייתה מעורבת בחיי הילדה ומאוכזבת כשהבת התחילה לעמוד על דעתה ולפנות לכיוונים שונים מציפיות האם. בנות אלה נחוות ע"י האם כיותר מדי עצמאיות, ביקורתיות ועומדות על שלהן.

טענה משותפת לחלק גדול מן הבנות, שהאם ציפתה שהן ימלאו תפקיד הורי ביחס אליה. בדרך כלל לא מדובר בטיפול פיזי אלא בתמיכה נפשית. ציטוט: "אימא מצפה שאני אטפל בה", או "אני כמו אימא של אימא". חלק מן הבנות מרגישות שהאם הייתה חודרנית מדי וציפתה שהן יגשימו את השאיפות המוחמצות שלה. רובן מדוחות על ריחוק רגשי מן האם ועל בידדות. כאמור, בשני מקרים הבנות גדלו רוב ילדותן בפנימייה והרגישו מוזנחות ולא רצויות.

שאלתי אם האם דיברה עם הבת על עברה. למעשה בכל המקרים, מלבד אחד, נאמר לי שלא דיברה. יש אימהות ששיתפו את הבנות, אולי יותר מדי, בדאגות היומיומיות שלהן, ביחסים שלהן עם האב, אך לא בסיפור חייהן אלא בעקיפין (כגון: "לא זורקים אוכל, את לא יודעת מה זה להיות רעבה"). במיוחד היה לי חשוב לדעת אם האימהות סיפרו לבנות על בני משפחתן שנספו, על הוריהן או על האחים והאחיות. ברוב המקרים נראה שלא סיפרו. רק כשהבנות התבגרו, בשני מקרים, הבת עזרה לאם לתעד את סיפורה ובשני מקרים אלה, שאופיינו קודם ביחסים קשים עם אותה בת, היחסים השתפרו בהמשך. רק זוג אחד, אם ובת, ששתייהן העידו כי האם שיתפה את הבת מילדות בסיפור חייה, היה קשר קרוב בין האם לבת ויש קשר קרוב ורגשי עד היום. גם בבית הזה לא הייתה שמחה והאם מעידה על עצמה שהייתה מדוכאת.

גיל האמהות בזמן מלחמת העולם נע בין 0 ל-14 שנה. שתיים מהן נולדו במהלך המלחמה. לכל אחת סיפור משלה. ילדות שהוותרו במזרים, עם או בלי אימו, משפחות שחיו בבריחה מתמדת ומשפחות שהועברו מהבית לגטו ומהגטו למחנות השמדה.

שלוש מהן איבדו את שני ההורים. שתיים איבדו הורה אחד ושתיים מהן לא איבדו בני משפחה מקרבה ראשונה. מדובר אם כן בנשים שהיו ילדות בזמן המלחמה. גם הגדולות ביניהן היו עדיין בגיל שבו התלות בהורים מוחלטת. בנוסף לאובדן ההורים, הן איבדו את המסגרת המשפחתית, את הבית, את בית הספר.

לאחר המלחמה מצאו ילדות אלו את עצמן, במרבית המקרים לבד בעולם ולרוב מיהרו להקים להתחנן ולהקים משפחה. בארבעה מקרים מצאו ניצול כמותן. במקרים רבים התחברו לגבר מבוגר מהן בשנים רבות. לעיתים קרובות הן מיהרו להתחנן לפני שהספיקו לבדוק אם הוא מתאים להן מבחינות אחרות. הן מיהרו להביא ילדים לעולם מתוך משאלה לבנות בית ומשפחה מהר ככל האפשר. חלק מן הנשים הצליחו ללמוד ולרכוש מקצוע וגם השכלה גבוהה. שלוש מתוכן לא למדו באופן פורמאלי ועבדו במקצועות טיפוליים.

התעניינתי במיוחד בקשר בין האם ניצולת השואה לבנותיה. במדגם הנוכחי היו שלוש בנות בכורות, בת אחת יחידה, כלומר גם היא הראשונה לאמה. בין שלוש הנוספות, אחת בת שנייה אחרי בן, אחת בת שנייה אחרי אחות חולה מלידה, ואחת בת שנייה אחרי אחות בכורה שלא נמצאת בטיפול.

באופן כללי ניתן לומר שברוב הבתים ש"נכנסנו" לתוכם, בין אם דרך הסיפור של האם או של הבת, האווירה בבית הייתה קשה וקודרת. למשל ציטוט: "הבית היה קשה, מדכא ובלתי שמחה", או: "זה היה בית שלא צוחקים בו אף פעם".

בחלק גדול מן הבתים היחסים בין ההורים היו טעונים במתח. בשלושה מתוכם היו מריבות קשות בין ההורים. בשניים היה ריחוק והבעל נעדר רגשית ו/או פיזית. במקרה אחד הקשר נגמר בגירושין. רוב המריבות נסבו על עניינים של כלכלה וכסף. הבעל שנראה בהתחלה כמפרנס טוב, התברר במשך הזמן שאיננו כזה. גם הקשר הרגשי היה מאכזב. הבעל נחוה כאדיש, מרוחק, בלתי נגיש.





התסכול והאכזבה הביאו לכעסים ומריבות ולעיתים לפרידה. לילד הראשון שנולד לאם ניצולה הייתה משמעות עצומה. רבות נכתב על תפקידו של הילד הזה לשמש נר זיכרון ולפצות את הוריו על האובדנים שלהם. גם דובר על כך שילדים אלה אפשרו להוריהם להימנע מן האבל על ההורים שלהם (ורדי, 1990; ברגמן וגוקובי, 1982; ברוכאס וברוכאס, 1979)

פרן שומר (2000) כותבת: עבור אמי אני הדרך לשיקום, שחזור ותחייה מחדש. אני התחליף למשפחתה האבודה. אני מגלמת את החלומות, התקוות, האהבה והרגש שהיו צריכים לבוא מכל אותם אנשים קרובים שנספו, במיוחד מאמה. אני נותנת משמעות לחייה ולחייהם. את הקשר עם אמי אני רואה לפעמים כמו בובות מטרשקה רוסיות המותאמות היטב, זו לתוך זו. בחיי אמי, בובת מטרשקה קטנה איבדה בובת מטרשקה יותר גדולה, את אימא שלה. במשך השנים נשארה לבד. כשנולדתי היו שוב שתי בובות, אבל הגודל היחסי התהפך. הבת החזיקה והגנה על אמה. "אני נעשיתי אימא שלה בגלל שהיא הייתה זקוקה לאמא יותר ממני. יחד עם זה, אני גם הבת, התקווה הגדולה".

ראינו שרוב הבנות במדגם שלנו הרגישו רגשות דומים: שהן היו צריכות להיות בתפקיד האם, כי האם הייתה זקוקה לכך.

במאמרו "האם המתה" (1986) מדבר גרין על אימהות מדוכאות בגלל אובדן אובייקט יקר להן. הסיבה לדיכאון של האם אינה ידועה לילד, אבל הוא חווה אובדן, למרות שהאם נוכחת פיזית. דמות האם שהייתה חיונית ואוהבת, משתנה. הילד מנסה לשווא לתקן את האם השקועה ביגונה, וכשהוא מתייאש, הוא עובר להזדהות בלתי מודעת עם האם המתה. נוצר חור בטקסטורה של היחסים עם האם. האם ממשיכה בו-זמנית לטפל ולאהוב את הילד, אבל "לבה לא שם". התינוק, על מנת להמשיך ולהחזיק באם, מזדהה איתה ונעשה היא. מדובר בהזדהות שמתרחשת באופן בלתי-מודע ובניגוד לרצון האגו. ושוב ציטוט מפרן שומר: "באופן מוזר החלקים שלא ידעתי על אמי, יצרו אותי. הזהות שלי נוצרה לא ע"י מה שידעתי, אלא ע"י מה שלא ידעתי". ובמקום אחר: "אני ספגתי את הסבל של אמי, את האובדן שלה. זה קיים במפה הגנטית האמוציונלית שלי".

מודל (1999) במאמר תגובה למאמר של גרין (1986), מדבר על כך שבמקרים רבים הדרך להימנע מסינדרום האם המתה הוא ע"י הזדהות הפוכה או מנוגדת, להיעשות ההפך מהאם וכך לשמור על תחושת אינדיבידואליות. גם במקרים אלה הגרעין המת, העצוב או המנותק נמצא בעומק. לעומת זאת במקרים של הזדהות ראשונית, האינדיבידואליות של הבת אובדת לגמרי והיא מתמזגת עם האם, כפי שהיא קולטת אותה, כולל העמדות הבלתי מודעות שלה. ההזדהות עם האם המתה, שאיננה מסוגלת לאהוב, תורמת לאי-יכולת מקבילה אצל הבת לאהוב אחרים ולאהוב את עצמה. נראה שחלק מן הבנות במדגם שלנו הזדהו עם האם המדוכאת.

שאלתי על המצב הרגשי הדומיננטי של האם ובעיקר על ביטוי רגשי לאבל. הרושם הכללי שהיו יותר ביטויים של כעס מאשר של עצב, אשמה או חרדה. התרשמתי שבמקרים רבים תחושות ההחמצה והקיפוח ממשיות להציק לאימהות. הן מאחלות שלבנות שלהן יהיו חיים אחרים ויחד עם זאת יש גילויים של קנאה בבנות, על כך שגורלן טוב יותר. עם זאת, רוב האימהות גאות בבנות ובהישגים שלהן.

דין

במאמר של גרין (1990) – *The Intuition of the Negative – in Playing and Reality*, הוא מתאר מטופלת שהייתה בטיפול אצל ויניקוט ויותר מאוחר הגיעה לטיפול אצל. אישה שבגיל 11, בזמן מלחמת העולם השנייה, פונתה לאנגליה. היא שכחה לגמרי את ילדותה, אך מצד שני סירבה לקרוא לאנשים שטיפלו בה "דוד" ו"דודה". היא הצליחה לא לקרוא להם בשום שם, וזה לפי ויניקוט היה הנגיב של הזיכרון של הוריה. מדובר על היעדר זיכרון, היעדר מגע, היעדר תחושת חיים. במילים של המטופלת: "כשהייתי שם בארץ אליה פונית, כאילו לקחו את הלב שלי, תלשו אותו ושמו אותו בצד, אבל החיים נמשכו". כשחזרה הביתה אחרי 3 שנים, הוריה היו בחיים, אך הקשר איתם, במיוחד עם האם, אבד, ואיתו תחושת ההמשכיות. הנוכחות הפיזית של האובייקט אינה מספיקה במקרים מסוימים לתקן את ההשפעה ההרסנית של היעדרות ארוכה מדי. אי-קיום משתלט על הנפש ומוחק ייצוגים קודמים של האובייקט שקדמו להעדרו. במקרים רבים לפי גרין (1990), זהו מהלך אי-רברסיבילי, לפחות עד שאותו אדם מגיע לטיפול נפשי.

בדומה לאותה מטופלת של ויניקוט וגרין, האימהות במדגם שלנו היו ילדות בזמן השואה והופרדו מהוריהן לפני גיל ההתבגרות ובודאי לפני שהגיעו לבגרות נפשית. במאמר משנת 1966 שואלת מרתה וולפנשטיין, איך מתאפשר תהליך אבל שבסופו ישנה קבלה סופית של האובדן. המסקנות שלה בעקבות תצפית במתבגרים שאיבדו הורה הן – שתהליך האבל אפשרי רק לאחר השלמה של תהליך ההתבגרות. ההתבגרות, כמוה כתהליך אבל ניסיוני, שבמהלכו מתרחשת פרידה הדרגתית מאובייקט האהבה הראשון, כאשר הוא עדיין קיים. התהליך מלווה ברגשות של עצב ובזיכרונות על הילדות שלא תחזור. רק לאחר שתהליך זה התרחש, הפרט מסוגל להתאבל על אובדן מאוחר יותר. לפני שהושלם תהליך ההתבגרות, הילד שמאבד את אחד ההורים, מחפש דמויות אחרות שישלימו את הפונקציות ההוריות שנקטעו.

נראה לי שהילדות שמצאו את עצמן ללא הורים אחרי המלחמה, המשיכו לחפש הורות, קודם בן-הזוג ואחר-כך בבת הבכורה. ראינו שבחלק גדול של המשפחות, היחסים בין בני הזוג היו טעונים במתח רב. לנשים היו ציפיות שכן-הזוג ידאג להן, לא רק כלכלית, אלא גם רגשית. גם בן הזוג במקרים רבים איבד את הוריו ואולי גם לו היו ציפיות דומות.



Davidson, Sh, (1992), **Holding on to Humanity**, Ch. 8, New York Univ. Press.

Fresco, N. (1984), Remembering the Unknown, **Int. Rev. Psychoanal.**, 11, 417-432.

Gampel, Y., (1992), Thoughts about the Transmission of Conscious and Unconscious Knowledge to the Generation born after the Shoah, **J. Social Work and Policy in Israel**, 5-6.

Green, A., (1986), The Dead Mother, in: Private Madness, London, Hogarth.

Green A., (1999), The Intuition of the Negative in Playing and Reality, in: **The Dead Mother**, ed. Kohon, G, Routledge, London.

Jucovy, M.E. (1992), Psychoanalytic Contributions to Holocaust Studies, **Int. J. Psychoanal.** 73, 267.

Klein, H., (1974), Delayed Affects and After-effects of Severe Traumatization in Israel Ann. **Psychiat.**, 12, 293-302.

Krell, R., (1979), Holocaust Families: The Survivors and their Children, **Comprehensive Psychiat.**, 20,6.

Lichtman, H., (1984), Parental Communication of Holocaust Experiences and Personality Characteristics among Second Generation Survivors, **J. Clinical Psychol.**, 40, 914-924.

Modell, A.H. (1999), The Dead Mother Syndrome and the Reconstruction of Trauma. In: **The Dead Mother**, ed. Kohon G., Routledge, London

Pines, D. (1992), The Impact of the Holocaust on the Second Generation, **J. Social Work and Policy in Israel**, 5-6.

Rosenthal, G. (ed.) (1998), **The Holocaust in Three Generations**, Gasell, London.

Schumer-Chapman, F., (2000), **Motherland**, Penguin Books, New York.

Shoshan, T. (1989), Mourning and Longing from Generation to Generation, **Amer. J. Psychotherapy**, XLIII.

Wolfenstein, M., (1996), How is Mourning Possible? **Psychoanal. Study Child**, 21, 93-123.

אחת מהן אומרת בפרוש: "אני עצמי ניצולת שואה", למרות שנולדה אחרי המלחמה. אחרת מדברת על העבר של ההורים כאילו היא הייתה שם. לעומת זאת בנות אחרות בחרו להתרחק מהאם, התפתחו בכיוונים שונים מציפיות האם וביטאו כעס ודחייה כלפי האם ואי-רצון לדעת על עברה.

ראינו שבארבעה מתוך שבעת הזוגות, האם לא דיברה על עברה עם הבת והבת לא התעניינה בסיפור השואה של האם ובבני משפחתה שנספו. בשניים מתוך הזוגות, האם שיתפה את הבת בסיפור שלה בשלב מאוחר יותר, כשהבת התבגרה. שיתוף זה הביא לתיעוד הסיפור ב"יד ושם". במקרה אחד גם האם התחילה בתהליך עיבוד האבל: היא נסעה לפולין, הרצתה וכתבה עדות. וגם הבת עסוקה בנושא השואה דרך אמנות: ציור וכתביה. היחסים בין האם לבת השתפרו. במקרה השני הבת עזרה לאם לתעד את הסיפור. שתיהן הלכו לטיפול ובעקבות הטיפול היחסים ביניהן השתפרו. במקרה השלישי, היחסים בין האם לבת היו קרובים מלכתחילה. האם שיתפה את הבת בסיפור החיים שלה וגם התמודדה עם האבל בעצמה. הבת התעניינה בנושא השואה, נסעה לפולין ומכירה היטב את ההיסטוריה של אמה ומשפחתה על כל פרטיה. הקשר בין האם לבת רגשי ואוהב.

סיכום

מטרת הטיפול באם היא לעזור לה להתאבל על האובדן שלה ולפגוש את בתה כדמות נפרדת בזכות עצמה ומובחנת מדמויות העבר. מטרת הטיפול בבת – לעזור לה להגדיר את הזהות האישית-הייחודית שלה וככזו להיפרד מאימה ולפגוש אותה מחדש. כשהבת הופכת לשותפה אמיתית לרגשות האבל של האם, הקשר ביניהן יכול להשתקם. יש לקוות שהטיפול הנפשי, הן של האם והן של הבת, יביא להתקרבות הרגשית לה זקוקות שתיהן, ובנוסף לכך יביא לעצירת תהליך האבל הבין-דורי.

ביבליוגרפיה:

ורדי, ד. (1990), נושאי החותם, כתר, ירושלים

Adelman, A., (1995), Traumatic Memory and the Inter-generational Transmission of Holocaust Narratives, **Psychoanalytic Study Child**, 50, 343-367.

Barocas, H.A. & Barocas, C.B. (1979), Wounds of the Father, the Next Generation of Holocaust Victims, **Int. Rev. Psych. Anal.**, 6, 331-340.

Bergmann, M.S. & Jucovy, M.E. eds. (1982), **Generations of the Holocaust**, New York, Basic Books.

Brom, D., Kfir R. & Dasberg I. (2001), A Controlled Double-Blind Study on Children of Holocaust Survivors, **Isr. J. Psychiat. Relat. Sci.**, 38, I, 47-57.

על זוגיות וזיקת זולתעצמי – פסיכואנליזה של התהוות הודית

■ דפנה הומינר

מבוא

מאמר זה מתמקד באחד המושגים המרכזיים ביותר בתיאוריה הקוהוטיאנית, מושג הזולתעצמי, ומבקש להצביע על תרומתו האפשרית להבנת המורכבות העצומה של יחסי אהבה ולאפשרויות הריפוי של מצבי קונפליקט ומשברים זוגיים.

מושג הזולתעצמי, על מהותו הנראית מייד לעין דרך צורתו הלשונית המחוברת, מזמין לביטול ההפרדה שבין עצמי ואובייקט, תוך הטמעת שניהם יחדיו לצורה לשונית-מהותית חדשה. כזו שאינה אובייקט ואף סובייקט איננה. זוהי המשגה רדיקלית המתבססת על החידוש הקוהוטיאני, לראות בנרקסיזם אנרגיה נפרדת בפני עצמה, נבדלת ממהאנרגיה הליבידינלית, ושעשויה להיות מושקעת בעצמי או בזולת.

רענן קולקה כותב בהקדמה לספרו של קוהוט כיצד מרפאת האנליזה: **”מהו אותו זולת שמושקעת בו עתה אנרגיה של העצמי? זולת זה איננו עוד דמות נפרדת, זולת לעצמו, אלא מעין נציגות חיצונית של האדם שהשקיע בו את האנרגיה הנרקסיסטית שלו. לזולת ייחודי זה קרא קוהוט זולתעצמי, זולת שאיננו עוד ישות כשלעצמה ולעצמה, אלא מי שהווה כעצמיות זולתו.”**

אם זולת ייחודי זה, אינו עוד דמות נפרדת בפני עצמה, הרי שיחסיו של העצמי עם זולת זה אינם בגדר יחסים כלל, שכן המילה “יחסים” מרמזת על קיומם של שני סובייקטים שלכל אחד מהם עולם חווייתי משלו. לעומת זאת, זיקת ההדדיות שבין הזולתעצמי לבין העצמי אותו הוא מכונן, היא זיקתם של שני גופים, המשתתפים בחוויה נפשית אחת.

זיקה כזו, אינה שמורה אך ורק לתחום הטיפול, אלא מתארת איכות ייחודית שעשויה להתקיים בין שניים באשר הם, כאשר האחד מהם מוותר על נפרדותו וחוויותו האישיות כסובייקט, על מנת לחוות את חווית האחר כאילו הייתה שלו. הויתור הזמני שמוותר הזולתעצמי על האחיזה בנרקסיזם האישי שלו, כדי לכוון עצמי של אחר, מאפשר לו התמרה של עצמיותו הוא, לכדי מה שקוהוט כינה בשם נרקסיזם קוסמי, ורענן קולקה, אשר מציע לראות בתיאוריה הקוהוטיאנית גשר טבעי בין הפסיכואנליזה לבין הפילוסופיה המזרחית-בודהיסטית, מכנה בשם התמוססות.

הזוגיות עשויה אם כן להוות מרחב טבעי למימוש פוטנציאל של התפתחות נפשית ורוחנית עבור כל אחד מבני הזוג, מימוש העובר דרך ההזדמנות לקבל מבן הזוג את צרכי העצמי החסרים בדמות מירורינג, אידאליזציה ותאומות, אך גם, ואולי בעיקר, דרך ההזדמנות להתייבב למענו כזולתעצמי, מתוך התכוונות ומתוך עמדה אתית של התמרה.

עמדה כזו, מאפשרת לעצמי המתמוסס לא רק המשך התפתחות נפשית וריפוי העצמי, אלא גם נגיעה בהיבט הרוחני והאינסופי של הקיום, העובר דרך ההכרה בהיבט העל-אישי והאחדותי המצוי בנו תמיד, מעבר לשונות המגדרית והבין-אישית.

במאמר זה, אנסה להצביע על הקשר בין התקיימותה הרציפה של זיקת זולתעצמי כהוויה אחדותית בחיי האדם, לבין היכולת לאינטימיות לזוגיות, ובקשר שבין היעדרה או קטיעתה הפתאומית של זיקה זו, לבין חוויות נפשיות של בדידות, קיפאון רגשי וניכור.

את החוויה האחדותית המכוננת המצויה בבסיס המטריצה של זולתעצמי – עצמי, אני מבקשת להציע כאפשרות של היבראות הודית דרך זוגיות. כאשר האחד מסוגל להניח לאחיזתו בעצמו ובצרכיו על מנת להיות לזולתעצמי עבור בן זוגו, הוא בורא את האחר במבטו ובו זמנית חווה את פוטנציאל החיים האינסופי שלו עצמו, כמי שמסוגל לנכוח בעולם חופשי מתלאות עברו, ולחיות את חייו מתוך ראייה אמפתית של העולם כחלק בלתי ניפרד ממנו: מתוך משוקעות ואחריות רוחנית ואתית.

חוויה זוגית-אחדותית זו, אינה שמורה רק לרגעי התאהבות נדירים וחולפים, אלא מצויה בשפע כפוטנציאל בלתי נדלה, שמימושו עובר דרך היכולת להתמרה ולהתמוססות.

הכותבת היא פסיכולוגית קלינית מדריכה, חברה באיגוד הישראלי לפסיכולוגיית העצמי, מרצה ומדריכה בתוכנית הלימודים של פסיכולוגיית העצמי במסגרת התוכנית לפסיכותרפיה באוניברסיטת תל-אביב

מושג הזולתעצמי, על מהותו הנראית מייד לעין דרך צורתו הלשונית המחוברת, מזמין לביטול ההפרדה שבין עצמי ואובייקט, תוך הטמעת שניהם יחדיו לצורה לשונית-מהותית חדשה. כזו שאינה אובייקט ואף סובייקט איננה



היינץ קוהוט / כיצד מרפאת האנליזה?



