

תפיסות אידיאיות ואתיות בתיאוריה הטיפולית:

פסיכודרמה כמקרה מבחן

ציקי כהן

תקציר

האתיקה מבקשת להסדיר את היחס אל הזולת ולהורות את הדרך לחיים הטובים. היא מנסה להשיב על השאלה מהם עקרונות המוסר שלאורם עלינו לנהל את חיינו, ובפרט את יחסי הגומלין שלנו עם אחרים. בהקשר הטיפולי האתיקה מייצגת בדרך כלל "תפיסה בדבר ההתנהגות הראויה באותו תחום, תפיסה היכולה להיות מערכת ערכים או מערכת עקרונות המבטאים ערכים" (כשר, 2007). היא מעניקה למטפל מערכת של ערכים נורמטיביים המסדירים את כללי ההתנהגות הראויים ומשקפים את הזהות של המקצוע ושל העוסקים בו.

המאמר מציע כי קיים רובד נוסף של נוכחות אתית שלא נידון רבות בספרות התיאורטית, והוא התשתית הערכית שנגזרת מהתיאוריות הטיפוליות ומשפיעה על ציפיותיו, על התערבויותיו ועל הבנתו של המטפל את המטופל. המאמר מתמקד באידיאות שנגזרות מהפילוסופיה ההומניסטית-אקזיסטנציאליסטית ומאפיינות את תחום הטיפול באמנויות בכלל, ואת הטיפול בפסיכודרמה בפרט. הוא מדגים כיצד אידיאות אלו מתפקדות כפרדיגמת חשיבה ערכית, אשר לצד היותה מעודדת מטפלים להיות קשובים ורגישים לסוגי שיח מסוימים, היא גם מצמצמת את המודעות והרגישות שלהם לסוגי שיח אלטרנטיביים.

מילות מפתח: אתיקה, פסיכודרמה, טיפול באמנויות, זרם הומניסטי-אקזיסטנציאליסטי, מרטין בובר, זיקת אני-אתה, טלה

מבוא

הנושא של עמדות אתיות בטיפול החל להעסיק אותי בעקבות עבודתי כמרצה ומדריך בתוכניות ההכשרה למטפלים באמנויות. אחד הדברים ששמתי לב אליהם במפגשי עם הסטודנטים הוא שישנן אמיתות נפשיות, בעיקר אמיתות שחושפות את

* המאמר מבוסס על הרצאה שניתנה בכנס "מוסר ומסרים דרך המבט הקליני, החברתי והמחקרי" של יתד שהתקיים ברמת גן, פברואר 2019.

הצדדים הפחות מחמיאים של האדם, שקשה מאוד להכיר בקיומן. בחקרי מקרה שהוצגו בכיתה התעוררה לעיתים קרובות תחושה שיש סוגי שיח שקל להזדהות ולהכיל אותם, ואחרים שמעוררים צורך לתקן, לייפות, לפצל, להפוך אותם לחיוביים וכיו"ב.

בפסיכודרמה התופעה בלטה במיוחד לנוכח האופי הייחודי של הכלי אשר נשען על החצנת העולם הנפשי דרך שימוש בפעולה דרמטית ומשחק תפקידים. הסצנות השכיחות ביותר שסטודנטים השתמשו בהן בעקבות מפגש עם תכנים טיפוליים שליליים דוגמת קנאה, צרות עין או שנאה עזה היו סצנות שמתיימרות להעניק למטופל חוויה מתקנת שמשכתבת את ההיסטוריה שלו, דוגמת מפגש דמיוני עם האם הטובה שמעולם לא הייתה לו; הפיכת חרם כיתתי לסצנה שבה המטופל הופך למנהיג הכיתה; המרת הרגשה של אפסיות ונחיתות בתחושות של מסוגלות ואומניפוטנטיות וכיו"ב.

חשוב להבהיר שאין כמובן בעיה בעצם השימוש בסצנות תיקון בפסיכודרמה ובטיפול בכלל, וערכן התרפויטי ברור וחשוב. אף על פי כן לעיתים חשתי כי השימוש בסצנות הללו נעשה באופן מלאכותי ונשען על פרה-קונספציה לא מודעת שמניחה שחייבים לסיים כל פסיכודרמה בהפי-הנד. אני זוכר שבתחילת דרכי הנחתי שזה משהו פרסונלי שקשור לאי-היכולת להיות במגע עם חלקים נפשיים מסוימים; בהמשך אימצתי נקודת מבט מערכתית המניחה כי הדבר נובע כנראה משלבים התפתחותיים של הזהות המקצועית ומהנטייה של מטפלים בתחילת דרכם לעשות אידיאליזציה לפרקטיקה הטיפולית ולדמות המטפל.

