

ואת המוטיבציה של הכותבת לפלס דרך מתאימה למטפלים ומטופלים בני זמננו.

ירום מביאה חשיבה חתרנית ואמיצה ויוצאת כנגד אקסיומות, מבנים, ומוסדות קיימים, בחיפוש אחר ליבה ונתיב ללב המטפלים והמטופלים בעידן הנוכחי. היא מוטרדת מכך שבראש מעייני המטפל אינו המטופל, אלא הנאמנות לארגון או לגישה טיפולית. לדעתה, היצמדות לכללי ארגון מסוים עלולה לגרום לנוקשות דוגמטית הפוגעת במטופל. ראיה לכך מצאתי בספרה המרטיט של דלית רייך "לנפש אין טיוטה" (1), שם היא פורשת בפנינו את אכזבתה מיחסה הפורמלי והקריר של המטפלת נוכח האסון בו איבדה את בתה, וקוראת למטפלת "קרובה רחוקה, נוכחת נפקדת". המטופלת חשה שנחשפה, הרגישה קירבה, אך לא פגשה להרגשתה, יד מושטת ומותאמת לצרכיה בזמן אבלה.

בהמשך לכך, ירום מציינת באחד מפרקי הספר שרוב הדיווחים על טיפול נשמעים מפי המטפלים, ואנו ממעטים לשמוע את דיווחי המטופלים. לכן ספרה של רייך ושל כמותה, כה חשובים להבנת החוויה המורכבת ולעתים מתסכלת של המטופלים, מכלי ראשון.

ירום רואה במכונים ובמוסדות ההכשרה לפסיכותרפיה ולפסיכואנליזה גופים אנכרוניסטיים, כשהם משמרים את עצמם, משתמשים ב'דגון' פנימי משלהם על פי דגמים מהעבר, שאינם מתאימים בהכרח לזמננו. היא יוצאת נגד השיטה המפתחת ציות, תלות, חששנות, ואינה מאפשרת יצירתיות, ספונטניות וקול אישי.

הד לדברי ירום מצאתי בספר הפרווה "המרדימנים" של אן אנקוויסט (2), סופרת, אנליטיקאית ומוסיקאית הולנדית. בפיו של אחד מגיבורי הספר, הפסיכואנליטיקאי דריק דה יונג, נשמעת ביקורת נוקבת על הממסד, לצד אהבה למקצוע המרתק. הפסיכותרפיה מתוארת על-ידו כמקצוע הדורש ארגון מהיר של נתונים, זיכרון, צורך להקשיב בתשומת לב מוחלטת, ובה-בעת לשבת נינוח ורפוי, לא להתאמץ, להיות במיטבך וגם לא לסטות מהנושא. תיאור המשקף את הפרדוקסליות והמורכבות של השעה הטיפולית בת 50 הדקות. לצד אהבה למקצוע שובה הנפש שלנו, ותיאור מדויק של המיומנות הנדרשת בו על-ידי דריק, נשמעת במקביל ביקורת נוקבת, המהדהדת את ספרה של ירום.

"שקיעה מוחלטת בחשיבה פסיכואנליטית מיושנת ברובה, כניעה למבנה קורסים שעבר זמנו, סמינרים, הדרכה ואנליזה לימודית של שנים. כל הדברים האלה יחד גולו כל כך הרבה זמן, כסף ותשומת לב, עד שנוצר רושם שההכשרה היא הדבר החשוב ביותר עלי אדמות. למבנה ההיררכי של האגודה הפסיכואנליטית, שערכה את ההכשרה, היו מאפיינים של קהילה דתית, של כת והיא הפכה את המתלמידים לילדים" (2, עמ' 13).

לאור ביקורת על אופן הטיפול המתקיים בימינו, ירום מקדישה פרקים נכבדים להיכרות עם האדם, מטופל ומטפל בן זמננו. אדם שסביבתו כה שונה מן האדם שחי בזמנו של פרויד.

:

ניצה ירום

שותף: זאב הירשפלד

מצפן לטיפול בזמננו:

חברתי כאישי בחדר הטיפול

תל-אביב: ההוצאה לאור של אוניברסיטת תל-אביב, 2022,

177 עמ'.

