

מחשבות על טיפול בהפרעת אישיות גבולית מנקודת מבטה של פסיכולוגיית העצמי

מאת : אמינה טייבר¹

מתוך דיון על הרצאתה של ענת פרי (פיאמנטה)

'מן האין לאין – משומקום לכלמקום – סיפור בלי גבולות'

במסגרת "מפגשים בצוותא"

איגוד ישראלי לפסיכולוגיית העצמי ולחקר הסובייקטיביות

עריכה לשונית: בת שבע שפירא

פסיכולוגיית העצמי מדגישה את חשיבות קיומו של זולתעצמי (SELFOBJECT), ולפיה בהיעדרו נגרמים שיבושים בהתפתחות העצמי. בהפרעות אישיות רבות מוצא העצמי פתרונות שונים להיעדרו של זולתעצמי, אם בגילויים פרוורטיים למיניהם, אם בפיתוח סימפטומים גופניים, ואם בהימנעות, וכדומה. למעשה, הסובל מהפרעה גבולית, בשונה מן הסובל מהפרעות אחרות, מעולם לא וויתר על הזיקה לזולתעצמי, ואף למעלה מזה – הוא מציג תובענות דרמטית, קולנית, חסרת פשרות, להשיב לעצמו זכות טבעית ולגיטימית לקיום מזין של סביבה אמפתית.

¹ פסיכולוגית קלינית ומדריכה מוסמכת. מדריכה בתכנית לימודי פסיכולוגיית העצמי באוניברסיטת תל אביב.

יו"ר הוועדה המדעית של איגוד פסיכולוגיית העצמי.



הביוגרפיות של בעלי האישיות הגבולית רוויות בעיוותים, באי-כבוד, בהצפות רגשיות, בחוויות של קיום בחלל ריק. ריק בחוץ וריק מאוד בפנים. "כשאני לבד, אני עצובה, הכול שחור", אמרה לי נערה שטיפלתי בה במחלקה סגורה. אחרי הפוגה המשיכה ואמרה, "אני כמו נרקומן וסמים, אני כולי שחור. זו המעטפת שלי, האפודה שלי. הכול בפנים ריק".

איך נוצר הפיצול שעליו קמו דיונים תיאורטים רבים?

נזכרתי בשיר של אגני משעול:

בְּשִׁכּוֹן פּוֹעֲלִים,

בְּשִׁמְלַת אוֹרְגָנְדִין

שְׁהִינְיָה בְּחִבְלֵה מְאֻמְרִיקָה

עִם רֵיחַ וָרֵד

שֶׁל מְרֻשְׁמָלוּ,

אֲנִי מְנַגֵּנֶת לְאוֹרְחִים

בְּאֶקוֹרְדִיוֹן כָּחֵל –

לֵה-קוּמְפְרֻסִיטָה.

אֶת פּוֹרְשֵׁת מְפָה עֲבוֹדַת יָד,

עוֹרֶכֶת עָלֶיהָ סֵט פּוֹרְצָלָן

מֵהֶסְרוֹיז שְׁבִבּוּפָה

עִם קִנְקֵן חֵלֶב שְׁמֻרְגָנִיּוֹת וּפְטָלֵי יַעַר

מִשְׁתַּרְגִּים מְמַנּוּ

אֶל כְּלֵי קִבְיּוֹת הַסֶּפֶר

וְאֵז מְרִימָה עֵינֶיהָ

וְעִם כְּפִית כֶּסֶף בְּיַד שׁוֹאֵלֶת

תֵּה אוֹ קָפֵה

וּמְיָד נִחְלָק הָעוֹלָם לְשָׁנִים.

