

פרק 14 – יחסים מקבילים

למערכת יחסים
טיפולית יש כללים
והגדרות שמבדילים
אותה מכל מערכת
יחסים אחרת

הרב שלום אביחי נהן | M.C.S

Master Counseling Supervisors * M.C.S
פסיכותרפיסט, מטפל זוגי בכיר, סופרוויזר וראש התחום
להכשרת יועצי נישואין ומשפחה במרכז י.נר ובשיתוף
האוניברסיטה הפתוחה

1

מדריך למשתמש התורני בפסיכותרפיה | 7 דקות קריאה | 16.02.2022

מערכת היחסים המתפתחת בטיפול אינה שוויונית מבחינת יחסי הכוחות שבה. זוהי מערכת יחסים שנוצרים בה יחסי אמן שבו המטופל בוחש בידיעותיו, סמכותו ומומחיותו של המטפל, ומשכך, מטופלים נעשים פגיעים מאוד ומטפלים מחויבים לרגישות גדולה אודות פוטנציאל ההשפעות המזיקות שעלולות להתרחש באם המטפל יתנהל באופן שחורג מתפקידו. לחריגות אלו שיידונו במאמר זה קוראים "יחסים מקבילים". מהם יחסים מקבילים? עד כמה הם מזיקים? ואיך אנו אמורים לזהות שמערכת היחסים הטיפולית נגועה ביחסים מקבילים? על כך בפרק הבא.

הכל מתחיל ממה שמגדיר מערכות יחסים. אנחנו מתנהלים מול חברים במערכות יחסים חברתיות, אלו הן מערכות יחסים בעלות מידה מסוימת של תלות הדדית שבה כל אחד מהמעורבים משפיע ומושפע. מידת התלות משתנה בהתאם להגדרת היחסים על ידי שני הצדדים ומהציפיות המתלוות מתוך ההגדרה הזאת – למשל מערכת יחסים זוגית שונה במידת התלות ובציפיות של חברי המערכת ממערכת יחסים שהיא בין שני ידדים.

כשאנחנו נמצאים בתוך מערכת יחסים המוגדרת בצורה מסוימת, למשל, מערכת יחסים בין רב לתלמיד, אך אחד משני הצדדים מתנהג בה על פי קודים ממערכת יחסים אחרת – לדוגמה מערכת יחסים חברית, נוצרת צרימה ורגשות שליילים שונים ומגוונים עלולים ללוות את מערכת היחסים עד כדי הפסקתה, לעתים קרובות תוך כדי פגיעה וכעסים לא מבוטלים.

למערכת יחסים טיפולית יש כללים והגדרות שמבדילים אותה מכל מערכת יחסים אחרת. בתוך המסגרת הטיפולית המטפל פועל תחת תפקיד של מטפל, והמטופל נכנס למערכת הזאת כמי שמבקש מהמטפל לפעול מתוך אותו תפקיד. בידועו שכך יהיה, הוא מפקיד לפניו את סגור ליבו וסודות חייו, מתוך הבנה שיש בין המטופל למטפל בתפקידו – יחסי נאמנות.

ככל שהטיפול מתקדם, המטופל חושף את רגשותיו ומחשבותיו העמוקים יותר, ובתנועה המעמיקה הזאת מתגברת גם מידת הפגיעות של המטופל וגוברת הרגישות שלו לניצול לרעה את האמון שהוא נותן. לא פעם, התלות שהוא מפתח כלפי המטפל והטיפול לא מאפשרת לו לחוות באופן מלא את חווית הניצול או שאינה מאפשרת לו לעצור את הגורמים לחוויה הקשה הזאת.

מתי עלול המטופל לחוות חוויה של ניצול ופגיעה באמון שנתן במטפל? התשובה מורכבת. מצד אחד אנחנו יכולים לומר שכל פעם שהמטפל לוקח על עצמו תפקיד נוסף מול המטופל – לפני הטיפול, במהלכו ולאחר שהוא הסתיים, זוהי מערכת יחסים מקבילה. באחד הסקרים הגדולים על יחסים מקבילים שנעשה בקרב כמה אלפי מטפלים בבריאות הנפש, דורגו כמה התנהגויות שלעולם אינן אתיות: התנהגות שקשורה לסיפוק פיזי נמצאה אסורה באופן גורף לפני ואחרי הטיפול, אך גם הזמנת מטופל למסיבה או אירוח חברתי, וטיפול פסיכולוגי בעובד שלך, דורגו גבוה מאוד כהתנהגויות חורגות מהגבול ולא אתיות.

