

פסיכו
אנליזה

דונלד ו' ויניקוט

עצמי אמיתי, עצמי כוזב



ההגנה המאנית

מבוא

"Fly, brother, fly! more high, more high!
Or we shall be belated.
For slow and slow the ship will go,
When the Mariner's trance is abated."

[התעופף, אחי, התעופף! גבוה יותר,
גבוה יותר! / וְלֹא נֶאֱחָר. /
כי הספינה תשוט לאט, לאט /
כשיתפוגג הטֶרֶנס של הספן.]
סמואל טיילור קולרידג'

Coleridge (1798), "The Rime of the Ancient Mariner"

מאמר זה נחשב למאמרו הפסיכואנליטי הראשון של ויניקוט. זוהי הרצאה שהציג ב-1935 ויניקוט בן ה-39 בפני החברה הפסיכואנליטית הבריטית לאחר סיום הכשרתו הפסיכואנליטית (שאותה החל ב-1927), כדי להתקבל כחבר מן המניין בחברה זו. ויניקוט נמנה עם ראשוני המתמחים במכון הפסיכואנליטי בלונדון, סמוך לזמן שבו מוסדה שם ההכשרה. (דורות קודמים של אנליטיקאים לא עברו הכשרה מסודרת והדרכות מובנות, אלא הפכו לאנליטיקאים בתהליך לא-פורמלי, שכלל לרוב אנליזה אישית, קריאה והשתתפות בדיונים מקצועיים.) המאמר נכלל בקובץ המאמרים המרכזי הראשון של ויניקוט, שהופיע ב-1958 תחת הכותרת **דרך רפואת הילדים אל הפסיכואנליזה**. יש לציין שכותרת הספר אינה לגמרי מדויקת, שכן התעניינותו של ויניקוט בפרויד ובפסיכואנליזה החלה עוד לפני שנעשה לרופא ילדים, ומתבטאת למשל במכתב ארוך ששלח לאחותו ויולט בהיותו סטודנט לרפואה בן 23 (Rodman, 2003, עמ' 41-44).

The manic defence, 1935

יתר על כן, ויניקוט המשיך לעסוק גם ברפואת ילדים במהלך רוב חייו. עם זאת, מרכז הכובד השתנה. כל חיבוריו המוקדמים יותר, ובפרט ספרו הראשון מ-1931 **רשימות קליניות על הפרעות ילדות** (ששניים מפרקיו שבו ונכללו בקובץ מ-1958), הם עבודות של רופא ילדים בעל רגישות פסיכולוגית, הנעזר בעבודתו בחשיבה פסיכואנליטית, ומתנגד לכן לטיפול המיועד לשחרר את הילד מסימפטומים, מתוך חשש שהילד יהיה אומלל אם הסימפטום ילקח ממנו בטרם עת. ואילו בחיבורים הפסיכואנליטיים המובהקים, כמו אלה שנאספו בקובץ הנוכחי, הניסיון הטיפולי וההמשגה הפסיכואנליטית עומדים במרכז, ואילו רפואת הילדים נסוגה לרקע.

המאמר "ההגנה המאנית" נושא בבירור את חותם חשיבתה של מלאני קליין, מורתו ומדריכתו של ויניקוט; על עבודתם המשותפת הוא מספר במאמר מאוחר יותר הנכלל בספרו, "מבט אישי על התרומה הקליינאנית". המאמר על ההגנה המאנית התקבל בהערכה על ידי קליין ותלמידיה, ולפחות 90 אחוז מתכניו אכן נאמנים לחלוטין למודל שלה על העמדה הדיכאונית; במובנים מסוימים זהו מאמר המשך למאמרה הקלאסי של קליין על מקורותיהם של מצבים מאניים-דיכאוניים (Klein, 1935), שאותו הציגה בכנס הפסיכואנליטי הבינלאומי בלוצרן שנה קודם לכן.

כזכור, קליין הדגישה שבעמדה הדיכאונית מתעוררת חרדה על רקע הפחתת הפיצול בין טוב ורע, ובעקבות זאת – המודעות לכך שהאובייקט הרע שרוצים להרוס הוא-הוא האובייקט הטוב שזקוקים לו ורוצים לשמור. ההגנה המאנית, שבה העצמי נעשה כול-יכול (אומניפוטנטי) ואילו ערכו של האובייקט מגומד, היא בעיניה אחת מדרכי ההתמודדות עם החרדה הדיכאונית. המאמר הנוכחי נכתב כמובן הרבה לפני שוויניקוט, כאשר התרחק מקליין ברבות השנים, בחר לכנות את מה שקליין כינתה העמדה הדיכאונית בשם שונה, 'שלב האכפתיות'. עם זאת, קריאה סבלנית במאמרו של ויניקוט – מלווה כמובן בחוכמה שלאחר מעשה – תגלה לנו איתותים לדרכו המאוחרת יותר של המחבר, כאשר בחר במסלול שונה בתכלית מאלה שהתוו פרויד וקליין.

כבר בשורה הראשונה, בניסוח שלפיו המושג "מכונה עתה" ההגנה המאנית " (הדגשה שלי), ניתן לראות רמז דק לספקנות של ויניקוט לגבי תוקפם המוחלט של מושגים תיאורטיים. לי מהדהד ניסוח זהיר את דבריו של ויניקוט בדיוני המחלוקת הסוערים שהתנהלו כמה שנים אחר כך בלונדון, בין קליין ותומכיה לבין אנה פרויד ותומכיה, שבהם מחה ויניקוט על המגמה ל"הגבלת עבודתנו לחקר ויישום התיאוריה הפסיכואנליטית בצורה שבה התגבשה בכל רגע נתון בהיסטוריה" (King & Steiner, 1991; 11.3.1942; עמ' 89). בהקשר של דיוני המחלוקת היתה זו עמדה פרו-קליינאנית ברורה, שכן טענתה העיקרית של

אנה פרויד היתה אז שגישתה של קליין חורגת מניסוחיו של זיגמונד פרויד ועל כן אינה לגיטימית. לא ייפלא אפוא שקליין קמה לגבות את דברי ויניקוט מייד כשירד מהבמה. כנראה לא צפתה אז שעמדתו העקרונית נגד הגבלת חופש המחשבה והחיפוש תוליך אותו בהמשך גם להתרחקות ממנה.

שאלת החיבור הפנימי לחוויה היא מרכזית בעיני ויניקוט. "בדיוק כשאנו מדוכאים" – הוא אומר כאן – "אנו מרגישים מדוכאים. בדיוק כשאנו בהתגוננות מאנית הסבירות שנגיש שאנו מגינים על עצמנו מפני דיכאון היא הנמוכה ביותר" (ההדגשות במקור).

בהמשך לכך, כאשר ויניקוט אומר כאן ש"עשיית טוב היא אמיתית רק כאשר יש הכרה בהרסנות" זהו ביטוי ראשון של מחשבה שתפתח בעבודות מאוחרות יותר שלו, כמו "שנאה בהעברה הנגדית" מ-1947 שבו עולה חיוניות שנאתו של המטפל למטופל, וכן "השימוש באובייקט והתייחסות באמצעות הזדהויות" (ויניקוט, 1971), מאמר שמדבר על ערכו החיובי הפוטנציאלי של המאמץ שעושה המטופל כדי להרוס את המטפל. ניסוח כמו "אני הייתי אמור להתפתות להכחשת תחושת המוות שלה" מבהיר כמה חיונית עבור ויניקוט האותנטיות הרגשית במפגש הטיפולי, כיוון שבו מתמקד מאמרו מ-1960 "עיוות האני במונחים של עצמי אמיתי ועצמי כוזב", מאמר מרכזי שממנו שאלנו את הכותרת לקובץ הנוכחי. ויניקוט חוזר לאותו מוטיב גם כשהוא דן בשיתוף הפעולה האשלייתי בין מטפל למטופל במאמר המאוחר יותר "פחד מהתמוטטות". אך כבר כאן, בראשית הדרך, שאלת הנוכחות הרגשית הרב-צדדית המלאה והאותנטית מועמדת במרכז המעשה הטיפולי.

