

פסיכותרפיה ויהדות :

קונפליקטים ופתרונות

מגישה

בלה סוסבסקי

מנחת הפרוייקט:

פרופ' סוזן הנדלמן

עמותת עתיד

2001 - 02

Baila Sosevsky is currently a social worker for the city of Jerusalem, with the division for drug addiction. She has experience in informal education in Israel and the former Soviet Union.

Description

The author attempts to explore the conflicts arising from the contradictions and tensions between psychology and Judaism. The mutual interests of both disciplines create dilemmas, which Orthodox Jewish therapists must resolve within their practice. Through written documentations and interviews with professionals in the field the author describes the various conflicts both practical /Halakhic and theoretical/ philosophical which they encounter in their work. A description and classification of their various resolutions is described and briefly analyzed.

Abstact

From the very beginning of the development of psychology as a discipline there has been a tense dialogue between psychology and religion, the reason being the significant overlap in interests. They each take positions on understanding human nature but arrive at seemingly different conclusions. As opposed to the exact sciences, which were accepted by Halakha, psychology was perceived as contradicting the foundations of religion, posing a threat to religion and even aspiring to replace it. The overlap between the two invites dialogue and provides opportunity for confronting the challenges they present one another.

There are various approaches to the relationship between psychology and religion: On the one extreme we find the positions of Freud and psychodynamic theorists who for many years viewed religion as a pathology demanding treatment. On the other extreme we find religious authorities who for many years delegitimized the right of psychology to express an opinion as to human nature and provide an alternative to religion in the process of change and growth.

With time positions softened and a genuine dialogue began between the two disciplines. Simultaneously Orthodox Jews started to practice therapy and the once theoretical dialogue developed practical applications.

This paper attempts to define the conflicts, which concern Orthodox therapists and some of the various solutions they have arrived at.

The first chapter discusses conflict on the practical-Halakhic level. Therapy arouses many Halakhic questions specific to psychotherapy. It seems that the antagonism between the two disciplines resulted in a lack of systematic responsa on therapeutic issues. This section presents problematic issues and questions common amongst therapists. Described are the challenges therapists encounter in the search for rabbinic

guidance sensitive to psychological issues. Described in addition is an attempt to enhance cooperation between therapists and rabbis. The purpose of this initiative is to deepen the rabbis' awareness and sensitivity to therapeutic perspectives and to encourage psychologically attuned Halakhic rulings.

The second chapter discusses conflicts on the theoretical-philosophical realm. Issues of interest to both disciplines are discussed. Examples of points of conflict which concern Orthodox therapists are free will vs. determinism, neutrality vs. religious subjectivity, God's place in the world, spirituality, ethnocentrism vs. Theocentrism etc. Possible resolutions to these conflicts are classified into three models:

1. the separation model (Split)
2. the integration model
3. the reconstruction model

The separation model refers to therapists who live their lives according to religious values and work according to strictly professional values.

The integration model combines various approaches to synthesizing religion and psychology. Described are attempts at reframing psychological concepts, backing up psychological concepts and theories with Torah ideas and sources and the attempt to draw parallels between various psychological schools of thought and religious movements.

The reconstruction model refers to new theories and approaches developed by therapists who reject the above models in favor of new theories which are Judaically inspired.

A short critique follows the discussion of each model.

The last chapter deals with some possible ramifications for the field of education.

The need for a deep exploration and study of the psychological insights of Torah and

the development of psychologically in-tune Torah curricula is suggested. Such study can move the religious community a step further toward establishing an authentic, broad religious psychological theory which can hopefully replace secular psychology.

תקציר

מאז התפתחותה של הפסיכולוגיה מתקיים דיאלוג מתוח בינה ובין הדת. הסיבה לכך היא חפיפה רבה בתחומי העניין של שתי הדיסציפלינות. שתיהן בעלות עמדות על מהות אדם אך עמדותיהן אינן זהות. בניגוד למדעים המדויקים שהתקבלו בידי ההלכה הפסיכולוגיה נתפסה כסותרת את יסודות הדת, מאיימת עליה ואולי אף מתיימרת להחליפה. החפיפה בין השתיים מזמינה דיאלוג ופתיחת פתח להתמודדות עם האתגרים שמציבה הפסיכולוגיה לדת ולהפך.

ישנם מגוון גישות לקשרי דת- פסיכולוגיה: בקצה אחד ניצבים פרויד והאסכולה הפסיכודינמית אשר במשך שנים רבות התייחסו אל האמונה הדתית כפתלוגית ודורשת טיפול. בקצהו השני של הדיון ניצבים אנשי הדת אשר במשך תקופה ארוכה שללו את הלגיטימציה של הפסיכולוגיה לחוות דעה על טבע האדם ולהוות כלי חלופי לדת בתהליכי שינוי וצמיחה אישיים.

עם השנים התרככו הקצוות והחל להיווצר דיאלוג אמיתי בין הפסיכולוגיה לדת. במקביל לתהליך זה החלו אנשים דתיים להשתלב כאנשי מקצוע בתחום הפסיכותרפיה והדיאלוג התיאורטי קיבל משמעות מעשית עבור מטפלים דתיים.

מטרת עבודה זאת לברר מה הם הקונפליקטים השונים בפניהם ניצבים מטפלים דתיים ואלו פתרונות מוצאים אנשי המקצוע להתמודדות עמם.

הפרק הראשון עוסק בקונפליקטים במישור הפרקטי-הלכתי. בטיפול מתעוררות שאלות הלכתיות רבות הייחודיות לתחום הפסיכותרפיה ונראה שהניתוק בין דת ופסיכולוגיה גרם להעדר פסיקה הלכתית סיסטמית בתחום. בחלק זה מובאים שאלות וסוגיות בעייתיות הרווחות אצל מטפלים. מתוארים קשיים של מטפלים לאתר רבנים הרגישים לסוגיות פסיכולוגיות והמפעילים שיקול דעת מקצועי בעת פסיקת הלכה. כמו כן מתואר ניסיון ליצור שיתוף פעולה בין רבנים ומטפלים בקהילות חרדיות. יוזמה כזאת מטרתה להעמיק את המודעות ורגישות של רבנים לשיקול דעת פסיכולוגי ולקדם פסיקה מודעת ורגישה יותר לצרכים נפשיים.

הפרק השני בעבודה עוסק בקונפליקטים במישור התיאורטי / השקפתי. נידונות כאן סוגיות בעלות עניין לשתי הדיסציפלינות. דוגמאות לנקודות קונפליקט המעסיקות מטפלים דתיים רבים הנן: בחירה חופשית מול דטרמיניזם, אי שיפוטיות פסיכולוגית מול ערכים דתיים מוגדרים, מקומו של אלוקים בעולם, מקומה

של הרוחניות באדם, אטנוצנטריות מול תיאוצנטריות וכדומה. הפתרונות האפשריים לקונפליקטים תיאורטיים של מטפלים דתיים מסווגים לשלושה מודלים:

1. מודל ההפרדה (Split)

2. מודל האינטגרציה

3. מודל הרקונסטרוקציה

מודל ההפרדה מתייחס למטפלים החיים ע"פ מערכת ערכים דתית בחייהם האישיים ומערכת ערכים מקצועית בעבודתם.

מודל האינטגרציה מאגד מספר ניסיונות ליצור סינתזה בין פסיכולוגיה ודת. מתוארים ניסיונות להמשגה חדשה של יסודות בפסיכולוגיה, ניסיונות לאתר אסמכתות ומקורות תורניים לתיאוריות פסיכולוגיות וניסיונות למצוא הקבלות בין אסכולות פסיכולוגיות ותנועות שונות ביהדות.

מודל הרקונסטרוקציה מתייחס לגישות חדשות שגובשו ע"י מטפלים שדחו את מודל ההפרדה והאינטגרציה לטובת תיאוריות פסיכולוגיות וגישות טיפוליות היונקות ממקורות יהודיים. לגבי כל גישה חדשה מתואר הקונפליקט שיצר את הצורך ברקונסטרוקציה, הסיבות לדחיית המודלים האחרים וסיכום עקרונות התיאוריה או הגישה המוצעת.

לאחר תאור כל אחד משלושת המודלים מובא דיון קצר באשר ליתרונותיה, תרומותיה וחסרונותיה. בפרק האחרון נידונים השלכות העבודה על התחום החינוכי. מודגש הצורך ללימוד מעמיק של היסודות הפסיכולוגיים בתורה ומוצע לפתח לימוד תורני מנקודת מבט פסיכולוגית. לימוד כזה יכול להוות צעד לקראת מיסודה של תיאוריה פסיכולוגית דתית, מקיפה ואותנטית המקובלת על דעת החברה הדתית ומסוגלת להחליף את הפסיכולוגיה החילונית.

הקדמה

כעובדת סוציאלית, בתחילת דרכה המקצועית כמטפלת, אני עסוקה בעיצוב עמדותיי המקצועיות. מגוון התיאוריות והגישות הוא עצום ואינני מתיימרת להכיר את כולן אפילו בשם. עם זאת כבר בלימודי באוניברסיטה חשתי בפער עמוק בין החומר אותו למדתי וזהותי הדתית. בזמנו לא ידעתי להצביע על מקור הפער או לחשוב על משמעויותיו השונות אך ההרגשה ליוותה אותי גם אחר כך אל עולם העבודה.

ככל שהעמקתי והרחבתי את לימודי כך גדל הפער בתוכי. הדת קיבלה מקום בעולם המעשה שלי ואילו את המשמעות, ההסברים והתובנות התחלתי לחפש דווקא בתיאוריות ומונחים פסיכולוגיים. ההלכה הכתיבה מה עליי לעשות אך בפסיכולוגיה חיפשתי מענה והבנה למחשבות ורגשות. בהמשך הפער החריף: לתובנות באשר למחשבות ורגשות משמעויות ומסקנות גם במישור המעשי וכבר לא ניתן היה לטעון לסיווג והפרדה בין הסמכויות השונות בחיי.

מאז ומתמיד אהבתי לימודי קודש ובשנים האחרונות התחלתי להתעניין בעיקר בסוג לימוד בו ישנה אמירה על מהות האדם ותובנות במישור הפסיכולוגי. לא ייתכן שתורת חיים תחוה דעתה רק על עולם המעשה ותשאיר את השאר- ואולי העיקר- לזולתה.

בשלב ראשון של הפרוייקט רציתי לברר מה הן דרכים אפשריות למזג בין טיפול נפשי ומקורות תורניים. כיצד ניתן להשתמש בתורה ככלי טיפולי ואלו שיטות טיפוליות יעילות למטרה זו. כאשר ניגשתי בפועל למלאכה הבנתי שלפני הבנייתן של גישות ושיטות חדשות רצוי להבין לעומק מה עומד מאחורי הפער שחוויתי בין פסיכולוגיה ויהדות? כמה מחויה זאת היא סובייקטיבית והסברה בהיעדר ידע או הבנה שלי את התיאוריות וכמה אובייקטיבית ונחווית גם ע"י אחרים? האם ניתן להגדיר את מקורות הפערים והמחלוקות בין פסיכולוגיה ויהדות והאם ניתן לגשר עליהם?

מטרה זאת הפכה לנושא פרוייקט זה. במסגרת השנה קראתי מאמרים וספרים שנכתבו בנושא. בעקבות תחושותי שקיים פער גדול בין החומר הכתוב ובין העבודה המעשית של מטפלים דתיים בפועל החלטתי לראיין מספר מטפלים במטרה להבין היכן, אם בכלל, הם חווים קונפליקטים בין עולמם הדתי והמקצועי וכיצד הם מתמודדים עמם. מהר מאוד גיליתי שתחום התעניינותי מורכב ומתאפיין בקשת רחבה מאד של גישות ודעות. דרך עבודה זאת אני מקווה להבין את הקונפליקטים היוצרים פער בין פסיכולוגיה ויהדות

ולהציע מספר דרכים להתמודדות עם. הבנה זאת יכולה להוות עבורי בסיס ותשתית לפיתוח גישות תיאורטיות חדשות וכלים מתאימים למסגור הטיפול הנפשי ביסודות הדת היהודית.

