

פרידה חטופה

יעל דורון

המונח "פרידה חטופה" מתייחס לפרידה בהולה מקבוצה, ללא הכנה מוקדמת וללא מתן אפשרות לתהליך משמעותי. נשירה כזו עלולה להיות טראומתית ומכאיבה, לעורר אשמה וחרדה אצל המשתתפים הנשארים והמנחה, ולהותיר את חותמה על הקבוצה כשלם. עם הזמן היא עלולה לעורר תגובות של אנטי גרופ, ולהוביל לנשירה של חברים נוספים. הבנת הדינמיקה שמאחורי הפרידה החטופה יכולה לעזור למנחה להתמודד איתה, ולקבוצה לצלוח את התקופה הסוערת שבאה בעקבותיה. המאמר מתאר את התהליך המסוכן של הפרידה החטופה, ואת הדרכים של הקבוצה והמנחים להתמודד איתה, ומדגים את התהליך באמצעות ויניטה מקבוצה אנליטית.

מילות מפתח: פרידה, נשירה, סיום טיפול, סטינג, אדמיניסטרציה דינמית

יעל דורון, MA, היא פסיכולוגית שיקומית ואנליטיקאית קבוצתית, מנהלת "מכון זוגות" ברמת גן, שבו היא מטפלת ביחידים וזוגות ומנחה קבוצות אנליטיות. היא מדריכה ומרצה באוניברסיטת חיפה, חברת סגל ומורה במכון הישראלי לאנליזה קבוצתית, וחברת סגל ההוראה בבית הספר המרכזי לעובדים סוציאליים בתל אביב. היא ערכה כמשתתף את הספר "טיפול קבוצתי אנליטי בארץ זבת חלב ודבש" (2015), וחיברה מאמרים שונים בנושא של הנחיית קבוצות בגישת האנליזה הקבוצתית

המונח "פרידה חטופה" מתאר פרידה בהולה וחפוזה מקבוצה, ללא הכנה מספקת - לעתים בלי שום הודעה מראש, ובמקרים אחרים בהתרעה קצרה מדי, שאינה מאפשרת תהליך משמעותי של עיבוד משביע רצון.

כל פרידה של חבר, בכל דרך שהיא, היא אירוע משמעותי בחיי קבוצה. עזיבה של מטופל עלולה להתריע על מותה הקרב של קבוצה, ולעורר חרדות מפני פרידה מוקדמת, הנקשרת לאשמה דרך ההמחשה של משאלת המוות (Foulkes & Anthony, 1957). פרידה חטופה עלולה להיות טראומתית ומכאיבה במיוחד, כי היא נוטה לעורר אשמה וחרדה בקרב המשתתפים הנשארים והמנחה, ולהותיר את חותמה גם על הקבוצה כשלם. כך מציבה הנשירה אתגר מיוחד בפני המנחה והקבוצה, ועלולה להוביל למשבר.

תיאור מקרה

את התופעה של "פרידה חטופה" אדגים דרך תיאור של אירועים שהתרחשו בקבוצה שהנחיתי ביחד עם מנחה נוסף¹:

מתן (שם בדוי), בן 34, לא חווה מעולם מערכת יחסים זוגית. מתן הוא גבר חכם ומושך, מצליח בעבודתו ואהוב על חבריו וידידותיו הרבות. במשך שנים ארוכות קשר יחסים עם נשים למטרות מיניות בלבד, ובילה את רוב ערביו בשיחות פורנוגרפיות ברשת. עם הצטרפותו לקבוצה הוא התקבל מיד, ועד מהרה הפך לחבר מרכזי, פופולרי ואהוב על שאר המשתתפים: הוא אדם נינוח, מצחיק וחכם, ותמיד יש לו משהו מעניין ורגיש לומר לכל אחד. זמן קצר לאחר הצטרפותו לקבוצה פגש אשה, ולראשונה בחייו נכנס למערכת יחסים רצינית. לאחר חודשיים היא עזבה אותו, בלי שהוא הבין מדוע. הוא נפגע, אבל מעבר למשפטים ספורים שאמר פה ושם לא רצה לשתף אחרים בפרטי הפרידה או לרונן על כך בקבוצה.

