

פרק 14: התנגדות, שימוש באובייקט וזיקה אנושית

(1995)

עופר עמית וגל שקולניק

ברומברג מדבר על "התנגדות" כמרכיב בתהליך הדיאלקטי של הבניית משמעות המתרחש בטיפול (ולא כמחסום המונע מחומר מודחק לעלות למודעות). מדובר בתהליך אשר על פי ברומברג קשור בתהליכים דיסוציאטיביים הרבה יותר ממנגנון ההדחקה אשר באופן מסורתי קשור למושג ה"התנגדות". "התנגדות", בדומה לעמדה של שיפר, באה לידי ביטוי על פי ברומברג בתוך חוויה דיאדית בה מעורבים טרנספרנס וקאונטר טרנספרנס (שלא כמו המודל הפרוידיאני העוסק בהתנגדות כהיבט טרנספיריאלי בלבד).

המוטיבציה של ההתנגדות אינה מבטאת רק הימנעות מתובנה או חשש משינוי אלא גם תהליך דיאלקטי בין שינוי ושימור. לאדם יש צורך לשמר את המשכיות העצמי לצד תהליך הגדילה על מנת להפחית למינימום את הפוטנציאל הטראומטי הקיים בתהליך של שינוי. ההתנגדות מהווה מעין "מרקר" המייצג את מאמצי המטופל להגיע למשמעות חדשה מבלי לפגוע בהמשכיות של חווית העצמי. למעשה ההתנגדות מהווה ייצוג לחלקים שונים של המציאות הפנימית של המטופל שבאים לידי ביטוי דרך היחסים עם המטפל. ההתנגדות מהווה ביטוי לחלקים שונים של העצמי אשר קיים ביניהם מתח (ונמצאים בדיסוציאציה) ושאינם ניתנים בשלב זה להסתכלות רפלקטיבית במונחים של קונפליקט אינטרפסיכי.

דוגמא של מר מ': מר מ' מטופל העומד לפני תחילת אנליזה. הוא נפגש עם מר ברומברג לשלוש פגישות לפני המועד הרשמי של תחילת האנליזה. בפגישה הפרה אנליטית השלישית שהתקיימה ביום ו' (יורד גשם, האוויר מעט קריר בחוץ) מר ברומברג הרהר לעצמו: "זה הולך טוב אתו, נדמה לי שגם הוא מרגיש ככה", ואז מגיעה מחשבה אחרת "נו... מה אתה יודע!". ביום שני בשמונה בבוקר מר מ' הגיע לפגישה האנליטית הראשונה ובקוצר רוח סיפר חלום קצר אותו חלם שעתיים לפני כן עת השעון המעורר צלצל וקטע את החלום. חלום המבשר את העתיד לקרות. החלום: "אני נשען החוצה מהחלון בקומה העליונה של בניין גבוה העולה בלהבות. כבאי מטפס למעלה בסולם על מנת להציל אותי ואני זורק עליו סלעים" ואז השעון צלצל. ברומברג מתרגם את החלום בצורה זו: "אני נמצא כאן בטיפול כיון שאני בצרות, אבל הצרות הללו זה לא משהו שאני זקוק להצלה ממנו למרות שזה נראה כך. בכל זאת אני מצפה ממך לרפא אותי ואני מוכן להיאבק בך. אני לא חולה, אני הוא המחלה ואני לא אתן לך לרפא אותי ממי שאני".

הבניין הבוער הוא העצמי ולא משנה כמה כואב לחיות בתוך אותו בניין בוער עדיין זה מה שיש לי ולכן אני נלחם על שימורו ולכן גם זורק אבנים/סלעים על מנת לשמור עליו. לדעת ברומברג כל טיפול (טוב!) חייב לכלול בתוכו זריקת אבנים/ סלעים על המטפל מתוך אנאקטמנט. התנגדות היא החיאה מחדש של תקשורת בה המטפל מציע למטופל אינטרפטציה אשר המטפל חווה אותה כ"לא אני" יותר מכך, חווית המטופל היא שעליו לוותר על חלקי עצמי. זאת בתוך תהליך דיאלקטי, בו מתאפשר משא ומתן דרכו המטופל משיג משמעות חדשות והרחבה של היכולת לומר "זה אני".

