

המקרה של אורי: ניתוח פסיכואנליטי

איזו תמה/ בעיה בחיי אורי צריכה לקבל תשומת לב מיוחדת?

לפי גישה זו יש להתמקד בלא מודע של אורי ולחשוף אותו כדי לעמוד על המהות של הבעייתיות שלו במקום העבודה שלו. אם ננתח את דבריו של אורי וננסה להקיש מהם על הלא מודע שבהם נוכל לראות כי אורי סובל ממידה גבוהה מאוד של חוסר ביטחון וחוסר אמונה בעצמו בנוגע ליכולת שלו להשתלב במקום העבודה שלו. הבעיה המרכזית אם כן היא חוסר היכולת של אורי להשתלב מבחינה חברתית במקום העבודה ולהרגיש כי הוא חלק בלתי נפרד ויעיל ממערך הארגון בו הוא מועסק.

הוא מבקש למצוא חיזוקים לבעיות שלו וליכולת שלו להתמודד עם הבעיות הללו, ממקורות חיצוניים, על ידי עובדים אחרים במקום העבודה שלו. כאשר הדבר לא מתקיים במציאות הוא חש תסכול ויכול להגיב בצורה קיצונית ורגשית במיוחד:

"כשאני מתרגז בעבודה (שמרגיזים אותי), אני מסוגל להתפרץ ולצעוק. אני מסוגל להגיד לאנשים בפרצוף את מה שאני חושב עליהם, גם שאלו לא דברים טובים במיוחד אחר כך אני מצטער. לפעמים אני לא מבין איך אמרתי כל מיני דברים בלי לחשוב".

תגובה זו היא למעשה תגובה אשר נובעת מן המתרחש בלא מודע שלו. הוא מגיב בצורה רגשית, בשל חוסר היכולת הרגשית להשתלב מבחינה חברתית, במקרים בהם הוא לא מקבל את החיזוק שלו ממקורות חיצוניים. התמה המרכזית אם כן היא הצורך לקבל חיזוקים ממקורות חיצוניים מאחר והוא לא מסוגל למצוא את הכוחות לכך באופן פנימי, ומאחר ועולם הלא מודע סובל מתחושות של חוסר בטחון וחוסר יכולת להיות גורם יעיל במסגרת הארגונית שבה הוא מועסק ומתמודד.

כיצד ניתן להסביר את מצבו של אורי?

מצבו של אורי הוא מצב לחץ וטרוד, מבלי שהוא ידע מדוע המצב הינו כך ומדוע הוא לא מסוגל להשתלב בסביבה החברתית שלו בצורה יעילה. ניתן ללמוד על מצבו של אורי על ידי הדברים הבאים אשר נאמרו על ידו בהיסח הדעת אולם מעידים על מצבו הנפשי והכללי של אורי במקום העבודה שלו:

"חוץ מזה, אני מעשן הרבה. אני מודע לכך שזה לא בריא, ולמרות זאת, אני מעשן. אני מעשן לפני שאני נכנס למשרד, לפני כל פגישה, ובעצם לפני כל אינטראקציה עם אנשים במה שקשור לעבודה".

מכיוון שהבעיה העיקרית של אורי היא למעשה האינטראקציה שלו עם אנשים אחרים, הוא מרגיש צורך להרגיע את עצמו לפני ההתמודדות עם אנשים אחרים. כלומר, הוא מבין כי לפחות חלק מן הבעיה קשורה אליו ולא לאנשים אחרים, והוא מנסה למצוא פתרון לבעיות הללו באמצעות התייחסות לעצמו דרך עישון הסיגריות) ולא רק ביחס לאנשים האחרים בסביבה הקרובה שלו.

תופעת העישון מעידה רבות על המצב שלו ועל חוסר היכולת שלו להרגיע את עצמו במקום העבודה שלו, ולעמוד על הסיבות שהוא לא מוצא את מקומו בתוך המסגרת החברתית של הארגון.

מה המטרות המרכזיות של הייעוץ במקרה זה, וכיצד ניתן להגשימן?

המטרה העיקרית של הייעוץ במקרה זה היא לחשוף את התפיסות הלא מודעות של אורי אשר גורמות לו להרגיש כפי שהוא חש במקום העבודה שלו. הדבר יכול להיעשות על ידי רכישת האמון של אורי והגברת האמון שלו באפשרויות הטיפול הקיימות. הייעוץ יכול לספק לו אוזן קשבת וייתן לו את האפשרות לומר את אשר על ליבו (ניתן לראות כי אורי מעוניין בכך לפי התיאורים שלו). ההקשבה לדבריו לא יעשו במתכונת של פשוטו כמשמעו אלא היועץ יבקש לעמוד על המסרים החבויים בתוך הדברים של אורי ודרך זאת יבקש להסביר את הסיבות המהותיות אשר גורמות לאורי להרגיש את התחושות הקשות שהוא מרגיש במקום העבודה שלו.

כלי אחד שיהיה ניתן לעשות בו שימוש הוא העלאת תחושות ומחשבות באופן אסוציאטיבי בנוגע לתחושות שלו במקום העבודה. אורי ישתף בכל הרגשות שלו ודרך כך נדע כיצד הוא חש באמת במקום העבודה, מבלי לעדן את הדברים. כמו כן במהלך השיחות והטיפולים נעמוד על החוויות הקודמות של אורי בסיטואציות חברתיות. נוכל לראות כיצד הוא התמודד עם בעיות דומות במסגרות חברתיות שונות בעבר, כמו צבא ובית ספר. כך נוכל לעמוד על דפוסים אשר התגבשו בקרבו ונוכל לראות כיצד הוא התעצב בצורה שבה הוא התעצב.

יחסי יועץ-נועץ: מהו אופי מערכת היחסים בין היועץ לבין אורי?

אופי מערכת היחסים יהיה חייב להתבסס על אמון. על אורי להרגיש כי היועץ לא שופט אותו ולא מקל ראש בבעיות שהוא מתאר. כדי לתאר את האירועים השונים אשר קרו לו בחייו הוא צריך לסמוך על המטפל בכך שהוא יוכל לתת לו אוזן קשבת ולנתח את הדברים בצורה אובייקטיבית ולטובות האינטרס של אורי. כך הטיפול יוכל להיות יעיל יותר.

מבחינת אורי הוא צריך להיות שותף מלא לתהליך הטיפולי ולחשוף את כל אשר על ליבו, מבלי להתחשב בהשלכות האחרות אשר יכולות להיגרם בעקבות החשיפה של הדברים. עליו להרגיש כי על ידי בחינה מעמיקה של נפשו הוא יוכל לעמוד על הסיבות אשר גורמות לו לנהוג כפי שהוא נוהג, והדבר דורש בראש ובראשונה אמון ותחושה של מסוגלות בטיפול. מערכת יחסים זו צריכה גם להתבסס על יכולת אישית ומקצועית גבוהה מטעמו של היועץ, כדי שהוא יוכל לגייס את האמון של אורי בתהליך ולהרגיש כי הוא מכון על ידי סמכות מקצועית אשר מבינה את הבעיות השונות ומסוגלת לעזור לו להביא לפתרון או לפחות להבנה עמוקה יותר של הבעיות הללו.