

## התפתחויות וחיידושים בתחום האנליזה הקבוצתית ד"ר רובי פרידמן

גישת הטיפול הקבוצתי האנליטי מעולם לא חדלה להתפתח, ואף הקדימה בכך גישות טיפוליות אחרות. במאמר זה אנסה לגעת בכמה כיוונים חדשים ואני מצר על כך שלא אוכל לגעת בכיוונים חשובים אחרים. המטלה המונחת לפנינו, המטפלים הקבוצתיים, היא לקדם את בריאותם והתפתחותם של היחידים ושל הקהילה; להעביר את החוויה לפיה הטיפול הקבוצתי האנליטי הוא בעל תועלת ייחודית ולמעשה הוא כמעט הכרחי. לפעמים הוא משלים צורות טיפול אחרות וכפי שנראה בהמשך, לעתים עליו לבוא במקומן. אנו עוסקים באחד המקצועות והמעניינים שיש; הוא קשור לאחד התפקודים האנושיים הבסיסיים ביותר: האופן בו מתגבר היחיד על מגבלותיו, באמצעות התחברות עם אחרים. הקבוצה היא המקום בו עשויים יחידים ותת קבוצות להגיע להישגים אליהם לא יוכלו להגיע לבדם. כל קבוצה, כולל קבוצת המשפחה, תמצא את הייחוד המתיר אותה על היחיד.

מהו המרכיב ההופך את הטיפול הקבוצתי האנליטי למרחב כה ייחודי? האם מדובר בעוצמתם של המשתתפים? באומץ לבם? האם כרוך בטיפול הקבוצתי מיומנות או נטייה מיוחדים? נראה לי שסגולותיה הייחודיות של הקבוצה הטיפולית האנליטית טמונות בתהליכים הטרנספרסונליים, תהליכי עיבוד רגשות העוברים דרך העולם הפנימי של המשתתפים. תהליכים אלה יוצרים מטריצה מיוחדת: מארג קבוצתי שבתוכו יכולים המשתתפים לרפא זה את זה, האחד באמצעות רעהו. סוג כזה של שותפות מציב את כל המשתתפים במטריצה ביחד נוכח הקשיים ומאפשר להם להגיע למקומות הטובים או הרעים ביותר. אני כאמור אטען כאן כי קבוצות טיפוליות אנליטיות, מהוות מרחב של "תנועה" רגשית מיוחדת (פוקס, 1975, עמ' 253), מרחב שבו עשוי להתרחש מפגש טרנספרסונלי מודע ובעיקר לא מודע. צרכים סמויים וגלויים חוגגים על רצפת הקבוצה הטיפולית האנליטית, כשאנשים חולקים ביניהם מקום, שבדומה לרחבת ריקודים, החולמים והיוצרים במשותף נפגשים.

מהו המושג טרנספרסונלי ומה הקשר בינו לבין מושגים כגון "אינטר-סובייקטיבי" או "התייחסותי"? טרנספרסונלי הוא האופן הייחודי בו המשתתפים בקבוצה הטיפולית האנליטית מתקשרים אלה עם אלה. פוקס הגדיר זאת גם כ"האיחוד התוך-נפשי המתרחש דרך קבע בין שני אנשים" (1966). "המטריצה היא שדה הפעולה הנפשי... שבו מתרחשים תהליכים העוברים בתוך נפשם של המשתתפים" (פוקס, 1975). הוא תיאר קשרים טרנספרסונליים כתהליכים "העוברים דרך היחידים, בדומה לקרני הרנטגן בתחום הגופני" (פוקס, 1973, עמ' 229). פוקס רמז לכך לראשונה ב-1954, כשתיאר את הפסיכודינמיקות הבין אישיות, שאינן "מגבילות את עצמן לתחומו של היחיד, אלא כוללות באופן קבוע מספר אנשים המקיימים קשרים ביניהם... אלה גילויים טרנספרסונליים" (פוקס, 1954). נדרשו עוד 30 שנה, עד שמיטשל (1988), חלוץ ההתייחסותיים, תיאר את המטריצה ההתייחסותית כ"דרך הטובה ביותר להתבונן במציאות הפסיכולוגית, הכוללת בתוכה תחומים נפשיים תוך-אישיים ותחומים בין אישיים כאחד" (עמ' 9). המושג טרנספרסונלי מקביל לחשיבה ההתייחסותית והאינטר סובייקטיבית. טרנספרסונלי קל יותר להשתמש בו באנליזה הקבוצתית כי הוא עשוי לעקוף את חילוקי הדעות הטכניים עם הגישה ההתייחסותית, שלמשל נמנעים ממושג הלא מודע כמרכיב אופרטיבי והדגש על מרכזיותה של שקיפות המטפל. על אף הנאמר ברור שהמושג "אינטר-סובייקטיבי" כל כך דומה למושג "טרנס-פרסונאלי" שהוא מבטא את הקירבה בין הגישה ההתייחסותית לאנליזה הקבוצתית, גם אם הגישה ההתייחסותית אינה מודעת לכך. אני מציע להישאר בהידברות הדוקה בין שתי הגישות. גבולותיה החדירים של הנפש הן המאפשרות את טבעו הטרנספרסונלי ב"קונצרט האינטראקציות", הפולש לתוך היחיד כמו קרני הרנטגן ומעורר תגובות שונות.

