



מכון חרוב (ע"ר)
The Haruv Institute (R.A.)

מלאכים בחדר הילדים: העברה בין-דורית של השפעות הוריות מיטיבות

Alicia F. Lieberman, Elena Padrón, Patricia Van Horn, And William W. Harris
San Francisco General Hospital and University of California, San Francisco

תורגם עבור מכון חרוב ע"י שירה ליפקין ©



ירושלים
אייר, תש"ע
אפריל, 2010

“עץ הדעת ועץ החיים נטועים בליבם”

“The tree of knowledge & the tree of life are planted in their hearts”



מכון חרוב (ע"ר)
The Haruv Institute (R.A.)

מלאכים בחדר הילדים: העברה בין-דורית של השפעות הוריות מיטיבות

Alicia F. Lieberman, Elena Padrón, Patricia Van Horn, And William W. Harris
San Francisco General Hospital and University of California, San Francisco

תורגם עבור מכון חרוב ע"י שירה ליפקין ©

תקציר

Fraiberg ועמיתיה (1975) הציגו את המטאפורת המכונה "רוחות רפאים בחדר הילדים" כדי לתאר את הדרכים שבהן הורים מעבירים טיפול לקוי בילדים, מדור אחר למשנהו על ידי כך שהם מגלמים מחדש עם ילדיהם הקטנים את האירועים הקשורים לחוויות היחסים המוקדמות הבלתי זכורות שלהם של חוסר אונים ופחד. במאמר זה אנו מציעים כי מלאכים בחדר הילדים - חוויות של קבלת טיפול המתאפיינות ביצירת רגש משותף בעלי עוצמה בין ההורה לילד, שבו הילד חש שמבינים אותו, מקבלים אותו ואוהבים אותו באופן כמעט מושלם, מספקים לילד תחושה בסיסית של ביטחון וערך עצמי אשר ניתנת לשליפה כאשר הילד הופך להורה על מנת להפסיק את מחזור הטיפול הלקוי. אנו טוענים כי חשיפתם של מלאכים ככוחות מקדמי צמיחה בחייהם של הורים שחוו טראומה היא חיונית לעבודת הפסיכותרפיה באותה מידה שבה חשובים פירושן וגירושן של רוחות הרפאים. תוך שימוש בחומר קליני, אנו מדגימים את הדרכים שבהן חוויות מיטיבות מן העבר הקשורות למטפלים יכולות להגן אפילו מפני טראומה קשה, ובוחנים את הופעתן מחדש של דמויות מיטיבות אלה בתודעה כאמצעי לשינוי טיפולי. לבסוף, אנו בוחנים את ההשלכות של רעיון "המלאכים בחדר הילדים" על המחקר ועל ההתערבות הקלינית.

* * *

הסב מתבונן מהצד בבנו, אב צעיר בעצמו, כשהוא מטפל ברכות בתינוקו החדש. השמחה שממלאת את ליבו כשהוא מתבונן בהם, מעלה בזיכרונו את פרץ השמחה שאחז בו, מזמן, כאשר הביט באשתו כששיחקה באהבה עם בנם הקטן. בעודו חושב באותה העת גם על ההווה וגם על העבר הוא מהרהר בליבו: "ישנם מלאכים שעוברים מדור לדור, אבל רק לעתים רחוקות מבחינים בהם או מדברים עליהם" (Harris, personal communication, April 23, 2003).

כשנזכר ברגע הזה, הגיע הסב להבנה העמוקה שהקלילות המענגת שבה טיפל בנו בתינוק נושאת את חותמה של ההורות האוהבת שקיבלה אם בנו בעצמה, כשהייתה ילדה. אותו מראה העלה בזיכרונו את האמהות הרכה של אשתו, ואז הוביל אותו להיזכר בקשר העמוק בין אשתו לאמה. בשרשרת זו, המראה התמים לכאורה, של אב המטפל בבנו הופך להיות אמצעי ההעברה של השפעות בין דוריות מגינות חשובות ביותר, אשר מעודדות התפתחות בריאה של ילדים בכל מקום. הצפייה באותו מראה גם מציגה בפנינו ארבעה דורות החוברים יחד, כל אחד בתפקידו המיוחד, בחגיגת יחסי הורים וילדים.

במסורת הרוחנית של תרבויות רבות, המלאכים הם ישויות רוחניות שופעות חסד אשר מתווכות בין שמיים לארץ ומעבירות מסרים אלוהיים ולעתים אף משמשות כמגנים (Murray, 1971). לדעתנו, מנקודת מבט פסיכולוגית, המלאכים מתגלים מתוך זיכרונות הילדות, הקשורים באדיקות לפנומנולוגיה של חוויות טיפוליות המתאפיינות ברגש משותף חזק בין ההורה לילד, ומספקות לילד תחושה בסיסית של ערך וביטחון. מסרים אלו של טוב פנימי ואהבה ללא תנאים מהווים את מהותו של המלאך. כשהם מגלמים מצבים מעברם, הורים מעבירים, ללא ידיעתם, מלאכים מן הילדות שלהם עצמם אל תוך חדרי הילדים של תינוקותיהם. בתוך כך, מסר "המלאכים בחדר הילדים" מועבר לדור הבא בצורת השפעות מיטיבות השומרות על מסלול ההתפתחות.

במציאות מושלמת, ההשפעות המאשרות את העצמי נעות בדממה בחייהם של הילדים, כשהן עוטפות כל דור ממשיך בביטחון הנובע מן האהבה, הקבלה וההבנה. ברגעים האפלים יותר, אותם "מלאכים בחדר הילדים" עומדים מול אחיהם הידועים יותר, רוחות הרפאים (Fraiberg, Adelson, & Shapiro, 1975), כשהם נאבקים בהם על מנת לשמר את המעטפת המגנה של אהבה הורית המקיפה ילדים קטנים ומתאמצים לתקן את ההשפעות המזיקות מההתפרצות האחרונה. רוחות רפאים ומלאכים חיים זה לצד זה כשביניהם שוררת מתיחות דינאמית. לעתים, הם נאבקים באופן פעיל על העליונות ולעתים אחרות הם שוקעים במצב רגוע המאפשר לאדם לקיים "אזור אגו המשוחרר מקונפליקט" (Hartmann, 1939) שבו שקיעה בהרהורים תוך-נפשיים מפנה מקומה להסתגלות לעולם החיצון. האדם המארח את אותם רוחות רפאים ומלאכים עשוי שלא להיות מודע כלל לנוכחותם או למשמעותם משום שמצבים נפשיים ומצבים מחשבתיים מורגשים בדרך כלל באותו הרגע, ללא קשר למקור שלהם בחוויות העבר.

במאמר זה, אנו בוחנים את הניגודים החדים בין רוחות רפאים ומלאכים בחדר הילדים כשהם נעים יחדיו ומעצבים את התפתחותם של ילדים. במאמר נטען כי חשיפתם של המלאכים ככוחות מקדמי גדילה בחייהם של הורים שעברו טראומה חשובה עבור עבודת הריפוי באותה מידה שבה חשוב להכיל, לביית ולגרש את רוחות הרפאים. הניסיון הקליני שלנו מעיד על כך שחשיפתן ושילובן של חוויות מוקדמות של ביטחון, אינטימיות, שמחה וחוויות נעימות אחרות בתודעה עשויה לקדם הערכה שונה במידת מה של יחסים קודמים עם המטפלים העיקריים ולעודד תחושה חזקה יותר של ערך עצמי והשקעה רגשית ביעדי התפתחות מתיאמים. תפיסה טיפולית מורחבת זו חיונית לטיפול בטרומה אשר מדגיש כרגע את המיקוד הטיפולי בתזכורות טראומטיות וגורמים מעוררים אחרים אשר מטשטשים את הגבול שבין להיזכר באירוע טראומטי לבין לחיות אותו מחדש (Steinberg, & Piacentini, 1999). אנו מציעים כי הזיהוי המקביל של "אותות מיטיבים" (beneficial cues) (Harris, 2004) יכול לזרז את ההחלמה מטרומה על ידי כך שהוא מציב את סימני הטרומה בתוך פרספקטיבה רחבה יותר של חוויות מזינות ומעודדות צמיחה. המטרה שלנו היא ליצור מאזן נגדי לנטיית הגוברת של התערבויות מבוססות יחסים בינקות להתמקד בעיקר באינטראקציות קיימות בין הורה לילד או לבחון חוויות של כאב, עימות וניכור מהמטפלים בעברו של ההורה (ראה Stern 1995; Ososky, 2004; Samernoff, McDonough, & Rosenblum, 2004). כאשר הקטבים הרגשיים הקשורים לחוויות ניגודיות ומיטיבות מוקדמות מובאים אל התודעה, ניתן להשיג קביעות אובייקט והדבר מביא לאינטגרציה רגשית מוגברת וסובלנות כלפי אמביוולנטיות (Mahler, Pine & Bergman, 1975). השיקום והחוויה מחדש המלאה של זיכרונות עבר של אהבה הם צעד ראשון והכרחי בתהליך זה.

