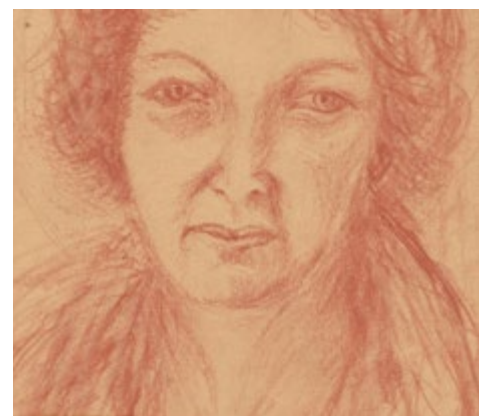
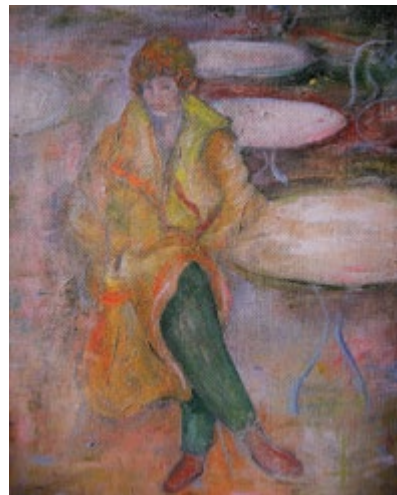
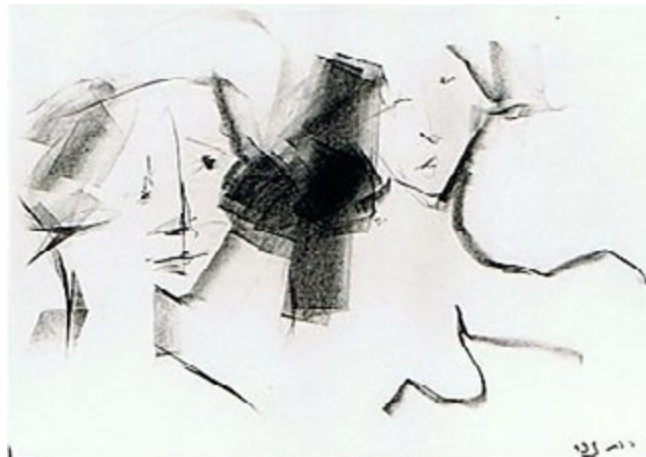


גליון מס' 82 | מחיר חוברת 50 ש"ח | מופץ חינם לחברי הפ"י

# פסיכואקטואליה

אפריל 2021  
פסיכ

רבעון הסתדרות הפסיכולוגים בישראל



## נשים על נשיות

31 **כותבת, קוראת וגיבורה ספרותית קולאז' של נשים מתות/חיות בסרט "השעות" דנה אמיר**

36 **על תשוקה נשית ופונקציית ההכלה רוני כרמלי**

42 **כאב ביחסי מין בקרב נשים מנקודת מבט ביו־פסיכו־פמיניסטית טליה יופה**

47 **הסובייקטיביות של אישה מבוגרת בין האישי למקצועי ולפוליטי ניצה ירום**

17 **נשיות: מדע או מיתוס? דפנה יואל, דפנה הקר**

20 **מלכודת דבש מנגנונים פסיכולוגיים־חברתיים סמויים המשמרים את תפקידי המגדר המסורתיים נורית שנבל**

25 **מסע האישה באמצע החיים המיתוס השומרי על איננה וסיפור על אישה בת ימינו רות נצר**



אם כמטפלים אתם מוצאים את עצמכם לפעמים בחוסר אונים מול המטופל בקליניקה, תקיעות בטיפול ועוד. אם קשה לכם, למרות שהשתמשתם בכל הכלים שלמדתם, כנראה שהגיע הזמן...

**כנראה שהגיע הזמן להדק חגורות ולהוציא את המטופלים שלכם למסע מופלא של פריצות דרך וגילוי עולם חדש שעוד לא הכרתם!**

המרכז ללימודי פסיכותרפיה אינטגרטיבית-הדרך של רונית  
בשיתוף פעולה עם צוות מרצים ואמתי מגד

## **במסלול תלת שנתי ייחודי ופורץ דרך בטיפול זוגי ומשפחתי מבוסס מובחנות וראויות**

שיחלץ אתכם מחוסר אונים ותקיעות בקליניקה הנובעים מרקע משפחתי  
וזוגיות של מטופלים (ואשר לא תמיד גלויים אפילו עבורם)



**מוכר ע"י האגודה לטיפול זוגי ומשפחתי | מתאים גם למטפלים פרטניים  
החל מ-6.10.2021 | ימי רביעי 9:30-14:00 | בהרצליה**

### **לפרטים נוספים:**

כנסו לקישור [couplestherapy.ronithaimoff.co.il/couplestherapy](https://couplestherapy.ronithaimoff.co.il/couplestherapy)  
או התקשרו ליועצת הלימודים שלנו בטלפון 053-285-5955



## תוכן עניינים

|                                                                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| דבר המערכת<br>צילה טנא, נחמה רפאלי, איריס ברנט,<br>מירי נהרי, אלה בן-נון                                                                  | 3  |
| כמה מילים לקוראיו הנאמנים<br>צילה טנא                                                                                                     | 4  |
| משולחן הוועד המרכזי ויו"ר הפ"י<br>יורם שליאר                                                                                              | 5  |
| מה חדש בחטיבה?<br>חדשות החטיבות                                                                                                           | 6  |
| ברכות למקבלי תארים                                                                                                                        | 11 |
| משולחנה של יו"ר מועצת הפסיכולוגים<br>אילה בלוק                                                                                            | 12 |
| משולחנו של הפסיכולוג הארצי<br>גבי פרץ                                                                                                     | 13 |
| משולחנה של הפסיכולוגית הראשית במשרד החינוך<br>ד"ר חוה פרידמן                                                                              | 14 |
| נשים על נשיות - הקדמה<br>ד"ר פנינית רוסוֹ-נצר, דני כפרי                                                                                   | 16 |
| נשיות: מדע או מיתוס<br>דפנה יואל, דפנה הקר                                                                                                | 17 |
| מלכות דבש מנגנונים פסיכולוגיים חברתיים סמויים המשמרים<br>את תפקידי המגדר המסורתיים נורית שנבל                                             | 20 |
| מסע האישה באמצע החיים: המיתוס השומרי על איננה וסיפור על<br>אישה בת ימינו רות נצר                                                          | 25 |
| כותבת, קוראת וגיבורה ספרותית קולאז' של נשים מתות/חיות<br>בסרט "השעות" דנה אמיר                                                            | 31 |
| על תשוקה נשית ופונקציית ההכלה<br>רוני כרמלי                                                                                               | 36 |
| כאב ביחסי מין בקרב נשים מנקודת מבט<br>ביופסיכו־פמיניסטית טליה יופה                                                                        | 42 |
| הסובייקטיביות של אישה מבוגרת בין האישי למקצועי ולפוליטי<br>ניצה יורם                                                                      | 47 |
| פסיכולוגים יוצרים עריכה: צילה טנא<br>שירים פרי עטה של רות גולן מתוך ספר השירים האחרון שלה<br>תיקונים והשלמות ופרק מתוך ספרה אהבה ותענוגים | 52 |
| פינת ההורות<br>נשים בצל מגפת האלימות בחברה הערבית<br>סועדא אבו עביד, מירי נהרי                                                            | 56 |
| פרופיל אישי<br>ד"ר אילה בלוק עריכה: נחמה רפאלי                                                                                            | 59 |
| ספרים מומלצים שבתאי מג'ר<br>עמדת קריאה סקירת ספרים חדשים                                                                                  | 62 |
| הפינה המשפטית<br>על התיישנות והסכמה מכללא עו"ד אדר גרין, עו"ד צ'רלי בוזגלו                                                                | 65 |

## חברות המערכת

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>צילה טנא - יו"ר</b><br>טל': 054-7933195, טלפקס: 09-9566711<br>דוא"ל: zilaabrasha@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| <b>נחמה רפאלי</b><br>טלפון: 054-3976394<br>דוא"ל: nechamaraph@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| <b>איריס ברנט</b><br>טלפון: 054-6876801<br>דוא"ל: iris@mshinuy.co.il                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
| <b>ד"ר מירי נהרי</b><br>טלפון: 054-6298888<br>דוא"ל: miri.nehari@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| <b>אלה בן-נון</b><br>טלפון: 052-3236360<br>דוא"ל: e_ben_nun@hotmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| <b>הסתדרות הפסיכולוגים בישראל:</b><br>יו"ר הפ"י - מר יורם שליאר   מנכ"ל הפ"י - מר דני כפרי<br>טל': 03-5239393, ת.ד. 3361 רמת גן, מיקוד 5213601<br>פקס: 03-5230763   דוא"ל: psycho@zahav.net.il<br>עריכה לשונית: יעל שלמון ברנע yaelzz@gmail.com<br>עיצוב ועריכה גרפית: יעלצ'ק - עיצוב גרפי 050-8537244<br>פרסום: ניו יורק ניו יורק (ישראל) בע"מ<br>יהודה הלוי 92, תל-אביב il.newyork-newyork.co.il<br>הפקה: דני כפרי, הסתדרות הפסיכולוגים בישראל<br>ציורי שער: רות נצר, פסיכולוגית קלינית יונגיאנית<br>מדריכה: מאמרה בעמוד 25 |                                                                                     |

## דבר המערכת

שלום רב לקוראיו הנאמנים. אנו עומדים בסיומה של "שנת קורונה" מאתגרת, אשר הציבה אותנו הפסיכולוגים בחזית לא פשוטה, ולמזלנו, אפשרה לנו לבצע את תפקידנו גם ב"זום" בצורה המבטיחה את שלומנו ובריאותנו. הגמישות במתן השירותים שלנו היא חשובה ועסקנו בה בחוברות קודמות. חוברת זאת עוסקת בנושא "נשים ונשיות", שהינו רלוונטי ביותר לתקופת הקורונה בשל התפקיד המיוחד שהוטל על נשים רבות שנאלצו (או בחרו) להישאר בבית בתקופות הסגר הממושכות, דבר שעלה להן לא פעם במשרותיהן. לצד זה בלטו נשים יצירתיות רבות שיצאו ביוזמות חדשניות ומקוריות מעוררות השראה על מנת לתחזק או לשמר את פרנסתן, ואי אפשר שלא להזכיר בגאווה את הדירוג המצטיין שקיבלו ראשות הממשלה ברחבי העולם על הניהול המקצועי של הטיפול בקורונה במדינותיהן. רוב תודות לד"ר פנינית רוסוֹ-נצר ולדני כפרי אשר שסייעו לנו בהכנה ובריכוז נושא גיליון זה וכן לכל כותבי וכותבות המאמרים המעניינים. החוברת הבאה תוקדש שוב לנושא חשוב - הפסיכולוגיה ההתפתחותית - וברשותנו כבר הצעות מרתקות למאמרים שיוצגו בפניכם בחודש יולי העתידי לבוא עלינו לטובה. בתקווה שהחיסונים יעשו את עבודתם ונוכל לדבר הלכה למעשה על סיומה של שנת הקורונה וברכות לבחירות הגונות (מועד ד' ואחרון) לטובת אזרחי המדינה כולם.

צילה טנא, יו"ר מערכת פסיכואקטואליה

## כמה מילים לקוראינו הנאמנים

אני שולחת תודה חמה לחברותינו המתמידות במערכת, נחמה רפאלי, מירי נהרי ואלה בן-נן ומאחלת להן שתמשכנה בהכנת חוברות עתידיות, לשבתאי מגר, שיוסיף להציג לפניכם את מיטב הספרות העדכנית בתחומי הפסיכולוגיה, ליעל שלמון ברנע העוסקת בעריכה הלשונית וליעל בן-נן האחראית על העריכה הגרפית ולכל מי שמסייע בהפקה של כתב עת מקצועי וחשוב זה. אני מסכמת בסיפוק רב תקופה מרתקת שבה זכיתי לפגוש את מיטב הכוחות המקצועיים והיצירתיים בשדה הפסיכולוגיה ונתתי להם קול בפינה "פסיכולוגים יוצרים", שאותה יזמתי והוצאתי לפועל. זכיתי לעסוק בתחום מהנה ורב קסם, המשלב עשייה פסיכולוגית עם כתיבה ספרותית ויצירה. אני מקווה שתרומתי לעיתון, ליוצרים ולקוראים כאחד, תמשיך להזין ולהעשיר את העשייה העיתידית שלנו בתחום המקצועי שכל כך יקר לליבנו.

בברכת שנת בריאות ויצירה והמשך עשייה פורייה,

**צילה טנא**

יו"ר מערכת פסיכואקטואליה

ברצוני לשתף אתכם בכמה אירועים משמעותיים הקורים בימים אלה במערכת פסיכואקטואליה.

חברנו, דני כפרי, אשר כיהן כמנכ"ל הפ"י בעשר השנים האחרונות ולקח חלק פעיל ביותר בהוצאת כתב העת שלנו, החל מן השלבים הראשונים של איסוף המאמרים ועד לשלבים האחרונים של הפקת העיתון ושיווקו, סיים, לצערנו הרב, בימים אלה את תפקידו בהפ"י וחסרונו יורגש בכל צעד וצעד של העשייה העיתידית שלנו. גם אני, לאחר יותר מעשרים שנה של פעילות התנדבותית בעריכת פסיכואקטואליה, מתוכן בשש השנים האחרונות כיו"ר המערכת, ואחרי למעלה מחמישים ראיונות עם מגוון מרתק של פסיכולוגים שאותם הצגתי בפינתי "פסיכולוגים יוצרים", מודיעה לכם בזאת על ההחלטה שקיבלתי - לפרוש מתפקידי בעיתון ולפנות את מקומי כיו"ר מערכת פסיכואקטואליה.

אנחנו נפרדים גם מחברתנו למערכת, איריס ברנט, שהפיקה שנים ארוכות את "פינת ההורות" החשובה כל כך וכן מייד ימיננו במזכירות הפ"י, שר סנס, אשר סייעה לנו שנים רבות בחריצות, במסירות ובנועם הליכות ויוצאת כיום לעיסוק חדש שבו בחרה לשנים הבאות. בהצלחה - שר יקרה!

### הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

מברכת את חבריה וחברותיה  
מהקהילה המוסלמית בברכת

**רמדאן כרים וצום משמעותי**

**رمضان كريم**

أعاده الله عليكم باليمن  
والبركات. تقبل الله صيامكم  
وأعمالكم الصالحة







## יורם שליאר, יו"ר הפ"י

### לחברי וחברות הפ"י היקרים,

חג הפסח מאחורינו ואולי גם הקורונה. הבחירות הרביעיות גם הן התרחשו ואנו תקווה שיהיו אלה גם האחרונות בארבע השנים הבאות. מייחלים שתוקם ממשלה יציבה למען אזרחי המדינה, כזאת שתאפשר לנו לקדם את "התוכנית הלאומית למען הפסיכולוגיה הציבורית" שגובשה על ידי הפורום המשותף למען הפסיכולוגיה הציבורית.

בחודשים האחרונים מתרחשים בהפ"י תהליכים חשובים ושינויים משמעותיים שאני מבקש לעדכן אתכם לגביהם.

לאחר עשור של עבודה פורייה ומחויבת לארגון שלנו, המנכ"ל דני כפרי יוצא בימים אלה לדרך חדשה. נזכיר כי בתקופתו מספר החברים עלה מ-2,032 ל-3,400, ובין הישגיו: הסדר ביטוח אחריות מקצועית לחברי הפ"י, ניהול מחושב ואחראי של כספי העמותה, מחשוב מערך תשלומי דמי חבר וימי עיון, כנסים ושיתופי פעולה עם גופים מקצועיים רבים, הפקת פסיכואקטואליה ועוד ועוד. אנו מאחלים לדני הרבה הנאה וסיפוק בהמשך דרכו ומודים לו על העשייה החשובה ותרומתו המשמעותית לקידום הארגון.

ובאופן אישי, אני רוצה להודות לדני על שלוש שנים של עבודה משותפת כתף אל כתף, בנאמנות ומחייבות אין קץ לארגון שלנו, ובעיקר להכיר תודה על הסיוע הרב שדני נתן לי, באופן שוטף ויום-יומי, אשר אפשר לי למלא את תפקידי כיו"ר הפ"י בהיותו כידוע תפקיד בהתנדבות.

הוועד המרכזי הקים צוות איתור למציאת מנכ"ל חדש להפ"י בהובלתה של אורלי צדוק נציגת החטיבה התעסוקתית-ארגונית-חברתית בוועד, ואנו מקווים שעד צאתו של הגיליון הנוכחי יהיה או תהיה לנו מנכ"ל חדש או חדשה.

ובעניין אחר - בסמינר הוועד המרכזי בבית דניאל בזיכרון יעקב בנובמבר 2019 הוחלט על הקמה של 3 תפקידי מטה חדשים: רכז/ת עצמאיים, רכז/ת מגזר ציבורי ורכז/ת תקשורת. כפי שפרסמתי לפני מספר חודשים איישנו את תפקיד רכזת העצמאיים ומשמשת בו כעת אפרת צור. לאחרונה החלטנו ליישם את ההחלטה לגבי רכז/ת המגזר הציבורי, שתפקידו יהיה לקדם נושאים שונים שהפ"י מעוניינת בהם בשדה הציבורי תוך קיום קשר שוטף עם הפורום המשותף של הארגונים למען הפסיכולוגיה הציבורית.

אני שמח לעדכן כי הוועד המרכזי מינה לתפקיד את ירדן מנדלסון ששימשה בעבר כיו"ר החטיבה במח"ר. ירדן הצטרפה למטה הפ"י כרכזת תחום השירות הציבורי והיא מנהלת את התחום ביכולותיה ובכישוריה המוכרים לכולנו גם ממקום מושבה החדש בקליפורניה שבארצות הברית לשם עברה בעקבות הפוסט דוקטורט של בן

זוגה בסטנפורד.

מטרת התפקיד של ירדן היא לתכלל ולהוציא לפועל פעילויות שהפ"י מחליטה עליהן ושתכליתם קידום הפסיכולוגים והשירות הפסיכולוגי בשדה הציבורי, בכפוף להחלטות הוועד המרכזי.

זאת ועוד - מאחר שהפ"י חברה בפורום הארגונים למען הפסיכולוגיה הציבורית, ומקצה משאבים ארגוניים וכלכליים רבים במאבק זה, הוועד המרכזי ראה חשיבות להקצות גם משאבי כוח אדם לטובת ביצוע משימותיה של הפ"י בתוך עבודת הפורום וכחלק מרצונה של הפ"י למצב עצמה כמובילת העשייה בשדה הפסיכולוגיה בארץ.

נאחל לירדן הצלחה בתפקידה החדש.

פורום הוותיקים והגמלאים הפעיל שלנו יזם פרויקט חשוב ומרגש של מפגשי זום בנושא "ההזדמנות שבהזדקנות". במסגרת זו התקיימו 4 מפגשים מרתקים עם מרצים שונים בתחום. התגובות היו מצוינות ואני תקווה שהמיזם הזה, כמו גם מיזמים נוספים שאותם מוביל הפורום הנפלא הזה, ימשיכו להתקיים ולהתפתח.

במסגרת פורום הארגונים ולקראת הבחירות, הפורום יזם שני מהלכים חשובים. האחד החתמת כל המפלגות על מסמך שמחייב אותן להכניס למצען מחייבות לקידום הפסיכולוגיה הציבורית בישראל, שעליו חותמות עוד ועוד מפלגות. המהלך השני היה קיום פאנל עם חברי כנסת מכל הקשת הפוליטית בנושא הפסיכולוגיה הציבורית תחת השם: "המגפה הנפשית - איך יוצאים מזה?" הפאנל התקיים בהצלחה רבה ב-11.3.2021 בהנחיית יעל דן, בזום, בהשתתפותם של 10 חברי וחברות כנסת ושר אחד, וכולם התחייבו לקדם את הפסיכולוגיה הציבורית בכנסת ובממשלה הבאה. מצד הפסיכולוגים השתתפו כ-150 חברים וחברות. הדברים נרשמו ואנחנו נהיה שם להזכיר להם לקיים את הבטחתם.

אני מבקש להביע הערכה רבה לצוות הכנסת של פורום הארגונים שהיה מאחורי קיום הפאנל החשוב הזה ומאחורי גיוס חברי וחברות הכנסת.

האביב כבר כאן במלוא עוזו, על פריחותיו הנהדרות וניחוחותיו המשכרים וגם על מזגו ההפכפך.

בתקווה שלאט לאט הכול יתייצב ושנצליח להתמודד בהצלחה עם תוצאותיה של מגפת הקורונה בכלכלה, בגוף ובנפש ונשוב כולנו אל השגרה הברוכה והמנחמת.

שלכם,

יורם

## מה חדש בחטיבה?

### דבר החטיבה השיקומית

ממש בקו הסיום שלו. מטרת הפרויקט היא לרכז מידע רלוונטי על כל המוסדות המוכרים להתמחות, כמו למשל סוגי האוכלוסיות שאיתן עובדים, מספר שעות ההדרכה במוסד, הגישה הטיפולית המובילה וכו'. כך למתמחים ולמתמחות יהיה בסיס ידע רחב יותר שעל פיו יוכלו לבחור את מקום ההתמחות שלהם. תודה לד"ר אוהד בר דוד ולדניאל לוי על הפנייה לפסיכולוגיות ולפסיכולוגים האחראיים, ולצביאל בן דוד על עבודת העריכה והתכלול של המידע שנאסף.

ההכנות לכנס השנתי 2021 כבר החלו ומפלס ההתרגשות מתחיל אט-אט לעלות. אחרי שבשנת 2020 קיימנו כנס במתכונת וירטואלית, אנו נערכים השנה לקיום כנס פיזי, בהתאם להגבלות ולתנאים שייקבעו. הנושא והמתכונת טרם נקבעו, אך כמובן שנעדכן בכל התקדמות בנושא, ובמיוחד בדבר התאריכים והמיקום כדי שתוכלו להיערך מראש. חברות הוועדה המארגנת הן יאסמין אבו-פול, שהיא גם נציגת ועד החטיבה, יעל גלין וגלי קלטש. נאחל להן בהצלחה, ולכולנו נאחל שנזכה סוף-סוף להיפגש, ללמוד, לחוות ולהתחבק.

נסיים את הטור עם מילות פרידה מדני כפרי, שמסיים את תפקידו כמנכ"ל הפ"י לאחר שנים רבות של עשייה. לאורך שנותיו בתפקיד דני היה ידיד אמת של החטיבה השיקומית. הוא סייע בקידום ובהוצאה לפועל של פרויקטים רבים, היה קשוב לצרכים שלנו בוועד החטיבה וגם סבלני לדרישות (הלפעמים משוגעות) שלנו. תודה גדולה על תרומתך הרבה לארגון בכלל ולחטיבה השיקומית בפרט. מאחלים לך הצלחה בהמשך דרכך.

ולחברותינו וחברינו נאחל המשך עשייה פורייה, משמעותית ומספקת. אנחנו כאן בשבילכם. תמיד. אפשר לפנות אלינו באמצעות כתובת המייל [ipa.rehab@gmail.com](mailto:ipa.rehab@gmail.com)

שלכם,

ועד החטיבה השיקומית

נתבקשנו לכתוב טור קצר עבור הגיליון הנוכחי, אז אנחנו חוסכים את החלקים הפרוזאיים ועוברים ישר לעיקר. המחזור הראשון של קורס שפת הסימנים ולימודי חירשות הסתיים במהלך חודש פברואר. המשובים על הקורס היו חמים וטובים, וניכר על פיהם כי הקורס היה משמעותי, מלמד, פוקח עיניים ומרגש עבור המשתתפות והמשתתפים. תודה לשותפינו להפקת הקורס, ד"ר נצן אלמוגוריו גולדברג מהקריה האקדמית אונו, ומרצת הקורס המופלאה ננה בר. אנו מבצעים התאמות ושינויים קלים בתוכנית על מנת לדייק אותה אף יותר, ונערכים לקראת פתיחת מחזור נוסף. עקבו אחר הפרסומים.

תוכנית ההכשרה בטיפול קוגניטיבי, שנבנתה על ידי צוות המכון הלאומי לשיקום נפגעי ראש, צפויה להיפתח בקרוב. ועד החטיבה השיקומית רואה בה תחנת חובה עבור פסיכולוגיות ופסיכולוגים שיקומיים, שכן כולנו נפגשים עם אנשים הסובלים מקשיים קוגניטיביים. בין אם מדובר בירידה קוגניטיבית האופיינית לגיל הזקנה, ובין אם מדובר בירידה קוגניטיבית על רקע פגיעת ראש או מחלה. הטיפול הרגשי, שבו אנו מיומנים ומושקעים, הוא רק חלק אחד מן המעטפת הטיפולית לה זקוקים מטופלינו. דרך תוכנית זו נבקש לחזק חלק נוסף, משמעותי לא פחות.

שיתופי הפעולה עם קופות החולים ועם החטיבה לפסיכולוגיה רפואית נמשכים. אנו מקיימים פגישות עם הפסיכולוגיות והפסיכולוגים האחראיים בקופות, מציפים בעיות ומציעים פתרונות. ההרגשה היא שיש מי שמקשיב לדברים, אך אנו כמובן לא נסתפק בכך. נמשיך לדרוש את שילובנו המלא בתוך קופות החולים לטובת מטופלינו, שרבים מהם מופנים לבריאות הנפש שלא לצורך או נאלצים להרחיק למרפאות פסיכולוגיות בבתי חולים ובמרכזים רפואיים על מנת לקבל טיפול פסיכולוגי מותאם. בהזדמנות זו נודה ליואב בליי, פסיכולוג קליני מומחה, חבר מוביל בתנועה למען הפסיכולוגיה הציבורית, שמלווה אותנו במסירות ובדאגה לאורך התהליכים הללו.

פרויקט "תעודת זהות" למוסדות מוכרים להתמחות נמצא

## דבר החטיבה הרפואית

שלום רב,

ואילו "self care" הוא אנוכי. יתר על כן, תרבות השתיקה מחזקת את תחושת הבדידות בחוויית הפגיעות והסבל, שכן למראית עין רופאים אחרים מצליחים לעבוד ולעמוד במתחים אלו. נוסף לכך את המסר שלפיו הרופאים הם גיבורים המשתקף במחזאות הכפיים מהמרפסות. מסר זה מרמז על ציפייה והערכת הקרבה וחוסן חסרי גבולות. בשל אלו, לפי המאמר, תוכניות טיפול המסתמכות על פנייה עצמית, ולמעשה הודאה בקושי, לעיתים קרובות נכשלות.

ממציאות זו עולה השאלה מהם המהלכים שאנחנו, כפסיכולוגים רפואיים, יכולים להוביל בכדי לקדם כיום תוכניות שיתגברו על מחסומים אלו?

ראשית, לפעול מתוך הבנה שהתייחסות לגישות ארגוניות לשיפור רווחתם של הרופאים יעילה יותר מאסטרטגיות לשיפור חוסן אישי בלבד, ולכן יש לבנות התערבויות המקנות תפיסות ומיומנויות של עזרה עצמית תוך התייחסות להקשר הארגוני. כפועל יוצא של הבנה זו, על ההנהלה לקחת אחריות על כל מהלך שמתנהל בהקשר של התערבויות עם צוותים רפואיים. בנוסף, פסיכולוגים רפואיים יכולים לקדם תוכניות תמיכת עמיתים (peer support) לרופאים תחת הנחיית פסיכולוג רפואי. כך יתאפשר לרופאים לחלוק ולהיתמך על ידי קולגות, ללא פנייה לאנשי ברה"ן, ותוך הקצאת משאבים (זמן, מקום והנחיה מקצועית) הייעודיים למטרה זו.

לבסוף, נרצה להבנות התערבויות מכוונות ערך. להשתמש בכלי שאנו מיומנים בו יותר מכול: להיות נוכחים ולהקשיב, לשמוע ולראות את הצורך שעולה מבעד למילים, לגלות את הקונטקסט הארגוני שבתוכם הצוותים עובדים. הבנה מקצועית ייחודית זו תאפשר לעודד את המנהלים במסגרות רפואיות להדק את הקשר עם הצוותים ולייצר תרבות של שיתוף, ביטחון והעצמה.

ועד החטיבה

החודשים האחרונים הוסיפו להוות קרקע להתפתחות תחום הפסיכולוגיה הרפואית, ברמה המקצועית והאישית של כולנו. בתקופה האחרונה המשכנו לייצר ערבי קליניקה ייחודיים ומלמדים; קיימנו ערב למיועדים לתואר שני, בו התעניינו רבים; כחלק מהפעילות בפורום הארגונים למען הפסיכולוגיה הציבורית קידמנו פנייה ליצירת קוד לטיפול קבוצתי לסובלים מבעיה רפואית, ופנייה לפרויקטור הקורונה שבה הודגש הצורך במענה ייעודי לתמיכה בצוותים רפואיים.

בהמשך לסעיף האחרון, בציון שנה למגפת הקורונה, בחרנו להקדיש הפעם את דברי החטיבה לצורך הדחוף לטפל ברווחתם הנפשית של הצוותים הרפואיים והחסמים התרבותיים והארגוניים המאתגרים סוגיה זו, נושא שכפרופסיה אנו עוסקים בו במסגרות ציבוריות ופרטיות. דברינו מבוססים על ניסיון קליני של פסיכולוגים רפואיים בשטח ועל סקירת מאמר בנושא של (Shapiro & McDonald, 2020).

ההתמודדות הרגשית של צוותי הקורונה הינה מורכבת ביותר. הם נאלצים להתמודד עם אובדנים רבים, פחד להידבק בנגיף ולהדביק את בני משפחתם, כעסים על פערים וכשלים במערכת הבריאות ובפרט במקום עבודתם ועוד. עבור חלק, גורמי לחץ אלו עשויים לגרום ליצירת שחיקה או החמרתה, דיכאון או הפרעת דחק פוסט-טראומטית.

ברור כפסיכולוגים רפואיים שיש לטפל באופן מיידי ברווחתם הנפשית של הרופאים, ובכך לתרום גם לשיפור באיכות הרפואה שהם מעניקים, גם בקשר שהם מייצרים עם החולה ומשפחתו וגם בתפוקה בעבודתם. מסגרות רבות בשנה האחרונה ניסו לייצר מענה רגשי לצוותים, אולם במקרים רבים פנייה של רופאים לסיוע הינה נמוכה מההיצע. עולה השאלה - מדוע?

כותבי המאמר מתייחסים לאתגרים בטיפול הנפשי ברופאים. תחילה הדגישו כי היסטורית מוסדות הענישו רופאים שהביעו קושי נפשי, וכתוצאה מכך קיים חוסר אמון, המונע מרופאים לבקש עזרה. בנוסף, התרבות המקובלת ברפואה מחזקת את האמונה שתשירות פיזית ורגשית היא חלק מהעבודה

## מקורות

Shapiro, J. & McDonald, T.B. (2020). Supporting clinicians during Covid-19 and beyond — Learning from past failures and envisioning new strategies. The New England Journal of Medicine, 1-3.

## דבר החטיבה הקלינית

### שלום לכולם ולכולן.

בגיליון הקודם, ערב הסגר השלישי, תהינו האם הארץ תחוסן והחיים יחזרו למסלולם עד הופעת הגיליון הנוכחי. אז אכן רבים חוסנו, אך החזרה למסלול חופשי ונטול מגבלות עוד לפנינו.

כמו רבים, אנו מחכים לכך.

בשנה האחרונה חלה עלייה משמעותית במצוקה הנפשית של האוכלוסייה, והעומס חסר התקדים על השירות הציבורי בבריאות הנפש, שהתמודד עם עומס גדול עוד קודם, יוצר פקקים ותורי המתנה ארוכים מהרגיל. אלו ימשכו גם אחרי הקורונה - ישנן מצוקות שנחשפו או נוצרו בזמן הקורונה, אך אינן נעלמות ברגע החיסון.

כידוע, השירות הציבורי הוא אחד מתחומי העניין והפעילות של החטיבה הקלינית. התרענו בעבר, עוד לפני העומס שנוצר בשנת הקורונה, שהשירות הציבורי בבריאות הנפש לא ערוך להתמודד עם הצורך בשירותי פסיכותרפיה נגישים וזמינים. הקול שלנו במשרד הבריאות, בין אם בפגישות עם גורמים במשרד או במנהלת הרפורמה, היה ברור ועקבי. דרשנו שמשרד הבריאות כרגולטור יהיה אחראי לפקח על יחס סביר בין גודל האוכלוסייה, מספר התקנים ופריסת השירותים. דרשנו להכיר במסגרת כך גם במקום המרכזי של טיפול פסיכולוגי בשירות הציבורי, לעומת הישענות על טיפול תרופתי, שהיא הדרך המועדפת על המשרד להגדיל את מספר המטופלים. הראינו שלא רק שטיפול פסיכולוגי הוא העדיפות הראשונה של הציבור, אלא שהוא חוסך בעקיפין הוצאות אחרות של קופות החולים.

בימים אלו סיימנו את הכנתה של התוכנית הלאומית לשירותים פסיכולוגיים במסגרות ברה"ן הציבוריות, כחלק מבניית התוכנית הלאומית לשירותים פסיכולוגיים ציבוריים בישראל, בהובלת פורום הארגונים למען הפסיכולוגיה הציבורית. התוכנית סוקרת את התשתית הקיימת במסגרות כיום ומצביעה על הכשלים הרגולטורים והמבניים וקושרת אותם לבעיות ומצוקות שונות של הציבור בישראל. אך תוכנית זו גם כוללת הצעות פרגמטיות ליישום בטווח המיידי ובטווח הרחוק, מתוך רציונל ברור שבו השקעה של המדינה בהרחבת המענה הפסיכולוגי במסגרות ברה"ן ציבוריות היא השקעה חכמה, המחזירה עצמה במישורים רבים. אנו מקווים שהקמת ממשלה יציבה תאפשר קידום של תוכנית זו, ושינוי כיוון משמעותי

באופן שבו המערכות הציבוריות ובהן הפסיכולוגיה הקלינית קיימת מתנהלות.

### פעילות החטיבה

פרויקט קידום האתר "פסיכולוגיה קלינית בשבילך" ואינדקס הפסיכולוגים הקליניים שבתוכו ממשיך. כיום יש בו מעל ל-700 כרטיסים פעילים של פסיכולוגים ופסיכולוגיות קליניים. האינדקס הופך להיות מאגר רציני ומקצועי ברשת עם ממוצע של מעל 200 כניסות ביום! עדיין חסר ייצוג של פסיכולוגים ופסיכולוגיות בפריפריה, ואם טרם הצטרפתם זה הזמן! אנא הפיצו גם לעמיתים!

כמו כן נזכיר כי במאי הקרוב נעבור למודל גבייה בסיסית ממי שמחזיק ומחזיקה כרטיס באינדקס. העלות החודשית תעמוד על כ-20 ₪ בלבד, ובתקווה מהלך זה יאפשר את העמקת קמפיין הקידום של האינדקס ברשת והפיכתו למנוע החיפוש המוביל לטיפול פסיכולוגי.

בשבועות האחרונים הגיעו לסיומם שני קורסים בטיפול זוגי וקורס נוסף על מיניות בטיפול לפסיכולוגים קליניים מטעם החטיבה. מהלך הקורסים היה מאתגר ביותר בשל הסגרים, הבידודים ושינויי ההנחיות התדירות. המשובים שקיבלנו על הקורסים למרות המהמורות הרבות היו טובים ביותר ואנו עומלים על תכנון המחזור הבאים ומבקשים להודות למרצות איריס שמחוני שגב, ד"ר עירית קליינרפז ועינת נתן.

לבסוף, אנחנו שמחים להזכיר כי בחודשים האחרונים החטיבה הקלינית הפכה לחטיבה עם מספר החברים והחברות הרב ביותר בהפ"י. אנחנו רואים זאת כהצהרת אמון בנו ובעבודה הקשה למען הפסיכולוגיה הקלינית בארץ.

שיהיה חג שמח, בטוח ובריא לכולכן ולכולכם.

### ועד החטיבה הקלינית

עמוס ספיבק - יו"ר, ד"ר שי איתמר - חבר,

אביאל אורן - חבר, עודד מאיו - חבר, יחיאל אסולין -

חבר, ד"ר רפאל יונתן לאוס - חבר, גל רוזן - פעיל,

דנה אלפסי - פעילה





## דבר החטיבה החברתית-תעסוקתית-ארגונית

### שלום רב,

תקופת הקורונה המתמשכת נותנת אותותיה. לצד הפתרונות הנרקמים וחוויות החופש והשחרור היחסיים שמאפשרים החיסונים, עולים קולות רבים סביבנו של מותשות, שחיקה, דכדוך וקושי לחזור לשגרה (גם אם היא מבורכת). הטלטלות הרבות, חוסר הוודאות, החרדות, האיום על הזהות של כולנו, טשטוש הגבולות והקושי בתהליכי הובלה (בבית ובעבודה) ועוד ועוד גובים מחירים נפשיים משמעותיים.

כפסיכולוגים תעסוקתיים אנו פוגשים קולות אלו ברמת הפרט, הצוות והארגון על רמותיו השונות, כמו גם בהיבטים האישיים שלנו ושל משפחותינו. החוויה המשותפת שלנו כאינדיבידואלים ושל הנועצים שאותם אנו פוגשים דומה פעמים רבות, ומזמינה התמודדות מאתגרת מקבילה. אנו נדרשים למענים יצירתיים וחדשים לשאלות אישיות ומקצועיות ופועלים במרץ להתאים עצמנו לאתגרי הפנדמיה והשלכותיה.

מתוך הבנה שמענים אלו כרוכים בהתייחסות דיאלקטית בין הקבוע והמשתנה, בין המובנה ליצירתי, בין השגרות לבין הגמישות הנדרשת, אנו פועלים, כוועד חטיבה, לשהות באזורים אלו.

לפיכך, אנו נמצאים בכמה וכמה מישורים, שתכליתם התחדשות, התבססות והתרעננות:

מיכל פוני, יו"ר החטיבה, הופיעה בהופעה מרשימה בתוכנית "זמן קורונה" בערוץ 11. מיכל העלתה באופן שאינו משתמע לשתי פנים את הדרישה לתוספת פסיכולוגים תעסוקתיים בשירות

הציבורי, צורך שהולך ועולה לאור המצב במשק. המהלך הינו חלק מהפעילות הענפה העכשווית של הפורום לקידום הפסיכולוגיה הציבורית, הפועל ללא לאות להנכיח ולזעוק את החוסר המשווע במענים מקצועיים מותאמים לקשיים העכשוויים בשוק העבודה.

במסגרת אותם מאמצים קיימנו פגישות עם מנכ"ל המשרד לחיזוק וקידום קהילתי, מר חגי רזניק, לבחון אפשרויות השתלבות במרכזי החוסן הפרושים בארץ, וכן בניית מערך שירות פסיכולוגי תעסוקתי בשיתוף עם העיריות, ברמה המוניציפלית.

בנוסף, ב-16.3.2021 נערך יום עיון מקוון לחטיבה, מתוך מטרה לקיים עוד ימים כאלה במהלך השנה כתוספת לכנס החטיבה השנתי.

יום העיון "פסיכולוגיה תעסוקתית בזמן קורונה" נתן פלטפורמה למרצים יותר ופחות מוכרים בגזרתנו, שסקרו היבטים מגוונים של אתגרי הפסיכולוגיה התעסוקתית בתקופה מטלטלת זו. ההיענות ליום העיון הייתה גבוהה ומשמחת, מתוך חוויה משותפת של געגוע ורצון להתחדש, להתייעץ ולהשתייך לקהילה מקצועית מתפתחת.

כולנו תקווה שהחזרה לשגרה תאפשר להמשיך בחיזוק נוכחותנו במרחב הציבורי והקהילתי. אין ספק שתקופת הקורונה מדגישה יותר ויותר את הצורך במגוון שירותי אנשינו.

בברכה,

### ועד החטיבה

### החברתית-תעסוקתית-חברתית

## דבר החטיבה ההתפתחותית

### חברות וחברים שלום רב,

בעת כתיבת שורות אלה, שצפויות להתפרסם לרגל גיליון האביב, חוסר הוודאות שאופף את כולנו כבר זמן רב כל כך מסרב להתפוגג. חיסון יש אבל שגרה אין. הרגלים חדשים ואלטרנטיביים אולי נרכשו והתבססו, אבל הם עוד לא המציאות שכולנו זקוקים לה, תחליף שמחזיק רק חלקים שלנו, ולא את החוויה כולה. אז שנתרגל לדיאלוג בתוך משבצות דו-ממדיות? שנקבל את העובדה שלא נוכל להושיט ממחטה? לגעת...? כולנו קורבנות של התקופה, מושפעים מאדוותיה ומשלוחותיה, נזהרים לא להיות קורבנות ישירים ומייחלים ליום טוב ומאפשר.

אז התרגלנו להיפגש כך בהווה ולחלום אחרת על העתיד... כנס המועמדים לקראת הרישום לתואר השני שהתקיים בתחילת פברואר היה הצלחה מסחררת ולמעלה מ-300 סטודנטים נרשמו על מנת להקשיב בשידור חי, ולאחר מכן גם בהקלטה מקוונת, להרצאות מרתקות של טובי המומחים שלנו בתחום הפסיכולוגיה ההתפתחותית, מהאקדמיה ומהשטח. היה זה ערב נפלא, ובין המתעניינים הצעירים היה מרגש לראות עד כמה אנחנו התרגשנו להיפגש, לצפות בקשרים האישיים והחבריים שנרקמו בחטיבה לאורך השנים, שוב היה נפלא להיות חלק מקבוצה איכותית, מקצועית ומגובשת... יצאנו בהחלט מרוצים מעצמנו! ובקצה השני של סקאלת הוותק, יום העיון למדריכים

אולם אנו תקווה שלא נצטרך להוציאה אל הפועל. נתכוון לרגע שבו נוכל להיפגש כולנו, מחוסנים ונרגשים, למפגש ממשי של למידה, קרבה וחיבוקים...

ועד אז... נאמר כמו תמיד: קבוצת הוואטסאפ החטיבתית שעלתה על גדותיה היא רק סמל לצורך שלנו לשמור על קשרים מקצועיים הדוקים. אז בהזדמנות זו נזכיר לכל מי שעדיין לא הצטרף לקבוצה המקבילה שנפתחה בטלגרם לעשות כן. זכרו: ועד החטיבה פועל במרץ על מנת להמשיך ולקדם רעיונות מרכזיים שעל סדר היום של החטיבה. גם עכשיו, ואף יותר, נשמח לשותפים לעשייה. אנו קוראים לכם: מדריכים, מתמחים, ותיקים וצעירים. הצטרפו אלינו! או לפחות כתבו לנו: מחשבות, רעיונות, הצעות, מאמרים והגיגים, אנחנו מבטיחות לענות.

וגיליון פסיכואקטואליה הבא, יולי 2021, מוקדש כולו לעבודתנו! אסופת מאמרים מגוונת, מרגשת ומחדשת, פרי העטים והמקלדות של מיטב ההוגים והכותבים שלנו, בדרכה להתפרסם בחגיגות. ועד אז... שיהיו ימי אביב בריאים ומרחיבי נפש...

psych.develop@gmail.com

שלכם,

ועד החטיבה ההתפתחותית

שהתקיים בתחילת חודש מרץ ואורגן על ידי הוועדה המקצועית היה מצוין ואפשר כיוונים משמעותיים של חשיבה, גם אם שוב, במציאות דו־ממד בלבד.

