

# השבועות הראשונים אחרי הלידה - חווייה בקרב יהודי אתיופיה

טלי סמני, מירי נהרי

## ”אם ילדיה של הקהילה חשובים לה, עליה לטפח את הוריהם”

- בולבי

ילדם או אף לפגוע בגופו. ב־1751 הורשעה אישה על “גרימת נזק לרכוש הזולת” לאחר שניקרה את עיניהם של ילדים שאינם שלה כדי שיקבצו עבורה נדבות. הדגש הוא על כך ש”הילדים לא היו שלה”. על האישה נגזרו שנתיים מאסר. נשות האצולה לא הניקו את תינוקותיהן ואלה נמסרו למינקת, ולפעמים עברו לגור בביתה. האם ביקרה את תינוקה כמה פעמים בשנה בלבד. אם שמסרה את תינוקה למינקת לא נחשבה אם רעה אלא בעלת מעמד סוציו־אקונומי גבוה. ב־1763 פרסם ג'ון לוק מאמר “כמה הרהורים על התינוק”, ובו העלה את חובת המדינה לחינוך ילדיה. המאמר דיבר על כך שהילד נולד “לוח חלק” ומה ש”יכתב” עליו במשך השנים הוא תוצאות הפעילות של הוריו ושל המדינה. שנים רבות לאחר מכן, ב־1989, נכנסה לתוקף האמנה לזכויות הילד, CROC, ואושרה בישראל ב־1991. האמנה הדגישה תקופה חדשה שבה יליד יש זכויות משלו מתוקף היותו אדם. הוא אינו רכושם של הוריו לעשות בו כרצונם.

מחקרים אנתרופולוגיים רבים מתארים את הקשר של ההורים אל ילדיהם. בשנות השבעים יצאה ג'ין לידלוף לטיול בוונצואלה ופגשה את אנשי שבט היקואנה, שבעת ההיא טרם נחשפו למערב. היא הבחינה שהתינוקות בשבט כמעט אינם בוכים והם נראו לה רגועים ומאושרים יותר מילדי המערב שהכירה. היא חיה עם השבט כשנתיים וזיהתה שלושה עקרונות של גידול ילדים: (1) בשבט תינוק נישא על גוף אמו 24 שעות ביממה; (2) התינוק זוכה לעצמאות כמעט מלאה מהרגע שבו הוא מתרחק מאמו, וההורים סומכים לגמרי על חוש ההישרדות שלו; (3) התינוק עומד במרכז תשומת הלב של הוריו. בחברה המערבית אימהות נחשבות האדם החשוב ביותר בחיי הילד, אך תפיסה זו אינה אוניברסלית. ממחקרים אנתרופולוגיים עולה שאלת ההכרחיות של הקשר אם־ילד כסביבה מטפחת, בטוחה ויציבה ונשאלת השאלה אם סביבה כזו היא תופעה סוציו־היסטורית. הרעיון של ההורים, במיוחד האם,

במאמר זה אנו רוצות לתאר מנהג שהתקיים שנים רבות בקרב יהודי אתיופיה, ויש משפחות שמקיימות אותו גם כיום בארץ, באופן מותאם לימינו. המנהג קשור להתנהלות המשפחתית בשבועות הראשונים לאחר הלידה. בחלק הראשון נתאר את ההקשרים השונים של הורות ומשפחה כמבנים חברתיים־פסיכולוגיים מתפתחים ומשתנים. אנו תומכות בתפיסה שלפיה מבנה ודינמיקה של משפחה והתנהלות הורית הם תלויי הקשרים סביבתיים: הקשר אנתרופולוגי, הקשר היסטוריו־סוציולוגי והקשר פסיכולוגי. כלומר, הורות משתנה לאורך זמן היסטורי, לרוחב מרחב גאוגרפי־אנתרופולוגי ולעומק פסיכולוגי. בחלק השני נתאר את המנהג של יהודי אתיופיה תוך שימוש בציטוטים ממעט ראיונות שערכנו, וננתח את המשמעויות הפסיכולוגיות של השלכותיו דרך תאוריות מוכרות.

