

## על שתי גישות פסיכודינמיות לאהבה, זוגיות וטיפול זוגי

חיים וינברג, מ.א.<sup>1</sup>

במאמר זה אעמד על ההבדלים בין גישתו של פרויד לבין של קוהוט בקשר ליחסים אהבה ומשמעותם עבור טיפול זוגי. בעוד פרויד מתאר את התפתחות הקשר עם האובייקט מתוך ראיית האובייקט והסובייקט כנפרדים, ויחסים האהבה (object love) מבוססים על רמה של קבועות אובייקט, הרי קוהוט מתיחס לציר התפתחות מקביל, נרxisיסטי, שבו היחסים הם בין העצמי לזרת-עצמם (self-self object) וקשרי האהבה ממלאים צרכים של אידיאלייזציה ושיקוף (idealizing) בגלגולם הבוגר. במאמר אצביע על המש坦ע מן התיירות הסותרת, לבארה, לגבי עולמו הפנימי של האוחב והפונומנו-לוגיה של חווית האהבה, ואיך כל תיאוריה תהייחס לציפיות של האוחב מבז'וזו, ולמטלות ההתפתחות השונות הנדרשות במעבר מהתחבות לאהבה. עמידה על ההבדלים הללו מובילת להבנה שונה בעיות ביחסים זוגיים ולהתייחסות טיפולית שונה.

השערה (קטקסיס) לביידינאלית, יחסיאובייקט, הزادות-השלכתיות, ייצוגים פנימיים של אובייקטים, זורת-עצמם וכו'. מעט מאוד מדובר על חווית האהבה והתאהבות, שכן חלק מהחויה האנושית. לא תמיד ברור הקשר בין המונחים הפסיכואנגליטיים לפונומנו-לוגיה של האהבה. על כך אומד בוסקי (3, עמ' 48):

"Perhaps we might begin by asking why we are forced to speak separately of love and object relations. Does this parallelism of our scientific nomenclature confirm the criticisms that psychoanalytic theory has little to do with the elusive grandeur of love, the ecstasy of sexual passion, the gravity of the human condition, or the infinite subtleness of human relations."

התאהבות היא חוות רגשית רבת-עוצמת. התחרשות השולחת בעולמים של המאהבים היא ה'ביחדר'. שני בני הזוג חשים כאלו גבולות האני שלהם מחוספסים והם מתחזגים לשות אחת. הגבולות מרצבים בין בני הזוג לסביבתם. יש לפך ביטויים הייצוגים בולטיפ, כמו שהות מה마다 האחד במחיצת השני, החועלות מנוכחות האחרים ונסגה מהתעניינות בעולם החיצון וכו'. במובנים רבים ניתן לראותות בהתחזגות זו חזזה לשור הסימביוטי הקדום. אכן, כל אחד חש שצרכיו הרגשיים בשלב זה מוחלאים באופן טוטלי, כמו בגין העדן הינקווי.

**א** חוו הגירושים בעולם המודרני הולך ועלה בהתמדה (1). התופעה היא כלל עולמית ונינה אופיינית ורק לאחר "ב". הסיבות לכך הן חברתיות, כלכליות ואופנטיות. יש הטוענים לקיומו של משבב מוסרי בחברה המודרנית, המביא לאובדן אמונה בסיסן הנישואים. יש מייחסים משקל לשינוי דפוסי החטוקה ועלית הפמיניזם כתורמים לפירוק קשרים זוגיים, ויש הרואים בכך רקושות הולחן למימוש עצמי את הגורם לקושי של אנשים להקיע בبني-זוגם (2). בכלל מקרה, המטפל הזוג ניצב מול תופעה חברתיות נפוצה והשימוש המוטלת עליו היא להבין את הסיבות הספציפיות בעיות שנוצרו אצל בני- הזוג שלפנינו ושלשול לאור זאת מהי הזרק העילה ביחס לעזרם להם לבנות קשר טוב יותר. כדי לעשות זאת, עליו לגבות עמדת לגביה התפתחות הנורמלית של הקשר הזוגי ולזוזות מה בקשר הנוכחי גרים לסת�性 מהתחבות זו. עליו לנクト בשפה תיאורטיבית ואישית ביחס למהות התאהבות, האהבה הבוגרת והקשישים למימושה.

### התאהבות – פונומנו-לוגיה ואתיולוגיה

בספרות הפסיכואנגליטית ניתן למצוא התייחסויות רבות לקשר הזוגי וליחסים בין בני-זוג. המחברים מדברים על

1. ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטה ח"א.

2. מכון "תחומיות ואנשימים", ת"א.

טיבת של הקשר. אין בהסבריו של פרויד כדי להבהיר את הבחשת ההבדלים והדגשת הדמיון של בני-הזוג הנאהבי, אך כאמור, ניתן לדאות בחתומות עם האובייקט הנ'זוב חוזרת לשבי התפתחות מוקדמים, בהם הבחנה בין העצמי לאובייקט איננה ברורה וכיימת "יהדרות פרימיטיבית", לדברי מרגרט מאהאל.

