

טיפול ועבודה קבוצתית בישראל - 1998

ד"ר חיים וינברג¹

אומרים כי הישראלים הם אינדיבידואליסטים מושבעים, אך אין כמותם יצורים חברתיים וקבוצתיים. הדבר בולט במיוחד בזמני מצוקה אישית ולאומית. בימים כאלה ניתן לראות התגייסות של הכלל והתחברות של הציבור. כשישיראלי נמצא במצוקה - מובטח לו שיהיה מוקף בחברים ואנשים טובים אחרים שיעזרו לו חומרית ונפשית בעת-הצורך. כשהמדינה כולה נמצאת במצב קשה, כמו בזמני-מלחמה או בעת-טרור, קיימים ביטויים רבים של עזרה הדדית והתחברות אל הזולת. אולי זאת הסיבה לתופעה המעניינת שבעקבות כל מלחמה יש פריחה של עבודה קבוצתית בארץ. אנשים רבים יותר מתעניינים בעבודה קבוצתית ונפתחות קבוצות טיפוליות.

המצב הנוכחי של טיפול ועבודה קבוצתית בישראל

בשנים האחרונות קיבל הטיפול הקבוצתי בארץ תנופה מחודשת, במידה בה בעקבות הכנס הארצי שהיה ב-1994 ושאוורחי-הכבוד בו היו ארזין יאלום וארל הופר. ההתפתחות התבטאה בתחומים רבים: גידול במספר המטפלים העוסקים בעבודה קבוצתית, גידול במספר ובסוגי הקבוצות הנערכות (במיוחד בתחומי העבודה הסוציאלית), גידול ניכר במספר תכניות ההכשרה למנחי-קבוצות שנפתחו לאחרונה ובמספר התלמידים הלומדים את התחום. מספר רב של מטפלים קבוצתיים בעלי-שם מחו"ל שהגיעו לארץ לכנסים, סמינרים או הרצאות (כמו אל הופר, מלקולם פיינס, רוי מקנזי, וולטר סקוט, מוריס ניצון) ומצד שני גידול במספר העבודות של מנחי-קבוצות ישראלים המציגים בכנסים בחו"ל (בכנס האחרון של ה-IAGP בלונדון אוגוסט 98 הוצגו 22 עבודות של מחברים ישראלים). פתיחת תכנית ההכשרה של ה-IGA למטפלים בכירים, גידול במספר הכנסים וימי-העיון העוסקים בטיפול ועבודה קבוצתית בארץ, הכפלת מספר החברים באגודה הישראלית לטיפול קבוצתי. מה שעדיין חסר ביותר בארץ הינם ספרים בתחום הטיפול הקבוצתי, מקוריים ומתורגמים כאחד. הציבור המקצועי הקורא אנגלית פונה למקור, אך האחרים נאלצים להסתפק בספרים מיושנים או במקראות.

¹ המאמר פורסם ב"מיקבץ" כתב העת הישראלי לטיפול קבוצתי, כרך 4 (2) - 1999

מבוסס על מאמר שפורסם באנגלית בשני המקורות הבאים:

Fehr S.S. (ed) (2000) *Group Therapy in Independent Practice*. Haworth Press Inc., N.Y., and Journal of Psychotherapy in Independent Practice. V1. pp. 43-51.

הזכויות שמורות למחבר, אשר נתן את הרשאתו להעלות המאמר באתר האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה.
דואר אלקטרוני ד"ר חיים וינברג: haimw@group-psychotherapy.com



הטיפול הקבוצתי בארץ מושפע יותר מהפסיכולוגיה הבריטית ולא מהאמריקאית. הגישה השלטת היא של ביון, ולאחרונה גם של פוקס. מחברים אמריקאיים רבים, שכתבו על טיפול קבוצתי, אינם מוכרים בארץ (פרט ל יאלום, במיוחד אחרי שביקר בארץ). בקבוצות שאינן "מכוונות-משימה", הטיפול הוא באוריינטציה פסיכודינאמית. מצד שני, העבודה הקבוצתית המעשית, הנערכת ע"י עובדים סוציאליים בשירותי-רווחה (קבוצות לבעלים מכים, נשים מוכות, ילדי-גרושים, תשושי-נפש וכדו') מושפעת ממודלים התנהגותיים, ומנחי-הקבוצות עושים שימוש מועט בדינאמיקה הקבוצתית.

