

"קרוב רחוק"

טיפול פסיכותרפיה
בישראל בתקופת מגפת
הקורונה

הדר סמואל ■ שלומית קגיה



הרצאה לכנס המכון הלאומי 31.05.23
המחקר מומן בסיוע המכון הלאומי לחקר שירותי הבריאות ומדיניות הבריאות ובסיוע משרד הבריאות

רקע – טיפול מרחוק



טיפול פסיכותרפי מרחוק, באמצעות שיחות טלפון או וידאו, נתפס זה מכבר כפתרון אפשרי לבעיות של נגישות לטיפול, הן עבור מי שסובל ממוגבלות המקשה עליו להתנייד למקום הטיפול הן עבור מי שמתגורר באזורים עם היצע נמוך של מטפלים. עם פרוץ משבר הקורונה הציעו מטפלים רבים טיפולי פסיכותרפיה מרחוק, לצד או במקום טיפול פנים-אל-פנים.



מטרות המחקר



לבחון את תפיסות המטופלים כלפי טיפול מרחוק ואת העדפותיהם בכל הקשור לקבלתו



לתאר דפוסים של קבלת טיפול פסיכותרפי לפני ואחרי פרוץ מגפת הקורונה



ראיונות עומק חצי מובנים n=10



סקר אינטרנטי n=400

בדצמבר 2020 נערך סקר אינטרנטי על ידי שתי חברות פאנל בקרב מדגם מייצג של 4,688 איש. מהם, 400 איש (כ-8%) דיווחו שקיבלו טיפול פסיכותרפיה במהלך שנת 2020 וענו על השאלון המלא.

שאלון הסקר עסק בדפוסי פנייה לטיפול ובחירת מטפל, במאפייני הטיפול ובחוויות המטופל וכלל שאלות הקשורות לקבלת טיפול בתקופת מגפת הקורונה, שבהן מתמקדת מצגת זו.

נוסף על כך במחצית השנייה של 2021 נערכו 10 ראיונות עומק חצי מובנים עם מדגם נוחות של מטופלים, כדי להעשיר את התמונה שעלתה מן הממצאים הכמותיים.



דפוסי קבלת טיפול פסיכותרפי לפני פרוץ מגפת הקורונה ואחריו



בשקפים הבאים מוצגת התפלגות המטופלים בין אופני הטיפול (פנים אל פנים, טיפול מרחוק או שילוב בין השניים).

בשקף 7 מוצג שיעור המשיבים שדיווחו על התנסות בטיפול מרחוק (בווידאו או בטלפון), לפני פרוץ המגפה ואחריו.

