

במה פתוחה - הפסיכואנליזה והמפה הנפשית

6. הסובייקט של האנליזה

רקע

הסבל הנפשי אינו תוצר לוואי של התרבות המודרנית ולראיה, אלפי שנים קודם השתית בודהה את תורתו על כך, שהקיום עצמו הוא סבל. הדתות המונותאיסטיות הגדולות העבירו את האחריות לסבל אל האדם, שהביא אותו על עצמו בכך שהפר איסור אלוהי ואכל מפרי עץ הדעת. הסבל הנפשי הוא העונש של אדם וצאצאיו, שימשיכו להיענש עד לגאולה המובטחת באחרית הימים. בנצרות האדם וצאצאיו אשמים וסובלים, גם משום שסירבו להיגאל על-ידי בן האלוהים וצלבו אותו. פרויד העתיק את מקורות הסבל לתוך האדם עצמו: מאבקה של הנפש בדחפים הגופניים (בעיקר המיניים) וגלגוליהם הנפשיים הם מקור הסבל שלה. הצורך להגביל ולשלוט בכוחן של משאלות ופנטזיות מיניות ואחרות, מאלץ את הכוחות המציאותיים יותר בנפש, להדחיק ולדכא את ניסיונותיהן לממש את עצמן במציאות הריאלית. לפי פרויד, הסבל הנפשי הוא תוצאת המאבק בין כוחות פנימיים, שמוביל לפיצול, שמטרתו לשמר את יכולת הנפש לפעול במציאות הריאלית. בשורה התחתונה (גם אם פרויד לא ניסח זאת בבהירות) מקורות הסבל הם מבניים: מאבקה של הנפש לנהל את המכלול כולו (את האדם/נפש-גוף), שלא על פי תכתיבי הדחפים שמקורם בגוף. לקושי מבני זה אין אומנם פתרון, אבל בכוחו של הטיפול הפסיכואנליטי לצמצם במידת מה את הפיצול הנפשי ולבטל חלק מהשלכותיו: להפוך את המודחק והמדוכא למודע ובכך להפחית את הסבל, לשחרר ולהפנות יותר כוחות לחיים הריאליים. מבחינת פרויד הופנתה פרשנות המטפל אל אותו רובר מודחק, מדוכא ולא מודע ולכן הוא 'הסובייקט של האנליזה'. באופן ממוקד יותר אפשר לומר, שלפי פרויד 'הסובייקט של האנליזה' הם מופעיו השונים של התסביך האדיפאלי (שרק בהקשרו ניתן לפרש את המשאלות והפנטזיות המיניות הלא-מודעות).

העתקת מקורות הסבל הנפשי מוקדם יותר, לראשית החיים, ערערה את הקונסטרוקציה התיאורטית שבנה פרויד ויצרה בה שברים עמוקים. היא לא פסחה גם על תסביך אדיפוס ואיתו נפתחה מחדש גם שאלת 'הסובייקט של האנליזה': אל מי מדבר המטפל? (לא כל הגישות שלאחר פרויד ויתרו בהכרח על הגרעין הנפשי, שאליו מכוון המטפל את הפרשנות שלו ומושג 'הפנטזמה' של לאקאן הוא דוגמא לכך). העתקת מקורות הסבל הנפשי לילדות המוקדמת פתחה מחדש גם את שאלת הפיצול הנפשי: לפי פרויד, הפיצול הוא תוצאת מאבקה של הנפש, לשמר ולהתאים את קיום המכלול כולו (גוף-נפש) לאילוצי המציאות, מול הדחפים וגלגוליהם הנפשיים (החסרים אינדיקציה למציאות). להעתקת מקורות הסבל היו השלכות מרחיקות לכת גם ביחס למיקום ולסיבות הפיצול הנפשי. כבר בעבודות המוקדמות שלו הבחין פרויד בין 'תהליך ראשוני' לבין 'תהליך שניוני', כשהראשון מתייחס לרמות ארגון ראשוניות ופרימיטיביות והשני לרמות מאוחרות וגבוהות יותר. מאוחר יותר זנח פרויד הבחנה זו לטובת מודלים אחרים ('סתם' 'אני' 'אני-