על מנת לפתח את הנחת היסוד שלנו, אנו מתחילים בסקירת הניסוח של רוחות רפאים בחדר הילדים כפי שהובאה על ידי (Fraiberg, et al. 1975). בחלקים הבאים, אנו דנים ברעיון המקביל של מלאכים בחדר הילדים. ראשית, אנו בוחנים את הדרכים שבהן הורים משיגים מחדש את החיבור עם אותם כוחות מיטיבים בחייהם המוקדמים. לאחר מכן, אנו מתארים את הדרכים שבהן חוויות מיטיבות מוקדמות עם המטפלים יכולות לפעול ככוח מגן אפילו מפני טראומה משמעותית. לבסוף, אנו בוחנים את הופעתן מחדש של חוויות מיטיבות אלה בתודעה ככלי בעל עוצמה ויכולת שינוי בתהליך הריפוי. אנו מסכמים בבחינת מספר השלכות של עיקרון "המלאכים בחדר הילדים" על המחקר ועל ההתערבות הקלינית.

החומר הקליני נאסף מטיפולי פסיכותרפיה הורה-ילד באמצעות מדגם של ילדים מגיל לידה ועד גיל 6 והוריהם בעלי רקע אתני וסוציו-אקונומי מגוון. הילדים הופנו בשל התסמינים הקשורים להיותם עדים לאלימות בבית, אלימות פיזית או שכול טראומטי. כל ההורים נחשפו לגורמי טראומה כמבוגרים ועבור כמחצית מההורים החוויה הטרומטית החלה בילדותם. הקשיים בהורות בקרב קבוצה זו היו נרחבים ובאו לידי ביטוי בעימותים קשים ביחסי הילד-הורה (Lieberman, 1998; Lieberman & Van Horn, 2004). סקרנו רישומים קליניים המכילים הערות נרטיביות של מפגשים טיפוליים ופרוטוקולים של הערכה שכללו תמלילים של (George, Kaplan, & Main, 1996) Adult Attachment Interview. ראיון קליני לכאורה שבו המשיבים מתבקשים לתאר את חוויות הילדות שלהם עם הוריהם. בתהליך יצירת מערכת היחסים הטיפולית, ביקשנו מההורים לחשוב על שנות חייהם המוקדמות, מערכת היחסים שלהם עם הוריהם והמחשבות שלהם לגבי הדרך שבה חוויות אלה השפיעו על השאיפות שהיו להם עבור ילדיהם בשלב מאוחר יותר. בחנו את הנרטיבים ההוריים באמצעות כלי הערכה ורישומים קליניים על מנת לזהות חוויות מוקדמות של אהבה, טיפול וטיפול אשר עשויים להתבלט כמקורות כוח בתפיסת ההורים את עצמם ואת יכולתם לדאוג לילדיהם. במהלך המחקר, הניע רעיון המלאכים בחדר הילדים את חלק מהמטפלים לכתוב זיכרונות משלהם של חוויות אישיות המתעוררות מתוך עיקרון זה. כל הדוגמאות שונות לצורך שמירה על הפרטיות.

רוחות רפאים בחדר הילדים: הזדהות עם התוקפן

הדימוי של רוחות רפאים בחדר הילדים הפך למטאפורה לכוח שלא ניתן להתעלות מעליו מאז שטבעה אותו סלמה פרייברג לפני כמעט 30 שנה. היא הטביעה מושג זה כדי לתאר את הדרך שבה מגלמים הורים עם ילדיהם בייסורים, תסריטים מחוויות מוקדמות, שאינן זכורות אך יש להן השפעה כואבת, הקשורות בחוסר אונים ופחד (Fraiberg et al., 1975). רוחות הרפאים המייצגות את חזרתו של העבר בהווה, מקבלות צורה גשמית באמצעות דרכי טיפול הכוללות ענישה והזנחה. ההורה לא מזהה את משמעות הסימנים ששולח הילד בשל צורך כלשהו ואף מתעלם מהם או מפרש

אותם שלא כהלכה כהוכחה לרוע הטבוע בילד ומגיב כבעם ובדחייה. במקרים אלה, המיידיות של תגובת ההורה, הפועל מתוך תחושה פנימית, גוברת על צרכי ההתפתחותיים של התינוק. כשהוא מקבל את השיך השלילי של ההורה, מתחיל הילד להפנים באיטיות תחושה של חוסר חשיבות עצמית ושל היותו לא ראוי לקבל אהבה, אשר עלולה לשבש את תהליך ההתפתחות הבריא (Bowly, 1980; Lieberman, 1997, 2000; Silverman & Lieberman, 1999).

בעבודתה המקורית עם הפרעות נפשיות בקרב ילדים, ייחסה פרייברג (1980) את הבלבול הנגרם על ידי רוחות הרפאים מעברם של ההורים לאו דווקא לאירועים עצמם אלא להדחקת הרגשות הקשורים לזיכרונות מפחידים מן העבר. בעיניה, הדחקה ובידוד של רגשות סיפקו "מניע ואנגריה" למימוש דפוסי ענישה בהורות המייצגים את "ההזדהות עם הבוגדים והתוקפים" (pp. 134-135). ההזדהות עם התוקפן, כאשר היא מגולמת בין הורה לילד, נוצרת במטרה להגן על האגו הפגיע מפני תקיפה חיצונית. הדבר נעשה על ידי אימוץ המאפיינים של התוקף שמהם מפחדים (A. Freud, 1936/1966; Pynos, 1997).

מודל תיאורטי זה, בעודו מספק את הבסיס עבור התערבויות קליניות בעלות אפקט, אינו מתייחס לשאלה מדוע הורים רבים לא חוזרים עם ילדיהם על אותם דפוסי התעללות והזנחה שלהם היו נתונים בילדותם. כפי שטענה פרייברג (1980), "התעלומה הבלתי פתורה היא מדוע, בתנאים קיצוניים, בילדות המוקדמת, ילדים מסוימים... לא יוצרים את אותה התקשרות גורלית עם התוקפן" (p. 135). במהלך רבע המאה מאז שהציגה שאלה זו עדיין ממשיכים לחקור בעניין את האתגר הטמון במציאת ההבדלים היחידים המסבירים את מגוון התגובות הרחב לאותן נסיבות טראומטיות. בעבודתנו הקלינית עם ילדים והוריהם אשר עברו טראומה הנובעת מחשיפה לצורות שונות של אלימות בין אישית, היינו עדים למגוון רחב של תגובות הורות, החל מכעס כלפי הילד וכלה בהבנה יוצאת דופן לסבלו של הילד ונחישות להשיב את בריאותו הרגשית. גם במסגרות שאינן קליניות, שבהן מצוקתם של ילדים שעברו טראומה מובאת לתשומת ליבם של הרשויות כגון רשויות אכיפת החוק (Ososky, Hammer, Freeman, & Rovaris, 2004), המערכת להגנה על שלום הילד (Smyke, Wajda-Johnson, & Zeanah, 2004) ובתי המשפט (Van Horn & Ososky & Lederman, 2004; Hitchens, 2004) נמצא מגוון דומה של תגובות הורות.

ניתן במקרים רבים להבין את כעסו של הורה כלפי הילד הנזקק בהתאם למודל "רוחות הרפאים בחדר הילדים". אך מהן ההשפעות על הורים שלמרות ילדותם הטראומטית, מגנים על ילדם מפני חזרתו של העבר? שיערנו כי אם היינו מסוגלים לזהות את ההשפעות הללו, היינו יכולים אולי לשלב אותם ברפרטואר של טכניקות הטיפול המאפשרות להורים שאינם מטפלים כראוי לפתח אמפתיה כלפי רגישותו של ילדם ולגלות את תפקידם החיוני כמגנו של הילד.

