

## היכן לחפש? הדרכה על אנליזה קבוצתית

### הסתכלות מזווית של הפרעת יחסים

#### רובי פרידמן

החשיבה במונחים בינאישיים, במקום במונחים של תהליכים אינטרה-פסיכיים עלולה להיות משימה לא קלה. התקדמות בכיוון זה חשובה מאוד להתפתחותם של מנחי קבוצות טיפוליות. התמודדות עם שאלות של האווירה המיטבית בעבור המטופלים נתקלת בקשיים גדולים בשל נדירותן של אינדיקציות לטיפול קבוצתי. מאמר זה מתמקד בכמה מהבעיות השכיחות שבהן נתקלים כשמנחים קבוצה טיפולית, המתייחסות לקשייו של המטפל לטפל בדפוסי יחסים ובהשפעותיהם.

**מילות מפתח:** הדרכה על הנחיית קבוצה טיפולית, אינטר-סובייקטיביות, הפרעות יחסים, דפוסי יחסים.

*המטרה העיקרית של ההדרכה, היא להתבונן על היחסים הטיפוליים. המטרה המשנית היא לקדם את כישוריו הטיפוליים של המודרך. (בהר והרסט, 2005)*

ללא היכולת לבחון את היחסים באופן מתוחכם יותר, אין המטפל מסוגל לאפשר את הפוטנציאל המלא של הקבוצה. פוקס (1975) חשב שהאזורים היוצאים מן הכלל, שאליהם מופנים מרבית הפירושים, הם אזור התהליך האינטראקטיבי המתרחש בקבוצה והקונפליקט שאותו משחזר המטופל בסיטואציה הקבוצתית. מטפל שאינו מודע להיות הקבוצה ספרה של השפעות התייחסותיות, עלול להיקלע לקשיים הנובעים מהקאונטר טרנספרנס שלו וההתערבויות הנובעות ממנו.

על ההדרכה לשפר את מיומנותו של המטפל בראיית היחסים. עליו או עליה ללמוד היכן לחפש, בתוך המרחב עמוס הרגשות של הקבוצה. משמעות ההדרכה, מבחינתי, היא לפתח ולעזור לפתח חומרים רגשיים קשים, "לחשוב את המחשבות" (ביון, 1992). במילים אחרות, הקבוצה שיוצרים המודרך, המדריך וההדרכה יוצרת מרחב שבו יכולות ההכלה של כולם הופכות נגישות. השותפות הזו פועלת באמצעות תהליכים מורכבים. לדוגמה, היא יכולה להשתמש במודל מובנה למדיי, מודל בעל קווים מנחים מועטים בלבד, או במבנה בלתי מובנה לחלוטין. ניתן לומר שהמבנים האלה נמצאים על רצף, כשלכל אחד מהם יתרונות וחסרונות, הקשורים לסוגי אישיות שונים, שלבים שונים בהתפתחות המקצועית והאישית וכיו"ב. ביון (1970), מאידך, תיאר מפגש טיפולי פתוח לחלוטין, כשלמטפל יש את "היכולת לשכוח, את היכולת להימנע מתשוקה והבנה", במהלך הפגישה הפסיכואנליטית. הגישה הלא מובנית עשויה לעורר ולפתח תהליכים רגשיים הממוקמים בשולי ההכרה. גישה הדרכתית מובנית יותר, יכולה לכוון את המטפל למקום בו עליו לחפש, למה עליו לשים לב ואיך להתערב. אני מאמין שהתהליך של אינטגרציה גדלה והולכת בין אספקטים מובנים ואספקטים לא מובנים, היא העוזרת לנו להתפתח כמטפלים. מאמר זה מציג חשיבה נוספת באשר לקווים המנחים שמעביר המדריך למנחה הקבוצה בכל הנוגע לפתולוגיה ולהתערבויות הנובעות ממנה בטיפול הקבוצתי.

פוקס וההולכים בדרכו טרחו רבות על התרגום והמעבר מטיפול פרטני, דיאדי, המתרכז בנקודת מבט אינטרה-פסיכית, למרחב האינטרסובייקטיבי של האנליזה הקבוצתית.

#### גישת היחסים בטיפול

המושג "אינטר - סובייקטיבי" מניח כי הדיאדה, הקבוצה הקטנה ביותר, אינה ניתנת לחלוקה, כי לא ניתן עוד להתייחס אל המטופל או המטפל כישויות מבודדות. באותו אופן, "איננו יכולים לדבר על מנחה הקבוצה כנפרד מן הקבוצה" (גרוטסטיין, 2003). כל מי שנמצא במגע קרוב, משתתף בשדה

האמוצינאלי ויהיה מעורב (במודע או שלא במודע), בתהליך של השפעה הדדית. ייתכן גם שמאפיין בינאישי, כמו הנחה, ייווצר תוך שיתוף פעולה, יוחזק ויעובד באופן אינטראקטיבי ע"י האובייקטים המקושרים. (Billow 2003)

באמצעות שילוב גישת הפרעות היחסים, ניתן לראות את הפתולוגיה באור חדש, המאפשר גישה רלוונטית ומפותחת יותר לטיפול, כישות אישית ובינאישית כאחת. הישג חשוב למטפל הקבוצתי הטריון, הוא התפתחות המודעות שלו בזמן המעבר מהתמקדות ביחיד להתמקדות בדפוסי היחסים. כשדעתו של המטפל נתונה להתייחסות לאובייקט (וויניקוט, 1969), ההתערבות הרלוונטית תופיע בעקבות זאת. התייחסות לאובייקט ול"שימוש באובייקט", היא החומר ממנו עשויה האנליזה הקבוצתית ואף כי יש הכרה תיאורטית בכך, תגובתו האוטומטית של מנחה הקבוצה תהיה, לעתים קרובות, התייחסות לבעיותיו של היחיד, כמו היה מעין "מערכת סגורה". המושג "מטריצה" מבוסס על הבאה בחשבון של כל רשת הקומוניקציה, תוך שימוש ברגעים של מפגשים בינאישיים, כגון הדהוד, שיקוף ו-אקסצ'יינג'. exchange