עליון, ו'לא-מודע' 'סמוך-למודע' 'מודע') העתקת מקורות הסבל לילדות המוקדמת חידשה הבחנה זו תחת שמות אחרים (קדם-לשוני-לשוני, קדם-סימבולי-סימבולי, לא-רציונאלי-רציונאלי, רגש-שכל, רכיבי ביתא-רכיבי אלפא, הידוע שלא נחשב, אזור היצירה ועוד). המשמעויות של הבחנות אלה הן כלליות מדי, הקשר שלהן לשאלת הסובייקט של האנליזה רופף והאפשרות להיעזר בהן בקליניקה אינה רבה. עם זאת חשובה ההנחה המשותפת לכולן (גם אם היא לא תמיד מנוסחת כך), שהנפש מורכבת מרבדים שונים מאוד אחד מהשני ואלה מתקשים לשתף ביניהם פעולה. **מכאן שהפיצול הוא בתוך הנפש עצמה**, ולא כמו אצל פרויד, בין הנפש לדחפים גופניים (ונגזרותיהם הנפשיות). במקביל ובדומה להנחות של פרויד מדובר בפיצול, שמקורו מובנה ואינו תוצאה של כשלים סביבתיים. עם זאת, לפחות חלק מהגישות שלאחר פרויד מתעלמות מהמשמעויות המבניות של רמות הארגון השונות ומייחסות לטיפול את היכולת לבטל את הפיצול ('עצמי אמיתי', 'עצמי בריא', אוטנטיות ועוד). בתוך כל השינויים האלה נעלמה הבהירות, שאפיינה את החשיבה של פרויד ביחס 'לשאלת הסובייקט של האנליזה'. כמו נושאים רבים אחרים בתיאוריות הטיפוליות, העכשוויות, הניסיונות להתמודד איתה הם כללים מדי, מעורפלים ולא תורמים הרבה לקליניקה.

מנקודת-מבטה של המפה הנפשית אין הבדל ממשי בין הפיצול המובנה של פרויד לזה של הגישות המאוחרות יותר ולמעשה כל אחת מהן מדגישה היבט אחר של אותו פיצול. רמת הארגון הראשונית של הנפש מורכבת מתחושות גופניות, שמתפקידן לייצג ברמה הנפשית את מה שקורה בגוף (כולל הדחפים). רמות ארגון אלו משותפות לנו ולבעלי חיים אחרים. הן פועלות על פי עקרונות שונים מאוד מהרמות הייחודיות לאדם ('אני-שפה'). הנפש מורכבת מכמה צורות של ארגון מידע, שהן בעלות תפיסות שונות של התנהלות והתמודדות עם המציאות הסובבת. לפיצולים המובנים בנפש יש השלכות רבות על התיאוריה והקליניקה, אלה ידונו בהדרגה בפרקים הבאים. כאן אתיחס להשלכות הפיצול בהקשר 'לשאלת הסובייקט של האנליזה'. הטיפול הנפשי אינו מיועד לעסוק באופן ישיר בפיצולים המובנים בנפש, שהם יותר בבחינת רקע ונתון ויכולים להיות מושפעים הטיפול - אך לא אליהם הוא מכוון.

אחת הרמזים שמכוונים אותנו ישירות לשאלת 'הסובייקט של האנליזה' היא העובדה, שהפסיכואנליזה אינה אוניברסאלית. היא סללה אומנם את דרכה במהירות מסחררת אל קדמת הבמה של התרבות ומשם גם השפיעה עלייה רבות, אלא שרק בתרבות בעלת מאפיינים ברורים: קהילות ועמים שהתרחקו מהתרבויות המסורתיות. להתפשטות הפסיכואנליזה ולהשפעתה על התרבות יש גבולות ברורים: היא כמעט לא נוכחת באוכלוסיות השומרות על זיקה חזקה לתרבויות מסורתיות¹. ההבדל המשמעותי ביותר בין התרבות המודרנית לבין התרבויות המסורתיות נעוץ בדרגות החופש שיש ליחידים בכל אחת מהן. הפסיכואנליזה יכולה להתקיים ולהיות משמעותית רק בתרבויות, שבהן יש ליחידים לגיטימציה לתת

¹ חברות מסורתיות מאופיינות בכך שכמעט אין בהן ניידות חברתית וגורלו של האדם נקבע במידה רבה על פי הנסיבות אליהן נולד: המעמד, מקום הלידה שלו, המקצוע של הוריו וכן הלאה. חברות אלו מתנהלות על פי קודים נוקשים וקפדניים של מותר ואסור, של מהי התנהגות ראויה ואין בהן כמעט תודעה של יחיד וייחוד. ברובן כפופות הנשים למרות הגברים.

