

## מהו 'העצמי' של 'פסיכולוגית העצמי'

חלק א' – סקירה היסטורית

פרופ' פנחס נוי<sup>2,1</sup>

הפסיכואנליזה, אשר במהלך מאה שנה של תמורות תיאורטיות כבר הספיקה להיות 'פסיכולוגית המעמקים', 'תורת היצרים', 'תורת האני' ו'תורת יחסי האובייקט', עומדת להיכנס עתה לעידן של 'פסיכולוגית העצמי' (self- psychology). אך הבעיה היא, שבעוד אשר המושגים המרכזיים עליהם הושתתו התיאוריות הקודמות – 'הבלתי-מודע', 'היצר', 'האני', 'האובייקט המופנם' – זכו כבר להגדרות המקובלות על כלל הקהילייה המדעית, לא זכה מושג 'העצמי' עד היום לשום הגדרה מוסכמת. מטרת העבודה הנוכחית היא לסקור את תולדות מושג 'העצמי' בפסיכואנליזה ומחוצה לה, לבקר את התיאוריות שניסו לתאר ולהגדיר את 'העצמי', ולהציע ניסוח תיאורטי חדש של 'העצמי', התואם הן לגישות התיאורטיות העדכניות והן לצרכים הקליניים של המטפל המשתמש במושג. העבודה תחולק, בהתאם לזה, לשני חלקים: (1) סקירה היסטורית; (2) הצגת התיאוריה\*.

## סקירה היסטורית

להגדרה; ולמרות שרבות מן האסכולות החדשות מתייחסות אל 'העצמי' כאילו היתה זו יישות נפשית מוגדרת, בדברן על 'העצמי הגרעיני' (nuclear self), 'העצמי שבתווך' (core self), 'העצמי האמיתי' (הניצב כאילו מול 'העצמי הכוזב'), או על 'מערכת העצמי', הרי אף אחת מהן לא הצליחה (ולרוב אף לא ניסתה) לפרט מהי בדיוק אותה יישות, איך להגדירה, ומה מאפיין אותה לעומת יישויות מופשטות אחרות כגון – 'האני' או 'האישיות'.

למרות ההערכה הכללית לתרומתו הייחודית של קוהוט, קשה להבין איך זכתה מערכת מושגים חדשה להיקלט ולהיטמע כה מהר בפסיכואנליזה, אלא אם הצליחה לענות גם על איזה ציפיות וצרכים היסטוריים אחרים. ואכן, אין להבין את הרקע לקליטתה המהירה של פסיכולוגית-העצמי מבלי לחזור תחילה לשלב מוקדם יותר של התפתחות הפסיכואנ-ליזה – פיתוחה של תורת האני והבעיות שנבעו מכך.

סוקרי ההיסטוריה של הפסיכואנליזה רגילים לציין שפרויד נהג לבלבל בכתביו בין מושג האני לבין העצמי בהשתמשו בהם חליפות לאותן מטרות, ורק הרטמן (5 עמ' 113-141) היה זה שב-1950 הבחין ביניהם ברורות. הרטמן, בבקרו את מושג הנרקסיזם של פרויד כתב:

"...זה יהיה ברור יותר אם נגדיר את הנרקסיזם לא כהשקעה (תקסיס) ליבידינלית של האני אלא כהשקעה של העצמי".

פיצותו של מושג 'העצמי' בפסיכואנליזה קשורה בעיקר בעבודותיו של היינץ קוהוט משיקגו, אשר פיתח החל משנות ה-60 גישה קלינית ותיאורטית חדשה להבנת ההפרעות הנרקסיסטיות, ובספר שפירסם בתחילת שנות השבעים (1) הציע להשתמש במושג 'העצמי' כאבן-פינה למודל פסיכואנליטי חדש. קבלת הפנים הנלהבת, לה זכה ספר זה, עודדה את קוהוט ותלמידיו להרחיב בהדרגה את המושג לכדי 'פסיכולוגית-העצמי'. יש המעריכים את פסיכולוגית-העצמי כפרדיגמה חדשה בפסיכואנליזה, העתי-דה, כדברי רענן קולקה (2), שמשם כ"מסגרת-על מארגנת בפסיכואנליזה" (2 ע' 30), ויש הרואים בה, כמו למשל נוי (3) ופיין (4), אך מודל חדש, שיש להוסיפו למבנה הרב-מודלי המאפיין כיום את המטא-פסיכולוגיה הפסיכואנליטית. אבל לא ימצא כיום אף תיאורטיקאי רציני, שיחלוק על עצם הצורך לכלול את מושג העצמי בין מושגי היסוד של הפסיכואנליזה. הבעיה היא שמושג זה, למרות היותו כיום כה מרכזי בכל דיון קליני ועיון תיאורטי, כמעט שאינו ניתן

<sup>1</sup> המכון הישראלי לפסיכואנליזה, ירושלים.

<sup>2</sup> האוניברסיטה העברית, ירושלים.

\* חלק זה יתפרסם בשיחות, ט' (3): יוני 1995.

וכן היה זה הוא, שהציע להעמיד מול מושג ייצוג- האובייקט לא את מושג האני, כפי שהיה מקובל עד אז, אלא את ייצוג-העצמי.

לדעתי, אין "בילבול" זה של פרויד בין מושג האני לבין מושג העצמי מהווה חולשה של ניסוח, אלא משקף דווקא את כוחו המיוחד של המודל, ואולי אף את סוד קליטתו הנלהבת בשנות ה-20 וה-30. קרנברג (6) כותב ב-1982:

"פרויד השתמש לאורך כל כתביו במושג הגרמני 'אני' (Ich) עבור האגו, הן כמבנה מנטלי וסוכנות נפשית, והן עבור העצמי האישי יותר, הסובייקטיבי, החויתי. במלים אחרות – פרויד אף פעם לא הבריל בין מה שנחשב על-ידינו כאגו המטאפסיכולוגי לבין העצמי החויתי" (6, עמ' 893-894).