בדיחה עתיקת יומין מציגה את היסוד הטרנספרסונלי הלכה למעשה: שרה מתעוררת ושואלת את אברום מדוע אין הוא יכול לישון. "אני מודאג מהחוב שלי למויז'לה, השכן שלנו." "יהיה בסדר", היא מנסה להרגיע אותו. אבל עכשיו היא מודאגת בנוגע לחוב ואינה יכולה להירדם. לאחר זמן מה היא פותחת את החלון וצועקת: "מויז'לה! מויז'לה!" השכן המתעורר שואל: "למה את מעירה אותי באמצע הלילה?" שרה: "אברום חייב לך כסף?" "כן" הוא עונה. "אברום אומר שהוא לא יכול לשלם את החוב שלו. עכשיו תורך לנסות להירדם." אנו רואים כאן שהתהליך הטרנספרסונלי, כולל "תנועה" רגשית מגוונת: הפנמות לתוך הנפש, הרחקה מהנפש, כלומר השלכות ובעיקר הזדהות השלכתיות. רפאלסון (1977) טענה, בצדק, כי הזדהות השלכתית היא "הכלי התקשורתי החשוב ביותר" בקבוצות. אני מסכים עם פוקס (1969), כי הנפש, בהיותה עצם מהותה של המטריצה, יותר משהיא בינאישית, היא טרנספרסונלית.

יהודה עמיחי, המשורר הישראלי קלט, לפני שנים רבות, את מהותו של הטיפול הקבוצתי האנליטי:

"אנשים משתמשים זה בזה  
כמרפא לכאבם. אחד את השני  
שמים על הפצעים הקיומיים שלהם  
על העין, על הערווה, על הפה ועל היד הפתוחה.  
תופשים זה את זה ולא רוצים להניח."

אנשים משתמשים זה בזה/יהודה עמיחי  
מתוך "יהודה עמיחי – שירי אהבה"

אנסה לתאר תחומים מיוחדים שבהם משפיעים תהליכים טרנספרסונליים. במאמר זה אעסוק בהשפעה שיש לתהליכים טרנספרסונליים על עבודתנו. על האופן שבו היא עשויה לשנות את הבנתנו בנוגע להפרעות יחסים ולגעת בגישתנו לחיי החלום הלא מודעים בתוך המטריצה. אנסה גם לגעת בהתפתחויות חדשות נוספות בתחום האנליזה הקבוצתית: מקומם של הסמכות והמחקר והפיכת התיאוריה למדריך למשתמש. כמו כן אעסוק ביישום עקרונות הקבוצה האנליטית בתחום של פתרון קונפליקטים.

#### **הפרעות יחסים ואינדיקציה מיטבית:**

האם הפרעות נפשיות הן אישיות בעיקרן, או שניתן לחשוב עליהן כמונחים של הפרעות ביחסים? דיטר ניטצגן (...) תיאר את התפתחות רעיונותיו של פוקס בכל הנוגע להקשר החברתי – פסיכולוגי. ב-1948 דיבר פוקס על פרדיגמה אבחנתית חדשנית: יש לשנות את תפישתנו לגבי **מיקומה** של הפרעה ולהעביר אותו מתוך היחיד, אל המצב החברתי הכוללני. "**מיקומה** של פתולוגיה לעולם לא ימצא בתוך היחיד לבדו ואין היא תופעה תוך-אישיותית בלבד, יש להתבונן בה כממוקמת ביחסים" (1948:1).

עניין אותי לעשות אבחנה מעין זו בתוך מערכת היחסים הטיפולית, ובעיקר זו של האנליזה הקבוצתית ולנסות להגדיר הפרעות נפשיות כחלק ממארג חברתי במקום כהשלמה על הפרעות האינדיווידואליות. קלינאים לא פעם מתנסים בקושי כשמנסים להשתמש בגישה המסורתית יותר. מן הסתם קיימות סיבות טובות לכך שלא הצלחנו עד כה להמשיך ולפתח את רעיון ההפרעה של כל המשתתפים ביחסים. פוקס טען שהרפואה המסורתית אינה ששה ליצור קיטלוג בין אישי שכן אנו מבקשים להימנע מרגשי אשמה המתעוררים בגין השותפות ביצירת מצבי מצוקה של הזולת. לא היינו רוצים להיות מודעים לכך שמישהו במשפחתנו מדוכא "בגללנו". אבל לו יכולנו להגדיר הפרעות יחסים בין אישיים יכולנו לדייק יותר מי יופנה לטיפול קבוצתי ומי לטיפולים אחרים: פרטניים, זוגיים, משפחתיים. ההשלכות המשמעותיות למערכת הפניה יותר מסודרת הם שני יתרונות משמעותיים: היכולת הטובה יותר להגדיר אינדיקציות מיטביות וגם שיפור איכות הטיפול שאנו מעניקים. אנו נדע "לראות" יותר ו"לדעת" טוב יותר. ניסיתי להיענות לאתגר ולהמשיך להגדיר את "הרשתות הרב-אישיותיות של הקונפליקט הנפשי" (פוקס ואנתוני, 1957[1984]:117). ניסיוני הקליני, יחד עם מחקרים שנעשו בנושא הדינאמיקה בתוך התפתחות קבוצות, בעיקר ע"י בניס ושפרד (...) ואגזאריאן (1992) סייעו בידי בתיאור כמה מאפיינים של תחומי אינטראקציה מופרעים. הפרעות אלה יש להן מאפיינים דינמיים והתפתחותיים כאחד. (פרידמן, 2011). אני מדגיש שהיחסים הם המופרעים על כל מי שמרכיב את הקשר, ומכאן שהמרחב עצמו הוא הטעון טיפול. על הדוחה והשעיר לעזאזל, על הגיבור חסר העצמי והמשתמש האנוכי לעבור טיפול ביחד.