ביטוי למחשבות, רגשות, מחשבות ומשאלות, ואפשרות לנסות וליישם את התובנות והמסקנות שרכשו במציאות החברתית-ריאלית. הפסיכואנליזה יכולה לפעול במציאות תרבותית שמתקיימים בה שני תנאים: דרגות חופש לנוע במרחב הפנימי ודרגות חופש לפעול במציאות החיצונית-תרבותית.

נראה שרק מסוף המאה ה-19 נוצרו והתגבשו שני התנאים התרבותיים לאפשרותה של הפסיכואנליזה: היחיד פונה לפסיכואנליזה והטיפול אמור להביא אותו למקום, שבו יוכל לבחור אם ואילו שינויים לעשות בחייו בעולם הריאלי. משתנה תרבותי-חברתי נוסף (מוגבל יותר לקבוצת המטפלים והמטופלים הוא שוויון ערך מוחלט בין גברים ונשים). תנאי זה התקיים בפסיכואנליזה כבר מראשיתה, ללא תלות בתיאוריות שלה על ההבדלים בין המינים². הסיבה לכך היא, שלאף אחד מהמינים אין בעלות על הנפש ולאף אחד מהם אין יותר או פחות ממנה. יש אומנם הבדלים משמעותיים בין המינים אך לא ניתן לדון בהם במונחים של י-ש-אין או יותר-פחות (נושא זה ידון בנפרד במהלך הפרקים הבאים).

היחיד אומנם פונה לטיפול אך הוא אינו 'הסובייקט של האנליזה' ולא אליו (כמכלול של גוף-נפש) היא פונה. השיטה האנליטית, כפי שפותחה על-ידי פרויד, מניחה שבאמצעות הקשבה למה שהמטופל מספר על עצמו (קשייו, זיכרונותיו, משאלותיו וכדומה) נקלטים רמזים לרבדים ונקודות-מבט, שהמטופל אינו ער או מודע להם. את אלה מנסה המטפל לשקף, לפרש וכדומה. ההנחה העומדת מאחורי השיטה האנליטית היא, שהתערבות המטפל מובילה לרה-ארגון פנימי חדש-אחר, שמאפשר למכלול כולו לפעול בצורה אינטגרטיבית יותר. השיטה מכוונת אומנם לרובד כלשהו בנפש, אך השפעתה אמורה לפעול על המכלול כולו. בכדי לומר משהו יותר בהיר וברור על אותו רובד ונקודת-מבטו הלא מודעת, יש צורך להרחיב את התמונה ולומר כמה מילים על ההיסטוריה של הנפש.

התהליך המקביל

מאז היות האדם רצופה ההיסטוריה האנושית באין ספור שינויים בהקשרים שונים: מעבר מצורת חיים של ציידים-לקטים לישובי קבע וחקלאות, מעבר מצורת חיים המספקת את כל צרכיה להתמחויות ומסחר בין קבוצות שונות, ההתקבצות לישובים גדולים ולערים, מעבר מחקלאות לתעשייה, מעבר מאמונות פגאניות (ריבוי אלים) לאמונה באל יחיד ועוד. אלה הם רק חלק קטן משינויים גדולים רבים אחרים שהתרחשו במהלך ההיסטוריה האנושית. לא ניתן להעלות על הדעת שינויים בסדר גודל כזה לא יהיו קשורים בשינויים תוך נפשיים שדחפו להם ולהיפך: שינויים במציאות הריאלית-תרבותית חוללו שינויים תוך-נפשיים. עם זאת, אין לנו שום סיבה להניח, שהמבנה הבסיסי של הנפש האנושית, על הכישורים והתפקודים המרכיבים אותו, השתנה באותם סדרי גודל שבה שינה האדם את מציאות חייו. נכון יותר להניח, שלרבים מהכישורים והתפקודים לא הייתה לפני כן אפשרות ביטוי. כך למשל, הכישורים

² עובדה היא, שמבחינה היסטורית עיתוי יצירת הפסיכואנליזה תואם לזמן בו התחילו הנשים להשיג לעצמן יותר דרגות חופש במציאות הריאלית-חברתית, והן גם אלו שהיו המטופלות המשמעותיות הראשונות. אצל הגברים התהליך התחיל כמאה-מאתים שנה קודם עם המהפכה הצרפתית, המהפכה התעשייתית באנגליה, מלחמת האזרחים באמריקה ועוד.

