

"השומר אחי אנוכי?" הקבוצה האנליטית כמקום משחזר ומטפל בטרואמת האחים

סמדר אשוח

המאמר פורסם לראשונה בכתב העת Group Analysis בשנת 2012:

Ashuach, S. (2012). Am I my brother's keeper? The analytic group as a space for re-enacting and treating sibling trauma. Group Analysis, 45(2); 155-167.

במאמר זה אציג את הקבוצה האנליטית כמרחב לשחזור, החיאה וטיפול של יחסי אחים. אביא סקירה של ההתייחסות הפסיכואנליטית לסוגיית האחים, וההתייחסות של האנליזה הקבוצתית. אציג את תיאורית "טרואמה האחים" שמביאה Juliet Mitchell והביטוי שלה בקבוצה. אדגים ואתאר כיצד התהליך הטיפולי בקבוצה אנליטית מאפשר להעלות, לשחזר ולעבד "טרואמה ראשונית" במימד יחסי אחים.

ההתייחסות הפסיכואנליטית ליחסי אחים

הספרות הפסיכואנליטית ממעטת להתייחס ליחסי אחים. אין הסכמה כוללת שמערכת היחסים עם אחים עוזרת לבנות את העולם הנפשי. ישנם ניסיונות שונים לאורך השנים לתת הסבר לתצפיות יום יומיות וקליניות לגבי החשיבות של היחסים עם אחים, אולם אין הסכמה לגבי טבעם של יחסים אלו. האם הם מבוססים על שנאה, רצון לרצוח, פחד מוות? האם הולדת אח בהכרח טראומטית? האם יכולים להיות יחסים חיוביים חזקים בין אחים? מה קורה לילדים יחידים? מה נלמד לגבי ערכים חברתיים מיחסים עם אחים? טבעם ומשמעותם של יחסי אחים וחברים בני אותו גיל בהתפתחות הנפשית, מקבלת התייחסות רבה יותר רק בשנים האחרונות.

ההתעלמות של הספרות הפסיכואנליטית מנושא האחים נבעה בעיקר מהתייחסות ליחסי העברה אופקיים- אחים וחברי בני אותו גיל, כמונעים מיחסי העברה אנכיים- הורה ילד. הספרות הפסיכולוגית המשפחתית והקבוצתית ניסתה לתת להעברה של אחים חשיבות בפני עצמה, אולם לרוב הדגישה גם היא שהבעיות הן אינדיקציה לתפקוד לקוי של המערכת ההורית. כמו כן, בקליניקה הפסיכואנליטית לעיתים נדירות מדווחת תחרות בין אחים. יותר עדויות לתחרות אחים מופיעות בארגוני הכשרה, שם מדווחים על רגשות עזים בין אנליזנטים של אותו אנליטיקאי.

מאז ימי פרויד הובנו אחים, כאובייקטים פנימיים חליפיים להורים. פרויד ראה את התחרות בין אחים כאינהרנטית לחיים האנושיים ומחוברת לדינאמיקה ההורית. אחים נתפסו כמתחרים שנואים על השד של האם, כתחליפי הורים נעדרים או לא טובים מספיק, או כדמות הזדהות. פרויד (1921) ראה בלידת אח איום גדול על הילד הבכור הנדחק הצידה. אבל הוא האמין שהתמודדות עם איום זה על ידי תצורת תגובה, חזרתיות והזדהות, חשובה ומובילה להתפתחות תחושת צדק חברתי ושיווין, רגשות חברתיים ואחוה. אנה פרויד (1930) ראתה ששאיפות מוות עוינות כלפי אח יוצרות קונפליקט רק כשהילד תופס שהאם, באופן שלא נתפס, אוהבת את

האחים המפריעים הללו ודורשת ממנו לוותר על הכוונות הזדוניות שלו, להתחלק בה איתם, ולכוון חלק מהליבידו שלו אליהם. תפיסה שיכולה להוות זרז לקונפליקט האדיפאלי. וויניקוט (1957) התייחס בכתביו להפרעות שונות שקשר ללידת אחים. קליין (1975) טענה שהקונפליקטים, רגשות של אגרסיביות ואהבה, ביחסי אחים הינם קריטיים בהתפתחות של אשמה והרצון לתקן. קוהוט (1971) התייחס לאפקט של יחסי אחים על החיבור הנרקסיסטי עם האם, ותפקיד האחים בתפקוד שלהם כתחליפי הורה וכזולת עצמי (selfobject).

אדלר (1927) שנחשב לראשון שחקר את נושא האחים, הדגיש בעיקר את היתרונות והמגבלות של להיות הבכור, האמצעי והקטן ביותר, והתכוונות השונות שמתפתחות מסדר הלידה במשפחה. בהמשך סלויאי (1997) מציין שסדר לידה הוא אחד האלמנטים שמשפיע על ההבדלים בין אחים ועל התחרות ביניהם, המהווה גורם מרכזי העיקריות בהתפתחות האישיות. הוא מקשר תפיסה זו לתיאוריה הדרוויניסטית על סלקציה טבעית שמתמקדת בנתונים הביולוגיים הראשוניים שצריך להתחרות באמצעותם על ההעדפה ההורית. התחרות היא על השקעת הורים כדי לשרוד, ולא תחרות אדיפאלית.

