

כשהנורא מכול מתרחש:

**טיפול באבל טראומטי בקרב ילדים
שאיבדו את שני הוריהם בתאונת דרכים**

כנס פסיכותרפיה בשיקום 10-11.12.2014

**דל' עדי גרנט
המרכז לילדים נפגעי תאונות וטראומה
ביה"ח לוינשטיין**

תאונת דרכים

מוות

פציעה

טראומה



אבל בקרב ילדים ומתבגרים

□ מרבית הילדים החווים מוות של הורה, יעברו תקופה של אבל הנחשבת "כנורמטיבית"/"טיפוסית" אשר תכלול רגשות כמו: עצב, געגוע, פחד. בעוצמות ותדירות משתנות לאורך תקופת זמן ממושכת (Cohen, J& Mannarino, 2011).

□ במהלך תקופת האבל עומדות בפני הילד מספר מטרות מרכזיות: לקבל את המציאות של האובדן, להתנסות בכאב הנובע מאובדן של אדם קרוב, לעבור תהליך של גיבוש הזהות והפנמת אספקטים מדמות ההורה בעצמי, להמיר את הקשר הממשי עם ההורה המנוח לזיכרון ועוד (Wolfelt, 1996; Worden, 1996).



אבל טראומטי בקרב ילדים ומתבגרים

- Cohen et al. (2006) a condition in which posttraumatic stress symptoms develop after the traumatic death of a loved one and “a condition in which both unresolved grief and PTSD symptoms are present.. .” (p. 17).
- Layne et al. (2008) “distress reactions to the circumstances of the death interfere with adaptive grief processes”(p. 1053).

□ תגובת אבל טראומטי עשויה להתפתח הן כלפי מוות פתאומי או מוות צפוי כמו גם במצבים שבהם הילד היה עד ראייה או שלא נכח באירוע עצמו, אך שמע עליו (Cohen, J& Mannarino, 2011)



מדוע הטיפול בילדים עם אבל טראומטי הנו מורכב?

"דברים שעוזרים" חסרים או נפגעו

□ התנגשות בין תהליך עיבוד האובדן לבין הזיכרונות מהאירוע הטראומטי.

□ Reassurance of safety – הקניית בטחון מחדש

□ התמיכה החברתית- עזרה ותמיכה עלולים להיות זמניים.



למה חשוב לאתר ולטפל?

- ❑ דיכאון בקרב ילדים אלו הוא שכיח ויכול להמשך יותר משנה.
- ❑ מבחינים בקשת רחבה של תסמינים פסיכולוגיים הפוגעים בתפקודם של הילדים.
- ❑ תגובות אלו בלטו בייחוד אצל ילדים ומתבגרים שאבדו את הוריהם בנסיבות של תאונת דרכים ואבדנות.



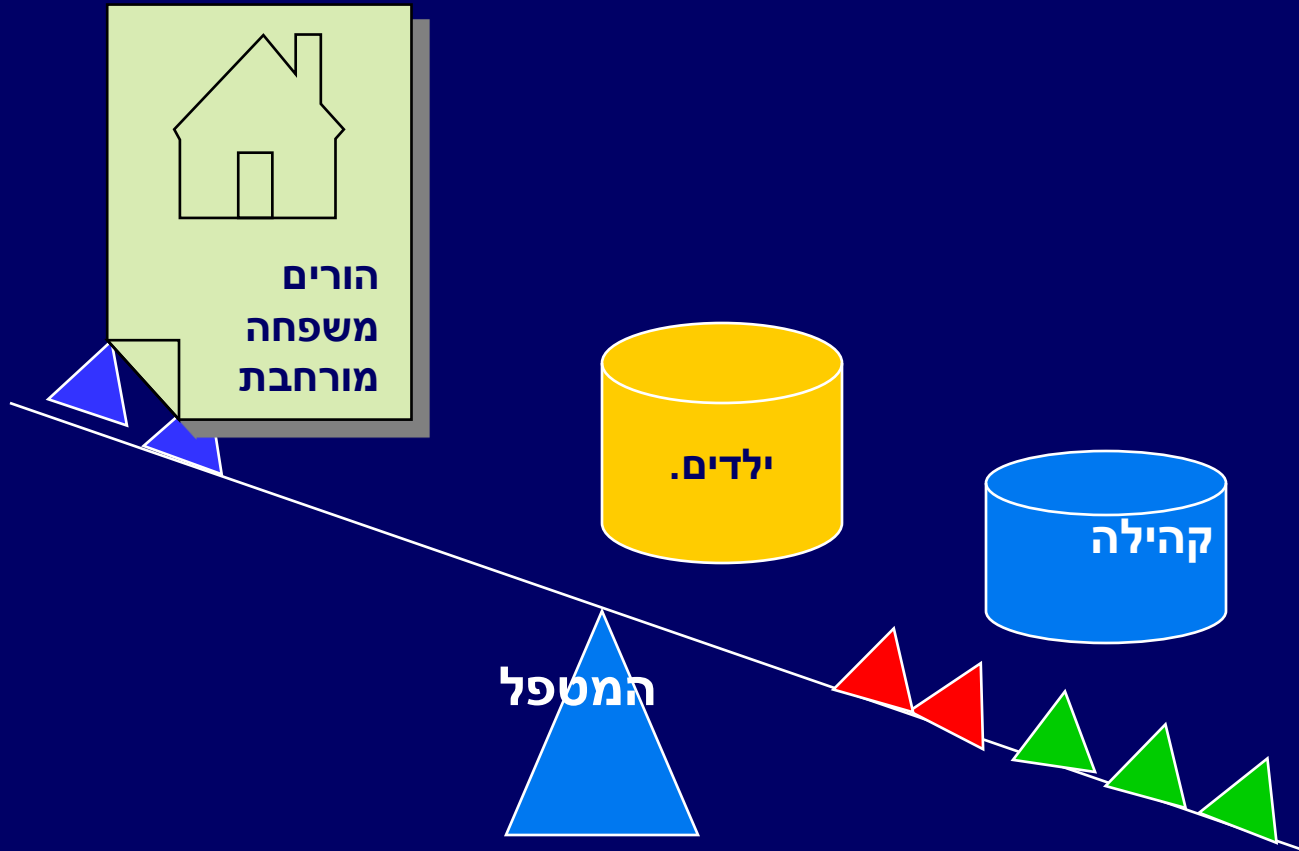
הטיפול בילדים ומתבגרים הסובלים מאבל טראומטי