הישגו של פרויד היה, אם כך, בהצליחו לשלב במודל פשוט, יחסית, הן את ההיבט האובייקטיבי – האני כ'מכשיר נפשי' המעבד מידע, מפעיל מנגנוני וויסות ומכוון את ההתנהגות, והן את הצד הסובייקטיבי – האני כחוויה של 'עצמי', המתמרן בין לחצי היצרים והצרכים הגופניים לבין דרישות הסביבה וצווי המצפון.

כפילות זו במשמעותו של מושג האני מתבטאת אף במטאפוריקה העשירה בה השתמש פרויד לתאר את פעילויות האני. מצד אחד – דימויים הנטולים מתחום הפיסיקה והטכנולוגיה, המציגים את האני כעין מכשיר העובד לפי חוקים מכניסטיים, ומצד שני – דימויים בעלי גוון אנתרופומורפי כבד, המציגים את האני כאילו היה מין מטה פיקוד בו מתרוצצים גמדים בעלי תפקידים שונים המתווכחים, רבים, משתפים פעולה או מסכלים זה את פעולתו של זה.

הודות לדו-משמעיות זו, הצליח מודל האני לשמש כמערכת מושגית הולמת, הן לאירגון התצפיות הקליניות החדשות (דבר שהתבטא בהבנה המחודשת של תופעות החרדה, הסימפטומים הנוירויטיים, ההפרעות הפסיכוטיות, ותכונות האופי), והן לעידוד העיון הפסיכואנליטי בפעולות התהליכים הקוגניטיביים (התהליכים הראשוניים והמשניים) והתפתחותם, במנגנוני ההסתגלות, ובתהליכים הפסיכו-סוציאליים. הבעיות הופיעו כאשר האיוון בין שני האגפים הופר בהדרגה וכמות החידושים הקליניים, שהופקו הודות לזווית הראייה החדשה שסופקה על-ידי תורת האני, הלכה והתדלדלה, לעומת המחקר ההתפתחותי, הקוגניטיבי והסוציולוגי, שהלך ופרח. הצטברות זו של מימצאים מחקריים חדשים, בעיקר על ההיבט האובייקטיבי-מיכניסטי של תורת האני, הלכה והגבירה את צביונו המיכניסטי של מודל האני, ושינוי זה הרחיק רבים מן הקלינאים מתורת האני, מתוך הרגשה שמושגיה אינם יעילים יותר לביטוי אותם הצרכים והבעיות הייחודיות לעבודה הקלינית המעשית. ורבים, בחיפושיהם אחר מושגים המבטאים נאמנה יותר את צרכיהם הקליניים, נטו אחר האסכולות הבריטיות, כגון אלו של מלאני קליין, ויניקוט או בין (שאוחדו מאוחר יותר תחת

מושג-הגג של תורת יחסי האובייקט), המצטיינות בעושר מושגים מטאפוריים-ציוויים להבעת פרטי החוויה הקלינית. אולם, הבעייתיות בשימוש במושגים אלה היא שרובם כה עמומים במשמעותם, עד כי כמעט שאין ניתן לשבצם בתוך מודל העונה לדרישות הניסוח הקפדניות של מדעי הפסיכולוגיה כיום (ויש לזכור שהוגים, כגון מלאני קליין או ויניקוט, גם לא התיימרו אף פעם לבנות אסכולה מדעית חדשה, אלא יצרו את רוב דימוייהם המקוריים אך מתוך הרצון לבטא נאמנה את חוויותיהם הקליניות).

על רקע זה של צורך בלתי מסופק למערכת מושגים חדשה, אשר תיתן ביטוי ישיר לחוויותיו של המטפל בעבודתו הקלינית, נפל ונקלט הזרע של פסיכולוגיה-העצמי, כפי שהוצעה על-ידי קוהוט בתחילת שנות ה-70.

יש לזכור שמושג העצמי אינו המצאתו של קוהוט והוא אף לא הראשון להשתמש בו כמושג מרכזי לבניית אסכולה פסיכולוגית. מושג העצמי משוטט בחצרה של הפילוסופיה המערבית מאז שדויד יום דן בו בסוף המאה ה-18 (7), בפסיכולוגיה – מאז עיוניו של ויליאם ג'יימס בסוף המאה ה-19 (8), בסוציולוגיה – מאז העשור הראשון של המאה הנוכחית (9), ובפסיכואנליזה – מאז שנות ה-30, כאשר סאליבן (10) הציע את מושג הדינמיזם של העצמי (self-dynamism) כמושג מרכזי לתורת ההתפתחות הבין-אישית שלו. במשך מאה השנים, מאז הכניס ויליאם ג'יימס את מושג העצמי לפסיכולוגיה, ידע המושג עליות ומורדות, כאשר מידי פעם מתחדש הניסיון על-ידי אסכולה זו או אחרת להפכו למושג מרכזי לבניית התיאוריה שלה. הניסיון האחרון, ואולי הידוע ביותר כיום, הוא של קרל רוג'רס (11), שהעמיד את תיאורית העצמי כמרכיב מרכזי בתורת האישיות אותה גיבש בשיקגו בין השנים 1938-1950, וגם הוא, כמו קוהוט 20 שנה מאוחר יותר, העריך את ההבנה האמפתית של המטפל כגורם העיקרי לשינויים הטיפוליים. מעניין שבכל פעם כאשר אסכולה מסויימת מנופפת מחדש בדגל של מושג העצמי, הדבר קורה בנסיבות דומות לאלו שתוארו לעיל – כאשר אצל קבוצת פסיכולוגים גובר החשש שהמדע שלהם הולך והופך אובייקטיבי מדי ועוסק אך בעובדות הניתנות לתצפית ולאישוש בניסיון. ואז, כתגובה, גובר הצורך לאמץ מושגים חדשים, שבעזרתם ניתן יהיה לתפוס את האדם לא רק כאילו היה מערכת של מנגנונים מיכניסטיים, אלא גם מתוך רגשותיו, חוויותיו, דמיונותיו ותקוותיו הוא.