במשך השנים, ובעיקר לאחר שהתחלתי לעבוד עם מטפלים מנוסים, הגעתי למסקנה שיש עוד משתנה חשוב שתורם לצורת החשיבה הזאת, והוא הפילוסופיה והערכים שמאפיינים את תחום הטיפול באמנויות ככלל, ואת הטיפול בפסיכודרמה בפרט. במאמר זה אתמקד במשתנה הזה ואראה כיצד התשתית האתית שמצויה בבסיס תיאוריות טיפוליות שונות עשויה להשפיע, במודע ושלא במודע, על ציפיותיו, על התערבויותיו ועל הבנתו של המטפל את המטופל. אטען כי בכל תיאוריה טיפולית יש בהכרח תפיסה אתית-אידיאית או פרדיגמת חשיבה ערכית אשר לצד היותה מעודדת את המטפל להיות קשוב ורגיש לתכנים נפשיים מסוימים, היא גם מצמצמת את המודעות שלו לסוגי שיח רגשיים אלטרנטיביים.

שלושה אספקטים של נוכחות אתית במרחב הטיפולי

בספרות הטיפולית בדרך כלל מתמקד הדיון בנושא אתיקה בתחום של האתיקה המקצועית הפורמלית, המעניקה למטפל מערכת של ערכים נורמטיביים המסדירים את כללי ההתנהגות הראויים ומשקפים את הזהות של המקצוע ושל העוסקים בו (למשל גוטמן, 2001; כשר, 2007; שפיר, 2011). אתיקה שכזו מבוססת על פי רוב על שלושה חלקים: הגדרת זהות המקצוע, ערכי המקצוע וכללי ההתנהגות המקצועית הנאותה. היא מציעה למטפל סטנדרטים, כללים ונורמות ראויים לעבודה, דוגמת חובת שמירה על סודיות, איסור על מגע מיני עם מטופלים, שימור יצירות האמנות של המטופל וכיו"ב.

תחום נוסף של אתיקה טיפולית, שנידון רבות בשנים האחרונות, בעיקר בשל המהפכה הפוסטמודרנית ועלייתה של הפסיכואנליזה ההתייחסותית, מתמקד בקודים הערכיים והמוסריים שהמטפל והמטופל מאמינים בהם כבני אדם ואשר גם הם משפיעים על הקשר הטיפולי דרך תהליכים של העברה והעברה נגדית. אחד השינויים שהעידן הפוסטמודרני הביא עימו הוא הכפירה ביכולת האנושית להתבסס על הכרה אובייקטיבית של המציאות, לצד אובדן האמונה בבסיס אידיאי יחיד או בסטנדרטים ערכיים מוחלטים. התפיסה התרבותית העכשווית מאופיינת בדרך כלל בעמדה ערכית פלורליסטית ורלטיביסטית שמדגישה את השרירותיות ואת הארעיות בכל מבנה מחשבתי (ראו, למשל, אופיר, 1996; אבירם, 1999; גיימסון, 2002).

בהקשר הטיפולי הוביל המהפך הפוסטמודרני למפנה האפיסטמולוגי שהתרחש בתיאוריה הפסיכואנליטית מתיאוריה מונאדית של הנפש (פסיכולוגיה של אדם אחד) לתיאוריה דיאדית והתייחסותית (פסיכולוגיה של שני אנשים). שורה של תיאוריטיקנים בני זמננו, ובכללם סטיבן מיטשל (Mitchell, 1988), ג'סיקה בנג'מין (2005), אירוין הופמן (Hoffman, 1983), ולואיס ארון (Aron, 1996), הציעו לזנוח את האפיונים המסורתיים של המסגרת הטיפולית (אנונימיות, ניטרליות והינזרות) ולהכיר בהשפעות ההדדיות שמתרחשות בין המטפל והמטופל, בדגש על נוכחות של נורמות, ערכים, אמונות והשקפות עולם. הדבר הוביל לכך שמטפלים רבים החלו להגדיר את עצמם כמתמחים בטיפול שהוא, בין היתר, רגיש מגדרית, פוליטית, דתית, חברתית, תרבותית וכיו"ב. לאחרונה, למשל, אף התקיים דיון באחת מקבוצות הפייסבוק של מטפלים בשאלה אם מטפל טבעוני צריך להזדהות ככזה בפני מטופלים שזה חשוב להם.

