

סקירת הספר

"מעבר לאנטי-גרופ" של מוריס ניטצון

ברכה הדר

Nitsum, M. (2015). *Beyond the Anti-group: Survival and Transformation*. London: Routledge.

הספר "מעבר לאנטי-גרופ", שעומד לראות אור בימים אלה, הוא ספרו השלישי של מוריס ניטצון, אחד מהאנליטיקאים הקבוצתיים הידועים והפוריים בימינו. קדמו לו "האנטי-גרופ" (1996) ו"הקבוצה כאובייקט של תשוקה" (*The Anti-Group*, 1996) ו"הקבוצה כמקבץ ב-2007".

הספר החדש של ניטצון רב-ממדי ורחב היקף במידה שכמעט לא תיאמן. במהלך הקריאה בו חשבתי, לפרקים, שניטצון מדבר כמו נביא, המצליח לראות בבהירות מפתיעה את השינויים החברתיים-תרבותיים שמחוללת ההתפתחות הטכנולוגית המהירה של ימינו. הוא מודע גם לחרדת ההישרדות שמתעוררת עקב השינויים האקולוגיים שחלים בכדור הארץ.

המושג הישרדות (survival) מקבל טיפול נרחב בספר, ומופיע בו במובנים רבים: הישרדות המין האנושי; הישרדות העולם כפי שאנחנו מכירים אותו היום ברמה החברתית, הפוליטית והאקולוגית; הישרדות של קבוצות רחבות באוכלוסיה (מהגרים, מחפשי מקלט, מחפשי עבודה) והשפעתן על המבנה החברתי; הישרדות הגישה הטיפולית הפסיכואנליטית (הפרטנית והקבוצתית); הישרדות של הטיפול הקבוצתי בשירותי בריאות הנפש; הישרדות של האנליזה הקבוצתית כפרקטיקה טיפולית; הישרדות של הקבוצה הטיפולית.

המושג הישרדות צמוד למשמעות של המושג אנטי-גרופ (Anti-Group). זהו מושג המתאר תהליך שבו חרדה ועוינות מושלכות על הקבוצה ומאיימות על המשך קיומה. כאשר ניטצון טבע את המושג ב-1966 הוא יצא נגד העמדה הפוקסיאנית הרווחת שהיתה, לדעתו, אופטימית מדי ולא תאמה את המציאות בשטח. אל מול העמדה האידיאלית שהתגבשה בתיאוריה הציע ניטצון עמדה "פסימית מתקנת", השמה את הדגש על הבנת האיכות הדיאלקטית של המושג אנטי-גרופ. כשם שהוא נושא בחובו פוטנציאל של הרס, כך הוא מכיל גם את פוטנציאל היצירתיות והגדילה, אם המטפל הקבוצתי יודע לעבוד עם המושג, ולכן מושג ההישרדות אינהרנטי כלי-כך לכל תהליך קבוצתי.

בספרו השני, "הקבוצה כאובייקט של תשוקה" הדגיש ניטצון את צדה השני של הדיאלקטיקה - את התשוקה והמיניות, ומרכזיותן בתהליך הקבוצתי. בספר הנוכחי הוא יוצא למרחב האינסופי - הנרמז במילה "מעבר" (beyond) - של הקשרים, חיבורים ומשמעויות.

הספר מסכם את שלושים שנות עבודתו של ניטצון כראש השירותים הפסיכולוגיים בתחום בריאות הנפש בבריטניה, משרה שבמסגרתה הוא שימש כמנהל, מדריך ויועץ לארגונים. עמדתו הבכירה בשירות הציבורי חשפה אותו להבנת החשיבות של ההיבטים הפוליטיים והשיווקיים של התחום (התלות במימון) לצורך ההישרדות של הטיפול הקבוצתי. כיוון שבמקביל עבד ניטצון גם כאנליטיקאי קבוצתי והנחה קבוצות טיפוליות בקליניקה פרטית, הוא מודע לפוטנציאל השבירות וההתפרקות (האנטי-קבוצה) של קבוצות טיפוליות, ולכך שבמגזר הציבורי הוא בולט יותר מאשר במגזר הפרטי.

