

הקבוצה הגדולה

תהליכים דינמיים, השלכות חברתיות וערך טיפולי

חיים וינברג, דניאל ג'. נ. וייסהוט

הקבוצה הגדולה קיבלה תשומת לב ככלי למידה לתהליכים חברתיים, ארגוניים ומערכתיים, אך אופייה ממשיך לעורר תהיות. למי שרגיל לקבוצה הקטנה, לאינטימיות ששוררת בה ולדגש שמושם בה על היחיד, ומצפה שגורמים אלו יהיו פעילים גם בקבוצה הגדולה, צפויות הפתעה ואכזבה מרה: הדינמיקה של הקבוצה הגדולה שונה לחלוטין מזו של הקבוצה הקטנה. הקבוצה הפסיכודינמית הגדולה יכולה להיות חוויה מתסכלת וקשה, ואף על פי שכמה מן הנוהגים להשתתף בקבוצות כאלה "התמכרו" לה, בדרך כלל נוטים להתעלם מערכה הטיפולי. רבות נכתב על הגורמים הטיפוליים בקבוצה הקטנה, אך מעט מאוד נכתב על הגורמים הללו בקבוצה הגדולה. המאמר מנסה להבין את "הקסם" של הקבוצה הגדולה בקרב אוהביה, לחקור את תרומתה להבנת תהליכים חברתיים, ולזהות את היתרונות שהיא מניבה לחברים בה. בהסתמך על עבודות קודמות העוסקות בקבוצה הגדולה כקהיליה טיפולית ועל התהליכים הדינמיים הפועלים בה, מזהים המחברים שני גורמים טיפוליים שהם ייחודיים לקבוצה הגדולה: "ייצוג החברה" ו"מאבק הכוח". שני גורמים אלו מחזקים את היחיד, הן בהתפתחותו כאדם והן במישור הבין-אישי והחברתי. המאמר נכתב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך הדברים אמורים על גברים ונשים כאחד.

גרסה קודמת של מאמר זה פורסמה באנגלית תחת הכותרת:

Weinberg, H. & Weishut, D. J. N. (2011). "The Large Group: Dynamics, Social Implications and Therapeutic Value". In J. Kleinberg (Ed.), *The Wiley-Blackwell Handbook of Group Psychotherapy*. Chichester, U.K.: Wiley Blackwell, pp. 457—478.

ד"ר חיים וינברג, PhD, הוא פסיכולוג קליני ואנליטיקאי קבוצתי המתגורר כיום בקליפורניה. בעבר כיהן כיו"ר האגודה הישראלית לטיפול קבוצתי והחברה הצפון קליפורנית לטיפול קבוצתי. מנהל תכנית דוקטורט ייחודית בלמידה מרחוק עם דגש על טיפול קבוצתי בבית הספר המקצועי לפסיכולוגיה, סקרמנטו, קליפורניה, ומרצה במכון רייט, ברקלי, ובאוניברסיטת אליינט. חבר בסגל התכנית להנחיית קבוצות באוניברסיטת תל-אביב. בעל אות "יקיר העבודה הקבוצתית" בישראל. ערך במשותף שני ספרים על הקבוצה הגדולה ועל הלא מודע החברתי, ופרסם 12 פרקים ב-5 שפות בספרים שונים ו-27 מאמרים.

ד"ר דניאל ג'. נ. וייסהוט, MBA, PsyD, הוא פסיכולוג קליני, יועץ ארגוני ופעיל זכויות אדם. הוא מרצה בחוג לעבודה סוציאלית במכללה החרדית בירושלים (שלוחה של אוניברסיטת בר-אילן) ובבית הספר המקצועי לפסיכולוגיה בסקרמנטו. כעת מכהן כקו-יו"ר העמותה הישראלית להנחיה ולטיפול קבוצתי.

בשנים האחרונות זוכה הקבוצה הגדולה לתשומת לב כקבוצה חווייתית או כקבוצת למידה, לרוב במסגרת הניסיון להבין תהליכים של חיברות (סוציאליזציה). כאשר אנו מתייחסים ל"קבוצה הגדולה" (Large Group), הכוונה היא לקבוצה חווייתית שבה חברים יותר מ-30–35 משתתפים והנחייתה, הנובעת בדרך כלל מתוך השקפה פסיכודינמית, אינה מובנית. סוג כזה של קבוצה גדולה יכול להתקיים בכנסים פסיכולוגיים, ובמיוחד בכנסים בנושא פסיכותרפיה קבוצתית. אנחנו "משתמשים בחוויה של הקבוצה הגדולה ככמעבדה שבה ניתן לחקור תהליכים מודעים ולא מודעים של קבוצות גדולות, וכדרך להבין את ההשפעה שלהן על חשיבה, פעולות ורגשות חברתיים, ארגוניים ומערכתיים" (Weinberg & Schneider, 2003, עמ' 17).

לפני ארבעים שנה כתב דה מארה כי "היישום האינטנסיבי והמחמיר של טכניקת הקבוצה הגדולה כשלעצמו עדיין לא נדון בצורה רצינית. הסיבה לכך עשויה לנבוע מהאופי העוצמתי, הכאוטי והלא צפוי של תופעות הקבוצה הגדולה ומנטייתן לייצר אידיאולוגיה שעשויה להוכיח את עצמה כמסוכנת מבחינה פוליטית וכלכלית במדינות רבות בימינו" (De Maré, 1972, עמ' 106). בעיני מטפלים רבים, שרגילים לקבוצה הקטנה המסורתית, הפורמט של הקבוצה הגדולה אינו מוכר ומבלבל. בכנסים שכוללים גם קבוצה גדולה יש משתתפים שמתעלמים ממנה כאילו אין היא מופיעה בלוח הזמנים של הכנס, או נמנעים בכוונה מלהגיע לפגישותיה. אחרים מגיעים למפגש אחד, שבמהלכו הם מרגישים מוצפים, מתוסכלים ונבוכים, ואחריו מחליטים להדיר רגליהם מהקבוצה. משתתפים אחרים מגיעים מדי פעם, מתוך כוונה לתהות על קנקנה של ה"חיה המוזרה" הזו, ותוך ציפייה להופעת מאפייניה של הקבוצה הקטנה. אולם יש גם אנשים בתחום שמתמכרים לקבוצה הגדולה, ומגיעים לקבוצות אלה שנה אחר שנה, מתוך תחושה שמשוהו חשוב מתרחש שם, ושלעתים הקבוצה הגדולה היא האירוע החשוב ביותר בכנס. במאמר זה אנחנו מבקשים להפוך את הקבוצה הגדולה ל"ידידותית" יותר באמצעות הצבעה על התהליכים הטיפוסיים שמתרחשים בה, וניסיון להסביר את הדינמיקה שלה. בהמשך נדון בשני גורמים טיפוליים שהם ייחודיים לקבוצה הגדולה. מטרת המאמר היא לעודד את תהליך הלמידה, החוויה והצמיחה של משתתפים אשר חוו קבוצות כאלה, ושל אחרים, שיצטרפו אליהן בעתיד.

