MiKBaTZ The Israel Journal of Group Psychotherapy, September 2024, 28 (1-2), 9-25

Groups in discomfort

Between regression and development, tyranny and freedom, guilt and responsibility

Roit Dahan

Why war? Why do people bring unnecessary suffering on themselves, and why do hunger, illness and trauma persist in an era where men and women could live in peace and tranquility? These questions demand urgent responses, even in the 21st century. In my article I argue, based on philosophical and psychoanalytical assumptions, that the discomfort that groups and cultures experience due to human nature and relations with authority and others stands at the core of human existence. I show that groups, like individuals, exhibit regression to the stage of dependence and helplessness in the face of authority; in certain circumstances, we, the conductors, succeed in containing this discomfort. We can thus conduct the members of the group towards liberation from the force of aggression and extend freedom and responsibility. By doing this, we call to take proactive measure to create conditions in society that enable a life of cooperation and peace.

Keywords: tyranny, liberty, discomfort, democracy, matrix, basic-assumption-group, leader

Roit Dahan, PhD in Philosophy, is a group analyst and group facilitator. Head of the group conductor program at Kibbutzim College of Education, chairman of the teaching committee at the Israeli Institute of Group Analysis, and fellow of the Tel-Aviv Institute for Contemporary Psychoanalysis.

קבוצות באי־נחת

בין נסיגה להתפתחות, בין עריצות לחירות ובין אשמה לאחריות

רועית דהן

השאלות מלחמה למה? ומדוע בני אדם מביאים על עצמם סבל מיותר, רעב, חולי וטראומות, ממשיכות לתבוע מענה גם במאה ה־21. במאמר אני מבקשת להראות, בהתבסס על יסודות פילוסופיים ופסיכואנליטיים, שאי־הנחת בתרבות ובקבוצות, שמקורה בטבע האדם וביחסיו עם זולת ועם סמכות, מצויה בלב ליבו של הקיום האנושי. אני מראה שבקבוצות אנו, המנחות והמנחים, פוגשים תופעה של רגרסיה לשלב התלות וחוסר האונים מול סמכות, אולם יכולים בתנאים מסוימים להחזיק את אי־הנחת, ולהנחות את הקבוצה אל עבר שחרור של כוחות הארוס, והרחבת דרגות של חירות ואחריות. אין בדברים אלה ביטוי של עמדה פסימית או אופטימית ביחס לאדם בהיסטוריה האנושית, אלא קריאה לפעולה יוצרת של תנאים שבהם יהיה אפשר לקיים חיים של שיתוף פעולה ושלום.

מאמר זה נכתב לפני השבעה באוקטובר. ההתקפות שאנו חווים מאז על הגוף והתודעה אינטנסיביות כל־כך, שהן מעוררות חרדה ומשבשות את יכולת המחשבה הקוהרנטית. פירוק המבנים החברתיים והכאוס גדולים מכוח הסבל של הפרט, ועלולים להוביל לכניעה, לייאוש ולדיכאון. הצטרפות לקבוצות עשויה לסייע ביצירה מחדש של משמעות מתוך חוויה של שייכות וביטחון.

אני מקדישה את המאמר לכינון החוסן האישי והחברתי של אזרחי מדינת ישראל מתוך אמון בדמוקרטיה ותקווה לשובם של כל החטופות והחטופים.

מילות מפתח: עריצות, חירות, אי־נחת, דמוקרטיה, מטריקס, קבוצת הנחת בסיס, סמכות, אנליזה קבוצתית

ד"ר רועית דהן, PhD, היא אנליטיקאית קבוצתית, מנחת קבוצות, מרצה ומדריכה. היא עומדת בראש התוכנית להנחיית קבוצות בסמינר הקיבוצים, ומכהנת כיו"ר ועדת ההוראה במכון הישראלי לאנליזה קבוצתית. היא גם עמיתה במכון תל־אביב לפסיכואנליזה בת־זמננו.

מבוא

המאה ה־21 מתאפיינת בתהליכים מורכבים ובמגמות סותרות שיוצרים יסודות כאוטיים להוויה האנושית. בעידן זה קצב הייצור הגדול אמור היה להבטיח ביטחון תזונתי לכלל האוכלוסיות, אך בפועל ההון מרוכז בידי מעטים, ורבים סובלים ממחסור. מבחינה טכנולוגית העולם נעשה גלובלי, אך במקביל המוני אדם מהגרים מאזורי לחימה אל מדינות מבוססות. תהליך זה מעורר מגמות אנטי דמוקרטיות ומביא להתגברות הלאומנות (בר־גל, 2018). הרשתות החברתיות וכלי התקשורת משפיעים על אופני ההיקשרות בין בני אדם, ומובילים לשינויים מרחיקי לכת בתחומי החינוך, התעסוקה, צריכת שעות הפנאי והאומנות. שכלול האמצעים הטכנולוגיים מאפשר להאריך חיי אדם, אך גם מפתח אמצעי אלימות והרס שהאנושות לא ידעה כמותם. הרוע והנשגב מפציעים יחדיו (יצירות אומנות מופיעות ברשתות החברתיות לצד צילומים של התעללות בבני אדם), וגם הטבע והביולוגיה משפיעים על ההוויה האנושית: התחממות כדור הארץ, רעידות אדמה, התפרצויות הרי געש, סופות צונאמי, ולאחרונה מגפת הקורונה, שתקפה לא רק את הגוף, אלא גם את החיבורים בין בני אדם ומדינות.

במה שונה אפוא המאה ה־21 מהמאות הקודמות לה? האם העריצות, המלחמה ואי־הנחת הן גזירות גורל של המין האנושי, והשאיפה לחירות ונחת אינה אלא אוטופיה? מהן ההשלכות של תנאים אלו על האדם, ועל יחסיו עם החברה ומנהיגיה?

