

הפתרון קשה מן הסבל

בחלק זה מובא תמליל של תכנית רדיו שבה הוצגו שיטות העבודה של ברט הלינגר למאזיני התחנה בשטוטגרט שבגרמניה. תמליל זה מציג את דרכי העבודה והחשיבה של ברט הלינגר. המראיינת היא העיתונאית גבריאלי טן נובל.

6/ הובל: מהי תרפיה משפחתית-מערבית?

הלינגר: בתרפיה משפחתית-מערבית אננו מתעניינים במעורבות¹ של אנשים בסבך הגורל של בני משפחה מן העבר. זוהי תופעה הנחשפת בקונסטלציה המשפחתית. כאשר מעורבות כזאת נגלית קל יותר להגיע לפתרון².

6/ הובל: מהי קונסטלציה משפחתית? נסתכל תחילה בדוגמה שתקף אלינו את השיחה. דוגמה זו באה מסמינר של פרט האלינר בכינוס האמריקני. שבו עבד עם אנשים חולים מאוד. המשתתפים ישבו במעגל גדול וסביבם כארבע מאות צופים. תחילה התבקשו המשתתפים לתאר את מבוקשם. בחור צעיר סיפר שחלה בהיותו בן 18 ומאז הוא סובל מקצב פסימיות לא טובה ומהפחדות. המערכת העצבים האוטונומית.

פרט האלינר שאל אותו כמה שאלות:

מתוך הקונסטלציה

מונחה:³ יש סכסוכים רבים במשפחה שלי. ההורים שלי פרודים. אמי וסבי מסוכסכים, וכך נוצרות בעיות מעשיות כגון איך להביא את כולם יחד לחתונה שלי.

הלינגר (פונה לקהל): בעבודה מסוג זה נדרש מעט מאוד מידע. יש חשיבות לנסיבות ולאירועים, ולא למחשבות או להרגשות. הוא כבר הזכיר אירוע אחד: הוריו נפרדו. אירועים חשובים אחרים יכולים להיות

¹ מעורבות - Entanglement: מילת מפתח בעבודה בקונסטלציה המשפחתית.

² פתרון - Resolution: ניתן גם להגדיר כהשלמה. הפיכת החלקי לשלם, השכנת שלום בין צדדים יריבים.

³ מונחה - Client.

מוות של אח או אחות וכן הרחקה⁴ או גירוש של בן משפחה. אירועים נוספים בעלי חשיבות הם אשפוז בגיל צעיר מאוד, סיבוך בתהליך הלידה ואף מוות של אם בזמן הלידה. באירועים כאלה אנחנו מתעניינים.

הלינגר (פונה אל המונחה): האם היו אירועים מסוג זה במשפחתך?

המונחה: האחות התאומה של אמי נפטרה.

הלינגר: זה יספיק. זה דבר בעל השפעה כה רבה שקרוב לוודאי יאפיל על כל דבר אחר. עכשיו הצב את המשפחה שלך, אימא, אבא וכמה ילדים?

מונחה: יש לי אחות צעירה.

הלינגר: בסדר, הצב את האנשים האלה. בחר אדם מן הקהל שייצג את אביך, מישהי שתייצג את אמך, מישהי שתייצג את אחותך ומישהו שייצג אותך. הצב את ארבעת האנשים האלה.

בחר כל מי שתדע - ארבעה נציגים. לאחר מכן לך אל כל נציג בתורו, הובל אותו בשתי הידיים למקום הנכון, בלי לומר דבר. גם הנציגים לא ידברו. הצב את הנציגים ביחס לאחרים בדרך שתבטא את מבנה המשפחה בעיניך כרגע.

קונסטלציה משפחתית

67 האבל: הבחור הצעיר בחור מתוך הקהל אנשים שייצגו את בני משפחתו - הוא אינו מכיר את האנשים האלה והם אינם מכירים אותו. הוא מציב את נציגי אביו, אמו, אחותו ועצמו בצדק שתייצגו את הצימיוי הפנימי שלו של מבנה המשפחה כרגע. במקרה זה האב מפנה לבן אל האם. הבן, הנציג של האומחה לעומת זאת, עומד מול אמו. נציגים אלה נבחרו באופן מקרי ואינם יוצגים כבר על אודות המשפחה. מה אמור לקרות?

⁴ הרחקה - Exclusion.

הלינגר: המעניין בקונסטלציות אלה הוא שבעת שהנציגים מוצבים במקומם, הם מתחילים להרגיש כמו בני המשפחה שאותם הם מייצגים. לפעמים הם חווים תסמינים של אותם אנשים, בלי שהם יודעים עליהם דבר. לדוגמה, היה מקרה שבו הנציג של חולה אפילפסיה חווה התקף. לעתים קרובות נציגים מדווחים על פעימות לב מהירות, או תחושה של חום או קור בצד אחד של הגוף. במקרים רבים, מתברר שהתסמינים והתחושות של הנציג מבטאים משהו שקשור למצב של בן המשפחה אותו הוא מייצג. אין לנו דרך להסביר זאת, אבל זה בא לידי ביטוי באלפי קונסטלציות.

