

התקשרות והחקירה: להתקשר בביטחון

היכולת החופשית להביא אל הקשר הבוגר את מרכיבי היסוד של קשרי היינקוט, היא תנאי לצמיחה.

ה. ג. דיקס

התקשרות: המאבק על הקיום

הילדיה היא נחיתה קשה, אם ננקוט לשון המעטה. רעש, כאב, אור חזק, קורחוות, ניתוק מהרחם החם והבטוח. אין פלא שהתיינוק מייליל. זמן-מה הוא נשאר במצב אוטיסטי-למחצה, עיר-למחצה לשינוי בסביבתו; הא מגיב לシリוגן לסבירתו החדש, ושרוי במצב של נים ולא נים. אם הלידיה והגירוש מהרחם התנהלו למשרין, יחסית, נמשך המצב הआשוני של רגעה והנאה. המירקם הקיומי שלו לא נפגם ולא נסדק.

ואולם, לאט לאט מתברר לתינוק שהדברים השתנו. נותקו מקורות האספקה שלו, והוא נותן סיכון ראשון של מצוקה ומתחיל לחפש קשר. אם הוא מוצא את אמו ומצליח לה חובב את הפיטה אל פיו, שוככת הבלהה וחזר המצב המקורי של רגעה. התינוק התחילה ביצוע המשימה הראשונה והחשובה מכל של יצורי אנוש: את ההתקשרות.¹

כשהורך הנולד משמע את הצעקה הראשונה ומחפש את הפיטה ואת חום אמו, מתחילה המסע הנפשי-חברתי. לתינוק יש תוכנית פעולה חיונית: לגשר על

לשמר על האהבה הזאת

זהו הניטוק שנפערה בכוונה כה מאימת בעת הילדה, ולהתlobber בבטיחון אל מקור החיים המגן עליו והמן אותו. יש לו יפו-כח פנימי להתקיים, ואילו הוא מבוגר

מדובר בנסיבות הקבועים והמוגנים, שטופלו ברוחם באופן אוטומטי, טעונים עתה טיפול ידני; יש תחת אוכל, להחילף חיתולים, להעניק מגע גופני במידה מסוימת, ליצור אוירה של לוויה, ואת כל אלה יש לבצע בכל שעות היממה, על-פי דרישותיו של התינוק. כל עוד הדברים מתנהלים למשרין וכל הזרים מסופקים במחירות ובשלמות, התינוק מאושר, נהנה מהחמיימות ומהנוחות של סביבה נעימה, הדומה מאוד ללביבת ממנה בא. הוא נוגע, מוצץ וובכה, וכל עוד יש לידי מישחו שיודע מה צריך לעשות, התינוק מרגיש שוב שהעולם בטוח, ולא נשקפת לו סכנה בארץ הנכד הזה. ואולם, המירוק המשולם של הקitos נסדק לזמן-מה, והההיסודות הזאת הותירה אחריה עקבות. לאט לאט מתברר לתינוק שהוא יצור נפדי, ועכשו הוא כבר יודע את ההבדל בין הנאה לסלב.²

על-פי המציצה, האחיה והבci של התינוק קל להנית, שהצורך החשוב מכל קיומו הוא הצורך במזון, ואם מأكلים אותו כסדר, הכל בא על מקומו בשלום. אבל לא כך הם פni הדברים. הצורך הקימי החשוב ביותר של התינוק הוא, המגע של הילד כלפי הוריו וקובעת,இזוה מגנון התמודדות יפתח. מגנון זה יקוטב בכל הגופני והרגשי; הוא זוקק למקור מהימן של אהבה ושל הרגעה. במחקר מפורסם שערך הפסיכולוג הארי הרלאו, לקוו גורי קופים והניחו אותם ליד שני "תחלפיים אם", שאחד מהם היה עשוי מחוטי תיל והآخر מבד מגבת רך. גורי הקופים התקשרו יותר אל האם העשויה מבד; הם התרפקו עליה ורצו אליה כשהיו מובהלים, אףלו כאשר יכול רק לקבל אוכל והוא אצל האם העשויה חוטי תיל.³

התקרשות היא הפעילות העיקרית של התינוק בשמנונה-עשר החודשים הראשונים לחיו, לערך. אם הכל מתנהל למשרין, אם ההורים נענים לטינמים שונים התינוק מגיבים עליהם, נותנים לו לאוכל, מחזיקים אותו, מחליפים את חיתוליו ומדברים אליו, מתחתת בו התהווה שהוא יצור נפדי בעולם בטוח, המסוגל ומצויד יכולות לספק את צרכיו. הוא "מתפרק מזמן ביטחון". אולי אין דבר זה מרשים במיוחד, אבל חשיבותו מכרעת. תחושת הביטחון הנוצצת בשלב זהה נותנת את הטון להמשך מסענו בחיים. הרוי זו התשתית לתגובתנו להנאות ולסכנות של העולם.⁴

למרבה המזל, כך מתנהלים הדברים לגבי מחיצת מאיינו, לערך. למרות כל הדרישות, למרות כל הדרישות שלא נענו, כל הביעות האישיות, הסחות הדעת והמשבריהם, למרות מחלת השפעת, והמשאלות שלא מולאו במלואן – למרות כל אלה, האהבה והכוכנות הטובות של הוריהם ובבים משפיעות אייכשהו השפעה מכרעת. ילדיהם מרגישים ביטחון וקשר אל הוריהם; הטיפול בהם, על מעלוינו ומורודתו, הוא, כפי שהתבטא הפסיכולוג ד. ה. וייניקט, "טוב למד".

הסתגלות לליקויים בגידול הילד: מגנון התמודדות

אבל, מה קורה לילדים שהוריהם לא נהגו בהם "טוב למד", שלא היו מוזמנים עבורם תמיד – לא מבחינה גופנית ולא מבחינה רגשית, לא העניקו להם את החום הדרוש, ולכן לא אפשרו להם להתකשר בביטחון, על-פי העריכות, זהה מנת-חקם של שלישי ועד מחצית מכלל הילדים. ילדים אלה אין הביטחון, שאם יתעורר בהם צורך כלשהו, יגיבו ההורם לצורך זהה. הם יוצרם קשר מותן חוסר ביטחון או מותן חרדה. המירוק הקומי שלהם נסדק; הם נותקו מהשמהה המקורית שהיתה בהם.⁵

זה המקום שבו הבעיות מכות שורש, ככלומר: כאן נוצרם מגנון התמודדות הלקיים. התינוקות כמהים אל המצב המקורי של שמחה ושלוה, מצב שאבד להם; הם מנסים לשוב אליו ומסתגלים ככל שיוכלו אל סביבתם הלקوية. בתגובה לדרך שבה מגדלים את התינוק, הוא יוצר לו דימוי פנימי של הורה, והוא קורא "הdimoi"; והוא יוצר גם תדמית עצמית, המבatta את דעתו על עצמו בהקשר של עולמו. התדמית הפנימית הזאת של העולם החיצוני והפנימי, הכוללת תכונות "טובות" ו"רעות" של האני ושל הזולת, משפיעה על התנהגותו של הילד כלפי הוריו וקובעת,இזוה מגנון התמודדות יפתח. מגנון זה יקוטב בכל שלב התפתחותי וילבש, בהתאם לתגובהם ההורם לצורכי הילד, אחת משתי הצורות: תינוק פלוני יתמודד באמצעות צימצום תגבותיו, ואילו תינוק אחר דזוק נזום בתגבותיו; וכן תיזהו על עצמה המושת האבולוציוני העתיקה של דיכוי האנרגיה או התפרצותה, בתגובה לගירויים מסווגים. לשתי התגובהות האלה אני קורא "מינימליום" ו"מקסימליום". מונחים אלה מתארים שני קיטבים של אירגן שנוטן התינוק מגיבים עליהם, נותנים לו לאוכל, מחזיקים אותו, מחליפים את חיתוליו ומדברים אליו, מתחתת בו התהווה שהוא יצור נפדי בעולם בטוח, המסוגל ומצויד יכולות לספק את צרכיו. הוא "מתפרק מזמן ביטחון". אולי אין דבר זה מרשים במיוחד, אבל חשיבותו מכרעת. תחושת הביטחון הנוצצת בשלב זהה נותנת את הטון להמשך מסענו בחיים. הרוי זו התשתית לתגובתנו להנאות

עצמם. אבל קודם נבדוק איך התגובה הזאת בא לידי ביטוי בשלב ההתקשרות.

הילד הנצמד: פחד הנטישה

בתגובה לליקויים בגידול התינוק בשלב ההתקשרות, הוא מסתגל למצב על-ידי היצמדות או על-ידי התרחקות.

אם הורה איננו עקי – לפעמים נהג בחמימות ולפעמים נעדר או קר – הילד יפתח תגובה כפיאתית של היצמדות. הורה זהה, יש שהוא מוטרד בעניין כלשהו, ויש שהוא אנטוכי, עסוק או כועס. מצבי רוחו וЛОוח הזמןנים שלו אינם יציבים, והוא מתנהג בצוורה בלתי צפוייה. אולי הוא מתקשה להיות הורה ולבן מנסה לפעול על-פי כללים נוקשים שקרה בספר; ואולי הוא מספק את השירותים הדרושים, אבל עוזה זאת על-פי לוח-זמן המתאים לו או על-פי גחמותו שלו.

לשמר על האהבה הזאת

יש שהורים כאלה מרימים את התינוק ומאכילים אותו באופן סדר, אבל לא כשהוא בוכה או דרש תשומת-לב, ברור שצרכי הילד מכבדים על החורה הזאת, וכיון שהוא לא נוצר ביטחון בסיסי שצרכיו אומנם יבואו על סיופום, הוא חש שrok אם יבוא בדרישות בלתי פוסקות, "ישאר בחו"ם".
בתגובה לטיפול בלתי עקבי, המוח העתיק של התינוק משמעו אותן אזעקה, ומודיע לו שהוא נתן בסכנתה. כיון שהאמ מגיעה אליו לפעמים, הוא משיך לנסות, מתוך התחששה שם יידע מה לעשות – לצעוק בקול רם די הצורך או מן מושך די הצורך, או להגביד בדרך כל שהיא – יבוא הכל על מקומו בשלום. כך נוצר דפוס של מצוקה, של תגובה בלתי עקבית, של הגזמה ושל ספק, ואלה יוצרים ילד חרד. ילד נצמד חז רגשות דו-משמעותיים כלפי אמו; כיון שהוא זמין עבורי בצהורה בלתי צפוייה, הוא משתדל ללא הרף לשומר את תשומת-ליביה ולמוציא דרך להבאה לידי תגובה; והוא – בזמן הוא כועס על شيئا שאין מספקים את צורך. מחיצת זמןנו הוא בוכה ונצמד לאמו הבלתי עקבי כדי שזו תישאר לצידן, ובמחיצת השניה – הוא דוחה את אמו ומרוחיק אותה, גם כשהתג בת בחביבות. התינוק נתון בדילמה, כיון שהוא גם מקור הכאב וגם מקור ההנהה. הרובד הראשון של הדימוי שלו כולל כבר מרכיבים טובים ורעילים, וכך הוא מניח את היסוד לדימוי השושא של הורה (או כל מי שמתפלב בו). לפעמים הוא חש כאט, פחד וצער, ולפעמים סיופק. כיון שאין הוא מסוגל לחוות בסביבה שנייה תומכת בו בעקביות, ואף לא לשאת לאורך זמן את התחוויות השליליות שייצור אי-הביטחון הזה, הוא מפתח תגובות הgentilites דו-ערניות; והוא נצמד ומתוחיק לטיירוגין, כדי להזוויג את הרשות החרטנים האלה. כיון שהליך מצרכיו באים על סיופום וחלקם לא, הוא מתחילה לפתח גישה דו-ערנית (טובה ורעה יחד) כלפי עצמו.

המבוגר: הטיפוס הנצמד

אם לא חול שניינו במצבו של הילד בילדות המאוחרת או בגיל ההתבגרות, יחול עיכוב בהתפתחותו. הגנותיו חודרוות אל אופיו, ובבגרותו הן נראות כחלק מאישיותו הבסיסית. הוא הופך למזה שקרוי בפי, "טיפוס נצמד". צרכיו הסמיוטים מסתתרים מהחורי אני מזוייף, אך עדין קיימים, ויחד עם ההגנות הנלמדות הם ישפיעו על בחירת בנ-הזוג, על הczifot ועל הדרך שבה הוא ינסה להשיג את סיופוק צרכיו ממנה. התלויה הבסיסית שייפנה הנצמד אל בני-זוגו תהיה: "אף פעם אין לך שני ילדים מינשואים קודמים, באה להיוועץ עמי יחד עם ארוסטה,

אלמה, אם לשני ילדים מינשואים קודמים, באה להיוועץ עמי יחד עם ארוסטה, קיבל בעסק לתוכנות מחשבים. בסופי השבע, כאשר היו תמיד יחד, הייתה אלמה מושחתה ומאושרת, ולדבריה, נגה בה ויל, על-פי רוב, בחמימות ובאהבה. ואולם, לעיתים קרובות הוא היה שקווע בעביעות של העסק שנאבק על קיומו, ביחס במווצאי שבתוות, לפני שבוע העבודה החדש. כיון שהlama הייתה רגישה מאוד

לנושא הנטישה, הייתה שוקעת בדיאון כל מיד כשהיפה ויל את תשומת-ליבו לעברותנו. "בכל פעם שהענינים מסתדרים בינינו, אתה מסתלק", הייתה מתלוננת, וכיון שהוא השתקף הזיכרון של הורה ה"רע" או הבלתי עקי. לעיתים הייתה בוכה ופונה אליו כדי לוודא אם אומנם הוא אהוב אותה, והיתה שואלת אם הוא רוצה באמת להנישא לה. כאשר הצליח ויל לנחם אותה, הייתה הופכת שוב ליצר מני ומאושר והיתה מציאה שילכו למיטה; בזמן קצר היא נאחזה מחדש בהיבטים ה"טובים" של הורה. לעיתים לא היה אפשר לנחם אותה; היא הייתה נתקפת פרצוי ועם, צעקה ומשמעה את תלונתה הקבועה: "אף פעם אתה לא נמצא לידיו שאנני זוקה לך". ויל פחד מפני רגשות עזים, גם גשותיו שלו וגם רגשותיה של אלמה, ולכן היה נרתע עוד יותר; אלמה הייתה שועטת למיטה וэмבקשת ממנה לישון בחדר אחר. כשהיא הולך לעבודה ביום המחרת, הייתה נבහלת מאוד ומתקשתות אליו בשעה עשר וחצי כדי לשאול אותו מה מעשי. אם היה לו זמן לדבר – נחה דעתה, אבל אם היה עסוק ומרוחק מבחינה רגשית, הייתה טורקת את שפורת הטלפון. אז היה הוא מתקשר אליה ומרגיע אותה; אבל בטרם היה מנוח לו לסייע את השיחה הייתה דוחה תדרשת תמיד שיתקשר אליה בהפקת הצהרים. כאשר עשה זאת, נהגה ככלפו בירוחוק או טענה שהיא עסוקה מכדי לדבר, והותירה אותו במצב של בילבול, מבלי לדעת מה היא רוצה ממנו.

לפניו התנהגות אופיינית של טיפוס נצמד" (ויש טיפוס "מינימליסטי"). אלמה אינה מתקדמת עם הזמן; היא לכודה ב"הזה" נצחית ונוקטת פיתרון שללא היו ייעלים גם כשהיא בת שנה וחצי, אם כי אז הם עוזרו לה לשוד. עדין היא אומרת לעצמה: "אני בטוחה שצרכי יבואו על סיופום. אני טובה, אבל הזולת (הורה, בן-הזוג) הוא רע. אני אציך לבן-זוגי עד שהוא יספק את צרכי". אבל ברובע עמוק יותר של תות-הכחלה, מנגנת השקפה אחרת שנותרה לפניה מוחלדות: "כיוון שיש לי הרצאים האלה, אני רעה. לא אוכל להניח לו לספק אותם". אין פלא שוויל מבולבל. וכודרכם של הדברים האלה, בחורה לה אלמה כמונה בן-זוג מרווח מבחינה רגשית, טיפוס "מרוחק" ("מינימליסטי").

הילד המרווח: הפחד מפני דחיה

ש הורים (או מטפלים) שהם קרימ מבחינה רגשית תמיד, ולפעמים אף אינם זמינים כלל עבור הילד. לגביםם, לא צריכים של הילד מהווים מעמסה, הילד עצמו הוא בבחינת נטול. הורים כאלה מגדלים ילד מרווח. שלא כמו הילד הנצמד, הילד המרווח פחד מקשר שהוא זוקק לו כל-כך, משומש שכל נסינותו להתקשר גromo לו יסורי נשפ. בגיןו לנצמד, הפחד מחותור קשר, הילד הזה סובל מקשר עצמו. לכן, ההגנה המקובלת עליו היא "לא להתקרב" אל אמו, משומש שאם היא נמצאת בכלל בשטח, הרי היא מדוכאה, אדישה ומרוחקת מבחינה רגשית. כיון שהיא פחדת מהאחריות של גידול ילד והוא שקווע בעויה ובעינוייה שלה. היא דוחה

לשמור על האהבה הזאת

אוונו מבחינה וגישה. וכיון שהקשר אינו מביא הנאה, קבלה או סיפוק צרכים אלא רק טבל וגבש, מחייב התיינוק החלטה: להימנע מקשר בכל מחיר. "אני רע, האובייקט (ההוראה) רע, הצרכים שלי רעים". זאת המסקנה שהיא מסיק, והמסקנה הזאת מובעת ב"דימוי" שלו – ההוראה הוא רע, מצד אחר נתקנת בו התדמית של עצמו כיצור בעל צרכים, וכך – רע. ההיגיון הזה מוביל לתגובת הגנה עילית, אם כי פרימיטיבית: "אין לי צרכים". ההוראה דחה אותו, לכן הוא דוחה את ההוראה, ולבסוף יזכה את מקור החיים שלו. אין הוא בוכה; כשםיכים אותו הוא נראה מרווח. נראה שלא איכפת לו אם מוחיים או אם מדברים אותו. אבל בעוד הצרכים הוטטו מהתודעה, המוח העתיק נשאר דרך קבוע במצב של אזעקה, כי הצרכים המוחשיים חיווים לkiem. כדי להשתיק את קול האזעקה, הילד המרווח מודים את גופו ומרוקן את גושתו, ובכך הוא מצמצם עד למינימום את אנרגיית החים שלו. וכך לבסוף אותה כליל, הוא יוצר לו אני מזוייף, לכורה עצמאו, אבל בעצם, תלי תלות-נגד. הבורות מעריצים את העצמות הזאת, אבל למעשה הוא זו לו מבודד בקונכיה שלו, ונחש בעדתו להימנע מכאב הדחיה.⁶

ילדים מרווחים אינם רבים לבוכות, ונראה שצרכיהם אינם רבים. הם לוקחים את מה שניין להשיג ואין מבקשים יותר. לעיתים קרובות האם גאה בילד ה"טוב" שלו, כי לדעתה, תלותו של ילד בהורי אין עימה ואינה נוחה. התינוק המרווח, הפועל מתוך הפחד מקשר, כאילו אומר כך להורה: "אני זוקק לך כדי להסתדר, אני מטוגן לדאג לעצמי יפה מאוד". והאמת היא, שהוא אכן מטור יוש.