עכשיו עליי לבקש מהקוראים לערוך שינוי מהותי בצורת החשיבה שלכם (פוקס 1964, עמ' 18), כשאציג גישה חדשה ומשלימה לתפישת הפתולוגיה. היא כוללת 4 קטגוריות ניתנות לאיתור של יחסים דיספונקציונליים הדדיים וטרנספרסונליים. (פרידמן, 2005, 2006 ו-2007). מדובר בעיקר בהפרעות יחסים לא מודעות, הנוצרות במשותף ע"י הכישלון להכיל ולעבד רגשות כגון חוסר אונים, תוקפנות, הזדהות והדרה בקבוצות (משפחה, קבוצה טיפולית אנליטית, חברה). באופן אופייני, הריפוי המיטבי בעבור הכשלים התפקודיים הרב-אישיותיים הללו לא יתרחש בדיאדה של הטיפול האישי. כלומר הטיפול המיטבי יהיה בסטינג שריבוי משתתפיו יאפשר שיחזור חלקי של הדפוסים הלא תפקודיים או תיקון היחסים הבעייתיים.

- א. **בהפרעת יחסים של חוסר:** אלה החשים תמיד חלשים, חרדים, מדוכאים ונחותים מתקשרים עם אלו החשים שעליהם לתפקד תמיד באופן המיטבי. "מטופלים מזוהים" הסובלים מהפרעת חוסר כרונית מטופלים באמצעות "המטופלים המזוהים" הנחשבים חזקים באופן כרוני.
- ב. הקושי להכיל תוקפנות יתבטא **בהפרעת יחסים של דחייה (1)**. בהפרעה זו, אלימות מעשית ומדומיינת ההולכת וגוברת בין תת קבוצה דוחה ובין יחיד המשתוקק להיכלל יוצרת יחסים קבועים מופרעים. תת קבוצה החשה שנאה ויוצרת שעיר לעזאזל תאבד בהדרגה כל רגש אשם או בושה, כשהם באים במגע עם קורבן החש כנוע ודחוי באופן גובר והולך.
- ג. **בהפרעת יחסים של העצמי,** תת קבוצות ויחידים מתמודדים עם חרדות פרידה על ידי הזדהות יתר ואינם מפתחים תחושת עצמי בשלה, אוטונומית ובוגרת. "גיבורים" לא אנוכיים (אגזאריאן, 1997) והמשלימים ה"אנוכיים" שלהם, מחונכים ל"שרת את המטרה", בעוד הם מזיקים לעצמם ולאחרים.
- ד. **בהפרעת היחסים של ההדרה,** מתפצלות בין מרכז פעיל ויחידים או תת קבוצות, הנמצאים באופן כרוני בשוליים. דיכאון או הפרעת או-סי-די יהיו בין התסמינים שיופיעו בעקבות מערכת של הדרה.

