

האם אפשרי בכלל דיאלוג בין בוגרים להוריהם?

ניצה ירום

קיימות גם דאגה, הגינות ואהבה, שלרוב לא מוצאות לעצמן ביטוי נאות. לכן המפלטים המוכרים של פעולות טכניות בלבד מצד שני הצדדים הם פתרון חלקי מתסכל, שמתח מתמיד מלווה אותו.

מנקודת מבטי, קיימת האופציה של דיאלוג בין בוגרים להוריהם המבוגרים כבין סובייקטים ראויים הקשורים הדדית, שבו צריכים שני הצדדים להשקיע נכונות מינימאלית להתבוננות עצמית. את הקולות רווי האמוציה של כל צד ואת האפשרות לדיאלוג של שני קולות ביניהם - אנסה להבהיר.

קולו של הבוגר/ההורה

הבוגר, שהוא כבר הורה בעצמו או בוגר דיו - רוצה אוטונומיה מהתלות שסימנה אותו בילדותו. הנימה השכיחה בקרב בוגרים כלפי הוריהם היא חוסר סבלנות, שמנקזת אליה האשמה וכעס כלפי ההורה, פחד מן הצל של ההורה "הידען" מהילדות, תוך כדי המשכיות של תלות רגשית וטכנית וצורך להיעזר בו, ובו-זמנית - להרגיש "גדול". זהו מכלול רגשי ותפקודי בעידן שהוא פחות היררכי ויותר דמוקרטי בחברה ובמשפחה על דורותיה כיום, ומאידך - יש בו לחצים וטכנולוגיות שמשנות את המציאות עבור כל המעורבים.

הורה-ההורה כטורח: תחושה שכיחה בקרב בוגרים כיום, שהם אנשים עסוקים וקרועים בין מחויבויות תובעניות, היא שהדבר האחרון שחסר להם הוא שההורה המבוגר/מזדקן שלהם יפקח עליהם. האוטונומיה היא הבגרות, ושיח בין-דורי נתפס בעיקר כבקורת וכהקטנה. השחרור מצילו של ההורה הוא מה שגבר או אישה בוגרים רוצים - שיפסיקו לפקח עליהם. במקביל, ההורה של היום רוצה לא רק להיות הורה טוב - אלא הורה אידיאלי, ולכן ביקורת אפשרית מצד ההורה

תמונה המוכרת לרבים היא המתח הניכר בשיח בין בוגרים להוריהם המזדקנים, המדמה את האינטראקציה ביניהם למעשה אהבה בין קיפודים - קוצים שלופים של ביקורת ושל האשמות, של קריקטורזציה ושל קיפוח, של חשש מביקורת והקטנה, של זהירות מלפתוח את הפה, של שיפוט לפי מה שמוכר מפעם, של ניסיונות להימנע לפגוע ולהיפגע או רצון סוף-כל-סוף להיפרע, כאשר שני הצדדים כאחד זקוקים זה לזה.



בוגרים שהם הורים זקוקים להוריהם הסבים שיתחלקו אתם בחובות ההורות, ויעזרו להם להתגייס למשימות השונות שהטיפול והאחריות לילדיהם - נכדיהם המתפתחים מחייבים, מטיפול תובעני בתינוקות ועד לתרונות בהסעת נכדים לחוגים ולפעילויות, כשההורים עובדים קשה ועסוקים בענייניהם. "סבתא היא הרכב של הנכדה שלה" העירה ילדה בת תשע, כשעלתה השאלה כיצד נערה בת 13 תגיע למפגש חברות. ההורים המזדקנים רגילים לקרבה ולקשר, הם רוצים להיות מעורבים, אלא שכיום הם אנשים עצמאיים שיש להם גם עניינים משלהם, אך הם מתקשים לראות

עצמם בעלי-ערך ללא הנחיצות לילדיהם. תלות כלכלית מצד הבוגרים בהוריהם היא גם מרכיב במתח ההדדי.

במגוון הרגשות ההדדיים הללו ברצוני לדון, כדי להציע אלטרנטיבה למסלול הרווח של שיח בקול אחד, בין אם זה קולו של הבוגר שמאשים, כועס, דוחה, ממדר את ההורה שלו, ובין אם זה קולו של ההורה המזדקן שלו, שבמקרים רבים הוא בוחר בשתיקה כדי שילדיו הבוגרים ירצו בו, או שהוא מתלונן לבני דורו על אי-הצדק שנעשה לו. אפשר להבין את ניסיונות העצמאות של דור הבוגרים-הצעירים כעניין טבעי ביחסים בין הדורות, שיכול להיות כרוך בכעס, אלא שבשני הצדדים

ד"ר ניצה ירום היא פסיכולוגית קלינית בכירה ופסיכואנליטיקאית, מחברת 9 ספרים מקצועיים בעברית ובאנגלית. הספר האחרון בהם הוא "מצפן להורות ראווה מדריך לשיח הבין-דורי", (פרדס, 2016).



