

מדע במדעי ההתנהגות :

מבוא לכירולוגיה פסיכודיאגנוסטית (PDC)  
בפסיכואנליזה יישומית

ד"ר. ארנולד הולצמן

© ד"ר ארנולד הולצמן (2013)

נא לכבד את זכויות היוצרים. אף מבנה אישיותי המוצג בעמודים אלה, או התפתחות מורפולוגית המתייחסת אליו, לא יוצג בהרצאות, יופיע בעבודה כתובה כלשהי, או בדפוס דיגיטלי, או במצגות אור-קוליות על גבי מחשב כלשהו, בין אם מסחרי או פרטי, ללא אזכור שם המחבר והמקור באופן ברור ובולט כלהלן: ד"ר ארנולד הולצמן, תחום ה-PDC באבחון פסיכולוגי

חל איסור על מתן הוראות ליישום ה-PDC (כירולוגיה פסיכודיאגנוסטית) בכל מסגרת שהיא ללא אישור חתום מטעם המחבר, ד"ר ארנולד הולצמן.

## תוכן עניינים

5	מבוא
9	הקיבעון האוראלי השלילי The Negative Oral Fixation
11	תסמונת האני- החלול The Hollow-I Syndrome
13	תסמונת החסך בקשר אב The Deficit-Father Syndrome
15	עיכוב ההתפתחות הרגשית Arrested Emotional Development
17	אינטלקטואליזציות ורציונליזציות Intellectualizations and Rationalizations
19	עכבות Inhibitions
22	פיצול Splitting
24	תסמונת המיקוד באם The <i>Focus-On-Me</i> Mother Syndrome
27	תסמונת החסך בחקר העולם The Exploration Deficit Syndrome
29	כיסים אוטיסטיים Autistic Pockets
31	נאמנויות חצויות Split Loyalties
33	העצמי הכוזב The False Self
35	רצון Will
38	מילות סיכום



## מדע במדעי ההתנהגות: מבוא לכירולוגיה פסיכודיאגנוסטית (PDC) בפסיכואנליזה יישומית

החומר המוצג במאמר זה מקריב במכוון את הצורה לטובת התוכן. ראשית עליי להבהיר כי הדברים הבאים אינם מהווים הזמנה לחקירה או הערכה אקדמיות. מקום שבו לתוכניות לימוד קוגניטיביות-התנהגותיות יש כוח מגביל בלימודים האקדמיים במדעי ההתנהגות, ומטרתן הגלויה היא לעורר דה-לגיטימציה של קונספטים פסיכואנליטיים. הדיסוננס הקוגניטיבי יעצור בכל הכוח כל מחשבה שמהו שגוי כאן. למעשה, דיסוננס קוגניטיבי יעצור בכוח כל אפשרות לרעיון שבמסגרת אותם קונספטים פסיכואנליטיים ייתכן שקיימת דיסציפלינה דיאגנוסטית המעלה את היישום הקליני של הפסיכולוגיה לרמה של מדע אמיתי.

ראשית, הבה נבהיר כיצד מגדירים מדע. שיטת החקירה האמפירית העיקרית חייבת להיות ניסוי וחזרה מוצלחת על אותו ניסוי בתנאי מעבדה. בדיקה היא אופן החקירה היחיד המתקבל על הדעת בסביבה המעבדתית, ודרישתה העיקרית היא שליטה מוחלטת במשתנים. לבסוף, הקשר הנצפה בין סיבה לתוצאה לא יאפשר פרשנויות מנוגדות.

הכלי שאנו מגייסים להדגשת היסוד המדעי של מבנים פסיכואנליטיים – בעיקר כפי שבא לידי ביטוי בפרספקטיבות של יחסי אובייקט – אינו חדש כלל. למעשה, הוא זמין למטפלים מאז 1983, וכמובן כדיסציפלינה מקיפה בתחום האבחון הפסיכולוגי מאז שנת 2004. באפריל 2011, יישומו הודגם בצורה דרמטית בתחום התפתחות הילד בשפות שאינן אנגלית, כגון עברית וסינית מסורתית. כלי זה מוכר בשם *כירולוגיה פסיכודיאגנוסטית*, או PDC (אלו ראשי התיבות שייצגו כלי אבחוני זה בדפים הבאים).

ללא ספק, התערבות פסיכואנליטית מאז ומתמיד נתפסה בבסיסה כאומנות אפילו בעיני חסידיה. הסיבה לכך היא שבעוד שחוויות העבר של האדם מהוות סכמה של נקודות ייחוס (references) לעצמו, סכמות אלה לעיתים קרובות מאופיינות על ידי צלקות רגשיות כואבות הכלואות בתקופות התפתחותיות קדם-מודעות שכדרך קבע אינן עולות לרמת המודעות. סכמות אלה עשויות לכלול אף חוויות של מצוקות קשות ואפילו טראומה המופיעות מאוחר יותר במהלך החיים, אך מודחקות מהזיכרון או מוכחשות. ככאלה, ובהנחה שהן מהוות את החותם הייחודי המגדיר את האטיולוגיה של המצב הנורולוגי בבגרות, המטפל יכול לגייס רק את יכולותיו האינטואיטיביות, את הניסיון הקליני שלו, את ניחושו המושכלים והתרשמיותיו החדות על מנת שסכמות אלה תהיינה נגישות לו. ברוב המקרים, כאשר הבעיות אינן כוללות הפרעות אורגניות, ידע זה יכתוב בסופו של דבר את נקודות הייחוס העיקריות ואת הכוח המניע של תוכנית הטיפול. על אף כל זאת, זיהוי האטיולוגיה הטבועה בכל מצב נורולוגי חייב תמיד להיות נגזר של המשגות מופשטות.

אישור ליושרה האינטלקטואלית והמקצועית של מטפלים קליניים המזדהים עם תוכניות פסיכואנליטיות הינו ההכרה הבסיסית בקיומן של סכמות אלה – חוויות פנימיות של העולם אשר מגדירות את מסגרות ההתייחסות שיש לאדם כלפי עצמו – ומודעות מלאה שאינה מוטלת בספק באשר לאחיזה שיש להן על המבנה המנטאלי והרגשי של האדם. השאיפה של כל מטפל כאן, ללא קשר לסוג הטיפול הניתן, היא לחתור לכך שהמטופל יגיע לרמה מסוימת של ערנות ומידה של הזדהות עם מרכיביה של הסכמה. ה"למה" התת-מודע ששלח עד כה את זרועות הצייד המאיימות שלו, יכול כעת

להתמזג עם ה"מה" המהותי. לאחר מכן יחתור המטפל לכך שמודעות זו תמנף ותעזור למטופל להתמודד עם נושאים בעיתיים ותביא לידי סיום מוצלח של הטיפול.

למרבה הצער, חושים אינטואיטיביים, ניסיונות קליניים, ניחושים מושכלים והתרשמויות חדות אלה מחטיאים לעיתים את המטרה. ולעיתים קרובות הם גם קולעים בדיוק למטרה. כך או כך, המטרה של הערות אלה היא היושרה המקצועית והאינטלקטואלית שמטפלים קליניים אלה מביאים לידי ביטוי על ידי הכרה במשקל הרב ובהשפעה העמוקה של סכמות אלה. כיוון שהצלחות והפצעים שלא הגלידו חסומים בפני הזיכרון המודע, יכולתם להעיד על המשקעים הרגשיים האכזריים והמשתקים ברובם שאותם הם יוצרים, היא זו המאפשרת בסופו של דבר לפתור את המצב הנוירוטי.

עקרונות קוגניטיביים-התנהגותיים עוקפים את הסכמות הללו לחלוטין. הסכמות שמטפלים קוגניטיביים-התנהגותיים הסכימו רק מאוחר יותר לקבל מראש היו ישימות רק בתוכנית קוגניטיבית מובנית של הכרה ויישום קוגניטיביים. נקודת המבט המרכזית שלהם היא שהסכמות מתעלמות יותר מאשר דוחות את המידה שבה משקעים רגשיים לא-מודעים, בעיקר אלה בעלי אופי מטריד ביותר, מחלחלים ומתחבאים עמוק בתוך נקודות הייחוס הלא-מודעות של המטופל באשר לעצמו. התיאורטיקנים והמטפלים הקליניים שלהם מספקים אופן התערבות שאמור לגייס את נכונותו ומוכנותו של המטופל לאמץ באופן מודע שיטות ומחשבות מתקנות ברמת הכאן ועכשיו של חייו. התוכנית הטיפולית במהותה אמורה לגייס אינטלקטואליזציות ורציונליזציות מונחות המיושמות באופן נוסחתי נוקשה וכפייתי במקצת שאמורות להביא את האדם לידי לתגובה רצויה מודעת ומאולצת למדי למצב הנוירוטי. אם החוויות שתוארו כאן תהיינה עקביות, הן תעודדנה התניה מתקנת משמעותית שתקל, ואולי גם תעקוף, נושאים רגשיים מטרידים ומעוררי מצוקה.

בדרך כלל, תיאורטיקנים קוגניטיביים-התנהגותיים נוטים לעודד את חקר הדיסציפלינה שלהם כמדע לגיטימי בתחום מדעי ההתנהגות. הם מציגים אותה אולי כתוכנית היחידה המגדירה את ההתנהגות האנושית וכשיטת התערבות קלינית המאמצת רק מה שניתן למדוד במדדים אובייקטיביים ותצפיות קונקרטיות. מהררי הספרות שלהם ניתן להסיק שההצלחות הנכבדות ביותר שלהם כוללות הפרעות פוסט טראומטיות (Post-Traumatic Stress Disorders), לפוביות, לדיכאון ולחרדה. הם ירחיבו רשימה זו ויכללו פסיכוזות והפרעות אישיות. אך אם ננסה להסביר כיצד מטפלים אלו מעריכים את הצלחת התערבותם, טענות אלה הופכות לחשודות ביותר. אם התניה מתקנת לא נמשכת מעבר לחודשיים, למשל, אין זה אומר שההתערבות נכשלה. אם מטופל אינו מצליח לעבור את הפגישה השלישית או הרביעית, זה הוא שנכשל כיוון שלא תרם את חלקו לתוכנית של המטפל.

כתגובה לביקורת הנרחבת המופנית לאופי הניתוח הקר, הנוקשה והשכלתני של ההתערבות הקוגניטיבית-התנהגותית, התיאורטיקנים שלה הדגישו את החשיבות שבהצגת מימד של אמפתיה במהלך המפגשים. היה זה ניסיון לצמצם את הריחוק בין המטפל למטופל בדרך כלשהי. למעשה הם חזרו לפורמט של קרל רוג'רס (Carl Rogers) ששם את המטופל במרכז בעוד המטפל מכיר בתרומת המטופל על ידי אימות הדברים שבהם הוא משתף אותו. מה שאנו רואים כאן שוב היא נוסחה המוגדרת באופן אנליטי ומיושמת כאינטלקטואליזציה נוקשה וכפייתית לגמרי של סביבה רגשית. אולם בעוד שקרל רוג'רס העניק משקל עצום למשמעות הרגשית שבה הציג המטופל את מצבו, מטפלים קוגניטיביים-התנהגותיים בדרך כלל מסתפקים בהעמדת פנים שטחית של אהדה. זה כמעט אף פעם לא מצליח. כאשר נשאלו במהלך סקר, רק אחד מתוך עשרים מטופלים לערך חשב שהמטפל הראה מידה כלשהי של אמפתיה כלפיהם.

על כל פנים, נושא זה אינו במרכז הדיון שלנו. די לנו פשוט להבחין בכך שהצגתן של תבניות פסיכולוגיות קוגניטיביות-התנהגותיות כמדע הנוגע למצבו של האדם הינה יהירה כשם שהיא מעליבה את האינטליגנציה. במהותה, היא נשארת הדיסציפלינה של אלה המראים דפוסי חשיבה אינטלקטואליים כפייתיים בעלי נטייה אנליטית מובהקת ומכאנית במקצת, שלמרבה הצער סובלים מהיעדרה הגמור של מחשבה מופשטת וכמובן מהיעדר כל ניסיון ליישם מחשבה שכזו. בדרך כלל, ועם

התנצלות מראש למעטים יוצאי הדופן – אין בהם יכולת להבנה רגשית של תקשורת בין-אישית אינטימית. הכול קשור אחד בשני.

PDC היא דיסציפלינה נרחבת בתחום הדיאגנוזה הפסיכולוגית, שבה אלמנטים ביומטריים – ובאדם כפות הידיים (the distal upper limb) – מספקים נקודות ייחוס למצב האנושי. המידע נאסף מהמורפולוגיה, מהדרמטוגליפיקה ומהמבנה של כפות הידיים. לא משנה עד כמה אזוטריית דיסציפלינה דיאגנוסטית עשויה להיראות לאלה המתוודעים אליה לראשונה, לרעיון שכפות הידיים של המטופל ייצגו נקודות ציון פסיכולוגיות ישנם סימוכין רבים בספרות המקצועית. כדאי לזכור שהתפתחות העור, המוח, מערכת העצבים וכפות הידיים נובעים בו זמנית ממקור זהה בתא הביצית המופרית – שכבת האקטודרם. לכן ההתייחסויות שלנו לביטויים פסיכולוגיים כשלעצמם תואמות את הביולוגיה הטבעית. אולם נדמה שהאסמכתא המיידית והמשמעותית ביותר, בעיקר ביחס למצבים פסיכויטיים, נובעת ממחקרים בתחום הביולוגיה הפסיכיאטרית.

PDC לא נולדה בעקבות הבזק של התגלות ושום דבר שמזכיר הארה אינו אחראי לגילוי ולפיתוח של כלי זה. היא גם לא צמחה בשום אופן מהתרבות הפופולארית של מגידי עתידות או תורות מיסטיות וצועניות. ייתכן שלא כולם יודעים זאת, אבל עד אמצע המאה הקודמת, ניתוח כף יד נחשב לכלי דיאגנוסטי מבוסס וישים במידה רבה בתחום הגנטיקה הרפואית. הוא נלמד כתחום התמחות ברוב בתי הספר לרפואה ונכלל בשירותים המוצעים במעבדות ציטו-גנטיות הממוקמות בכל בית חולים גדול. אני האמנתי שאם ניתוח כף יד יכול לזהות קשת כה רחבה של הפרעות גנטיות, תורשתיות ונרכשות, יהיה זה נפלא אם אותה דיסציפלינה תשמש באותו אופן גם במדעי ההתנהגות. ללא גישה לסכמה המעוצבת ברובה מזיכרונות לא-מודעים ו/או מודחקים – בעזרת מנגנוני הגנה נוקשים כגון אינטלקטואליזציות והכחשה – רק לעיתים נדירות מפיק המטפל מהמטופל את האמצעים הדרושים עבור תוכנית התערבות ממוקדת. אם כך, האם עשויה דיסציפלינה דיאגנוסטית זו לספק את ההבטחה הנשגבת בארגז הכלים, כביכול, של מומחים בהתנהגות? אני צופה שהיתרון הייחודי של כלי זה בפסיכולוגיה קלינית הוא במידה שבה יחסוך מהמטופל את הצורך להציג את עצמו למטפל. זו עשויה להתגלות כדרך המהירה והבטוחה ביותר להגיע לנקודות הייחוס הקריטיות ולרוב גם הכואבות וההרסניות ביותר שאדם עלול לפתח כלפי עצמו – גם כאשר אלה חסומות לחלוטין בפני המודעות על ידי הגנות נוקשות ועקשניות כלשהן.

במדעי ההתנהגות, התרומה האקדמית של ארנסט קרצ'מר (Ernst Kretschmer) ושל ויליאם שלדון (William Sheldon), אשר דימו את גוף האדם לנציג של תבניות פסיכולוגיות, הניחה את היסודות לדבר שמאוחר יותר כונה *פסיכולוגיה קונסטיטוציונית*. כאן ה-PDC מוצאת את מקומה הטבעי. אך מה שנותר עלום הוא המכניזם שיסביר כיצד מאפיינים פיזיים של הגוף – בעיקר אלה שמקורם בכפות הידיים – מתקשרים להיבטים באישיות.

