

## פרק 16

### אחר הצהרים של מפגש עם חלומות בקבוצה

רובי פרידמן \*

אהבתי את ימי שלישי. אחת לשלושה, ארבעה שבועות, בכל פעם שהייתי בדרכי לקבוצה הנפגשת זה ארבע שנים, הייתי מתמלא בסקרנות, כמו מטייל בדרכו לראות את קסם הנופים. לאורך 4 שעות הרגשתי כמו אוהד כדורגל העומד מול שערי המגרש של קבוצתו. לעתים חשתי נבוך מהעניין והתשוקה שהעבודה עם חלומות עוררה בי. זכרתי את ביון (פסיכואנליטיקאי ומאבות הטיפול הקבוצתי), המציע שנפגוש מטופלים ללא זכרון, ללא תשוקה וללא הבנה (1), אבל כך אני עובד, בעיקר עם קבוצה זו<sup>102</sup>.

"קבוצת החלומות" שלי מונה שמונה משתתפים: חמש נשים ושלושה גברים בעלי מקצועות שונים. המשתתפים בקבוצה עוסקים בחקירה עצמית בעזרת חלומות. הם הגיעו כדי ללמוד כיצד מתנהלים עם חלומות במשפחה, ואיך עובדים עם סיפור החלום בטיפול האישי ובטיפול הקבוצתי. בתהליך שעברה "קבוצת החלומות" התיאוריה התערבבה במתרחש ב"כאן ועכשיו" (כול מה שמתרחש בחיי הקבוצה בזמן אמת), וכפי שקורה פעמים רבות, ההתנסות הפכה משמעותית יותר מהתיאוריה. נראה שהמגע עם העולם הפנימי שלנו מרגש ומלמד יותר מההבנה האקדמית וכי דברים הקרובים לליבנו מסייעים לנו ללמוד על עצמנו ועל עולמם של האחרים בחיינו, בהצלחה גדולה יותר. בקבוצה הזו נראה שהמשתתפים אכן הצליחו ללמוד להפוך את החלומות לחלק בלתי נפרד מהווייתם היום-יומית.

בדרך אל הקבוצה נזכרתי באסתר, שסיפרה באחת הפגישות על חלום בו היא מתקרבת לשלושה סוסים. "מה הם עושים שם?", היא תוהה בעודה חולמת, "הם עומדים ומחכים למותם". זהו חלום קצר ומלא עוצמה והוא גורר הדים רגשיים רבים בקבוצה, כמו גם תהיות על משמעותו. תגובותיהם האישיות של המשתתפים לחלום נוגעות באסתר יותר מכל התערבות אחרת. תגובות המנחה לחלום, גם אם הן מעניינות ויצירתיות ביותר, אינן יכולות להחליף את ההדהוד הרגשי המגוון והעשיר של המשתתפים.

בהתחברות לחלום "הסוסים" דיברו המשתתפים על זקנה, על היחס המשתנה להורים וגם על גירושין. כל התגובות האלה יכולות להיחשב כהד לתכנים גלויים וסמויים בסיפור החלום. ההד נחווה לעתים קרובות כקסם, במיוחד אם הוא מפגיש באופן ספונטני את חבר הקבוצה ה"מהדהד" מתוך המתרחש בתוכו למול החלום המסופר, עם משהו ייחודי למשתתף שסיפר את חלמו.

\* פורסם בספר "סיפור קבוצתי - מנחים כותבים על דרכם עם קבוצות". עורכת ראשית: תמר עיני להמן, עורכת שותפה: רנית שי. הוצאת אמציה, 2014.

<sup>102</sup> כותב פרק זה עוסק במחקר ובפרקטיקה של פסיכותרפיה קבוצתית וחלומות (2).

ההד הקסום לא רק מאיר ומבהיר רגשות מעורפלים בחלום, אלא גם גורם למגע רגשי כמעט טלפתי, בין המספר למגיב ויוצר קרבה כמעט מיידית ביניהם. הוא מזכיר את החוויה המתוארת על ידי שטרן<sup>103</sup> ועמיתיו (3) כ"רגע של מפגש".

האם יש בקסם הזה גם אמת פסיכולוגית לא מודעת?

וכך אני ממשיך ומהרהר, בדרכי אל המפגש, בתגובה המיידית והספונטנית של המשתתפים לחלומי של חבר בקבוצה. נדמה כי תגובה זו היא המאפשרת את המפגש הקסום, והקסם הזה מתרחש בתנאי שחברי הקבוצה מוכנים להתייחס לחלום, כמו היה זה חלומי האישי של כל אחד מהם. אני חושב לעצמי שזו דוגמה נהדרת לרזוננס<sup>104</sup> – תופעת ההדהוד המתקיימת בתוך קבוצה אותה תיאר והמשיג פוקס, מייסד האנליזה הקבוצתית (4), כמו גם תיאורטיקנים נוספים.

אני נזכר בתגובה הרגשית ובעלת העוצמה שלי לחלומה של אסתר. בדרך כלל מתייחסים לסוס כאל בעל חיים חזק ואצילי. במקרה זה, באופן מפתיע ומבלבל, נעה תגובתי בין אימה לדחייה. בקרב אלה שהקשיבו לחלום עלו אסוציאציות הקשורות לפחד ואכזריות ועלה שמו של הסרט "הם יורים גם בסוסים"<sup>105</sup>. גם אלה שלא צפו בסרט חשו בזוועה המשתמעת משמו ומרחשי לבם של האחרים כלפיו, אולי משום שלעיתים נוצרת סביב סרט קולנוע תרבות הנשמרת בזכרון הקולקטיבי הלא מודע.

נראה שדרך ההד הרגשי אנו מגיעים מהחומר הגלוי למשמעות הסמויה. אחדים מחברי הקבוצה חושבים שהסוסים נועדו לאכילה, אחרים טוענים שלסוסים אין נשמה, הם דומים לחפצים ולא נועדו אלא לשרת אנשים. במהלך הדיון מתחלפת באחת תחושת האמפתיה והאהדה כלפי אסתר, באווירה אלימה. עולות אמירות לפיהן בני אדם אמורים להשתמש בסוסים ואף לחסל אותם כשאין בהם עוד צורך.

ככל שמעמיק השיח בין אסתר לקבוצה וככל שמתרבות תגובותיהם האישיות של המשתתפים, מגלה אסתר, באופן פלאי, שהיא לומדת עוד ועוד על היחסים במשפחת המוצא שלה. בני משפחתה לא פחדו מכניסה למלחמות ומאבקים, בעוד שיחסי קרבה עוררו בהם חשש ותחושת איום. ההדהוד של חברי הקבוצה מביא את אסתר לתובנה כי משפחתה התייחסה לתחושות קרבה כאל איום וחווה אותן כחולשה.