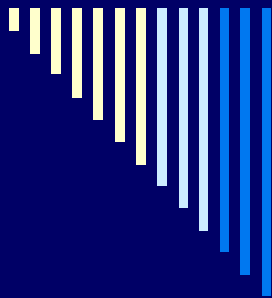
טיפולים מבוססי ראיות-

- ❑ Trauma-Focused Cognitive-Behavioral Therapy (TF-CBT)-
 - ❑ Allen, Oseni, & Allen, 2012.
- ❑ Traumatic Grief Cognitive–Behavioral Therapy (TG-CBT)-
 - ❑ Cohen, J& Mannarino, 2011; Cohen, Mannarino, & Knudsen, 2004; Cohen, Mannarino, & Staron, 2006



אחרי התאונה





משפחה

- ❑ עוברת בעצמה תהליך של אבל- "אני רוצה לבכות אבל צריכה לצחוק בנוכחות היתומים"
 - ❑ עוברת שינוי מבחינת חלוקת הנטל- "האם אוכל להמשיך בחיי הקודמים ולשאת בנטל...?"
 - ❑ התמודדות לא רק עם הילדים אלא גם עם הסובבים אותם- משפחה מורחבת וגורמים בקהילה
- מה המטפל עושה?

1. סיוע בתהליך האבל
2. הסבר על תהליכי האבל והטראומה שעובר הילד-נקודות בעיתיות אפשריות.
3. העצמת המשפחה
4. עידוד לחזרה לשגרה-קביעת הרגלים ישנים וחדשים



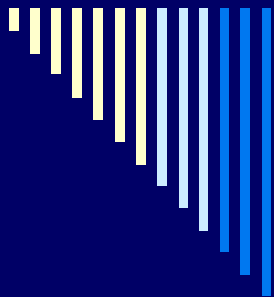
ילדים

מתוכם ילדים שעברו פציעה ותהליך אשפוז ממושך.

כול הילדים היו נוכחים בתאונה וכולם למעט אחת היו ללא אובדן הכרה.

אפיונים בהגיעם לטיפול נעו בין אדישות וקהות רגשית לבין התפרצויות זעם וכעס. פאסיביות לבין תזזתיות.

דיווחים על קשיי שינה, סיוטים, פחדי פרידה, בעיות התנהגות בגן ובבית הספר, ריחוק מילדים אחרים מקרובי משפחה, פחד מביצועי פעולות ספורט, הופעת טיקים.



ילדים-טיפול

- ❑ מציאת מקום בטוח בחדר הטיפולים
- ❑ מציאת כוחות בסביבה שלי ובעצמי
- ❑ עיסוק חזרתי בתוכן מסוים הקשור לתאונה/פציעה והרחבתו
- ❑ עיסוק בהורים- תמונות של ההורים, דמיון בני לבנם ועוד...



<https://www.youtube.com/watch?v=CZZwciZin1Y>



קהילה

בית הספר והגן- הדרכה לגבי האופן שבו יש להתמודד עם הילד בשוטף

מה לעשות ביום המשפחה? ביום השנה?



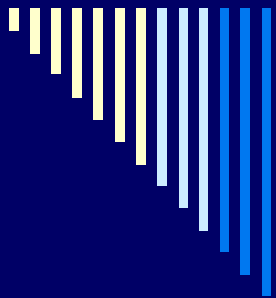
השלכות למטפלים

□ לא רק טיפול-קבלת האחריות המקצועית (רב תחומית)- Case management.

□ כשהעולם של הילד והמשפחה התרסק אין לנסות להרכיבו ולחבר את חלקיו אלא לעזור להם ליצור משהו חדש ולעיתים שונה

□ בצד הרצון להגיע ל"איזון ושיווי משקל חדש" צריך לקבל את העובדה שבכל שלב של תהליך האבל הטראומטי והשיקום שיווי המשקל עלול להיות מופר מחדש





The End



תודה