מלאכים בחדר הילדים: העברה של חוויות מטפחות בשלבי ההתפתחות המוקדמים

תפקידם המכריע של מערכות יחסים אנושיות בעיצוב תחושת העצמי, החל מהקשר בין האם לתינוק בלידה, נדון בהרחבה במחקרים רבים. חשיבותה של הזמינות הרגשית וההיענות האמפתית של המטפל בסיוע לפעוט ולילד לווסת את הרגשות ולארגן את החוויות הפנימיות היא נושא שעולה שוב ושוב במחקרים אלה. המאמצים שנעשו כדי לתאר את פרטי התהליכים הללו הניבו מונחים שהפכו למונחי היסוד בתיאור הפנים הרבות של החוויות הבין אישיות המשפיעות הללו ובהם, בין היתר: "שיקוף" (Winnicott, 1971) (mirroring), "התכוונות" (Stern, 1985) (attunement), "הכלה" (Bion, 1962), "ביטחון" (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978), "ביטחון מורגש" (Sroufe & Waters, 1977), "תדלוק מחדש" (Mahler & McDevitt, 1982), "בסיס בטוח" (Ainsworth et al., 1978), ו-"מנטליזציה" (Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002). סגולתם של כל המונחים הללו היא בכך שהם מעוררים בקרב הקורא תחושה אינטואיטיבית הנוגעת למשמעותם, למרות הגדרותיהם הטכניות עד מאוד. במובן הזה, הם עושים צדק עם איכותם הנמוקה של התהליכים שהם מתארים. רגעים של חיבור מסוים, המתאפיינים בשיקוף וביצירה אינטנסיבית של רגשות משותפים, מקדמים לא רק את הגדילה אלא גם הופכים לחלק בלתי נפרד מזהותו של הילד. קוהוט (1971) קבע את המונח "הפנמה ממירה" (Transmuting internalization) כדי לתאר את התהליך שבו חוויות בין אישיות משתלבות בחוויות-עצמי.

באופן פנומנולוגי, מקרים מסוימים של חילופין אלה יכולים להיזכר כרגעים של אינטימיות מוגברת בין הורה לילד, כאשר הילד הרגיש שמבינים אותו, מקבלים אותו ו/או מגנים עליו באופן (כמעט) מושלם. הדבר מאפשר קיומם של רגעים שבהם מתגלה אט אט האינטראקציה, כמו בריקוד קליל שבו כל אחד מבני הזוג מצפה ומשיב באופן לא מודע לתנועותיו של האחר. לעתים, חוויות אלה לא קורות עם ההורה אלא עם מבוגר אחר הנתפס כזה שנותן את אותו טיפול ללא תנאי שלא ניתן על ידי ההורה, כפי שמתואר במובאה הערוכה שלהלן:

דודה שלי... היא תמיד הייתה עדינה מאוד, אוהבת מאוד... היא הייתה מסרקת את שיערי בעדינות רבה ואף פעם לא משכה את שיערי, כמו שעשתה אמי. אמי תמיד מיהרה לסרק את השיער... לגמור עם זה ודי, ודודה שלי הייתה לוקחת את הזמן, והייתה כל כך עדינה... היא הייתה כמו שמיכה חמה, היא הייתה פשוט נפלאה....

אופיים של זיכרונות אלה המתרכז בגוף מדגיש את מרכזיותן של חוויות לא מילוליות שחווה ילד שעוד לא מדבר, ביצירת תחושה מתמשכת של רווחה. שילובן של חוויות גופניות היא אכן יסוד בהגדרת הגבולות הפיסיים של העצמי ואת מערכת היחסים שלו עם העולם, משום שההכרה של ההורה בצרכיו הפיסיים והרגשיים של התינוק מתבטאת באופן שאינו מילולי החל מרגע הלידה והיא מהווה תנאי מקדים לסימול (symbolization) יעיל (Dennett, 1978; Stern, 1985). המובאות הערוכות הבאות משרטטות את חשיבותה המתמשכת של תקשורת בלתי מילולית בקידום תחושת שייכות ביחד במערכת יחסים.

אבא שלי היה כולו חום. כלומר, רק היית בחברתו והיית מחייך. הוא אהב לשבת על הספה כשהיה מגיע הביתה ולקרוא את העיתון, להרים את הרגליים... הזרוע שלו תמיד הייתה מונחת ככה, כמו בקשת מסביב, וזה היה כאילו זאת היא הפינה שלך, והוא מחכה שתבוא.

סיפור זה מעביר תחושה חזקה של חיבוק ללא תנאים הניתן על ידי האב. אין זה בא לומר שהתנהגותו של ההורה צריכה להיות מכוונת באופן מושלם לצרכיו של הילד בכל עת. אמא אחת דיברה על אודות אביה כעל איש שלא היה לו קל להביע את אהבתו לילדיו באופן ספונטאני: "הוא לא ידע לבטא את עצמו. הוא יכול היה להיות אוהב, אבל היה קשה לו לבטא זאת. אז, היית מקבל כרטיס ברכה שאומר "אני יודע שאני לא מבטא את עצמי הרבה, אבל...". בדוגמא זו, מודעותו של האב לקושי שלו לבטא רגשות אפשרה מקום לתיקון ויצרה אצל בתו תחושה של קבלה והודיה כלפי מגבולותיו של האב וניסיונותיו להתגבר עליהן. זיכרון זה מצביע על הממצא שלפיו רמה גבוהה של היענות אמהית לאותות שמבטא הפעוט בחודשי חייו הראשונים קשורה להתקשרות חרדה בשלב מאוחר יותר, בעוד שרמות תיאום בינוניות מקדמות התקשרות בטוחה ומזג נוח (Beebe & Lachman, 2003). אף ייתכן שתיקונם של מסרים בלתי מתאימים חשוב באותה מידה ליצירת היכולת להכיל אינטימיות כמו ההיענות האמפתית המושלמת של הורים לאותות של הילד (Tronick, 1998). תהליך זה של הכרה ותיקון בהתפתחות העצמי אינו מוגבל לילדות אלא יכולה להימשך לאורך כל החיים, כפי שמוצג במובאה שלהלן.

כשבני נולד, מייד התחלתי לשיר לו. יום אחד, כשעירסלתי אותו כדי להרדמו ותוך שאני מנסה להיזכר במילים של שירים אהובים מילדותי, מצאתי את עצמי שרה לו את השיר "I found a peanut" בעודי מתכרבלת אותו, מלטפת את גבו בעדינות ומריחה את ריחו המתוק. מייד נזכרתי בעצמי יושבת בזרועותיה של אמי על כסא הנדנדה שהיה בחדר המשפחה שלנו בילדותי. באותו זיכרון שמעתי את קולה שרה את מילות השיר הזה כשאני מתכרבלת עליה ומרגישה עייפה אך רגועה ונינוחה כשהייתי חולה באותה העת. אז נזכרתי בכמה רגעים עדינים ואוהבים ביחד איתה כשניחמה אותי כשהייתי חולה, כשהחזיקה אותי, אהבה אותי.

לצד ההתגלמות המחודשת של רוחות הרפאים כפי שתוארה על ידי פרייברג ועמיתיה (1975), קיים גם אזכור חוזר הנעשה ללא מאמץ (effortless recapitulation) של חילופין בין אישיים אוהבים המעוררים זיכרונות נשכחים. האם במקרה זה לא חשבה על עברה שלה כדי להיזכר ברגעים מילדותה. היא "מוצאת את עצמה" שרה, דבר ש"מייד" מעורר את התמונות הקשורות שלה מתכרבלת בזרועות אמה. מה שמתואר כאן איננו תחושה עמומה של אהבה אלא רגעים מסוימים המשולבים עם זיכרונות של חוויות תחושתיות, הבאות לידי ביטוי בעזרת מילים כמו "חום", "כירבול", "עירסול", "וריו מתוק". הסיפור מחזיר אותנו אל ההווה כשהיא מתארת את ההשפעות הבין-דוריות של חוויות אלה.