במסה "תרבות בלא־נחת" (פרויד,1930\1988) כתב פרויד שלאדם קל יותר להיות אומלל, שכן כושרו להשיג הנאה ואושר מוגבל מעצם מבנה המערך הנפשי שלו. הוא הצביע על שלושה מקורות לסבל האנושי: גוף האדם, שנידון למחלות ולמוות; עולם הטבע, שעלול לפגוע באדם בכוחותיו האדירים שאינם יודעים רחם; והיחסים בין בני האדם לבין עצמם. פרויד הדגיש שהייסורים מהסוג השלישי מכאיבים לאדם ומכעיסים אותו יותר מכל סבל אחר. לכאורה זהו סבל מיותר, הנוסף על הצרות שמקורן בטבע (הפנימי והחיצוני). עם זאת, לדבריו, גם סבל זה הוא בבחינת גורל האדם, ואין מנוס ממנו. אם כך, השאלה של איינשטיין ופרויד (פרויד, 1933) למה מלחמה, והשאלות האם אפשר למנוע מלחמות, ומה מקור השאיפה "לשלום נצחי", רלוונטיות היום יותר מתמיד.

במאמר זה אציג צירים שונים של התפתחות ותפנית ברעיונות של הפילוסופיה המערבית שלהם תרומה משמעותית להבנת החוויה של אי־נחת בתרבות ובקבוצה. בחלקו הראשון אצביע על היסודות הפילוסופיים והפסיכואנליטיים של ההנחיה והטיפול הקבוצתי, ואראה שעקרונות הדמוקרטיה מהווים קדם־הנחות בתיאוריה הפסיכואנליטית ובאנליזה הקבוצתית, וביישומיהן. בדרך זו אעגן את הפעולה של הנחיית קבוצות – בתיאוריה ובמעשה –

בהשקפת עולם שנגזרת מהפילוסופיה המערבית. בתוך כך אצביע על הרכיבים הראשוניים של ההוויה האנושית, וארֹאה שהמקורות לעריצות ולאי־הנחת, כמו גם הפוטנציאל לחירות ולאיים של נחת, טבועים באדם עצמו וביחסיו עם זולת וסמכות. ההבחנות בין חלקי ההוויה השונים הן לצורך הדיון בלבד, בפועל מדובר בכוחות שפועלים בו־זמנית ויוצרים שדות פעולה דינמיים.

בחלקו השני של המאמר אציע כיוונים לעקרונות הנחיה וטיפול קבוצתי שיכולים לסייע ביצירת סדר חברתי וארגון נפשי חדשים, שבהם יוכלו בני אדם לחיות בשיתוף פעולה ובשלום. דיון זה מבטא רובד בין־סובייקטיבי וטראנס־היסטורי של התרבות, אותו רובד שפוקס מכנה הטראנס־פרסונאלי (Foulkes, 1973/1990). זהו תהליך שמתקיים בהיסטוריה האנושית, ויסודו בפעילות התודעה החושבת ובתקשורת בין בני אדם בשר ודם. **רובד זה הוא דק ושברירי, ויש להתמיד ולקיימו גם בעִתות של מגפה, מלחמה ומשבר.**

חלק ראשון: יסודות הקיום האנושי

השאלות מהי האמת, מיהו האדם, איך מכיר האדם את העולם, ומהו המצב האנושי, הן עתיקות יומין וראשיתן בפילוסופיה המערבית. בשאלות אלו מקופלות שאלות נוספות שהן משמעותיות לענייננו: מיהו האדם הנורמטיבי, מיהו האדם הנורמלי ומה נחשב אנומלי, מה הקשר בין הנורמטיבי לנורמלי, ומהן זיקות הקשר בין אדם־חברה־מנהיג?

במסורת הפילוסופיה המערבית, החל מאפלטון ואריסטו, הניחו הפילוסופים, כל אחד בדרכו, כי קיימת הבחנה בין גוף לנפש, ובין הגוף לבין רכיבים הכרתיים. בעת החדשה ובעידן הנאורות נוסף לכך הרעיון של תודעה עצמית כיסוד האישיות. הפסיכואנליזה, שמקורה בהגותו של פרויד, יצרה תפנית נוספת, בהנחת הליבידו ומערך הלא־מודע בנפש.

משנתו של אריסטו תרמה לדיון זה הנחה משמעותית נוספת שלפיה האדם הוא בהגדרה "חיה פוליטית/חברתית". הנחה זו השפיעה על הגותם של פרויד, ביון ופוקס, שבחנו כל אחד בדרכו את השאלה מה באדם מבטא את הפן החברתי שלו: פרויד (1921) שאל האם לאדם יש "יצר עדר", ושָׁלל את האפשרות הזאת. ביון (1992) הצביע על מערכת פרוטו־מנטאלית הכוללת "כושר השתלבות" (valency) – רכיב ביולוגי אנושי שמשמעותו נטייה להשתלב ולתפוס מקום בקבוצה וביחסי סמכות. בקבוצות רגרסיביות מניע כושר ההשתלבות את חברי הקבוצה לתפקוד ספונטני לא־מודע של הצד "החייתי" באדם, וכך מבטא את נכונותם של בני אדם לפעול מתוך צורכי השעה של אחת מקבוצות הנחת הבסיס. רק בקבוצת עבודה הפועלת באופן מאורגן יכול הפרט לקיים קשר הולם עם המציאות, ללמוד מהניסיון ולחקור את האמת. פוקס (1971\2021), לעומתם, הניח בעקבות הוסרל (2016) רובד פרה־מורדיאלי

של שדה התקשורת בקבוצה. זהו רובד במטריקס הבסיסי שכולל את הרכיבים הראשוניים של ההוויה האנושית: קוטב האדם, במושגי הוסרל (2016), כולל מורכבות של גוף־נפש, וקוטב המציאות כולל טבע ורשת בין־סובייקטיבית, הקודמים להופעתו של האדם הפרטי ומעצבים אותו כבר מיומו הראשון.

הפירוק לגורמים ראשוניים של ההוויה האנושית שאציג להלן הוא מלאכותי, ונעשה במטרה להקל את ההבנה של יסודות הקיום האנושי, אף על פי שבפועל מדובר בשדה פעולה דינמי.

הגוף כאורגניזם חי

מערכות הגוף השונות כפופות לחוקיות של הטבע, וכוללות גם את דחפי המין והתוקפנות. דחפים אלה מצייתים על־פי פרויד לעקרון העונג, והמיזוג והאיזון ביניהם יוצרים את הארגון המבני של הליבידו, האחראי לפעילות גופנית רבת עוצמה (פרויד, 1920\1999). בנוסף לכך, פרויד מניח שיצרי מין משוחררים מעכבות מסוכנים לא פחות מיצרי התוקפנות, וכי בראשית החיים אין לאדם כושר שיפוט אתי שמבחין בין טוב לרע. אם כך באדם טמונים בד בבד פוטנציאל לחיים של שגשוג והנאה, ופוטנציאל של תוקפנות ושל הרס.