### אינדקציות לטיפול והפרעות יחסים.

אנו זקוקים למערכת אינדיקציות טובה דייה, המקשרת הפרעות מסוימות עם שני מודלים טיפוליים ספציפיים: הסטינג והתזמון. התזמון חשוב מאוד, משום שעל הסטינג המועדף ניתן להחליט, לעתים קרובות, רק לאחר שהמטופלים פונים לעזרה לטיפול פרטני. זה טבעי להגיב ספונטאנית למצוקה על ידי בקשת הצלה מדמות הורית. אנו יורשים זאת כילדים הצועקים "אימלא!", ושום קריאה אחרת. אך ברור שהפניה לטיפול פרטני, המשחזר באופן לא מודע את בקשת הקשר הראשוני, לא יכולה לקבל את הפניה הזו באופן לא מאובחן. לאחר שלב ראשון של הכלה, יש לעשות החלטה מקצועית באשר לסטינג המתאים לטיפול. החלטה זו חייבת להיות עצמאית משיקולים פרנסתיים או אמוציונאליים. בתחום הטיפולי היום ההחלטות של המטופלים והמטפלים כאחד נעשות על פי מידת ה"כימיה" או הקירבה הרגשית. אם כל החשיבות שיש לנתונים רגשיים אלה, יותר מדי טיפולים המורגשים כיחסים מצויינים, מלאי אינטימיות וכו' אינם נושאים פרות מספיקים מבחינה קלינית. מעבר לקשר שנוצר יש לשקול היבטים של מיקום וצרכים טרנספרסונליים. לעתים תכופות עדיף לטפל בבעיה בקונטקסט דומה לזה, שבו הבעיה נוצרה. האם אדם שחוה באופן טראומטי שערות לעזאזל בקבוצה יכול להיות מטופל בטיפול אישי? עם כל החששות של המטופל, הניסיון מלמד כי על הפרעה כזו להיות מטופלת בקבוצה, ביחסים הדומים למיקומה המקורי. האם יכול אדם שנדחק לשוליים באופן כרוני, להתרפא ללא חוויה רגשית מתקנת במרחב החברתי? דוגמא נוספת: המושג "התפתחות חברתית", שטבע נורברט אליאס ואשר נחקר ע"י לביא (2005) מסביר גם את עומק הלמידה הבין-אישית שלנו במשפחה או בחברה וגם את הצורך בחברה או בקבוצה כדי לשנות למידה זו. זה מסביר מדוע אישה שלמדה לוותר על העצמי שלה, המרגישה דיכאון כי מטלת חייה הייתה לשרת את משפחתה שהתפזרה בינתיים, לא תוכל להשתנות ללא "למידה תוך כדי התנסות" בתוך קבוצה.

מקרה הלקוח מתוך כיתת לימוד יכול להדגים את המפגש הטרנספרסונלי שיש לשנות, הכולל מגע בין העולמות הלא מודעים בחברה מסוימת: רותם בת ה-15 הייתה שנואה ומוחרמת במשך שנה ע"י כל חברותיה ורבים מחבריה. בהיותה "ילדה טובה ונחמדה" היא עשתה ככל יכולתה ע"מ להתאים למשאלותיהם הדמיוניות של החברים שבחברתם רצתה. ככל שגברו השנאה והרצון להפוך אותה לשעיר לעזאזל, כן גבר רצונה לרצות את האחרים. ככל שהרבתה בקעקועים וב"פירסינג" וככל שנענתה ליחסי מין עם מרבית הנערים כדי לתת סיכוי לקירבת האחרים כך בודדו אותה יותר. ככל שהמשיכה לשלם יותר בעבור התקווה לקבל אהבה, כן זכתה ליתר זלזול ודחייה. ללא עבודה על התהליך הטרנספרסונלי של שני הצדדים, ללא עיבוד המפגש בין הלא מודע של התלתי ושל הדוחה השונא, לא ייתכן שינוי.

הפרעה כזו היא ניתנת גם לראות בקונטקסט החברתי הרחב. אני מהרהר במצב תודעתם של אמי ובני משפחתה, שנמלטו מגרמניה בתקופת הנאצים. אף כי נרדפו עד חורמה ובקושי שרדו את השנאה הנאצית, שאף השמידה בני משפחה שמזלם לא שיחק להם, הם נשארו מזוהים עם התרבות הגרמנית, והמשיכו להשתוקק בלבם להשתייך לתרבות זו עד סוף ימיהם. הצורך להיכלל, ולהישאף לתוך

הזהויות המוקדמות שלנו חזק ביותר בקבוצה, הדורשת מחבריה בלא מודע להציג תג זהות. הצרכים הזהותיים של משפחת אימי גרמו להם להיות בקונפליקט פנימי תמידי, בהגירה פנימית נצחית. הצורך להשתייך הוא דחף חזק ביותר ולעתים הוא נושא עמו תוצאות קשות מנשוא. רק אותם מעטים, שהצורך שלהם להיכלל היה פחות חזק, שיכולים היו להיפרד, כמו פוקס, למשל, שנמלט כבר ב-1933, ניצלו. אולי העיד הדבר על הבנתו הטובה יותר אודות תהליכים קבוצתיים, מאשר זו של רבים מיהודי מערב אירופה האחרים. אך בל נטעה: כל המעורבים בהפרעת יחסים של דחייה מרגישים בסופו של דבר נגועים בהרסנות ויסבלו מחוסר ההכלה של התוקפנות. הקללה הגרמנית היא שמי שנשא בסופו של דבר בעיבוד התוקפנות היו ילדיהם של התוקפניים.