פסיכולוגיית העצמי וחווית הבדידות הנפשית "לא טוב היות האדם לבדו, אבל הוא לבדו, בין כה וכה" (נתן זך)

אחד הדברים העיקריים המייחדים את פסיכולוגיית העצמי כתיאוריה פסיכואנליטית, הוא שמושגי היסוד שלה ומושג הזולת העצמי במרכזם, מציעים חריגה ברורה אחת ממחשבות היסוד של הפילוסופיה המערבית המודרנית, לפיה כל הדברים בעולם הינם בעלי קיום ניפרד משל עצמם, וכמוהם גם נפש האדם הינה ישות קבועה כשלעצמה, נפרדת ונבדלת מסביבתה.

בהמשך לאקסיומה זו, האדם הבוגר והבריא בנפשו אמור לעבור תהליך של התאבלות נורמאלית, שאחריה הוא מכיר בנפרדותו ומקבל בהשלמה את סופיותו הנפשית והפיזית, את מגבלות הקיום היחיד והחולף שלו, ואת אי היכולת לממש ולהגשים את כל שאיפותיו במלואן.

משימה התפתחותית נוספת שמחשבת הנפרדות הנפשית מציבה בפני האדם, היא השלמה עם הבדידות הקיומית כחוויה בלתי נמנעת לכאורה, משום שגבולות הגוף והנפש המפרידים בין אדם לרעהו, אינם ניתנים לעולם לביטול.

עם זאת, חרף ההכרה הבוגרת בנפרדות וקבלת הסופיות והבדידות, הגעגוע למזיגה אחדותית לעולם קיים, והוא לובש לעיתים קרובות את צורתה של הכמיהה אל האחר: **"הכניסי תחת כנפך והיי לי אם ואחות ויהי חיקך מקלט ראשי קן**

תפילותי הנידחות" (ח.נ. ביאליק)

אלא שהגישה לאותה עיר מקלט, בחיקה ימצא היחיד תקווה ונחמה לפצעי הקיום הסופי והמאוכזב שלו, אינו פשוט כלל: חרף הגעגוע וההשתוקקות לקרבה המאחדת, יחסים בין אדם אחד לבין אחר הנחוה על ידו כאובייקט ניפרד ממנו, נידונים לעולם להכיל בתוכם אמביוולנציה, מאבק כוחות ואפילו שנאה.

התיאוריות הפסיכואנליטיות מרבות להדגיש את האמביוולנציה הזאת ולכל אחת מהן דרכה הייחודית: בין אם מדברים בטרמינולוגיה הקלאסית על תוקפנות כדחף מולד ויריבות אדיפית כנגזרת של דחפים, ובין אם מדגישים, כמו מלאני קליין, את הקנאה והשנאה הבלתי נמנעת לאובייקט האהוב, שהוא לעולם נפרד מהעצמי ואינו ניתן לניכוס מלא אלא במחיר של אובדן בוחן המציאות.

מעבר להבדלים בין התיאוריות, כולן נולדו על ערש אקסיומת הנפרדות המתייחסת לאחר כנבדל מהעצמי ולפיכך כחיצוני לו, ועלול בנסיבות מסוימות, להפוך לאויב.

בהקשר זה אזכיר את מחשבותיו של הסופר והפילוסוף ז'אן פול סארטר כמייצג את הזרם האקזיסטנציאליסטי של הפילוסופיה המערבית המודרנית. על פי סארטר, האדם נתון לעולם במאבק נפשי נורא מול סביבתו הקרובה והרחוקה, אשר יחסה האינטרסנטי כלפיו הופך אותו לאובייקט וגזול ממנו את חווית החיוניות הנפשית שבהיות סובייקט פועל ובעל חופש בחירה משלו.

מכאן, שבין בני-אדם המקיימים ביניהם מערכת יחסים כלשהי, מתרחש סוג תמידי של מאבק, סמוי או גלוי, בו כל אחד מהם מעוניין להיות סובייקט טהור אשר נזקק לשם כך לאחר כאובייקט, הנמצא כביכול תחת שליטתו.

גם יצירותיו של קפקא מיטיבות לתאר את האכזריות הנוראה המצויה בתוך החוויה המנוכרת והבודדה. הבדידות הקפקאית היא אינסופית, ואינה נובעת מהיעדר פיזי של בני אדם אחרים, אלא ממצב של היעדר מוחלט במבט אמפתי, בתוכו יכול למצוא אדם משמעות לחייו ולחוש עצמו כבעל קיום נפשי. חוויה מנוכרת כזו של חוסר משמעות עלולה ליצור ייאוש סזיפי (קאמי). לפי פסיכולוגיית העצמי, מה שיוצר אותן חוויות קשות של בדידות נפשית וניכור הוא העדרו המוחלט של מגע קרוב ואמפתי עם הזולת: **"גן נעול**

לא שביל אליו לא דרך. גן נעול- אדם" (רחל)

ואם להחמיר עוד יותר את תמונת הבדידות הקיומית שגזרת עלינו אקסיומת הנפרדות, עלינו לזכור כי פעמים רבות, אותו מנעול בלתי חדיר הכולא את האדם בתוך עצמו, לא רק מונע ממנו את קירבתו המחיייה והמנחמת של האחר, אלא מפריד אותו גם מעצמו, ויוצר פיצול נפשי מכאיב, בין מהויות נפשיות שונות: כאשר האדם לומד לזהות את עצמו כסובייקט הנבדל מסביבתו, הוא לומד גם לקבל את היותו נתון לעולם למבטם של אחרים, המתבוננים בו ומוודים אותו כאובייקט.

הפער הזה שבין החוויה הנפשית לבין תמונת עצמו המשתקפת בעיניהם "האובייקטיביות" של אחרים, יחד עם הזדהותו של האדם עם תמונה מסולפת ורחוקה זו של עצמו, יוצר את תחושת המרחק של אדם מנפשו שלו.

הבדידות הקיומית נובעת אם כן מאקסיומה זו של נפרדות הנפש, והיא תולדת השסע שבין העצמי לבין הסביבה מחד, ומאידך – בין העצמי כחוויה אותנטית לבין העצמי המזדהה עם התייחסותם המחפצנת והמנוכרת של אחרים כלפיו.

אך למרות שנפש האדם התאמצה להסכין עם מידה מסוימת של בדידות כחלק מההכרח הדפרסיבי לקבל "מציאות" שהיא לעולם חלקית, סופית וחסרה, הרי רוח האדם, שאפה מאז ומעולם לגבור על הבדידות, לנצח את גבולות הנפרדות הנפשית, ולנגוע במהות האינסופית של הקיום.

אלא שהחיפוש אחרי חוויות מסוג אחר, במסגרתן ימצא מרפא של ממש לכאבי הקיום הנפרד, לא נכלל בתחומי העניין של הפסיכואנליזה הקלאסית, לפחות לא עד לעלייתה של פסיכולוגיית העצמי.

הנגיעה בממד האחדותי והאינסופי של הקיום, הייתה מעניינים הרוחני של משוררים ואנשי דת בלבד.

חווית ההתאהבות וזיקת זולתעצמי

"באת אלי את עיניי לפקוח

וגופך לי מבט וחלון וראי" (לאה גולדברג)

שאלת האהבה וההתאהבות הייתה מאז ומתמיד סוגיה מרכזית בפסיכואנליזה ובהגות הפילוסופית העתיקה והמודרנית. כבר ב"משתה" של אפלטון, מועלים רעיונות פילוסופיים המציעים את האהבה כערך מכונן עצמי, בעל אפיונים שהיום היינו עשויים לכוונתם נרקיסטיים, לא פחות מאשר ליבדילנים. אלא שכל הרעיונות הללו, הפילוסופיים והפסיכואנליטיים גם יחד, התבססו באופן חד משמעי על אקסיומת הנפרדות ועל יחסים בין שתי ישויות נבדלות.





זאת כחלק ממצב קיומי אשר קוהוט כינה בשם נרקסיזם קוסמי, ואשר רענן קולקה קושר להיבט האידיאליזטורי של זיקת הזולתעצמי, המאפשר לאדם לחוש עצמו לא כיחיד בודד, בן חלוף, אלא כחלק ממשפחת האדם והעולם בכלל, חלק בלתי ניפרד של התקיימות אינסופית.

דמה לי שאין צורך להכביר מילים על הקשר בין זולתעצמי של תאומות לבין מצבם של הנאהבים, אשר בבואם לנסות ולתאר את האהוב, משתמשים לעיתים קרובות בביטויים כמו: נפש תאומה, תאום רוחני וכדומה. החוויה הנפלאה הזאת של תאומות נפשית עם אדם אחר, אין כמוה לבטל באופן מיידי ומוחלט הן את החייץ הנפשי המפריד את האדם מהעולם הסובב אותו, והן את הניכור התוך נפשי של התייחסותו לעצמו כאל אובייקט זר ולעיתים אף מוזר.

חווית ההתאהבות, כביטול של הגבולות הבין-נפשיים המפרידים סובייקט אחד ממשנהו, אינה אם-כן אשלייה, אלא מצב של זיקת זולתעצמי. בניגוד לדעה לפיה התאהבות היא מצב נדיר, אני מבקשת להציע אותה כמצב שכיח למדי.

גם אם לא כל התאהבות, קרי משוקעות בזיקת זולתעצמי, מלווה בהכרח בתשוקה ארוטית ליבידינלית כלפי אדם אחר, הרי שהיא תמיד כרוכה בנגיעה משמעותית בהוויה האחדותית שמעבר לגבולות הנפרדות. ככזו, היא מהווה מרפא של ממש לבדידות האנושית.

בהקשר זה, אני מציעה לראות את אי היכולת להתאהב, כקושי לוותר על הנפרדות לטובת חווית המזיגה האחדותית, וסירוב לשחרר את האחיזה בנרקסיזם האישי.

קושי כזה הינו בדרך כלל תולדה של כשל עבר טראומטי מדי בקשר עם הזולתעצמי, בעיקר הארכאי.

אי היכולת למשוקעות ולהתאהבות, משמר חוויה מכאיבה של בדידות וחוסר חיוניות, כפי שניתן לראות בתיאור המובא להלן:

תיאור מקרה¹

“...כבר לא כואב, כבר לא אוהב.”

וקרוב ורחוק, שניהם במרחק גדול ממני ושווה¹
(יהודה עמיחי)

גיא, רווק בן 35, נאה ומרשים מאד, אקדמאי עובד בתחום הפיננסי ומצבו הכלכלי טוב. מרבה לצאת עם בחורות אך לא מצליח (ולדבריו גם לא רוצה) למצוא זוגיות. הגיע לטיפול בגלל תחושות מתמשכות של תפלות, שעמום, ריקנות, וחוסר מימוש אישי ומקצועי. החוויה העיקרית שלדבריו מלווה אותו מאז ומעולם היא הבדידות. אופן דיבורו השטוח והאדיש, מצוי בניגוד בולט לרושם הראשוני שהופעתו המרשימה יוצרת.

בשיחות הראשונות מבטא תחושות של אכזבה מעצמו ומיכולתו הרגשית הדלה, יחד עם תסכול ושעמום מהעולם הסובב אותו ומשדר פעמים רבות עליונות ובוז.

במקביל לגנאי כלפי אחרים, הוא נוטה לשיפוט עצמי חמור ומבטא תחושה של מיאוס מעצמו:

על רקע אותה עליונות פילוסופית-פסיכולוגית בלתי מעוררת של תפיסת העצמי כנפרד מהסובב אותו, חוויות אחדותיות נחשבו למשהו אי-רציונאלי, לאילוזיה (ולעיתים לדלזויה). לפיכך, גם חוויות של מזיגה נפשית אחדותית האופייניות כל כך לנאהבים, נחשבו כאשליה זמנית, כמעט מסוכנת, פרי השפעה הורמונאלית או אחרת אשר דינה לחלוף עם הזמן ואולי אף טוב שכך.

למעשה, ההתאהבות עצמה כמשוקעות בוטאלית באדם אחר, נחשבת לא פעם למעין חולי נפשי שכיח הפוגע זמנית בשפיות. “שפיות” זו, מבוססת כמובן על ההנחה שהקיום הנפרד והסופי, הוא הקיום היחיד האפשרי לבני האדם.

כניסתה של פסיכולוגיית העצמי לשדה הפסיכואנליטי שינתה את התמונה באופן מהותי, בהציבה במרכז את מושג הזולתעצמי, שעצם מהותו אחדותית ומשמעותו – שניים שהם אחד.

שינוי מהותי זה, מאפשר לנו לראות את ההתאהבות לא כאשליה הורמונלית זמנית שמטרתה להבטיח המשך המין האנושי ותו לא, אלא כדרך לנגוע בחוויה נפשית אמיתית, חיונית, אשר התחלפותה בחוויה אחרת אינה התכלות או התפכחות מאשליה, ומהותה הגרעינית יכולה להימצא לנו בכל רגע בחיינו.

אני מציעה אם כן שההתאהבות אינה תעתוע הורמונאלי של אשליית אושר רגעי, שמטרתה אבולוציונית בלבד, אך בו זמנית היא גם אינה חוויה נדירה, בלתי נתפסת וגדולה מהחיים, כפי שמחשבה שכיחה אחרת עשויה אולי להציע.

אני מציעה לראות את ההתאהבות כמצב אינטנסיבי ביותר של זיקת זולתעצמי, על איכויותיה המיוחדות של חוויה זו, ואת היכולת להתאהב אני מציעה לראות כיכולת להימצא בתוך זיקה כזו ולשמר אותה.

אם נבדוק את המצב האחדותי בו נמצאים הנאהבים זה כלפי זה, נראה שראייתם זה את זה אינה ראייה חיצונית “אובייקטיבית”, כי אם ראייה אמפתית, דהיינו ראיית האחר מבפנים, והשקעה נרקסיסטית בו כאילו היה עצמי. כך, באופן טבעי לגמרי, מספקים הנאהבים זה לזה את המיחורניג האמפתי החיוני כל כך לבניית העצמי ולשיקומו. במקביל, מאפשרת ההתאהבות את הזרמתו של חומר חיוני נוסף – האידיאליזציה. באמצעות האדרת האהוב כחלק מהעצמי, מתרחשים שני דברים:

הראשון הוא שיקום העצמי האישי, של היחיד, אשר מואדר דרך הזדהותו והשתייכותו אל האהוב המושלם. השני – האדרתה של האהבה עצמה כחומר בורא חיים, כמהות המכוננת התמרה והתקיימות על-אישית. שכן במקביל לאותו נרקסיזם אגוצנטרי כביכול, המאפיין את הנאהבים אשר שקועים באופן אינטנסיבי בהתרגשותו של העצמי הנבנה לפתע מחדש בעזרת חומרים חיוניים אלה, אנו עדים להרחבתה של אידיאליזציה אוהבת זו כלפי העולם כולו.

דמה שכאשר מתרחשת זיקת זולתעצמי התאהבותית בין שני בני אדם, בין היא מלווה ביחס ליבידינלי-מיני ובין אם לאו, מתרחשת לעיתים קרובות גם התמרה של העצמי במסגרתה נולדות יכולות רוחניות גבוהות יותר, כמו יצירתיות, חוכמה, נדיבות וחמלה.

¹ ניסיון פסיכותרפויטי ממושך, עשוי לאפשר כתיבה יצירתית של תיאורי מקרים השומרים על פרטיותם המוחלטת של המטופלים מחד, וממחישים באופן מקצועי ומהימן דיו, את הפרקטיקה הקלינית הייחודית מאידך. לפיכך, כל דימוין בין הדמויות וההתרחשויות המופיעות בדוגמא זו, לבין אנשים אמיתיים הינו מקרי בלבד





"הייתי סקרן, אהבתי להסתכל על אנשים ברחוב ולנחש מה המקצוע שלהם לפי איך שהם נראים. אחר כך הייתי מנחש מאיפה הם באים ולאן הם הולכים עכשיו ולפעמים עוקב אחריהם לנסות לראות אם צדקתי. זה היה משחק שמאד אהבתי לשחק עם עצמי".

בגיל ההתבגרות התגלה ליגיא כי נסיעותיו של האב היו מעין "פיתרון" ליחסי זוגיות כושלים. בידיעתה החלקית של האם, ניהל האב מערכות יחסים מחוץ לנישואים, עד שהתאהב אהבה גדולה והחליט לעזוב את הבית. גירושי ההורים היו קשים וגיא סרב לדבר עם אביו במשך שנים ארוכות. עם אימו, הפכו יחסיו למעיקים ורוויי אשמה והוא ניצל כל הזדמנות לשהות מחוץ לבית ולהימלט מטרונותיה על שהוא דואג רק לעצמו ומשאיר אותה בדידותה.

גיא היה תמיד בחור פופולארי בקרב הבנות. את יחסו לנשים הוא מחלק לשתי תקופות – עד לרומן עם נעמה נהג לומר לעצמו שמכיוון שאינו רוצה קשר רציני עד גיל 35, אינו מעוניין להיקשר רגשית לבחורה, מפני שהיא תצפה ממנו למחויבות בה לא יוכל לעמוד. כך, על כל פנים, נהג להסביר לעצמו את התנהגותו.

אחרי התנפצות הרומן עם נעמה, אי היכולת שלו למצוא עניין רגשי בשום דבר, לבשה צורה של "יאוש". הוא יצא הרבה, אך בכל פעם שהשיג בחורה שחשב שרצה, איבד עניין תוך זמן קצר והתחיל להשתעמם ולתכנן תוכניות איך לצאת מהקשר מבלי לפגוע בבחורה ולהיפגע מכעסה – אותו הוא חווה כמוצדק לגמרי. כך עברו כמעט שלוש שנים: "לא שמתי לב בכלל לזמן שעבר מרוב שהימים דומים זה לזה. אני לא מרגיש כלום, רק קהות ושעמום. **צף מעל החיים אבל לא נוגע בהם. לא מתערבב**".

הטיפול

במהלך הטיפול מגיעים גיא והמטפלת להכרה והבנה כי האובדן המכאיב והטראומטי שחווה סביב הפרידה מנעמה, לא היה האבדן הראשון בחייו: למרות נוכחותם הפיזית של הוריו הוא לא זכה בילדותו ליותר מדי רגעים של נראות, אם בכלל. ובכל זאת, אל מול הורים העסוקים זה בענייניו שמחוץ לבית וזו בדיכאונותיה שבתוך הבית, מצא גיא דרכים משלו לקיים את נפשו דרך משחקים דמיוניים בהם השתתפו בני-אדם אחרים שלא בידיעתם. גירושי הוריו ובעיקר גילוי השקר שקדם להם, שמטו את הקרקע תחת האידיאליזציה של האב, שאמנם נעדר הרבה מהבית אך עבד קשה למען המשפחה, והמתנות השוות שהביא תמיד, היו הוכחה הן לאהבתו את בנו, והן לערכו ומשמעותו בעולם. דרך השתייכותו לאב המצליח, חש גיא שהוא עצמו בעל-ערך בעולם.

הוא התרסק: "לא ידעתי עוד מי אני ומי אלה האנשים שחשבתי שהם ההורים שלי. הפסקתי לדבר כי לא סמכתי יותר על שום דבר. בעיקר לא על מילים, שאפשר לשקר איתן כל-כך". לאחר ההתרסקות ותגובת הזעם הנרקסיסטי של ניתוק הקשר עם האב וההתרחקות מהאם, החל כנראה לפתח אותו מעטה הגנתי בלתי חדיר רגשית.

"מגיל צעיר אני משחק את המשחק שמצפים ממני לשחק: מתפעלים ממני, ואני יודע שלא ממני מתפעלים, אלא מהבלוף, מהרושם שאני יודע לעשות. אני אדם מזויף. יש לי חברים ויש בחורות שרוצות אותי, אבל אני תמיד לבד. משתדל לשרוד, לא ליפול – אם אפול, אני יודע שלא יהיה לי כוח לקום מחדש".

בהמשך אומר: "אני רואה אנשים חיים אחד עם השני שנים, ולא מצליח להבין את זה. איך לא נמאס להם? איך לא בא להם לברוח? אני לא יודע מה זאת אהבה שנמשכת כל כך הרבה זמן. זה לא הגיוני בעיניי".

הקשר הרגשי היחיד שהיה לו, נמשך כשנתיים והיה רצוף מריבות ומאבקי כוח. הנתק היה חד וכואב, ואחריו באה תקופה של קהות רגשית בדידות ודיכאון. מאז חלפו שלוש שנים והוא טרם הצליח להתאהב.

הקשר שאבד היה מיוחד במינו ומפתיע: זה קרה כאשר כמעט בלי לשים לב, מצא עצמו נקשר רגשית לנעמה, בחורה שעבדה איתו והיה מיווד איתה מאד: "בחורה עם ראש טוב, חכמה, מצחיקה, ישרה. לא חשבתי בכלל לצאת איתה, היא הייתה כמו חבר נאמן והרגשתי איתה חופשי ובטוח".

אלא שפעם אחת הייתה מסיבת פורים בעבודה, שניהם שתו יותר מדי ואיכשהו נהיה פתאום גם רומן: עמק, מפחיד, סוחר, לא צפוי.

בציניות כואבת הוא אומר: "חשבנו שאנחנו 'נפשות תאומות'. היא הייתה כל כך דומה לי. זה היה מושך בצורה לא רגילה, אבל פתאום, מתוך קירבה כזאת שבה אני מספר לה את כל הסודות שלי והיא את שלה, אני מוצא עצמי בצרה גדולה כשהיא נהיית גם הבחורה שלי, זו שאני צריך לברוח ממנה! אני לא יכול להרשות לעצמי להסתבך עם מישהי שמכירה אותי יותר מדי ורואה את הבלוף שלי ממרחק אפס. הרגשתי שאני מוכרח להרוס את הכוח שיש לה עליי. לא יכול להסתכן איתה. מוכרח לברוח ממנה לפני שהיא תפגע בי.

וכל הזמן אני פוחד. ושונא את הפחד הזה. עד שהכרתי אותה לא פחדתי מכלום".

רקע ביוגרפי

"אני כמו כלי ירייה קצת מיושן,

אבל מדויק מאד: כשאני אוהב,

הרתע חזק מאד, חזרה עד הילדות, וכואב."

(יהודה עמיחי)

גיא הוא הבן הצעיר במשפחה בת שלושה ילדים. שני אחיו מבוגרים ממנו בהרבה וילדותו עברה עליו כילד יחיד בבית. אביו הרבה לנסוע לתקופות ארוכות לחו"ל במסגרת עבודתו. בשובו היה מביא עימו משחקים מיוחדים "עם ריח של חו"ל" – מעמדו של גיא בקרב חבריו נבנה לא מעט על מתנות אטרקטיביות אלה. גיא זוכר קשר קרוב אך טעון עם אימו, שסבלה תכופות מכאבי-ראש וכנראה גם מדיכאונות. בכל יום כשחזר מבית הספר, היה מוצא אותה ישנה "שנת צהריים" ממושכת. הוא היה מניח בשקט את הילקוט, אוכל משהו שמצא במקרר, ויוצא החוצה. לפעמים הולך לחבר, לפעמים משוטט ברחוב ומסתכל על אנשים:



**“אני מציעה אם כן
שההתאהבות אינה
תעתוע הורמונאלי של
אשליית אושר רגעי,
שמטרתה אבולוציונית
בלבד, אך בו זמנית היא
גם אינה חוויה נדירה,
בלתי נתפסת וגדולה
מהחיים, כפי שמחשבה
שכיחה אחרת עשויה
אולי להציע.
אני מציעה לראות את
ההתאהבות כמצב
אינטנסיבי ביותר של
זיקת זולתעצמי, על
איכויותיה המיוחדות של
חוויה זו, ואת היכולת
להתאהב אני מציעה
לראות כיכולת להימצא
בתוך זיקה מזו ולשמר
אותה”**

זכות רגישותו הגבוהה, ידע תמיד לזהות את חולשותיהם של אחרים ולתפעל אותן לצרכיו שלו. מבנה הגנתי זה של העצמי, שימש לו כטלאי נפשי, שהונח על החור הנורא שנפער עם פקיעתה הפתאומית של מטריצת הזולתעצמי האידיאליזטורית, זו שהחזיקה את חווית הקיום הרגשי שלו כמי שמשתייך למשהו גדול ממנו. טלאי זה אפשר את המשך הישרדותו הנפשית, אך במחיר כבד של בדידות, ניתוק רגשי ופיצול העצמי – מחד, דמות גרנדיזונית ומנופחת של “מצליחן שהעולם קטן עליו”, ומאידך – אדם בודד וחלש המקפיד להסתיר את פגיעותו, חרד מפילה, מפציעה נוספת של נטישה או עלבון... חושש מכל מה שעלול לחזור את הרקמה העדינה של הטלאי ההגנתי, המסתיר התפתחות משובשת, קטועה.