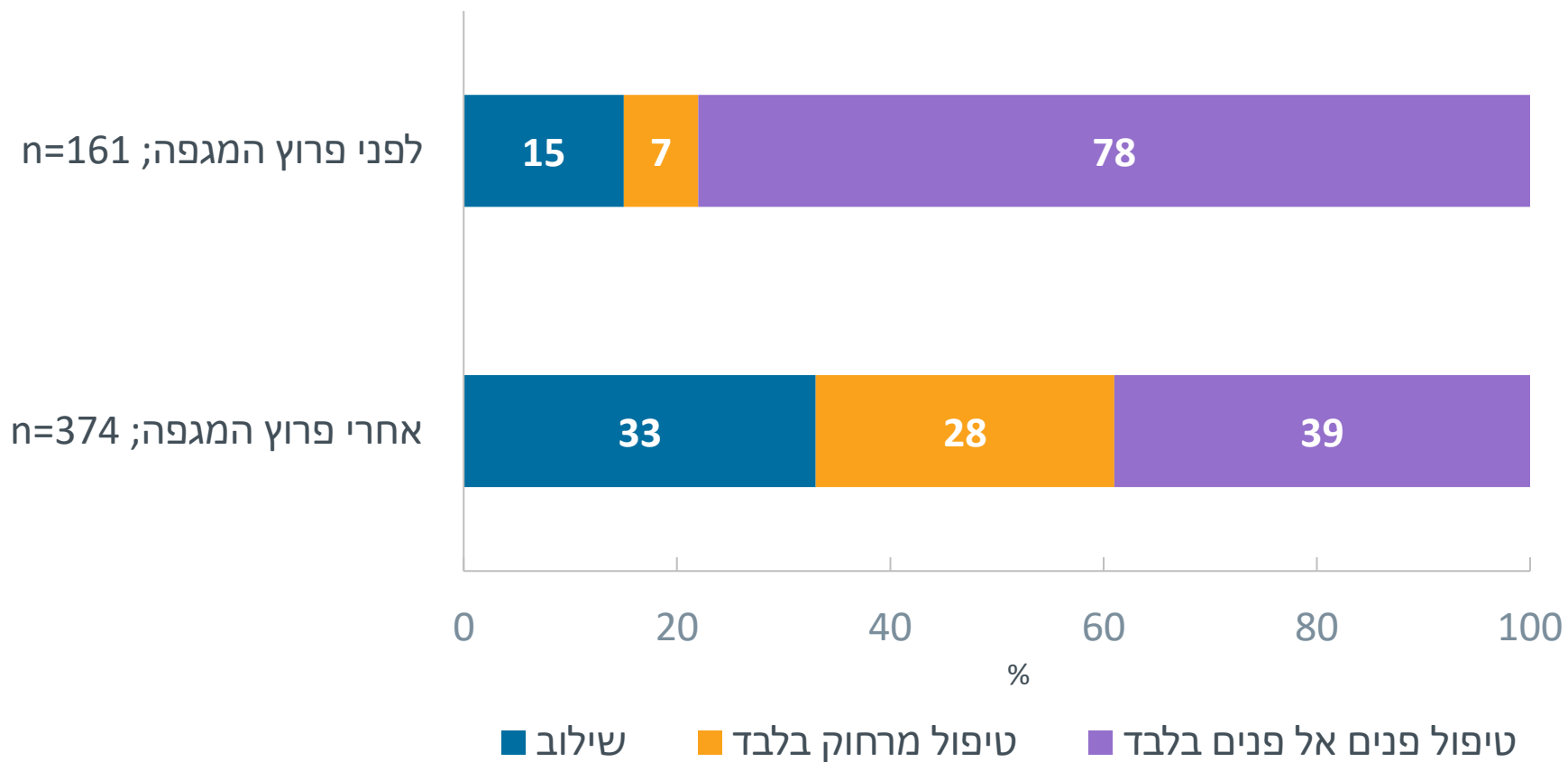
בשקף 8 מוצג שיעור המדווחים על התנסות בטיפול מרחוק בחלוקה למי שהחל את הטיפול לפני פרוץ משבר הקורונה ומי שהחל אותו לאחריו.

אפשר לראות כי לאחר מארס 2020, כ-60% דיווחו על קבלת טיפול מרחוק בלבד או בשילוב עם טיפול פנים-אל-פנים. בקרב מי שהיו בעיצומו של הטיפול במארס 2020 הרוב עברו לטיפול משולב או רק מרחוק. לעומת זאת, בקרב מי שהתחילו לראשונה את הטיפול אחרי פרוץ המגפה, רק כמחצית דיווחו על קבלת טיפול מרחוק.

