

תוכן העניינים

7		פתח דבר
9	הדרכה בגישה המדגישה קשר	תמר קרון וחנוך ירושלמי
34	השפעה הדדית ובנייה משותפת בהדרכה	חנוך ירושלמי
55	הדרכה חיה תוך כדי עבודה משותפת	חנוך ירושלמי ותמר קרון
75	ההדרכה כנרטיב	חנוך ירושלמי
94	הדרכה דינמית כצומת במערכת קשרים מצטלבים	עמנואל ברמן
110	היהוויה השלישית בתלת־השיח של ההדרכה	תמר קרון
130	השפעה ופגיעות בטיפול ובהדרכה	גיונתן סלבין
141	חשיפה עצמית של מדריכים	תמר קרון וחנוך ירושלמי
157	על תפקידי קבוצת הדרכה־על־הדרכה	חנוך ירושלמי
170	אפיוני הדרכה משמעותיים מנקודת מבטם של מדריכים ומודרכים	תמר קרון וטלי חיימסון
204	סוף דבר : תמורות בהדרכה	חנוך ירושלמי ותמר קרון

פתח דבר

הספר **בין מדריך למודרך**, הבא בעקבות ספרנו **הדרכה בפסיכותרפיה** (הוצאת מאגנס, תשנ"ד), נהגה תוך כדי התפתחותנו האישית והמקצועית במהלך השנים האחרונות. מבחינתנו, הוא המשך, השלמה ופיתוח של רעיונות ודעות על ההדרכה בפסיכותרפיה.

הפסיכותרפיה הדינמית עוברת בשנים האחרונות התפתחות ושינויים ניכרים, אשר הם חלק מהתפתחות תרבותית ושינויים בחשיבה המדעית. ביקשנו לכלול את השפעותיהם של שינויים אלה עלינו כפסיכותרפיסטים, והדרך בה אנו תופסים את ההדרכה וההכשרה של פסיכותרפיסטים מתחילים.

כמו אצל מטפלים רבים, כך גם בנו מעוררת הדגשת הסובייקטיביות של המטפל ושל המטופל, השאיפה להדדיות ושיתופיות בטיפול, וההכרה בכך שאין אמת אחת השווה לכולם, תגובות רגשיות ומחשבתיות בעוצמה רבה. אלה הם ערכים אנושיים וטיפוליים שאנו מאמינים בהם, וברצוננו לשלבם בעבודתנו הטיפולית והחינוכית ובתאוריה שלנו. כאנשי מקצוע ישראלים רבים, אנו בני חברה העוברת שינויים דרסטיים ומכאיבים, מהדגשת הכלל וטובתו, להדגשה רבה יותר ויותר של הנפרדות ושל טובת הפרט. מתוך כך, התהליך העובר על המקצוע הטיפולי, מורכב ומשמעותי במיוחד עבורנו.

יחד עם ההתרגשות המתלווה למהפך ערכי זה, מוצאים אנו את עצמנו גם נבוכים ותוהים לגבי משמעויותיו. אנו חשים ששבירת המודלים הסמכותיים נותנת יותר חירות ומקום לאינדיוידואליות של כל אחד מאתנו מחד גיסא, ומציגה שאלות חדשות קשות ומעוררת חרדה, מאידך גיסא.

בהיותנו מדריכים ומורים, בנוסף על היותנו מטפלים, נוספת מורכבות הנובעת מאחריותנו להתפתחותם של מטפלים בתהליך הכשרתם. אחריות זו דורשת מאתנו לא רק להעלות שאלות ולעורר ספקות, אלא גם לתת למודרכינו כלים להתמודד עם המבוכה וחיפוש הדרך שבאים בעקבות מהפך זה. אחריות זו הניעה אותנו לנסח דגמי התייחסות למצבים ויחסים והדרכתיים, המופיעים תוך כדי התהליך ההתפתחותי העובר על מדריכים ומודרכים.

