

### **קשב פוליטי: התמודדות עם תכנים פוליטיים בטיפול**

בפרק זה אבקש לבחון את הפרקטיקה הטיפולית המקובלת־הפרטנית, בדגש על התמודדות עם תכנים פוליטיים שעולים בשיחה הטיפולית. נראה שהתמודדות ישירה עם תכנים פוליטיים מעלה פעמים רבות חשש אצל מטפלים ומתרחשת בפועל רק לעתים רחוקות. ניתן לשער שחשש זה הוא תוצר של היעדר הכשרה וידע רלוונטיים. כמו כן, ייתכן ששותפות לרתיעה גם חרדות מפני כוחה המפלג וההרסני של הפוליטיקה, אשר מובילות להימנעות. כאמור, כך נוצר תחום ממודר שעליו לא מדברים. הפוליטי, כמו כל סוד הנשמר בתוך קשר, יוצר חציצה. וכך, כשהיבט שלם של החיים האנושיים מוכחש, גם האפשרות ליצור יחסי סיוע מלאים יותר נפגעת. כל זה כידוע מתרחש בישראל, שבה יותר מאשר במקומות אחרים למציאות הפוליטית יש השפעה על הקיום האישי היומיומי. איני מבקש לטעון שאין סכנות בדיון הפוליטי, אבל נראה שהסכנות בהימנעות המוחלטת ממנו חמורות יותר. נוסף על כך, עבודה נפשית מול נושאים שבהם קיים סיכון אינה זרה לאנשי טיפול, ונראה שבתחומים אחרים החשש אינו מוביל להימנעות, מכיוון שבמקרים רבים הסיכון והסיכוי שלובים זה בזה, כך

שבהעזה (המושכלת כמובן) יש הזדמנות. שוב עולה השאלה: מדוע דווקא כאן עומדים אנשי הטיפול חסרי אונים וחרדים? והאם לא הגיע הזמן לבדוק מחדש את כוחו של מה שכונה "הטאבו האחרון" בפסיכותרפיה (Altman et al., 2006)? בפרק הנוכחי אבחן דרכים שונות שבהן ניתן להתייחס לחומרים פוליטיים שעולים בטיפול. מדובר בניסיון להתחיל מהלך של חשיבה על אודות הנושא ולא במסקנות מוגמרות; לכן יש לראות את הדברים הבאים כהזמנה או כקצה חוט שממנו ניתן לצאת למסע גילוי של מרחב (פנימי וחיצוני) לא נודע.

במאמרו "Working directly with political, social and cultural material in the therapy session" סמואלס (Samuels, 2006) מתייחס לתהייה "מה עלינו לעשות בנוגע לפוליטיקה?", כמטפלים כמובן. הוא מבקש לברר את הדרכים שבהן יוכלו מטפלים לעבוד ישירות עם חומרים פוליטיים, באופן אחראי ועם מידה רבה יותר של ביטחון ובהירות. מבחינתו, זהו טיפול ב"אדם שלם" שמביא בחשבון את ההיבטים החברתיים והפוליטיים של החוויה. לכן, הכללת ההיבטים הללו בטיפול צריכה להיעשות על בסיס קבוע: "עלינו לנסות להגיע למצב שבו העבודה היא פוליטית תמיד, כבר – לא לעתים רחוקות, לא באופן יוצא דופן, לא כאשר היא נעשית על ידי יחיד סגולה, אלא כשהיא נעשית באופן יומיומי על ידי כל מטפל" (עמ' 16). סמואלס מציין שאנו מצויים בשלבים מוקדמים מאוד בפרויקט זה, שלמולו אנו ניצבים מוגבלים, בשל היעדר שפה וצורך ליצור שפה חדשה. אולם על מנת לפתח שפה חדשה יש צורך בפתיחות ובהתנסות, אף אם תחילה מהוססת ומגושמת. כאמור, יכולתם של פסיכותרפיסטים לפעול גם בתנאי חוסר ודאות וספקות עצמיים עומדת בלב-לבה של יכולתם לסייע לאחרים במצבים דומים. לטענת סמואלס, דיון פוליטי במסגרת הטיפול עשוי להיות שונה מהדיון הפוליטי הרגיל שמתקיים במסגרות אחרות, וזאת מכוח ההקשר. כדי להדגים את טענתו הוא מציין כמה דוגמאות

