

# אילוצי המציאות וצורכי המטופלים הובילו את קהילת המטופלים לחפש פתרונות מהירים יותר ומוגבלים בזמן, העשויים להועיל ולתת תשובה למטופלים רבים בתוך זמן סביר



לאיש מקצוע להיות מטפל; ובמיוחד - מהן התכונות שיאפשרו לו להתמודד עם טיפול שונה בתכלית מהטיפולים שאנחנו רגילים להם.

שאלות אלו אינן מקבלות תשובה מספקת בספר, אך עצם העלאתן ראוייה לשבח. הן מכניסות אותנו לעולם של הכנת המטופלים ואנו מתחילים להבין את חשיבות ההכשרה לשם שמירה על המטופל ולשם הענקת טיפול מועיל וטוב יותר.

הפרק האחרון של הספר הנו המחקר ישיר של פרקי המחקר שהועלו על ידי פרופ' שפיר בספר הקודם. חשוב לראות, ששיטת הטיפול המוגבלת בזמן ניתנת להתייחסות מחקרית יותר מכל שיטה טיפולית אנליטית רגילה. כך, יכולים המטופלים להתבסס לא רק על חוויות אישיות, אלא גם על תוצאות מחקריות שונות, המובי- לות אותנו למסקנה ברורה למדי בדבר יעילותו של הטיפול מסוג זה.

ספרו של פרופ' שפיר קצר, סך הכל 146 עמודים, כתובים באופן מתומצת, בהיר, ובנויים היטב. הספר משאיר טעם של עוד, אבל כמו בפסיכותרפיה המוגבלת בזמן בשיטה של מאן, זה אחד הסימנים של הצלחת הטיפול.

הכותב הוא מנהל השירותים הפסיכיאטריים בבית"ח ע"ש רבקה זיו בצפת

מענה לבעיותיהם, וגם נאלצים להתמודד עם מוסדות הביטוח השונים, המגבילים את משך הטיפול במסגרת הציבורית. התנאים שנוצרו עקב כך הביאו את המטופלים לחפש פתרונות, ומתוך כך צמחו טיפולים שונים המוגבלים בזמן.

אחת השיטות היתה הטיפול המוגבל בזמן שייסד ג'יימס מאן בשנת 1973. בפרק השני של ספרו מתאר גבי שפיר את התפתחות התיאוריה, שעליה מתבסס הטיפול בשיטה זו וזן בביקורת שעורר בקרב חלק מהפסיכואנליטיקאים. הדיון מעניין ומעמיק בהיבטים תיאורי- טיים ומעשיים גם יחד. גבי שפיר אינו מחפש פשרה, אלא מוביל את הקורא, צעד אחר צעד, לקבל את הטיפול המוגבל בזמן כעובדה קיימת ומסביר באופן ברור את יתרונותיה ואת חסרונותיה של השיטה.

בפרק התיאורטי מפרט המחבר כיצד יש לבחור את המטופלים המתאימים לטיפול מוגבל בזמן. דיון מפורט, כתוב בשפה משכנעת, ברורה, אמנם תמציתית, אך עמוקה מאוד. לאחר שהקורא משתכנע, לוקח אותו פרופ' שפיר לחלק השני של הספר, המתאר מקרים מרתקים. תיאורי המקרה כתובים במסורת הפסיכואנליטית ומובאים בצורה ברורה, המאפשרת לקורא להציץ לתוך הנפשות הפועלות, להכיר את הקשיים שבדרך ואת הדילמות האתיות שעולות בטיפולים מסוג זה (מורגש, שפרופ' גבי שפיר הוא גם מוביל בתחום האתיקה המקצועית). כמו כן, מוצג תיאור מקרה שנכשל, עם שימת דגש על הבנת הגורמים שהובילו לכישלון, ללא נקיטת עמדה ביקורתית או שופ- טת.

שאלה נוספת, שמעלה פרופ' שפיר בספרו, נוגעת להכשרת מטופלים המסוגלים להתמודד עם טיפול מוגבל בזמן. חשיבות ההכשרה אינה נתונה בוויכוח. המחבר נוגע בשאלות מרכזיות שעומדות בפני כל מדריך: מהם הגורמים האישיותיים המאפשרים

לאחר ההתייחסות להיבטים מוראליים ואתיים סבוכים ביותר בנוגע לטיפול מיני, טוען בסיכום דבריו: "הטיפול המיני הוא קודם כל טיפול, ועל כן הדיון האתי בטיפול הנפשי הוא משוב מרכזי לעבודת המטפל".

