

Implicit Relational Knowing: It's role in development and psychoanalytic treatment.

Karlen Lyons-Ruth.

ידיעה התייחסותית חבויה: תפקידה בהתפתחות ובטיפול הפסיכואנליטי.

רקע על הקבוצה של בוסטון

ב-1988, ד"ר Jeremy Nahum פתח במכון הפסיכואנליטי של בוסטון סדנה שמטרתה להכיר לחברי המכון ולקנדידיטים המתלמדים בו את המחקר העדכני העוסק בהתפתחות המוקדמת של התינוקות, בעיקר מתוך תקווה או מחשבה שהמושגים המתארים את תהליכי ההתפתחות של התינוקות ימצאו רלבנטיים לתיאור והבנה של תהליכי השינוי המתרחשים בטיפול פסיכולוגי. ב-1995, בהמשך לפעילות הסדנה הזאת, ד"ר נחום זימן ביחד בבוסטון קבוצת לימוד יותר אינטנסיבית שנקראה: Change Process Study Group. הקבוצה הורכבה מפסיכואנליטיקאים: נחום, מורגן והריסון, שני חוקרי ילדים ותינוקות: טרוניק וליון רות, פדיאטרית שהיא גם פסיכיאטרית: נאדיה סטרן, ושני תאורטיקנים אנליטיים: סטרן וסנדר.

עבודת הקבוצה התחילה מתוך קונצנזוס על כך כי נדרש "משהו נוסף" על פירוש (אינטרפרטציה) או התובנה (Insight), על מנת להביא לשינוי בטיפול הפסיכואנליטי. הרושם היה כי אינטרפרטציה או תובנה כשלעצמן, במובן של הפיכת דחפים ופנטזיות מודחקים למודעים, אינן מספיקות. כיצד איפה גורם הטיפול הפסיכואנליטי לשינוי?

קבוצת הלימוד של תהליך השינוי (The process of change study group), החלה להיפגש בתחילת 1995 על מנת לחשוב ביחד, כיצד לפתח שפה וסט של מונחים שיאפשרו להתחיל להמשיג את ה"משהו הנוסף" הנדרש במפגשים טיפוליים על מנת שיתרחש שינוי. סט המאמרים שפורסם כחוברת מיוחדת של Infant Mental Health Journal, ב-1998 מהווה ניסיון להציג ביחד את המאמצים המשותפים של המחקר ההתפתחותי, תיאוריית המערכות, והסתכלות/תצפית מפורטת על התהליך הקליני. מתוך קובץ המאמרים הללו אנחנו נלמד כאן את המאמר של ליון רות ואת המאמר של סטרן. ההתייחסות למושגים החדשים שנוסחו במהלך עבודתה של קבוצת הלמידה של תהליך השינוי היא כאל מושגים בתהליך עבודה שמטרתו לעורר את הדיאלוג הנחוץ כדי להשיג סינתזה בין תחומית של מחקר מדעי, תיאוריה קלינית, והסתכלות (תצפית).

כבר בתחילת הדיונים של הקבוצה נמשכה תשומת הלב להסתכלות על כך שרוב המטופלים זוכרים רגעים מיוחדים של קשר אוטנטי של אדם לאדם עם המטפל שלהם, רגעים ששינו את היחסים שלהם עם המטפל ולכן שינו גם את התחושה שלהם את עצמם. חברי הקבוצה האמינו כי רגעים אלה של מפגש אינטרסובייקטיבי היוו ציר מרכזי בתהליך השינוי שחל בטיפול. מצאנו כי תפקידם של רגעים אלה בשינוי הטיפולי, מוסבר בדרך הטובה ביותר תוך הסתמכות על מושגים שנבנו בתחום המחקר העדכני על תינוקות ומתאורית המערכות.

הגדרת המושג: Implicit Relational Knowing

בהמשך למושגים המסורתיים של התאוריה הפסיכואנליטית המנסה להסביר את תהליך השינוי בטיפול כתהליך של שינוי ייצוגים עלה כי נדרשת המשגה נפרדת של שני סוגים של תהליכי ייצוג:

1. **ייצוג סמנטי** המתבסס על ייצוג סימבולי ושפתי.