מהותי, שהובהר כשפרויד ניסח בראשית המאה העשרים את הדרמה האדיפאלית והיא הפכה לאבן-יסוד בתובנות הפסיכולוגיות הרחבות: הבן רוצה להיפטר מאביו כדי לזכות באמו, כך שהיא כמושא התשוקה והתלות שלו - תעמוד כולה לרשותו והוא לא יצטרך להתחלק בה, ואילו הבת תסלול לה דרך אל ליבו של האב, לתמיכה והתפעלות. אלא שהתרבות האישית, המשפחתית והחברתית צריכה ויכולה, לדידו של פרויד, להתמודד עם האתגרים הבין-דוריים (Freud, 1924, ועוד). הוא מציין שהיחלצותו של האדם הבוגר מסמכות הוריו "היא אחד מהישיגי ההתפתחות הנחוצים ביותר, אך גם מן הכאובים ביותר" (פרויד, 1909, עמ' 319). משמע, ההיחלצות מצל הסמכות של ההורה היא מטלה אוניברסאלית, והכעס יכול להיות חלק בלתי-נפרד מן הצורך של המתבגר והבוגר גם כיום לתת תוקף לקול שלו, כאלטרנטיבה לקול ההורה שלו. אלא שצל ההורה הוא עדיין בחזקת הפנמה שצריך להכיר בה כדי להיחלץ מן הצל ההורי, במקום לתקוף אותו. כך ינהג אדם בוגר, אלא אם כן התסכולים בחיי היומיום שלו יבקשו להם כתובת רק לפרוקן, ללא תובנה משלימה.

מלאני קליין (Klein, 1928) ראתה את השנאה הילדותית כמרכיב בלתי-נמנע במצבו של התינוק חסר האונים התלוי באמו/בהורה שבידיהם היכולת לגונן עליו, כשהוא מפצה עצמו דרך פנטזיה ילדותית לבעלות על היכולת הזו, כמו גם כחינויות הדרושה למטלת החיים. בדרמה המשפחתית הכעס והשנאה הם כנראה מרכיב מובנה בתלות ההדדית, שכן דונלד ויניקוט (Winnicott, 1947) ראה דווקא את השנאה של ההורה כרגש טבעי כאשר כל כך הרבה אחריות מונחת על כתפיו בטיפול בתינוקו הקטן. העמדה הפסיכואנליטית ש"ההורה אשם" והזעם הילדותי של הילד כלפי ההורה שלו הוא עניין מובנה שההורה צריך להכיל ולעבד - הפכו כנראה את האשמת ההורים לעניין תרבותי ממשי ורווח, לא עוד פנטזיה ילדותית לעבד אותה ולהתבגר ממנה.

כעס, למשל כמו זה של בוגר שהוא הורה - הוא רגש אמורפי שצריך לפרק אותו למרכיביו. ישנן באמת שגיאות חינוכיות שהוריו עשו בגידולו כילד, ובהווה אפשר להצטער עליהן, אבל אי אפשר "להחזיר את הגלגל אחורנית", גם לא על-ידי כעס; אפשר להתמודד כסובייקט בוגר וכשותפים בוגרים. כעס יכול לשמש מפלט נוח לרגשות סתומים אחרים שאדם בוגר שהוא הורה לילדים יחוש כמעט בוודאות כיום: של תסכול ובלבול, של פחדים מעתיד לא נשלט כיום ושל רצון ליהנות מחייו בהווה, לא לראות עצמו תחת צל הוריו כ"מקריב קורבן" (אלא כמי שבחר בהורותו). במצב זה ההורה של הבוגר יהיה מטרה נוחה לתסכול וכעס, מכיוון שהוא כבר יותר חלש משהיה בילדותם של בנו ובתו; הוא בן-משפחתו וזמין כמטרה ל"שפוף עליו" זעם. ילדים קטנים אומרים

