

פסיכופתולוגיה של אינטימיות כפויה, מיניות מנותקת (Desomatized) ודפוסי ריצוי (Fawning): תיאור מקרה והמשגה קלינית דרך עדשת ההתקשרות

יסמין טהור שרגיל היא עובדת סוציאלית קלינית (MSW) ומטפלת מינית מוסמכת, בעלת קליניקה עצמאית בראש פינה ואונליין. ניתן ליצור קשר בכתובת: jazztahor@gmail.com. נכתב באוקטובר 2026.

תקציר

מאמר זה מציג המשגה קלינית מעמיקה ומאוחדת של דינמיקה זוגית קצרת טווח (משך שלושה שבועות) בין **סימה** (בת 45, גרושה ואם לילדים, גננת מנהריה) לבין **אבי** (בן 58, גרוש ואב לילדים בוגרים, מדריך שחייה טיפולית מחיפה).

הקשר מאופיין בפער רגולטורי מובהק: שימוש מואץ בתקשורת דיגיטלית רוויית אידיאליזציה (Love-Bombing) לצד מיניות בעלת מאפיינים תסריטיים-פורנוגרפיים, ניתוק גופני-רגשי, קשיים בתפקוד הזקפתי, חודרנות פיזית ללא סנכרון (Asynchrony), הפעלת טקטיקות של נתינה חודרנית ויצירת חוב סמוי (Covert Indebtedness), והפעלת מנגנוני היקשרות מבוססי חרדה ושליטה סמויה.

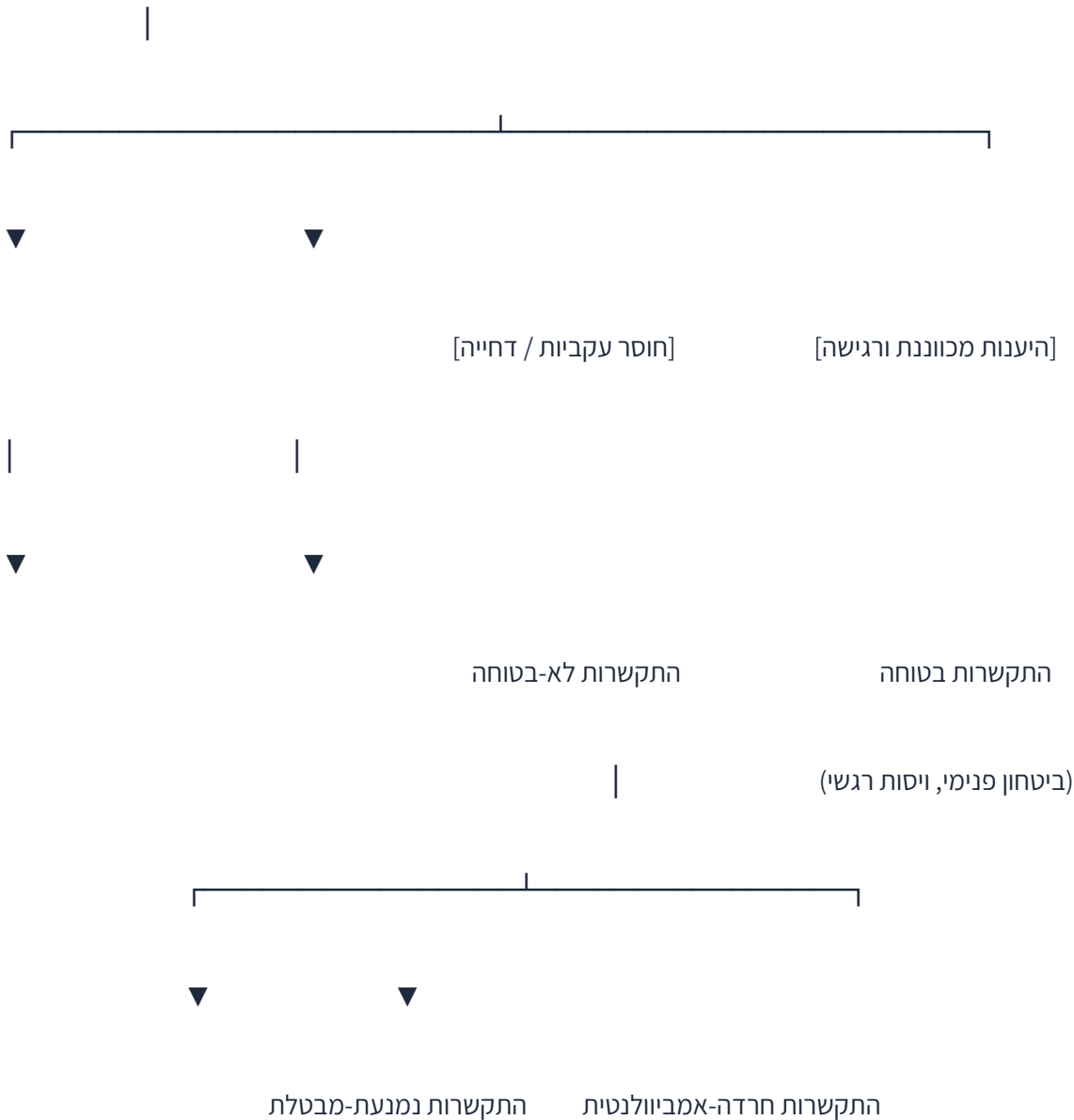
בצד השני מתועדת תגובת "קיפאון וריצוי" (Fawn/Freeze Response) של סימה, הנוטלת על עצמה ניהול לוגיסטי ורגשי של הקשר בניגוד לקצב חייה הפנימי והחיצוני, מתוך תחושת לכידות, חרדת אשמה ומניעת קונפליקט.