בשנים האחרונות נוכל למצא בספרות הפסיכואנליטית התייחסות ליחסי אחים כמודל ליחסים עם חברי אותו גיל, עם מתחרים וזרים. שפירו וגינסברג (2001) מדגישים שאחים מספקים גירוי אינטלקטואלי, התנסות מעשירה בתפקידים ומשחקים שונים, מודל התקשרות ונפרדות, למידה של צדק חברתי ורגשות קבוצתיים. ברונורי (1998) התייחסה ליחסי אחים כתחום מורכב של רגשות ותחושות שקשורים לאלמנטים של קוגניציה, תרבות, וחברה. לדעתה של רסטיין (2006) קיום אחים הינו מולד, פרה מושגי (במונחים של ביון). אחים תמיד מיוצגים ב-mind, בין אם הם קיימים במציאות ובין אם הם מדומיינים בלבד. אחים הם אובייקט לרגשות תשוקה של אהבה ושנאה, ולא רק בקשר לתחרות בין אחים על יחס הורי, אלא חלק מחיי הרגש שלנו עם מקורות אנרגיה שלהם. העולם הפנימי שלנו מלא דמויות אחים ידידותיים ולא ידידותיים.

החוויה של לחיות עם אחים מאפשרת הזדמנויות לחוויות משותפות בעלות איכויות שונות. ניתנת הזדמנות לזהויות מרובות והרחבה של העולם הנפשי-אנחנו יכולים לעבור מלהיות התינוק להיות הגדול, אנו חושפים את הבי-סקסואליות שלנו דרך יחסים עם אחים ואחיות. האחים יוצרים קבוצה, שותפים לציפיות ולהשלכות ההוריות, מהווים פרטנרים שמקטינים בדידות, שותפים במשחק יצירתי, בפנטזיות, ביחסים אינטימיים ארוכים. הם הבסיס ליחסי חברות ויחסי אהבה. אחים הם דמויות ההתקשרות הכי יציבות וקיימות.

שארפ ולוין (2009) מציינות שהעניין באחים חייב להיות לא רק מתפיסה הרואה בהם מהדורה שנייה ביחס להורים האדיפאלים אלא שיש להם משמעות רבה בפני עצמם. התיאוריה האנליטית, עוד ממלאני קליין, מצביעה על כך שילדים יודעים ומודעים למה גדל, או יכול לגדול, בבטן של האם. לכן ניתן להגיד שכמו שיש ציפייה אצל התינוק לכך שתהיה אמא ואבא כך יש ציפייה שיהיה שם אח. ישנו ייצוג פנימי של אחים בעולם הפנימי של הילד, כמו ייצוגים פנימיים של הורים. אחים פנימיים אלו יבואו לידי ביטוי ביחסי העברה בעבודה האנליטית. הן מדגישות שני

דברים: אחים הם תמיד חלק מהעולם הפנימי שלנו, אם יש לנו אחים, גם אם אין. אחים הם האב טיפוס גם לחברים הכי טובים שלנו וגם לאויבים הכי גרועים שלנו בין עמיתים.

בספרות הפסיכואנליטית ניתן למצוא התייחסות ליחסי אחים ספציפיים, כגון השפעה של אח מת, או ילד יחיד, או תאומים. לוי (2009) מדגישה קשר בין תאומים כמקרה מיוחד של יחסי אחים. הפנטזיה לתאום נמצאת כל הזמן ומבוססת על פקטורים התפתחותיים שקשורים לבדידות קיומית, לצורך להיות ידוע, וליצירת תחושת עצמי ביחסי אובייקט ראשוניים. ישנו דחף אוניברסלי לתאומות. קליין, ויניקוט וביון תיארו את האילוזה של התינוק ליצור את השד (התאום) במרחב המעברי שנוצר בהיעדרות של האם. ביון (1967) הציע שהשד הוא התאום המדומיין הראשון של התינוק. יצירת הפנטזיה הזו מספקת לתינוק תחושה של מצב מושלם. החוויה של להיות מובן בלי מילים היא בלב המשאלה לתאום. לוי מציינת שני פקטורים חשובים בתאומות: הגיל הכרונולוגי שמשפיע על ההתפתחות של כל תאום, מכיוון שהם באותו גיל אזי כל הזמן שניהם נוכחים ב-mind של ההורים ושל עצמם. פרקטית, הטיפול בהם דורש ניווט של תשומת לב על ידי המטפלים בכל רגע נתון, כשמטפלים בתינוק אחד זה שונה. תשומת לב שניתנת לתינוק באותו גיל ברגע מסוים משפיעה על כמות ואיכות תשומת הלב שניתנת לשני. ההבנה הזו לגבי תאומים חשובה להבנת יחסי העברה בקבוצה האנליטית. חברי הקבוצה נלחמים על כמות ואיכות תשומת הלב שכל אחד מקבל כשכל חברי הקבוצה נמצאים ב-mind של המטפל. בקבוצה ניתן לראות איך דרך תהליך של תאומות קיים ניסיון להפטר מחלקים לא רצויים של העצמי, בניית חלקים אלו והשמתם על או אצל האחר (השלכה או הזדהות השלכתית).

יחסי אחים בספרות של קבוצות

פוקס, בתיאוריה שלו, יוצר את התשתית להבנה של יחסי העברה בקבוצה כיחסי אחים. יחד עם זאת, באופן מפתיע, הוא לא מתייחס ישירות ליחסי אחים. בכתבים שלו המילה אחים מופיעה רק פעם אחת כאשר הוא מתייחס למשתתף חדש שנכנס לקבוצה ומשפיע על הסדר שנוצר ומערער את היציבות, כמו בעת כניסת אח חדש למשפחה.

פוקס (1964, 1968, 1975) זיהה שחברי הקבוצה מתייחסים אחד לשני ולמנחה כדמויות להעברה. בעוד שבאנליזה אינדיבידואלית המטפל הוא המוקד להעברה, בקבוצה אנליטית יש תפקיד גם למשתתפים האחרים. פוקס התייחס להעברה אופקית (הוריזונטלית), אבל לא קרא להעברה כזו העברה ליחסי אחים. נראה שזה ההסבר לכך שגם בספרות האנליטית של קבוצות יש מעט מאוד חומר שמתייחס ליחסי אחים.