הקוגניטיביים היו קיימים תמיד, אך בשביל רבים האפשרות ללמוד ולרכוש השכלה מסודרת ומקיפה, ולהביא לידי ביטוי יכולות אלו היא חדשה יחסית. לא המבנה הנפשי השתנה אלא הדינאמיקות בתוכו. שינויים בדינאמיקה הפנימית דחפו לשינויים בדפוסי החיים החברתיים ולהפך - שינויים בדפוסי החיים אפשרו לרבדים נפשיים נוספים לבוא לידי ביטוי. כל צעד ברמת ההיסטוריה האנושית משמעותו, שהמבנה הייחודי לנפש האנושית (האני-שפה) הופך להיות יותר ויותר דומיננטי ומכתיב את אורחות החיים לרמות הארגון הראשוניות יותר. השינויים הולכים ונעשים מהירים יותר ויותר ככל שאנו מתקרבים לימינו. הם מלמדים, שהנפש האנושית אינה מצליחה לייצב את עצמה לאורך זמן והיא עדיין בתהליך של חיפוש אחר סוג של איזון ויציבות בין רמות הארגון השונות המרכיבות אותה. בכל זאת, מאחורי המגוון האדיר של שינויים באורחות החיים במהלך ההיסטוריה האנושית, אפשר לזהות לפחות קו ברור אחד עקשני ועקבי - חתירתו של היחיד (האינדיבידואל) להשיג לעצמו יותר דרגות חופש לנהל את חייו. בנקודת זמן מסוימת בהיסטוריה האנושית מופיעה הפסיכואנליזה, ומלמדת שהקשיים של היות יחיד מתחילים מוקדם מאוד, הרבה לפני שהוא אמור להיות מוכן לצאת לחייו.

המציאות הכפולה של היחיד

סוף תקופת הנעורים מסמנת בעולם המודרני את יציאתו של היחיד לעולם הסובב. הבחירה אם ללמוד, מה ללמוד, איפה לחיות, עם מי להקים משפחה וכדומה. כל אלה נפתחים בפני צעירים רבים במדינות רבות בתרבות המערבית, או כאלו שמושפעות ממנה. במציאות זו הברורות משמעה יותר דרגות חופש להתקיים כאינדיבידואל. במקביל מלמדות התובנות של הפסיכואנליזה, שמהו בחיים הנפשיים משתבש כבר בילדות המוקדמת. ההשלכות של שיבושים אלה מקרינות על יכולתו של היחיד לנהל את חייו כבוגר, וליהנות מדרגות החופש שמציעה לו התרבות בה הוא חי. במהלך אלפי מאות שנים, במחירים איומים, יצרה לעצמה הנפש האנושית תרבות שבה יכול היחיד לנוע (יחסית) באופן חופשי, בכדי לגלות שיכולת זו משתבשת כבר בילדות המוקדמת. פער זה הוא סיבת הסבל של הנפש המודרנית, והוא שונה במידה רבה מהסבל הנפשי שמאפיין תרבויות מסורתיות ועתיקות יותר.

הסובייקט של האנליזה

המחקר שהוביל לזיהוי הרובד הנפשי שאליו מכוונת האנליזה, מורכב מכדי שאפשר יהיה לתמצת אותו בכמה שורות. כאן תוצגנה רק כמה תובנות-מסקנות שלו.

מכלול הפעולות של כל האורגניזמים (כולל האדם) מתכנס לשתי אינדיקציות-יסוד: תרומתן לקיום החיים ולהמשכיותם. כרמת הארגון העליונה של הגוף כפופה גם הנפש האנושית לאותן אינדיקציות. עם זאת, בשונה מצורות חיים אחרות, יש לה הרבה יותר דרגות חופש להתעלם מהן ואף לפעול כנגדן (אינדיקציות החיים הן מוחלטות בשעה ש'החופש' להתעלם מהן או לפעול נגדן גורם סבל לעצמו ולאחרים). התעלמות כזו והליכה נגד קיום החיים והמשכיותם, הן חלק מההשלכות היותר קשות של השיבושים והקשיים הנצברים בילדות המוקדמת.