זמן מה לאחר מכן החל מתן לדבר על האכזבה שהנחילה לו הקבוצה: הוא חשב שהצטרפותו אליה תביא שינויים גדולים יותר בחייו, וכעת הרגיש שכל חברי הקבוצה, כולל אותו, תקועים. הוא התחיל לדלג על פגישות, לכאורה בשל נסיעות עבודה, וכשהיה מגיע נותר שקט ומכונס בעצמו, ולא רצה לענות על שאלות של חברי הקבוצה ביותר מכמה משפטים. כולנו הרגשנו שמשהו לא בסדר, אבל לא ידענו מה ניתן לעשות חוץ מאשר לשוב ולהזמין אותו לדבר על הדברים שעוברים עליו. אבל הוא מיאן לשתף, והמשיך לשבת בכיסאו בשקט מתוח.

משתתפים בקבוצה משני מקרי הקיצון - האקטיבי והפאסיבי במיוחד - נמצאים בסכנה לנשירה מוקדמת מהקבוצה. מתן היה אחד החברים האקטיביים בקבוצה, ולכן דאגנו כשהחל

1 הנחיתי את הקבוצה שאציג להלן במשך שמונה שנים ביחד עם בן זוגי גילי בר, עובד סוציאלי ומנחה קבוצות. אני מבקשת להודות לו מעומק לבי על חלקו בחוויה הזו וברבות אחרות לאורך תקופת ההנחה המשותפת.

לגלות אחדים מסימני ההזהרה היכולים לבשר פרידה בטרם זמנה: היעדרויות רבות, דפוס של הימנעות מתקשורת בתוך הקבוצה, שתיקה, תגובות מתגוננות וחוזרות על עצמן, ומעברים מהירים בין פתיחות לניתוק וריחוק רגשי מהקבוצה (בר והרסט, 2010). ניסיונותינו לשוחח איתו על כך במהלך הפגישות עלו בתוהו.

חודש לאחר מכן הודיע מתן שהחליט לעזוב את הקבוצה בסוף אותה פגישה. "הקבוצה לא עוזרת לי יותר," אמר. "כולכם מדוכאים כל הזמן. אתם פשוט מושכים אותי למטה." חברי הקבוצה דחו את הניתוח של מתן למצבו בקבוצה, וניסו להצביע בשבילו על ההצלחה וההתקדמות שהשיג בחודשים שחלפו מאז הצטרפותו. הם אמנם הודו שמצב הרוח של חלקם אינו טוב, אבל אמרו לו, "אתה מדוכא בדיוק כמונו. אתה פשוט לא רוצה להודות בכך, להכיר בכך ולעבד את זה." הם ביקשו ממנו שלא יברח מעצמו, אבל הוא סירב להקשיב.

הצענו למתן שלא ימהר כל כך לעזוב, אלא יישאר, ויוסיף לחשוב על מצבו, ולשקול שנית את החלטתו. הזכרנו לו את החווה הקבוצתית, לפיו יש להודיע לפחות חודש לפני עזיבה. מתן דחה את ההצעה. הוא אמר שממילא עליו לטוס למחרת לנסיעת עבודה של שלושה שבועות, ולכן מוטב ש"פשוט" יעזוב היום. חברי הקבוצה ביקשו ממנו לחזור עם שובו מהנסיעה, לפחות לעוד פגישה אחת, כדי שהפרידה ממנו לא תהיה כל כך פתאומית. הפגישה עמדה להסתיים והם הפעילו עליו לחץ גדול. לבסוף אמר מתן שישקול שנית את החלטתו, אבל אין באפשרותו לספק תשובה מיידית. הוא הציע שנחכה ונראה בעוד שלושה שבועות אם יגיע או לא. אף אחד מאיתנו, חברי הקבוצה והמנחים, לא היה מוכן לסידור כזה, ולכן בסופו של דבר סוכם שמתן יודיע לנו, המנחים, בתוך שבוע, מה החליט, ואנו נמסור את החלטתו לשאר החברים בפגישה הקרובה. הפגישה הסתיימה וכל המשתתפים פנו מיד הביתה, בלי ההשתהות הרגילה שלהם כמה דקות בחוץ, ביחד, כדי לפטפט ולעשן.

