

## פרק 9

מ-re-living ל-relieving:

מקורה של התקווה במפגש הטיפולי

**פתיחה:** עיקר עיסוקו של פרק זה הוא מנגנון החזרה הכפייתית והקשר בינו לבין טראומה ודיסוציאציה, נושאים שבהם עסק, מזווית אחרת, גם הפרק השביעי. פרק זה מתאר את מהותו של מנגנון זה, סוקר את האופן שבו הומשג לאורך התפתחותיה של הפסיכואנליזה ומציע שלושה סוגים של התמודדות עם החזרה הכפייתית: הראשון, זה של ויניקוט, מבוסס על רעיון הרגרסיה אל אזור הפחד מהתמוטטות; השני, זה של הפסיכואנליזה ההתייחסותית - בדגש על תפיסותיהם של ברומברג, דייויס, ראסל ועוד - מבוסס על רעיון הגילום בפעולה [enactment]: המפגש של המטופל והמטפל עם החלקים הטרואומטיים שבנפש שלהם ועם אלו שבנפשו של האחר; והשלישי - שאליו מכוון פרק זה - הינו האופן שמתאר אוגדן, בהתבססו על מאמרו של ביון "הערות על זכרון ותשוקה", כמצב שבו המטופל והמטפל מאבדים את זהותם, את החוויה שלהם **כשלהם**, ו"נעשים לאחד" [אולי כמו תפיסתה של עפרה אשל (2014) בדבר ה-withness] עם חווייתו

---

1 פרק זה מבוסס על הרצאה שניתנה במסגרת יום עיון של האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה, בינואר 2018.

המפחידה ביותר, החזרתית, של המטופל. על מנת להמחיש אופן התמודדות זה עם מנגנון החזרה הכפיייתית, הפרק מציג דוגמה קלינית מטלטלת, הלקוחה מדיונו של אוגדן ברעיון, ומנסה להראות כיצד אופן החוויה של "היעשות לאחד" יכול לחלץ את המטופלת מאימה חזרתית, רודפת וכפיייתית, שמאיימת לחסל את חייה.

• • •

באחד הטיולים המשפחתיים שלנו נכנסנו לחנות המזכרות ונתקלנו בשלט קטן, מאלה שנוהגים לתלות על המקרר ושעורר בכולנו תחושות מעורבות של צחוק, אהבה וכן, אי אפשר היה להימנע מכך, גם מעט פחד ואי־נוחות. השלט נשא את הכתובת הבאה:

*Mirror, mirror on the wall, I am like my mother after all*

אם השלט הזה מעורר בנו, לצד הפחד ואי־הנוחות, גם צחוק ואהבה, משמעות הדבר היא שהיחסים שלנו עם הורינו לא היו טראומטיים, או לא היו טראומטיים במהותם. אם היו היחסים טראומטיים במהותם, היה השלט מעורר בנו בעיקר ייאוש ואימה. אחד המקומות הקשים ביותר, המייאשים ביותר, ממוטטי־התקווה ביותר שעימם אנחנו מתמודדים בחיינו, או בקליניקות שלנו, הוא המקום שצד את עינו של פרויד - אני חושב ש"צד את עינו" הוא ביטוי נכון פה - כאשר החל לעסוק בכפיית החזרה כאחד המנגנונים הפתולוגיים, העקשניים, ההרסניים וגם המרכזיים ביותר בחיי הנפש. זהו המקום שבו המרחב והזמן מתמוטטים, והעבר, בעיקר העבר הטראומטי, הופך להווה, להווה נצחי, להווה שמשחזר את עצמו שוב ושוב. 'החלקים הטראומטיים' שלנו, הדפוסים שנוצרו בנו מתוך מקומות שלא יכולנו לשאת אותם, חוזרים על עצמם שוב ושוב או, אולי נכון יותר לומר מחזירים אותנו, באופן 'אל־בית' כזה, שוב ושוב אליהם. זוהי התחושה המצמררת והמצמיתה אותה היטיבה אמילי דיקנסון (Dickinson, 1863) לתאר בשורות:

Ourselves, behind ourselves concealed,  
Should startle most.

בעקבות ברומברג (Bromberg, 2006), אני משתמש בביטוי 'חלקים טראומטיים' על מנת לציין את החלקים הנוצרים בנפש האדם בעקבות חוויה המפירה באופן קיצוני את תחושת ההמשכיות שלו. זוהי הפרה תוך־אישית מאוד ובה בעת היא ממוקדת ביכולת, הבין־אישית במהותה, ליצור משמעות למה שקורה לי. הטראומה מתרחשת במצבים בהם - באופן גלוי או סמוי, בעקבות אירוע קיצוני או מערכת יחסים מתמשכת - האדם לא יכול למנוע את הכחדת העצמי שלו אל מול החוויה המתעוררת. לכן, התגובה של הנפש לחוויה הטראומטית היא פעולת הדיסוציאציה, ניתוק של החוויה או של האירוע או של הדפוס מ'האדם עצמו', אם ניתן לנסח זאת כך. הדיסוציאציה היא "המוצא כאשר אין מוצא" (the escape when there is no escape), בלשונו של פרנק פאטנם (Putnam, 1992). ברומברג מוסיף ואומר שהדיסוציאציה פועלת את פעולתה כאשר התקווה נגמרת: התקווה להגנה, להקלה, לעיכול, ליצירת משמעות, להישרדות באופן כלשהו אל מול האירוע הטראומטי. במובן זה, הדיסוציאציה היא היפוכה של התקווה.

העניין נעשה מסובך עוד יותר כאשר אנחנו מבינים שלא ניתן באמת לנתק מעצמנו את החוויות הטראומטיות הללו ואת המצבים הנפשיים המתעוררים בעקבותיהם. כלומר, מחד גיסא, אכן ניתקנו אותם, אבל מאידך גיסא, הם פועלים באופן אכזרי כזה, המשיב אותנו פעם אחר פעם לאותה חוויה או למקום נפשי טראומטי. אנחנו לא יכולים לעכל אותם בשום אופן, אבל אנחנו גם לא יכולים לברוח מהם. זהו רוע שאיננו רואים, שאיננו יכולים לאתר או למקם, אך הוא רודף אותנו כל הזמן. אין לנו תקווה שנצליח לחיות איתו ואין לנו תקווה שנצליח לחיות בלעדיו. כלומר, לא רק שהדיסוציאציה, כמנגנון או כמבנה נפשי, נוצרה או פעלה את פעולתה הבסיסית, המקורית, הראשונית, כאשר ובגלל שהתקווה נגמרה, אלא שמצב החיים שנוצר לאורה, האופן שבו מתעצבים החיים הנפשיים בהשפעתה, ממשיך לענות אותנו בחוסר התקווה האינהרנטי - הזוועתי בלוגיות שבו ולוגי בזוועתיות שלו - הנעוץ בבסיסו.

