

עבודת החלום - תיאוריה וטיפול באוריינטציה יונגיאנית

תמר קרון

החלום. ברמה זו מציג החלום את מערכת היחסים בין האגו לבין הלא-מודע, בין האגו לבין העצמי של החולם. כביכול, זהו מעין "צילום רנטגן" מהופך המראה את התבוננותו של הלא-מודע במצב התודעה של החולם. כמו כן ניתן לראות בחלום השפעות של ארכיטיפים מהלא-מודע הקולקטיבי, וזאת בעיקר בחלומות שיונג מכנה אותם "חלומות גדולים", דהיינו חלומות ארכיטיפיים שאינם קשורים ישירות אל הרמה האובייקטיבית, וגם לא לרמה הסובייקטיבית, של החולם.

אדגים את שתי הרמות, האובייקטיבית והסובייקטיבית, בחלום ראשון שהביאה לטיפול אישה צעירה, רווקה, בת 25:

"החלום מתרחש במטבח בבית שלנו. אמא ואני במטבח, פתאום אמא תופסת סכין ומאיימת עלי, אני מתחמקת ממנה ומצליחה לתפוס סכין ואנחנו בקרב סכינים. אני כמעט מתגברת עליה - ואז התעוררתי בבהלה".

המטופלת מוסיפה: הייתי ממש מזועזעת מהחלום הזה. אני ואמא ביחסים כל כך טובים, היא דואגת לי ועוזרת לי. אני ממש מושחזקת על הכול. מה פתאום היא מתנפלת עלי בחלום עם סכין מונפת? מה פתאום קרב סכינים? אני מזועזעת וגם מרגישה אשמה, איך יכולתי לחלום עליה חלום כזה?

תקצר היריעה מתיאור הברור הארוך שביררנו יחד, המטופלת ואני, במשך כמה שעות טיפול. הברור המפורט וההתייחסות לכל פרט בחלום הם שלב ראשון וחשוב בהבנת משמעויותיו של החלום. החלום נתפס לא כמטאפורה ולא כתוצר של עבודת צנזורה, מנגנוני התקה, קונדנסציה (עיבוי) וכדומה, אלא הוא נתפס כפי שהוא - כדימוי שלם שיש בו מסרים בשתי הרמות.

ברמה האובייקטיבית - הברור העלה שהמטופלת מתגוררת בבית אמה האלמנה. אכן יש בין האם ובתה יחסים קרובים וחמים, אולם לאחרונה החלה המטופלת להרהר בכך שייתכן שעדיף יהיה לעזוב את בית האם ולגור לבד, ואולי יהיה הדבר לעזר בתהליך מציאת בן זוג. היא עדיין לא חלקה את מחשבותיה עם אמה, בין השאר מחמת החשש לפגוע בה. אמנם היא בטוחה שאמה תסכים ואף תעודד אותה לכך אם תראה בכך דרך טובה עבורה, שכן טובתה של המטופלת תמיד לנגד עיניה, "ובכל זאת", היא אומרת באנחה, "אילו היינו רבות, מתווכחות, אילו היא לא היתה תמיד כל כך טובה ומבינה, אולי זה היה עוזר לי לצאת מהבית".

החלומות לא שוא ידברו. תורת הנפש היונגיאנית רואה בחלום את ביטוייה האמיתיים ביותר של הנפש, ואת עבודת החלום כמרכז ומוקד הטיפול האנליטי. אולם אין החלום ביטוי של הנפש בלבד, אלא הוא מדריך ומוסר את הנפש במסעה ההתפתחותי, בתהליך האינדיבידואציה.

אנו יוצאים מתוך הנחה בסיסית שאין דימוי בחלום שהוא מקרי, אלא הלא-מודע בוחר כל דימוי, כל עלילת חלום, כל סמל, על מנת להציג את מצב היחסים בין האגו המודע לבין הלא-מודע ועל מנת לתמוך בתהליך האינדיבידואציה

החלום הוא רב ממדי, כשם שהנפש היא רב ממדית. הפסיכולוגיה היונגיאנית אינה מתייחסת לחלום כאל ביטוי משאלה מינית-ילדית או כאל שחרור אנרגיה של קונפליקט, כפי שהפסיכואנליזה רואה את החלום. הפרשנות היונגיאנית אינה מתכחשת לרמה האובייקטיבית של החלום. דהיינו - שאריות היום, ביטויים של יחסים וקונפליקטים וכדומה. אולם היא מתייחסת מעבר לכך לרמה הסובייקטיבית של



