

עבודה זו תבחן את המקרה הטיפולי של גאולה, תוך דיון בתכנים ובתהליכים המרכזיים המתרחשים בטיפול, כאשר חרדת נטישה הינה מניע מרכזי בהתנהגותה של גאולה. בהקשר למקרה הבוחן שמציגה גאולה, אדון במונחים מתיאוריית ההתקשרות של בולבי, הטוענת כי הצורך להתקשרות עם דמות טיפולית המספקת קירבה והגנה הוא צורך טבוע, ראשוני ופנימי אצל התינוק.

גאולה היא אישה בת \_\_\_\_\_, דיירת בדיור מוגן. הרקע ההיסטורי של גאולה מצביע על הימנעות מהתעסקות בפרטי או בסיפור ילדותה. בעוד שפירטה רבות ובאריכות על שלבי חייה השונים, נמנעה גאולה מאזכור ילדותה או חייה המוקדמים, וסיפורה מתחיל למעשה בצבא. הסיבה בגינה פנתה גאולה לטיפול הינה \_\_\_\_\_ . פגישות הטיפול עם גאולה התרחשו ב \_\_\_\_\_, בהן טיפולתי בשיטת \_\_\_\_\_ . במהלך הטיפול \_\_\_\_\_ . תמה ששבה והופיעה ברבים מהתכנים אותם מעלה גאולה קשורה בחרדת נטישה, בין אם כרגש מובהק וניכר; ובין אם הוא עולה בדבריה באופנים עקיפים ומשתמע ממעשיה ומהתנהגותה.

חרדת הנטישה הינה הפרעה הנמצאת במדריך ה-DSM-VI (Diagnostic and Statistical

Manual of Mental Disorders, 5th Ed). האבחנה הוקצתה לאנשים הסובלים מפחד או חרדה חזקים מהיפרדות מאנשים שהם חשים בהם קשר חזק. האבחנה ניתנת כאשר המצוקה הקשורה לפרידה הינה חריגה, ממושכת וחמורה. מדריכי ה-DSM שקדמו לגירסה החמישית הגדירו ילדים ככאלה שיכולים לקבל אבחנה זו, אך בגרסה החמישית של המדריך האבחנה אינה מוגבלת לילדים בלבד. האבחנה מתייחסת לצורך להישאר בסמיכות לאדם קרוב או לגורם מטפל, כאשר הפרעה זו עלולה להקשות על ילדים ללכת לבית הספר, לשהות בביתם של חברים או להיות בחדר לבד, ואילו אצל מבוגרים זה יכול להתבטא בקשיים בפעילויות התפתחותיות רגילות כמו התרחקות או יציאה מהבית, חתונה או קיום של חיים עצמאיים.

תסמינים של חרדת נטישה כוללים מצוקה חריגה מחווייה או שיח על הפרדות מדמות ההתקשרות; פחדים וחרדות שאינם תואמים את המציאות מפני פגיעות שעלולות לקרות למושא ההתקשרות; דאגה מתמדת מאירוע בלתי צפוי שעלול להוביל להפרדה מדמות ההתקשרות; סירוב לעזוב את דמות ההתקשרות; פחד מוגזם להיות לבד; סיוטים על פרידה; חרדה משינה והיפרדות מדמות ההתקשרות; תלונות גופניות כאשר ההפרדה הינה אימננטית (Bögels, Knappe & Clark, 2013). פחד נטישה נוטה לקבל צורה חמורה ונפוצה יותר בקרב אנשים עם אישיות גבולית או כאלה המתמודדים עם טראומה (Patton, 1992). ישנה הקבלה בין הדברים שסיפרה גאולה על רגשותיה ועל התנהגותה לבין מאפייניה של הפרעת אישיות גבולית. עם זאת, אין בכך כדי לאבחן את גאולה, בוודאי לא על סמך מספר פגישות מצומצם כל כך. המטרה היא להצביע על נקודות הדמיון על מנת להקל על התנהלותה של גאולה בחייה ומציאת דרכי התמודדות עבודה.

