

המחשבה הפסיכודרמטית בשירות הרוורי (reverie), בטיפול פרטני

בפסיכודרמה

במאמר קודם (גולדמן, 2017), תיארתי יישומה של פסיכודרמה בטיפול פרטני. המטופלים אותם הבאתי כדוגמה, השתתפו בקבוצות פסיכודרמה והכירו את שפת הפעולה הפסיכודרמטית (שם). לכן לא מפליא שהם נענו בשמחה לעבודת העיבוד באמצעות טכניקות הפעולה. במאמר זה אני רוצה להמשיך ולחשוב על אפשרויות השימוש בפסיכודרמה, בטיפול הפרטני, כאשר השפה הפסיכודרמטית אינה מוכרת ואף מעוררת התנגדות.

אנסה לבדוק דרכים פסיכודרמטיות נוספות בשירות הרוורי, דרכים המתקיימות במחשבה ובדמיון ובעזרתן של מטפורות ודימויים, המגיעים אל השעה הטיפולית, ע"י מטפל ומטופל. רוורי הינו, התהליך בו האם מעכלת ומעבדת את מה שמושלך אליה מן התינוק. תפיסת הרוורי מיושמת גם ביחסים הטיפוליים בין מטפל למטופל. בהמשך ארחיב בנושא זה. שימוש במטפורות ודימויים בתוך טיפול אינם ייחודיים אך ורק לפסיכודרמה, רבות נכתב על האופציה הזאת בטיפולים שונים. במאמר זה, אנסה לבדוק את השימוש בטכניקה הזאת כפוטנציאל נוסף, לעיבוד החומר בטיפול הפרטני בפסיכודרמה.

בחלקו הראשון של המאמר, אתאר וינייטה מחדר הטיפול. בחלקו השני אנסה להתבונן על טכניקות העיבוד, שאינן קלסיות לטיפול פסיכודרמטי, בגלל היעדר שימוש בטכניקות הפעולה. הטענה שלי במאמר זה היא שלמרות שלא נעשה שימוש בפעולה, הרי שהמחשבה הדימויית והדיאלוג המטפורי, מרחיבים ומעמיקים את האופציות של הטיפול הפרטני בפסיכודרמה, בכך שהם יוצרים רובד חוויתי בדמיונו של המטופל, שבו מתאפשר שינוי. יצירת הרובד החוויתי הזה באמצעות הדמיון והיכולת לפעול בתוכו, הוא המעשה הפסיכודרמטי.

מה נחוץ לפרפרים כדי לעוף בתוכי?

כשאלתי הגיע לטיפול בפעם הראשונה, הוא התיישב ואמר לי כך: "אני יודע שאת מומחית בפסיכודרמה. קיבלתי עליך המלצות. אבל אני מגיע, למרות הפסיכודרמה, לא בגללה. מה שאני מתכוון בעצם, זה שאני רוצה רק לדבר. לא שום פסיכודרמה. זה אפשרי?".

הוא היה חד וממוקד ואזהרתו אלי הייתה ברורה. אמרתי: "כן". חשבתי על הדרך בה הוא בחר להציג את עצמו. כמה שליטה יש במשפט האחד הזה וכמה מהר הוא גרם לי להצטמצם בכורסת.

אלי הוא קצין גבוה בצבא והוא הגיע אלי לטיפול בעקבות רצונה של אשתו להיפרד ממנו. היא אמרה לו שנימאס לה והיא רוצה "להפריד כוחות". "תעבור טיפול, תתחבר לעצמך ותתחיל לחיות. ככה אי אפשר

יותר. הראש שלך רק בעבודה ואנחנו, המשפחה שלך, לא באמת קיימים בשבילך. אי אפשר ליהנות אתך משום דבר...". הוא חווה את הדברים הללו כסטירה מצלצלת, אבל הוא לא כעס. הוא הצדיק את העמדה של אשתו. המשימה הטיפולית שאותה הציב בפני היתה להשתנות, על מנת להתאים לציפיות של אשתו, בכדי להחזיר אותה אליו.

כפי שאפשר להבין, אלי הוא אדם מתוכנן ורציונלי. הפגישות הראשונות שלנו כללו רצף של דיווחים על מה שקרה בשבוע שחלף, בעיקר בינו לבין אשתו, וגם עניינים כאלה ואחרים מעבודתו. חודשים ספורים היינו עסוקים בנושאים שהביא.

אני מצאתי את עצמי מנותקת מאזור הרגש שלי. האזהרה שלו, בפגישה הראשונה, שלא להכניס את הפסיכודרמה לחדר, יחד עם הנוכחות המנותקת שלו, צמצמו את אזור הנוחות שלי. הרגשתי כמי שהולכת על ביצים, חוששת שמא אפלוט משהו ספונטני שיהיה צורם ובלתי ניתן לעיכול. רוב הזמן חשתי קפואה ומנותקת מהחלק היצירתי שבי. כאילו מישהו כפת אותי לכיסא ולא אפשר לי לזוז. היו המון מילים בינינו. מילים, מילים, מילים.

באחת הפגישות, לא ברור לי למה דווקא בזו ולא באחרת, מצאתי את עצמי מספרת לו על חווית הקיפאון שלי במהלך המפגשים. תיארתי לו סצנה שעלתה בראשי: "שנינו הולכים בחדר, קפואים, שותקים, נזהרים לא לגעת אחד בשני, לא לעשות יותר מידי רעש, כי כל תזוזה או רעש מהווים סכנה. ההליכה שלנו איטית וחשדנית".

הדימוי הזה שיקף את החוויה שחוויתי איתו. למעשה במהלך הטיפול לא היו שתיקות. להיפך, השיח בינינו היה צפוף ואינטנסיבי. הצורך לספר לו את תחושותי זו, נבע מתוך איזושהי אנרגיה ספונטנית בתוכי, שבאופן לא לגמרי נישלט, תבעה את ביטויה של חווית ה"כאן ועכשיו" בה הייתי שרויה (Kipper, 1986 p.10). האמירה הזו, פרצה באחת את אזור הנוחות של שנינו. עד אז התנהל בינינו דיאלוג מסודר ומוגן:

