

# 1. הלא-ידוע המשפחתי

האדם אינו יודע דברים רבים הקשורים לקשרים המשמעותיים שבחיינו. הזולת היוצר עמי קשרי משפחה אינטימיים וקרובים נשאר תמיד לא-ידוע במידת מה. ביחסי המשפחה ארוכי השנים, הן במשפחה ההורית שהיחיד גדל בתוכה מינקות והן במשפחה הגרעינית שהיחיד יוצר עם בן או בת הזוג, יהיו מצבים וחומרים לא ידועים, זאת על אף הקרבה הפיזית והאינטימיות הנפשית המתקיימים בהם. ביחסי המשפחה הפועלת יחד כקבוצה מצטבר תמיד עומס הנוצר משינויים תמידיים של אובדן הגדרות, גבולות ומיקומים, ונוצרים מצבי כאוס רגשיים וחיזוניים שמקורם בהתנהלות של בני הזוג ההורי, והיחסים שלהם עם הילדים ובין הילדים לבין עצמם (Bollas, 1987, 2009a).

הלא-ידוע המשפחתי הוא כל מה שבני המשפחה אינם יודעים זה על זה: על היחסים ביניהם, על ההשפעות ההדדיות שלהם זה על זה ועל ההבניות המשותפות ועל הדפוסים שנוצרו ביניהם. הלא-ידוע כולל משקעים וזיכרונות בלתי מוכלים; רסיסי אירועים ויחסים שחלקם התרחשו בעבר הקרוב, וחלקם משפיעים בהווה אף שהתרחשו בדורות קודמים; וכן דינמיקות ודפוסים המתרחשים יום-יום בין בני המשפחה. כל אלה, אם הוסתרו באופן מכוון, או אם נשמטו מייצוג ומעיבוד, הפכו לבני לווייה קבועים ודמומים של בני המשפחה. מנקודת ראות של הטיפול, הלא-ידוע המשפחתי כולל את החומרים המצטברים לעומסים בעצמי וביחסי המשפחה. השאלות שספר זה מנסה לענות עליהן הן, כיצד אפשר לעבד ולשנות את העומסים הללו, שעוצמתם עלולה לפרק את יחסי המשפחה ולהרוס את העצמי אצל חלק בני המשפחה; מהי ההתנסות הטיפולית

הנבנית בין העצמי, בין בני המשפחה ובין המטפל על רקע הזרמים של הטיפול האישי והטיפול המשפחתי.

קיימים הבדלים בלתי נמנעים בין בני המשפחה – חלקם גברים וחלקם נשים, חלקם הורים וחלקם ילדים, מקצתם מבוגרים יותר ועוד. הבדלים אלה גורמים לכך שחלק מחומרי החיים תמיד חומקים מתפיסתם ומהבנתם של כמה מהמשתתפים. ב"רשומון המשפחתי" אותו אירוע, באותו מרחב משותף, מייצר תיאורים שבו-זמנית שונים וחלקיים, וגם דומים וחופפים חלקית. במילים אחרות, האירוע המשפחתי, המתואר תמיד מכמה נקודות ראות של המשתתפים בו, נידון להיות מיוצג חלקית בלבד. לא פעם חלקיות זו נותרת דיפוזית ומפוזרת מדי, בלתי מוכלת, בלתי מעובדת וללא אפשרויות של טרנספורמציה.

יורם: מי זאת אלינור? אחותי הצעירה, בת ארבעים בדיוק, חכמה, מוכשרת ויפה, שלא הצליחה לסיים את התואר, לא יכולה לבנות זוגיות סבירה, לא עומדת ברשות עצמה מבחינה כלכלית. למרות שהיא מנסה ומנסה, היא לא מחזיקה מעמד בשום עבודה. אבל אי אפשר לדבר על זה, כי היא הופכת את שרשרת הכישלונות שלה לבדיחה. היא גורמת לנו להרגיש אשמים אם מישהו מאתנו מנסה לדבר על זה אתה. היא אומרת שהיא חיה את חייה באופן הכי אמיתי מכולנו, שלא אכפת לה תואר, חתונה, כסף – הכול זה מסגרות ריקות של החברה הצרכנית שאנחנו שבויים בה. אבל כשהמשפחה מתכנסת, מישהו חייב לנסוע להביא אותה, כי אין לה כסף להחזיק אוטו, כמובן. ההורים מממנים אותה לגמרי, אבל יש לה חוצפה להעיר על המתנות שקנינו לילד ליום ההולדת – אנחנו מתקמצנים עליו, לדעתה! לא רק אשתי, אלא כל בת זוג שהצטרפה למשפחה, קיבלה מאלינור מטח של השמצות, מריבות קטנוניות והשפלות. אבל אי אפשר לומר לה מילה בגלל איזו ברית סמויה בינה לבין ההורים, שישר יוצאים להגנתה, לא ברור למה.

עבור יורם, דברים רבים אינם ברורים, אינם מדוברים ואינם מוסברים, ולמעשה הם בחזקת לא-ידוע. למשל, לא מובן לו מדוע אלינור – החכמה,

המוכשרת והיפה – נכשלת בכול. לא ידוע ולא מובן לו מדוע ההורים מגוננים עליה, לאור התנהגותה הילדותית והגסה כלפי האחים ונשותיהם. חומרים אלו אינם מודחקים בהכרח, אלא כמו מרחפים במרחב המשפחתי המשותף, בלי שיוורם יכול לאחוז בהם או לחבר אותם יחד לכדי תמונה קוהרנטית ומובנת.

כל אחת מהשאלות האלה פותחת פתח לתהליכי עומק בטיפול הקשורים הן לעולמו הפנימי והן לכל רובדי המציאות במשפחה זו. ההתייחסות לשאלות הללו מאפשרת לנו, המטפלים, להיכנס ליחסים במשפחתו של יורם לא רק דרך ההעברה – אשר לעתים מתאפשרת באופן עשיר ומורכב ולעתים אינה מתאפשרת כלל. דרך זיהוי והבנה של נקודות הלא-ידוע ביחסי המשפחה אפשר ליצור מסע טיפולי אחר בין המטפל ובין המטופלים. תופעות הלא-ידוע המשפחתי קיימות ומוטמעות ביחסיו של העצמי עם המשפחה, בדומה ליחסי שפה ומחשבה. כפי שהמחשבות אינן יכולות בדרך כלל להופיע ללא תיווך השפה, אי אפשר לזהות ולהבין את המשמעות של הלא-ידוע המשפחתי ללא זיהוי של תהליכי המרחב המשפחתי המשותף והכרות עמם. הלא-ידוע המשפחתי כולל תכנים שונים, חלקם גלויים למדי ובכל זאת חומקים מן המודעות, וחלקם בלתי מנוסחים או לא-ניתנים-לחשיבה; לעתים הם טמונים אצל היחיד ולעתים מפוזרים באופנים שונים בין בני המשפחה (Green, 1983). כמו הלא-מודע האישי היכול להפתיע אותנו בכל שנת לילה ובכל רגע של ערות במפגש עם המציאות בתכניו ובתהליכיו הבלתי מוכרים לנו – כך הלא-ידוע המשפחתי מציב בפנינו דבר מה מפתיע, חדש ושונה, היכול להפתח בכל מפגש בין העצמי לבין מה שמחוצה לו, במרחב המשפחתי המשותף ובקונטקסט הרחב ממנו.

## סוגים שונים של לא-ידוע משפחתי

כדי לזהות את מופעיו של הלא-ידוע המשפחתי מתוך יחסי המשפחה הרב-שכבתיים, ננסה להבחין ולהבין סוגים שונים של ביטויי הלא-ידוע המשפחתי. חלקם מבוססים על פרספקטיבה של היחיד (בטיפול האישי) וחלקם על שתי נקודות מבט ויותר (בטיפול הזוגי, המשפחתי ובהדרכת

הורים). הסוגים הללו נועדו להראות חלק ממגוון האפשרויות להבנה ולעיבוד בטיפולים:

1. פערים בין נקודות מבט שונות במשפחה;
2. מקטעים, פיצולים ושברים;
3. שוליות – חומרים חשובים הנתפסים כשוליים;
4. סודות משפחתיים;
5. התעלמות ההופכת את הקרוב לשקוף ולבלתי נראה;
6. הלא-מודע האישי.

## 1. פערים בין נקודות מבט שונות במשפחה

פערים טבעיים בין נקודות מבט שונות במשפחה אינם פתולוגיים מעצם קיומם, מפני שהם מבטאים היבטים בלתי נמנעים של השונות ושל ההטרונגויות הבין-אישית שקיימת בכל משפחה, כגון פערים הנובעים מהבדלי גיל בין הילד, למתבגר, למבוגרים ולקשישים; מהבדלי מגדר שבין גברים לנשים; מהשוני הרב-דורי בין בני המשפחה הקשורים לזמנים חברתיים ודוריים שונים. עוד פער יכול להיווצר בשל שוני חברתי-מעמדי, כשכמה בני משפחה שייכים למיעוט או לקבוצה שולית ביחס לבני משפחה אחרים, השייכים לרוב או לקבוצה דומיננטית ועוד.<sup>2</sup> עוד פער קשור לעולמות השונים בהכרח שבני זוג מגיעים מהם ליצירת יחידה משפחתית אחת. לעתים קיים פער ביוגרפי ברור – כגון בני זוג השייכים לתרבויות שונות – ולעתים הפער סמוי יותר וקשור לדפוסים משפחתיים ואירועים ביוגרפיים כאלה ואחרים (מלאך-פינס, 1987, 2002).

בכל משפחה קיימים פערים מסוג זה, אך הם אינם בהכרח נשאים של הפתולוגיה של העצמי או של המשפחה. מנקודת ראות טיפולית נשאל: מתי הלא-ידוע המשפחתי, הנובע מפערים בלתי נמנעים אלו, נעשה פתולוגי? הפתולוגיה נוצרת כאשר הפערים הטבעיים בין נקודות המבט במשפחה (גם כשכולם כבר בוגרים בתא המשפחתי הגרעיני) הם גדולים מדי, כך

2 הפסיכואנליזה והפסיכולוגיה ההתפתחותית והחברתית מתייחסות בהרחבה לפערים אלו (ר' בין היתר אצל פרויד, 1909/2003; פרנצי, 1933/2009; מנוני, 1974/1993; Levinson et al. 1978; Levinson, 1996). באמצעות הלא-ידוע המשפחתי נראה זווית ראייה נוספת.

שהאמפתיה וההזדהות בין בני המשפחה אינן מגשרות על העומס שנוצר בשל הפערים האלה. עומס זה מאיים בו-זמנית על לכידות העצמי ועל קיומם המתמשך של היחסים. במצבים אלו, הפערים עלולים לעוות את העצמי ואת יחסי המשפחה.

יורם: אנחנו, הילדים, הבנו שאם אימא לא מפוצצת את היחסים עם אבא, כנראה שטוב לה ככה. אני לא יכולתי לסבול את החולשה שלה, אני הייתי ילד (ונוער) כעוס ועצבני. נתי אחי הגדול, שכבר היה עם רגל אחת מחוץ לבית, התייחס אליה בבוז וברחמים.

אלינור, כמוני, האשימה יותר אותה ולא את אבא. אבל לזכותה יאמר שהיא עשתה את המוות לשניהם במידה שווה. התחצפה בצורה שלא תיאמן. גם אותי ואת נתי היא השפילה בלי גבול. טוב, לא היה מי שישים גבולות כאלה. הכול התעוות אצלנו. כשהתבגרתי קצת יותר הבנתי שאימא פחדה להישאר עם שלושה ילדים בלי התמיכה הכלכלית של אבא. היא הרי התפשרה על עבודות שלא הרוויחה בהן הרבה. היא אף פעם לא באמת השקיעה בקריירה, למרות שעשתה המון רוח וצלצולים ברוח הפמיניזם. הרבה שנים לא הבנתי את החשבון הפנימי שהיא עושה. הרבה פעמים פחדתי שהיא תלך יותר מדי רחוק, תזרוק אותנו מהבית, ואנחנו נישאר בלי כלום. אני חושב היום שכבר לא היו לה כוחות לפרק משהו. היא הייתה כל כך חלשה. אני אישית לא מבין את זה. אולי בגלל שאני גבר ולא אישה? אולי בגלל שאני שייך לדור אחר?

עוד דבר שלא הבנתי בכלל – איך שאבא חזר הביתה. אם הוא כל כך לא סבל אותה, למה הוא נשאר איתה? לא נראה לי שהוא עשה חשבון נפש עם עצמו, לאשתו, ובטח שלא לנו, הילדים שלו. רק אחרי שהוא חטף התקף לב בתחילת שנות ה-50 שלו, משהו השתנה בו. כאילו ש"האריה המובס" שב הביתה. ועכשיו, כשהוא היה בשליטתה היא התאוששה פתאום, טיפלה ודאגה לו במסירות, כאילו לא היו הדברים מעולם.

יחסי הזוגיות של ההורים הם שטח לא מוכר, באופן טבעי, לכל אחד מילדיהם. בכל משולש של הילד עם הוריו מצטברת התנסות ישירה של הילד, שחווה את ההשפעות של הקשר הזוגי בין הוריו, אך נמצא מחוצה לו. הזוגיות מתבטאת במבנה יחסים שאינם כוללים את הזולת השלישי, ולפיכך היא מחוץ לתחום עבור הילדים. ביום-יום, הקשר הזוגי של ההורים הוא לא-ידוע משפחתי אימננטי אצל הילדים, שנסמך על אי-הבנה בגלל הבדלים קוגניטיביים בין המבוגר לילד, הבדלי בשלות רגשית ומינית ועוד. ילדי המשפחה נוכחים ברובדי היחסים של המבוגרים מתוך תלות, מתוך חוסר אונים מסוים וללא כלי התמצאות, המשתנים עם התבגרותם שלהם. גם בשנות הבגרות אנו מבינים את דפוס הזוגיות של הורינו (וגם של אחינו ושל חברינו הקרובים) רק עד לגבול מסוים.