הכשרת מנחי קבוצות בישראל

ישנם בארץ מטפלים קבוצתיים בעלי-רמה גבוהה, אך בדרך-כלל עוסקים בזאת כנספח לטיפולים אינדיבידואליים ואינם מגדירים עצמם כמטפלים קבוצתיים. אין בישראל תעודה מוכרת של מטפל קבוצתי (כמו CGP בארה"ב, למשל) ולמעשה כל מי שרוצה בכך, גם אם אינו מטפל מוכר כלל, יכול לפתוח קבוצה ולהנחות אותה. בד"כ הכשרה של פסיכותרפיסטים בישראל היא הכשרה לטיפול אינדיבידואלי. פסיכולוגים, פסיכיאטרים ועובדים סוציאליים הרוצים לעסוק בטיפול קבוצתי לומדים זאת בתהליך של "On the job training" ולרוב מתוך אילוץ המערכת. פסיכותרפיסט, המבקש ללמוד עבודה וטיפול קבוצתי בצורה מסודרת, עושה זאת במסגרת לימודי תעודה השייכים בד"כ למחלקות לעבודה סוציאלית באוניברסיטאות ומקבלים אליהם פסיכותרפיסטים בעלי-תעודה המבקשים להתקבל ללימודים אלו במספר המקומות האפשריים להכשרה ועל-כן, ניתן למיין את המועמדים ולבחור את המתאימים ביותר.

בארץ יש תכניות הכשרה טובות להנחיית-קבוצות. חלקן הגדול באוניברסיטאות בלימודים של יום בשבוע למשך שנתיים. עם זאת, לא קיימת תכנית להכשרת מטפלים קבוצתיים. השוואה בין הלימודים בתכניות אלה לבין התכנית המוצעת ע"י ה-CGP מצביעה על לימודים אינטנסיביים יותר בישראל. לדוגמה, לעומת קורס מבוא בין 12 שעות, הנדרש לצורך ה-CGP, הקורס התיאורטי בתכנית הכשרת מנחים בישראל הוא קורס סמסטריאלי (28 שעות). בנוסף לו התלמידים משתתפים בקבוצה דינאמית למשך סמסטר אחד, לומדים קורס ספציפי של מיומנויות הנחייה, צופים בקבוצה מאחורי מראה, מנחים כ-Co זוטרים עם מנחה וותיק ומקבלים הדרכה על הנחיית קבוצה בזוגות.

מי הם העוסקים בעבודה קבוצתית בישראל?

כאמור כל-אחד יכול להיות מנחה-קבוצות בישראל, אך לרוב עוסקים בטיפול קבוצתי בעלי מקצועות טיפוליים כמו פסיכיאטרים, עובדים סוציאליים, פסיכולוגים ומטפלים באמנויות (תנועה, מוזיקה, ציור וכדו'). אין עדיין בישראל מאגר מידע או אלפון של העוסקים בעבודה קבוצתית, אך מהתפלגות המקצועות של החברים באגודה הישראלית לטיפול קבוצתי ניתן לקבל מושג מה על העוסקים בתחום (בכוונת האגודה להכין אלפון מסוג זה).



טבלה 1: התפלגות מקצועות של חברי האגודה לטיפול קבוצתי (מאי 1998)

מקצוע	מספר	אחוז
פסיכולוג קליני	64	28.9%
פסיכולוג אחר	22	8.9%
עובד סוציאלי	73	29.6%
פסיכיאטר	12	4.9%
מטפל באמנויות	22	8.9%
יועץ חינוכי	12	4.9%
יועץ ארגוני	9	3.6%
מטפל משפחתי	3	1.2%
אחר	30	12.1%
<u>סה"כ:</u>	<u>247</u>	<u>100%</u>

כפי שניתן לראות מהטבלה, כשליש מהעוסקים בעבודה קבוצתית הינם פסיכולוגים (כשלושה רבעים מהם הינם פסיכולוגים קליניים) ואחריהם קרוב ל-30% הינם עובדים סוציאליים. סה"כ נראה שבעבודה הקבוצתית בישראל עוסק מגוון רחב של בעלי מקצועות טיפוליים/ יעוציים וכאמור, אחוז הולך וגדל מתוכם הינם בוגרי תכניות הכשרה למנחים.