חוויות התחאהבות נחפות על-ידי רוב המחברים כמצב זמני, סוער, לא-רצינומי ומלא תשוקה. האהבה הבוגרת, הבשלה, נחפות במצב שונה, רגוע ורצינומי יותר, שבו כל אחד מבני-הזוג מווית על 'התלום הרומנטי' ועל התקווה שהשני ימלא את צרכיו היינוקוטיים באופן טוטלי, או יתקן את הפגיעה שחווה מצד הדמויות המשמעותיות בעברו, ומזכיר בצרפי השני יכולת לצאת מהסימביוזה היינוקוטית ולעוזר ובוגרת פירושה יכולת לצאת מפדרד עצמו. למעשה, אהבה בשללה ויחסים המבוססים על 'קיימות אובייקט'. מחברים רבים למשל, 6, 7, 8) מתייחסים לכך כМОוד לתפתחות יחסית ווגיים תקיניים. בבסיס השקפה זו על אהבה מונת המוחל התחפתחות של מהלך (9). ויחסים בוגרים מותנים באורך תקופה תקופה לאורך מהלך (10), על אף שהוא מחייב שמצינת מהלך, כפי שנוכל לדרות זאת בהמשך, בדין על בעיות בקשר זוגי. גם קרנברג (10), על אף שהוא מחייב שלא יתכן יחס אהבה ולאהבה כמושגים נרדפים, טוען שלא יתכן יחס אהבה משמעותיים ללא גבולות מוצקים של העצמי היוצרים חוושה של זהות.

אולם אהבה ותחאהבות מוטבירים מנוקדת מבט שונה לחילוטין לאור פסיכולוגית העצמי. קוהוט (11) טוען לקומו של ציר התפתחות מקביל לציר האובייקט היליבידינאל' לאורך החיים: הציר הגריסיסטי. בהתאם להשקפה זו, יחסיו היליבידינאל' הם מרכיבים זניחת ליבידו נורקיסיטטי. אובייקט בוגרים לא מחייכם זניחת ליבידו נורקיסיטטי. היזולות-עצמי הנטרייסטיים עוברים, אומנם, הטמרה עט התחבורות, אך הם מלווים אותו לאורך החיים. לצד אהבה האובייקט, כפי שהיא נחפת בשקפה הפרואידי-אנית הקלאסית ונחמתה במודל המאהלריани, קיימת אהבתה זולות-עצמי כפי שקוות הנדרה.

לאור הגישה של העצמי, ניתן לראות את התחאהבות כמצב, בו הזולות מספק את הצלבים הנטרייסטיים באופן מלא ומהווה זולות-עצמי (self-object) מושלם וארכאי. האידיאלייזציה של האדם הנאהב עונה על הצורך בדמיון הורי אידייאלי: הצורך לחוות עצמו כחלק מזולות-עצמי נערץ האדם האהוב מקבל את תכונות הכוח, החוכמה והיופ' שהאהוב חסר בעצמו, והתחומות איתו מספקת או הביטחון והשקט המבוקש.חוויות המזוג שזוג האהובין חוות מושברת מלאיה מעצם היהות כל אחד מהם זולות-עצם עבור الآخر. יש לשים לב שלמרות חוות האיחוד החזקה כל אחד מהאהבים יכול להפוך באופן תקין מחותן לבועה הוגנית. תופעה זו מושברת טוב יותר על-ידי מושג זולות' עצמי, הנחפס כשייך הן לעולם הפנימי והן לעולם המ'יאנו

חוויות התחאהבות גורמת לכל אחד מבני-הזוג להכחיש את ההבדלים בין לבין בני-הזוג הנאהב ולראות את השני כדומה לו באופן כמעט מושלם. בני-הזוג המאהב משוכנעים שנעודו זה לזה מלכתחילה, ובתוחים שדרעותיו, רגשותיו, תכננותיו ותחומי העניין של השני והם לשלו. כל אחד מהוועה עברו השני מראה, בה הוא יכול להשתקף ולקלב אישור לקומו. בנוסף, התחאהבות מלאה באידיאי' ליזימה של הנאהב. הוא נחפס ללא פגס, מיחוד ונערץ. עניין המשכל 'האובייקטיבי', אידיאלייזציה זו נחפסת לעיתים קרובות כיעות של המיצאות. אלא שהמאהב דואה את אהובתו בעניינים מיוחדות המأدירות את דמותה במוגם.

הניסון הפסיכואנליטי להבין את חוות הנפילה באהבה' בהכרה יש בו רדוקציה. ההסבר הקלסטי של פרויד ניתן במאמרו "על נורקיסיזם" (4). לפי הסבר זה, האהוב משליך את אידיאל-האני שלו על הנאהב. תכונות וערבים הנמצאים בחלק זה של אני העליון, שהאדם שואף אליהם ורואה בהם אידיאלים נעלים, מושכלים על הנאהב ונחפסים כקיים עצמם. בדרך זו, אכן, ניתן להבין את האידיאלייזציה של האדם האהוב. האהוב מתחאהב "במה שהוא עצמו היה פעם ואינו עוד" (4 עמ' 101). במאמר הנ"ל פרויד מבחין בין שני סוגים של אהבה. באחת, הבחורה היא באובייקט הנורקיסיטטי. ניתן לעשות זאת ארבע דוגמאות: האדם מתחאהב בהתאם למאהב עצמו, למאהב שהוא, למאה שהוא ורוצה להיות, או למשהו שהוא חלק ממנו. בסוג השני, הבחירה היא באובייקט האנקליטי (של התקשרות).