לעבודות אמנות, חלקן פמיניסטיות, שהציגו היבטים שונים של הקיום האנושי כפעולה פוליטית. באחת מהן ישבה האמנית<sup>8</sup> בתא פרספקס שקוף על דרגש שקוף כשהיא לבושה בגד לבן, שקוף למחצה, ללא בגד תחתון או אמצעים היגייניים, בזמן המחזור החודשי. תוך כדי שהיא מאפשרת לדם ליזול ולהכתים את הבגד, קיימה האמנית דיאלוג עם הצופים על ההשלכות של התהליכים הגופניים הנשיים ועל מחשבותיהם ביחס למה שמתרחש לנגד עיניהם. לטענת סמואלס, כשם שהווסת - כשהיא מוצגת במסגרת האמורה - הופכת להיות אמנות קונספטואלית, כך גם הדיון הפוליטי מקבל משמעות שונה כאשר הוא מתרחש במסגרת הטיפול. בדיאלוג הטיפולי ישתלבו התכנים הפוליטיים בתהליכים הפסיכולוגיים של המטופל ושל המטפל, כך שמשמעותם תהיה אישית וקולקטיבית בעת ובעונה אחת. בזמן שהחיץ בין הפוליטי והאישי נסדק, הנפש עשויה להתגלות כפוליטית יותר ממה שנדמה תחילה, באופן שעשוי לערער (את היציב, הקיים), להבהיר (את החוויה העצמית) או להוביל לשינוי. לא רק שהאפשרות לדון בפוליטי בתוך המרחב הטיפולי מבטלת את אזור ההימנעות המסורתי ומרחיבה את השיח הטיפולי כך שיוכל לכלול היבטים נוספים של הקיום האנושי, אלא שהיא מציעה הבנה אחרת לאישיות האנושית. אם אנו בוחרים לראות באדם "יצור פוליטי", כי אז הדיון הפוליטי ייגע בנימי נפשו של המטופל ויאפשר מעבר מעמדה של פסיכיות וחוסר אונים, אל מול העולם המשתנה והרבגוני, לעמדה של יוזמה ובחירה.

בשלב זה ברצוני להציע כמה עקרונות ומוקדים אפשריים לבירור בשיחה הטיפולית אל מול תכנים פוליטיים, אך גם בהתייחסות לתכנים שאינם מתויגים ככאלה. לצורך זה איעזר בדוגמאות מניסיוני שלי ומניסיונם של אחרים. במילים אחרות,

8. מדובר באמנית קתרין אלווס (Elwes) ובעבודה "Menstruation 2" משנת 1979.

אני מבקש לפרוט לפרוט את המטרה הכללית של פיתוח קשב טיפולי-פוליטי. אני מציע להתמקד בעולם הערכי הנפרש מתוך התייחסותם של מטופלים לתכנים פוליטיים. מכאן שהקשב הפוליטי קשור בדיון מוסרי, שמערב תמיד שיקול דעת ונקיטת עמדה ובדרך כלל אין בו מסקנה אחת נכונה או מוסכמת. דיון כזה מחייב רגישות לשונות, תרבותית ובכלל, ועל כן הוא מחייב גם בחינה עצמית. ההנחה הכללית שלפיה יש לנסות לשמר עמדה של אי-ידיעה (מה שבפנומנולוגיה של הוסרל מכונה "אפוכה" [Epoché], השהיית הידע וניסיון לטפח עמדה קולטת), תקפה גם כאן. מדובר באתגר לא פשוט, שאם הוא מושג ואם לאו, לניסיון להשיגו ערך רב. למעשה, מדובר בתהליך של רפלקסיה ביקורתית מתמדת, שתרה אחר ביטויים אפשריים של הפעלת כוח מדכא. במילים אחרות, הקשב הטיפולי – לא פחות משהוא מכוון להיבטים הפוליטיים של חוויית המטופל – קשוב להיבטים הפוליטיים של עמדת המטפל. חשוב להדגיש שמדובר בעמדה תהליכית, ששמה דגש על עצם ההתמודדות המעצימה עם השאלות שעולות ופחות על טיב התשובות. מכאן שלא מדובר בדיון אידיאולוגי, שטומן בחובו סיכון רב יותר ליצירת שסע בקשר הטיפולי. עם זאת, אני סבור שבמקרים מסוימים (אם כי מועטים) גם לדיון אידיאולוגי עשוי להיות מקום בשיח הטיפולי.