נותר נושא אחד למחשבה באשר לאופי ולתרומה של PDC למדעי ההתנהגות. גם ללא הסמכה, PDC מוכיחה שפסיכולוגיה היא אכן מדע אמיתי. מן הראוי שאחזור על הצהרה זו: PDC מקדמת ניתוח פסיכולוגי לרמה של מדע אותנטי ואמיתי. היא מבטיחה העתקה מושלמת – בחינה תחת תנאי המעבדה הנוקשים ביותר – ומסגלת את עצמה לכל אוכלוסייה בכל מקום בעולם. כמשקפת תבניות פסיכואנליטיות במסגרת פרספקטיבות של יחסי אובייקט, PDC חושפת את נקודות הייחוס שאדם עשוי לפתח לגבי עצמו שמקורן בחוויות מהשלב הפרה-גניטאלי המוקדם. אם יש סיבה להתעסק בחוויות מצוקה קשות מן ההתחלה, ל-PDC תהיה גישה אליהן. מבנים נפשיים אלו המגדירים את האטיולוגיה של המצב הנוירוטי ואת מידת חומרתו מתגלים באופן מיידית אצל כל בני האדם, כאשר אנו נתקלים במבנה נפשי מסויים הקשור למאפיין מסוים בכף היד, כל אחד מהאנשים המעורבים יציג דפוסיים זהים של גישה והתנהגות. גם להיסטוריה שלהם תהיה מידה ברורה של דמיון. אמנם נושאים

הקשורים לגיל ולמצב בריאותי ואולי גם לתבניות נפשיות שונות עלולים לשנות במידת-מה את הביטוי הנראה לעין של מאפיין ביומטרי כלשהו, אך מאפיין זה יישאר טבוע באדם זה באופן בל יימחה, וירמז על עצמו בעוצמה דטרמיניסטית גם בגישותיו ובהתנהגותיו של אותו אדם. כמו כן, הדיוק יתקרב ל-100%!

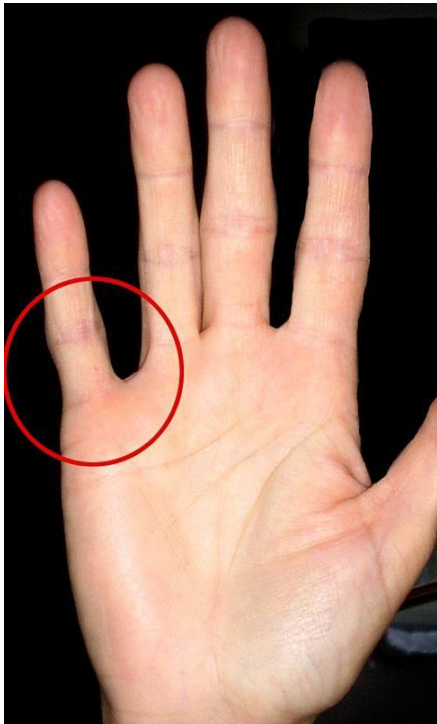
זו, כמובן, טריטוריה חדשה לגמרי עבור המטפל. כמו כן, כתוצאה מכך, המטפל ייתקל בקשת נרחבת של מצבים נפשיים כולל תסמונות ומערכות נפשיות רבות שאינן מוזכרות כלל בספרות המקצועית. כפות הידיים מעניקות שפה יוצאת דופן, סבוכה, מורכבת ורלוונטית לחלוטין למצבו של האדם. למרבה המזל, זוהי שפה שאם מתמסרים לה, אפשר להפוך למומחים בה. עוד יבוא הרגע שבו המסר שנמצא בשורות אלה יתקבל אפילו באקדמיה, ויקדם באופן מעשי את לימודי ה-PDC עבור כל אלה הצועדים לעבר קריירות קליניות במדעי ההתנהגות.

להלן אילוסטרציות של כפות ידיים שכל אחת מהן נושאת מאפיין החושף חווית מצוקה מסוימת שמקורה בהיסטוריה המוקדמת של בעליה. כאשר אנו לוקחים בחשבון את תגובתו של האדם לחוויות המצוקה, כל אחת בסופו של דבר מתבטאת כמימד קריטי ולעיתים קרובות נזירטי בהתפתחות האישיות הבוגרת. גם כאן וללא יוצא מן הכלל, כשאותו מאפיין נמצא בידיו של אדם כלשהו בכל מקום בעולם, לא משנה עד כמה שונות התרבויות, הוא יחשוף במבנה האישיות של אותו אדם היסטוריה דומה מאוד וחומת הגנה לאותן פרוגרמות קריטיות ולעיתים קרובות גם נזירטיות.

כל מטפל קליני שיש לו ציבור מטופלים יכול לבחון את אמיתות החומר המובא כאן ללא כל בעיה.



## הקיבעון האוראלי השלילי



המותניים בבסיס הזרת חושפים קיבעון אוראלי שלילי.

**ה**מאפיין החושף ביטוי נזירי זה באישיות הוא צורת המותניים, ההיצרות או ההתפתחות המצומצמת של פרק הבסיס של הזרת. ללא כל קשר להיבטים אחרים של האישיות שמאפיינים אחרים ביד עשויים לתאר, להתפתחות מיוחדת זו יש השפעה דטרמיניסטית מהותית ברורה ובלתי סלחנית על אישיות האדם. היא חושפת צורך בלתי מתפשר בשליטה. היא מדגישה אצל אדם זה את הצורך לאחוז בבטחה במושכות כל דבר הנוגע בחייו. בנוסף לכך קימת חוויית אי-נוחות עוצמתית ומטרידה, הכוללת את הפחד מהתדרדרות עד כדי חוסר אונים, אם אדם זה אי פעם יצטרך להיות תלוי במישהו לצורך כלשהו.

### היסטוריה:

ככלל, היינו מצפים כי בכניסתו של היילוד לתוך העולם שמחוץ לרחם הוא יפגוש מיד את זרועותיה החמות והממתונות של האם. בנקודת זמן זו, נוצרת היקשרות (bonding) עם האם המשמשת כספק וכקולטן מופלא לכל הצרכים והיצרים הליבידינליים החזקים שלו. בהמשך יהיו נגזרות אחרות, מופלאות באותה מידה, של חוויה זו. היילוד עדיין אינו מזהה את האם כאובייקט נפרד ממנו, אך הוא כביכול מודע לביטחון המוחלט שבהכלה המוחלטת שלה אותו. למעשה הוא שלוחה של גוף שגדול ממנו. הוא הופך לחלק אינהרנטי מהחום הנובע מגוף האם, מתנועת גופה, מצליל קולה, ממגע, מחיבוקה ומכל הדברים האחרים המגדירים את חווית האם המקורית שלו. כשהוא זקוק להזנה הוא מקבל מזון, אם קר לו הוא נעטף בשמיכות וכשהוא עייף מנענעים אותו עד שהוא נרדם.

אנו מתארים את החוויות האידיאליות של היילוד והתינוק, המגיעות בזמן שבו הם תלויים לחלוטין באם לרווחתם הגופנית והרגשית. החוויות הנרשמות, שישארו לכל אורך חייהם כנקודות הייחוס המהותיות ביותר לעצמם, הן שיקבעו את המידה שבה רווחתם הרגשית והגופנית וצרכי הביטחון הקריטיים ביותר שלהם יהיו תלויים באחרים. דבר זה בשום אופן אינו מונע מהם להתקדם בסופו של דבר לרמות אוטונומיה ועצמאות כתגובה לפעולתן של כימיות נפשיות אחרות, אך הוא בהחלט מדגיש את תחושת הביטחון הפנימית, יחד עם נכונות לתת אמון ולהיות תלוי באחרים מתוך תחושת ביטחון, במקרה הצורך.

הקיבעון האוראלי השלילי משתלט על נקודות הייחוס המקודמות ביותר שיש לכל אדם לגבי עצמו, כאשר אותו אדם, כתינוק, חווה מצוקה בכל רמה שהיא. בעבר מצוקה זו נראתה לעיתים קרובות אצל אלו שהועברו לאינקובאטורים בעת לידתם. כיום מקלים על כך במידת מה על ידי עידוד האמהות לעסות או להשתמש במגע עדין עם התינוק. אך אם תינוקות צעירים מאוד סובלים, למשל, מכאבים

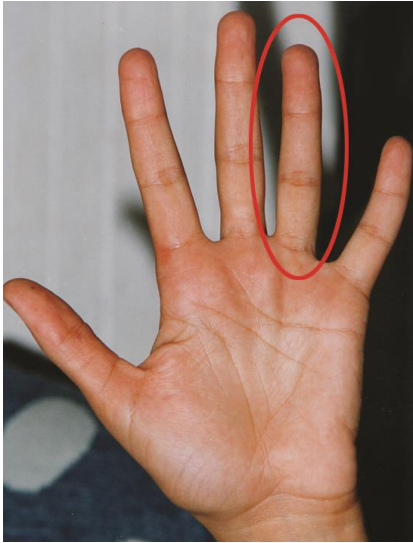
חמורים וממושכים במערכת העיכול שלהם, או בהתפתחות השרירים או העצמות, החוויה המשתרשת במוחם כנקודת הייחוס הראשונה לעצמם עלולה לסתור לחלוטין את שתואר לעיל.

כמו כן, ניתן לדמיין את הנסיבות הקשות של תינוק צעיר מאוד, הזקוק לחלוטין לאם מסייעת, כאשר האם עצמה סובלת ממצוקה רגשית חמורה. ייתכן מאוד שהדבר ימנע ממנה להיענות לצרכי תינוקה. לעיתים קרובות נתקלים במקרים אלה בדיכאון או בחרדות מוגברות. יש לשקול גם כי ישנן אמהות מסוימות, שהצרכים שלהן עצמן בינקותן המוקדמת מעולם לא נענו וכבוגרות הן ממשיכות לשאוף לסיפוקם. אצל אמהות אלה עלול להיפגע המענה על צרכי הינקות המוקדמת של התינוקות שלהן.

לתינוקות אלה לא יהיה, כבוגרים, שום זיכרון באשר לקשיים הטראומטיים המוקדמים שלהם. אף על פי כן, לא משנה עד כמה נקודות ייחוס אלה לעצמם שקועות בזיכרון הקדם-מודע שלהם, חוויות אלה נותרות כנקודות ייחוס שאינן נמחקות לכל אורך חייהם. מה שמתפתח בעקבות זאת כתגובות רפלקסיביות לסיטואציות בחיים האמיתיים הוא כזה: אנשים אלה מוצאים את עצמם מנועים מלהסתמך על מישהו לכל צורך שהוא. שום דבר אינו נשכח. תלות מביאה אל פני השטח את הפחד לחוות מחדש את מצב חוסר האונים המפחיד שלהם. *בתקופה בה היו חסרי אונים, פגיעים לחלוטין ותלויים לחלוטין באחרים למען רווחתם, נסיבות חייהם היו כואבות ביותר ומפחידות במידה בלתי אפשרית.*

כאשר מציבים מראה מול היסטוריה זו, השאיפה העיקשת לשליטה יחד עם התיעוב שבתלות באחרים מהווים מאפיין ייחודי של כל אדם שבסיס פרק האצבע של הזרת שלו תואם לתיאור זה. יתר על כן, מאפיין זה יתנגד לכל מאמץ להתערבות טיפולית. שאיפתו הטובה ביותר של המטפל תהיה להעלות באופן מיידי להכרה מודעת את ההשפעות האישיות והבין-אישיות המזיקות של ביטויה הגלויים של היסטוריה זו. לאחר מכן, ייתכן שניתן יהיה להשתמש בהכרה זו על מנת לגייס את הצורך באותה שליטה כדי לקדם שינויים.

## תסמונת האני החלול



הקמיצה (אצבע הטבעת)  
הנראית כאן צרה יותר בבירור  
לעומת האמה והאצבע המורה.  
ראו גם האיור בעמוד 11

**ת**סמונת האני החלול חושפת תפיסה דלה ולעיתים תכופות משובשת של ערך עצמי. אנשים הסובלים ממבנה אישיות זה נושאים בתוכם את האמונה כי אין לקיומם שום לגיטימיות או הצדקה. בכל פעם שמטפל נתקל במאפיין זה כאשר הוא בוחן את ידיו של מטופל, הוא חייב למדוד את חומרתו היחסית של מאפיין זה, שהינו מידת ההיצרות. ככל שהמאפיין חמור יותר, כך נזקו גדול יותר באיכות החיים ובמערך החיים של אותו אדם. באותו עניין, המטפל יבין טוב יותר את כל הדברים שהוא שומע מהמטופל דרך הפריזמה של תפיסת ערך-עצמי מכרסמת זו. הרושם שחיו של אותו אדם מותירים על פני השטח כמעט תמיד יהיה מטעה.

המאפיין הנקשר לתסמונת האני החלול הוא היצרות ניכרת לכל אורך הקמיצה (אצבע הטבעת), יחסית לאצבעות האחרות. ככל שהאצבע הזו צרה יותר בהשוואה לאחרות באותה יד, כך גבוהה יותר רמת החומרה הבאה לידי ביטוי באישיות. ככלל, צורת האצבעות נחשבת מאוזנת כאשר האצבע המורה והקמיצה דומות באורכן ובהיקפן.

### היסטוריה:

קרוב לוודאי שתינוק בן שנה עדיין לא שולט בשפה כלשהי, ורק בשלב זה בערך הוא עושה את צעדיו הראשונים בעזרת רגליו הלא-בטוחות התומכות בו. מעמדה זו הוא יבחן את העולם ויחפש דרך גישה אליו על מנת לחוות אותו ככל שהאנשים מסביבו יאפשרו לו.

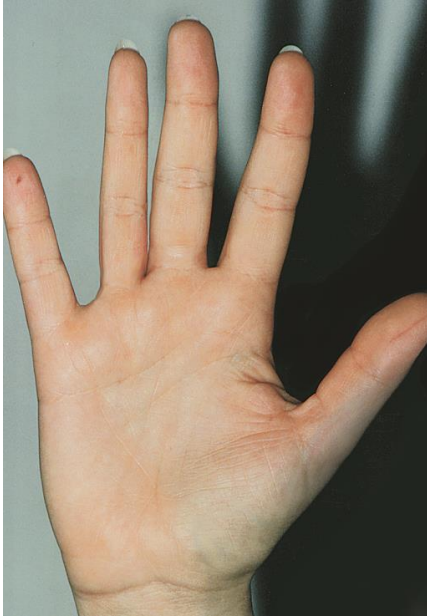
יעבור זמן עד שילד זה יחווה את יתרונות המחשבה הרציונאלית או האנליטית עם יכולת להגיון. היכולת לגייס נקודות מבט שיפוטיות והערכות שקולות עדיין רחוקות ממנו בשנים רבות. אך נכון לעכשיו, הכול ספוג במשמעות רגשית אדירה. כל דבר מורגש בעוצמה. הרגש הוא הכול. הרגישויות והתבונה שלו מכוונים בחדות של ממש לכל דבר הנוגע בחייו. זהו גם הדבר שמתדלק את סקרנותו האינסופית ואת התיאבון המופלא שלו לגלות.

כך זה חייב להיות. אם כן, התינוק מאורגן ללמוד הרבה ככל האפשר בזמן הקצר ביותר שאפשר. בשלב זה, המידע נספג בחבילות, כביכול, עם תשומת לב מינימאלית לפרטים. מספיק שנחשוב על המרחק שתינוק עובר בשנתיים הראשונות לחייו – שליטה בשפה, התפתחות מוטורית, הזדהות עם הסביבה הפיזית והחברתית המיידית שלו והיכולת לפתח רצון – כדי להעריך עד כמה התינוק עסוק בחייו.

לתוך חייו של ילד זה תמיד מגיע רגע שבו הוא כולו מוצף בהתרגשות. עבור הילד זו תהיה חוויה משמעותית וחזקה ביותר, כיוון שהיא נושאת עימה משמעות מופלאה במיוחד. הילד מבין כי זוהי החוויה שלו. כיוון שזו החוויה שלו ושלו בלבד, יש בה הכרה משמעותית בכך שקיומו נפרד ונבדל מזה של אמו או אביו. בשלב זה, זהותו הופכת לשלוחה מושלמת ומוחלטת של כל דבר שהוא מרגיש

ומדמיין. מה שאנו מתארים כאן הוא למעשה הזרע של מה שבסופו של דבר יתפתח כתחושת העצמיות של המבוגר.