בדוגמה שלפנינו חוסר היכולת של המבוגרים במשפחה להזדהות עם נקודות המבט של הילדים יוצר אי-הבנה וכשל אמפתי מתמשך (באלינט, 1968/2006; Wolf, 1988; Kohut, 1977, 1984). הפער הטבעי בין הורים לילדיהם אינו זוכה לגישור ולהכלה אמפתית, משום שההורים שקועים במשבר חיי הנישואין שלהם. היעדר התיווך של האמפתיה ההורית הופך את נקודות המבט של הילדים ללא-ידוע עבור הוריהם ואת נקודות המבט של ההורים ללא-ידוע עבור הילדים. ההורים מתעלמים מהצורך לגשר על הפער הטבעי ולנסות להפוך את הלא-ידוע המשפחתי למוכן קצת יותר. הם אינם מתייחסים באופן אמפתי לנקודות המבט של ילדיהם על הקונפליקט המתמשך ביניהם, ובכך מטילים על הילדים עומס רגשי כבד מדי לגילם. העיוורון ההורי, המתמשך לאורך תקופה, נעשה לדפוס מקובע ביחסי הורה-ילד בכל אחד מהמשולשים של המרחב המשותף.

האי-הבנה והכשל האמפתי הללו מצטברים לעומסים בקשרים שבין בני המשפחה, ולכמה החלשות וצמצום עד כדי פתולוגיות משפחתיות: היחלשות המושקעות ההורית (הקתקסיס) כלפי כל אחד מהילדים, בלי להבין את החסכים הנוצרים אצלם (הלא-ידוע הורה-ילד מתרחב); היחסים הריאקטיביים שבין ההורים, שמפסיקים להבין זה את זה (וגם ביניהם הלא-ידוע הולך ומתרחב); והעוינות והניכור המתפתחים בין האחאים, שאינם מוכלים על ידי ההורים ועל כן מתגוננים גם מפני מפגש אמיתי ביניהם (הלא-ידוע בין האחאים מתרחב). התחושה המתמדת המצטברת אצל

כל אחד מבני המשפחה, כי אינו מובן לאחרים ואינו מבין אותם, יוצרת התפרקות ופרגמנטריות ביחסי המשפחה.<sup>3</sup>

כשפערים טבעיים בין נקודות מבט של בני המשפחה מעובדים בתוך מרחבי ביניים ספונטניים, הם ניתנים על פי רוב לגישור ולייצוג. כאשר מרחבי ביניים פנים-נפשיים ובין-אישיים אינם נוצרים (בדוגמה – לא נוצר מרחב שהאם והאב מסוגלים להרהר בו<sup>4</sup> או לשקף באופן מודע לעצמם מהן ההתנסויות של ילדיהם, או מהן ההתנסויות של בן הזוג), הפערים הטבעיים עלולים ליצור אי-הכרה, אי-הבנות ואי-התאמות מתמשכות ומכאיבות. בדומה למשפחה זו, במשפחות רבות נקודת המבט של האחר נותרת לא-ידוע קבוע. על אף החיים המשותפים, תהליכים ומצבים שבין בני המשפחה נותרים זרים ביניהם. במצבים כאלה, הלא-ידוע המשפחתי נעשה למעין תלכיד או "קונגלומרט" שתכנים, תהליכים ומשקעים של כל הדיאדות והמשולשים במשפחה מעוררבים בו.

פערי הדורות שבין הורים לילדיהם יוצרים לעתים מצבי אי-ידיעה בלתי פתירים. הדוגמאות לכך הן אינ-סופיות כמעט. נזכיר כאן רק מעט מהן: הורים מהגרים, אשר הפער הטבעי בינם לבין ילדיהם מעמיק עוד יותר בשל פערי התרבות והשפה; הורים שחוו אירועים מכוננים, כגון מלחמה, הקמת המדינה וכדומה לעומת דור ילדים שחי חיים שגרתיים יותר או להפך; בימינו הפער הטכנולוגי הוא גורם ראשון במעלה היוצר פער בין-דורי ומרחיב את אי-הידיעה המשפחתי בין דור ההורים לדור הילדים.

הנחת היסוד ההתפתחותית היא שככל שהפער בין הילדים למבוגרים מצטמצם עם התבגרות הילדים, תתפתח מצדם הבנה אמפתית וכוללנית יותר כלפי ההורים. נקודת המבט הבוגרת והמורכבת יכולה לכלול את נקודות המבט השונות של ההורים בלי שתערער את הקוהרנטיות ואת גבולות הזהות של העצמי. אולם מתהליכי הטיפול השונים ומתיאורי המקרה בספרות הקלינית בזרמים השונים מתברר שההתפתחות הקוגניטיבית והאמפתית של העצמי מובילה לאמפתיה חלקית, ובדרך כלל ישנם נושאים

3 וכמו כן, דיסוציאציות, הכחשות והדחקות מרובות ברמה הפנים-נפשית. (Bowen, 1978; Framo, 1982; Boszormenyi-Nagy, & Spark, 1973; Nichols, 2003; Davis & Frawley, 1999; Eigen, 1999).

4 Reverie על פי ביון, במובן של "החלטה המכרעת ביותר שבה תלויה הצמיחה המנטלית, האם להתחמק מתסכול או להתמודד אתו." (עמ' 78) כפי שסימינגטון (1996/2000) מפרש את ביון.

שנשארים לחלוטין לא מפוענחים מנקודת הראות של הילד, גם כשהוא מתבגר. שאריות בלתי מובנות אלה, שלא בהכרח מודחקות או מוכחשות על ידי העצמי או על ידי בני המשפחה (למשל האחים), מתנקזות אל הלא-ידוע המשפחתי ועלולות להשפיע על העצמי באופן בלתי הפיך.

**פערים מגדריים מופיעים בלא-ידוע המשפחתי בתהליכים הנחווים אחרת על ידי גברים ונשים, הן בשל השוני הגופני והן בשל השוני החברתי בין המגדרים (בריזנדיין, 2006).** לדוגמה: גיל המעבר, אצל נשים וגם אצל גברים, הוא תקופה מלאת סממנים גלויים בחלקם בכל שטחי הגוף. אולם אלה שינויים שאין מדברים עליהם, על אף נוכחותם הברורה ביחסים האינטימיים. על כן נוצר בתקופה זו פער בין בני הזוג. הגבר אינו מבין מהם השינויים שעוברים על אשתו, והיא אינה מבינה את בגידת הגוף הגברי. עבור כל אחד מהם השינויים שהוא עצמו עובר הם בלתי מוכרים מהתנסות אישית, והוא מתקשה לייצג אותם ולתקשר אותם. מכאן מתחילה לא פעם התרחקות רגשית ומינית.

הלא-ידוע המשפחתי נטען במשמעויות שונות גם עם השינויים הגופניים המתרחשים בהיריון, בלידה ובראשית ההורות. דווקא בתקופה שהמרחב המשותף אינטנסיבי ביותר וקיימת ציפייה לקרבה רגשית רבה מתגלות זרות ואי-הבנה אימננטיות בין בני הזוג בשל הפערים המגדריים.

אולם לא כל הפערים נובעים מסיבות ביולוגיות. חלקם מקורם בסיבות רגשיות-תרבותיות. בדוגמה שלעיל, למטופל (שהוא גבר) קשה להבין מה קושר את האם לתפקידיה המסורתיים כאישה. התלות האישית וצמצום היכולות שלה נותרים מבחינתו ללא הסבר כל השנים.

כאמור, פערים בין נקודות המבט במשפחה הם טבעיים. נקודות עיוורון תמיד תהיינה חלק ממערכות יחסים, בדומה לקיומו של הלא-מודע בנפשו של כל יחיד. נקודות העיוורון הן מקור בסיסי וטבעי ללא-ידוע המשפחתי. אולם הפערים הטבעיים של הלא-ידוע המשפחתי – פערים מגדריים, פערים בין-דוריים, פערים בין-תרבותיים ופערים בין בני זוג – הפוכים לפתולוגיים כשנוצרות אי-הבנות כרוניות, מחיקות של הזולת ושל חלקי עצמי וקיבעונות במצבי משבר. פערים אלו עלולים להחמיר עוד יותר כשמתווספים עליהם השפעות פוסט-טראומטיות ואירועים מעוותים, שמחיריפם את הפערים לניתוקים ולקרעים בלתי הפיכים של תפיסת המציאות הקוהרנטית, הן של היחיד והן של בני המשפחה.



## 2. קיטועים, פיצולים ושברים

פערים עמוקים בין נקודות מבט נעשים במקרים קיצוניים יותר לפיצולים ולשברים של ממש. במקרים אלו כל נקודת מבט כשלעצמה מתפרקת גם היא, כך שלא נוצרת לכידות, לא רק בתוך ההתנסות והנרטיב הבין-אישי אלא גם בתוך ההתנסות והנרטיב הפנים-נפשי של היחיד.<sup>5</sup> המרחב המשותף אינו מאפשר יצירתם של תהליכי הכלה ו"מעטפות" רגשיות. התפרקות זו יכולה להתבטא כפיצול בין רגש לידיעה או בין חלקי ידיעה שונים, בין תחושות והסימבוליזציה שלהן, בשימוש יתר דרך הדחקות, הכחשות ותהליכי שכחה שונים.

הלא-ידוע נמצא במצבי שבירה ופיצול ביחסי משפחה שאחד מבניה (או יותר) עבר התנסות טראומטית. הטראומה היא מצב קיצוני המעמיק את הפערים הטבעיים שבין בני המשפחה, והופך אותם לקשים לייצוג ולגישור.<sup>6</sup>

יורם: את יודעת מה הזיכרון המשותף של כולנו? שאימא הייתה עייפה כל הזמן. אף אחד מאתנו לא הבין למה, ההורים לא הסבירו שום דבר. חשבנו שזה קשור לזה שחזרנו מחו"ל. ההסבר המוזר הזה ליווה אותנו הרבה שנים, כמו מסך שאף פעם לא הרמנו אותו.

כבר אז רק אני הייתי מוטרד נורא מהמתח שהיה בין ההורים, כשחזרנו למושב מהשליחות בחו"ל. הם רבו כל הזמן, ואני פחדתי שאבא יממש את האיום שלו ויחזור לעבוד בחו"ל בלעדינו. מרגע ששמעתי אותו "זורק" את זה לאימא, לא יכולתי לישון בשקט בלילה, אבל גם לא יכולתי לדבר אתה. הרגשתי בדידות וריק מסביב.

5 זאת מפני שהנרטיב הפנים-נפשי של היחיד נבנה במשפחה מתוך דבריהם והתנהגותם של הסובבים אותו, המעורבים בהשלכות ובהזדהויות עמם.

6 חומרי הפרגמנטציה, הדיסוציאציה והאלקסיטימיה מוכרים כמצבים חסרי ייצוג של מצבי פירוק וניתוק נפשיים המאפשרים לאדם לשרוד נפשית לאחר שעבר טראומה (ביון, 1992; Herman, 1992; Lifton, 1979; Krystal, 1988; Van der Hart, Nijenhuis, & Steele, 2006).

אלינור לא זוכרת כמעט כלום, טוב, היא הייתה קטנה. אבל היא כן זוכרת שאימא נעשתה עסוקה נורא ולא הייתה לה סבלנות. כשאלינור פנתה אליה היא הגיבה תמיד בחוסר סבלנות כאילו שהיא כבר מלאה מדי לשמוע עוד בקשה או מילה ממנה. "לא הבנתי מה עשיתי לה רע", היא אמרה לי פעם. עד היום היא תמיד עצבנית במפגשים עם אימא, אבל כמובן לא רואה שום קשר בין הילדות שלה לעצבנות הזו. ובכל זאת, בכל פגישה משפחתית עם אימא, מישהו חייב להעיר לה שהיא תוקפנית מדי וזה לא נעים לאף אחד.

נכון שאני הייתי רק בן עשר, אבל הרגשתי פחד איום כי לא סמכתי על אימא. אני ראיתי איך היא יכולה להישאר בלי כסף עד הגרוש האחרון, רצה למכולת לקנות חלב או לחם כשכבר לא נשאר כלום. ראיתי איך שהיא ארוזה את התיקים שלנו לנסיעות, לטיולים או לביקורים אצל סבא וסבתא. תמיד היו דברים שחסרו, בגדים שלא התאימו. אני זוכר את תכולת התיק, את הערבוביה. לא הבנתי מה שראיתי. כולנו צחקנו על הבלגנים שלה, על זה שהיא "רחפנית".

היום יש לי מילים אחרות: אימא הייתה שולחת בתיקים של כל אחד מאתנו את הכאוס שלה, את הבלגן שהיה או בתוכה. שנים ששכחתי את זה, ודי מהר גם אני הייתי עצמאי, אבל בלחץ עצום.

נתי, אחי הגדול, בכלל לא שם לב אליהם ולא היה לו אכפת, לא מאימא ולא מאבא. באחד מהטיולים המשותפים שלנו – שכמובן אשתי יזמה, בטח לא אני – שאלתי את נתי מה הוא זוכר. הוא ענה שהוא זוכר שנהנה מכל רגע אחרי שחזרנו. הוא חזר לחברים, לשפה שמוכרת לו, ולא התגעגע לרגע לחו"ל. היה לו חופש מההורים שלא שמו לב אליו, לא בלימודים ולא בשום דבר אחר. הוא עשה מה שהוא רצה. נתי אמר לי שזה ה-זמן שהוא יצא לעצמאות.

אחר כך שאל אותי – מה יש לך, למה אתה "חופר" שם כל

כך?