בנקודה אחרת מעיר ויניקוט: "לדוגמה, להתרוממות משמעות פאלית, דהיינו משמעות של זקפה, כפי שברור לכול. אולם אין הדבר זהה למשמעות של התרוממות רוח, ושל שלילת דיכאון." כיום ניתן לקרוא כאן מחאה עדינה נגד רדוקציוניזם, חשש מדגש בלבדי על משמעות מינית, וקריאה לחיפוש תשתית קיומית ראשונית יותר מתחת לתופעות שהסביר המודל הפסיכוסקסואלי של פרויד. במילים "כפי שברור לכול" נוכל להבחין בנימה אירונית דקה, באי־נחת באשר להסתפקות במה שכבר ברור לכול, ועלול לכן להפוך על נקלה לקלישאה. ספקנות מפורשת ביחס לפירושים פסיכואנליטיים שהפכו לקלישאות, וחיפוש גלוי אחר רובד קיומי ראשוני שדווקא האמנות מאפשרת לנו מגע אתו, נוכל לאתר בשתי פסקאות שהן בעיני שיאו של המאמר. ויניקוט מתאר מופע מחול במיזיק־הול לונדוני, ומוסיף: "ניתן לטעון: הנה הסצינה הראשונית, הנה אקסהיביציוניזם, הנה שליטה אנאלית, הנה כניעה מזוכיסטית לחינוך למשמעת, הנה התרסה כנגד האני העליון. במוקדם או במאוחר מישוהו יוסיף: הנה חיים. האם לא ייתכן שהרעיון המרכזי של המופע הנו התכחשות לתחושת מוות,

הגנה מפני רעיונות דיכאוניים של 'מוות פנימי', בעוד שהמיניות היא משנית.¹ (ההדגשה במקור).
ובפסקה הבאה: "ומה בנוגע לדברים כמו רדיו המושאר לפעול בלא הפסקה: ומה בנוגע לחיים בעיר כמו לונדון, עם הרעש שלה שלעולם אינו חדל, והאורות שאף פעם אינם כבים? כל אחד מהם מדגים את ההרגעה בעזרת המציאות אל מול המוות שבפנים, וכן שימוש בהגנה מאנית שיכולה להיות נורמלית."
כאן מתחיל ויניקוט את דרכו העצמאית הייחודית, המעריכה את המציאות ומסתייגת מפתולוגיזציה של צרכים חיוניים. ויניקוט הוא בלי ספק אותו "מישהו" המוסיף: "הנה חיים."

עמנואל ברמן

התרחבות ההבנה של המושג שטבעה קליין, והמכונה עתה 'ההגנה המאנית', התרחשה – במקרה המסוים שלי – בד בבד עם העמקה הדרגתית בהערכתי למציאות הפנימית. לפני שלוש או ארבע שנים נטיתי להנגיד בין 'פנטזיה' ו'מציאות', מה שהביא את חברי הלא-אנליטיקאים לומר לי, שאני משתמש במילה פנטזיה באופן שחורג מהשימוש המקובל במונח. השבתי למחאותיהם, שהשימוש השגוי הוא בלתי נמנע; שכן (בדומה לשימוש של האנליטיקאי במילה חרדה) קשה יותר להצדיק המצאה של מילה חדשה מאשר טיפול במילה קיימת בהתזה של צבע.

אולם, בהדרגה אני מוצא שאני משתמש במילה פנטזיה יותר במובנה הרגיל, והתחלתי להשוות מציאות חיצונית לא כל כך עם פנטזיה אלא עם מציאות פנימית. במידת מה, נקודה זו שאני עומד עליה היא בגדר התפלפלות, מאחר שאם יש די כבוד ל'פנטזיה', מודעת ולא-מודעת, כי אז מעבר לשימוש במונח 'מציאות פנימית' אינו דורש מאמץ. אולם, ייתכן שישנם כאלה שבדומה לי, השינוי במינוח כרוך אצלם בהעמקת האמונה במציאות הפנימית.¹

הקשר בין דברי פתיחה אלו לבין כותרת ההרצאה שלי, "ההגנה המאנית", הוא שאי-יכולת להעניק למציאות הפנימית את מלוא משמעותה מהווה חלק

1 המונח 'מציאות נפשית' לא כולל מיקום כלשהו של הפנטזיה; המונח 'מציאות פנימית' מניח קיום של פנים ושל חוץ. ועקב זאת גם של ממברנה תוחמת השייכת למה שכיום הייתי מכנה ה'פסיכה-סומה' ור' "התפקוד המנטלי ויחסו לפסיכה-סומה", בקובץ זה; הערותיו של ויניקוט ממוספרות, הערות המסומנות בכוכביות או בסוגריים מרובעים נוספו בעת הכנת המהדורה העברית.

מההגנה המאנית של היחיד. * יש תנודות ביכולתו של אדם לכבד את המציאות הפנימית, תנודות הקשורות לחרדה הדיכאונית שבתוכו. התוצאה היא שכימים מסוימים בעבודה האנליטית, מטופל המשתמש בעיקר בהגנות מאניות יציג חומר שבעת הבאתו לא ניתן לפרשו; אולם האסוציאציות שיירשמו בעקבות אותה שעה ייתכן שיוכנו היטב למחרת היום.

ההבנה החדשה מזמינה אותנו להגדיר מחדש את 'הברחה למציאות' (Searl, 1929) כברחה ממציאות פנימית, ולא כברחה מפנטזיה. מציאות פנימית יש לתאר במונחים של פנטזיה; אך אין היא מילה נרדפת לפנטזיה, מאחר שהיא משמשת להצביע על הפנטזיה שהיא אישית ומאורגנת, וקשורה היסטורית לחוויות הגופניות, להתרגשויות, להנאות, ולכאבים של הניקות. פנטזיה היא חלק ממאמץ ההתמודדות של היחיד עם המציאות הפנימית. ניתן לומר שפנטזיה² וחלימה בהקיץ הנן מניפולציות אומניפוטנטיות על המציאות החיצונית. שליטה אומניפוטנטית במציאות מעידה על קיומה של פנטזיה על אודות המציאות. היחיד מגיע למציאות החיצונית דרך הפנטזיות האומניפוטנטיות שעוברות עיבוד ושכלול במאמץ להתרחק מהמציאות הפנימית.

בפסקה האחרונה של מאמרה (The Flight to Reality, 1929) סירל כותבת: "...בעת שכנה (הילד) רוצה לשמור עמו לעד את ההורים האוהבים והאהובים באופן אידיאלי; בלא חשש מפרידה; בה בעת הוא רוצה להרוס בשנאה את ההורים הקפדנים והנוקשים המותירים אותו חשוף לסכנות האיומות של מתחים ליבידינליים בלתי מסופקים. כלומר, בפנטזיה האומניפוטנטית הילד בולע הן את ההורים האוהבים והן את ההורים הנוקשים..."

אני חש שמה שנשמט כאן הוא ההכרה בקשר עם האובייקטים הנחווים כפנימיים. נראה שאנו פוגשים לא רק בפנטזיה של הבלעה (אינקורפורציה) של ההורים הטובים והרעים לתוכו; אנו פוגשים בעובדה – שהילד במידה רבה אינו מודע לה, מאותן הסיבות שהיו פעילות בקשר של הילד עם ההורים החיצוניים – שהתקפות סאדיסטיות מתרחשות בתוך הילד, התקפות נגד ההורים הטובים או האוהבים זה את זה (מאחר שבהיותם מאושרים יחדיו הם מתסכלים), התקפות

* ייתכן שוויניקוט מדבר כאן על עצמו ותוהה אם חלק מההגנה המאנית שלו מתבטא בקושי להעניק משמעות מלאה למציאות הפנימית. במילים אחרות, ויניקוט מעלה אולי את האפשרות שהקושי שלו עם התיאוריה הקליינאנית הוא ביטוי של ההגנה המאנית שלו.

2 כיום (1957) הייתי משתמש במונח 'לפנטז' ור' משחק ומציאות; ויניקוט, 1971, עמ' 57-65.

נגד ההורים שהשנאה עשתה אותם רעים, הגנה מפני האובייקטים הרעים שמאיימים כעת גם על האני, וכן ניסיונות להציל את הטוב מפני הרע, ולהשתמש ברע על מנת לפעול נגד הרע; וכן הלאה.