כפי שכבר סיפרנו בעבר, האמצעים הטכנולוגיים פתחו לנו דלתות כניסה לצומתי החלטה שעד כה התקשינו להשתלב בהם בגלל היעדר זמינות ופניות. צוות מעונות היום שלנו עושה חייל ומרבה להשמיע עמדות מקצועיות ואף להתראיין סביב תקנות חוק הפיקוח וסביב צורכיהם של פעוטות במסגרות החינוך ובכלל. כתוצאה מהמאמצים הללו נוצרו קשרים משמעותיים עם עמותות וארגונים הפועלים בתחום מסגרות החינוך לפעוטות ואנו תקווה שהסטנדרטים הרצויים יחלו לנוע אל עבר התממשות, גם אם הדרך ארוכה כל כך.

ועוד בתחום התקווה שמחדש לנו האביב, פנינו אל הכנס השנתי שהוועדה המארגנת שלנו פועלת במרץ להוציאו אל הפועל. **מועד הכנס המתוכנן הוא 25-27.5.2021** (שימו לב - זהו תאריך שונה מהפרסום הקודם!). אם השפעות המגפה, החלטות הממשלה (החדשה?) והכוכבים יסתדרו לטובתנו, בעודכם קוראים שורות אלה יהיה עליכם גם לבחור את השותפים שלכם לחדר ואת הסדנאות שבהן תרצו להשתתף כי כנס ממשי עומד להיות כאן... הוועדה המארגנת עומלת גם על חלופה מקוונת

## דבר פורום הוותיקים והגמלאים

במפגש הראשון השתתף קהל רחב ומקווי שיצטרפו עוד רבים במפגשים הבאים. במפגש הבא ב־10 במרץ, שופט בית המשפט העליון, ניל הנדל, יכבד אותנו בנוכחותו וידבר על "היבטים מוסריים ומשפטיים ביחס החברה לזקנה". בהמשך הערב גב' ראובנה שלהבת קניאל תראיין את שחקנית הבימה גב' ליא קניג, כלת פרס ישראל בתחום התיאטרון. שני מפגשים נוספים יתקיימו באפריל: ב־12.4.2021 יתקיים מפגש עם בת שבע דגן בנושא "מאושיוץ עד הקורונה - תקווה ומשמעות ככוח מניע", ולאחר מכן מר יורם שליאר, יו"ר הפ"י, יעסוק בנושאים של "משמעות והתמודדות עם אתגרי חיים בשילוב קולנוע". ב־26.4.2021 נסיים את הסדרה עם הרצאותיהן של פרופ' עמיה ליבליך בנושא: "יש זקנים בריאים על חוף בת ים", וד"ר חגית בנזימן שתציג את "מקומו של ההומור בגיל השלישי".

סדרת המפגשים שהצוות המוביל של פורום הוותיקים והגמלאים יוזם היא חלק מהמאמץ שלנו לקידום המודעות לצורכי בני הגיל השלישי והטיפול הפסיכולוגי בהם. פעילויות נוספות כוללות את ההשתלמות בטיפול פסיכולוגי בבגרות ובזקנה שקיימנו בשיתוף בין הפ"י לבין התוכנית לפסיכולוגיה קלינית גרונטולוגית במרכז האקדמי רופין. כעת נפתחה השתלמות המשך לפי בקשת

אנו כותבים שורות אלו אחרי ההרצאות הראשונות בסדרת המפגשים המקוונים "ההזדמנות בהזדקנות: היבטים פסיכולוגיים חיוניים" בסוף פברואר. ד"ר ליאורה בר־טור, פסיכולוגית קלינית, מרצה בתוכנית לפסיכולוגיה קלינית גרונטולוגית במרכז האקדמי רופין, פתחה את הסדרה שלנו. לדבריה, בשונה מהרפואה שמתמקדת במה שאינו תקין, בטיפול פסיכולוגי בגיל המבוגר חשוב לגלות מה כן בסדר ולקדם הזדקנות אופטימלית למרות אובדנים שהם מנת חלקם של גילאי הזקנה. בעולם של היום המדגיש את עליונותו של ה"צ.ב.ר." - הצעיר הבריא והרענן - ד"ר בר־טור ציינה שחשוב להילחם בגילנות וגרונטופוביה בחברה. ההרצאה השנייה הוגשה על ידי ד"ר בתי נמש, מטפלת בהבעה ויצירה ומטפלת משפחתית ממרכז סאטיר-גליל להכשרת מטפלים בחסות מרכז סאטיר העולמי. ד"ר נמש הציגה את מנדלת המשאבים על פי מודל סאטיר ואת יישומה לגיל השלישי. מנדלת המשאבים כוללת מגוון כוחות ומשאבים שיש לכלול, אשר משפיעים על אורח חיינו ותורמים לבריאותנו הפיזית והנפשית. השינויים בגיל השלישי מזמנים אפשרות "להתארגן מחדש למציאות המשתנה, להרחיב את מאגר המשאבים ולבחון אפשרויות חדשות שייסיעו לאיזון בחיים".



מסמכי הדרישות שלהם להרחבת ההעסקה של פסיכולוגים בשירותים ציבוריים.

נשמח לשמוע מכם ואנו מזמינים את כל מי שמעוניין להצטרף לשורותינו על מנת לקדם את תחום הפסיכולוגיה ובריאות הנפש בגיל השלישי לכתוב לנו ל-

mobileformvatikim@googlegroups.com

בברכה,

צוות מובילי פורום ותיקים וגמלאים

המשתתפים בקורס הראשון. אנו מאוד מקווים לעודד את כלל הפסיכולוגים הצעירים להכיר ולעסוק בנושא החשוב.

לפי שעה עדיין אנו מחפשים את הדרכים המתאימות ביותר לשבץ פסיכולוגים בעבודה עם בני הגיל השלישי והמטפלים בהם ולהיעזר במאגר של הפסיכולוגים שהביעו נכונות לעבוד במסגרות לגיל השלישי. לצערנו, בזמנים אלו התהליכים איטיים יותר מן הצפוי והרצוי. אנו מקווים שבזמן הקרוב נוכל להתקדם בנושא. חשוב לציין שגם פורום הארגונים הפסיכולוגיים הוסיף התייחסות לעבודת פסיכולוגים במסגרות כמו דיור מוגן לתוך

## ברכות למקבלי תארים

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל מברכת את חבריה אשר קיבלו בשנה האחרונה תואר מומחה ותואר מומחה-מדריך ומאחלת להם הצלחה רבה בהמשך דרכם המקצועית!

בהערכה רבה,

יורם שליאר, יו"ר

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

### תואר מומחה

#### חטיבה התפתחותית

קרצמן אנטלר ג'יזל  
הלוי גרנות רעות  
הראל ירון מוריה  
גרינברג צליל  
קראוס נעמה  
דהן קובי  
מילשטיין ורוניקה  
רייכמן אייזיקוביץ אסנת  
פנסקי שנשינסקי מרים  
אוסטרייכר יעל  
בן מאיר איילת

#### חטיבה חינוכית

זץ פרץ אורית  
אלעזר מוריה  
גולדברג גל  
נרומברג אסף שלמה  
שני אשד איריס דנה  
סתון נדן שרית  
טובי רמה רחמה  
גפן קורן  
מטה גלית סופיה  
בן ואליד שני  
יצחקי נועם  
גנץ נטלי  
מורד אסף  
סדן פירקנר סיון  
שי יונית  
חזנוב אינסה  
אוליקר ליטל  
פישמן פז דניאל משה  
בנימין חורש מיכל  
אבו שרקיה נאילה  
בשן רגב אדוה  
בן אריה חן

### תואר מומחה מדריך

#### חטיבה חינוכית

לפלר ניר  
צוקר קרן חיה  
כהן מידד  
אלנגבוגן אירית  
אבו ריא סעיד  
דריפוס חנן שרון  
הורניק חיה נחמה  
הדני נוח תום  
טפליץ מיכאל  
פרץ נטליה רונה  
פלטי מאיה  
פרוקשב סבטלנה  
גלצר יצחק  
גנאים חסן  
מזור מורן  
דרור זיפר הלה  
אטלס תמרה  
אור פז-פראשה אילה עדי  
לנדאו איריס

#### חטיבה התפתחותית

זיו כרמית  
מכבי יעל  
בוקאי אודט  
פרידמן אילה

#### חטיבה חברתית-תעסוקתית-ארגונית

דיאמנט אירן

#### חטיבה רפואית

מלמד יעל

#### חטיבה חברתית-תעסוקתית-ארגונית

ברילובסקי אניה  
די-נור צימר זהבית  
שי גל  
למדן יהונתן



# אילה בלור, יו"ר מועצת הפסיכולוגים

שלום לכולם,

נכון, ייתכן כי בטרם בוצע האונס, נפרצו גבולות רבים בטיפול המתואר ובטיפולים אחרים שקיימו החשודים. אל מול הזוועה, אני נדרשת לשאלה מה ניתן לעשות כדי לצמצם את התופעה ותופעות רעות אחרות שעלולות להתרחש בטיפול פסיכולוגי. אני רוצה לשתף אתכם ברעיון אחד שאני מתכוונת לקדם והוא יצירת חוזה טיפולי סטנדרטי לטיפול פסיכולוגי. בימינו, כמעט כל נותן שירות עורך חוזה עם הלקוחות שלו לפני תחילת העבודה. בעיני רוחי, בחוזה שיחתמו פסיכולוגים עם המטופלים שלהם, יפורטו בשפה בהירה היבטים משפטיים של ההתקשרות בין הצדדים, יכתב במפורש מה ההתחייבות הבסיסית של הפסיכולוג ומה מקומו של המטופל. בנוסף, יובהרו גבולות הטיפול, המבוססים על החוק ועל הקוד האתי שלנו, ויוצגו זכויות המטפל והמטופל, כמו לדוגמה הזכות לסיים את הטיפול בכל עת. למסמך סטנדרטי שיופץ לציבור יש יתרונות רבים. בין השאר הוא יאפשר ללקוחות שלנו לדעת למה הם יכולים לצפות בטיפול ולמה לא. ישנם דברים רבים שברורים לנו כפסיכולוגים, אך פעמים רבות אינם ידועים כלל ללקוחות שלנו. בעבודת הכנה מדוקדקת נוכל לייצר חוזה שישפר את ההגנה עלינו כמטפלים וכמובן גם על היכולת של המטופלים להפיק את הטוב ביותר מטיפול פסיכולוגי.

כפי שכתבתי בעבר, אני מייחלת להקמת המועצה בהקדם ופועלת לשם כך בכל דרך. בינתיים, אני אוספת רעיונות, מחשבות, תובנות ותוכניות ומקווה ליישם אותם בעזרתכם.

חג שמח,

אילה

yor.moetzetspsy@gmail.com

הזמן חולף במהירות, ובלוח השנה כבר אפריל 2021. בפעם הקודמת שכתבתי כאן הייתה שנת 2020. קיוונו שהבאה אחרת תבשר על חיסון ועל חוסן, על בריאות ושמחה. ובינתיים, האתגרים ממשיכים להתייצב למולנו ואנחנו למולם. ההבטחה שליוותה את החיסונים עומעמה על ידי מוטציות מאיימות. המצב הפסיכולוגי של הפרטים ושל כולנו כחברה עומעם אף הוא ואני חשה פחד גדול מפני הבאות. המגפה הכריחה אותי להיכנס לתפקידי כיועצת שר הבריאות מהר משתכננתי. יחד עם הפסיכולוג הארצי ופסיכולוגים נוספים, אני מנסה לתרום את חלקי לתגבור המענים הפסיכולוגיים בבתי החולים ובקהילה, לחולים, למבודדים ולמחלימים, לצוותים הרפואיים, למתמודדי נפש, לאנשים עם מוגבלות, למשפחות, לילדים, למבוגרים ולכלל האוכלוסייה. נוסף להגברת המענים, אנחנו מנסים לקדם במשרד פעילות הסברה שמטרתה להטמיע בקרב הציבור דרכי התמודדות ולהפיץ את דרכי הפנייה לטיפול פסיכולוגי. בתזמון מעט מאוחר, אולי נצליח לייצר פלטפורמה מתאימה להסברה גם לשגרר שממתינה בפתח. ובמקביל למה שיש לעשות בתוך המשרד, אנחנו פועלים לקדם מעני חירום לצוותים הרפואיים והתערבויות ראשוניות למחלימים מקורונה. אני מזמינה פסיכולוגים שמעוניינים לקחת חלק בפעילות הסברה (גם מאחורי הקלעים) או בפיתוח מענים על פי המיומנויות והכישורים שלהם, לפנות אליי באמצעות המייל. בחודשים האחרונים המקצוע שלנו עלה לכותרות בהקשר של פגיעות מיניות שבוצעו על ידי פסיכולוגים וכאלה שהתחזו לפסיכולוגים. אני כואבת את כאבן של הנפגעות ומקווה שיזכו לטיפול פסיכולוגי מיטיב שיסייע להן להתמודד עם ההשלכות של הטראומה שעברו וישתתפו בתהליך שיקומי מצמיח. מהמידע שפורסם בתקשורת, ואיני יודעת אם הוא



## גבי פרץ, הפסיכולוג הארצי וממונה על רישוי פסיכולוגים

לציבור הפסיכולוגים שלום רב,

הפנימי נוגע ליכולת שלנו לקבל את הפסיכולוג האחר, את זה שלמד פסיכולוגיה שונה משלנו, ולאפשר לו להיקרא באותו שם, לעבוד באותו מרחב, או לעשות את אותן פעולות שנתפסות בעיניי כייחודיות לתחום מומחיות שלי.

מתוך ההכרה תגיע גם ההבנה שעושר השפות לא יגרום לבלבול אלא להעמקת הידע, השונות לא תהיה פשרה אלא בחירה לכתחילה. באופן הזה נסמוך על חזקה של הזהות המקצועית הפנימית ולא נצטרך גבולות חיצוניים ברורים כדי לדייק את הייחודיות. כך נהיה מספיק מיומנים ומקצועיים לדעת לתת את מה שאנחנו יודעים לתת. ולא פחות מזה לדעת מתי אני לא יודע ולהפנות אל פסיכולוג שהוא מתחום אחר אבל שותף לדרך.

המשאלה שלי שתקום מרפאה פסיכולוגית שתכיל יחד את כל תחומי המומחיות ושתדע לדייק את שירותיה על פי צורכי הפונה על בסיס הבנה מעמיקה של הפנייה ועל בסיס המיומנויות של הפסיכולוגים העובדים בה. במרפאה הזו יהיה מקום לכל התפיסות הייחודיות של כל תחומי המומחיות, וכל מי שיעבוד בה ירגיש עשיר יותר בידע ובמקצועיות בזכות גיוון התחומים הקיים במרפאה כזו.

האפשרויות לא נגמרות רק בחלק הזה. האם נוכל להגדיר תחום מומחיות כך שהוא יוכל להכיל שונות גבוהה יותר של מיומנויות שיש להן שורש דומה? האם אפשר שלימודי הליבה יהיו מסגרת לתחומים שונים המחוברים לאותה מטרה ונובעים מאותה תפיסת עולם? האם נוכל להרגיש בנוח, מתוך בחירה לכתחילה, עם פסיכולוג מתחום מומחיות אחר הפועל במרחב ששמור לכאורה רק לתחום שלי? האם נוכל לאפשר בנייתם של תחומי מומחיות נוספים, מתוך מקום של העשרה ולא פשרה, גם אם חושבים אחרת לגמרי על האופן שבו צריך להכשיר פסיכולוג? ואם נרצה את כל זה, האם נדע לשמור גם על הצבע המיוחד לנו ועל הגבולות הראויים?

אסיים בציטוט נוסף מאותו הספר, המצטט את סר ישעיהו ברלין: "מעטים הדברים שהסבו נזק רב יותר מאמונתם של יחידים וקבוצות... שהם בעליה הבלעדיים של האמת... יהירות נוראה ומסוכנת היא להאמין שרק אתה צודק; שרק לך יש עיני קסם הרואות את האמת; ושאחרים אינם יכולים להיות צודקים אם אינם מסכימים אתך". בפרוץ האביב עלינו, נוכל להביט על הטבע שמסביבנו, איך הוא עשיר בזכות רבגוניותו, ונקווה שנוכל ללמוד ממנו כי "האדם עץ השדה".

בברכה,

גם בשלב הזה, טרם יצאנו ממצרי הקורונה. אולי מתעוררים סממנים של חירות, אך הדרך במדבר אי-הודאות שאחרי הקורונה עדיין ארוכה. ובכל זאת רצוי וצריך להתבונן על השנה שחלפה כדי לאסוף את כל ניצוצות הטוב שהאירו את חיינו בתקופה הזו ולסמן את השברים שצריך לאחות ואת הליקויים שחשוב לתקן. כבר עכשיו יושבים בקבוצות שונות פסיכולוגים שחושבים יחד על משמעויות הקורונה ועל חיפוש דרכים להתמודדות עם השפעותיה המיידיות וארוכות הטווח. לכל מי שמתגייס ומפנה זמן לטובת פעילויות אלה, תודה רבה.

את העיסוק באיסוף הניצוצות וביצירת תיקונים אשאיר לעבודה הממוסדת שהתחלנו לעשות ועוד נעשה בפורומים שונים ובמסגרות השונות. אני רוצה לגעת בנקודה מהותית שפיתוחה והרחבתה יכולה לסייע להבנתי למערך הפסיכולוגיה בכללותו להתפתח צעד נוסף קדימה.

כותב פרופ' הרב יונתן זקס ז"ל בספרו "לכבוד השוני", בהקדמה לספר: "העולם אינו מכוון אחת. הוא אקולוגיה מורכבת ואינטראקטיבית, שהרבגוניות - ביולוגית, אישית, תרבותית ודתית - היא ממהותה. כל צמצום שמציעים לערוך ברבגוניות הזאת באמצעות הפונדמנטליזם על צורותיו הרבות - הכלכלית, המדעית, או הדתית - יוביל לכרסום במרקם העשיר של חיינו המשותפים, ולהצרה הרת אסון של אופקי האפשרות. הטבע, וכן המבנים החברתיים, הכלכליים והמדיניים שיצר האדם, הם מערכות של מורכבות מאורגנת. זה מה שהופך אותם ליצירות ובלתי צפויים. כל ניסיון לכפות עליהן אחידות מלאכותית בשם תרבות אחת או אמונה אחת מבטא אי-הבנה טרגית של הסיבה בגינה הן משגשות. דווקא מפני שאנחנו שונים איש מרעהו, לכל אחד מאיתנו יש דבר מה ייחודי וחשוב לתרום לכלל".

בני אדם שונים וייחודיים זה מזה, והיכולת של קבוצה להתקדם אינה רק מחיפוש המכנה המשותף, זו אולי תחילת הדרך, אך המשכה ההכרחי הינו קבלת השוני והייחודיות של האחר וההבנה שדווקא חיזוקה של השונות והרבגוניות תגביר את היכולת המשותפת. אתגרים רבים למערך הפסיכולוגיה בכלל והציבורי בפרט, החל מסוגיות הנוגעות לתהליך ההכשרה ולהגדרות של הזהות המקצועית של הפסיכולוג, המשך בתנאי ההעסקה והשכר בשירות הציבורי וכלה במעמד של המקצוע במערכות הבריאות ובציבור הכללי.

אך כל אלה ודומיהן הם אתגרים חיצוניים למערך. אני מבקש לגעת במה שנתפס בעיניי כאתגר פנימי, ומשום כך מהותי ומשמעותי. האתגר

גבי



# ד"ר חוה פרידמן, הפסיכולוגית הראשית במשרד החינוך

## חוסן אישי וארגוני - עניין של בחירה

<https://developingchild.harvard.edu/resources/how-to-help-families-and-staff-build-resilience-during-the-covid-19-outbreak/>, על פיתוח חוסן בקרב משפחות וצוותי חינוך בהתמודדות עם נגיף הקורונה, מוצגות אותן כפות מאזניים. מודגש הצורך במודעות ובמאמץ של המבוגר להפחית גורמי לחץ, לחזק את יסודות ההתמודדות החיוביות, ובעיקר, להניע את המאזניים. להימנע ממצב של קיבעון, שבו יש השלמה עם המצב לנוכח מציאות קשה ומאיימת.

בעבודת השפ"ח יש הזדמנויות רבות להשפיע על מאזני החוסן של המבוגרים המשמעותיים לילד. מהן הזדמנויות של עבודה פרטנית בייעוץ פסיכולוגי לצוותי חינוך ולהורים, ומהן הזדמנויות מערכתיות במסגרת החינוכית (חדר מורים או קבוצות נגנות, למשל) ובקהילה.

**חוסן ארגוני** - השאלת מושג החוסן מהממד האישי אל הממד הארגוני רלוונטית להתייחסות לשפ"ח כארגון ולהתייחסות למסגרות החינוך.

במאמר זה <http://tarjomefa.com/wp-content/uploads/2016/10/5503-English.pdf> (של הול ואחרים מ-2011), המחברים מתייחסים להתמודדות של ארגונים עם תנאים משתנים של חוסר ודאות, חוסר בהירות ולעיתים התמודדות עם איום. הם טוענים שישנן שתי רמות של התייחסות לחוסן הארגוני. האחת מתייחסת לחזרה של ארגון ממצב מאיים, בלתי צפוי, לנקודת המוצא שבה נמצא עת החל השינוי במציאות. השנייה, מעבר לשיקום מחדש של יכולות, מצליח הארגון לפתח יכולות חדשות, להרחיב את יכולותיו ביחס לעבר וליצור הזדמנויות חדשות.

חוסן ארגוני מתפתח באמצעות ניהול כוח אדם של ארגון החותר לחזק את תחושת המסוגלות של אנשים למרות מציאות מאיימת המחוללת לחץ ודחק. מודגש במאמר שחוסן ארגוני מתייחס לאופן שבו אנשים פועלים **קולקטיבית** לחיזוק חוסנו של הארגון.

סוגיית החוסן הארגוני רלוונטית לשפ"ח בשני מישורים: פנים וחוץ. ראשית, התבוננות פנימה. התייחסות לחוסן של השפ"ח עצמו. המנהל וצוותו הנכנסים עכשיו לשנה שנייה של משבר הקורונה מוזמנים לתהליך של התבוננות אינטרוספקטיבית בנוגע לקשיים ולכוחות שעומדים בתמודדותו בהיבטים אישיים, משפחתיים ומקצועיים: תחלואה, בידוד, תנועה בין צורכי

העיסוק בחוסן (resilience) רלוונטי מתמיד. אנו נמצאים בשנה שנייה של חיים עם נגיף הקורונה. המושג חוסן מתייחס ליכולת האנושית להתאושש ממצבי מתח, דחק וטראומה ולחזור לתפקוד. ההתאוששות אף נושאת עימה פוטנציאל לצמיחה. בצד ההתמודדות עם קשיים מתרחש תהליך של גיוס כוחות שלא אחת מביא את האדם לגילוי של יכולות חדשות. אין מדובר בהגנה שתמנע מהאדם לחוות במהלך חייו מצבים הכרוכים במתח, לחץ או משבר.

מושג החוסן נוגע להתמודדות האנושית, אך הושאל גם לזירה הארגונית. בשני העשורים האחרונים הולך ומתפתח גוף ידע המתייחס לתהליכי הפיתוח של חוסן ארגוני.

אתייחס כאן לשלושה מבטים על חוסן שכל אחד מהם רלוונטי לעבודת השפ"ח:

- הראשון, החוסן האישי, בהקשר של עבודת השפ"ח עם תלמידים, צוותי חינוך והורים.
- השני, חוסן ארגוני.
- השלישי, **חיסון נפשי - מצפן לעבודת השפ"ח בעת הזו.**

רבות נכתב על מושג החוסן. באתר של המרכז להתפתחות הילד באוניברסיטת הרווארד ניתן למצוא מאמרים העוסקים בפיתוח החוסן של תלמידים, צוותי חינוך והורים. המאמרים מוגשים בשפה בהירה ושימושית מאוד לתהליכים של הפקדת ידע פסיכולוגי (psychoeducation) בידי הורים וצוותי חינוך.

<https://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/resilience/>

החוסן משול למאזניים שעל כף אחת שלהם מונחים גורמים המעוררים קשיים נפשיים כדוגמת ריחוק חברתי, חסר במפגשים פנים אל פנים, אובדן מקום עבודה, קשיים כלכליים, דחק אישי ומשפחתי וכו'. על הכף השנייה נמצאים: חוויית מסוגלות, קשרים בין-אישיים מאוזנים ותומכים, חוויית חינוך, פיצוי כלכלי או חלופות כלכליות, תמיכה משפחתית וכו'. מודגש שחוסן אינו מולד, אלא בר פיתוח. עם זאת, יש ילדים שיצליחו לפתח חוסן בהתמודדות עם קשיים ומצבי לחץ ומשבר, ויש מי שיתקשו בכך. אחד הגורמים המשפיעים ביותר על פיתוח חוסן אצל ילדים הוא קשר משמעותי עם לפחות אדם אחד, הורה, מורה או אדם קרוב, העומד לרשותו של הילד, רואה אותו כאדם ומבין באופן עמוק את מכלול צרכיו האישיים.

ומה לגבי חוסנם של הורים וצוותי חינוך? במאמר נוסף,

דאגה ותלמידים בסיכון. מצב זה יציב אתגרים חדשים בפני השפ"ח בכל הנוגע לתעדוף פעולות.

אחד מכלי העבודה הניהוליים המרכזיים במציאות זו הוא ניהול גמיש (flexible), זמיש (agile) ומסתגל (adaptive). הכוונה לניהול המתאים את פעולותיו לצרכים משתנים ולמציאות משתנה. יחד עם זאת, חשוב להציב בלב עבודת השפ"ח את שאלת החיסון הנפשי: למי אנו בוחרים להעניק חיסון נפשי? מדוע? וכיצד נקדם מהלכי השפעה משמעותיים של חיסון נפשי?

אחת ממנהלות השפ"חים תיארה שהמענה הראשון שעלה בדעתה למשמע שאלה זו היה: חיסון צוות השפ"ח. זוהי תובנה חשובה, שעשויה להיות המפתח ליכולת השפ"ח לדון בשאלת החיסון הנפשי של מקבלי השירות. לפעול מן הפנים אל החוץ, לצורך חיזוק המסוגלות האישית והקולקטיבית של השירות הפסיכולוגי חינוכי.

השפ"ח הממוקם ברשות המקומית מהווה לב פועם לבריאות ולרווחה נפשית של ילדים, מבוגרים והקהילה. יש לשפ"ח בזמן הקורונה הזדמנות להגדיר באופן ממוקד את היבטי החיסון הנפשי (המניעה) והיבטי ההתערבות הרלוונטיים ביותר, ולהתאים את פעולותיו למצב הקיים לצורך מימוש ערכו הסגולי והעלאת תרומה משמעותית למערכת החינוך ולקהילה.

בתקווה לאביב של בריאות טובה לכולם,

חזה

המשפחה לבין דרישות העבודה, מעבר לעבודה מרחוק, הקשר בין השפ"ח לבין הרשות המקומית, שינוי תדיר של תוואי העבודה ותנאי העבודה וכו'. יש למנהל ולצוות הזדמנות לפתוח את השיח בנוגע לשלומות (well being) של כל אחד מאנשי הצוות והשפ"ח כאורגניזם ארגוני.

המישור השני של התייחסות השפ"ח לחוסן הארגוני היא ברמת מתן השירות. גישה של אבחון מערכת שעליה אמונים הפסיכולוגים מאפשרת להעריך את המצב מחדש, להעריך את הקשיים, הכוחות והפרקטיקות החדשות שהשפ"ח הפעיל, ולבחון מחדש את תמהיל העבודה. ניתוח זה רלוונטי לעבודתו של כל פסיכולוג ביחס למסגרות מקבלות השירות ולשפ"ח כולו כיחידה אורגנית.

דוגמאות: מה מאזן הקשיים והכוחות של גננת וצוות הגן המתמודדים עם השבת האמון של ההורים ועם התנהגותם של ילדים במציאות של טלטלת סגרים ובידודים ללא רצף פדגוגי? כיצד ניתן לסייע לה לאזן מחדש את מאזני החוסן?

כיצד מנהל חטיבת ביניים מתמודד עם מאזן הכוחות והקשיים של הצוות החינוכי עם החזרה ללימודים? איך מחזירים צוות שלימד מרחוק במהלך כשנה? איך מסייעים למנהל ליצור תהליך של נראות עבור המורים, שייכות ומוטיבציה להתמודד עם האתגרים שנכוננו להם?

**חוסן נפשי - מצפן לעבודת השפ"ח** - ניתן להעריך שכל שמערכת החינוך תפתח, ויתאפשר מפגש פנים אל פנים של צוותי חינוך עם תלמידים, יגבר האיתור של תלמידים במעגל

## הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

מברכת את חבריה וחברותיה  
מהקהילה הנוצרית

**בברכת חג פסחא**

**בריא ושמח**

**عيد فصح سعيد**

**لأصدقائنا المسيحيين**



# נשים על נשיות - הקדמה

ד"ר פנינית רוסוֹנצ'ר, דני כפרי

אישה באמצע החיים ומה ניתן ללמוד מכך לחיינו כיום. המאמר הרביעי של פרופ' דנה אמיר, "כותבת, קוראת וגבורה ספרותית: קולאז' של נשים חיות/מתות בסרט 'השעות'", מעמיק את ההתבוננות על דמותן המרתקת של שלוש נשים מתקופות שונות תוך התייחסות למורכבות הרבה של משמעות האישה, האימהות והנשיות על רקע החברה שבה הן פועלות. ד"ר רוני כרמלי במאמר החמישי "על תשוקה נשית ופונקציית ההכלה" בוחנת את שאלת התשוקה הנשית וההכלה במבט רב-ממדי. היבט נוסף עולה מהמאמר השישי, "כאב ביחסי מין בקרב נשים מנקודת מבט ביו־פסיכו־פמיניסטית", שבו מציעה טליה יופה מבט משולש על התופעה בזיקה לרפואה מודעת מין ומגדר, חשיבה ביו־פסיכו־סוציאלית, פמיניזם ותפיסה טיפולית אינטגרטיבית המותאמת לצורכי המטופלת. ולבסוף, המאמר השביעי, של ד"ר ניצה ירום, "הסובייקטיביות של אישה מבוגרת: בין האישי למקצועי ולפוליטי", מציע שילוב נקודות מבט וקולות ביחס לנושא המורכב של נשיות ומיניות בזקנה.

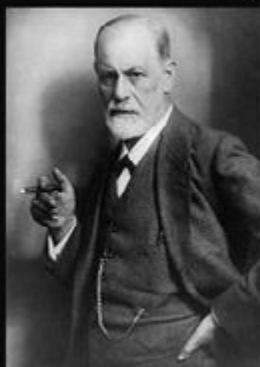
בנוסף לשבעת המאמרים גם פינת היוצרים ופינת ההורות מפנות את הזרקור לנושא הנשיות מזוויות נוספות ומגוונות המעמיקות את ההתבוננות. בפינה "פסיכולוגים יוצרים" צילה טנא מראיית את רות גולן עם צאת ספרה "אהבה ותענוגים". הספר מנסה לפצח את חידת התשוקה הנשית מזווית נשית הנבדלת מזאת שתוארה על ידי פרויד. בפינה מובא אחד מפרקי הספר. בפינת ההורות מראיית מירי נהרי את סועדא אבו עביד, פסיכולוגית חינוכית מדריכה, אשר מתייחסת לנשים בחברה הערבית בצל מגפת האלימות הפוקדת אותה.

אסופת מאמרים זו מרגשת בעינינו משום שהיא פורשת מנעד רחב ועשיר של התייחסויות לנושא המורכב והרב ממדי של נשיות. אנו תקווה שהקריאה בגיליון תעורר השראה ועניין, ובעיקר תפגיש אתכם ואתכן מחדש עם אותה שאלה מהותית ותאפשר לכם להציע תשובות ונתיבים חדשים במחקר ובפרקטיקה.

מאז ומעולם נשיות הייתה ונתרה סוד בלתי מפוענח. שאלתו של פרויד "מה רוצה האישה?" הפכה עם השנים לסמל לקושי ואף אולי לחוסר היכולת הגברית לפענח את הסוד הנשי. מנגד, סימון דה בובואר מצהירה כמענה: "אישה אינה נולדת אישה, אלא הופכת לכזו", ואולי מסמנת בכך שעצם השאלה היא כבר חלק מהתשובה - אישה זקוקה להגדרה משום שהיא מהווה חריגה מהנורמה ככזו ש"אינה גבר".

שאלת האחרות שנשים מתמודדות איתה בולטת גם באופן שבו החברה מבנה את תפיסת הנשיות או הגבריות החל מגיל צעיר, באמצעות מיתוסים, אגדות ופרקטיקות מגוונות. למשל נמצא כי כבר מגיל שלוש ילדים מתחילים לעצב זהות מגדרית ולקבע תפיסות מגדריות סטראוטיפיות במשחק, כבר בגיל שש ילדות נוטות להאמין, בהשפעת הסביבה, כי בנים חכמים מהן, ואף בחלוקת המטלות בבית ניתן לזהות הטיית מגדריות. עם השינויים הרבים שהתחוללו במקומה ובתפיסתה של האישה והנשיות בחברה בעשרות שנים האחרונות, ניתן לזהות אומנם התקדמות משמעותית בעניין השוויון אך לעומתם ניתן לזהות גם אתגרים קיימים שהועצמו אף יותר בתקופת מגפת הקורונה. נמצא, למשל, כי נשים נפגעו יותר חברתית וכלכלית בעקבות הקורונה.

הגיליון הנוכחי חוזר לשאלה המהותית "מה רוצה האישה?" ומנסה להתבונן עליה מנקודות מבט מגוונות מבעד לעיניהן של נשים שונות. המאמר הראשון של פרופ' דפנה יואל ופרופ' דפנה הקר, "נשיות: מדע או מיתוס?" מבסס את הדיון בנושא ובוחן את שאלת ההבחנה בין מין למגדר. במאמר השני, "מלכודת דבש: מנגנונים פסיכולוגיים-חברתיים סמויים המשמרים את תפקידי המגדר המסורתיים", בוחנת פרופ' נורית שנבל את הרעיון של סקסיזם אבירי ותרומתו העקיפה להנצחת "חולשתה" של האישה יחסית לגבר. המאמר השלישי של רות נצר, "מסע האישה באמצע החיים", מתייחס למיתוס שומרי עתיק על מסע



The great question that has never been answered and which I have not yet been able to answer, despite my thirty years of research into the feminine soul, is 'What does a woman want?'

(Sigmund Freud)

## נשיות: מדע או מיתוס?

### דפנה יואל, דפנה הקר

לה שתהיה לה הכנסה מספיק טובה. מסרסים את היכולת שלה להיות אשה טובה ואמא טובה" (אצל שליין, 2018, דקה 3:03). הביקורת של הרב סדן על התנועה הפמיניסטית חושפת שבסדרי העולם שהוא מנסה לשמר, היעדר כוח וחוסר עצמאות הם מהות הנשיות. היות המגדר מערכת של יחסי כוח משתקפת גם בכך שמאפיינים גבריים מתוגמלים בכסף, במעמד ובכוח פוליטי ואילו מאפיינים נשיים מיתרגמים ל"עבודות שקופות" בלתי מתוגמלות ולהדרה לספרה הפרטית. לדוגמה, בעוד שטיפול בילדים הוא משימה חשובה מעין כמותה במישור המשפחתי והחברתי, נשים לא מקבלות בגינו הכרה ותגמול משמעותיים, לא כשהוא נעשה בבית ולא כאשר הוא נעשה בחוץ. עקרת בית וגננת, בהתאמה, הם עיסוקים שזוכים לדירוג חברתי וגמול כלכלי נמוך במיוחד.

### היות המגדר מערכת של יחסי כוח משתקפת גם בכך שמאפיינים גבריים מתוגמלים בכסף, במעמד ובכוח פוליטי ואילו מאפיינים נשיים מיתרגמים ל"עבודות שקופות" בלתי מתוגמלות ולהדרה לספרה הפרטית

למרות שההבחנה בין מין למגדר אמורה הייתה לשחרר אותנו מהאמונה שהמין גורם למגדר, אמונה זו עדיין רווחת בקרב הציבור הרחב. לא פחות חמורה העובדה שגם חוקרים ומטפלים ממשיכים לאחוז בעמדה השגויה שהבדלים במאפיינים פסיכולוגיים שונים בין ילדות לילדים, נערות לנערים ונשים לגברים, הם תוצאה ישירה, הכרחית וראויה של הבדלים ביולוגיים בין נקבות לזכרים. ההורמון טסטוסטרון, למשל, נתפס כמהות

במאמר קצר זה נבחן, לאור הידע התאורטי והאמפירי העדכני ביותר, שתי הנחות רווחות אך מוטעות שנמצאות בבסיס הדיון והעיסוק ב"נשיות" (וגם ב"גבריות"). ההנחה הראשונה היא הנחת הקשר הסיבתי בין מין למגדר על פיה מין (היות נקבה) גורם למגדר (נשיות). ההנחה השנייה היא הנחת הבינאריות של המין ושל המגדר, ההנחה שלגברים ולנשים יש, נוסף על סט זכרי או נקבי של איברי מין, גם סט זכרי או נקבי של מאפיינים פיזיולוגיים, מוחיים, פסיכולוגיים והתנהגותיים.

החל משנות השבעים של המאה העשרים פותחה באקדמיה ההבחנה המושגית שבין מין למגדר. המושג "מין" מתייחס למאפיינים הביולוגיים של נקבות וזכרים (איברי מין, הורמונים וכרומוזומים). המושג "מגדר" מתייחס למאפיינים החברתיים והתרבותיים של נקבות וזכרים, ובאופן ספציפי להתנהגויות ולתכונות שנחשבות כאופייניות וכראויות לנשים - קרי, התנהגויות ותכונות נשיות, ולגברים - קרי, התנהגויות ותכונות גבריות. בהמשך התרחבה המשמעות של המושג "מגדר" והוא משמש כיום גם לתיאור מערכות חברתיות שיוצרות הבחנות היררכיות שבאמצעותן גברים וגבריות מקבלים עדיפות על פני נשים ונשיות. ואכן, כפי שמראים מחקרים רבים, מוסדות חברתיים כמו הדת, מוסד המשפחה, מערכת החינוך, שוק התעסוקה ומערכת המשפט לא רק מבדילים בין זכרים לנקבות, אלא גם משתקפים ומבנים יחסי כוח בין אנשים ממין נקבה לאנשים ממין זכר<sup>1</sup>.

ההבנה של מגדר כיחסי כוח אפשרה לזהות שהחלוקה של תכונות והתנהגויות לנשיות ולגבריות אינה מקרית, אלא משרתת את היחסים החברתיים ההיררכיים הקיימים בין זכרים לנקבות. לכן, כוח, עצמאות, רציונליות, תחרותיות ואגואיזם, נחשבים כמאפיינים גבריים, ואילו פגיעות, תלות, רגשנות, שיתוף פעולה וטיפול באחרים נחשבים כמאפיינים נשיים. כך, למשל, הרב אלי סדן טען בפני ציבור תלמידי המכינה הקדם-צבאית שהוא עומד בראשה: "הפשע היותר גדול שהפמיניזם המודרני יוצר זה לחנך את האשה להיות עצמאית, להיות בלתי תלויה בבעלה, לדאוג

**פרופ' דפנה יואל** היא חברת סגל בבית הספר למדעי הפסיכולוגיה ובבית הספר סגול למדעי המוח באוניברסיטת תל אביב. בעשור האחרון היא חוקרת שאלות הנוגעות במין, מגדר ומוח, כולל השאלה האם יש "מוח נקבי" ו"מוח זכרי", ואת הקשר בין מיניות וזהות מגדרית.

**פרופ' דפנה הקר** היא חברת סגל בפקולטה למשפטים ובפקולטה למדעי הרוח באוניברסיטת תל אביב ומכהנת כיום כראשת התוכנית ללימודי נשים ומגדר. מחקרה הסוציולוגיים והמשפטיים מתמקדים במשפחתיות.

<sup>1</sup> ארון הספרים של לימודי מגדר כה עשיר עד שניתן כיום ללמוד לתואר ראשון ושני במגדר בכמה מהאוניברסיטאות בישראל. לסקירה של מחקרים סוציולוגיים עכשוויים על מגדר בישראל ראו ששון-לוי, א' ומשגב, ח' (2017). חקר מגדר בישראל בתחילת המאה ה-21: בין נאו-ליברליזם לבין נאו-קולוניאליזם. מגמות נא(2), 208-165.

המין משתנה כל הזמן לאורך החיים, לאורך המחזור החודשי וגם במהלך כל יום, והיא מושפעת מגורמים פנימיים וחיצוניים. חלק מהגורמים החיצוניים הללו ממוגדרים. למשל, תחרות משפיעה על רמות טסטוסטרון הן בזכרים והן בנקבות, וכך גם הורות - שתי התנהגויות שהתרבות מסמנת כגברית ונשית, בהתאמה. כלומר, בניגוד לבינאריות והסטטיות של איברי המין, הורמוני המין לא מופיעים בשני "סטים", סט זכרי וסט נקבי, אלא הם מערכת מורכבת, דינמית ותגובתית, שיכולה להשפיע על רגשות והתנהגויות, ולהיות מושפעת מהם הן בגברים והן בנשים (Hyde et al., 2018).

באופן דומה, למרות שהבדלים בין המינים במבנה המוח או בתפקודו מפורשים לאור ההיגיון הבינארי כמצביעים על קיום מוח נשי ומוח גברי, בחינת השפעות המין על המוח סותרת את הנחת הבינאריות, וזאת כיוון שהשפעות המין על המוח יכולות להיות הפוכות בתנאים שונים. כלומר, תצורה שמאפיינת אזור כלשהו במוח של זכרים בתנאים מסוימים יכולה להופיע אצל נקבות בתנאים אחרים, ולהפך<sup>2</sup>. האינטראקציות המורכבות בין המין לבין גורמים אחרים, פנימיים וחיצוניים, מובילות לכך שהמוח של כל פרט, זכר או נקבה, מורכב מפסיפס ייחודי של מאפיינים, חלקם בתצורה שנפוצה יותר בזכרים ואחרים בתצורה שנפוצה יותר בנקבות. זאת, בניגוד מוחלט למערכת הרבייה, שלרוב מאופיינת באיברי מין זכריים בלבד או באיברי מין נקביים בלבד (Joel et al., 2015).

## בניגוד לבינאריות והסטטיות של איברי המין, הורמוני המין לא מופיעים בשני "סטים", סט זכרי וסט נקבי, אלא הם מערכת מורכבת, דינמית ותגובתית, שיכולה להשפיע על רגשות והתנהגויות, ולהיות מושפעת מהם הן בגברים והן בנשים

פסיפס, ולא בינאריות, מאפיין גם התנהגויות והעדפות מגדריות. נדירים האנשים שכל ההתנהגויות וההעדפות שלהם הן רק נשיות או רק גבריות. לרובנו פסיפס של מאפיינים, חלקם גבריים ואחרים נשיים, ולכל אדם הפסיפס הייחודי לו (Joel et al., 2015).

