**תהליכי פיצול ואינטגרציה בעבודה פסיכודרמטית: סיפורי מקרה מתוך מחקר פעולה עם אסירים בשיקום**

**תקציר**

מאמר זה מבקש לשמש מסגרת להבנת הפוטנציאל של הטיפול הקבוצתי הפסיכודרמטי לשמש מרחב למגע עם תהליכים של פיצול, ולחיזוק החוויה האינטגרטיבית. סיפורי מקרה מתוך מחקר פעולה עם קבוצת אסירים משוחררים הפועלת במסגרת שיקומית בישראל מדגימים את ביטויי הפיצול וההשלכה לצד ביטויים של תהליכי אינטגרציה שהתקיימו במרחב הקבוצתי. באמצעות סיפורי מקרה אלו, המאמר מבקש לתרום להבנת האיכויות של המרחב הקבוצתי ושל הכלים הפסיכודרמטיים כאמצעי לחיזוק החוויה האינטגרטיבית בקרב אוכלוסיות קצה כדוגמת אסירים בשיקום.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

מאמר זה עוסק בתהליכים של פיצול ואינטגרציה בקרב אסירים בשיקום, וביטוייהם במרחב הטיפולי. המאמר מבוסס על מחקר פעולה שליווה במשך שנה קבוצת פסיכודרמה של אסירים ברישיון[[1]](#footnote-1) במסגרת תכנית לשיקום אסירים בישראל. באמצעות סיפורי מקרה של שני מטופלים מתוך הקבוצה מאמר זה מבקש לשפוך אור על הפוטנציאל של הטיפול הקבוצתי בפסיכודרמה לשמש מרחב להכרה בחוויות של פיצול ולחיזוק הממד האינטגרטיבי בקרב אסירים בשיקום.

**פיצול ואינטגרציה וביטויים בקרב אוכלוסיות עברייניות**

הפיצול כתופעה פסיכולוגית מזוהה יותר מכל עם התיאוריה של מלאני קליין. קליין (2002; Klein, 1984) רואה את התינוק בראשית חייו כמי שאינו יכול עדיין לתפוס את האם כדמות שלמה ומתייחס במקום זאת לאובייקטים חלקיים המייצגים את האם. בתחילת חייו, הדחפים של התינוק הם אוראליים ליבידינליים ואוראליים הרסניים ומופנים בחלקם כלפי השד של האם. כל עוד השד מספק לתינוק את צרכיו הוא נחווה כ"טוב" אך כאשר השד מתרוקן ולא מספק את הצורך הוא נחווה כ"רע", כמתסכל ואף כמסוכן (Klein, 1984). פיצול זה הוא ביטוי של העמדה הפרנואידית-סכיזואידית המאפיינת את החודשים הראשונים של חייו של התינוק. עם זאת, היחסים בין דחפים ליבידינליים ותוקפניים מוסיפים להתקיים לאורך החיים, באופנים וברמות משתנות, כביטוי למיזוג בין יצר החיים והמוות. אותם דחפים מנוגדים מייצרים חוויות של סיפוק ותסכול, אהבה ושנאה. חוסר גיבוש של האני ותהליכי פיצול ביחס לאובייקט מביאים לכך שחוויות אלו נחוות בניגודיות קיצונית (קליין, 2002)

בניגוד לקליין, שראתה ביחסי-האובייקט המופנמים נוכחויות טבעיות, בלתי נמנעות, הנגזרות מצרכים ויצרים בסיסיים המתורגמים לפנטזיות השלכתיות והפנמתיות המלוות כל התנסות, פיירברן ראה באובייקטים פנימיים אלו תוצאה של הורות לא מספקת שבה צורכי התלות וההיקשרות של הילד אינם נענים. הצורך של הילד בהיקשרות עם ההורה, הוא שגורם לו, על-פי פיירברן, להפנים מאפיינים בלתי נענים של ההורה, כמו דיכאון, ניתוק, נרקיסיזם, שדרכם – דרך אימוץ תכונות פתולוגיות אלו – יוכל להרגיש חיבור להורה שאינו נגיש בדרך אחרת. הפנמה זו היא גם שיוצרת פיצול באני: חלק מהעצמי הופך להיות משוקע באובייקטים פנימיים שהוא קשור אליהם, בעוד חלק אחר ממשיך לתור אחר אובייקטים ויחסים ממשיים במציאות החיצונית. פיצול זה חופף את הפיצול בין חלק העצמי החווה תשוקה ותקווה, המכונה על-ידי פיירברן "האני הליבידינלי", ובין חלק העצמי השונא, הנמנע מפגיעוּת והזדקקות, אותו הוא מכנה "האני האנטי-ליבידינלי" (Mitchell & Black, 1995).

בדומה לפיירברן, גם ויניקוט עיצב את תפיסתו בתוך עולם המושגים הקלייניאני, וראה באימהות שאינה טובה דיה (בין אם שנוהגת בחודרנות ותובעת מהתינוק להגיב אליה כאשר הוא במצב רגוע, ובין אם שאינה נענית למחוותיו הספונטניות וכופה עליו לנטוש את משאלותיו ולהתאים את עצמו לסביבה) כגורם לפיצול קשה בתוך העצמי בין "העצמי האמיתי" המקיים בתוכו את תחושת הממשות והחיוניות, ושממנות נובעות האותנטיות, התשוקה והיצירתיות, ובין "העצמי הכוזב", הצייתן, המזויף, המבוסס על צורך לרצות אחרים ולהיענות לדרישות הסביבה (ויניקוט, 2009; Mitchell & Black, 1995).

גישתו של תומאס אוגדן עושה שימוש במערכת המושגים הקלייניאנית כמו גם ברעיונותיו של ויניקוט. אוגדן עוסק בפיצול באופן אתולוגי. הוא מביא כדוגמה את תגובתו האינסטינקטיבית של האפרוח לנוכח הדגם של כנף הנץ. האפרוח לא תוקף את הנץ אלא בורח ובכך הוא מפריד את עצמו מהסכנה (Ogden, 1986). אוגדן כותב על כך במונחים של אינטראקציה בין הטבעה ביולוגית ועיבוד פסיכולוגי. לטענתו היכולת הקוגניטיבית והרגשית לארגן חוויות בתבניות, מבוססת על מבנה עומק פסיכולוגי המשותף לכולנו, והמעניק משמעויות ייחודיות לדחפים הביולוגיים אתם נולדנו. ביטויו הפסיכולוגי של תהליך זה הוא, בין היתר, בסילוק סכנה פנימית על ידי השלכה החוצה ומיקומה מחוץ לעצמי. ההשלכה משמשת כהגנה מפני חרדות ובראשן הפחד מהשמדתו של העצמי ושל אחרים משמעותיים. באופן דומה, הפיצול מאפשר לחוות מצבים רגשיים מובחנים וחד-משמעיים ללא אמביוולנטיות. כל מצב רגשי נחווה במלואו בעוד המצב הרגשי שקדם לו נמחק לחלוטין (שם).