על סמך הנחות אלה אני מבקשת להציע כי בכל קבוצה פועלים כוחות שלוחצים על חברי הקבוצה ויוצרים גירוי לבטא את המעוכב והמודחק, לצד כוחות שתובעים לעכב את שאינו מעוכב (כך למשל, אם חבר קבוצה מקלל, חברי הקבוצה ייטו לחקור את התוקפנות ומקורותיה, אך בה בעת גם יתבעו ממנו לבטא כעס בדיבור, ולא בקללות). מדובר אפוא בתהליך פרדוקסלי, שמעורר אי־נחת מובנית במשתתפי הקבוצה, אך נושא גם פוטנציאל לשינוי וארגון של סדר חברתי חדש, שבתוכו יכול הפרט להתנסות בארגון מחודש של יצרים, לטובת שחרור כוחות הארוס. תופעת הרזוננס שפוקס מצביע עליה (Foulkes, 1977/1990) היא ביטוי מובהק של רעיון זה בהיותה פעילות ספונטנית בלתי נשלטת של הגוף, שמקורה בלא־מודע (דחף מעוכב מטרה).

לעומת מערכות הגוף, מבנה התודעה והרכיבים ההכרתיים הם שונים, ולפי פרויד (1920\1999), בלעדיהם אורגניזם חי לא יכול להמשיך לשרוד.

התודעה

בתולדות הפילוסופיה המערבית התודעה מאופיינת כלכידה, אחדותית ויציבה ברצף השינויים, ונחשבת ליסוד של אישיות הכשירה לשאת באחריות מוסרית ופלילית. מבנה התודעה כולל, בין השאר, את יכולת ההבחנה בין אובייקט לסובייקט ואת האמפתיה.

ההבחנה בין אובייקט לסובייקט מאפשרת התבוננות פנימית (אינטרוספקציה), ומאפשרת להבחין בין "אני" ל"לא אני", ובין פנים לחוץ. להבחנה זו תפקיד משמעותי בשאלה כיצד מכיר הסובייקט בזולת כסובייקט, להבדיל מאובייקטים של הטבע (הגל, 2020; דהן, 2019).

האמפתיה כמבנה נוסף של התודעה היא, על פי הוסרל (2016), היכולת להזיז את נקודת המבט מה"כאן" של העצמי אל נקודת ה"שם" של הזולת. על פי הגדרה זו, האמפתיה איננה רגש, אלא יכולת מבנית של התודעה. יכולת זו היא תנאי לקיום קשר עם זולת, אולם ככזו היא אינה מבטיחה חמלה או השתתפות פעילה במצבו. באותה המידה היא יכולה להוות יסוד לרגשות של בושה, גועל, כעס וחרדה. מפגש קבוצתי עשוי להוות מקום בטוח המרחיב את מנעד יכולותינו לשאת את הזולת השונה מאיתנו, ולראות בו סובייקט ולא אובייקט או איום שיש לחסלו. התפתחות זו כרוכה, בין השאר, בפעילות הכרתית. הרכיבים ההכרתיים הם דמיון, מחשבה אי־רציונאלית ותבונה.

הדמיון

הדמיון כפוף לעקרונות האסוציאציה (דומי, קִרבה בחלל ובזמן), ולהתנסות חושית במציאות. בפעילותו חופשי הדמיון לפרק מושגים ולהרכיבם, וזה גם מקור כוחו. בדמיון טמון פוטנציאל ליצירתיות ולחירות, או לפתולוגיה. על בסיס עמדתו של פרויד, הדמיון משוחרר מעקרון המציאות. ככזה הוא יכול לזהות אפשרויות חדשות שגלומות בסדר הקיים, אולם בד בבד הוא עלול ליצור אשליות ולהרחיק את האדם מהאמת ומהמציאות. כדי שהדמיון יהווה כושר מארגן של הממד האסתטי, ולא ייצור דלוזיות ואשליות, נדרשים תנאים נוספים לפעילותו, למשל עקרון הזרימה החופשית של השיח בקבוצה, שלפי פוקס (2021\1971) הוא המקבילה לאסוציאציות חופשיות בפסיכואנליזה.

מחשבות אי־רציונאליות (האמנות)

מקורן של האמנות האי־רציונאליות בניסיון אישי במציאות משתנה, או בידע שנרכש בתהליכי חברות מול סמכות ובתוך מערכות יחסים. האמנות מאפשרות לאדם להסתדר במציאות, אולם הן גם יסוד לדעות קדומות, וככאלו מרחיקות מהאמת. קורט לוין (1989), שעבד עם קבוצות קונפליקט במטרה לסייע בקידום מערכות של שיתוף פעולה וחיים משותפים, הצביע במחקריו על הקבוצה כמרחב פוטנציאלי לתהליכי הפשרה. תהליכי ההפשרה בקבוצה מאפשרים לאדם להכיר את דעותיו הקדומות ואת השפעתן על הזולת, ולהתנסות בתהליכי שינוי מתוך אחריות ולא מתוך אשמה.

התבונה

התבונה ייחודית לאדם, זוהי יכולת שמבחינה אותו משאר בעלי החיים והטבע. להבדיל מהדמיון, התבונה אינה כפופה לניסיון ולחוקיות הטבע, אלא פועלת תחת חוקי הלוגיקה, למשל עקביות והיעדר סתירה (אלו יסודות החשיבה הקוהרנטית). ככזו היא יכולה ליצור חוקיות מסוג חדש. לתבונה יש תפקיד חשוב במסורת של הפילוסופיה המערבית, כיוון שהיא בעת ובעונה אחת גם מקור לחקירת הטבע, וגם יסוד משחרר מבחינה אתית. התבונה כיכולת מהווה רכיב מארגן של מרחב אתי־דמוקרטי, שבו האדם בהיותו בעל תודעה עצמית ותבונה ניצב במרכז השיח. עם זאת, במקביל היא גם עלולה להוביל לייצור של אמצעים להשמדה המונית. כדי שהתבונה לא תוביל לפעילות הרסנית ולניתוק מהמציאות נדרשים חיבורים עם כוח הדמיון ועם מבנים של תודעה עצמית בתוך השיח המתקיים במרחב הציבורי ובאמצעותו.