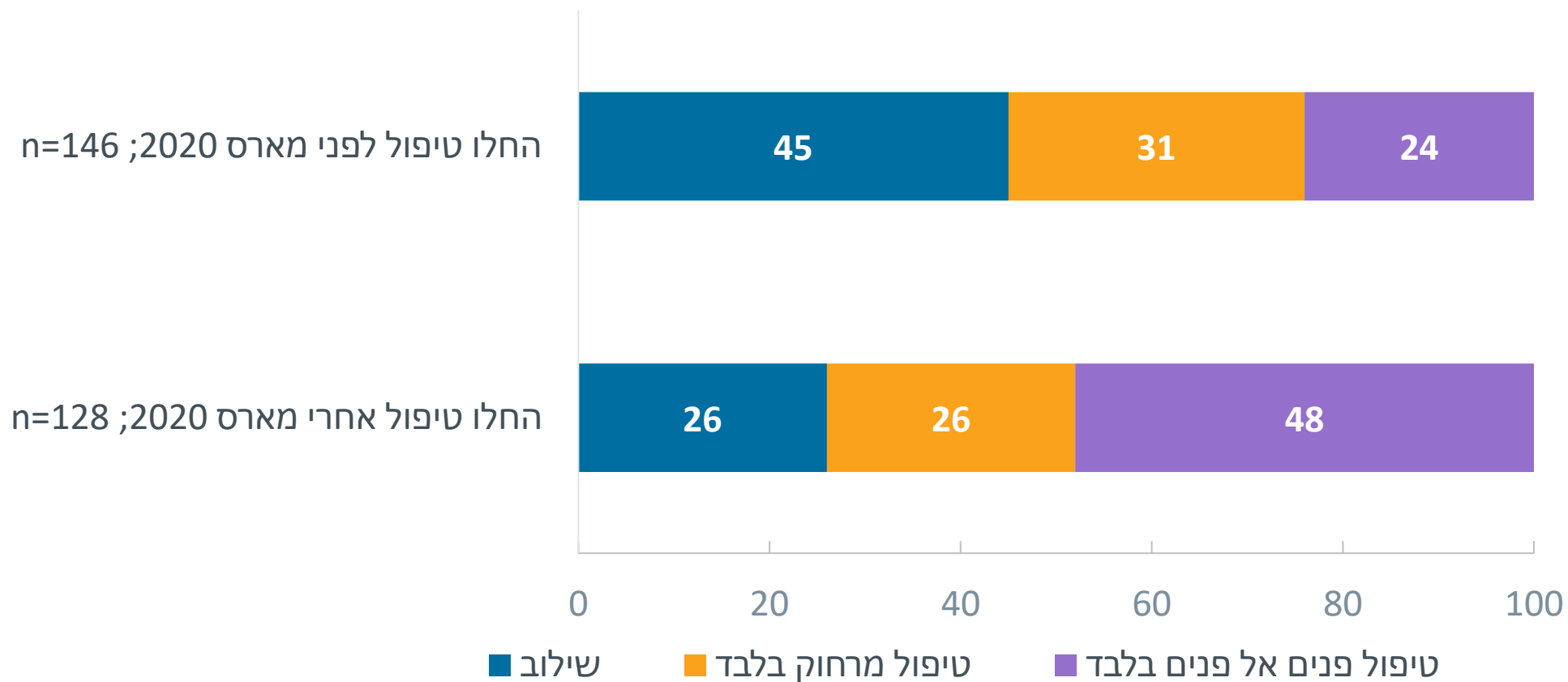




התנסות בטיפול מרחוק (באחוזים)



התנסות בטיפול מרחוק אחרי פרוץ המגפה (באחוזים)





מראיונות העומק עלה שקל יותר לעבור לטיפול מרחוק כאשר יש קשר טיפולי מבוסס עם המטפל, אך קשה לבסס קשר כזה בטיפול מרחוק בלבד.

"אחרי שמבססים איזושהי מערכת יחסים של מטפל-מטופל אז אפשר לעשות מאמצים בשביל להמשיך לקבל טיפול. שלא יהיה איזשהו ואקום. אבל תחילת טיפול, אז אני לא רואה טעם". (ריאיון עם ד')



תפיסות כלפי טיפול מרחוק

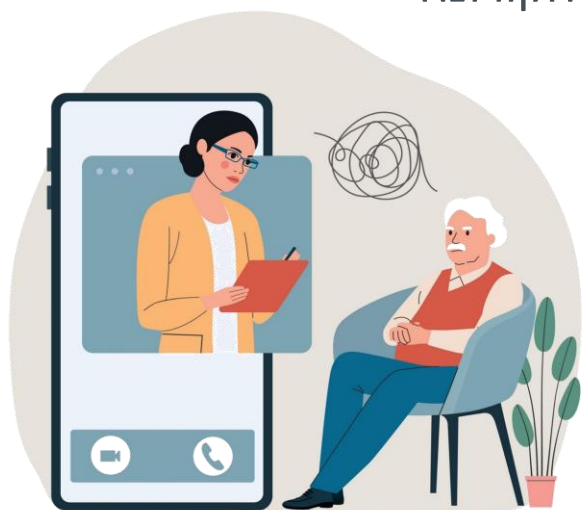


המשיבים נשאלו מהו לדעתם הקושי העיקרי בקבלת טיפול מרחוק בשיחת וידיאו או בטלפון: "קושי בתקשורת בין-אישית כמו הבנת הבעות הפנים או טון הקול של הצד השני", "בעיות תקשורת כמו איכות חיבור האינטרנט, איכות הצליל, איכות הווידאו וכדומה" או "קושי בשמירה על פרטיות הטיפול".