מבוא

מאז ראשית התפתחותה של הפסיכולוגיה קיים מתח בינה ובין הדת.

הפסיכולוגיה שואפת להבין את נפש האדם, הפסיכותרפיה שואפת לעזור לבעל נפש חולה או מיוסרת להתרפא ולהשתנות. הדת גם היא מתארת ומסבירה את מהות נפש האדם, גם לה הסברים לתופעות של חולי נפשי וגם היא מציעה דרכים לרפואתן. בנוסף לטענה זאת, קיים אלמנט פילוסופי, מרכזי, וחשוב, בכל תיאוריה פסיכולוגית וטיפולית ועל כן ניתן לומר שהיא חופפת את הדת מבחינת תחומי עניינה.

מדעים נוספים הגיעו למסקנות שונות מן הדת בנושאים רבים ומשונים אך הצליחו לחדור אל הדת ולהתקבל על ידה. כשהתעוררה מחלוקת או סתירה בין המדע והדת עסקו אנשי הדת בנושאים אלו, הציעו פתרונות למחלוקות הקיימות אך לא העלו על דעתם לפסול את הלגיטימיות של מחקרים מדעיים. זאת כנראה משום שהמדעים המדויקים עוסקים לרב בנראה, מוחשי ונמדד. לעומת זאת נראה שהדת שמרה לעצמה את המנדט לעסוק במה שאינו נראה: אלוקים, גן עדן, גיהנום, נשמה, נצחיות וכו'. הפסיכולוגיה, למרות שנחשבת מדע, אינה מצמצמת עצמה לבריאות ותפקוד הנראים ונמדדים אלא פורסת עצמה על פני סוגיות של משמעות וזהות החופפות עם סוגיות המעסיקות את הדת.

כל עוד אין חפיפה בין תחומי העניין של דיסציפלינות שונות, אין ביניהם סתירות או איום ממשי זה על זה והן מתקיימות בשלום אחת עם רעותה. לעומת זאת ברגע שקיימת חפיפה בין שני תחומי עניין ישנה סכנה שהאחת תאיים על השניה ותסכן את קיומה. כאן בעצם נולד המתח הגדול בין פסיכולוגיה ודת. לא ניתן לטעון להפרדה מוחלטת בין טיפול פסיכולוגי וערכים (דתיים ואחרים). קשר, חפיפה ומתח בין השניים הנם עובדה שלא ניתן להתכחש לה ומשום כך יש צורך להתמודד עמה. מתח זה הוליד דיון ומחקר בנושא שהחל כבר בימי פרויד ונפרס במלוא העוצמה לתוך המאה ה-21.

קיימת קשת רחבה של גישות והתייחסויות לקשר פסיכולוגיה-דת ולמתח שביניהם:

פרויד ועמו האסכולה הפסיכואנליטית הציבו עצמם בקצהו האחד של הדיון. הם הגדירו את הדת כפתולוגית, דהיינו מחלה עמה הפסיכותרפיה מתמודדת ושואפת לרפא. הוא ייחס חלק גדול מהבעיות החברתיות ובין-אישיות של בני אדם לאמונתם ואורח חייהם הדתי. הוא התבטא באופן גלוי ואף פעל נגד אמונותיהם הדתיות של מטופליו. בכך מהווה טיפולו של פרויד דוגמא למפגש ולפעמים התנגשות בין טיפול וערכיהם של מטפל ומטופל. ע"פ עמדה זאת של פרויד ואסכולות שונות בעקבותיו, חובה על

המטפל להשפיע מבחינה ערכית על מטופליו כשהוא מוצא קשר בין ערכיו של מטופל ובעיותיו. אם הדת מהווה בסיס להיווצרות הבעיה יש לטפל בשורש הבעיה, דהיינו אמונותיו הדתיות. אם הנחת היסוד היא שבעיה נוצרת מתוך עיוות של השקפת עולם וערכים, אזי הטיפול בבעיה גם היא נוגעת בתחומי השקפת עולם וערכים. השניים לעולם יהיו קשורים ובלתי ניתנים להפרדה. התוצאה במקרה זה: שלילת הדת לטובת בריאות פסיכולוגית-נפשית.

בקצהו השני של הדיון ניצבו אנשי דת הרואים את ממצאי וערכי הפסיכולוגיה כמהווים איום על אמונותיו וערכיו של האדם המאמין. ע"פ אמונה זאת הם נוטים לפסול את לגיטימיותה של הפסיכולוגיה. קליין (1979) מסביר בהרחבה את העמדה המקורית של הדת כלפי הפסיכולוגיה:

טענתו העיקרית היא לגבי ההבדלים המשמעותיים בין המדעים המדויקים ופסיכולוגיה. המדעים המדויקים הנם תוצר של מחקרים אמפיריים העוסקים בחקירה של תופעות נראות, נמדדות ומוכחות. לעומתם מדע הפסיכולוגיה הנו בעל ממצאים מדויקים הרבה פחות. לדבריו קיים קושי גדול להוכיח ממצאים פסיכולוגיים באופן ברור ומוחלט והוכחה לכך הנם השינויים וההתפתחויות התמידיות של תורות וגישות חדשות בפסיכולוגיה המושפעות לרב מהלכי רוח חברתיים בכל תקופה נתונה. כל עוד אין אנו עוסקים במדעים מדויקים ומוכחים, מדוע נפתח אמונה ברעיונות לא מוכחים הזרים ולעיתים קרובות נוגדים את התורה באופן מוחלט? מדוע נאמץ טענות לא מוכחות על דרכי למידה של אנשים וכוחות מניעים המשווים את האדם לבעל חיים בעוד התורה טוענת לטבעו הייחודי ואלוקי של האדם? מדוע נקבל את עמדתו של פרויד על נזקיה של הדחקה מינית בעוד התורה דורשת מעמנו צניעות, שמרנות והגבלה בתחום המיני? מדוע נעודד התנגדות ומרד נגד סמכות הורית כאשר כיבוד הורים היא אחת מעשרת הדברות? ומדוע נאמין לו לפרויד על המצאת האדם את אלוקיו יותר מאשר נאמין בדברי התורה עצמם? אם קיימות מספר פילוסופיות הקשורות בהבנת מהותו של האדם, תפקידו בעולם, חובותיו וגבולותיו, בחירתו החופשית, טבעו הראשוני וכו' מדוע נבחר בתיאוריות הפסיכולוגיות, שלא הוכחו באופן מוחלט, בעוד הן נוגדות באופן מפורש את פסוקי התורה ואת הרעיונות שפותחו על גביהם במשך אלפי שנות מסורת יהודית? לדעתו של קליין אין לפסיכולוגיה מעמד של מדע אלא לכל היותר מעמד של אומנות וברגע שהיא מהווה אתגר או איום ולו הקטן ביותר על הדת, היא פסולה. לפיכך אין צורך להתמודד עם המתח הקיים אלא ברור שיש לפסול את ערכי הפסיכולוגיה ולחפש את המענה למצוקה נפשית בתוך מסגרת התורה.

בדומה לדעתו של קליין, רבנים רבים פסקו בעבר נגד ההיעזרות בטיפול פסיכולוגי מטעמים דומים. הם ראו בהשפעות המטפל והטיפול סכנה לאמונות ודרך חיים של אנשים מאמינים. ישנם פסקי הלכה המתירים היעזרות בטיפול פסיכיאטרי-תרופתי במקרים של מחלות נפש אקוטיות. ניתן להסביר שטיפול פסיכיאטרי עוסק באבחון סימפטומים המעידים על מחלה וניסיון לטפל בהם ע"י תרופות ובמקרים מסוימים ע"י טיפול שיחתי. לעומת זאת הפסיכותרפיה שואפת לאינטגרציה של ערכים והשקפת עולם חדשים כתהליך מרפא ולכן היא מסוכנת ופסולה.

בקרב הקהילה הדתית, ובייחוד בחברה החרדית, ישנה עדיין הסתייגות גדולה מטיפול נפשי המתבסס על תיאוריות פסיכולוגיות מקובלות אשר ביסודן הנחות הסותרות את הדת. בשנים האחרונות בעקבות היפתחותה של החברה הכללית לצורך בטיפול נפשי גם בקרב החברה ה"נורמטיבית" (שאינה סובלת ממחלות נפש), מתפתחת לאיטה דרישה וביקוש דומה בקרב החברה הדתית. הרבנים נאלצים למצוא פתרונות הולמים למצוקות בחברתם ולאחרונה מתפתחות תכניות להכשרת מטפלים דתיים-חרדים אשר ישמרו על מחויבותם לערכי התורה ועל קשר הדוק עם רבנים בכל הנוגע לבעיות הלכתיות המתעוררות בטיפול.

גישות קיצוניות אלו הניצבות בשני קצבותיו של הדיון על המתח בין פסיכולוגיה ודת, מושפעות ללא ספק מעמדותיהם הדתיות של בעליהן. פרויד שלא האמין באלוקים לא ראה צורך לעשות אינטגרציה בין דת ותיאוריות פסיכולוגיות שפיתח ולכן שלל את הדת לגמרי. לעומתו אנשי הדת אינם חשים מחויבות לדעות והשקפות עולם הנוגדות את אמונתם הדתית ובמשך תקופה ארוכה שללו ככל הניתן את הפסיכולוגיה וחיפשו מענים מקבילים ע"י אנשי דת וברוח האמונה הדתית.

קיימת ספרות פסיכולוגית רחבה העוסקת בסוגיות פסיכולוגיות ייחודיות לאוכלוסיית יהודים שומרי מצוות. נידונות גם דרכים בהם ניתן להקל את הגישה של האדם הדתי לטיפול הפסיכיאטרי הדרוש לו מבלי לאיים על אמונותיו מחד ומאידיך מבלי לוותר לגמרי על סמכותה של הפסיכיאטריה בתחום בריאות הנפש¹.

¹ גרינברג וויצטום בספרם *Sanity and Sanctity* (2001) וספירו בספרו *Handbook of Psychotherapy and Jewish Ethics* (1986) עוסקים בסוגיות קליניות הייחודיות לטיפול באוכלוסייה הדתית-חרדית.

בין שני קצוות אלו השוללות זו את זו ובכך פותרות את הבעיה, מתקיים דיון רחב ומתמשך באשר לנקודות ההשקה ומתח שבין פסיכולוגיה ודת. בולקה (1982) מביא התייחסויות של מספר פילוסופים וחוקרים בתחום הפסיכולוגיה:

מסלו טען שיש למזג בין פסיכולוגיה ודת: הפסיכולוגיה צריכה לפתח את למידתה בנושא ערכים והדת מצידה צריכה לחשוף את עצמה למחקרים מדעיים-פסיכולוגיים.

פרנקל מצא במחקריו כי קיים קשר הדוק בין היעדר ערכים ואמונות דתיות ובין מצוקה נפשית. כך למשל בהיעדר תחושת משמעות החיים נמצאה עלייה בתופעות התמכרות וחרדת מוות גבוהה. במקרים אלו, התערבויות טיפוליות שכללו עבודה על ערך החיים ומשמעותם נמצאו כאפקטיביות יותר מכל שיטת טיפול אחרת שנוסתה. דוגמא זאת מהווה נקודת מפגש בה הפסיכולוגיה שואבת רעיונות ערכיים מהדת ומשלבת אותם בטיפול. יש המרחיקים לכת וטוענים שחלק מהגישות והתיאוריות הטיפוליות בנויות בעצם על רעיונות ממסורות דתיות והנן רק ניסוח מחודש ומסגור לכללי התנהגות, רעיונות וערכים דתיים שיושמו לאורך כל הדרך בחברות דתיות.

