

מהותו של הייעוץ החינוכי: הרצאתה האחרונה של ד"ר אדריאנה פלדמן*

הביא לדפוס: משה פלדמן

אני שמחה על ההזדמנות שניתנה לי להציג בפניכם את התייחסותי למקצוע הייעוץ, שהינו תחום שאני עוסקת בו שנים רבות מזוויות שונות ובתחנות מגוונות בחיי. כאן מובא כעין תקציר לנושא רחב ממדים וחשוב זה.

המשנה הרוג'ריאנית

ברצוני לפתוח הרצאה זו בהצגת סיפור המאבק של קרל רוג'רס, אבי הייעוץ, וסיפור הדרך שהוא סלל בפסיכולוגיה. במשנתו שפותחה ב-1940, באים לידי ביטוי, בצורה נאמנה ביותר, עיקרי הייעוץ וזהותו של התחום. רוג'רס ראה את הייעוץ כפסיכותרפיה הממוקדת באדם (person centered). פסיכותרפיה זו הקדימה את זמנה והיוותה מהפכה שאין דומה לה בתחום הטיפולי. על מנת לעצבה נצרך רוג'רס, בנוסף לידע פסיכולוגי רחב וניסיון טיפולי עשיר, גם לרגישות רבה בהבנת השינויים שחלו ברוח העיתים (בפרדיגמות של התקופה) ולאומץ לב רב לעמוד בפני כוחות ממסדיים-סמכותיים. דברים אלו הביאו אותו להשתמש במושגים "ייעוץ" ו"פרקטיקה" במקום "פסיכותרפיה".

בתקופה זו נשלטה הפסיכולוגיה בארצות הברית על ידי שני כוחות: הביהביוריסם, המבוסס על עקרונות אמפיריים מדעיים ונשען, בעיקר בראשיתו, על מחקר בבעלי חיים, והפסיכואנליזה שבלבושה האמריקאי התרחקה מתאוריית הדחף והקונפליקטים התוך-אישיים של פרויד (האב המייסד) ופנתה יותר לכיוון פרגמטי, כשעיסוקה המרבי היה בהסתגלות [הפסיכולוגיה של האגו בהיבט של היינץ הרטמן (Heinz Hartman)]. הפסיכיאטריה בתקופה זו עסקה בתיוגים ובדיאגנוזות. גם ה"הכווון" (Guidance), שבראשיתו קם כדי להיות כיוון מבטיח בשירות האדם הבריא והיוצר, נפל קורבן לאובייקטיביזציה של האדם והשתעבד ל"תעשיית המבחנים". העיקר בתעשייה זו היה התייחסות למיקומו של האדם על עקומות הפעמון (נורמות). יחד עם זאת, במקביל, החלו להישמע גם קולות חדשים שהעניקו חשיבות ליחסים הבין-אישיים. לרוג'רס הייתה המוכנות לקלוט את הקולות החדשים ולהכיר בערכם.

רוג'רס בשיטת הטיפול שלו נמנע מלהשתמש באינפורמציה אובייקטיבית שהתקבלה ממבחנים וביסס את משנתו על העקרונות הבאים: נתינת כבוד והערכה למטופל; עידוד המטופל להבין את עצמו; התמקדות בכאן ועכשיו; והתייחסות לתחום הרגשי. הוא נמנע

* ההרצאה שנשאנה אדריאנה באוגוסט 2018 לפני יועצים ופסיכולוגים במכללת אורות ישראל. אדריאנה נפטרה בכ"ג בכסלו תשע"ט (1.12.2018).

מלהציע פתרונות ותמך בגישה המעודדת את המטופל עצמו להציע פתרון המתאים לו ובניגוד לאובייקטיביות הוא שם דגש על החוויה הסובייקטיבית של המטופל.

רוג'רס הוזמן ב-1940 על ידי יושב הראש של הארגון הפסיכולוגי במינסוטה, אדמונד גריפית ויליאמסון (Edmund Griffith Williamson), להציג את משנתו בכינוס של ארגון הפסיכולוגים האמריקאי (APA). ויליאמסון, כמו רבים מעמיתיו, היה שבוי ומוקסם מכוחם של המבחנים וראה בהם כלים טיפוליים מרכזיים. לפי גישה זו התפקיד של המטפל הוא לדעת, להבין ולנתח את הנתונים של המבחנים ולהסתמך עליהם במתן עצה ופתרון למטופל. ויליאמסון פרסם שנה קודם לכן, ב-1939, תאוריה שכונתה "The Minnesota Point of View: Factor Centered Theory" ואשר התבססה על ניתוח התכונות של הנבדק על פי מבחנים. המטרה הייתה להראות לנבדק מה הוא כן מסוגל אבל בעיקר ההדגשה הייתה להציג לפני המטופל את מה שהוא אינו מסוגל ולהוכיח זאת לכאורה על פי אינפורמציה אובייקטיבית.

נושא ההרצאה של רוג'רס היה "מושגים חדשים בפסיכותרפיה". הרצאתו כללה את הליבה של הפסיכותרפיה הממוקדת באדם; רוג'רס הדגיש את ההכרח בקיום של המוקדים הבאים במפגש הטיפולי: יצירת קשר אנושי ויחסים בין-אישיים חיוביים ובוניים; התייחסות לתחום הרגשי והאמוציונלי לא פחות מאשר לתחום הקוגניטיבי; דחיית פתרונות והפחתת הסברים אינטלקטואליים; הדגשת הכאן ועכשיו יותר מאשר הדגשת העבר. כאן כבר נטמן הזרע לצמיחתו של מושג המפתח בתורה הרוג'ריאנית – הנטייה למימוש (actualizing tendency). הרצאתו עוררה פולמוס חריף מאוד והתנגדות רבה מצד רוב השומעים. רוג'רס הופתע מהתגובה ולא שיער את עוצמת ההתנגדות ואי-ההסכמה שהרצאתו עוררה. עם הזמן הבין שבגישתו הטיפולית אכן יש חידוש רב ולמעשה משמש מהפכה בהבנת מהותו של הייעוץ הטיפולי.

נוסף על כך, כאנטי-תזה לראייתו, הביא רוג'רס בהרצאה ההיסטורית הזו, דוגמה של טיפול שנלקחה מדו"ח טיפולי של ויליאמסון עצמו. בטיפול זה המטפל מציע פתרון למטופל על סמך הנתונים של המבחנים ומתכחש לרצון, לטעם האישי ולבחירות הראשוניות של המטופל. כך גם אין כל התייחסות לפתרונות שמציע המטופל ("client") בעצמו. רוג'רס מכנה טיפול זה מתן-עצה (advice giving), ודוחה אותו מכול וכול.

רוג'רס ציין את יום ההרצאה ההיסטורית שלו, ב-11 בדצמבר 1940, כיום הולדתה של הפסיכותרפיה החדשה, פסיכותרפיה שהוא כינה "הפסיכותרפיה הממוקדת באדם" ("person centered psychotherapy"). בספרו המהפכני (Rogers, 1942) ששמו בתרגום חופשי "ייעוץ ופסיכותרפיה – מושגים חדשים בפרקטיקה", מופיעים המושגים "ייעוץ" (counseling) ו"פרקטיקה" (practice) במקום "פסיכותרפיה" (psychotherapy), כדי להשתחרר מהפסיכואנליזה והמודל הרפואי שבבסיסה. הוא נתן מונחים חדשים לא **כדי להבדיל ייעוץ מפסיכותרפיה, אלא כדי לתת ביטוי לפסיכותרפיה חדשה**. אגב, זה גם היה הרציונל של רוג'רס להתמיר את המושג "פציינט" במושג "קליינט" ("client").

