

הכרה והרס – מתווה של אינטרסובייקטיביות

קרן גולדברג

- אינטרסובייקטיביות: מפגש בין 2 ישויות סובייקטיביות, משחק גומלין בין שני עולמות סובייקטיביים נפרדים.

- בנג'מין מציעה התייחסות לשני מימדי החוויה האנושית: הממד התוך נפשי והמימד האינטרסובייקטיבי באופן משלים ולא מנוגד. שילוב של השפעת מערכות יחסים המחלחלות אל ההתפתחות הנפשית וההשפעות של המנגנונים הנפשיים הפנימיים ושל פנטזיות בעיצוב האינטראקציה והחיים הפסיכולוגיים.

- התאוריה האינטרסובייקטיבית מניחה שיש להכיר בזולת לא רק כאובייקט של הצורך או של המחשבה של האני, אלא כבעל מרכז נפרד.
- בנג'מין משרטטת כמה נק' מכריעות בהתפתחות של הכרה בזולת.
- הכרה מתחילה בתגובתו המאשרת של הזולת שאומרת לנו שיצרנו משמעות, שהשפענו, שגילינו כוונה.
- הכרה בין בני אדם- להבין ולהיות מובנים, להיות מכווננים זה לזה, תכלית בפני עצמה.

- הכרה בין בני אדם היא הדדית מעצם מהותה.
- עבודתם של סטרן וביב בנושא חקר אינטראקציות בין אימהות לתינוקות מבטאים עד כמה היחסים של השפעה הדדית משמעותיים להתפתחות העצמי.
- ויסות עצמי מושג דרך ויסות הזולת: אני יכול לשנות את מצבי הנפשי ע"י שאני גורם לזולת להיות יותר או פחות מעורר.

- ההכרה של האם בתינוק היא הבסיס לתחושת סוכנות עצמית **AGENCY** –

וגם האמא תלויה במידת מה בהכרה של התינוק.

- ע"פ בנג'מין מראשית היחסים ישנה אינטרסוביקטיביות במובן של השפעות

הדדיות, כאשר בגיל 9 חודשים (ע"פ סטרן) התינוק מגלה שיש תודעות אחרות שם

בחוץ וכי הן יכולות לחלוק איתנו מצב דומה. מתחיל שיתוף בעולם הפנימי.

- ההורה מגיב לגילוייו של הפעוט באופן רגשי דרך אופנות מבע שונה ומעביר מסר דמיון בין החוויות הרגשיות של שניהם. ההורה אינו משתתף באותה חוויה, אלא נרגש מתגובת התינוק (למשל לצעצוע חדש).

- ההורה מתענג מיצירת הקשר עם תודעתו של הילד.

- בשנה השנייה לחיים מתפתח מתח בין ביטוי עצמי לבין הכרה בזולת והופך לקונפליקט בין העצמי לזולת.

- המשאלה של העצמי לעצמאות מוחלטת מתנגשת עם הצורך של העצמי בהכרה. העצמי רוצה לזכות בהכרה אך להיות מוחלט ועצמאי באותה מידה.
"אני רוצה להשפיע עליך, אך איני רוצה שדבר ממה שאתה אומר או עושה ישפיע עלי, אני מי שאני".
- יש רצון לשמור על אומניפוטנטיות- התעקשות על היות אחד ולגמרי לבד.
- יש עימות בין הסובייקטיביות של הזולת לבין גבולות ביטוי העצמי: כשאמו מבינים שתודעות הן נפרדות ויכולות לחלוק רגשות דומים אנו מגלים גם כי יש גם הבדלים וחילוקי דעות.