המבוגר: הטיפוס הנמנע

מה שקרה הילד הפעיל מתוך תלות כפיתית, קורה גם לידי הזה; אם הדפוסים הללו אינם באים על תיקונים בסוף הילדות או בגיל ההתבגרות, (והסבירו לכך קלש, חוויל וחזרות אינם משותנים, בדרך כלל), הם יבואו לידי ביטוי בקשרים הזוגיים של המבוגר. הילד הזה יהפוך למאה שקריו בפי, "הטיפוס הנמנע". ויל, ארוסה של אלמה ה"צמודת" שתוארה קודם, הוא דוגמה טובה לטיפוס כזה. כפי שציינתי, הנעים נוטים להתחבר אל הנעים מסווגים כזו. אין זו אמת שלנמנעים אין צרכים, אלא שהם יותר על סיפוק הצרכים מובנאות. אין זו אמת שלנמנעים אין צרכים, אלא שהם יותר על סיפוק הצרכים האלה להפני זמן ורב, וגם איבדו את הקשר עם רצונותיהם. הם קברו חלקים גדולים מתוך עצםם, ביחסו את החלקים הרוגשיים ואת יכולת השמחה וההנאה הגוףנית. הצורך הסמוני שלהם בקשר גורם להם לבחור בני-זוג הזוקרים מאד לקשר; וכך זוכים הנמנעים בקשר, למרות שברמה המודעת הם מכחישים את הרצון הזה. לפיקך, אין להם צורך להתקבר אל בני-זוגם, כי הצורך העז של אלה בקשר מספק את הצורך המוחשי של הנמנעים. ולמרות זאת, הקשר גורם לנמנעים סבל. כפי שראינו אצלו ויל, הצורך של אלמה בקרבה גם משך את ליבו וגם גורם לו רצון עז לבזח ממנה.

הפואל הראשון של "הdimoi" – הדוד שבה גידלו אותך בילדותכם

בפגישתם הראשונה איתני, הייתה אלה כמעט כמעט מושב זעם: "אף פעם אתה לא מזקраб אליו"; נדמה לי שאתה לא רוצה לגעת בי. אם אני לא מצלצלת או מבקשת מך לצלצל, אני לא זוכה לשם מך. אם לא הייתי עשויה תונכיות לסוף השבוע, לא היינו עושים כלום; אתה היה יושב ליד המחשב ומשחק או מתעסק ענייני עבדה. נדמה לי שאתה לך בכל רגשות או צרכים, ואף פעם אתה לא נמצא לידי כאני צריכה אותך".

תגובהנו של ויל היתה צפופה. "אני לא יודע על מה את מדברת. אני כאן. פשוט ש לך יותר מדי צרכים. (הוא השליך עלייה את הצרכים המוחשיים שלו על-ידי הרמן, שהוא איינו זוקק לשום דבר). את לא מרצה ממש דבר שאני עושה. כשאנחנו יחד, יש לך כל-כך הרבה תלונות. מי רוצה לשמעו דברים כאלה כל הזמן? הוא משקף את ההוראה והקור והודוזה שכך נגה בו בילוון"; את הדברים האלה אמר ויל ללא רגש, וממשיך לדבר בהיגיון קר: "מדוע יש לך כל-כך הרבה בעיות? מדוע אנחנו לא יכולים להיות יחד בילי לריב כל-כך הרבה? וחוץ מזה, לא צריך להיות יחד כל הזמן. כל-אחד צריך לפחות פעמים להיות לבד. מדוע אתה לא מסוגלת להציג נוח עם עצמן?" כל הדברים האלה נאמרו בגעימת קול חוגונית.

הצורך בקשר מהימן לעולם איינו נעלם, אבל מידת הצורך נקבעת על-פי המידה שבה הוא הוכחש ביכולות. רופא המשפחה יודיע, שהחלק היעיל ביותר בטיפול היא הטפיחה על השם ודברי העידוד: "תתקשרו אליו ב�отר". בעבודתי הטיפולית אני רואה איך ערך יש לעובדה שאני זמין עבור מטופלי, והם יכולים לבתו בכך. לעתים ורבות מארט מטלפנים אליו בעניינים דחופים, ולעתים הסבה לך היא, שמטופלי יודיעים את מספר הטלפון ביתי והם רשאים להתקשר אליו בשעת הצורך; עצם הידיעה הזה נסכת בהם ביטחון.

אצל הטיפוס הנמנע, הצורך בקשר הוא בבחינת רעב סמי. אצל הנצמד – הוא בגין דרישת בלתי פסקת. הנצמד בעל הגישה הדו-ערבית והמנע המרווח מצאו להם דרך לפצות את עצם על חוסר המהימנות של הוריהם, אבל בכך הם סיגלו להם דפוס בעל עצמה שליטה אותם כל חייהם. אם נסיוון חיהם לא ישתחנה מסיבה כלשהי, ייהפוך הדפוס הזה להתנהגות קבועה; התינוקות יגדלו וייעשו למבוגרים שקפאו בתוך דפוס של היצמדות או התרחקות.

פסק זמן: הטיפוס המינימליסטי והטיפוס המקסימליסטי

נראה איפוא שהטבגע, שבו שולט יציר הקיום, ציד את מערכת העצבים שלנו בכלים שבעורתם נוכל להסתגל אל האכבות המסתכוות את היינו בכל שלב משלבי התפתחותנו. לצורך החסגולות הזאת עליינו בחור דרכ, אחת מהשתיים: לצמצם שראוינו אצלו ויל, הצורך של אלה בקרבה גם משך את ליבו וגם גורם לו רצון עז לבזח ממנה.

לשמר על האהבה הזאת

סיפוקם, אנחנו בוחרים באחת משתי הדריכים הללו, הכל לפי המבנה הגנטי שלנו ולפי התיאחותם של הורינו אלינו. בדפוס המשלים הזה יש סימטריה מופתית, המופיע בכל שלבי התפתחות. לפניו שנעבור אל שלב ההתקפות הבא, הקורי שלב החקירה, אני רוצה לעצור כאן ולדעת בדפוס הסתגלות ההפוך הזה, המופיע ברצף בכל שלבי התפתחות והחברות. ללא הבדל, מהו התיסכול או איזה שלב-התפתחות הוא מופיע, יש מי שתגובתם לתיסכול הזה מוגמת ויש מי שתגובתם מצומצמת. המיללים שלנו בשעת סכנה. ההגמה או הczmots ברשותינו הם ביטוי לצרף הקיום שלנו, האומר לנו בשעת סכנה לבטום אנרגיה או לשחררה; והדבר מתבטא בהתנהגותנו בקשר החוגן.

הטיפוס "מקסימלייטי" הוא אדם פועל, הנוטה לבטא את עצמו ואך להתרץ; הוא נוטן פורקן לאנרגיה הרבה שלו ונאבק כדי להשיג את רצונו. וכך, הטיפוס "מינימלייטי" הוא אדם פאטי, כמעט לא פועל, הנוטה להתכנס בתוך עצמו כדי להימנע מסכנת הניטה – נטישה ממשית או רגשית.

אם נתבונן שוב בטיפוס "נצח" נראה, שבילדותו הוא למד להשיג את מבקשו באמצעות בכיה, צעקות, אחיזה ולפיתה בידיו, ומעולם לא ויתר. הוא הגיים בהבעת רשותיו והגביר אותו, בתקווה ליזמות בתגובה, ותהיה זו לא בטוחה ולא עקבית ככל שתהיה.

אצל אלמה אפשר לראות דוגמה לשנטיה הזאת לובשת אצל אדם מבוגר. ננגד זה, הטיפוס הנמנע ויתר בילדותו; הוא נסוג אל תוך עצמו, לעיתים רוחקתו בכה, והתחחש לצרכיו. הוא צימצם את רשותיו ועצר אותו מתוך תחשוה שמאציו אינם נושאים פרי. ויל הוא דוגמה לטיפוס "نمגע".

בכל שלב בהתפתחות, הילד מגיר או ממצמצם את רשותו, אף-על-פי שבכל שלב המניעים לכך (ותמידה) שונים. זיכרו את תופעת כדור השלא; ככל שהלב הפסיכה הראשונית מוקדם ופרימיטיב יותר, כך גברות מידת ההגבירה או הצימצום. לפיכך, ילד שנפגע בשלב ההתקשרות יהיה הרבה יותר פאטי מילד

שניזוק באחד שלבים המאוחרים יותר, שלב החקירה או התעניניות בזולות. לראשו הבחנתי בעומקה היחסית של המינימליים ושל המקסימליים בכתית ההכשרה שלימדתי בה. הראייה לחניכי קלטות וידאו, שראאים בהן זוגות המנסים לשנות את התנהגותם באמצעות תיסכול, על-פי בקשת אחד מבנייהו. הקלטה מראה אדם המביע תיסכול ומבקש מבן-זוגו לשנות את התנהגו הלא רצוייה. השניים קבועים להם דרך ולוח – זמנים לbijoux השני. באמצעות הקלטה רציתי להראות לחניכי כמה קשה, לפחות, לגיעו את בני-הזוג לעבד את הדברים. (את המינונות הזאת תלמדו בהמשך).

הזוג הראשון התנהג בפראות ואייבד את השליתה. האשה צעקה והטיצה אשמתה, כולה אש וגופרית. הגבר התעקש יותר ויתר, סייר לדבר ומעט יצא מהחדר. הפט לא היו מסוגלים לבצע את המשימה. ואולם, הזוג השני שנראה בקהלת, נהג בשלווה ובהיגיון; בני-הזוג הצליחו לשתחם פעה, לקבל הצעות,

לבוש את הensus ואת הרצון להאשים, וללמוד ולתרגל את המימוננות של שינוי – ההתנהגות.

כשפתיים בקהלות הוידיואו, וכוחתי ששתי הנשים היו מהסוג ה"מקסימלייטי" ושני הגברים היו טיפוס "מינימלייטי". האשמה הראשונה הייתה תוקפנית ונגהה בחוסר היגיון; בעלה הסתగר והשתתק יתיר יותר, והם לא הצליחו לבצע את משימות; בעוד זאת, אצל הזוג השני לבשה הדינמיקה הזאת צורה מותנה יותר, ולא הפרעה להם לחקד. אומנם, גם כאן הייתה האשמה דברנית ורגנית וסתה מהעוני, והגבר היה שתקון ועוצר, אבל הם הצליחו לבצע את המשימה; הם היו אדיבים זה כלפי זה, ולבסוף יצאו נשקרים.

הבדל בין שני הזוגות נועד לעבודה, שאצל הזוג הראשון הייתה הפסיכה בשלב ההתקשרות (ולמרות זאת, נילו אליה החסתגולות המשלימות), והוא עסוק בבעיות של גיל שנה; הזוג השני לעומת זאת, נפגע בשלב היכולת, שלב בן שעש שנים. אצל רוב הזוגות, אחד מבני-הזוג הוא מושלח-רטון בה במידה שהאחר עוזר; הכל כאן ייחסי.

אני רוצה להזכיר, שלא כל הנשים הן טיפוסים "מקסימלייטיים" ולא כל הגברים הם "מינימלייטיים"; אם מודדים את הדברים באופן סטטיסטי, נדמה שהמין קובלעת פני הדברים; אבל בעצם קובלעתו החיבורית, הדרך שבה מלמדים בתוכנותם דרכי התבatement לנשים ולבנים. בעבודתי ראייתי כמה מקרים שבהם התהפקו היוצרים. נכון גם שבתרבותינו מעריכים אנשים הגיוניים ומאופקים, וכן הטיפוס "מינימלייטי", שהוכיח את רשותיו ואת צרכין, עושה רושם טוב והוא מתקבל יותר. הטיפוס ה"מקסימלייטי" – הרושני, המגינים, המאבד את השליטה – עושה רושם רע יותר, אבל בעצם, מצבו טוב יותר. אולי התנהגו אינה מוקבלת על הבריות, ואולי אין הוא מושיג באמצעותו את דצונו, אבל הוא מונתק מאוד לרשותיו ולרצונותיו. אולי ה"מינימלייטי" מצליח יותר, אבל הוא מונתק מאוד מרגעותיו; הוא הוכיח חומר רב מאוד, עד שהוא לו המודעות לרצונותיו. בטרם יוכל פתרור את בעיותיו, עליו להכיר את רשותיו.

תגובהם של ה"מקסימלייט" ושל ה"מינימלייט" להחצים סביבתיים כוללת מרכיב נוסף: מרכיב הגבולות; מדובר בשאלת, באיזו מידת הגבולות שלנו נוקשים או גמישים, איפה אנחנו מסתימים והאחים מתחילה. לטיפוס ה"מקסימלייטי" יש גבולות חזוניים ופנימיים מועטים; קשה לו להפריד בין המחשבות, הרצונות והדיעות שלו לבין אלה של האנשים הסובבים אותו. כיוון שהוא נתון להשפעות נוח להתרשם, אין הוא יודע מה הוא חשוב. הוא חותר אל רשותם של אחרים וחודרים בנקל אל רשותו. לדוגמה: אלמה נהגה להפריע בקביעות לול שדייבר בטלפון, ולא היססה להתקשר אליו למקום העבודה ולהפריע לו בעבודתו. היא נהגה לישר את עניבתו ובו-בזמן להגיד לו מה הוא מרגיש. לטיפוס ה"מינימלייטי", לעומת זאת, יש גבולות ברורים ונוקשים, והוא מקשר כל דבר אל עצמו; אין הוא מסוגל לשים את עצמו במקומו או להבין את נקודת מבטו. אף-על-פי שלאימה הבחירה הטיב את מצוקתה, לא הראה ויל כל השתפות בסביבה ולא הבין את מצוקתה. הוא לא היה מסוגל לגלוות רשות כפיה או לומר לה

לשמר על האהבה הזאת

ברגש: "הפחדים שלך מצעררים אותי" או: "אני אהוב אותך". הדבר הרגשי ביותר שהצליח לחשיך מפיו היה: "את יודעת שאתה אהוב אותי. חסר לך מהו? הוא נהג להמעיט בעורך רגשותיה ואומר לה שהיא זוקה לעוזרה – אבל לא הצליח לה את העוראה הזאת. כינן גבולות אישיים נאותים הוא משימה חשובה מאוד בכל שלב, אבל חזיבתו רכה במיחוד בשלב הזהות, כאשר תפקידנו הוא ליצור תחושה ברודת של עצמנו.

תרגיל 5 א'

האם נפגעתי בשלב ההתקשרות?

לפעמים אנחנו מתקשים להתחקות על שורשיהם של פצעינו באמצעות זכרונות הילדות, שבמקרים רבים הם מעומעםים ובלתי אמינים. לעיתים קרובות علينا להסיק על פצעינו ילדותנו מניסיבות ההווה וקשרי העבר. הטבלה שלהן מסכמת את התגובה לליקויים בגידול הילד בשלב ההתקשרות ואת דרכי ההשתగחות הנובעות מהתגובה הזאת, במיוחד בקשר לביעות בקשר הזוגי.

הപאל הראשון של "הdimoi" – הדורך שבה גידלו אתכם בילדותכם					
דרכי השתגחות לפציעה בשלב ההתקשרות					
5	4	3	2	1	הטיפוס הנמנע: "מינימלייט", גבולות נוקשים
					פחד בסיסי (פצע): הקשר עולול להביא לידי דחיה רגשית וגופנית, לאובדן אני בניגל קשר עם הורה (בן-זוג)
					מסר פנימי: לא להיות
					אמונה בטיסטית: אין לי יכולות
					אמונה לגבי הקשר: אם אום איתך קשר, אפגע
					דימוי בן-זוג: טובעני, נזק
					היחש אל בן-זוג: מרוחק; נמנע
					בעיה בטיסטית: קירבה יתרה; רגשות רבים מדי; אנדרלמוסיה גדולה
					תיסכול אופני: אתה שונה אותי; רגשותיך מוריים מדי
					הרגשה חוזרת ונשנית: פחד וכעס
					התנהגות במצבי קונפליקט: רצינליות מופרזה, ימוניות; התרחקות פאסיבית/אגרסיבית, קרירות
					אתגר של צמיחה: להכיר בזכותו האמיתי; ליצור קשר רגשי וגופני; להביע רגשות;
					להגבר את המודעות לגוף, ואת הקשר החושי עם הסביבה.

5	4	3	2	1	הטיפוס הנמנע: "מינימלייט", גבולות לא ברורים
					פחד בסיסי (פצע): פרידה ונטישה; לאובדן אני בעקבות לאובדן הקשר עם הורה (בן-זוג) מסר פנימי: אל תזדקק לי

החוקרים: פרש אחים עם העולם

עכשו אנתנו עוגרים אל שלב התפתחותי המובן פחות מכל שלב אחר. לאחר שהתינוק בטוח במקור האספקה שלו, הוא להוט לגלות ולחקור את העולם. בשלב החקרתי, הנמשך מגיל שמונה-עשרה ועד גיל שלוש, משימתו של הילד היא לעזוב בביטחון את אמו ולהתחליל לתפקיד בכוחו עצמו, מתוך תחושת ביטחון שהוא יכול לחזור אל בסיס חם ואוהב. לשון אחרת: מטרת ההתקשרות המוצלחת היא, באופן פראודוטלי, ויכולת להיפרד.

