

## חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית השלילית של המנחה בקבוצה האנליטית ליאת ורהפטיג ארן

המאמר מציג את התרומה החיובית של החשיפה העצמית של ההעברה הנגדית של המנחה. הוא מראה כי חשיפה זו יכולה לעזור לקבוצה האנליטית לעבד מצבים של הזדהות השלכתית. הוא דן ביתרונות שיש במצבים אלו לחשיפה העצמית של ההעברה הנגדית על פני הצעת פירוש. המאמר דן גם בהבדלים בין חשיפה ספונטנית וחשיפה מחושבת, בעיתוי הרצוי לחשיפה, וביתרונות שיש לחשיפה עצמית של העברה נגדית שלילית. הרעיונות מודגמים באמצעות תיאורי מקרה מקבוצות אנליטיות.

גרסה קודמת של מאמר זה:

Warhaftig-Aran, L. (2016). The conductor's self-disclosure of negative countertransference in group analytic psychotherapy. *Group Analysis*, 49(4), 385-397.

**מילות מפתח:** חשיפה עצמית של המנחה, חשיפה עצמית של העברה נגדית, הזדהות השלכתית, אנליזה קבוצתית, תפקיד המנחה

ליאת ורהפטיג ארן היא פסיכולוגית קלינית ואנליטיקאית קבוצתית, חברת המכון הישראלי לאנליזה קבוצתית ועמיתה במכון תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו. עוסקת בטיפול פרטני וזוגי בקליניקה פרטית ברעננה, שבה היא גם מנחה קבוצה אנליטית. עוסקת בהוראת טיפול קבוצתי בבית הספר המרכזי לעובדים סוציאליים, וחברת סגל במכון לאנליזה קבוצתית. מדריכה קבוצות מנחים בארגונים שונים, ביניהם ביטוח לאומי.

מאמר זה מציג את התרומה החיובית של החשיפה העצמית של ההעברה הנגרית של המנחה ודן ביתרונות שיש במצבים שונים לחשיפה העצמית של ההעברה הנגרית. הרעיונות מודגמים באמצעות שני תיאורי מקרה מקבוצות אנליטיות.

מדוע בחרתי לכתוב על חשיפה עצמית של המנחה? במהלך הכשרתי המקצועית חשתי הסתייגות מהרעיון של אובייקטיביות וניטרליות המטפל. בנוסף, חיפשתי דרכים נוספות ליצירת מגע רגשי עם המטופל. היכרותי עם הגישה ההתייחסותית אפשרה לי לפתח את הרעיון של חשיפה עצמית של המנחה כנוכחות רגשית חיה בקבוצה האנליטית.

### דוגמא קלינית ראשונה

להלן תיאור של מספר פגישות עוקבות בקבוצה אנליטית שהנחיתי. הקבוצה מנתה שישה משתתפים, שני גברים וארבע נשים, שבתקופה המתוארת נפגשה כבר במשך כשנתיים. (כל השמות שוננו לצורך מניעת זיהוי, והאינטראקציה המתוארת מבוססת על התרחשויות במספר קבוצות). הקבוצה שוחחה על הלוויות ואובדנים, אך הדרך שבה עשתה זאת נראתה לי מנותקת מרגש. כאשר חלקתי עם חברי הקבוצה את התרשמותי, החליף דן, גבר כבן 40, את נושא השיחה וסיפר שהוא רוצה לפתוח עסק משלו, וחושש להחמיץ את ההזדמנות. שאלתי אם יש בקבוצה עוד משתתפים שהנושא הזה מעסיק אותם. דינה, אשת קריירה מצליחה שהרבתה להתלונן על בדידות חברתית, עמדה בדיוק באותם ימים לעזוב את הקבוצה לשלושה חודשים לרגל נסיעה. דינה שיתפה את הקבוצה ברצונה להקדים את עזיבת הקבוצה בשל עומס בעבודה ותחושה שהקבוצה "תקועה". באותו רגע התפרץ דן ואמר שגם הוא רוצה לעזוב את הקבוצה, ומבקש שלא ישכנעו אותו להישאר, אך כן חשוב לו לקבל משוב מהקבוצה על החלטתו לעזוב. עד אותה עת לא הצליח דן להתמיד בשום מקום עבודה, אך כיוון שהגיע ממשפחה עשירה גם לא נדרש להתמודד עם הבעיה, ולעבדה כהלכה. בקבוצה באו קשיי ההתמדה שלו לידי ביטוי בהיעדרויות מהמפגשים, שהתרחשו לפחות פעם בחודש. הזמנתי את דן להתייחס להיעדרויותיו, אך הוא נימקן כתוצר של "נסיבות גרידא". הקבוצה חששה להתעמת עם דן, שהיה איש חם וכריזמטי אך גם תקיף ותוקפני. הצעתי פירוש שדן, שאיבד את אמו כשהיה בן 12, מאיים "לנטוש" אותנו כפי שננטש בעבר בעצמו, אך הפירוש לא העלה חומר חדש. בכל יום רביעי הייתי מצפה בחשש להודעת הטקסט של דן, ומתמלאת חרדה וכעס על הצורך שלי להמתין לה, ועל היעדרויותיו התכופות.

הקבוצה התייחסה להודעה של דינה בדאגה ובעצב, אם כי ללא חקירה אנליטית. להודעה של דן אף אחד לא התייחס. חלקתי עם חברי הקבוצה את התרשמותי כי הם נמנעים מלחקור את מניעיה של דינה ומתעלמים מדבריו של דן. לבנה, אישה מופנמת שנעה בין הרצון להישמע

והחשש מדחייה, אמרה שקשה לה להתייחס לזן, שבעיניי "מנצל את רגשותיה", כי כל כך הרבה פעמים בעבר הוא כבר הודיע על עזיבתו הצפויה. דינה הזכירה שזן ביקש לא לשכנע אותו, וסיפרה שחוותה את בקשתו כמעשה של דחייה והשתקה. שאר חברי הקבוצה לא הצטרפו לשיחה. הזכרתי להם ששוחחנו קודם על האומץ והחשש להחמיץ, וצינתי כי לנושאים אלה יש משמעות גם ב"כאן ועכשיו" של הקבוצה, אך השתיקה נמשכה עוד דקות ארוכות. הרגשתי כי למרות הזמנותי התכופות לשתף את הקבוצה בתחושות נמשכת השתיקה הטעונה, כי הקבוצה "תקועה". לאחר מחשבה ארוכה החלטתי לחשוף את ההעברה הנגדית שלי. אמרתי לזן שאני פגועה ממנו וכועסת על כך שהחליט לעזוב את הקבוצה, ועל האופן שבו הוא הודף את ההתייחסויות שלי ושל הקבוצה. אמרתי גם שהיעדרויותיו התכופות מעוררות אצלי חשש מתמיד וחוסר ביטחון. זן הופתע ודמעות נקוו בעיניו. אורן, ששתק עד כה במפגש הזה, אמר שהדמעות הללו מכות אותו בהלם, כי תמיד סבר שזן חזק, ועכשיו הבין שהוא כמוהו, וכמו כולם, ודווקא כן אכפת לו מה חושבים עליו. זן אמר בכעס שהוא רוצה ללכת הביתה, ולא יסכים להיות מתואר כאדם אגוצנטרי. לזן אמרה שהעימות מעורר בה חשש, וכי היתה רוצה שזן יירגע. אני חשתי שזן מבטא קול קבוצתי, המייצג פנטסיה על אכפתיות והתייחסות אישית ללא צורך בהדריות. דומה כי עד אותו רגע ראה אורן את זן כאדם אדיש וחזק, ואת עצמו כ-selfless (נטול אינטרסים אישיים) וחלש, אך באותו רגע הבין שלאגוצנטריות של זן יש מחיר, ולכל בחירה יש השלכות. דינה סיפרה לקבוצה על אירוע שהתרחש בבית הספר של בתה, שבמהלכו התעמתה עם מורתה האהובה. היתה זו התנסות חרשה בעבודה, שבה הצליחה להשמיע את קולה בלי לקלקל את היחסים הטובים. היא אמרה כי היא מוקירה את התמיכה שקיבלה מהקבוצה, כי זו סייעה לה להגיע להישג הזה. הקבוצה הביעה את התרגשותה לשמע ההוקרה וההישג.