חישובו על התגובה של הילד בעקבות חוויה שכזו; חוויה מלאה במשמעות רגשית הדורשת ממנו את כל תשומת לבו. הוא ממהר מייד לאמו כדי לגלות לה ולחלוק עימה את התרגשותו, אך באותו רגע בדיוק, תשומת הלב של האם ממוקדת בדבר אחר. אולי היא באמצע הכנה של מתכון מסובך... או שקועה בשיחה עם מישהו בטלפון הנייד שלה... או ליד שולחן הטואלט שלה, מתכוננת לאירוע כלשהו... האפשרויות הן רבות, אך הגב שלה הוא מה שעניי הילד כל הזמן רואות, והוא מלווה לעיתים קרובות במילים נמרצות של חוסר סבלנות.



לעיל מוצגת דוגמה קיצונית במיוחד של תסמונת האני החלול.

כאשר חוויה זו חוזרת על עצמה באופן קבוע, כפי שקורה לעיתים קרובות, הילד מבין במהרה כי בעיני אמו, אין שום הצדקה או לגיטימיות לכל אותם דברים שתפסו את תשומת לבו ושאותם הרגיש בעוצמה כה רבה. אך מה שהוא מרגיש זה את עצמו. אם לדברים שהוא מרגיש אין הצדקה או לגיטימיות, אז אותם ערכים בדיוק יעדרו גם בתחושת עצמיותו.

על המטפל לשקול מאפיין זה כמשתנה. למרות שהוא עלול להימצא לכל אורך חיי האדם, עם השלכות מצערות על איכות חייו, המורפולוגיה של האצבע מתאימה את עצמה לשינויים ואין לראותה כדטרמיניסטית. לעיתים קרובות מאוד, שינויים מתועדים ביד אחת בלבד. ובכל זאת, שינויים אלה יצביעו על התפתחות חיובית, או על פוטנציאל להתפתחות חיובית – תיקון שיש לשאוף אליו ולהעצימו.

## תסמונת החסך בקשר אב



שימו לב לחסר באורך האצבע המורה. ראו גם עמוד 13

**ק**יימת הזנחה ניכרת בספרות האקדמית המקצועית המוקדשת למדעי ההתנהגות באשר להבנת תרומתו הספציפית של האב לנפשו (mind) ולהתפתחותו הרגשית העתידית של ילדו. אילו הייתה הבנה זו רצינית ומקיפה, הייתה וודאי תורמת תובנות רבות באשר לכמה מהסוגיות החברתיות-פוליטיות החשובות, הדוחקות ומעוררות המחלוקת ביותר של ימינו. היא הייתה מספקת הבנה טובה למדי באשר לסוגיות העוסקות בהיקשרות מינית ובזוהות משפחתית. היא הייתה תורמת תובנות רבות באשר להבנת המניע המדרבן את שאיפות הפוליטיקאים (ולא רק של פוליטיקאים) ואת הצורך שלהם בהכרה. יתר על כן, היא יכלה להרחיק לכת במתן הסבר לרווח העילאי שחשים אנשים כמו ואנונו מישראל או סנאוודן (Snowden) מאמריקה, יחד עם רבים אחרים חשובים פחות הלוקחים את החוק לידיהם. אילו הייתה התייחסות מקיפה לנושא עצמו, הוא יכול היה, ואכן היה, מוסיף מאות מאמרים ועשרות רבות של כרכים למדפיה של כל ספרייה המוקדשת למדעי ההתנהגות.

המטפל ייתקל בתסמונת זו רק בצורתה הקיצונית ביותר – תחושה עמוקה של בידוד וניכור, שלמדנו לזהות כ"דחייח בתוך קבוצת השווים" (שאינה הנושא של עבודה זו). בדומה מאוד לאישיות הנרקסיסטית שלעולם לא תבקש את התערבותו של מומחה מקצועי להתנהגות, כך גם בעליה של היסטוריה הורית מבלבלת זו אינם מרגישים שמשוהו אינו כשורה אצלם. בעניין זה אציע מעט יותר ממבוא ליסודות הבסיסיים – אבני הבניין הראשוניות – של תסמונת החסך בקשר אב. אני מתנצל מראש על כך שאותיר את ביטוייה המורכבים יותר לכושר ההמצאה היישומי של הקורא.

הייצוג המורפולוגי של התפתחות זו באישיות היא נוסחת אצבעות בה האצבע המורה קצרה יחסית לאמה ולקמיצה. אם זה קיים, אי אפשר לפספס את זה.

### היסטוריה:

**תסמונת החסך בקשר אב** מדגישה היסטוריה שבה האדם, מאז תקופת ינקותו, כאשר דמות האב כאחר משמעותי ("significant other") מתחילה לקבל את ממדיה המוחשיים, סבל מחסך כלשהו במרכיבים מסוימים, ספציפיים ומרכזיים מאוד, שהם בדרך כלל טבעיים ועקביים ביחסים בין אב לתינוק/ילדו. **תסמונת החסך בקשר אב** תתאר את הארגון הנפשי של האדם הנוצר בעקבות זאת, הן כהמשך ישיר של חסך זה והן כביטוי לתגובה שמטרתה לפצות על כך.

כאשר ההתפתחות הקוגניטיבית של התינוק לאט לאט מאפשרת מודעות לעולם גדול יותר של חוויות ורשמים, הדמות המרכזית בנוף חדש זה של חפצים וצבעים היא זו של האב. עד כה, הידע היחיד שלו

על העולם היה דרך חוויות הגוף הממוקדות באם (גם אם האב היה זה שטיפל באופן פעיל בתינוק בשלב זה, זה לא משנה). אך כעת הוא מגלה כי האדם הפיזי שהינו אביו הוא דמות מרכזית המושכת את תשומת לבו. מלבד האב, אך באותו ממד שבו נתקל באביו לראשונה, הוא מגלה את כל האחרים.

במסגרת החוויות האוטו-ארוטיות המוקדמות ביותר של התינוק, ההיקשרות, תחושת ההתקשרות ותחושת ההכלה המוחלטת על ידי האם, הייתה כמעט לחלוטין פונקציה של חוויות הגוף הפנימיות שלו. הוא ידע את האם דרך חווית העצמי האורגני שלו – למעשה האופן שבו קולה, מגעה, חום גופה, הטיפול הפיזי שלה, ההאכלה שלו וכל הדברים האחרים, עיצבו זאת.

זה משתנה די מהר, אך עם זיהוי הממשות הפיזית שלה וקישורה לחוויות פנימיות אלה, התינוק נתקל גם באביו, המשמש גשר לעולם החברתי החיצוני שלו. בשונה מהאם, האב צץ מתוך ממד שחיצוני לחוויות הגוף הפנימיות ולחוויות העצמי האורגני שלו שהיו לו עד כה.

חוויות האם המוקדמות הללו, יחד עם הממשות הפיזית החדשה של האם, בדרך כלל מעניקות לילד את הידע על תרומתה לביטחון הפיזי שלו ולרווחתו הרגשית. אך כעת, עולמו התרחב במידה ניכרת. יחד עם האם הוא מגלה גם את האב, וחוויות העולם העתידיות של הילד הופכות לפונקציה של ההתערבות של שניהם בחייו.

עד גיל 3 לערך, הילד חייב לרשום מספר חוויות אב ספציפיות מאוד. בהקשר זה לא סתם נתאר את הדברים שיהיה נחמד שיקרו לילד, אלא נציג את החוויות כצרכים בעלי חשיבות קריטית. החוויה הראשונה מתוך אלה תהיה ההזדהות המוקדמת מאוד והבלתי מוגבלת של האב עם ילדו. לאחר מכן, תהיה זו המוכנות העמוקה שלו לשלב את קיומו של הילד עם קיומו שלו. התנהגויות אלה אינן מגיעות כ"נוסחה" מודעת שהאב מיישם באופן כפוי ביחסיהם. הילד ידע זאת מגוון קולו וכל פעם שהוא רואה את דמותו שלו משתקפת בעיני האב. לבסוף, חייבת להיות אינטימיות פיזית נוחה ביניהם.

במידה שבה מאפיינים אלה נעדרים מיחסי הילד/אב... במידה שבה הם נמנעים מהילד... כך הילד יתעד את דחייתו הטבעית על ידי אחרים כנקודת התייחסות פנימית לעצמו. אדם זה יהפוך לאדם המתייחס לאחרים עם מידה ניכרת של זהירות. באינטראקציות החברתיות של אדם זה (למעט בקשרים הקרובים יותר ועם האנשים שבהם אמונו הוא הגדול ביותר) תחסר זרימה מסוימת. יחסו ירגיש מאולץ, מתגונן. עוד לפני שיגיע לבגרות, אדם זה יחווה תחושות היסוס, אי-ודאות, חוסר נוחות, ואפילו תחושת ניכור באינטראקציות החברתיות שלו. כאשר אלה באות לידי ביטוי ביתר עוצמה, אדם זה יחשוש מהאפשרות שיהפוך למוקד העוינות של אחרים. ייתכן גם שהוא יחוש עוינות כלפי אותם אנשים בדיוק.



למטבע זה ישנו צד נוסף. אף על פי שחוויות-אב אלה אינן מוכתבות גנטית, ניתן היה לנחש אחרת. כאשר הן נמנעות מהילד, הוא נוטה לפצות על חסרים אלה באופן כפייתי במסגרת חוויות עם הגוף שהינו למעשה שלוחה של האב, כלומר, של העולם החברתי הרחב יותר. על מנת לפצות על חסרים אלה - (ששווה לחזור עליהם) ההזדהות "האורגנית" של האב עם הילד, שילוב קיומו של הילד עם קיומו שלו והאינטימיות הפיזית הקרובה, כמו למשל, שהילד נישא על כתפי אביו – אדם זה יהיה מונע בחלק ניכר מחייו על ידי יצר חזק לזכות במודעותם של אחרים בדרך כלשהי ולתעד את הכרתם העמוקה והכבוד העמוק שהם רוחשים לו. במקרים קיצוניים

יותר, הפיזיו עלול להופיע בצורת פעולה מסוכנת כלשהי שרק אדם עם מוסריות חברתית גבוהה היה נוקט בה. ישנן דוגמאות מצוינות רבות מרחבי העולם, שהבולטות שבהן הן אלו המתעמתים עם ביטחון מדינתם או מאיימים עליו באופן אחר כלשהו. בין אלה נכללים אנשים כמו מרדכי ואנונו מישראל, ולאחרונה, אדוארד סנואודן מארצות הברית.

## עיכוב ההתפתחות הרגשית



הזרת תחשב קצרה כאשר היא מגיעה מתחת לקו המוצג כאן.

**ע**יכוב בהתפתחות הרגשית הוא תסמונת שביטויה המרכזי באדם בוגר הוא חוסר התאמה בין רמות אינטליגנציה גבוהות המאפשרות יכולת ספיגה אנליטית, עיבוד והעברת מידע, לבין ההשקעות הרגשיות הממושכות בסוגיות של ביטחון והתקשרות בלתי פתורות, ששורשיהן בשלבי ההתפתחות הטרנס-גניטליים המוקדמים. המטפל ייתקל במצב נורוטי זה לעיתים קרובות במיוחד כאשר יתבקש להתערב בנישואין המצויים תחת איום של פירוק. כל מאמצי הייעוץ נכשלים כאשר מאפיין זה באישיות נותר בלתי מזוהה ובלתי מוסבר. גם כאשר הוא אכן מזוהה ומוסבר, דבר שבהחלט יוצא מן הכלל, מאמציו הטובים ביותר של המטפל בדרך כלל נוחלים כשלון מוחלט. תסמונת זו אינה נתנת בקלות לשינוי משמעותי, גם כאשר ישנה מודעות מלאה לאופייה.

באופן בסיסי, כל אחד מבני הזוג במערכת הנישואין הציג את עצמו בהתחלה לפני האחר באופן שהזמין איחוד. מלבד משיכה מינית, גורמים כמו חינוך, אינטליגנציה, תחומי עניין, התנהגות וההבטחה לנאמנות היו אלו שבסופו של דבר אפשרו מחויבות מתמשכת משני הצדדים.

בן זוגו של אדם הסובל מעיכוב בהתפתחות הרגשית רק לעיתים נדירות קולט מהו הדבר האחראי למזג המתוח של הנישואין ככל שעובר הזמן. אדם זה נתקל ברמות הולכות וגוברות של עוינות בעקבות האשמות מרירות ותרעומת תוקפנית. כל זה בוודאי מטריד את שני בני הזוג, אף על פי שהדבר נובע מאכזבתו הבלתי-סלחנית של בן זוגם כלפי משהו שאין לו הסבר פשוט.

ללא ספק, המאפיין ביד המסגיר תסמונת זו הוא זרת שכאשר היא מוחזקת אנכית בקו אחד עם האצבעות האחרות, אינה מגיעה לקפל האצבע המפריד בין החלק העליון לחלק האמצעי של הקמיצה.

### היסטוריה:

התינוק שזה עתה הגיע לעולם דומה מאוד לפלסטלינה או לחמר רך, כיוון שהוא מקבל בקלות את צורת החוויות הנוגעות בו, יהיו אשר יהיו. בדרך כלל, חוויות אלה מתחילות בהיקשרות לאם, המעניקה תחושת ביטחון ו"הכלה" מלאה. עם הזמן ועם המשך התפתחות כישוריו הקוגניטיביים והמוטוריים, אופיין של חוויות אחרות תורם להמשך "עיצובו" של הילד.

הספרות המקצועית בתחום הפסיכואנליזה מגדירה את שלושת שלבי ההתפתחות הבסיסיים, אף על פי שהם תמיד היו נתונים להגדרה מחדש, לכינוי מחדש ולחלוקות מדויקות יותר. עם זאת, בכל אותן תרומות נלמדות לספרות המקצועית, השורה התחתונה מדגישה ללא ספק את החוויות הספציפיות החיוניות לצמיחה ולהתפתחות הרגשית של כל תינוק וילד. אנו לא מדברים על משהו שסתם נחמד

שיהיה; אנו מדברים על צרכים מובהקים. העיכוב בהתפתחות הרגשית מתרחש כאשר חוויות ספציפיות שהיו צריכות להירשם במהלך שלבים התפתחותיים ספציפיים בתחילת חייו של התינוק והילד נמנעו ממנו.

תינוק זה הופך לילד, הילד לנער והנער למבוגר. בה במידה שכישרו האינטלקטואליים של אותו אדם עשויים לאפשר הישגים אקדמיים גבוהים וקריירות מרשימות ושהתפתחותו המוטורית קידמה מיומנויות מרשימות בספורט, ריקוד ודומיהם, החלל שהותירו מספר חוויות המהוות אבני בניין חיוניות מאותן שנים מוקדמות ממשיך להתקיים בדמות צרכים חיוניים ומידיים. אף על פי שהם במידה רבה צרכיו של תינוק, הם עדיין נותרים במבוגר, טעונים במשמעות רגשית אדירה.

מתוך סיכון שנפשט זאת יתר על המידה, נזהה כי הצורך המוקדם והחיוני ביותר של התינוק הוא היקשרות (bonding). האנרגיות הליבידינליות הטעונות מאוד שלו מכוונות לחלוטין לחיפוש אובייקטים. למרבה המזל, גופו הופך למטרתם של היצרים הליבידינליים של אמו ולהיפך. אם היבט כלשהו בהתקשרות ההדדית הזו נחווה על ידי התינוק כפחות מאורגני, הצורך לא יתפוגג ולא יפחת עם הזמן. להיפך. הוא יחדור בערמה בחוזקה לתוך מערכת הצרכים הרגשיים שעדיין זקוקים לסיפוק לכל אורך חייו של אותו אדם. אותו דבר יהיה נכון גם מאוחר יותר בעניין הצורך בביטחון ובשייכות. ההתקשרות המסוימת שלו לאחרים, יחד עם החוויה כי חייו הפכו לבעלי משמעות לאחרים – במיוחד עבור הדמויות הדומיננטיות בסביבתו – גם היא ממד קריטי מאוד בחוויות המעצבות המוקדמות שלו.

ישנן עוד כמובן, אך כאשר חוויה התפתחותית קריטית ובסיסית נמנעת מהתינוק ומהילד, מכל סיבה שהיא, התפתחותו הרגשית תתנגד להמשך ההתפתחות.



