

# פרק 7 – מי מבקר את המטפלים?

מי באמת מבקר את  
המטפלים? מי ערב  
לכך שיעשה את  
עבודתו?

הרב שלום אביחי כהן | 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

**מדריך למשתמש התורני בפסיכותרפיה | 6 דקות קריאה | 29.05.2018**

מטפלים הם אנשים בעלי עולמות פנימיים מורכבים לא פחות ממטופליהם. הם מושפעים ומתמודדים עם מצבים שונים ומורכבים בחייהם האישיים ובחייהם המקצועיים, והבנתם האינטלקטואלית אינה מספקת בכדי שיוכלו לפנות מקום ולהיות לצד זולתם. מה שמאפשר את העבודה הטיפולית, הם תהליכים אישיים שמטפלים צריכים לעבור בטיפול אישי ובהדרכות רציפות עם מדריך מקצועי שאף הוא זקוק להדרכה על ידי גורם חיצוני ואובייקטיבי יותר ("הדרכה על הדרכה").

כשמטפל אינו עובר תהליכים אישיים בעצמו באמצעות גורם חיצוני, הוא קרוב לטשטש את הגבולות בינו לבין מטופליו. אמירותיו עשויות להיות נגועות יותר מעולמו הפנימי, וכחות מעמדה ניטראלית כלפי מה שמשרת את המטופל, והתנהלותו הכללית עשויה להיות נגועה בסיפוק צרכיו האישיים מאשר צרכי מטופליו.

מטפל מקצועי ככל שיהיה – נשאר אדם, ואדם לעולם קרוב אצל עצמו. הכשרתו הרחבה וידיעותיו הרבות אינן ערובה לעבודתו הטיפולית כפי שמצופה ממטפל, מאחר והשוחד האישי ברמותיו השונות גובר על כל ידיעה חזקה ככל שתהיה. בעצם מדובר בשתי מערכות שונות, מערכת אחת אינטלקטואלית ומערכת אמוציונלית. כל אחת מהמערכות הללו זקוקה להיות חלק מהעבודה הטיפולית. המערכת האינטלקטואלית מביאה את חלקה באמצעות הכשרה והוספת ידע באופן תדיר, והמערכת האמוציונלית באה לידי ביטוי באמצעות תהליכי טיפול והדרכה.

מטפל שמזניח את אחת המערכות לוקה בחסר מהותי בבואו לעזור לזולתו. למען האמת נציין, שלרוב, מטפלים מקצועיים מבינים את משמעותה של המערכת האינטלקטואלית כחלק מרכזי בהכשרתם, ואף משתדלים לתת לה מענה הן בתקופת הלימודים והן (ברמות שונות) לאחריה. אך למערכת האמוציונלית שמהווה תפקיד מרכזי בתהליך הטיפול, ניתן בדרך כלל מענה מסוים רק בתקופת הלימודים כחלק מחובות ההכשרה, אולם לאחר מכן –

דווקא כשמתחילה התקופה בה הם מקבלים יותר ויותר מטופלים – רבים מהמטופלים אינם עוברים הדרכה, ועבודתם המקצועית אינה מפוקחת וקרובה להיות נגועה בחוסר מקצועיות.

## מהי הדרכה?

חשוב לומר שאמנם ישנן תיאוריות וגישות שונות להדרכה, אך במאמר זה נציג הבנה בסיסית וכללית בתהליכי ההדרכה של מטופלים פרטניים או זוגיים.

באופן כללי אפשר לומר שכשם שמטפל אינו בהכרח חכם ממטופליו, ואולם יתרונו המובהק הוא עצם היותו "מבחוץ", כך מדריך אינו בהכרח חכם יותר מהמודרך שלו, ויתרונו הגדול הוא היותו "מבחוץ".

במפגש ההדרכה בין המטפל למדריך, עולות סוגיות הקשורות ליידע ומקצועיות כמו למשל: תיאוריות, גישות ועקרונות טיפוליים, מיומנויות והפעלת טכניקות טיפוליות. במובן הזה, ההדרכה מכוונת לאינטגרציה בין ידע תיאורטי לבין אספקטים קליניים – המדריך והמודרך דנים באסטרטגיות פעולה מול המטופלים.

