

תוכן

2	ב. מבוא.....
6	ג. ממצאים מחקריים וקליניים.....
8	ד. דיון.....
10	ה. מסקנות.....
11	ביבליוגרפיה.....
10	מסקנות.....
11	ביבליוגרפיה.....

ב. מבווא.

הנושא עליו בחרתי לכתוב את העבודה הינו שיטות הטיפול הדינאמיות הקיימות כיום, לטיפול בפוסט טראומה כרונית ומורכבת. הפרעת דחק פוסט טראומטית הינה הפרעה מוכרת וידועה בציבור הישראלי עקב המציאות המדינית והפוליטית עמה מתמודדים אזרחי ישראל לאורך השנים, כגון לחימה בקרבות שונים, חשיפה לאלימות, אובדן בלתי צפוי של קרובים וכו'. קיימת הפרדה בין הפרעת דחק פוסט טראומטית לבין פוסט טראומה כרונית ומורכבת, מבחינת הגורמים להתפתחות ההפרעה, שיטות הטיפול הקיימות, יעילותן ועוד. בעוד בראשונה נהוג לטפל בשיטות שונות שתורמות לעיבוד החוויה וטיפול בסימפטומים שנוצרו עקב הטראומה החד פעמית שחוות האדם, בשנייה נוהגים לשים דגש על שינוי אישיותי ובין אישי שעל האדם לעבור בתהליך הטיפולי, עקב החוויה הטראומטית והמתמשכת שחוות לאורך חייו, שערערה את בטחונו בעצמו ובאדם בכלל.

אחד העקרונות הבסיסיים של מקצוע העבודה הסוציאלית הינו העבודה המערכתית. על מנת לשפר את איכות חייו של האדם ומתוך אמונה ששיפור זה יקרה במידה ויילקחו בחשבון כלל התחומים ומערכות היחסים בחייו, העבודה הסוציאלית שמה דגש על טיפול הנוגע לכלל המערכות. עובדה זו עשויה לתרום רבות לטיפול בפוסט טראומה מורכבת, מכיוון שעל מנת שיוכל האדם לשוב ולתפקד עליו להתייחס לכלל המערכות הסובבות אותו ואשר עמן הוא חווה קושי בהתמודדות. מטרת עבודה זו הינה להציג את הפרעת הפוסט טראומה, בדגש על הפרעת הפוסט טראומה הכרונית והמורכבת ולבחון את שיטות הטיפול הדינאמיות הקיימות כיום, יעילותן ומידת הרלוונטיות שלהן.

סקירת ספרות

על פי DSM-5 (APA, 2013), הפרעת דחק פוסט טראומטית שייכת להפרעות החרדה, מתפתחת עקב אירוע טראומטי שחוות האדם, אשר גורם למצוקה ולקושי בתפקוד היומיומי בתחומים שונים. אירוע טראומטי הינו אירוע בו האדם חווה על בשרו או עד לו, שקיים בו איום על חייהם ובריאותם שלו או של אחרים, או שנוגע לאלימות פיזית, מילולית ומינית. עקב אירוע

ג. ממצאים מחקריים וקליניים.

קיימים שלושה מחקרים עדכניים המתייחסים לשיטות טיפוליות שמיושמות בשנים האחרונות בתחום הטיפול בפוסט טראומה כרונית. מאמר אחד בחן שיטת טיפול המקובלת כיום בתחום הטיפול בפוסט טראומה, הטיפול בתופעת התקווה. מחקר נוסף בדק שיטת טיפול WET שנמצאה יעילה אך לא מוזכרת רבות בספרות. המאמר השלישי מציג ממצאים קליניים של היפנוזה, שיטת טיפול שאינה מוכחת באופן מדעי אך נמצאה כיעילה בטיפול בפוסט טראומה.

מחקרן של levi, liechtentritt & savaya (2012), הינו מחקר עדכני בנושא הטיפול הדינאמי בפוסט טראומה כרונית. מטרת המחקר הייתה לבחון את משמעות "תופעת התקווה", שיטת הטיפול שהוצגה בסקירת הספרות כאחת מהשיטות המקובלות היום לטיפול בהפרעה, בעבור 10 חיילים ישראליים הלוקים בהפרעת פוסט טראומה כרונית. המחקר הינו איכותני, ושאל להבין את השפעת התקווה על הטראומה על ידי ראיונות עומק עם עשרת החיילים, במטרה לאסוף מידע, לחלקו לנושאים מרכזיים ולבצע עליו ניתוח שיאפשר הבנה עמוקה של הנושא (שם).

תוצאות המחקר הצביעו על כך שהתקווה נכחה בחייהם של כל החיילים, ואף תפסה מקום מרכזי בהיאחזותם בחיים ברגעים הקשים ביותר של ההתמודדות עם הטראומה. ניתוח המידע הצביע על ארבעה נושאים עיקריים שעלו בראיונות ותרמו להבנת החוקרות את השפעת התקווה על הטראומה, ביחס לכל אחד מהחיילים הנחקרים: הגדרת מושג התקווה, הגדרת המקורות מהם שואבים החיילים את התקווה, הגדרת האופן בו חש החייל את התקווה והשפעת התקווה על הטראומה, עם דגש על תהליך ההחלמה מהטראומה (שם).

מסקנת המחקר הינה שהתקווה מהווה נדבך משמעותי בהחלמת החיילים מהטראומה, כאשר מהירות והצלחת ההחלמה תלויה באופן בו הם תופסים את ארבעת הנושאים המפורטים לעיל. אי לכך, טיפול רגשי השם דגש על התקווה בחייו של האדם הלוקה בהפרעת פוסט טראומה כרונית ומורכבת הוכח כיעיל ומותאם.