רגעים אלה חזרו אלי במלואם כאשר הורי באו לבקר שלושה שבועות לאחר שבני נולד. באחד מהלילות בחודשי חייו הראשונים הוא בכה ללא הפסקה במשך הלילה. הייתי כבר בקצה גבול היכולת שלי בעודי מנסה להרגיע אותו בשירה ובנדנד. שום דבר לא עבד. אמא שלי התעוררה ונכנסה ושאלה אם היא יכולה לעזור. הצעתי לה אותו בחפץ לב והיא החלה לנדנד אותו ולשיר לו באותה דרך שבה אני עשיתי זאת בשבועות האחרונים. היכולת שלה לסבול את הבכי שלו ולטפל בו בכזו אהבה, חיממה את לבי והבנתי שהיא עשתה זאת במשך כל כך הרבה לילות כשאני הייתי קטנה. הרגשתי שהתאחדתי אתה באותו הלילה בצורה מפתיעה ומרגשת כשתלכנו את החוויה - גם את הקושי וגם את ההנאה - הטמונה באמהות חוצת דורות. התחוויר לי שיש לה את היכולת להעניק לי האהבה ללא תנאים ברגעי מצוקה, חולי או פציעה אם לא ברגעים של היום יום... למרות העצב המתמשך שהיה בי על מה שלא נתנה לי מבחינה רגשית בעת התבגרותי, כשהפכתי לאם ומצאתי את עצמי חוזרת על אותן תנועות שלה, של אהבה ושמחה עם בני, הרגשתי כאילו נתנה לי מתנה שעזרה לי לפתח תחושת אמן ונחות עם אחרים.

כשאני צעירה זו מעלה את זיכרונות ילדותה ומחברת אותם לרגש הנשכח שליווה אותם, היא מסוגלת לזהות את השפעת חוויות אלה עליה. פרייברג (1980) תיארה את התהליך שבו רוחות רפאים בחדר הילדים עלולות למנוע מאם לשמוע את תינוקה בוכה בשל העובדה שהצרכים שלה עצמה כילדה, לא קיבלו מענה. כמו רוחות הרפאים, גם המלאכים מתמודדים עם היבטים מסוימים של החיים וצורבים את עצמם לתוך הזיכרון והאישיות ומובילים להזדהות עם ההורה שמקנה "מניע ואנרגיה לשוב על הדברים". אם צעירה אחרת תיארה תחושת ד'ה-וו שחווה כאשר רקדה עם תינוקה ברחבי החדר. היא הרגישה את עצמה כתינוקת וכאם באותו הזמן, דבר שהוביל אותה לחשוב על כך שהיא חוזרת כעת עם תינוקה, על דפוסים שהיא למדה הרבה לפני שלמדה לדבר.

מלאכים בעבר טראומטי: הזדהות עם המגון

ההורים והילדים שעברו טראומה, שבהם אנו מטפלים, מדגימים טווח רחב של תגובות לחוויות שמזמנים להם החיים. חלק מן ההורים חוזרים על חוויות העבר הקשות שלהם באופן אכזרי עם ילדיהם. מספר רב חשים אמפטיה כלפי ילדיהם למרות הקשיים שהם עברו. כפי ששיערו פרייברג ועמיתיה (1975), לרבים מן ההורים הללו החשים אמפטיה ישנם זיכרונות הקשורים לרגשות מוקדמים של כאב, דבר שגורם להם להיות קשובים לפחדים ולעצב של ילדיהם ומעודד אותם לשנות את חייו לטובה.

יחד עם זאת, שרשרת זו לא תמיד מתקיימת. הורים רבים מתארים בבהירות מעשים של התעללות והזנחה שהם עברו ומעלים זיכרונות של הפחד הנוראי שחשו באותו הזמן. אך תחושות אלה אינן מובילות לשיפור בהורות שלהם כלפי ילדיהם. הרגש, אם הוא לא מודחק, לא מסייע בהרחבת ההתאמה הרגשית של ההורה עם הרגש של הילד. במקרים כאלה, במקום זאת, עשוי הילד לייצג דמויות מילדותו של ההורה שכלפיהם משליך ההורה רגשות בלתי מקובלים של שנאה וזעם (Lieberman, 1997, 2000; Silverman & Lieberman, 1999). במיוחד במהלך אינטראקציות טעונות, ההורה אינו רואה בילד ישות נפרדת שהתנהגותו מונעת ממצבים פנימיים פרטיים אלא מגיב כאילו היה הילד משתתף בזיכרונותיו של ההורה (Fonagy, Target, Steele, & Steele, 1997). כשהם עושים כך, מגבילים ההורים את יכולתם להתאים את עצמם בגמישות אל הילד (Cicchetti & Tucker, 1994). הילד, בתורו, נעשה מפוחד מתגובת ההורה שאינה מתאימה למצבו הפנימי והוא נותר ללא הכלים והיכולת לווסת את רגשותיו או לחוש אמפטיה כלפי אחרים. תהליך זה עשוי להוות קרקע פורייה להפרעות במערכות יחסים ולהנצחתן של פסיכופתולוגיות מדור אחד לזה הבא אחריו.

סקירת הראיונות הקליניים והרישומים הסיפוריים של פסיכותרפיה של הורים-ילדים שערכנו, מעלה כי בדרך כלל, הורים שעברו טראומה אשר מסוגלים להניע את עצמם להקל על פחדיו או כאביו של הילד, נוטים להיות בעלי גישה הן לרגשות פגיעות שחשו בעבר והן לזיכרונות הקשורים לתחושה של קבלת טיפול והגנה מאת דמות מיטיבה. חוויות טיפוח אלה מן העבר, משכיחות את הפחד, מאפשרות תקווה, ומספקות מודל חלופי של יחסים אינטימיים כמקור לרווחה וביטחון. במקום שלא תהיה להם ברירה אלא להזדהות עם התוקפן על מנת לחוש ביטחון, אותם הורים יכולים להדמות ל"מלאכים בחדר הילדים" הנתפסים הן כבעלי עוצמה והן כמיטיבים. תהליך זה מביא להזדהות מבריא עם המגון. הפנמת הילד את איכותיו של המטפל אשר עוררו בו את התחושה שהוא אהוב ומוערך היא חיונית לשבירת מעגל הטיפול הלקוי. הדוגמה הבאה ממחישה תהליך זה.

ויניטה טיפולית

סוזן, פעוטה בת שנתיים ואמה הופנו לטיפול לאחר שהאם, ליסה, עזבה את אביה של סוזן בעקבות מספר מקרים של אלימות קשה במשפחה. ליסה דיווחה כי אמה הייתה אלכוהוליסטית ונהגה להיעלם למשך כמה ימים בכל פעם, תוך שהכריחה את ליסה, שבגיל 6 הייתה הבכורה מבין ששה ילדים, לדאוג לאחיה. לליסה הייתה נגישות לחוויות הרגשיות של ילדותה והיא רעדה מבכי וזעם כאשר תיארה אחד אחרי השני סיפורים של התקפות שכרות, טיפול לקוי והזנחה. למרות ההיסטוריה המוקדמת שלה וחוויות האלימות שבאו בעקבותיה, טיפלה ליסה בסוזן ברגישות ובאהבה. כאשר שאל המטפל כיצד למדה להיות אם כל כך קשובה, השיבה ליסה, "אמא שלי לא תמיד הייתה שיכורה. לפני שנולדו אחיותי הראשונות, היא הקדישה לי כל דקה ולקחה אותי למקומות. אני זוכרת פעם כשהייתי חולה, היא החזיקה אותי בזרועותיה וזמזמה שיר ערש ונתנה לי ללגום ג'ג'ר אייל מכוס." בעודה מדברת, החזיקה ליסה את סוזן ברכות וליטפה את שיערה.

זיכרון זה של הורה שיכולתו פגומה במידה חמורה אך יש לו גם את היכולת לספק חוויות של חיבור רגשי עמוק ושל רווחה הוא ממצא קליני שחוזר פעמים רבות בעבודה עם ילדים ומבוגרים שעברו טראומה. ממצא זה מסייע גם להסביר ממצא מחקרי נוסף שלפיו אף על פי שרוב התינוקות והפעוטות שעברו התעללות יוצרים התקשרויות שאינן בטוחות, חלקם יוצרים קשר בטוח (Cicchetti & Barnett, 1991; Shonkoff & Phillips, 2000). על אף שקיימת נטייה להדגיש את שכחותו של חוסר הביטחון בקרב ילדים שלא טופלו כראוי, חשוב להכיר בעובדה כי תוצאה זו איננה בלתי נמנעת. ילדים שלא טופלו כראוי, אך יש להם התקשרויות בטוחות, עשויים להיות מסוגלים לקלוט בו זמנית את החלקים "הרעים" ו"הטובים" של הוריהם, תוך שהם מפגינים יכולת לשלב קטבים רגשיים, דבר המהווה אבן יסוד בבריאות הנפש.