בדומה לפוקס קפלן ורומן (1961) עסקו בעיקר בכניסת משתתף חדש לקבוצה והאמינו שהצגת משתתף חדש נחוות ברמה מסוימת כטראומה נרקסיסטית.

לסר (1978), מארון (1984), גרונבאום וסלומון (1980, 1981) מדגישים את הצורך להבין יותר את האינטראקציות בקבוצה כהעברה של יחסי אחים. המנחה לרוב הוא הדמות ההורית, האוטוריטטיבית, שאמור לספק דאגה ונחמה, חיזוקים ועונשים. שאר חברי הקבוצה לרוב מתפקדים כתחליפי אחים. הבנה וחקירה רחבה יותר של יחסי אחים תביא להבנה רחבה יותר של אישיות המטופל.

בראון (1998) במאמרו על תפקיד יחסי אחים מציע שאנליזה קבוצתית חושפת באופן חי את הדינאמיקה של אחים, ומאפשרת לעשות עיבוד ותיעול שלהם. נקודת הראות שלו לוקחת בחשבון לא רק קנאה ותחרות בין אחים אלא גם שיתוף ודאגה הדדית כחשובה להתפתחות. בראון מדגיש את הקשר בין פתרון הקשיים ביחסי אחים והתפתחות של יחסים מספקים בין בני אותו גיל. לטענתו יחסי האחים האקטואליים יכולים להישאר לא נוחים ורגסיביים, אבל תבנית היחסים עם peer שמבוססת על יחסי אחים, יכולה להשתנות. בראון מחבר את הבנת חשיבותם של יחסי אחים לשלושה היבטים שיש לקחת בחשבון בקבוצה האנליטית:

ראשית, בראיונות לכניסה לקבוצה, בלקיחת פרטי היסטוריה, יש צורך לשים לב במיוחד ליחסי אחים וחברים של המטופלים והוריהם. יש לחשוב איזה ביטוי יהיה לכך במטריקס הקבוצתי, בכניסת חבר קבוצה חדש, בגילויי תוקפנות או קנאה. שנית, בהנחיית הקבוצה, חייבים לדבר, להתייחס ולעבד את התחרות האדיפאלית או האחאית כדי שלא תהפך להרסנית וכדי שתוכל להשתנות ולעבור. קבוצה שמתפקדת היטב מספקת את החוויה של אמפטיה הדדית, גם אצל כאלו שלא חוו זאת בילדות, ומאפשרת עיבוד של הקשיים מול אחים כמו מול הורים. ולבסוף, בתהליך הקבוצתי, המעברים בין סובייקט לאובייקט מאפשרים לכל משתתף בקבוצה לראות את העצמי כמטריקס אנושי אינטרסובייקטיבי. התייחסות שהיא מעבר לבעיות של העצמי, שתקוע בתבניות חוזרות עם האובייקטים הראשוניים שלו, הורים ואחים, להתייחסות לכל אחד בקבוצה, ולקבוצה כולה כשלם.

שפירו וגניסברג (2001) ממשיכים את רעיונותיו של בראון ומתארים את האפליקציות הבסיסיות של דינאמיקת אחים לטווח רחב של התנסויות בקבוצה והתערבויות המטפל. הם מדגישים תופעות מיוחדות של אחים בקבוצה כמו הצגת חבר חדש שמערערת את היציבות, או קושי של אנשים יחידים להיכנס לקבוצה. תופעת תאומות בין חברי הקבוצה ויחסי קו-תרפיה. קפארו (2003) מסתכל על קבוצה דרך המערכת המשפחתית ודרך פסיכולוגית העצמי. הוא מציין שבמערכת המשפחתית האחים הינם תת מערכת שמהווה קבוצה קטנה ומשמעותית לילדים. היחסים המיוחדים שיש בין אחים משתנים כשהורים או אחרים מתערבים. עבור כל ילד מהווה המשפחה מקום להתנסות שונה, כשכל אחד נולד בשלבים שונים של מעגל חיי המשפחה. התנסויות ראשוניות שיש לנו עם אחים ואחיות משאירות רישום רגשי מתמשך על הקשרים והקונפליקטים שמלווים אותנו כל החיים. העולם הטיפולי המסורתי המדגיש יחסי ילד הורה, יכול לדלג על הנתקים והקשיים בין אחים. למרות שלקשיים אלו יש השפעה עצומה על סגנון התמודדות, מצבי רוח ויחסים בינאישיים.

פסיכולוגיית העצמי מדגישה במיוחד את יחסי הזולת-עצמי בהתנסות בקבוצה. קוהוט ראה את העצמי כנוצר ביחסים עם אחרים משמעותיים, המהווים הרחבה של אידיאליות והשתקפות (mirroring) של העצמי. לעיתים האחים משמשים כזולת-עצמי הנדרש עבור הילד כשההורים לא שם. פסיכולוגיית העצמי מדגישה את התאומות. תהליך של sibling twinning מתרחש כאשר חברי קבוצה מאפשרים חיזוק והתפתחות העצמי דרך יחסי זולת-עצמי. הקבוצה כולה יכולה להוות זולת-עצמי מנחם.

בקבוצות רבות קיים קונפליקט לגבי חלוקת הזמן, תנועה בין דרישה לזמן שווה, לבין דרישה לזמן לפי צרכים ולפי משברים. ניצון (1996) מדגיש את התחרות על הזמן וחלוקת הזמן כאלמנט שיש לו פוטנציאל אנטי-גרופ, הרסני. בראון (1998) מתייחס לקונפליקט זה וטוען "קבוצה שמתפקדת טוב יכולה להחליף שוויון נוקשה עם צדק גמיש" ציטוט שמזכיר את ההתייחסות של פרויד להשפעת יחסי אחים על חיפוש אחר שוויון וצדק.