ברבדים העמוקים ביותר של החיים הנפשיים, קרוב לתחושת החיים, אמור לפעול מנגנון, שמרכז אליו את כל הפעילויות הנפשיות. הוא בוחן את תרומתן ומצבן ביחס לחיים כמכלול (גוף-נפש) ולחיים הנפשיים במיוחד. בעבודה משותפת עם דר' ראופמן קראנו לו 'הסובייקט האוטונומי'³, אך נכון יותר לכנותו 'הרובד האישי של החיים הנפשיים'. הוא החשוב ביותר לניהול החיים הנפשיים, אבל גם הרגיש והפגיע ביותר משום שהוא זה שמשמר את חוויית החיים שלה⁴. ההנחה שקיים בנפש 'רובד אישי' יכולה להישמע כמוזרה ולא מתקבלת על הדעת, כי נהוג להתייחס אל כלל הפעילויות הנפשיות (מחשבות, רגשות, רצונות, חלומות ועוד) כאל ביטויים סובייקטיביים ולכן אישיים. אך התייחסות זו היא מנקודת מבט חיצונית לנפש ואינה תואמת את האופן בו חווה הנפש את עצמה⁵. אחד העקרונות המייחדים את השיטה הפסיכואנליטית היא להתקרב ככל האפשר, לייצג ולפרש את האופן בו חווה הנפש את עצמה (חווייה שברובה אינה מודעת לה עצמה). האופן בו הנפש חווה את עצמה מתוארת מנקודה-מבטו של הרובד האישי ומה שיש לנפש לספר על עצמה מנקודת-מבט זו שונה מאוד מנקודת-המבט החיצונית לה. יהיה צורך ביותר מפרק אחד כדי להמחיש ולהבהיר את חוויית הנפש את עצמה ואת מצבה מנקודת-מבטו של הרובד האישי. אחזור לסוף הפרק הקודם מנקודת מוצא לסיפורו של רובד זה.

נאמר שם "הנפש התינוקית יוצאת לעולם חשופה וללא כל הגנה ואפשר לתאר אותה כצורר של תחושות (גופניות ואחרות). כל מה שהתינוק 'יודע' על מצבו ומה שמתרחש סביבו נחוה כתחושות. מבחינה זו התחושות שמסתובבות בבית חשופות לו ונחוות על-ידו כמו אלו מגופו" (ראה פרק חמישי). מגוון ועוצמת התחושות המקיפות את התינוק שונה כמובן בכל בית, אבל בעיקרון אפשר להבחין בין שתי קבוצות גדולות של תחושות: אלו הנחוות כתומכות בו (אהבה, דאגה, חום, התמסרות לצרכיו ועוד) ואלו הנחוות על-ידו כמאיימות ופועלות נגדו (הזנחה, ריחוק, כעס, חרדה, פחדים, דיכאון ועוד). האינדיקציה של החיים היא שמאפשרת הבחנה בין קבוצת התחושות התומכות לבין העוינות והמאימות. לנפש התינוקית אין דרך להגן על המרחב שלה והכול חודר אליה. אין לה גם דרך להבחין מה שייך לה (שמקורו בגוף או בעצמה) ומה מגיע אליה מבחוץ. הדרך היחידה העומדת לרשותה בכדי להגן על הרבדים היותר חיוניים ופגיעים שלה, היא על-ידי בידודם מהפעילות הכללית המתרחשת בנפש. הרובד האישי הוא הפגיע ביותר והראשון שהנפש תגן עליו ותבודד אותו מהמכלול. מכאן שאותו רובד, שאמור לנהל את החיים הנפשיים, הוא הראשון שמנותק מהם ומשם הוא יכול לפעול רק בצורה חלקית, מוסווית או עקיפה, כמו מנהיג מחתרת בארץ כבושה. ההיגיון שעומד מאחורי מהלך זה הוא פשוט:

³ יגאל, י. וראופמן ר. (2011), המעשייה על 'הזאב והגדיים' וצורות הארגון וההגנה הראשוניות של הנפש, מרחבים: כתב-עת אינטראקטיבי למחשבה פסיכואנליטית (מאמר זה הוא חלק מעבודה מקיפה יותר המתמקדת באנליזה של מעשיות עם).
⁴ הרובד האישי אמור לנהל את החיים הפנימיים של הנפש ולא בהכרח את הקשר שלה עם העולם. הבחנה זו תידון ותובהר בפרקים הבאים.

⁵ כ'שהכול נחוה כאישי' מסמן שבפועל לרובד האישי אין ביטוי חופשי, מכיוון שרובד זה הוא שצריך ליצור את ההבחנה בין האישי לבין הלא-אישי ובין מה ששייך לעניין ומה שאינו. בפועל הרובד הסובייקטיבי ביותר של הנפש (האישי) יש לו את שיקול הדעת האובייקטיבי ביותר ביחס למה שנכון לנפש ומה שאינו נכון לה.