הטיפול הפסיכואנליטי, לסוגיו השונים, מבוסס במהותו על רעיון הדיבור המרפא. אנחנו מעודדים את המטופלים שלנו לספר לנו על

הדבר שהכי קשה להם, שמפחיד אותם ושמעורר בהם אימה. מדוע אנחנו עושים זאת? מפני שאנחנו מאמינים, ולא חשוב מהי התיאוריה הספציפית שאנחנו אוחזים בה, שהמעשה הזה, שבו אדם אחד מספר לאדם אחר את החלקים האיומים שבנפש שלו, הוא מעשה מקל. זוהי אינטואיציה אנושית בסיסית, לומר לאדם האהוב עלינו, בעת מצוקתו וסבלו - 'ספר לנו, שתף, אני חבר, כתף לשעת צרה'. אבל אנחנו גם יודעים, מניסיוננו כמטפלים וכמטופלים, שלפעמים זה פשוט לא נכון. המטופלים שלנו מספרים לנו; אנחנו, כמטופלים, מספרים למטפלים שלנו - וזה לא מקל. לא רק שזה לא מקל, אלא שלפעמים זה אפילו מרגיש יותר גרוע. ברומברג (Bromberg, 2006) מיטיב לתאר בעיה זו בדיאלוג שהוא יוצר עם קטע מתוך הרומן פסטורלה אמריקאית של פיליפ רות'. רות' כותב:

You go to someone, and you think, I'll tell him this. But why? The impulse is that the telling is going to relieve you. And that's why you feel awful - if it's truly tragic and awful, it's not better, its worse.

וברומברג עונה:

All too often, Roth is correct and we all know it. "If it's truly tragic and awful, it's not better, its worse" [...] if it's truly tragic and awful, the telling is not relieving because what is truly tragic and awful almost always is traumatic. It has a component that has been too overwhelming to be processed [...] the telling is not relieving because the telling creates re-living of the unprocessed [traumatic experiences].

(p. 182)

כך, הדיבור על "מה שבאמת טרגי ונורא" לא רק שאינו עוזר, אלא מרגיש כמו חזרה, חזרה כפייתית כמעט, על אותה חוויה נוראית עצמה.

ב-1914, במאמרו על "היזכרות, חזרה ועיבוד", מבין פרויד (1914), (2002) שהעבר של המטופל אינו מסופר בטיפול, אלא נחיייה בטיפול. זו הבנה מטלטלת ופורצת דרך, המשנה עבורו באופן רדיקלי את הטכניקה הטיפולית: המטופל, מבין פרויד, אינו מספר סיפור, אלא פועל פעולה. פרויד כותב:

המטופל אינו נזכר בדבר מה ממה שנשכח והודחק, אלא פועל את הדברים. הוא משחזר אותם לא כזיכרון אלא כמעשה, וחוזר עליהם, כמובן בלי לדעת שהוא חוזר עליהם [...] כל זמן שישאר בטיפול לא ישתחרר מהכפייה הזאת לחזור; ולבסוף נבין שזו דרכו להיזכר.

(עמ' 116)

ככל שהבנה זו פורצת דרך ובעלת תרומה עצומה לתיאוריה ולפרקטיקה הפסיכודינמית, לטענתו של רות' - ולטעמי יסכימו איתו גם ויניקוט, אוגדן, פסיכואנליטיקאים התייחסותיים כמו מיטשל, ארון, דייויס והוגים רבים נוספים - החלק האחרון של הדברים, המצהיר כי 'לבסוף נבין שזו דרכו להיזכר', הוא נאיבי באופן חמור. חלק זה של המשפט מכיל איזו קפיצה לוגית או, לכל הפחות, פסיכולוגית: כיצד דבר שיודע רק לפעול, דבר שאי אפשר לחוות אותו, שבלתי-אפשרי ליצור אותו כחוויה סימבולית המהווה חלק מהמכלול הנפשי של האדם, שלא ניתן לעכל אותו, הופך מפעולה רודפנית לזיכרון רפלקטיבי ומשחרר? אכן, נאיביות חמורה זו של פרויד בולטת עוד יותר בהמשך המאמר, כאשר הוא מתאר כיצד תהליך הריפוי מתרחש באמצעות החזרה הכפייתית המופיעה בהעברה:

הכלי העיקרי שבו ניתן לרסן את החזרה הכפייתית של המטופל ולהסב אותה למניע להיזכרות טמון בשימוש שאנחנו עושים בהעברה. אנו הופכים את החזרה הכפייתית לבלתי-מזיקה,

ואפילו למועילה, על ידי הענקת זכות קיום בתחום מוגדר. אנו פותחים בפניה את ההעברה כמגרש משחקים שבו ניתן לה היתר להתפרס בחופשיות כמעט מלאה ומאפשרים לה להציג בפנינו את כל הדחפים הפתוגניים המסתתרים בחיי הנפש של המטופל. די שהמטופל ילך לקראתנו מתוך כיבוד תנאי הקיום של הטיפול, כדי שיעלה בידינו דרך קבע להעניק משמעות העברתית חדשה לכל הסימפטומים של מחלתו; ולהחליף את הנירוזה הרגילה שלו בנירוזות ההעברה שיוכל להירפא ממנה באמצעות העבודה הטיפולית.

(שם. עמ' 119)

פרויד נשמע פה, בעיניי, גאוני ומרתק ובו זמנית מנותק: שהרי מעצם הגדרתם של אותם חלקים כדיסוציאטיביים ובלתי-נסבלים נובע כי שחזורם בהעברה, העלאתם בקשר עם המטפל, הסיפור שלהם, המגע איתם, לא יביאו לריפוי או יהפכו אותם לניתנים לעיבוד. החזרה הכפייתית, כאשר היא מתקיפה את המטופל ואת המטפל ואת הקשר הטיפולי, אינה נעשית לשום דבר אחר מלבד מה שהיא - אימה החוזרת על עצמה שוב ושוב ומתקיפה את כל מי שנמצא לידה. איך, אם כן, ניתן לגעת במה שהוגדר, קוגניטיבית ואפקטיבית, כדבר שלא ניתן לגעת בו? כדבר שכל ניסיון לגעת בו רק מגביר את האימה, הבדידות והבושה של המטופל, ובדרך כלל, במגוון רב של דרכים, גם את אלה של המטפל?