נראה שהרומן עם נעמה, עורר באופן לא מודע את התקווה לחידוש זיקת הזולתעצמי שנקטעה בעבר – איתה, הוא חש מובן באופן מלא, ולפחות במשך זמן מה, שהוא יכול להשיל מעליו את הטלאי ההגנתי של תחושת העליונות והבוז לאחרים, ולחוות עצמו כאדם שלם, שהזדקקותו לזולת אינה נחווית כאיום רב מדי. היענותה המדויקת של נעמה כזולתעצמי של תאומות, אשר הותנעה מהדמיון הנפשי ביניהם, סיפקה לגיא הן את המירווינג והן את האידיאליזציה, שתי איכויות החיוניות לתחושה של קיום בטוח בעולם – הנראות העניקה לו תחושה שהוא בעל-ערך למרות חולשותיו ופגיעותו, אותה הרשה לעצמו לחשוף, אולי לראשונה בחייו. ואילו התאומות והאידיאליזציה, אפשרו לו לחוש שאינו עוף מוזר יחיד במינו בעולם, ויש לפחות עוד מישהי אחת כמוהו – איכותית וראויה להערכה, שאפשר להאמין בה ולהישען עליה. אלא שבמקביל לאושר, התעורר גם פחד נורא: פחד זה, והצורך לברוח דווקא ממי שמעורר את התקווה לאיחוי השבר הנפשי, אופייני מאד למי שחווה כשלים טראומטיים של זולתעצמי בעבר.

המטפלת נתקלת בקושי זה מהרגע הראשון לטיפול – עליה לעבור בזהירות דרך חומת הציניות והבוז העצמי שגיא עוטה, דרך הדיבור שווה הנפש המבקש להסתיר גוונים וצלילים בלתי נשלטים, דרך המרחק הרגשי שהוא מקפיד לשמור ממנה, דרך המבט הספק מזלזל ספק מסתייג, בו הוא מקבל את מאמציה להיות אמפתית ולהבין אותו, יותר מכפי שהוא מרשה לעצמו ולה גם יחד. היא עושה דרכה בזהירות ומשתדלת שלא לפגוע במעטה הגנתי זה בטרם עת. מעטה זה צריך לנשור מאליו, עם התחדשות הצמיחה של העצמי.

זיקת הזולתעצמי נבנית לאיטה דרך מירווינג אמפתי לחוויה הרגשית הקשה של גיא, לתחושותיו כלפי עצמו והעולם, ולכוחותיו הנפשיים. המטפלת מחפשת מילים מדויקות למשאלותיו הכמוסות למגע אמפתי וקרוב עם מי שמבין באמת ומקבל אותו כשלם, על יכולותיו וחולשותיו האנושיות.

בהדרגה מצליח גיא שלא לרחות את המילים המוצעות לו כ”זיוף” או כ”חיזוק מעליב לאגו”, ולומד לסמוך עליהן כהדהוד של כוח-חיים המצוי בתוכו. הוא מתחיל להבין ולקבל את הבחירות שעשה בחייו, ולומד להכיר את עצמו לא כמי שמשקר, אלא כמי שנחוש להגן בכל מחיר על גרעין העצמי האמיתי והפגיע שלו. לאט-לאט הוא נוגע מחדש בתקווה שיום אחד אפשר יהיה להניח לגרעין זה לשוב ולהתגלות גם מחוץ לחדר הטיפול, ולהפציע מתוכו דרך בחירות ומעשים שינבעו מהערכים הכמוסים של הווייתו, ולא מתוך ערכי הישרדות המטריאלית בלבד. נקודת תפנית בטיפול מתרחשת יום אחד, כאשר בעקבות התייחסות של המטפלת למראהו העייף, הוא מחליט לאזור אומץ ולספר לה על מה שהוא מכנה “ההתמכרות שלי לאינטרנט” – מסתבר שגיא מבלה שעות רבות ביום בגלישה ברשת, לא פעם על חשבון שעות שינה יקרות. כשהוא מספר זאת למטפלת, הבושה והמבוכה ניכרות בו מאד והוא אומר:

“ככה זה, אני דפוק. יושב לילות שלמים וקורא שטויות שכותבים יצורים דפוקים כמוני. פחדנים שבורחים מהחיים האמיתיים”.

המטפלת מקשיבה, ואחר כך שואלת בעניין מהם האתרים בהם הוא גולש. גיא מספר שהוא חבר מזה זמן מה בפורום שנקרא: “שנינו לא ביחד, רק כל אחד לחוד”.

האידיאולוגיה של פורום זה, היא מלחמה בלחץ החברתי לחיות בתאים משפחתיים ולהקים זוגיות, ומאבק של חבריו על הזכות לחיות חיים מלאים ואוטנטיים לבד, מבלי להתפשר על מה שנחשב בעיניהם כזיוף.



אומר בזהירות: "יש לי הרגשה שיש לזה סיכוי. איתה זה קל יותר, כי בכל פעם שיש איזה מתח קטן בינינו ואני נבהל, אני מזכיר לעצמי שהיא פוחדת אפילו יותר ממני, ואני חושב איך אני יכול להרגיע את הפחד שלה. זה לא קשה, כי אני יודע בדיוק מה אני הייתי רוצה אילו הייתי במקום שלה ... וכשאני נותן לה את מה שהיא צריכה בלי להתעקש שהיא תיתן לי קודם את מה שאני צריך, אני נותן גם לעצמי. **כשאני מרגיע אותה, אני נרגע בעצמי, ואז אני גם מרגיש הרבה פחות לבד.**"

דיון

בטיפול זה מתקיימות שתי תנועות נפשיות שונות, המשלימות זו את זו: האחת, היא תנועתו של העצמי המחלים מפצעיו ומפציע לאיטו, לאחר שהשיל בהדרגה את המעטפת המגנה-חונקת שעליו, ושאף לתוכו את חומרי האמפתיה שמספקת מטריצת ההזנה של הטיפול.

תנועה זו ממקמת אותו בצד המקבל של המטריצה – הוא זה המשתמש באמפתיה של המטפלת והוא זה הקורא את הגיגיהם של חברי הפורום האנונימיים המשמשים לו זולתיעצמי פסיביים, כשהם מאפשרים לו להתבונן בעצמו דרך התבוננות בהם דרך כתיבתם.

התנועה השנייה מתרחשת לאחר זמן רב בו "מתורגלת" התנועה הראשונה של הפצעת העצמי – ברגע מסוים גיא מסוגל לוותר לא רק על מעקה הביטחון שמספק לו המבנה ההגנתי, אלא גם על הפצעתו הבריאה כעצמי בעל צרכים משלו. באמצעות האמפתיה, הוא הופך לזולתעצמי לאחרים-תחילה לחברי הפורום, ואחר כך לבת זוג החדשה.

נקודה אחרונה זו, חשובה במיוחד:

המעבר בין שתי התנועות הקיומיות הללו, בין היות עצמי מפציע הנזקק לזולתעצמי, לבין התמוססותו של עצמי זה לכדי מצב של זולתעצמי המשוקע בהווית האחר, היא תנועה קריטית להתפתחות הנפשית – זהו המקום בו אנו יכולים להניח זמנית לדיבור על ההתפתחות והרפיו של העצמי היחיד, ולעבור לדבר על התפתחות רוחנית של העצמיות.

קוהוט מכנה את המעבר הזה שבין עצמי יחיד, המותנע דרך קבלת מירורינג אמפתי לגרנדיוזיות, אל עבר ויתור זמני על צרכים אישיים אלה מתוך משוקעות אמפתית בעולם הסובב אותו, בשם התמרה.

במצב נפשי זה, שוב אין האדם חווה עצמו כנפרד מהסביבה אלא כחלק אינטגרלי ממנה, ונולדת בו היכולת לחמלה ולנתינה.

באשר לגיא, נדמה יש בהחלט מקום לתקווה, שאינה נשענת על משאלת לב בלבד אלא על היכולת החדשה שלו להשקיע עצמו באחר לא רק על מנת לקבל אמפתיה, אלא גם כדי לתת – מתוך התכוונות ויכולת לויתור עצמי, המבוססת על ההכרה בהיבט האחדותי של הקיום, המשותף לו ולאחרים.

למרבה המזל, המטפלת אינה נבהלת מהאידיאולוגיה העגומה של הפורום ואף אינה מתפתה לפרש את העיסוק בו כהגנה מפני קשר אמיתי. ממילא גיא מיטיב ממנה לעשות זאת.

היא מבטאת את התרגשותה למראה סימני-חיים חדשים הנובטים בו, ומעודדת אותו להמשיך ב"תחביב הווירטואלי". מתברר כי מה שמרתק אותו לאינטרנט הוא היכולת לפגוש באופן קרוב ואינטימי סיפורי חיים של אחרים, באמצעותם הוא יכול למצוא את עצמו ובו-זמנית לא להיות מחויב בשום צורה לקשר כלשהו עימם.

הוא אומר: "אני לא רוצה להיפגש איתם או להכיר אותם, ואף פעם לא ארצה לדעת מי הם באמת. אני רק רוצה להסתכל, לראות איך הם חיים, מה הם מרגישים.."

המטפלת אומרת: "אולי דרך התבוננות בהם, אתה מוצא גם משהו שלך. משהו מעצמך."

גיא נרתע: "זה פתטי, לא? כמו סוטה שמציץ לאחריים בלי שיראו אותו.."

המטפלת אומרת: "לא, לא כמו סוטה שמציץ, כמו ילד בודד אבל מלא סקרנות לחיים ורצון לחיות ולאהוב. ילד שהולך לבד ברחוב ומסתכל על אנשים, מנסה לנחש חיים של אחרים... אולי כהבטחה לחיים שיוכלו להיות לו? אולי כגעגוע לחיים שיכלו להיות לו? אולי כדרך להרגיש שיש כל כך הרבה אפשרויות לחיות, החיים כל כך אינסופיים...."

גיא מתרגש. דמעות עולות בעיניו. הוא אומר: "כן, כזה ילד הייתי, איך ידעת?"

המטפלת עונה: "כי גם עכשיו אתה כזה – בודד, אבל מלא רצון לחיות ולאהוב, למרות הכאב והפחד."

מרגע זה ואילך, משתנה משהו בברית ביניהם, ודומה שהיא נעשית הרבה פחות שבירה. השיחות הטיפוליות מתמלאות חיים דרך סיפורי הפורום והווייתו- המטפלת מקשיבה, מתעניינת, מחווה את דעתה על ההתרחשויות הווירטואליות, ויום אחד מפתיע גיא ומודיע שיזם ערב חברתי לחברי הפורום.

דבר מוליד דבר, גיא מוצא עצמו מגויס להשקעה הולכת וגדלה בפורום, אשר בניצוחו, הופך לקבוצה חברתית ממשית, המייסדת לעצמה מערכת מסודרת של פעילויות – טיולים, הרצאות וסדנאות. הציניות המפורסמת, בת לווייה נאמנה בטיפול כמו גם בחיים, הולכת ונושרת מגיא ככל שהוא הופך לפעיל נלהב בקבוצה זו. הוא מספר:

"גם שם אני מנהיג, כמו בכל מקום, אבל מנהיג מסוג אחר: לא כזה שחייב להיות במרכז, לא כזה שצריך שיעשו תמיד את רצונו, וגם לא כזה שמחכה למחיאיות כפיים והתפעלות. אני יותר כמו מין אם בית שלהם – עושה טלפונים כדי לארגן להם מפגשים, דואג, מטפל, אם מישהו לא מגיע למפגשים אני מתקשר אליו ומעודד אותו לבוא, אם מישהו נכנס לדיכאון למשבר, אני יושב ומקשיב לו, מנסה להבין מה עובר עליו."

אחת ה"מטופלות" של גיא, בחורה עם סיפור חיים דומה מאד לשלו, נקשרת אליו בקשרים קרובים ובשלב כלשהו הם מעזים לנסות גם קשר אינטימי.



נישואים כמטריצת זולתעצמי פוטנציאלית – הסיכון והסיכון

“עצות האהבה הטובה: אל תאהב הרחוקות. קח לך מן הקרובות” (יהודה עמיחי)

בדוגמא הטיפולית שהובאה, השבר הטראומטי בעברו של גיא לא אפשר את המשך התקיימותה של זיקת הזולתעצמי שנוצרה עם נעמה, והוביל לדרמה הנפשית הסוערת שבסופה שבר נוסף. אלא שחיי זוגיות ונישואים לא תמיד נשברים בשל דרמות סוערות שמקורן בפצעי עבר טראומטיים. פעמים רבות הם דועכים לאיטם בשל מחסור כרוני ביחסים בעלי איכות אחדותית. מחסור זה עלול להיגרם מסיבות פרוזאיות ולא דרמטיות כלל, אך עם זאת, הרסניות לא פחות.

בהתייחסות נדירה למדי לנושא הזוגיות והנישואים, כתב קוהוט בהערת שוליים בספרו “כיצד מרפאת האנליזה”:

...“בנוגע לנושא זה האחרון, (זהו) נושא חשוב ביותר הממתין לחקירה מפורטת מנקודת המבט של פסיכולוגיית העצמי.

נהגתי להתלוצץ במשך שנים כי “נישואין טובים הם כאלה שבהם בכל זמן נתון רק אחד מבני הזוג משוגע”... רק עתה, מכל מקום, בעזרת הבנת פסיכולוגיית העצמי, אני יכול לתפוס את משמעות הבדיחה שלי. האמת שהיא מרמזת עליה היא שנישואין טובים הינם כאלה שבהם אחד מבני הזוג נענה לאתגר של מילוי פונקציות הזולתעצמי, שהעצמי הלוקי זמנית של בן הזוג זקוק להן ברגע מסוים. ומי יכול, פוטנציאלית, להיענות לצרכיו של אדם בהדהוד אמפתי מדויק יותר מאשר בן/בת הזוג בנישואים?

ועל דרך ההיפוך: כפי שמזדמן תכופות לאנליטיקאי לראות – מי יכול לחולל טראומות אצל אדם יותר מבעל או אישה, אשר כמו הזולתעצמי ההורי מחולל הטראומה של הילדות, נענה בהבנה לקויה, או שמתוך תחושת עומס יתר מסרב בכלל להיענות?

זהו אכן החומר שממנו עשויה שבירת נישואין המלווה בשנאה תהומית של בני זוג.

אני מבקשת להציע אם כן את המחשבה, ששיבושים חמורים בחיי נישואים, מקורם באי היכולת של בני הזוג לנהל באופן הדדי והרמוני את המטריצה האמפתית של זיקת זולתעצמי.

בין אם זה מפני ששניהם “משתגעים בו זמנית”, כלשונו המתבדחת של קוהוט, ואף אחד מהם אינו מסוגל להיות זולתעצמי לאחר, ובין אם היחסים איבדו את הרכיב האחדותי שלהם כתוצאה משחיקת היומיום, או שלא השיגו אותו מעולם ונתרו מבוססים בעיקר על עיקרון הנפרדות והשותפות בין שניים, שלעולם אינם הופכים לאחד.

התנהלות זוגית המבוססת בעיקרה על ההווה הנפרדת של בני הזוג, לא רק שאינה מרפאת את חוויית הבדידות האישית של כל אחד מהשניים, אלא עלולה להעצים לכדי “בדידות זוגית” מכאיבה במיוחד – במושג זה, אני מתכוונת לחוויית הפיצול הנפשי שבין קירבה פיזית ומרחק רגשי, חוויה המהווה קרקע נוחה לצמיחתם של מצבי קונפליקט ואי-הבנה ממאירה.

נתבונן עתה בסיפור “פנים אחרות” של עגנון, המפליא להמחיש תנועה זו שבין בדידות בשניים לבין אחדות המכוננת היבראות משותפת. סיפור זה, מהווה כמדומה את אחד התיאורים הספרותיים המופלאים ביותר של חיי הנישואים ושרבם:

הסיפור נפתח ביציאתם של הרטמן וטוני, כל אחד לנפשו, מבית הדין בו אושרו זה עתה גירושיהם זה מזה, וכך מתאר עגנון את שהתרחש ביניהם למין ראשית נישואיהם ועד ליום גיטם:

“הרטמן לא היה רגיל להרבות שיחה עם אשתו, לא כל שכן בעסקי פרקמטיא. מיום שבנה לו בית, תחם בין ביתו לבית מסחרו. אבל דרך העסקים להיגרר אחר בעלים. ופעמים נכנס לביתו כשדאגתו על פניו. בראשונה כשהייתה אהבתם עזה והייתה טוני מבקשת ממנו שיסח לה דאגתו היה פוטר בהנשיקה.

משעבדו הימים הראשונים היה משיאה לעניין אחר. משרבו הימים, היה נוזף בה ואומר לה: לא דיין לצרות בחוץ שאת רוצה לגרור אותן לבית? בבית אדם רוצה להסיע דעתו מעסקיו הרעים”.

מדוע נהג הרטמן באשתו מתוך נפרדות יתר שכזו? מדוע למרות אהבתו העזה אליה, שמר והסתיר מפניה את נבכי נפשו ועולמו? זאת איננו יודעים מהסיפור. כל שאנו יודעים הוא שעיקרון הנפרדות הנפשית בולט עד להקצנה בהתנהגותו של הרטמן – הוא חי כמערכת קבועה וסגורה, שאינה מחוברת בשום קשר של הזנה רגשית לזולתעצמי שיכול לאפשר לו להשתנות ולצמוח.

“והואיל ומחשבותיו של אדם אינן נתונות בידי, נמצאו מחשבותיו טורדות אותו, עושות את ביתו סניף לחנות. אלא שבחנות עסקיו מבליים את המחשבות, ובבית המחשבות מבלות אותו.

הרטמן, אביו לא הנחיל לו ממון ואשתו לא הכניסה לו נדוניה – כל שסיגל, סיגל לו בעבודתו שעבד.

היה שוקד על עסקיו ומתרחק משאר דברים. כך עד שלא נשא לו אישה, וכך משנשא.

אלא כשהיה רווק אמר: אשא אישה ואבנה לי בית ואמצא קורת רוח מביתי.

כיוון שנשא אישה ובנה בית, ראה עצמו עירום מכל קיוויו.

בראשונה הייתה תקוותו משעשעתו, עכשיו אף היא הלכה”.

חיי הנפשיים של הרטמן, כמערכת בלתי חדירה, הולכים ומצטמצמים.

מה שנתר לו במקומם הוא מצבור של דאגות פרנסה בהן הוא הוגה באופן כמעט כפייתי, כמבקש למלא ולו במשהו טורדני, את השעמום הנפשי שחיי נפרדות וסגירות גוזרים עליו.

הוא חש שדבר מה אינו כשורה בחייו, אך אינו מצליח לעמוד על מהות החוסר העצום, מפני שלכאורה הכול נמצא – יש אישה, יש בית, יש פרנסה, יש ילדים, ולמרות הכול, הוא הולך ומאבד תקווה, הולך ונעשה “עירום מכל קיוויו”.

בצר לו, הוא מתבונן במעשיה של טוני ומנסה להתעניין בדברים הלוקחים את ליבה – בחברים ובספרים אשר דומה שטוני מוצאת בהם עניין רב. אלא שכלפי החברים אינו מרגיש קירבה – חברה



נשאה עיניה אליו, כשליבה מיצר ודואג והיא משתוממת עליו שעומד בכל הצרות בלא עוזר ותומך. הרגיש הרטמן בעיניה וחזר וסיפר לה כל אותו מעשה בקיצור. ראה פתאום את ענייניו כדרך שלא ראה אותם קודם, שמתוך שלא נתכוון להוכיח צדקתו נתבררו לו הדברים והכיר שאין העניין קשה כשם שהיה סבור עליו."

כשרחי באופן טבעי בשיח של פסיכולוגיית העצמי ומבלי להכיר פורמאלית, כותב עגנון ברגישות סופרים שאין כדוגמתה: **"הרגיש הרטמן בעיניה"** – זהו הרגע בו מתחוללת התמורה. מבט זה של טוני, שבתוכו משתקף ליבה המצר בצערו של הרטמן, הוא המבט היחיד הרואה את האדם כהווייתו – בלי לשפוט אותו, בלי לצפות ממנו, בלי להתאכזב. רק מבט כזה, מחולל אותה זיקת זולתעצמי מרפאת, זו המחברת מחדש את קרעי הנפש שניתקה מעל עצמה, ובו זמנית מחדשת גם את הקשר הרגשי שלו אל העולם בו הוא חי.

"נזכרה טוני בגיחשה וכל הימים שלפניהם, אף על פי כן לא הסיחה דעתה ממה שסיפר לה. נשאה טוני את עיניה החומות שנשתקפו בהן אומן לב וביטחון ואמרה: מובטחת אני בך מיכאל שתמצא עצה הוגנת. ושוב הביטה בו מתוך אומן לב והכנעה כאילו לא הוא אלא היא נתונה בצרה ובאה לבקש עזרה ממנו. הביט בה וראה אותה כדרך שלא הביט בה ולא ראה אותה ימים הרבה."

נדמה שלא במקרה אנו מתוודעים עכשיו לשמו הפרטי של הרטמן. עד כה, לא היה לו שם פרטי בסיפור. הוא היה רק הרטמן – איש קשה וסגור. משנח עליו מבטה האמפתי של טוני, נולד מיכאל. ומיכאל המופתע, פוקח אף הוא את עיניו, ורואה את טוני כפי שלא ראה אותה אולי מעולם.

אך לא רק את פניה האחרים של טוני חאה מיכאל, אולי לראשונה, אלא את פניו שלו, הוא סוף-סוף חאה במבטה... אין ספק שזהו רגע של הפצעה מבחינתו של מיכאל. אך בו זמנית, מבחינתה של טוני, זהו רגע בו היא מממשת את מלוא פוטנציאל הקיום המצוי בה, שכן כזולתעצמי, מבטה נושא עימו את מלוא כוח הבריאה של החיים עצמם. מבטה של טוני, אשר זוכרת כאב גירושיה "ואף על פי כן לא הסיחה דעתה ממה שסיפר לה", הוא מבט שאינו אחוז בתוך כאב או פחד ולפיכך חופשי לראות את האחר כהווייתו. זהו מבט מרפא ובורא חיים. מבט כזה, מצליח לשחרר את מיכאל מתוך כלא הביוגרפיה של הרטמן, כאדם הנעול בתוך פצעיו ובדידותו ונידון לחרדה תמידית.