ייעוץ ופסיכותרפיה

במרוצת העיתים, האסכולה הרפואית לא תמיד השתכנעה שאין להבדיל בין ייעוץ לפסיכותרפיה והשאלה "מהו ההבדל בין ייעוץ לפסיכותרפיה?" הטרידה חוקרים שונים בתחום התרפיה. וינדי דריידן (Windy Dryden) וגיל מייטון (Jill Mytton), דמויות מרכזיות בתחום הכשרת יועצים בבריטניה, דנו בנושא זה בספרן שפורסם על סף המאה העשרים ואחת (Dryden & Mytton, 1999). הן בחנו מספר רב של הגדרות וכך גם בדקו את העשייה בחיי היום-יום, והגיעו למסקנה כי שני המונחים הם סינונימיים. שתי החוקרות רואות את ההתייחסות השונה למונחים האלו כתוצאה של התפתחות היסטורית ומאבקי כוח פוליטיים-אקדמיים שאינם ענייניים. המסקנה הזאת היא ברוח ה-BACP (British Association for Counselling and Psychotherapy). יחד עם זאת, הן מציינות שהפסיכותרפיה נתפסת בציבור כיוקרתית יותר ולכן משתמשים בה לצורכי מכירת השירות.

ג'והן רואן (John Rowan), ממייסדי ה-BACP ומהדמויות המרכזיות בתחום הטיפול וההכשרה של מטפלים בבריטניה, מתדיין באופן ברור עם נושא ההבחנה בין שני התחומים הללו. בספרו (Rowan, 1983) הוא טוען כי עצם השאלה "מה הם ההבדלים בין ייעוץ לפסיכותרפיה?" מטעה, כי ביסודה מונחת ההנחה כי אכן קיימים הבדלים. לדעתו, השאלה הנכונה היא "האם בכלל קיימים הבדלים בין ייעוץ לפסיכותרפיה?". לאחר סקירה מעמיקה וגם לאחר תצפיות מרובות בעבודה היום-יומית של העוסקים בפסיכותרפיה ובייעוץ, מגיע רואן למסקנה שאין הבדל בעשייה. לדידו, אם לוקחים תמצית-מהות של מפגש ייעוצי טיפוסי ושל מפגש פסיכותרפי טיפוסי יהיה קשה להבחין ביניהם. הוא מצייין, כקודמיו, שאף שאין כל הבדל בעשייה, קיים הבדל בעמדות של הרחוב ואפילו של אנשי המקצוע, מה שהוא מכנה ה"עניינים של העולם", כשהפסיכותרפיה זוכה ליוקרת יתר. רואן רואה ב"עניינים של העולם" תולדה של דעות קדומות שהשתרשו בשל התפתחות היסטורית, מדיניות של ממשל ובעיקר תוצאה של אופן מתן רישיונות ודרך האצלת סמכויות (accreditation). רואן אינו מזלזל ב"עניינים של העולם", למרות הבסיס הלא ענייני שעליו הן מתבססות, היות שהדברים משפיעים על הציפיות והתחושות של הפונים ועל התייחסות של הממסדים, דבר שמשליך גם על העשייה עצמה. רואן מאמין שבמתן רישוי נאות ליועצים העמדות הבלתי ענייניות הללו ישחקו עם הזמן. בספרו הוא מביא דברים מפי רוג'רס שנאמרו כבר בשנת 1942 (Rogers, 1942):

קיימת נטייה להשתמש במונח ייעוץ לתיאור ראינות פחות רשמיות ושטחיים, ואילו לשמור את המונח פסיכותרפיה כדי לתאר מפגשים אינטנסיביים וארוכים יותר, העוסקים ברמות העמוקות של האישיות. ייתכן שיש הגיון מה בהבחנה הזאת אבל ברור ובוולט לעין שלא ניתן להבדיל בין ייעוץ אינטנסיבי ומוצלח לבין פסיכותרפיה אינטנסיבית ומוצלחת.

יש לזכור כי רוג'רס עצמו כשבחר במונח "ייעוץ" במקום "פסיכותרפיה", לא עשה זאת כדי להבדיל את ה"ייעוץ" מה"פסיכותרפיה", אלא כדי לשחרר את הפסיכותרפיה מהמודל הרפואי שהייתה משועבדת לו.

העובדה שלמעשה אין הבדל ענייני בין שני התחומים בא לידי ביטוי בספרי לימוד רלוונטיים, למשל בספר שהתפרסם בשנת 2007 בארצות הברית בנושא טיפול בילדים

ובמתבגרים (Counseling and Psychotherapy with Children and Adolescents). את הספר ערכו ה' תומפסון פראוט (H. Thompson Prout) ודוגלאס בראון (Douglas T. Brown) וכולל פרקים של טובי המומחים בנושא. בכל הפרקים המונחים ייעוץ ופסיכותרפיה מופיעים צמודים בלי כל הבחנה ביניהם (Prout & Brown, 2007).

ייעוץ טיפולי

ייעוץ טיפולי הוא פסיכותרפיה הומניסטית, כלומר גישה טיפולית הממוקדת באדם וחותרת לרווחתו, מתייחסת לקונפליקטים המתעוררים במעגלי חייו ומייחסת חשיבות רבה ליחסים הבין-אישיים הבאים לידי ביטוי במפגש הטיפולי. בחרתי להשתמש במושג "ייעוץ טיפולי" לא כדי להבדילו ממושג "הייעוץ", אלא כדי לתקן עיוותים ולהדגיש בו את הגורם הטיפולי (פסיכותרפיה), גורם שהיה והינו עיקר ומהות הייעוץ ולראות ב"ייעוץ טיפולי" פסיכותרפיה לכל דבר.

מטרת הייעוץ הטיפולי לתת לנועץ הזדמנות לחפש ולמצוא דרך לחיים משמעותיים ומספקים תוך שמירה על כבודו וערכיו. ייעוץ טיפולי כולל עבודה עם פרט, זוג או קבוצה ומכוון לעזור לאדם במצבי מצוקה המתעוררים עקב ההתפתחות, בתוך יחסים בין-אישיים, תוך קבלת החלטות בבעיות ספציפיות. העבודה נעשית באמצעות התייחסות לרגשות והתייחסות לקונפליקטים תוך-אישיים, כדי לפתח תובנה וידע. הייעוץ הטיפולי מייחס חשיבות רבה ליחסים הבין-אישיים המתעוררים במפגש הטיפולי. היועץ הטיפולי מחויב לאמונה בפוטנציאל הטמון בכל אדם, וביכולתו וכוחו של האדם עצמו להכיר בפוטנציאל הזה ולהפעילו.