שלו, בין אם הוא משמיע אותה בפועל ובין אם היא משתמעת לצאצא הבוגר שלו - היא מה שסודק את ההשקעה הגדולה שלו בהישגיו הבוגרים, ומה שנראה לו כגזול ממנו אנרגיה בהישרדות היומיום. הבוגר רוצה שיסייעו לו, שיאכילו אותו, שיאפשרו לו ללהטט חיים טובעניים מחד ושאפתניים מאידך, מבלי להודות למסייע לו בהרגשה ולא רק במילה. תלות יכולה להיתפס, בטעות, כהקטנה עצמית, והכרת תודה יכולה, בטעות, להיתפס כהודאה בכך. במצב זה, תחושת הטורח מועצמת דווקא דרך ניסיונות להקטנת השותף המבוגר, שערכו או צרכיו צפים ועולים שוב ושוב.

כשהורה זקן באמת, מוגבל, מאבד מעצמאותו וזקוק לתמיכה רפואית ותפקודית שוטפת, כשלפעמים מדובר יותר בסבו וסבתו של ההורה הבוגר ופחות בהורה שלו, כמות האנרגיה הזמינה כמובן פוחתת.

הורה-ההורה כמטרה להאשמה וכעס: אנשים צעירים, גם כאלה שטרם הקימו לעצמם תא משפחתי משלהם וגם אלה שכבר הקימו אותו, משמיעים לעיתים תכופות האשמות כלפי הוריהם - "בגללך!". קולו המאשים של אדם צעיר כלפי ההורה שלו בא להתדיין עם הורה-הילדות שלו: "לא ראיתם/אותי!". אב שבתו בקשה שהוא ואמה יבואו לדבר עם הפסיכולוגית שלה, שהזמינה אותם, סיפר שבשיחה זו עלתה הטענה המרה של הבת כלפיהם כהוריה על כך שבילדותה הם שיחקו אותה יותר מדי משחקי קופסא. האבסורד שבטיעון הזה, שהאב התייחס אליו ברצינות - יכול לשקף לנו את הנורמה שנוצרה ש"ההורים אשמים". ארצה לראות בכעס ובטרוניה שמפנים בוגרים כלפי הורים המזדקנים ניסיון "התבגרות" לסלק את "צילו של ההורה" (ירום, 2015) כדי להזדקף כבוגרים בעצמם, אבל לא רק.

כעס הוא רגש המעניק לבעליו תחושת עוצמה, והורה מזדקן הוא מטרה נוחה, גם כשיש סיבות מוצדקות לכעס כזה, הן מן הילדות והן מן הבגרות. אדם בוגר שהוא הורה בעצמו כיום, במקרים רבים הוא עמוס ומתוסכל, עייף ומבולבל, מתקשה לספק למשפחתו הצעירה את צרכיה הבסיסיים, כאשר מה שבסיסי נחשב גם קורת גג וגם אבזור עדכני, נסיעות לחו"ל, וחינוך מגוון והישיגי. הכל בסיסי. הכעס על ההורה יכול להיות פורקן לתחושת תסכול וקושי בחיי היומיום - להתפרנס, להיות הורה טוב יותר מן ההורים שהיו לו ומן ההורים בקבוצת הוותסאפ של הגן או הכתה.

הנורמה להאשמת הורים עלתה, לדעתי, מתוך הספרות הפסיכואנליטית שבחנת את תפקיד הילדות המוקדמת והטבעת דפוסי הקשר הראשוניים בהתפתחות האישיות הבוגרת. הכעס של הדור הצעיר כלפי הוריו נתפס כרגש

ומלמדים עצמם יכולות רבות, לדעתי, כל הורה כיום יכול וצריך להתיידיד עם ההפנמות ההוריות שלו, שאותן הוא שולף לרוב כ"טייס אוטומטי" בהורות שלו לילדיו. הוא נוהג כך בעיקר כשהוא לחוץ. למשל, כשהוא נוקט באופן אוטומטי כלפי ילדו לשון צווי והוראות להסתרה או השתקת "נושאים בעייתיים" במקום דיון הולם - הרי שרוח העבר עומדת בסתירה לרוח ילדיו והוריו ולאופציות התרבותיות בהווה (ראה: ירום, 2016). כיום גם ילד יודע ומבין, גם הורה יודע ומבין והוא אחראי, וגם הסבים יודעים ומבינים, ולרוב הם בעלי רצון טוב. בהווה המשפחה היא ארגון ברוח דמוקרטית והדדית, בעוד שהרוח ההיררכית של העבר נושפת בעורף.