צעד אחר צעד מתבררת לה המידה הרבה בה היא נושאת בתוכה נטייה זו. היא מבינה כיצד נוצר בה הצורך לוותר על קרבה, כדי שלא לסבול מניתוק הקשר, העלול להתרחש מאוחר יותר. היא נוכחת לדעת כיצד פיתחה ריחוק מרגשות, אותם חוותה, כנראה, כמקשים על מערכות יחסים. הצורך בריחוק רגשי זה גרם לה לוותר על הרצון לחיות וליהנות מהחיים. בני משפחתה לא נבהלו מדבר,

<sup>103</sup> דניאל שטרן (Daniel Stern) (1934-2012) היה פסיכיאטר ופסיכואנליטיקאי אמריקאי, תיאורטיקן בתחום ההתפתחות הפסיכולוגית של הילדים. הוא נודע, בין השאר, בעקבות ספריו "עולמם הבין-אישי של תינוקות" ו"יומנו של תינוק", שהפכו לרבי מכר ותורגמו לשפות רבות.

<sup>104</sup> רזוננס - "הדהוד" (resonance) הוא אחד המונחים הבסיסיים באנליזה הקבוצתית, ההדהוד הוא תקשורת ראשונית, לא מודעת וספונטנית בין אנשים, שבה תוכן מילולי או לא מילולי או רגש שמועלה על ידי אחד המשתתפים מעורר תכנים ורגשות אצל השאר.

<sup>105</sup> "הם יורים גם בסוסים" הוא שמו של רומן מאת הוראס מקקוי (1935). הסרט המדובר בוים, על פי הספר, בידי סידני פולאק ב-1969.

למעט "יחסים רגשיים". הם חששו כי התייחסות רגשית תפרק את התפקוד המשפחתי. הצורך לאהוב, כמו הפחד מדחייה, עוררו בהם חששות גדולים יותר מאשר הרצון להרוג ולהיהרג.

אחד ההיבטים המרתקים בעבודה עם סיפור החלום, הוא שבתנאים של זרימה, בהם קיימת החירות לחוות ולהביע רגשות, מתגלה הבנה לא מודעת בין משתתפים בקבוצה. הבנה זו הופכת את חברי הקבוצה לשותפים לחלום. תחושת השותפות הזו היא שגרמה, ככל הנראה, לחברי הקבוצה להיזכר בנתק במשפחותיהם ובתחושות של פגיעה, ניצול ודחייה. בשותפות כזו התקשורת היא ישירה ויוצאת "מהבטן", כלומר, אנשים מגיבים באמצעות אסוציאציות המפרשות את התמונות באופן העמוק ביותר. גם לי יש אסוציאציות הנוולדות מתוך התקשורת הנוצרת בקבוצה ואני מזכיר לקבוצה את אותה משתתפת, ששיתפה אותנו בכאבה על כך שאחותה לא פנתה אליה כדי לקבל את תמיכתה כאשר התגרשה. אני ראיתי זאת כהד לחלום וחברי הקבוצה הסכימו אתי. נראה לי שהסכמה זו עוררה בקבוצה חיוניות רבה, מאחר ושיקפה למשתתפים את הלא מודע הקבוצתי שצץ ועלה אל פני השטח באמצעות החלום.

מדוע יכולים החלומות לרגש כל כך? אולי משום שמבוגרים עשויים למצוא את עצמם חווים בחלומותיהם רגשות בעוצמה שאינה מוכרת להם בזמן בו הם ערים. בנוסף לחלימה עצמה, מלאכת סיפור החלום היא אירוע בין-אישי משמעותי ביותר, גם כאשר החלום אינו תמיד מובן. סיפור החלום מלא וגדוש מסרים הנשלחים לשומעים. בקבוצה הזו נוצר קשר מיוחד סביב המסרים והתגובות עליהם, קשר שניתן לכנותו "שותפות". שותפות זו מאפשרת הקשבה לחלום ולתחושות, הלא קלות לעתים, העולות ממנו.

לעתים נמצאים סביב החלום מסרים סמויים או עמומים בלבד ואלו מתבהרים רק כאשר מספרים אותו. העמימות המתפוגגת והמשמעות החדשה הניתנת לחלום תמיד מפתיעה את כל חברי הקבוצה וגם אותי. אני נוהג לכנות זאת "המטריקס" (matrix) של סיפור החלום, כלומר, מארג בין-אישי הקושר בין אנשים לבין תכנים, רגשות ומחשבות בעלות משמעות. החלום וסיפורו נארגים שוב ושוב בתוך המטריקס הקבוצתי. הקבוצה, ואתה גם אני, עשויים לגעת בחלום מסוג זה לאורך פגישות רבות, לא בהכרח באריכות, אבל תוך כדי עיבוד חלקים משמעותיים. אלה הופכים בתהליך העבודה למטפורות, כלומר, מקבלים משמעות בעלת ערך סמלי משותף. המושג מטריקס הינו מושג מרכזי באנליזה הקבוצתית<sup>106</sup> (5) והוא מאפשר להבין את ריבוי הממדים של קבוצות והתכנים העולים בהן. מדובר במרחב מורכב ומשתנה, כזה הבנוי מסרט המתהווה בקבוצה ולא רק מתצולם חד פעמי וקבוע. המושג נגזר מהמילה הלטינית mater ("רחם") ומשמעותו "מרחב בין-אישי המוליד תוכן".

ואכן, המטריקס אינו מבנה שניתן לראות אותו או לחוש בו. ניתן לחשוב עליו כעל רחם המוליד ללא הרף מצבים בין-אישיים. המטריקס נוצר על ידי מפגש כולל בין "גוף-נפש" של כל המשתתפים בקבוצה, ובו בזמן הוא יוצר דינאמיקה משל עצמו. הדבר אולי מסובך, אך לתפיסתי חכם מאד,

<sup>106</sup> אנליזה קבוצתית - האנליזה הקבוצתית היא שיטת טיפול ביחיד הלוקחת בחשבון שחלק מן ההפרעות והמצוקות שלנו נוצרות במרחב בין-אישי, ועל כן כדאי לטפל בהן במרחב בין-אישי (טראנס-פרסונאלי). פוקס טען שהקבוצתיות היא בנפשנו מיום היוולדו ואף לפני כן ועל כן האני-החברתי הוא לא פחות ראשוני ובסיסי מהאני-האישי, הביולוגי, המיני, הדחפי. הטיפול מתמקד בקומוניקציה - תקשורת בין האנשים. שיטת העבודה היא שיח של אסוציאציות חופשיות - free floating discussion - בשפתו של פוקס. המטריקס (matrix) הוא מושג מפתח בגישה זו. המרחב המיוחד של הקבוצה האנליטית מאפשר תנועה נפשית בין משתתפי הקבוצה, ובצורתו המיטיבה הוא בעל פוטנציאל מחיה ומרפא.

וממש כמו בחיים, המטריקס מתאר את מה שנארג מתוך ה"ביחד" של המשתתפים, כולל השפעות הרקע החברתי שלהם.