הגבריות וכגורם להבדלים בין המינים בתחרותיות ותוקפנות מצד אחד, וביכולות האמפתיות, מצד שני (van Anders, 2013). באופן דומה, הבדלים בין המינים במוח מוצגים לעיתים קרובות כעדות לכך שהמין גורם למגדר. במאה ה-17 טענו חוקרים שהעובדה שמוח של גברים גדול ממוח של נשים מסבירה את הנחיתות האינטלקטואלית של האחרונות; במאה ה-19 הבדלים בגודל היחסי של אונות המוח שימשו כדי להסביר את העליונות של גברים; ובמאה ה-21 הבדלים דקים יותר במבנה או בתפקוד המוח מוצגים כהסבר להבדלים בין המינים ביכולות מרחביות, אמפתיות ואחרות (לסקירה קצרה ראו פרק 2 אצל Joel & Vikhanski, 2019).



האמונה שהמין, ישירות או דרך השפעותיו על המוח, גורם למגדר, מתעלמת מהעובדה שאפילו הביולוגיה שלנו, כולל מבנה המוח ותפקודו, היא תוצר של אינטראקציות מורכבות בין גורמים מולדים לבין הסביבה. קיום הבדלים בין המינים במוח לא חושף את מקור ההבדל - תורשה או סביבה. הדבר נכון אף לגבי חלק ממאפייני המין. בעוד צורתם של איברי המין נקבעת עוד ברחם כזכרית או נקבית, ומיון זה לא משתנה במהלך החיים (ללא נקיטת התערבויות כירורגיות), אין הדבר כך לגבי הורמוני המין. הורמוני המין העיקריים הם אסטרוידיל, פרוגסטרון וטסטוסטרון. הלוגיקה הבינארית גורמת לנו לחשוב על שני הראשונים כעל הורמוני מין נקביים ועל האחרון כהורמון מין זכרי, אך טרמינולוגיה זו מטעה מאוד. שלושת הורמוני המין הללו מיוצרים ונמצאים בגוף של נקבות ושל זכרים. רמתם הממוצעת של ההורמונים אסטרוידיל ופרוגסטרון דומה למדי בגברים ובנשים (מלבד נשים בהריון, בהן רמות ההורמונים הללו גבוהות במיוחד). הרמה הממוצעת של טסטוסטרון גבוהה יותר בגברים לעומת נשים, אך יש חפיפה מסוימת בין המינים. יתר על כן, בניגוד לאיברי המין שצורתם קבועה, רמתם של הורמוני

<sup>2</sup> בניגוד לאמונה הרווחת, בהרבה מאפיינים של המוח אין כלל הבדלים בין נקבות לזכרים. אך החשיבות של המגדר כקטגוריה חברתית והאמונה החזקה בכך שהמקור לו נמצא בגוף, מובילים חוקרים רבים לחפש הבדלים בין המינים במוח, וכשנמצאים הבדלים כאלו, הם זוכים להבלטה רבה (Joel & Vikhanski, 2019).





בטלוויזיה (ראו, למשל, Furnham et al., 2000), שהם צריכים להתנהג בצורה מסוימת ושונה בשל מינם (למשל, לבנים לא ראוי לבכות ולרקוד בלט, ולבנות לא ראוי להתבלט או לשחק כדורגל). בגיל מאוחר יותר, ובשל חלוקת התפקידים המגדרית הקיימת ברוב המשפחות, הבנים לומדים להזהרות עם ההורה המפרנס העיקרי (האב) ואילו הבנות עם ההורה המטפל העיקרי (האם) (גילגן, 1982/1995), וכך משועתקת חלוקת התפקידים המגדרית גם לדור הבא. גם בגיל מבוגר יותר, אנחנו חשופים לכוחות ממשטרים מגדרית. למשל, נשים מוכפפות למיתוס יופי צר, שמוביל לדימוי עצמי נמוך ולהפרעות אכילה, שנפוצים יותר בקרב נשים מאשר בקרב גברים, ואילו גברים מוכפפים לאתוס הגבר החזק והמפרנס, מתקשים לבקש עזרה וסובלים משיעורי התאבדות גבוהים יותר מנשים.<sup>3</sup>

היות שנשיות, כאוסף של תכונות, התנהגויות והעדפות, מתקיימת כמושג תאורטי בלבד, ולא מתגשמת באינדיבידואלים, וכיוון שהיא גובה מחיר אישי, משפחתי וחברתי כה כבד, עולה השאלה האם לא כדאי לוותר על מושג זה ועל התפיסה הבינארית וההיררכית שהוא משקף ומשמר. גם נשים וגם גברים יכולים, באופן יציב או באופן משתנה בתקופות שונות, במצבים שונים ואפילו בו־זמנית, להיות, נועזים, זהירים, אמפתיים, עצמאיים, רגשיים ורציונליים. האם לא עדיף אפוא לחיות בתרבות שחוגגת את הריבוי והמגוון, שמעודדת את כל הפרטים לפתח את מלוא היכולות האנושיות ומאפשרת להם לנוע בחופשיות בכל המרחב האנושי של הרגשות וההתנהגויות? לנו התשובה ברורה. האתגר של כולנו, כאינדיבידואלים, כבני ובנות משפחה, כמטפלות וכמטפלים, כמעסיקות וכמועסקים, וכמצביעים וכמצביעות בקלפי<sup>4</sup>, הוא בו־זמנית להתייחס להבניות המגדריות הקיימות ולמחירים שהן גובות מכולן, ולפעול למען חזון א־מגדרי עתידי שבו מאפיינים אנושיים לא יתויגו כ"נשיים" או כ"גבריים". האם בעולם כזה יהיו הבדלים בין קבוצת האנשים עם גניטליה זכרית וקבוצת האנשים עם גניטליה נקבית? אולי כן ואולי לא, אין דרך לדעת מראש. אבל מה שבטוח הוא שבעולם כזה, גם אם יהיו הבדלים, לא תהיה להם משמעות חברתית והיררכית. ולמה שתהיה להם? האם כשאתם שוקלים לאיזה חוג לשלוח את ילדכם אתם מתעניינים בסטטיסטיקות לגבי הבדלים בין בעלי עיניים חומות וכחולות בהעדפות חוגים שונים? אז למה סטטיסטיקות לגבי הבדלים בין בעלי גניטליה נקבית וזכרית נדמות לנו כרלוונטיות להחלטות ולבחירות שלנו ושל האנשים סביבנו?

(2015). ניתן רק לדמיין עד כמה פסיכיים עוד יותר היינו אם היינו גדלים בחברה ללא הבניות מגדריות. מכאן, שהלוגיקה הבינארית, שמתאימה למדי לתיאור איברי המין של בני האדם (אם כי לא של כולם), כושלת לגמרי בבואה לתאר את הורמוני המין ואת המגדר. הביולוגיה של פרטים השייכים לשתי הקטגוריות המיניות - זכרים ונקבות - וכן הפסיכולוגיה וההתנהגות שלהם, אינן בינאריות. אך כולנו משלמים מחירים על הבינאריות המדומיינת שנמצאת בבסיס המערכת החברתית הממוגדרת שאנו חיים וחיות בה. מגיל צעיר אנו נדחסים לסד ציפיות שנקבע לפי צורת איברי המין שלנו - במקום "חנכו לנער(ה) על פי דרכו(ה)", חנכו לנער(ה) על פי איברי מינו(ה), ולפי המקום שלנו בהיררכיה המגדרית, כמו שמעידות האמרות המזעזעות שרווחו בצעירותנו - "הבנים לכדורגל, הבנות לפח הזבל" ו"הטובים לטיס, הטובות לטיסיס". למעשה, אי אפשר להבין אלימות מינית ולטפל בה, וכך גם באלימות במשפחה, בפערי השכר בין גברים לנשים, בהיעדרותה של אבהות פעילה, בתקרת הזכוכית שמונעת קידום נשים לעמדות בכירות ובתת הייצוג הפוליטי של נשים, בלי להבין ולקרקע את ההבניות החברתיות הבינאריות וההיררכיות בין נשיות לגבריות.

## נשים מוכפפות למיתוס יופי צר, שמוביל לדימוי עצמי נמוך ולהפרעות אכילה, שנפוצים יותר בקרב נשים מאשר בקרב גברים, ואילו גברים מוכפפים לאתוס הגבר החזק והמפרנס, מתקשים לבקש עזרה וסובלים משיעורי התאבדות גבוהים יותר מנשים

מחקרים רבים מתעדים את תהליכי החיברות (סוציאליזציה) שמובילים לעיצוב המאפיינים החברתיים והתרבותיים של המגדר הנשי והגברי. מגיל צעיר מאוד, ילדים וילדות לומדים דרך השפה (ראו, למשל, Kricheli-Katz & Regev, in press), בגן הילדים (ראו, למשל, אלפרט, 2010) ומצפייה בפרסומות

<sup>3</sup>להרחבה ולקישורים ביקורתיים לפסיכולוגיה ולפסיכואנליזה, ראו, בין היתר, את פרסומיה של הסוציולוגית ננסי צ'ודורו: <https://sociology.berkeley.edu/professor-emeritus/nancy-j-chodorow>.

<sup>4</sup>גם השפה העברית מקשה על קידום חזון שוויוני וא־מגדרי ואין דרך קלה לכתוב טקסט שמתייחס לכל המינים.



# מלכודת דבש מנגנונים פסיכולוגיים-חברתיים סמויים המשמרים את תפקידי המגדר המסורתיים

נורית שנבל

שלהם. כתוצאה מכך, בחברות פטריארכליות התפתחה אידאולוגיה המכונה סקסיזם אבירי (benevolent sexism) המוגדרת כ"מערך של עמדות כלפי נשים שהן סקסיסטיות מכיוון שהן משקפות תפיסה סטראוטיפית של נשים והגבלה של תפקידיהן, אך מבחינה סובייקטיבית הן נושאות נימה חיובית" (Glick & Fiske, 1996). שלושה מרכיבים מרכזיים בסקסיזם אבירי הם האמונה כי לנשים וגברים יש תכונות פסיכולוגיות שונות ומשלימות (למשל, גברים הם שאפתנים ונשים הן חמות ואמפתיות), כי גברים אינם שלמים ללא אהבתה של אישה, וכי תפקידם של גברים הוא לפרנס ולהגן על הנשים "שלהם". האידאולוגיה שבבסיס הסקסיזם האבירי מושכת הן עבור גברים כי היא מאפשרת להם ליהנות מדימוי חיובי כמי שמגינים על נשים ומפרנסים אותן, והן עבור נשים כי היא מבטיחה להן שהכוח והמעמד של הגברים "שלהן" יעמדו לרשותן.

**האידאולוגיה שבבסיס הסקסיזם האבירי מושכת הן עבור גברים כי היא מאפשרת להם ליהנות מדימוי חיובי כמי שמגינים על נשים ומפרנסים אותן, והן עבור נשים כי היא מבטיחה להן שהכוח והמעמד של הגברים "שלהן" יעמדו לרשותן**

האם ייתכן אפוא שסקסיזם אבירי הוא מצב שבו שני הצדדים יוצאים נשכרים? התשובה, על פי מחקריהם של גליק ופיסק, היא שלילית. ראשית, למרות הטון החיובי כביכול שמשתקף בסקסיזם האבירי, הוא נמצא במתאם גבוה עם סקסיזם עוין - עמדה שלילית כלפי נשים, שלפיו הן מנסות לשלוט בגברים ולנצל אותם. על פי הסקסיזם העוין, נשים משיגות שליטה וניצול של גברים או באמצעות המיניות שלהן (לדוגמה, הן "מסגירות" גברים דרך פיזור הבטחות שווא לסקס) או באמצעות האידאולוגיה הפמיניסטית (שמשקפת, על פי הסקסיזם העוין,

בבוקר אביבי אחד השמש והרוח ערכו התערבות על מנת להכריע מי מביניהם חזק יותר. נקבע כי מי שיצליח לגרום לאדם שהילך לאיטו ברחוב לפשוט את בגדיו, יוכרז כמנצח. הרוח נשב בכל כוחו, אך האדם רק הידק עוד יותר בגדיו ואף הוסיף עליהם את מעילו. לאחר שהרוח הודה בהפסד, יצאה השמש ובחומה הנעים גרמה לאדם לפשוט את בגדיו ולהפקיר את גופו לקרניה המלטפות. המשל הזה, אשר מוסר ההשכל שלו הוא כי ברוך ובנועם אפשר להשיג יותר ממה שניתן להשיג בכוח הזרוע, פותח את ספרה של הסוציולוגית מארי ג'קמן "כפפת הקטיפה: פטרנליזם וקונפליקט ביחסי מגדר, מעמד וגזע" (Jackman, 1994). אחת הטענות המרכזיות בספר היא שאי-שוויון בין קבוצות מושג במידה רבה באמצעות אידאולוגיות פטרנליסטיות, ולא רק באמצעות אלימות וכוח. דוגמה לאידאולוגיה כזו היא "משא האדם הלבן" (The White Man's Burden; ביטוי שנטבע על ידי המשורר האנגלי רודיארד קיפלינג) שמייצגת את הרעיון לפיו מטרת הקולוניאליזם האירופי היא להביא את הקדמה התרבותית לעמים הנחשלים שמחוץ לאירופה (ולכן העמים הנכבשים צריכים להכיר תודה לקולוניאליסטים האירופאים). מעניין לציין כי ספרי הלימוד במדינות שונות מהדהדים את האידאולוגיה הזו גם כיום (למשל, למרות זוועות קונגו, ספרי לימוד היסטוריה בבליגיה מצגים תמונה שלפיה הקולוניאליזם הבלגי סייע לקונגולזים באמצעות סלילת כבישים, פיתוח תשתיות וכיו"ב; Licata & Klein, 2010).

הטענה של ג'קמן כי קבוצות שואפות להימנע מקונפליקט, ולכן במקרים רבים אי-שוויון הוא תוצאה של שיתוף פעולה פטרנליסטי בין הקבוצה החזקה והחלשה, השפיעה מאוד על המחקר הפסיכולוגי-חברתי בתחום המגדר והובילה לפיתוחה של תאוריית הסקסיזם האמביוולנטי (ambivalent sexism theory; Glick & Fiske, 2001). על פי הוגי התאוריה, החוקרים פיטר גליק וסוזן פיסק, היחסים בין נשים וגברים מאופיינים בתלות הדדית גבוהה יותר בהשוואה להקשרים אחרים של יחסים בין קבוצות (למשל, בין קבוצות גזעיות או אתניות שונות). זאת משום שגברים ונשים (בייחוד אם הם הטרוסקסואלים) זקוקים אלה לאלה לסיפוק צורכי הרבייה, המין והאינטימיות

**פרופ' נורית שנבל** היא חוקרת ומרצה בבית הספר למדעי הפסיכולוגיה באוניברסיטת תל אביב. היא עוסקת במחקר בסיסי, תוך שימוש במתודולוגיה ניסויית, במטרה להבין ולזהות את הגורמים המאפשרים (או חוסמים) יחסים חברתיים הרמוניים ושוויוניים. ניתן לקרוא על עבודתה ולהוריד את כל המאמרים באתר: <https://socsci3.tau.ac.il/nurit-shnebel/>. ליצירת קשר: [shnebeln@tauex.tau.ac.il](mailto:shnebeln@tauex.tau.ac.il).

מציע (Glick et al., 2000). הממצאים תומכים אפוא בטענה שגברים ונשים כאחד עשויים לאמץ אידאולוגיות פטרנליסטיות השומרות על תפקידי מגדר מובחנים ולא שוויוניים.

## הממצאים תומכים אפוא בטענה שגברים ונשים כאחד עשויים לאמץ אידאולוגיות פטרנליסטיות השומרות על תפקידי מגדר מובחנים ולא שוויוניים

חשוב לציין כי גם גברים משמשים כמטרה לעמדות אמביוולנטיות (Glick et al., 2004). כלומר, סטראוטיפים חיוביים ושליליים, משלימים או מפצים (complementary or compensatory stereotypes) כגון התפיסה הסטראוטיפית של גברים כ-"bad but bold". הפונקציה החברתית של סטראוטיפים כאלה היא לגרום לגברים להתאים את התנהגותם לתפקיד המגדרי הגברי המסורתי (כמגנים ומפרנסים מצד אחד, וכ"חסרי אונים" בספירה הביתית מצד שני). כשם שהסקסיזם האמביוולנטי קשור לאימוץ דיכטומיית המדונה זונה, גם העמדות האמביוולנטיות כלפי גברים נמצאו כקשורות לדיכטומיית ה-macho man לעומת ה-nice guy (או "הבחור הטוב" לעומת ה"גבר-גבר"). התפיסה המפוצלת הזו מניחה כי קיימים שני סוגים של גברים (Urbanianak & Kilmann, 2006): גברים סקסיים אך "רעים" ולא נאמנים המתאימים למערכות יחסים קצרות טווח, ולעומתם גברים בעלי מזג טוב אך "משעממים" וחסרי סקס-אפיל, המתאימים למערכות יחסים ארוכות טווח כי הם מגלמים היטב את התפקיד של "בעל ואבא טוב". בדומה לתפיסות סקסיסטיות כלפי נשים, העמדות האלה מגבילות גברים וממשרות את התנהגותם. למשל, מהאמונה כי "nice guys finish last" משתמע שהתנהגות אדיבה כלפי נשים היא משעממת ולא מושכת, וגבר שנוקט בה הוא "פראיר".

הרעיון שסטראוטיפים ואמונות מהסוג הזה ממשרים את התנהגותם של נשים וגברים משתקף במונח "מגדר" המציין את התפיסות התרבותיות לגבי התכונות הפסיכולוגיות והחברתיות של נשים וגברים, בשונה מהמונח "מין" המציין הבדלים ביולוגיים במערכת הרבייה של נקבות וזכרים. המונח מגדר נבחר כתרגום העברי של המילה האנגלית ג'נדר (gender) לא רק בשל הדמיון בצליל, אלא גם כדי להדגיש כי ההגדרות המסורתיות לגבי איך נשים וגברים צריכים "להיות" ולהתנהג מהוות גדר המגבילה את החופש שלנו כבני אדם ופוגעת ברווחה הנפשית שלנו. משום כך, הבנה של המנגנונים ההתנהגותיים שבאמצעותם אמונות לגבי

תביעה לזכויות יתר במסווה של דרישה לשוויון). למעשה, הסקסיזם העוין והאבירי משקפים שיטה של "מקל וגזר" (שהיא באופן כללי שיטה יעילה יותר לעיצוב התנהגות מאשר ענישה בלבד): העוינות מופנה כלפי נשים החורגות מתפקידי המגדר המסורתיים (למשל, מגלות דומיננטיות ושאפתנות), אולם נשים שהתנהגותן תואמת את התפקידים המסורתיים (למשל, כרעיות ואימהות מסורות) זוכות להוקרה. בכך, הסקסיזם האמביוולנטי (כלומר, גילוי עוינות לצד אבירות כלפי נשים) מזכיר במידה רבה את התפיסה המפוצלת של נשים כמדונות או זונות (the Madonna-whore dichotomy), תפיסה הממשרתת ומגבילה את התנהגותן המינית של נשים. ואכן, מחקרים מצאו מתאם חיובי בין אימוץ סקסיזם עוין ואבירי לבין תפיסה מפוצלת של נשים (Kahalon et al., 2019).



שנית, למרות הטון החיובי של סקסיזם אבירי, אימוץ האידאולוגיה הזו נמצא כקשור לתמיכה בהגבלות על נשים כגון תמיכה ב"זכותו" של גבר לאסור דברים על בת הזוג שלו (למשל, לאסור לצאת לנהיגה ממושכת לצורכי עבודה כי "זה מסוכן"); אמונה כי נשים לא צריכות "לקחת יוזמה" בזמן חיזור (למשל, ליזום נשיקה); ותפיסה שלפיה נשים צריכות להיות אחראיות על עבודות הבית. במילים אחרות, סקסיזם אבירי מעניק דאגה והוקרה לנשים כל עוד הן "יודעות את מקומן". בנוסף, נשים שנחשפו לסקסיזם אבירי (למשל, קריאת משפטים כמו "בסתר ליבה, כל אישה מייחלת לפגוש גבר שיכבוש את ליבה בסערה") נטו יותר להתנהג באופן שתואם את התפקיד המגדרי המסורתי של נשים: הן תמכו פחות בפעולה קולקטיבית לקידום שוויון מגדרי, עסקו יותר בטיפול המראה החיצוני שלהן, והצליחו פחות במבחן במתמטיקה (לסקירה ראו Connor et al., 2017). למרות כל זאת, המחקר מראה כי נשים מאמצות סקסיזם אבירי לא פחות מאשר גברים, ובמדינות המאופיינות באי-שוויון מגדרי גבוה (על פי אינדקסים של האו"ם) נשים מאמצות את האידאולוגיה הזו אפילו יותר מאשר גברים, כפי הנראה מכיוון שבמדינות האלה נשים נזקקות יותר להגנה שהסקסיזם האבירי

במתמטיקה, ראייה מרחבית וכו'). למחצית מהנבדקים נאמר כי המשתתף האחר הוא אישה, ואילו למחצית השנייה נאמר כי המשתתף האחר הוא גבר. נמצא כי גברים שהם גבוהים יחסית בסקסיזם אבירי הציעו יותר עזרה תלונית למשתתפת אישה (כלומר, הם נטו יותר לתת ל"תלמידה" את התשובה הסופית לשאלות שבהן היא התקשתה) מאשר למשתתף גבר (אשר קיבל יותר רמזים שאפשרו לו לפתור את השאלות בכוחות עצמו). בניסוי נוסף, נבדקות נשים התבקשו לפתור מבחן בסגנון פסיכוטכני, ולבקש במידת הצורך עזרה ממשתתף אחר (ששימש בתפקיד "המורה" בניסוי). גם כאן, למחצית מהנבדקות נאמר כי המשתתף האחר הוא אישה, ואילו למחצית השנייה נאמר כי המשתתף האחר הוא גבר. ממצאי הניסוי הראו כי כאשר "המורה" היה גבר (לעומת אישה), נשים שהן גבוהות יחסית בסקסיזם אבירי ביקשו יותר עזרה תלונית (כלומר, את התשובה הסופית לשאלות הקשות, במקום רמז לפתרון עצמאי). הממצאים האלה מצביעים על מעגל שמזין את עצמו: גברים שמאמצים את התפיסה של נשים כזקוקות לאביר שיושיע אותן מציעים להן עזרה שבטווח הארוך משאירה אותן במצב נזקק (כי קבלת התשובה הסופית לשאלה לא תסייע להן בפתרון שאלות דומות בעתיד). בה בעת, נשים שמאמצות את התפיסה הזו מתנהגות, במיוחד באינטראקציות מול גברים, באופן פסיבי אשר משמר את חוסר הידע והישע של נשים בתחומים גבריים.



מחקר נוסף (Bareket et al., 2021) התמקד ביחסי עזרה בתחומים נשיים מסורתיים. גם במחקר זה נמצא כי סקסיזם אבירי יחסי עזרה תלונית מייצרים מעגל שמזין את עצמו, רק שהפעם הגברים נותרו בעמדה הנזקקת של חסרי הידע והישע. לדוגמה, באחד הניסויים במחקר נבדקות נשים התבקשו לסייע למשתתף אחר (ששימש בתפקיד "התלמיד" בניסוי) לפתור מבחן הבדוק ידע בכלכלת בית, אשר כלל שאלות בנושאי בישול, ניקיון וגידול ילדים. למחצית מהנבדקות נאמר כי המשתתף האחר

מגדר נשמרות ואף משעתקות את עצמן היא בעלת חשיבות חברתית רבה.

## המנגנונים ההתנהגותיים המשמרים ומשעתקים את תפקידי המגדר

כדיסציפלינה, לפסיכולוגיה החברתית יש תפקיד חשוב בזיהוי אופן פעולתם של המנגנונים ההתנהגותיים שמשעתקים את תפקידי המגדר המסורתיים והעלאתם למודעות ולדין הציבורי. שיטת המחקר המרכזית בתחום היא ניסויים, ויש לה שני יתרונות מובהקים מבחינת היכולת להעלות נושאים למודעות הציבורית: ראשית, כוח משיכה אינטואיטיבי הנובע מכך שגם אנשים שאינם בקיאים בתחום יכולים להבין בקלות את תוצאותיהם (חשבו, למשל, על ניסוי הקונפורמיות של אש), ושנית, היכולת לבסס סיבתיות. בנוסף, השימוש בניסויים מבוקרים, בשונה משיטות אחרות כמו ראיונות או ניתוחי מקרה, יכול לשפוך אור על התנהגויות סמויות וסובטיליות, כלומר שאינן מפורשות או בוטות, ולעיתים אף אינן מודעות. על בסיס ההבנה של יתרונות אלה, המשך המאמר יוקדש לתיאור מחקרים אקספרימנטליים שנערכו בישראל, וחושפים מנגנונים התנהגותיים סובטיליים שבאמצעותם נשים וגברים כאחד משמרים את תפקידי המגדר המסורתיים.

**יחסי עזרה בין גברים לנשים.** יחסי עזרה הם מאפיין בסיסי של חברות אנושיות, ולמעשה, גם של בעלי חיים אחרים (de Waal, 2009). בהשראת הפתגם "תן לאדם דג והוא ישבע ליום אחד, למד אותו לדוג והוא ישבע כל חייו", החוקר אריה נדלר (Nadler, 2020) טבע את ההבחנה בין עזרה אוטונומית, שפירושה כי העוזרים מלמדים את הנעזרים כיצד לבצע את המשימה שעל הפרק בעצמם (לדוגמה, אב שמלמד את בנו כיצד לשרוך את נעליו), לבין עזרה תלונית, שפירושה כי העוזרים מבצעים את המשימה עבור הנעזרים (לדוגמה, אב ששורך את הנעליים של בנו). עזרה תלונית משולה לחרב פיפיות: היא אומנם מספקת את צורכיהם של הנעזרים, אך בה בעת גם מסמנת את עליונותם של העוזרים בתחום שבו ניתנת העזרה, מרמזת על כך שהנעזרים אינם מסוגלים לרכוש את המיומנות או הידע הנדרשים לשם ביצוע עצמאי של המשימה, ומשאירה אותם במצב של פסיביות ותלות עתידית בעוזרים.

מחקר שבחן יחסי עזרה בין נשים וגברים בישראל (Shnabel et al., 2016), תוך התמקדות בתחומים הנחשבים באופן מסורתי כגבריים, מצא קשר בין אימוץ של סקסיזם אבירי לבין הצעה וחיפוש של עזרה תלונית. לדוגמה, באחד הניסויים במחקר נבדקים גברים התבקשו לסייע למשתתף אחר (ששימש בתפקיד "התלמיד" בניסוי) לפתור מבחן בסגנון פסיכוטכני (הכולל שאלות



של גברים למקצועות ה-HEED (Health care, Elementary Education and the Domestic sphere). ואכן, בעוד שנשים חודרות בהדרגה למקצועות שנחשבו באופן מסורתי כגבריים (כגון STEM: Science, Technology, Engineering and Math) קיים ייצוג חסר ניכר של גברים במקצועות הנחשבים באופן מסורתי לנשיים (Croft et al., 2015). עובדה זו מצביעה על הפסד אישי פוטנציאלי של גברים שיכלו להצליח במקצועות האלה ובמקום זאת מוצאים את עצמם עוסקים במקצועות שפחות מתאימים להם, והן על הפסד של החברה כולה, בשל הכישרונות היורדים לטמיון.

## גברים שמאמצים את התפיסה של נשים כזקוקות לאביר שיושיע אותן מציעים להן עזרה שבטווח הארוך משאירה אותן במצב נזקק. בה בעת, נשים שמאמצות את התפיסה הזו מתנהגות, במיוחד באינטראקציות מול גברים, באופן פסיבי אשר משמר את חוסר הידע והישע של נשים בתחומים גבריים

**מחמאות למראה החיצוני.** על פי תאוריית ההחפצה (objectification theory; Fredrickson & Roberts, 1997) נשים לומדות מגיל צעיר כי המראה החיצוני שלהן הוא מרכיב מרכזי בהערכה שהן זוכות לה מהסביבה. ואכן, המחקר (לסקירה, ראו Rhode, 2010) מראה כי נשים זוכות לחיזוקים חיוביים על יופיין (למשל, מבחינת הסיכויים להינשא או להתקבל לעבודה) וסובלות מסנקציות שליליות על אי-עמידה בסטנדרטים המצופים מהן (למשל, נשים בעלות עודף משקל סובלות מהקנטות מצד בני משפחה וקולגות). אומנם גם גברים זוכים לחיזוקים או סובלים מסנקציות עקב המראה החיצוני שלהם, אולם הדבר מתרחש בעוצמה ותדירות נמוכות יותר. בנוסף, כבר מגיל צעיר נשים מקבלות יותר הערות המתייחסות למראה החיצוני שלהן בהשוואה לגברים, אשר מקבלים יותר הערות המתייחסות לכישורים והיכולות שלהם. לאור זאת, אין זה מפתיע כי נשים בדרך כלל שמחות לקבל מחמאות למראה החיצוני שלהן.

למרות ההיבט החיובי שבקבלת מחמאות למראה, המחקר מראה כי יש למחמאות אלה גם "תופעות לוואי" בלתי רצויות

הוא אישה, ואילו למחצית השנייה נאמר כי המשתתף האחר הוא גבר. נמצא כי נשים שהן גבוהות יחסית בסקסיזם אבירי הציגו יותר עזרה תלונית למשתתף גבר מאשר למשתתפת אישה. למשל, בשאלה שעסקה בהסרת כתם יין ממפת שולחן הן העבירו ל"תלמיד" את התשובה הסופית ("התשובה הנכונה היא תשובה מספר 3"), ואילו ל"תלמידה" הועבר הסבר מקיף יותר, העוסק בעקרונות כלליים בנושא הסרת כתמים. בניסוי נוסף, נמצא כי נבדקים גברים גבוהים (לעומת נמוכים) בסקסיזם אבירי שהתבקשו לפתור את המבחן בכלכלת בית ביקשו יותר עזרה תלונית (כלומר את התשובה הסופית, במקום עקרונות שיובילו לפתרון עצמאי) אם ה"מורה" שלהם היה אישה, אך לא אם ה"מורה" היה גבר. ממצא זה, אשר משקף את האמירה הסרקסטית של הסופרת והאקטיביסטית לטי קוטין פוגרביין (Letty Cottin Pogrebin) כי "housework is the only activity at which men are allowed to be consistently inept because they are thought to be so competent", מעניין במיוחד לאור הטענה המקובלת בספרות המחקרית שלפיה גברים רבים נמנעים מלבקש עזרה מחשש שהיא תאיים על האוטונומיה שלהם (Addis & Mahalik, 2003).

דפוסים דומים של יחסי עזרה נמצאו בקרב זוגות הטרוסקסואלים נשואים. כאשר בן הזוג שלהן התקשה בביצוע מטלה "נשית" כלשהי (למשל, הפעלת מכונת כביסה תוך שמירה על הבגדים), נשים גבוהות בסקסיזם אבירי העדיפו לעשות את המטלה בעצמן במקום ללמד אותו כיצד לבצע אותה בעצמו. בה בעת, גברים גבוהים בסקסיזם אבירי העדיפו לבקש מבת הזוג שלהם לבצע במקומם מטלות "נשיות" שהם התקשו בביצוען, במקום לבקש שילמדו אותם כיצד לעשות זאת בעצמם. ההעדפה לתת או לבקש עזרה תלונית היתרגמה בהמשך לחלוקה לא שוויונית של מטלות הבית הנשיות (קרי טיפול בילדים, בישול, וניקיון). עם זאת, בבואנו לפרש את הממצא הזה, שאלת השאלה האם חלוקה מגדרית מסורתית של מטלות הבית היא אכן לא שוויונית, שכן גברים הם לרוב האחראים למטלות כמו טיפול ברכב או תחזוקת הבית. התשובה העולה מן המחקר בנושא היא חיובית, מכיוון שהמטלות הנשיות המסורתיות (להכין ארוחות, לסדר את המטבח וכיו"ב) הן רפטטיביות יותר, תדירות יותר, צורכות זמן רב יותר ומתאפיינות בפחות הנאה וגמישות (מבחינת מועד הביצוע) בהשוואה למטלות גבריות מסורתיות כגון ללמד את הילדים לשחק כדורגל או לתקן דברים בבית (Lachance-Grzela & Bouchard, 2010).

בהסתכלות חברתית רחבה יותר, מעבר להשפעתם על הספירה הביתית, דפוסי התנהגות המשמרים את "חוסר האונים" של גברים בתחומים הנחשבים נשיים עשויים להאט את קצב כניסתם

בנוגע ליכולת המתמטית או הנהיגה הגרועה של נשים הצליחו פחות במבחן נהיגה או מתמטיקה בהשוואה לנשים שלא נחשפו לתזכורת כזו. לאור הממצאים האלה, תוכניות חינוכיות רבות שמו להן למטרה להפריך או להפחית את השימוש בסטראוטיפים שליליים.

אך מה לגבי סטראוטיפים חיוביים? לסטראוטיפים מגדריים חיוביים עשויות להיות השלכות פסיכולוגיות חיוביות, כמו העלאת הערך העצמי של נשים המבצעות תפקידים מסורתיים שאינם מתוגמלים בכסף או ביוקרה (למשל, טיפול בילדים ובהורים קשישים). עם זאת, כפי שצוין בהסבר לגבי סקסיזם אמביוולנטי ועמדות אמביוולנטיות כלפי גברים, סטראוטיפים רבים הם משלימים. מכאן שתזכורת לסטראוטיפ החיובי יכולה להזכיר, באופן מודע או לא מודע, גם את הסטראוטיפ השלילי. ואכן, שורה של ניסויים (Kahalon et al., 2020) הראתה כי תזכורת של סטראוטיפים מגדריים חיוביים יכולה לגרום לאפקטים של איום סטראוטיפי. כך למשל, נשים שנחשפו לקטע קריאה שהדגיש את הסטראוטיפ המגדרי החיובי על נשים, הכולל תכונות כמו דאגה לאחר ואמפתיה, הצליחו פחות במבחן מתמטי בהשוואה לנשים שנחשפו לקטע קריאה ניטרלי. בה בעת, גברים שנחשפו לקטע קריאה שהדגיש את הסטראוטיפ המגדרי החיובי על גברים, הכולל תכונות כמו אסרטיביות וסמכותיות, הצליחו פחות במבחן של זיהוי רגשות בהשוואה לגברים שקראו קטע קריאה ניטרלי. כך, למרות שנשים וגברים נוטים לאמץ סטראוטיפים חיוביים לגבי המגדר שלהם, הסטראוטיפים האלה עלולים לפגוע בביצועים בתחומים שבהם נשים וגברים סובלים מסטיגמה שלילית - ממש כמו סטראוטיפים שליליים.

## כמה מילים לסיכום

המחקר הפסיכולוגי-חברתי מנסה לזהות את הגורמים שפועלים "מתחת לרדאר" וגורמים לנשים וגברים להתנהג באופן שמשמר את תפקידי המגדר המסורתיים. זאת, מתוך הבנה שגברים ונשים כאחד תורמים לשעתוק תפקידי המגדר, כלומר, אין כאן קונפליקט ישיר, או פעולה של צד אחד, אקטיבי, על צד שני, פסיבי, אלא שיתוף פעולה של שני הצדדים. ההבנה כיצד מנגנוני השעתוק האלה פועלים עשויה לשמש בסיס להתערבות שתפחית או תעצור אותם. התערבות כזו היא חשובה משום שהתפקידים המסורתיים פוגעים בנו כחברה, בכך שהם מונעים מאיתנו לנצל באופן מלא את כישורן של נשים בתחומים הנחשבים גבריים, ואת כישורונם של גברים בתחומים הנחשבים נשיים. התפקידים המסורתיים פוגעים בנו גם כאינדיבידואלים, בכך שהם מונעים מאיתנו להפוך למי שאנחנו מסוגלים ורוצים להיות.

לרשימת המקורות, ראו באתר הפ"

(Kahalon et al., 2018). באחד הניסויים, למשל, נבדקות ונבדקים האמינו כי הם מגיעים למבחן הערכה תעסוקתית אשר לקראתו הם התבקשו למלא טופס של קורות חיים בצירוף תמונה. עם הגעתם למבחן, הם קיבלו פידבק ממעריכים תעסוקתיים שהתייחסו לקורות החיים שלהם, אך למעשה הפידבק ניתן דרך המחשב והיה מתוכנת מראש. בהתאם לתנאי הניסוי, הפידבק כלל או לא כלל מחמאה מעודנת למראה החיצוני של הנבדקים ("ניתן לראות מהתמונה שצירפת שיש לך מראה מאוד ייצוגי..."). נמצא כי משתתפים ומשתתפות שקיבלו מחמאה למראה החיצוני שלהם היו בעלי מצב רוח טוב יותר, אך ביצועיהם הקוגניטיביים (שהוערכו במבחן שנערך לאחר קבלת "הפידבק התעסוקתי") נפגעו.

## למרות התחושה החיובית שהן משרות, למחמאות בנוגע להופעה חיצונית בסיטואציות תעסוקתיות... עלולות להיות השלכות שליליות על ביצועים קוגניטיביים

במילים אחרות, למרות התחושה החיובית שהן משרות, למחמאות בנוגע להופעה חיצונית בסיטואציות תעסוקתיות (כמו במקום העבודה או סביבת לימודים) עלולות להיות השלכות שליליות על ביצועים קוגניטיביים, מכיוון שהן מסיטות את תשומת הלב של מקבלי המחמאה מהמשימה שעל הפרק. אומנם ההשפעה השלילית שנמצאה בניסוי הייתה דומה עבור גברים ונשים, אך המשמעות הפרקטית של הממצאים רלוונטית יותר לנשים, מכיוון שבפועל הן מקבלות יותר מחמאות למראה החיצוני מאשר גברים. בהקשר זה מעניין לציין כי בהשוואה לגברים, נשים סבורות יותר כי מחמאות למראה החיצוני, במיוחד אם הן נושאות אופי מיני, הן "לא במקום" (inappropriate) בסביבת עבודה (Kahalon et al., 2021), מה שמוריד עוד יותר את הסבירות כי הן יחמיאו לגברים במקום עבודתן על המראה החיצוני שלהם.

**סטראוטיפים חיוביים.** ספרות מחקרית ענפה (לסקירה ראו Spencer et al., 2016) מצביעה על כך שחשיפה לסטראוטיפים שליליים גורמת לתופעה המכונה "איום סטראוטיפי", שבה המודעות לסטראוטיפ השלילי מעלה, בקרב חברי קבוצה הסובלת מסטיגמה, את החרדה שמא יאוששו את אותו סטראוטיפ שלילי. באופן אירוני, חרדה כזו אכן גורמת לביצועים פחות טובים, כלומר, הסטראוטיפ השלילי פועל כנבואה שמגשימה את עצמה. כך לדוגמה, נשים שנחשפו בניסוי לתזכורת לסטראוטיפ





# מסע האישה באמצע החיים

## המיתוס השומרי על איננה וסיפור על אישה בת ימינו

רות נצר

הנגלית היא הצלת אהובי נפשה, עוסקים למעשה במסע התפתחותי של אישה באמצע החיים שכרוך במוות ותחייה. אלות אלה מתמודדות עם אובדן, ירידה לשאול ומוות, וסיום המסע הוא תחייה וטרנספורמציה נפשית, לא רק שלהן אלא גם של אהובי נפשן.

במיתוסים הנשיים האלה מודגש המניע הרגשי בהקשר המשפחתי: האבל, האובדן, הזעם, האהבה, הגעגוע (אצל דמטר, ענת ואיזיס), הזעם והחמלה (אצל איננה).

ראוי לשים לב שהגיבורות של אמצע החיים - איננה, איזיס, ענת ודמטר - הן אלות ששייכות לשלב מטריארכלי קדום, בעידן שבו אלות שלטו בעולם, בטרם הודרו מכוחן על ידי השלב הפטריארכלי שבו שולטים האלים הגברים על העולם והגברים הם ששולטים על הנשים. בשלב המטריארכלי הקדום האלה היא אלה גדולה, אישה חזקה ואוטונומית והיא אינה נשלטת על ידי הגבר או שאינה נזקקת כלל לגבר, ובכוחה אף לקבוע את גורלו, להמיתו או להצילו.

גיבורות אלה שונות מהנערות פרספונה ופסיכה במיתוס היווני, ומהנערות באגדות האירופאיות הרבות על מסע הנערה לקראת היותה ראוייה לנישואין לנסיך המיוחל. הן כבר באמצע החיים, בוגרות ואמיצות. הן לא נדחפות על כורחן למסע אלא בוחרות בו.

### המסע לשאול

המיתוס הנשי על ירידה של אישה לשאול והיציאה ממנו מסמל את המחזוריות הטבעית של הרגש הנשי. האישה מעצם מהותה הרגשית והביולוגית עוברת מחזורי רגשות שונים ולכן גם פתוחה לרגשות של סבל וכאב, ויורדת לשאול הסבל או הדיכאון כחלק ממהלך טבעי של חייה. כך היא פוגשת את מעמקיה ומתעשרת דרכם. ההתמודדות עם השאול הרגשי כחלק בלתי נמנע ממעגל החיים, וההתפתחות מתוכו, או תמיכה בהתפתחות זולתה, הם מה שהמיתוס הנשי מספר לנו על אודותיו<sup>1</sup>. כזה הוא סיפורה של פרספונה הנערה שיורדת כל חורף לשאול ועולה כל אביב לאדמה. היא הופכת מעלמה תלוית למביאת הצמיחה וההתחדשות השנתית, ובהמשך הופכת לאלת הידע על המתים.

מיתוסים ואגדות מתארים את הגורל שהתרבות מאפשרת לאישה. במאמר זה נתייחס להתגלמות המיתוס הקדום של איננה בחייה של אישה בת ימינו. איננה השומרית, או אישתר הבבלית, היא אישה שתלטנית, יהירה וכוחנית שעוברת על כורחה תהליך של ויתור על תכונותיה אלה למען הפנמה של איכויות של צניעות, אמפתיה וחמלה. היא מוותרת על אלמנטים גבריים מוגזמים למען חיבור עם אלמנטים נשיים. בניגוד למסען של נשים רבות של ראשית החיים שאמורות לחזק את כוחן האקטיבי-גברי כדי לממש את עצמן, איננה כאישה באמצע החיים אמורה לוותר על תכונות אלה, שהועצמו בה ביתר שאת, כדי לשוב אל תכונות שהן בשורש המהות הנשית של הנפש.

### מבוא למסע הנשי במיתוס

המיתוסים הקדומים עוסקים ברובם במסע הגיבור, שהוא הגיבור הצעיר, הלוחם במפלצות ובמכשולים, מציל את עירו וגואל אוצרות למען חישול כוחו ולמען החברה כולה (נצר, 2011). לעומת זאת, נשים בעולם הקדום היו ספונות בביתן וכמעט שלא יצאו למסע, לכן מעטים מאוד הם סיפורי המסע של אלות-נשים במיתוסים. באגדות, שמבחינה היסטורית מאוחרות למיתוסים, שכיח מאוד למצוא מסע של נערה כדי להיות ראוייה לנישואיה לבעלה המלכותי, שהם היעד העליון שלה. תבנית זו כבר קיימת במיתוס היווני על אמור ופסיכה.