פרופ' רבקה יהב¹

ספרה של ירום נפתח במילים: "הטיפול הנפשי הוא משאב אדיר המציע תקווה לאדם הסובל. למרבה הצער הטיפול המוצע כיום רצוף מחדלים" (עמ' 2). משפטים אלה מגלמים את מהות הספר

¹ ביה"ס לפסיכותרפיה באוניברסיטה הפקולטת למדעי הרווחה והבריאות, אוני' חיפה.

ryahav@research.haifa.ac.il

לדבריה, חשוב לראות בכל מי שפונה לסיוע נפשי – אדם במצוקה שמקורה במארג חייו בהווה ושורשיה יכולים להיות בעברו. לכן לדעתה, חשוב בטיפול להתמקד בזירת מצוקה של ההווה ולפנות אל העבר כשהדבר מתבקש.

לדעתי, העבר נוכח ומבליח ומתבקש בכל מקרה, ולא תמיד הצדדים ערים ומודעים לכך.

המטופל בימינו פונה לטיפול בתקווה שהעזרה שיקבל תשנה את חייו. הוא זקוק לשיח שיתופי. המטופל כיום, כמו גם המטופל בעבר, זקוק לעין רואה, ללב שומע, שיסייע לו לצאת מהבדידות הקיומית שלעתים נגזרת עליו. מטופלים מתלוננים על מטפלים שותקים או שמדברים באופן מכני וסטיריטיפי. הם זקוקים למטפל אותנטי. כללים נוקשים גם הם אינם תורמים להרגשת השותפות בעולם. כיצד אמירה זו מתיישבת עם הצורך ב־setting ברור, שמטרתו להגן על המטפל והמטופל כאחת? הספר תר אחר נתיבים לפתרון סוגיה סבוכה זו.

ירום קוראת מהפכות לזרמים השונים בפסיכואנליזה ומציעה מהפכה שתמרכז שלושה מרכיבים, שהם תמצית המהפכות הקודמות:

1. קבלת מורכבות נפשית מינימלית במצבי קונפליקט, מול אובייקטים מופנמים, במצבים דיאלקטיים; 2. חשיבות המודעות העצמית; 3. סובייקטיביות של האדם עצמו ושל זולתו. הכלים העיקריים העומדים לרשות המטפל הם דיבור והקשבה, פניות והתעניינות באחר ובעולמו. עליו לסייע למטופל בקונפליקט בין הרצון לידיעה עצמית לבין חשש מפניה. על המטפל להיות פתוח למיגוון פרשנויות אפשריות. אלו ישמשו כמצפן לאדם ולמטפל בימינו. גם אינטגרציה היא לא מילה גסה. אין כמו השיר של דן פגיס "שיחה" (6, עמ' 307). המתאר את מיגוון הפרשנויות האפשריות, ורלוונטי בהתבוננות על אובייקט דומם ובוודאי על בני האדם.

אַרְבָּעָה שׁוֹחָחוּ עַל הָאֶרֶץ.

אֶחָד הִגְדִּיר אוֹתוֹ לְפִי הַסּוּג, הַמֵּין וְהֵן.

אֶחָד עָמַד עַל מַגְרֵעוֹתָיו בְּתַעֲשִׁית הַקֶּרֶשִׁים.

אֶחָד צִטֵּט שִׁירִים עַל אֲרָגִים בְּכָל מִינֵי שָׁפוֹת.

אֶחָד הִכָּה שֶׁרֶשׁ, הוֹשִׁיט עֲנָפִים וְרִשְׁרֶשׁ.