פנטזיות אומניפוטנטיות אינן המציאות הפנימית עצמה אלא הגנה מפני קבלתה. ניתן למצוא בהגנה זו בריחה לפנטזיה אומניפוטנטית, וכן בריחה מפנטזיות מסוימות לאחרות, ובהתאם לסדר זה, בריחה למציאות חיצונית. משום כך אני חושב שאי אפשר להשוות פנטזיה ומציאות ולהעמידן זו מול זו. בספר ההרפתקאות האקסטרוברטי הרגיל אנו רואים לעתים קרובות כיצד המחבר ברח בילדותו לחלימה בהקיץ, ומאוחר יותר השתמש במציאות החיצונית באותה בריחה עצמה. הוא אינו מודע לחרדה הדיכאונית הפנימית שממנה ברח. הוא חי חיים מלאי אירועים והרפתקאות, ועל כך הוא יכול לספר במדויק. אולם הרושם שנותר אצל הקורא הוא של אישיות רדודה יחסית, וזאת בדיוק מהסיבה שהסופר ההרפתקן נאלץ לבסס את חייו על התכחשות למציאות הפנימית האישית. בתחושת הקלה עובר הקורא מסופרים כאלה לאחרים אשר יש ביכולתם לשאת חרדה דיכאונית וספק.

במהלכה של אנליזה ניתן לעקוב אחר ההפחתה בשימוש שעושה מטופל בהגנה המאנית הן בהתנהגות והן בפנטזיות. ככל שהחרדות הדיכאוניות מתמעטות כתוצאה מהאנליזה, והאמונה באובייקטים פנימיים טובים גדלה, ההגנה המאנית הופכת לפחות אינטנסיבית ופחות נחוצה, ועל כן גם לפחות ניכרת.

מן הראוי שאפשר יהיה לקשור בין ההפחתה במניפולציה האומניפוטנטית, בשליטה ובהפחתת הערך [דוולואציה] לבין נורמליות, וכן למידת השימוש בהגנה המאנית על ידי כולם בחיי היומיום. לדוגמה, אדם נמצא במופע מיוזיק-הול, ולבמה עולות הרקדניות, שאומנו להיות מלאות חיים. ניתן לטעון: הנה הסצינה הראשונית,* הנה אקסהיביציוניזם, הנה שליטה אנאלית, הנה כניעה מזוכיסטית לחינוך למשמעת, הנה התרסה כנגד האני העליון. במוקדם או במאוחר מישו יוסיף: הנה חיים. האם לא ייתכן שהרעיון המרכזי של המופע הנו התכחשות לתחושת מוות [deadness], הגנה מפני רעיונות דיכאוניים של 'מוות פנימי', בעוד שהמיניות היא משנית?

ומה בנוגע לדברים כמו רדיו המושאר לפעול בלא הפסקה? ומה בנוגע לחיים בעיר כמו לונדון. עם הרעש שלה שלעולם אינו חדל, והאורות שאף פעם אינם כבים? כל אחד מהם מדגים את ההרגעה בעזרת המציאות אל מול המוות שבפנים, וכן שימוש בהגנה מאנית שיכולה להיות נורמלית.

* מושג הסצינה הראשונית או הראשיתית (primal scene) מתייחס למצב שבו נחשף הילד ליחסי המין בין ההורים, או לפנטזיה שלו לגביהם.

ושוב, על מנת להסביר קיומו של טור כגון "בחצר המלכות ובחברה" בעיתונים שלנו, עלינו להניח את קיומו של צורך כללי בהרגעה אל מול מחשבות על חולי ומוות במשפחת המלוכה ובקרב האריסטוקרטיה; הרגעה מסוג זה ניתן להשיג על ידי פרסום מהימן של עובדות. אולם, אין בנמצא הרגעה מפני ההרס והערעור של הדמויות המקבילות במציאות הפנימית. ביחס לאמירה "אל, נצור את המלך", לא די לומר שאנו רוצים להציל את המלך מהשנאה הלא-מורעת שאנו רוחשים כלפיו. ניתן אולי לומר שבפנטזיה לא-מורעת אנו אכן הורגים את המלך וברצוננו להצילו מהפנטזיה שלנו, אולם אמירה כזו מרחיבה מדי את משמעות המילה פנטזיה. אני מעדיף לומר שבמציאות הפנימית שלנו האב המופנם כל הזמן נרצח, נשדד, נשרף ומכותר, ואנו מקדמים בברכה את התגלמותו של אב מופנם זה באדם ממשי שאותו יש ביכולתנו לנסות ולהציל. אבל בחצר המלכות הנו צו מחייב המבטא הערכה לנורמליות שבאבל. במצב של התגוננות מאנית לא ניתן לחוות אבל.

בטורים אלו של "בחצר המלכות ובחברה" הפעילות של האריסטוקרטיה מדוחת ונצפית מראש, וניתן כאן לראות במסווה דק את השליטה האומניפוטנטית על דמויות מכובדות המייצגות את האובייקטים הפנימיים.

האמת היא שרק בקושי ניתן לדון באופן מופשט בשאלה אם מנגנונים כאלה הם אמצעים נורמליים להרגעה בעזרת המציאות, או שזו הגנה מאנית אבנורמלית; לעומת זאת, אפשר לדון בשימוש בהגנה שאנו פוגשים במהלך אנליזה של מטופל. בהגנה מאנית, נעשה שימוש בקשר עם אובייקט חיצוני בניסיון להפחית את המתח במציאות הפנימית. אולם אופייני להגנה המאנית שהאדם אינו מסוגל להאמין בלב שלם בחיות המכחישה את תחושת המוות, כיוון שאין הוא מאמין ביכולתו שלו עצמו לאהבת האובייקט; וזאת מאחר שעשיית טוב היא אמיתית רק כאשר יש הכרה בהרסנות.

ייתכן שחלק מהקושי שלנו להגיע להסכמה לגבי המונח שלעת עתה קרוי ההגנה המאנית קשור באופן ישיר לטבעה של ההגנה המאנית עצמה. אי אפשר שלא לשים לב לכך שהמילה 'דיכאון', לא זו בלבד שהיא מופיעה בדיבור היומיומי, אלא שהשימוש בה מדויק למדי. האם לא ניתן לראות בכך את האינטרוספקציה שמתלווה לדיכאון? העובדה שאין מונח יומיומי להגנה המאנית עשויה להיות קשורה להיעדר הביקורת העצמית שמבחינה קלינית מתלווה אליה. מעצם טבעה של ההגנה המאנית עלינו לצפות לכך שלא נוכל להכירה ישירות באמצעות אינטרוספקציה בעת שההגנה פעילה.

בריוק כשאנו מדוכאים, אנו מרגישים מדוכאים. בריוק כשאנו בהתגוננות מאנית הפכירות שרגיש שאנו מגינים על עצמנו מפני דיכאון היא הנמוכה

ביותר. ברגעים אלה סביר יותר שנרגיש במצב רוח מרומם, מאושרים. עסוקים, נרגשים, מברחים, יודעי כול, 'מלאי חיים' ובה בעת אנו מעוניינים פחות מהרגיל בנושאים רציניים ובזוועה של שנאה, הרס והרג.

איני מבקש לטעון שבאנליזות שנעשו בעבר³ לא הגיעו אל הפנטזיות הלא-מודעות העמוקות ביותר אשר (בעקבות פרויד) אני קורא להן כאן 'מציאות פנימית'. בלימוד הטכניקה הפסיכואנליטית מלמדים אותנו לפרש בתוך ההעברה. ניתוח מלא של ההעברה נותן ניתוח של המציאות הפנימית. אך הבנה של המציאות הפנימית הכרחית לשם הבנה ברורה של ההעברה.

מאפייניה של ההגנה המאנית

אני מגיע כעת לבחינה קפדנית מעט יותר של טבעה של ההגנה המאנית. מאפייניה הם מניפולציה אומניפוטנטית או שליטה והפחתת-ערך מלאת כוז; היא מאורגנת בהתאם לחרדות השייכות לדיכאון, שהנו מצב הרוח הנובע מהקיום בצוותא של אהבה וחמדנות ושנאה ביחסים שבין האובייקטים הפנימיים. ההגנה המאנית מתבטאת בדרכים שונות אך קשורות זו בזו, דהיינו:

הכחשת המציאות הפנימית.
בריחה למציאות חיצונית ממציאות פנימית.
החזקת האנשים במציאות הפנימית במצב של 'חיוניות מופסקת'.
הכחשת תחושות של דיכאון – דהיינו הכבדות, העצב – על ידי תחושות שהן בדיוק הפוכות: קלילות, בדיחות הדעת וכו'.
שימוש בכל ההפכים לצורך הרגעה מפני מוות, כאוס, מסתורין וכו' – מחשבות השייכות לתוכן הפנטזיה של העמדה הדיכאונית.