א. הקבוצה הגדולה: תהליכים דינמיים טיפוסיים

הקבוצה הגדולה נחשבת למשקפת את החברה, התרבות או הארגון של משתתפיה. הספרות המקצועית שמה דגש על ההיבטים החברתיים של הקבוצה הגדולה, ונוטה לדחוק הצידה את היבטיה הטיפוליים.

קבוצות גדולות יכולות להיות "משוגעות" וכאוטיות, וקשה מאוד לעקוב אחר קו מחשבה המוליך אותן. פעמים רבות יש בהן תחושה שאין רצף בין הדברים הנאמרים, וכי המשתתפים מתעלמים מקולות חבריהם לקבוצה. חוויה כזו יכולה לעורר תחושה של איום ושיתוק, ולהקשות על משתתפים למצוא את קולם בתוך הקהל הגדול. לעתים, עצם יכולתם לבטא מחשבות בקול רם בתוך הקבוצה הגדולה היא הישג. משתתפים עשויים לפחד "להפריע ליקום", ולהתגבר על הפחדים ולומר בציבור את מה שעובר לי בראש. הפחדים הללו דמיוניים רק בחלקם, משום שלעתים באמת הקול הפרטני עלול ללכת לאיבוד בקהל, ולא לזכות לשום תגובה, וההשתתפות עלולה להסב פגיעה נרקסיסטית. ובכל זאת חשוב שהמשתתפים יהיו מסוגלים לבטא את עצמם, היות וההשתתפות בקבוצה הגדולה מציבה בקדמת הבמה את התחושה של אזרחות והשתייכות לקהילה.

קבוצות גדולות יכולות להיות מציפות ומבלבלות, ולא קל לחשוב במסגרתן בצורה בהירה או להבין את מהות החוויה. הגבולות הרופפים, והמכלל שמוחלש בשל ההשתתפות הלא יציבה במפגשים הקבוצתיים, מגבירים את הרגרסיה ומעוררים חרדות התפרקות. לוקח זמן להבין מה מתרחש בקבוצה, ולספוג את האירועים. לכן לעתים מציעים בכנסים קבוצות קטנות לעיבוד החוויה של הקבוצה הגדולה, ולהשבת תחושה של זהות למשתתפים שלפעמים מרגישים מאוימים בעקבות ההשתתפות בקבוצה הגדולה. עם זאת, ההשתתפות בקבוצה הגדולה עשויה לחזק את האגו, לעזור לגבש את גבולות הפרט ולשמר את זהותו גם תחת הלחץ להתמזג עם ההמון.

קבוצות גדולות יכולות גם להיות אגרסיביות וקונפליקטואליות. החרדות שמתעוררות בקבוצה הגדולה יוצרות נטייה להיצמד לתת קבוצות מוכרות. לפעמים המשתתף פשוט נצמד לחבר שאיתו הגיע, ובפעמים אחרות אנשים מזדהים עם תת קבוצות חברתיות, המתגבשות סביב מיגדר, מוצא אתני, דת, עמדה פוליטית או קבוצת רוב או מיעוט אחרת. מאחר ובקבוצה הגדולה פועלים מנגנוני הגנה חזקים של פיצול והזדהות השלכתית, הנטייה להתקבץ לתת קבוצת חברתיות כאלה עשויה ליצור קונפליקטים רציניים. מצד שני, מאותה סיבה, הקבוצה הגדולה מציעה הזדמנות ייחודית לפתח מודעות אינטנסיבית לסוגיות רבות-רבותיות ולקונפליקטים חברתיים, ולעסוק בהם מנקודת מבט נלהבת ומעורבת, ולא אינטלקטואלית ומנותקת.

הקבוצה הגדולה והלא מודע החברתי

הטיפול הקבוצתי הפסיכודינמי מתמקד לרוב ברובד האישי ובאינטראקציה בין האנשים ב"כאן ועכשיו". בדרך כלל נמנעים מלהתייחס להקשר החברתי של הקבוצה ושל חיי המשתתפים. הדיכוטומיה הכוזבת הזו מבוססת על ההנחה שהפרט והחברה הם ישויות נפרדות. תרבויות מערביות (ובמיוחד התרבות האמריקאית) מהללות את האינדיבידואליות, מעודדות את תפישת

הפרט כייחודי ועצמאי, ומתמקדות בתהליך הדיפרנציאציה מהמשפחה כחלק מההפיכה לאדם בוגר. תפישה הזו מוטמעת כל-כך חזק בתרבויות המערביות עד שהיא נתפשת כמובנת מאליה, ומייצרת אשליה שמדובר באמת מוסכמת. עם זאת, תרבויות לא מערביות שמות דגש רב יותר על עניינים קולקטיביים מאשר על הפרט (Hofstede, 2001). די שנתבונן בתרבויות מזרחיות, אפריקניות, לטיניות או ערביות, שבהן הפרט והחברה שלובים זה בזה, בשביל להבין שהדגש על אינדיבידואליות הוא רק אפשרות אחת להבניית המציאות. למעשה, אין דרך לנתק את הפרט מההקשר החברתי שלו.

גישת האנליזה הקבוצתית גורסת כי הפרט הוא יצור חברתי לחלוטין. גישה זו מזכירה את הגישה האינטר-סובייקטיבית בפסיכותרפיה, הטוענת כי הנפש (mind) הינה דיאדית, חברתית, אינטראקציונית ובינאישית במהותה (Aron, 1996). כאשר מבקשים ליישם את הרעיונות האינטר-סובייקטיביים על מודל של שני אנשים או יותר, מתבקש לזנוח את הרעיון כי הפרט הוא יישות נפרדת, המנותקת מהקשר חברתי, ולהכיר בכך שההתפתחות החברתית משפיעה באופן עמוק על הדינמיקה הנפשית של הפרט. כאשר אנשים הופכים "מתורבתים", כלומר לומדים לרסן את הרחפים שלהם, גוברת עוצמתם של הכוחות החברתיים הפועלים בתוך הפרט, ומשתנה מבנה הנפש.

בקבוצה הגדולה חווה היחיד את עצמו כחלק ממטריקס חברתי, מרשת שבדרך כלל היא בלתי נראית, המחברת בני אדם זה לזה. בקבוצה הקטנה מורגש קיומה של רשת זו, הבונה את הקבוצה כשלם, ונחווית "התודעה הקבוצתית" (the group mind), כתוצר דינמי של האינטראקציה בין חברי הקבוצה. כדי לבצע את המעבר המושגי מפרטים לקבוצה, ולהתחיל לראות את הקבוצה כשלם, צריך לשנות את נקודת המבט, ולהחליף את הלא מודע הפרוידיאני הפרטני בסוג חדש של לא מודע: "הלא מודע החברתי" (the social unconscious). קבוצות גדולות חושפות את הלא מודע הארגוני, או החברתי, המתייחס להסדרים חברתיים, תרבותיים ותקשורתיים שרמות חוסר המודעות של אנשים אליהם משתנות (Hopper & Weinberg, 2011; Hopper, 2007; Weinberg, 2003a). הלא מודע החברתי כולל חרדות, פנטזיות, הגנות ויחסי אובייקט, כמו גם גורמים וכוחות חברתיים-תרבותיים-כלכליים-פוליטיים, שרבים מהם מובנים באופן הדדי ולא מודע בידי החברים בקבוצות מסוימות.