במרחב ההיסטוריו־סוציולוגי, חברות שונות מוציאות או מוצאות מחדש את הילדות וההורות בתוך הקשר של המשפחה. הקשר הורה־ילד לא נתפס תמיד כ”טבעי”, אלא מוגדר על ידי החברה או התקופה. הורות יכולה להיות מובנית בהקשר דתי־מוסרי, בהקשר כלכלי, בהקשר רפואי או פסיכולוגי ולאחרונה בהקשר משפטי. היו תקופות בהיסטוריה, למשל, שבהן ילדים היו משאב כלכלי חשוב למשפחה, והיו תקופות שבהן הורים נדרשו לא להפגין ביטויי אהבה לילדיהם מגיל 7, פן נפשם תושחת. בתקופות אלו, גם אם היה קשר רגשי בין הורים לילדים, הילדים היו מעל לכול מקור כלכלי עבור ההורים. לעומת זאת, כיום במשפחה המערבית ילדים הפכו להיות עול כלכלי כבד, בעיקר נוכח הארכת התקופה שבה עליהם ללמוד מקצוע ודחיית התחלת התעסוקה. וגם לאחר שיתחילו לעבוד, ההכנסה של הילדים לא תגיע להורים.

מבחינה היסטורית, למשל, באירופה במחצית השנייה של המאה ה־18, ילדים היו חסרי מעמד משפטי. הם היו “חפץ” השייך להוריהם שיכלו לעשות בהם כרצונם. הם יכלו, למשל, למכור את

טלי סמני היא פסיכולוגית קלינית ואקטיביסטית. עוסקת בגיוון רב תרבותיות והייתה שותפה לכתיבת מאמר בנושא זה בהקשר תעסוקתי. הקימה וניהלה מרכז הורה־ילד בלוד עבור הורים וילדים ממוצא אתיופי ונבחרה על ידי עיתון **דה מרקר** לרשימת הצעירים והצעירות המבטיחים מתחת ל־40 לשנת 2018. כיום מנחה במיזם מקום של מעוז ומשרד הפנים לצד טיפולים פרטניים בקליניקה. פעילה חברתית ומתנדבת בקבוצת יוצאי אתיופיה בבריאות הנפש ובפורום קידום בריאות יוצאי אתיופיה. [semani.tali@gmail.com](mailto:semani.tali@gmail.com)



הרגשת הייאוש, את חוסר האונים והדיכאון, ואלה עלולים להוביל לתקופות סמויה או גלויה. במקרים קיצוניים, הכעס מופנה כלפי התינוק ויכול לקבל ביטוי בהזנחה או בהתעללות.

הפסיכולוגיה ההתפתחותית מתארת את ההתפתחות כמתרחשת בהקשר של יחסים: מערכות יחסים קרובות בין הילד ומבוגרים משמעותיים בחייו יוצרות את הבסיס הרגשי המאפשר התפתחות טובה, בריאות נפשית ויכולת תפקוד כשיר בתחום הלימודי והחברתי. התקשרות היא מערכת יחסים ייחודית ומתמשכת בין ילדים ובין המבוגרים המשמעותיים בחייהם אם דמות ההתקשרות מספקת לילד תמיכה ו"בסיס בטוח". זמינות והיענותה של דמות זאת כ"חוף מבטחים" מספקות לילד הגנה והרגעה בשעת הצורך. אם כן, לאיכות האינטראקציות בין הילד לבין המטפלים בו חשיבות רבה לבריאותו של הילד ולהתפתחותו התקינה.