לאור זאת נראה שיסודות האדם אינם טובים או רעים כשלעצמם. האדם יכול להיות מונע לפעולה באמצעות מערכות שונות של מוטיבציה, שכל אחת מהן פועלת על פי חוקיות אחרת. מערכות אלה מצויות בזיקות קשר דינמיות, ובהיעדר התאמה, חיבור וסנכרון ביניהן, ההוויה האנושית תהיה באי־נחת (למשל השקר: לאדם יש דחף לשקר, אולם תבונתו מחוקקת חוק כללי המורה לו ש"אסור לשקר". כך נוצר בנפש מאבק: החוק הכללי של התבונה מתנגש עם היצרים. בתהליך האינטרוספקציה של התודעה יכול אדם להציב את עצמו ואת זולתו כסובייקט לפעולתו, ולא כאובייקט בלבד. הוא יכול לדמות חברה שבה כולם משקרים, ולשאול את עצמו האם חברה כזו היא אפשרית ובת קיימא (דהן, 2019)).

תחושות של אי־נחת, כאב ותסכול מצויות אפוא בלב הפעולה האתית. לפי פרוייד(1930\1988), כדי להיות בן תרבות נתבע האדם להחזיק את מצב אי־הנחת, ולפי ביון (1992), היכולת לשאת תסכול היא התנאי ללמידה מהניסיון ולהתקדמות אל עבר האמת שבחוויה הסובייקטיבית ובמפגש עם המציאות.

יחסי פרט־חברה־מנהיג

בנוסף לרכיבים ראשוניים אלה של החיים האנושיים, בני אדם צריכים להתמודד גם עם הקיום החברתי ביחסי סמכות. ההנחה המשותפת לאריסטו, לוין, ביון ופוקס, על אף השונות ביניהם, היא שסגנון הסמכות, והמבנה החברתי המציית לחוקים מסוימים, משפיעים גם הם על ארגון המבנה הנפשי של הפרט. מדובר אפוא במערכת חוקים נוספת שצריך להביא בחשבון כשמנסים להבין את דרך הפעולה של הפרט. ביון (1992) ופוקס (1971\2021), כל אחד בדרכו, ביטלו את ההבחנה הדיכוטומית הראשונית בין חיי הנפש הפנימיים לבין

המציאות החיצונית (טבע ותרבות), ובין הגוף לנפש. לשיטתם, הבחנה זו אינה ראשונית, אלא תוצר מלאכותי של הישג התפתחותי דינמי של האדם ביחסים עם זולת במערכת חברתית וביחסי סמכות. כבר מראשית החיים מתרחש תהליך הפנמה של החיים עם סמכות ובאמצעותה. לעובדה זו השפעה משמעותית על הקיום האנושי: בראשית ימיו הפרט חסר אונים ותלותי בסמכות מטפלת כלשהי. זהו אחד היסודות, לא רק להיווצרותם של דפוסי פעולה, אלא גם לאופנים שונים של עריצות וחירות. מלצר (2021) מגדיר עריצות כארגון נרקיסיסטי שבו, בהיעדר סובייקט חיצוני מיטיב בשלב התלות, מתמכר הפרט ליחסים עם החלק הרע של העצמי. האחיזה במבנה זה היא נגזרת של חוסר היכולת לשאת תהליכים של התבגרות ואחריות. כך, היווצרותה של עריצות פנימית בנפש כרוכה בתהליכים לא־מודעים ביחסי סמכות. עריצות חברתית, לעומת זאת, מקורה בסמכות כוחנית ובמבנה חברתי דכאני. הבחנה זו מוצגת כאן רק לצורך הדיון, בפועל מתקיימות זיקות הדוקות בין מבנים חברתיים למבנים נפשיים. כדי שלא ייווצר עיוות בין טוב ורע, ולא יתפתח מבנה נפשי אלים, צריך האדם שיתקיימו יחסים מיטיבים בינו לבין דמויות סמכות מראשית החיים, ונדרש מבנה חברתי שיספק עוגן יציב ובטוח למשפחה. כך, ביחסים חברתיים "טובים דיים" נוצר רצף בין דמות הסמכות ההורית הראשונה לבין דמות המנהיג החברתי, ומתהווה תשתית שמאפשרת לפרט דרגות גבוהות של חירות ויצירתיות. לתפיסתו של פוקס (Foulkes, 1975/1990), היכולת של המנחה לסנכרן בין כל המערכות הללו היא הדרך ליצירת לכידות קבוצתית שתגדיל את רווחתם של משתתפי הקבוצה ואת דרגות חירותם. הגדרת היסוד של מושג החירות, הממלא תפקיד מרכזי גם בגישות הפסיכואנליזה והאנליזה הקבוצתית, היא כפולה: חירות חיובית וחירות שלילית (חירות מ... וחירות ל...). החירות השלילית היא חירות ממגבלות חיצוניות המצמצמות את התודעה העצמית והתבונה. מגבלות מסוג זה יכולות לנבוע מהחברה ומהשלטון (למשל, צנזורה ומחסומים), או מהגוף ומהנפש. החירות החיובית מתקיימת כשהפרט הוא המקור הפנימי של הפעולה, והוא בוחר בין שתי אלטרנטיבות ריאליות לפעולה או יותר. בחירה זו היא הביטוי ליכולתו של האדם להיות היוצר של חייו בתוך תנאי סביבה ובאמצעותם, כאשר מתקיימים בסביבה זו יחסי סמכות מותאמים (דהן, 2019).

מהו אפוא המבנה של חברה ראויה, שבתוכה יגדלו דרגות החירות? ומיהו המנהיג הראוי? הדיון בשאלות אלו מבסס השקפת עולם אתית, ומכונן מרחב ציבורי בהתאם.