מלאכים בחדר הילדים כסוכנים טיפוליים

בטיפולנו בתינוקות, פעוטות וילדי גן שעברו טראומה, ובהוריהם, אנו מאששים ומרחיבים גם לגילאים צעירים יותר את הממצאים על אודות חיבתם של שני מרכיבי מפתח בטיפול בטראומה: א) תמיכה בהתקדמות התפתחותית (ב-עידוד הגילוי (מחדש) והתרגול של השקעה רגשית מהנה בעצמי, באחרים ובעולם באמצעות חוויות רגשיות מעניינות, התלהבות, שמחה, התרוממות רוח, ביטחון עצמי, הדדיות, אינטימיות ואהבה (Lieberman, Compton, Van Horn, 2003; Marmar, Foy, Kagan, & Pynoos, 1993; Pynoos & Steinberg, 2004; van der Kolk, 2003). ילדים ומבוגרים שעברו טראומה עוסקים בתמרונים הגנתיים כגון תגובת יתר לגירוי פנימי או חיצוני או נסיגה מהתמודדות עם פעילויות היום יום. קיימות ראיות אמפיריות מהותיות המעידות על כך שהתקשרויות בטוחות, קשרים רגשיים חיוביים עם מבוגרים כשירים ותומכים, ביטחון בעצמי ומוטיבציה לפעול ביעילות בסביבה הם שמעודדים יכולת התאוששות מהירה, המוגדרת באמצעות היכולת לעמוד במצוקות ולהתמודד אתן ביעילות (Heller, Larrieu, D'Imperio, & Boris, 1999; Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Masten, 2001; Osofsky & Thompson, 2000). הסביבה הטיפולית צריכה לספק ממד מגן לא רק כדי לבחון אירועים כאבים אלא גם כדי לגלות ולשלב חוויות המקדמות את הערך העצמי.

מה מסביר את הדחקתן של חוויות דמויות-מלאכים? זיכרונות עבר הקשורים לתחושת רווחה עשויים לגרום לתחושת ייאוש בשל אובדן אותה התחושה מנקודת מבטן של נסיבות מחמירות מאוחרות יותר. התקווה לחיים מאושרים יותר אשר איננה מתממשת יכולה להביא ליגון ואבל על הזדמנויות שלא נוצלו. החוויה מחדש של טוב שאבד עשויה לגרום לאובדן להיות כואב עוד יותר, ובכך להפוך את העלאת הזיכרונות דמויי המלאכים לחוויה רגשית מערערת. מאידך, כאשר התינוק או הילד הקטן הופכים למעוררי זיכרונות טובים, היכולת של ההורה להיטיב עם התינוק עשויה להוות תמריץ ופרס. ההורה עשוי לחשוב "אני מסוגל להיטיב עם התינוק שלי אפילו כשאניני מסוגל להיטיב עם עצמי". מצב זה יכול להוות נקודת פתיחה להטבה עם התינוק המביאה להטבה של ההורה עם עצמו. תמיכתו של המטפל ביצירת מעבר זה היא מרכיב חיוני בתהליך. הקטע הבא המצוטט מטיפול הוא תמליל ערוך מתוך רישום שעת טיפול.

ויניטה טיפולית

"אני מקיימת קבוצות תמיכה שבועיות בשפה הספרדית עבור אמהות לטיניות הדוברות ספרדית בלבד וחיות במקלט. בסופו של כל מפגש של קבוצת התמיכה יש לנו טקס קטן שבו כל אחת מאתנו אומרת בקצרה משפט או מילה בעלי משמעות מיוחדת המבטאים חוזק פנימי. במפגש הנוכחי, לשלוש מהאמהות היה קשה מאוד למצוא משפט או מילה. כאשר מצאו, הן השתמשו במילים ששמעו מאחרות כדי לעודד אותן כמו למשל *esperanza* (תקווה) ו-*fortaleza* (כוח סבל). אמהות אלה לא הפגינו תגובות רגשיות משמעותיות או שינויים בהבעות פניהן ושפת גופן כאשר הסבירו מדוע בחרו בביטויים מסוימים אלה. ואכן, הרגש שהביעו היה שטוח ומוגבל. האם הרביעית, הגברת רומרו, הגיבה באופן שונה מאוד. המילה שעלתה בראשה הייתה "guagua" מילה משפת האינקה שמשמעותה "תינוק". היא אמרה שמילה זו "ממלאת אותה" במלוא מובן המילה, בזיכרונות טובים של הטיפול והאהבה שהעניקה לה אמה. כשתיארה את המשמעות האישית שיש למילה זו עבורה, הבעת הרגש שלה הפכה מייד מגונן ועצב לשמחה והנאה. שפת הגוף שלה והבעות פניה הקרינו שלווה ושמחה. החדר ממש הואר מהחיוך הגדול שהתפרס על פניה. היא הסבירה שבכל פעם שהיא מרגישה מתוחה או מדוכאת, או בכל פעם שבנה בן השנה וחצי נעשה כועס או מתוסכל או עושה משהו שמרגיז אותה, היא יכולה להשתמש באותה מילה כדי להשיג מחדש את איזונה הפנימי וכדי להיות מסוגלת להגיב לבנה בצורה הרמונית יותר. בכך שהיא אומרת את המילה "guagua" היא זוכרת בבהירות את הסבלנות שהייתה לאמה ואת הדרך שבה הייתה מסוגלת אמה להרגיע אותה ולנחם אותה כאשר הייתה עצובה, מפוחדת או כועסת. היא סיכמה באומרה שהמילה "guagua" מזכירה לה שהיא אמה טובה ואדם טוב שזואגת לעצמה ולבנה. המילה ללא ספק מדברת לתחושת הכישרון שלה כאם."

אמא זו נשנעה באופן מודע על החוויות המיטיבות מעברה כדי להנחות את התנהגותה כלפי בנה. כאשר זיכרונות אלה אינם זמינים באופן ספונטאני, זמינותו הרגשית של המטפל יכולה לשמש כתזכורת המעשירה את יכולתו של ההורה לטפל בילדו, כמו בדוגמה הבאה.

ויניטה טיפולית

גברת ארנס השתתפה עם בתה בת ה-4 בטיפול פסיכותרפי של ילד-הורה בעקבות הפרידה מבעלה בשל אלימות משפחתית. הגברת ארנס ננטשה על ידי הוריה האלכוהוליסטים בגיל צעיר, בילתה את ילדותה במספר בתים של משפחות אומנה ואומצה בגיל שמונה על ידי משפחה אשר יכלה לספק טיפול נאות רק לסירוגין. יחד עם זאת, היא חשה אהבה עזה, גם אם אמביוולנטית, להוריה המאמצים ונאבקה באומץ רב להיות אמה טובה לבתה.

במהלך המפגש המתואר כאן, הגיעה המטפלת לביקור בית ומצאה את האם ובתה כשהן כועסות. הילדה, ננסי, קיבלה את פני המטפלת בהוצאת לשון והתחבאה מאחורי הכורסה וסירבה לתקשר אתה. האם העסיקה את עצמה במטבח וכמעט לא התייחסה לנוכחותה של המטפלת. כאשר המטפלת שאלה מה קורה, אמרה האם: "פשוט משעמם לי". המטפלת השיבה בהומור, "אז אני יכולה לארח לך חברה ונוכל להשתעמם ביחד, או אם אתן מעדיפות נוכל לעשות משהו שאתן אוהבות." ננסי אמרה בקול בכיני שאמא שלה הענישה אותה משום שהרסה את החוט של העפיפון שניסו להעפוף בחצר האחורית. האימא אישרה את הדברים ואמרה בקול עצבני: "הדבר האחרון שאני רוצה לעשות הוא לשבת עם החוט הארוך הזה ולהתיר אותו." המטפלת התקרבה אל האימא ואמרה, בלי שהילדה תשמע: "אם תרצי אני יכולה להתיר את החוט. את מטפלת בננסי כל היום ואני רואה שאת זקוקה להפסקה." האם נתנה את אישורה בהקלה מרובה והמטפלת התירה את החוט לצלילי צווחות השמחה של הילדה והבעת שמחה על פני אמה. כשהן יצאו שלושתן לחצר האחורית, מצב רוחה של האם הפך נעים וחמים באופן לא צפוי. היא עודדה את הילדה להעפוף ואמרה "רוצי, ננסי, רוצי!" ונתנה לה עצות מועילות איך להשאיר את העפיפון באוויר כשהיא רצה לצדה ועוזרת לה בעדינות. אחרי כעשרים דקות של משחק, היא התיישבה לצד המטפלת על המדרגות האחוריות של הבית, מנסה להדביק את נשימתה ואמרה בעגמומיות: "אבא שלי לימד אותי להעפוף עפיון. היינו עושים את זה בכל סוף שבוע בקיץ. זה היה כל כך כיף." כשנכנסו בחזרה לבית, האם הוציאה את האלבום המשפחתי והראתה את התמונות למטפלת ולננסי, כשהיא מסבירה בסבלנות מי זה כל אדם. הילדה הצביעה על תמונה של הוריה ביום נישואיהם ואמרה "הם התחתנו!" האם תיקנה את טעות הלשון של הילדה והמשיכה ואמרה שזו הפעם הראשונה שהיא מסתכלת בתמונות מזה זמן רב.