ההתנגדות למושג "התנגדות" נובעת מתפיסה אחרת של הטיפול והתהליך הטיפולי. לפי הגישה הקלאסית המטפל הוא בורר/פוסק (arbiter) של המציאות. התנגדות מתוארת כמאמצים הגנתיים של המטופל לדעת על עצמו והמטפל הוא "היודע" והוא מנסה לספר זאת למטופל. תפיסה זו ממקמת את המטפל כמי שמרפא מציאות שגויה. לדעת ברומברג התנגדות היא כלי של המטופל לשמור על חווית עצמי מתמשך. לכן, על המטפל לעבוד עם המטופל בתהליך בו הוא מתמודד עם הכמיהה האנושית להשתנות ולהישאר אותו דבר בו זמנית.

מה הוא טיפול לפי ברומברג? הגדילה האנושית מתרחשת במפגש בין אישי עם אישיות נפרדת בעלת מציאות סובייקטיבית, כך שהסובייקטיבית האחרת יכולה להיות מנוגדת, מתנגדת, מאשרת, מאושרת בהקשר אינטר סובייקטיבי. התנגדות אינה מכשול אלא דרך לשמור על רציפות. לכן התנגדות היא מרכיב אינהרנטי לגדילה. האישיות האנושית עסוקה בשימור האשליה כיצד להישאר קבוע תוך כדי שינוי.

השאלה המרכזית שברומברג מציב היא איזה תפקיד מתנגד (opposition) ממלא המטופל במאמציו להסתגל לחוויה חדשה ברגע נתון. כל זאת בשונה מהעמדה שמחפשת את הפרשנות הנכונה מול התנגדות לתובנה.

התפיסה האמפתית דרך עיני האחר היא לב התהליך הטיפולי והחקירה העצמית, ותהליך זה אפשרי רק במצב בו למטופל יש את האפשרות להיות בקשר. אצל מטופלים מסוימים חווית העצמי כל כך דלה ומצומצמת שהם יכולים להתייחס לאחר רק דרך דה הומניזציה של התהליך הטיפולי ואובייקטיבציה של המרחב האינטרסובייקטיבי. המטפל חווה את עצמו כהופך לאובייקט ועושה את אותו הדבר למטופל. חוויה זו קשה ומתסכלת עבור המטפל ולרוב מובילה את המטפל לשימוש בהגנות, כולל הניסיון "לרפא" את המטופל במהירות האפשרית. אנשים כאלו (כמו מר מ") אינם משתמשים בטרנספרנס על מנת לצמצם את המטפל לאובייקט, אלא תופסים את המטפל כאובייקט כמו כל הדמויות האחרות הסובבות אותם. בשביל מטופלים אלו ה"מוות האינטרסובייקטיבי" הוא מי שהם.

דיסוציאציה ושימוש באובייקט

מטופלים מסוימים חווים את סביבתם בצורה דיסוציאטיבית, כפי שמסתכלים על אובייקטים מבעד לחלון זכוכית. מנקודת מבטו של ברומברג המשימה של המטפל היא להיות עם הפרדוקס-עליו לא לדחות או לקבל את היותו "אובייקט", ובו זמנית להיות חי ובקשר עם המטופל. עולה השאלה איך מתרחשת הגדילה? מה מוביל לשינוי? מדוע שאדם לא יישאר במקום הבטוח עבורו? התשובה ע"פ ברומברג מתייחסת לתיאוריה של ויניקוט. המרחב הטיפולי מאפשר הן קפיאה (Stillness) והן מרחב פוטנציאלי להתפתחות ושינוי. התנועה המתרחשת בטיפול לדעת

