

"האשפוז הפסיכיאטרי
הוטבע בי כאות קין".
ד"ר דפנה כצולסון-בנק



לחץ בעבודה, דיכאון וכעס הביאו את הפסיכולוגית דפנה כצנלסון-בנק לכתוב הרבה מכתבים לממונים עליה. ממש הרבה. תגובת המערכת לא איחרה לבוא: היא אושפזה בכפייה באברבנאל, טופלה בתרופות וכמעט איבדה את הרישיון לטפל. רק שם הבינה כמה מסוכן המקצוע, וכמה קל להפוך אדם במשבר לחולה נפש עם תעודות. היום היא מרצה על גבולות השפיות, ויש לה כמה טיפים למתאשפז

פתרון

אספה פלד // צילומים: ינאי יחיאל

של סובלימציה. "המוטיבציה להוכיח שפיות היא מאוד חזקה, כי אמנם זכיתי בסיכום האשפוז למעין תעודת שפיות אחרי שלא מצאו שום ממצא חריג בתפקוד הנפשי, אבל סיכום המחלה לא היה כתוב לי על המצח והאשפוז הפסיכיאטרי הוטבע בי כאות קין", היא מסבירה. האישה הנמרצת, שמדברת בשכנוע פנימי עמוק, מאיטה לפתע את קצב דיבורה ודמעות עולות בעיניה. "באחד הימים, כשהייתי מאושפזת, צלצלה אליי אחות בית הספר של בתי בת השבע וחצי וסיפרה שהילדים בכיתה התבקשו לספר על חוויית החופש הגדול, ובתי כתבה מילה אחת גדולה על המחברת – אשפוז, ופרצה בכי. הבטחתי לעצמי שיום אחד היא עוד תהיה גאה באמא שלה".

לא רציתי קידום

בשנת '92 נכנסה כצנלסון-בנק למשבר רגשי דיכאוני בעקבות חרדות מלחמת המפרץ ונפילת טילים לא רחוק מביתה. כפסיכולוגית במרכז לבריאות הנפש ואם לשניים הרגישה שהיא נקרעת בין הרצון להישאר בבית עם הילדים לבין מחויבותה לפציינטים בתחנה. בנוסף גילו אצלה גידול, שהתברר כשפיר, ומשבר חריף פקד את התחנה שבה עבדה: אשתו של מנהל התחנה נפטרה, אחת הפסיכולוגיות חלתה בסרטן ויצאה לחופשה, בעלה של פסיכולוגית אחרת מת והפסיכולוג הראשי עבר התקף לב. למרות מצבה הרגשי, שהיה ידוע לכולם, נתבקשה כצנלסון-בנק למלא את מקומה של הפסיכולוגית שחלתה, כאחראית על הילדים והנוער בתחנה.

"בגילי זו היתה מחמאה גדולה", היא אומרת, "אבל אני לא רציתי את התפקיד. ידעתי שאני לא מתאימה לניהול. אני אוהבת את הטיפול בפציינטים". סיבות נוספות להתנגדותה היו המתח הרב שהיתה שרויה בו

אחרי שלושה ימים במחלקה הסגורה הגיע לראותה ד"ר רוברט קמחי ז"ל, שלא היה משוכנע שהיא במצב פסיכוטי כפי שנטען, וקבע שבבוקר תהיה מאושפזת בבית החולים, תשתתף בריפוי בעיסוק ובשיחות, ואחר הצהריים תוכל לקבל את הפציינטים הפרטיים שלה בביתה. "החלטה שלו הצילה את החיים שלי", אומרת כצנלסון-בנק. "יותר מבכל תקופה אחרת של חיי ועבודתי המקצועית נחשפתי לנושא היחסיות של השפיות. ראיתי עד כמה גבולות מקצוע הפסיכיאטריה דקים ועד כמה האמת תלויה בעין המתבונן. למרות שיותר מכל התחשק לי לצרוח על העוול שנעשה לי, הבנתי שאני צריכה לשמור על קור רוח כדי לצאת בשלום מהעניין".