שלב זהה נגנו לקרוא, שלב הפרידה והעצמאות, כי החשו שהילד רוצה להינתק מאמו וכי ה"לא" שלו מעיד על רצון להיות לבדו ולהשתחרר משליטת האם. אני סבור שהדרישה הזאת מוטעית. אין לילך דחף לעצמאות או לניטוק, אלא לש לו דחף לחקר את העולם. אומנם הוא ניתק מההורה, אבל אין הוא מבקש לו עצמאות. כאמור הוא נקרע בין הקסט החדש של העולם לבין הצורך לוודוא שגם מומנת עבورو מיד. הוא רוצה לעזוב אותן, אבל ורק בתנאי שבשובו, הצל ישר בפי שהיא. ואף-על-פי שהוא ניתק מאמו, אין הוא נפרד ממנה. עדין הוא זוקק לקשר אליה; הוא מביט אל מעבר לכטיפה כדי לבדוק אם עדין היא מצאת בקירבתו, או חוזר בחזרה כדי לוודא שהיא לא נעלמה בהיעדרו. אפשר להבהיר מודע התיחסות לא נאותה בשלב ההתקשרות משכשפת את יכולתו של הילד להזכיר בביטחון.

בשלב זה, הילד מנהל פרשנות אהבים עם העולם; הכל חדש ומעניין. הוא מעין ייבור היוצא למשמעותו. הוא תוחב את אצבעו לתוך השקע החושמי, אוכל את משותת השנינים, משחק בצוואה, ללא מעצורים ולא שיפוט. כאשר הוריו בולמים את פעילותם, המכחאה שלו אינה מבעה מרוי, אלא תיסכום על ההפרעה בחקירותו. הוא עושה דברים בגיבבה ובעורמה. אתה אוסר עליו לאכול את כל השוקולד, אבל גורגן שהפנית את גבך הוא חוטף ומחסיל את הכל; הוא מטפס על הגדר האחוורית שהבסת את מבטן, וומרם להיכנס אל החדר שהכניתה אליו נאסרה. דרךם של ילדים, הוא מסרב ללבת לישון בשקט. הוא רוצה עוד וחוויות, עוד שעשוויות, עוד סיפור. אין הוא מוכן להחמיר שום דבר. מה שנראה בעינינו כביטוי של מרוי, הוא עדות לדחף החזק לחקר ולהתנסות, ולתיסכום הנגרם ליד כאשר מפיערים לו לממש את הדופף הזה.

אם נתבונן בשלב הקשה הזאת מנקודת מבט זו, תשתנה כל התמונה של הילד הגדל. הילד חוקר ולאו דווקא מתמודד. הוא מתנגד כאשר מגבלים אותו בביטול סקרנותו, אבל אין הוא עצמאי כלל. הוא צריך לתדלק את עצמו מחדש לעיתים קרובות. צריך שהוא יהיה מסוגל ללכט מהאמם בכחוות עצמו, אבל הרצון בקשר בשאר בעיניו. אנחנו מטבחנו קשורים בזולות, וכל חיינו זקוקים לקשר. הצורך הזה אינו נעלם. ליתר דיוק נאמר, שሞיע צורך שני: ללכט ולשוב, ולמצוא שהדברים שארו כפי שהיו בעת שעוזבונו. אפילו המנהל העובד בול טרטיט וויצו בבורק עבדתו כדי להניע ולטפל את העולם, רוצה לחזור בעורב אל בית החמים ובטווח,

לשמור על אהבתה הזאת

בעוד החומר של הפרוק הזה עדין רענן בזיכרונכם, נסו להעירן, באיזו מידת מתואימים לתיאורים שבittelת. והעירנו את עצמכם על-פי סולם הנע מספר 1 (בכלל לא אני) ועוד 5 (כן זה בזיהוק עצמו). זכרו, שרובנו נפגעים ב מידות מה בכל השלבים, אבל בעיקור אנחנו נפגעים בשלב מסוים אחד; בשלב זהה אנחנו נתקעים, ואת הפגיעה הזאת علينا לתקן במסגרת הזווית. אולי גם יתרדור לכם שנשווינכם עם בני-זוג שונים מטישש את הבדיקות, כי אנחנו נתונים להיות שונים עם כל בן-זוג. אבל כאשר תבדקו את עצמכם בכל הطالות, תבחןנו בדף קבוע. אל תחרכו בשלב מסוים אחד, אלא נסו לקבל רושם כללי מהפגיעה שלכם ומדרכי הבניה שיבחרתם כדי להתמודד אליה.

ההגנה שבחורטם כדי לה证实 דמיון זה. טבלה דומה לזו תוצג לפני כל שלב בהפתוחות, ולבסוף יתנו לכם תרגילים מתאימים. הכהנה לביצוע התרגילים הזה, היוצרים במה שקראותם על התחששות. לפני שtotkaro את התרגיל, עיניכם את עיניכם לכמהDKOT, הירוגם ומה נסימות עמוקות. נטו להסביר אליכם את התחוות הגופנית והנפשית של התקופה הזאת בילדותכם, ואת התחוות של קשריכם הקודמים.

לשמר על האהבה הזאת

כפי שאומרים: "אני חולק על מנת לחזור". כאשר הילד מנסה לחקור את עולמו, הוא אומר פתאום "לא" לגבי כל דבר, לעיתים בשיריות-לב, לכארה. האם הנבונה מעודדת אותו להמשיך ולחזור, כל עוד היא יודעת שהוא בטוח. היא מציבה לו גבולות הגנה, אבל אינה מטילה עליו הgalilot שריורתיות ובلتיה נוחות. אין היא חוששת מפני הביטחון העצמי החדש שלו ומפני החלטתו הנחושה להתרחק ממנה, וכך אינה מוטדרת בגין נתיתו לעשות את החיפוף ממה שנאמר לו. היא מבינה שהאסטרטגיית הזאת דרישה למיניהם. היא יודעת שהוא קצת עצבני בגלל שיטוטיו, ולכן מבטיחה שתחכה לו ותשמה לדרכו, והיא מקשיב לסייעו הרופתקאותיו כשהוא חוזר.

עלולים לא אשכח את בני האנטרו, שבגלל שניםים ירד מעלה ברכיו ויצא מהסלון אל חדרו, כדי להביא משם איזה צעצוע. לפני שיצא מהחדר הביט אחוריית כדי לראות, אם אכן אני נמצא במקומי. כיוון שהלכתי לשולחן הכתיבה להחת משחו, הוא רץ חזרה והחזיר אותי אל הספה, יצא שוב והתבונן אחוריית כדי לראות אם ישארתי במקומי. הוא לא הספיק לצאת מהחדר – וכבר חזר, הכניס את רשו בתפתח, חין ופקד עליו: "זישאר שם".

בשני משפטים אפשר לסכם את מה שהילדים רוצחים בשלב החקירה: "כשאני הולך, אל תdaggo לי" (כלומר: אל תגביו את קרכנותי) ואל תdaggo אותי תהיי במקומות כאשר אתה איזו". הילוים ורוצחים לכלת דרכם, ולחזור ולמצוא את הוריהם בדיק במקומות שבו השאירו אותם, לא בחזר או בחדר האמבטיה ולא שקוועים בחלומות בהקץ. אבל גם כאשר יש להורים הכוונות הטובות בייתו, הדברים משתבשים, לעיתים. כך אריע ליאחרונה עם האנטר ועם לא. לקחתו אותם לרכיב על אופניים בסנטוריאל פארק; יש שם שביל ארוך המקייף את מיגרש המשוחקים. במקומות לשבת בעיד השביל, כפי שהנגתי תמיד, החלטתי להפעיל את שריריו וללכט במהירות מאחוריהם. מובן שלא יכולתי להדק את קצב אופניים; מוקם שעקבות ובכויות נואשות. הסתובבתי מעבר לפינה וראיתי את הילדים מודיעים על אופניים, מביטים סבבים בבהלה נוראה ובוכים; רצתי והשוגתי אותם. "איפה הייתה?" ילו, "זובת אותנו!" הם הלכו לחקר את השיטה, וכשחזרו – לא היותי במקומות, וגם כשלוא ואו אוטו – היותי חיבר בקרבת מקום. אמרתי להם שאני מצטער על שלא אמרתי להם שאני יוצא לטויל רגל. אבל איפה הייתה? אתה לא הייתה במקומות ולא אמרת לנו כלום! הם המשיכו להביע את פחדם ואת כעסם, כדי שיוכלו לשאוב ממי ביתחון. "בעפם הבהה תניד לנו, נכו?"

"כמובן", אמרתי, "ואם אתה עף, אתה ישב על השביל כדי שתוכלו לראות אותי, ואקרוא לכט בקהל כשתחשובו, כדי שתדעו שאני איתכם". אחר שלוש או ארבע דקות נרגענו, כי ידעו שבדרך כלל אפשר לסמוך על אשתי ועלי. הם רכבו להם שוב ואני בילוי בעניינים. הילדים יכלו להיעם הביתה; הם היו בפרק פעמים רבות והם יודעים לפנות

אל שוטר ולומר לו את כתובותם. אבל לרגע אחד הם נסגו אל התלות של גיל שנתיים. ואולם, הילד בן שנתיים עוזין אין יכול לעמוד במצב זה; אם הוא חוזר אל המקום שבו עוזב את אביו והאב הולך לחדר האמבטיה, הילד בוכה, ואם האב אינו חוזר מיד – הילד נמצא במצב קשה. הצורך לחזור ולהזoor אל אותם הדברים שהשארנו לאחרינו, זהה בגיל שיש או בגיל ארבעים ושש.

הילד המתפרק: הפחד להיטמע

כאשר אין מתייחסים כראוי אל שלב החקירה, נוטים הילדים להתרחק מהוריהם או לפחות גישה דו-ערכית כלפים. אם הורה מגונן על הילד יותר על המידה, או מגביל אותו מאד בשיטוטיו, אם הוא בולם אותו הולך מהרגע שהוא מתחילה לכת, מחזיק אותו על ברכיו ומונע ממנו גישה אל העולם, הילד מרגיש שחוקקים אותו, ומתפרק מההוראה. הדבר קורה לעיתים להורים שאינם בטוחים בעצם או חודדים לגבי עצמם. אבל, על-פי-רוב, זה קורה להורה המרגיש שנטשו אותו, והוא זוקק הילד כדי לחוש תחושת קשר. אם האם אוחזה בילד ברגע שהוא מתחיל לוח, הילד המתפרק לא ירצה לחזור אליה, מחשש שהוא יתשלט עליו.

יש ילדים המגיבים אחרת: כלפי חזם מסתגלים אל צרכי האם; הם חוזרים אליה בוגרים, (שהרי הם זקנים לה) אך לא בונפם. הילד עוזני זוקק לנוכחות הנוסכת ביטחון של אמו, ואני מוכן להתרחק מוי בשיטוטיו; הוא משחק לו בחדר בפניה המרוחקת ביותר מהאם, או שהוא נמצוא בטוחה שמיעה ממנה, אבל לא בטוחה חיבור. אמנים הוא נינש אל אמו, אבל מתייחס בחשדנות אל הבלתייה. במוחו היא מצטיירת ליצור רע וטוב אחד. בגיל הזה, אין הוא מסוגל לחשב בצורה דו-ערכית זאת ולכנ, כמו הטיפוס הנצמד, הוא סבור שהיא "רע" כאשר היא מגבילה אותו, ו"טוב" כאשר היא מנicha לו לשוטט; במוחו נתקק "dimo" שסוע. כיוון שהוא חש ביחסו החלילי כלפי מרדנותו, מתחיל גם הוא להתייחס בשלילה אל התכוונה הזאת. הוא חשש להפסיד את אמו, על כל הכרוך בכך, ולכון, האסטרטגיה היחידה שהוא יכול לנוקוט כדי שלא להפסיד אותה, ובו זמן גם למנוע את השתלטותו היא, לצית לה כלפי חזם אבל בתוך תוכו למزاد בהגולותה. והנה לפניכם תיסמנות התופעות והכינעה. זה הילד המניח לאמו להרימו, אבל מסב את פניו ממנה, לבל תנסחו. התroxketot זו היא כורה מיוחדת של תגובת הטיפוס ה"מינימיליסטי" בשלב החקירה. הילד מצמצם את רגשותיו כדי להתפרק מכוננות ההשתלטות וההטמעה של אמו. והצדע שהוא נוקט כדי להגן על עצמו מפני היטמעות יוצר אצלו גבולות סגורים ונוקשים.

על פיו השטוח דומה הילד המרוחק ליד המנותק של שלב ההתקשרות, אבל יש בינוים הבדל אחד גדול: הילד המנותק לעולם אינו מתקרב ולעולם אינו מבקש דבר עבור עצמו. את חוויותו הוא שומר לעצמו, כי הקשר עם הזולת מכאי וכורע בחיה. לעומתו, הילד המרוחק עבר את שלב ההתקשרות בצורה נאותה; הביעות

"אבל תמיד יש לך זמן להיות בחברת העזרה שלך. אם אני רוצה לצאת לאכול ארוחות-צחאיים, אתה עסוק מדי. מי לא היה מKENAI כל הידעו לי, יש לך רומן מהצד".

פטר התרגן, אבל התנהג בקרירות ובלבולה. "אין לי שום רומן. בכל פעם שאני מביט באשה אחרת, נדמה לך שאני רוצה לשכב איתה. אני מקבל ממש רק ביקורת. אני לא עושה שום דבר לא נכון; אני רק זוקק למרחוב".

שיניתי את נושא השיחה וביקשתי שיגידו לי מהם הצדדים והחובבים ביחסיהם. ג'ולי השיבה מידי, שלפעמים טוב להם ביחד, שפטר משעשע, ומעניין – כאשר הוא נמצא בסביבה, אבל היא לא יכולה להיאחז בדברים הטובים, והמשיכה להתלונן: "לעתים קרובות הוא מתכוון לדברים, או אומר شيء דיבר-מה ואחר-כך חוזר בו, או פתאום צע משחו חשבו יותר. אתה מבטיח הרבה אבל מקיים מעט מאוד. נדמה לי, שככל שאני מבקשת מך יותר,ך אתה מוכן ל לעשות פחות".

פטר הסב את פניו, התבונן בחלאן וcumut לא שם לב לדבריה. הוא ניסה לבטא את עסונו. "את רוצה יותר מדי", רטן, ובלא-זודען דחף הצידה את האם הרעה והחונקת – על-ידי ההתרחקות מגויל.

פטר לא היה מסוגל להתקרב אל בת-זוגו, אבל גםפחד לסגת יותר מדי, שמא תעוזב אותו; התנהגות זו היא דוגמה לתקופנות פאסיבית. אנחנו מתחננים מותך תקופנות פאסיבית כאשר אנחנו אומרים שנעשה דבר-מה, למשל: נבלה את השבת עם בנה-הוא במקום לשחק פוקר, או ננקה את הבית, אבל אין אנחנו עושים את הדברים האלה. כיוון שאנו חוששים להגידי בגלוי מה אנחנו רוצים או מרגשים, כי הדבר מאים על קשרי האהבה השבירים שלנו, אנחנו מסכימים בשתיקה או מנטיחסים הבטחות ולא מקיימים אותן. אנחנו ממשיכים לדוחות את הדבר או להמציא תירוצים, כי אנחנו כועסים או סתם לא רוצים לעשות את מה שהתקבשנו. אנחנו מתחננים בתקופנות פאסיבית, כשהאנחנו מתחבקים את בניינו אבל גוננו נוקשה ומתנו טרוד בשאלת, מה נכון לארות-ערוב. אנחנו אומרים: "אעשה זאת כשהאהיה מוכן", או, "אל תלחצי עלי", או, "לא תוכל להזכיר אותי לעשות את זה".

הילד האמביולנטי: הפחד לאבד

הילד האמביולנטי הוא תוצר של הורה הלהתעורר מצרכיו של הילד התלוי בו. הוא מעודד אותו לצאת לשיטוטיו החקרניים בטорм הילד בשל לך, או שכן הוא נמצא במקומו כשהילד חוזר; על-ידי כך מנפח הורה את הקשר שהזין את החושת שלמלות המקורית של הילד בשלב התתקשות. בכל מיני דרכים הוא מדרבן את הילד לעזוב אותו: יש שהוא מתעלם מהילד או דוחף אותו הצד, יש שהוא מזולל בפחדיו, ויש שהוא כועס נשלהיל מנסה לשחות בחברתו או להימנע

חללו כאשר הוא רצה לעזוב. אין הוא פוחד מקשר, אבל עליו לשמר בוחרות על גבולותיו, כי הוא חשש שם יתקרב יתר על המידה – יילך, ולא יוכל להימלט כדי לחקור את השיטה בכוחות עצמו.

המבוגר: הטיפוס המתבזבז

כאשר הילד המרוחק נעשה אדם מבוגר, הוא הופך למה שקרו בו, הטיפוס המונבזבז. הוא מרוחק בגוף ובנפש. הוא מוצא לו דרכים וברות להימנע משיהיה במחיצת אנשים, אם בכלל עבודה הגמולת ממנה שעotta מרווחת או כרוכה בנסיבות, ואם בכלל מחובייתם למועדונים או לפעולות צדקה הנשאות מחוץ לבית. ואולי הוא שקווע בספרים או צמוד אל מכשיך הטלויזיה. את סופי-השבוע הוא מבלה בעבודה בינה או בבית-המלאה שלו, ולדעתו, כדי מאד לבלה את החופשות בלבד. המתבזבז זוקק ל"רחוב" וחושת חשות סכנה אם מבקשים את נוכחותו או את השתפותו הרוגשית. הוא נוהג להתלונן: "אתם רוצים יותר מדי" או "אתם רוצים להשלט עלי" או "אני זוקק לרחוב עבורי עצמי". אף-על-פי שיש לו צורך סמי בקייבתו, הוא פוחד שישתלטו עליו, ולכן הוא מסטייר את הצורך הזה ושומר על מרוחק, באמצעות כס ואמצעות סיורבו להיות זמין עבור האחרים. הוא חש שם תקובר, ילכו אותו ולא יעלה בידו להיחלץ.