נושאים אופייניים לקבוצות בישראל

רוב העבודה הנעשית בקבוצות הטיפוליות בארץ היא קלאסית והנושאים העולים דומים לאלה העולים בכל קבוצה במקום אחר בעולם. עם זאת קיימים נושאים ייחודיים בעבודה קבוצתית בישראל. נושאים אלו יכולים לעלות בקבוצות טיפוליות, או לזכות לעיבוד בקבוצות ספציפיות העוסקות בנושא: קבוצות קונפליקט (יחסי יהודים ערבים, דתיים חילוניים, שמאל ימין) דור שני לשואה PTSD ותגובות למלחמות ולהתקפות טרור. הייחוד הישראלי הינו השקעה באינטגרציה חברתית ועבודה על פוסט-טראומות. הנה לדוגמה כמה מהכותרות של עבודות שהוצגו בכנס לטיפול קבוצתי דצמבר 1997, המבטאות את הנושאים הייחודיים של קבוצות בחברה הישראלית: החלוקה ל"אנחנו" ו"הם" - כסטרוקטורה חברתית אוניברסאלית, מסע של קבוצה יהודית ערבית: בין תהליכים אישיים וקבוצתיים, אבדן ושכול בחויית המטפל הקבוצתי, הזהות החברתית (אתנית, לאומית, מגדרית) הגלויה והסמויה בתהליך הקבוצתי, קבוצות הנמצאות בקונפליקט תרבותי-חברתי (ישראלים ותיקים מול עולים מבריה"מ, ימין שמאל, דתיים חילוניים), תהליכים מקבילים במרחב המשותף של קבוצת אלמנות ויתומים ויחידת הנחיה, קבוצות של הורי מתבגרים במשפחות שכולות, מסע אל העבר - התמודדות של "ילדי שואה" עם זיכרונותיהם במסגרת של קבוצות כתיבה אוטוביוגרפית, קבוצה לאורך חמש שנים של ניצולי שואה שהיו ילדים, קבוצת זוגות דור שני לניצולי שואה, התערבות קבוצתית בשיטת הדיכוב הפסיכולוגי המובנה (CISD) בניצולים מפיגוע טרור, התערבות אינדיבידואלית וקבוצתית משולבת בניצולי פיגוע חבלני.

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



בתקופות של מתח ביטחוני, מלחמה, גלי טרור - יש אפיונים ספציפיים בקבוצה: האווירה רוויה מתח היכול לבוא לידי ביטוי ב-Acting out, או בתכנים המבטאים חרדות קיומיות. לעתים ניתן לזהות תהליכים מקבילים בין המתרחש בחברה ובקבוצה, כאשר מנגנונים של Split ו-Projecting Identification פועלים בעוצמה רבה. הקבוצה עלולה אז למצוא לעצמה שער לעזאזל ולתקוף אותו, או לזהות תת-קבוצות מתוך הקבוצה כאויבים ולהילחם בהם. במצבים אלו על מנחי הקבוצה להתמודד עם העברה נגדית קשה ומורכבת והתהליכים הרגשיים המתרחשים בקבוצה שואבים אותם לתוכם ומקשים עליהם לשמור על נקודת מבט אובייקטיבית הן בגלל עצמתם והן בגלל מעורבותם של המנחים עצמם בתהליכים החברתיים.

בכל מקרה, מצבים אלו מציגים קושי רב עבור המנחים לשמור על גבולות הקבוצה ולהישאר מכוונים לעולם הפנימי של המשתתף או הקבוצה כשלם. המציאות המאיימת חוזרת לתוך הקבוצה הן באמצעות התכנים והן מבחינת הדינאמיקה. למשל, יום לאחר התקפת טרור שבה נהרגו הרבה אנשים, נתקל המנחה בקושי רב לפרש שיחה קבוצתית על האירוע כקשורה לתוקפנות הקיימת בקבוצה. או לאחר רצח רבין, צריך היה להיות לא-ישראלי כדי להתייחס לדיון בקבוצה כמבטא רצון או פחד מחיסול מנחה הקבוצה. דוגמה נוספת לבעיה התעוררה במלחמת המפרץ (1991), כשהיה על התושבים בארץ לשבת בחדרים אטומים עקב סכנה של התקפת גזים מצד עיראק. המנחים שניסו להמשיך בעבודה הקבוצתית בתוך החדר האטום היו ללא ספק באותה חרדה, מתח ואי-ודאות כמו משתתפי הקבוצה.

