

עבד לתשוקה?

רועי שרף

בחרנו בהן, נוסף לזה את תבלין הסוציאליזציה ונגיע לדפוס אישיות מותנה ומתוזמן להפליא.

אולי לדפוס האישיות יש מספר שכבות; רבדים שמאוד קשה לשנות מול שכבות שניתנות לשינוי יום יומי. לדוגמה אדם שלמד פסיכולוגיה יראה את העולם במשקפי פסיכולוג, אך אם אותו אדם בדיוק ילמד רפואה הוא יראה את העולם במשקפי הרופא. כמה פעמים קרה לנו שמישהו הרגיש אותנו ופתאום התחלנו לראות את העולם בצורה אפורה וכשמישהו חייך אלינו קרה ההפך? כמה פעמים קמנו בבוקר ואמרנו כי מהיום אנו מנסים לראות את העולם בצורה שונה והפלא ופלא חזרנו בדיוק לאותה השקפת עולם ובדיוק לאותם פולחנים ותענוגות קטנות, כך שבעצם המונח "בחירה חופשית" אינו רלוונטי כלל.

יותר מכך, הרי כבר שנים ידוע כי רוב תהליכי העיבוד והתפיסה מתרחשים מחוץ להכרה המודעת "רוב חיי הנפש כרוכים בתהליכים לא מודעים שהם אוטונומיים לחלוטין..." כדברי קרסון, בוצר ומיניקה. זאת הוכחה חד משמעית לבחירה חופשית מאוד מצומצמת.

ייתכן שיש במוח חלקים שמאפשרים את השינוי ברמות השטחיות יותר ומונעות אותו ברמות העמוקות והבסיסיות. הרמות האלה, שאיננו יכולים לשנותן, הן הקבועות את אישיותנו.

עקב חוסר הגמישות של האישיות מתעוררת השאלה האם יש לבחון מחדש את יעילותו של הטיפול הפסיכותרפי המקובל בימינו – טיפול בשיחה וטיפול בהתנהגות. זאת הסיבה שההצלחה בטיפולים אלו נשחקת ואינה מאריכה ימים. אולי אנו זקוקים לטיפולים יותר פולשניים, אשר ייגעו בנקודות המתאימות וישנו אותן ברמה הביולוגית מולקולרית. ייתכן שבעתיד לא נצטרך ללכת לפסיכולוג פעם עד שלוש בשבוע אלא נשתמש באמצעים יותר יעילים וארוכי טווח. ♦

מקורות

קרסון, ר. בוצר, ג. מיניקה, ס. (1998), פסיכופתולוגיה והחיים המודרניים, הוצאת האוניברסיטה הפתוחה.
אנדריאה, ס. (1999), אנטומיה של תשוקה: מין אהבה ונישואים בראי הפסיכולוגיה והמדע, תל אביב: הוצאת מודן.

היום, כשאני מסיים את התואר בחוג למדעי ההתנהגות ולכלכלה, אני חש גם עצב וגם שמחה, מצד אחד נתנו לי את הכלים על מנת שאוכל להבין את ההתנהגות, הרגשות, המחשבות והתשוקות של האדם, אולם מצד שני נחשפתי להרבה תשוקות נסתרות, ואף אכזריות ממש. למשל כשאני הולך לרופא, אני יכול להבחין בתשוקות שלו: התשוקה לקבל כבוד, התשוקה לעליונות, לתשומת לב, התשוקה שלו להיות נאהב וחשוב.

יש החושבים כי התשוקות מניעות אותנו במשך כל חיינו, ולכן חופש הבחירה שלנו נשלל. הדבר מעורר אצלי את השאלה האם יש לנו אוטונומיה? האם אנו אדונים להתנהגותנו? או שמא אנו "עבדים" לתשוקותינו, מחשבותינו, ותגובותינו? ייתכן מאוד שאכן כך הם פני הדברים, ייתכן שאלה החושבים שיש לנו חופש לבחור בעצם טועים.

משום מה ההתנהגויות שלנו, המחשבות והרגש חוזרים על עצמם בעקביות ובדיוק נמרץ, כמו שעון שווייצרי. אנו יכולים לנבא באופן מדויק להפליא התנהגויות ותגובות של קרובינו (הורים, אחים, חברים, ילדים) אם כך מדוע כה קשה לנו לשנות את עצמנו או את קרובינו? אפילו לעשות דיאטה ולהשיל מספר קילוגרמים או בקושי מצליחים, (95% מהעושים דיאטה חוזרים למשקלם המקורי לאחר תקופה מסוימת). כמו כן אנו גם משועבדים לתרבות, לנורמות, לחוקים חברתיים, לסטראוטיפים ולסכמות.

יהיו שיאמרו כי למרות כל זאת הם מצליחים לבחור ולשנות, האמנם?

הם מצליחים לבחור, אך מרחב האפשרויות שלהם מוגבל מאוד, כמה מכם יכולים עכשיו ברגע זה לעזוב את עבודתם ולנסוע לשנתיים לטיול בעולם? אני מניח שמעט מאוד.

אם כך, מתעוררת השאלה איך בכל זאת אנשים משנים לפעמים את התנהגותם, תגובותיהם וכו'? התשובה לכך היא שאנשים אמנם מצליחים להשתנות אבל יש לזכור שמדובר בתהליך ארוך מאוד, מייגע, ולעתים השינויים הם זמניים בלבד.

"השיעבוד" או "הכיוון" שמוכתב לנו מתחיל עוד לפני שנולדנו. דרך הגנים שירשנו, מועברות לנו תכונות שלא