כשאני מנחה קבוצה, אני מחפש אחר המטריקס הייחודי לה, דהיינו הרחם והעולמות הנולדים ממנו. בעיניי קיים דמיון מלא בין המטריקס עצמו לחלום, והדמיון הזה מאפשר השוואה ביניהם. לחלומות, כמו לקבוצות, יש תפקיד הסתגלותי בחיי האדם. חלומות נוצרים כדי להתמודד עם רגשות חזקים, מאיימים או מהנים "מדיי". החלום נוצר מעיבוד של ריגוש-יתר במהלך החלימה. על גבי המבנה הנפשי של החולם נארג מבנה, סיפור החלום, בו מולבשות ומוסטרות בכותונת נסבלת, תחושות מלאות עוצמה כגון קנאה, תוקפנות, מיניות וחרדות (6). אפשר לכנות את פעולת העיבוד הזו כהכלה (5), אותה אני מכנה "תחילת העיבוד הרגשי". ההכלה היא פעולת עיבוד חיונית, שכן התרגשות גדולה מדיי עלולה לערער את נפשו של החולם, כשם שהצפה רגשית חזקה מדיי עלולה לערער קבוצה. ההכלה, טוען ביון, מוגדרת כניסיון לעכל תחושות קשות על ידי קבלה, עיבוד וארגון הרגשות, כשהיישום נעשה תוך שיתוף מערכות אחרות בתהליך ה"עיכול". בקבוצה שבה קיים סירוב להרגיש ונטייה לדחות חוויות קשות, אין אפשרות לעבד, כלומר "לעכל" את החוויה.

אנו זקוקים אם כן לוויסות של עוצמת הרגשות, הן במרחב החלימה הפרטי והן במרחב הנוצר בקבוצה, כדי שנוכל לעכל ולשאת אותם. אם ההתמודדות עם תחושות עזות לקויה, נוצרת סכנה לתגובות הדומות לאלו שנוצרו אצל בני משפחתה של אסתר, שלא ידעו כיצד לשאת רגשות הכרוכים בקרבה. במהלך השעה בה עבדנו על חלומה של אסתר, חשנו שאנו עלולים להגיב כמו משפחתה. ביטויים רגשיים וביטויי תוקפנות נוטים לסכן את כל הקשרים בקבוצה ולשחזר, במקרה זה למשל, את ההרגלים וצורת התקשורת שנחוו במטריקס המשפחתי של אסתר: מטריקס החושף את השותפים לו להתערערות מוחלטת בהיותו רווי הרס לא מוכל, ומעורר חרדות ושנאות המאיימות על המרחב האישי.

+++

מדוע עלו בי כל המחשבות הללו? נדמה שבמהלך אותה נסיעה אל המפגש הקבוצתי הבנתי שכפי שהחלום עסק במוות מהיר ואכזרי, כך חשנו אנו את הטעם ההרסני של המטריקס בקבוצה שבוודאי היה קיים גם במשפחתה של אסתר. החלום נשלח אלינו כמעין "קדימון" המאפשר לקלוט ואפילו לחוות מעט ממה שהתרחש בתוך משפחתה. חלומות מסופרים הם בעלי השפעה כה רבה על היחסים בקבוצה, עד שלעתים הם אף מפעילים אותה (7).

אני נרגש לקראת המפגש עם המטריקס הקבוצתי, בעיקר משום שבאמצעות החלום אנו עוסקים באופן כה ישיר באוצרות הטמונים ביכולות הלא מודעות שלנו, ביצירתיות המיוחדת שבה ניחנה נפשנו. ליכולות אלו אין אח ורע בחיי היומיום שלנו. יצירה כזו היא בדרך כלל מנת חלקם של אמנים בלבד. נפשנו יוצרת תסריט מורכב ביותר, מביימת אותו להפליא וגם מלהקת את השחקנים המתאימים. אם נביט בחלומות כמו היו סרטים, נגלה לא רק את הבלתי נשלט שבתוכנו, אלא גם כיצד האמן הפנימי שלנו מנסה להתמודד עם דרמות גדולות.

ההשוואה בין החלום לאמנות מעניינת בעיניי. מי שמודע לחלומותיו, מי שיכול לזכור וגם לשים לב לתמונות המורכבות, למהלכים המרתקים, לליהוק ולבימוי, מופתע לא פעם מעומקו של עולמו

הפנימי. לעתים קרובות בחיי היומיום אנו מאבדים את הקשר לעולם הסמלים וללא מודע. דומה שהנפש שלנו נחבאת ומציגה עצמה לראווה רק למי שמוכן להתאמץ להיות אתה במגע ולשתף אחרים.

אפילו הכפייתיים שבינינו, המוגבלים והמצומצמים, מגלים באמצעות חלומותיהם כי נפשם תרה, אורגת וטוה נרטיבים נפלאים ומפתיעים ביצירתיותם. מתוך הצבע, התנועה והדיאלוג עם השומעים את סיפור החלום, אנו מגלים משמעות חדשה בכל הנוגע ליחסינו וחיינו. מי שמרשה לעצמו ומסוגל לצפות בעלילה העשירה והמרגשת, הדומה לסיפור או להצגה, יכול רק להתפעם מהרמה האמנותית הטמונה בה.

+++

הגיגי על החלומות התחלפו בהיזכרות בתהליכים שהתרחשו בקבוצה. נזכרתי שבפגישה שלאחר "חלום הסוסים" סיפר יואב חלום, "חלום פשוט", כהגדרתו.

בטרקטור שבו הוא רגיל לנהוג בקיבוץ, נוהג הפעם חברו לכיתה. חבר זה היה "מלך" השכבה, האחד שכולם נשאו אליו את עיניהם. הבנות חשקו בו והבנים חיפשו את קרבתו. לפתע תופס הטרקטור תאוצה בלתי מתקבלת על הדעת, מלהיבה ממש. בדרך הוא דורס כבשים ומעיף אותן לכל עבר. הטרקטור לא עוצר בפני כל מכשול שהוא, עד שהוא נעמד מול כבשה ענקית, שאותה כבר אי אפשר לדרוס.

אני שם לב לכך שחברי הקבוצה נחלקים בתגובותיהם על פי מגדר. שני הגברים מגיבים מייד, כמו נפתח בפניהם ספר על חלומות ילדות. בתגובותיהם של הגברים ניכרת פעילות רבה, חלקה נוגעת בזכרונות אלימים; באסוציאציות שהם מביאים, אנשים ודברים רבים נדרסים, נפגעים, קוראים לעזרה, נלחמים ונאבקים. כאשר אני מקשיב לחלום מסוג זה, אני מוצא שמעניין אותי לדעת מי הוא האויב? במי נלחמים? לא תמיד ברור אם המאבק מתנהל למול בני אדם. הגברים בקבוצה מרבים לחלום על חיות, תופעה מעניינת כשלעצמה. אני מגיב לחלומות כאלה כגבר וחושב שהם קשורים לרמות עמוקות ביותר של תפקידי הגברים בחברה, למאבק, מלחמות, הישרדות ועוד.

לעומת הגברים בקבוצה, הנשים מתקשות להגיב. הסיבה הלא ברורה לשתיקתן מתבררת כמשמעותית. אחרי כמה דקות, מזכירה אחת המשתתפות חבר לכיתה שנפל בקרב. שנייה נזכרת בנשיקה הראשונה שלה, ש"לא יצא ממנה דבר" ושלישית מספרת שהיא חרדה ומבולבלת כשבניה מדברים על הצבא (בנה השני נמצא על סף סיום שירותו).