רוג'רס הן בהרצאתו הראשונה והן בספרו המהפכני (Rogers, 1942) מבטא תפנית מחשבתית באשר לקריטריונים שעל פיהם יש לבחון את ערכה ואיכותה של הפסיכותרפיה. לדעתו פסיכותרפיה אינה נבחנת במיומנויות, לא בתחום דעת, לא בשימוש בטכניקות ולא בחתירה לדיאגנוזות והשתקעות בחקירת סיבותיהן, אלא **ביקה הבין-אישית המתהווה בין שני הצדדים.**

המפגש בין המשנה הרוג'ריאנית לחשיבה הדיאלוגית של בובר

כדי לבסס ולהעמיק את הכיוון הזה, כלומר הדגשת היחסים הבין-אישיים המתהווים, פנה רוג'רס לחשיבה הדיאלוגית של מרטין בובר (Martin Buber). בובר האמין שה"נוכחות" (ממשות העצמיות) מתקיימת ב"בין" האנושי; העצמיות מתממשת בשעה שאדם נפגש עם נוכח ומקבל אישור על ידו. בובר כינה את המצב הזה "זיקה" וראה בו מצב נכסף שאליו חותר האדם מראשיתו. הוא ייחס לזיקה הרבה עוצמה, מעין כוח הנמצא מעבר לתפיסת האדם (כוח טרנסצנדנטלי). בזכות הזיקה, כלומר ההימצאות ב"בין" האנושי, מתאפשרת חוויית ההימצאות בין הקיים ומעבר לו; השתחררות מן הנמצא ובו זמנית היכולת לשומרו; נרכשת היכולת להשתמש בקיים מבלי להשתעבד לו; כמו עליסה הנכנסת אל המראה ונמצאת בארץ הפלאות אבל המראה גם היא נשמרת וקיימת. בובר מתאר שני מצבים ניגודיים באשר לזיקה: מצב שבו מתקיימת הזיקה שהוא מכנה "אני ואתה" ומצב שבו לא מתקיימת הזיקה שאותו הוא מכנה "אני והלו". בכל אחד מהמצבים הללו שפת הדיבור של האני שונה. במצב של "אני ואתה" אב-הדיבור הוא "אל"; במצב

של "אני והלז" אב-הדיבור הוא "עלי". המצב הראשון מאופיין בפגישה בין השניים ובדיאלוג ואילו במצב השני הפגישה משתבשת, מצב שתורגם ברוח בובר ל"שגישה" (Vergerung; פגישה שהשתבשה) ובה אין אפשרות לקיום דיאלוג. במצב הראשון מוזמנת הסובייקטיביות והחוויה, ובמצב השני דומיננטיות האובייקטיביות והרציונליות. ה"אני" הוא המקנה ליחסים את אופיים ומהותם.

רוג'רס מצא הקבלה רבה בין המצב הדיאלוגי של "אני ואתה" לבין המפגש הטיפולי ברוח "הפסיכותרפיה הממוקדת באדם". בשני המצבים באים לידי ביטוי אותם המאפיינים (אם כי יש לציין מנוסחים על פי עולם מושגי שונה, עגה אחרת). בשני המצבים רואים את העיקר והמהות בהדגשת הזיקה הבין-אישית המתרחשת בין שני בני אדם. בזכות הזיקה מתהווה אווירה שבה ההגנות מפנות מקומן לכנות: ההתייחסות אל האחר היא כאל סובייקט (אתה) ולא כאל אובייקט (הלז) – מדברים אליו ולא עליו; אווירה שבה מתקיימת חתירה לקלוט את האחר במלוא היקפו ודחיית כל ניסיון של הסתכלות צרה, שיפוטית, פטרונית ומזלזלת.

בעקבות הדיאלוג בין רוג'רס לבובר הודגש הסוד (המהות) של השיח הטיפולי וביכולתו ליצור את הזיקה הבין-אישית הנכספת, המאפשרת את חוויית "הניכוח" – מימוש העצמיות. מצב (הישג) שיש בו מן הפלא, המעניק ביטחון והגנה, מעודד הסרת הגנות ומקנה את האומץ להימצא בקיים, אבל בו זמנית נושא הבטחה לגבור על הקיים ולחוות מעבר לו. אגב, יש לציין כי במשנתם הקדימו בובר ורוג'רס את היינץ קוהוט (Kohut, 1984), בחשיבות שמייחסים לנוכחותו של ה"אחר" בכינון העצמי; ואת דונלד ו' ויניקוט (Donald W. Winnicott) בחשיבות שיש להתרחשות המעברית בין האובייקט לסובייקט.

הפסיכולוגיה ההומניסטית – הגדרה ומיסוד

בסוף שנות החמישים של המאה שעברה נוצרה בארצות הברית האגודה של הפסיכולוגים ההומניסטיים, "American Association of Humanistic Psychology", קצת לאחר מכן נוסד עיתון בשם "Journal of Humanistic Psychology" כשחברי המערכת היו מאסלו, מיי ורוג'רס. הפסיכולוגיה ההומניסטית הוגדרה כפסיכולוגיה המתרכזת בכישורים ובפוטנציאל האנושי שכמעט ולא היה להם מקום במערכת הקיימת, לא במערכת הביהיבוריסטית ולא במערכת הפסיכואנליטית אז. כישורים כמו יצירתיות; פיתוח והבנת עצמי; צמיחה; מימוש עצמי; אחראיות; משמעות; לחוש ולחוות את החוויה (Being) היו את הנושאים שבהם התמקדה הפסיכולוגיה ההומניסטית שהושפעה מרוג'רס (אף שהוא לא קיבל את הקרדיט המלא המגיע לו על כך). כך בשנת 1963 הבהיר גיימס בוגנטל (Bogenthal, 1963) את הנחות היסוד של הפסיכולוגיה ההומניסטית:

- האדם הוא יותר מסך הכול חלקיו.
- עולמו הסובייקטיבי של האדם הוא עיקר ומהות; חוויותיו הפנימיות של האדם הן עיקר עוצמתו.
- כוחו ועצם מהותו של העצמי הינו בריבוי פניו.
- האדם הוא בעל יכולת בחירה.

- האדם הוא בעל התכוונות (Intentional); לא ניתן להבינו מבלי להתייחס למטרותיו, ליעדיו, לציפיותיו לעתיד ולמשמעות שהוא מייחס לדברים.

תאוריית הייעוץ: התאוריה הממוקדת באדם

התאוריה הרוג'יאנית הממוקדת באדם מהווה את תאוריות האישייות של הייעוץ (Rogers, 1961) ולה עמדות ברורות לגבי טבע האדם ולגבי התפתחותו. מודגש בה בעיקר המרחב הרעיוני, שממנו שאבה את עקרונותיה ולא ניכרים בה מסגרות וגבולות. השיח המלווה אותה נראה על פניו כשכל הישר של התרבות – אינו "מקצועי", אך מי שירד לעומקו מוצא כאן עמדה שיש לחוות אותה ולא כעשייה שיש לעשותה. בעשורים האחרונים הופכת תאוריה זו יותר ויותר למאגר שממנו יונקות תאוריות פסיכולוגיות אחרות.

תאוריית האישייות של הייעוץ דוחה מכול וכול את ההנחה המקובלת בתאוריות אישייות רבות כי האדם מונע באמצעות אינסטינקטים פרימיטיביים. התאוריה הממוקדת באדם מציעה הנחה חילופית שבכל אדם ואדם קיימת נטייה ביולוגית (אורגניזמית), מעין נטייה מרכזית החותרת לממש את הפרוטנציאל הקיים והגלום בו (tendency actualizing). זו הנחה בחשיבה הרוג'יאנית שהיא אנלוגית לחשיבות מושג "הלא מודע" בחשיבה הפרוידיאנית.

