

התוכנית לטיפול רגשי הנעזר בבעלי-חיים, המכללה האקדמית לחינוך אורנים
יום עיון – טיפול רגשי הנעזר בבעלי-חיים במודל של טיפול הדדי, 3.6.2018

מבט אינטרסובייקטיבי על טיפול רגשי הנעזר בבעלי-חיים

גל חכים-אשר

אני רוצה להחזיר אתכם לדברי הפתיחה של היום הזה. בטוח כולכם זוכרים... סיימתי את דברי הפתיחה בשאלה – למה עכשיו? למה דווקא עכשיו אנחנו מובילות את המודל של הטיפול ההדדי? אז ברמה האישית התשובה היא פשוטה – פשוט לא יכולתי כבר אחרת! אני מאמינה כי אם לא נלך לכיוון הזה אין זכות קיום לתחום שלנו, של טיפול רגשי בעזרת בעלי-חיים, ואני מאמינה גם שאם נוביל לשם באמת, נוכל לקיים תהליכי פסיכותרפיה מרגשים ומעמיקים שאין שני להם בשום תחום פסיכותרפויטי אחר.

שקף זברה

אני חושבת שלא במקרה אני לא יכולתי להמשיך יותר במודל הקיים. אני עובדת במודל ההדדי כבר כמה שנים. אני נחשפת יותר ויותר לשינוי בתפיסה שמתחולל בכל תחומי הדעת. דיברו פה קודם על ההיבטים המשפטיים, האתיים, הסוציולוגיים... ואם היה זמן היינו מוסיפים עוד ועוד הרצאות, לדוגמה על השינוי שמתרחש בתרבות ובשירה העברית שבה מתפתחת פרספקטיבה פוסט-הומניסטית ששוברת הגדרות בינאריות. לא עוד שחור מול לבן, אדם לעומת חיה, אנושי לעומת חייתי. לדוגמה, האמירה שעבור בעלי-החיים בתעשייה כל יום הוא טרבלינקה היא כבר אמירה שרובנו שמענו ומתחילים לקבל אותה. המשוררת אגי משעול, משוררת שללא ספק נמצאת ברשימת המשוררות העבריות הגדולות, היא בת לניצולי שואה שמשמשת במונחים מהשואה לתיאור סבלם של בעלי-חיים בתעשייה. השינוי כבר כאן.

אפשר להסתכל על הרבה שדות שבהם מתחולל השינוי ואני מן הסתם מושפעת בעיקר מהשינויים שהתחוללו בפסיכואנליזה. לפני שאני צוללת לתחום זה, חשוב לי רק לחדד שלמודל של הטיפול ההדדי יש היבטים רבים, וכדי לממש אותו נעשית עבודה רבה גם מחוץ לחדר הטיפולים. אנחנו צריכים לדאוג שבעלי-חיים שנמצאים בשבי יוכלו לשגשג ולממש את צרכיהם המגוונים בכל עת. אנחנו יכולים לשקם בעלי-חיים ולעבוד במודל שנועם ואפרת הציגו קודם לכן.

אבל עכשיו אני רוצה לצלול למשמעויות של טיפול הדדי בתוך הסטינג הטיפולי.

אז בואו נצלול קצת לפסיכואנליזה, ונראה איך היא עוזרת לנו להמשיג ולבסס את המודל. אני רוצה להראות לכם כי מי שמחזיק בהבנה הפסיכואנליטית וההתפתחותית שאני אתמקד בה במהלך ההרצאה רוכש למעשה כלי טיפולי מדהים וישים להתמודדות עם מגוון המצבים שמזמנת לנו עבודה עם בעלי-חיים.

בפסיכואנליזה התרחש תהליך של שינוי בתפיסת היחסים בין ההורה לילד ובהקבלה בין מטפל למטופל: המהלך בו הלכה הפסיכואנליזה הוא מפסיכולוגיה של אדם אחד לפסיכולוגיה של שני אנשים והתבוננות על יחסים אינטרסובייקטיביים.

שקף הריון בטן

נתחיל בהיבט ההתפתחותי של קשר אם תינוק. היום לא יעלה על הדעת להסתכל על המטופל ללא ההשפעה של הסביבה שלו, ללא היכרות מעמיקה עם דפוסי ההתקשרות שלו. בתחילת הדרך פרויד לא התעסק כל-כך בהשפעה של הסביבה, וממש לא טרח להכיר את האם של המטופל. בטיפול המפורסם שלו בדורה הוא פותח ואומר "את האם לא נזדמן לי להכיר" (פרויד ודורה). הוא לא עסק בשאלה מי היא, מה עבר עליה? היא נעלמה שם, והיה לה תפקיד מאוד ברור – תפקיד ביולוגי. אובייקט שמטרתו ללדת ולתפקד כאם... התפיסה ההתפתחותית הזו חלחלה כמובן גם ליחסי מטפל – מטופל.

שקף פסיכואנליזה פרויד

בטיפול הוא התייחס לזה שיחסי ההעברה הנגדית מפריעים לטיפול. המטפל הוא נייטרלי שיש לו תפקיד, אובייקט שתפקידו להוביל את המטופל לגלות את הלא-מודע שלו, להוביל אותו לגילוי האמת על חייו. מטרת הטיפול מבחינת פרויד הייתה להביא את המטופל להכיר במציאות. בואו נסתכל לרגע על כל הסטינג הפסיכואנליטי הקלאסי של פרויד: המטופל שוכב ומבטא את האיד, המשאלות והפנטסיות והמטפל מפרש עבורו את הדחפים והמחשבות הגולמיות הללו.

פרויד אומר שבני-האדם תמיד נמשכים למצב הינקותי של התעלמות מהמציאות, שאנחנו נשלטים על-ידי דחפים, משאלות אסורות, אנחנו בעצם כמו חיות אחרות – אבל המטרה שלנו היא להצליח לשלוט בדחפים הללו, בעקרון העונג. מבחינתו המטרה של הטיפול האנליטי היא לא הגעה לאושר אלא התבגרות והכרה במציאות ובכאב.

משפט מטורף בעיניי, שפרויד נהג לומר למטופלות שלו – "נרוויח הרבה בטיפול אם נצליח להפוך את הסבל ההיסטרי שלך לאומללות שכיחה."

המטרה הטיפולית כיום היא כבר אחרת, ואתמקד בה בהמשך ההרצאה, אבל בואו רגע נתעכב על השלכות התפיסה שפרויד מציג ובעיקר על המטרה הטיפולית של מעבר מעקרון העונג מהיצרים והדחפים לעקרון המציאות, לריסון החיה שבתוכי. יונה וולך היא אישה שלא היו אצלה גבולות, והדיכוטומיה בין מציאות לדמיון לא הייתה קיימת. וולך משוררת שהתנגדה לאלף את החיה שבתוכה ושילמה על כך מחיר כבד בחייה – באשפוזים פסיכיאטריים, וגם לאחר מותה כאשר בן-זוגה שחזר בתשובה התנגד לפרסום "שירי התועבה" שלה.

שקף שיר יונה וולך – אני אהיה האיד שלך

יונה מציעה כאן את השתלטות האיד עד שהוא "לא ידע מהחיים שלו". היא לא מחפשת את דרך הביניים בין עקרון העונג למציאות, אלא מדברת ממש על כניעה. לאחר שהוא יטעם כביכול מהאיד הוא לא יהיה מסוגל לחיות בלעדיו, הוא יהיה מכור. הוא לא יצליח להיפטר ממנה והוא לא יוכל להשתלט עליה כי היא והוא יהפכו לאחד בנקודה הזו של אחרי הכניעה הראשונית שלו.

האיד היצרי והחייתי זקוק לאגו, לחברה, לסביבה, לאני העליון לשם שלמותו. אם הוא משתלט עלינו לחלוטין אז נוצר השיגעון, אבל בלעדיו אנחנו בריקנות תהומית, בניתוק מהחוויה.

כל המהות של קשר אדם-חיה ועבודה טיפולית עם בע"ח מבוססת על האיד הזה, על החיבור לחיה שבתוכנו, לחלקים הראשוניים, חלקים לא מודעים ולא מילוליים, להבנה שבבסיס החוויה שלנו, בבסיס הרגשות הכי מורכבים שלנו נמצא הגוף שמרגיש. שפה וחשיבה מבוססים ביסודם על התנסות חושית – מוטורית אבל בני-האדם שכחו את זה... למרחק שיצרנו בינינו לבין חיות אחרות יש מחיר כבד בנפש שלנו.

מתוך ההבנה של חשיבות הקשר הזה בינינו לבינם נוצרו לדוגמה פינות החי בארץ. כדי לקרב את האדם לחיה שבתוכנו ולחיות אחרות. אבל המציאות שנוצרה, פעמים רבות לא באמת מקדמת קרבה.

שקף המודל של הטיפול ההדדי

המודל של הטיפול ההדדי מתבסס על ההבנה כי רק מתוך קשר אישי וקרוב עם בעל-חיים וראייתו כסובייקט, אנו בני-האדם יכולים להתחבר לחיה שבתוכנו, ואז יכול להתרחש תהליך טיפולי וחינוכי משמעותי בנפש שלנו. החיבור לחיה שבתוכנו לא יתקיים אם החיה לא מממשת את צרכיה החייתיים על כל היבטיה, וכאן נכנס תפקידנו לדאוג לכך! כאשר בעל-החיים לא יכול לממש את כל צרכיו, אז התפקיד המתווך של בעלי-החיים עבור בני-האדם/המטופלים לא יכול להתקיים.

שקף הנסיך הקטן

בכל התחומים שעוסקים בקשר אדם-חיה קיימת הסוגיה של אילוף החיה, של מניעת המימוש של צרכיה החייתיים ושל חשיבה עליה כאובייקט. בעולם הכלבנות חל מהפך משמעותי מעבודה של אילוף דרך עונשים לעבודה של אימון דרך חיזוקים חיוביים, ועדיין הדרך ארוכה. אנחנו צריכים להכיר בכך שכל התפיסה של אילוף מצמצמת את החיה וגם את המאלף. אני לא אומרת שאפשר בלי זה באופן מלא, אבל זה מעלה מחשבה שאנחנו צריכים להיות ערים לה. פעם אמר לי מאלף כלבים בכיר ש"לעבוד עם גולדן זה כמו סוזוקי, אתה רק מכניס את המפתחות לסוויץ' ונוסע". והוא צודק... אבל מה המחירים של עבודה עם כלב כזה? מה המחיר שהכלבים משלמים בתעשיית הכלבים הגזעיים? ומה המחיר שהמטופל משלם כשהוא רואה מודל כזה מושלם נכנס לחדר? בעולם הרכיבה הטיפולית גם מתחיל בארץ מהפך מרגש של עבודה מהקרקע ולא ברכיבה. אין שאלה לגבי הכוח הטיפולי שיש לרכיבה

טיפולית, להיות על הסוס. אבל ברור לגמרי שלפעמים כל העבודה הרגשית החשובה ביותר של ראיית האחר והכרה באחר יכולה להיעשות וצריכה להיעשות מהקרקע.

שקף הפינגוויין באקווריום

כמובן שבעבודה בפינות חי אנו נתקלים בכל רגע נתון בדילמות דומות (הפינגוויין כאן הזכיר לי את האוגרים שרצים בגלגל. מה אנחנו באמת לומדים עליהם כשהם במצב הזה...). לדוגמה, בעבודה עם חיות קטנות – האם ניצור את הקשר באמצעות הרמת ארנבון או בהתמודדות עם המצב השכיח שבו הארנבון לא רוצה להיות מורס ויותר מכך לא רוצה בכלל בקרבתנו? אין לי ספק כי רובנו טיפלנו בתחילת הדרך על-ידי הרמת ארנבונים, ואולי רוב הקהל שכאן עדיין מכיר בדרך הזו כדרך ליצירת קשר בין המטופל לארנבון. לא קל להיות בעמדה טיפולית מאכזבת ומתסכלת שאומרת לא, שלא מאפשרת... לפעמים אני חושבת שארנבונים ושרקנים מתאימים לעבודה רק עם מטפלים מנוסים שכבר מכירים בחשיבות של תסכול המטופל לפעמים, ומסוגלים להיות בעמדה שמאכזבת. וזה שוב מחזיר אותנו לנושא היחסים בין המטפל למטופל. ואני רוצה לחזור לגלגולי הפסיכואנליזה מפרויד לתיאוריות האינטרסובייקטיביות.

אז מה זה פסיכואנליזה של שני אנשים: גישת ה"פסיכולוגיה של אדם אחד" החלה להתערער יחד עם השתנות התפיסות החברתיות, המדעיות והפילוסופיות הרווחות, אשר החלו להדגיש את מקומה המרכזי של החוויה הסובייקטיבית. האמונה בקיומה של אמת אובייקטיבית אותה ניתן לחשוף ולגלות התערערה בדיסציפלינות אקדמיות רבות וחלחלה גם לפסיכואנליזה. הגישה הבין-סובייקטיבית אשר התפתחה בארה"ב החל מאמצע שנות ה-70 מסמנת באופן ברור את רוח השינוי.

שקף אישה משוחררת

אז אם אנחנו חוזרים להיבט ההתפתחותי, תפקיד האם נתפס היום אחר. וויניקוט, בניגוד לפרויד, כבר דיבר על האם ולא התייחס אליה רק כאל אובייקט ביולוגי. הוא דיבר על יחסי אם-תינוק, על הצרכים הרגשיים שהאם מספקת, אבל במובנים רבים הוא עדיין ראה בה אובייקט. מה היא מספקת לילד? מה היא צריכה לעשות עבורו? איך היה תהיה אם טובה דיה? (בעיניי, ברמה של יחסים מהסוג הזה אנחנו תקועים בתחום של הטיפול הרגשי בעזרת בע"ח... מתייחסים לבעל-החיים כמובן, אבל באופן מאוד חלקי, באופן שמסתכל על הצרכים שהוא ממלא עבורנו, עבור המטופלים שלנו. מחקר אינסופי על השפעות פיזיולוגיות, חברתיות, רגשיות של התרומה של בעה"ח עבורנו). הגיע הזמן ללכת עוד צעד, וכאן נכנסת לתמונה ג'סיקה בנג'מין. בנג'מין, פסיכואנליטיקאית פמיניסטית, דיברה כבר על האם כסובייקט: על החוויה שלה בהורות, על הפחדים והקשיים שלה. ההסתכלות על האישה היא כבר לא כאובייקט מיני ביולוגי אלא כאישה על מכלול צרכיה. התפיסה היום של האישה כסובייקט הולכת ומתפתחת. לדוגמה, בלגיטימציה שקיימת כיום לנשים לבחור בכלל אם הן רוצות להיות אימהות, בהכרה שיש דבר כזה אל הורות. אני ממליצה לכם בחום על מאמר של ענת פלגי הקר – מ(א)מהות לאימהות.

חלונות מאותו חדר שהנוף מהם הוא אחר

לתפיסות הללו יש כמובן השפעה גם על הטיפול. בהקבלה לאם כסובייקט, גם המטפלת הופכת לסובייקט, והיא לא נייטרלית כפי שפרויד טען. יחסי ההעברה הנגדית אינם מובנים כהפרעה לטיפול אלא מהווים חלק חשוב ממנו. בעצם מדובר פה על המעבר מהסתכלות על המטפל כאובייקט אל הכרה בכך שגם המטפל הוא סובייקט שמחזיק השקפות עולם, שמביא את הפצעים שלו לחדר הטיפולים באופן מודע ולא מודע, שרואה דברים באופן אחר מהמטופל (אנחנו יושבים באותו חדר אבל מסתכלים על הדברים אחרת). אנחנו יודעים היום שלמטפל כסובייקט יש השפעה מכרעת על הטיפול, אז כדאי שנכיר בך ושלא נתעלם מההשפעות הללו. (ברור לכם שכל פעם שאני אומרת את המילה מטפל, ניתן היה להחליף את זה גם בבעל-החיים. הראייה של בעל-החיים כסובייקט ולא אובייקט וההבנה שהיחסים שנוצרים בטיפול הם במוקד התהליך. עוד נגיע לזה בהמשך).

בעצם, התשובה היום לשאלה הגדולה "מה גורם לשינוי בטיפול? מה הופך טיפול רגשי למוצלח ומשמעותי לנפש?" היא ההבנה הרווחת שפעמים רבות לא הפרשנות המתוחכמת של המטפל והתובנות שהוא גורם לי להבין על עצמי עושים את השינוי – אלא דווקא היחסים הנרקמים בין המטפל למטופל. (למטופלים ביניכם, חשבו על יחסים שהיו לכם בטיפול, מה החוויה שנשארה. מתי הרגשתם שהטיפול לא עוזר לכם ואתם רוצים לעזוב? מתי הרגשתם שהטיפול עוזר לכם?). למרות שכמובן לפעמים כף לקבל פרשנויות מעמיקות על החיים שלנו, ההבנה כיום היא שכדי לעשות תהליך של שינוי אמיתי נדרש קשר משמעותי והדדי. אני יכולה לומר שאצלי התשובה נעוצה חד-משמעית ביחסים עם המטפלת. כשאני אומרת יחסים אני לא מתכוונת ליחסים טובים; אני מתכוונת ליחסים מורכבים, שלפעמים הייתה בהם תחושה עמוקה של הבנה, לפעמים תחושת זרות, לפעמים פגיעה. אלו לימדו אותי דברים באמת משמעותיים על עצמי. ואני יודעת היום, גם כמטופלת וגם כמטפלת, שאין טיפול אמיתי שבו המטפלת לא עוברת גם תהליך של שינוי. חשוב לי להדגיש אני מדברת על הדדיות ולא על שוויוניות. יחסי מטפל-מטופל (לפחות בגישה ההתייחסותית והאינטרסובייקטיבית) הינם הדדיים אך לא שוויוניים. בין היתר, כי על האחד (המטפל) חלות חובות שאינן חלות על האחר (המטופל). בבסיס המודל ההדדי לטיפול הנעזר בבעל-חיים אמנם מונח הטיפול במטופל האנושי, אבל באותה עת מונחות שם גם החובות החלות עלינו כלפי החיה שבתהליך. זה בעצם מעבר מהגדרת מערכת היחסים הטיפולית במונחים היררכיים להגדרה במונחים הדדיים.

כאן נכנסים לטיפול ההדדי וכאן צריך להבין מה זה הדדי? מה זה אינטרסובייקטיבי?

בהכנת ההרצאה הזאת היו הרבה, קשיים אבל דבר אחד שהיה לי ברור מהרגע הראשון הוא שיש תיאורטיקנית אחת שמנחה את דרכי בשאלות שאנו מתעסקים איתם היום.

שקף ידיים קשורות

גיסיקה בנג'מין היא פסיכואנליטיקאית פמיניסטית שעוסקת בהתפתחות היכולת שלנו להיות ביחסים עם האחר. היא חוקרת את יחסי השליטה וההכנעה שקיימים ביחסים בינאישיים ומציעה מודל התפתחותי שנע מיחסי כניעה אלו ליחסים של הכרה באחר.

המונח אינטרסובייקטיביות הוא מונח מורכב בפסיכואנליזה, ויש לו פרשנויות שונות. בנג'מין משתמשת בו כדי לתאר את ההישג ההתפתחותי של ה-Recognition – ההכרה. התיאוריה שלה לא מתנגדת לתיאוריות קודמות של יחסי אובייקט, כמו זו של וויניקוט, אבל היא מרחיבה אותן. האינטרסובייקטיביות מוסיפה לפרספקטיבת יחסי האובייקט את הרעיון שהייצוגים והיחסים שלנו ניתנים לשרטוט על הציר של המתח בין Recognizing לבין שלילת האחר.

אנחנו תמיד נמצאים בחיי הנפש שלנו במקום כלשהו במתח הזה שבין להתייחס לאובייקט לבין ההכרה של האחר מבחוץ, בין מגע עם המציאות החיצונית לבין הרצון לשמר חווית שליטה אומניפוטנטית.

כל רגע האחר נראה לנו פחות או יותר כמו אובייקט או סובייקט, או ליתר דיוק כשילוב שלהם. כולנו נעים על הציר של אובייקט-סובייקט. יש רגעים שאני יכולה לראות את בן-הזוג שלי כאובייקט בלבד שצריך להקשיב לי עכשיו ורגעים שאני מצליחה לראות את הסובייקטיביות שלו, את זה שהיה לו יום ארוך ואין לו באמת יכולת להבין אותי כרגע. לרוב אנחנו מתקשים להחזיק את האחר כסובייקט ולהגיד "אני מבינה אותו כרגע". לרוב אנחנו קורסים לאכזבה שלנו ומתחילים להשליך כל מיני מחשבות: למה הוא לא מקשיב לי... בכלל, הדרך שלנו לדעת את האחר, בין אם הוא אדם אחר או חיה, זה רק דרך השלכה. יש לי מטופלת שחוזרת ואומרת "גל תפסיקי להגיד שאת מבינה את החיות, אי אפשר להבין אותן באמת, הן לא מדברות בשפה שלנו". היא קצת צודקת...

שקף עטלף

במאמר מפורסם של תומס נייג'ל שנקרא "איך זה להיות עטלף?" הוא אומר לנו ככה – דמיינו שיש לכם קרום על הזרועות המאפשר לכם לעוף בשעת בין-הערביים ולתפוס חרקים בפה, דמיינו שיכולת הראייה שלכם לא כל-כך טובה, אבל שיש לכם יכולת ייחודית לקלוט את הסביבה על-ידי מערכת שמאפשרת לכם לשגר גלי קול ולקלוט את ההד החוזר, ושאתם מבליים את היום שלכם כאשר אתם תלויים במהופך. אני לא יודעת מה אתכם, אבל אני לא ממש הצלחתי לדמיין את כל זה. ואני בטוחה שעד כמה שהצלחתם לדמיין את זה, הצלחתם לדמיין רק מה זה עבורכם להיות עטלף, אבל אין לכם שום מושג מה זה בשביל העטלף להיות עטלף.

שקף ארנבז

אז בציר הזה של אובייקט-סובייקט, בנגימין אומרת שלא חשוב מה הסביבה תעשה ואיזו אמא טובה דיה תהיה לתינוק, אנחנו תמיד חווים מבנה נפשי בעייתי וקונפליקטואלי מטבעו. כמו שקשה לנו להחזיק בו-זמנית בראש דמות ורקע (ארנבז). תנסו להחזיק את הגם וגם במקביל. קשה לא? והן מתחלפות לנו כל הזמן, כך גם בנפש קיים קונפליקט בין הרצונות והאינטרסים של האינדיבידואל לשמר חוויה של שליטה לבין הרצון ליצור קשר עם האחר, החיצוני, זה שאינו אני.

ה"פתרון" – עד כמה שניתן לדבר על פתרון, כי אתם יודעים – אם היה פתרון אז העולם היה נראה אחרת... הפתרון הוא שאנו הופכים לדיאלקטיקנים שיכולים להחזיק ניגודים כאלו במתח. לרוב אנחנו מתמודדים עם המתח הזה בפיצולים – או אני או אתה. זה מזכיר לי אמירה של מטופלת לאימא שלה במפגש דיאדי – "את תהייה שמחה אם אני שמחה". ואחר-כך היא פנתה אלי ואמרה "אם באמת אכפת לך ממני כמו שאת אומרת, אז את תרצי שאני אהיה מרוצה! אז את תרצי לשחק במשחק שאני רוצה!" ברור לכם שככה לא באמת רציתי לשחק איתה...

כדי לצאת מהפיצולים אנו צריכים אחרים, מישהו שהוא אחר מאתנו ולא נכנע. הרבה פעמים המטופלים שמים אותנו ואת בעלי-החיים הנוכחים בטיפול בלב הקונפליקט הפנימי שלהם ובודקים איך נשרוד.

בנגימין מציעה שני מונחים שאני אסביר ממש בקצרה ואיתם נצלול לתיאור מקרה.

שקף מוגלי בובות

הנפש שלנו צריכה להתמודד כל החיים עם הכניסה של האחר לתוך החוויה שלה, והמצב הראשוני שלנו הוא מצב שנקרא ה'אחד שבשלישי' (one in the third) שבו אנחנו רוצים לשמר אחדות בחוויה וקשה לנו לשאת אחר. המטופלת שהזכרתי לפני רגע, שדורשת שנהיה שמחים אם היא שמחה ונעשה בדיוק מה שהיא רוצה, אבל מתאכזבת ממני ומאימא שלה כל פעם מחדש, מצליחה לקבל את המענה לצורך זה ממוגלי. במפגש שרואים פה, המטופלת מכסה את מוגלי בשמיכה ושמה עליה עוד ועוד בובות, כמו הופכת אותה לבובה, לאובייקט. מוגלי היא כלבה לא מרצה, כשהיא לא רוצה היא הולכת. אבל כאן היא מתמסרת ומספקת בליקוק המתמשך חוויה של אחדות, היא לא מעמתת אותה עם האחרות. כאן מוגלי יכלה לתת חוויה שאני כמטפלת אנושית לא יכולתי לתת.

מצב מאוחר יותר בנפש נקרא ה'שלישי שבאחד' (the third in the one). הכוונה כאן היא שבתוך האחד – בתוכי יש כבר יכולת לשאת אחר, שהוא השלישי. במצב זה יש כבר יכולות סימבוליות ומוסריות, המעידות על יכולת לנפרדות.

אני אמחיש את השלב הזה מיד בתיאור מקרה, אבל רגע לפני כן אני רוצה לתת ליונה וולך לתאר את הרגעים הללו. וולך התקשתה מאוד בתקשורת של ממש עם אחר. היא שקעה למונולוגים אינסופיים ולכתיבה שלה. בסוף היא גם ויתרה על היכולת לתקשר תמורת האפשרות לגעת. לגעת דרך מילים ולגעת

דרך רומנים ומערכות יחסים קצרות. אבל בעיני השיר הזה מתאר מצב של הכרה באחר, רגעים של הכרה הדדית.

שקף שיר

מישהו עובר עֲקָשׁוֹ בְּתוֹךְ חַיִּי

שֵׁם עֲקָבוֹת עַל עֲקָבוֹתַי

אֵין אֵלוֹ חַיִּי

[...]

מישהו עובר בְּתוֹךְ חַיִּי כְּבָמְבוֹא מְפֹלֵשׁ

אֲנִי אוֹתוֹ חָשׂ זֶה אֵינְנוּ הַמְרָגֵשׁ שְׁלִי

[...]

אֲנִי מְשַׁתְּמָשֶׁת בְּהַכָּרָה שְׁלֶךְ וְאֵתָהּ בְּשָׁלִי

[...]

וְכָל חַיִּיו מְחוֹבְרִים אֶל הַכָּרָת אַחֵר

[...]

אֶחָד יְכוֹל לְהִיּוֹת בְּכֶמָה מְקוֹמוֹת בְּחֻלְקִים

אֶחָד יְכוֹל לְהִיּוֹת מְאַחְדִים

(יונה וולך, מתוך: פעם שניה, הזדמנות שניה)

וולך מדברת כאן על רגעים שבהם יש הכרה באחר ומתוך זה יש כבר יכולת להשתמש בו. בפסיכואנליזה דווקא המונח של שימוש באובייקט הוא מונח שמבטא יכולת נפרדות והכרה באחר – זה מבלבל עם האופן שבו אנחנו תופסים שימוש באחר. וולך מדברת בסוף השיר על היכולת שלנו להיות גם בחוויית האחדות וגם בנפרדות. גם במצב של היאחד שבשלישי וגם במצב של הישלישי שבתוך האחד.

בטיפול הנעזר בבעלי-חיים, היכולת לזיהוי האובייקט כסובייקט חיה עבורי כל הזמן בקשר בין המטופל לבעל-החיים וגם בקשר שלי עם בעלי-החיים. אנחנו והמטופלים לומדים להתייחס לסובייקטיביות של בעל-החיים, לזהות את צרכיו ואת אופני התקשורת איתו. אנחנו לומדים את זה דרך דיאלקטיקה בין הדמיון והשוני שאנחנו חווים מולם. מצד אחד אנחנו מרגישים דמיון לבעלי-החיים ובקלות יכולים להשליך אליהם את תחושותינו ומצד שני אנחנו גם חווים כל הזמן את השוני בינינו לביןם, וזה מאפשר לנו מרחק בטוח בתהליך הטיפול. הבו-זמניות של דומה ושונה, כמוני ואחר, במפגש – יוצרת בעצם

מרחב ביניים חיוני ביצירת הסובייקטיביות. הקשר המתבסס עם בעל-חיים בטיפול מאפשר את החוויה הדיאלקטית שבה "אני" ו"אחרות" (otherness) שיוצרים זה את זה ומשתמרים זה בזה ובעל-החיים הוא בעל איכות של אובייקט מעבר, אובייקט שהינו בו זמנית "אני" ו"לא אני" המקדם את היכולת המתהווה לשמר תהליכים פסיכולוגיים דיאלקטיים.

בנג'מין רואה בתנועה זו מה'אחד שבשלישי אל השלישי שבאחד' את המהלך ההתפתחותי אליו מכוונת העבודה הטיפולית שלנו. הדוגמא הבאה תדגים את המהלך ההתפתחותי הזה.

שקף תיאור מקרה

אני רוצה לספר לכם על איתי, מטופל בן שבע שתהליך יצירת הקשר ובניית האמון עמו היה קשה ביותר. איתי הגיע לטיפול בגיל 7 לאחר שאובחן כבעל הפרעת התנהגות מרדנית מתנגדת. מהקשר שלי עם אימו גיליתי כי המעבר שלה לאימהות היה קשה עבורה ולווה בהתקפי חרדה לאחר לידתו. האבא של איתי הרשים אותי כאדם סופר אינטליגנט, בעל אבחנות מרשימות על נפש האדם, אך עם קושי משמעותי להיות ביחסים בינאישיים קרובים. הוא שיתף בקושי שלו להבין איך זה שיש לו ילד כל-כך אגואיסט, שלא אכפת לו מהאחר ואבחן זאת כך – "אני שומע סונטה והוא שומע גלגלצ, הוא לא מצליח לראות את המורכבות של הדברים, לא מצליח לראות אחרים".

תהליך בניית האמון עם איתי היה קשה ביותר. את חצי השנה הראשונה איתי הקדיש לניסיונות להרחיק אותי ולהשפיל אותי, שמצאו ביטוי באמירות כגון: "פסיכולוגית זה תפקיד קטן מאוד, אמא שלי מנהלת חברה ואפילו מורה זה תפקיד גדול משלך, כי יש לה הרבה ילדים והיא אומרת מה לעשות". בלטה התקשרותו האמביוולנטית, כשבמקביל להרחקה שאל: "תמיד נהיה ביחד, תהיי איתי גם בשנה הבאה, נכון?" הוא העמיד אותי בבדיקות אינסופיות, בחן עד כמה אהיה שם בשבילו גם ברגעי השפל והזעם. באותה תקופה הניסיונות שלי לגעת, להתקרב ולהרגיע באמצעות מילים, נחו אצלו כחודרניים ועוררו בו כעס והתנגדות. במצבים אלו הוא הגיב בתוקפנות, ולעיתים ניסה לנעול אותי בתוך כלובי בעלי-החיים. גם מרחב פינת החי נחוה עבורו חודרני. ריחות בעלי-החיים וקולות הציפורים היו בלתי נסבלים עבורו והוא הרבה להתגרד, להתלונן ולצעוק "הכול כאן מציק לי".

איתי והארנבונים

במהלך הטיפול הראה איתי עניין בבעלי-חיים קטנים בפינת חי, ובארנבונים במיוחד. הוא הביע רצון להרים את הארנבונים, להחליף ביניהם ולשנות את שמם בהתאם למצב רוחו. בזמן ששהה עימם ביטא את מחשבותיו באמירות כגון "הלוואי שהארנבון הזה ימות, הוא קטן ומכוער". היה לי ברור שהארנבונים מייצגים את החלקים הקטנים וחסרי האונים שבנפשו, ומפני שהם שונים ממנו, וגם בגלל היכולת התקשורתית המוגבלת שלהם עם בני-אדם, איתי היה יכול לבטא במעשים ובאמירות את מה שלא התאפשר לו לבטא מול אנשים בסביבתו. הצורך שלו להיות בשליטה מלאה על האחר וביטויי התוקפנות מצדו הובילו לרוב למאבק ולניכור בקשריו הבינאישיים. הארנבונים אפשרו לו לשמר אשליה

של שליטה וכול-יכולות, הם היוו כר נוח להשלכות, וזימנו שהות ברמת ארגון מוקדמת יותר שלו בנגימין קוראת האחד שבשלישי. אבל אני כמטפלת קלקלתי את החוויה הזו הרבה פעמים בזה שלא אפשרתי לו לשלוט בהם באופן מלא. לא אפשרתי להרים ולרדוף וניסיתי להנכיח את צרכיהם. ואז איתי אמר שנמאס ועבר למוגלי.

אז רגע לפני שנעבור למוגלי, בואו ננסה להסתכל קצת על מה שהיה פה.

איתי עשה לארנבונים את מה שעשה לי. הוא לא נתן לי לפתוח את הפה, היה עסוק בלהקטין אותי ולהתנגד לי. ניסיונות שלי לדבר את החוויה שלו גרמו כפי שאתם יכולים לשער להגברת התוקפנות כלפיי. איתי דאג לפרק מיד כל מרחב של חשיבה והשתהות. מפה ברורה המשיכה שלו לארנבונים הקטנים וחסרי הישע. הכנעת האחר הייתה הדרך שלו ליצור קשר, ומיותר להגיד שכל ניסיון שלי לדבר את האחר, להנכיח את הצרכים של הארנבונים ולומר שהם מפוחדים, שלא נעים להם כשמנסים להרים אותם ושהם חווים את זה כתקיפה, רק חיזק אותו. ניסיונות אחרים לומר לו משהו כמו "איתם אתה מרגיש שסוף סוף יש לך שליטה וזה כיף" גרמו לאיתי להשתהות רגע אבל הוא המשיך מיד במעשיו. היה ברור כי תחושה או נקודת מבט אחת בלבד יכולה לנצח ואין מקום לסובייקטיביות של האחר.

אז מה עושים בדיוק ברגעים האלו? האם מפגש כזה תורם להתפתחות הנפשית של איתי? הרי ברור לי שמבחינה התפתחותית הוא עוד לא יכול לשאת את האחר ממנו, וכרגע זה מה שהוא מסוגל והארנבונים "נותנים" לו את זה. האם בכלל נכון לעבוד עם בעלי-חיים שחוששים מאתנו ואין להם רצון ממשי בקשר איתנו כל עוד יש להם חברויות עם בני מינם?

שקף ארנבון חי לעומת בובה

אני זוכרת שהמדריכה שלי אמרה לי בפשטות: "אז תני לו בובה במקום". ואני ניסיתי לדבר על ההבדל החשוב שבין בובת ארנבון לארנבון חי שמגיב ומאתגר את המקום ההתפתחותי שבו הוא נמצא... אבל במקביל סבלתי מכל רגע שאפשרתי את זה. זה גרם לי בהדרגה גם להפסיק לעבוד בפינות חי. ואני יודעת שיש פה הרבה שיושבים עם החוויה הזאת. היום אני מבינה אחרת. אני יודעת שיכולתי לאפשר לו טיפול מיטבי גם בלי הארנבונים! לאחר התשובה של המדריכה, התשובה הסופית הגיעה גם מאיתי כאשר ההמלטות של הארנבונים נגמרו והם גדלו והוא איבד עניין כי אי אפשר לתפוס אותם. כיום התפיסה של בנגימין והאמירה של לאקאן (1988) כי מחויבותה העליונה של הפסיכואנליזה היא לשחרר את ההחזקה הנפשית של מאבק הכוח ולכונן [Establish] את המחויבות ל-Recognition, התהליך הדיאלוגי עצמו, הולכת איתי בכל רגע בטיפול. ברור לי שלהגיע לתהליך הדיאלוגי זו משימה ארוכה, ולפעמים אפשר לעשות אותה כמובן גם עם ארנבונים, אבל רק אם המטפלת מסוגלת לעמוד ולהחזיק את הסובייקטיביות של הארנבון. המטפלת צריכה להחזיק את המרחב הדיאלוגי ביני לבין אחר עבור המטופל, וזו משימה קשה. ברור גם שהחזקה של כללים קבועים מראש לגבי האופן שבו יוצרים קשר עם ארנבון יכולה למנוע מצבים אלו, ובמקרה של איתי ברור לי שהם היו פשוט גורמים לו לוותר על המפגש איתם, וטוב שכך.

איתי והכלבה מוגלי – מפגש כושל באימות של המציאות והאחרות

כאשר למטופל יש קושי בהחזקה של הדיאלקטיקה בין 'אני' ל'לא אני', מפגש עם בעלי-חיים בעלי נטייה להתקשרות אנושית עלול להפגיש את המטופל מוקדם מדי עם הצורך להכיר ולגלות את האחר, ולכן אינו מסייע בעבודה הטיפולית. לאחר מספר חודשי טיפול, איתי חזר וביקש שאביא את הכלבה שלי. בקשתו עוררה התלבטות, הן בשל המראה והאופי של מוגלי – כלבה עם עין אחת הנהנית ממגע אך אינה מתמסרת במהירות – והן בשל הקושי של איתי לשאת נוכחות של אחר נפרד שאינו בשליטתו. כצפוי, במפגש ביניהם איתי התבונן בה ומיד הגיב לעין החסרה והסגורה שבפניה – פניו הביעו גועל ורתיעה. איתי ניסה להתגבר על הרתיעה ואמר "אוי מסכנה אין לה עין. מסכנה שלי, מתוקה שלי". הוא החל למשוך את מוגלי בחגורה מבלי לשים לב להתנגדותה ולכך שכמעט נתקעה בספסל. ברגע שהבין כי המפגש עם מוגלי לא תואם את ציפיותיו, דרש שאקשור אותה לספסל מרוחק. אני רק אגיד בסוגריים שאין לי ספק כי אופן ההליכה המשותפת שלנו עם הכלב שלנו מהווה דוגמא מעולה לתקשורת האינטרסובייקטיבית שיש בינינו, ומהאופן שבו איתי הלך עם מוגלי היה ברור כי אין יכולת כרגע לדיאלוג. אני התלבטתי... מוגלי לא רגילה להיות עם רצועה בשום מקום (חוץ מפנית החי, כי היא חובבת מרדף ארנבונים) והיא בטח לא רגילה להיות קשורה לאיזה ספסל. מצד שני, הייתה שמש חמימה, ואין דבר שמוגלי אוהבת יותר מלשכב ולהתחרדן. החלטתי להיענות לבקשתו, קשרתי את מוגלי וחזרתי אליו. מוגלי התנגדה והחלה לנבוח וליילל בעוצמה. תשומת-הלב הופנתה אליה בניסיון להרגיעה, ואיתי לא היה מסוגל לשאת את הנתינה והדאגה לאחר נזקק מלבדו, ובתום המפגש אמר "אני לא רוצה שהכלבה המגעילה תבוא יותר". המפגש עם מוגלי אימת את איתי בעוצמה עם המציאות, עם הנזקקות של עצמו ושל אחר, עם תכנים של פגימות, ועם אובדן הבלעדיות של הקשר עימי. בניגוד לארנבונים, מוגלי ביטאה רצון ונזקקות באופן ברור. בניגוד לארנבונים, מוגלי היא הילדה שלי, ואיתי הרגיש היטב את קונפליקט הנאמנויות. בשלב זה, בו עדיין לא התבסס הקשר ביני לבינו, הכנסה של סובייקט, שלוחה חיה שלי ואני שלה, נחוזה כמתחרה על תשומת-הלב וערערה את הקשר הטיפולי. לא הבאתי את מוגלי יותר, ורק לאחר כשנה, בשלב אחר של הטיפול, מוגלי חזרה אלינו.

איתי והחמור בוריס – נקודת מפנה בטיפול ופתיחת הדרך לזיהוי האחר

לאחר כשנתיים בטיפול העז איתי להתנסות במצבים של חוסר שליטה. הוא התעניין בבעלי-חיים הגדולים שחיו בדיר, ובעיקר בחמור בוריס. כאשר התקרב לדיר, בוריס היה נוער בהתרגשות, ואיתי הבחין שבוריס אוהב לקפוץ ולהשתולל וגם שולט בבעלי-חיים האחרים שבדיר. הוא אהב להתבונן בו, הזדהה איתו ואמר: "בוריס הוא בדיוק כמוני כזה עקשן, אני הכי אוהב אותו". "הוא שונה מכל החיות פה, קצת משוגע, ראית איך הוא בועט...?" לאחר בקשות חוזרות מצדו לשחרר את בוריס מהדיר, החלטתי להיענות לו, ורגע השחרור נהפך רגע מכונן בטיפול. הרגעים הכי מהנים של היום עבור בוריס הם רגעי ההשתוללות מחוץ לדיר. בוריס דהר החוצה בעודו בועט ברגליו האחוריות. נוכחותו החייתית של בוריס אפשרה גם לאיתי להשתחרר, להתחבר לאיד שלו אבל באופן מווסתת ומאורגן. לראשונה

ראיתי אותו צוחק צחוק מתגלגל ובעודו מסתתר מאחורי, צחקנו יחד. בתקופה טיפולית זאת, זה הפך להיות הטקס הקבוע של כולנו.

שקף השלישי שבאחד

אז בואו נראה קצת מה קרה פה. בדיאדה שלי עם איתי – אני גיליתי חלקים חדשים באיתי והוא גילה חלקים חדשים בי. איתי החל לחוות אותי כמי שמגנה עליו מפני בוריס, כשותפה להתרגשות היצרית שבשחרור האיד, כמשתתפת בחוויית חוסר השליטה שלו מול בוריס, המייצג את היצריות המסכנת (שבתוכו). אני גיליתי את החלקים הרכים והילדיים של איתי.

בדיאדה של איתי עם בוריס – בוריס זוכה לממש את צרכיו היצריים בכל פעם שאיתי בא ומקבל את פניו בהתרגשות. מתרחשת הזדהות של איתי עם החלקים היצריים של בוריס. בזכות הקשר עם בוריס, איתי החל לבטא גם חלקים מווסתים שהחל לפתח בתוכו. הקשר עם בוריס אפשר לאיתי להיכנס למרחב ביניים ולנוע בין החוץ לפניים, בין "אני" ל"לא אני". הוא נהג לומר "שנינו משוגעים אבל אני יותר חכם, אני יכול לדבר ולהסביר את השיגעון שלי". בזכות הקשר עם בוריס ותחושת הקרבה והאמון שנוצרו ביני לבין איתי, הוא החל להעז לדבר את הפחד שלו מפני החלקים של השיגעון שבתוכו, החלקים היצריים והלא צפויים אשר מאיימים לפרוץ. החזרתו של בוריס אל הדיר אפשרה עיבוד, ויסות וארגון של החלקים היצריים. בוריס חיה גדולה, נבונה ודעתנית, ואיתי לא היה יכול לשלוט בו כפי שעשה בעבר עם הארנבוניים ועם מוגלי. איתי נדרש להכיר בצרכיו וברצונותיו של בוריס, ולהיעזר בי בהתנהלות עמו.

בדיאדה שלי עם בוריס זכיתי להכיר את בוריס באמת. נהגתי לשחרר אותו בכל הזדמנות שהייתה לי גם מעבר למפגשים עם איתי. בוריס החל לקבל פני בנעירות נרגשות, ואני במקביל התאהבתי. נראה לי שזה היה הדדי.

לסיכום המהלך הטיפולי – בשלב זה התרחש שינוי בכל שלושת הדיאדות, ובמקביל נפתחה הדרך לבניית המשולש, לייצוג, לסימול ולזיהוי האחר. נפתחה הדרך אל עבר השלישי שבאחד. לא מדובר פה כבר על כל דיאדה בנפרד אלא על יצירת מרחב תלת-ממדי ואינטראקציות בין כולן.

השינוי שנוצר במשולש הקונקרטי מטפל-מטופל-בעל-חיים היה השתקפות של היווצרות אפשרות למרחב משולש סימבולי, יכולת לשאת קונפליקט ופיתוח יחסי הכרה הדדית שהתפתחו ברמה מסוימת אצל כל אחד מהמשתתפים בטיפול.

שקף אוקז'ה

לסיכום, כולנו נעים כל הזמן על הציר שבין אובייקט לסובייקט: אין לנו יכולת להחזיק חשיבה אינטרסובייקטיבית כל הזמן, ולכן תמיד יהיו כשלים. תמיד נצמצם את מי שעומד מולנו, אדם או חיה, למה שאנחנו מסוגלים להבין ולראות. אני אף פעם לא אדע מה זה להיות עטלף, ואף פעם לא אדע מה זה להיות איתי או להיות בוריס. הרבה פעמים, טובת המטופל לא תעלה בקנה אחד עם טובת בעל-החיים. צרכי המטופל לא תמיד יתאימו ליכולות שלי כמטפלת ולא תמיד יתאימו לצרכי בעל-החיים. ברגעים האלו מתרחשת הקריסה, הניצול ולעתים הפגיעה. אני לא אומרת שניתן למנוע את זה באופן מלא, בדיוק כמו שלא ניתן למנוע כשלים כואבים בין ההורים שלנו ובינינו ובין אם לתינוק.

אבל לנו כמטפלים יש אחריות להכיר את השלב ההתפתחותי בו נמצא המטופל, את יכולותיו לראות את האחר, ולהבין ששלב זה משפיע על יכולותיו להיעזר בבעלי-חיים ועל ומידת הניצול שנעשה בהם בטיפול. נוסף לכך, יש לנו אחריות להכיר את היכולות שלנו כמטפלים ואת השלב ההתפתחותי שאנחנו נמצאים בו, כי גם אלו כמובן משפיעים על בעלי-חיים ועל המטופל. יש לנו גם אחריות להכיר בכך שבעלי-חיים שונים זה מזה בדפוסי ההיקשרות שלהם, ביכולתם להביע את צרכיהם ובצורך שלהם בקשר עם בני-אדם. בעלי-חיים מנכיחים בעוצמה את חווית האחדות והנפרדות עם האחר. לעיתים הם מזמנים יחסי בעלות של שולט ונשלט ובמצבים אחרים מאפשר הקשר עמום בטיפול מרחב ביניים חיוני שמסייע למטופל להתפתח אל עבר הכרה הדדית בקשר. למטפלת תפקיד מכריע בוויסות הצרכים של כל המשתתפים.