ירום מציעה שנשמר את מהות החקירה הפנימית דרך הקשבה מתעניינת, התעניינות בעולם הפנימי של עצמי ושל האחר. שנשוחח ונשמיע קול, לא רק נשקף, נהנה ונפרש. קוראת לדיבור טבעי, מציעה שנחלוק אסוציאציות שלנו ולא נכפה אותן. שתהיה נראות הדדית, מזמינה לשיח אנושי. מציעה שהדוברים יראו זה את זה ושהשתיקה והקול הנמוך יהיו פחות נוכחים, ואז גם פחות מתסכלים. המטופל זקוק לדיאלוג, לשותפות עם מבוגר בעל ידע ואחריות מקצועית. היא מציעה להימנע מנוסחאות מהספרות והתוויות מוכנות מראש. כאלטרנטיבה, יש

התייחסותה היא אל הפרט כאינדיווידואל, הכולל גוף ונפש. היא מציינת כי: "חשוב שהמטפלים בגוף ובנפש על כל גווניהם ירכשו לעצמם נינוחות מול המכלול האנושי, יתעניינו בנפשי שבגוף ובגופני המשרת את הנפש" (עמ' 68). ירום מציעה למטפל להתבונן על הפרט מעבר להסתכלות הקלאסית המתמקדת בעולמו הפנימי, לראותו גם כהורה על המורכבות שיש להורות בת זמננו, וגם לבחון את היותו חלק מזוג, תוך התייחסות למיניות ולקשיים בקירבה, אינטימיות ומאבקי כוח (לנושאים אלה הקדישה ירום סידרת ספרי מצפן 3, 4, 5). הצבעה על מרכיבים אלה מובילה לחשיבה על המארג וההקשר בו האדם חי משפיע ומושפע. כל אלה מבליחים על רקע השינויים החברתיים והטכנולוגיים המשנים את פני היחיד והחברה.

בנוסף, היא מצביעה על הצורך הדחוף להבין את השפעת העידן הטכנולוגי על השיח העכשווי בטיפול. למשל, לאור השימוש הגובר בזום, בעקבות מגפת הקורונה, היא מציעה: "נדרש שינוי בדרכי הטיפול, הנובע מן השימוש במסך מתווך והיעדר הנוכחות החיה" (עמ' 28). כמו גם במצבים בלתי צפויים, המתעוררים כששני השותפים לשיח נמצאים בביתם ולא בקליניקה ובמרחב המשותף רק להם. ירום נשענת על כתפי אבות הפסיכואנליזה, משתמשת בספרות עשירה ועדכנית, מצויה היטב בתיאוריות ההולכות ומתפתחות, בזרמים מפרויד ועד ימינו, דרך תיאוריות יחסי אובייקט: קליין, ויניקוט וביון. היא מדגישה את המהפכה והחשיבה החדשנית לזמנם של סטיבן מיטשל, ארון ואחרים, שהיו פורצי דרך, ובזכות גישתם האינטרסובייקטיבית וההתייחסותית, נהפך השיח ההדדי האישי למובנה יותר. היא מתייחסת למושגי היסוד שהם בבחינת נכסי צאן ברזל: אסוציאציות חופשיות, קשב מרחף, פירוש, העברה והעברה-נגדית, בכללם הזדהות, השלכה והזדהות-השלכתית, שהפכה למרכזית בהבנת ההתנהלות האנושית. בטיפול בגובה העיניים היא רואה את הליבה הטיפולית הרלוונטית לימינו, ליבה הכוללת התעניינות במטופל, הקשבה פנימה והחוצה ויכולת לגילוי עצמי הדדי. היא מעמיקה וממליצה למטפל להשתתף בחוויות שמעלה המטופל – כעס, חוסר אונים, חששות ועלבונות, ומציינת עד כמה חשוב שיביא עצמו כשותף היכול לחשוב מנקודת מבט סובייקטיבית ולהציע תובנות משלימות בצניעות ובזהירות. בד־בבד, ירום מנסה לשמוט את השטיח התיאורטי האקסיומטי המלווה את חייו כמטפלים ומטופלים, מדריכים ומודרכים.

לטענתה, לא ניתן להסתמך על תיאוריות על-זמניות על נפש האדם, אלא יש לראות את הפרט בהקשר בו הוא פועל: סביבה, תרבות, ריבוד חברתי, כלכלי, דתי, עדתי ומגדרי. יש להתייחס למרכיבים אלה גם של המטפל, כמו של המטופל, ולהתבונן על המפגש ביניהם. התבוננות על האדם בהקשר היתה אבן דרך ובוחן בעבודה סוציאלית מאז ומתמיד – האדם בהקשר החברתי, תרבותי וכלכלי, הנמצאים באינטראקציה מתמדת עם העולם הפנימי.