ברומברג קשורה למושג "שימוש באובייקט" ע"פ וינקוט¹ המטפל מאפשר למטופל ל"השתמש" בו כאובייקט סובייקטיבי ובמקביל להיות מושא להרס בפנטזיה (ציטוט של וינקוט: "הסובייקט אומר לאובייקט: אני הרסתי אותך, והאובייקט נמצא שם בכדי לקבל את המסר. מעתה ואילך הסובייקט אומר: היי אובייקט! אני הרסתי אותך. אני אוהב אותך. יש לך ערך בעיניי משום ששרדת את התוקפנות שלי. אף על פי שאני אוהב אותך אני כל הזמן הורס אותך בדמיון"). המטפל מאפשר את ה"שימוש" בו באמצעות השרדותו את התקפות המטופל והשארותו אנושי ומהימן. להיות אנושי ומהימן כולל את מודעות המטפל למגבלות שלו (וכפי הנראה גם את השמירה על גבולותיו), דבר המאפשר למטופל למקם את המטפל מחוץ לחוויה האומניפוטנטית שלו, ובצורה זו לראות לבסוף את המטפל ואת עצמו כסובייקטים. כישלון של "שימוש באובייקט" מוביל לסבל, שנאה של החיים.

בהמשך ברומברג מתאר את דמותו של ויקטור פרקנשטיין- רופא שיצר יצור מחלקי גופות שנהפך או הופך למפלצת עקב ההזנחה של יוצרו אשר סירב לברוא דמות נוספת כמוהו שתהיה לו לחברה. ברומברג מדגיש כי בסופו של דבר האחריות היא על המטפלים ולמעשה האחריות היא על פרקנשטיין.

כיצד אנו כמטפלים יודעים מתי אנו הופכים ליוצרים יצירתיים אך מנותקים כמו פרקנשטיין, ולא למטפלים? על פי ברומברג אחד המצבים בהם אנו יוצרים מצב כזה הוא כאשר אנחנו מרבים להשתמש בחשיבה ליניארית (בגלל מקרה שקרה בילדות... אתה מתנהג ככה). חשיבה כזו מבטלת את האפשרות לחופש וליצירה, להתגלות ובריאה דרך היחסים הדדיים ודרך העבודה על ה"שימוש באובייקט" מתוך יצירה של מרחב אינטרסובייקטיבי חי ועשיר.

דיסוציאציה, טראומה והתנגדות

עבור אנשים מסוימים, חוויה של "כאן ועכשיו" איננה יכולה להתקיים מבלי שיחוש את סכנת הטרומטיזציה. הטרומה נובעת מהיעדר רציפות במודעות העצמית, כך שכמעט כל מצב מייצג עבור האדם ייצוג עצמי מובחן אחר. לעומת זאת, תחושת בטחון יחסית מושגת על ידי שנאה ופחד של ההווה הנחוה. אובססיה ועיסוק ייתר הם פתרונות בלתי נמנעים למצב כזה. הם משמשים

¹ ווינקוט מתייחס לשני מושגים התייחסות אובייקט (object relating) ושימוש באובייקט (object use). בהתייחסות לאובייקט- האובייקט נעשה בעל משמעות דרך מנגנוני השלכה והזדהות. שימוש באובייקט- התייחסות לממשי, חלק ממצאות משותפת ולא צרור של השלכות.

כדי להשתמש באובייקט, על הסובייקט לפתח יכולת זו. זהו חלק מן השינוי לעבר עקרון המציאות. ווינקוט מדבר על תהליך התפתחותי, מעבר מהתייחסות לשימוש. הדבר הנמצא בין התייחסות לשימוש הוא הצבת האובייקט בידי סובייקט מחוץ לתחום שליטתו האומניפוטנטית של הסובייקט. כלומר, מעבר מישות השלכתית לישות מציאותית ובעצם הכרה בו כישות בזכות עצמה. התהליך מתאפשר רק דרך מעבר בתחנת ההרס וההתקפה. השלבים: סובייקט מתייחס לאובייקט, סובייקט הורס אובייקט (ברגע שהוא נעשה חיצוני) אובייקט שורד. סובייקט משתמש באובייקט וישנה פנטזיה. התוקפנות עוברת מהתקפה מוחשית לפנטזיה של הרס. המעבר של האובייקט מחוץ לשליטה האומניפוטנטית מאפשר גדילה.