למפגש הבא הגיע זן פגוע וכועס על כך שאמרו עליו שהוא אגוצנטרי. הקבוצה הגיבה בחמימות. חלק מהמשתתפים אמרו שהם חשים קירבה אליו עכשיו, לאחר שחשף בדמעותיו את פגיעותו, וגרם להם לחוש, לראשונה כמעט, שהוא זקוק להם. הצעתי לזן להישאר בקבוצה עוד חצי שנה, כדי לעבד את האירועים ולברוק אם יש קשר בין מה שקרה ובין החשש שלו להגשים את חלומו לפתוח עסק משלו. זן נשאר בקבוצה חצי שנה נוספת. דינה עזבה לשלושה חודשים בתחושת הישג.

### חשיפה עצמית של המנחה – סקירת ספרות

המטפל חשוף תמיד לקבוצה: המראה שלו, המבטא שלו, מראה הקליניקה ועוד, כל אלה מספקים למטופלים מידע על עליו, אך זוהי חשיפה עצמית לא מכוונת. במאמר זה אבחן

פעולות ואמירות של חשיפה עצמית מכוונת של המטפל. על פי הגדרתו של ארון, החשיפה העצמית של המטפל כוללת חשיפה של האסוציאציות המתעוררות בו לשמע חלום של מטופל, של הדילמה שלו בשאלה כיצד לגשת לנושא מסוים, של פרטים ביוגרפיים מחייו, ושל ההעברה הנגדית העולה בחדר הטיפולים או מחוצה לו (ארון, 2013). הסיווגים המקובלים בספרות קשורים לתוכן שנחשף: האם מדובר בפרטים מחיי המטפל או בהעברה נגדית, והאם מדובר ברגש שלילי או חיובי שלו כלפי המטופל.

בספרות העוסקת בחשיפה בטיפול פרטני אפשר למצוא קולות סותרים בשאלת היעילות של חשיפת פרטים מחיי המטפל. ארון חושף פרטים מחייו וגם את ההעברה הנגדית שלו, ואילו מרודה ורניק מעדיפים חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית של המטפל (Maroda, 1999; Renik, 1995). ליתר דיוק, רניק מגדיר את הקריטריון לחשיפה כך: "כל מה שתומך בתהליך הטיפול" (Warhaftig-Aran, 2016).

פוקס נוקט זהירות כשהוא מתייחס בכתביו לנושא של חשיפה עצמית של המנחה, המופיע אצלו פעמיים. באחד הוא רק רומז כי לעתים יכול המנחה להגיב להעברה של משתתף כמו אחד המשתתפים, ולא על דרך הפירוש (Foulkes, 1969); ובאחר הוא מתייחס לכך שהתקיעות בתקשורת יכולה לנבוע מהמנחה ולא רק מהקבוצה, ומציע כי במקרה כזה יחשוף המנחה בפני הקבוצה את ההעברה הנגדית שלו, אך מסייג כי התערבות מסוג זה צריכה להיעשות לעתים רחוקות ולא כדרך שגרה (Foulkes, 1986). יאלום מדגיש את התרומה של חשיפת רגשותיו של המנחה ב"כאן ועכשיו" של הקבוצה. הוא מדגים גם חשיפה עצמית של פרטים מחיי המנחה, אך ממליץ שזו תיעשה בתגובה לשאלה של מטופל ולא ביוזמת המטפל. עוד הוא מציג תוצאות של מחקרים המראים כי מטופלים מעוניינים במעורבות של המטפל, אך אינם מצפים לחשיפה מלאה שלו. כמו כן, הם נרתעים מחשיפה של רגש שלילי שלו כלפיהם, או מחשיפת חוויות של כישלון מחייו של המנחה (Yalom, 2005).

בילו בוחן מקרים של חשיפה עצמית של רגשות המנחה ומקרים של חשיפת פרטים מחייו, ומראה כי לשני סוגי החשיפה תרומה שווה (Billow, 2011). חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית מתקבלת ביתר אהדה בקרב התומכים בחשיפה עצמית של המטפל, בעוד שחשיפה עצמית של פרטים מחיי המנחה נותרת שנויה במחלוקת, היות שהיא עלולה להיתפס כלא אורגנית לצרכי המטופל (Ziv-Beiman, 2006). רייכמן, לעומת זאת, מספרת כי ספר זיכרונות שכתבה על חייה כילדה בשואה חיזק אצל חלק ממטופליה את תחושת המובנות שלהם ביחס לטראומות שעברו הם עצמם (Richman, 2006). קרסטנופול טוענת כי הסובייקטיביות של המטפל קשורה לחייו האישיים,

ומשפיעה על האופן שבו חווה המטופל את ההתערבויות של המטפל. היא ממשילה זאת לעדשות שמשנות את תכונות הראייה, וכך יכולות לעתים לתרום לאיכות הטיפול (Crastnopol, 1997).

במאמר זה אתמקד בחשיפה עצמית מכוונת של ההעברה הנגדית של המנחה בקבוצה אנליטית.

### התרומות האפשריות של החשיפה העצמית של המנחה בקבוצה

הספרות המקצועית מונה שלוש תרומות מרכזיות של החשיפה העצמית של המנחה: הנכחת אספקט מציאותי של דמות המנחה, לקיחת אחריות על ההשפעה של המנחה על הקבוצה, וביטוי למעורבות רגשית.

