

## מתודולוגיה וטכניקה בסיסית לפסיכותרפיה דינאמית קצרת מועד

סיכום מאמרו של חביב דבנלו ע"י שרון זיו-ביימן ואפרת אלמוג

### Basic Methodology and Technique of Short-Term Dynamic Psychotherapy

דבנלו מציג ומדגים במאמרו את שיטת הטיפול אותה כינה 'פסיכותרפיה דינאמית קצרת מועד בעלת פוקוס נרחב'. גישה זו מיועדת לטיפול במטופלים המתמודדים עם בעיות ששורשיהן בקונפליקט האדיפאלי, כמו גם מטופלים בעלי בעיות עמוקות יותר.

על פי גישה טיפולית זו, המשימה המרכזית של המטפלת היא להבין בהקדם האפשרי את הגרעין המרכזי של קשוי המטופל, ולהופכו למובן יותר עבורו. המטפל בגישה זו נוהג באופן אקטיבי בהרבה מהמטפל הפסיכואנליטי הקלאסי ומשתמש בטכניקות כעימות, הבהרה, גילוי מרכיבי המודע, הצפה של חומרים מהלא מודע ועוד. על פי גישה טיפולית זו, המשימה המרכזית של המטפלת היא להבין בהקדם האפשרי את הגרעין המרכזי של קשוי המטופל, ולהופכו למובן יותר עבורו. בהתאם, המטפל בגישה זו נוהג באופן אקטיבי בהרבה מהמטפל הפסיכואנליטי הקלאסי.

כדי לזהות את המוקד הטיפולי, מצביע דבנלו על חשיבות הזיהוי המוקדם של המבנה המרכזי של קונפליקט המטופל. עם זאת, הוא מציע להתמקד בהשלכותיו העכשוויות של הקונפליקט-ההמקדות בקשיים העכשוויים יוצרת ומחזקת אווירת העברה חיובית המהותית להצלחת הטיפול.

הגישה הטיפולית אותה מתאר דבנלו כוללת ניתוח של ההגנות, תגובות ההעברה והתנגדותו של המטופל, ומאפשרת גילוי של המבנה הליבידינאלי העומד בבסיס הקונפליקט של המטופל. דבנלו מציג מספר מימדים בסיסיים של גישה טיפולית זו ומדגימה באמצעות תיאור מקרה. כמו כן, מובאות תגובותיהם למקרה של מספר תיאורטיקנים מובילים בתחום הטיפול קצר המועד.

### הברית הטיפולית

יצירת יחסי עבודה בתוך הברית הטיפולית היא אלמנט מהותי שיש לבסס בשלב ראשוני של הטיפול, כדי לאפשר מיקוד בפוקוס הטיפולילאורך הטיפול כולו. מתפקידו של המטפל להגביר את המוטיבציה של המטופל, לחזק את בטחונו ולהפיק תועלת מרגשות ההעברה החיובים.

### העברה

יחסי ההעברה הם רכיב משמעותי בטיפול. כבר במפגשים הראשוניים, המטפל המזהה את רגשות ההעברה מקשר בין דפוסים עכשוויים לבין דפוסי יחסים משמעותיים בעברו של המטופל. בהמשך, כאשר מתעוררים גם רגשות ההעברה אל המטפל, המטפל מצביע על הקשר בין יחסי ההעברה שהתפתחו לבין דפוסי היחסים בעבר ובהווה של המטופל.

דוגמא לתהליך זה מציג דבנלו באמצעות סיפורו של מטופל X. בראיון הראשון הקרין X פאסיביות ורמת התנגדות גבוהה. גם ביחסיו עם אביו לקח X תפקיד פאסיבי וכנוע, והוא תיאר את האב כדמות סמכותנית. המטופל התקשה לבטא את מחשבותיו, רעיונותיו ורגשותיו וניתן היה להבין מדבריו כי הוא חש נשלט על ידי אשתו והוריה.

התמודדותו של המטופל עם המצב נשאה אופי של איפוק, פאסיביות ועמדה נסוגה וכנועה. דבנלו קישר בין תחושת המטופל כי רומסים אותו לבין אופי התמודדותו מול התחושות, ובהמשך חיבר דפוס זה לדפוס היחסים שנוצר עם המטפל עצמו. הדיאלוג מוקד בדפוס ההתנהגות הנכנע, כאשר המטפל מצביע על הפער בין הסבל והרצון לעזרה של המטופל, לבין ההתנהגות הפאסיבית והקושי בביטוי תחושותיו ומחשבותיו.

בהתאם לדוגמא זו, דבנלו מצביע על חשיבות הפירוש גם של דפוסי ההעברה השלילית, ההתנגדות והאמביוולנטיות על מנת לחזק ולשמר את הברית הטיפולית. עם זאת, יש לבחון את המציאות אליה מגיב המטופל ולבחון האם תגובתו השלילית למטפל נובעת מההעברה שלילית או למגרעות אמיתיות באישיותו של המטפל (בדומה, חיבתו של המטופל למטפל עשויה להיות תוצר של העברה חיובית ו/או לנבוע מאישיותו הכובשת של המטפל).

בהקשר זה מציין דבנלו גם את חשיבות ההעברה הנגדית, אשר עשויה לדבריו להפוך לגורם מעכב ביחסים עם המטופל או לפגום בהעברה החיובית, כפי ששקורה אצל מתמחים רבים. במקרים רבים ניתן לראות כיצד נוצרת ברית חזקה בין המטפל למטופל לאו דווקא בזכות התובנות שהושגו אלא כשיתוף פעולה בין דפוסי הגנות של השניים. תהליך ההזדהות במימד הטיפולי הוא נושא משמעותי החל מהמפגשים הראשונים ויש לגעת בו.

### **המקרה של איש מערב-לב-הבטון**

המטופל, בשנות השלושים לחייו, הגיע לטיפול ביוזמתו עם סימפטומים של חרדה, דיכאון ומחשבות אובססיביות. בתקופת הגעתו לטיפול הוא עמד בפני פירוק נישואיו אשר חוו זעזוע לאחר שיתוף של צלע נשית נוספת בחיי המין שלו ושל אשתו-חברה של האישה בשם גבי' ל'. המטופל תיאר את גבי' ל' כאישה אטרקטיבית מאד בדומה לאשתו, אך בשונה ממנה- בעלת שדיים גדולים אשר היוו מוקד משיכה מרכזי עבורו. במשך כמה מפגשים נעם המשולש הזה לכל הצדדים, אך בהמשך החלה אשתו לחשוש כי הוא נמשך יתר על המידה לגבי' ל' והחליטה לסיים את המשולש המיני. עם זאת, המטופל התקשה לנתק את הקשר עם גבי' ל' והמשיך את הקשר עמה.

בעקבות אי ניתוק הקשר עם גבי' ל' עלתה על הפרק אפשרות לגירושין אך המטופל התקשה לוותר על אשתו. לבסוף הוחלט על פרידה לתקופת ניסיון והמטופל שכר דירה בנפרד. במשך מספר חודשים הוא ניהל מערכות יחסים מקבילות עם שתי הנשים. דפוס התנהגותו אופיין בקושי להתחייב ובמחשבות בעלות אופי אובססיבי על האישה איתה לא שהה בתקופה הנתונה. המעברים התכופים בין שתי מערכות היחסים החלו נותנים את אותותיהם ולאחר חודשיים-שלושה חלה ירידה ברמת התפקוד שלו בכלל ובעבודה בפרט. בנקודה זו פנה המטופל לקבלת סיוע מקצועי.

במהלך הראיון הראשון התבהר כי למטופל קושי בתחום היחסים הבינאישיים הבא לידי ביטוי גם בקושי לעמוד על שלו. כמו כן, יחסיו עם הורי אשתו עוררו בו חרדה רבה. אלו היו נישואיו השניים, והוא תיאר את אשתו כאישה אטרקטיבית ומשכילה בעלת חזה שטוח. לטענתו, יחסי המין עם אשתו היו מספקים אך בתחומי חיים אחרים צצו מחלוקות רבות בין השניים. מאפייני אישיותו תאמו את ההגדרה של אישיות אובססיבית קומפולסיבית. אשתו,

לעומת זאת, תוארה כאישה נינוחה הנוהגת לארגן את חייה על פי קצב משתנה וגמיש ותוך ניסיון ליהנות מהחיים. מזגה של אשתו עורר במטופל חוסר שקט מתמיד לאור השוני המהותי בהתייחסותם לחיים. ביחסיו עם הורי אשתו הוא נעדר גבולות והם מתערבים בחייו באופן פעיל. מצב זה מעורר בו עצבנות יתרה ודפוס התמודדותו כולל נסיגה עקב חשש מעימות אשר עשוי, לדבריו, להוביל את חמו לנהוג כלפיו באלימות.

למטופל שתי אחיות ואח. אביו מוגדר כבעל אישיות אובססיבית קומפלסיבית, סמכותי ותובעני, בעוד האם מתוארת כ-"שטיח לניקוי הרגליים" ביחס לבעלה. את יחסיו עם אביו הגדיר המטופל כפאסיביים ותיאר חשש ממנו לאורך השנים, עד להתנתקות ממנו בגיל 19. למרות אמירתו זו, הוא ציין כי לאורך השנים פעל על פי דברי אביו, הפסיק לעסוק בפעילויות אהובות עליו והתמסר לרצונות האב.

הזיכרון הראשון של המטופל מאמו הוא שדיה הגדולים והאופן בו הם סקרנו אותו. מאוחר יותר עלו בו זיכרונות של תמונה שנהג לראות בדמיונו: אשה שאיבריה המיניים גלויים אך אין לה פנים, אותה הוא מכניס בדמיונו לתוך מיכל גדול אותו הוא מערבל בדומה למכונות המערבלות בטון באתרי בנייה.

את נישואיו הראשונים תיאר המטופל כלא מוצלחים. אשתו הראשונה תוארה כאישה אטרקטיבית בעלת חזה קטן, אשר יחסי המין איתה היו כושלים עקב בעיות ואגינליות חוזרות ונשנות.

תהליך ההערכה של מטופל זה ארך שלושה מפגשים. המטפל מצא אותו כאדם נוקשה ופאסיבי אשר אינו עונה על הקריטריונים להתאמה לטיפול דינאמי קצר מועד. מאחר והיסס, ביקש שיעבור מבדקי אבחון. תוצאות המבדקים הצביעו על אישיות נוקשה, נתק ושימוש באינטלקטואליזציה. המטופל נטה להתמודדות עם החיים באמצעות הימנעויות רבות על מנת לחמוק מהחרדה, היה בעל היבטים אובססיביים באישיותו ונטה לחיפוש אחר פתרונות חיצוניים לקשייו. מדובר היה באדם בעל אישיות פאסיבית-אגרסיבית ושינוי מהותי ידרוש טיפול פסיכואנליטי אינטנסיבי ארוך טווח.

למרות קביעה זו, דבנלו עבד עם המטופל בשיטת הטיפול הדינאמי הממוקד. תקצירי הפגישות מאפשרים להתבונן במרכיבים מרכזיים בשיטת הטיפול כאקטיביות הניכרת של המטפל, הצמדותו למוקד הטיפול שנובחר והאופן בו הוא מדגיש את הקונפליקט האדיפאלי והשפעתו על יחסיו הבוגרים של המטופל. כמו כן, מובא השימוש שעושה דבנלו ביחסי ההעברה המתגלים בחדר הטיפולים כדי לחדד את תובנתו של המטופל להשפעת יחסיו המוקדמים על דפוס יחסיו ותפיסותיו בהווה.

מצורפים תקצירי הפגישות השישית והתשיעית ותגובותיהם של מלאן, סיפנאוס ואנליטיקאים נוספים.

### **תקציר הפגישה השישית**

המטופל מתאר כי במהלך המפגשים נזכר לא רק בחששותיו מאביו, אלא גם בתחושת הקלה הנובעת מהרגשה בלתי מוסברת שאינו צריך לפחד עוד מהאב. המטפל מזכיר את עניינו של

המטופל בגופה העירום של אמו, ותוהה על תחושותיו של המטופל במהלך העדרויותיו הממושכות של האב. המטופל מתאר סיטואציות בהן נותר מחוץ לחדר השינה של הוריו, אך מתקשה להיזכר מה פינטז שנמצא מאחורי הדלת. המטפל בוחן האם המטופל מקשר בין הפחד לאביו לבין רגשותיו וסקרנותו לאמו, והמטופל מתאר בתגובה כיצד ביקש מאביו לבוא איתו לאחת מנסיעות העסקים שלו, אליה לקח את אחיו. האב הסכים אך כפי שהמטופל חשש, התגנב מהבית בלי לקחת אותו, בעת שהמטופל מעמיד פנים שהוא ישן ואינו מבחין בהתחמקות האב. על אף שהמטופל חש כי רצה מאוד לנסוע עם האב, המטפל מעמת אותו עם העובדה שלא עשה ניסיון של ממש להצטרף אליו כאשר הבחין בהתגנבותו מהבית בלעדיו, ומקשר זאת לרצונו להשאר לבדו עם האם. המטופל מתנגד ומציין כי פחד מאביו, ולכן לא יכל לקום מהמיטה ולהתעקש. בתגובה, המטפל מזכיר את פנטזיות המוות שתיאר המטופל כלפי אביו, והמטופל נזכר ב"פנטזיה ביזארית" שהיתה לו בגילאי חמש-שש: הוא לוקח שדיים ואיברי מין של נשים ומכניס אותם למיכל גדול, בו הוא מערביל אותם. על אף שהמטופל מדגיש כי אינו יודע למי שייכים האיברים, המטפל מסב את תשומת ליבו לעובדה שבגילאים אלו לא היו נשים אחרות בחייו מלבד אמו. המטופל מסכים כי נשמע הגיוני שהיו אלה איבריה של אמו, למרות שראה רק את שדיה ולא את איברי מינה. המטפל, בתגובה, משקף כי בכל פעם בה המטופל מדבר על פנטזיות וזכרונות שונים, הוא נוטה שלא לנדב מידע אלא לדחוק את המטפל לעמדה מתחקרת. המטופל מציין כי המטפל אמר זאת בדיוק כאשר הדבר עלה גם בדעתו.

בשלב זה המטופל מבטא את הקושי שלו לדבר על המחשבות והרגשות שעולים, כאשר שיחה זו מלווה בחומרי העברה. בהמשך מציין המטפל בפני המטופל כי הוא מוצא שקשה לו לחשוף את מחשבותיו האישיות ובתגובה המטופל משיב כי ישנם דברים שהוא רוצה לשוחח עליהם אך חושש שהמטפל יטען כי הוא משנה את נושא השיחה.

המטפל שואל האם המטופל חושש שיקטע אותו ("Cut you off") ומצביע על הדמיון בין חוויה זו ליחסיו של המטופל עם אביו. בתגובה, מספר המטופל על זכרונו הראשון: אמו נתנה לאביו להתבונן בפין שלו והאב משך אחורנית את העור מאחר והמטופל לא נימול. לאחר מכן, האב פיזר טלק על הפין המדמם. כאשר המטפל מנסה לברר באיזה גיל התרחש האירוע, המטופל מנסה להעריך את גילו על פי גובהו אז ונזכר כי עדיין ישן בעריסה, וכי ישן בה עד גיל מאוחר יחסית. הוא מספר גם שמצץ אצבע עד גיל מאוחר ושאמו מרבה להזכיר זאת ולהקניט אותו בטענה שהיה מוצץ אותה עד לקולגי אילו אפשרה זאת. בהקשר זה, הוא נזכר כי למעשה הזכרון הראשון שלו הוא מהלילה בו התעורר וניסה להכניס את אצבעו לפיו אך גילה כי היא חבושה באופן שמונע זאת ממנו. בהמשך, הוא מתאר כי פחד ללכת לבית הספר ביום הראשון ללימודים, למרות שהניח כי אחיו הבכור ישגיח עליו. מספר כי אינו זוכר בבהירות את המאורעות בבית הספר היסודי.

המטפל מזכיר למטופל כי בתחילת השיחה עלו חומרים חשובים מאד אודות זיכרונות ילדות שלו אך משום מה הוא מעדיף לנווט את השיחה לזכרונות מבית הספר שכבר נידונו. ייתכן כי העדפה זו נובעת מרצון להימנע ממגע בזכרונות אלו, ביחסיו עם אמו ואביו ובהשפעות של יחסים מוקדמים אלו עם הוריו על חייו. המטפל מנסה להיצמד למוקד זה מתוך הבנה כי זוהי נגיעה במשולש הקונפליקט.

לקראת סוף הפגישה דנו השניים ביחסיו של המטופל עם אמו, לחיוב ולשלילה. כמו כן, נעשה ניסיון להסביר מדוע הפנטזיה על איברי המין של האם התעוררה רק כאשר האב נעדר מהבית.

המטפל עושה ניסיון לקשר בין היחס העוין של המטופל לאמו לבין יחס דומה שלו לנשים בחייו, ולבסוף מביא למוקד משולש נוסף של המטופל: זיכרון הנקת האם את אחותו והמשמעויות העשויות לעלות מכך.

### **תקציר הפגישה התשיעית**

המטופל מזכיר כי בפגישה הקודמת דיברו על משיכתו לנשים גדולות חזה למרות נישואיו לנשים קטנות חזה. הוא מתאר מערכת יחסים בלתי מספקת מבחינה מינית עם אשתו הראשונה, כאשר המשיכה ירדה בצורה דרמטית לאחר הולדת תינוקם הראשון. בתקופה זו, החל המטופל לחזר אחר אישה גדולת חזה איתה ניהל רומן, כאשר הוא אינו חווה כל רגש חרטה או אשמה כלפי בעלה, אותו הוא מתאר כילדי ונחות ממנו.

המטפל תוהה מה משך את המטופל באותה אישה נשואה ומעלה את ההשערה כי המטופל חש עוינות כלפיה וכלפי בעלה, אך המטופל מכחיש רגש זה. המטופל מתאר את התהליך הממושך בו עזב את אשתו וניסה לגרום למאהבת לעזוב את בעלה ולחיות איתו.

המטפל משקף את המשולשים שנוצרו בחייו של המטופל: עזב את אשתו קטנת החזה עבור אישה עם חזה גדול, אך לבסוף נישא בשנית לאישה קטנת חזה בה הוא בוגד עם חברתה (גברת ל') שהיא בעלת שדיים גדולים. המטפל מקשר דפוס זה לנשים הראשונות בחייו של המטופל- האם, והאחות בה היה צופה בסתר כאשר היתה מתפשטת. המטפל ממקד את השיחה בקשר בין המשולשים בחייו הבוגרים של המטופל לבין מערכות היחסים המוקדמות שלו.

בהמשך, התגלה כי המטופל לא ראה באמו אישה אטרקטיבית: בילדותו הייתה שמנה וכשבגר והאם רזתה איבד בה עניין והחל מעביר את רגשותיו אל נשים אחרות. באמצעות מיקוד זה ניסה המטפל לחדד את תשומת ליבו של המטופל לדפוס ההתנהגות הזוהה המנהל את חייו גם בבגרות. בנוסף, נעשה ניסיון לעמת אותו עם העובדה שלמרות החשיבות הרבה, האובססיבית כמעט, שהוא מייחס לחזה גדול- הוא מעולם לא העז להיכנס למחויבות אמיתית עם אישה בעלת חזה גדול.

בשלב הבא נעשה ניסיון של המטפל למקד את הפגישה ביחסי ההעברה המתגלים ביחסי המטפל-מטופל. הוא עושה זאת באמצעות עימות המטופל עם העובדה שלא העיר למטפל על כך שאיחר לשתי הפגישות האחרונות, בעוד שכאשר אשתו מאחרת בכמה דקות זה "מצליח לשגע" אותו. המטופל הכחיש בעיקשות כל רגשות שליליים כלפי המטופל, ואיחורו הוצדק באמצעות אינטלקטואליזציה.

### **ד"ר סיפנאוס:**

היה זה ראיון מרתק מאחר וניתן היה למצוא בו ביטויים של פסיכותרפיה קצרת מועד במלא תפארתה: צילו של התסביך באדיפאלי נכח בחדר לאורך כל הפגישה, וניתן היה לראות כיצד הוא לובש ופושט צורה ומנהל את חייו של המטופל לאורך כל הדרך. האספקטים דינאמיים הלא מודעים והלא פתורים של התסביך האדיפאלי שלו צצים ועולים וצובעים את חייו. למן ההתחלה ניתן לראות כיצד המטופל נאבק ומנסה לפתור את בעייתו הבסיסית ולבחור בין שני אנשים אותם הוא אוהב. בתחילה מדובר במאבק הבא לידי ביטוי ביחסים בין אביו לאמו, לאחר מכן בין נשים שונות אליהן הוא מתחבר ומהן הוא נפרד אך ללא הועיל.

### **ד"ר' מלאן:**

נשיתי בעוצמתה של האינטראקציה בין השניים. היתה שם עבודת העברה רצינית של המטפל על מנת לעורר שינוי במטופל כה פאסיבי וצייתן. המטופל עומת עם חומרים רבים ותוצר רב נבע מהאינטראקציה.

### **ד"ר בראון:**

התרשמתי מאד מהאינטנסיביות של השינוי הרגשי, ההעברה והשלכותיה. היה ניתן לראות כי המטופל מביא עמו מבוכה תהומית אשר התקיימה בחייו מאז ילדותו. המבוכה הזו חזרה ביחסי ההעברה עם המטפל אשר מצאתי אותו כפרשן מאד פאלי. אני חושב כי סגנון הפרשנות הפאלי מעורר בחדר הטיפול תשוקות חבויות של המטופל להתגלות מחדש ע"י האב.

התסביך האדיפאלי הוצג דרך המעורבות המשולשת של המטופל. הצגה זו נראית לי מתאימה יותר מאחר והיא כוללת גם את הצד החיובי וגם השלילי של התסביך. כל הצדדים הללו הופיעו כאן ואנו יודעים מתוך העבודה הדינמית כי לעיתים כל צד נועד להגן על הצד האחר. לדוגמא: פעילות אדיפאלית חיובית או פנטזיות כאלו עשויות לשמש כהתנהגות הגנתית וכך למנוע את חוויית ההשתוקקות להורה בן אותו המין.

זיהיתי אצל המטופל כמיהה לקשר מוכיר מצד האב. ניתן היה לראות זאת בפנטזיה שלו כי אביו נוגע באיבר מינו, כמו גם בהתעסקות עם אצבעותיו בזמן השינה. כך אני מפרש כי חרדת הסירוס שלו מתקשרת מחד לצד האדיפאלי החיובי הקשור לאמו, ומאידך מתקיימת שקיקה אל האב. את נושא השדיים אני מפרש לאו דווקא כמשיכה ארוטית של המטופל, אלא יותר מעין הבנה ראשונית כי באמצעות שדיים כמו של אמו יוכל להתקרב לאביו.

ד"ר דבנלו הראה למטופל באמצעות היחסים הטיפוליים כי אין זה הכרח עבורו להיות כנוע, וכי יש דרכים נוספות ליצור קשר עם דמות אב. עם זאת, נושא השדיים נשאר ללא מענה מלא, ומידע נוסף עשוי לעזור להבין את האובססיה שלו לעניין.

### **ד"ר דבנלו:**

ביחס למשיכה ולסקרנות כלפי שדיים גדולים אני סבור כי אנו זקוקים ליותר מידע מהמטופל על מנת לענות על סוגיה זו. ניתן לראות בבירור כי קיימת במטופל עוינות לא מבוטלת כלפי נשים. חשפנו לא מעט מיחסו לאמו וראינו כי יש בו עוינות על החיבור שלה אל אביו ולא אליו. כמו כן, הבנו כי מתקיימים באישיותו אספקטים רבים של התסביך האדיפאלי אשר ניתן יהיה להבינם לעומק בהמשך טיפול.

במטופל שכזה ניתן לזהות את התסביך האדיפאלי ברמות שונות. קשה יותר לטפל בהיבטים השליליים של התסביך כאכזבה וכעס. בשפה דינאמית מתקיים כאן אלמנט כפול: אם היחסים ההטרסקסואלים הנם חיוביים- מתקיימת תחושת אשם בנוגע לאב, אך אם היחסים ההטרסקסואלים עם האם אמביוולנטיים כפי שקורה למטופל הנוכחי- אזי הבעיה הופכת למורכבת יותר.

## קריטריונים פסיכודינאמיים להערכת תוצאות הטיפול

לסיכום, מביא דבנלו את סיכומו של דר' סיפנאוס לקריטריונים להערכת התוצאה הטיפולית:

- שיפור לטובה בסימפטומים פסיכולוגיים או פסיכולוגיים
- שיפור ביחסים בינאישיים
- שיפור ביחסים עם אנשים עם המטופל בקונפליקט
- שינויים בהערכה העצמית של המטופל
- הוכחות להבנה עצמית
- הוכחות ללמידה חדשה כתוצאה מהטיפול
- הוכחה ליכולת חדשה לפתרון בעיות כתוצאה מהטיפול
- הוכחה ליכולת יישום של פתרון בעיות לאחר סיום הטיפול בחיי היום יום
- הוכחה לביסוסה של גישה חדשה אצל המטופל לאחר סיום הטיפול
- רגשות מסוימים כלפי המטפל והוכחה לשינויים פסיכודינאמיים כתוצאה מהטיפול

בהקשר לתיאור המקרה של 'איש מערב הבטון', הצביע סיפנאוס על מספר שינויים משמעותיים: "לאחר שבחנו את התמונה הטיפולית ניתן לזהות דוגמאות יפות המעידות על גישה חדשה שפיתח המטופל, כפי שהוא עצמו העיד. המטופל סיפר כי לפני הטיפול להכין עצמו מראש לסיטואציות, וכיום אין הוא עושה זאת עוד. כלומר, הוא סיפק הוכחה לכך שדרכי ההתמודדות האובססיביות שלו מהעבר נעלמו. כמו כן, המטופל דיווח על תחושת שיחרור רגשי. לגבי חוויתו מהטיפול, הוא מצהיר כי הוא מרגיש שעשה את העבודה בעצמו: תוך כדי הקשבה למטפל, אמנם, אך העשייה וההחלטה לזוז למקום חדש עם עצמו הנה שלו ושלו בלבד.

למרות שברגעים מסוימים בטיפול נדמה כי המטופל 'נדחף' לתובנות מסוימות, ניתן לשמוע שהחוויה שלו שונה לחלוטין. הוא חוזר ואומר כי הוא החליט לעשות שינוי וכי דבנלו היה 'רק המדריך'. כך גם לגבי יחסיו של המטופל עם אביו: נדמה כי הוא השתחרר מהצורך להיות נשלט על ידו- אין לו עוד את הצורך לחיות את חייו על פי ציפיות אביו והוא חופשי לחיות את חייו על פי רצונו שלו.