

McWilliams, N. (1994). Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process. New York: Guilford. Chap. 5 pp 96-117

פרק 5 - תהליכי הגנה פרימריים (פרימיטיביים)

(תרגום והבהרות ע"י חוה ינאי-מלאך)

חשוב מאוד להכיר את המושג של הגנה ואת מנגנוני ההגנה השונים על מנת להבין את האבחון הפסיכואנליטי. הקטגוריות הדיאגנוסטיות העיקריות בהן אנו משתמשים כדי לסמן סוגי אישיות, מתייחסות בעיקר לשימוש שעושה האינדיבידואל בהגנה מסוימת או בקונסטלציה של הגנות. לכן, סימון דיאגנוסטי הוא סוג של סימון של הדפוס ההגנתי השגרתי של אדם מסוים.

המונח "הגנה" בתאוריה הפסיכואנליטית הוא חסר מזל מבחינות רבות. מה שנקרא לבסוף הגנות אצל המבוגרים מתחיל כדרכים להסתגל באופן בריא והכרחי למציאות ולאופן בו חווים את העולם. פרויד אחראי לגילוי ולמתן השמות לחלק מתהליכים אלו; הבחירה של במונח "הגנה" (defence משקפת לפחות שני אספקטים של החשיבה שלו. הראשון, פרויד אהב מטפורות צבאיות. כאשר הוא ניסה להציג את הפסיכואנליזה בפני קהל סקפטי, הוא השתמש לעיתים קרובות באנלוגיות, לצורך מטרות פדגוגיות, והשווה פעולות נפשיות למהלכים צבאיים טקטיים, או לקרבות עם תוצאות מסובכות. שנית, כאשר הוא נתקל לראשונה בדוגמאות הזרמטיות והבלתי נשכחות של מה שהיום אנו קוראים הגנות, בעיקר הדחקה וקונברסיה, הוא ראה תהליכים אלו כפועלים בפונקציה הגנתית. הוא נדהם לגלות אנשים היסטריים, עם נזק רגשי אשר מנסים להימנע מלהתנסות שוב בחוויה ממנה פוזזים ושגורמת כאב בלתי נסבל. פרויד גילה שבכך הם שלמו מחיר גבוה בתפקודם הכללי. בסופו של דבר היה יותר טוב עבורם להרגיש באופן מלא את הרגשות המציפים מהם פחדו, ובכך לשחרר את האנרגיות שלהם ולרתום אותן למטרת משימות חיייהם. לכן, בקונטקסט המוקדם בו דברו על הגנות, תפקיד הרופא היה להפחית את העוצמה שלהן.

בקונטקסט זה, הערך הטיפולי של החלשת ושבירת ההגנות הלא-מותאמות היה ברור. אולם המושג קבל קונוטציה שלילית. לקרוא למשהו "הגנתי" נתפס כביקורת. אנליטיקאים השתמשו באופן תיאורטי במונח הגנות אך לא בהכרח ראו בכך פתולוגיה. להיפך, כמה מהם חשבו שבעיות מסוימות כמו "דהקומפנסציות" פסיכוטיות או קרובות לפסיכוטיות הינן הוכחה להגנות לא מספיקות.

לתופעה של הגנות יש הרבה פונקציות מיטיבות. הן מתחילות כהסתגלויות בריאות ויצירתיות, והן ממשיכות לפעול באופן אדפטיבי לאורך החיים. כאשר הן פועלות על מנת להגן על העצמי מפני איום, הן נתפסות כ"הגנות", שבנסיבות אלו זוהי תווית מותאמת. אדם אשר התנהגותו מבטאת הגנתיות מנסה באופן לא מודע להשיג כמה דברים: 1. הימנעות או שליטה בתחושה חזקה ומאיימת, בד"כ חרדה אבל לעיתים אבל מציף וחוויות רגשיות מפרקות אחרות; ו-2. שמירה על הערך העצמי. פסיכולוגית האגו מדגישה את תפקיד ההגנות בהתמודדות עם חרדה; תיאורטיקנים של יחסי אובייקט, שמדגישים קשר

ונפרדות, יאמרו שההגנות פועלות כנגד אבל; ופסיכולוגית העצמי ידגישו את תפקיד ההגנות כמאמץ לשמר תחושת ערך חיובית, חזקה וקונסיסטנטית של העצמי.

הוגים פסיכואנליטיים מניחים שלכל אחד מאתנו ישנן הגנות מועדפות שנעשו אינטגרליות לסגנון ההתמודדות האישי שלנו. השענות מועדפת ואוטומטית זו על הגנה מסוימת או כמה הגנות, הינה תוצאה של אינטראקציה מורכבת בין ארבעה פקטורים לפחות: 1. הטמפרמנט – המזג הקונסטיטוציוני-המולד; 2. אופי הלחצים מהם סבל בילדות המוקדמת; 3. ההגנות שהיו מודל-ולעיתים לומדו במכוון-ע"י ההורים ודמויות משמעותיות אחרות; 4. התוצאות החוויתיות של שימוש בהגנות מסוימות (בשפה של תאורית הלמידה תוצאות שהיו חיזוק חיובי להגנה).