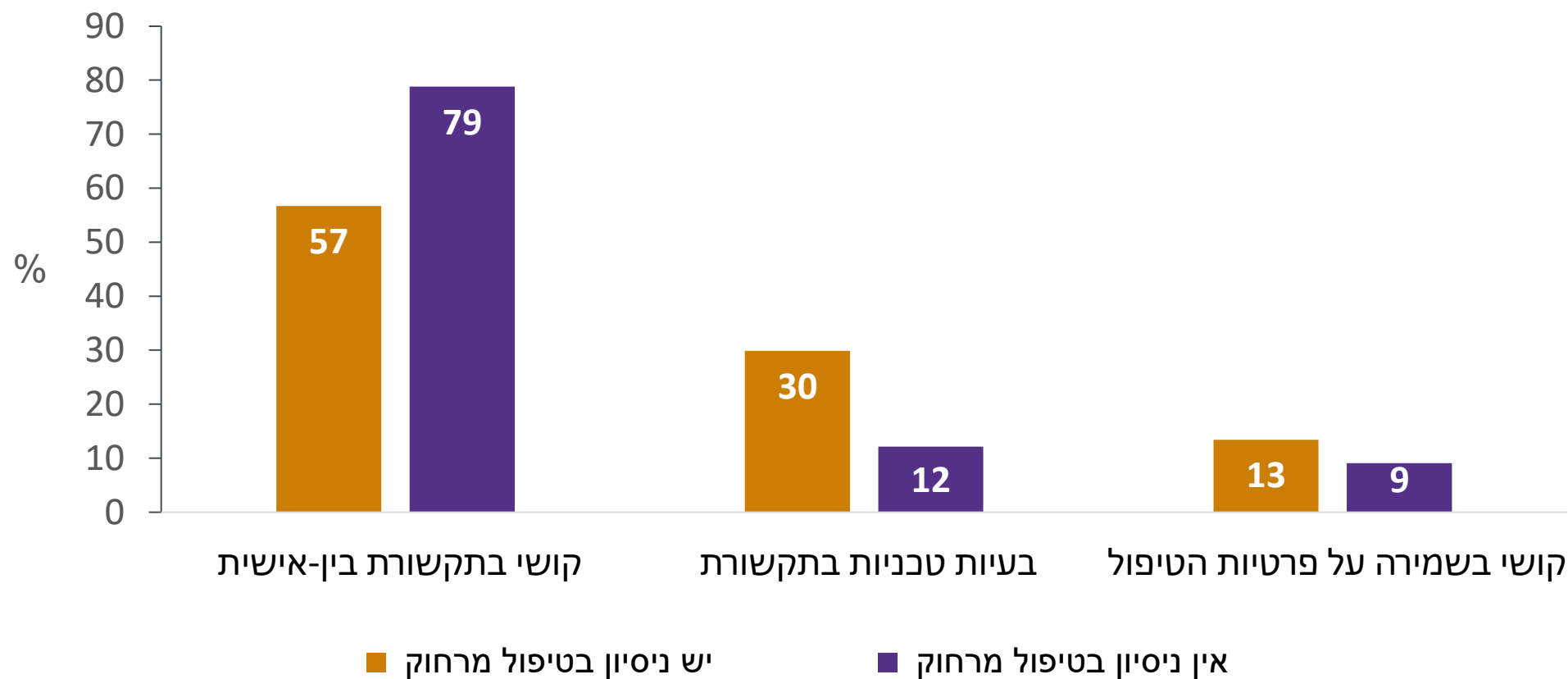
לאחר מכן, התבקשו המשיבים להשוות טיפול פנים-אל-פנים (ללא מגבלות קורונה כגון מסכה ומרחק) לטיפול מרחוק באמצעות שיחת וידיאו, על פי שלושה פרמטרים: אפשרות לדבר על נושאים רגישים או אישיים מבלי לחשוש, אפשרות ליצור קשר והבנה עם המטפלת ויעילות בהשגת מטרות הטיפול.

לבסוף, נשאלו המשיבים כיצד יעדיפו לקבל טיפול פסיכותרפיה לאחר שיוסרו מגבלות הקורונה (מסכה ושמירת מרחק).