### יהדות אתיופיה

יהודי אתיופיה חיו במשך אלפי שנים במנותק מיהודים אחרים בתפוצות. היעדר הקשר בין הקהילות השונות תרם לכך שיהדות אתיופיה נשמרה כיהדות עתיקה שמנהיגיה תואמים את תקופת בית ראשון. כלומר, יהדות זו קדמה לתקופת המשנה והתלמוד, ומנהיגי הדת שניהלו יהודי אתיופיה התבססו על התנ"ך ועל מספר ספרים חיצוניים שנחשבו כספרי קודש אף הם. כך למשל, יהודי אתיופיה לא ידעו שבית המקדש נחרב, על כן התייחסו לבתי הכנסת המקומיים כאל מעין בית מקדש שבחצרו גם הקריבו קורבנות. באתיופיה מרבית היהודים חיו בכפרים לצד נוצרים ומוסלמים אך שמרו בקפידה ובקנאות על אורח חיים דתי נפרד. הם הקפידו במיוחד והחמירו בדיני טומאה וטהרה ונשענו במידה רבה על החיים הקהילתיים על מנת לקיים מצוות הקשורות בדינים אלו. לכן, למשל, בכל כפר יחד לפחות מבנה אחד, בדרך כלל בשולי הכפר, שנקרא "מרגם גודג'ו", בקתת הנידה. במבנה זה ישבו נשים בימי טומאתן, כלומר בזמן הנידה ומייד לאחר הלידה, על מנת שנשים, גברים וילדים שאינם טמאים לא יבואו עימן במגע וייטמאו גם הם. בזמן שהותן במרגם גודג'ו, נשות הכפר האחרות היו דואגות להן ולשאר בני ביתן לאוכל ולשתייה. דיני הטומאה והטהרה היו כה קפדניים שנשים בזמן טומאתן אכלו ושתו בכלים נפרדים ובקתת הנידה הייתה מוקפת אבנים מסביב על מנת להפריד ולסמן את הגבול בין השטח הטמא ובין זה הטהור.

כאמור, יהדות אתיופיה נשענה על הכתוב בספר האורית (ספר התורה), ולהבדיל מהיהדות הרבנית, לא הייתה חשופה לפרשנויות חז"ל. לכן, עוד במאות הקודמות, כאשר התוודעו רבנים בתפוצות ליהדות אתיופיה, נצפו הבדלים בפרשנויות לפסוקים ובמנהגים שקיימו. אחד ההבדלים הגדולים בפרשנות הינו ביחס לפרק יב' בספר ויקרא:

כמקור הכרחי להתפתחות תקינה, אינו חוצה תרבות ואינו חוצה היסטוריה, וגם במערב, בהיסטוריה הקרובה, אפשר היה למצוא חברות חקלאיות שיתופיות שבהן הילדים גדלו יחד, כדוגמת הקיבוץ.

מימיה הראשונים כדיסציפלינה מדעית הדגישה הפסיכולוגיה את חשיבות הקשר הראשוני ילד-אם, או דמות חלופית לאם. למעשה, אישיות התינוק מתפתחת ומתעצבת בתוך הדינמיקה של הקשרים שבין הילד לבין הוריו. בעשורים האחרונים הצטברו ראיות מדעיות רבות בדבר תפקידה החשוב של הורות מיטיבה לבריאותו הגופנית והנפשית של הילד, התפתחותו ותפקודו.