אמירה שלו ואז שלי ואז שלו ואז שלי. כמו משחק פינג פונג שחייב להיות משוחק בשטף וברצף מחשש שמא ייפול הכדור. אין רגע לחשוב בדיאלוג הזה, כי העיקר בו, היא העובדה שהוא מתקיים. העיקר שישנן מילים בינינו. כך זה ברור ומוגן. שום דבר לא יכול היה להפתיע אותנו. היינו באזור בטוח. היעדר המגע הרגשי שמר עלינו. אבל עכשיו, הכדור נפל. נשארנו עירומים, חשופים לסכנה. אלי המשיך לשתוק. שאלתי אותו מה הוא מרגיש. הוא ענה לי, כי הדימוי שהבאתי הוא קשה, ושהוא חושב שאין לו מספיק כלים להתייחס לזה. שקעתי בחוסר אונים והרגשתי לכודה. המחשבה שלי הותקפה וחשתי ערפול מחשבתי. על אילו כלים הוא מדבר? כלים, כלים, כלים. איזה כלים? המילה התנגנה לה בראשי והתקיפה את היכולת שלי לחשוב על התערבות מיטיבה, עד אשר, הפכה לדבר מה מרוקן מתוכן. אובייקט אוטיסטי

מגעי (אוגדן, 2001) שאין לו שום משמעות. המחשבה שלי הפכה חלולה. ה"כלים" השתלטו על המחשבה שלי ותקפו את שארית החיבור שהיה שם. המילים שהיו בינינו עד אז, הן אלה אשר אפשרו את הרצף, וכשלא היו מילים, המשכתי לגלגל אותן בראשי. נזכרתי, באותה מטופלת של אוגדן, שבשביל לייצב את תחושת ההמשכיות, במהלך שתיקה בטיפול, היתה מדמיינת מספרי טלפון, תאריכי לידה ומספרי רחובות (שם, עמ' 55). ועכשיו בינינו, הרצף נקטע. לרגע לא ניתן היה לסמוך על כלום. המילים בינינו פסקו ונשארנו בלי כלום.

אלי ניראה אבוד ואני עודדתי אותו לספר לי מה הוא מרגיש. הוא אמר: "הבטן שלי מתהפכת עכשיו וזה מאד לא נח לי. אני מרגיש שהולך להתפתח לי משהו בבטן. פעם בכמה זמן אני סובל נורא מכאבי בטן ושלשולים. נבדקתי רבות. אין לזה הסבר רפואי. אני מניח שכל הלחץ שלי מתרכז בבטן. לפעמים אני כמעט מתפוצץ ואז אני חייב רק להיפטר מהלחץ, וכשאני נפטר ממנו, אני מרגיש חלול. אין לי שום תחושות. לא טובות ולא רעות. לפעמים ניראה לי כאילו אני לא יודע להרגיש כלום. אני לא יודע לגעת". אלי סיים לדבר. "עכשיו אתה מרגיש עצוב " אני אומרת. הוא מהנהן: " אני חושב שכן. לא ממש יודע ".

מפגשים ספורים לאחר המפגש הזה הוא מדבר על הרצון של אשתו להיפרד: "כשקורה לי משהו עצוב, למשל עכשיו, כשאשתי רוצה לעזוב אותי, אני מיד מעלה את זה לראש וחושב על תכנית פעולה. כמו עכשיו: ללכת לטיפול, להשתנות ולנסות להחזיר אותה". אני שואלת אותו איך מרגישה עכשיו הבטן שלו. הוא אומר שהיא ריקה וגורמת לו להרגיש חלול. אבל לפני שנים, הוא ממשיד, כשפגשתי את אשתי, והתאהבתי בה זה היה מהבטן. "מה הרגשת אז בבטן ? " אני שואלת. " תנסה לחשוב על דימוי". הוא עונה: " היו לי פרפרים בבטן, ותחושה רכה ונעימה שנלוותה אליהם, משהו שאף פעם לא הכרתי לפני כן. אבל זה היה כל כך קצר. לפעמים אני שואל את עצמי היכן הפרפרים האלה ? אני מאד אוהב אותה, עדיין, אבל, הבטן שלי רוב הזמן, קשה ולוחצת עד שאני מתפוצץ, או חלולה לגמרי. אני מרגיש שהכל שם יבש מבפנים ". אמרתי שאני חושבת שלפרפרים קשה מאד לשרוד במקום כזה והוא ענה: " אני חיסלתי את כל הפרפרים בבטן שלי ". שאלתי אותו אם הוא מתגעגע לתנועת הפרפרים והוא אמר שכן. ביקשתי ממנו לתאר לי איך מרגישה התנועה הזאת והוא הושיט את ידיו ועשה תנועות רכות של גלים. במפגשים הבאים שלנו המשיכו להיות נוכחים הדימויים שעלו. הבטן הלוחצת והיבשה, שממהרת להיפטר מן המטען העודף שלה, נכנסה לשיח שלנו וגרמה לנו להבין עוד על חווית ההתמודדות עם הקושי שלו. הבטן החלולה לימדה אותנו על ריק שאין בו תנועה. הקיפאון והזהירות גם הם נכנסו לשיח, כל פעם שהוא תיאר כיצד הוא נמנע מלהרגיש, מלהיות מעורב בדברים סביבו, ע"י כך שהוא מקטין

ומכווץ את נוכחותו. במקביל, ריחף לו הזיכרון הקצר של הפרפרים שהיו פעם בבטן ואינם עוד. הפרפרים שהיו, היוו תזכורת לתנועה נעימה, לכמיהה, שאפשר להיזכר בה, ולהרגיש פוטנציאל של חיים בתוכו. באחת מן הפגישות הבאות הוא ספר לי שהיום הוא קם עם תחושת פרפרים נעימה בבטנו, ואז בבת אחת, לפני שהספיק ליהנות מן התחושה, היא נגדעה והפכה למועקה נוראית. " זה כאילו שהרשיתי לעצמי להרגיש משהו נעים, ואז בא מישהו וחתך את התחושה הזאת כמו בסכין חדה. הקפיא אותה ". התחושה הזאת העלתה בו זיכרון: הוא היה חוזר הביתה מביה"ס, רץ פנימה מלא חיים אחרי משחק עם חבריו ועל פניו חיוך. בסלון ישבה אמו קפואה ומדוכאת. המבט בו היתה מסתכלת בו בהיכנסו, מצמית אותו עד היום. מבט מעורר אשמה על החיים שהביא עמו מבחוץ, חיים שאין להם מקום כאן בבית. לבית היו חוקים משלו. אסור לצחוק, אסור להרגיש, אסור לחיות, צריך לתת כבוד למתים. לכל המשפחה שלה, שאף לא אחד מהם נותר חי אחרי המלחמה. אבל אסור גם לכאוב את המתים, לבכות אותם, לדבר עליהם ואפילו להזכיר אותם. האבל של אמו הושלך עליו, לא מעובד, כמו משא קפוא. הוא נשא את המשא הזה בכבוד. הוא הצטמצם וכרע תחת הצו הזה של אמו... למד לשקוע בתוך משהו, לא לזוז, לא לנדנד, לא לעשות רעש. להסתיר את הרעש ואת ההתרגשות מחוץ לבית ואח"כ, לכבות אותם גם בתוכו. המקום היחידי בו היתה תנועה חדה הוא בבטן שלו. כשהיה לו קשה היא לחצה ועמדה להתפוצץ. כשהתרוקן, נישאר חלול. הרגש שהתעורר בו לא זכה להכרה סמלית. הוא הועבר ע"י הנפש, מיד, בדרך פרימיטיבית, לא מילולית, אל הגוף. זאת היתה הדרך ההגנתית שלו להרוס משמעות הניתנת לטיפול (מקדוגל, 1998).