החשיפה העצמית יכולה להאיר את ההיבטים ה"מציאותיים" בדמותו של המנחה. היבטים אלה הם ניגודם של ההיבטים הקשורים להעברה, אשר יוגדרו לפיכך לעתים כקשורים בהשלכות וב"עיוות" של המציאות (Yalom, 2005). כהן ושרמר ממליצים שהמנחה ינוע בין שתי עמדות: העמדה האימננטית, המאפשרת לו לחשוף את רגשותיו כחלק מביטוי המעורבות שלו בקבוצה, והעמדה הטרנסצנדנטית-מקצועית, שבה הוא אינו עוסק בחשיפה עצמית של רגשותיו (Cohen & Schermer, 2001). בילו לעומת זאת טוען כי החשיפה העצמית של המנחה היא מעשה של לקיחת אחריות על ההשפעה שלו על הקבוצה, המתרחשת ממילא (Billow, 2011). לקיחת אחריות זו היא גם מודלינג לחברי הקבוצה. בילו מדגיש את הטבע הלא מודע של החשיפה העצמית של המנחה, וטוען שחלק מהיבטיה נחשפים רק בדיעבד, ובעזרת הקבוצה. כמו בילו גם גרוסמרק מאמין כי חשיפה עצמית של המנחה היא ביטוי של המעורבות הרגשית שלו, אך סבור כי היא אינה הביטוי היחיד לה (Grossmark, 2015). הוא מתאר כיצד חשף בפני הקבוצה חלום שחלם, אך אינו מתאר את השפעת החשיפה. הוא גם מזהיר את המנחים מפני חשיפת רגשותיהם במצבים כאלה, שכן חשיפה כזו עלולה לשמש לצורך "פינוי" בלתי רצוי של רגשות בעזרת הקבוצה, בעוד שהאתגר ההנחייתי הוא להימצא במגע עם הרגש בלי לבטא אותו בהתנהגות ובלי להתנתק ממנו (Grossmark, 2007). בעבודה זו אציג את האפשרות של החשיפה העצמית של ההעברה הנגדית של המנחה לשמש בטיפול כדרך להיחלץ ממצבים של "מבוי סתום".

ארון טוען כי ניתן לשאול את המטופל איך חווה את החשיפה, ובדרך זו לאפשר הבנה של החוויה הסובייקטיבית של החשיפה, שאינה ניתנת לגילוי ללא השותפות של המטופל (ארון, 2013). גרוסמרק, לעומתו, טוען שיש "חומרים לא מנוסחים" היכולים לקבל משמעות ומילים רק באמצעות מצבי אנאקטמנט (מצבים שבהם מצויה הקבוצה במצב נוקשה של

צמצום מצבי עצמי, שבו חומרים "לא מנוסחים" שלא עברו סימבוליזציה מתבטאים בהתנהגות המשתתפים ולא באמצעות מילים). הוא מציע שהמנחה יימנע מפירוש ואפילו יימנע מלשאול את הקבוצה איך היא מרגישה במצבים אלו, כיוון שכך עלולה להיחסם חשיפתם (Grossmark, 2015). במקום אחר הוא טוען כי לא מומלץ לשאול את המטופל או הקבוצה איך הם חווים את החשיפה, כי שאלה כזו, בדומה לפירוש, מציעה התערבות אינטלקטואלית בטרם עת, ועלולה להרחיק את משתתפי הקבוצה מהחווייה שבתוכה הם מצויים (Grossmark, 2012). בנוסף טוען גרוסמרק כי חקירת האופן שבו חווה המטופל את חשיפת המטפל עלולה להפריע למטופלים לגלות את האובייקט בקצב שלהם, ולהיחוות כחודרנית, היות שהיא מנכיחה במידה יתרה את המטפל המבקש משוב להתערבויותיו. מעניין לשים לב שלדעתו דווקא החקירה של חוויית המטופל ביחס לחשיפה היא שעלולה להיחוות כחודרנית, ולא החשיפה עצמה. בדומה לארון (2013), גם אני סבורה כי לחשיפה העצמית היבטים מודעים ולא מודעים, וכי תגובת הקבוצה לחשיפה של המנחה מתייחסת לחומר הגלוי אך גם לתכנים ההשלכתיים. לטעמי, כמו בהתערבויות מסוגים אחרים, גם התרומה של החשיפה מתבררת לאורך זמן, ועל כן כל ניסיון לברר מה היתה תרומת החשיפה בעיתוי הסמוך לה יגלה ממילא רק חלק קטן ממידת השפעתה.

### העברה נגדית והזדהות השלכתית באנליזה קבוצתית

הזדהות השלכתית היא תהליך שכיח בקבוצות, שבו משליכים חברי הקבוצה זה על זה ועל המנחה חלקים מנפשם הנחווים על ידיהם כבלתי נסבלים. כאשר ההשלכות מאסיביות, ועל החברים והמנחה מופעל לחץ להתאים אליהן את התנהגותם, עלול הטיפול להיקלע ל"מבוי סתום". החווייה של המנחה לנוכח השלכות כאלה היא חלק מתהליך ההעברה הנגדית שלו.

פוקס ראה את המנחה והמשתתפים כחלק ממטריקס, וסבר שהם מחוברים זה לזה על ידי גורם משותף לא ידוע שאותו הגדיר כ"לא מודע החברתי" (Foulkes, 1986). למנחה ייחס פוקס תפקיד מיוחד, אך ראה בו גם חבר קבוצה, המושפע בדיוק כמו כל חבר אחר מן התהליכים הקבוצתיים המודעים והלא מודעים.

בהמשך לרעיונות אלה יצק פוקס למושג ההעברה הנגדית משמעות חדשה, שונה מזו של פרויד. אמנם פוקס לא חלק על פרויד בגלוי, אך ההגדרה שהוא נתן להעברה הנגדית קרובה יותר להגדרה האינטר-סובייקטיבית - אסכולה שעוד לא קמה בזמנו, ופוקס בחשיבתו היצירתית היה אחד ממבשריה (Friedman, 2014). בדומה לפוקס, גם העמדה האינטר-סובייקטיבית מאמינה ב"פסיכולוגיה של שניים", שמקורה בהשפעה ההדדית, המודעת והלא

מודעת, של המטפל והמטופל. רעיון ההשפעה ההדדית פותח בחשיבה האינטר-סובייקטיבית בהקשר של ההעברה וההעברה הנגדית. ההנחה היא שהמטפל משפיע על התפתחות ההעברה (הופמן, 2013) וגם המטופל אינו נאיבי, כיוון שהוא יכול לזהות היבטים לא מודעים אצל המטפל, לפעמים עוד לפני שהמטפל מודע להם (ארון, 2013). את המושגים של העברה והעברה נגדית מחליף בחשיבה האינטר-סובייקטיבית המושג אנאקטמנט, המדגיש את הרעיון כי ההעברה וההעברה הנגדית אינן מתרחשות בסדר כרונולוגי, שבו ניתן לזהות כי האחת קדמה לאחרת (ארון, 2013).