בכל השאלות נמצאו הבדלים מובהקים בין מי שהתנסו בטיפול מרחוק בפועל למי שלא התנסו בו.



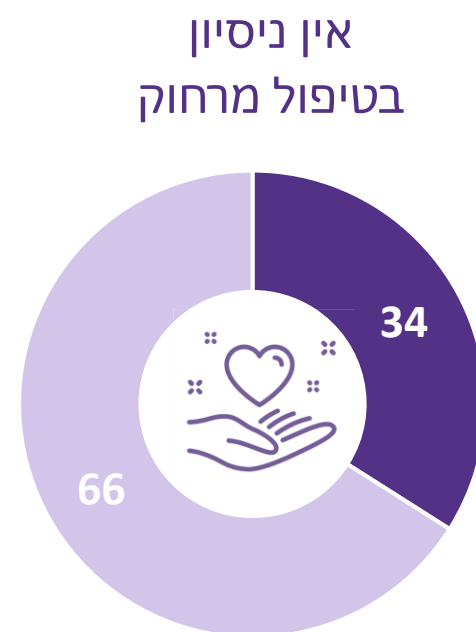
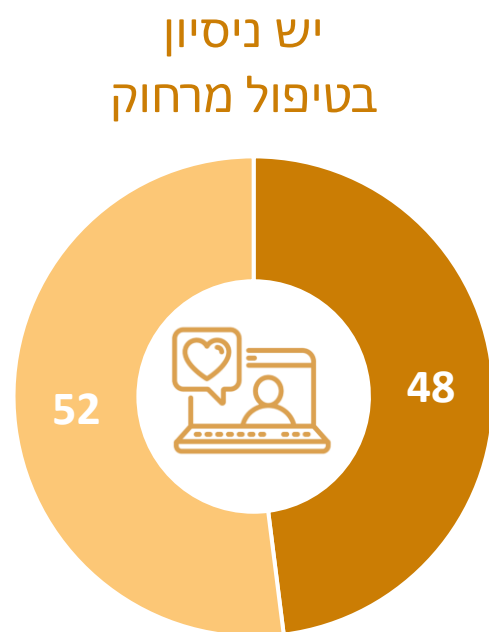
"מהו לדעתך הקושי העיקרי בטיפול מרחוק?" (באחוזים)





"טיפול מרחוק בשיחת וידאו..." (באחוזים)

מאפשר לדבר על נושאים רגישים או אישיים מבלי לחשוש



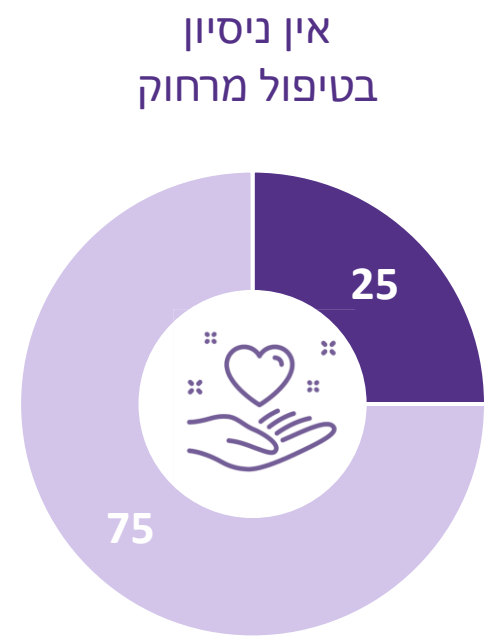
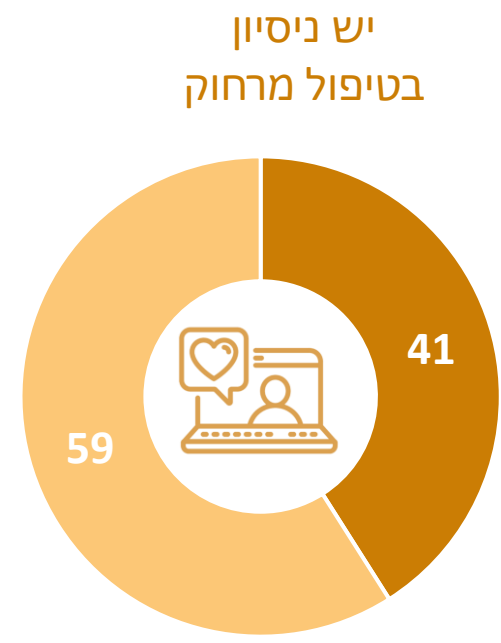
ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .05$

