



הלא ידוע
המשפחתי
Family
Unformulated
Knowledge
ד"ר אביבה מזור

בהרצאה זו אציג בפניכם **נקודת ראות אחרת** לגבי תופעה שאנו מכירים מחיי היום-יום בקליניקה ואני מכנה את התופעה הזו בשם: **הלא-ידוע המשפחתי**

(Family unformulated knowledge).

בספר שכתבתי על הלא ידוע המשפחתי (הספר יצא לאור לפני כחודשיים) אני מציעה **הרחבות** בשלושה מרכיבים מרכזיים בתהליכי טיפול זוגי, משפחתי ואישי והדרך בה ניתן לעבוד עם מרכיבים אלו בתוך הטיפול:

א. סוגי הלא ידוע המשפחתי

ב. התהליך הטיפולי בסוגי הלא ידוע המשפחתי באמצעות שפות שונות של היחסים: שפת הרובד הגופני, שפת הרובד הממשי (כוללת את חידושי הטכנולוגיה והתקשורת) ושפת הרובד המנטלי- המאפיינת את שפת הטיפול המרכזית שמוכרת לנו.

ג. יישום ההמשגות האלו בשלושה שדות טיפול מרכזיים: אינטימיות ומיניות, טראומה במשפחה והעברה רב-דורית.

בהרצאה אנסה לתת לכם ולכן טעימה **רק** של סוגי הלא ידוע המשפחתי באמצעות תיאור מקרה.

מהו הלא ידוע המשפחתי?

הלא ידוע מאגד חלקי זיכרונות, תחושות, רגשות, אירועים ומצבים שנוצרו בין בני המשפחה ושלא ניתן לחשוב אותם או לנסח אותם במרחב היחסים המשותף הזוגי והמשפחתי.

החומרים אינם מוכלים או מעובדים ספונטנית משום שהם מפוזרים בין בני המשפחה והזוג כפיסות מידע או תחושות שלא מתלכדים לתמונה שלמה או לנרטיב קוהרנטי אחיד.

כשחומרים אלה מצטברים הם יוצרים עומס במרחב הנפשי וביחסים – המצטברים לסבל ופתולוגיה.

הם מופיעים חלקם כסודות, חלקם ידועים לכולם אבל קיים איזשהו איסור לא מפורש לדבר עליהם, משום שההכרה בהם גורמת לכאב, בושה או אשמה.

כשכל אחד מאתנו חושב על משפחתו, אנחנו יכולים לחוש בקיומם של חומרים אלו כמעין 'ענן' או 'צל שמלווה' את המשפחה.

במהלך העשורים האחרונים בלטו לנגד עיני **שלושה שדות טיפול מרכזיים** – גם בטיפול הזוגי וגם בטיפול האישי – שנוצרים בהם סוגים שונים של הלא ידוע המשפחתי באופן בולט ביותר –

1. **שדה האינטימיות והמיניות**. 2. **שדה הטראומה** ובעיקר זו **המשפחתית**. 3. ושדה **ההעברה הרב-דורית**. בכל אחד מן השדות הללו ניתן לשמוע במהלך הטיפול את חומרי הלא ידוע – שקשורים גם ללא מודע האישי והעבר האישי וגם ליחסים המתהווים בהווה. **דוגמא מוכרת לנו** – בני זוג (גילי ויוחאי) לאחר לידת ביתם הראשונה, 'נתקעים' במעבר להורות ואינם יכולים ליצור מרחב זוגי אחר מזה שבנו בראשית הקשר ביחד. המרחב המשותף מלא משימות הוריות שמעניקות להם סיפוק רב מחד, ומאיך המרחב הזוגי התרוקן. הכאב של הזוגיות שהתרוקנה הופך ל'צל מאיים' שלא מדובר ביניהם. ה'צל המאיים' מעורר חרדות פרידה ברקע. המצב הזוגי אינו משתנה גם לאחר שנולדים הילד השני והשלישי.

בטיפול האישי של כל אחד מבני הזוג, הם מבינים כיצד השפעות העבר של יחסי אובייקט ממשפחות המוצא משתחזרות בחלקן ביחסים בהווה. אבל לפעמים, גם כשהטיפול האישי מוצלח עבור העצמי – בני הזוג נותרים חסרי אונים – כשהתובנות האישיות לא מגשרות על המשקעים במרחב המשותף. מסתבר, **שבנוסף** על השינויים והתובנות במרחב הפנים נפשי של היחיד נדרשת **הבנייה נוספת או קומה נוספת** של עבודה טיפולית כשמדובר ביחסי המשפחה.