תמר קרון היא פסיכולוגית קלינית ואנליטיקאית יונגיאנית. חברת המכון הישראלי לפסיכולוגיה יונגיאנית. ראש המגמה לפסיכולוגיה קלינית, המכללה האקדמית תל-אביב-יפו. כתבה ספרים ומאמרים, בהם הספר "אנחנו אדם וחיה: זוגיות, מיתוסים, פסיכולוגיה". חוקרת חלומות במצבי מעבר וטראומה. kron.tamar@gmail.com

שהוכחשו. בדוגמת חלום קרב הסכינים, המטופלת, שבמודע אוהבת את אמה, דואגת לה ואפילו מגוננת עליה עד כדי ויתור על עצמיותה, נלחמת נגדה בקרב סכינים וכמעט גוברת עליה. מכאן גם רגשי האשמה שהתעוררו בה בהקיצ. הצל המוכחש של האם אף הוא מופיע בחלום. האם שנתפסת על ידי המטופלת כטובה ומבינה ודואגת לשלומה ורווחתה, אותה אם תוקפת אותה בסכין. החלום מביא למטופלת את ההיבט התוקפני המוכחש לחלוטין של האם, את האהבה החונקת שאינה מאפשרת התפתחות. אולם הפיצוי בחלום זה הוא בשכבה עמוקה יותר. ההיבט של האם הרעה איננו רק היבט של האם במציאות, אשר מונע מהמטופלת להתפתח לקראת עצמאותה, וזאת מרוב אהבה. קרב הסכינים הוא קרב בעולם הפנימי של החולמת. לשם הבנת מערכת היחסים בעולם הפנימי נעזרים המטפלים היונגיאניים בשיטת האמפליפיקציה (הגברה).



שיטת האמפליפיקציה היא במהותה הקישור של דימויי החלום למוטיבים במיתוסים ובאגדות. מיתוסים ואגדות מציגים עובדות וסיטואציות נפשיות, בדיוק כמו החלומות. הם מתארים באופן ציורי מצבים נפשיים שקיומם לא יכול להיות מתורגם להסבר מילולי. התחברות אל מיתוס יכולה לעזור באדם את ההכרה שגם בנפשו הפרטית קיים ממד טרנסצנדנטי ושמעגל חייו המצומצם מתחבר עם מעגלי חיים אנושיים המתקיימים מאז ומתמיד. הכרה כזו מרחיבה את התודעה ומאפשרת השתחררות מכבילות לעמדה חד צדדית מסוימת, כך שאפשר למצוא אפשרויות שונות לפתרון בעיה או קונפליקט. האמפליפיקציה של קרב הסכינים עם האם הרעה התוקפת קישרה את הדימוי למוטיב מרכזי באגדות על יחסים בין אם לבת, הלא הן האגדות על האם החורגת הרעה המתעמרת בבת. במרבית האגדות הללו הבת מגורשת או בורחת מהבית, ובסופה של העלילה מתגברת

הסמלים המופיעים בחלום גם הם חלק חשוב בעבודת החלום. יונג מבחין בין סמל לסימן. הסימן הוא בעל משמעות אחת, קבועה וידועה. כך, למשל, כך היד הפרושה המופיעה בתמרוז אזהרה משמעותה האחת היא "עצור!" [...] לפי יונג, גם מה שמכונה בכתביו של פרויד "סמל" אינו סמל אלא סימן [...] הסמל, לעומת זאת, הוא רב משמעויות

ברמה הסובייקטיבית - אנו יוצאים מתוך הנחה בסיסית שאין דימוי בחלום שהוא מקרי, אלא הלא-מודע בוחר כל דימוי, כל עלילת חלום, כל סמל, על מנת להציג את מצב היחסים בין האגו המודע לבין הלא-מודע ועל מנת לתמוך בתהליך האינדיבידואציה. ברמה הסובייקטיבית הן החולמת והן אמה הן דמויות פנימיות המייצגות או מבטאות חלקי נפש, או במונחים היונגיאניים - ארכיטיפים. החולמת מייצגת את האגו, ואמה מייצגת את ארכיטיפ האם הגדולה המופיעה בחלום כאם גדולה רעה ומסוכנת, המתכוונת להרוג את הבת. האגו מתגונן, וכמעט מתגבר על האם הגדולה הרעה. כלי המלחמה - הסכין, גם הוא לא נבחר באופן מקרי.