קבוצות גדולות, המונחות באופן לא מובנה ומייצרות אווירה של חקירה, יכולות לחשוף את הלא מודע החברתי הזה באמצעות התמקדות בהגנות, בפנטזיות ובחרדות משותפות שהמסגרת הזו מעלה. המנחים יכולים להסב את תשומת לבם של המשתתפים לאופנים המרומזים שבהם מבנים חברי הקבוצה הגדולה פנטזיות משותפות, החורגות מן התכנים של הקבוצה הספציפית, ושייכות להקשר רחב יותר של הארגון או החברה שממנה מגיעה הקבוצה. כשהמשתתפים

מביאים לקבוצה חלומות, מציגים מטאפורות, חולקים סיפורים אישיים ומעלים אסוציאציות, מנחי הקבוצה עשויים להצביע על הקשרים הלא מודעים בין הסיפורים והחלומות הללו, תוך שימוש ברעיון של תהליכים מקבילים או אקוויוולנטיות (Hopper, 2003b). בדרך זו הם יכולים לשער שהנושא הזה משקף עיסוק שמתרחש בלא מודע החברתי של הקבוצה הזו.

את הלא מודע החברתי ואת ביטוייו בקבוצה הגדולה קל יותר לאבחן בחברות שעברו טראומה. התהליכים הפסיכולוגיים הספציפיים שעוברות קבוצות אתניות, לאומיות או דתיות מושפעים מן הייצוגים המשותפים של אירועים היסטוריים והעברות בין-דוריות של טראומה. קבוצות מסוג זה נוטות לבחור אירועים עטורי תהילה או טראומות מסוימות כמושא להזדהות. האירועים עטורי התהילה הם ייצוגים מנטאליים משותפים של ניצחונות בדורות הקודמים, ושל הקבוצה, הגיבורים והקדושים המעונים הקשורים אליהם (Volkan, 1988), המייצרים תחושה מוגברת של "אנחנו" (we-ness). טראומה נבחרת היא ייצוג מנטאלי משותף של טראומה מאסיבית שעברו הדורות הקודמים של הקבוצה. כאשר קבוצה גדולה נכנסת לרגרסיה, הטרומה הנבחרת שלה מופעלת-מחדש במטרה לתמוך בזהות הקבוצה המאוּימת. הטרומה היא זיכרון קולקטיבי של אסון, והפיכתו לפרדיגמה המשמרת את האיום הקיומי בזיכרון הלאומי, על מנת למנוע שאננות אפשרית. "זיכרונות", תפישות, ציפיות, משאלות, פחדים ורגשות אחרים הקשורים לדימויים משותפים של אותו אסון היסטורי ולהגנות מפניהם הופכים אז לסמן זהות חשוב של הקבוצה הגדולה, ומבנים לרוב את הלא מודע החברתי שלה.

הנה דוגמא מתוך קבוצה גדולה שהתקיימה בישראל בכנס בעין גדי, ב-2008, זמן קצר לאחר מבצע עופרת יצוקה, שתוצאותיו היו שנויות מאוד במחלוקת, בישראל ומחוצה לה:

אשה ישראלית יהודייה צעירה, שהזדהתה עם סבלם של הפלסטינים (ועמדותיה הפוליטיות מזוהות עם השמאל הישראלי) סיפרה לקבוצה שבאמצע המלחמה, כאשר שמעה כי ילדים בעזה נתונים בסכנת חיים, היא יזמה עם בתה פרויקט שכלל ניסיון לפנות 500 ילדים מרצועת עזה. בתחילה הן ביקשו ממשפחות ישראליות ויהודיות מדרום ישראל לארח את הילדים הללו, ונענו בחיוב, אך אז הבינו כי הפלסטינים לעולם לא יסכימו להגיע לישראל, ופנו למשפחות פלסטיניות בגדה המערבית. אך כאשר עמד המבצע להתחיל הן קיבלו הודעה כי המשפחות בעזה אינן מוכנות לשלוח את ילדיהן. הפלסטינים טענו כי המבצע כולו הוא מניפולציה ישראלית שמטרתה להתנקות מרגשי אשמה, וכי לאחר שהילדים יישלחו לא ימצאו הישראלים שום סיבה

להפסיק את ההפצצות. עוד טענו הפלסטינים כי מדובר בתרגיל שמטרתו לקחת את אדמתם: קודם יפוננו הילדים, ואחריהם יסולקו המבוגרים שיהפכו שוב לפליטים.

לאחר שהמשתתפת סיפרה על כך בקבוצה הגדולה הרגשות סערו: הישראלים נפגעו מכך שכוונותיהם הטובות נתפשו כ"מניפולטיביות", הפלסטינים הרגישו שלא מבינים אותם כראוי, ואנשים שהגיעו מחוץ לישראל הרגישו שהם נותרים מחוץ לתמונה. האווירה השתנתה כאשר פלסטינית אחת שאלה: האם את מתכוונת לומר שלאימהות פלסטיניות אכפת פחות מהילדים שלהן לעומת האימהות היהודיות? בנוסף, אצל אשה בריטית העלה הנושא אסוציאציה מפינוי ילדי לונדון במלחמת העולם השנייה, והיא סיפרה כי מחקר שנערך בנושא הראה כי ילדים שפוננו סבלו מהפרעת לחץ פוסט-טראומטית חמורה יותר מזו של הילדים שנשארו עם משפחותיהם בלונדון. הערות אלה עזרו לקבוצה להפוך תגובתית פחות ויותר דיאלוגית.

האירוע הסוער הזה שהתרחש בקבוצה הגדולה מלמד עד כמה באמת הטראומה הנבחרת ששוכנת בלא מודע החברתי מקשה לוותר על נקודת המבט האישית ולהכיר בחוויה הסובייקטיבית של האחר. מידה אדירה של חוסר אמון מפרידה בין הצדדים (הישראלי והפלסטיני במקרה זה). אף על פי שהפלסטינים הציגו את טיעוניהם בצורה ברורה, הישראלים לא הצליחו להקשיב להם, להניח לגישתם הצדקנית ולבחון את הנושא מנקודת המבט הפלסטינית. יכולת ההקשבה הרגילה שלהם נחסמה בידי זיכרון השואה והאסוציאציות שעוררה הסוגיה הספציפית (המקרה המפורסם מאוד של "משלוח ילדים", הקינדר טרנספורט, מתוך גרמניה הנאצית הוזכר בקבוצה הגדולה). גם הפלסטינים לא הצליחו להקשיב לישראלית בעלת הכוונות הטובות שרצתה לבצע מעשה חיובי במהלך המלחמה, משום שהם סובלים מטראומה משל עצמם. הטראומה הנבחרת של הפלסטינים היא טראומת הנכבה, שבה איבדו את הכפרים והבתים שלהם בעקבות מלחמת העצמאות של ישראל, והפכו לפליטים לאחר שלתחושתם רומו גם על-ידי המנהיגים הערביים. נראה כי גם אירועים היסטוריים אלו נכנסים באופן לא מודע לדיון ומשפיעים על המשתתפים. ללא הכרה בטראומות הללו, שהן חלק מהלא מודע החברתי של היהודים-ישראלים והפלסטינים, וללא הבנת השפעתן על שתי האומות, קרוב לוודאי שהדיאלוג יישל. מעניין לציין עוד שבקבוצה הגדולה המתוארת, הזיכרון ההיסטורי של אומה אחרת, שהובא בידי אשה בריטית, הצליח לחדור את החומות של שני הצדדים, ועזר לחדש את התקשורת בקבוצה.