אפשר כמובן לטפל במקרה שאתאר עתה בטכניקות וגישות טיפול שונות.

נקודת הראות של הלא ידוע המשפחתי מציעה להתמקד - בחיפוש אחר הדברים

המשותפים שנוצרו ביחסי המשפחה, אבל - שלכל אחד מבני המשפחה יש רק ידיעה חלקית לגביהם. מדובר בנקודות עיוורון שנוצרות דווקא במרחב המשפחתי והן מרחיקות את בני הזוג זה מזה.

אם נחזור לגילי ויוחאי: גילי 'מחקה' בהדרגה את אישיותו של יוחאי, היא רוצה ללדת ילדים ברצף - כשהיא שואבת את עיקר העונג שלה מתקופת הינקות של ילדיה. יוחאי קולט בהדרגה שהיא בעצם 'משחקת בבובות קטנות' - כי כשהילדים גדלים, אין לה סבלנות אליהם, העומס על שניהם עצום, גילי מתמלאת כעס עליו ותוקפנית כלפי הילדים. יוחאי לא מעז לשאול את עצמו מדוע גילי 'דוחפת' להורות ש'בולעת' אצלם את הרומנטיקה, האינטימיות והמיניות.

הבעיה היא שמה שהם יודעים זה על זה הוא: א. חלקי - יוחאי לא רואה את כל התמונה המלאה אצל גילי וכנל' גילי לגביו. ב. גם הידיעה החלקית שיש לכל אחד מהם זה ביחס לזה לא יכולה לבוא לידי ביטוי גלוי בגלל אכזבה, זעם, וקנאה - כלומר, רגשות שמאיימים על העצמי ועל היחסים.

המקורות התיאורטיים של הלא ידוע, שואבים השראה ממספר מקורות מרכזיים של החשיבה הפסיכואנליטית:

ה'ידיעה שלא ניתן לחשוב אותה' (בולאס) Unthought known

'התנסות שלא ניתנת לניסוח' (דונל שטרן) Unformulated experience

תהליכי הטיפול מבוססים על הרחבות של מרחב הביניים על פי וויניקוט.

בשונה משלושת המקורות האלה - ההמשגה של הלא ידוע המשפחתי א מתייחסת לחומרים רבים שהם גלויים חלקית ושאינם מודחקים לגמרי ללא מודע האישי, הם באים לידי ביטוי בפעולות, התנהגויות, אובייקטים ממשיים שגלויים לעין. ב. הדגש הטיפולי פה הוא על

היחסים והמרחבים המשותפים שנוצרים משפחה ולא רק על המרחב הפנים- נפשי או הדיאדה של יחסי אובייקט. במרחב היחסים הזוגי, גם כאשר החומרים הללו מודחקים אצל גילי – הם גלויים אצל יוחאי ופעילים. זאת אומרת שאין מחיקה או הדחקה מלאה. הלא ידוע המשפחתי שונה בכך מהלא-מודע המשפחתי של שרף ושרף והלא מודע הקבוצתי של ביון.

השאלה הבאה: כיצד נוצרים החומרים של הלא ידוע המשפחתי ?

באופן כללי, במשפחה הפועלת יחד כקבוצה עם מושקעות רגשית ארוכת שנים, נוצרים **שינויים תמידיים** של העצמי ושל היחסים. העומס מצטבר **משינויים** בגבולות, שינוי בזהות, השפעות חדשות, ואבדן הגדרות מוכרות. בכל שינוי יש **אי וודאות** לגבי העתיד. תמיד יהיו **עומסים שאינם מוכלים** לא על ידי היחיד, ולא באמצעות היחסים של הזוגיות והמשפחה. העומס מצטבר כאשר אין אפשרות לדבר עליו, להבין אותו או לעבד אותו. כתוצאה ממצב זה הוא נחוה כמעין צירופי מקרים המובילים למצבי כאוס, חוסר אונים או חוסר שליטה.