זרת קצרה

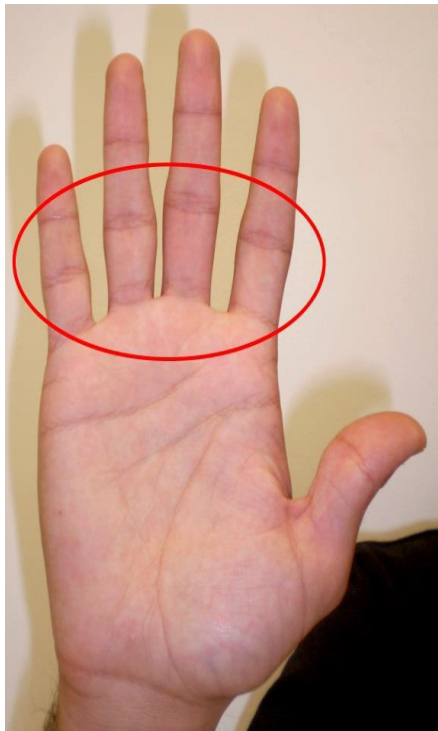
הקשיים הניצבים בפני יועצי נישואין עליהם דיברנו קודם לכן נעוצים כאן. ייתכן כי המבוגרים הנושאים תסמונת זו במקור הרשימו את הוריהם בבגרות שלהם, בחריפותם השכלית ובהצהרותיהם המתוחכמות. אלו האנשים אותם הכירו בני זוגם ואיתם קשרו את חייהם. אולם, הדברים שנתרו סמויים ברובם הם הציפיות שיש לאנשים אלו מבני זוגם, לזהות את אותם צרכים רגשיים מוקדמים מאוד אלה ולהתאים את עצמם אליהם. יהיה זה דבר נדיר ביותר אם זה אכן יקרה. אין ספק שיש בכך אירוניה, אך תוך זמן קצר האכזבה המרה מבני זוגם משחזרת, במידה מסוימת, את המועקות הרגשיות המגבילות שהם סבלו כתינוקות וכילדים צעירים. תסכולם בא לידי ביטוי בעימותים שוחקים ומכלים לחלוטין.

כאשר קשר נמשך ללא פנייה להתערבותו של מטפל, נבין כי אותו אדם כילד, אולי לפי "החשיבה המאגית" של פיאז'ה, הזדהה עם דמותו כפי שהשתקפה בעיני הדמויות הדומיננטיות בחייו והקרין את אותה דמות מוקטנת משהו לבן הזוג. רבים מאנשים אלה נמשכים למקצועות של עבודה עם ילדים ומפגינים הבנה טבעית של אותם ילדים. גם הספקות הקשורים לערך אינהרנטי קיימים במערך של תסמונת זו.



## אינטלקטואליזציות ורציונליזציות

**מ**וקדם יותר, כשתיארנו את נסיבותיו של ילד, שבהן כל חוויה למעשה ספוגה במשמעות רגשית ויכולת החשיבה הרציונאלית מגיעה רק מאוחר יותר, הדברים שהוא חווה רגשית היוו את כל ישותו. הרגש היווה את כל חווית העולם שלו. במוחם של ילדים קטנים, עוצמתם של דברים



שימו לב לפרקי האצבעות  
הבולטים מעל בסיסי האצבעות  
בעלי צורת המותניים.

נובעת לחלוטין ממידת השקעתם הרגשית בהם. תהליך המחשבה שלהם מתחיל כתצורות רגשיות לחלוטין, דבר המרמז על כך שהכימיה הרגשית שלהם בשלב זה של התפתחותם תקבע כיצד הם יתפסו את העולם ואת מנגנוני התקשורת שלהם עם אחרים.

אינטלקטואליזציות ורציונליזציות, המייצגות סגנון קוגניטיבי שנראה כמאפיין תורשתי בעיקרו, שאולי פתוח לשינוי כלשהו, הן ההיפוך המוחלט. כאן, החשיבה משתלטת על ההרגשה. אולי יהיה מדויק יותר לומר כי החשיבה מכניעה את ההרגשה. אולם לא משנה עד כמה הביטויים הרגשיים של אותם אנשים ייראו כנים ומשכנעים, ככלל, אנשים אלו הפעילו מחשבה שקולה – את המוח הרציונאלי – כדי לקבוע, ולהכתיב למעשה, את הגוון, הכיוון והעוצמה המדויקים של ביטויים אלה.

בכל פעם שפגשתי בהתפתחות כזאת בידיו של מטופל שהופנה אליי על ידי מטפל, הצעתי הראשונה הייתה תמיד להזהיר את המטפל מהפעלת תוכנית התערבות המבוססת על האופן שבו אדם זה מתאר את עצמו. כך שניתן יהיה להאמין לו לחלוטין. תהיה התאמה מושלמת בין סיבה לתוצאה. כל דבר שאדם זה יתאר יהיה הגיוני מאוד ויהיה לו הסבר הולם, הכול ארוז, מסודר ונמסר בקפידה. אמנם הם לא יתכוונו להוליך שולל את המטפל, אך ב"חבילה" זו יהיה כמעט הכול חוץ מהאמת.

אין הכוונה לומר שהם בהכרח נעדרים השקעות ליבידינליות הנובעות מעולם פנימי עשיר בצבע ובתוכן. גם אין הכוונה לומר שהם נעדרים תפיסה מופשטת וכושר המצאה יצירתית. כמו

כן, אין הכוונה לרמוז כי הם אינם יכולים לפעול מתוך מניע רגשי עם להט מופגן הקשור לשאיפותיהם האישיות או לקריירה שלהם. אך אנו בהחלט אומרים כי במקרים התכופים שבהם אנשים אלה מרגישים צורך בהתערבות של מטפל, חומות ההגנה של האינטלקטואליזציות והרציונליזציות יפגמו באופן ניכר בכל התאמה שהיא בין הזהות הגרעינית שלהם לבין החיים שהם עיצבו לעצמם בפועל. אנשים אלה כמעט תמיד מוצאים את עצמם בסביבות גיל 40 מוצפים בתחושה כי ישנו רק קשר מועט בין מי שהם לבין הבחירות שעשו במהלך השנים. הם מרגישים ממש כמו זרים בעולם שאליו הביאו את עצמם באופן מודע.

כעת אומר מילה על מבנה הזהות הגרעינית. במונחים הפשוטים ביותר, בתוך כל אדם – מרגע לידתו – ישנה תוכנית מולדת ייחודית לאותו אדם. למעשה, היא כוללת מנגנון תגובה לגירויים ספציפיים, ומנגנון זה יהיה טבוע עמוק במארג של ידע ודאי פנימי ובסיסי ביותר באשר לדברים הטובים מיסודם והרעים מיסודם עבור אותו אדם. אנו יודעים כי אפילו התינוק הרך ביותר יכול להגיב בחיך שמח לגירוי אחד ולבכות עקב גירוי אחר. אך אותו מנגנון במבוגר מקנה ידע ודאי פנימי שאינו נרכש על כל דבר הנמצא בהתאמה עם הצרכים, הכישרונות, הרגשות, הרגישויות והתבונה האמיתיים שלו. כפי שאנו יכולים לדמיין עד כמה קל לשובב מפתח במנעול שבשבילו הוא עוצב, כך אנו יכולים לקבל תמונה ברורה על איכות חייו של כל אדם, אם חיים אלו מיצגים נאמנה את הזהות הגרעינית שלו. הזמרים והרקדנים מלידה יגיעו לבימות ההופעה שלהם, הסופרים מלידה יכתבו והמתמטיקאים מלידה ימצאו את לוחות הגיר (או הלוחות המחיקים) הממתינים להם.

התקת (displacement) הרגשות השכלתנית שוות ערך להתקה ולנטישה של הזהות הגרעינית. כשמדובר באינטלקטואליזציות ורציונליזציות, תמיד ישנו סיכון שכאשר אדם מפקיד את חייו בידי נוסחאות שכלתניות מאולצות התואמות את הלך הרוח האנליטי הפרקטי – כזה שמטרתו לספק תגובות המתקבלות על הדעת לנסיבות בעולם האמיתי – עלולה להתעורר בחייו של אדם זה תחושה שאינה שונה מדחיפת מפתח בכוח לתוך המנעול הלא-נכון. כאשר דוחפים אותו חזק מדי, הוא עלול להתכופף או אפילו להישבר, אך הוא לא ישובב את אותו מנעול.

לאנשים אלה יש בהחלט יתרון בשלושה מאפיינים ברורים לפחות:

1. הם חותרים באופן כפייתי לשליטה.

2. הם מתמידים תוך השקעה מדודה של אנרגיות, ולא משנה עד כמה ארוכה או מפרכת המשימה שלקחו על עצמם.

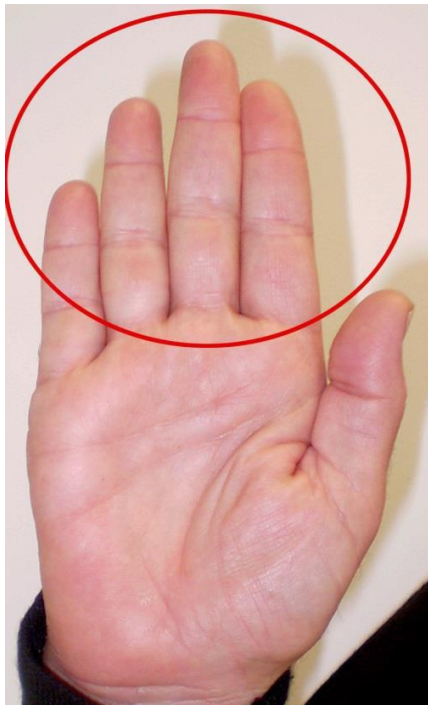
3. הם פועלים במיטבם תחת לחץ. הם יטו לצור לחצים אלה בעצמם.

*המאפיינים המזהים אינטלקטואליזציות ורציונליזציות הם פרקי אצבעות בולטים מעל "מותניים", או היצרות שקל להבחין בה בבסיסי האמה והקמיצה.*

גברים עם מאפיינים אלה נוטים לעיתים קרובות לפתח קריירות בהנדסה. נשים בעלות אותם מאפיינים נוטות להזדהות יותר עם מדעי ההתנהגות. אין זה נדיר לפגוש מקרים שבהם ההפך הוא הנכון. כאשר למאפיין זה נלווית התפתחות מוטורית חזקה, לעיתים קרובות נפגוש רצים למרחקים ארוכים או אנשים שמקדישים את חייהם לתיאטרון.

## עכבות

עכבות הן למעשה תגובות שהתפתחו על מנת להתמודד עם חרדות ברמה גבוהה. תגובות אלה הן מטבען הימנעות נחושה מכל עימות עם כל חוויה שבמקור עוררה את החרדות האלה. בכך נראה שהן חולקות אטיולוגיה המתארת במידה רבה פוביות מושרשות. עם זאת, ההבדל בין השתיים הוא שבעוד שפוביות תמיד קשורות באופן ישיר לחוויה המעיקה המקורית – שהיא תמיד חוויה טראומטית – עכבות מבטאות סגנונות שונים של נטיות והתנהגויות נזירות הנראות תמימות לכאורה, שבהן האדם אינו חושף שום קשר לגורם סיבתי ספציפי כלשהו. רוב האנשים יחשבו שנטיות והתנהגויות אלה תמיד היו היבט באופיו של אותו אדם.



השוו את אורך החלקים העליונים (פרק הציפורן) של האצבעות, הקצרים באופן ברור, לאורך חלקי האמצע והבסיס של האצבעות.

עם זאת, הגורם הסיבתי ישנו – והוא נשתל עמוק בתוך נקודות הייחוס המודעות והלא-מודעות שלאותם אנשים יש כלפי עצמם ומול העולם החיצוני להם. הגורם הסיבתי יהיה זהה בכל מקרה ומקרה – והוא כשל הודי עצום שכל אחד מאותם אנשים סבל במהלך שנותיו הראשונות.

ניתן לזהות ארבעה סוגי עכבות, שכל אחת מהן שונה בבירור מהאחרת. אך המבנה המורפולוגי של היד, החושף את התבססותן המוצקה באישיות, זהה בכל מקרה ומקרה. עכבות מזוהות על ידי חסר ניכר בחלק העליון פרק הציפורן של האצבעות – בעיקר באמה ובקמיצה – יחסית לאורכם של חלקי האמצע והבסיס של אותן אצבעות. ההבדלים בנוקשות היחסית של האצבעות כאשר הן מוחזקות זקופות הם שיזוהו איזו מארבעת הסוגים השתלבה באישיות האדם.

סוג 1: עכבות בציות/היענות וקבלת מרות

*האצבעות יוחזקו בנוקשות, ללא שמץ של גמישות*

הקושי העיקרי אצל בעלי עכבה זו הוא חוסר היכולת לציית או להיענות להוראותיהם של אחרים. הם לא יכולים לקבל שום מצב שבו לאחרים יש סמכות, לגיטימית ככל שתהיה, על היבט כלשהו של חייהם. הבעיה נעשית מובהקת ומזיקה ביותר כאשר אנשים אלה נדרשים להתאים את עצמם לדרישות ולציפיות של ממונים, של ראשי מחלקות ושל מנהלים-למעשה, של כל אדם שבסמכותו לדרוש מהם דברים ולצפות מהם לציות ללא פקפוק.

**היסטוריה:**

במקרה זה, הכשל ההורי תמיד יהיה טמון בהתנסותו של הילד עם הורה אכזרי למדי, תובעני ודורשני, חסר רגש ומדכא בגסות – מדובר כמעט תמיד באב. הורה זה לא הפגין שום סובלנות שהיא, אפילו כלפי ההתנגדות הקלה ביותר, מצידו של אדם צעיר זה אילו היה מנסה להגיב. היסטוריה זו לעיתים קרובות

כולל חוויה של דרישות בעלות אופי שרירותי וגחמני, המוטלות לרוב ללא סיבה, ושאינן תורמות שום דבר בעל תוכן או משמעות. לא הוצעה שום תמיכה מההורה האחר.

סוג 2 : עכבות באינטימיות/אמון

#### *נמצא כי האצבעות גמישות במעט כאשר לוחצים עליהן*

כאן אנו פוגשים סגנון נזירי המבטיח להרוס בגסות וללא תקנה כל קשר קרוב ואינטימי. אדם זה ידכא בכוח כל מוכנות לתרום מעצמו משהו שעשוי לקדם תחושה אמיתית של אינטימיות או תחושת קרבה ואמון בין בני הזוג. כל התנהגות אחרת בהקשר זה תהיה מעבר ליכולתו של אותו אדם; אי לכך, באפשרותנו לדבר על ממד נזירי מקובע ומטריד למדי באישיות. איכות חייו של אותו אדם בכל הקשור למערכות יחסים המזמינות השקעות רגשיות היא נמוכה למדי בדרך כלל – באופן קבוע, בני הזוג במערכת היחסים סובלים מתחושת ריחוק זה מזה. שני אנשים נותרים שני אנשים.

**היסטוריה:** חשיפה מוגברת לחיים בבית שבו ההורים הפגינו מעט נאמנות או אחריות זה כלפי זה, אם בכלל, ושוב לעיתים קרובות בגידה של בני הזוג הייתה מקור למרירות רבה למדי ותערומת ביחסיהם. לא נעשה שום מאמץ מצד ההורים לבודד את הילד מהמרירות שקבעה את מזגו של הבית.

סוג 3 : עכבות בתוקפנות/אסרטיביות

#### *כאשר האצבעות מוחזקות זקופות יחד, הן יהיו גמישות במיוחד*

כאן, העכבות באות לידי ביטוי בחוסר יכולת מכאיב להפגין אסרטיביות כמעט בכל היבט בחייו של אדם זה. לדוגמה, אדם זה ייבחר שלא להביא לתשומת לבו של מוכר בחנות כי היה חסר שקל בעודף שקיבל. אם מישהו דורך שלא בכוונה על אצבעותיו, הוא זה שיתנצל. עימותים מכל סוג שהוא אינם באים בחשבון. ההסתייגות שאנשים אלה מראים ממימוש זכויותיהם וממה שמגיע להם, לעיתים קרובות מפחיתה את ערכם האינהרנטי בעיני אחרים. זה כמעט בלתי נתפס. אך אצל אדם זה, נראה כי הערכה עצמית נמוכה, תחושת אשמה אדירה ומוכנות להתאים את עצמו לאחרים, היו מאז ומעולם מאפיינים בלתי מחיקים מאישיותו.