בפרק זה אנסה להשתמש בעבודתו של אוגדן ([2016א], 2020) הדנה במאמרו של ביון (Bion, 1967), "הערות על זיכרון ותשוקה", ובעיקר בדוגמה קלינית מטלטלת שמציג אוגדן, על מנת להציע סוג מסוים של תשובה לשאלה זו. קודם לכן, אבקש להציג שתי תשובות מוקדמות יותר אותן הציעה הפסיכואנליזה לשאלה זו, תשובות שהן סוג של תשתית לזו שאנסה לתאר דרך החשיבה והדוגמה של אוגדן. הראשונה היא התשובה הוויניקוטיאנית והשנייה היא התשובה ההתייחסותית. כל אחת מתשובות אלה היא ללא ספק נושא לדיון מקיף בפני עצמו ולכן אנסה לתאר פה רק את תמציתן.

במאמרו המכונן העוסק ב"פחד מהתמוטטות", מיטיב ויניקוט (1963], 2009) להגדיר את הפרדוקס הכפול של כפיית החזרה, של הניסיון לגעת בחלקים הדיסוציאטיביים של האדם ולהשיב אותם לחיים: הוא מתאר רגע שבו העצמי מרגיש לא מוחזק באופן קיצוני, עד כדי סכנת הכחדה, ולכן קופא, מקפיא את אותה אימת התמוטטות ואיתה את עצמיותו כולה. זוהי, כלשונו, "הקפאת מצב הכשל" (1954א], 2009, עמ' 124). האדם קפא ברגע מסוים בזמן ומאז הוא רדוף על ידי אותה חוויה. לתפיסתו של ויניקוט, החזקה מותאמת ורציפה של התינוק על ידי אימו היא הבסיס ליצירת אותו אופן של חוויה שלו הוא קורא 'עצמי אמיתי', אותו סוג של 'עצמי' אשר חווה את רצף המשכיותם של החיים, את המשחק, את תנועת הנפש הספונטנית. כאשר יש כשל חמור מדי בהחזקה, תנועת נפש ספונטנית זו נעצרת וקופאת. אם נרצה לסמן את אזור החוויה הזה, נוכל, בהשראת דבריו של ויניקוט (1971], 1995) במאמרו "מיקומה של החוויה התרבותית", לכנות אותו 'אזור ה-Z':

אם יחלפו  $X + Y + Z$  דקות, התינוק יעבור טראומה. שובה של האם אחרי  $X + Y + Z$  דקות, לא יתקן את מצבו של התינוק, שהשתנה. טראומה משמעותה שהתינוק חווה שבר בהמשכיותם של החיים, והגנות פרימיטיביות מתארגנות כדי להגן מפני הישנותה של 'חרדה שאין להעלותה על הדעת'.  
(עמ' 115-116)

זוהי אותה ההתמוטטות ש"כבר התרחשה, התרחשה אך לא נחוותה", כניסוחה של קולקר (2009). זהו ניסוח שעשוי להישמע פרדוקסלי, אולי אפילו מבלבל, אלא אם נחשוב ונחווה מתוך מהותם של אותם חלקים נפשיים דיסוציאטיביים שפועלים על נפשנו כמו רוחות רפאים רודפניות<sup>2</sup> פעם, לרגע, קרה משהו. התינוק חווה משהו בלתי-נסבל. אין לו מושג מה זה, אבל זו חוויה המאיימת, ממש, בפועל, להכחיד

2 לעניין הפרדוקסליות הלוגית של חלקים אלה, ראה פרק 8: "ים יבשה (וחוזר חלילה): דיאלקטיקה של שפות".

את העצמי. זו חוויה כל כך נוראה עד שכל מה שניתן לעשות הוא לסלק אותה מהנפש. מפה והלאה, האדם, כפי שויניקוט מתאר זאת, חי בדחף כפול: באימה נוראית משובה של חוויה זו, של התמוטטות נפשית זו, ובצורך עז, בלתי־מתפשר, לחיות־מחדש את ההתמוטטות, את הזוועה, להשיב אותה לעצמו, כאותה כותרת של ספרו של אוגדן -

*Reclaiming Unlived Life*

מבחינת ויניקוט, הדרך להשיב את החלקים הללו אל הנפש עוברת דרך המעשה הקליני של הרגרסיה. החלקים הללו נותקו מהנפש בגלל חוסר ההחזקה של האחר, האם, והם יחזרו אל הנפש, לפי ויניקוט, בזכות האמון של המטופל, שהולך ונוצר, ביכולת של האחר להחזיק אותו כאשר יחזור לאזורים הללו בנפשו ויפגוש אותם מחדש. כך, למשל, המטופל המתואר ב"נסיגה ורגרסיה" (1954, ב], 2009), עובר תהליך של הפשרת האזורים הללו אל תוך מטפלו, ויניקוט. ממצב של נסיגה לתוך עצמו, כפי שמתאר ויניקוט, הוא "מרמז לקיומו של תוך" (עמ' 139), לקיומו של אחר שמחזיק אותו בשעה שהוא מרגיש שהוא מאבד את עצמו ונעשה מאוד מבולבל. ויניקוט מתייחס לסוג זה של מפגש כמפגש שבו המטופל והמטפל "חיים חוויה יחד" (1945, [2009, עמ' 56; ההדגשה במקור) ומתוך חוויה זו הנחיית יחדיו הם "מגיעים לתחתית השוקת" (1963, [2009, עמ' 296). במצב זה של 'לחיות חוויה יחד', המטופל מרגיש שהוא מוחזק "על כל חלקיו וחלקי־חלקיו" (1945, [2009, עמ' 53), גם בשעה שהוא חווה את אימת הנפילה, ההתמוטטות. ההתמוטטות בהווה לא תחווה כמו ההתמוטטות בעבר, העבר לא ישוב ויחטוף את ההווה, מכיוון שנפשו של המטופל מוחזקת כעת בתוך נפשו, ולעיתים אף גופו, של המטפל. התקווה להפשיר את מצב הכשל, התקווה להפוך את החלקים הדיסוציאטיביים לניתנים לעיכול, התקווה לשבור את כוחה הרודפני, הבלתי־מרפה והאכזרי של כפיית החזרה נמצאת בחוויית הרגרסיה אל תוך החזקתו של המטפל. מכאן והלאה, תוכל התנועה הנפשית לחזור לחייו של המטופל, והחיים יחוו אחרת. זהו מודל טיפולי תובעני, עוצמתי, מטלטל ומשכנע מאוד, בעיניי, הן בהיגיון התיאורטי שלו הן במקרים הקליניים הממחישים אותו.



