

תמצית המודל ההתפתחותי-היקשרותי של דר' גורדון ניופלד / אילנה סטרובינסקי

דר' ניופלד נחשב פרשן מוביל של הגישה ההתפתחותית. הוא יצר מודל כוללני שהלך והתפתח לאורך שנים של סינתזה וזיקוק. התוצאה היא גישה התפתחותית אינטגרטיבית, המושרשת בפסיכולוגיית עומק, בפרדיגמה ההתפתחותית ובתיאוריית היקשרות. גישתו עולה בקנה אחד עם המחקר העדכני ביותר במדעי המח ויושמה בהצלחה מרובה במעל 40 שנות ניסיון קליני, הורות ועבודה אישית. גישתו של דר' ניופלד מציעה אלטרנטיבה לגישה הקוגניטיבית – התנהגותית וכן לגישה הרפואית שרווחת כיום. למודל שלו השלכות ברורות ומהותיות על הורות והוראה, וכן על התערבויות טיפוליות.

המטרה העיקרית על פי המודל ההתפתחותי-היקשרותי היא חשיפת הפוטנציאל האנושי. היא לא שואפת להתנהגות טובה, לתפקוד המצופה מהילד, או להשתלבות מיידית בחברה, אלא שואפת לחשיפה ארוכת טווח של מלוא הפוטנציאל האנושי הטמון בילד. כאשר אנו מדברים על 'פוטנציאל אנושי', אנו מדברים על צמיחה אישיותית המבוססת על שלושה תהליכים המתרחשים במקביל:

- **התהוות**, כלומר היכולת להפוך לבר קיימא מבחינה פסיכולוגית, לפתח עצמאות ועצמיות אמיתית.
- **הסתגלות**, כלומר, היכולת להסתגל למציאות שאינה שלמה, להתמודד עם מצוקה וכישלון, להשתנות לנוכח מה שלא ניתן לשנות ולפתח גמישות ויכולת התאוששות.
- **אינטגרציה**, כלומר היכולת לחוות רגשות מעורבים, אינטגרציה בין דחפים, רצונות ושאיפות ובו זמנית 'יחד' ללא 'אובדן נפרדות' ובכך להפוך לישות חברתית.

התהליך העיקרי הוא הבשלה, כלומר, החשיפה הספונטנית של פוטנציאל אנושי. תהליך זה אינו תלוי בגנטיקה, הוראה, למידה, חיברות, תרגול, חשיפה וכן הלאה. ההבשלה היא תוצר של תהליכים רגשיים פנימיים שהולכים ונחשפים לאורך שנות הצמיחה של הילד.

מרחב הצמיחה הוא משחק, או משחקיות. לא הוראה, לא הופעה ולא עבודה. בניגוד לגישה הרווחת המתאמצת ללמד ילדים כיצד לנהוג, לתרגל וויסות רגשי, לרכוש מיומנויות באמפתיה, לעבוד על התנהגות טובה וכן הלאה, בגישה זו יש דגש על המרחב המשחקי המביא למנוחה רגשית, שבתורה חושפת את מנגנוני הצמיחה הטבעיים הטבועים בכל אחד, אשר מובילים לפירות משמעותיים בתפקוד האנושי, ביכולת להשתלב בחברה ולהפוך למבוגר בעל תרומה משמעותית לחברה.

הבעיה העיקרית בתהליך הצמיחה היא היתקעות של תהליכי צמיחה. במקום להתמקד בהתנהגות בעייתית, או בהפרעה מאובחנת, יש לבחון את תהליכי הצמיחה הרגשיים המתרחשים מתחת לפני השטח, כיצד נתקעו ולפעול לשחררם, על מנת להוביל לצמיחה מיטבית. משמעות הדבר היא לא התעלמות מההתנהגות הבעייתית או מהקשיים הנחווים על ידי הילד וסביבתו, אלא שישנה הפרדה בין ניהול האירוע / התמודדות מיידית עם הקושי, לבין טיפול עמוק וארוך טווח בשורש הבעיה, על מנת להוביל לצמיחה ארוכת טווח, גם במחיר של קשיים בהווה.

הגורם העיקרי הוא הרגש. רגש מהווה המנוע לצמיחה ויש להתמקד בתהליכים הרגשיים המניעים את תהליכי הצמיחה האנושיים. הגורם הרגשי אינו קשור לחוויה חברתית, להשלכות למעשים, לקוגניציה או לתרופה כזו או אחרת. על מנת שהגורם הרגשי יבצע את תפקידו, הרגש צריך לחלחל לתודעה, כלומר, יש צורך לפתח את היכולת לחוש את מגוון הרגשות האנושיים ובמיוחד את הפגיעים שבהם (עצב, אכזבה, געגוע, צער וכן הלאה).