האשפוז היה שיאו של מאבק שניהלה אז כצנלסון-בנק, בעלת תואר שני בפסיכולוגיה קלינית, בממסד הפסיכולוגי. היא נאבקה על זכותה לקבל תעודת הסמכה להדרכת פסיכולוגים לאחר חמש שנות התמחות בתחנה לבריאות הנפש בפתח-תקווה. הפסיכולוגית המחזיית טענה שהיא מוצפת רגשית, וכדי לקבל את תעודת ההסמכה היא חייבת להמציא אישור מפסיכיאטר שהיא שפוייה. היא התנגדה להביא אישור כזה, ובתגובה אושפזה. שלושה שבועות חיה חיים כפולים: בבוקר מטופלת, אחר הצהריים מטפלת. היום, 13 שנה אחרי האשפוז, ולאחר שנים של התמודדות עם הסטיגמה ומלחמה בממסד הפסיכולוגי, שהמשיך למנוע ממנה תעודות ואף דרש לשלול את רישיון המטפל שלה – כצנלסון-בנק כבר ממוקמת בצד השני. היא קיבלה תעודת הסמכה, הדריכה פסיכולוגים ועובדים סוציאליים ועשתה שימוש בחוויית האשפוז לצורך הטיפול הייחודי שלה בילדים ונוער בסיכון גבוה. האשפוז משמש מקור השראה גם למחזה המבוסס על חווייתה וגם לדוקטורט שלה, "השיגעון בספרות העברית", שיצא השבוע לאור (הוצאת הקיבוץ המאוחד). כצנלסון-בנק לא יכולה היתה לנקום באופן אלגנטי יותר בממסד הפסיכולוגי והפסיכיאטרי. בעגה המקצועית אפשר לומר שהנקמה שלה היא סוג

אוגוסט '92, שלוש אחר הצהריים. דפנה כצנלסון-בנק, 35, פסיכולוגית קלינית, פתחה את דלת ביתה בשכונת רביבים היוקרתית בתל-אביב. בפתח עמדו שני אחים מבית החולים לחולי נפש אברבנאל, וביקשו ממנה להתלוות אליהם כמונית שהמתינה על המדרכה. בארבע אמור היה להגיע לקליניקה הפרטית שלה פציינט לטיפול. בנה בן החמש וחצי ישן את שנת הצהריים. בידיים רועדות חייגה לבטל פגישות עם מטופלים, לקחה את בנה לחבר ונסעה לבית החולים כמונית. משוכנעת שהכל יתברר כטעות והיא תשוחרר מיד, אפילו לא הודיעה לבעלה, כלכלן ואיש עסקים. שעה אחר כך ננעלו אחריה דלתות המחלקה הסגורה. "הרצון להוכיח שפיות זה המקום הכי בודד שכן אדם יכול להיות בו", אומרת היום ד"ר כצנלסון-בנק. "ניסיתי לשנן לעצמי סימני שפיות, כמו היום והתאריך. קיבלתי כתונת משוגעים עם פרחים ורודים וכחולים. החולים שהתאספו סביבי היו הראשונים לקלוט שאני לא שייכת לשם".

הפסיכיאטרית הראשונה שהגיעה, כדי להחליט אם להשאיר ללילה, אמרה שהיא מנועה מלבדוק אותה כי היא עצמה היתה בפגישות אצל כצנלסון-בנק, שטיפלה בבנה המתבגר. הפסיכיאטר הבא החליט להשאיר אותה. "הם הראו לי חדרים שקושרים בהם אנשים ואמרו לי שאם לא אשתף פעולה זה מה שקורה, וחתמתי על מסמכי האשפוז מרצון. הייתי מבוהלת ופחדתי פחד מוות מזריקות, תרופות, קשירות, והייתי חותמת על כל דבר שהיו מבקשים ממני. הייתי בחוסר אונים מוחלט. לא קלטתי – מה, הם לא רואים שאני שפוייה? ואז הבנתי שלהוכיח שפיות בעיני הפסיכיאטריה זה לשמור על נורמה של התנהלות: אם אני צועקת, אני לא בסדר. אם אני מאיימת בהתאבדות, אני נחשבת לדיכאונית. אם אני מתפרצת בזעם זה לא בקו הנורמה, ואם אני מתברחת על כל העניין – אני היפומנית. אז דיברתי לאט, יפה ובנימוס, לא בקצב הרגיל שלי, שהוא מהיר. דיברתי על הכנת שניצלים לילדים".