המאמר מנתח את האטיולוגיה ההתפתחותית של דפוסי ההתקשרות (ההתקשרות בטוחה, חרדה-אמביוולנטית ונמנעת-מבטלת), עומד על הצטלבות הדינמיקה הזו עם מיניות מנותקת וטראומה בין-אישית, ומציע קווים מנחים להתערבות טיפולית ופסיכו-אדווקציה ביחסים זוגיים בעלי אופי כופה וסמוי.

1. רקע

תיאורטי: אטיולוגיה של דפוסי התקשרות

תיאוריית ההתקשרות (Bowlby, 1969, 1973, 1980; Ainsworth et al., 1978) מניחה כי החוויות הבין-אישיות המוקדמות עם הדמויות המטפלות (Caregivers) מופנמות לכדי "מודלי עבודה פנימיים" (Internal Working Models - IWM) של העצמי ושל האחר. מודלים אלו מכתיבים לאורך מעגל החיים את דרכי הוויסות הרגשי, את תפיסת האמון והקרבה, ואת האופן שבו מתנהלת המיניות הזוגית (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer & Shaver, 2016). [התקשרות מוקדמת]



(היפראקטיבציה, רעב לקרבה, (דה-אקטיבציה, ניתוק רגשי,

חרדת נטישה, כפיית אינטימיות) עצמאות-יתר, מיניות תסריטית)

1.1 התקשרות בטוחה (Secure Attachment)

- **אטיולוגיה:** צומחת על רקע טיפול הורי רגיש, זמין ומכוון (Maternal Sensitivity & Attunement). המטפל משמש כ"בסיס בטוח" (Secure Base) לחקירת העולם וכ"חוף מבטחים" (Safe Haven) בעת מצוקה.
- **ביטויים בבגרות ובזוגיות:** תפיסה חיובית של העצמי ("אני ראוי לאהבה") ושל האחר ("האחר נגיש ואמין"). יכולת לשאת אינטימיות, מרחב ונפרדות ללא חרדה מוצפת. המיניות מבוססת על חיבור הדדי, הדדיות רגשית (Reciprocity), קשב לשפת הגוף של הפרטנר והיעדר כפייה.

1.2 התקשרות חרדה-אמביוולנטית (Anxious-Ambivalent / Preoccupied Attachment)

- **אטיולוגיה:** מתפתחת בתגובה לטיפול הורי בלתי עקבי ובלתי צפוי. ההורה לעתים חם ומגונן-יתר ולעתים מרוחק או חסר סבלנות, לרוב בהתאם למצבו הרגשי של ההורה ולא לצרכי הילד. הילד מפתח אסטרטגיה של **היפראקטיבציה** (Hyperactivation) – ערנות-יתר לסימני נטישה והגברת אותות המצוקה כדי לשמר את תשומת הלב של המטפל.
- **ביטויים בבגרות ובזוגיות:** חרדת נטישה עמוקה, תלותיות, צורך תמידי באישור (Reassurance Seeking), קושי לשאת שקט, שהות או נפרדות. נטייה לכפיית קרבה מואצת, שימוש בנאומים מרובי פאתוס ("ריפוי", "שפע", "זכיתי"), והפעלת מניפולציות של רגשות אשמה (Guilt-tripping) כאשר בן/בת הזוג מציבים גבולות בריאים. במיניות, הדפוס מתבטא לעתים בדרישת ביצועים ואישורים חיצוניים כדי להשקיט ריקנות פנימית.