נשירות, במיוחד כאלה שמתבצעות בלי הודעה מוקדמת, הן בעצם פעולה של אנטי גרופ, כלומר התקפה על הקבוצה (Nitsun, 1996). ואמנם כך בדיוק הרגשנו, כאילו מתן מתקיף את הקבוצה. פרידה טובה של חבר קבוצה דורשת זמן והכנה זהירה, המשרתים גם את החבר שעוזב וגם את המשתתפים שנשארים (Foulkes, 1968). בקבוצות ארוכות טווח נהוג להקדיש שלושה חודשים לפחות להתכוננות לעזיבה, אף על פי שרוב המנחים מסתפקים בהתחייבות לחודש אחד (בר והרסט, 2010). אבל מתן לא רצה לתת לעצמו ולנו את האפשרות להיפרד ממש, וגם הקשה עלינו לעזור לו להבין לעומק את מקור המשאלה שלו לעזוב. פרידות חטופות כאלה הן מסוכנות, משום שפעמים רבות בוחרים חברי קבוצה לעזוב מהסיבות הלא נכונות, כמו למשל בגלל הצורך להימנע מלהתמודד עם רגשות קשים, מחשבות או דחפים שמתעוררים בהם בעקבות ההשתתפות בקבוצה. זאת הסיבה שבגללה, עוד בזמן ההכנות

לקבוצה, בטרם הצטרפות, נהוג לבקש מכל חבר לחלוק עם הקבוצה את מחשבותיו לעזוב, אם אלה יתעוררו, מיד ברגע שיעלו בדעתו.

כשמתן הודיע על כוונתו לעזוב, המשכנו בהליך הרגיל, לפיו מבקשים מהחבר להישאר ולחקור את הסיבות לעזיבתו. הליך זה מבוסס על ההנחה שהקבוצה יכולה לעזור לכל אחד מחבריה לעבד את התנגדותיו, וכך להימנע מנשירה בטרם עת. עם זאת יש להודות שרק לעתים רחוקות הניסיון הזה עולה יפה (יאלום ולשץ', 2006).

נשירות ללא הודעה מוקדמת נובעות לא פעם מהתגברות של חרדה, תסכול או כעס, ומחוסר שביעות רצון כללי מהקבוצה. הן נחוות על ידי המשתתפים הנשארים כהתקפה על הקבוצה, ונוטעות בהם תחושה של דחייה ונטישה. בשבוע שחלף לאחר אותה פגישה מתוארת מתן לא יצר שום קשר איתנו, המנחים. החלטנו לא להתקשר אליו, ורק סיפרנו על כך לקבוצה. האם כעסנו עליו? אולי נפגענו? האם היתה זו תגובה לתחושת הנטישה שלנו כמנחים? הצדקנו את מעשנו בנסיבות טכניות: הוא היה בחו"ל.

בעקבות הנשירה מתעוררים בנשארים ספקות לגבי ערך הקבוצה, ומתעוררת אשמה שמקורה באחריות שהם לוקחים על עצמם למשתתף שעזב. אלה אכן הרגשות שהתעוררו בקבוצה המתוארת: הפגישה הבאה היתה מתוחה ביותר. מלכתחילה הגיעו החברים לטיפול הקבוצתי בעקבות קשיים יחסים וזוגיות, ובמשך שנים ארוכות התאמצו ללמוד כיצד לייצר יחסים אינטימיים וקרובים – זה עם זה, ובחיייהם הפרטיים. מתן היה החבר החדש ביותר בקבוצה. בנקודה מסוימת הם שאלו את עצמם ואותנו אם עצם ההחלטה להכניסו לקבוצה היתה שגויה מראש. השאלה הזו טרדה גם אותנו, וכמו יתר חברי הקבוצה חשנו מבוכה ואשמה. מטופל שעוזב את הקבוצה בטרם עת מעורר במטפל תחושת כישלון, כמו גם אשמה כלפי שאר חברי הקבוצה. בדיוק כך הרגשנו. ואכן, מטפלים יכולים להיות אחראים לנשירה מוקדמת, אם, למשל, הכניסו לקבוצה מישהו שמראש לא התאים, או ערכו לו הכנה מוקדמת לקויה, או התקשו להתמודד עם ההעברה הנגרמת שלהם עצמם.

בפגישה הרביעית שהתקיימה לאחר ה"פרידה החטופה", עשר דקות לאחר תחילת המפגש, נשמעה דפיקה בדלת. בפתח עמד מתן שאמר, "שלום, באתי להיפרד כמו שצריך". כולם היו המומים – חברי הקבוצה והמנחים הופתעו מהופעתו, ומתן הופתע לגלות שבחדר לא עמד אף כיסא פנוי שחיכה לו. אף אחד לא חשב שהוא יחזור אי פעם.