התשובה השנייה, שאבקש להציג בקצרה לפני שאפנה לרעיון של אוגדן וביון, היא זו ההתייחסותית. גם אותה אציג פה בקצרה, בהתבסס בעיקר על החשיבה של ברומברג (Bromberg, 2006), בנג'מין [1990], (2013), בוצ'י (Bucci, 2011) ודייבס (Davies, 2004). נקודת המוצא של תיאורטיקנים אלה דומה לזו של ויניקוט, הרואה את החלקים הדיסוציאטיביים כחלקים שקפאו בנפשו של המטופל. מאחר שהם הודרו מן הנפש, הם אינם עומדים בקשר יוצר הדדית עם 'שאר הנפש' של האדם או, בשפה של ברומברג (Bromberg, 2006, p. 2), עם מכלול מצבי העצמי שלו. כלומר, מבחינת התהליך הבסיסי של הנפש - תהליך שניתן לקרוא לו בשפה של ויניקוט **תנועה נפשית**<sup>3</sup> ובשפה של ביון **יצירת משמעות**<sup>4</sup> - הרי שאותם חלקים דיסוציאטיביים הודרו מיכולת התנועה או יצירת המשמעות שלהם. אלו הם חלקים קפואים, חסרי תנועה, הנחטפים במשמעות אחת בלבד שאינה יכולה להשתנות. לכן, האפשרות לחוות את החוויה אחרת אינה קיימת עבורם. לחוות את החוויה אחרת פירושו לתת לה משמעות שונה, **ליצור משמעות במקום לחזור על משמעות**. תנאי הכרחי לכך שהדיבור על מה שהוא "באמת טרגי ונורא" יהיה relieving ולא re-living, במונחי הדיאלוג המדומה בין ברומברג לרות' שתואר לעיל, הוא שהנפש תגיע לאזורים אלה כשהיא בתנועה ולא כשהיא קפואה.

תנועה תחזיר אותם לחיים, תאפשר לאדם לחוש אותם, לחוות אותם. אך תנועה זו היא בדיוק הדבר שנשלל מחלקים אלה בנפש והדבר שהם מלאים אימה ממנו. הנפש שפועלת על פי חוקי הדיסוציאציה, על פי ההיגיון הפנימי של הפחד מהתמוטטות,

3 כל המונחים של ויניקוט המציינים את הבריאות הנפשית - משחק (playing); יצירתיות; ספונטניות; אזור המעבר שבו האדם חי בפרדוקס שבו הפנטזיה יוצרת את המציאות והמציאות יוצרת את הפנטזיה; ניעות (motility) - כל אלה ועוד מבוססים על חוויה של נפש הנמצאת בתנועה.

4 המודל הנפשי של ביון רואה את היכולת ליצור משמעות - פעולתה של פונקציית אלפא; רעיון המוכל-מכל; הדינמיקה של הזדהות השלכתית; טרנספורמציות ב-K וב-O - כשקולה לבריאות נפשית, ואת ההתקפה על יצירת המשמעות - התקפות על חיבורים - כפתולוגיה.

מייחלת לתנועה אך, בו זמנית ואולי בעיקר, מבועתת ממנה. הטענה של התיאורטיקנים האינטרסובייקטיביים מכוונת בדיוק למקום זה, ואל הניסיון, אל ההכרח, לנסות לייצר תנועה נפשית באזור שהוא מלא אימה מתנועה נפשית. עיקר העיקרים של תפיסה זו מציג את המחשבה שהתנועה באזור זה אינה יכולה להתחדש מתוך המטופל, אלא רק מתוך הזוג הטיפולי. כלומר, הזוג הטיפולי צריך לנסות ליצור תנועה משותפת באזורי האימה של המטופל. ניתן לטעון, כמעט באופן לוגי, כי אם הזוג הטיפולי אמור להתחיל לייצר תנועה נפשית באזור שבו המטופל מלא אימה ואינו יכול לנוע, הרי שתנועה זו צריכה להתחיל בנפש המטפל. כאן בדיוק מופיע המהלך החשוב ביותר בתפיסה זו: על מנת שתנועה זו של המטפל אכן תוביל לתנועה משותפת, אכן תהיה מחוברת לנפש המטופל ולחוויה שבה הוא נתון באזור נפשי זה, על מנת שלא תישאר מנותקת מהמטופל ותשאיר אותו (שוב) לבדו, הרי שעליה להיות תנועה בתוך מצב של אימה. המטפל עצמו, אם כך, יצטרך להצטרף לאימה ולנוע בתוכה. והנה, על מנת שאימה זו תהיה אכן אימה, עבור המטפל, היא אינה יכולה להיות רק אימתו של המטופל, אלא גם, ואולי בעיקר, אימתו של המטפל, אימתו האישית.

זו, אם כך, הטענה העיקרית: על מנת שהמטופל יוכל לחוות את המפגש שלו עם האזורים הדיסוציאטיביים, הטראומטיים, הקשים מנשוא בנפשו כמפגש שיש בו משהו מן החדש ולא כמפגש חזרת גרידא, עליו לעשות זאת מתוך מצב נפשי של תנועה ולא של קפיאה. על מנת שזה יקרה, המטפל צריך לייצר תנועה בנפשו שלו, אך תנועה זו, על מנת שתהיה מחוברת למצבו הנפשי של המטופל, צריכה לדבר את שפתו, שפת האימה והזוועה, ולשם כך עליה להפגיש את המטפל עם חוויות האימה שלו עצמו. זהו מצב המוכר בספרות ההתייחסותית כמימוש בפעולה (enactment). שני הצדדים פוגשים אזורים בלתי-נסבלים בתוכם, מנסים להימנע מהם, ובסופו של דבר מנסים לעכל אותם יחד וליצור מתוכם תנועה חדשה, אפשרות חדשה, חוויה חדשה. מכאן נובעת הטענה ההתייחסותית החזקה, הכמעט מפחידה לפיה, כלשונו של ברומברג: "אדם אינו יכול להיחלץ מתוך הדיסוציאציה שלו ללא נוכחות של אדם אחר המכיר בדיסוציאציה

שלו עצמו" (Bromberg, 2006, p. 22).<sup>5</sup> התנועה באזורי האימה של המטופל תוכל להיווצר רק כאשר תיווצר תנועה באזורי האימה של המטופל ובמשותף איתה.