אבל המסע של האישה הקיים במיתוסים הוא סוג אחר לגמרי. זהו מסעה של אישה בוגרת באמצע החיים. המאפיין את מסעה אינו הצורך לחשל את כוחות האגו, להוכיח את יכולותיה ולנצח, אלא הצורך האלטרואיסטי להציל את אהובי נפשה.

ארבעה מיתוסים גדולים שצמחו באגן הים התיכון עוסקים באלה גדולה חזקה ובוגרת: איזיס המצרית שמחפשת, מוצאת ומחברת את חלקי גופו המבוזר של בעלה אוזיריס ויולדת ממנו את בנם; ענת הכנענית שמצילה את בעלה מות ממותו; דמטר היוונית שמחפשת את בתה שנחטפה לשאול ומצליחה להשיב אותה אליה באביב בכל שנה; ואיננה השומרית שיורדת לשאול לבקר את אחותה, מומתת וקמה לתחייה. מיתוסים אלה שמטרתם

רות נצר היא פסיכולוגית קלינית יונגיאנית ומדריכה בכירה, מרצה, אומנית, צלמת, משוררת וסופרת.

<sup>1</sup> על אודיסאוס ואיניאס מסופר שירדו לשאול למטרה אחרת: לפגוש את בני משפחתם כדי לקבל ידע שיוליך אותם הלאה במסעם.

איננה הכוחנית מתדפקת על פתח השאול ודורשת שיפתחו בפניה את השער, אחרת תשבור אותו ותשחרר את כל נשמות המתים. ארשכיגל אחותה כועסת ולא מאמינה לכוונות הטובות המוצהרות של אחותה, והיא מצווה על רב השוערים של השאול שיוביל את איננה דרך שבעת השערים של השאול. בכל אחד ואחד מהשערים על איננה להסיר את אחד מתכשיטיה, ממחלצותיה או מסמלי מלכותה שאותם ענדה, ובכך להתפרק מזהותה כמלכה רבת כוח. זאת כדי לקחת ממנה את סממני הכוח והסמכות שמגולמים בלבושה ועדייה המפוארים ואת כוחותיה האלוהיים. ואז, עירומה, מובלת איננה על ברכיה אל אחותה. איננה העירומה והכורעת מושיבה עצמה על כס המלכות במקום אחותה. אחותה הזועמת ממיתה אותה ואת גופתה תולים על אנקול.



האלה איננה,  
פסל טרקוטה. שומר

האלה היוונית הקטה היא המאפשרת מווסתת את מעברי הרגשות הנשיים. היא אחראית על צומתי הדרכים, העלייה והירידה לשאול ולגבהים כאחת.

## איננה יורדת לשאול

האלה השומרית איננה היא אלת השמיים, והיא ממונה על חוקי היקום המקודשים. היא אלת מלחמה אכזרית, אלת אהבה, אלת מיניות ואלת פריון. היא משמשת כפטרונית הזונות, והמיניות שלה אינה יודעת שובע. היא אלה עצמאית, יצרית, פתיינית, כוחנית, שתלטנית, אמיצה ויהירה. נתבונן כעת במסעה של איננה אל השאול ויצאיתה ממנו כדגם אפשרי למסע טרנספורמטיבי שיכול להתאים במצבים מסוימים גם לאישה בימינו, במחצית השנייה של חייה.

בניגוד לפרספונה שנחטפת לשאול ולפסיכה שנחטפת על ידי אמור, לא מדובר בנערה מתבגרת תמימה וחסרת אונים שמושלכת אל המסע על כורחה בהתאם לצו החברתי של מציאת חתן, אלא מדובר באישה בוגרת וחזקה באמצע החיים שבוחרת במסע מרצונה, ומתוך מניעים רגשיים. בניגוד למסען של דמטר, איזיס וענת, לא בטוח שאיננה יוצאת למסע מתוך מניע אלטרואיסטי. ובניגוד לפרספונה ואורידיקה שנחטפו לשאול, איננה היא היחידה שבוחרת לרדת אליו מרצונה! הסיפור פותח בתיאור שאיפתה של איננה לרדת אל ממלכת השאול של אחותה ארשכיגל מלכת המוות. לא ברור מה הסיבה לכך. האם זה כדי לנחם אותה באבלה על מות בעלה או מתוך חוסר מנוחה, שעמום והרפתקנות? או כדי לקחת את השלטון מידי אחותה? ויש אומרים שבשפאפתנותה, בסקרנותה ובאומץ ליבה ביקשה לרדת אל השאול כדי ללמוד את רזיו, או אולי לחברו שוב לממלכת החיים. זהו מסעה של אלה המנסה לאחד את החיים עם המוות, מסע שהוא, על פי צו האלים, אסור, שכן אלי השמיים אסורים בירידה לשאול ולהפך, אלי השאול אסורים בעלייה לשמיים.

נוסף לכך היא יורדת מתוך עליונות יהירה שאינה מתחשבת באיסור לרדת לשאול, אל ממלכת המתים, ללא אישור מיוחד לכך, כי הנכנס לארץ המתים לא יוצא משם. איננה חוששת שארשכיגל אחותה תמית אותה, שהרי לא ביקשה את רשותה לבוא, ואחותה היא מלכת המוות, ולכן היא מתכננת מראש את הצלתה האפשרית ביד המשרתת שלה נינושה והיא אומרת לה לפנות לעזרת האלים אם לא תשוב.

**המסע של האישה הקיים במיתוסים הוא...  
מסעה של אישה בוגרת באמצע החיים.  
המאפיין את מסעה אינו הצורך לחשל את  
כוחות האגו, להוכיח את יכולותיה ולנצח,  
אלא הצורך האלטרואיסטי להציל את  
אהובי נפשה**

כאשר איננה לא שבה לאחר שלושה ימים, נינושה המשרתת פונה לעזרת האלים שמשיבים פניה ריקם, כי מי שיורד לשאול חייב לשאת בתוצאות. מכל האלים רק אביה של איננה, האל אֶנְכִי מביע צער ורצון לעזור. אֶנְכִי, אל המים המתוקים, מסמל את החוכמה והזרימה הרגשית, כלומר את חוכמת הרגש. הוא בורא מהלכלוך שתחת ציפורניו שני יצורים שיכולים לחדור לשאול משום שהם נעדרים תכונות אנוש. הוא מעניק להם את הכוחות של "מזון החיים" ו"מי החיים", ושולח אותם להשיב את איננה. היצורים פוגשים בארשכיגל שמתאבלת על בעלה, כורעת ללדת ונאנקת בכאב. הם מביעים הזדהות עם סבלה, ויושבים איתה בעת קינתה על מות בעלה, ועונים כהד שוב ושוב על



הבלתי נמנעים של החיים שנוטים להתעלם מהם. המפגש של האדם עם צילו הכרחי בתהליך ההתפתחות והוא המאפשר לו לרדת מגאווות יתר, מתוך הכרה בממדיו האנושיים הנכונים. המפגש עם היצורים שנוצרו מעפר מזכיר לאדם כי סופו עפר ואפר ומאפשר לרדת מעמדת גדלות אל עמדת קטנות, שהיא צניעות וענווה.

שתי האחיות מקבלות מיצורי העפר של אָנְכִי את מתת החמלה שמאפשרת להן להשתנות. האנליטיקאית היונגיאנית סילביה ברינטון פררה (Perera, 1981) מתייחסת לקילוף שעברה איננה מצדדיה הגאים והסוערים כתהליך שאפשר את עלייתם של צדדים צנועים, חומלים ואמפתיים לסבל הזולת. האמפתיה לסבל מאפשרת לסובל להשתנות בהדרגה. ההיבט האמפתי החומל, שבדרך כלל מיוחס להיבט הנשי במהותו, מובא במיתוס הזה על ידי אָנְכִי, אל המים המתוקים, כלומר אל הרגש הזורם. הזעם והאכזריות של ארשכיגל כלפי איננה מתחלפים בתחושות של כאב וסבל שלה עצמה. פעמים רבות הרגשות הכאובים הם אלה שמוסותרים מאחורי הזעם, והקבלה שלהם מאפשרת שינוי פנימי. השתתפות אמפתית של היצורים בסבלה של ארשכיגל מאפשרת לשתי האחיות להשתחרר מהשאל הפנימי. כשאשה מוכנה לקבל את הזעם, היהרה והאכזריות של עצמה בחמלה ובאמפתיה, היא תשחרר מתוכה מי חיים ונדיבות. תהליך זה הוא המאפשר את חזרתה של איננה מן השאל.

## המפגש של האדם עם צילו הכרחי בתהליך ההתפתחות והוא המאפשר לו לרדת מגאווות יתר, מתוך הכרה בממדיו האנושיים הנכונים

ארשכיגל משחררת את איננה בתנאי שתיבא מישהו במקומה לשאל. כשאיננה שבה מהשאל היא פוגשת את תמוז הצעיר (דומוזיד), בעלה. היא כועסת עליו על שהתעלם מסבלה בכל התקופה הזו ושולחת אותו לשאל במקומה. היא משתמשת בזעם ובנקם (בכוחות הצל) של ארשכיגל, שמעכשיו אינם רק של אחותה בשאל אלא גם שלה, כדי לנקום בבעלה תמוז ולשלוח אותו לשאל במקומה. היא מעלה מהשאל לא רק ערכי נפש חיוביים של צניעות וקטנות האגו, אלא גם חלקים של צל ורוע. כמו שלעיתים כאשר תוכן מודחק עולה הוא פורץ בעוצמה שלילית.

קינתה: "הוי לסבלך, הוי לכאבך". כתוצאה מהאמפתיה והחמלה שהם מבטאים ארשכיגל מתרככת ומתרצה לשחרר את אחותה איננה, והיצורים מחיים את איננה באמצעות מי החיים ומזון החיים שהם מביאים.

היוונים ראו בגאווות היתר יהירות שהיא חטא, וכינו אותה היבריס. אדם הלוקה בהיבריס מתחרה באלים ושוכח את מידותיו האנושיות, ולכן הוא נענש. עונש המוות של איננה הוא עונש על ההיבריס שלה (נצר, 2011). איננה יורדת לשאל בעמדת יוהרת היבריס של מי שירד לשאל בלי להביא בחשבון את איסורי הטאבו על ירידה לשאל, ועל כורחה היא נענשת: היא נאלצת לוותר על עמדת המלכות, מושלכת בהשפלה אל כניעה על כורחה, ועומדת מול הדמוניות והמוות. היא עוברת את הזעזוע של הסרת מחלצות הפרסונה, ויתור על עמדות הכוח והמעמד ואף ויתור על קיומה האוטונומי. היא מצויה על סף המוות. היא מכירה שאינה אלא גוף חשוף, עירום ועריה, כמו המת לפני קבורתו, ללא הגנה. היא חווה מהי ירידה לשאל במובן של מפגש עם רגשות של אימה, חרדה, תחושת כיליון, דיכאון וסבל<sup>2</sup>. המפגש עם אחותה מלכת השאל פירושו מפגש עם יסודות השאל הדמוניים של זעם ואכזריות שבאישיותה שלה ובו בזמן עם פגיעותה שלה.

הירידה לשאל היא גרסה נשית של מוטיב "מסע הלילה" המיתולוגי שבו הגיבור נכנס למעי הלווייתן, כמו יונה, כדי לעבור בתוכו טרנספורמציה. ההתפשטות מהבגדים של איננה היא הורדת הגנות, כניסה לאינטרוברסיה ודיכאון שבו האישה פוגשת את עולמה הפנימי, את החלומות ואת ההיבט האפל של הנפש הנשית, את הכוח של האלה הגדולה ואת צילה האפל והבהיר כאחד, ואת מותה שהוא מות האגו. זו הכניסה ל"ניגודו" האלכימי, השלב הדיכאוני שיש בו את הסכנות של השמדה על ידי הכוחות הביקורתיים, המענישים וההרסניים של הסופר אגו, אבל גם פוטנציאל התפתחותי (Perera, 1981).

גם ארשכיגל, אחותה של איננה, סובלת. גם משום שבעלה מת וגם משום שהיא בצירי לידה. ארשכיגל מתאבלת על מות בעלה, מות היסוד הגברי, ומתוך סבלה היא פתוחה לתהליכי שינוי של התרככות. הלידה מסמלת את החיים החדשים שמתהווים מהסבל. שתי האחיות נדרשות לוותר על השליטה והכוחניות שלהן ושתייהן עוברות תהליך של הכרה בערכם של האלמנטים שהיו זרים ומנוגדים לכוחניות ויהירותן: אלמנטים צנועים של הסתמי, הלא נחשב, שנעשה מכלולך שתחת הציפורניים. לכלוכים אלה הם האלמנטים המזולזלים, חסרי החשיבות, תוצרי הגוף והפרשותיו, הבטי הצל, שהם הלכלוכים הקטנים

<sup>2</sup> כמו שלב המוות באלכימיה, חומרי הנפש אמורים למות כדי שתיווצר מהם תרכובת חדשה איכותית יותר (נצר, 2004).

האפל של הדיכאון והסבל והזעם של אחותה בשאול, וגם את החמלה לזולת שיכול להרגיש מי שעבר דרך השאול וניצל ממנו. מדובר בשלב התפתחותי קדום שבו האלות חזקות ולוחמניות ועליהן לפתח היבטים רכים, חומלים ונשיים, כמו שאלות הנקם היווניות, האירניות, הופכות להיות עושות החסד. כמו שהגבר צריך לגאול את הנשי בנפשו במהלך התפתחותו, כך גם פעמים רבות האישה צריכה לגאול את הנשי בנפשה.

בעידן הפטריארכלי האישה אולפה ליותר מדי נשיות חומלת למען הזולת על חשבון עצמה, ואז הופיעו מיתוסים ובהם אזהרות לאישה מפני עודף רחמים שיכשילו אותה. כאן מתואר מצב הפוך שבו האישה זנחה את היבטיה הנשיים לרבות החמלה ופיתחה עמדות גבריות לוחמניות.

דמותה של איננה מגלמת את מסעה של אישה תקיפה, שמצד אחד בגאווה יתר לא נזהרת בכניסתה לשאול ללא רשות, ומצד שני יודעת לשמור על עצמה כשהיא שומרת כעין חוט אריאדנה עם העולם למעלה, עם הכוחות המיטיבים של הלא-מודע, של אל המים, ועם פוטנציאל האמפטיה כדי להתמודד באמצעותם עם כוחות המוות, האבל וההרס כדי לשחרר את עצמה מלפיתת כוחות המוות. כאישה יש לה נגישות לעולם הפנימי ולשאול, ועם זאת יש לה גם נגישות לכוחות החיים החיוביים שישמרו עליה.

## כמו שהגבר צריך לגאול את הנשי בנפשו במהלך התפתחותו, כך גם פעמים רבות האישה צריכה לגאול את הנשי בנפשה

המיתוס של איננה וארשכיגל שייך לתקופה מטריארכלית קדומה שבה האלות חזקות מאוד, והן צריכות ללמוד למתן את עוצמתן הקיצונית וללמוד את המידה הנכונה. ארשכיגל לומדת לרכך את זעמה ונקמתה מתוך קבלת אמפתיה והתייחסות חומלת לצערה כשהיא יולדת מתוכה שלב התפתחותי חדש, ואיננה צריכה ללמוד לכבד את הכוחות הגדולים ממנה ושלא כל מאווייה הכוחניים מתקבלים, וגם עליה להתחבר אל החמלה האנושית לעצמה ולזולת. המיתוס של איננה הוא מיתוס יחידאי שבו על האישה לוותר על ההיבטים העוצמתיים-גבריים המתנשאים והכוחניים ולפתח ממדים נשיים ורכים של הנפש.

איננה אומנם לומדת לוותר על מלכות האגו השתלטן היהיר ולפגוש את הצער והכאב והזעם (שלה ושל אחותה) ואת החמלה שבאה מהמקום הכי אלמנטרי של הקיום, אולם היא עצמה לא נוהגת חמלה כלפי תמוז. את החמלה כלפיו מבטאת אחותו גשטיננה שמתנדבת להחליף אותו לסירוגין. טוטליות הנקמה של איננה בתמוז בעלה, כשהיא שולחת אותו לשאול במקומה, מתרככת על ידי גשטיננה.

## ההתפשטות מהבגדים של איננה היא הורדת הגנות, כניסה לאינטרוברסיה ודיכאון שבו האישה פוגשת את עולמה הפנימי, את החלומות ואת ההיבט האפל של הנפש הנשית, את הכוח של האלה הגדולה ואת צילה האפל והבהיר כאחד, ואת מותה שהוא מות האגו

איננה מוצגת כאישה אנוכית ואכזרית, שידעת לדאוג לעצמה גם על חשבון בעלה, ומקריבה את תמוז הצעיר, קל הדעת והנהנתן. למעשה היא משתמשת בגברים כמו גם בנשים לצרכיה. ברמת היחסים הזוגיים היא זועמת על התנכרותו לחייה הרגשיים ולסבלה. בהיותו בעלה הוא מסמל חלק צעיר ובלתי מפותח בתוכה שהוא נטול אחריות ומחויבות ליחסים. זה אותו חלק פוארי<sup>3</sup> חסר אחריות בתוכה שגרם לה לפגוע במאהביה ולרדת לשאול מבלי להתחשב באיסורים ובסכנות ומבלי להתחשב בארשכיגל אחותה. איננה תובעת מהיסוד הגברי הפוארי בבעלה, כמו מהפואלה הנשית בנפשה, להתבגר מכורח המפגש עם קיומו המחזורי של השאול בחיי האדם.

גשטיננה אחותו של תמוז, אלת הגפן, שהוא צמח שחי חצי שנה ומת-נובל בחצי השני, מסמלת את הנשיות החדשה, שיכולה לעבור את מהלך החיים המעגלי הנשי של ירידה לשאול ועלייה לארץ לסירוגין, כמו פרספונה, ולהפיק פריין ממעמקי הנפש. גשטיננה מסמלת את השילוב הנכון בין מחוזות המעמקים והאדמה, השאול והארץ. בהמשך גם איננה חומלת על בעלה ומבכה אותו וכך מאמצת כלפיו מהחמלה של יצוריו של אָנֶכִי. כך איננה הופכת מאישה יהירה לדמות מורכבת שחוזה את ההיבט

<sup>3</sup> הפואר מסמל את העלם המתבגר הנצחי שהוא חסר אחריות והפואלה היא גרסתו הנשית.



את עצמן, ובמיוחד בעולמנו ההישגי והתחרותי. אלא שפעמים רבות, מתוך דגש יתר על ההיבט הגברי, נדחק ההיבט הנשי בנפש האישה לשוליים, ואז היא מתעלמת מכחישה את ההיבטים הרגשיים והרכים, הסובלניים והאמפתיים שמאפיינים את ההיבט הנשי בנפשה. במצב זה היא עלולה לפתח תכונות שליטה ושתלטנות, כוח ויהירות, וכן היא עלולה לפתח סגנון של אמזונה לוחמנית או של איננה (נצר, 2019). במקרים שבהם מגמה זו מוקצנת, במיוחד כשנשים מקבלות את הרשות להיות בעמדות שליטה וכוח, הן עלולות לוותר לגמרי על הרחמים ואף להכחיד בנפשו את החמלה.

## על המטפל בתהליך הירידה לשאול והמוות של איננה להיפרד מהעמדה הגברית המפרשת-יועצת ולהתמסר לאמפתיה. לקבל שאינו יכול לעשות דבר אלא לאפשר לתהליך להתרחש

לפי יונג, במחצית השנייה של החיים האדם אמור לוותר על דגש היתר של ערכי האגו המצליחניים ועליו להתמסר לערכי העצמי של מימוש עצמיותו האמיתית שמעבר להישגי האגו בעולם (נצר, 2020). במיוחד נכון הדבר למי שפיתח את החלק המוחצן-הגברי של עשייה לעומת פיתוח הרגש שמאופיין בדרך כלל כממד נשי בנפש. אם אישה חייתה רוב חייה בעיקר את היבטיה הכוחניים, היא נדרשת באמצע החיים, כמו איננה, לוותר על ערכי האגו הגבריים המוקצנים ולשוב מחדש אל תכונות שהן בשורש המהות הנשית של נפשה. לעיתים התהליך מתרחש לאיטו ומעצמו כחלק מהמהלך ההתפתחותי הנכון שמתרחש בחצי השני של החיים. ולעיתים, כשהאדם לא מקשיב למסרים הנתבעים ממנו, גורלו מפיל אותו לשאול אשר בו יעבור את הטרנספורמציה מתוך סבל רב.

### דוגמה מהקליניקה

אישה בת חמישים וחמש, מצליחנית, בעלת קריירה, שפיתחה יכולות תפקוד גבוהות של תקיפות, שליטה, יכולות ניהול וארגון, שתלטנות וכוחנות, יחד עם גאונות, אגוצנטריות והיעדר אמפתיה כלפי עובדיה, נהיית חולה מאוד, ובחוליה איבדה את עמדתה בעבודה, ואינה שואבת עוד את כוחה מהישגיה בעולם. היא מרגישה חסרת ערך ומושפלת. היא מרגישה שהופשטו ממנה כל

## משמעות המיתוס של איננה לחיי אישה בת ימינו

מצבנו כיום שונה מאוד. רוב הנשים בינינו עדיין צריכות ללמוד להקשיב לרצונן, לשים את רצונן במקום ראשון ולגלות את עוצמתן. האנליטיקנית היונגיאנית מורין מרדוק אומרת שנשים רבות מזדהות עם ערכי הוויתור ומדחיקות את צורכי האגו של תחרות, כבוד, אמביציה, הישגיות ותוקפנות לוחמת, ערכים שקיומם משרת את המימוש העצמי ומאפיינים את שתי האחיות. צרכים אלה שאסורים על נשים רבות בתרבות הפטריארכלית נהיים הצל שלהן, כלומר, הם נחשבים לצרכים שליילים. כשהצל חבוי במעמקי הדחויים בשאול הוא מחבל בנשמתן. קבלת תכונות הצל והרשות לחיות באמצעותו תאפשר לנשים אלה לממש את עצמן, כך שאישה של היום תוכל לראות את המסע של איננה לשאול הנשי כהזדמנות להכיר קודם כול את כוחה שלה מבעד הצל של שתי האלות החזקות האלה (Murdock, 1990).

## פעמים רבות הרגשות הכאובים הם אלה שמוסותרים מאחורי הזעם, והקבלה שלהם מאפשרת שינוי פנימי

האנליטיקנית היונגיאנית ברברה סטיבנס סאליבן ראתה כאן מיתוס נשי של חמלה אמפתית המביאה מרפא, של אמונה בתחייה מחדש מתוך קבלת הדיכאון והסבל הגליטימי של החיים, כשמאפשרים אותו כהליך טבעי, מבלי להילחם בו מתוך אידאה גברית של עשייה, התגברות ולחימה בו. התרבות החילונית והגברית שלנו לא מכבדת את הסבל והחשכה ולא מעניקה לה אמצעי הכלה. על המטפל בתהליך הירידה לשאול והמוות של איננה להיפרד מהעמדה הגברית המפרשת-יועצת ולהתמסר לאמפתיה. לקבל שאינו יכול לעשות דבר אלא לאפשר לתהליך להתרחש. זו עמדה נשית של היות עם, של הכלה סבלנית. להיות באמפתיה ומעורבות יחד עם המטופל, לתת לעצמו ללכת לאיבוד, ולא מתוך עמדה אפולונית פסטורלית מרוחקת, ולכבד את ממלכת השאול והחושך (Stevens Sullivan, 1989). המטפל, כמו יצורי אָנְכִי הזעירים, יכול רק להדהד בחמלה את הסבל של המטופל.

יונג (1916/1975) טען שכל אישה צריכה לפתח את היסוד הגברי בנפשה (האנימוס), כפי שכל גבר צריך לפתח את היסוד הנשי (אנימה) בתוכו. ואומנם במסע של ראשית החיים, נשים, כמו גברים, אמורות לחזק את כוחן האקטיבי-גברי כדי לממש

היצורים של אָנְכִי, מהדהדת לה אמפתיה וחמלה לסבלה: "היו לצערך, היו לסבלך".

זה מביא את המטופלת לאבל ולחמלה על עצמה ועל האחרים. כמו איננה שעוברת תהליך של מוות ותחייה, לאט לאט, משהו בנפשה מתרכך ומאפשר להיבטים הנשיים האמפטיים המודחקים להתגלות ולהיוולד מחדש. היא בודקת את הקשר בין מחלתה לבין עמדת האגו השגויה שלה. היא מבינה שמהו בנפשה התקומם בתוכה על האופן שבו חיה והכריח אותה לעצור ולהפוך את חייה. השינוי הפנימי המתרחש לאיטו מאפשר לה לצאת מהדיכאון ולהיות מעתה צנועה יותר, רכה יותר ומיטיבה לעצמה ולזולת.

בתקופה זו היא חלמה: אני רואה שכל השכבה החיצונית של גופי קשה כמו קליפת עץ. פתאום אני נסדקת ובהדרגה הקליפה מתפרקת ממני ומתוך הסדקים המקולפים בוקעים קילוחי מים חיים. מתחת לקליפה שהתפרקה מתגלה מעין שכבת מעטפת רכה ומעודנת. אני חוששת מהפגיעות של המעטפת החדשה, ואז אישה אומרת לי בחלום שהזמן יעשה את שלו והמעטפת הזו תתחזק ותגן עליי.

בעבודה טיפולית של דמיון פעיל, היא רואה עצמה עולה על גבעה, נשכבת על גבה, פורשת ידיה לצדדים, מרפה את גופה, מתמסרת לגמרי למגע גופה באדמה שכמו אוחזת בה ומערסלת אותה, מתמסרת לשכיבה פתוחה למרחבי השמיים והיקום, כאילו מוותרת על כל מה שהייתה עד כה ועל המחיצות בינה לבין היקום כדי להיפתח למשהו חדש מהיקום, ואז היא רואה וחשה מעין מטר של זהרורים שקופים שיורדים בשלווה ובעדינות רכה מהשמיים כמו טל שנושר על הגבעה כולה ועליה, כמו מתת נדיבה של חסד אלוהי.

אז סיפרה לה המטפלת את הסיפור על איננה, והאישה הגיבה: הטל המבורך הזה שנשר אליי מהשמיים הוא טיפות של החמלה הזאת. הייתי צריכה כמעט למות כדי שזה יקרה.



יצירה של מטופלת: המעבר דרך השאול

מחלצות המעמד הכלכלי, המקצועי והחברתי, מחלצות הפרסונה שלה, והיא כעפר ואפר, אולי אף על סף המוות, כשכל מה שאפיין את חייה הקודמים חדל להתקיים, כלומר מת במובן סמלי. עמדת התודעה שקיימה אותה עד כה מתה. במצבה הנוכחי היא בשאול הסבל של המחלה ושל אובדן הביטחון במה שנאחזה בו עד כה, דהיינו תפקודי האגו השולט בעצמו ובזולת.

כשהיא בשאול הסבל, בדיכאון, בחוסר אונים ובחולשה, ללא יכולת להשפיע על גורלה, היא נאלצת להכיר בכך שככל אדם היא מועדת לפורענות, והיא כחרס הנשבר, שמנגנוני ההגנה, העמדות, הדעות והאמונות של כל חייה הבוגרים קרסו והיא חסרת כלים להתמודד עם מצבה. אז היא מגיעה לטיפול. המטפלת, כמו

## מקורות

1. יונג, ק"ג (1975). האני והלא מודע. (תרגום: ח' איזק). הוצאת דביר. (פורסם במקור בשנת 1916).
2. נצר, ר' (2004). מסע אל העצמי: אלכימיית הנפש - סמלים ומיתוסים. הוצאת מודן.
3. נצר, ר' (2011). מסע הגיבור. הוצאת מודן.
4. נצר, ר' (2019). מסע הגיבורה - מסע האישה אל עצמיתה. הוצאת מודן.
5. נצר, ר' (2020). הגיבור במחצית השנייה של החיים - אינדיבידואציה בגיל השני והשלישי. אתר פסיכולוגיה עברית. <https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=4072>
6. Murdock, M. (1990). The Heroine Journey. Shambala.
7. Perera, S. B. (1981). Descent to the Goddess: A way of initiation for women. Inner city Books.
8. Stevens Sullivan, B. (1989). Psychotherapy grounded in the feminine principle. Chiron Publications.

<sup>4</sup>תהליך שעובר איוון איליץ' לפני מותו בנובלה של טולסטוי.



# כותבת, קוראת וגיבורה ספרותית

## קולאז' של נשים מתות/חיות בסרט "השעות"

דנה אמיר

אם דרך מותן הממשי (וירג'יניה וולף), אם דרך משאלות המוות שלהן (לורה בראון) ואם דרך המפגש הקרוב עם מותו של אחר (קלריסה ווהן).

אך ישנן גם נקודות השקה מינוריות יותר. למשל, כל שלוש הדמויות מופתעות מביקור לא צפוי במשך היום המתואר בסרט: את קלריסה מפתיע לואיס, אהובו לשעבר של ריצ'רד המקדים לבוא למסיבה; את וירג'יניה מפתיעה אחותה המקדימה בשעתיים כשהיא באה לבקרה; ואילו את לורה מפתיעה קיטי הבאה לספר לה שהיא עומדת להתאשפז בבית החולים. ההפרעות האלה אינן מקריות. הן שוברות את רצף השגרה המוכנית, הצפויה מראש, ודרך השבירה הזאת מאפשרות לדמויות השונות להתבונן בעצמן. כך מתבוננת קלריסה בעצמה דרך עיניו של לואיס, לורה מתבוננת בעצמה דרך עיניה של קיטי, ווירג'יניה וולף מתבוננת בעצמה דרך דמותה של אחותה.

באופן דומה, כל שלוש הדמויות גם נושקות באופן לא צפוי לדמות נשית אחרת במהלך הסרט: לורה נושקת לקיטי, וירג'יניה נושקת לאחותה, קלריסה נושקת לסאלי. בכל המקרים האלה הנשיקה היא מעין הפרה של השקט, טוויסט ארוטי מפתיע, חתרני, רגע של חריגה של כל אחת מן הדמויות מן הכלא שבו היא לכודה.

הכלא הזה איננו רק הכלא החברתי-תרבותי. על פניו, קשה להשוות בין קלריסה ווהן, המנהלת אורח חיים חופשי כעורכת עיתון, לסבית החיה בניו יורק של 2001 עם בת זוגה ומגדלת את בתה כאם חד-הורית, ללורה בראון, הכלואה בתוך תפקידי האם והרעה של שנות החמישים, שאיננה מוצאת את עצמה בתוכם ושאינם נדברים עם תשוקותיה האמיתיות. אף על פי כן, שתיהן כלואות. אף אחת מן הנשים בתוך הקולאז' המורכב הזה איננה חופשייה, אך מקור תחושת הכלא איננה בסביבה החיצונית אלא בנוכחותו המצמית של אובייקט פנימי, אובייקט מוות, המתפקד

הסרט "השעות", שיצא לאקרנים בשנת 2002 בבימויו של סטיבן דלדרי (Stephen Daldry), הוא עיבוד קולנועי לספר בשם זה של מייקל קנינגהם שגם זכה עליו בפרס פוליצר. אך "השעות" איננו רק שם ספרו של קנינגהם אלא גם השם המקורי שנתנה וירג'יניה וולף (2008) לספרה "גברת דאלוויי", ספר שסרטו של דלדרי וספרו של קנינגהם מתכתבים עימו.

עלילת הסרט מדלגת על פני שלוש תקופות ועוסקת בשלוש נשים: וירג'יניה וולף, שאותה אנחנו פוגשים בשנת 1923 בעיצומה של כתיבת הספר "גברת דאלוויי"; לורה בראון, שאנו פוגשים בשנת 1951 בעיצומה של קריאת הספר "גברת דאלוויי"; וקלריסה ווהן, שאנו פוגשים בניו יורק של 2001, והמכונה לאורך הסרט בשם החיבה "גברת דאלוויי". כך שהסרט יוצר קולאז' של כותבת, קוראת וגיבורה ספרותית: וירג'יניה וולף היא הכותבת של הסיפור, לורה בראון היא הקוראת שלו וקלריסה ווהן היא גברת דאלוויי עצמה.

כך, למשל, בתוך האקספוזיציה של שלוש הדמויות הללו, באחת התמונות הראשונות של הסרט אנחנו צופים בוירג'יניה וולף כותבת את המשפט "גברת דאלוויי אמרה שתקנה את הפרחים בעצמה" באותו רגע שבו לורה בראון קוראת את המשפט הזה בספר "גברת דאלוויי" וקלריסה ווהן אומרת לסאלי, בת הזוג שלה, את המילים "אני חושבת שאקנה את הפרחים בעצמי".

היופי והמורכבות הגדולה של הסרט הזה קשורים באופן שבו שלוש הדמויות הללו נרקמות זו לתוך זו מצד אחד, אך גם נבדלות זו מזו, או מהוות אלטרנטיבה זו ביחס לזו, מן הצד האחר. ישנן נקודות השקה רבות של שלוש הדמויות לאורך הסרט: שלושתן חיות חיים רגשיים שאינם מלאים, שלושתן, בדומה לגברת דאלוויי המקורית בספרה של וירג'יניה וולף, עסוקות בהכנות לקראת מסיבה או אירוע משפחתי, ושלושתן מתנסות במפגש עם המוות,

**פרופ' דנה אמיר** היא פסיכולוגית קלינית, פסיכואנליטיקאית מנחה בחברה הפסיכואנליטית בישראל, סגנית מנהל מחקר וראש מסלול הדוקטורט הבין-תחומי בפסיכואנליזה באוניברסיטת חיפה, משוררת וחוקרת ספרות. עורכת ראשית של "מארג" - כתב עת לפסיכואנליזה" מטעם מרכז פרויד, האוניברסיטה העברית. הוציאה לאור שישה ספרי שירה, שני ממוארים וארבעה ספרי עיון: "על הליריות של הנפש" (מאנגנס, 2008; ראוטלדג', 2016), "תהום שפה" (מאנגנס, 2013; קרנק, 2014), "להעיד על העדים" (מאנגנס, 2018; ראוטלדג', 2018), "ידידי מסך" (רסלינג, 2020). זכתה בפרסים רבים, בהם חמישה פרסים בינלאומיים על כתיבתה הפסיכואנליטית.

<sup>1</sup>הרומן Mrs Dalloway מאת וירג'יניה וולף פורסם ב-1925 ומתאר יום בחייה של קלריסה דאלוויי לאחר מלחמת העולם הראשונה. הוא מורכב משני סיפורים קצרים, ובעצם מתאר את הכנותיה של קלריסה למסיבה שבה היא המארחת, תוך שהוא מטייל, בדומה לסרט, קדימה ואחורה בזמן, בתוך ומחוץ לזרם התודעה של הדמויות. גם ברומן המקורי של וירג'יניה וולף ישנו בחור שמתאבד, אבל שם הוא גיבור מלחמה פוסט-טראומטי ולא משורר. מה שמעניין הוא שבהיפוך מסוים - בעוד שבסרט "השעות" קלריסה נשואה לסאלי ומאוהבת בריצ'רד - ב"גברת דאלוויי" המקורי קלריסה נשואה לריצ'רד ומאוהבת בסאלי. כך שדמותה המודרנית של גברת דאלוויי, קלריסה ווהן, היא למעשה תמונת ראי של מרת דאלוויי המקורית בספר של וירג'יניה וולף.

כדרך התקשרות. למעשה ישנה הזדהות עם החור במקום עם האובייקט, או נכון יותר: יש הפנמה של החור במקום הפנמה של האובייקט. עם הזמן מתפתחת גם עוררות מינית ורגשית סביב חווית החור, כלומר משיכה ארוטית לחוויות של חור ושל היעדר. מאחורי האבל על האם הנעדרת, כותב גרין, מסתתרת תשוקה טורפת ומטורפת אליה, תשוקה שאיננה מניחה לילד להתאבל אלא ממקמת אותו במצב של שימור כפייתי שלה. הילד מכלה אפוא את ימיו בהזנת המת שבחובו. הוא מחזיק את האם המתה כאסירה, כבת ערובה, כרכושו שלו.

## ילדה של האם המתה עסוק בניסיון כפייתי להפיח באם רוח חיים ולהשיבה אליו ואל עצמה... כל חייו הוא מנסה לתקן את האם ודרכה לתקן גם את עצמו

יחסיה של לורה בראון עם ריצ'רד, בנה, הם בבואה עגומה של סינדרום האם המתה שגרין מדבר עליו. לאורך כל החלק המוקדם להם בתוך הקולאז' הכללי המשותף צופה הילד באימו גוועת במסווה של עשיית הפעולות הטריטוריאליזם ביותר. היא אופה עוגה לכבוד יום ההולדת של בעלה, יוצאת לסידורים, מארחת את השכנה, וכל אותה עת היא למעשה גוססת באופן שאיננו נראה אלא לעיניו של הילד הזה. הוא הנמען היחיד, הבודד, של גוועתה בעודה בחיים. זו הסיבה שבשלה הוא עסוק בה כל הזמן: איננו אוכל עד שהיא לא מתעוררת, איננו מזיז ממנה את מבטו, מכלה את כוחותיו בניסיון לפענח את הטקסט הפנימי שלה, את השורה החבויה מאחורי השורה הנאמרת. זו גם הסיבה שבגללה הוא בוכה כל כך ברגע הטריטוריאליזם לכאורה שבו היא משאירה אותו למשמרת אצל השכנה ונוסעת. הוא יודע את מה שאיש אינו יודע מלבדו: הוא יודע שהיא נוסעת אל מותה, שלמעשה כבר מתה, שגם אם תשוב אליו - השיבה הזו לא תהיה אלא שיבה זמנית עד למיתה הבאה. בהקבלה מצמררת הוא בונה בית מקוביות והורס אותו באותם רגעים עצמם שבהם היא שוכרת חדר במלון ושוקלת לסיים את חייה בו. כמוה, הוא תלוי על בלימה בין חייה ומותה, בלימה ההופכת עם השנים, ובעקבות עזיבתה הקונקרטיית אותו, להיות הבלימה שבין חייו ומותו שלו. ריצ'רד הופך עם השנים להיות סופר ומשורר, והסרט פותח למעשה במסיבה שקלריסה ווהן, חברתו הטובה ואהובתו בעבר, עורכת לכבוד זכייתו בפרס ספרותי נחשב. אך חרף ההכרה הספרותית שזכה לה, הכתיבה שלו אכן איננה כתיבה יצירתית. זהו אותו "עיסוק כפייתי עד כלות", שגרין מדבר עליו, עיסוק שאיננו

כסוהר שאיננו משחרר אותן לחיות. האובייקט הפנימי הזה הוא אובייקט כפול, שכן כפי שהולך ומתברר ככל שמתפתחת עלילת הסרט, המוות איננו רק הסוהר, אלא גם היסוד הטומן בתוכו את הפוטנציאל לשחרור.

במובן זה הרגע שבו וירג'יניה וולף אומרת לעצמה "זה אפשרי למות", הינו הרגע שבו היא מבינה משהו הנכון ביחס לכל הדמויות האחרות לא פחות מאשר ביחס אליה עצמה: במקום שבו לא אפשרי לחיות - הברירה היחידה היא המוות, והחופש היחיד הוא החופש לנוע לעברו.

על מנת להבין את התפקיד הכפול הזה של המוות, או את יחס הכפול של הדמויות בסרט למוות, אתמקד בדמותה של לורה בראון, המשמשת במובנים רבים כנקודה הארכימדית של העלילה כולה.

אפשר לראות בלורה גרסה מסוימת של מושג "האם המתה" של הפסיכואנליטיקאי הצרפתי אנדרה גרין. רעיון "האם המתה" של גרין (1980/2007) אינו עוסק במותה הממשי של אם או בהשלכותיו של המוות הממשי הזה על נפשו של הילד, אלא במצב שבו ישנה אם חיה הנשאבת לתוך דיכאון ויוצרת בתוך נפש הילד שלה ייצוג של אובייקט דיכאוני. הכוונה לאובייקט שהיה בעבר מקור של חיות אך הפך לדמות מרוחקת, אטומה, קפואה. לאם הנותנת חיה אך נתפסת כמתה. הילד, לכאורה, לא איבד דבר. האם כביכול נוכחת. היא בבית. אך הבית אינו בית בעבורה, ואין הוא בית עבור ילדה.

קשה מאוד לשחזר את האירוע שגרם לדיכאון האימהי שגרין מדבר עליו, ומשום כך בדיוק השינוי באם נחוה על ידי הילד כאסון: זהו אסון לא רק משום שאהבתה של האם נסוגה מן הרגע הזה ואילך, ולא רק משום שהאם עצמה נסוגה לתוך עצמה, אלא גם משום שהנסיגות הללו מתרחשות ללא כל סימן מקדים. במובן זה גורר אובדן האהבה גם אובדן משמעות: לילד לא ניתן כל הסבר שמאפשר לו להבין את שהתרחש, וההתרחשות הקטסטרופלית הזו נחוית על ידו כשרירותית.

מאחר שהשרירותיות היא בלתי נסבלת, ומאחר שהילד מטבע הדברים רואה את עצמו כמרכז העולם האימהי, הוא מפרש את הנסיגה שלה כקשורה בו. ילדה של האם המתה עסוק אפוא בניסיון כפייתי להפיח באם רוח חיים ולהשיבה אליו ואל עצמה. הוא לפות בכורח הזה. כל חייו הוא מנסה לתקן את האם ודרכה לתקן גם את עצמו. אך ניסיונות התיקון האלה אינם מזמנים יצירות רגשיות אותנטיות כי אם יצירות כפויה וחסרת מנוח. לא מדובר במאבק על חיות אלא ב"עיסוק יתר עד כלות" המכסה למעשה על ריק אימנטי. מדובר בילד הנתון במצב מתמשך של נוכחות אובייקט השואב לתוך עולם של מוות וחידלון. בסופו של דבר נוצרת הזדהות לא מודעת של הילד עם האם המתה כך שבמקום השקעה באובייקט חי נוצרת השקעה באובייקט מת



וממיתה אותם. למעשה הופך הוא עצמו לחור השחור השואב לתוכו את אלה שאוהבים אותו. בדומה לוויגר'ניה וולף הכותבת לנארד במכתב ההתאבדות שלה שהיא יודעת שאחרי מותה יוכל סוף סוף לחיות, גם ריצ'רד יודע שמהו בהווה שלו גוזל מן האחרים סביבו את הזכות להווה משל עצמו. לואיס, בן זוגו לשעבר, אכן מספר לקלריסה שביום שנפרד מריצ'רד החל להרגיש חי, וגם ריצ'רד עצמו מתריס בפני קלריסה שביום שבו לא יהיה יותר בעולם והיא לא תצטרך לטפל בו יהיה עליה לחיות.

אך לעוצמת הבליעה של ריצ'רד את אימו המתה ישנה משמעות נוספת. המשמעות הזו קשורה באשמה שלו על היותו מי שבחוויה שלו היה זה שהמית אותה: מאחר שלידתו הפכה אותה לאם שלא רצתה להיות, הפכה הלידה הזו לרגע מותה. במובן זה אפשר להבין את הרגע הנורא שבו הוא מתאבד לעיניה של קלריסה, שעות ספורות לפני קבלת הפרס, לא רק כרגע של איחוד עם אימו המתה, כפי שניתן היה לשער (המצלמה חולפת על פני תמונתה רגע לפני שהיא מלווה אותו שומט את עצמו מבעד לחלון), אלא גם כרגע הכפרה שלו על חטא הולדתו שגזל מאימו את חייה. כנגד הגזילה ההיא של חייה של אימו הוא משיב במעשה ההתאבדות שלו לקלריסה את חייה.