אמרתי – תסתכל על אלינור, מה לדעתך הרס לה את החיים?  
 נתי גיחך – גם בזה אימא אשמה? די לשים כל דבר עליה. מי  
 שסובב לה את הבורג במוח זה אבא, לא אימא.  
 אז עוד לא היה לי שמץ של מושג למה הוא מתכוון, האמת  
 שדי נדהמתי, חשבתי שהוא ממש מגזים. חשבתי שהוא מתכוון  
 לזה שאבא לא היה מספיק בבית בגלל שכעס על החזרה שלנו  
 מחו"ל. אמנם הוא היה אחראי מאוד, מסודר, שום דבר לא חסר  
 אצלו, אבל הוא לא היה שם בשביל אף אחד מאתנו. אני ממש  
 נצמדתי אליו בתוך הבלגן, ופחדתי מהמילים שהוא אמר עליה:  
 שהוא מיואש ממנה. זה היה נורא לשמוע את זה. לי לא היה  
 למי להגיד מילה, רק להתכווץ בפנים ולהחזיק. אני זוכר שכל  
 ערב חיכיתי לראות מתי אבא חוזר. כשזיהיתי את הדמות שלו  
 מופיעה בשבילי, זה היה כמו חבל הצלה בשבילי.

דוגמה זו ללא-ידוע במשפחה נוצרת מהשאלה לגבי מיקומה של האם:  
 "מה קרה לאימא". הנרטיב של ילדי המשפחה: "אימא עייפה כי חזרנו  
 מחו"ל", מבטא חלקי ידיעות, תחושות, זיכרונות, וייצוגים המפוזרים בין בני  
 המשפחה. הנרטיב הזה הוא חלקי בלבד, כמעין קצהו של קרחון, שמתיר  
 את בני המשפחה באי-הבנה ובאי-ידיעה. זה הסבר חלקי המחסיר רגשות  
 ויחסים שקרו אצל כל אחד מהילדים: נטישה (וכתוצאה ממנה התגייסות  
 הורית אצל יורם, ורגרסיה אצל אלינור), פרידה משחררת (נתי), משבר זוגי  
 עמוק (בין ההורים). תחושותיהם הקשות של כל אחד מההורים מוסתרות  
 חלקית זה מזו ומילדיהם: רצונו של האב לעזוב (את הארץ? את מקום  
 העבודה שלו? את אימא? אותנו?), והאם שבדיכאון (היא עייפה מאתנו?  
 מאבא? מהחזרה מחו"ל? ממה?). ניכר פה הפיצול שבין היחסים המוקדמים  
 המיטיבים דיים בין האם לילדיה, לבין התנהגויות לא מוכרות של האם  
 וייצוגים חדשים-מאוחרים המתגבשים החל מנקודת המשבר המשפחתי,  
 כפי שיוזם הבחין בה.

בדוגמה שלעיל ההסברים הגלויים – "אימא רחפנית"; "אימא עייפה";  
 "אבא כועס עליה כי לא רצה שנחזור מחו"ל עכשיו" – יוצרים הכחשה וחוסר  
 ההודו אצל כל אחד מבני המשפחה. נתי למשל מרגיש שחרור ומכחישי  
 את האובדנים שלו בהצלחה רבה. אבל "שחרור" זה פוגש את החרדה של

יורם במרחב המשותף ללא אינטגרציה, ויוצר אצל יורם בלבול, ניתוק, כעס וקנאה. החורים והעיוותים נטמעים בתהליכי העצמי, האינטראקציות והשיח המשפחתי נעשים למצבים של בדידות, בידוד פנים-נפשי, ריחוק וזרות שמוסיפים בהמשך החיים לשבירות ולפרגמנטציה.

כאמור, מצבי פרגמנטציה בתוך המשפחה נוטים להעצים ולשמר את עצמם. כאשר קיימים במשפחה חוסר הדהוד והכחשות מסיביות, בני המשפחה נוטים להסתגר, להתנתק ולצמצם עוד יותר את התקשורת הפתוחה כדי לא לפגוש את הנרטיב המערער של האחר. כך לא נוצרות הזדמנויות לשיח שיאפשר אמפתיה בסיסית, הכרה ברגשות השונים, עיבוד ומשמעות משותפת. כך בדוגמה שלנו בבגרותם נפוצו האחים לכל עבר, רק נשותיהם יוזמות מפגשים וטיולים שאכן יוצרים מפגש מערער.

אף שכל אחד מבני המשפחה בונה לעצמו הסברים במשך הזמן, שחלקם נראים הגיוניים או בעלי לכידות פנימית, כאשר הם נפגשים עם ההסבר או עם ההשלכות של בני המשפחה האחרים, ההסברים שנבנו מתפרקים ונפרמים. הזעזוע של יורם מול הנרטיב השונה של נתי, ותגובותיו שאינן מתאימות להסברים של יורם, הם דוגמה לשבריריות ולפירוק הנוצרים במפגש של נרטיבים שבורים ומנותקים.

לא פעם במשפחות שבהן קיימת פרגמנטציה מסוג זה, הכאב והאיום הגלומים במפגש בין הנרטיבים השונים גורמים לריחוק פיזי ולא רק נפשי בין בני המשפחה. ריחוק זה יבוא לידי ביטוי בהסתגרות ובכריחות שונות בגיל ההתבגרות; בפרידות, בניתוק ובריחוק ביחסי המשפחה בבגרות.

יורם: את אלינור אני בקושי זוכר בשנים האלו. היא גם לא הייתה חשובה לאף אחד. לא אימא ולא אבא התעניינו מה קורה לכל אחד. מה עם אלינור? איפה נתי, מה הוא מרגיש? ומי בכלל חשב עליי ועל מה שאני מרגיש. כשאני נזכר, יש בי מועקה וריקנות.

אני יכול רק לצטט משפט שאלינור אמרה פעם וזה מה שנשאר אתי: "האבא שבא לאסוף אותי מהחוג הוא לא אותו

האדם שהביא אותי לשם. הוא הפחיד אותי, הוא נראה מוזר כזה כשהוא בא לאסוף אותי".

המשפט הזה נתקע לי והעסיק אותי באופן שהיום אני מתבייש בו, למרות שאני לא עשיתי שום דבר רע. אבל אי אפשר היה לדבר על זה וככה זה נשאר כמו משהו תלוש שמרחף אי שם בתוכי. לא להקיא ולא לבלוע.

לא יכולתי אז, ועד היום אני לא יכול לסדר את זה בראש שלי, איך אימא עוד הייתה פוגעת בי, ואומרת שאפשר לקנות אותי: פעם היו הממתקים, אחר כך היו משחקי מחשב, אחר כך היו בגדים, ואחר כך בילויים משותפים אתו. אני לא יכולתי לענות לה על זה, כי לא ממש הבנתי על מה היא מדברת ולמה היא אומרת לי את זה. גם לי יש שם איזה "blank". חוץ מזה, אני והיא רבנו כמעט על כל דבר.

התשובה לשאלה, מה קרה לאלינור? טמונה בחלקה בלא-ידוע משפחתי. המידע מפוזר באופן שבור ומנותק בין בני המשפחה. הנרטיב של יורם שונה לחלוטין מהנרטיב של נתי אחיו, וסביר מאוד שלבני המשפחה האחרים יש נרטיבים אחרים משל עצמם. אולם ברשומון משטרתי או משפטי נדרשת בכל עדות קוהרנטיות פנימית המסבירה את המציאות מזווית הראייה הספציפית, ואילו ברשומון משפחתי מסוג כזה היעדר ההכרה וההדהוד בין בני המשפחה אינו מאפשר לאף אחד לבנות נרטיב קוהרנטי וברור. כל אחד נשאר עם חלקי ידיעה מעורפלים.<sup>7</sup>

כמו בדוגמה זו, גם במשפחות אחרות חסרה לעתים קרובות דמות מבוגרת מהמשפחה הגרעינית או הרחבה יותר המסבירה את העובדות הממשיות ומשקפת את התחושות ואת הפחדים שמתעוררים. במצבים כאלה, חלקי הידיעה, פיצולי הרגשות במרחב הפנים-נפשי של כל אחד מבני המשפחה, אינם מתלכדים לפאזל או לקולאז' המאפשר ייצוג ויוצר משמעות. לכן כל אחד נשאר מבודד בהתנסות הסובייקטיבית שלו ומזהה רק חלק מסוים ממה שקורה במשפחה. השיקוף ההדדי ("זה מה שקרה לי") או ההזדהות

7 חסרוננו של "העד החיצוני" כדמות המאשרת שמה שקרה אכן התרחש, משפיעה על היווצרות הידיעה של העצמי ועל האפשרות ליצור "עד דמיוני" בעולם הפנים-נפשי, כפי שניכר מהספרות הפוסט-טראומטית (זונטג, 1994; Gampel, & Mazor, 2003; Laub, & Auerhahn, 1993; Felman, & Laub, 1992; Modell, 1990).

"אתה הרגשת בדיוק כמוני", חסרים, ובמקומם נוצרות לקונות פנים-נפשיות ותוך משפחתיות. במרחב הבין-אישי לעתים ההסברים הגלויים לא רק שאינם נותנים משמעות מלאה, אלא הם מעוותים (לפחות חלקית) ושוברים את המשמעויות של התהליכים המתרחשים במשפחה ואצל כל אחד מחבריה.

### 3. שוליות

משפחות רבות מספרות את סיפורן באמצעות נרטיב מרכזי כלשהו (White, & Morgan, 2006; White, & Epston, 1990). לא פעם יוצר נרטיב זה בידול בין "דמויות ראשיות" ל"דמויות משנה" של בני המשפחה. לפעמים, נקודת המבט של "דמויות המשנה" נותרת ללא קול וללא ייצוג ושוקעת אל הלא-ידוע המשפחתי.

בני המשפחה שמוצאים עצמם בשוליה של נקודת המבט הדומיננטית חשים דחויים בלי שתחושת הדחייה הזו תקבל תיקוף גלוי. הסיפור שהם יכולים לספר על עצמם אינו זוכה להדהוד, ועל כן נותר לא פעם שבור ומקוטע. לעומתם, "הדמויות המרכזיות" זוכות לתיקוף כפול – שכן הנרטיב הקנוני שחוזרים עליו ביחסי המשפחה מתלכד עם נקודת המבט האישית שלהם (פחות או יותר).

יורם: בדיעבד, רק אני נשארתי עם המחנק הזה שהיה ביניהם. התגייסתי כולי לתפקיד המציל והמושיע, כי הרגשתי שכל הבית מונח עליי. נתי, אחי הגדול, היה מנותק ומחוץ לעניינים בכלל. אלינור הייתה קטנה מדי. לא יכולתי לשתף אף אחד כי הרגשתי שאף אחד לא רואה אותי. ההורים, ומבחינתי גם נתי – נטשו, נחלשו, פישלו. לא ראיתי אף אחד על ידי.

התנודות במצבי הרוח שבין ההורים, זה הפך לעניין המרכזי אצלי. כל מה שאני עברתי היה לבד: בהסתגלות בבית הספר, עם חברים חדשים, או במה שאני הרגשתי וחשבתי.

אני הייתי כל כך מזועזע מהמריבות שלהם, בכל פעם אי אפשר היה לדעת איך זה ייגמר. אולי הפעם הם יממשו את

האיום ובאמת ייפרדו? רק אני דאגתי לחיים שלנו כשהרגשתי שהאדמה רועדת תחתינו. חשבתי שאצטרך לצאת לעבוד אחרי הלימודים, כי מי יחזיק את אימא? מה יקרה לאלינור, שממשיכה לחיות כאילו שאנחנו משפחה נחמדה ורגילה?

העולם שלי כבר לא היה חשוב. לכן הרבה מהתקופה הזו נמחק לי לגמרי, כאילו שמישהו אסר עליי להפקיר לרגע את המשמר המשפחתי. אולי גם פחדתי לנוח ולהתרווח מדי פעם מהמתח ומהעומס.

השאירו אותי במין אוטומט כזה של חוסר אמון, של חולשה. אני מסוגל להזיז הרים וגבעות בחוץ, בעבודה שלי, בשביל הילדים שלי, אבל כשזה מגיע למשפחה הזאת אין לי כוחות, אני מתרוקן ממחשבות.

אני לא מבין גם היום, איך אף אחד לא בא להחליף אותי במשמרת של המשפחה, איך שכחו אותי? איך אני שכחתי את עצמי? איך זה שלא מרדתי, למה לא ברחתי כמו נתי, על איזה בית נשארתי לשמור?

לפעמים, גם במשפחה שלי, עם אשתי והילדים, דברים מתרוקנים לי, אני מרגיש את המועקה, את הדממה בפנים ואת הקהות, זה דומה לנייתוק שבחלום, כאילו יש איזה מסך שלא נותן לי להסיר אותו.

הכאב של "דמויות השוליים" במשפחות רבות הופך ללא-מתוקף וללא מוכר (unrecognized). בדוגמה שלעיל מה שידוע במשפחה הוא ש"אימא ואבא במשבר". מה שמחוק ומוכחש הוא הכאב של האחרים, כלומר הילדים. אם להשתמש במטפורה של אגדת "בגדי המלך החדשים", אין לאף ילד שצועק "המלך עירום" קהל שישמע אותו. באופן אופייני לדמויות שוליים, הצעקה, של כל אחד מהילדים בדרכו שלו, נעלמת בחלל שאינו מגיב לגלי קולו או סופג אותם כלא היו. אין לעצמי לגיטימציה לבטא את הכאב שלו, הוא לא נחשב יותר כמי שמותר לו לבטא את הסבל ואת הפגיעה שלו. למצבי שוליות במשפחה הגרעינית יש השפעות מעצבות זהות, גם כאשר הדחיקה לשוליים אינה נעשית בשנים הראשונות לחיים, כלומר אינה נובעת מיחסי אובייקט ראשוניים מעוותים.