יש לשים לב שלא מדובר כאן, בשום אופן, בסוג של "מודלינג", שבו "זה (המטפל) מראה לזה (המטופל)", אלא על סוג של התמסרות (גנט [1990], 2013) משותפת. אם עלינו לנוע פה, כמו אומרים המטופל והמטפל זה לזה, הרי שעלינו להכיר בכך שזה יהיה מפחיד מאוד, שכן אנחנו עשויים להיפגש עם חלקים שלנו, כל אחד של עצמו וזה של זה, שיהיו כואבים וקשים מאוד, כמעט קשים מנשוא. כעת, כאשר אנחנו לומדים ליצור יחד את אזורי האימה שלנו, לא רק שהמטופל לא נע שם לבדו, אלא, וזה חשוב הרבה יותר, הוא אינו חוזר לחלק הדיסוציאטיבי כפי שהוא, אלא לגרסה חדשה שלו, גרסה משותפת, גרסה שנוצרה עם המטפל ועם אימתו של המטפל. החזרה המתרחשת במצב כזה אינה חזרה 'כפייתית', אלא חזרה 'מחודשת';<sup>6</sup> חזרה לאותו מקום שהוא גם בו זמנית לא אותו מקום, לאותה חוויה שהיא גם לא אותה חוויה, שכן היא נוצרה מחדש, מתוך מפגש יוצר הדדית, מלא אימה אך לא קפוא, כואב ומייסר אך מייצר משמעות ולא משחזר משמעות, עם נפשו של המטפל. לא חזרנו לעבר כפי שהיה, אלא לגרסה משותפת של העבר, "לרגע הנוכחי של העבר", "The present moment of the past", כפי שמצטט אוגדן מט"ס אליוט (1994, עמ' 61), או, בלשונו של ברומברג, "Authentically remembered past" (Bromberg, 2009, p. 350). התקווה נמצאת כאן, כמו בתיבת פנדורה המיתולוגית, בתחתיתה של צלילה עמוקה ומשותפת לתוך אזורי האימה, הכאב והזוועה של כל אחד מהמשתתפים במפגש. כאשר ניתן יהיה לחוות וליצור אזורים אלה יחד, תוכלנה משמעויות חדשות להיווצר, תנועה תוכל להופיע ואיתן תפציע התקווה שדברים יוכלו, בסופו של דבר, להיות גם אחרת.

<sup>5</sup> "A person cannot transcend his dissociation without the presence of another who recognizes his own". (ibid)

<sup>6</sup> 'בדומה לרעיון של ריס (2019) בדבר חזרה יצירתית - creative repetition.

גם ה'תשובה' הוויניקוטיאנית וגם ה'תשובה' ההתייחסותית לשאלת האפשרות להגיע לאותם אזורים נפשיים מודרים ומלאי אימה מציגות, בעיניי, מודלים חשובים ביותר, מבחינה תיאורטית וקלינית. עם זאת, המודל שאני מבקש להציג באמצעות ההתבוננות במאמרו של אוגדן העוסק ב"הערות על זיכרון ותשוקה" של ביון, חורג, כמדומני, מעבר לשני מודלים אלה, הן בעוצמת המפגש שבין המטופל למטפל הן בעוצמת המפגש של שניהם עם אזורי החוויה הדיסוציאטיביים, הכופים את חזרתם על המטופל. הוא חורג מעבר לרעיון הוויניקוטיאני הרואה את המטופל כמי שמחזיק ב'פסיכו־סומה' שלו את המטופל באזורי ההתמוטטות הראשוניים; והוא חורג מעבר לרעיון ההתייחסותי של יצירת תנועה באזורים של אימה משותפת, הבנויים ממפגש של אזורי הדיסוציאציה של המטופל והמטפל. המודל שאציג כעת מציע את המחשבה לפיה, כדי להיחלץ מכפיית החזרה, יש קודם להיעשות ל'דבר עצמו': להיעשות לאחד עם החלק הדיסוציאטיבי, עם אזור האימה, עם החלק הנורא המשחזר את עצמו. רק מתוך "היעשות-לאחד" (Being-at-one-with; אוגדן [2016], 2020, עמ' 104), יכולים ניצני הריפוי והשינוי להתחיל ולפרוח, יכולה להופיע מחדש התקווה, אך במשמעות אחרת לגמרי מזו שאנו נוהגים לייחס לה.

לפני כמה שנים, שמעתי ריאיון עם הסופר ארי דה לוקה. המראיין אמר מילה ודה לוקה התבקש לומר במילה את האסוציאציה הראשונה שעלתה במוחו. ברגע מסוים בריאיון, המראיין אמר "תקווה". להפתעתי, כמעט לאכזבתי, דה לוקה עיווה את פניו. "גירוד", הוא אמר, מחווה תנועה של מי שמנסה להסיר משהו שנדבק על עורו. ואז הוסיף: "התקווה מגרדת. משאירה אותך מחכה כל הזמן למשהו אחר". ברגע הראשון, התגובה הזו הלמה בי. אך במחשבה שנייה, בתהייה מדוע תקווה מגרדת, עלה בדעתי שהיא מגרדת מכיוון שאנחנו חודרים ברצון שהדבר שמטריד אותנו, שמייאש אותנו, שחוזר על עצמו שוב ושוב - יפסיק. אנחנו זוכרים כמה זה נורא ואנחנו מקווים כל הזמן שזה יפסיק. דה לוקה, ברגישותו הרבה ובחדות הבחנה אנושית שכמעט אין שנייה לה, מבין שיש משהו בהיצמדות לתקווה שמונע מהשינוי להיווצר. התקווה "מגרדת", אומר למעשה דה לוקה, בגלל הזיכרון הרודפני, ובגלל התשוקה לשינוי, שיכולה להיעשות רודפנית לא פחות. התקווה,

אם כך, 'מגדרת' עבור דה לוקה שכן היא מציבה אותנו בעמדה של צורך לעצב את העתיד, במקום לחיות את ההווה. אכן, דה לוקה הוא לא סופר של עבר ולא סופר של עתיד. הוא סופר של הווה.

תפיסתו של אוגדן דומה. זיכרון ותשוקה עבור ביון, טוען אוגדן, הם, בהתאמה, הניסיון לעצב את העבר כפי שהייתי רוצה והניסיון להתייחס לעתיד כאילו אני יכול לחזות אותו או לשלוט בו. עבור המטפל, הניסיון להימנע מללכת שבי אחרי הזיכרון או התשוקה משמעו להיות נוכח בפגישה האנליטית ללא היצמדות לעבר וללא היצמדות לעתיד, אלא מתוך היעשות להווה של המטופל. אוגדן כותב: "חשיבה אנליטית עוסקת אך ורק בהווה, במה שמתרחש, לא במה שכבר התרחש, או במה שעומד להתרחש" (שם, עמ' 101; ההדגשות במקור).<sup>7</sup> כפיית החזרה, כפי שראינו, מבוססת על ה'ניסיון' של העבר להפוך להווה ועל הציפיה, המודעת ובעיקר הלא מודעת, שהעבר יכבוש את העתיד, ישתלט עליו וישעבד אותו לעצמו. במונח זה, אם יצליחו המטופל והמטפל 'להיפטר', ולו לרגע, מהעבר ומהעתיד, ממה שקרה וממה שעתידי לקרות, ולהיעשות, יחד, להווה, הרי שהדבר יעקר את כפיית החזרה מהבסיס הטמפורלי שלה, מאחד השורשים הבסיסיים של מהותה, ויהיה בעל פוטנציאל לייצר שינוי משמעותי בעולמו הפנימי של המטופל. עמנואל גנט, במאמרו המכונן על השתעבדות והתמסרות, מחפש מקום נפשי או חווייה דומה בכותבו כי התמסרות היא "חוויה של היות 'בתוך הרגע', לחלוטין בהווה, במקום שבו העבר והעתיד, שני הזמנים המצריכים 'דעת' במונח של תהליכים שניוניים, נמוגו מן המודעות" ([1990], 2013, עמ' 267).