קולו של ההורה של הבוגר

ההורה של ההורה הוא מי שצריכים אותו. הוא סבא וסבתא שמביאים את הילד אל או מן הגן, בית הספר או החוג, ששומרים עליו כשהוא חולה, או כשמאפשרים להוריו לעבוד מאוחר או לצאת לחופשה. צריכים אותם. הסבים הם מעטפת חשובה לשני הדורות הצעירים כאחד, אבל נוסף גם עוד קול שצריך להתייחס אליו.



ההורה השותק: מי שמקשיב לשיחות אקראיות של סבים וסבתות ישמע את ההמלצה שהם מחילים על עצמם - לשתוק, כשהם לוקחים חלק בחיי ילדיהם הבוגרים והנכדים שלהם. ה"סבים השותקים" הם אופציה נפוצה, שצומחת בעיקר מתוך ההרגשה של הסבים שזהו התנאי למעורבותם בחיי הנכדים שלהם. הם מרגישים שעצם הקול שלהם מעצבן

את ילדיהם - הורי-הנכדים - כאילו נוצרת תחרות, וקול ההורים מאבד משקל לעומת קול הסבים, במקום לראותו כתוספת בין שותפים לאחריות. לפעמים הבוגר-ההורה - בנו (או בתו) של ההורה המזדקן - אומר לאמו או לחמותו, המנסות ל"חנך" את הילד-הנכד - שיש לילד הורים כדי שיחנכו אותו, והוא צודק. אלא שקול ההורה של ההורה - של הסבא או הסבתא - הוא הקול שהסבים מכירים ומזהים כמייצג את עולמם. ואז, כשהם ב"תורנות" שלהם עם הנכד או הנכדה, הם יגידו, למשל: "היום עושים שעורים מיד אחרי בית-הספר" לנכדים שלהם - ובכך הם נוהגים בדרך המוכרת להם (והורי אי-אפשר שאנשים שונים ידברו באותו קול וישמעו אותה עמדה). הסבים לרוב אומרים אמרות חינוכיות בקול סמכותי המוכר

לעיתים: "כשאבא/אימא כועסת - הוא/היא מוציא/את זה עלי". זיהוי "השעיר לעזאזל הנוח" מוכר כבר לילדים, וזקנים ומזדקנים הם מטרה נוחה - אפשר לעשות צחוק מן המגבלות שלהם, אפשר להתעייף מכל עודף של מאמץ כשזמינות מתמדת בחיי היומיום (דרך הטכנולוגיה) - מתישה ולא מאפשרת לנוח ולחשוב. גם הילד הצעיר וגם ההורה המזדקן של ההורה יכולים בקלות להיכנס בתנאים אלה לרובריקה של "הנודניק" - זה ש"מפריע" בלהטוט היומיום, למרות שנאבקים על ה"זכות להורות" וכשזקוקים לסבים בלהטוט היומיום וכתמיכה רחבה יותר.

זכורה לי מטופלת שעברה בעברה סדנא שבה עבדה על "סליחה להורים שלה", והכעס שלה כלפיהם, שלא עובד - הופנה, בסופו של דבר, כלפי גופה במחלה שהתפתחה בה ובתסכול הפנימי שלה שירד למחתרת. אצלה, דווקא הזמנת ההתייחסות לזעם שירד למחתרת הפכה להיות מוקד הטיפול, שלא נשאר רק בעניין זה.

הקושי באסירות תודה: חלק גדול מן ההתמודדות המתאפשרת להורים צעירים כיום גם במשפחה וגם בקריירה לשני בני הזוג, כשמציאות העבודה היא תובענית, היא העזרה שסבים מאפשרים ברצון ובנכונות. גם עזרה כספית לבוגרים צעירים שמתקשים בפרנסה הופכת לעול עבור הוריהם. מכיוון שאנו מתעכבים תחילה על קולו של הבוגר - הרי שאפשר לראות במתח, ברצון להיפטר מהחובה להורה שלו, כבעסים ובהקטנות, כדרך למרוד בתלות הרגשית והתפקודית המתקיימת, ובקושי להכיר תודה

שנתפסת כמה שמקטין את הבוגר עצמו. הוא רוצה להיות אוטונומי וראו זה פלא - הוא תלוי בקרוביו. היכולת להכיר תודה מתאפשרת בעיקר כשצל ההורה כדמות מופנמת איננו משתלט ומאיים.

