

# 10

## בעיות זוגיות: ממה מרכיבות בריתות חשאית

במהלך נסיעותי להבין זוגות וכיידם הם מכוננים את היחסים ביניהם, לא מצאתי כלי רב יותר מאשר יותר מן ההזדהות היחסית. מיבנה תיאורטי חשוב זה מספק לנו הסבר מדוע נישואין — באורת פודוקסלי לכאורה — נעשים איתנים ואינטימיים יותר ככל שה"כללים" במערכות יחסי הגומלין מתירים לשותפים להיות בני אדם מובדים ושוניים. הרעיון הבסיסי בהזדהות היחסית, לאחר שבני הזוג תופסים אותו (לא רק שכילת אלא גם רגש), יכול לשנות בפועל את אופיין הבסיסי של העיסוקות ביניהם ולהפוך את מערכת יחסים על פיה ממש.

מרגע אחד מבני הזוג התנסה בהזדהות השלמה למקורה — למשל, קבלת העובדה שהתרופף, העיינות, הכשלונות, הדיכאון, החדרה וכו', שהוא וואה בן זוגו נובעים אולי ממנה עצמו — בהכרח שהכל יתחייב להיראות אחרת.

ולחילופין, מרגע שבן זוג מסרב להשלים עם השלמה — להתנהג בשיגעון, בכעס, לש��ו בדיכאון או כיווץ באלה כדי לבטא את הרגשותיו המודחקו והמנתקות של בן זוגו — חייב להתחיל לחול שינויים ביחסים.

כאשר זה קורה הלא מודעים של הנסיבות הדידיות מואתים או חרולים לغمרי, חלה תמורה במערכות הרגשית עצמה. הכללים המוכרים, המנוחיקים, הלא גמישים, התובעניים בתוקף ויחד עה זאת לא זוכים להכרה מודען, ניתנים לשינוי. ובריות יכולם להיות אזהר, בדרכיהם אלטני בן לא היו אפשרויות.

וזוות שאני רואת אוח מנגן, והזדהות היחסית פגחותי ביזהו להבנת נישואין (ביחסו להבנת קומפליקט בין בני זוג אינטימיים). אחותו שוב

ושוב לנו שאזה. את הרעיוןנות כשלעצמם קל בהחלט להבין, אך יחד עם זאת הם מסווגים — מעצם הגדרתם, אדם מתקשה להבחין בהם בחיווילו, מפני **שחלופי** השלכות היא עיסקה פסיכולוגית המתרחשת במישור לא מודע.

ואולם את המושג עצמו (הנקרא בשמות רבים אחרים בספרות הקלינית — למשל, "ייחוס תפקיד לא רצינגי", "החצנה", "החלפת נתקים" ועוד — קשה לעתים לקלוט אלא במישור של "אהה: עכשו אני רואה את זה!" יחד עם זאת, לאחר שבאמת קולטם ומכניסים אותו, הוא נהפק לנכס צאן ברזל שלעולם איננו נשכח או אוכד לגמרי, כמו אمنות הריכבה באופניים. כי מרגע שאדם יודע לרכיב באופניים, אין הוא יכול שלא לדעת; מה שנלמד נעשה חלק מן הרופטואר שלו. בדומה לה, לאחר שאדם התנסה מבשרו ביחסים שבהם אין מחליפים שום השלכות הדדיות, או רק מעטות בלבד, הוא או היא אינם יכולים שלא לדעת כי קיים סוג יחסים כזה, שהוא טוב יותר, מוכدل ועם זאת אינטימי יותר.

### **יחסי הקירבה הראשוניים**

המושג של הזדהות השלכתית ניתן בספרות הפסיכואנליטית על-ידי מלאני קלין, מראשוני תלמידיו של פרויד. קלין הייתה ממבשות האסכולה שנקראה ברבות הימים אסכולת "יחסיו האובייקט" באנגליה, ואשר סטהה מן הקו הפוריידיאני ה-"טההור", החמור. פרויד ראה את התפתחות האנושית כהבשה רצופה ומושכת של צוותים פנימיים המושתחים על האינטינקטים. התיאוריה שלו החמקרה בעולם הפנימי, התוך-נפשי, של הילד העובר תמורה בו אחר זו — בעוד התינוק ואחר כך הפעוט עובר מהתעניניות "אוראלית" בעיקרה אל החלב ה-"אנאלי" ואחריו ה-"פאליל" בתקילה הגדילה הפסיכו-סקטואלי, ובסתום מתחודע עם האסון האדריפאלי.

מדובר, כמובן, בת███ן אדריפוס — הויזטור המכאי על ההורה בן המין האחר כבן-זוג ארוטי אפשרי, אשר פרויד ראה בו את הטרגדייה המרכזית בילדותו של כל אדם. פרויד הדגיש את המאבקים הפנימיים של הילד המתפתח, המשתנה, אשר דחפיו והמניגו הפנימיים עומדים בסתיויה לדרישותיה הממתנות של החברה, אשר בהכרח מתגברת עליהם ומרנסת אותם (ולעתיתם קרובות גורמת אגב כך לסתימפטומים נברוטיים).

התיאורטיקנים של **יחסיו האובייקט**, ללא חלוק על הנחות היסוד של מודל זה, בכלל זאת לראות את התפתחות האישיות פחות כמתוצאה של

כוחות מיניים אינטינקטיביים ביסודות (וכפי שפרק זה סיפר מאוחר יותר, כוחות אגרסיביים) אלא כחוויות מכריעות של הרק הנולד במסגרת יחס הקירבה הראשוניים. לטענתם, אין עולם פנימי המתקיים בנפרד ממה שמתרכז בקשר האנושי הראשון, המאגני, בין הורה לילד. הם דואו ורואים עדין את האני במערכת מארגנת, חווה, שה"אחר" נאגר לתוכה לאין-הפרה. על פי שיטתם של הוגי דעתות אלה, חבנית האישיות נרכמת הרבה לפני המשבר האדיפאלי (המתחולל אי שם בסביבות גיל חמיש): היא נרכמת במלוך חזושי החיים הראשוניים, בדו-אט הטיפולי, שבין האם הוניה למפרנסת ובין הילד החלוי בה. על רקע התקשרותו הראשונה והעהה של החינוך החסר כל ישב אל הורה המגונן, המטפל בו, מתפתח החינוכו הפנימי שלו או שלא, וכן נולד ספר ההודכה הביטוי לחיו ומוטבע בו בצורתו הקדומה והפרימיטיבית ביותר.