מן הפיצול וההשלכה כמנגנונים עיקריים אנחנו עשויים להתקדם לאינטגרציה של האובייקטים החלקיים, לפתח חוויית סובייקטיביות של העצמי המאפשרת תחושת עצמי רציפה, וכן תפיסה של הזולת כסובייקט אינטגרטיבי, נפרד ועצמאי, המאפשרת לחוות כלפיו גם רגשות מורכבים ואמביוולנטיים (Ogden, 1986). תיאור זה דומה לאופן שבו מתואר המעבר מהעמדה הפרנואידית-סכיזואידית לעמדה הדפרסיבית בתאוריה של קליין. התהליך המתואר הוא של אינטגרציהבין השד הטוב והשד הרע. האובייקטים החלקיים מתחילים להיות מובנים כחלקים של אובייקט שלם ומורכב, לעתים טוב ולעתים רע. בכך מופחתת החרדה הפרנואידית מפני רוע מוחלט. כשהחרדה פוחתת, נרגע גם הצורך בפיצול ובהשלכה. ההרסנות שהושלכה החוצה בעמדה הפרנואידית-סכיזואידית יוצרת עתה פחד עמוק מהשפעת הכעס של האני על האובייקט. זוהי החרדה הדפרסיבית (Mitchell & Black, 1995). ככל שהארגון הליבידינאלי מתקדם, נוצר איזון מסוים בין הליבידו לתוקפנות, בין יצר החיים ליצר המוות, ומתהווה בסיס ליציבות נפשית (קליין, 2002).

תיאורטיקנים שונים ניסו לאתר קשר סיבתי בין פסיכופתולוגיה ועבריינות. יש הסבורים שהסברים פסיכופתולוגיים רלוונטיים בעיקר לעבריינות שהיא תוצר של פסיכופתיה, סדיזם, או על רקע מחלת נפש פעילה. אחרים טוענים שגם עבירות שגרתיות יחסית, כמו שימוש וסחר בסמים, איומים, עברות רכוש ותקיפה עשויות להיגרם כתוצאה מפסיכופתולוגיה (Conrad & Schneider, 1980). התאוריות האנליטיות רואות עבריינות ופשיעה כהתנהגויות שמקורן במנגנונים לא מודעים ופרימיטיביים הקשורים להתפתחות לא תקינה במהלכם של שלבי הינקות והילדות המוקדמות (Martin et al., 1981). על-פי המודל של פרויד, טראומות או בעיות לא פתורות עלולות להעלות את הסיכון להתנהגות עבריינית. התנהגות כזו יכולה לנבוע ממבנה אישיות שבו מפעילות את האגו תפיסות עבריינות שמקורן באיד או, להבדיל, ממבנה אישיות שבו הסופר אגו נוקשה יתר על המידה, והאדם חש צורך מתמיד להביא לכך שייענש. הספרות הקלינית דנה בקשר בין פגיעות טראומטיות והזנחה בילדות לבין עבריינות בגיל מאוחר יותר. קשר זה מוסבר באמצעות ההנחה שמאורע טראומתי עלול לגרום לרמה גבוהה של חרדה, לפיחות בתחושת המשמעות והערך העצמי, וכן להזדהות עם התוקפן על מנת לחזור ולחוש עוצמה. השפעות כאלה עלולות לגרום מחד לדיכאון ואשמה, ומאידך לקהות מוסרית העלולה להוביל להתנהגות עבריינית (לרנאו, 2016).

בספרות הנשענת על תאוריות יחסי האובייקט של קליין וממשיכיה מתוארים היחסים בין האם לילד בשלב האוראלי כמשמעותיים לא רק לתהליכי ההפרדה הקיומית, אלא גם לתוכן האישיות בתוך גבולות האני (Shoham et al., 2004). במקרה של אם חרדה, מתוחה, מזניחה או דוחה עשויים להתקבע אצל הילד תכנים של "אני רע" בתוך גבולות האני המתגבשים. קיבעון בשלב האוראלי המוקדם, כשההפרדה של התינוק מהאובייקט עדיין לא התקיימה, יתרום לתחושת "עצמי" של רוע המוקף בטוב אמורפי. לעומת זאת אם החסך וההזנחה האימהית מתקיימים בשלבים האוראליים המאוחרים, לאחר ההפרדה בין העצמי לאובייקט, "גבולות האני" יכילו דימוי עצמי חיובי הנלחם ודוחה את האובייקט, האם הרעה. בשני המקרים, החסך עשוי להיות מתורגם למבנה אישיותי המוביל להתנהגות עבריינית (Shoham et al., 2004).

ממד משמעותי נוסף הקשור ביכולת לאינטגרציה רגשית הוא ממד האמפתיה. מחקרים שונים מבחינים בין *אמפתיה רגשית* (או חמה) המאופיינת ביכולת לחוות רגש המותאם לרגש אותו חווה האחר, ו*אמפתיה קוגניטיבית* (קרה) המאופיינת ביכולת להבין את נקודת המבט והמצב המנטלי של האחר (Loewenstein, 2005; Smith, 2006). הספרות המחקרית מצביעה על אמפתיה רגשית כגורם שמעודד התנהגות אלטרואיסטית ופרו-חברתית, ועשוי למנוע התנהגות עבריינית (Smith, 2006; Davis, 1993; Farrington, 1998). Jolliffe & Farrington (2004) מצאו שרמות גבוהות של אמפתיה רגשית עשויות להפחית אלימות בקרב מתבגרים, וכן נמצא קשר שלילי בין אמפתיה והתפתחות מוסרית רגשית וקוגניטיבית לבין רצידיביזם והסכנה לפשיעה חוזרת (Bock & Hosser, 2014 ; Jolliffe & Farrington, 2007; van der Helm et al., 2012).

**הטיפול הקבוצתי והפסיכודרמטי כאמצעי המקדם אינטגרציה וחיבור אנושי**

מחקרים רבים מצביעים על כך שטיפול קבוצתי הינו מודל יעיל של פסיכותרפיה, ובכוחו להביא להטבה משמעותית לא פחות מטיפול פרטני (Yalom, 1995). לאורך תהליך ההתפתחות של תחום הטיפול הקבוצתי, תיאורטיקנים מובילים של השיטה הצביעו על יתרונותיה ועל ערכה התרפויטי הרב. פוקס, מייסד גישת האנליזה הקבוצתית, תיאר את תגובת הראי, שבה היחיד בקבוצה רואה את עצמו באחד מחברי הקבוצה האחרים, כחוויה משחררת ומפיגת בדידות. הוא הדגיש את העניין המשותף המתקיים בקבוצה, וראה בקבוצה הטיפולית מרחב להפיכת הלא מודע למודע.

קארל רוג'רס, שהציע את המונח "קבוצת מפגש", ראה את הקבוצה ככזו שמוסיפה ממד של אנושיות ליחסים בין בני-אדם, וכבעלת ערך רב בחברה המעודדת דיכוי של רגשות (שם). יאלום מתאר את השינוי המושג בטיפול קבוצתי כתהליך מורכב המתחולל דרך משחק גומלין של חוויות אנושיות אותן הוא מגדיר כגורמים טיפוליים. הוא מציג אחד-עשר גורמים ראשוניים המתקיימים בחוויה הטיפולית הקבוצתית, ובהם אוניברסליות, אלטרואיזם, קטרזיס, ועוד (Yalom, 1995).