הכחשת המציאות הפנימית. כבר התייחסתי לכך בהסבר שנתתי לעיכוב שחל אצלי בהכרה בפנטזיות הלא-מודעות העמוקות ביותר. מבחינה קלינית, אנחנו רואים פחות את ההכחשה ויותר את תחושת התרוממות הרוח הקשורה להכחשה, או תחושה של היעדר ממשות לגבי המציאות החיצונית, או חוסר עניין בנוגע לדברים רציניים.

3 כלומר, בפסיכואנליזה שלפני קליין.

יש סוג של הכרה חלקית במציאות הפנימית שמן הראוי להזכירו במסגרת זו. ניתן להיתקל באנשים בעלי הכרה עמוקה ומרהימה של אספקטים מסוימים של המציאות הפנימית, שעם זאת אינם מכירים בכך שהאנשים ששוכנים בתוכם מהווים חלק מהם. צייר מרגיש כאילו תמונה צוירה על ידי מישהו שפועל מתוכו; כומר חש שאלוהים מדבר דרכו. רבים מאלה החיים חיים נורמליים ובעלי ערך אינם מרגישים שהם אחראים לטוב ביותר שבתוכם. הם גאים ושמחים לשמש כבאי-כוח של אדם אהוב או נערץ, או של אלוהים, אך הם מכחישים את ההורות שלהם לאובייקט המופנם. דומני שנכתב יותר על אובייקטים מופנמים שליליים שמתנערים מהם באופן דומה, מאשר על ההתכחשות לאובייקטים ולכוחות מופנמים טובים.

יש כאן היבט מעשי, מאחר שבאנליזה של מטופל דתי מהטיפוס המשביע רצון ביותר, זה עוזר כשעובדים עם המטופל כאילו על בסיס מוסכם של הכרה במציאות הפנימית, ומאפשרים להכרה במקור האישי של אלוהי המטופל לעלות אוטומטית בעקבות הפחתה בחרדה, הודות לניתוח של העמדה הדיכאונית. עבור האנליטיקאי יהיה זה בהכרח מסוכן, אם יחשוב שאלוהיו של המטופל הוא 'אובייקט של פנטזיה'. שימוש במילה זו יגרום למטופל להרגיש שהמטפל ממעיט בערכו של האובייקט הטוב, מה שאין הוא באמת עושה. אני סבור שדבר דומה יתרחש בניתוח מקורות ההשראה של צייר, וכן בניתוח של האנשים הפנימיים והחברים הדמיוניים שהמטופלים שלנו מציגים בפנינו.

בריחה למציאות חיצונית ממציאות פנימית. יש מספר דפוסים קליניים לכך. ישנו המטופל הגורם למציאות החיצונית לבטא את הפנטזיות. ישנו המטופל שחולם בהקיץ, עושה מניפולציות אומניפוטנטיות על המציאות, אך בדיעה שזאת מניפולציה. ישנו המטופל שמנצל כל היבט פיזי אפשרי של מיניות וחושניות. ישנו המטופל שמנצל את התחושות הגופניות הפנימיות. מבין השניים האחרונים, הראשון, המאונן הכפייתי, משכך מתח נפשי בעזרת הסיפוק שניתן לקבל מפעילות אוטו-ארוטית ומחוויות כפייתיות הטרנסקסואליות או הומוסקסואליות; והשני, ההיפוכונדר, הופך את המתח הרגשי לנסבל בעזרת הכחשת תוכנה של הפנטזיה.

חיותיות מופסקת. בהיבט זה של ההגנה, שבו המטופל שולט בהוריו המופנמים, מחזיק אותם בין חיים ומוות, המציאות הפנימית המסוכנת (על האובייקטים הטובים המאוימים שלה, האובייקטים הרעים ופיסות האובייקטים שלה, וכן הרודפים המסוכנים שלה) זוכה למידה מסוימת של הכרה (לא-מודעת) ויש עמה התמודדות. הגנה זו אינה משביעת רצון מאחר ששליטה אומניפוטנטית בהורים הרעים המופנמים מפסיקה גם את כל היחסים הטובים, והמטופל חש מת בתוכו ורואה את העולם כמקום נטול צבע. המקרה השני שאביא מדגים זאת.

הכחשת חיבטים מסוימים של תחושות הדיכאון;
שימוש בחסכים להרגעה.

את שני אלה ניתן לצרף יחדיו. על מנת להדגים את כוונתי, אני מביא סדרה של
חסכים שבדרך כלל מנוצלים הן בפנטזיות האומניפוטנטיות והן במציאות
החיצונית הנשלטת באורח אומניפוטנטי על ידי מטופלים המצויים במצב של
הגנה מאנית. בכמה מהם נעשה לעתים קרובות שימוש למען השגת הרגעה
באמצעות המציאות החיצונית, כך שבאופן יחסי יש רק עדות מעטה
לאומניפוטנציה ולהפחתת ערך.

ריק – ממלא
מת – חי, צומח
דומם – מתנועע
אפור – צבעוני
אפל – בהיר, מואר
לא משתנה – משתנה ללא הרף
איטי – מהיר
בפנים – בחוץ
כבד – קל
שוקע – מתרומם
שפוף – 'על הגובה'
עצוב – מבדח, שמח
מדוכא – קליל, בפסגת העולם
רציני – משעשע
מופרד – מאוחד
נפרדים – מתאחדים
חסר צורה – מעוצב, תואם
תוהו ובוהו – סדר
חילוקי דעות – הרמוניה
כישלון – הצלחה
מפורק – מגובש
לא ידוע ומסתורי – ידוע ומובן.

מילות המפתח כאן הן מת וחי – נמצא בתנועה – צומח.

דיכאוני - מרומם

ברצוני להתעכב למספר דקות על אחת מהגנות אלה שמעניינת אותי במיוחד. בעת החיפוש שלי אחר מילה היכולה לתאר את מכלול ההגנות כנגד העמדה הדיכאונית נתקלתי במילה 'מרומם' [ascensive]. ד"ר ג"מ טיילור הציע לי אותה כהפוכה לדיכאוני [depressive], והיא טובה מהמילה צף [buoyant] המוכרת מתוך דיווחי הבורסה כהיפוך לשוקע [depressed].*

נראה לי שמילה זו, מרומם, יכולה להועיל בהסבת תשומת הלב להגנה מפני היבט של דיכאון, הבא לידי ביטוי במונחים כגון 'לב כבד', 'יאוש תהומי', 'לשקוע בדיכאון' ועוד.

ניתן למשל לחשוב על המילים 'grave' [חמור; קבר], 'gravity' ו-'gravitation' [כבידה, משיכה] ועל המילים 'light' [קל; אור], 'levity' ו-'levitation' [קלות; התרוממות]; לכל אחת מהן משמעות כפולה. המילה gravity מציינת רצינות אך משתמשים בה גם לתיאור כוח פיזיקלי [כבידה]. המילה levity מציינת הפחתת ערך והתבדרחות וכן מתארת היעדר כובד פיזיקלי. במשחקי ילדים מצאתי תמיד שבלונים, מטוסים ומרבדי קסמים מכילים משמעות של הגנה מאנית, לפעמים במפורש ולפעמים כבדרך אגב. גם סחרחורת⁴ הנה סימפטום נפוץ של שלב דיכאוני הממשמש ובא, בהיותה הגנה מפני כבדות; הראש כאילו מלא בגז, ונוטה להרים את המטופל מעל לצרותיו. בהקשר זה מעניין לשים לב שבעת צחוק אנו מראים לעצמנו ולחברינו שיש לנו די והותר אוויר, בעוד שכשאנו נאנחים ומתייפחים אנו מדגימים חוסר יחסי באוויר על ידי ניסיונותינו לשאוף אוויר בצורה קצובה. המילה 'מרומם' [ascensive] מביאה לקדמת הבמה את משמעות העלייה לשמים [The Ascension] בדת הנוצרית. ** אני חושב שפעם הייתי מתאר את הצליבה ואת הקימה מן המתים כסירוס סמלי, שלאחריו, למרות העלבון הגופני, יש זקפה. אילו הייתי מציע הסבר זה לנוצרי מאמין, הייתי נתקל במחאה, ולא רק בגלל ההתנגדות הכללית לסמליות מינית לא־מודעת; לפחות חלק מההתמרמרות שהיתה מתעוררת בתגובה היתה מוצדקת⁵ מאחר שהשמטתי מהמיתוס את המשמעות הדיכאונית־מרוממת שלו. בכל שנה טועם הנוצרי את תהומות העצב, היאוש וחוסר האונים בחוויות 'יום שישי הטוב'. הנוצרי הממוצע אינו יכול

* בעברית, הביטויים המקבילים בתיאור הבורסה יהיו התאוששות ושפל.