הדוגמה הקלינית שדרכה מנסה אוגדן ([2016], 2020) להמחיש את הרעיון של היות לאחד עם ההווה של המטופל היא, בעיניי, דוגמה מטלטלת. נדיר לקרוא את אוגדן, בפרט, ומטפל כלשהו, בכלל, מדבר כך בטיפול, פועל כך בטיפול. דומה כי אוגדן מגיע לאופן חוויה או פעולה כזה כאשר כלו כל הקיצין, כאשר כל דרך אחרת להגיע לחווייתה האיומה של המטופלת כשלה. התחושה, בקריאת הדוגמה, היא של מפגש נפשי בין אוגדן למטופלת ובין אוגדן לבין

7 התרגום המובא כאן שונה מהתרגום הקיים.

עצמו במקום שבו נגמרו המחשבות והאפשרויות. ויניקוט, כאמור, מדבר על "תחתית השוקת" ([1963], 2009, עמ' 296) וברומברג, במאמרו "Hope when there is no hope" (Bromberg, 2001), טוען שפעולות מסוג זה מתרחשות כאשר אנחנו המטפלים "מגרדים את תחתית חבית האפשרויות שלנו" (עמ' 523), ולא נותר לנו דבר מלבד, כלשונו, "to get real". הביטוי הזה, to get real, הוא ביטוי מעניין. הוא יכול להיות מובן כ'להיות אמיתיים', אבל אפשר לתרגמו גם אחרת, יותר 'פשוטו כמשמעו'. לא 'להיות אמיתיים' אלא 'להיעשות לאמת', כלומר, להיעשות לאמת הנפשית של המטופל, של החוויה שלו, ושל המקום שאליו הגענו יחד, של הדבר שאנחנו הווים יחד-כרגע, ללא זיכרון עבר וללא תשוקת עתיד.

המקום הנפשי שאוגדן מגיע אליו במפגש זה עם המטופלת אינו מקום של 'להבין חוויה בלתי-נסבלת' (המודל הפרוידיאני הקלאסי), אינו מקום של 'להחזיק חוויה בלתי-נסבלת' (המודל הוויניקוטיאני), ואף אינו מקום של 'לפגוש באופן משותף חוויה, או חוויות, בלתי-נסבלות' (המודל ההתייחסותי), אלא מקום של 'להיעשות לחוויה הבלתי-נסבלת'. 'להיעשות לחוויה' זה ביטוי, רעיון, חזק מאוד, ואף שהוא אניגמטי מעט, אוגדן עוזר לנו להבין אותו דרך חוויית החלום. הוא כותב: "בחלימה, אנחנו מתאחדים עם מציאות החלום; אנו החלום. בחלימה, אנו אמיתיים ביותר לעצמנו; אנחנו הכי עצמנו" ([2016], 2020, עמ' 104, ההדגשות במקור). המעשה שמנסה לעשות אוגדן עם המטופלת, גב' ס', הוא בדיוק מעשה זה: להפוך לאחד עם החוויה הבלתי-נסבלת, הדיסוציאטיבית שלה, שלהם, ובכך לשנות אותה, להיעשות-איתה ביחד למשהו אחר.

חוויית הקריאה שלנו את הדוגמה הקלינית המתארת את המפגש של אוגדן עם גב' ס' אכן דומה לחוויה של להיזרק לתוך חלום. בבואנו לקרוא אותה, אנחנו לא יודעים דבר על המטופלת, או על ההיסטוריה המשותפת שלהם. אנחנו רק יודעים שהצגת המקרה נקראת: "מקום לתינוק" - A place for a baby. אוגדן פותח כך:

עבדתי כבר עם ס' כמה שנים באנליזה של חמש פגישות בשבוע, ואז התחלתי להרגיש - כשהיינו נפגשים בחדר ההמתנה -

שהיא נמצאת במקום הלא נכון, ועליי לומר לה בנימוס שהאדם שבאה לראות נמצא בבניין אחר ברחוב שלי. הרגשה זו הייתה מתמיהה במיוחד, משום שחיבבתי את ס' וכמעט תמיד ציפיתי לפגישותינו. כאשר המטופלת נשכבה על הספה באותו יום, היה לי דחף לומר, "אני אוהב אותך".

(עמ' 107)

הוא ממשיך:

לאחר שס' סיפרה לי חלום שבו איבדה דבר־מה אך לא ידעה מה איבדה, אמרתי לה, "האם לאהוב אותי הוא דבר נורא כל כך עד שעלייך להשאיר אהבה זו במקום אחר כשאת באה לראות אותי?" לא תכננתי לומר זאת למטופלת, אבל כשאמרתי את הדברים, הרגשתי שהם אמת.

בלי להשתהות, הגיבה ס', "מעולם לא אמרת לי קודם שאתה אוהב אותי".

אמרתי, "האם האהבה שלי תהיה במקום הלא נכון אילו הייתי אוהב אותך?"

המטופלת אמרה, "כן, אני חושבת שכן, אבל הייתי מרגישה ריקה אילו היה עליי להחזיר אותה".

עניתי, שוב בלי להשתהות, "כשדיברת, לא יכולתי לומר אם התכוונת לכך שתרגישי ריקה אם פשוט תחזירי לי את אהבתי כדבר לא רצוי, משהו שאין לך צורך בו, או אם התכוונת לכך שלהרגיש אהבה כלפיי יגרום לך להרגיש ריקה".

"אני מתכוונת לשניהם. אתה לא אמור לאהוב אותי. אני מטופלת. וגם אני מרגישה שאני אוהבת אותך, אבל אני מרגישה שהאהבה הזאת לא מופנית לאף אחד, משום שאתה כאן רק בצורתך, לא כאדם ממשי שהייתי יכולה לצאת איתו ואולי להינשא לו. זו לא רק הרגשה, זו עובדה שאי אפשר לשנות".