דפוס ה"אין-כאב" ממשיך לאפיין שניים מן הילדים גם בהמשך החיים: נתי, הגדול, מתנתק לחלוטין מהמשפחה. בבריחה שלו הוא משמר את גבולותיו מבלי להתאבל או להתערבב בקשרים המכאיבים עם ההורים ועם האחים. אף שהוא נדחף לפרידה מוקדמת מדי בחייו, זו דרכו שלו להישען על עצמו בפחות סיכון וכאב.

אלינור מאבדת חלקים מזהותה העצמית ונשארת חשופה מדי, ללא הגנה. כל נגיעה פנימית מסוכנת מדי עבורה. אי אפשר לדבר אתה ברצינות, היא אינה מוכנה ללכת לטיפול ואינה יכולה ללכת ללמוד (סימינגטון, 1996/2000, עמ' 61-84).

עוד השפעה ארוכת טווח של דחיקה לשוליים היא היעדר המראָה הבין-אישית של בני המשפחה. המראות הבין-אישיות מְכַנֵּת את המראה הפנים-נפשית המאפשרת לנו את ההדהוד ואת האישור הפנים-נפשי. לעתים קרובות מי שהיו דמויות שוליים במשפחה הגרעינית ממשיכות לחפש אחר האישור ואחר ההדהוד החיצוני בבגרותן, גם באופן לא מותאם.

הלא-ידוע המשפחתי בדוגמה מראה כיצד נוצר עיוות בדפוסי המשפחה. בגלל המשבר של הדמויות המרכזיות – ההורים – הילדים כולם נדחקים מהמרכז לשוליים. זוהי הזזה כפויה של העצמי ממרכז עצמיותו שלו ומהמרכזיות הייחודית שלו להוריו, דווקא במשולש היחסים הבסיסי אתם. המפגשים בין העצמי עם כל אחד מההורים משתנים, מהכרה מאשרת ותהודה מעצימה לאדישות, להתעלמות ולמחיקה. הנתינה ההורית שהתקיימה לפני המשבר הופכת את עורה לחוסר ולהיעדרות – על אף הציפייה המשתוקקת של הילדים לקבל את שהורגלו בו.

הדחיקה לשוליים מכה בעוצמה ושוברת את כוחות העצמי בשני צירים מרכזיים: האחד, חוט השדרה הפנים-נפשי נשבר בשל הפציעה הנרקסיסטית המותירה חורים באהבת העצמי (הליבידו) שנחוצה לנו כדי לשרוד וכדי לרצות לחיות נפשית. הציר המרכזי האחר, שמתקיים רק בקונטקסט של יחסים משמעותיים – והוא הנושא המרכזי בספר זה – הוא קריסתן של העדות ושל התהודה של בני המשפחה. ככל שהמשבר הפנים-משפחתי מתמשך, הוא מקצין עוד יותר את תחושת הבידוד האישי (isolation) ומקשה על תהליכי היציאה ממנו, כך שהוויית השוליות מתקבעת בייצוג העצמי ובייצוג של יחסי המשפחה גם אצל בני המשפחה



האחרים. זו מציאות שמבודדת את העצמי משאר בני המשפחה: "זה קרה רק לי, ואף אחד אחר לא יכול להבין אותי"; כשאין מי שמתתף בזיכרונותיו לגבי אירועים שונים, או ברגשות הכאב והאבל שהם מעוררים. תופעות נפוצות נוספות של דחיקה לשוליים מתרחשות כאשר אחד מבני המשפחה חולה, נכה או בעל לקויות מסוגים שונים, והעיסוק המשפחתי הרב בו דוחק את השאר ממרכז תשומת הלב; "ילדי סנדויץ'" חשים לעתים שוליים בשל מיקומם בסדר הלידה; במצבי טראומה, כגון מותו של ילד, האחים השכולים סובלים מדחיקה לשוליים אל מול האסון שאירע להוריהם; ובמשפחות פטריארכליות נשים וילדות סובלות מדחיקה לשוליים, עד כדי רצח.

#### 4. סודות משפחתיים

הסוד המשפחתי הוא סוג מובהק של הלא-ידוע המשפחתי, בעיקר משום שאפשר להבחין באמצעותו בדינמיקה הייחודית שיוצר הלא-ידוע (שאינו בלתי מודע) במישור הפנים-נפשי של כל יחיד, ובמישור הבין-אישי של בני המשפחה (Imber-Black, 1993; Bessel Van der Kolk, 2014; Faimberg, 2005).

הסיבות להסתרה או למחיקה של מידע מסוים הן מגוונות מאוד וקשורות לאי-הסכמה, לבושה, לדעות קדומות ולשלילה ולנרדפות, כגון היריון בלתי רצוי, נטייה מינית שאינה מתקבלת, בחירות שגויות בכני זוג, רומנים מחוץ לנישואין, אסונות המעיבים ומאמללים את בני המשפחה וטעויות שלא נעשו במכוון, כגון פשיטת רגל. סיבות אחרות להסתרה נובעות מחשש לקנאה מצד אחרים בשל ירושות או הצלחות מיוחדות.

קיימות רמות שונות של חשיפת הסוד וידיעתו. ראשית, יש צירופים שונים של בני משפחה היודעים את הסוד. לעתים רק אדם אחד במשפחה הוא בעל הסוד והוא מצפין אותו מכל האחרים. לעתים בני משפחה אחדים יודעים ואחרים לא, ונוצרת שותפות סוד בתוך המשפחה. על הצד השני של הרצף נמצא את המצבים שהמשפחה כולה שותפה לסוד מסוים אשר מוסתר מן הסביבה, כולל המשפחה המורחבת. גם בקרב שותפי הסוד קיימות רמות שונות של ידיעה, החל מידיעה מלאה ועד לידיעה חלקית, שבורה ומטושטשת. על אף אי-הידיעה או ידיעה חלקית בלבד של תכני

הסוד יש סודות טעונים רגשית שהעומסים שלהם והשפעותיהם על בני המשפחה ניכרים בדרכים רבות. הסוד משרטט מעין גבול ויוצר בידול בין-אישי בין היודע (או היודעים) לבין אלה שאינם יודעים. כמו כן נוצרים בידוד וניכור פנים-נפשיים, הימנעות מידיעה ומזיכרון ומשאלות ספונטניות והרהור פנימי על אודות נושאי הסוד.

יורם: עכשיו תקשיבי מה נתי סיפר לי בטיוול. הנה מה שהוא ידע, וזה מסביר הרבה דברים.

אלינור הייתה האליבי לאין-ספור בגידות של אבא באימא. גם אני ידעתי שהוא לא בדיוק הבעל המושלם, אבל האמנתי שהוא אבא טוב. הוא היה רודף שמלות, אני לא יודע למה, אולי בגלל סוג העבודה שלו, בעיקר אחרי שחזרנו לארץ מחו"ל. משנות העשרה שלנו, הבנים, הבגידות של אבא היו סוד משפחתי ידוע בינינו, אבל אף אחד לא דיבר עליו בגלוי.

בטיוול דיברנו על זה בפעם הראשונה, ואז פתאום נתי אמר שהאבא הטוב והמסור שלנו, שתמיד התנדב לכל ההסעות לחוגים של אלינור, השתמש בה בתור מסך עשן לבגידות. אלינור, מגיל צעיר ממש, הפכה לשותפת סוד של הבגידות שלו. נתי חושב שהיא ידעה שכל בקשה שלה להסעה עלולה להפוך לבגידה של אבא באימא. אם במהלך השנים התחווירו לה ההוכחות לבגידה שלו זה בטח הטריף אותה, איך הוא מנצל אותה ככה.

מתישהו בגיל ההתבגרות, החברה הראשונה שלי התבדחה על חשבוננו, ואז התחלתי לחשוד בו. לא ידעתי מה נתי יודע ורואה כי לא היה בינינו קשר, וברור שאני לא הוצאתי אף מילה. לפעמים חשבתי – אולי זה כן קורה? אולי זה לא קורה? אולי אני טועה? או כמה מבולבל אני מסוגל להיות ולא לראות? רק היום אני נזכר, שאחרי שנתי התחתן הוא רמז לי שהוא יודע משהו על ההורים שישבור אותי. אין לי מושג למה לא נכנסתי לזה אז. שנים שהוא לא דיבר אתי עליהם. הוא אומר שהייתי

תמיד כל כך לחוץ והוא לא רצה עוד יותר לפגוע. הספיק לו שהוא יודע.

נתי בטוח שאלינור יודעת, אבל לי אין שמץ של מושג אם זה נכון, כי היא באמת נסעה כל פעם לחוג או מחנה, והמשיכה כל הזמן לחיות כמו בלה-לה-לנד.

לגבי אימא, לא ידעתי אף פעם אם היא ידעה או לא ידעה, אם היא ראתה או לא ראתה. לפעמים היו לה התקפי זעם פתאומיים, נוראים – היא הייתה מתנפלת עליו, מתפוצצת בצורה איומה, מגרשת אותו, זורקת לו את הדברים מהסלון ומחדר השינה לחצר בחוץ. כעבור כמה ימים של חרם ושתיקות היא הייתה ממשיכה הלאה.

בדיעבד, נוצר מין מצב קבוע שכל אחד מצא דרך להסתיר אותו מעצמו, גם להסתתר ממנו, כאילו אף אחד לא רואה שזה קיים בשגרת חיינו.

הסוד המשפחתי נוצר מתוך פעולה של מי שמעוניינים במכוון להסתיר נושאים אישיים או משפחתיים. אולם פעמים רבות שותפות הסוד נוצרת לא מתוך כוונה גלויה אלא מתוך "זליגות" מידע או התנהגות כלשהי. בני המשפחה שאינם מודעים לסוד במלואו נחשפים להתנהגויות ולהתייחסויות סמויות, למצבי נפש, לידיעות שונות, ולהתנסויות ממשיות, המקנים לכל אחד מבני המשפחה ידיעה חלקית על משהו שקרה. בדומה לקשר השתיקה סביב טראומה, תהליכים סמויים ובלתי מכוונים מתגבשים לשתיקה בין בני המשפחה סביב תכני הסוד, גם ללא הבנה מלאה מדוע.

גם בדוגמה שלעיל הסוד המשפחתי מתקיים בחלקי ידיעות, ברסיסי תחושות, בשברי זיכרונות ובשכחה, שחלקם גלויים וחלקם סמויים בין בני המשפחה. הסוד המשפחתי נושא, לעתים קרובות, רעילות רגשית שחודרת לעולמם הנפשי של בני המשפחה וליחסים שביניהם, מבלי שתהיה ידיעה ברורה מה גורם לכך וכיצד זה מתרחש. זהו ידע שמפוזר ואי אפשר – ללא בני המשפחה האחרים – לגבש הבנה בהירה וקוהרנטית שלו. הלא-ידוע המשפחתי הוא מעין "מקום מפגש סמוי" במרחב המשותף, שהתכנים הללו מצטברים בו אך אינם מתגבשים ומתבהרים.

העצמי חש אינטואיטיבית וללא מילים בקיומם של המתחים בשל הפערים בין הרגשות למסרים הגלויים, במסרים הכפולים ובאי-הנחת המתעוררת סביבם, ברמזים החלקיים שמופיעים במרחב המשותף ובאי-התאמות בין ההבנה האישית לבין מה שמתבטא באופן גלוי ביחסים בין בני המשפחה. במישור הפנים-נפשי יוצר הסוד תחושות מאיימות מבפנים ומבחוץ. תחושות אלו מודחקות בחלקן ללא-מודע האישי, בחלקן משייטות בנפש באופן שאינו סמוי לחלוטין אולם הוא מעורפל ומטושטש, ובחלקן גלויות אך לא מעובדות – בהיעדר קונטקסט ותיקוף.

בדוגמה שהבאנו תהליכי הבידוד של העצמי, שהסוד כופה על כל אחד ואחת מבני המשפחה, יוצרים גם בידוד פנים-נפשי בין מה שמותר להרגיש למה שמותר לחשוב. יורם מאוים פנימית מהפער בין הדימוי החיובי של אביו לבין האמירות של אחיו לגבי האב, ועל כן נמנע מחיבור חלקי הפאזל של יחסו לאביו. אי-התאמות כאלה, לא פעם, מגבירות את אי-היכולת לחשוב ולדעת. לעומת זאת, הצורך לדעת, לחשוף ולהבין (באופן אובססיבי), מעוררים דווקא תגובה הפוכה כדי להרגיש שליטה וביטחון במציאות המתערערת ולא ברור ממה. לעתים בני משפחה "מחליפים תפקידים" ביניהם בגילוי או במחיקתו של הסוד. הסוד מתגלה לעוד בני משפחה בעיתוי שהם מסוגלים לקבל אותו או בעיתוי שבעלי הסוד מסוגלים לשתף בו או כאשר כבר אינם מסוגלים להסתירו, בזקנתם או לאחר מותם. בדוגמה שלעיל המטופל יכול להתחיל לזהות את הסוד ומשמעותו רק כאשר הוא בשל לכך, לאחר שהתחתן ועזב את בית הוריו, ואילו בתקופות חיים אחרות הדבר היה בלתי אפשרי עבורו.<sup>8</sup>

במשפחתו של המטופל הרעילות הרגשית חודרת ליחסי המשפחה דרך הסודות של האב שכופים בידוד ופיצולים בינו לבין אשתו וילדיו, ואין מדברים עליהם במשך תקופות החיים המשותפות (אליצור ומינושין, 1992; Eigen, 1999; Laing, & Esterson, 1970). האב המסתיר את סוד הבגידה מנשל כל אחד מבני המשפחה ממקומו הרגשי ומבודד אותו. הוא פוגע באתיקה הבסיסית של המשפחה (נאמנות בין בני זוג, ניצול הבת לפגיעה באם וחשיפתה למיניותו של האב).