מדובר אם כן בקשב הרגיש להיבטים הפוליטיים של כל תוכן טיפולי ומאפשר לנסח עמדה כללית של האדם אל מול העולם. הוא נשען על התפיסה שהפוליטי הוא אישי (וכמובן גם להפך: האישי הוא פוליטי), כלומר מייצג את הערכים הבסיסיים המנחים את פעולותינו בעולם. הערכים הבסיסיים מתגלים לא פעם כציר מרכזי ויציב באישיות, כזה שעשוי להגדיר את הזהות האישית. בירור ערכי כזה עשוי לסייע בגיבוש זהות ובביסוס תחושות ערך ושליטה. אלו ישמשו עוגן פנימי ויסייעו לאדם להתמודד עם המציאות המשתנה ועם האתגרים בחייו. כפי שאנסה להדגים, הבירור הוא בה בעת

אישי מאוד ומציאותי. כלומר, התוכן הפוליטי אינו מתורגם לתכנים או מניעים אישיים (אינטרה-פסיכיים, מנותקים מהקשר), אלא נדון כפי שהובא על ידי המטופל – כתוכן פוליטי. עם זאת, לא ניתן לבודד את ההתמודדות עם תכנים פוליטיים צרים מתוך הקשר היחסים הטיפוליים שבתוכו דיון כזה מתרחש. לפיכך, קשב פוליטי או רגישות להיבט הפוליטי של הקיום האנושי אינם שמורים להתמודדות עם תכנים פוליטיים, אלא מלווים את הקשר הטיפולי מתחילתו.

כבר בשלב ההיכרות או איסוף המידע המטפל הרגיש פוליטית יקדיש תשומת לב מפורטת להקשר החברתי-תרבותי שבו חי המטופל. הרגש הוא על מידע סביבתי-מציאותי שיחשוף בפני המטפל את תמונת עולמו של המטופל. אם להשתמש במונחיו של בורדייה (2005), הבירור הראשוני יתמקד בהכרת השדה. אמירתו "להבין, פירושו להבין תחילה את השדה שאתו ושכנגדו אדם נבנה", היא רלוונטית כאן במיוחד. הבנת השדה – על הדמויות המרכזיות, החוקים הפועלים בו, התמריצים, הסנקציות ועוד – משמעה הבנת האדם. לא מדובר כאן בבירור של נתונים אובייקטיביים, אלא בניסיון לחשוף את תמונת העולם כפי שהיא מצטיירת מנקודת מבטו של הפרט החי בתוכו. במקביל, נקודת המבט הסובייקטיבית תבהיר גם את העמדה האישית בתוך המרחב המתואר. תוך כדי כך יתגלו הכוחות והאילוצים הסביבתיים הרלוונטיים, וכן המאמצים והמשאבים הפנימיים אשר להם נדרש הפרט. בירור ראשוני כזה יאפשר למטפל להבין טוב יותר את חוויית המטופל בתוך ההקשר הייחודי של חייו. מכאן קל יותר לראות את המציאות מנקודת מבטו של האחר (כלומר לקדם חוויה אמפתית מצד המטפל) ולהימנע מעמדה מאשימה, כזו המושתתת על שגיאת הייחוס הבסיסית. יתר על כן, בירור כזה יסיט את תשומת הלב אל יחסי הגומלין בין האדם וסביבתו. תיאור וניתוח ההשפעות ההדדיות עשויים לקדם עמדה פרו-אקטיבית מצד המטופל ולעודד יצירת קשרים