כאשר המבוגר המתבזבז חופשי ללכת ולבוא כרצונו – הכל חולך למשירין, אבל כשהוא חש של אחרים יש כרכיס, הוא נסוג, מותך פחד להילך בראשת, שכן, היי אלה צרכי הורי שפגעו בו בילדותו. רק ורגש האשמה, הרוץ לרצונות את הזולות או פחד הנטייה מונעים אותו מלברות. אם נדמה לו שבת-זוגו מנסה להיעמד אליו, הוא מתפרק בкус, כדי שתניה לו לנפשו, או נסוג ומתרחק עד שהוא משטרין כנגדו. אבל כשהוא חזר – הוא מכחיש את המריבה שנטגלה עמו ותמה, מודיע היא כועת. הוא מנסה להביאה לידי מצב-רוחם טוב ומקבר אותה על סיורבה להיות איתו כאשר הוא זמין. כשאין הוא מצליח לשנות את האווירה, הוא שב ונסוג.

פטר איש-עסקים מצחית, לבוש חליפת פסים, בא אליו עם חברתו ג'ולי, "ידי לעזור לה בקשר לדיבאון שללה". עד מהירה התברר שהדיבאון של ג'ולי נבע מהעוגבה, שלא הייתה לה מעורבות רכה בחיוו ובמחשבותיו של פטר. "בכל רגע שאנו לא אוכלים או ישנים, יש לך איזו תוכנית. בקבוקים אתה רץ מידי אחרי שאתת מתעורר; בסופי השבוע אתה רוכב על האופניים או שט בסירה; בלילה יש לך חיבת נירת, או שאתה זוקק לזמן כדי לחשוב. כשאני מתקשר אליך למשורך, אתה חיבת ללכת לאיזו פגש, או שאתה כועס עלי בכלל הפרעה. אני לא יודעת מודיע אותך בכל רצה להיות איתני".

פטר ענה בעיפות ובשקט, שג'ולי מקנה בעיסוקים האחרים שלו. "אני אוהב להתעלם. אני מתענין בדברים רבים. אני לא מבן מדוע היא לא מאושרת".

לשמר על האהבה הזאת

את תשומת לבו. "תהייה ילד גוזל", אומר ההוראה, "לך ותשחק בעצמך". הוא דוחק בו לגדול טרם זמננו, לפני שהילד מוכן לכך. הילד משוטט לו ואולי אף נהנה, אבל כשהוא חזר, מסתבר שהוא נעלמה, אם בגופה ואם בנפשה, והוא נבלה מאוד.

ב"זימוי" שלו נתקק ההוראה ה"רע" וחסר-הרגש.

התוצאה היא, שהילד תלו依 ומפוחד. "אייפה הייתה לא מצאתי אותך", כך מתلون הילד האםביולנטי. הוא חושש לעזוב את ההורה וצריך שיבטיחו לו שבשובו שהוא לא ייעלם ברגע שהילד יסב את מבטו. הוא הופך לטיפוס מקסימלייטי, שבגולותיו אינם ברורים. כיוון שהוא חושש מנטישה, הוא מפריז בהבעת רגשותיו בכל הדריכים – דמעות, איום, סיפורים, שאלות, כל דבר העשו להעתק את תשומת לבו של אמו ולהבטיח, שאם יתרחק ממנה, תהיה היא מזומנים עבورو בשעת הצורך. אם הוא מוצא אותה בשובו, או אם היא מבטיחה לו שלא תלך, היא נתפסת במוחו כאדם "טוב", ובכך מאונת את האם הנוטשת, שאוותה הוא חושש לאבד.

אחד ממטופלי ספר לי, סיפור העשוי להבהיר כיצד מתפתחת התנהגות אםביולנטית: "امي נהגה לציד אותו במשחכים, עפראות וממתקים והיתה אומרת, 'עכשו תהיה ילד גדול, כי אמא צריכה לנו'. אחרי כמה דקות הינו נכנס בשקט אל חדרה כדי לדאות אם היא נמצאת שם. מועלם לא שמחה לראות אותה לא רואה שאני עסוקה? נהגה לומר, אבל אני המשכתי לנסות, ותמיד השנודתי למצוא תירוצים טובים כדי להפריע לה, כגון: 'איבדתי את העיפרון האדום', או, מודיע התנור חם כל-כך?"

המבוגר: הטיפוס הרודף

כאשר הילד האםביולנטי נעשה מבוגר, הוא הופך למאה שקרוי בפי "הטיפוס הרודף". הוא נוקט כל-מין תחבורות כדי להחזיק את בן-הזוג בקשרתו. במובן מסוימים הוא דומה לטיפוס הנצמד; פחד הנטישה משותף לשניהם. ואולם, ה"טיפוסים הרודפים" ביצעו הלחכה את משימת ההתקשרות; הבעה שלם היא, אך לשמור על הקשר. בעוד המתבודד חושש שייעצירו אותו, פחד הרודף להתרחק מהבית, אם הוא מסוגל בכלל לצאת ממנו. הוא חי עם זיכרונו שוב מהסיטות שהוא חזר הביתה משיטוטיו ולא מצא שם איש. כדי להימנע שוב מהסיטות שהוא מוכן לשורת; הוא פוחד לריב או לעורר את כעסו של בן-הזוג, שמא זה יברוח ואו ישבו סיוטי הילדות הקשוריים להורה הנוטש או המזניח את ילדו. כיוון שהטיפוס הרודף פוחד מאד להישאר לבדו או להינטש, יש לו דרכים, אבל אין ידו. עליהם את דעתו כיוון שבראש וראשונה עליו להשביע את רצון בן-הזוג, הוא מוחבק חיבוקים ארוכים ומצצלל אל בת-זוגנו מקום העבודה. הוא רוצה שבת-

הפאל הראשון של "הdimoi" – הדרך שבה גידלו אתכם בילדותכם

הזוג תישאר ערה ותדבר איתנו אחרי התעלומות. אחות ממטופליות אמרה לבן-זוגה: "כשאני מתעוררת הבוקר ואתה בחדר האמבטיה, אני נבהלה. אני רוצה שתעיר אותי ותחבק אותי לפני שאתה יוצא מהמיטה".

ג'ולי, בת-הזוג ה"רוודפת" של ספר "המתבודד", ידעה היטב להשגיח עליו ומצאה דרכי להחזיק אותו בקרבת הבית. היא סבלה מהתקפי דיכאון חרורים, ואלה דרכו בעקבין את תשומת-לבו ואת אהדתו. אם זה לא עוזר, תמיד ייכלה להיות חוליה; השיטה הזאת פעולה יפה בילדותה. כאשר הצעיר פטר שסתמץ לא עבורה וידיות לבנות בחברתו, ענתה: "אבל אז אולי אהיה מחוץ לבית כשאתה תהיה בבית, ואני יהיה פחוט ביחס". באחת מפגישותינו היא אמרה לפטר, שאין היא נפושת עם חברתה, "כדי שלא תהיה לך הזדמנות לצאת ולפוגש מישמי חדש ולהיעדר מהבית כשאני אחוור". פחד הנטישה בא לפעמים יידי ביטוי כקינאה. אפלו כאשר הייתה ג'ולי עוסקה מחוץ לבית, נהגהטלפון ולבדוק אם פטר בבית, והיתה שואלת אותו מה הוא עושה. אם ענה לה שהוא צופה בטלוויזיה, הייתה כועסת מושום שאינו חושב עליה ואני רוצה שתחזור הביתה.

מהדוגמאות האלה ניתן להבין, שהטיפוסים "המתבודדים" ו"הרוודפים" נוטים להתחבר אלה לאלה; כל טיפוס כזה מסוגל להעניק לטיפוס الآخر את מה שחרש לו. ואצל כל זוג מותרחש, כמובן, היזנמיקה של דחוף/משון. האחד רוצה בקשרו יתרה והאחר רוצה בקשרו מועטה, אבל הם משנים את דעתם, כשהם משירים את מובוקש. לעיתים יש מצבים מצחיקים. המתבודד כובש את רשותיו מתחן פך שגם יפתח מעט, מיד יכנס ה"רוודף" פנימה, (אםן, כך יהיה). ואילו ה"רוודף" מרגיש, שגם לא ילחץ לקיים את הקשר, לא יהיה קשר. לא מכבר השתתפה בסדנה שלי אשה שטענה, כי החבר שלה אינו מוחבק אותה אחרי שהוא נרדס! כשהוא היה מתבונן וגופו היה נעשה רפואי, הייתה היא מתעוררת, מעירה אותו ומתלוננת. היא הרגישה שהוא נוטש אותה; גם בשנתה הטרידו אותה בעיות ילדותה, והיא לא מצאה לה מנוח.

5	4	3	2	1	הטיפוס ה"זרוף": טיפוס "מקסימלייטי" גבולות לא ברורים
					פחד בסיסי (פצע): חוסר–מהימנות מצד החולת, נטישה, אובדן הורה (בן–זוג)
					מסר פנימי: אל תהיה תלוי בזולות
					אמונה בסיסית: אני יכול לסמוך על שום אדם
					אמונה לגבי הקשר: אם אתה עצמאי, יטשו אותך
					דימוי בן–הזוג: מרוחק, חסר צרכים
					היחס אל בן–הזוג: רדיפה ונסיגה אמביוולנטיים
					בעיה בסיסית: מהימנות בן–הזוג, תמייקה, יכולת עמידה
					תיסכול אופיני: אף פעם אין זמין עבורו כשאני נזקק לך
					הרגשה חזרות: כעס ובהלה
					התנהגות במצבי קונפליקט: האשמה, תובענות, רדיפה, תלונות, זיהול
					אתגר של צמיחה: ליזום פרידוט, לפתח תחומי עניין מחוץ לבית, להפנים את בן– הזוג, לשלב תכונות חיוביות ושליליות של בן–הזוג

תרגיל 5 ב'**האם נפגעתי בשלב החקירה?****דרפי הסתגלות לפצעיה בשלב החקירה**

5	4	3	2	1	המתבוזז: טיפוס "מינימלייטי", גבולות נוקשים
					פחד בסיסי (פצע): להיחנק, להיות מושפל, אובדן הורה (בן–זוג)
					מסר פנימי: אל תיפחד
					אמונה בסיסית: לא אוכל להגיד 'לא' LOCOTHS באהבה
					אמונה לגבי הקשר: אם אתהprox – אטמע
					דימוי בן–הזוג: לא בטוח, תלוי מי, נזקק
					היחס לבן–הזוג: כמעט למיצא במוחצתו, תוקפני/פסיבי. התנהגות מרוחקת בغالל הפחד להיטמע
					בעיה בסיסית: חופש אישי; עצמאות
					תיסכול טיפוסי: אתה צריך יותר מדי
					הרגשה חזרות: פחד וכעס עקר
					התנהגות במצבי קונפליקט: התנגדות, התרחקות

אתגר של צמיחה: ליזום קירבה, לגנות ורגשות, להיות יותר ביחד,
לשלב תכונות חיוביות ושליליות של בן–הזוג

הזהות והיכולת: היווצרות האני

זהות מבטאה קשר הדדי, כי היא מرمזת שאתה נשאר תמיד אתה, ויש גם א' אלו תכוונות יסוד המשותפות تماما לך ולאחרים.

אריק אריקסון

זהות: "זה אני"

עכשו, הילד מתנסה במציאות חדשה ומוסבכת. הוא רוצה לדעת מי הוא, אדם בפני עצמו, מתוך זיקה אל העולם: מתחילה התהלך של היווצרות האני. לשם כך חייב הילד למלא שתי משימות חשובות, שיטשו על יחסיו אל עצמו ועל الآخרים כל הזמן: עליו לפתח דימוי פומי יציב ועקביו של עצמו, ובמקביל, לפתח דימוי פניימי יציב ועקביו של האנשים המשמעותיים בחייו.

בשלבי החיים הראשוניים הילד מרגיש אבוד וחרד, כשהוריו אינם מצויים בקשרו. עכשו, כשהוא ניד יותר וההורם נעדרים לעתים קרובות יותר, עדין צורך הוא להרגיש ביטחון. ואת זאת הוא מושג על-ידי רישום התדמית של הוריו במקרה. התדמית הזה ברורה ככל-כך, עד שהילד יוכל להעלות אותה בעניין ורוחו ולהרגיש קשר וביטהון גם כשההורם אינם לידיו. התדמית הזאת כמוהה כתצלום שאתמה נושא איתוך בארנקן ואתה יכול להוציאו ולהזכיר, מבחינה רגשית ומכל בחינה אחרת, בסציניות הצללים. כך יכול הילד להinctק מהוריו בגוף ולהישאר קשור אליהם ברוחו. שלב הזהות, (הקרויה לעתים קרובות שלב האינדיבידואציה) מתרחש בין גיל שלוש לגיל ארבע. אם ההתקפות הולכת למשירין, הילד יוצר לו סדרה של דמיות זמניות ומנסה אותן: "אתה נמר?"

"לא", ענה האנטר בקול נבעת.

בתוך אני היהודי שלו. את זאת הוא עושה כדי ליצור לו דימוי עצמי איתון, יש סאן גם מרכיב של בדיקה; הוא רוצה להבין מי הוא, מי אינו הוא, ומה הוא דומה לאחרים ובמה הוא שונה מהם. את התהליך זהה ואני לא מזמן אצל האנטר. זמן מה הוא היה נתון ב"שלב הזוחלים" והוא ייד-נפש לטאות ולנשדים וכמו כן, גם ללבוי הניגנה. (דרך אגב: יש לי תיאוריה ספק רצינית ספק מבודחת, לפחות, כל הילדים מזוחלים תחילתה עם זוחלים, כי המוח הבסיסי שלנו הוא "מוח זוחלים", וכן יש כאן קשר ראשוני לשלב הזוחלים במחזור האבולוציה. גם בתיה לאה עברה את השלב הזהה, והויל יולדים מוגדים זוחלים כחיות-מחמד, גם בגין הילדים וגם בבית-הספר. אבל נחויז לעיניינו...) באחד השלבים היה האנטר "MPISTOFELS",ديد נפשו מהמחומר "חוטלים". הוא התלבש כמוMPISTOFELS ושר את כל שיריו. היהתו זו הזדהות אחת מסידרה של הזדהויות עם דמיות קומיות ודמיות של חיות, והאנטר שיחק את כל התפקידים. הוא הזדהה גם איתי. עדין נשאר הילד הקטן שלاما, אבל רצה להיות פמניני. באחד הימים הלכנו לכנסייה ולבשנו מעילים דומים ועניבות דומות, והאנטר העיר: " אנחנו דומים. אנחנו לבושים מעילים דומים".

"כמובן", אמרתי לו, " אנחנו אבא ובן".

"לא", הוא תקן אותי, " אנחנו אבות". (יתכן, כמובן, שיש כאן מרכיב אידיפאלין, והאנטר רצה להתחזרות איתי על תשומת-לבבה של הילן).

תפקידו החשוב של ההורה בשלב זה הוא, להבחין בשינוי הזהות ולאשר אותם; כאשר הילד מנסה להיות שונות והתנהגויות שונות, יש לשחק עבورو את הרכמות שבחר: "שלום, MPISTOFELS, אולי תשיר לי שיר?" או, "BATMAN, ודי אתה חזק!" אם אין מושגים עבורו הילד באופן מלא את הדמות שבחר, הוא יציג צדדים אחרים של עצמו כדי לבדר אם הוא זוכה לתגובה. לכן צריך ההורה לומר: "טוב, אתה מפלצת אכזרית, אבל אתה גם חתול קטן וטעיר". אם מושגים יליד להזדהות עם כל דבר שהוא בוחר בו, ביחסו אם יש בחיו די דברים ואנשים שיוכל לבחר מבנייהם, הוא יחבר את כל הזהויות וייצור מתן את אני היהודי והאני שלו.

שלב הזהות עומד בסימן הבלתי כפוייתו של האני. הילד אינו מפסיק לומר: "זה אני" ו"אני לא אהוב" ושוב, יש בכך משום הבלתי עצמת נורמלית, ולא מרد. הילד רוצה שיראו אותו. הוא רוצה להיות בטוח שהבחינו בו. הוא גם מביע דעה אישית, כאשר הוא מנסה להסביר לנו ולעצמו במה הוא נבדל מאחרים. האנטר נחוש בהחלתו שיכירו בו כאדם לעצמו, ומילוי הבעה הזאת הוא לעתים קשה למדי, כפי שכיר ההורה ידע. אחרי שנוצרה אצלו תחושת אני ברורה, הוא טרח לטופר לנו לא רק מה הוא אהוב ומה הוא רוצה, אלא גם מה הוא מרגיש וחושב. הוא גם נתן לנו הראות, אך להתייחס אליו, מה הוא מעדרף לאורחות-ערוב, איזה סיפור הוא מבקש לשמעו לפני השינה וממי יקרה בפניו את הספר הזה.

אמוד הפרקים האחרונים בספר הזה, של התגבשות הזהות, אירע לפני זמן קצר. אחד האורחים שלנו שאל את האנטר: "אתה נמר?"

לשמר על האהבה החזת

"או אתה צב?" המשיך הורו.

אחרי כמה נסיבות להציג אובייקטים להזדהות, שככלו אפילו את השאלה:

"אתה האנטר?" הכריז הילד: "אני זה אני!"
אם ההורים מגיימים לתופעה הזאת בטבעות ומשכפים בדיקנות את כל אפשרויות הדמיוי העצמי שהילד מציג, ללא שיפוט או ביקורת, הוא יראה את עצמו משתקף בתגובהיהם, יבהיר את מה שמתאים לתחשותו הפנימית ויבנה לו דמיוי עצמי חיובי וזהות מגובשת. מלבד זאת, הוא ישלב את התכונות הטובות והרעות של הוריו, יאהה את הקודמים הקודמים ויחקוק במוחו "דמיוי" של בן-זוג, דמיוי של אדם לא מושלם, אבל קבוע; וכך יבטיח את ביטחונו הרגשי.

הילד הנוקשה: הבחן מהבושה

ושוב, כאשר הדברים אינם מתנהלים כשרורה בשלב הזהות, קיימות שתי דרכי הסtagולות הנוגעות באוטה בעיה, שאין רואים את הילד, ושתייהן הקשורות לצורה שבה משקפים אותן, ולדרך בה משפייע השיקוף הזה על תחשות הגבולות האישיים של הילד.

הורם רבים, כולל אלה ששחו בנווה בשלב ההתקשות ובשלב החקירה, אינם מקדמים בברכה את שלב היוצרות האני. הם חוששים מפני ההזדהויות של היל, שאינן תואמות את נטיותיהם התרבותיות, ומדכאים את הזחות המבצעת אליו על-ידי דחיה; יש שהם מסרבים לשקף את הדרכם שבחן הוא מבליט את עצמו, אם אלה אין תואמות את מה שציפו מהילד. זה המקום שבו תהליך החירות (הסוציאלייזציה) מתחילה להסתער על הילד.