לכל אחת מן הדמויות בסרט הזה יש אפוא אובייקט מת שהיא נוהה אחריו: לריצ'רד יש אם שהפכה עם השנים למחלה שלו; לנארד יש אישה שהדיכאון האובדני שלה אינו מניח לו לחיות את החיים השלווים שהוא מבקש; וגם ללורה בראון יש אובייקט מת בתוכה שלא ברורה זהותו אך היא נמשכת אליו והוא מושא התשוקה שלה. זה מתברר לנו דווקא במפגש השולי לכאורה בין לורה לקיטי, שכנתה. קיטי מוצגת ונתפסת במפגש הזה כדמות שטוחה וקרטונית לגמרי עד אותו רגע שבו היא רומזת ללורה על האפשרות של מותה (מספרת לה על גידול שהתגלה ברחמה). או אז היא הופכת באחת להיות בעיני לורה דמות מושכת, מעוררת כמיהה, ארוטית. במילים אחרות, רק מאותו רגע שבו היא חושפת לעיני לורה את ממד המוות שבה, קיטי הופכת בעיניה לאובייקט חי.

יחסן הכפול של הדמויות השונות למוות קשור בכך שהמוות אינו נתפס בעיניהן כמה ששולל את החיים אלא כאפשרות היחידה לבחור בחיים. ההיפוך של החיים אינו המוות בסרט הזה, אלא דווקא אותה "הישארות בחיים" המאפיינת את כל שלוש הדמויות, הישארות בחיים ללא רצון אמיתי לחיות, ללא תשוקה, ללא כוונה.

אחד הרגעים המעניינים ביותר בסרט, בהקשר זה, הוא הרגע שבו אומרת וירג'ניה וולף: "נותר רק לקבוע את גורלה של מרת דאלוויי". קלריסה, היא גברת דאלוויי, היא הדמות היחידה שמקבלת בתוך העלילה הזו הזדמנות למצוא פתרון פחות הרסני וסופני מן הדמויות האחרות (לורה בראון קמה ועוזבת את משפחתה, וירג'ניה וולף נוטלת את חייה במו ידיה), פתרון שהוא בתוך החיים ולא מחוץ לחיים. העובדה שקלריסה זוכה בהזדמנות

מצליח להחיות או ליצור מחדש דבר. מוכרת הפרחים אומרת זאת לקלריסה כשהיא באה לקנות פרחים בבוקר המסיבה ומספרת לה על הפרס שריצ'רד זכה בו. גם כשלואיס מספר לקלריסה על החוויה של קריאת הרומן של ריצ'רד הוא אומר דברים דומים: "זה נמשך לנצח ושום דבר לא קורה, חמישים וחמישה עמודים על האם לקנות לק ליצורניים ובסוף היא לא קונה, ואז, כאילו משום מקום, היא מתאבדת". מה שלואיס אומר לקלריסה ברגע הזה איננו נוגע רק לאופי הכפיייתי, החזרתי, של הכתיבה של ריצ'רד, אלא נוגע בלב החוויה של ריצ'רד כילד לאם מתה: אין לו שום דרך לחבר את אינספור העיסוקים הזעירים, השוליים לכאורה, שהוא צפה בה עוסקת בהם ל"משום מקום" הזה שמתוכו היא נעלמת בוקר אחד מחייו, ללא התראה וללא הסבר.

כילד שגדל בתוך טקסט קטוע ושרירותי עושה ריצ'רד ניסיונות נואשים לחבר, באמצעות העלילות שהוא רוקם כמבוגר, את הרציפות האבודה ההיא ולנסוך משמעות במה שנחווה כחסר מובן. כל זאת, רק על מנת לשוב ולגלות שהוא איננו מבין דבר. הכתיבה שלו איננה מצליחה לחרוג מן השרירותיות שלה עצמה, ובמובן זה אכן איננה מצליחה להיות אקט של חיים אלא נותרת בבחינת אקט פסאודו-יצירתי בשירות המוות, אקט אובססיבי, פטישיסטי, חסר מוצא. גם ריצ'רד עצמו מודע לכך. ביום שבו הוא מתאבד הוא אומר לקלריסה שהוא יודע שקיבל את הפרס לא על יצירתו הספרותית אלא בשל העובדה שהוא נוטה למות (הוא נמצא בשלבים הסופניים של מחלת האיידס).

ריצ'רד, כמו הדמויות הנשיות בסרט, גולה מעצמו. הוא מוצב בתוך "תמונת האושר" של קלריסה ווהן ממש כשם שלורה בראון מוצבת בתוך תמונת האושר של בעלה, וממש כשם שוויגר'ניה וולף מוצבת בתוך תמונת החיים השלווים שמייצר עבורה לנארד, בעלה. רגע לפני התאבדותו אומר ריצ'רד לקלריסה "נשארתי בחיים למענך", והיא עונה לו "טוב, זה מה שאנשים עושים, נשארים בחיים אחד למען השני".

זה אכן מה שהיא עצמה עושה: חיה חיים נטולי אהבה, משועבדת לדמותו של ריצ'רד שהוא במובן מסוים האם המתה שלה, כלומר הדמות שתופסת אצלה את כל החלל הפנימי, שאינה מניחה לה לאהוב ואינה מניחה לה להיפרד, ששואבת אותה לתוכה שוב ושוב. כשם שריצ'רד הילד חי למען אימו כך קלריסה חיה דרכו ולמענו. "רק לידו אני מרגישה חיה", היא אומרת לבתה, אך למעשה ברור לצופים וברור לה שריצ'רד הוא מה שניצב בינה לבין החיים, חוצץ בנוכחותו הדומיננטית בינה לבין בת הזוג שלה ולא פחות מכך בינה לבין ילדתה.

גרין טוען שילדה של האם המתה בולע לתוכו את המוות כאובייקט שהוא משועבד לו, ומאותו רגע והלאה מזין אותו בתוכו כל חייו. אחת העדיויות להתנגלות האם המתה הזו בריצ'רד המבוגר היא האופן שבו הוא משעבד את האחרים סביבו בצורה החונקת

מדמעות, היא משכנעת יותר ממכת אגרוף, היא פוצעת, מרדימה, מהממת... היא ניחנה בכל הכוחות. בתנועה הזאת, הנושאת אותה מהשליטה, מהקסם, אל תודעת ריקותה המהותית, היא תתנווד בין ניצחון מאני לבין מלנכוליה. אך המלנכוליה חושפת את טבעה, בעוד המאניה אינה חושפת אלא את מאמציה" (פונטאליס, 1980, עמ' 126).

ובהמשך הוא כותב: "השפה היא בה בעת אָבֵל שמתממש ואָבֵל שאינו נגמר. מה אומר ה'אין מה לומר' אם לא סירובה מוכה ההלם, העקשן, של אותה עבודת אבל ש'האובייקט האבוד', 'הדבר ללא שם', 'האמת מחוסרת המשפט', מסגירים אותנו לידיה?" (פונטאליס, 1980, עמ' 126).

מלאכת כינון השפה דומה למלאכת עיבוד האובדן מפני שיש בה לא רק היצמדות אל האובייקט, אלא גם איזה ניסיון להרפות ממנו, ומתוך ההרפיה הזאת ליצור אותו מתוכה מחדש. אם הנפרדות נחוות כבלתי נסבלת, גם השפה, או עצם כינון השפה, נחוות כבלתי נסבלים. לא רק מפני שהנפש אינה יכולה להרפות מן האשליה האומניפוטנטית, הסימביוטית, של החיבור המוחלט לאובייקט, אשליה שמייטרת את הדיבור ככלל, אלא גם מפני שהדיבור דורש לא רק את ההיצמדות לאובייקט אלא גם את היכולת לחרוג ממנו ולהרפות ממנו, לשחררו מעולם העצמים או מעולם רשמי החושים הקונקרטיים, אל עולם המסמנים החורג ממנו ומצוי מעבר לו. במובן הזה כל פעולה של דיבור היא מצד אחד פעולה של חיבור לאובייקט, ומצד שני פעולה של היפרדות ממנו.

"על ידי איבוד אמא ועל ידי הישענותי על השלילה, אני משיג אותה בשנית בדמות סימן, דימוי, מילה", כותבת ז'וליה קריסטבה (1987/2006, עמ' 59). בספרה "מחלות הנפש החדשות" (Kristeva, 1995) היא מתארת פציינט שמשתמש בשפה כשריון המגן עליו מפני נוכחותה ומפני התערבויותיה. כילד שאימו לא ראתה אותו הוא ממשיך לא לראות אותה. הוא קורא לאימו "האם" ולא "אמא שלי" כדי להימנע ממגע עם האינטימיות המודחקת שלו עם אותה אם (Kristeva, 1995, p. 11). הוא משמר את השיח שלו אבסטרקטי ואת העצמי שלו מבודד לגמרי בדרך זו. כך הוא יוצר שיח מלאכותי המבוסס על חוקי הלוגיקה והתחביר אך אינו נשען על רגשות ודחפים. כתוצאה מכך נותר פיצול בין הפונקציה הסימבולית שלו לבין האזורים הכמוסים של דחפיו הלא מדוברים (p. 14). הפיצול הזה חושף אותו לסימפטומים גופניים. הניכור או הניתוק מן הגוף יצר טוטאליות שלא הייתה חסרה דבר ולכן לא נזקקה לאיש, טוטאליות שהחליפה למעשה את מקומה של הזהות.

גם עבור ריצ'רד, כמו עבור המטופל הזה, משמשת השפה כחוצץ בינו לבין עצמו במקום כנתיב אל עצמו. זוהי שפה בעלת איכות מאנית, בלשונו של פונטאליס, שפה שהאפיון היסודי ביותר שלה

לפתרון פחות טרגי ניתנת להבנה גם במושגים של תפקידה בתוך הטקסט: היא, כאמור, גיבורת הסיפור. בהיותה יציר דמיונה של הכותבת ופרי פרשנותה של הקוראת, סיכויי ההשתנות שלה הם הגדולים ביותר. החירות שהיא זוכה לה איננה קשורה אפוא רק בכך שהיא חיה בזמנים אחרים ובסביבה תרבותית אחרת. היא קשורה בכך שכגיבורת הסיפור יש לה חירות גדולה מזו הניתנת לכותבת הסיפור ולקוראת שלו. שכן בשונה מן הכותבת והקוראת, שהן דמויות ממשיות בעולם, גיבורת הסיפור היא דמות בדיונית, ושמורה לה, משום כך, החירות השמורה לדמויות בדיוניות בלבד: זוהי החירות לחולל נקודת תפנית, לשוב לאחור, להפוך את עצמה לבעלים של הסיפור שעד כה חוותה כמוכתב לה מבחוץ.

החירות הזאת דומה במובן מסוים לחירות המוענקת בתוך התהליך הטיפולי: זוהי החירות לקחת את הסיפור שעד כה חוויו את עצמו כקורבנותיו הגרנדיוזיים וחסרי האונים ולהופכו לשייך לנו, למבטא אותנו, או במילותיה של וירג'יניה וולף, לכזה המגדיר באמצעות ההתרששויות בתוכו את גבולות אנושיותנו.

## בסופו של דבר נוצרת הזדהות לא מודעת של הילד עם האם המתה כך שבמקום השקעה באובייקט חי נוצרת השקעה באובייקט מת כדרך התקשרות. למעשה ישנה הזדהות עם החור במקום עם האובייקט, או נכון יותר: יש הפנמה של החור במקום הפנמה של האובייקט

היכולת לכונן שפה המספרת סיפור היא בראש וראשונה הישג דפרסיבי. הישג הכרוך הן בוויטור על מה שאין לאומרו, או על מה שמעצם הגדרתו אינו יכול להיאמר, והן בוויטור על הסימביוזה עם האחר ובהכרה בו כסובייקט מובחן ונפרד. למעשה ניתן לומר כי היכולת לכונן נפרדות מן האובייקט היא בעת ובעונה אחת המוטיבציה המרכזית לדיבור וגם התנאי ליצירת שפה (אמיר, 2013).

פונטאליס, מההוגים החשובים שנגעו בחיבור בין שפה לבין מלנכוליה, כותב: "השפה איננה אחיזה. היא איננה תופסת מאום ממהותו של המציאות, אפילו לא את הדגימה הזעירה ביותר. אך היא גם איננה ויתור; היא איננה מסכימה להודות: 'זה איננו בשבילי'. מעצם טבעה, היא הולכת לקראת מה שהיא איננה. מאחר שנולדה מן האובדן ואין לה כלום משלה, תיאבונה עצום! כדי לחיות היא יכולה, היא חייבת, לבלוע את הכל, עד הגוף ויותר ממנו: היא מפתה יותר מאיבר מין, היא מרגשת יותר



באובייקט ארכאי הנותר כך, בעבורו ובעבור כולם, חידה וסוד" (קריסטבה, 2006, עמ' 59).

הסירוב למלנכוליה של השפה אכן הופך את השפה של ריצ'רד לכזו שאינה מתעמתת עם הוויתור שלה. כזו שהחיבורים שהיא יוצרת אינם עוברים התפתחות או אֶבֶל אלא נעים בין האפשרות לברוא את העולם לבין האפשרות להשיבו לתווה ובוהו הבראשית.

גרין טען כי האם המתה היא דרך ללא מוצא משום שאי אפשר לחבור אליה. אין לה סיפור, והיא אינה מאפשרת סיפור. אי היכולת של ריצ'רד לכונן שפה שתספר את סיפורו אכן הופכת את חיי היצירה שלו, כמו את חיי הרגשיים, לדרך שהמוצא היחיד ממנה הוא המוות. מאחר שאינו יכול לשחרר את האובייקט האימהי האבוד, הוא איננו יכול לכתוב עליו, ומאחר שאינו יכול לכתוב עליו הוא נותר לכוד בתוך טריטוריה של פסאודו־שפה: טריטוריה שבתוכה המילים אינן משמשות כנתיב אל הגרעין הפנימי החי אלא חוסמות את הדרך אליו תוך שהן מציבות את האובייקט המת, החסום, כתחליף לגרעין הזה.

המוצא היחיד הוא אפוא המוצא הקשור במאבק על הסיפור. זה המוצא שזוכה בו קלריסה במערכה האחרונה של הסרט הזה, בשם או בעבור כל הדמויות האחרות. היא זוכה עם מותו של ריצ'רד לא רק ברשות "לחיות", כפי שחזה ריצ'רד עצמו, אלא גם ברשות לחשוב את עצמה ואת חייה. לעומת האיכות המאנית הריקה המאפיינת את דמותה לאורך המערכות הקודמות, דווקא האיכות המלנכולית שהיא זוכה בה לקראת סוף הסרט מאפשרת לה שפה שיוצרת מגע ממשי עם אמת, הן בתוך יחסיה עם עצמה והן בתוך יחסיה עם בת הזוג שלה ועם בתה.

המגע הזה הופך אותה מאישה החיה במפוצל "שני חיים" - כפי שאומרת אחותה של וירג'יניה וולף על וירג'יניה וולף במקום אחר בסרט - לאישה שאיננה זקוקה עוד לפיצול כהגנה. אישה שהחיים שהיא חיה יכולים להכיל בזמנית את ממד הגבול ואת ממד האופק, את הוויתור יחד עם התנועה הנפשית העשירה המכוננת מתוכו.

הוא המאמץ לאחוז באובייקט ולהיאחז בו, למעשה כהגנה מפני האֶבֶל "הלא נגמר" עליו.

הדיון במתקפות על כינון שפה אינו יכול שלא לעבור דרך השאלה על אודות "שפת האם" ומשמעותה כתשתית לכינונה של שפה: האם שפת האם, או שפתה הרגשית של האם, היא שפה שמאפשרת "לדעת" את הפנים הלא נסבל, או רודפת אותו ומתנכרת לו? האם מקבלת האם בברכה את מבטו של התינוק החוקר אותה או הודפת אותו ומתקיפה אותו, מסרבת למבטו ובמובן זה מסיטה אותו גם מן הפנים שלה (אמיר, 2013)?

## אחת העדויות להתגלגלות האם המתה הזו בריצ'רד המבוגר היא האופן שבו הוא משעבד את האחרים סביבו בצורה החונקת וממיתה אותם

לורה בראון אינה יכולה לשאת את מבטו של ריצ'רד. היא איננה יכולה לשאת אותו משום שהמבט הזה חושף את איווי המוות שלה (Aulagnier, 2001) הן ביחס לעצמה והן ביחס לאימהות שלה, כלומר ביחס לריצ'רד עצמו. לכן היא הודפת אותו ממנה בכל דרך אפשרית. אך ההדיפה הזאת, כשלעצמה, היא מתקפה על האפשרות שלו לכונן משמעות. בהתקבעה במעמד של "חידה וסוד", כלומר בהישארה חסומה גם בפניו וגם בפני עצמה, היא מופנמת אצל ריצ'רד כאובייקט שתוקף את יכולתו לפענח את עצמו, ומשאיר אותו כול יכול וחסר ישע בעת ובעונה אחת. כותבת קריסטבה: "הסירוב לדבר, העומד בבסיסם של חלק ממקרי הפיגור ברכישת שפה, מהווה למעשה אכיפה של האומניפוטנטיות, ומשום כך אכיפה של האחיזה הראשונית באובייקט... הכחשת השלילה אצל הדיכאני היא הביטוי ההגייוני של האומניפוטנטיות. באמצעות הדיבור הריק שלו הוא מבטיח לעצמו אחיזה בלתי נגישה, משום שהיא 'סמיוטית' ולא סימבולית,

## מקורות

1. אמיר, ד' (2013). תהום שפה. מאגנס.
2. גרין, א' (2007). האם המתה. בתוך: מ' גרנק (עורך), האם המתה (עמ' 11-52) (תרגום: א' רוזן). תולעת ספרים. (נכתב במקור ב־1980)
3. וולף, ו' (2008). גברת דאלווי (מאנגלית: שרון פרמינגר). ידיעות ספרים חמד.
4. פונטאליס, ז"ב (1980). המלנכוליה של השפה. בתוך: רחוק מן העין (מצרפתית: א' להב), פריז: גלימאר.
5. קריסטבה, ז' (2006). שמש שחורה, דיכאון ומלנכוליה (מצרפתית: קרן שמש). רסלינג. (נכתב במקור ב־1987)
6. Aulagnier, P. (2001). The violence of interpretation (Trans. A. Sheridan). Routledge.
7. Kristeva, J. (1995). New Maladies of the Soul (Trans. R. Guberman). Columbia University Press.

# על תשוקה נשית ופונקציית ההכלה

רוני כרמלי

(Frege, 1884/1980): למילה בשפה יש משמעות רק בתוך הקשר של משפט. יחידת המשמעות הקטנה ביותר היא משפט, ולא מילה. עיקרון זה הורחב על ידי ויטגנשטיין (Wittgenstein, 1953/2009), שאת עקרונות פילוסופיית השפה שלו ביון מקבל (Bion, 1955): לסימנים בשפה, למושגים ולמילים, קשת רחבה של משמעויות, ללא עיקרון מהותי מנחה, אלא כמשפחה של שימושים בעלי דמיון משפחתי - פנומברה של משמעויות.

הסימונים הביולוגיים שבין בחר בהם קושרים את רעיון מודל ההנקה של קליין ואת ההזדהות ההשכלתית שבה עשה ביון שינוי רדיקלי לרעיון הקונספציה הביולוגית כפרדיגמה העומדת בבסיס החשיבה האנושית (Sandler, 2005). ביון משתמש אפוא גם במילה conception באופן כפול ומרובה - מבחינת תיאוריית החשיבה שלו היכולת ליצור מחשבה חדשה כרוכה במפגש בין פרה-קונספציה לבין מציאות המממשת את הפרה-קונספציה הזאת לכדי קונספציה. לאחר ביסוס מפגש שכזה, יכולה להיווצר מחשבה דווקא מתסכול והיעדר מפגש. מבחינת ביון הפונקציה הזאת של ההכלה - פונקציה של חיבור בין מכל למוכל - היא מהיסודות הבסיסיים של הפסיכואנליזה. המחשה לכך ניתן לראות בשד המזין את התינוק - לתינוק יש פרה-קונספציה של מפגש פה/פטמה, אך המימוש, המפגש עם המציאות המזינה הוא שיוצר עבורו את הקונספציה. זאת, בדומה לאובייקט שהתינוק הוויניקוטיאני בורא, מוצא וממציא בה בעת.

אך קונספציה (conception) היא גם רגע יצירת פוטנציאל אדם חדש. בהקשר הזה מעניין לחשוב כי רגע הקונספציה הביולוגית, רגע היווצרות הביצית המופרית, נקרא בנצרות animation, רגע ההנפשה, הרגע שבו נפש חדשה נוצרת. ממש כשם שחלקיקי בטא שמושפרצים נלכדים ומותמרים ליסודות אלפא, כך חיבור הזרע והביצית נקשר לרגע שבו נוצר רעיון חדש. האנלוגיה הזו מזכירה במעט את הרעיון של סוקרטס שטען כי הוא ירש מאימו המיילדת את מקצועה, שכן הוא מיילד מחשבות. קונספציה של מחשבה נוצרת כאשר פרה-קונספציה פוגשת במציאות. המילה conception מקורה בפועל הלטיני con + capere; כאן con-

"מה רוצה אישה?" שאל זיגמונד פרויד במכתב לידידתו האנליטיקאית מארי בונפרט, שהייתה גם אנליזנטית של פרויד עצמו (Jones, 1953). בונפרט, קרובת משפחה רחוקה של נפוליאון, שגם מילטה את פרויד ללונדון עם פלישת הנאצים לאוסטריה, ענתה לו אולי לאחר שנים באקט זה ממש, כפי שנראה בהמשך. פרויד מודה כי למרות ניסיונותיו להבין את ההתפתחות המינית והנפשית של נשים, הוא מעולם לא הצליח במשימה זאת. ב"פשר החלומות" (Freud, 1900) פרויד ניסח את תסביך אדיפוס. הוא סבר כי האישה מחליפה את התשוקה לאביה ואכזבתה מהיותה נטולת פאלוס בתשוקה לתינוק (Gay, 1988). לאקאן (Homer, 2005) פיתח את הנושא הזה והתבונן בו מנקודת מבטו של התינוק שמנסה להתאים את עצמו לאיווי של האם ולהשתוות לאותו הפאלוס בסדר הדמיוני. אך האם זו תמציתה של התשוקה הנשית?

אני מבקשת מהקורא לחרוג יחד איתי מהשאלה הקונקרטית על מין, מגדר או נטייה מינית מסוימים, כדוגמת השאלה "מה רוצה אישה?". הדיון שלי הוא סטרוקטורלי, ומטעמי נוחות אך גם מטעמי דומיננטיות, אכתוב אותו סביב שאלת התשוקה של האישה ההטרסקסואלית. אני מתעקשת על המילה "תשוקה" - לא איווי, לא רצון, לא פנטזיה, לא משאלה. למעט הלאקאניאנים, אנשי מקצוע נוטים להשתמש במילה תשוקה גם ל-desire וגם ל-passion באופן מבלבל מבחינה מושגית. המילה passion שורשה מה-pathos היווני ומשמעותה כאב, סבל, רגש, והיא המילה שאליה אני מכוונת במאמר זה<sup>1</sup>.

אז מהי תשוקה נשית?

## פונקציית ההכלה

ביון משתמש בסימונים (♀♂), ובפנומברה<sup>2</sup> של משמעויות הסימון נמצאים גם הסימון הביולוגי ורעיון ההכלה המתמטי של תורת הקבוצות (Cantor, 1915/1955). אני נסמכת כאן גם על עקרון ההקשר שניסח פרגה, אבי הלוגיקה המודרנית

ד"ר רוני כרמלי היא פסיכולוגית קלינית וחברה במכון תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו. rondisk@gmail.com

<sup>1</sup> ויניקוט (Winnicott, 1956) מעדיף את המילה צורך (need) על פני תשוקה (desire) בהקשר דומה, שכן צורך ניתן לספק או לתסכל. אני מעדיפה תשוקה (passion) מתוך קבלת העמדה של ביון על ראשוניות הרגש והכאב.

<sup>2</sup> ביון משתמש במילה פנומברה ששורשה הלטיני paene + umbra כמעט צל, על מנת לתאר הילה או קשת של משמעויות למושג. מילה זו משמשת גם באסטרונמיה לצל הנוצר בליקוי מאורות, ובכך אסוציאטיבית גם לצילו של האובייקט של פרויד. כך שהמשמעות שהאחר מעניק לנו כרוכה תמיד גם בכאב היעדרו.





האפשרות: "להתגבר על קנאת הפין שלה והשתוקקותה לפאלוס מפצה בדמות הגבר שיוחלף לבסוף בתינוק" מקבלת כאן תפנית מעניינת. השאלה הופכת להיות: **"מהו האספקט הנשי בתשוקה, כאשר אני מניחה שהתשוקה אל האחר תמיד כרוכה גם בפונקציית ההכלה, על כל היבטיה"**. אני רוצה להציע כי המשאלה הפרוידיאנית לתינוק או לפאלוס היא צל חיזור, הד, של תשוקה אדירה להכיל בפנים. נדמה לי שאנורקטיות פותרות את הכאב שבתשוקה הזאת שלעולם לא ניתן לה להתמלא עד תום, בניסיון לבטל את עצם החלל הריק שבתוכן, ולהתכווץ לדו־ממד. פתרון דומה ניתן לראות בהפרעות אכילה אחרות ובמידה מסוימת גם בהגנות האוטיסטיות.

אני מציעה שכשאישה אוהבת גבר היא רוצה להרות אותו. להכיל את כל כולו בתוכה. רצון זה עובר התמרה ללהרות לו. יש פה גם מן המטונימיה - הזרע שלו, וגם מטאפורה - העובר מחליף את הגבר ומתעבה במשמעויותיו לאחר הקונספציה - גם וגם. במובן הזה חשיבה על הריון יכולה להיות מחשבת חלום המכילה את פונקציות החשיבה הראשוניות, התקה ודחיסה<sup>4</sup>. המטאפורה של ההתעברות היא מטאפורה ראשית של חיי הנפש. ההתאהבות היא במידה רבה מושקעות אימהית ראשונית באובייקט האהבה (Winnicott, 1956/1975): רצון להכיל את האהוב כל כולו, על כל היבטיו, רצון להכיל אותו והיענות להזדהות ההשלכתית שהוא מפעיל. בהיבט הנשי ישנה תשוקה לשמש כמכל על כל תכונותיו - מכל עם גבולות, נעימות, פרטיות ובלעדיות (Meltzer et al., 1984). המושקעות האימהית הראשונית שוויניקוט תיאר, ושאותה הוא מכנה "מחלה נורמלית" (Winnicott, 1956/1975), מתרחשת בחודשים הראשונים שלאחר הלידה, על מנת שהאם תוכל להמשיך ולדאוג לצורכי העובר שכבר נפרד ממנה. כלומר, כעת עליה להמשיך ולאחוז בו בנפשה על מנת להמשיך את ההזנה הרציפה, הלא מופרעת. להמשיך במשימה הבלתי אפשרית להכיל את כל כולו. כך גם בהתאהבות הרומנטית הבוגרת. המחשבה הכמו אובססיבית בהתאהבות משולה למושקעות אימהית ראשונית, החזקה תמידית של האהוב ב־mind.

החלימה הזאת של ההתעברות אינה מצטמצמת דווקא למקרה ההטרנסקסואלי או למין הנשי בלבד. התשוקה להכיל שייכת לשני המינים, גם אם היא מסומנת על ידי הנשי. מבחינת מימוש התשוקה הזאת, פתרונות שונים להבאת ילדים המקובלים בימינו, ותשוקה אל מימושם, הם וריאציות על אותו הנושא, ממש כשם שהזנה בבקבוק יכולה להחליף את ההנקה ולבטא באותה המידה את התשוקה להזין. הקונקרטי אינו מענייננו. למשל, ניתן

היא רק מילית הגברה (intensive pronoun) לפועל שמשמעו "לתפוס". למעשה, המילה שימשה בראש ובראשונה לעיבור, ורק מאוחר יותר לפונקציה המנטלית של תפיסה. משמעה - להכניס לתוך ולאחוז. ובהתעברות - פליטת הזרע וחדירתו לביצית שקולטת אותו באופן שמשנה את שני התאים לבלי הכר, אך גם משאיר אותם על כנם.

## החלימה הזאת של ההתעברות אינה מצטמצמת דווקא למקרה ההטרנסקסואלי או למין הנשי בלבד. התשוקה להכיל שייכת לשני המינים, גם אם היא מסומנת על ידי הנשי

בין הראה לנו שאנחנו נולדים עם פוטנציאל, אינטואיציה או תשוקה חריפה ואקוטית להכלה. לאחר בין רבות נכתב על הצורך של בני האדם להיות מוכלים ולקבל באמצעות הזולת עיבוד והתמרה לחלקיקי הנפש והחווייה שלהם שאינם מוכרים, ועל תפקיד פונקציית אלפא של האם ובניית מחסום המגע. אך במקביל לחיפוש העוברי והתינוקי אחר הכלה, הפרה־קונספציה להכלה מתייחסת לפונקציית ההכלה עצמה (♀♂), ומכילה בתוכה פרדוקס של תשוקה - להכיל ולהיות מוכל בה בעת - פרדוקס גברי נשי. כלומר, הפרה־קונספציה של הזיווג, עוד בטרם מימושה, כוללת בתוכה גם את פוטנציאל התשוקה להכיל, להרות, להתעבר ולהחזיק בפנים. כל זה קיים עוד בפוטנציאל לפני היות "תוך" נפשי, ומחסום מגע הבונה אותו<sup>3</sup>. במילותיו של סנדלר (Sandler, 2005, p. 168): "The bisexual nature of the human mind is made clear" בחירת המילים של בין היא אפוא רב־משמעית. גם ויניקוט ממשיך את הספה האנליטית לחיק המטפל, או רחם המטפל. הוא כותב: "The couch is the analyst's lap or womb, and" "the warmth is the live warmth of the analyst's body" (Winnicott, 1947/1975, p. 199).

ויניקוט מדבר על כך שעבור המטופל הנירוטי האנלוגיה הזו היא סימבולית, ועבור המטופל הפסיכוטי הספה היא חיק המטפל עצמו. הרחם הוא מרחב תלת־ממדי, אחרת הוא דביק. נחזור לשאלה של פרויד. השאלה "מה אישה רוצה?" התשובה

<sup>3</sup> אין בכוונתי כאן לחזור לתפיסה המניחה "תוך" ופנטזיה כבר בראשית החיים.

<sup>4</sup> הקישור בין דחיסה והתקה לבין מטאפורה ומטונימיה כפי שמופיעים אצל יעקובסון, הוא של לאקאן (Evans, 1996; Jakobson, 1956).

פונקציה, של העיוות הנובע מהצפה של כאב בלתי נסבל, של רגש עולה על גדותיו, שלא ניתן היה להמשיך ולהחזיק בו. שני ממדים המתקיימים בה בעת, ממש כפי שאנחנו מבינים היום כי הסדו-מזוכים אינו מפוצל לשתי פתולוגיות נפרדות באופן הרמטי. בהלה מהמקום הכולא שלה עצמה, גם מול בן הזוג שלה, אפשר לשמוע ממטופלת בהריון שלפתע מרגישה את מלוא כובד המשמעות של נקודת האל-חזור בהריון.

## הפרדוקס של התשוקה הנשית ושל פונקציית ההכלה קשור בזה שהאישה ההרה רוצה לא רק להכיל את התינוק, אלא משתוקקת גם שההריון יכיל אותה

תיאירתי בעבר את הפנטזיה של תקיעות בחציית הסזורה של הלידה, מצד הילד, ההיתקעות בתוך האם בהריון מצמית (Carmeli, 2015). כעת אני מסמנת את עיוות התשוקה הנשית במצב הזה, בהיבט של הכולא. מובן שבעיוות ליחסי הכלה מסוג זה כל הצדדים נכלאים וכולאים כאחד, ובתוך האהבה ל- שנחוות, מתקיימת גם פנטזיה של שמירה הרמטית, כולאת ומצרה צעדים של האובייקט האהוב<sup>5</sup>. מטופל שלי מספר כיצד בת זוגו חווה אותו כחודרני וכובל, כשהוא שואל שוב ושוב על אירוע טראומטי שעברה, לדבריו "בשביל לעזור לה לעבד את מה שקרה" כי הוא מרגיש שהיא מנותקת ולא מצליחה לחשוב בלעדיו. היא הודפת אותו, והוא נעלב וחשדני לאהבתה. הצורך של המטופל להכיל מבצבץ מעט בהעברה, בעיקר כשעולה בו מחשבה שאני עלולה להיפגע או להרגיש דחוייה מעולמו.

הכליאה וההיכלאות הזאת מתוארת גם אצל ויניקוט, לא רק בקניבליזם החודרני, אלא גם בהיתקעות בתקשורת עם תופעות סובייקטיביות ובפינטוז פתולוגי. במצב כזה, האדם מסרב להיפרד מהשליטה המוחלטת שלו באחר ואינו מסוגל לתקשורת עם אחר שקיומו בלתי תלוי בו ושלא נהרס אל מול מתקפותיו. אם מתנתקים לרגע מהאונטולוגיה שוויניקוט מייחס לגרעין העצמי שהוא מתאר (Winnicott, 1963/1965), ניתן לחשוב על גרעין העצמי כפונקציה הזו בדיוק, פונקציה השואפת להכלה עוברית מוחלטת<sup>6</sup>, תקיעות של גרעין עצמי ללא גמישות והתפתחות

לראות דינמיקה של גבר אלים, עם קנאה פתולוגית, אשר כולא את אשתו בדל"ת אמות הבית, גם כעיוות והצפה של התשוקה הנשית. דוגמא הפוכה לכך היא אמירה של מטופלת הנמצאת בקשר לסבי שביטאה פנטזיה שבת זוגה תישא את הביצית שלה ובכך למעשה תכניס את בת הזוג להריון.



## פתולוגיה של תשוקה נשית

ממש כשם שהתשוקה הגברית, שאותה ניתן לסמן בהזדהות ההשלכתית, יכולה להתעוות להזדהות השלכתית פתולוגית, אקססיבית וחודרנית, כך יכולה להתעוות גם התשוקה הנשית. למעשה, כאשר מתרחשת פתולוגיזציה של הנפש, הרי שהכמיהה לקשר מתהפכת (לשדה שלילי LHK-) בכל היבטיה של פונקציית ההכלה: אישה רוצה להרות את הגבר שהיא אוהבת. אך יש בה גם קנאה עזה לאימו שהכילה את כל כולו בשחר ההיסטוריה (זה אולי שורש כל בדיחות החמות והחותנות). היא רוצה לסגור אותו מהחוץ, שלא יהיה לו איש מלבדה. שכולו יהיה בתוכה, לא רק הזרע שלו. הרצון להרות את הגבר הוא הרצון המחודש לכוליות בקשר, אבסולוטיות. הוא מתקשר לכוליות של היחסים הראשוניים העוברים עם האם. התשוקה הנשית רוצה להכיל אותו או לבלוע אותו - ויש הבדל משמעותי ביותר בין האחד לשני. הראשון הוא השתוקקות לחשיבה ואילו השני הוא באזור K ו-L. זהו אזור הקלאוסטרם (Meltzer, 1990). זהו גם האזור הקניבליסטי שעליו מדבר ויניקוט, ממש באותו המאמר המטרים את התיאור של גרין על אודות האם המתה (Winnicott, 1963/1965). למעשה פונקציית הקלאוסטרם גם היא כוללת בתוכה (♀♂). הרצון לחדור לאחר ולהתנחל בו, והרצון לכלוא את האחר בתוכי. אלה הם שני ממדים של אותה

<sup>5</sup> דוגמה להבדלים בין תשוקה רגילה להכלה לבין תשוקה פתולוגית ניתן למצוא במענה של סטינג בשיר: "If you love someone set them free", לאחר שהואשם באהבה ל- שמתוארת בשיר קודם "Every Breath you Take".

<sup>6</sup> יש לציין כי גם בחיי העוברות הקונקרטיים פונקציית ההכלה לעולם אינה מוחלטת.



שהאישה ההרה רוצה לא רק להכיל את התינוק, אלא משתוקקת גם שההריון יכיל אותה<sup>8</sup>. היא רוצה שהתינוק ימלא אותה וייתן לה משמעות, כפי שהזרע נותן לביצית. מבחינת ביון, הפונקציה היא פרדוקסלית, והמכל מבקש שהמוכל יכיל אותו בתורו (Sandler, 2005).

בהקשר הזה אפשר להיזכר באמירה המפורסמת של ויניקוט: "there is no such thing as an infant" (Winnicott, 1960, p. 587). למעשה, התינוק מגדיר את האם ונותן לה את משמעותה. ניתן לראות כי האם נשארת ריקה מאימהותה ממש באופן מקביל לשדה המתמטי שבו קבוצה ללא פרטים נשארת קבוצה ריקה (∅). הנאום המפורסם ביותר שהשתרש בתרבות מתוך סדרת ההרצאות על אודות האהבה ב"משתה" לאפלטון, הינו הנאום של אריסטופנס המדבר על החצאים המחפשים את בני זוגם על מנת להתאחד לכדי שלם. אך אפלטון שם דווקא בפי סוקרטס נאום חשוב לא פחות על אודות האהבה, הרואה כל אהבה כהד לרצון להשתתף, לקחת חלק באידיאת האדם ובעולם האידאות. גם אפלטון עסוק בהיבט הגברי באהבה ובתשוקה - הפרט המחפש המשגה. אך גם האידאה זקוקה לפרטים המשתתפים בה, אחרת היא נותרת, בלשונו של קנטור, קבוצה ריקה, או בלשונו של פרנה - מושג בלתי רווי<sup>9</sup>.

ביון מצביע על כך שהאקט הגברי של חדירה מקורו בפרה-היסטוריה העוברית ובתשוקה שמתעוררת לצאת מחלל הרחם, דרך תוכה של האם (צוואר הרחם והנרתיק, או דרך חלל הבטן בניתוח קיסרי<sup>10</sup>). הוא כותב: "It is easy to put it in pictorial terms by saying it is like penetrating into the woman's inside either from the inside out, as at birth, or from outside in, as in sexual intercourse" (Bion, 1977/1989, p. 45).

אני מציעה כי לא רק להיבט הגברי המוכל שורשים אינטואיטיביים עוברים וראשוניים. גם להיבט התשוקה הנשית, זו המכילה, ישנם שורשים כאלה. כך, ניתן למצוא את מקורותיה של הפרעה בתשוקה להכלה - שבאה לידי ביטוי בקשרים רומנטיים, חבריים, וגם במיניות ובפנטזיית התעברות - בחיים העוברים והתניוקיים עצמם.

אני למעשה הופכת את האנלוגיה גברי/נשי - תינוקי/הורי על פיה, ומחפשת את השורשים הינקותיים להיבט הנשי ביחסי ההכלה. במקביל למושקעות הרבה של האם בתינוק, ניתן לזהות אינטואיציה למושקעות **תינוקית** ראשונית, primary

לכיוון שימוש באובייקט, במרחב פוטנציאלי וביכולת לשחק.

## השורשים העוברים של התשוקה הנשית

המחשבה על (♀♂) קושרת באופן טבעי את האם כמכל והעובר, ולאחריו התינוק, כמוכל. אך מבחינת ביון, וגם מבחינת ויניקוט, היחס הזה בתוך הפונקציה אינו ליניארי. לא בכדי ביון משתמש בסימונים מתמטיים הלוקחים מתורת הקבוצות של קנטור ומרעיונות של פרנה על אודות חשיבה ושפה. במובן הזה פונקציית ההכלה מבחינה מתמטית היא קבוצה ולא סדרה - אין עדיפות או תפקיד אחר אל מול הפונקציה להיבט הגברי או להיבט הנשי. הפונקציה הופכת לפרדוקסלית אם שוכחים את העיקרון הוויטגנשטייני שהשפה מדברת לא רק על עובדות בעולם, אלא גם על רגשות, איוויים, אמונות - אזורי שפה שבהם לא חל חוק הסתירה (Wittgenstein, 1953/2009). גם ביון, כמו ויטגנשטיין, ער להבנה השפתית הזאת, של מה שוויטגנשטיין מכנה "כישופה של השפה" כשהוא כותב: "But the only world in which causes can be said to be a prominent feature is the world of things - not the world of people, or characters, what may appeal to the human mind because it seems to be logical, or to fit in with such powers of logic as we have, may be by no means the correct interpretation of the factual situation which is beyond our comprehension or experience" (Bion, 1977/1989, pp. 52-53).

גם ויניקוט מפציר בקוראיו שלא לשמוט את הפרדוקסליות הכרוכה בעיסוק הפסיכואנליטי. למעשה, הפרדוקס מקביל לגמרי לפרדוקס ראסל על תורת הקבוצות והלוגיקה של פרנה: ראסל הצביע על פרדוקס בתורת הקבוצות של קנטור ובאופן מקביל גם בלוגיקה הפריגיאנית המאגדת אובייקטים בעולם תחת מושגים או פונקציות<sup>7</sup>. ראסל שואל: "האם קבוצת כל הקבוצות שאינן מכילות את עצמן מכילה את עצמה?". הגדרה זו של קבוצה בשפה מחזיקה בתוכה פרדוקס, ממנו פילוסופיית השפה של ויטגנשטיין מצליחה להיחלץ בדיוק מתוך ההבנה שהשפה "מכשפת" אותנו לחשוב שכל ביטוי שפתי הוא ביטוי פרופוזיציונלי על אודות העולם.

הפרדוקס של התשוקה הנשית ושל פונקציית ההכלה קשור בזה

<sup>7</sup> אפשר להקביל את החלוקה של פרנה לאובייקט ומושג לנושא ונשוא במשפט. הנושא מקיים את הנשוא כפי שעל אובייקט בעולם חל מושג. ההקבלה אצל קנטור היא איבר השייך לקבוצה.

<sup>8</sup> מבחינת ראסל יש פה פרדוקס - מי שמכיל לא יכול להיות מוכל על ידי מי שהוא עצמו מכיל.

<sup>9</sup> מבחינה פילוסופית יש כמובן הבדל גדול בין קבוצה של קנטור, מושג של פרנה ואידאה של אפלטון, אך לצורך ענייננו אשאר במשותף.

<sup>10</sup> בסבירות גבוהה למילה "סזורה" ולמונח "ניתוח קיסרי" שורשים אטימולוגיים זהים (Carmeli, 2015).

מחפש את הזנת האם. אך בהנקה, במקביל לשד המכיל, הרי שמבחינה פיזית ממש, המכל המעכל הוא דווקא התינוק - הוא מכניס את פטמת אימו אל פיו ומשחרר אותה מעודפי ההפרשות שאינה זקוקה להן. הוא מכיל את החלב שניגר (Sandler, 2005). דווקא גוף התינוק הוא זה המעכל והבונה את גופו מהחומרים הניתזים אליו, במהירות ולתפארת שלא תישנה, עימה רק מצבו הפרה-סזוריאלי יכול להתחרות. אצל האם העודפות עלולה להיות מכאיבה, רעילה ודלקתית, אקססיבית ורעה. קשה שלא לחשוב על כך שהעודפות הזאת יכולה להיות קשורה לעודפות רגשית של אהבה שמתהפכת על פיה. הרי הרגש גם הוא פעיל בלקטציה.