תיאוריות ייחסי האובייקט היא ללא ספק גישה הרבה יותר אינדיבידואלית, ביעילות אישית מאשר תוך-אישית, להבנת הגדרה וההתפתחות הנפשיות.

פלג זה של תלמידיו האינטלקטואליים של פרויד נוטה להציג את חשיבותו של מה שקורה בין אנשים דקשיים קשר דגש עז לגבי התקשרויות מושכחות המאפיינות את חי האדם. על פי ד"ר ז. רונאלד ג. פיברירן (הנחשב בזמנו פרטומו המבריק), שיצאו לאור בשנות הארבעים וראשית החמשים, ליסוד השוב של אסכולת יחס האובייקט, השפיעה המוקדמת והעומקה ביותר של כל ילוד ורק היא יכולה לאחיב ומספק עם הורה המטפל. יצירתו וקיומו של קשר חיוני זה – יותר מאשר סיכון גרידא של מתחים מיניים אינטינקטיביים – הם המטרה הסופית של קראתה מכונים באמצעות הליבידינאליים העצומים של הילד.

## התדמית הפנימית של הנאהב

יורשה לי לציין כאן, שהמליה המוזרה "אובייקט" מתיחסת ל"מושא אהבה"; המונח "יחסי מושא" או "יחסי אובייקט" חל על הקשר הרגשי בין האוהב לבין תדמית הנאהב **כפי שהוא קיים במוחו של האוהב**. במלים אחרות, המונח משמש להבחין בין התמונה הפנימית של מושא האהבה לבין ממשות האדם הנאהב בפועל.

האבחנה הרקח זאת – שהמונח "אובייקט" נועד להציגה – היא האבחנה בין **תדמית מופנמת של האהוב החיוני** (תדמית המושפעת

מהתנסיותו של האדם ומן הנטזיות שלו לגבי התנסויות אלה) ומציאות הנמצאת מחוץ לעצמי.

הוגי הדעת של תאוריית יחס האובייקט אומרים שככלנו הנטנו תМОנות מנטאליות של אנשים ושל יחסם שהיו לנו כלפיהם רשות עמוקים. אובייקטים מופנים אלה (ማלני קלין קראה להם IMAGOS) נארגים לתוכן הנוף הנפשי שלנו; הם חלק מנהלתו הסובייקטיבית.

התמונות הפנימיות שלנו מן העולם, אשר גובשו בילדותנו, משמשות מסגרת לתפיסה המציאת ה"אובייקטיבית" בברוחותנו. אם, למשל, התפיסה של אבינו היה כאדם מרוחק, שאינו נגיש, כי אז אהיה נוטה לראות אינטימות עם גבר כבלתי אפשרית ממש. "האב הפנימי" שלי ישפי עלי לראות את כל הגברים الآחרים כקרים וכבלתי נגשים רגשית.

אנו מתיחסים אל האובייקטים הפנימיים שלנו — יחס קירבה ישנים, קרע יחסים רגשיים עזים שהתקיימו בעבר — אולי היו "אמיתיים". וכך יתכן אחרת, כשהתקשרוינו האנושות הראשונות הן ברובד האישיות העמוק ביותר והן החומר שמננו גובשה המציאות הפנימית,

הסובייקטיבית שלנו? ואולם הקושי והבלבול נוצרים כאשר תדריות מנטאליות כגון אלה משפיעות על תפיסותינו בצורה בה עמויקה עד שקשה לנו להבחין מבדלים בין האובייקט הפנימי מן העבר והתקבונות המשניות של השותף האינטימי ביחסים עצווויים — הוא אומר, לנתק פנטזיה ישנה מן האדם האמיתי הנמצא כאן, עכשו.

## הנטזיה והעובדות

אבי דוגמה קצרה לאופן שבו יכולה פנטזיה מוקדמת להשפייע על האופן שבו יראה אדם את עולמו בברוחתו.

נניח שקשר בין פעות לאמו נתקן בגין מחלת שפקרה אותה, והרחיקה אותה מילדות הקטן לתקופת מה. אם היידרה חל בשלה המכדריע שבו מצוקת הפרידה עשויה להיות מהמת (נאמר, בסביבות גיל שנה וחצי), צפוי שהילד יגיב בכעס ובפחד נוראים. היא, שנתפסה בעיניו ככל-יכולת פלאית, נשתהה פניה; במקום שתהא שופעת ואוהבת,AMA גדרות, חולה, מונעת.

היות שמשהו עירעד מאוד את עולמו הקטן ואת תחוותו שעולם זה בטוח וצפוי, עשוי הפעוט להכנס (להשליך פנימה") תМОנה פנימית של

יחסים בין מושא לרגשותיו העזים אשר אינה נמצאת, למורת שהוא זוקק לה נואשות. תמונה מנטלית זו של האחרת האינטימית – שהוא עדין לא מפדר די צורכו בין העצמי שלו לבינה – יכולה להיות דמות פנימית של מישחו אהוב ודרוש עד מארד המתסכל ודוחה, ואולי אפילו נתפס כמלא שנהה וכעס.

דמות זו של חם היא, כמובן, רק פרוי דמיונו המבוהל של הילד התלוי בה; מכיוון שהוא חסר את יכולת השתקופות עצמית, קשה לו להבחין בין הרגשותיו הוא של אבּן וכעס לבין אלה של האם המטפלת בו. הגבול בין העצמי והאחר, בשל התפתחותו זה, עונדו כה מטוושש שאין הוא יודע בעצם היכן המקור להרגשות האיבאה. האם הкусם בתוכו פנימה, או הוא באם האהובה, שהוא תלוי בה כליל? אין זה משנה. חרוך אין-און זה, המאים לערער אותו, חייבים להשליך החוצה, הרחק מן העין – אן, כפי שהתיאורטיקנים של יחס האובייקט היו מנשכים זאת, "לפצל" ולהדיחיק מן המודעות של הילד הקטן והזוקק.

מושא האהבה הרע, המתסכל, והתמונה המופנמת של היחסים "איתה", מודחקים – מפני שאפשרות אבדנס של היחסים נתפסת כאוום על עצם הקיום. והקיים, כפי שכבר ציינו, הוא קו ההתחלה ההתפתחותי של קשר אנושי ראשוני, חשוב ועמוק זה. יתרה מזו, בעולם המאגי של החשיבה הילדותית, הרצון לפגוע והיכולת להזיק אינם מוכנים די הצורך, ולבן مكان בופחד שמא שנאו ורגשותיו שליליים מסוגלים להרים כליל את الآخر האהוב. מן הסיבות המכניות הללו, חייבים לטאטא אל מתחתת

לשטייה את התמונה המופנמת של השותף האינטימי הרע, הלא מעניק. וכל אותה עת היה האדם הממשי, הלווא הוא אמא, רק חוליה ומאושפז בבית החולים בלילה ברירה. אבל אפיודה מפחידה, מקפחת זו, גם כשהיא נשכחת מזכרנו המודיע של ילדה, עלולה להותיר מישקעים בצוות פחדים לא רצינגולים שמא ייעזב על ידי אחר שהוא נזק לו וקשרו אליו בקשרים רגשיים.

וכך, בעוד שהנתنسיות מאוחרות יותר עם האם האהבת והטובה העשוית במשך הזמן לכוסות על "המושא הרע" (התadmית המופנמת של השותף האינטימי הרע, המתסכל והמוני), יתכן שלאulsion לא תמחינה לגוררי את החוויה המחרידה שחווה הילד כאשר האמן שנטשו אותו – או את הציפייה שהדבר הזה יישנה שוב.

לעתים קרובות, ביחסינו הבוגרים, אנו עושים שימושים מפורשים אף כי לא מודעים לעצב את השותף האינטימי על פי דגם הקאים בתוכנו. דוגם פנימי זה, שהוא חמנונו של אחר שהיה פעם אהוב ונחוץ נואשת, עלול

להעיב ולגבור על יכולתנו לראות בן זוג בזרה הולמת ומציאותית. מלכini, כשהגדירה לראשונה הזרחות השכלתיות, תארה אותה כ"פיצול חלקיים של העצמי (ואחר כך) השכלתם על אדם אחר". מאוחר יותר הוסיף שכוכבה בה גם "הרשות של הזרחות עם אחרים מפני שארם יחס תכונות או קניי אומי של עצמו לדם (הזרחות שלו)".

במלים אחרות, בדוגמה של עיל, אדם בגדר שב עבר ח' עצמו ננטש — ואשר הפנים תדמית של שותף אינטימי דוחה, כרוע, לאאמין (האם) — עלול להיות חסר מגע מודע עם הגוף שלו עצמו על שנטשו אותו, יחד עם זאת עלול להתאמץ לעורר איבה (או אפילו רצון לנטוש את היחסים) אצל בן זוגו, שמטבעו איננו כועס ואינו נושא לנוטש. מכך זה, התנהגותו של גורדון קירני — שהשאר את תיק הנסיעות המלא מתנות לפיגשו בכניסה לבית "בטעות", כפרובוקציה לגיו אין — בחהلط עליה במחשבתנו.

## העצמי והآخر

על פי הפסיכואנאליסטים גין זינר ורוג'ר שפירו, הזרחות השכלתיות היא פועלות החוננות של האגו, המשמשת להתחמת תפיסתו של אדם את שותפו האינטימי בה בשעה שהיא — מתוך הדידות — משנה את תפיסתו דיו לא לגבי עצמו.

האדם המבעבע כולם מאיבה לא מודעת יכול, למשל, להישאר ללא כל מגע עם הרוגשות אלה ולראות עצמו נקי מכל כאב — כל עוד מסיע בידו

בן זוג משפח פועלה ומלא רצון טוב, המבטה את בעסו במקומו. במלים אחרות, לא די שלוני ישlik את תכונותיו או רגשותיו המוכחים, הלא רצויים — כגון רגשות כאב — על الآخر. בן הזוג חייב להתחאים עצמו להשלכה, בכך שייתנהג או ירגיש בדיקן כפי שמצופה ממנו או ממנה! בקוצרה, יש לפניו עיסקה: לצורך המשחק, צרכים שני

השחקנים להסתבים, ולו באופן בלתי מודע, לשחק אותן. ברור שלא היהת כל תועלת לבעל הנחמד-תמיד להשליך את דחפי הנזעמים על אשתו, אם היא לא תקבל את הרחפים והרגשות האלה — וגם חבטא אותן (למענו) כאילו אכן היו שלה. אילו האשה לא שיתפה פעולה אליו והתרתחה על מהשו (ובכך סייפה פורקן עקיף לרגשותיו המוכחים והרחויים של בעלה), היה כל חכמתה המיגנה נכשל. אם בן הזוג אינו נוטל את ההשלכה ופועל על פיה, כי אז לא היהת באה כלל לידיו

ביטוי. כמו טיל הנורה מכדור הארץ לעבר מרוחבי היקום הרחוקים, היהת אוכרת, נעלמת כליל. הבעל החביב תמיד, הלא מעצנן אף פעם, היה בסכנה שיחזזה את הרגשותיו העוניות *משיימות לו* — כרגשות שליליים הנמצאים בתוכו, ואשר (מסיבה כלשהי) יש לו קונפליקט לגבייהם ומשום כך אין הוא מסוגל להביעם בעצמו.

לעתים קרובות ביותר עוסקים שותפים אינטימיים בסחר-מכר של השלוות הדידות של הרגשות ועמדות מוכחות, מופרכות. הם קשורים יחד קשרணטי ונותלים זה מעולמו של זה הלא. דהיינו שאדם אחד אינו יכול לשאת חברתיים ממשיים בנסיבותו או בנסיבותו.

אין צורך לומר, שכאשר מתרחש סחר חליפין כזה של תחומיים פנימיים, התקשרות בין הצדדים המעורבים בו נעשית מבולבלת בהוגן. כפי שמצוינים הפסיכולוגים הקליניים ד"ר אלן ברמן, ד"ר הרולד ליף וד"ר אר מארדי ויליאמס: "האדם העושה את ההזדהות ההשלכתית פשוט יסרב לשימוש תקשורת שאין עלות בקנה אחד עם ההשלכה. למשל, אשה המצהירה שהיתה רוצה גבר אהוב וטוב לב, ובינתיים משליכה את כל תוקפנותה המוכחת על בעלה, תזוכר ותזכיר רק את תקשורתו הבוטה והתקופנית, ותשרב בעקשות להזכיר בתוכה היא, הריהי מטוגנת לזהותה איננה חווה את עצה כמשהו הקיים בתוכה היא, הריהי מטוגנת לזהותה אותו רק כפי שהיא רואה אותו בבעלה — בין אם הוא אכן קיים בו או לא". הדוגמה שהם מביאים (המזכירה את מצבה של לורה ברט) היא של אשה אשר הפעילה קונפליקט עם אביה השיפוטי וקוצר הרוח. בנסיבות כאלה היא עשויה "להתחפש למרכיב התוקפני והביקורתי בעצמה ולהשליכו על בעלה. אחר כך תתקשר עם בן זוגה כאלו קווי האופי הללו נמצאים בו (ההרגשה שלו) כדרך להחיזין את הקונפליקט ולהתמיד בו".

### ההענת הקשה מנשווא

כפי שהפסיכולוגים הללו מצינו, שכיה מאד שגברים מקבלו את תפקיד השותף הגינוי, הלא דגוני, בצד הנשי, בצד השני. גברים רכיבים עושים זאת באופן טבעי, מפני שהדבר תואם את צרכיהם הנפשיים וגם את הציפיות החברתיות. אבל כאשר דבר זה קורה, יש התכחשות והתנקשות משאיות התלות של הבעל ומצדדיו הפגיעים; רגשות של פגיעות ומצבי התרגשות יכולים אז להיתפס רק כשם מתגלים בכוח הזוג. בנסיבותין כגון גון אלה, התלות וההיוזקות של הזוג מוטלות על שם הנשים. אולם השלכת גורמים

מוחשיים אני על בת הזוג האינטימית איננה באמת פורתה את הקונפליקט הפנימי של הבעל (שהוא קונפליקט בין הדריכים המתגושים בתוכו, להיות פגיע וקרוב יותר עמו זאת — כביכול, בסתרה גמורה — להיות עצמאי רגשית ומספקقلיל את צרכי עצמו). רק אחר המאבק הוו. שוב אין זה קונפליקט המתחולל בתוככי עולמו הפנימי של הבעל; והוא קונפליקט בין בני הזוג.

במקום שיצטרך להחטעה עם הרגשות המאיימים הקיימים בתוכו, יכול הבעל להציגו אוחם ולחזק את עצמו רק כפי שהוא פוגש אותו אצלו הרגנית, הנזקקת תמיד, התובעת אינטימיות בכל פה.

מטופלת המצוטטה בספרות המקצועית ניסחה את הסיבוב מדוע היא רוצה להילחם בחוץ, בנסיבות הנישואין שלה, את המלחמה הפנימית שלה: "נוזה לי יותר כשבועי שונה אותו", אמרה, "מאשר בשני שונאת את עצמי".

לדעתם, זהה הגדרה חמציתית ובזרה מדוע זה ואיך זה אנשים נוטים להוציאו מוחכם — ולהעביר לבן זוג — רגשות, מישאלות והתנהגוויות

שאינם יכולים להשלים עם קיומם בחוכם, קיום המקירן מעכמתם היחסיםอลם כאשר קיימות השלכות כאלה, מן הנמנע שמערכת היחסים הזוגית לא תוצף ברגשות העזים שארם לא היה מסוגל לקבלם (או אולי אפילו לחוותם) כשלו או שלא. כל עוד האשפה, בדוגמה שנינתה לעיל, לא תאה מסוגלת ליטול אחראית על הרגשות הביקורת-העצמית השלילית שלה, נגזר על הזוג לריב את דיב העבר שללה במשפחתה (משמעות נבע הדמיון העצמי השילילי, המודח שללה) במערכות יחסיהם העכשוויות.

### עיסוקת השלכה:

דוגמה כיצד קשר מוקדם יכול להשפיע על מחויבות אינטימית בעידן התרבותיסטים ברמן,ليف וויליאמס מצטטים דוגמה מעניינת על הדרכיהם בהן התקשרות רגשית מוקדמת יכולה להשפיע על מחויבות אינטימית הנוצרת בשלב הרבה יותר מאוחר.

"אשה אשר לפני נישואיה הייתה למורי לדירה במשך שנים, והיתה נאה בעצמאותה הטוטאלית, נישאה לגבר די גלמוד ומנתק", דיווחו. הבעל נתפס בעיני אשתו כדעת חזק ורב עוצמה — מישחו הדומה לאביה — והוא השיליכה עליו את כל ייעילותה, ואיפשרה לחוסר היישר ולתלוות החבויים שכבה להגיה החוצה. עד מהרה, מספריים לנו, מצאה

עצמה כה תלותית שלא הייתה מסוגלת לנוהג או לעורך רשות קניות. היא טענה שאיננה יודעת מדויק הדבר קורה, אבל הרגישה שפשוט "אייבדה את האומץ". למעשה, היא הפקידה בדיזו של בעליה את כל יעילותה הישנה.

ונטלה על עצמה לשאת עבورو את כל צרכיו התלותיים.

הבעל מצידו — מפני שהשלכה כזו את כרוכה ב"עיסקה" הדרית — העביר אל אשתו את כל צרכי התרבות המוכחים, הללו מסופקים שלו; היא

חוותה את הצרכים הללו במקומו, באמצעות התנהגותה הנוקחת כלל.

ולכין, בעוד שהסתיגג באופן מילולי מתביעותיה התלותיות, הוא הסיע

אותה לכל מקום בחוויק שלחני על "אשתי הקטנה וחסרת היישע".

למעשה, התרחש כאן סחר-מכר השלכתי. היא התלבשה על אולת היד של שניהם ואפשרה לו להתלבש על העילויות והאדנות. במישור המודעות נראו בני הזוג שונים מאוד זה מזה, אבל ככל מהם נשא עבור רעה חלק מוכחש של האני.

"היחסים המוקוטבים הנובעים מהשלכות כגון אלה מעוררים בעיות רבות", מצינים המחברים. "נווצר קושי בשיתוף רגשי, ב'הזראה' בהרגשות אמברילנטיטים, או בפיתוח התנהגות של שיתוף פעולה". בני הזוג נוטים להילחם, ככל אצל דעהו, בהיבטים האסורים והמודחשים של עצם.

## גשר מושג

אופן החשיבה של אסכולת יחסיו האובייקט הוא גשר מושגי בין תיאוריה פסיכואנאליטית "טהורה" — המתקדמת בהתנסות האינדיבידואלית, התוך-נפשית — ובין צורות מערכות (הווה אומר, עיסקיות ובין-אישיות) להבנת ההתנהגות האנושית. ככלות הכלול, זוג הוא מערכת — מערכת חברתיות ורגשית דואית-אישית — ומושג החזודהות ההשלכתית מציע אמצעי מיוחד להבנת הדרכים שבהן מערכות דואיות-אישיות נוצרות וכיידר מתקשרים הפרטים שבתוכן.

יחד עם זאת, היה שמדובר בחילופי היבטים מסוימים בעולםו הפנימי של כל אחד מבני הזוג, חיבת התיאוריה לגעת גם בהתנסויות התוך-נפשיות של השותפים האינטימיים (בין אם השותפים הם תינוק ואמו, או בעל-יאשה, או אפילו שותפים בידידות אינטימית עזה מאוד).

הגישה של יחסיו האובייקט להבנת יחסיו השניים, המדגישה את תפיסות ההזדהות ההשלכתית והעיסקה הסمية בין בני זוג בקשר רגשי, משלבת

דרך להבנת הפרט עצמוו וגם התנהוגות האדם ביחסים אינטימיים הדרוקים. כאן נוצרת חפיפה בין עולמו הסובייקטיבי של האדם ובין העולם האובייקטיבי של הוג — נקודת המפגש והשילוב בין התיאוריה הותיקה יותר, שהפרט עומד במרכזה, וסוגי התיאוריות המערכוטיות המאוחרות יותר.

## מצימות זוגיות

כאשר שותפים קשורים קשור לבטא היבטים מוכחים, מפוצלים, בהוויתו של الآخر, הקונפליקט הפנימי המתחולל בכל אחד מהם הופך עד מהרה לסלע מחלוקת בינם. כפי שמצוין הפסיכיכטרא דיזיד ברקוביץ, כל אחד מבני הזוג משתרך לשפר את הרגשותו לגבי עצמו כך שהוא משתדל לשפר ולשנות את בן זוגו.

"כמה שכיחה היא טענתה הפתיחה אצל מטופל, הן בתרפואה פרטנית והן בתרפואה זוגית, שניינו בגין הזוג — המואשם בכל הקשיים — יהווה פתרון לכל בעיותיו או בעיותיה;" כתוב ד"ר ברקוביץ. "ציפוי שידוע היטב, ובאים מאוד נישאים דזוקא במאמין לא-מודע לפתרון קשיים המתקנים בתחום פנימה (ההרגשה שלו)."

לעתים קרובות בני אדם בוחרים ומשתמשים בבני זוגם, אומר ברקוביץ, חלק ממאמץ מתמיד לפחות ולהתגבר על בעיות פנימיות שצמחו ביחסים ממשותיים מוקדמים בנסיבות המקור שלהם. אנו בני האדם מנסים לעתים קרובות לגורום לבני זוגנו לבטא את הרגשותינו המוכחשות, הוויתיות, המפואלות — לשחק את הצד الآخر של קונפליקט פנימי שלנו.

בקשר זה אני זוכרת בני זוג שלי בראשית שנות השלושים שלהם בזמן פגישותינו, דיזיד וירג'יניה פאלמר. הזוג פאלמר שি�մש דוגמה מרדיימה לאופן שבו ההשלכות החדדיות של בני זוג מתאימות זו לזו כמו יד וכפפה.

אביה של וירג'יניה פאלמר היה אלכוהוליסט, אדם שהקוריירה שלו בעולם הקולנוע נחרטה בغالל בעיתות שתיה בסביבות גיל חמישים. המשפחה ראתה בזה אסון, וגם נישואי ההורים — אף כי וירג'יניה תפסה זאת במודע רק בבגרותה — היו כישלון חרוץ. עם זאת, איש מבני הבית לא נתן מעולם כל

רמז חיוני לכעס או להרגשה שלילית. הבית קרס תחת מעמסת הכישלון וה挫败, אבל איש לא דיבר על מה שקרה בפועל. בסוף הילדות ובשנות ההתבגרות שלה עברה וירג'יניה את כל זאת ללא שתהיה כלל מודעת למיידי עוינותו. היא למדה במשפחה הסגורה והמאופקת לדוחק את הטעס ולא להרגיש אותו משפחת בעלה, דיויד, הייתה אדריכל מצילה, היהת מן המעדן הבינוני הנמוך, עם היסטוריה סוערת ואלימה; התפרצויות הטעס שלו, מראשית נישואיהם, החירדו והבהירו את אשתו. לדבריה, לא אתה אי פעם בחיים התנהגות כמו שלו! בעקבות כל התפרצויות רגשิต היהת וירג'יניה נרתעת מפני בהרגשות חעוכ ובעיטה.

במשך הזמן החלה להחטוט. היא שקעה במצבי דיכאון ממושכים יותר ויותר, שהצטינו בחוסר אוניס קיזוני, תלות והיזוקנות. בד בבד לא היהת כלל וכלל עריה באופן מודע לקיום של דגשנות איבה כלפים בתוך עצמה, אולם יכלת לחות רק בעלה ולהודות איתם ב怛றיעיות הזעם שלו. כל החימה — כמוות חימה שהפסיקה לשנייהם — היהת אצלך. היא עצמה הייתה באופן יוצא נטולת כל הרגשות כעס. הוא היה חזק, היא החלשה; הוא המכשור והיא הכושלת; בקיצור, הם נתקטו מסביב למיגון תכונות, עמדות והרגשות אנושיות.

כאשר אנשים מתקטים בצורה מעין זו, הם מתנהגים באופןם המשנים את תפיסתם המעוותת את עצם ואת הזולות למציאות הדנית מעוותת ומכבידה.

טיפול זוגי, במרקחה של בני הזוג פאלמר, שימר את מערכת היחסים מלוכדת ומן מספיק כדי שאפשר יהיה להתריר את השלכותיהם ההדריות העוזות. במתגרת התרפואה קיבלה וירג'יניה את היכולת ליטול "בעלות" — לקחת על עצמה אחריות — על החימה המשמשת מאוד שחשה, חימה שהיתה בתוכה היא, ואשר נגעה להרגשותיה ביחס לאביה ולסלב הממושך של גידלה במקה בית ההוא. הרגשות אלה בייעבעו בתחום משחר ילדותה, אלא שהיא דאותן בקיימות רק בגין זוגה.

כעת לא נזקקה עוד לראות את כל תחושות האיבה כחיוניות לה עצמה; לא היה לה כל צורך לתקשר איתן רק, כפי שהוויה אותן בעקיפין, באמצעות התנהגוותה הזעמת של בעלה. בעת היהת מסוגלת לבעס — לדעת שהיא כועסת ולבטא את רגשות הטעס שלה — משהו שבמשפחה המקורית לא היה עולה על הדעת.

דיויד, מצדיו, נעשה במשך הזמן מסוגל לייצר מגע עם הצד הנזק מאד, התלותי והתגוקי שבו — עם רגשות הפגיעות שדווכאו באוירוה

המתויה והמטוכנת של משפחת המוצא שלו. היבטים חסרי ישע, מבועתים, מבוהלים ופצעיים של הוויתו הפנימית היו מצבים רגשיים שהוא היה מסוגל לחזות רק כמשהו שזיהה אצל עצמו.

כל אחד מהם נאלץ להיות או נזקק, חרד ומכוהל — או תקין וכוכע — בשליל שני אנשים במקום בשליל אחד בלבד.

כדי לחולל שינוי וSHIPOR ביחסיהם ההדרדים, היה צריך שני השותפים יTEL אחריות מודעת לחלק אשר דיقا בדROOMSMUTH (אף פעם לא תלותי — תמיד תלותי; אף פעמי לא כועס — תמיד מהיר חימה). דיויד יכול היה להיות נזקק, פגיע ומקשר-קירבה ועם זאת גם תקין; וירג'יניה יכולה להיות יעילה, אוטונומית ותם לכעוס בעת הצורך מבלי שחתצן להחצין את עצמה ולראותו כהתנהגות לאדרציאנלית ומבהילה אצל בעלה. רק כאשר קולפו מעלהם ההשלכות של יהסים קודמים, נתאפשר לכל אחד מבני הזוג להתחבר אל התכונות וההרגשות האמיתיות של الآخر.

SHIPOR של בני הזוג פאלמר, המשורטט כאן בצורה הכללית והמקוצרת ביותר, ממחיש אמת אנושית: רק כאשר אנחנו לא משליכים היבטים של עולמנו הפנימי על בן הזוג, מתאפשר לנו להתחבר אל האיש الآخر המוחשי.

## השתקפות במלואה

כל עוד לא נותקו התקשרויות עצשוויות מחוויות מוקדמות יותר, אפשר להשווות את ההשלכות מן העבר למראות — מראות שבן נוכל למצוא לא את בניו-זוגנו, אלא צדדים מוכחים של הויתנו הפנימית שלנו. דבר זה שונה עד מאוד מאינטימיות אמיתית — שיש בה חילופי מסרים נפלאים ומספקים מעולם סובייקטיבי אחד למשנהו — מפני שבמראת של השלכותינו, איןנו רואים את בני-זוגנו אלא את עצמנו.

## הסדרים שבהסכם

מחוץ לממלכת הפנטזיה הרומנטית, אין נמצא דבר כמו נישואין הנקים מכל קונפליקט. כפי שכח הפסיכיאטר ד"ר א. ג'. תומפסון מ"מכון טווויסטוק לחקר המשפחה" בלונדון, יחסים כאלה אינם מطبع בני האדם. "ב עמוקKi מוחנו, במשך כל חיינו, אין לנו מצלחים אף פעם להיחלץ" לאמורי מן השנאות והכעסים שנעורו לראשונה בינקות, אומן הדרישות

והציפיות המופרחות והלא-דריאליות של השנים המוקדמות הهن. כוחות רגשיים אלה הם חלק מן הדינמיקה הבסיסית של אישיותנו, והם פועלים בעוצמה ב多层次ת הנישואין, כמו בכל מערכת יחסים וגישה עמוקה, ובכח רוח מולדדים מידיה ידועה של קונפליקט, חסוך ותגובה אגרסיבית נגד בן הזוג".

השאלה איננה, איפוא, האם יהיה בניוין מחלוקת, עריםות והרגשות של עוניות — הלו יהייו לבטה, בගלי או בסתר, בעוצמה משתנה בשלבים משתנים במסען של הזוג בזמן ובכל תקופה ותחנה של מחזור החיים המשפחתיים — אלא באיזו מידה של נכונות יערכו בני הזוג משא ומתן מעבר להבדלים ולאcocבות אשר הגיעו החוצה. בניוין המאפשרים באיבה מבעבעת חריר או בקרבות גלויים רצופים, המשא ומתן לא פעם נעשה בלתי אפשרי — והתנהגות של שיתוף פעולה לא בא בהחשבון — מפני שאספקטים מסוימים מהווים הפנימית של השותפים נחערבו בצורה כה מבבללת.

כאשר, למשל, גבר נאבק עם דיכאון סמי, מוכחש ומנתק, ייחן שימצא עצמו נ麝 אל — ותחתן עם — אותה אשה דזוקא, המסוגת לחת ביטוי לצד זה של עולמו הפנימי במקומו. במקורה כזה הוא עלול לשחק את תפקיד הבעל ההגוני, הלא הנסי, הלא נזק, של האשה הפגיעה מאוד, התלהותה, לעתים קרובות הנואשת ממש. ואולם דא עקא, שאותם מניעים עמוקים שגרמו לו לבחור בת זוג זו דזוקא — כחלק מן המאמץ לצמצם את חזרתו — יגרמו בהכרח לזה שהוא ירצה כי היא תישאר מודckaת בה בשעה שדיאנוןתיה החוזרים ונשנים קשים לו מנשווא! הרוי זה ממש כאילו רצה שתהיה גבוהה ונמוכה, או שמנה ורזה, בעת ובעונה אחת!

ניתן לצפות כי ככל שהוא מרובה להשליך על רעייתו את הרגשות העצב והדריכיה המוכחים, המכאים, שלו עצמו, כן יהיה נוטה יותר גם לנתק עצמו מהם — וממנה. ואז, לא זו בלבד שהיא תכתף את מעמסת הדיכאון עברו שניהם, אלא ככל שהעשה מה שהוא, במישור הלא מודע, דועצה שתעשה למעני, כן יגברו ביניהם הריחוק והמתיחות ההדרידית. כי הבעל, הנמלט וייחד עם זאת מבקש להתחבר עם חוויתיו הפנימיות, לא רק יגרור אותה לביטוי התחשות והרגשות שהוא נתק מעלין, אלא גם ימתח עליה ביקורת קשה על עשותה זאת.

ניתן להניח שהאשה, במערכות נזאת של הזדהות השכלתית, לא זו בלבד שהסתימה לכתחף את היבטים בהוויתו הפנימית של בעלה שאין הוא מסוגל במודע לשאתם, אלא גם הפקידה בידיו לשמירת היבטים של

עולםיה היא. אולי הוא צריך לשמר לה את ייעולוּחה ועצמאותה — מפני שהיא למדה, בשלב חיים מוקדם, שאי אפשר להיות גם עצמאית וגם מושלת במערכות יחסים רגשיות, וכך ניתן היה לבחור בזיה או בזיה. רק כאשר אדם געשה מודע להסדרים הסטוריים שזוגות עושים, מתברר שאין כלל קורבנות ונבלים — או קדושים ושרדים — בנישואין. במקומם זה יש רק שותפים פעילים למיזמה, כל אחד מהם נושא פיסת ארץ זנואה מנהלוּה הפנימית של בן זוגו, חלק מהסדר לא מודע שהוסכם עליו האחד.

## פיצול

בעוד שיש אמת בטענה שהשלכות העצמי הפנימי (והזדהויות עם השלכות אלה) כנראה תملאנה כמעט תמיד תפקידו כלשהו בהתקשויות ורגשות קרובות, מידת הסיכון ההדרי אשר הזוג חווה תליה במידה רבה בשלה על כמה מאישיותו של כל בן זוג מותרים בצורה זו. היא תהייה תליה, כפי שמצוינים הפסיכולוגים פיניקוס ודירר, גם ב"דרגת האלים" שבה מתחבצע האקט המנטאלי, והנקשות שבה הוא נשמר.

והם כוחבים כך: "האשה החרוֹצת, המחזיקה את עצמה, את ביתה ואת ילדיה בשיא הנקיון ומחלוננת ללא הרף על הבעל השיבור המזוהם, אולי חרושת מWOOD להבטים הרעים, המלוכלים, שבעצמה, אולי על מנתה הירעה". ייחכן שחודה זו ביחס לעצמה היא הסיבה מדוע כל כך חשוב לה לבדוק היטב את כל הדברים היריעתיים לבולה. דרישת העזרה שלה יכולה לבטא, ברובד אחד, שאיפה לא מודעת לפרוק מעלה חשושת אשמה ביחס

לעצמה, שנתקעמה ללא נושא על ידי הרסנותה כלפי בעלה".  
בדומה לזה, הם מוסיפים, "הגבר הנוקשה בעל אמות-המידה המוסריות הגבוהות, החרד גואהות בגין אשתו המרושלת, המופקרת או העברנית, אולי וקוק לה שתבטא דחפים דומים משלו שמעולם לא העז להתחעם איתם, והוא דחק אותם אל תחת הכהריה". בדוגמאות שלילך ראוי לשים לב כמה שונים וזה מהו נראים בני הזוג, כי שונים עד כי הייתה תוהה מאיוּסיבות נישאו כל מלכתחילה; בן זוג אחד יכול נקיון וסדר, ואחר יכול זונה וחרפה.

ואולם מרגע שאתה תופס כי במצבים כאלה התרחש סחר-מכר של השלכות — עיסקה לא מודעת נערכה, ובها אחד השותפים הסכים לכתחם את "הרע" והאחר לכתחם את "הטוב" של הזוג, כאילו הם חלקיים של ארגניזם שלם לא מובחן — מתרבר מה חייב לקרות. כל אחד מבני הזוג

חייב להחזיר לעצמו וליטול אחידות על אותו אספקטם בעולמו או בעולמה הפנימית, שהולבשו על השותף. פירושו של דבר ללמידה לחות זו-משמעות – טוב ורע בתוך האחד וטוב ורע מתוך עצמו. במלים פשוטות, מדבר על ראיית הטוב והרע שלן, הטירוף והשפויות, הכישرون והכישלון, הדיבאונ ורגשות האושר, וכו'. כהיבטים של חוויה פנימית במקום פיצול (SPLITTING) צד אחד של הסתעפויות אלה וראיתו רק כפי שהוא מתקיים בבן הזוג.