בכתיבת ספר זה עשינו מאמץ לתת ביטוי להתמודדותנו עם הרעיונות ועם הבעיות הללו בתוך ההקשר של עבודה יומיומית בשירות טיפולי ציבורי, כאשר מטפלים נדרשים לתת מענה למגוון רחב של מצוקות הפונים, תוך כדי לחצים הנובעים מדרישה לעיליות ורווחיות. כללנו בתוכו מחשבות וחיפושים אחר מסגרת תאורטית שתהיה בה הכלה והחזקה בכך שתיתן כיוון, אך תיתן גם ביטוי לאישיותו של כל

מטפל ומדריך. הבאנו בו גם את התנסויותינו הקליניות וההדרכתיות, אשר מהוות את השדה החי שבו נבחנים השאלות והרעיונות יומיום.

משאלתנו היא, שהספר יגיע לקהל רחב של מטפלים ומדריכים בפסיכותרפיה, ביניהם פסיכולוגים, עובדים סוציאליים ופסיכיאטריים, וכן לעוסקים בייעוץ חינוכי ובהוראה, ויהיה חלק מהשיח, הן הפנימי והן אל מול המטופל או המודרך. בהמשכו של שיח כזה, בינינו לבין קוראינו, נראה את הגשמת המטרות שספר זה נכתב ברופן.

אנו מודים להוצאת ספרים ע"ש י"ל מאגנס, אשר הוציאה לאור את הספר, לעורכת הלשון עדנה מרדרד על מלאכת העריכה ולקרן עמו"ס על הסיוע בהוצאה לאור של הספר.

חנוך ירושלמי ותמר קרון

האוניברסיטה העברית בירושלים

הדרכה חיה תוך כדי עבודה משותפת

מאת

חנוך ירושלמי ותמר קרון

מלכתחילה הייתה הפסיכותרפיה באוריינטציה פסיכודינמית, במתכונת של שיחה בין שניים – המטפל והמטופל – על נושאים שונים מחיי המטופל, ועל הקשר הטיפולי. מתוך כך, גם ההדרכה בפסיכותרפיה פסיכודינמית הייתה, ונשארה עד עצם היום הזה, במתכונת דומה: המדריך והמודרך נפגשים ומשוחחים על מה שהתרחש בשעה הטיפולית, ומנתחים ומפרשים את החומר הטיפולי. מתכונת זו מבוססת על האמונה שצורת הלמידה הטובה ביותר, היא זו של הסתכלות בתהליכים שהתרחשו בזמן עבר, כפי שהם מדווחים על ידי המודרך, ובפירושים בזמן הנוכחי. בעוד שהתאוריה הקלינית הפסיכודינמית התפתחה והשתנתה, ונפתחה להשפעות משדות שונים ומאוריינטציות טיפוליות אחרות, הרי במתכונת ההדרכה בפסיכותרפיה לא חל שינוי. עד היום, הדגם של מדריך ומודרך הוא של פגישה, בה שומע המדריך דיווח מהמודרך על מה שהתרחש בשעה הטיפולית, ולאחר מכן משוחחים השניים על החומר, כאשר המדריך הוא המוביל את השיחה, בדרך כלל מתוך עמדתו כסמכות מקצועית. המדריך אינו נוכח אף פעם בפגישה הטיפולית של המודרך עם המטופל, ועליו לקבל את דיווח המודרך כאילו היה שיקוף של המציאות וביטוי לעצמיותו של המודרך, ולהפיק מתוכו את הבנותיו ותפיסותיו על ההתרחשויות הטיפוליות. למבנה זה של ההדרכה יש חסרונות, אשר לדעתנו אינם ניתנים לפתרון ללא שינוי מבני. חסרונות אלה כוללים בעיות, כגון: עיוות הדיווח, הסתרת חומר, מקום נרחב להשלכות. נוסף על כך, תחושתו הסובייקטיבית של המודרך היא שהתמונה המתקבלת אצל המדריך אף פעם אינה משקפת את המציאות הטיפולית, ושההבנות והפירושים הם תמיד לאחר מעשה.