לראות את המטופל בייחודו, בקשייו וביתרונותיו. היא מזמינה מטפלים לגמישות מול שמירה על setting וסדר נוקשים. סוגיית הרלוונטיות של הגישות השונות לזמנים המשתנים העסיקה כבר את מיטשל ובלאק (8) בשנות ה-90 של המאה הקודמת. מצאתי את סיום ספרם כמצע לחשיבה של ירום. "הדרכים בהן אנליטיקאים מבינים העברה והתנגדות משתנות ללא הרף. עם זאת, תיאוריות פסיכואנליטיות מקרינות בכיוונים שונים מתוך מחויבות ליבה משותפת, לחקירה ממושכת, הנעשית בשיתוף פעולה, אל תוך המרקמים המורכבים של החוויה האנושית, הנוצרת במשחק הגומלין בין עבר להווה, בין ממשות לפנטזיה, בין עצמי לבין האחר, בין פנימי לחיצוני, בין מודע ללא-מודע" (8, עמ' 340).

ירום מתמודדת עם האתגר שהוצב בפנינו ומוסיפה גוון של שיתוף, אנושיות וגמישות, מה שנקרה בידי "א-מנטש" – "להיות אדם". את אלה חשוב ביותר לא לשכוח בסבך התיאוריות והכללים. לדבריה, הקהילה כולה קרועה בין השתתפות בז'רגון כסימן למקצועיות ולהסתמכות לבין המודעות ליומרה ולהתרחקות מהאדם המטופל דרך תיווך זה. ייתכן שהממסד הטיפולי לא יאהב את הביקורת המוצגת לו, אולם חשוב שלא יצא נגדה, אלא יהיה פתוח לבחינה עצמית ולדיאלוג.

לקראת סיום הספר מציעה הכותבת עקרונות להכשרת מטפלים בזמננו, מתוך תקווה שמטפלי העתיד ילמדו לפתח גרעין עצמי מתבונן ובטוח, כך שיהיו חופשיים בשילובים היצירתיים שלהם.

לסיכום, ספרה של ירום דן למעשה בסוגייה של אומנות ואמנות בפסיכותרפיה בת-זמננו. היא קוראת למטפלים לא להיות חסידים שוטים, למרות שנוהרת בשימוש במילים אלו, ומציינת שביקורתיות יש לאמץ ולא להוקיע.

אני אוהבת את חשיבתה החתרנית של הכותבת, המזמינה אותנו המטפלים לחשוב באופן ביקורתי ומקצועי, המתאים לזמננו, להיות חושבים, גמישים, יצירתיים ובעיקר לא לאבד את אנושיותנו.

אחתום באמירה של עמנואל אמזלג, פילוסוף מזרחי תל-אביבי גרוש, גיבור ספרו של יוסי סוכרי "אמזלג" (9). לדבריו, האידיאולוגיה היא הסוהרת הכי קשוחה של המחשבה. לכן, כנראה, ירום ממליצה לנו לנהוג בה מתוך כבוד, אך גם בזהירות ובביקורתיות הראויה.

ספרות:

1. רייך ד., לנפש אין טיוטה. תל-אביב, מגדלי סטמצקי, 2014.
2. אנקוויסט א., המרדימים. תל-אביב, הקיבוץ המאוחד, 2021.
3. ירום נ., שפות הגוף. אונ' חיפה/ פרדס הוצאה לאור, 2013.
4. ירום נ., מצפן להורות ראויה. חיפה, פרדס הוצאה לאור, 2016.
5. ירום נ., מצפן לזוגיות ראויה. חיפה, פרדס הוצאה לאור, 2018.
6. פגיס ד., כל השירים. "שיחה". עמ' 307, ירושלים, הקיבוץ המאוחד, מוסד ביאליק, 1995.
7. מיטשל ס.א., בלאק מ.ג., פרויד ומעבר לו. תל-אביב, תולעת ספרים, 2006.
8. סוכרי י., אמזלג. תל-אביב, עם עובד, 2019.