הקבוצה משמשת גם מרחב בו המשתתפים מתנסים ברגשות מגוונים כמו שנאה, אהבה, קינאה, ציפייה, כאב, כעס, משיכה ודחייה. במרחב הקבוצתי מתקיים מפגש בין המציאות הפנימית לחיצונית. זהו "מרחב פוטנציאלי" במונחיו של ויניקוט, מכיוון שהוא מכיל גם את העבר באמצעות העלאה ושיחזור של חוויות קודמות, וגם את העתיד אליו התהליך הקבוצתי משמש הכנה באמצעות הזדמנויות שהוא מייצר ללמידה והתפתחות מתוך מערכות היחסים בקבוצה (עיני להמן, 2015).

הפסיכודרמה כשיטה לטיפול קבוצתי עוסקת, בין היתר. בשחזור של תפקידים אותם אנחנו מקבלים או לוקחים בחיים, הדהודם ותיקופם. המטופל אינו מדבר על חייו בצורה מנותקת, אלא יוצר אותם באופן אינטגרטיבי באמצעות גילום תפקידים (Holmes & Karp, 1991). גם קלרמן מדגיש את הממד האינטגרטיבי שבלמידה ההתנסותית והחווייתית המגולמת בפעולה הפסיכודרמטית בהשוואה לזו האנליטית המבוססת על דיבור (Kellerman, 1992).

למעשה, ניתן לראות את הגישה הפסיכודרמטית כגישה שבבסיסה נועדה לאפשר חיבור, אינטגרציה וכן מפגש אנושי. J. L. Moreno, מייסד הפסיכודרמה, האמין שלבעיות פסיכולוגיות ישנו בסיס אינטראקטיבי ושהעולם החברתי ממלא תפקיד משמעותי ומכריע בתחושת הרווחה של כל אינדיבידואל. היחסים והיכולת שלנו ליצור קשר עם אחרים בגרעין החברתי (האטום הסוציאלי) שלנו מאפשרים לנו לחיות בתחושת רווחה במידה שהם מתקיימים, או שגוזרים עלינו בידוד ומצוקה כאשר אנו מתקשים בהיבט זה (Blatner, 2000; Fox, 2008).

ממדים רבים בתפיסה המורניאנית מבטאים את השאיפה לחיבור. תפיסה זו מוצאת ביטויה ברעיון הencounter המתואר על-ידי מורנו במונחים של מגע, עימות אך גם ראיית האחר, וכניסה (entering) זה לתוכו של זה. היא מתקיימת ברעיון הטלה כתהליך של זיקה והדדיות, וכן ברעיון האטום הסוציאליהנתפס כתת-מערכת המורכבת ממבני טלה שונים, והמהווה חלק ממערכת קהילתית רחבה יותר של רשתות פסיכולוגיות (Blatner, 2000; Moreno, 1946). לצד זאת, המרכיבים המרכזיים בטכניקה הפסיכודרמטית מייצגים גם הם ממד של חיבור. כך "האגו המסייע" שלתפיסתו של מורנו מהווה גשר אל העולם (Moreno, 1939); כך כמובן הכפיל וחילוף התפקידים, שבבסיסם היכולת לחוש אמפתיה שיש בה הבנה לזולת, לרגשותיו ולערכיו (Blatner, 2000); וכך גם הsharing הפסיכודרמטי, שבו הפרוטגוניסט עובר, בין היתר, תהליך של רה-אינטגרציה למערכת הקבוצתית (Lipman, 2003).

כל אלו עשויים להעיד על הפוטנציאל של המרחב הטיפולי הקבוצתי, והפסיכודרמטי בפרט, לקדם תהליכים של אינטגרציה וחיבור. את הפוטנציאל הזה אנחנו מבקשים להדגים באמצעות תיאור מקרה מתוך טיפול קבוצתי בפסיכודרמה עם אסירים בשיקום.

**תיאור המקרה**

סיפורי המקרה המוצגים במאמר הם של שני משתתפים בקבוצת פסיכודרמה שפעלה כחלק מתכנית שיקום כוללת לאסירים משוחררים במסגרת הרשות הישראלית לשיקום האסיר. המשתתפים בקבוצה הם אסירים המשוחררים מבתי-הכלא, שמחויבים להשתתף בתכנית שיקום המהווה תנאי לשחרורם. פרט להשתתפות בקבוצה, המשתתפים מחויבים להיפגש בתקופת השיקום עם עובדת סוציאלית באופן פרטני, לעשות עבודות שירות, וכן לשהות בביתם החל מהשעה עשר בערב.

קבוצת הפסיכודרמה כללה שישה משתתפים, הנחיית המפגשים נעשתה על-ידי זוג מטפלים - הכותב הראשון של המאמר ומטפלת-שותפה נוספת. המפגשים התקיימו במשך שנה, אחת לשבוע, במשרדי אגף הרווחה של אחת הערים במרכז ישראל. אורכו של כל מפגש היה שעה וחצי.

תהליכי הפיצול והאינטגרציה בקבוצה מודגמים באמצעות סיפורי המקרה של שני משתתפים, ע' וד'. זאת על-מנת לאפשר התבוננות עמוקה וממוקדת בתהליכים נפשיים של מטופלים אינדיווידואלים. עם זאת, מכיוון שהתהליכים המתוארים נוגעים גם ביחסי-גומלין בין המשתתף ובין הקבוצה, וכן בינו ובין משתתפים אחרים, כל אלו נוכחים גם הם בתיאור המקרה.

**ע'**

ע' הוא בן 38, נשוי ואב לילד. הוא עובד כשיפוצניק ומתנדב בעמותה חינוכית. ע' נכח ברוב המפגשים במשך שנת הטיפול וסיים את תקופת השיקום עם סיומה של הקבוצה.

כשע' הגיע למפגש ההיכרות עם המנחים הוא ביטא גישה חיובית ורצון להשתתף בקבוצת הפסיכודרמה, אך במקביל גם העלה חשש לאיבוד שליטה במהלך המפגשים. ניתן היה להבחין אצל ע' בתחושות סותרות ואף מקוטבות: רצון, סקרנות ופתיחות לתהליך לצד חרדה מהאופן בו יתמודד עם התהליך הטיפולי ועם חבריו לקבוצה.

גם במפגש הקבוצתי הראשון היה ביטוי בולט לתחושות הסותרות והמקוטבות של ע' ולצורך שלו לפצל בין החלקים "הטובים" ו"הרעים". כשע' הציג את עצמו והסביר את הסיבה לשם שניתן לו על-ידי הוריו הוא ביטא תחושות של רוך, אהבה ותקווה. עם זאת, מיד אחר כך, כשחברי הקבוצה נשאלו איך הם מרגישים כאן עכשיו, ע' אמר שהוא מאוד חרד, שלא נוח לו פה, שהוא לא יודע מה יהיה בקבוצה ולמה לצפות. נראה כאילו הרוך והתקווה שהוצגו על-ידי ע' בסבב ההיכרות לא היו יכולים להיות מוכלים עד תום ומיד "הותקפו" על ידי הצגת החרדה וחוסר הוודאות. המפגש הסתיים ב*תרגיל הבאר*, בו כל אחד מהמשתתפים מתבקש לומר מה הוא לוקח מהמפגש ומה הוא משליך או מפקיד בבאר המדומה שבמרכז החדר. ע' אמר שהוא לא רוצה להשאיר את הדברים הרעים בחדר: "אני רוצה שפה יהיה מקום לדברים טובים. את הרעים יותר טוב שנשליך החוצה". בהמשך לדבריו ע' הלך לכיוון החלון והשליך את "הרע" מחוץ לחדר, תוך פירוט של מה שהושלך החוצה ושל מה שהוא בוחר להשאיר בחדר:

אני משליך החוצה את הספק שאתו באתי לגבי הקבוצה והלך איתי עד אמצע המפגש ומהאמצע זה התחיל להשתפר. אני קיבלתי המון ביטחון וגם אתם המדריכים, נתתם לי ביטחון בשיחה הפרטנית. אני משאיר פה את עצמי ואת ההחלטה שלי להיות חלק מהקבוצה הזאת ולהשתדל להגיע לכל מפגש

דבריו של ע' והמעשה עצמו מבטאים את רצונו לסלק מהמרחב הקבוצתי, ואולי מעצמו, את החרדה, הספקות ואי-הוודאות. הוא לא לוקח אתו דבר, למרות שזו ההנחיה שניתנה לגבי המשימה, אלא משליך החוצה מעצמו ומהמרחב הטיפולי דווקא את החלקים שלו שזקוקים לטיפול; החלקים שעמם יש לו הזדמנות להתמודד במרחב הקבוצתי.

למפגש השני ע' לא מגיע. שהוא מתקשר לאחד המנחים לאחר המפגש ומספר שלא התעורר למרות שכיוון שעון מעורר כדי להגיע למפגש בזמן. דווקא ע', שסיים את המפגש הראשון בהצהרה "אני משאיר פה (בחדר הטיפולים) את עצמי", כמו הפקיד את כל כולו בידי המטפלים והקבוצה, הדיר את עצמו, את כולו, מהמפגש השני. נדמה כאילו הנוכחות או ההיעדרות המוחלטת הן האפשרויות היחידות. כאילו החלקיות המגולמת בנוכחות המלווה בספקות, אינה בגדר אפשרות עבורו.

במפגש השלישי הקבוצה עובדת עם קלפים השלכתיים. ע' בוחר קלף בו נראה נער גדול שסוחב על גבו ילד קטן יותר. הוא מסביר מדוע בחר בקלף זה:

שני הילדים זה אני. הקטן של פעם והגדול של היום. הגדול לוקח את הקטן על הגב. פעם הייתי ברדקיסט, לוקח את הנשק של הצבא ויורה בשכונה שלי בדלתות, היינו שמים דלת ועושים מטווח, יורים עליה. והיום אני מתנדב בשביל אנשים שקשה להם. המסר שלי זה האפשרות לשנות, לבחור בדרך אחרת.

זוהי אולי הפעם הראשונה שבה בא לידי ביטוי בקבוצה ניסיון לאינטגרציה מסוימת מצדו של ע'. אינטגרציה בין ה"ילד" שהיה בעבר לבין ע' של היום, זה שנושא על גבו את ע' של העבר. נראה שע' מזהה ומבטא עניין להכיל לשם התיקון את הקשר בין החלק הפוגע וההורס שאפיין אותו בעבר לבין העצמי העוזר והמיטיב היום.

באחד המפגשים הבאים משתתף אחר בקבוצה, ד', זכה לתשומת-לב רבה מצד יתר המשתתפים. שבוע לאחר מכן ע' סיפר על קושי שהוא חווה עם חלק מהאנשים בקבוצה ועל כך שהוא ביקש מהאחראית לפטור אותו מהשתתפות בקבוצה. הוא אמר שעשה מאמץ מיוחד להגיע למפגש מתוך כבוד למנחים ולקבוצה, והוסיף שמפריע לו שד' לא מגיע ברציפות ולא מתחייב לקבוצה:

אני בסדר עם ד' והכל אבל בשבוע שעבר הוא בא והשתלט. טוב אין לי בעיה אתו עם זה, זה טבעי. לא ראינו את הבן אדם הרבה זמן ויש הרבה שאלות אליו, סקרנות מה קורה אתו.

יש לציין שלע' ולד' יש עבר משותף. הם גדלו באותה שכונה, היו חברים טובים בילדותם ונעוריהם, היו שותפים לפעולות עברייניות ושניהם אף חיזרו אחר אותה בחורה. נדמה שמעבר לתחרות על תשומת-לב ועל מקום בקבוצה, ע' חש שד' מחזיר אותו למקום בחייו אותו הוא מעוניין לשכוח. הבקשה לפטור מהשתתפות בקבוצה הגיעה בעקבות מפגש שבמרכזו עמד משתתף שמזכיר לע' את עבר. עבר שהוא מנסה להשיל, להשליך מעצמו. נראה שע' נע הלוך ושוב בין הצלחות נקודתיות לאי-ההצלחה לשאת על גבו, כמו בקלף ההשלכתי מהמפגש השלישי, את עברו.

מספר פעמים במהלך השנה, ע' לקח על עצמו את תפקיד המסייע, התומך ואף המדריך את חבריו לקבוצה. כך למשל, באחד המפגשים, חבר לקבוצה, מ', ביטא באופן עקיף כעס על גרושתו אך גם סיפר שהוא אמור להיפגש אתה ועם משפחתו לכבוד הולדת הנכדה ושהוא מאוד מתרגש. לאחר שהמטפלת עשתה למ' כפיל הנותן לגיטימציה לכעס שלו על גרושתו, ע' ביקש לעשות גם הוא כפיל.

ע' ככפיל למ': אני מתגעגע למשפחה וגם אלייך (מופנה לגרושתו של מ') ואני מרגיש כמה פספסתי אתכם.

ניכר היה שמ' מתרגש מהכפיל , וזה מצדו גם דאג למזוג ולהגיש כוס מים למ' הנרגש.

במחווה של ע' למ', ובמיוחד בכפיל שעשה, מגולמים שני צדדים במתח שבין אינטגרציה ופיצול. מצד אחד התקיימה בכפיל של ע' היכולת להציע למ' נקודת-מבט מורכבת שיש בה גם געגוע ותחושת החמצה, לצד הכעס שלו על גרושתו. התפקיד התומך שע' לקח על עצמו, אִפשר לו להכיל מורכבות רגשית חדשה. מאידך, ניתן גם לראות בכפיל ניסיון "לחלץ" את מ', ואולי את ע' עצמו, מהרשות לכעוס, רשות שניתנה רגע אחד לפני כן על-ידי הכפיל שהמטפלת עשתה למ'. נראה שברשות הזו, ובאפשרות הגלומה בה לבטא כעס, היה משהו מאיים, קשה להכלה, עבור ע'.

לעתים, ההתמודדות של ע' עם סוגיית הכעס וביטויו נעשתה דרך השלכתה על מנחי הקבוצה. כך, למשל, פנה אליהם ע' באחד המפגשים:

אני רוצה לדעת מה אתם מרגישים, מעבר לזה שאתם מעירים על הפלאפונים, על האיחורים והחיסורים. אני רוצה לדעת מה עובר עליכם כשאתם יושבים בקבוצה. שבוע שעבר הרגשתי שת. (מנחת הקבוצה) יושבת כאן וכועסת עלינו ורוצה רק לצעוק "שקט!" ושנתאפס. אתם לא מביאים את עצמכם, אני רוצה לדעת מה אתם מרגשים בקשר אלינו.