בפרק הנוכחי ובבא אחריו נכסה את מנגנוני ההגנה העיקריים כפי שהם מובנים ומוסברים ע"י שוב המטפלים האנליטיים. למרות שאין שום הוכחה שההגנות מופיעות אחת אחרי השנייה באופן שאפשר לנבא אותו ובסדר מסוים לאורך התפתחות הילד, ישנה הסכמה די גדולה בין קלינאים פסיכודינמיים שכמה מההגנות מייצגות תהליך יותר "פרימיטיבי" מאחרות. באופן כללי הגנות אותן נכנה ראשוניות (primary) או בלתי בשלות או פרימיטיביות או "מסדר נמוך" יהיו אלו שעסוקות בגבולות שבין העצמי לעולם החיצוני. ההגנות שנחשבות כשניוניות (secondary) או יותר בשלות או מתקדמות או "מסדר גבוה" עסוקות בגבולות הפנימיים, כמו בין האגו לסופראגו והאיד, או בין החלק הבוחן והחלק המתנסה של האגו.

הגנות פרימיטיביות פועלות באופן גלובלי ולא מובחן, במערכת החושית הטוטאלית של האדם, ומערבבות בין מימדים קוגניטיביים, אפקטיביים והתנהגותיים, בעוד שהגנות מתקדמות יותר עושות התמרות ספיציפיות או בחשיבה, בהרגשה, בתחושה, בהתנהגות או בקומבינציה כלשהי של מימדים אלו. למרות שהחלוקה היא לעיתים שרירותית, הרי מאז ימיו של קרנברג שהשקיע תשומת לב רבה בהגנות הארכאיות של מטופלים גבוליים (1976), ישנה הסכמה לזהות את ההגנות הבאות כפרימיטיביות: נסיגה, הכחשה, שליטה אומניפוטנטית, אידיאליזציה ודבולאציה פרימיטיבית, השלכה והזדהות השלכתית, ופיצול של האגו. המחברת בוחרת לדבוק ברשימה זו למרות המגבלות הקונספטואליות וכן מוסיפה לה גם את מנגנון הדיסוציאציה (הסיבות יפורטו).

כדי שההגנה תיקרא ראשונית, יש לבדוק אם מתקיימות שתי תכונות הקשורות לשלב הפרהורבלי של ההתפתחות: עקרון המציאות לוקה בחסר, וחוסר יכולת להעריך את הנפרדות והקביעות של אלו הנמצאים מחוץ לעצמי. לדוגמא, מנגנון ההגנה של הכחשה הינו ביטוי של תהליך יותר פרימיטיבי מאשר הדחקה. זאת משום שכדי להדחיק משהו, צריך קודם להכיר בו ולדעת אותו בדרך כלשהיא ואז להעביר אותו ללא מודע. הכחשה הוא תהליך לא רציונלי ומהיר. "זה לא קורה" הינה דרך יותר מאגית להתמודד עם משהו לא נעים, מאשר "זה קורה אבל אני אשכח מכך כי זה יותר כואב". (כלומר, בהכחשה אין שום תהליך של חשיבה, בדיקה, רציונליות, אלא הדיפה אוטומטית עוד לפני שמתחילה חשיבה. בהדחקה יש חשיבה ותפיסה של סיטואציה אותה בוחרים להדחיק, גם אם ההדחקה איננה מודעת).

באופן דומה, מנגנון ההגנה שידוע כ"פיצול" "splitting" אשר בו האדם מפריד את חוויותיו בין הכל-טוב והכל-רע, ללא מקום לאמביבלנטיות וספקות, נחשב לפרימיטיבי מאחר ומאמינים שמנגנון זה נובע מהזמן לפני שהילד פיתח קביעות אובייקט. בשלב שלפני קביעות האובייקט, התפיסה של האם כאשר משהו מרגיש מסופק הופכת לחשיבה מוחלטת של "אם טובה", בעוד שכאשר אותה אם מתסכלת היא נתפסת כ"אם רעה". בשלב זה הילד עדיין אינו בשל לעשות הערכה מציאותית שזו אותה אם בכל סיטואציה, ואז כל חוויה הופכת טוטלית. בניגוד לכך הגנה כמו רציונליזציה נחשבת בשלה, כי היא דורשת ורבניות וסופיסטיקציה, וכישורים חשיבתיים, ויותר מכוונות למציאות על מנת שאדם יוכל לתת הסברים הגיוניים שיצדיקו הרגשה.