ברגע כזה של בריאה, אין עוד משמעות לשאלה מיהו הבורא ומיהו הנברא: הזולתעצמי הבורא במבטו, נברא בו זמנית כאדם החופשי לנכוח בעולם במלוא פוטנציאל החיים המצוי בו – זה שהוא לעולם מעבר לפצעיו הביוגרפיה האישית שלו, מעבר לכאב התסכול וההחמצה, מעבר לנפרדות ולבדידות. רגעים כאלה של היבראות הודית עשויה הזוגיות לספק בשפע – לא רק כהתאהבות סוערת, חד-פעמית וחולפת, אלא כהוויית חיים מקבילה, המצויה לעולם מעברה של דלת, הנפתחת במבט.

של טוני הם בעיניו ולא שלו, והוא חש זרות מולם, ואילו הספרים שלה מתארים בני אדם שאף הם זרים לו ומשונים בעיניו מאד: **"אהבהבים ושמלות, הרהורי דברים וגניחות שהספרים מלאים בהם, מה צורך לאדם מן הישוב לדעת אותם? כלום רוצה הייתי לישוב עם בני-אדם כגון אלו?"**

בדידותו הולכת וגדלה, וכך גם המרחק שהולך ונפער בינו לבין אשתו. ומטיבן של הריקנות והבדידות הנפשית, שלעולם אינן שוקטות על שמריהן ומהוות הן קרקע פורייה לצמיחתם של עשבים שוטים – דיכאונות, חרדות, התמכרויות למיניהן, ואף מחשבות של קנאה:

"התחיל מקרר רוחו בעישון. תחילה כדי לעמעם על המחשבות, אחר כך היה מעשן מתוך עמעום. תחילה ציגרות אחר כך ציגרות. תחילה במניין, לבסוף בלא מניין, עד שהיה עשנם עולה בכל הבית ולא ראה את נזקם. אדרבא, היה מחזיק טובה לעצמו שיושב ודומם ואינו מבקש מאחרים כלום. כל אדם עונג שלו! עונג שלי זה עישון, ועונג שלה ממקום אחר. ומאחר שלא נתן ליבו לידע מה עונג שלה ומעונג שלו לא היה מרוצה, נכנסה מהומה בליבו והתחיל מקנא לה מכל איש, מכל אישה, מכל תינוק, מכל דבר."

וכאן מגיע עגנון אל שורה נפלאה, שאין כמותה לתאר את הטרגיות של הקיום הנפרד והחלקי, שבתוכו גם התשוקה הגדולה ביותר וגם האהבה הגדולה ביותר, אינן יכולות אלא לדעוך, בסופו של דבר, ולהותיר אחריהן אך ורק מדבר שומם של ריקנות. זוהי ההוויה המטריאלית הסופית והמתכלה, שבה כל אחד חי לעצמו בלבד, ומה שניתן לאחד, בא לעולם על חשבון של האחר:

"מיכאל הרטמן סוחר היה, ומוכר במידה ובמשקל. והיה יודע, שכל המבזבז מידה אחת, חסר הוא אותה מידה..." כך, בפחות מעמוד כתוב אחד, מתאר עגנון באופן מדויק להכאיב, תהליך שלם של התפוררות נישואים. נישואיהם של טוני והרטמן מתפוררים לא בגלל קונפליקטים או מאבקים כאלה ואחרים, גם לא בגלל היעדר אהבה הודית, אלא בגלל הסיבה הגרעינית והיסודית ביותר, המצויה להבנתי מאחורי כל תהליכי החולי הנפשי באשר הם – בין אם זהו חוליו של היחיד, ובין אם זהו חוליה של הזוגיות. מה שמצוי בבסיסו של ההרס הנפשי תמיד, הוא הניוון הממאיר של מערכת נפשית שצינורות ההזנה שלה נותקו. במילים פשוטות, זהו חסרונם של זולתעצמי: חסרונה של זיקת התקיימות הודית, של מזיגה אחדותית בה יכול אדם למצוא את נפשו שלו בנפשו של האחר, הנגלית לפניו במלואה כאילו הייתה שלו.

אבל הסיפור אינו נגמר בגט, אלא שם הוא רק מתחיל, מפני שדווקא ביציאתם מבית הדין הרבני, כל אחד לנפשו, הם חוברים זה לזה והולכים יחד: תחילה בשתיקה, ואחר כך בשיחה מגומגמת:

"ראה שטוני שומעת. חזר לראשית הדברים והטעים לה כל דבר ודבר. ומה שסתם תחילה, פירש בסוף, ומה ששייר ולא פירש, פירש אחר כך. התחילה טוני קולטת קצות דבריו, ומה שלא הבינה מדעתה, הבינה מליבה."



Kohut,H. (1976), Thoughts on the Self and its Restoration In: **The Chicago Institute lectures**, 1996,page, 227-242

Winnicot,D.W.(1960),Ego Distortion in Terms of True and False Self, in: **The Maturation Process And the Facilitating Environment**

ביבליוגרפיה:

אפלטון (2001) **המשתה**, בעריכת דן דאור, הוצאת חרגול.

ביאליק, ח.נ. (1938) **כל כתבי ח.נ. ביאליק**, הוצאת דביר

גולדברג ל. (1973) **שירים**, הוצאת הקיבוץ הארצי

הומינר ד. (2008) **פסיכולוגיית העצמי במרחב ההתהוות בין מערב ומזרח**, הוגש כהרצאה באיגוד ישראלי לפסיכולוגיית העצמי. (טרם פורסם).

חזן מ. (2006), **בין ארוטיקה לניראות – על מבט התאהבות ונרקיסיזם**, הוגש כהרצאה באגודה הפסיכואנליטית הישראלית (טרם פורסם).

נאת הן ת. (2001) **לב ההבנה**, הוצאת פראג.

סארטר ז'. פ. (2007), **המבט**, הוצאת רסלינג.

סארטר ז.פ. (1982) **בדלתיים סגורות**, הוצאת אור-עם

סוזוקי ד.ט. (1999) **מבוא לזן בודהיזם**, הוצאת אסטרוולוג

עגנון ש.י. (1998) **על כפות המנעול**, הוצאת שוקן

עמיחי י. (1973) **מאחורי כל זה מסתתר אושר גדול**, הוצאת שוקן

קאמי,א. (1990) **המיתוס של סזיפוס**, הוצאת עם עובד. קוהוט ה., (2005), **השפעתה המרפאת של האנליזה**, מתוך: **כיצד מרפאת האנליזה**, הוצאת עם עובד.

קוהוט ה., (2005), **גישתה של פסיכולוגיית העצמי להגנה ולהתנגדות**, מתוך: **כיצד מרפאת האנליזה**, הוצאת עם עובד

קולקה ר. (2005) **בין טרגיות לחמלה**, מתוך: **כיצד מרפאת האנליזה**, היינץ קוהוט, הוצאת עם עובד.

קולקה ר. (1995), **עולמו הרוחני של המטפל בין הקשבה לפירוש: על התפתחותה האפשרית של הפסיכואנליזה מאינדיבידואליות לסובייקטיביות**. "שיחות" כרך ט', חוב' 3

רחל (1985) **בגני נטעתיך**, בר הוצאה לאור בע"מ

Freud,S.(1914) **On Narcissism: An Introduction**. The Pelican Freud Library, Vol.11, pp.59-98. Harmondsworth: Penguin Books.

Kohut,H.(1966), Forms and Transformations of Narcissism.in: **The Search for the Self**. Vol.1 ed.Paul H. Orenstein.International universities Press,Inc,1978

Kohut,H.(1979),Four basic Concepts in Self Psychology, In: **Search for the self**, vol 4,edited by Paul H.Orenstein.

לב שלם
גילים: ברי סחרוף

כשאת לידי אני הולך צולל
כשאת רחוקה אני
צתחיל לרוץ
את רואה לתוכי אני
רואה דרכך
את רוצה נקודות אני
רוצה רצון.

וכשאני צתמרק את יותר שלצה
גלים גלים בא הכאב
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם.

לפעמים את אצלי ואני אצל כולם
לפעמים אני כאן אבל את כבר לא
את רוצה לחכות אני רוצה ציד
את רוצה קצת אויר אני רוצה לנשום.

וכשאני צתמרק את יותר שלצה
גלים גלים בא הכאב
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם.

וכשאני צתמרק את יותר
שלצה
גלים גלים בא הכאב
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם
לב שבור הוא לב שלם.

RATIONALIZATION

כיצד לטפל בהורים שנוקטים ענישה פיזית כלפי ילדיהם?

■ ד"ר אליעזר יריב

'חוסך שבטו שונא בנו, ואוהבו שוחח מוסר' (משלי, י"ג, כ"ד)

בשעות אחר הצהריים של יום סתווי בשנת 1991 חזרה משפחת טויטו (כל השמות בדויים) מביקור אצל רופא השיניים. אבי המשפחה נשא על כתפיו את טלי, שהייתה עייפה מהטיפול. בסמוך להם צעדה האם והובילה את עגלת התינוקת, שרון. לידה השתרך רועי בן השבע וחצי שהיה עייף גם הוא מהמסע אל המרפאה. מכיוון שקינא באחותו, דרש מאביו להורידה ולשאת אותו במקומה. משנענה בסירוב, החל הילד לקלל ('יא מאניאק') וכשאביו התמיד בסירובו החל רועי, ילד פרוע במיוחד, לידות אבנים לעבר עגלת התינוקת. אחת מהן פגעה ברגלה של האם. האב, שלא יכול היה לשאת עוד את העלבונות ואת האבנים שהתעופפו, התעצבן, ניגש לרועי והתכוון לבעוט בו בישבנו. אבל באותו רגע הילד הסתובב וכך הבעיטה פגעה בבטנו. אושרי נפל ופרץ בבכי.

אירועים אלימים כמו זו שחוותה משפחת טויטו אינם נדירים, ובמקרה הפרטי הזה שולבו כל החומרים מהם נבנית אלימות של הורים כלפי ילדיהם. המשפחה מועדת לשרשרת ארוכה של לחצים. הביקור אצל רופא השיניים שהיה מכאיב ומתיש, המסע המעייף בדרך חזרה. במצבים כאלה של דחק ומחסור נעלמת הסבלנות והתגובות הופכות עצבניות וחדות. מצבים כאלה גם מגבירים צרכים המיידיים וגורמים לילדים להתחרות על המשאבים הרגשיים והחומריים של ההורים. התינוקת נמה בעגלה, הילדה נישאה על כתפי האב ורק רועי שהשתרך מאחור, חש דחוי ומושפל. כך, מתוך תחושות סוערות של נקמה וקנאה, ועם קושי רב לשאת את התסכול, רועי החליט לבטא את כעסו. הפגיעה הפיזית והרגשית בשני הוריו הולידה אצלם תגובה אימפולסיבית וכוחנית, כזו שנועדה להעניש אותו ולהפסיק באחת את התנהגותו הפרועה. יתכן גם שהתנהגותו הנוכחית רק הוסיפה שמן למדורת הכעסים המתמשכים שלהם על מזגו הסוער והתוקפני. אבל התוצאות העגומות בתסריט המשפחתי האלים הזה, שלרוב מבנהו קבוע ורק פרטיו משתנים, לא תמו.

כאשר הגיע רועי באותו ערב לבית סבתו ודמעות בעיניו, היא שאלה אותו מה קרה והוא סיפר לה על התקרית. הסבתא, מזועזעת, החליטה להגיש תלונה במשטרה. עוד באותו ערב האב נעצר וחייה של המשפחה החולונית השתנו לבלי הכר. האירוע הפרטי הפך למקרה משפטי מפורסם ומעורר מחלוקת. שופט המעצרים, אליו הגיע עורך דינה של המשפחה, סבר שלא נשקפת כל סכנה לילד והורה לשחרר מיד את האב מהמעצר. זמן קצר אחר כך החל המשפט. התובע, בשם המדינה, האשים את האב בהתעללות ודרש להחיל עליו עונש מאסר. השופט המחוזי אמנון סטרשנוב סבר אחרת. הוא קבע שמעשיו של האב היו סבירים ולכן זיכה אותו. לדעתו "השימוש במידת כוח סבירה וקלה¹, כתגובה עונשית הולמת וראויה, וזאת במקרים המתאימים יוצאי הדופן, הינו אחד האמצעים החינוכיים שהורה רשאי לנקוט כלפי ילדו"².

מפתה לקשור את הביוגרפיה של השופט סטרשנוב לפסיקתו. הוריו חינוכו אותו בסמכותיות, וכך גם הוא חייב את ילדיו. גם הקריירה שלו התנהלה בארגון היררכי וקשוח – הצבא. לפני שהתמנה לשופט מחוזי התפרסם סטרשנוב כפרקליט הצבאי הראשי שהגן על מדיניות היד הקשה שצה"ל נקט באינתיפאדה הראשונה. בדבר אחד אין ספק – באקלים החברתי והפוליטי ששרר באותה תקופה הוא גילה אומץ לב, ואולי גם "השקפת עולם ארכאית", כהגדרת אחת המבקרות³, כשקבע ש"סטירת לחי או מכה בישבנו של הילד מקובלים כאמצעים חינוכיים הולמים". אכן פסק הדין הפר נורמות של תקינות-פוליטית וזכה לתגובות חריפות מצד מומחים וארגונים חברתיים. טענו כנגדו שענישה גופנית משפילה את הילד, מכאיבה ומותירה צלקות נפשיות שעלולות להפוך

הכותב הוא מחברם של הספרים: "שיחת משמעת" ו"שקט בכיתה, בבקשה!" עובד בשפ"ח קריית מוצקין ובמכללת גורדון לחינוך בחיפה

בשפה העברית, יש לביטוי 'להרים ידיים' שתי משמעויות להכות ולהיכנע. יש כנראה אמת פסיכולוגית בחיבור בין שני המובנים הורים מתחילים להכות לאחר שהתיימשו מכל האמצעים האחרים בעזרתם ניסו לרסן את התנהגותם הפרועה של ילדיהם

¹ אין בשפה העברית מילה הולמת לתיאור הפעולה החינוכית הזו, והביטוי הקרוב ביותר, מקורו באנגלית – לתת 'פליק' (flick) שפירושה 'להצליף'.
² ת"פ (ת"א) 570/91 מדינת ישראל נ' פלוני, פ"מ תשנ"ב (1) 431
³ עינת ע' (מוסף הספרים של 'הארץ', 13.9.2000) תוקפנות, סמכות ואיבוד עשתונות, ביקורת על ספרו של אמנון סטרשנוב 'ילדים ונוער בראי המשפט', ההוצאה לאור של לשכת עורכי הדין.



דועך והוא חוצה דתות, מדינות ומשפחות. מספר מדינות מערביות ובהן שוודיה וגרמניה שאסרו בחקיקה על הורים להשליט את נחת-זרועם על ילדיהם. לעומתן, ישנן מדינות לא-אורייניות רבות בהן ענישה גופנית מקובלת ללא עוררין. הקביעה איזוהי ענישה ראויה, תלויה בגורמים רבים, אך נראה שאין חילוקי-דעות בנוגע לכך שהתעללות נפשית וגופנית – סטירת לחי, בעיטות, סיבוב של הזרוע, ניגור, צביטה או משיכה באוזן – נזקן חמור, הן אסורות בחוק וראויות לכלל גנאי מוסרי⁹. התחום האפור חל על ענישה חינוכית נורמטיבית, כזו שאינה מוגדרת כהתעללות, ומתקיימים בה, לדעת החוקרים, חמישה תנאים: (א) הענישה חלה על ילדים עד גיל שש (ב) ההורה נותן מכה ביד פתוחה (ג) מכה שאינה פוצעת (ד) שמכוונת לישבנו או לצדדיו של הילד (ה) ומטרתה להפסיק התנהגות פרועה ואלימה. ובכן, האם גם ענישה כזו מזיקה?

אז הפלקתי לו בישבן

ענישה חינוכית היא תופעה נפוצה מאוד. למרות מגבלות מתודולוגיות חמורות (אחרי הכול מדובר בהתנהגות שנערכת בחסות הפרטיות המשפחתית) ישנן הערכות שתשעה מכל עשרה הורים בארצות המערביות מכים לעתים את ילדיהם הקטנים וכמחציתם ממשיכים בגישה זו גם עם ילדיהם המתבגרים¹⁰. שאלת הנזק אמצעי זה של ענישה, מעסיקה חוקרים מזה חמישים שנה. שפע המחקרים שנערכו בזמן זה הולידו תוצאות מגוונות, חלקן סותרות זו את זו. הדבר אינו מפתיע לנוכח ריבוי שיטות החקירה, גודל המדגמים ומגוון התרבויות בהן הם נערכו. כדי לברר האם בכל-זאת מסתמנת איזו מגמה, נהוג לערוך ניתוח-על (מטא אנליזה). כלומר לאסוף את כל המחקרים, להפוך כל אחד מהם ל'תצפית' אחת ולבנות 'סולם' אחיד שמשקלל את גודל המדגם ואת גודל ההשפעה שנמצאה בו. ההנחה היא שמחקר אשר נערך עם מדגם גדול, או כזה שאיתר נזק רב, מספק ממצא אמין יותר ממחקר שנערך על מיעוט של אנשים, או כזה שלא נמצאה בו כל השפעה. הנחה נוספת שהיא שבכל מחקר-יחיד, טוב ככל שיהיה, יש לא מעט כשלים וליקויים. איסוף של מחקרים רבים מוהל את התקלות וההטיות, ומספק תצריף מאוזן ואמין של תופעה שנצפתה מזוויות שונות ובהקשרים מגוונים. למרות שניתוח-על כרוך בהשקעה עצומה, בשנים האחרונות נערכו כבר כמה ניתוחי-על אודות ההשפעות של ענישה פיזית ונדמה שהתמונה שעולה מהם הולכת ומתבהרת.

חלק ממבנה האישיות שלו בהתבגרותו. למרות שענישה גופנית גורמת להפסקה מיידי של התנהגות מפריעה, כדי להשתמש בה נחוץ להעלות את עוצמתה ומשכה. גם אז, הצייתנות מתמקדת סביב ההתנהגות שהוענשה באותו זמן, בלי שנלמדה התנהגות אחרת, טובה ממנה⁴. כך עלול הילד להטמיע את הכוחנות הפיסית כדגם התנהגות בעתיד, העשויה לבוא לידי ביטוי בהתנהגות עבריינית ובאופן בו הוא יחנך את ילדיו שלו. המבקרים טענו גם, שענישה פיזית נובעת מתפיסת-עולם חינוכית הרואה בילד רכוש חסר דעה של הוריו והיא מנוגדת לזכויות הפרט. לימים ציין השופט סטרשנוב "שהביקורת על פסק הדין הייתה קולנית ורועשת והטפחות על השכם נעשו בשקט, בהסתר"⁵ ואכן רבים בדעת הקהל סברו כמוהו. במשאל שערך העיתון ידיעות אחרונות באותה תקופה התברר שכמעט מחצית מהמשיבים השיבו שמותר להורים להעניש פיזית את ילדיהם.

שש שנים מאוחר יותר, הפכה שופטת בית המשפט העליון דורית ביניש את הקערה. בפסק הדין החשוב והידוע ביותר שלה במשך עשר שנות כהונתה כשופטת מן המניין בבית המשפט העליון⁶, קבעה שאסור להורה להכות ילד כאקט חינוכי⁷.

"החוק מטיל חובה על רשויות המדינה להתערב בתא המשפחתי ולהגן על הילד במקרי הצורך, בין היתר, מפני הוריו שלו. התפישה הבסיסית של החוק היא שהילד אינו רכוש הורה; אסור כי ישמש שק אגרוף, שבו יכול ההורה לחבוט כרצונו, כך גם כאשר ההורה מאמין בתום לב שמפעיל הוא את חובתו וזכותו לחינוך ילדו. הילד תלוי בהורה, זקוק לאהבתו, להגנתו ולמגעו הרך. הפעלת ענישה הגורמת לכאב ולהשפלה אינה תורמת לאישיותו ולחינוכו, אלא פוגעת היא בזכויותיו כאדם"

פסיקתה של השופטת ביניש ניתקה את המשפט הישראלי מהמשפט העברי (עליה הסתמך סטרשנוב), וגם מהמשפט האמריקאי, האנגלי והקנדי המתירים הפעלה של כוח סביר כלפי ילדים. היא העדיפה תחתיה את החקיקה האירופית, ובמיוחד סקנדינבית, שאוסרת או מגבילה את סמכותם של הורים של הורים להעניש את ילדיהם בענישה גופנית⁸. פסיקתה של השופטת ביניש מהווה כיום אמת-מידה לפיה נקבעות הלכות משפטיות בתחום זה בישראל. עם זאת הוויכוח האם מותר להורים להכות כדי לחנך את ילדיהם אינו

⁴ Straus, M. A., Sugarman, D. B., & Giles-Sims, J. (1997). Spanking by parents and subsequent antisocial behavior of children. *Archives of Pediatrics & Adolescents Medicine*, 151, 761-767.

⁵ שיחה אישית עם השופט אמנון סטרשנוב, 14.1.2008

⁶ לויצקי, נ' (2006) העליונים, בתוככי בית-המשפט העליון, תל אביב: הקיבוץ המאוחד, עמ' 85.

⁷ פ"ד נד (1) 145 פלוגית נגד מדינת ישראל / ע"פ 4596/98

⁸ גורלי, מ' (הארץ, 18.9.2003) האיסור גם במחיר התערבות בשיקולי חינוך ההורים, עמ' 6.

⁹ אילון, ע' (1999) התעללות בילדים במשפחה, ירושלים. מכון סאלד.

¹⁰ Straus, M. A., Sugarman, D. B., & Giles-Sims, J. (1997). Spanking by parents and subsequent antisocial behavior of children. *Archives of Pediatrics & Adolescents Medicine*, 151, 761-767.





כדי למנוע אי-הבנות אני ממחר לצייין: אני מתנגד בכל תוקף לשימוש בענישה פיזית. אל תחשדו בי שאני מטיף להחזיר את שיטות החינוך המסורתיות, או להמליץ על התנסות אישית שהועילה לי. דבר בביוגרפיה שלי לא עודד אותי להתנהגות אלימה. כילד מיעטתי לפגוע בחברי, אבל גם לא נפלתי קורבן להצקות של אחרים. הורי גידלו אותי ללא ענישה כזו וגם את ילדינו גידלנו, אשתי ואני, באותו אופן. כפסיכולוג אני תמיד מחפש ביחד עם הורים, מורים וילדים דרכים מגוונות לפתרון בעיות במקום לחסל חשבונות. את הספר 'שיחת משמעת'¹⁵ כתבתי במיוחד למטרה זו. בשנים האחרונות גם הייתי שותף לפעילות ציבורית, בין השאר שימשי יועץ בכיר ביחידה למניעת אלימות בבתי-ספר שפועלת במשרד החינוך.

ובכן, התשובות לשאלות האלה קשורות לכמה מהפכות שהחלו במאה העשרים וקצב התרחשותן הולך ומתגבר: ראשית, השינויים בתפקידה של המשפחה ועלייתם של ערכים אינדיבידואליסטים, בעיקר אלה של זכויות הפרט. שנית, עלייתה המטאורית של הפסיכולוגיה המודרנית. שלישית, החלפת אנשי הדת ששימשו כסמכות רוחנית ומוסרית, במעמד חדש של מומחים ואנשי-מקצוע.