פוקס לא השתמש במושג "הזדהות השלכתית", אך הוא טען שרגשות המנחה נותנים אינדיקציה לאישיותו, ובעיקר ל"נקודות העיוורות" שלו. כמו כן האמין שבנוסף לכך, ההעברה הנגדית שלו יכולה לתת אינדיקציה לעולמם הפנימי של חברי הקבוצה (Foulkes, 1986). אוגדן מגדיר הזדהות השלכתית כתהליך הכולל שלושה חלקים: פנטסיה על העברת חלק לא רצוי של העצמי מבפנים החוצה לאדם אחר; הפעלת לחץ על אותו אדם להתנהג, לחשוב ולהרגיש בדרך שתתאם את החלק המושלך; הפנמה מחודשת של אותו חלק, לאחר שעובד על ידי אותו אדם (Ogden, 1979).

בתהליך זה, החלק המושלך, אם נותר ללא שימוש במנגנון ההשלכה, עלול, בחוויה של המטופל, להתקיף את העצמי שלו מבפנים, או להיות מותקף על ידי חלקים אחרים של העצמי. כאשר תהליך כזה מתרחש בקבוצה, רגשות בלתי נסבלים מושלכים על משתתף או על המנחה (Friedman, 2015). הקבוצה נמצאת בעמדה תלותית, ומתקשה לבוא במגע עם הרגשות הבלתי נסבלים הנוכחים בה, לקחת בעלות עליהם, ולתת להם מילים (Rafaelsen, 1996). אוגדן מתארת תפקידים בקבוצה בהקשר של הזדהות השלכתית, וטוענת שהמשתתף הנושא בתפקיד הוא כמו "נקודה נודאלית", המייצגת תכנים וחוויות בלתי רצויים בעבור הקבוצה כולה, המשליכה אותם עליו (אצל Rafaelsen, 1996). תהליך זה, שמתפתח בשכיחות רבה בקבוצות, עלול להיות הרסני אם איננו מזוהה ומעובד. במידה שהוא מפוענח, הוא יכול לאפשר גישה לחומר לא מודע חשוב (Rogers, 1987).

גרינברג תיאר מצבים שבהם ההרגשה וההתנהגות של המטפל מושפעות מההשלכות שנעשו עליו, וכינה העברה נגדית זו בשם projective counter-identification (אצל Ogden, 1979). אוגדן מבחין בין העברה נגדית זו לסוג אחר של העברה נגדית, שהיא הזדהות השלכתית שבמסגרתה מצליח המטפל לשמור באופן חלקי על מרחק רגשי המאפשר לו לבחון ולעבד את החלקים המושלכים עליו (Ogden, 1979).

אוגדן מציע לפרש את ההזדהות השלכתית, אך אני מבקשת לתאר מצבים שבהם ההזדהות השלכתית הקבוצתית מקשה על יכולת העיבוד של הקבוצה והמנחה, ולהראות

כי במקרים אלה יש לחשיפת הרגשות של המנחה (כחלק מההעברה הנגדית שלו) יתרון על פני פירוש. הואיל והמאמר מתייחס לקבוצה האנליטית, בחרתי להשתמש במושג ההעברה הנגדית במשמעות שמייחס לה פוקס, ולא במושג אנאקטמנט. בנוסף, באמצעות השימוש במושג זה אני מבקשת להדגיש את תפקידו של המנחה בעיבוד רגשות בלתי נסבלים. הקבוצה אמורה לרכוש פונקציה זו, אך לטעמי הוא נותר תמיד גם בגדר תפקידו של המנחה.

### חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית השלילית

חשיפה של ההעברה הנגדית השלילית בידי המטפל יכולה לתרום לחיזוק הנפרדות של המטופל, וליציאה ממצבים של "מבוי סתום" טיפולי.

ויניקוט טען שבדומה ליחסי אס-תינוק, השנאה של המטפל למטופל קשורה למסירות הנדרשת ממנו, אך יש בה גם רכיב הקשור למאפיינים של מטופל ספציפי (Winnicott, 1949). חשיפה עצמית של העברה נגדית שלילית יכולה גם לקדם את היכולת של המטופל לקיים נפרדות ולרכוש בעלות על הרגשות שלו (Symington, 1983). ארון מדגיש את הצורך בחשיפה עצמית של ההעברה הנגדית, גם במצבים שבהם הרגש שנחשף הוא שלילי ומתייחס למצבים של "מבוי סתום" טיפולי (ארון, 2013). הוא טוען כי חלק מסוגי החשיפה העצמית יכולים לתרום למפגש הטיפולי, כיוון שהם יוצרים "שלישי" המחולל טרנספורמציה במפגש – מחוויה של קומפלמנטריות לחוויה של הדדיות ביחסים. בכך הוא מבקש לומר שיחסים טיפוליים המצויים במצב של "נרנדה", שבה הסובייקטיביות של האחד כאילו "מוחקת" את הסובייקטיביות של האחר, הם מצבים קומפלמנטריים. במצבים אלה עלול המטפל לחשוש שמא חשיפת ההעברה הנגדית שלו "תמחק" את המטופל, בעוד שהימנעות מחשיפתה תמחק את המטפל. ארון מביא דוגמה של מודרכת אשר טיפלה בצלם שהפיק רגשות של עונג בעקבות צילום אסון התאומים בניו יורק. המטפלת, שטיפלה בהתנדבות בניצולים מהאסון, גילתה שהיא כועסת ולא מסוגלת לחוש אמפתיה כיוון שנלכדה ביחסים קומפלמנטריים. כאשר שיתפה בחוויית ה"נרנדה" שלה ובהתלבטותה כיצד לפגוש את חוויית המטופל, היא יצרה את ה"שלישי". גם דייויס מתייחסת למצבים של "מבוי סתום" טיפולי שנוצרים בעקבות העברה שלילית מתמשכת (Davies, 2004). מצבים כאלה יכולים להתרחש כאשר המטפל חש שהוא "אובייקט רע", אך מתנגד להעברה כיוון שאינו רוצה לחוש שנאה למטופל, שתיקשר גם באפשרות שלו לפגוש בתוכו מצבי עצמי של שנאה עצמית. דייויס מתארת כיצד סיפרה למטופלת שבמצבים מסוימים היא שונאת אותה, אך כאשר זה קורה היא שונאת את עצמה אפילו יותר. לטענתה, מטופלים חשים מתי המטפל מתקשה לסבול אותם גם כאשר המסר אינו



נחשף ישירות. היא מעלה את האפשרות שחשיפת שנאתה לעצמה היתה משמעותית, כיוון שהיא הפחיתה את מידת הבושה שהיתה כרוכה בשנאה של המטופלת לעצמה. דיוויס מדגישה שהגורם המרפא אינו רגע החשיפה, אלא התהליך הטיפולי הממושך שבו ניתן לה ולמטופלת לפגוש חלקי עצמי שנואים תוך הפחתת הבושה ויצירת האפשרות לרקום דפוס יחסים חדש. למרות יתרונות אלה, הספרות שעוסקת בטיפול הפרטני אינה מתייחסת בהרחבה לנושא של חשיפה עצמית של העברה נגדית שלילית של המנחה. הספרות של הטיפול הקבוצתי ממעטת עוד יותר לחשוף העברה נגדית בכלל, והעברה נגדית שלילית בפרט. כיצד ניתן להסביר את מיעוט הכתיבה בנושא?