חשוב לציין שכמה ממנגנוני ההגנה הינם הן בעלי צורה פרימיטיבית והן בעלי צורה בשלה יותר. לדוגמא, "אידיאליזציה" יכולה לציין הערצה עיוורת שאדם אחר הוא מושלם, או היא יכולה להתייחס לתחושה מעודנת ומרוככת שמישהו הוא מיוחד או נעלה, למרות שמכירים גם במגבלות שלו. "נסיגה" "withdrawal" יכולה להתייחס לויתור מוחלט על המציאות עד כדי מצב פסיכוטי, או שיכולה להתייחס לנטיה מתונה יותר להתמודד עם עם לחץ ע"י חלימה בהקיץ.

ניתן להבחין בכך שמה שקוראים הגנות פרימיטיביות, הינן פשוט דרכים בהן הילד תופס את המציאות באופן טבעי. אנליטיקאים מניחים שדרכים אלו קיימות בכולנו, בין אם יש או אין לנו פתולוגיה משמעותית. תהליכים פרהורבלים, פרה-עקרון המציאות ופרה-קביעות אובייקט הינם היסודות עליהן נבנית הפסיכולוגיה של כל אחד. הם יוצרים בעיה רק אם יש חסר בכישורים נפשיים בוגרים יותר, או כאשר משתמשים במנגנונים אלו באופן קבוע ולא משתמשים במנגנונים נוספים. כולנו מכחישים, מפצלים, ובעלי משאלות אומניפוטנטיות. אבל רובינו גם משתמשים באמצעים מתוחכמים יותר כדי לעבד חרדה ולהטמיע מציאות מטרידה ומורכבת. מה שמגדיר אישיות גבולית או פסיכוטית אינה נוכחותם של מנגנונים פרימיטיביים אלא העדרם של מנגנונים בשלים יותר.

קשה יותר לתאר מנגנונים פרימיטיביים מאשר את המתקדמים יותר. העובדה שהם פרהורבליים ופרלוגיים, דימוניים ומאגיים מקשה מאוד על היכולת לתת להם ייצוגים במילה הכתובה. בכל זאת ננסה לתפוס את התמצית של כל מנגנון.

נסיגה פרימיטיבית - primitive withdrawal

כאשר התינוק במצב של גרוי-יתר או מצוקה הוא בד"כ ירדם. נסיגה נפשית אל תוך מצב תודעתי אחר הינה תגובה אוטומטית של הגנה עצמית אותה אפשר למצוא אצל כל הן אנוש. וריאציות בוגרות של תהליך דומה אפשר לראות אצל אנשים שנסוגים מסיטואציות חברתיות ובין-אישיות, ממירים את הגרוי של עולם הפנטזיה הפנימי שלהם מפני הלהצים של התייחסות לאחרים. הנטיה להשתמש בכימיקלים לשנות את מצב התודעה יכול להחשב גם סוג של נסיגה. ישנם אנשי מקצוע, ביניהם כאלו שתרמו ל-DSM, שמעדיפים את המונח "פנטזיה אוטיסטית" על פני נסיגה; תווית זו מתייחסת לסוג מסוים של נטיה כללית לסגת ממגע אישי.

ישנם תינוקות אשר בטמפרמנט שלהם הם יגיבו כך ללחץ יותר מתינוקות אחרים; תצפיות בתינוקות גילו שתינוקות רגישים במיוחד נוטים יותר לסגת. אנשים בעלי קונסטיטוציה מולדת זו יכולים להיות

בעלי עולם פנימי פנטזמטי עשיר ורואים את העולם החיצוני כבעייתי ומדולל רגשית. חוויות של חדירה רגשית או פגיעה דוקרנית מצד ההורים ודמויות ראשוניות אחרות יכולות לחזק נסיגה. כאשר אדם נסוג באופן תדר ומוציא מכלל אפשרות דרכים אחרות להגיב לחרדה, המטפלים יגדירו אותו **כסכיזואידי**.

החסרון הברור של מנגנון הנסיגה הוא בכך שמסית את האדם מהשתתפות פעילה בפתרון בעיה בין-אישית. אנשים עם פרטנרים סכיזואידיים חשים חוסר אונים איך לקבל מהם תגובה רגשית כלשהיא. אנשים אשר באופן כרוני נסוגים אל תוך עצמם, מעמידים במבחן את סבלנותם של אלו שאוהבים אותם, מאחר ומתנגדים להתקשר ברמה הרגשית. קשה מאוד לעזור לבעלי הפרעה רגשית קשה, משום שמופיעים כאדישים וקשה להשיג את תשומת ליבם.