טיפול מרחוק מאפשר פחות מטיפול פנים אל פנים
טיפול מרחוק מאפשר באותה המידה (או יותר) כמו טיפול פנים אל פנים



"טיפול מרחוק בשיחת וידאו..." (באחוזים)

מאפשר יצירת קשר והבנה עם המטפל



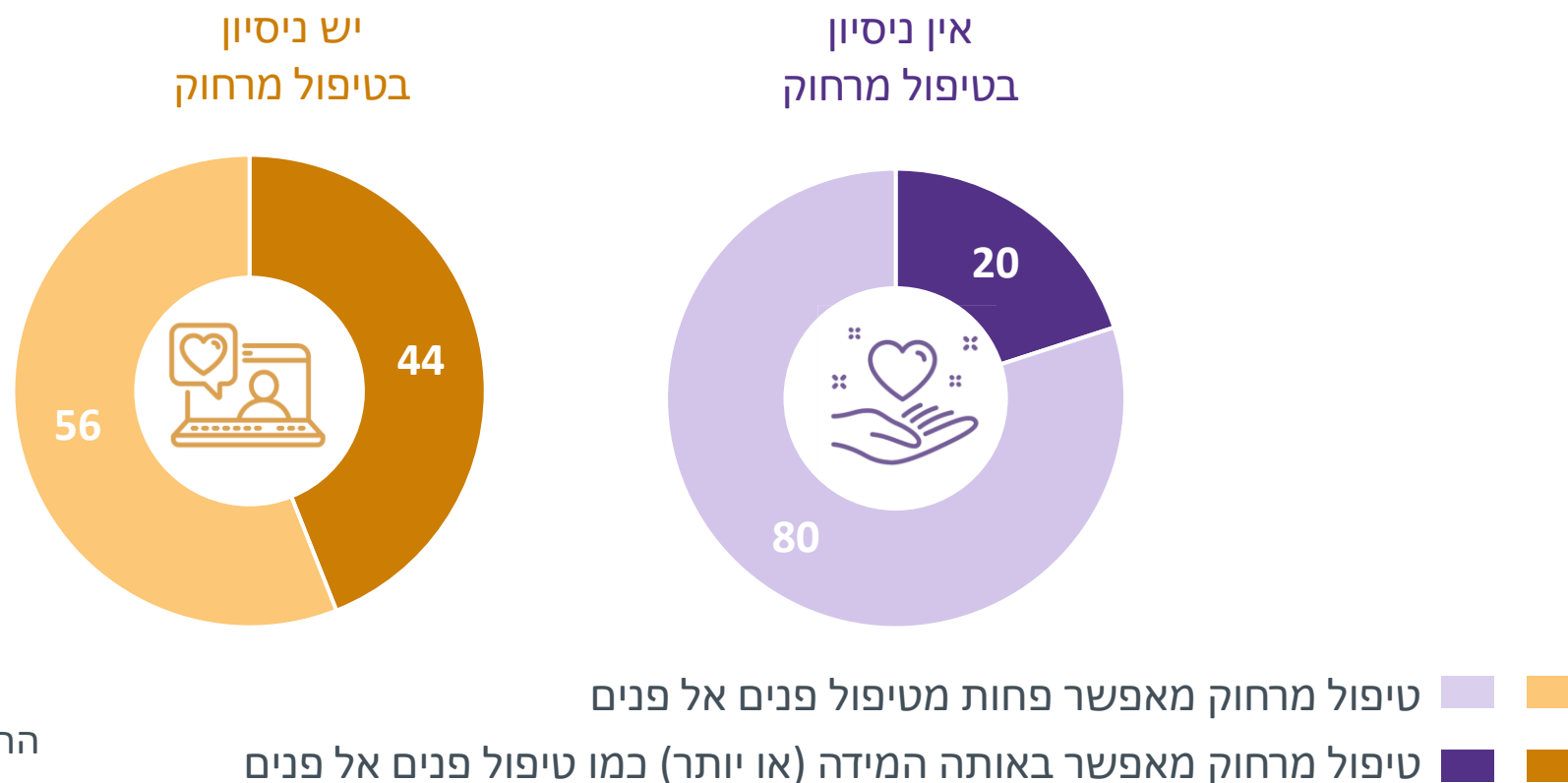
ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .05$