### השימושים בסיפור החלום בטיפול הקבוצתי האנליטי

חלומות וסיטמים מציגים בפנינו את אחת הסתירות האנושיות הגדולות: מצד אחד החלום נותן לנו הזדמנות להיווכח ב"אני" האמיתי, ה"אני" היצירתי להדהים. מאידך, "החומר ממנו אנו עשויים", כפי שטבע שייקספיר, עלול להיות מדיי מפחיד ומבייש בשבילנו. מחד זה מקרב אותנו להכיר עצמינו, מאידך אנו דו-ערכיים בנוגע לאפשרות ש"מבנה החלום משקף את מבנה האישיות" (סגל, 1980: 100). זאת הסיבה שאנחנו מבקשים לעתים קרובות, ש"החלום יתפוגג לו וייעלם", כפי שכתב אותו שייקספיר "בל תשאירו פיסת ענן מאחור"? אין כמו החלום להראות לחולם את יכולותיו, אך גם את מגבלותיו וכשלו. מאז ארטמידורוס מדלדייה, שהיה הראשון שכתב ספר על "פירוש החלומות", במאה השלישית לפנה"ס ובוודאי שמאז ימי פרויד, נחשבים החלומות כמתמודדים עם המאיים והמרגש מנשוא. מדוע, מאז שהציג פרויד, לפני 111 שנה את תיאוריית החלום הנפלאה שלו, התקדמנו יותר בחקר העולם מאשר בהבנת החלומות שלנו? מדוע כה קשה לעשות שימוש טוב בחלומות שלנו, להשתמש באוצר הטמון בתוכנו? סיפור חלומות והגישה הטרנספרסונלית בטיפול הקבוצתי האנליטי עשויות לקדם דרכים חדשות בהן ניתן להבין ולפתח תכנים ומסרים של חלומות בעזרת "השימוש" (וויניקוט, 1962) באחר. בהנחה שיש לנו צורך התפתחותי חיוני באחר, הבה נשחק ביחד במטרה לשפר את השימוש שלנו בחלומות בטיפול הקבוצתי האנליטי ובחיי היום יום בכלל.

מובא כאן חלקו הראשון של חלום, שיובא בשלמותו מאוחר יותר.

בתחילה אני מטפלת בכמה פליטים במרפאה בה אני עובדת. לאחר מכן אני יורדת למרתף, יחד עם אחותי. שם עומדת להתבצע הוצאה להורג של שלושה אנשים. שלושה גברים מוציאים להורג ניצבים מאחוריהם ורובים בידם...

בשבריר שניה אתה קולט שמידע רב נמצא בחלום מעין זה. הנרטיב מציג טוב לב התחלתי העובר לפעולה אלימה. פרויד וממשיכיו, כמו קליין, ביון וטובים רבים אחרים פיתחו גישות המאפשרות להוציא אינפורמציה מהתכנים של חלומות. מרכז העניין היה הוצאת מידע מהחלום על נפשו של החולם. פענוח סודותיו ועומקו של החלום, כאילו היה כתב חרטומים, אומנות ההבנה מלאת התובנה של החלום על האספקטים הסמויים והגלויים שלו הפכה גם לאחד המרכיבים המרתקים והמושכים ביותר במקצוע בו אנו עוסקים. החלומות עשויים להוות את "דרך המלך" להבנת הדינמיקה של החולם, יחסיו עם הקבוצה, המטפל והמציאות הפנימית והחיצונית. אינפורמציה כדרך לתובנה ואולי גם לגילוי ה"אמת".

עכשיו אני מבקש להציג השקפות חדשות שאולי אינן רלבנטיות לחלומות בלבד. ראשית, החלימה אינה פעילות אישית בלבד. התפישה הטרנספרסונלית מאפשרת להבין כי החלימה, כלומר תהליך העיבוד והעיכול, אינה מוגבלת לצרכים שלנו. החלימה יכולה להתרחש במערך הנפשי שלנו, לא רק למעננו אלא גם למען האחרים. יכולות העיכול הנפשיות שלנו "משמשות" (וויניקוט, 1962), לעתים קרובות, את הקרובים לנו. החולמת חלמה אולי את החלום המצוטט כדי להכיל את אלימות הקבוצה, או את הטראומות הבין דוריות של משפחה ואולי שתיהן בו זמנית. באופן לא מודע, אנו חולקים את החלימה המכילה עם ילדים, בני זוג, מטופלים, מטפלים וקבוצות.

שנית: אני רואה בחלימה ובסיפור החלום שני שלבים עוקבים ומשלימים של התפתחות רגשית. החלימה היא העיבוד הראשון, היותר אוטונומי, בעוד סיפור החלום, שבא בעקבות העיבוד הראשוני, יוצר במשותף עם הקהל מטריצה מעבדת משותפת. במטריצה זו תהליכים טרנספרסונליים מאפשרים המשך העיבוד של מה שלא עובד עד כה. על ידי סיפור החלום אנו חולמים אותו מחידש, בנסיון נוסף לעבד את הקשיים הרגשיים שבו "באמצעות האחרים."