עם פרטים וקבוצות, אשר יוכלו לסייע לפרט להשתחרר מהכבלים בחייו. יצירת קהילות עשויה להגביר את תחושת השייכות המהווה בסיס לתחושת הערך העצמי של האדם, ולהוות מסגרת שבה הוא או היא יוכלו לעצב את עולמם ולתרום לזולתם. בעידן של מציאות משתנה, הרשת החברתית (מציאותית או וירטואלית) מהווה רשת ביטחון בסיסית.

דיון ערכי-פוליטי הנו רלוונטי במיוחד אל מול תכנים שבהם קיימת אינטראקציה וממלא יחסי כוח. בירור התלבטויות שעולות עשוי להתגלות כבעל ערך מיוחד, מכיוון שדילמות מסמנות על פי רוב מקומות שאינם בהירים דיים, או מוקדי קונפליקט פנימיים. אבל, בשונה מהתייחסות לקונפליקט פנימי לא מודע, כאן הקונפליקט נוצר ומתגלה בתוך הקשר יחסים שגם אותו יש לברר, שכן עמדה ערכית מתגלה תמיד אל מול מציאות כלשהי. לעתים דילמות אינן מכריזות על עצמן ככאלו. נבחן דוגמה: שאול, מטופל בן 42, חוזר בשאלה, נשוי ואב לשלושה, שהוא ורעייתו מתפרנסים בקושי, פנה לייעוץ משפטי עקב מחלוקת עם מקום עבודתו ותחושתו שקופח ושמגיע לו סכום של כמה אלפי שקלים. היה מדובר בסכום בלתי מבוטל במצב הכלכלי שבו הוא ומשפחתו נתונים. במסגרת הייעוץ הוצע לו פתרון מהיר שאינו הולם את אופן ההתנהלות המשפטי המקובל במקרים מסוג זה. בשיחה בינינו ציין שאול שאל מול הצעה זו חש "קצת לא נוח, אבל בסדר". הדברים נאמרו בתחילת השיחה ובצורה אגבית, תוך כדי תיאורו את מה שעבר עליו במהלך השבוע. אי הנוחות תפסה את תשומת לבי והחלטתי להתעכב עליה, אף על פי שהיה נראה שהמטופל מבטלה בקלות. ציינתי בפניו שלא ברור לי לאן יוביל הבירור ואת האפשרות להימנע ממנו, אם יבחר בכך, אבל שאול נענה להזמנתי. ניסיתי לברר את פרטי המצב המציאותי ובמקביל מהם השיקולים שהניעו אותו. מתוך כך התפתח דיון מוסרי שיש בו סיכון. הוא עלול היה להיתפס בקלות יחסית כאמירה מוסרנית

