

המודע הלא-מודע: בחינה מחודשת של מבנה המודעות והחקירה האנושית

ד"ר פינקי פיינשטיין, כתב העת הפסיכו-קריאטיבי,

מאמר מיוחד, אוגוסט 2026

תקציר

מאמר זה מציע בחינה מחודשת ויסודית של היחסים בין המודע לבין הלא-מודע בחוויה האנושית. הוא מערער על ההנחה המקובלת שלפיה הלא-מודע מייצג תחום מופחת או בלתי נגיש של מודעות, ומציע כי מה שנהוג לכנות "הלא-מודע" עשוי למעשה להוות צורה רחבה יותר ושונה מבחינה איכותית של תודעה.

בהסתמך על דרך חקירה חווייתית, אינטואיטיבית ומבוססת-פרקטיקה, שהתפתחה לאורך כמה עשורים, המאמר בוחן את המגבלות המבניות של החשיבה המודעת, ובמיוחד את הסתמכותה על חשיבה ליניארית, צמצום וארגון מושגי. נטען כי אף שתהליכים אלה מאפשרים בהירות ותקשורת, הם גם מגבילים את הגישה לממדים של החוויה שאינם מתאימים למבנה שלהם.

המאמר בוחן את השלכותיה של מגבלה זו על החקירה הפסיכולוגית, תוך הדגשת תפקידה של אי-הוודאות כתנאי פורה ליצירת ידע, ואת החשיבות של שילוב דרכי חקירה המבוססות על דמיון, התנסות ואיכויות ילדיות. רעיונות אלה ממוקמים בתוך התבוננות רחבה יותר בהתפתחות מדעי האדם ובשלב הבא האפשרי בהתפתחותם.

במקום להציע מערכת תאורטית סגורה, המאמר מבקש לפתוח פתח מושגי חדש. הוא מציע כי דרכים מורחבות של מודעות וחקירה עשויות להתפתח באמצעות ארגון מחודש של היחסים בין המודע לבין הלא-מודע, כאשר שניהם נתפסים כהיבטים המקיפים ביניהם יחסי גומלין בתוך מערכת מאוחדת.

בעוד שהמאמר הנוכחי מתמקד בממדים המושגיים והמבניים של שינוי זה, עבודות פסיכו-קריאטיביות נוספות מפתחות דרכים מעשיות למפגש עם תחומים אלה באמצעות שיטות חקירה חווייתיות, אינטואיטיביות ויצירתיות.

מבוא

מסגרות פסיכולוגיות בנות זמננו מיקמו במידה רבה את התודעה המודעת כמוקד המרכזי של המודעות, בעוד שהלא-מודע נתפס כתחום משני, המאופיין בנגישות מוגבלת, בתהליכים נסתרים ובמודעות חלקית או נעדרת. במסגרת תפיסה זו, העבודה הפסיכולוגית הוגדרה כמאמץ להביא תכנים לא-מודעים אל ההבנה המודעת באמצעות פרשנות, ניתוח ואינטגרציה.

נקודת המבט הפסיכו-קריאטיבית מציעה הגדרה מחודשת ויסודית של המבנה הזה.

במקום לראות בלא-מודע תחום מצומצם יותר או בעל מודעות פחותה, היא מציעה כי מה שנהוג לכנות "הלא-מודע" מייצג צורה רחבה יותר ושונה מבחינה איכותית של תודעה. במובן זה, הלא-מודע אינו פשוט "פחות מודע", אלא ניתן להבינו כרחב יותר בהיקפו וכפועל על פי עקרונות מארגנים השונים מאלה של החשיבה המודעת.

שינוי זה אינו נובע מדחיית הידע הפסיכולוגי הקיים, אלא מהכרה במגבלה מבנית הקיימת בתוכו. המגבלה המרכזית טמונה בהנחה הסמויה שלפיה המודעות המודעת, כפי שהיא מובנת כיום, מגדירה את גבולות המודעות עצמה.

התודעה המודעת פועלת באמצעות תהליכים של בחירה, צמצום וארגון. כדי לתפקד, עליה לפשט את מורכבותה של החוויה ולתרגם אותה לצורות שניתן לעבד באמצעות חשיבה ליניארית ושפה. יכולת זו מאפשרת בהירות, תקשורת ופעולה מכוונת. עם זאת, היא גם מטילה מגבלה יסודית.

המגבלה של המודעות המודעת אינה נובעת מהיעדר חוויה, אלא מן ההכרח לצמצם את החוויה כדי שניתן יהיה לחשוב עליה. מה שאינו ניתן לצמצום, להבניה או לניסוח במידה מספקת, אינו נכלל במלואו בתוך שדה ההכרה המודעת.

כתוצאה מכך, ניתן להבין את המודעות המודעת כחלקית מבחינה מבנית. היא אינה חלקית בשל טעות, אלא מעצם האופן שבו היא בנויה.

מכאן נובעת השלכה משמעותית: בדרך כלל התודעה המודעת אינה מודעת למגבלות של דרך פעולתה שלה. היא נוטה להניח שמה שהיא מסוגלת לעבד מגדיר את מה שממשי, רלוונטי או בעל משמעות. בכך היא יוצרת גבול סמוי, המדיר ממדים של החוויה שאינם מתאימים לעקרונות הארגון שלה.

לעומת זאת, התהליכים שנהוג לייחס ללא-מודע אינם תלויים באותן צורות של צמצום. הם פועלים באמצעות דינמיקות אסוציאטיביות, אינטגרטיביות ולא-ליניאריות, ושומרים על קשר עם טווח רחב ומורכב יותר של מידע חווייתי.

מנקודת מבט זו, הלא-מודע אינו מאגר פסיבי, אלא אינטליגנציה פעילה הפועלת ללא הרף ומשתתפת בארגון החוויה האנושית ובהכוונתה.

תצפית נוספת עשויה להאיר עוד יותר את נקודת המבט המוצעת כאן. מאז שהוצג מושג הלא-מודע במסגרת החשיבה הפסיכואנליטית המוקדמת, התקבלה במידה רבה ההכרה בקיומו של תחום משמעותי המצוי מעבר למודעות המודעת. עם זאת, למרות הכרה זו, נעשתה תנועה מצומצמת יחסית לעבר חקירה ישירה של הלא-מודע כתחום העומד בפני עצמו.