בעקבות הזיכרון שעלה בו הוא אמר: " מה שאמרת קודם על תחושת הקיפאון שלך, המם אותי. ככה בדיוק אני הולך בעולם, ניזהר וקפוא. כל הזמן עובד על לצמצם מגע למינימום ההכרחי. את הטוב שמגיע, את הפרפרים האלה, למדתי להפסיק ברגע שהם מופיעים. אשתי גם אומרת שאני מייבש אותה ואת הקשר בינינו ואת כל מי שנימצא מסביבי. זה נכון, אני מרגיש קפוא ומיובש. רק בזמן האחרון התחלתי להרגיש שזה לא טוב לי לחיות ככה יותר... הייתי רוצה להרגיש שוב את הפרפרים בבטן שלי ". השתררה שתיקה ובה, ככל הנראה, דמיינו שנינו, את אותם תנאים שיוכלו לאפשר את תעופת הפרפרים בבטן שלו.

במפגשים הבאים, אלי העלה עוד ועוד זיכרונות מילדותו. הוא הבין שהקיפאון הפנימי שנגזר עליו, היה בעצם אותו "משא קפוא" שאמו השליכה עליו. משא אותו נשא, באופן לא מודע, כל השנים, ושנועד להגן ולשמור עליה.

באחת הפגישות בסוף השנה הראשונה לטיפול, אלי דבר על ההתקדמות שלו: " אני בעצם עושה כל מה שאשתי רצתה ממני. אני

הולך לחדר כושר, אני בא אליך, נסעתי לסקי עם הבנים שלי ובקיץ אני מתכנן נסיעה נוספת. אפילו חדשתי קשר עם חברים ישנים". שתיקה בינינו. שתיקה ארוכה, אף אחד לא אומר דבר. לבסוף הוא שואל אותי: "את לא חושבת שהשתפרתי?". אני חושבת לעצמי כמה הוא רוצה לרצות. כמו שרצה לרצות את אמו ואת אשתו, עכשיו הוא רוצה לרצות אותי. עם אמו זה היה על ידי הקפאת החיים בתוכו. עם אשתו על ידי הטיפול וההתחברות אל הרגש. ואיך איתי? שיתפתי אותו במחשבה שעלתה במוחי ושאלתי אותו מה זה אומר להצליח פה איתי, בטיפול. היתה שתיקה. ואז, להפתעתי הרבה, עיניו נצצו מדמעות. הוא אמר: "אני כבר שנה אצלך בטיפול ובזמן האחרון אני חושב מתי את תגידי לי שבעצם אני כבר בסדר, שהשתפרתי מספיק. אני מתכוון ליום הזה. ומפחד מפניו. רק עכשיו התחלתי להבין באמת מה אני עושה כאן. אני גם מכין את עצמי לגירושין, תוהה אם אשתי תרצה אותי בחזרה (בוכה). קשה לי לחשוב ששני הילדים שלי יהיו ילדים של הורים גרושים, רצים מהבית של אבא לבית של אמא. זה כל כך כואב לי". אני אומרת לו שאני מרגישה את הכאב שלו, ושהטיפול שלו הוא מסע ארוך שכדאי לנו לגייס הרבה סבלנות בשבילו. אני מבקשת ממנו לספר לי עוד על הדמעות שזולגות מעיניו והוא אומר לי שהדמעות באות מתוך הבטן הרכה שלו... שהוא לא בכה שנים. "פתאום הבטן הרכה שלי מדברת בתחושות שאני לא מכיר. כואב לי ואני מפחד. אבל זה כל כך מוזר, כי אני מרגיש גם הקלה. הדמעות באות ממקום רך, הן משקות אותי מבפנים".

אני מקשיבה וחשה איך הדמעות שלו גורמות לשנינו להימס. אני ממתינה בסבלנות לדימוי הבא שיגיע, מתוכו או מתוכי, ויאפשר לנו לראות ולחוות את הסצנה החדשה המתהווה עכשיו בינינו.

עבודת הרווי מייצרת מרחב פוטנציאלי שאפשר לשחק בו.

הבה נתבונן בעיבודם של החומרים במבנה הדיאדי שהיינו בו. לתהליך הזה קוראים בשפה המקצועית רווי (Reverie). מהו פירוש של התהליך הזה? פרויד התייחס לצורך של המטפל לשהות במצב של "קשב צף", שיאפשר לו לקלוט את המסרים הלא מודעים שבדברי המטופל. זהו מצב המאופיין בהקשבה נינוחה ובתשומת לב "מרחפת" (Freud, 1912 p111). התיאורטיקן והקלינאי, וילפריד ביון הזדהה עם רעיון זה ופיתח אותו למה שניקרא "רווי". התרומה של ביון בהקשר זה היתה, הכללת הרעיון של רווי במודל ההכלה הקשור הן לקשר הטיפולי והן לקשר הראשוני בין האם לתינוק. ביון מתאר את תהליך הרווי כך: התינוק בוכה, הוא מאד לא מרוצה, ואז באה אמו. היא מחזיקה אותו, מחבקת אותו ושואלת: "הי מה קרה לך?" ושמה אותו חזרה. זה כל הסיפור במבט פשטני. במונחים יותר מורכבים:

לתינוק יש תחושה שהוא עומד למות, הוא חש שמתרחש אירוע קטסטרופלי. הוא מנתק את התחושה מעצמו ומשליך אותה אל שד האם. האם מכניסה את הפחד לתוכה, מנקה ממנו את החלקים הרעילים ומחזירה אותו אל התינוק כאשר הוא איננו רעיל יותר ולכן ניתן להכלה על ידו. התינוק נרגע ויכול להמשיך הלאה בחייו (Bion, 2013 p. 34).