16 נואב: מה אפשר לראות כשמתבוננים בקונסטלציה? איך זה יכול להשפיע?

הלינגר: אני יכול לראות את היחסים בין בני המשפחה. כאן לדוגמה יש משמעות לכך שהאב פונה עורף לבן והבן פונה לכיוון אמו. אם המנחה מאפשר לזה להדהד בתוכו, הוא יראה היכן טמונה הבעיה.

16 נואב: כשאתה מדבר על "מטורפנות", למה אתה מתכוון?

הלינגר: אדם נמצא במעורבות כשהוא לוקח על עצמו, שלא במודע, את גורלו של בן משפחה קדום, ומשלב גורל זה בחייו. לדוגמה, כאשר ילד נמסר לאימוץ, ייתכן שבן משפחה מדור מאוחר יותר יתנהג כאילו הוא עצמו ננטש. לא ייתכן פתרון בלי שהוא יהיה מודע למעורבות זו. הפתרון יימצא בהחזרתו לתמונה של בן המשפחה שנמסר לאימוץ. אפשר לבחור נציג לאותו אדם. הוא יובא אל תוך הקונסטלציה ויהווה מגן לבן המשפחה אשר בגורלו הוא מעורב. כשהמשפחה משיבה את בן המשפחה הקדום לחיקה ומכבדת את מקומו בה, הוא הופך להיות גורם ידידותי למערכת.

16 נואב: זה קשה מאוד להבנה. אדם חוצץ על סולא של אחת בלי לדעת דבר על אודותיו. במקרה הזה המונחה מאלקט לא הכיר את דודתו המנוחה. מאין מליטה המטורפנות? האם זה קשור למה שאתה מכנה "המפגש" של הקבוצה המשפחתית?

הלינגר: בדיוק כך. נראה שיש מצפון קבוצה⁵ המשפיע על כל מרכיבי המערכת המשפחתית. המערכת המשפחתית כוללת את הילדים, ההורים, הסבים והאחים של ההורים ואת כל אלה שיצאו ופינו מקום לאנשים חדשים. לדוגמה - בן-זוג קודם של אחד ההורים יצא, ופינה מקום לבן זוג חדש.

כאשר מתייחסים לאחד מבני המערכת המשפחתית באופן לא הוגן, המצפון הקבוצתי דורש איזון. זאת אומרת, שבמקרה שנעשה אי-צדק בדור קודם, ינסה בן הקבוצה המשפחתית בדור מאוחר יותר להחזיר סדר לקבוצה ויסבול מכך. ישנו מעין דחף מערכתי לחזור על המקרה אבל זה כמובן לא מחזיר את הסדר הנדרש.

⁵ מצפון קבוצה – group conscience

האדם שלקח על עצמו את הגורל של בן הקבוצה שהורחק עשה זאת בתום והוא נפגע מהמצפון הקבוצתי. הצד הפוגע, שמסר או דחה את בן הקבוצה, יצא נשכר. המצפון הקבוצתי אינו מזהה עשיית צדק לבני הקבוצה המאוחרים, אלא רק לאלה שהיו שם קודם. זה בבירור קשור לסדר מערכתי בסיסי. לכל אדם במערכת יש זכות שווה להיות שייך. גינוי או דחייה של בן משפחה מעיד שאנשים במערכת החליטו שזכותו להיות שייך פחותה. ניסיונות לכפר על אי-צדק זה יהיו כרוכים במעורבות, בלי שהנפגעים יהיו מודעים לכך.

16 הובל: האם אתה יכול לתת דוגמה אמערי ככה מצוי אצווי איך אפשר לתאר זאת?

הלינגר: אני יכול לתת דוגמה של סיפור קשה. לפני זמן מה הגיע אלי עורך דין במצב קשה מאוד. הוא חקר את תולדות המשפחה וגילה סיפור מחריד. סבתא רבתא שלו הייתה נשואה והרה ואז פגשה גבר אחר. בעלה נפטר ב- 31 בדצמבר בהיותו בן עשרים ושבע, והיה חשד שהוא נרצח. אותה אישה לא העבירה את הירושה שלו לבנו, אלא לבן מנישואים שניים. זה היה אי-צדק. מאז איבדו עצמם לדעת שלושה גברים במשפחה זו בגיל עשרים ושבע ביום 31 בדצמבר. כשעורך דין זה גילה את הסיפור הוא זכר שלבן דודו מלאו זה לא מכבר עשרים ושבע שנים, ושהתאריך 31 בדצמבר מתקרב. כאשר הוא הלך לבקר את בן דודו כדי להזהירו הוא מצא שכן הדוד כבר קנה אקדח בכוונה לירות בעצמו. כך פועלת המעורבות.