ה"נטייה להגשמה" זקוקה למערכת מיון שתלווה אותה, כלומר אותן חוויות שתורמות לה ייתפסו כחיוביות ואילו אותן חוויות שפוגעות בה, או מעכבות אותה, תיתפסנה כחוויות שליליות. מתברר שאכן קיימת מערכת מיון כזאת הנאמנה מאוד ל"נטייה להגשמה". רוג'רס מכנה את מערכת המיון הזאת ה"הערכה אורגניזמית" (organismic valuing process). ההתאמה הברוכה הזאת בין ה"נטייה להגשמה" לבין ה"הערכה האורגניזמית" מביאה ל"הערכה עצמית" (self esteem) גבוהה ומכאן קצרה הדרך ל"הגשמה עצמית". אבל ההרמוניה הזאת מופרעת ועומדת בסיכון. הגורם המפריע הוא מערכת מיון נוספת, שרוג'רס מכנה ה"הסמלה" (symbolic valuing process). מערכת המיון הנוספת הזאת אינה נאמנה ל"נטייה להגשמה", אלא נאמנה למקור אחר, שהוא העולם החיצוני. עולם חיצוני כפי שהוא מיוצג בידי האחר – האימא. מערכת המיון הזאת פועלת על פי קריטריונים של העולם החיצוני, כפי שהאימא מייצגת אותו. במערכת זו לא תמיד החוויות שתורמות ל"נטייה להגשמה" נתפסות כחיוביות, הן עלולות להיתפס כשליליות. דווקא החוויות שאינן תורמות ל"נטייה להגשמה" עלולות להיתפס כחיוביות. במקרים הללו נוצר מצב שבו מתעצבות שתי תפיסות עצמי. ה"עצמי האורגניזמי" (organismic self) וה"עצמי האידיאלי" (ideal self). ה"עצמי האורגניזמי" נוצר בעקבות ה"הערכה האורגניזמית" ונמצא בהתאמה ל"נטייה להגשמה". ה"עצמי האידיאלי" נוצר בעקבות ה"הסמלה" ולא מחויב להיות בהתאמה עם ה"נטייה להגשמה".

ככל ש"הבידול" (differentiation) בין שני העצמי ה"אורגניזמי" וה"אידיאלי" גדול יותר, ה"הערכה העצמית" תהיה נמוכה יותר וה"נטייה להגשמה" תיפגע והאדם לא יגיע ל"הגשמה עצמית". ככל שקיימת "התאמה" (congruence) בין ה"עצמי האורגניזמי" לבין ה"עצמי האידיאלי", ה"הערכה העצמית" תהיה גבוהה יותר וכך תיסלל הדרך ל"הגשמה עצמית", התורמת לבריאות נפשית ולרווחה אישית.

ההתאמה המיוחלת תלויה ביחסים הנרקמים בין התינוק לאימו, כלומר ביכולתה של האם ליצור מצב שבו ה"הסמלה", פעולת המיון שנמצאת בידה תהיה מקבילה לפעילות של ה"הערכה האורגניזמית", כך שה"בידול" בין שתי מערכות העצמי יהיה מינימלי. רוג'רס מתאר באופן מפורט **שישה מצבים** (six conditions) ההכרחיים שמביאים להתאמה המיוחלת. מצבים אלה הם מצבים בין-אישיים בעלי איכות מיוחדת המתהווים בין התינוק לבין האם (האחר המשמעותי) במרוצת ההתפתחות. מצבים בין-אישיים אלה מבוססים על אמפתיה, קבלה חיובית ללא תנאי והדדיות. אלו מצבים שהופכים את ה"הסמלה" (מערכת המיון האימהית) למקבילה למערכת המיון האורגניזמית, וכך מתקיים "בידול" מינימלי, בין שתי מערכות העצמי ה"אורגניזמי" וה"אידיאלי". דבר שמביא ל"הערכה עצמית" גבוהה, יציבה ומגובשת התורמת ל"נטייה להגשמה" שהינה המקור לחיוניות ולבריאות הנפשית. במידה שהאם נכשלת בביסוס היחסים הבין-אישיים הללו, ה"הסמלה" וה"הערכה האורגניזמית" פועלות ללא ה"התאמה", ה"בידול" בין שתי מערכות העצמי גדל, ה"הערכה העצמית" מתערערת וה"נטייה להגשמה" נפגעת. פעולת המיון המופלאה הזאת של האם (ה"הסמלה" המקבילה ל"הערכה האורגניזמית") מתאפשרת הודות לאמפתיה (ברוח זאת אולי אפשר לאיית "אם-פטיה").

הפסיכולוגיה של הייעוץ: הפסיכולוגיה הממוקדת באדם

להלן תמצית העיקר של הפסיכולוגיה הממוקדת באדם:

מושגי מפתח:

actualizing tendency	• הנטייה להגשמה
organismic valuing process	• הערכה אורגניזמית
symbolic valuing process	• הסמלה
organismic self	• עצמי אורגניזמי
ideal self	• עצמי אידיאלי
self esteem	• הערכה עצמית
differentiation	• בידול (פער) בין הערכת העצמי האידיאלי לבין הערכת העצמי האורגניזמית
congruence	• התאמה – התאמה בין חוויות האדם ותגובותיו – לכידות פנימית
incongruence	• אי התאמה – אי התאמה בין חוויות האדם בין תגובותיו
the fully functioning person	• האדם המתפקד במלואו

מוקדי התייחסות:

- מובאים כאן הכיוונים החדשים שרוג'רס הציג בהרצאתו בכנס של ארגון הפסיכולוגים האמריקאי (APA), שהתקיים במיניסוטה ב-11 בדצמבר 1940:
- קשר אנושי ויחסים בין-אישיים חיוביים ובוניים, לא כהצעה אלא כתנאי ראשוני והכרחי, דבר שכונה מאוחר יותר "מצבי ערך".
- חתירה לגילוי העוצמה של הנועץ ולהבנתה, דבר שמאוחר יותר כינה רוג'רס "הנטייה להגשמה". בנטייה זו ראה רוג'רס את המניע המרכזי של האדם, מניע המשמש בסיס לכל ההתנהגויות, הן הפיזיולוגיות והן הפסיכולוגיות.
- התייחסות לתחום הרגשי לא פחות מאשר לתחום הקוגניטיבי. התחום הרגשי כונה מאוחר יותר "השדה הפנומנולוגי", שדה המהווה את סך כל החוויות שהאדם חווה בכל רגע נתון, כלומר העולם הפנימי הסובייקטיבי. "...החוויה היא עבורי הסמכות העליונה... היא חכמה יותר מהאינטלקט שלי".
- דחיית פתרונות והפחתת הסברים אינטלקטואליים. השתחררות מנאמנות לתאוריה בלעדית ומהמחויבות להתאים את האדם לתאוריה או לדיאגנוזה.
- הדגשת הכאן ועכשיו לעומת הדגשת העבר.
- התייחסות לשאיפות ותוכניות לעתיד לעומת הדגשת אירועי העבר.