אנחנו, המנחים, הבטנו זה בזה, משני צדי החדר שבו ישבנו, וניסינו להחליט ביחד, בלי מילים, מה לעשות. לא שררה בינינו הסכמה: אחד מאיתנו סבר שכיוון שמתן לא הקשיב לכללים ולהסכמים שנעשו איתו, לטובת הקבוצה עליו להישאר מחוץ לחדר. האחר חשב שהגענו מספקת הזדמנות לדבר איתו, ולתת לו ולקבוצה הזדמנות נוספת לעבד את מה שקרה.

הדיון כולו התרחש במבטים בלבד, ובסופו מצאנו דרך שלישית: הורינו למתן לחכות בחדר ההמתנה, ופתחנו בדיון עם שאר חברי הקבוצה. שאלנו אותם איך הם מרגישים, ומה לדעתם כדאי לעשות עכשיו. החלטה זו תאמה את הגישה שלפיה יש להתייחס לכל אירוע שמתרחש בקבוצה, כולל עניינים הקשורים לגבולות, סטינג ומבנה, כאל "בעיה קבוצתית" (Agazarian, 1994). לפי תפיסה זו, הקבוצה יכולה וצריכה לפתח אמצעים לפתרון בעיות דרך תקשורת, כי אלה יעזרו בסופו של דבר לחבריה בחייהם שמחוץ לקליניקה.

הקבוצה דנה בענייניו של מתן במשך שעה ארוכה מאוד. בתחילה הביעו רובם עניין בכניסתו לחדר: "הוא כבר ממילא פה. הוא בא להיפרד. זו אכזריות להשאיר אותו בחוץ, זה לא מנומס," אמר אחד מהם, ואחר הוסיף: "אני בטוח שיש לו הסבר טוב מאוד למה הוא לא הודיע לנו שהוא עומד לבוא היום, אבל העובדה שהוא פה היא החשובה ביותר עכשיו." אך כשהמשיכו לשוחח, אט לאט החלו להישמע ביטויים רבים יותר של כעס כלפי מתן: "הוא מזכיר לי את אחי," אמר אחד המשתתפים, "שתמיד חושב שהוא יכול לעשות מה שהוא רוצה, וההורים שלי בסוף ירשו לו." אז פנה אותו משתתף אלינו המנחים, ואמר: "הרגע שבו אמרתם למתן לחכות בחדר ההמתנה עד שנודיע לו מה החלטנו כקבוצה - זה היה רגע מדהים בעבורי. לראשונה בחיי הרגשתי שיש לי קול, שיש לי רשות לדבר. שלא מחליטים עלי. שמותר לי להחליט על עצמי."

בסופו של דבר החליטו המשתתפים שחשוב מאוד לתת למתן וליתר חברי הקבוצה עוד הזדמנות לדבר - עוד פגישה אחת "נורמלית" של סיום ופרידה. אבל לפני כן הם ביקשו שהמטפלים יפגשו את מתן בנפרד, וישאלו אותו למה לא הודיע שהוא עומד להגיע לפגישה. אחד מאיתנו חשב שזה לא תפקיד המטפלים, ושחברי הקבוצה יכולים לשאול את השאלה הזאת בעצמם. השני הרגיש שחברי הקבוצה מבקשים מאיתנו לפגוש את מתן לפנייהם על מנת לשמור עליהם ועל הקבוצה כשלם. בסופו של דבר הסכמנו לפגוש אותו בעצמנו לפני המפגש הקבוצתי הבא.

היינו מרוצים מההחלטה, כי קיווינו שבפגישה אישית נצליח להבין יותר לעומק את משאלתו של מתן לעזוב, ואולי גם נעזור לו להתגבר על ההתנגדות, ולהמשיך לעבוד עליה בקבוצה. הרגשתנו עלתה בקנה אחד עם המחקר של יאלום, שמצא כי אף על פי שקבוצות מכלות זמן רב בניסיונות למנוע מחבריהן לעזוב, הן מצליחות בכך רק לעתים רחוקות ביותר. לאור מסקנות אלה ממליץ יאלום למטפלים לערוך עם המטופל המבקש לעזוב פגישה אישית, שבה ידונו בשורשי הלחץ שהוא חווה בקבוצה, כיוון שהתערבות מדויקת כזו יש בכוחה לעזור למטופל להישאר בסופו של דבר בקבוצה (יאלום ולשץ', 2006). שבוע לאחר מכן הגיע מתן לפגישה אישית איתנו, שבה דיברנו על הרצון שלו לעזוב, ועל הדרך שבה בחר להודיע לקבוצה על