1.3 התקשרות נמנעת-מבטלת (Avoidant-Dismissing Attachment)

- **אטיולוגיה:** תוצר של דחייה הורית כרונית, קור רגשי או דיכוי של גילויי תלות ומצוקה. הילד לומד שהבעת צורך מובילה להרחקה, ומפתח אסטרטגיה של **דה-אקטיבציה** (Deactivation) – כיבוי מערכת ההתקשרות, הסתמכות עצמית כפייתית (Compulsive Self-Reliance) והכחשת חשיבותם של קשרים אינטימיים.
- **ביטויים בבגרות ובזוגיות:** רתיעה מתלות רגשית, הימנעות משיחות עומק אותנטיות, שמירה על מרחק וקושי בשיתוף רגשי אמיתי. במיניות, קיים פעמים רבות פיצול בין מין לרגש (Splitting of Sex and)

Affection) — שימוש במין מכני, תסריטי או פורנוגרפי המנותק מהאדם שממול, תוך התמקדות בגירוי פיזי או כיבוש שמנטרל אינטימיות חשופה ופגיעה.

1.4 מנגנון הריצוי והקיפאון (Fawn & Freeze Responses)

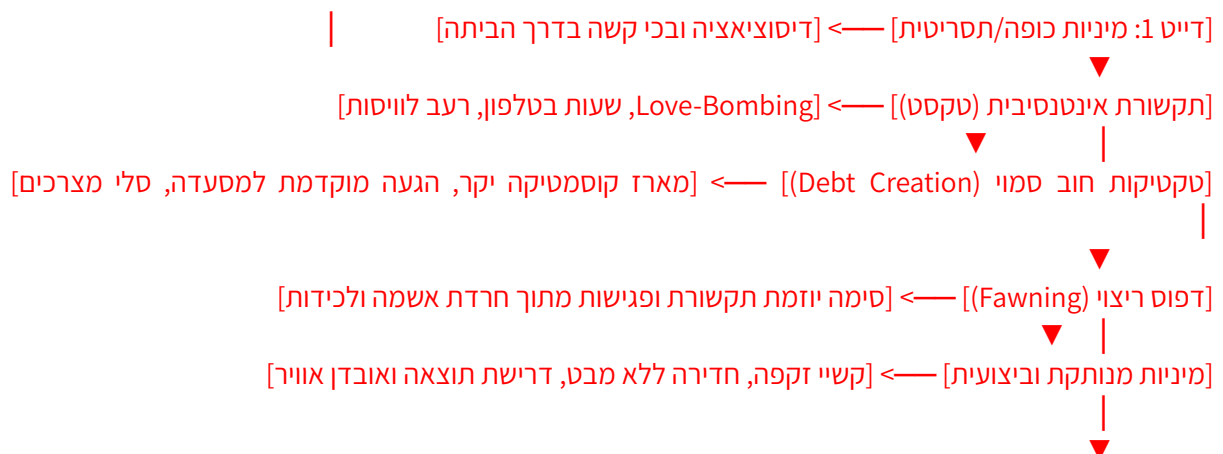
במודלים של טראומה בין-אישית (Polyvagal Theory - Porges, 2011; Walker, 2013), מנגנון ה-Fawn מוגדר כתגובת הישרדות שבה הסובייקט מנסה להתמודד עם איום או חדירה לגבולות באמצעות היענות, ריצוי, פייסנות וויתור על צרכיו האישיים. כאשר תגובת הריצוי משתלבת עם Freeze (שיתוק/ניתוק), האדם מתפקד "טכנית" בתוך הסיטואציה (השתתפות בפועל, קביעת פגישות), בעוד שמערכת העצבים חווה הצפה, מועקה ומצוקה קשה הבאה לידי ביטוי בבכי ובסומטיזציה לאחר המעשה.