כעבור זמן, כאשר עורך הדין חש ברגשות אבדניים, הוא פנה אלי. ביקשתי ממנו לעמוד כשגבו אל הקיר ולדמיין את האיש המת. הוא פנה אל האיש ואמר: "אני מכבד אותך ויש לך מקום בלבי. אני אדבר על אי-הצדק שנגרם לך בקול רם כדי שהפצע יוכל להגליד". מאותו רגע היה עורך הדין משוחרר מתחושת הבהלה שליוותה אותו.

מתוך הקונסטלציה

בחזרה לקונסטלציות ההצגה שלנו: הבחור הצעיר התיישב לאחרי שהציג את הנציגים בקונסטלציה והתבונן במתרחש. הפט האינואר שאף את הנציגים איך הם מציגים בקונסטלציה.

הלינגר: איך האב מרגיש?

האב: אין לי תחושה לגבי ההרגשה שלי כרגע.

האם: אני מרגישה מבודדת, ואם זה הבעל שלי שם, הוא רחוק מדי. אני מרגישה שיש לי קשר מיוחד לבן שלי.

הלינגר (לקהל): את מי הבן מייצג, לדעתכם? הוא מייצג את האחות התאומה, המתה, של האם. תארו לעצמכם איזו משמעות יש לכך בשביל הילד. (פונה אל הנציג של הילד) איך הבן מרגיש?

הבן (נציג המונחה): כשאני עומד מול אמי, אני מודע לכך שאני לא במקום כאן. אני מודע לקשר טעון עם אימא.

הלינגר: מה מצב האחות?

האחות: לא מרגישה טוב בצד שמאל. אין די מקום. אני מתעניינת באחי יותר מכול.

הלינגר (לקהל): כשרואים שאחד המשתתפים מבודד, הצעד הבא הוא להחזיר אותו לתמונה.

אני אצרף נציגה לאחות התאומה של האם.

הלינגר (למונחה): איך היא מתה?

מונחה: זה קרה אחרי המלחמה. מקרה טרגי. סבא שלי היה צריך להוביל משהו במשאית שלו. הוא לקח אתו את סבתי ואת הבת. כשהם יצאו לדרך, הבת שיחקה בידיית של דלת המשאית, והדלת נפתחה. הילדה נפלה ואביה דרס אותה. זה היה נורא. היא הייתה בת שבע.

הלינגר: תבחר נציגה לאחות של אמך, ותמקם אותה קרוב לאמך - קרוב מאוד. (פונה אל האימא): איך את מרגישה עכשיו?

האם: יותר טוב, אבל זה נורא קרוב.

הלינגר: כן, זה חייב להיות. (לאחות המתה של האם): איך את מרגישה?

האחות המתה של האם: נוח לי מאוד להיות קרובה כל כך אליה.

הלינגר: מה השתנה אצל הבן?

נציג המונחה: אני מרגיש שהקשר לאימא פחות חזק. הקשר זז לכיוון אבא.

הלינגר (לקהל): בדיוק. עכשיו כשהתאומה נמצאת כאן, הוא השתחרר מהעומס.

הלינגר (אל האב): האם משהו השתנה אצל הבעל?

האב: כשאני לא פונה אל המשפחה אני מרגיש מבודד במקום שלי. אני צריך לעשות מאמץ כדי לדעת מה קורה שם.

הלינגר: בראייה מערכתית, אין כל סיכוי לאיש הזה עם האישה הזאת. היא קשורה כל כך למשפחת המקור שלה ולאחותה, עד שאין לה אפשרות להתייחס לבן זוג. כך מערכת היחסים הזאת נידונה לכישלון מן ההתחלה, אבל הילדים צריכים ללכת אל אביהם.

הלינגר: מוביל את הבן והבת לעמוד מול אביהם.

הלינגר (אל הבן): איך אתה מרגיש כשאתה עומד שם?

נציג המונחה: זה יותר הרמוני. אני מרגיש קשר חזק יותר לאבא. משום מה יש לי תמיכה כשאחותי לידי.

הלינגר (לאחות): איך את מרגישה עכשיו?

האחות: כך טוב יותר גם בשבילי. מיד כשהופיעה האחות התאומה של אמי הרגשתי טוב יותר.

האב: אני מרגיש הרבה יותר טוב כשיש מי שפונה אלי ומסתכל עליי.

הלינגר: הבן צריך להישאר קרוב לאביו זמן מה. ממש קרוב.

(אל המונחה): האם זה נשמע לך נכון?

המונחה: במידה מסוימת. לא היה לי קשר עם אבא שלי כמה שנים. בשנים האחרונות התחלנו להתראות שוב. אני מרגיש שיש לו הרבה ציפיות שאינני מסוגל למלא.

.....