

הקן שאינו מתרוקן שיחות ותובנות על כל מה שלא העזתם לדבר עליו בקשר שבין סבתות וסבים לבין הורים ונכדים

עלי כ"ץ

מערכת היחסים התלת-דורית בין הורים, במיטב שנותיהם, לבין צאצאיהם הבוגרים שהקימו משפחה, ובינם לבין הנכדים, הוא נושא שאינו מטופל דיו ולא נחקר דיו. לרוב, הדיון בהורות מסתיים כאשר הצאצאים גדלו והקימו משפחות משל עצמם. הקן התרוקן. האומנם?

המשפחה התלת-דורית עברה שנויים הקשורים לתהליכים בתחומים רבים של חיינו. בתחום הרפואה - תוחלת החיים התארכה מאוד ואיכות החיים בגיל המבוגר השתפרה. הורים לא נעשים "זקנים" כל כך מהר. בסוציולוגיה - התארכה מאוד תקופת המורטוריום של הצעירים והם לוקחים אחריות מלאה על חייהם בגיל מבוגר יותר מאשר בעבר. בכלכלה - במקרים רבים בימינו קיימת תלות של דור הצאצאים הבוגרים בהוריהם, למשל, לקניית דירה, לתשלום עבור לימודים ולהחזקת רמת חיים שפעמים רבות איננה תואמת את הכנסותיהם. בפסיכולוגיה - מערכת המשפחה השתנתה. ההורים המבוגרים שהיו פעם הזקנים החלשים שצריך לטפל בהם, הם היום הקבוצה החזקה, והצאצאים הבוגרים תלויים בהם לא רק כלכלית אלא גם רגשית וגם בהתנהלות חייהם. ההורים המבוגרים מצופים, למשל, לקחת חלק באופן קבוע בטיפול בנכדים הקטנים, ולא רק ליהנות מהם.

מערכת יחסים זו היא מערכת מלאה אהבה והנאה אך גם רצופת קונפליקטים, מהמורות וציפיות לא מתואמות. עלי כ"ץ כתב ספר על "הקן שאינו מתרוקן" והזמן לשתף אותנו, בנגיעות קלות, במהמורות, בציפיות, בקונפליקטים ובתובנות.

מירי נהרי

יש משהו טראגי בתפקיד ההורות. את כל חיינו אנחנו מקדישים לילדינו, ובכל זאת כמעט בכל ראיון שערכתי עם סבים, וגם עם ההורים הצעירים, עלו קשיים, טרוניות ומצוקות סביב הקשר הסבוך והנפלא ביניהם. לפתע, בדיוק ברגע שחשבנו שהאחריות ההורית הוסרה מכתפיו והאמנו שיש בידינו סוף סוף לעשות כל שחפצה נפשנו, אנחנו מגלים שאנו מוקפים בשבט שלם שעדיין זקוק לתמיכה שלנו. יש כאלה שתומכים כלכלית בילדיהם שהיו להורים, ויש כאלה שעוזרים עם הנכדים, ורובנו עוזרים גם וגם. הרבה נכתב בשנים האחרונות על כך שההורים הצעירים של היום הם עצלנים, לא מתמידים בעבודתם, עושים מה שבראש שלהם ולא לוקחים אחריות על חייהם כפי שאנו, הסבים, נהגנו בגילם. אך העובדות והמחקרים מראים לנו שהמציאות הפוכה בתכלית. ההורים הצעירים עובדים מהבוקר ועד הערב, מנסים בשארית כוחם גם להיות הורים מסורים, ובכל זאת המצב הכלכלי הוא כזה, בכל העולם המערבי, שהם לא מצליחים לסיים את החודש בלי העזרה של הוריהם - סבתא וסבא. על דירה ומכונית אין בכלל מה לדבר, אבל פעמים רבות הם גם זקוקים לתמיכה חודשית לסגירת