ביון קורא לחומרים הלא מעוכלים אלמנטים של ביתא. רכיבי ביתא הינם בלתי נסבלים ועל כן מושלכים החוצה, אל תוך האם. האם קולטת את רכיבי הביתא של התינוק, מעכלת ומעבדת אותם עבורו ומשיבה לו אותם באופן מעוכל ונסבל יותר. זוהי פונקציית אלפא של האם. ביון מגדיר אלמנטים של אלפא בטיפול, ככאלה המופיעים בדימויים ויזואליים או במחשבות חלום או במחשבות ערות לא מודעות (Bion, 1962 p 26).

פונקציית הרוורי הינה מרכזית בטיפול. רכיבי ביתא, שהינם בעצם, החומר הלא מעוכל של המטופל, משמשים לסילוק או לפעולה בלבד. הם אינם יכולים להפוך למחשבות, ניתן רק לפלוט אותם החוצה. המטפל משתמש במהלך הפגישה בפונקציית האלפא שלו, כדי לעשות שינוי בתחושות הגולמיות של המטופל, להפוך אותן לדברים, שאותם יוכל להטמיע בעולמו הפנימי, ולהשתמש בהם כרכיבים לצורך המשך ההתפתחות (מלקולם, 2001 עמ' 227).

ביון אומר עוד על הרוורי בטיפול, כי אלמנטים של ביתא המובאים לשיח, הם חסרי משמעות, אבל הם חשובים, כי באמצעותם ניתן לקיים דיאלוג. אנחנו המטפלים יודעים כי זה לא שייך למחשבה כפי שאנו, רגילים אליה, אבל מקווים שיום אחד, כאשר תהיה התקדמות בטיפול, נוכל לתקשר ולדבר על הדבר עצמו (Bion,2013,p 91).

הרבה מעבודת הרוורי מתרחשת באמצעות הזדהות השלכתית. על פי אבי נוטקביץ (1991), כשהמטפל מסוגל להתמודד עם הרגשות המתעוררים בו בתהליך ההזדהות השלכתית, ולהחזירם אחרי שהתעכלו אצלו, ייווצרו למטופל התנאים להכיר מחדש את החלק שבתוכו, שהוכחש וגורש באמצעות הזדהות השלכתית (שם, עמ' 184). במתודה הפסיכודרמטית הפעולה היא השפה הלגיטימית והמרכזית בה נוצרת המחשבה והעיבוד הפנימי של המטופל. דרכה נעשית החיאה של תכנים פנימיים, כשהפרט משתמש בה כאמצעי שיקל עליו להיזכר ולעלות אסוציאציות חופשיות (Dayton,1994 p7). כאשר שפה זו, איננה נגישה בפעולה, היא נעשית באמצעות הדמיון והמחשבה. זוהי מחשבה ויזואלית קונקרטיית המדמינת את התכנים או הרגשות שעולים, בצורת תמונות, סצנות, מטפורות ודימויים. בנקודה זו, אני שואבת השראה רבה מג'וזיה פונסקה (fonseca, 2004), פסיכודרמטיסט

ברזילאי שפיתח את מה שהוא קורא לו: "פסיכודרמה פנימית". לפי פונסקה, הטכניקה הזאת, נולדה מתוך הקושי לקיים את הפסיכודרמה במבנה האינדיבידואלי. פונסקה היה בכנסים בארץ והדגים לנו, המטפלים בפסיכודרמה, כיצד עובדת הטכניקה הזו. גם הקונפליקט המרכזי בסיפורו של המטופל וגם אופציית התיקון נרקמים ומתרחשים אך ורק בדמיונו של המטופל ללא שימוש בפעולה. גם רוזה קיוקיר (Cukier, 2007), פסיכולוגית ופסיכודרמטיסטית, גם היא ברזילאית, מייחסת חשיבות רבה לעבודה עם הדמיון, וזוהי עיקר עבודתה עם מטופליה הפרטניים.

העבודה שלי עם אלי, למרות שבמבנה שלה הייתה דומה יותר לטיפול פרטני קונבנציונלי, נשענה על שימוש בדימויים, המתחברים ישירות אל החוויה הגופנית נפשית. חיבור זה התווה לנו את הדרך לחוויית המצוקה, כמו גם אל חוויית התיקון. כשסיפרתי לו את הסצנה שעלתה במוחי, שתיארה אותנו הולכים בחדר קפואים ונזהרים לא לגעת זה בזה, היה זה כמעט כאילו ביימתי סצנה שמראה את תחושותיי ובקשתי ממנו להסתכל. זה לא היה דיבור על הרגשות, זו היתה ויזואליזציה פסיכודרמטית שקרתה באמצעות הדמיון ואפשרה להיות בתוך החוויה. כשאלי חווה קושי, הבטן שלו מיהרה להיפטר מן המטען העודף. כאשר הוא נימנע מלהרגיש, וכיווץ את נוכחותו, הוא חש קיפאון וחוסר תנועה. לעיתים הוא היה מחסל את תחושת הפרפרים בבטנו ועם הזמן הוא למד לתת לפרפרים לעוף בתוכו. אם היה כאן שימוש בפעולה באופן קלסי, היינו מעמידים כל דימוי כזה כפסל או סצנה, ואלי היה חווה את זה על הבמה. פה העבודה נעשתה באמצעות הדמיון בלבד. דרך התבוננות פנימית, באמצעות שפה של דימויים ומטפורות, נעשתה עבודת הגילוי, הזיכרון, העיבוד והתיקון. זה מה שיצר את המרחב החווייתי שאפשר שינוי. בעיני זהו הכוח של הפסיכודרמה, בין אם מתקיימת בה פעולה ממשית, או פעולה באמצעות הדמיון.