במקביל לגישות המחדדות את תרומתה של הדת לפסיכולוגיה ישנם המדגישים את תרומתיה של הפסיכולוגיה לדת:

נעשו מחקרים המצביעים על רמת ערכים גבוהה יותר בקרב אתאיסטים מאשר בקרב אנשים דתיים. מחקרים אלו יכולים לשמש כאמצעי טוב לאיתור בעיות בחברות דתיות מסוימות הדורשות תשומת לב וטיפול. לדבריו, גם ריבוי המחלוקות בקרב הדת בעניין מחויבות להלכה, גבולות מחויבות זאת והצורך להקים חברות חדשות בקרב החברה הדתית (מחלוקת צדוקים-פרושים, חסידים-מתנגדים, אורתודוקסים-רפורמים), כל אלה מצביעים על קשיים ומצוקות בתוך המעגל הסגור של עולם הדת אשר אינם נפתרים תמיד בתוך המסגרת ובדרך כלל מביאים להולדתה של דת או כת חדשה. ע"מ לפתור בעיות פנים דתיות ללא הסכנה של יציאה מתחומי דת אחת ויצירת דת חדשה דרושה התייחסות השואבת את רעיונותיה מחוץ למסגרת הדתית. בכך יכולה הפסיכולוגיה לשמש כגוף חיצוני המתערב במטרה לאבחן ולהציע פתרונות.

גם האמונה הדתית עצמה יכולה (אך לא כפי שפרויד טען- חייבת) להוות פתולוגיה. מכיוון שאמונה דתית מתבטאת לעיתים קרובות במערכת הלכתית-מעשית, לא תמיד מתאפשר לאדם הדתי לפתח השקפה וערכים דתיים-בריאים והוא מגייס את אמונותיו לצורך השקפת העולם הפתולוגית שלו. במקרים אלו

מציע ספירו (1986) להשתמש בכלים פסיכולוגיים ע"מ לאבחן ולאחר דתיות הנובעת מפתלוגיה נפשית ולעזור למטופלים אלו להיפרד מהשימוש בדת לצורכיהם הנפשיים ולהשיג את מה שהוא מכנה "דתיות בוגרת יותר". הפסיכולוגיה יכולה לנסות לאבחן היכן הדת מהווה מערכת ערכים בריאה המקדמת את האדם ועומדת לרשותו ומתי דרושה התערבות והבנה פסיכולוגית שתאפשר לאדם הדתי לאמץ אמונות דתיות בריאות עבורו.

נראה כי ברמה הפילוסופית יש מקום רב לשילובם של הדת והפסיכולוגיה. ישנה הכרה בעיסוק המשותף לשתי הדיסציפלינות ונוצרה פתיחות עקרונית להפריה הדדית אך עם זאת טרם נפתרו הבעיות שעולות כתוצאה מהחיבור בין פסיכולוגיה ודת הן ברמה המעשית והן ברמה הפילוסופית.

פילוסופים שונים אמנם אפשרו פתיחה וחדירה של הדת אל הפסיכולוגיה ומאידך עם השנים הטיפול הפסיכולוגי עקב נחיצותו חדר למעשה אל תוך החברה הדתית. עדיין קיימות שאלות רבות בכל הקשור ליישוב הסתירות המהותיות בין ערכי הפסיכולוגיה והדת ויישומה הפרקטי של הפסיכולוגיה בתוך אורח חיים דתי.

המטפל הדתי ניצב בפני דילמה תמידית הדורשת ממנו להתמודד עם הנחות יסוד מנוגדות, סתירות מעשיות, הוראות סותרות ואוריינטציה חשיבתית כפולה. הוא נדרש לגבש עמדה כלפי מידת מחויבותו לכל אחד מעולמות הערכים אליהם מחויב, אישית ומקצועית. עם כל הרצון הטוב לפתוח ערוץ של תקשורת והפריה הדדית בין השניים, עדיין ניצבים מטפלים בפני דילמות הדורשות מהם להגדיר ולדרג את רמת מחויבותם למקצועם ולאורח חייהם האישי, פעמים רבות אחת על חשבון השניה.

המטפל הדתי, שכבר הצהיר על עצמו כמקבל את האופציה לחיבור כלשהו בין דת ופסיכולוגיה בעצם בחירתו במקצוע, נדרש עכשיו לגבש לעצמו עקרונות חשיבה ודרכי פעולה בזמן אמת.

כמו בדיון הפילוסופי כך גם בדיון המעשי ישנה סקלה רחבה של גישות והתמודדויות עם דילמה זאת: בפרקים הבאים יפורטו קונפליקטים משמעותיים בין הפסיכולוגיה והדת כפי שמתוארים ע"י מטפלים דתיים בספרות ומן העולה מראיונות אישיים עם שמונה מטפלים דתיים. יוצגו פתרונות במישור הפרקטי-הלכתי ובמישור התיאורטי-פילוסופי ויתוארו מודלים שונים לפתרון הקונפליקט.

קונפליקטים במישור הפרקטי/ הלכתי:

חוליה אחת של הקונפליקט בין פסיכולוגיה ודת הנה החוליה הפרקטית הלכתית. בטיפול, בין אם ע"י פסיכולוגים, פסיכותרפיסטים או עובדים סוציאליים עלולות להתעורר שאלות הנוגעות למישור המעשי של חיי המטופל ולפעמים אף שאלות הנוגעות להתנהגות המטופל והמטפל בזמן הטיפול עצמו. בשונה מהמטפל שאינו דתי, המשאיר החלטות מעשיות בידי המטופל בלבד ומקבל החלטות לגבי התנהגותו על פי שיקול דעת ואתיקה מקצועית של מטפלים, המטפל הדתי נאלץ לקחת בחשבון עוד סדרה רחבה מאד של הנחיות וחוקים מעשיים והיא ההלכה.

ספירו (1986) מציין את תופעת היעדר ספרות הלכתית העוסקת באופן מסודר באספקטים ההלכתיים של הפסיכותרפיה. בניגוד למדעים בכלל ולרפואה בפרט שזכו לתשומת לב רבה בספרות ההלכתית, ספירו טוען שהסתריגות הבסיסית של הדת מערכי הפסיכולוגיה והנחות היסוד שלה גרמו גם להעדר מחקר ופסיקה שיטתית בסוגיות הלכתיות רלוונטיות לתחום. בניגוד לגישה זאת הוא טוען שההלכה המהווה blueprint של המציאות כולה, כוללת בתוכה גם התייחסות למחלות נפש ותופעות פסיכופתולוגיות ומביא כדוגמא מושגים כגון 'רוח רעה', 'טרוף הדעת' ו'שטות'. לפי כך ניתן וצריך להעמיק בספרות הלכתית רלוונטית ולבנות מודל הלכתי לפסיקה בנושאים אלו. בספרו הוא חוקר באופן יסודי ומעמיק, סוגיות הלכתיות העשויות להתעורר בטיפול דוגמת מעמדם ההלכתי של מצוות ואקטים דתיים הנעשים ממוטיבציה נירוטית (ולא דתית), מעמד ה'הרהור האסור' בתהליך הפסיכותרפויטי, אמצעי מניעה והפלות בראי ההלכה ובריאות הנפש, הסטטוס ההלכתי של הומוסקסואליות ועוד. עבור כל נושא ונושא הוא מתעמק במשמעות הפסיכולוגית ובמטרות הטיפול ומאידך בסוגיות הלכתיות מקבילות ומסיק מסקנות הלכתיות בהתאם. נראה כי מגמתו היא להכליל ולהרחיב כמה שיותר את גבולות ההלכה ע"מ ליצור מרחב פעולה טיפולי גדול ככל הניתן. כמובן שהוא שם דגש על מטרות משותפות לטיפול ולהלכות הרלוונטיות ולרב מוצא שיש קונצנזוס רחב מאד בין המטרות והשאיפות של שני התחומים. גישה זאת מתאימה מאד גם לרעיונותיו לגבי היחס הפילוסופי-ערכי בין פסיכולוגיה ויהדות כפי שנראה בפרק הבא.

מעבר לספרו של ספירו הבונה לגיטימציה להתייחסות הלכתית לסוגיות פסיכולוגיות ודן בסוגיות מובהקות, מתעורר אצל מטפלים דתיים הצורך בדעת תורה ופסק הלכה על בסיס קבוע ושוטף.

כל המטפלים המרואיינים² התייחסו בצורה זו או אחרת לסוגיות הלכתיות המתעוררות בטיפול ולצורת ההתמודדות שלהם במקרים אלו.

סוגיות הלכתיות שחזרו ונשנו אצל מספר מטפלים היו:

- מחויבות להלכות כיבוד אב ואם מול צורך של מטופלים להביע אכזבה וכעס כלפי הוריהם.
- הלכות לשון הרע במקרים בהם מכיר המטפל את סביבתו החברתית של מטופל מסויים.
- כעס, מרמור והתרסה כלפי שמייים.
- מתן קדימות לצרכים נפשיים על פני קיום מצווה או עבירה על איסור.
- חובת המטפל במצוות "הוכח תוכיח את עמיתך".

רב המטפלים עמם דיברתי אמרו שנמצאים בקשר כלשהו עם רב לצורך קבלת פסקי הלכה והיתרים בעניינים אלו ואחרים המהווים עבורם דילמה הלכתית.

רב המטפלים הדגישו את החשיבות באיתור רב שניתן יהיה להסביר לו את התופעות הנפשיות והרציונל המקצועי ומטרותיו ע"מ שיוכל לפסוק הלכה תוך לקיחת הנושא כולו, על כל משמעויותיו, בחשבון.

פסיכותרפיסטית בשכונה חרדית בירושלים סיפרה שנתקלה בקושי של רבנים בהם התייעצה לנטרל את פסיקתם ההלכתית ממעמד ומעורבותם האישית בסיטואציות המתעוררות בקהילתם. במשך השנים השקיעה זמן ומאמצים להפריד ולנטרל עצמה מלחצים של רבנים בעלי מעורבות כלשהי עם מטופליה. לבסוף יצרה קשר עם רב בעל ידע מקצועי ורגישות לתחום הטיפול ועמו היא מתייעצת לגבי כל התלבטויותיה ההלכתיות-מקצועיות.

נראה שמלבד היעדר דעות הלכתיות מגובשות המבוססות על ידע ושיקול דעת הלכתי-פסיכולוגי, בקהילות מסוימות קיים עדיין קושי רב לקבל היתרים הלכתיים בכל הקשור למתן מענה לצרכים פסיכולוגיים.

מנהלת לשכת רווחה באחת משכונותיה החרדיות של ירושלים מדווחת שבמשך שנות עבודתה נתקלה בקשיים ומחסומים רבים עקב חוסר הבנה של רבנים לצרכים בתחום בריאות הנפש ופסיכולוגיה. דוגמא לכך היא מקרה של ילדה בסיכון עקב אלימות והזנחה שהוחלט להוציאה מביתה. ע"מ להשיג את שיתוף

² האינפורמציה לקוחה מתוך ראיונות שנערכו עם שמונה מטפלים: ארבעה פסיכולוגים וארבעה עובדים סוציאליים. כל השמונה מגדירים עצמם דתיים אך כמובן שהשונות ביניהם מבחינה דתית היא גבוהה. שונות זאת באה לידי ביטוי בייחסם לנושא פסיכותרפיה- יהדות אם כי על פניו לא ניתן להגיד שיש קורלאציה ברורה בין רמת מחויבות מוצהרת להלכה ורמת עניינם ביישוב קונפליקטים בין פסיכותרפיה ויהדות.

הפעולה של הוריה, פנתה הלשכה לשאול שאלת רב בנושא. תשובת הרב היתה שניתן להוציאה ע"פ שני קריטריונים: האחד, שתגיע הילדה למקום בו מגישים אוכל כשר מכיוון שמאכלים שאינם כשרים מטריפים דעתו של אדם. השני הוא הנחה שכאשר הילדה מוכה היא ודאי גם מכה את אביה מתוך הגנה עצמית. בפעולה זאת עוברת לאו מדאורייתא ולכן הוצאתה מהבית תציל אותה מאיסור זה. בדוגמא זאת ניתן פסק הלכה המאשר פעולה לטובת רווחתה האישית של ילדה בסיכון אך רק מתוך "מניפולציה" של ההלכה לטובת העניין. דוגמא קיצונית שניתנה היא במקרה של ילדה שעברה התעללות מינית מידי אביה. בשלב מסוים הוזמנה ע"י בית המשפט להעיד נגדו. בין הזימון לדיון נפסק לילדה ע"י רב שאסור לה להעיד נגד אביה וכתוצאה הובאה למעצר עקב סירוב מתן עדות. כאן רואים שוב את הסכנה בפסיקת הלכה שאינה רגישה כלל לצרכים טיפוליים ואת המחיר הכבד שיכולים אנשים לשלם עקב כך.