לאחר אימוץ של עיקרון זה בכל תחום ובכל טיפול, כדאי לנו לבנות את הקוד האתי המשותף בטיפול הנפשי, ולאחר מכן לפרט אותו ולהעמיק בכל אחד מחל- קיו.

הכותב הוא מנהל בית החולים סירת הכרמל, ולשעבר יו"ר האיגוד הישראלי לפסיכיאטריה.

## הטיפול המוגבל בזמן

ד"ר אלכסנדר מיזרחין

עוד על פסיכותרפיה מוגבלת בזמן  
תיאוריה, טיפול, הכשרה, מחקר

פרופ' גבי שפיר, הוצאת ספרים על שם י"ל מגנס, האוניברסיטה העברית, ירושלים, 2003.

זהו ספר המשך לספרו הקודם של גבי שפיר, שיצא לאור בשנת 1993, על פסיכותרפיה מוגבלת בזמן, שזכה להתעניינות רבה בארץ. הספר הנוכחי מעמיק וזן בסוג הטיפול הפסיכותרפי, שפותח על ידי ג'יימס מאן בארצות-הברית ומאופיין על ידי מיקוד מדויק בנושא המרכזי, וכמו כן, דן פרופ' שפיר בנושא הזמן המוגבל, שעולה כסוגיה משמעותית ביותר בטיפול מסוג זה. הספר מתחיל בסקירה היסטורית של התפתחות נושא הטיפול פוליס הדינמיים המוגבלים בזמן. אילוצי המציאות וצורכי המטופלים הובילו את קהילת המטופלים לחפש פתרונות מהירים יותר ומוגבלים בזמן, העשויים להועיל ולתת תשובה למטופלים רבים בתוך זמן סביר.

המודעות הפסיכולוגית גברה מאוד בעשורים האחרונים של המאה העשרים. מוסדות בריאות הנפש בעולם מתמודדים עם מספר רב של פונים, המחפשים

נרחב יותר של הנושא. בהמשך, מתקיים דיון בהבדלי גיל ואתגרים מיוחדים שהטיפול בגילאים שונים מציב בפני המטפל; בסוגיות אתיות ייחודיות לגישות טיפוליות (ברובן המכריע פסיכותרפויטיות) שונות; ב"עבודה פורנסית" ואף בהתייחסות אתית למבחנים פסיכולוגיים, למחקר ולהוראה. קיים פרק, המתייחס לכל מקצוע בבריאות הנפש. לבסוף, מוצגים תקנונים וקודים אתיים של מקצועות בבריאות הנפש.

רוב הכתבות והפרקים מתייחסים לתיאור ייחודיות התחום, שיטות טיפול ולסוגיות אתיות רלוונטיות. אין ספק, שהעוסקים בתחומים ספציפיים והמשתמשים בשיטות הטיפול הנידונות ימצאו עניין בפרקים אלה וילמדו מהם. הצבת מגוון כה גדול של נושאים בספר אחד נותן אפשרות נדירה להתרשם מהנעשה בתחומים הסמוכים ולהסיק מההתלבטויות האתיות שבהם על תחום שהקורא עוסק בו. כדוגמה, יכול לשמש הפרק הדן בהדרכה. אין ספק שפסיכולוגיה עוסקת בנושא ההדרכה והאתיקה של ההדרכה הרבה יותר ממקצועות אחרים בבריאות הנפש. עיני הפסיכיאטר שלי קלטו מיד, למשל, שהדיון בשאלת הלגיטימיות של הדגם עצמו אינו מתקיים אצלנו: "מה הבסיס האתי שיש למטפל-מדריך ויהא מוצלח ככל שיהיה להעמיד עצמו כדגם חיקוי לתלמידים צעירים? האם מבחינה אתית יש לאדם אחד זכות לנסות לעצב אדם אחר כצלמו וכדמותו?" שואלת תמר קרון.

מקצועות בריאות הנפש יכירו להעשיר ולהעצים אחד את רעהו, והספר תורם לכך. יחד עם זאת, נוצר לפעמים רושם, שאין קשר אינטגרלי בין ההתלבטויות האתיות של תחום אחד לאלה של תחום אחר.

במציאות, כל מקצוע חיומיתנהל בתוך קודים אתיים משלו. הייתי מציע לאמץ את קביעתו של אורי ורניק, אשר