אובייקט זה יכול להיות בהתאם לאשה שהזינה אותו או לגבר שהגן עליו. ניתן להבין מדבריו שהאהבה הבשלה והבוגרת היא הבחירה באובייקט האנקליטי, ואילו בחירה נורקיסיטטיבית היא משאלת אינפנטילית-דרוגטיבית שיש להיגמל ממנה. פרויד מבادر שנייה לעבר מאהבה דן בסוג נורקיסיטטיבית לאהבת אובייקט ומתרז אותה (ఈ הוא דן בסוג האהבה שהוא מיחס לנשיות, שהוא נורקיסיטטיבי בעיקר, אך ניתן לשנותו) כצעד התחפתחות. נראה לי ששינוי זה מתאים לתייאור המעבר משלב התחאהבות לשילב של יותר בייחס האהבה. במעבר זה יש צורך לוותר על האהבה העצמית הכרוכה בחוויות התחאהבות, ולהמירה בהכרה של המיצאות בצעבה האפורים. למעשה, פרויד מתרז את האהבה כהمرة של ליבידו נורקיסיטטי לLIBIDO של האובייקט, ככלומר מכובד מהתחאהבות האנית האידייאלי אצל الآخر לאהבת الآخر בזכות מה שהוא באמת. כפי שנראה בהמשך — אצל קוהוט, גם באהבה יש השעה נורקיסיטטיבית.

ההסבר לחוויות התחומות ניתן על-ידי פרויד עוד קודם לכן ב"שליטה" מאררים על החיאוריה של מיניות" (5). שם הוא מתרז את האם כאובייקט ליבידו של האהוב והמנני, כאשר הדחף המיני מפוץ בתקופת החיבור. מציאות האובייקט (באהבה) היא למעשה "מציאות חדש", והתחאהבות המחדשת היא היוצרת את האיכות הסימבורי

אהובתו ללא גבול ומוכן לחת את חייו עבורה. לרוב הוא אכן עושה זאת בסוף היצירה, ואולי מהויה הדבר רמז לכך שהאהבה הרומנטית סופה למות. התחאהבות היא מצב של עיון מציאות זמני. האידיאלית חסרת ה赶נה, הה-מוגות חסרת הגבולות, ותחושת הדמיון העזה והלא ריאלית מעוררות לעיתים תהיות על ההבדל בין הלא-שפוי לאחוב הרומנטי. בקיליניקה, ניתן לראות מצבים פאחולוגיים של אהבה אובייסיבית, שאפיוניה הגלויות דומות לעיורון הרומנטי ולהיצמדות הנואשת לאובייקט הלא-מושג והמת-תסכל. על ישים שאהבות יותר מדי נכתבו כבר ספריהם פופולריים (14) ומאמריהם תיאורתיים (15).

במציאות, התשוקה הרומנטית היא קיצרת ימים (לאח-רונה עלתה הטענה שיש לכך בפסיכיאטריה, מחד בששלב האיפורי של התחאהבות בא בעקבות שליחים כימיים במוח הדומים לאםפטמינים, במיחוד פנילטילאמין), והמשמעות והעומדות בפני כל זוג היא לעבר מהשלב הרומנטי במצב מציאותי יותר של יחס אהבה, הכרוך בפחות השלכות, פחות אידיאלית ויציאה מהאיחוד הרומנטי. במקום אשליות האינטימיות הקיימות בשלב התחאהבות, יש לפחות אינטימיות אמיתיים המבוססת על נכונות להשיפת העולם הפנימי בפני האחר, והכרה בעולמו הפנימי השונה. לא כל המחברים, כאמור, מפסים להבחנה הברורה בין התחאהבות לאהבה. באנגליה ייחדו לכך ביטויים שונים: מחברים שונים (7, 16) מצביעים על מרכיב הנטזיה ממרכזי בשלב הרומנטי, בעוד האהבה הבוגרת שמה דגש על התאמה למציאות. יש הרים בהתחאהבות תקופה מעבר עד לגיבוש מחויבויות פורמליות (17), ויש (10) הסוברים שמאפינים רומנטים אינם מסתהימים בוגיל התחברות, ומלווים כל קשר בוגר.