(השיר לקוח מהספר "ביקור בית" הוצ' הקיבוץ המאוחד 2009)



*

החיים ללא זולתעצמי הם לעולם חיים מפוצלים, אך אין זה פיצול בין טוב לרע, כפי שטוענים קרנברג ואחרים, אלא פיצול בין ייאוש לתקווה. האדם אינו חצוי לשניים, חלקו רע והרסני, ואילו חלקו האחר טוב. אלא הוא אדם פצוע, שחלקו מיואש, חי בחיים אפורים, ללא זולתעצמי, וחלקו האחר ממשיך לחפש לעצמו זולתעצמי. החיפוש הוא נציג התקווה. לעולם מתקיימת התקווה למצוא בו את "המושיע", אך במקום מושיע, לעתים נמצא אובייקט המבקש לנכס את האדם לעצמו. במקרים אלו מדובר בשחזור של אובייקט שאינו פנוי עבור האינדיווידואל הנזקק, ובכך אינו יכול להבנות אותו. ההפך: הוא (האובייקט) דורש אותו (את האינדיווידואל) לתנאיו שלו (של האובייקט).

בכך בא, למעשה, לידי ביטוי האדם הטרגי, כפי שהגדירו קוהוט: אדם שאינו מסוגל לממש את גרעין העצמיות שלו מפאת שחזורן המתמיד של חוויות פוצעות, והוא מוצא את עצמו מיואש וגונז את תקוותיו לחיים אחרים.

האכזבה הרובצת לפתחו של בעל האישיות הגבולית, בעיקר משום שלא ידע מימיו חוויות אחרות, מעלה אותו על מה שנראה לעתים כמסלול של התקרבות-התרחקות שבו הוא נע. נאמר בתיאוריות אחרות, כי הסובל מהפרעה גבולית אינו יודע אינטימיות מה היא, ולכן אינו מסוגל לקביעות אובייקט ולקירבה. מבט פנימי אמפתי מציע התבוננות חומלת על מקומות של שבר. כל אכזבה כמוה כרותחין הנשפכים על כווייה שלא הגלידה. הניסיון להתמודד עם אכזבה לובש צורת חתירה חוזרת ונשנית להשיג הדהוד אמפתי, לגייס את האחר להיות המרפא. הצימאון לאהבה הוא הקול, הצעקה, החתכים, הפגיעות העצמיות. אין מנוחה לרגע, אין ויתור לרגע. יחד עם זאת קיים פחד עצום מפני חווייה של מזיגה עם זולתעצמי. כל מפגש מהסוג הנחשק מקפל בתוכו גם את סכנת הרה-טראומטיזציה של חוויית התפרקות חוזרת ומוכרת. וכך נע העצמי הפגוע בין הרצון להתקרב ולהשיג לכידות, לבין האימה מפני פציעה חוזרת.

כולנו מכירים את האגמים היפהפיים שבחורף עוטים שיכבת שלג וניתן להלך עליהם ולהחליק עליהם בביטחה. אולם לגבי הסובל מהפרעה גבולית, משטח כזה אינו אלא שיכבת



קרח דקה, המאיימת להיבקע, שאם יהלך עליה הוא עלול לטבוע במימיו הקפואים של האגם.

וכשאהבה אינה נגישה, נפערת תהום, אשר כדי להימנע מנפילה לתוכה, וכדי לשמר את העצמי, פונים לגייס את השנאה.

במאמר שכותרתו "להרוג את החזיר", מתאר גדי טאוב מועדון לילה במינכן ששמו "קיטקט". על אחד מקירותיו של המועדון מתנוססת הפְּרִזָּה "הדוניזם בכל הארצות". שם המשחק במועדון זה הוא מין, מין ישיר, גלוי ובוטה. לאחר תיאור חי של הדמויות וההתרחשות, כותב גדי טאוב: "איך יכולנו אי פעם להאמין בשטות הזו שירשנו משנות השישים 'עשו אהבה לא מלחמה'? כל מי שאהב פעם יודע שאהבה, אהבת באמת, היא לא ההפך ממלחמה. זה אותו דבר, אהבה, שנאה, הם לפעמים רק שני שמות לאותו הרגש. אותו הרגש בתנאים שונים. וזה הענין בקיטקט; מדובר פה לא רק בתרופה נגד אלימות, אלא גם, ובעיקר, בתרופה נגד אהבה שהיא גם תרופה נגד אלימות. זה לא רק שהמקום הזה לא נועד לענות על הצורך באהבה, זה הרבה יותר. הוא נועד לענות על הצורך הלא פחות עמוק, הלא פחות עתיק, להשתחרר ממנה, להתרפא מן הכמיהה הזו שאין לה תחתית ולקשר ולזולת. זה לא רק שבאים לכאן להתייחס לאחרים כמו אל אובייקטיים מיניים, אנשים באים לכאן כדי להתייחס לעצמם – לעצמם! כמו אל אובייקטים מיניים. זאת הצעה לברוח רגע מהעונש של הסובייקטיביות, של האנושיות, של התלות באהבה."