ואולם יש תחום נוסף של אתיקה טיפולית, שבדרך כלל לא נוטים להתמקד בו, והוא התשתית האידיאית והערכית שנגזרת מהתיאוריה הטיפולית שהמטפל נשען עליה. תשתית אידיאית זו מתפקדת לטענתי כפרדיגמת חשיבה ערכית המשפיעה על ציפיותיו, על התערבויותיו ועל הבנתו של המטפל את המטופל. היא מעודדת את המטפל להיות קשוב ורגיש לתכנים נפשיים מסוימים, אך בו בזמן גם מצמצמת את המודעות שלו לסוגי שיח רגשיים אלטרנטיביים.

לשם המחשה, הבה נתבונן בשני קטעים שעוסקים בפשר התוקפנות האנושית, כפי שהיא נידונה בתיאוריה הפסיכואנליטית. הקטע הראשון לקוח מתוך מסתו של פרויד "תרבות בלא נחת" (1930):

האמת היא שאין האדם כלל יצור נוח ושש אלי אהבה, ושלכל המרובה עשוי הוא להתגונן שעה שתוקפים אותו. נהפוך הוא: שיעור עצום של תוקפנות הוא אחת מתכונות יצרו של האדם, וצריך להביא זאת במניין. ומשום כך, הזולת הוא לא רק בגדר עוזר או מושא מין שבכות, אלא גם בחזקת מי שמעורר את האדם לידי כך, שירצה לספק בו את יצר תוקפנותו, לנצל ללא תגמול את כח העבודה שבו, להשתמש בו בלא הסכמתו לסיפוק מיני, לגזול ממנו את נכסיו, להשפיל אותו, להביא עליו ייסורים, לענותו, להרגו. Homo Homini lupus (אדם לאדם זאב). לאחר כל ניסיונות החיים וההיסטוריה, מי עוד ימצא את לבו לחלוק על כלל זה? (פרויד, 2009, עמ' 156).

פרויד, ובעיקר פרויד המאוחר שלאחר 1920, ראה בתוקפנות דחף אוניברסלי מולד, לחץ מתמשך שנובע ממקורות פנימיים ותובע פורקן. הוא סבר כי לצד עקרון העונג הליבידינלי ויצר החיים, קיים באדם גם יצר משלים תוקפני, דחף מוות המבקש להזיק ולהרוס, ומתפקד כאנרגיה המניעה תהליכים מנטליים. מלאני קליין, כידוע, פיתחה את התפיסה של פרויד בדבר קיומו של יצר תוקפנות מולד, ואף טענה כי המשימה ההתפתחותית העיקרית הניצבת בפני התינוק היא היכולת לשאת יחד אהבה ושנאה (Klein, 1935). היא הניחה כי הרסנות ותוקפנות הן מאפיינים אינהרנטיים של האדם בדיוק כמו אהבה, חמלה ומסירות, שכן כולנו הורסים ומתקנים ללא הרף את האובייקטים בחיינו, יהיו אלו אובייקטים פנימיים או חיצוניים.

גם במשל הקיפודים של שופנהאואר (The Hedgehog's Dilemma) אפשר לאתר התייחסות דומה למבנה הדו-ערכי של הרגשות ולאופן שבו תוקפנות ומיניות, אהבה ושנאה, שזורות זו בזו, ולכן נוכחות בכל מערכת יחסים. המשל מתאר כיצד ביום חורף קר נאלצת קבוצת קיפודים להצטופף יחד כדי ללכד את חום גופם ולהימנע מלקפוא למוות. בשל הקרבה הצפופה כל קיפוד חש במהרה בקוציו של הקיפודים האחרים ננעצים בבטנו, מה שמוביל אותו לזוז ולהתרחק, ולחוש בעקבות כך את הרוח המקפיאה חודרת שוב לעצמותיו. הדילמה של הקיפוד היא להכריע בין שתי רעות חולות: אם ירצה לצבור חום עליו להסתכן בדקירה ובדימום, ואם יעדיף להתבודד עליו להסתכן בקפיאה ובמוות.

