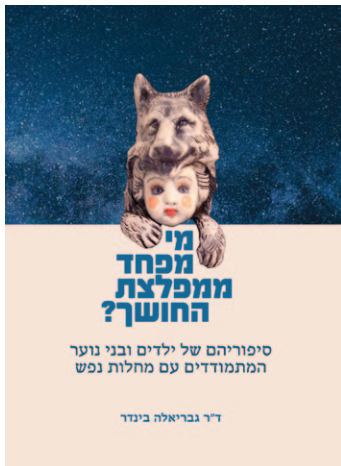


להרוג את הפחד כשהוא קטן



”פסיכיאטרית ילדים זה מקצוע מושמץ”, אומרת ד”ר גבריאלה בינדר, ”הורים פוחדים ממה שאגלה על הילד”. כדי להפיג חלק מהחששות הוציאה את הספר ”מי מפחד ממפלצת החושך” שבו כותבים גם מטופלים צעירים והוריהם

מאיה בניטה



טים מזוהים, אבל ההורים והילדים חשפו רגשות על הכתב וחתמו על הסכמה שאציג את תהליך הטיפול בילדים. ההורים ראו בספר שליחות. הם הבינו שהסיפורים של הילדים שלהם יאפשרו לקוראים להבין מה הם עוברים ויעזרו להורים אחרים במצבם.

”פסיכולוגית ילדים נחשב למקצוע מושמץ”, מוסיפה בינדר. ”כשהורה לוקח את הילד שלו לרופא, הוא נותן בו אמון. אבל ההורים חוששים מפסיכיאטרית ופחדים ממה שהיא תגלה על הילד. חלקם נמנעים מלהביא את הילד לטיפול, והוא ימשיך לסבול. אני רופאה כמו כל הרופאים. אני לא מגלה משהו חדש על הילד, אלא נותנת שם לבעיה שממנה הוא סובל. המטרה היא לאבחון, לטפל ולעזור. בספר אני מבקשת לעזור לאנשים להבין שהטיפול הוא תהליך ארוך ושיש מקום לכל אמצעי, כולל תרופות. ההורים יכולים לעזור מאוד לילדים להתמודד עם המחלה, אבל חייבים הכוונה של מטפל”.

● **מאז הקורונה קיבלת יותר פניות מהורים?** “בהחלט. בנובמבר האחרון היה צונאמי של הפרעות נפשיות, וקיבלתי מאות פניות בתוך יומיים. תלמידים לא הלכו לבית הספר ולא נפגשו עם חברים כמעט שנתיים בגלל הקורונה, וחוו פגיעה התפתחותית. כשחזרו לבית הספר, הם התמוטטו, היו להם מחשבות רעות ופחדים שהקשו עליהם לתפקד”.

גבריאלה בינדר (בצילום):
”בנובמבר האחרון היה צונאמי של הפרעות נפשיות. תלמידים שלא נפגשו עם חברים כמעט שנתיים בגלל הקורונה, חזרו לבית הספר והתמוטטו”



לא כמו מחלה אחרת, המחלה של בני היא לכל החיים. עדיין לא הצלחתי לקרוא את הספר כי זה קשה לי מבחינה רגשית”.

בורות מזיקה

”לפני ארבע שנים הייתי בכנס על ילדים עם תסמונת טורט, והבנתי שאמנם יש שיה סביב טורט ואוטיזם, אבל לא מדברים על מחלות נפש בקרב ילדים”, נזכרת בינדר במניע לכתיבת הספר. ”יש עיסוק תקשורתי בנושאים קשים כמו אונס או התעללות בילדים, אבל מחלת נפש של ילדים זה טאבו. כמו השם של הספר, אנשים מפחדים ממפלצת החושך. המפלצת היא הבורות.

אנשים מפחדים להתייחס למחלת הנפש כמו לכל מחלה אחרת. מחלות נפש הן נדירות מאוד בקרב ילדים ונוער, ורק אחוז קטן מהמטופלים מגיע לאשפוז. אם כבר מתעסקים בנושא, זה רק במקרים קיצוניים. בגלל הבורות הזאת יש ילדים ונוער שאינם מקבלים טיפול ועלולים לחוות פגיעה בהתפתחות ובתפקוד. החלטתי להעלות את המודעות לנושא ולחשוף את התהליכים הארוכים של טיפול פסיכיאטרי”.