אף על פי שתשוקת הכתיבה של ניטצון מונעת מהדאגה להישרדותה של האנליזה הקבוצתית בעולם המשתנה במהירות עצומה, נושאי הכתיבה שלו משקפים את האינטגרציה באישיותו המקצועית הרב-גונית כפסיכולוג קליני, אנליטיקאי קבוצתי וצייר פורה ומצליח.

את הספר הזה אני ממליצה לקרוא כמעין צוואה שניטצון משאיר לאנליטיקאים הקבוצתיים. אף על פי שהוא לא נכתב מעמדה של אדם שמרגיש כי הגיע לסוף דרכו המקצועית, הוא מתווה לאנליזה הקבוצתית קווי מתאר להמשך התפתחותה במאה הנוכחית.

הפרק הפותח את הספר נקרא: "שאלת ההישרדות במאה העשרים ואחת: אתגרים לאנליזה קבוצתית". הישרדות היא מילת המפתח בפרק זה שבו ניטצון מתאר את השינויים הטכנולוגיים, האקולוגיים והחברתיים-פוליטיים שחלים בעולם במונחים שלפעמים נשמעים מפחידים מעט, אך בו בזמן הם גם ריאליים מאוד.

בתוך הריאליזם המפוכח הזה הוא מקצה מקום חשוב לאנליזה הקבוצתית, ומראה כי בכוחה להשפיע אפילו על תהליכים גלובליים. בנושא פוטנציאל ההשפעה של האנליזה הקבוצתית הוא מציין שתי נקודות חשובות. הנקודה הראשונה קשורה לשינויים הטכנולוגיים שמחוללים שינוי רדיקלי באיזון בין יחסים אקטואליים ליחסים וירטואליים. זהו הנושא שפותח את הספר, ובו הוא גם חותם את הפרק שעוסק בסיכום ובהסקת מסקנות.

מאחר שהמומחיות של האנליזה הקבוצתית מתמקדת בתחום של יחסים ותהליכי תקשורת בתוך קבוצות קטנות, בינוניות וגדולות, ניטצון מיעד לה תפקיד של גורם מאזן בעידן שבו העולם הווירטואלי, הנשען על התפתחות טכנולוגית מהירה, הולך ומשתלט על עוד ועוד תחומים של החיים. הוא מגדיר את התפקיד הזה כחיוני לצורך שמירה על הישרדות הגזע האנושי.

הנקודה השנייה מתמקדת באקולוגיה של הקבוצה, ומדגישה את החשיבות של התלות ההדדית בין מערכות המחפשות את דרכן במטרה לשרוד בתוך השינוי החברתי־סביבתי הגלובלי. האנליזה הקבוצתית יכולה, לטענתו, לתרום לחשיבה מסוג זה, בגלל הדגש שהיא שמה על ההקשר הכללי שבתוכו מתרחשים התהליכים.

נקודת המבט האקולוגית קשורה לדיאלקטיקה של תהליכי התפתחות והרס. ניטצון מודע לפוטנציאל ההרסני של המין האנושי הגלום בהתפתחות הטכנולוגית האדירה, ומדבר על הנטייה להרסנות סביבתית ועל השפעתה על האיזון האקולוגי/כלכלי הכלל־עולמי. נקודת המוצא שלו קובעת שתהליכים של הרס בקבוצה (אנטי־גרופ) יכולים לפגוע בתהליכים של התפתחות ויצירה, וצריכים להציב תמרור הזהרה שימנע מאיתנו "להירדם בשמירה" ולהפסיק לפקח על האיזון האקולוגי בעולם שהולך ומשתנה. לפיכך תהליכים אלה צריכים להניע אותנו לחפש דרכים לקדם התפתחות ויצירה בתוך עולם שמשתנה במהירות.