"התגובות נוגעות בי עד כדי זעזוע, בלי שאני מבין בינתיים כלום", אומר יואב. התגובה מעידה על התקדמות ביכולתו התקשורתית, כנראה בזכות עבודתו בקבוצה. הוא למד לבטא את ההתרגשות שלו, להישאר, לפי שעה, מעורפל ולהביע תקווה להצלחה להבין יותר בהמשך. ואכן, בצעדים קטנים הוא מתחיל להבין שהחלום עוסק בהתמודדותו עם צרכי ילדות מוקדמים שהתעוררו לאחרונה.

נראה שהתעוררו אצלו רגשות בשני מישורים: במישור הראשון נמצא גבר, הנוטה לחוות מאבק או קונפליקט, כקרב לחיים או למוות והחלום אכן עוסק בהרג ובתחושת איום קיומי. אלא שיואב מבין שהמישור הזה מתעורר בהשפעתן של חרדות ממישור אחר, הקשורות לכישלון ביחסים עם אישה.

לפתע הוא מבין את האופן בו קשורות התגובות לבעייתו הנוכחית: התאהבותו באישה מאיימת עליו באופן קיומי.

אין זו הפעם הראשונה שבה יואב מגיב לקושי ביחסים עם אישה כאילו חרב עליו עולמו. כאשר מתעורר דפוס התגובה הזה, הוא חוזר לחלום על ילדותו, על חיות, ועוסק בניסיון להתמודד עם החיים באמצעות פעילות, לעתים אלימה, ובניסיון לחפות על קושי ביצירת קשר עמוק בעזרת תפקוד לכאורה. כעת שב הדבר וקורה לו: הוא חווה את הקשר עם מי שכובשת את לבו כמסובך מדי. הוא רוצה להפוך לנהג-הלוחם הקסום שבחלום, אהוב הבנות, למחסל הנתקל לבסוף ב"מפלצת". מאוחר יותר הוא "מתוודה" כי הבין שהכבשה הענקית מסמלת את האישה שהוא אוהב, אותה לא יוכל לרמוס.

יואב מרגיש שחסרים לו הכלים הדרושים להתמודדות עם היחסים המורכבים שהוא חווה. דרך התגובות בקבוצה, הצבועות, לדעתי, בתוכן החלום. הוא מצליח להבין שכמו תמיד הוא משתמש בחלימה כדי לפרוק את המתח שיוצר הקשר, אבל שלא כדרכו, הפעם, דרך סיפור החלום ובאמצעות הקשר שנוצר עם השומעים אותו ומגיבים עליו, הוא נותן לעצמו הזדמנות נוספת לשינוי. אחרי החלימה, שבה הוא מצייר בנפשו את ספירת המלאי העגומה של יכולתו לעמוד במה שכרוך ביחסים, הוא מאפשר לעצמו דיון נוסף בקבוצה. סיפור החלום יוצר מרחב משותף לעיבודו בסביבה אמפתית יותר, מבוהלת פחות, המסוגלת להתייחס לקושי שלו בקשר עם אהובתו, באופן שונה מבעבר (5).

+++

אני מהרהר שוב בתיאטרון הלילי של נפשנו וביד העלומה בתוכנו, זו הכותבת מחזה המאיר אירוע מטריד. האם כל העולה בחלום מטריד את החולם עצמו, או אולי הוא חולם לעתים "בשביל" אלה הקרובים אליו? האם התסכול, ההערצה וההרסנות של החולם הם רק מנת חלקו, או אולי יש בין הקרובים אליו בקבוצה כאלה שמרגישים כמוהו גם הם? ייתכן שיואב חלם משהו בשביל אסתר, בדיוק כפי שאמא יכולה לחלום בשביל ילדתה שאינה יודעת לעבד את קשייה בעצמה, או מטפל החולם בשביל מטופליו. במו עיניי ראיתי, פעמים אין ספור, שאף כי תמיד ברור שמצע החלום שייך לחולם, על אותו מצע עצמו מעובדים ומוכלים גם תכנים השייכים לחבריו לקבוצה.

כאשר החולם מספר את חלומו נוצר ממד חדש של עיבוד. "סיפור החלום" על ידי החולם מאפשר לחולם לעבור עיבוד נוסף, דרך תגובות השומעים. אם השומעים מוכנים להירתם למבצע ההרגעה והעיבוד, החולם יכול להתקדם לשלב נוסף בעיבוד החלום, מעבר לשלב ההתחלתי בתוך החלימה. כמו בתחומי התפתחות אחרים, גם כאן, ביחד, אנו עשויים להשיג יותר מאשר היינו משיגים לבד.

היבט חשוב של "סיפור החלום" בקבוצה, הוא האפשרות לתקן כישלון ב"מערכת החלימה" של היחיד, באמצעות הקשבה ועבודה עם חלומות של אחרים, חלקם אולי אפילו כאלו שמישהו אחר "חלם בשבילו".

החלום הוא מעין כתב חידה, המשדר תכנים הנוגעים במודע ובלא מודע של השומעים אותו. בתחילה עוזר המנחה לקבוצה לזהות את התוכן הלא מודע, בכך שהוא מציע לכל חברי הקבוצה "לחלום את החלום" כאילו היה שלהם. הוא מעודד את המשתתפים להגיב לחלום באופן ספונטני וחופשי. העיסוק בחלום אינו ייעוצי, מתחכם או מנתח, אלא נעשה דרך הזכרון והחוויה האישית של השומע.

מדי פעם מתקשים כמה משתתפים בקבוצה לשתף בתגובותיהם הרגשיות ולעתים הם אינם סומכים על עצמם, ועדיין גם ההימנעות היא התגובה האותנטית שלהם לחלום. ייתכן שהם מתקשים להתמודד עם מבוכתם נוכח תוכן חושפני, אולי הם חוששים שיהיו שיפוטניים כלפי חלומם של המספר, או שזו דרכם להיאבק על מקומם בקבוצה: "אם אתייחס פחות לחלום שלו, יהיה יותר מקום לחלום שלי". כשחבר בקבוצה חשב ש"הכבשה הענקית" מזכירה לו את אמו השתלטנית, הוא "העמיד את תגובתו זו לרשות של יואב", שאכן עשה שימוש באסוציאציה הזו בעצמו. בשלב זה, אותו חבר קבוצה עדיין לא עבד על משמעות האסוציאציה הזו לגבי עצמו. אך בפגישה מאוחרת יותר הוא כן ניסה להתמודד עם משמעות האסוציאציה של "כבשה ענקית" בקשר עם אמו.