ניתן לדאו במעבר משלב התחאהבות לייחס אהבה בוגרים תחילה והדורש עמידה במטלות הפתחותיות לשםימושו התקין. לא כל הזוגות מטוגלים או מוכנים לעמוד במטלות הפתחותיות אלו, וניתן למזו אנשים העובדים מהאהבות אחת לשניה, תוך שмерה מתמדת על דיאושים וסערות בקשר, ללא יכולת לעמוד לאהבה בוגרת, שבבגרות טמונה בחובה פחות תנודות קיזוניות. שתי הגישות שהוזכרו לעיל, מכיוון שהן מסבירות באופן שונה את שלב הראשון של הקשר, מעמידות בפני הזוג דרישות הפתחותיות שונות לשם התקדמות הקשר: בהחאם לגישה הפרודיאנית, יש צורך לעבור מהשquaה לביידנאלית נركיסטייה להשקה (קתקסיט) אובייקט. כאמור, מכוסת על הפנטזיה: ההשכח של האני-אידייאלי על האובייקט והתחזות סימביויתו איתו. כדי לעبور לשלב הבא, יש להזות את האובייקט 'הטוב כולו' כמורכב מחלקים טובים ורעים, ולהכיר, אין גבולות העצמי והן בגבולות האחר. באהבה ובקשר בוגר יש יותר מכאי על הפוטזיה

בדומה לאובייקט המעביר אצל וויניקוט, אשר על-ידי דושג הסימביה הדורש טוטליות של חווית ההתמזגות.

תחושת הדמיון החזקה בין בני-הזוג מהויה ביטוי לצורכי האני-יחלפי (alter-ego) או התאומות (twins). קוות (12) תיאר את האינטראקטיבית האינטנסיבית הנוצרת בין שניים במצב זה וכייד כל אחד מהם רואה את השני כ'אהמה' החושבת כמוותו, ומרגישה כמוותו. במצב של התחאהבות, הצורך הנקיטיסטי במציאות דמות תאהמה ענה בעוצמה רבה, מה שמוסיף לחווית המיזוג הזמנית. ציפויו הרוב שככל אחד מבני-הזוג חש בכך קשר של התחאהבות הדית נובע גם מהעובדת שככל אחד עונה על צרכי ההשתקפות (mirroring) של השני. הבסיס הקודם לשתקפות הוא הנצנץ בעיני האם, מהויה עברו התינוק אישור לעצמו ולהזות השוו שלו. גם האוהבים רואים, יחד עיני השני, את המבט המתחפעל והמעירץ, וזה מעורר אצל אחד מהם את תחושת הגרנדיזיות העצמית.

קוות רואה אפשרות להפתחות של הרצכים הנרקיזיטיים, כפי שיש הפתוחות של יחסים עם האובייקט. ב'יקר וב'יקר (13), המסכים את התיאוריה שלו, מהתארים את ציר הפתוחות של הזולות-עצמם: בינוות, צרכיהם אלה מוחלטים וחזקים, וחיברים להתמלא חיזוניות על-ידי האם. אורך הילדות נתן לשאת מרחק וביותר מהאם. תפקיד דבר געשה חשוב יותר ותחלפי הורים תופסים מקום גםם. במהלך ההתבגרות, קבוצת השווים הופכת לזולות-עצמם אוורי בהתפתחות, למבחן — בתקזוג, חבייו ועבדתו כוללים להוות זולות-עצמם. בנוסף, המבוגר הביריא מפתח אבנים פנימיים יציבים ואמניים, הממלאים ורבת מהפוני-էזיות שמילאו קודם הזולות-עצמם החיזוניים. המעביר התחאהבות לאהבה ניתן לתיאור כהפתחות לאורך הציר גנוקיסטי.

גנו, אם כן, שתי דרכים שונות להבנת התחאהבות הדבטי לקשר הזוגי. על פי האחת — הגישה הפרודיאנית זקלאסית — התחאהבות היא התאחדות מחדרשת עם אובייקט האבד והשלכה של האני-אידייאלי על השני תוך זרזה לנרקיסטים ראשוני. על-פי השנייה — הגישה של עצמי — התחאהבות היא התקשרות לזולות-עצמם ארכאי, זמלה את צרכיהם נרקיסטיים של אידיאלית, תאהמות, השתקפות. אפשר לראות בשתי הגישות שני מסלולים פוטוכים בכוונים: אצל פרויד הדגש בתחאהבות הוא על 'כיוון הרגורטיבי, ואילו אצל קוות — על הכיוון הפתוחות/צמחיתי.

### אהבה ומטלות הפתחותיות

הספרות היפה, השירה הרומנטית והאופרות הגדולות מהיחסים להתחאהבות כחיה לנצח. האוהב הרומנטי הקלסטי (כמו רומיאו ווליה או טריסטיאן ויזולד) מעירץ את

משפטת הנקוד מתחוד מכך למיניה הונדלותה העצמתית. טענות של בואן היא יילשטי בוגרתו כי אחותו מודה של נבדלות ורומת הנבדלות של זהותם משכניהם בזיהויו.

כל הענابرין דלו' ווועט לאונסן בחלות בוחלה אינדיקציה לאחיזות. תלות זו היא אוניברסלית דגנתית מפני הכרה במוגבלות האובייקט ובפערונות המציגות. המטללה החתפתחוות היא לוזר על תבאלת היינוחית. אולם, בוחאות לאיום ועטמי, זדרישן והתקהחותיהם הניצבות ברכי ווגות נסחף מתוך אונסן (יחסי אונת היא שונה: לא פרדוט והונדרון איסטיין, אלן וירקנס בוגר יותר. אונת וולרטזון, קורטן ועוד) ואילו את הערכיטים באופן טוטלי, אונטיס לנטן וטומא (טראנספורט) ציה) עוזרין.

