

תקווה ומשמעות בעיתות משבר, ההיבט המשפטי

עו"ד צ'רלי בוזגלו¹

מבוא

המערכת המשפטית היא זירה שמתמודדים בה בני אדם רבים עם משברים גדולים, בין שמדובר בנאשמים בהליך פלילי, בנפגעי עבירה, בצדדים לסכסוכים אזרחיים ובין שאלה מתדיינים בענייני משפחה. אצל רבים מהם מלווה ההליך המשפטי בהרגשת חוסר שליטה, פחד, ולעיתים גם חוסר אמון במערכת. במצבים כאלה עשויות גישות שמדגישות תקווה ומשמעות להיות קריטיות הן לפרט המתמודד עם ההליך המשפטי הן לאנשי המקצוע ובכללם עורכי דין, שופטים ופסיכולוגים שמעורבים בתחום.

תקווה בהקשר המשפטי: היכולת לראות מעבר להליך

בהקשר של מערכת המשפט תקווה אינה רק ציפייה לתוצאה משפטית מסוימת אלא גם יכולתו של הפרט להאמין בעתיד מעבר להליך המשפטי ולהאמין ביכולתו להשפיע על מצבו גם בתנאים מאתגרים.

דוגמאות ליישום התקווה בהקשרים משפטיים

- בקרב נפגעי עבירה עשוי טיפוח התקווה להתמקד בהחלמה הרגשית, ביכולתם להמשיך בחייהם ולמצוא משמעות מעבר להליך הפלילי.
- בקרב נאשמים עשויה התקווה לבוא לידי ביטוי באפשרות לשיקום, לחזרה למסלול חיים תקין וללמידה מתוך המשבר.
- בקרב מתדיינים בענייני משפחה אפשר לעודד חשיבה תקוונית בקשר למערכות היחסים העתידיות גם אם הפרדה או הסכסוך קשים.

משמעות: יצירת נרטיב חדש מתוך המשבר המשפטי

המשפט אינו עוסק בנורמות ובכללים בלבד אלא גם בנרטיבים - בדרך שבה בני אדם תופסים את סיפורם ואת משמעות ההליך מבחינתם. על פי תאוריה נרטיבית בטיפול, יצירת משמעות מחודשת לאירועים משפטיים יכולה לתרום להרגשת שליטה ולצמצום חרדה.

שלושה מקורות מרכזיים למשמעות בהקשר המשפטי

1. עשיית צדק והכרה בפגיעה - לנפגעי עבירה עשוי ההליך המשפטי להיות כלי להשבת הרגשת ערך והכרה במה שחוו.
2. למידה וצמיחה מתוך משבר - לנאשמים או לצדדים

בסכסוכים אפשר לסייע לראות בהליך הזדמנות לשינוי ולצמיחה.

3. תרומה לחברה ושינוי מערכתי - לאחדים מהמתדיינים עשוי ההליך לשמש הזדמנות ליצור שינוי משפטי או חברתי רחב.

דוגמאות ליישום משמעות בטיפול במתמודדים עם הליכים משפטיים

- נפגעי עבירה יכולים למצוא משמעות בסיוע לאחרים דרך תמיכה בקבוצות או פעילות לשינוי חברתי.
- אסירים משוחררים יכולים לבנות נרטיב של שינוי ושיקום במקום להגדיר את עצמם על פי העבירות שביצעו בזהות עבריינית.
- אנשי משפט יכולים למצוא משמעות בעבודתם באמצעות הדגשת הצדק והשפעתם על חיי אחרים.

וכן אפשר לשלב תקווה ומשמעות בטיפול פסיכולוגי עם מתמודדים בהליכים משפטיים:

1. **שינוי פרספקטיבה** - זיהוי היבטים חיוביים ותועלתיים בהליך המשפטי גם אם התוצאה אינה צפויה להיות מיטבית (סופיות הדיון, גישור וכדומה).
2. **טכניקות נרטיביות** - עידוד מטופלים לכתוב את סיפורם מחדש ולמצוא בו היבטים מחזקים.
3. **מיקוד בשליטה האישית** - במקום להתמקד בתוצאה המשפטית (שאינה בשליטת הפרט) אפשר לעזור למטופל למקד את תשומת ליבו במה שכן נמצא בשליטתו, כמו הדרך שבה הוא מגיב על ההליך.
4. **העצמה דרך חוויות עבר** - זיהוי אירועי עבר שבהם התמודד המטופל עם משברים ולמד וצמח מהם.

סיכום

הליך משפטי עשוי להיחווה כגורם מערער ומסכן, אבל במסגרת הטיפול אפשר להיעזר במנגנוני תקווה ומשמעות כדי לשפר את החוסן הפסיכולוגי של המתמודדים עם ההליך. בעבודה טיפולית עם אנשים ונשים שחווים משברים משפטיים אפשר לשלב כלים מעולם הפסיכולוגיה החיובית, הטיפול הנרטיבי והגישה הקוגניטיבית-התנהגותית כדי לסייע להם לראות מעבר להליך המשפטי ולמצוא בו ערך, משמעות, תקווה ואפשרות לצמוח.

¹ משרד צ'רלי בוזגלו, עורכי דין ונוטריון, יועמ"ש הפ"י.