היתרון העיקרי של הנסיגה כאיסטרטגיה הגנתית הוא שבעוד הנסיגה היא בריחה מהמציאות, היא דורשת סטייה קטנה ממנה. אנשים שתלויים בנסיגה מנחמים את עצמם לא ע"י חוסר הבנה של העולם אלא ע"י נסיגה ממנו. כתוצאה מכך הם יכולים להיות מאוד רגישים להפתעתם של אלו שחושבים שהם משעממים ולמרות חוסר יכולתם לבטא את רגשותיהם שלהם, הם יכולים מאוד לקלוט את הרגשות של אחרים. בצד הבריאי יותר של הסקאלה הסכיזואידיית אפשר למצוא אנשים יצירתיים כמו: אומנים, סופרים, מדענים תאורטיים, פילוסופים, מיסטיקנים דתיים ובעלי כשרון אחרים אשר יש להם יכולת לעמוד בצד ולהתבונן עח מה שקורה.

הכחשה – denial

דרך מוקדמת נוספת של התינוק להתמודד עם התנסויות לא נעימות היא הסרוב לקבל שהתנסויות אלו אכן קורות. ההכחשה נמצאת אצל כולנו באופן אוטומטי כתגובה ראשונה לכל קטסטרופה; אנשים שמבשרים להם על מוות של מישהו חשוב להם, מגיבים: "הו! לא!" כתגובה ראשונית. תגובה זו היא צילו של תהליך ארכאי ששורשיו נעוצים באגוצנטריות של הילד, אשר בה יש שכנוע פרלוגי ש"אם אני לא אכיר בכך זה לא קורה". אלה היו התהליכים על פיהם קראה סלמה פרייברג (1959) לספרה הקלאסי על הילדות המוקדמת *The Magic Years*.

דוגמאות לאנשים אשר המנגנון המרכזי שלהם הוא הכחשה הם כאלו שעומדים על כך שהכל תמיד נהדר והכי טוב. הורים של אחד ממטופלי המשוכו להביא ילד אחר ילד גם לאחר ששלושה מהתינוקות מתו בלי לעצור ולבדוק אם יש בעיה גנטית, מה שאחרים ללא מנגנון הכחשה היו בוודאי עושים. הם סרבו להתאבל על הילדים המתים, התעלמו מהסבל של שני הילדים הבריאים, סרבו ליעוץ גנטי, והתעקשו על כך שמצבם מייצג את רצול האל, אשר ידע את הכי טוב עבורם.

רובינו משתמשים במידה מסוימת של הכחשה במטרה שחיינו יהיו פחות לא נעימים, ולהרבה מהאנשים יש אזורים ספיציפיים בהם ההכחשה שולטת. משהו שנפגע בסיטואציה אשר בה אי אפשר לבכות, יטה להכחיש את הרגשות הפגועים מאשר להכיר בהם וירסן את תגובת הבכי באופן מודע. במצבי משבר או מצבי חירום, היכולת להכחיש שאני נמצא בסכנת חיים יכולה להיות מצילת חיים; מעשי גבורה נעשים תוך שימוש בהכחשה.

אולם, הכחשה יכולה לגרום גם לתוצאה הפוכה. כמו לא ללכת לבדיקות רפואיות – ממוגרפיה, פאפס מירס- כדי למנוע באופן מאגי מכך שיתגלה סרטן. בני זוג שמכחישים שהפרטנר המתעלל שלהם הוא מסוכן, אלכוהוליסטים שמתעקשים שאין להם בעית אלכוהול, אמהות שמתעלמות מהוכחה להטרדה מינית של בנותיהן, אנשים מבוגרים שלא שוקלים להחזיר רת רשיון הנהיגה שלהם למרות ליקויים

ברורים – כל אלו דוגמאות מוכרות לנזק של ההכחשה. מושג פסיכואנליטי זה הפך להיות נפוץ בשפה היומיומית כחלק מהז'רגון. כמוכן, תכניות 12 הצעדים ודומות לה השתמשו במושג בנסיון להתעמת עם נשימוש של אנשים המנגנון הזה והראות להם איך מנגנון זה הובילם למקום רע. מרכיב של הכחשה אפשר למצוא גם במנגנונים יותר בשלים. למשל, אמונה מנחמת שהאדם שדחה אותך באמת רוצה אותך אבל לא מוכן להתחייבות מלאה. מסקנה כזו כוללת בתוכה הכחשה לגבי הדחיה ביחד עם מתן סיבה מתוחכמת שאפשר ליחס למנגנון הרציונליזציה. בדומה המנגנון של תצורת תגובה אשר בו הופכים את התגובה (שנאה הופכת לאהבה) מכילה סוג מורכב יותר של הכחשת הרגשות מפניהם היא מגנה, מאחר וזה לא רק סרוב לחוש את הרגש. (כלומר אין התעלמות טוטלית מהרגש כמו בהכחשה ממש אלא שמיד הופכים אותו למשהו אחר)