ערכה הטיפולי של הקבוצה הגדולה

הקבוצה הגדולה איננה קבוצה קטנה. אמת פשוטה זו נשמעת מובנת מאליה כאשר היא נכתבת על נייר, אבל לזכור אותה קשה הרבה יותר. אחת הטעויות הנפוצות עושים אנשים שמגיעים לקבוצה הגדולה בציפייה לתהליכים המוכרים של חקירה עצמית, לכידות ואינטימיות. לפעמים משתתף, המעלה בעיה אישית ומאמין כי יקבל משוב או תגובה אישית למצוקה שלו, עשוי להתאכזב מאוד כשיגלה כי הקבוצה הגדולה, בניגוד לקבוצה הקטנה, פשוט ממשיכה לנושא אחר. המטרה המרכזית של הקבוצה הגדולה היא לחקור דינמיקות חברתיות וארגוניות. המנחים אינם מתמקדים בפרט אלא בקבוצה כשלם, ומשקפים תהליכים מודעים ולא מודעים של הארגון או של הכנס שבו מתקיימת הקבוצה הגדולה. ההיבט הטיפולי של הקבוצה הגדולה מזכיר אפוא יותר סוציו־תרפיה מאשר פסיכותרפיה. הקבוצה הגדולה חסרה את המסגרת (setting), הגבולות והכללים המאפיינים בדרך כלל מסגרות טיפוליות (כמו למשל סודיות, ראו Weinberg & Schneider, 2007), ואינה מספקת סביבה בטוחה.

ולמרות זאת אנחנו מבקשים לטעון כי הקבוצה הגדולה יכולה להיות טיפולית. תפישה זו עוררה בעבר התנגדות רבה (Wilke, 2003), אף על פי שבמסגרות פסיכיאטריות, הקבוצה הגדולה (או הקהילה), הכוללת את המטופלים וגם את הצוות, מוכרת כבר זמן רב כבעלת ערך טיפולי (Springmann, 1975; Main, 1946; Kreeger, 1975). דה מארה מציין:

הטכניקה של הפסיכותרפיה בקבוצה גדולה, שעשויה להראות כמסקנה שמעידה על עצמה, ממשיכה להיתקל בחשד שהופנה בעבר לפסיכואנליזה ומאוחר יותר לפסיכותרפיה בקבוצה הקטנה (De Maré, 1972, עמ' 106).

דה מארה התייחס גם לתפקיד המכריע של התרבות כמרכיב פעיל בפסיכותרפיה:

כאשר הפסיכואנליזה מבודדת בכוונה תחילה את המטופל ממסגרת חברתית, ומכניסה אותו למסגרת פסיכותראפויטית, זו פסיכולוגיה של הפרט. הקבוצות קטנות, לעומת זאת, מערבות את הפסיכולוגיה של המשפחה. רק בקבוצה הגדולה ניתן לחקור בצורה מקיפה ממדים תרבותיים (De Maré, 1975, עמ' 79).

דה מארה לא נותר בודד בהשקפתו. ג'ורדן קרא לעשות שימוש בתיאוריה התייחסותית-תרבותית לא רק כדי לעזור לאנשים לנוע לעבר מערכות יחסים בריאות והדדיות יותר, שבמסגרתן יוכלו

לגדול ולתרום לגדילה של אחרים, אלא גם כדי שיוכלו לפתח אסטרטגיות שבאמצעותן יפרו נתקים מזיקים בין קבוצות של אנשים בעזרת קידום יחסים של כבוד הדדי (Jordan, 2001). אגוריאן וקרטר דנו בקבוצה הגדולה בהקשר של שינוי טיפולי, וטענו כי "שינוי המבנה והתקשורת בתת קבוצות מחולל במקביל שינוי גם בקבוצה הגדולה וגם בחברים בתת הקבוצות הפרטניות" (Agazarian & Cater, 1993, עמ' 210). וינברג ושוניידר כתבו כי "הקבוצה הגדולה עוזרת לקיים תהליכים של דיפרנציאציה של תפקידים, ואינטגרציה הכרוכה בפיתוח של זהות אישית וזהות קבוצתית כאחד" (Weinberg & Schneider, 2003, עמ' 18). כל הטענות הללו מצביעות על הערך הטיפולי של הקבוצה הגדולה.

במאמר זה נתמקד בערך טיפולי זה, ונציג שני גורמים ספציפיים המתקיימים באופנים שונים בקבוצה הגדולה. המונח "גורמים טיפוליים" (therapeutic factors) מציין גורמים המביאים לעלייה בתחושת הרווחה הפסיכולוגית האישית או מגבירים צמיחה אישית.

ב. גורמים טיפוליים בקבוצה הגדולה

באופן מסורתי הטיפול הקבוצתי מיוחס לקבוצה הקטנה – המונה בין חמישה לשנים-עשר משתתפים – המתוארת בהרחבה בספרי לימוד רבים (למשל, Yalom & Lescz, 2005; Rutan et al., 2007), ועל ערכה הטיפולי אין מחלוקת. יאלום מציין כי גם לקבוצות גדולות יש ערך טיפולי (Yalom, 1980), אך אינו מרחיב בנושא. כאן אנחנו מבקשים להצביע על הגורמים הטיפוליים הייחודיים לקבוצה הגדולה. על הופעתם של הגורמים הטיפוליים האופייניים לקבוצה הקטנה גם בקבוצה הגדולה נרחיב במקום אחר.

הגורמים הטיפוליים הייחודיים לקבוצה הגדולה

בקבוצה הגדולה אנחנו מזהים שני גורמים ייחודיים שאינם מוזכרים אצל יאלום, אולי משום שהופעתם בקבוצות הקטנות נדירה, והם מאפיינים יותר את הקבוצה הגדולה. את שני הגורמים הללו, הנוגעים ישירות להתמודדות עם קונפליקט, ויכולים להיות מקושרים לרמה גבוהה יותר של בשלות והתפתחות אישית, נגדיר כ"ייצוג החברה" ו"מאבק כוח". ראוי לציין כי המודל של הגלסון (מצוטט אצל Saragovi et al., 1997) המתאר חלוקה של גורמים אישיותיים, דומה למדי לחלוקה המוצעת כאן, והוא מציע את הגורמים, "שיתוף ואחוזה" ("communion") ו"פעלנות" ("agency") הקשורים ל"בשלות בין-אישית" ורווחה אישית (wellbeing). נתבונן כעת בגורמים שהצענו בעיון רב יותר.