טיפול מרחוק מאפשר פחות מטיפול פנים אל פנים
טיפול מרחוק מאפשר באותה המידה (או יותר) כמו טיפול פנים אל פנים



"טיפול מרחוק בשיחת וידאו..." (באחוזים)

יעיל בהשגת מטרות הטיפול

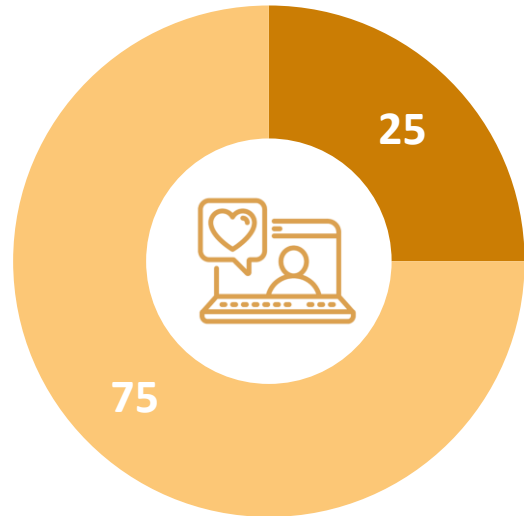


ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .05$

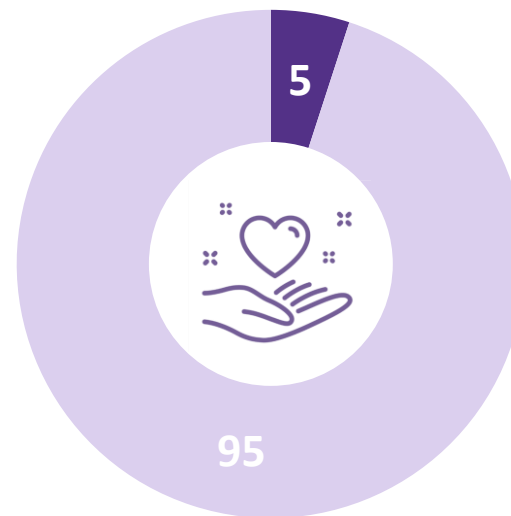


"כיצד תעדיף לקבל טיפול בעת שגרה?" (באחוזים)

יש ניסיון
בטיפול מרחוק



אין ניסיון
בטיפול מרחוק



ככלל, נמצאה העדפה לטיפול פנים-אל-פנים. עם זאת, בקרב מי שהתנסה בטיפול מרחוק יש גרעין שמוכן להמשיך מרחוק גם בעתות שגרה.

ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .05$

טיפול מרחוק ■ ■
רק טיפול פנים אל פנים ■ ■



מראיונות העומק עלה כי בעיני חלק מן המרואיינים, הטיפול
מרחוק יכול היה לשמש פתרון זמני לשעת חירום כדי לא להישאר
ללא טיפול.

"בזמן הקורונה היה לי טיפול מרחוק, ב'זום'. והיה לו את הבעיות שלו, של קשיים
טכניים, ואז נתקע ברגעים, ולא מתחבר. אבל זה נראה לי עדיף על לא טיפול בכלל.
[...] נראה לי שבשגרה זה לא מתאים ... " (ריאיון עם ד')



הטיפול מרחוק כמענה אפשרי לבעיות נגישות גאוגרפיות

בשקפים הבאים אפשר לראות את שיעור המדווחים על קבלת טיפול מרחוק ואת העדפות המטופלים בנוגע לטיפול בעת שגרה, בקרב המתגוררים ביישובים פריפריאליים (בעלי ציון 1 עד 4 במדד הפריפריאליות 2015, של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה) לעומת המתגוררים ביישובים מרכזיים יותר (בעלי ציון 5 עד 10 במדד).