הדבר מעלה שאלה חשובה. אם היבט מרכזי כל כך של החוויה האנושית מוכר כבר למעלה ממאה שנה, מדוע הוא לא נחקר באופן נרחב יותר? ייתכן שהמחסור היחסי בחקירה שיטתית אינו מעיד על חוסר חשיבותו, אלא דווקא משקף את מגבלותיהן של השיטות ששימשו כדי לגשת אליו. כאשר תחום מסוים אינו מתאים למבנים של חקירה ליניארית, הוא עשוי להיות מוכר מבחינה מושגית, אך להישאר בלתי נחקר מבחינה מעשית.

במובן זה, מעמדו של הלא-מודע בתוך התאוריה הפסיכולוגית עשוי להצביע בעצמו על אותה מגבלה המתוארת במאמר זה. זהו תחום שמכירים בקיומו, אך לא נכנסים אליו במלואו. יודעים עליו, אך לא מכירים אותו מתוך ההתנסות בו.

חשיבותה של נקודת מבט זו אינה טמונה רק בהשלכותיה התאורטיות, אלא גם ביכולתה לפתוח גישה אל תחום של החוויה האנושית שנותר ברובו בלתי נחקר. מה שמוצג כאן אינו רק ניסוח מחדש של ידע קיים, אלא הזמנה לפגוש היבטים של המציאות שזכו שוב ושוב לתשומת לב מועטה, לא משום שאינם נגישים, אלא משום שדרכי החקירה המקובלות לא התאימו לגישה אליהם.

במובן זה, נקודת המבט המוצגת במאמר מצביעה על טריטוריה שעדיין לא מופתה במלואה. כל עוד טריטוריה זו אינה נחקרת באופן פעיל, יכולתנו להבין אותה, לחקור אותה ולבוא עמה במגע נותרת מוגבלת. לפיכך, העבודה הנוכחית אינה מבקשת רק לפרש מחדש את הלא-מודע, אלא גם לעודד תנועה לעבר חקירה ישירה שלו, תוך הצבעה על האפשרות להרחבה משמעותית של תחום החקירה האנושית.

על המתודה: דרך חקירה חווייתית-אינטואיטיבית

נקודת המבט המוצגת במאמר זה צמחה מתוך תהליך חקירה ממושך שאינו תואם במלואו את מתודולוגיות המחקר המקובלות. היא תוצאה של כמעט שלושה עשורים של עיסוק מתמשך בעבודה טיפולית, בכתיבה, בהתבוננות ובצורת חקירה מתמשכת המתרחשת בתוך החוויה החיה של החוקר.

ניתן לתאר דרך חקירה זו כחוויתית, אינטואיטיבית, יצירתית ואינטלקטואלית. היא מתרחשת בנקודת המפגש שבין דמיון לבין חשיבה מובנית, ומתפתחת באמצעות תנועה מתמשכת בין התבוננות פנימית לבין אינטראקציה חיצונית. התהליך אינו מוגבל לפרוטוקולים שנקבעו מראש, אלא מתפתח באופן דינמי באמצעות מעורבות מתמשכת עם מגוון רחב של אנשים, מצבים ותופעות פנימיות.

במסגרת זו, ההבנה אינה נוצרת אך ורק באמצעות ניסויים מבוקרים או תיקוף פורמלי, אלא באמצעות הצטברות הדרגתית של תובנות העולות מתוך מגע חוויתי ישיר. תובנות אלה עוברות עידון לאורך זמן, לא רק באמצעות התבוננות וחשיבה, אלא גם באמצעות מפגש חוזר, וריאציות ואינטגרציה בין הקשרים שונים.

חשוב להבהיר כי המסקנות המוצגות כאן אינן מוצעות כ"הוכחה" במובן המקובל. היעדרה של הוכחה מסוג זה אינו נתפס כמגבלה של נקודת המבט, אלא כתוצאה של הטיעון עצמו שהיא מציגה. אם חקר החוויה האנושית מתבצע אך ורק באמצעות אותם מבנים ליניאריים ורדוקטיביים שזוהו כאן כמוגבלים, הרי שהיקף הדברים שניתן לגלות נותר מוגבל על ידי אותם מבנים.

מנקודת מבט זו, הניסיון לחקור את נפש האדם במלואה באמצעות כלים מתודולוגיים מקובלים בלבד עלול למנוע גישה לתחומים שאינם מתאימים לדרישותיהם. לפיכך, הגישה הנוכחית מאמצת כיוון אחר. במקום לנסות לצמצם את החוויה לקטגוריות שנקבעו מראש כדי לתקף אותה, היא מאפשרת לידע להתהוות באמצעות שילוב של התבוננות, חוויה חיה, חקירה באמצעות הדמיון והחופש ליצור מודלים מושגיים בדיאלוג עם הידע הקיים.

במובן זה, המתודה עצמה משקפת את תוכנו של המאמר. היא פועלת מעבר לאימות ליניארי נוקשה, לא מתוך התנגדות לקפדנות, אלא מתוך הכרה בצורך בדרכי חקירה מורחבות. לפיכך, הידע המוצג כאן ממוקם במרחב החורג מעבר להוכחה המסורתית – מרחב שבו ההבנה נוצרת מתוך שילוב בין חוויה, התבוננות וניסוח יצירתי.

היכולת לדעת שאינך יודע, ולא להתנגד לכך

יכולת מרכזית הנחוצה לסוג החקירה המוצע במאמר זה היא היכולת לזהות, בבהירות וביציבות, שאיננו יודעים, ולא למהר מיד לפתור מצב זה. יכולת זו אינה משקפת מחסור בידע, אלא צורה מסוימת של מודעות – כזו המסוגלת להישאר נוכחת בתוך אי-הוודאות מבלי לנסות לארגן, להסביר או להגיע למסקנה בטרם עת.

מנקודת המבט הפסיכו-קריאטיבית, ניתן להבין עמדה זו כצורה של **אי-וודאות מבוססת**. אין מדובר בבלבול וגם לא בפסיביות. זוהי עמדה פעילה, המתאפיינת בהכרה ברורה בגבולות ההבנה הנוכחית, לצד נכונות להישאר במגע עם מה שטרם קיבל מבנה או הגדרה.