העיכוב העיקרי הוא הנטייה של המח האנושי לעכב תחושות המפריעות בתפקוד היומיומי. כלומר, המח האנושי מתאמץ לאפשר לאדם לתפקד גם בסביבה פוגעת והוא עושה זאת על ידי יצירת הגנה מפני החוויה הרגשית, יצירת קהות רגשית, המאפשרת תפקוד זמני מיטבי, במחיר של עיכוב צמיחה. ככל שהתחושות פגיעות יותר, כך עולה הסבירות שתהיה הגנה מפניהן – תחושות של תסכול (עצבות, אכזבה, צער), סיפוק והגשמה (שמחה, הערכה, התלהבות), תלות (נזקקות, ריקנות, בדידות, שעמום), אכפתיות (חמלה, מסירות, דאגה), ותחושות של בהלה (חרדה, פחד, עצבנות). הנטייה לקהות רגשית גובה מחיר יקר בתהליכי הצמיחה ומייצרת תהליכים הפוכים של היתקעות וגוברת. בעיות חרדה, אגרסיביות, סמים, אובדנות, בריונות, שעמום, הם כולם תוצרים של מנוסה מפני חוויות פגיעות. אלה מובילים גם כן לאובדן יכולת אמפטית, המגביר את הפגיעה הנחווית ועקב כך מוביל לקהות רגשית נוספת. סמים ואלכוהול מהווים אמצעי נוסף לזרז מנוסה מפני פגיעות וקהות רגשית. אמנם קהות רגשית משפרת תפקוד בטווח הקצר, אך לעתים מה שנראה כהתקדמות, מכיוון שתפקוד הילד משתפר, עלול להוות סימן לנזק ארוך טווח.

ההקשר לצמיחה של ילדים הוא מערכות היחסים ההיקשרותיות של הילדים עם המבוגרים הדומיננטיים בחייהם. ההיקשרות היא המעניקה את הכוח למבוגר הרלוונטי להצמיח את הילד. לא התפקיד הרשמי, לא תוכניות התערבות, או הרגלים יומיומיים. היקשרות היא הצורך האנושי הראשוני ביותר, ומאופיינת בדחף האנושי לרדוף אחר קירבה ולשמר אותה. האיום האנושי הגדול ביותר הוא פרידה, או הציפייה לפרידה ממושאי ההיקשרות וכאשר נצפה איום שכזה, הוא מעורר בילד רגשות עוצמתיים המניעים את התנהגותו. חלק גדול מהקשיים במהלך הילדות וגיל ההתבגרות מושרש בקשיים ההיקשרותיים וצמצום חוויות של פרידה. הוא הפתרון המפתיע למגוון רחב של בעיות בהתנהגות והתפתחות. תיאוריית ההיקשרות של דר' ניופלד מתייחסת להיבטים שונים של מערכת היחסים הכוללים עומק, נטייה להוביל/להיות מובל וכן למושאי ההיקשרות (שיכולים להיות גם לא אנושיים – כלומר לחפצים, ואף לדברים מופשטים כגון רעיון או תפקיד). על פי המודל של ניופלד ההיקשרות כוללת שישה שלבים בהתפתחות היכולת למערכת יחסים וכן הבנה של מימד האלפא/תלות בתוך מערכת היחסים. מימד זה מסביר מגוון רחב מאוד של קשיים הכוללים את תופעת הבריונות וכן קשיים משמעותיים בהשגת שיתוף פעולה של ילדים. המודל ההיקשרותי של ניופלד מבוסס על עבודתם של תיאורטיקנים קלאסיים שהתייחסו לתופעת ההיקשרות, כגון בולבי, לורנז והארלו, אך מושפע באותה מידה מתיאוריות אחרות הקשורות למערכות יחסים אנושיות וכן מהמחקר העדכני ביותר במדעי המח המתייחס לדחף לקרבה כצורך אנושי ראשוני. אחת התופעות שדר' ניופלד זיהה היא תופעת ה'מוכוונות חברים' בה חברים של הילדים הפכים להיות מושאי ההיקשרות המשמעותיים ביותר עבורם ובעצם הם מקבלים את הכוח לגדל האחד את השני וההורים ומבוגרים אחרים נותרים חסרי השפעה. כאמור, הכוח לגדל ילד טמון במערכת היחסים שלו אל הדמויות הנתפסות על ידו באופן אינסטינקטיבי כמשמעותיות ביותר, ללא קשר לתפקידים הרשמי בחייו, ולכן יש צורך בפיתוח והעמקה של מערכת יחסים המאפשרת להורה ולמבוגרים אחרים, את הכוח הטבעי לבצע את עבודתם. כיום מדברים על אובדן הסמכות ההורית וסמכות המורה, אך הסמכות נטועה היטב בהיקשרות. ככל שתהיה היקשרות מעמיקה יותר, כך הורים ומורים ימצאו מחדש את מקומם הטבעי בהובלת הילדים לעבר הבגרות.