תקופת ההיריון, חוויית הלידה והתקופה שלאחר הלידה הן מהתקופות המשמעותיות בחיי ההורים בכלל, והאישה בפרט. בתקופות אלו מתעצמות הפגיעות והרגישות של האישה, ומתחוללים בה שינויים מהפכניים ברמה הנפשית, הרגשית, הגופנית והחברתית. מבחינה גופנית חלים בה שינויים מתמידים בעקבות התהליכים הפיזיולוגיים, וברמה החברתית חלים שינויים בקשר שבין בני הזוג, ולפעמים שינוי במעמדה של האישה במשפחה ובחברה. במהלך תקין, פרק זמן זה אמור להיות עבור האם תקופה נפלאה של התמסרות והתמזגות. אולם יש מקרים שבהם הטוטליות הנדרשת בקשר עם התינוק, התעצמות הדחפים המתעוררים לאחר הלידה, הצפת תכנים לא מודעים ופגיעות רבה שאופיינית לתקופה עלולים לגרום לקריסה תפקודית ולהתמוטטות דיכאונית. היעדר תמיכה לאישה עלול להפוך את ההיריון והתקופה סביב הלידה לחוויה מורכבת יותר. המעבר להורות בכלל ולאימהות בפרט לא תמיד קל, בעיקר לנוכח צפיות החברה מן האם הטרייה שתתחבר לתינוקה, שתחווה אושר עילאי, ושתתפקד כרגיל ויותר מכך מייד לאחר הלידה. אולם למעשה, זו תקופה מתישה של הסתגלות, של עייפות מתמדת, של סערת רגשות. לצד תחושת השמחה והסיפוק, ולעיתים במקומן, מתעוררים רגשות אחרים, קשים יותר, כמו חוסר אונים, כעס, תסכול, אכזבה, עוינות, דחייה ודכדוך. נשים רבות יותר ממה שניתן לשער עוברות משברים בתקופה זו ומתקשות לתפקד כאימהות. קשיים אלו חריפים כיום, בחברה המודרנית, יותר מאשר בעבר, עקב שינויים דמוגרפיים כמו גודל המשפחה, הגירה, עבודת כל חברי המשפחה הבוגרים, ונוצר מצב שבו התמיכה שניתנה בעבר ליולדת על ידי משפחתה פחות זמינה. הסביבה החברתית גם היא אינה ערוכה להעניק תמיכה באופן מסודר. פעמים, עקב פער בין הציפיות החברתיות לאושר הן של הילדים והן של ההורים לבין המציאות, האם תנסה להסתיר, להדחיק ואף להכחיש רגשות קשים בעקבות הלידה. הבושה והאשמה המתלווים לקושי בתפקוד האימהי ימנעו ממנה לשתף אחרים ברגשותיה, ויתירו אותה בתחושה של ניכור וריחוק מהתינוק ומהחברה, ובחוויה של הסתגרות והיות לבד. תחושת הבדידות מגבירה את

שהיולדת אמרה שהתינוק התחיל לצאת, חלקן יצאו כדי לא לבוא במגע עם הדם ולהיטמא". אותה מרואיינת התייחסה לתחושת החרדה הראשונית שהתעוררה בה באופן טבעי מול טיפול בתינוק כה קטן בימיו הראשונים. מרואיינת זו תיארה את המיילדת שלה כאישה בעלת ניסיון רב. מאחר שגם המיילדות באות במגע עם דם במהלך הלידה הן נחשבות טמאות ועל כן נשארות מספר ימים במרגם גודג'ו עד טבילתן במקווה. שהייתה של המיילדת רבת הניסיון בסביבת היולדת והדרכתה אותה ברגעים הראשונים כאמא, השרתה אווירת רוגע וסיפקה ליולדת תחושת ביטחון.

בספרו **הולדתה של אמ** מתאר דניאל סטרן כי חשש וחרדה שמתעוררים ביחס ליכולת של אם טרייה לדאוג, לטפל ולהביא לצמיחתו של תינוקה הוא טבעי. הוא מוסיף שנטייה טבעית כחלק מהלך המחשבה האימהי היא ליצור רשת תמיכה מיוחדת של משפחה וחברות. רשת כזו תהיה מורכבת בעיקר מנשים בעלות ניסיון בטיפול בילדים בהווה ובעבר. כל המרואיינות התייחסו לצורך וליתרונותיה של רשת כזו. מרואיינת אחת תיארה כי לרוב לא חשה בדידות לאחר הלידה וכי במרבית הימים חלקה את המרגם גודג'ו עם נשים נוספות שילדו גם הן או עם אחרות שהיו בזמן נידתן. היא שיתפה כי הליווי והשהייה במחציתן של נשים אחרות בעיקר בלידות הראשונות שלה היה חוויה חיובית משמעותית. מרואיינת אחרת תיארה בהתרגשות את ההתגייסות של חמותה, שהייתה דמות אימהית, תומכת ומשמעותית עבורה. היא תיארה כי לא הספיקה לפני הלידה לחזור לכפר של הוריה וכי חמותה ליוותה אותה בתהליך זה: "היא ייעצה לי להתכונן ללידה ולהכין כל מה שצריך בבית... דאגתי שהתבלינים יהיו כתושים, אפילו הספקתי להכין אינג'ר לפני...". מרואיינת זו הרבתה לדבר על תחושת התמיכה והיעדר הבדידות. "חברות וקרובות משפחה היו מגיעות מדי יום מכינות לי בונה (קפה) ומביאות לי אוכל... אני הייתי יוצאת לפתח המרגם גודג'ו, הן היו יושבות אחרי האבנים ונזרות לא לגעת בהן. כשהן היו מכינות קפה היו לי את הכלים שלי והן היו מוזגות לי לתוך הכוס... כשהייתי צריכה לנוח, הייתי נכנסת לבית לישון... תמיד הייתה לי חברה, הייתי צוחקת שעות".