במקרה הזה ע' "מזמין" את המטפלים לבטא את הכעס אותו הם חווים לטענתו, ואינם נותנים לו ביטוי. הוא מבקש מהם, למעשה, לקיים את אותה אינטגרציה רגשית שהוא עצמו מתקשה לקיים. בקשתו היא שמנחי הקבוצה ישמשו עבורו מראה שאינה מפוצלת או חלקית, אלא כזו המאפשרת לו להשתקף בה באופן שלם ואינטגרטיבי.

לאחד המפגשים באמצעו של התהליך הטיפולי ע' הגיע נרגש. עוד לפני תחילת המפגש הוא אמר למנחים שהתגעגע אליהם ושזו הפעם ראשונה שזה קרה לו, שחיכה בציפייה למפגש הקבוצתי. במפגש ע' סיפר על לקוח שהוא ביקר אצלו כשיפוצניק. ע' מספר שבשלב מסוים הוא הבין שזה בית שאליו פרץ בעבר; שהרגיש צורך להתוודות על כך לבעל הבית ולהתנצל בפניו וכך אכן עשה. בעל הבית העריך את וידויו של ע' ואף הכין לו קפה ושילם לו בנדיבות, סכום גדול מכפי שסוכם מראש. ע' יצא משם בתחושה מאוד טובה על כך שהאמת והכנות שלו זכו לקבלה מצד קורבן העבירה.

למשמע הסיפור, אחד המשתתפים, ד' - שותפו בעבר של ע' לחלק מהעבירות - החל לתקוף מילולית את ע' וטען שההודאה שלו מול בעל-הבית עלולה לסכן גם את מי שהיו שותפיו לפריצות בעבר. משתתפים נוספים הצטרפו לביקורת, וניכר היה שע' פגוע מאי-האמון ומהטענות כלפיו. נראה היה שע' מתקשה להכיל את התגובות, הוא הרבה לקום ולהשליך מהחלון גזרי ציפורניים אותן כסס. נדמה שזה היה ביטוי לכעס וחרדה אותם הוא מבקש להשליך מחוץ לחדר, מעין תגובה רגרסיבית המחזירה אותו למפגש הראשון בו ביקש לזרוק את הרע ואת הקושי מחוץ לחדר. ניתן גם לראות ממד סובלימטיבי בכסיסת הציפורניים. מעין חלופה מטפורית לנעיצתן בגופו של ד'. בשלב מסוים לקראת סיום המפגש ד' קם, חיבק את ע', ואמר לכולם שהם חברי ילדות ושהכל בסדר.

במעשה של ע', בבחירה שלו לשתף את בעל הבית ולספר לו על הפריצה בה היה מעורב בעבר, הוא מצליח למקם את העבר והווה שלו במרחב משותף. האקט האינטגרטיבי הזה מזכה את ע' בהכרה ובהערכה מצד בעל הבית, קורבן העבירה מהעבר. לעומת זאת, התגובה של הקבוצה, ובמיוחד של ד', להודאה, מביאה שוב לפיצול. ע' מתקשה להכיל את הכעס של הקבוצה עליו, הוא אמנם מתווכח עם הקבוצה ועומד מאחורי המעשה, אבל גם נראה נסער ומעורער.

בשבוע שלאחר מכן ע' ביקש להשתחרר מהמפגש הקבוצתי לרגל יום הולדתו. הוא שוחח בטלפון עם ת', מנחת הקבוצה, אך היא חייבה אותו להגיע למפגש. שם התנהל הדיאלוג הבא:

ע' (פונה למנחה ת'): את ישר אמרת לי לא. אני אגיד לך את האמת, בהתחלה התקשרתי לי' (המנחה האחר). בגלל שהוא לא ענה התקשרתי אליך.

ת': כי חשבת שהוא יאשר לך ואני לא?

ע': כן, או שהוא לפחות ישקול את זה. את ישר אמרת לא.

בהמשך התייחס ע' לעימות שהיה לו עם ד' במפגש הקודם:

הבנתי למה חשוב לך שאני אבוא, כדי לדבר על הדברים וזה, אבל כבר דיברתי עם ד' ואני לא צריך לפתור כלום. מה שד' הסביר לי השבוע זה שהייתי יכול לסבך את עצמי...

ד': מה שעשינו עשינו וצריך להישאר בעבר, אסור לגעת בזה.

ע': הוא אמר לי, ברגע אחד הייתי יכול להיעצר ולהחריב את כל מה שכבר בניתי בגלל משהו שעשיתי בעבר. אבל אין מה לחפור פה, די, זה כבר היה. נשים אוהבות לחפור.

בדבריו של ע' בקבוצה, כמו גם בעצם הבקשה שלו להיעדר מהמפגש, ע' מאמץ את עמדתו של ד' ומעדיף להימנע מלגעת בעבר. נדמה שהנכונות של ע' לקיום אינטגרציה בין העבר שלו כעבריין לבין ההווה הנורמטיבי ותהליך השיקום שלו, התחלפה ברגרסיה לפיצול. פיצול שהושלך גם על הסמכות הטיפולית בהבחנה שע' עשה בין המנחה "הקשוב" ו"המאפשר" למנחה "הנוקשה", שאליה הופנתה גם ההערה שלו על כך ש"נשים אוהבות לחפור".

לקראת סיום השנה, באחד המפגשים האחרונים שעסקו בפרידה, סיפר ע' על הפרידה מאביו:

ע': אני במשך הרבה שנים הייתי מנותק כל כך שאפילו כשאבא שלי מת לא נפרדתי ממנו, לא בכיתי. ישבתי בשבעה.. ואכלתי כאילו כלום.

מנחה: באיזה גיל זה היה?

ע': הייתי בן 18 אולי

מנחה: ומאז, מתישהו הצלחת להיפרד ממנו?

ע': לפני כמה שנים, בגיל 35, הרגשתי שאני צריך לדבר על זה עם מישהו. פניתי לחבר, הוא אמר לי 'דבר עם אבא, הכי טוב'. זה מה שעשיתי. נכנסתי לאוטו והתחלתי לנסוע, ותוך כדי דיברתי אתו. דיברתי ובכיתי מלא... הרגשתי הקלה, אבל גם הרגשתי פעם ראשונה את החסר שלו. עד אז, כל השנים הייתי כל כך מנותק ששכנעתי את עצמי שהוא לא באמת מת.

בסיפורו זה של ע', שבו הוא משתף את הקבוצה לקראת הפרידה ממנה, באה לידי ביטוי יכולתו לקיים, גם אם לא באופן רציף, אינטגרציה רגשית. האינטגרציה מתבטאת הן במה שמתואר בסיפור - יכולתו של ע' לבכות, להתאבל על אביו ולהיפרד ממנו, אבל לא פחות מכך בעצם מעשה השיתוף, ביכולתו ונכונותו של ע' לבטא במרחב הקבוצתי את כאבו הפרטי.