כתוצאה ממקרים רבים המעידים על תופעה בעייתית זאת הוחלט לעשות תהליך של תיווך ושיווק בין העבודה הטיפולית שנעשית בלשכה לבין רבנים מרכזיים בקהילות האוכלוסייה המטופלת. במשך הזמן הוקמה מועצת רבנים המתכנסת אחת לשבועיים במטרה לקבל החלטות הלכתיות מתוך מעורבות בשיקול הדעת המקצועי של מטפלים. דעתם ופסיקתם של הרבנים עברו שינוי משמעותי לכיוון רגישות ומכוונות לצרכים נפשיים של בני קהילותיהם.

באופן דומה סיפר מטפל על אדמו"ר חסידי שביקש להעמיק את הבנתו לגבי המשמעות הפסיכולוגית של הומוסקסואליות ע"מ לעזור לגברים הפונים אליו בבעיות בנושא זה ולהנחותם תוך רגישות לדעת ההלכה ולאופי הפסיכולוגי של מצבם כאחד.

מדוגמאות אלה עולה שקיים צורך גדול בשיתוף פעולה בין מטפלים ורבנים בכל הקשור לפסיקת הלכה בסוגיות שביסודן מהות וצרכים פסיכותרפויטים. קיימות נקודות חיכוך רבות בין שני העולמות וחשוב לבנות ביניהם גשר של הדברות ורגישות הדדית. התייחסות הלכתית רצינית לתחום הפסיכולוגיה הוזנחה במשך שנים רבות ומתפתחת לאיטה בשני העשורים האחרונים. במספר השנים האחרונות גם העולם החרדי נפתח לבחון לעומק סוגיות הלכתיות-טיפוליות וכעת מתפתחת רגישות הלכתית לצרכים פסיכולוגיים של האדם.

באשר למטפלים, נראה שהשילוב שבין הדת ומקצוע הטיפול דורש (לכל הפחות) הפעלת שיקול דעת הלכתי ומקצועי ברמה היום יומית. שיקול דעת זה מושפע מעמדותיו האישיות של המטפל לגבי ההלכה וכן

מהשתייכותו החברתית. בסוגיות סבוכות, רב המטפלים משתפים רבנים בהחלטותיהם המקצועיות ולוקחים חלק חשוב בהצגת תמונה משמעותית וכנה לרבנים שאינם מתמצאים בסוגיות הטיפול.

קונפליקטים במישור התיאורטי / השקפתי:

חוליה נוספת בסוגיית הקונפליקט בין פסיכולוגיה ודת שואלת שאלות בתחום התיאורטי. נשאלות שאלות בנוגע להנחות היסוד עליהם מושתתות הדת מחד והפסיכולוגיה מאידך. שאלות אלו דורשות עיון פילוסופי מעמיק בשתי התורות. מכיוון שעניינם בהשקפות עולם, ערכים ואמונות מוסריות ודתיות, קיימת קשת רחבה של גישות וצורות התמודדות עם הנושא. בפרק זה יתוארו נקודות החיכוך הפילוסופיות בין פסיכולוגיה ודת כפי שעולות מן הספרות בנושא. יוצגו פתרונות שונים המוצעים ע"י מטפלים כפי שעולה מהספרות ומראיונות אישיים עם מטפלים דתיים המתמודדים עם הקונפליקט במסגרת עבודתם.

בראש רשימת הקונפליקטים בין הנחות יסוד מנוגדות לדת ולפסיכולוגיה בולטת סוגיית הבחירה החופשית. מאמרים רבים חוקרים את הקונפליקט בין הדטרמיניזם של גישות פסיכולוגיות דוגמת הגישה הפסיכודינמית³ והגישה ההתנהגותית⁴ לעומת היהדות המושגת על הנחת יסוד שהאדם הנו בחירי. מחלוקת נוספת הנה לגבי גישתם הפסימיסטית של תיאוריות פסיכולוגיות רבות כלפי האדם כיצור חייתי ואינסטינקטואלי לעומת הגישה האופטימית של היהדות אל מהותו של האדם שנברא בצלם אלוהים.

נקודת מחלוקת נוספת בין ערכי הפסיכולוגיה וערכי היהדות:

הפסיכולוגיה שואפת להיות נטולת ערכים ודעות מגובשות על אורח חיים תקין. לכל היותר היא מאמצת ערכים כלליים כגון "הסתגלות אישית", "בריאות נפשית", "הגשמה עצמית", ו"צמיחה". לעומת זאת היהדות נוקטת עמדה חד משמעית לגבי אורח חייו של אדם בכל תחומי החיים. כיצד ניתן להיות נאמן לשתי מגמות הפוכות אלו?

נקודת חיכוך נוספת מצויה בהגדרת המרכז של כל אחד מהפילוסופיות: הפסיכולוגיה הנה תורה אטנוצנטרית במרכזה ניצב האדם. לעומת זאת הדת הנה תורה תיאוצנטרית המציבה את אלוהים במרכז ואת האדם ככלי לקיום רצונו. כיצד ניתן למזג בין אידיאולוגיות המתייחסות ביסודן למרכיבים ומטרות שונות?

³ הגישה הפסיכודינמית עוסקת בעיקר בתחום הרגשי של האדם. דגש מושם על תפקיד הלא מודע והשפעתו על האישיות. הגישה הפסיכודינמית מניחה שההתנהגות מוכתבת ע"י ניסיון העבר, מטען גנטי, ומציאות החיים בהווה (Etgerton & Campbell 1994).

⁴ הגישה ההתנהגותית טוענת שהאדם מותנה לאמץ התנהגויות נלמדות בגיל צעיר מאד. הטיפול ההתנהגותי שואף למתן התנהגויות בלתי רצויות ע"י מניפולציה של הסביבה והנתונים הקשורים להתנהגות זאת (Etgerton & Campbell 1994).

בהמשך לשאלה הקודמת ניתן להגדיר נקודת מחלוקת נוספת והיא באשר למקומו של האלוקים בעולם. הדת מבוססת כמובן על אמונה מוחלטת בקיומו של אל בעולם ודרישותיו כלפי האדם. האסכולה הפרוידיאנית בפסיכולוגיה שוללת את קיומו של אל ומגדירה את האמונה בו במקרה הטוב כפתרון של האדם למצוקות קיומיות בעולם ובמקרה הרע כפתולוגיה הדורשת טיפול. מטפלת אורתודוקסית בתחילת דרכה המקצועית סיפרה שלצורך טיפול שלה בצעירה שסבלה מסכיזופרניה פנתה לקבל אינפורמציה על מצבה הנפשי של תאומה של המטופלת. המטפלת עמה דיברה דיווחה שהתאומה אינה סובלת ממחלה מאובחנת ולבסוף שאלה " אך ודאי ידוע לך שהיא יהודיה אורתודוקסית?" בדוגמא זאת משתקפת גישה רדיקלית של פסיכולוגים אל הדת כסימפטום למצב נפשי בלתי יציב. בגישות פחות רדיקליות הרווחות יותר בשנים האחרונות אמנם אין שלילה של האמונה באלוקים אך גם אין לה מקום בתהליך הפסיכולוגי. מתעוררת השאלה כיצד אדם מאמין יכול לצמוח בתהליך המבוסס על תיאוריות השוללות או מתעלמות מיסודות אמונתו?

נספח נוסף לבעיה זאת הוא שאלת מקומו של האלמנט הרוחני של האדם בתהליך הטיפול. בגישות פסיכולוגיות קלאסיות נעשית רדוקציה לשאיפותיו הרוחניות של אדם ולא ניתן מקום לאמונות ושאיפות רוחניות. בתהליך הפסיכולוגי ע"פ גישות אלו אם כן, ישנה התעלמות מקיומה של שאיפה רוחנית ובכך היא נותנת רק התייחסות חלקית לאדם הדתי.

נוכח שאלות מהותיות אלו ניצבים מטפלים דתיים ונאלצים לגבש עמדות תיאורטיות ומעשיות בפרקטיקה המקצועית שלהם. מטפלים שונים מתחברים לשאלות שונות בהתאם לאוריינטציה התיאורטית עמה הם עובדים בטיפול ובהתאם להשקפתם הדתית בנושאים שהוזכרו כרלוונטיים לקונפליקט. הגישות השונות שיפורטו בפרק זה מבוססות על ספרות וראיונות אישיים עם מטפלים העוסקים בדילמות ופתרונות אותם אימצו לעצמם. מידת מחויבותם המקצועית והדתית באה לידי ביטוי הן במידת החשיבות שמייחסים לקונפליקט בכלל והן בפתרונות אותם מוצאים לשוב הבעיות הקיימות.

ניתן לחלק את הפתרונות השונים לשלוש קטגוריות⁵:

⁵ במאמר של טוביה פרי " בין תשובה לפסיכותרפיה" (2001) הוא מונה 4 גישות שונות לקשר בין פסיכותרפיה ותשובה המקבילות במידה מסוימת לסיווג הגישות בעבודה זאת:

1. ניתוק, דהיינו התייחסות לשני המושגים כמתייחסים לתופעות ומרכיבים נפרדים בנפש האדם- דומה למודל הפרדה.
2. התנגשות, דהיינו המושגים תשובה ופסיכותרפיה עומדים בסתירה חזיתית- דומה להנחות במודל הרקונסטרוקציה.
3. הכלה: הפסיכותרפיה כחלק מתהליך התשובה ו-
4. העשרה: העשרת התשובה בתובנת פסיכולוגיות – שניהם מתאימים למגמות במודל האינטגרציה.

1. מודל ההפרדה (Split)⁶, דהיינו הפרדה מלאכותית בין אמונות וערכים החיים האישיים ואמונות וערכים מקצועיים.
2. מודל האינטגרציה. ניסיון ליצור סינתזה ואינטגרציה מקסימלית בין הפסיכולוגיה והיהדות.
3. מודל הרקונסטרוקציה, דהיינו שלילתן של תיאוריות פסיכולוגיות מקובלות והחלפתן בתיאוריות שמקורן ביהדות עצמה או שינויים של תיאוריות מקובלות והתאמתן ליהדות.

1. מודל ההפרדה

מטפלים רבים בוחרים להפריד בין עולם הערכים האישי שלהם ובין עולם הערכים המקצועי שלהם. רבים מהם מודעים לקונפליקטים ומחלוקות בין הפסיכולוגיה והיהדות אך נמנעים מלתת לשאלות אלו מקום ומשמעות בעשייתם המקצועית.

בולקה (1982) מצטט מחקר בקרב מטפלים אורתודוקסים בארה"ב המצביע על תופעה זאת כמאפיינת את רובה המכריע של האוכלוסייה שנבדקה. רבים מבעלי גישה זאת מחויבים למסגרת ההלכה בפרקטיקה שלהם ושואלים שאלת רב כשנדרשים לכך אך אינם מרגישים מחויבות להגיע למסקנות, לכוון או לייעץ בצורה התואמת את השקפותיהם הדתיות. כך גם להפך הם אינם חושפים את אמונתם ואורח חייהם הדתי להסתכלות ואבחון פסיכולוגי.

גישה זאת אמנם נראית כפשטנית ומתחמקת ורבים הסוברים כך אך לאמיתו של דבר קיים בסיס מקצועי מוצק באתיקה המקצועית של מטפלים להפרדה בין ערכים אישיים ומקצועיים בטיפול. כך למשל עוסקת ספרות רחבה בנושא חשיבותם של אי שיפוטיות וניטרליות ערכית בטיפול והכוונת מטפלים להשגת ניטרליות ערכית גם במקרים בהם ישנה התנגשות וסתירות בין ערכי מטפל ומטופל. ערכיו האישיים של מטפל נחשבים שתלטניים וחודרניים ולעיתים קרובות אף למזיקים לתהליך הטיפול. לעתים קרובות

⁶ה"Split" הנו מושג התייחס למכניזם נפשי על פיה ישנם נוטים להסתכל על עצמם או האחר ככולו טוב או כולו רע, ללא היכולת לאינטגרציה של החיובי והשלילי בישות אחת (Etgerson & Campbell 1994). המושג משמש גם לתיאור כל פיצול בין דברים ללא יכולת לאינטגרציה ביניהם.