קיימת נטייה טבעית אצל המטפל לסגת לטיפול ביחיד בלבד, אבל מניסיונו, לומד המטפל כי פירושים אישיים לא תמיד נושאים פרי, אם הם נעשים ללא הקשר בינאישי, ובד"כ מסיבה טובה; שינויים אצל היחיד נכנעים לעתים קרובות להשפעותיהם רבות העוצמה של דפוסי יחסים. הדפוסים הבינאישיים הללו יכולים להיות כלל אנושיים, חברתיים או תרבותיים ולפעמים גם תוצאתם של תהליכי הזדהות השלכתית. כך או כך, הם עשויים להחזיר אותנו למושג של פרויד, טרנספרנס כתהליך של יחסים.

### הנטייה להתבונן ביחיד

מדוע כה חזקה היא הנטייה להתייחס לפתולוגיה של היחיד? אחת הסיבות לכך, העולה מתוך הדיאלוג עם המטפלים, היא כי היחיד עדיין נחשב אוטומטית לישות הקוהסיבית העיקרית בקבוצה, בעוד קבוצות "פנימיות" ויחסים חיצוניים קשים יותר להבחנה. יתר על כן, החינוך השמרני שלנו באוניברסיטה מלמד אותנו את תורת סיווג המחלות ברמה האישית. משום שמרבית המטפלים הקבוצתיים הם גם מטפלים פרטניים, נראה שכאשר הם נתונים בלחץ, הדינאמיקות התוך אישיות אליהן הם מורגלים, קלות יותר לאיתור ולהתייחסות (באופן מודע ולא מודע).

סיבה נוספת להתייחסות לפתולוגיה של היחיד, היא שבילדות המוקדמת אנחנו מפסיקים להאשים אחרים במחלותינו ובסבלנו ומתרגלים, במקום זאת, לטיפול רפואי אישי. לבסוף, קיימת משאלה לא מודעת, שמקורה חברתי, להימנע מקבלת אחריות על הסבל והפתולוגיה של אחרים, בעיקר אלה הנמצאים במעגל החברתי שלנו. באופן מעניין, היה זה דווקא פוקס עצמו שהפנה את תשומת לבנו לאשמה לא מודעת (וגם בושה?) כמניע נסתר לתורת סיווג המחלות האישית (פוקס 1975).

### איפה להתמקד?

העובדה כי נדרש זמן רב כדי לקבל את קיומו של טרנספרנס ולהבין שהוא מהווה יחסים אינטרסובייקטיביים בין המכיל ובין המוכל (ביון, 1970), מדגישה את הקושי בהבנת הפתולוגיה במונחים של יחסים. פוקס (1975) ניסה, בעיקרון, לפתח את האנליזה הקבוצתית כגישה ממוקדת יחסים, המדגישה למן ההתחלה, כך נראה לי, גישה של יחסים הדדיים, כשהוא אומר, "...עליך לטפל בהפרעות הניורטיות, כאילו היו מולטי פרסונליות" וגם, "אין זה מועיל לדבר על יחידים במונחים של תיוגים דיאגנוסטיים קונבנציונליים ולענות על שאלת האינדיקציה והאינדיקציה הנגדית במונחים מעין אלה."

בניגוד לגישה הטיפולית שלו עצמו, הקווים המנחים הביצועיים שלו מתמקדים יותר על בניית גישה אנליטית כללית, מאשר על הגדרת מוקדים של התייחסות ופירוש מצד המנחה. הגישה האנליטית מתרכזת יותר ב"אל תעשה", מאשר ב"עשה": הסטינג הפסיכולוגי של המנחה לא אמור להיות דירקטיבי, מניפולטיבי או ריכוזי ואין על המנחה לראות בעצמו כדמות היחידה או אף החשובה ביותר לטרנספרנס (פוקס 1975). ברוח זו, המנחה אינו אמור לתת פרשנויות "מעמיקות", כשהוא ממתין לנצח להבשלת הקבוצה כמו גם עקרונות רבים נוספים, ההופכים את הקבוצה למקום ייחודי שבו מתרחשות החלמה וצמיחה בטוחות ויציבות. האנליזה היא המטלה העיקרית. פוקס טוען ש"כל כולה של פעילות האנליטיקאי היא האנליזה, התהליך שבו מבססים ושומרים על המצב האנליטי הקבוצתי, תרגום המשמעות מצורתה הלא מודעת של התקשורת לצורה מודעת ומילולית...". נראה לו "...חשוב לנתח ולא לפרש מהר מדי, כי הפירושים מופיעים כאשר האנליזה נכשלת." אבל, לאן להסתכל כשניתן פירוש? האם מדובר ביחיד או בקבוצה כקבוצה?