הניסיון הרב שניטצון צבר בשירות הציבורי, והדאגה למעמדו של הטיפול הקבוצתי, שזורים כחוט השני בחלקים רבים של הספר. ניטצון מתאר את הבעיות המאפיינות, לדעתו, את תחום האנליזה הקבוצתית בתוך ההקשר הרחב יותר של שירותי בריאות הנפש בבריטניה, כשהמטרה המוצהרת שלו היא לחזק את היישומים הקליניים שנעשים בתחום האנליזה הקבוצתית, ולנסח הצעות שיתוו את הדרך לעשות זאת.

כתיבת הספר מושפעת מההכרה של ניטצון במשבר העמוק שבו שרויים השירותים הטיפוליים בבריטניה, משבר הנובע מן הקיצוץ הרציני שחל בתקציב המוקדש לתחום זה. במצב זה, עתיד מעמדו של הטיפול הקבוצתי הופך שברירי יותר ויותר. גם כאן נוקט ניטצון טון נבואי כאשר הוא מבקש לעורר את "העם" לראות את פני המציאות. "הכתובת נמצאת על הקיר", הוא כותב. "אנו חיים בעולם שבו הקצאת התקציבים משתנה, ואף סוג של טיפול פסיכותרפויטי אינו צריך לחשוב כי שאלת הישרדותו בתחום השירותים הטיפוליים מובנת מאליה."

בהקשר זה מצטט ניטצון מחקר שמצא כי מטופלים, כמו גם אנשי צוות, מציבים את הטיפול הפרטני בראש סדר העדיפויות, ומביעים בו אמון רב יותר. ניסיונו מראה כי מטפלים רבים נרתעים מהנחיית קבוצות, כיוון שלא עברו לשם כך הכשרה מספקת, אך יחד עם זאת, בעשורים האחרונים מתפתחות שיטות טיפוליות המשתמשות בקבוצה כגורם מרכזי בטיפול, בלי להכיר במשמעות של התהליך הקבוצתי. ניטצון רואה בכך גרסה נוספת של האנטי־גרופ בארגוני בריאות הנפש הציבוריים: סטנדרט כפול לפיו הטיפול הקבוצתי הוא ההקשר הטיפולי, בלי שייחוס לו ערך טיפולי. ניטצון מציין בהקשר זה בעיקר שלוש גישות: MBT – תרפיה המבוססת על מנטליזציה; MBCT – מיינדפולנס המבוסס על טיפול קוגניטיבי; DBT – טיפול התנהגותי דיאלקטי.

בהקשר של אנטי-גרופ הנקודה המרכזית שניטצון מציין היא שתופעה זו אינהרנטית לטבעה הלא יציב של החוויה הקבוצתית, ולכן מופיעה בכל הרמות של דיון על קבוצות, כולל הרמה התיאורטית, וגם בכל הרמות של הפרקטיקה: בקבוצה הקטנה, בקבוצה הגדולה ובארגונים המכילים קבוצות אלה. הוא מצביע על הפיצולים הרבים המאפיינים את תחום הטיפול הקבוצתי ומחלישים אותו: בין השאר הפיצול שמפריד בין הגישות של ביון ופוקס (או בין מכוון טוויסטוק למכוון לאנליזה קבוצתית).