כאמור, בעת החדשה, עם התפתחות המדע והתרחבות תהליך החילון, האדם נתפס כבעל תודעה עצמית ותבונה. ככזה הוא ישות הכשירה לשאת באחריות, וראויה לזכויות במרחב הפוליטי. בין הפרט לחברה מתקיימים יחסי כוח: החברה עלולה לדכא את חירות האדם

(כמו במקרים של עריצות הרוב), ואדם בעל חירות בלתי מוגבלת עלול לפגוע בחברה. במשטרים דמוקרטיים, החירות, השוויון והלכידות הם ערכי היסוד של האמנה החברתית, והמבנה החברתי אמור להבטיח את קיומם. במסגרת זו מופעלים כללים שמקורם בתבונה. כללים אלה אינם רק דכאניים, אלא גם נחוצים לצורך כינון מערכת יסוד שמהווה מצע משותף לפעילות של חירות (בר־גל, 2018). חברה כזו אומנם מציבה מגבלות על הפרט, אולם בד בבד היא מעניקה לו ביטחון ומניחה את היסודות ללכידות ולחוויה של מעורבות ושייכות, שבתוכה יכול הפרט להגדיר את זהותו ולבטא במידה רבה ככל האפשר את מנעד הרכיבים האנושיים שלו. בהמשך אראה שעבור פוקס (Foulkes, 1975/1990) הכללים המכוננים שמגדירים את המרחב הציבורי, והכללים התומכים שמסייעים בארגונו, הם רכיב משמעותי של "אדמיניסטרציה דינמית" (או סטינג).

סגנון סמכות דמוקרטי

לדיון זה יש השלכות על תפיסת הסמכות. במאמר "תשובה לשאלה: מהי נאורות?" הציג קאנט (1997) את התפיסה שלו בשאלה מיהו מנהיג דמוקרטי. הוא הראה כי להבדיל מאפוטרופוסים המחזיקים בני אדם במצב ילדי של תלות, חוסר אונים ופחד, המנהיג הדמוקרטי אינו מפחד לאפשר לבני אדם זרימה חופשית של תקשורת שתניח להם לבטא מחשבה עצמאית. אם כן, האפוטרופוסים יוצרים מבנה של עריצות, בעוד שהמעבר לדמוקרטיה הוא תהליך התבגרות, המפתח את היכולת של בני אדם להעז ולהשתמש בשכלם באופן עצמאי. לאור השקפת עולם זו אומנם יש לאפשר בקבוצה רגרסיה מול המנחה אל שלב של תלות וחוסר אונים, אולם מטרת ההנחיה היא ליצור תסכול אופטימלי שבו יוכלו חברי הקבוצה לכונן מערכת של שיתוף פעולה ועצמאות בתוך הקבוצה ובאמצעותה, לצד הסמכות. מנחה בסגנון דמוקרטי, כפי שמכנה זאת לוין (1989), להבדיל מ"עריץ או אפוטרופוס", עושה שימוש עצמאי בשכלו, ואינו נרתע מלאפשר לבני אדם לעשות שימוש חופשי בתבונתם. מנהיג כזה מסוגל לארגן מבנה חברתי שבמסגרתו יכולים בני אדם לעשות שימוש פומבי בתבונתם, ללא מורא ופחד.

רעיון דומה הופיע במספר מאמרים של פרויד (1988), כמו "הפסיכולוגיה של ההמון והאנליזה של האני", "מלחמה למה?" ו"עתידה של אשליה". במסגרת הדיונים הללו הבחין פרויד בין יחסי אדם־המון־מנהיג, מנהיג שקם לצורכי ההמון, לבין יחסי אדם־חברה מאורגנת־מנהיג פורמאלי. על יסוד התפיסה הפסיכואנליטית טען פרויד כי בתוך ההמון, האדם מתלכד עם בני אדם אחרים באמצעות כוחות הליבידו. חיבור זה יוצר דבוקה שהכוח המניע אותה חזק. האני העליון, ובפרט אידיאל האני, חובר לרעיון של מנהיג חיצוני,

וכתוצאה מכך הפרט בהמון מאבד את כושר החשיבה העצמית שלו ואת יכולתו להפעיל שיקול דעת עצמאי. כך הוא מאבד את היכולת המייחדת אותו כאדם, הוא נעשה אנונימי, והאני אינו מתפקד באופן ביקורתי ואחראי (פרויד,1921\1988). רגשות האשמה והבושה, שבחברה מאורגנת מעכבים את הפרט מלבצע דבר עבירה, נעלמים בעקבות המיזוג בין המנהיג להמון (פרידמן, 2015). בהמון טמונה סכנה כיוון שיש לו אידיאל מכוון, מנהיג חיצוני שעונה על צורכי השעה ומניעים חזקים לפעולה. לעומת זאת, בחברה מאורגנת, שבה נובעים הכללים המכוננים מהתבונה האנושית והתודעה העצמית, ותוכן החוק הוא האדם עצמו, המנהיג או שכבת המנהיגים מכפיפים את יצריהם לחוק התבונה (פרויד, 1921\1988). הם מציבים יסודות לארגון חברתי שבו יכול האינדיבידואל לממש את עצמו. אומנם הפרט בחברה כזאת נתבע לוותר על השאיפה לממש את **כל** מאווייו, אולם זהו המחיר שעליו לשלם כדי להיות בן־תרבות. אם כן, המפגש של האדם עם התרבות הוא קונפליקטואלי, ויש בו יסודות מובנים של אי־נחת ותסכול (בר־גל, 2018). פרויד (1908\2005) סבר כי ככל שהתרבות תגדיל את לחציה על הפרט ואת תביעותיה ממנו כך ייעשה הפרט "חולה" יותר. כלומר, הנוירוזה מבחינתו היא מחלה שמקורה גם בתרבות ולא רק במערך הנפשי במצב של דיכוי הסתמי בידי האני העליון. טענה זו מהווה את היסוד לאחד הרעיונות הרדיקליים של פוקס: לכל הפרעה התנהגותית ונפשית יש גם היבט חברתי (Foulkes, 1971/1990). פוקס סבר שאם יש לחברה חלק בפגיעה, אזי הקבוצה היא גם מקום מרפא, ואחד מאתגרי ההנחיה הוא לסייע לקבוצה לנוע בין כוחות ההמון (המפעילים חרם, שעיר לעזאזל ועוד) לבין כוחות של חברה מאורגנת. לרעיון זה תפקיד חשוב בעבודה עם פגועי נפש, נוער בסיכון, ואנשים שנפגעו מאלימות במשפחה וטראומות חברתיות.