החשיבות הקיימת בכך שהמנחה ימקד את תשומת לבו לתהליך האנליטי הקבוצתי מחייבת חשיבה מחודשת. קשה לדעת מתי להתמקד ביחיד ומתי להתמקד בקבוצה. התפיסה האנליטית הקבוצתית, את הקבוצה כקונסטלציה המבוססת על דמויות המציעה קונפיגורציות משתנות של מונולוג, דיאלוג, ודיון (שלפוברסקי, 1993) המספקת מודל עבודה מועיל ומשמשת עוגן למתמחים המוצאים את עצמם מיטלטלים מאינטראקציה לאינטראקציה בקבוצה. "בסופו של דבר, מבין המתמחה שטיפול "טוב דיו" אינו תלוי בהבנת המתרחש בלבד, אלא ביכולתו לשמור על הסטינג ולהציע את עצמו כנוכחות מכילה, לאפשר תקשורת פתוחה בין כל המשתתפים בקבוצה ובכללם המנחה ולהגן על הקבוצה בפני חילופי חבטות המאיימים על היכולת לבבא מה יקרה בקבוצה ועל תחושת הביטחון." (בהר, 1995). מעתה נחשוב שאפשר התקשורת, נוכחות, החזקת הסטינג והכלת התוקפנות הם המכשירים של המנחה בנוסף למשאלתו "לדעת מה מתרחש" בעיקר בתחום היחסים (הפתולוגיים) בקבוצה.

### כמה ניסיונות להגדיר פתולוגיות של יחסים

ההתמקדות ביחסים במקום בפתולוגיה האישית אינה חדשה בענף הצעיר של פסיכותרפיה. בתחילת המאה הקודמת בלזילר (1972) מתאר יחסים פתולוגיים בין אנשים, "פולי א דו" (שיגעון בשניים), טירוף מידבק, המועבר בין בני זוג. קלסיפיקציות פסיכיאטריות מן הזמן האחרון מתייחסות לתסמונת זו 'הפרעה אשלייתית נגרמת' (די-אס-אם 4), או הפרעה אשלייתית משותפת. הבדלי הניואנסים רומזים להבדלים בגישות האינטרפרטציות.

באופן מעניין, רק מעט אנשים כתבו על הנושא, רובם כאלה שהיה להם מגע כלשהו עם טיפול שונה מהטיפול הדיאדי. ברן (1964) ומינושין (1974) תרמו תרומות משמעותיות.

ביון ניסה לערוך אבחנה בתהליך ההכלה בכך שתיאר בקיצור את האיכויות השונות של תהליך ההכלה והבחנה בין המוטיבציות השונות של השותפים להכלה, שתוצאתם, כמובן, היא יחסים שונים. בעזרת קטגוריזציה של המודל מכיל/מוכל, הציע ביון (1970) ניסיון ראשון בדיפרנציאציה של הפתולוגיה. היחסים בין המכיל והמוכל יכולים להיות בריאים (החיים זה לצד זה), קשורים זה לזה באופן גרסיבי (סימביוטיים), או הרסניים (טפיליים). בילואו (2003, 2004) הגדיר מחדש את 3 קטגוריות ההכלה של ביון ותרגם אותן ל"סמלית" "מחברת" ו"אנטי לינקינג". החיים זה לצד זה, הם יחסים של "האם הטובה", שותפות מכילה אינטרסובייקטיבית הדדית, יחסים טובים דיים ומפותחים, שבהם מושגת פעילות סמלית. בקשר סימביוטי יחסי המכיל/מוכל מועדים ליצור חיבור גרסיבי יותר. קשר של אנטי-לינקינג (לא מודע) עם טפיל הרסני עלול להוביל ליחסי טרור וניצול האובייקט (וויניקוט 1969).

הבעיה הפסיכואנליטית היא בעיית הצמיחה והתוצאה ההרמונית שלה ביחסים בין המכיל למוכל, המשוחזרת בתוך היחיד, בזוג ולבסוף בקבוצה (בתוך ומחוץ ליחיד) (ביון, 1970). במקום חזרה בלבד, נראה כי בכל הקשר בינאישי יש איכות ייחודית של צמיחה שיש להגיע אליה. אנשים עוברים דרך כמה מערכות של התפתחות היחסים: הדיאדה הראשונית, הזוג, המשולש, הקבוצה הקטנה והגדולה, כשכולם מקדמים איכויות ספציפיות של בשלות אישית וחברתית. פייפר ומקאלום (1994) הגדירו 5 דרגות של "איכות יחסי אובייקט", העשויים להועיל בחקירת צמיחת והתפתחות של יחסים. דרגות אלה עשויות להיראות גם כקטגוריות (לא ממצות) של הפרעות או דרגות של בשלות חברתית אליה הגיע היחיד. בגרות בינאישית עשויה להיות גם תלויה יחסים, שכן גם אנשים "בשלים" עלולים לסגת (באופן גלוי או סמוי) לפנטזיות יחסים של דיאדה אקסקלוסיבית. מאוחר יותר, אחרי שמתגברים על משבר אקוטי, ניתן לשוב ולקיים יחסים מפותחים יותר. רבים מהיתרונות והדינמיקות הסמויות של הטיפול הפרטני נוצרים באספקטים הראשוניים והגורליים הללו, שיש להביא בחשבון כשבחרים אנשים לטיפול הקבוצתי.

### הפרעות יחסים – קטגוריות

להלן תיאור של פתולוגיות של יחסים העשוי להשלים את הגישה היחידנית המקובלת למחלות נפשיות. המושג של תפקידים מכילים, שאותה חקר אגזאריאן (1994) קשורה לשלבים שונים של יחסים בתוך הקבוצה. הוא מתאר בעיקר את בעל הקונפליקט ע"פ האופן בו הוא או היא מתמודדים עם קשיים רגשיים בינאישיים ולוקחים על עצמם לפתח אותם. הרחבתי את תיאורי התפקידים המכילים לכל המשתתפים בקבוצה המעורבים ב"הכלה לקויה" של קושי רגשי. הפרעות יחסים הן בעיקר תוצאתן של הכלות לקויות מעין אלה.

קיימים 4 סוגים של קשיים רגשיים שעשויים לא להיות מוכלים בחברה:

1. חולשה/ חוזק
2. תוקפנות
3. איידנטיפיקציה/אינדיבידואציה
4. הכללה/הדרה.

