

דברי פתיחה

יוני בוגט

רבים מאתנו, מטפלים, יועצים, אנשי הינדז והורים משתמשים לא מעט במושג הכלה.

ההכלה containing זו היכולת להחזיק, להבין ואפילו לחבק לפי סמיננטון את מכלול רגשותיו של המטופל. בין קובע שעל מנת להכיל יש צורך בסטינג בטוח ושמור עם גבולות ברורים היוצרים סביבה אמינה ומכילה.

כאנשי טיפול, אנו מזמניים את מטופלינו לשתף ואף להשליך את רגשותיהם הקשים ביותר עלינו ולתוד המיכל אותו אנו יוצרים בקשר הטיפולי.

בשנותי המקצועיות אני עד לתופעה שבעיני אף מדאיגה בעיניי ההכלה. מטפלים רבים ומודיריכים של מטפלים מנסים להגדיל את יכולת ההכלה שלהם בלי להתחשב בגבולות הסטג ובעיקר בלי להתחשב במגבלות ובגבולות האישיים שלהם כבני אדם וכמטפלים. בשם הרצון להכיל כל רגש וכל התנהגות הם פוגעים בסביבה הבטוחה עליה בין דיבר.

כמו אותו מטפל אותו הדרכתי שסיפר ששיחק באחת משעות הטיפול בכדור ספוג עם מתבגר בחדר הטיפול: "התחלנו במסירות שהלכו והתגברו עם הזמן, ידעתי שעוד מעט הוא יזרוק עלי חזק ואחסוף את הכדור. אמרתי לעצמי שאני צריך להצליח להכיל את התוקפנות שלו והמשכנו לשחק. כעבור מספר דקות הכדור פגע במשקפייים שלי שכמעט נשברו וצעקתי עליו. אני כל כך כועס על עצמי שלא ידעתי ולא הצלחתי להכיל אותו".

בשפת כותרת יום העיון, אותו מטפל לא נכשל ביכולת ההכלה שלו. לכאורה היא כאן ניסיון להכיל את הכאב אך בפועל המטפל התאמץ לאלף את עצמו לספוג את הסבל ולהמשיך להיות עם המתבגר בלי להגיב ולהפסיק את הפחד שהמתבגר גרם לו. אך כמו כל ספוג, כאשר הוא מגיע לקצה יכולת הרוויה שלו הוא משפירץ.

אומנם, נכון להבין שהמתבגר כעס ואף ניתן לראות בזריקת הכדור על המטפל מעין השלכה של הכעס של המתבגר. אך המטפל פגע בתחושת הביטחון של סביבת הטיפול בכך שלא הציב גבולות להכלה בתוד המשחק ולא הקשיב לגבולות ההכלה

נדמה לי שאין צורך להוסיף ולהסביר.

לפני שנים רבות נכחתי בהצגת מקרה של מטפלת ותיקה ומדריכה בכירה. היא סיפרה על טיפול במתבגר. בחלק משעות הטיפול המתבגר לקח גובות משחק ואמר שאלו בני משפחתה של המטפלת, בעלת וילדיה. הוא היה מענה את הגובות בכל מיני דרכים סדיסטייות ואחר כך זורק אותן מהחלון אחת אחת. המטפלת סיפרה שכעבור זמן היא אסרה על המתבגר את המשחק עם הגובות ושלא יענה לה הוציאה את הגובות מחדר הטיפול.

כמטפל צעיר הייתי די בשוק, הייתי בטוח שאנחנו אמורים לאפשר לילדים ולמתבגרים שנמצאים אצלנו בטיפול להמחזיז ולשחק את עולמם הפנימי גם שהוא קשה לנו. בדיון שהתפתח המטפלת אמרה שהיא גילתה על עצמה שכאשר המתבגר מענה ורוצח את בני משפחתה, גם אם אלו גובות, היא איננה מסוגלת להיות איתו בחדר. "לא יכולתי להכיל את המשחק והתחלתי לשנוא אותו במהלך פגישות הטיפול אז החלטתי להפסיק לנסות להיות איתו במשחק זה".