בספרו סטרן מתאר כי לאם הטרייה צורך בחיזוקים, בעידוד ובתמיכה מאישה אחרת מנוסה יותר באימהות. הוא מתאר כי אימהות טריות זקוקות ל"סביבה מחזיקה" או "תבנית מחזקת". זוהי למעשה סביבה פסיכולוגית שבה תוכל האם הטרייה לחוש בטוחה לחקור את כישורי ההורות שלה. יש משמעות לנוכחות של אישה בעלת ניסיון שתשמש כמעין מודל או כמדריכה. כך תיארה אחת המרואיינות: "יש הרבה נשים בכפר עם ניסיון, במיוחד המיילדות. הן יודעות להגיד די מהר אם התינוק נולד בריא או לא, איך הוא מתקדם... למדתי ממנה הרבה והנה, ברוך השם, גידלתי 11 ילדים". לצד הצורך האינטואיטיבי ללמוד כיצד לטפל קונקרטי בתינוק ולהבטיח את הישרדותו והתפתחותו,

"וַיִּדְבַּר ה' אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל לֵאמֹר אֲשֶׁה כִּי תִזְרִיעַ וְיִלְדָה זָכָר וְטָמְאָה שְׁבַעַת יָמִים כִּימֵי נְדַת דְּוָתָה תִּטְמָא... וְשָׁלְשִׁים יוֹם וְשָׁלֶשֶׁת יָמִים תֵּשֵׁב בְּדַמֵי טְהָרָה בְּכָל קִדְשׁ לֹא תִגַּע וְאֶל הַמִּקְדָּשׁ לֹא תָבֹא עַד מְלֹאת יְמֵי טְהָרָה: וְאִם נִקְבָּה תֵלֵד וְטָמְאָה שְׁבַע יָמִים כְּנִדְתָּה וְשָׁלְשִׁים יוֹם וְשָׁשֶׁת יָמִים תֵּשֵׁב עַל דַּמֵי טְהָרָה".

פסוקים אלו מתייחסים לטומאה ולטהרה של היולדת ואלו מסבירים מתי תהיה מותרת לבעלה ולכניסה אל הקודש. המחלוקת הגדולה בין יהדות אתיופיה ובין היהדות הרבנית מתייחסת למילה טהרה ומשפיעה על הפרשנות של משך הזמן שהיולדת נחשבת אסורה. יהדות אתיופיה, שכאמור מחמירה בדיני טומאה וטהרה, אינה מבחינה בין דם נידה ודם יולדת, ועל כן אישה אחרי לידה נחשבת אסורה לקודש ולבעלה במשך ארבעים יום אם ילדה בן ושמונים יום אם ילדה בת. לכן, עם תחילת הלידה עברה האישה למרגם גודג'ו עם תינוקה למשך תקופה התלויה במין היילוד. בשלושה הימים הראשונים גם המיילדת והנשים שסייעו בלידה שוהות במרגם גודג'ו, ולאחר מכן הן טובלות בנהר וחוזרות לביתן. במשך התקופה שבה שהתה היולדת בבקתת הנידה, נשים ששהו עימה סייעו לה עם תינוקה, ונשות הכפר האחרות דאגו לצרכיה האחרים כגון אוכל. לאחר שבעה ימים היולדת ותינוקה טבלו בנהר ואז במידת הצורך ערכו ברית לתינוק. לאחר טבילה זו הם חזרו למרגם גודג'ו. בתום התקופה, ארבעים או שמונים יום, צמה היולדת וירדה לטבול בנהר עם חברותיה ועם התינוק או התינוקת, ורק אז היא יכלה לחזור לביתה.