קוּהַט (21) תוריית ייגלניי גאנקיסון לאחד תחת פתחות ולבוטריך בז'וֹזָן שען, זען האונת, יצירות, אמפתיה והוכחה. הוא דוח און שא האונברחות ביצירת העצמי דודוקוטבי (self-polar self), וונדך מגד אחד על ידי השאיות ומפל מעד שני עלי זען גאנקיסון. האידייאלית ליטם הם המרת הבוגרות של הונדרון האידיאלית מהונטי אונגרזון הונדרון, זען אונטיס עלי זען גאנקיסון לאורה The antithesis to narcissism is not the object ("relation but object love החזגי נדרה אלת זען זען בז'וֹזָן גאנקיסון. באלו דרכין?

אנשים מצפים מטודיותם שיעזין לעצם מפיק, אישון, ביטאון, הדגשה של חשיבות האונברות אשר ציפיות אלו נזובות, יודדת שביעות הרצין מתקשרות בז'וֹזָן ננסים לשבל של פאקן בז'וֹזָן (22). אונטיס האון אונטיס ובחטיפה היא היגלגול המפוזר עין החתקפות ובחטיפה, וכשען שלזוניך יש עין בז'וֹזָן שביעיני האם כו' להוניגש האון הפל עון, כו' האון ווק להתייחסות משקפת מגד בז'וֹזָן, זען נחש בז'וֹזָן בערכו ובחשיבותו. לעומת זאת, האון בז'וֹזָן הוא המרד מאוחות של האידייאליות היגלגולית, שעד דרכ ההתמודנו.

עם האון האומנייטוטי לש האון ווועת ומתקבל כו'. מנוקודה המבט של האונט, האונברון דז'וֹזָן בז'וֹזָן הונדלה של האון לצמיהת. שם אונטילון דז'וֹזָן הונדלה התקינה מותניה בז'וֹזָן אונטילון מותניה המונחים בהיענו אונטימיליה' (וגם אם אינט מטוקין), זען לפקות אינו חזיגים ממאכ' של חטובל אונטילון), זען בקשור הז'וֹזָן, כ' אחד יכול לאפשר ולקלב מהנסי החתקפות המעודדת התחפות, כ' שגם אם נזירות מזביז אונטילון, הם אינו עונבוים סך אונטימיל. כמו שוועוינט (23) דאה באמהו הטובה-מספיק תנאי הכרחי להתקהות בריאות, כ' ניח לדבד על פביבה זאגית טובה מטבז' המאפשרת לא

של האובייקט האידייאלי, הכרה במוגבלות الآخر והשלמה איתן, וקבלת השני כפי שהוא.

כאן יש מקום לצין שקיים הבדל בין גישתו של פרויד לו של תיאורית יחס אובייקט באשר למטרה ולצורך בקשר עם האובייקט. לפי פרויד, יחס אובייקט מתרעם לאפשר פורקן של דחפים, והרצון ליצור קשר עם האובייקט בא כדי לצור השקעה של הליבido. האובייקט הוא אמצעי לספק יצרי המין והתוכפנות, גם אם בדרכו מודנת. תיאורית יחס האובייקט מקנה לקשר עם הזולות מעמד אוטונומי. הקשר עם האובייקט הוא צורך קימי העומד בוכות עצמו ואין בא כדי להציג סיפוק ופורקן של דחף. אין אפשרות לקיום אנושי ללא יחס לאובייקט. תיאור ההתקחות אצל פרויד הוא פסיכון-סקוטאלי, ומובס על אורות שונים דרך ניתן להשיג סיפוק אוטוני. תיאור ההתקחות לפי תיאורית יחס האובייקט מבוס על מידת הפרדה שיצר העצמי בקשריו עם הזולות. התיאוריה ההתקחות של מהלך הזוגיות. כשם שבהתחלת התייחסות מתאימה להבנת מהלך הזוגיות. בז'וֹזָן מושגת הפתחות התינוק ניתן לדבר על מעבר מקשר טימבוי, לא-מושגן, למצב של מוגבלות הולכת וגוברת עד לאינדיבידואלית ולבסוף לגיבוש הגבולות האישיים, כ' המעביר מהתאהר דואצה ולגיבוש הגבולות האישיים, ובגבורש מוחודש של גבולות אישיים בתוך הקשו הזוגי. מחרברים רבים רואים בגישה של מהלך ובהשתגש הנבדלות (דייפנציאציה) תנאי לניטה לקשר בוגר: קרפל (18) טענה שככל שהאדם נעשה נבדל (differentiated) מקשרו של יחסים בעבר או בהווה, כך הוא מסוגל לחת אורות ולהיכנס ליחסים המבוססים על נבדלות. דיקס (19) כתוב שכדי ליצור מחייבות לニישואים, יש להתגבר על התלות הרגשית במשפחה המקור, ולראות את השני כשותה ואת העצמי שלו כנפרד מזו של الآخر. לדברי קרנרבוג (10), יחס אהבה בשלים מאופינים ביכולת לקבעת גבולות ברורים, כך שאובייקט האהבה נחפס כישות נפרדת. במקרה זה קיימת יכולת להפרה של גבולות העצמי כדי לאפשר התמצגות זמנית עם الآخر.