"לשרוד"- משמעו לא לגמול בנקמה. (מתוך משחק ומציאות, פרק 6)

כ"מילוי" (fillers) לחלקים שלא ניתנים לייצוג, גשרים למילוי מרווחים הנוצרים בין מצבי עצמי שונים.

ברומברג עובר לתיאור ועיסוק בגישה של סאליבן. הוא טוען שהתיאוריה של סאליבן על "אנליזה בין אישית", היא למעשה תיאוריה על התארגנות דיסוציאטיבית של האישיות בתגובה לטראומה. חשוב לדעתו להבחין בין ההדחקה של פרויד מול מצבי קונפליקט לבין הדיסוציאציה בתיאוריו של סאליבן. לטענת ברומברג, סאליבן הציע הסתכלות אחרת על התפתחות האנושית. הדגש של סאליבן הוא על מושג הדיסוציאציה ולדעת ברומברג פרויד פספס תהליך זה כאשר פנה לדיון על טראומה כמושג פנטזמטי במקום מציאותי.

ברומברג מצטט את לאוב והרהו (Laub & auerhahn) שרואים בהגנה לא רק התנגדות לידיעה כמו בהדחקה. לטענתם, הגנה קשורה למבנה האישיות ולמתח בין "אני" ו"לא אני". לטענתם הגנה נראית דומה יותר לטראומה באופייה החמקני לידע (ידע חמקמק), בגלל חסר (deficit), פער דיסוציאטיבי שנוצר. הדגש אינו על תוכן אלא על מבנה דיסוציאטיבי של התודעה, מבנה נפשי שההגנה מכוונת אליו.

סאליבן החזיר לשיח הפסיכואנליטי את מושג הדיסוציאציה. ברומברג מדגיש שהוא אינו מנסה להחליף את המושגים קונפליקט והדחקה במושגים טראומה ודיסוציאציה. הוא מאמין שדיסוציאציה והדחקה הם תופעות מובחנות ושניתן לקשר ביניהם דרך מושג ההתנגדות (resistance).

מדיסוציאציה לקונפליקט

מעבר להבנה החדשה של מושג ההתנגדות במונחים של דיסוציאציה, עולה שאלה נוספת: האם ייתכן שבטיפולים אנו מתעלמים מדיסוציאציה ומתייחסים שלא בצדק למתרחש כקונפליקט? בהמשך לכך, האם ייתכן שמצבים שפורשו כהתנגדות הם למעשה כשל של המטפל בזיהוי ומתן הכרה לדיסוציאציה בין חלקי עצמי? כפי שכבר תואר, ברומברג רואה בהתייחסות ל"התנגדות" כאל נסיגה הגנתית טעות. הצורך של המטופל הוא שימור המבנה הדיסוציאטיבי כדי לשמר תחושת בטחון שמושג על ידי המבנה הנפשי הישן. לפי גישה זו ניתן לראות בהתנגדות סימן למימד דיסוציאטיבי שדרוש לדון בו, ולא הגנה המנסה למנוע לקיחת אחריות על פעולות/מעשים.

ברומברג רואה בהגנה המופיעה בסיום פגישה כדוגמא טובה לתהליך המתואר. המטופל מסמן "חלקי עצמי" שלא זכו להשתתף בפגישה כקישור לפגישה הבאה. כאילו המטופל אומר- "יש עדיין משא ומתן פנימי, אפילו שאיני יכול להשתמש בכל מה שנאמר, זה לא ילך לעזעזל". הערת ההתנגדות תמשיך משא ומתן לפגישה הבאה.

רק אם המטפל יצטרף למטופל במאבקו האינטרא-פסיכי דרך המאבק הבין אישי/אינטרסובייקטיבי ניתן יהיה לראות את החלוקה הפנימית שעושה המטופל (דיסוציאציה). לפי ברומברג, אם כן, התנגדות היא סימן לעבודה. לטענתו, רק דרך ההתנגדות ניתן לשמר את המתח ההכרחי בדיאלקטיקה של גדילה. סביב מצבי מתח אלו ניתן לנסח שאלות שמעצבות את הבנת המטפל את המטופל על פני רצף ותהליך טיפולי מתמשך.