לא נותר לנו אלא לתמוה – איך קרה שמושג, שצבר סביבו כל-כך הרבה כוונות טובות, לא הצליח אף פעם להמריא ולתולל את השינוי המצופה? ועד כדי-כך לא הצליח, עד כי כל אסכולה, שתזרה ואימצה את מושג העצמי, נהגה כאילו היא היתה זו שהמציאה אותו לראשונה (קוהוט, לדוגמה, אינו מזכיר או מצטט באף אחד משלושת ספריו את ויליאם ג'יימס ואפילו לא את בני-יעירו, שיקגו, ג'ורג' הרברט מיד וקרל רוג'רס). התשובה טמונה, לדעתי, במילכוד

האופייני לתוכו עלולים התיאורטיקאים להיקלע כאשר הם מנסים ללכד קבוצת מושגים חדשה לידי מודל מדעי:

מושג חדש, ביחוד אם הוא מושג מטאפורי שנולד מתוך הצורך לתאר חוויה קלינית, הוא בדרך-כלל עמום בתחילתו ומשתמע לפנים רבות. מושגים מסויימים, ביחוד אלה הממשיכים לשמש לתיאור מצבים קליניים בלבד, רשאים להמשיך ולהישאר כך (כגון 'המיכל' container של ביון, 'האמא-הטובה-מספיק' של ויניקוט וכו'); אך אם המושג נמצא ראוי ומתאים לצורך הכללתו במודל מדעי, הרי יש להגדירו ולתארו בצורה חד-משמעית. ואכן, היה ברור לחוקרים שאם ברצונם להשתמש במושג העצמי כמושג-בסיס למודל, הרי הם חייבים להגדירו ולתארו באופן פונקציונלי, דהיינו – כמערכת המאגדת מצבי נפש שונים (חוויות, רגשות, דימויים, מחשבות, ציפיות, וכו') לפי חוקים אירגוניים מוגדרים. אולם, ניסיון לבנות מודל של מערכת פונקציונלית מופשטת בתחום מדעי ההתנהגות או החברה מחייב תמיד להוסיף לה כל מיני יישום תיאורטיים – מנגנוני אירגון, ויסות, ופיקוח דמיוניים, אשר מבטיחים את פעילותה והתפתחותה של המערכת. ומאחר שעוסקים אנו במערכות מופשטות, אשר אין להן שום חלקים או אברים מוחשיים, הרי ניתן לתאר גורמי אירגון וויסות דמיוניים אלה אך בעזרת דימויים מטאפוריים, ואלה מושאלים באופן טבעי מתחום המערכות המוחשיות – המיכניקה והטכנולוגיה.

ואכן, בתחום התיאוריה הפסיכואנליטית נעשו מספר ניסיונות אלגנטיים לתאר את העצמי כמערכת פונקציונלית, כגון אלה של ג'ורג' קליין (12) או ג'דו (13), שבהם התקבלה תמונה של מערכת הפועלת, מתפתחת, מווסתת את עצמה, ומצליחה להגן על איזונה ואי-תלותה. ואולם, ברגע זה מתעורר הספק, אותו ביטא ריצ'רד (14) בבקרו את המודל שהציע ג'ורג' קליין:

"האם לא קיבלנו כאן בעצם חזרה את האני בלבד חדש?" (14), עמ' 946.

שאלה זו מבטאת את המילכוד האופייני אליו נקלע התיאורטיקאי, המנסה להגדיר את העצמי כמערכת: זקוקים למושג העצמי על-מנת להתרחק מן האווירה המיכניסטית האופפת את מושגי תורת האני, אך כאשר מנסים לעבד את מושג העצמי למודל תיאורטי, העומד בדרישות הקפדניות של הניסוח המדעי, נזקקים שוב לאותן מטאפורות מיכניסטיות, המחזירות למעשה את מושגי תורת האני דרך הדלת האחורית.

קוהוט – יש להניח שהיה מודע למלכודת זו – נזהר מלהיכנס אליה מלכתחילה, ולכן סיים את ספרו The Restoration of the Self (5) בהצהרה:

"העיונים שלי מכילים מאות דפים העוסקים בפסיכולוגיה של העצמי... אך אין הם מייחסים אף פעם משמעות בלתי גמישה למושג העצמי, אף פעם לא מוסבר איך יש להגדיר את העצמי במהותו. אבל אני מודה בעובדה זו ללא חרטה או בושה..." (15), עמ' 310-311.

זוהי גישה לגיטימית. מותר לאיש המדע להשתמש בכל מושג (אף אם זה שם עצם המורה כאילו על יישות מוחשית כלשהי), אף אם אין הוא יכול להגדירו, בתנאי שברור לכול שמושג זה משמש כדימוי מטאפורי בלבד, דוגמת דימוי 'הצנזור' של פרויד, או 'העצמי הכוזב' של ויניקוט. אולם, קוהוט הפר תנאי זה כאשר הציע תיאורית התפתחות, לפיה מהווה התהליך של בניית והתגבשות העצמי התקין תנאי בסיסי להמשך ההתפתחות הבריאה. אי אפשר לכתוב משפטים כגון: "...לתינוק עדיין אין עצמי... במשך השנה השניה מופיע כנראה עצמי גרעיני... הנתפס כמבנה ביפורלי...". (16), מבלי להגיד ברורות מהו אותו "המבנה" המתגבש בגיל מסויים, ואשר תקינותו או אי-התקינות של מבנהו הם הקובעים את כל מהלך ההתפתחות הנפשית לעתיד לבוא. אי לכך, ניתן להתייחס לגישתו של קוהוט, לצערנו, רק כאל התחמקות אלגנטית, אך לבטח לא כפתורו של המילכוד שתואר לעיל.