8 בטיפול המשפחתי, בורם הרב-דורי, האדם מתחיל את הגילוי העצמי דרך השיבה והמסע הביתה, כשבני המשפחה האחרים משתפים פעולה רק חלקית (Schutzenberger, 1998; Papp, & Imbar-Black, 1996; Bowen, 1978; Framo, 1992).

העיוותים שהסוד יוצר משתיקים את הקשרים הפתוחים ביניהם וחוסמים אותם בין המבוגרים וגם בין הילדים, כך מרוקנת גם האמפתיה ההדדית שהתקיימה ביחסי במשפחה. כלומר ללא מילים אובדת היכולת של כל אחד לדעת את עולמו הנפשי של האחר במידה מותאמת. בדוגמה שלפנינו כדי להימנע ולהכחיש את הסוד בני המשפחה מפסיקים לדבר ביניהם על עצמם. בשל הצטברות זו של הלא-ידוע המשפחתי יחסי הקרבה, האמון, הביטחון והאהבה מתרוקנים ונעשים לשותפות הישרדותית, תפקודית בעיקרה, המותירה כל אחד עם בדידות ומועקה.

כפי שראינו בדוגמה, אצל ילדים שבמשפחתם קיימים סודות רעילים הידיעה החלקית לגבי מה שקורה בין המבוגרים מותירה את פערי הידיעה של הילד כתחושות מאיימות. במרחב המשותף מתערבב מה שמוכר בבית לבין מה שפתאום מוסתר, מוצפן ואסור לביטוי מפורש. ההזרות ממלאות את הלא-ידוע המשפחתי בתחושת המוכר ההופך למאיים, הביתי ההופך לאל-ביתי (unheimlich). המפגשים הגלויים בשגרת המשפחה ביום-יום מעורבבים עם המגעים הסמויים של הלא-ידוע המשפחתי שאי אפשר לדבר עליו או אפילו לחשוב אותו (Freud, 1919).

כאשר נשמר סוד בתוך המשפחה, הלא-ידוע המשפחתי מתעצם ככל שבני המשפחה מחליפים את היחסים הרגילים ואת מרחבי הביניים הספונטניים ביניהם בניתוקים ובהסתתרויות. מרחבי הביניים הטבעיים נשברים ויוצרים שבירות רגשיות של היחיד ושל היחסים, כמו הצטברויות של פגיעות שהופכות לטראומה מצטברת (דובאן, 2010/1991; Khan 1983, 1974). אם נתייחס רק לאלינור, לצורך ההדגמה, מזווית הראייה של הלא-ידוע המשפחתי, הפגיעות של אביה ושל אמה כופות עליה להשתתף בפועל בבגידה ובסיפור הכיסוי. היא נעשית מבודדת ומנותקת יותר ויותר בתוכה וביחסיה עם בני המשפחה, בלא שיש לה שיח קרוב עם מי מהם, שבו היא יכולה לספר את אשר עובר עליה ולהבין את ההקשר המשפחתי שהיא לכודה בו. במילים אחרות, אין מרחב ביניים ספונטני הנפתח עבורה עם אף לא אחד מבני המשפחה. היא ממולכדת בעומסי הסוד, הרבה יותר מאחיה הצופים מהצד, ואף הם אינם מחלצים אותה באמצעות גילוי הסוד, באמצעות מרד בהורים או באמצעות קשר קרוב ומיטיב שיכיל בתוכו מרחב ביניים עבורה (ועבורם). כמו במקרים רבים אחרים שמתקיים בהם סוד

רעיל במשפחה, השיח המשפחתי האוטנטי מושעה ומופסק, כי הוא הופך לטריטוריה רגשית מסוכנת ומערערת, והלא-ידוע הולך ומצטבר.

## 5. התעלמות ההופכת את הקרוב לשקוף ולבלתי נראה

בכל משפחה יש מצבים שהם כה גלויים לעין ברקע היום-יומי עד שהם נראים כמצבים שקופים ובלתי נראים.<sup>9</sup> מצבי שקיפות כאלה הם שכיחים ביותר ביחסי משפחה, ונעשים לפתולוגיים רק כאשר ההתעלמות מהם מוכחשת ולא מאפשרת שיח כלשהו. הילד הבכור נעשה לילד-הורי מעצם מיקומו בין האחים; שיוך עדתי וצבע עור הקובעים מי מבני הזוג של הילדים יהיה מקובל ומי לא ועוד. הלא-ידוע המשפחתי כולל את הנוכח ואת הגלוי לעין במצבים, בתופעות, בהתנהגויות ובביטויים רגשיים שנתפסים כמובנים מאליהם. מאפייני הרקע שלנו, כגון צבע עור (כהה או בהיר), מגדר (אישה או גבר), מעמד (בינוני או נמוך), מיעוט (יהודי או ערבי) וכן הפרשי הגיל בין אימא לאבא או בין ילדי המשפחה. כמו כן התנהגויות שונות, כגון "אצלנו לא מדברים על דברים"; "אימא ואבא בקושי מדברים ביניהם"; "פתאום יש לנו המון כסף אבל אני לא יודעת מאיפה בעלי מביא אותו"; "האח הגדול מרביץ לי, כרגיל"; "אנחנו עוברים דירה בכל שנה".

המצבים האלה נתפסים ומיוצגים כדבר-מה שאין צורך להזכיר או לסמן. כביכול, אין לחלקים הבלתי מילוליים הללו כל חשיבות או משמעות: "ככה זה אצל כולם", "בכל משפחה קורים דברים כאלה", "בכל קשר יש גם בעיות". החלקים השתוקים אכן מתארים פעמים רבות את הנדוש ואת השגרתי שאין צורך לתמלל אותו, אולם לעתים תפקידם הוא להעלים מהעין ולמחוק את הכאב האישי או המשפחתי באמצעות ריקון ובאמצעות הסבת המבט למקום אחר.

נוסף על כך קיימים מצבים שקופים שאינם מובנים מאליהם ואינם מדוברים, אף שהם ידועים לכול משום שהם חותרים תחת הערכים המשפחתיים ותחת הנורמות המשפחתיות או תחת הנרטיב המרכזי של

9 במשפחה יש יחסים הדדיים מתמשכים המתפקדים כתהליכים סמויים שאינם דורשים תשומת לב מיוחדת, והם "מחזיקים" את השגרתי והמוכר לנו. בדרך כלל רק הפרה שלהם גורמת לנו להפסיק את הזרימה הרגילה ולתהות על קיומם (Stern, 2009).

המשפחה. דוגמאות שכיחות לכך הן התייחסות לנטיית חד-מיניות של בת משפחה כשקופות ולא קיימות, אף שהיא מדברת על כך בכתבה בעיתון; בן משפחה מומחה בתחום מקצועי אך אינו מוערך בגלל שאינו מוצלח מבחינה כספית; בנות משכילות ומצליחות נחשבות לפחותות ערך בהשוואה לאחים שלהן. בני המשפחה מסגלים לעצמם אופני הימנעות שמותאמים להגנות האישיות של כל אחד מהם, אבל גם ללא-ידוע המשפחתי המשרת את ההסוואה המשותפת (Bateson, 1972; Wilden, 1980; Campbell, Droper, & Crutchley, 1991; Watzlawick, Beavin, & Jackson, 1967).

יורם: הכול מניפולציה. הם החליטו שלא מדברים על מה שהיה. על מה לא מדברים? על מה שאף פעם לא דיברו: היו כל כך הרבה פגיעות בעבר, אבל אף אחד לא היה אחראי לשום דבר ממה שקרה. אבא לא פגע באימא והרס לנו את הילדות. אימא לא הייתה בדיכאון והפסיקה לתפקד. הם לא יפסיקו להגן על אלינור, או ישלחו אותה לאימון אישי מחוץ למשפחה. הם מעולם לא חשבו אפילו ללכת לייעוץ זוגי כדי "לנקות את הבית". הכול מתנהל כאילו לא היו הדברים מעולם.

אחרי שאבא חזר הביתה, העניינים כמו חזרו למסלול המוכר, וכולם הסתגלו במהירות לזיוף בשכחה מהירה, כמו במחזה שבו לכל אחד יש תפקיד ידוע מראש. ישנם בני משפחה, כמו אשתו של נתי, שנצמדים ל"ביחד המזויף" הזה וקוראים לו "משפחה מיוחדת". אבל אנחנו, הבנים, וגם אלינור (לפעמים) מכירים את הבושה שמסתרת מאחורי ההצגה המשפחתית המלוכדת.

בכל פעם שיש איזה אירוע משפחתי – חגים, סיום בית הספר, סיום הצבא, חזרה מטיול בחו"ל – ה"ביחד" הזה כופה עליי שוב ושוב לגעת בנייתוק ובכישלונות שאף פעם לא נאמרת עליהם ולו מילה אחת. בעיניי זה כמו ללכת בתוך ארכיון משפחתי שלם שניתק ממקורותיו, מגיבוריו הראשיים ומסתובב לו ביקום כמו החללית האבודה שבסרט "אודיסיאה בחלל". תלישות טוטאלית זה מה שנותר, החור האילם של כן השיגור, והוא ריק לחלוטין.

כבר לא צריך היה לומר את מה שהכרנו כל כך וכיצד כולם השתתפו: אם זו אימא, שכשחזרנו מבית הספר הייתה שוכבת עם הגב אלינו, מקופלת בתנוחת עובר. אם אלו התפרצויות הזעם הבלתי צפויות של אלינור או ההתרוצצות של אבא: פעם הוא בא, אחר כך הלך, הוא נסע, הוא נשאר. מתישהו הפנים של נתי התאבנו, הוא גידל stone face, כדי שלא ירצו ממנו שום דבר. ההתנהלות היגעה שלי. המצבים שהפכו לחלק מרקמת החיים הרגילה שאין צורך להתייחס אליהם. הם פשוט נמצאים שם כמו מתמיד.

ככל שאני מתבגר, היום, אני לא יכול להשלים עם הכישלונות של התמונה המשפחתית. אני לא מסוגל להשלים עם מה שפגע בכל אחד מאתנו בתוך המשפחה. אבל אין לדברים האלה שאני אומר שום עקבות, שום תהודה, שום עדות.

מה שמוזר הוא שעל אף ההתבגרות, היציאה מהבית, הפרידות של כל אחד מאתנו, בניית המשפחות שלנו, תמיד מישהו מהמשפחה מצליח להצית אותנו עם ההתנהגות הכאוטית שלו. לפעמים זו אלינור ולפעמים זו אימא. הכול גולש למין ערבובייה שבין האמת לשקר, ובין "ההצגה העכשווית" ל"מחזה המוכר מהעבר".

שגרת המשפחה כוללת תהליכים ומצבים שחלקם הופכים למעין מצבים "שקופים", כאילו שהדברים קורים ונעשים מעצמם ללא מילים, ללא שליטה וללא מקורות ממשיים. מה מקור העיוות הזה? מה נוכח כל כך אבל נראה כשקוף בתמונת המשפחה הזו? מה או מי מייתר את המילים? כיצד השפה "מגרשת" ואוסרת לדבר על נושאים שנמצאים במרכז ההווה המשותפת? השקיפות וההתעלמות שזורה באירועי ההתפתחות הרגילים, "נבלעת" בתהליכים גלויים, ומשטיחה את המורכבות הגלומה במצבים אלה. תפיסת השייכות הטבעית למשפחה מאפשרת להורה לפגוע באופן שרירותי בבני המשפחה המנושלים כאילו שייכות זו שקופה בעיניו. באנלוגיה, ביחסי מטפל-מטופל יש מטופלים המחסירים תשלום על פגישה ומתייחסים ליחסי ההדדיות של הטיפול כשקופים, בלתי נראים; כאילו שאי התשלום לא באמת פוגע במטפל (גם אם יש סיבות רגשיות מצד המטופל). לעומת



זאת, יש מטפלים שמתעלמים ומרדדים את המשמעות: זה לא נורא, המטפל יכול להסתדר בלי התשלום הזה. מה שנדחק לתוך הלא-ידוע המשותף הם הרגשות והפעולות ההרסניים שאינם מדוברים אך הם גלויים, שכן הדבר קרה.

מחד גיסא אי אפשר להסתיר מצבים, פעולות ואירועים שונים. מאידך גיסא אפשר להתייחס אליהם כנדושים וכחסרי משמעות, כמעין קלישאה שאין צורך להתייחס אליה. הריקון הזה לעתים פתולוגי, עד כדי מחיקת המילה, הייצוג, ועצם קיומה של התופעה המתרחשת לנגד עינינו.

הלא-ידוע המשפחתי סופג הן את ההשתקה וההכחשה האישית של כל אחד מבני המשפחה והן את הזיכרון שיש סכנה לביטוי הגלוי מדי במרחב המשפחתי המשותף. בדוגמה שראינו, זיכרונות המשבר אינם נגישים לשיח במעין קשר שתיקה שאין צורך במילים מפורשות כדי לשמרו. התכנים שנספגו בלא-ידוע המשפחתי מתפקדים בתהליכי ההתמודדות של בני המשפחה כצנזור המבליע את שרידי העבר הכאוב, גם אם הוא אינו משתקם כראוי. הבלתי נראות נוכחת בקלישאות ריקות מתוכן משמעותי, של "חזרה לשגרה" או "איזו משפחה מיוחדת".

נקודת המבט של יורם בשנות הבגרות זקוקה לזווית ראייה נוספת, באמצעות הטיפול ובאמצעות יחסים אחרים עם בני המשפחה, כדי שיוכל להתיר ממקלעת הקשרים את המשמעות של הזיוף ושל ההסוואה משפת המשפחה.