היכולת של המטפל להתייחס לקשר (relatedness) מאפשרות תנועה ממרחב קפוא ל"מרחב פוטנציאלי" בו ניתן ליצור מפגש יצירתי בין מגוון המציאויות של המטופל ושל המטפל ולברוא משהו חדש- הרחבה של תפיסת המטופל והחלשת המבנה הדיסוציאטיבי.

חלימה: "הדרך להתנגדות מינימאלית?"

לעיתים קרובות המעבר מדיסוציאציה לקונפליקט מסומל בחלומות. ברומברג טוען שמניסיונו חלומות על מכוניות, דירות שנשברו/התקלקלו או מטאפורה אחרת על אובדן שליטה מופיעים ברגעים בטיפול בהם יש "מלחמה" בין חלקי עצמי מנוגדים. בנקודה זו הרצון לגדול צובר מומנטום והוא מאיים על מנגנוני השליטה שהושגו בעזרת מנגנוני הדיסוציאציה. החלומות מרמזים על כך שמוקד הפעילות נע מהמרחב של העברה והעברה נגדית למאבק בתוך עולמו הנפשי של המטופל. המתח הוא פרדוקסלי משום שככל שגדלה התקווה כך גם גדלה תחושת האימה. עבור המטופל זו חוויה מורכבת לחוש את ההתרגשות הנובעת מתחושת התקווה- האפשרות שניתן לחיות את החיים במלואם. נקודה זו מייצגת נקודת מתח בין הרצון להמשכיות עצמי לבין גדילה עצמית. הפחד הגדול ביותר שהוא שלא ניתן יהיה לחזור שוב למה שהיה. פחד זה מייצג קונפליקט, בשונה מדיסוציאציה, משום שהוא מכיל בתוכו שני מצבי עצמי.

בנקודה זו של הטיפול המטופל מתחיל לראגן יכולת להתמודד עם רגשות מורכבים כאן ועכשיו וגם לחוות פחד ואימה ליציבות שלו, כאילו ישנה חדירה שהיא אינה בשליטתו. ברומברג מדגיש נקודה זו ומציין שעל המטפל להיות תגובתי במיוחד לקיומם של מצבי עצמי שונים שבעבר לא יכלו להתקיים באותו הקשר. ריבוי מצבי העצמי מגשרים על הדיסוציאציה וזהו צעד ראשון ללכידות עצמי. צעד זה יכול להתקיים רק לאחר שהמטופל השיג יכולת לחוות את הקשר הטיפולי כהדדי [חזרה לנושא שימוש באובייקט]. הוא יכול לחוש את יכולתו החדשה של המטפל לזהות ולדאוג למטופל עצמו (who he is) ולא רק "מה שהמטפל רוצה שהמטופל יהיה". המטופל יכול לחוש את המטפל כדואג לו ועדיין להיות עצמו. המטופל חש שמטפל גם השתנה בקשר ושהוא היום אובייקט שניתן לשימוש. הקשר הטיפולי מסייע למטופל להחליף מבנה דיסוציאטיבי ביכולת לרפלקטיביות וחיים שכוללים עבר, הווה ועתיד.

"טוב, זה יותר נחמד מסיוט לילה" [תאור מקרה]

קלריסה, אישה בשנות העשרים לחייה, רווקה, חייה לבדה בחלקים הצדדיים של מנהטן. היא גדלה בסביבה עשירה כלכלית אך ענייה בהזנה וטיפוח רגשי. היא נראה בעיני הוריה הנרקסיסטיים כדמות מסרט מצויר. אביה ראה בה צעצוע צעיר ולא בשל מינית ואמה העסוקה והתחרותית התייחסה אליה בבוז וזלזול, כמו גם כאל מטרד. היא הייתה בטיפול שנתיים והתיאור של ברומברג הוא מתחילת השינוי במבנים הדיסוציאטיביים שלה. היא החלה לחוש קונפליקט בין נושאים שונים שעד כה התנהגה אותם (enacted). הנושא שצף ועלה היה בעיקר סביב הזנחה רגשית ותחושותיה כלפי מבוגרים שרצו לראותה רק בתנאים שלהם.