⁴ light-headedness [סחרחורת או קלות ראש]; השווה להתרוממות רוח.

** עליית ישו השמימה לאחר שנצלב ומת.

⁵ רעיון זה בוטא על ידי בריירלי (Brierley, 1951, פרק 6).

לשאת את הדיכאון זמן כה ממושך, ועל כן הוא עובר למצב מאני ביום א' של חג הפסחא. * עלייתו של ישו לשמים מסמנת את ההתאוששות מן הדיכאון. רבים מוצאים עצב קרוב אליהם ונגיש בלא עזרת הדת, ויכולים אפילו לשאת את העצב בלא התמיכה שחוויות משותפות מעניקות; אולם לעתים, בעת ששמעתי אנשים באנליזה מלגלים על הדת, הכתה בי ההכרה שהם מבטאים הגנה מאנית בכך שאין הם מזהים עצב, אשמה וחוסר ערך, ואין הם מכירים בערכה של היכולת להגיע למה ששייך למציאות הפנימית או הנפשית האישית.

הגנה מאנית וסמליות

הנושא שבחרתי הוא בהחלט כזה שניתן לטפל בו באופן רחב ביותר. היבט שמעניין אותי מאוד הוא הקשר התיאורטי שבין תופעות ההגנה המאנית לבין סמליות. לדוגמה, להתרוממות [rising] משמעות פאלית, דהיינו משמעות של זקפה, כפי שברור לכול. אולם אין הדבר זהה למשמעות של התרוממות רוח, ושל שלילת דיכאון. בלונים משמשים בפנטזיות ובמשחק כסמלים לגוף האם או לשדיה, להריון כנפירות, לזקפה כנפירות, לנפירות; הם גם מופיעים כסמלים שוללי דיכאון. בהקשר של רגשות, הם שוללי דיכאון, בלא קשר לאובייקט שהם באים במקומו.

לנפילה יש משמעות מינית או פסיכית-מזוכיסטית; יש לה גם משמעות דיכאונית; וכן הלאה.

אישה יכולה לקנא בגבר, להשתוקק להיות גבר, לשנוא להיות אישה, מאחר שאם היא עצמה מועדת לחרדה דיכאונית היא מתחילה לזהות גבר עם זקפה, ובכך – עם ההגנה המאנית המרוממת.

קשרים אלה ואחרים בין הגנות מאניות וסמליות מינית יש להשאיר למחקר עתידי.

* Good Friday הוא יום השישי שלפני חג הפסחא, והוא מציין את זכר צליבתו של ישו. חג הפסחא עצמו חל תמיד ביום ראשון, לכן הוא מכונה Easter Sunday, ובו חוגגים את תחייתו של ישו. Ascension Day, ארבעים יום לאחר הפסחא, הוא יום הזיכרון לעלייתו של ישו השמימה.

דוגמאות קליניות

בקלות ניתן להביא פרטים רלוונטיים מהחומר של שבוע זה או של כל שבוע אחר, מכל אחד מעשרת המטופלים הנמצאים עתה בטיפול.

בחרתי קטעים מארבעה מקרים. שני המטופלים הראשונים הם מהטיפול האי-חברתי, השלישי כפייתי קשה, והרביעי דיכאוני.

הראשון, בילי, הוא בן חמש, ונמצא אצלי בטיפול ארבעה סמסטרים. בהגיעו אלי, בן שלוש וחצי, הוא היה חסר מנוחה, התעניין בעיקר בכסף ובגלירות, והיה רכושני במידת מה, בלא שיכול היה ליהנות ממה שרכש. הוא החל לגנוב כסף, ואני חושב שבלא אנליזה הוא היה נהיה לעבריין, במיוחד מאחר שעליו לגור בבית שבו הוא בן יחיד להורים מנוכרים. התנהגותו בשלבים הראשונים של האנליזה תאמה את האבחנה: "אי-חברתי, מועד לעבריינות".

אני מצטט שלושה משחקים, אשר נבחרו באופן אקראי אך לדעתי הוגן, על מנת להדגים את השינויים שהתרחשו במהלך האנליזה. היה פסק זמן של מספר חודשים בין השלב הראשון לשני, ובין השני לשלישי.

בשלב המוקדם ביותר, לפני הראשון מבין שלושת המשחקים, רק בקושי ניתן היה לתאר את פעילויותיו כמשחקים – לכל היותר היו אלה מתקפות פראיות על שודדי ים.

במשחק הראשון הוא ניצב כלוע של תותח, שבו אני יורה. הוא נישא לגובה רב ובמהירות מעל היכשות, עד לאפריקה. בדרכו הוא מפיל אנשים שונים במקל – ובאפריקה הוא מטפל מלמעלה בילידים שהוא מעסיק בדרכים שונות – הוא שולח אותם מצמרות העצים לתחתיות של בארות, ועורף את ראשו של ראש השבט.

בשעה שבה משחק זה עמד במרכז הוא היה נרגש ביותר, ולא הופתעתי כאשר בתום השעה, בעת שירד במעלית מחדרי שבקומה השנייה, הגיע בטעות למרתף – לבסיסה של המעלית – ואחזה בו בהלה. באותו יום, בגלל מצב רוחו המרומם, עקבתי אחריו (בחשאי), וכך יכולתי לסייע לו להיחלץ מהקושי שאליו נקלע; הוא נרגע עד מאוד כשגילה שהערכת נכונה את מצבו החריג ועל כן הייתי בהישג יד כשהיה במצוקה.

שעה זו באה לאחר סצינה שהתרחשה עם אימו בבית, אירוע שכמובן נגרם במידה רבה על ידי האמביוולנטיות שלו, אשר החלה להיות גלויה. היא ציינה גם את השיא בהתנהגות שניתן לכנותה 'מאנית', ונקשרה מבחינת העיתוי לאנליזה של העמדה הדיכאונית ולהופעת רגש העצבות וחוסר התקווה. עם הגעת העצבות, שיקום המשחק הקונסטרוקטיבי נהיה לראשונה אפשרי.

המשחק אשר הזכיר לי את זה שתיארתי זה עתה, קשור לסדרה של מסעות

במטוס. היה זה לאחר מרווח של מספר חודשים. אנו שוב טסים לאפריקה, ומצפים לאויבים. אנו מביטים למטה על העולם וצוחקים על חוסר המשמעות שלו. אולם מאפיין בולט של המסע הוא מערך מדהים ביותר של אמצעי זהירות. ברשותנו שני ספרים עם הוראות הפעלה של מטוס או מטוסים. יש לנו שני מנועים, וכן מסוק במקרה שהמנועים יכזיבו – וכן מצנח לכל אחד מאתנו. יש לנו מערכת נחיתה עם גלגלים, אבל גם זוג מצופים למקרה שבלי כוונה ננחת על המים. יש לנו מלאי הגון של מזון, וכן שק זהב למקרה שהמזון או חלקי החילוף יאזלו. גם בדרכים רבות נוספות אנו מבטיחים עצמנו מפני כישלון המאמץ להתעלות מעל צרותינו.

במשחק שני זה נעשה בבירור שימוש במנגנון כפייתי, והרודפים עלו בדרגה, בהיותם מטוסים של מדינה אחרת, המסוגלים להפוך למטוסים של בעלי בריתנו במלחמה עם מדינה שלישית. (הדבר הופיע במשחקים הבאים.) הפחתת-הערך התמעטה, והאומניפוטנציה פחתה; אך את היותנו מעל לא ניתן היה להסביר רק בהמצאותנו בעמדה המאפשרת להפיל צוואה על אלה שמתחתינו – נשמרה בכך תחושה מרוממת או תחושה שוללת דיכאון. על מנת לערוך השוואה עם שני משחקים אלה, אני מביא משחק מאוחר יותר.