הפסיכותרפיה

- כאמור לעיל, שישה מצבי ערך (conditions of worth) הכרחיים ומספיקים לקיומו של תהליך טיפולי מבטיח. רוג'רס מנסח את המצבים הללו בצורת שאלות:
- האם הנועץ יכול להיות בקשר (contact)?
- המושג "קשר" מוגדר כש אחד משנה את שדה החוויה של האחר.
- האם הנועץ יכול להיעזר בתרפיה?
- כאן יש לבחון את החרדה ואת מידת הפגיעות של הנועץ.
- האם היועץ יכול להיות בלכידות ובהתאמה (congruence) עם הנועץ?
- האם היועץ יכול לחוות קבלה חיובית ללא תנאי כלפי הנועץ?
- האם היועץ יכול לחוש אמפתיה כלפי הנועץ?
- האם הנועץ חש, ולו במעט, את הקבלה החיובית ללא תנאי ואת האמפתיה שהיועץ חש כלפיו?
- התשובות לשאלות האלה חייבות להיות חיוביות כדי שהתהליך הטיפולי יצלח. יש להיזהר לא להפוך את מצבי הערך הללו לתנאים. יש לחתור ליצירת מפגש של "אני ואתה" ברוח הפילוסופיה הדיאלוגית של מרטין בובר: לדבר אל המטופל ולא עליו; על המטפל להיות חופשי מהגנות, מסמכות ומדעות קדומות ולהיות בהתאמה עם חוויותיו ותגובותיו. יש להביא להקבלה בין ה"הסלמה" ובין ה"הערכה האורגניזמית".
- בסיכום, ניתן לציין שמתחזקת ההרגשה שתרומתו של רוג'רס מיטיבה יותר לאדם מתרומתו של פרויד ומכאן יש לה יותר סיכויים להביא להעצמתו. אדוין קאהן (Kahn

(Edwin) כתב ב-1998 **שְׂרוּגִירְס יוֹתֵר רְלוּוֹנְטִי הַיּוֹם מִפְּרוִיד**. העמדת ההערכה העצמית במרכז במקום ההתמקדות בחרדה; הדגשת ההווה והעתיד בניגוד להדגשת העבר; ויותר מכול, העמדת יחסים בין-אישיים כיעד נכסף במקום נתינת הבכורה להסתגרות האדם בעולמו שלו, שלא מודע לו עצמו. נראה שהתפנית הזאת הופכת את האדם יותר **ליוצר את חייו מאשר לתוצר של חייו**.

מעניין כי הפסיכולוגים של אמצע המאה הקודמת דחו ולא קיבלו את דעותיו של רוג'רס על הייעוץ (רוג'רס מדבר על בדידות), הם ינקו ושאו את עיקריו של רוג'רס כדי לרענן ולהעשיר את עולם הפסיכולוגיה כדי שייתפס רלוונטי לתקופה. לדוגמה, קוהוט במשנתו על פסיכולוגיית העצמי וגיסיקה בנג'מין במשנתה על הפסיכואנליזה האינטרסובייקטיבית.

היינץ קוהוט (1913-1981), אבי פסיכולוגיית העצמי, נחשב לאחת הדמויות שהשפיעו ביותר על הפסיכואנליזה אחרי פרויד. מייחסים לו את שחרורה של הפסיכואנליזה ממושגים ארכאיים שהייתה שבויה בהם, לא התאימו לתקופה וערערו את תוקפה ואמינותה. מחמיאים לקוהוט שבנה גשר בין הפסיכואנליזה להומניזם. קוהוט הצליח להוביל את התפנית החדה מבלי לערער את המסד הפסיכואנליטי, מתוך כבוד לפרויד האב המייסד.

קוהוט (Kohut, 1984) בעקבות פרויד והמסורת הפסיכואנליטית שממנה בא, מייחס גם הוא את הפרדוקס היסודי של האדם בכך שהאדם הוא הסובייקט והאובייקט של עצמו בעת ובעונה אחת. פרויד ראה בפרדוקס הזה בעיקר את הקונפליקט שבין יצר ומצפון והדגיש את תחושת האשם מהאיום שהאדם לא יצליח לשלוט ביצריו. מכאן נובע הפרופיל של **האדם האשם**. קוהוט העביר את הקונפליקט המרכזי לציר אחר, חרדה מהשתלטות האובייקט ואיבוד הסובייקט (העצמי). מכאן מצטייר פרופיל שונה של האדם, **האדם הטרגי**. האדם האשם זקוק לחינוך ולריסון בעוד שהאדם הטרגי זקוק להכלה ולהגנה. בעקבות זאת מסתמן צורך בשני פרופילים שונים של מטפלים – מחנך מכוון לעומת מכיל מגן.

התפנית של קוהוט באה לידי ביטוי גם בתורת ההתפתחות שלו, שעל פיה העצמי הבריא חווה שלושה סוגים של מצבים רגשיים (ארגון חוויות – התנסויות). היכולת לחוות את שלושת הסוגים הללו תלויה בסביבה מכוננת, סביבה שבה האנשים המשמעותיים מגיבים בהתאמה לנזקקות של התינוק. (אי אפשר להימנע מלהיזכר במושגים הרוג'ריניים כגון הערכה אורגניזמית, הסמלה, התאמה ועוד.) קוהוט מכנה את האנשים המשמעותיים המגיבים בהתאמה "זולתעצמי" (selfobject). הזולתעצמי אינו רק סובייקט לאהבה אלא בעיקר סובייקט שאליו נזקקים ודרכו מקבלים את האישור לקיום.

שלושת הסוגים של ארגון חוויות הם אלה:

ההתנסות הראשונה: התינוק זקוק למעורבות עם זולתעצמי שיגיב בהתפעלות לתחושת החיוניות, העוצמה, הכוח והמושלמות שלו ויאשר אותה. התחושה הזאת, הזוכה לאישור המותאם, מאפשרת את ההיענות לכוח והצלחה, דבר שיזין את קוטב השאיפות.

ההתנסות השנייה: התינוק זקוק למעורבות עם זולתעצמי שיאפשר לו להתמזג עם המושלמות של האחר, אידיאליזציה של האחר והישענות על העוצמה של האחר. התחושה

הזאת, הזוכה לאישור המותאם, מאפשרת היענות לנורמות וערכים, דבר שיזין את הקוטב של הסטנדרטים והאידיאלים.

ההתנסות השלישית: התינוק זקוק למעורבות עם זולתעצמי שיאפשר לו את תחושת התאומות, הדמיות (הדומה) לאחר ויעודד את הדומה. התחושה כאן, הזוכה לאישור המותאם, מאפשרת את התנועה בין שני הקטבים הראשונים ומביאה ליכולת לחוש שייכות וחוויה של שווה בין שווים.

העצמי הבריא הוא דו-קוטבי, קוטב השאיפות וקוטב האידיאלים. השאיפות נגזרות מההתנסות הראשונה והאידיאלים מההתנסות השנייה. האיזון והתנועה המתמידה בין שני הקטבים נגזרים מההתנסות השלישית ומהווים מקור לבריאות הנפש ולאיכות החיים. **בעצמי הפגום** אין תנועה ואין איזון בין הקטבים וקיימת הישענות על קוטב אחד יותר מאשר על הקוטב השני. **בעצמי השבור** שני הקטבים הרוסים והעצמי אינו יכול להישען עליהם.