מטפלים מוערכים בין השאר על פי מידת יכולתם לטפל באופן נטרלי ו"נקי" מדעות קדומות וערכים אישיים.⁷

עם התפתחותן של תיאוריות אינטרסובייקטיביות גדלה ההבנה וההסכמה על כך שלא ניתן כמטפל ל"התנקות" באופן מוחלט מערכים אישיים. גם אם אינו מעוניין בכך, ערכים והשקפות של המטפל חודרים אל התהליך הטיפולי ומשפיעים עליו. התפתחות זאת אמנם מכירה בעובדת הסובייקטיביות הבלתי נמנעת של מטפלים אך עדיין קיים קונצנזוס רחב המעודד צמצום מעורבות ערכית של מטפלים ככל הניתן. מטפלים המפרידים בין ערכים אישיים ומקצועיים נשענים על עקרונות אלו ולרב מאמינים שהאתיקה המקצועית דורשת זאת מעמם.

הסבר נוסף לגישת ההפרדה נעוצה בגישה רווחת בקרב מטפלים המגדירה את עבודתם כתהליך של ברור משמעויות של מציאות המטופל ומצבו ופתיחת אפשרויות נוספות בפניו. מטפלת חרדית שרואינה בנושא הסבירה שאינה רואה מקום להחדרתם של ערכים דתיים לתהליכים טיפוליים. הטיפול אינו מכוון למתן הערכה שיפוטית על החלטה או מעשה זה או אחר אלא מטרת הטיפול להבין את המשמעויות של החלטות או מעשים וליצור חופש פנימי גדול ככל הניתן לקבלת החלטות ולצמיחה אישית. המעשים וההחלטות נשארים לאורך כל הדרך בידי המטופל בלבד ואין מקום להכוונה ודחיפה לכיוון מוגדר מראש בידי המטפל. ע"פ עמדה זאת שעלתה מפי המטפלים המייצגים את גישת ההפרדה, הנטרול הערכי אינו רק החלטה מטעמי אתיקה ויעילות מקצועית אלא שבעצם הגדרת מהות התהליך הטיפולי, אין בו מקום לערכים אישיים.

עמדה זאת לוקחת בחשבון את המסרים הגלויים והמכוונים בטיפול אך אינה נותנת מקום לתהליכים הסמויים בהם מוקרנים ערכים אישיים אל תוך הטיפול אשר למרות שאין הכוונה מעשית לכך, משפיעים עליו.

מחקרים מראים שמטופלים של מטפלים פרוידיינים חולמים חלומות מלאי סמלים מיניים ולעומתם חלומותיהם של מטופלים אצל מטפלים יונגיינים מלאים בסמלים ארכיטיפיים.⁸ ניתן מכך לראות

⁷ ראה למשל את הספר "Ethical Decisions For Social Practice" (Loewenberg 1996), העוסק בהרחבה באתיקה מקצועית של מטפלים ומרחיב על החובה לניטרליות, על מגבלות הניטרליות ועל אחריות המטפל סביב עקרון זה.
⁸ ארכיטיפ (ארכיטיפוס) הוא מושג ששירת את יונג במיסוד התיאוריות שלו. המושג מתייחס לדמויות קדומות המהוות בסיס משותף לאנושות כולה. הן מופיעות בחלומות ובהזיות של כל אדם לצד זיכרונות אישיים ומהוות את הבסיס לרעיון שקיים תת מודע קולקטיבי (סילמי 1997).

שהאוריינטציה החשיבתית של המטפל משתקפת וחודרת אל הטיפול וניסיון הפרדה אינו אפשרי באופן מלא.

יש לתת את הדעת לכך שההנחות והעקרונות עליהם נשענת גישת הפרדה לקוחות כולן משיקולים פסיכולוגיים ולא מתחשבות בשיקולים דתיים. נראה עם כן שפתרון זה נאמן מאד לעקרונות מקצועיים של המטפל הדתי אך אינו עונה על הדילמות הדתיות.

באופן כללי פתרון זה הוא הימנעותי באופיו. נראה שהוא מבקש לתת גיבוי מקצועי ורציונאלי לקונפליקט עמוק שעיסוק מעמיק בו עלול לדרוש שינוי של ממש בערכים אישיים ו/או מקצועיים ויותר קשים ביותר עבור איש מקצוע דתי.

2. מודל האינטגרציה

הגישה האינטגרטיבית כוללת בתוכה מספר ניסיונות לסינתזה בין הפסיכולוגיה והדת. המשותף לכל הניסיונות הוא העמדה שלפסיכולוגיה ולדת הרבה מגמות ומטרות משותפות אותן ניתן לחשוף ע"י הגדרות חדשות המתייחסות לעולם מושגים פסיכולוגי ודתי כאחד. קיימות דרכים שונות לחשוף את המשותף ובכך להשיג אינטגרציה.

העבודה המעמיקה ביותר בגישה זאת (ובנושא קשרי פסיכולוגיה ויהדות על כל היבטיו) נעשתה ע"י משה הלוי ספירו. גישתו האינטגרטיבית עברה התפתחויות, הרחבה והעמקה עם השנים.⁹

מחקרו של ספירו (1976) בנושא היחסים בין פסיכולוגיה ויהדות נבעו מחד משיקול פרקטי של רצון לאפשר לחברות דתיות המסתייגות מטיפול על בסיס הנחה שהפסיכולוגיה זרה ליהדות, ליהנות מתרומותיה החשובות של הפסיכולוגיה לחברה. מאידך הוא זיהה צורך במחקר מעמיק של היחס בין שני תהליכים (פסיכותרפויטי ודתי) החולקים תחומי עניין משותפים כגון אופיו של הטבע האנושי ותכונות האדם. שניהם עסוקים בסיוע לאדם לחיות חיים משמעותיים וטובים ולהשיג את החופש הדרוש לצמיחה פרודוקטיבית. מתוך בסיס משותף זה שואל ספירו האם וכיצד ניתן להגיע לסינתזה בין השניים וכיצד

⁹ ספירו: (1980) *Judaism and Psychology: Halakhic Perspectives*, (1982) *A Psychology-Judaism reader*, ו (1986) *Handbook of Psychotherapy & Jewish Ethics*, ומאמרים רבים שפרסם, עוסקים בקשרי פסיכולוגיה יהדות ברובד ההלכתי, ערכי, תיאורטי וקליני.

האחד משלים ותורם למשנהו? נשאלת גם השאלה: אם אכן הפסיכולוגיה והדת מתייחסים לתחומים משותפים ושניהם בעלי דעות לגבי מהותו של אדם, תהליכי חיים, וצרכים אנושיים, האם ניתן להגדיר את הדת במובן מסוים כתופעה פסיכולוגית ואולי אף את התהליך הפסיכולוגי כתופעה דתית? מכאן עובר הדיון לניסיון ליישב את הסתירות העיקריות בין עמדות פסיכולוגיות ודתיות. ספירו טוען שחל שינוי בעמדת הפסיכולוגיה כלפי הדת והדעה הרווחת כלפי הדת היא שאיננה לא רציונלית אך לפעמים מנוצלת למטרות לא רציונליות. הגישה החשדנית כלפי אקטים דתיים נובעת לא משלילת הדת אלא משלילת השימוש בדת לצרכים כפייתיים. אם כך אין כל מחלוקת עם הדת אשר גם היא מעודדת אקטים דתיים מתוך שאיפות רוחניות ומתנגדת לניצול אישי של המצוות. בסוגיית הבחירה החופשית נראה כי קיימת סתירה בין שני התחומים אך בהסתכלות מעמיקה יותר נראה שאף אחת מן הגישות אינה מתכחשת לעמדה של חברתה. הפסיכולוגיה טוענת לבחירה חופשית מוגבלת של האדם אך שואפת לשחרר אותו בעזרת הטיפול מהשפעת התת מודע ולסייע לו לפעול מתוך מודעות. הדת מצדה הטוענת לבחירה חופשית מכירה גם במציאות בה מונע אדם דווקא ע"י תהליכים לא מודעים. דוגמא לכך היא המושג של חטא בשוגג והדעה בגמרא שחטא החוזר ונשנה אצל אדם נעשה כמותר לו. קיים אמנם פער גדול בין העמדות השונות אך הן אינן סותרות זו את זו באופן מוחלט. לטענה שהיהדות אופטימית יותר ביחס לאדם לעומת הפסיכולוגיה הנוקטת עמדה פסימית, מביא ספירו מספר הוכחות שהעמדות אינן חד משמעיות וניתן למצוא בשתיהן שילוב של פסימיות ואופטימיות. בעצם העובדה ששתי הדיספלינות עוסקות בתהליכי צמיחה ומאמינות ביכולתו של האדם להשתנות כבר מונחים ההנחות שאנשים נמצאים מסיבות רבות בסיטואציות קשות של חולי (ראיה פסימית) ומסוגלים לחולל שינוי במצבם וליצור מצבים בוגרים ובריאים יותר (ראיה אופטימית). באשר לעמדות הסותרות בנוגע לאי-שיפוטיות פסיכולוגית מול הצבת ערכים וסטנדרטים התנהגותיים ברורים בידי ההלכה, ניתן לגשר על הפערים בעזרת השוואה בין המושגים חטא ונורוזה. ספירו מסביר את הדמיון בין שני המושגים: הנורוזה נחשבת מחלה וכך גם החטא מתואר במושגים של חולי: "רפאני ה' כי נבהלו עצמי..." [תהלים ו'] וכו'. פרויד הגדיר את מקור הנורוזה בכוחות האיד וכך גם היהדות מייחסת את החטא למושג המקביל- יצר הרע. הפתרון לנורוזה היא בשינוי ע"י טיפול, הפתרון לחטא הנו שינוי ע"י תשובה. (בהמשך תתואר השוואה בין המושגים פסיכותרפיה ותשובה). אם ישנם דמיון וחפיפה בין

המושגים אזי ניתן לומר שהפסיכולוגיה אכן נוקטת עמדה שיפוטית בהגדרתה מצבים והתנהגויות מסוימות כבריאות ותקינות ואחרות כדורשות טיפול. עמדה זאת דומה באופייה לעמדת ההלכה המגדירה מצבים והתנהגויות מסוימות כמותרות ואחרות כאסורות. גם לאחר השוואה זאת קיים פער באשר למידת השיפוטיות וגבולותיה אך ההבדל שנראה כטוטאלי קיבל אופי כמותי ופחות מהותי.

אין המקום כאן לפרט את כל האנלוגיות שעורך ספירו בין מושגים פסיכולוגיים ודתיים. המשותף לכולם הוא חשיפת היסודות והמגמות המשותפים. הוא מתייחס גם להבדלים המבחינים בין השניים אך כמו בדוגמאות הנ"ל אינם עומדות בסתירה מהותית ומוחלטת. כמסקנה למגמה זאת הוא מסכם:

" פסיכותרפיה ודת אינם אחד. הם גם לא שני מחנות נפרדים... בדת אלמנטים תרפויטיים אך לא ניתן להגדיר פסיכותרפיה כתופעה דתית... עם זאת מעוות יהיה להכחיש שפסיכותרפיה יכולה להיות עזר לצמיחה דתית ורוחנית..."¹⁰

ספירו בחן את הפסיכותרפיה והדת לעומקן והצליח לגשר על רב הנקודות השנויות במחלוקת. מסקנתו שלא ניתן להכחיש את תרומותיה וחשיבותה הפוטנציאלית של הפסיכותרפיה לאדם דתי הנזקק לה, גם היא משכנעת. מצד שני, לבוחן את הדברים מנקודת מבט דתית יכולים להתעורר גם ספקות ואי נוחות בקבלת תיאוריה הדנה במהות האדם שאינה שואבת את מקורותיה מן התורה. האם מספיק ליישב סתירות ולהקביל הגדרות שונות ע"מ לקבל תיאוריה זרה למקורות היהודיים? נשאר העובדה שהנחות היסוד של הפסיכולוגיה בראשיתה לא הכירו באבני היסוד של הדת היהודית דהיינו אמונה באלוקים וחובותיו של האדם כלפיו, ובנתה עצמה על הכחשה של יסודות אלו. האם מספיק לגשר על פערים, לארגן ולהמשיג מחדש את הפסיכולוגיה ע"מ לקבלה כסמכות ומקור לגיטימי להבנת האדם וכמורת דרך לתהליכי צמיחה אישיים?