אנו בונים ספינה ויוצאים לעבר ארצם של שודדי ים. במשחק זה (שאני מביא את פרטיו המרכזיים בלבד) אנו שוכחים את מטרותנו, כי זהו יום יפה מאוד. אנו משתרעים ומתחממים בשמש על הסיפון ונהנים מהחברותא, מתוך שמחה וללא תודעת-עצמנו.* מעת לעת אנו צוללים בים ושוחים לנו בעצלתיים. יש כמה כרישים ותנינים, אשר לעתים מזכירים לנו בגסות את טיבם הרודפני, אך לילד יש אקדח שיורה אפילו מתחת למים, כך שאין אנו מודאגים במיוחד. אנו מעלים לסיפון ילדה קטנה שהצלנו מטביעה ואנחנו מכינים לה מסילת רכבת הרים עבור בוכתה. רב החובל עושה קצת צרות. מדי פעם המנועים מפסיקים לעבוד, ולאחר חיפוש מסתבר שרב החובל שם לכלוך במערכת. איזה רב חובל! הוא מסלק את הכלוך ואנחנו שוב ממשיכים, נהנים מחסדיהם של השמש הזורחת והמים.

השוואה בין קטע משחק זה לבין שני המשחקים הקודמים מצביעה על הפחתה בחרדת הרדיפה (שודדי הים גרמו בעבר צרות רציניות מתמידות), על הפיכתם של אובייקטים רעים לטובים (הים שרץ תנינים בעבר, והיה רע כמעט לחלוטין), על אמונה בטוב ובנדיבות (השמש הזורחת ותחושה כללית של חגיגות), על

* הביטוי *unselfconscious* מבטא ספונטניות נינוחה, כהיפוך של *selfconscious* המתאר בחינה עצמית מציקה. לכיטויים אלה כאנגלית אין קשר למודעות כמוכנה הטיפול.

התחברות של פנטזיה וחוויות גופניות (האקדח שיכול לירות מתחת למים), על האיכות שניתן להתמודד אתה של בוגדנותו של רב החובל, שהוא עצמו מתקן את הנזקים (סילוק הלכלוך מהמנועים), על יחסי האובייקט החדשים (המתגלים בעיקר בחידוש שבצירוף אובייקט טוב בדמותה של ילדה קטנה, שניצלה מהים ונגרם לה אושר, כשהעליות והמורדות נשלטים היטב), וכן על הפחתה באבטחת היתר הכפייתית אל מול סיכון. הפחתת-ערך אינה מאפיין של המשחק.

ההגנה המאנית מופיעה במידה שנשכחות סכנות, אך העובדה שיש גידול מסוים בטוב של האובייקטים הפנימיים מחלישה את ההגנה המאנית, ומביאה לשינויים הנוספים. יש הגנה מאנית בכך שהילד מתמודד עם סכנה באופן מאני, ויורה ברודפים שבתוך הגוף (מתחת למים); ואף על פי כן נראה קשר הדוק יותר למציאות החיצונית, למשל בקשר שבין היריות מתחת למים לבין השתנה באמבטיה.

אני משחק תפקיד של אח דמיוני, אבל גם של אם. מבחינה קלינית, בילי השתנה והיה לילד הרבה יותר נורמלי. הוא לומד היטב בבית הספר, ונהנה מקשריו עם ילדים אחרים ועם המורים. בבית אין הוא לגמרי נורמלי; הוא עדיין דורש כסף, עלול להרעיש, ובעיקר יש רגעים שבהם הוא עלול להתנהג בצורה בלתי סבירה בדיוק כשמתחילה ארוחת הערב. אך יש לו אישיות מלבבת, והבנה גדלה והולכת של הקשיים של הוריו שנשארים קרירים זה לזה. האם עצמה חולה מאוד, דיכאונית ומכורה לסמים.

*

דויד (בן שמונה), ילד אי-חברתי נוסף, הגיע אלי בתחילת הסמסטר כחלופה לסילוקו מבית הספר בשל "אובססיה למין ולבית השימוש", ובשל התנהגויות שלא הוגדרו בבירור כלפי מספר בנים ובנות. הוא בן יחיד לאב מוכשר אך דיכאוני, שלעתים שוכב במיטה במשך מספר ימים ללא סיבה ברורה, ולאם שהיא – כפי שהיא עצמה מזהה – נזירותית ביותר, ובנוסף מודאגת מהמציאות הממשית בבית. האם נותנת לי תמיכה יוצאת מן הכלל.

בדומה למרבית הילדים העבריינים, דויד מעורר מייד חיבה לפרק זמן קצר, בכל מי שלא בא עמו במגע קרוב. למעשה, מאז תחילת הטיפול, לא היו התרחשויות לא נעימות מחוץ לטיפול, אך נאמר לי שמעיף לשהות במחיצתו זמן ממושך, מאחר שהוא זקוק שיעסיקו אותו ומבקש זאת. ידיעותיו ביחס לעובדות המציאות החיצונית הן מרשימות, אם כי אופייניות לעבריין.

באחת השעות הראשונות אמר לי: "אני מקווה שאני לא מעיף אותך." דבר זה, בצירוף לאמירה של הוריו שהוא תמיד מעיף אותם, וכן לניסיון שלי עם

מקרה רומה (שטופל לפני שהבנתי הרבה על המציאות הפנימית), הביאו לכך שהתכוננתי למקרה מתיש.

פעם, כשתיארתי בסמינר טיפול בילד עבריין, העיר ד"ר ארנסט ג'ונס שנקודה מעשית עולה מתוך המקרה, והיא: האם ניתן להימנע מתשישות בהתמודדות עם עבריין? מאחר שאם כך, יש מגבלה רצינית לטיפול במקרים כאלה. אולם, באותה תקופה טופל ילד עבריין על ידי ד"ר שמידברג, בלא קושי רציני בניהול האנליזה, כך שאני סבור שמה שד"ר ג'ונס חשב באותו זמן הוא שמקור הקושי הוא בטכניקה שלי.⁶

המטרה לעיין אותי הופיעה עד מהרה, אך לפני כן התאפשרה עבודה אנליטית רבה. בעיקר הצעצועים הקטנים הם שאפשרו לדויד לתת לי ולעצמו שפע של פנטזיות, בפירוט רב.⁷

לאחר כמה ימים דויד נמלט מהחרדות השייכות לפנטזיות עמוקות, לעבר התעניינות בעולם שבחוץ, ברחובות כפי שהם נראים מהחלון, ובעולם מחוץ לדלת שלי – במיוחד במעלית. פנים החדר נהיה לפניו שלו, ואם היה עליו להתמודד אתי ועם תוכניי* חדרי (אבא ואימא, מכשפות, רוחות רפאים, רודפים וכו'), חייב היה שיהיו לו האמצעים לשלוט בהם. קודם היה עליו לעיין אותם לחלוטין, מאחר שפחד שלא יוכל לשלוט בהם – ואני הרגשתי שבכך הוא הראה מידה מסוימת של חוסר אמון באומניפוטנציה. בשלב זה היתה לי הוכחה לאימפולס אובדני. יחד עם הצורך לעיין אותי, התפתח רצון להציל אותי מתשישות, כך שבתור נוגש בעבדים הוא הקפיד מאוד לדאוג לכך שהעבר שלו לא יתעיף. הוא סיפק לי הפסקות מנוחה מחייבות.

במהרה התברר שהוא היה זה שהולך ונעשה מותש, ובעיית התעייפותו של האנליטיקאי נפתרה בהדרגה על ידי הפירושים ביחס לתשישות שלו עצמו, במהלך השליטה בהורים המופנמים שמתישים זה את זה כמו גם אותו.

6 כיום אני מבין שבהערה של ד"ר ג'ונס נרמז על בעיה אמיתית מאוד, ופיתחתי את הנושא [במאמר "היבטים מטה-פסיכולוגיים וקליניים של רגרסיה בתוך המערך הפסיכואנליטי", בקובץ זה].

7 יוזמתה של קליין להשתמש במספר צעצועים קטנים מאוד היתה תוכנית מבריקה, מאחר שצעצועים אלה תומכים בתחושות כוזב והפחתת ערך של הילד, והופכים את השליטה האומניפוטנטית כמעט לעובדה קיימת. הילד יכול לבטא פנטזיות עמוקות בעזרת הצעצועים הקטנים כבר בתחילת הטיפול, וכך להתחיל עם מידה מסוימת של אמונה בעולמו הפנימי.