ביחסים בין אחים האדם לומד לראשונה לפתור קונפליקטים, לשתף, לשאת ולתת, כל המיומנויות החשובות והמרכזיות לאינטרקציה קבוצתית. מכאן שהקבוצה הטיפולית היא מקום לבחון מחדש את יחסי האחים, תפקידים שהוקפאו, ולשנות התנהגות.

טראומת אחים- והביטוי לה בקבוצה

ג'וליאט מיטשל (2000,2003,2006) טענה שהחיים הרגשיים סובבים סביב שני מימדים מובחנים ושווים בחשיבותם: מימד אנכי של יחסי הורה-ילד ומימד אופקי של יחסי אחים. בראיה שלה המימד האופקי של יחסי אחים ותחליפיהם קיים במקביל למימד האנכי של יחסי הורה- ילד ודורש תשומת לב אנליטית דומה.

מיטשל מנתחת דוגמאות היסטוריות בעבודה הפסיכואנליטית ומראה שהשפעת יחסי אחים וייצוגי אחים, ניתנת לצפייה כמעט בכל מקרה מבלי שניתנה לכך תשומת לב ראויה. (מיטשל מביאה דוגמאות של הצגת מקרים טיפוליים של פרויד, וויניקוט וקליין בהם לדעתה, יש התעלמות בנוגע לתפקיד האחים בניתוח המקרה, למרות שקיומם הוזכר). במילים אחרות היא טוענת שאפשר לחשוב על אחים כ"בכל מקום" ו "אף מקום". בדיאלוג בין מיטשל ובריטון (2009) מיטשל טוענת שיש לנו קדם מושג של אחים, מושג אוניברסאלי שיש לגביו רגשות לא מודעים, קדם מושג או פנטזיה ראשונית של אח. באופן מסוים הפנטזיה הראשונית של הסצנה הראשונית היא פנטזיה על אחים. הילד חושב שהתינוק שיבוא הולך להיות עוד מעצמו, וחווה משבר כשהוא מגלה שמדובר במישהו אחר. זאת הטראומה של אחים. לטענתה רוב המטפלים מכחישים את ההיבט הטראומטי ביחסי אחים, או מטופלים "אחים".

The sibling is par excellence someone who threatens the subject's uniqueness. The ecstasy of loving one who is like oneself is experienced at the same time as the trauma of being annihilated by one who stands in one's place."(Mitchell 2003,p10)

הטראומה של אחים היא ההדחה הגדולה- ההדחה "מכס המלכות". קיום אח זה קטסטרופה הכרחית. אתה חייב שיהיה לך אחד או תחליף לאחד באופן זה או אחר. זה סיטואציה אוניברסאלית שברגע מסוים אנחנו לחלוטין ברי החלפה. זה קבלה הכרחית של האדם את עצמו כרגיל (ordinary) שאינה אומרת שהיחיד אינו מיוחד אלא שכל אותם אחים ואחיות הם גם רגילים וגם מיוחדים. טרנספורמציה כזו בעצמי, היא הדרגתית ולא נגמרת לעולם.

לפי מיטשל כל הילדים חווים את עצמם בעמדה ייחודית של להיות המרכז של הוריהם, המרכז של היקום המשפחתי, לזמן מסוים. בסופו של דבר, ובהפתעה, הם מזהים את האחים כמתחרים על המיקום היקר שלהם כילד האחד והיחיד של הוריהם. הם מרגישים מוחלפים, מגורשים, מהמקום שהניחו שיש להם במשפחה ושאינו בבעלותם יותר. סוג זה של הדרה הובן לפעמים כחוויה טראומטית של הילד הבכור כשנולד הילד השני (אדלר 1927). התוספת החשובה של מיטשל היא בדגש האוניברסאלי של חווית ההחלפה על ידי אחים. משבר זה, של לא להיות ייחודי, הינו תוצר של התפתחות במודעות, ולא כרוך בלידה ממשית של אח. אחים הם מראה לעצמי, שמשקפת את העולם הפנימי. זאת הסיבה שמערכת היחסים עם אחים היא מורכבת וקונפליקטואלית. האתגר העיקרי של המימד האופקי הינו, אם כן, תחרות עם אובייקטים שהם גם אהובים וגם שנואים.

ויוונה (2007) מרחיבה את התיאוריה של מיטשל ומשווה בין התחרות האדיפאלית לתחרות בין אחים. תחרות אדיפאלית היא על לאהוב ולהיות נאהב. הילד רוצה לנצח ולכבוש את האהבה של אחד ההורים ולנצח בכך את ההורה השני. התחרות עם אחים אינה בפשטות על אהבה אלא על ההכרה של ההורה בייחודיות של הילד מול אחרים, דומים, שותפים לאותה מערכת יחסים עם ההורים. הפתרון האופייני לתחרות האדיפאלית היא הסכמה לחכות לאובייקט האהבה התחליפי, מתוך אמונה שיהיה כזה. הפתרון של תחרות אחים היא הסכמה לוותר לתמיד על העמדה הייחודית שהיתה ליחיד. אין הבטחה לסיפוק עתידי, אין יכולת לפצות על האובדן והוויתור על הרצון להיות יחודי.