בגישה האינטגרטיבית ישנן עוד מספר מגמות שמטרתן לחשוף את המשותף ליהדות ולפסיכולוגיה וע"י כך להוכיח את הלגיטימיות של שתיהן:

כיוון אחד הנו חיפוש מגמות משותפות להתמודדות פסיכולוגית והלכתית עם תופעות אנושיות. תשומת לב רבה ניתנה לרגישות הלכות אבלות לצרכים פסיכולוגיים של האדם. נושא אחר בה נמצאו הקבלות הוא נושא התשובה: תהליך התשובה ע"פ הלכות תשובה לרמב"ם דומה במרכיביו לאלמנטים של תהליכי

¹⁰ Spero, M.H.(1976) On the Relationship Between Psychotherapy and Judaism. pp. 29.

שינוי פסיכותרפויטיים. הכרה בחטא מקבילה למודעות, וידוי מקביל לדיבור בטיפול וכו'... שיטת 12 הצעדים שפותחה לטיפול בהתמכרויות גם היא מקבילה לתהליכי תשובה וכוללת בין השאר הכרה בהתמכרות, חרטה, וידוי ובקשת מחילה. בשונה ממגמתו של ספירו המגדירה ומקבילה מושגי יסוד פסיכולוגיים ודתיים, גישה זאת מחפשת בהלכה משמעויות פסיכולוגיות וחושפת את הדמיון שבין המחשבה הפסיכולוגית ומחשבת ההלכה.

מגמה דומה באופייה היא הנטייה של מטפלים דתיים לחפש אסמכתות דתיות לגישות פסיכולוגיות אותם אימצו. התיאוריה ההתנהגותית כבר נרמזה ע"י מקורות תורניים דוגמת "מצווה גוררת מצווה..." ומושגים כגון "חזקה". כך גם המושגים "איד" ו"סופר אגו" בפסיכולוגיה אינם אלה וריאציה על מושג ה"יצר" בתורה וכו'.

כיוון נוסף השייך למודל האינטגרטיבי מציע לערוך השוואות ולמצוא הקבלות בין אסכולות פסיכולוגיות ותנועות שונות שקמו במשך השנים ביהדות. פסיכולוג בשם שולמן (1973) כתב מאמר המזהה עקרונות של פסיכותרפיה קבוצתית בעשרת הדברות ומראה כיצד הם עוצבו במטרה לשמר אחדות קבוצתית. רב רפורמי בשם רחליס (1974) ניתח את הדמיון בין תנועת המוסר השמה דגש על ערכים וחשבון נפש לבין הגישה ההתנהגותית. הוא מגיע למסקנה שמוסר הנו טיפול התנהגותי עם אלמנטים רוחניים. הרב בולקה (1972) בוחן את הדמיון הרב בין לוגותרפיה- גישתו הפסיכולוגית של ויקטור פרנקל ויהדות. האמונה בבחירה חופשית, חיפושו של האדם אחר משמעות, ומשמעות החיים משותפים לשניים. רוטנברג (1997) עוסק בתנועה החסידית ומאפיינים פסיכולוגיים בתורתה¹¹.

לנוכח מאמרים רבים שנכתבו על ההקבלות בין פסיכולוגיה ויהדות, ומקורות יהודיים שכבר רמזו לגישות פסיכולוגיות כאלו ואחרות, מתבקשת השאלה מה היא תרומתן של רעיונות אלו לפסיכולוגיה, ליהדות ולישוב המתח שביניהם? ניתן לומר שבכוחם של הקבלות אלו להרגיע את המטופל הדתי ולתת מעין "הכשר" לפסיכולוגיה. כמו כן, בהשוואות בין שני תחומים שונים קיים אלמנט יצירתי הרווח בתחומים אחרים כגון פילוסופיה-דת וספרות-דת אך בסופו של דבר לא נראה שרעיונות אלו מקדמים את ישוב הקונפליקט או מעשירים באופן מעשי את הפסיכותרפיה או את היהדות. גם אם נאתר יסודות תורניים

¹¹רוטנברג יכול להתאים גם לפרק הרקונסטרוקציה בכך שאינו עורך הקבלות והשוואות אלא חושף את מאפייניה הפסיכולוגיים של תורת החסידות. עם זאת הוא אינו מציע תורה זאת כחלופית ושימושית בתחום הטיפול למעשה ולכן סווג בפרק האינטגרציה.

לגישות פסיכולוגיות קיימות, הן לא מחדשות כלום. הן חודשו בידי חוקרי הפסיכולוגיה ובסופו של דבר ה"דרוש" אינו תורם לנו הרבה.

כהמשך והעמקת עבודתו חזר אח"כ ספירו (1986) לומר שהיעדר מקורות יהודיים המתארים באופן סיסטמטי את עמדות התורה כלפי טבע האדם ומהותו, אינה סיבה מוצדקת להתעלמות מהן והתבססות על תורות זרות. לדבריו קיים צורך למסד מטפסיכולוגיה הלכתית אשר ביסודה ההנחה שההלכה הנה בבואה (Blueprint) של המציאות כולה. בתור כזאת היא חושפת מציאויות פסיכולוגיות וניתן ללמוד ממנה על מציאות פסיכולוגית של האדם. הפסיכולוגיה כפי שסודרה ופותחה מהווה כלי עזר לחשיפת מהות ההלכה ומשמעויותיה הפסיכולוגיות. כך למשל בדוגמת הלכות אבילות נראה שמתבקש לפרשם מנקודת מבט פסיכולוגית. מעבר לכך פעמים שניתן להגיע לתובנות פסיכולוגיות חדשות ע"י התבוננות בהלכה וניסיון לרדת לעמקה הפסיכולוגי. מכאן שפסיכולוגיה ויהדות מעשירות ומפרות זו את זו. בגישה זאת ישנו מענה לבעייתיות שצוינה כלפי הגישה האינטגרטיבית בכך שהיא בונה את יסודותיה קודם על ההלכה ורק אחר כך מקיימת יחסי גומלין עם הפסיכולוגיה. בניגוד למגמות המגבות את הפסיכולוגיה ע"י קישורים והקבלות עם הדת, גישה זו מפרה את הפסיכולוגיה ומופרה על ידה.

3. מודל הרקונסטרוקציה

תחת כותרת זאת כלולות אותן תיאוריות שגובשו ע"י מטפלים אשר חווים את הקונפליקט בין דת ופסיכולוגיה על פניו השונים כדורש התייחסות אך אינם מקבלים את הפתרונות האינטגרטיביים שהוצגו בפרק הקודם. כתוצאה הם מגיעים למסקנה שיש לבנות תיאוריות פסיכולוגיות חדשות היונקות את רעיונותיהם מן הדת עצמה וממילא לא מתנגשות עם הנחות יסוד וערכים דתיים. כמו כן הן מכילות את כל המרכיבים החשובים של חיים דתיים ונותנות להם מקום חשוב. בפרק זה יתוארו מספר גישות חדשניות. לכל גישה יוקדמו הקונפליקטים המרכזיים שהעסיקו את בעליה ואת סיבת שלילתם של פתרונות המודל האינטגרטיבי¹².

¹² שתי תגובות לקונפליקט פסיכולוגיה-יהדות לא קיבלו מקום בסיווג זה של המודלים: מטפלת אחת אמרה שעם היחשפות לעומק הפער שבין הדיסיפלינות, בחרה לעזוב את עיסוקה כמטפלת ולהקדיש זמן לחקר משמעויות וגישות פסיכולוגיות בתורה. מטפלת אחרת אמרה שהיא נמנעת מלעסוק בטיפול פסיכולוגי מעמיק המתיימר לתת מענה למצוקות ובעיות קיומיות הסותרות את הדת אלא מכוונת עצמה לעבודה במישורים המעשיים (עבודה סוציאלית) אשר עיקר מהותם גמילות חסדים, ערכים משפחתיים וכו'.

יאיר כספי, פסיכותרפיסט, חילוני (במובן ההלכתי ולא האמוני של המלה), מייסד מרכז ללימודי פסיכולוגיה יהודית באוניברסיטת תל אביב. מחבר הספר "לדרוש אלוהים", ייסד שיטת טיפול הבנויה כולה על יסודות ומושגים יהודיים הנלמדים מהמסורת היהודית על גווניה.

הקונפליקט המרכזי בין פסיכולוגיה ויהדות שהעסיק את דר' כספי היה העדר מקומו של אלוקים בתיאוריות הפסיכולוגיות. הפסיכולוגיה מציבה את האדם במרכז ובנויה על הנחת יסוד זאת. המסורת היהודית שמה את אלוקים במרכז והנחת יסוד זאת מובילה למסקנות שונות לגמרי.

בעולם בו אלוקים במרכז, העולם כולו משרת מרכז זה. אם כן גם האדם, תפקידו לשרת את אלוקיו. תפקיד זה מוגשם ע"י חובות ומעשים. בתיאוריות הפסיכולוגיות אין לאדם חובות ואין לו תפקיד. זהו חסרון נוסף של הפסיכולוגיה המציב אותו בקונפליקט עם הנחות יהודיות.

אנשים רבים הולכים לטיפול פסיכולוגי, הטיפול הוא משמעותי ומעמיק אך בסופו של דבר לא מתחולל שינוי ממשי בחיי האנשים. סיבה אחת לכך היא העדר החובה והתפקיד של האדם בתיאוריות הפסיכולוגיות. לפי היהדות לאדם יש תפקיד, יעוד ואמת שלו החושפת את תפקידיו. הפסיכולוגיה חסרה את המושגים תפקיד, יעוד ואמת ולכן היא אינה מספקת תשובות מלאות לאדם המחפש את תפקידו מול אלוקיו.

כספי מאמין שכל האנושות מקיימת דיאלוג עם אלוקים. אצל רבים הדיאלוג גלוי ואצל אחרים הוא סמוי ולא מודע. אצל כולם קיים אלוקים ונדרש לפנות לו מקום בתוך החיים. גישות ותהליכים פסיכולוגיים אשר אינם נותנים מקום לאלוקים, מפספסים יסוד מרכזי ולכן אינם מתאימים.

לשאלה האם ניתן להשתמש בפסיכולוגיה ככלי לצמיחה אישית ובירור תפקיד האדם בעולם, עונה כספי שכלים וטכניקות הנם תמיד תוצרים של אידיאולוגיה. הכלים הפסיכולוגיים שאובים מאידיאולוגיה הסותרת את היהדות ולכן לא ניתן להסתפק באינטגרציה בין העולמות. ניסיונות להכפיף אידיאולוגיה אחת לשניה הנם מלאכותיים ומזויפים.

מתוך מסקנות אלו נולד הצורך לאתר כלי עבודה חדשים המשרתים צמיחה וגדילה תחת הנחת היסוד היהודית שאלוים נמצא במרכז העולם ולאדם חובות ותפקידים מול אלוקיו.

ראיתי לנכון להזכיר דעות אלו תחת מודל הרקונסטרוקציה מכיוון שהן בעלות עמדות זהות אך ללא הצעת גישות חלופיות.

¹³ הגישה מסוכמת מתוך סדנאות קבוצתיות עם דר' כספי וראיון אישי עמו.

המקום הטבעי ביותר לחפש כלי עבודה פסיכולוגיים יהודיים הנה בתורת היהודים. כספי מצא שמושגי היסוד של היהדות הנם בעצם כלי עבודה והנחיה של האדם המחפש את ייעודו בעולם:

-המושג מצווה חושף את קיומם של חובות בעולם. אם כן על אדם לשאול מה היא מצוותי (תפקידי וחובתי)?

-המושג חטא הנו מלשון להחטיא. אדם צריך לשאול מה הוא חטאי? היכן אני מחטיא את תפקידי ומצוותי בעולם ומפספס אותם?