- הפעוט מגלה שהוא לא רק עצמאי וכל יכול, אלא גם קטן ותלוי. מתפתחים הרבה מאבקי כוח בשלב ההתפתחותי הזה.
- שלב ההתקרבות מחדש (ע"פ מהלר) הוא ע"פ בנג'מין משבר הכרה בזולת ועימות עם עצמאותה של האם. הילד מתמודד עם פרידה מהאם ועם העצמאות שלה.
- האם נדקשת גם להציב גבולות וגם להכיר ברצונו של הילד. לכבד את עצמאותה ועצמאותו- לאזן בין אישור להכרה. אם היא לא עושה זאת מתחזקת האומניפוטנטיות שלה או שלו.
- הפתרון האידאלי של תאוריה האינטירסובייקטיבית של פרדוקס ההכרה הוא שימשיך להתקיים כמתח מתמיד בין הכרה בזולת לבין אישור עצמי.

- בנג'מין טוענת שהפתרון שמהלך הציעה למשבר ההתקרבות מחדש הוא מצומצם. הפתרון של אינטגרציה בין ייצוגי אובייקט רעים וטובים. זה פתרון שלא כולל את תפיסת הילד את האם כסובייקט נפרד.
- ע"פ ויניקוט תהליך ההרס מאפשר לילד מעבר מהתייחסות תוך נפשית לשימוש באובייקט, להתמיד ביחסים עם זולת אשר נתפס באופן אובייקטיבי כמתקיים מחוץ לעצמי- כישות בזכות עצמה.
- אם הזולת שורד בלי לנקום או לסגת תחת המתקפה, אנו יודעים שהוא מתקיים מחוץ לנו, לא רק כתוצר נפשי שלנו.

- כאשר ההרסנות אינה מזיקה לא להורה ולא לעצמי של הילד המציאות החיצונית מופיעה כניגוד חד ומובחן לעולם הפנטזיה הפנימי. תוצאות תהליך זה הוא אהבה – התחושה של גילוי הזולת.
- צידו השני של המטבע ע"פ ויניקוט- כשהרס לא מעומת עם הישרדות, כשהמציאות של הזולת אינה מתגלה לעין, מתרחש תהליך הגנתי של הפנמה. תוקפנות הופכת לבעייה- לא ניתן להיפטר מהרגשות הרעים.
- הקונפליקט עם הזולת עובר מהדרמה הבינאישית למחוז התוך אישי.

- כשהזולת אינו שורד התוקפנות אינה מתפוגגת היא הופכת לתוך נפשית באופן כמעט בלעדי.
- אובדן האיזון בין התוך נפשי לאינטרסובייקטיבי, בין פנטזיה למציאות הוא הבעיה.
- חשוב הגילוי ש"פנטזיה ועובדה עך אף ששתיהן חשובות, בכל זאת שונות זו מזו"
- מה שחשוב הוא שהאופנות התוך נפשית והאינטרסובייקטיבית משלימות זו את זו-
- ע"פ ויניקוט הניגוד בין המציאות של ההישקדות לבין הפנטזיה של ההרס הוא שהופך את הראשונה למספקת ואותנטית.

- ויניקוט מציע מציאות שניתן לאהוב- משהו שהוא מעבר לטוב ורע.
- בעוד שהאני התוך נפשי חווה את המציאות ככזו שנכפית עליו מבחוץ, האני האינטרסובייקטיבי מגלה את המציאות. לא מדובר בכניעה לעיקרון המציאות, או ויתור על אותנטיות, מדובר על הערכה אל השונה והחדש המעניק גוון חיובי להיפרדות ולא רק עוין- אהבת העולם, אהבת האם שמחוץ לי.
- היפרדות היא הצד השני של הקשר לזולת.
- הערכה של מציאות הזולת משלימה את תמונת ההיפרדות ומיסדת מציאות משותפת.

• הכלי המשמש לפתרון כאב ההיפרדות הוא הזדהויות צולבות: היכולת לשים את עצמינו במקומו של האחר, בהתבסס על הבנה אמפטית של נק הדימיון בחוויה הפנימית.

• האובייקט הטוב שורד את החוויה הרעה, את ההכרה ברעיון שהאם העוזבת אינה רעה אלא עצמאית כמוני. הילד/ה זוכה לא רק בעצמאותה אלא גם בעונג של הבנה משותפת.

• המאפיין המרכזי של מסלול התפתחותי של התייחסות אינטרסובייקטיבית הוא הכרה בדמיון לצד השוני " אני יודע שאת חולקת איתי את אותה הרגשה" וגם "את ואני לא רוצים או מרגישים אותו דבר" כאן נוצר המתח. הכלת המתח בין הדמיון לשוני מאפשר התפתחות של ההכרה ההדדית על פני קיבוע יחסי מאבק והכנעה.

• התגובה ההתחלתית לגילוי זה היא נסיון לכפות על האחר את העצמי.

- בשנה ה 3 לחיים ניתן להביע מתח זה במשחק סימבולי, הכולל גם הזדהות רגשית עם האחר: " אני יודע שאת יודעת מה אני מרגיש". יש הרחבה סימבולית של רגשות: " את יודעת מה אני מרגיש, אפילו כשזה הפוך ממה שאת רוצה ומרגישה". בשלב כזה של הדיפרנציאציה יש מקום והכלה לרגשות של העצמי, בידיעה שהם לא של האחר. כשילד יכול לשחק בשני תפקידים סותרים- עוזב ונעזב, הוא מתחיל להתעלות מעבר לצורה של המשלימה של יחסי אם-ילד.
- המעבר מיחסים משלימים שיש בהם יחסי כול לעולם של הבנה הדדית, מפרק את האומניפוטנטיות של ההורה או הילד, ומאפשר תנועה מתמדת בין השלמתיות להדדיות.

- אחד מהעקרונות המרכזיים של הדיאדה המוקדמת הוא שהתייחסותיות אינה מאופיינת בהרמוניה מתמשכת, אלא בהפרעה ובתיקון מתמשכים.
- בהכחשת הסובייקטיביות של הזולת מתחילה ההפעלה של כוח.
- משחק הגומלין המתמשך של הרס ושל הכרה מהווה דיאלקטיקה בין פנטזיה למציאות חיצונית.
- התנגשות של שני רצונות מהווה חלק מהותי מיחסים אינטרסובייקטיביים, הרי שאין סביבה מושלמת שתוכל ליטול את העוקץ מהזולתיות.
- זה "טוב דיו" שהתנועה פנימה של שלילת המציאות ויצירת הפנטזיה תאוזן בסופו של דבר עי הכרה בעולם החיצוני.

יחסי הורה-ילד המתאפיינים במאבק

- יחסים מלאי סכסוכים המאופיינים בהתנגשויות או בהתרחקות וניתוק.
- לעיתים המאבק פעיל וגלוי ולעיתים מוסווה ומתבטא בהימנעות הדדית.
- המאבק הוא בין העולם הפנימי של ההורה הכולל "רוחות רפאים" (פנטזיות, משאלות, אכזבות חרדות ואמביוולנטיות) המנסה לכפות את עולמו על הילד ע"י התנהגות מכניעה או הגנתית, ובין העולם הפנימי של הילד הנאבק על משאלותיו וצרכיו האישיים ההתפתחותיים, על אפיוניו ותכונותיו ומנסה גם הוא לכפות אותם על ההורה.

• דוגמא שי 87

• דוגמא טלי 89

המאבק ע"פ ההשקפה האינטרסובייקטיבית

- הכרה (**recognition**)- כוללת את **תגובתו המאשרת** של האחר ואת האופן שבו העצמי מוצא את עצמו בתגובה זו.
- יש מתח דיאלקטי בין הצורך ב'ביטוי העצמי' ובין הצורך ב'הכרה' – כדי לזכות בהכרה עלי להכיר באחר המשמעותי ובביטוי העצמי.
- הכרה הדדית- כאשר שני סובייקטים מכירים **בדמיון ובשוני** אחד של השני.
- ביחסים בין ילדים להורים, הילד נעשה עם הזמן פעיל וריבון יותר, משתתף באופן פעיל בקשר עם ה'אחר' ומגלה בו את מהותו.

Affect Attunement (STERN)

- כוונון רגשי כולל תגובה שמהדהדת את חווית הילד וגם את חווית האם-
השילוב בין הדהוד לבין שוני פותח את הדרך ל'הכרה' שמבוססת על
הדדיות ועל חוויה אינטרסובייקטיבית.
- כשהתאום והוויסות ההדדי נכשל נראה תסכול מכאיב בחיפוש אחר הכרה.

איך יוצאים מהמצב הזה?

- היציאה מהמאבק דורשת יכולת להכיר בחלק של כל אחד מהשותפים ממלאים בו. ויתור על הפחד לקחת אחריות בשל החשש מאשמה.
- ההורה צריך לקבל את העובדה הבלתי נמנעת שלעיתים הוא גורם לילד שלו פגיעה או מצוקה. כשיוכל להכיר בכך ללא אשמה רבה יוכל פחות להאשים את הילד.
- אז יכולה להתפתח אינטרסובייקטיביות רצויה.
- מערכת דיאדית שיוצרת מרחב בטוח להכרה באחריות, מהווה בסיס ליצירת התקשרות בטוחה, שבה לא צריך לברוח מהאמת הרודפנית המובילה להאשמה וניתן ליצור בה הזדהות, כבוד והערכה.
- מעבר מכניעה להתמסרות.
- אינטרסובייקטיביות שיש בה שמחה והנאה, יכולה להיווצר רק כאשר מושגת הבנה הדדית.

- אינטרסובייקטיביות שיש בה שמחה והנאה יכולה להיווצר רק כשיש הבנה הדדית.
 - **הבנה היא 'התשוקה לדעת את האחר'** - כלומר הבנה מתוך אהבה והזדהות.
הבנה מתוך סוג של אחדות ללא פגיעה בדיפרנציאציה. **קיום משותף של אחדות ושונות**.
 - הפונקציה הרפלקטיבית ע"פ פונגי מבוססת על היכולת להזדהות שהיא גם מובחנת -
- השלישי הסמלי' (THE SYMBOLIC THIRD) םװװװװװװ

- הגורם המעורר את השינוי משתנה, לעיתים הוא הכרת ההורה בילד ולהיפך, או הכרה של אחד מהם במטפל.
- אין הכרח לתמלל את החוויה האינטרסובייקטיבית, השפעתה מתקיימת גם היא נחווית ברמה מובלעת.
- ישנם "רגעי מפגש" בדיאדה, כאשר כל אחד מבין את החוויה של האחר ללא מילים.

הכרות הדדית המובילה להכרה הדדית

- הדיאלוג המתפתח מסייע להכרות הדדית גדולה יותר, מגביר את התשוקה לדעת את האחר, הכרות מגבירה את ההכרה ההדדית.

המו"מ על האינטרסובייקטיביות

- המו"מ הוא דיאלוג שגורם לשינוי אצל שני המשתתפים ובמה שביניהם.
- הדיאלוג שנוצר בין ההורה והילד משחרר חוויה של דבר חדש ומוכר גם יחד.
- **יחסים בריאים הם יחסים שיש בהם חידוש** ולא רק חזרתיות על המוכר והידוע.
- הדיאלוג מתקיים בד"כ באמצעות המשחק הדרמטי.
- משחקים של החלפת תפקידים כרוכים ביכולת לשים את עצמך במקומו של האחר וזו מיועדת להבין את החוויה שלו.
- היכולת הגוברת של הילד במשחק לסמל פנים שונות של היחסים ולראות את עצמו באחרים ואת האחרים בעצמו.
- השותפות בחוויה היא החלק המהותי במשחק המשותף.

תודה על ההקשבה