

## סיכום מאמר

### בתגובה

### ג'ון שטראוס

### מתוך גיליון מיוחד לכבודו של ג'ון שטראוס

Strauss, J. S. (2016). In response. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 19(1), 34-36.

נכתב במסגרת פרויקט חומר מקצועי בעברית של אתר יספר"א - [ispraisrael.org.il](http://ispraisrael.org.il)

סוכם על-ידי אילה פרידלנדר כץ ובהמלצתה

קריאת הסיכום אינה מהווה תחליף לקריאת המאמר המלא!

כל הזכויות שמורות

© Copyright יספר"א האגודה הישראלית לשיקום פסיכיאטרי (ע"ר)

זהו עונג בלתי רגיל לראות את המאמרים האלה ולכתוב על כך. חשבתי במשך זמן מה על השאלה - מה לכל הרוחות עשיתי, במובן מסוים, במשך כל חיי. לאמי הייתה מחלת נפש ואני חושב שזה, יחד עם היכולת המופלאה של הפסיכיאטריה להציב שאלות לגבי בני אדם ותהליכים אנושיים ואז להשאיר את האמצעים להשיב על השאלות הללו פתוחים, הם שקבעו את המיקוד של עבודתי. אבל אפילו יותר מכך, כיווני העבודה הושפעו ממה שיש לאנשים עם מה שאנו מכנים הפרעות נפשיות ללמד אותנו. אימרה נהדרת של יוגי ברה (Yogi Berra) תמיד נראתה לי בסיסית לכל חקירה: "אתה יכול לראות הרבה רק מלהתבונן". כמובן שהאופן בו אנו מסתכלים, במה אנו מבחינים וממה אנו מתעלמים, באילו שיטות אנו משתמשים כדי להשיג מידע ואז להבינו, כל אלה הם מרכזיים למסע החיפוש שלנו.

מעבר לכך שדיברתי עם אנשים, במיוחד אנשים עם הפרעות נפשיות, יש גם את ניסיונו של האדם עצמו - מה שלמדתי באמצעות מפגשים עם אנשים כשתפסתי טרמפים ברחבי ארה"ב ואירופה, המפגש עם מטופלים והעבודה עם קולגות, חווית ההתמודדות עם סוגיות נפשיות משל עצמי וכמובן חוויותיי עם אימי, שחלק מהאנשים חשבו שהיא בעלת מסוגלות יוצאת דופן ושלא באמת הייתה לה בעיה פסיכיאטרית רצינית ואחרים שחשבו שהייתה לה בעיה פסיכיאטרית חמורה ששלטה לחלוטין על חייה.

אך מעל לכל זה הייתה ההזדמנות הנפלאה ללמוד מאנשים עם הפרעות נפשיות. תחילה הייתה האמונה שנעשתה בסיסית בפסיכיאטריה שאנשים עם סכיזופרניה לעולם לא משתפרים, אבל אז

אתה מדבר עם אנשים עם סכיזופרניה והם אומרים לך כמה השתפר כעת מצבם. מעבר לכך, יש אנשים עם סכיזופרניה שאומרים לך דברים כמו: "כשאני עובד אני לא שומע קולות" (האם הם אומרים שדברים שאינם טיפול ("nontreatment") משפיעים על מהלך ההפרעה?) וכשאנחנו אנשים עם סכיזופרניה מה היה הגורם החשוב ביותר שתרגם לשיפור שלהם הם אמרו לנו שזה היה "מישהו שהתייחס אלי ברצינות" או "מישהו שהיה לו אכפת" - גם זה לא בדיוק משהו שלרוב נלקח בחשבון כשאנו לומדים על טיפול. כמו כן ישנו גם עצם טבעם של סימפטומים, "...זה כמו קול, אבל זה באמת גם כמו מחשבה". האדם מנסה ללמד אותך ש"סימפטומים" כמו דלזיות והלוצינציות, שלרוב אנו מחשיבים כשונות בבירור זו מזו, בחוויה הממשית של האדם יכולות ליצור רצף. וישנה השאלה היפהפייה ששאלה אותי אישה צעירה עם סכיזופרניה: "למה אתה אף פעם לא שואל אותי מה אני עושה כדי לעזור לעצמי?". לאורך החודשים והשנים לאחר ששאלה אותי את השאלה הזו הבנתי בהדרגה את ההיקף והחשיבות של מה שעליו הצביעה וזה הוביל אותי לעולם המורכב של סובייקטיביות. האם היא מנסה לעזור לעצמה? האם זה עושה שינוי? כיצד היא מחליטה מה לנסות? כיצד היא חווה את מצבה ומה קורה עם התחום שלנו שהיא בכלל הייתה צריכה לשאול אותי את השאלה הזו מלכתחילה?