בעבודה על החלום מתייחס המטפל היונגיאני למסרים של הלא-מודע. מה הם המסרים של הלא-מודע בחלום זה? לשם הבנתם אציג תפקיד חשוב של החלום: הפיצוי (compensation), או כפי שמושג זה מופיע לעתים בספרות המקצועית - איזון או קיזוז. התודעה מעצם טיבה מבחינה ומבדילה, ממשיגה לקטגוריות ומנסה לארגן את העולם הפנימי והחיצוני ב"מגירות" מסודרות. ארגון זה מעניק ביטחון לאדם, אולם הסכנה בו היא בהתעלמות ממורכבות ומהיבטים נוספים של יחסים ושל מצבים הן בעולם הפנימי והן בעולם שבחוץ. עמדתו של האגו המודע היא על פי רוב חד צדדית. בעיקר ניכר הדבר בקשרים שבין הצל והפרסונה.

ארכיטיפ הפרסונה הוא ארכיטיפ המסכה (פרסונה היא המסכה שעטו על פניהם השחקנים בתאטרון היווני העתיק). זוהי מסכה המתעצבת בתהליך הסוציאליזציה של האדם, אולם אין זו מסכה כלפי חוץ בלבד, אלא האדם בדרך כלל מזדהה עם הפרסונה שלו, ואינו מבחין בינה לבין האגו. אדם לא יכול לחיות ללא פרסונה, שניתן להמשילה לעור המסכה את הגוף, אולם ככל שהפרסונה נוקשה יותר כך יוכחשו ויידחו היבטים שאינם מתאימים לה. אל הצל. ארכיטיפ הצל כולל מלבד הצל האיש, אותם היבטים שאינם מתאימים לפרסונה, את הצל הארצי, ההיבטים הדחויים והמוכחשים של הגוף (בעיקר אפשרות הבליה והמוות) והרוח האבסולוטי.

החלום יביא לחולם את אותם היבטים של הצל שלו

על האם הרעה ומתחילה לחיות את חייה העצמאיים עם בחיר לבה. האמפליפיקציה מאירה את הארכיטיפ של האם הרעה בעולם הפנימי של החולמת, שתוקפת את האגו המתפתח.

בשלב הבא של פרשנות החלום מביאה המטפלת את האמפליפיקציה ופותחת בפני המטופלת את האפשרות להתבונן בחלומה כבעלילה פנימית המתרחשת בין חלקי הנפש השונים. אפשרות זו משחררת את המטופלת מרגשי האשמה כלפי האם ומאפשרת לה הבנה של הקונפליקט בקשר ליציאה מהבית ופרידה מהאם כקונפליקט פנימי, קונפליקט של התפתחות.

החלום מביא לתודעה תמונה של מערכת היחסים בין האגו לבין הלא-מודע, והמטפלת יכולה לקבל מהחלום מעין "אבחנה נפשית" שתנחה אותה בטיפול [...] העבודה על החלום אינה של המטפלת בלבד - זו עבודה משותפת והדדית של המטופלת והמטפלת, מסע משותף של אינדיבידואציה

הסמלים המופיעים בחלום גם הם חלק חשוב בעבודת החלום. יונג מבחין בין סמל לסימן. הסימן הוא בעל משמעות אחת, קבוצה וידועה. כך, למשל, כף היד הפרושה המופיעה בתמרור אזהרה משמעותה האחת היא "עצור!", משמעות הידועה לכל מי שמכיר תמרורי אזהרה. לפי יונג, גם מה שמכונה בכתביו של פרויד "סמל" אינו סמל אלא סימן. הנחש המופיע בחלום משמעותו האחת היא תמיד - פניס, אבר המין הגברי. הסמל, לעומת זאת, הוא רב משמעויות. משמעות המילה היוונית "סימבול" היא "לזרוק ביחד", והכוונה לזריקה ביחד של משמעויות. הסמל החי, המשמעותי, לא יכול להיות ניתן לפירוש אחד. לכן מתנגדת הגישה היונגיאנית לשימוש במילוני סמלים כדרך להבין את הסמל. אפשר להשתמש במילוני סמלים, אולם רק מתוך הבנה ברורה לכך שלסמל משמעויות רבות, התלויות גם בהקשר האישי של החלום, גם בהקשר התרבותי, וכן בקשר שבין הסמל ללא-מודע הקולקטיבי. בעבודה על החלום, יש לברר קודם כול מה הם הסמלים המרכזיים והמשמעותיים. בחלום קרב הסכינים הסמל