אחד האנשים שעסוק הרבה בשאלת הנבדלות של היחיד בתוך הקשר הזוגי הוא בואן (20). על אף שאינו מציין את מהלך (9) כבטיס לגישתו, מושגיו דומים. הוא מדבר על "דייפנציאציה של העצמי", 'ミズゴ אונטילון' בקשרים ועל 'סמת אני לא מובדל' (undifferentiated ego mass) במשפחה. המונח דייפנציאציה של העצמי מתר את התהיליך האון שכו הילך משחרר את עצמו אטיאט מההיזוג הראשוני עם אמו ונע כלפי עצמאות רגשית ממש. ככל שנמוכה דרגת הנבדלות, כך היחיד פגיע יותר ללחץ. מסתגל ביחס דרגת הנבדלות, וכך מועד יותר למלחמות ובויות. אנשים בעלי נבדלות נמוכה "מונעים כלי משחק על-ידי אונשים בעיל נבדלות נמוכה" מונעים כלי משחק על-ידי לחזים וגבושים". מידת הקשרים הרגשיים הלא-פתורים עם

השפעה זו על בעיות בניווארם נוכל למצוות, אין חתירות הבאות מרכיב פסיכודינמי ומתייחסות למאהלן (9) כמוodel החפתחווי (כמו 10, 19, 25) והן בגישות הבאות מתחום הטיפול המשפחתי והمعدכתי (16, 18, 20). דוגמה מעניינת לשימוש במודול החפתחווי של מהלך לאיבחון שלבים בזוגיות, ולטיפול בהתאם לכך, ניתן למצוא אצל באדר ופירסון (8), המאבחן זוגות כנמצאים בשלב סימביוטי-סימביוטי או symbiotic-practicing ומציעים עקרונות שונים לטיפול בכל סוג.

המטרה המרכזית בטיפול המבוסס על איבחון הבעיה הזוגית נובעת מנבדלות (דיפרנציאציה) לא-מספקת של אחד או שני בני הזוג (או של המערכת הזוגית), תדיה להגדיל את מידת הנבדלות האישית של כל אחד מהם (או במערכות הזוגית). הדריך להשגת מטרה זו הלויה באסכולה הטיפולית של המטפל: עבודה אינדיבידואלית עם בני הזוג הפחות נבדל בהתאם לגישה הפסיכואנליטית המסורתי; טיפול זוגי, בו המטפל יוצר ברית טיפולית עם כל מטופל בנפרד ועם שני בני הזוג יחד (19); שליחת בני הזוג למשפחתי המקור כדי שייעברו על קשייהם נבדלות בקשרם המקוריים עם ההורים (20); או מניפולציה ישירה של גובלות תחת המערכות השונות במשפחה בחרד-טיפול (26).

לעומת זאת, בגישות המתבססת על פסיכולוגיה העצמי, יראו את הבעיה הזוגית כנובעות מאי-סיפוק תנאים מתאימים לצמיחה הדידית על-ידי שני בני הזוג. הבעיה נוצרת ככל אחד אינו מஹה זולת-עצמיה מתחאים עברד השני וכאשר האינטראקציה הזוגית חרוגת ממצב של חיסכון אופטימי וטומנת בחובנה אכובה וכישלונות אמפטיים מהמידים. לבאורה, נראה שוגם בגיןה הדריך בפני המטפל ללמד את בני הזוג לווח על ציפיות לא-דראליזות שהשני יספק להם ביטחון, וללמוד לסתור על עצםם. אולם, יש לזכור שקוות (21) טוען שהציד הרגיסטי המקובל לאבות-אובייקט הוא ציד החפתחווי נורמלי, ולכן אין לפסול את הצרכים הללו כphantom ובלא-מציאות. למעשה, אחד ההברלים הבולטים בין טיפול דינמי מפורי לבין טיפול דינמי עם דגש על העצמי הוא בנוסח החתירות לפנטזיה ולמציאות (27). הגישה המסורתי רואה את התסביך האדייפלי כחוצר של פנטזיה אצל הילד. הפגיעה שחוורה מצד הרוין היא פרי דמיונו, ולאחר-כך הוגש טיפול הוא על הבנת דבריו המטופל בחזואה של העברה, השלכה, התנגדות ודמיון. קוות רואה את המיתוס האדייפלי בצדקה אחרת: אדייפות היהILD דחוי שאביו רצה לחסלו בדרכן לא אמפתית. בגישת העצמי קיים פישלון אמפתית אמיתי ביחס של ההורים. לבן, יש יותר מקום לראות את דבריו המטופל כמשמעות מזיאות ולא פנטזיה. בהמשך לכך, גם טיפול זוגי הטענה של כל אחד, שהשני פוגע בו ואכבחו על כך שהלו אינם מஹה זולת-עצמיה המספק את