הזעם הוא בעל פנים כפולים. מצד אחד הוא מופנה כלפי האובייקט, המאכזב שוב ושוב, אך מן הצד האחר, הוא גם מופנה אל העצמי, אל הפיתוי הנחשי הזה להתמסר, המגיח מול מפגש חדש במעין אמירה: "נסה, אולי הפעם תצליח". אך הנה שוב האכזבה, שוב השבר, שוב הקריסה של העצמי. העצמי נותר מנותץ וכואב את פציעתו הגורלית. הזעם הוא ההכרה הכואבת בצורך שלא ניתן לעקור אותו מתוככי העצמי.

יורם חזן טוען במאמרו מ-1997, "פסיכותרפיה של אישיות גבולית מתוך עמדה של פסיכולוגיית העצמי", כי אי-היות מובן מוביל לתחושה מסוכנת של התפרקות. אולי ניתן לטעון כי אי-היות אהוב היא חוויה בלתי נסבלת. הבנה אצל המטופל הגבולי זהה לאהבה. "אם אינך מבין אותי, אתה לא באמת אוהב אותי."



אדם אינו יכול לחיות בעולם ללא זולתעצמי. ללא אהבה. עולם בלא אהבה הוא עולם מבעית. בעולם רדוף ומסויט זה, העצמי מבקש להגיע לידי לכידות פנימית. בנסיבות חיים אחרות, התנאים היו נגישים ומוצעים לו על מצע אמיתי, שפוי, מאורגן ובעיקר שומר. היעדרה של מטריצה אמפתית דומה לשדה קטל, שבו העצמי נשאר לבדו להילחם מול כוחות עוינים, הנתפסים כחזקים וגדולים ממנו.

גם כשנדמה שהעצמי הפצוע נדם, ויתר, הרחיק לכת, אין זה אלא תעתוע בלבד. הוא נשאר קרוב מאוד. מה שנראה כ'ביטוי בפעולה' (ACTING OUT), אינו אלא ניסיון נואש להשיג הדהוד אמפתי. עוד הגברה של צעקתו הפנימית הבלתי נשמעת של העצמי הבאה לגייס, להרעיד, לזעזע את האחר, לגרום לו לחרוג מתוך קירותיו האובייקטיביים ולהתייצב עברו.

זוהי פסיעה על שתי רגליים שנראות כבלתי מחוברות, כשרגל אחת צועדת נחושה, מבקשת לעצמה זולתעצמי, ואילו הרגל השנייה חוששת לצעוד עוד צעד. שניות זו מעמידה בפני המטפל אתגר, שלעתים נראה כבלתי פציח. אין מדובר כאן בתגובה תרפויטית שלילית (NEGATIVE THERAPEUTIC REACTION), אלא בתצורת הליכה המבקשת לחבר בין שתי הרגליים הכמעט זרות זו לזו. האמפתיה לאורך זמן היא העשויה לחבר, היא העשויה "לשכנע" את הרגל המהססת מלפסוע.