לקראת כתיבת המאמר ערכנו מספר מצומצם של ראיונות (חלקם נערכו באמהרית) בניסיון להעמיק מעט את ההבנה שלנו את החוויות הללו על מנת שנוכל לתארן. נדגיש כי זהו מדגם קטן מאוד ולא מייצג אך הוא שופך מעט אור על חוויותיהן של חלק מהנשים. מן הראיונות עלה כי יש פער בין מרואיינות שונות ביחס למעבר לבקתת הנידה בימי הנידה החודשית. כך למשל, היו נשים שתיארו כי המעבר למרגם גודג'ו בזמן הנידה היה מביך עבורן. אחת המרואיינות תיארה זאת כך: "כנערה אני זוכרת שהתביישתי שכולם יודעים... כולם יודעים שאת במחזור. הסתכלו עליי כעל אישה כשאני הרגשתי עדיין ילדה". מרואיינת אחרת תיארה זאת כך: "לא זוכרת שייחסתי לזה ממש חשיבות. אני רק זוכרת שאהבתי את זה שיש לי שבוע חופש מעבודות הבית. תחשבי על זה רגע. לגברים לא היה חופש אף פעם, הם תמיד עבדו. לנו היה שבוע חופש, ולא סתם חופש, דואגים לך לאוכל כל הזמן".

בקרב מרואיינות שעברו למרגם גודג'ו בעקבות לידה, נראה כי מרביתן חוו חוויה זו כחיובית ומעצימה. הן תיארו כי בכפרים שלהן השמועות שמישהי יולדת פשוט מהר. מרואיינת אחת תיארה את מהלך הלידה שהתבצעה בכריעה ואמרה כי חברותיה ואחיותיה הגיעו לתמוך בה כשהחלה לקבל צירים: "זה קשה ללדת ככה אבל הן החזיקו אותי... תמכו בי בגב והחזיקו אותי בזרועות. ברגע



בחופשיות בבית אך הקפידה לא להימצא באותו החדר עם אביה. אמה של יולדת זו החשיבה עצמה טמאה גם כן ולכן לא יצאה מהבית אף היא. נוסף לכך, בניגוד למנהג באתיופיה, מרבית המשפחות בישראל מאפשרות לאבי התינוק או התינוקת להגיע לביתם לבקר את היולדת והתינוק. במקרים כאלו, האב מחליט, על פי מידת ההקפדה שלו, אם יבוא במגע עם אשתו ותינוקו.

בראיונות עם נשים שילדו בארץ עלה כי גם אם בחרו לעבור להתגורר בבית אמן ולכבד את מנהג אמותיהן, ההחלטה לוותר לרוב בחשש כלשהו, לעיתים עד כדי התלבטות אם לעשות זאת. נראה כי מקורות ההתלבטות היו מגוונים. חלקן ציינו את אורח חייהן החילוני והליברלי ככזה שמקשה עליהן להתחבר לרעיונות שמרניים שמגבילים את חופש התנועה שלהן. התייחסות אחרת הייתה לבן הזוג ולכך שהניסיון לנהוג בהתאם למסורת אבותיהם נחוזה על ידיהן כ"נטישה" שלו. אחרות התייחסו לצורך שלהן להיות במרחב שלהן, במקום שבו ירגישו בנוח להיות עצמן ולהתרגל למעמדן החדש כאימהות במרחב הקבוע והבטוח שלהן. כמו כן, היו שחששו מפני קונפליקטים עם אמן על רקע חרדה או נוקשות שלה. שתיים מהמראיינות היו אחיות, והן תיארו את ההבדלים בגישה שלהן כיולדות למנהג זה וכן לשנוי שחל אצל אמן לאורך הדורות. הצעירה אמרה: "אני צעירה יותר וראיתי את אמא שלי עם אחיות שלי. אני הייתי משתגעת אם הייתי צריכה להיות סגורה בחדר אחד כמוהן. מצד שני, מאוד רציתי ללכת אליה ולקבל את העזרה ממנה... היא גם מכירה אותי, תמיד הייתי קצת יותר חוצפנית ושוברת מוסכמות אז אני כבר הסתובבתי בבית בחופשיות". אחותה תיארה כי "מצד אחד, לא הייתי שורדת בלי אמא את התקופה הזאת. מצד שני, היא הייתה קשה ומאוד שמרנית. לי לא היה אומץ אז אני הייתי בחדר אחד. לפעמים חשבתי שאני משתגעת. אני נזכרת שהיא הייתה מעירה אותי בשעות קבועות בהתחלה והכינה לי אוכל מזין, והיא באמת השקיעה. עד שיום אחד, מסכנה, התפרצתי עליה ואמרתי שאני צריכה לישון ושאני אגיד מתי אני רעבה".