המשפחה נחלשת

בשפה העברית, יש לביטוי 'להרים ידיים' שתי משמעויות – להכות ולהיכנע. יש כנראה אמת פסיכולוגית בחיבור בין שני המובנים – הורים מתחילים להכות לאחר שהתיימשו מכל האמצעים האחרים בעזרתם ניסו לרסן את התנהגותם הפרועה של ילדיהם.

המשפחה מהווה לרוב בית-גידול מיטיב, אבל יש מצבים שמגבירים את הלחץ ועלולים להפוך אותה לקן-צרעות, מקום שמרימים בו ידיים¹⁶. זה קורה בשעת משבר או כאשר הלחצים במשפחה, עולים על משאבי ההתמודדות שלה. הלחצים האלה נובעים מעצם האינטימיות והמחויבות. בני המשפחה קרובים זה לזה קרבת גוף ונפש עד כדי התחככות זה בזה. הם נמצאים תחת קורת-גג אחת וברגעי משבר, כשגוברת העייפות והעצבנות משבשת את כושר השיפוט של כל אלה חושפים אותם לפגיעה. ברמה הזו של עוררות ומעורבות, התגובות חריפות יותר מאשר במצבים של מעורבות מעטה. הקיצוניות, המאפיינת את כל התגובות במערכת, באה לידי ביטוי גם בקרבה יתרה ובתלות הדדית. מצבי לחץ אלה מחלישים את

אם מצרפים לסל אחד את כל סוגי הענישה הפיזית, גם כזו שמוגדרת כהתעללות¹¹, מקבלים מרשם ברור ענישה פיזית מפסיקה בטווח הקצר התנהגות פרועה, אבל מעכבת בטווח הארוך התפתחות של חשיבה המוסרית ומגבירה התנהגות אלימה¹². לעומת זאת, כאשר מסננים בקפדנות רק את המחקרים שבדקים את הענישה החינוכית, מתברר שהנזק מועט מאוד. חוקרים קנדים שבחנו את כל המחקרים שנערכו בין השנים 1961 ל-2000 והקיפו אוכלוסיה של קרוב ל-50,000 הורים וילדים מצאו שהייתה לה השפעה שלילית קטנה בתחום הרגשי ובתחום ההתנהגותי והשפעה אפסית בתחום הקוגניטיבי¹³. עוד התברר, שלא הייתה כל השפעה למעמד הכלכלי, המגדר, השכיחות והגיל בו חוו הנבדקים ענישה פיזית, הקשר המשפחתי עם הדמות שמכה וגם את השיטה שבה ניתן העונש. החוקרים קובעים "שענישה פיזית אינה מגבירה באופן משמעותי את הסכנה שצעירים יפתחו בעיות רגשיות, התנהגותיות או קוגניטיביות כתוצאה ממכות". בניתוח-על נוסף שסקר מחקרים שנערכו בין השנים 1995 ל-2000 התברר שלענישה פיזית חינוכית יש דווקא השפעה חיובית – הפחתת מריבות והתנהגות לא צייתנית – במיוחד כאשר היא נוספה כגיבוי לסוגי ענישה רכים יותר שהורים נותנים לילדיהם הקטנים¹⁴. עוד התברר שענישה תכופה אכן גורמת לנזק, לא כל-כך בגלל סוג הענישה (גם סוגים אחרים, פחות מכאיבים, מזיקים) כמו בגלל – תכיפות השימוש. אקלים מנוכר ותוקפני במשפחה אינו נשאר נחלת ההורים והוא מחלחל גם להתנהגותם של הילדים. מכאן גם עולה ההמלצה להורים להבחין בין ענישה מועילה לענישה שאינה משיגה את יעדיה ופוגעת שלא לצורך בילד.

לגדל ילדים ולהרגיש אשמים

למרות ההתנגדות לענישה גופנית ואי הנוחות הכרוכה בדיון הזה, איננו פטורים מהתייחסות לכמה שאלות מציקות? הרי האיסור להכות ילד כאמצעי חינוכי החליש את סמכותם של ההורים יותר מכל מהפכה חברתית אחרת. מדוע התרחש השינוי הזה? מדוע חדלו הורים להלקות את ילדיהם והחלו להלקות את עצמם? מדוע מתקיים פער כה גדול בין השכיחות הרבה בה ההורים נוקטים (למרות הכול) בענישה פיזית, לבין החקיקה והפסיקה המשפטית שאוסרות על השימוש בה? מדוע המומחים מזהירים מפני ענישה חינוכית, למרות העדויות שהיא אינה מזיקה? ומדוע שיטת חינוך שימיה כימי האנושות מעוררת בנו תחושת-אשמה מעצם הדיון בה?

¹¹ דיאנה באומרינד ועמיתיה בדקו מחדש את ניתוחיה של אליזבת גרשוף והמסקנה שלהם היא שהכללת כל סוגי הענישה יוצרת הטיה חמורה המקצינה את הנזקים של הענישה הפיזית. לדעתם, הממצאים של גרשוף אינם תומכים בהמלצתה הגורפת להימנע מכל סוג של ענישה פיזית חינוכית: Baumrind, D., Larzelere, R.E., & Cowan, P. A. (2002). Ordinary physical punishment: Is it harmful? Comment on Gershoff. *Psychological Bulletin*, 128, 4, 580-589.

¹² Gershoff, E. T. (2002) Corporal punishment by parents and associated child behaviors and experiences: A meta-analytic and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 128, 4, 539-579.

¹³ Paolucci, E. O., Violato, C. (2004) A meta-analysis of the published research on the affective, cognitive, and behavioral effects of corporal punishment. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 138, 3, 197-221

¹⁴ Larzelere, R. (2000) Child outcomes of nonabusive and customary physical punishment by parents: An updated literature review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, Vol 3, 4, 199-221

¹⁵ יריב, א' (1996) שיחת משמעת, אבן יהודה: רכס
¹⁶ אילון, ע' (1999) התעללות בילדים במשפחה, ירושלים. מכון סאלד.





המחוסמים שמספקים החינוך, החוק וערכי התרבות כנגד התוקפנות, ומשמשים כזרזים לתגובות אלימות המכוונות פנימה כלפי המשפחה. הילדים הופכים לקורבנות זמינים.

השפעה מרחיקת לכת. שפע התיאוריות והמחקרים שנוצרו מאז העמיד במרכז את נפשם הרכה והרגישה של התינוקות והילדים (מעטים עוסקים בנפשם ובסבלם של ההורים). אם ההשקפה ששלטה עד אז הייתה שתפקיד ההורים לחנך ותפקיד הילדים הקטנים לגדול בשקט ולא הפריע, הרי הרעיון שהחינוך עלול להזיק לבריאותם הנפשית של ילדיהם היווה פריצת דרך ששינתה לעד את האופן בו הורים מתנהגים ומבינים את תפקידם. המשמעות המעיקה שנלוותה להיגיון שילדים שחווים מצוקות, סימן שגודלו באופן שגוי ומרעיל והאחריות לכך מוטלת על ההורים. התובנה הזו הוסיפה להורות 'תבלין' חדש – רגשי-אשמה. צמיחת הפסיכולוגיה המודרנית הולידה עוד תפנית משמעותית – התפתחותם של מקצועות בריאות הנפש, עבודה סוציאלית, פסיכיאטריה ופסיכולוגיה.

שלטון המומחים

צמיחתה של הפסיכולוגיה משתלבת בזרם גדול ששוטף את הציביליזציה שלנו – עליית קרנם של המדע והטכנולוגיה. במאה השנים האחרונות התחלף בהדרגה השלטון הממושך של הדתות ונציגיהן על-אדמות, בשלטונם של אנשי מדעי החברה. פסיכיאטרים ומחנכים, כמו אנשי הדת שקדמו להם, תולים את הסבל האנושי בהתנהגות גרועה שמולידה 'חטאים' ו'תסביכים'. מהמצוקות האלה, כך הם מאמינים, ניתן להיפטר רק באמצעות שיקוי (אכילת לחם הקודש, תרופות) או וידוי (בכנסייה, או בקליניקה). בעצם, הטענה שתגליות מדעיות על טבע האדם צריכות לשמש בסיס לשינויים חינוכיים נראתה עד סוף המאה התשע עשרה מוזרה בסביבה חינוכית ששיקולים דתיים תפסו בה מקום מרכזי. אבל קרנם של מדעי החברה כה התבססה מאז שאיננו מהרהרים ומערערים עוד על קביעותיהם, כולל הרעיון שההורים אשמים בקשיים של ילדיהם.

קל יותר לגדל ילדים בלי להרגיש אשמים וללא צורך לחשוב על ההשפעות ארוכות הטווח שעלולות להיות לפעולותינו על נפשו הקטנה והשבירה של הילד. הורים בחברות לא-אורייניות ואורייניות כאחד מעוללים דברים איומים לילדיהם. אלה ואלה חושבים שהם מגדלים את ילדיהם לפי דרך הטבע; אלה ואלה בעצם מגדלים את ילדיהם על פי הכללים שקבעה התרבות או התת-תרבות שלהם. בחברה שלנו אחד הכללים הוא 'הקשיבו למומחים'¹⁷.

בחברה שלנו אנו פוגשים לעתים קרובות מומחים, בשיחות אישיות (עם הגננת, המורה והרופא) ובעיקר במהלך צפייה באמצעי התקשורת. בעניין הענישה הגופנית, למשל, עצותיהם חדות ובהירות: 'חשוב לא להיסחף ולא להטיל על ילדיכם, תחת הכותרת 'גבולות', איסורים ועונשים המצמצמים יתר על המידה את חופש הפעולה שלו ועלולים לפגוע בו גופנית ונפשית ולהותיר צלקות כואבות למשך שנים.... בשום מקרה אל תכו את ילדיכם, גם לא מכה 'חינוכית' בטוסיק'¹⁸. ההמלצות האלה הופיעו באחד מהמצוינים שבספרי ההדרכה להורים שהתפרסמו בישראל. ככל שהן נשמעות הגיוניות

עד תחילת התקופה המודרנית, הייתה המשפחה המורחבת מקור של תמיכה והיוועצות בשעת צרה. במאה העשרים נחלשה המשפחה הגרעינית ואיבדה רבים מתפקידיה. ערכים אחרים, של הצלחה, מובילות ואינדיבידואליזם עלו במקום השבטיות ששלטה במשפחה המורחבת. הילדים נמצאים מרבית מהזמן בגפם, מבליים מול המחשב והטלוויזיה, כאשר שני ההורים עסוקים בפרנסה וקידום הקריירות שלהם. במקום הקרובים שנחלצו לעזרה, פונות משפחות הנתונות במשבר לשיחות הקהילתיות. במקביל ערכים של זכויות הפרט, זכויות מיעוטים ובתוך גם זכויות הילד התחזקו מאד. צצו ארגונים רבים שנטלו על עצמם להגן על רווחת הילדים, שלמותם ובריאותם. גם המדינה הגדירה בחקיקה והקצתה משאבים לסוכנויות שתפקידן לשמור על רווחת הפרט. באופן פדוקסאלי, פסיקה כמו זו של השופטת בייניש, שכונתה הייתה בודאי להיטיב עם הילדים, מחלישה כנראה את סמכותם של ההורים לבחור את האמצעים בהם הם מחנכים את ילדיהם. כאשר משאירים להורים את הגזר ונוטלים מהם את המקל, עלול לצאת שכר הגנת זכויות הילד בהפסד של איכות החינוך. ואכן, הורים רבים משדרים כיום פחד לנהוג באסרטיביות מחשש שהתנהגות תקיפה מדי תסתיים בצלצול בדת של פקידת הסעד או חוקר המשטרה, כפי שאירע למר אסולין.

עליית הפסיכולוגיה

אל השינוי במעמדה של המשפחה, כתוצאה מתהליכים של מודרניזציה, התלווה שינוי תודעתי מרחיק לכת אודות מהות הילדות. את התרומה לכך הצמיחה הפסיכולוגיה המודרנית, ובמיוחד זיגמונד פרויד, אבי הפסיכואנליזה. פרויד, רופא יהודי וינאי, פיתח בראשית המאה העשרים תיאוריה שתלתה מצוקות נפשיות של מבוגרים בנסיבות המשפחתיות שחוו במהלך ילדותם המוקדמת. למסקנה הזו הוא הגיע כתוצאה משיטת טיפול ייחודית הוא ביקש מהמטופלים שלו לשכב על ספה לדבר ככל העולה בדעתם. חלק מאותן חלומות ו'אסוציאציות חופשיות' התקשרו ליחסים שחוו המטופלים בילדותם במשפחת המוצא שלהם. פרויד הסיק שיחסים גרועים והתעללות, מדומיינת או אמיתית, מצד ההורים, הם אלה שהולידו את הפתולוגיות. הטיפול החדשני שפיתח סייע למטופליו (רובן נשים) להבין מחדש אותן חוויות ולהשלים עימן. יתכן שמתכונת המחקר בה נקט, עניין שולי במכלול עבודתו הגאונית, תרמה רבות לעיצוב התיאוריות והמסקנות שהגיע אליהן. ראשית, הוא עסק בפתולוגיות והזניח כמעט לגמרי את הצדדים הבריאים של האישיות. נדרשו כמעט מאה שנים עד שפסיכולוגים החלו להתעניין במושגים כמו שמחה ואושר. שנית, פרויד לא חקר וגם לא טיפל בילדים. כתוצאה מכך משתקף עולם הילדות מבעד לשנים הרבות שחלפו מאז ילדותם של מטופליו. פרויד גם לא ניסה לאמת את דבריהם (וכתוצאה מכך רבו הספקות באשר לאמיתותם). ובכל זאת, התובנות והבסיס התיאורטי שיצר ממשיכים לשמש גם כיום את אנשי המקצוע בכל העולם. לרעיון החדשני הזה, שההורות מעצבת את האישיות הייתה

¹⁷ האריס, ג'ר (2005) מיתוס גידול הילדים, תל אביב: עם עובד, עמ' 106.
¹⁸ כוכבי, ה' ורביב, ע' (2007) המדריך הישראלי להורים, אור יהודה: כנרת, זמורה ביתן, עמ' 332.





סממן של התעללות. מרגע שנודע להם על אפשרות כזו, אפילו העדויות קלושות, הם דרשים בחוק לדווח עליה. בייניש אמנם ערה לכך שלא כל 'פליק' יהפוך הורה לעבריין פלילי, אבל זרעי החשדנות והאיום כבר נזרעו והורים רבים מעדיפים כעת להישמר במקום להתקרב ולטפל באסרטיביות בהתנהגותו של ילדם.

למרות שפסיקתה של ביניש תואמת את רוח הזמן ואת הערכים המגנים על זכויות הפרט, היא שנויה במחלוקת בקרב אזרחים רבים בישראל. במחקר שנערך לאחרונה²⁰, בו ראינו מדגם מייצג של אלף תושבים (יהודים), התברר שרוב המשיבים (57 אחוזים) חוו בילדותם ענישה כזו אך כיום הם מתנגדים לה. עם זאת, כמעט שני-שליש הביעו ספקות האם תושבי המדינה יצייתו לפסק הדין האוסר לתת מכות חינוכיות. לא מעט מהמשיבים (כ-40 אחוזים) סברו שמרבית ההורים יסכימו להשתתף בסדנאות הדרכה אודות שיטות חלופיות להקניית משמעת. במחקר דומה שנערך בקנדה על מדגם מייצג של אלף מבוגרים התברר שרוב המשיבים תמכו בענישה גופנית, למרות שהיו מודעים למק הגופני והנפשי הכרוך בכך²¹. למעשה ענישה גופנית הייתה הזיכרון השכיח ביותר של ילדים אודות החינוך לו זכו במשפחתם. שיטת החינוך הזו, עליה דיווחו שני שלישי מהמשיבים, נקשרה לעתים גם לחוויות של התעללות ואלימות במשפחתם. המבוגרים יותר מבין המשיבים, במיוחד אלה שלא דיווחו על פגיעות גופניות, גם תמכו בו יותר מאחרים. לעומתם, אלה שחוו בילדותם אלימות במשפחתם נטו לשלול את הענישה הגופנית. הלקח שעולה משני המחקרים הוא ששיטות החינוך במשפחה אינן משתנות כה מהר, בודאי אינן מדביקות את הערכים של ארגונים חברתיים, את החקיקה ואת הפסיקה.

מה יכולות מערכות האכיפה והטיפול לעשות? ברוח הזמן ולאור הערכים של החברה הישראלית יש להתייחס לפסיקתה של השופטת ביניש כהלכה מחייבת. יש להעניש, וגם לטפל, בהורים מתעללים. המאמר הנוכחי מתייחס דווקא למקרים הפעוטים, אלה שהשופטת ביניש כינתה "זוטי דברים", אלה שלא מוצדק או מועיל להעמיד בגינם הורים לדין. אני ממליץ לאזן את הרגישות הציבורית הרבה להתעללות, זו שעלולה לסמן את כל ההורים כאנשים אלימים בפוטנציה, בגישה מקצועית וסבלנית בבירור של תלונות מסוג זה. רצוי שאנשי אכיפת החוק והמקצועות הטיפוליים יעברו הכשרה מעמיקה. חיוני לדעתי שהעובדת הסוציאלית והשטר שנקראים לברר תלונה ישקיעו מאמץ זמן לבדוק לא רק את האירוע עצמו, אלא גם את ההקשר הרחב – האקלים המשפחתי (התעללות מתרחשת לפעמים גם ללא מכות), הקשר בין ההורים לילדיהם, נסיבות המקרה ועוד. בירור מעמיק עשוי לחשוף פרטים חמורים יותר, אבל גם עשוי להאיר את המקרה באור יותר פשוט וקל, כזה שאינו מחייב חקירה משטרתית והעמדה לדין.

(ובודאי תואמות את פסיקתה של השופטת ביניש), הן אינן מתיישבות עם המציאות ועם תוצאות המחקרים – הורים מטילים איסורים וגם מכים לפעמים את ילדיהם. אם הדבר מתרחש לעתים רחוקות הוא כנראה גם לא גורם לנזק נפשי. הבעיה עם ההמלצות האלה: הורים שמאמצים אותן, אבל מאבדים לפעמים שליטה ומרימים יד, עלולים לחוש שהם אינם מצליחים לעמוד באמות המידה שהמומחים הציבו, שהם הורים טיפשים ואלימים. וכך, הכוונות הטובות של אנשי המקצוע, שמנסחות בסמכותיות קפדנית ('בשום מקרה!'), הופכות לסוג של רודנות מחשבתית שעלולה לעורר תחושות-אשמה ולערער עוד יותר את הביטחון של ההורים בניסיונם ובשכל הישר שלהם. מההמלצות האלה עולה מסר סמוי נוסף – ישנה דרך אחת נכונה לגדל ילדים, זו שהמומחים ממליצים עליה, ומי שאינו הולך בה הוא הורה גרוע. זו טעות כמובן. ההורות תלויה תרבות ונסיבות. היא כה מגוונת שאין (ולא יכול להיות) מתכון אחד שיתאים לה.

המכה והחיבוך

הוויכוח כיצד יש לחנך ילדים מסתיים לרוב באי בהירות ותחושות אשמה ומבוכה, אבל נדמה שמכל הניתוחים עולה מסקנה שהיטיבה לנסח דיאנה באומרינד, פסיכולוגית מאוניברסיטת סטנפורד בקליפורניה. לדעתה, גישה אסרטיבית עשויה להועיל כאשר הורים מסבירים את מניעיהם ואינם גולשים להתעללות אלימה. לדעתה ענישה גופנית יעילה כאשר מתקיימים יחסים חמים בין ההורה לילד, כאשר היא קשורה לנסיבות חיים מסוימות ולנורמות תרבותיות. יש לקחת בחשבון שישנן תרבויות בהן יותר מקובל להעניש והפגיעה שמייחסים לה נתפסת כפחות חמורה¹⁹.

הניסוח השקול והבהיר הזה עומד אל מול גל גואה של כתבות ותחקירים אודות התעללות של הורים ומטפלות בתינוקות ובלידים. הדיווחים האלה, שמלווים בהקלטות סתר מזעזעות, צובעים את כל סוגי הענישה ההורית באותו גוון. כעת נהיה קשה כבר להבדיל בין 'פליק' בישבן להתעללות. באופן טבעי, הדיווחים האלה מעוררים תגובות רגשיות קשות ומגבירים את המאמצים להגן על החלשים וחסרי הישע. וכך נרתמים בית המחוקקים, המשטרה ובתי המשפט, לחזק את האיסורים ואת האכיפה על הורים מתעללים. זוהי כמובן התפתחות רצויה, אבל יש לה היבט סמוי ומדאיג. האיסור על ענישה מצמצם מאוד את רפרטואר התגובות של הורים להתנהגות בעייתית של ילדיהם. במקום לאותת לילד על כך שחצה את הגבול, הריו עומדים חסרי אונים בלי סמכות ובלי כוח לכפות עליו התנהגות נאותה. לנוכח האקלים כנגד התעללות, חוששים הורים רבים שילדם יספר לגננת, או שהשכנים ידווחו למשטרה. הם מבינים שמאמצייהם להשליט משמעת בביתם עלולים להסתיים בבית המעצר. זה איננו חשד-שווא. אנשים העוסקים בתחום אכיפת החוק ובמקצועות החינוך ובריאות הנפש, שאני נמנה עימם, הפכו קשובים וחשדנים לכל

¹⁹ Baumrind, D., Larzelere, R., & Cowan, P. (2002). Ordinary physical punishment: Is it harmful? Comment of Gershoff (2002). *Psychological Bulletin*, 128, 580-589.

²⁰ Gofin, R., Levav, I., & Kohn, R. (2004) Attitudes and opinions on corporal punishment among urban Israeli Jews, *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 41, 2, 90-98.

²¹ Gagné, M., Tourigny, M., Joly, J., Pouliot-Lapointe, J. (2007) Predictors of adult attitudes toward corporal punishment of children, *Journal of Interpersonal Violence*, 22, 10, 1285-1234.



Authentic Happiness – יש או אין?

מאמר המסכם את הרצאתו של פרופ' קפלן בכנס האגודה הישראלית לפסיכותרפיה על פסיכולוגיה ופסיכותרפיה חיונית 21.5.2008, תל השומר

■ פרופ' אורן קפלן*

האושר כ"משאת נפש" או מדוע יש לנו מיתוסים שגויים על אושר?