הדוגמא הברורה ביותר לפסיכופתולוגיה שיוצרת ההכחשה היא **המאניה**. במצב מאני אדם יכול להכחיש בדרגה מעוררת השתאות את המגבלות הפיזיות שלו, את הצורך לישון, את המצב הפיננסי, את החולשות האישיות, אפילו את האפשרות למות. במקום שבו הדפרסיה לא מצליחה להתעלם כלל מהעובדות הכואבות של החיים, המאניה הופכת אותם ללא משמעותיות מבחינה נפשית. אנשים שמשתמשים בהכחשה כהגנה העיקרית שלהם הינם בעלי אופי מאני ומתייחסים אליהם כ**היפומאניים** ("היפו" – פרושו מעט, בשונה מאפיזודה מאנית מלאה). בקטגוריה זו נמצאים אנשים "ציקלוטימיים" (במובן של רגשות מתחלפים) בגלל הנטייה שלהם למצבי רוח הנעים במעגל (cycle), ומכאן המושג (cyclothimic) בין מאניה לדפרסיה, אך בגלים קצרים יותר ופחות סוערים מאשר במחלה בי-פולרית. אנליטיקאים מתייחסים לטלטלות אלו כנובעות משימוש יתר בהכחשה אשר מביא להתמוטטות ההגנה כאשר האדם נהיה מותש מהמצב המאני.

כמו עם כל ההגנות הפרימיטיביות הכחשה אצל מבוגרים יוצרת עניין. אנשים עם אופי היפומאני סביר, יכולים להיות נפלאים. הרבה קומיקאים ובדרנים, מגלים תושיה מהירה, מעלים הרבה אנרגיה, משחקים במילים, ומדביקים במצב רוח טוב בכך שהופכים רגשות כואבים לצחוק. אולם, החלק המדוכא שנמצא מתחת לפעמים גלוי לחברים קרובים, וקשה שלא לראות את המחיר הנפשי שמשלמים על הקסם המאני. (הליצן העצוב).

שליטה אומניפוטנטית – omnipotent control

אנו מניחים שעבור התינוק הנולד העולם והעצמי מורגשים כאחד. פיאז'ה הכיר בכך (1937) במושג שלו "אגוצנטריות ראשונית" "primary egocentrism" (שלב קוגניטיבי שבערך מקביל ל"נרציזם הראשוני" של פרויד מ-1914, אשר בו רווח תהליך חשיבה פרימרי). אגוצנטריות ראשונית זו מביאה לכך שהתינוק מבין את ההתרחשויות כפנימיות. למשל אם לתינוק קר, והאם קולטת זאת ומספקת לו חום, החוויה הפרהורבלית שלו היא שהוא באופן מאגי יצר את החום. המודעות לכך שישנו מוקד שליטה באחרים נפרדים ממנו, מחוץ לעצמי, עוד לא התפתחה.

התחושה שאדם יכול להשפיע על העולם, שיש לו סוכנות פנימית, הינה מימד קריטי לערך העצמי, משהו שמתחיל עם פנטזיות הומניפוטנטיות אינפנטיליות ולא ריאליות אך נורמליות לשלב ההתפתחותי. היה זה סנדור פרנצי (1913) אשר הסב את תשומת הלב ל"שלבי ההתפתחות של חוש המציאות". הוא הצביע על כך שבשלב האינפנטילי של אומניפוטנציה או גרנדיזיות ראשונית, הפנטזיה שהתינוק בשליטה על העולם היא נורמלית, והיא מתחלפת באופן טבעי כאשר הילד מתבגר, לשלב של אומניפוטנציה משנית אשר בה ההורים נחשבים לבעלי הכוח הכל יכול ("לאבא שלי יש

סולם..."), ולבסוף כאשר הילד מתבגר עוד, הוא מגיע למסקנה הלא-מושכת שלאף אחד אין כוח בלתי מוגבל. רוב המטפלים חושבים שתנאי מקדים לגישה בוגרת שהכוח איננו בלתי מוגבל, הוא באופן פרדוקסלי, החוויה הרגשית ההפוכה בילדות: בטחון מספיק החיים המוקדמים שאפשר להנות בחופשיות מההתפתחות של אשליית הכל יכולות קודם כל אצל הילד ושנית אצל האנשים בהם הוא תלוי.