עמדה זו יוצרת את התנאים הנחוצים להתפתחותה של דרך חקירה אחרת. כאשר האדם מסוגל להישאר במצב של "ידיעה שאינו יודע", מבלי להתנגד לכך, טווח רחב יותר של חוויה נעשה נגיש. במקום שהחוויה תסונן או תצומצם כדי להתאים למסגרות קיימות, מתאפשר לה להתפתח בצורתה שלה.

חשיבותה של יכולת זו טמונה בקשר שלה לחקירה. חלק גדול מן החקירה האנושית, במיוחד בהקשרים מובנים ואנליטיים, נוטה לנוע במהירות לעבר הסבר. הלא-נודע נחווה לעיתים קרובות כדבר שיש לפתור. אולם נטייה זו עלולה להגביל את עומק הדברים שניתן לגלות. כאשר אי-הוודאות נתפסת כבעיה שיש לסלק, תהליך החקירה מתקצר, והאפשרות להופעתן של צורות חדשות של הבנה עלולה להצטמצם.

לעומת זאת, הגישה הפסיכו-קריאטיבית רואה באי-הוודאות תנאי פורה ומחולל. דווקא בתוך המרחב הזה יכולות להופיע תפיסות חדשות, תובנות וצורות חדשות של ידע. הנכונות להישאר במצב זה מאפשרת לאדם להשתתף בדרך חקירה המתפתחת מתוך החוויה, במקום באמצעות פרשנות מיידי.

כיוון זה מגדיר גם תפקיד מסוים לחוקר. לדמותו של הצופה הנשאר מחוץ לתהליך ומנסה לנתח אותו ממרחק מצטרף כאן מודל אחר: **החוקר כמשתתף**. החקירה אינה מתבצעת רק "על" החוויה, אלא באמצעות מעורבות ישירה בתוכה.

חוקר שאינו נכנס אל תוך החוויה עלול להחמיץ היבטים משמעותיים של התופעות שהוא מבקש לחקור. ממדים מסוימים של החוויה האנושית, ובמיוחד אלה הקשורים לרגש, לאינטואיציה ולדינמיקה פנימית, אינם נגישים במלואם באמצעות התבוננות חיצונית בלבד. הם מחייבים השתתפות, נוכחות ונכונות לנוע בתוך השדה הנחקר.

במסגרת זו, תהליך החקירה הופך לחווייתי, דינמי ומחזורי. האדם נע באופן מתמשך בין חוויה לבין התבוננות. התבוננות אינן נכפות מראש, אלא מתהוות מתוך האינטראקציה עם החומר.

ניתן לתאר תהליך זה כהסכמה פנימית מתמשכת בין ודאות לבין אי-ודאות. מצד אחד קיימת הכרה יציבה בכך שלא הכול ידוע. מצד שני קיים אמון מספק בתהליך החקירה, המאפשר להמשיך לעסוק בו מבלי לדרוש פתרון מיידי. איזון זה מאפשר לחקירה להישאר פתוחה ובו-זמנית להמשיך להתקדם.

מבחינה מעשית, דרך חקירה זו נשענת בו-זמנית על כמה יכולות. היא כוללת חישה אינטואיטיבית, מעורבות רגשית, חקירה באמצעות הדמיון וביטוי יצירתי, לצד התבוננות אינטלקטואלית. יכולות אלה אינן פועלות בנפרד, אלא בתיאום זו עם זו. החוויה מייצרת את החומר, והתפקוד האינטלקטואלי מארגן ומנסח אותו לכדי מודלים מושגיים.

במובן זה, ידע אינו נוצר באמצעות ניתוח בלבד, אלא בתהליך רב-שכבתי שבו החוויה קודמת להבנה ומזינה אותה. הממד האינטלקטואלי אינו מוביל את התהליך, אלא מקבל, מארגן ומעדן את מה שעולה מתוך המעורבות החווייתית.

לפיכך, ניתן להבין את היכולת לדעת שאיננו יודעים ולהישאר במצב זה ללא התנגדות כתנאי יסוד לכל הגישה המתוארת כאן. היא מאפשרת לאדם לחרוג ממגבלותיה של ודאות מוקדמת מדי ולהיכנס אל דרך חקירה שהיא בעת ובעונה אחת פתוחה ופורייה.

התקרבות אל הלא-נודע: שליטה או השתתפות

שאלה מרכזית עולה ביחס לחקר החוויה האנושית: **כיצד אנו ניגשים אל הלא-נודע?**

אפשרות אחת היא לגשת אל הלא-נודע מתוך מטרה סמויה להפוך אותו לידוע. במסגרת גישה זו, הלא-נודע נתפס כדבר שיש לצמצם, להסביר ולשלב בתוך מסגרות הידע הקיימות. הבנה, במובן זה, מזוהה עם שליטה. הלא-נודע נעשה מקובל רק במידה שניתן לתרגם אותו למבנים מושגיים מוכרים.

גישה זו תואמת במידה רבה את אופן הפעולה הדומיננטי של החשיבה המודעת. כפי שתואר קודם לכן, התודעה המודעת פועלת באמצעות צמצום, ארגון והצורך ליצור קוהרנטיות בתוך גבולות מוגדרים. מתוך מבנה זה טבעי להניח שגם תהליך החקירה אמור לפעול על פי עקרונות דומים. לפיכך, אנו ניגשים אל הלא-נודע באמצעות כלים שנועדו לסלק את אי-הוודאות במהירות האפשרית.

אולם גישה זו נושאת עמה מגבלה מובנית. כאשר אנו פוגשים את הלא-נודע בעיקר כדבר שיש לשלוט בו או לפתור אותו, תהליך החקירה נעשה מוגבל על ידי אותם מבנים עצמם שמגדירים את הידוע. כתוצאה מכך, היבטים של החוויה שאינם מתאימים למבנים אלה עלולים להידחות, להצטמצם או להיות מסווגים באופן סמוי כחסרי רלוונטיות.

במובן זה, הלא-נודע אינו רק בלתי נחקר, אלא פעמים רבות עובר סינון עוד לפני שהחקירה מתחילה. מרכיבים שאינם ניתנים לעיבוד מיידי באמצעות חשיבה לוגית עלולים להיות מוזדריים מן ההתייחסות באופן לא-מודע. הם אינם נדחים באופן פעיל, אלא הופכים לבלתי נגישים משום שתשומת הלב אינה מופנית אליהם.