-המושג שכר מהווה רמז לתפקידי וחובתי בעולם, לעומתו המושגים עונש וסבל מגלים לי היכן חטאתי והחטאתי את מטרתי.

-מושג החסד מגלה לי מה אלוקים נתן לי ואלו חובות ותפקידים נפתחים בפני לאור חסד זה. החסד גם מבהיר במה לא התברכתי ואלו תפקידים הם מעבר להשגתי.

-המושג עבודת אלילים בא להזהיר את האדם מפני אידיאלוגיות או אנשים להם הוא סוגד ומקריב עצמו וייעודו כקרבן להם.

-המושג תשובה בא ללמד על האפשרות לשינוי וצמיחה.

-המושגים חזון וגאולה מתווים את הדרך קדימה ומגדירים שאיפות ותפקידים חדשים הנובעים מהם.

כספי בספרו "לדרוש אלוהים" (2002) מוביל את קוראיו צעד אחר צעד בתהליך גילוי וצמיחה אישיים הבנויים לגמרי על מקורות היהדות. הוא מטפל פרטנית וקבוצתית בשיטה שייסד.

חשוב לציין שגישתו של כספי אינה מחויבת להלכה ובנויה על קריאה ופרשנות פתוחה של המקורות. על פי תפיסתו של כספי ע"מ לגלות את תפקידך האישיים יש לנהל דיאלוג פתוח עם אלוקים. ההלכה ששימרה את יהדות הגולה שילמה במחיר כבד של סגירת האפשרות לדיאלוג אישי ופתוח זה. המציאות של השיבה לארץ ישראל פותחת מחדש את האפשרות לדיאלוג זה שרק דרכו ניתן לגלות את תפקידי וחובתי מול בוראי.

גישתו של כספי שואפת ליצור כלים לצמיחה אישית השאובים ממקורות יהודיים והיא אכן עושה זאת. היא נשארת נאמנה למקורותיה אך יחד עם זאת מבטלת את מחויבותה להלכה. היא משיבה לקונפליקטים תיאורטיים וערכיים בין פסיכולוגיה ודת אך לא לקונפליקטים הקשורים בחובותיו של המטפל לערכי ההלכה מכיוון שאיננה מחויבת לה בעצמה. נשאלת השאלה עד כמה העצמאות והחופש מההלכה הכרחית

ומהותיים לשימוש אפקטיבי בכלים של הפסיכולוגיה היהודית והאם ניתן לעשות בהם שימוש אפקטיבי מתוך מחויבות הלכתית מעשית.

"פסיכולוגיה תורנית" ("Torah Psychology") מיסודו של דר' ברוך שולם¹⁴.

דר' שולם, פסיכולוג קליני חרדי. במשך שנים רבות עבד כמטפל ע"פ הגישה הפסיכודינמית, כשחזר בתשובה החל לעסוק בפער הרחב שבין פסיכולוגיה ויהדות.

שולם מבדיל בין פסיכולוג דתי ופסיכולוג שהוא גם דתי. הפסיכולוג שהוא גם דתי קיבל הכשרה מקצועית הדורשת ממנו להשאיר את ערכיו האישיים מחוץ לעבודתו. הוא אמנם לא יעבור על הלכות מפורשות בשם הפסיכולוגיה אך הטיפול שלו אינו מכוון ע"י ערכים, מטרות ושפה דתיים (בעבודה זאת מסווגים מטפלים אלו תחת מודל ההפרדה). ייתכן שימצא ציטוטים ומילים יהודיות המתאימות לגישתו אך ישתמש בהם תחת פיקוח והכתבה של עקרונות וערכים גישתו הפסיכולוגית. הבנותיו, שפתו ומטרותיו מוכתבות כולן ע"י תיאוריה חילונית זרה ליהדות.

הקונפליקט החזק ביותר בין פסיכולוגיה ויהדות עבור שולם הוא ערך חוסר השיפוטיות מול ערכי התורה שהנם שיפוטיים ונוקטים עמדה חד משמעית לגבי כל האספקטים בחיי אדם. הוא מתאר שהרצון של דתיים להיכנס לתחום הטיפול באופן מקצועי גרם להם לקבל באופן עיוור את ערכי המקצוע גם כאשר ערכים אלו סתרו באופן מוחלט את ערכיהם האישיים. רצונם החזק להשתלב במקצוע ולשרת את מטופליהם בצורה הטובה ביותר גרמה להם להתעלם מערכיהם האישיים ולא להציעם בפני המטופלים. כיצד ניתן לאמץ עבור עצמנו ערכים ואורח חיים הנראים לנו כטובים ונכונים ביותר ובו בזמן לא להציע אורח חיים דומה למטופלים שלנו? האין זה עומד בניגוד גמור לשאיפותינו להגיש את הסיוע הטוב ביותר ובעצם חטא כלפי המטופלים?

שולם מציין שבשנים האחרונות ישנה מגמה להכיר בסובייקטיביות של כל מטפל וערכיו האישיים. ברור לכל שלא ניתן להפריד באופן מלאכותי בין ערכי עבודה וערכי חיים ושלמטפל וערכיו השפעה סובייקטיבית על המטופלים שלו. באקלים תרבותי זה נראה שקל יותר לבטל את ערך הניטרליות וחוסר השיפוטיות של הפסיכולוגיה ולאפשר תהליך סובייקטיבי הפתוח להשפעות אישיות של מטפלים על

¹⁴ הדברים סוכמו מתוך הרצאה ששמעתי מד' שולם ומתוך מאמרים שפרסם באתר האינטרנט שלו: www.shemayisrael.co.il/orgs/torahpsychology/

תהליכים טיפוליים. שולם מציע שאין זה רק היתר להכניס ערכים דתיים אל האינטראקציה הטיפולית כי עם חובתו של מטפל דתי לעשות כך.

מטפל דתי מכפיף את כל הרבדים והחלקים של חייו להלכות, ערכים ושפת התורה. היכן שקיימות סתירות בין הערכים השונים יש לוותר על ערכי המקצוע ולפעול בהתאם לערכי הדת. שולם מזהיר שלדעתו כשמונים אחוז מהפסיכולוגיה שלמד היא טומאה או שטות. כמובן שעל פי הנחת יסוד זאת אין טעם באינטגרציה בין פסיכולוגיה ויהדות ונוצר צורך לאתר עקרונות טיפוליים יהודיים.

גישת "פסיכולוגיה תורנית" מבוססת על המאפיינים המייחדים את האדם משאר הבריות: כוח הדיבור ובחירה חופשית. שולם מזהיר ששתי תכונות אלו מהוות את היסודות לפסיכולוגיה תורנית: מטרת הטיפול היא לעזור לאדם ע"י מילים לבחור בחירות אחרות דהיינו ע"י כוח הדיבור להגשים את בחירתו החופשית.

מושג נוסף שעושה בו שולם שימוש הוא "כמים הפנים לפנים כן לב האדם לאדם". הצורה בה יתבטא האדם תזמין את הצורה של התגובה אליו. תפקיד הפסיכולוג הדתי הוא לעזור למטופל לזהות את שאיפותיו החיוביות ובכך יעודדו גם להגשים שאיפות חיוביות אלו. כך למשל כשילד מתלונן שנכשל במבחן יש להגיב אל השאיפה החיובית המסתתרת מאחורי ההצהרה השלילית. תשובה כגון "אתה רוצה היית לקבל ציון יותר טוב", חושפת את השאיפה החיובית של הילד ואז "כמים הפנים לפנים..." מתגברת המוטיבציה והיכולת של הילד להגשים את שאיפותיו. הפסיכולוגיה היהודית מכוונת אל פתרונות בעוד הפסיכולוגיה החילונית נתקעת בבעיות. הבנת הבעיה איננה מבטיחה את תיקונה, לעומת זאת דיבור חיובי יש בכוחו להביא גם לשינוי החיובי. כמו הפרוש על האמרה "צדיק גוזר והקב"ה מקיים": התפילה של הצדיק משנה בו משהו וממילא גם המציאות משתנה בעקבותיו. כך גם הדיבור החיובי: בכוחו לשנות משהו באדם ואז גם המציאות משתנה בעקבותיו.

שולם כמו כספי טוען לביטול מוחלט של הפסיכולוגיה ובניית תיאוריה וטכניקה טיפולית תורנית. למרות שמביא שולם אסמכתות מרעיונות יהודיים, חלק מהרעיונות מגובשים כבר בתיאוריות פסיכולוגיות מקובלות. כך למשל עקרונות הדיבור החיובי דומים מאד לגישת הכוחות ומהווים כלי גם בטכניקות קוגניטיביות. חלק זה של גישתו דומה במעט למודל האינטגרטיבי העוסק במציאת אסמכתות תורניות לתיאוריות קיימות.

בשאר רעיונותיו שולם נוקט עמדה רקונסטרוקטיבית קיצונית המבטלת את הפסיכולוגיה ומכנה אותה טומאה ושטות. נשאלת השאלה על קיצוניות הדברים. כיצד ניתן בקלות רבה כל כך לבטל לחלוטין תיאוריות שנבנו וגובשו במשך שנים רבות ע"י אנשים רבים כל כך? האם בנקיטת עמדה קיצונית כל כך אין ימרה גדולה מדי? האם מספר מצומצם של עקרונות, חשובים ככל שיהיו, יכולים להחליף תיאוריות רחבות ומקיפות מאד?

שאלה נוספת היא כיצד מתמודד שולם עם שונות בקרב החברה הדתית ובין מטפל ומטופל דתיים? היכן עובר הקו האדום בין אחריות דתית ומוסרית של המטפל להציע למטופל את ערכיו האישיים לבין מסגור הטיפול בערכיו הסובייקטיביים של המטפל והתעלמות מנפרדותו של המטופל? ולבסוף האם ישנו מקום לאינדיבידואליזם וכיצד הוא בא לידי ביטוי בגישה זאת?

תיאוריות חב"ד כבסיס לתיאוריה פסיכולוגית, מיסודו של ברוך כהנא¹⁵.

ברוך כהנא, פסיכולוג קליני, דתי לאומי. כותב דוקטורט בנושא תורת חב"ד כבסיס לתיאוריה פסיכולוגית. הקונפליקט המרכזי בין פסיכולוגיה ויהדות המעסיק את כהנא הנו הניגוד שבין הבנתה של האסכולה הפסיכודינמית ותפיסות הדת את מהותו של האדם. פרויד ייסד את התיאוריות שלו על תפיסת עולם מטריאליסטית על פיה האדם כישות צריך לשרוד. כל התכנים שמאמץ אל חייו כגון רוחניות, אמונה דת ואלוקים הם פתרונות שאדם המציא לצורכי הישרדותו. גישה זאת נובעת מהנחות יסוד מטריאליסטיות אשר עומדות בניגוד מוחלט לרוחניות ודת. כאן יסוד הסתירה העמוקה שבין פסיכודינמיקה ותיאוריות רוחניות. הסתירה אינה מקרית אלא יסודית ומהותית. הדת מניחה שקיימת רוחניות וקיים אלוקים במציאות ושהאדם החלוני או האתאיסט מתעלם ממהו מציאותו. פרויד האמין שהדת במקרה הטוב פתרון לא מזיק ובמקרה הרע פתולוגיה הדורשת טיפול. גישה זאת עושה רדוקציה לכל המושגים הדתיים והרוחניים ומסבירה אותם באופן פיסולוגי. האדם הדתי לעומתו מאמין שהרוחניות הנה מציאות וההתעלמות ממנה גובה מחיר מן האדם.

במשך השנים נעשו ניסיונות לבנות תיאוריות חדשות אשר קיים בהן מקום גם לרוחניות ודת. דוגמאות לכך הם ויקטור פרנקל ותורת הלוגותרפיה, מסלו בתיאוריה על סולם הצרכים של האדם וכו. רב

¹⁵ הדברים סוכמו מתוך ראיון אישי עם ברוך כהנא.