אם לחזור לדוגמא: למרות שהם מסכימים ביניהם שהם עוברים תקופה קשה- גילי ויוחאי מתקשים לדבר על האובדנים והכאב שכרוך בשינויים שהתרחשו בחייהם. גילי לא מרגישה שהזוגיות חסרה לה ולפיכך, אינה מבינה את הסבל וההחמצה אצל יוחאי. על אף שהיא מוטרדת מההתרחקות ביניהם. יוחאי מצידו מתנתק ממנה; הוא משוטט באתרי פורנו והוא מנותק מההשפלה והפגיעה שלו בגילי. הסבל הולך ומצטבר.

ישנם זוגות (או משפ') שיודעים לעבד באופן ספונטני את העומסים המצטברים ויכולים ליצור **מרחבי ביניים** ספונטניים המאפשרים פירוק של העומסים ומחוללים שינויים מיטיבים. אולם מי שיבוא לטיפול הם אותם זוגות או בני המשפחה שאינם מסוגלים להבין כיצד העומסים שביחסים גורמים לנקודות עיוורון, לחוסר אונים, ולחוסר שליטה.

כיצד נזהה את סוגי הלא ידוע המשפחתי בתהליכי הטיפול

הלא ידוע המשפחתי מורכב משישה סוגים של לא ידוע:

1. פערים בין נקודות מבט שונות
2. שוליות
3. קיטועים, פיצולים ושברים
4. סודות משפחתיים
5. הלא מודע האישי
6. התעלמות מהגלוי לעין

נתבונן בשני סוגים: א. פערים בין נקודות מבט שונות וב. שוליות של הלא ידוע

בשדה הטיפול של אינטימיות ומיניות

בדרך כלל לבני הזוג יש קושי רב לדבר ביניהם על קשיים באינטימיות ובמיניות. למרות שהקשיים הללו נוכחים בכל רבדי המציאות של הזוג, ברובד הגופני, ברובד המנטלי וברובד התיפקודי. למרות זאת הם לא מדוברים בין השניים.

גם תגובות המטפל מורכבות פה – מלבד השלכות וההעברות הפנים נפשיות שלו- בכל פרשנות ישנה גם חשיפה אינטימית גדולה.

א. פערים בין נקודות מבט שונות במשפחה

תיאור: הפתולוגיה נוצרת, כאשר הפערים הטבעיים בין נקודות המבט במשפחה הם גדולים מדי, כך שהאמפתיה וההזדהות בין בני המשפחה, אינן מגשרות על העומס שנוצר כתוצאה מהפערים האלה. עומס שמאיים, בו זמנית, על לכידות העצמי ועל קיומם המתמשך של היחסים.

מהדוגמא: גילי מוחקת חלקים מהנזקקות שלה והתלות שלה ביוחאי והופכת אותם ללא קיימים. יוחאי מרגיש מנוצל ומחזיר לה בשתיקה והתרחקות פיסית. עם השנים תחושת ההחמצה שלו גוברת, כשגילי אינה נמשכת אליו ומאבדת ענין במיניות ובאינטימיות ביניהם

שהוא כל כך אהב. הלא ידוע המשפחתי מתייחס לשבר בברית הזוגית כתוצאה מפערים כה גדולים באופן שכל אחד מהם רואה וחווה את המציאות המשותפת.

ב. סוג אחר של הלא ידוע המשפחתי הוא שוליות

תיאור: בני משפחה המוצאים עצמם בשוליה של נקודת המבט הדומיננטית, חשים דחויים מבלי שתחושת הדחייה תקבל תיקוף ותזכה להכרה ממישהו מבני המשפחה. חומרים רבים שבמהותם הם חשובים נהפכים לשוליים. לדוגמא, גילי מקדישה עצמה להורות אבל היחסים הקשים בין בינה לבין יוחאי, גורמים לכך שילדיהם הבוגרים יותר מרגישים דחויים. הדבר אינו ניתן לחשיבה או אמירה על ידי הילדים או יוחאי (כי הרי גילי רוצה עוד ילדים). הילדים סובלים מהמתח והזעם שבין ההורים, אשר לא מובן להם. העומס של הילדים הופך ללא ידוע המשפחתי שמצטבר ממצבים בהם הילד, הופך לאובייקט שמעמיס קושי, מייצר מתחים --ומלא אשמה על כך.

מי שרואה את הסבל והכאב של הילדים הם הסבים והסבתות שמגויסים לעזור אוטומטית. אבל גם להם אסור לומר דבר בגלל השבירות שביחסי הזוג. הילדים הגדולים יותר מתנתקים מקשריהם עם גילי ויוחאי והופכים שטוחים ותפקודיים, בעיקר כדי להפסיק להרגיש את הפגיעה מעצם היותם בעמדה של שוליות שכזו.