ההפנמות ההוריות: בית הספר להורות של ההורה הוא איך שהתייחסו אליו, איך שהוא חווה את התלות שלו כילד בהוריו. ההורות המופנמת היא חלק מן המבנה האישי שלי, כדרך שגידלו ילדים בעבר, כשהתמקדו בחינוכם ובבריאותם של ילדים והתקשורת הבין-דורית הייתה של הטפת מוסר ופיקוח. אם הוריו דיברו אליו בלשון ציווי - הרי זה מה שהוא הפנים וזה מה שמבנה אותו. אולם מכיוון שבוגרים שהם הורים לימדו

פשוטה בחשבון הבנק שלו, שבעולם האנושי של אתמול, שלקח אותו בחשבון - היא התבצעה בקלות. אבל מסתבר שמבוגרים רבים מסתגלים במידה זו או אחרת לתנאים החדשים, דור הבנים (ולא רק דור הנכדים) מתגייס לעזור ואפילו מתלכד בעניין המשותף הזה.

מעבר לכך, הסבים - הורי הבוגרים - גדלו על מסורת של הורות היררכית, שלילדים ולנכדים אומרים איך להתנהג ודואגים באופן חד-משמעי לבריאות ולחינוך נאות. הנוסטלגיה של "איך ילדים היו פעם" מבטאת יותר את סימון הטריטוריה המוכרת, אבל לרוב היא איננה בחזקת הכתבה להורים הצעירים. הורים צעירים, מצידם, אינם מבחינים בדרך כלל שהם עצמם עומדים מול ילדיהם ונוקטים עמדות מילדותם, למרות השותפות הטכנולוגית.

אמירות מצד הורים מבוגרים שנאמרות ברוח פסקנית שכזו יכולות כמובן לעורר התנגדות לא רק משום שדור הבנים רוצה בעלות על "המומחיות ההורית", אלא משום שנותרה בו רגישות ילדותית "שאומרים לו מה לעשות". הוא כלוא כיום בין ילדיו הקטנים, שאותם הוא מגדל לבטא את רצונותיהם ודעותיהם, ולהכיר בבעלותם על גופם ועל זכויותיהם, ובין הורים-סבים הראויים להתחשבות והקשבה, האומרים את שלהם לעיתים קרובות בדרך של פסיקה, ולפעמים יש צדק בדבריהם. "הבדיחות הפולניות" לגבי האימהות מהילדות, שמצוטטות כאומרות "קר לי - קחי סוודר" - אולי משקפות דווקא את העובדה שדאגתן של אימהות-הילדות בוטאה באופן תפקודי; אולם גם כאשר דאגה זו התבססה ומתבססת על אמפתיה הורית - היא מתגלמת בקריקטוריה של ההורה המבוגר. כך באמת היו פני הדבר בעבר, כשרוב האימהות (כמו אמי, למשל) גידלו את ילדיהן בכוחות עצמן, בארץ חדשה, ללא הדרכה ותמיכה, והיו צריכות להסתייע בכל מה שעמד לרשותן כדי לדאוג לצאצאיהן. אין ספק שהורי-ההורים גידלו את ילדיהם בהדגשה תפקודית או לפי אמות המידה או השאיפות והחלומות שלהם, ואילו בהווה הבן או הבת הבוגרים שלהם מתמרדים כנגד השיח הזה. הם רוצים שיח אחר, שבו הם לא צריכים "ללכת על ביצים" יותר עם ההורה המזדקן, שלא יצטרכו להגיד יותר להורה שלהם רק את מה שהוא רוצה או

להם, שהוא בעצם קול טנטטיבי, המנסה להתגייס למשימה בדרך היחידה המוכרת לו - "לחנך", ואילו ילדם הבוגר - ההורה של הילד/הנכד - יפרש זאת כהכתבה וכביטול קולו שלו. עצם הקול הזה יכול "להטריף" אותם.

גם יועצים משפחתיים מייעצים לסבים לא להשמיע את קולם כדי להיכלל בהרכב המשפחתי הבין-דורי. בעיני זו אופציה של "קול אחד" - או שהוא צודק או שאני צודק. ואילו שיח בעיקרו, הן במשפחה והן מחוצה לה, מורכב מהיכולת להתנהל "בשני קולות".