פסיכו

(החשך תעמוד קודם)

והעובדה שבחודש מאי אמורה היתה לסיים את תקופת ההסמכה בתחנה ולקבל את התעודה להדרכת פסיכולוגים קליניים. היא תכננה לפנות לטיפול פרטי, אבל בתחנה הסבירו שאין מועמד מתאים מקצועית מלבדה ולחצו עליה לקבל את התפקיד.

תור המתנה ארוך לטיפול בילדים הצטבר, והיא היתה צריכה לחלק תיקים בין המטפלים. לרוביה, הרבה מטפלים שזכרו אותה כסטודנטית בתחנה סירבו לקבל את סמכותה ולא הסכימו לקבל ילדים לטיפול. היא נכנסה למצוקה קשה: "כל ילד ישב לי בראש כאילו הוא הילד שלי שאני צריכה לתת לו מענה. הפסקתי לישון בלילות".

כצנלסון-בנק מתארת איך מפסיכולוגית אהובה ומסורה, שבייתה היה פתוח למסיבות ולארוחות צוות, הפכה בעיניה למי שמנסה להשתלט על מקומה של הפסיכולוגית החולה. "התפקיד קבר אותי", היא אומרת. "כל מה שניסיתי לא הצליח, וכשאמרתי שאני רוצה לעזוב, אמרו שאני לא לוקחת אחריות. זה היה מלכוד 22. החלו אצלי התפרצויות זעם על נושאים מקצועיים שהלכו וגברו, ובגלל הדיכאון היו גם התפרצויות בכי. הודעתי להם שעם קבלת ההסמכה להדרכה, התואר הכי גבוה שאפשר להוציא במסגרת הציבורית, אני פורשת לקליניקה פרטית. לא רציתי יותר את המלחמות על כבוד, סמכות

"הבנתי שלהוכיח שפיות בעיני הפסיכיאטריה זה לשמור על נורמות: אם אני צועקת, אני לא בסדר. אם אני מאיימת בהתאבדות, אני נחשבת לדיכאונית. אם אני מתפרצת בזעם זה לא בקו הנורמה, ואם אני מתברחת על כל העניין – אני היפומנית"

ומטופלים. באתי לפסיכולוגיה עם מניע אידאולוגי ועם רוח פילוסופית, אבל נשברתי".
לא חשבת ללכת לטיפול בעצמך?

"הלכתי לפסיכיאטר בכיר וידוע, אבל הציפיות שלי מהטיפול לא היו ריאליות. ציפיתי שהוא יתערב מערכתית, שיפנה לתחנה ויבקש שיקלו עליי את הלחצים עד להתאוששות, וזה לא קרה. הרגשתי שהטיפול מוזיק לי יותר ממועיל ועזבתי. חשבתי שאחרי שאקבל תעודת מרדך אפרוש הביתה, אבחר בנחת מטפל ואעשה את הרברים בברכי".

בתחנה היו מוטרדים מהמצוקה שלה, ואת ההחלטה לעזוב ראו כנובעת מסערת נפש. היא הזומנה לשיחה עם הפסיכולוגית האחראית בנושא תעודת המרדך שלה. למרות השנים שחלפו, ניכר שהיא עדיין נסערת כשהיא נזכרת: "ישבנו בבית קפה בנווה-אביבים, ואז היא אמרה לי שמכיוון שעזבתי את הטיפול אין להם דרך לדעת מה מצבי ולכן הם מבקשים שאביא להם אישור פסיכיאטרי שאני בסדר ורק אז ייתנו לי תעודת הסמכה. עד היום אני זוכרת כל רגע מהפגישה הזו. היא היתה בת-בית אצלי, עם הילדים והבעל, ולשמוע ממנה את הרברים האלה זה כאב שלא מרפה ממני עד היום. התחנה היתה הבית השני שלי, ועם כולם הייתי בקשרים חברתיים ומשפחתיים, והם צריכים שאביא להם תעודת שפיות כדי לתת לי תעודת מרדך?"