כעת אעבור לשדה הטיפול בטרומה בעיקר ביחסי משפחה. פה נתייחס לשני סוגים נוספים שמאפיינים את הלא ידוע בפוסט-טראומה.

ג. קיטועים, פיצולים ושברים

תיאור: הלא ידוע המשפחתי נוצר ממצבי שבירה ופיצול ביחסי משפחה ובדיסוציאציה של העצמי. מצבי הקיצון בטרומה מעמיקים את הנתקים והפערים הטבעיים בין בני המשפחה, עד להתפרקות כשלא ניתן לייצג אותם. התפרקות מתבטאת בפיצול בין רגש לידיעה, או בין חלקי ידיעה שונים, בין תחושות והסימבוליזציה שלהן.

ברמה הפנים נפשית נוצרת דיסוציאציה בגלל הדחקות, הכחשות ותהליכי שכחה שונים.
ברמה הבין-אישית הקשרים הופכים למנותקים ומתים, בדומה ל"חורים השחורים".

לדוגמה: כשיוחאי משוטט באתרי הפורנו, הוא מוצף ממה שהוא רואה אבל מתחיל להתמכר.
הוא מרגיש מושפל ובו זמנית גם נוקם בגילי. הוא כבר לא מכיר את עצמו ולא יודע מי זו גילי
שאהב פעם. כשגילי 'תופסת' אותו על חם היא מגיבה בתדהמה לא מאמינה שהוא מסוגל
לפגוע בה כל כך. מבחינתה זאת ממש בגידה ולא מעניין אותה אם זה וירטואלי. היא מרגישה
כמו בסיפור שהוא לא שלה, זה לא אמור היה לקרות לה. גילי מיואשת ויוחאי נבהל כי פירוק
המשפחה נמצא על סף ביתם. מרחבי הביניים הטבעיים נשברים, ויוצרים שבירות רגשיות
של היחיד ושל היחסים, בדומה לטראומה מצטברת.

כל טראומה מותירה סודות: וזה סוג נוסף של הלא ידוע המשפחתי

ד. סודות משפחתיים

תיאור: כאשר נשמר סוד בין בני המשפחה הלא ידוע המשפחתי מתעצם. בני המשפחה
מחליפים את היחסים הרגילים ומרחבי הביניים הספונטניים ביניהם, בניתוקים, שקרים
והסתרות. הידיעה מפוזרת באופנים שונים בין בני המשפחה ומצמצמת את היחסים
ההדדיים: אחד מכיר את הסוד, אחר מכחיש את התוכן של הסוד, ילד נוסף שכח אותו.
סוג זה מוכר לנו היטב בחיי היום-יום של כל משפחה ולכן לא ארחיב בו.

עד כאן תיאורי ארבעה סוגים שונים של לא ידוע ופה גם נפרד מהדוגמא של גילי ויוחאי.

שדה הטיפול השלישי : העברה רב דורית.

אחד הערוצים המרכזיים של ההעברה הרב דורית הוא הלא מודע האישי,

המהווה אחד המקורות החשובים של הלא ידוע המשפחתי.

תיאור : בין הלא-מודע האישי והלא-ידוע המשפחתי מתקיימים יחסים מורכבים.

ההשלכות וההזדהויות מהלא-מודע משפיעות תמיד על הלא ידוע המשפחתי. הלא ידוע

מחלחל אל הלא-מודע האישי: קונפליקטים סמויים בין הורה לילד שוקעים כפנטזיה בלתי מודעת אצל הילד, אך נשמרים כזיכרון מכאיב אצל ההורה.

בתקופה שלנו, אחד המקורות המרכזיים של הלא ידוע המשפחתי נובע דווקא מהקטיעה ברציפות של ההעברה הרב דורית.

השאלה הטיפולית היא: כיצד נבנים ייצוגים פנימיים של העצמי ושל היחסים במשפחה **כשאינן** מודלים להזדהות וההעברה מהדורות הקודמים.