**היסטוריה:** כשל הורי הקשור לעכבות מסוג זה בדרך כלל נובע מסביבה ביתית שבה האדם הצעיר נחשף למשטר תובעני מופרז וביקורתי ביותר. באופן קבוע למדי, כמעט כל מילה שאדם צעיר זה אמר וכמעט כל היבט בהתנהגותו עמדו בפני שיפוט נוקשה. בה בעת, ההורים הרשימו את הילד במידת ההקרבה שלהם ובמידה שבה הם ממשיכים לתת מעצמם בשבילו. במקרים כמו אלה, ייתכן שהאדם הצעיר ייתן לשנים לעבור ואז ימרוד בתוקפנות – לעיתים קרובות באופן שיעניש את ההורים. עם זאת, כאשר נראה כי סוג זה של עכבות משתלט על נטיותיו והתנהגותיו של אדם זה, נבין כי אדם צעיר זה נכנע לבושה המוחצת שנוצרה בסביבה הביתית.

סוג 4 : עכבות באחריות/עצמאות

#### *לא תהיה שום התנגדות, אפילו ללחץ קל שבקלים על האצבעות*

כאן, העכבות חושפות את אותם אנשים שאינם מוכנים לקחת שום אחריות על ניהול חייהם. לא משנה אם הם בסביבות גיל ה-30, ה-40 או אפילו ה-50 שלהם. הנטייה הנורמאלית החזקה לאוטונומיה ולעצמאות נעצרה אצלם בגיל מוקדם מאוד. ככלל, ההורים לוקחים אחריות זו על עצמם, ולעיתים קרובות די ברצון. המשבר החמור ביותר בחיי אותם אנשים קורה כאשר אחד ההורים אובד להם, בשל מוות או מוגבלות ביכולת. אין לבלבל מקרים אלה עם אחרים המצריכים הסדרי תמיכה בשל בעיות בריאות גופניות או נפשיות. האנשים המתוארים כאן עשויים להיות בעלי השכלה, רהוטים ובעלי ידע בהלכות העולם, אך הם נותרים חסרי מענה כאשר נזופים בהם על היותם במצב מחפיר של תלות ללא שום אמצעים ליטול אחריות משמעותית כלשהי על חייהם.

**היסטוריה:** ביסודו, כישלון ההורים כאן הוא בכך שהעיבו על צמיחתו הטבעית של ילדם לאוטונומיה ועצמאות. בזמן שבו הילד היה יכול ללמוד מאינטראקציה עם בני גילו על המאמץ שעליו להשקיע כדי

להשיג את הדברים שהוא רוצה, אחד ההורים, או אולי מבוגר אחר, התערב כדי לחסוך לו את המאמץ. זהו בערך הזמן שבו הילד נעשה מודע ליכולות הקיימות בו ושבאפשרותו לגייס לצורך יצירת מציאות רצויה. אך הדמויות הדומיננטיות בסביבתו יצרו את המציאות הזו מבלי לדרוש שום מאמץ מצידו. מבחינה זו, הילד הבין באופן שגוי את הקשר בין סיבה לתוצאה. הוא למד שכדי להרים חפץ ששוקל קילו, יספיק מאמץ להרמת גרם אחד או פחות. ההורים בודדו אותו מכל מצב של לחץ בכך שסיפקו את כל רצונותיו בבית, וכן בודדו אותו מכל קושי אחר עליו היה צריך להתגבר מחוץ לבית.

## פיצול ("Splitting")



פיצול מזהה על ידי קצות אצבעות מחודדות בקצותיהן של אצבעות חרוטיות. ראו איור נוסף למטה

**פ**יצול ("splitting") הוא מבנה גנטי לחלוטין. אין שום אטיולוגיה אחרת שתסביר את התבססותו באישיות. אף על פי שזהו מאפיין קבוע בהפרעת אישיות גבולית והוא קשור במידת מה להפרעת אישיות נרקסיסטית, בפני עצמו הוא עשוי להבטיח נטיות והתנהגויות נירוטיות, והוא רחוק מאוד מלהיות מצב פתולוגי. בבסיסו, זהו מאפיין נפוץ אצל רוב התינוקות, אך עם ההתפתחות הוא משתנה במידה ניכרת. נראה כי במבוגרים, הפיצול מבטא תצורה גנטית המעגנת בחוזקה את התוכנית האינפנטילית בתוך האישיות.

מבנה זה באישיות מתגלה בעיצוב הכללי של האצבעות, שיראו חרוטיות משהו בצורתן. הקצה, או הפרק העליון (פרק הציפורן) של כל האצבעות, למעט האגודל, יהיה מחודד יחסית, בעוד שפרקי הבסיס תמיד יראו עבים בברור. כאשר הפיצול מזהה, לא ניתן לטעות בו ולבלבלו עם שום ביטוי אחר באישיות.

פיצול הוא למעשה בעיה בהתמודדות עם אמביוולנטיות. בין הערכים הקיצוניים של "הטוב המוחלט" האידיאלי לבין "הרע המוחלט" שמנגד, ישנו אזור אמביוולנטי אפור ועצום, משום שאינו "טוב מוחלט" או "רע מוחלט" לגמרי. פיצול בא לידי ביטוי כאשר האדם מעריך כל דבר כ"טוב מוחלט" או כ"רע מוחלט". כל דבר מה שמייצג האזור האפור אובד.

במערכות יחסים, הפיצול מבטיח מצבי רוח כאוטיים ובלתי יציבים, שלעיתים קרובות מופיעים בפתאומיות מדהימה. אהבה יכול להפוך לשנאה ולהיפך בין רגע. תמיד יהיו חוויות רגשיות עוצמתיות. תכונות כמו רכות שקטה, עדינות ומתינות ביחסים אינטימיים קרובים יישארו לרוב בלתי מוכרות.



פיצול הוא תופעה טבעית בילדות. חשבו על רעיון חופשת הקיץ, למשל. הוא בנוי משני מרכיבים מרכזיים – החופשה עצמה (אין בית ספר, אין מורים, אין שיעורי בית וכו'...) וגורם הזמן (חודשיים בעלי התחלה, אמצע וסוף). הילד יפצל את הרעיון כך שהוא יתפוס את החופשה כ"חופשה" בלבד. גורם הזמן תמיד הולך לאיבוד. כך שכאשר הילד מוצא את עצמו שוב על ספסל הלימודים, המציאות מגיעה כהפתעה מוחלטת.

דמיינו אישה צעירה המאוהבת עד כלות בגבר שמשום מה אינו יכול להתחייב למערכת יחסים רצינית איתה. יום אחד הם מדברים ומחליטים להיפגש בעוד יומיים. לאורך היום ימים האלה, האישה מוצאת את עצמה באופוריה מוחלטת. תפיסתה באשר ליחסים ביניהם מוכתבת רק מהמרכיב הראשון – אהבתה אליו. אך כאשר הם נפגשים ובסופו של דבר נפרדים,

היא שוקעת בכבדות לתוך מצב דכאוני המתמקד כעת רק במרכיב השני – שהוא לא יכול להיות שלה. היא לא הייתה מסוגלת לתפוס בו זמנית את שני המרכיבים במערכת היחסים ביניהם. עם זאת, יש לומר כי אותם אנשים לעיתים קרובות מפגינים יכולות אינטואיטיביות חזקות. לעיתים קרובות הם מעניקים השראה לאחרים לממש את שאיפותיהם וגם להצטיין בהן.

מעניינים במיוחד הם המקרים שבהם גורם ה"פיצול" מופיע יחד עם אינטליגנציה גבוהה, המאופיינת ביכולת אנליטית. דבר זה מעניק לאנשים אלו גישה מעשית של כאן ועכשיו, שמלבד בסוגיות של מערכות יחסים, נוטה להקהות את הפינות החדות יותר של הפיצול. רבים מאותם אנשים מגיעים לעמדות ניהול בתאגידים, לרבות בנקאות וקונצרנים להשקעות, שבהם הם זוכים לכבוד ניכר בשל כישרונותיהם האינטואיטיביים הטבעיים.

## תסמונת המיקוד באם



שימו לב לקמיצה הקצרה. ראו גם עמוד 24

**ה**אנשים שצריכים להתמודד עם תסמונת זו לעיתים קרובות מבקשים את התערבותם של יועצי קריירה בשלב כלשהו בשנות העשרים המוקדמות שלהם. באותה עת, הם בדרך כלל נדרשים לקבל החלטות ממוקדות ומכריעות באשר לעתידם. החלטות אלה קשורות תמיד ללימודים שאיתם הם יכולים להזדהות ולרכישת מיומנויות שעשויות לשמש כבסיס לקריירות מתאימות בעתיד. ייתכן שהם לא יבטאו במילים את המחשבות שלהם באשר לשאיפות להגשמה עצמית או למימוש עצמי, אך מטרות אלה, אמביוולנטיות ככל שיהיו במוחם, יעמדו בלב כל הדברים שהם מבקשים עבור עצמם.

דבר זה אינו חל, כמובן, על כל אדם הפונה לייעוץ קריירה, אך אנו יכולים להבדיל בין שתי הקבוצות די בקלות. בקבוצה השנייה, התערבותו של יועץ הקריירה עשויה לתרום להחלטה שהמבוגר הצעיר יזדהה איתה. אולם בקבוצה הראשונה, היועץ נלכד במבוכ האפל של חידת "כן, אבל...". כל הצעה מושכלת ושקולה נתקלת ב-"כן, אבל...", כך שבתום פגישותיהם המתישות, המבוגר הצעיר יוצא בדיוק כפי שנכנס. המחיר שמשלמים היועצים, מלבד תסכולם הנורא, עלול להיות מזיק. אם הם אינם מנוסים היטב, הם עלולים למצוא את עצמם בלתי מסוגלים לברוח מהחווייה השוחקת של חוסר אונים.

כאשר תסמונת המיקוד באם מנצחת, אנו נתקלים באנשים שאינם יכולים להזדהות עם שום דבר בעולם הפיזי, החומרי, והחיצוני שלהם, המספק חיבור טבעי לדברים שהם חשים כלפי עצמם ולאופן שבו הם חשים אותם. תיאור זה כמעט מרמז על מקום בספקטרום ההפרעות האוטיסטיות. אולם אין כאן שום דבר גנטי או אורגני באופיו. התקשורת המתקיימת באופן נורמאלי בין כל אדם לעצמו עוכבה בכוח בגיל מוקדם. מתוך אופן התקשורת הזה, אנשים אלו אמורים ללמוד, בעקבות חוויותיהם, מהם הדברים שאיתם הם לבטח יכולים להזדהות; מהם הדברים שהיו רוצים להכניס לחייהם ומהם הדברים שעדיף לו יפנו את גבם אליהם. הם נחשפים למודלים הנוגעים כמעט בכל היבט של החוויה האנושית. מודל אחד או יותר מתוך אלה עשוי להפוך לבעל משמעות רגשית אישית מאוד. ההזדהות עם מודלים אלה הופכת להיות התפתחות אנושית טבעית ביותר.

עם השנים והבגרות המתקרבת, אנשים אלה פונים לחפש לעצמם מקום בתוך העולם שנעשה מוכר להם. בשלב זה, הם בדרך כלל מוכנים ליטול אחריות על חייהם הבוגרים. לצורך כך הם יגייסו רצונם ואת תפקודיהם הניהוליים כדי לבצע את שלמדו (או את שיהיו צריכים ללמוד) במהלך השנים, כך



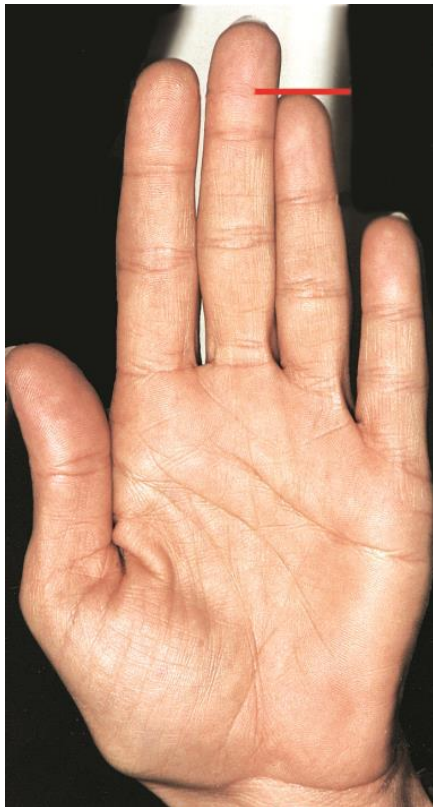
שיבטאו באופן הטוב ביותר את מי שהם ומי שהם יכולים להיות. למעשה נדבר כעת במונחים של הנעה לקראת הגשמה עצמית ומימוש עצמי.

תסמונת המיקוד באם מנעה מהצעיר גישה לתוכנית התפתחותית זו. מי שהוא ומי שהוא יכול להיות לעיתים קרובות נותר חסר תוכן או הגדרה במהלך חלק ניכר מחייו.

### היסטוריה:

כל אדם עם נוסחת אצבעות בלתי מאוזנת זו יחווה את אותן חוויות מצוקה בשלבים המוקדמים של חייו. חוסר היכולת של אנשים אלה ליצור בהמשך שנותיהם מידה של הזדהות בין ההתכוונות השכלית והרגשית שלהם לבין חייהם והבחירות שעליהם לקבל – בקיצור, הכיוון שעליהם למצוא לחייהם – הוא לחלוטין תוצאה של ההגנות אותם אימצו במקור כדי למצוא מענה לאותן חוויות מצוקה ספציפיות.

בכל מקרה ומקרה, הצעיר סבל מחוויה הרסנית שבה המחויבות הרגשית של האם כלפיו הורגשה על ידו כלא-אורגנית. יש לציין כי תסמונת המיקוד באם היא רק אחת מתוך מספר תגובות אפשריות שלעיתים קרובות מופיעות יחד. בהמשך נתאר את ההיבטים של "העצמי הכוזב" ושל "חסך בחקר העולם" ההרסני כאשר הם מבוססים באישיות, שלרוע המזל נובעים כולם מחוויית-האם של הילד.



בדרך כלל, כאשר הילד מתחיל לחוות את העולם וממלא את החוויות האלה במשמעות, אופן התקשורת עם עצמו, יוצר תוכנית מתפתחת של אפשרויות הקשורות לתחושה של הילד כישות הקיימת בנפרד מהוריו. הצעיר מתחיל לקשר בין חוויית העצמי שלו (כישרונות, כישורים) לבין אופני הביטוי הקיימים בעולם שמחוץ לו. בבגרות, תוכנית מפותחת זו לא תמיד ממומשת במלואה, אך תחושת הזהות הנוצרת מתהליך זה של תקשורת בין האדם לבין עצמו יוצרת בסיס מוצק לחייו של אותו אדם.

בכל המקרים שבהם אנו נתקלים בראיות לתסמונת המיקוד באם, אנו יודעים כי אצל צעירים אלה סוג זה של תקשורת לא התקיים בינם לבין עצמם, אלא בינם לבין אמהותיהם. האמהות הפכו למטרות העיקריות של תשומת ליבם ולמוקד חוויות התקשורת שלהם. הילד היה מתחיל את היום בצורך דחוף לדעת מה שלום האם. האם היא חולה, כועסת, מדוכאת, רגועה, עצבנית, נרגשת, עגומה, שמחה, אופטימית או אולי סתם עסוקה במטלות? לאחר מכן הילד היה יודע מהו האופן הטוב ביותר להתאים את עצמו למצבי הרוח ולמזג שלה וכך הוא היה מבטיח מידה מסוימת של שליטה על האופן שבו היא תתייחס אליו. ההתמקדות האינטנסיבית באם לעיתים קרובות נמשכת שנים.

ישנו מצב בו הנזק מתרחש באופן נסתר, מטביע את התסמונת הזו באישיות וממלא אותה באיכות דטרמיניסטית בלתי סלחנית עוד יותר. דמיינו ילד המשחק בארגז חול ונופל על אחת מפינותיו. כעת ישנו קרע במכנסיים וחתך שמדמם. הילד המבוהל ממחר הביתה. אם נעצור כאן, נמצא שהילד ממוקד מאוד בעצמו. החתך הכואב הזה, הדם הזורם והחרדה מכך שקרע את מכנסיו הם במוקד תשומת לבו. אך אז רואה אותו האם. "תראה מה אתה עושה לי", היא צועקת עליו. "תראה מה אתה תמיד עושה לי". ובכך כל תשומת לבו סוטה באחת מעצמו ומתמקדת לגמרי באמו. הפרטים עשויים להשתנות, אך מי שקיימת אצלו תסמונת המיקוד באם, המאופיינת על ידי דרגת חומרה גבוהה במיוחד בכף היד (האורך הקצר יחסית של הקמיצה), יחוו לעיתים קרובות חוויה דומה

למדי. עם השנים, תרומתה של האם למצב זה מתעמעמת בדרך כלל. בלבם ובמוחם של ילדיה, היא נושאת אך מעט, אם בכלל, מהאחריות לתסמונת זו שהשתלטה על חייהם.

