

טיפול קבוצתי בפסיכודרמה עוזר לחולי פרקינסון

מאת: ד"ר דני יניב, ביה"ס לטיפול באמצעות אמנויות, אוניברסיטת חיפה.

מחלת פרקינסון, הידועה בסימפטומים המוטורים שלה, גורמת גם לשינויים רגשיים החלים בעקבות המגבלה הפיזית, והכוללים דיכאון, חרדה, אשמה ואיכות חיים נמוכה ('איכות חיים' הוא מושג סובייקטיבי ובהקשר של מחלה כרונית קשור לשאלה - "עד כמה אני מרגיש חולה?"). מחקר זה בדק את ההשפעה שיש לטיפול קבוצתי באמצעות פסיכודרמה על איכות החיים של חולים במחלה, וכן על סימפטומים של חרדה ודיכאון בקרבם.

תשעה גברים ושבע נשים נבחרו להשתתף במחקר על סמך קריטריונים קליניים, קוגניטיביים, ודמוגרפיים. לאחר ראיונות אישיים והערכות פסיכולוגיות של כל הנבדקים, הם חולקו לשתי קבוצות. קבוצת הניסוי נפגשה אחת ל-15 יום למפגשים בני 90 דקות, ובסה"כ 12 מפגשים (חצי שנה). במפגשים אלה נעשה שימוש בשיטות התערבות פסיכודרמטיות שכללו משחקי תפקידים של מצבים יומיומיים בדגש על מציאת דרכים מספקות יותר בהתמודדות איתם, האנשה של רגשות באמצעות פעולה דרמטית, שיחות אינטראקטיביות בין המטופלים, וכן מתן מידע קליני ורפואי על המחלה. קבוצת הביקורת לא קיבלה טיפול במהלך המחקר, אך עם סיומו ולאחר שכל הנבדקים הוערכו בשנית, קיבלו משתתפי קבוצת הביקורת טיפול, בהתאם לצורך האתי להעניק טיפול פסיכולוגי לכל הנבדקים.

התוצאות הראו הבדלים משמעותיים בכל המדדים בקרב משתתפי קבוצת הניסוי אך לא בקבוצת הביקורת, כך שמשתתפי קבוצת הניסוי הראו שיפור במצבם הדיכאוני והחרדתי, וכן בהערכת איכות חייהם עם המחלה. החוקרים הדגישו כי הטיפול הקבוצתי באמצעות פסיכודרמה התמקד ב"תפקיד החולה" ובתפקידים חברתיים אחרים המושפעים מן המחלה. לפיכך, השינויים שהביא הטיפול כללו, בין היתר, שליטה טובה יותר בסימפטומים רגשיים ובמצבים מאיימים, וכן כינון מחודש ומותאם יותר של קשרים חברתיים. תוצאות אלו מצדיקות המשך מחקר אודות ההשפעה של התערבויות רגשיות במחלת פרקינסון, במדגמים גדולים יותר ובמעקב לאורך זמן ארוך יותר.

ביבליוגרפיה

Sproesser, E., Viana, M.A., Quagliato, E.M., & de Souza, E.A. (2010). The effect of psychotherapy in patients with PD: a controlled study. *Parkinsonism and Related Disorders*, 16, 298-300.

ד"ר דני יניב, דוא"ל: Dan_yaniv@yahoo.com