

סרטן מזוית אחרת- סרטן ועבודה רגשית

ב-17.12.2017, התארחתי בתכנית "פנים אמיתיות" של אמנון לוי. התכנית עסקה בחולי סרטן שבחרים להתמודד עם המחלה בדרכים שונות ומגוונות, ללא טיפולים ועזרה של הרפואה הקונבנציונלית וביניהם המטופל שלי ערן. למרות שהראיון איתי ערך שעתיים והיה לי המון מה להגיד, בפועל זה התכווץ לדקות ספורות, אם לא שניות, כי ככה זה בטלוויזיה, אבל ברשותכם אני רוצה לנצל את הבמה הזו ולשתף אתכם מהצד שלי בעבודה רגשית עם חולי סרטן

לאורך השנים אני עובדת ומטפלת בחולי סרטן בשלבים שונים של המחלה: כאלו שרק גילו את המחלה, כאלו שמתמודדים איתה, כאלו שהחלימו ממנה ומבקשים להתחזק ולשנות הרגלים ודפוסים, וכאלו שדרכם עומדת להסתיים- חולים סופניים שמטרת הטיפול איתם היא ללוות אותם בדרכם האחרונה ממקום שלי, מפויס ושלם.

לאורך הזמן והניסיון אחד הדפוסים שבלטו וחזרו על עצמם עם המטופלים שאני עבדתי איתם זה הפער העצום בין הנתינה לקבלה. אנשים אלו נתנו מעצמם ללא גבולות, ללא מעצורים בצורה בלתי מבוקרת ואף הרסנית. נתינה אין סופית בבית, בעבודה, מול הילדים ומול הסביבה הקרובה כשבצעם האחרון לדאוג לו זה הוא עצמו אם בכלל. ללא יוצא מן הכלל ראיתי איך הנתינה היא תמיד כלפי חוץ ולא כלפי פנים, איך הדאגה היא לכולם ולכל חוץ מעצמי. איך כל פעם מחדש הם מוותרים על עצמם ומוותרים לעצמם. איך הם נשארים מאחור ובחוסר, בסדר עדיפויות שלהם בעיני עצמם, הכי פחות חשובים. המון ויתור והקטנה עצמית. הרצון להיות אהוב, להיות בסדר עם כולם, לרצות.

כל אחד מגיע עם סיפור חיים משלו אשר מעצב אותו להיות מי שהוא היום- תרבות, חינוך, מקום וצורת גידול הם חלק מהפרמטרים שבונים אותנו, את האופי שלנו ואת דפוסי ההתנהגות והחשיבה שלנו. אין פה מקום לשפוט או לבקר את הרקע, את האופי או את הדפוסים האלו, אלא להפנים ולהבין שמהו בכל המכלול הזה משפיע על המצב הרגשי נפשי ופיזי.

גנטיקה היא מבחינתי פוטנציאל שקיים בגוף. הגנטיקה מכילה בתוכה גם דפוסים ומטענים רגשיים שאותם אנחנו מקבלים בתורשה. מעבר לגנטיקה אנחנו לומדים מההורים שלנו גם את דפוסי ההתנהגות שלהם, מחקים אותם ואת הדינמיקה שבה אנחנו גדלנו וחוונו בבית ילדותנו. כך שאנחנו "מעתיקים" מההורים שלנו את הדפוסים שלהם.

מחלת הסרטן מייצגת משהו גדול ומאיים בחיים שנמצא לנו מול הפנים וקשה להכיל ולהתמודד איתו. (אובדן, גירושים, אלימות ועוד) מיקום הסרטן בגוף מעיד על המקום הרגיש, החלש, הפחות מאוזן שמצריך חיזוק והתייחסות.

לדוגמא:

***סרטן בבטן/ מעיים**- מתייחס ליכולת לעכל אוכל לצד חוויות רגשיות, דברים ששומרים בבטן, לפעמים סוד גדול שאסור לספר, המון איפוק והחזקה בפנים.

***סרטן בגרון**- היכולת לבטא ולהגיד בקול רם מה שבלב. לתקשר ולהביע את הרצונות והצרכים

***סרטן השד**- מתייחס להענקה והנקה. חוסר איזון וויסות בין הנתינה לקבלה, הקשבה ללב ולבטיוי הפנימי.

***סרטן ריאות-** מתייחס לדפוסים הנשימה שלנו- שאיפה- לקחת מהבחוץ ולהכניס פנימה, ונשיפה- להוציא מבפנים את מה שיש החוצה. כאשר אין ויסות בין הפנים לחוץ. אני מרגיש בפנים משהו מסוים ומשדר החוצה משהו אחר, "משדר עסקים כרגיל", הכל טוב, לא מראה החוצה את מה שקורה בפנים.

***סרטן בכבד-** ברמה הרגשית מתייחס לכעס ורעלים בגוף. כעס מודחק או מוחצן בצורה לא מאוזנת. חוסר יכולת להכיל, לווסת ולאזן את הכעסים.

העבודה הרגשית מלווה מסע עומק פנימה, אל כל אותם דפוסים, חוויות מודחקות, רגשות מודחקים, מצבים לא פתורים, כאב, פחד, כעס לצד חיזוק הביטחון העצמי, החוסן הפיזי, המערכת החיסונית, אהבה עצמית. החזרת הזרקור אלינו במקום החוצה אל כולם. הקשבה פנימה, חיבור אל הגוף, אל הצרכים, הרצונות ואפילו החלומות שעדיין מחכים להתממש.

טיפול במחלת הסרטן הוא טיפול בסימפטום שהוביל לתוצאה הזו. ללא עבודה רגשית כלשהי ושינוי דפוסים הסיכוי שהמחלה תחזור על עצמה שוב הוא גדול יותר מכיוון שהסרטן הוא רק סימפטום. העבודה היא על מה גרם לסרטן לפרוץ, מה ייצר את הסרטן.

לפני סיום, חשוב לי לציין שמה שנכתב כאן נכתב מתוך הניסיון שלי עם המטופלים שהגיעו אליי וזוהי הגישה הטיפולית שלי בלבד.

המאמר הזה מוקדש לאבא שלי היקר שהחלים מסרטן הריאות, לחמי, בני היקר שנפטר מלוקמיה, לערן היקר, המטופל שלי שמתמודד עם סרטן הריאות, לסבתא שלי היקרה שנפטרה מסרטן במעי הגס, ולגלית, מטופלת יקרה שליוויתי, חולה סופנית עם סרטן בכבד שהלכה לעולמה.

בריאות לכולם
עינת גולדמן- מטפלת רגשית
בילדים ומבוגרים
050-7767065