באופן תיאורטי ניתן לחשוב על שני כיוונים מנגודים להיחלצות מן המילכוד: האחד, להמשיך בניסיונות להגדיר ולתאר את מערכת העצמי תוך חיפוש אחר דימויים מטאפוריים, שיהיו בעלי צביון מיכניסטי פחות; השני, לוותר על הניסיון לתאר את העצמי כמערכת או כמבנה, ואז לא יהיה עוד כל צורך להניח את קיומם של כל מיני 'מנגנונים' לאירגון וויסות התהליכים של מערכת זו. חוקרים שונים ממשיכים, ולדעתי בלי הצלחה יתירה, לנסות את הדרך הראשונה ולהציע כל מיני ניסוחים פתלתלים להגדרת ולתיאור העצמי כאילו היה זה מבנה. כדוגמה כדאי להציג רק את ההגדרה של קרנברג (6):

"משהי נקודת המבט, הקלינית והתיאורטית, אנו יכולים להגדיר את העצמי כמבנה אינטגרטיבי בעל רכיבים רגשיים וקוגניטיביים, מבנה הטמון באני, אך הנובע ממקדמי האני – תת-מבנים תוך-נפשיים הקודמים לאינטגרציה של המבנה בעל שלושת החלקים" (6), עמ' 914.

לגבי הגדרה זו ניתן היה להקשות:

(א) אם העצמי הוא "מבנה הטמון באני" (שגם הוא מוגדר מבנה), מהי המשמעות של "מבנה בתוך המבנה"?

(ב) אם העצמי הוא "מבנה הנובע ממקדמי האני", זאת אומרת מאותם הגורמים מהם מתפתח גם האני, מה אם-כן ההבדל בין העצמי לאני?

חוקרים אחרים פנו לדרך השניה, וניסו להמשיג את העצמי באופן שלא יחייב עוד לתארו כמערכת או כמבנה. לדעתם הסיבה לסבך התיאורטי היא באמונה כאילו באמת היה טמון ב'עצמי' איזה מוקד אירגוני, מעין יישות או מבנה גרעיני המבטיח את ליכודו וגיבושו; ולכן, אם אך נכיר בכך שזו רק "אמונה במשאלה" (wish-fulfilling belief), כדברי שיפר (17), נחדל מלחפש ומלתאר מין יישות, שכנראה פשוט אינה קיימת.

גישה זו מחזירה אותנו, למעשה, אל ביקורתו של דויד יום  
מ-1777 (7), שתהה לגבי

"...הפילוסופים המדמים שאנו יודעים אינטימית, כל רגע, למה שאנו קוראים — העצמי שלנו, ושאנו חשים את קיומו ואת המשכיותו בקיום", והקשה: "מהי ההתרשמות ממנה יכול היה רעיון כזה לנבוע?" לדעתו, מורכב העצמי רק מ... "כאב ועונג, צער ושמחה, ריגושים ותחושות אשר עוקבים זה את זה, ולעולם אינם קיימים באותו הזמן. אין זה, לכן, על בסיס התרשמויות אלו ולא על בסיס התרשמויות אחרות, שניתן להסיק את הרעיון של העצמי וכמסקנה — אין כלל רעיון כזה" (7, עמ' 311). לפיכך, אין העצמי לדעתו "מאומה, אלא צרור או אוסף של תפיסות שונות, העוקבות אחת את רעותה במהירות עצומה והשרויות בתנועה מתמדת" (7, עמ' 312).

לדעת החוקרים, הממשיכים את קו המחשבה של יום, כל שניתן לקבוע הוא שהעצמי מהווה צרור או אוסף של מצבי עצמי, דהיינו דימויים, מחשבות, רגשות וחוויות, המופיעים זה לצד זה וזה אחר זה על אותו המסך הפנימי של התודעה. אין טעם להניח, לדעתם, קיומה של סוכנות נפשית פנימית כלשהי המארגנת, כביכול, את מצבי העצמי האלה באופן שיטתי לפי מערכת חוקים מסויימת, מאחר שאין לנו למעשה שום הוכחה לכך. ואם אין מניחים קיומם של קשרים שיטתיים או חוקי אירגון כלשהם, אין כמובן גם מקום להתייחס לעצמי כאילו היה מערכת או מבנה נפשי.

הסכנה בגישה אחרונה זו, הנראית כמבטיחה לחלצנו ממילכוד הגדרת העצמי, היא שלפיה עלולים לשפוך את התינוק יחד עם מי האמבט — אם אין 'העצמי' כלום, אלא צרור של מצבים נפשיים המצויים במקרה בו-זמנית באותו הראש, מה השימוש שנוכל לעשות במושג זה בפסיכולוגיה? יש לזכור שעיקר תרומתו של קוהוט לפסיכולוגיה העצמי הוא בהתייחסותו למושג העצמי לא רק כאל מושג תיאורי, אלא מושג פונקציונלי. כפי שכבר הזכרנו לעיל, הרי לדעתו של קוהוט, המשימה ההתפתחותית המרכזית בשנות הילדות היא בניין העצמי:

"כתוצאה מתהליך זה מתגבש העצמי שבתוך — 'העצמי הגרעיני'. מבנה זה הוא הבסיס לתחושה שאנו מהווים מרכז בלתי-תלוי של יוזמה ותפיסה, משולב עם האמביציות והאידיאלים המרכזיים ביותר שלנו ועם החוויה שהגוף והנפש שלנו מלוכדים בחלל והמשכיים בזמן. מבנה נפשי מלוכד ומתמשך זה, בצירוף סידרה של כישורים וכשרונות... מהווים את הסקטור המרכזי של האישיות" (15, עמ' 177-178).

לפי אסכולת קוהוט, היכולת לבנות עצמי "קוהוסיבי" כזה, המלוכד בחלל והמשכי בזמן, היא התנאי לקיום הבריאות הנפשית, וכל הפאתולוגיות שהן "מעבר לנוירוזה" (פסיכו-זות, מקרי-גבול, ונרקיסיזם) סיבתן בהתפתחות בלתי תקינה של מבנה 'עצמי' זה (דיסאינטגרציה של העצמי). ברור, לכן, שעבור תיאוריה, הסבורה שרמת האירגון והאינטגרציה של העצמי היא המהווה את המדד המרכזי המבדיל בין בריאות לפאתולוגיה, כל גישה, המתייחסת לעצמי כאילו היה זה רק

אוסף מקרי של 'מצבי-עצמי' משוללי כל אירגון פנימי, היא פשוט חסרת ערך.