הילד חשש מפני הבושה – או אף מהגרוע יותר, מפני אובדן אהבת הורו, אם הוא מבטא את החלקים הבסיסיים שלו המדחים על-ידי הורו. لكن הוא מודחיק את החלקים הדחויים האלה, ומתוך תרומותם הוא הופך להיות הילד שמצוין בעין ההורם. במקרה לתקן את התננסיות המקוטבות של השלבים הקודמים, הרי עכשו, כשמתגבשת בו זהות, הוא יوذר לו "אני מפוצל", מסתיר את חלקו הדחויז, ואפלו מעצמו.

כפי שנראה בחלק השלישי, השיקוף הברוני הזה קשור, על-פי-רוב, במין הילן: את הבנים משבחים בזכות התקיפות ושוויון-הנפש שלהם, ואת הבנות – בזכות החן והנכונות לעוזר. התוצאה היא, שהילד, הרוצה בכל לבו להיות שלם, מפתח לו אני מזוויף על-ידי הזדהות רק עם התכונות שמצוין חן בעין ההורם או החברת הוא יوذר לו ורק אני חלקי, אישיות בעל צבע אחד, עצורה וסגורה, רפלקה של הסטריאוטיפים המקובלים בחברה; האישיות הזאת היא, בדרך כלל, אסטרטנית יותר על המידה ובעל דיעות חותכות ונוקשות. הארגנזה של הילד מתחבطة ורק בתכונות שזכה לשיקוף, ואלה שלא שוקפו – הופכות ל"אני אבוד" שנסוג הצידה, ראה בפרק העשורי), חלק מה"צל" שלו. הפרשה הזאת מצליחה עברו הילד את

הפועל הראשון של "הדמיוי" – דרך שבה גידלו אתכם בילדותכם

אהבת הוריו, על-חשבון החיים המלאה שלו.
השיקוף החובי והמלא חיוני ליצירת התהוויה, שמקבלים את הילד על כל צדדיו, בין שהוא דך ובין שהוא תקין, בין שהוא טיפש ובין שהוא פיקח. אילו אמרתי להאנטר: "זה טיפשי, אתה לא דינוחאר", הימי מחהל בניסיון הזמני שהוא עושה ביחס לתוכנה חדשה, והוא היה מפסיק לחוש ביטחון לגבי השאלה מה הוא היה חש את התהוויה הנוראה שלوغים לו, והוא מתבונש ומתחילה לחוש, שמא "אני לא בסדר" או "משהו לא בסדר אצלי". והוא היה מנטק את החלקים שנדרשו מהחלקים ששוקפו עבورو בתור החלקים טובים. הוא גם היה אונס להפריד את ההוויה המקביל מההוויה הדוחה. וכך היה ממצטירת במוחו תמונה של הורה טוב והורה רע, והוא היה הופך לאישיות מפוצלת, שחקליה אינם מחוברים. ילד כה יראה את עצמו תמיד כתוב וכרע; את האבוד הוא ידחק חלק רע, ואת החלק הטוב שלו – יעלה על נס, כאילו ורק הוא קים. לכן חשוב מאוד שההורם שקפו את כל והזדהויות של הילד ויתנו אמון בתהליכי המיזוג הפנימי, שייצור אצל הילד אני מאחד.

שלב הזדהות הוא השלב שבו נקבעים גבולותיו של הילד יותר מבעל שלב אחר. אין פלא, שהילד הזוכה לשיקוף חלקי בלבד – תוחם בನוקשות את הגבול שבו הוא נגמר ובו מתחילה האחרים. הוא מקידד לשומר על הגבולות התהוויה את האני המוכחש שלו, כדי למנוע כל דיליפה הזדהות. מצד אחר, הגבולות של תפיסת האני המונופחת, רחבים מאוד וכוללים את האחרים כשלוחות של עצמו. הוא ילד נוקשה. טיפוס מינימליסטי ושתלטן.

המבוגר: שלוט ונוקשה

כאשר הילד הנוקשה מתגבר, הוא הופך למאה שקרויUPI "השלוט". לעיתים קרובות הוא עוקן כفرد ומנהל חיים מוגבלים הממוקדים, לרוב, סביב עצמו. אין הוא מחבר אל רגשותיו אלא במידה מועטה, ואין לו יכולת הזדהות וגישה עם הזלות. הוא בוחר לו בת-זוג (או להיפך: היא בוחרת לה בן-זוג) שיש בה התכוונות של האבוד שלו, ואחר-כך מוצא בה פגמים, כפי שההוריו נהגו בו כשהיו מתחכים למשעיו. אין הוא מסוגל לשאת חוסר ודרות, ספונטניות או רכות, לא בעצמו ולא באחרים. הוא עסוק מאוד בחשיבה טורדנית (אובייסטיבית) ובפעולות כפייתית. כל דבר בחיו צפוי ומתוכנן מראש, ולא נשאר מקום רב לטבעיות או לסתונאניות. כיוון שהוא שתלטן וביקורת, הוא נהוג להתלונן: "אתה לא יודע מה אתה רוצה", או "תחולט"; את האחרים אין הוא רואה כאנשים בפני עצם אלא כאובייקטים שיש לשלוט בהם, לרוב, לצורך סיפוקו האישני והמידי.

గ'יקוב היה אדם מעצבן מאוד, אפילו בשעת השינה הטיפולית. תמיד התלונן על אrosisנו, טזון, שמעולם לא דיבקה ונוהגה לשנות את דעתה. הוא הציע לה פיתרון: לקבע סדר יום, שבו כל רגע יהיה מתוכנן, ויהיה זמן למשה, לשינה,

לשמור על האהבה הזאת

להתלבשות. הוא היה סמוך ובתו שאמ טוון תפעל על-פי התוכנית הזאת, היא תארגן את דוויה ותקודט במקום העבודה. כאשר הצעה סוון שיצאו לטול בוים ראשון, בלי מפות ובלי מקומות מזומנים מראש, יצא ג'ייקוב מכליו. הוא גם ידע לבדוק מה ציריך הנשיא לעשות בעניין המלחמה בעיראק, והודיעו כשמעם מפי סוון, שכן לה דעה בנושא זה. ועם כל זה, הוא לא הודה שהוא עקשן או נוקשה.

"אני רק חושב בהיגון", הוא טען, "יש דרכים הגינויו לעשות דברים, ואני דואג לשולמה של סוחאן". גלווי חמיות או התלבבות ואפילו אהדה – היו דברים מביעים שלא יעלו על הדעת. באחת מפגישותינו אמרתי לו, שער לי, עליו בגל הלחצים בעבודתו ובגלל החלץ הרובע עליו להחליט החלטות; הערתתי שודאי קשה לו לחיות על-פי היציפויות של כולם, וביחוז קשה היה הדבר בילדותם. פתאום העצבות שלו פרצה החוצה; וכשהadmootot הופיעו בעיניו – מיהר יצא מהחדר. כיוון שהתבונש ברגשות האסורים שפרצו מבעד להגנותיו, הסתובב מסביב לבניין מחוץ השעה זאת חזר, התנצל על "חולשתו" וגער כי על שנרגמתי לו את סערת הרגשות הזאת שон היה בהלם; מעולם לא ראתה אותו מזיל דעתה.

הילד הבלתי-נוראה: הפחד להיות אני

יש הורים המשקפים את ילדיהם לצורה לא עקבית, אבל יש גם הורים שמתוון הצורך לשמר על תלותו של הילד או בgal העיסוק מופרנו בעצם או בדברים אחרים, כמעט ואינם משקפים אותו כלל; והרי תגבורות השיקוף יוצרות את הזהות האישית ואת חיבורו חלקי האני. יש הורים הוקקים בעצם להורים, ויש כאלה העריכים שיזדקקו להם, כמו אוטם הורים החוששים שבגלל הדחף לחזור – הילד ניטש אותם.

אם אין ליד השתקפות של הביטוי העצמי שלו, לא יוכל לדאות את עצמו ושאר חסר-צורה ולא מוגדר. כיוון שלא הצלית לחבר ולמוג את הזדהותיו הארועיות בגל העדר שיקוף עיקבי, ההזהויות האלה צפות להן סתם בא-סדו בל-מודע שלו, וווצרות אני מוקטן. וכיון שגבולותיו אינם בדורים ומוגדרים, אין הוא מסוגל להבחין בין עצמו ובין הזהות. וכיון שאין לו קווי מיתאר של עצמו, לא יכול ליצור ולשמור דימוי עצמי עיקבי. בלא-יודען הוא מתנדד בין חלקי האני השונים, ודומה כאילו יש לו יותר מאישיות אחת. הנה הוא מאושר, פתאום הוא עצוב ואחר-כך כועס, ואין קשר ברור בין ההתנסויות שלו. הוא מגיע לקיפאון רגשי ופחד שאין לו אום אותו. הוא חש את עצמו כאילו הוא "לא קיים" ונוגה להחולון: "אפילו לא הבחנתם בי?"

אם אין הורים אומרים לו: "באמת נעים לראות אותך, ציפור גודלה", או "כמובן, אתה ילד גדול", אין לו דרך לדעת מי הוא, והוא מפתח לו זהות מעורפלת, לא בטוחה ולא מובהנת. אין הוא יודע אף הוא נגמר והיכן מתחילה האחים.

הוא חושש שיתעלמו ממנו, וכך צרך תמיד לעמוד במורם הבמה ולמשוך תשומת-לב הוא טיפוס מקסימליסטי, בעל גבולות לא ברורים. כיוון שלא ראה את דמותו משתקפת בתגובהו הוריו, אין لأنרגיה שלו לא כיוון ולא גבולות; כשהוא מדבר – אין לו נושא מוגדר, והאוציאציות שלו מקריות ולא מסדרות. נראה כאילו הוא נמצא בחרור ללא קירות, בקינוי ללא תחוותה. בלי היזון חזר מצד הזולות לא יצlich ליציר לו גבולות עצמים, ואם אין הוא יודע היכן גבולותיו, קשה ואולי אף בלתה אפשרי לדעת היכן גבולותיו של הזולות. תמיד הוא פולש אל תחומיים של אחרים ואינו מסוגל למנוע פלשת אחרים לתחומו.

הילד הזה אינו מסוגל ליציר דימוי עיקבי של הוריו. כיוון שהפניהם את תכוונותיהם הטובות והרעות מבליהם למוגן, הוא משליק באקרה את התכוונות הרעות על אחרים; כאשר הוא מתוסכל, הוא מזודה לזמן-מה עם התכוונות השליליות של הורים ה"דעים" שהפניהם, ומתייחס אל האחרים באותה דרך שליליות שבה התיחסו אליו הוריו.

המבוגר: טיפוס נגוע ולא מוגדר

הילד הבלתי-נוראה הופך בגבורתו למה שקורוי בפי: הטיפוס ה"בלתי מוגדר". הוא נהוג להחולון: "אני יודע מי אני" או: "אני יודע מה אני רוצה" או: "אני מרגיש שאתה לא רוצה אותי". הוא מחליף צבעים צזיקית, בהתאם לאנשים הסובבים אותו; הוא מושפע מדיעותיהם, מרגש את רגשותיהם ואינו בטוח במה שהוא חשוב או מריגש. הוא פוחד להיות הוא עצמו. כיוון שאין הוא מכיר את עצמו, הוא בוחן תמיד את פניו של האחרים, כדי קלוט רגשים, כדי לידע עליו להתחנה; וכן להגדיר את עצמו, הוא תלוי תמיד באחרים. כאשר אין הוא מփש את עצמו על-פי מה שמקיפים לו האחרים, הוא משקיע את כל מרפו במאיצים לשונך אליו תשומת-לב, לגורום שייבחנו בו; והוא עושה זאת בדרך של פיתוי או בדרך של תרעומת. הוא טיפוס מקסימליסטי.

גברים רבים נתקלו בטיפוס האשיה ה"בלתי מוגדרת". זוהי האשיה המפתחת והמושכת, שمرة לפעם לפרטט וمرة נסעה להיות מה שבן-זוגה רוצה שתהיה – ולבסוף היא מצליחה לגמר. היא מנסה להיות מה שבן-זוגה רוצה שתהיה, לדעתה, אבל בו-בזמן היא כועסת ומרירה על שאין רואים אותה בזכות עצמה; והיא פוחדת מפני עצמה, בן-זוגה, שאינו חושד במאום, מוצאת את עצמה במשמעות עם אדם אחר – אשיות, לא יציב מבחינה רגשית, בעל אני מזוויף וכונע, המנסה להיות שלם באמצעות התנהלות על-פי ציפיות האחרים. ותחותש הילד הבלתי-נוראה שבאה ממנה את מקומה להזהות עם ההוראה ה"דע" שהופנים בה, ואו היא מותחת בקשר על המניות של בן-זוגה ומפחיתה מערכו, כפי שההוראה הפחיתה מערכתה. הוא נתקפת זעם ורב על שאין מעריכים אותה כ אדם, והופכת את בן-זוגה הבלתי-נוראה. מרבית המרצ שלה מופנה החוצה, למאיצים להיות נראית, והמחיר הורא, לא בטוחה ולא מובהנת. אין הוא יודע אף הוא נגמר והיכן מתחילה האחים.

לשמר על האהבה הזאת

שאין לה אישיות; היא זוכה ליחס של דוחה, שמננו היא פוחצת, ואחר-כך היא עצמה דוחה את הזרת. בן- הזוג השתלטן נוהג בה כפי שנוהג בו הוריו. השתלטנים, והיא הופכת אותו לבALTHI-נראה, כפי שנוהג בה הורייה. סוזן, ארוסתו של ג'ייקוב השתלטן, היא טיפוס לא מוגדר. היא הסכימה בשמה רבה לפעול על-פי תוכניותיו של ג'ייקוב, על-פי לח-חומינס שלו ועל-פי דיווטיו. היא אמרה לי: "ג'ייקוב צודק. אני כל-כך לא מסודרת והוא כל-כך מביך. אבל הוא לא רואה בכלל במה אני טוביה". מעד אחד, סוזן מתאפשרת ונכונת ומביאה את התהווה הקלאלטית של הטיפוס ללא מוגדר והכוונה: "אתה תאהב אותי אם אשבע את רצונך"; אבל מצד אחר, היא פגועה וכועסת, ואומרת: "אתה תיראה אוטי גם אם תתפוץץ".

طبع הדברים, הטיפוסים השתלטניים והלא מוגדרים מתחברים לעיתים קרובות, ומאבקי הכוח שלהם ממוקדים בשליטה ובכונעה. האחד נמשך אל הפתיחות ואל גילוי-הלב, והאחר גונטה אחר ההחלויות והבהירות. האחד מוביל והאחר מוביל. האחד תלוי בזולות תלות גמורה ולא רק מרשה, אלא אפילו מעוניין שהאחרים יגדרו אותו, ובזמן כועס בשל כך; الآخر – נוקשה, עצמאי, ובכפיות ובעקשנות מסרב לקבל דבר מהゾל.

אחד הזוגות שבאו אליו ליעוץ משמש דוגמה טובה לקיטוב הזה. היא אשנה, בשנות החמישים לחייה, יועצת יהודעה בתחום הכספיים, ואף-על-פי-כן, תחשות האני שלה מוקטעת מאוד; כל חייה היא חשה שהדרישות הבלתי פוסקות של בעלה, של ילדיה ושל עמייתה – פולשות אל תוך האני שלה. בעלה הוא טיפוס של פילוסוף מבריק, איש בעל שליטה עצמית הרואה את עצמו כמרכזי העולם. לגביו, כל האנשים האחרים הם חלק מהמסלול שלו; אשתו היא שלוחה שלו ולא אדם העומד בפני עצמו. אבל ההוראות שנתן לה נמאסו עליה; נמása עליה הנחת-היסוד של בעלה, שהיא זמינה עבורו בכל עת, שמותר לו להשתמש בטלפון שלא כראינו או להפריע לה באמצעות הכתיבה או באמצעות שיחות טלפון. בנוcheinו,

זה לא הייתה מסוגלת לשמר על גבולותיה. הצערתי לה לדמיין לעצמה שהיא מתגוררת בבית קטן מוקף גדר, ובגדר, שעדי נועל. עלייה לדוש, שככל מי שרוצה להיכנס, חייב לדפק בדלת ולבקש רשות. מיד בעלה הגיב: "אני מבקש שתחשב עלי הבית זהה כעל הבית שלנו". לשון אחרת: "אני רוצה שהגבولات שלך ייכללו בתוך הגבולות שלי". מעתה, יהא עליו לבקש את רשותה להשתמש בטלפון או להזמין אורחים לאירועות-ערב. בהתחלת הוא אפילו לא היה מסוגל להבין את מושג הגבולות, והאמינו לי שהוא לא רצה לוותר על שלוחה צייננית כזאת של עצמו. אבל לבסוף הוא נכנע ואמר: "טוב, הבנתי, אבל זה לגמר לא מוצא חן בעניין".

תרגיל 6 א'

האם נפגעתו בשלב הזהות?

דרבי הסתגלות לפגיעה בשלב הזהות

השלטן: טיפוס מינימליסטי, בעל גבולות נוקשים					
5	4	3	2	1	
					פחד בסיסי (פצע): בושה; אובדן שליטה; השפה; אובדן אהבת ההורם (בן- זוג).
					مصدر פנימי: אל תהיה מה שאתה רוצה להיות, תהיה מה שאתה רוצה להיות.
					אמונת יסוד: אם אני עצמי, לא יקבלו אותי ולא יאהבו אותי.
					אמונה לגבי הקשר: אם אשלוט בעצמי אהיה בטוחה.
					דימוי בן-הוגה: לא מאורגן; לוקה בפיזור נפש; הרשני במידה יתרה.
					היחס אל בן הזוג: שלט; ביקורת; פולש; בולם.
					בעיטה יסוד: חוסר-יציבות רגשית של בן הזוג; תוהה ובוهو ופסיביות.
					תיסכום אופיני: אתה רוצה שאהיה מישחו אחר; אין ידיע מה אתה רוצה.
					תחושה חרורית: בושה וכעס.
					התנהגות במצבי קוונפליקט: כופה את רצונו בנקשות, רצינוני מאד, ליעטים מופיעות התפרצויות כאס; נטול את הפיקוד לידי; מעונייש.
					אתגו של צמיחה: להרפות את השליטה; לש凱ף את מהשבות� ואת רשות� של בן-הוגן; לפחות גמישות ורגשות

להתחזרות עם האחים, ביחסו עם הוריכם ועם אחיכם, (ואם אין לכם אחים, אתם מתחזרים עם חבריכם) כדי לגלוות, מהו כוחכם ומהם גבולותיו וכדי להמלחיט, מה שייך לכם ומה איננו שלכם. היוצרות היכולה היא המשימה החשובה האחרונה במשימות הראשית הילדות, אם כי המחוירויות של העמיה וההתפתחות האישית חוחרת על עצמה בצורות שונות ומרוכבות, במהלך החיים. לשלב זהה קרא פרויד "שלב האדייפאל", אבל אני קורא לו "שלב היכולת", כי אין מדויר דק בתחרות עם ההורה מאותו תקופה על תשומת לבו של ההוראה השניה.