חלק שני:
יישומי התיאוריה בגיבוש עקרונות להנחיה ולטיפול קבוצתי

פוקס (Foulkes, 1971/1990) הניח שהקבוצה היא סך כל חבריה והתקשורת ביניהם. זו מערכת דינמית שבה כל פרט הוא צומת של תקשורת. הוא מכנה מערכת זו בשם מטריקס, בבחינת מכלול התהליכים המנטאליים המילוליים והלא־מילוליים שמתרחשים בתוכה. אם מניחים שהקבוצה ככזו היא מיקרוקוסמוס של חברה דמוקרטית, אזי החירות השלילית והחיובית, בבחינת ערך יסוד, היא גם האמצעי וגם התכלית של התהליכים בהנחיה ובטיפול הקבוצתי. **מכאן שמטרת העל** המשותפת של העבודה הקבוצתית – בין אם היא חינוכית, טיפולית או ארגונית – היא לחזק את כוחות האני, כך שהאדם יוכל לעמוד מול כוחות ההמון ומול התביעה לציות עיוור לסמכות. תהליך זה מאפשר שינוי במאזן האנרגיה הליבידינלית,

תוך שחרור של כוחות החיים (כוחות הארוס), אל מול כוחות ההרס (הטנאטוס), ומהווה פוטנציאל ליצירתיות. אחד מאתגרי ההנחיה של תהליך זה הוא לסייע לחברי הקבוצה לשאת מצבים של תסכול ואי־נחת, כדי שיוכלו להתפתח ולהשיג מבנה נפשי יציב, המאפשר דרגות גדולות יותר של חירות, כאלה שמיטיבות עם העצמי ועם הזולת. בשלבי התפתחות הקבוצה ובפאזות משתנות בתוכה, נראה שהיחסים בין בני האדם הם בשירות צרכים ויצרים. הזולת נתפס כאובייקט, ואדם ניצב מול זולת במאבק. כדי שתתפתח מערכת של שיתוף פעולה נדרש לעבור תהליך דיאלקטי שבו כל אדם מכיר בזולתו כבסובייקט (הגל, 2020; דהן, 2019). התנאי לקיומו של תהליך זה הוא מבנה חברתי שמבוסס על יסודות של אמון, הדדיות ולכידות. השקפת עולם דמוקרטית אינה מבוססת על הפקרות ("חירות הדוניסטית") והיעדר כללים וחוקים, וסמכות דמוקרטית אינה נעדרת סמכות. סמכות דמוקרטית היא נוכחת, עקבית, מחזיקה ואינה מפחדת מזרימה חופשית של תקשורת. במאמרו על תפקידי המנחה הקבוצתי־אנליטי הדגיש פוקס (Foulkes, 1975/1990) את עקרונות האדמיניסטרציה הדינמית, והראה שהם רכיב משמעותי בהחזקת התהליך הקבוצתי בדרך לאיחוי ולריפוי. ליכולת של המנחה להחזיק את הכללים המכוננים של הקבוצה, ולאפשר לה ליצור כללים שיתמכו ב"כאן ועכשיו", יש תפקיד משמעותי בתהליך ההתפתחות של הפרט. הקביעה של כללים אלה הופכת את חברי הקבוצה לשותפים פעילים ביצירת המבנה החברתי עצמו. זוהי פעילות שיוצרת חוויה של שייכות, והיא בעלת ערך משחרר ומרפא (למשל, בקבוצות חינוך אפשר ליצור תהליך שבו חברי הקבוצה שותפים בקביעת התקנונים; בקבוצות טיפוליות אפשר לקיים דיאלוג סביב חוק היסוד המכונן, שלפיו אין להיפגש מחוץ לקבוצה, ועוד).

בתהליכים כאלה על המנחה, לפי פוקס (Foulkes, 1972/1990), לקחת בחשבון מספר הנחות נוספות על מצבו של הפרט בקבוצה: ראשית, פוקס טען שהקבוצה מדמה משפחה. כך, מעצם הצטרפותם של בני האדם לקבוצה מתרחש תהליך של רגרסיה לא־מודעת לשלבים מוקדמים בחיים, לתקופות שבהן היו חסרי אונים ותלויים בסמכות. בדומה לכך, בהתבסס על עמדתו של ביון (1992; בירן, 2022), חברי הקבוצה חווים את עצמם כ"ילדיים" וחסרי אונים מול מנהיג חזק, כול־יכול וכול־יודע. רגרסיה כזו יכולה להתרחש בכל שלב נתון בחיי הקבוצה. ביון מכנה תופעה כזאת בשם קבוצת הנחת־הבסיס של תלות; שנית, לפי פוקס למנחה יש כוח סוגסטיבי חזק על חברי הקבוצה; ושלישית, לבני אדם יש נטייה להתנגד לשינוי ולהביא על עצמם סבל מיותר (Foulkes, 1971/1990). בנוסף לכך, היחס הלא־מודע של חברי הקבוצה למנחה הוא דו־ערכי: מצד אחד הם זקוקים ממנו לאהבה ולביטחון, אך בה בעת הם גם רוצים "להרוג" אותו, כדי שיוכלו להתבגר. כך בא לידי ביטוי בקבוצה התסביך האדיפלי של הפרט מול הוריו. תהליך זה מעורר רגשות אשמה