כל אדם 'מכיר' באופן לא מודע את החוויה של להיות חלש או חזק באופן קיצוני, תוקפני ומודר, כקטגוריות אקסלוסיביות של פתולוגיות בינאישיות, היכולות להתקיים רק כתנועות הדדיות ומשלימות וכפונקציה של תהליכים אינטרסובייקטיביים. ככאלה, הפרעות היחסים השונות, הן קטגוריות מקובצות של פתולוגיה, השונה מההגדרה המקובלת של החולי אצל היחיד. הן אמורות להעמיק את הבנתו של מנחה הקבוצה לגבי התהליך הטיפולי ולאפשר טיפול טוב יותר, באמצעות התערבויות יעילות יותר בטיפול הקבוצתי. הן עשויות גם לעודד את יצירתם של קווים מנחים לבחירה אופטימלית של האווירה הטיפולית והדרכה טובה יותר על הטיפול הקבוצתי.

### 1. הפרעת יחסים של חסר

אלה יחסים שבהם יחידים חזקים וחלשים, בתקשורת הדדית, משתמשים באופן קומפולסיבי במחלה וכאב סובייקטיביים. החזק והחלש יוצרים אינטראקציה ביניהם, בקבוצה או בתת קבוצה, סביב הפחד מסבל. התקשורת הסמויה והגלויה מכילים ספליט, כתוצאה מקשיים להכיל חסר וחוזק. כתוצאה, החולשה והחוזק מושלכים על יחסי אובייקט חלקיים, הבאים לביטוי בין אלה הנראים חלשים מאוד

ואלה הנחווים כחזקים מאוד. בהפרעה זו, אשמה (לא מודעת) כלפי החלש, משמשת ככלי לתחושת השתייכות לקבוצה. מחד היא מביאה לעזרה, מאידך היא מחזקת בקביעות את הספליט ומבססת יחסים המבוססים על מחלה וחולשה, במקום על בריאות וחוזק. ההפרעה התוך-אישית הקשורה לכך, משקפת בד"כ את הסבל הכרוך בהפרעת יחסים של חסר, נקראת "המטופל המזוהה". (מינושין 1974). הוא משמש כדי לתאר את האדם החולה של יחסי המשפחה, התורמים באופן הדדי ליצירת מחלות נפש שונות באמצעות מכניזמים של השלכה והזדהות. הפרעת היחסים של החסר מתארת קושי בינאישי כללי יותר, בהכלת חולשה, עצב, הזדקקות ילדותית ו/או כוח. היא מבססת שני סוגי יחסים, האחד של מי שאינו יכול לחוש ביטחון, אם הוא חש בחולשה ולכן עליו להשליך אותה, והשני הלומד לא להרגיש בטוח, בלי להפגין חולשות והוא משליך את החוזק על אחרים.

#### 1. הפרעת יחסים של דחייה

חוסר יכולת להכיל תוקפנות עלול להוביל לאווירה של יצירת שער לעזאזל. המחלה המשותפת הזו מבוססת על עוינויות חזקות, מודעות ושאינן מודעות, המופעלות על חברים שונים ובד"כ חלשים בחברה. אינטראקציות פתולוגיות, כגון התקה של שנאה, דחייה אלימה, והרחקה יוצרים אווירה קהילתית, המובילה להדרת האדם הפגוע. המקום הבטוח הדמיוני של הקבוצה מושג בעזרת מניעת המקום הבטוח מן האדם הבעייתי (פרידמן, 2004, 2006; קוטני, 2004) אחרי שדחיית המשתתפים הנזקקים והחלשים מייצרת התפרצות אלימה, ללא נקיפות מצפון. בהפרעה זו אשמה (לא מודעת) כלפי האדם החלש משמשת כגורם מדייר.

#### 3. הפרעת יחסים של ויתור על העצמי

חברה הזקוקה להקרבת קורבן, תאלץ חבר מסור, המתקשה בד"כ בהכלת ספרציה, לנהוג באופן לא אנוכי. התוצאה של הזדהות היתר הזו, עשויה להיות הרואיזם או התעללות עצמית. השימוש בכוח ובחינוך המנצל ללא בושה את האחרים בעזרת עידוד התנהגות חסרת אנוכיות, חובר עם אי יכולת חברתית ואישית להכיל תהליכי ספרציה ואוטונומיה. אם לעצמי של היחיד אין מקום בטוח משלו, שבו יוכל להתפתח, התוצאה יכולה להיות הקרבה עצמית פיזית או נפשית של היחיד, שאותה מעודדת חברה שעושה אידיאליזציה או מנצלת לרעה. הקהילה תעמוד בסיכון למול דפוסים מזיקים, ביניהם נטיות לתלות ושימוש מוגזם בכוח.

#### 4. הפרעת יחסים של הדרה

ככל שחברה מרבה להתמודד עם כישלון ואכזבה חברתיים באמצעות ספליטינג, השלכה ופינוי, כן היא תרבה להדיר חברים שוליים וליצור "אנשי שוליים". הקושי להכיל אנשים פחות מתפקדים מבחינה חברתית ומחלשים, משמעותו שיחידים ותת קבוצות יוסטו לשוליים. המרכז הבטוח של החברה יהיה התחום של הרוב, אבל רבים יעברו תהליך של בידוד, שיהפוך בד"כ לכרוני. בהפרעת יחסים זו נוצר מקום בטוח בשביל החברים השייכים לרוב (הקטן לפעמים), או לנורמה, ע"י כך שהם מרחיקים את האחרים. הדחייה המאפיינת את ההפרעה הזו אינה דחייה פעילה, אלא הדרתם של אנשי השוליים. היחסים ההדדיים בין המרחיקים ובין האדם החלש מקיימים את עצמם באמצעות תהליכים אינטרסובייקטיביים ויובילו לחוסר פרודוקטיביות, סבל של המודרים והפעלת מרכיבים פסיביים-אגריסיביים בעלי עוצמה. נראה שרבים מהמטופלים שלנו סובלים בתוך הפרעת היחסים הזו.