דוגמא זו מפליטה ומעוררת את שאלת הגבול בין הכלה לספיגה. כיצד נדע אופה עובר הגבול? כיצד נכיר, כל אחד ואחד, את הגבול האישי שלי?

ההרצאות, הצגת המקרה וההתדיינות ביום העיון יעסקו כולן בשאלות אלו.

לפני שאסיים אני רוצה להודות לשרה'לה ולאשרת על כל העבודה שחן השקיעו בהצלחת יום העיון.

שיהיה יום מהנה ומעניין.

המטפל הכיר בתחושותיו, בתעורה הנגדית, עם המתבגר. הוא פחד שיחטוף את הכזר אך ניסה להתגבר על הפחד ולא פעל על פיו. הצבת גבול ברור והפסקת המשחק המפחיד עם המתבגר מהווה ומאפשרת הכלה אמתית של המתבגר ושל רגשותיו. המטפל, למרות שהיה רוצה, אינו מסוגל להכיל את המתבגר ואת תחושותיו הקשות בו בזמן שהוא מפחד על עצמו ועל משפיקו.

אחרנו, עם המטפלים בני אדם רגילים. ותהיה זו טעות לחשוב שאנחנו לא מניבים ואף לא נוקמים במטופלים שלנו. בזמנים בהם אחנו סופגים ולא מוגיבים ולא מפסיקים את הפגיעה של מטופלנו אנו נכעים, נשפויז ואף ננקום, לעיתים ברמות מודעות ולעיתים ברמות לא מודעות.

חשוב לי לחדד את דברי. קיימת חשיבות גדולה שתהיה לנו אפשרות ויכולת להרגיש רגשות קשים כלפי המטופל בתקופות מסוימות בטיפול. שנחיש כאב, קנאה ולעיתים אף נשנא את מטופלנו. אך אנו מפסיקים להכיל את מטופלנו כאשר הרגשות הקשים אותם אנו חווים כלפיהם מוזיזים אותנו מעמדה חורית טיפולית המסוגלת לעבוד עם המטופל ואנחנו הופכים למנגיבים לרגשות של עצמנו.

א אני סבר שאנחנו הייבים להפסיק להשתמש במושג הכלה בצורה לא נכונה. להפסיק לנסות לאלץ את עצמנו להיות מסוגלים לספוג יותר ממטופלנו. ורק על ידי הכרה ברגשותינו כמטפלים, בגבולות האישיים של כל אחד מאתנו ובחכמה במגבלות החכלה שלנו נוכל להכיל בצורה בטוחה ואמתית.

מורי ומדריכי חזי כחן היוו חוזר להנקה. הוא לימד כיצד על האמא לנהוג כאשר התינוק נושך את פטמתה והתנקה מכאיבה לאמא. האם היא צריכה ללמד ולאלץ את עצמה להתגבר על הכאב ולאפשר לתינוק להמשיך לנינוק כביכול בלי הפרעה? חזי מלמד שהתינוק מרגיש את חוסר הנוחת של אמו וההנקה הופכת להיות פחות מספקת עבורו כאשר הוא מכאיב לאמו. על האמא לנתק בעדינות ללא כעס ונקמה את התינוק מהפטמה ולהתחבר מחדש ללא כאבים.

ואולי זו כל התורה כולה. לזהות את הכאב והסבל שלנו כחורים וכמטפלים, לא לנסות להפוך את עצמנו למומחים בלספוג כאבים תחת כותרת ההכלה, להפסיק את הכאב על ידי הצבת גבול ולהתחבר מחדש ממקום לא כואב המאפשר קשר והכלה.

כשתכונתי את יום העיון נזכרתי בקטע מהסדרה בטיפול. הקטע הוא קיצוני ומוגזם אך ממחיש את ניסיון המטפל, ראובן, להגדיל את יכולת ההכלה שלו וכיצד הוא הופך לספוג נוקם. קיבלנו את רשות יוצרי הסדרה להראות את הקטע. בבקשה: