

הטיפול הדיאדי

גישה דינאמית התיחסותית לטיפול בהפרעות יחסים

קרן גולדברג



קצת היסטוריה...

- תחום הידע בגיל הרך ובריאות הנפש של התינוק התפתח מאוד בעשורים האחרונים בתחומים שונים : נוירולוגית ילדים, רפואת ילדים, פסיכיאטריה, פסיכולוגיה ועבודה סוציאלית. (תצפיות תינוקות, התערבויות קליניות..)
- ידע זה מראה כי חסכים בגיל הרך גורמים להיווצרות דפוסי התקשרות פתולוגיים המשפיעים בצורה משמעותית על ההתפתחות התקינה בתחומי תפקוד שונים, לאורך מעגל החיים.
- תקופת הגיל הרך מהווה "תקופה קריטית" בהתפתחות מערכת העצבים המרכזית. מצוקה רגשית מוקדמת או בעיה בהתקשרות משפיעה על התפתחות המוח עד גיל שנתיים ועלולה לתת את ביטויה בליקויי למידה, בהפרעות ויסות והתארגנות ובהפרעות רגשיות והסתגלותיות.

קצת היסטוריה...

- שינוי משמעותי בשדה הטיפול בילדים חל כתוצאה מההבנה כי את התפתחות הילד יש לראות, להבין ולהעריך מתוך ההקשר בו הוא גדל, תוך שימת דגש על מערכות היחסים עם הדמויות המשמעותיות. שינוי זה חל גם בפסיכואנליזה הודות לעבודתם של **בולבי, ויניקוט, איינסוורת', שטרן** ועוד, אשר ראו את חוויית הילדות המוקדמת (עוד מהרחם) כמתרחשת בתוך **מטריצה של יחסים בין הילד לבין ההורה**, וכן בינו לבין דמויות משמעותיות אחרות בחייו.

תאוריית ההתקשרות

• עבודתו של בולבי, עם יתומים לאחר מלחמת העולם ה-2 והרעיונות אשר השפיעו עליו, כגון תיאוריית האבולוציה, מחקרי אתיולוגיה ומחקרי הקופים של הארלו.

בשנת 1969 הוא פירסם את ספרו על התקשרות ואובדן, בו טען בניגוד לתאוריה הפסיכואנליטית ששלטה בתקופתו, כי **הדחף להתקשרות הינו ביולוגי**. טענותיו המהפכניות לתקופתו נחשבו כמערערות מהיסוד את ההנחות התאורטיות של פרויד, והפכו אותו מבודד בשדה הפסיכואנליטי.

• בולבי כותב שהרבה מהפתולוגיות במבוגרים, הן תולדה של הפרעות התקשרות, אובדן ובעיות ביחסי הורה-ילד בתקופת הילדות המוקדמת.

• בולבי מתייחס ברצינות לפן המציאותי של היחסים, ולא רק לרישומו בעולם הפנימי.

תאוריית ההתקשרות

- בעשורים האחרונים, נוצר קשר מחודש בין תיאוריית ההתקשרות לגישה הפסיכואנליטית, כך שמספר רב של חוקרים וקלינאים : פונגי וטרג'ה וקבוצת העבודה שלהם, ארייטה סלייד, ביב ולחמן, דניאל שטרן, אליסיה ליברמן, הובילו ליצירתו של דיאלוג משמעותי ביותר בין המחקר על ההתפתחות החברתית של התינוקות והתקשרות בתינוקות לבין התיאוריה הפסיכואנליטית.

התקשרות

- בולבי הגדיר התקשרות כצורך בסיסי, ביולוגי הישרדותי של התינוק, לפתח היררכיה של יחסים רגשיים קרובים עם מספר אנשים מועדפים, תוך ציפייה שהם יספקו לו הגנה זמינה ואמינה, כנגד סכנות חיצוניות ופנימיות.
- כל הילדים נקשרים. הנטייה של התינוק לבחור אדם ולהתקשר אליו היא כה חזקה, עד שילד יתקשר לכל אדם שמקיים אתו פעילות גומלין קבועה, גם אם אותו אדם מעניק לו יחס רע
- בהתבסס על אסטרטגיות להתקשרות בהם משתמשים ילדים במצבי לחץ,
- ניתן לקטלג את איכות ההתקשרות שלהם: התקשרות בטוחה, לא בטוחה-
- נמנעת, אמביוולנטית ולא מאורגנת

הפונקציות של מערכת ההתקשרות

- וויסות של מצבי מצוקה ועוררות – co regulation
- התינוק/הפעוט תלוי בהוריו שיזהו את המצוקה שלו ויעשו
- צעדים על מנת להפחית אותה.
- .environmental homeostasis (Bowlby, 1969, 1982)
- סיפוק תחושה של ביטחון והגנה.
- בסיס בטוח לחקירה.

דמות ההתקשרות

• דמות ההתקשרות משמשת שתי פונקציות:

• 1. בסיס בטוח

• 2. מקום מפלט (נמל מבטחים)

פונקציות אלו יבנו אצל התינוק "מודל פנימי ליחסים

• בינאישיים: " internal working model "

איזון בין מערכת התקשרות לחקירה

- על פי
- Ainsworth, 1977 -משימה התפתחותית היא למצוא

איזון בין התנהגות חקירה לבין התנהגות התקשרות .

- תינוק שטרוד בשאלה האם ההורה יהיה זמין ותגובתי
כאשר הוא יזדקק לו, יתקשה להשיג איזון (Lieberman)

התקשרות

- כאשר כל הצרכים הבסיסיים הללו , הגנה , וויסות, וחופש פנימי לחקירה, מקבלים מענה עקבי אצל ההורה, תחושת ה self - של הילד מתארגנת סביב שתי הנחות גדולות בלתי מודעות :

האמון שהוריו **בעלי יכולת לטפח ולגדל אותו היטב**
ושהוא ראוי לטיפולם

תאוריית ההתקשרות

- **השלב השני** בהיסטוריה של תיאורית ההתקשרות מתוארת כתנועה ברמת הייצוג, והחלה עם מרי מיין וחבריה בברקלי, אשר פיתחו שאלון התקשרות של מבוגרים (ה- AAI) ומצאו כי סוג ההתקשרות של ההורה עם הוריו משפיע על איכות הקשר שנוצר בינו לבין הילד שלו. חוקרים אלו זיהו גם קטגוריה נוספת של התקשרות לא בטוחה – שהיא ההתקשרות הלא מאורגנת.
- **שלב שלישי** של תיאורית ההתקשרות החל בסביבות 1990 וכלל מחקרים קליניים, תיאורטיים וניסויים שנעשו על ידי פיטר פונגי וחבריו בלונדון. הם השתמשו ב-AAI ומצאו כי הפונקציה הרפלקטיבית, כפי שבאה לידי ביטוי בייצוגי ההתקשרות של ההורים להוריהם, מנבאת בצורה טובה ביותר את דפוסי ההתקשרות של הילד להורה.

התקשרות ורפלקטיביות

- המדד הניסויי של "הפונקציה הרפלקטיבית" יצר את הבסיס למושג שהפך במאה הנוכחית למושג התאורטי המוביל של הקבוצה הזו – המנטליזציה.
- פונגי וטרג'ה הגדירו מנטליזציה כיכולת, לרוב בלתי מודעת, שמתפתחת מתוך אינטראקציה עם אחרים, להבין שלאחרים בדיוק כמוך, עולם פנימי, עם רגשות משלהם, מחשבות ורצונות. הגדרת המנטליזציה היא "היכולת לראות עצמך מבחוץ, ואחרים מבפנים".
- המנטליזציה הינה אחד מהכישורים שנרכש התפתחותית, בקונטקסט של יחסים, בחמשת השנים הראשונות לחיים, ומשתכלל במהלך מעגל החיים הפסיכולוגי. מנטליזציה לרוב מתפתחת בתוך קשר מיטיב עם הדמויות המשמעותיות בתחילת החיים. תיאורטיקנים שונים כמו **ביון, בריטון, וויניקוט ושטרן דנו בפונקציות אלה במונחים אחרים.**

תובנות על הורים וילדים בגיל הרך

• לידה ותינוק ובעיות עם התינוק הם אירועי חיים נורמליים.

• להורים יש מבנה פסיכולוגי שונה מאשר לאוכלוסיות קליניות: יש להם קשר מיוחד לילד, שכולל סוג

של **אלטרואיזם** שלא קיים באוכלוסיות אחרות, ולכן הם נוטים להאשים את עצמם ולא את התינוק.

• התובנה השלישית היא כי אימהות, כבר בהריון ומיד לאחר לידה, מאמצות לעצמן ארגון פסיכולוגי

זמני ששטרן מכנה "הקונסטלציה האימהית" המהווה ארגון נפשי חדש וייחודי.

• ליחסי הורה-ילד יש **אספקטים בינאישיים ואספקטים תוך אישיים**. האספקט הבינאישי כולל

התנהגות גלויה שבונה את האינטראקציה הורה-תינוק. האספקט התוך אישי כולל את הייצוגים של

האב והאם, האופן בו הם תופסים עצמם כהורים וכיצד הם יתפסו את התינוק, על סמך זיכרונות

והשפעות העבר. גם לתרבות ולחברה יש השפעות משמעותיות, שמועברות בעיקר דרך התנהגות

תובנות על הורים וילדים בגיל הרך

- לידה ותינוק ובעיות עם התינוק הם אירועי חיים נורמליים.
- להורים יש מבנה פסיכולוגי שונה מאשר לאוכלוסיות קליניות: יש להם קשר מיוחד לילד, שכולל סוג של **אלטרואיזם** שלא קיים באוכלוסיות אחרות, ולכן הם נוטים להאשים את עצמם ולא את התינוק.
- התובנה השלישית היא כי אימהות, כבר בהריון ומיד לאחר לידה, מאמצות לעצמן ארגון פסיכולוגי זמני ששטרן מכנה "הקונסטלציה האימהית" המהווה ארגון נפשי חדש וייחודי.

תובנות על הורים וילדים בגיל הרך

התובנה הרביעית – והמשמעותית ביותר לפרקטיקה הטיפולית – היא כי ליחסי הורה-ילד יש אספקטים בינאישיים ואספקטים תוך אישיים. האספקט הבינאישי כולל התנהגות גלויה שבונה את האינטראקציה הורה-תינוק. האספקט התוך אישי כולל את הייצוגים של האב והאם, האופן בו הם תופסים עצמם כהורים וכיצד הם יתפסו את התינוק, על סמך זיכרונות והשפעות העבר. גם לתרבות ולחברה יש השפעות משמעותיות, שמועברות בעיקר דרך התנהגות ההורה והמערך המנטלי שלו.

תפיסות תאורטיות וקליניות מרכזיות

- ההתפתחות של התינוק והילד הצעיר, ובריאותו הנפשית צומחות ומתעצבות בהקשר של מערכות יחסים עם הוריו ואחרים משמעותיים בחייו. הקשר בין ההורה לילד הוא המכריע עבור הילד ובו נטפל.
- מודל המייצג אינטגרציה בין גישת יחסי האובייקט עם הגישה האינטרפרסונלית.
- המודל מבוסס על קשר הדוק והשפעות הדדיות **בין העולם הפנימי לחיצוני** של ההורים ושל הילדים.
- המודל מניח שהילד מפתח **יחסים מובחנים וייחודיים** עם כל אחד מהוריו ועם בני הזוג.
- במהלך הטיפול הדיאדות מציגות את דפוסי הקשר האופיניים להם ומבטאים באינטראקציות ובהפעלות שלהם את התכנים הקונפליקטואליים המעסיקים אותם. (**דוגמא**)
- המטפל מתבונן ומתייחס להתנהגויות וגם למשמעויות של היחסים על מנת לקדם את ההבנה הרפלקטיבית של המשתתפים ולבסוף את השינוי בחוויה ובייצוגים של העצמי, האחר והקשר ביניהם.

מאפיינים תאורטיים וקליניים מרכזיים

- גורם השינוי המרכזי במודל זה לעומת טיפול אינדוידואלי בילד המלווה בהדרכת הורים, הוא בהשתתפות הפעילה של הילד עם כל אחד מהוריו.
- המטפל מתייחס לנושאים המובלעים (אימפליציטיים) ולנושאים המובעים (אקפליציטיים) המעסיקים את הדיאדות.
- המטפל תומך בפונקציה הרפלקטיבית של משתתפי הדיאדה, ומקדם בנייה משותפת של חוויות ודפוסי התנהגות חדשים, ויצירת משמעויות חדשות וייצוגים חדשים של היחסים.
- טיפול אם-ילד ואב-ילד מתמקד בילדים ברמה התפתחותית טרום חביונית ורואה בקשר של הילד עם ההורים את מוקד ההתערבות.

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- הרקע לתפיסה הטיפולית ההתייחסותית נטוע בשינויים בתחום הפילוסופיה של המדע עם הופעת של מודלים פוסט מודרניים- המודל ההרמנויטי, המודל הפרספקטיבי והמודל הקונסטרוקטיבי- ועם ההכרה בכך שיש לבחון כל מאורע באופן יחסי ולא באופן מוחלט בין השאר גם לפי ההקשר שבו הוא מופיע.
- הפסיכואנליזה החלה להדגיש את חקר המשמעות, את חקר האמת הנרטיבית במקום את חקר האמת ההיסטורית. הדגש עבר מחיפוש החווייה הנשכחת אל יצירה של נרטיב משמעותי.
- **בטיפול לא רק מגלים דפוס- בונים דפוס.**
- ויתור על עמדת ה"יודע" ומתן עדיפות לערכים של שיתוף והדדיות על פני ערכים מסורתיים של סמכותיות הנובעת מידע.

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- אימוץ העמדה של ערעור הידע וקבלת אי הודאות כמציאות בלתי נמנעת, מהווים מנוף להדגשת חשיבות של האינטראקציות ולהתמקדות בתהליך מתמשך של משא ומתן בין השותפים במפגש הטיפולי ובדיאלוג מתמשך ביניהם, תוך כדי חיפוש משמעויות וארגון מחודשים. (דוגמא: עלמה)
- בתחום הפסיכולוגיה סיפקו המחקר ההתפתחותי והמודלים התאורטיים שנבנו בעקבותיו, את הביסוס המדעי לתאוריה של הטיפול הדיאדי.
- ההתפתחות מתרחשת בהקשר מסוים ולכן ניתן להבינה רק מתוך הבנת ההקשר שבו היא מתרחשת.
- תאוריות של יחסי אובייקט ותאורית ההתקשרות מדגישות שהילד מתפתח בתוך מארג של יחסים עם אחרים משמעותיים.

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- בטיפול הדיאדי אנו רואים את ההורה כמשתתף דומה למטפל בגישה ההתייחסותית, **ואת המטפל כמי שעוזר להורה להיות ביחסים מיטיבים עם הילד שלו.**
- מרים בן אהרון אמרה על טיפול פרטני: "הילד ישתנה בהקשר של היחסים עם המטפל, אך כשיחזור הביתה מהטיפול יישאר בעיני ההורים אותו הילד שהיה קודם ולא תהיה השתנות הדדית כפי שהיא מתאפשרת במפגש טיפולי דיאדי משותף".
- על טיפול דיאדי: "ניתן להבין מה קורה בהבנה דינמית של המתרחש כאן ועכשיו ביחסים שבין ההורה לילד. לשם כך חשוב להפגיש את ההורה ואת הילד על מנת לאפשר תהליך דינמי של שינוי והתפתחות שנעצר לעיתים קרובות עקב תקלות ביחסים".

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- הגישה ההתייחסותית רואה את המפגש הטיפולי כתוצאה של תרומת המטפל והמטופל כאחד.

- הטיפול נבנה במשותף ע"י שני המשתתפים בטיפול שמתקיימים ביניהם תהליכים של השפעות הדדיות אם כי לא סימטריות.

- הגישה ההתייחסותית מקצה מקום רב לאישיותו ולהתנהגותו של המטפל במצב הטיפולי ומסתייגת מהדימוי שלו כמשתתף נייטרלי.

- ע"פ גישה זו המטפל הוא משתתף פעיל, מתנהג ומרגיש. השתתפותו היא אותנטית, ספונטאנית ובלתי מתוכננת מראש. המטפל שותף לטיפול כסובייקט.

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- בתהליך הטיפולי מודגשות ה"הפעלות" של נושאים קונפליקטואליים. בהפעלות אלה המטפל והמטופל משחזרים קונפליקטים של המטופל עם אובייקטים משמעותיים בחייו.

- ביישום הגישה ההתייחסותית בילדים, ההפעלות החשובות ביותר הן אלה העוסקות ביחסי הילד עם הוריו- יחסים המהווים את חומרי הגלם לבניית עולם הייצוגים של הילד. היחסים הממשיים של הילד הם הגורם המעצב את עולם הייצוגים של הילד (Mitchel 1988).

- **ע"פ גישה זו רצוי להתייחס ישירות בהווה, למה שמצוי בתשתית הפרעה ביחסים ובייצוגי העצמי והאחר, באמצעות היחסים בין הילד לבין הוריו "כאן ועכשיו".**

טיפול דיאדי כטיפול התייחסותי

- סנדר הגדיר את הארגון הראשוני של **הילד כארגון דיאדי**, שמשותף לילד ולהורה ורק ממנו נפרד בעתיד הארגון העצמי.
- העצמי של כל אחד מהשותפים הוא מערכת הפתוחה בכל רגע להשפעות הדדיות מתמידות המשנות את מהותה. **ההורה והילד אחרי חוויה משותפת אינם כשהיו לפנייה.**
- שני תהליכים מקבילים מתרחשים בו זמנית ומשפיעים זה על זה: התהליך התוך אישי או הויסות העצמי והתהליך הבינאישי או הויסות ההדדי, **קשורים בקשר דיאלקטי ביניהם.**
- דיאלקטיקה נוספת מתקיימת בין הגדרת העצמי על בסיס נפרד ומובחן, לבין הגדרת העצמי כחלק מקשר באופן בלתי נפרד ממנו: **חווית ה me-ness מול חווית ה we-ness**

סרטון הצוק

Intersubjectivity מה היא אינטר-סובייקטיביות?

- אינטר-סובייקטיבית הוא מצב בו שני אנשים נמצאים באותו מרחב בו כל אחד מהם מרגיש מעבר לחוויה שלו גם את החוויה של השני ומושפע ממנה ומשפיע עליה.
- חוויה אינטר-סובייקטיבית עשירה ובטוחה מאפשרת לילד עיבוד רגשי מווסת של חוויות קשות ושל חוויות חיוביות.
- החוויה האינטר-סובייקטיבית מכילה תחושה של נפרדות ושיתוף במקביל
- כל פרט מפנים את החוויה שלו תוך שהוא מכניס לתוכה אלמנטים מתוך החוויה המשותפת ומתוך החוויה של השני.
- החוויה האינטר-סובייקטיבית של הילד עם ההורה היא הגורם המרכזי ביצירת התחושות והתפיסות של הילד לגבי עצמו, לגבי ההורה, לגבי היחסים, ולגבי העולם.

דוגמאות לאינטרסובייקטיביות

- כאשר הורה מתלהב מההנאה של הילד ממשחק בחול. הילד מפנים חוץ מההנאה שלו גם את ההתלהבות של ההורה מההנאה וכך חש הנאה והתלהבות מההנאה וממנו כחלק מהחוויה שלו. "כייף לי לשחק בחול וזה שכייף לי לשחק בחול זה אספקט מלהיב שלי"
- כאשר ההורה כועס על הילד על כך שהוא כועס, הילד מפנים שהכעס שלו מכעיס את ההורה ומפנים שהכעס שלו הוא דבר מכעיס ומסוכן ומנים אותו כאספקט מסוכן בתוכו.
- כאשר הילד חש עצב וההורה חש עצב על כך שהילד חש עצב, הילד מפנים את העצב וגם את העובדה שההורה חש עצב על העצב שלו. "עצוב לי וזה מעציב את ההורה שלי העצב שלי היא תחושה ראויה ואני ראוי להרגיש אותה"

אינטרסובייקטיביות מכילה:

- ויסות רגשי הדדי
- קשב משותף
- כוונה משותפת
- מטרה משותפת
- תקשורת מילולית
- תקשורת לא מילולית

דיאלוג אפקטיבי רפלקטיבי

- דיאלוג המאפשר ביטוי רגשי וחוויה רגשית ומתבונן על המשמעות של הרגשות ובונה תפיסה קוגניטיבית מילולית שלהם ושל האירועים שגרמו להם ונובעים מהם.
- דיאלוג היוצר משמעות אינטגרטיבית למרכיבים השונים של החוויה.
- דיאלוג ללא המרכיב האפקטיבי- (רגשי) המשמעות נוטה לאינטלקטואליזציה.
- דיאלוג ללא המרכיב הקוגניטיבי- המשמעות היא קתרזיס רגשי בלבד.
- דיאלוג שמתמקד בניתוח אירועים מנקודת מבט שמתבוננת על החוויה הרגשית והתפיסה הקוגניטיבית של כל אחד מהנוכחים את האירוע ולא בפתרון בעיות, עצות או הפקת לקחים.

המטרות בטיפול מבוסס התקשרות

- לעזור להורה ולילד לפתח מרחב אינטרסובייקטיבי בטוח ועשיר ביניהם.
- לעזור להורה לפתח דיאלוג אפקטיבי רפלקטיבי עם הילד.
- יצירת נרטיב חדש הכולל את החוויות של הילד בעבר ובהווה

העמדה של המטפל בחדר:

- חושבת את הילד, מתוך עמדה אפקטיבית רפלקטיבית ושואפת להבין את התנהגותו מנקודת מבט זו.
- חושבת את ההורה מתוך עמדה אפקטיבית רפלקטיבית ושואפת להבין את התנהגותו של ההורה מתוך נקודת מבט זו.
- חושבת את הקשר בין ההורה לילד מתוך עמדה אפקטיבית רפלקטיבית ושואפת להבין את הקשר ואת ההתנהגות ההדדית בין ההורה לילד מתוך עמדה זו.

ייצוגים פנימיים

- ייצוגים פנימיים הם "מבני" זיכרון שמייצגים גרסה של התנסות ממשית של הפרט.

- הם האספקט המופנם של היחסים שמדריך התנהגויות באינטראקציות ממשיות.

- ייצוגים פנימיים הם סוג של ייצוג מוכלל אבסטרקטי של אירוע (כמו פרוטוטיפ).

ייצוגים פנימיים

- הייצוגים פנימיים משמשים כדי ליצור סדר בטווח הרחב של ההתנסויות ומספק אמצעי לצפות ולפרש אירועים עתידיים.

- דניאל סטרן תבע את המושג

R IG- Representation of interactions that have been generalized

- Represented scenario סוג של תסריט הכולל מספר רצפים אינטראקטיביים כמו למשל האכלה, משחק הליכה לישון וכו.

ייצוגים פנימיים

- **בולבי תבע את המושג – Internal working models - הייצוגים של אינטראקציות שהוכללו,**
- **והתסריטים ביחד הופכים למודלים פנימיים שמשמשים כמדריכים לא מודעים להתנהגויות ביחסים.**
- **ייצוגים פנימיים צריכים להיות פתוחים באופן קבוע לאינפורמציה לא מאשרת. חוויות והתנהגויות שמאתגרות ומרחיבות את הרעיונות על מיהו הילד צריכות להיכלל בייצוגים. חשובה היכולת לעידכון ייצוגים ואיטגרציה ביניהם – תהליך מתמשך (דוגמא אלון)**

ייצוגים פנימיים של העצמי האחר והקשר

- היחסים הנרקמים נבנים דרך אינטראקציות חוזרות ונשנות. התינוק והילד יוצרים הפשטה של אלמנטים החוזרים על עצמם באינטראקציות השונות ויוצרים מעין אינטראקציה ממוצעת המייצגת את היחסים עם אותו אחר משמעותי.

- **הייצוגים מהווים מעין תבנית לעיצוב יחסים חדשים ועתידיים.**

- גם ההורה בונה ייצוגים על הילד, עוד טרם לידתו, על בסיס יצוגי יחסיו עם קרוביו, אשר משפיעים על עיצוב ייצוגי הילד.
- לעומת הייצוגים שאינם גלויים לעין, **האינטראקציות או ההתנהגויות בין ההורה לבין הילד הן מקום המפגש או הממשק בין ייצוגי ההורה לבין ייצוגי הילד הגלויים לעין הצופה.**

משמעות הייצוגים בטיפול

• כל זה באמצעות אינטראקציות חדשות חוזרות ונשנות שמקבלות פשר ומשמעות, ומהוות תבנית לעיצוב יחסים חדשים, עתידיים.

• המטרה היא כפולה: שינויים הן ברמה ההתנהגותית והן ברמת הייצוגים של העצמי, האחר והיחסים.

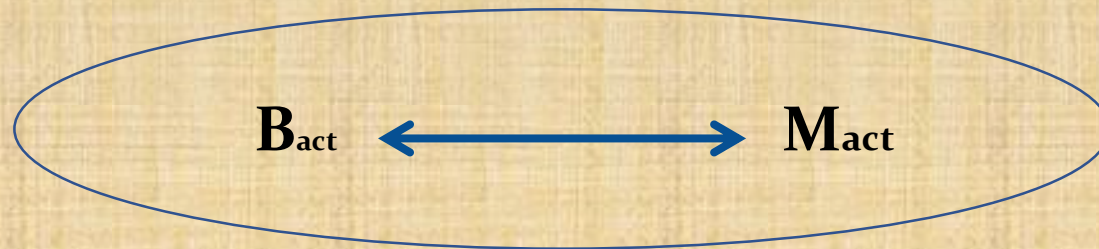
משמעות הייצוגים בטיפול

הייצוגים של האינטראקציה כלומר האם והתינוק בונים כל אחד בנפרד, על בסיס אינטראקציות קודמות, ייצוגים על מה קורה בתוך מערכת היחסים הזו. הייצוגים הללו בונים ציפיות ומנחים כל אחד מהשותפים ליחסים על איך להתמודד במצב האינטראקציה הנתון. **סיטואציית הזר**

- מטרה טיפולית מרכזית היא לעודד שינויים בהתנסויות של הדיאדה ובדפוסים האינטראקציה הטיפוסיים שלה, המבוססים על הייצוגים הקיימים.
- מטרה מרכזית נוספת היא שינויים בייצוגים שיתרחבו בעקבות שינויים באינטראקציות.
- **יצוג של העצמי** (ילד מאכזב/מספק. הורה טוב דיו/כושל)
- **יצוג של האחר** (האחר אינו מבין מה עובר עלי)
- **יצוג של היחסים** (הבנה הדדית, הכרה והתייחסות לאחר הסובייקטיבי).

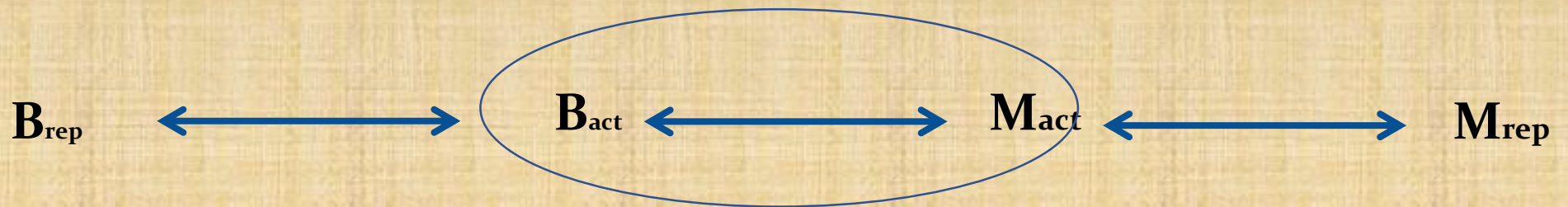
הסיטואציה הקלינית: דניאל שטרן

- אינטראקציה בין התינוק והאם אשר כוללת את ההתנהגויות הגלויות של כל אחד מהמשתתפים, בתגובה ובתיאום לאחר.



הסיטואציה הקלינית: דניאל שטרן

הייצוגים של האינטראקציה כלומר האם והתינוק בונים כל אחד בנפרד, על בסיס אינטראקציות קודמות, ייצוגים על מה קורה בתוך מערכת היחסים הזו. הייצוגים הללו בונים ציפיות ומנחים כל אחד מהשותפים ליחסים על איך להתמודד במצב האינטראקציה הנתון.



• סרטון סיטואציית הזר

ידע יחסים חבוי- 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).

ידע יחסים מובלע- implicit relational knowledge

חוויות היחסים המוקדמות שלנו חווית "היחסים עם.. " **מיוצגות אצלינו באופן מובלע, בצורת דפוסי פעולה (ידע פרוצדורלי) שאינם מודעים לנו- ומופיע באופן התנהגותי ולא דרך רעיונות וזכרונות שניתן לדווח עליהם.**

- מערכות מובלעות של "ידע יחסים" מתפתחות במקביל למערכות סמליות ומתקיימות בנפרד אך בבסיס של כל אינטראקציה בינאישית אינטימית. **(דוגמא אליסיה)**

ידע יחסים חבוי

- 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.
- 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).

ידע יחסים חבוי

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

• סרטון הסטיל פייס

Moment of meeting - רגע מפגש

- 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 וויסות הדדי.

רגעי מפגש

- מזרזים שינוי הן באינטראקציות של הורה תינוק והן בפסיכותרפיה
 - במהלך שנות החיים הראשונות פעולות הוויסות מתחלפות במשא ומתן על סדרה של אתגרים הסתגלותיים
 - במהלך הוויסות ההדדי המתמשך הזה השדה האינטראקטיבי בין תינוק למטפל הופך ליותר מורכב ומפותח, ומתהוות אפשרויות חדשות לאינטראקציה.
- Heightened affect – תחושה הדדית זו של הזדמנות ואפשרות לצורת אינטראקציה חדשה, יוצרת אצל שני השותפים אפקט מוגבר

• סרטון סטיל פייס

תודה רבה!!