## הפרעות יחסים והדרכה

כל הפרעה היא תולדה של אינטראקציות הדדיות של המשתתפים, ביניהם המנחה. בקבוצה קטנה ייתכן שיהיה די בכך שמשותף אחד לא ייקח חלק באינטראקציה הפתולוגית, כדי לשלול ממנה את כוחה. בכל הפרעת יחסים האינטראקציה (הלא מודעת) של המנחה עם "התפקיד המכיל" ועם הקבוצה עשויים להיות מעניינים בהקשר של תהליך ההדרכה. בשל ההשפעה האינטרסובייקטיבית של כל המשתתפים, כולל המנחה, יש למנחה את האפשרות להעלות או לטפל בהפרעת היחסים. במקרה של הפרעת החסר, ברור שהמנחה מתפתה בקלות, בשל הנטייה המקצועית שלו "לטפל" בחלש ובחולה ולעודד באופן לא מודע את יחסי החזק/חלש באמצעות אינטראקציות טיפוליות. בהפרעת היחסים של דחייה, על המדריך לעזור למנחה להתמקד באינטראקציות המעודדות התקה של תוקפנות כלפי השעיר לעזאזל. ה"גיבורים" של הפרעת היחסים של הוויתור על העצמי, מעוררים באחרים הנהגות המחזקת המעודדת את קיומו של תפקיד החזק התמידי אצל הגיבור. כתוצאה מכך, נוצרת הזדהות יתר המקשה אף יותר על הפרידה מחיים של הקרבה עצמית. דוגמה נפוצה נוספת של הקשיים הכרוכים בהפרעת היחסים של הדחייה, היא שהמנחה עצמו תורם אף הוא לדחיקתו לשוליים של משותף או של תת הקבוצה שלו. על אף רצונו שלא לפגוע באיש, עשויה להתרחש צעד אדיפלי בכיוון דחיקתם של אחרים לשוליים, המאפשרת לאחרים המרכזיים, ושוב, כולל המנחה עצמו, ליהנות מהסטטוס החברתי שלהם יותר מאי פעם. ההדרכה עשויה להיות המקום היחיד שבו ניתן לעבד את המוטיבציות הלא מודעות העוזרות ליצור ולשמור על קיומה של הפרעת יחסים.

## דוגמאות

מודעות והבנה מעמיקה של קיומה של הפרעת יחסים עשויות לייצר התערבויות הקשורות ליחסים. על המנחה להיות מסוגל להתייחס לדפוסים אינטרסובייקטיביים, שאינם בהכרח קבוצתיים או אישיים. ההתמקדות ביחסים משלימה את החילופים הקבוצתיים האנליטיים בין משותף מסוים לבין הקבוצה, ורומזת לכך שיתכן שתת הקבוצות משמשות ככלי הרכב או המיקום של הפתולוגיה. הגברת המודעות להפרעות היחסים תורמת גם ליצירת דרכים אפשריות לשינוי הדפוס. ההתאמנות בהתמקדות ביחסים עלולה להיות קשה ללא הדרכה.

לא קיימת קבוצה שאין בה דוגמה להפרעת היחסים של החסר. כל קהילה מכילה בתוכה יחסים המפעילים את התחושה שמישהו בתוכה פגום ונחות, בעוד אחרים נענים לצורך להיות חזקים ועליונים ע"י כך שהם עוזרים לחלשים ולנזקקים. אם הדבר הופך לקומפולסיבי, הקבוצה משתמשת ביחסים כדי לעשות ספליט מרגשות קשים. התגובה החיובית העקבית של הקבוצה ליחיד המפגין חולשה וחסר, מייצרת דפוס פתולוגי. היחסים ההדדיים בין חולשה וחולי מחד וחוזק ובריאות מאידך, הם מורכבים להפליא. לפעמים הקבוצה בריאה דייה, כדי לסרב לרגשות החרדה, או הדיכאון של משותף חדש לפלוש לקבוצה. אבל הקבוצה עלולה להתחיל לשתף פעולה ברצון עם תחושת נחיתות וחוסר ערך, לפעמים בשל אשמה או רגש אמפתי אחר. בינתיים האווירה הרגשית הופכת להיות בלתי נסבלת בשביל חלק מהמשתתפים, המתמודדים עם לחץ מעין זה באמצעות ספליטינג מסיבי של תחושת חסר. הרגשות האלה מושלכים על המשותף החלש, שבהיותו מורגל בהזדהות עם החולשה המושלכת עליו, נראה נזקק וסובל יותר מאי פעם. כדי שחברי הקבוצה ימצאו מפלט מהחולשה, היא מושלכת על מישהו הרגיל לחוש ביטחון רק כאשר הוא מפגין חולשה.