כועסת, נעלבת וזועמת היא לא הלכה לשתי פגישות ההדרכה האחרונות עם המדריכה. במאי סיימה את העבודה בתחנה ולא קיבלה את תעודת המרדך. היא פנתה לפסיכולוגית הארצית וביקשה להיפגש איתה, וזו לא הסכימה. בין החודשים מאי ואוגוסט שלחה כצנלסון-בנק מכתבים לכל מי שחשבה שיכול לסייע לה לקבל את תעודת



לא עושה אותם מטומטמים, ונותנים להם עבודות של מפגרים. כשהגיעה השיחה מאחות בית הספר של בת, זה שבר אותי לגמרי. התחלתי לבכות, הידיים ממש רעדו לי, ואז למדתי מה זה פסיכיאטריה במלוא מסוכנותה. במקום לחשוב כמה הבת שלי מסכנה וכמה מצוקה יש לי כאמא, המטפלת בריפוי בעיסוק צלצלה לפסיכיאטר הראשי לספר שאני באי-שקט ושיביאו לי תרופות. הבנתי שבית החולים זה המקום הכי גרוע לרגשות".

זה היה הרגע שבו הבינה שהיא צריכה ללמוד את כללי המקום כדי לצאת משם כמה שיותר מהר. בעזרת חבר פסיכולוג שהגיע לבקר ואחד האחים הבכירים בבית החולים, שראה את מצוקתה, החלה להתנהג בחביבות ובנימוס ודיברה בעיקר על שניצלים – תעודת השפיות של האמא היהודייה.

הייתי עליזה מדי

האם הייתם שולחים את ילדכם לטיפול אצל פסיכולוגית המאושפזת בבקרים בבית חולים לחולי נפש? "לא בטוח שאני הייתי שולחת את הילדה שלי", אומרת כצנלסון-בנק. "עם המטופלים שלי דיברתי בגלוי וסיפרתי את האמת: שאני במלחמה על תעודת המרדך שלי, ושלא רוצים לתת לי כי יש חשד שמצבי הנפשי מעורער ובגלל חוסר הביטחון במצבי אשפוז אותי ושיש לי אישור מהרופא המטפל לעבוד. אמרתי להם שאם זה מבהיל אותם והם רוצים לעזוב, אקבל את זה בהבנה גמורה ואסייע להם למצוא מטפל חלופי. אל תשכחי שחלק גדול מהמטופלים שלי הם ילדים ונערים, והייתי חייבת ליידע את ההורים ולאפשר לכל אחד מהם להחליט".

היא מספרת שכל המטופלים נשאר, ומכתבי התמיכה שלהם תלויים עד היום ממוסגרים מעל מיטת בתה. "אמרתי לה: 'חלק מהאנשים חושבים שאמא שלך משוגעת וחלק חושבים שהיא אמיצה, וכל פעם שקשה לך תסתכלי על המכתבים האלה, הם ייתנו לך כוח'. פציינטיס שלי, חלקם רופאים ועורכי דין בכירים, התלוננו במשרד הבריאות על העוול שנעשה לי. המטופלים שלי העידו בשבילי על שפיותי. "ללא המשאבים הכספיים והנפשיים שלי לא

הייתי עומדת בזה. למזלי, לילדים היתה מטפלת ועוזרת ואבא, ולי בעל תומך. הרגעים היחידים שהרשיתי לעצמי לבכות היו כל הדרך מאברבנאל לבית, נהגת 30 קמ"ש ובוכה כמו מטורפת. רק שם יכולתי להתפרק ולדעת שאף אחד לא מסתכל עליי". אחרי שלושה שבועות שוחררה כצנלסון-בנק מבית החולים ובידה מכתב שחרור המעיד שלא נמצא כל תפקוד חריג. "אמרתי לפסיכיאטר שטיפל בי שאני מבליגה על מה שקורה כאן, אבל יום אחד אגשים את החלומות שלי ואעשה דוקטורט על השיגעון ואכתוב מאמר ומחזה על האשפוז. הוא כמובן נבהל שאני בחשיבה מגלומנית, וכשליווה אותי לדלת הוא שאל אותי: 'את בטוחה שאת משתחררת אחר הצהריים?' עניתי לו שבנשמתי אני תמיד משוחררת".

אות הקין של אשפוז פסיכיאטרי נשאר על מצחה עוד שנים. היא הרגישה שכולם – עמיתיה הפסיכולוגים, הילדים בבית הספר, השכנים והמשפחה – מסתכלים עליה דרך זכוכית מגדלת. "האינסטינקט הראשוני בסיטואציה הזו זה להתחבא בבית, להסתתר ולהתאיד", היא אומרת. "עולמי השתנה בבת אחת, בלי דרך חזרה. פתאום ללכת למכולת השכונתית נהיה כמו ללכת לאירוע של הפילהרמונית. באירועים משפחתיים הייתי צריכה להיות סופר-פרפקט שלא רואים עליה דבר. הבנתי שכל דבר שאעשה יתורגם ל'נראית בסדר' או 'לא בסדר'. אפילו על מישור שחוסם אותי בחניה אני לא יכולה לצעוק, כי יגידו שאני לא בסדר. הקפדתי ללכת לכל מקום ולחשוף את עצמי להתמודדות עם המבטים. הבנתי את המטופלים שלי יותר מכל אחד אחר".