## תסמונת החסך בחקר העולם

כ אשר תסמונת זו טבועה באישיות, אנו פוגשים פגיעה נסתרת שאינה מתרחשת באופן מייד, במיוחד של הקשר בין האדם לעולמו הפיזי, החומרי והחברתי. ישנו אפילו מזג אוטוטיסטי קל בהלך הרוח שלהם. אנו מוצאים כי רבים מאותם אנשים – בייחוד בשנות העשרה המאוחרות עד שנות העשרים המוקדמות שלהם – מטיילים לארצות רחוקות ומשקיעים את עצמם שם למשך חודשים בטבע הקיצוני של הסביבה המקומית. חלקם יגיעו למדבריות אוסטרליה, אחרים לגיונגלים הברזילאים. יהיו כאלה שיטפסו להרי ההימלאיה, אחרים עשויים לרצות לטייל בטונדרה בחלקה הצפוני המרוחק של אלסקה. כולם חולקים פחות או יותר את אותה היסטוריה ומגיבים אליה.



תסמונת החסך בחקר העולם מזוהה כאשר ניתן לכופף את האמה אחורה במפרק כפי שנראה כאן.

אלו שפרק זה היה חסר בחייהם סובלים מאוד מהעדרו. הגורם האוטיסטי-משהו הזה – התחושה של העדר התקשרות אורגנית לסביבתם הפיזית המיידית – נמשכת. לעיתים קרובות מאוד, תחושה זו היא בעלת השפעה שוחקת על האופן בו הם מעצבים את חייהם כבוגרים.

במקרים רבים, האדם יהיו מודע לתחושה כי עולמו מחולק באופן כלשהו לשני מחנות. במחנה אחד יהיו כולם מלבד עצמו. במחנה השני הוא ימצא רק את עצמו. חלוקה זו גורמת לו לחוות תחושה של ניתוק ונפרדות גם בתוך הקבוצות החברתיות שאיתן הוא מזדהה. שני המחנות האלה בדרך כלל מתמזגים עד שנות הארבעים של אותו אדם, אך עד אז הוא מרגיש במאבק עם משקלו של עול גרשי שאינו יכול להסביר את טבעו.

מטפל הנתקל בהתפתחות מורפולוגית זו חייב תמיד לקחת בחשבון תחושת ערך עצמי פגועה במיוחד. תחושת חוסר ערך המהולה במידה רבה של בושה, היא כמעט תמיד גורם מכריע במקרה זה, שראוי שהמטפל יתייחס אליו. לא תמיד רואים עד כמה זה קיים אצל מטופל שנראה שבורך בשפע של קסם אישי, מראה נאה, אינטליגנציה ואפילו מידה של אסרטיביות ובטחון עצמי; אך לא משנה עד כמה הדבר חבוי – או אפילו מוכחש – הצלקת נמצאת שם.

### היסטוריה:

כתינוקות שהתפתחותם המוטורית והקוגניטיבית מעבירה אותם לתוך העולם החיצוני לעצמם, הם פוגשים עולם עשיר המכיל אינסוף דברים בלתי ידועים. אין סוף למשיכה שלהם אל אותו ממד המתרחב עבורם כל הזמן, ואנו יכולים לראות את השאיפה הנחושה של אותם תינוקות לגשת לכל דבר שנמצא בהישג ידם ולבחון אותו. אם זה גדול מידי כדי להיכנס לפה, הם ינסו לדחוף אותו או לזרוק אותו. אם הוא עומד, הם ינסו להפיל אותו, ויהיה הדבר אשר יהיה, הם ינסו לפרק אותו. מתוך יצר

סקרנות שאינו יודע שובע לכל אורך שעות הערות שלהם, הם חוצים מרחקים בזחילה, כדי להתוודע במידה כלשהי אל תוכנה ואופייה של סביבתם ואף לשלוט בה.

זה פשוט חייב לקרות כך. התינוקות לומדים שעל זה הם יושבים, שעם זה משחקים, שאת זה לובשים ואת זה אוכלים. הם לומדים שמים נשפכים וזכוכית נשברת... שידיים מתלכלכות ומים מנקים. אך זהו הרבה יותר מתהליך למידה – זהו תהליך היקשרות בכל המובנים. תינוקות אלה תופסים במהירות שלא רק שאינם חלק נפרד מממד חדש זה, הם גם אינם צופים פאסיביים בו. הם מהווים מרכיב אורגני קבוע מאוד בעולם הפיזי והחומרי הזה והם שותפים לכל החוויות המשותפות בו.

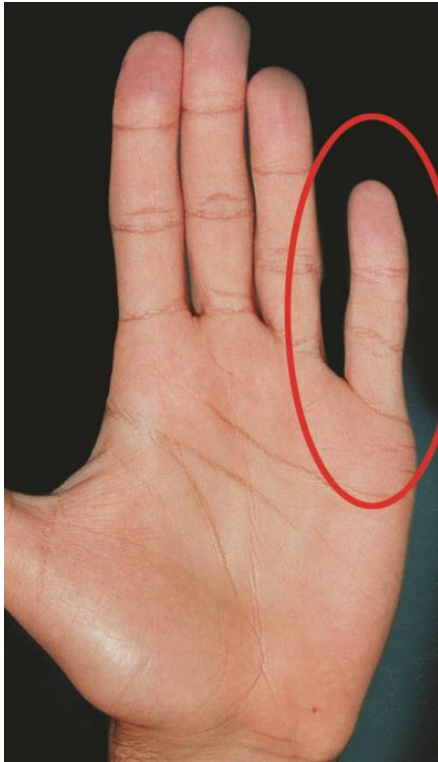
גורם החסך בחקר העולם נכנס לתמונה כאשר רוב הזמן מונעים מהתינוק לחוות חוויה קרובה ואישית מאוד זו בסביבתו הפיזית. כמעט ללא יוצא מן הכלל במקרים אלה, האם, או הדמות המטפלת המרכזית, נוטה להיות חרדה יתר על המידה, ביקורתית יתר על המידה, איסטניסטית יתר על המידה או כל דבר אחר יתר על המידה. היא מבודדת את התינוק מחוויות אלה ומשבשת את תהליך ההיקשרות באמצעות אזהרותיה כגון "זה יקרע ... זה יישבר...אתה תתלכלך ... אל תיגע בזה...תתרחק...זה לא בשבילך...".

כמובן, זה לא נגמר בכך. דמיינו את התינוק הזה בגיל 11 חודשים. הוא עדיין לא שולט בשפה ועדיין אינו הולך, אך הוא רגיש מאוד לכל דבר שקורה סביבו. במהלך זחילתו על רצפת המטבח הוא מגלה עפרון ישן שמזמן אבד ונשכח בפנית המקרר, למשל. הוא לוקח את העיפרון ומכניס אותו לפיו. אם הטעם של המחק אינו מוצא חן בעיניו, הוא ינסה את הקצה האחר. ברגע זה רואה האם, לחרדתה, מה עושה התינוק. ללא שהיות ובצעקה רמה היא לוקחת את העיפרון ומשליכה אותו לאשפה.

האם, כמובן, יודעת על חיידקים, אך הילד לא יכול להבין את מילותיה. בכל זאת, הוא מודע מאוד לצליל הצווחה שבקולה, לחריצים העמוקים בגבותיה, לעיניה הקרות ולעיקום שפתייה. אילו זו הייתה חוויה בודדת עבור הילד, היו לכך רק השלכות מועטות. אך כאשר חסך בחקר העולם בא לידי ביטוי, נקודת המוצא היא שהילד סבל מאותם קולות צווחה והתנהגות כועסת מספר רב של פעמים, יום אחרי יום. ייתכן מאוד שילד זה חשוב לאמו יותר מחייה שלה, אך אם מה שהילד חווה הוא תגובתה, למשל, לנושאי בריאות, למתחים במערכות יחסים, ללחצים כלכליים או לבעיות אחרות המשפיעות עליה לרעה, הוא יראה ויבין רק כיצד דמותו שלו משתקפת בעיניה.

הילד גדל בידעיה שאמו מאוכזבת ממנו מאוד, שהוא אינו מקור של שמחה עבורה ושהוא בלבד אחראי לייסוריה ולחרדתה. מאחר שאנו עוסקים בילד שעדיין אינו יכול לתפוס קיום נפרד ומנותק מאמו, הרשמים שאיתם הוא נאבק קשים מנשוא. במצב זה משתרש מספר רב של מנגנוני הגנה, אך מה שהמטפל חייב לקחת בחשבון כאשר מטופל זה מגיע אליו שנים רבות לאחר שחוה אותו חוויות, הוא שהילד הזדהה עמוקות עם דמותו שלו כפי שהיא השתקפה בעיני אמו באותה עת. הזדהות זו נמשכת. רעיון "החשיבה המאגית" של פיאז'ה מסביר זאת באומרו שלא משנה עד כמה אדם זה עשוי להצליח בלימודיו או בחייו המקצועיים, ולא משנה עד כמה מטופל זה עשוי לתאר את אופייה של אמו כחס, כאשר הוא מנסה להיזכר באותם ימים ראשונים, הוא עדיין נושא עמו תשישות נפשית וחסכים נפשיים שהם חלק מהחבילה של החסך בחקר העולם.

## כיסים אוטיסטיים



כאן אנו מוצאים ייצוג מורפולוגי קיצוני במיוחד של "כיסים אוטיסטיים". ראו עמוד 28 לדוגמה מתונה יותר.

**ב**מונח "כיסים אוטיסטיים" נתקלתי לראשונה בעבודתה המבריקה של פרנסיס טסטין המנוחה (Frances Tustin), "מחסומים אוטיסטיים במטופלים נירוטיים" (Karnac Books, 1986). היא מדברת על "קפסולות של אוטיזם" הממשיכות להתקיים גם בשנים מאוחרות יותר ונובעות מ"אינקפסולציה" נרכשת של "החלק הפגוע באישיות". זהו בדיוק הדבר אותו נתאר כאן.

המטפל נתקל במטופלים המבקשים להבין מחסום חמור בחוויות האינטימיות שהם חולקים עם בני זוגם, מתוך תקווה להתגבר עליו. אין להם שום קושי לקיים יחסי מין, אך מאותו רגע הם מתלוננים שאינם מרגישים דבר. אף על פי שרוב הגברים מצליחים להגיע לאורגזמה, היא נחווית ללא תשוקה או הנאה משמעותית. נשים יתוודו כי הן חשות די לא בנוח לאחר חוויית החדירה ולעיתים קרובות היא גורמת להן לסבול מחוסר תחושה או, במקרה הטוב, מתחושות עמומות.

במקרים אלה, מקור "קפסולת האוטיזם" הוא בזמן שבו התינוק עדיין ינק חלב משדי אמו. צורות התערבות שאינן מתייחסות לאותן תחושות מצוקה ספציפיות שהתינוק חווה בתקופה מוקדמת מאוד זו של טרום-מודעות בהתפתחותו, יובילו רק לכישלונות מבישים. מטפלים המשתמשים בהתנהגות קוגניטיבית, ואפילו אלו המזדהים עם עיבוד קוגניטיבי של סכמה, יתלוננו תמיד (כפי שהם רגילים) שהמטופל מתנגד להתערבות.

### היסטוריה:

בתנאים אידיאליים, כאשר היילוד מונח לראשונה בזרועותיה הממתינות ועל שדיה הממתינים של האם, נס ההיקשרות מתקבל בברכה הן מצד האם והן מצד תינוקה שזה עתה נולד. כל הצרכים והיצרים הליבידינליים האינהרנטיים שנטבעו ביילוד מאז שהותו ברחם, זורמים ממנו כעת כדי למצוא את מטרותיהם הטבעיות בגוף האם. כאשר רונאלד פיירברן (Ronald Fairbairn), הפסיכיאטר והפסיכואנליטיקן הסקוטי, תיקן את "עקרון העונג" של פרויד, בכך שהסביר כי למעשה הליבידו הינו חיפוש אחר אובייקט, הצלחנו להבין לעומק ובצורה מקיפה את טבעה המוחלט כל כך של היקשרות זו.

כלל עליון של ה-PDC טוען כי הפוטנציאל תמיד שווה ערך לצורך; בכל מקום שבו נתקל בפוטנציאל לכשרון, תכונה, יכולת או קיבולת כלשהם לכל דבר שהוא, הפוטנציאל תמיד יגדיר את האחריות של אותו אדם כלפי עצמו. כאשר אנו מתייחסים לתינוק ולאנרגיות הליבידינליות העצומות הטבועות בו, עלינו להבין את הדיכוטומיה המהותית שבה הפוטנציאל שלו מהווה הן צורך למצוא מוקד להשקעה

ליבידינלית שיענה לו בחפץ לב, ובמקביל, את הצורך לחוות את היותו מוקד להשקעות ליבידינליות שמקורן מחוץ לגופו שלו.

תינוק קטן שנהנה מהיקשרות מלאה ועשירה עם אמו, למד במהירות להזדהות עם המציאות שבה הוא היה מוגן לחלוטין, שלם לחלוטין, מוכל לחלוטין, שבה רווחתו המושלמת הייתה מלווה בטעמים, בריחות ובצלילים הנעימים ביותר.

לעומת זאת, חשבו על החוויה הנרשמת אצל היילוד, ומאוחר יותר אצל התינוק הקטן, כאשר יצרו הליבידינליים העשירים אכן מוצאים את גופה של אמו, אך מסיבות כלשהן, האם מנועה מלהשקיע את יצריה הליבידינליים ליצירת קשר אורגני עם תינוקה. ייתכן שהיא סובלת מתקופה של דיכאון, או מוצפת בחרדות מסוג זה או אחר. ייתכן שהיא נאבקת בבעיות בריאות או בבעיות במערכת יחסים. אך לילדה לעולם לא תהיה ההזדמנות לתעד את החוויה שבה גופו משמש כמוקד ליצרים הליבידינליים הנובעים מאמו.



שימו לב לצורת ה"ס" ההפוך של הקו האדום על הזרת.

דבר אינו נשכח לעולם. בפעם הראשונה שבה הילד נכנס כבוגר למערכת יחסים הכוללת אינטימיות רומנטית ופיזית, מבוצעת היקשרות. זוהי היקשרות מינית שבה שני גופים מתמזגים בנוחות לגוף אחד. אדם זה ימצא עונג בהיקשרות הזו, משום שיש בה הבטחה לסיפוק בטחון מוחלט, תחושה של שלמות מלאה, חוויה של הכלה מוחלטת ורווחה מושלמת ומובטחת. עם רישומה של חוויית ההיקשרות האידיאלית המקורית בזיכרונו של אדם זה, לא משנה עד כמה מוקדם בחייו, היא נותרת כנקודת התייחסות חיה לכל דבר שהוא יחפש לשכפל. זוהי כעת חוויה מקובעת בלקסיקון נקודות הייחוס של אדם זה כלפי עצמו. בעקבות חוויה מינית מלאה, אדם זה זוכה למעשה בכל העונג שחוהה כתינוק.

במקרה שבו האדם מעולם לא הכיר את החוויה שבה גופו מקבל את היצרים הליבידינליים של אמו, הוא מגלה כי האיחוד הפיזי עם הגוף של בן/בת זוג נעדר תחושה אמיתית כלשהי של התקשרות. בני הזוג נותרים שני אנשים נפרדים מאוד. עושר החוויות שההיקשרות המקורית עם גוף האם היתה יכולה לספק לאדם זה בינקות המוקדמת ביותר מעולם לא מומש. אף אחת מאותן חוויות לא תהיה חלק מאותו לקסיקון של נקודות הייחוס של אדם זה כלפי עצמו. אף אחת

מאותן חוויות לא תהיה זמינה לשכפול. וזהו הכיס האוטיסטי – קפסולת האוטיזם. האישה תרגיש את החדירה לתוך גופה כדבר שזר לה, כמעט בלתי טבעי ובמקרה הטוב כמקור לאי נוחות זמנית. הגבר לעומת זה עשוי לבצע את החדירה בקלות, אך ירגיש מעט מאוד התרגשות מינית כלשהי. קהות רגשית זו מותירה אותו תמיד קר ומאוכזב. ככלל, הוא מאשים את בת זוגו, תוך שהוא מסביר לעצמו שהיא אינה האישה הנכונה בשבילו. האישה, ברוב המקרים, מפגינה מעט יותר כנות ומאשימה את עצמה.