אמרתי, "כשאת מספרת לי על 'עובדות שאי אפשר לשנות', אני מרגיש כאילו את הורגת משהו או מישהו. את הורגת את האדם שאת אוהבת בכך שאת אומרת שאני לא קיים, ובכך שאת אומרת שאני אף אחד, כך שזה יהיה בזבוז של חיים לתת

לי את האהבה שאת מרגישה". השתהיתי ואז אמרתי, "אני חושב שמצד אחד היית רוצה לשמוע אותי אומר, 'את ואהבתך נמצאים במקום הנכון. זה בדיוק המקום עבורם'. מצד אחר, זה היה מפחיד מאוד אם הייתי אומר זאת".

ס' אמרה, "היה לי חלום מטריד מאוד אתמול בלילה. בחלום החזקתי בתינוק שלי ואמרתי, 'אני אוהבת אותך', אבל אז שאלתי את עצמי: 'זה באמת נכון?' הרגשתי שהאמת היא שלא, אני לא אוהבת אותו, ולכן הוא עומד למות".

אמרתי, "את מעוללת לעצמך דבר אכזרי, כשאת אומרת לעצמך ולי שהרגת את הילד שלך, ולכן אהבתך אליי לא יכולה להיות אמיתית. את אומרת שאישה שהרגה את התינוק שלה לא מסוגלת לאהוב, כך שהדבר היחיד שנותר לעשות באהבה הזאת הוא להיפטר ממנה, לשלוח אותה במורד הרחוב לאדם דמיוני". ס' אמרה, "אתה מדבר אליי היום באופן שגורם לי להרגיש שאני לא אדם דמיוני, שאני אדם אמיתי עם..."

אחרי זמן מה, השלמתי את המשפט שחשבתי שהמטופלת התחילה אך לא הייתה יכולה להשלים: "... אדם אמיתי עם אהבה אמיתית לאדם אמיתי אחר". הרגשתי שס' ואני היינו מעורבים בחוויה אינטימית מאוד, שלטבעה לא יכולתי לתת שם, אבל הייתי נרגש מאוד בעטייה.

(עמ' 107-108)

רק לאחר שאוגדן מסיים לתאר את ההתרחשות הקלינית הזו, הוא מספר לנו כי המטופלת עברה הפלה בחודש החמישי להריונה והחלה את הטיפול במצב של דיכאון חריף ביותר. היא לא ניסתה להרות שוב, שכן האמינה כי גופה אינו מסוגל לאהוב ילדים, ולכן לא נתן חיים לילד. בחווייתה האימה - הבלתי־נחווית, אך הלופתת אותה יום־יום ושעה שעה, כמו אותו 'רוע שלעולם אינו מגיע' - אהבתה לא הייתה אהבה, לא הצליחה לפגוש את הילד שלה. בעולמה הפנימי, הלא מודע, החוזר והרודפני, היא הייתה אישה שאהבתה לא יכולה הייתה למצוא את הילד שלה, והילד שלה מת כי אהבת אימו לא מצאה



אותו. האבל והאשמה היו נוראים. לא הייתה לה כל תקווה שתוכל לחזור ולהביא ילדים לעולם, להיות לאם, להיבנות על ידי אהבה. האם האהבה עליה הם מדברים היא אהבתה לתינוקה? אהבתה לאוגדן? אהבתו של אוגדן אליה? אהבתו של תינוקה אליה? מיהו הדובר? מיהו השומע? אוגדן מסביר זאת בצורה נהדרת: המוזיקה של המפגש הזה, הוא אומר, היא בו זמנית של שיר אהבה ושל אִלְגֵיָה. אלגיה היא פואמת אבל, קינה. המרכיב של הקינה במפגש, אומר אוגדן, נובע מכך שהיה בו שילוב חסר מובחנות בין מה שלכאורה הוא מספר מערכות יחסים נבדלות: היחסים בין המטופלת לבינו, בינה לבין תינוקה המת, בינו לבין תינוקה המת. אך כל מערכות היחסים הללו, אומר אוגדן, היו לאחת. זו הייתה אהבה אחת, זה היה אבל אחד. לא היו באותו רגע כל מובחנות, כל סמליות, כל הבדל בין עבר להווה ולעתיד, בינו לבין התינוק, בין האובייקטים הפנימיים שלו לאלה של המטופלת. אהבתם הייתה אחת ואבלם היה אחד.

אוגדן מוסיף ואומר כי הקורא בפרק יכול לטעון כלפיו כי לעומת חוויית הקריאה, שבה אנחנו 'נזרקים' לתוך המפגש בינו לבין המטופלת ללא ידיעה כלשהי על אסונה של גב' ס', על מצוקתה האיומה ועל היחסים שמתהווים ביניהם כל השנים הללו, הרי שהוא וגב' ס' ידעו כל הזמן כי למעשה, כאשר הם מדברים כפי שהם מדברים, הם מדברים על אהבתה לתינוקה ואהבת תינוקה אליה. הידיעה החשובה הזו נמנעת מן הקורא. אוגדן משיב כי טענה זו מניחה כי הוא וגב' ס' אכן ידעו שהם מדברים על העבר, על התינוק, ולא על ההווה, עליהם, וכי הדבר לחלוטין אינו משקף את חווייתו או חווייתם של שניהם יחד בפגישה האמורה. חווייתם שלהם, הוא אומר, דומה הרבה יותר לחווייתו של הקורא (כמו גם של קוראי ספר זה) כאשר החומר הוצג בפניו כפי שהוצג. אוגדן מוסיף וכותב כי הרגיש עצוב מאוד לנוכח רגשות העצב והאובדן התהומיים של גב' ס' וכי, כאשר דיבר איתה, דיבר פשוט כ"הוא עצמו" (שם. עמ' 109). הוא מוסיף כי הוא 'עצמו', באותו רגע, היה בו זמנית התינוק המת, התינוק המת שחי במטופלת, והתינוק המת שבתוכו. כל אלה לא היו

שם כדי שאוגדן 'ידבר בשמם', אלא הם הפכו להיות הוא והוא הפך להיות הם.

כאן מגיע, אולי, החלק החשוב ביותר, שכן המעשה הזה אינו מעשה שלו בלבד, אלא מעשה של שניהם יחד. כלומר, כאשר אוגדן נעשה-לאחד עם התינוק המת, עם אבלה של האם, עם אהבתה של האם, עם אבלו ואהבתו שלו, גם גב' ס' נעשית-לאחד עם כל אלה, ונעשית-לאחד איתו. הם נעשים-לאחד באותו הרגע, במקום שבו המטופלת מעולם לא הייתה יכולה להתקיים כאדם. הם נעשים-לאחד, ביחד. הם נעשים, שניהם יחד, לחלומה האיום של המטופלת, בלי שהם רוצים להיות שום דבר אחר מלבד הדבר הזה, החלום הזה, התינוק הזה, המת, החי, האהבה הזו, האובדן הזה, שהם נעשים-להיות; ובעשותם כן, ואולי רק בעשותם כן, הם הופכים לחלומה. אז, ואולי רק אז, הם גם משנים את חלומה.