גורם נוסף המחליש את הקשר בין התיאוריה והיישום הקליני שלה: ההתפתחות של האספקט החברתי בתיאוריה, כולל הלא-מודע החברתי, שאינו מחובר ישירות לעבודה הקלינית. זוהי ביקורת שאינה מתיישבת עם הזרם המרכזי המקובל היום: ניטצון רואה בהתפתחות התיאורטית של ההיבט החברתי, שאינה מדגישה מספיק את הייחודיות של הפרט, את אחד הגורמים לירידת ערכו של הטיפול הקבוצתי בשירות הציבורי. הדגש הקבוצתי מחזק לדעתו את ההבנה של ההקשר, אבל מסתיר את הסובייקט הקליני ואת עולמו הפנימי. הוא מדגיש את הנקודה שגם כשמדובר בטיפול קבוצתי, המשתתפים בו מצפים להיות מטופלים ברמה האישית. בהקשר זה ניטצון מזכיר לנו שפוקס החזיק בעת ובעונה אחת בשתי נקודות מבט: פסיכואנליטית ושל אנליזה קבוצתית. גם פוקס עבד שנים רבות בשירותי בריאות הנפש בכריסטינה, והכיר בחשיבות ההיבט הקליני של הטיפול הקבוצתי. ניטצון חושש מהנטייה העכשווית לראות בהיבט החברתי את הדוגמה החדשה, שתביא לויתור על התפישה הדואלית הייחודית לאנליזה קבוצתית. בהקשר זה הוא מצטט את המשפט הידוע שאמר פוקס: "האינדיבידואל הוא הפשטה", ואת קביעתה המפורסמת של מרגרט תאצ'ר: "אין כזה דבר, חברה". בניגוד לשניהם, הוא מבקש להזכיר שהחברה קיימת, וגם האינדיבידואל.

אני שבה ומדגישה את התרומה של הספר להיבט הקליני של האנליזה הקבוצתית, כיוון שנראה לי שיש לה חשיבות רבה ביותר לכל מטפל קבוצתי שהוא גם קלינאי, וכי היא מציגה גם אחת משאלות המפתח של הספר: כיצד לחזק את הקשר בין התיאוריה לבין הפרקטיקה הטיפולית באנליזה הקבוצתית. בספרו הקודם טבע ניטצון את המושג "דמיון קליני" (clinical imagination), שאליו הוא חוזר גם בספר הזה. פירוש המושג הוא שיש לשים את הדגש על המטופל ועל הסובייקטיביות שלו, ולא על התיאוריה.

ניטצון מציין כי פוטנציאל השבירות של הקבוצה מעורר אידיאליזציה של המנחה כמנגנון הגנה נגד החרדה שהשבירות מעוררת. נטייה זו מקבלת ביטוי ברמה המעשית בקבוצות, ומתגלה גם בצורך של אנשי המקצוע להתייחס אל פוקס ואל התיאוריה שלו במונחים אידיאליים. אידיאליזציה, מזכיר ניטצון, היא תרופת הרגעה כנגד חרדת ההישרדות המוכרת בהיסטוריה של קבוצות ועמים.

שתי סכנות טמונות בעיניו בנטייה לאידיאליזציה: כיוון שהיא מעוררת תגובה נגדית של הפחתת ערך, היא עלולה לעורר התנגדות לשינוי וגם להביא לפיצולים שונים. ההסתייגות של ניטצון מהאדרה של גישה או תיאוריה באה לידי ביטוי בחשש שלו שהאנליזה הקבוצתית, כמו גישות טיפוליות רבות אחרות, תינעל בדל"ת אמותיה ותדיר כל גישה טיפולית אחרת.

כיוון שניטצון עוסק בספר בניסיון למקם את האנליזה הקבוצתית במסגרת המגזר הציבורי, הוא מקדיש פרק שלם ליחסים בין האנליזה הקבוצתית לבין הגישה הטיפולית הרווחת ביותר כיום בבריטניה ובארצות רבות אחרות - גישת ה-CBT (Cognitive Behavioral Therapy) - טיפול קוגניטיבי התנהגותי). מרתק לקרוא את פתיחות המחשבה שלו, שקוראת לשתי הגישות לפתוח את שעריהן זו לזו, ולראות את המפריד והמשותף לשתייהן. בנוסף הוא מראה כיצד כל שיטה יכולה לתרום לאחרת.