כצנלסון-בנק ביקשה מהמחנכת של בתה לארגן לה הרצאה בבית הספר, כדי להרוף את השמועות שהתרוצצו על מצבה הנפשי. ההרצאה על לקויות למידה וכתה להצלחה והיא החלה להרצות בתוכניות של משרד החינוך. היא גם חזרה מיד ללמוד בבית ספר לפסיכותרפיה, "במקום לשקוע בבית בפנטזיות פרנואידיות על מה אומרים עליי".

בין המרצים היה אחד הפסיכיאטרים מבית החולים, וכל הפסיכולוגים שלמדו איתה ידעו על האשפוז. "העדפתי לקנות את הבגדים הכי יפים

"את כל האשפוז והטראומה אפשר היה למנוע עם קצת יותר אחריות אמיתית". בית החולים אברבנאל צילום: אילן ספירא



פסיכו

(המשך תחוד קודם)

וללמוד את החומר הכי טוב, לעבור למקום של חזק שלא תאם את הציפיות שלהם. לבריה, טענו שתגובתה לא מותאמת לסיטואציה, ושהשמחה שלה מלמדת שהיא זקוקה לתרופות. אחרי זמן מה נבהלה וביקשה בעצמה לחזור למעקב חרשי באברבנאל, כדי לקבל אישור חרשי שהיא בסדר.

כשביקשה שוב את תעודת ההרחה, ובידה האישור הפסיכיאטרי, הופנתה בצעד קיצוני ונדיר לוועדה הרפואית לצרכים פסיכיאטריים, שדנה במקרים של רופאים שאושפזו או שהתקבלו תלונות בעניינם על התנהגות מזוהה. היא הוזמנה לבריקת כשירות, לראות אם היא יכולה להמשיך להחזיק ברשימה כמטפלת פסיכולוגית. בזכות האישורים החודשיים שקיבלה מאברבנאל הרשו לה להמשיך כפסיכולוגית – אבל לא כמדריכה. "את מבינה את הצביעות של הממסד?" היא שואלת, "אני מסוכנת להדריך פסיכולוגים, ולא מסוכנת למטופלים המסכנים".

ממשרד הבריאות נמסר: "הגברת כצנלסון-בנק עבדה במרכז הקהילתי לבריאות הנפש בפתח תקוה. במסגרת עבודתה בקשה לעבור ולקבל הכרה כמדריכה. כל ההחלטות שהתקבלו לגבי הגברת בנק בתהליך זה היו על פי חוות דעת המורים ועל פי קביעת ועדה רפואית בלתי תלויה שדנה בעניינה, כל התהליך נעשה על פי החוק והתקנות".

כולם רוצים לתת תרופות

חמש שנים נאבקה עד שקיבלה את תעודת ההרחה. הנקמה שלה במערכת היא לא רק

הצלחתה המקצועית הרבה, אלא בעיקר היעוץ שהיא נותנת למטופלים, איך לחמוק ממלחמות המערכת הפסיכיאטרית. היא מוכרת כמומחית לנוער בסיכון גבוה, שלוקחת על כתפיה אחריות גדולה, תמיד נגישה למטופלים שלה ואפילו רוחה חופשות אם מי מהם אינו במצב טוב. פסיכולוגים קליניים שהסמיכה הם בעיניה ממשיכי הדרך הטיפוליית הייחודית שלה, שהיא מגדירה "אחריות אמיתית, ולא דווקא אחריות פורמלית".