2. תיאור המקרה (Case Presentation): סימה ואבי

2.1 פרופיל המשתתפים ורקע

- **סימה (בת 45, נהריה / צפון הארץ):** גרושה, אם לילדים, גננת, מנהלת עצמאית את ביתה. מציגה יכולות אמפתיה גבוהות, מורגלת בעמדת הכלה והחזקה (Holding), שואפת לקשר נעים, מדוד, הדרגתי ושומר גבולות.
- **אבי (בן 58, חיפה והסביבה):** גרוש, אב לילדים בוגרים, אוהב חברה ופנאי ועובד כמדריך שחייה. מציג תגובות ניכרות במצב הרוח, חרדה סביב תפקוד ובדידות, צורך באינטנסיביות בלתי פוסקת ורעב עמוק לאישור חיצוני.
- **אופן ההיכרות ומסגרת הזמן:** הקשר נוצר דרך היכרות מצד חברה משותפת ונמשך שלושה שבועות עד חודש ימים, תוך שילוב בין תקשורת דיגיטלית אינטנסיבית ב-WhatsApp לבין מפגשים פיזיים תכופים.

2.2 הכרונולוגיה של הקשר והדינמיקה הזוגית



[משבר אירוע יום ההולדת] —> [מתקפה טרום-שינה על היעדר גרנדיוזיות, מחיקת ההשקעה]



[חדירה ללו"ז ונצמדות גופנית] —> [נצמדות מ-10:00 עד 14:30, רמיסת עוגן איסוף הילדים]



[קריסת המערכת והתפכחות] —> [הכרה במחיר הגבולות, תשישות, בחירה בניתוק כתוב ומוגן]

א. דייט ראשון: קפיצה למיניות מנותקת ותגובת אבל סומטית

כבר במפגש הראשון הוביל אבי את המפגש למיניות מפורשת בעלת אופי פורנוגרפי מובהק. סימה, מתוך הפתעה, אי-הבנה של המצב ורפלקס ריצוי (Fawn/Freeze), שיתפה פעולה באופן מלא. אולם, מיד לאחר עזיבת המקום ובדרכה לביתה ברכבה, חוותה קריסה רגשית ובכתה שעות. בכי ממושך ומטלטל זה מהווה אינדיקציה קלינית מובהקת לחציית גבול פנימי חריפה — מצב שבו הגוף פעל מתוך ציות וריצוי, בעוד הנפש חוותה חילול, ניכור וחוסר התאמה לערכיה ולצרכיה.

ב. מיניות מכנית, ביצועית ומנותקת (Desomatized Sexuality)

לאורך השבועות העוקבים, המיניות בין השניים המשיכה לשאת אופי של תסריט פורנוגרפי נוקשה, מנותק ולא הדדי:

1. **קשיי זקפה ופיצוי ביצועי:** המפגשים המיניים לוו בקשיים חוזרים ונשנים של אבי להגיע לזקפה ולשמר אותה. במקום לשהות באינטימיות פגיעה, תקשורתית ומרגיעה, הגיב אבי בהסלמה טכנית ומאומצת שמטרתה להוכיח "הצלחה" מינית בכל מחיר.
2. **אובססיה ל"שפיכה נשית" (Squirting) כמדד הישגי:** אבי השקיע מאמצים כפייתיים וממושכים להביא את סימה לשפיכה נשית שוב ושוב. אף שתגובה פיזיולוגית זו הושגה, עבור סימה לא היה מדובר במטרה, במשאלת לב או בעונג מחובר, אלא בפרויקט ביצועי וטכני של הפרטנר שנועד להזין את תחושת הגבריות והערך העצמי שלו על גופה.
3. **אובדן ויסות ונשימה (נישוק כופה):** סימה דיווחה על נישוק אגרסיבי, בלתי פוסק, עד למצב פיזיולוגי שבו חשה מחנק ולא יכלה לנשום. נישוק כזה אינו מבטא תשוקה הדדית אלא בליעה, השתלטות וחוסר קשב מוחלט לשפת הגוף ולצורך הבסיסי באוויר ובסנכרון.
4. **חדירה בתנוחת "דוגי סטייל" וסטירות (Spanking):** החדירה התאפשרה כמעט אך ורק בתנוחה עורפית/אחורית (המונעת קשר עין, אינטימיות פנים-אל-פנים ופגיעות רגשית), ולוותר בסטירות עזות. סימה חוותה זאת כחווייה "תלושה, מנותקת ומנוכרת לחלוטין" — המחשה ברורה לחדירה שבה הפרטנר מקיים אינטראקציה עם אובייקט פנטזיונרי ולא עם אישה שלמה ונוכחת.