תופעות ייחודיות בתהליך הקבוצתי

מניסיוני הקליני נראה לי כי בהשוואה לחו"ל, רמת הסובלנות ההתחלתית בקבוצה נמוכה ורמת האגרסיה גבוהה. למעשה, קשור הדבר למספר היבטים פסיכולוגיים האופייניים לחברה הישראלית: הישראלים נוהגים להגיב באגרסיה במקום לבטא את פגיעותם. בד"כ חולשה נתפשת כדבר שיש להסתירו ולרוב הם מציגים חוזק לכאורה. יתכן שהדבר נובע מהצורך להיות שונה מהיהודי הגלותי, שנתפש כחלש ועל-כן רדוף. החיים במשך שנים במדינה מוקפת אויבים חיזקו את הצורך לא לגלות סימני חולשה כלשהם. בקבוצה ייתכנו ביטויים של כעס שיבואו במקום כאב או פגיעה ועל המטפל להיות אמפתי במיוחד.

תכונה נוספת האופיינית לחיים בארץ היא חוזרנות ופריצת גבולות בינאישיים מתמדת. בפועל, יכול הדבר להתבטא בהערות חסרות רגישות החוזרות לתחום הפרט (כמו התייחסות למראה, לבוש וכדו') או בשאלות שבמקום אחר בעולם ייתפשו כחצופות וחסרות-נימוס. ייקח זמן רב לחברי הקבוצה ללמוד לתת פידבקים יעילים ולא פוגעים ולהתעניין בזולת מתוך עמדה של אכפתיות אמיתית. היבט אחר בנושא הגבולות מתבטא ברצון הישראלי המתמיד לפרוץ גבולות ולהתנגד לסמכות. הישראלים לא אוהבים שאומרים להם מה לעשות. מסגרת הזמן, למשל, יכולה להיות מכשול רציני בעבודה הקבוצתית. שלא כמו בארה"ב, שם המשתתפים בקבוצה משתפים לרוב פעולה עם הסמכות ומציינים לחוקים, בישראל נבדקים קודם-כל הגבולות. איחורים לקבוצה ואי-הגעה בזמן הינן תופעות נפוצות. אמנם גם במקומות אחרים בעולם (דרום-אמריקה,



למשל) יתכן קושי לפתוח את הקבוצה בזמן, אך הסיבות לכך אחרות לחלוטין וקשורות לנורמות שונות.

אוכלוסיות ספציפיות לישראל

אחת האוכלוסיות המיוחדות בישראל היא של אנשים שחיו וגדלו בקיבוץ. למרות האחוה הקטן יחסית של קיבוצניקים באוכלוסייה הכללית, לקיבוצים השפעה רבה על החיים החברתיים בישראל ועל האתוס הלאומי. ילידי הקיבוץ נחשבים העילית של החברה הישראלית ואחוז נכבד מתוכם מתנדב לשרת ביחידות מיוחדות בצה"ל, או מגיע להיות קצין בצבא. הקיבוצניקים נחשבים אנשים קונפורמיסטים הניתנים בקלות להשפעה חברתית. ואכן, החוויה הקיבוצית היא חוויה קבוצתית. כאשר שואל אני תלמידים הבאים ללמוד טיפול קבוצתי, מהי החוויה הקבוצתית הראשונה שהם זוכרים, תמיד יהיו מספר אנשים שיאמרו: "כל חיי, מאז שאני זוכר את עצמי, גדלתי בקבוצה". ילדי הקיבוץ חיים בקבוצה מרגע לידתם, יושבים על הסיר ביחד, אוכלים בקבוצה, מתקלחים ביחד ובעבר גם לנו ב"לינה משותפת" ולא בבית-ההורים. לכך יש השפעות מרחיקות לכת על עיצוב אישיותם ויחסם לקבוצה. לצד היתרונות הרבים שיש לגדילה בקבוצה קיימות גם מגרעות הבאות לידי ביטוי במיוחד בקונפורמיות רבה ובכניעה לקונצנזוס החברתי תוך קושי רב לבטא את האישיות העצמית והעצמאית. כניסה לקבוצה טיפולית מלווה בד"כ באסוציאציות לחוויות קבוצתיות מוקדמות, או למשפחה הגרעינית. אצל "בוגרי קיבוץ" החוויה מלווה תמיד באסוציאציות לקבוצה הראשונית בקיבוץ ולרוב הן אסוציאציות שליליות. ל"פליטי הקיבוץ" יש לרוב רתיעה מהצטרפות לקבוצה טיפולית, מאחר והקבוצה נתפשת כגוזלת חופש ולא מאפשרת מרחב אישי.