מצד שני, ישנן התנהגויות שנמצאו כמצבים שאי אפשר לומר עליהם שהם לעולם לא אתיים, כמו למשל, הענות להזמנת מטופל להשתתף באירוע מיוחד שהוא מכיק, או קבלת מתנה בשווי קטן ביותר (כחות מ-\$10). ומה קורה כאשר לאיש המקצוע יש תפקידים אחרים כמו למשל, שהוא מטפל באותו בית הספר שבו לומד הבן של המטופל או המטופלת – מה שעלול למנוע ממנו לפעול בצורה מקצועית לטובת הילד במצבים שבהם עלולה להיות התנגשות? ומה קורה אם המטופל בתוך כדי הטיפול מתקבל לתוכנית לימודים שבה מרצה המטפל? ואיך מתמודדים עם כפילות היחסים בישראל הקטנה שבה כולם מכירים את כולם ומחר נוכל להיפגש עם מי מהמטופלים במסגרות חברתיות כאלה ואחרות או מקשרים מרובים ולעיתים מקבילים בין איש המקצוע למטופליו בתוך הקהילה? ואם נדבר גם על יחסי מדריך (מומחה) ומודרך מתלמד, אנחנו לא יכולים להימנע לחלוטין מהתפתחות יחסי ידידות עם המודרכים שלנו, וגם כאן המודרך עלול להימנע מלחשוף תהליכים פנימיים הנוגעים לעבודתו, ובכך תיפגם יכולתו הבסיסית להיעזר בתהליך ההדרכה ובמדריך עצמו.

אין ספק שכל הסיפור הזה עשוי להיות מורכב, ואמנם בכל מה שקשור ליחסים מקבילים המתבטאים בקשר פיזי, יש איסור מוחלט באופן ברור וגורף, אך ישנם מצבים רבים שהם בעייתיים אך קשים לזיהוי, ומטפלים צריכים לפתח הבנה להשפעת היחסים המקבילים, ומשנה זהירות והפעלת שיקול דעת בכל פעם שהם עומדים מול סיטואציה שכזאת.

היבטים פסיכולוגיים של יחסים מקבילים

ערעור מהות היחסים המקצועיים – כאשר למטפל יש תפקיד נוסף בחיי המטופל, האינטראקציה בין השניים משתנה. המטפל והמטופל אוחזים במערכות ציפיות שונות והאמון ביניהם נחשף לסכנה. נחשוב למשל, על טיפול בעובד – המטפל בתפקידו שם את צרכיו האישיים בצד, ומצופה ממנו להיות רגיש לצרכי המטופל, להבין אותו ולפעול לטובתו. אולם למעסיק בתפקידו יש ציפייה שונה, הוא צריך לשים בראש סדרי העדיפויות את צרכי העבודה וצרכיו האישיים שקשורים בהישגים וכספים, וביחסו לעובד הוא צריך לדרוש עבודה יעילה וכדו'. כשנושא שני התפקידים הללו הוא אחד – המטפל, מופר האופי הייחודי של היחסים הטיפולים.

חוויה של ניצול – כאשר מתקיימים יחסים לא מקצועיים במקביל לתהליך הטיפולי, שיקול הדעת המקצועי עלול להיות מושפע מהתפקיד הנוסף, ובמקום הזה המטופל עלול לחוש חוויה של ניצול לשם צרכיו של המטפל, למשל, מטופל שחושב כי המטפל מזמין אותו לאירוע על מנת להרחיב את קהל היעד או להגדיל את ההכנסות, או מטפל שיועד שבעוד זמן מה הוא עשוי להצטרך את המטופל שיטפל בעניינו המשפטי או סתם ענייני שכנים וקהילה, וזה כמובן עומד בניגוד גמור לתוצאות המיועדות להשגה בתהליך הטיפולי.

פגיעה באוטונומיה של המטופל – מאחר ובקשר הטיפולי המטופל פורס את עולמו ומפקיד את אמונו בידי המטפל שנמצא מולו בעמדת כוח מעצם היותו האדם שהמטופל זקוק לעזרתו, המטופל עשוי להסכים לדרישות שונות מצד המטפל – כאלו שנאמרו במפורש, או כאלה שהמטופל מבין שאלו הציפיות של המטפל. כמו כן, להשתתף בפעילויות שהמטפל מצפה מהמטופל שיקח חלק בהן, אך ההסכמה הזאת עלולה להיות כתוצאה מהחשש מדחייה רגשית של המטפל, או מהצורך לחוש "מיוחד" ו"מועדף", או גם מתוך הצורך להיות בעמדת שליטה וכוח. "ההסכמה" הזאת עלולה לצבור תסכול וכעסים. לעתים הפגיעה תורגש לאחר זמן ולא מיידית, ובכל מקרה היא מורידה את האמון במטפל ולעתים גם בטיפול וביכולת של מטפלים בכלל לעזור.

כגיעה באמינות המקצועית – לא פעם המטפל נדרש לתת חוות דעת על המטופל. גם מדריך נדרש לתת חוות דעת על מתמחה מודרך. יחסים מקבילים עלולים לפגוע באמינות של חוות הדעת, הם מעלים שאלות על מקורות האינפורמציה של המטפל או המדריך ועל המניעים לחוות הדעת.