## 6. הלא-מודע האישי

בין הלא-מודע האישי והלא-ידוע המשפחתי מתקיימים יחסי גומלין מורכבים. מחד גיסא הלא-מודע הוא בהכרח חלק מן הלא-ידוע (איני יודעת מהן הפנטזיות ומהם יחסי האובייקט הלא-מודעים של בן זוגי). כמו כן ההשלכות וההזדהויות שנובעות תמידית מהלא-מודע משפיעות על חלק מחומרי הלא-ידוע. כך, ההזדהות של אלינור עם כל אחד מהוריה היא בלתי מודעת עבורה (למשל הזדהות עם תהליכי הזיוף וההכחשה של הכישלונות), אולם עבור יורם חומרים אלו לא ידועים (ואינם מודחקים או מוכחשים בלא-מודע שלו), ומהווים חלק מחורי הידיעה שלו לגבי התהליכים המניעים את יחסי משפחת המקור שלו.

מאידיך גיסא הלא-ידוע מחלחל אל הלא-מודע. כך הבגידה של האב, שהיא בחזקת לא-ידוע עבור אלינור (כיוון שלפחות בשלב הראשון היא אינה מודחקת או מוכחשת אצלה), מתעצבת בלא-מודע שלה, כך שייתכן כי האובייקט הגברי המופנם אצלה אינו מאפשר לה ליצור יחסי זוגיות טובים דיים בבגרותה. חלק מחומרי הלא-ידוע במרחב המשותף הופך, בעולמה של אלינור, לפנטזיה לא מודעת (שתופיע בחלומות, במעשי כשל וכדומה). הם מופיעים, בבגרות של אלינור, כהגנה נפשית מפני הקונפליקטים הגלויים שהיא ממולכדת בהם: בין אביה לאמה, וכן בין רצונותיה למימושם באמצעות ההורה.

בני המשפחה נולדים לתוך מצבי הלא-ידוע המשפחתי. התינוק נולד לתוך מערכת מסועפת של תכנים לא ידועים, היוצרים עבורו חלק מהסכמות הרגשיות, הקוגניטיביות וההתנהגותיות. לדוגמה: באופן טבעי, על פי רוב, ההורים מבטאים בגלוי התייחסויות חיוביות לתינוק החדש, ואילו האחים חושפים גם התייחסויות שליליות בחלקן (סולן, 2007). לפעמים, כשקיים חוסר ויסות או חוסר התאמה בין הילד להורה או בינו לבין אחיו, הפן השלילי והמתסכל של האינטראקציות מתגבש בחומרי הלא-ידוע המשפחתי. הלא-מודע האישי אינו מקיף ובוודאי שאינו מכיל את כל התכנים האלה, שכן קיימים פה חלקי מידע שונים שטמונים ונחווים אצל בני המשפחה האחרים ואינם נובעים מההפנמות הספציפיות של התינוק. תמיד יהיו תכנים וחומרים נפשיים שאינם זמינים לתינוק בבגרותו, המשתחזרים בחלקם במערכת היחסים המשפחתית. עקבותיהם ורישומם של חומרים ותכנים הנמצאים ביחסים במרחב המשותף מעובדים באופנים שונים: הם מעובדים יותר אצל בן משפחה שעבר טיפול, ואילו מודחקים אצל האחר ומוכחשים חלקית אצל בן משפחה נוסף. היחסים שבמשפחה משמרים את הרב-קוליות של השוני הבין-אישי ואת ההשפעות של כל אחד מבני המשפחה. חשוב לציין שוב ושוב שהרב-קוליות הזו אינה מתלכדת לקול יחיד, ו"מסרבת" להאחדה ולהכללה כזו.

הלא-ידוע המשפחתי ארוג בתוך הלא-מודע האישי רק באופן חלקי. הלא-מודע האישי מתוחם לעולמו ולתנועותיו הפנים-נפשיות של היחיד, ואילו הלא-ידוע המשפחתי מתהווה במרחבים המשותפים וביחסים בין שני

אנשים ויותר, בתנועה מתמדת בין הפנים-נפשי לבין-אישי, בין העצמי לאחרים. אפשר לומר כי הלא-ידוע המשפחתי מבהיר שקיים רצף, ולא דיכוטומיה, בין הפנים-נפשי לבין-אישי.

מצבי הבגידה המתמשכים בדוגמה גורמים לכל אחד מבני המשפחה להפעיל את מנגנוני ההגנה האישיים שלו. החרדה היום-יומית מפני התפרקותה של המשפחה וההתנסות הממשית בהיחלשות הקשרים ההוריים מתבטאת באופנים שונים: במצבי העייפות של אימא, בניתוקים של נתי, בפנטזיות ההצלה של יורם ובתחושת "הלה-לה-לנד" של אלינור. כל אחד שקוע בקשיו שלו כדי להצליח ולתפקד ביום-יום השגרתי. אולם הצנזור הפנים-נפשי שמפעיל הגנות שונות לשמירת העצמי פועל לא רק כדי לשמור על העצמי מפני התפרקות אלא גם כדי לשמור על המשפחה ועל היחסים בתוכה מפני התפרקות. במובן זה הוא פועל לא רק בשירות העצמי אלא גם בשירות הלא-ידוע המשפחתי במרחב היחסים המשפחתי.

הלא-ידוע המשפחתי הוא אחד מהמקורות החשובים שישפיעו על אופן העיבוד התוך-אישי של חלקי הידיעה ה"מסוכנים", המבישים, המאיימים, המרעילים והממיתים, הקשורים ליחסים בתוך המשפחה. הוא יכול לתפקד כצנזור המבדיל בין מה שנכנס למה שנשמט; הוא יכול להותיר "זיכרונות מסך" (כמו המשפט של אלינור על אודות אביה הבא לאסוף אותה) החוסמים ידיעה עמוקה ומעובדת יותר; הוא גם יכול להשפיע על הגנות שייבחרו במגע עם חומרים "מסוכנים": ככל שהחומרים קרובים יותר לאיזורי הסכנה המשפחתיים, ייבחרו הגנות נוקשות ופרימיטיביות יותר. הצנזור של הלא-ידוע המשפחתי משתתף בעריכה ובהרשאה של הופעת צירופים חדשים, אם רק לא נשקפת מהם עוד סכנה ליחסים במשפחה. ככל שהסכנה מחריפה עולה הסיכון כי מרחב הביניים המשותף יתפרק.

מאחר שיחסי משפחה הם בעלי משמעות קיומית-הישרדותית, תהליכי הצנזורה הללו מופעלים על בני המשפחה כדי למנוע את התפרקות היחסים. בדומה להגנות העצמי, תהליכים אלו חשובים לשימור וליציבות היחסים במשפחה, כל עוד אינם הופכים להיות נוקשים או כאוטיים מדי. במצבים פתולוגיים תהליכי ההגנה המשפחתיים עלולים להיות בלתי יעילים ולא מותאמים.

בדוגמה שלעיל אילו היו ההורים עוברים משבר מינורי יותר ביניהם, ואילו ההורות שלהם לא הייתה נפגעת בגללו, היה נכון ותפקודי להשאיר משבר זה בחזקת לא-ידוע עבור הילדים. גם אם הילדים היו חשים במשהו שאינו כשורה, עדיין היה הלא-ידוע משרת תהליכים של שמירה על הגבולות במשפחה ומניעת מלכודים של הילדים בתוך הקונפליקטים הזוגיים. אולם בדוגמה זו המשבר בין ההורים היה עמוק מדי ושבר את המרחב הזוגי וההורי כאחד. היעדר מרחבי ביניים ספונטניים במשפחה מחד, והעומסים של הלא-ידוע מאידך עד כדי טראומה, יצרו פתולוגיה הן בתוך העצמי של כל אחד מבני המשפחה (בצורת הגנות נוקשות מדי, עצמי מזויף ודיסוציאציות) והן ביחסים המשפחתיים (ניתוקים, מסרים כפולים, תוקפנות). כאן הלא-ידוע המשפחתי איבד את הפונקציה ההגנתית המיטיבה שלו, ולפיכך לא הגן על היחסים במשפחה מפני התפרקות והרס אלא באופן שטחי וחיצוני בלבד. זאת בדומה למנגנוני הגנה פנים-נפשיים (כגון הדחקה והכחשה), אשר בעומסי יתר מאבדים את האפקטיביות שלהם בהגנה על העצמי.

יורם: ביום ההולדת ה-40 של אלינור נערך קרנבל משפחתי שלם. ההורים ארגנו מסיבה והזמינו את כל המשפחה המורחבת. אימא בירכה את אלינור בפומבי והפכה את כל כישלונותיה לניצחונות ולהישגים. את חוסר ההתמדה היא כינתה "נאמנות לעצמה"; את כישלון הזוגיות היא תיארה "עצמאות ואותנטיות"; לקושי הכלכלי היא קראה "צניעות והסתפקות במועט"; ואת ההומור הפוגעני, המרוקן מתוכן, היא מהללת ומשבחת כל הזמן. אבא, שבירך אחריה, קרא שיר בחרוזים, שבטח העתיק מהאינטרנט, מאתר לברכות יום הולדת.

אי אפשר לסבול את ההלצות הוולגריות של אלינור, איך ההורים נצמדים אליה, נמרחים בהנאה מכל מילה שהיא אומרת. היא מרשה לעצמה להתבדח על חשבוננו, מנסה להשפיל אותי, את נתי ואת הנשים שלנו, אפילו את הילדים שלנו, כאילו שזה יטשטש עד כמה היא אבודה בעינינו.

כל המפגש הזה הפך למעושה ומאוס בשבילי, כששוב אימא בתפקיד של "לא רואה מה קורה", ומשתפת פעולה בצורה משפילה ומעוררת רחמים.

יום ההולדת של אלינור, שנים לאחר תקופת הבגידה, מעורר שוב וממחיש בלי משים סיטואציות רגשיות במרחב המשפחתי המשותף. האירוע המשותף מתממש כקלישאה ריקה ויוצר מגע בלתי אמצעי וגלוי עם התעלמויות, עם הכחשות ועם עיוותים לגבי סבל העבר. החזרתיות ביחס המזויף כלפי אלינור מחזין היפוכי תגובה של האם, התעלמות וקשר ריק של האב ויחסי טינה וניכור בין בני המשפחה. הצנזור הבין-אישי מתממש בפאסדה אחידה של יחסים מזויפים מצד כל בני המשפחה, רגשות של כעס, עלבון וכאב של בני המשפחה מנותקים מהקשרם הנכון והאמיתי, אף שאלה אינם מודחקים אצל מקצת בני המשפחה. ההסוואה החיצונית, בהווה, מוחקת את הרגשות, את ההתנהגויות ואת האפשרות לשנות את היחסים, וכך חומרים אלה נכנסים גם הם ללא-ידוע המשפחתי העמוס של משפחה זו.

מדוע בני המשפחה משתפים פעולה? אם ההורים לא פירקו בעבר הסוּעֵר את המשפחה, איש אינו רוצה בכך היום. הצנזור באמצעות הלא-ידוע המשפחתי מתייב לכולם, בלי שהם נותנים דעתם על כך, התנהגויות שמונעות את פירוק המשפחה.

עם שיבתו של האב אל אשתו הקשר הזוגי המחודש משתיק את קיומו של הסבל שנגרם בתקופת המשבר אצל כל אחד מבני המשפחה, כאילו לא היה. תקופת המשבר כולה והשפעותיה כמו נעלמים מהמרחב המשותף, בלי מילים (כך לפחות חווה זאת יורם), בכניעות חלקיות ובתבוסה חסרת כוחות. החולשה, הפגיעות והבידוד של העצמי ביחסי המשפחה אינם מאפשרים התמודדות ישירה שתשחרר או שתשנה את היחסים הפגומים שנגלו לעיני כולם. לפעמים יש ילד התובע את הטיפול דרך הסימפטומים שלו ולפעמים עם הבגרות של בני המשפחה מקצתם מתחזקים דיים להפנות את אלומת האור למקומות החשוכים והנעלמים. אולם פעמים רבות מצב זה מאוחר מדי וגולמי מדי.

בדוגמה שבפרק שני ההורים מתמקמים באי-ידיעה משותפת. הם מכחישים את הבגידות שהיו חלק מה משמעותי בחיי המשפחה במשך תקופה ארוכה, וכמו "מסירים" מעצמם את האחריות ההורית שניזוקה. הפגיעות במרחב הזוגי המשותף וההתעלמות וההכחשה יוצרים שותפות חדשה ולא מוכרת לילדיהם. ההורים אינם מאפשרים לתקן את מה שהתעוות, ואולי בוגדים בשנית, הפעם בתפקידם כהורים האחראים להתפתחותם הרגשית של ילדיהם. בנרטיב הגלוי איש אינו אחראי למה "שכנראה לא קרה", כך הרע נהפך לטוב והצודק לטועה והאמת לשקר, אמת שאינה רק סובייקטיבית

אלא מוחלת על כולם. התנהגות זו פוגשת את הזיכרון החי, שאינו מודחק ואינו מוכחש אצל יורם. הוא משמיע את קולו של הלא-ידוע המשפחתי כפתח כניסה כדי להשתחרר, עד כמה שניתן, מהכבילות ומהמבוי הסתום שבו הוא נמצא.

חשוב להדגיש כי חומרי הלא-ידוע המשפחתי הם מרובי פנים, הם מתפקדים כמעין "קפסולות זיכרון" הנמצאות ברקע של שגרת היום-יום, חבויות בין השורות של הנרטיב הקנוני והנרטיבים השוליים של העבר ושל ההווה המשפחתי. השונות הרבה בין בני המשפחה מתבטאת בגופי הזיכרון והשכחה של כל אחד ובהשפעותיהם על המרחב המשותף. חומרי הלא-ידוע המשפחתי גלויים בחלקם; אצל האחד הם נשכחו לחלוטין בתהליכי הלא-מודע האישי, אצל בן משפחה אחר הם חיים בזיכרון הפעיל אך לא ניתן לבטאם בגלוי. הם נמצאים בכל מפגש ובכל סיטואציה שביחסי המשפחה ומפוזרים באופנים שונים בין מספר אנשים, כך שכל אחד מחזיק לפחות חלק מן הידיעה, ולעתים קרובות אין מי שמחזיק בנרטיב השלם, גם כשבני המשפחה מסכימים ביניהם שאירוע מסוים אכן קרה, כי הפרשנות יכולה להיות שונה. שונות זו בין בני המשפחה מאפשרת גמישות והתפתחות ייחודית של העצמי ביחסים שאינם כופים זהות או התאמה בלבד, וכשלעצמה אינה מקור לפתולוגיה או לסבל. אולם השונות עלולה ליצור ערעור של העצמי ופגיעה עמוקה ביחסים ובמרחב המשותף, כפי שנראה בשניים ממופעי הרבים של הלא-ידוע המשפחתי: הפרות פתאומיות של הידוע ושל השגרתו והפרות של אתיקה משפחתית.