אוכלוסייה נוספת שניתן לפגוש בתדירות גבוהה בקבוצות טיפוליות הינה של דור שני לניצולי שואה. על אוכלוסייה זאת ואפיוניה הספציפיים נכתב רבות בספרות המקצועית. כאמור, קיימות בארץ קבוצות המיועדות לניצולי שואה ולצאצאיהם בלבד ואף ארגונים ציבוריים המספקים שירותים פסיכולוגיים לאוכלוסייה זאת בלבד (כמו "עמך"). דפוסים ספציפיים המאפיינים אוכלוסייה זאת יבואו לידי ביטוי במיוחד בקשרים הנוצרים בקבוצה הטיפולית: רגישות רבה לאשמה ונטייה לקחת על עצמם אשמה מוגזמת או להגיב ככעס על כל ביקורת, הגנת-יתר ביחס לאחרים בקבוצה ורגישות רבה לצרכי האחר תוך אי-הקשבה לצרכי העצמי, קושי רב בהתמודדות עם תוקפנות של האחר ובעיה לביטוי עצמי בדרך אסרטיבית. כל ואחרים בולטים בקבוצה והעבודה עליהם באמצעות ה"כאן ועכשיו" וחיבורו למקורות מסייעים בשינוי המצב.

החברה הישראלית הינה "כור היתוך" הממזג בתוכו עולים מכל קצוות תבל. אמנם כיום הסתיימו העליות הגדולות ואחוז ה"צברים" הולך ועולה בהתמדה. עם זאת, לא נדיר למצוא בקבוצה אחת אנשים שנולדו בארגנטינה, בריה"מ לשעבר וארה"ב. בוודאי שבהרכב הקבוצה יהיו ילידי הארץ שהוריהם באו ממזרח וממערב, מאירופה, אסיה ואפריקה. הדבר יוצר מרקם עשיר ומגוון בתיאור הרקע של כל אחד מחברי הקבוצה. כך ניתן לשמוע בקבוצה אחת על הורים ממוצא פולני הנוטעים רגשי אשמה בילדיהם בצורה ישירה ועל הורים ממוצא מרוקאי הקושרים את ילדיהם אליהם דרך האחוה השבטית של

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



המשפחה הגדולה. במבט ראשון נשמעים חברי הקבוצה שונים מאוד אלו מאלו, כשכל אחד בא מרקע שונה מאוד עם נורמות אחרות וערכים תרבותיים אחרים. בנוסף, כפי שקורה בחברה הרחבה, נוצר כאן פתח להבדלי מעמדות ולהתייחסות שיפוטית וסטריאוטיפית לאנשים ממוצא שונה. תפקידו של מנחה הקבוצה לעזור לחברי הקבוצה לגשר על הפערים ולמצוא את הדומה בין יוצאי העדות השונות, תוך שמירה על ייחודיותו של כל משתתף.

סיכום:

ניסיתי במאמר זה לתאר את הטיפול הקבוצתי והעבודה הקבוצתית בישראל. נראה שקיימת ייחודיות בהנחיית קבוצות בישראל, המתבטאת למשל בנושאים העולים במהלך העבודה בקבוצה (שואה, טרור וקונפליקטים חברתיים), באוכלוסיות האופייניות לחברה הישראלית (בני קיבוץ, דור שני לניצולי שואה ועולים ממוצא שונה) ובתהליכים המיוחדים לקבוצות אלו (ביטויי תוקפנות וביקורת, חודרנות וקושי עם גבולות וכדו'). העבודה הקבוצתית בישראל הולכת ומתרחבת בשנים האחרונות. על אף שרמת ההכשרה של מנחי קבוצות בארץ גבוהה וקיימים מטפלים קבוצתיים מעולים, המעניין הוא שמעט מאוד ידוע בעולם על הנעשה בישראל בתחום זה. תקוותי היא שמאמר זה יאפשר הצצה לעולם הקבוצות הישראלי ואולי יפתח פתח לדיון בשאלות העולות מתוכו.