ייצוג החברה כגורם טיפולי

"אף אדם איננו אי", כתב המשורר ג'ון דאן ב־1624, ואכן ההתפתחות האישית של כל אדם היא תהליך תרבותי (Rogoff, 2003). המעצב את האישיות, בין השאר, דרך השפעות תרבותיות (Triandis & Suh, 2002). ג'ורדן טוען כי המקור העיקרי לסכל האנושי הוא הבדידות, וכי ריפוי הוא תהליך של חיבור ואינטגרציה של אדם אחד עם אחרים, השונים ממנו (Jordan, 2001). עם זאת, על מנת שאדם יבין כי הוא חלק ממערכת גדולה יותר, יש צורך בצעד נוסף שיגרום לו להיות מעורב באופן פעיל בעניינים חברתיים החורגים מן האינטרס האנוכי שלו, ויאפשר לו לפתח מודעות מסוימת, נרחבת יותר מזו המקיפה תהליכים פנימיים.

"ייצוג החברה" כגורם טיפולי בקבוצה הגדולה עשוי להיחשב מקביל ל"חוויה המתקנת של המשפחה הראשונית" שהינו גורם טיפולי בקבוצה הקטנה. גורם זה דורש יכולות חברתיות מורכבות, ולכן הוא עשוי להיתפש כביטוי של פיתוח "מיומנויות חברתיות", גורם טיפולי אחר שקל לזהותו בקבוצה הקטנה. עם זאת, המעורבות בנושאים חברתיים והאחריות החברתית העשויות לנבוע מן ההשתתפות בקבוצה הגדולה מורכבות יותר מהכישורים החברתיים הפשוטים הדרושים על מנת לתקשר בקלות עם אחרים.

הקבוצה הגדולה מייצגת במידה כזו או אחרת את החברה שבה היא מתקיימת, ומכילה מגוון עצום של אנשים בעלי זהויות ורקעים שונים. לרוב ניתן למצוא בה שונות על רקע של אתניות, דת, לאום, גיל, מגדר, מצב משפחתי, נטייה מינית ועוד. בדרך כלל, זמן קצר לאחר שמתחילים המפגשים של הקבוצה הגדולה – ולפעמים אפילו לפני כן – נוצרות בה תת-קבוצות שונות. חלוקה זו מעמתת את המשתתפים עם שתי שאלות מהותיות: "מהי הסביבה החברתית שלי?" ו"למי אני שייך?". על בסיס שתי שאלות אלו נציע כעת הבחנה בין "שונות" ל"פלורליזם".

שונות: המונח "שונות" (diversity) מתייחס להזדמנות לגלות מגוון של חוויות, רעיונות והשקפות העשויים להתקיים בקבוצה הגדולה. שילדס טוענת כי "ההזדמנות העשירה שמוצגת בפני העצמי בקבוצה הגדולה היא ההזדמנות לפתח את "היכולת להיות לבר", במובן שויניקוט דיבר עליו, במהלך העוררות שנוצרת כתוצאה מהשונות המציפה שתמיד מוכרחה להתקיים בהקשר של הקבוצה הגדולה" (Shields, 2001, עמ' 214). אחרים מתייחסים להיבטי הסוציאליזציה של הקבוצה הגדולה. ג'ימס מציג את הקבוצה הגדולה כמשפרת אזרחות טובה, הואיל והיא מעניקה הזדמנות ללמוד על נקודות מבט של אחרים (James, 1994). וינברג ושניידר מתייחסים לקבוצה הגדולה ככלי להבנת תהליכים חברתיים אינטראקטיביים וקשרים הדדיים בתוך החברה, ובתוך מה שנקרא "הלא מודע החברתי". הם מוצאים בקבוצה הגדולה מעבדה להבנת קונפליקטים ודרך לקבלה של שונות ורב-תרבותיות (Weinberg & Schneider, 2003). אנחנו מאמינים כי הקבוצה הגדולה מציעה כלי יוצא מן הכלל ללמידה חווייתית על השונות העצומה המתקיימת בחברה ועל

העמדה הפרטית של העצמי. הגיוון של בני אדם בא לידי ביטוי באופנים רבים, והקבוצה הגדולה שמה את הדגש על צמיחה אישית דרך ההכרה בשונות. לדוגמא, קבוצה גדולה שהתקיימה בכנס בינלאומי שנערך ליד ירושלים ב-2010 שמה את הדגש, בין השאר, על ההבדלים בין הלשונות של המשתתפים – גברים ונשים, יהודים ופלסטינים, מארגני הכנס ומשתתפיו.

פלורליזם: המונח "שונות" מבטא את ההנחה שאנשים שונים זה מזה, אבל לא נוגע ביחסי הכוחות המתקיימים בין תת-הקבוצות השונות. המונח "פלורליזם" מבטא יחס עמוק יותר אל השוני הזה, הבא לידי ביטוי במישור הבין-אישי, ומתאר את האפשרות של בני אדם לפתח מודעות ביחס לעמדתם ומיקומם במערך של קבוצות אתניות, דתיות ותרבותיות המעורבות בקבוצה. אין די בקבלת השוני מתוך כבוד לנקודות מבט אחרות, יש צורך להכיר גם בקיומם של מעמדות והבדלי כוחות בין הקבוצות החברתיות, ולהעניק הזדמנות שווה לכל תת קבוצה. ההנחה היא כי תרבות היחיד הזוכה ליחס של כבוד מגבירה את תחושת הרווחה האישית של הפרט, ולכן חשוב להכיר באי השוויון ביחסי הכוחות בין הקבוצות, ולהכיר בזכות של כל אדם להגדרה עצמית (Waldegrave, 2009).

השתייכות לקבוצה מגבירה רגשות של זהות קבוצתית. הקבוצה הגדולה מעודדת את התפתחות הזהות האישית של הפרט אך גם של הזהות הקבוצתית שלו (Weinberg & Schneider, 2003). ז'ראר טענה כי לפרט יש כמה זהויות קבוצתיות, שאינן מתקיימות בהכרח בהרמוניה. הפערים ביניהן מתעוררים כאשר הפרט משתתף בקבוצה הגדולה, ולכן המפגש עם זהויות קבוצתיות שונות או עם תת קבוצות שונות בקבוצה הגדולה מעורר חרדה ומאיים (Shaked, 2003; Jarrar, 2003). עם זאת, מפגשים כאלה עוזרים לפרט להכיר בסובייקטיביות הייחודית שלו ושל אחרים, ומאתגרות לייצר דיאלוגים, פנימי ובין-אישי, שבמסגרתם אין האחר נתפש כנחות (Jarrar, 2003). אם כן נראה כי הקבוצה הגדולה, יותר מכל קבוצה טיפולית, מספקת הזדמנות למפות את הזהות הקבוצתית של הפרט, דרך חשיפתו לזהויות רבות אחרות.

בקבוצה שתוארה כבר, שהתקיימה ליד ירושלים ב-2010, כמעט כל המשתתפים היו דוברי עברית. ההנחה שהתבצעה בעברית מיקמה אותם בעמדת עליונות על פני הזרים שאינם דוברים את השפה. הניסיונות לתרגם את הנאמר בעבור הזרים לא תמיד עלו יפה, ועוררו אצל חלקם כעס. זו היתה הזדמנות ללמוד – בין היתר – על מגבלות הרצון הטוב ועל המידה שבה יכול הרוב או מוכן להתאים את עצמו לצרכיו של המיעוט.