אגב, התפנית של קוהוט שינתה גם את המשוואה הפרודיאנית באשר לאהבה עצמית (הנרקיסיות כפי שכונתה על ידי פרויד). לפי קוהוט ההשקעה ב"עצמי" לא היא המעכבת את אהבת האחר, כפי שגרס פרויד, אלא חסך באהבה עצמית היא שאינה מאפשרת את אהבת האחר.

רוברט סטולורו (Stolorow, 1976) טוען במאמרו שקיימות הקבלות מפתיעות בין הטכניקות והטיפולים של קוהוט, כפי שהוא מביא מניסיונו הקליני עם הפרעות נרקסיסטיות, לבין הטכניקות והתהליכים הטיפוליים של רוג'רס. סטולורו מציע לאנליסט (המטפל הפסיכואנליטי) לפנות אל הפסיכותרפיה הממוקדת באדם. הדבר יכול להפרות אותו ולתרום לו בעבודה הטיפולית.

אדוין קהאן (Kahan, 1985) מחמיא לקוהוט שהצליח לאמץ מושגים רוג'ריאניים ובכך הצליח לבנות גשר בין ההומניזם לפסיכואנליזה. גם קהאן מוצא קווי דמיון רבים בין קוהוט לרוג'רס (similarities) אך מוצא שהגשר ביניהם שלם רק בחלקו (ראו הבדלים).

קווי הדמיון (similarities) לפי קהאן:

- התמקדות בחוויה הסובייקטיבית של האדם.
- בניית התאוריה על יסוד ההתנסות הטיפולית.
- התמקדות במושג ה"עצמי".
- הכרה בנזקקות של האדם לאחר כדי לחוש את קיומו שלו.
- הקניית חשיבות מרכזית לאמפתיה.
- הענקת המקום המרכזי ליחסים בין-אישיים הן בהתפתחות והן בטיפול.
- אמונה בבחירה חופשית ודחיית דטרמיניזם.
- אמונה בכוחם של מטרות ושאיפות לעתיד.
- חשיבות של כאן ועכשיו.
- אמונה בכוחו של האדם לצמוח.

- אמונה שבריאות הנפש תלויה בהעצמת העצמי בעוד שהפסיכופתולוגיה מתרחשת בהתעוררות העצמי.
- התנגדות למרכזיות של שיטות וחומרים.
- דחיית הפרדיגמה המדעית בהתייחסות לאדם.

הבדלים לפי קהאן:

- קוהוט האמין שערכים ואידיאלים נרכשים דרך יחסים עם זולתעצמי, ורוג'רס האמין שערכים ואידיאלים קיימים אצל האדם בתוקף אישיותו ולא זקוקים להשלמה.
- קוהוט רואה הבדלים איכותיים בין הפרעות הנפש השונות ולא דוחה תיוג ודיאגנוזה. לעומתו, רוג'רס נרתע מתיוג ודיאגנוזה, מאחר שהוא מאמין שההבדלים בין מחלות הנפש השונות הם כמותיים ולא איכותיים, לדעתו אמפתיה וקבלה חיובית, ללא תנאי, מתאימים בכל המקרים.
- קוהוט הצדיק במקרים מסוימים את הצורה המסורתית של השכיבה על הספה, ואילו רוג'רס ישב תמיד פנים אל פנים עם המטופל.
- קוהוט דגל בטיפול ארוך טווח, ואילו רוג'רס האמין בטיפול קצר מועד.
- קוהוט סבר שעל המטפל לעבור אימון ממושך, ואילו רוג'רס לא האמין באימון ממושך אלא בכוחה של אישיותו של המטפל.
- קוהוט העריך פורמליות ורוג'רס לא התייחס אליה.
- לסיכום, קהאן אומר שקוהוט לא השתחרר לגמרי מהמסורת הפסיכואנליטית המסורתית.

אדוין קהאן במאמרו משנת 1998 ממשיך ומחמיא לקוהוט על התפנית הברוכה שהביא לפסיכואנליזה אבל אינו נמנע מביקורת. הביקורת מתייחסת לכך שקוהוט, עמיתו ותלמידו, אשר אימצו את התשתית הטיפולית של רוג'רס וכך גם את עיקריו התאורטיים, מעולם לא הודו בכך. אין ספק לגבי ראשוניותו של רוג'רס ולגישות הרבה שהייתה לקוהוט לפסיכולוגיה הרוג'ריאנית, מאחר שקוהוט ורוג'רס עבדו באותה אוניברסיטה.

ג'סיקה בנג'מין (Benjamin, 1988) כותבת בספרה שהפסיכואנליזה משנה כיוון כשהשינוי עיקרו במיקוד שניתן ליחסי אס-תינוק בשלבים הפרה-אדיפליים לעומת ההתמקדות שהייתה במשולש האדיפלי בעבר. שינוי זה הוא שינוי רב-פנים שהביא לבנייתן של תאוריות חדשות. בנג'מין רואה את העיקר במעבר מהמרכזיות שהוענקה לאב למרכזיות המוענקה לאם. זהו מעבר מחוקים, היררכיה, סמכות ומשמעת המיוחסים לגבריות לעבר יחסים, אינטראקציה, שוויון ומשמעות המיוחסים לנשיות. הפסיכואנליזה האינטרסובייקטיבית של ג'סיקה בנג'מין מדגישה את הכיוון של הפנייה לאם.

לדעת בנג'מין (שעסקה בפמיניזם לצד העיסוק בפסיכואנליזה) השינוי הזה שחל בפסיכואנליזה בא לאחר השינויים שחלו במעמד האישה בתרבות המערבית, במהלך המאה האחרונה. האישה עוברת ממעמד של אובייקט פסיבי בעולם הגברי לסובייקט אקטיבי בעולמה היא. פרויד ובני דורו לא יכלו להעניק לאם (האישה) תפקיד אקטיבי עשיר. הם ראו בה אובייקט מזין, אורגלי ומספק נוחות. בלשונו של מרטין בובר, הם ראו ביחסי אס-תינוק מפגש של "אני והלז". הפסיכואנליזה האינטרסובייקטיבית מעניקה

חשיבות רבה למפגש אם-תינוק שאיכותו נקבעת במידה שהאם מצליחה להופכו למפגש של "אני ואתה". דבר שהתינוק משתוקק לו והאם מיועדת לו בתוקף אימהותה.