שלי, ואני הייתי מודע לסכנה והשתדלתי להישמר מפניה. שאול התייחס לחוסר הנחת מה"קומבינה המפוקפקת", שהיה מוכר לו גם ממצבים אחרים. הוא סיפק דוגמאות נוספות, ועד מהרה עלו קשרים נוספים להיבטים שונים של חייו בעבר ובהווה. נכנסנו לשיחה ארוכה שעסקה בערכים הקשורים לעולם הדתי שאותו עזב ושחסרים לו כיום. הוא ציין שלתחושתו מדובר ברע בלתי נמנע, זו הגלולה המרה שעליו לבלוע כחלק מהמעבר שבחר לעשות, שהוא בסך הכול כדאי. דיברנו על ההשלכות האפשריות של ההתעלמות מפן זה בזהותו בטווח הארוך. תוך כדי כך חזרתי והשתמשתי בדימוי הגלולה המרה שעשויה להותיר משקעים ולהצטבר לאבנים באיברים הפנימיים, מה שבהמשך עלול לגרום לכאב. מבחינה זו, אמרתי, הטיפול מהווה הזדמנות לעצור ולחשוב על האופן שבו הוא רוצה לחיות את חייו ועל הערכים שהיה מעוניין שיעמדו בבסיסם. בהדרגה התבהר הצורך שלו בשותפות ובשייכות בעולם החילוני, במקום שבו יש עזרה הדדית ודאגה לאחר. בהמשך השיחה התייחסתי לפוליטיקה של נפשו ולמערך הדמוקרטי בה ("במובן הכי רע של המילה" הוספתי, והוא הרים גבה). הסברתי את ההבדל בין דמוקרטיה "רגילה", שבה חל עקרון הכרעת הרוב, לבין "דמוקרטיה עמוקה",<sup>9</sup> פלורליסטית, שבה כל הקולות זוכים ליחס מכבד. באפשרות השנייה, גם המיעוט נשמע ומשפיע. כך בפוליטיקה הכללית וכך באישית. שכן כאשר היבטים בזהותנו (כמו ערכים, ואפילו אינם מרכזיים) נזנחים באופן עקבי, טינה, מרמור וכו' צפויים להיאגר. במקביל, התייחסנו לאפשרות לבחור אחרת ולפעול מתוך שיקולים שאינם ערכיים, כלומר גם לאפשרות הבחירה "לעגל פינות" במישור הערכי. לקראת סופה של השיחה התחושה המשותפת הייתה שמה שהיה נדמה כרשרוש צדדי מהווה

9. מדובר במושג השאול מהפסיכולוגיה התהליכית של ארנולד מינדל, ומאותו חלק בה אשר מתמקד ב"ריפוי גלובלי" ונקרא "Worldwork".

חלק מרכזי ומגדיר בזהותו.

במקרים אחרים התוכן הפוליטי עשוי להיות צר ומפורש יותר. בעיניי, אמירות פוליטיות מהוות התייחסות להקשר שבו חי הפרט ומבטאות כוח מניע חזק. ניתן לראות בכוח זה ביטוי לאכפתיות ולדאגה לסביבה ולקהילה שהאדם חלק ממנה. אמירות כאלה עשויות להלום את תפיסת עולמנו הערכית, כמטפלים ובכלל, לבטא תפיסה שונה או אף להיות מנוגדות לזו שלנו. תכנים כאלה עשויים לכלול התייחסות לקבוצות באוכלוסייה, אם כביטוי להערכה ואם כביטוי להפחתת ערך (ובמקרים הקיצוניים אמירות גזעניות, סקסיסטיות וכיו"ב); התייחסות לפעילות פוליטית או חברתית של המטופל, שעשויה להיות בעלת אופי מחאתי; הבעת צער וכאב בעקבות אירועים מסוימים, על פי רוב אסונות; התייחסות לוויכוחים פוליטיים שבהם היה המטופל מעורב ועוד. המקרים שמעוררים קושי רב יותר הם אלו שבהם קיים פער עד כדי ניגוד בין העמדות של המטופל ושל המטפל או בין המטרות הטיפוליות האישיות לבין האינטרס הקולקטיבי, כפי שהוא נתפס על ידי המטפל. דוגמה קיצונית למצב כזה עלתה מתיאור של קולגה שסיפר על מטופל צעיר שהיה שרוי במצב נפשי קשה, אשר הוביל אותו לפתח מידה רבה של פסיביות ואין אונים. אחת המטרות הבסיסיות של הטיפול הייתה לעודד ביטויים של יוזמה ועשייה בחיי היומיום שלו. במקרה זה היה מדובר במטופל שדעותיו היו קיצוניות והוא אף היה בעברו חבר בקבוצה פוליטית מיליטנטית. המטפל מצא את עצמו במלכוד - ככל שהטיפול העצים את המטופל, כך הוא שב לפעילותו זו, שהמטפל התנגד לה בכל מאודו והייתה כרוכה בפגיעה פוטנציאלית באחרים. המטפל חש במלכוד, כאילו נדרש לבחור בין תפיסת עולמו וערכיו לבין טובת המטופל. בעיניי, עבודה טיפולית הנעשית בתוך מסגרת מושגית הרואה פרט בתוך הקשר, כלומר כחלק מקולקטיב, ומתאפיינת בבהירות ערכית (ביקורתית, לא דוגמתית), הייתה עשויה לצמצם משמעותית את