2. **ייצוג תהליכי** (פרוצדורלי) (פרוצדורה = נוהל, הליך).

ייצוגים פרוצדורליים הם ייצוגים המבוססים על כלל או נהל של איך להמשיך או כיצד לעשות דברים (How to proceed). יתכן שהפרוצדורות הללו מעולם לא קודדו באופן סימבולי, כמו למשל הידע כיצד לרכב על אופניים. בשבילנו חשוב יותר התחום של הידיעה כיצד לעשות דברים עם אנשים אחרים. מרבית הידע הזה גם הוא פרוצדורלי, כמו הידע כיצד להתבדח, להביע חיבה, או לקבל תשומת לב. לידע הפרוצדורלי של איך לעשות דברים עם אחרים קראנו Implicit Relational Knowing. בשימוש במונח זה אנו רוצים להבחין בין Implicit Relational Knowing לבין צורות אחרות של ידע פרוצדורלי, ולהדגיש כי הידע הזה הוא רגשי ואינטראקטיבי ממש כשם שהוא קוגניטיבי. הידיעה ההתייחסותית החבויה מתחילה להיות מיוצגת באופן שעדין אינו ידוע הרבה לפני הופעת השפה, וממשיכה לפעול באופן חבוי במהלך כל החיים. בהעדר התרגום לשפה, ה-Implicit Relational Knowing פועל באופן אופייני מחוץ למוקד תשומת הלב ומחוץ להתנסות המודעת. למעשה השפה יכולה לשרת את ה-Implicit Relational Knowing אך ידיעה זו, השולטת

באינטראקציות האינטימיות, אינה מתבססת על שפה ואינה מתורגמת באופן שגרתי לצורה סמנטית (למילים).

חשוב לציין כי הידע ההתייחסותי החבוי הוא כאמור לא מודע ולכן שונה מהידע המילולי המודע – הן בצורת הייצוג (תוכן מול צורה/איך) והן ברמת המודעות. יחד עם זאת הידע ההתייחסותי החבוי שונה גם מהלא מודע הדינאמי. הוא אמנם אינו מודע אך גם אינו מודחק. הוא פועל מחוץ למודעות משיקולים אקונומיים.

בהתפתחות

השוואה בין המושג החדש למושגים ישנים

ההכרה בקיומה של מערכת ייצוגים שאינה סימבולית אלא פרוצדורלית היא תרומתו המרכזית של המחקר בתינוקות. זה מתבסס על המנגנונים התקשורתיים המולדים עליהם מדבר טרוורטן, על התקשורת הרגשית של תינוקות עם מטפליהם כפי שרואה אותה טרוניק, על המודלים הפעילים הפנימיים של תיאוריית ההיקשרות, ועל התפתחות הסכמות של "להיות עם מישהו" עליהן מדבר סטרן.

בחשיבה של ליון רות, "ידיעה התייחסותית חבויה" מסכמת את מה שהומשג באופן מסורתי כ"יחסי אובייקט מופנמים". המושג החדש מקיף יותר מכמה סיבות:

1. למונח הישן "יחסי אובייקט מופנמים" יש קונוטציה של "לקחת מבחוץ

פנימה", ולא של **בניה משותפת** co-construction.

2. למונח הישן יש משמעות של "לקחת פנימה אדם אחר" ולא של ייצוג של דפוסי וויסות שנבנו באופן הדדי בתוך הקשר (טרוניק 1989).
3. המונח הישן מזוהה יותר עם ספרות על פתולוגיה ולא עם קשרים מסתגלים ותקינים.
4. במונח הישן משתמשים בדרך כלל יותר כדי לדבר על יחסים בעבר והפעלתם בהעברה בטיפול ולא כחלק ממודל ייצוגי כללי נגיש המתעדכן במהלך מגעים בין אישיים יום יומיים.

לכן, ליון רות מתייחסת ל-Implicit Relational Knowing כאל מונח המעלה את מונח "יחסי אובייקט מופנמים" לרמת המשגה כללית יותר של מערכת ייצוגים כללית. בהמשגה זו Implicit Relational Knowing כולל ידיעה נורמלית ופתולוגית ומאגד בתוכו אפקט, פנטזיה, ממדים התנהגותיים וקוגניטיביים. בתנאי התפתחות מיטיבים, הייצוגים הפרוצדורליים החבויים הופכים ליותר ויותר מפורטים, אינטגרטיביים, גמישים ומורכבים, מכיוון שהידיעה ההתייחסותית החבויה מתעדכנת באופן קבוע במהלך האינטראקציות היומיות.

בטיפול

בהקשר הטיפולי, יתכן כי חלקים קטנים מהידיעה ההתייחסותית החבויה של הפציינט יהפכו לנושא לשיחה מילולית מפורטת או לנושא לפירוש העברתי. יחד עם זאת, החלקים שיעברו המללה מודעת יהוו חלק קטן מסך כל הפרוצדורות הפעילות ביחסים, הן מצד המטופל והן מצד המטפל. למרות

שהידיעה הזאת בד"כ אינה מיוצגת באופן סימבולי היא אינה בהכרח לא מודעת במובן שהוצאה באופן הגנתי מהמודעות. הידיעה ההתייחסותית החבויה פועלת אם כן לרוב מחוץ לתחום המודעות הוורבלית ותחום הלא מודע הדינמי.

בנוסף לידיעה ההתייחסותית החבויה, נזקקנו לשני מונחים נוספים, על מנת לדבר על שינוי בטיפול שאינו מבוסס על פירוש: "יחסים אמיתיים" (real relationship), והרעיון של Moment of meeting.

יחסים אמיתיים מוגדרים כשדה האינטרסובייקטיבי המבוסס על ההצלבה של הידיעה ההתייחסותית החבויה של המטפל והמטופל. שדה זה משתרע מעבר לתחום ההעברה-העברה נגדית וכולל מעורבות אישית אוטנטית ותחושות מדויקות למדי של המטפל והמטופל לגבי ה-Ways of being with-העכשוויים ביניהם. כשאנו קוראים לשדה האינטרסובייקטיבי הזה "יחסים אמיתיים", אנו משיגים הבחנה של תחום זה מהמרכיב הפסיכואנליטי של היחסים שבו ייצוגים סמנטיים מתפתחים באמצעות פירושים מילוליים.

בניגוד להשקפות מסורתיות יותר אנו מרגישים שגם "יחסים אמיתיים" עוברים תהליכים של שינוי טיפולי, באמצעות תהליכים המשנים את השדה האינטרסובייקטיבי באופן ישיר (האירועים הבין אישיים שהמטופלים זוכרים). בתיאוריה המסורתית, פירוש נתפש כאירוע סמנטי המארגן מחדש את ההבנה

של המטופל. בהמשגה הנוכחית תעלה טענה כי ההתנסות של המטופל ביחסים האמיתיים עם המטפל יכולה ליצור שינויים בידיעה ההתייחסותית החבויה באמצעות ארגון מחדש של השדה האינטרסובייקטיבי בין המטפל לבין המטופל.

למה אנחנו מתכוונים במונח **Moment of meeting**? נעזר בהבחנה של סנדר (1995) שהצביע על כך שמאפיין בסיסי של רגעים אלה הוא שיש בהם הכרה ספציפית במציאות הסובייקטיבית של האחר. כל שותף תופש ומאשר לאחר גרסה זהה ל"מה שמתרחש עכשיו בינינו".

אפשר אולי גם לומר שאחרי שגרה של מאמצים הדדיים לוויסות הדדי, מתרחש שינוי הגורם לכך שלפחות אחד השותפים באינטראקציה יראה את צרכיו של האחר באופן שונה מהאופן בו ראה עד כה, וששינוי זה בראיה יביא אותו להתייחסות מותאמת יותר לאחר באופן שיושג איזון טוב יותר, תחושה של שותפות, הכרה הדדית ווויסות הדדי.

Moments of meeting מזרזים שינוי הן באינטראקציות של הורה תינוק והן בפסיכותרפיה. בתהליך ההתפתחות של תינוק, הידיעה ההתייחסותית החבויה שלו מאגדת את הדפוסים החוזרים ונשנים של פעולות הוויסות ההדדי בין הורה ותינוק (טרוניק 1989 וגם בקובץ זה). במהלך שנות החיים הראשונות פעולות הוויסות מתחלפות במשא ומתן על סדרה של אתגרים הסתגלותיים, כפי שתארו תאורטיקנים כמו סנדר (1962) וסטרן (1985). במהלך הוויסות ההדדי המתמשך הזה השדה האינטראקטיבי בין תינוק למטפל הופך ליותר מורכב ומפותח, ומתהוות אפשרויות חדשות לאינטראקציה.

למשל: לאחר שהתבססו דפוסים וציפיות בנוגע לצעדי השיתוף במשחק "קוקו", הוכשרה הקרקע ונוצרה לשותפים אפשרות "לשחק" עם הדפוס על ידי הפרה של ציפיות מבוססות. תחושה הדדית זו של הזדמנות ואפשרות לצורת אינטראקציה חדשה, יוצרת אצל שני השותפים אפקט מוגבר – **Heightened affect**. ביב ולחמן (1994) הפנו את תשומת הלב לחשיבות של **Heightened affective moments** כאחד מהמאפיינים הבולטים הן של ההתפתחות המוקדמת והן של הטיפול הפסיכואנליטי.

ליון רות מקשרת בין האפקט המוגבר לבין תחושה של התהוות אפשרויות חדשות בקשר. במקרה החיובי, האפשרויות האינטראקטיביות החדשות יצרו וויסות אינטרסובייקטיבי יותר מורכב ויותר קוהרנטי מכיוון שהן מאגדות יכולות התפתחותיות חדשות של התינוק, או שהן מובילות לרמת הסתגלות מספקת ומלאה יותר של היכולות ההתפתחותיות והפוטנציאל הרגשי העכשווי של התינוק.

המעבר למערכת וויסות כוללנית וקוהרנטית יותר הוא הציר של ה- **Moment of meeting** בין הורה לילד. רגעים אלה, של שינוי בהכרה האינטרסובייקטיבית, מאשרים את השינוי בטווח הוויסות הניתן להשגה בין שני השותפים. הם נותנים אות פתיחה לפיתוח של יוזמות חדשות. כעת ניתן לפתח צורות חדשות של התנסות משותפת סביב צורות פעולה וסוכנות שלא היו מוכרות (לא קיבלו הכרה) קודם לכן. הידיעה ההתייחסותית החבויה של

שני השותפים תשתנה בהכרח. הפוטנציאל החדש לקשר יופעל אך יקבל גם ייצוג כאפשרות עתידית.

דוגמא:

בתחום ההתפתחותי ניתן להמחיש את המושגים הללו על ידי תאור של תצפית קצרה באם צעירה ובתה בת ה-18 חודשים. כפי שהספרות הנרחבת על נושא ההיקשרות מראה, האסטרטגיות של התינוק במשא ומתן עם הדמות המטפלת על השגת קרבה מנחמת, נבנות במהלך סדרה של משאים ומתנים וויסות הדדי עם ההורה – והן (אסטרטגיות השגת הקרבה) בעצם אחת הצורות הכי מתועדות של ידיעה התייחסותית חבויה, שבאה לידי ביטוי בשנתיים הראשונות לחיים.

מדובר באם ובתה בת השנה וחצי שהוזמנו לתצפית מעבדתי בפרוצדורה

של האירו ע הזר. ליון רות רואה את **דפוס ההיקשרות** **כידיעה התייחסותית**

חבויה.

האם ובתה בת ה-18 חודשים, לה אקרא טרייסי, קיבלו ביקורי בית טיפוליים בתשעת החודשים שקדמו לתצפית, על מנת לעזור לאם לייצב את חייה ולסייע לה להיות זמינה רגשית לטרייסי באופן יותר נגיש ועקבי. במהלך תקופה זו של ביקורי הבית, טרייסי ואמה נאבקו על מנת למצוא אופנים מספקים של

מגע רגשי ופיזי זו עם זו. המאבק ההדדי שלהן לשאת ולתת על רגעי מגע מספקים יותר נראה גם במעבדה. כפי שתראו בהמשך התיאור, מפגש מיוחד במעבדה הוביל לשינוי עדין שהוביל ל- **Moment of meeting** שהפתיע את כולנו.

לאחר שהגיעו לחדר המשחקים במעבדה, טרייסי חקרה (explored) את הצעצועים במשך כמה דקות בזמן שאמה פטטה עם עוזרת המחקר. כשאמה עזבה את חדר המשחקים בפעם הראשונה, לא נראו אצל טרייסי סימני מצוקה גלויים. היא המשיכה לשחק בצעצועים והתעלמה מעוזרת המחקר. יחד עם זאת, כשעוזרת המחקר קמה על מנת לצאת, טרייסי נדרכה והביטה לעבר הדלת. כשהבחינה באמה נכנסת היא הסבה מיד את מבטה ופנתה הצידה. האם אמרה "הי!" ועמדה מול טרייסי. כשמבטה עדיין מוסט הצידה, טרייסי אמרה "ממי!" בטון של הנאה, ואז פנתה אל אמה וצעדה כמה צעדים לעברה כמו כדי להצטרף אליה. האם אמרה "מה את עושה?" אך לא צעדה לעבר הילדה ולא כרעה על ברכיה על מנת לחבקה. טרייסי, עם מבט אטום, נעה במהוסס, חלפה על פני רגלי האם, הלכה מסביב לאם ודחפה חזק את הדלת על מנת לצאת החוצה. האם הסירה בכוח את ידה של טרייסי מהדלת, תוך כדי אמירה: "בואי הנה, תראי מה יש לאמא!". טרייסי משכה את ידה מהאם, פנתה ממנה והטיחה את הצעצוע שהחזיקה על הרצפה. אח"כ המשיכה להפנות את גבה לאמה ולדחוף את הדלת תוך התעלמות מהזמנת האם לשחק. לבסוף, האם משכה בזרועה וטרייסי נתנה לגופה להמשך לעבר הצעצוע שאמה החזיקה, אך עדיין

התעלמה מהצעצוע. היא צעדה כשראשה מופנה מן האם, ללא מטרה נראית לעין, התקרבה אל האם ואז חלפה על פניה. כשהייתה ליד האם היא נחה לרגע כשגבה מופנה אל האם. אחר כך נעמדה וחזרה לדלת. לבסוף, לאחר שהסתובבה בחדר חסרת מטרה במשך מספר שניות, היא התיישבה כשפניה מכוונים אל האם ושחקה בצעצוע במרחב שביניהן. אמה הסתכלה עליה ושיבחה אותה בחום.

בניגוד להתנהגותה הנמנעת והקונפליקטואלית בנוכחות אמה, טרייסי הייתה במצוקה כשאמה עזבה את החדר בפעם השניה ולא יכלה להירגע בעזרת עוזרת המחקר שנכנסה לחדר וניסתה ליצור עמה קשר. כשהבחינה באמה בדלת בפעם השניה היא צעקה בהתלהבות "ממי!" והחלה לרוץ לעבר האם. במקום להגיב בשמחה דומה, האם אמרה: "הי, מה העניינים, מה עשית פה בינתיים?" בתגובה טרייסי החלה ליבב בחוזקה תוך כדי ריצה לעבר אמה. אולי בגלל ביטוי המחאה הזה מצד טרייסי האם פשטה את זרועותיה וכרעה ברכ לקראת טרייסי המתקרבת תוך שהיא אומרת שוב: "מה את עושה?" טרייסי הרימה את זרועותיה למעלה ואמה אחזה אותה בהתחלה מתחת לזרועות, אך בהמשך כרכה את זרועותיה מסביב לטרייסי בחיבוק מלא, בעוד טרייסי נצמדת בחוזקה אל גופה. אחרי חיבוק קצרצר האם שחררה את טרייסי, נסוגה אחורנית כדי להיטיב להסתכל עליה ושאלה: "התגעעת אלי?" טרייסי התייפחה כשאמה נסוגה לאחור ואח"כ החלה שוב ליבב וניסתה לחזור אל תוך זרועות אמה. אמה נתנה לה עוד חיבוק מוזר ואמרה: "בסדר! בסדר! בסדר!"

