

# תוכן העניינים

## חלק א: התאוריה, יישומה ובחינתה האמפירית

- 11 1. אנורקסייה ובולימיה: אבחון והיסטוריית הטיפול  
אבחון 11  
הסיבוכים הגופניים של אנורקסייה ושל בולימיה 12  
תפוצת המחלות 13  
היסטוריית הטיפול באנורקסייה 14  
הפסיכולוגיה של העצמי בהשוואה לגישות עכשוויות אחרות 17  
מדוע נשים? 18  
טיפול פסיכולוגי משולב בטיפול דיאטנימטבולי 20  
מניעה 21  
איתן בכר
- 24 2. הופעת הפסיכולוגיה של העצמי:  
הזדמנויות ודילמות בטיפול באנורקסייה ובבולימיה  
אמפתיה לחולות שקשה להיות אמפתי כלפי מעשיהן או גישותיהן 30  
עמדה קרובה חוויה בניגוד לעמדה רחוקת חוויה 33  
יחסי עצמי - זולת עצמי 35  
הערות מסכמות 38  
איתן בכר
- 42 3. מחקר מבוקר ורנדומלי של שתי שיטות טיפול פסיכולוגיות:  
פסיכולוגיית העצמי ואוריינטציה קוגניטיבית בטיפול  
באנורקסייה ובבולימיה  
שיטה 44  
תוצאות 49  
דיון בממצאים 53  
מסקנות 59  
נספחים 60  
טבלאות 62  
איתן בכר, יעל לצר, שולמית קרייטלר ואליזבט בארי
- 64 4. האוריינטציה הקוגניטיבית של אנורקסייה נרוזה:  
הדמיון להמשגת הפסיכולוגיה של העצמי  
איתור המוטיבים 64  
חמשת צברי המוטיבים 65  
הדמיון להמשגת האנורקסייה בפסיכולוגיה של העצמי 66  
איתן בכר ושולמית קרייטלר

- 68 5. העברה, העברה נגדית וניהול הטיפול  
איתן בכר

### חלק ב: תיאורי מקרה

- 77 6. האם תצליח שיר לתפוס מקום?  
מיכל מן
- 90 7. עמידת המטפל מול עצמי גרנדיוזי  
מיכל מן
- 99 8. "לחיות את החיים שלי"  
אשר אפשטיין ודינה רוט
- 107 9. המסע אל הגרעין הפנימי  
מרנה מילון
- 115 10. אסור לי להיות אדם שלם  
ורדה שביט אוחיון
- 118 11. רעב הניתן להשבעה  
שרה הרמתי
- 126 12. החיפוש אחרי 'חלומות מתוקים' ונסיד קטן  
יעל שטיינברג
- 133 13. פציינטיות עם הפרעות אכילה ועם צורכי אידאליזציה סמויים  
שרה הרמתי
- 138 14. "לשירותם תמיד": המשפחה מנקודת מבטה של נערה בולימית  
אורי פינס
- 149 15. זכות קיום  
לאורה קנטי
- 157 16. היפה והחיה  
איתן בכר
- 162 17. מאיה - הזכות להצטרף והרשות להזדקק  
מירה דנה
- 177 רשימת המקורות
- 185 רשימת המשתתפים

## פתח דבר

בעשורים האחרונים אנורקסייה ובולימיה הפכו לאחד מהסיוטים המפחידים ביותר של חברות השפע. הדבר נכון במיוחד באוכלוסיית הסיכון: צעירות בגיל ההתבגרות ובראשית הבגרות. צעירות החולות במחלות אלו מביאות את עצמן למוות או לצמצום קיצוני של הקיום הן במובן הפיזי הן במובן ההתנהגותי. זאת דווקא בתוך חברה הפותחת בפני צעירות אלו הזדמנויות לצמיחה, לביטוי עצמי ולתפיסת מקום בעולם.