דידה אנזייה מדבר על עבודת ההסמלה כאל הרווח הגדול ביותר של הפסיכודרמה. עבודה זו דורשת מן המטפלים את הקמתו או את שיקומו של מרחב מעבר חיובי, באמצעות מרחב המשחק. כך מאפשר מרחב הפסיכודרמה את החיאתם של הכשלים הישנים, שגרמו נזק לשטח זה ואת כינונו במקביל של רגש המשכיות העצמי ושל אמון האדם ביכולתו לשלוט במציאות החיצונית (שאבר, 2000 עמ' 39). ואכן, עבודת העיבוד שלנו היתה קשורה בכינונו של מרחב מעבר חיובי, שיאפשר לאלי, לשחק, ליצור ולברוא. וויניקוט אומר על המרחב הפוטנציאלי, שהוא אזור ביניים של חוויה, השוכן, בין העולם הפנימי ובין המציאות הממשית או החיצונית (וויניקוט, 1996 עמ' 118). המאפיין המהותי של מרחב מעברי זה, הוא הפרדוקס וקבלת הפרדוקס, לפיו התינוק יוצר את האובייקט

אבל האובייקט בעצם כבר היה שם ממתין להיווצר (וויניקוט 1996 עמ' 108).

כשמתבוננים בילדותו של אלי, באמו השקועה עמוק באבל, באשמה ובקנאה בחיים, ספק אם היו שם תנאים בסיסיים להתקיימותו של פרדוכס שכזה. אמו של אלי, מעולם לא היתה בשבילו פונקציית אלפא, המסוגלת להפוך את הגולמי והלא נחשב, למחשבות התורמות להתפתחותו. היא מעולם לא המתינה להיווצר על ידו, כיוון שהיתה שקועה כל-כך בעצמה. כאשר הוא היה שרוי בפחד המוות, היא לא יכלה להפנים אותו בתוכה ולמתן אותו עבורו, היא דחתה מעליה מחשבות מסוכנות אלה, והותירה את אלי עם תחושת אימה ללא גבול (Bion,2013 p 34). בהמשך, היא לא תוכל גם לשאת את אותות החיים שלו. גם אותם תותיר בו, גולמיים ודחויים. בעיניה, יותר משהיה אלי, יצור ניפרד, שיש לו חיים משל עצמו, הוא היווה הארכה שלה. הוא נבלע בנפשה, וכשהיא התבוננה בו, היא ראתה חלק שלה שצריך לרסן. אלי היה בן ערובה בדרמה הפנימית שלה, שבוי של חווית המוות אותה בחרה לעצמה כדרך חיים. כשאלי הסתכל חזרה בעיניה של אמו הוא לא קיבל את עצמו בחזרה, הוא קיבל עיניים מתות שמצוות עליו את העול הבין-דורי. במקום כזה לא יכול היה להיווצר רוורי שיאפשר בנייתו של מרחב פוטנציאלי, המאפשר התפתחות. העבודה שלנו היתה, קודם כל, לאפשר יצירתו של מרחב שכזה. מרחב מתוקן, שאפשר יהיה ליצור ולהתפתח בו. אלי הגיע עם חווית קיפאון וזהירות שכיווצה אותו. כל המתח הרב הצטבר אצלו בבטן ויצר הפרעות בעיכול, שלא קיבלו פירוש. כל אלה היו מעטפת אימננטית שהיתה חלק ממנו. הוא חי כך את חייו, זו היתה המציאות שהכיר. בשביל להצליח לברוא את המציאות הסובייקטיבית שלו, הוא היה צריך, להיזכר, להתבונן ולהמיס את חווית הקיפאון שבתוכו. אני הייתי האזור המעברי שדרכו ניתן היה לעשות זאת. היה עלי להכיר באלי כישות בזכות עצמה. כאדם ניפרד. בתחילת חייו של אלי, לא היתה שם אמא שתשרוד ותשיב לו את השלכותיו באופן מעוכל, ואילו עכשיו, בטיפול, כשהתמסרתי להשלכה שלו עלי, והחזרתי לו אותה באופן המאפשר התבוננות משותפת, נוצרו התנאים להתפתחות זו.

מההתחלה ובמהלך פגישות רבות, חשתי מנושלת מיכולותיי היצירתיות. חשתי שאני מתחילה בהדרגה "לקפוא ולהתייבש". אלי אמר לי, שהוא בא אלי למרות היותי מטפלת בפסיכודרמה. הוא אמר שהוא לא רוצה את הפסיכודרמה שלי. כך, חשתי עצמי כבר מההתחלה, מנושלת מהנכס הכי יקר שלי. ממה שהופך אותי למטפלת המיוחדת שאני. התבקשתי להצטמצם, להתמעט. לא הבנתי את כל זה באותו הזמן. אבל גופי ונפשי קלטו את הבלתי ניתן להגדרה. נהייתי מעורבת רגשית בסצנה שייבשה את הטוב ואת הסובייקטיבי שלי. הזוג סימינגטון

מתארים את המעבר מאלמנטים של ביתא, לאלה של אלפא ואומרים כי פונקציית אלפא מאפשרת לנפש לחשוב על עצמה. פונקציה זו, מעניקה לנפש תחושה של סובייקטיביות (סימנגטון, 2000 עמ' 74). זה בדיוק מה שהיה חסר אז לשנינו. שרדנו פגישות ארוכות של דיבורים, שהיו כמעט כמו טקס. המיכל שהתהווה בינינו היה נוקשה, ולא אפשר לנו חוויה אמתית של התוכן שעולה. ניראה היה אז שהמבנה היה חשוב יותר מן התוכן (הינשלווד, 1994 עמ' 98). הדבר היחיד שנותר לי כמטפלת במצב הזה, הוא היכולת לשרוד ולהמתין לאפשרות להתבונן, על מנת לחלץ את זה החוצה, אל המרחב שבינינו. להפוך את כל הדרמה הלא ברורה הזאת, למשהו ברור ומובחן שאפשר לדבר עליו. מה שהושלך עלי, אם כן, היה הקיפאון הפנימי שלו, הזהירות, היובש, השכלתנות, ההצטמצמות, חוסר היכולת שלו לעיבוד והתבוננות. כל אלה היו מנת חלקו של אלי, כמו מעטפת שהיא חלק אימננטי שלו. ובשל כך, לא ניתן היה להתבונן ולחשוב אותם. אוגדן אומר שהמחשבות הלא מודעות הנוצרות אצל המטפל בטיפול, יותר מאשר הוא יוצר ובורא אותן, הוא ניגדר וניכפה על ידן... (אוגדן, מטפורות 720).