ג. טקטיקות של יצירת חוב סמוי (Covert Indebtedness) ו"נתינה חודרנית"

במקביל למינויות המנותקת, הפעיל אבי שורה של מחוות מציפות שנועדו לכאורה להפגין נדיבות, אך בפועל יצרו חוב רגשי ומלכוד:

1. **מחוות חומריות בלתי מידתיות בדייט מוקדם:** בדייט השלישי הופיע אבי עם מארז מיוצרי קוסמטיקה יוקרתי וענק ששוויו הוערך בלפחות 400 ש"ח. מחווה כזו בשלב כה בוסרי הציבה את סימה בעמדת נחיתות מוסרית ומחויבות מוקדמת, והקשתה עליה להציב גבולות או להאט את הקצב מחשש להיתפס כ"כפוית טובה".
2. **הקדמה שיטתית והמתנה כקרבנות (דפוס המסעדה):** לקראת מפגש שנקבע במסעדה איטלקית, הגיע אבי כחצי שעה לפני המועד המוסכם והמתין לה. פעולה זו הפעילה אצל סימה דריכות ותחושת אשמה סמויה על כך שהיא "גורמת לו לחכות", למרות שהיא עצמה הגיעה בזמן.
3. **נתינה חודרנית ומחיקת גבולות (אירוע המכולת):** כאשר אבי שהה במרכול לקראת ביקור בביתה ושאל מה להביא, סימה הגדירה צורך מינימלי, פשוט ומוגדר היטב: מעדן מילקי יחיד. תגובתו בפועל הייתה הצפה קולוסאלית: הוא הגיע עם ארגזים עמוסים – פירות מובחרים, גבינות בוטיק יקרות, קילוגרמים של נתחי דג/בשר טרי, ממרחים מיוחדים, שמנים ומשקאות. מחווה זו ביטלה את רצונה המובע, כפתה עליה תעסוקה סביב פינוי מקום במקרר ואחסון, ומנעה ממנה כל אפשרות להביע אי-נחת, שכן כל ביקורת הייתה מתוויגת כ"חוסר יכולת לקבל שפע".

ד. קמפיין התקשורת הדיגיטלית (Hyper-Connectivity) ומלכודת הריצוי

- ב-WhatsApp הפעיל אבי נוכחות בלתי פוסקת – הודעות בוקר ולילה מוקפדות, שירים, שיתופים תכופים בתנודות מצב רוחו ("מיני משבר יום א'", שיחות קשות עם משפחתו, צורך בהרגעה) ושיחות נפש של שעות.
- הוא השתמש במילים מרחיקות לכת ביחס למשך ההיכרות: "אני יודע עמוק בתוכי כמה ריפוי צמיחה אהבה ושפע אני זוכה בקשר... איתך", "זכיתי", "איזה מתנה קיבלתי".
- **מלכודת הריצוי (Fawning):** בתגובה ללחץ הסמוי, לדרישה התמידית לזמינות ("את לא זמינה, הכל בסדר?") ולחשש להיראות "לא בסדר" או "מאכזבת", מצאה את עצמה סימה מתאמת עמו **שלושה דייטים בשבוע**. על אף שפורמלית הייתה זו היא שיזמה חלק מהמועדים (עובדה שאבי השתמש בה כדי להסיר מעצמו אחריות), בפועל הייתה זו פעולה מתוך דחק, לכידות ומניעת אשמה, שחרגה לחלוטין מקיבולת הזמן, הבית, הילדים והעבודה שלה.