כיוון אחר נעשה אפשרי כאשר ניגשים אל הלא-נודע לא כאל בעיה שיש לפתור, אלא כאל **שדה שיש להיכנס אליו**. מנקודת המבט הפסיכו-קריאטיבית, הלא-נודע מובן כמרחב של פוטנציאל, המזמין חקירה

ולא פתרון. גישה זו מתאפיינת בנכונות להשתתף בתהליך המתפתח באמצעות תנועה, חוויה ואינטראקציה.

בגישה זו, החקירה מקבלת איכות שונה. היא עוסקת פחות בכפיית מבנה ויותר בהשתתפות בתהליך דינמי. האדם מאפשר לעצמו להיכנס אל חוויה מתפתחת שבה ההבנה נוצרת בהדרגה, במקום להיקבע מראש.

שינוי זה מחייב שינוי בעמדתה הפנימית של התודעה המודעת. הוא כרוך בהכרה בכך שלא כל תהליכי הידיעה יכולים להתרחש בתוך מסגרות החשיבה הליניארית. הוא מחייב גם להכיר בכך שהניסיון להחיל מסגרות אלה באופן אוניברסלי עלול להגביל את הגישה אל הדבר שאנו מבקשים לחקור.

מנקודת מבט זו, ניתן לראות בתודעה המודעת כמי שמחזיקה בהטיה מבנית. היא נוטה להניח שידע תקף אמור להיות נגיש באמצעות השיטות שלה עצמה. כאשר הנחה זו אינה נבחנת, היא עלולה ליצור צורה עדינה של נוקשות. הלא-נודע מוערך אז בהתאם למידת התאמתו למבנים הקוגניטיביים הקיימים, במקום שייגשו אליו בהתאם לתנאיו שלו.

דינמיקה זו עשויה ליצור גם צורה של התרחקות פנימית. מרכיבים של החוויה שאינם ניתנים להבנה מיידית עלולים להתפס כפחות רלוונטיים או כבעלי ערך נמוך יותר. לאורך זמן, הדבר עלול לתרום לצמצום שדה החקירה ולהפחתת היכולת לפגוש את מלוא טווח החוויה הפנימית.

במסגרת המושג "**המודע הלא-מודע**", דפוס זה משקף מצב מבני עמוק יותר. התודעה המודעת, אף שהיא מודעת בתוך התחום שלה עצמה, עשויה להישאר בלתי מודעת למגבלות המגדירות תחום זה. במובן זה, היא פועלת מתוך חלקיות שאינה מזוהה, ומניחה שהיא שלמה אף שהיא מתפקדת בתוך מגבלות.

מצב זה עשוי להתבטא גם בצורה עדינה של עליונות פנימית. מכיוון שהתודעה המודעת מסוגלת לנסח, להסביר ולחשוב באופן מכוון, היא עשויה למקם את עצמה באופן סמוי כסמכות המרכזית בתוך המערכת. דרכי ידיעה אחרות, ובהן תהליכים אינטואיטיביים, רגשיים וחוויתיים, עלולות לקבל ערך נמוך יותר או להתפס כמשניות.

עמדה כזו עלולה להגביל את עומק החקירה. כאשר התודעה המודעת שומרת על עמדה של שליטה ודומיננטיות שיפוטית, היא מצמצמת את האפשרות לפגוש תהליכים שאינם תואמים את המבנים שלה. שדה החקירה נעשה צר יותר, והפוטנציאל לגילוי פוחת.

לעומת זאת, כאשר האדם מסוגל לגשת אל הלא-נודע כהזמנה ולא כאל אתגר שיש להתגבר עליו, מתאפשרת צורת מפגש אחרת. גישה זו מתאפיינת בפתיחות, בסקרנות, במשחקיות ובנכונות להיכנס לתהליך חוויתי ללא דרישה מיידית לפתרון.

בתוך כיוון זה, הלא-נודע אינו דבר שיש לכבוש, אלא דבר שיש לפגוש. החקירה הופכת לתנועה של השתתפות במקום שליטה. ההבנה נוצרת כתוצר של המעורבות בתהליך, ולא כנקודת המוצא שלו.

שינוי זה אינו מבטל את תפקידה של התודעה המודעת, אלא ממקם אותה מחדש. במקום להוביל את התהליך באמצעות הבניה מוקדמת מדי, היא נעשית מסוגלת לקבל, לארגן ולנסח את מה שעולה מתוך המעורבות החוויתית.

בדרך זו, אופן ההתקרבות אל הלא-נודע הופך לגורם מכריע בתהליך החקירה כולו. השאלה אם ניגשים אליו באמצעות שליטה או באמצעות השתתפות קובעת לא רק מה ניתן לגלות, אלא גם כיצד היחסים בין המודע לבין הלא-מודע נחווים ומתפתחים.

הגישה הילדית: משחק, דמיון והרחבת החקירה

מרכיב חיוני, שלעיתים אינו מקבל תשומת לב מספקת בהרחבת החקירה האנושית, הוא מה שניתן לכנות **הגישה הילדית**. גישה זו אינה מתייחסת לרגסיה או לחוסר בגרות, אלא למכלול יכולות הנוכחות באופן טבעי בשלבי ההתפתחות המוקדמים, והולכות ופוחות או נדחקות לשוליים בהדרגה במהלך הפיכתו של האדם למבוגר המותאם לחברה.

ילדים מתאפיינים בדרך כלל ברמה גבוהה של סקרנות, פתיחות וספונטניות. הם נכנסים בקלות למשחק, נעים בגמישות בין דמיון לבין תפיסה ומגלים נכונות לחקור מבלי להזדקק למבנה או להסבר מידים. דרך המפגש שלהם עם העולם היא רחבה, אסוציאטיבית וחוויתית.

ככל שההתפתחות מתקדמת, האדם מקבל עידוד הולך וגובר לאמץ צורות חשיבה המעניקות עדיפות להיגיון, למבנה ולקוהרנטיות. אף שיכולות אלה חיוניות לתפקוד בתוך מערכות חברתיות מורכבות, הן מתפתחות פעמים רבות על חשבון דרכי מפגש אחרות. משחקיות, חקירה באמצעות הדמיון ופתיחות אל הלא-נודע עשויות להיות מוגדרות מחדש כמשניות, בלתי מעשיות או אפילו בלתי רלוונטיות. לאורך זמן, יכולות אלה עלולות להיעשות פחות פעילות או להיות מודרות מן ההשתתפות המודעת.