בעוד פרויד, קליין, שופנהאואר ורבים אחרים מייצגים עמדה שרואה בתוקפנות רכיב יסודי שמאפיין את היצור האנושי ועל כן נגזר עלינו להשלים עימו ולספק לו אפיקים סובלימטיביים, קוהוט סבר כי התוקפנות היא אירוע שניוני דווקא, מעטפת סימפטומטית שמעידה על צורך נפשי שלא סופק. הוא טען כי התוקפנות משמשת אך ורק להגנה מפני תחושת חוסר אונים עמוק שנובע מכישלוננו של זולת העצמי להפיק את התגובות הנחוצות לצורכי התפתחות חיוניים. בתנאים נורמליים ומיטיבים התוקפנות האנושית תחצין את עצמה, לטענת קוהוט, אך ורק כאסרטיביות בריאה וחיונית, אבל במקרים של כישלונות סביבתיים היא תהפוך להרסנות עוינת. הקטע שלהלן לקוח מתוך ספרו של קוהוט "שיקומו של העצמי" (The Restoration of the Self):

אני סבור כי הרסנותו של האדם כתופעה פסיכולוגית היא משנית; היא נובעת במקור מכישלונה של סביבת הזולת עצמי להיענות לצרכיו של הילד בתגובות אמפתיות. [...] זעם הרסני בפרט מונע אף הוא מפגיעה עצמית. הרמה העמוקה ביותר שהפסיכואנליזה יכולה לחדור אליה כאשר היא מתחקה אחר ההרסנות האנושית אינה מתבטאת בחשיפת דחף ביולוגי הרסני [...] זו רק תחנת ביניים בדרך למצע היסוד הפסיכולוגי: בדרך להפיכת המטופל מודע לנוכחות של פגיעה נרקיסיסטית חמורה, פגיעה שאימה על לכידות העצמי, ובייחוד פגיעה נרקיסיסטית שנגרמה על ידי זולת העצמי של הילדות (Kohut, 1977, pp. 116–117. התרגום שלי).

הוויכוח על פשרה של התוקפנות והקשריה לטבע האדם – האם היא מולדת או נרכשת; האם היא ביטוי של דחף או ביטוי של צורך; האם היא רגש בסיסי או עדות לחסך טראומטי – הוא דוגמה אחת מני רבות לאופן שבו התפיסות הערכיות שנגזרות מתיאוריות טיפוליות שונות עשויות להשפיע על הבנתו של המטפל את המטופל ועולמו. כל תיאוריה טיפולית מבוססת על מכלול של אמונות וערכים בנוגע לאדם ולפשר הקיום האנושי: האם למשל אנחנו חופשיים ואדונים לגורלנו או שמא התנהגותנו מוכתבת באופן נסיבתי ודטרמיניסטי? האם אנו חיים בעיקר בעולם התוך-נפשי והסובייקטיבי או שמא מכוונים על ידי כוחות חיצוניים ואובייקטיביים? האם המוטיבציה הראשונית שלנו היא הומאוסטזיס – הקטנה של מתחים והשגת שיווי משקל פנימי – או שמא אנו חותרים דווקא אל עבר הטרנסטזיס, היינו לגדילה, לחיפוש גירויים ולהגשמה עצמית?

מקומן של תפיסות אידיאיות ואתיות בטיפול בהבעה ויצירה:

פסיכודרמה כמקרה מבחן

התובנה שבכל תיאוריה טיפולית אפשר לאתר אידיאות ערכיות ועמדות אתיות מעוררת שאלה על העקרונות ועל הערכים שמאפיינים את תחום הטיפול באמנויות ואת התיאוריה הפסיכודרמטית בפרט. אני סבור כי מבין שלושת הזרמים המרכזיים בפסיכותרפיה, היינו הפסיכואנליזה, הזרם הקוגניטיבי-התנהגותי והזרם ההומניסטי-אקזיסטנציאליסטי, הפרקטיקה של טיפול באמנויות הכי קרובה ברוחה לעקרונות הפילוסופיים והאתיים של הזרם ההומניסטי. הדבר בא לביטוי בנטייה להדגיש את הטבע החיובי והאוטונומי של האדם; בשאיפה להתמקד בחוויה הפנומנולוגית ולא האמפירית; בחשיבה על המטופל באופן הוליסטי ושלם; ובהתמקדות במאפיינים סגוליים שלא טופלו ברצינות בזרמים האחרים, דוגמת יצירתיות, ספונטניות, צמיחה אישית ומימוש עצמי. מובן שיש מטפלים באמנויות שעובדים גם באוריינטציה פסיכודינמית, קוגניטיבית-התנהגותית, משלבים בין הזרמים וכיו"ב, אולם מנקודת מבט דיסציפלינרית נדמה כי הפרקטיקה של תחום הטיפול באמנויות ספוגה בהלך הרוח האידיאי של הזרם ההומניסטי.