מיטשל בתיאוריה שלה מציינת שהמשבר של ההכרה בחוסר ייחודיות יכול להיפתר כשהיחיד יקבל את מקומו בחברה. כשיזהה ביחסים האופקיים גם דמיון וגם שונות, שיקבל את הקיום האנושי של להיות שונה אבל שווה, ביחס לאחים ובני גילו. היא מציעה שהזדהות עם אח קיים או מופנם תניע את הילד לכיוון של פתרון, אך עשויה לשמש כהגנה לרגשות אגרסיביים כלפי האח, ובכך תעכב פתרון. (הזדהות עם אח מת לא מאפשרת עיבוד של התחרות והקנאה).

הדגש של מיטשל הוא על טראומה חזקה של הכחדה, annihilation של האגו הנרקסיסטי, טראומה של sameness and difference שנפתחת ומשוחזרת, מדומיינת, ומאופיינת בהתנהגויות חזרתיות קומפולסיביות באספקטים שונים של החיים ובאספקטים שונים בפסיכותרפיה.

המשבר, כתוצאה מטראומת האח, יחזור על עצמו. צריך יהיה לעבד אותו שוב ושוב, בכל אירוע בעתיד, שיש בו החלפה, סילוק או עקירה של האדם מהמקום שהוא חשב שהוא נמצא בו.

הקבוצה האנליטית - שיחזור וטיפול

הטענה שמוצגת במאמר זה היא שבקבוצה האנליטית יש החייאה ושיחזור של יחסי האחים. הקבוצה היא הזירה לשחזור, עיבוד וטיפול בטראומת אחים.

גרוסמרק (2007) מצין שההנחה שלו היא שכל התנהגות בקבוצה היא סוג של קומוניקציה של העולם הפנימי של חברי הקבוצה ושל ההתנסות הלא מנוסחת שלהם, וניתן להגיע אליה רק על ידי כך שמאפשרים חזרתיות מלאה שלה בתוך הסטינג הקבוצתי (Full enactment).

יאלום (1985) מונה אחד עשר גורמים מרפאים- טיפוליים ראשוניים בטיפול הקבוצתי. ביניהם הוא מונה "שיחזור מתקן של הקבוצה המשפחתית הראשונית" הוא מצוין בעיקר את האפשרות לשחזר בקבוצה מוטיבים ממערכות היחסים עם האחים במשפחה. ולחווות אותם בצורה מתוקנת. זוויית הראיה שלו מדגישה את מערכת היחסים מול ההורים, ואת הכאן ועכשיו. מאמר זה מדגיש את ההחייאה ושיחזור של שם- ואז מול עיבוד בכאן- ועכשיו. בקבוצה המימד האופקי של יחסי העברה הוא דומיננטי יותר מאשר בטיפול אינדיבידואלי וניתן לראות את התהליכים שמיטשל מדברת עליהם ביתר קלות. קשר אחים מיוצג בקבוצה (לא במטפל). דרך הקבוצה (האחים) אנחנו לומדים שאנחנו מהווים אחד בסדרה. היחיד בא לעולם כשיש שם מישהו כבר כמוהו, אח, ילד דומה, או תחליף לכך. התוצאה של משבר זה של חוסר ייחודיות גורם לכך שהיחיד מחפש למצוא עמדה ייחודית בעולם, בעיקר בעולם של המשפחה, קבוצה.

מיטשל דיברה על התפתחות זהות דרך תהליכי שונות הבחנה ודיפרנציאציה. בקבוצה ניתן לראות איך המשתתפים נעים בין הדגשה של הדמיון ביניהם, כדי ליצור את קבוצת האחים, ובין הדגשה של השונות והייחודיות. התחושה של דמיון או שונות משתנה או יכולה להיות בו זמנית. בקבוצה האנליטית, מתקיימת תנועה מתמדת של הכרה במכנה המשותף הרחב ביותר, תוך ניסיון של כל משתתף למצוא את הייחודיות שלו.

התיאוריה של מיטשל מציעה שדרך האנליזה הקבוצתית ניתן לחקור נרקיסיזם בדרך שונה. כשנולד אח זה לא רק איבוד מקום אצל האם ותחרות על השד, אלא בעיקר האובדן של להיות מרכז המבט של האם.

דרך האחים, דרך חברי הקבוצה, מתרחשים תהליכים לא מודעים של השתקפות. דרך מבט האחר אתה יודע על עצמך. פוקס (1957) תיאר את התהליך הזה דרך ראיית הקבוצה כהיכל מראות, שבה היחיד נפגש עם השתקפויות שונות של עצמו. הדגש הוא על mirror phenomena בקבוצה.

הקבוצה האנליטית מאפשרת, במידה רבה, שיחזור של התא המשפחתי. בקבוצה משתתפים חדשים מדמים כניסת אחים חדשים, ויציאת משתתפים מדמה פרידה, עזיבת אחים ולעיתים מוות ושכול. כל משתתף צריך למצוא את המקום והייחודיות שלו. תהליכים של תחרות וקנאה מתעוררים למול משתתפים-אחים אחרים ומול מנחה-הורה. לפי בראון(1998), גרוסמרק (2007) וקפארו (2005) ניתן להניח שהסטינג הטיפולי של הקבוצה מאפשר לבחון מחדש את יחסי האחים ולשנות התנהגות.

דוגמא א

ורד, בת בכורה ומטופלת אינדיבידואלית, עוברת לטיפול קבוצתי ומוצאת את עצמה עם "אחים" חדשים. היא מסבירה לקבוצה שאין לה בעיות מיוחדות, ואחרי מחשבה קצרה מוסיפה שהיא "רק

מתגרשת". אחרי שנה היא משתפת במחלת ילדות שהשפיעה על חייה אבל לא הוכרה מעולם כבעיה מול אחיה וחברים. (מחלה שלא הוזכרה בטיפול האינדיבידואלי). דרך התגובות של חברי הקבוצה היא חווה את הקושי לתת ביטוי למצוקות שלה. היא מתקשה להתמודד עם הקנאה, התחרות על מקום, זמן והתייחסות בקבוצה. ורד משחזרת את מערכת היחסים עם האחים שלה בקבוצה. ורד רוצה להיות שייכת לקבוצה, לתמוך ולעזור למשתתפים האחרים, אבל אם אין הכרה בתרומה שלה, כמו שקרה לה עם אחיה הביולוגיים, היא כועסת, מתקיפה, רוצה שייעלמו או נרדמת.