חוסר הנחת מהבעיות המבניות של הדגם המקובל הביא אותנו לחיפוש אחר דגם שונה. בעבודתנו הקלינית, הכוללת התערבויות טיפוליות שונות, כמו מצבי משבר, טיפול במתבגרים וטיפולים זוגיים ומשפחתיים, זאת בנוסף לעבודה הטיפולית הפסיכודינמית הרגילה, הגענו לפיתוח דגם של עבודה משותפת של זוג מטפלים. בהיות מקום עבודתנו מסגרת הכשרתית לסטודנטים ומתמחים בפסיכולוגיה קלינית, שילבנו מתלמידים בזוגות המטפלים. מבנה זה, של מטפל בכיר ומטפל מתמחה, הפך להיות אחת החוויות החשובות ביותר והמשמעותיות ביותר הן עבור המתמחים והן עבור הבכירים. מתמחים מציינים את העבודה המשותפת עם מטפל

בכיר כחוויה לימודית ממדרגה ראשונה. בכירים מציינים את התרומה שהם נתרמים מעבודה משותפת כזו, גם אם התקשו וחששו מכך מלכתחילה. את הניסיון המצטבר בדגם העבודה המשותפת של בכיר ומתלמד, אנו מבקשים להמשיג כדגם של הדרכה חיה בפסיכותרפיה פסיכודינמית. בשם 'הדרכת חיה' אנו מתייחסים להדרכה המתרחשת תוך כדי עבודה משותפת של זוג מטפלים בטיפול, כאשר מטפל אחד הוא מתלמד והשני בכיר־מדריך. בהדרכה החיה יש, אם כן, שני אלמנטים, האחד, הוא העבודה הטיפולית המשותפת, כלומר, שני המטפלים עובדים עם מטופל אחד או יותר במסגרת השעה הטיפולית. השני, שהמצב מוגדר מראש כמצב הדרכת, למרות היות העבודה משותפת. איננו מתכוונים להציע דגם חדש זה כתחליף בלעדי להדרכה בדגם המקובל. אנו מציעים אותו כהתנסות נוספת משמעותית בעל איכות ייחודית הן למדריך והן למודרך. הדגם של הדרכה חיה משתלב בתפיסתנו הכוללת את הפסיכותרפיה ואת ההדרכה כתהליכים בין־סובייקטיביים.

דגם השוליה בהדרכה חיה

דגם ההדרכה החיה בפסיכותרפיה ניתן לתיאור כדומה לדגם של אמן ושוליה, כאשר המדריך הוא האמן והמודרך הוא השוליה. ההגדרה במילון אוקספורד אומרת: "השוליה לומד אמנות ואומנות, מחויב לשרת את מעבידו וזכאי ללמוד ממנו למשך תקופה מוגדרת". הגדרה זו כוללת שלושה מרכיבים:

א. תקופת זמן מוגדרת. השוליות איננה מצב נצחי, יש לה נקודת התחלה ונקודת סיום אשר תחמות מראש את משך הזמן ואת הסטטוס של השוליות. תקופת הזמן המוגדרת מאפשרת התארגנות אישית וחברתית מחד גיסא, ומגינה על השוליה מפני מצב מתמשך שיש בו ניצול, מאידך גיסא.

ב. השוליה מחויב לשרת את מעבידו. והכוונה כאן היא לשירות בכל מה שקשור במלאכה או באמנות הנלמדת, כמו ששוליות ציירים היו מחויבים במלאכות, כגון: ערבוב צבעים, הכנת הברד, צביעת שטחים בציור, ובשלבם מתקדמים יותר, לקיחת תפקידים יותר מורכבים. מתוך הגדרת מעמדו, אם כן, השוליה גם נותן ומשתתף, ולא רק מקבל. מדובר בתהליך שיש בו הדדיות, למרות שאין בו סימטריה. שירות זה שהשוליה נותן מספק את התמריץ לאמן או לאומן הבכיר לטרוח וללמד אותו. זאת נוסף לצורך שיש לאמנים, בדרך כלל, ללמד ולהעביר את סודות אמנותם לדורות הבאים אחריהם. חובת השירות ממחישה לשוליה את אִי־הסימטריה בקשר בינו לבין האמן, ומגינה עליו מפני חוסר גבולות ורגשי גדלות ביחס ליכולותיו, שהוא עלול להיתפס להם כאשר נדמה לו שהידע שרכש מספיק על מנת להגיע במהירות ובקלות למעמד האמן (כפי שמוצג בצורה יפה והומוריסטית ביצירה המוסיקלית **שוליות הקוסם**).