התנאים המאפשרים העמקה של מערכת היחסים הם הזמנה חמה ועקבית, מקום בטוח שיכול לשאת את סערת הצמיחה, לב רך מספיק שמאפשר לחוש את כל מנעד הרגשות האנושיים. מערכת יחסים עמוקה מעוררת בילד רצון פנימי להיות טוב עבור מושאי ההיקשרות, דחף פנימי ללכת אחריהם, לקבל מהם איתותים והיא הופכת את מושאי ההיקשרות למצפן עקבי עבורו. בהיעדר היקשרות למבוגרים שבחייו, הילד נותר עם רצון נגדי המוביל אותו לקשיים בשיתוף פעולה, רצון למרוד ונטייה לזלזל ולהדוף. תוצר נוסף הוא אובדן הבסיס הבטוח ועקב כך אובדן היכולת לחוות רגשות פגיעים, מה שמוביל להיתקעות רחבת היקף בצמיחה והתפתחות אנושית. מכיוון שהרצון

להיות טוב הוא פונקציה של מערכת יחסים היקשורתית, מערכת יחסים נכונה היא הפתרון המפתיע לניהול התנהגות. ובעצם, מערכת יחסים נכונה היא המענה הלא צפוי לקשיים בהורות, הוראה וטיפול.

הפתרונות לקשיים בהתנהגות וצמיחה הנובעים מהגישה ההתפתחותית-היקשורתית מתמקדים בצמצום חווית הפרידה, העמקת מערכת היחסים, שימוש בתובנה על מנת לבסס עמדת הובלה (לעומת הוראות המותירות את המבוגר האחראי תלתי וחסר ביטחון). ניתן לשרטט מחדש את 'היררכיית הצרכים' ולהציב את ההיקשרות – מערכות יחסים נכונות בבסיס הפירמידה. זהו הצורך האנושי הראשוני ביותר. היכולת למערכת יחסים מאפשרת 'לבבות רכים', כלומר, מאפשרת לחוש את מנעד התחושות האנושיות ובמיוחד הפגיעות שבהן. אלה מובילים למנוחה רגשית, המאפשרת מרחב משחקי בטוח. במרחב הזה הולך ונחשף הפוטנציאל האנושי במלוא הדרו.

המודל של דר' ניופלד אינו מתייחס רק להיבט אחד של מערכת יחסים או צמיחה, אלא לתמונה רחבת היקף המאפשרת התבוננות מעמיקה על התהליכים המתרחשים מתחת לפני השטח ומשפיעים על מגוון ההתנהגויות האנושיות.

המודל מסביר מגוון רחב של בעיות התנהגות ומתייחסת להיבטים התפתחותיים נרחבים וביניהם:

- התפתחות מערכות יחסים נכונות וקשיים בהתפתחות
- הבשלה רגשית והיתקעות
- הסתגלות, יכולת להתאושש מטראומה, כישלון ואובדן
- אגרסיביות
- בריונות
- 'רצון נגדי' – היעדר שיתוף פעולה
- בעיות חרדה
- קשיים בהתפתחות יכולת אמפטית
- התפתחות של משחק
- התמודדות עם דחק
- קשיי קשב וריכוז
- הבנת אלמנטים ייחודיים בהתפתחות בגיל הרך ובגיל ההתבגרות

המכון מספק קורסים להורים, מורים ואנשי טיפול בפורמט של למידה עצמאית, מפגשי תמיכה, הרצאות בודדות, וסדרות ארוכות טווח, ליווי ותמיכה אישית (כלומר הדרכת הורים/מורים), וכן ליווי מוסדות חינוך וטיפול בלמידה ויישום המודל ההתפתחותי-היקשורתית.