בקבוצה ורד בתחרות בעיקר עם חברות הקבוצה האחרות. בשבילה הן האחיות הקטנות, שמקנאות ובתחרות איתה לקבל תשומת לב. הקושי העיקרי מתעורר מול יעל, חברת קבוצה צעירה, שורד חווה אותה כנזקקת יותר ולכן מקבלת יותר התייחסות בקבוצה. העימותים בין השתיים מתעצמים בעיקר כשורד נרדמת כשיעל מביאה משהו אישי.

יעל, שהיא גם בת בכורה במשפחה, מתקשה לתפוס מקום בקבוצה, מרגישה שאחרים צריכים יותר והיא צריכה לוותר, למצוא עזרה במקום אחר. מרגישה שמה שיש לה לא מעניין ולא ייחודי. היא מבטאת את הקנאה שלה בטיפול שהאחרים מקבלים, וחשה בושה כשמרגישה כך. דרך התגובות שלה לאחרים ותגובות המראה מאחרים היא מצליחה לחוות, להיזכר ולראות את ההתמודדות שלה גם כשמקנאים בה, חוויה שלא היתה מודעת לה. חוויה שמשחזרת את הקשיים שלה עם אחיותיה.

מתוך העבודה הטיפולית בקבוצה ורד ויעל מצליחות להבין ולראות את השחזורים וכתוצאה מצליחות לשנות את הנוכחות וההתמודדות שלהן בקבוצה ובהדרגה מתרחש שינוי גם ביחסים שלהן עם קולגות בעבודה, עם חברים ועם הילדים שלהן.

דוגמא ב

אחרי שנה בה הקבוצה עובדת בלי כניסות ויציאות של משתתפים חדשים, אביב הצטרף לקבוצה כ"תאום" עם משתתפת נוספת. בכניסה לקבוצה הוא מהווה גורם מאיים, ומרגיש מאוים מהשתתפות גבר נוסף, אותו הוא חווה כתאום שהגיח לעולם לפניו ותפס את מקומו. תאום שעליו הוא משליך את החלקים הלא רצויים שלו, מולו הוא מנסה להדגיש את הייחודיות שלו. אחרי שנה שאביב בקבוצה, כשמצטרף רני, "אח" נוסף, הוא מתעורר להלחם על המקום שלו עד שרני עוזב. דרך העבודה בקבוצה הוא נזכר, משחזר, ומדגים את מערכת היחסים הקשה שלו עם אחיו התאום. אח שבתפיסתו מנצח אותו תמיד בתחרות. אביב אומר בקבוצה: "נמאס לי לפעמים לראות איך התחרות עם אחי מלווה אותי לכל מקום, ואפילו לכאן". אחיו התאום הגיח לעולם לפניו, גדול ובריא, יצא מבית החולים עם האם בעוד שאביב נשאר בפגיה תקופה נוספת. בחוויתו אחיו תפס את האם ואת המקום הטוב יותר במשפחה. וכך בחיים, אחרים תמיד טובים יותר. אביב זקוק ל"זמן בשלות, זמן פגיה" בכל שינוי.

אביב רואה את הגברים בקבוצה כאחיו התאומים, ככאלו שאהובים יותר ומצליחים יותר. הוא מבין איך הוא משחזר דפוס של קנאה וטינה עם אחיו התאום. כניסה של רני, משתתף חדש אחרי שנה, דומה ללידת אח, חוויה שיכולה להיות טראומטית ויחד עם זאת הכרחית בחיי קבוצה. לעיתים יש תחושה בקבוצה שבאף שלב לא מתאים ולא נכון להכניס מטופל חדש. כל כניסה של מטופל חדש מערערת את היציבות של הקבוצה. ועם זאת, כמו הילד היחיד שמצפה להגעת האחים ומפחד מה קרה להם, כך גם בקבוצה יש חרדה שלא יגיעו מטופלים חדשים.

רני, המטופל החדש בקבוצה של אביב, מגיע לטיפול בקבוצה בחיפוש אחרי שייכות ומקום. רני, עולה חדש, עשר שנים בארץ, מרגיש שלא הצליח להתאקלם. הוא נכנס לקבוצה ובפגישה הראשונה הוא פונה לגברים בקבוצה ואומר "אני החדש עכשיו... אני מחליף אתכם" יש תחושה שהוא מזמין את כולם למאבק על המקום שלהם, והקבוצה יוצאת למאבק. רני משחזר טראומה שלא הצליח לעבד. האפשרות שהקבוצה תחיה עבורו ולא תמיד בשליטתו, את יחסיו הלא מעובדים עם הוריו אך ובעיקר עם אחיו, הייתה בלתי נסבלת עבורו. ולפני שהקבוצה הפכה למקום בטוח ותומך, הוא עוזב. ובעזיבה עצמה משחזר גם את אירועי המשפחה. הוא עלה ארצה אחרי שאביו נפטר, כשהוא בן 18, כשדבריו לא הצליח להתעמת עם האחים שלו על המקום בבית.

דוגמא ג

שרה, בשלבים שונים בחיים ובקבוצה, מצמצמת את עצמה, נעלמת ונאלמת. היא חוזרת ומשחזרת את מערכת היחסים שלה כילדה קטנה.