היתה כאן הזדהות השלכתית כאמצעי של תקשורת. ביון אומר על הזדהות השלכתית כי זו הדרך של המטופל לחקור את הפונקציות מעוררות הסקרנות שבו, כאשר הרגשות שלו, עוצמתיים מידי מכדי להיות מוכלים בתוך אישיותו. ההזדהות ההשלכתית מאפשרת לו לחקור את רגשותיו באישיות שהיא חזקה דיה להכילם (ביון, 2003). הזמן הזה בו הייתי מתומרנת למלא תפקיד, בתוך ההזדהות ההשלכתית, כלל גם אובדן תובנה זמני (ביון 1961 עמ' 117). האופן בו הייתי מעורבת רגשית, עקב ההזדהות ההשלכתית, הקשה עלי לזהות ולהתבונן במה שקורה. עופרה אשל מתארת מצב הזדהותי, טרנסצנדנטי חוויתי, רגשי ועמוק של המטפל והמטופל. נפשותיהם המתחברות הן הבסיס ליצירת השינוי (אשל, 2002). מתי זיהיתי את תחושותי הקפואה והזהירה ויכולתי לחשוב ולדבר אותה ? אוגדן מדבר על כך שצריך לאחוז ברור, כי הוא חמקמק ועלול לחמוק שוב לאזור הלא מודע של הנפש (Ogden, 1997 p 721). ברגע שסיפרתי לאלי את הסצנה המתארת את תחושותיי, היה זה כמו לאחוז בהן לבל יתחמקו. במקביל, יכולתי אז גם להתבונן במתקפה צרת העין כלפי היצירתיות שלי. במילותיה של קליין, המתארת את ביטויה של צרות העין של התינוק כלפי אמו "קלקול והרס של המקום הראשוני, הטוב, מביאים במהרה לתקיפתם ולהריסתם, של התינוקות שהאם מכילה (קליין 2002, עמ' 269). במקרה שלנו אולי היתה זו צרות עין בין-דורית שהושלכה עלי, שהיתה בבחינת ה"ידוע שלא נחשב", שהועבר אליו מאמו, שהיתה צרת עין כלפי החיים סביבה, כלפי החיות בכלל, בעיקר אצל בנה. לכן היא הרסה ואיינה תחושות אלה בתוכו. הידוע שלא נחשב הוא אותו הדבר שמועבר

ליד באופן לא מודע, כמשהו שעדיין לא נחשב ולא עבר עיבוד נפשי. הכאב והאובדן של אמו, שהיו לא מעוכלים בתוכה, הושלכו לתוך אלי, בתהליך של הזדהות השלכתית והוא נשא אותם כל השנים הללו. באמצעות דפוס השימוש של המטופל במטפל, אפשר ללמוד על ההיגיון של הבין-סובייקטיביות של המטופל ועל הווייתו. הידוע שלא נחשב, הופך לנחשב, לעיתים באותה הדרך, שהוא עצמו התפתח, כלומר באמצעות יחסי אובייקט. השימוש של אלי בי, גרם לי לדעת משהו עליו, מבלי שהדברים עברו עיבוד דרך הכרה פנימית או מחשבה אלא רק דרך חוויה נפשית גופנית כה חזקה, שלפניה אותי בתחילת הטיפול (בולס, 1987 עמ' 290-291).

הבה נשוב לבחון את צרות העין הבין-דורית שהיתה נושא ההשלכה: קליין מדברת על התינוק שמתעוררת בו צרות עין, כאשר אינו מקבל מזון כפי צורכו. וישנו גם המצב ההפוך " השד המספק, מעורר אף הוא צרות עין. הקלות העצומה שבה זורם החלב. אף על פי שהתינוק חש מסופק על ידו, מתעוררת בו צרות עין מאחר ויכולת זו, נתפסת כבלתי ניתנת להשגה על ידו " (קליין 2002, עמ' 249). בסוג של היפוך, אולי כך הרגישה אמו של אלי כלפיו, כאשר היה נכנס מלא חיים מן החוץ אל ביתו. הוא היה אז בשבילה השד המלא, שהזכיר לה את ההחמצה של חייה. ואולי זה בדיוק הדבר שאלי עשה מיד בתחילת הטיפול, באופן לא מודע, כדי למנוע ממני להיות הפסיכודרמטיסטית המניבה, שיכולתי להיות. הוא אמר לי כבר בהתחלה: " פה לא תהיה פסיכודרמה ". התחושות הלא מודעות של צרות העין שלו, עצרו את הפוטנטיות שבי מלזרום ולהזין אותו. גם האופן בו נוכח בתחילת הטיפול, היתה התקפה ואיון של השד הטוב והמלא שלי. החוויה שנכפתה עלי, סיפרה לי עליו יותר מאלף מילים.

דימויים ומטפורות.

הבה נתבונן במטפורות ובדימויים שעלו במהלך הטיפול ויצרו יצירה אידיויסינקרטית שאפשרה מבט חדש על הדברים.

מטפורה היא שימוש במרכיב או במרכיבים מעולם תוכן מסוים, לתיאור עולם תוכן אחר. אריסטו מגדיר מטפורה כאקט של מתן שם, אשר שייך לדבר אחד, לדבר מה אחר. לפי אריסטו, באמצעות מטפורה, אנו תופסים דברים בתצורה חדשה (אצל אזיקרי, 2004 עמ' 125).

דימוי פירושו, הבלטת העצם, או הגוף המתואר, ע"י השוואתו לדבר אחר, ידוע ומוחשי יותר. עבודה עם מטאפורות ודימויים בתהליך הטיפול, מתבססת על ההנחה שמלה או תמונה יכולות לשמש כדימויים מייצגים לתפיסת מציאות. ההתייחסות לדימוי מייצג, עשויה לשנות מציאות פנימית או להביא לשינוי בתפיסת המציאות החיצונית (צור

1994, עמ' 209). כאשר יש הפנייה של המטופל לערוצי תקשורת אחרים מאלה שהוא מורגל בהם, זה יכול לעזור לעקוף מנגנוני הגנה. לעיתים זה עשוי להביא ל"קפיצת דרך" אל הלא מודע, בעיקר כאשר המטופל רואה משהו מול עיניו, לפני שהוא חושב ומבין. בולס גורס, כי העלאה של דימויים, בניגוד למחשבות או מילים, מעוררת מצב רגשי עמוק שמוביל להעלאת תכנים מנבכי הנפש ולקבלתם. הדימוי הוא חלק מחוויית העצמי כאובייקט והרגש מעמיק את הזיכרון. ברגע כזה, המטופל עשוי לגלות משהו על אמו על אביו או על עצמו, שמעולם לא חשב עליו קודם, משום שזהו חלק מן הידוע שלא נחשב (בולס, 271).