על הקשר שבין ההורים המבוגרים, סבתא וסבא, ובין ילדיהם שהם כבר הורים צעירים בעצמם ונכדיהם כתבתי בספרי החדש "הקן שאינו מתרוקן". על הקשר הזה לא נכתב הרבה מכיוון שההורות, כך לפחות האמנו כל חיינו, מסתיימת כשהילדים פורחים מהקן. הם מתחתנים, יולדים ילדים והופכים להיות עצמאים. אבל האמת הלא מסופרת היא שההורות ממשיכה כל החיים, והקן לא באמת מתרוקן. לא רק שהוא אינו מתרוקן, אלא שבמחקר שערכתי, בראיונות וכמובן גם בחוויה האישית של רעייתי ושלי, הסבות סבוכה בדרכים רבות לא פחות מההורות, ולעיתים אפילו יותר. כששני נכדיי הראשונים נולדו, בפער של חמישה ימים זו מזה, רעייתי ואני היינו נרגשים ומאושרים. אבל האמת היא שגם נתקלנו בהרבה נושאים סבוכים וכואבים שאיש אינו מעז לדבר עליהם. כאבא, למשל, היה לי מאוד פשוט וברור. היו לנו שלושה ילדים קטנים שאהבנו עד כמות, והם, כמובן, גם אהבו אותנו. אבל בימים כתיקונם, בערב שבת, אחרי שהילדים והנכדים שבים לבתיהם מארוחת השבת אצלנו, עולה לא פעם התהייה האם הם באים אלינו כי כיף להם איתנו, או כי "צריך".

ד"ר עלי כ"ץ הוא פסיכולוג קליני בכיר, התמקד בטיפול ובמחקר בתחום יחסים בין הורים לילדים. ניהל מוסדות פסיכיאטריים לילדים ומתבגרים בישראל ובארצות הברית, מרצה כפרופסור אורח באקדמיה ובפני הקהל הרחב. ספריו הקודמים "אוף, גזל" ו"אינטליגנציה אבהית" היו לרבי מכר שמהדורותיהם מודפסות וממכרות גם כיום.

המינוסים בחשבון הבנק.

מכיוון שהיום גם אמא וגם אבא עובדים, צריך את עזרת הסבים עם הנכדים. להוציא אותם מהגן, בית הספר, חוגים - ממש משרה מלאה שלא תמיד פשוטה לסבים. אישה אחת סיפרה לי שהיא דוחה את היציאה שלה לפנסיה כי היא פשוט חוששת שברגע שתפסיק לעבוד הילדים "ידרשו" ממנה להיות מטפלת במשרה מלאה.

מצד שני, להורים הצעירים לא פשוט לבקש עזרה ולהרגיש בגיל 35 ואפילו 40 שהם עדיין תלויים בהוריהם. ראייתי הורים צעירים רבים שדיברו על מסע ההשפלה שהם עוברים כל חודש בצורך התמידי לקבלת עזרה. יותר מכך, סבתא וסבא שכל כך מעורבים בחיי היומיום של הילדים והנכדים מרגישים שיש להם את הרשות ואפילו החובה לתת עצות, להתערב ולהעביר ביקורת.

הכוונות טובות, אולם מעורבות היתר עלולה לגרום לביקורת יתר. סבתא שבאה לגן ביום גשם הייתה נסערת לגלות שהנכדה שלה שוב הגיעה לגן בלי מעיל. הגננת, בחיוך ציני, אמרה לה שגם היא לא מבינה איך הורים יכולים לשכוח שוב ושוב להביא מעיל לבת שלהם כשבחוף ממש קפוא. הסבתא, שהיא אישה חכמה, לא אמרה לבנה ולכלתה דבר, אבל שבוע לאחר מכן, כששוב ירד גשם ולא היה מעיל, היא פשוט הלכה וקנתה לנכדתה מעיל חדש. ברור שמאחורי המתנה הסתתרה הרבה ביקורת, שגם לא במקרה הסתיימה בריב גדול.

השאלה אם נכון לסבים להגיד לילדיהם מה שהם באמת חושבים ומרגישים, זו כמובן שאלה סבוכה מאוד. מצד אחד אני מאמין שהערך החשוב ביותר בכל קשר אנושי הוא ממד "האמיתיות". אנחנו לא יכולים לאהוב ולהיות מלאי "בכאילו". אבל יש כאלה שמעוותים את ערך האמיתיות ומנצלים אותו בכדי למתוח ביקורת ולשמר את הצורך שלהם בשליטה.

כאשר הסבתא קנתה את המעיל היא חשה שהיא פתרה את הבעיה, שהיא שולטת בעניינים. מה שהיא לא הבינה הוא שהיא כאן מסר שבנה וכלתה הם לא הורים טובים ושהיא יודעת טוב מהם מה נכון לעשות. "ילדים" בגיל 40 לא צריכים ולא רוצים לשמוע מסרים כאלה מהוריהם. מה שעושה את הסיפור סבוך עוד יותר הוא שפעמים רבות הביקורת הסמויה מושלכת גם על הכלות והחתנים, כי הרי ברור שהכול באשמתם...