מטופלת מניקה חוששת להניח את התינוק שלה, ולו לרגע. היא מאמינה שהיא צריכה להחזיק בתינוק בכל רגע נתון. להכיל את כל מצוקותיו. להרגיע כל צל של תסכול שחולף להרף עין. היא משתוקקת להכיל אותו באופן טוטלי ומדברת על הטרימסטר הרביעי של ההריון. מבחינתה, אם לא מושלמת אינה טובה דיו. מתחולל מחול שדים - התינוק משתוקק להכיל את כל הגודש, אך פולט וכואב. האם הצעירה ממשיכה להשתוקק להרגיע את מצוקותיו ומרגישה נכשלת. האהבה מאיימת להתהפך. היא ממשיכה להגיע לטיפול בדבקות גם במהלך חופשת הלידה. אני מבינה שהיא חוששת להינטש, אך גם חוששת לתסכל את הצורך שלי בצורך שלה ב. לעיתים אני נכשלת ומתסכלת אותה בפירושים לא מדויקים ובביטוי התסכול שלי מהעמדה הטוטלית מדי כלפי התינוק שלה. כאשר אני מכירה בכשלים שלי, פונקציית ההכלה וההאכלה שלה מתאזנת.

הפונקציה היא פרדוקסלית, שכן המכיל והמוכל מתהפכים בה באופן תמידי. אין מכיל או מוכל. יש פונקציה. יש קשר. לינק. אני חוזרת לפרדוקס ראסל - האומנם מדובר בפרדוקס שממוטט את התאוריה של קנטור ושל פרגה? או אולי, פונקציית ההכלה בתורת הקבוצות לקנטור, בתחשיב הפרדיקטים הפרגיאני ובחשיבה הפסיכואנליטית של ביון היא פרדוקסלית בהכרח.

בהקשר הזה אפשר לחשוב עוד על כלכלה שלייתית שעליה מדברת חגית אהרוני (2012): השליה נוצרת דווקא מתאי העובר (הבלסטוציסט) מייד לאחר ההשרשה. העובר הוא זה הבונה את מרחב הביניים המפריד בין גופו לבין גופה של האם, אותו מרחב שמזין אותו ומסנן בעבורו חומרים שמסכנים אותו. אך לשליה תפקוד גם עבור האם: היא "ממלאת את מקומה של השחלה, ואף משנה את המטבוליזם של האם" (אהרוני, 2012, עמ' 132).

ההדגשה של ביון את חשיבות האינטואיציות העובריות, לפני המשגה, מזכיר את כוחו המרפא של הדם הטבורי העשיר בתאי

infantile preoccupation, ממש במקביל לאותם אזורים של הגיטוש העוברי החווייתי שביון מצביע עליהם של גומחות הראייה (Bion, 1977/1989). אני מניחה שהאינטואיציה הזו היא המקור למושקעות האימהית הראשונית שוויניקוט קורא לה "מחלה נורמלית", שכן מדובר באינטואיציה לא שפתית ולא לוגית, טרום חשיבתית, אינטואיציה פרה-קונספטואלית שמגיעה לפני היכולת להמשגה. התאהבות היא כזאת<sup>11</sup>. היא מגיעה ממקום של הרצף בסזורה המרשימה של הלידה, מאינטואיציה תינוקית לא מילולית. (המילים תינוק ו-infant תופסות את שני ההיבטים האלה, הניקה והדיבור, מעבר לכך שזה לא ניתן לתמלול, היונק מחפש שד להיות מושקע בו ולהמשיך את ההזנה השלייתית. את החלק הזה של התינוק אולי תופסת יותר המילה האנגלית suckling).

נדמה לי שבאזור הגבולי של מטופלים (בכוונה איני אומרת "מטופלים גבוליים") ההתאהבות, היא בדיוק, הופכת להיות כזאת - בעלת מושקעות ראשונית אינטנסיבית, ולא רק ההשתוקקות להכלה - כמיהה שנעצרה או סוכלה על ידי אם לא פנויה. במידה מסוימת זה מקביל למה שוויניקוט קורא impinging, אבל אני רוצה דווקא לשים דגש על הצורך העוברי הנשי של הכלת האחר. של ההשתוקקות לחיבור שסוכלה. העובר או התינוק שחיפש לאהוב את אימו, להכיל אותה, ולא נענה. זה הצד השני של הזדהות השלכתית פסיכוטית אצל ביון. לא רק הכמיהה להיות מוכל, אלא גם הכמיהה להכיל את האחר היא זו שנואשת. סימן ההיכר של החשש מכל סימן של נטישה, פרימה של המושקעות הראשונית בין אם-תינוק. מטופל שמבכה את נישואיו שהתפרקו: "הוצע לה כל כך הרבה. אני לא מבין איך היא דחתה את כל זה". חשוב להדגיש כי שני הצדדים - הנשי והגברי - מתרחשים כל הזמן, בה בעת ובאותן הפעולות ממש. זה טיבה של הפונקציה.

גם בטיפול, האהבה של המטופל כרוכה גם בהיבט הנשי שלה. המטפל צריך לשאת את האהבה הזו, המבקשת לחדור לתוך גופו ונפשו (Bergstein, 2018). אך נוסף לכך, באופן פרדוקסלי ובו זמני, בהיבט הנשי שלה, אהבת המטופל מבקשת להכיל את המטפל ואת הקשר הטיפולי במינד, במושקעות ראשונית שמבקשת לא להישמט אבל גם לא לשמוט. למעשה, זה סימן מדאיג אם מטופל לא מצליח "להחזיק בראש" (con-capere) את הקשר הטיפולי בין הפגישות לאורך זמן ממושך. ביון כותב: "The clue lies in the observation of the fluctuation which make the analyst at one moment ♀ and the analys ♂, and at the next reverse the roles" (Bion, 1970, p. 108). בקשר הרגיל, ניתן לראות את התינוק כממשיך לאחר הלידה את הקשר הטבורי, קשר ההזנה דרך השליה, בחיפוש אחר השד, ממש מייד לאחר לידתו. במהלך חודשי חייו הראשונים הוא

<sup>11</sup> בעניין זה ראו Grotstein, 2002.



Bion, 1962,) .that is, as it were, unsaturated" concept (p. 104 19. 1. 1

אם החוויה הרגשית התינוקית לא מוצאת פונקציה שתכיל אותה, הפנטזיה האדיפלית לא יכולה להיווצר. אך התשוקות (רגשות וכאבים) והפרה-קונספציה של פונקציית ההכלה (שיכולה להתרגם להנקה, לסצנה ראשונית, לעצם היכולת להמשיג ולחשוב) כן מתקיימות. בהיבט מסוים, דווקא החוויה הרגשית מתפקדת כמושג בלתי רווי של פרעה. הכוונה היא פונקציה ללא תוכן מסוים, שביטוי כמו "סצנה ראשונית" יכול להרוות אותה. במילים אחרות, הסצנה הראשונית או הפנטזיה האדיפלית מתפקדת כאיבר פוטנציאלי בקבוצת הפונקציה (♀♂). כשביון מקביל פה את הרגש למושג הבלתי רווי של פרעה, הוא למעשה משתהה על ההיבט הנשי של התשוקה. אפשר לראות כי תאוריית החשיבה של ביון נשענת על חשיבה של הפילוסופיה האנליטית והצורנית של פרעה, עוד לפני הכנסת התכנים הפסיכואנליטיים השגורים.

## דין וסיכום

במאמר זה ניסיתי להתחקות אחר שורשי התשוקה הנשית או החלק הנשי של התשוקה. במעבר מהשאלה של פרויד "מה רוצה אישה?" פניתי לשאלה מגדירה פחות, הבוחנת את החלק הנשי בתשוקה לקשר אהבה עם הזולת, קשר הקשור לפונקציית (♀♂) של ביון.

למרות ההבנה הרווחת שפונקציית ההכלה היא פרדוקסלית במהותה, ומרובת כיוונים תמיד, הרי שמקומה של התשוקה להכלה נזנח לעיתים בחשיבה הפסיכואנליטית. התשוקה הזאת, שהיא מושקעות ראשונית לכל דבר, מקורה בחוויה הרגשית של ראשית החיים. כך, ניתן למצא מקורות עובריים ואינטואיציות ראשוניות לא רק להיבט הגברי של התשוקה, הבא לידי ביטוי בהזדהות השלכתית וחדירה אל תוך, אלא גם בהיבט הנשי של הכלה ותשוקה להתמלא.

כשפונקציית ההכלה נפגעת, היא נפגעת על כל היבטיה. הפסיכואנליזה רגילה לחשיבה על אודות תפקיד העובר בקלאוסטרם, ההתנחלות בתוך האם, אך פונקציית ההכלה נפגעת גם בהיבט הנשי שלה, כאשר התשוקה להכלה מגדלת של האחר, קופאת על שמריה והופכת להיות כליאה והצרת צעדים.

הנפש האנושית משתוקקת ל-conception - על כל משמעויותיה, לרבות המשמעות הביולוגית של עיבור, התשוקה להמשגה והרוויה של החוויה הרגשית, תשוקה לזיווג. התשוקה בטיפול והתשוקה לקשר נושאים את הדי החוויה הרגשית העוברית והתינוקית על גווניהם הגבריים והנשיים.

גזע עוד בטרם מיונם. למעשה, תאי הגזע האלה, ובעיקר תאי גזע מזנכימליים, היכולים להתמייין לסוגים רבים של תאים בגוף האדם, מומשלים לאידאה של התא האנושי, המכיל בתוכו פוטנציאל לסוגים פרטיים רבים. המחקר על אודות השימוש המרפא בדם הטבורי, הנאסף מהשליה ומחבל הטבור, עוד בחיתוליו. ההקבלה שאני מציעה היא שאולי גם על מנת לשקם את פונקציית ההכלה בכלל, ואת ההיבט הנשי המכיל של פונקציה זו בפרט, יש לחזור ליחסים העובריים ולאינטואיציות העובריות של המטופל. זוהי הקבלה שניזונה גם מחשיבות הרגרסיה בטיפול הוויניקוטיאני.

## הערה על המרכיב האדיפלי והסצנה הראשונית

פרויד קושר ב"שלוש מסות על התאוריה של המיניות" בין מיניות לבין היפרדות ותחושת לבדיות. הוא כותב: "The sexual researches of these early years of childhood are always carried out in solitude. They constitute a first step towards taking an independent attitude in the world, and imply a high degree of alienation of the child from the people in his environment who formerly enjoyed his complete confidence" (Freud, 1905/1953, p. 197).

מבחינת פרויד, אצל ילד המנסה להבין את המיניות, לבדיות נגזרת מההתייחסות לסצנה הראשונית ולקונסטלציה האדיפלית. אך ויניקוט מחפש את שורשי המסוגלות להיות לבד בהתפתחות מוקדמת עוד יותר (ברמן, 2009). **את היכולת להיות לבד ניתן להקביל ליכולת לחשוב ולחלום לבד.**

את ההבנה של פרויד ויניקוט מנסח כיכולת מתפתחת של הילד להתמודד עם הרגשות המתעוררים בעקבות הסצנה הראשונית, והיכולת לנתב את השנאה לשירות אוננות, שבה הילד לוקח אחריות על הפנטזיות המודעות והלא מודעות שלו, שבין השאר, כוללות יכולת להזדהות עם כל אחד מההורים. ויניקוט מוסיף, כי מוקדם בהרבה מהשלב האדיפלי, היכולת להיות לבד מתפתחת מכך שהאגו הלא מפותח מקבל תמיכה מהאם (Winnicott, 1958/1965).

נדמה לי שההמשגה של ביון על אודות פונקציית (♀♂), וההבנה של המשמעות המרובה של המושג conception, יכולה להוות גשר בין התפיסות האלה. שהרי, פונקציית ההכלה, החיבור בין מכל למוכל, מתקיימים עוד לפני גיבוש הפנטזיה האדיפלית, שהיא שריד לחוויה הרגשית של התינוק. בהערת שוליים, ביון כותב: "the Oedipus myth is the survival of a model designed... to match an infant emotional experience. ... if the analysis is progressing, to formulate such a model

See also Frege Grundgesetze, Vol. 1, p. 3. Geach-Black translations, p. 154, in which he discusses the

לרשימת המקורות, ראו באתר הפ"

# כאב ביחסי מין בקרב נשים מנקודת מבט ביו־פסיכו־פמיניסטית

טליה יופה

רפואי שונות ומגוונות ומושפעות גם מהמורכבות ההורמונלית של נשים, שהרי אנו משתנות ומתגונות תדיר לאורך החודש והחיים בכלל. עם זאת, חשוב להבין כי בתרבות פטריארכלית שמעוצבת היסטורית סביב צרכים גבריים, מחקר שכזה נחשב היה כמספק (גלזרמן, 2020; 2014; Mauvais-Jarvis et al.).



למרות כל הנאמר והידוע, תוכניות הלימודים בבתי ספר לרפואה לא כוללות כיום לימודי מין, מיניות ומגדר ויש לכך משמעות במתן אבחון וטיפול ראוי. יתרה מכך, בתוכניות לימודי גינקולוגיה ומיילדות יש דגש רב על פריון וילודה וניתן למצוא רופאים רבים המתמחים בכך, אך זאת לצד מעט מאוד ידע ונגישות של מומחיות בתחום של גינקולוגיה (כדוגמת מחלות פות ונרתיק, אנדומטריוזיס, גיל המעבר, כאבים ביחסי מין, אמצעי מניעה). רופאה שרוצה להתמחות בנושאים אלה, יעשו זאת מיוזמתם בהשתלמויות חוץ פרטיות. בשנת 2018 נערך המחקר המקיף והגדול ביותר שנעשה בארץ על חוויית נשים בבדיקה גינקולוגית על ידי קרן בריאה (<https://www.briah.org>). ממצאיו העלו נתונים מטרידים בנוגע לתחושת הביטחון של נשים בחדר הבדיקות וביחסי רופא-החולה. בעקבות ממצאי המחקר משרד הבריאות הוציא מסמך המסדיר את תנאי הבדיקה, על חלקיה הבסיסיים והטריוויאליים ביותר לכאורה (כגון מתן כיסוי לגוף, מתן אזהרה והסבר טרם בדיקה פולשנית), ואף הכניס לאחרונה את הדרישה ללימודים הקשורים בנושאי מגדר ומיניות להתמחות בגינקולוגיה ומיילדות.

במאמר זה בחרתי לדון בנושא כאב ביחסי מין בקרב נשים שכן הוא מבטא את העניין שלי כפסיכולוגית רפואית בחלקי ה"משולש" שעליו הוא מושתת: הפרעת כאב, מיניות ונשיות (והיחס אליה). אלה הם שלושה נושאים "בוערים" בעולם הטיפולי (רפואי ופסיכולוגי) המושפעים מתפיסות חדשניות יחסית שמגדירות ומתוות את העבודה הטיפולית כפי שאני רואה אותה: רפואה מודעת מין ומגדר, חשיבה ביו־פסיכו־סוציאלית, פמיניזם ותפיסה טיפולית אינטגרטיבית המותאמת לצורכי המטופלת.

בשנים האחרונות אני עובדת בשיתוף פעולה עם רופאיות משפחה וגינקולוגיות מומחית בתחום (פרופ' אחינעם לב־שגיא) במסגרת עבודתי במרפאה לפסיכולוגיה רפואית בקהילה (ב"מרפאה פסיכולוגית" בתל אביב). כך נחשפתי לעשרות נשים הסובלות מבעיה זו נוסף למעורבות בשיח הולך וגובר סביב מכאובים נשיים שקופים (כדוגמת בדיקות גינקולוגיות, גיל מעבר ולידה שקטה), ותוך נשיאת עיניים משתאות לעבר יוזמות של עמותות פמיניסטיות לקידום רפואת נשים (ובהן: ארגון שלמה, קרן בריאה, לבריאותה, נשים לגופן). במאמר זה אבקש להציג כמה תובנות ביחס לעבודה הטיפולית בתחום, בתקווה לעורר חשיבה ושיח נוסף בנושא.

## רפואה מודעת מין ומגדר

רפואה מודעת מין ומגדר היא תחום מדעי חדש יחסית שנועד לפתח כלים לאבחון וטיפול מתוך הבנה שהתפקוד של כל מערכות הגוף מושפע מהמין והמגדר (גלזרמן, 2014; Mauvais-Jarvis et al., 2020): מרמת הכרומוזומים וביטוי הגנים השונים, דרך ההבדלים האנטומיים והתהליכים הפיזיולוגיים הייחודיים לגברים ולנשים, וכלה בחשיפה שונה לגורמי סיכון, שימוש במשאבים רפואיים ובנטיית המטפלת והמטופלת. לפרש תסמינים באופן זה או אחר. נתון מטריד הוא, כי שני שלישים מן המחלות שפוגעות בשני המינים נחקרו בגברים בלבד, ו־75% מהמחקרים הקליניים כיום עדיין לא כוללים נשים. בפועל, בנטיילת אותה התרופה באותו המינון, הסיכוי של אישה לסבול מתופעות לוואי גבוה ביחס לגבר. הסיבות להדרת נשים ממחקר





כאב (Mauvais-Jarvis et al., 2020; Sorge et al., 2015). כשבוחנים התייחסות של מטפלים לכאב של מטופליהם, נמצא שביטוי כאב באופן "נשי" נתפס כבעל ערך נמוך יותר וכנובע יותר ממקור נפשי. במחקר שבו חשפו מתמחים וסטודנטים לרפואה לשחקניות שתיארו סימפטומים של מחלת לב המלווים בתיאורים רגשיים והבעת חרדה, אובחנו השחקניות ביותר אבחנות נפשיות ופחות אבחנות הקשורות למחלות לב, ועל כן הופנו פחות לייעוץ קרדיאלי, מה שיכול היה להיות עניין של חיים ומוות בפרקטיקה (Chiaromonte & Friend, 2006).

בשנים האחרונות חלה קפיצה משמעותית בעולם הרפואה ובתפיסת המטופל בצורה אינטגרטיבית יותר תוך מתן דגשים להיבטים חברתיים ותרבותיים ומעבר לרפואה מותאמת אישית, אך המודל עודנו מתאפיין בשימת דגש על סימפטומים ביו-פיזיולוגיים בכדי להשיג ריפוי (Gemmati et al., 2020). עובדה זאת הופכת את המודל רגיש ופגיע מיסודו להיבטים הרגשיים-תרבותיים של כאב שעשויים להיתפס כפחות לגיטימיים ויותר מתסכלים עבור הרופאות. הללו, הופכים את הטיפול בהפרעות כאב כרוני למורכב במיוחד, בפרט כאשר מדובר בהפרעת כאב הקשורה באיברי מין ומיניות נשית.

### וולודיניה - הפרעות כאב מיני

בריאות מינית מוגדרת כאיכות חיים הבאה לידי ביטוי מיני ברמה הפיזית, הרגשית, המנטלית והחברתית. השאיפה כחברה, ובתוכה שלנו כאנשי טיפול, היא לקדם הגנה, כבוד ויישום אותנטי ומספק של החוויה המינית עבור בני אדם באשר הם, מתוך ההבנה כי בריאות מינית קשורה באופן ישיר לבריאות פיזית ונפשית כללית (WHO, 2010). כחלק מהניסיונות לקידום הטיפול והשיח בתחום המיניות, הוצעו לאורך השנים מודלים להבנת מעגל התגובה המינית, ועימם התפתחה ההבנה כי מעגל התגובה המינית של נשים הינו בעל מורכבות ייחודית. Basson (2000) הציעה כי לא מדובר בתהליך לינארי, כי אין חובה בתשוקה או בחשק מיני כתנאי הכרחי לתחילת האקט, וכי ניתן להיכנס לתהליך המיני ממניעים ומוטיבציות שונות. כך, בניגוד להנחה כי יש צורך בגירוי מיני ותשוקה מינית פיזיולוגית, נמצא כי נשים יכולות להיכנס לאקט מיני ממניעים של התקרבות: רצון באינטימיות וקרבה, שלום בית ותחושת ביטחון, כמו גם ממניעים של הימנעות: להימנע מאובדן בן הזוג, פחד מבגידה והימנעות מכעסים ותסכולים בתוך הזוגיות. נמצא כי המניעים המתקרבים קשורים ביותר להנאה מינית ולתפיסת מיניות חיובית, ועוד נמצא כי בקרב הסובלות מכאבים בחדיה הדבר קשור גם בכאב מופחת (Chisari et al., 2021). ה-DSM-5 מציע שלוש קטגוריות להפרעות תפקוד מיני בקרב נשים: הפרעה באורגזמה, הפרעה בעניין המיני או בעוררות מינית

שני שלישים מן המחלות שפוגעות בשני המינים נחקרו בגברים בלבד, ו-75% מהמחקרים הקליניים כיום עדיין לא כוללים נשים. בפועל, בנטילת אותה התרופה באותו המינון, הסיכוי של אישה לסבול מתופעות לוואי גבוה ביחס לגבר. הסיבות להדרת נשים ממחקר רפואי שונות ומגוונות ומושפעות גם מהמורכבות ההורמונלית של נשים

### הבדלים בתפיסת כאב

הידיעה שמלווה ומנחה אותי בעבודתי עם אנשים הסובלים מהפרעות כאב היא כי חוויית כאב היא סובייקטיבית ומושפעת מגורמים רבים מעבר להיבט הפיזיולוגי. אחד מהיבטים אלה הוא ההיבט המגדרי-מיני, שיוצר הבדל מהותי באופן שבו נשים חוות כאב לעומת גברים ובאופן שבו נותני הטיפול תופסים את הכאב הנשי ונותנים לו מענה (Hoffmann & Tarzian, 2001).

מחקרים שנעשו בתחום הוכיחו כי יש הבדלים מהותיים בין נשים לגברים בפיזור התרופות ברקמות השונות, בקצב פירוקן ובהפרשתן. כמו כן, נמצא הבדל בהשפעתן המשככת כאב, כמו גם בתופעות הלוואי, בשוני ברמות התרופיות ובסף הרעילות. כך לדוגמה, נמצא כי למשתנים ההורמונליים השפעה חזקה בהורדת הסף והסיבולת לכאב; אסטרוגן מעלה את סף הכאב והסיבולת לכאב דלקתי בטווח הקצר, אך בטווח הארוך מגביר תהליכים במערכת העצבים הגורמים לרגישות יתר לכאב. חקר בחיות מעבדה מצא שדרושה חשיפה בתקופת הינקות לטסטוסטרון כדי שיתפתח סף כאב גבוה (המאפיין זכרים) ונטייה פחותה לפיתוח רגישות לכאב (Sorge et al., 2015).

ההגדרה העצמית המגדרית משפיעה גם היא על חוויית הכאב והביטוי האישי שלו דרך מערכת ציפיות ונורמות להתנהגות כאב והתמודדות עימו. כך, ביחס לגברים, נשים מחפשות יותר עזרה רפואית ותמיכה חברתית ונוטלות יותר תרופות נגד כאב. הן גם מראות יותר גמישות ומוכנות לשנות הרגלים, אך עם זאת נוטות יותר למנגנוני התמודדות קטסטרופליים ופחות אדפטיביים. זאת ועוד, נמצא שנשים נטו יותר לקטסטרופיזציה בתגובה לכאב, שהייתה קשורה לירידה בעמידות לכאב. כמו כן, לנשים יותר תחלואה נפשית מקבילה כהפרעות מצב רוח, דיכאון וחרדה המלווים

טראומה מינית ברקע.

**ברמה החברתית-משפחתית**, כאב יכול להיגרם כתוצאה מתפיסות נוקשות ומחמירות לגבי מין ומיניות, הורות נוקשה וחודרנית, אידיאל נשיות שמתמקד באסתטי ובחיצוני וכן בושה והסתרה בנוגע למיניות נשית.

**ברמה הזוגית הבין-אישית**, כאב יכול להופיע סביב קשיים בזוגיות ספציפית, חוסר התאמה מינית, קשיים בתקשורת וכמובן אלימות המתקיימת בתוך הקשר.

כמובן שאלה רק חלק מהאפשרויות הקיימות, וברבות מהפעמים ישנה הופעה משותפת של כמה גורמים, בעוצמות ובאופנים שונים.

## קושי באבחון והשלכותיו

על אף ריבוי המחקר סביב מיניות לאורך השנים, עדיין קיים שיח מעורפל על מיניות נשית ככלל והפרעת כאב גניטלי בתוכה, ייתכן כי על רקע מנגנונים פסיכולוגיים וחברתיים-תרבותיים שיוצרים חסמים וטאבו בשיח (Braun, 1999). החסר בידע ובמודעות בקרב אנשי הטיפול והמטופלות מביא פעמים רבות לעלייה בחוסר האונים של המטופלות, לתחושות ייאוש ולחוויה של בדידות ובושה מול הכאב שהן חוות. לעיתים נשים חושבות את הכאב בחדירה כנורמלי וכקיים "אצל כולן", נטות לייחס את הכאב למצבים מנטליים שלהן או מתביישות לדווח עליו. בנוסף, נשים שפנו להתייעץ הרגישו לא פעם כי הן עוברות סטיגמטיזציה. הן מקבלות את הרושם כי הכאב הוא תירוץ להתחמק מסקס או ביטוי לסומטיזציה, למשל (Vieira-Baptista et al., 2018). למעשה, גם כשנשים אכן מדווחות על הכאב שלהן בקיום יחסי מין, ישנם חסמים (קוצר זמן, היעדר ידע, חוויות היעדר שליטה ומסוגלות, תחושת חודרנות ומבוכה) בקרב רופאות-ים המקשים על דיון מותאם עם המטופלת, קבלת אבחנה וטיפול מיטביים (Leusink et al., 2018). ממחקרים עולה, כי בקרב נשים שסובלות מכאב ואשר פנו לרופא נשים בנושא, רק 52% מקבלות אבחנה רשמית (Vieira-Baptista et al., 2018). פעמים רבות, כשאשה תיגש ותדווח לגינקולוג על כאב, היא תקבל אבחנה וטיפול לדלקת פטרייתית, אבחון שלרוב יימצא שגוי. כמו כן, נמצא כי נשים שסובלות מכאב ביחסי מין פגשו כ-15 רופאים בממוצע לאורך שנתיים-שלוש טרם קבלת אבחנה מתאימה (Bergeron et al., 2015; Leusink et al., 2018; Vieira-Baptista et al., 2018).

PLISSIT (Annon, 2013) הוא מודל שיחה לינארי שפותח כדי לסייע לאנשי צוות רפואי לקיים שיח טיפולי ויעיל בתחום המיניות, שמצאתי אותו גם אני כיעיל לעבודה שלי עם מטופלות. ים ובהנחיית אנשי צוות רפואי לעבודה שכזו. מרכיבי המודל כוללים קבלת אישור מהמטופל לדון בנושא המינית ועידוד שיח פתוח ומאפשר (P - permission), מתן אינפורמציה ברמה

והפרעת כאב או בחדירה גניטלי-אגני. הללו מחייבות דיווח של המטופלת על מצוקה והופעה של למעלה משישה חודשים כדי לאבחן. הנתונים לגבי שכיחותה של הפרעת הכאב הגניטלי לא ברורים ונעים בין 8% ל-28% בקרב נשים בקבוצות גיל שונות ובמצבי חולי ובריאות שונים (Pukall et al., 2016). בספרות הרפואית קיימת אבחנה של וולוודיניה (תסמונת של כאבים כרוניים בחדירה או שלא בחדירה שלא מוסברים על ידי מצב זיהומי חולף), ותחת הגדרה זו ניתן למצוא גם את וסיטובולודיניה/ וסיטובוליטיס, כאב שמקורו עצבי או דלקתי במבוא העריה (כניסה לנרתיק) ווגיניזמוס (כיווץ יתר של שרירי רצפת האגן). בין האבחנות קיימת קומורבידיות. לעיתים הכאב מופיע כבר בפעם הראשונה שניסתה האישה להכניס טמפון בנערותה או כשהתנתסה ביחסי מין עם חדירה לראשונה (וולוודיניה ראשונית), ולעיתים מופיעה ההפרעה לאחר כמה שנים ובסיטואציות מסוימות (שניונית). ישנו כאב שהוא תלוי ניסיון חדירה (provoked) ויש שמופיע באופן רנדומלי ללא תלות בחדירה (unprovoked). נשים מדווחות על אי אלו תחושות משתנות שמיוחסות כולן להפרעה: צריבה, גרד או כאב.

ממצאים אמפיריים מצביעים על אטיולוגיה רב-גורמית להופעת ההפרעה והשלכות רבות להתמודדות עימה ברמה הפסיכולוגית, הבין-אישית והגופנית (Bergeron et al., 2015).

## נמצא כי למשתנים הורמונליים השפעה חזקה בהורדת הסף והסיבולת לכאב; אסטרוגן מעלה את סף הכאב והסיבולת לכאב דלקתי בטווח הקצר, אך בטווח הארוך מגביר תהליכים במערכת העצבים הגורמים לרגישות יתר לכאב

**ברמה הפיזיולוגית**, כאב יכול להיגרם מדלקת, פטרייה, מחלות עור, אנדומטריוזיס, בעיה נירולוגית, חוסר אסטרוגן או מחלות באיברים סמוכים כמחלת מעי דלקתי, לדוגמה. מצבי כאב יכולים להתפתח גם לאחר לידה וכן סביב שינויים הורמונליים של גיל המעבר או שימוש באמצעי מניעה הורמונליים.

מעבר לרמה הפיזיולוגית, בשנים האחרונות מבינים כי ההיבטים הפסיכולוגיים והחברתיים עלולים ליצור או להזין מעגל כאב שקשה לצאת ממנו בשל התניות והטמעה של התנהגויות שונות.

**ברמה הפסיכולוגית-קוגניטיבית**, כאב בחדירה יכול להיגרם מחשיבה קטסטרופלית הנוגעת לחדירה, חרדה מכאב, אמונות מוטעות בנוגע למיניות, חוסר ידע אנטומי וכמובן קיומה של



שקיבלו תגובות כמו: "למה את צורחת, תירגע", "זה לא כזה כואב", "תשתי יין זה ישחרר לך...", "איך תעברי לידה ככה?" ועוד שלל אמירות מקטינות ומשתיקות (קלינגבייל, 2018). כשהרופאים לא מזדהים את הבעיה ברמה הפיזית ולא נותנים לה שם, הכאב נותר שקוף ולא מטופל, והאישה לעיתים מפנימה את היותה פגומה, מייאשת והיסטרית כביכול.

רופאים מצידם מרגישים גם הם מתוסכלים מאוד נוכח אי-יכולתם לתת מענה. בה בשעה הם נוכחים וחווים בחדר הטיפול את הסבל הרב שהם גורמים. בסיטואציה כל כך רגישה וכאובה, ניתן להבין כיצד תגובות תוקפניות או אדישות יכולות לבוא לידי ביטוי כהגנה אל מול חוסר האונים שהם חווים (קלינגבייל, 2018). האשמה בסיטואציה היא בעיקר מערכתית. מערכת בריאות שאינה מציינת את נותני הטיפול בידע הנדרש ולא מקדמת ידע ואוטונומיה באשר לגופן, מיניותן ובריאותן בקרב הנשים. כך יוצא שגם מערכת הבריאות "סובלת", ולא מעט נשים נמנעות מבדיקות שגרתיות אצל גינקולוגים ומסכנות את בריאותן או לחילופין מגיעות עם תלונות חוזרות ונשנות ללא פתרון.

## תמות מחדר הטיפול

הטיפול המומלץ כיום לנשים הסובלות מכאב גיטלי כרוני מציע גישה אינטגרטיבית מולטידיסציפלינרית (Brotto et al., 2015) ומשלבת. בין הטיפולים המוצעים: פיזיותרפיה רצפן אגן, טיפול רפואי (כדוגמת חסמי הולכה עצבית, משחות אסטרון, טיפול בלייזר) וטיפול פסיכולוגי (כדוגמת טיפול קבוצתי, CBT, היפנוזה, פסיכותרפיה). עם זאת, יש לציין כי עולם הגינקולוגיה עודנו "סובל" מחוסר בידע ובמודעות והוא ניחן בהבנה חלקית של ההפרעה, כמו גם מיעוט יחסי במחקר. נשים רבות אפוא נאלצות להתמודד עם כאב כרוני משך שנים רבות.

כעת, אני בוחרת להביא סיכום אישי הכולל תמות מחדר הטיפול כפי שחוויתי בקליניקה עם מטופלותי. נשים הסובלות מכאב גיטלי כרוני מביאות עימן לחדר את הבושה, הייאוש ממציאת פתרון ותחושת הפגימות העמוקה שהתקעקה בהן עם הזמן. מניסיוני, ככל שעבר זמן רב יותר מרגע הופעת הכאב עד קבלת האבחון, הפתולוגיה הרגשית שהתפתחה סביב הכאב הופכת קשה יותר ועקשנית יותר, והשלכותיה מוכללות יותר. התמות החוזרות שעולות עוסקות בחוויה של גוף בוגדני, של מיניות מביישת ותחושת כישלון ("אני לא אישה אמיתית"). בהרבה מקרים מערכת היחסים עם הגוף מתאפיינת, במקרה הטוב, בפיצול של הפות משאר איברי הגוף המתפקדים והכחשתו כמו היה ילד דחוי, ובמקרה הקשה יותר, בדיפוזיה של התיעוב העצמי והאכזבה לתוך דימוי הגוף כמקולקל או דוחה. נשים שסובלות מההפרעה (ולא רק) לא פעם מדברות בסלידה ומבוכה רבה על הפות שלהן,

המתאימה (LI - limited information), הצעות ספציפיות לטיפול (SS - specific suggestions) וטיפול אינטנסיבי או הפניה להמשך בירור וטיפול מומחים (IT - intensive therapy). שימוש ב-PLISSIT הוכח כיעיל במחקרים על בעיות בתפקוד מיני בנשים במגוון גילים ומצבים רפואיים (Rutte et al., 2015). סיכום ממצאים אלו מחדד את חשיבות הגברת המודעות וההבנה בהפרעת הכאב המיני בקרב מטפלותים (בתחומי הרפואה והפסיכולוגיה), כמו גם בקרב המטופלות עצמן. מהלך כזה עשוי לתרום לשיפור המענה הטיפולי שמקבלות נשים בקהילה.

## כשבוחנים התייחסות של מטפלים לכאב של מטופליהם, נמצא שביטוי כאב באופן "נשי" נתפס כבעל ערך נמוך יותר וכנובע יותר ממקור נפשי

### כאב במעגל החיים הנשי

"אל-האשה אָמר, הָרְבָּה אֶרְבֶּה עֶצְבוֹנִי וְהִרְגֵּנִי -- בְּעֶצֶב, תִּלְדֵּי בָנִים; וְאֶל-אִישִׁי, תִּשְׁוֹקֶתָ, וְהוּא, יִמְשָׁל-בִּי." (בראשית ג, טז)

כשאני חושבת על אבני דרך שמוגדרות כמשמעותיות בהתפתחות הנשית, אני מוצאת שהכאב והפחד אינהרנטיים בציפייה להן: קבלת וסת, צמיחת שדיים, טיפולים אסתטיים פשוטים כמורכבים ("בשביל להיות יפה צריך לסבול"), יחסי מין ראשוניים ("סיפורי אימה" על הדימום והכאב בקריעת קרום הבתולין), מכאובי ההריון וכמובן הלידה, טיפולי פוריות וכן אלמנטים של הסתרה, מסרים כפולים ובושה הנוגעים לאוננות ולמיניות המתפתחת. ברמה התרבותית וההיסטורית, נשים מצופות לחוות כאב כחלק לגיטימי, להכילו ואף לשמוח בו בכל הנוגע להתפתחותן המינית ופוריותן. כמובן שכאב הוא חלק חשוב, טבעי ואנושי בחייו של כל אדם באשר הוא, אך הוא עלול ליצור מורכבות נפשית ולהפוך לסבל מתמשך כאשר הוא אינו מקבל הכרה ומענה. כאשר הכאב נוגע לאזורים של מיניות, בפרט בתוך חברה שמרנית ופטריארכלית שבה הביטוי של מיניות נשית הוא מעין טאבו, הדבר הופך אף למורכב יותר.

נשים שסובלות מכאבים גיטליים ומגיעות לבדיקה גינקולוגית שמערבת בדיקה פולשנית כעניין שבשגרה, מתארות לא פעם אטימות וחוסר סבלנות אל מול הכאב שהן חשות, ולעיתים חוות את הרפואה כמתוסכלת ואף זועמת. עקב אי הנוחות שעולה נשים מספרות כיום באופן גלוי ברשתות החברתיות ובתקשורת

ועדיין יכולה להרגיש בקלות כפולשת. לעיתים אני מרגישה עצמי כעוד גינקולוגית קרה ואנליטית, שלא קשובה לאופן שבו הן צריכות שאתקרב ו"אבדוק" אותן. מדהים כל פעם לראות כיצד הכיוון והדריכות שהן מתארות בתוך החוויה על כיסא הגינקולוג (או עם בני זוגם) מגיעים אל כורסת הקליניקה ודורשים ממני להיות קשובה למבע הגופני, לסגת כשצריך ולתקף את הכאב, ולעיתים לוותר על המוטיבציה הדוחפת שלי להצליח "לרפא" אותן ממנו. התהליך איטי, וכולל נסיגות לתוך ריחוק והימנעות, ומעלה לא מעט תסכול גם אצלי, כמו גם חוויות של תקיעות וייאוש שהן מכירות כל כך מקרוב. לא פעם, גם אחרי שהגיעו אליי ועל אף סיבת הפנייה המוצהרת, ישנו קושי אדיר לגעת בנושא, ולעיתים נדרשת תקופת זמן ארוכה, שיכולה להגיע גם לחודשים ושנים. לאורך הטיפול אני מקבלת את הסכמתן לקשר ושיתוף פעולה עם הגורמים המטפלים (גינקולוגית, פיזיותרפיסטית רצפת אגן) ולשיח פתוח ומפרה על פי הצורך.

## נשים שסובלות מכאב ביחסי מין פגשו כ-15 רופאים בממוצע לאורך שנתיים-שלוש טרם קבלת אבחנה מתאימה

### סיכום

כפסיכולוגית שמוקד עבודתה בחיבורים העדינים והמתעתעים שבין הגוף לנפש, אני ממשיכה ללמוד את האופנות האמפתיות והמותאמת שבה עליי לגשת למטופלותיי, כזו הנושאת על דגלה "הגוף שלך, הקצב שלך - הנחי אותי". כשאני יושבת עם אישה שסובלת מכאב גניטלי, אני משתדלת להיות מודעת למבט שלי, להופכו ממבט "ספקולום" אבחנתי וקר למבט סבלני, מאפשר, שממלד חדווה וסקרנות. הן מצידן, לומדות לקחת שליטה על גופן ומיניותן ולעמוד מול המבט הסקרן והחפץ להתקרב שלי כמי שראויות לו, יכולות לו ומסוגלות ולהתפתח באמצעותן. אני מכירה בזמן הדרוש לפתח בי אמן מחודש כאשר טיפול, אחרי לא מעט אכזבות בעברן. זה דורש מאיתנו כמטפלות. ים להקשבה רגישה מאין כמוה ולמעברים מורכבים בעמדות שלנו בתוך החדר כסוכני תיווך ומגע עם העולם הפנים-נפשי מצד אחד, וכגורמי סמכות וידע של העולם ה"חיצוני" מצד שני. לעיתים נהיה גורם הטיפול הראשון שנשים אלה יפגשו שייתן להן את התוקף, המענה הראשוני והתקווה למצוא מזור לכאבן. זה תהליך מרגש להיות חלק ממנו שמתווה עבורי את התפיסה הטיפולית עם כלל מטופלותיי ומטופליי, ומלא בתחושת שליחות כאישה, פמיניסטית ופסיכולוגית רפואית.

לרשימת המקורות, ראו באתר הפ"

ומנכחות את ההפנמות החברתיות שגדלו עליהן בנוגע לכמה הוא "מגעיל" או "מסריח" או עד כמה צורתו "מעוותת". המפגש עימן מהדהד בעוצמה את הייסורים והבלבול שעולה במסרים הכפולים שהדהדו לכיוון עם השנים: מצד אחד, הפות מקושר לחיים, תשוקה, מסתורין ונשיות, אך מצד שני מקושר גם לבושה, הסתרה, פחד וסלידה מריחותיו והפרשותיו. באופן מובן, הן מדווחות על ירידה בחשק המיני עם הזמן עד כדי היעלמותו, כמו גם הימנעות מכניסה למצבים אינטימיים או ביטוי קרבה כדי "לא לעורר את בן או בת הזוג". לעיתים הן מתהלכות בעולם כמסתירות סוד שמונע מהן ליצור אינטימיות זוגית ואף חברית מחשש ש"יתגלו". כאשר הן מצויות בתוך קשר זוגי ישנה תחושה של אשמה כבדה כלפי הפרטנר. ית ופחד כי יינטשו. חלקן אף מדווחות על חוויה של התחזות או הולכת שולל, "אני כאילו מינית וכאילו סקסית, אבל אני לא יכולה לתת כלום ברגע האמת". רבות מהן מרגישות שהן היחידות בעולם שמרגישות ככה, שהן שונות מכל הנשים ש"מצליחות", ושכולן סביבן זכו במשהו שלעולם לא יהיה להן. חשוב לציין את ההקלה המשמעותית שהן מרגישות כאשר אני מספרת להן על שכיחות התופעה ומפנה גם לקבוצות אינטרנטיות שבהן הן יכולות לקבל הזדהות ותמיכה נשית. כמה משמעותית הידיעה ש"את לא לבד".

רבות מהנשים מפתחות שיטות התמודדות מל-אדפטיביות: החל מהימנעות כוללת מיחסי מין ועד צריכת סמים ואלכוהול או כל חומר משכך כדי לשאת את הכאב והחרדה הכרוכים בסיטואציה המינית. אצל חלק מהנשים אני פוגשת חוסר בידע, לעיתים אף בסיסי ביותר, בנוגע למבנה האנטומי והתפקודי של איברי המין והמערכת ההורמונלית, לרוב כתוצר של תפיסות נוקשות או מביישות ש"חנקו" את הסקרנות הטבעית וחדוות הגילוי לאורך השנים. חלקן לא חוו מעולם הנאה מינית או אורגזמה, ואת גילויי המיניות הראשונים חוו עם פרטנר באקט שכלל חדירה, לרוב באופן שלא היה מותאם לקצב ולבשלות שהיו בה. לעיתים קדמה לכך חוויה כאובה מניסיונות ראשונים להחדרת טמפון, ולעיתים נעדרה חקירה עצמית והתנסות באוננות מתוך ההימנעות ממגע ומבט, קונקרטיים וסמליים, עם הפות והמיניות שלהן. אנחנו מדברות בחדר על האפשרות לחוות מיניות שאינה כוללת רק חדירה, על המשחקיות שמצויה בתוך העולם המיני והאחריות שנמצאת בידיהן לחקור ולהבין את גופן גם ללא קשר לפרטנר. ית שלהן. אנחנו מכוונות לאפשרות לצאת ממצב שהייה פסיבי על כיסא הגינקולוג (או במהלך אקט מיני), בכיוון, בנשימה עצורה ובציפייה שייגמר, ולעבור לגישה אקטיבית, סקרנית, שמישירה מבט ומעיזה לדרוש ולקבל הסברים ישירים וברורים על גופן ובראותן כמו גם התוויית הקצב והאופן המתאים עבורן.