"את כל האשפוז שלי והטראומה המשפחתית והאישית אפשר היה למנוע עם קצת יותר אחריות אמיתית", היא מסבירה. "נשבעתי שכמטפלת אפעל בגישה האינטגרטיבית: גם התערבות בשטח וגם התערבות אנליטית. אם באה אליי נערה במצוקה שחזתה את עצמה, בשלב הראשון אולי אקיים

פואטיות של דמות המושגע. יל"ג מכנה את גיבורו 'המעורב בדעת', ברדיצ'בסקי – "המבולה", ואצל י.ד. ברקוביץ הוא 'התלוש'. היו להם תובנות שדיברו אל לבך כפסיכ

כולוגית?

"למרות שמדובר בתקופה שבה ההסבר העצמי למחלות הנפש שלט בכיפה, הסופרים לא כל כך האמינו בחשיבותם של הגורמים הפיזיולוגיים. זו היתה מחשבה חדשנית ביותר, חלק מן האקלים האינטלקטואלי של התקופה, שדיבר על השפעותיהן של רמות מודעות על ההתנהגות הגלויה. היבט נוסף הוא האופן שבו תפסו את המצוקה הפנימית כתולדה של מצוקה סוציאלית, מצוקה קיור מית וקונפליקטים מודעים ולא מודעים".

אולי בגלל היעדר טיפול פסיכיאטרי הפכה דמות המושגע לדומיננטית בראשית המאה ה-20? "ריבוי המושגעים" בספרות העברית מקורו לדעתי במציאות ההיסטורית של אותה תקופה. הפרעות הקשות בין השנים 1881-1883 היכו בהלם את השכבה המשכית לה ואת המוני היהודים, וגרמו להתפוררות התקווה שהיהודים יוכלו להתקיים כגוף לאומי עצמאי. גם תנועת ההשכלה, שגרמה להתפוררות הקיום בעיירה היהודית, הביאה להיווצרות מצבים נפשיים קשים מאוד, שמסוגלים להעביר בן אדם על דעתו.

"הטקסט מושפע בתיאורים של מצבי דיכאון ומלנכוליה שרווחים בציבור הישראלי גם כיום: תחושות של עצבות רבה, חוסר ערך, ייאוש, אשמה, שנאה עצמית ולפעמים גם מחשבות אובדניות. מצד שני בולטות בהיעדרן תופעות פסיכיאטריות טיפוסיות לחברת השפע של היום, למשל הפרעות אכילה כמו אנורקסיה ובולימיה".

"הרצון להוכיח שפיות זה המקום הכי בודד שבו אדם יכול להיות בו. ניסיתי לשנן לעצמי סימני שפיות, כמו היום והתאריך. קיבלתי כתונת משוגעים עם פרחים ורודים וכחולים. החולים שהתאספו סביבי היו הראשונים לקלוט שאני לא שייכת לשם"

בדיקה פסיכיאטרית, ללמד אותם מהם הקודים המקובלים במערכת כדי שלא ייפלו, היא מוסיפה שמן למדורה. "אם משהי מתלבשת בסגנון גוטי, צבועה שחור-לבן, אגיד לה לבוא בג'נס ובטי-שירט. חשוב שיידעו את התאריך והיום, אינפורמציה פשוטה, כמו שעוזרים לתלמידים בהכנה לפסיכומטרי. מי שנמצא במצב פסיכוטי לא יבין מה שאני אומרת לו, אבל אנשים במצב דמדומים יכולים להיעזר בהנחיות שלי כדי לא ליפול קורבן לאי-ההבנה הזאת. אני יודעת שזה נחשב לפעמים להערות על המערכת, אבל אני חושבת שזה לתווך בין שפות שונות, ושאני יכולה לעזור לפציינטים להבין את השפה שבה מדברים איתם".

כל הפסיכיאטרים תמיד טועים בעיניך? "בוודאי שלא. יש מקרים שהם חרד-שמעיים, אבל המציאות נתונה לאינטרפרטציה, והפסיכיאטריה מסוכנת כי היא מסתכלת רק על הסימפטומים ולא על כוחות הנפש והאישיות. היום באופן מדיגיטלי הולכים כולם למדיקליזציה של בריאות הנפש. כולם רוצים לפתור מהר ובתרופות, אבל זה לא יכול להיות תחליף לחום, לתובנות, לחמלה, לגיוס של כוחות. אני הייתי מעמידה בראש שירותי הבריאות את העובדים הסוציאליים, אחר כך את הפסיכולוגים ורק בסוף את הפסיכיאטרים. הכי חמור בעיניי, שהם עומדים היום בראש כאילו הגישה הרפואית היא הגישה הקובעת".