בד"כ מועיל יותר להתייחס לדפוס כזה מנקודת המבט של היחסים ולא מהזווית האישית. הרווחים החברתיים שנובעים מהיות היחיד בקשר עם הקבוצה חזקים יותר מכל מוטיבציה אישית לשים קץ לסבל. אנשים הם יצורים חברתיים לחלוטין ואסור לסכן את הצורך הראשוני להיות בקשר עם הזולת. האפשרות לתקשר באופן שונה מעוררת חוסר ביטחון באשר ליכולתו של האדם ליצור קשר באמצעות

תפקיד שונה. להיות מסוגל או מנוסה בגישה אחרת עלול לעורר חרדות קשות. בניגוד לכך, האפשרות לקבל תחושה טובה מאינטראקציה עם אדם נזקק, תוך הרחקת החולשה והחרדות מתגמלת יותר, באופן בלתי מודע, מאשר כל שינוי בכיוון של יחסים בריאים. גישה טיפולית של יחסים מאתגרת את ההסכם ההדדי הלא מודע בין החסר והבריא. מתן פירוש להתנערות הכללית מהחולשה המפחידה אמור להיעשות במקביל להתייחסות לנכונותו הסוטה של היחיד להתנהג באופן זה.

## ויניטה

קבוצה טיפולית החלה להיות אמפתית מאוד כלפי אישה דכאונית מאוד, מייד לאחר הצטרפותה לקבוצה. הדפוס הזה התחזק לאורך מספר חודשים. המשתתפת הדיכאונית עברה שנים רבות של חיזוק התפקיד שלה, בתוך ומחוץ לטיפול הפרטני. תוך שימוש בחוסר הנוחות שחשו כמה מהחברים נוכח חולשתה והצורך לנחם אותה, התאפשרו יחסים אחרים בינה לבין הקבוצה והתאפשר לשני הצדדים להבין את היתרונות שבכך.

יחסים בקבוצה הסובבים סביב "שעיר לעזאזל" הם דוגמה טובה להפרעת יחסים של דחייה.

אחרי שהקבוצה עשתה למ' אידיאליזציה במשך תקופת מה, היא התחילה להתאכזב ממנו יותר ויותר. כגבר צעיר ומצליח מהבחינה המקצועית, הוא נחשב, עד לנקודה זו, לאדם מעניין למדי. ככל שארך תהליך האכזבה ממנו, כן התחזקו הרגשות שהוא עורר. תת קבוצה חשה שמ' שהוא משחק בקבוצה והעצמי המזויף שלו עורר בה התנגדות חזקה. אי אפשר לסמוך עליו, הם אמרו ואין לדעת אם הוא משתמש ביכולותיו המרשימות בעדך או כנגדך. הקבוצה הזו כבר גילתה נטייה לשחרר מתחים קשים בדרכים אלימות, כשנתקלה קושי בהכלת הסערה הרגשית הכרוכה ביחסים רגשיים. אולי משום שהוא היה משתתף נערץ למדי, חלק גדול מהקבוצה חש עכשיו בצורך חזק אף יותר לגרש את "הזיוף". נראה היה שהם שונאים את האדם הזה, שהגיב לדחייה ולבידוד בצורך חזק להיות נאהב ומקובל. הצרכים האלה, נחשבו לצעד מזויף ובלתי מהימן, שהגביר את הדחייה. ברגע מסוים, נראה היה כי ניתן ליצור מקום בטוח רק באמצעות התקת הכעס לאקטינג אוטו תוקפני כלפי השעיר לעזאזל הזה, שבד"כ התייחס לעצמו כאימפוטנט מושלם.

בהדרכה הוצעו כמה תגובות קאוונטרנספרנס אפשריות, משום שהייתה אפשרות שהמנחה השתמש בתהליך יצירת השעיר לעזאזל, כדי להגן על עצמו מפני האפשרות שיהפוך מטרה לתוקפנות.

בהבדל מטיפול פרטני, שם מותק הכעס לעתים קרובות מן המטפל אל דמויות חיצוניות, כגון הורים וכיו"ב, בקבוצה הוא מותק אל החבר החלש בקבוצה. מקומו הייחודי של המנחה בקבוצה הופך אותו למשתתף חשוב בהפרעת היחסים של הדחייה, כמי שעשוי להרוויח לפעמים מהאינטראקציות ההרסניות. מתן פירוש למוטיבציות אישיות סמויות במקרה זה, נראו פחות מועילות מאשר גישה של יחסים לגבי הדחייה שהתרחשה כאן: כל המשתתפים ביחסים שנוצרו ניסו לעבוד על המודעות שלהם ולשנות את יכולת ההכלה שלהם. עבודה הדדית על נטיות אלימות בקבוצה וקשייהם של רבים בקבוצה להכיל מתחים, פחדים והפיכתם לתוקפנות, השתלבה היטב עם חקירת תרומתו של השעיר לעזאזל עצמו להפיכתו למטרה של דחיית הקבוצה. בקבוצה זו, נעשתה עבודה על המטרה ההגנתית של התקת התוקפנות הבינאישית והאינטראקציות התוקפניות הנובעות ממנה.