אני שם לב לכך שהקבוצה לומדת, בהדרגה, לעבוד עם תגובות רגשיות ועם הזמן פוחת החשש לעורר דוברים מרובים. מניסיוני, מפגש כזה הוא אופטימאלי לעבודה עם רגשותיהם של כל המשתתפים, והוא גם מדגים את יתרונות האנליזה הקבוצתית: כל חבר בקבוצה מטפל בעצמו תוך כדי תרומה לקידום ההבנה וההתפתחות של האחר. הטיפול האנליטי הקבוצתי נעשה על ידי הקבוצה, ובכללה המנחה. השותפות מאפשרת הרחבה של החומר שנחלם, וכפי שחברי קבוצה אחת הגדירו: "אנו חולמים את החלום מחדש". כל חברי הקבוצה עובדים באמצעות חלומם של היחיד, ונראה שיחד אנו מסוגלים לראות טוב יותר גם את עצמנו, כך שיש תמורה לעזרה.

נראה לי שמנחה הקבוצה, בין אם היא טיפולית ובין אם לאו, אמור לא רק ללמוד לשמש כ"מכל" לחלום, אלא ללמד את הקבוצה להכיל ולעבד חלומות בעצמם. במקום בו יש הכלה, יש חלומות. כאשר מפרשים חלומות מייד כשהם נשמעים, מתעורר בי החשד שמא מדובר בתגובה רגשית המתחפשת לתגובה שקולה. בכך הולך לאיבוד ידע חשוב הטמון דווקא בתגובה הרגשית הספונטאנית שאינה פרשנית. ולכן, אחד מתפקידי המנחה ב"קבוצת חלומות", הוא ללמד את הקבוצה לרדת באטיות ובסבלנות לעומקו של חלום, אל משמעויותיו הבין-אישיות ולהקשיב לתחושות ולאסוציאציות שעולות בתוכם למשמע החלום.

אכן, בתחילה, רב הנסתר על הגלוי.

בעקבות תגובות הקבוצה הבין יואב שמה שהטריד אותו באמת, לא היה הנהיגה בטרקטור ואפילו לא הכבשים שדרס. הוא רצה למצוא נהג ש"יידע כיצד לנהוג בחברתו", שכן הוא לא הצליח בכך בעצמו. אותו חבר לכיתה סימל בעיניו הצלחה אוטומטית עם נשים, יכולת שלא ניתן ללמוד אותה. נוצרה אצלו אשליה, שאפשר להשתמש בכוחו של הטרקטור וביכולותיו של כוכב השכבה, כדי להתמודד עם כישלונותיו ביחסיו עם נשים. דמויות בחלום משמשות אותנו כמקור ללמידה, כהשתקפות (mirroring) של הקושי שלנו דרך פעילותו של אדם אחר (5), מדובר באחת הדרכים החשובות להתפתחות רגשית.

כאשר אני עובד עם קבוצה על חלום, בשלב הראשון אני מבקש מחברי הקבוצה: "הגיבו על החלום כאילו היה שלכם." הטכניקה הזו מקדמת את המפגש הרגשי עם החלום. אם חבר בקבוצה מתחיל לפרש את החלום, אני מנסה להחזיר אותו לתגובה הרגשית שהחלום עורר בו: "איך זה קשור לחיים האישיים שלך?"

אחת החברות בקבוצה "הבינה" מייד שטרקטור מסמל איבר מין זכרי, אך ניסיתי להחזיר אותה לתגובתה הראשונה, הרגשית, לחלום. למדתי לנסות להקשיב דרך ה"אוזן השלישית" (כך כינה תיאודור רייק (8), אחד מתלמידיו היותר יצירתיים של פרויד, את חוש הקשב המיוחד הזה). ה"אוזן השלישית" מקשיבה למסרים הסמויים של האחרים דרך ההדהוד הרגשי ופחות באמצעות ניתוח אנליטי של טקסט. החלום מבקש הכלה, כי קשה לשאת לבד את התחושות שהוא מעורר, כמו למשל: "איך גבר חזק הופך לילד חסר אוניס מול אישה בשלה, על רגשותיה ותחושותיה?"

אני הופך והופך במשמעויות העמוקות של החלום המסופר. הקבוצה מתקשרת ליואב בשתי דרכים לפחות: ראשית, בכך שהקבוצה הופכת את החלום ל"שלה". הם "חולמים את החלום" של יואב ובמובן הנפשי, הרגשות העמוקים ביותר בחלום עוברים דרך נפשם. כלומר העיבוד מתרחש, בחלקו, באמצעות המשתתפים (7), החל ממתן ההדים ועד להמשך המגע והשיח סביב תכני החלום, המאפשרים עיכול נוסף של סיפור החלום. שנית, החלום יכול להיות קשור לקבוצה ולכן מייצג משהו מההתרחשות הקבוצתית, למשל הקשרים בין המשתתפים. יתרה מזאת, כפי שתיארתי קודם לכן, ייתכן שמישהו חולם "בשביל" הקרובים לו. פעולה זו מתאפשרת מפני שהגבולות בין נפשות קרובות הם דקים ועבירים מאוד, לכן מסרים מורגשים ומובנים ברמות מודעות שונות. תהליך בין-אישי זה, נקרא, תהליך טרנס-פרסונאלי על פי פוקס (5), או תהליך אינטר-סובייקטיבי, לשיטתם של הפסיכואנליטיקאים מיטשל וארון (9). זהו תהליך מרתק, המאפשר "להשתמש" באחר, כולל ביכולתו לחלום, כדי להכיל קושי או התרגשות יתרה.

אם כך, אני תוהה, האם הקבוצה נחוית לעתים ככבשה מפלצתית ההופכת גבר לחסר אוניס? האם ה"אוזן השלישית" יכולה לשמוע את המשמעות הקבוצתית של חלום כזה? אלו המחשבות שהעסיקו אותי בדרך למפגש, והנה הגעתי למפגש של היום.

+++

במחצית השעה הראשונה המשתתפים מספרים על חוויותיהם ועל הקורות אותם בשבועות האחרונים. אחרי ה"חימום" רינה מספרת חלום:

*"קולגה מודיעה שאובחן אצלה אלצהיימר. היא מסתובבת כשהיא תופסת את הראש ביד. עם זאת, היא נשמעת משלימה, לא מבוהלת לא נרגשת. אני נסערת ולא מבינה איך היא מקבלת את זה כל כך טוב".*

הקבוצה מגיבה בשאלות: מי האישה? מה טיב היחסים ביניכן? איך הרגשת כשהתעוררת? אך במקום שהתשובות ישפכו אור על המשמעות החלום, הן רק מגדילות את סימני השאלה. רינה היא המנהלת וחברתה לעבודה היא דמות משמעותית בבית החולים בו הן עובדות. רינה מתייעצת אתה ונעזרת בה רבות. לעתים היא חשה שהקולגה מנסה "להקטין" אותה, אבל היא לעולם לא פוגעת בה בפומבי, המאבקים ביניהן מתרחשים רק כשהן נמצאות לבדן.