בספר שלפנינו מוצגת תאוריית הפסיכולוגיה של העצמי, ההבנות שניתן לגזור ממנה לגבי הסיבות להופעתן של מחלות אלו ושיטת הטיפול בהן. הספר מתחלק לשני חלקים. בחלק הראשון מוצגים התאוריה, בחינתה האמפירית ויישומה הקליני בהפרעות אכילה באמצעות עשרות דוגמאות. בחלק השני מוצגים שנים עשר תיאורי מקרה בשנים עשר פרקים. בכל פרק כזה מוצג תיאור טיפול מפורט, לרוב מתחילתו ועד סופו, בשילוב הצגת עקרונות מתוך הפסיכולוגיה של העצמי ויישומם בטיפול.

החלק הראשון מורכב מחמישה פרקים. בפרק הראשון מוצגת היסטוריית האבחון והטיפול באנורקסייה ובבולימיה. כמו כן מתוארות בפרק זה סוגיות של אפידמיולוגיה ומניעה, הן מתוך הקשרן הרפואי-כללי הן מתוך זווית הראייה המיוחדת של פסיכולוגיית העצמי.

הפרק השני מתאר את עקרונות הפסיכולוגיה של העצמי ואת יישומם בטיפול באנורקסייה ובבולימיה. בפרק מובאות למעלה מעשרים הדגמות קליניות המציגות את ההזדמנויות ואת הדילמות הנובעות מיישום תאוריה זו בטיפול בהפרעות אכילה.

הפרק השלישי מציג מחקר מבוקר ורנדומלי שבדק את יעילות הטיפול באנורקסייה ובבולימיה לפי גישת הפסיכולוגיה של העצמי לעומת טיפול לפי גישת האוריינטציה הקוגניטיבית ולעומת ייעוץ דיאטני בלבד ללא טיפול פסיכולוגי. הטיפול לפי גישת הפסיכולוגיה של העצמי נמצא יעיל יותר משתי ההתערבויות הטיפוליות האחרות שאליהן הושווה, הן בהסרת הסימפטומים של הפרעת האכילה הן בשיפור תוך-נפשי כפי שהוא מתבטא במשתנה של לכידות העצמי.

הפרק הרביעי מתאר את הדמיון שנתגלה בין מיפוי אמפירי של האמונות המרכיבות את האוריינטציה הקוגניטיבית של אנורקסייה ובין ההמשגה של פסיכולוגיית העצמי.

בפרק החמישי מתוארת המורכבות של ניהול הטיפול בסבך של העברה, העברה נגדית, מציאות שבה מצבה הגופני של החולה מסוכן ואינטראקציה עם מטפלים מדיסציפלינות אחרות.

את שנים עשר הפרקים שבהם מובאים תיאורי המקרה בחלק השני של הספר הזמנתי ממשנתפי סמינרים וקבוצות הדרכה שהנחיתי בבתי החולים הדסה בירושלים ורמב"ם בחיפה וערכתי לאחר מכן כדי להתאימם לתבניתו של הספר. מבין המקרים המובאים בפרקים אלו אחד טופל ברמב"ם, וכל השאר טופלו בהדסה. שבעה מבין תיאורי המקרה מתארים חולות אנורקטיות, וחמישה מתארים חולות בולימיות. כל הפרטים המזהים של החולות טושטשו בקפידה כדי לשמור על פרטיותן.

בכל שנים עשר המקרים המתוארים בפרקים אלו חל שיפור, החל משיפור קל ועד להחלמה מלאה. הדבר עולה בקנה אחד עם הערכתנו שאם החולה מצליחה 'להתגייס' לטיפול, ליצור ברית עבודה עם המטפל ולהתמיד בטיפול, תזוזה ושיפור יקרו כמעט תמיד. הדבר אושר בזמן האחרון גם במחקר מעקב חשוב שערך סטרובר (1998). ואולם לבנו עם כל החולות שהגיעו למרפאותינו ונשרו מהטיפול כעבור פגישה אחת או שתיים. הן נשרו לפני שהספקנו ליצור אתן קשר ולגייס אותן לטיפול. מקומן נפקד כמובן מספר זה, מכיוון שהן לא אפשרו לנו להכיר אותן. שיעור הנשירה ממרפאותינו דומה למדווח בעולם, בין חמישית לרבע מהפונות בעלות הפרעות אלו.