המרכזי הוא הסכין. ההנחה הבסיסית היא שהסמל נבחר לא בכדי ולא באופן מקרי, אלא גלום גם בו מסר לחולמת. הרי כמה משמעויות אפשריות: הסכין יכול להיות חיובי ככלי עזר לאדם בחייו ובהסתגלותו לסובב אותו, אך יכול להיות שלילי ביותר בפוטנציאל הרצחני הגלום בו. הוא כלי שמשתמשים בו בתהליך הכנת המזון - אך הוא גם כלי נשק. הסכין חותך ומפריד. אפשר להשתמש בו לעיצוב צורה, ואפשר גם לקלקול ולהרס. צורתו מזכירה את איבר המין הגברי, ופעמים רבות האסוציאציה לסכין היא אמנם איבר המין הגברי. אך אפשר להשתמש בו גם לסירוס ולקטיעת איבר המין. הסכין הוא כלי מרכזי בטקסים מקודשים כגון ברית המילה והקרבת קורבנות. אולם הוא יכול לשמש בהקרבת קורבנות אדם. אמפליפיקציה בהקשר זה היא סיפור עקדת יצחק: הסכין המונף ביד אברהם יכול היה להרוג ולבתר את הבן יצחק, אך בהתערבותו של מלאך ה' ביתר את האייל כקורבן.

מהן משמעויות הסכין כסמל בחלום קרב הסכינים? המשמעות החשובה ביותר, המתקשרת לכל מה שנכתב לעיל לגבי הבנת החלום, היא החיתוך וההפרדה. האינדיבידואציה והתפתחות התודעה דורשות את ההפרדות. מדובר כמובן בפרידה מהאם הממשית. אולם לא זו בלבד, מדובר בתודעה המתפתחת הכוללת בתוכה התפכחות והתרת הסימביוזה, הבחנה בצל של האם ובצל של עצמה, ובדחף לאוטונומיה ולעצמאות הכוללים כחלק בלתי נפרד את ההפרדה והפירוד.

האינדיבידואציה היא מסע הנפש - ועל החלום ניתן לומר שהוא המנחה והמדריך. החלום מפצה ומאזן את התודעה ואת העמדה החד צדדית של האגו, והמטפל חותר להבין את מהותו של הפיצוי בכל חלום. החלום מביא לתודעה תמונה של מערכת היחסים בין האגו לבין הלא-מודע, והמטפלת יכולה לקבל מהחלום מעין "אבחנה נפשית" שתנחה אותה בטיפול. החלום אינו מסתיר - אלא להפך, מגלה את הנסתר, אך יש להבין את השפה הייחודית לו. לשם כך משתמשת המטפלת בשיטת האמפליפיקציה ובהבנת הסמלים ומשמעויותיהם. המטפלים היונגיאניים לומדים על מיתוסים, תרבויות וסמלים. חומר זה נחוץ להם לשם ההבנה והפרשנות הנכונים. למידה זו מעניינת ומרחיבה, כשם שכל עבודה על חלום מאירה ומרחיבה גם עבור המטפל. העבודה על החלום אינה של המטפלת בלבד - זו עבודה משותפת והדדית של המטופלת והמטפלת, מסע משותף של אינדיבידואציה.

רשימת קריאה בסיסית בעברית:

1. יונג, ק"ג (1975). האני והלא-מודע. דביר.
2. יונג, ק"ג (1982). על החלומות. דביר.
3. יונג, ק"ג (1993). זכרונות חלומות מחשבות. מודן.
4. שלו, ש' (2008). חלום והחלמה. הקיבוץ המאוחד.