בשלב זה, הילד מנסה לפתוח את הקשר של הפעלת עצמו בעולם האנשים והחפציהם. הוא מנסה להשפיע את כל כוחו בכל הדרכים המוכorrectו לו, ובחזק אין דבר משפיע על כל מי שנקרה בדרך. מטרתה של התוקפנות היזומה הזאת היא, לבחון את הגבולות ואת שיעור כוחו בחברה, ומידת הצלחתו תקבע את האופן שבו הוא יעדין את עצמו.

האנטר שקווע עכשו בקבינה בקוביות. הוא מרובה לצייר ומשווה שוב ושוב את התמונה, עד שזו מוצאת חן בעיניו. הוא מנסה להשלים שימושו, לשחק משחקים ולנצח. אם אהוחתו לאה מנצחת אותו באחד המשחקים – הוא מחותסטכל. אם הוא נתקל במליה שאין הוא יכול לקרו – הוא מתרוגז וודרש לדעת אותה מיד, ומתחאה בכך. כשהוא מגן בפסנתר, הוא כועס אם הצליל אינו נכון. הוא קשור את שרוכיו נעליו וambil אוטן להארות לנו, וחווון של גאותה נסוך על פניו. הוא גם מטריד לעיתים אנטים, ובחון את כוחו; הוא מבדר אם הרחיק לכת, ואמם לאה בוכחה כאשר הם מתוקטטים, הוא אומר שהוא מצטרע. אנחנו מטילים עליו מגבלות ועל-ידי כך מיצבים לו גבולות, ומלמדים אותו דרכיס נאותות להשתטש בכוותו. הוא רשייא לחולק עליינו, אבל הוא חייב להישמע לנו, ואסור לו להכחות אותנו.

בשלב זה, תפקידים של ההוראים הוא להמשיך את השיקוף – את האישור ואת החיזוק. עליהם לשבח את הילד כשהוא מטיב לעשות דברים וכשהוא מגע להישגים, ולמדוד גבולות נאותים להתחנהות. הילד רוצה למדוד ולהצליח. אסורה שההוראה יתיעיר מלומר לו: "איזה מגדל נזהר בנית", או "אות האות א' כתבה בצורה מאד ברורה", או "איזה יופי, קראת את כל העמוד!" או "הדרך שבה פתרת את הבעייה עם גאנַי מוצאת חן בעיניי", או "כך זה לא הולך. אולי תנסה את זה בצורה אחרת?"

טביך אדיפוס של האנטר מתחבטה ברצוינו לשבת בין הLN ובניו או להימצא בינו לבין; הוא גם מוכן שאני אקרה בפניו או אביה אותו בבית-הספר, והוא מחייב חיקוי של גאותה ושל ניצחון כאשר הוא משייג את רצונו. המסר הוא: "אני רוצה להיות יקר לך יותר מך". הוא שואל בל' מילים: "היא שייכת לי, נכוּן?" תפקידה של הLN הוא להיות מזומנת עבורי בצורה נאותה, להביא לידייעתו שהוא יקר לך, אבל שהקשר בינוינו הוא הקשר הרראשון במעלה, ולהציג לו גבולות נאותים. אם אני נוטל את מקומי לצד הLN מבלי להעניש אותו, בסופו של דבר הוא יודה אותי, ועל-ידי כך תתגבע ותחוון המינית והוא יוכל להתקין את התענינינו וגושוינו אל נקבה אחרת. ברור שמדובר תחרותי, אבל אין הוא מתחירה דזוקה כדי להשיג את הLN, אלא כדי להריגש שיש לו יכולת אישית.

לשמור על האהבה הזאת

מספר פנימי:	אל תובליט את עצמן.	אמונה בסיסית: לעולם לא יראו אותו, לא יערכו ולא יקבלו אותו.	טיפוס הפלתי מוגדר: מקסימליסטי, בעל גבולות לא פרורים פחד בסיסי (פצע): לא להיראות, להבליט את עצמו, לאבד את אהבתו ההורים (בן-הוזג).
5			
4			
3			
2			
1			

תיסכום אופייני: אף-פעם אין רואה אותו; הכל צריך להתנהל לפי רצונו. תחושה חריפה: בושה ובלבול.
תינוקות מוצעתות; החבטלות עצומות.
תנדות בין כנעה להתרמודות; הפרזה ברגשות.
תתנגנות מבעלי קונפליקט: בילבול;
הចעות מוגבלות; החבטלות עצומות.
אתגר של צמיחה: להבליט את עצמו; לתהום גבולות לעצמן;
לפבד את גבולות האחרים

חיפולות: "אני מטוגן"

בחנה הראשונה במסע אל העצמיות, עליכם להבין למי אתם שייכים וליצור קשר עם האנשים האלה. אחרי שעשיתם זאת, אתם מתחילהם להינתק מהם ולהוביל סביבכם אל העולם. כדי להישאר קשורים אל הוריכם, אתם חוקקים את דמותם במוחכם וכן הם נמצאים איתכם תמיד. אחרי שרכשתם את הביטחון והעtam מנוסים להיכנס לעורון של דמיות אחרות ובודחנים את תגובות הולת, עיונם מוצאים את הדמות המתאימה לכם. כאשר כל הדברים האלה מתחילהם

לשמר על האהבה הזאת

אם כל הדברים האלה נעשים כראוי, הילד חש שהוא מסוגל לתפעל את סביבתו, ובעקבות תחוות היכולת הזאת תפתח אצלו הערכה עצמית גבוהה. בנוסף לכך, הוא יפגים את הערכות של הוריו כפי שהפניהם את תוכניותיהם ויפתח לו מ春晚 עצמאי שינחה אותו בהתנהותו כלפי הזולת וככל העולם הגדול. וכי שאמור פרוד במשפט הקלסטי שלו, הוא יהיה מסוגל "לאחוב ולעבד".

הילד התחרותי: הפחד מפני כשלון ומפני יחס שלילי

יש הורים החושים מפני היומה והתחרותיות של הילד. כמו הורים של הילדים המנוגדים, המרוחקים והנוקשים, שתוארו בפרקם הקודמים, גם אלה מתוגמלים ומעוניינים את ילדיהם לפי ראות עיניהם, כאשר הילדים מבטאים את יכולתם.

"אני זכרת איך הורי התפאוו בנטיונתי לנגן בפסנתר, ואיזו סבלנות הייתה לامي כשןיסיתי להרכיב חיבתיות או לרচוץ כליט", סיירה אחת המתופלות שליל, "אבל כשהחלה לשחק את משחקי הבנים – נגעה אמי לצעוק עלי, ללגלג על חבירו ולהתלונן על בגדיו המלוכלכים. כאשר בקשתי ממנו משחק גו ליום הולדתי, סירבה בכל תוקף".

יל' שלא זכה לשיקוף מהימן, עקיבי ומטפיק, מצבו מסובך. כיוון שנשיונוטוי מתקובלים לעיתום בברכה, הוא מנשיך לנסות, ולעולם אינו יודע מתי ישואו מאציו פרי. הוא חש כי כל דבר שיעשה – אינו טוב די הצורך, ואם ישתדל יותר – צלחת, וכך אין הוא חדל לבצע ולהתחזרות, לגרים שביחנו בו, לעשות רושם. בغال נטול האשמה ופחד היכלון, הוא מאמין את מצפונו, כדי להקל את כאבו. הוא מוותר על הקירבה האינטימית ורואה בחcelחה דרך עקיפה לזכות ביחס חיובי. כאשר הדברים מתנהלים למשדרין והוא מנכח או זוכה ביחס חיובי, הוא שיכור משמחה; אבל כאשר הוא מספיד או חושש שאיצב את האחרים, הוא שוקע בדיכאון, הוא כועס ומודכו לסיוגין, ומשתוקק להימנע מכשלון או מיחס שליל; אבל אפילו הוא מצליח מאוד, אין הוא מסוגל ליהנות מהחייו, כי לעולם אין הוא חש שהוא מצילח. הילד התחרותי הופך לטיפוס מינימליסטי, בעל גבולות נוקשים, המתאמע בצוורה כפיהית, אבל מזולג במאפיין זולתו.

המבוגר: מתחורה כפיהית

הילד התחרותי הופך בגדירותו למאה שקרוי בפי "מתחורה כפיהית". כלפי חוץ הוא נחשב אדם מצילח, ואין פלא בדבר; אבל הוא אינו מזדהה עם האחרים ואני מבין להם, ולייטים גם אין לו ערכי מוסר. כיוון שהוא טיפוס תחרותי ולחום, הוא מגע לניהול חברות ענק או הופך לאחת הדמויות המרכזיות בול טרייט. הוא שקו רובו כוכלו במאמציו לנצח, וננהנה למתוח בקורת על האחרים: "אתה אפיו

הפלול הראשון של "הdimoi" – הדרך שבה גידלו אתכם בילדותכם

לא מנסה", הוא מתلون, או: "אתה לא יכול לעשות משהו כמו שצורך?" במרקירים ובטים הוא מפריז במאציו, ואני מסוגל לנוקוט טקטיקות פחות עיקריות בשעת הצורך; ויש שהוא מושג את מטרתו ואני מבין מודיעו הוא חש ריקנות.

פואל הוא דוגמה טובה למתחרה כפיהתי. הוא שאף להרוויח מיליון דולר, אבל כאשר הצליח בכך – הרגיש שהוא מוכרח להרוויח את המיליאן השני. תחילה תיכנן לפורש, לכשיעשר, אבל התוכנית הזאת נגזה לנוכח ריקנות ההצלחה. הוא התפער ממשרתו, ייסד חברה משלו ותוך חמיש שנים הקים אימפריה ששווה חמישים מיליון דולר; לשם כך נאלץ להתפזר על עריכיו המסוריים ולנצל אנשים.

שבאו לטיפול עם חברתו אמי, היה מודיעו. בזוכות הטיפול הוא הבין שאביו עדין חי במוותו ואומר לו, כי ככל מה שיעשה – לא יהיה מספיק. וכך התאמץ פואל כל חייו להשתיק את הקול הזה ולזוכות סוף סוף להתייחסות חיובית מצד אביו, אף-על-פי שהאב נפטר עשרים שנה קודם לכן. אמי חפסה את מקומו של האב באמצעות רצונותיה שלא – הרצון בבית גדול יותר, במכנויות חדשות, בחופשיות אקווטיות, בתכשיטים נאים – כל הדברים שקיבלה בילדותה במקום אהבה וחום. שניים היו מורעבים; פואל היה רעב לתשbezות, ואמי – לחמיות רגשית.

הילד חסר-האונים והמתמורן: הפחד מתחזקות ומחצלה

בניגוד להורים הקודמים, המשבחים ומבקרים את ילדיהם לסיוגין, יש הורים שאינם תומכים כלל בנשיונוטיו של הילד לרכוש לו תחוותות כוח. הביקורת המתמדת מבלבת את הילד, ואין הוא יודע איך להבע את עצמו. הוא מתנדד בין תחוות של חוסר אונים ושל טינה. את נצחונו הוא מושג בדרך של תימרונים פסיביים ואגרסיביים. אף פעם אין הוא מתחורה בגלוי; הוא אומר שאין הוא מתחורה כלל וכן מנצח, או שהוא גורם לאחרים להיכשל. כמו הדמות המקבילה, השתלטן, גם הוא אינו מזדהה עם הזולות ומפצנו לקו.

אם מתמידים למתוח ביחסותם של הילדי, או אם אין מחזקים אותם אלא אונוריים לו: "לא עשית זאת זה בסדר" או "זה לא דומה לך" או "למה אתה לא קורא מהר כמו סאליל?" – הוא מרים ידיים וחוש שטמיאל לא יעשה את הדברים כראוי. הוא דומה ליד הנצמד, ליד האمبיוולנטי וליד הבלתי – נראיה. הוא נמנע מהבלת עצמו, בשל כאב ההשפעות החזרות, בגין היחס השלילי ובשל הפחד מכשלון. הוא מרים שהוא חסר-ישע וכי לא יוכל להשפיע על סביבתו ולהסביר את רצון הוריו. הוא נרתע מפני תחוות ומתلون, שאין מעריכים אותו ואני מבין להזמנות הוגנת לנצח. הוא מלא טינה וחוש כי הוא נתון לחסדי סביבתו. כדי להילחם בכאב ההשפעה הקבועה, הוא מזדהה עם הורים המשפילים, ומתיחס אל האחורים כל לא יצלחים. הוא טיפוס מינימליסטי, בעל גבולות נוקשים וצרים, המתמורן את סביבתו ולעיתים אף מחלב בה.

מסוגל להיות רגוע ולהינות, מבלי שייהי חייב לנצח, והפשרו מסוגל להבליט את עצמו, כשהוא חש בנות. הגמישות והנוקשות הן יחסיות ותוליות במצב, וחן מושפעות מקשרי הgomlin עם אחרים.

תרגיל 6 ב'

האם נפגעת בשלב היכולות?

דרכי הסתגלות לפגיעה בשלב היכולות

התחרותי: טיפוס "מעיליסטי", גבולות נוקשים				
5	4	3	2	1
פחד בסיסי (פצע): כשלון, אשמה ואי-הסכמה. פחד מפני אי הסכמה של ההורים (בן-הזוג)				
מסר פנימי: אל תעשה טעויות				
אמונת יסוד: אני חייב להיות מושלם				
אמונה לגבי יחסים: יאהבו אותי אם אהיה הטוב ביותר				
דימוי בן-הזוג: מתמן, חסר-יכולת				
יחס אל בן-הזוג: תחרותי, תוקפני, מכני				
בעיית יסוד: שליטה; מאבק על השליטה				
טיסכול אופיני: לעולם אין מרווחה				
תחווה חרורית: כעס וlashma				
התנהגות במצבי קופליקט:				
אתגר של גמישה: להכיר ביכולת; ללמידה לשטף פעולה; לשקף ולהעריך את מאמצי בן-הזוג				

המבוגר: פשרן מתמן

המבוגר אינו רוצה כלל לשחק משחקים או לעשות דברים שישו
למעשי האחרים. כשהוא נקלע במצב תחרותי, היא מעמיד את הזול באור שליין,
ואך לעיתים רחוקות חש נקיופת מצפון בשל כך. בעובdotו, אין הוא מנסה להגעה
לגדלות ולכך מלא תפקדים שמתחת ליכלתו, ויש שהוא מוחבל בסתר בעובdotם
של עמיתיו. לעומת זאת-זוג שנראה "טובה מדי" עבورو, אבל הוא
מסובב את הדברים כך שיחזרו אחריו, ואילו הוא יטען שאין דבר שאינו עושה" או
האללה. הוא נהוג להתלונן ולומר: "אתם לא מעריכים שום דבר שאינו עושה" או
אוili אפשר לשחק סתם בשבייל הכייף? כשםאחוריו התלונות אלה מסתתרת
התרעומת: "אני אנתקם בר".

במהלך הטיפול, נodium לי פרטים על החיזור של אמי ושל פאול. היא פלירטטה
איתו, אבל דחתה את נסינותו להיפגש איתה, עד שלבסוף "ונכנעה" ונענטה,
כשהחמין אותה לאחות-ערב. אחרי כמה פגישות רצחה פאול, בדרכו התחרותית,
להשלים את היכbos וلفותאות אותה. ואולם, הוא טעה והתפרק באוננו המניין. אמי
"ונכנעה" שוב, ובשעת הת העתולטות הייתה תוקפנית מאוד וגרמה לו לשפיכה
מקדמת; היא גם התלוננה על שהוא מכאב לה. באמצעות תירמו מעודן אחד היא
פגעה בדמיוני העצמי המניי שלו וגמ בנקודת התוּפה שלו – באשמה. אמי
הפרשנית, בהתנגדותה התוקפנית הכנועה, היא בת-זוג מושלת לפאול
התחרותי.

התנהגותו של זוג זה במיגרש הטניש מלמדת אותנו על דרכי הסתגלות. היא
מסכימה לשחק אַף-עַל-פי שבעצם אין היא רוצה בכך כל-כך; הוא חובל בכל כדור
כאילו חיו תלוינים בכם; הוא טופר כל נקודה, מזיע ומקלל. "מדוע נתת לך
לעוף? יכולת לתפוס אותו?" היא מרכינה ראהה בפחד וחובטת בבדור באדישות,
כחול לידה. "אתה לא יכול לשחק בשבייל הכייף?" היא מתלוננת ווועבת את
המיגרש. הוא מתרגז וחוש אשמה. היא זוועפת ואומרת: "אני משתדרת ככל שאני
יכולה!" והוא מתנצל. הסכינה הזאת חזהה על עצמה בగירסאות שונות, לגבי כל
נושא ונושא. הם הולכים למסיבת קוקטיל. הוא רוצה שם את כל
הנוכחים, ואילו היא יושבת בפינה ומדברת עם אותו אדם כל הערב. הוא כועס
עליה משום שהוא פרח-קיר, והוא כועס עליו משום שהוא שם לב אליו. כל אחד
מهم לווח, לסייעו, על כפתור האשמה ועל כפתור חוסר-האונים של الآخر.