בעיני מטפלים רבים נחשבת ההעברה הנגדית השלילית כלא אמפתית, ועל כן יש נטייה להרחיק אותה. הדחקה זו יכולה להסביר חלק גדול ממצבי "המבוי הסתום" בטיפול (Mermelstein, 2000). מרודה טוענת שהדחקה של ההעברה הנגדית השלילית מגדילה את הסיכויים שהמטפל יבטא בהתנהגותו את הרגשות האלה (Maroda, 1999). לעומת זאת, היכולת של המטפל לבוא במגע עם אותם רגשות מקדמת את הטיפול, ומאפשרת לו לבחור אם ברצונו לחשוף אותם בפני המטופל.

ויניקוט קובע כי חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית השלילית של המטפל צריכה להתרחש לקראת סוף הטיפול (Winnicott, 1949). כמוהו גם אני סבורה כי לפני שמנחה חושף העברה נגדית שלילית בקבוצה חשוב שישים לב כי הקבוצה בשלה לכך.

### חשיפת ההעברה הנגדית של המנחה כתקשורת רגשית

החשיפה העצמית של ההעברה הנגדית השלילית של המנחה יכולה לתרום לתקשורת הרגשית בעיבוד של מצבי "מבוי סתום" טיפוליים הקשורים בהזדהות השלכתית מאסיבית בקבוצה. רוג'רס טוענת כי ההזדהות ההשלכתית, העשויה לייצג תהליך תקשורתי נורמלי, עלולה גם לייצג תהליך קבוצתי פתולוגי (Rogers, 1987). לדבריה, שימוש מאסיבי של חברי קבוצה בהזדהות השלכתית יכול לנבוע ממצב תלותי בחי הקבוצה, שבו חשים המשתתפים כי אין להם בעלות על רגשותיהם, ומצפים שמישהו אחר יעבד אותם. רוג'רס, שאינה עוסקת בחשיפה עצמית, ממליצה למנחה להימנע מלפרש את הרגש שהושלך, ובמקום זה לשקף את קיומה של ההגנה.

כאמור, ארון רואה בחשיפה העצמית של המטפל סוג של פירוש (ארון, 2013). ברומברג לעומתו סבור כי החשיפה העצמית של המנחה איננה פירוש (Bromberg, 1993). בעיניו, בחלק ממצבי הטיפול נחוזה הפירוש כ"מזון שאינו ניתן לעיכול", כלומר כהתערבות אינטלקטואלית שעלולה להעמיק את ההגנות. לעומת זאת, חשיפה עצמית מצד המטפל היא

התערבות שמטרתה להעמיק את ההיכרות עם החוויה של המטופל. אני נוטה להעדיף את גישתו של ברומברג על זו של ארון, אם כי איתור ההבדלים בין חשיפה עצמית ופירוש דורש דיון נפרד המצוי מעבר להיקף של מאמר זה.

מרודה מאמינה כי חשיפה עצמית של ההעברה הנגרית של המטפל חיונית לכל סוגי המטופלים, וטוענת שהספרות הפסיכואנליטית עוסקת בהכלה יותר מאשר בהבעה של רגש, שהיא סוג של התערבות טיפולית שחשיפה עצמית של המטפל כלולה בו (Meroda, 1999). מרודה מאמינה שתינוקות וילדים שגדלו אצל הורים שלא ביטאו רגשות יתקשו בכגרותם לזהות ולבטא אותם, וייטו לעשות שימוש אינטנסיבי בהזדהות השלכתית. החשיפה העצמית של רגשות המטפל יכולה לשמש אפוא כמענה רגשי למטופל הסובל מליקוי בשפה הרגשית. פירוש, לעומת זאת, עלול להיחוו כאינטלקטואלי ומרחיק, ולא לתת מענה לליקוי בעיבוד הרגשות ובהבעתם.

ברומברג מסכים עם מרודה, שחשיפה עצמית היא מענה רגשי בעל תרומה חשובה, אך מציע הסבר אחר: לטעמו, ילדים שחוו חוסר תיקוף עקבי של חוויותיהם יפתחו מצבי עצמי מנותקים (Bromberg, 1993). ילד שחווה למשל עצב, ובאופן עקבי קיבל חוסר תיקוף לחוויה זו מהוריו, יפתח מצב עצמי מנותק של עצב. מצבי עצמי הם כמו תת אישיות בעלי זיכרונות, מוטיבציות ורגשות. הם אינם מייצגים פתולוגיה אלא הגנה נורמטיבית, אלא אם כן מדובר במבנה אישיות של מצבי עצמי. כיוון שהתוכן של מצבי העצמי האלה מעולם לא הגיע למודעות, הוא לא עבר סימבוליזציה. ברומברג טוען כי לנוכח מצבי עצמי מנותקים דינו של הפירוש להיכשל, שכן הוא נחוה כתגובה אינטלקטואלית המעמיקה את המבנה ההגנתי. הפירוש הוא כמו מזון שהמטופל עדיין אינו בשל לעכל, והוא עלול להיחוו כניסיון "לתקן את האמת" של המטופל, במקום לנסות להכיר אותה. לכן, בעיניו, החשיפה העצמית של המטפל היא ניסיון ספונטני ואמיתי להכיר את מצבי העצמי המנותקים של המטופל.

גרוסמרק, שיישם את רעיונותיו של ברומברג בשדה הקבוצתי, מדגיש שכאשר הקבוצה נמצאת במצב של אנאקטמנט, צריך המנחה להימצא בקשר עם רגשותיו, בלי לבטאם בהתנהגותו ובלי להתנתק מהם (Grossmark, 2015). הוא מציע למנחים להימנע בשלב הראשון מפירושים ומהזמנת הקבוצה לחקור את רגשותיה, כי פעולות אלה עלולות לחסום את עלייתם של מצבי עצמי לא מוכרים. לעומת זאת, הוא מציין כי מצב האנאקטמנט מהווה הזדמנות לעלייתם. הוא מתאר מקרה של אנאקטמנט שבו, לאחר התקפה של חבר קבוצה אחד על אחר, הוא עצמו הוצף ברגשות של חוסר ערך ויאוש. בשלב זה נראה לו שהקבוצה מסוגלת להכיל רק שני מצבי עצמי: תוקפן וקורבן. באותו רגע פנה גרוסמרק לאחד המשתתפים, זה שהצליח לבוא במגע עם מצב עצמי שלישי, וכך אפשר לקבוצה כולה

לצאת למצב של ריבוי מצבי עצמי והתבוננות. במצבים אלו מדגיש גרוסמרק כי המעורבות הרגשית של המנחה, והפנייה לקבוצה כאל סוכנת של שינוי, מילאו בתהליך זה תפקיד גדול בהרבה מאשר הפירוש (Grossmark, 2012).