הפילוסופיה והתשתית האתית של הפסיכודרמה אינן יוצאות דופן בהקשר זה, ואפשר למצוא אין-ספור השפעות של הזרם ההומניסטי-אקזיסטנציאליסטי על תחום הטיפול בפסיכודרמה (ראו, למשל, Kellermann, 1992; Bustos, 1994; Moreno, 1994; Blatner, 2013). יעקוב מורנו, אבי הפסיכודרמה שהיה גם

פסיכיאטר במקצועו, התנגד למשל להשתמש בז'רגון המקצועי שמצוי בבסיס החשיבה הפסיכיאטרית בטענה כי יש לראות בהפרעות נפשיות תוצר של כוחות חברתיים ותרבותיים אשר מקשים על בני אדם להגיע למימוש והגשמה עצמית. בדומה לפסיכיאטרים אקזיסטנציאליסטים דוגמת קרל יאספרס, רונאלד לאינג ותומאס סאס, הוא סבר כי האדם שמודבקת לו תווית של אישיות חולה נעשה מופרע וחולה יותר מכיוון שהוא מאמץ את התפקיד החברתי של חולה הנפש. במקום למיין את המטופלים באמצעות תיאוריות האישיות למיניהן, מורנו הציע להסתכל על הסבל האנושי בהתבסס על בריאות ולא על פתולוגיה, כלומר לסייע לאדם באשר הוא להתחבר מחדש לצד הרוחני והיצירתי שיש בתוכו.

מורנו גם טען כי אחת הבעיות בתיאוריות הטיפוליות הקלאסיות היא שהן מנהירות את התפתחות האדם מנקודת מבט רדוקציונית ופתולוגית: מצד אחד, הזרם ההתנהגותי שנעזר במחקרים על חיות ומשליך מהם על האדם, ומן הצד האחר, הפסיכואנליזה שנשענת על התבנית המנטלית של האישיות הנוירוטית בניתוחה את התפתחות הילד (Moreno & Moreno, 1944). הוא הציע שבמקום להסתכל על התינוק כחיה שממוקמת גבוה בסקאלה של עולם החי או, לחלופין, כפרא ברברי צעיר, עלינו לנסות להסתכל עליו מהנקודה הגבוהה ביותר שהאדם הגיע אליה, זו שיכולה לגלם את ההישגים הנעלים של הגזע האנושי ולהסביר אותם.

מורנו סבר כי בביטויים של גאונות, כפי שהם משתקפים בהישגים של הציביליזציה האנושית, אנו עדים לטבע הבורא והיצירתי שמאפיין את הפנומן האנושי ומבחין אותו משאר היצורים בטבע. הוא קיווה כי באמצעות עבודת הפסיכודרמה יצליח המטופל להתחבר אל מקורות הספונטניות והיצירתיות שמובנים בו, מתוך הנחה כי ספונטניות ויצירתיות הן תכונות סגוליות המהוות את תשתית הרווחה הנפשית של האדם. במונחים פסיכואנליטיים אפשר אולי לומר כי הפסיכודרמה קושרת במובלע בין רעיון העצמי הגרעיני של קוהוט, או העצמי האוטנטי של ויניקוט, ובין היכולת הספונטנית והיצירתית של האדם. היא מניחה כי חיבור למקורות המשחקיות, הספונטניות והיצירתיות מעודד בריאות ורווחה נפשית, ואילו קיבעון תפקידי וחוסר ספונטניות מעידים על חרדה גבוהה ועל היעדר מרחב פוטנציאלי.

גם החשיבות של המפגש האינטרסובייקטיבי בפסיכודרמה מצביעה על ההשפעות ההומניסטיות החזקות שבה. הפסיכודרמה היא בראש ובראשונה פרקטיקה של טיפול קבוצתי אשר מניחה כי האדם זקוק לסביבה בין-אישית שיש בה אהבה, שיתוף הדדי ואמון. זוהי אמונה בכוח המרפא של הקבוצה, בחשיבות

המפגש עם הזולת ובהנחה שאנחנו מלכתחילה יצורים חברתיים והתייחסותיים. מושגים כמו אטום סוציאלי, תיאוריית תפקידים, סוציודרמה, סוציומטריה, אינקאונטר וטלה מבליטים עד כמה המפגש עם האחר נתפס בפסיכודרמה כזירה המרכזית שבה מתהווה ומתכוננת העצמיות.

המושג טלה למשל (Moreno, 1934; 1954) הוא אחד המושגים היפים ביותר שקיימים לטעמי בתיאוריה הפסיכודרמטית. הוא מתייחס ליכולת של בני אדם לחוש, להבין זה את זה ולתקשר זה עם זה, מעבר לשפה הסימבולית ועל בסיס האישיות הממשית והריאלית של כל צד. בניגוד לתופעות פסיכולוגיות דוגמת העברה, הזדהות השלכתית או אפילו אמפתיה, המייצגות גם הן תהליכים של זרימה רגשית בינינו ובין אדם אחר, תופעת הטלה נשענת על דינמיקה אינטרסובייקטיבית שבה שני הצדדים נפגשים ומתקשרים זה עם זה על בסיס מה שהפילוסוף מרטין בובר כינה זיקת אני-אתה (להרחבה ראו Kellermann, 1992).