ראשוניים, בבחינת חרדה מפני אובדן האהבה של הסמכות (פרויד, 1921\1988). אשמה זו מניעה את הקבוצה לפעולה מול הסמכות, ואינה מאפשרת לחברי הקבוצה ליצור קשרים משמעותיים בינם לבין עצמם או לפתח יחסי אחאות. כך, כל עוד חברי הקבוצה לכודים, בצורה מודעת ו/או לא־מודעת, ביחסי תלות עם הסמכות/המנחה, הם מתקשים ליצור קשרים בין־אישיים משמעותיים (לדיון בנושא אחים ובממד האופקי של הקבוצה ראו: Ashuach & Berman, 2022). במצבים אלה, הרצון לשמור על קונפורמיזם ולציית לכללים הוא אחד ממניעי הסתמי או האני העליון, ואינו נובע ממניעים של אני מודע וחושב. זהו ביטוי לא רק לתסביך האדיפלי של כל פרט, אלא גם לתרבות המערבית שהיא תרבות אשמה (כך לדוגמה, בעבודה עם ניצולי השואה ועם ניצולי הקטסטרופה של השבעה באוקטובר אפשר להצביע על שלושה מקורות לרגש האשמה: ראשית, האשמה שמקורה בתרבות, הנובעת מן ההנחה שחוויה של סבל היא נגזרת של חטא. הנחה זו, שסבל הוא עונש על דבר עבירה, היא דרכה של התרבות לגייס את חבריה לציית לכללים. שנית, אשמה שמקורה אדיפלי: הורים שהעבירו את ילדיהם למקום מחבוא במטרה להצילם נחוו באופן לא־מודע על ידי הילדים כהורים מעניש שנוטשים ילד תוקפני. כך החרדה מפני אובדן האהבה מצד הסמכות התממשה בפועל. שלישית, אשמת הניצול: הניצולים שמתקשים להבין למה אחרים נרצחו ודווקא הם ניצלו (דהן וקרניאל־לאואר, 2015)).

עם זאת, לטענת פוקס (Foulkes, 1972/1990), הרגרסיה בקבוצה היא לצורכי התפתחות ומתוך תקווה לשינוי. כדי לקדם תהליכי התפתחות דיאלקטית של הפרט בתוך המטריקס ובאמצעותו, על המנחה ליצור את התנאים שבהם מתבסס מחדש ארגון המבנה הנפשי. לשם כך נדרש המנחה להימנע משיפוט או הצבת אידיאלים, משום שבכך הוא עלול לחבור לכוחות האני העליון ולחזק את מעגל העריצות. מאידך, אל לו גם להתעלם מהתרחשויות בקבוצה, ולהתיר לסתמי "להשתולל" ללא עכבות. כדי לחזק את כוחות האני, ולהגדיל את דרגות האוטונומיה של הפרט, על המנחה לעודד זרימה חופשית של תקשורת, שתוביל ממונולוג לדיאלוג, ומדיאלוג לרב־שיח (Schlapobersky, 1994). בתהליך זה האני מצוי בפעולה (פוקס מכנה זאת: Ego Training in Action – Foulkes, 1971/1990), ומתקיים מעבָר (הן בממד האופקי והן בממד האנכי) מהרובד הלא־מילולי והלא־מודע אל הרובד המילולי והמודע. ככל שמספר רב יותר של חברי קבוצה מעורבים באזור התקשורת המשותף, כך גדל מספר המשתתפים שחווים הקלה במצבם, ומצליחים להביא את עצמם לידי ביטוי. ההגדרות שקובעות את הנורמלי והאבנורמלי מתעצבות מתוך השיח הבין־אישי ובאמצעותו, ולכן ככל שיותר מצבים מוכלים בשיח, כך רבים יותר המשתתפים שחווים את עצמם כשייכים וכ"נורמליים". באופן זה, תופעות התקשורת במטריקס הדינמי – כמו רזוננס, מירורינג

וחליפין – מבטאות "דמוקרטיה בפעולה", ויוצרות רצף בין החברתי, האישי והתוך־אישי (ברגר, 2015). בתנאים אלו יכולה הקבוצה להרחיב את היכולת לשאת את "האחר השונה ממני", ולשמש כמרחב בטוח ומוגן בעבור כלל הזהויות – המגדריות, המיניות והתרבותיות. כך הפרט יכול לחוות את עצמו כייחודי ושייך, ולהתגבר על חוויית הניכור והבדידות. בנוסף, מרחב כזה תורם לקידום החשיבה הדמוקרטית הרב־תרבותית. חברה רב־תרבותית כזאת מבוססת על מבנה של לכידות חברתית, שבו כל קבוצה שומרת על זהותה הייחודית בלי לכפות את ערכיה על האחר, אך בה בעת מקיימת זיקות של שיתופי פעולה עם קבוצות אחרות (זהו האתגר הגדול שבפניו ניצבת מדינת ישראל בעת הזו).

סיכום

מאמר זה התבסס על ההנחה של הוסרל, פוקס וביון, שלפיה אין דיכוטומיה בין גוף לנפש, בין חוץ לפנים, ובין הפרט לתרבות. המכלול האנושי הוא תודעה־עצמית ורכיבים הכרתיים ששוכנים בגוף, בתוך תווך בין־סובייקטיבי ובאמצעותו, באים לידי ביטוי ביחסי סמכות ובתקשורת. זוהי מערכת דינמית, שבה הקיום של הקבוצה קודם להופעת האדם הפרטי, והקבוצה מעצבת את הפרט כבר מראשית חייו. עם זאת, גישה זו אינה מבטאת פטליזם, ואינה שואפת להאדרת הקבוצה. ההבנה שכל פרט מצוי בתווך של יחסים בין־אישיים מאפשרת לבחון תהליכים חברתיים ויחסי כוח, ולחקור את מיקום הפרט בתוכם כדי שאפשר יהיה לחזור ולהשפיע עליהם. ארגון של סדר חברתי מיטיב תורם לאדם בכך שהוא מפחית את אי־הנחת שהוא חש בתרבות, משחרר אותו מרגשות אשמה ומעריצות, פותח בעבורו אופקים חדשים של משמעות, ומאפשר לו להגדיל את דרגות החירות והאחריות שלו. כך, כל מי שתורם.ת, בעזרת הנחיה וטיפול קבוצתי, לשחרור כוחות הארוס, ולחיזוק כוחות האני, תורם.ת למניעת מלחמה ועריצות (פנימית וחיצונית), ופועל.ת לקידום החירות והשלום. השקפה כזאת אינה רואה בדמוקרטיה מצב של אוטופיה, אלא צורה של פעילות בין־סובייקטיבית מתמשכת, שבה האדם מתגבר על חוויית הפטליזם וחוסר האונים, ומפתח גישה אקטיבית ביחס לחיים.