## מופעי של הלא-ידוע המשפחתי

בדומה ללא-מודע, הלא-ידוע המשפחתי מופיע כל העת בחיי היום-יום של המשפחה. הוא מתבטא באין-ספור דרכים, בדפוסים משפחתיים וגם בחריגה מהם; בחלומות; במעשי כשל משותפים, במנהגים משפחתיים ועוד. נסקור כאן רק שתי תופעות שהלא-ידוע מתבטא דרכן, המתאפיינות בערעור ובסבל, אשר לעתים מביאות לחשיפה של הלא-ידוע.<sup>10</sup>

10 זאת שלא כמו מופעים אחרים היכולים להימשך שנים רבות, וגם אם הם גורמים לסבל, הרי הם נחווים כ"גזירת גורל" אשר בני המשפחה לא בהכרח מהרהרים בה.

## הפרות פתאומיות של הידוע ושל השגרת

ההפרות הפתאומיות מתייחסות הן למצבים חשובים והן למצבים שגרתיים במשפחה כפי שנראה מיד בדוגמאות הבאות.

יורם: אחרי שאבא קיבל התקף לב בפעם השנייה אני כמובן היה זה שטיפל בו יחד עם אימא. לא היה לי יום ולא היה לי לילה. הילדים היו קטנים, ואשתי הייתה ממש גיבורה שנתנה לי את החופש הזה לתמוך בהורים בתקופה הזו, שהייתה שוק גדול לכולנו. נתי כרגיל בכלל לא היה בסביבה, בקושי התקשר לדעת מה קורה. אלינור הגיעה רק כשהייתה צריכה לבקש כסף או לקחת את האוטו של ההורים, כאילו לא קרה שום דבר. יום אחד אבא ביקש שאסיע אותו לעורך דין. כשהחזרתי אותו מהפגישה הוא סיפר לי כבדרך אגב שהוא כתב צוואה, שבה הוא הוריש לאימא ולאלינור כמעט הכול.

נדהמתי. ביקשתי ממנו לראות כמו עיניי את המסמך. מצד אחד אני מבין שהוא דואג לאלינור שכל כך לא הסתדרה בחיים יחסית אליי ואל נתי. מצד שני עד היום אני לא יכול לספר את זה לנתי. למרות שעברו כבר כמה שנים טובות, כל פעם שאני נזכר, זה מערער אותי מחדש.

יש מצבים שחלק מבני המשפחה מפרים את ההסכמות שבשגרה באופן מפתיע, חד-צדדי ונעדר אמפתיה המעורר תדהמה וניתוק אצל בן המשפחה המופתע. במשפחה שיחסייה פתוחים וגמישים דיים ההתנסות האישית עם פערים, עם אי-הסכמה, עם רגשות אמביוולנטיים ועם אי-התאמות מאפשרת פתרון ופשרה. כמו בדוגמה, שינוי היחס באופן חד-צדדי נתפס כמניפולציה של דחייה או הדרה של בני המשפחה משגרה מוסכמת ביניהם ומובנת מאליה. הסיבות להדרה או לדחייה לא פעם אינן ידועות לבן המשפחה הדחוי בשל הימנעות מקונפליקט או עימות עם העונש ועם הפגיעה חזרה. דוגמאות קיצוניות יותר הן עזיבה של בן זוג באופן מפתיע, נישול מצוואה, יצירת חובות בחשאי, סירוב פתאומי וגורף ליחסי מין, ניתוק יחסים בין ילדים להוריהם או לסביהם, סירוב לבקשת עזרה (של הורה

חולה למשל) ועוד. כוחן הרב של ההפרות הפתאומיות מתגלה בערעור האמון בקשר עם בן המשפחה שמגלם את פעולת הנישול או ההימנעות ללא הסבר וללא הכנה. הפרה פתאומית נעשית על ידי מחיקה כפולה: א. מחיקה של רגשות האדם שנפגע; ב. מחיקת העדות לפגיעה הזו, אם בהתכחשות של המבצע ואם כצופה מהצד.

מה שלא ידוע לחלק מבני המשפחה במצבים אלו הוא מה הוביל להפרה. מבחינת הצד המופתע, מהלכים כאלה חושפים מניעים ומצבי רגש לא ידועים של מי שיוזם את ההפרה, כמו פוטנציאל להתנהגות לא צפויה ולא סבירה על פי מה שמקובל בערכים ובנורמות המשפחתיות. כמו כן לפעמים מי שיצרו את ההפרה ומודעים לה אינם מייחסים משמעות להשפעה הישירה או המצטברת של ההתנהגות על בני המשפחה שהופתעו ואף נפגעו.

השיח הטיפולי עלול ליפול לדיכוטומיה של "או-או" ולחלופין להגדיר את המציאות המשותפת כתוצאה "זוהה" לכולם בגלל המעגליות של היחסים. כדי להבין את משמעות ההפרה הנחווית כפתאומית, בעיקר ביחסי אינטימיות וקרבה, עלינו לנסות להרחיב את ההתבוננות על התופעה דרך מקורותיו של הלא-ידוע המשפחתי.

יורם: אני לא הסתרתי את הביקורת שהייתה לי לגבי מפגשי המשפחה המזויפים, כמו שהיה ביום ההולדת של אלינור. חשבתי שבכך אני אגרום לפחות לנתי להתעורר. חשבתי שעכשיו, כשאנחנו מבוגרים, נוכל להיפגש בלי כל הבלגן של האחרים, ולהיות אמיתיים אחד עם השני. במקום, הסתבר לי שלא הוזמנתי לטיול המשפחתי וגם לא תיאמו אתי את התכנון. זה נודע לי כבדרך אגב, לאחר מעשה. על אף ההקלה המידית, הרגשתי מופתע ופגוע.

להפתעתי, כעסתי על המניפולציה המשפחתית כי שוב לא נתנו לי לבחור. אני שונא את ההרגשה שהמשפחה הזאת גורמת לי: שאני חייב להגיב לפעולה שכבר נחתה עליי. כלפי חוץ לא הראיתי שום דבר, אבל כשהבנתי שחלק מהמשפחה התארגן לטיול הרגשתי בתוכי כפיות טובה, חוסר הערכה ודחייה. בזה המשפחה שלי הצטיינה.



אני יודע שלא בא לי ואני לא רוצה לפגוש את המשפחה שלי. בעבר נהגתי להודיע שאני חולה, את יודעת, וירוס או חום גבוה של הרגע האחרון. אבל גם נפגעתי, כי הבנתי שהם עשו בחירה, שהרוב החלש הכריע להתמוג ביחד. הבנתי שחור על גבי לבן שאני, שהייתי המשענת של כולם כל השנים, כבר לא חשוב להם בכלל.

מבחינת יורם האירוע משפחתי שהוסתר ממנו מבטא מהלך משפחתי של רגשות דחייה וניתוק, שאין להם כביכול מקור אחראי ואין להם פנים ודמות, הם כאילו נוצרו משום מקום. הלא-ידוע המשפחתי מתבטא בזיוף ובשרירותיות שחלק מבני המשפחה שותפים לו ללא מילים. תחושת השייכות של יורם לבני המשפחה מופרת ונכפית עליו ללא מילים. יורם מוצא עצמו פסיבי מול אקטיביות אנונימית, הפעולה המשותפת של בני המשפחה, אולם למרות האירוע שקרה אין לה ייצוג במרחב המשפחתי המשותף. תחושת האבסורד של יורם אינה זוכה לתהודה כלשהי, ומאחר שבני המשפחה מנותקים ממשמעות זו, היא נידונה להיטמע בשגרת היום-יום.

יורם חשב במשך שנים שהביקורת שלו כלפי בני המשפחה איננה פוגענית. להפך, זו ביקורת בונה, חלק מפנטזיית ההצלה שלו ורצונו לתיקון המשפחה. בפועל, בני המשפחה שמעו בביקורת הזו בעיקר עלבונות אישיים. מבחינתם יורם היה ביקורתי מדי, חסר טקט ולא התחשב ברגשותיהם. כמו כן הם תרגמו את חוסר שביעות הרצון שלו מהם כדחייה שלו מהמפגשים המשפחתיים, מה שאכן היה נכון במידת-מה. תחושות אלו התגבשו לפעולה חד-צדדית, אשר בני המשפחה המעיטו במשמעותה השלילית, וגם לא ראו בה פעולת נקמה מכוונת, לפחות לא באופן מודע. "מה בסך הכול עשינו? אתה הרי תמיד מתלונן ומקטר שאתה לא רוצה לצאת לטיולים האלה".

בטיפול המשפחתי ידוע עד כמה קואליציות של שניים ויותר מבני המשפחה יכולות להשתנות ולקבוע עובדה הנכפית על בני המשפחה האחרים. לעתים תוכני ההפרה נתפסים כמינוריים יחסית, אבל השינוי הפתאומי נחוזה כבגידה וכדחייה, כך שמי שחשבתי שהוא "אתי" או "קרוב אליי באינטימיות של המשפחה" מתברר שהוא "נגדי" או "מרוחק"

מבחינתו. בדוגמה שהבאנו יורם נפגע מכך שכולם שיתפו פעולה והשאירו אותו בחוץ. פעמים רבות זו פגיעה שתכניה נחשבים לקטנוניים (לא הוסיפו את המייל שלי לרשימת התפוצה המשפחתית, לא הזמינו אותי למסיבה של הילד של הגיסה או לפגישה של חברים של אחי, לא קנו מתנת יום הולדת וכדומה), עד כדי כך שאדם מבוגר מתבייש או נבוך לדבר או להתייחס אליהם בגלוי. השיח על העלבון בגלל הפרות כאלה נתקל בדרך כלל בהכחשה או בבזו המתמקד בקטנוניות ולא בכוונה לפגוע. מה שנדחס לתוך הלא-ידוע המשפחתי הוא לא רק האקט עצמו אלא הכפייה, התוקפנות, הנקמנות וצרות העין המרחפים ביחסי המשפחה, ואין בהם הכרה. נוסף על כך התייחסות ישירה מגבירה לעתים את תגובות הצמצום והמחיקה.

ההפרות החד-צדדיות יוצרות מציאות חדשה ופתאומית שלא קדם לה שיח גלוי או עיבוד מילולי כלשהו. במשפחה שההתקשורת בה היא גלויה ופתוחה דיה אפשר לזהות ולעבד את התחושות העומדות בבסיס ההפרה לפני מימושה בפועל (או אחר כך) ולשנות את מהלכה. אולם במצבי שגרה רבים ההפרות האלו אינן יוצרות שיח גלוי מצד כל הצדדים. הצד המופתע נותר המום ומעורער, והצד הפוגע מתנהג כאילו לא אירע דבר, ממעיט במשמעות האירוע, מטיל את מלוא האשמה על הצד הנפגע ("אתה הבאת את זה על עצמך") או מוציא עצמו פיזית מן המרחב המשותף (עוזב, מנתק קשר), כך שמרחב ביניים אינו מתאפשר ושיח ועיבוד אינם מתקיימים. לא פעם הבחירה בפעולה כזו נבעה מלכתחילה מן החשש מקונפליקט ומן ההתמודדות עם התגובה הישירה והגלויה של האחר הנפגע. זאת מפני שלעתים קרובות מזין את האקט החד-צדדי צורך סמוי או לא מודע של שלילת האחר, שקשה לעצמי להודות בו. המצב של מבוי סתום וחסום של בן המשפחה המופתע או "המעורער זמנית" משנה את המצב המוכר לבלתי מוכר.

ההיודעות לפן התוקפני הזה במציאות המשפחתית חודרת לתוכו של העצמי בעל כורחו ומופנמת בו (גם כשאינן פגיעה נרקסיסטית מוקדמת). במרחב המשפחתי המשותף, מה שלא ידוע לדמויות המרכזיות והשוליות שהשתתפו באירוע הוא מידת הניתוק וההזרה שיצרה ההפרה. הלא-ידוע המשפחתי מצטבר בהתנסויות פוגעות שאינן מדוברות ונעשות לקשרים ריקים.

## הפרות של אתיקה משפחתית

הפרות שונות באתיקה המשפחתית (לבינס, 1982; Wagner, & Reiss, 1995; Boszormenyi-Nagy, & Spark, 1973; Boszormenyi-Nagy, & Ulrich, 1981) מתבטאות בלא-ידוע המשפחתי, החל מחוסר הגינות בסיסית ביחסים הקרובים של המשפחה וכלה בהרס היחסים במצבי טראומה קיצוניות, כגון נטישה והזנחה של הורים את ילדיהם בשל התמכרות או בשל משבר גירושים קשה (וולרסטיין, לואיס ובלקסלי, 2001; פינצ'י וכהן, 2001; כהן ופינצ'י, 2001). לעתים קרובות המטפל הוא עד שמיעה של הפרות האתיקה המשפחתית כשחומרי הלא-ידוע המשפחתי הם משקעים משניים לעומת המרכזיות של האירוע הטראומטי או לעומת סיטואציה מעוותת המפוררת את הנפש ואת היחסים.<sup>11</sup> חומרי הלא-ידוע המשפחתי מתלווים לכל פגיעה או הפרה של ציפיות אתיות אוניברסליות, כגון יחסי האחריות בין הדורות, הזכאות שבין בני זוג, בין ילדים צעירים להוריהם או בין הורים קשישים לילדיהם הבוגרים.