אפשר להעביר קורס אקדמי שלם על פשר המונחים זיקת אני-אתה ויחס אני-לז במשנתו של בובר, אבל בתמצית הכוונה במונח זיקת אני-אתה היא מפגש אינטרסובייקטיבי שבו ההבניות החברתיות והתרבותיות קורסות, ושני הצדדים נפגשים זה עם זה כשני סובייקטים טהורים, או כמו שבובר תיאר זאת, כשני בני אדם שיושבים על ספסל מבודד מחוץ לגבולות העולם (בובר, 1923). הן בובר והן מורנו הניחו שרק כאשר אנחנו מצליחים להיפגש זה עם זה כסובייקטים ולא כאובייקטים, כישות שגם דומה לנו אך בו בזמן גם שונה וחורגת מאיתנו, רק אז אנחנו מצליחים להתחבר לסובייקטיביות העמוקה של עצמנו. כוחו של מפגש אני-אתה או מפגש טלה נובע מכך שזהו רגע ייחודי בכאן-ועכשיו שבו כל צד מנכיח לצד האחר את העצמי האמיתי שלו, ובו בזמן גם חווה את העצמי המונכח של עצמו.

חשוב להבהיר כי האתוס של האוטנטיות במשנה האקזיסטנציאליסטית, ובחלק מהזרמים בפסיכואנליזה, נשען בדרך כלל על נקודת מוצא הפוכה ולפיה אם האדם מבקש להתחבר אל האמת הפנימית שלו עליו להתרחק מהחברה והזולת (שאותם כינו בהשמצה עדר והמון), להתכנס בתוך עצמו ולגלות את עצמו מבפנים. בפסיכואנליזה העמדה הזאת משתקפת באופן מובהק בדגש החזק שמושם על המציאות התוך-נפשית בתיאוריות של פרויד ומלאני קליין, אבל גם בתיאוריות של ויניקוט וקוהוט, שדורשות מהמטפל לתפקד כאובייקט בשירות ה-self של המטופל. בכל התיאוריות אין מקום למפגש עם הסובייקטיביות של המטפל במובנה כאחרות, והתרפיה נוצרת מעצם מוכנותו של המטפל לשמש אובייקט לצורכי המטופל, יהא זה אובייקט להעברה, אובייקט מסוג זולת עצמי, אובייקט סובייקטיבי וכיו"ב.

אצל בובר ומורנו, לעומת זאת, אנחנו יכולים למצוא עמדה הפוכה ולפיה העצמי יכול להתגלות ולהיות מונח רק באמצעות מפגש דיאלוגי והדדי עם עצמי אחר, כלומר רק באמצעות זיקת גומלין הדדית אשר איננה יכולה להתרחש על ידי הסובייקט לבדו, שכן היא נזקקת למענה אמיתי וממשי גם מצד ה"אתה". מטרתה של קבוצת הפסיכודרמה היא לעודד את חברי הקבוצה להיפגש ולתקשר זה עם זה על בסיס מה ומי שהם באמת, כלומר לכוון מרחב לימינלי שמבטל את הזהויות ואת ההבניות החברתיות של חברי הקבוצה ומאגד אותן מחדש על בסיס סולידריות אוניברסלית ורגש חזק של אנושיות. במונחים של בובר אפשר לראות בכך ניסיון ליצור מרחב של חברותא אשר מעלה את הסיכוי להיווצרות של מפגשי אני-אתה.

הפרקטיקה הפסיכודרמטית מעוצבת כך שהיא כוללת אין-ספור הזדמנויות פוטנציאליות למפגשי טלה דוגמת השימוש בתרגילי חימום חווייתיים, מעגלי שרינג, עבודה סוציומטרית, מפגשי אינקאונטר, ואפילו בעצם ההעדפה לפעול במרחב קבוצתי אשר מעלה את הסבירות להיווצרות מפגשים בין-אישיים מגוונים. גם המודל של המטפל בפסיכודרמה שונה במהותו מהדימוי הקלאסי שהציע פרויד, ולפיו על המטפל לנכוח כלוח חלק המאפשר למטופל להשליך עליו את עולמו הפנימי. מורנו סבר כי כדי לעודד יחסי טלה על המטפל דווקא להנכיח את אישיותו האמיתית ולאחוז בעמדה אותנטית, פתוחה ושיתופית יותר. הוא הדגיש כי הסוכן התרפויטי בקבוצת פסיכודרמה איננו בהכרח המטפל הפורמלי, אלא כל חבר קבוצה, ולעיתים אף קומבינציה של חברים אשר מצליחים לקיים ביניהם מפגש אותנטי והדדי.