בכוונה לא הזכרתי את ההגנות המגויסות לעיתים קרובות להסוואת כיסים אוטיסטיים מסוג זה. אישה עשויה ליצור רושם על בן זוגה שהיא חושנית מאוד ותמיד מסופקת לאחר חוויותיהם האינטימיות. אולם זמן קצר לאחר נישואיהם, ההגנות שהיא גייסה עלולות לאבד מידה רבה מדחיפותן. חלק מהגברים עשויים להסתייג מנישואין עד גיל מאוחר יחסית, אם בכלל. רבים מרגישים אילוץ לחפש חוויות אינטימיות עם נשים רבות מתוך תקווה לפגוש איכשהו את האישה האחת שתוכל להעניק להם את תחושת השלמות העילאית הזו. זה לעולם לא קורה, אף על פי שלעיתים, בהמשך החיים, התשישות גורמת להם להאמין שסוף סוף הם אכן מצאו אותה.

## נאמנויות חצויות



הצורה הזוויתית של החלק העליון (פרק הציפורן) כפי שהוא נראה כאן, מזהה נאמנויות חצויות.

יתכן כי אין אף מבנה יחיד באישיות שאחראי לכל כך הרבה כשלים בהתערבות קלינית כמו זה הנובע ממה שאנו מתארים כנאמנויות חצויות. הביטוי הבולט ביותר הוא תחושה מדאיגה של ניכור ממה שניתן רק לתאר כחיו של אותו אדם. זה מלווה תמיד בתחושה כרונית של פגיעות, שלעיתים קרובות חמורה דיה כדי להימצא איפשהו על ספקטרום הנורוטיות הפרנואידית. אם נדמיין עץ שגזעו וענפיו צומחים במרחק משורשיו, נקבל את עיקר ההפרעה הרגשית אותה ננסה להגדיר כאן. אנשים אלה חיים את חייהם תוך נשיאת משקל שחור וכבד בלבם. הם תמיד חשים אובדי עצות כשהם מנסים לקשר את ההרגשה הזו להיבט כלשהו בחייהם שיאפשר זיהוי, אך כיוון שהם רחוקים במידה ניכרת מתובנותיהם כילדים, הם רחוקים באותה מידה ממקור המועקה שלהם.

### היסטוריה:

ללא יוצא מן הכלל, מבנה זה המזוהה על פי תבניתו המורפולוגית תמיד נובע מכך שהוריו של הצעיר חיו בשני עולמות נפרדים כביכול. דבר זה בא לידי ביטוי לעיתים קרובות בריבים הרועשים, האינסופיים והסוערים שלהם. לעיתים קצת יותר רחוקות, אך במידה מזיקה לא פחות, הם חיו יחד באווירה של דממה כבדה, מאולצת ונוקשה, שבה כל אחד מהם התעלם במופגן מהאחר. בנוסף, ישנם כמובן נישואין שהתפרקו והסתיימו בניתוק פיזי בין בני הזוג המסוכסכים. בעניין נישואין כושלים שממשיכים להתקיים,

אם זכרוננו אינו מטעני, היה זה הקומיקאי אלן קינג (Alan King) שסיפק את אחד ההסברים לכך, כאשר גרם לבעל להודות: "לא רציתי לתת לה את הסיפוק שבלהפטר ממני"

כשילד נולד להורים אינואיטאים (אסקימוסים) בצפון המושלג, או לאינדיאנים בכפר מבודד על גדות נהר האמזונס בברזיל, הוא מתאחד עם סביבתו תוך זמן קצר להפליא. סביבה זו יוצרת דפוס מרכזי בטפט שיהפוך לכל עולמו. זהותו עצמה נובעת מסביבה זו. ההורים נמצאים גם הם במידה רבה בתוך המארג הזה. הילד מוצא את עצמו קשור לשתי דמויות דומיננטיות בעולם זה, המציגות בפניו את התרבות, את השפה, את האלים, את המזונות, את הערכים וכל דבר אחר שיוצר את זהותו. אולם כעת אנו מתבקשים לשקול סביבה ביתית שבה ההורים מתעמתים כמעט בכל נושא. הילד היה אמור למצוא את עצמו כמרכיב אינטגרלי בתוך יחידה משפחתית בטוחה, מכילה ועוטפת, אך היחידה המשפחתית הזו מאכזבת את אותו לחלוטין ובאכזריות.

המחיר לא מאחר לבוא. דמיינו את הילד הזה יושב בראש עץ גבוה, כאשר לפתע האדמה רועדת ואותו עץ שקודם היה חזק ויציב, מתרסק בכבדות לאדמה. דמיינו עוד את האימה המשתלטת על הילד

כשהוא נופל מתוך ידיעה כי תוך שנייה הוא יימחץ על הסלעים. אימה זו נמשכת לכל אורך הבגרות. היא לעולם לא עוזבת אותו. זהו הדבר שמסביר את המשקל השחור והכבד בלבם שתיארנו בתחילה.

הוסיפו לכך את מגוון נקודות הייחוס שיהיו לאדם זה כלפי עצמו – נקודות ייחוס שרק לעיתים רחוקות מוגדרות בבהירות כלשהי. בין גיל שנתיים לשבע, שוב, בהתאם ל"חשיבה המאגית" של פיאז'ה, הילד יכול לראות את הוריו רק כדמויות אידיאליות. מה שנכון עבורם מכתוב בהכרח את הנכון עבור הילד ואת הדברים שטוב יהיה אם יחקה. יש מעט מקום לברירה או לבחירה.



דברים אלה מביאים אותנו לשקול את נסיבותיו של האדם שילד מעולם לא הייתה לו גישה לנקודות ייחוס עקביות לערכים מכל סוג שהוא. זהו המקום שבו אנו מוצאים את גזע העץ גדל רחוק משורשיו. הדיסוננס המוחץ המתאר את חוויית האם/האב של הילד אינה מאפשרת לו לעגן את הזהות שבאופן נורמאלי הייתה נובעת מהבית.

הקושי של המטפלים במקרים אלה הוא השינויים שקרו עם הזמן. עם השנים, ייתכן שהבוגר נטה לגייס מידה רבה של חשיבה רציונאלית התואמת הבנה בוגרת ומתחשבת יותר כלפי ההורים. אותה היסטוריה הפכה כעת להסבר רציונאלי. עם ההבנה, תמיד מגיעה גם הסליחה, וזה לטובה, כמובן. אולם המטפל אינו יכול לצפות שהמטופל יתרום לתוכנית טיפולית כלשהי שתשפוט את ההורים באופן שלילי – זאת למרות שאנשים אלה ממשיכים לסבול מאוד מהשלכות חשיפתם המעיקה לקשיים שהיו להוריהם אחד עם השני.



## העצמי הכוזב



פריקה מלאה של הזרת חושפת עצמי כוזב.

**ה**תלונה הנפוצה ביותר שמטפל שומע כשהוא נתקל במקרים של עצמי כוזב היא שהמטופל מרגיש שהוא חי חיים שניתן לתארם רק כתחושה של ניכור מעצמו. במילים פשוטות, אנשים אלה מרגישים שהם חיים לא כעצמם אלא לצד עצמם. הם חיים, אך חיים בשקר. לא כל מטופל יידע לייצג את עצמו באופן מדויק או רהוט, בהתחשב בכך שהעצמי הכוזב הוא רעיון רגשי מופשט. עצם מושג העצמי הוא רעיון מופשט. אך כשמטפל נתקל בהתפתחות מורפולוגית זו ביד, הוא לעולם לא יטעה באופן שבו יפרש את מה שדברי המטופל למעשה מייצגים, וכתוצאה מכך יתאים אותם לאטיולוגיה של מצב נירוטי ספציפי זה.

עבודתו של ד. וו. ויניקוט (D. W. Winnicott) מאפשרת לנו להבין שבתוכנית טיפולית ניתן לנתח רק את העצמי האמיתי ורק אליו ניתן להגיב. אם המטפל אינו מצליח לזהות את העצמי הכוזב שהמטופל אימץ לעצמו, כל מאמצי ההתערבות יכשלו. לעיתים קרובות מאוד, לקושי זה מתלווה העובדה שהעצמי הכוזב מטבעו מתפקד תחת חיפוי של תהליכים אינטלקטואליים מיומנים. תהליכים אינטלקטואליים אלה עשויים להיות מתוחכמים מאוד, ובכך להסוות את העצמי הכוזב, אפילו טוב למדי, ולהזדהות כאני האמיתי.

נסביר את העצמי כאותו ארגון באישיות הממוזג בין העוגן שההכרה המודעת מעניקה לעולם הפיזי, החומרי והחברתי, לבין ממד העולם הפנימי שאינו מודע בעיקרו, התורם תגובות רגשיות לגירויים, יחד עם היכולת להמשגות מופשטות. האחרון קשור לזהות הגרעינית הייחודית מאוד של האדם. במילים אחרות, העצמי ממוזג בין החשיבה להרגשה... בין הנפש לגוף, כביכול. הרווח העצום שהאדם מפיק מכך הוא שכל בחירה וכל החלטה מתאימות בדיוק לאופן שבו האדם חושב וגם מרגיש אותן. כעת, עם תחושת איזון וודאית זו, לאדם זה יש את האמצעים לא רק להיות האדם שהוא היה אמור להיות, אלא גם לעצב עולם שנמצא בהרמוניה עם תנועתה ומזגה של אותה זהות כוללת, ומותאם לה באופן מושלם.

### היסטוריה:

ההיסטוריה תמיד זהה. הילד "לומד" מאמו שהוא לא רצוי. באופן קבוע, התנהגותה הביקורתית ומילותיה החותכות של האם, יחד עם הפגנה תכופה חוזרת ונשנית של אכזבתה, הם שמשכנעים את הילד כי כל כולו רע. הנזק הנגרם מכך, מעבר להורדת הערך העצמי, מחליש יותר משניתן לתאר במילים אלה. הילד נוטה לדחות לחלוטין כמעט כל דבר שטבעי לאישיותו.

לא משנה איזה כישרון או יכולת מולדים קיימים אצל ילדים אלה, הם יסתירו או יכחישו את קיומם מתוך כוונה החלטית. הרקדנית מלידה תשכנע את העולם שיש לה שתי רגליים שמאליות, והסופר מלידה יתלונן על דיסלקציה וכמה קשה לו לחבר אפילו מכתב פשוט ביותר. הספורטאי מלידה יימשך לסגנון חיים של מכור לטלוויזיה, והשחקנית לעולם לא תתקרב לבמה מעבר לישיבה בשורה הראשונה באולם הקולנוע המקומי.

העצמי הכוזב מכה שורשים כאשר הילדים מתחילים לספוג ולהזדהות באופן עוצמתי עם כל מה שמגדיר את תפיסת עולמן של אמותיהן. הם מחפשים לנטרל את איומיה הבלתי נסבלים של האם (משפט לא ברור). הם רוכשים לעצמם באופן מושלם את ערכיה הפרפקציוניסטים, העדפותיה, סלידותיה, ציפיותיה, וכל מערכות הייחוס שלה בנוגע לבית הספר, יחסים בין-אישיים וכדומה. כול זה מתמזג במוחם ובליבם והופך לנקודות המוצא שלהם מהן נובעות כול נקודות הייחוס שלהם כלפי עצמם וכלפי העולם החיצוני להם.

## רצון

ע מודים אלה על נושא הרצון מפנים אצבע מאשימה ובלתי סלחנית כלפי כישלונם המצער של כל האחראים להשכלתו האקדמית של כל סטודנט הלומד בתוכנית לימודים כלשהי במדעי ההתנהגות. לא משנה באיזו עיר ובאיזו מאה. לא משנה אם הקירות מעוטרים בענפי קיסוס הצומחים מתוך נופים מטופחים, או שזוהי סתם כתובת הסמוכה לרחוב סואן. לא משנה אם נטייתם של הפרופסורים המלומדים היא לעקרונות ההתנהגות הקוגניטיבית או למכלול התיאוריות הפסיכואנליטיות. כנקודת התייחסות לנפש האדם, למחקר האקדמי וליישום הקליני של הפסיכולוגיה על כל צורתיה יש הרכב ושדרה של מדוזה.

אולי ניתן להדגים באופן הטוב ביותר את פשיטת הרגל של התיאוריה והיישום של מדע הפסיכולוגיה בפרסום האחרון של ה-DSM-5, הלועג לחשיבותו של כל ביטוי אפשרי בהתנהגות האדם שעלה על דעת כותביו. פה היינו אמורים למצוא את חותמותיו המפוצלות של כל ביטוי נפשי שמוחם הקודח של כותביו המכובדים הצליח להעניק לו שם – גנום וירטואלי לחומר הנפשי, המעניק לאדם את תכונתו האנושית – רצף דנ"א מושלם, כביכול, של כל התופעות המנטאליות. ככזה, אם אכן קיימת מערכת אחת בנפש האדם... מערכת מרכזית לכל הדברים שאנושיים מטבעם באדם הניתנת למדידה... מערכת המגדירה את מלוא האפשרויות של כל אדם בכל תחום בחיים האנושיים... מערכת שאחראית למשיכתו של האדם לאוטונומיה ולעצמאות... מערכת העוסקת באינטליגנציה ובתפקודים מוטוריים ומכוונת אותם עד לפרטים הקטנים ביותר... מערכת נפשית המעוררת תפקודים ניהוליים באדם ויכולה להוציא לפועל שאיפות... מערכת ששונה באופן ברור ומוחלט בין כל אדם ואדם, ללא קשר לגזע או לצבע... ומערכת שאינה מוזכרת כלל וכלל במאות הדפים של ספר עבה זה... אמרו נא לי, מה כבר יכול להיות ערכה של הקרבה בזבזנית זו של יער? באמת, אמרו נא לי, מה כבר יכולים כותביו של ספר זה לדעת על מצב האנושות לאור העובדה שהם הקדישו חיים שלמים כמעט למחקרו?

בשנות ה-30 המאוחרות (של המאה ה-20), הוצאת Knoph בארצות הברית פרסמה את עבודתו רבת ההשפעה של אוטו ראנק (Otto Rank), "יתרפיית הרצון" (*Will Therapy*). בעבודה זו אנו מוצאים בפעם הראשונה (והאחרונה), הכרה בתפקידו המכריע והמרכזי מאוד של הרצון במיפוי הפסיכולוגי של כל יצור אנושי. הייתה זו קפיצה ענקית אל מעבר לכל דבר שהוצג עד אז בהר הדפים שמחנהו של פרויד הפיק באותה עת. למעשה, גם היום, כמעט 75 שנים מאוחר יותר, היא נחשבת לקפיצה ענקית קדימה בהתחשב בכרכים הממלאים את מדפיה של כל ספרייה אוניברסיטאית המוקדשת למדעי ההתנהגות. אבל אפילו כאן, ראנק הודה כי אין לו מושג מהו אותו ארגון נפשי ממנו נובע הרצון. הוא מתאר זאת כ-*deus-ex-machina*, "מעשה האלים", ובכך הוא רומז כי הופעתו ותרומותיו הן בלתי מוסברות בעליל ואינן קשורות לשום ממד מוכר אחר באישיות.

עם זאת, כיום אנו יכולים לתאר במדויק מהו הרצון ומהיכן מוצאו. אנו יכולים למדוד אותו במדויק ולתאר בפירוט את כל הדברים שהוא תורם לתוכנית הכוללת שהינה היצור האנושי. תחשבו על זה: ללא השקעתה של מערכת זו בנפש האדם, לא היו שום נפש ושום אדם. בלעדיה, תרנגולת מקרקרת הייתה מתוחכמת יותר מערימת העצמות והפרוטופלסמה שאפשר היה לקרוא לה אדם.

אני כותב כל זאת בנימה זו, מתוך ידיעה ברורה עד כמה מדויקת היא אמרתו של שופנהאואר. "כל אמת באשר היא עוברת דרך שלושה שלבים. ראשית, לועגים לה; אחר כך, מתנגדים לה בתקיפות; ולבסוף - מקבלים אותה כמובנת מאליה". זה לא יכול לקרות אחרת, ואני מזכיר אמרה זו משום שהיא

מתארת באופן מדויק כל כך את ארבעים השנים שחלפו מאז שהכירולוגיה הפסיכודיאגנוסטית (PDC) הוצגה לראשונה לקהילת מומחי ההתנהגות. אבל בואו נמשיך.