הניסיונות לא הצליחו להחליף את התיאוריה הפסיכודינמית בתיאוריה חלופית המסבירה מכלול רב כ"כ של תופעות אנושיות. חלק מהתיאוריות עברו מספר גלגולים ולבסוף חזרו אל הנחות היסוד הפסיכודינמיות.

כהנא סובר שהמטפל הדתי עומד בפני שתי אפשרויות גרועות: האחת להתפשר ולוותר על התיאוריה הדינמית (המקיפה והיסודית בעמקה) לטובת תפיסות רוחניות או לחיות בפיצול כמטפלים פסיכודינמיים דתיים (מודל ההפרדה).

על רקע זה של היעדר תיאוריה מתעוררות תופעות של חילון סמוי ודתיות פוסט-מודרניסטית. אין תיאוריה המכילה את השקפת עולמם ומסדרת ומארגנת את מציאותם ע"פ מודל הגיוני ולכן מידת מחויבותם לאורח חיים דתי מעורערת ועומדת בסתירה למודלים קיימים שביכולתם לארגן ולהסביר תהליכים אנושיים.

אל נוכח בעיה זאת זיהה כהנא את החסידות כמספקת תיאוריה מסודרת יחסית על מהות האדם: מבין החסידויות השונות, ברסלב, גור אישביץ וחב"ד בולטים בתכונה זאת. חב"ד היא החסידות ה"מסודרת" ו"מאורגנת" ביותר מביניהם ולכן בחר כהנא לעבוד על תורות חב"ד. יסודות המודל הפסיכולוגי שבתורת חב"ד מבוססות על הנחה שכל ההוויה היא אלוקות. בניגוד למתנגדים המאמינים שהעולם נוצר בריק עקב הצמצום, החסידות מפרשת את הצמצום לא כהעדר אלוקות כי אם כאלוקות מצומצמת ופחות גלויה. יוצא שהאדם, על כל חלקיו הנמוכים ביותר הוא אלוקי. אם כך נאלצת החסידות להסביר: מדוע ישנם יצרים אפלים? כיצד ניתן לתקן אותם? כך נוצרת תיאוריה פסיכולוגית שלמה על מהות האדם.

לתיאוריה החסידית נקודות דמיון והקבלה רבים לתיאוריה הפסיכודינמית אך השניים יוצאים מתוך נקודות הנחה הפוכות: הפסיכודינמיקה עושה רדוקציה לכל התופעות בעולם ומייחסת אותם לישות הפיסית. החסידות לעומת זאת עושה העלאה לכל התופעות בעולם ומייחסת אותם לאלוקות.

בעבודתו של כהנא הוא שואף לזהות את התיאוריה הפסיכולוגית של היהדות דרך חסידות חב"ד. הוא מחפש למצוא הסברים ותשובות על מהות האדם ומנסה להמשיג פסיכופתולוגיה, גורמים מרפאים וכו'.¹⁶

¹⁶ראה כדוגמא את מאמרו של כהנא "התיקון החב"די כמודל פסיכותרפיה" (2001).

צרוף כל המושגים יחדיו תבנה תיאוריה קלינית שלמה. לתיאוריה זאת פוטנציאל להסבר רחב ומעמיק לא פחות מהתיאוריה הדינמית אך תכיל בתוכה גם מציאות רוחנית והסברים שלה.

מכיוון שהתיאוריה החסידית לפסיכולוגיה עדיין בהתהוותה, קשה לצפות אם ומה יהיו נקודותיה החלשות, על איזה שאלות לא תענה באופן מוצלח וכו'. בשלב זה ניתן לומר שהגישה רחבה מאד ומכלילה בתוכה המון אלמנטים של התיאוריות הפסיכולוגיות הקיימות מבלי להכפיף או לצמצם אותם באופן מלאכותי לאמונות דתיות. בשלב זה היא מהווה בכך דוגמא מוצלחת למודל הרקונסטרוקציה.

מסקנות והשלכות לחינוך יהודי:

אחת התופעות הבולטות ביותר בחברה הדתית לאומית של ימינו היא פתיחות החברה אל מגמות ופילוסופיות זרות ליהדות. לחברה רווחים רבים מעמדה זאת וייתכן שקיימת אפילו הפריה הדדית בין הדת והחילונית עקב פתיחות זאת.

מצד שני ישנם מספר תחומים בהם חזירתם של פילוסופיות ותיאוריות זרות אל תוך עולם המושגים וההוויה היהודית אינה רק חשיפה אל חכמה נוספת המתיישבת לצדה של הדת, פעמים עם התייחסות אליה ופעמים לא. תחומים אחדים הנושקים או חופפים לתחומי עניינה של הדת ניצבים חזיתית מול הדת ודורשים להכריע בין השניים. הפסיכולוגיה הנה אחת מתחומים בעייתיים אלו.

בפרקים הקודמים ראינו כמה עמוקים ויסודיים הם הקונפליקטים בין הפסיכולוגיה והדת. ראינו כמה מורכב ליישב את המחלוקות ומאיך כמה קשה להתעלם מהפסיכולוגיה לטובת אמונה תמימה בגישת התורה לאדם. ישנם הבוחרים לשמר את הסתירה ע"מ למנוע התפשרות או ויתור על עקרונותיה של הפסיכולוגיה. אחרים הפכו את הניסיון להשיג סינתזה או לבנות מערכת חלופית משביעת רצון למפעל חיים.

נשאלת השאלה כיצד קרה שהדת אשר ללא ספק יש לה מה לומר בנושא מהות האדם ומקומו בעולם נדחקה לפינה והוחלפה כמעט כליל בתורות זרות לה? כיצד קרה שהתורה קיבלה סטטוס של טקסט אינטלקטואלי וההלכה סטטוס של ספר הוראות טכני ופינתה את מקומה כמדריך רוחני ופסיכולוגי לטובת תיאוריות זרות השוללות את עצם קיומה או במקרה הטוב מתיישבות עמה בדוחק? כיצד ייתכן שהתורה נאלצת להילחם על זכותה להגיד דבר מה על טבע האנושות ופסיכולוגיה בקרב החברה הדתית עצמה?

התשובה לדעתי נעוצה בתהליך רב שנים של התרחקות החברה הדתית מעולמות החוויה והיצירה הדתית והתמקדות בעולם ההלכה. איש ההלכה תפס מקום רב בעולם הדתי ודחפים חווייתיים ונפשיים נדחקו לגמרי או מצאו מענה בשדות זרים.

הרב דב ברקוביץ', מייסד "בית אב" הקים מרכז להכשרת מורים ומחנכים לקראת חינוך דתי שהחוויה והיצירה מוצבים במרכזה. הנחת היסוד היא שהתורה נוצרה כדי לתת כלים להתפתחות חינוכית תקינה. ע"מ לחנך להפנמה של ערכים יש לחשוף את המשמעויות העמוקות של הנלמד והשלכותיהן על התלמיד.

הנחת יסוד נוספת הנובעת מגישה זאת היא שהתורה נוצרה ע"מ לתת כלים להתפתחות נפשית תקינה. ע"מ לאפשר שימוש וניצול עקרונותיה הפסיכולוגיים של התורה בחיי היום יום ובשעת מצוקה כאחד, יש לחשוף את העמדות הפסיכולוגיות של התורה וללמדן בבתי ספר כחלק בלתי נפרד מתכניות לימודי קודש אחרות.

בעידן בו ניתנת במערכת החינוך תשומת לב רבה כל כך לבריאות נפשית, התפתחות מוסרית תקינה אצל ילדים וכישוריי חיים של היחיד בחברה מתגבר הצורך לשאוב את החומר הלימודי דווקא ממקורות יהודיים. הרווח בגישה זאת היא שהילדים יתחילו לזהות את התורה כמקור להשראה אישית ולהשגת תובנות על עצמם וחברתם. עם השנים תוכל פסיכולוגיה יהודית/תורנית לתפוס מחדש את מקומה הראוי ולהחליף את התיאוריות החילוניות הזרות ברובן לערכי התורה.

אחרית דבר:

בעבודה זאת פתחתי בפני עצמי תחום רחב מאד הדורש התמצאות והבנה מעמיקה בשני תחומים רחבי היקף: פסיכולוגיה ויהדות. לאורך העבודה פעמים שהרגשתי שדיעותיי אינם מספיקות ע"מ להבין לחלוטין את הדיונים השונים אותם קראתי ושמעתי מפי מרואייני ולא כל שכן לבקר אותם בצורה משמעותית.

עובדה זאת הובילה לכך שפרוייקט זה הפך במובן מסוים לסקירה וסיכום דעות וגישות של אחרים בלא מקום משמעותי לחידושים אישיים שלי. עם זאת נחשפתי ונפתחתי למגוון רחב של רעיונות חדשים לי וכמדומני חדשים אף לחלק מקוראי עבודה זאת.

כפי שציינתי בהקדמה, עבודה זאת מטרת להוות עבורי נדבך ראשון להבנת קשרי פסיכולוגיה –יהדות במטרה לגבש לעצמי בעתיד גישות ו/או כלי עבודה המשלבים את שני התחומים ומיישבים את הסתירות ביניהם באופן מוצלח.

תודתי נתונה לפרופ' סוזן הנדלמן אשר ליוותה אותי לאורך הפרוייקט ועזרה לי בארגון מטרותיי בתחילת הדרך. חשיבתה הביקורתית והברורה תרמה רבות לארגון וסידור החומר שאספתי בתהליך המחקר.

ביבליוגרפיה

1. כהנא, ב. (2001). ה'תיקון' החב"די כמודל פסיכותרפיה. בתוך: נבון, ח. (2001). תשובה ופסיכולוגיה. עמודים 49-57.
2. כספי, י. (2002). לדרוש אלוהים. תל אביב: ידיעות אחרונות וספרי חמד.
3. סילמי, נ. (1997). לקסיקון פסיכולוגי. תל אביב: ידיעות אחרונות.
4. פרי, ט. (2001). בין תשובה לפסיכותרפיה. בתוך: נבון, ח. (2001). תשובה ופסיכולוגיה. עמודים 9-15.
5. רוטנברג, מ. (1997). פסיכולוגיה יהודית וחסידות. ישראל: משרד הבטחון.
6. Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
7. Bulka, R.P. Towards a Psychologically Sound Judaism. In: Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
8. Bulka, R.P. Logotherapy and Judaism. In: Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
9. Brayer, M.M. The Psychology of the Halakha of Bereavement In: Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
10. Etgerton, J.E., & Campbell, R.J. (Ed.). (1997). American Psychiatric Glossary. London: American Psychiatric Press.
11. Greenberg, D. & Witztum, E. (2001). Sanity and Sanctity. New Haven and London: Yale University Press.

12. Klein, J. (1979). Psychology Encounters Judaism. New York: Philosophical Library.
13. Loewenberg, F.M., & Dolgoff, R. (1996). Ethical Decisions for Social Work Practice. Itasca, Illinois: F.E Peacock Publishers.
14. Rachlis, A. The Musar Movement and Psychotherapy. In: Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
15. Shulman, H.B. The Ten Commandments and Insights from Group Psychotherapy. In: Bulka, R.P., & Spero M.H. (Ed.). (1982). A Psychology-Judaism Reader. Springfield, Illinois: Charles C Thomas.
16. Shulam, B. A Torah Model of Therapy. At: www.shemayisrael.co.il/org/torahpsychology.
17. Shulam, B. A Short History of Professional Models from a Religious View Point. At: www.shemayisrael.co.il/org/torahpsychology.
18. Shulam, B. The Differences Between a Religious Therapist and a Therapist Who is Religious. At: www.shemayisrael.co.il/org/torahpsychology.
19. Spero, M.H. (1976). On the Relationship Between Psychotherapy and Judaism. Journal of Psychology and Judaism, Vol.1, No.1, Fall, 1976. pp.15-33.
20. Spero, M.H. (1977). Halakha as Psychology: Explicating the Laws of Mourning. TRADITION, Vol. 16, No. 5, Fall, 1977. pp.173-184.
21. Spero, M.H. (1980). Judaism and Psychology: Halakhic Perspectives. New York: KTAV Publishing/Yeshiva University Press.
22. Spero, M.H. (1986). Handbook of Psychotherapy & Jewish Ethics. Jerusalem: Feldheim Publishers.