כבר מגיל צעיר חונכנו על מיתוס גן העדן שבו הכול טוב. האם אכן חיים מלאי כול-טוב ממלאים אותנו באושר רב כל-כך? הנסיך בשלגיה או בסנדרלה מתאהב בן-רגע בגיבורת הסיפור והם חיים באושר ועושר עד עצם היום הזה. סרטי הוליווד פורשים בפנינו חיים שלמים במשך שעות של סרט ואנו מתמכרים לעלילה ולהבטחה שגם החיים שלנו יראו כמו בסרט. הבה נבחן את הסרטים הללו שבראשונם... נתחיל באשליה הנפוצה של "עושר ואושר" דהיינו שעושר חומרי מביא גם אושר נפשי. העברית, שיצרה הקבלה בין שתי המילים אף מחמירה את המצב, שכן המחקר המדעי בנושא זה טופח על פנינו באופן מאוד מאכזב: אנשים עשירים מאוד, בעלי גישה מיידית לכל הדברים הטובים שכסף יכול להביא, אינם מאושרים יותר מאנשים ממוצעים. מסתבר שמעבר לסף עוני מסוים, האושר האנושי איננו פונקציה של עושר חומרי. נראה שבני האדם תופסים את העולם באופן יחסי לעווגנים ולא באופן מוחלט. דמיינו למשל כיצד תרגישו מאושרים אם תזכו בפיס, או לחליפין, עד כמה תהיו מדוכדכים אם חס וחלילה תהפכו משותקים בתאונה. אך המציאות שונה: במחקר המפורסם של בריקמן ושות' שפורסם כבר לפני 30 שנה נמצא שכמעט ואין הבדל בשביעות הרצון מהחיים של משותקים בפלג גוף תחתון ואוכלוסייה בריאה, כמו גם בין זוכי פיס לאוכלוסייה בריאה, כשנה לאחר האירוע הדרמטי. תופעה זו ועוד כאלו הדומות לה, נובעת מ"אשליית המיקוד" אנו מתמקדים בגורם אחד שמושך את תשומת ליבנו וסבורים שהוא מביא לאושר או סבל רב, בעוד שהאושר בחיים נובע למעשה ממגוון דברים רבים נוספים. האדם העשיר לא חווה את היתרונות של כספו בכל רגע ורגע, נסיבות חיוו הרחבות יותר הן אלו שמנבאות אושר. זו כנראה הסיבה שהמחקר המדעי לא

מוצא קשר סטטיסטי משמעותי בין אושר לעושר (מעבר לרמה בסיסית של הכנסה שמאפשרת חיים בכבוד). מדינות המערב בהן רמת החיים עלתה בצורה ניכרת ב-50 השנה האחרונות יחסית לארצות העולם השלישי, לא מראות כל עליה ברמה האושר. אולי אפילו להיפך, ישנן רמות גבוהות יותר של דיכאון וחרדה שנובעות מהתפרקות המסגרות המסורתיות שסיפקו תמיכה חברתית ונפשית. נסייג ונאמר שעדיין יש צרות וקשיים שמנבאים אומללות. אובדן קשה כגון מוות של אנשים קרובים, טראומה קשה מפיגוע טרור, מדינות בהם היה רצח עם ועוני מחפיר וכו' יוצרים בוודאי תופעות של אנשים אומללים גם לאורך זמן עם קושי רב יותר להתאושש ולחזור לרמת האושר הקודמת.

סטריאוטיפ האושר

רוב בני האדם יתארו אדם מאושר כאדם מצליח, מוערך על-ידי סביבתו, בעל קשרים חברתיים ומשפחה, בעל יכולת כלכלית, שיכול לעשות מה שהוא רוצה בחייו. זו לפחות משאת הנפש ומקור המוטיבציה של אנשים רבים בניסיונם לקדם את עצמם. מסתבר שכל המאפיינים הנ"ל אינם ערובה לתחושת אושר. אנו לא מסתכלים באופן "אובייקטיבי" על החיים שלנו ובוחנים את החוויה האישית שלנו בהם, באופן מאוד אישי.

אושר אובייקטיבי לעומת אושר מבוסס זיכרון

פרופ' דניאל כהנמן מבחין בין חוויה שבה אדם מדווח ברגע נתון כיצד הוא מרגיש כעת "כאן ועכשיו", אותה הוא מכנה "אושר אובייקטיבי" כיוון שמייצגת חוויה אמיתית ברגע נתון, לבין אושר מבוסס זיכרון שהוא דיווח על חוויה שקרתה בעבר, אשר בוודאי מושפעת גם מהאושר האובייקטיבי, אך גם מגורמים רבים נוספים. למשל, חווית הרגע שמדווחים הורים רבים משהייה שגרתית עם ילדיהם איננה מכילה אושר רב, היא מדורגת כפעילות מאוד אפורה שאינה משרה השראה רבה.

לעומת זאת, בהתייחסות רחבה יותר לחיים - אנשים מדרגים את ילדיהם כמקור אושר מרכזי ביותר. אפשר לבחון זאת גם במחקרים שבחנו סבל. למשל, במחקר שפורסם ע"י כץ, רדלמאיר וכהנמן לפני 10 שנים נבדקו מאות מטופלים שעברו בדיקת "קולונסקופיה" שנחשבת כבדיקה מאוד לא נעימה וכואבת. במחקר חילקו החוקרים את הנבדקים לשתי קבוצות. האחת עברה בדיקה רגילה. השנייה, עברה גם היא בדיקה כזו, אלא שבסיומה עצר הרופא את פעולתו והצינור נח דקה שלימה ללא תזוזה בגופו של הנבדק. הדבר גרם אמנם לדקה נוספת של אי נוחות, אבל דקה זו הייתה כמובן פחות כואבת ושליטת מהזמן בו הצינור נע בתוך הגוף (וגרמה לכך שממוצע הכאב לכל התהליך ירד).

סטטיסטיקה של אושר

ברוב העולם המערבי 80-90 אחוזים מהאוכלוסייה מדווחים על כך שהם מאושרים. בשווייץ ודנמרק שיעור האושר הגבוה ביותר במערב. בישראל שיעור שביעות הרצון הגבוהה ביותר מהחיים מתגלה בקרב האוכלוסייה החרדית (97%). עם זאת, ישנה בעיה להסיק ישירות מממצאים אלו ברמת המאקרו. שוב, בגלל אשליית המיקוד. יש בחיים דברים רבים ועצם החיים באווירה טובה במדינה טובה אינה מספיקה ליצירת חווית אושר קוהרנטית. הרי רק העובדה שהשכן השוויצרי שגר מזלי עשיר יותר עלולה להוריד את חווית האושר האישית... המחקר מורה אמנם שנסיונות חיים

* פרופ' אורן קפלן הוא פסיכולוג קליני, איש סגל ביה"ס למינהל עסקים במכללה למינהל בראשל"צ ומנהל אקדמי של תוכנית בפסיכולוגיה חיונית בלה"ב הפקולטה לניהול באוניברסיטת תל אביב.

אתר אישי: www.psychologia.co.il
דוא"ל: oren@psychologia.co.il



משפיעות על רמת האושר. למשל, עדיף לחיות במדינה דמוקרטית ומפותחת ולא בדיקטטורה ענייה, עדיף להתחתן וליצור קשרים חברתיים ענפים מאשר לחיות לבד, אך כידוע, אין במידע זה כדי לתרום במאום לשיפור אישי של רמת האושר, למשל, אי אפשר להפוך לדתי מאמין אם לא קיימת אמונה דתית באל, גם אם ידוע שאנשים דתיים מאושרים יותר. במקביל, כסף, בריאות, השכלה ואפילו עיר עם אקלים טוב יותר לא עוזרים להגברת רמת האושר האישי.

ניתן לסכם שרוב הסטריאוטיפים שלנו על אושר שגויים, משאלות ליבנו מתייחסות בעיקר להישגים חיצוניים וקונקרטיים שכלפיהם קיימת הסתגלות מהירה. תחושת האושר שנוצרת מהם שורדת ימים, שבועות או חודשים, אך חוזרת כעבור זמן קצר למדי למצבה המקורי.

אז מה כן משפיע על אושר?

האושר מושפע בעיקר מהאופן בו בני-אדם מתייחסים לחוויותיהם באופן פנימי, בעבר, בהווה ובעתיד. אתיחס לכל אחד מהם בקצרה.

התייחסות לעבר

אחת מגישות הטיפול המקובלות בעבר גרסו שיש להעלות ולבטא כעסים. אכן, לאנשים מסוימים יכול להיות קושי בביטוי רגשות באופן כללי, שליליים וחייביים כאחד, ואז בהחלט כדי לטפל בנושא. עם זאת, ביטוי כעס כדרך טיפולית ממוקדת או כנטייה אישית הוא שגוי ומזיק. אנשים שמבטאים כעס כדרך-חיים שייכים למה שמכונה לעיתים Type A. הם מהווים קבוצת סיכון גבוהה יותר למחלות לב למשל. אנשים שצועקים ומפגינים כעס כלפי חוץ בוערים גם מבפנים ומכלים את עצמם. לעומת זאת, כאשר אנשים לומדים להוציא תגובה ידידותית כלפי מצב מכעיס, מסתבר שלחץ הדם שלהם יורד ואיכות החיים שלהם משתפרת. הדלאי לאמה מהווה סמל לסלחנות ואחוה על רק מה שחוה באופן אישי כפליט ונרדף פוליטי. הוא אולי הדגל שאותו צריך לחרוט למען חיים מאושרים יותר. מחקרי הפסיכולוגיה החיובית מורים שסלחנות והכרת תודה הן תכונות מרגיעות שמשפרות את האושר בחיים.

ציפיות מהעתיד אופטימיות

מחקרים מורים שאופטימיות ותקווה מבטיחות עמידות טובה יותר כנגד דיכאון, תפקוד טוב יותר במשפחה, בעבודה ובאופן כללי וכן בריאות פיזית טובה יותר ואריכות ימים. לאופטימיות יש שני מימדים עיקריים: קביעות והתפשטות. קביעות מתייחסת לאופק בעתיד - הסגנון הפסימי רואה מקרה שלילי כדבר קבוע ומאפיין של החיים ("הוא תמיד מתנכל לי"), לעומת דברים חיוביים שהם "מזל" ומשהו חד פעמי. גישתו של האופטימי בדיוק הפוכה. באותו אופן, הפסימי רואה מכה שניחתה עליו כאינדיקציה להתפשטות המצב לרוחב ("הוא כועס עלי, ובטח גם היא כועסת עלי עכשיו"). האופטימי מתמקד באירוע השלילי הספציפי ולא גורם לו להתפשט. פסימיות ואופטימיות הן אמנם גם נטיות אופי, אך ניתן ללמוד אופטימיות, למשל בשיטות שונות האופייניות כיום לטיפול CBT שונים המטפלים באמונות ומאפשרות לאדם להתווכח עם אמונותיו הפנימיות.

אושר בחוויית הווה

שני גורמים מרכזיים מביאים לנו אושר - הנאה וסיפוק. הנאה היא תופעה גולמית, גופנית וחושית. היא כרוכה במעט פעילות חשיבה ודועכת במהירות. יש להבחין בין סוגים שונים של הנאה. הבסיסית ביותר היא הנאת הגוף החושית ממגע, סקס, אוכל טוב, מוסיקה נעימה וכדומה. אך בהחלט אפשר לדבר גם על הנאות גבוהות יותר כמו התענגות על חוויה אסתטית יפה, קריאת שיר מרגש, צפייה בסרט מדהים וכדומה. הלקסיקון של הנאה כולל: התלהבות, אושר, אקסטאזה, התרגשות, צהלה, אופוריה, תענוג, שרון חושים, התעלות ועוד.

למרות שאנחנו מתייחסים לסיפוק והנאה באופן דומה במונחי השפה, יש ביניהם הבדל משמעותי. זה נכון שאנחנו יכולים לומר שאנחנו אוהבים גלידת שוקולד וכן שאנחנו אוהבים את העבודה שלנו באותה נשימה ובאותה מילה בשפה, אך בכל זאת, כנראה שהתגובה הרגשית לכל אחד מהמצבים הללו היא שונה, גם אם לעיתים יכולה להיות חפיפה בין סיפוק והנאה. סיפוק היא תופעה מתווכמת יותר מהנאה. סיפוק כולל בתוכו תהליכי חשיבה ויש לו

נטייה לשרוד לאורך זמן. נראה שהנאות קשורות יותר בחושים וברגשות. סיפוקים קשורים בצמיחה פסיכולוגית, הפעלת חוזק אישי ותכונות אנושיות טובות. מה שעוד יכול להבחין בין הנאה לסיפוק הוא שבהנאה קיימת החרדה ש"הינה זה עומד להיגמר". זהו משאב מוגבל שמגיע בעוצמות וכל רגע שעובר משמעו שנותר פחות זמן ליהנות. לעומת זאת, סיפוק הוא מצב בו זרימת הזמן הופכת הרמונית כך שהוא לא מורגש. הוא חולף לכאורה מהר יותר, אנשים מרגישים בתוכו אנרגטיים ומלאים יותר כבני אדם. בד"כ אין בו את המרכיב של חרדת האובדן, אבל באופן מעניין אין בו גם את התחושות החיוביות האינטנסיביות שקיימות במצבי הנאה. את הסיפוק אפשר לשמר באופן הרבה יותר יציב מאשר את ההנאה.

נראה שהעולם המודרני מציג בפנינו הרבה מאוד הזדמנויות להנאות קלות ומיידיות בדמות הטלוויזיה ו"שופינג" בקניון. אך מסתבר שעיסוק מצומצם זה מגביר תחושה של ריקנות ודכדוך. למרות זאת, אנשים בוחרים בו. זו אולי הסיבה לעליה המשמעותית בשיעור הדיכאון בקרב המדינות העשירות בעולם בשנים האחרונות. אוכל, טלוויזיה וסמים הם פיתוי מהיר ומייד שנגמגם באותה מהירות. חינוך ילדים לצריכה בלעדית של מוצרי שפע אלה גורם להם להרגיש בסופו של דבר ריקניים יותר בבגרותם, ללא תחושה של אושר. כמובן שגדרש מינון מאוזן בין חוויות של הנאה וסיפוק בחיים כדי לחוות אושר, אך נראה שכדאי להוסיף לתפריט המודרני מעט יותר סיפוק על פני הנאה.

לסיכום, אושר אינו נוצר מגורמים

סביבתיים אשר אולי מושכים את תשומת ליבנו אך אינם משפיעים מספיק על חווייתנו בזרימה השוטפת של החיים. אושר נוצר דווקא מהחוויה האישית.

לקריאה רחבה יותר על מהות האושר והפסיכולוגיה החיובית מומלץ להיכנס לאתר האינטרנט של מייסד זרם הפסיכולוגיה החיובית מרטין סליגמן:

<http://www.authentichappiness.com>





האדם שבקצה האגו

פסיכולוגיה טרנספרסונלית מפגש בין מזרח למערב

ראיון עם מתי ליבליך לרגל צאת ספרה

ראיינה וכתבה – צילה טנא

האדם? "מהי ההתפתחות האפשרית לו?" מה הן הדרכים שבהן ההתפתחות הזו מתרחשת?" השילוב בין החומרים האלה פותח ראיית עולם רחבה יותר, רב-תרבותית יותר.

כמי שמן-הסתם גדלה וינקה את מקוחותיה בחברה המערבית ובסביבה הסוגדת לרציונליות ולמדעיות כיצד את מסבירה את המשיכה שלך לרוחני או לטרנספרסונלי, ואולי תוכלי לתאר לנו את הדרך שעשית עד לחיבור עם עולמות המזרח?

השאלה הזו היא דוגמה מצוינת לחשיבות התפיסה האינטגרטיבית. אין שום סתירה בין רציונליות לבין גישות טרנספרסונליות. להפך, אחת התאוריות המרכזיות המוצגות בספר מתבססת על תיאוריית ההתפתחות הקוגניטיבית של פיאז'ה... אין כאן משהו "רוחני" במובן של גישה בלתי רציונלית. בכנס שנערך באוניברסיטת חיפה בשבועות האחרונים תוארו מחקרים רבים ומעניינים שבדקו לדוגמא קשרים בין מדדים של "התעלות עצמית" (על פי שאלונים מדעיים) לבין מדדים פסיכולוגיים אחרים.

ברמה האישית, מעולם לא חוויתי את עצמי כחיה בסביבה הסוגדת לרציונליות ולמדעיות. אמי עסקה בגשטאלט – גישה שברמות מסוימות מעודדת פיתוח קשב להווה הדומה מאוד לפיתוח הקשב המתרחש במדיטציה. סבי היה רב ודמות מעוררת השראה עבורי. כך שאיני חווה את העניין שלי בזרם הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית כשונה בהכרח מסביבת ביתי.

כפי שהבנתי, הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית מניחה קיומם של מצבי תודעה שונים מהרגיל. האם יכול אדם לקבל את עקרונותיה בלי שחווה בעצמו מצבים שכאלה או בלי שיאמין באפשרות קיומם? בעצם אני שואלת לגבי מקומה של האמונה בתפיסה הפסיכולוגית שאת מצגינה. ועוד האם ההתחברות אל התיאוריות הטרנספרסונליות מחייבת שינויים מהותיים באורח-החיים שלנו בפועל – בסדרי העדיפויות ובבחירות הקונקרטיים שלנו או שאפשר לאמץ גם בלי לערוך שינויים שכאלה?

מתי ליבליך היא תלמידת הבודהיזם והדאואיזם, בעלת תואר שני מאוניברסיטת California Institute of Integral Studies במגמת פסיכולוגיה מזרח-מערב. מלמדת במסגרות שונות על המפגש בין תורות פסיכולוגיות מזרחיות למערביות.

ספרה "האדם שבקצה האגו" הוא הספר הראשון שנכתב בארץ על הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית. הספר מציג את התיאוריות המרכזיות בתחום שצמח מתוך הפסיכולוגיה ההומניסטית בשילוב קטעי שירה מהמסורות השונות וסיפורים אישיים של אנשים מישראל ומרחבי העולם. בין היתר מוצגות התיאוריות של קן וילבר, מייקל וושבורן וסטניסלב גרוף. הספר נוגע גם בנושאים הרלוונטיים לישראל של שנות האלפיים, משברים פסיכו-רוחניים ותהליך ההיווצרות של מורים רוחניים שעלולים להיות הרסניים לתלמידיהם.

הפניתי למתי כמה שאלות על ספרה כדי לקדם את היכרותנו עם הנושאים אותם הוא מעלה:

המונחים "פסיכולוגיה אינטגרטיבית" ו"פסיכולוגיה טרנספרסונלית" חדשים עבורי ואולי גם עבור קוראים רבים. האם תוכלי להבהיר בקצרה מונחים אלה?

באופן מילולי משמעות המונח פסיכולוגיה טרנספרסונלית הוא זרם פסיכולוגי העוסק בטרנס – מעבר פרסונלי – אישי. כלומר זרם פסיכולוגי המביט לעומק לתוך שאלות של התפתחות אל מעבר לגבולות האגו. הסיבה לשימוש גם במונח פסיכולוגיה אינטגרטיבית היא שזרם המחשבה הזה בעצם עוסק בניסיון לאינטגרציה בין המחשבה של הפסיכולוגיה המערבית המודרנית לבין חומרים מתוך תפיסות מיסטיות מרחבי העולם. אני נוהגת להדגיש את המונח אינטגרטיבי מכיוון שיש כאן ניסיון אמיתי להחיל את שתי זוויות ההתבוננות האלה על העולם. המודלים המוצגים בספר אינם שוללים לא את התבונה העולה מתוך תפיסת הפסיכולוגיה המודרנית, אך גם לא את התשובות מהמסורות המיסטיות לשאלות כמו "מיהו





✿ האם תוכלי להתייחס להבדלים שבין משבר רוחני לבין פסיכוזא ולדרך שבה אפשר לעשות אבחנה מובדלת בין השניים, ובכלל, האם קיימת הגדרה של פתולוגיה נפשית בפסיכולוגיה הטרנספרסונלית במונחים המקובלים בפסיכולוגיה המערבית המוכרת?

דבר ראשון, אני שוב מדגישה שזרם הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית אינו שולל דבר מתוך הפסיכולוגיה המערבית המודרנית. יש הגדרה של פתולוגיה נפשית, אך היא רחבה יותר, מכיוון שהיא מגדירה גם פתולוגיות נפשיות בשלבים הטרנס-אגואיים. בנוגע לאבחנה מובדלת בין משבר רוחני לבין פסיכוזא, יש חומרים תיאורטיים שאיני חושבת שיש אפשרות להביאם בקצרה, במיוחד בהקשר של אבחנה מובדלת בין שלב הרגרסיה של וושיבורן לבין סכיזופרניה. חשוב לומר שברוב המשברים הרוחניים שאלת האבחנה המובדלת לא תעלה, אלא רק במקרים הקיצוניים יותר. משבר רוחני הוא משבר העולה על פי רוב מתוך תרגול של שיטות מדיטציה או תרגול רוחני אחר. במשבר רוחני האדם עשוי לחוות קשיים נפשיים ואף להתמודד עם חומרים קשים מתוך הביוגרפיה שלו. התרגול הרוחני מציף פעמים רבות תבניות ואירועים מהעבר. לכן הטיפול הטוב במשבר רוחני הוא שילוב של טיפול פסיכולוגי מסורתי עם ייעוץ והכוונה של אדם המבין בתהליך המתרחש מעצם העובדה שהוא עצמו מצוי בתרגול רוחני. בספר אפשר למצוא דוגמאות רבות, וזהו הפרק הארוך והמורכב ביותר בו.

✿ הסבירי לנו בבקשה מדוע בחרת לצטט בספרך שיר זה כלשונו:

אנא קרא לי בשמותי האמיתיים/ טיך נהאת האן

אל תאמר שאעזוב מחר
אפילו היום אני עדיין מגיע.

הסתכל לעומק: בכל שנייה אני מגיע
להיות ניצן על ענף אביבי,
להיות ציפור זעירה, עם כנפיים שברירות עדיין,
לומדת לשיר בקני החדש,
להיות זחל בלבו של פרח,
להיות אבן טובה המסתתרת בתוך סלע.

אני עדיין מגיע, כדי לצחוק ולבכות,
לפחד ולקוות.
קצב הלב שלי הוא הלידה והמוות
של כל אשר חי.

אני זבובון קצר חיים המתמיר את צורתו
על פני מי הנחל.
ואני הציפור שעטה עליו כדי לבלוע אותו.

בחיוך הייתי אומרת, שגישתנו ה"מדעית" וה"רציונלית" של פרויד, למשל, מחייבת אמונה אף היא במצבי תודעה שונים מהרגיל כגון חלימה. ובטון רציני יותר, הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית אינה מערכת אמונה. כאדם שלמד תפיסות רב-תרבותיות אפשר לומר באופן מוחלט שבכל התרבויות בעולם תוארו חוויות מיסטיות. כל אדם שלמד אנתרופולוגיה מודע לחשיבות האדירה שניתנה בכל תרבויות העולם למצבי תודעה שונים מהרגיל. יש עדויות ארכיאולוגיות לטקסים שיצרו מצבים שכאלה מראשית האנושות. לא להאמין בקיום מצבים מיסטיים, גם זאת אמונה, ואמונה שקשה לבסס. כך שזרם הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית אינו דת. זהו זרם המציע מפה לחוויות אנושיות שתועדו באופן רציף והמשכי משחר ההיסטוריה ועד לימינו. בשנות התשעים של המאה הקודמת נעשה בארצות הברית סקר, שבו טענו כ-40 אחוזים מהאוכלוסייה שחוו חוויות מיסטיות. ההתחברות לתיאוריות טרנספרסונליות אינה מחייבת שינוי באורח החיים שלנו. לחילופין, היא מרחיבה את תפיסת העולם האתנוצנטרית שלנו.

✿ הייחוד של הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית הוא בכך שבתיאור שלבי ההתפתחות של התודעה האנושית היא אינה עוצרת בשלב של התפתחות האָגו הבוגר, אלא ממשיכה לתיאור שלבי התפתחות שהם מעֵבֵר לָאָגו. שלבים אלה מוֹכְרִים לָנו בעיקר מן העיסוק בתחומי היצירה (השראה, מעוף) או מחוויות דתיות ומיסטיות. שאלתי היא עד כמה ייחודית ההתפתחות הזאת הטרנס-אָגואית ליחיד סגולה מאיתנו' או שכל אחד מאיתנו מגיע אליה או מסוגל להגיע אליה בתנאים אלה או אחרים? ואם יש גורמים המעכבים בעד אחדים מאיתנו להימצא ברמות הטרנס-אָגואיות, מה הם הגורמים האלה?