עוצמתו של הקונפליקט הנחוה. בין השאר, היו מאפיינים אלה יכולים לתמוך בהבחנה שבין חיי המטופל ובחירותיו לבין אלה של המטפל ולאפשר לזה האחרון מידה רבה יותר של מרחב וחופש מחשבה ופעולה.

אבל גם מקרים שבהם קיימת הלימה בין הערכים עשויים לעורר דילמה טיפולית. דוגמה מרתקת למצב ממין זה מוצגת בספרו של רוברט לינדנר השעה בת חמישים הדקות (2007). הספר כולל אסופה של סיפורים טיפוליים אמיתיים באוריינטציה פסיכואנליטית, שהתקיימו בארצות הברית בתחילת שנות ה-50 של המאה הקודמת. אחד מהם הוא סיפורו של מאק. לינדנר מספר: "במשך שנים רבות הייתי פעיל פוליטי בקנה מידה קטן, מתוך ההכרה שהפסיכואנליטיקאי הוא חלק מהעולם, מבני האדם, ועליו לקחת חלק בחיי קהילתו" (עמ' 91). בתוך כך היה לינדנר חבר גם בתנועות שכונו רדיקליות, כלומר ניצבו בשולי השיח הפוליטי המקובל. המפגש הראשון עם מאק, שבעצמו היה אקטיביסט פוליטי וקומוניסט בתקופת המקרתיזם בארצות הברית, התרחש בכנס פוליטי שאותו הנחה לינדנר-המטפל. הקשר הטיפולי החל כמה חודשים אחר כך, בעקבות פנייה של מאק שהתעקש לפגוש רק אותו. מאק טרח להדגיש כבר בשיחה הראשונה שאין בכוונתו לעזוב את המפלגה, לדבריו "משום שהמפלגה היא חיי [...] מפני שהמפלגה צודקת. מפני שהמפלגה היא הדרך היחידה לבנות עולם חדש" (עמ' 99). יתר על כן, הוא ציין שאם הטיפול כרוך בעזיבת המפלגה או יוביל לכך, הוא אינו מעוניין בו. בלי להיכנס לפרטי התיאור הטיפולי המרתק, אציין שבעייתו של מאק נגעה בין השאר לתפקודו המיני ולקושי להגיע לזקפה ושלינדנר מקשר קושי זה לחברותו במפלגה הקומוניסטית. מכאן הייתה עשויה לנבוע דילמה: האם לפעול כדי לרפאו, אך בניגוד למטרות ולסייגים שהציב באופן ברור בתחילת הטיפול, או לחלופין לקבל את אורח חייו וערכיו המוצהרים? לינדנר לא התלבט; מבחינתו,

מרגע שקיבל את הסכמתו של מאק להיות בטיפול ולמרות הסיכון שתהליך זה יוביל לעזיבתו את המפלגה (מאק לא אבה לראות בכך סיכון ריאלי עבורו), הדרך לריפוי נפתחה. ריפוי ממה? מחברותו במפלגה, שכן לטענתו "המפלגה הייתה הנורוזה שלו" (עמ' 126, ההדגשה במקור). אגב, שימו לב לקישור המרומז בין אקטיביזם ובין פתולוגיה נפשית. כפי שהראתה מוכמל (2009), קישורים כאלה ניתן למצוא גם במקומות אחרים, כולל בשיח הפסיכולוגי הישראלי-עכשווי.