בנקודה זו ראוי לדון גם בטיעונים הנשמעים נגד חשיפה עצמית של המנחה, כפרט בהקשר של מעורבותו הרגשית. מטפלים חוששים מחשיפה עצמית, היות שהיא יכולה לפעול כדרך ל"פינוי" רגשות המטפל, חסימת המרחב ההשלכתי, או הסחת הדעת מחוויית המטופל (Grossmark, 2012). בדרך זו היא עלולה להופיע כשחזור של חוויית ילדות טראומתית, בצל הורים שכפו על ילדיהם להתאים עצמם לצורכיהם (ארון, 2013).

אזהרות אלה חשובות, היות שהן מחייבות אותנו להשקיע מחשבה במעשה של חשיפת המנחה, אך אין בהן נימוק מספק שישכנע להימנע תמיד מחשיפה עצמית של המנחה. עיבוד מקדים של ההעברה הנגדית יכול לסייע למטפל להתמקד בצרכיו של המטופל, ולהפחית מצבים של "פינוי רגשות" באמצעות חשיפתם לקבוצה. ארון חולק על הטיעון ההתפתחותי הגורס כי חשיפה עצמית של המטפל עלולה לעודד עצמי כוזב אצל המטופל (ארון, 2013). תחת זאת הוא טוען שלילדים ולמטופלים יש גם צורך התפתחותי להכיר היבטים של יוזמה וצרכים אישיים של ההורה והמטפל. עם זאת, הוא סבור כי לא תמיד ניתן לברוק את התאמת החשיפה למטופל עוד בטרם זו התרחשה, הואיל וקיימים מצבים שבהם המטופל יגיב בסירוב גלוי לחשיפה, ואף על פי כן יצא נשכר ממנה.

דומה אפוא כי החשיפה העצמית של המנחה צריכה להתבצע באופן אחראי, לאחר עיבוד מקדים של ההעברה הנגדית. יחד עם זאת יש להכיר בכך שלא תמיד ניתן לצפות מראש את מלוא ההשפעה של החשיפה על הקבוצה, ובמובן זה דומה החשיפה העצמית לכל צורת התערבות אחרת.

החשיפה העצמית של רגשות המנחה כחלק מההעברה הנגדית שלו היא ביטוי למעורבותו הרגשית. וזה גם האופן המאפשר לו לזהות מצבי עצמי מנותקים, ולענות למשתתפים ב"שפה רגשית" שתקדם את יכולתם לזהות את רגשותיהם, לקחת בעלות עליהם, ולעבדם. כאשר ניתנת לקבוצה אפשרות לבוא במגע עם מצבי עצמי מנותקים, ולחוש כי היא מוכנת על ידי המנחה, וכאשר המנחה עושה לה מודלינג של עיבוד רגשות, נפתחת בפניה האפשרות לפתח את יכולותיה בעיבוד רגשות, כולל הקשים שבהם.

### עיתוי החשיפה העצמית

יאלום, וגם כהן ושרמר, מזהירים מפני חשיפה עצמית של המנחה בשלב התחלתי מדי בחיי הקבוצה, היות שבשלב זה עוד זקוקים המשתתפים לדמות שאפשר לעשות לה איראליזציה

(Yalom, 2005; Cohen & Schermer, 2001). הם סבורים כי חשיפה של רגשות המנחה בשלב זה כחלק מההעברה הנגרית שלו, ובפרט של הצד השלילי שלה, עלולה לעורר חרדה בקבוצה בשלבים התלתיים של התפתחותה. סרווי טוען שרק לאחר השלב ה"אנאלי אקספלוסיבי" – שלב המרד, שבו מעזים המשתתפים להביע מחאה ישירה כלפי המנחה – הם יכולים לחוש עצמם שווים לו (Saravay, 1973). אני סבורה כי משלב זה, המאופיין גם בפחות איראליזציה לדמות המנחה, יכולה הקבוצה לשאת נשכרת מחשיפה של רגשות המנחה. חשיפה כזאת יכולה לתרום לקבוצה גם בהמשך חייה. עם זאת, כיוון שבקבוצות מסוג slow-open אירועים משמעותיים או משתתפים חדשים עלולים להסיג את הקבוצה לשלבים תלתיים גם לאחר שהשיגה שלב בוגר יותר, חשוב שהמנחה ינסה להעריך מראש האם ובאיזו מידה עלולה העברה נגרית שלילית מצדו, כלפי משתתף או כלפי הקבוצה כולה, לעורר חרדה או לתרום לקבוצה.

### דוגמא קלינית שנייה

בשנה הראשונה לחיי קבוצה אנליטית שהנחיתי הייתי נתונה בחרדה מתמדת מפני התפרקות הקבוצה, ותחושה זו נחוותה בעיני כישלון שלי. חצי שנה לאחר הקמת הקבוצה רציתי להוסיף לארבעת משתתפיה הראשונים שני משתתפים חדשים, את אייל וליאורה, שהמתניו לכניסתם לקבוצה. עד מהרה התעורר אצלי ספק בשאלת התאמתם לקבוצה. ואכן, תוך זמן קצר איבד אייל את סבלנותו לתהליך הקבוצתי. הוא צלצל אלי והביע את רצונו לעזוב. למרות ניסיונות השכנוע שלי הוא מיאן לשאת את התסכול שחווים משתתפים עם כניסתם לקבוצה, בשל הקושי להבין את ההתאמה בין היעדים הטיפוליים האישיים שלהם לאלה הקבוצתיים (Yalom, 2005). ליאורה, אשה חסרת ביטחון עצמי בת 35, היתה מופנמת ושקטה מאוד בחודש הראשון לכניסתה, והתקשתה להתגבר על ביישנותה ועל הכושה שלה בביישנותה, ועזבה גם היא את הקבוצה. לאחר עזיבתם שוחחה הקבוצה על חוויות של כישלון בבית הספר, על מורים גרוועים במערכת החינוך, ועל כישלונה של המדינה. חשבתי שהקבוצה מתייחסת אולי לעזיבה של המשתתפים החדשים, ורואה כאן כישלון בקליטה של הקבוצה כולה, ושלי כמנחה. כשהצעתי לקבוצה להבין ביחד באיזה כישלון מדובר, אמר יובל: "כישלון שלך כמנחה". באותו רגע אכן חשתי כישלון וגם חשתי לגורל הקבוצה. חרדות אלה אופייניות לקבוצת ה-slow-open, שבה כניסה של משתתפים חדשים ופרידה ממשתתפים קיימים הן תהליכים המתרחשים מדי פעם, ומלווים בחרדות מצד חברי הקבוצה והמנחה גם יחד (Doron, 2014). ידעתי שכניסה של חבר חדש עלולה להסיג את הקבוצה לשלב תלתי, והבנתי את הכעס כלפי כביטוי של החרדות שהתעוררו בחברי הקבוצה. חשתי שהקבוצה אינה בשלה בשלב זה לפגוש את הסובייקטיביות

שלי, כיוון שהיא לא הגיעה עדיין לשלב ה"אנאלי אקספלסיבי" (Saravay, 1973), וכרגע הצורך המרכזי של חבריה הוא לחוש שהקבוצה מציעה מרחב בטוח. לשם כך היה להם צורך לבדוק אם אני יכולה לעמוד ככעס שלהם בלי להיהרס. משום כך בחרתי להימנע מלחשוף את רגשותי, ובמקום זה שיקפתי לקבוצה את רגשותיה, והזמנתי שיתופים נוספים. אמרתי שאני שומעת שיש כעס כלפי, ואולי יש משתתפים נוספים שמרגישים כך.