ההורה המזדקן-המתמצא: ההורה המזדקן של היום איננו עוד קשיש שעבר זמנו, הוא לרוב אדם מתמצא, בעל ידע ופעילות, ספורטיבי ויוזמתי, שיש לו די אמצעים כדי לכלכל את עיסוקיו ולממש את תחביביו. לפעמים הוא מעורר פחד בדור הצעיר - שיתפוס את ההיסוסים וגישושי הדרך שלו, את מאמציו להראות בוגר, שאי-אפשר ל"עבוד עליו" כי הוא מבין את החיים. הוא אפילו יכול לעורר קנאה שהוא חופשי לנסוע בעולם או לקחת את עולם העבודה, אם הוא עדיין מצוי בו - בקצב שלו, הוא כבר לא משועבד לו. זהו חלק מצילו של הורה-ההורה, שאיננו מותנה בחיי הילדות של הבוגר, הבן או הבת שלו, אלא בעמידה הבוגרת זה מול זה, של שני הצדדים.

הבוגר המשותיק יהיה, במקרה שלפנינו, הבוגר פוחד שהדימוי שהוא יוצר לעצמו - יתנפץ מול מראת ההורה שלו ומול קול ההורה שלו, שלומד להשתיקו. אלא שבוגר זה יכול להביא את עצמו לגלות די אמון בהורה המבוגר שלו ובקולו הלא-מושקק, שבא מהתמצאות ומאהבה, למענו.

העולם של אתמול: קולו של ההורה המבוגר הוא גם קולו של מי שמרגיש שניסיון החיים שלו כבר לא לגמרי ישים. היראה שלי מטלפונים חכמים דחתה עד קצה גבול היכולת את ההסכמה שלי לרכוש אחד; אחרי שכבר "נכנעתי" - יכולתי ללמוד להשתמש בו הייתה מותנית כמעט כולה בנכונות ללמוד מנכדותי, שהפכו למורות סבלניות ומדויקות בפרויקט זה. אין דבר מעליב מחיים שלמים שהופכים לאנכרוניסטיים, כשטכנולוגיות חדשות משתלטות ואורחות חיים משתנים, והופכים ידע מסוים שנצבר - ללא רלוונטי. בעולם הדיגיטלי של היום, יכולה אפליקציה בנקאית חדשה להביא את האדם המבוגר לבלות שבועיים כדי שיוכל (אם יצליח) לבצע פעולה

מי זה דוסטויבסקי ומי בכלל כותב על אידיוט? ידע שנאגר בעמל של שנים - הופך ללעג, למיושן. צריך להסביר להורה המבוגר איך לקנות באי-ביי ואיך להשתתף בווטסאפ. המוכרת הצעירה בחנות פונה אליו בסלנג חביב, כשהוא אינו מבין מה רוצים ממנו. למי יש כוח עליו, כשהנייד מצפצף וצריך ללהטט כמה וכמה משימות במשך היום. אבל, למרבית הפליאה, אלה לומדים ואלה לומדים.

ההורים של היום למדו לשוחח עם ילדיהם הקטנים באופן שוויוני ולא מתיילד, אפילו עם ילדים קטנים ממש. וזאת למרות שאליהם בילדותם דיברו באופן חד-כווני, מפקח וממשטר. זהו, לדידי, יסוד לתקווה שאפשרי דיאלוג גם בין הדורות הבוגרים, ללא המתח המאפיין אותו כיום. כשנותנים על כך את הדעת אפשר לשחרר את דפוסי הפנמות העבר, לפחות להיות מודעים לעובדה שהפנמות העבר מוטמעות בכלונג; רוצים להשתחרר מקולם המבקר של אימא או אבא, אך מדברים אל הילד, בשעת מצוקה או כצורך בשליטה - כמו שדיברו אלינו. ההורה המופנם הוא לרוב ההורה שבו נאבקים במציאות, אבל מודעות לעצם האפשרות שהוא הופנם בנו - תשחרר בוגר מצל העבר, במקום שיתקיים כאילו הוא עובדה.

להיות מודע לדפוסים המופנמים זה לא קל, אבל זה אוניברסאלי. אנשים בוגרים שיכלו לשנות את דפוסי השיח שלהם עם ילדיהם הקטנים, יכולים לפחות לסמן לעצמם שהם כבר גדולים, בקורת של הורה מזדקן יכולה לקבל פרופורציות והומור אצל בנו או בתו הבוגרים - מי באמת יכול להכריח אותם עכשיו? ובקורת נוקבת מצידם כלפיו איננה באמת מעניקה בטחון. ברמת העיקרון, התחשבות יכולה להפוך להתחשבות.