הביטוי של ט"ס אליוט שהוזכר קודם, "הרגע הנוכחי של העבר", המשמש כמוטו לפרק המכונן של אוגדן: "השלישי האנליטי: עבודה עם עובדות קליניות אינטרסובייקטיביות" ([1994], 2011), לקוח מתוך מסתו המכוננת של אליוט, "מסורת והכשרון האישי" (Tradition and the individual talent; Eliot, 1919), בה הוא כותב:

And he is not likely to know what is it to be done, unless he lives in what is not merely the present, but the present moment of the past, unless he is conscious, not of what is dead, but of what is already living.

(p. 11)

רק כאשר נתנו לעצמם, לרגע, לא לזכור את העבר ולא לרצות את העתיד אלא להיעשות להווה, הווה שכולל בתוכו את כל הזמנים כולם, יכולים היו גב' ס' ואוגדן להפסיק את הבריחה האינסופית מרוע שלא ניתן לחוות אותו, שמגיע מהעבר ומאיים על העתיד. רק כאשר המטופלת/ת והמטפל/ת יכולים להיעשות לאותו רוע שלעולם אינו מגיע, לתת לו להיות הם במלואו, כפיית החזרה מאבדת את כוחה, והאדם יכול, כפי שמבקש ברומברג, לחרוג מה-re-living, מהאימה

החזרתית. אך אולי הוא לאו דווקא מגיע אל ה-relieving, אל ההקלה, שכן הקלה היא אולי מילה מטעה במקצת: הדברים לא נהיים 'בסדר', שום דבר לא הופך להיות 'בסדר', הם פשוט הופכים להיות מה שהם, וכשהם הופכים להיות מה שהם, מתמוטטת הדיסוציאציה, והדברים, כמילותיה האלמותיות של לאה גולדברג (1970), הופכים ל"פשוטים ופשוטים", לדברים "חיים", אשר "מותר בם לנגוע"<sup>8</sup>. אולי בכך טמונה התקווה. וזו לא תקווה שמגרדת, כפי שתיאר דה לוקה, זו לא תקווה שמחפשת תמיד את ה'מקום אחר', כפי שניסח זאת אחד ממטופליי לפני שנים, אלא תקווה 'פשוטה', תקווה שרוצה לחיות ולהיות יחד, פה, במקום הזה, יהא אשר יהא.

## רשימת מקורות

- אוגדן, ת"ה (2011). השלישי האנליטי: עבודה עם עובדות קליניות אינטרסובייקטיביות. בתוך על אייהיכולת לחלום. (עמ' 71-93). (תרגום: א' גבאי). תל אביב: עם עובד.
- אוגדן, ת"ה (2020). לחוש באינטואיציה את האמת על המתרחש: על "הערות על זיכרון ותשוקה" מאת ביון. בתוך להשיב חיים שלא נחיו. (עמ' 95-116). (תרגום: א' רילוב). תל אביב: עם עובד.
- אשל, ע' (2014). מחשבות על אינטרסובייקטיביות ומעבר לה. שיחות, כ"ח 3. בנג'מין, ג' (2013). הכרה והרס - מתווה של אינטרסובייקטיביות. בתוך ס"א מיטשל ול' ארון (עורכים). פסיכואנליזה התייחסותית: צמיחתה של מסורת. (עמ' 228-261). (תרגום: א' רילוב). תל אביב: תולעת ספרים.
- גולדברג, ל' (1970). הגיהנום המאשר ("האמנם"). בתוך כל שירי לאה גולדברג, כרך ב (עמ' 73-76). מרחביה: ספריית פועלים.
- גנט, ע' (2013). מזוכים, כניעה, התמסרות: מזוכים כסטייה של התמסרות. בתוך ס"א מיטשל ול' ארון (עורכים). פסיכואנליזה התייחסותית: צמיחתה של מסורת. (עמ' 267-292). (תרגום: א' רילוב). תל אביב: תולעת ספרים.
- ויניקוט, ד"ר (1995). מיקומה של החוויה התרבותית. בתוך משחק ומציאות. (עמ' 114-121). (תרגום: י' מילוא). תל אביב: עם עובד.
- ויניקוט, ד"ר (2009). עצמי אמיתי, עצמי כוזב. (תרגום: א' אראל). תל אביב: עם עובד.
- פריוד, ז' (2012). היזכרות, חזרה ועיבוד. בתוך הטיפול הפסיכואנליטי. (עמ' 114-119). (תרגום: ע' רולניק). תל אביב: עם עובד.
- קולקר, ש' (2009). מבוא ל"פחד מהתמוטטות". (עמ' 287-291). בתוך עצמי אמיתי, עצמי כוזב. תל אביב: עם עובד.

- Bion, W.R. (2013). Notes on memory and desire. In J. Aguayo and B. Malin (eds.), *Wilfred Bion: Los Angeles seminars and supervision*. London: Karnac.
- Bromberg, P.M. (2001). Hope when there is no hope: Discussion of Jill Scharff's case presentation. *Psychoanalytic Inquiry*, 21(4): 519-529.
- Bromberg, P.M. (2006). *Awakening the dreamer: Clinical journeys*. London: The Analytic Press.
- Bromberg, P.M. (2009). Truth, human relatedness, and the analytic Process: An interpersonal/relational perspective. *Int. Journal of Psychoanalysis*, 90(2):346-361.
- Bucci, W. (2011). The Interplay of subsymbolic and symbolic processes in psychoanalytic treatment: It takes two to tango—But who knows the steps, who's the leader? The choreography of the psychoanalytic interchange. *Psychoanalytic Dialogues*, 21(1): 45-54.
- Davies, J.M. (2004). Whose bad objects are we anyway? Repetition and our elusive love affair with evil. *Psychoanalytic Dialogues*, 14(6): 711-732.
- Dickinson, E. (1960). Poem 670. In T.H. Johnson (ed.), *The complete poems of Emily Dickinson*. Boston: Little Brown.
- Eliot, T.S. (1960). Tradition and the individual talent. In *Selected Essays* (pp. 3-11). New York: Brace and World.
- Putnam, F. (1988). The switch process in multiple personality disorder and other state-change disorders. *Dissociation*, 1:24-32.
- Reis, B. (2019). Creative repetition. *Int. Journal of Psychoanalysis*, 100: 1306-1320.