התובנות האלה היו שוות את כל מה שעברת? "לא הייתי ממליצה על הדרך שלי לאף אחד בשום אופן. ההתמודדות שלי היתה בלתי שגרתיית ולא כולם חזקים כלכלית, נפשית ומשפחתית. עד היום פונים אליי עובדים סוציאליים שעברו אשפוז ולא סיפרו לאף אחד והם מתלבטים אם לספר, וסטודנטים שהיו מאושפזים, ואני אומרת להם לא להעז לספר ולחשוף, כי אני יודעת כמה המערכת היא סטיגמטית. כואב הלב, כי הם חיים עם סוד כמו נשאי איידס, וכמו שהחברה מסמנת נשאי איידס כמצורעים, כך היא מסמנת תחלואי נפש למיניהם. חוץ אולי מדיכאון, שיש בו שיק אופנתי. החשש היחיד שיש לי מחשיפה שלי הן תוצאה של הסיפור האישי שלי, וזה לא כך. תמיד הייתי נודד-קונפורמיסטית והאירוע רק חיזק, לא שינה. למרות כל הכאבים והקשיים, אין לי ספק שגם היום הייתי חוזרת על אותם הדברים בדיוק".

assaffap@yedioth.co.il

ישיבה עם בית הספר להפחית לחצים, אדאג לה להקלות בעבודות ובמבחנים, ורק בשלב השני אראה את כל הסיבות העמוקות שגרמו לזה. החוכמה זה להכיל, ולא למחר להקיא את האחריות ואחר כך לחשוב על דרכי התערבות יצירתיות בשטח".

מה באשפוז הכי השפיע עליך כמטפלת? "זה הגביר אצלי את הביטחון להישען על ההתרשמות האישית שלי ולא על חוות דעת קודמות. יש אנשים שהם חולי נפש ויכולת השיקום שלהם מוגבלת ביסודה, אבל יש הרבה מטופלים, בעיקר בגיל ההתבגרות, שנקלעים לסערת נפש שנותנת תמונה פסיכוטית. אם לא ממהרים לקטלג אותם – למרות איומים, ניסיונות אובדניים או מעשים פלייליים – יש אפשרות לשקם אותם בצורה מלאה, כך שכעבור זמן תצטייר תמונה של משבר חולף ולא של מחלת נפש כרונית. האתגר האמיתי הוא לפגוש אנשים בצומת הזה ולמנוע את התיוג והסטיגמות שילוו אותם לכל החיים".

כמה רחוק תלכי למען מטופל? "לפעמים כדי להציל אנשים במצבים של סיכון, במקום לצרוח עליהם 'תיקחו את עצמכם בידים', אני חייבת לקחת אותם בעצמי. להתנהל כאילו כל האחריות, בכל תחומי החיים של המטופל, נמצאת על כתפי. להיות מעין מנהלת של הטיפול שנמצאת בקשר הדוק עם הרופא או הפסיכיאטר, קצינת המבחן, בית הספר, המורים הפרטיים. למשל אותה מטופלת שהגיעה אליי עם חתכים, אני לא אסתפק בלהגיד שהיא אובדנית אלא אקח אחריות לומר שאין סכנה שתצא לטיול, אייצר בשבילה מערכת עוטפת ואעזור לה לעבור את המשבר. אני מאמינה שככה יש יותר סיכוי שתתאושש מאשר אם יסתכלו עליה כל הזמן אם תתאבד או לא תתאבד. בשבילי זה גם תיקונים במקום שלא היה מי שיעשה את זה בשבילי".

היום היא מרצה מבוקשת בספרות ובפסיכולוגיה בנושאים כמו נוער בסיכון גבוה, ההבדל בין אחריות פורמלית לאחריות אמיתית, לקווים למידה, דילמות אתיות ופתרונות יצירתיים. היא מרצה גם בפני עובדים סוציאליים, שירותי בריאות הנפש וכנסים קב"נים. בגלל האג'נדה שלה, לפיה מי שנצמד באופן טוטאלי לחוקים ולתקנות אינו בהכרח מטפל מוסרי, כצנלסון-בנק נחשבת לפסיכולוגית שנויה במחלוקת המעוררת זעם והתנגדות בקרב פסיכיאטרים ופסיכולוגים.

"אין לי בעיה להדריך מטופלים כיצד לעבור