הספר מיועד לאנשי המקצוע הזקוקים לכלי עזר תאורטי וקליני בבואם לטפל בחולות הסובלות מהפרעות אכילה. ואולם הערכתי ותקוותי שכל קורא משכיל יוכל להפיק ממנו תועלת.

תודתי נתונה לכל עמיתי שנושאים בנטל הטיפול במחלות קשות אלו ולכל החברים שתרמו מניסיונם וכתבו את תיאורי המקרה.

תודה לרענן קולקה, שקרא חלקים גדולים מכתב היד ועודד מאוד את פרסום הספר. תודה לרות ואלי וייסמן על תרומתם הנדיבה והמכרעת להוצאת ספר זה לאור. תודה מיוחדת שמורה לעורכת הלשונית שרית אלוני, שבמסירות, בהתלהבות ובחום יישרה כל טעות לשונית. תודה למנכ"ל הוצאת מאגנס דן בנוביץ, שתמך וליווה בסבלנות את כל שלבי יצירת הספר.

איתן בכר

ירושלים, יולי 2001

## רשימת המשתתפים

אשר אפשטיין Psy.D.  
פסיכולוג קליני, מדריך ביחידה להפרעות אכילה, פסיכיאטריה לילד בבית החולים האוניברסיטאי הדסה הר הצופים, ירושלים.

אליוט בארי M.D.  
פרופסור חבר בבית הספר לרפואה של האוניברסיטה העברית ובית החולים הדסה בירושלים, מנהל המחלקה לתזונת האדם ולמטבוליזם בבית הספר לרפואה של האוניברסיטה העברית ובית החולים הדסה בירושלים.

איתן בכר Ph.D.  
הפסיכולוג הראשי של בית החולים האוניברסיטאי הדסה בירושלים.

מירה דנה M.A.  
פסיכולוגית קלינית ביחידה להפרעות אכילה בבית החולים רמב"ם בחיפה. בעבר פסיכולוגית במרכז להפרעות אכילה ע"ש אורבך בלונדון.

שרה הרמתי M.A.  
פסיכולוגית קלינית, מדריכה ביחידה להפרעות אכילה, פסיכיאטריה לילד בבית החולים האוניברסיטאי הדסה הר הצופים, ירושלים.

יעל לצר D.Sc.  
מנהלת היחידה להפרעות אכילה במרפאה הפסיכיאטרית של בית החולים רמב"ם בחיפה.

מיכל מן M.A.  
בעבר פסיכולוגית קלינית במחלקה לפסיכיאטריה בבית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.

מרנה מילון M.A.  
פסיכולוגית קלינית, מדריכה ביחידת האשפוז של המחלקה הפסיכיאטרית בבית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.

אורי פינוס M.S.W.  
אחראי על היחידה לאשפוז יום, פסיכיאטריה לילד ולמתבגר בבית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.

שולמית קרייטלר Ph.D.  
פרופסור מן המניין במחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת תל-אביב, תל-אביב.

לאורה קנטי M.A.  
פסיכולוגית קלינית, מדריכה ביחידה להפרעות אכילה במרפאה הפסיכיאטרית של בית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.

דינה רוט M.D.  
בעבר מנהלת היחידה להפרעות אכילה בבית החולים האוניברסיטאי הדסה הר הצופים, ירושלים.

ורדה שביט אוחיון M.A.  
בעבר פסיכולוגית קלינית במרפאה הפסיכיאטרית של בית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.

יעל שטיינברג M.A.  
בעבר פסיכולוגית קלינית במרפאה הפסיכיאטרית של בית החולים האוניברסיטאי הדסה עין-כרם, ירושלים.