אני דמיינתי אותנו, בתוך סצנה משותפת שהדמתה את השדה שבינינו. בכך שסיפרתי לו על כך, ביקשתי גם ממנו לראות. העליתי את הדברים ונתתי להם שם. כך שמתי אותם "על השולחן" חשופים לתקשורת. לא היה לי מושג אז מה המשמעות של הסצנה וגם לא חתרתי לשום הבנה נסתרת. הדימוי שהבאתי בפניו, תיאר סצנה, בה מתרחשת תנועה של שנינו, שאיננה מאפשרת מגע. הסצנה הברורה הזאת הנגישה חוויה שהיתה מאד מוחשית ואפשרה התבוננות. היא היתה גם שינוי חד מהשפה הקונקרטית והדלה, בה השתמשנו עד עתה. יחד עם זאת, זאת לא היתה שפה שירית או פיוטית. אוגדן מדבר על כך, שהרוורי בטיפול, מופיע בצורה יומיומית ע"י זיכרונות, פנטזיות, רגשות, או תחושות גופניות. כאשר זה מופיע, זה ניראה לא קשור למה שהמטופל אומר ועושה באותו הרגע (Ogden, 1997 p 721). הסצנה בה שיתפתי אותו, לא היתה קשורה למה שהתנגן במודע של הטיפול באותו הזמן. זה היה דימוי שבא באופן מפתיע ודרש את מקומו על הבמה שבינינו. הקיפאון וחווית ההצטמצמות חסמו אותי באופן ייחודי ואידיוסינקרטי לטיפול המסוים הזה. אני הבאתי את החוויות הללו בצורת דימוי פשוט, על מנת לפלס דרך אל ליבו. גם יתר הדימויים בהמשך היו בשפה פשוטה, שגורה, כמעט בנאלית, שאפשר היה גם לפספס אותה. "יש לי פרפרים בבטן", "אני מתייבש וקופא", "אנחנו קפואים נזהרים לא לגעת", "אני מרגיש חלול", "אני מתפוצץ" ועוד... הביטויים הללו הם חלק מהשפה הכמעט יומיומית של כולנו, עד אשר לעיתים אנחנו שוכחים להתייחס אליהם כאל דימויים. למשל "פרפרים בבטן" הוא דימוי כל כך שגור שאפשר בטעות להתייחס אליו כאל "הדבר כשלעצמו" ולפספס את הממד הסובייקטיבי שיש בו, שהוא ספציפי למטופל המסוים, ומהווה חומר, שאפשר לשחק אתו וכך להעשיר ולהעמיק את החוויה. כך גם לגבי דימויים נוספים שהזכרתי ועלו בטיפול. כפי שטענתי קודם לכן, סוג התקשורת בינינו היה באמצעות הזדהות השלכתית שיש בה אינפורמציה חשובה. מידע לא מילולי אודות אלי, שעדיין לא היה נהיר לי וגם לו, בשלב הזה. Woodman מציינת, כי הגוף שלא ידע ביטחון בינקותו, אימת

ההיכחדות אצורה בשריריו, ובמצב זה, בעוד התודעה מאפשרת לדברים לקרות, הגוף נותר קפוא. במקרה זה, הקול במפגש הטיפולי מגיע מראשו של המטופל (Woodman, 1982, עמ' 86). ובאמת הרגשתי שאנחנו "מדברים מהראש" והמילים בינינו לא מאפשרות מגע. המון מילים ואין מגע. ואולי, בין היתר, זה מה שדחף אותי להביא תמונה שתחדור באופן אחר אל נפשו. התמונה הוויזואלית בה דמיינתי את שנינו יצרה טלטלה רגשית בזכותה ניקטע הרצף. קטיעת הרצף היתה הכרחית על מנת "לצאת מן התקיעות ההומוסטטית ולחוות את הדברים בצורה חדשה" (אליצור עמ' 303). לפי בולאס (1987), דימוי משמש כדי לדבר אמת שקשה להעלותה בשפה ריאליסטית. המטפורה עוקפת הגנות והתנגדויות אינטלקטואליות וחודרת ישירות למישור החווייתי רגשי (שם, עמ' 175). זה כנראה מה שהתרחש אז, אבל לא מיד. תגובתו הראשונה של אלי לדימוי שהבאתי היתה: " הדימוי שהבאת...קשה. אין לי כלים להתייחס אליו ". משהו ברגע הזה עדיין לא אפשר לי לעבוד עם דימוי הכלים. שהרי אפשר היה לשאול אותו איזה כלים חסרים לו, ואולי גם לדמיין את הכלים הנחוצים לו, על מנת לעזור לו להתייחס לדימוי שהבאתי. אבל אז הקיפאון עדיין היה שרוי בינינו ואזור המשחק עדיין לא נפתח. אני חוויתי את המשפט הזה כעוד אמצעי של התקפה על החיבורים, שיצר נתק ביני לבין יכולת המחשבה והיצירתיות שבי (ביון, 1967 עמ' 110-95). רק מאוחר יותר, נולדה בינינו שפה אידיאליסטית שהיתה מיוחדת לנו והיא אפשרה להתבונן ביתר עמקות בתחושותיו של אלי. היובש והקיפאון, הבטן המלאה עד להתפוצץ וההתרוקנות שהשאירה אותו חלול, סיפרו לא רק על התמודדותו הרגשית של אלי, אלא היוו גם מעין שפה פרטית, שכרתה בינינו מעין ברית נסתרת. השימוש בשפה משלנו, הכוללת דימויים ומטפורות שנבעו מתוך התהליך, יצר חוויה משחקית. אחד הדברים היוצרים תנאים של תיקון בפסיכודרמה, הוא היכולת להשתמש במרחב הפוטנציאלי, באמצעות המשחק, כמקום מעברי שיש בו התנסות חווייתית מוגנת, אפקטיבית, של למידה והפנמה (גולדמן, 2018, פסיכולוגיה עברית). המקום המעברי, נוצר באמצעות שפת הדימויים שקירבה אותנו למקום יצירתי, מעניין, שיש בו משחק והפתעה. הופתעתי כל פעם מחדש כיצד הוא משתמש ואף מעשיר, את השפה החדשה שלנו, וכמה היא מקלה עליו להתחבר לרגשותיו ולהביע אותם. השפה המיוחדת הזאת, נהייתה רפלקציה של סוג מסוים של לא מודע אינטר-סובייקטיבי שהיווה, יצירה הנוצרת במשותף בין מטפל למטופל (Ogden 1997 p. 720). שי גיל מדבר על השיח שנוצר בין גוף הווה, לנרטיבים ולדימויים שנצרכו בו. הכלתם, עיבודם והבעתם, במסגרת מערכת יחסים מיטיבה, היא זו המאפשרת את התיקון (שי גיל 2015, מראה שעל הקיר, אתר פסיכולוגיה עברית). כששאלתי אותו מה

הדמעות שעלו בעיניו אומרות, הוא ענה לי כי הן מדברות אליו בתחושות טובות ומשקות אותו מבפנים. זה סימן אז, את הרחבת השיח לשיח שמבטא רגש, שהוא מעבר לגבולות הקיפאון והיובש, בתוך מרחב יצירתי של משחק. ככל שהזמן חלף, הבנו שנינו כי חקרנו ובה בעת גם יצרנו, את התנאים הנוחים לפרפרים לשרוד ואף לעוף בתוכו.