התשובה לשאלה הזאת תהיה שונה בתיאוריות שונות. לתפיסתו של קן וילבר, כל אדם מסוגל להגיע אל הרמה הטרנס-אָגואית. אחד הגורמים החשובים המסייע להגיע להתפתחות זו על פיו הוא התבססות טובה ומאוזנת של כל שלבי ההתפתחות הקוגניטיבית שתוארו במערב. כלומר: על פי גישה זו, הרמה הטרנס-אָגואית נבנית על אגו בריא ויציב בעל גבולות ברורים. על פני גישתו של וושיבורן (המתבסס על יונג ועל תיאוריית יחסי-אובייקט) התפתחות טרנס-אָגואית היא נדירה וכוללת תקופה קשה ביותר, שאותה הוא מכנה רגרסיה בשירות העלייה מעֵבֵר. בתקופה זו האגו פוגש שוב פוטנציאלים מודחקים הקשורים לגוף, לרגשות, לרמה הארכיטיפית ואף לרמה הרוחנית. התיאור שלו מזכיר את תיאורו של יונג באוטוביוגרפיה שלו. על פיו רק מעטים מאיתנו עוברים תהליך שכזה במלואו ומגיעים למצב שאותו הוא מכנה אינטגרציה. על פי הגישות המיסטיות מרחבי העולם, הגורם העיקרי המעכב את רובנו מלהימצא ברמות הטרנס-אָגואיות הוא הפחד הקיומי שאיתו עלינו להתמודד ברגע שאנחנו מנסים להתבונן לעומק לתוך השאלה "מי אני?". מתוך הפחד הזה רובנו פונים להסחות דעת ולניסיון להימנע ממגע עם ההווה.



אני צפרדע ששוחה לה בשמחה
במים הצלולים של בריכה.
ואני נחש העשב
שניזון בדממה מהצפרדע.

אני הילד באוגנדה, כולי עור ועצמות,
רגלי דקות כמו מקלות במבוק.
ואני סוחר הנשק,
המוכר כלי מוות לאוגנדה.

אני הילדה בת השנים-עשרה,
פליטה בסירה קטנה,
המשליכה את עצמה לים
אחרי שאנס אותה שודד ים.
ואני השודד,
לבי אינו בשל
לראות ולאהוב.

אני חבר בפוליטבירו,
מרכז בידי כוח רב.
ואני האיש שצריך לשלם
את "חוב הדם" שלו לעמו,
גווע אט אט במחנה כפייה.

שמחתי היא כמו אביב, כה חמימה
היא מעוררת את הפרחים לפרוח בכל העולם.
כאבי הוא כמו נהר של דמעות,
כה עצום, שהוא ממלא את כל ארבעת הימים.

אנא קרא לי בשמותי האמיתיים,
כדי שאוכל לשמוע את כל בכייתי וצחוקי באחת,
כדי שאוכל לראות ששמחתי וכאבי הם אחד.

אנא קרא לי בשמותי האמיתיים,
כדי שאוכל להתעורר
ודלת לבי
תוכל להישאר פתוחה,
דלת החמלה.

בספר אני מצטטת הרבה קטעי שירה וסיפורים מהמסורות
השונות. הסיבה לכך היא שברגע שאנו מדברים על השלבים
הטרנס-אגואים, אחת הדרכים הטובות ביותר לתאר אותם
היא שירה. המסר הוא שמצבים טרנס-אגואים הם מצבים
של התרחבות גבולות הזהות העצמית. מכיוון שמלים
מעצם הגדרתן את המציאות מייצרות גבול, שפה (למשל,
בין כיסא לבין כל העולם שאינו כיסא), יש משהו פרדוקסלי
בניסיון לתאר את המצבים האלה במלים. למרות זאת,
האתגר הוא אכן לתת מלים גם למצבי תודעה שכאלו.
השיר הספציפי הזה הוא אחד השירים היפים ביותר שאני

מכירה שנכתבו על מצב תודעת האחדות; מצב שבו האדם
חווה את הצל שלו עד לעומקו ועל כן יודע שהוא והעולם
אכן אחד, שאין דבר בעולם הזה שהוא אינו "אני". אני
אוהבת את השיר הזה, כי הוא לא מייפה את המצב הזה,
כפי שעל פי רוב מייפים אותו בתרבות ההמונית וקוראים
לו "הארה". זהו מצב של חיבור עמוק ורגש עמוק כלפי
העולם וכל היצורים החיים בו.

**✿ תפקידו של המורה הרוחני או של ה"גורו" הוא
משמעותי מאוד בפסיכולוגיה הטרנספרסונלית וטומן
בחובו, לפיכך, גם סכנות רבות הרבה מעבר לאלו של
המטפל המערבי המסורתי. האם תוכלי להתייחס
להיגד זה ולהרחיב בבחינת הדרכים שבהן יכול האדם
הנורמטיבי להיתרם מן התורות הרוחניות בלי ליפול
בכבלי "מורים רוחניים שרלטניים"?**

כפי שכבר הסברתי קודם לכן, אין הפסיכולוגיה
הטרנספרסונלית שונה מהפסיכולוגיה המערבית
המודרנית בהגדרתה את תפקיד המטפל. אין שום ניסיון
של מטפל להיות גורו. החשיבות של המורה הרוחני
בתהליך ההתפתחות אל השלבים הטרנס-אגואים מודגשת
במסורות המיסטיות. הסיבה לכך היא שיש מורכבות אדירה
בחוויות שאיתן נפגש האדם ברגע שהוא עוסק בתרגול
רוחני. הסכנות אם כן אינן סכנות המובנות בפסיכולוגיה
הטרנספרסונלית אלא במסורות המיסטיות. ההתבוננות של
הפסיכולוגיה הטרנספרסונלית על תפקיד המורה הרוחני
היא התבוננות מפוכחת יותר, הלוקחת בחשבון שהמורה
הרוחני הוא ככל האדם וגם הוא עובר תהליכים פסיכולוגיים
רבי עוצמה, העשויים להשפיע על בוחן המציאות שלו ועל
יחסיו הבין-אישיים... האדם הנורמטיבי יכול להיתרם מן
התורות הרוחניות בלי ליפול בכבלי מורים רוחניים הרסניים
על ידי ההבנה שכפי שאנו בוחרים מורה לפסנתר לילדנו
רק אחרי שאנו מבינים את יכולותיו בנגינה, בהדרכה, את
מידת האחירות שלו, את היכולת שלו לעמוד בזמנים ועוד
ועוד, כך עלינו לבדוק את הפנטזיות שלנו של שלמות
המושלכות על המורה הרוחני. במסורות שאני מכירה יש
אמירה ברורה שעלינו לבחון את התנהלות המורה, לעתים
לאורך שנים, לפני שאנחנו מחליטים שזהו אדם שבו ניתן
לתת אמון מלא. כך שאין דרכי קיצור. יש אמירה חסידית
יפיפייה: "הלכתי לרבי בכפר השני לא כדי ללמוד ממנו,
אלא כדי לראות כיצד הוא קושר את שרוכי נעליו". הגישה
חייבת להיות מפוכחת, בוחנת ומטילת ספק עד שאנו
משוכנעים שהאדם מתנהל בחייו באותה צורה שבה הוא
מציג את עצמו.

למדתי רבות מתשובותיה מאירות העיניים של מתי.
לתחושותי, הן מצליחות לקרב אותנו לתכניו הייחודיים של
ספרה ולרוחו, אך אינן מהוות תחליף לקריאה בו ולעיון
מעמיק יותר בנושאים אותם הוא מציג.

מועדות לעבירות אתיות

רקע:

במקרים בהם ועדת האתיקה דנה בתלונות נגד פסיכולוגים הנמצאות מוצדקות בסמכותה של הוועדה להזהיר, לנזוף או להשהות את הפסיכולוגים נגדם הוגשה התלונה מחברות בהפ"י. הפסיכולוגים רשאים לערער בפני ועדת הערעורים הממונה על-ידי הוועד המרכזי, הדנה אד-הוק בערעור. לאחרונה נידון ערעור בפני הוועדה ובעטיו ועדת הערעורים מצאה לנכון להוסיף לסנקציות שבידי ועדת האתיקה גם את הנזיפה החמורה. בנוסף המליצה ועדת הערעורים בפני ועדת האתיקה לפרסם את המקרה ב'פסיכואקטואליה' על-מנת להרחיב את המודעות האתית של כלל הפסיכולוגים. ועדת האתיקה נענתה להמלצה זו וזאת במסגרת מאמציה לשקוד על הנחלת כללי האתיקה ולהפיצם.

המקרה:

אימא של ילדה שעברה אבחון וטיפול פסיכולוגיים, פנתה באמצעות עורך-דין אלינו ושטחה תלונה נגד פסיכולוגית הנוגעת למגוון סוגיות הכרוכות בטיפול בילדים שהבולטות בהן:

- * חוזה טיפול המחייב קבלת הסכמה להתערבות משני ההורים – במקרה זה הפסיכולוגית לא קיבלה הסכמה מהאם המתלוננת והסתפקה בהסכמת האב, דבר שגרם לראייה חד-צדדית של המצב התואמת את זו של האב. יש לציין שבמידה ולא ניתן ליצור קשר עם אחד ההורים לצורך קבלת הסכמה, (מה שלא היה נכון למקרה זה), ניתן לפנות לפקידת סעד שבסמכותה לדאוג שבית המשפט יחייב את ההורה להתערבות, או יתיר את ההתערבות ללא הסכמת אחד ההורים.
- * התרשמות של הפסיכולוגית על ילדה הנמצאת בסיכון – במקרה זה חשדה הפסיכולוגית כי האם מתעללת בילדה, ולפיכך חלה עליה חובת דיווח לפקידת סעד. הפסיכולוגית הפרה חובה זו ובכך עברה על כללי האתיקה והחוק כאחד. בביצוע עבירה זו עלולים להיגרם נזקים נוספים כמו מניעת מידע מגורמי רווחה שבמקרה זה המשפחה הייתה מטופלת על ידם. ככלל ראוי שפסיכולוגית המטפלת במקרים בהם מעורבים גורמי רווחה, תהיה בקשר עם אותם גורמים באמצעותו יועבר מידע חיוני לטובת המטופלים.
- * הפרת סודיות – הפסיכולוגית הגדילה לעשות בכך שלא רק שלא שיתפה את האם בבדיקה, או יידעה אותה עליה, אלא מסרה לאב את חוות הדעת, ששימשה אותו לניגוח האם בבית המשפט. בכך התעלמה מהעובדה שחוות-דעת פסיכולוגית היא מסמך שחייבים לנהוג בו בהתאם לכללים המבטיחים את שמירת הסודיות ואשר לאלו יש התייחסות בחוקים (חוק זכויות החולה, חוק הפסיכולוגים) ובכללי האתיקה. בנוסף התרשלה הפסיכולוגית בכך שהפנתה מסמך מעין זה "לכל המעוניין" ולא לכתובת מפורשת.

ועדת הערעורים בסיכומה ציינה שהתנהגותה של הפסיכולוגית מצביעה על חוסר מודעות מספקת לכללי האתיקה כולל עקרונות הנוגעים לטיפול בילד-הורים.

המועדות לעבירות אתיות:

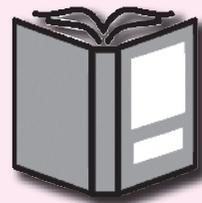
כשנתיים לפני ביצוע העבירות המוזכרות הופיעה אותה פסיכולוגית בפני ועדת האתיקה במסגרת דיון על תלונה שהוגשה נגדה ונגד שותפה. אז דובר על תלונה הכרוכה בטיפול בבני זוג. שם העבירות היו קשורות לליקויים בחוזה הטיפול, למתן מידע ללקוח, לחובתה להימנע מפגיעה במטופלים והסובבים אותם, ובחובה לשתף פעולה עם ועדת האתיקה.

השתלשלות המקרים בה אותה פסיכולוגית מוצאת עצמה נילונה פעמיים, על ידי לקוחות בלתי תלויים זה בזה, מעלה את השאלה האם יש פסיכולוגים המועדים לעבירות אתיות. באשר לפסיכולוגית אודותיה מובא המקרה, הרי שמהלך העניינים מראה שכן. בנוסף ומתוך קריאת הפרוטוקול של הישיבה בה נערכה השיחה עם הפסיכולוגית והשותף שלה, עולה שגם לאחר מעשה הם סירבו להתייחס להפקת לקחים ולכיווני פעולה אחרים שעולים בדעתם כי אפשר שהיו בידיהם. לפיכך טענתה של ועדת הערעורים כי הפסיכולוגית אינה מודעת לכללי האתיקה מקבלת משנה תוקף.

עיון בפרטי התלונות, ובתגובת הפסיכולוגית מוביל להשערות על כיוונים אפשריים למועדות לעבירות אתיות. האחד: חוסר ידע של כללי אתיקה וחוק הקשורים לעבודתה; השני: התמקדות בפנטזיות הצלה המנומקות לכאורה באופן מקצועי: 'לא חשוב עד כמה המקרה מסובך ודורש התנהלות לפי כללי אתיקה או חוק, מהרגע שאדם מבקש עזרתי חובתי כאיש מקצוע לעזור לו גם אם הדבר "דורש" התעלמות מחובות אתיות או חוקיות; השלישי: היעדר גבולות מקצועיים ונכונות לעבוד עם מקרים שלא בתחום היכולת, ההתמחות והידע. מעבר למקרה המוצג יש לציין שבורות, נאיביות אתית ונטיות אישיותיות גם הן מובילות למועדות לעבירות אתיות. כדי לממש את השאיפה להימנע מהן ראוי להכליל באופן קבוע בכל שיח העוסק בפעולות המקצועיות גם את השיח על אודות הסוגיות האתיות הרלבנטיות.

ועדת האתיקה

ד"ר רבקה רייכר-עתי, יו"ר
גב' חנה בן-ציון
ד"ר גבריאל וייל
גב' יהודית להט
גב' נגה קופלביץ'



ספרים רבותי ספרים

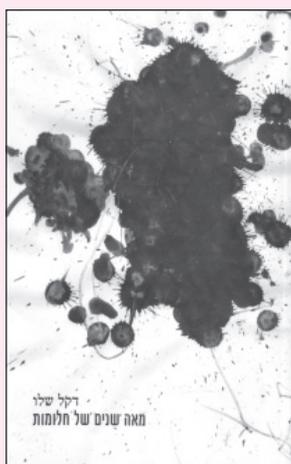
בגישות פסיכולוגיות, (במקביל לניטשה, אשר הסתמך על זרתוסטרא, סוקראטס ואחרים רבים), עובר כחוט השני בספר, כדי להדגיש את ההשתנות הלא מקרית של המקצוע. הספר מעניין, מאתגר, לעתים פרחובקטיבי. עולות בו שאלות ודילמות, שהן ספק שוליות, ספק בעלות משקל לגבי המקצוע, כגון: שאלת התשלום עבור מפגשים טיפוליים, ויחסה של התקשורת. הכתיבה זורמת וקריאה, אך הנימה בעיני לעתים פסקנית. כדאי.

גאונות ושגעון / אליעזר ויצטום ולדימיר לרנר /
הוצ' אריה ניר, 2009



פתחתי בספר זה אך לא אכביר עליו מלים, כיוון שכבר "עשה כותרות", ורבות כבר נכתב עליו בעיתונות. בחוויית הקורא שלי, זהו ספר עתיר ידע בנושא, יסודי, מעמיק ומקיף. הוא מתייחס לסוגים שונים של היצירה האמנותית: כתיבה, ציור ומוזיקה. מבחינת הפסיכופתולוגיה, יש ניסיון לייצוג של טווח פתולוגיות נרחב: הפרעות אישיות, מניה-דפרסיה, דיכאון, וסקיזופרניה. החומר כולל מחקרים, ומאמץ מכובד לביסוס מדעי מדוקדק, כמו למשל, טבלה מעניינת המתארת את הקשר בין תקופות יצירתו של גוגול, לתקופות המניה שלו. הכתיבה כבדה במקצת, יותר אופיינית לספר לימוד, ועל-כן יש להקדיש לו זמן קריאה ממושך יותר. עוד הערה/שאלה שניקרה במוחי, וביקשה תשובה: היוצרים הנחקרים בספר, חיו בשלהי המאה ה-19 – תחילת המאה ה-20. האם אפיוניהם ישימים גם ליוצרים מאוחרים יותר? (ר' סיפור חייהם של יוז, סילביה פלאת') או שמא יש גם משהו בתקופה/בעמדת החברה/בטיפול הנפשי, שהשפיע על דפוס היצירה? אשמח לקבל תשובה! מומלץ. לאוהבי תרבות במיוחד.

מאה שנים של חלומות / דקל שלו /
ההוצאה (הוצ') אוני' ת"א, 2009



דקל שלו הוא איש סגל האוניברסיטה הפתוחה, ומרצה לפסיכולוגיה. בספרו הוא מנסה לסכם את עיקרי הדברים העולים מתוך מאה שנים של מחקר וכתיבה על תופעת החלום. חלקו הראשון של הספר מייצג את שלוש הגישות המרכזיות המוכרות בחקר החלום: הגישה הפסיכואנליטית (פריד ויונג), הגישה הפסיכו-פיזיולוגית והגישה האמפירית-קוגניטיבית. החלק השני בוחן את החלום מהיבטים שונים של האוכלוסייה והתופעה: חלומות של ילדים, הבדלי מגדר, ביטוי הטראומה בחלום, חלומותיהם של עיוורים. "תפקידו" של החלום: האם החלום מסייע בעיבוד דילמה? פותר בעיות? מנבא עתיד? אין מדובר בספר ממצה, או המתיימר להיות ספר-לימוד, אך הוא מייצג בעיניי היטב את הנושאים המרכזיים. כתוב היטב בשפה קולחת, עתיר במקורות ובדוגמאות. מומלץ.

דבשת הגמל / נעמי קלנר /
הוצ' מודן, 2009



נעמי קלנר היא דמות ידועה לרבים, וספרה זה, עפ"י ההצהרה, עוסק במושגי יסוד ובדילמות של הטיפול הפסיכו-דינאמי, על זרמיו השונים והגישות השונות המקובלות כיום. אך לא רק: קלנר מנסה, על מנת להציג נכונה את החומרים שברצונה, להקדים ולהבין את יסודם ושורשיהם לפי אמירתה = התפתחות הרוח. מכאן גם שמו המפתיע של הספר, שנלקח מדיונו של ניטשה על התפתחות הרוח האנושית. בדיון זה, המסתמך על זרתוסטרא, נעשה שימוש במטפורות של חיות שונות, לייצוג שלבי התפתחות הרוח. "ויכרע תחתיו דמוי גמל, ברצונו כי ירבו להעמיס עליו". רעיון השלבים, וההסתמכות על גופי ידע שונים ואחרים

להתבגר בתבונה / דינה שייביץ /
הוצ' אוריון, 2009



עוד ספר המצטרף למקבץ הפרסומים על המחצית השנייה של החיים, מתוך דאגה לאוכלוסיה מזדקנת, וניסיון לשכנע בפוטנציאל ההתפתחות והצמיחה הקיים גם בגיל ה"שלישי". הספר דן בנושאים אופייניים: פרישה, סבאות, בריאות גופנית ונפשית, התמודדות והסתגלות לקשיים ומגבלות.

אם אבא שלי "שפל" ו"מנוול",
מה זה אומר עלי?
ואם לאמא שלי "אין לב" והיא
"רק רוצה להתנקם"
מה זה אומר עלי?"



90 עמודים קטנים של אסופת פסוקים כגון אלה, "מהחיים", ללא כחל ושרק, מסודרים לפי נושאים, כגון: לפני הכול (לפני הגרושים), מה קורה פה? (המשבר), מבולבלים (אחרי), ועוד.

בסוף – עמוד של אחרית-דבר להורים, ואחרית-דבר לילדים.

ספר אמיתי, עוצמתי, מרגש דווקא בצמצום ובתמציתיות שבו. בהצגת החוויה, ולא בדיבור עליה. אהבתי את הייחודיות והיצירתיות שבסגנון זה, כה שונה מעוד ספר של תיאוריה, מחקר והדרכה.... מומלץ מאד!

אסיים בעוד ספר יוצא-דופן, מוגדר בקטגוריית ה'פרוזה', שאיננו "מקצועי" ממש, אבל הוא מעולמנו

הפסיכולוג הטוב / נעם שפנצר

הוצ' ידיעות ספרים, 2009

זהו סיפור על פסיכולוג, איש רגיל, העובד במרפאה לטיפול בהפרעות חרדה, בעיירה קטנה בארה"ב. הוא גם מרצה בקולג' המקומי על טיפול פסיכולוגי. בחייו האישיים הוא רווק, מאוהב באשה נשואה.

הספר מתווה מסלולים שונים בחייו של האיש, בתחום הטיפולי ובתחום האישי, מתמקד



ב'תפר' שבין האדם שבו לאיש המקצוע/המטפל, בעיקר בתחום הרומנטיקה והמין. בדילמות האתיות שבחיים ובקליניקה, בקשר האהבה בין איש ואישה.

כמצוין, נעם שפנצר הוא ישראלי לשעבר, יליד קיבוץ נחשון, החי בקולומבוס אוהיו, עם בתו מאיה. זהו ספרו השני. הראשון, "הלילה אצל יותם", יצא ב-2005 בהוצ' גוונים.

אין זו ספרות גדולה, אך תמיד טוב לבדוק את דמותנו במראה, מזווית חדשה. לפעמים רואים פרט כלשהו שניתן לתקנו.

ספר מלא עצות פרקטיות, ואופטימיות!
ד"ר שייביץ היא עובדת סוציאלית, מומחית בגרונטולוגיה.
לכל בני ה-50+. כדאי.

לא נולדים אלימים, החיים הרגשיים והחברתיים של ילדים קטנים / מרים רוזנטל, ליה גת, חנה צור / הוצ' הקיבוץ המאוחד, סדרת קו אדום, 2009



שלוש המחברות חברו יחד לכתוב ספר זה, לפי הצהרתן, אל מול העלייה בשכיחות של מקרי אלימות בין ילדים צעירים. המסר המועבר הוא, שילדים אינם נולדים אלימים, אלא

האלימות נוצרת כתוצאה מלמידה של כלים לקויים, או נכון יותר – מאי-למידה של כלים נכונים לפתרון קונפליקטים חברתיים. האחריות להיווצרות כשל זה היא על החברה כולה, ההורים, ולא פחות מכך – המסגרת החינוכית, אשר הילד שוהה בה, בשנים האחרונות, שעות-יום רבות. לטענת המחברות, המסגרת מתמקדת בהעשרה קוגניטיבית ולימודית, ומזניחה במידה רבה את פיתוח היכולות והכישורים החברתיים.

בחלקו האחרון של הספר, מוצגת תכנית התערבות לגיל הרך, אשר פותחה באוניברסיטה העברית, ומטרתה לתקן עיוות זה: להכשיר גננות ומטפלות לגיל הרך לעבודה עם ילדים בקבוצה, באופן אשר יחזק את הכישורים הרגשיים והחברתיים של הילדים ויתרום למניעת התנהגות כוחנית.