דמיינו קוף שנוולד בג'ונגל, חי את כל חייו באותו ג'ונגל ולבסוף מת שם. הג'ונגל נותר בדיוק כפי שהיה כאשר הקוף הופיע בו לראשונה. אולם, אם נעקוב אחר חייו של האדם באותה הסביבה בדיוק, אנו עשויים למצוא אותו כורת עצים, מיישר חלקת אדמה, בונה בתים שם ובהמשך מגדל תירס. במותו, נכון יהיה לומר שהג'ונגל אינו כפי שהיה בעבר. ההבדל המהותי בין האדם לקוף הוא שארגונו הפנימי של הקוף הוא להסתגלות, בעוד שהאדם מונחה לנקיטת יוזמה. הקוף הסתגל לסביבתו הפיזית והחברתית. הוא היה מיומן בהסתגלות. אולם האדם בנוי כבר משנות חייו המוקדמות לבטא את רצונו באופן מכוון.

מעבר ליכולת להבדיל בין אדם לקוף, ממד הרצון מציב חלוקות ברורות בין אדם אחד לאחר. אף על פי שהצהרות מסוג זה עלולות לפגוע ברגשותיהם של אלה המחויבים באופן עיוור לתקינות פוליטית (political correctness), הקורא יגלה במהרה כי ארגון אינהרנטי זה הקיים בכל יצור חי אינו חוצה קווים בכל הנוגע לגזע, צבע או אמונה דתית.

כאשר ממד הרצון חלש במיוחד, הדחף לרצות חלש גם הוא, ואדם זה יפגין במידה רבה את מה שתיאר את נטייתו של הקוף כלפי סביבתו. כאן נמצא את העובד הלא-מיומן במפעל. עובד זה מסתגל בקלות לתנאים ולציפיותיהם של מעסיקיו. הוא מזדהה בקלות עם חברותו באיגוד ומתרגל באותה מידה למה ששכרו מאפשר.

כאשר ממד הרצון חזק יותר, הדחף לרצות חזק יותר. כאן נמצא את אלו שנוקטים יוזמה ורוכשים כישורים ומקצועות. שכרם ותנאי עבודתם עשויים להוות שיפור ניכר לאלו שהוצגו בדוגמה הראשונה, אך גם אנשים אלו יקבלו את סמכותם של המנהלים והבוסים שלהם.

התינוק מגיע לעולם ללא דחף לרצות. זה משתנה די מהר. לא עובר זמן רב עד שהאדם הצעיר מתחיל לאט להרחיק את עצמו מהתבניות שקודם שמרו על רווחתו מתוך הסדר תלתי. הילד מסתמך על עצמו יותר ויותר, ובודק כל הזמן את מוכנותו להיות עצמאי. ממד הרצון פורח, והדחף החיוני לרצות הופך כעת לכלי שבשנים הבאות יניע את חייו של אדם צעיר זה לתחנותיהם הטבעיות.

מערכת הרצון, שמתוכה עולה הדחף לרצות, נועדה באופן אינהרנטי להעביר את האדם ממצבו המקורי של תלות מוחלטת באחרים לתחנה הסופית של אוטונומיה מוחלטת ועצמאות. זהו הממד היחיד בארגון הכולל של הנפש המיועד לפעול כך. המידה שבה ממד רצון זה טבוע באישיות היא דטרמיניסטית לגמרי ומתאמת לחלוטין עם רמות האוטונומיה והעצמאות הממומשות בסופו של דבר. במילים אחרות, עם יכולת לממש אוטונומיה מוחלטת ועצמאות אמיתית בסופו של דבר, אין שום סיכוי שאנשים אלה יתאימו את עצמם לסמכותם של מנהלים ובוסים. אין סיכוי שהם יוכלו להסתגל למציאות שבה משכורת קבועה תקבע את גובה יכולותיהם הכלכליות. ללא יוצא מן הכלל, אנשים אלה חייבים להפגין, ואכן מפגינים, נאמנות בלתי מוגבלת לכל מה שתכונותיהם וכישרונותיהם מאפשרים.

אם נמצא למעשה, כי תוכנית זו מושרשת היטב באישיות, כאשר ממד הרצון מקנה לאישיות חיוניות אינטלקטואלית יחד עם תחומי עניין אקדמיים מתוחכמים, כגון משפטים, כלכלה, רפואה וכדומה, הדחף לרצות מבטיח להוביל אדם זה לעמדות המנהיגות הגבוהות ביותר בתחומו הנבחר. האמת היא שתחום העיסוק או תחום ההתעניינות הספציפיים כמעט ואינם משנים. אם אדם כזה פותח עסק לניקוי יבש, למשל, הוא ירחיב את מספר הסניפים של החברה כך שהיא תהפוך למפעל הניקוי היבש הגדול ביותר בעיר, ואולי במדינה. אנשים אלה שואפים להישגים. הם כל הזמן משקיעים מאמצים כדי להגיע לעמדות הגבוהות ביותר שתחומם מאפשר.

כפי שצוין זה עתה, כאשר תינוק מגיע לעולם אין לו רצון. עבור האם, שיכולה לעשות בו כרצונה, זה מקל באופן יחסי על הטיפול בו. היא יכולה להחליט מה עליו ללבוש, לאן עליו ללכת, את מי יפגוש, מתי לרחוץ אותו ובמה להאכיל אותו. אני יודע שלא כל אם תקבל את דבריי – לא כשהיא מרגישה שהתינוק די השתלט על חייה. אך באופן כמעט בלתי מורגש, זרע הרצון ישתרש. כשהתינוק יגיע לגיל שנתיים – "גיל שנתיים האיום" (the terrible twos) עבור אמהות רבות – התינוק הפאסיבי בעיקרו הופך לנחלת

העבר. כעת, כל דבר שהאם מציעה, מבקשת או דורשת, נתקל ב"לא!" מתריס. "תאכל את זה!" "לא!", "תלבש את זה, קר בחוץ!" "לא!", "בוא לשולחן!" "לא!", "בוא נלך לסבתא!" "לא!".

אם זו צריכה להיאנח לרווחה. היא ילדה ומגדלת ילד בריא. ה"לא!" התקיף המתקבל כתגובה לכל דבר שהיא מבקשת מתינוקה, נושא בחובו חותם מובהק של הזרע המופלא שצץ לפגוש את אור השמש. זהו רצון הקובע עוגן חזק בנפש של אותו ילד. אנו יודעים שהילד טרם הגיע לרמה שבה יוכל לגייס את הרצון הזה לקבלת החלטות שקולות, אך עצם אמירת ה"לא!" לאם היא למעשה אמירת "כן!" לעצמו כישות נפרדת ממנה. הדחף שלו לרצות נע כעת ליצירת מציאות השונה מזו שהאם התכוונה לה. עדיין אין לו מושג איזו מציאות הוא רוצה או אינו רוצה, אך הוא מפיק תועלת אדירה מביצוע צעדים ראשוניים אלה ליצירת מציאות שנובעת לחלוטין ממנו.

אנו יכולים גם להסביר מהו רצון. פרויד הציג בפנינו את אינסטינקט החיים, המין והמוות, שבאופן מיידי הציתו את דמיונם היצירתי של רבים שניסו להסביר את מטרתם ואת ביטוייהם הייחודיים. ב-PDC, אנו נשארים נאמנים לרשימתו של פרויד, אך הרשינו לעצמנו לתאר אותם מחדש בצורה אחרת. ברור מאוד כי כל האינסטינקטים מצויים בממד הלא-מודע וכי תפקידם הבלעדי הוא להפוך את האדם לרגיש לכל איום על רווחתו הגופנית או הרגשית. כיוון שאין להם שום גישה להכרה המודעת, הם יכולים רק להגיב לגירויים שמתקבלים. לכל אחד מהאינסטינקטים יש את רפרטואר התגובות שלו, ובהקשר זה נסביר כי אינסטינקט החיים מנחה לעימות תוקפני עם כל דבר שיאיים על האדם. אינסטינקט המין ינטרל את האיום על ידי הזדהות, או היקשרות עם האיום, במובן מסוים. הדוגמה החדה ביותר לכך תהיה התנהגותם של נוסעים במטוס שנחטף. אולם אפילו במצבים פחות קיצוניים, אינסטינקט המין לעולם לא ישאף לתגובה תוקפנית. בניגוד למה שרומז המונח "אינסטינקט המוות", גם כאן אנו מוצאים תוכנית שמטרתה להבטיח את המשך רווחתו של האדם. למעשה, אנו מוצאים שהאדם מציל את עצמו מנסיבות מאיימות על ידי נסיגה מהן.

גם הרצון הינו אינסטינקט. אולם בשונה מהאחרים, מיקומו הטבעי הוא באותו ממד שנהנה מהכרה מודעת באשר לעולם החיצוני לאותו אדם. באמצעות מודעות זו, ממד הרצון חשוף לנסיבות בעולם האמיתי ויהיה ערני לכל האפשרויות שעולם זה מציע. אם כן, יצר הרצון, או הדחף לרצות, יכולים להניע תפקודים ניהוליים לנקיטת יוזמה. ללא יוצא מן הכלל, כל יוזמה כזו תשקף באופן מושלם את כיוונם של האינסטינקטים האחרים, על מנת להבטיח את רווחת האדם. תוסיפו לזה את תגובת ההדק הייחודית מאוד של יצר זה לאור אותה מודעות שיורה את הדחף לרצות, לקדם את תחומי העניין, לממש את היכולות ובאופן כללי לשפר את חייו של אותו אדם.

אף על פי שהדבר אינו מהותי לנושא ולטון של רשימות אלה, אזכיר כי שלל המבנים המורפולוגיים האפשריים של האגודל מתורגמים לטווח ביטויי הגלויים של הרצון. מבנים אלה מתוארים באריכות בספר הלימוד של ה-PDC – *ספר הלימוד המאוויר לכירולוגיה פסיכודיאגנוסטית באנליזה ובטיפול* (The Illustrated Textbook of Psychodiagnostic Chirolgy in Analysis and Therapy).

## מילות סיכום

רוב האנשים באקדמיה האחראים על קבלת סטודנטים ולקביעת תוכניות לימודים המציעות לימודים מתקדמים לתואר בפסיכולוגיה קלינית, הם ללא צל של ספק האנשים הגרועים ביותר לעבודה זו. למרבה המזל, ענקי העבר שהציגו בפנינו לראשונה את עולם המחקר המרתק והאזוטרי הזה, פטורים מלעבור את בחינות הכניסה המטופשות וחסרות התכלית. סביר מאוד להניח שהם היו נכשלים במאמצייהם. אם לא היו להם שבבי זיכרון במקום מוח, אם הם לא היו לחלוטין על פי תהליכים קוגניטיביים אנליטיים ואם לא הייתה להם תשוקה עזה לסטטיסטיקה, הם היו צריכים משפחה בעלת כמה מיליוני דולרים לתרום לבניית אגף חדש באוניברסיטה, כדי שיהיה להם סיכוי להתקבל.

זו לחלוטין הסיבה לכך שהאג'נדות ההתנהגותיות-קוגניטיביות השתלטו במידה רבה על תוכניות הלימודים, בעוד שאותם פרופסורים ומרצים מזדקנים שעדיין מזדהים עם התיאוריה והיישום הפסיכואנליטיים נחשבים לדינוזאורים מעידן הקרח. כושר המצאה יצירתי אמיתי עם שמץ של המשגה מופשטת – חשיבה שאינה מתאימה את עצמה לקופסה, לתיוג, ועם מקום שממתין לה על מדף נשכח כלשהו – היא תועבה, שיקוף של ממש בעיני האנשים המנהלים את המחלקות. אין מקום להכניס שום דבר שלא היה שם קודם.

למרבה המזל, העולם שבחוץ מתעלם במידה רבה מתוכניות הטיפול ההתנהגותיות-קוגניטיביות. למעט גיוסם למאבק בפוביות או בסוגי דיכאון מסוימים, הוכח כי הטיפולים ההתנהגותיים-קוגניטיביים (CBT) די חסרי תועלת בטיפול – ולמעשה מהווים מכשול של ממש בפני סיכויי הצלחה כלשהם, למעט מקרים מעטים ממש. ללא יוצא מן הכלל, הקלינאים מתארים את גישתם לטיפול כאקלקטית. במילים אחרות, הם ישתמשו בכל דבר שיעבוד, והנוסחאות ההתנהגותיות-קוגניטיביות אינם הדבר העיקרי בארגז הכלים שלהם.

במעט הדפים שהצגתי כאן, ניסיתי להציג בפני הקורא מספר מבנים בארגון הנפשי שהינו האדם – מבנים שנותרים עלומים בכל הלימודים האקדמיים במדעי ההתנהגות. ברצוני לבקש מהקורא לחזות את מידת ההצלחה של מטפל עם מטופל אם אין לו את המידע הרלוונטי לכל אחד מהמבנים האלה. בספרי הלימוד שלי של PDC ישנם יותר מ-60 מבנים כאלה – שרבים מהם מהותיים לכל סוג של התערבות טיפולית.

המחקרים במדעי ההתנהגות הפסיקו להתקדם בכל דרך משמעותית מאז שהפסיכולוגיה ההתנהגותית והתיאוריות ההתנהגותיות-קוגניטיביות השליכו לפח כל דבר שלא ניתן למדידה. אך הדבר שאנו עדים לו כיום הוא משעשע למדי. כאשר סוף כל סוף הבינו שעקרונות הפסיכולוגיה ההתנהגותית אינם מספיקים, הובן כי הטוב ביותר יהיה למזג אותן עם נוסחאות דיבור ועם הפעלתם של תהליכים קוגניטיביים ממושעעים. הוכח כי זהו גן העדן לכל התפיסות האנליטיות, המעשיות, של הכאן-ועכשיו. CBT הוצגה לראווה כמדע האמיתי של הפסיכולוגיה. כאשר התגלה לכל כי מספר הכישלונות המביש העיד על חוסר כלשהו, כולם הבינו באופן אוניברסאלי כי בפגישות בין המטפל למטופל הייתה חסרה אמפתיה. ואז המוחות המכובדים ביותר המזוהים עם דיסציפלינה זו חזרו לעבודה ומצאו נוסחאות שיכניסו אמפתיה לפגישות הטיפול. כמובן, אף אחד לא הזכיר להם שאמפתיה אמיתית נובעת ממקורות ליבדינליים ומהיכולת הטבעית להשקעות רגשיות אמיתיות. האינטראקציה הקרה, הקשה

והמכאנית בכללה בין המטפל למטופל לא השתנתה בהרבה. הסתבר שאופייה של האמפתיה לא תאם לנוסחאות הטיפול האינטלקטואליות.

ואז, בשנת 2003, הופיע ד"ר ג'פרי יאנג, שהוסיף סכמות לרפרטואר עקרונות היסוד של הפסיכולוגיה הקוגניטיבית. מבלי להתבלבל, הוא הרכיב את עקרונות הטיפול ביחסי-אובייקט של ויניקוט ואת תיאוריית ההתקשרות של בולבי (Bowlby) – ששורשיהן העמוקים ביותר מצויים בתיאוריה והיישום הפסיכואנליטיים - על קליפת ה-CBT. כאמצעי נוסף, נכללו גם עקרונות טיפול הגשטלט. אך מתוך פחד לסטות יתר על המידה, הוא ארז באופן כפייתי למדי את אותן סכמות מובנות בקפדנות בתוך מסגרת של מודולים שמטרתם לקדם תוכניות התערבות הנשלטות באופן קוגניטיבי. הדמיון נדחק הצידה. כל היבט של כל מודול גישה והתנהגות מתווה בכזו קפדנות, שהיא חוסכת מהמטפל ההתנהגותי-קוגניטיבי כל צורך לחשוב בעצמו. שום דבר לא לוחץ על המטפל להרחיב באופן יצירתי את ההשלכות של דברי המטופל. שוב, הדמיון נדחק הצידה. הדבר הקרוב ביותר שאפשר להשוות את זה אליו הוא חוברות הצביעה לפי מספרים של ילדים.

המרחק בין זה לתיאוריה הפסיכואנליטית המקורית ולצורות ההתערבות שלה הוא כמרחק בין התעטשות למצמוץ בעיניים. ה-CBT סגר מעגל והאקדמיה נמצאת במקום מנוחתה האחרון.