ניטצון מקדיש פרק שלם למבנה הדמוגרפי-חברתי של החברה האורבנית בבריטניה, בייחוד בלונדון הגדולה המוצפת מהגרים ופליטים מכל העולם. את לונדון הוא מביא כדוגמא לכל הערים הגדולות המושכות מהגרים, המתאפיינות בקהילות חלשות ומפורקות. הקבוצות הטיפוליות בשירות הציבורי מורכבות ממהגרים רבים שמגיעים מתרבויות ושפות שונות, אנשים קשי יום הסובלים מקשיים נפשיים וכלכליים גם יחד, ותחושת השייכות והקביעות שלהם מעטה. במצב זה, הקבוצה הטיפולית מציעה להם מקום מקלט, אך הם מצדם מביאים אליה גם פוטנציאל גדול של אנטי גרופ, המתבטא בחוסר יציבות ונטייה להתפרקות.

בגלל הניכור האופייני לחברה בערים הגדולות, אנשים רבים מתקשים למצוא זוגיות, או להחזיק זוגיות יציבה לאורך זמן. בפרק יפה ואופטימי שכותרתו "להתאהב - פרספקטיבה של אנליזה קבוצתית", מתאר ניטצון את כוחה של הקבוצה הטיפולית לתמוך בחברי קבוצה המתקשים בזוגיות. בפרק זה הוא מתאר בעיקר קבוצות מהקליניקה הפרטית, המורכבות מאנשים שנהנים מתחושה בסיסית של ביטחון (הנעדר, למשל, מקבוצות של מהגרים), ויכולים להקדיש ממרצם לעיסוק בשאלות של התפתחות נפשית ויצירת יחסים. ניטצון רואה את היכולת להתאהב כהיבט של הכושר לקשור יחסים עם אנשים אחרים, ולכן הוא מייחס לה משמעות גדולה כל כך בהקשר של הקבוצה הטיפולית. הוא מדגיש את הקשר בין הזוג לבין הקבוצה, ומציג את הקבוצה הטיפולית כמרחב של טיפול בבעיות שבדרך כלל נהוג לחשוב עליהן כמתאימות יותר לטיפול פרטני. הוא טוען כי למטפל הקבוצתי יש תפקיד חשוב בעבודה עם הקבוצה על יחסים וזוגיות, וכי לעוצמה האפקטיבית שלו, ולמודעותו לחרדות ולקשיים שלו עצמו בנושא יחסים, יש תפקיד חשוב בתהליך ההתפתחות הרגשית של חברי הקבוצה.

פרק שלם מקדיש ניטצון למטפל הקבוצתי. הוא דן בו בשלושה ממדי הזמן של המטפל: עבר, הווה ועתיד. הפרק הזה הוא הפרק היחיד בספר שבו ניטצון מספר על עצמו ועל חייו, ומתאר את

ההתרחשויות שהובילו אותו לבחור בתחום האנליזה הקבוצתית. הוא מגלה מהן, בעיניו, החזקות והחולשות שלו כמטפל קבוצתי. מעבר לממד האישי והמרגש של פרק זה, ניטצון מדגיש בו שני היבטים משמעותיים באישיותו של המטפל הקבוצתי: יכולתו לשמש כדמות סמכותית בעבור חברי הקבוצה, וכושרו להתמודד עם היבטים של אנטי-גרופ שהוא חווה במהלך חייו. הפרק האחרון בספר, פרק חשוב וגם יצירתי, עוסק בנושא הסמכות. בפרק זה מפתח ניטצון את הנושא דרך ניתוח של ארבעה סרטים ידועים.

פרק משמעותי בספר ששמרתי לו מקום של "אחרון חביב" נקרא: אנליזה קבוצתית ואמנות הבמה. זהו הפרק המבטא את החיבור של ניטצון לפסיכותרפיה מחד ולאמנות מאידך, ואת העניין שלו לחבר ביניהם. ניתן לומר שהפרק הזה מסכם את ה"חשיבה האלטרנטיבית" של ניטצון.