שרה נולדה אחרי אח שנפטר. היא לא דיברה שנים כי הרגישה שלא היה לה מקום בין אחים גדולים ואמא בדיכאון. היא רואה את השתיקה שלה בקבוצה כשיחזור ומצליחה להבין ולעבד אותה. באופן טראגי היא רואה את התבנית הטראומטית של המשפחה חוזרת שוב בחיים שלה. גם היא, כמו אמא שלה, איבדה בן. היא מנסה להתמודד עם התחושות של הילדים שלה, ערנית ככל שאפשר לתחרות והקנאה שלהם.

דרך התגובות של חברי הקבוצה, שרה מבינה שהשתיקה שלה והפסיביות היא חזרתיות של תבניות ראשוניות ממשפחתה. אחרי שאחיה מת היא לא יכלה למצוא לעצמה מקום. היא מהססת האם להידחף לקבוצה עד שנזכרת בתקופה הקשה בילדותה ומתחברת לקושי שלה לתת תשומת לב לילדים שלה אחרי מות בנה. רק אחרי החיבורים הללו היא מצליחה לקחת יותר מקום בקבוצה ומבינה טוב יותר את ילדיה.

שרה, עם הזמן, מודעת יותר לשחזורים, מזהה אותם בעת התרחשותם ומפתחת את הכלים והמסוגלות להיאבק יותר על המקום שלה, ועל היכולת לדבר. בקבוצה ובחיים.

דיון

בלום (2005) מתייחס להעברה כמדריך לשחזור המהווה סוכן משלים לשינוי. תכונות ילדות של המטופל, אפיונים, תקיעויות ופנטזיות ילדותיות לא רציונאליות באים לביטוי בהתנהגויות המצביעות על הצורך בשחזור. שיחזור מארגן זיכרונות חלקיים לא מחוברים, והוא הכרחי לעיבוד, צמצום והקטנה של התנסויות טראומטיות בילדות. השחזור מאפשר כניסה עמוקה יותר לרגשות כמו רגשי אשמה, בושה, השפלה וערך עצמי נמוך. בלום מציין שתהליך השחזור בטיפול בטרומות חשוב, דרכו ניתן להיזכר במה שאי אפשר היה לזכור ולבנות מחדש. שיחזור מחבר עבר והווה, פנטזיות ומציאות, סיבה ותוצאה. העבר אינו רק מתגלה אלא נוצר מחדש בקליניקה הפסיכואנליטית. זיכרונות מעוצבים מחדש. העבר מקבל משמעות חדשה שלא הייתה קיימת בילדות.

בקבוצה האנליטית מתרחש השחזור דרכו המשתתפים מארגנים זיכרונות, מעבדים, מגיעים לתובנות חדשות. השחזור מחבר עבר והווה, המטופלים מחברים את החוויה בקבוצה עם חוויות

בעבר ובהווה מחוץ לקבוצה. חיבורים אלו, בעוצמה שמייצרת הקבוצה ובאינטנסיביות שלה, מאפשרים הבנות שלא היו שם קודם.

אדם פיליפס (1994) כותב שלפי פרויד "שיחזור הוא ריפוי עצמי לאובדן" עצם האפשרות של חזרה מעידה על אובדן. אדם חוזר רק על מה שאי אפשר לקבל חזרה. רצונו הכפייתי של מטופל לשחזר התנסויות היא דרך לזכור.

חזרתיות קורית כשאי אפשר לזכור דבר כלשהו. פרויד כתב שבני אדם אינם סובלים מהזיכרונות שלהם אלא מהשכחה שלהם. הם שכחו בדרך לא נכונה, בדרך שהשאירה אותם פגיעים. אם מגדירים טראומה כמשהו שאינך יכול לחוותו עד שתזכור אותו, אזי חזרתיות היא הוכחה לחוסר נכונות- וחמור יותר, חוסר יכולת- לשכוח.

שרה קולקר (2009) במבוא למאמר של וויניקוט על פחד מהתמוטטות כותבת "בטיפול, עבר ועתיד הופכים לכאן ועכשיו. הדרך לזכור היא לחוות לראשונה את העבר בהווה, בהעברה. אין די בפירוש ההתמוטטות, יש לחוות אותה שוב ושוב. נתיב הריפוי איננו נתיב של פענוח פיתוליו ונפתוליו של הלא- מודע ושל הזכרות במודחק, אלא נתיב של חוויה, של אימה ושל שיגעון. הטיפול יהיה תשתית ההחזקה שחסרה, המטפל ישמש כרחם שבה יצמח המטופל." אם אמשיך את דבריה אזי נראה שהקבוצה היא ההחזקה שחסרה, היא הרחם שיכולה להכיל ולעבד את השחזור של הטראומה הראשונית של אחים. היא המקום והדרך לחוות את העבר בהווה ולזכור.

האינטראקציה בין המשתתפים, המטריקס הקבוצתי, כל אלה מאפשרים שיחזור הטראומה הראשונית של אחים, אפשרות לחוות את העבר בהווה ולזכור, להפטר מהצורך לחזור כדי לזכור. דרך השחזור של הטראומה בסביבה מחזיקה נוצרת האפשרות לשינוי וצמיחה. כך ורד, יעל, שרה ואביב מטפלים ומטופלים בטראומה הראשונית הזו.