בתור המטפלת, אני יכולה להעיד על חוויה חוזרת שלי כחודרנית בתוך יחסי ההעברה בחדר. אני מוצאת עצמי, במיוחד בתחילת הקשר, מתהלכת סביב הנושא כמי ששומרת על פורצלן שברירי,

# הסובייקטיביות של אישה מבוגרת בין האישי למקצועי ולפוליטי

## ניצה ירום

למטרה זו אני מנדבת את הסובייקטיביות שלי. בעיניי יש כאן מעשה שהוא בין המקצועי לאישי - אינני אקסיהביציוניסטית, וחומרי הנפש של אישה בת גילי (77) הם חומרי נפש חקירים: צריך לחקורם ולהכירם, זוהי מהות פסיכולוגית ופסיכואנליטית במיטבה.

המפגש של הפסיכולוגיה והזקנה איננו מבורך, לא בתאוריה ולא בפתיחות לזקן כ"אחר" שבקרבו. שלב החיים השמיני והאחרון ברשימה שהתווה אריק אריקסון (1961), שהיה שייך למעגל הפסיכואנליטי-חברתי בארצות הברית באמצע המאה הקודמת, מתאפיין בתמות של שלמות עצמית או כילול (אינטגרציה) מצטבר, הכולל את פחד המוות, מול זקנה של ייאוש, מול המשך הקצר שנותר. הדגם שלו עדיין עומד כדגם פסיכולוגי מוכר יחיד לזקנה. בשטח, המחסום הקיים לגבי הזקנה, בייחוד בקרב אנשי מקצועות הטיפול, שאינם ששים לעבוד עם האוכלוסייה הזו וסובלים מרתיעה חברתית אפילו מהמילה "זקן" - הוא המגייס אותי למוסס אותה. "תגידי מבוגרת, לא זקנה" - קיבלתי עצה מחברה דואגת, ואימצתי אותה - רציתי שיקראו את דבריי ולא יירתעו מן ההתחלה. אך ניתן לומר שהקורונה עשתה משהו טוב לזקנה, היא שמה אותה על המפה; את הבדידות, את הגילנות כמפלה ואת הצורך במאבק כנגד הסטיגמות ובעד האכפתיות והעזרה. האישה הזקנה כאישה עדיין מנסה להיאבק על חיוניותה ונשיותה, כשהמבט הגברי לרוב מסתכל עדיין למטה בסולם הגיל, לאישור "נעוריו ואונו" שלו, דרך השגת "אובייקט הצעירה", ואפילו רק את תשומת ליבה.



מאמר זה זורה אור על הסובייקטיביות של האישה המבוגרת או הזקנה כמקור לחיוניות בתקופת חיים המרופדת בסטראוטיפים מגבילים. הנשיות והמיניות של האישה הזקנה מוצגות כאופציות לליבדיו בכל גיל וכהזדמנות ליהנות מה-too muchness, הגיוון והעוצמה שההתענגות הנשית המינית מאפשרת. הסובייקטיביות הגופנית תתעכב על הנראות ("הגוף בגד בו") וההתעייפות, מה שמאפשר לאישה להרפות מהתגייסות נמרצת. הקשיים הסובייקטיביים במפגש עם הטכנולוגיה בזקנה מוצגים כקושי אינהרנטי וכדרך לקשר בעצם בקשת העזרה. ההתייחסות לשיח טיפולי בין-דורי שיכול להתרווח דרך הפרספקטיבה המוצגת כאן מלווה את המאמר, בתנועה שבין האישי, המקצועי והפוליטי הקורא לשינוי בהתייחסות הבסיסית.

## מבוא

את הצגת הסובייקטיביות של האישה המבוגרת אפתח בעיקרון שממנו אפליג במאמרי זה: הליבדיו שלנו הוא חיוניות העומדת לרשותנו בכל גיל ובכל מגדר. לאורה חשוב לראות כיום את הסובייקטיביות של האישה המבוגרת וליישמה, תוך מאבק בסטראוטיפים חבוטים ובניסיון לנפץ את תקרת הזכוכית של "אישה זקנה" (וגם של האיש הזקן).

בפתיחת המסה הראשונה בחיבורו "שלוש מסות על התיאוריה של המיניות" (פרויד, 1905/2002), לפני הצגת האובייקטים והמטרות המיניות שהם ליבת החיבור, פרויד מצהיר, כמו במקומות אחרים בכתביו שבהם ישנם הדגשים שונים של המושג, על מרכזיות "הדחף המיני" שעבורו אין לו מילה טובה יותר מאשר המושג "ליבדיו".<sup>1</sup> מייד לאחר מכן פרויד אומר: "מקובל לחשוב שאין הוא קיים בילדות, וכי הוא מופיע עם תהליך ההבשלה של גיל ההתבגרות ומתוך קשר עמו" (עמ' 20). אני נוטלת על עצמי הרחבה נוספת. אין מקובל לחשוב שאנשים "זקנים" זכאים לחיוניות, לאמירת הן לחייהם (ולא רק ל"שארית חייהם"), בעוד שהחיוניות שלהם כוללת מיניות, סקרנות, גופניות מהנה ועוד מהויות של חוזק וחולשה שעליהן אדבר דרך פריזמת הסובייקטיביות של אישה מבוגרת.

<sup>1</sup> ד"ר ניצה ירום היא פסיכולוגית קלינית ופסיכואנליטיקאית.

<sup>2</sup> משמעות המילה בלטינית היא תשוקה עזה, תיאבון, געגוע (ראו Cassell's Latin Dictionary).

כדי לחזק את הפן המקצועי-אורטי של דיונו, ברצוני להוסיף כתמיכה לחירות המינית הנשית שאני נוטלת בעקבות פרויד את מושג ה-*too muchness* שמכב בדיון הפסיכואנליטי העכשווי במיניות.

מושג "העודפות" בתחום המיניות הנשית, שדנות בו בשנים האחרונות, בין השאר, הפסיכואנליטיקאיות האמריקאיות ג'סיקה בנג'מין וג'יל אטלס (Benjamin & Atlas, 2015), התגלגל מדיון במיניות הנשית בפסיכואנליזה הצרפתית, שבה הנשיות והמיניות הנשית היו אובייקט לחקירה פסיכואנליטית גם כאשר היא כמעט נעלמה בפסיכואנליזה האנגלו-אמריקאית בעקבות השפעות זרם יחסי האובייקט. הדיון בעודפות החל ממושג ה-*jouissance* (שלרוב תורגם כ"התענגות" או לא תורגם כלל), עם הפסיכואנליטיקאי הצרפתי לאקאן (Lacan, 1955-6/1993), ובא לציין את עודפות ההתענגות של האישה כביטוי היסטרי לקושי שלה לקבל את המסמן הגברי בסדר המיניות שלה, ונרשם כחסר וכניתוק זמין בין הגופני-חושתי ובין היכולת להסמלה. לדידו, ההתענגות העודפת היא פועל יוצא ממעמדו של המבט הגברי המתקף את המיניות והזהות הנשית - שהוא לעולם לא חלק אינטגרלי מהאישה והיא תלויה בו ולפיכך הוא במעמד של "חסר" - המתגלם בתשוקה המעוגנת יותר בפנטזיה ומתקשה למצוא עוגן מקביל במציאות.

אני מרגישה נוח יותר עם קבלת האחרות של הגבר או האחר המגדרי והמיני במסגרת ההיכר (recognition) שבנג'מין (1988/2005) וההוגות הבין-סובייקטיביות מדברות עליו, כשהוא נשאר כדיון באחרות המובנית במפגש עם אחר זוגי מיני - שאיתה צריך להתמודד; אך אינני שותפה להבטלה שלהן את רישום ההצפה הגירויית של המפגש הראשוני עם האם במיניות הבוגרת. אל מושגי העודפות והאחר המגדרי/מיני ברצוני לצרף ולהחזיר למקומו את הדיון בגוף ובמיניות של האישה. מיניותה של האישה היא עניין מורכב. היא ממוקדת בדגדגן ובנרתיק כשני חלקיו המשלימים של אזור רגיש ומחורר - הפות. הפות הוא הממפה ומגדיר את האישה ואת המיניות שלה, אלא שזהו רק האזור המרכזי למיניות, בעוד שבמשחק המיני השדיים ובמיוחד הפטמות שלה הם ציון דרך עבור הפרטנר המתעורר, ולהיתגרות שלה עצמה, וגם הישבן מעורר. בעיקרון, כל גופה, עורה ומעייניה של האישה משתתפים בעונג ובצורך לתשומת לב. אל אלה התווסף גילוי האורגזמה המרובה אצל האישה באמצעות דוח קינסי (Kinsey at al. 1953). במכלול הזה מתעוררת חרדה אצל האישה מן העובדה שחודרים אליה, וחרדה מן ההתעוררות המועצמת באזורי גוף מפוזרים שגם משא ומתן עם הפרטנר שבהזדקקות אליו ולמגע שלו קיים החשש לאובדן שליטה עצמית. השחרור הנשי כיום מתבטא בכך שנשים מרגישות מועצמות בעקבות מאבקים פמיניסטיים-חברתיים, ורוצות מין ומזהירות על כך. אבל

לסיכום, נאמר שאת המושג "אישה זקנה" אני מאמצת כמרכיב בזהותי; שאנחנו דנים בקבוצה הטרוגנית וגם מוחלשת, שההיבט החברתי והשפתי (בעברית) לגביה הוא עד כה מיזוגני; שיש לחברות בה ליבידו, המצוי אצלן גם בעצב, בחששות ובאובדנים, וגם באפשרות לדעיכתו. את אלה נדגים ובכך נדון.

## הליבידו שלנו הוא חיוניות העומדת לרשותנו בכל גיל ובכל מגדר

### על נשיות ומיניות בזקנה

בראיון עם פרופסור דורון בכתבה "חמישה ספרים על זקנה" בוחר הפרופסור לגרונטולוגיה להציג ראשון את ספרה של סימון דה בובואר שנקרא בצרפתית "הזקנה", ותורגם לאנגלית כ"בהגיע הגיל". פרופסור דורון מציג אותה כאחת הנביאות של התנועה האייג'יטיביסטית התובעת להכיר בכך שהחברה לא רק מתעלמת מבני הגיל השלישי אלא גם מפלה ומדירה אותם (דורון אצל רודנר, 2021). עוד הוא מציין שדה בובואר לקחה את התפיסות הרדיקליות בתחום המגדר וניסתה ליצור מניפסט דומה בתחום הזהות הזקנתית (כמו מה שעשתה לזהות הנשית בספרה "המין השני").

לפני זמן לא רב קראתי את הממואר של קלוד לנצמן (2011), הבמאי של הסרט "שואה" הבלתי נשכח, שהיה מאהבה של סימון דה בובואר במשך 7 שנים, בהיותו בן 25-32 והיא מעל גיל 40, אישה דינמית, יפה ועצמאית (זוגתו של הפילוסוף ז'אן-פול סארטר). הוא מספר שבשנותיה האחרונות, בהיותה בשנות השבעים לחייה, היא מתארת לו סצנה שבה היא וסארטר נמצאים בחברת אנשים צעירים. הוא מוקף בצעירות ש"נמרחות" עליו, ולעומת זאת, כשבא איש צעיר לחברתם, והיא מגלה בו עניין נשי/מיני - הוא נועץ בה עיניים: "מאיפה נפלת?!"

לדידי, נביאת האייג'יטיביזם והמגדר עצמה, הכתה בתקרת הזכויות הנשית. אני מוצאת עצמי מדברת בפורומים שונים: בסמינר על מיניות ואינטימיות, בהרצאה באגודה לטיפול מיני ועוד על כך שהליבידו של הזקן בכלל, ושל האישה הזקנה בפרט, הוא לבחור בחיים. כפי שהראיתי במבוא, אליבא דפרויד, ליבידו הוא יצריות וחיוניות, ובעידן הקורונה מתחייב לבחון את מעמד המגע והיעדרו עבורנו בכל הגילים. "הוא לא נוגע בי", נשים מתלוננות בקליניקה. על היצריות הזו אני נאבקת, על המעמד החברתי שלה, לעורר נשים מבוגרות לא להזהדות עם ההגחכה של מיניותן, עם דמותן כ"לא בנות עשרים יותר", או כמזהות עדיין, חרף הזמן שעבר, כמעין "מכשפות" מימי הביניים במראה המבוגר שלהן.





בכל גיל. חיים - כשחיים; הגוף הנשי הוא מקור ממושט לעינוגים, שאפשר וצריך לנצל אותו.

## על הגוף הנשי בגיל השלישי

מודרך מביא מקרה של מטופלת "מבוגרת", שכל הזמן מקוננת שהיא כבר לא צעירה, שהיא "כבר לא בת עשרים", שאין לה כבר את הגוף שהיה לה, שהגוף בוגד בה. והוא מביא את תגובתו המקבילה: הוא אמפתי ומשתתף בהתאבלות שלה, מרגיש שכך הוא פועל כמטפל רגיש, אינו בטוח שאינו מחזק את ההתקבעות שלה באבל אך חושש מיציאתו מהעמדה האמפתית; אחרי הכל, "היא אישה מבוגרת", והוא מטפל צעיר.

אשתמש כאן במושג "מקלט בגוף" שטבעתי (Yarom, 2015) כדי להבהיר את התגובה הנפשית הרווחת בחברה המאדירה נעורים, בעיקר אצל נשים, אשר לדבריהן, גופן (כמו אצל המטופלת המוזכרת לעיל) "מואשם" בכך ש"בגד בהן", כדי להראות כיצד אנו נוטים למצוא מקלט בגופנו הממשי או הפנטזמטי מפני מה שמאיים עלינו נפשית. ברמת העיקרון, המקלט ב"גוף הצעיר", האבוד, שאין לנו יותר, הוא ניקוז של אנרגיה נפשית לדמות פנטזמטית המתעצבת בעקבות התדמיות החברתיות לגבי הנעורים, ואולי מחמת חוסר ביטחון נשי מובנה. לפיכך, מה ששכיח הוא תיעוב הגוף הזקן בכלל, וזה של האישה הזקנה בפרט. לאישה עצמה, הגוף הממשי הוא "גוף שבוגד", בקמטים, בשיער השיבה, בחזה, בכתמי העור, בעוד שישנה אפשרות לא להתכחש לתהליך הזקנה ולקבל את הגוף הנשי המשתנה.

רעיון הליבידו (על פי פרויד), שאותו אימצנו, קרוב לרעיון "העצמי האמיתי" של ויניקוט (Winnicott, 1960/1965), שם הוא רואה אותם כשווים). במאמרו זה על עיוותי האני במושגי עצמי אמיתי ומזויף וויניקוט כותב במפורש שהעצמי האמיתי ניזון מתחושת חיוניות (aliveness) של תחושות ותפקודי הגוף, וכל התרחקות ממנה פירושה תחושת ריק, העמדת פנים וזיוף - כי התרחקנו מן הגוף הממשי וחיוניותו. בהתמקדות באבל על הגוף שאיננו, ש"בגד" - אנו מדכאים את החיוניות שקיימת. מומלץ, אם כן, ליהנות ממה שהגוף מאפשר, לראות אותו כמשתנה, ולא להתבצר במקלט הגוף הפנטזמטי "הצעיר" - בייחוד כאופציה נשית. שאלו אותי: "את לא מתאבלת על כלום?" משמע, אינך מתאבלת על "אובדני" גופך?

אמרתי, אחרי מחשבה קלה: "כן, על בעלי שמת לפני שנתיים. הוא חסר לי ברמות". בשיערי שהלבין - בחרתי, הכתמים שהתנחלו על עורי אינם מעסיקים אותי, זה העור שלי. נכון הוא שלא פעם אני מגניבה מבט בדמותי הניבטת עליי בחולפי על פני חלון ראווה, ואני שואלת את עצמי: "מי זו הזקנה 'שנדבקה' אליי?". התרגלתי כבר להשהות את המבט ולהגיד לעצמי: "את נראית לא רע!" (זה שיקוף

מסתבר שהפחד מעודפות שתגרום לאובדן שליטה בתפקודיות של האישה באמצע חייה והודאה בתלות שלה בפרטנר - מכניע את הדחף המיני בזוגיות השוויונית של זמננו (וראו ספרי מ-2018: מצפן לזוגיות ראווה: "מדריך לשותפות במיניות ואינטימיות", פרק 6 ופרק 14, ובהרצאותי בכנס ההתייחסותי, 2019, ובכנס האגודה לטיפול מיני, 2021).

## האישה הזקנה כאישה עדיין מנסה להיאבק על חיוניותה ונשיותה, כשהמבט הגברי לרוב מסתכל עדיין למטה בסולם הגיל, לאישור "נעוריו ואונו" שלו

אפרט. בהזדמנויות אחדות דנתי בתופעה קלינית שעולה בחדר הטיפול: כיצד הפרטנר כחבר הכי טוב של האישה בזוגיות העכשווית הוא מי שלעיתים קרובות היא בוחרת להימנע ממין איתו (וגם להפך), תופעה שמכונה כ"שחיקה בחיי נישואין". התזה שגיבשתי היא לא שמשך הקשר "הורג" את התשוקה אלא טיב הקשר הזוגי כשהוא מתקיים כקשר תפקודי ולא כקשר סובייקטלי. כלומר, הזוגיות מתקיימת כהסדר שצריך ל"תקתק" אותו, לרוב לפי נורמות ודגמים משווקים, גם במין; תחושת העודפות יכולה להביא לניסיון להימנע מאובדן שליטה מול הקושי למולל עם עצמי ועם הפרטנר תחושות וצרכים שהמפגש המיני מזמן (באורגזמה ובהתמסרות עם פרטנר בוגר בכלל). יתרה מכך, תחושת העודפות תביא להימנעות מאובדן שליטה, כשאפשר למולל עם עצמי ועם הפרטנר את התחושות והצרכים במפגש המיני, וליהנות מהגיוון ומהעוצמות.

מטרת הטיפול היא לעזור להתיידד עם הפחדים מאובדן שליטה המרמז על איום אובדן העצמי, וגם להתיידד עם הפרטנר הזוגי-המיני כישות של "אחר", עם גוף נפרד, פיזיולוגיה שונה והווה נפרדת, שאיתו אפשר וצריך לתקשר.

הדיון ב-too muchness בגיל השלישי, במיוחד לגבי האישה המבוגרת, יכול להתבטא בקבלת החירות המשפחתית, הפיזית, הנפשית: תעשי מה שבא לך, תוך התחשבות בשיקולים מציאותיים כלשהם. הפחד העולה בקליניקה מאובדן שליטה ומהודאה בתלות בבן הזוג לאישה המועצמת באמצע חייה - יכול להשתנות בהזדקנות. פחות עסוקים בשליטה וב"תקתוק" בין הקריירה למשפחה ובמשפחתיות תפקודית, ויותר ב"מותר ליי", "מגיע ליי", שיכול לרוכך גם את היחס אל האחר. זה יכול להיות כיוון טיפולי חשוב, בתנאי שהמטפל חש אותו. אני ממש אקטיביסטית שלו, לא במובן של פסיכולוגיה חיובית, אלא של קבלת הליבידו שלנו

המבט שבעלי הפקיד (בי).

חשוב להדגיש שני מקלטי גוף שכיחים בזקנה - מנקודת מבטה של האישה: הנראות - שבה כבר עסקנו, והעייפות - שבה נעסוק עכשיו.

## מסתבר שהפחד מעודפות שתגרום לאובדן שליטה בתפקודיות של האישה באמצע חייה והודאה בתלות שלה בפרטנר - מכניע את הדחף המיני בזוגיות השוויונית של זמננו

עייפות כלשהי שנחתת ביתר קלות מאשר פעם היא אפיון של גיל מתקדם. אחת הסיבות שאני מרגישה נוח עם זהותי כזקנה היא כי אפיון העייפות מתחלק באופן כמעט שווה ככל שהגיל מתקדם, אפילו אצל אלה שאומרים על עצמם שהם "לא זקנים"; גם אצלי. העייפות כשלעצמה איננה מקלט בגוף מכאבים ומטלטלות של הנפש - היא מצב הגוף (ראו: מקדוגל, 1989/1998; ירום, 2010, Winnicott, 1949/1958, 2013).

כשהיא משמשת כמקלט מהחיים - היא מהווה מקלט־גוף, אך כשהיא בחזקת עצמי שמכיר בתחושותיו הגופניות - זהו סימן לגבולות היכולת של האדם כשהשנים נוקפות. ראיתי אצל לא מעט נשים את הקושי להרפות מהמחויבויות שלהן, בעיקר המשפחתיות, ולהכיר בעייפותן כסימן להרפות; הפחד להיות בלתי נחוצה או פחות פעלתנית - להחליף doing ב-being - יכול להוות קושי בטיפול, שבא לידי ביטוי אצל נשים כשהן מזדקנות. בפסח הראשון בזמן הקורונה והסגר ראיתי חדווה לא מבוטלת אצל נשים - שהן לא חייבות לטרוח הפעם. מטופלת צעירה קידמה בברכה את כאבי הפיברומיאלגיה שלה שעזרו לה להגדיר את גבול היכולת שלה מול הרצון המודע שלה לפעול לפי הציפיות של אימה ממנה והפחד הלא מודע שמא לא תפעל כך. הכאבים והחולי הגדירו לה את עצמה. במקביל, העייפות יכולה להגדיר לנו את ההווה של להיות אישה מזדקנת, תוך נכונות לעמוד מול תחושת האשמה והבושה. להתעייף יותר מאשר פעם - אין זה סימן לאובדן של יכולת פיזית, וחשיבות במשפחה איננה מותנית בהתגייסות נמרצת.

נחזור אל המטפל הצעיר המלווה מטופלת מבוגרת שמקוננת שגופה בגד בה, והוא שותף לתחושות האבל שלה, כי הוא מנסה לגלות אמפתיה במיטבה עם מטופלת שיש לו "כבוד" אליה ואל התגובות שלה, גם כי הוא עצמו, אי שם בקרבו - סבור שהזקנה היא

"מאגר אובדנים. נקודה". השיח הבין־סובייקטיבי הבין־דורי שעומד לרשותנו היום בקליניקה הוא משאב טיפולי חשוב, שמכירים בו, המאפשר למטפל להתבונן בתחושות שמתעוררות בו - למשל, מתי המטופלת "מתעוררת". ויניקוט מתאר את המטופלת (שעליה הוא בונה את מאמרו שהכרנו על העצמי האמיתי והמזויף) כאישה שבזבזה את מרב שנות חייה על התנהלות תפקודית חסרת חיוניות למרות שהייתה מלאה במרץ ובעשייה; הגילוי של "הבזבז" אצלה היה האות של נעורות לחיים, משהו אמיתי שעולה בה. המטפל הצעיר שלנו יכול להשתמש בתחושות האבל שלו כמקור להתעוררות אצלו לגבי המטופלת שלו, ואולי לא להסתפק רק בכך. אני גיליתי שעמידתי מול האנרגיה והחיוניות של אישה מזדקנת שחיה היו רוויי טראומות ושיתוף פעולה איתן, וגם עכשיו - כשהיא מתנערת ובוחרת בחיים שמתאפשרים לה בהווה, עם הגוף והפרצוף הקיימים, העומדים לשירותה בחיוניות שהיא חשה בעבר ועתה - אלה מפעימים אותי. הם מאפשרים לי לשתף אותה בהתפעמות שאני חשה ולהזין את ההתעוררות והתשוקה שמתאפשרים לה כאישה "מבוגרת". היא אומרת שבתוך כל זה, האבל והזיכרונות לא נמחקים, ולהפך, הם עולים ונשזרים.

## אישה מזדקנת מול טכנולוגיה

נוסף לעייפות המתווספת, האימה מהטכנולוגיה היא לדידי סממן אובייקטיבי מרכזי של היות זקן או זקנה. ביון, האנליטיקאי הבריטי, קם לתחייה בחרדות הקטסטרופיות שלי (Bion, 1967) מול הפעולות המקוונות למיניהן. אני לא בטוחה שזה שייך להיותי אישה זקנה, אבל כאישה מבוגרת, שידעת בבטחה הרבה מאוד דברים, החוויה שלא לדעת, לעמוד מול המכשיר כמו מטומטמת, חשופה לקולות מלאי כוונות טובות - "תלחצי פה", "זה פשוט" - בעוד אני חווה כל פעם מחדש את החרדות הקטסטרופיות ממש שייעלם לי (ונעלם), שיימחק, שיקרה משהו איום ונורא. בתחילת מפגשי הזום חוויתי חוויה אימתנית כשחברה הזמינה אותי להשתתף בערב הקראת שירה באתר לאנשי מקצוע, ובשעה היעודה היא אומרת לי (טלפונית): "את רואה, כולם כבר שם". ואני אומרת: "אני לא רואה כלום". אחרי כמה ניסיונות אני אומרת לה, בלב שבור: "תיהני את!" ומרגישה כמו בחללית המתנתקת מן הציוויליזציה, מחללית האם. החרדות הקטסטרופיות האלה - שהעולם מתרחק ממני, שנותרתי לבדי מכלל האנושות - עדיין מלוות אותי עם כל הזמנה לזום (ויש הרבה).

אבל הלימוד לבקש עזרה התגלה לי כמפגש האולטימטיבי עם אדם אחר, כמו אקט של הבריאה - יש שם אדם. אמרתי לסטודנט לרפואה שהתנדב לעמותת "מתחברים", עמותה שעוזרת למתקשים טכנולוגית, שאפשר להבין את הייאוש של האדם הקדמון כשברא את אלוהים מול המפגש עם איתני הטבע. בייאוש



הטלפון ניסיתי את הטריק הנשי הזה, להגן על המראה שלי - ולא צלחתי.

הסובייקטיביות של האישה הזקנה/מבוגרת נפרשה כאן, כדי שחומרי החוויה יהיו גלויים וחקירים, כדי שאפשר יהיה לראות באישה הזאת סובייקט שלם - כנגד הסטראוטיפים: שהיא יצרית ותאבת חיים וגם אבודה טכנולוגית כפי שלא הייתה אף פעם קודם. שאפשר ללמוד ממנה, להחכים אותה ולתקשר איתה - והיא גם נדיבה, כי האגו והפרנסה מפנים כבר מקום לאחריות שבבכירות מקצועית, והיא גם נאחזת במוכר - מפחדת לזוז. ושהסקרנות לסובייקטיביות שלה ושל בנות מינה - חושפת עולם ומלואו. ושמתפלים צעירים אינם חייבים להרכין ראש מול האבל של אישה מבוגרת על עלומיה שאינם עוד ועל הגוף שהשתנה לה, אינם חייבים להקשיב להשתקקות לאינטימיות וקשר כאל חוויה שונה ממה שהם עצמם חווים, ושקשיים מסוימים תלויי גיל - אינם אלא פרק בשיח בין-דורי, עם אחר, כמו שהאחרות והגיוון האנושי היום.

שלי מול הקשיים למלא טפסים לשלטונות, למשל, אני חווה שוב ושוב סוג של נתק מהציוויליזציה, וברגעים שכאלה - הידיעה שאפשר להתקשר ל"מתחברים" או לאנשים טובים שהכרתי בדרך היא שיעור בקשר אנושי "שווה". קיים. שיש אור באפלה. חוויה טכנולוגית נוספת לשיתוף היא חווית הזום בווטסאפ - השתקפות עצמית במסך קטן, אין שליטה בזווית או בתאורה. לפחות לא לי, כשהופתעתי בטיפול משהתקשרו אליי במסך הטלפון (ולא במחשב). ניסיתי לתקן את תמונתי על המסך - ומצאתי עצמי בווה מול הסנטר שלי, שתפס חלק גדול מהמראה שהשתקף אליי, במבט מלמטה. ניסיתי לעשות כמעשה ג'ויס מקדוגל חברתי ומורתי: בשנתה התשעים, כשחלתה, סגרה את הקליניקה שלה ועברה לבית אבות בפריז, היא ביקשה ממזכירתה שאבוא לבקרה שם. ובאתי. היא ביקשה שנלך למסעדה יפנית, ומצאתי עצמי מובילת דרך, למרות שלא היה לי מושג איפה המסעדה בדיוק. במסעדה ביקשתי מהמלצר לצלם את שתינו - פתאום ראיתי את ג'ויס זוקפת את סנטרה, טריק לאישה זקנה להראות פחות שמוטה. בשעה הטיפולית מול המסך הקטן של

## מקורות

1. אריקסון, א' (1961). ילדות וחברה. ספרית הקיבוץ הארצי.
2. בנג'מין, ג' (2005). בכבלי האהבה. הוצאת דביר. (פורסם לראשונה ב-1988)
3. ירום, נ' (2010). סיפורי גוף. הוצאת מודן.
4. ירום, נ' (2013). שפות הגוף. הוצאת הספרים של אוניברסיטת חיפה/פרדס הוצאה לאור.
5. ירום, נ' (2018). מצפן לזוגיות ראווה. הוצאת פרדס.
6. ירום, נ' (2021). זוגיות אינטימית והמין כשפה בה. הרצאה בכנס מתחת לפני השטח - מיניות בראיה פסיכודינמית. האגודה הישראלית לטיפול מיני.
7. לנצמן, ק' (2011). הארנב מפטגוניה. הוצאת כתר.
8. מקדוגל, ג' (1998). תיאטרוני הגוף. הוצאת דביר. (פורסם לראשונה ב-1989)
9. פרויד, ז' (2002). שלוש מסות על התיאוריה של המיניות. מיניות ואהבה (עמ' 17-89). עם עובד. (פורסם לראשונה ב-1905)
10. רודנר, ע' (27.1.2021). חמישה ספרים על זקנה שכדאי לכם לקרוא. הארץ ספרים, עמ' 37. <https://www.haaretz.co.il/literature/> fivebooks/premium-REVIEW-1.9483869
11. Benjamin, J. & Atlas G. (2015). The 'too muchness' of excitement: Sexuality in light of excess, attachment and affect regulation. Int. J. Psychoanal. doc:10/1111/1745-8315.12285.
12. Bion, W.R. (1967). Second thoughts. Maresfield Library.
13. Kinsey, A. et al. (1953). Sexual behavior in the human female.
14. Lacan, J. (1993). The hysteric's question. In: J.-A. Miller (ed.), The psychoses: The seminar of Jacques Lacan (Book III, pp. 161-182). Routledge. (First published in 1955-6)
15. Winnicott, D.W. (1958). Mind and its relations to the psycho-soma. In: Through paediatrics to psychoanalysis. Karnac Books. (First published in 1949)
16. Winnicott, D.W. (1965). Ego distortion terms of true and false self. In: Maturational processes and the facilitating environment. Karnac. (First published in 1960)
17. Yarom, N. (2015). Psychic threats and somatic shelters. Routledge.
18. Yarom, N. (2019). The fantz-sized spouse/other in marriage relations today. Paper presented in The 2019 IARPP conference in Tel Aviv.

# שירים פרי עטה של רות גולן מתוך ספר השירים האחרון שלה תיקונים והשלמות ופרק מתוך ספרה אהבה ותענוגים שיראה אור בשנת 2021 בהוצאת "רסלינג"

עורכת: צילה טנא

אני שמחה לארח בפינתי "פסיכולוגים יוצרים" את רות גולן, פסיכולוגית קלינית, פסיכואנליטיקאית ומשוררת. חוקרת רבדים שונים של הקשר בין הפסיכואנליזה לתרבות ולרוח. חיה ועובדת ביפו. אציג כאן פרק מספרה של גולן "אהבה בתענוגים" העומד לצאת לאור בהוצאת רסלינג ב-2021. הספר מנסה לפענח את חידת התשוקה הנשית מזווית נשית הנבדלת מזאת שתוארה על ידי פרויד. כהקדמה לפרק המקצועי בחרתי להביא בפניכם כמה שירים אישיים מרגשים של רות מתוך ספר השירים האחרון שלה "תיקונים והשלמות" שיצא לאור בהוצאת "כרמל".

## נקודות תצפית

צופה צעדי מחול קטנים מערפלים עקבות ברוח.  
צופה ענן מרחף הליכות בית.  
צופה אשה דועכת אל מפתן הסרוב הגדול  
לאהבה דחוסה ומנפצת  
כמו שביב מתז מאבן דרך.

\*

כלא אשה אהיה פרפר שקוף מעל ליערים השחרים.

\*

זה כשהאב חושף בפני בתו את שני שרשי כפות ידיו  
השזורים ורדי קטיפה,  
את הכריות הרכות של פנים אצבעותיו  
את אצילי זרועותיו הנרעדים  
צלילים דקים של פחד.

\*

כשאקרא את שירי בכפר, קולי יצטלצל קר בהיר  
מעל ראשי האנשים.  
קולי אשה הומיה בכפרות,  
משרבת בגדיה. מצלצלת צדיה.

## עדות

ואם תעטפי כתפיי בצעיף רך  
ותשבי בחדר מסק היטב  
ורחי עליי בשומים שהבאת מאירופה  
יבוא באפך, יטהר איר,  
ובחוץ יאספו את ירקות החרף  
(השקר והחסה) -  
תמצאי דפי עדות על שלחנך  
ובתוכם שושנת לימון אחת  
שכשפת לי בגנך.

## גיל המעבר

מטאור של אהבה  
פגע בשפולי הבטן והותיר מכתש קטן.  
כל הדינוזאורים של החשק הכחדו.  
במקומם הופיעו חישנים של דגיגי זהב,  
שזנבם מעגל על העור בועות של אור.



## הפרק יש סקס אחר? מה פרויד רוצה מהאישה? מתוך אהבה בתענוגים בהוצאת "רסלינג"

מאת רות גולן



קיים ומחליף אותו.

לאקאן ניסה לענות על אותה שאלה אחרי חקירה דקדקנית ומפולפלת בכתבי פרויד ובתצפיות הקליניות המרובות משלו. להבנתו, האישה, במיוחד ההיסטרית, רוצה להשאיר את שאלת התשוקה פתוחה. היא רוצה שירצו אותה. היא רוצה לחפש גבר שיחשוק בה, כדי שהיא תוכל גם להמליך אותו כאידיאל וגם להפיל אותו מכיסאו, היא רוצה להיות מקור תשוקתו וכוחו.

האם קיימת אישה מעבר לתיאור זה? האם יש מהות נשית או רק עמדה נשית שלא בהכרח תואמת את הביולוגיה? כדי להשיב על שאלות אלה ביקש לאקאן מהאנליטיקאיות לספר. למה הן שותקות? תשובה אפשרית היא הטענה שטענה בפניי אחת המטופלות כנגד בעלה: "אני לא רוצה שהוא יעזור לי לרחוץ כלים. אני רוצה שהוא ירצה לרחוץ כלים". במילים אחרות, אני רוצה להשאיר את אפשרות התשוקה פתוחה. אם כן, לתת תשובה חד־משמעית וברורה לשאלה "מה האישה רוצה?" משמעות הדבר היא לסגור את כל האפשרויות.

העמימות והערפול משרתים את העמדה הנשית. בהרצאה ששמעתי על פמיניזם סופר על מחקר שערך קולברג על התפתחות המוסר. הוא סיפר למשתתפי המחקר על מר רבינוביץ שאשתו הייתה חולה במחלה קשה ולא היה בידו ממון לקנות לה את התרופה היקרה שהייתה זקוקה לה. מר רבינוביץ ביקש מהרוקח הנחה, והרוקח סירב. קולברג שאל את הנחקרים, שכולם היו גברים, מה יעשה מר רבינוביץ? יגנוב את התרופה? יפתח הדסטארט? ייתן לאשתו למות? ועוד. קרול גיליגן, החוקרת הפמיניסטית, שמה לב להטיה שנוצרה במחקר זה, שנבעה מכך שהנבדקים היו גברים בלבד, וקולברג הסיק מסקנות ממנו גם על נשים. גיליגן החליטה לשאול את אותה שאלה נשים ומצאה שהנשים לא ענו על השאלה מה הדבר המוסרי הראוי לעשות, אלא התחילו לשאול שאלות נוספות: כמה זמן היא חולה? האם יש תרופה אחרת? מה הסיכויים שלה להבריא? ועוד.

שתי חוקרות פמיניסטיות דגולות טענו טענות הפוכות זו לזו: ג'ודית בטרלר ביטלה את רעיון המהות, נשית או גברית, וטענה שהתפתחות נשית וגברית נובעת מהתרבות, מכללי המגדר ומהדיכוי הפטריארכלי. בטרלר הלכה בעקבות סימון דה בובואר שקבעה נחרצות שאישה אינה נולדת אישה אלא נעשית כזו. לעומתה, לוס איריגארי טענה טענה הפוכה, והיא כמובן אינה היחידה. היא פיתחה תאוריה סביב החשיבה הנשית השונה, חשיבה אסוציאטיבית יותר וכוללנית, רגשית יותר וחד־משמעית פחות. קרול גיליגן איששה תאוריה זאת במחקרה.

בספר "אליס בארץ הפלאות" (1865) מסופר על מפגש של אליס עם זחל היושב על פטרייה ומעשן נרגילה ויוצר בפיו טבעות עשן מושלמות. "You, whoo are youooo?" שואל הזחל את אליס. "אינני יודעת", משיבה אליס.

כפרפרזה על השאלה הזו שאל פרויד את אחת המטופלות הראשונות שלו, דורה: את, מה חלקך בכל מה שאת מספרת שקרה לך, שעשו לך? פרויד הציע לה להסתכל פנימה ולהכיר את עצמה כאישה. יותר משלושים שנה אחרי מפגש זה בין פרויד ודורה, ואחרי טיפול בעשרות ואולי מאות מטופלות, הודה פרויד בפני האנליטיקאית מארי בונפרט שלא הצליח לפענח את השאלה "מה רוצה האישה?". האישה הייתה ונתרה חידה עבור פרויד, אף על פי שהוא בנה תאוריה שלמה סביב נשים. פרויד, שביסס חלק ניכר ממחקריו ומגילוייו הפסיכואנליטיים החשובים ביותר על אנליזות שקיים עם נשים היסטוריות, עד לסוף ימיו נותר עם שאלה פתוחה לגבי מהות האישה.

## נשים צריכות להיפרד משתי הפנטזיות שכוללות אותן ומקבעות את חייהן. הפנטזיה הראשונה היא החיפוש אחר השלמות והאוויר באהבה זוגית. הפנטזיה השנייה היא פנטזיית ההצלה

תילי תילים של תאוריות ושל התקפות פמיניסטיות (וגם התקפות אחרות) נכתבו על אמירתו של פרויד שאין ייצוג בלא מודע שמבדיל בין הגבר לאישה. הייצוג מבדיל אך ורק בין מי שיש לו ובין מי שאין לו. למה התכוון פרויד? הוא התכוון לכך שתהליך ההכרה של גבר באישה, ולהפך, אינו נתון מראש באופן ביולוגי. עבור פרויד, וגם עבור לאקאן, אין יחס מיני טבעי, אותנטי, בין הגבר לאישה, כפי שהוא קיים אצל בעלי החיים המונעים מאינסטינקטים, אף על פי שבוודאי יש יחסי מין אנושיים.

נראה שאי אפשר לרשום את היחס המיני בין אנשים באמצעות נוסחה. התשוקה המינית נקבעת תמיד על ידי האובייקט המיני החלקי וטבולה תמיד בפנטזיה. עבור פרויד, הפנטזיה אינה רק יצירה דמיונית, אלא היא מתנה את האינטימי והמרכזי ביותר עבורנו בתפיסה ובשיפוט של המציאות שלנו. אין הרמוניה בין המינים, כפי שאין הרמוניה בתוך האדם כלפי הסיבתיות המינית שלו. הסימפטום הנירוטי, כפי שרואים אותו באנליזה, מבטא את היחס המיני שאינו

מיניותה לכלי נשק ובעזרתו היא מפתה גברים. משמעות חייה של האישה ההיסטרית מתמקדת בהשגת גבר, כי אז היא הופכת ממי ש"אין לה" למי ש"יש לה", או שהיא עצמה הופכת להיות הפאלוס הנחשק עבור הגבר. בדרך כלל אחרי שאישה זו משיגה גבר היא גם מתלוננת עליו, והוא כמובן תמיד מאכזב.

כך מגיע הרגע שבו אנו מגלים באחר המשמעותי סדקים, חסרים, חולשות. אנו מגלים זאת תמיד במוקדם או במאוחר, ומהלך הגילוי מכריע להתפתחות.

אם כן, לא רק שאין בלא מודע מסמן המייצג את ההבדל בין המינים, אין מסמן מיוחד לאישה. תשובתו של פרויד לשאלה "מה רוצה האישה?" היא שהיא רוצה לקבל את הפאלוס או לחלופין תינוק או אם היא אישה היסטורית, היא רוצה בעצמה להיות הפאלוס עבור הגבר, אובייקט נחשק, אף על פי שהיא גם מתלוננת על כך: "הוא מתייחס אליי רק כאל אובייקט". האישה תדחה חלק מהותי מהנשיות שלה, ואת כל תכונותיה היא תכסה בתחפושת כדי להיות פאלוס נחשק. כל תרבות האופנה, הדיאטות והניתוחים הפלסטיים מבוססת על כך. אישה רוצה להיות נחשקת או נאהבת בשל מה שאינה. אבל היא מוצאת את המסמן של תשוקתה בגופו של זה שאליו היא מכוונת את תביעתה לאהבה. ההתחפשות מחוללת את ההבדל בין המינים שאינו קיים מלכתחילה.

ההתענגות אף היא יכולה לאפיין הבדל בין המינים. לא בין המינים הביולוגיים, אלא בין העמדות השונות שהיום יודעים שיש רבות יותר משתיים ושיש מעבר פתוח בין עמדה לעמדה. התענגות היא שילוב של ארוס ותנטוס, התמכרות מעבר לעקרון ההנאה. ההתענגות הפאלית פועלת במסגרת עקרון ההנאה, והיא מאפיינת חלק ניכר ממצאות חיינו. היא נעשית הרסנית רק כשמרכיב דחף המוות נהיה דומיננטי יותר מהארוס. ההתענגות הנשית, התענגות עודפת, היא החלק המסתורי והמעורפל של הנפש, ולעיתים קרובות החוויה שלה היא מועקה או בריחה, ולעיתים היא מובילה ליצירתיות חדשה. ההתענגות הנשית אינה פאלית, אינה מרוכזת באיבר או בכיבוש. זו התענגות ללא מילים, ללא גבולות, אין-סופית, וגם מיסטיקאים ומשוררים יכולים לחוש בה.

אם נביא בחשבון את העמדה הנשית כעמדה שכוללת את אפשרות ההתענגות הנשית ונתבונן מחדש בפתרונות שהציע פרויד, האם לא נוכל לראות פתרון אחר לאישה, פתרון שאפשרי יותר ויותר בימינו? האם יש נשיות שיכולה להיות משוחררת משלושת הפתרונות הפרוידיאניים, אף על פי שברור שתפיסת הנשיות הזו מעוגנת בהתניות תרבותיות פאליות עמוקות?