גאולה סיפרה על סיטואציות שונות בהן עשתה שימוש ברגשותיה להשגת מטרות שונות, לרוב ביטויים של רגש או התנהגות אליהם מצפה מקרוביה. כך, באחת הפגישות גאולה סיפרה גם כי

במקרים מסוימים התנהגה בצורה של הרס עצמי כדי למשוך אליה תשומת לב ולקבל את היחס אותו ביקשה. ניתן לראות בהתנהגותה מעין סחיטה רגשית, אותה היא מפעילה על ילדיה. באחד המקרים סיפרה גאולה כיצד ביקשה מבנה לעזור לה בתיקונים בבית, אך כשזה הגיע התקלה כבר נפתרה; ובפעם אחרת בטענה שחשה ברע והסתברה כאזעקת שווא הזעיקה אליה את בתה. גם במהלך הטיפול ניתן היה להבחין בהתנהגויות או התבטאויות התואמות צורת התנהלות זו. כך, הבלחתה של גאולה בזמן היצירה בה היא הביעה את חששה ש"גם אני לא ארצה אותה בסוף" הדגישה את שהסתמן לאורכן של הפגישות כולן: הפחד החוזר והנשנה של גאולה מנטישה. כמו כן, בכל פגישה חזרה גאולה ויידאה את קיומה של פגישה נוספת בשבוע הבא.

מלבד מערכות היחסים של גאולה עם ילדיה, היא אינה מתחזקת קשרים עם אנשים נוספים בחייה. פחד הנטישה שליווה את גאולה מילדות התחזק כאשר נפטר בעלה. היא סיפרה כי בעידוד ילדיה ניסתה להיפגש עם אנשים חדשים, אך אחרי מפגש או שניים לרוב נעלמה או ניתקה קשר. לדבריה, גם אם הייתה רוצה להכיר גבר חדש, היא איננה מוכנה לכך. מותו של בעלה חיזק אצל את חווית החרדה מפני נטישה. לצד החשש שנוצר אצל גאולה מדחייה ונטישה, ישנה גם הימנעות מקירבה ומאינטימיות. תחושת חוסר היציבות והביטחון המלוות את גאולה בסיטואציות החיים השונות מציגות תמונה של איבוד שליטה. ניתן לומר שגאולה משחזרת את תחושת אובדן הכח והשליטה שחשה ככל הנראה בילדותה ושוב בעת פטירתו של בעלה.

כמובן שאין כאן אבחנה פתולוגית של גאולה, אלא ניסיון לדון בסיפורה כמקרה בוחן פסיכותרפי בו התמה המרכזית היא זו של חרדת נטישה. תאוריית ההתקשרות של בולבי עוזרת בהבנת המקרה הטיפולי שהוצג וקשורה לתהליך הטיפולי שהתרחש. תיאוריית ההתקשרות של בולבי נגעה להתפתחות רגילה כמו גם פסיכופתולוגית. בולבי טען שקשיי התקשרות עלולים להוביל לפסיכופתולוגיות וניתן לזהותם לפי הקשיים שהאדם חווה. חרדה, כעס, דיכאון, ניתוק רגשי מעצמים לטענתו של בולבי לאור פרידה או אובדן. למעשה, צורת ההתקשרות בילדות מתווה את מערכות היחסים העתידיות גם בחיים הבוגרים.

תיאוריית ההתקשרות של בולבי התבססה על 4 עקרונות בסיסיים:

1. אבולוציה- בולבי טען כי רצון ההתקשרות שקיים אצל תינוקות הינו צורך אבולוציוני, באמצעות ברירה טבעית פיתחו תינוקות נטיות התנהגויות: בכי, חיוך ועוד, בעזרתן מושכים תינוקות את תשומת ליבם של מטפליהם ומעבירים להם מסר בנוגע לצרכים להם זקוקים.