איך נוכל להבין את רצף האירועים הזה? המטפלת קיבלה את הרושם הברור שמצב הרוח הכעוס והמרוחק שהיה בתחילת המפגש החל משום שהילדה סיבכה את החוט של העפיפון, דבר שהיה קשור לאחד מהזיכרונות הנעימים המעטים שהיו לאמה מאביה המאמץ. המטפלת השיבה על קנו את שלמותו של אותו זיכרון על ידי כך שהתירה את החוט ועל ידי כך שאפשרה לאם לחוות מחדש את העפת העפיפון, הפעם כשהאם מדריכה את בתה כפי שאביה הדריך אותה בעבר. השחזור של תפקיד פסי לבבי זה אפשר, בתורו, לאם לשלב את משפחתה המאמצת לתוך משפחתה הנוכחית, כשהיא חולקת עם בתה ועם המטפלת את האנשים שהיו חשובים לה בילדותה ואת התמונה החשובה מיום נישואיה, אירוע שהיה מרכזי בהתמודדותה עם הבגידה שלה ובניסיונותיה ליצור את המשפחה שמעולם לא הייתה לה. היכולת לשלב את החלקים הטובים והרעים של אובייקט נאהב לתוך תחושת קביעות אובייקט נחשבת מזמן לחותמת האיכות של יכולתם של מבוגרים לאהוב (Mahler et al., 1975; Winnicott, 1965; Klein, 1932; Kernberg, 1976; S. Freud, 1923/1966; Fairbairn, 1954). אינטגרציה מסוג זה קשה במיוחד להשגה כאשר אותו ההורה מגלם בו זמנית את התוקפן ואת המגונן, את מקור הפחד כמו גם את מספק הביטחון והרוחה. ייתכן שההחזקה בתפיסה מציאותית לגבי הסכנה שמציב ההורה המתעלל ואחיזה בו זמנית בהיבטים האוהבים והמגנים שלו עשויה להוות אינדיקציה ליכולתו של אדם שעבר טראומה להתאושש ממנה. במובן זה, ניתן לראות ביכולת לשמר זיכרונות של אהבה כאחת מאבני היסוד בבריאותו הפסיכולוגית של אדם. המשורר טום קלרק (1971) כתב: "מלאכים נושאים מסרים - כמו (p.41 "DNA?). ניתן להרחיב דימוי זה בקביעה שהמסרים הנישאים על ידי רוחות הרפאים והמלאכים עשויים ליצור "סליל כפול" שבו ניגודים מתאחדים בשילוב תומך-חיים.

המטאפורה של רוחות רפאים ומלאכים לא מוגבלת רק לחוויה הפנימית של מבוגרים. ילדים עשויים אולי לאפשר לנו את ההצצה המאירה ביותר לתוך היכולת להכיל ניגודים. בתמליל הבא של מפגש טיפולי עם רואנה, ילדה צעירה, אנו עדים למאבקה עם תחושה סימולטאנית של אהבה ופחד מפני אביה כשהיא מגיעה לפיתרון באמצעות משחק.

ויניטה טיפולית

רואנה, בת חמש, חיה עם זודה מצד אביה לקראת התאחדות עם אביה שממנו הופרדה בשל הזנחה פושעת והתקפי זעם הקשורים להיותו אלכוהוליסט. האב, מר סמית, נמצא במצב של פיקחות במשך שלושת החודשים האחרונים ושירותי הרווחה יזמו ביקורים ללילה אחד כצעד ראשון לקראת האיחוד.

רואנה הביעה לעתים קרובות את שמחתה לקראת הזמן שתבלה עם אביה ואמרה שהיא רוצה לחיות עמו. יחד עם זאת, במפגש הטיפול המשותף, המשחק שלה הביע רגשות מעורבים יותר. הטיפול התקיים בבית כשהמטפלת הביאה שקית צעצועים שבהם השתמשה בכל מפגש. רואנה החלה את המפגש כשהיא מדמה שיחת טלפון לדודתה בטלפון המשחק, ואמרה:

"אני מאוד מפחדת כשאני ישנה עם אבא שלי. יש לי סיטים כשאני ישנה עם אבא שלי. אני רוצה לישון בסלון אבל אבא שלי לא מרשה לי. הוא מכריח אותי לישון באותו חדר אתו."

כשהמטפלת שאלה את רואנה מה מפיח אותה בשינה עם אביה, רואנה שתקה ולא השיבה. במקום, היא סידרה מיטה קטנה בפינת החדר ושמה את הבובה במיטה ואמרה, "התינוקת ישנה פה". לאחר מכן לקחה כעשרים חיות מפלסטיק, בבת אחת, וסידרה אותן לפני המיטה ליד ראשה של התינוקת. היא הסבירה שהאריות והנמרים תוקפים את התינוקת אבל החיות האחרות נעמדו בשורה כדי להגן עליה. היא הייתה מרוכזת מאוד במשחק והעבירה את החיות השונות בזירות כדי לוודא שהן עומדות קרוב מאוד אחת לשנייה כקיר מגן יציב. לאחר מכן אמרה, "החיות הן כמו הפיה הטובה, הן מטפלות בתינוקות." לאחר מכן טיפסה על מיטתה (הטיפול התקיים בחדר השינה של הילדה) וביקשה מהמטפלת ומהדודה לסדר את החיות כדי שיגנו עליה. הן עשו זאת ואמרו לה שהיא מוגנת.

הפחד שהביעה הילדה מפני השינה לצד אביה עורר חשש מפני התעללות מינית אפשרית, אך לא הייתה עדות לקיומה. אנחנו שיערנו שהילדה הציגה מאמץ המתאים לשלב ההתפתחותי, שבו היא ממסדת את הגבולות הראויים בינה לבין אביה. עוד הנחנו, כי הרצון לישון בנפרד עלול להתגבר כתוצאה מהפחדים שנשארו מהתקופה שבה האב היה שותף והיו לו התקפי זעם. בנוסף, היינו סבורים כי החיות ייצגו את המאמצים המכוונים של דודתה ושל קרובי המשפחה האחרים להגן עליה. בהיעדר דמות אם אמינה, הילדה נאלצה לפרוס גדוד שלם של כוחות הגנה כדי לחוש ביטחון. אך היה זה יתרון אדיר שלה שהיו בה היצירתיות והמשאבים הפנימיים לעשות מעשה זה.

תהליך הטיפול בפסיכותרפיה עשוי לעורר זיכרונות נשכחים לא רק של חוויות רעות אלא גם של חוויות תומכות. זיכרונות אלה שעולים מחדש יכולים להוביל להערכות מחודשת יסודית של העצמי ביחס לדמויות שאליהן קיימת התקשרות. בטיפול פסיכותרפיה הורה-ילד, ההורים עשויים להיזכר בהיבטים של ילדותם שלא היו במודעות מזה זמן רב, עקב שלבי ההתפתחות של הילד, שינויים בהופעת החיצונית או אבני דרך התפתחותיים שעולים אצלו. במקרה זה, התפיסה העצמית של ההורה עשויה להתעשר באמצעות אינטגרציה של הסתכלות נדיבה ומבינה יותר של הדמות שאליה הוא קשור.

ויניטה טיפולית

מר רוברטסון ובנו, מרטין בן הארבע הגיעו לטיפול משום שהגברת רוברטסון האמינה שהיחסים בין האב לבנו הפכו למזיקים להרמוניה המשפחתית משום שהאב היה מקניט את בנו, לועג לו ומעניש אותו במידה מוגזמת. הגברת רוברטסון דיווחה כי מרטין הפך לילד נדבק, מפוחד ותלותי בה כתוצאה מהתנהגותו של אביו. מצב זה החמיר במידה רבה לאחר הולדתו של ילדם השני של הזוג, שבשלב זה היה בן חצי שנה. גברת רוברטסון קיוותה שהיחסים בין מרטין לאביו ישתפרו לאחר הולדת התינוק משום שהם יאחדו כוחות בזמן שהיא תהיה עסוקה עם התינוק, אך למעשה קרה דבר הפוך. היא סיפרה כי החליטה שהאב ובנו זקוקים למה שכינתה "טיפול זוגי" אחר צהריים אחד כאשר האב חזר מן העבודה מוקדם מהצפוי. מרטין, שהיה במצב רוח מצוין עד הגעתו של אביו, הפך פתאום מפוחד וכנוע והתעקש להישאר בחדרו ולקרוא ספר.