ה. אירוע יום ההולדת: מתקפה טרום-שינה, מחיקת השקעה וחדירה ללו"ז הילדים

אירועי יום ההולדת זיקקו את הדינמיקה הכופה לשיאה בשני שלבים מובחנים:

1. המתקפה הטרומ-שינתית ומחיקת הסובייקט:

סימה פינתה במיוחד זמן מחייה העמוסים (ואף פינתה יום חופש מעבודתה), הכינה ארוחת ערב, יצרה פנאי משותף ופרטי, ותכננה ליום המחרת יום חופש מלא שכלל סיור בתערוכה ייחודית, בילוי בטבע ושמחה. אבי, שהקדים בצהריים בשלוש שעות והמתין בבית קפה בזמן שסימה הייתה עם ילדיה, הפך המתנה זו לחוב מוסרי.

בלילה, ברגע הפגיע ביותר שבו סימה החלה להירדם והייתה מותשת לחלוטין, פנה אליה אבי ושטח בפניה את אכזבתו העמוקה מכך שלא טרחה עבורו יותר ולא הכינה "משהו גרנדיוזי יותר". סימה, מתוך רצון לשמור על כבודו ולא להרוס, ביקשה לדחות את השיחה לבוקר. היא חוותה עיוורון מוחלט מצדו כלפי מאמציה (ארוחת הערב, האינטימיות הפרטית והתוכניות שלמחרת) – מהלך שביטל לחלוטין את הנראות והסובייקטיביות שלה.

2. חבלה בתוכניות (Sabotage) וחדירה כוחנית ללוח הזמנים:

כל אחד הלך לישון בנפרד מתוך מועקה. בבוקר שלמחרת, במקום לממש את התוכנית המקורית – לצאת לטייל, לבקר בתערוכה, לשמוח ולהנות – החליף אבי את הבילוי ב**נצמדות גופנית כופה ושיחות רגש על פצעי ילדות וקשר הישואין הממושך בו חווה דחייה וניכור. שיחות שנמשכו מ-10:00 בבוקר ועד 14:30 בצהריים.**

חדירה זו התרחשה תוך רמיסה מודעת של גבול זמן קריטי: המפגש תואם מראש להסתיים ב-14:00 לכל המאוחר, שכן לסימה היו ילדים לאסוף. בהחזקתה עד 14:30 תוך נצמדות פיזית ומניפולציה רגשית, יצר אבי כפייה כפולה: מנע ממנה את המרחב הפיזי שלה, ואיים על תפקודה ההורי הבסיסי ביותר.

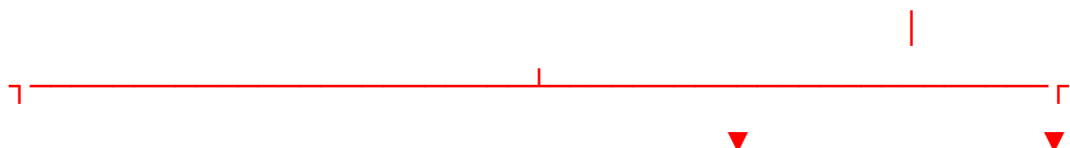
3. דיון קליני וניתוח המקרה

3.1 הצטלבות דפוס חרד-תובעני ומיניות פורנוגרפית (The Anxious-Hypersexual/Pornographic Axis)

אבי מציג שילוב מורכב בין התקשרות חרדה-אמביוולנטית ברמה הרגשית לבין דפוס נמנע-מנותק ברמה

המינית:

[הציר הנפשי של אבי]



[המישור הסומטי-מיני: מנותק]

[המישור הרגשי-תקשורתי: חרד]

- פיצול בין מין לרגש (Splitting)

- רעב תמידי לאישור וויסות

- הצפת חיבה (Love-Bombing) - תסריט פורנוגרפי נוקשה
- תובענות וזכאות (Entitlement) - הימנעות מקשר עין (תנוחה אחורית)
- מניפולציות אשמה ותקיפה טרום-שינה - קשיי זקפה ופיצוי באמצעות כוחניות
- חבלה בתוכניות ורמיסת לו"ז הילדים - אובססיה למדדי ביצוע ושפיכה נשית