בכולנו נשארות שאריות בריאות של התחושה האומניפוטנטית הילדית, שאריות שתורמות להרגשת קומפיטנטיות ויעילות בחיים. זהו תחושת "הי" טבעית כאשר אנו ממשים את רצוננו ביעילות. כל אחד ש"היתה לו הרגשה" ושהתמזל מזלו ושזכה במשהו מכיר כמה מתוקה היא תחושת השליטה ההומניפוטנטית. ישנן אידיאולוגיות, בעיקר אמריקאיות שכל אחד יכול לו רק ירצה והן עובדות ככוח חיובי להגשמה עצמית.

יש כאלו שעבורם, הצורך להרגיש תחושה של שליטה אומניפוטנטית, ולפרש את ההתנסויות שלהם כנובעים מכוחם הרב, הוא צורך מחויב המציאות. אם האישיות מאורגנת סביב החיפוש וההנאה מחוויות האומניפוטנטציה, מבלי להתחשב בעניינם פרקטיים ואתיים, אפשר לומר די בבטחה שמדובר ב**פסיכופתיה**. (סוציופטיה ואנטי סוציאלי הן מקבילות ממקור מאוחר יותר). בן ברשטיין (1973) במחקרו הקלאסי בשם "המניפולטור" הדגיש שסוציופטייות וקרימינליות אומנם חופפים אבל אינם זהים. גם כאן המושג הפסיכואנליטי של פסיכופתיה גלש לשפת הרחוב ככינוי לפושעים. ישנם אנשים שאינם עוברים על החוק אך אישיותם מונעת מהגנה של שליטה אומניפוטנטית. המחקר של ברשטיין מתמקד על השימוש שלהם במניפולציה מודעת כדרך ראשונית להמנע מחרדה ולשמר את הערך העצמי.

"לקחת שליטה" על אנשים אחרים הוא עיסוק מרכזי והנאה עבור אנשים אשר אישיותם נשלטת על ידי שליטה אומניפוטנטית. אנשים אלו נפוצים בפרויקטים שדורשים פקחות ועורמה, שמצריכים אהבה לגריה או סכנה, ויש להם את הרצון לגייס עניינים אחרים למטרה המרכזית של רצונם להשמיע. אפשר למצוא אותם בתפקידי מנהיגות בעסקים שדורשים נטילת סיכונים, בפוליטיקה, בצבא, בשרותי הרגול, בין מנהיגי פולחן, מקצועות שיווק ומכירה, ובתעשיית הפרסום והבידור, ובכל מיני מקומות שיש בהם פוטנציאל גבוה להשתמש בכוח גם.

אידיאליזציה פרימיטיבית (ודבולואציה) – (primitive idealization and devaluation)

ההמשגה של פרנצי אודות הפנטזיות הפרימיטיביות של האומניפוטנטציה של העצמי שמתחלפות בהדרגה בהומניפוטנטציה של ההורים, ממשיכה להיות בעלת ערך עבור התאוריה הקלינית הפסיכואנליטית. ניתן לראות עד כמה הילד הצעיר זקוק להאמין שאבא ואמא יכולים להגן עליו מכל סכנות החיים. כאשר אנו מתבגרים, אנחנו שוכחים עד כמה היה זה מפחיד לעמוד מול הפעם הראשונה של מציאויות עוינות, של הפגיעות, החולי, חוסר המזל והמוות ופחדים אחרים. דרך אחת להתגונן מפני חחדים קשים אלו היא להאמין שמישהו, איזו שהיא סמכות כל-יכולה ומיטיבה לוקחת אחריות. השכנוע של ילדים צעירים בסופר יכולות של ההורים הינו גם ברכה וגם קללה של ההורות. זהו יתרון שאין עליו עוררין, ואין משהו יותר מרגש מאהבה ואמון טוטליים של ילד, אבל מצד שני זה יוצר בהורים גם כעס שקשה לשלוט בו. מביאה דוגמא של התקף טנטרום של בתה בת השנתיים וחצי בתגובה לכך שלא הצליחה לעצור את הגשם כדי שתוכל ללכת לשחות.

כולנו עושים אידיאליזציה. אנחנו נושאים שרידים של הצורך לייחס ערך ומיוחד כוח לאנשים שאנחנו תלויים בהם רגשית. אידיאליזציה נורמלית היא מרכיב בסיסי באהבה בוגרת (ברגמן, 1987). במשך השנים מתפתחת נטיה לדהאידיאליזציה ודהוולואציה של אלו שהיינו קשורים אליהם בילדות כדרך נורמלית וחשובה בתהליך הנפרדות-אינדיבידואציה. אולם ישנם אנשים שאצלם הצורך באידיאליזציה לא עובר שינוי מזמן הילדות. דרך ההתנהגות שלהם ניתן לראות הוכחה לשרידותם של מאמצים ארכאים ונואשים לפעול כנגד אימה פנימית על ידי שכנוע שמשוהו אליו יתחברו הוא כל-יכול בעל ידע בלתי מוגבל, ונדיב מעל ומעבר, ושדרך הטמעות, השתקעות נפשית עם ה"נפלא האחר" הזה הוא מוגן. הם גם מקווים להיות חופשיים מבושה: תוצר לוואי של אידיאליזציה והאמונה המתלווה אליה על מושלמות הוא שקשה יותר לשאת את חוסר המושלמות של העצמי; התמזגות עם האובייקט האידיאלי היא תרופה טבעית.