ולבסוף, כמה מחשבות על התפתחות סיפור החלום והיכולת להכילו ולעבדו. סיפור החלום מתחיל במשפחה, כשילד קטן קורא לעזרה מתוך שינה ומבקש הכלה לחלמו. אם הקריאה הזאת לעזרה פוגשת "מיכל כונן", כך אני מכנה את ההורה האץ אל מיטתו, ואם חלומותיו של הילד אינם נדחים בשלב הבא הילד מרגיש שותפות העוזרת לו להכיל את החוויה המחרידה. תחושת יחסי ההכלה שהתחילה בהיענות ליקיצה מתוך סיוט, עשויה להמשיך ולתת בטחון בהכלה חיצונית לאורך החיים. במקרה זה, יהיה סיפור החלום וההיענות אליו יסמלו המשך עבודה על רגשות משמעותיים והתפתחות נוספת של יכולת ההכלה. במחקר שנערך באוניברסיטת חיפה, שאלנו 90 נשים ו-90 גברים על ההיסטוריה המשפחתית ועל המצב בהווה בכל הנוגע לשיתוף בחלומות. מצאנו ראיות מספקות לעיקרון לפיו במקום בו קיימת הכלה ייווצרו סיפורי חלומות (דיין, 2010) ולהיפך. מיעוט החלומות שאנו מספרים, לעומת הכמות העצומה של החלומות הנחלמים מדגישה את המעבר בין התוך-נפשי לחברתי, מעבר שנשה לעתים ללא גבולות מעשיים. סיפור חלומות הוא אירוע חברתיים טוטאלי. מלבד השימוש האינפורמטיבי יש בו לפחות שני מרכיבים אינטר-סובייקטיביים נוספים: חלום שסופר בד"כ מבקש הכלה מחד, ומאידך הוא עשוי גם לבקש לשנות את היחסים עם קהל השומעים. שני השימושים שנעשים בסיפור החלום נובעים מקשרים עם השומעים ונעשים ללא מודעות או כוונה גלויה. שני ה"שימושים" של סיפור החלום, דהיינו, בקשת ההכלה והקומוניקציה ה"טרנספורמטיבית", המקומוניקציה ה"משנה יחסים" הם טרנספרסונליים מטבעם. איך נוכל לעודד את סיפור החלומות ואיך נוכל להשתמש בהם בתוך הקבוצה?

ניתן להגביר את סיפור החלומות באמצעות יצירת אווירה מקבלת, שבה כל חברי הקבוצה מהדהדים באופן אישי את החלומות, במקום לפרש אותם. הדהוד אישי ספונטני, מבוסס, שוב, על הזדהויות טרנספרסונליות לא מודעות. הדהוד וגישה טרנספרסונלית מסייעת גם לעבודה האינפורמטיבית, באמצעות תובנות על תכני החלום הגלויים והסמויים, אבל גם נושאות בחובן "רגעי מפגש" (סטרן...) העשויים לשנות משמעותית את היחסים עם שומעי החלום. הקבוצה מוזמנת לחלום מחדש את החלום באמצעות התייחסויות אישיות. את המשתתפים המקדימים לפרש, יש להנחות להתייחס לתגובותיהם האישיות העומדות מאחורי ההתערבות שלהם, במקום להתייזב מעל והרחק מהרגש. מנסיוני, התקשורת הטרנספרסונלית הזו, בד"כ מעוררת ומעבדת את סיפור החלומות בשלב הראשון טוב יותר מאשר מתן פירושים. פרשנות נחווית לעתים קרובות כהתערבות לא אישית ואפילו הגנתית, בעיקר אם הן מוקדמות מדי. ניתן לדחות את הגישה המפרשת לשלב מאוחר יותר. מעשה סיפור החלום מורכב אם כן גם מתוכן החלום וגם מתהליכים בינאישיים סביב סיפור החלום. החלום המסופר עשוי להתקשר אל המאזינים ולעזור לקבוצה ולמספר החלום לצמוח תוך כדי ההתייחסות אליהם. העבודה עם חלומות בטיפול הקבוצתי האנליטי נחווית, לעתים קרובות, כמרחב המיטבי להכלה ועיבוד של רגשות משותפים.

כשמסופר החלום הראשון בקבוצה, אני בד"כ נותן את ההנחיות הבאות: "נסו להקשיב לחלום כאילו אתם חלמתם אותו; הניחו לו לגעת בכך ונסו לקשר אותו לחייכם שלכם. בואו נדחה את הפירושים לשלב מאוחר יותר." מובאת כאן דוגמה של עבודה על סיפור חלום בקבוצה, ביחד עם מחשבותיי ותגובותיי באירוע:

פרנקה, אשת מקצוע בשנות ה-50 לחייה, מספרת את החלום הבא:  
בתחילה אני מטפלת בכמה פליטים, במרפאה בה אני עובדת. אח"כ אני יורדת למרתף עם אחותי. שם עומדת להתבצע הוצאה להורג של 3 אנשים. שלושת הגברים המוציאים להורג עומדים מאחוריהם ורובים בידיהם. הראשון מהם מתוח מאוד, שכן הוא מתקשה ללחוץ על ההדק; אך ברור שמישהו חייב לעשות זאת. לבסוף הוא מחליט לבצע את ההוצאה לפועל ומרוקן את הרובה על האנשים הכבולים. אני רואה את הדם האדום על הרצפה. לאחר מכן אני רואה ש-3 הגברים היו מטופלים במקום עבודתי הקודם. הקהל נעמד על רגליו: "זו היה ביצוע נאה." אבל אני מרגישה רע ואני חייבת