התגובות הראשונות של הקבוצה מתייחסות לקושי עם תוקפנות. חברה בקבוצה מספרת על התחרות עם אחותה, שתמיד איימה על הקשר ביניהן. החולמת מספרת שגם לה קשה עם תחרות, והיא מזדהה עם הסיפור על האחות. תגובות נוספות מבטאות גם הן קושי לעמוד בתחרות. משתתפת אחרת מספרת על פחד מקנאת אמה. בכל פעם שהיא נמצאת בקשר טוב עם אביה, אמה



מבקרת אותה ולעתים גורמת לה להרגיש שנואה. הפחד מקנאת האם נוגע עמוקות ברוב המשתתפות בקבוצה. הן נתקעות בו והגברים לא מצליחים לחלץ אותן. "לא ידעתן לפרש נכון את האמהות שלכן?" שואל יואב. משתתף אחר מחזיר את נושא המתחים בתחרות. הוא אומר שהיה לו נעים להתחרות באביו, ובכיתה ג' הקשר שלו עם אמו נחלש. הוא מוסיף כי לעומתו, כל אחיותיו פחדו מהאם ושנאו אותה.

אני שואל האם ההד החזק שהנושא זוכה לו קשור גם להיותי מנחה-גבר, "ללא אם לידי". האם עובדה זו מקלה על האפשרות לדבר על תחרות וקנאה בין נשים? רינה, החולמת, מתעלמת משאלתי ומגיבה להדים השונים: כעת היא ערה יותר לרגשות התחרות העזה בקולגה וגם לפחד מההתמודדות אתה. אני מנדנד ושואל, האם השיחה הזו מעלה למודעות את התחרות הקיימת בקבוצה, שלא היינו ערים לה קודם? נראה שהשאלה מעוררת לרגע את האחרים בקבוצה להצטרף לשיחה. בקבוצה נוצר רגע שבו המשתתפים נפתחים, חושפים ומדברים באומץ על התחרות והקנאה ביניהם. אלה רגעים נדירים של הבנה הדדית אינטואיטיבית, אלה "רגעי מפגש" מהסוג המקרב ביותר (3).

שוב אני תוהה אם החלום משקף את מה שמתרחש כעת בקבוצה, ב"כאן ועכשיו", ולא רק את מה שקרה "שם ואז", בהיסטוריה הפרטית של המשתתפים. לרגע נראה שהחלום הובא כדי שאפשר יהיה לדבר על היחסים בקבוצה. ניכרים חששות לקלקל את האווירה, אבל סיפור החלום באמת מאפשר התייחסות ישירה לתחרות והקנאה בין המשתתפים.

רינה פונה לשכנתה: "את מקנאה בי כי אני ישראלית, הייתי קצינה בשירות הסדיר ונראה שהכל הלך לי בקלות, ואני מקנאה בך, על כך שאת נמצאת בזוגיות טובה."

הן מדברות על נשיות מעט במבוכה והגברים מצטרפים וטוענים שהקנאה ביניהם משמעותית פחות. "באמת?" אני מציב סימן שאלה על עמדה גברית מוכרת מאד: "אנחנו יודעים להתחרות טוב יותר ולא מקנאים כמו נשים..."

תגובת הגברים עוזרת לרינה להודות שבחלום "סודר" כך שהקולגה תיפגע בנקודת החוזק שלה, ראשה. אני חושב שהחולמת עדיין לא מקבלת אחריות על התחושות החבויות שלה: בחלומה, הקולגה שלה "חלתה" באלצהיימר, מחלה ההורסת את החלקים הערים של הנפש. האם הדבר מרמז על קנאה שעדיין מסתתרת בתסריט של החלום? מייד לאחר תגובת הגברים בקבוצה, מישהי שואלת את רינה מי גרם למחלתה של הקולגה בחלום. רינה מספרת על הפחד שלה לחלות באלצהיימר ובאותה נשימה היא מדברת על הקושי להתמודד עם סמכותה כמנהלת. ניכר שנושא הסמכות מהדהד בקבוצה, בעיקר דרך אסוציאציות של המשתתפות. המחלה בחלום לא הייתה שייכת לחולמת משום שהשליכה אותה על הקולגה שלה, כלומר רגשות שאיימו על ה"אני" הושלכו על ה"לא אני" (7).

לפני שאני מספיק לשאול על יחס הקבוצה לסמכות שלי, רינה מספרת כי היא מנסה להיות סמכות נעימה ולא מאיימת. מאחר ואני מזהה שהקבוצה עובדת היטב על נושא הסמכות המעסיק אותה גם ללא ההתייחסות לסמכות שלי כמנחה, אני לא פותח את הנושא של הקשר שלהן אליי (ואולי גם מפני שלפני כמה חודשים שתי נשים חזרו והתלוננו על כך שהפנים הרציניות שלי מפחידות מדי).

תחת זאת אני עוזר "להחזיר את החלום" לחולמת. אני מזמין אותה להגיד מה היא מבינה מתוך החלימה עצמה ומהעיבוד שנעשה בקבוצה באמצעות התגובות לסיפור החלום. רינה משתפת בכך שהיא מתרגשת מההד הרגשי. היא מסכמת שהשיחה עזרה לה להבין שהחלום מייצג בלבול בנושא תחרות ותוקפנות, כמו גם להסתיר את הכעס שלה כלפי המתחרה ואת הפחד לאבד את מקומה בקבוצה. היא פורצת בבכי ומספרת על תחושה שמופיעה אצלה כל אימת שעולה החשש שהמקום הטוב הזה (הקבוצה), עלול להיעלם בגלל קונפליקט חיצוני או פנימי.

לא הספקנו לנשום ורינה כבר נזכרת בחלום נוסף ורוצה לספר אותו. אין לי זמן להתלבט ונראה לי שאי אפשר לעצור את סיפור החלום השני. קשה לשלוט על כל המתרחש בעבודה קבוצתית, ואם סומכים על הקבוצה, אולי גם לא צריך, במיוחד אם מדובר בהתרחשות המבטאת אותנטיות. אני "מסכים", אף שאני חש שזה "יותר מדי" - אני מזהה שהתחושה מעידה על הצפת רגשות וצורך עצום של רינה ואולי של אחרים לתפוס מקום, אך אנו כבר נמצאים בתוך החלום הבא.

*"אני נמצאת במקום שנראה כמו יריד, שוק, במקום פתוח. מזכיר מאוד מקום מדברי. מנשה מגיע. הוא מחבק אותי. הוא מגיע עם תינוק בעגלה. התינוק הפוך: הראש למטה והרגליים למעלה. אני מופתעת ומנשה אומר שכך הרופא אמר להחזיק אותו. אני מרימה את התינוק ומחבקת אותו, אך שומרת שלא יידבק ממני במחלה. אני מזיזה אותו מעט הצדה. אחר כך אנחנו מטיילים בכפריים באזור מדברי. יש שם בקתות נמוכות עם בדואים או ערבים, אך אין תחושת איום."*

ההקשבה לחלום השני יוצרת אצלי דילמה. מצד אחד, עצם ההקשבה של חברי הקבוצה לחלום נוסף מעידה על פתיחות, על המוכנות של הקבוצה, כמו גם של המטפל, להכיל את החולמת ולקבל דרך עבודה זו אישור שניתן להכיל את הכל, כולל הקבוצה. סיפור החלום השני מאשר כי רינה מאמינה שמצאה שותפים לעיבוד החלום. יחד עם זאת עולה על דעתי שאולי כדאי לסרב לשמוע חלום נוסף בטרם עובד החלום הראשון עד תום. מאידך, אני מניח שאין מקריות בהעלאת החלום, התכנים שלו בהחלט מחייבים הכלה, ולכן אני מחליט, הפעם, לאפשר לה לספר את החלום השני, ולהתייחס אליו כאל אסוציאציה. כלומר, אני מנסה להבין בעיקר את החיבור הלא מודע בין שני החלומות תוך הבנה שייתכן שחלום אחד מבאר משהו במשנהו, או אפילו עוזר לעבד אותו.