1. **חרדת נטישה, זכאות (Entitlement) ותוקפנות מוסויות:** השימוש של אבי במונחי "ריפוי ושפע" אינו מייצג התקשרות בטוחה אלא האדרה (Idealization) שנועדה לקשור את סימה לתפקיד "המזינה הרגשית". ברגע שסימה מציבה גבול של עבודה, עייפות או שינה, החרדה שלו מתורגמת לעלבון תוקפני ותלונות על חסך ("לא עשית משהו גרנדיוזי"). העיתוי שבו בחר לשטוח את טענותיו — ברגע ההירדמות, שבו כוחות הוויסות וההגנה של הפרטנרית בשפל — מהווה דפוס של שחיקה פסיכולוגית (Deprivation Strategy).
2. **המיניות כתסריט פיצוי (Desomatized & Scripted Sex):** קשיי הזקפה של אבי חושפים חרדת ביצוע עמוקה ופגיעות נרקיססטית. כדי להגן על עצמו מפני תחושת הכישלון, הוא מפעיל תסריט מיני שנלקח מעולם הפורנוגרפיה (Dworkin, 1989; Kimmel, 2005) — שליטה בגוף האישה, שפיכה נשית כמדד גברי להצלחה, חדירה ללא מבט (דוגי סטייל) וסטירות. במרחב זה אין מפגש אינטימי בין שני סובייקטים (I-Thou) לפי (Buber), אלא שימוש באחר כאובייקט לאישור עצמי (I-It).
3. **נתינה חודרנית (Intrusive Giving) וכיבוש טריטוריאלי:** המארז היקר, ההקדמות השיטתיות, ערימת ההודעות והמחמאות, והמתיחה של הדייט מעבר לשעת איסוף הילדים — כולם מייצגים מנגנון של כיבוש סמוי. דרך המחוות הללו הוא קנה "זכאות מוסרית" לדרוש בלעדיות, זמינות והכלה, תוך נטרול יכולתה של סימה להתקומם.

3.2 תגובת הריצוי (Fawning), שחיקת גבולות ודיסוציאציה סומטית אצל סימה

עבור סימה, הדינמיקה מהווה "מלכודת טיפולית ומגדרית":

- **הסכמה כפויה מתוך ריצוי (Appeasement):** המעבר המהיר למין בדייט הראשון והשתתפותה במערך המיני למרות הזרות שחשה, משקפים תגובת **Fawn/Freeze**. מול אינטנסיביות גברית חודרנית, מנגנון ההישרדות של נשים רבות מנווט לעבר ריצוי כדי להימנע מעימות או מדחייה, במחיר של ניתוק סומטי זמני (Van der Kolk, 2014). הבכי בעת הנסיעה הביתה הוא "חזרת הגוף לתחושה" — ביטוי לדיסוננס העמוק בין הפעולה החיצונית לבין המצוקה הפנימית.
- **הזמנת פגישות מתוך לכידות רגשית:** העובדה שסימה קבעה עמו שלושה מפגשים בשבוע אינה מעידה על רצון חופשי אותנטי, אלא על תמרון באמצעות חרדת אשמה. כאשר פרטנר דורש רציפות ומתלונן על היעדרות, האדם המרצה לוקח יוזמה כדי "להקדים תרופה למכה" ולהפחית את רמת החרדה של הפרטנר, ובכך משלם במחיר של שחיקה והזנחת עולמו האישי.

- **ההתפכחות הקלינית:** אירוע יום ההולדת (המתקפה לפני השינה והנצמדות מ-10:00 עד 14:30 על חשבון הילדים) היווה עבור סימה נקודת שבר הכרתית (Epistemic Breakthrough). הפער הבלתי נסבל בין ההשקעה שלה (ארוחה, יום חופש, תכנון) לבין התביעה הבלתי פוסקת שלו לעוד לצד כפיית מגע פיזי וגרירת זמנים, מוטט את אשליית ההדדיות והבהיר לה כי הישארות בקשר תחייב אותה להיות בתפקיד תמידי של "שוטרת גבולות" ומתסכלת סדרתית.