## הפרעת חוסר בעצמי

יש הבדלים בין המינים בכל הפרעות היחסים, אבל הדבר נכון בעיקר לגבי הפרעת החוסר בעצמי. גברים ונשים מפגינים שונות גדולה בהתנהגות הקשורה לחוסר אנוכיות, אף כי לגבי בני שני המינים ניתן לומר שהם נותנים את עצמם לשירותם של אחרים. לגבי נשים זו נחשבת התנהגות "טובה" בעוד לגבי גברים, זו נחשבת להתנהגות הרסנית ולפעמים אפילו כעשיית משהו "רע". ה"קלאפטע" בעלת העצמי החסר, שתוארה במקומות אחרים (פרידמן, 2005), היא דוגמה להפרעה שלישית זו, יחסים בין תת קבוצה של משתתפים נזקקים ובין אישה שרק רצתה "לעשות טוב" לאחרים. הפתולוגיה הזו נובעת מהחזרתיות הקומפולסיבית של דפוס יחסים הדדי. לאישה אין יכולת למשוך את תשומת לב הקבוצה לסבלה שלה והאחרים אינם חשים בצורך להעניק לה משהו משמעותי. הקבוצה השתמשה בה והיא הייתה להוטה לכך שיעשו בה שימוש. גם האנוכיות וגם חוסר האנוכיות מופיעים בעיקר כרגשות אגו-סינטינוניים. כשהם מתחלקים בין המשתתפים בעלי ההפרעה הזו, ניתן להבין אותם כהזדהות יתר עם הדפוס של מסירות ולקיחה. האישה הזו התנהגה בקבוצה כפי שהתנהגה במציאות, כאילו היא דואגת וחושבת על כולם. היא גילתה עניין במה שהתרחש בין הפגישות, נתנה עצות ובקלות הייתה מוכנה לעזוב את עבודתה למען רווחתם של האחרים. היא הייתה אדם אכפתי ולעתים רחוקות חשה שזנחו אותה, מפני שאנשים נזקקים רבים חיפשו אחר האנרגיה שלה ותשומת לבה. מכל מקום, העובדה שהיא נישאה פעמים רבות וחשה אכזבה עמוקה מגישותיהם של בעליה כלפיה, הייתה סימן מקדים. הקבוצה השתמשה בה והיא "הסכימה" שייעשה בה שימוש, בצורה של יחסים שלגביהם לא הייתה לה בחירה.

שני מרכיבים, שניהם בין-אישיים, היו גורליים בהתפתחות הבאה. ראשית, היה חשוב מאוד שהיא והקבוצה התחילו לקבל התנהגות אגואיסטית, שהפכה ללגיטימית ופתוחה לבדיקה מדוקדקת במטריצה. הדבר סייע לה לרכוש אגואיזם כמומנות נרכשת וכאפשרות הולכת וגוברת לבחור בהתנהגות כזו.

לפיכך, הפרעות יכולות לרפא זו את זו.

המרכיב השני שגרם לשינוי היו המתקפות שהיא ספגה, בעוד היא מנסה להיות לא אנוכית. בשלב זה, כשהקבוצה התנגדה לקבל ממנה "שירות", כי היא חשה שהמשתתפת מתנשאת על הקבוצה, נוצרה התפרצות כעס שבמהלכה נטבע המושג "קלאפטע לא אגואיסטית"

על המנחה היה לעבוד ולחזור ולעבוד על הסימפטיה המודעת וההזדהות הלא מודעת שלו עם תפקיד חסר האגו, כדי להשפיע על הפרעת היחסים ולהטותה לכיוון אחר.

## ריפוי והתפתחות לנוכח כל הפרעות היחסים

במהלך 4 השנים בהן היה נ' בקבוצה טיפולית, הוא עבר את כל הפרעות היחסים. כשבסופו של דבר, הוא סיים בהפרעת היחסים של ההדרה, הוא חש כי עשה את ההתקדמות הגדולה בחייו. במשך 15 השנים בהן היה בטיפול פרטני, הוא טופל כמי שסובל מהפרעת אישיות פרנואידית. בהיותו נשוי בשנית, הוא נתקל בבעיות רבות בהורות שלו ל-2 ילדיו משני הנישואין. הוא חווה ואף הפגין התקפי קנאה קשים. כך היה גם בעבודה, חברה בעלת עוצמה, שם גרם מדי פעם לקונפליקטים שנוצרו בשל הקנאה שלו וחששו מדחייה. הוא חש מתוסכל בכל היחסים הקרובים שלו בשל חשדותיו כי מדירים ודוחים אותו. האינטראקציה המתסכלת הקטנה ביותר, עם אשתו, ילדיו, או חבריו לעבודה, הייתה מציתה התפרצות זעם גלויה, המלווה בדיכאון מפגיעה נרסיציסטית.



במהלך השנתיים הראשונות של הטיפול הקבוצתי, הוא חש לעתים קרובות לא רצוי, דחוי וכי כל ניסיונותיו לבנות לעצמו מקום בטוח התנפצו. (פרידמן, 2004). בשנה וחצי הראשונות המאמץ העיקרי היה לנהוג בנ' בדרך "קונבנציונלית", שלפעמים הוא התמסר אליה, עם יכולות יפות לבדיקה אינטרה-פסיכית מדוקדקת, אותה למד במהלך שנות הטיפול הפרטני. המנחה חש לאורך כל הזמן, כי העבודה על המכניזמים של הקנאה שלו ושל האחרים לא נשאה פרי. הקבוצה (כולל המנחה) שתפה פעולה עם נ' כשהציבה אותו לתפקיד "המשוגע" של הקבוצה (ואכן הוא היה כזה, באופן מסוים). התקפי החשדנות שלו נותחו ובמשך תקופה קצרה, האיום שהיה טמון באכזבת זעם הקבוצה נמוג בתוך גישת הספליט ההדדית. נ' היה עדיין חשדני, אך השתדל לבטוח באנשים ולהכיל את השנאה שלו. הנושא הדינמי החשוב בעבור הקבוצה בשלב זה, היה לשמור על המטריצה מפני יצירת ספליט בין חוזק לחולשה אצל הפרוטגוניסטים הנורמלים והמשוגעים. נדרשה הדרכה מרובה כדי שהמנחה לא יתרכז במידה מרובה מדיי בטיפול במטופל הזה.

בתוך זמן קצר גם הקבוצה החלה לחוש שהיא פגועה ומותקפת. כמה מהמשתתפים החלו לנקום באמצעות לעג ומתקפות נגד, אחרים הצטרפו למה שנראה כניסיון להדיר את נ' מהקבוצה. נ' נפל לפעמים להתקפי תגובות פסיביים-אגריסיביים במהלך השנתיים הללו. נראה היה שהייתה זו תובנה גדולה ותחושת הקלה כשנ' הודה בגלוי כי נהג לקנא ולחשוך באשתו בכל פעם שנראה היה כי היא משקיעה בבנו יותר מאשר בו.