**ד'**

ד' הוא כבן 35. נמצא בתהליכי גירושין ועובד כאינסטלטור. למפגש הקבוצתי הראשון ד' הגיע באיחור של כחצי שעה, נעמד בפתח החדר והודיע שלא יוכל להישאר משום שהוא חייב לטפל בצינור שהתפוצץ אצל לקוח. למרות בקשת מנחי הקבוצה שיישאר במפגש ובסיומו יטפל בצינור שהתפוצץ, ד' בחר ללכת. עוד כשעמד בפתח החדר ניתן היה לזהות את החשש והקושי של ד' להיכנס פנימה ולהתחייב למסגרת ולקבוצה החדשה. נראה שמלבד הצינור שהתפוצץ, קושי רגשי הוא זה שהותיר את ד' בפתח החדר ומנע ממנו להשתתף במפגש הראשון.

במפגשים הבאים ניכר הקושי של ד' להיות בחדר הטיפולים, הוא לא היה נינוח, פעמים רבות ביקש לצאת לעשן, ומחה בכעס כאשר המנחים לא אפשרו לו זאת. באחד המפגשים הראשונים התבקשו המשתתפים להעביר קצה חוט מפקעת צמר לחבר אחר בקבוצה ולשאול אותו שאלה כלשהי המעניינת אותם. קצה החוט הועבר אל ד' פעמים רבות במהלך התרגיל – יותר מלכל משתתף אחר. ד' מצדו התעלם מרוב חברי הקבוצה ובחר להעביר את קצה החוט שוב ושוב לע', חברו מילדות, ולשאול אותו שאלות הנוגעות בעברם המשותף כעבריינים. בכך, למעשה, פיצל ד' את הקבוצה תוך יצירת תת-קבוצה הכוללת אותו ואת ע'. מעשה זה נראה כאקטינג-אאוט המבטא את התנגדותו של ד' לתרגיל, ואולי לתהליך הטיפולי כולו. התנגדות זו קיבלה ביטוי ישיר בסיום התרגיל, כשהמטפל דיבר על תנועת חוט הצמר בחדר כביטוי לטוויית היחסים בין חברי הקבוצה, ולטיפוח האמון ההדדי והיכולת לסמוך זה על זה. בתגובה לכך ד' אמר:

מה זה לסמוך על הקבוצה? מה, אנחנו מתכננים פה שוד? אני לא מבין. למי אני צריך להתחייב פה? אני בא לפה כי אני חייב, לא בזין שלי להיפתח, לשתף, אני לא מבין מה אתם רוצים ממני עם כל התרגילים האלה, עזבו אותי.

 למרות שד' קיבל במה מרכזית באותה פגישה, וקיבל לידיו קצות חוט רבים, הן בהיבט המוחשי והן בזה המטפורי, הוא התקשה להחזיק בתחושת המרכזיות ודחה את האפשרות לאינטגרציה ולחיבור בין קצות החוט.

ביטויי ההתנגדות חזרו אצל ד' במשך כל תקופת השתתפותו בקבוצה. כך, למשל כשאמר כבר באחד המפגשים הראשונים:

תקשיבו הייתי במלא קבוצות ואף פעם לא לקחתי שום דבר משום קבוצה ומאף מטפל. ואני גם לא הולך לקחת מפה שום דבר. אני למדתי בחיים שלי שאו שאני לומד דברים על בשרי, או שאני אחר כך בבית עם עצמי עושה את החשיבה ומגיע למסקנות. לאדם יש את כל התשובות לעצמו, בן אדם מכיר את עצמו הכי טוב, הוא יכול לעזור לעצמו הכי טוב.

לעתים ביטויי ההתנגדות של ד' היוו פתח לדיאלוג ולחיבור, גם אם רגעי. כך היה באחד המפגשים שבו ד' הסביר את ההתנגדות שלו להשתתף במשחקי תפקידים ובתרגילים פסיכודרמטיים בקבוצה:

אני רואה את כולם משתתפים וחושב שאולי משהו אצלי דפוק לא בסדר, אני מרגיש לא שייך. אבל מה אני אעשה? אני לא יכול לעשות את הדברים האלה. זה דבילי ומגוחך, זה כמו חבורה של משוגעים, חולי נפש.

בדבריו אלו היה ביטוי נוסף לאופן שבו ד' מפצל ומדיר את עצמו מהקבוצה ומהמטרות הטיפוליות שלה, אך לצד זאת היה בהם גם ביטוי אחר – למגע עם חוויית הזרות ואי השייכות שלו; עם תחושת היותו "דפוק". כשנשאל בהמשך המפגש האם תחושת אי השייכות מוכרת לו מהעבר, ד' ענה: "נו בטח! ככה הרגשתי תמיד מול החברה.", אך כשנשאל האם הוא יכול לחזור לרגע מסוים בעבר בו הוא חש כך, ד' סירב באומרו:

אני לא חוזר לפעם, לא במחשבה ולא בחלום. מה שהיה פעם זה נשאר בעבר, ואני לא נוגע שם.

שוב ד' חוזר לעמדה המוכרת שלו, לברירת המחדל - הסירוב לשהות במגע ובחיבור עם העבר שלו ועם אזורים של חולשה ופגיעּוּת.

המגע הרגעי עם אזורים רגשיים, לצד הבהלה וחוסר היכולת לשהות בו לאורך זמן, ניכרו בד' במפגש שבו ע', חברו מילדות ושותפו לפשעים בעבר, סיפר שהתוודה בפני אחד מלקוחותיו על כך שפרץ לביתו שנים קודם לכן (אירוע שכבר תואר במאמר, בסיפור המקרה של ע'). תגובתו של ד' לסיפור הייתה תוקפנית וביטאה כעס רב על כך שחברו מתוודה על פשעים מהעבר ובכך עלול לסכן אותו, את ד', כמי שהיו שותפו לחלק מהפריצות. עם זאת, כשהמטפל ניסה להתייחס לכעס של ד', מיהר ד' לבטל זאת, אמר שאינו כועס, קם לעברו של ע', חיבק ונישק אותו, ואמר: "אנחנו חברים מהילדות".

בהמשך המפגש ד' מאפשר גם לרגשות רכים יותר לבוא לידי ביטוי, רגשות של חמלה ואמפתיה למי שנופלים קורבן למעשי פשע:

ד': אתה יודע מה זה שפורצים לך לבית? זה כאילו מישהו נכנס לך לנשמה.

מטפל: נשמע ממש כמו אונס.

ד': בדיוק! אתה צריך לשלוח את הילדים שלך לפסיכולוגים לכל החיים. זה תחושה קשה, זה כאילו לכלכו אותך.

ד' ממשיך לדבר על הפגיעה וההשפלה שחווה קורבן העבירה. הטון שלו מתרכך כשהוא מדבר על כך. המטפל מגיב לדברים ואומר:

אני שומע ממה שאתה מספר שיש בך חמלה. שעם כל הקושי לקבל את מה שא' עשה (כשזה התוודה בפני הלקוח על כך שפרץ לביתו בעבר), אתה מרגיש ומודע למצוקה של האנשים שאליהם פרצת.

למשמע הדברים ניכר בד' שהוא מתקשה להכיל את רגשותיו. הוא מרבה לקום ולהתיישב וחוסר השקט ניכר בגופו. זמן קצר לאחר מכן נדמה שד' נסגר וחוזר לבטא ניתוק רגשי. שבוע לאחר מכן, ד' מתייחס לעימות שהיה בינו ובין ע' במפגש הקודם, לתוקפנות ולכעס שביטא. הוא פונה למטפלים ואומר:

תאמינו לי, אני חושב שאתם יצאתם נסערים מהמפגש הקודם הרבה יותר ממה שאנחנו.