בזמן ההערכה הראשונית, התיאור שנתן מר רוברטסון ליחסיו עם אביו דמה בדיוק למה שתיארה גברת רוברטסון בטיפול של מרטין. מר רוברטסון האב המנוח, היה איש עסקים מעולה והוא העמיד תנאים טובעניים עבור בנו. מר רוברטסון הבן הצליח לעמוד ברוב התנאים הללו משום שהוא היה חכם מאוד ואהב את בית הספר אך לא הצליח לעמוד בתנאים של אביו בתחום הספורט. לא הייתה לו קואורדינציה טובה וחברי הקבוצה שלו לעגו לו והתרחקו ממנו כאשר היה צריך לבחור חבר קבוצה. אביו הכביד על חוויית ההשפלה הזו בכך שצעק עליו "נסה חזק יותר" ובכך שקרא לו בציבור "ילד של אמא" או "חלשלוש" כאשר נכשל בפעילות ספורטבית. האב גם השתמש לעתים קרובות בענישה פיסית מפחידה, אך על פי שלא נראה שהיו מקרים שדרשו דיווח לרשויות. טיפולי הפסיכותרפיה ילד-הורה התמקדו בניסיון לסייע למר רוברטסון לתת למרטין את המרחב לשחק בחופשיות בלי לנוזף בו על דברים שאינו עושה נכון ובלי לכוון את המשחק כך שיהיה עקבי יותר או מתאים יותר למבוגרים.

באחד המפגשים הטיפוליים, הצליח מרטין לומר לאביו מה הוא צריך ממנו. בעודו מנסה ללא הצלחה להרכיב פאזל, שאל אותו אביו: "למה אתה לא מבקש ממני עזרה?" מרטין השיב: "אני מבקש עזרה כשאני יכול לקבל אותה." תשובה כנה זו פגעה קשות באב, אבל גרמה לו להבין בפעם הראשונה, שמרטין לא ראה בו דמות מסייעת כאשר הציע דרכים לשפר את פעולותיו של הילד. מספר שבועות לאחר מפגש זה, התקיים מפגש עם האב בלבד שבו הוא סיפר במרירות על חוסר הזמינות של אביו מצד אחד ועל המרות שהטיל מצד שני. נדמה היה שלא מצא שום דבר באביו שאהב. כאשר שאל המטפל על רגעים שבהם יכול היה לסמוך על אביו הוא נענה בשלילה ובכעס. יחד עם זאת, במהלך המפגש הבא עם האב ובנו, מרטין פנה אל אביו ואמר: "עכשיו אתה יכול לעזור לי אבא." מר רוברטסון שעד אותו הרגע הביט בו במבט חלול חייך בשמחה והשיב: "איך אוכל לעזור לך?" מרטין השיב: "אתה יכול להרדים את התינוק". מר רוברטסון הניח את בובת התינוק בעריסה ושר ברכות. מרטין התקרב אליו והאב הניח את זרועו סביב בנו.

מר רוברטסון דיווח בהמשך כי מצב זה הזכיר לו לפתע תמונות מילדותו שבהן הוא ואביו היו שוכבים במיטה יחדיו ביום ראשון בבוקר בצופים בתכנית הטלוויזיה לילדים האהובה על מרטין. הוא אמר "הייתי ישוני עדיין ואבי נהג לחבק אותי ואני זוכר כמה הוא הרגיש חזק ואת הריח שלו, אני זוכר שרציתי להריח כמוהו כשאהיה גדול". זיכרון זה היה ניגוד חד לכך שעד אותו הרגע הכחיש כי אביו עשה מעשים כלשהם שביטאו אהבה בילדותו. זיכרון זה הפך לראשון מבין זיכרונות חיוביים אחרים שסתרו את התפיסה השלילית שהייתה לו לגבי אביו והעשירו את היחסים שלו עם בנו. רצף אירועים זה מראה כי תהליך טיפולי עשוי לסייע בחשיפת זיכרונות חיוביים מן העבר אשר נעלמו בשל התהליך הנורמאלי של שכחה או כתוצאה ממניעים לא מודעים.

מסקנות: השלכות על מחקר ופסיכותרפיה

"מלאכים בחדר הילדים", כשהם מייצגים את חזרתן של חוויות מיטיבות מן העבר אל ההווה, יכולים לשמש כסוכנים של השפעות חיוביות בחייהם של הורים וילדים. בהקשר הטיפולי, ניתן להשתמש בחוויות עבר מיטיבות אלה כדי לטפח יחסי אהבה בין הורה לילד בעת מצוקה על ידי תמיכה בתחושה של ערך עצמי ועל ידי החשת אינטראקציות טיפוליות בלתי טעונות. לצד החשיפה של זיכרונות כואבים, מציאתם וזיהויים של "אותות מיטיבים" וזיכרונות ילדות מגנים אחרים עשויים להיות חיוניים במיוחד ביצירת מרחב טיפולי אשר מביא למקסימום את פוטנציאל הצמיחה ביחסי ההורה והילד. השערות אלה צמחו אמנם מניסיון קליני, אך הן מאפשרות בדיקה אמפירית של התועלת בהחלת רעיון "המלאכים בחדר הילדים" בתהליך הטיפולי. ניתן לבחון זאת על ידי בדיקה האם התערבויות קליניות המדגישות את שילובם של זיכרונות טובים וזיכרונות כואבים יעילות יותר בקידום תוצאה חיובית של הטיפול מאשר התערבויות אשר אינן כוללות את המרכיב הטיפולי הזה.

התועלת הפוטנציאלית של נקודת מבט זו יכולה להוביל גם לדרכים שיטתיות יותר להפקת זיכרונות ילדות מיטיבים. כלים המשמשים כעת לחקר מודלים של אינטראקציות בין הורה לילד בקרב מבוגרים, הן בהווה והן בעבר, יכולים לסייע בניסיון לזהות את נוכחותם וחיבתם של "מלאכים בחדר הילדים" ולהעריך את יכולת הניבוי שלהם. כלים הידועים מבחינה קלינית כדוגמת "Adult Attachment Interview" (George et al., 1985), Working Model of the Child" (Interview (Zeanah, Benoit, & Barton, 1993 Parent Development Interview (Slade, Aber, Bresgi, -i) (Berger, & Kaplan, 2003 משמשים כעת כדי לחקור זיכרונות, מחשבות ותגובות של אמהות הקשורות לחוויות בתוך מערכות היחסים מבוססות קשר. הנתונים יכולים לשמש כדי לבחון האם להורים אשר מסוגלים לשלב בין חוויות שליליות וחיוביות מילדותם שלהם יש יותר כלים כדי לשקף (mirror) ולחוש אמפטיה כלפי ילדיהם בהווה. קיימות עדויות אמפיריות מקדימות מעבודתם של Slade, Belsky, Aber (1999) שנעשתה באמצעות ה-Parent Development Interview לכך שזהו המצב. הם מצאו, במדגם של פעוטות ממין זכר ואמהותיהם, כי ההתנהגות ההורית של אמהות שהייצוג של בנם היה קשור לשמחה, הנאה ועקביות הייתה חיובית יותר, היו להן פחות התנהגויות הוריות שליליות והיה סביר יותר שהן יסווגו כ"אוטונומיות" בשימוש ב-Adult Attachment Interview מאשר אמהות שהייצוג של בנם היה צבוע יותר בכעס או חרדת הפרדה.

יחד עם זאת, השאלה העקרונית ביותר מבחינה קלינית היא כיצד חוויות ילדות מיטיבות יכולות לשמש בדרך הטובה ביותר בתהליך הטיפול בכל דיאדה. יש למסד השקפה טיפולית שמעניקה חשיבות שווה לזיכרונות עבר תומכים ולזיכרונות של עימות, התעללות או הזנחה בתחילת הטיפול משום שהמפגשים הטיפולים הראשונים הם שמעצבים את תפיסתו של המטופל לגבי מה שנראה ראוי לתשומת לב בעיני המטפל. טיפוח תפיסה שלפיה חוויות של שמחה, אינטימיות, הנאה ואהבה נתפסות כראויות לתשומת לב טיפולית באותה מידה שבה ראויות החוויות השליליות לקבלת תשומת לב, יכולה לסייע במידה רבה בקידום בריאות פסיכולוגית. כך, ניתן יהיה לעגל דמויות מוגבלות ונוקשות של ההורה ולהפוך אותן לתפיסות אנושיות וגמישות יותר אשר יובילו להבנה של הנסיבות שבהן פעל הדור הקודם והתנאים שעיצבו את התנהגותו. העברות בין דוריות יכולות לנוע אחורה וגם קדימה כדי להעביר הן את הדורות המבוגרים יותר והן את הדורות הצעירים יותר לתהליך של הכרה וקבלה אשר עשוי להוביל להעברה בין-דורית לא רק של טראומה אלא גם של סליחה וחמלה.