שיעור המדווחים על קבלת טיפול מרחוק, לפי מקום המגורים (באחוזים)



79%

מטופלים בפרופריה (1-4)



57%

מטופלים בשאר הארץ (5-10)

ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .01$



שיעור המדווחים על קבלת טיפול מרחוק בלבד, לפי מקום המגורים (באחוזים)



40%

מטופלים בפריפריה (1-4)



24%

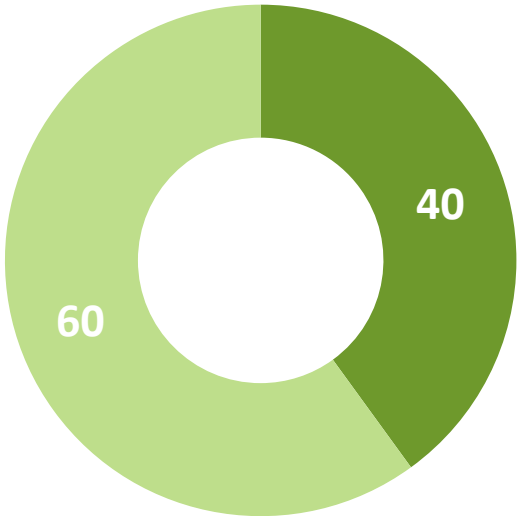
מטופלים בשאר הארץ (5-10)

ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .05$

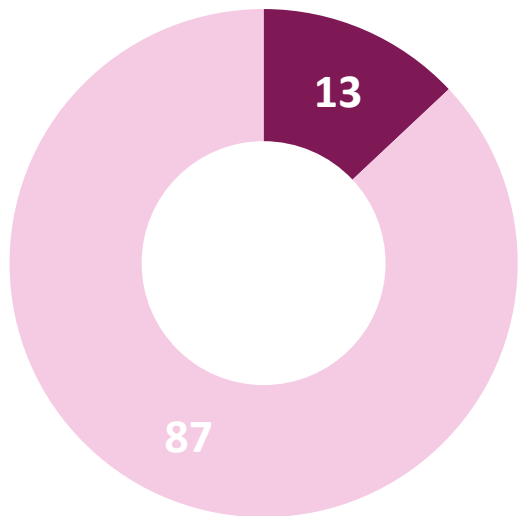


העדפות בנוגע לטיפול בעת שגרה (באחוזים)

מטופלים בפרופריה (1-4)



מטופלים בשאר הארץ (5-10)



שיעור גבוה יותר של מטופלים מן הפרופריה הביעו נכונות להמשיך ולקבל טיפול מרחוק גם בעתות שגרה

טיפול מרחוק ■■

רק טיפול פנים ■■

ההבדל בין הקבוצות מובהק, $p < .01$



מראיונות העומק עלה כי הטיפול מרחוק אכן עשוי להיות נוח יותר במונחי נגישות לטיפול.

"אני, יותר נוח לי בדרך הזאתי [טיפול מרחוק], האמת. וכן, אני חושבת שהזמינות היא חשובה, בטח איפה שאני גרה. העובדה שזה, כרגע זה שעה טיפול [...] אם אני צריכה להשוות את זה לאופציה אחרת שאני צריכה להגיע [פיזית], אני צריכה לפנות ארבע שעות לפחות, כי יש לי ארבעים וחמש דקות-שעה נסיעה לכל כיוון, וסביר להניח שעוד הסתובבות בתוך [שם עיר]. זה שינוי משמעותי." (ריאיון עם י')



מסקנות והמלצות

- נמצאה העדפה ברורה לקבלת טיפול פנים-אל-פנים בעת שגרה ועל כן יש לנקוט בזהירות בהצעת הטיפול מרחוק כפתרון גורף לבעיות של נגישות לטיפול
- עם זאת, נמצאה יותר נכונות לעשות שימוש בטיפול מרחוק בקרב מי שהתנסו בו בפועל ובקרב המתגוררים בפריפריה
- נראה כי מי שהתנסה בטיפול מרחוק פתוח יותר לאפשרות להמשיך ולקבל טיפול כזה גם בעתיד. יש מקום אפוא להציע טיפול היברידי: השלמה של טיפול פנים-אל-פנים באמצעות טיפול מרחוק, ולא דווקא החלפה מלאה של הטיפול פנים-אל-פנים





תודה



הדר סמואל ■ hadars@jdc.org