הקשב הפוליטי שאני מבקש להציע מושתת כאמור על התפיסה שלפיה התכנים הפוליטיים עשויים ללמד על כוח מניע עמוק המבטא את דאגתו של האדם ביחס לעולם שבו הוא חי. במקרה של אקטיביזם, לא מדובר ב"נורוזה" או בביטוי מוחצן באמצעות פעילות (acting out) לבעיה נפשית. לכל הפחות יש לברר את הערך והמשמעות של פעילות זו למטופל ולקהילה שבה הוא חי, מנקודת מבטו. ניתן לראות באקטיביזם כמובן הרחב, כלומר במצב שבו האדם לוקח אחריות על חייו ועל עולמו (ללא הזנחת העצמי), מצב קיומי רצוי המהווה ביטוי לביטחון ולעוצמה ולא לפתולוגיה. מחקרים שבחנו את הקשר בין אקטיביזם ורווחה תומכים בתפיסה שפעילות אקטיביסטית עשויה להוביל להגברת האושר של פרטים וליכולתם להתמודד עם איומים סוציו-פוליטיים (למשל Klar and Kasser, 2009; Boehnke and Wong, 2011). עבודה פסיכולוגית עם אקטיביסטים עשויה לסייע להתמודד עם גורמי הסבל המציאותיים, כלומר עם קונפליקט חיצוני-מציאותי ולא עם קונפליקט פנימי. העברת המוקד למישור הפנים נפשי תיצור תסכול ותערער את הפרט או תוביל לערעור הקשר הטיפולי, עד כדי קטיעתו. מצב זה מהווה ביטוי בולט לכוחנות המזיקה שעלולה להתרחש בטיפול פסיכולוגי אשר מבלבל בין פנים וחוץ או מייחס חשיבות עודפת לכוחות המדכאים הפנימיים. נבחן דוגמה נוספת: רייצ'ל, מטופלת יהודייה שלא נולדה בישראל וחיה לסירוגין בארץ ובחו"ל

(והגיעה אליי לטיפול כשהייתה בארץ), התייחסה באחת השיחות לפער בין "כאן" לבין "שם". הפער התבטא בנוכחותה הפוליטית וביחסה למדיניות הישראלית. כשהיא "שם", לדבריה, היא מוצאת את עצמה "פטריוטית" יותר ומאמצת עמדות נציות כדי להצדיק פעולות שבמחלוקת ולהתמודד עם ביקורת מבחוץ. כשהיא "כאן" היא מוצאת את עצמה "שמאלנית" יותר, באופן שהולם יותר את הערכים שעמם היא מזדהה באופן מוצהר. העניין הפוליטי עשוי כמובן לשקף את הקריעה שבה היא מצויה ואת הזרות שהיא חשה כאן ושם. לכן, במישור הסמלי, אפשר שמדובר בדילמה של זהות ושייכות שצפויה להיות נוכחת גם בהקשרים בין-אישיים אחרים. התייחסות בלעדית כזו תסרס את המטען הפוליטי הבולט בתוכן שהמטופלת בחרה להביא. התייחסות שלמה יותר תבחן גם את הממד הקונקרטי-פוליטי. ואמנם, בדיון הטיפולי שהתפתח נפרשה ההיסטוריה הפוליטית של המטופלת שהתאפיינה במעברים בין עמדות ובין תקופות של פעילות אידיאליסטית נמרצת לתקופות של עייפות ונסוגה. שרטוט הנרטיב הפוליטי האיר בבירור את התהליכים האישיים, שאמנם היו קשורים בגיבוש הזהות, אך בלי לתרגם את התוכן הפוליטי למינוחים אינטרה-פסיכיים ולהסיט את הדיון מעולם התוכן שאותו הביאה המטופלת.