מאבק כוח כגורם טיפולי

בכל חברה מתקיימים מאבקי כוחות גלויים וסמויים. חלק ניכר מהמצוקה שאנשים חווים אינו נובע מקונפליקט פנימי אלא מאירועים מעוררי מצוקה בעולם החיצוני, הכוללים אי

שוויון או ניצול לרעה של כוח, המותירים אנשים בתחושה של חוסר ישע או חוסר אונים (Mack, 1994). בקבוצות קטנות לא מתעורר אותו קושי לדבר שמאפיין קבוצות גדולות. המנחה של הקבוצה הקטנה מתמקד ביצירת סביבה בטוחה, והאווירה בה, שהופכת עד מהרה לאינטימית, מזמינה גם את האנשים הביישנים והשקטים להתבטא. לעומת זאת, בחלק ניכר מהקבוצות הגדולות, אם לא ברובן, מתרחשים בעת ובעונה אחת מאבקי כוח בתחומים שונים: בתחום הפיסי (המאבק על מקומות ישיבה וטמפרטורה בחדר), בתחום התקשורת (שאלת השפה והאפשרות של חברי הקבוצה לשמוע זה את זה), בתחום התוכן (נושאי הדיון) ובתחום ההנהגה (היכולת להשפיע). מאבקי הכוח הללו מקשים מאוד על המשתתף להישאר בעמדה צדדית ומרוחקת, בין אם הוא שותף פעיל או רק צופה במתרחש. חלק מהמשתתפים חווים את עצם היכולת להתגבר על פחדים פנימיים ולפצות פה מול הקבוצה הגדולה והמפלצתית כהישג עצום.

בכנס בינלאומי של טיפול קבוצתי שנערך ברומא (IAGP, Italy, 2009), הודיעו המנחים בצורה ברורה כי השפה בקבוצה הגדולה תהיה אנגלית, ללא תרגום רשמי. לכנס הגיעו כשלוש מאות משתתפים, מחציתם מאיטליה. השפה הפכה לאחד החסמים הגדולים ביותר בקבוצה הגדולה, לא רק בשל הקושי לתקשר אלא גם משום שהפכה למייצגת מאבקי הכוח בין תרבויות. הנושא נעשה מהותי היות ורבים מהאיטלקים לא שלטו באנגלית, וחשו מתוסכלים מכך שאין תרגום. כמעשה של מחאה ומרד החלו כמה מהם לדבר ואף לנאום נאומים ארוכים באיטלקית, תוך סירוב שיתרגמו אותם. לאחר דיונים וויכוחים ארוכים הוסכם כי הלא מודע החברתי פעל כאן, וכי המרד נקשר לתחושת ההשפלה של צאצאי הנתינים של האימפריה הרומאית שהרגישו כי "הזרים" השתלטו עליהם. עוד חברו לכאן התחושות הקשורות לכך שאיטליה מוצפת בימינו במהגרים. המאבק על השפה נגע בשאלות של הגמוניה, או ליתר דיוק בהתנגדות לאמריקאיות ולאנגליות כביטוי לשליטה האימפריאליסטית בעולם, שהתגלגלה מן השליטים הרומאים בעת העתיקה אל ארצות הברית בתקופתנו. הסירוב לתרגום איפשר לאיטלקים להרגיש כי הם שומרים על מידה של כוח ועל גאוותם בהיותם הצאצאים של נתיני האימפריה הרומית העתיקה.

הקבוצה הגדולה מספקת סביבה חברתית, וכאשר הכול הולך כשורה היא מוכלת היטב, ומהווה שדה טוב להתנסויות המאפשר למשתתפים לחוות חופש אישי ולתרגל את כוחם. שתי השאלות המהותיות העולות בקבוצה הגדולה הן: "מה אני חושב על כל זה?", ו"מה עלי לעשות עם הכוח שלי?". על בסיסן נערוך עכשיו הבחנה בין "פעלנות" ל"סמכות".

פעלנות (agency). המונח "פעלנות" מתייחס לכוחו של הפרט לפעול באופן עצמאי ולקבל החלטות באופן חופשי. פעלנות אישית קשורה לרצון, חופש בחירה ואחריות. שיקום תחושת הפעלנות, כלומר ההרגשה של אדם כי אינו מופעל בידי אחרים או גורמים פנימיים לא מודעים שאין לו שליטה עליהם, נתפשת כמטרה מרכזית של הטיפול הפסיכולוגי (Mack, 1994). מחקרים מעלים כי הפעלנות קשורה לתחושה של רווחה אישית, אם כי קשר זה מתווך על-ידי סדרה של מנגנונים. 1. בתגובה להזדמנויות ההולכות ומתרבות בחיים, אנשים שמים דגש חזק יותר על ערכים של אמנציפציה; 2. בתגובה לדגש חזק יותר על ערכים של אמנציפציה, תחושות של פעלנות מקבלות משקל רב יותר בעיצוב שביעות רצונם של אנשים מחייהם; 3. בתגובה להשפעה הרבה יותר של רגשות של פעלנות על שביעות הרצון מהחיים, רמת שביעות הרצון מהחיים עולה" (Welzel & Inglehart, 2010, עמ' 43). מחקר קודם, שהשתמש במונח "סמכות פנימית", טען כי האפשרות לחקור את המשמעות של הסמכות הפנימית היא אחד היתרונות של הקבוצה הגדולה (Weinberg & Schneider, 2003).

לחלופין אפשר להשתמש במונח "העצמה", (במקום "פעלנות"), לתיאור ההזדמנות שהקבוצה מספקת ללימוד חשיבה, ולבחירה להתנהג באופן אוטונומי. מחקרים מראים כי ההעצמה מקדמת רווחה אישית פסיכולוגית ובריאות נפשית בקרב אוכלוסיות רבות, כמו דמויות מטפלות במשפחה (Tebb, 1995), נשים פליטות ומהגרות (Khamphakdy-Brown et al., 2006), אנשים עם הפרעות פסיכוטיות (Castelein et al., 2008), מתבגרים (Berg et al., 2009) וילדים (Romanelli et al., 2009). ההנחה שלנו היא שהקבוצה הגדולה מספקת לפרט הזדמנויות משמעותיות למצוא את דרכו האינדיבידואלית בקרב ההמון.

פעלנות פירושה לקיחת סיכונים. בקבוצה הגדולה שהתקיימה בעין גדי ב-2008, המחבר הראשון היה אחד משני המנחים, והמחבר השני היה אחד המשתתפים. המחבר הראשון ישב במעגל הפנימי, בעוד שהמחבר השני בחר, בכוונה תחילה, להתרחק מאור הזרקורים, ובחר לשבת באחד המעגלים האמצעיים. לאחר שהמפגש הקבוצתי החל, לפתע החלו אורות מעצבנים לרצד על מסך גדול בצד אחד של החדר. תופעה כזו שייכת לתחום המסגרת (setting) של הקבוצה, ולמרות זאת המנחים לא התייחסו אליה. לאחר התלבטות מסוימת אזור המחבר השני אומץ, קם, "נטל את המושכות" וכיבה את המחשב שגרם להפרעה. בעבורו המעשה הזה דרש כוח ואומץ מסוימים.