לדוגמא: דנה בת 42, מחליטה להיות אם יחידה מתרומת זרע. היא לא מכירה אף אחת מנשות המשפחה שעשתה בחירה כזו. אין לה עם מי להזדהות ואין לה שום מודל ללמוד ממנו במשפחה הקרובה והמורחבת. בנוסף, המודלים והדגמים הפנימיים של הלא מודע נמצאים בקונפליקטים מודעים וגם לא- מודעים עם הפעולות שלה במציאות החיצונית. הלא ידוע המשפחתי נובע א. מעצם התופעה החדשה- הרצף של ההזדהות עם הדורות הקודמים נקטע . וב. מכך שדנה צריכה להרחיב ולהגמיש את האובייקטים המופנמים שבעולמה הפנימי.

גם אנחנו כמטפלים לא יודעים מה משתנה בלא מודע, איזה הפנמות וייצוגים נוצרים אצל דנה או במבני המשפחה החדשים של שני הורים ופונדקאית, או משפחה עם ארבעה או אפילו חמישה הורים – שמגדלים את ילדיהם בשבט די גדול (סבים סבתות, דודים וכו').

היבט נוסף של הלא ידוע המשפחתי בשדה ההעברה הרב-דורית הוא **התעלמות מהגלוי לעין**.

תיאור : ישנם מצבים שהם כה גלויים לעין ברקע היום-יומי עד שהם נראים כמצבים שקופים שלא מבחינים בהם. כאשר ההתעלמות מוכחשת ולא מאפשרת ביטוי או שיח, נוצרת פתולוגיה ביחסים ובעצמי.

מצבי שקיפות כאלה הם שכיחים מאוד בתהליכים של ההעברה הרב דורית.

לדוגמא, הדודים של דנה, אינם מקבלים את בחירתה, כולם – כולל נשותיהם מתעלמים ממנה בכל תקופת ההיריון, על אף שהיא נוכחת בחלק מהמפגשים המשפחתיים. רק כשנולד לה בן זכר היא מתקבלת למשפחה המורחבת חזרה. דור ההורים מעדיף את הבנים או הגברים על פני הבנות. על אף שהבנות הן נשים משכילות ומצליחות, הן עדיין נחשבות לפחותות ערך בהשוואה לאחים שלהן. אצל דנה מצטלבים סוגי הלא ידוע: הסוג שמבטא קטיעה והסוג שמבטא המשכיות בהעברה הרב דורית.

עד כאן, התיאור של סוגי הלא ידוע המשפחתי והם אינם ממצים סוגים אחרים- כל אחד יכול להוסיף עליהם סוגים נוספים.

השאלה האחרונה היא: איך הופכים את הלא ידוע לתהליכי הבנה ושינוי.

ראשית, חשוב לציין, שחומרי הלא ידוע אינם 'קופצים מיד' לעינינו, כפי שהעברה או השלכה אינם מובנים לנו מיידית במפגש הטיפולי. מטבע הדברים, כדי לזהות, לאסוף אותם ולעבד את החומרים הללו, התהליך טיפולי מצריך משך זמן בינוני או ארוך. שנית, התהליך הטיפולי כולל מספר צעדים: א. זיהוי חומרי הלא ידוע, ב. יצירת הספירה המשפחתית-תנועה בין כמה נקודות מבט (ושפות שונות) ג. שינוי והטמעה.

על כך אדבר בסדנא.

לסיכום: בקליניקה אנחנו שומעים דברים רבים שלא תמיד נכנסים למושגים או לתיאוריה זו או אחרת. התהליך הטיפולי שלוקח בחשבון את חומרי הלא ידוע המשפחתי מאפשר למימד נוסף להתקיים במציאות הטיפול. כשמאגדים את סוגי הלא ידוע המשפחתי ניתן לפרש ולעבד אותם גם באמצעות נקודת הראות **הגלויה** של הגישה המערכתית וגם על ידי נקודת הראות **הסמויה** של הלא מודע האישי. היתרון היחסי של התהליך הטיפולי טמון באפשרות לנוע במרחבים הרב-שכבתיים כדי להרחיב את נקודות המבט של בני הזוג, להגמיש את היחסים וליצור הבניות משוכללות ומותאמות במרחבי הנפש והמשפחה.

כנס קולות וגוונים ספטמבר 2017, אשקלון

אסיים במילותיה של סוזן זונטג שרלוונטיות כל כך לתקופתנו : "דברים רבים בעולם לא נקראו בשם ודברים רבים, אף כי נקראו בשם מעולם לא תוארו".

הסבר ממפורט לגבי היישום של הלא ידוע המשפחתי בתהליכי הטיפול -ניתן למצוא בחומרי הסדנא שנמצאים באתר האגודה.