מבחינה מקצועית וגם אישית, אני מניח, הנושא היה לנסות לגלות ולהבין "מה באמת יש שם"? בחיפוש הזה ישנם מאבק רב עוצמה, אינטראקציה וקשר משלים בין תיאוריה לבין מציאות, בין החוק הכללי לבין המקרה הפרטי, בין הקונספט לבין האדם האינדיבידואלי. איננו יכולים לחשוב ללא מושגים, אבל המושגים שלנו תמיד מאותגרים ו/או נתמכים על-ידי החוויות של האדם; כל אחד מהם מרחיב ומתקן את האחר. נמצא שמושגים כמו "מהלך הידרדרות בלתי נמנע", "היענות לטיפול" ו"חזרה לקו-הבסיס" הינם לעתים קרובות משפילים, בלתי הולמים באופן מזעזע או פשוט שגויים. (כאשר וויל קרפנטר, ג'ון ברטקו ואני הראינו לראשונה בשיטות מהימנות שאנשים עם סכיזופרניה יכולים להשתפר, דחה אחד מסוקרי המאמר את הדיווח והצהיר: "אנחנו יודעים שזה לא נכון". מאז, יותר מ-60 מחקרים שבוצעו על ידי חוקרים רבים במדינות רבות הראו שהוא טעה. האם "מחלת נפש היא (באמת) מחלה כמו כל מחלה אחרת" ומה משמעות הדבר? האם "טיפול" להפרעות נפשיות הוא כמו טיפול לדלקת ראות או שהוא קשור לשימוש בעבודה, דיור, הבנה, תקווה, תרופות וחברים ומשפחה כדי לבנות מחדש תחושת עצמי בעולם? או האם הבעיה ופתרונותיה למעשה שונים מאפשרויות אלה?

מעבר לתפקיד המכריע של מה שאנשים עם הפרעות חמורות מספרים ומתארים, קיבלתי עזרה עצומה עם שאלות אלה ממקורות מאוד מגוונים כמו קולגות: לארי דיוידסון, וויל קרפנטר, דיויד רועה, קורטני הרדינג, פול ליברמן, טרי קרופה וז'אק רקפלדט, מהספרות על פסיכיאטריה ופסיכולוגיה, משיעורי משחק וצפייה במחזות, מקריאת נובלות, מלמידת היופי העמוק של מדידה, סטטיסטיקה ומערכי מחקר עשירים ומדברים כמו מוסיקה - תחום שיש לו כל כך הרבה כוח בתיאוריה ובפרקטיקה שלו ללמד על מורכבות ועל המרכיבים האובייקטיביים והסובייקטיביים בחיים. לבסוף, היה זה נפלא להיחשף לאנשים מלומדים, במיוחד הרבה עמיתים צרפתיים שנוטים לנקודת מבט משלהם על העולם, המושפעת מהידע שלהם בהיסטוריה ופילוסופיה ובמיוחד מקלוד ברנרד, שהאמין שאתה צריך להבין את הנורמאלי על מנת להבין את החרגי. למרות כל העזרה הזו יש כל כך הרבה שאנו עדיין צריכים ללמוד.