כדי לעבוד על החלום הנוכחי אנו משתמשים בטכניקה ושמה "לחלום את סיפור החלום". "לחלום", כלומר לעכל או להכיל, הוא גם התהליך הבסיסי המתרחש בעת החלימה עצמה וגם תהליך העיבוד והארגון המתרחשים תוך כדי שחזור וביטוי התגובות הרגשיות ל"סיפור החלום".

בטכניקה זו הקבוצה כולה מתגייסת לספר שוב, בקול רם ובמקהלה, את סיפור החלום ועלילתו על פרטיה. זהו אירוע רב עוצמה, המתבצע רק לאחר שהקבוצה בדקה את מבנה סיפור החלום ווידאה שהוא נחלם על ידי חולם המסוגל לשאת עבודה לעומק. חלום בעל נרטיב מאורגן יחסית, הכולל מוטיבים אנושיים ומידה של תנועה מעיד על חוסנו של החולם בפני פירושים העלולים להכאיב ולהפחיד (2). את רמת ארגון החלום בודקים באמצעות חלוקתו למבוא, פרקים וסוף. על פי המידה בה קיימים משתנים אלה בחלום, ניתן לבחון את חוסנו של מספר החלום. עדיף לעבוד בצורה תומכת ומארגנת בלבד, עם חולמים שבגלל מצבם או המבנה האישיותי שלהם יוצרים חלום מפורק, דל יחסים, מאובן. זוהי ה"גישה הפורמטיבית" (10), המעדיפה לעזור לחולם לבנות מסגרת מחזיקה לסיפורו ולא להסתכן בפגיעה ב"אני" שלו. כמובן שגם יכולתה של הקבוצה להתמודד עם תכניו של

חולם נלקחת בחשבון, כולל מיקומו של החולם בקבוצה. כל אלה ישפיעו על יכולתו של החולם לקבל משוב ועל יכולתה של הקבוצה לעבוד באופן פורה עם סיפור החולם. תוך כדי השחזור המשותף של החולם המשתתפים מתייחסים לתגובותיהם על הפרטים והסצנות ומקשיבים להם דרך ה"אוזן השלישית", כלומר, המספרים מקבלים חופש אסוציאטיבי ומרשים לעצמם לחולם את החולם.

הקבוצה נזכרת בחלומות שסופרו בה בעבר על תינוקות. במיוחד נזכרים בחולם של רינה (חולם אותו היא עצמה לא זכרה), בו חלמה שאמה בהריון. בחולם שסיפרה כעת יש מבוא: "אני נמצאת במקום שנראה כמו יריד, שוק במקום פתוח. מזכיר מאוד מקום מדברי." זהו המרחב בו מתכוננים להתרחשות הסיפור וכאן הוא חורג מהמסגרות היומיומיות ועובר ליריד, לשוק ולמדבר. בכך שיערתי כי החולמת מבקשת להתרחק מקרבה. המבוא לחולם תמיד משמעותי ואני רואה בו מעין בניית מרחב מוגן המקל על החולם להיפגש עם הנושא המטריד בחולם.

לאחר המבוא, בנוי החולם כתסריט והוא ממשיך לטפל במצוקה בפרקיו השונים. בכל פרק נראה ניסיון מחודש לפתור את המצוקה. אני רומז לרינה שבכל פרק החולם מנסה להתמודד עם הכחשות וכישלון: הפרק הראשון נגמר כשהחולמת אינה מקבלת יותר את האפשרות שהתינוק ההפוך יכול להרגיש טוב. הפרק השני מסתיים באופן דומה, בסוג של דחייה מסיבות רפואיות. נראה שהחולמת מביאה את תחושת המועקה שבחוויה שלה, אין לה פתרון.

אני חושב על כך שבפרקי החולם של רינה חבויים דפוסים בעייתיים. בכל אחד מהם יש ניסיון חוזר לתיקון, לשיפור ולהקלה. הקבוצה מבהירה שמנשה אמנם מגיע ומחבק, אבל התינוק ההפוך ומה שהוא מייצג, הוא הנושא המרכזי בחולם. תגובות המשתתפים מעצימות את "סכנת הקרבה" בפרק הראשון ומתברר שזה הנושא גם בפרק השני. המפגש בחולם מתאפיין בגעגוע גדול לקרבה, אך מגיע בקושי לחיבוק ללא נשיקה, עם התינוק. הקבוצה מגיעה למסקנה שהמעצור פועל, כי אצל החולמת קיים דפוס: קרבה יוצרת מחלה. בחולם נראה שהמחלה מונעת קרבה, אך באותה המידה אפשר לחשוב שהמחלה היא התגובה לקרבה. שוב עולה הדפוס: כשמתקרבים משהו יכול להתקלקל. ממרחק, לעומת זאת, במדבר, נוצרת אשליה של רוגע.

חברי הקבוצה חושבים שהחולם השני הוא המשכו הישיר של החולם הראשון ואני מנסה להבין מדוע. כנראה משום שרינה משתמשת בתהליכי הרחקה, כדי לצאת מהמבוך הרגשי שאליו נקלעה קודם: היא כבולה בתוך התחרות המפחידה במקום עבודתה והמתח עולה לרמות בלתי נסבלות. לפי תגובות "הקבוצה החולמת", רינה מחליטה להגן על עצמה על ידי חזרה לתפקידים נשיים-אמהיים שבהם היא חשה בטוחה יותר, היא ב"בית". במבוא של החולם היא מתחבקת עם גבר המביא לטיפולה תינוק "הפוך". היא יוצרת הזדקקות לעזרתה, וזו מאפשרת לה לטפל ולהרגיש בעלת ערך. כאן אני חושב עלינו, המטפלים לסוגיהם השונים, האם גם אנחנו נוהגים כך?, האם אנו יוצרים הזדקקות לנו כדי שנרגיש בעלי ערך?