החלום:

היא חלמה שהיא עפה כשהיא רוכבת על סוס לבן מנוקד. היא לא לבשה בגדים תחתונים ושמלתה התנופפה ברוח, חושפת הכל, כאשר היא וסוסה נחתו בפנטהאוס של הוריה, במהלך קוקטייל עם

חברים. הוריה הגיבו אליה בתנודת ראש, מאשרים את הגעתה באדישות, מבלי להפסיק את שיחתם. היא יושבה שם על סוסה, מחכה להם שיסיימו.

כאשר נשאלה מה עלה במוחה לגבי החלום היא ענתה, "טוב זה יותר נחמד מסייט לילה". היא לא הסכימה להרחיב בנושא מעבר למידע כללי לגבי סגנון החיים של הוריה. ככל שברומברג ניסה לחקור את הנושא תגובתה נהייתה יותר ויותר הומוריסטית. קלריסה התייחסה כאילו ברומברג חסר חוש הומור והיא עוזרת לו להשתחרר וממחישה את יכולתה להסתדר בחיים בקלילות. ברומברג התחיל יותר ויותר להרגיש כמו "טרח זקן", ובתגובה הגנתית החל להיכנס גם כן למצב רוח עליז, עד לשינוי הדרמטי בתגובתה של קלריסה (self state). פתאום ברומברג היה המאיר את חייה הפנימיים בעוד היא יושבת פגועה ונלעגת. ברומברג אמר לעצמו שכנראה הוא לא הגן על עצמו מפני דמותו כשמרן זקן אלא דווקא מהיות צעיר שמרן-"אני כמו לריסה רציתי שיתייחסו לרגשותיי ברצינות". בשינוי החד שחוה חש ברומברג את ניסיוותיו להצחיק כדמות מצוירת ריקה, ממסכת אדם מוזנח שהוא לא רצה לחוש בעצמו, כמו האישה שישבה מולו.

לאט לאט ברומברג שיתף את קלריסה בחוויותיו, מתאר את השינוי החד שראה שמתרחש בה במעבר מהתלהבות ותגובתיות למצוקה ופחד. השינוי עבור ברומברג היה שלמרות שראה בעבר מצבים אלו בנפרד, הפעם מצבי העצמי נחו ביחד, במודעות, למרות שלא נחו עדיין כחוויה עצמית שלמה. קלריסה הצליחה לחוש מגוון מציאויות כקולות פנימיים, אומנם שנלחמים זה בזה, אך מדברים זה עם זה.

קלריסה אמרה שהיא כעסה על ברומברג לפני שחלמה את החלום משום שלא ראה עד כמה היא פוחדת לקחת דברים ברצינות. בפגישה הקודמת היא סיפרה על מצבה והוא לא ראה עד כמה המצב קשה בגלל שהיא סיפרה שהיא מעבר לזה. היא כעסה עליו שלא רצה לדעת איך נראים חייה "הצדדיים".

היכולת של המטופל לחקור את עצמו אפשרית רק כאשר היבטים דיסוציאטיביים של העצמי מופעלים בחדר מול המטפל. עבור המטופל אלו רגעים של "חדשות טובות וחדשות רעות". "החדשות הרעות" מתייחסות לתחושת הפלישה והבגידה. חלקים אלו היו רוצים לחזור לנוחות שבשגרה המוכרת והדיסוציאטיבית, קרי לראות את החיים כהמתנה לאסון המתקרב. אם המטפל לא ישמע את הכעס והפחד של החלקים הדואגים לשימור וישמח רק עם החלקים המשתנים המטופל יתנגד ובשפתו של ברומברג "יזרוק על המטפל אבנים".

לדעת ברומברג בנפש האדם תמיד יש מידה מסוימת של חוסר בטחון. הוא מבין את חוסר הביטחון הבסיסי כנובע מדילמה הנוצרת מעצם היותו האדם תמיד גם בפנים וגם בחוץ [??] לא ברור למה הכוונה]. לדעת ברומברג האיזון האופטימלי בין ביטוי עצמי [פנים] והסתגלות [חוץ] הוא תנועה (shifting) המותאמת להקשר, בעקף לשלבי החיים.