למחות. אני אומרת למישהו: "בד"כ איננו מוציאים להורג בירייה, בארצי." אני מתכננת לומר זאת גם ל-ד'. (שמן של שותפתה לניהול בעבודה וגם של גיסתה, שתיהן אחיות מוסמכות). לאחר מכן אני חולמת שנעליי מלאות לא רק בחול, אלא גם באבנים גדולות ומטרידות, שגודלן כגודל אגרוף. אני מסלקת את האבנים ומכניסה במקומן חול נוסף. באותו הרגע אני מבחינה באחותי ובאמי. מרטין (בנימה צינית): זהו חלום נשי, הוא עדין, אכפתי, גם כשהוא נוגע ברציחות. ג'ודית: איפה התוקפנות הנשית כלפי גברים? היא איננה. אבל למה אני מפרשת במהירות כזו? האם אני מגיבה לחלום הזה בהתנגדות לאלימות? אלכס (גבר בשנות ה-50 לחייו) נזכר מייד בסיפור על פלורנס נייטינגלייל, "שתמיד הייתה נחמדה, בעוד אחרים, הגברים, עשו את העבודה השחורה של הרס ותקיפה." אני חושב לעצמי: זהו מהותו של הטיפול הקבוצתי האנליטי: האומץ לחלום מחדש את החלום ולגעת ביחד ב"לא אני", לפגוש את המפלצת.

פרנקה ממשיכה ומקשרת את תחושות האשמה שיש לה באשר לשינוי שמתרחש בחייה – היא עוזבת את מקום עבודתה ומפקירה את אנשי הצוות שלה ואת מטופליה. הדבר חסר אחריות והרסני בעינייה, לגבי הצוות והמטופלים כאחת. אני חושב: גברים רצחניים נבחרו כדי להציג את הקונפליקט הלא מודע של החולמת בין היותה "טובה" ובין היותה "הרסנית". הקבוצה מגיבה אליה בהערכה. לואיזה: האבנים מזכירות לי את טקס הקבורה של מתינו. בבתי קברות יהודיים אנחנו מניחים אבנים על הקבר. העצב מתגבר בתוכי. החול אינו ממש אדמה יציבה, בעוד העובדה שיש אבנים בנעליים והוצאתן אינה ברורה לי, אבל היא מורגשת לי כמאוד מטרידה, בעיקר כשהחול נשאר בתוך הנעליים. ג'ודית: כבד ולא נוח בתוך הנעליים האלה. רונלדו: אני חושב על השואה ונעצב מאוד.

לואיזה מודה לו על אזכור השואה, שהייתה האסוציאציה הראשונה שלה לחלום. רונלדו, גרמני בסביבות החמישים, משתף ברגשי האשמה שלו על כך שהוא צאצא של גרמנים נאצים. הוא קרא לבתו (בפליטת פה אמר "אחותי") שרה, משום שהנשים שנשלחו למוות בידי הנאצים נקראו כולן שרה. "רצינו להחזיר שרה אחת לעולם". רונלדו בוכה: לבתו אסור לדעת על מקורו של שמה. אני נרגש ומופתע מאוד ממהלך העניינים וחושב על התקשורת הבין-דורית הלא מודעת בינינו לבין הורינו. אני זוכר את השתיקות ואת הסודות "הגלויים" במשפחתנו. אני "מתעורר" ושואל את עצמי: האם סיפור החלום מחבר בינינו, כמו איזה דבק, כאן ועכשיו בקבוצה? אלכס: לעתים קרובות אנו יודעים מה עשו הורינו, בלי שאי פעם דיברנו על כך. הקבוצה שבויה בסיפורה של הבת 12, המסמלת כעת את תחייתה של שרה היהודייה. אני סבור שהלא מודע חולק את רצפת הריקודים בריקוד מאני "המשתמש" בחלוקה הברורה של השואה, בין התוקפים והקורבנות - כדי להתגונן בפני תוקפנות רצחנית. שרה הצעירה מסמלת ניצחון על הרע לנוכח התשוקה לחיים. בשל הפיצול הזה לא יכול היה להיבחר ילד או גבר למושיע כמו שנבחרה שרה. בן לא יוכל להיבחר כ"דימוי הנבחר" (משל ל"טראומה הנבחרת" של וולקן, 2002), שכן הוא מוכתם בכתם של תוקפנות אפשרית. כרגע בקבוצה אנו כנראה חיים מחדש את הפיצול, במקום לעבד את פיצול התוקפנות בין הנשים לגברים, באופן לא מודע אנו חיים את זה מחדש, כשאנו מושפעים מתכנון הלא מודעים של החלום.