### חשיפה עצמית ספונטנית לעומת חשיפה עצמית מחושבת

לאחר שהקבוצה מבשילה, והמנחה חש כי היא מסוגלת להרוויח מחשיפה עצמית של ההעברה הנגדית שלו, נותרת שאלה נוספת: האם עליו לחשוף את רגשותיו בספונטניות, או שמא מוטב כי יעבדם קודם לכן? שאלה זו נדונה בספרות העוסקת בחשיפת המטפל בטיפול פרטני, וניתן להשאיל רעיונות מדיון זה לגבי הטיפול הקבוצתי. אני סבורה שחשיפה עצמית של המנחה את ההעברה הנגדית שלו לאחר עיבודה יכולה להתרחש באופן ספונטני.

מיטשל ממליץ לנקוט זהירות בהקשר זה, ומציג דוגמא של חשיפה כזו רק בפני מטופלת שאיתה ביסס את ההיכרות במשך מספר שנים (Mitchell, 1998). במאמרו המרגש הוא מספר איך נזכר במוות אמו בעת פגישה עם מטופלת ותיקה, ואיך באותה תקופה עלה זיכרון זה גם עם מטופל חדש. מיטשל בחר לחשוף את הזיכרון בפני המטופלת הוותיקה בלבד, אולי משום שסבר כי הוותק של היכרותם מאפשר לו לזהות את התרומה הפוטנציאלית של החשיפה. ברומברג, לעומתו, מדגיש דווקא את הספונטניות של החשיפה העצמית של המטפל, וטוען שרק חשיפה ספונטנית, אמיתית ואותנטית (genuine) יכולה להועיל (Bromberg, 1993). הוא מזהיר במיוחד מפני חשיפה עצמית של המטפל שנועדה להציג אותו באור חיובי.

בניגוד לברומברג, אני סבורה שגם רגשות מעובדים יכולים להיות אותנטיים, ושגם העובדה שחשיפה נעשית באופן ספונטני אינה מבטיחה את האותנטיות שלה. יתר על כן, חשיפה עצמית ספונטנית יכולה להתגלות לעתים כביטוי בפעולה (acting out) של ההעברה הנגדית, דבר שאינו רצוי (Grossmark, 2007). בדוגמא הקלינית הראשונה הייתי מודעת לעלבון ולכעס שעורר בי דן זמן רב לפני שהחלטתי לחשוף רגשות אלה בפני הקבוצה, אך פעולת החשיפה נעשתה בתגובה ספונטנית לאסוציאציה של דינה ש"הקבוצה תקועה". מכאן אפשר ללמוד כי ניתן לעבד את ההעברה הנגדית, ורק אז לחשוף אותה באופן ספונטני בפני הקבוצה. במילים אחרות, אני מבקשת לטעון כי ספונטניות ומחושבות אינן קטגוריות המוציאות זו את זו, וכי הן יכולות להתקיים בכפיפה אחת.

בסדנה שהנחיתי בנושא הצגתי את הרעיון של מיטשל (Mitchell, 1998). אחת האסוציאציות שעלתה היתה שלנו, כמטפלים, יש משאלה "להתאים" את ההתערבות שלנו לכל מטופל,

ושמשאלה זו מזכירה את הסיפור של "זהבה ושלושת הדוכים", שבו כל דוב קיבל צלחת בגודל שהתאים לו בדיוק.

לסיכום, אף על פי שאני ממליצה לעבד את ההעברה הנגדית, ולבצע חשיפה ספונטנית בעיתוי המתאים לאירועי הקבוצה, הטבע ההטרונגי של הקבוצה מביא לכך שלא ניתן לחזות באיזה אופן יקבלו אותה כל המשתתפים בקבוצה.

## דיון

את התנהגותו של דן בדוגמא שהצגתי ניתן כמדומה להסביר בעזרת מנגנון של הזדהות השלכתית. דן הרבה להיעדר, ויצר בקבוצה ואצלי איום בנטישה, בעוד שבאופן לא מודע מי שחשש להינטש היה הוא בעצמו. הוא דחה את פירושי ההעברה שהצעתי, כיוון שחווית הנטישה היתה בלתי נסבלת בעבורו, והוא לא היה מסוגל לשוב ולהפנימה בעזרת הפירוש. הזמנתי את הקבוצה לחקור את היחסים תרמה רק מעט. נראה היה שכולנו נקלענו ל"מבוי סתום" טיפולי, שבו נעצר "זרם האסוציאציות" (Foulkes, 1986), והקבוצה לא הצליחה להימצא במצב של התבוננות. המצב הרגשי של הקבוצה היה נוקשה, ורגשות של עלבון וכעס קיבלו בה תפקיד דומיננטי. היחסים בקבוצה היו קשים: אכפתיות והתייחסות לאחר נחו כחולשה, בעוד שהעדר אכפתיות נחוה כחוזק.

החשיפה העצמית שלי התגלתה כנקודת מפנה בפגישה. לאחר החשיפה פיתח אורן מודעות לתגובת המראה (Foulkes, 1983) שלו לדן. עד אותו רגע הוא העריץ את דן על האגוצנטריות שלו, ושניהם התעלמו מכך שתכונה זו עלולה לפגוע ברגשות הזולת. כאשר צפה אורן בתגובתו של דן לחשיפה שלי, הוא נעשה מודע לכך שכל בחירה כרוכה באחריות, והחל לחוות את האכפתיות שלו כחוזקה. זו היתה תחילתו של השינוי שחל ביכולתו לחוות את עצמו ואחרים בצורה אינטגרטיבית יותר. דינה הצליחה להשמיע את קולה בצורה אסרטיבית, ולחוות את האפשרות שאסרטיביות אינה מאיימת בהכרח על יחסים. העמדה של דינה ייצגה את העמדה של קבוצת העבודה, הקובעת כי כל בחירה כרוכה בלקיחת אחריות על רגשות ומעשים. דן, לעומת זאת, אחז בהנחת הבסיס של "בריחה או לחימה" (Bion, 1961). כשקבוצה נקלעת למבוי סתום, מצב זה מוביל לצמצום הרגשות בה. החשיפה שלי אפשרה לחברי הקבוצה לבוא במגע עם רגשות מגוונים כמו קירבה, גאווה, אסרטיביות והערכה, ועם מגוון רחב של מצבי עצמי.