אתיקה ושיח רגשי

בתחילת המאמר טענתי כי בכל תיאוריה טיפולית אפשר לאתר פרדיגמת חשיבה ערכית, אשר לא רק מעודדת סוגי שיח רגשיים מסוימים, אלא גם מדכאת סוגי שיח אלטרנטיביים. נשאלת השאלה מהם אפוא סוגי השיח שהפרקטיקה הפסיכודרמטית מעודדת, במודע ושלא במודע, ואילו סוגי שיח, אם בכלל, היא מדכאת. אני מבקש להציע כי מניסיוני לפחות, הלך הרוח ההומניסטי והאקזיסטנציאליסטי של הפסיכודרמה מזמן לעיתים קרובות עיסוק בתכנים הומניסטיים אוניברסליים, או כמו שפיטר קלרמן כינה זאת בצדק "עיסוק בדילמות אנושיות שמשוררים וסופרים כותבים עליהן" (Kellermann, 1997). פסיכודרמות רבות מתמקדות בחקירה פעילה של אירועי חיים נורמטיביים או משברים ואירועים שהם לא בהכרח ייחודיים לאדם הפרטיקולרי אלא מאפיינים אנשים רבים. זו

יכולה להיות פסיכודרמה שמתמקדת באקסטזה של האהבה, בכאב המייסר של המוות, ביחסי משפחה קונפליקטואליים, בשאלת השייכות אל קבוצת השווים, במתחים בין העצמי האישי והחברתי; בחוויית האבסורד הקיומי וכמובן בשאלת האותנטיות.

לצד זאת, ואני כותב זאת בזהירות רבה מתוך הבנה שמדובר בהכללה, אני סבור כי התיאוריה והפילוסופיה הפסיכודרמטית פחות מזמנת התעמקות בתכנים אינטרפסיכיים ששייכים לשכבות ארכאיות יותר בנפש, דוגמת מיניות ופרוורסיה, הרסנות ושנאה, צרות עין וחמדנות, פנטזיות רצחניות וחרדות התפוררות. הדבר נובע לדעתי הן מהנרטיב ההומניסטי שמאפיין את הטיפול הפסיכודרמטי ופחות מתמקד בתמות הללו, והן משום שמדובר בפרקטיקה טיפולית שמתרחשת במרחב קבוצתי ועל כן מקשה לגעת בנושאים שקל יותר לדון בהם במרחב הדיאדי.

מישל פוקו כבר חשף בפנינו בספריו היפים "המילים והדברים" (1966) ו"סדר השיח" (1970) (פוקו, 2005; 2011) את הקשר ההדוק בין שפה לכוח ושליטה. הוא טען כי "שיח" אף פעם איננו שקול לשפה טבעית וניטרלית, אלא הוא מערכת המבנה וממשמעת את תפיסת המציאות שלנו. אני חושב בהתאם לכך כי עלינו גם לראות בכל תיאוריה טיפולית כמי שמייצגת "שיח אתי" שמעודד מודעות לתמות רגשיות מסוימות ובו בזמן גם מכחיש או מדיר תמות אלטרנטיביות. חשוב שאנו המטפלים נכיר בכך ונהיה מודעים לסוג האמונות והערכים שעוטפים את התיאוריות הטיפוליות שאנו עובדים עימן ולהשפעה שלהן עלינו.

משל בודהיסטי עתיק מספר על קבוצה של עיוורים שמתבקשים למשש פיל ולחשוף באיזו חיה מדובר. מכיוון שכל אחד מהעיוורים ממשש חלק אחר מגופו של הפיל (זנב, רגל, חדק, שן וכיו"ב), כל אחד מגיע למסקנה שונה באשר לאיזו חיה מדובר. אם נזכור בהתאם לכך שכל תיאוריה טיפולית מתמקדת בחלק אחר של "החיה האנושית" וגוזרת ממנו את מכלול האמונות והערכים שלה בנוגע לטבע האדם ולפשר הקיום האנושי, זה יאפשר לנו לאמץ עמדה אתית משחקית יותר, כזו שמסוגלת לנוע בין הפרספקטיבות התיאורטיות ולהכיל את הסתירות שיש ביניהן. העובדה שיש כל כך הרבה תיאוריות ותשובות, לעיתים אף סותרות, לשאלות כמו מהו טבע האדם ומהם בריאות נפשית וחולי, מספרת לטעמי בעיקר את הסיפור של הפנומן האנושי אשר חורג משחר ההיסטוריה מכל מסגרת וסטרוקטורה שמנסה ללכוד אותו, ובכך גם מעיד על פשרו. אולי ברוח הפוסטמודרנית בת זמננו כדאי לנו לאפשר למטופלים להביא עימם את התיאוריה או אפילו את קבוצת התיאוריות שמתאימה להם, ולא להכפיף אותם לפילוסופיה ולתפיסה הערכית שמאפיינות את המודוס האמנותי שאנו מתמחים בו.