מושג האינטרסובייקטיביות, לפי בנג'מין, מכוון הן לתאוריה והן ליכולת האנושית, שהיא יכולת קמאית של האדם וטבועה בטבעו, ואליה הוא נכסף מיום היוולדו מאחר שהיא האמצעי להענקת תחושת קיום (הלידה הפסיכולוגית של העצמי). יכולת זו מתעודדת ומתעשרת מתוך מארג היחסים בין התינוק לאימו (bonds of love). בנג'מין בחרה במושג recognition (שתרגומו לעברית מהווה שילוב מעניין והוא "הכרה-הוקרה"), כדי לתאר את מערכת היחסים המופלאה שבין אם לתינוקה. היא מציגה אוסף של מונחים נרדפים כדי להרחיב ולהעמיק את ההבנה של המערכת הזאת. מונחים אלו הם אישור, נתינת תוקף, דעת, קבלה, הבנה, הרגשה, נתינה, שימת לב, סובלנות, הערכה, ראייה, הזדהות ואהבה. תהליך ה"הכרה-הוקרה" כולל ציר נוסף והוא תגובת המקבל, כלומר כיצד המקבל חש כלפי ה"הכרה-הוקרה" הזאת. מכאן נוצר תהליך בעל שני כיוונים: התינוק חש את תחושת ה"הכרה-הוקרה" וגם מגיב לה, דבר המקנה לתינוק, את התחושה "אני קיים – ואני הבורא של הנברא על ידי" (I am the author of my acts). מכאן מתחילה להיווצר הדדיות, התינוק חש את ה"הכרה-הוקרה" ומשיג את היכולת להפעילה כלפי האחר – "הכרה-הוקרה הדדית" (mutual recognition). את ההדדיות הזו לא ניתן להשיג במשמעת, גם לא בהזדהות עם הכוח של האחר, אלא נדרש כאן קשר (contact) עם האחר.

לסיכום, התינוק זקוק לאחר כדי שהאחר יכיר ויוקיר אותו, את פעולותיו, רגשותיו, כוונותיו, עצמאותו וקימו. ההצהרה "אני קיים" מחכה לתגובה "אתה קיים". עמדת האם, הספוגה "הכרה-הוקרה", מהדהדת אצל התינוק וכך מתרחשת בעת ובעונה אחת הבניית העצמי והתייחסות אליו בד בבד עם הבניית האחר וההתייחסות אליו.

לא קל לבחון את המפגש בין הפסיכואנליזה האינטרסובייקטיבית ובין התאוריה הממוקדת באדם בגלל התחושה המקוממת של חוסר הוגנות. ג'סיקה בנג'מין, שהציגה בחזית התאוריה שלה את ה"הכרה-הוקרה", אינה מזכירה ולו במשפט אחד את רוג'רס, ואילו את קוהוט היא מצטטת מספר פעמים ומוקירה את תרומתו. רוג'רס הוא שהציג 40 שנה לפניו את מושגי המפתח של תורתו שהם ממש מילים נרדפות למושג "הכרה-הוקרה הדדית". רוג'רס בהרצאה שנתן בכנס בשנת 1985 מדגיש שהגיע הזמן לעבור מהסודות של ה"לבדיות" אל הסודות של ה"יחד". ממש אותם הדברים שבנג'מין כותבת כאשר היא מציגה את הפרספקטיבה האינטרסובייקטיבית כמשלימה את הפרספקטיבה הקלסית. בנג'מין מדגישה את העיקר בתורתה בהתמקדות ב"בין", כלומר בתהליך ההתרחשות שבין האובייקט לסובייקט. גם כאן קיימת התעלמות מרוג'רס שהיה הראשון לאמץ את הפילוסופיה הדיאלוגית של מרטין בובר שעיקרה ה"בין". אי אפשר להימנע מלראות את הדיאלוג המתרחש במפגש של "אני ואתה" כמצב שבו "הכרה-הוקרה הדדית" (mutual recognition) נמצא בשיאו. מצב שבו "אני קיים" וגם ה"אחר קיים" וזכאי ל"הכרה-הוקרה" כמוני, כלשונה של הפרספקטיבה האינטרסובייקטיבית.

הייעוץ כמקצוע מכובד בתחום הפסיכולוגיה

בעשור האחרון לחייו, הבין רוג'רס שהרעיונות שפיתח בשדה הפסיכותרפיה ניתנים ליישום במגוון רחב של פעילות אנושית: בחינוך, ביחסים במשפחה, בניהול עסקי ובפתרון

סכסוכים. במובן זה, הרעיונות ושיטות הטיפול של רוג'רס חלחלו ומחלחלים לתרבותנו כיום בקבוצות טיפול, בייעוץ ארגוני, בגישור, בכיתות בתי הספר וביחסי הורים-צאצאים. מכל האמור לעיל, הפסיכותרפיה הממוקדת באדם צריכה להעניק לייעוץ וליועץ הערכה עצמית ואת התחושה של מקום מכובד בתחום הפסיכולוגיה. אבל, למרבה הפלא, הטיפול הזה נאלם. במרוצת עבודתי ארוכת השנים, פגשתי יועצים רבים שלא הכירו כלל את הרקע התאורטי ואת שיטות הטיפול של הפסיכותרפיה הממוקדת באדם, בוגרי מוסדות להכשרת יועצים שלא הוכשרו כראוי לטפל בשיטות שפיתחו קרל רוג'רס, עמיתו ותלמידיו. גם כאן, במכללת אורות, הסטודנטים טוענים שהלימודים לא דנים במהות הייעוץ מכיוון שהמלי"ג לא מחייב זאת. השאלה המתבקשת היא: מדוע?

כנראה פועלים כאן כוחות שוק שאינם רלוונטיים לעצם התחום. הייעוץ נחשב, ללא הצדקה, לתחום פחות ערך מהתחומים הטיפוליים האחרים וכך גם רואים אותו יועצים רבים. יש אפוא צורך לשנות את הראייה המוטעית הזו. **על היועץ להכיר ולהפנים שהייעוץ הוא מרכזי, בן אצולה במשפחת הפסיכולוגיה ולא בן חורג. המסר במוסדות ההכשרה ובבתי הספר צריך להיות שהייעוץ הוא משרה של אדונים, לא של חוטבי עצים ושואבי מים בשירות מטפלים ופסיכולוגים למיניהם.**

הייעוץ והמערכת הבית ספרית

למרות הנוכחות של היועצים בבתי הספר, המאבק הרוג'רייני והדרך שסלל רוג'רס לא הופנמו. ברוב המקרים ניתנים מבחנים כתחליף לייעוץ. יש התעלמות לא רק מהתאוריה והשיטות של רוג'רס, אלא גם מהמסקנות של חוקרים אחרים, כמו כריסטופר בולס (2000) שכתב בספרו על המחלה הנורמוטית; לואיס קוזולינו (Cozolino, 2006) שעסק בחקר המוח כתב בספרו עד כמה התזה הרוג'ריאנית של הייעוץ רלוונטית להתפתחות המוח, מעוררת שיח שיש בו ליצור ולבנות גשרים במוח ולחזק בינה בעוד שאובייקטיביזציה במקרים רבים פוגעת והורסת.

יעקב פרנקל (1985) מקדיש בספרו פרק לעולמו הפנימי של היועץ. פרנקל מציע את ההבחנה הבאה בין מהות לזהות:

מהות	זהות
סימן חיצוני	סימן פנימי
נרכשת	מתעצבת
קובע היצרן	קובע הצרכן
חומרים ושיטות	קשר ויחסים
שאלה מקצועית	שאלה איכותית

פרנקל טוען שליועץ יש זהות ואין מהות בעוד שלצידו מתנהלים הפסיכולוג והמורה שהם אוחזים במהות ולא נדרשים להתמודדות המורכבת של עיצוב הזהות. היועץ חש את הניכור ואולי גם את הקנאה המלווים במתח שבין שני הקטבים – המהות של המורה והמהות של הפסיכולוג. הפרופיל של היועץ, כפי שמתווה פרנקל, משקף באופן ברור את

עריסת הולדתו של הייעוץ – הפרדיגמה הפוסט-מודרנית (ראו הקטע הבא). פרנקל חש חמלה כלפי היועץ שהוא מנסה למתן אותה בהערכה על ייחודיותו. כיום, כשלושים שנה לאחר פרסום מאמרו של פרנקל, פרופיל היועץ נשאר כשהיה, אבל התחושה כלפיו נקראת לשינוי.

