
Review

Reviewed Work(s): בר-טור ליאורה by האתגר שבהזדקנות: בריאות נפשית, הערכה וטיפול

Review by: נגה זיו

Source: *IJOT: The Israeli Journal of Occupational Therapy* / כתב עת ישראלי לריפוי גיליון מיוחד בנושא גריאטריה, מוקדש לזכרה של ד"ר נורית וינבלט ז"ל (אוגוסט - נובמבר 2010), pp. H263-H264
19, חוברת 3/4, Special Issue on Geriatrics: In memory of Dr. Nurit Weinblatt / כתב עת ישראלי לריפוי גיליון מיוחד בנושא גריאטריה, מוקדש לזכרה של ד"ר נורית וינבלט ז"ל (אוגוסט - נובמבר 2010), pp. H263-H264

Published by: Israeli Society of Occupational Therapy / העמותה הישראלית לריפוי בעיסוק

Stable URL: <https://www.jstor.org/stable/23470037>

JSTOR is a not-for-profit service that helps scholars, researchers, and students discover, use, and build upon a wide range of content in a trusted digital archive. We use information technology and tools to increase productivity and facilitate new forms of scholarship. For more information about JSTOR, please contact support@jstor.org.

Your use of the JSTOR archive indicates your acceptance of the Terms & Conditions of Use, available at <https://about.jstor.org/terms>



is collaborating with JSTOR to digitize, preserve and extend access to *IJOT: The Israeli Journal of Occupational Therapy* / כתב עת ישראלי לריפוי בעיסוק

JSTOR



לירון גלבוע

עורכת:

מדור סקירת ספרים

האתגר שבהזדקנות: בריאות נפשית, הערכה וטיפול (2005)

בר-טור ליאורה Phd.

הוצאת אש"ל, האגודה לתכנון ופיתוח שירותים למען הזקן בישראל. ירושלים.

תקופת הזיקנה מתוארת בדרך כלל כרצף של מצבי דחק, שרשרת של אובדנים, קשיים, מחלות ופרידות. ספר זה, כפי שגם שמו מעיד עליו מציע לנו הקוראים לראות את הזיקנה גם מהיבט אחר, כתקופה המזמנת לאדם שזכה והגיע לערוב ימיו, שרשרת של שינויים העשויים להיתפס כאתגרים ואשר טומנת בה, למרות הקשיים והאובדנים גם המשך התפתחות, תקווה ומשמעות. הכותבת, ליאורה בר-טור שהיא פסיכולוגית קלינית במקצועה אינה מתכחשת או מייפה תקופה קשה זו המתוארת כ"מסע הישרדות", אך מציעה גם להתייחס ולהעצים את הצד הבריא והאופטימי שלה. כבר מהיבט זה, עולה המסר של ספר זה בקנה אחד עם הפילוסופיה המרכזית של מקצוע הריפוי בעיסוק בכלל ובתחום הזיקנה בפרט, כתופס משברי חיים ומצבי חולי כ"הזדמנות" ו"אתגר" ומאפשר לגלות את כוחות הצמיחה וגילוי החלקים הבריאים והחיוביים שבאדם ובכל מצב.

הספר בנוי מ-10 פרקים, וכמעט בכל פרק משולבים התיאוריה והפרקטיקה. המחברת מציגה בשפה מקצועית אך שווה לכל נפש מגוון מודלים וגישות תיאורטיות בתחום הזיקנה וכן תוצאות של מחקרים עדכניים. אין היא נשארת ברמה התיאורטית בלבד ובצד התיאוריות מתארת כלי אבחון וטיפול פרקטיים, מציגה תיאורי מקרים מעניינים ומפגשים מרגשים ומרתקים ואף מציעה יישומים פרקטיים בקליניקה ובחיים. בר-טור מתארת גישות פסיכולוגיות חדשות כמו "פסיכולוגיה חיובית", תיאוריות של רווחה נפשית ואנושית - Wellness, מודל ההזדקנות המוצלחת על פי Baltes ועוד. חלקים ניכרים בספר מיוחדים לתיאור ולהסבר של מצבים רגשיים אופייניים לזיקנה כמו מצבי דיכאון וחרדה, אך גם אפשר ללמוד על מצבים נפשיים קשים יותר כמו תסמינים פסיכויטיים: פרנויה ופרפרניה. כן מיוחד פרק נרחב וחשוב לנושא הכאוב של אובדנות בזיקנה. הספר מנתץ מיתוסים באשר ליעילות הטיפול הנפשי בזיקנה ומעודד התערבויות וטיפולים במסגרת פרטנית, משפחתית וקבוצתית.

כתב עת ישראלי לריפוי בעיסוק, אוגוסט - נובמבר 2010, 19 (3-4)

 מדורים

הספר כתוב ברגישות ובתבונה ומתוך ידע מקצועי מעמיק וניסיון אישי מרתק. אפשר להתרשם מאהבתה של המחברת לזקנים ומהנאתה לטפל בהם ולעבוד עמם. בטקסט שזורות ציטטות מתוך שירי יהודה עמיחי, זלדה, נתן זך, ויסלבה שימבורסקה לצד מכתמים והגיגים מתוך כתבי קיקרו ופבלו פיקסו. הציטטות האלה מתבלות את הכתוב ומעשירות אותו, כך שהקריאה בספר נעשית חווייתית, שוטפת ונעימה.

על כריכת הספר מצוין שהוא מיועד "לכל מי שעוסקים בזיקנה: לפסיכולוגים, למטפלים, לבני משפחה, לסטודנטים וכמובן - לזקנים המתמודדים בעצמם עם שאלות וקשיים ולכל מי שמבקש להעמיק את הידע וההבנה של תהליך ההזדקנות והזיקנה". להערכתי, הספר מתאים במיוחד למרפאים בעיסוק המטפלים בזקנים, אך גם למרפאים בעיסוק בתחומים האחרים. כל ההתייחסות לבריאות הנפשית היא דרך הפריזמה התפקודית עיסוקית, שהיא כמובן ליבת הריפוי בעיסוק. הנה כמה משפטי מפתח המודגשים בספר: "תפקוד יעיל בתקופת הזיקנה הוא משימה התפתחותית שמטרתה שמירה על אוטונומיה ועל חיים עצמאיים תוך כדי התמודדות עם אובדנים" (עמ' 35) או: "הירידה במקורות הביולוגיים מגבירה את התלות במקורות הפסיכולוגיים, תרבותיים וחברתיים, כמו אמצעים טכנולוגיים מתקדמים לשיפור התפקוד ומסגרות לטיפול ושיפור התפקוד הקוגניטיבי והנפשי" (עמ' 52).

הפרק האחרון העוסק בטיפול הקבוצתי, בייחוד מתאים לנושאי הטיפול בריפוי בעיסוק שכן הוא עוסק ב"מודל ניהול זמן חיים", בבחירת עיסוקים, בארגון ובתכנון.

אני ממליצה אפוא בחום לכל מרפא בעיסוק להוסיפו למדף הספרים שלו המקצועי והאישי.

נכתב על ידי נגה זיו, MSc. OT, החוג לריפוי בעיסוק אוניברסיטת ת"א, המרכז הקהילתי לבריאות הנפש ת"א ע"ש בריל. nogaziv@post.tau.ac.il

עורכת המדור:

לירון גלבע, MSc, OT, מרפאה בעיסוק במכון להתפתחות הילד "מכבי" בהוד השרון, ו"במרכז פיתוח תמיכה חינוכית" (מפת"ח) בקרני שומרון