סמכות: "פעלנות" משמעה שאנחנו חופשיים להחליט ולפעול, ופעולה זו אינה כרוכה בהכרח בהפעלת כוח על אחרים או ברעיון של מנהיגות. המונח "סמכות" מקדם את הרעיון צעד אחד קדימה, אל הרמה הבין-אישית, ומתאר את ההזדמנות לתרגל את השימוש בכוח הלגיטימי והמוסכם חברתית על אחרים בקבוצה הגדולה. שילדס הציגה את הטענה כי כנסי human relations (העושים שימוש בקבוצה הגדולה) "הם אמצעי נהדר לחקור את ההשפעה של השונות בתוך המערכת החברתית, ואת האופן שבו בעיות סמויות בעבודה עם סמכות מושלכות על תת קבוצות פוטנציאליות בעלות ערך בתוך ההקשר של הקבוצה הגדולה" (Shields, 2001, עמ' 220). בהקשר זה יש לציין שלעיתים קרובות תוקפנות מפעילה על אנשים או תת קבוצות לחץ להישאר קונפורמיים ולהתאים עצמם לנורמות של הרוב (Hopper, 2003b), כך שאיננו רואים בתוקפנות כשלעצמה כגורם טיפולי המוביל בהכרח לצמיחה חיובית. ראוי גם להדגיש כי השימוש בסמכות אינו כולל בהכרח תוקפנות או הפרת זכויות של אחרים. יחד עם זאת, בקבוצה הגדולה, הכוח בהחלט עלול ללבוש צורה של תוקפנות מילולית או לא מילולית.

עוד מוסיפה שילדס כי העבודה בקבוצה הגדולה "מציעה לחברים התנסות לימודית ייחודית דרך סיגול תפקידי מנהיגות מובחנים" (Shields, 2001, עמ' 220). כמו שהראה מאמר קודם, גם אנחנו סבורים כי "הקבוצה הגדולה היא מקום אידיאלי לחקירת נושאים של מנהיגות וסמכות" (Weinberg & Schneider, 2003, עמ' 18). כאשר קונפליקטים סוערים מתפרצים בקבוצה הגדולה, הם מציינים כל חבר בה בפני השאלה: "האם עלי לעשות משהו? האם מוטב שאמשיך לצפות ולא אתערב?". ההחלטה של משתתף לבטא את קולו כששני אנשים או שתי תת קבוצות נכנסים לריב אינה רק ביטוי של אזרחות טובה, אלא גם הזדמנות ייחודית להרגיש שיש לו יכולת להשפיע על האופן שבו דברים מתרחשים בסביבתו. בקבוצה הגדולה לומדים אנשים שלמעשה יש משמעות, שהם יכולים לחולל שינוי. הם יכולים להפיק את הלקח שעל שינוי אדם לא צריך לדבר, שהוא צריך להיות השינוי.

הקבוצה הגדולה שהתקיימה בעין גדי ב-2008 עמדה להסתיים באופן מתסכל למדי, כיוון שבשלביה הסופיים רבים מהמשתתפים הרגישו שההבדלים קשים מדי לגישור. ואז אחת המשתתפות, שבאה מתחום התיאטרון והתנועה, הציעה לנסות ליצור דימוי דרמטי שבמסגרתה ביימה אשה פלסטינית ואשה יהודייה נשענות זו על זו גב-אל-גב. זה היה צעד לא רגיל ועוצמתי, שבו עימתה המטפלת בפסיכודרמה את רוב המטפלים, שהכשרתם פסיכודינמית, עם אופן אחר (לא מילולי) של התמודדות עם קונפליקט וכאב. התגובות לכיוון שאליו היא הובילה היו אמביוולנטיות.

אף על פי שאצל כמה מהחברים בקבוצה הגדולה האירוע הזה עורר תקווה, אחרים הרגישו לא נוח עם פעולה לא נורמטיבית זו, והיו גם כאלה שהרגישו שהיא ניסתה לכפות סיום חיובי. כך או כך היא הצליחה להותיר את חותמה.

החוויה התוך-אישית והבין-אישית בקבוצה הגדולה

אפשר לראות כיצד שני הגורמים, "ייצוג של חברה" ו"מאבק כוח", מתקיימים בשתי רמות, ברמה התוך-אישית וברמה הבין-אישית (ראו טבלה). שני הגורמים הללו עשויים לגרום לפרט לנקוט תחילה עמדה מתבוננת, ולסגת באופן זמני ממעורבות עם אחרים. בשלב מאוחר יותר עשויים שני הגורמים להביא לכך שאדם יגביר את מעורבותו הבין-אישית בסכיבה. אם כן, ההכרה בשונות בתוך החברה המיוצגת מובילה למעורבות פעילה בחברה פלורליסטית. באופן דומה, בתהליך ההעצמה המתהווה וההגעה לרמה פנימית של חוסן פנימי, לוקח זמן לפתח תחושה חזקה של פעלנות, הנחוצה על מנת שהפרט יוכל לעמוד על סמכותו בקבוצה. המפגש המתקיים בקבוצה הגדולה עם ייצוג החברה שבה אנו חיים ומאבקי הכוחות המתמידים המתקיימים בה, מאפשר להתבטא בסוגיות חברתיות שונות ולהתנסות בעמדות שמעודדות אקטיביזם ושינוי חברתי.

"ייצוג של חברה" ו"מאבק כוח" כגורמים טיפוליים

רמה בין-אישית	רמה אישית	
פלורליזם	שונות	גורם טיפולי: ייצוג החברה
סמכות	פעלנות	גורם טיפולי: מאבק כוח

לסיום, ההתמודדות עם נושאים חברתיים וקבלה מלאה של שונות בפנים ושל פלורליזם בחוץ, ובנוסף פיתוח תחושה של פעלנות ויכולת לבטא סמכות, מחזקים את העצמי, מחוללים העצמה ומובילים לרמה גבוהה יותר של בשלות. פוקס ראה את הקבוצה האנליטית כ"אימון של האני תוך כדי פעולה" (ego training in action), כלומר, בעודנו עובדים על נושאים תוך-אישיים ובין-אישיים, אנחנו מאמנים את האני שלנו להתמודד עם לחצים, להכיל חרדות פנימיות ולהימנע מנסיגה במצבי קונפליקט (Foulkes, 1975). הקבוצה הגדולה היא המקום בה"א הידיעה לאימון האני (או העצמי, במונחים מעודכנים יותר), להתמודדות עם מצבים קשים באופן בוגר יותר.