בספרו **כיצד מרפאה האנליזה**, טוען קוהוט, כי "אם המטפל יכול לבנות גשר אמפתי אל המטופל, הוא חדל להיות גבולי ונהייה מקרה קשה של הפרעה נרקסיסטית". לדברי קוהוט הדבר תלוי "ביכולתו [של המטפל] 'להשיל' מעליו את מבניו הסובייקטיביים, במטרה להבין את אלו של מטופלו". לדבריו, פתולוגיה "גבולית", הוא מושג יחסי, שלפחות במספר ניכר של מקרים הוא תלוי ביכולתו או באי-יכולתו של האנליטיקאי לשמר עמדה של "כוונה אמפתית", למרות הפגיעות הנרקסיסטיות הרציניות שהוא חשוף אליהן.

מכאן, חשוב להדגיש את המפגש הספציפי שבין מטפל למטופל. גם BRANDCHAFT AND STOLOROW (1992) טוענים לאבחנה משולבת של הפרעת העצמי של המטופל ושל יכולת המטפל להבינה. לדבריהם, המופע הגבולי מבצבץ במקום שזולתעצמי נכשל במילוי



הצורך להחזיר עצמי שביר ופגוע. כאן מונח היסוד הקריטי במפגש, היכול לייצר מטריצה אמפתית חסינה או לא.

ההיעמדות המתאימה עבור המטופל נוגעת כמובן גם בקוטב של האידיאליזציה כמבסס ומחזיק את האחר, באופן הבונה עבורו שריון חיצוני, במקום שנשאר חשוף ולא מוגן. האידיאליזציה משמעה הצורך בזולת עצמי אידיאלי. זולת עצמי אידיאלי הוא זה שאליו הילד יכול לשאת את עיניו ולהתמזג עימו כתבנית פנימית של רוגע, יציבות ופוטנטיות. מזיגה כזאת מאפשרת תחושת ביטחון, הפנמה של ערכים ושאיפות, וכן חוויה של התכוונות/ מטרה.

הנינוחות והביטחון של המטפל הכרחיים ביותר בטיפול בהפרעות אישיות קשות. המטופל הגבולי מוצף בחרדה, והוא זקוק למטפל רגוע, היכול לווסת את חרדותיו של העצמי הפגוע ולשמש להן בלם. הקריסה היא פוטנציאל קיומי, העומד להתממש בכל רגע.

המטופל הגבולי מצויד בחיישני חרדה רגישים ביותר. הוא מזהה את סימניה הקלים ביותר של החרדה אצל האחר, ובעיקר הוא מבקש רוגע. שלא ייבהלו ממנו, שיהיו חזקים ממנו, שיראו את חולשותיו כמו את יכולותיו בראייה מדויקת ונקייה. ווינקוט (1969) טוען, כי כנגד תוקפנותו המתמדת של המטופל, צריך המטפל להיות סבלני, ובו בזמן להיות אמיתי, חזק, ולא נהרס. יוסי טמיר (2000) טבע את המושג של "קבלה אקטיבית" – מצב שבו המטפל נענה לצורכי המטופל בזולת עצמי גדול, חזק ובטוח. היכולת של המטפל להחזיק את המטופל באופן שהוא זקוק לו, מבלי להרגיש מתומרן או מנוצל על ידו, אלא מתוך נכונות מאפשרת, היא, לדברי טמיר, המרחב הראשוני והבסיסי של הקשר הטיפולי. המשגה זו של טמיר ממקדת את הנוכחות של המטפל לא רק בהיותו קיים או חסר, אלא בהיותו נוכחות פעילה של זולתעצמי. ההדגשה בהתייחסות זו היא בממד הפעיל של הצורך באידיאליזציה, כניתן לשימוש מתאים והכרחי בתוך המפגש הטיפולי.