אנשים בעכלי אמונה דתי הינם בעלי ערגה להורה הכל יכול; אבל ערגה זו קיימת באופן בעייתי יותר בתופעות כמו שהאהוב שלי הוא המושלם, הבגורו האישי שלי הוא המהימן מכולם, בית הספר שלי הוא הטוב מכולם, הממשלה שלי אינה יכולה לטעות, ועוד אשליות דומות. בציוויו של המנהיג ג'ים ג'ונס שבו 900 אנשים בגויאנה רעל במקום להודות שהמנהיג שלהם כשל. באופן כללי, ככל שאדם חש יותר תלותי הוא יתפתה יותר להעריך.

כאשר אדם חי את חייו תוך כדי שמחפש לדרג את כל האספקטים של מצבים אנושיים עפ"י מה ערכם בהשוואה לאלטרנטיבות פגומות, והוא מופעל על ידי חיפוש למושלמות הן דרך התמזגות עם אובייקטים נערצים ועם מאמצים להפוך עצמו מושלם, אנו נתייחס אליו כ**נרקיססטי**. מנגנון ההגנה הבולט באישיות נרקיססטית הוא האידיאליזציה הפרימיטיבית. השימוש מנגנון הגנה זה מסביר גם אספקטים מוכרים נוספים של האישיות הנרציסטית: הצורך שלהם לאישור מתמיד לאטרקטיביות, לכוח, לתהילה ולחשיבות שיש להם, נובע מהתלות שלהם במנגנון זה, מאחר והמאמצים לערך **עצמי** באנשים שמאורגנים סביב אידיאליזציה נעשים מוכתמים בשל המחשבה שהם מוכרחים להיות מושלמים במקום פשוט לקבל את זה כדי לאהוב את זה.

הפחתה (דהוולואציה) פרימיטיבית היא הצד השני של הצורך להאדיר. מאחר ושום דבר בחיי אנוש איננו מושלם, אופנים ארכאיים של האדרה נידונים לאכזבה. ככל שיותר מעריצים אובייקט מסוים, כך תהיה ההפחתה קשה יותר; כגודל האשליות כך קושי הנפילה.

מטפלים שעובדים עם מטופלים נרציסטיים יכולים להעיד בצער על הנזקים שנגרמים כאשר פציננט שחשב שהמטפל שלו מסוגל להכל, מחליט לפתע שהמטפל לא מסוגל. יחסים טיפוליים עם מטופלים נרציסטיים יכולים להיות מועדים לקרע פתאומי, כאשר קסמו של המטפל פג. כמה שזוה נעים להרגיש בהעברת נגד את האידיאליזציה, זה גם מכביד ויוצר אי נוחות כאשר מופנות כלפיך משאלות לא ריאליות. מטפלים לומדים בדרך הקשה שכאשר שמים אותך על הכן (פדסטאל) זה מזמין גם את האפשרות להוריד אותך משם.

בחיי היומיום, אפשר למצוא אנלוגיות לתהליך זה על פי דרגת הכעס והזעם שמופנים כלפי מי שהבטיח הרבה ונכשל מלקיים. אנשים לעיתים מבזבזים את חייהם בריצה מקשר אינטימי אחד לשני, בתוך מעגלים חוזרים של אידיאליזציה והתפכחות, ומחליפים את בן הזוג במודל חדש בכל פעם שהם מגלים שהוא בן אנוש. תיקון המנגנון של הערצה פרימיטיבית הינה מטרה לגיטימית של טיפול דינמי-אנליטי ארוך-טווח, במיוחד עם מטופלים נרציסטיים שחשים לא מאושרים בחייהם ולא נהנים מהאנשים שאוהבים אותם.