ג. השוליה זכאי ללמוד מהאמן, או במילים אחרות – האמן חייב ללמד את השוליה. בחלק זה של ההגדרה מוגדרות חובותיו של האמן בתוך הקשר, שהן העברת הידע שברשותו ועיצוב זהותו ודמותו המקצועית של השוליה. חובה זו תחמת את

גבולות הקשר, ומגינה על השוליה מפני ניצול. על האמן לזכור תמיד, שאין השוליה בגדר משרת שלו, אלא בגדר תלמיד, וגם השירות שהוא נותן, איננו שירות בכל התחומים, לצרכים אנוכיים של האמן, אלא שירות במסגרת התפקידים הנדרשים ללימוד האמנות.

בימינו ניתן למצוא את מעמד השוליה באותם תחומים בהם הלימוד בדרך ההוראה איננו מספיק, ועל הלומד ללמוד גם דרך התנסות במעשה. כך במקצועות הטכניים והאמנותיים, וכן במקצועות, כגון: אדריכלות, רפואה, עריכת דין ופסיכותרפיה. ואמנם Schon (1990) מציין, שהמטפלים הפסיכודינמיים הם אמנים יותר מאשר טכנאים. כשם שלא ניתן ללמד תלמידי אמנות ואדריכלות את המקצוע, אלא רק לעזור להם ללמוד אותו בעצמם, כך גם בפסיכותרפיה. הוא מכנה איש מקצוע כזה בשם 'מעייני' (reflective-practitioner) ולדרך פעולתו 'עיון-תוך-כדי-מעשה' (reflection-in-action) פעולה מקצועית זו אינה ניתנת להילמד ללא שוליות, אלא ש-Schon עצמו אינו מתייחס בדבריו להדרכה החיה.

אפיונים ייחודיים של ההדרכה החיה

כמדריכים, אנו שואפים לפתח בצורה אופטימלית כשרים, מיומנויות, ואפיוני אישיות מקצועית אצל מודרכינו. Aron (1996) מונה את הכשרים והמיומנויות שכוללת המומחיות הטיפולית: היכולת להתבונן ולעייין (to reflect) בהשתתפות המטפל ביחסים הבין-אישיים, להתבונן בחוויה הרגשית שלו ולעייין בה תוך כדי הכרה בכך, שחלק נכבד מחוויה זו ימשך להיות בלתי מודע ובלתי מוכר. היכולת להשתמש בדגם או בתאוריה בצורה גמישה, ולעבור מדגם לדגם בהתאם לצרכי המטופל. מיומנות בפירוק הנרטיב שהמטופל מציג או שנרקם יחד במשך הטיפול על מנת לא לדבוק בנוקשות בנרטיב אחד. היכולת לספוג חרדה ודיכאון, ולעמוד בהם, ויחד עם זאת, היכולת להשתתף בשמחה ולחגוג את הגדילה המשותפת ואת הסיפוק המשותף שבעבודה הטיפולית.

כשרים ומיומנויות מורכבות, כמו אלה ש-Aron מונה, אינם ניתנים ללמידה דרך צד שלישי בלבד. להדרכה החיה מספר אפיונים המייחדים אותה כמסגרת הדרכתית בעלת ערך, בהתייחס לכשרים, למיומנויות ולמרכיבים מרכזיים בעבודתו של הפסיכותרפיסט, נוסף ללמידה ולהדרכה הרגילות. משום שהפסיכותרפיה אינה טכניקה ומתודה בלבד, אלא יש בה מרכיב שניתן לכנותו מרכיב אמנותי, בצד המרכיב המתודי, הרי היא אינה ניתנת ללימוד ממצה באמצעות הרצאות, ספרים, צפייה בסרטים והדרכה במסגרת המקובלת, בה המודרך מביא למדריך חומר מפגישות שהתקיימו כבר.

מרכיב מרכזי נוסף בהתפתחותו של הפסיכותרפיסט הצעיר היא התפתחות הזהות המקצועית, אשר אחד המרכיבים העיקריים שלה הוא ההזדהות עם מטפלים בכירים, בדרך כלל המדריך. מובן מאליו, שתהליך אישי כזה של הזדהות איננו ניתן ללימוד בדרכי ההוראה הרגילות. אמנם בתהליך ההדרכה המקובל יש בהחלט מרכיבים של תהליכי הזדהות, אולם בהדרכה החיה נוסף מרכיב של צפייה