אך להדרכה ישנה זווית נוספת, חשובה ומרכזית ביותר, והיא עולמו של מטפל (המודרך). בחלק הזה משמש המדריך כהד לעולמו הפנימי של המטפל במפגשו עם מטופליו. כאן משתקפים קונפליקטים מעולמו של מודרך, חולשות או רגישויות עקב ניסיונות עבר, מנגנוני הגנה, חרדות ואמביוולנטיות, ועוד חלקים שנכנסים לחדר הטיפולים ומערבבים בין עולמו של מטפל לעולמו של מטופליו.

ישנן גישות קיצוניות יותר שאינן עושות אבחנה בין הדרכה לטיפול, הן רואות במודרכים מטופלים, ובתהליך ההדרכה תהליך טיפולי. גישות אלו מעוררות ביקורות רבות. יחד עם זאת, חשוב לומר שתהליך הדרכה כולל את שני החלקים הללו – הגברת הידע והמיומנות של המטפל, והתעסקות עם הדינמיקה הפנימית שלו הבאה לידי ביטוי במפגשיו עם מטופליו.

זה המקום לציין, שגם מדריכים שהוכשרו לתהליכי הדרכה, מקבלים הדרכה על תהליכי הטיפול שלהם, ובנוסף לכך הם נזקקים לקבל הדרכה על הדרכה. כאמור, יתרונו המובהק של מדריך מעבר להכשרתו היא עצם היותו "מבחוץ", כי לעולם אדם קרוב אצל עצמו.

בכל מקרה, חשיבות ההדרכה של מטופלים כמרכיב מרכזי ומשמעותי בתהליכי טיפול אינה מוטלת בספק. ומצד שני, העדר הדרכה מהווה בעצם השארת המגרש הטיפולי לפיקוחו של המטפל בעצמו על עצמו, מטלה שאדם מיוחד ככל שיהיה יתקשה לעמוד בה באותה מידה שהייתה מתמלאת באמצעות גורם אובייקטיבי יותר.

## טיפול במטפל

הדרכת המטופלים היא בהחלט צלע מרכזית וחשובה בעבודתם הטיפולית, אך ישנה צלע נוספת וחשובה והיא: הטיפול במטפל. מטופלים רציניים שמבינים את משמעות היותם עצמם הכלי העיקרי של הטיפול, אינם מטופלים באחרים מבלי שהם בעצמם היו בטיפול.

מעבר לעצם העובדה שהעמדה של מטופל מוכרת ומובנת יותר למי שהיה בעצמו בעמדה זו. יש בתהליכי הטיפול של מטפל כדי לעבוד על עולמו הפנימי, להגדיל את מודעותו, לעשותו מובחן ובוגר יותר, מתוך עבודה פנימית ועמוקה שבדרך כלל נעשית לסירוגין לאורך כל חייו המקצועיים.

המקום הזה של טיפול שונה – לפחות לפי מרבית הגישות – מהעמדה של מודרך. אפשר אולי להניח את אחד ההבדלים בין הדרכה לטיפול, שבעוד שבהדרכה גם כאשר נכנסים לעולמו של מודרך, עדיין המוקד המרכזי מכוון לקשר הטיפולי שלו עם מטופליו. בטיפול המוקד המרכזי והיחיד הוא עולמו הפנימי של המטפל, חוויותיו המוקדמות והמאוחרות, רגשותיו, מחשבותיו, קשריו ועוד.

כמובן שאנשים הרואים במטפלים אנשים בעלי מסתורין המורמים מעם, כאלה שניחנו בכוחות מיוחדים לקרוא את נפשו של האדם, יתקשו להבין כיצד יתכן שמטפלים זקוקים בעצמם לפנות לטיפול. השקפה כזאת שמה את המטפל כמרכא המושלם, שמושיע את מטופליו מתוך כוחותיו וסגולותיו המיוחדים, וכנייה של המטפל לטיפול פוגמת באידיאל הזה.