## האני שכולי טוב, בזיהוג שכולו רע

על פי הפסיכיאטר ד"ר ל.ב. פולדמן, ההזדהות היחסלית היא מנגנון הגנה הפועל בשני שכולים. בשלב ראשון, הוא מסביר, "מחלקים או 'מפלאים' את העצמי הנפשי ומיצגים אחרים, שאת האחד מהם חווים כ'כולו רע' (מתstell, רוחה, אכזרי וכו') ואת الآخر כ'כולו טוב' (מזין, מספק, טוב, מקבל, מתחפعل וכו')." בשלב שני "כרוך בהשלכת אחת התדרניות הימפוצולות הללו או יותר על אחד החיזוני אחד או יותר, ובכך משנהו את תפיסת האחרים הללו ותפיסת העצמי. במלים אחרות, במקום שארם יראה הן את עצמו והן את الآخر כתוב בחולקו ורע בחולקו, הוא רואה לעיתים קרובות 'עצמם' בכתנות צחורה ו'אחר' בכתנות שחורה – שמן הרואין לארשeo אל מחוץ לעיר !

"כך מקיימים את המיצג-העצמי ש'כולו טוב', ממשיך ד"ר פולדמן, "ומכאן מתקידמים וחווים את העצמי כקרובן תמים של בן הזוג שכולו רע". לעיתים קרובות התדרנית העצמית שכולות-טובה מושלcta בפנטזיה, ומולידה את המחשבה שמשיחו שאינו בן הזוג (מיشهו מפונטז) הוא

שיתאים למשה לדמות היטובה (הלא מציאותית)."  
הטוב נראء בעצמי ובבן הזוג המושלם הדמיוני – זה הגיע על הסוס הלבן (או המקבילה הנשית שלו). הדבר מושך על בן הזוג ונתקפס��ים בה או מעצמם טבען. כאשר שני אנשים עסוקים בכתיבה, יכול האחד להיות או אדם מושלם או מנול; קשה להיות משחו שבין שני אלה.

חלק מן ההתbagורות הוא הלמידה להכיל את ההרגשות הדורמשמעיות ביחס לעצמרק וביחס לאחרים; וזה הישג התפתחותי. ואולם אנשים זרים אינם מסוגלים להכיר ברוע, בחולשה, באזלת היז, בהיעדר היכולת, בכעס או בהרגשות מנודים אחרים) שבתוכם פנימה. או, כפי שציינתי לעיל,

יתכן שצורך להרחק מהתודעה את הכוח, הכישرون או תוכנות חיוביות אחרות, כי תוכנות וגישות אלה (כך לימדו את האדם) יאימנו על קיומם של יחסים וגישים חיוניים מואור לו. ומדוע? כי בשלב זה או אחר בחיו של האדם הזה, הדוח לעצמות ולאיתלות עודרו כל כך הרבה חרדה, עד שהיא הכרה להדיח את צרכי האוטונומיה שלו — לסלק אותן פנימה. הרחק מטווח דאייתה של עינו הפנימית.

בניסוי מהזון, בדרך כלל כל אחד מבני הזוג מתגונן מפני מחשבות בלתי נסבלות (לעתים קרובות שליליות, ביקורתיות, מעוטות את הערך העצמי) על-ידי כך שהוא מסלק אותו לغمרי מן התודעה. במקום "להכיר" בכמה מחשבות, תדרימות, גישות והוגשות מביבות, מרחיק אותו כל אחד מעצמו על ידי השלבתן על בן הזוג, ובכך הוא יוצר איתה מגע רך בעקיפין. יש לשוב ולומר, כי רכבים מאיתנו בוחרים להגנא לבני זוג אשר יונרו לנו לשחזר קונפליקטים ישנים, ללא הצלחנו עד כה להתגבר עליהם. השימושם בין הזוג בקרה זו — הווה אומר, כמו שיגלם את המחזית השנייה של דילמה שהיתה לנו עם הורה — משמש, לדברי התיאודטיקן דיויד ברקוביץ, מעין תפקיד כפוף. ראשית, על ידי כך שהוא מנהל את המלחמה עם בן הזוג, אין האדם צריך לחותה כפי שהיא: קונפליקט פנימי מכאייב המתחולל למעשה בתחום נפשו הוא.

ושנית, מסביר ברקוביץ, החילופין ההדרדים של ההשלכות "פועלם לעורר ולהקם מחדש באמצעות השיחזור הדרמטי יחס קונפליקט מוקדמים חשובים. מנגנוני ההשלכה הם, לפיכך, גם מנגנוני הגנה וגם מגנוני שיקום. הם מගנים מפני קונפליקט פנימי, ובעת ובעונה אחת הם משמרים את האובייקט". כך ממשיכים להתקיים היחסים המקוריים עם מושא רגשותיו העזים של האדם — בולם, ההורה — בעולם הפנימי. האדם אינו נאלץ להיפרד בתוכו פנימה מן הקשר הקדום, הבועתי, הלא פתור; במקום זאת הוא יכול לשחזר אותו בעורת בן זוגו, ולהמשיך להילחם את המלחמה שאינה נפרטה לעולם.

## האלטרנטיבה: שינוי המערכת

אם כך יכול אדם לשוב וללחום אותה מלחמה שוב, ושוב, ושוב, במעגל הסגור המוכר של יחס גומלין חזותיים, אשר התראפיסטים מכנים "משחק שאין לו סוף". האפשרות האחרת היא, לעבד באופן פעל ונחרץ להפרדת ההשלכות שנתחבכו זו בזו. כאשר שותפים מסווגים לגשת אל המערך

הילדותி הלא מוגמר ולא מזמן מתוכו אותו חלקים של העצמי, אשר הוכחשו וסולקו בעבר, הופכים הנישואין ליחסים מריאפוטיים במשמעותם, במובן המשפק ביותר של המלה. הם הופכים למקום שבו יכולים פצעים להירפא. ואולם מה שלעויותם קרובות נדרש לשם כך הוא פירוקה של מערכת ההזרחות ההשלכתית ויצירת מערכת יחסים מסווג שונה למגורי.