סיכום

במאמר זה ניסיתי להדגים ולתאר כיצד התהליך הטיפולי בקבוצה אנליטית מאפשר להעלות, לשחזר, ולעבד "טראומה ראשונית" במימד יחסי אחים. זוהי טראומה המשותפת לכל משתתף בקבוצה בין אם יש לו אחים ובין אם אין לו. היא עולה בלא קשר למיקומו הממשי בסדר הלידה- בין אם הוא בן בכור, תאום או הילד הקטן ביותר. ההנחה המרכזית כאן היא שאנשים משחזרים ביחסים עם אחרים לא רק מה שהם מעבירים מיחסי הורה-ילד אלא גם את היחסים הראשוניים עם אחים, יחסים משמעותיים שיש להם קיום בפני עצמם.

בעוד שהקשר האנליטי הדיאדי מזמין יותר יחסי העברה הורה-ילד, הרי שבקבוצה יחסי העברה הם ליחסי משפחה, העברה אופקית. (פוקס 1966). לכן ההנחה שמוצגת במאמר זה היא שהקבוצה האנליטית היא הסטינג הטיפולי המתאים ביותר לטפל ב"טראומת אחים".

סמדר אשוח, פסיכולוגית קלינית, מדריכה. פסיכואנליטיקאית ואנליטיקאית קבוצתית. מכון תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו, המכון הישראלי לאנליזה קבוצתית. חברת אפק-ארגון פרט קבוצה. קליניקה פרטית בתל מונד. smadar.ashuach@gmail.com

ביבליוגרפיה

- יאלום א', לשץ' מ', (1985). טיפול קבוצתי- תאוריה ומעשה. הוצאת כנרת 2005 .
- פיליפס א', (1994) לפרטט עם החיים. הוצאת דביר.
- פרויד ז', (1921) פסיכולוגיה של ההמון ואנליזה של האני, מבחר כתבים, ו. הוצאת רסלינג 2009.
- פרויד ז', (1914) היזכרות, חזרה ועיבוד
- פרויד ז', (1937) הבניות באנליזה.
- פרויד ז', (1938) תקציר הפסיכואנליזה: הטכניקה הפסיכואנליטית. מתוך הטיפול הפסיכואנליטי. סידרת פסיכואנליזה הוצאת עם עובד. 2002
- קולקר ש', (2009) במבוא למאמר של ויניקוט ד', ו'. (1963) פחד מהתמוטטות. בתוך עצמי אמיתי, עצמי כוזב. סדרת פסיכואנליזה הוצאת עם עובד. 2009
- Agger E. M/, D.S.W.(1988) Psychoanalytic Perspectives on Sibling Relationships. Psychoanalytic Inquiry 8; 3-30
- Blum,H.P. (2005). Psychoanalytic Reconstruction and Reintegration. Psychoanalytic Study of the Child. 60.295-311
- Brown D. (1998) Fair Shares and Mutual Concern: The Role of Sibling Relationships. Group Analysis 31;315-326
- Brunori L. (1998) Siblings. Group Analysis;31;307-314
- Caffaro J.V. & Coon-Caffaro A(2003).Sibling Dynamics and Group Psychotherapy; International Journal of Group Psychotherapy 58(2)
- Coles P. (2003), The Importance of Sibling Relationships in Psychoanalysis. Karnac
- Coles P.(2006), Sibling Relationships, karnac

Etchegoyen,R.H. (1982) The Relevance of the 'Here and Now' Transference Interpretation for the Reconstruction of Early Psychic Development. International Journal of Psycho-Analysis. 63. 65-75.

Ferreira A.G.(1980) Transference and Transference Neurosis in Group Analysis. Group Analysis; 13; 93

Foulkes,S.H. Anthony, E.J.(1957) Group Psychotherapy-The Psychoanalytic Approach Karnac.

Foulkes,S.H.(1986) Group Analytic Psychotherapy-Method and Principles Karnac

Foulkes,S.H.(1966) Some Basic Concepts in Group Psychotherapy.
-(1971)Access to Unconscious Processes in the Group-Analytic Group
-(1971) My Philosophy in Psychotherapy.
Selected Papers-Psychoanalysis and Group Analysis 1990. Karnac.

Freud,A.(1930) Infantile Amnesia and the Oedipus Complex. The Writings of Anna Freud (1) New York; Int. Univ. Press, 1974

Grossmark,R.(2007) From Familiar Chaos to Coherence: Unformulated Experience and Enactment in Group Psychotherapy. In: Relational Psychoanalysis volume 3. new voices. Edited by Melanie Suchet. Adrienne Harris. Lewis Aron. The Analytic Press. Chapter 11 p. 193-208

Lesser,R.M. (1978) Sibling Transference and Countertransference. Journal of American Academic of Psychoanalysis 6; 37-49

Lewin V. and Sharp B.(2009) Siblings in Development a Psycholoanalytical View. Karnac

Nitsun M.(1996). The Anti-Group. Routledge

Marrone,M.(1984) Aspects of Transference in Group Analysis. Group Analysis
Vol.17(3),pp.179-194

Mitchell J.(2003), Siblings- Sex and Violence.. Polity .

Shapiro E. L, Ginzberg R..(2001) The Persistently Neglected Sibling Relationship and
its Applicability to Group Therapy. International Journal of Group Psychotherapy.
New York; jul 2001. vol.51,Iss 3 ;327

Solnit A. J, M.D(1983). The Sibling Experience. Introduction. Psychoanalytic Study
of the Child; 38; 281-284

Sulloway, F.J.(1997) Born to Revel:Birth Order, Family Dynamics, and Creative
Lives. New York; Vintage Books
-Birth Order,Sibling Competition,and Human Behavior. Chapter 2

Vivona,J.M.(2007) Sibling Differentiation,Identity Development, and the Lateral
Dimension of Psychic Life. Journal of the American Psychoanalytic Association; 55;
119

Wooster E.G.(1998) The Resolution of Envy through Jealousy. Group Analysis; 31;
327