סיכום

בקבוצה הגדולה עוברים המשתתפים חוויה רגשית חזקה, הכרוכה בכוחות גרסיביים,

תהליכים ארכאיים מאסיביים ומנגנוני הגנה פרימיטיביים של פיצול, השלכה והזדהות השלכתית. כאשר הכול מתנהל כשורה, המשתתפים בה עשויים לרכוש הבנה טובה יותר של תהליכים וקונפליקטים חברתיים, לפתח תחושה של פעלנות ואחריות חברתית, לחזק את זהותם האישית והקבוצתית, ולצאת מועצמים ובעלי כושר השפעה רב יותר. עם זאת, השתתפות בקבוצה הגדולה כרוכה בסיכונים מסוימים. אצל רבים מהמשתתפים היא מעוררת גישות חזקים של הצפה או קושי לקלוט את המתרחש, ואחרים, שזהותם פחות מגובשת ולכידה, עשויים לחוות בה בלבול זהות.

הגורמים הטיפוליים הפועלים בקבוצות גדולות אינם זוכים להתייחסות רבה, ועל כך ניתן רק להצטער, הואיל ויש בכוחן של קבוצות אלה להעצים צמיחה אישית. במאמר זה הצבענו על שני גורמים טיפוליים המתקיימים רק בקבוצה הגדולה, ברמה האישית וברמה הבין-אישית. ייצוג החברה מעודד את התפתחות הזהות הקבוצתית של הפרט, באמצעות תהליכים של שונות ופלורליזם. מאבק הכוחות מחזק את תהליך ההעצמה של הפרט, במעבר מפעלנות לסמכות. מספר המחקרים שנערכו על קבוצות גדולות הוא קטן מאוד. אנחנו קוראים לעמיתינו להמשיך ולברוק באופן מתודולוגי את הגורמים הטיפוליים המתקיימים בקבוצה הגדולה.

מקורות

- Agazarian, Y. M. & Carter, F. B. (1993). "Discussions on the Large Group". *Group* 17, 210–234.
- Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
- Berg, M., Coman, E. & Schensul, J. (2009). "Youth Action Research for Prevention: A Multi-level Intervention Designed to Increase Efficacy and Empowerment among Urban Youth". *American Journal of Community Psychology* 43, 345–359.
- Booty, J. E. (1990). *John Donne: Selections from Divine Poems, Sermons, Devotions, and Prayers*. Mahwah, NJ: Paulist Press.
- Castelein, S., van der Gaag, M., Bruggeman, R., van Busschbach, J. & Wiersma, D. (2008). "Measuring Empowerment among People with Psychotic Disorders: A Comparison of Three Instruments". *Psychiatric Services* 59, 1338–1342.
- De Maré, P. (1972). "Large Group Psychotherapy: A Suggested Technique". *Group Analysis* 5, 106–108.
- De Maré, P. B. (1975). "The Politics of Large Groups". In L. Kreeger (ed.), *The Large Group: Dynamics and Therapy*. London: Constable.
- Foulkes, S. H. (1975). *Group Analytic Psychotherapy, Method and Principles*. London: Gordon & Breach.

- Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations across Nations*. Thousand Oaks, Ca.: Sage Publications.
- Hopper, E. (2003a). *The Social Unconscious: Selected Papers*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hopper, E. (2003b). "Aspects of Aggression in Large Groups Characterised by (ba) I:A/M". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses* (pp. 58–72). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hopper, E. & Weinberg, H. (eds.) (2011). *The Social Unconscious in Persons, Groups and Societies: Volume I: Mainly Theory*. London: Karnac.
- James, D. C. (1994). "Holding' and 'Containing' in the Group and Society". In D. Brown & L. Zinkin (eds.), *The Psyche and the Social World: Developments in Group Analytic Theory* (pp. 60–79). London: Routledge.
- Jarrar, L. K. (2003). "A Consultant's Journey into the Large Group Unconscious: Principles and Techniques". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses* (pp. 29–43). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Jordan, J. V. (2001). "A Relational–Cultural Model: Healing through Mutual Empathy". *Bulletin of the Menninger Clinic* 65, 92–103.
- Khamphakdy-Brown, S., Jones, L. N., Nilsson, J. E., Russell, E. B. & Klevens, C. L. (2006). "The Empowerment Program: An Application of an Outreach Program for Refugee and Immigrant Women". *Journal of Mental Health Counseling* 28, 38–47.
- Kreeger, L. (1975). *The Large Group: Dynamics and Therapy*. London: Constable.
- Mack, J. E. (1994). "Psychotherapy and Society: Power, Powerlessness and Empowerment in Psychotherapy". *Psychiatry* 57, 178–198.
- Main, T. F. (1946). "The Hospital as a Therapeutic Institution". *Bulletin of the Menninger Clinic* 10, 66–70.
- Rogoff, B. (2003). *The Cultural Nature of Human Development*. New York: Oxford University Press.
- Romanelli, L., Hoagwood, K., Kaplan, S., Kemp, S., Hartman, R., Trupin, C., Soto, W., Pecora, P., LaBarrie, T. & Jensen, P. (2009). "Best Practices for Mental Health in Child Welfare: Parent Support and Youth Empowerment Guidelines". *Child Welfare* 88, 189–212.
- Rutan, J. S., Stone, W. N. & Shay, J. J. (2007). *Psychodynamic Group Psychotherapy (4th ed.)*. New York: Guilford Publishers.

- Saragovi, C., Aube, J., Koestner, R. & Zuroff, D. (2002). "Traits, Motives and Depressive Styles as Reflections of Agency and Communion". *Personality and Social Psychology Bulletin* 28, 563–577.
- Shaked, J. (2003). "The Large Group and Political Process". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses* (pp. 150–161). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Shields, W. (2001). "The Subjective Experience of the Self in the Large Group: Two Models for Study". *International Journal of Group Psychotherapy* 51, 205–223.
- Springmann, R. (1975). "Psychotherapy in the Large Group". In L. Kreeger (ed.), *The Large Group: Dynamics and Therapy*. London: Constable.
- Tebb, S. (1995). "An Aid to Empowerment: A Caregiver Well-being Scale". *Health & Social Work* 20, 87–92.
- Triandis, H. C. & Suh, E. M. (2002). "Cultural Influences on Personality". *Annual Review of Psychology* 53, 133–160.
- Volkan, V. D. (1988). *The Need to Have Enemies and Allies: From Clinical Practice to International Relationships*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Waldegrave, C. (2009). "Cultural, Gender, and Socioeconomic Contexts in Therapeutic and Social Policy Work". *Family Process* 48, 85–101.
- Weinberg, H. (2007). "So What is this Social Unconscious Anyway?". *Group Analysis* 40, 307–322.
- Weinberg, H. & Schneider, S. (2003). "Introduction: Background, Structure and Dynamics of the Large Group". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses* (pp. 13–26). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Weinberg, H. & Schneider, S. (2007). "Ethical Considerations in the Large Group". *Group* 31, 215–228.
- Welzel, C. & Inglehart, R. (2010). "Agency, Values and Well-Being: A Human Development Model". *Social Indicators Research* 97, 43–64.
- Wilke, G. (2003). "Chaos and Order in the Large Group". In S. Schneider & H. Weinberg (eds.), *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses* (pp. 86–97). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yalom, I. D. & Lescz, M. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy (5th ed.)*. New York: Basic Books.