

טיפול בזולת, והחלמה של עצמי –
מבט ביקורתי על בריאות הנפש של אנשי טיפול

עדי כהן בר

ניורופסיכולוגית שיקומית

מחלקת נתיבים, בי"ח באר יעקב

© Jon Carter • cartertoons.com

SO HOW LONG
HAVE YOU WANTED
TO BE A
THERAPIST?

THAT'S WHAT
I WOULD LIKE
TO ASK YOU.

ED WAS IN THERAPY FOR BELIEVING HE
WAS A THERAPIST.

המטפלים

המטופלים

The Dilemma of the Wounded Healer

Noga Zerubavel and Margaret O'Dougherty Wright

Psychotherapy, 2012, 49. No 4

1. אתוס המטפל הפצוע

2. לא דיכוטומיה אלא דיאלקטיקה \ רצף

3. המסע של כל אדם הוא ייחודי

“It is important to differentiate between the wounded healer and the impaired professional... Being wounded does not produce the ability to heal.

Healing potential is generated through the process of recovery. It is critical that a therapist’s wounds are mostly healed, or at least understood and processed sufficiently, to prevent them from interfering with therapy”

אז למה זה מסובך?

מסלולים שונים של התמודדות עם פציעה נפשית

1. ריפוי או החלמה

2. אפיזודות חוזרות ("גלים")

3. חוסר תפקוד כרוני

4. צמיחה פוסט טראומטית

- חווית עצמי כפגיעה וחזקה באותו זמן
 - גילוי של כוחות חדשים הטמונים בי
- חוויה של הערכה מחודשת לערכם של החיים ולמה שיש בהם
 - התפתחות תחושה עמוקה של משמעות החיים
 - העמקת קשרים בין אישיים והיכולת לאמפתיה

צמיחה פוסט טראומטית בקרב אנשי טיפול

מה מקדם את התפתחותה?

מה מונע ממנה מלהתפתח?

גורמים מאפשרים-

הדרכה תומכת ולא שיפוטית, ותק, קבוצות עמיתים חוקרת, קריאה, טיפול נפשי, הנחת מוצא שיש כאב נפשי

גורמים מעכבים-

המנעות, שתיקה, בושה, אשמה, ציניות, בדידות, סטיגמה, שחיקה תעסוקתית, פחד מפוטורין, הזנחה עצמית, תלות ביחסי כוח

כגורם מארגן ומרגיע

Every psychotherapist not only has a method, he himself is that method. (C. G. Jung, 1966)

המשך דיון

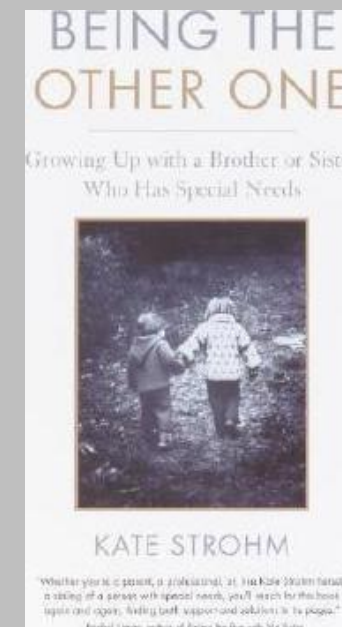
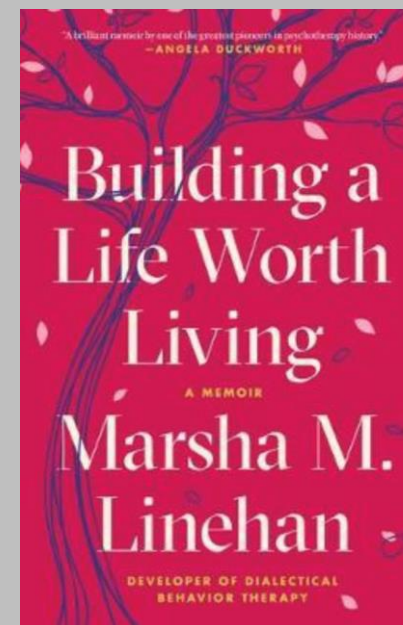
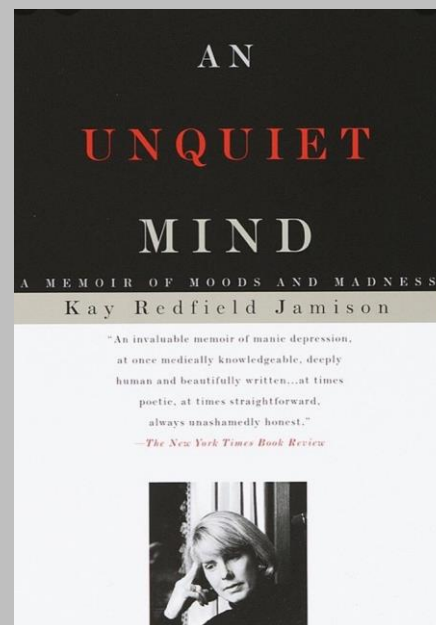
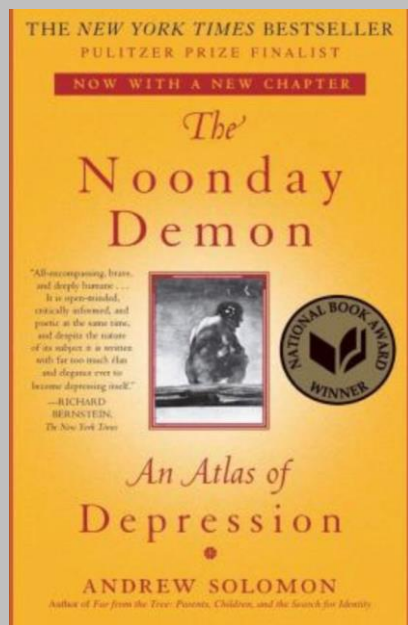
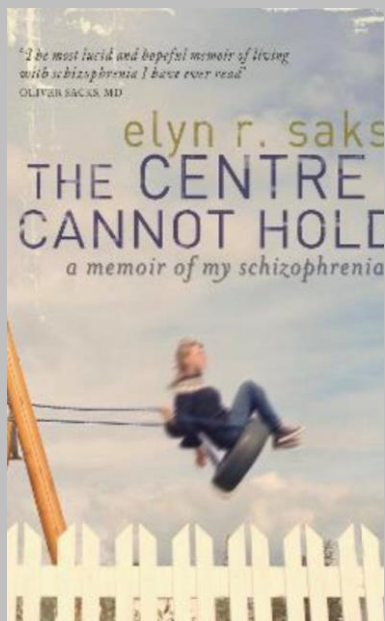
Self care

Self disclosure

אתיקה

סוגיות של הדרכה

המלצות להמשך קריאה - מטפלים פצועים



The End

תודה