האסוציאציות המופיעות בקבוצה מעידות על אפשרות של המשך העיסוק ב"ראש". בהמשך לחולם האלצהיימר קיימת דאגה לתינוק שמא יהיה חולה, שמא ייפגע בראשו. מתוך ההדים הרגשיים והאסוציאציות של הקבוצה עולה בהמשך מסקנה נוספת: החולם השני הוא התפתחות בתהליך העיבוד. כאב הראש אצל התינוק הוא נגיש לטיפול ונראה שניתן לרפאו, בניגוד לאלצהיימר, שהיא מחלה חשוכת מרפא. בחולם קיימת תרופה: צריך רק להחזיק את התינוק בידיים ואפשר כמעט

לנשק אותו. הקבוצה מבחינה במחשבה חבויה ומוזרה: התינוק ההפוך שראשו בסכנה, עלול להיפגע מהחולמת המידבקת כאילו היא חשה שיש בנפשה משהו שהיה יכול לפגוע בו ולכן לא הופכת אותו ומקרבת אותו אליה.

החולמת מתמודדת עם ההדים העולים בקבוצה ועכשיו היא יכולה להרשות לקונפליקט לצוץ ולהופיע. העברת סצנת ההתמודדות עם החרדות מהעולם המקצועי לעולם המשפחתי, הנשי והאמהי שלה, מאפשרת לה ביטחון גדול יותר. פתאום אנו שמים לב שהמרחב המשפחתי "משתלט" על הקבוצה. אישה בוגרת יודעת איך ל"סדר" תינוק; האם היא גם יודעת איך לקרב אליה גבר? המשתתפים משקפים לחולמת את המעבר מעיסוק בתחרות עם חברה לעבודה, לאמהות.

רינה חוזרת לדבר על החששות שלה מתחרות וקונפליקטים. הקבוצה מתחילה לסכם את הבנתה שהמסר המרכזי של החלום השני הוא, שבחוויה של רינה, אישה (הקולגה) חיבלה בהתקדמותה של רינה בחיים ובעבודה. אבל ה"בריחה" מההתמודדות הזו וההגנה הטמונה בהתכנסות למשפחתיות אינה מאפשרת מספיק התפתחות. רינה היא אשת מקצוע החייבת להתמודד בתחרויות שונות ורוצה להתחזק במרחב זה. היא מגלה דרך סיפור החלום שהקונפליקט קיים אפילו במדבר, וכי בכל מקום בריחה מהתמודדות תיצור תחושת החמצה עקב חוסר ההתפתחות. הקבוצה מספרת לרינה שהיא מבינה שהיא נוטה לחפש מקלט בתפקיד תינוקי וייתכן כי התינוק מייצג אותה. לפי תגובות הקבוצה, ייתכן שהמצב ההפוך בו היה התינוק נתון מעיד על כך שהיא הופכת את רצונותיה ומתרחקת עד המדבר במקום להיאבק על מימוש רצונותיה.

לקראת סוף הפגישה, החולמת והקבוצה עוברים ל"כאן ועכשיו". יש השואלים את רינה, האם באמת היא מפחדת להתחרות על מקומה בקבוצה. הרוב מעודד אותה לעמוד על שלה ולהתחרות. מישוהו משתף באימה התוקפת אותו כשהוא נכנס לקונפליקט, אחרים מספרים שהתקשו לתפקד ולתקשר בתוך מסגרות ומול סמכות. משתתפת נוספת מספרת שפחדה מאישה אחרת, שאתה התחרתה על לבו של גבר, ומשום שלא הצליחה לאזור אומץ להיאבק אתה ולהתחרות בה, הפסידה את אותו גבר: "הייתה לי הזדמנות להיאבק, אבל לא השתמשתי בה" היא אומרת.

דקות מספר לפני הסיום אני מסכם: "שאיפות מעוררות תקווה, אך גם חרדות רבות. החולמת נתנה דוגמאות טובות לפוטנציאל הטמון בתחרות בריאה, גם בתוך הקבוצה. אלא שלרוב התחרות נחוות כמעיקה ומחסלת, בשל התוקפנות האכזרית הכלולה בה." אני שואל את הקבוצה, האם ניתן להיות "בולטת" או "מתחרה" בינינו כאן, במרחב של הקבוצה. בלי משים אני פונה משום מה בעיקר לנשים. הן שוב נוגעות בקנאה המפחידה ובמצבים חברתיים מעוררי חרדה. אני רושם לעצמי לחזור לזה. מדוע בעצם סיכמתי את הפגישה? אולי זו תגובתי על כך שתפקיד הגבר שולי בחלום? אולי כך הרגשתי היום כמנחה?

## ביבליוגרפיה

1. Bion W. R., *Learning from Experience*. William Heinemann, London, 1962. Reprinted in *Seven Servants*, 1977.
2. Friedman R., *Dream telling as a request for containment in group therapy, the royal road through the other*, 46-67. Neri, Pines and Friedman (Eds.). Jessica Kingsley Publishers, London, 2002.
3. Stern D., Sandler L., Nahum J., Harrison A., Lyons-Ruth K., Morgan A., Bruschiweiler-Stern N., Tronick E., *Non-Interpretative Mechanisms in Psychoanalytic Therapy*. *International Journal of Psychoanalysis*, 79: 903–921. 1998.
4. Foulkes S. H., *Introduction to group analytic psychotherapy*. Heinemann, London, 1948. Reprint Maresfield, Karnac Books, London, 1991.
5. Foulkes S. H., *The group as matrix of the individual's mental life*. In Foulkes E. (Ed.), *Selected papers*, 223-234. Karnac, London, 1973.
6. Freud S., *The Interpretation of Dreams*, Standard edition 4-5. London, Hogarth Press, 1900.  
Freud S., *New Introductory Lectures on Psychoanalysis*, SE 22: 5. Hogarth Press, London, 1933.
7. Friedman, R., *Dream telling as a Request for Containment - Three Uses of Dreams in Group Therapy*. *International Journal of Group Psychotherapy*, 58(3): 327-344, 2008.
8. Reik T., *Listening with the Third Ear: The inner experience of a psychoanalyst*. Grove Press, New York, 1948.
9. Mitchell S., Aron L., *Relational Psychoanalysis: The Emergence of a Tradition*. The Analytic Press, Hillsdale, New Jersey, 1999.
10. Friedman R., *Dreams and Dream telling: A Group Approach*, 479-499, Kleinberg J. L. (Ed.). *The Wiley-Blackwell Handbook of Group Psychotherapy*, First edition. John Wiley & Sons, 2012.

דר' רובי פרידמן, פסיכולוג קליני, אנליטיקאי קבוצתי, יו"ר מכון ישראלי לאנליזה קבוצתית ונשיא ה-Group Analytic Society (International). אנליטיקאי בכיר במכון לאנליזה הקבוצתית של ציריך SGAZ. כותב על השימוש הבין-אישי בחלימה ובסיפור החלום ועל הפרעות בין-אישיות, מעביר סדנאות ומרצה בעולם בנושאים אלה. עורך שותף של הספרים "חלומות בטיפול הקבוצתי" (2002) ו"Desire, Passion and Gender" (2011). עורך מדעי של תרגומים ל"טיפול קבוצתי אנליטי" (ביהר והרסט) ו"התערבויות בטיפול קבוצתי אנליטי" (רוברטס ואחרים). מטפל אישי, זוגי וקבוצתי בקליניקה בחיפה ומרצה באוניברסיטת חיפה ובמכון הישראלי לאנליזה קבוצתית.