דול (1999) מחלק בספרו את ההיסטוריה המערבית לשלוש תקופות: קדם-מודרנית, מודרנית ופוסט-מודרנית. בכל תקופה קיימת אמונה אחרת על הדרך שבה נעשית הקניית המציאות:

- **קדם-מודרנית**: מראשית ההיסטוריה המערבית המתועדת ועד למהפכה התעשייתית-מדעית במאות השבע עשרה והשמונה עשרה; תפיסה קוסמולוגית; האדם באיזון עם היקום.
- **מודרנית**: מקופרניקוס ועד איינשטיין, מהמאה השש עשרה ועד לתחילת המאה העשרים; תפיסה מתמטית-מכניסטית; האדם שולט ביקום.
- **פוסט-מודרנית**: מתחילת המאה העשרים ועד היום; תפיסה קונסטרוקטיביסטית; האדם מעצב את היקום.

הסיפור של מאיה – סוף שהוא גם התחלה

מאיה, תלמידת בית ספר ממוצא אתיופי, איחרה לאוטובוס שהסיע את הילדים לטיול השנתי שהתכננה אליו. האם ניסתה למצוא דרך להשיג את האוטובוס, היא טלפנה למורים שהשתתפו בטיול ולתלמידות הכיתה, אך כל הטלפונים לא נענו (לא הרגישו בחסרונה של מאיה כמו שאף פעם לא חשו בנוכחותה). האם ניסתה לשכנע את מאיה לנסוע בעקבות האוטובוס כדי להשיגו אך מאיה התנגדה לכך בכל תוקף "יצחקו ממני... יצחקו ממני..." ומאיה התאבדה. עורכת דין מטעם משרד החינוך בדקה את "התיק" שהועבר לה מבית הספר וקבעה: "הייתה הזנחה בטיפול בתלמידה". ההורים ביקשו לקבל את התיק ולא ניתן להם "מטעמי חיסיון".

מאיה יקרה, לא פגשתי אותך, אבל אני מכירה אותך. אני מכירה את הילדה שיושבת בשיעור ומחכה שזה כבר ייגמר; בהפסקה נמצאת אבל לא קיימת; החצר רועשת גועשת אבל מסביבה רשת. מאיה, רצית כל כך להשתתף בטיול, התכוננת אליו, מה חשבת שיקרה שם, שירעדו אמות הסיפים? הם באמת רעדו אבל לא בצורה שאולי לה ציפית.

אין לי יותר מה לכתוב וגם אין כבר למי לשלוח את המכתב.

ולכן, אני פונה אליכם, יועצים ופסיכולוגים, מה אתם חושבים, למי נזקקה מאיה, ל"פרויד" או ל"רוגרס"?

סיכום

ניתן להתייחס להרצאה זו כאל "מסע שורשים" של הייעוץ. מסע שמטרתו להכיר את המקור, המהות והערך של הייעוץ כפסיכותרפיה. הכרה זו היא בעלת חשיבות מאחר שהייעוץ במדינת ישראל אינו זוכה ליוקרה המקצועית בהשוואה לכיוונים הפסיכותרפואטיים האחרים (הדינמיים והביהויריסטיים). עמדה זו מצערת מאחר

שהעיתים זקוקים כיום לכיוון טיפולי ברוח הייעוץ. כלומר כיוון טיפולי המתמקד בצד החיובי של החוויה האנושית, אותו צד המקנה לאדם את התחושה שהוא "נברא בצלם", יש לו ייעוד ולקיומו יש משמעות. יחד עם הצורך להבין את המצוקות ולשקם את הכאב והסבל הנגרמים לאדם תוך כדי ההסתגלות ופוגעים באיכות חייו.

אדווין קאהן (1998) משווה במאמרו את תרומתו של רוג'רס לתרומתו של פרויד לרווחת האדם. קאהן קובע שכיום משנתו של רוג'רס היא בעלת משמעות רבה יותר לאדם ולהעצמתו מזו של פרויד. הכותב מדגיש שהשינויים המהפכניים והברוכים שנעשו בפסיכואנליזה, נעשו בהשפעתו של רוג'רס, תוך אימוץ עיקריו. יחד עם זאת, קאהן מצר שהדבר נעשה מבלי לתת לרוג'רס את האשראי המגיע לו על כך. נראה אפוא שהגיע הזמן לבסס את הייעוץ על המשנה הרוג'ריאנית ולהעניק ליועצים את המרחב לממש את הייעוץ הטיפולי ברוחו של רוג'רס.

רשימת מקורות

- בולס, כ' (2000). *צלו של האובייקט: פסיכואנליזה של הידוע שלא נחשב* (מ' קראוס, מתרגמת). תל-אביב: דביר.
- דול, ו"א (1999). *השקפה פוסט-מודרנית על חינוך: מבט חדש על תכנית הלימודים* (א' צוקרמן, מתרגם). תל-אביב: ספריית פועלים.
- פרנקל, י"י (1985). *מעין מתגבר ושמו אדם*. תל-אביב: ציריקובר.
- Benjamin, J. (1988). *The bonds of love: Psychoanalysis, feminism, and the problem of domination*. New York: Pantheon Books.
- Bugental, J. F. T. (1963). Humanistic psychology: A new break through. *American Psychologist*, 18(9), 563-567. doi:10.1037/h0048666
- Cozolino, L. J. (2006). *The neuroscience of human relationships: Attachment and the developing social brain*. New York: Norton.
- Dryden, W., & Mytton, J. (1999). *Four approaches to counseling and psychotherapy*. London: Routledge.
- Kahn, E. (1985). Heinz Kohut and Carl Rogers: A timely comparison. *American Psychologist*, 40(8), 893-904. doi:10.1037/0003-066X.40.8.893
- Kahn, E. (1998). Carl Rogers, more relevant today than Freud. *Psychotherapy Bulletin: Official Publication of Division 29 of the American Psychological Association*, 33, 35-36. Retrieved from https://www.adpca.org/publicfiles/library/Carl%20Rogers%2C%20More%20Relevant%20Today%20than%20Freud_Edwin%20Kahn.pdf
- Kohut, H. (1984). *How does analysis cure?* (A. Goldberg & P. E. Stepansky, Eds.). Chicago: University of Chicago Press.

-
- Prout, H. T., & Brown, D. T. (Eds.). (2007). *Counseling and psychotherapy with children and adolescents: Theory and practice for school and clinical settings* (4th ed.). Hoboken, N.J.: Wiley.
- Rogers, C. R. (1942). *Counseling and psychotherapy: Newer concept in practice*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rowan, J. (1983). *The reality game: A guide to humanistic counselling and psychotherapy*. London: Routledge & K. Paul.
- Stolorow, R. D. (1976). Psychoanalytic reflections on client-centered therapy in the light of modern conceptions of narcissism. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 13(1), 26-29. doi:10.1037/h0086479