במסגרת המושג "המודע הלא-מודע", לשינוי התפתחותי זה יש השלכות משמעותיות. התודעה המודעת של האדם הבוגר, המעוצבת על ידי דרישות החשיבה הליניארית, עשויה להתחיל לפעול בתוך שדה חקירה מצומצם. בכך היא עלולה לאבד גישה לדרכי מפגש החיוניות לחקירת תחומים שאינם מתאימים למבנים שלה.

במובן זה, ניתן להבין את "המודע הלא-מודע" כצורת מודעות בוגרת שהתנתקה מן היכולות הילדיות שלה עצמה. היא פועלת ברמה גבוהה של ארגון ושלטה, אך ללא גישה מלאה לממדים החקרניים, הדמיוניים והחוויתיים שיכולים לאפשר לה להרחיב את טווח החקירה שלה.

התוצאה של ניתוק זה אינה רק צמצום היצירתיות, אלא גם מגבלה ביכולת לחקור היבטים מורכבים של החוויה האנושית. תחומים המחייבים גמישות, פתיחות ומעורבות לא-ליניארית נותרים נגישים באופן חלקי בלבד כאשר ניגשים אליהם אך ורק באמצעות חשיבה מובנית.

החזרתה של הגישה הילדית אל תהליך החקירה אינה, אם כן, חזרה לשלב התפתחותי מוקדם יותר, אלא **הרחבה של המערכת הבוגרת**. משמעותה היא שילוב מחדש של יכולות כגון משחק, דמיון, התנסות ונכונות לפגוש אי-ודאות מבלי לדרוש פתרון מיידי.

בתוך גישה זו החקירה נעשית דינמית יותר. האדם מאפשר לעצמו לנוע בתוך מרחבים חוויתיים ודמיוניים עוד לפני שהוא יוצר הסברים מובנים. ההבנה מתהווה מתוך האינטראקציה, במקום להיות מוטלת על החוויה מראש.

גישה זו מגדירה מחדש גם את תפקידו של החוקר. החוקר אינו ממוקם עוד באופן בלעדי כצופה חיצוני, אלא כמשתתף פעיל הניגש אל החומר באמצעות דרכי מודעות שונות. הניסוח האינטלקטואלי נותר מרכיב חשוב, אך הוא מגיע לאחר תהליך החקירה ולא לפניו.

את חשיבותה של גישה זו ניתן להמחיש באמצעות תיאורים של גילויים יצירתיים. הוצע כי תובנות תאורטיות משמעותיות, לרבות בתחום הפיזיקה, צמחו לא רק מתוך חשיבה אנליטית, אלא גם מתוך תהליכים דמיוניים וחוויתיים. אף שניתן לפרש תיאורים אלה בדרכים שונות, הם מצביעים על תפקידה של מעורבות דמיונית ולא-ליניארית ביצירת ידע חדש.

כאשר יכולות ילדיות, ובהן דמיון, משחקיות ופתיחות לחקירה, מודרות מתהליך החקירה, נוצרת מגבלה מבנית. מגבלה זו משקפת את אותו דפוס שתואר קודם לכן ביחס לחשיבה המודעת: הסתמכות על דרכי מפגש המצמצמות את המורכבות כדי שניתן יהיה להתמודד עמה.

לעומת זאת, כאשר יכולות אלה משולבות מחדש, שדה החקירה מתרחב. האדם נעשה מסוגל לפגוש תופעות שאינן מובנות, צפויות או ניתנות לצמצום באופן מיידי. הרחבה זו מאפשרת צורת חקירה רחבה יותר, הכוללת הן חשיבה מובנית והן חקירה חוויתית.

מנקודת מבט זו, הגישה הילדית אינה שולית לתהליך החקירה, אלא חיונית לו. היא מאפשרת גישה לממדים של החוויה שלא ניתן להגיע אליהם באמצעות חשיבה ליניארית בלבד. היעדרה תורם למצב המתואר כ"מודע הלא-מודע", ואילו שילובה מאפשר תנועה לעבר צורת מודעות רחבה וגמישה יותר.

במובן זה, ה"ילד" שנשאר פעמים רבות מאחור בתהליך ההתבגרות אינו חלק בלתי רלוונטי, אלא מרכיב חיוני ביכולתו של החוקר לחקור. שילובו המחודש של ממד זה מאפשר ליצור מחדש איזון בתוך המערכת, כך שדרכי ידיעה מובנות ודרכי ידיעה חקרניות יוכלו להתקיים זו לצד זו ולתמוך זו בזו.

מקרה אישי: מחוויה אינטואיטיבית למסגרת מושגית

נקודת המבט המוצגת במאמר זה אינה נובעת מהתבוננות תאורטית בלבד, אלא מתהליך ממושך של חקירה מתוך חוויה חיה. במובן זה, עשוי להיות מועיל להציג תיאור אישי, לא כהוכחה אמפירית במובן המקובל, אלא כמקרה הממחיש את התהליך שבאמצעותו התפתחו הרעיונות הנידונים כאן.

בסביבות גיל שלוש, לאחר השלמת ההכשרה הרפואית הפורמלית, הלכה והתבהרה תחושה פנימית של מגבלה. מגבלה זו נחוותה בעיקר בדמות ביקורת עצמית מוגזמת, שעיצבה הן את התפיסה והן את ההתנהגות. בתגובה לכך התקבלה החלטה לחרוג מן המסלול המקצועי המקובל ולהיכנס לתהליך של חקירה פנימית.

חקירה זו לא התנהלה בתחילה על פי מבנה שנקבע מראש. היא התפתחה באמצעות סדרה של חקירות אישיות והתנסויות חווייתיות. בתוך תהליך זה התגלה תרגול הציור האינטואיטיבי כמרכיב מרכזי. תרגול זה פתח גישה אל תחום של חוויה המאופיין בחופש, בספונטניות ובביטוי יצירתי, ובה בעת התקיים בתוך מסגרת מובנית שפיתחתי בעצמי.