ראינו, אם-כן, ששתי הדרכים להמשיג את העצמי — אם כמערכת או כמבנה נפשי בעל חוקיות פנימית, ואם כאוסף מקרי פחות או יותר של מצבי עצמי — מובילות למבוי סתום. מהו, אם כן, המוצא?

גרוסמן (18), במאמרו "העצמי כפנטזיה" מ-1982, מצביע על דרך שלישית: לדעתו אין העצמי משהו הקיים בתוכנו, אלא אך ייצוג פנימי שהוא פרי דמיונו:

"העצמי הוא המונח בו משתמשים בדרך-כלל על-מנת לספק את המוקד האירגוני כדי לייחס אליו את החוויה הפנימית. זה נראה, לכן, כאילו היתה זאת יישות מוחשית ואנו מתייחסים אליה כל'עובדה' ניסיונית. העצמי, הוא אך פנטזיה מוגדרת, עם שפה ומערכת התייחסויות אופייניות משלה (18, עמ' 925)... בקיצור, העצמי הוא מה שקרים (19) כינה 'מיתוס אישי', מיתוס אותו מפתח כל אחד בנוסף פחות או יותר מקורי משלו" (18, עמ' 929).

קירשנר (20), המאמץ גישה זו, מוסיף לה את ההיבט הבין-אישי:

"עצמי, אפילו תחושת-העצמי, אינה אינטרניטית, אלא, כפי שאנו חייבים להניח, היא מחייבת חוויה אינטר-סובייקטיבית... כאשר תיאוריה כלשהי מניחה שקיים איזה שהוא מוקד של אחדות בנפש, אם כגרעין פנימי של העצמי ואם כמבנה-על, היא אך ממחישה פנטזיה או 'אמונה במילוי-משאלה', בדיוק כפי שחש דויד יום עוד בשחר העידן המודרני" (20, עמ' 179-180).

גישה חדשה זו מספקת למעשה את דרך-הביניים בין תפיסת העצמי-כמבנה לבין תפיסת העצמי-כצורר, מאחר שהיא מאפשרת לשמור על דימוי העצמי כיישות מלוכדת ובעלת אירגון פנימי, אך ללא הצורך להניח את קיומו ופעילותו של מוקד אירגוני כלשהו בתוך או מעל לעצמי. העצמי נתפס, אכן, בעינינו כאילו היה מבנה, אשר כל רכיביו מסודרים, פועלים ומשתנים לפי כללי אירגון וחוקי הפעלה נתונים; אך אין סדר, אירגון וחוקיות אלה נובעים מן המבנה עצמו, אלא הם אך מושלכים עליו על-ידי מנגנון התפיסה שלנו. במילים אחרות, העצמי הוא, אכן, רק צרור של 'מצבי-עצמי' שונים — תחושות, דימויים, רגשות, רעיונות ושיפוטים המתייחסים לעצמנו, אך הוא נתפס ומתארגן בדמיונו כאילו היתה זאת מערכת.

מאחר שעצם העניין המחדש במושגי העצמי נובע, לפי הנאמר לעיל, מן הצורך לאמץ מערכת מושגים לבטא בה את ההיבט הסובייקטיבי-חוויתי של העבודה הקלינית, הרי מסוגלת הגישה החדשה לספק את התשובה הנאותה. מאחר שהיא מכירה בעצמי רק כדימוי סובייקטיבי הרי אין היא חייבת לענות על השאלה מהו העצמי? אולם, היא יכולה להמשיך ולייחס לעצמי את כל נתוני הסדר והאירגון הנדרשים. עבודה אין העצמי משום יישות מאורגנת ומארגנת, אלא אך דימוי של משהו מאורגן ומארגן. ואכן, גישה זו אומצה, למעשה, על-ידי רוב המחקרים ההתפתחותיים שפורסמו בעשרת השנים האחרונות, אף מבלי שהמחברים

ושתי אישיות נפרדות זו מזו, כפי שכתב ספרי, חלוץ מחקרי חיתוך המוח (24):

"כל מה שראינו עד עתה מצביע על כך שהניתוח הותר אנשים אלה עם שתי נפשות (mind) נפרדות, זאת-אומרת, שתי ספירות נפרדות של מודעות. כל מה שחווה ההמיספירה הימנית נותר לחלוטין מחוץ לטווח החוויות של ההמיספירה השמאלית. מימד נפשי זה הודגם ביחס לתפיסה, לקוגניציה, לרצייה, ללמידה ולזכירה".

אך מה שהביך את החוקרים יותר מכול הוא שלמרות שניתן היה להוכיח באמצעות מבחנים פסיכולוגיים שחולים אלה הם בעלי שתי אישיות נפרדות לחלוטין, הרי הם מופיעים, הן כלפי חוץ והן בדימויים העצמי, כאילו היו בעלי אישיות אחידה ומלוכדת. אצל רבים מהם, אילו לא הוכחה עובדת הפיצול באמצעות המבחנים, כמעט שלא ניתן היה להבחין בנזק. זאת אומרת שאנשים, לגביהם הוכח מעל לכל ספק, שאין במערכת העצבים שלהם שום מרכז אירגוני-אי-נטרגטיבי המסוגל לאחד את פעילותן של שתי ההמיספירות, חשים ומתנהגים כאילו היו בעלי 'עצמי' אחיד ומלוכד.

ב-1977 יצא לאור ספר בשם "העצמי והמוח שלו" (The Self and its Brain) (25), בו ניסו שנים מהוגי הדור — ג'ון אקלס, בעל פרס נובל לנירור-פיסיולוגיה, וקרל פופר, מגדולי הפילוסופים של המאה ה-20 — להתמודד עם בעיה זו. הדין פותח בהצהרה של פופר:

"בטרם אתחיל בהצגת דעתי אודות העצמי, ברצוני להצהיר ברורות ובצורה בלתי משתמעת לשתי פנים שאני משוכנע שעצמיים קיימים" (ההדגשה במקור) (25, עמ' 101) (תמחני איך התכוון פופר להגן על הצהרה כזו, שאינה מסוגלת לעמוד בתנאי 'הפופריאני' הבסיסי שלכל טיעון מדעי יש אפשרות הפרכה).