1. הנפש תגן בכל דרך אפשרית על הגרעין החי שלה, גם אם משמעותה של הגנה זו היא העדר תחושת חיים של המכלול הנפשי כולו. 2. התחושות העיוניות שחדרו לנפש מהסביבה אינן שלה ולכן אינן אישיות אלא משותפות לה ולאחרים. הדרך היחידה העומדת לרשות הנפש כדי להגן על האישי היא לבודד אותו, כדי לא להסתכן באפשרות שיתערבב בלא-אישי, וכדי להימנע מהאפשרות שהלא אישי ישתלט על האישי.

חשוב להיות ער לכך, שזו תמונת המצב הנורמטיבית של הנפש בילדות המוקדמת - הכלל ולא יוצא מהכלל. מהאנליזה של המעשיות למדנו, שהפגיעה ברובד האישי מתחוללת גם במשפחות אוהבות, רגישות, דואגות ואחריות. את הרגישות של הנפש התינוקית, אי-יכולתה להגן על עצמה והיותה חשופה לכול מה שמתרחש בסביבתה, אפשר להשוות למצבו של העובר בחודשי ההיריון הראשוניים, אלא שהוא מוסתר ומוגן על-ידי מערכות ביולוגיות של האם. במובנים רבים הנפש נולדת רק עם הלידה והרגישות שלה דומה לזו של העובר, אלא שההגנה עלייה בעייתית הרבה יותר. ויש עוד ללמוד הרבה איך להגן עלייה טוב יותר. לא הרבה ידוע על הרובד האישי ועובדה שהוא לא זוהה עד כה, למרות שאליו מכוונת השיטה האנליטית ובשבילו היא נוצרה. לא ברור גם איפה הוא היה עד עכשיו. יש להניח שהוא היה קיים תמיד, אבל מוסתר כה עמוק בחיים הנפשיים שלא ניתן היה לדעת עליו כלום. זו הסיבה שהשיטה האנליטית אינה מצליחה לפעול בחברות מסורתיות, שבהן אין לרובד זה שום לגיטימציה.

הרובד האישי אמור לפעול בכל המרחב הנפשי, אך מכיוון שהוא מבודד כבר בתחילת ההתפתחות הנפשית הוא מסתתר אי שם ברמות הארגון הראשוניות. מסיבות רבות ושונות (שיידונו בהדרגה במהלך הפרקים הבאים), הוא מוסתר בעיקר מפני הרמות הגבוהות והמאוחרות ('אני'-שפה), שאינן יודעות אפילו על קיומו. זו אחת הסיבות לכך, שהנפש אינה יכולה לתקן את עצמה בכוחות עצמה וזקוקה לעזרה מבחוץ. הבידוד של המישור האישי מועצם מהקושי של הרמות הראשוניות לתקשר ולהיות מובנות על-ידי אלו הגבוהות. רק הדי הבידוד מגיעים אליהן: מתח, חרדה, דיכאון, ייאוש, פחדים ועוד.

בידודו של הרובד האישי הוא מקור הקשיים בילדות המוקדמת והוא, להלכה ולמעשה 'הסובייקט של האנליזה'. האחריות היא על המטפלים להכיר את הדרכים העקיפות הרבות, שבאמצעותן הוא זועק על מצב הנפש. אל הרובד הזה מדבר המטפל, איתו הוא מנסה ליצור מגע, להגן עליו, לייצג אותו ולתמוך בכל ביטוי ישיר יותר שלו. אין לאנליזה סובייקט אחר כי הוא 'התחנה הראשונה'. ככל שלמישור זה יהיו יותר דרגות חופש להתבטא ולפעול, הוא יוביל ליותר אינטגרציה פנימית, יפחית את הסבל הנפשי ויוביל ליותר חופש פעולה של האדם בעולם.

יש להניח שהתערבויות טיפוליות רבות מכוונות באופן אינטואיטיבי לרובד זה, אלא שבכך אין די. כדי להתחיל לשנות ולתקן את עצמה, על הנפש כמכלול (ברמות התחושתיות-רגשיות וברמות הקוגניטיביות) להבין מה קרה לה, איך היא מגינה על הרובד האישי, אילו דפוסי התמודדות סיגלה לעצמה בילדות המוקדמת ואיך הם נוכחים ומשפיעים על המציאות העכשווית שלה.