ההורים שבדוגמה מכחישים את הבגידות שהיו חלק כה משמעותי בחיי המשפחה במשך תקופה ארוכה, ויוצרים אי-ידיעה משותפת.<sup>12</sup> כאן, לאחר המשבר הזוגי שביניהם, הם מתעלמים מהמשמעות שלו בהתפתחותם הרגשית של ילדיהם.

ברכת יום ההולדת של אמה של אלינור מגוננת על עצמה, על אלינור, על החזות של המשפחה, על האב, כשהתכנים של הברכה מבטאים היפוכי התגובה. האדרה של השולי, של השטותי ושל הריק, מצביעה על הלא-ידוע המשפחתי: העיוות של הכישלונות של האם, של האב, של המשפחה ושל ילדיה והתקתם להישגים. אלינור נותרת כנשאת של הסימפטום.

11 ביון מדבר על "מוסריות דורסנית ומרוקנת חיים וחיות" וההתקפה על יחסי המשפחה, כמו ביחסי הטיפול (סימינגטון, 1996/2000, עמ', 166, 162).

12 בטיפול הזוגי המוקד במצבי בגידה הוא המרחב הזוגי ופחות ההורי. בני זוג המחליטים לקבל טיפול זוגי מתמודדים עם עומס רב בשל הפגיעות במרחב הזוגי המשותף. פעמים רבות אם אין סימפטומים קליניים אצל ילדיהם, המרחב ההורי נותר משני בלבד. הקשר המחודש לאחר טיפול מוצלח מועיל מאוד לזוגיות, אך הפגיעות שילדיהם חוו ישירות ובעקיפין נותרו בחומרי הלא-ידוע המשפחתי. בדוגמה זו ההמשגה של הלא-ידוע המשפחתי "מכריחה" את הטיפול להתייחס להתנסויות שבמרחב המשפחתי המשותף ולא רק במרחב הזוגי.

עומסי הלא-ידוע האלו אינם עוברים עיבוד מספק גם כעבור שנים, וגם כאשר בן משפחה זה או אחר נמצא בטיפול. במקרים אלו, קשרי המשפחה המינימליים, למשל בין בני זוג הרסניים או ביחסי הורים וילדים פוגעניים, ממשיכים להרעיל ולפרק ולעורר מחדש את הטראומה.

ההפרות הגלויות נחוות כשגרה הנמצאת מאז ומעולם, כחוק קיומי שאי אפשר לשנותו, כמו לדוגמה במצבי הזנחה המוכחים על ידי ההורה (כהן, 2001). לא פעם נראה שבני המשפחה פורקים את הפגיעות הללו בהשלכות החוצה למרחב הציבורי, בחיפוש אחר האחראי (בית ספר, עבודה, ממשלה, קבוצת רוב שלטת, קבוצת השווים וכדומה). במצב כזה הלא-ידוע המשפחתי מתמלא אובדנים ומחירים שבני משפחה שונים "משלמים" על ההפרות הללו. ברור שאין אפשרות לבטא מחאה כלשהי, וגם אי אפשר להתאבל על הפגיעות האלה או למצוא דרך אחרת להשתחרר מהן. כאשר הפרות אלה מתרחשות נדמה לעתים כי הפונקציה האחראית במשפחה ריקה, ואיש אינו לוקח אחריות על התוצאות או על התיקון הדרוש.

אם לחזור לדוגמה שבפרק, שני ההורים יוצרים כבהיסח הדעת אי-ידיעה משותפת, כשהם מנתקים את העבר מהווה. ברור שיש קושי להתמודד בין ההורות שהייתה לפני תקופת המשבר למשבר עצמו ולתקופת החזרה שלהם לאחר המשבר. יחד הם כמו "מסירים" מהיחס ההורי את כישלון העבר, כשהאינטימיות והאמפטיה ההורית ניזוקו. ההפרה של האחריות והאתיקה ההורית נטמעים בסבל של כל אחד מהם, ומתלכדים לנקודת עיוורון בדיאדה הזוגית-הורית שלהם. כך שוב נכפית על הילדים הבוגרים ההתנסות של הניתוק ושל העיוורון.

הפרות רבות, ככל שהן מתקבעות, מצטברות לתהליכים טראומטיים אצל מקצת בני המשפחה ומעוותות את היחסים לפוגעים-ונפגעים, הן מעצימות את הלא-ידוע במשפחה. גם אם ההפרה הסתיימה זה מכבר, משקיעה מוסיפים להשפיע ולעוות את יחסי המשפחה. אם המטפל מתייחס ללא-ידוע המשפחתי, לא ניתן להתעלם מההפרות השונות בטיפול האישי ובטיפול המשפחתי.

## הלא-ידוע כצנזור משפחתי

חומרי הלא-ידוע המשפחתי מחצינים תכנים וחומרים הנמצאים באופן גלוי ביחסים ומעוררים איום וחשש ביחסים שבין בני המשפחה. במובן זה הלא-ידוע המשפחתי פועל כצנזור רב-משותפים, שנמנעים מלסכן הן את העצמי והן את המרחב המשותף. לצנזור זה יש תפקיד הסתגלותי רב-ערך ביצירת איזון בין-אישי ופנים-נפשי במשפחה. היכולת שלא לגעת בחומרים נפיצים, הנתפסים כ"סיכון" ליחסים, מאפשרת שגרת חיים סבירה ומתפקדת. במילים אחרות, הצנזור דרוש כדי למנוע ערעור ופירוק יום-יומי במשפחה או טראומה בגילוי האמת, כבמקרה של בגידה. אולם כאשר מצטברים דברים ש"אסור" לדבר עליהם, או שלא ניתן לעבד אותם, חומרי הלא-ידוע המשפחתי עלולים גם להיות מקורות של פתולוגיה ושל סבל.<sup>13</sup> בעצמי הפנים-נפשי נקודות העיוורון שוקעות בתהליכים סמויים ובלא-מודע כצורך הגנתי אישי.<sup>14</sup> במרחב המשפחתי המשותף נוצרת מעין הסכמה שבשתיקה שאיש מבני המשפחה לא יערער את ההגנה של הפאסדה המשותפת כדי לא לערער זה את זה. אמנם "הצנזור" הזה יוצר סבל המתבטא במצבים מתמשכים של זיוף והכחשה במרחב המשפחתי כולו ושל כל אחד מבני המשפחה, אולם יש תקופות ביחסי המשפחה המתאפיינות בהתעלמות, במחיקה, בשנאה ובעיונות במקום חשיפה של חומרי הלא-ידוע ושחרור העצמי והיחסים מסבלם. אף שנקודות העיוורון השונות של בני המשפחה אינן זהות בדרך כלל, לא בהצטברות של חומרי הלא-ידוע המשפחתי ולא בסיון או בצנזור, יש כאמור זמנים שלא ניתן לבטא שונות זו בהתנסויות של היחסים. כפי שראינו בדוגמה, במשפחתו של יורם מחקו את התקופה שקיומה של המשפחה הוטל בספק. כל אחד מבני המשפחה היה מאוים מאוד בזמנים אלו, ועל כן טבעי הצורך להכחיש תקופה זו ולהתנתק מן התחושות הקשורות בה. "שיתוף הפעולה" הזה בין כל בני המשפחה מתממש ללא מילים באופן סמוי, אף שרגשית, בנרטיב האישי, נמצא שההתנסות של כל אחד מהם נבעה ממקום שונה.

13 פונקציית הצנזור של הלא-ידוע המשפחתי אינה זהה לתהליכי הוויסות והאיזון של המערכת המשפחתית כפי שהם מופיעים בגישה האסטרטגית על המודלים השונים שבה (Wagner, & Reiss, 1995). חלק מודע ומוסכם על כולם וחלק אינו מודע ושייך לידיעה סמויה שבני המשפחה חולקים.

14 ויניקוט התייחס ל"עצמי המזויף" במצבים האלה.

## הלא-ידוע המשפחתי בתהליך הטיפול: יצירת מרחב ביניים

עיבודם של חומרי הלא-ידוע המשפחתי דורש תמיד סביבה מחזיקה של מרחב ביניים. על כן יצירת מרחבי ביניים ביחסי המשפחה היא מטרה טיפולית מרכזית ביותר. בפרפראזה על אמירתו המפורסמת של פרויד – במקום שבו היה לא-ידוע משפחתי, יהיה מרחב ביניים.

### מרחב הביניים

מרחב ביניים (במונחיו של ויניקוט) הוא תהליך משותף הנוצר בין האם לתינוק, והוא בעל איכות טרנספורמטיבית מטיבה. במרחב הביניים נוצרות הבניות בין-אישיות ופנים-נפשיות המאפשרות התנסויות של שינוי ושל התמרה. הספרות מבחינה בין מרחב ביניים פנים-נפשי לבין מרחב ביניים בין-אישי, כששניהם הכרחיים ליצירת שינוי ביחסים. מרחב הביניים מאפשר שינויים באופן שאינו יוצר טראומה כי אינו מבוסס על כפייה של שינוי (imposing) או על מחיקת האחר ואף לא על כניעה של המטופלים מחולשה או מפגיעות. מרחבי ביניים קיימים בהתנסות הבין-אישית האנושית באופן ספונטני ומהווים את התשתית לתהליכי הסתגלות, אינטימיות וקרבה, אינטגרציה ואמפתיה הדדית ביחסיו של היחיד עם סביבתו וביחסי המשפחה. כאשר הם אינם נוצרים באופן ספונטני ותדיר, יש צורך לעתים ליצור אותם באופן מובנה בתהליך טיפולי.

המטרה של מרחבי הביניים בתהליך הטיפול היא לשנות דפוסי עומק של מצבים חסרי ייצוג, תהליכים בלתי סימבוליים, מצבים של ריק ומוות פנימיים, חזרתיות פתולוגית, העברות רב-דוריות פתולוגיות, הזדהות השלכתית שלילית, טראומטיזציה אישית, חוסר ויסות רגשי והתנהגותי ועוד. זוהי מטריצה רגשית-אינטראקטיבית שבה המטפל מנסה יחד עם המטופל לשנות, להרחיב ולהגמיש את רפרטואר התחושות וההתנהגויות. מתוך האינטראקציות שנוצרות ביחסי הטיפול ניתן לפרש היבטים מסוימים מהתכנים הלא-מעובדים והלא-מודעים עם בני המשפחה. לעתים המרחב המשותף של השעה הטיפולית נהפך למרחב ביניים, ולעתים למרחבי

הביניים, שנוצרו בשעה הטיפולית, והם מתפרקים והופכים למרחב משותף בלבד.<sup>15</sup>

קיימת תנועה מתמדת בין המרחבים המשותפים של המשפחה למרחבי הביניים ובין מרחב הביניים התוך-נפשי של העצמי לבין מרחב הביניים הבין-אישי. חומרים לא מעובדים ולא ידועים עוברים מן המרחבים המשותפים למרחבי הביניים באמצעות התנסות משותפת ואמפתיה, הדהוד בין שניים ויותר, כדי ליצור שינוי מיטיב ועיבוד. תפקידו של המטפל הוא לזהות ולברור את החומרים שיעברו מן המרחב המשותף למרחב הביניים ולסייע בהפיכתם לידועים יותר ולמעובדים יחסית.

יחסי משפחה מושתתים על הזדהות מרובת פנים. הזדהות זו מהווה יסוד הכרחי ביצירתם של מרחבי הביניים במשפחה. אולם מרחב הביניים אינו מושתת אך ורק על תהליכי הזדהות. על בסיס ההזדהות אפשר לפגוש ולהתמיר במרחב הביניים את החלקים הזרים של האחר, את החלקים המנותקים של העצמי המשפיעים על היחסים וגם נקודות עיוורון לגבי דפוסי היחסים, ובמילים אחרות, את החומרים המרכיבים את הלא-ידוע המשפחתי.

נציע כאן שני סוגים של תהליכים טיפוליים מתמירים, היכולים לאפשר את חילוץו של הלא-ידוע המשפחתי בתוך מרחב ביניים: הספירלה המשפחית וספירלת רובדי המציאות. ניתן להוסיף דרכי טיפול אחרות, המושתתות על מרחבי ביניים ומיועדות לחילוץ הלא-ידוע המשפחתי, בהתאם לפתולוגיות ולפי גופי הידע המקצועי של המטפל.

## **הספירלה המשפחית**

המרחב המשפחתי המשותף דורש מן העצמי לפגוש שוב ושוב את האחר הממשי, להפנים את השפעותיו ו"להתנגש" בפער בינו לבין האובייקטים הפנימיים. המבט הסובייקטיבי של המטופל אינו רחב דיו כדי להבחין בכל

15 יש מצבים שמרחב הביניים אינו מתאפשר אפילו בטיפול או שנוצר לרגעים וקורס שוב ושוב מעוצמת הכאב והפגיעה. מדובר בדרך כלל בטראומה קשה מדי להתמרה, כמו במקרה של ניצולי שואה, של קורבנות להתעללות חמורה במשפחה או של הזנחה קשה וכן בחלק מן המקרים שאחד מבני המשפחה סובל מיתמות מוקדמת או מנכות קשה או מהפרעה אישיותית חמורה. במקרים אלו מרחב הביניים לא זו בלבד שאינו מתאפשר בין בני המשפחה, אלא שגם בטיפול קשה מאוד ליצור אותו. המטפל פונה לתהליכי טיפול אחרים כמו "עמדת העד האמפתי", יצירת נרטיבים משותפים באמצעות הזדהויות עם המטופל ועוד (Felman, & Laub, 1992).