בעת הזו, במצב של משבר מתמשך, מבנה התודעה העצמית ויכולת המחשבה והדמיון של הפרט מותקפים הן מן החוץ, על ידי המציאות, והן מבפנים על ידי הגוף והחרדה. אירועי הקטסטרופה יוצרים קריעה של הרשתות החברתיות שמובילים לקריסה של ארגון המערך הנפשי וגורמים לניתוק בין כל היסודות האנושיים שעליהם הצבעתי במאמר זה. פעולת האיחוי והחזרה לחיים מתוך האפלה והכאוס יתאפשרו בקבוצות באמצעות חיבורים מחדש בין גוף לתודעה עצמית, בין דמיון לתבונה, ובין הפרט לזולת ולקבוצה. כך למשל, ההזמנה

בקבוצה לשיח אסוציאטיבי, שמקורו בפעילות הדמיון, מאפשרת להשהות שיפוטים אתיים ולבטא אופני ייצוג שונים של משמעות החיים. תהליך זה יוצר הזדמנות לחיבור ראשוני, שקודם לחיבורי אני מודע תבוני, ומאפשר לתת שם או דימוי לבעתה ולבלתי נסבל. האמונה בערכה המרפא של הקבוצה ובערכי החירות והשוויון עשויה לסייע בהתמודדות עם הבדידות ובמפגש עם המוות, ולשמור על התקווה לשיקום אישי וחברתי. כך, עקרונות קיומיים מהווים ערכים מכוונים של פעילות חברתית למען עתיד בטוח ואתי בעבור הדורות הבאים, ויוצרים חוסן אישי מול ניהיליזם ופסימיות.

מקורות

ביון, ו. ר. (1992). **התנסויות בקבוצות ומאמרים נוספים**. תל־אביב: זמורה־ביתן.

בירן, ח. (2022). **האומץ שבפשטות: רעיונות מרכזיים בעבודתו של ביון**. תל־אביב: רסלינג.

בר־גל, ד. (2018). נפש האדם, המנהיגות והקבוצה במצבי קונפליקט חברתי. בתוך: ע. אשכנזי, ד. בר־גל וע. רולניק (עורכים), **איינשטיין ופרויד והמלחמה הבאה** (עמ׳ 194–228). ירושלים: כרמל.

ברגר, מ. (2015). דמוקרטיה בפעולה: המעטפת האתית של הקבוצה האנליטית. בתוך: רובי פרידמן ויעל דורון (עורכים), **טיפול קבוצתי אנליטי בארץ זבת חלב ודבש** (עמ׳ 45–60). קרית ביאליק: אח.

דהן, ר. (2019). **על חירות ואחריות: קאנט, הגל, פרויד, סארטר**. תל־אביב: רסלינג.

דהן, ר., וקרניאל־לאואר, ע. (2015). פילוסופיה וקטסטרופה במרחב הקבוצתי: בין חיים למוות, בין אשמה לכפרה ובין הבל למשמעות. בתוך: ת. עיני להמן (עורכת ראשית), **סיפור קבוצתי, מנחים כותבים על דרכם עם קבוצות** (עמ׳ 322–360). אמציה.

הגל, ג. ו. פ. (2020). **פנומנולוגיה של הרוח**. תל־אביב: רסלינג.

הוסרל, א. (2016). **על הפנומנולוגיה של הבין־סובייקטיביות**. תל־אביב: רסלינג.

לוין, ק. (1989). **יישוב קונפליקטים**. ירושלים: כתר.

מלצר, ד. (2021). **מצבי נפש מיניים**. תל־אביב: תולעת ספרים.

פוקס, ז. ה. (1971\2021). הקבוצה כמצע לחיים המנטליים של היחיד. בתוך: ג. הרץ (עורך) **מניתוק לשילוב, היבטים בחינוך ילדים ונוער בסיכון** (עמ׳ 138–155). אגף הפרסומים, משרד החינוך.

פרויד, ז. (1908\2005). המוסר המיני ה׳תרבותי׳ והעצבנות המודרנית. בתוך **מיניות ואהבה** (עמ׳ 103–117). תל־אביב: עם עובד.

-----. (1920\1999). מעבר לעקרון העונג. בתוך **מעבר לעקרון העונג ומסות אחרות** (עמ׳ 95–137). תל־אביב: דביר.

-----. (1921\1988). פסיכולוגיה של ההמון ואנליזה של האני. בתוך **תרבות בלא נחת ומסות אחרות** (עמ׳ 19–77). תל־אביב: דביר.

-----. (1930\1988). תרבות בלא נחת. בתוך **תרבות בלא נחת ומסות אחרות** (עמ׳ 118–184). תל־אביב: דביר.

-----. (1933\1988). מלחמה למה? בתוך **תרבות בלא נחת ומסות אחרות** (עמ׳ 7–18). תל־אביב: דביר.

פרידמן, ר. (2015). הרגשות הרעים ביותר והטובים ביותר במטריקס. בתוך: ר. פרידמן וי. דורון (עורכים), **טיפול קבוצתי אנליטי בארץ זבת חלב ודבש** (עמ׳ 135–150). קרית ביאליק: אח.

קאנט, ע. (1997). תשובה לשאלה: "נאורות מהי?". בתוך: ע. בשארה (עורך), **הנאורות: פרויקט שלא נשלם** (עמ׳ 45–52). תל־אביב: הקיבוץ המאוחד.

Ashuach, S., & Berman, A. (2022). *Sibling relations and the horizontal axis in theory and practice contemporary group analysis: Psychoanalysis and organization consultancy*. Oxford: Routledge.

Foulkes, S. H. (1990/1971). Access to unconscious processes in the group-analytic group. In E. Foulkes (Ed.), *Selected papers of S. H. Foulkes* (pp. 209-222). Routledge.

-----. (1990/1972). Oedipus conflict and regression. In E. Foulkes (Ed.), *Selected papers of S. H. Foulkes* (pp. 235-248). Routledge.

-----. (1990/1973). The group as matrix of the individual mental life. In E. Foulkes (Ed.), *Selected papers of S. H. Foulkes* (pp. 223-233). Routledge.

-----. (1990/1975). The leader in the group. In E. Foulkes (Ed.), *Selected papers of S. H. Foulkes* (pp. 285-206). Routledge.

-----. (1990/1977). Notes on the concept of resonance. In E. Foulkes (Ed.), *Selected papers of S.H. Foulkes* (pp. 297-305). Routledge.

Schlapobersky, J. (1994). The language of the group. In D. Brown & L. Zinkin (Eds.), *The psyche and the social world: Developments in group-analytic theory* (pp. 211-231). London: Jessica Kingsley.