השלכה, הפנמה, והזדהות השלכתית - projection, introjection and projective identification

המחברת מצרפת את הדיון בשני תהליכי ההגנה הכי פרימיטיביים, השלכה והפנמה, מאחר והם מראים שני צדדים של אותה מטבע פסיכולוגית. בשתייהן יש חוסר בגבולות בין העצמי לעולם. כפי שהזכר כבר, בינקות הנורמאלית, לפני שהילד היה יכול לפתח חוש של אלו חוויות באות מבפנים ואלו מקורן מחוץ לעצמי, אנו מניחים שיש תחושה כללית ש"אני" אקוויולנטי ל"עולם". תינוק שסובל מכאב בטן, חוויתו הסובייקטיבית היא של "כאב", יותר מאשר "משהו בתוכי כואב לי". אי אפשר עדיין להבחין בין כאב הממוקם בתוך הגוף לבין סיבה חיצונית שגורמת אי נוחות כמו חיתול שלוחץ לו מדי. מתוך שלב זה של חוסר דיפרנציאציה מתחיל תהליך שיותר מאוחר, נתייחס אליו בפונקציה ההגנתית כהשלכה והפנמה. כאשר תהליכים אלו עובדים ביחד, נתייחס אליהם כמנגנון אחד שנקרא הזדהות השלכתית.

השלכה היא תהליך שבאמצעותו מה שבפנים מובן בטעות כאלו בא מבחוץ. בצורתה הטובה (benign) הבוגרת שלו, זה הבסיס לאמפתיה. מאחר שאף אחד איננו יכול להכנס לנפשו ומחו של האחר, אנחנו מוכרחים להשתמש ביכולת שלנו להשליך מתוך נסיונינו על מנת להבין את עולמו של האחר. אינטואיציה, תחושה שמהו קורה לשני אנשים בו זמנית, חוויות של איחוד מיסטי עם משהו או עם קבוצה מערבים בתוכם תהליכי השלכה של העצמי אל תוך האחר, עם חיזוק רגשי עוצמתי לשני הצדדים. אנשים מאוהבים ידועים בכך שקוראים אחד את מחו של השני והם עצמם לא יכולים להסביר זאת באופן רציונלי.

בצורתו הרעה החולה (malignant) ההשלכה מביאה חוסר הבנה ונזק ביחסים בין-אישיים. כאשר העמדות המושלכות מעוותות באופן רציני את האובייקט עליו הן מושלכות, או כאשר מה שאנו משליכים מכיל חלקים שליליים ומוכחשים של העצמי, אנו צפויים שיקרו הרבה קשיים. האחרים יתרעמו על התפיסה המוטעית ויכולים לנקום כאשר מתייחסים אליהם למשל, כשיפוטיים, קנאים, או רודפניים (עמדות שכיחות אצל אלו שנוטים להתכחש לחלקים שלהם ולהשליכם על האחר). כאשר אדם משתמש בהשלכה כדרך העיקרית שלו להבין את העולם ולהתמודד עם החיים, אפשר לומר עליו שהוא יהיה בעל אופי פראנואיד.

הפנמה היא התהליך שבאמצעותו מה שבחוץ מובן בטעות כאילו בא מבפנים. בצורות הטובות שלו, הוא מגיע להזדהות ראשונית עם האחרים המשמעותיים. ילדים צעירים לוקחים פנימה כל מיני סוגים של עמדות, רגשות והתנהגויות של האנשים המשמעותיים עמם הם חיים. זהו תהליך עדין וכמעט מיסטורי, אבל די מהר רואים שלפני שהילד עשה החלטה סובייקטיבית להיות כמו אמא או אבא, נראה שהוא "בלע" אותם ביזה שהוא אופן ראשוני.

בצורות הפרובלמטיות שלו הפנמה, כמו ההשלכה, היא תהליך הרסני מאוד. הדוגמאות הכי ידות ומדהימות להפנמה פתולוגית הוא התהליך שכונה, לדעת מקוויליאמס באופן מוטעה* "הזדהות עם התוקפן" (אנה פרויד, 1936).

* (באופן טכני, המונח הזדהות שמור לאלו אשר ההפנמות שלהם הן בחירה סובייקטיבית. הילד בן ה-3 רוצה להיות כמו אמא וזוהי הזדהות פחות פרימיטיבית מאשר הילד בן השנתיים אשר כולע את התכונות של אמא באופן פשוט. הזדהות עם התוקפן בגלל שזה אוטומטי, לא מודע וללא תחושה סובייקטיבית, נכון יותר להבינה כהפנמה של התוקפן, אבל קשה לשנות מושג זה אחרי כל כך הרבה שנים).

מתוך תצפיות ומתוך מחקרים בתנאי מעבדה, אפשר לראות בכירור שבתנאים של פחד או ניצול, אנשים מנסים לשלוט בפחד ובכאב שלהם דרך רכישת התכונות של התוקפן. "אני לא הקורבן חסר האונים; אני המכאיב החזק" זוהי המשיכה הלא מודעת למנגנון זה. הבנה של מנגנון זה הוא קריטי לתהליך הטיפולי. הוא חוצה את כל הקטגוריות הדיאגנוסטיות, אבל הוא נוכח באופן ברור בנטיות לסדיזם, לאקספלוסיביות, ולעיתים לאימפולסיביות.