בתוך מרחב זה התאפשר לעסוק בפעילות שאינה מחייבת עמידה בסטנדרטים חיצוניים של הערכה. הצורך ליצור תוצאות שיהיו "נכונות", "יפות מבחינה אסתטית" או מוצדקות מבחינה מושגית הונח בהדרגה בצד. במקום זאת, התהליך שם דגש על מפגש ישיר עם החוויה, ובכלל זה משחק, התנסות ומתן אפשרות לביטוי ללא פרשנות או תיקוף מידיים.

עם הזמן התרחש שינוי משמעותי. הממד האינטלקטואלי, שקודם לכן שלט בתהליך, לא נעלם, אלא חזר אליו בתפקיד אחר. במקום להוביל את החקירה, הוא החל ללכת בעקבותיה. התהליך החווייתי והיצירתי יצר את החומר, והתפקוד האינטלקטואלי ארגן אותו בהדרגה לכדי מודלים מושגיים.

מעבר זה סימן את תחילתה של תקופת חקירה ממושכת שנפרשה על פני כשלושה עשורים. במהלך תקופה זו המשכתי לחקור את התגליות החווייתיות הראשוניות, לעדן אותן וליישמן בהקשרים רבים, ובהם עבודה טיפולית, תהליכים קבוצתיים, הוראה וכתביה. התפתחותם של רעיונות אלה לא הוגבלה להתבוננות פנימית, אלא כללה אינטראקציה מתמשכת עם מגוון רחב של אנשים, שכל אחד מהם תרם להרחבתה ולתיקופה של המסגרת שהלכה והתפתחה.

חשוב לציין כי מסלול זה לא היה מתפתח באותה צורה ללא המפגש הראשוני עם הציור האינטואיטיבי. תרגול זה סיפק מרחב שבו דחפים יצירתיים טבעיים יכלו להתבטא ללא הגבלה, ואפשר גישה לממדים של החוויה שקודם לכן נותרו מחוץ למעורבות המודעת.

מנקודה זו התרחב תהליך החקירה. התאפשר לחקור את החוויה האישית מנקודת מבט רחבה יותר, שבה דרכי מודעות שונות יכלו לפעול בתיאום. היכולות האינטואיטיביות והדמיוניות, המזוהות לעיתים קרובות עם שלבי התפתחות מוקדמים יותר, שולבו מחדש לצד חשיבה מובנית ואנליטית.

בתוך מסגרת משולבת זו, החלה להשתנות גם ההבחנה בין היבטים שונים של העצמי. מה שנראה קודם לכן כתחומים נפרדים או מנוגדים - כגון אינטואיציה ואינטלקט, ספונטניות ומבנה, או מה שנהוג לכנות "הילד הפנימי" ו"העצמי הבוגר" - נעשה מסוגל לפעול באופן מתואם ובתמיכה הדדית.

ניתן להבין מסלול אישי זה כמקרה מסוים של התהליך הרחב יותר המתואר לאורך המאמר. הוא ממחיש כיצד שילוב של יכולות חווייתיות, דמיוניות ואינטלקטואליות יכול להרחיב את טווח החקירה ולאפשר גישה לתחומים שאינם נגישים בקלות באמצעות חשיבה ליניארית בלבד.

במובן זה, הדוגמה אינה משמשת כמסקנה, אלא כהזמנה. היא מציעה שהיכולות המתוארות כאן אינן ייחודיות לאדם אחד, אלא עשויות להיות זמינות באופן רחב יותר כאשר מתקיימים התנאים המאפשרים את הפעלתן.

השלב הבא בהתפתחות מדעי האדם: שילוב המודע והלא-מודע

מדעי האדם עברו תהליך התפתחות מרשים מאז התמורות האינטלקטואליות של תקופת הרנסנס. תמורות אלה אפשרו מעבר לעבר חקירה עצמאית, צמצמו את השפעתה של סמכות חיצונית על הידע וביססו את חשיבותן של ראיות ושל תיקוף כמרכיבים מרכזיים בחקירה המדעית. לאורך הזמן הובילה מגמה זו להתקדמות משמעותית בתחומים רבים, ובהם שכלול כלי התצפית, פיתוח מערכות מדידה והרחבתן של שיטות אנליטיות. התפתחויות אלה תרמו להאצה טכנולוגית משמעותית ולהופעתן של תמורות דיגיטליות מורכבות.

בה בעת, כחלק מן המבנה שהגדיר לעצמו, מדע האדם גם הטיל על עצמו מגבלות מסוימות. במאמציו להשתחרר מסמכות דתית ומפרשנויות שנכפו מבחוץ, הוא התרחק בהדרגה מתחומים שלא ניתן היה לבחון בקלות באמצעות חשיבה ליניארית. בכך צומצם בהדרגה טווח שיטות החקירה שנחשבו מקובלות.

לצמצום זה היו השלכות רחבות יותר. יכולות שהן אנושיות במהותן, ובהן אינטואיציה, דמיון, משחק, יצירתיות ומעורבות חקרנית, זכו לייצוג מצומצם יחסית במסגרת החקירה המדעית הפורמלית. אף שיכולות אלה ממשיכות להיות פעילות בתוך החוויה האנושית, תפקידן ככלי חקירה לגיטימיים נותר מוגבל, במידה רבה משום שאינן פועלות על פי המוסכמות של היגיון ליניארי והוכחה פורמלית.

תוצאה בלתי מכוונת של כיוון זה היא הגבלה חלקית של אותו דחף עצמו שהניע מלכתחילה את ההתפתחות המדעית: **הסקרנות**. ככל שהקריטריונים לתיקוף הוגדרו באופן צר יותר, ייתכן שגם הנכונות לחקור תופעות שלא ניתן להוכיח או להבנות באופן מיידי הלכה ופחתה. הדרישה לעמוד בסטנדרטים מסוימים של הוכחה השפיעה, במקרים מסוימים, לא רק על מה שמתקבל כידע, אלא גם על מה שנחשב ראוי לחקירה.

בהקשר זה, המדע, הנתפס לעיתים קרובות כביטוי הגבוה ביותר של האינטליגנציה האנושית וכמסגרת המוסדית המרכזית לחקר המציאות, עשוי להיות מובן כמערכת הפועלת בתוך גבול שהיא עצמה יצרה. אף שהרחיב את יכולותיו לכיוונים רבים, הוא גם הגביל את מעורבותו בתחומים שאינם תואמים את הנחותיו המתודולוגיות המקובלות. כתוצאה מכך, היבטים של האינטליגנציה האנושית שאינם מתיישבים עם החשיבה הליניארית עלולים להישאר מחוץ לשדה הראייה או להיחשב שוליים להתפתחות הידע.