ניתן אפוא לראות כי חשיפה עצמית של רגשות המנחה כחלק מההעברה הנגדית, גם אם מדובר ברגשות שליליים, יכולה לתרום לעיבוד הרגשות בקבוצה ולהיחלצות ממצבי "מבוי סתום", הקשורים בשימוש מאסיבי בהזדהות השלכתית. התרומה של החשיפה טמונה בעיבוד

הרגשות על ידי המנחה באמצעות מעורבות רגשית הבאה לידי ביטוי בחשיפת רגשותיו. התערבות כזו מציעה מענה רגשי, ומציגה ניסיון להכיר את החוויה של המשתתפים. הקבוצה יכולה וצריכה לרכוש יכולת זו, אך למנחה תמיד יישמר תפקיד מיוחד בהקשר זה. יש לציין כי בדוגמא הראשונה שניתחתי במאמר זה, החשיפה אמנם היתה מכוונת למשתתף אחד, אך היא השפיעה גם על יתר חברי הקבוצה (Cohen & Schermer, 2001), בהתאם לטענתו של פוקס, שכל התערבות בקבוצה היא רב-ממדית ורב-אישית (Foulkes, 1964).

## סיכום

הדיון בחשיפה עצמית של המנחה בספרות העוסקת באנליזה קבוצתית מצומצם, אולי משום שפוקס התייחס לנושא זה בקצרה, בלי לפתח אותו. להערכתי, בניגוד להיעדרו מן הספרות, בקליניקה דווקא נעשה שימוש לא מבוטל בחשיפה העצמית של המנחה, אך גם שם הנושא "אינו חשוף". מסדנאות למטפלים קבוצתיים שהנחיתי למדתי לדעת שכל חשיפה של מנחה מלווה תמיד באשמה על חריגה מ"סופר אגו" מקצועי. אני מקווה שמאמר זה יעודד דיון גלוי בנושא.

## מקורות

ארון, ל. (2013). **המפגש: הדדיות ואינטרסובייקטיביות בפסיכואנליזה**. תל-אביב: עם עובד. הופמן, א. (2013). בתוך המטופל כפרשן של חוויית האנליטיקאי. בתוך: ס. א. מיטשל ול. ארון (עורכים), **צמיחתה של מסורת: פסיכואנליזה התיחסותית**. תל אביב: תולעת ספרים. ורהפטיג, א. ל. (2017). חשיפה עצמית של ההעברה הנגדית של המטפל כְּגֶשֶׁר בין דמיון לאֲחֵרוֹת במטופלים בעלי הפרעות אישיות. מארג, ז', 19-34. פרויד, ז. (2002 [1912]). על הדינמיקה של ההעברה. בתוך ע. ברמן (עורך), **הטיפול הפסיכואנליטי (עמ' 85-92)**. תל-אביב: עם עובד. שולץ, ר. (2011). מטריצת היסוד והלא מודע החברתי. בתוך: א. הופר וח. ויינברג (עורכים), **הלא מודע החברתי בקרב אנשים, קבוצות וחברות: בעיקר תאוריה (עמ' 202-279)**. קריית ביאליק: אח.

Aron, L. (2006) Analytic impasse and the third: Clinical implications of intersubjectivity theory. *International Journal of Psycho-Analysis*, 87, 349–368.

- Billow, R. M. (2011). It's all about "me": On the group leader's psychology. *Group Analysis*, 44(3), 296–314.
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in groups*. New York: Basic Books.
- (1973). *Bion's brazilian lectures 1*. Sao Paulo and London: Karnac.
- Bromberg, P. M. (1993). Shadow and substance: A relational perspective on clinical process. *Psychoanalytic Psychology*, 10, 147–168.
- Crastopol, M. (1997). Incognito or not?: The patient's subjective experience of the analyst's private life. *Psychoanalytic Dialogues*, 7, 257–280
- Cohen, B. D. & Schermer, V. L. (2001). Therapist self-disclosure in group psychotherapy from an intersubjective and self-psychological standpoint. *Group*, 25(1/2), 41–57.
- Davies, J. M. (2004). Whose bad objects are we anyway? *Psychoanalytic Dialogues*, 14(6), 711–732.
- Doron, Y. (2014). Primary maternal preoccupation in the group analytic group. *Group Analysis*, 7(1), 17–29
- Foulkes, S. H. (1983[1948]). *Introduction to Group Analytic Psychotherapy*. London: Karnac.
- (1984[1964]). *Therapeutic group analysis*. London: Karnac.
- (1969). Note on transference in groups. *Group Analysis*, 1(3), 135–146.
- (1986[1975]). *Group analytic psychotherapy: Methods and principles*. London: Karnac.
- Friedman, R. (2014). Group analysis today: Developments in intersubjectivity. *Group Analysis*, 47(3), 194–200.
- (2015) A soldier's matrix: A group analytic view of societies in war. *Group Analysis* 48(3), 239–257.
- Grossmark, R. (2007) The edge of chaos: Enactment, disruption and emergence in group psychotherapy. *Psychoanalytic Dialogues*, 17, 479–499.
- (2012). The unobtrusive relational analyst. *Psychoanalytic Dialogues*, 22, 629–646.
- (2015) Repairing the irreparable: The flow of enactive engagement in group psychotherapy. In G. Robert and W. Fred (eds.), *The one and the many: Relational approaches to group psychotherapy* (pp. 75–91). New York and London: Routledge.
- Maroda, k. (1999). *Seduction, surrender, and transformation: Emotional engagement in the analytic process*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.



- Mermelstein, J. (2000). The role of concordance and complementarity in psychoanalytic treatment. *Psychoanalytic Psychology*, 17, 706–729.
- Mitchell, S. A. (1998). The emergence of features of the analyst's life. *Psychoanalytic Dialogues*, 8, 187–194.
- Ogden, T. H. (1979). On projective identification. *International Journal of Psycho-Analysis*, 60, 357–373.
- Racker, H. (1968). *Transference and Countertransference*. New York: International Universities Press.
- Rafaelsen, L. (1996). Projections, where do they go? *Group Analysis*, 29(2), 143–158.
- Renik, O. (1995). The ideal of the anonymous analyst and the problem of self-disclosure. *Psychoanalytic Quarterly*, 64, 466–495.
- Richman, S. (2006). When the analyst writes a memoir: Clinical implications of biographic – Disclosure. *Contemporary Psychoanalysis*, 42, 367–392,
- Rogers, C. (1987). On putting it into words: The balance between projective identification and dialogue in the group. *Group Analysis*, 20(2), 99–107.
- Saravay, S. M. (1973). A psychoanalytic theory of group development. *International Journal of Group Psychotherapy*, 28(4), 481–507.
- Symington, N. (1983). The analyst's act of freedom as agent of therapeutic change. *The International Journal of Psychoanalysis*, 10(30), 283–291.
- Warhaftig-Aran, L. (2016). The conductor's self-disclosure of negative countertransference in group analytic psychotherapy. *Group Analysis*, 49(4), 385–397.
- Winnicott, D. (1949). Hate in the countertransference. *International Journal of Psycho-Analysis*, 30, 69–74.
- Yalom, I. D. & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*, 5th edition. New York: Basic Books.
- Ziv-Beiman, S. (2006). Therapist self-disclosure as an integrative intervention. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(1), 59–74.