מרבית המראיינות סיפרו כי בעיקר בימים הראשונים לאחר הלידה, אמן קילחה את תינוקו, חיתלה, סייעה בהנקה, הליבישה וסיפקה את צרכיו הקונקרטיים. כמו כן, פעמים רבות התעוררה לתינוק יחד עם היולדת באמצע הלילה. יולדת אחת סיפרה כי אמה "נרמלה את החוויות בשבילי. היא עזרה לי עם חוסר האונים שהרגשתי בימים הראשונים עד שצברתי קצת ביטחון איתה. היא אמרה לי 'תחשבי על זה ככה, היא (התינוקת) אוהבת כל מה שאת אוהבת. את אוהבת לאכול - גם היא, את אוהבת לישון - גם היא, את אוהבת שעושים לך מסאז' - גם היא'. זה עזר לי להירגע, להתחבר ולהבין מה לעשות. מזל שאמא הייתה איתי". אם טרייה אחרת תיארה זאת כ"מעין צל שלך שהולך איתך. לפעמים זה מטריד ומציק ולפעמים נחמד ומרגיש מוכר. בגדול, מזל שיש אותן

האם הטרייה מתמודדת גם עם האחריות והצורך לאהוב ולפתח אינטימיות עם תינוקה.

סטרן מתאר כי האינטימיות נוצרת מפעולות שהאם עושה באופן אינטואיטיבי כגון האכלה ומשחק עם התינוק. יצירת יחסים אינטימיים יכולה להיות מאתגרת גם בשל הקושי האובייקטיבי שביצירת אינטראקציה ותקשורת לא מילולית, אך גם מפני שהסביבה התומכת משאירה מעט זמן ומרחב לאם הטרייה להתנסות, לחקור, לטעות וליצור חוויות אינטימיות שלה עם תינוקה. אחת המראיינות התייחסה לעובדה שמרבית הנשים לא יכלו להיכנס לבית בו שהתה, כמצב שאפשר לה מרחב עם עצמה ועם תינוקה: "זה כיף שיש מי שדואגות לך כל הזמן... אבל זה גם נחמד שאני לא כל הזמן עם אנשים. בגלל שהם לא יכולים להיכנס לבית, ולפעמים גם לא היו נשים שילדו או במחזור בזמן שאני הייתי בבקתה, אז היה לי גם שקט והרבה זמן לנוח. זה היה חשוב. לא הייתי צריכה לעבוד ולדאוג לשום דבר. לפעמים זה היה רק אני והתינוק... בלידות הבאות זה נהיה כבר קל יותר ולמדתי איך לטפל בתינוק ומה מתאים לי".

## כאן, בארץ ישראל

בארץ השתנה גם המבנה המשפחתי וגם מבני המגורים שאליהם היו רגילים יהודי אתיופיה. ממגורים בבקתות גודג'ו בכפר עברו המשפחות למגורים בבניינים, ואין עוד בית נפרד ליולדות ולנשים בנידה. נוצרו אפוא מנהגים שונים בקרב משפחות שונות, ונשים רבות ממוצא אתיופי מקיימות מנהג זה, אם בכלל, רק בלידות הראשונות, ולעיתים אינן מקיימות מנהג זה עם לידת ילדים נוספים. המנהג הרווח בקרב יהודי אתיופיה בישראל הוא כי היולדת וילדה עוברים להתגורר בבית אמה. ההתנהלות בבית האם (הסבתא של התינוק) תלויה במידה רבה ביולדת אך מושפעת מאוד ממידת ההקפדה של האם ומהקשר בין היולדת לאמה. ישנן אימהות (סבתות) מחמירות מאוד, שאצלן היולדת נמצאת בחדר שהוקצה לה בבית ואסור לה לשהות בסלון או בחדרים האחרים בבית. אימהות מחמירות אחרות ייתכן שלא יבואו במגע עם התינוק ועם בתן היולדת, כפי שנהגו באתיופיה. אימהות אלו ידאגו למשל לבשל עבור היולדת ויגישו לה אוכל בכלים חד פעמיים על מנת שכלי הבית לא יהיו טמאים ולא ניתן יהיה לאכול מהם עוד.