* באנגלית לצירוף המילים contents of my room כפל משמעות: תכולת החדר שלי או התכנים של החדר שלי.

התמזל מזלי שהוא היה בחדרי בשעה אחת-עשרה בבוקר ביום שביתת הנשק.* נושא כיבוד יום זיכרון זה עניין אותו מאוד; לאו דווקא מפני שאביו השתתף במלחמה, אלא מפני שהוא כבר פיתח עניין (לפני האנליזה ובהתייחסות לאנליזה) ברחובות ובתנועת המכוניות, כמספקים דוגמה של מציאות פנימית שאינה כלתי נשלטת ללא תקנה.

הוא הגיע כשהוא מלא בהנאה מזה שקנה פרח מגברת, ובשעה אחת-עשרה התעניין בכל פרט מאירועי הרחוב. אז הגיעו שתי דקות הדומייה שלהן ציפה מזמן. היתה דומייה מלאה במיוחד בשכונה שלי, והוא פשוט התמוגג. "האם אין זה נפלא!" במשך שתי דקות בחייו הוא הרגיש שאינו עייף, ושאין לו צורך לעייף את הוריו, מאחר שהופיעה שליטה אומניפוטנטית, אשר נכפתה מבחון והתקבלה כממשית על ידי כולם.

מעניינת היתה הפנטזיה שלו שבזמן הדומייה הנשים המשיכו למכור פרחים; הפעילות המותרת היחידה; אומניפוטנטיה פנימית מאנית יותר היתה עוצרת הכול (גם את הטוב).

ניתוח העמדה הדיכאונית וההגנה המאנית הפחית את הנאתו הקדחתנית באנליזה. הופיעו רגעים של עייפות עזה, עצב, וחוסר תקווה, וכן גם ראיות לא ישירות לרגשות אשם. היו לו מספר שבועות עם משחקים שבהם היה עלי להיות מפוחד מאוד ולחלופין אשם, ושבהם יש לי סיטי לילה נוראים ביותר. השבוע הוא אפילו שיחק שהוא עצמו פוחד, והיום הוא באמת פחד ממהו. הוא הדגים לי את התנגדותו על ידי כך שהביא אותי ללמד אותו לקפוץ ראש ולצלול,** דבר שבפועל סירב ללמוד, ועלי היה לומר: "אתה מבזבז את זמני! איך אני יכול ללמד אותך לצלול אם אתה לא מסוגל לעמוד? אני מאוד כועס עליך" – וכן הלאה וכן הלאה. כל זה הפך לכדיחה אחת גדולה, הוא מביא אותי לצחוק מכל הלב ואז הוא מרוצה מאוד. אולם כעת הוא מודע לכך שכל ההתברחות הזאת היא חלק מההגנה מפני העמדה הדיכאונית, וברגע זה בעיקר מפני רגשות אשם; בה בעת, ההגנה נותחה באנליזה בהדרגה.

כיצד יוכל לקפוץ ראש ולצלול לתוך פנים הגוף,⁹ לתוך המציאות הפנימית, אלא אם כן יוכל לעמוד, להיות בטוח שהוא חי, להבין מה ימצא בפנים?

* Armistice Day חל ב-11 בנובמבר והוא יום הזיכרון לשביתת הנשק שנכרתה לקראת סיום מלחמת העולם הראשונה, ב-11 בבוקר, ב-11.11.1918. נהוג לענוד אז פרגים על דש הבגד, לזכר הנופלים.

⁸ זה היה רעיון שלו, לא באמת נכון.

** ויניקט משתמש כאן במילה to dive שמשמעותה הן 'לצלול' והן 'לקפוץ ראש'.
⁹ כיום (1957) הייתי מוסיף את הרעיון של מפגש שלו עם הדיכאון של האם על ידי צלילה לתוך עולמה הפנימי ובכך נוספת השפעת הסביבה.

המקרה של דויד מדגים את הסכנה הנשקפת לאני מן האובייקטים הפנימיים הרעים, כאשר הילד חושש פן ירוקן ויוחש על ידי ההורים הפנימיים אשר מרוקנים בהתמדה זה את זה.

דויד מראה את הבריחה מהמציאות הפנימית אל התעניינות בפני השטח של גופו, בפני השטח של רגשותיו, ומאלה – להתעניינות בגופיהם וברגשותיהם של ילדים אחרים.

ההתקדמות באנליזה שלו גם מרגימה את החשיבות של הבנת המנגנון של שליטה אומניפוטנטית באובייקטים הפנימיים, ואת חשיבות הקשר בין הכחשת עיפות, חרדה ורגשות אשם לבין התכחשות למציאות הפנימית.

*

שרלוט (בת 30) נמצאת אצלי באנליזה זה חודשיים. מבחינה קלינית היא דיכאונית, עם חרדות אובדניות, אך גם עם יכולת להנאה הן מעבודה והן מפעילויות מחוץ לה.

בשלב מוקדם של האנליזה היא סיפרה על חלום חוזר: היא באה לתחנת רכבת שיש בה רכבת, אבל הרכבת אף פעם אינה יוצאת לדרך.

בשבוע שעבר היא חלמה חלום פעמיים בלילה אחד. עלי להשמיט פרטים רבים, אולם עיקר העניין היה שבכל אחד מהחלומות היא הלכה הלוך וחזור במסדרון הרכבת בחיפוש אחר קרון שבו צד אחד שלם אינו תפוס, כך שתוכל לשכב לישון במהלך הנסיעה. גברת כך וכך, אישה שהיא מחבבת (וניתן להשוותה אלי, בזה שהיא מרבה לטרוח סביב המטופלת, אך היא ממהרת לתת מרשם לטחורים בעוד שאני לא עושה דבר על מנת לטפל בהם), אומרת לה למצוא מקום רחצה.

בחלום הראשון היא מצאה את התא שיש בו צד פנוי, ובשני היא מצאה את מקום הרחצה. בכל אחד מהחלומות הרכבת התחילה לנסוע. הערת אגב אחרונה זו היא שהזכירה לי את החלום החוזר. הטחורים, אשר בתקופה זו היו לסממן קליני מרכזי, הסבו כמובן את תשומת הלב לריגוש ולפנטזיה אנאליים, ואין זה מפתיע לגלות שלנסיעות מקום מרכזי בחלומותיה. בשעה זו המטופלת תיארה כיצד חצתה את הפארק בהליכה בנעליים כבדות, מה שעזר לה להשתחרר מרגשותיה, וכמו כן כיצד שיחקה עם האחיינית שלה, אשר הכריח אותה לעשות תרגילי התעמלות על הרצפה.

יכולתי להצביע על תפקיד האם שמילאתי בהעברה, עם הדחף של המטופלת, שבוסס שלא במישרין, ללכלך אותי, לבעוט בי, לרמוס אותי וכן הלאה; אבל אני מרגיש שהייתי מחמין משהו מאוד חשוב אם לא הייתי מצביע על חשיבות ההפחתה

בהגנה המאנית, ועל הסכנות החדשות שטמונות בשינוי. הרכבת שאף פעם לא החלה לנסוע במסילה היתה תמונה של ההורים הנשלטים באומניפוטנטיות, הורים המוחזקים בחיוניות מופסקת; מילותיה של ג'ואן ריבייר "אחיזת החנק של ההגנה המאנית" מתארות את המצב הקליני שהמטופלת פחדה ממנו באותו זמן. יציאת הרכבות לדרכן העידה על ההפחתה בשליטה זו בהורים המופנמים, והתריעה מפני הסכנות הטמונות בכך, וכן על הצורך בהגנות חדשות אם ההתקדמות בכיוון זה תקדים את התפתחות האני שהאנליזה הביאה עמה. בתקופה האחרונה היו חומר קליני ופירושים שהתייחסו ללקיחה פנימה אותי ואת החדר שלי וכו'.

בשפה פשוטה, רכבות שמתחילות לנוע עלולות להיות מעורבות בתאונות. החיפוש אחר מקום הרחצה, במסגרת זו, היה ככל הנראה קשור להתפתחות של הטכניקה הכפייתית, ולכל מה שזה אומר בנוגע ליכולת לשאת את העמדה הדיכאונית, ולהכיר באהבת אובייקט ובתלות. בשעה הבאה המטופלת הרגישה עצמה אחראית לסימני הבעיטות שעל דלתי ולכתמים שעל הרהיטים, ורצתה לנקותם.