הפסיכואנליטיקאית האמריקאית ג'סיקה בנג'מין (1988) הציעה שני אופנים בסיסיים ליחסים בין המינים: האופן הקומפלימטרי (המשלים), שלפיו בן-זוג אחד משתמש בבן-הזוג האחר כאילו שהוא אובייקט לתפעול לפי צרכיו, ובמקביל, הוא נכנע והופך את עצמו לאובייקט כדי שהיחסים הללו יתכוננו. האופן האלטרנטיבי שהיא מציעה הוא האופן הסובייקטלי - שבו שני המשתתפים יכולים לראות את עצמם ואת הפרטנרים שלהם לקשר

יכול לשמוע כדי להרגיש רגוע, אלא יוכלו לדבר אתו באופן יותר טבעי.

ההורה המבוגר, מצידו, יכול ללמוד להקשיב לקולו הבוגר של בנו ובתו. רגישות ותחושות עלבון הן מוצדקות נוכח הטעות וכעס, שמולם לא חייבים להתבטל, אלא אפשר לדבר - להשמיע דעה או רגש, ולאפשר גם לצד השני להשמיע את קולו. למרות שזה נראה אולי כחזון נפרץ - לי נראה ששני הדורות יכולים ללמוד לקיים ביניהם דיאלוג.

האם האפשרות לדיאלוג בין הדור הבוגר והוריו היא רק משאלת לב?



אפשר לומר שדרכו של עולם היא שהדור הצעיר יקטין והדור המבוגר יוקטן, ושצריך להשלים עם מצב עניינים שכזה. לצעירים יש את החיים שלהם, לא תמיד הם מקטינים, ו"עצמאות" מההורה המזדקן היא מצב טבעי. אצל האסקימוסים הזקנים הלכו להתבודד בשלג עד מותם. אצלנו החיים מתארכים והמבוגרים צריכים ויכולים למצוא את העיסוקים שלהם. העיסוקים הבין-דוריים המשותפים הם לפעמים בשוליים של דור הבנים, כמקום לאתנחתא ול"מובן מאליו" בחיים השוחקים שדור הבנים מזמן לעצמו ונדרש אליו כאחד. במקביל, ההורה המזדקן כבר מתעייף מלתת שירותים, אבל הוא רוצה "שיצטרפו אותו". הוא צריך ללמוד לתמרן בין "להיות לעזר" ובין לקחת בחשבון את היכולות הפיזיות, הנפשיות והכלכליות שלו. הורי הבוגרים חוששים, כאמור,

שאם הם לא יציעו את שירותיהם כפי שהיו פני הדברים עד כה בהיסטוריה המשפחתית - הם "יאבדו" את ילדיהם ואת נכדיהם, אלא שדיאלוג אפשרי מחייב שינויים בהרגלים המשפחתיים ובמודעות האישית, והוא אפשרי משום שבבסיס מדובר על אנשים בגילים שונים הזקוקים, כל אחד בדרכו, להשתייכות וקרבה; מדובר במארג בין-תרבותי שצריך להכיר בערכו, במקום להיבהל ממנו.

אין ספק שהדיאלוג בין הדורות הבוגרים הוא קשה עד בלתי אפשרי. הדור המזדקן ברובו אינו דור טכנולוגי, הוא רואה מורשת שיתכן ועבד עליה הכלח כ"קלאסיקה" וזוכר את חוצלארץ בעידינים שחלפו; למשל, ספרו של דוסטויבסקי "אידיוט" הוא בחזקת קלאסיקה, אלא שאפילו ילד יצחק -



הרגלים ונקודות נבט, שאפשר להציע ולא לחייב, שלא קשה לקבל דעת הורה מבלי לחוש מתבטל, שאפשר לסמוך על עצמי כמתבטא (ולא רק כמטיח) ועל האחר כפרטנר. זכור לי מקרה שהובא להדרכה, שבו אישה בטיפול הייתה מוטרדת כיצד היא יכולה בכלל להתקרב לכלתה וליהנות מן הנכדה החדשה שלה, כשהיחסים ביניהן היו עד כה חשדניים מצד שתיהן ואילו הכלה נעזרה באמה. התגייסותה בטיפול הביאה אישה זו לוותר על דפוסים של עלבון, שהיו מוכרים לה, ששוב לא רוצים אותה - לטובת דפוס של יוזמה, שבו היא חשה נוח; היא הביאה עצמה להציע עזרה פרקטית - בקניות או בבישול. מעניין היה לראות כיצד הדפוס העתיק של "הנעלבת" פינה מקום. כשהסתבאות כמעט חמקה ממנה - היא החלה לנהל דיאלוג והרוויחה אותה.