● **ספרי על אופן הכתיבה.** “שוחחתי עם המשפחות שבהן אני מטפלת והצלחתי לגייס 11 מהן. הסיפורים אמנם מופיעים בשמות בדויים וללא פר-

טעם לחיים

”אני חושבת שמאז שעידו היה פעוט הרגשתי שמשוה לא בסדר”, כותבת בספר אם לילד בן 12 עם מחלה סכיואפטיבית. ”הייתה לו רגישות לבגדים, להתרגל לנעליים חדשות, הרגעים הראשונים באמבטיה היו מאתגרים וכדומה. לקראת גיל ארבע עידו התחיל לדבר על מוות. לעתים קרובות היו לו ביעותי לילה. אני חושבת שהסיטנים נמשכו עד גיל שש. הלכנו לפסיכולוגית כשעידו היה בן ארבע. סיפרנו לה על ההתעסקות שלו במוות, במחלות ובבעלי חיים שנתפסים כמפחידים (כמו נחשים), דברים שנראו לנו לא מתאימים לגילו. היא אמרה שהכל בסדר.

”אחרי כמה שנים עידו ניסה לדקור את עצמו במספריים. לא רק האקט עצמו הבהיל אותי, אלא גם העובדה שלאחר מכן, כשהוא היה רגוע לגמרי, הוא אמר לי שהוא רוצה למות ושאינן טעם לחייו כי הם סבל אחד ארוך. את הדברים האלה הוא אמר ברוגע ובשלווה שהבהילו אותי מאוד, כאילו הוא השלים עם הדברים. שבוע לאחר מכן היינו אצל פסיכיאטר שאבחן דיכאון קליני קיומי”.

”החלטתי להשתתף בספר כי רציתי לנפץ את הסטיגמה על מחלות נפש בקרב ילדים”, היא אומרת בריאיון. “רציתי שהורים אחרים יבינו שהם לא לבד ולשתף. הליך הכתיבה לספר היה תרפייה בשבילי, כי זאת פעם ראשונה שכתבתי על זה, וזה עזר לי לפרוק. תיארתי את ההתמודדות שלנו ושלנו וההשלמה עם האבל על כך שיש לי ילד עם הפרעה נפשית שהוא לעולם לא יהלים ממנה ושנחנו צריכים ללמוד לחיות איתה. זה

”אחרי החופש הגדול התחלתי ללמוד בבית ספר חדש ובהתחלה הכל היה בסדר, אבל אז הגיע משבר ענק – לא רציתי ללכת ואמא שלי רבה איתי וצעקה עליי. היא לא הבינה מה עובר עליי. יום אחד, לאחר מריבה גדולה איתה, לא הצלחתי לקום מהמיטה. נצמרתי לקיר והתחלתי לבכות. הרגשתי סחרחורת, לחץ וחרדה מהמחשבה על כמות האנשים שתהיה בבית הספר. הרגשתי בתוך בועה חשוכה שאני לא יכולה לצאת ממנה. נשארתי בחדר החשוך שלי. לא התקלחתי, לא אכלתי. כשהורדים שלי הגיעו לבקר פחדתי לראות אותם. פחדתי אפילו לראות את המשפחה שלי”.

המילים האלה, שנכתבו בידי נערה, רואות אור בספר “מי מפחד ממפלצת החושך” מאת ד”ר גבריאלה בינדר – פסיכיאטרית ילדים ונוער בעלת ותק של כ־30 שנה. הספר כולל 11 עדויות של ילדים ונוער (מגיל שבע עד 18) שבהם טיפלה בקהילה. הילדים סובלים מדיכאון, חרדה, פוסט־טראומה, הפרעה טורדנית־כפייתית, הפרעה אפקטיבית, סכיוופרניה ועוד.

”האמהות וחלק מבני הנוער היו שותפים לתהליך הכתיבה, וכל אחד השמיע את קולו ממש כמו שקורה בטיפול”, מספרת בינדר (62), אמא לשניים, בזוגיות, המתגוררת בראש־העין. “בכל הסיפורים מופיעה הזווית של האם וכיצד היא התמודדה עם ההפרעה של הילד. ארבעה בני נוער כתבו על ההתמודדות האישית שלהם, ולאחר מכן מופיע הניתוח הקליני שלי בנוגע להפרעה ולדרכי הטיפול בה”.

אם שבנה מטופל אצל ד”ר בינדר: “עידו ניסה לדקור את עצמו במספריים. הוא אמר לי ברוגע שחיינו הם סבל אחד ארוך”