נקודת המבט המוצעת במאמר זה מצביעה על האפשרות שהשלב הבא בהתפתחות מדעי האדם יהיה כרוך בבחינה מחודשת של גבולות אלה. באופן ספציפי, היא מצביעה על האפשרות לשלב בתוך המסגרת הרחבה של החקירה המדעית דרכי מודעות שבאופן מסורתי נקשרו למה שמכונה הלא-מודע.

בהקשר זה, להתפתחות הפסיכולוגיה יש תפקיד מרכזי. כדיסציפלינה העוסקת בהבנת המבנה והדינמיקה של נפש האדם, הפסיכולוגיה נמצאת בעמדה ייחודית המאפשרת לה להרחיב את טווח השיטות שלה. נקודת המבט הנוכחית מזמינה את הפסיכולוגיה לחקור את האפשרות שקיים תחום מושגי רחב יותר, הפועל באמצעות צורות תפיסה וביטוי השונות באופן משמעותי מאלה המזהות עם חשיבה ליניארית.

הכניסה אל תחום זה מחייבת שילוב של דרכי חקירה נוספות. אלה כוללות אינטואיציה, דמיון, משחק, יצירתיות, מעורבות חקרנית והיכולת להיכנס לתהליכים חווייתיים. אף שיכולות אלה נוכחות במידה רבה בחיי האדם, השימוש השיטתי בהן ככלי חקירה נותר מצומצם יחסית.

בהתבסס על חקירה חווייתית ממושכת ועל עבודה יישומית לאורך כמה עשורים, ניתן להבין יכולות אלה לא כשוליות, אלא כמרכזיות לצורך גישה לרבדים רחבים יותר של החוויה האנושית. כאשר הן מופעלות ומשולבות בתהליך החקירה, הן מאפשרות לפגוש תופעות שאינן נגישות בקלות באמצעות חשיבה אנליטית בלבד.

כיוון זה פותח אפשרות לצורה משולבת יותר של מדע, שאינה מוותרת על קפדנות, אלא מרחיבה את טווח הדברים שניתן לחקור. היא מזמינה לחקור מערכת יחסים דינמית בין מה שנהוג לכנות המודע

לבין מה שנהוג לכנות הלא-מודע, לא כתחומים נפרדים, אלא כהיבטים המקיימים ביניהם יחסי גומלין בתוך מערכת מאוחדת.

גישה כזו עשויה לכלול התמוססות הדרגתית של הגבול הנתפס בין התחומים הללו ופיתוח שיטות המאפשרות את האינטראקציה ביניהם באמצעות חוויה, התבוננות ומעורבות יצירתית. באמצעות תהליך זה ניתן יהיה לבחון באיזו מידה המודעות המודעת, כפי שהיא מובנת כיום, מוגבלת ביכולתה לתפוס את ההקשר הרחב יותר שבתוכו היא פועלת.

מכאן משתמע שינוי יסודי. ההכרה בכך שהמודעות האנושית עשויה לפעול במצב של מודעות חלקית, או במה שניתן לתאר כצורה של "אי-מודעות מודעת", פותחת אפשרות להמשך התפתחות. הכרה זו אינה מפחיתה מהישגיו של המדע הקיים, אלא ממקמת אותם בתוך רצף רחב יותר של חקירה.

מנקודת מבט זו, שילובן של יכולות חווייתיות, אינטואיטיביות ויצירתיות בתהליך החקירה עשוי לפתוח גישה לתחומים שבעבר נפגשו עמם באופן עקיף בלבד, למשל באמצעות חלומות, תובנות ספונטניות או רשמים אינטואיטיביים. כאשר ניגשים לתחומים אלה באמצעות שיטות מתאימות, הם עשויים להפוך לחלק מרמה חדשה של דיאלוג בין דרכי מודעות שונות.

הגישה הפסיכו-קריאטיבית ממקמת את עצמה בתוך כיוון מתהווה זה. באמצעות חקירה, תרגול ויישום מתמשכים, היא מבקשת לפתח ולעדן כלים התומכים בדיאלוג הזה. כלים אלה אינם מוצגים כתהליך לשיטות המדעיות הקיימות, אלא כהרחבות משלימות המגדילות את טווח החקירה ומאפשרות מפגש עם ממדים של החוויה האנושית שעד כה נחקרו במידה מועטה יחסית.

במובן זה, ניתן להבין את ההתפתחות המוצעת כאן לא כהתרחקות מן המדע, אלא כהמשך של הדחף המקורי שלו: הרצון לחקור, להבין ולפגוש את המציאות בביטויה המלא ביותר.

סיכום: פתיחת שדה לחקירה

נקודת המבט המוצגת במאמר זה מזמינה בחינה מחודשת של הדרכים שבהן הובנו ויושמו המודעות האנושית, הידע והחקירה. היא מציעה כי מה שהוגדר כגבולות המודעות עשוי למעשה לשקף את מגבלותיהן של הדרכים שבאמצעותן נחקרה המודעות.

באמצעות בחינה מחודשת של היחסים בין המודע לבין הלא-מודע, עבודה זו מצביעה על האפשרות שהחוויה האנושית מתרחשת בתוך שדה רחב יותר מזה הנגיש כיום באמצעות חשיבה ליניארית בלבד. השלכותיו של שינוי זה חורגות מעבר להתבוננות תאורטית ונוגעות ביסודות האופן שבו אנו ניגשים לחקירה עצמה.

לאורך המאמר הוצגה גישה שונה לידע. גישה זו כוללת את היכולת להישאר בתוך אי-ודאות, את הנכונות לגשת אל הלא-נודע כשדה של השתתפות ולא של שליטה, את שילובן של דרכי חקירה ילדיות ואת ההכרה בכך שהחוויה עשויה להקדים את ההבנה ולהזין אותה. יחד, מרכיבים אלה מצביעים על תנועה לעבר צורת חקירה רחבה ומכילה יותר, המאפשרת לדרכי מודעות שונות לפעול בתיאום.