סיכום

במאמר זה ניסיתי לבדוק עוד אופציה של עיבוד באמצעות פסיכודרמה בטיפול פרטני. תהיתי האם וכיצד ניתן לשמור על "רוח" או על "לב" הפסיכודרמה, כאשר אין קבוצה להיעזר בה, והשימוש בפעולה אינו מוכר ואינו נגיש למטופל. לצורך הדגמה, הבאתי כאן את סיפורו של אלי. הראיתי כיצד השימוש שלו במילים לא הצליח לשקף את עולמו הפנימי ויצר קיפאון רגשי. השימוש העקר במילים, היתה הדרך שלו, להגן על עצמו מפני ההזדהות ההשלכתית המאסיבית של אמו. הוא עשה זאת ע"י יצירת מעטפת סכיזואידית שמילאה את החלל ויצרה אשליה של חיבור. על מנת ליצור חיבור חויתי ונוגע, פניתי אל המטפורה והדימוי. התחושות שהיו מנותקות ממנו והפכו בחייו לפעולות, קיבלו עכשיו צורה מטפורית של קיפאון, בטן חלולה, בטן מתפוצצת, פרפרים בבטן וכו'... כך נוצרה בינינו שפה שאפשרה לעקוף את המחסומים ההגנתיים ולהגיע אל לב הלא מודע והזיכרון. השפה המיוחדת, יצרה אזור שניתן לשחק בו ולהיות מופתע ממנו. זה היה אזור מעברי שאפשר היה לחשוב בו באופן פסיכודרמטי באמצעים של דמיון ומטפורה. אזור שאפשר התפתחות. הפסיכודרמה שהוצאה מהחדר בבושת פנים בתחילת הטיפול, מצאה לה אפיק מיוחד ואחר, בינינו. אלי הצליח להתחבר אל הדרמה הפנימית שבנפשו.

ביבליוגרפיה

- אוגדן, ת' (2001). הקצה הפרימיטיבי של החוויה, תל-אביב, עם עובד.
- אזיקרי, ד' (2004). מטאפורה ופסיכותרפיה, שיחות י"ח (2) עמ' 125-134.

- אליצור, א' (1986). "לתפוס את הסנאיי". חברה ורווחה ו (4) עמ' 301-314.
- אשל ע' (2002) "מחשבות על הכלה, הזדהות והאפשרות להיות". שיחות ט"ז (2) עמ' 137-147.
- בולס, כ' (2000). צלו של האובייקט, דביר.
- ביון, ו"ר (1992). התנסויות בקבוצות ומאמרים אחרים תל-אביב דביר.
- ביון, ו"ר (1967). במחשבה שנייה. תל-אביב, תולעת ספרים (פרק 8) עמ' 95-110.
- גולדמן, א' (2017). עצמי מתבונן עצמי חומל. אתר פסיכולוגיה עברית.
- גולדמן, א' (2018). הזדמנות לתיקון באמצעות קבוצת הפסיכודרמה. אתר פסיכולוגיה עברית.
- גיל, ש' (2015) מראה שעל הקיר. אתר פסיכולוגיה עברית.
- וויניקוט, ד. ו. (1996). משחק ומציאות. תל-אביב עם עובד. עמ' 108,110,118.
- מקדוגל, ג' (1989). תיאטרוני הגוף תל-אביב, דביר.
- סימינגטון, ג' ו נ' (2000). החשיבה הקלינית של וילפריד ביון. תל-אביב תולעת ספרים.
- נוטקביץ אברהם (1991), " הזדהות השלכתית כהגנה מפני קינאה", שיחות, כרך ה', חוברת 3, ע"מ 186-178 .
- צור, ע' (1994) "שילוב דימיון מודרך ומטאפורות בתהליך ההדרכה: האם צד ימין יודע מה צד שמאל רוצה?" בתוך הדרכה בפסיכותרפיה עורכים: קרון, ת' & ירושלמי, ח'. ירושלים כתר. עמ' 206-227.
- רייזנר-מלקולם, ר' (2001). "תיאורית ההכלה של ביון" בתוך: ברונסטיין ק', "התיאוריה הקליניאנית, נקודת מבט בת-זמננו" (פרק 12) תל-אביב תולעת ספרים עמ' 220-238
- שאבר, ק' (2000). דידייה אנזיה, תל-אביב תולעת ספרים.

English

- Bion, W. R. (1962) Learning from experience. Karnac pp. 23,26

- Bion, W. R. (2013). Los Angeles seminars and supervision. Edited by: Anguayo, J. & Malin, B. Karnac pp. 34, 91.
- Cukier, R. (2007). *Personal Psychodrama: its Techniques, Therapists and Clients*. Published by Rosa Cukier.
- Dayton, T. (1994). *The drama within psychodrama and experiential therapy*. Florida: Health communication inc. p. 7.
- Freud, S. (1912) "The case of Schreber, papers on technique and other works", recommendation to physicians practicing psycho-analysis, the standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, volume 17 (1911-1913) pp.109-20.
- Fonseca, J. (2004). *Contemporary Psychodrama: New Approaches to Theory and Technique*. Hove and NY: Brunner Routledge.
- Hinshelwood, R.D. (1994), "Attacks on the reflective space: containing primitive emotional states", in: V.L Schermen & M. Pines (eds) 'Ring of fire' , routledge, London, pp. 86-106.
- Kipper, D. (1986) *psychotherapy through clinical role playing*, Philadelphia, PA: Brunner \ Mazel, p. 10
- Ogden, T.H (1997), *Reverie and metaphor: some thoughts on how I work as psychologist*. The international journal of psychoanalysis, 78 (4) pp. 732-791.
- Woodman, M' (1982). *Addiction to perfection: The still unvarnished bride*". Toronto Canada: Inner city books.