ישנן אימהות (סבתות), בדרך כלל הצעירות יותר, שיאפשרו ליולדת להסתובב בכל חלקי הבית, ויבואו עימה ועם תינוקה במגע. אימהות (סבתות) אחרות יעברו לביתה של בתן למשך שבוע או שבועיים על מנת לסייע לה לעכל חוויות ראשונות עם תינוקה, להדריך אותה ולהשרות תחושת ביטחון עליה.

ישנם מנהגים שונים נוסף על הדוגמאות שהובאו זה עתה. אחת היולדות סיפרה כי היא הרגישה חנוקה בחדר אחד ולכן הסתובבה

בהתחלה, חוסר התאמה זה יכול להתרחש גם אצל הסבתא מול ילדתה שזה עתה ילדה. חוסר התאמה כזה יכול לבוא לידי ביטוי בחודרנות, בביקורתיות יתר או בקושי של האם-הסבתא להכיל את החרדה הטבעית המתלווה להיות בתה אם טרייה. במאמר זה תיארנו מנהג שנהוג זה דורידורות בקרב יהודי אתיופיה ואת השינויים שחלו בו בעקבות העלייה לארץ. כמו כן, התייחסנו למנהג זה מנקודת מבט נשית בלבד. מחקר עתידי מעניין יכול להעמיק את נקודת המבט הזו ולבחון את ההשלכות של הקשר בין האם-הסבתא לבתה לאורך ילדותה ועד לתקופה זו, ואחר כך על התפתחות הקשר בין הילדה שהפכה לאם ובין ילדיה. כמו כן, ניתן לבחון באילו מצבים מנהג זה כפי שנהוג בארץ יכול לאפשר במידת הצורך תיקון של היחסים בין האם ובתה. נקודת מבט נוספת שלא התייחסנו אליה כלל במאמר זה, על אף שאנחנו תופסות אותה כמשמעותית, היא נקודת מבטו של האב והשינויים הדרמטיים שחלים בתפקידו.

כי את לא לבד בשיגעון". לפי ויניקוט עוד בהיריון מתחיל תהליך המושקעות של האימהות, שבו האם ההרה משהה את צרכיה ואת הסובייקטיביות שלה ומושקעת כולה בסיפוק מידי של צורכי התינוק עם לידתו. זהו תהליך מושקעות ראשוני, וכך האם מאפשרת לעובר ההופך לתינוק חוויה של רציפות והמשכיות (going on being). בהשאלה מוויניקוט ניתן לחשוב על הסבתא, אם היולדת, כזו שנמצאת במעין תהליך מושקעות שניוני. לצד הטיפול בתינוק היא מטפלת גם בבתה, דואגת לבשל עבורה, דואגת לשלומה ולנוחותה ומאפשרת לה להתאושש מהלידה. כלומר לצד דאגה לצרכיה הקונקרטיים היא דואגת גם לצרכיה הרגשיים של היולדת של מנוחה, הכלה והדרכה. כך, האם-הסבתא מצד אחד מזדהה עם בתה שכן היא הייתה במקומה בעבר, ומצד שני היא מאפשרת לבתה לפתח בה תלות. כמובן שכשם שאם טרייה תתקשה להיות אם טובה דיה בכך שלא תתאים עצמה בעדינות וברגישות לצורכי התינוק כבר



# 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 הפ"י ובמחירים ובתנאים אטרקטיביים במיוחד, וכוללת בין השאר:**

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

חשוב שיהיה כבי שלא נצטקק...



**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](mailto:lior-a@ayalon-ins.co.il)**

\* המידע חנו כלייל בלבד, התנאים הקובעים הם אלה המופיעים בפוליסה