מסתבר ששינוי משמעותי יותר חל באמצעות מאמצים בינאישיים מאשר באמצעות פירושים אינטרה-פסיכיים. הבנה אנליטית עמוקה יותר הושגה אצל כל המשתתפים, אך התבררה כלא יעילה לגבי שינוי עמדות ויחסים. מאמציו של נ' להכיל את החשדנות ולהתמודד עם זעמו ושנאתו עזרו לו ולקבוצה לצאת מהאווירה הקומפולסיבית, הקונפליקטואלית והפרנואידי, שזיהמה כל מגע ביניהם. לראשונה בחייו, הוא הצליח להיענות לתרבות הקבוצה, תוך שהוא חווה תחרות שאינה כה הרסנית ואנטגוניסטית. הקבוצה הייתה מנוסה ובוגרת דייה בתגובותיה למן ההתחלה והפגינה יכולת טובה בפירוש והגדרה מחדש של מתקפותיו על ההתקשרויות.

יכולות ההכלה של קבוצות משתנות מקבוצה לקבוצה וייתכן שהן תלויות על ניסיון והרכב המשתתפים. הקבוצה המסוימת הזו הושפעה, אולי, מהעובדה שנ' הצטרף לקבוצה באותה תקופה שבה הצטרף אליה ד', מה שיצר סוג של קשר מיוחד ביניהם. היחסים האלה היוו מקור מיוחד לתמיכה ותחושת ביטחון בעבור נ', אף כי לא היו נקיים ממתחים. ההדרכה סייעה למנחה לעבוד עם נ' ועם יתר המשתתפים. תנועה רגשית משמעותית החלה להיווצר ביחסים בעולם החיצוני, כשחוסר האמון שלו בכוונות הקבוצה כלפיו, כמו גם התגובות הרגשיות הסמויות של פגיעה מכעיסה ונסיגה טופלו באופן קבוע וגלוי. בסופו של דבר, הושגה יכולת גבוהה יותר של הקבוצה, להכיל את הזעם והרגשות הקונפליקטואליים של נ' ושל הקבוצה עצמה.

מכל מקום, הדבר לא הושג עד שהתפתחויות, במהלך ההתמודדות עם שני סוגי הפרעת יחסים נפתרו: ראשית, היחסים בין תפקידו כאדם חסר האגו של הקבוצה ובין הקבוצה; ושנית, דחיקתו לשולים. לכל קבוצה יש "גיבורים" שהם תוצר של הסביבה שלהם. לחוסר העצמי יש מאפיינים אוניברסליים ותרבותיים ייחודיים. בקבוצות טיפוליות היחסים עשויים לסבוב סביב גיבור בעל מודעות עצמית. הקבוצה עשויה להשתמש בו או לנצל אותו כאדם מאוד פתוח. כמעט כל הרגשות עוברים דרכו, הוא לא מסרב לאף הצעה והקבוצה מעודדת באופן עקבי את הזדהות היתר שלו עם תחושת היחד הקבוצתית. המשאלה שלו להתקבל הייתה כה גדולה והזדהות היתר שלו כה משכנעת, שלאורך תקופה נוצרו יחסים בין מכיל (מזויף) לכלל דבר, אדם המפנים כל דבר ומתחלק בו ללא גבולות, והקבוצה, היכולה להיעלם לתוך המכיל בכל רגע נתון. אלה אינם יחסים של תלות הדדית, אלא יחסי תלות, הכלה סימביוטית, שבה הזדהות עם המבצע היא מוחלטת ויש בה מרכיבים

הרסניים אנטי-התחברותיים. במהלך תקופה משמעותית של כמה חודשים, הקשרים בקבוצה שסבבו סביב נ' והאיכות הפסיכולוגית ההרואית שלו, היו אומנם מספקים בעבור מרבית החברים, רק לאחר שניתנו פירושים לכמה מן האספקטים של היחסים הפכו המאפיינים הפתולוגיים שלהם לברורים. בעיקר באמצעות סיוע לכל המשתתפים הנוגעים בדבר למלל אספקטים של מה שהתברר מאוחר יותר, כטאבו הגדול של הפרנויה, התפיסה הנכונה בחלקה ושגויה בחלקה של היות האדם דחוי ופגוע ע"י הקבוצה, כמו גם פנטזיות של יחסים, הושגה הפחתה של המתחים בקבוצה. פתיחות הקבוצה בכל הנוגע לרגשות עזרה לנ' לא להרגיש "משוגע" מחד, ומאידך אפשרה לחברים לחוות את ההשפעה ההדדית של פגיעה, קנאה, שנאה דחייה ובסופו של דבר אגרסיה, בד"כ פסיבית. הפתיחות ההדדית עזרה לתהליך "הכשרת האגו תוך כדי עבודה" (פוקס, 1964), תרגול ופיתוח טולרנטיות כלפי ההדהוד הקבוצה לאינטראקציות החשדניות ולעבוד עליהן באמצעות מירורינג. מעמדו הסופי כאדם שולי במידת מה, אך לא דחוי בחברה, כאדם מתוסכל לפעמים, אך מסוגל להכיל את עצמו ואת האחרים, שאינו אנוס לעשות אקטינג אאוט, הוא שלב מעניין בפוזיציה הדפרסיבית (קליין, 1935, 1960). המשמעות היא שייתכן שהגענו למידת הבריאות האפשרית מבחינתו.

ב-1946, רב סרן פוקס כתב: "המטפל... ידע שבעוד הוא חופר תעלה מקצה אחד, הוא יפגש באמצע הדרך עם עובדים שהתחילו בקצה השני" (1946).