אמיתית לבוא לידי ביטוי. נראה שראית הזוגות כהזרמתה: דילה ולהתפתחות מעבר לילדות באה מעט מאוד לביטוי זפרות הפסיכואנגלית. המחברים המעתים, המנסים לקשר פסיכולוגית העצמי לנישואים (למשל 24), מתייחסים, אמנם, לחשיבות הציפיות והאכבות הדרדיות בקשר הזוגי, ובוצעו מהעשרות של אידיאליות, השתקפות ותאומות מופילות לקשיי בפתחה בעיות וגילות של הקשר, ולא על תנאים הנורמלים הנדרשים להתפתחות הקשר הזוגי. תחולות הרגשית, המהווה סימן לביעיות בגישה הפרויינמית, נחפה אצל קוות כעדות לפוטנציאל צמיחה בריאת חתميد.

ונכל לומר שגם בגישות החתירות לאהבה, המטלות הנדרשות בני הזוג שונות לפי שחי הגישות. בהתאם לנישה מסורתית המשיכה ביחס אובייקט, הדגש בשלב זה על זסם הוא על מעבר לנפרות ולגבולות אישים אישיים אך ברורים. בגישה העצמי הדגש הוא על מעבר זולת-עצמם בוגרים יותר. 'בחינות הבגרות' בכל תיאוריה הן ווונות והפוכות: בראשונה, האובייקט הוא סוג של חילוף צורפים גנטיביים, מעין פשרה, יותר והכרה במצוות אובייקט. בשניה, הזרקקות לאובייקט (שנשאר עד זולת-עצמם) היא שדה לגיטימי והכרחי של הקיום אושן.

### הבנייה בעיות זוגיות ומשמעות טיפול זוגי

כל האמור לעיל, נראה ששתי הגישות, זו המתבססת יחס אובייקט וזו הנשענת על פסיכולוגיה העצמי, עיינסנה באופן שונה להבנת יחסיים פאתולוגיים ובבעיות זוגיות, ועל כן תהינה נבדלות ביישומן לטיפול. בני הזוג גייצים לטיפול זוגי חשים אכבה רבה מאד האחד מן השני... קסם שליטה את החוקפה הרומנטית של ההתחבות. וזה יוויתו לכך לכל אחד מן הקשר מתחוגות ונכבות נורוית. פער הציפיות הולך וגדל והמאבק, בניסיון חזיד את ג'י-הען האבוד, הולך וגובר. לכל תיאוריה היהת היא לאחר שטיבת הלilo: לפי פרויד, הצפיה כזבאה היא להסביר את האובייקט הינוקתי ולהתאחד איתה. קוהוט, האכבה באה מא-סיפוק צורפים נורקיסטיים יזרדי השני בזולת-עצמם. המחברים המודגשים את הזרקיות גבולות אני מוצקים, ושםם את הדגש על הנבדלות עצמה בתנאי ליצירת קשר בוגר, יראו את הבעיה בקשרים (separateness) בעיות מרמה לא מספקת של נפרדות (separateness) לא-אחד או שני בני הזוג. במצב כזה נמצא ציפיות לא-א-אוחיות ורגטטיביות של כל אחד מבני-זוגו וחופשנות של זאת מוגנת או שמירה קיצונית על מרחק בין-אישית אגדות הזוגית, במטרה לשמר על הגבולות האישים, نوع היבולות ואובדן חופש בקשר הזוג.

ודעתו ביחס לאהבה ולהחיים זוגיים, והקשרו היזוגי ששהוא יצר בחייו. סביר שטיפול, שמאמין שבזוגיות יש מקום להמייה רכה בין בני הזוג, יראה את נקודת המבט הקוחוטאנית כמתאימה יותר לטיפול זוגי, ואילו מטפל, שמאמין שזוגיות ברוכיה בויתורות רביים, יראה את תיאוריה.

יחס האובייקט כחוامة יותר את עבודתו עם בני הזוג. השאלת העולה מתחן הכרה בינוידים בין שתי הגישות התיאורתיות היא אם ניתן בפועל לשלב בינוין, על ידי התיחסות ההן לנבדלות והן לעצמי הפגוע. ניתן למצוא לכך דוגמאות ספורות בלבד בשפנות הקלינית (31, 32) מהכיוון הריגמי. לעומת זאת, הגישות המערכתיות בטיפול זוגי עוסות יותר אינטגרציה בין עבודה על הלכידות והזוגיות לביטחון ויציבות בקשר (למשל, 26). להערכתי, יש מקרים לפתח את הנושא לגישה טיפולית פסיכודינמית אינטגרטיבית, אך נראה ששאלת זו נשארת פתוחה לדין ולהמשך במידה.

שאלה מעניינת אחרת, הפתוחה לחקירה היא בדבר הבדלים אפשריים בין המינים ביחס למטלות הנדרשות בעבר מהתחабות לאהבה. להבדלים הללו בין גברים ונשים יש משמעויות חשובות עבור הטיפול הזוגי.