רשימת מקורות

אבירם, ר' (1999). משבר החינוך המודרני בעידן הפוסט-מודרני. בתוך ר' אבירם, **לנווט בסערה: חינוך בדמוקרטיה פוסט-מודרנית** (עמ' 43–72). רמת אילן: מסדה.

אופיר, ע' (1996). תשעה עקרונות של עמדה פוסט מודרנית. בתוך א' גור זאב (עורך), **חינוך בעידן השיח הפוסטמודרני** (עמ' 148–160). ירושלים: מאגנס.

בנג'מין, ג' (2005). **כבלי האהבה: פסיכואנליזה, פמיניזם ובעיית השליטה**. תל אביב: דביר.

בובר, מ' (2007). אני-אתה. בתוך **בסוד השיח: עד האדם ועמידתו נוכח ההווה** (עמ' 5–93). ירושלים: מוסד ביאליק (פורסם במקור בשנת 1923).

גוטמן, ד' (2001). **אתיקה למקצועות טיפוליים**. תל אביב: דיונון.

גיימסון, פ' (2002). **פוסטמודרניזם או ההיגיון התרבותי של הקפיטליזם המאוחר**. תל אביב: רסלינג.

כשר, א' (2007). אתיקה מקצועית. בתוך ג' שפיר, י' אכמון וג' וייל (עורכים), **סוגיות אתיות במקצועות הייעוץ והטיפול הנפשי** (עמ' 15–29). ירושלים: מאגנס.

פוקו, מ' (2005). **סדר השיח**. תל אביב: בבל.

פוקו, מ' (2011). **המילים והדברים: ארכאולוגיה של מדעי האדם**. תל אביב: רסלינג.

פרויד, ז' (2009). **תרבות בלא נחת, בתוך ז' פרויד, תרבות בלא נחת ומסות אחרות** (עמ' 118–183). אור יהודה: כנרת, זמורה ביתן, דביר.

שפיר, ג' (2011). שפות אתיות בפסיכואנליזה והבלבול כתוצאה מהמעברים ביניהן. **מארג, 2**, עמ' 153–174.

Aron, L. (1996). *A meeting of minds: Mutuality in psychoanalysis*. New York: The Analytic Press.

Blatner, A. (2013). Meta-theoretical perspectives on psychodrama. In C. Baim, J. Burmeister, & M. Maciel (eds.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (pp. 5–21). London and New York: Routledge.

- Bustos, D. M. (1994). Wings and roots. In P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (eds.), *Psychodrama since Moreno* (pp. 63–76). London: Routledge.
- Hoffman, I. Z. (1983). The patient as interpreter of the analyst's experience. *Contemporary Psychoanalysis*, 19(3), pp. 389–422.
- Kellermann, P. (1992). *Focus on psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama*. London: Kingsley.
- Kellermann, P. F. (1997). Diagnosis in psychodrama? *Journal of the Portuguese Company of Psychodrama*, 5, pp. 25–32.
- Klein, M. (1975). A contribution to the psychogenesis of manic-depressive states. *Writings of Melanie Klein* (pp. 269–282). vol 1. London: Hogarth Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Mitchell, S. (1988). *Relational concepts in psychoanalysis: An integration*. Cambridge, Mass. and London: Harvard University Press.
- Moreno, J. D. (1994). Psychodramatic moral philosophy and ethics. In P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (eds.), *Psychodrama since Moreno* (pp. 69–81). London: Routledge.
- Moreno, J. L. (1934). *Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations*. New York: Beacon House.
- Moreno, J. L. (1959). Transference, countertransference and tele: Their relation to group research and group psychotherapy. In J. L. Moreno, *Psychodrama: Second volume – Foundations of psychotherapy*. Beacon, N.Y.: Beacon House.

Moreno, J. L. & Moreno, F. B. (1944). Spontaneity theory of child development. *Sociometry*, 7(2), pp. 89–128.