4. השוואה קלינית של דפוסי ההתקשרות והמיניות

מאפיין	התקשרות בטוחה (Secure)	אבי (חרד-תובעני / מיניות תסריטית)	סימה (מרצה / תגובת Fawn)
אטיולוגיה התפתחותית	היענות הורית רגישה, מכווננת ורציפה.	טיפול הורי לא עקבי; חרדת נטישה מוסווית בריכוז עצמי.	דפוס שבו ערך עצמי נבנה דרך מתן מענה לאחר, טיפול והכלה.
קצב יצירת הקשר	הדרגתי, מאוזן, מאפשר נשימה ומרחב אישי.	מואץ, מציף, תובעני, שימוש בהצהרות דרמטיות מוקדמות.	רצון בקצב איטי שנדרס עקב חוסר נעימות וחרדת אשמה.
אופי הנתינה והמחוות	מותאמות לצורך המובע, מדודות, ללא הפעלת לחץ.	"נתינה חודרנית", מארז קוסמטיקה יקר, הצפת מצרכים, הקדמות שיוצרות חוב.	קבלת המחוות מתוך מבוכה וחיוך מאולץ כדי למנוע עימות.
חוויית המיניות	מחוברת, קשובה, הדדית, נטולת כפייה ופתוחה לפגיעות.	ביצועית, פורנוגרפית, מנותקת, קשיי זקפה, חדירה עורפית וסטירות.	מנותקת, נחוות כחודרנית ומציפה; השתתפות מתוך ריצוי ובכי מאוחר.
תגובה לגבולות ולזמנים	קבלה בכבוד, עמידה מדויקת בלוח זמנים, רגישות לילדים.	תקיפה טרום-שינה, מחיקת ההשקעה, נצמדות כופה מ-10:00 עד 14:30 ופגיעה באיסוף הילדים.	תחושת אשמה כבדה, מאמץ לפייס, בקשה לדחות שיחה, תחושת לכידות ומחנק.
סגנון סיום הקשר	שיחה ישירה, אמפתית, משחררת ומכבדת.	ניסיונות שכנוע, מניפולציות אשמה, זכאות ודרישה לבירור מעמיק.	צורך בניתוק חד, מוגן וכתוב (טקסט) כדי לבלום שאיבה מניפולטיבית.

5. המלצות קליניות והתערבות טיפולית

1. **ולידציה של האינטואיציה הסומטית (Somatic Attunement):** בטיפול בסימה, ההתערבות הראשונית חייבת לתת תוקף מלא לתגובות הגופניות שלה — הבכי ברכב לאחר המפגש הראשון, תחושת המחנק בעת הנשיקות, והזרות מול הסטירות, החדירה העורפית והנצמדות הפיזית

הכופה בבוקר יום ההולדת במקום בילוי פנאי בתערוכה. הגוף זיהה חציית גבולות עוד לפני שההכרה הקוגניטיבית עיבדה זאת במלואה.

2. **פירוק תגובת הריצוי וזיהוי "נתינה חודרנית" וחבלה בזמנים:** עבודה על זיהוי הרגע שבו "לא נעים לי" הופך לפעולה אקטיבית המנוגדת לרצון (כמו קביעת פגישות רבות או חיוך מול סלי מצרכים לא רצויים). חיזוק היכולת לזהות שפגיעה בלוח הזמנים של הילדים ותקיפה ברגעי עייפות אינן "אי-הבנה", אלא רמיסה פעילה של גבולות אוטונומיים.

3. **סיום קשר מבוצר ומוגן (Boundaried Termination):** במצבים שבהם בן הזוג אינו מסוגל לקבל גבולות ומשתמש בשיחות נפש, במגע ובטקטיקות שחיקה כאמצעי כפייה, ניתוק חד וכתוב (הודעה טקסטואלית ב-SMS/WhatsApp) אינו מעשה פחדני אלא **פעולה של הגנה עצמית (Self-Preservation)**. יש להנחות את המטופלת להימנע משיחות טלפון או ממפגשי פרידה, מהחווים כר פורה להפעלת מניפולציות נוספות.

מראי מקום (References)

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. Basic Books.
- Buber, M. (1958). *I and Thou* (R. G. Smith, Trans.). Charles Scribner's Sons.
- Dworkin, A. (1989). *Pornography: Men possessing women*. E.P. Dutton.
- Gouldner, A. W. (1960). The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American Sociological Review*, 25(2), 161–178.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Helgeson, V. S., & Fritz, H. L. (1998). A theory of unmitigated communion. *Personality and Social Psychology Review*, 2(3), 173–183.
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection*. Brunner-Routledge.
- Kimmel, M. (2005). *The gender of desire: Essays on male sexuality*. State University of New York Press.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.
- Strutzenberg, C. C. (2016). *Love-bombing: A narcissistic approach to relationship formation*. The Pennsylvania State University.
- Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.
- Walker, P. (2013). *Complex PTSD: From surviving to thriving: A guide and map for recovering from childhood trauma*. Azure Coyote Publishing.