מכיוון ששני ההוגים האלה מאמינים ללא עוררין באחדותו של העצמי, אך מודעים לעובדה שאין בנמצא במוח שום מרכז שלזכותו ניתן לזקוף אחדות זו, הם מגיעים למסקנה המפתיעה ש'העצמי', או מה שהם מכנים ה-self-conscious mind, זו יישות נפרדת הקיימת מחוץ למוח. בזה הם חוזרים, למעשה, לתפיסה הדואליסטית של דיקרט, המפרידה בין הנפש לגוף, בלבד שחדש אותו הם מכנים "אינטראקציוניזם" (מאחר שלדעתם קיימות השפעות-גומלין, לפיהן אין זה רק הגוף המשפיע על הנפש, אלא אף הנפש משפיעה על תפקודי הגוף). פופר מבהיר את זאת בעזרת הדימוי לפיו המוח הוא כאילו המחשב, בעוד ש'העצמי' הוא המתכנת של מחשב זה:

"המוח הוא רכושו של העצמי, ולא הדרך ההפוכה. העצמי... הוא המוציא לפועל והמוח הוא המכשיר העומד לרשותו" (25, עמ' 120). ואקלס, מוסיף ומסביר: "מרכיב-מפתח של ההיפותיזה שלנו הוא שהאחדות של החוויה המודעת נובעת מן העצמי (self-conscious mind) ולא מן המנגנון העצבי של ... ההמיספירה של המוח" (25, עמ' 362).

עד כמה שידוע לי, זה היה הניסיון ההירואי האחרון להציל את תפיסת האחדות של העצמי. הנירור-פיסיולוגים

הכריזו על כך מפורשות. רובם אינם מדברים יותר על התפתחות העצמי (The self), אלא, כמו דניאל שטרן (21), על התפתחות תחושת-העצמי (The Sense of Self) (כמו סטורוב, ברנדשפט האטווד (22), שאף ביקרו את קוהוט מפורשות על כך שניסח מודל לפיו עלול העצמי להיתפס כמוחשי ומיכניסטי מדי). טיסון וטיסון (23), בספר לימוד מקיף הסוקר את תיאוריות ההתפתחות הפסיכואנליטיות, כותבים במפורש בפרק על התפתחות העצמי:

"המוקד שלנו הוא, לכן, על התחושה החוויתית והסובייקטיבית של העצמי, ולא על העצמי כמבנה" (23, עמ' 120).

נראה לי שגם חסידי פסיכולוגית העצמי מביט-מדרשו של קוהוט יוכלו לחיות בשלום עם גישה חדשה זו, מאחר שגם הם, בתיאוריהם הקליניים, זקוקים למושג העצמי רק מן ההיבט הסובייקטיבי, בעצם — כמושג מארגן לתיאור חוויות הפנימית של האדם, כפי שזו נתפסת באמצעות האמפתיה. אך הבעיה עבורם היא, כאמור, בתיאוריה ההתפתחותית שלהם, המתייחסת עדיין אל העצמי כאילו היה יישות המתפתחת ומתגבשת, בעלת מבנה תקין או לקוי, מלוכדת (cohesive) או מפוררת (fragmented) מבחינה אירגונית. אולם, אם נבחן תיאוריה זו באופן ביקורתי, הרי נראה שחיוני לגביה לשמור רק על האפשרות לייחס לעצמי תכונות אירגוניות כגון קוהסיבות או אינטגרציה, אך לא על העיון בתהליכים האירגוניים, אשר הודות לפעילותם נוצרת ונשמרת קוה-סיביות ואינטגרציה זו (ואולי זו אף הסיבה לעובדה שאף אחד מחסידי קוהוט לא הוטרד יותר מדי מכך שרובם לא מצא צורך לפרט מהו העצמי ואיך הוא פועל כמערכת). ומאחר שהגישה החדשה, הרואה את דימוי העצמי כתוצר של הדמיון בלבד, מאפשרת להמשיך ולייחס לדימוי העצמי את כל התכונות הנחוצות של אירגון, ליכוד ושלמות, הרי אין להניח שיש לאיש סיבה רצינית להתרגש, אף אם יוחלף מושג העצמי במונח תחושת-העצמי בכל הכתבים של פסיכולוגית-העצמי.

הגישה החדשה זכתה בעשור האחרון לתימוכין מכיוון בלתי צפוי — הנירור-פיסיולוגיה. לחוקרים העוסקים במדע זה יש בעיה שבה הם מתחבטים זה עשרות בשנים: כל מימצאיהם מבוססים על ההנחה, שרובם מאמינים בה ללא-עוררין, של 'אחדות הנפש', 'אחדות ההכרה' או 'אחדות העצמי'. ואולם, המחקר הנירור-פיסיולוגי לא הצליח מעולם לגלות את קיומם של איזה שהם מרכזים אינטגרטיביים במוח, האחראים ליצירת אחדות זו. הבעיה הוחרפה מאז שנות ה-60, כאשר החל להצטבר חומר מחקרי אודות מספר חוליים, שעברו ניתוח של חיתוך ה-corpora callosa (מסילות העצבים המחברות בין שתי ההמיספירות של המוח) כטיפול נגד התקפי כפיזון שאינם ניתנים לשליטה בשום דרך אחרת. התברר שלחולים מנותחים אלה יש, למעשה, שני מוחות

בשנות ה-80, שלא היו מוכנים עדיין לחרוג מן ההנחה הבסיסית של המדע, הגורסת שמשכן התודעה/הנפש/העצמי הוא במוח בלבד, נאלצו להיכנע לעובדות הניסיוניות ולוותר על תפיסת האחדות של העצמי. דויד אוקליי (26) מסכם ב-1985 את דיונו המפורט על יחסי מוח-נפש בקביעה:

"האחדות הסובייקטיבית של העצמי, של החשיבה, ושל החוויה האישית, היא אילויה..." (26, עמ' 247).