לספר 3 שערים: התפתחות של יכולת רגשית-חברתית, מה משפיע על התפתחות היכולת הרגשית-חברתית? מה קרה לך היום בגן?

הספר כתוב בשפה קולחת, עשיר בדוגמאות ועתיר מקורות תיאורטיים ומחקריים.

מרתק. מומלץ לכל העוסקים בגיל הרך, להורים לילדים צעירים, ולכל מטפל.

קולם של ילדים / דניאל גוטליב, / הוצ' מלוא, 2009

ספר בפורמט קטן, כריכתו מאוירת, ותוכו מלא איורים, הממל מועט, בתבנית שורות של שיר... ואתה מצפה למשהו קליל ועליז..... אך לא.

אתה פוגש את משפטיהם של ילדים, אשר הוריהם התגרשו, והם מבטאים, תחושות, מחשבות, בקשות – בשקיפות של ילד פגוע, מתוך כאב נורא הפוגע מייד גם בך. למשל: "תחשבו על זה:"



מפגש בין הפסיכולוגיה והמשפט: בריאות הנפש של העובדים בתביעות נגד מעבידים

שנחשפו להתפרצות של אלימות ותוקפנות מילולית במקום העבודה. לפי פסיקת בתי המשפט היה על המעביד לספק אמצעי בטיחות ושמירה ראויים להגנת העובדים שהוא מעסיק. ואם לא היה זהיר דיו ונכשל בכך, כי אז יפצה בפיצוי כספי את העובדים שנפגעו. במיוחד אמורים הדברים אם העובדים טיפלו באוכלוסייה חלשה שיש לחלק ממנה נטייה להתפרצות או לתוקפנות מילולית או פיזית.

גם אם מצבו הנפשי של העובד לא היה איתן וחסון קודם לכן, חולשותיו, ומומיו הסובייקטיביים ללא קשר למקום העבודה, אינם מונעים תביעה משפטית אם הקורות אותו בעבודה גרם להתפרצות הבעיה הנפשית או להחמרתה. מחובת המעביד לדאוג להגנת העובדים בכללותם כולל אלה החלשים והרגישים. בשפת המשפט אומרים כי "הגולגולת הדקה" של מי שסבל מפגיעה אינה מונעת את ההכרה בזכותו לפיצויים.

ישנם תקדימים לכך שבתאונות עבודה רגילות לחלוטין כמו החלקה במדרגות פסק בית המשפט פיצויים נוספים לעובד שנפגע בשל פגיעה נפשית שנלוותה לתאונה.

פיצויים על נזקים ממוניים ושאינם ממוניים יפסקו גם אם לא הייתה תאונה או אירוע טראומתי חריג. פגיעה נפשית עלולה להיגרם כתוצאה מחשיפה נמשכת לרעש או לחומרים מסוכנים במקום העבודה. אחריותו של המעביד להגן על עובדיו מפגיעות גוף ונפש.

במדינות העולם נמצאו מעבידים אחראים בניזקין לנזקים נפשיים שנגרמו לעובדים עקב לחצי עבודה שנגרמו כתוצאה מעומס בעבודה. אף אם הדבר נמשך לאורך זמן והנזק הנפשי הצטבר היה על המעביד לצפות כי הדבר עלול לקרות ומכאן אחריות.

הנה כי כן: תחום נוסף בו שילוב בין פסיכולוגיה ומשפט יכולים להביא תועלת לפרט ולחברה.

עבודתו של אדם עלולה לערער את בריאותו הנפשית. אירועים הקורים במקום העבודה עשויים לגרור פגיעה במצבו הנפשי של אדם ולהסב לו נזקים. גם אם לא אירעו אירועים קיצוניים וחריגים, יתכן כי מתח מצטבר מתנאי העבודה ומסביבת העבודה נצבר ונערם עד כדי שבר ומשבר. בתי המשפט הכירו בכך כבסיס נאות כדי לחייב את המעבידים ופסקו פיצויים לטובת העובדים.

הדבר מצדיק שילובם של פסיכולוגים במקומות העבודה כגורם נוסף לצד הרפואה התעסוקתית. מניעת גורמי המשבר ושחרורם יפחית את החשש לנזקים נפשיים ומתביעות כאלה נגד מעבידים. יש גם מקום לשיתוף פעולה בין פסיכולוגים לבין עורכי הדין בהגשת תביעות נגד מעבידים ומעסיקים ובהצלחת תביעות אלה.

התביעות מובילות לפיצוי כספי לעובדים הנפגעים ולתלויים בהם, אך לא פחות מכך, בהגשת תביעות יהיה כדי להרתיע מעבידים ולחנכם שלא להקל ראש במצבם הנפשי של העובדים ובתחלואה שעלולה להיגרם אם לא יסייעו להם להתמודד עם בעיות ומתחים.

בתי המשפט הכירו עקרונית באפשרות לפיצוי כספי של עובדים, כאשר נגרמו להם נזקים נפשיים עקב רשלנותם של המעבידים. יש צורך להוכיח קשר סיבתי בין מחדלו של המעביד לקיים תנאי עבודה נאותים, לבין הנזק הנפשי שנגרם לעובדים. רשלנות נקבעת כאשר הייתה סטייה מרמת הזהירות הנדרשת. בתי המשפט הכירו באחריות המעבידים על נזק נפשי שנגרם בעקבות אירוע טראומתי שנבע מסביבת עבודה לא בטיחותית. למשל, כשבמהלך העבודה עף חפץ שניתק ממכונה וגרם לעובד חבלה וטראומה.

כך גם הכירו גם בתי המשפט בחובה לפצות עובדים בפיצוי כספי בשל תסמונת פוסט-טראומטית שנגרמה לעובדים

דרושים פסיכולוגים מתנדבים דוברי שפות

משרד התיירות מקים גוף שיטפל באירועים מיוחדים הקשורים לתיירים, וזאת לאור הניסיון מתאונת האוטובוס של סוכני התיירות מרוסיה.

להקמת גוף זה זקוק משרד התיירות לפסיכולוגים מתנדבים דוברי שפות שונות שיאיישו את חדר המצב שיוקם בעיתות מצוקה ובאירועים מיוחדים.

חברים המעוניינים להתנדב מתבקשים להתקשר למזכירות הפ"י לנילי או להילה
טל': 03-5239393 ; 03-5239884 או בדוא"ל: psycho@zahav.net.il



ייעוץ מס ח"ח אריה דן,

חאה החשבון של הפ.י – משרד חאי חשבון סנד"ק, דן ושו"ת

חוק "מס הכנסה שלילי"

נתבקשתי לאחרונה להסביר את מהות החוק והקריטריונים לקבלת המענק.

מס הכנסה שלילי הוא למעשה הטבה/מענק לשכירים ולעצמאים בעלי הכנסה נמוכה, שנקבעה במסגרת החוק להגדלת שיעור ההשתתפות בכוח העבודה ולצמצום פערים חברתיים – חוק "מס הכנסה שלילי".

מטרת החוק, בין היתר הינה להוות כלי לתמריץ השתתפות עובדים בשוק העבודה, להגדיל את הכנסתם הפנויה של העובדים ברמות השכר הנמוכות ולצמצם את הפערים הכלכליים. משנת 2009 זכאי לקבל את המענק עובד שכיר ו/או עצמאי אשר עמד בשנת 2009 בכל התנאים הבאים:

1. מלאו לעובד 23 שנים ויש לו ילדים, עובד מגיל 55 ומעלה ויכול להנות מהמענק גם אם אין לו ילדים.
2. במועד כלשהו במהלך שנת 2008 לא הייתה בבעלותו או בבעלות בן זוגו או ילדו התלוי בו כלכלית זכות במקרקעין מעבר לדירת המגורים היחידה.
3. עד ולגבי שנת 2008 החוק חל רק על עובדים שהיו תושבי "אזור שילוב" (ישובים מסויימים שהוגדרו בחוק) אולם משנת 2009 החוק חל על כולם **ללא** תלות במקום המגורים.
4. גובה ההכנסה החודשית עולה על 1,810 ₪ – 45% משכר המינימום ונמוך מ-5,895 ₪ (בהתאם לקריטריונים שנקבעו בחוק).

המענק יועבר ישירות מרשות המיסים לחשבונות הבנק של המוטבים בארבעה תשלומים רבעוניים, וזאת במטרה למנוע את גלגול ההטבה למעבידים.

לגבי עצמאים – סכום המענק יקוזז כנגד חבות המס השנתית מכל המקורות לרבות מס שבח ואת יתרת המס שלא נוצלה ניתן יהיה לקזזה במשך שלוש שנות המס הבאות ובמידה ולא יהיה ניתן לקזזה תשלום בשנה החמישית בניכוי 25% מסכום היתרה.

במקרה של עצמאי שהוא גם שכיר, ההכנסה הגבוהה יותר תקבע האם מסלול הזכאות יהיה כשכיר או כעצמאי.

סכום המענק החודשי יכול להגיע עד לכ-420 ₪ והוא תלוי בהכנסת העובד ובן הזוג מעבודה, הכנסות מעסק ומשלח יד, ומהכנסות נוספות וכמו כן ממספר הילדים והגיל.

ניתן לבצע בדיקת זכאות וחישוב המענק המגיע (סימולטור) באתר האינטרנט של רשות המיסים.

אזכרונות:

אסתר ידגר, מנפת הפסיכולוגיה של הפ"י

מפגשי סטודנטים: החודש החלה סדרת המפגשים של הפ"י עם סטודנטים לפסיכולוגיה ברחבי הארץ. המפגשים הראשונים התקיימו בבר-אילן ובתל-אביב בנוכחות כשמונים סטודנטים, המפגשים נועדו לתת לסטודנטים כלים לקראת ההתמחות, הרישום בפנקס ובכלל לקראת תחילת חייהם המקצועיים. תגובות הסטודנטים והמרצים היו חיוביות מאוד. המפגשים הונחו על ידי יו"ר הפ"י דן זכאי ואסתר ידגר, מנהלת הפרוייקטים. בתל-אביב הצטרפה ימימה גולדברג – הפסיכולוגית הראשית במשרד הבריאות. אנחנו מודים למחלקות האוניברסיטאיות ולפסיכולוגית הראשית על שיתוף הפעולה ומקווים שמפגשים אלו יהפכו למסורת.

המפגשים הבאים יתקיימו באוניברסיטה העברית ובחיפה – פרטים נוספים באתר הפ"י.

צוות תקשורת: גופי תקשורת רבים מעוניינים לשמוע מכם, הפסיכולוגים חברי הפ"י, על הנעשה בתחום בריאות הנפש. אתם מוזמנים לפנות לאסתר ידגר, מנהלת הפרוייקטים בטלפון 052-5211418 ולשלוח מאמרים בתחומים הקרובים לליבכם ולתחום עיסוקכם.

פסיכולוגים בקהילה: עקב פניות רבות של גופים וולונטריים מתרחב הפרוייקט הקהילתי של הפ"י. פסיכולוגים התפתחותיים וחינוכיים המעוניינים להתנדב באזור עוטף עזה, ירושלים ודרום-תל-אביב בהיקף שעות המתאים לכם בתמיכה במתנדבים העובדים עם ילדים ובני נוער באזורים אלו.

לזכרם של חברים

דברים לזכרה של גתית גוטטר-אהי ז"ל

כוויות כתוצאה מפיגוע. סיפרת לנו על טיפול נוגע ללב ופה ושם מחינו דמעה מעינינו. בכינו על הילדה, בכינו על המצב, בכינו מהתרגשות על הטיפול הנוגע ללב.... והיום אנו בוכים עליך!

בכנס המנהלים המחוזי האחרון שלנו כבר היית חולה ובכל זאת היה לך חשוב להגיע ולהיות איתנו. באומץ רב סיפרת לנו על מחלתך והשתתפת בחיוניות רבה בסדנת התנועה שעברנו. נראית נהדר והתפתיתי להאמין שאת בסדר.... רציתי להאמין... אך למעשה זו הייתה הפעם האחרונה שראינו אותך בינו.

מאז שמעתי ממך מעט והבנתי הרבה – הבנתי שאת צועדת בדרכך האחרונה. במפגש המנהלים האחרון שלנו שלחתי לך הודעה שאנו חושבים עליך ושאלתי לשלומך, ענית לי בקצרה שאת בבית חולים. לשאלתי מה המצב לא ענית.... עד היום!

בשבוע האחרון חשתי אי שקט וניסיתי ליצור איתך קשר. דיברתי עם חברי המנהלים שצריך לדעת מה קורה איתך. אבל כנראה שידעתי..... חיכיתי לבשורה המרה והיא הגיעה.

השמים בוכים בחוץ ואנו בוכים עליך. קשה לומר שלום.

היי שלום גתית ונחיי על משכבך בשלום

בידידות, הערכה וגעגוע
אהובה עציוני
פסיכולוגית מחוזית מחוז מרכז

יום אפרורי וגשום וההודעה מגיעה על פטירתך – השמים בוכים בחוץ ואנו בוכים על מותך....

בשנים האחרונות הזדמנתי להרבה לוויית ו"שבעות" של הורים של מנהלי התחנות אך זו, עם כל הכאב שבלב, דרך הטבע וכולנו מוכנים לה – למותך לא היינו מוכנים!

אני מכירה אותך לאורך שנים של עבודה משותפת ותמיד התפעלתי מדרכך הישירה והרגישה במישור המקצועי והאישי:

ניהלת את השרות הפסיכולוגי חינוכי בקדומים והדרכת במגזר הערבי פסיכולוגים, בסוף ישיבות המנהלים שלנו ביקשת לקחת אוכל ושתייה לחיילים השומרים על היישוב בו עבדת, הנחית קבוצות של ערבים ויהודים יחד והאמנת בערכים חברתיים ומוסריים גבוהים – היית מומחית לטיפול בטרומה ונתת דוגמה אישית לחוסן וליושר.

כמה השקעת בתחנה שניהלת בקדומים וכמה היית גאה ושמחת כשהובלת אותה, במקצועיות רבה, להיות תחנה מוכרת להתמחות בפסיכולוגיה חינוכית.

כמה אהבת את ילדיך ונכדותיך ושיתפת אותנו בגאווה בך בהם.

בקבוצת המנהלים שלנו תמיד היית מוכנה להוביל יוזמות חדשות, להנחות קבוצות עבודה ולתרום לעשייה וללמידה המשותפת שלנו, ותמיד עם חיוך ורוח אופטימית. בפעם האחרונה שהצגת בפנינו את עבודתך היה זה במסיבת הפרידה שעשינו למנהלת שפ" – הצגת מקרה של טיפול בילדה עם



ψ הסתדרות הפסיכולוגים בישראל בחירות בהפ"י – 2009

לחברי הפ"י שלום,

הנכם מוזמנים להשתתף בתהליך הבחירות למוסדות הפ"י המתרחש השנה. זוהי ההזדמנות להשתתף בקביעת מדיניותה של ההסתדרות והתנהלותה, ולהשפיע באמצעותה על קידום הפסיכולוגיה והפסיכולוגים בישראל.

להלן הסבר קצר על תהליך הבחירות*:

הבחירות מתבצעות באמצעות הדואר.

כל חבר מן המניין המשלם את מסויו באופן תקין רשאי לבחור ולהיבחר לכל התפקידים בהסתדרות, כשהזכות לבחור והיבחר כפופה לתקופת חברות מסוימת. מועד תחילת החברות של חברים המציגים את מועמדותם לתפקידים השונים הוא לא יאוחר מ- 18.3.09. מועד תחילת החברות של חברים הרוצים לבחור – לא יאוחר מ- 18.6.09.

להזכירכם, על-פי התקנון, בראש הוועד המרכזי של הפ"י מכהן יו"ר, הנבחר בבחירות אישיות כלליות. הוועד המרכזי מורכב משלושה נבחרים מטעם החטיבה הקלינית, שלושה נבחרים מטעם החטיבה החינוכית, נבחר אחד מטעם החטיבה ההתפתחותית, נבחר אחד מטעם החטיבה החברתית-תעסוקתית-ארגונית, נבחר אחד מטעם החטיבה השיקומית, נבחר אחד מטעם החטיבה הרפואית ונבחר אחד מטעם חברים אשר אינם משתייכים לחטיבה כלשהי. נציגי החטיבות בוועד המרכזי יבחרו על ידי חברי החטיבות. ועדת הביקורת מורכבת מ-3 חברים נבחרים, ועדת האתיקה מורכבת מ-5 חברים נבחרים. חברי ועדת הביקורת ועדת האתיקה נבחרים בבחירות אישיות כלליות.

חברים המעוניינים להציג מועמדותם לתפקיד יו"ר הפ"י, חברות בוועד המרכזי, בוועדת ביקורת או אתיקה, מוזמנים לעשות זאת באמצעות טפסי הגשת מועמדות שנשלחו אליכם במכתב נפרד והמופיעים גם באתר האינטרנט של הפ"י בתוך נוהל הבחירות המפורט*. חבר המגיש את מועמדותו יתבקש לפרט את קורות חייו בקצרה, כפי שמצוין ע"ג טופס הגשת המועמדות. על הטפסים להגיע למשרד הפ"י עד תאריך 17.7.09.

לקראת תחילת חודש ספטמבר 2009 יקבל כל חבר את רשימת המועמדים, טפסי הצבעה והסבר מפורט על אופן ההצבעה, שתתבצע בדואר. על משתתפים בבחירות לשלם דמי חבר לשנת 2008 עד מועד הבחירות. מועד הבחירות, דהיינו היום האחרון למשלוח מעטפות הצבעה, מתוכנן לערב ראש השנה, 18.9.09. עם קבלת רשימת המועמדים וטפסי ההצבעה, אנא מלאו את הטפסים ושלחו אותם במועד!

ד"ר רננה לוקס יו"ר ועדת הבחירות

* נוהל הבחירות המפורט מופיע באתר הפ"י בכתובת: www.psychology.org.il
ניתן לפנות למזכירות הפ"י ולבקש לקבל את נוהל הבחירות בכתב.

- פניות טלפוניות: 03-5239884, 03-5239393
- כתובת: הסתדרות הפסיכולוגים בישראל, רח' פרישמן 74 א' תל אביב
- מען למכתבים: ת"ד 11497, תל-אביב, מיקוד 61114
- כתובת אלקטרונית: psycho@zahav.net.il

בחירות 2009 – לוח זמנים מתופן

הרשמה להפ"י של מועמדים לתפקידים	הרשמה להפ"י של מצביעים בבחירות	הגשת טפסים על-ידי המועמדים	קבלת מידע על מועמדים וחומרי הצבעה	"יום הבחור" ומועד אחרון לתשלום מסו למועמדות בבחירות 2008
לא יאוחר מ- 18.3.09	לא יאוחר מ- 18.6.09	עד 17.7.09	אוגוסט-ספטמבר 2009	18.9.09



הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

תשלום דמי חבר לשנת 2009

תשלום דמי חבר לשנת 2009:

● 280 ₪ – למתמחים (בצירוף אישור בכתב ממקום ההתמחות) או לגמלאים שאינם עובדים

● 460 ₪ – לכל יתר החברים .

■ את התשלום ניתן לבצע בהמחאה לפקודת הסתדרות הפסיכולוגים, או טלפונית בכרטיס אשראי, בטל': 03-5239393, 03-5239884.

■ ניתן לשלם את דמי החבר בתשלומים ללא ריבית.

* לכל המשלמים לשנת 2009 יינתן קוד אישי לחיבור דרך אתר האינטרנט של הפ"י לשירותי מאגרי מידע מקצועיים.

* כל המשלמים לשנת 2009 ימשיכו להופיע באלפון באינטרנט.

* כל המשלמים לשנת 2009 ימשיכו ויקבלו את הרבעון שלנו "פסיכואקטואליה".

* כל המשלמים לשנת 2009 ימשיכו לקבל חוות דעת משפטית בהתאם לצורך.



שובר תשלום

לכבוד

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

ת.ד. 11497

תל-אביב 61114

מצורף בזה צ'ק ע"ס 280 ₪ / 460 ₪ עבור דמי חבר לשנת 2009.

שם משפחה: _____ שם פרטי: _____

מספר ת"ז (9 ספרות): _____ מס' חבר בהפ"י: _____

כתובת: _____ עיר: _____ מיקוד: _____

טל' בבית: _____ טל' נייד: _____

מקום עבודה: _____ טל' עבודה: _____

כתובת e.mail: _____



התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי



תוכנית הכשרה זו / תלת שנתית בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית 2009 עד 2011/12 תל השומר / חיפה

קורסים מתקדמים בטיפול התנהגותי קוגניטיבי (CBT)

– ד"ר יפעת כהן	טיפול דיאלקטי התנהגותי DBT
– מר עופר פלד	טיפול ממוקד סכמה ע"פ יאנג
– ד"ר יאיר אברהם	ACT ע"פ הייז
– פרופ' דני שטיין	טיפול בהפרעות אכילה

* הקורסים למתקדמים יתקיימו ביום חמישי אחה"צ בתל-השומר ** הקורסים מוכרים לצורך גמול השתלמות.

יעקב סיני, 'התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי'

מצולות ים 21 גבעתיים 53488, טלפונים: 03-5713902, 03-7314415, 03-2224959-052

גב' מור זאדה מזכירת התוכנית 054-6220392

www.hebpsy.net/cbt • sini5@netvision.net.il

אוניברסיטת תל-אביב

הפקולטה למדעי החברה ע"ש גרשון גורדון • החוג לפסיכולוגיה

תכנית ההשלמה לפסיכולוגיה קלינית

נפתחת ההרשמה למחזור ז'

התכנית הקלינית כוללת הכשרה בתחומי הפסיכופתולוגיה, הפסיכותרפיה, הפסיכודיאגנוסטיקה והראיון הקליני, בהתאם להנחיות הוועדה המקצועית לפסיכולוגיה קלינית במשרד הבריאות.

משך התכנית: שנתיים אקדמיות

בשנה הראשונה: יום לימודים אחד בשבוע

בשנה השנייה: יום אחד באוניברסיטה

ועוד שני ימי פרקטיקום במסגרות קליניות חיצוניות

המסיימים רשאים להתחיל בתהליך התמחות קלינית*

תנאי הקבלה והליך המיון:

יתקבלו רק פסיכולוגים בעלי תואר שני הרשומים בפנקס הפסיכולוגים

המיון ייעשה על פי הקריטריונים המקובלים במגמות הקליניות

התשלום עבור תהליך הקבלה והמיון הינו 500 ₪.

שכר הלימוד:

23,500 ₪ בעבור כל שנת לימודים (כולל תשלום עבור הפרקטיקום).

לתשומת לבכם: ההרשמה לתכנית תסתיים ב-30 במאי, 2009

פרטים וטפסי הרשמה בכתובת: <http://freud.tau.ac.il/hashlama>

לברורים נוספים ניתן לפנות לטליה סידל, רכזת אדמיניסטרטיבית, טלפון: 03-6407353, פקס: 03-6409547

דואר אלקטרוני: talias@post.tau.ac.il

*פסיכולוגים שהתחילו התמחות בתחומי פסיכולוגיה אחרים צריכים לבדוק זכאותם לקבלת מלגת התמחות ממשרד הבריאות.

לפני



events.tau.ac.il



הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

רח' פרישמן 74 א' תל-אביב 64375 טל: 03-5239884, 03-5239393, פקס: 03-5230763

מען למכתבים: ת.ד. 11497 ת"א 61114

E-mail: psycho@zahav.net.il

*עמותה רשומה