נקודת מבט זו מגדירה מחדש גם את תפקידה של התודעה המודעת. במקום לשמש כסמכות היחידה הקובעת מהו ידע תקף, ניתן להבין אותה כמרכיב אחד בתוך מערכת רחבה יותר של אינטליגנציה אנושית. תפקידה נותר חיוני, אך הוא משתנה. היא יכולה לארגן, לנסח, להבחין ולתקשר את מה שעולה מתוך שדות רחבים יותר של חוויה, מבלי להניח שהיא המקור היחיד שממנו יכולה לצמוח הבנה.

במובן זה, המושג "המודע הלא-מודע" אינו מוצע כתיאור של כשל, אלא כהכרה במצב התפתחותי. המודעות המודעת עשויה להיות מודעת מאוד בתוך גבולותיה שלה, ובה בעת להישאר בלתי מודעת למערכת הרחבה יותר שבתוכה היא פועלת. ההכרה במצב זה יוצרת אפשרות לתנועה מעבר לו.

השלב הבא אינו מחייב את ביטול הגבול בין המודע לבין הלא-מודע, אלא שינוי ביחסים ביניהם. במקום היררכיה שבה המודע מפרש את הלא-מודע מעמדה של סמכות, יכולה להתפתח מערכת יחסים המבוססת על דיאלוג, סקרנות והשתתפות הדדית. בתוך מערכת יחסים כזו, הלא-מודע אינו עוד תחום שיש לחשוף או לפענח בלבד, אלא שותף פעיל בתהליך החקירה.

שינוי זה עשוי להשפיע לא רק על הפסיכולוגיה, אלא גם על הדרך הרחבה יותר שבה בני אדם ניגשים לידע. אם אינטואיציה, דמיון, משחקיות, יצירתיות ומעורבות חווייתית יוכרו כיכולות חקירה משמעותיות, לצד חשיבה אנליטית ומובנית, עשוי להיווצר שדה רחב יותר של חקירה אנושית.

אין הכוונה להחליף את השיטות הקיימות או להפחית מחשיבותן. להפך, הישגיה של החשיבה הליניארית והמדעית מספקים בסיס חיוני שעליו ניתן לבנות את השלב הבא. ההצעה היא להרחיב את המערכת כך שתוכל לכלול דרכי מפגש נוספות עם המציאות, במיוחד במקומות שבהם הכלים הקיימים מגיעים לגבולותיהם.

מנקודת מבט זו, החקירה האנושית יכולה להמשיך להתפתח באמצעות שילוב ולא באמצעות החלפה. האינטלקט אינו נדרש לוותר על תפקידו, והאינטואיציה אינה נדרשת להפוך לאינטלקטואלית כדי לקבל לגיטימציה. כל דרך ידיעה יכולה לתרום בהתאם לאיכויותיה הייחודיות, בתוך מערכת רחבה יותר של חקירה.

המאמר הנוכחי אינו מבקש לסגור את הדיון הזה, אלא לפתוח אותו. הוא מציע מסגרת ראשונית שבאמצעותה ניתן להתחיל לבחון מחדש את המבנה של המודעות האנושית ואת היחסים בין דרכי הידיעה השונות שבתוכה.

אם המודעות המודעת מסוגלת להכיר בכך שאינה מייצגת את מלוא טווח המודעות האנושית, עשוי להיפתח מרחב חדש של חקירה. בתוך מרחב זה, הלא-מודע אינו נתפס כאיום על הידע, אלא כמקור אפשרי להרחבתו.

במובן זה, השאלה המרכזית העולה מן המאמר אינה רק **מהו הלא-מודע?** אלא גם **איזה סוג של מודעות נדרש מאיתנו כדי שנוכל לפגוש אותו?**

הערה מסכמת: מן המסגרת המושגית אל החקירה המעשית

המאמר הנוכחי התמקד בעיקר בממדים המושגיים והמבניים של היחסים בין המודע לבין הלא-מודע. מטרתו הייתה לבחון את מגבלותיה של המודעות המודעת, להציע תפיסה רחבה יותר של הלא-מודע ולפתוח אפשרות לדרך חקירה המבוססת על דיאלוג בין דרכי מודעות שונות.

עם זאת, המסגרת המוצעת כאן אינה מיועדת להישאר ברמה התאורטית בלבד. אם הלא-מודע אכן מייצג תחום רחב של אינטליגנציה וחוויה, השאלה הבאה היא כיצד ניתן לפתח איתו קשר ישיר, עקבי ומשמעותי יותר.

עבודות פסיכו-קריאטיביות נוספות עוסקות בשאלה זו באמצעות פיתוח שיטות חווייתיות, אינטואיטיביות ויצירתיות שנועדו לאפשר מפגש פעיל יותר עם תחומים אלה. בין השאר, שיטות אלה משתמשות ביצירה, בדמיון, באינטואיציה, בהתבוננות פנימית ובצורות שונות של דיאלוג חווייתי.

ההנחה העומדת בבסיסן היא שהיחסים בין המודע לבין הלא-מודע אינם קבועים. ניתן לפתח אותם, להרחיב אותם ולהפוך אותם בהדרגה מדפוס של ניתוק או פרשנות חד-צדדית לדפוס של תקשורת ושיתוף פעולה.

במובן זה, המאמר הנוכחי משמש נקודת מוצא. הוא מבקש ליצור את המרחב המושגי שבתוכו חקירה מעשית רחבה יותר יכולה להתפתח.

האפשרות הנפתחת כאן היא של תודעה אנושית שאינה נדרשת לבחור בין היגיון לבין אינטואיציה, בין מבנה לבין דמיון או בין המודע לבין הלא-מודע. במקום זאת, היא יכולה לפתח יכולת הולכת וגדלה לאפשר לכל הממדים הללו להשתתף יחד בתהליך החקירה.

ייתכן שבתוך אינטגרציה זו נמצא אחד הכיוונים המשמעותיים להמשך התפתחותם של הפסיכולוגיה, מדעי האדם והחקירה האנושית עצמה.

ביבליוגרפיה

Feinstein, P. (2025). *The Psycho-Creative Approach: Foundations and Principles*. *The Psycho-Creative Journal*, 1.

Feinstein, P. (2026). *The Unconscious as a Positive Developmental Field*. *The Psycho-Creative Journal*, 3.

Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Franz Deuticke.

Freud, S. (1915). *The Unconscious*. In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (Vol. 14). Hogarth Press.

Jung, C. G. (1960). *The Structure and Dynamics of the Psyche*. Princeton University Press.

Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. Tavistock Publications.