*

מתילדה (בת 39) נמצאת באנליזה זה ארבע שנים. מבחינה קלינית היא היתה כפייתית באופן חמור. באנליזה היא היתה דיכאונית עם פחד התאבדות בולטים. מבחינה פסיכולוגית היא היתה אדם חולה מאז ילדותה המוקדמת ביותר, ולא זכרה לה תקופה מאושרת כלשהי. בגיל ארבע לא ניתן היה להשאיר בגן, והחל בערך מתקופה זו ועד לילדות המאוחרת נשלטו חייה על ידי החרדה מלהיות חולה.

את המילה 'סוף' אסור היה להזכיר באנליזה בשום הקשר, ואת האנליזה בכללותה ניתן כמעט לתאר כאנליזה של סיומה.¹⁰ רק כעת נוצרים הקשרים האמיתיים הראשונים, והעניין והתשוקה האנאליים רק כעת הופיעו, לאחר שהיו מודחקים עמוק.

בתחילת השעה שברצוני לתאר, שעה הלקוחה משבוע העבודה הנוכחי, היא ניסתה להצחיק אותי, וצחקה בעצמה למחשבה שעל פי תנוחת ידי, אני משתמש בהן על מנת להתאפק מלהשתין. עם מטופלת זו, כמו עם מטופלים אחרים, מצאתי שהמאמץ לצחוק ולהצחיק אותי היה סימן לחרדה דיכאונית, ושטופל

¹⁰ מטופלת זו היתה מסוגלת לעזוב את האנליזה לאחר עשר שנים של טיפול סדיר.

עשוי להרגיש הקלה עצומה בתגובה להכרה מהירה שלי שזה הפירוש, ואפילו לפרוץ בבכי במקום להמשיך לצחוק ולהצחיק. כעת הציגה המטופלת מה שנקרא פוליפוטו* של עצמה. "אימה רצתה תמונה שלה, והיא חשבה שאם יצולמו 48 תמונות קטנות (כמקובל בשיטה זו) אחת או שתיים אולי יהיו מוצלחות. כמו כן, שיטה זו מקבילה לתקווה לחבר יחדיו חלקים של השדר, של ההורים, ושל עצמך. נתבקשתי לבחור את התמונה שמוצאת חן בעיני ביותר, וכן להסתכל בכל ה-48. היא התכוונה לתת לי אחת מהן. הרעיון היה שאעשה משהו מחוץ לאנליזה; וכאשר, במקום ליפול לתוך המלכודת (כמה ימים קודם לכן היא הזהירה אותי ממלכודות מסוג זה), התחלתי לנתח את המתרחש, היא הרגישה חסרת ישע, אמרה שלא תיתן תמונה לאף אחד, ושתתאבד. בעבר הרבינו לעסוק בנושא של הסתכלות כהענקת חיים, ואני הייתי אמור להתפתות להכחשת תחושת המוות שלה על ידי הסתכלות וראייה.

אם לא לקחתי את התמונה, היא הרגישה פגועה, פגיעה שנקשרה לחרדה העצומה שלה ביחס לפנטזיה שדחתה את שר אימה (ובכך גרמה לאם להרגיש רע או להרגיש פגועה), בניגוד לתחושת כעס על שהאם תסכלה אותה. סיומה של כל שעה אנליטית עלול היה להיחוו על ידי ידה כסירוב כועס לעשות לה אנליזה, וכנגד זה היא הגנה על עצמה על ידי הדגשת כוחותיו המתסכלים של האנליטיקאי. הפירושים חשפו את העובדה שהיא חשה את האנליזה כנשק בידי, וכן שחרגישה שממשי יותר לגבי לראות תמונה שלה (אחד חלקי 48 ממנה) מאשר לראות אותה עצמה. הסיטואציה האנליטית (שבמשך ארבע שנים היא הצהירה שהיא לגביה המציאות היחידה), נראתה לה כעת לראשונה כלא ממשית, או לכל היותר כקשר נרקסיסטי, בקשר עם אנליטיקאי שהוא בעל ערך עבורה בעיקר כדי לחקל עליה, בלקיחה בלא נתינה, בקשר עם האובייקטים הפנימיים שלה עצמה. היא זכרה שיום או יומיים לפני כן היא חשבה לפתע: "כמה נורא להיות באמת עצמך, איזו בדידות נוראה."

להיות עצמך משמעו להכיל קשר בין אבא ואימא. אם הם אוהבים ומאושרים ביחד, הם מעוררים חמדנות ושנאה במי שבודד; ואם הם רעים, עשוקים, אכזריים, נלחמים, הם כאלה כתוצאה מכעסו של הבודד, כעס המושרש בעבר. זו היתה אנליזה ארוכה, בין היתר מפני שבשנתיים הראשונות שלה לא הבנתי את העמדה הדיכאונית; למעשה, רק בשנה האחרונה אני מרגיש שהאנליזה ממש מתקדמת היטב.

* פוליפוטו (Polyphoto) הוא דף תצלומים שבו 48 תמונות של אותן הפנים כהבעות שונות. 11 כיום הייתי רואה הרבה יותר באירוע זה, אבל אני סבור שהייתי נוהג כפי שנהגתי אז.

ציטטתי את מתילדה בעיקר על מנת להמחיש את תחושת אי-הממשות שמלווה את הכחשת המציאות הפנימית בהגנה המאנית. אירוע הפוליפטו היה הזמנה עבורי להילכד בהגנה המאנית שלה, במקום להבין את חוויית המוות שלה, אי-הקיום, והיעדר תחושת הממשות.

סיכום

בחרתי להציג היבטים מסוימים של ההגנה המאנית ושל הקשרים שלה עם העמדה הדיכאונית. בכך הזמנתי דיון על המונח מציאות פנימית ועל משמעותו בהשוואה למשמעות המונחים פנטזיה ומציאות חיצונית.

השיפור בהבנה שלי עצמי את ההגנה המאנית, וכן הכרתי הגוברת במציאות הפנימית, שינו מאוד את עבודתי הפסיכואנליטית.

אני מקווה שהחומר הקליני שהבאתי הצביע במידה מסוימת על ההגנה המאנית כמנגנון המופעל לעתים קרובות בדרך זו או אחרת, ועל כן – בדומה לכל מנגנון הגנה אחר – עליו להיות תמיד במחשבתו של האנליטיקאי.

לא די לומר שבמקרים מסוימים תופיע ההגנה המאנית, שכן בכל המקרים מגיעים במוקדם או במאוחר לעמדה הדיכאונית, ותמיד יש מקום לצפות להגנה כלשהי מפניה. וכן, בכל מקרה, העבודה על סיום האנליזה (שיכולה להתחיל בתחילת האנליזה) כוללת ניתוח של העמדה הדיכאונית.

יש אפשרות שאנליזה טובה לא תהיה שלמה בגלל שנסתיימה בלא שהסיום עובד אנליטית במלואו; או קיימת אפשרות שאנליזה תהיה ממושכת, בין היתר משום שהסיום, והתוצאה המוצלחת עצמה, נהיים נסבלים עבור המטופל רק לאחר שעובדו אנליטית, דהיינו לאחר השלמת הניתוח של העמדה הדיכאונית ושל ההגנות שהופעלו נגדה, ביניהן ההגנה המאנית.

המונח הגנה מאנית נועד לכסות את יכולתו של אדם להכחיש את החרדה הדיכאונית, שמהווה חלק בלתי נפרד מההתפתחות הרגשית; חרדה השייכת ליכולתו של היחיד להרגיש אשמה, ולהכיר באחריותו על חוויות יצריות,* ועל התוקפנות בפנטזיה שמתלווה לחוויות יצריות.

* ויניקוט משתמש בשתי מילים אנגליות לתרגום המונח של פרויד Trieb. הוא משתמש הרבה בתרגום שהנהיג סטרייץ, 'instinct', תרגום שהיום נחשב לקוי, שהרי פרויד נמנע מלהשתמש בהקשר זה במילה אינסטינקט, הקיימת גם בגרמנית. מילה זו תרגמנו כ'יצר', ואת הביטוי 'instinctual' כ'יצרי'. לעתים משתמש ויניקוט גם במילה המקובלת יותר היום, 'drive', שאותה תרגמנו כ'דחף'. את המילה impulse השארנו כ'אימפולס', והמילה urge תורגמה כ'דחף' בתוספת urge בסוגריים, כדי להבדילה מ-'drive'.