#### ספרות :

- Wallerstein J.S., Kelly J.B., *Surviving the breakup: How children and parents cope with divorce*. New York, Basic Book, 1980.
- Murstein B.I., *Love, sex, and marriage through the ages*. New York, Springer, 1974.
- Boesky D., *Introduction to symposium on object relations theory and love*. The Psychoanalytic Quarterly, 49 (1): 48-55, 1980.
- Freud S., *On narcissism: An introduction*. S. E. XIV: 73-102, 1914.
- Freud S., *Three essays on the theory of sexuality*. S. E. VII: 135-243, 1905.
- Bak R.C., *Being in love and object loss*. Intern. J. of Psychoanalysis, 54: 1-8, 1973.
- Bergman M.S., *On the intrapsychic function of falling in love*. Psychoanalytic Quarterly, 49 (1): 56-77, 1980.
- Bader E., Pearson P.T., *In quest of the mythical mate*. New York, Brunner/Mazel, 1988.
- Mahler M.S., Pine F., Bergman A., *The psychological birth of the human infant*. New York, Basic Books, 1975.
- Kernberg O.F., *Boundaries and structure in love relations*. J. of the Am. Psychoanalytic Assoc., 25: 81-114, 1977.
- Kohut H., *The analysis of the self*. New York, Intern. Univ. Press, 1971.
- Kohut H., *How does analysis cure?* Chicago, University of Chicago Press, 1984.
- Baker H.S., Baker M.N., Heinz Kohut's self psychology: An overview. Am. J of Psychiatry, 144 (1): 1-9, 1987.
- Norwood R., *Women who love too much*. New York, Pocket Books, 1986.

וצרפיו, ניתנת להבנה לא רק כתרצהה של פנטזיה לא-מציאותית או פגיעה נרkipיסטי, אלא גם כביטוי לכישלון אמיתי של האחד לשפר סביבה זוגית בטוחה ותוכחת עבור השני. לבן ניתן לומר שהמטרה של טיפול זוגי המבוסס על פסיכולוגית העצמי יכול להיות גם בנית מרכיבת זוגית מספקת יותר, בה כל אחד מהוא זולת-עצמם בוגר עבור השני. המערכת כזו כל אחד מבני הזוג חש ביטחון בוגחות השני והערכה. מצידם. בתוצאה מכון, קטן הצורך המתחמי של בני הזוג להיכנס למאבק כוח (כאמצעי הגנה מפני פגיעות), ולהשתמש בהודאות השלכתיות (כאמצעי הבחה של חולשה).

אולם, ברוב הטיפולים הזוגיים המבוססים על גישה פסיכודינמית, גם אם מוכרת שאלת הנركיסיסם, המסקנה שונה. למשל, לסקר (28 עמ' 103) כותבת:

*"Rather than to teach how to be self-objects, it is the job of the therapist to become the self-object. We cannot teach empathy and mirroring."*

היא כותבת, אומנם, על זוגות נרkipיסטיים/గבוליים אך מסקנה מוכללת לכל הזוגות.

פלדמן (26) מתייחס לקונפליקטים בנישאים כנובעים מפגיעה נרkipיסטית וציפיות נרkipיסטיות. לדבריו, לאחר בניית הזוג יש לרוב ציפייה להשתקפות ולשני – ציפייה לאידיאלית. חוץ מהפגעה והאכובה היא התנהגות לא אמפתית. ההתחזרויות הטיפוליות שלו מכוונות, הן להגברת ההבנה האמפתית בין בני הזוג והן להגדלת המודעות לפגיעות הנרkipיסטיביות ולמקורותיהן.

לדעון שכל אחד מבני הזוג יכול להיות מקום בטוח עבור השני קיים יישום מעשי ופופולרי אצל הנדריקס (30). הגישה שלו משלבת רעיונות פסיכואנליטיים שונים עם תרגילים, שיטות להביא לשינוי בדפוס התקשורות המחביל ביחסים הזוגיים. הנדריקס מלמד את בני הזוג כיצד למשתולח-עצמם טוב יותר האחד עבור השני. ייחן שאחת הסיבות לפופולריות הרבה הרבה היא הדגש שהוא שם על בונית הזוגיות כמקור תמייה, כוח וביטחון, דבר שחרס בחיאוריות הקלאסיות.

ניתן לפכם, כי משתי הגישות משתמשת מטרה שונה בטיפול הזוגי. כאשר הבעיות הזוגיות מאובחנות כרמה נמוכה מדי של נבדלות וגבולות חרדיים אצל בני הזוג, המטריה הטיפולית תהיה לחזק את גבולות היחיד ולהגדיל את הדיפרנציאציה הזוגית. כאשר האיבחון יתיחס לכישלון של כל אחד מבני הזוג לשמש זולת-עצמם עבור השני, הטיפול יתמקד בפתרונות הנרkipיסטיות ובבנייה הזוגיות במקומות בטוח.

כל מטפל זוגי יש השקפה אישית על זוגיות, מעבר לנקודת התיחסות תיאורטית. מה שישפיע על גישתו לטיפול תהיה לא רק הבנתו את התיאוריות של פרויד, קוהרט, מהליר או באן, אלא גם ניטין החיים שלו, אמונתו