לקראת סיום, אני מבקש להציע כמה שאלות מנחות אשר מסמנות כיוונים אפשריים לתחילת בירורם של נושאים פוליטיים בטיפול. האפשרות לקיים לדיון פוליטי-טיפולי, לצד בירור אישי, תפתח פתח לשיח טיפולי מלא ומאוזן יותר, המהווה תנאי לחופש בטיפול ומחוצה לו. השאלות שיוצגו להלן עשויות, אם כן, לסייע למטפלים החוששים לעסוק בפוליטי עם מטופליהם לצאת לדרך לא נודעת זו. כפי שיהיה ניתן להתרשם, לא מדובר כאן בחדשנות משום צורה, אלא בשאלות פשוטות ושגרתיות. חשיבותן כאן נובעת אך ורק מחוסר האונים של מטפלים רבים אל מול תכנים פוליטיים. מרגע שייפתח הפתח לדיון מסוג זה, יקבלו הדברים כיוון

כזה או אחר בהתאם לדינמיקה שתפתח. זו עשויה כמובן לכלול קשיים או בעיות, שעמם יהיה על המטפל להתמודד לפי מיטב הבנתו. כלומר הטיפול הרגיש פוליטית קשור בטבורו להתמודדות עם חוסר ודאות או עם מצבים שבהם לא יודעים מה לעשות. לא ניתן לעקוף קושי זה. כל ניסיון ליצור מעין "פרוטוקול" או תרשים זרימה, ביחס לעבודה טיפולית-פוליטית, מהווה סתירה פנימית ולכן הפעלת שיקול דעת והתמודדות עם חרדות הם העיקר כאן. השאלות שיפורטו מטה אינן אלא גירויים מחשבתיים, נקודות מוצא או קצות חוט ותו לא.

1. מה הניע אותך לפעול כפי שפעלת (לחשוב כפי שחשבת? להרגיש כפי שהרגשת?), מדוע בחרת בכיוון המסוים? מה היה חשוב לך להביע או להשיג?

2. האם, כיצד או באילו אופנים באים ערכים אלו לידי ביטוי בחיך, כולל במצבים והקשרים אחרים?

3. מהם הגורמים המציאותיים - יחסים, אירועים וכו', בעבר ובהווה - אשר הובילו לעמדה הקיימת?

4. לו היה ניתן, האם היית בוחר אחרת? האם היית מאמץ ערכים שונים? אילו?

5. בירור רמת ה"ראוי" או ה"רצוי" - מה אתה חושב שצריך להיות? או בהקשר האישי, כיצד היה ראוי לנהוג? מהי פעולה מוסרית ראויה? או, לולא היו מגבלות ואילוצים, כיצד היית בוחר לנהוג?

6. מהן השלכות הערכים-מניעים על היחסים הבין-אישיים, התפיסה העצמית, התפקוד והבחירות היומיומיות, תעסוקתית וכו'?

7. מה עשויות להיות ההשלכות אם אידיאלים אלה יקבלו ביטוי

מלא יותר בחיך? כיצד תרגיש? איך ישתנו חיך?

8. האם היית מעוניין שערכים אלה יקבלו ביטוי רב יותר בחיך, בסדר יומך? אם כן - בירור אופנים מעשיים למימוש ערכים אלה שמהם בהמשך תוכל לצמוח עבודה נוספת - במקרה של מימוש

או של אי־מימוש, מוצלח או מאכזב, של אפיקי העשייה שנבחנו. כלומר, המשך למידה עצמית־ערכית מתוך החוויה, כולל בירור החסמים והמכשולים, החיצוניים והפנימיים. בירור זה עשוי להוות שלב נוסף בתהליך הניסוח של הערכים העצמיים.

9. בירור הפער בין הרצוי למצוי (למשל במקרה של הימנעות מפעולה או פעולה השונה מהרצוי) - מהן השלכותיו ברמה האישית, המשפחתית, קבוצתית, חברתית וכו'?

10. ולבסוף (וכאן נתחבר לנושא הפרק הבא), מאמץ לנסח ולהמשיג מחדש את המניעים הפוליטיים או את האי־נחת, במונחים ערכיים־חיוביים.