רענן קולקה (1989) דן בדואליזם של הידיעה כאילו לא נמות לעולם, מול הידיעה בדבר סופיותנו. באופן זה נוצרת דיאלקטיקה ביחסים שבין העצמי לזולתעצמי, המקיימת גבוליות ואי-גבוליות. הרצון שיהיה עבורנו זולתעצמי נוכח וזמין, נוגעת בשאיפה לקיום אין-סופי. מצד אחר, ההכרה בכך ש"איני יכול לדרוש מהעולם להיות לי זולתעצמי", היא פאזה של



הסכמה לסופיות. האם מזינה את תינוקה, קשובה לו ומציעה את עצמה כמרגיעה וזמינה. אך האם גם נדרשת להזין את עצמה. הסימטריה הזאת, טוען קולקה, היא המביאה את הילד לחוויה של סופיות. הילד לומד להיזון, אך גם מוותר על האין-סופיות, על חוסר גבולות. ההבחנה בין סופיות לבין אי-סופיות של הדמות המואדרת היא הבחנה קריטית ביותר. יכולת ההורה לעמוד מול תובענותו של ילדו, ולומר גם את סופיותו בנוסח "אני עכשיו עייף", או "כואב לי הראש", בלי שהוא עצמו יוצף מתחושת פגיעה בגודלו האמיתי, יכולת זו מהווה נדבך חשוב בהתייצבות הורית בכלל ובמיוחד מול הפרעות קשות.

נראה לעתים כאלו המטופל הגבולי מנהל דו-שיח בין האומניפוטנטיות של עצמו ושל האחר שאיתו הוא נמצא במגע. לעתים, כשמטופל מספר על תחושות כוח בילדותו בעקבות משימות הוריות שהוטלו עליו, ניתן לומר כי תחושת הכוח הינה סממן ראשון לגרנדיוזיות ארכאית שלא מצאה בהורה זולתעצמי מואדר שייוסטה. תחושת הכוח היתה מעבר למידותיו הילדיות של הילד. במציאות תקינה, היה קורה ההפך. כך גדל ילד להיות מבוגר טרם זמנו, עם מידות עצומות של גרנדיוזיות מנופחת, שאינה יודעת שובע. כשהוא נפגש עם האחר, הוא מבקש את ההיענות האין-סופית של האחר. הוא מוצף חרדה גדושה, היכולה לשתק את מי שבקירבתו.

לעתים נדמה, כי אם ההיענות תהייה שם בכל רגע נתון, תושג שלוה. אלא שמה שקורה הוא ההפך. דוקא ההיענות הנראית כאין-סופית מעוררת חרדה. אין באמת על מי להישען. יש שניים המאמינים כי נגיעה בסופיות היא כשל בלתי נסבל. מתקיים דו-שיח של אומניפוטנטיות. זה התובע, וזה הנענה ללא גבול. דוקא ההיענות "הסופית" חושפת את השקט שבו המטפל מגיב לעצמו, ויחד עם זאת אינו חרד לחשוף את סופיותו. האומניפוטנטיות הגרנדיוזית נעשית תחומה ומצטמצמת לגודלה הראוי. באופן הזה נבנים קירות העצמי.

נראה שזו התשובה של פסיכולוגיית העצמי לתביעת גבולות, שתיאוריות מופרות מדגישות כל כך. הגבולות המופעלים לעתים בטיפול במטופלים גבוליים, ממושגים כצורך להציב את דרישות המציאות בפני תובענות מקולקלת של העצמי הפגוע. פסיכולוגיית העצמי טוענת



למיצובו של זולתעצמי אידיאלי כבונה קירות פנימיים, באמצעות ההתייצבות השלווה, המציעה למטופל הדהוד אמפתי בנפשו של האחר.

יום אחרי שהנערה שבה טיפלתי חתכה את עצמה, היא אמרה לי "איך עבדתי על זה קשה. את הנשמה הוצאתי. וכל מה שכתוב כאן, חרות גם על הלב שלי. זה כבר יישאר איתי." התבוננתי בחתכים שלה, והיא שבה והראתה לי את החתכים המדממים, ואז אמרתי לה במין שקט מתבונן, ננגע אך לא חרד: "הכול יישאר עד שבתוכך יהיה חרות משהו אחר, שיחליף את מה שחרות על העור ובתוך הלב". "אולי", היא ענתה מחייכת. ומיד שאלה, "אמינה את אוהבת את העבודה שלך?"