ש לזכור, שבשנות הבגרות, התהווה לילוקים בשלב היכולת אינה הרסנית
כל-כך כמו התהווות לילוקים בשלבים קודמים. "מקסימלייט" (הפשרן) שנפגע
בשלב היכולת, אינו קל-דעת ופולשני כל-כך, והוא "מעיליסטי" (התחרותי) שנפגע
בשלב הזה – אינו טגר וノוקשה כל-כך; המצב היה חמוץ יותר ואילו נפגע בשלבים
מוקדמים בילדותם. "מעיליסטי" שנפגע בשלב הזה מסוגל להיראות ציינן וכמעט
חלוטין ליד אדם עצור ממנה; וה"מקסימלייט" – עשויה להיראות ציינן
פאסיבי ליד "מקסימלייט" שנפגע בשלב ההתקשרות. יש מצבים שבהם התחרותי

לשמר על האתבה הזאת

הפרשן: טיפוס "מקסימיליסטי", גבולות לא ברורים

פוד בטיסי (פצע): להיות תוקפן, מצליח,
בעל יכולת וחזק, לאבד את הסכמת ההורים (בן-הזוג)

מסר פנימי: אל תהיה חזק

אמונת יסוד: איני יודע מה לעשות;
אני מסוגל לנוהג בתוקפנות או להביע כעס

אמונה לגבי יחסים: יאהבו אותי,
אם אהיה טוב ואשתי פעלת

דימוי בן-הזוג: איןנו מרוצה אף פעם; חייב לניצח

היחס אל בן-הזוג: מותמן; מתפער; מחלב

בעית יסוד: תחשוה שלשולטים בך;
אין מערכים את מאמציך

טיסכל אופייני: אתה חייב תמיד לניצח

תחושים חוזרים: חסר-אונים ומלא טינה

התנהגות במערכות קונפליקט: מתפער; מותמן

אתגר של צמיחה: להיות ישיר, לבטא כוח; לפתח יכולות; לשבח את הצלחת בן-
זוג.

7 התעניינות בזולות והשאיפה לאינטימיות: היציאה אל העולם

התקשרות אמיתית לזרות היא התוצאה והבחן של המדרה עצמית ברווח.

אריק אידיקסון

ביל שבע מתחולל בילד שניי חשוב: האנוכיות, שאיפיינה את הדחף לבנות אני בטוח ובשיר – פוחתת במידת-מה; שניוי זה נובע בחלוקת מה"תבוסה" במאבק האידיאלי. התבוסה הזאת היא אחות מתבוסות רבות שאנו מתרנסים בהן בחינויו; הן מלמדות אותנו שאין לנו חשיבות כל-כך, וגם לא עומדים במרכזו העולם. הידיעה הזאת מפעילה בנו מחדש את דחף הקיום, ומעבירה אותנו אל שלב חדש. הילד רוצה לבסס לו מעמד בזירה חדשה, והחיפוש אחר הריפוי והשלמות עבר מתחום המשפחה אל העולם הגדול, אל המבוגרים שמחוץ למשפחה ואל בני גilo.

אני רוצה לדון בקצרה בהופעתם של שני דחפים חדשים ו בשלבי התפתחותם: הדחף להתעניין בזולות, המותבטא בהתיחסות לבני הגיל (מגיל שבע עד שלוש-עשרה), והחתרה לאינטימיות (המופיעה בגיל ההתבגרות, מגיל שלוש-עשרה עד גיל תשע-עשרה). יש מקרים שבהם ילך, המתמודד בהצלחה עם התפתחותה האני, יפגע בשלב הזה יותר מכל שלב אחר; בתקופה הזאת נוצרת התשתית לכינון יחסיים עם השווים לו. אפשר שההתבגרות האני התקינה, שקדמה לשלב הזה, וזרק את חומרת הפגיעה המאוחרת; ואך-על-פי כן, יתכן שפגיעה זו תגוזם בעיות ביחסים, לאחר זמן מה.

לשמר על האהבה הזאת

התוצר התקין של השנים הראשונות הוא יلد בעל ביטחון, בעלי יכולת וביגל מיצפון. הבסיס הרגשי שלו התגבש באמצעות התהילין המתווכים של הפנמת הוריו; אלה נוחקו בזיכרונו, והם אותו, כל אימת שהוא נזק להם; ההישג הזה נקרא, קביעות האובייקט. הילד שילב את החזיותו שהזודהה עם דמיות שונות, והשיג תחושה של זהות אישית רצופה; זהות זאת תפתח ותשנה במהלך החיים. הוא רכש לו תחושה של יכולת אישית והפנאת את התכתיים החברתיים של הוריו.

התנהגות הילד מופעלת עכשו על-ידי בקרה פנימית, הבאה במקום הקרה שמנחו, ובמקומות המוסדרות הרכפה – באלה המוסדרות שמתוך שיתוף פעולה. אחרי שעבר את שלבי הילדות, הוא מוכן לעבור אל העולם הגדול, העולם החברתי. הוא וזכה להשתתיק אל בני גלו וליצור איתם קירבה אינטימית. גם בשלב העניין בזולות וגם בשלב האינטימיות, נראה שב את מחזריות התקמידים שראוינו בראשית הילדות. (והוא הדין בכל שלב ושלב בחיים). הילד צוריך "להתקשר" אל חבריו, וביחד אלי "החבר הכי טוב"; הוא צריך להיבדל מהם; לכנס לו זהות משלה בינויהם, ולפתח יכולות מגעינו איתם; על-ידי כך הוא יעשה לאדם הבטוח בילדות. עם הזמן. יתרה מזאת, הוא "יתתקע" באותו שלב שבו נתקע בילדות. לדוגמה: אחרי שעבר את שלבי הילדות והגיע אל שלב ההתענוגות בזולות, הוא עשוי להתקשר אל חבריו ללא קושי, אבל יתקשה למצאו את זהותו בתוך החברה. ואילו בשלב האינטימיות, הוא מתקשר לא קושי אל בת-זוג, אבל מתקשה לדבק בחומרו במוגרות הזוגיות.

חשוב לציין, שהשלבים האלהאפשרים לתיקן בעיות לא פתורות שנוצרו מתוך התנסויות משפחתיות קודמות, שכן, עכשו הילד כבר משוחרר ומורחק מהimidזה-מה. אם יתמזל מזלו, ינגן חברי בצוואר נסונה ויעילה. המתברר יפותו קונפליקטים ישנים או יפחית את עצמותם, יהיה מסוגל להחליט בצוורה בוגרת, ויפחטו בו חרדות הפנימיות. אבל לרוע המזל, הבעיות הישנות מחריפות בדור כלל, כיוון קשרים בהם אתם הורים, (וקשה לשער שאלת שינו את גישתם את התנהגותם) וקשרה בהן אותה קהילה המזיקה בסטודנטים החברתיים המזיקים.

אני בטוח, ש"הטער והלחץ" של גיל ההתגברות אינם טבאים. אם הייתה לך יולדות שבה סיפקו את צרכיכם, ודאי תנצלו את האנרגיה הרבה של גיל ההתגברות ואת תחושות אני המתהזקת, לששית דברים היפים לגילכם. בגיל הזה, בני-נווע בריאים מגבשים את עצימותם, בונים קשרי חברות עם בני גילם, מתאחדים בפעמי הראשונה ומוסיפים לחזק את יכולתם. אבל כיוון שבדרכך כלל יש לכלם בעיות עם אותן הביעות. ואולם, עכשו הם חזקים ועצמאים (וההורמוניים שלום משותללים); הם מטוגלים לבסוף מהבית, להשתמש בסמים, לנגב מכיוון להרות, ולעשות את כל הדברים שישחו את דעתם מסבלם (וישכו את תשומת-לב אליו) במאם לארום להוריהם, להעניק להם את האהבה ואת הביטחון של

הפאל הראשון של "הdimoi" – הדרך שבה גידלו אתכם בילדותכם

התענוגות בזולות: "אני שיק"

בגיל שבע, לפחות, מוגנית תשמעת-לבו של הילד, לראשונה, אל העולם שמחוץ לעצמו ולبيתו. הוא מתחמק בבני-אדם אחרים שאינם עולים עליו, אלא שווים לו. מהkrב האדיפאלי האבוד הוא למד, שלא יכול ליצור קשרים על-ידי כיבוש, על-די לכידת אדם השיך למשהו אחר, וכך הוא משנה את הכוון ומתחילה ליצוריחס ידידות עם חבריו בני גלו. במסגרת הקבוצה החדשה הזאת הוא יוצר קשר מיוחד עם חבר בן-מין, עם "החבר הטוב".¹

הקשר עם החבר הטוב ביותר ביחסו הוא קשור עז, רציני ובלתי, שאינו מבוסט על תחרות, אלא על שיתוף פעולה. הילד למד, שלא הקשר עם חברו הטוב אין להתייחס כל דבר המוביל אליו; יש לטפחו ולפתחו. כאשר החבר נעשה אובייקט להתענוגות ולאיכותו, הוא למד, שההתענוגות בעשיה אצל חברו והוא הדרך הטובה ביותר אל הצלחה; הרי זו ת gobot הסתגלות החינונית לקומו. כיוון שהחבר משקף אותו, הוא נעשה מודע אל עצמו, מחבב את עצמו ומודחה עם זולתו. הנה לפניו השורשים של אהבת הצלות, התשתית לאהבה האמיתית שתופיע לימים.

בתגובה זאת צרכים ההורים, בין היתר, ללמד את הילד מיום ניווילות חברתיות. הורים בראשים מעודדים את חזירוטו של הילד אל העולם; הם נשאים זמינים עבורו, ובזמן שומרים על המרחק הדורש. הם מעודדים את קשרו עם בני גילן, וביחד רואים בעין יפה את דיינו ואת החבר הטוב. "החבר שלבו איטה פיקוק בשבת הבאה? כולנו נשמה".

הורים התומכים בילדים מבינים, שהחבר שלו הוא בבחינת ראי, שבו הוא רואה את עצמו, וגם אובייקט להזדהות חדשה. התמיכה שלהם מגבירה את הערכתו העצמית, ואם הם דוחים את החבר, הרי זה-cailo הם דוחים אותו. אם הרים משבחים אותו בזכות חבריו, מזמינים אותו לארחות משפחתיות, כוללם אותם פעילויות משפחתיות ומעודדים בקורים הכללים לינה, הילד רואה שיש לו ערך בעולמנו.

הילד הבודד: הפחד מאחרים ומণידי

ש ילדים אינם מצליחים לרכוש להם ידידים ולהיות חלק מקבוצה. תיעורות כאח בתפתחותיו יוצרת תגובת הסתגלות הנקראת בפי, "תופעת הילד הבודד". תופעה זאת נוטנים בדרך כלל לשולש הסברים. פעמים רבות ההורים מנוגנים על הילד ומגבילים אותו, יטור על המידה, מתקח החשש לאבדו. אין הם וואים בעין יפה את חבריו, הם מותחים בקורות עליהם ועל התנהגותו החברתית.

לשמר על האזהבה הזאת

ש השיסיבה נועצה בהדריך אותו במשימה החדש ששלו – פיתוח קשרי ידידות ופיקורון מסוגלים להדריך אותו מטעמי הדרישה שלו. והוא שולב והעולם שופט אותו, עלולים לנודתו כי קונפליקטים. עכשו, כשהילד יצא לעולם והעולם שופט אותו, יהיה נערית מדי והילד נשוי מדי. דתו הוא שונה – חכם יותר או פחות מדי; ואולי הילדה נערית מדי והילד נשוי מדי. אולי יש לו של הילד, לאומיות, הנצע או הרקע הכללי, שלו עלולים לבדוק אותו. אבל אין לו הרבה חברים אחרים. כיוון שהוא מפנה את האנרגיה שלו אל עצמו, מתחסק עצמו או שוקע בדמיונות על חברים שאין לו גישה אליהם במצבם. אף-על-פי שהוא נראה עצמאי ומחייב את הצורך, ילד אחד בחרה את שעוט אחר-הצරאים כתיבת שירים ומחזות עם חברה הטובה, שהיתה שמנה באחת מידה שמי, אשר בשנית מודע, ספרה לי שהיתה מבלת את שעות אחר-הצראים היתה גבורה. "cotenbo על אנשים, שונים", שהיה עיחדים להתרפס ביום מן הימים. חלמנו שמי שהו ימצאו את המחוות שלנו, (אף-על-פי שמדובר לא ראיינו) שאלתי את אמי אם פנתה להורה לעזרה והיא אמרה, שלhorim עצם היו מעט ידים, ואמה ניסתה תמיד לנקות לה בגדים, שתיארה בהם "קטנה" יותר.

המבוגר: אבא בודד

בברותו, נעשה הילד הבודד ל"אבא בודד", לטיפוס מינימליסטי ונוקשה, לאדם מסווג המתקשה לנגולות את רשותו. בסיסו הוויטוי יש חלל ריק, כי הוא לא יכול לחסוך את הצורך בתלות בראיה ובקשרי גומלין. הוא מלא רגשות עזים המכאים לו לעיתים קרובות, ובכללו – ההרגשה הברורה, שאין אורחים אותו. אפשר שלמצב הזה יש ערך ממש ליצירתיות, אבל אדם כזה מועד גם להתמכורות – לסתמים, לאלה הולך, לעובדה. כדי לפצות את עצמו על מה שחשר לו, הוא נשלח אל בן-זוג חברות, אל טיפוס המזכיר את עצמו, שדוגג לקשרים החברתיים ומוסיאה את המתבודד מDAL"ת אמותיו, למרות מהאותו. אבל בו בזמן, אין הוא מניה לבן-זוג לחזור אל חייו הפנימיים.

מאידין תחורך מהעולם והקדים את עצמו למחקר במיקרוביולוגיה. את זמן הוא בילה במעבדה והיה יוצא ממנה רק כאשר אידרנו עבורי אירוחים שבhem הציג את עבדתו, כגון, פגישות או אסיפות. הוא התמלא תחושות אהבה והקלת נאש מוניקה, כתבת לענייני מדע שראינה אותה, נטהה אותו תחת חסotta וஸפה אותו אל עולמה – עולם של סרטים, מוזיאונים ופגישות חברתיות. ואולם, כשהוא לאחר מכן, הגיעו לנו היא מביאה תמיד את החברים שלו. אני לא יודעת מה להגיד לך. לפגישות שלנו היא מביאה תמיד את החברים שלהם. היא זועה שאנך להגידי להם, והם לא יודעים עלי הרבה וنم לא איכפת להם ממנה. היא זועה שאנך לה כל מה שאינו חשוב; היא לא מבינה שאני שונה ממנה?"

המבוגר: מטפל המזכיר את עצמו

המטפל המזכיר את עצמו זוכה להערכה – מקום העבודה, בקהילה, בקשרים בין-אישיים – כי הוא הופך את עצמו להונני. הוא מברך, למה זוקקים האחרים וופק את צרכיהם. לעיתים קרובות הוא משמש כמנג'ר, מפקד, ויש שהוא פועל לא יותר עבור מפעלי צדקה. הכל מערכנים ומבדים אותו, רואים בו אדם

הילד החברותי: הפחד להזדקק לזרות ולהיות בלבד

הילד החברותי מתענין מאוד בשילום של האחרים ודווגע להם. עברו עצמו הוא מבקש מעט מאוד, ונראה שהוא מקבל עליו את תפקיד ההוראה, בטרם עת. הוא יוצא ובא בחברה ומשופע בקשרי ידידות מודגמים, אבל קרוב רק לחברו הטוב. הוא מטפל בחבר זהה, בניו ביתהו, במשפחתו או בחיה-מחmoz. הבעה היא, שהוא דוחוי ולא מקובל בחברה, הוא מפנה את האנרגיה שלו אל עצמו, מתחסק עצמו וצריכם. לפיכך, הוא פוחד מאוד להישאר בלבד, כי הוא חש שהוא בטל-נראה בעיניו עצמו ואין הוא בטוח שהוא קיים, אלא רק בעיניו האחרים. הוא יכול בנסיונותיו להסביר את רצון הזולות כדי לקבל אישור לחייו. הוא לנגן, מקריב את עצמו, זוקק להזדקקות של אחרים, משופע במידעות האחרים; גבולותיו אינם ברורים; קל לשלוט בו ולעיתים קרובות הוא משמש שער לעזוזל. על יסוד הדפוס הזה תיזכר הצלחות המשותפות, שלימים, תאפיין את חייו כמנוגן.

הערכת עצמו ואמרו לו, שהרגשות ותחומי העניין האישיים אינם חשובים. הם הרגילו אותו לחת, להוש ברע כשאן הוא נוטן, ולהעדיר יתר על המידה את מה שהוא מוביל. הורים מעלים על נס את אחוותיו החברתיות של הילד ואת כושר מהיגנותו; הם בוחרים לשחק ולחזק ורק את התנהגוויות האלה, ומדכאים את רצונו של הילד להיות עצמאי ולדאוג לעצמו.

בקשר זה ראוי לספר על ביקור שערכוacial לא מכבר ידים, שלמדו איתי בסמינר ומואז לא ראייתי אותם. הם התפארו בברתAMIL, שלא בזבוז זמן, ערוה לילדי להזכיר את שיעורי-הבית ופינתה את השולחן אחורי האוכל, וגונה נכסהAMIL לחדר, נגששת כולה: הילן הציעה לה לחתות אותה לניסעה בכירכה בסנטראל פראק. "לא, מותק, את לא יכולה לעשות את זה", אמרו לה הורים תוך התנגדות מוחלטת, "לא יפה לגוזל מזמנה היקר של הלן".

בחורים תלמוד בו מתחוך תחוות הקלה, שאחריותם לגבי פחתה והם יכולים להקים את תשומת-לבם לעניינים אחרים. כיוון שהרחיקו מעלהם את הילד, הוא מרגיש חובה להעלות את ערכו בעיניהם, כדי שייריכו אותו. הוא שוכת, איפוא, את צרכין, או מייסר את עצמו בגל הצרכים האלה.

תרגיל 7 א'

האם נפגעתי בשלב התתעניניות בזולת?