מטפל: אתה חושב שנבהלנו?

ד': לא, אין לכם ממה להיבהל, אבל נראה לי שלקחתם יותר קשה מאתנו.

באומרו למטפלים שהם אלו שהיו נסערים כתוצאה מהמפגש הקבוצתי הקודם, נדמה שד' נוקט באסטרטגיית התמודדות של פיצול ומשליך על המטפלים את הקושי שלו עצמו. עם זאת, בהמשך דבריו הוא מבטא תובנה רפלקסיבית והכרה בקשייו הרגשיים:

אני רוצה שתבינו משהו עלי, כשאני לא יודע איך להגיב, או מה לעשות באותו רגע, אני הופך את המצב לבדיחה ועושה מזה צחוקים. באותו רגע זאת האמת שלי. אבל אחר כך אני חושב על זה ומסתכל על זה, ותאמינו לי שכל יום אני עושה חשבון נפש על כל מה שעשיתי באותו יום. אבל קודם כל אני עושה מזה בדיחה אחת גדולה.

המפגש האחרון בו השתתף ד' התקיים מיד לאחר שסיים את תקופת המבחן שלו כאסיר ברישיון. ד' נכנס לחדר נסער לאחר שהיה בדיון בוועדת השחרורים והשופט קרא בפניו את הדו"ח שכתבו המטפלים המנחים את הקבוצה. הוא נפגע מכך שהמטפלים דיווחו על החיסורים והאיחורים שלו למפגשים וטען שבכך הם היו עלולים להביא לחזרתו לכלא. את כעסו ד' מיקד במטפלת ת':

ד': מי כתב את הדוח? בטח היא כתבה.

מטפל: שנינו כתבנו את הדוח.

ד': אני לא עשו אותי באצבע, אני עבריין מגיל 12. אני יודע לקרוא אנשים. כשאני מסתכל בעיניים אני יודע מי בן אדם טוב, מי בעדי. ואני יודע שאתה בן אדם טוב, זו היא. אתם הורסים לעצמכם הכל. לא תהיה לכם קבוצה ככה. אני התכוונתי להמשיך פה אחרי השחרור אבל עכשיו אני בחיים לא אמשיך.

נראה היה שזו הייתה הדרך של ד' להיפרד. דרך המעידה על הצורך שלו בפיצול – בחלוקה קטגורית ל"מי בעדי" ומי לא - ועל הקושי המשמעותי של ד' לקיים אינטגרציה רגשית, הן בתוכו והן ובינו לבין הקבוצה והמטפלים. בשיחה טלפונית שיזמה המטפלת ת' כעבור כמה ימים הוא נשמע מרוכך ואמר שיגיע למפגש הקבוצתי הבא, אך הוא לא עשה זאת, ולא שב לקבוצה לאחר סיום תקופת המבחן.

**דיון**

סיפוריהם של ע' ושל ד' מבטאים במידה רבה את סיפור הכישלונות וההצלחות בעבודה עם החברים בקבוצה, ואת התנועה הדו-כיוונית שהתקיימה במרחב הטיפולי בין פיצול ואינטגרציה. עם זאת, הבחירה למקד את המאמר בסיפוריהם של ע' ושל ד', ולהדיר משתתפים אחרים כמעט לחלוטין מתיאור המקרה, מבטאת גם היא את הצורך – במקרה זה שלנו, הכותבים - בפיצול. ייתכן שהפיצול במקרה זה שימש אותנו לא רק על-מנת להנגיש את הדרמה הקבוצתית לקורא אלא גם כדי להנהיר אותה עבור עצמנו, הן בהיבט הקוגניטיבי והן בזה הרגשי; או כפי שטוען אוגדן, הפיצול לא יוצר משמעות אבל הוא כן מייצר סדר ומארגן את החוויה (Ogden, 1986).

דימוי הפרחים העדינים ודמויות-האדם המאיימות העשויות מצואה, מתיאור המקרה של רייצ'ל המוצג על-ידי קליין (Mitchell & Black, 1995) יכול להמחיש את הצורך של ע' בתחילת התהליך הטיפולי להגן על "הטוב" מפני "הרע", על הפרחים העדינים מפני הדמויות המאיימות העשויות צואה. ע' עושה זאת באופן כמעט פיזי באמצעות השלכת "הרע" מהחלון והצפנתו של "הטוב" בחדר. משתתפים נוספים בקבוצה עשו זאת פעמים רבות ובדרכים שונות. ד' עשה זאת באמצעות התנגדות והימנעות מלעסוק בתכנים הקשים יותר או באלו שנוגעים לעבר.

התערבויות המנחים בקבוצה, והפעולות הפסיכודרמטיות והאחרות אותן יזמו, נועדו במידה רבה לשקף למשתתפים את הפיצול בו הם נוקטים ולסייע להם ליצור חוויה של אינטגרציה. המעבר מהעמדה הפרנואידית-סכיזואידית לעמדה הדיפרסיבית מתקיים כשהאובייקטים החלקיים, המפוצלים ל"טוב" ו"רע", מתחילים להיות מובנים כחלקים של סובייקט שלם ומורכב שיש בו משניהם, מהטוב ומהרע (קליין, 2002; Mitchell & Black, 1995; Ogden, 1986). כשע' בוחר בתרגיל הקלפים ההשלכתיים תמונה של נער הסוחב על גבו ילד קטן ורואה בשניהם את עצמו, שתי הישויות האלו שבע' - זה הבוגר וזה הצעיר יותר מהעבר - כבר לא מתקיימות כחוויות נפרדות. נראה שמתקיימת פה אינטגרציה או תהליך של התמזגות: ע' לא מפצל מעצמו את החלק של העבריין שהיה בעבר אלא מכיל אותו, "נושא אותו על גבו" כבוגר המשתקם שהוא כיום. לעומת ע', נראה שד' התקשה יותר להכיל לאורך זמן באופן אינטגרטיבי חלקים שונים בעצמו, אך גם בתהליך שלו היו רגעים של חיבור רגשי, כמו במפגש בו תיאר את הפגיעה הקשה שחווה מי שביתו נפרץ - "אתה יודע מה זה שפורצים לך לבית? זה כאילו משהו נכנס לך לנשמה". ברגעים אלו באו לידי ביטוי, ולו לזמן קצר, אמפתיה ואינטגרציה רגשית.