לא תמיד אפשרי השנוי בדור המבוגר, יש המקובעים בדרכם, ואילו צאצאיהם יכולים ללמוד להתחשב בהם, ולא רק להתרחק מהם. ההתרחקות הרגשית והפיזית לא מעלימה את ההתדיינות עם ההורה המבוגר, ולפעמים האנרגיה שהתרחקות צורכת מצד הבוגר בחיי ההורה המבוגר שלו ואחרי מותו - שווים את המאמץ שלפני. אצל הדור המבוגר-המזדקן לפעמים הדפוסים הקיימים הם כל כך דומיננטיים שלא קל לשנות אותם: הקושי לבחון מסות של שנים בחייו, דפוסים של הורות או זוגיות או מקצועיות שבנו את מי שהוא - עלול להראות לו יותר מדי מאיים. אלא שלשמחתי ומניסיוני, הגיל השלישי יכול להיות פתח להתבוננות מחדשת, הרבה יותר מאשר הגנה על דפוסים מקובעים שרק טורחים לשמר וחוששים משנוי בהם. בכל גיל יש כנראה עם מה לעבוד, מסתבר.

כסובייקטים בזכות עצמם, להתחשבות ולכבוד. את סוגי היחסים המוצעים הללו המרתי (ירום, 2016) ליחסים בין הדורות. אני מאמינה שבוגרים שהם כיום הורים, שלימדו את עצמם לנהל שיח עם ילדיהם הצעירים, על אף שאותם גידלו בתקשורת היררכית חד-סיטרית, שנוטלים על עצמם מטלות כבדות בחיי העבודה - יכולים לאמץ את עקרון ההדדיות הבין-דורי. הם יכולים לאמצו גם עם ילדיהם הקטנים, אשר יודעים דברים רבים יותר טוב מהם, וגם עם הוריהם המבוגרים. אין עמדה טובה יותר, לדעתי, מאשר להודות ולהיות מוכן ללמוד מהצעיר, תוך כדי השתתפות אתו והגנה עליו. הוא הדין בהדדיות עם דור ההורים המזדקנים - אפשר וצריך להכיר את צל ההורה הרודף מן הילדות, הסמכות שהגנה או לא הגנה בדרכה. אפשר לתקן את דמות הילד בתמונה הזו, כאשר כל משתתף מאפשר לעצמו להבין משהו מן המציאות הפנימית של פעם ושל היום. אבל המסלול הזה מחייב את שני הצדדים.

לא פעם הורים מזקנים מתלוננים שילדיהם או ילדי חבריהם אינם מתנהגים אתם יפה. עמדתי היא שגם ההורים המזדקנים יכולים להרשות לעצמם חשבון נפש - איפה טעו ולהודות בכך. בעבר הם באמת חשבו שככה נוהגים, הם לא הבינו מה שהם מבינים כיום. הצפייה שילדיהם הבוגרים "יתנהגו אתם יפה" דורשת גם מהם איזושהי התבוננות עצמית, איזושהי שיח על העבר, ואיזושהי מודעות על חלקם או גבולותיהם בהווה. הם מסוגלים לשנות דפוסים: לא לחשוש מביטויים של קושי או אכזבה מצד ילדיהם אלא לראות בכך ביטוי של אמון. הם יכולים לפתח אימון באפשרות לשוחח ולא רק להטיף - שאפשר להצטער, שאפשר להבין שלכל אחד יש

מקורות

1. בנג'מין, ג' (1988). כבלי האהבה, הוצאת דביר, 2005.
2. ירום, נ. (2015). בוגרים והורים - הצל והטורח, פסיכובלוגיה, אתר פסיכולוגיה עברית.
3. ירום, נ. (2016). מצפן להורות ראוי - מדריך לשיח הבין-דורי, הוצאת פרדס.
4. פרויד, ז. (1909). הרומאן המשפחתי של הנאורוטיקנים. מתוך: טוטם וטאבו ומסות אחרות, הוצאת דביר, 1988, 319-321.
5. Freud, S. (1924). The Dissolution of the Oedipus complex. Standard Edition (Vol. 19). London: Hogarth Press, 1961, pp.173-183.
6. Klein, M. (1928). Early Stages of the Oedipus complex. International Journal of Psychoanalysis, 9: 167-180.
7. Winnicott, D.W. (1947). Hate in the Countertransference. In: Through Paediatrics to Psychoanalysis. London: Karnac, 1987, pp. 194-204.