קווים מנחים כלליים

- 1. יחסים פיזיים** – יחסים מקבילים פיזיים אסורים הן בתוך הטיפול והן בסיומו. חשוב לדעת שמטפלים אינם מרפאים ואינם מצילים את המטופל, הם רק מעמידים את עצמם לרשות המטופל על מנת שהוא יפעיל כוחות ריפוי ושיקום מתוכו. מטפלים החוטאים בפריצת גבולות פיזיים מונעים בדרך כלל מתוך "פנטזיית ההצלה" על כל שלל השלכותיה, ומה שנראה בהתחלה כפעולה "להצלת המטופל ולריפוי" עלול להפוך ליחסים מקבילים פוגעניים ומזיקים ביותר.
 - 2. המרת תשלום בשירות** – מטפל לא ימיר תשלום על טיפול במתן שירות אחר על ידי המטופל, ואף לא יעשה הנחה כתוצאה מדרישת שירות אחרת.
 - 3. טיפול בקהילה** – איש מקצוע העובד בקהילה חשוף להיכרות אישית חיובית או שלילית, כזאת העוברת באופן ישיר או עקיף. אינפורמציה זו עלולה לפגוע באמון של המטופל וביעילות הטיפול, ולכן נכון שאיש המקצוע יפעל מתוך התפקיד הטיפולי מחוץ לקהילה, ובאין ברירה, יוכל לעבוד עם פרטים וזוגות מבני הקהילה שאיתם החיכוך מצומצם, וגם במצבים אלו עליו להיות מודע למורכבות, להיוועץ במסגרת הדרכה ולפעול אך ורק לטובת המטופל.
 - 4. השתתפות באירועים חברתיים** – חשוב שהמטפל יימנע במהלך הטיפול מכל מפגש חברתי עם המטופל, ובמידה ואין ברירה חשוב שיימנע ככל הניתן מכל קשר במהלך האירוע. יש מטפלים שמבהירים למטופלים בתחילת הטיפול כי במקרה והם ייפגשו מחוץ לקליניקה, הם לא יתעניינו לשלום, בין היתר כדי לא להסגיר את היותם מטופלים. כאמור, מטפלים אמורים להיות מודעים למורכבויות ולפעול מתוך שיקול דעת וכובד ראש.
 - 5. תהליך טיפולי עם מדריך** – כאשר מודרך מקבל הדרכה, הוא אינו יכול להיות גם המטופל של המדריך כאשר הסוגיות הטיפוליות אינן מוגבלות לנושאים הקשורים לדמותו של המודרך כאיש מקצוע, מצב זה נתפס על ידי מרבית החוקרים כלא אתי ופוגע בשני הצדדים.
 - 6. טיפול בסטודנטים במעסיקים ומועסקים** – יחסים מקבילים מתקיימים גם כאשר מטפל מעניק טיפול לסטודנטים שלו כל עוד שהם בתהליך ההכשרה (לאחר תהליך ההכשרה יש לשקול בכובד ראש כל מקרה לגופו), וכמו כן, הענקת טיפול למי שמועסק על ידי המטפל או למי שמעסיק אותו נכללת ביחסים מקבילים שיש להימנע מהם.
 - 7. יחסים מקבילים בסיום הטיפול** – לאחר הטיפול יש שאינם רואים את היחסים המקבילים כבעייתיים, ויש שמתייחסים אליהם כהתנהגות לא אתית. הסכנות בקיום יחסים מקבילים לאחר הטיפול אינן רק במידה והמטופל ירצה לחזור לטיפול, אלא גם בפגיעה בהישגי הטיפול בעקבות חוויית המערכת היחסים החדשה. כמו"כ ישנה סכנה שעל מנת להגיע מהר אל מימוש הקשרים הללו, המטפל יפעל גם בלא מודע לסיים את הטיפול מוקדם ממה שנכון מקצועית. בכל מקרה, חשוב שהמטפל ייוועץ במסגרת הדרכתית ויבחן את מניעיו ליצירת הקשר החדש וההשלכות העשויות להתרחש.
- לסיום כדאי לדעת כי נמצא שכאשר מתרחשים יחסים מקבילים, נוכל לראות שגם המטפל וגם המטופל עשויים להעמיד פנים כאילו בכל תחום מופעלים כללים אחרים שמאפשרים להתנהגויות שונות להתרחש גם אם הם אינם מתיישבות עם הקשר המקצועי. לא פעם מודרכים מציגים מקרה שהם מבקשים לקבל אותו כתיק טיפול ומוצאים הסברים שונים לכך שלמרות הקרבה והיחסים הכפולים זה לא יפגע בתהליך הטיפולי. הערכה הזאת היא מוטעית ומביאה לטשטוש הגבולות, להפרכת כללי הקשר ולניצול לרעה את כוחו של המטפל – כשיש יחסים מקבילים יש השפעה הדדית והיא פוגעת בתהליך המקצועי.