עזיבתו. ניסינו לאתר את התהליך המקביל שהתרחש בקבוצה ובחייו הפרטיים, ולברוק אם הוא קשור לבת הזוג שעזבה אותו, שעליו מיאן להרחיב בקבוצה. העלינו את האפשרות שמתן עושה לקבוצה את מה שלתחושתו חברתו עשתה לו כשעזבה אותו בפתאומיות, ושיש כאן השתקפות של חוויות דחייה מוקדמות ומכאיבות שעבר כילד וכמתבגר, שתמיד היה נמוך ורזה בהשוואה לשאר חברי כיתתו. ניסינו לברוק אולי חרדת הנטישה של מתן היא שדחפה אותו, בצורה לא מודעת, להרחיק ולנתק את עצמו מהקבוצה, על מנת להימנע מכאב נוסף. ביקשנו לבחון את מה שהתרחש בקבוצה כסוג של הפרעת יחסים (Friedman, 2007): משהו שהוא עושה לאחרים, ואחרים עושים לו, ואיתו, בתוך המטריצה הדינמית של הקבוצה כשלם. חשבנו שנוכל להבין כל זאת ביחד עם מתן, ובהמשך עם הקבוצה כולה. אבל כל מאמצינו עלו בתוהו, ובסופה של אותה פגישה חזר מתן ואמר, ממש כמו בתחילתה: "אני פשוט לא רוצה שכולם יכעסו עלי. אני מבין שלא הייתי מנומס ופעלתי נגד הכללים, אז אני פשוט רוצה לבוא להגיד שלום כמו שצריך".

את הציור "כמו שצריך" ביטא מתן ארבע פעמים: כשהגיע בהפתעה למפגש ועמד ליד דלת הקבוצה, בתחילת המפגש האישי שלנו איתו, בסופו, ושוב בתחילת המפגש עם הקבוצה שבוע שלאחר מכן. הבנו שהביטוי משמעותי בעבורו, וניסינו לפענח אותו ביחד איתו: מה זה "כמו שצריך", ולמה זה כל כך חשוב?

מתן היה ילד יחיד במשפחתו, ונכד של דמות ידועה מאוד בישראל – עובדה שהוא בחר להסתיר משאר החברים במשך רוב תקופת השתתפותו בקבוצה, וגילה רק בסופה. במפגש הקבוצתי הבא, האחרון שאליו הגיע, הבנו ביחד איתו שהביטוי "כמו שצריך" הוא סיסמא משפחתית, שמבטאת את הדרך שבה אמורים חברי המשפחה לנהוג תמיד ובכל מצב. מתן נזכר בעונשים רבים שקיבל כילד וכנער, כשהתנהג בניגוד למצופה במשפחתו המכובדת. במובן מסוים, עזיבת הקבוצה בלי להיפרד "כמו שצריך" היתה בעבורו מין "אקט של חופש" (Symington, 1983) ושל מרד. אבל ייתכן שהמרד הזה התרחש במקום ובזמן הלא נכונים.

במפגש הפרידה ממתן נעו חברי הקבוצה בין שתי תגובות קיצוניות: מחד, הם רצו לסכם את התקופה של מתן בקבוצתם, ובמובן מסוים לעשות לעצמם "הפּי אָנְד", אבל מאידך הם כעסו, וחלקם חשו נבגדים בשל הדרך שבה בחר לעזוב: "גנבת ממני את הפרידה. שום דבר לא יהיה באמת 'כמו שצריך' בפגישה הזאת," אמרה לו אחת מחברות הקבוצה. היא סיפרה שרצתה לאפות עוגיות לכבוד הפרידה, אבל הרגישה שהן יהיו "עוגיות מזויפות". היא נשמעה כעושה ופגועה, ונשארה כך עד סוף הפגישה.