חלק ניכר מהעבודה הטיפולית התקיים מתוך הדינמיקה הקבוצתית, שגם בה מתקיימים תהליכי פיצול ואינטגרציה. אחד הגורמים הטיפוליים בקבוצה, אותם מתאר יאלום (Yalom, 1995), הוא הלכידות הקבוצתית. הלכידות היא זו שמאפשרת קבלה, אינטימיות והבנה המתקיימות בקבוצה, ולצד זאת הלכידות מאפשרת ביטויים התנהגותיים של עוינות ועימות. יאלום ורבים אחרים רואים בקונפליקטים הגלויים חשיבות רבה ללכידות הקבוצתית משום שככל שהם על פני השטח ניתן לעבד אותם הן בהיבט האישי והן בזה הקבוצתי, ולפתח מתוכם מערכת יחסים אינטגרטיבית שיש בה מקום ל"טוב" לצד "הרע". לשיטתו של יאלום, דווקא העויינות הסמויה, הלא מדוברת, היא זו שמסוכנת ללכידות הקבוצתית (Yalom, 1995). בהקשר זה, בלט הקושי של ד' לשהות בקונפליקטים גם כשאלו הפכו גלויים, כפי שקרה כשחברו לקבוצה, ע', סיפר שהתוודה על עבירה שביצע בעבר. ד' אמנם תקף מילולית את ע' אך גם מיהר לבטל את תחושות הכעס שלו ואת הקונפליקט ביניהם. גם ע' מצדו התקשה לבטא בגלוי את הקונפליקטים שלו מול ד' סביב העבר המשותף שלהם. רק במפגש שבו ד' לא היה נוכח ע' נתן ביטוי לקושי שלו עם ההשתתפות של חברו בקבוצה. המחיר אותו משלם ע' על הקושי לבטא בגלוי את הקונפליקט עם ד' הוא בכך שדווקא ע', המחויב לקבוצה, מרגיש באותה עת חוסר חיבור ומבקש לעזוב את הקבוצה.

במקרים שונים, תמות שנגעו בפיצול במערכות-יחסים מחוץ לקבוצה, זכו בהדהוד קבוצתי שתרם לפרוטגוניסט לחוויה של אינטגרציה. כך, למשל, כשבאחד מפגשים הקבוצתיים ע' הדהד ככפיל לחברו, מ', את תחושת הגעגוע וההחמצה שזה חש על הניתוק ממשפחתו, תגובתו הנרגשת של מ' מהכפיל העניקה לכך תוקף רגשי, ובכך תיקפה גם את חווית האינטגרציה של ע' עצמו. כשבלאטנר ואחרים (ארצי, 1991; Holmes & Karp, 1991; Blatner, 2000) מתארים את תפקידו של הכפיל הפסיכודרמטי הם מזהים אותו עם הזדהות וחיבור לפרוטגוניסט, חיבור המאפשר את האמפתיה אליו. האמפתיה שע' הצליח לחוש למ' בסיפורו האישי תרמה גם להשלמה אינטגרטיבית של החוויה האישית של ע'.

סיפורי המקרה של ע' וד' חושפים פערים ביכולות האמפתיות בקבוצה ובפוזיציה של המשתתפים אל מול תפקידם העברייני. ע', שנראה שגמל בליבו להתרחק מעולם הפשע, הפגין יכולת אמפתית וחרטה עמוקה על פגיעתו באחר. זאת בעוד שד', שלאורך השנה נדמה היה שטרם נפרד לחלוטין מהקודים של עולם הפשע, אמנם ביטא אמפתיה כשתיאר את הנזקים הפסיכולוגיים הנגרמים לקורבנות העבירה, אך לא היה מוכן לשהות במגע עם הרגשות שהכרה זו עשויה לעורר. במונחים של Smith (2006) ניתן לאמר שבעוד שע' הצליח לחוש ולבטא *אמפתיה רגשית* עמוקה, את ביטויי האמפתיה של חברו, ד', ניתן לתאר כביטויי *אמפתיה קוגניטיבית*. תמונה זו מתיישבת עם ממצאים מחקריים שמעידים על קיומו של קשר שלילי בין אמפתיה רגשית לרצידיביזם ולנטייה לעבריינות אלימה (Bock & Hosser, 2014 ; Jolliffe & Farrington, 2007).

האמפתיה היא חלק מקשת של רגשות, חיוביים ושליליים, המתקיימים במסגרת הקבוצה. עיני להמן (2015) משתמשת במונח הוויניקוטיאני *מרחב פוטנציאלי* על מנת לתאר מרחב למגוון של רגשות וחוויות שקושרות בין העבר והעתיד, ומאפשרות לקבוצה לשמש גשר לעולם החיצוני. טענתה היא שהמשתתף נחשף לזווית הראיה של יתר חברי הקבוצה, המגלמים עבורו את העולם החיצוני ומרחיבים את החוויה ואת נקודת המבט שלו על עצמו ועל העולם. אותו כפיל פסיכודרמטי שעשה ע' אפשר לחברו לקבוצה מ' להרחיב את זווית הראייה שלו על חייו. במקרה נוסף שאינו מתואר בסיפור המקרה, הפרספקטיבה הבוגרת של חבר אחר, נ', על יחסיו עם משפחתו, אפשרה לע' להרחיב את התובנה שלו על חייו האישיים והמשפחתיים ולהחליט לפעול לתיקון.

חלק משמעותי מהעבודה הטיפולית לחיזוק החוויה האינטגרטיבית של חברי הקבוצה היה כרוך בפיתוח היכולת להכיל ו"להחזיק" את עברם של המשתתפים יחד עם מי שהם בההווה. על פי קלרמן (1992) הטכניקה הפסיכודרמטית מנכיחה את "השם ואז" ב"כאן ועכשיו" של הפרוטגוניסט ומאפשרת למידה אינטגרטיבית שמקורה בהבנה חושית. כשע' משתף בפרידה מאביו אותה השלים שנים לאחר מותו, ומתאר באופן מוחשי את האופן בו "שוחח" עם אביו המת ובכה עליו, הוא מחבר בין עבר והווה ומנכיח זאת במפגש, בכאן ועכשיו. מורנו (Moreno, 1969) מציע את השימוש בכלים של יצירתיות ומציאות מורחבת, וכן את התפיסה הייחודית, האינטגרטיבית שלו את ממד הזמן, כדרך בה ניתן לשנות את המציאות בכאן ועכשיו. זוהי, למעשה, מהות המעשה של ע' כשהוא משוחח עם אביו המת, ובכך פועל לתקן את העבר בהווה ולהשלים את הפרידה מאביו.

שימוש זה בממד המציאות המורחבת, הפסיכודרמטית, נעשה על-ידי ע' מחוץ לקבוצת הפסיכודרמה ברשות לשיקום האסיר, ושנים לפני שזו התהוותה, אבל עצם השיתוף של הסיפור הזה במעגל הקבוצתי היה מעשה של חיבור ואינטגרציה הן בממד האישי והן בזה הבין-אישי. מעבר לכך, הסיפור מייצג אירועים רבים אחרים שהתקיימו בקבוצה ובהם המציאות המורחבת, המפגש הבין-אישי המגולם בכפיל, בחילוף התפקידים, בשרינג ובממדים נוספים של העבודה הטיפולית, ובפרט הפסיכודרמטית. אירועים אלו אפשרו למשתתפים מגע עם חלקים מפוצלים ומושלכים, ומדגימים את יכולתו של הטיפול הקבוצתי בפסיכודרמה לשמש מרחב להכרה בחוויות של פיצול ולחיזוק הממד האינטגרטיבי.

1. אסיר ברישיון הוא אסיר ששוחרר בשחרור מוקדם והוטלו עליו תנאי שחרור, הכוללים, בין היתר, התחייבות להשתתף בתהליך טיפולי ושיקומי, עד לסיום תקופת העונש. במידה שיפר את התנאים שהוטלו עליו, הוא עלול להיות מוחזר לכלא ליתרת המאסר שהוטל עליו. [↑](#footnote-ref-1)