נושא אחר שעלה בראיונות הוא הקנאה שלעיתים קיימת בין ארבעת הסבים. גם בין הורים, אמא ואבא, קיימת מדי פעם קנאה. כשתינוק נולד, למשל, והאמא היא המטפלת העיקרית, אבא קצת מקנא בקשר הטוטאלי ביניהם. אבל הקנאה בין הסבים היא מעיקה וסבוכה יותר. היא מזכירה לי את הקנאה שבין הורים גרושים. שניהם יודעים שילד זקוק גם לאמא וגם לאבא אוהבים, אבל כל אחד מהם מרגיש מאוים אם הוא חש שילד כיף יותר עם ההורה השני.

זה לא מקרה שהקלישאה היא שהסבים מעמיסים על נכדיהם מתנות וסוכריות. אפשר לראות בכך, בדרך מחויכת, סוג של "שוחד". קיימת בין הסבים מאין תחרות סמויה על קניית ליבו של הנכד. הקשר עם הנכדים הוא אחר מהקשר עם הילדים שלנו כשהיו קטנים. הקלישאה המצחיקה שכיף להיות סבים כי אנחנו משחקים עם הנכדים ואז מחזירים אותם להוריהם, מבטאת בדיוק עניין זה. סבתא אחת סיפרה שהיא לחוצה מאוד כשהיא מבלה עם נכדיה הקטנים. היא הסבירה שכאשר היא עם הנכדים היא כל הזמן דואגת. "אחרי הכול", היא אמרה, "בני הפקיד בידיי לרגע את הדבר שהכי יקר לו בחיים. אבל זו לא רק האחריות האדירה", היא הוסיפה, "אלא ההרגשה שאני הולכת על ביצים. אני מרגישה מחויבת להתנהל מול נכדיי על פי קוד ההתנהלות של כלתי ובני, ואני רוב הזמן מרגישה כאילו יש איזו עין שלישית שצופה בי כל הזמן".

ילדינו, ההורים של נכדינו, מעבירים לנו מסר נכון ומבלבל שהדברים אמורים להתנהל על פי הקודים שלהם. וזה לא פשוט, כי אנחנו, אחרי הכול, ההורים שלהם.

הקשר בינינו ובין ילדינו הבוגרים שונה מאוד מזה שהיה בינינו לבינם כשהם היו קטנים. הילדים האהובים שלנו, שהיו במשך שנים הדבר הכי משמעותי בחיינו, החליפו ברגע אחד את הנאמנות שלהם. הם שייכים היום לבן או בת זוג, יש להם ילדים ומשפחה משלהם, ואנחנו רק חלק קטן - גם אם חשוב, אבל עדיין קטן - ממכלול חייהם. אנחנו עדיין רואים בהם את מרכז עולמנו, אולם תחושה זו איננה הדדית.

"הזרות" הקטנה הזו, שמגיחה מדי פעם בקשר עם ילדינו הבוגרים, לא פשוטה לנו. ורבים מאיתנו כה מאוימים ממנה עד שאנחנו הורסים במו ידיו את הדבר היקר לנו מכול.

אחרי שראיינתי עשרות רבות של הורים צעירים והורים מבוגרים, כלומר סבתות וסבים, היה ברור לי שחייב להיות בספר גם פרק שמדבר באופן גלוי ופרקטי על כסף. לכסף יש משמעות הרבה יותר רחבה ועמוקה ובלתי מדוברת בקשר שבין הדורות. כסף משמעותו שליטה, כוח. היום, כך מראים כל המחקרים, דור הסבים עדיין שולט במשאבים הכלכליים של המשפחה. הורים בני ארבעים נמנו בשנים עברו עם השכבה הסוציו-אקונומית המבוססת ביותר בחברה. כיום, בכל העולם המערבי, מצויה קבוצת גיל זו בסיכון גבוה לשקיעה כלכלית ולהידחקות לעשירון נמוך יותר.

כך קורה שכמעט בכל ראיון שערכתי עם סבים וילדיהם, כמו גם בחדר הטיפול, הנושא של כסף ושליטה בדרך כלל היה תלוי באוויר. ואם לא מטפלים בו, הוא עשוי לגרום לנזק בל ישוער.