מתן אמר: "חשבתי שנוכל לעמוד היום ביחד כמה דקות, ליד דלת הקליניקה, בחוץ, בסוף הפגישה, ואז נתחבק, ונלך כל אחד לדרכו." על כך ענה לו אחד המשתתפים: "אני לא רוצה

לחבק אותך בכלל. זה יהיה חיבוק מזויף. ממש כמו העוגיות המזויפות. אני כן רוצה לדבר איתך, אבל דיבורים זה משהו שעושים פה בחדר, ב'זמן האמת' של הקבוצה, ולא אחר כך. בעיני, כשאומרים 'להיפרד כמו שצריך', מתכוונים לכך, לדיבורים פה בחדר. " לעומת זאת, חברת קבוצה אחרת אמרה שהיא דווקא כן תשמח לעמוד עם מתן ואחרים לאחר המפגש, ולדבר כמה דקות בפעם האחרונה. "אני לא מרגישה שזה זיוף. זה לזכר הימים שהיו לנו ביחד. עברנו המון ביחד. אני לא כועסת יותר. אני רק עצובה. " ואילו חברה שלישית הודתה שהיא עצובה וכעוסה מאוד, אבל הוסיפה: "קשה לי לדבר על זה עכשיו בכלל. אולי דווקא להתחבק בחוץ יהיה קל יותר. הייתי רוצה לחבק אותך ואז מיד ללכת."

דיון

האמביוולנטיות שגילו חברי הקבוצה בתגובה לעזיבתו של מתן רווחת מאוד בקבוצות, אבל למרות הקושי שמתלווה לעזיבות ופרידות, לעבודה עליהן יש ערך. אנחנו סבורים שעשינו ככל שביכולתנו באותה פגישת פרידה, אם כי היה ברור לכולנו שיש עוד הרבה מה לעשות, ושנכונה לנו עוד עבודה רבה, גם אחרי שמתן יעזוב, כי תהליך הפרידה יימשך בלעדיו. בסופה של אותה פגישה עזב מתן את הקבוצה. שתי משתתפות נשארו איתו אחרי המפגש, חיבקו אותו, ודיברו איתו עוד כמה דקות. שאר החברים הלכו ישר הביתה. אף אחד מאיתנו לא שמע ממנו מאז.

אבל התהליך נמשך. במקרים שבהם ממאן המטופל להישאר ולחקור את רצונו לעזוב, מומלץ ששאר הקבוצה והמנחה ימשיכו את החקירה בלעדיו (Foulkes, 1975). וכך אכן עשינו. פרידות חטופות פוגעות במורל של המשתתפים, ומשאירות את הקבוצה מרוקנת ובסכנה לפתח תגובות של אנטי גרופ (Nitsun, 1996). מקרים כאלה עלולים להיות מדבקים, וחברים נוספים עלולים לעזוב לאחר הנשירה המוקדמת (Foulkes and Anthony, 1957). ואכן, בשבועות שלאחר האירועים שתיארתי היתה הקבוצה חסרת מנוחה ונטולת תקווה, ויותר מפעם דיברו החברים בה על רצונם לעזוב, אם כי אף אחד מהם לא עשה זאת. הרגשנו שמכל הקבוצה מעורער ודולף, וחששנו ליציבותה, ממש כמו שקורה לא פעם בקבוצה שקולטת חברים חדשים (Doron, 2014). הקבוצה היתה שברירית וחלשה בשבועות האלה, אבל היא שרדה.

במשך זמן רב המשכנו לדבר ולחשוב על מתן ועל הנשירה שלו, ואט אט למדנו ממנה עוד ועוד - קצת על מתן, והרבה על חברי הקבוצה האחרים. במשך הזמן התחלנו לחשוב על ה"פרידה החטופה" כעל אנאקטמנט שכולנו היינו שבוים בו, אירוע כאוטי ומכאיב שעירב את כל חברי הקבוצה והמנחים גם יחד (Grossmark, 2015).