מי שמעדיין בספרות הניירו-פיסיוולוגית החדשה, מקבל את הרושם שרוב החוקרים השלימו, אכן, עם מסקנה זו, ובמקום להמשיך ולחפש במוח או מחוצה לו את אותו המרכז הממונה על יצירת האחדות, הם שואלים כיצד נוצרת האשליה של כאילו-אחדות, כיצד היא משתמרת, איזה צרכים נפשיים היא משרתת, וכל שאר השאלות הרלבנטיות, הנובעות מן המסקנה הבלתי-נמנעת, שלא קיים כלל שום מרכז-יוצר-אחדות.

הבעיה היא שגם אם נקבל את הדעה שאין העצמי מכיל שום מוקד אירגוני (super- או nuclear self, core self) והופעתו כאילו היה מאוחד, מלוכד, ומתואם בפעילויותיו היא אך פנטזיה או אשליה, הרי אין הדבר פותר אותנו עדיין מן הצורך להניח קיום של מערכת אירגונית כלשהי. גם אם נתפוס את העצמי רק כ"פנטזיה אודות עצמי מובנה", כדברי בלוס (27), תיוותר השאלה — מיהו היוצר פנטזיה או אשליה זו של אחדות, מובנות, והתאמה פונקציונלית, ואיך היא משתמרת? התשובה לכך, כמו לכל השאלות הנוגעות לעצמי, תהיה שונה, כמובן, לפי נקודת המוצא התיאורטית של המשיב.

לגבי נקודת המוצא הפסיכואנליטית התשובה היא ברורה — האחראי על יצירת דימוי האחדות והאירגון של העצמי הוא האני. ציין (28), שהיה בין הראשונים שניסו להפריד בין מושגי האני למושגי העצמי, תיאר כבר ב-1945 את האני כמבנה מוטיבציוני-קוגניטיבי אשר תפקידו הוא להגן, להרחיב, להגביר, ולשמור על העצמי. פרנסס, זאקס וארנון (29) מתארים את האני:

"...קבוצה של פעילויות האחראיות על הדיפרנציאציה והאינט-גרציה של העצמי" (29, עמ' 330).

ניתן להוסיף עוד ציטטות כהנה וכהנה כדי להעיד שרוב החוקרים, הסבורים שאין העצמי מהווה מערכת או מבנה, נוטה לייחס את התכונות האירגוניות המאפיינות את תחושת העצמי לפעילותם של תהליכי העיבוד של האני. דהיינו — תחושת העצמי היא המוצר של פעילות האני.

לגבי נקודת המוצא הפילוסופית התשובה אינה כה אחידה, אך נראה שרוב ההוגים נוטה לזקוף את תכונות האירגון, הסדר והרציפות של תחושת העצמי לזכותה של פעילות ההתבוננות העצמית. לדעתם זהו 'העצמי-המתבונן-בעצמו', בעל הכושר לסקור שדה רחב של מצבי-עצמי תוך שמירה על ריחוק מסויים, המסוגל לראות את הקשרים המשמעותיים בין ה'מצבים' הבודדים, ובעזרת יכולת הזיכרון

ודימוי העתיד — לשזור את העבר, ההווה והעתיד לאותו הרצף המאפיין את תחושת העצמי.

הניירו-פיסיוולוגים, אם הם מתייחסים לבעיה זו, הריהם נוטים לזקוף את תחושת אחדות העצמי לפעילות הדיבור הממוקמת בהמיספירה השמאלית של המוח. הניסיונות על אותם חולים חצויי-המוח, שהוזכרו קודם לכן, הראו שגם באותם המקרים בהם הוכח שכל מחצית-מוח חושבת, מרגישה, ומגיבה באופן שונה מרעותה, נותן הנבדק תגובות אחידות. ההסבר המשוער לתופעה זו הוא שהאונה השמאלית מנצלת את העובדה שרק לה יש גישה למרכזי הדיבור, ועונה, לכן, גם במקומה של האונה הימנית. בניסיונות בהם הצליחו החוקרים 'לשוחח' ישירות עם האונה הימנית (כשיטות בהן ניתן להשיב על שאלות במעשים ולא בדיבור), נוכחו הם שגם באותם המקרים בהם אין האונה השמאלית יודעת כלל מה היתה האונה הימנית רוצה לענות, או אפילו יודעת במפורש שדעתה שונה — ממציאה היא משהו שייסבר את האוזן, אף באם אין בו מילה של אמת (ומעניין לראות איך גילתה הניירו-פיסיוולוגיה בשנות ה-80 את מנגנוני ההגנה של פרויד — רציונליזציה, השלכה וכו').

ניתן ליישם לגבי זה את הדימוי הציורי של הפילוסוף האמריקאי, דניאל דָנְט (ראה מילר 30, עמ' 79), שהשווה את המודע-הדובר לאיש-יחסי-הציבור של מוסד גדול: תפקידו להסביר ולהצדיק לעתונות את פעולותיו של המוסד, והוא יעשה זאת גם אם ידוע לו שהסיבות שונות מאלו שהוא מציג, ואפילו אם הבוס כלל לא טרח לגלות לו מה הן הסיבות האמיתיות.

לדעתו של הניורולוג לה-דו (31), הלשון משמשת לנו כמכשיר המאפשר לאחד את כל פריטי האינפורמציה הנפרדים לכדי סיפור מלוכד, ותוך זה לערוך, לסלף או להשמיט אותם הפריטים שאינם מתאימים לאחדות הסיפור:

"הלשון, לפי השקפה זו, היא בסיס המציאות הסובייקטיבית של האדם... הסימון הלשוני מספק את תחושת החוויה הרציפה ומאפשר לחוויה האנושית המודעת, למרות תכניה המשתנים דינמית, להופיע יותר כסרט רציף ולא כסידרה מקרית של צילומים (31 עמ' 210)... נראה שהסיפורים האלה הם תגובות הגנתיות שפותחו על-ידי המערכת הלשונית למען הגן על כבודה ואחדותה של תחושת העצמי הסובייקטיבית שהיא יצרה" (31, עמ' 213).