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Beebe, B., & Lachman, F.M. (2003). *Infant research and adult treatment: Co-constructing interactions*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
- Bion, W.R. (1962). *Learning from experience*. London: Heinemann. 518.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Cicchetti, D., & Barnett, D. (1991). Attachment organization in maltreated preschoolers. *Development & Psychopathology*, 3, 397-411.
- Cicchetti, D., & Tucker, D. (1994). Development and self-regulatory structures of the mind. *Development & Psychopathology*, 6, 533-549.
- Clark, T. (1971). "Bugs ate this lake clean." *The Paris Review*, Winter, 41.
- Dennett, D. (1978). *Brainstorms: Philosophical essays on mind and psychology*. Montgomery, VT: Bradford.
- Fairbairn, W.R.D. (1954). *An object relations theory of the personality*. New York: Basic Books.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of self*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., Target, M., Steele, M., & Steele, H. (1997). The development of violence and crime as it relates to security of attachment. In J.D. Osofsky (Ed.), *Children in a violent society* (pp. 150-177). New York: Guilford Press.
- Fraiberg, S. (Ed.). (1980). *Clinical studies in infant mental health*. New York: Basic Books.
- Fraiberg, S., Adelson, E., & Shapiro, V. (1975). Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problem of impaired infant-mother relationships. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14, 387-421.
- Freud, A. (1936/1966). The ego and the mechanisms of defense. *The writings of Anna Freud (Vol. II)*. New York: International Universities Press.
- Freud, S. (1923/1966). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (pp. 12-66). London: Hogarth Press.
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1996). *Adult attachment interview protocol (3rd ed.)*. Unpublished manuscript, University of California, Berkeley.
- Harris, W.W. (2004, February). *Interventions for children exposed to violence [Discussion]*. Johnson & Johnson Pediatric Institute Round Table, Puerto Rico.
- Hartmann, H. (1939). *Ego psychology and the problem of adaptation*. New York: International Universities Press.
- Heller, S., Larrieu, J., D'Imperio, R., & Boris, N. (1999). Research on resilience to child maltreatment: Empirical considerations. *Child Abuse and Neglect*, 23, 321-338.
- Kernberg, O. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Aronson. Klein, M. (1932). *The psycho-analysis of children*. London: Hogarth Press.

- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Lieberman, A.F. (1997). Toddlers' internalization of maternal attributions as a factor in quality of attachment. In L. Atkinson & K. Zucker (Eds.), *Attachment and psychopathology* (pp. 277-299). New York: Guilford Press.
- Lieberman, A.F. (2000). Negative parental attributions: Effects on toddlers' sense of self. *Psychoanalytic Inquiry*, 19, 737-757.
- Lieberman, A.F. (2004). Child-parent psychotherapy: A relationship-based approach to the treatment of mental health disorders in infancy and early childhood. In A.J. Sameroff, S.C. McDonough, & K.L. Rosenblum (Eds.), *Treating parent-infant relationship problems* (pp. 97-122). New York: Guilford Press.
- Lieberman, A.F., Compton, N., Van Horn, P., & Ghosh-Ippen, C. (2003). Losing a parent to death: Treatment of traumatic bereavement in infancy and early childhood. Washington, DC: Zero to Three Press.
- Lieberman, A.F., & Van Horn, P. (1998). Attachment, trauma, and domestic violence: Implications for child custody. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 7, 423-444.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562.
- Mahler, M., & McDevitt, J.B. (1982). Thoughts on the emergence of the sense of self, with particular emphasis on the body self. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 30, 827-848.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books.
- Marmar, C.K., Foy, D., Kagan, B., & Pynoos, R.S. (1993). An integrated approach for treating posttraumatic stress. In R.S. Pynoos (Ed.), *Posttraumatic stress disorder: A clinical review* (pp. 239-272). Lutherville, MD: Sidran Press.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Murray, J. (Ed.). (1971). *Oxford English dictionary [Compact ed.]*. Glasgow, Scotland: Oxford University Press.
- Osofsky, J.D. (2004). *Young children and trauma: Intervention and treatment*. New York: Guilford Press.
- Osofsky, J.D., Hammer, J.H., Freeman, N., & Rovaris, J.M. (2004). How law enforcement and mental health professionals can partner to help traumatized children. In J.D. Osofsky (Ed.), *Young children and trauma: Intervention and treatment* (pp. 285-390). New York: Guilford Press.
- Osofsky, J.D., & Lederman, C. (2004). Healing the child in juvenile court. In J.D. Osofsky (Ed.), *Young children and trauma: Intervention and treatment* (pp. 221-241). New York: Guilford Press.
- Osofsky, J.D., & Thompson, M.D. (2000). Adaptive and maladaptive parenting: Perspectives on risk and protective factors. In J. Shonkoff & S. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp. 54-75). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Pynoos, R.S. (1997, June). The transgenerational repercussions of traumatic expectations. Paper presented at the John F. Kennedy Lectureship, Southern Florida Psychiatric Society, University of Miami School of Medicine, Miami.
- Pynoos, R.S., & Steinberg, A.M. (2004, February). Recovery of children and adolescents after exposure to violence: A developmental ecological framework. Paper presented at the Johnson & Johnson Pediatric Institute Round Table, Puerto Rico.

- Pynoos, R.S., Steinberg, A.M., & Piacentini, J.C. (1999). A developmental psychopathology model of childhood traumatic stress and intersection with anxiety disorders. *Biological Psychiatry*, 46, 1542-1554.
- Sameroff, A.J., McDonough, S.C., & Rosenblum, K.L. (2004). *Treating parent-infant relationship problems*. New York: Guilford Press.
- Shonkoff, J.P., & Phillips, D.A. (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Silverman, R., & Lieberman, A.F. (1999). Negative maternal attributions, projective identification, and the intergenerational transmission of violent relational patterns. *Psychoanalytic Dialogues*, 9, 161-187.
- Slade, A., Aber, J.L., Berger, B., Bresgi, I., & Kaplan, M. (2003). The parent development interview. Unpublished manuscript, City University of New York, New York City.
- Slade, A., Belsky, J., Aber, J.L., & Phelps, J.L. (1999). Mothers' representations of their relationships with their toddlers: Links to adult attachment and observed mothering. *Developmental Psychology*, 35, 611-619.
- Smyke, A.T., Wajda-Johnson, V., & Zeanah, C.H. (2004). Working with traumatized infants and toddlers in the child welfare system. In J.D. Osofsky (Ed.), *Young children and trauma: Intervention and treatment* (pp. 260-284). New York: Guilford Press.
- Sroufe, L.A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1194-1199.
- Stern, D.N. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Stern, D.N. (1995). *The motherhood constellation: A unified view of parent-infant psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Tronick, E. (1998). Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change. *Infant Mental Health Journal*, 19, 290-299.
- van der Kolk, B.A. (2003). The neurobiology of childhood trauma and abuse. *Child and Adolescent Clinics of North America*, 12, 293-317.
- Van Horn, P., & Hitchens, D.J. (2004). Partnerships for young children in court: How judges shape collaborations serving traumatized children. In J.D. Osofsky (Ed.), *Young children and trauma: Intervention and treatment* (pp. 242-259). New York: Guilford Press.
- Winnicott, D.W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. London: Hogarth Press.
- Winnicott, D.W. (1971). *Playing and reality*. London: Tavistock.
- Zeanah, C.H., Benoit, D., & Barton, M. (1993). Working model of the child interview. Unpublished manuscript, Brown University School of Medicine, Providence, RI



מכון חרוב (ע"ר)
The Haruv Institute (R.A.)

מכון חרוב (ע"ר): רח' קרן היסוד 38, ירושלים 92149
טל: 077-5150304, פקס: 077-5150304
מיסודה של קרן שוסטרמן - ישראל (ע"ר)

www.haruv.org.il