דרכי הסתגלות לפגיעה בשלב התתעניניות בזולת

הזאב הבודד: טיפוס "מינימליסטי", גבולות נוקשים					
5	4	3	2	1	
					פחד בטיסי (פצע): נידי של החברים; חויה מצד החורים (בני- הזוג)
					מסר פנימי: לא להתקרב
					אמונה בסיסית: לא אהבים אותו
					אמונה לגבי יחסים: אם ATKRB – FAGU
					דמיון בן- הזוג: חברות, נזחק ביל רשות
					יחס לבן- הזוג: מרחיק את בן- הזוג מעולמו הפנימי; מתחנן תוכניות רק לגבי עצמו; ויצר תlutות- נגד
					בעית יסוד: התערבותות בן- הזוג
					תיסכול אופייני: איןך אהוב אותו; אין מניה לי לנפשי
					תחושה חוזרת: CUTS וDICANON
					התנהגות במעבי קונפליקט: מנע מקונפליקטים; זועף

אטור של צמיחה: לרכוש חברים בני אותו מין; לטפח קשרי ידידות יחד עם בן-
זווים; לגנות לבן- הזוג מחשבות ורגשות; לצאת מההסתగות

לשמר על האהבה הזאת

שאינו זוקק לאחרים ופוננים אליו בבקשת עזרה ועזה. הוא משתמש בצעורה של המכירה שחייה קשים, מותר על משחק הגולף אחר-הצדדים כדי לגייס קולות, ווחר לחברתו לטפל בחתול החולה שלו. הוא משמש אבן-שואבת לאנשים נזקים, ולעתים הוא תומך בהם גם כשהם אמרומים לעוזר לעצםם. אם אין הוא מרגש שזוקקים לו, ואינו יכול לעשות משהו, אין הוא מוציא את מקומו. אבל פעמים רבות, מתוך חוץות החיצונית העליוה האומרת, "אני מסוגל לעשות את זה", הוא מדויק ומרגיש שהוא לו דבר-מה. ולעתים הוא עיף ומוטש, וכועס על שאן מטפלים בו או מעוריכים את מעשו.

مارטין, הבהיר הבודד והגולמי, היה מטרה נוחה לטיפולו של מוניקה. נראה שהוא קידם בברכה את מאמציה לשפר את חייו, וכי הסכים לכל מעשייה. אבל היא קלהה שהוא עדין שקווע מאד בתוכו עצמו ולא רוצה שתתעורר בחיו, אחרי כל מה שעשתה למעןו. "מארטין הוא אדם טוב וחביב", היא אמרה לי, וליטפה אותו בחיבת על ירכו, "אני משתדרת להבין עד כמה קשה לו להיפתח. אבל נדמה לי שהוא לא מעריך עד כמה הוא יקר לי וכמה ניסיתי לעזור לו. מודיעו הוא לא מנייא לי להתקרב אליו? מודיעו הוא לא מסוגל להגיד לי שהוא אהוב אותו? הרי אני לא מבקשת הרבה".

אנגטימיות: "אני מסוגל להתקרבות ולא הוב"

המשמעות המוטלת על המתבגר היא, להיפרד בצורה ברורה יותר ממשפחותו, לבש את מקומו בסולם החברתי של בני גילו וליצור קירבה אינטימית, רגשית ומינית עם בן המין השני. בשלב זה החברים הורים מקבלים את נצני המיניות של המתבגר-עלתער, לתת לו דוגמה והנחיות לגביה התנהלות האינטימית הנאותה וגבולותיה. וזה המשך שהם רוצחים להעביר לו: "אנחנו קרוביים זה לזו ואוהבים זה את זה. אנחנו רוצחים גם אתה תזכה לך; אנחנו ניעור לך. אנחנו מוקאים שתחזע לא חברה נחמדה, ומוצפים לפגוש ולהכיר אותה".

אפשר שהמתבגר לא נפגע קשה בשלבים הקודמים, אבל אם הדינמיקה בין הורים בעיתית, אם עדין הוא לכוד בתסביך אידיפוס או אם אחד הורים קשור אליו אוילו לשם סיפוקו האישלי, המתבגר נשא את הנטול הזה אל נסיוונתו הראשונית לייצור קירבה. מלבד הדוגמה של הורים, הוא זוקק גם לתמייכתם. אם הוא יוכל להביא את אהובתו החדשת הביתה בהסכמה הורים, אם אין הם חשובים, מכנאים או נובכים וכוח נצני המיניות, ואם הוא יכול לשלב את הקשר הזה במכלול חייו, בבית ובבית-הספר, כי אז, הדחף לקירבה אינטימית לובש צורה טبيعית ונכונה.

הילד המרדוֹן: הפחד משילטת הזולת

ש הורים החוששים מכוחו של הילד, מחירותו ומהמיניות שלו, יש גם הורים המקנים בילויים. הורים כאלה בולמים אותו בשלב זה: "אל תגדל; אתה עדין לא מוכן לחיים, אנחנו לא מוכנים להרפאות מך". הילד, המנסה לפרוש לנפפים, כועט שהורי מגבלים את חירותו וכשאנן הם בוטחים בו ואין מאמינים שיחילט החלטות נכונות. הדרך היחידה שלו להתגונן היא, להפר את הכללים החמורים מכך, לדעתו, מחשש, שאם יסכים להם – ייפול בפח ויאבד את תחושות האני הפעגעה שלו.

וב המתבגרים בוחנים את גבולותיהם וקוראים תגר על הסמכות, כדי להיווכח, עד היכן יוכל להרחק לנכט בטорм יבלמו אותם, וכי לביר, עד כמה העולם הגדול פתוח בפניהם. הם גם רוצחים לזרד אם הורים מוכנים לתמוך בהם ולהגן עליהם, כלומר: האם יש להם רשות ביטחון שתגן עליהם אם ירחיקו כתף? אל הטיפוס המרדוֹן קיצוני יותר. הוא מגלה רגשות רבה מאוד כאשר מישחו – הורים, מורים, או חברה – אומרם לו מה לעשות. לבשו ושפטו אינם רק עדות לאובייזואליות שלו; הם נועדו להתגורר. כל תגובה שלילית מטפחת לו תירוץ להזכיר את מחאותו ומחזקת את דעתו, שככל הדמיות הסמכותיות הן נוקשות ושמורניות, ולכן עליו לעמוד על המשמר לבלי יישלו אותו מזכויותיו.

	5	4	3	2	1
המפלט: טיפוס "מקסימליסטי", גבולות לא ברורים					
פחד בסיסי (פצע): להיות בעל צרכים או לבטא צרכים; פחד מפני נידוי;					
פחד מפני דחינת הורים (בני-הזוג)					
מסר פנימי: אסור שייהיו לך צרכים משלך					
אמונה בסיסית: האחדרים זוקקים לי					
אמונה לגבי יהודים: אם אטפק את צרכי האחדרים – יאהבו אותו					
דימוי בן-הזוג: לא מעירך					
היחס אל בן-הזוג: מקריב את עצמו; מתעורר בעיה בסיסית: דחיה מצד בן-הזוג					
תיסכום אופיני: אין מעריך אותו ואת מאציו					
תחושים אופיניים: כעס ודיכאון					
התנהלות במצב קוונפליקט:					
מנסה להבין ולהיות חביב					
אתגר של צמיחה: לגנות את הרים לבן-הזוג ולאחדרים; לדאוג לעצמו; לכבד את הפרטיות של בן-הזוג; לממוד להיות בלבד					

המבעור: הטיפוס המרדן

בכגירותו, הופך הילד המודרן לטיפוס מרדן הנושא את דגל המלחאה, נלחם בכללי ההתנהגות המקובליט בחברה ומתנגד לכך כפיזית לכל דבר, אַפְּ-עַל-פי שכבר אין אומרים לו מה לעשותו. הוא מלא רעיונות מנוגדים ויצוא מגדרו כדי להיות שונה. הוא חושד במנייעיהם של אחרים וחשש מהם מנסים לשלוט בו או לפחות שומו. מתחילה האנשים הסובבים אותו ורצים לשולוט בו. היחסים שהוא יעדין מתחנגן כאילו בניו ריבות, והוא חשש שהוא בני-זונו. הוא מפחד על המשמר. הוא זוקק לחופש ול"מרוחב", אבל אפשר בכך alleen גשי אשם.

מצד אחר, אם המשמר לא נפגע קשה מדי בילדותו, עשוי הוא ליהפוך למתקן חברתי. הוא ילחם נגד ציד לויתנים, יסרב לאכול בשער, ויאבק למען כל גושא הקשור בחופש ובחרותנות גבולות ההתנהגות החברתית. אבל אם הוא נפגע בצוורה חמורה, יהפוך לטיפוס מנדח או לעברינו.

אין זה פלא, שהילד מושך בדרך כלל אל הקונפורמייט, אל האזרוח למופת המצית בנאננותו לכללי המשחק החברתי. הוא זוקק בצוורה נואשת דזוקא לבניה ולסדר שבתם הוא מודרן, וזאת הצורך הזה הוא משליק על בני-זונו. בו-זמן הוא מותח ביקורת על מהם מתנהגים יפה כל-כך ועל שם משתיכים לורות המרכז בחברה, שבスター לבו גם הוא פגעה להשתיק אילו.

טוני חשש מאוד שהוא חברתו, גייל, תשולט עליו ובוחן אותה ללא הרף כדי לוודא, שהיא לא "תחזיק אותו קצ" אחריו נישואיהם. בעיניו היא הייתה "נחמדה מדי"; הוא חשב שהיא משחיקת ונפקיד ושhai תשתנה לחולטן אחרי הנישואים. בדרך קלשוי היא הזוכה לו את אמו, שתמיד רצתה בטובתו אבל בעיקר התחשנה בנהה שיגידו השכנים ולא ברצונו שלו. הוא העמיד בפניו גייל אונגרים חדשים בתהום המין וניסתה להביא אותה למטיבות הוללות. "כאשר בקיוו אמו של טוני אהבה את גייל, מה שהייתה סיבה נוספת לחוזנותו". אמר לי, "כאילו צפונה בדבריו משמעות נסתרת, גייל את הורי בשבוע שעבור", והוא צפונה בלבו מושפעות נסתרת. היא הסכימה עם כל ההש侃ות הפאשיטיות של אביו גם כשאני חלקי עלי. היא אומרת שرك ניסתה להתנהג בחוביבות ולהימנע מוויכוח, אבל לפעמים נדמה לי שהיא לאצדדי".

הילד למופת: הפחד להיות שונה

הורים נוקשים ושמורנים הפוחדים להיות שונים, מגדלים, במרקם ורים, ילוד מופת. הם אינם חדים למד אותו מה נראה מזר או יצוא דופן בחברי, בגדיי, בתחומי התענינים ובטעמו, והם משגרים אליו מסר שאין לטעות בו: "אל תהה

שונה". וברים רבים מאד אינם מקובלים עליהם. אם תחיה שונה, הם מזהירים את הילד, "לא יהיה לך בכלל חברים. אם לא תחיה כמו האחרים, לא תחיה מקובל. אם תחיה יוצא, יציקו לך". וחוץ מזה, הם מזהירים אותו: "יהי לך צרות". הילד "קונה" את ההנחיות האלה וחושב שהדרך היחידה לזכות באהבה היא, להיות כמו כולם ולעשות "את הדברים הנכונים". אַפְּ-עַל-פי שיש לו רצונות, דיעות וחוומי עניין סטויים, הוא חשש, שאם ייעז להיות שונה – יאבד את האהבה ואת ההתייחסות החביבה של זברינו, של הוריו ושל מבוגרים אחרים. וכך הוא הופך ליל מופת, מנומס, נקי ומצווחץ, כאוותם ילדים מושלמים המככבים בסרטוי פירסומת בטלוויזיה. הוא הילד שמתנדב לפעילותות שונות, ולעתים קרובות הוא איש-סודם של חבריו והם מספרים לו על בעיותיהם.

המבעור: טיפוס ציינון והולך בתלם – קונפורמייט

הילד-למופת הופך בבריאותו לקונפורמייט. הוא חי בעולם של אורותם למנופת, הנאבקים לשימור המצב הנוכחי. הוא מלא זדקנות וידע מה פסול בעולםנו; הוא יודע בביטחון איך צורכים להיות פני הדברים; והוא בטוח שהדור העיר הולך ופוחת, ומתגעגע ל"ימים הטובים שלהם". הקונפורמייטים אינם מקימים סערות, והם נעלמים מהסעירות שמקימים האחרים. הם רואים את עצם כ Sherman המוסר וערבי המסתור.

אנשים אלה מותחים בקרורת על ה"אינדיבידואלייטים" ועל מיפוי הכללים, ואַפְּ-עַל-פני, הם נמשכים אל בני-זוג מודרניים וילודותיים; אצלם הם מוצאים את מודנותם הסטטואית, את היכנס של נעוריהם שלא מומשו, את ההזמנויות המוחמות ואת החירות האבודה. ובטים מהם מפתחים דמיונות עשירים על חייו מין פרועים, על רצח או על בריחה. בסתר לבם הם משתוקקים להשתחרר מהכללים המגבילים, ואמנם, לעתים הם עושים זאת בסתר. יש שמאחורי החזונות המופתית מסתתר ילד מודוכא או עבריין מוסווה. הקונפורמייטים מואלים בדורותם להתחבר אל בני-זוג מודרניים, מנסים לשולט בהם ולחנק אותם להתנהגות טובנה; הם סבורים שחברה עליהם להתנהג יפה ו"ליקחת את העניינים ליזים" למען בני-זוגים היוצרים, שאינם משטיפים פועלה.

חדשונות טוני בגיל לא היו וחוקים מהאמת. אַפְּ-עַל-פי שהיה ברור כי היא הוקסמה מ"הילד הרע" שבטוני, חשה מבוכה בגלל הבדלים בין גיבן עמיהו; היא היתה נבוכה בגלל פרנסטו – הצגת מכשילים בחנויות כל-בו, משומש שעמד בתהנויות בית-תמחוי, ומשומש שהיה צמחוני. היו לה גם דרכים סמליות לגורום לו להתנהגות טובה: היא נטלה על עצמה לארגן את חיים, שהרי הוא היה "בלתי אחראי" וכן לא מסוגל לעסוק בכך; היא גם הסכימה לדיעות הנוקשות של אביו. אבל כשטוני לא עשה את מה שהיא צריך לדעתה לעשorth, הייתה מתמלאתicus וטוענת שהוא העילב אותה, ובו-זמן מוחלת על כבורה ווינה רווייה,

לשמור על האהבה החזאת

היה מותגנו מרדן: "אם לא אקח את העניינים לידיים, לא יוז שום דבר", הכריזה, זה כמו להגיד עם יلد".
 מעניין לציין, כי הדינמיקה של שוק/דוחף, של זוגות שנפגשו בשלבים המאוחרים – שלב העניין בזולות או שלב האינטימיות – גישה יותר. מבנה האופי של האנשים הללו אין נוקשה, ובניהם – הזוג מהליפים תפקדים בקבלה ובה יותר מלאה שנפגשו בשלבים קודמים ולכון מבנה אופיים נוקשה יותר. מבנה האופי קבוע תמיד ביחס לאדם הקרוב אליו: כאשר הטיפוס המרוחק מתקרב או מתחילה לדוחף, הרודף מתרחק פתאום; אבל הוא גםיש במיוחד אצל הזוגות האלה. ב-30% מהזוגות, לעורן, היה מרדן טיפוס מקסימליסטי והקונפורמייסטי – טיפוס מינימליסטי.

תרגיל 7 ב'

האם נפגעתינו בשלב האינטימיות?

דרבי הסתగות לפגיעה בשלב האינטימיות

5	4	3	2	1	המודן: טיפוס "מינימליסטי", גבולות נוקשים
					פחד בסיסי (פצע): פחד משליטת הזולות (הוראה או בן-זוג)
					מוסר פנימי: אל תגדל אמונה בסיסית: לא מאמינים כי
					אמונה לגבי והקשר: אם לא אלחם על שלי, ישתלטו עלי
					דימוי בן-הזוג: נחמד מדי; משתלטו; מאשים; מתנהג כמו הורה
					הייחס אל בן-הזוג: מתמכר; משתלט; מזולז לבן-הזוג
					בעיה בסיסית: החופש להפר את הכללים
					תיסכום אופיני: לעולם אין לך צדי
					תחושה חרורית: כעס או אכזבה

ה滂נגוות במעבי קונפליקט: מתמכר, חושד במניעי הזולות
אתור של גמיחה: לשמר על הזנות העצמית, להיות אחראי לזולות, ללמידה בטוטו
גבולות

תרגיל 7 ג'

אם אני טיפוס מינימליסטי או מקסימליסטי?

אם לא ברור לך אם אתה טיפוס מינימליסטי או מקסימליסטי, התבונן בטבלה זו. בצד השמאלי רשומות התכונות המאפיינות את המינימליסט ובצד השמאלי – התכונות המאפיינות את המקסימליסט. הקפуйgal את התכונות המתאימות אותך.

טיפוס מקסימליסטי	טיפוס מינימליסטי
נווטן פורקן חיוני לרגשותיו	קובש את רגשותיו
מגינים ברגשותיו	מצמעם את רגשותיו
נווטה לתלות בזולות	מתחחש לתלות (תלות-נגד)
מפrixו בצריכיו, בדרך כלל	מתחחש לצריכיו, בדרך כלל
פתחה בצורה כפיזית, סובייקטיבי	מגלת מעט מעולמו הפנימי
מרובה להכניס אנשים למרחב הנפשי שלו	מරחיק את האנשים מהמרחב שלו
נצח לזולות, נדיב במידה יתרה	עוזר בראשותיו, במחושבותיו ובמעשין.
גבולות אני לא מוגדרים	בעל גבולות-אני נוקשים
מכoon החוצה; מבקש מהאחרים לכון אותו; לא בטוח בכיוון עצמו	מכoon פנימה; על-פי-רוב מכoon את עצמו
מתמקד באחרים	חושב בעיקר על עצמו
פועל מתוך דחפים	חושב ופועל בצורה כפיזית
בדרכ כל נכנע, מתמן את הזולות	מנסה לשולט באחרים
נעים בין תוקפנות לפסיביות	בדרכ נככל, פאסיבי-תוקפני

5	4	3	2	1
קונפורמייטו: טיפוס "מקסימליסטי", גבולות לא ברורים				
פחד בסיסי (פצע): להיות שונה מאחרים;				
אי-הסכמה של הורה (בן-זוג)				
מסר פנימי: אל תעודר טורה				
אמונה בסיסית: אני חייב להיות טוב				
אמונה לגבי הקשר: אני חייב לקחת את העניינים לידיים				
דימוי בן-הזוג: ילד מרודן				
היחס לבן-הזוג: יחס של פטרונו; ביקורת; שותלון				
בעיה בסיסית: יציבות ושיתוף פעולה				
תיסכול אופיני: איןך מתחפה;				
אתה רוצה תמיד להיות שונה				
תחווה חזרות: צדקנות כעוסה				
התנהגות מצבי קונפליקט: מנסה לכפות כללים				

אתגר של צמיחה: לנוטה להיות שונה; להסתכן; לפתח זהות