אח"כ היא הרימה אותה, הלכה לכיוון הצעצועים, כרעה ברך כשטרייסי על ברכה והנחתה את תשומת לבה לצעצוע על הרצפה. במשך כמה דקות טרייסי בהתה בצעצועים באדישות כשהיא יושבת בנוקשות על ברכי אמה. אח"כ נעצה בחלל החדר מבט מבולבל ונבוך, החלה לייבב, החליקה מברך אמה ונעמדה מולה כשזרועותיה מושטות לעברה. האם הגיבה בפרישת זרועותיה כלפי טרייסי. למשך רגע ארוך הן עמדו זו מול זו בשקט, קפואות, עם זרועות פשוטות. ואז, טרייסי השמיעה צחוק קטן של הקלה ושקעה כולה לתוך זרועות האם, מניחה לכל גופה להירגע על כתפה של האם. האם הייתה מסוגלת להחזיר לה חיוך פתוח ושמח, להחזיק את בתה קרוב אליה תוך שהיא מחבקת ומערסלת אותה. האם הביעה את הכרתה בהתנסות המשותפת ואת אישורה לרגע המפגש (Moment of meeting) כשמלמלה: "אני יודעת... אני יודעת..." תוך שהיא מחבקת ומנדנדת את הילדה בזרועותיה.

מנקודת המבט שלנו, האם והבת ניהלו משא ומתן על דרך כוללת ומתאימה יותר להיות ביחד, וברגע המפגש האחרון – מטרתן הושגה. בין טרייסי לאמה הושג שיתוף רגשי מלא שיצר ביניהן מערכת וויסות יותר מותאמת וכוללת.

רגע כזה שהוא גם Moments of meeting מעלה את הציפיות ההתייחסותיות החבויות של כל אחד מהשותפים, ונותן אות פתיחה לפיתוח של יוזמות חדשות בין האם לבין התינוק. במונחים של תיאוריית ההיקשרות, הרגע הזה משנה את הייצוגים הבונים את המודל הפנימי הפעיל: את ייצוג

העצמי, ייצוג האחר וייצוג הקשר. הייצוגים מושתתים על ידיעה התייחסותית חבויה והשינוי בהם יוצר פוטנציאל לפיתוח של צורות חדשות של התנסות משותפת ולטווח חדש של יותר תגובתיות ויותר הזדיות בתהליכי הוויסות בדיאדה.

לסיכום, רגעים כאלה של מפגש אינטרסובייקטיבי נחווים ומיוצגים בידיעה ההתייחסותית החבויה של התינוק עם ההורה המטפל. רגעים אלה נחווים גם באינטראקציה שבין מטפל למטופל וגם כאן חלים שינויים דומים בידיעה ההתייחסותית החבויה של המטופל. Moments of meeting כאלה בין מטפל למטופל יכולים להיות או שלא להיות נושא לפירוש (מילולי). בכל מקרה (גם אם לא פורש) רגעים אלה פותחים את הדרך לפיתוח דרכים יותר מורכבות ויותר קוהרנטיות להיות ביחד, ולרוב הם מלווים בשינוי של האופן בו אפשרויות התייחסותיות מיוצגות בידיעה ההתייחסותית החבויה של כל אחד מהמשתתפים.