שלוש הגישות הנ"ל, הפסיכואנליטית, הפילוסופית והניירו-פיסיוולוגית, אינן חילופיות זו לזו, אלא, כפי שנראה בחלק השני של עבודה זו — משלימות זו את זו. השלמה זו אף מתבקשת מכך שאין אף הסבר אחד היכול להיחשב כשלם מבחינת עצמו. הגישה הפסיכואנליטית, למשל, הזוקפת את יצירת דמוי האירגון והאחדות של העצמי לזכות פעילותו של האני, אינה מפרטת איך עושה זאת האני, כלומר, מה הם האמצעים והתהליכים לפיהם מארגן האני את מצבי העצמי השונים לכדי מראית-העין של אחדות ואירגון. הגישה הפילוסופית והניירו-פיסיוולוגית, לעומת זאת, מציבות הנחות

Universities Press, 1979.

14. Richards A., The superordinate self in psychoanalytic theory and in self psychologies. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 30: 939-957, 1982.
15. Kohut H., The restoration of the self. New York, International Universities Press, 1977.
16. Kohut H. & Wolf E.S., the disorders of the self and their treatment: An outline. *Int. J. Psycho-Anal.*, 59: 413-425, 1978.
17. Schafer R., A new language for psychoanalysis. New Haven, Yale University Press, 1976.
18. Grossman W.I., The self as fantasy: Fantasy as theory. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 30: 919-937, 1982.
19. Kris E., The personal myth: A problem in psychoanalytic technique. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 4: 653-681, 1956.
20. Kirshner L.A., The concept of the self in psychoanalytic theory and its philosophical foundations. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 39: 157-182, 1991.
21. Stern D.N., The interpersonal world of the infant. New York, Basic Books, 1985.
22. Stolorow R.D. & Lachmann F.M., Psychoanalysis of developmental arrests theory and treatment. New York, International Universities Press, 1980.
23. Tyson Ph. & Tyson R.L., Psychoanalytic theories of development: An integration. New Haven, Yale University Press, 1990.
24. Sperry R.W., Brain bisection and mechanisms of consciousness. *Pontificiae Academiae Scientiarum Scripta Varia* 30. pp. 441-168, 1965.
25. Popper K. & Eccles J.C., The self and its brain. Heidelberg, Springer Verlag, 1977.
26. Oakley D.A. & Eames L.C., The plurality of consciousness. In: Oakley, D.A. (Ed.), *Brain and mind*. London, Methuen, 1985.
27. Blum H.P., Theories of the self and psychoanalytic concepts: Discussion. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 30: 959-978, 1982.
28. Chein I., The awareness of self and the structure of the ego. *Psychol. Rev.*, 51: 304-314, 1944.
29. Frances A., Sacks M. & Aronoff M.S., Depersonalization: A self-relation perspective. *Inter. J. Psycho-Anal.*, 58: 323-331, 1977.
30. Miller J., States of mind. New York, Pantheon, 1983.
31. LeDoux J.E., Brain, mind, and language. In: Oakley, D.A. (Ed.), *Brain and mind*. London, Methuen, 1985.
32. Shane M. & Shane E., Self psychology after Kohut: One theory or many? *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 41: 777-797, 1993.

לגבי איך מושגת תדמית האירגון והאחדות, אך אינן מפרטות מיהו או מהו בעצם אותו עצמי מתבונן, או 'הממונה על הפעלת הלשון' העושה את המלאכה.

בסיכום — פסיכולוגית העצמי מתפתחת כיום למספר כיוונים, עד כי מוצדק לשאול את השאלה אותה הציבו שאן ושאן (32) ככותרת לסקירת הספרות המקצועית שאותה פירסמו ב-1993: "פסיכולוגית-העצמי לאחר קרוהוט — תיאוריה אחת או רבות?"

לדעת, מבין כל הכיוונים התיאורטיים השונים, זה העומד להשתלט ולהיהפך לכיוון המרכזי (mainstream) של פסיכולוגית העצמי הוא זה שהוצג בסקירה זו, לפיו מומשג העצמי רק מהיבטו הסובייקטיבי, כ'תחושת עצמי' או כ'חווית עצמי'. בחלק השני של עבודה זו אציג שיבעה עקרונות לתיאוריה חדשה בה אנסה ליישם ולפתח את הדעות שהוצגו בסקירה כאן.

#### ס פ ר ו ת :

1. Kohut H., The analysis of the self. New York, International Universities Press, 1971.
2. קולקה ר., הרהורים על מקומה העתידי של פסיכולוגית העצמי בפסיכואנליזה. שיחות, ז' (1): 26-30, 1992.
3. Noy P., Metapsychology as a multimodel system. *Int. Rew. Psycho-Anal.*, 4: 1-12 1977.
4. Pine F., Drive, ego, object, and self: A synthesis for clinical work. New York, Basic Books, 1990.
5. Hartmann H., (1950). Comments on the psychoanalytic theory of the ego. In: *Essays on ego psychology*. New York, International Universities Press, 1964.
6. Kernberg O.F., Self, ego, affects, and drives. *J. Am. Psychoanal. Assn.*, 30: 893-927, 1982.
7. Hume D., (1777). *A treatise of human nature*. Oxford University Press, 1978.
8. James W., *The principles of psychology*. New York, Henry Holt, 1890.
9. Mead G.H., *Mind, self, and society*. Chicago, University of Chicago Press, 1934.
10. Sullivan H.S., *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, Norton, 1953.
11. Rogers C.R., *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. Boston, Houghton Mifflin, 1951.
12. Klein G.S., *Psychoanalytic theory: An exploration of essentials*. New York, International Universities Press, 1976.
13. Gedo J., *Beyond interpretation*. New York, International