בחלוף הזמן החלה להתבהר משמעות נוספת של אותה פרידה חטופה. הבנו שהחל מכמה חודשים לפני הצטרפותו של מתן ועד כמה חודשים לאחר עזיבתו היתה הקבוצה נתונה, במובן מסוים, במצב של "פוסט טראומה". כחודשיים לפני הצטרפותו של מתן לקבוצה, חבר אחר עזב אותה בצורה מוזרה מאוד. כחודשיים לאחר כניסתו לקבוצה הוא היה אמור לטוס לנסיעה מטעם העבודה, ולחזור לקבוצה לאחר שבועיים, אך בפועל הוא מעולם לא חזר. היתה זו "פרידה חטופה" נוספת שאנחנו המטפלים, וגם חברי הקבוצה, לא זכרנו ולא הזכרנו אף פעם בכל אותם דיונים ארוכים שהתנהלו לאחר הפרידה של מתן. דומה כאילו שכחנו לגמרי מהפרידה הזו - כאילו בתקופת הפרידה ממתן היה מרחב החשיבה שלנו נתון תחת מתקפה שלא אפשרה לחשוב על ההתרחשויות ולנתחן בצורה בהירה (Hinshelwood, 1994). רק לאחר זמן רב מאוד נזכרנו פתאום איך בפגישה הראשונה של מתן שאלה אותו אחת המשתתפות אם הוא עומד להיעלם מהקבוצה באותה דרך שבה נעלם זה שנכנס לפניו. הזיכרון הדיסוציאטיבי המנותק הזה, שלא הצלחנו להיזכר בו קודם לכן, חיזק את תחושתנו שבסוגיה של פרידות מהקבוצה כולנו "פוסט-טראומתיים", ואולי, בדרך לא מודעת, מועדים יותר לספוג פרידה חטופה, כשההיסטוריה תחזור על עצמה.

סיכום

נשירות מקבוצה מעידות לעתים על כישלון בטיפול. הן מעוררות חרדה ואשמה בקרב המשתתפים הנשארים והמנחים, ועלולות להיחרט כזיכרון טראומתי ומכאיב של הקבוצה כשלם. עם זאת, אין דרך להימנע מהן, ולכן מוטב לפחות לנתח אותן ולהבינן לעומק. "המעט שאתה יכול לנסות לעשות הוא להבין מדוע לפעמים אתה נכשל ולמה לעתים אתה מצליח", כתב פוקס (Foulkes, 1975, עמ' 76), וזה מה שניסיתי להדגים כאן: הבנה טובה יותר של נסיבות הנשירה, ושל הדרך שבה הן קשורות לשאר חברי הקבוצה, עשויה לשפוך אור חדש על הדינמיקה הקבוצתית, ולהעמיק את היחסים בין החברים הנשארים. בדרך זו היא יכולה לעזור להם להבין את עצמם טוב יותר. ההבנה הזו אמנם מאוחרת מדי בעבור החבר שעזב בפתאומיות, אך היא עשויה לפחות לשרת את חברי הקבוצה האחרים, ואת הקבוצה כשלם.

מקורות

- בר, ה. והרסט, ל. (2010) טיפול קבוצתי אנליטי. מפגש מוחות. קרית ביאליק: אה.
 יאלום, א. ולשץ', מ. (2006) טיפול קבוצתי. תאוריה ומעשה. ירושלים: כנרת.
- Agazarian, Y. M. (1994). The phases of group development and the systems-centered group. In V. L. Schermer & M. Pines (Eds.), *Ring of fire* (pp. 36-86). London: Routledge.
- Doron, Y. (2014). Primary maternal preoccupation in the group analytic group. *Group Analysis*, 47(1), 17-29.
- Foulkes, S. H. (1964). *Therapeutic group analysis*. London: Karnac.
- (1975). *Group analytic psychotherapy: Methods and principles*. London: Karnac.
- (1990 [1968]). On group analytic psychotherapy. In E. Foulkes (Ed.), *S. H. Foulkes: Selected papers* (pp. 169-174). London: Karnac.
- Foulkes, S. H. and Anthony, E. J. (1957). *Group psychotherapy: The psychoanalytic approach*. London: Karnac.
- Friedman, R. (2007). Where to look? Supervising group analysis: A relation disorder perspective. *Group Analysis*, 40(2), 251-268.
- Grossmark, R. (2015). The edge of chaos: Enactment, disruption and emergence in group psychotherapy. In R. Grossmark and F. Wright (Eds.), *The one and the many* (pp.57-74). New York: Routledge.
- Hinshelwood, R. D. (1994). Attacks on the reflective space: Containing Primitive Emotional States. In V. L. Schermer and M. Pines (Eds.), *Ring of fire: Primitive affects and object relations in group psychotherapy* (pp. 86-106). London: Routledge.
- Nitsun, M. (1996). *The anti-group: Destructive forces in the group and their creative potential*. New York: Routledge.
- Symington, N. (1983). The analyst's act of freedom as agent of therapeutic change. *International Review of Psycho-Analysis*, 10, 283-291.