בניגוד לטיפול הפרטני, ניטצון מראה כי מעצם העובדה שהקבוצה מזמנת נוכחות של מספר אנשים שיוצרים ביניהם אינטראקציה כלשהי, יש לה היבט פרפורמטיבי. ניתן לומר כי הפרק הזה מסכם את ה"חשיבה האלטרנטיבית" של ניטצון, ומזכיר לנו שהעיסוק בחיבור של האנליזה הקבוצתית לאמנות התחיל כבר אצל פוקס, אשר הושפע, כידוע, מאמנות התיאטרון.

פרק זה מתכתב עם הפרק הראשון בספר, המתאר את השינויים המהירים שחלים בעולם בעקבות ההתפתחות הטכנולוגית, והשפעתה על החברה. שינויים אלה באים לידי ביטוי בכל תחומי האמנות, אך עדיין לא נערך בירור ממשי בשאלת השפעתם על שדה הפסיכותרפיה. ניטצון מראה כי הטיפול הקבוצתי יכול לשקף יסודות של אמנות הבמה, היכולה בתורה גם לתרום לטיפול הקבוצתי. אמנות הבמה מכירה בצדדים האפלים של החיים והחברה, ועוסקת בהם - הכרה שגם טיפול קבוצתי אינו יכול להתעלם ממנה. כך שלמעשה, הדיאלקטיקה שבין הרסנות ויצירתיות, המונחת בבסיס מושג האנטי-גרופ, מייצרת את אחד החיבורים החשובים בין התחומים.

ברצוני להדגיש את אחת התרומות החשובות, בעיניו, של אמנות הבמה לטיפול הקבוצתי. זוהי אומנות העוסקת בנושאים אנטי ממסדיים, ומשתמשת הרבה בגוף האמן היוצר ככלי עיקרי להעברת המסר. ניטצון מדגיש את חשיבותה של ההתייחסות לאופן שבו הגוף והתנועה, ולא רק המילים, מבטאים את העצמי במהלך הטיפול הקבוצתי. ניטצון קורא למטפלים הקבוצתיים לשים דגש רב יותר על הגוף, ולכלול אותו בפיתוח התיאורטי של הטיפול הקבוצתי. בדרך זו הוא גם מקצה לכל סוגי התרפיה באמנויות מקום חשוב בעולם הקבוצות.

כפי שהזכרתי בתחילת הסקירה, ניטצון חוזר בסיכום הספר לדון בחשיבות הקבוצה המאפשרת מגע אמיתי, ולא וירטואלי, בין אנשים. כך הוא מבטא זאת:

אין דבר חשוב יותר מאשר המפגש האנושי. התרומה הגדולה ביותר שהאנליזה הקבוצתית יכולה להציע בעתיד המתהווה מצויה בתחום של תקשורת בקבוצות בין אנשים הנוכחים בגופם. עניין זה מקבל חשיבות רבה עוד יותר בעולם טכנולוגי שמתרחב ללא הרף, שבמסגרתו אנשים נסחפים עוד ועוד לתוך קהילות וירטואליות ותצורות תקשורת נטולות נוכחות גופנית.

הספר אינו קל לקריאה. הוא עמוס ואי אפשר לקרוא אותו במהירות. כמעט כל משפט מהווה תוספת חשובה שחבל לוותר עליה. הוא מבטא בצורה ברורה את אהבתו של ניטצון לעבודה הטיפולית בקבוצות, ואת הכרתו במורכבות ובקושי הכרוכים בה. במשפט המסכם של הספר ניטצון אומר: "להגיע מעבר לאנטי גרופ, כשמו של הספר, מחייב, קודם-כול, להיכנס לתוך המושג, להחזיק בכל המשמעויות שלו ולשרוד אותו. וכך אנחנו חוזרים בסיום למילת המפתח של הספר: **הישרדות**."

מקורות

הדר, ב. (2007). סקירה על ספרו של מוריס ניטצון, "הגוף כאובייקט של תשוקה". **מקבץ** 12(2).

Nitsun, M. (1996). *The Anti-Group: Destructive Forces in the Group and their Creative Potential*. London: Routledge.

---- (2006). *The Group as an Object of Desire: Exploring Sexuality in Group Therapy*. London and New York: Routledge.