אני משתף באסוציאציה שיש לגבי הסרט "להרוג את ביל" (2), העוסק באישה רוצחת. תגובת הקבוצה לגילוי זה של אלימות לא סבירה, היא להרגיש תלי תלים של אשמה. לפתע מבינה הקבוצה שפרנקה ביקשה שהקבוצה תעזור לה בהכלת השנאה שלה. באופן פרדוקסלי היא מבקשת להשפיע עלינו בכך שהיא מנסה לשכנע את הקבוצה, כי רק גברים מסוגלים לרצוח.

בטי לפרנקה: אני מזהה מרכיבים סאדו-מזוכיסטיים בחלום שלך. ג'ודית: בעיניי יש בו הרבה עצב. אני חשה בכעס רב וגם בסוג של סאדו-מזוכיזם, המושלך על גברים. הגברים רוצחים בשבילך, בעוד את מוציאה את האבנים מתוך נעלייך. פרנקה: כן, אבל אני שופכת לתוכן עוד חול.

ג'ודית: כן, זה מזוכיסטי. כאישה, גם אני חשה אי נוחות לנוכח אלימות. אולי באמצעות הסבל את חולקת את האחריות לאלימות, שהעלתה אצלך רגשות אשם. סוף הפגישה: אני "מחזיר את החלום לחולמת" ומניח לפרנקה לסכם. נראה שהיא מתחילה לקבל את ה"לא אני" לתוך העצמי שלה, שכן היא מתחילה לספר על החיילים במשפחתה. משתתפים אחרים, בדומה לפרנקה, מנותקים מהתוקפנות ואינם מסוגלים דבר אחר עבורה. אדם יחיד לא יכול היה

להדהד את מגוון הרגשות הלא מודעים, כפי שעתה הקבוצה בטיפול האנליטי. אני כיניתי את החלום הזה בשם: ההוצאה להורג של פלורנס נייטינגייל.

עבודה מעין זו על חלום אינה עניין חדש כשלעצמו, החידוש הוא "ההתייחסות הרצינית לתהליכים טרנספרסונליים". גישתם של ברגר וברמן להדרכה וגישתו של עודד הנדל לעבודה בקבוצה עם מוזיקה מתנהלות דומה: יש לנהל את המפגשים הרגשיים כך שהעיבוד הלא מודע באמצעות הדהוד רגשי, המלווה בהמשגת התהליך יימשך דרך הפגישות. האם גישה זו מתנגשת עם המוגש על "אסוציאציות חופשיות" ו"לבטוח בקבוצה". נראה שבתחילה על המטפל לספק את ההכלה הנדרשת, להגן על החולם ועל הקבוצה (אולמן, 19...) ולמנוע אקטינג אאוט. הגנה והכלה הן שאלות קיומיות בעבור הטיפול הקבוצתי האנליטי. על מטופלים אפשריים רבים, שבשל החשש מחוסר הכלה מעדיפים את הטיפול האישי המוגן יותר (במציאות או בדמיון), לדעת כי קבוצות מוכלות ע"י סמכות המטפל. (3)

לבסוף עליי להוסיף, כי מעבר לשימושים האינפורמטיבי ומשנה היחסים, שימוש שלישי בחלום, נובע מהניסיון לפיו לפעמים פירוש החלומות עלול להזיק יותר מאשר להועיל. אסכם זאת כך: יש להעריך את יכולתו של החולם להתמודד עם תכנים מאיימים בתוך חלומו, לפני שמפרשים אותו. בחולמים צעירים, פסיכויים, אישיות במצב אקוטי או כרוני ויחסים הנתונים בסכנת התפרקות, יש לנהוג במה שאני מכנה, "גישה פורמטיבית", נותנת מבנה. הגישה המבנה מטפלת בהפרעה באמצעות התייחסות למבנה הגלוי של החלום בלבד, לנסות ולתקן את "עור החלום" שלו (אנזיו, 1989), את האגו של החולם, באמצעות סיפור חוזר של החלום ובאמצעים נוספים כגון: ציור, כתיבה חוזרת וכיו"ב. גישה זאת נחשבת ל"פורמטיביים", משום שהיא מארגנת ומבנה את "החומר ממנו אנו עשויים".

יש בידינו אם כן שלושה שימושים בחלומות המסופרים בקבוצה: אינפורמטיבי, פורמטיבי וטרנספורמטיבי לגבי היחסים.

- (1) אני מגדיר דחייה כתוקפנית יותר ושונה באיכותה מהדרה. דחייה פירושה דחיקה החוצה מתוך הקבוצה, בעוד הדרה פירושה דחיקה אל שולי הקבוצה.
- (2) סרט זה, בבימויו של קוונטין טרנטינו, בכיכובה של אומה תורמן) מייצג בעבורי את משאלתה של האישה לשלב בתוך עצמה את התוקפנות המנותקת ממנה.

תודה לרחל יעקובוביץ' על העריכה

ד"ר רובי פרידמן  
[robif@netvision.net.il](mailto:robif@netvision.net.il)