אך אנו יודעים שמטפלים בעלי חולשות ומורכבות לא פחות ממטופליהם, הם אמנם לומדים ומשכילים בתחומם אך עולמם הפנימי רוחש וגועש באופן אנושי ובגוונים שונים. משום כך, ישנה ציפייה בסיסית כי לצד רכישתם יידע ומיומנות, יכנסו בעצמם אל תוך עולמם, יעשו בירור בעזרת גורם חיצוני ויעבדו עוד ועוד את אישיותם, על מנת שיצליחו יותר במלאכה המורכבת של "השאלתם" לבירור עולמו של האחר, מבלי שעולמם יפריע למסע הפנימי שלו.

מטפל שבמהלך מפגשיו עם מטופליו, בנוסף לקבלת הדרכה באופן רציף, עובר בעצמו תהליכי טיפול מפעם לפעם, הוא מטפל שבוחן את עבודתו ואת נפשו, ובכך מראה על רצינותו ואחריותו לתחום המורכב הזה של נפש האדם.

## חשיבותן של אגודות מקצועיות

ניתן לומר כי בעידן שבו כל אדם יכול הציג את עצמו כמטפל, קנה המידה הראשון לבחירת מטפל הוא חברות באגודה מקצועית.

אגודה מקצועית היא גוף שמאגד בתוכו אנשי מקצוע המסווגים לפי מידת השכלתם והכשרתם הקלינית. לאגודה מקצועית ישנן וועדות הסמכה ואתיקה, וועדות קבלה ואופני דירוג, ודרכן אפשר לקבל רשימות של מטפלים שעברו הכשרה בתחומים שונים, ובאמצעותן אפשר ללמוד על הגישות הטיפוליות השונות ולהתאימן לצורכי הפונים.

חברות באגודה כרוכה בדרך כלל בשעות הדרכה שחברי האגודה מתחייבים לעבור. אמנם זה לא מעיד שבזמן הפנייה לחבר האגודה הוא עדיין נמצא בתהליכי הדרכה, אך מודעות להדרכה בוודאי קיימת אצל חברים באגודה מקצועית.

מעבר למידת ההכשרה וכמות שעות ההדרכה, לכל אגודה מקצועית ישנם כללי אתיקה המחייבים את החברים בה. כללי אתיקה הם המסגרת המקצועית שמגדירה את צורת העבודה והקשר של המטפל עם מטופליו.

כללי האתיקה עשויים להיות שונים מאגודה לאגודה, כדאי מאוד לקרוא את כללי האתיקה של האגודה בה חבר המטפל, ובמקרה שיש חשש שהמטפל מפר את אחד מהכללים שנקבעו על ידי האגודה, רצוי להעיר על כך למטפל, ובמקרה הצורך ניתן להגיש תלונה לוועדת האתיקה של האגודה על מנת שתדון בעניין מול החבר.

## לסיכום

אם ביקשתם לפנות לטיפול, כדאי לכם לברר שהמטפל עומד בשלושה קריטריונים חשובים.

1. **הוא מקבל הדרכה באופן רציף על ידי מדרין מוסמך.** כאן נדגיש שתהליכי הדרכה אינם תהליכים קלים למטפל, הם דורשים השקעה רבה בזמן, עלויות, ובחינת עצמו ומניעיו הפנימיים שוב ושוב. יחד עם זאת, מטפל שנמצא בהדרכה קבועה, הוא מטפל שצומח ומתפתח ומממש את אחריותו הבסיסית בעבודתו למען הזולת. יש לציין עוד, שבהדרכת המטפל, לא נחשפים פרטים מזהים על מטופליו.
2. **הוא נמצא או לפחות היה בעצמו בטיפול.** אפשר וכדאי לשאול את המטפל האם הוא בעצמו היה בטיפול. זהו מידע שעשוי להיות חשוב לכם בבחירת מטפל.
3. **הוא חבר באגודה מקצועית.** חשוב מאוד לשאול את המטפל האם הוא חבר באגודה מקצועית, ומומלץ גם לבקש פרטים על האגודה שבה הוא חבר.