

## הפרעת דחק פוסט טראומטית מורכבת

גיודית הרמן מבחינה בין הפרעת דחק פוסט טראומטית פשוטה למורכבת. לטענתה חוויה של טראומה מתמשכת בילדות כדוגמת הכאה במשפחה, התעללות גופנית ומינית אינה מאפשרת בניית אישיות תקינה מלכתחילה. בעבודתנו אנו נתקלים באנשים עם הפרעות התנהגות, חרדות, הפרעות הסתגלות, תלונות פסיכוסומטיות ללא סיבה, הפרעות שינה ועוד. מן הראוי לבחון בהיסטוריה של הנפגע אירועים טראומטיים מתמשכים. הטרומה המורכבת משפיעה בצורה קיצונית יותר על כל מבנה האישיות היא יוצרת הפרעות חרדה, הפרעות דיסוציאטיביות ובכללן הפרעת אישיות גבולית, והפרעות סומטופורמיות (קונברסיות). לפני שנתאר את השפעותיה נביא את הקריטריונים של הפרעת דחק פוסט טראומטית מורכבת מספרה של גיודית לואיס הרמן (עמ' 151).

## הסימפטומים של הפרעת דחק פוסט טראומטית מורכבת

א. א. היסטוריה של הימצאות בשליטה רודנית פרק זמן ממושך (חודשים או שנים) בחיי המין והמשפחה, כולל נפגעי אלימות במשפחה, התעללות גופנית או מינית מתמשכים בילדות וניצול מיני מאורגן של כנופיות.

ב. ב. שינויים בוויסות ההיפעלות הכוללים:

1. 1. דיספוריה (עצבות, דיכאון קל עד בינוני) מתמדת;

2. 2. מחשבות התאבדות כרונית;

3. 3. חבלה עצמית;

4. 4. זעם מתפרץ או עצור ביותר (עשוי להופיע לסירוגין);

5. 5. מיניות כפייתית או עצורה ביותר (עשויה להופיע לסירוגין).

ג. ג. שינויים בתודעה הכוללים

1. 1. אמנזיה (שכיחה) או היפראמנזיה בקשר לאירועים הטרומטיים;

2. 2. אפיזודות דיסוציאטיביים חולפות;

3. 3. נתק מן העצמי ואובדן תחושת המציאות;

4. 4. התנסות חוזרת בחוויות, אם בצורת סימפטומים פולשניים של

הפרעת דחק פוסט טראומטית, ואם שקיעה במחשבות.

ד. ד. שינויים בתפיסת העצמי הכוללים

- 1.1 הרגשת חוסר אונים או שיתוק העצמי;
- 2.2 בושה, אשמה, האשמה עצמית;
- 3.3 הרגשת טומאה או הכתמה (סטיגמה);
- 4.4 הרגשת שונות גמורה מבני אדם אחרים (עשויה לכלול הרגשות מיוחדות, בדידות מוחלטת, הרגשה שאיש לא יכל לבין, וזהות לא אנושית).

ה. ה. שינויי בתפיסת המתעלל הכוללים

- 1.1 שקיעה במחשבות על היחסים עם המתעלל (כולל מחשבות נקם);
- 2.2 ייחוס לא מציאותי של כוח מוחלט למתעלל (זהירות: הערכת הוויות הכוח שמעריך הקורבן יכולה להיות מציאותית יותר מזו של הקלינאי);
- 3.3 אידיאליזציה או הכרת טובה פרדוקסלית;
- 4.4 הרגשת יחסים מיוחדים או על טבעיים;
- 5.5 קבלת מערכת האמונות או ההתרצות של המתעלל;

ו. ו. שינויים ביחסים עם האחרים הכוללים

- 1.1 בידוד והסתגרות;
- 2.2 שיבוש ביחסים אינטימיים;
- 3.3 חיפוש חוזר ונשנה אחר מושיע (יכל להופיע לסירוגין עם בידוד והסתגרות);
- 4.4 חשדנות מתמידה;
- 5.5 כשלון חוזר ונשנה בהגנה עצמית.

ז. ז. שינויים במערכת משמעות

- 1.1 אובדן האמונה בתמיכה ובאימון;
- 2.2 הרגשת חוסר תוחלת וייאוש.

## המשמעות של הקריטריונים לאבחנה

כפי שניתן לראות התסמינים המובאים למעלה מבטאים השפעות חמורות על מבנה האישיות המתחלקות להפרעות חרדה, להפרעות דיסוציאטיביות ובכללן אישיות גבולית ולתגובות סומטופורמיות. (שבתאי נוי)

### הפרעות חרדה

נמצא שהביטוי של הפרעת דחק פוסט טראומטית יכול להתבטא בסוגים שונים של הפרעת חרדה המאופיינת על ידי חרדה קיצונית וממושכת ללא גירוי חיצוני נראה לעין.

❖ ❖ קהות רגשית וצמצום האישיות - בשל הפחתה משמעותית של שיחזור הטראומה או הסימפטומים הפולשניים הרי הקהות רגשית הממושכת וצמצום האישיות בולטת.

❖ ❖ תגובה מאוחרת כתוצר של קהות רגשית – עלולה להתפתח בגלל התבגרות, אירועי חיים ועוד.

❖ ❖ תסמונת פאניקה - פאניקה מאופיינת בהתקף פתאומי של דריכות: דפיקות לב מואצות עם מועקה בחזה, נשימת חזה מהירה ונשימת יתר או קוצר נשימה ותחושת מחנק, שלרוב נלווים אליה תחושת אסון מתקרב ופחד מפני אובדן שליטה: מוות או שיגעון.

הטיפול בהפרעות חרדה שיש להן בסיס טראומטי מצריכות טיפול על פי עקרונות הטיפול בהפרעה דחק פוסט טראומטית.

### הפרעות דיסוציאטיביות

❖ ❖ הפרעת זהות דיסוציאטיבית – חלקים מן האישיות מקבלים אוטנומיה יחסית, ופועלים ללא דיאלוג ביניהם או שמקיימים דיאלוג אוטנומיה בלבד. המטופל מדווח על זמנים חסרים שאינו יודע מה התרחש בהם.

❖ ❖ אמנזיה דיסוציאטיבית – קיימת שכיחה טוטלית או חלקית בעברו במיוחד מהאירועים הטראומטיים.

❖ ❖ פוגה - המטופל שוכח את זהותו ולובש זהות שונה לזמן מוגבל.

❖ ❖ דפרסונליזציה – תחושה חוזרת וקיצונית של ניתוק מן הגוף ומן העצמי.

❖ ❖ הפרעת אישיות גבולית - הפרעת אישיות גבולית מאופיינת בחוסר יציבות בקשר אנושי, ברגש ובדימוי העצמי. תקופות חסרות רגש עלולות להתחלף באימפולסיביות לא מרוסנת ובאימות כלפי הזולת או העצמי, למשל התאבדות או יצירת חתכים שטחיים בגפיים או בבטן. בולטת הרגישות כלפי נטישה. האישיות הגבולית מאופיינת בחוסר קשר בן הרגש לקוגניציה.

### **הפרעות סומטופורמיות**

הפרעות סומטופורמיות מאופיינת על ידי קיום סימפטום גופני, לא רצוני, שאין לו סיבה ביולוגית. כדוגמת שיתוק של איברים או חושים, כאבים הפרעות בדרכי העיכול והמין.