לפני כשנה הרצאתי בכנס שעסק ב"הורות אידאלית". פתחתי בכך שאמרתי שהורה אידאלי הוא הורה מת. התגובה הייתה קשה. אבל האמת המטאפורית היא שיש רגע בחיים שבו הורים בתפקידם המסורתי הופכים להיות מיותרים. זו המשמעות של

לחבר, כמו בכל ספריי, בין המחקר, הפסיכולוגי והאישי. ולסיום, הרי בלתי אפשרי לא לומר משפט אחד קצר על הקורונה. הקורונה בעצם נתנה לנו הזדמנות להציץ בכל הנושאים הסבוכים והבלתי מדוברים שכתובים בספר, כאילו מתוך מכונת זמן. רעייתי ואני ערכנו בליל הסדר פגישת זום משפחתית עם שלושת ילדינו הנשואים וששת נכדינו. על מסך המחשב התגלה בפני העתיד: שלוש משפחות מופלאות ואהובות, ילדיי, הסבו, כל אחת בנפרד, בגאווה גדולה, סביב שולחן ערוך ומושקע, עמוס באוכל שהם בישלו בעצמם. נראה שהם לגמרי מסתדרים בלעדינו. בתקופת הקורונה הרגשתי בפעם הראשונה בחיי שילדיי הבוגרים באמת דואגים לי. הם לקחו לרגע את שרביט השלטון. ואז, כשראיתי אותם שרים את שירי הפסח, עלתה בראשי המחשבה המרגיעה והמאיימת שהם לא רק מסתדרים היטב בלעדיי, אלא שהם אפילו פורחים. כן, לרגע קט הם פרחו מהקן.

האמרה "המלך מת יחי המלך החדש". הדבר החשוב שאני רוצה לומר הוא שיש דרך "למות" מבלי למות. עלינו ללמוד להמליך את ילדינו ולהעביר להם את שרביט המלוכה בעודנו בריאים ומלאי כוח. זו לא חוכמה וגם חסר ערך לעשות זאת כשאנחנו תשושים וזקנים. אנחנו חייבים ללמוד לוותר על שליטה, גם בענייני כסף, מתוך עוצמה ובחירה, ולא מתוך רפיסות, חוסר אונים או לא עלינו, מוות. אני מקבל הרבה תגובות לספר והמעניין הוא שלא רק מדור הסבים אלא גם מהורים צעירים, בסביבות גיל הארבעים. הם מספרים שהספר פתח בפניהם דיאלוג פנימי שגם הפך, פעמים רבות, לשיח אמיתי ומפתיע עם הוריהם. הם החלו לדבר, בפעם הראשונה, על הדברים הקשים והאמיתיים שעומדים ביניהם בשלב החשוב הזה של החיים. הם כתבו שמה שפתח את לבבותיהם יותר מכול היא העובדה שבספר אני חולק עם הקורא את חיי האמיתיים ומנסה



BE HAPPY



ביטוח בריאות הקבוצתי של הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

במציאות כמו שלנו חשוב שלך ולבני משפחתך יהיה ביטוח בריאות פרטי.

☉ בשביל חופש הבחירה בנותני שירות רפואיים ☉ בשביל קבלת שירותים רפואיים בזמינות מרבית
 ☉ בשביל לכסות הוצאות רפואיות יקרות ☉ בשביל הביטחון והשקט הנפשי שלך!

פוליסה BE HAPPY הינה הרחבה לביטוח המשלים בקופת חולים (אין כפל ביטוח!) ומוצעת לחברי הפי" ובמחירים ובתנאים אטרקטיביים במיוחד, וכוללת בין השאר:

<ul style="list-style-type: none"> • שירותים אמבולטוריים כגון: התייעצות עם רופא מומחה בדיקות אבחוניות, טיפולי שיקום, כיסוי לנשים בהריון, כיסוי מיוחד לילדים ועוד... 	<ul style="list-style-type: none"> • הוצאות רפואיות בעת גילוי מחלה קשה, או אירוע רפואי קשה. • ניתוחים פרטיים וטיפולים מחליפי ניתוח בישראל. 	<ul style="list-style-type: none"> • כיסוי להשתלות, ניתוחים וטיפולים מיוחדים בחו"ל (כולל הצלת שמיעה וראה). • כיסוי מורחב לתרופות שאינן כלולות בסל הבריאות עד לסך של 4,000,000 ₪.
--	--	--

משה שיהיה כבי טלא נצטק...



פוליסה BE HAPPY גובשה ומלווה ע"י חברת הייעוץ ש. לוטינגר ושות' - המובילה בתחום ביטוחי הבריאות בישראל

לפרטים והצטרפות בטלפון 072-2227357, או במייל: lior-a@ayalon-ins.co.il

* הפוליסה מוגשת לראשונה עם אגרת המופיעים בפוליסה