לדברי לאקאן, ישנה התענגות שעוברת תהליך של עידון באמצעות האישה, דרך אהבה, דרך הכללה של האחר בהתענגות. אומנם אין יחס מיני, אין קשר של התענגות בין המינים, כי ניסיון של קשר כזה בהכרח ייכשל, אבל כשנתקלים באהבה אקראית נוצרת אשליה שהקשר המיני קיים באמצעות האהבה, דהיינו האהבה באה במקום הקשר המיני שאינו קיים. אלא שאהבה צריכה לעבור מאקראיות להכרח, אפילו אם חוויית ההכרח נוצרת בדיעבד (זיווג

עבור לאקאן, כל הגברים שייכים לקבוצה שסובבת סביב אובייקט סמלי, דמיוני או ממשי, שהוא הפאלוס. מה שמגדיר את הקבוצה הוא מה שנמצא מחוץ לה - שם האב או התפקיד הסמלי של האב בתרבות. לעומת זאת, הנשים אינן יוצרות קבוצה נפרדת. אין בתרבות "שם האישה" או "שם האם", וכך כל אחת מיוחדת לעצמה ואינה נמצאת בתוך הקבוצה המוגדרת באמצעות שם האב. הבדל זה בין גברים לנשים מבהיר את תשובתו של פרויד לשאלה על ההבדל בין המינים. ההבדל נוצר בין מי שכביכול יש לו פאלוס ובין מי שכביכול אין לה פאלוס. אם כן, בלא מודע אין הבדל מלבד האבחנה בין אדם "בעל" פאלוס לאדם "חסר" פאלוס. הפאלוס הוא מה שאנו חושקים בו ונדמה לנו שלנו אין אותו, ואילו לאחרים יש אותו.

שני המינים צריכים להחליף את אובייקט האהבה שלהם, אבל רק הבן צריך להחליף גם את אובייקט האהבה שלו וגם את אובייקט ההזדהות שלו. אובייקט ההזדהות והאהבה של הבת היא האם ואחר כך היא מעבירה את אהבתה אל האב. זהו מהלך אדיפלי. הילדה נאלצת לוותר על תשוקתה כלפי האם, וויתור זה מאפשר לה להפנות את תשוקתה ואת אהבתה אל האב, ולאחר מכן לחפש בן זוג בדמותו.

לדברי פרויד, "יותר קל לאישה להכיר בעובדת סירוסה ולפיכך היא גם נוטה להאמין בעליונות הגבר ובנחיתות שלה, אך בו בזמן היא גם מתנגדת לכך נמרצות" (פרויד, 1931, עמ' 279). גם התנגדות ומאבק יכולים להיות מותנים באמצעות הכרה בכוח הגברי. אולם בפניית של האישה אל עצמה ובהכרה שלה בתשוקה נפרדת היא יכולה לשחרר את עצמה מהשליטה הגברית. כיום פנטזיה זו על עליונות הגבר הולכת ונמוגה, בעיקר בתרבות המערבית (אולי פחות מכפי שהיינו רוצות או מדמינות).

מתוך עמדה חצויה זו של האישה התווה פרויד שלושה כיווני התפתחות אפשריים:

כיוון ההתפתחות הראשון מוליך להפניית עורף למיניות באופן כללי. האישה הקטנה, המבוהלת בעקבות ההשוואה לבן, נעשית בלתי מרוצה מהדגדגן שלה, מוותרת על הפעלת הפאלית ועל המיניות בכלל, וכן על חלק ניכר מהגבריות שלה בתחומים אחרים. אישה זו נאחזת בתפקיד האם המוגדר והברור ומשקיעה את רוב רובה של מיניותה באימהות ואחר כך בסבתאות.

כיוון ההתפתחות השני הוא אחיזה בגבריות המאוימת כתוצאה מעמידה עקשנית על שלה. עד לתקופה מאוחרת האישה נותרת עם התקווה לקבל פין. תקווה זו מועלית על נס, היא תכלית החיים, ולא פעם מתממשת הפנטזיה להיות גבר למרות הכול. התממשות הפנטזיה הזו עשויה להיות גורם מעצב במשך תקופות חיים ארוכות. תסביך גבריות של האישה עשוי להסתיים בבחירת אובייקט המוסקסואלי גלוי.

כיוון ההתפתחות השלישי מפותל למדי ומוביל אל דמות נשית שפרויד כינה "הנורמלית הסופית". אולם גם תוצר התפתחות זו בעייתי למדי. זהו התוצר ההיסטרי שבו האישה הופכת את





אבי. לאחר שחרורו מהצבא נסע אבי ללונדון ללימודי תיאטרון ובמשך שנה וחצי כתבו השניים זה לזה מכתבי אהבה, קנאה וגעגועים, עד שאימי שלחה אולטימטום, ואבי השיג די כסף כדי להביא אותה אליו. באחד המכתבים קיבלה אימי הוראה מאבי, לאחר שביקשה ממנו למנות את כל הדברים שהוא אוהב ושאינו אוהב בה:

"אינני אוהב את אי־הבנתך למקצוע שלי, לחשיבות ולעצם גישתי אליו. אני יודע שאת מתעניינת בזה ורוצה להיות שותפת בכל. ומי ייתן ותלמדי מהר להכיר ולחיות את התלבטויותי. רחל, עלייך בגלל אהבתך להיות מעריצה עיוורת של כל דעותי במקצוע שלי ולהילחם כמוני למען, לא לסתור אותי בחברה אפילו אם את בטוחה שאני שוגה - בבית תמיד אסכים להתווכח [...] אני אוהב את החוש הביתי האימהי שישנו בליבך, את טוב ליבך. אני אוהב את אהבתך. אני מעריך ומעריך את הרצון לשיתוף ולהבנה הדדית. אני מחוץ לכל זה אוהב אותך מעל לכל, ואינני רואה זוג יותר אידיאלי בעולם מאשר אנחנו..."

שנים רבות אחרי המכתב הזה באה אליי אותה אישה, אמא שלי, ושאלה בכאב ובהיסוס: "איך אעזוב את אבא?" אימי, בגיל 52, חפצה ללמוד את שיטת פלדנקרייז ולשם כך היה עליה לנסוע במשך ארבע שנים כל קיץ לחודשיים לארצות הברית. אבל איך תעזוב את אבא? אם עשיתי דבר אחד נכון וטוב בחיי, היה זה כששכנעתי אותה לנסוע וללמוד. ולשם כך הייתי צריכה להפעיל לחץ רב. הדרך החדשה שגילתה אימי בחצי השני של חייה הייתה הפניית עורף לאופני ההתמודדות המקובעים שלה וגילוייה של תשוקה אחרת, תשוקה שאפשר לממש.

אחת האמרות של לאקאן שלקחתי כמוטו לחיי האישיים והמקצועיים הייתה שהחטא הגדול ביותר של האדם הוא לוותר על תשוקתו. לאחר ניסיון רב שנים, הן במישור האישי והן במישור הקליני, סוף־סוף הצלחתי לנסח את התובנה שלא כך! הוויתור יכול להוביל לתשוקה אחרת, אפשרית ומספקת.

אימי שהייתה בצעירותה אישה קשה, קורבנית וממורמרת כי הלכה שבי אחר אבי הכריזמטי והדומיננטי, הפכה את חייה ובכך הפכה את חיי כולנו. היא למדה לתת דרך המגע, דרך תבונת הגוף. עד היום תלמידותיה ותלמידיה רואים בה מורה אגדית. התמורה שקיבלה הייתה פתק בכתב יד רועד של אבי שנה לפני מותו: "הדבר הכי חשוב שעשיתי בחיים היה שהתחתנתי איתך". אני מאמינה שבשלב זה של חייה היא כבר לא נזקקה לאישור הזה.

אימי היא דוגמה לאפשרות האחרת הפתוחה בפני נשים, אפשרות שלא הייתה מוכרת לפרויד. רק כשאמי הפנתה את מבטה מאבי, שהחשיב עצמו כשמש שסביבו מעגל של כוכבים, היא הצליחה להפנות את מבטה אל עצמה ובכך שינתה את גורלנו, את האווירה בבית ואת אבי שנעשה תלוי בה יותר ויותר. רק עכשיו, שנים אחרי מותה, אני מבינה זאת, ואני מקווה מאוד שהיא שומעת אותי במקום שבו שוכנת נשמתה.

משמיים, היה חייב לקרות). האהבה כהחלטה, כהכרח, יכולה ליצור תחליף שהוא שונה מאשליה. תחליף למה שחסר בקשר המיני. כך נוצר מעבר מהדמיוני לסימפטומטי או מאהבה מבוססת פאלוס לאהבה בעלת אופי אחר.

לאקאן שלל את המזוכיזם הנשי כהוויה של האישה ובמקום זאת דיבר על חסך. כך הוא היה יכול להסביר את ההתענגות הייחודית שאישה יכולה לחוות, כשהיא מונעת מעצמה את הניכוס, את הכיבוש (having).

במובנים רבים היום נשים שונות מהנשים הוויקטוריאניות שפרויד עבד עימן בעת שבנה את התאוריה שלו. המהפכה התודעתית שעברנו במאה השנים האחרונות היא עצומה. נשים נאבקו על זכויות שוות ואף השיגו אותן במידה רבה. ההתפתחות הטכנולוגית שחררה מאוד את הנשים מהתלות בבעל ומההולדה. אבל השאלה שעולה לנוכח התרבות בימינו היא האם באמת השתחררו הנשים? האם אנו חופשיות לא רק ברבדים החיצוניים של החיים אלא גם ברבדים הפנימיים, הנפשיים והרוחניים? האם אנו חוות את עצמנו כאדם שלם גם ללא מוסד הזוגיות?

אחד התהליכים החשובים בהתפתחות הוא קבלת הסירוס. קבלת העובדה שאין לנו את אותו אובייקט מושלם. גם הגבר וגם האישה צריכים לקבל את הימצאות ההיעדר. אלא שבגלל האנטומיה והתרבות לגבר קל יותר להאמין באשליה שיש לו. לנשים יש שדיים ויכולת הולדה, אך גם הן נפלות במלכודת הפאלית - למי יש ולמי אין. התשוקה הפאלית מוחלפת בתשוקה להתרחב, לכבוש, לצבור ממון, אהבות, חוויות רוחניות, כולם מושאי תשוקה פאליים. אולם כדי להיות במגע עם אפשרות אחרת עלינו להשתחרר מהתניות ומפיתויים של תרבות הכיבוש הפאלית.

ההתענגות הנשית של החסך מאפשרת ליצור עודף, שפע עבור עצמה, על בסיס הפחתת ה"יש לי". הדבר אפשרי עבור האישה כי היא עצמה אינה מאוימת מהסירוס. מבחינתה הסירוס כבר קרה. לכן נשים יכולות להעניק מעצמן יותר מהגברים באהבה. אך האם אישה יכולה לרצות להיות אדם חופשי מהיצמדות זוגית ומהאמונה שמהשהו בסיסי חסר? זו שאלה שדורשת בדיקה וחקירה של כל אישה עם עצמה ועם התחברותה לאחר.

כדי למצוא פתרון חדש לשאלת האישה, מלבד הפתרונות שניסח פרויד, נשים צריכות להיפרד משתי הפנטזיות שכובלות אותן ומקבעות את חייהן. הפנטזיה הראשונה היא החיפוש אחר השלמות והאושר באהבה זוגית. הפנטזיה השנייה היא פנטזיית ההצלה. מדובר באותן נשים שבחרות בגברים בעייתיים, בלשון המעטה, כדי שיוכלו להיות האם הגדולה - גאיה - שתציל את הגבר שלה מאלימות, מהתמכרויות שונות ועוד. אחת הדוגמאות הטרגיות למצב זה הן הנשים שנרצחות על ידי בעליהן. בעלים שאין להם כל תחושת נפרדות מהאישה שלצידם, לדוגמה הרצח המזעזע של מיכל סלע ז"ל ואחרות.

אספר בקצרה את סיפורה של אימי. בצעירותה ברחה אימי מבית דתי קשה וקפדני. היא התגייסה לצבא ושם פגשה את

לרשימת המקורות, ראו באתר הפ"

## נשים בצל מגפת האלימות בחברה הערבית

סועאד אבו עבד, מירי נהרי

במעבר, מעבר מחברה שמרנית לחברה פתוחה בכיוון העולם הרחב. ברקע השינוי מתקיימים תנאי מחיה המאופיינים בעוני, צפיפות, שיעורי אבטלה גבוהים ותחושה של קיפוח, הזנחה ואפליה מצד מוסדות המדינה. הרצון של אנשים לצאת ממעגל הקולקטיב השמרני למציאות המודרנית מחייב, במובן מסוים, פעילות מתוך אלמנטים מרדניים בנפש החותרים לעבר ספרציה ואינדיווידואציה. זאת תוך רצון להשגת עצמאות המחייבת בראש ובראשונה עצמאות כלכלית. הישגים באקדמיה הוכחו כמפתח להבטחת המעמד הכלכלי והחברתי של האזרח הערבי. עם השנים נוצר בקהילה הערבית מצב של תחרות על משאבים, לעיתים שלילית, התורמת לעלייה של גילויי צרות עין, אגוצנטריות, בריונות וחמדנות. האנרגיה הנפשית מכוונת לדאגה אישית ולניתוב המשאבים מבחוץ אל תוך המרחב הצר הפרטי של העצמי והבית ופחות לדאגה למרחב הציבורי. תופעה זו אפשר לראות החל מיחס לאיכות הסביבה ועד לאפתיה כלפי תופעות שליליות רבות במרחב הציבורי, למשל מקרה של רצח. ישנה קבוצה לא מבוטלת של אנשים שנשרו ממערכות החינוך והם דלים ביכולת להשיג השכלה. הם חסרי אופק לעתיד ומוגדרים כ"חסרי מעש". זו אוכלוסייה המועדת לפרוענות והסיכוי שלה לגלוש לפשיעה ולהתגייס לעבריינות הוא גבוה. הם רוצים להשיג עצמאות כלכלית ולא משנה באיזו דרך.

הערבים במדינה חווים תחושה של תסכול וחוסר מוגנות בסיסית כתוצאה מהזנחה מכוונת מצד הדמות האחראית. האדם הפשוט בטוח שלרשויות החוק יש את כל הידע והיכולת לתת הגנה לאזרחים אך הוא חושב שבאופן מכוון דמות זו מטשטשת מידע ומפקירה אותו כקורבן. רבים אפילו חושבים שהחוק נותן לרוצח כסוי להמשיך ולרוצח ולפגוע בזכות האנשים לחיים. אם מישהו יחשוב לשתף פעולה עם המשטרה הוא ימצא את עצמו למחרת כמטרה בתוך מעגל הסכנה וללא הגנה.

תחושת חוסר האמון בשלטון החוק אצל חלק מהאנשים מביאה למסקנה מסוכנת שכל אחד יכול לקחת את החוק לידי, כלומר לנקוט בכל אמצעי ההגנה בעצמו. התנהגות זו מעצימה את תחושת האגוצנטריות, הניכור, חוסר הלכידות וחוסר האחריות החברתית.

ברצוני להתייחס להזנחה רבת שנים של המדינה והשפעת

בעת האחרונה מהדהד בשיח הציבורי הנושא של יחסי ערבים ויהודים ועולים קולות ברורים של דאגה ומעורבות של החברה הערבית במרחב החברתי-פוליטי. חשבנו שמן הראוי שקולה של אישה ערבייה יישמע בגיליון זה העוסק בנושא "נשים". פנינו אל סועאד אבו עבד, פסיכולוגית חינוכית מומחית-מדריכה ופסיכותרפיסטית, וביקשנו לראיין אותה.

סועאד, ספרי לנו משהו על עצמך.

אני סועאד אבו עבד, מכפר מייסר במשולש, בת יחידה מבין שישה אחים. גדלתי בתוך משפחה גרעינית בחיק הורים ואחים ששונים במנטליות מהקונצנזוס הכללי בחברה, כמובן שזכיתי לזכויות שוות כמו לשאר האחים. סיימתי לימודי תואר שני בפסיכולוגיה חינוכית באוניברסיטה העברית. אני עובדת בתחום הפסיכולוגיה מזה 25 שנים בשירותים פסיכולוגיים ערביים שונים בארץ. עברתי במהלך השנים מתפקיד של פסיכולוגית בית ספר, לתפקיד של מנהלת שירות פסיכולוגי, ובשנים האחרונות אני עובדת בתפקיד של מדריכת פסיכולוגים ופסיכותרפיסטית. אני אמא לשלושה ילדים.

התוכלי לשתף אותנו במחשבות בנושא תופעת האלימות בחברה הערבית?

אני מבקשת להסתכל על תופעת האלימות והרצח בחברה הערבית מכמה זוויות התייחסות:

הרצח נחשב לביטוי החמור והקשה ביותר של האגרסיביות, אקט שבו הרוצח נותן לעצמו את הזכות לפגוע ולשלוט מהאחר את זכות החיים. החברה הערבית סובלת בעשרים השנים האחרונות מעלייה בשיעורי הפשיעה והעבירות הפליליות. אירועי הירי ומקרי הרצח הפכו לתופעות נפוצות. נוצר מצב מחריד ותחושה של מגפה שקוצרת מדי יום קורבנות ומתפשטת במהירות.

רבים כתבו על האלימות נגד נשים בחברה הערבית, בכתיבה הנוכחית אני מעוניינת להתייחס להיבט פסיכולוגי על המתרחש בחברה ועל הנשים בפרט, בצל מקרי הרצח המופנים בעיקר כלפי גברים בחברה. החברה הערבית בישראל היא חברה



ובתחושת האובדן. בכי ועצב יצבעו את חייה בהמשך. לאבד בן משפחה זה אובדן של חלקי עצמי, התרוקנות נפשית שאין כוח למלא או לפצות על המקומות המשמעותיים שאבדו מתוך הנפש. מה שהיה לעולם לא יחזור, בכל האירועים המשפחתיים ההיעדר של הנרצח יהיה נוכח בנפש. ביומיום ישנה תחושה של אין טעם לחיים, פני האישה נפולות והחיך כבר לא אותו חיך. הפרעות נפשיות כגון חרדה, דיכאון, דיסוציאטיביות, הפרעות אכילה והפרעות שינה מתפתחות בהמשך לבעיות בריאותיות. "תשעה חודשים אני לא מצליחה לישון בלילות", אמרה אמה של אחד הנרצחים.

רצח הוא אירוע שאינו ניתן להבנה. רוב מקרי הרצח קורים במפתיע וללא מרחב שיהיה ניתן לייחס לו הסבר או להתגונן מפניו. הרצח מתרחש במקומות שאמורים להיות הבטוחים ביותר - בבית, בחצר, בכביש הסמוך. "30 שניות הרצח פרץ לבית/ למכולת או באמצע הכביש וירה בו מול עיני משפחתי". "הנפש מסרבת להאמין למראה העין". "איבדתי את היכולת לחשוב, לא יכול להיות שהבן שלי ימות ברצח!". "חשבתי שאני בחלום, זה בטח לא אמיתי מה שקרה". אלו תגובותיהן הכואבות של הנשים והאימהות שאיבדו את יקיריהן במגפת האלימות. אימהות, נשים, אחיות, בנות ימשיכו לשאול: למה? מה עשיתי בכדי לקבל את העונש? לא עבדתי קשה בכדי לגדל ולשמור על הילד? רבות יחושו רגשי אשם על כך. "איך לא זיהיתי ולא ידעתי לאן הוא הולך, מאין הוא מביא כסף, מה הוא עושה בטלפון, עם מי הוא בקשר, איך ואיפה מבלה בלילות? למה נכשלתי בשמירה עליו? למה לא מנעתי ממנו לצאת? למה נרדמתי בלילות ולא הצלחתי לקרוא את הנסתר בעיני הילד ועיני הרצח? נכשלתי ולא מנעתי את הרצח".

## אנו אנשי המקצוע עדים לתופעה של סירוב נשים לפנות לטיפול נפשי. נשים אחרי הרצח מרגישות הצפה ועומס, מבקשות מהאנשים סביבן לעזוב אותן לנפשן

אימהות ונשים חיות עם כעס על החברה שמעלימה עין, כעס על האנרכיה ואובדן הערכים והמעצורים בקרב הדור הצעיר, כעס על רשויות החוק, על אי-פענוח רוב מקרי הרצח. מצב זה מותיר אותן בתחושת ייאוש ואובדן תקווה, אכזבה ותחושה של שברון לב. לראות את הרוצחים מסתובבים חופשי ללא מי שיתחשבן איתם משדר עד כמה דם הנרצחים זול.

הזנחה זו על האזרחים הערבים מתוך ההמשגה של שני מקורות פסיכולוגיים תאורטיים. האחד הוא תאוריית ההתקשרות. לפי תפיסה זו יחס הדמות המטפלת, "המדינה", אל היחיד מאופיינת כקרה, נוקשה, נוטשת ומתעלמת מצורכי המטופל ומכך שהוא "אזרח ערבי". מצב זה יוצר דפוס התקשרות מסוג חרד ונמנע, ומוביל לכך שהאוכלוסייה מרגישה מאוימת ולא בטוחה בתוך המדינה, מתקשה לתת אמון במוסדות המדינה ומעדיפה לסמוך על עצמה.

## אימהות מגדלות ילדים ומטפלות במי שנשארו אחרי רצח מתוך עמדה של חרדת קיום. ההתקשרות עם התינוקות צפויה להיות לא מדויקת... על כן צפוי לגדול דור שלו דפוס התקשרות חרדתית

ההתייחסות התאורטית השנייה להשפעת ההזנחה ארוכת השנים והמניע מאחוריה היא המטרה להביא את האנשים למצב של חוסר אונים נרכש. זהו מצב פסיכולוגי שנוצר בעקבות חוויות מורכבות של היעדר שליטה, שבהן אין לפרט יכולת לשנות מצב בלתי נעים. תחושה זו נוצרת מתוך חוויה של חוסר הקשבה וחוסר התייחסות לאיתותי המצוקה של האחר. מצב זה גורם ליצירת חוויית עצמי חסר יכולת התמודדות. חוויה זו מתחזקת נוכח ריבוי המצבים שבהם האדם חש כי אכן אין לו יכולת להשפיע על אירועים שליליים שבהם הוא מעורב. טכניקה זו היא מעין סוג של הפעלת לחץ במטרה לשבור את החוסן והעמידות הנפשית של היחיד, לגרום לטשטוש הנרטיב, לשינוי התודעה ולתחושת חוסר אחריות ושייכות קולקטיבית.

### שתפי אותנו במחשבות על האישה הערבייה בצל האלימות.

האלימות בחברה הערבית היא מעין המשך דיכוי האישה ופגיעה באיכות והמשכיות חייה, שכן הנרצחים הם - אחים, בנים, בעלים, אבות - הגברים שדואגים לכלכלת הבית - הם מקור ההגנה על המשפחה הגרעינית ודור ההמשך. בחברה פטריארכלית, כאשר רוצחים את הגברים הנשים נותרות ללא הגנה. בעבר נשים נהגו להשתתף יחד עם הגברים ברצון לנקום, ולפעמים גידלו את ילדיהן עם מסר "לא לשכוח" ו"לזכור" שיש שטר שחייבים לפרוע. היום הפחד והחשש לשלום מי שנשאר בחיים גובר בהרבה על הרצון והצורך לנקום. אימהות עברו למקום אחראי של שמירה על החיים. ויותר מכך, בעקבות רצח הגבר, האישה עלולה לשקוע בכאב

אישי להתאבל ולמצוא מחדש נשימה להמשיך את החיים. וזה למרות שכפי שצינה אחת האימהות: "הכאב של האובדן קשה מנשוא, הרוצח לקח את האור והשמחה ונתן לנו חושך במקומם, אין שום דבר בעולם שיאיר לנו את העיניים מלבד החזרת בני".

### מה לדעתך צריך שיקרה? מה הן הדרישות במחאה השבועית מדי יום שישי באום אל פחם - החיראק?

כיום יש יותר מודעות לסכנה של התדרדרות למצב חוסר אונים. סכנה זו למחיקת הזהות והשייכות, סכנת ההתדרדרות של החברה לחוסר רגישות ואחריות חברתית מביאה צעירים ומבוגרים, גברים ונשים, לפעולה. כוח החיים ותחושת האחריות הם המניע של החיראק. המטרה היא לגרום לנציגי הציבור לראות את כישלון מערכת אכיפת החוק ולמצוא דרכים להתמודד עימו. זהו היבט אחד של תפקיד האזרחים הפשוטים בחברה הערבית - לא להישאר בעמדת חוסר האונים נרכש, אלא לגרום לנציגים ולממשלה להעלות את סוגיית מקרי האלימות והפשעה על שולחן הדיונים. מקבלי ההחלטות נדרשים לקדם תוכניות אלו, שישימו קץ להתדרדרות אכיפת החוק ביישובים הערביים. היבט שני הוא מחאה נגד הפסיביות והאפתיות בתוך החברה הערבית. יש להגיד לרוצח "אתה לא שייך אלינו ואנחנו נלחם בך". החינוך לאכפתיות ואחריות חברתית חייבים להיות דגלי מערכות החינוך בחברה הערבית, בבית ובמוסדות השונים.

הנשים בחברה הערבית היום התחזקו, וככל שנשים משכילות, עובדות ועצמאיות יותר כך גדל הסיכוי שתהיה להן דעה בבית. הן יכולות לקבל החלטות ולהשפיע. הילדים יגדלו בחיק אמא חזקה ועצמאית, לכן יש סיכוי ליותר עידון ושינוי הגישה הפטריארכלית שמקדשת גברים. כך ייווצר סיכוי לעלייה ביכולת ההשפעה של האישה, שנדרשת לתפוס מנהיגות ואחריות לא רק על מה שקורה בין גדרות הבית, אלא גם בחוץ במרחב הציבורי. נוכחותה ולא היעדרותה של האישה כמבוגר אחראי היא בעלת חשיבות רבה. האם חייבת אם לא להעלים עין מעבירות וטעויות שהילד עושה? היא נדרשת לתת לילד תחושה של ביטחון ואהבה ובו בזמן לא לתת לו הגנה וכיסוי בכל מחיר אם עשה עבירה או פשע.

זוהי בעצם אחריות הקולקטיב הערבי במדינה, נשים וגברים, לדאוג להחזרת הערכים של כבוד ודאגה לאחר ולהוקיע את מחוללי הפשע. מתוך עמדה של מיקוד פנימי של שליטה, על החברה הערבית לקחת אחריות אישית וחברתית על החיים.

**אני מודה לסועאד על דבריה החזקים, הברורים והמעניינים. היא פתחה לנו צוהר מרתק לעולם שאיננו מכירים מספיק ולדעתי חשוב להכירו. אשמח אם נמשיך לקיים ולהעמיק קשר זה.**

נשים שהבעל שלהן נרצח מוצאות את עצמן במעגל אחריות רחב. בודדות. "ביום בהיר אחד התעוררתי אל העובדה שאני לבד, רק אני המפרנסת של המשפחה". בחלק מהמקרים הנרצח מותיר אישה וילדים, אם האישה לא עובדת היא צריכה לקום ולאסוף את עצמה כדי לפרנס את המשפחה. היא צריכה לעמוד בחובות שהותיר אחריו, לדאוג ליציבות המשפחה ולגדל את הילדים. עליה ללכת בדרכים שישמרו על הילדים שלא יתדרדרו לפשע ולנקמה. היא מפתחת לחוות אובדן נוסף.

## זוהי בעצם אחריות הקולקטיב הערבי במדינה, נשים וגברים, לדאוג להחזרת הערכים של כבוד ודאגה לאחר ולהוקיע את מחוללי הפשע. מתוך עמדה של מיקוד פנימי של שליטה, על החברה הערבית לקחת אחריות אישית וחברתית על החיים

האישה מוצאת את עצמה חיה בערנות ובדריכות כל הזמן. חלק מהנשים עוברות לבית אחר בכדי לברוח מעימותים ומהמשך האלימות. הן מאבדות גם את הבית וגם את רצף החיים. הן מחפשות תחליף הגנה על ידי התקנת מצלמות, בניית עוד גדרות, הוספת סורגים ומנעולים, בתקווה שזה מה שיחזיר את תחושת המוגנות שאבדה. הרבה נשים לא ישנות ודואגות במודע או לא במודע תוך היותן בדריכות מתמדת לא לנטוש את עמדת השמירה.

נשים אחרי רצח בעל או בן מציינות "שמציבנו החברתי והכלכלי התדרדר, דיכאון ואי-יכולת להמשיך ללמוד, לעבוד ולייצר. הרצח הרג גם אותנו. אין טעם להביא ילדים כי בסוף ירצחו לי אותם", או ההפך, "חשוב להביא הרבה ילדים כי אם ירצחו לי אחד יישארו לי עוד". נשים חשות שצריך לדאוג להמשך פונקציית האימהות והילודה בכדי לשמור על החיים ולמנוע מוות. אימהות מגדלות ילדים ומטפלות במי שנשארו אחרי רצח מתוך עמדה של חרדת קיום. ההתקשרות עם התינוקות צפויה להיות לא מדויקת מבחינת רגישות לאיתותי התינוק. על כן צפוי לגדול דור שלו דפוס התקשרות חרדתית.

מי יתמוך באמא שרגילה שהגבר עומד לצידה, מחזיק ומחזק אותה? אנו אנשי המקצוע עדים לתופעה של סירוב נשים לפנות לטיפול נפשי. נשים אחרי הרצח מרגישות הצפה ועומס, מבקשות מהאנשים סביבן לעזוב אותן לנפשן. הן רוצות מרחב

## ד"ר אילה בלוך פסיכולוגית שיקומית מומחית, מדריכה ונוירופסיכולוגית, מתנדבת בתפקיד יו"ר מועצת הפסיכולוגים. עובדת כמנכ"לית ומנהלת מקצועית של המכון הלאומי לשיקום נוירופסיכולוגי (ע"ר) ומרצה באוניברסיטת אריאל בשומרון.

### ערכה: נחמה רפאלי

ואולי בהשפעת התקופה האחרונה בחייה של אמא שלנו, היא ממציאה את עצמה מחדש בכיוון של הדרכת כושר לגיל המבוגר. אחי אהרון (אהר"ה) הוא רופא נפרולוג שמנהל את יחידות הדיאליזה בהדסה. אני מאוד גאה באיש המקצוע שהוא, רופא בחסד ואיש חסד. כולו כישרון וטוב לב. אצלם אין רגע של מנוחה, הוא ואשתו, שהיא ראשת העיר בית שמש, עסוקים 24/7 בעשייה. בבית הוריי לא סיפרו לנו שיש תקרות זכוכית, גדלנו באווירה מעצימה ומגדלת שבה עודדו אותנו לחלום ולממש את החלומות שלנו.



### ספרי לנו על הרקע המשפחתי שלך.

הרקע המשפחתי שלי משלב את שואת אירופה, צבריות שורשית, יהדות, אובדנים הקשורים במעגל החיים במדינה וגם הרבה עשייה ותקווה. אימי מאירה בלוך זיכרונה לברכה, דור שישי בירושלים, הייתה מורה ויועצת. עסקה כל חייה בחיבורים ובטיפוחם של ילדים וילדות כדי להעניק להם הזדמנות שווה. אבי פרופסור יעקב בלוך, יליד גרמניה, ברח עם משפחתו לארץ כילד, אחרי ליל

הבדולח בשנת 1939. אבי ואימי נפגשו בליווי "אפר הקדושים" שבה נקבר בארץ אפר של נרצחי שואה מאירופה. הם היו נערים והוא דרך על רגלה.

אבי למד הנדסה אזרחית בטכניון ובמשך שנים קיים עם שותפים משרד עצמאי שיש לו חלק משמעותי בבניין הארץ ומומחיות בינלאומית בבניית תרנים. הוא הקים את המחלקה להנדסה אזרחית באוניברסיטת אריאל ועמד בראשה במשך עשר שנים. עד היום, בגיל 86, הוא עדיין מרצה באוניברסיטה ואני גאה להיות סוג של קולגה שלו.

הוריי קבעו את ביתם בעיר חיפה ושם נולדתי וגדלתי, כבת חמישית להוריי.

אחותי הבכורה רבקה הינה יועצת בתחום המחשוב לארגונים גדולים, ממשלתיים ואחרים. היא גם היועצת שלי בתחומי תוכן רבים ומגוונים. בתה של רבקה, אחיינית מתת חוה רוזנפלד הי"ד, נרצחה בפיגוע ירי באוקטובר 2005. כמעט כל יום אני מוצאת את עצמי חושבת עליה בגעגוע.

אחותי שרית היא פרופסור למדעי המחשב באוניברסיטת בר-אילן. חוקרת מבריקה ואישה נדיבה ומעוררת השראה.

אחותי גבריאלה (גבי) היא מהנדסת אזרחית שקרובה אליי ואל ילדיי במיוחד. אחרי שעבדה עם אבא שלי במשך שנים רבות,

### מה בבית ההורים כיוון את כולכם למצוינות?

אני לא בטוחה שמצוינות היא המילה המתאימה. אני חושבת שחונכנו לעשות את מה שאנחנו מאמינים בו ומסוגלים לו, יותר בכיוון של מימוש עצמי. לא בדקתי, אבל אני חושבת שההורים שלי היו מפרגנים לי גם אם מה שהייתי רוצה לעשות בחיים היה מכונס יותר. בכל מקרה, מה שמשותף להורים שלי ולאחים שלי הוא אהבת אדם, זה דבר שנמדד בעיניי במעשים. זכיתי להודות לאימי על כך בחייה.

### סימת תיכון בגיל 16, כיצד?

יצא שקפצתי שתי כיתות. היום היו אומרים שהודלגתי שתי כיתות, את כיתה ב' ואת כיתה ט'. בכיתה ב' לא הייתי לגמרי מעורבת בתהליך. אני רק זוכרת שבתחילת כיתה ב' ההורים שלי לקחו אותי למישהו (בדיעבד מתברר שהיה פסיכולוג) והוא שאל אותי כמה חידות (בדיעבד מתברר שזה היה מבחן וקסלר) וש אחרי הפגישה הזו, הוא המליץ על העברתי לכיתה ג' וכך היה. כמה שנים לאחר מכן, בסוף כיתה ח', רציתי לעבור לבית ספר

נחמה רפאלי, חברת מערכת פסיכואקטואליה, פסיכולוגית שיקומית ורפואית מומחית ומדריכה שיקומית.

המלצות על פסיכולוגים מעניינים או בעלי תפקיד מעניין אפשר להעביר במייל לנחמה רפאלי [nechamaraph@gmail.com](mailto:nechamaraph@gmail.com)

ביטחון. היה לי קשה מאוד להעריך מראש את מידת ההתאמה ואת מידת שביעות הרצון מהמקצוע. פסיכולוגיה היא ללא ספק "וואו" מבחינתי כיום, אבל אני משערת שהייתי יכולה להיות מאושרת גם במקצוע אחר. בעניין הזה אני לא דטרמיניסטית.

### מה עבר עלייך במישור האישי המשפחתי במקביל ללימודים ואיך זה השפיע על תפיסת העולם שלך ודרכך המקצועית?

יניב ואני נישאנו בחורף הראשון של התואר השני שלי. את יניב הכרתי שנים רבות קודם באופן שטחי, ואחרי שנפגשנו בחתונה של חבר משותף, הוא התקשר והציע לי לצאת איתו. זה היה נראה לי קצת מופרך, לאור ההיכרות הקודמת, אבל הערכתי את האומץ והסכמתו. הוא היה אז קצין בבסיס סגור ומרוחק, וכעבור חצי שנה, אחרי חתונה אנרגטית במיוחד, עברנו לגור יחד. יניב יצא ללימודים באוניברסיטה העברית וכסטודנטים גרנו בקיבוץ העירוני "ראשית" בירושלים. שם גם נולדה בתנו הבכורה. החיים בקיבוץ היוו מימוש של ההחלטה להשתתף באתגרים החברתיים שסביבנו, מתוך ההבנה שהדרך הטובה ביותר לשפר הזדמנויות עבור כל אדם, היא שכנות אמיתית. עם סיום הלימודים באוניברסיטה עברנו מירושלים לעיר אריאל. אריאל היא עיר הטרוגנית ומקסימה ומאז שאנחנו כאן, יניב ואני עוסקים בפעילות חברתית בעיר בגלגולים מגוונים. באריאל גם נולדו לנו ארבעה בנים ואימצנו בן ובת (טפו טפו טפו). בדרך ילדתי בת נוספת בלידה שקטה. הפרידה ממנה הייתה כואבת מאוד.

### איך את תופסת את הרב-גונית בפעילות שלך במקביל, ולאורך שנים.

קודם כול זה קצת חיסרון, הנטייה הזו לא לוותר ולעשות גם וגם, וגם, מבלי להתפקס ולהעמיק. מצד שני, יש לי הרבה חלומות וזכיתי לממש רבים מהם, גם בהקשר של המשפחה ומקום המגורים וכמובן גם בהקשר המקצועי. בסופו של דבר בחרתי במקצוע עם משמעות שתואם את הערכים שלי וגם מספק לי הרבה מאוד חוויות של הצלחה וסיפוק.

### מה התהליך הרגשי וההתפתחותי שעברת בהתמחות בפסיכולוגיה?

במקור התוכנית הייתה להפוך לנוירופסיכולוגית של ילדים. הייתי סקרנית מאוד בנוגע להתפתחות המוח ולהשפעות של פגיעה מוחית על ההתפתחות של הקוגניציה, ההתנהגות והאישיות. שמחתי בהתמחות במכון להתפתחות הילד בתל השומר ולאחר מכן ביחידה להפרעות קשב והסתגלות שם, וקיוויתי שאוכל ללוות ילדים ומשפחותיהם אל מול האתגרים שליליים מוחיים מציבים בפניהם. לא אכחיש שנתקלתי בשני קשיים משמעותיים. ראשית, היה לי קושי להחזיק את ההגנות

אחר. הגעתי עם אבא שלי לראיון והמנהלת אמרה לו שאין מקום בכיתה ט' ושנסה שוב בשנה הבאה כי בכיתה י' בדרך כלל יש יותר אפשרויות. אבא שלי לא התבלבל ואמר לה שאם כך, כדאי שאעשה את הבחינות לכיתה י'. וכך היה.

### שתפי אותנו בפעילותך בשירות הלאומי והשפעתו עלייך.

כשסיימתי את התיכון, הלכתי לשירות לאומי. יצאתי מהבית בגיל צעיר לחיים עצמאיים בדירת שירות. לאחר שנתיים של שירות, למדתי שנה יהדות במדרשת לינדנבאום. בין לבין ביליתי גם כמה חודשים באתר הקרואנים "חולדה" שקלט עולים מאתיופיה במבצע שלמה. שם ריכזתי סניף של בני עקיבא ולימדתי עברית באולפן שהוקם באתר לנשים שלא יכלו לנסוע לאולפן בגדרה כיוון שהיו בהריון מתקדם או אחרי לידה. בשנים האלה עוצבה תפיסתי החברתית. ראשית, החלטתי להיות שותפה בייבוש הביצות החברתיות בישראל ושנית החלטתי שלא לשהות במקומות שבהם היותי אישה מגביל את הפעילות שלי.

### האם חווית תקרת זכוכית בהיותך אישה דתית או אישה בכלל?

לנסיבות החיים יש ודאי השפעה על הבחירות שעשיתי ועל ההזדמנויות שקיבלתי. למרות שיש בה הרבה דברים נפלאים, האורתודוקסיה היהודית שבה גדלתי אינה שוויונית, ויש בה עוולות כמו בעוד קבוצות חברתיות. על כל פנים, אני לא מתלוננת ואני שמחה מאוד במי שאני היום. בעקבות הניסיון שלי, אני משתדלת לראות כל אדם בתוך ההקשר שלו ולנסות לפתח הזדמנויות לילדים ולאנשים באשר הם, ובעיקר לתקן עוולות כשאני יכולה ולמחות עליהם כשאני לא יכולה לתקן.

### מתי התגבשה הבחירה בפסיכולוגיה כמקצוע לחיים?

המסלול הטבעי שלי היה ללכת ללמוד בטכניון בעקבות אבי ואחיותיי. לאחר שנתיים שירות ושנה של לימודי יהדות, חזרתי לבית הוריי והתחלתי ללמוד הנדסת חשמל. שנת הלימודים הראשונה הייתה קשה, ולמרות שצלחתי אותה, הבנתי שכנראה לא נועדתי להיות מהנדסת. בסוף אותה שנה חזרתי לירושלים והשלמתי תואר ראשון בפיזיקה ובפסיכולוגיה באוניברסיטה העברית. גם בסוף התואר הראשון עדיין לא ידעתי "מה אני רוצה לעשות כשאהיה גדולה". הבחירה בתואר שני בנוירופסיכולוגיה הייתה על רקע העניין שהיה לי במוח האדם ופחות מתוך רצון לעסוק באבחון ובטיפול. רק במהלך הפרקטיקום ביחידה לנוירופסיכולוגיה התפתחותית בשערי צדק, בהדרכתה של ד"ר ג'ודי גדליה ז"ל, הבנתי שהגעתי למקצוע הנכון. לוקח הרבה מאוד זמן עד שמתחילים לעסוק במקצוע כפסיכולוגים ועוד שנים ארוכות לאחר מכן עד שמגיעים לרמת מקצועיות שנוסכת





כל ענפי הפסיכולוגיה, חלק מהפתרון הוא דווקא באמצעות שותפויות עם תחומי מקצוע אחרים. בשיקום, שממנו אני מגיעה, עבודת הצוות המגוון מבחינה מקצועית מאפשרת לכל תחום לתרום את התרומה הייחודית שלו, מתוך תפיסה הוליסטית היוצרת סינרגיה, כדי שהשלם יהיה גדול מסך חלקיו. מתוך העשייה הזאת, חשתי כל השנים שאני גדלה וצומחת כפסיכולוגית ושמעמדנו כפסיכולוגים משתפר.

בנוסף, חשובה לא פחות הרחבת הפסיכולוגיה וביסוסה, על כל ענפיה, בתחומים נוספים, במשרדי ממשלה רלוונטיים ובציבוריות הישראלית.

יש לנו מקצוע מבוסס מחקר ותאוריה, ההבנה שלנו במוח ובקוגניציה, באישיות ובהתנהגות והיכולת לחבר ביניהם מאפשרת לפסיכולוגים לאבחן ולטפל ולתת מענים אנושיים מצילי חיים ומשני חיים.

### מה המסר שלך לסטודנטים ולמתמחים בפסיכולוגיה?

אני רואה עצמי נציגה של כל הפסיכולוגים בישראל. קיבלתי על עצמי את תפקיד יו"ר מועצת הפסיכולוגים מתוך העשייה בשדה ובאקדמיה. יש לי חלומות גדולים, כך שגם אם אצליח לממש רק חלק קטן מהם, אשמח בחלקי.

### מה החזון שלך ביחס לפסיכולוגיה וענפיה בעוד עשור ומעלה?

יתוקן חוק הפסיכולוגים כך שלא רק יגביל את הפסיכולוגים אלא גם יגדיל ויעצים אותם, יגובש מתווה הכשרה לפסיכולוגים שתואם את ההתפתחות והחדשנות המאפיינות את תקופתנו, ישררו שלום ואחוה בין ענפי הפסיכולוגיה השונים ובין הפסיכולוגים לבין מקצועות הטיפול האחרים, יפותחו תוכניות מרובות תקציבים לשילוב בין מחקר לפעילות פסיכולוגית בשדה, תתקיים פעילות פסיכולוגים ענפה במגוון משרדי ממשלה רלוונטיים נוסף למשרד הבריאות והחינוך, תשתפר המודעות לצורך בטיפול פסיכולוגי מקצועי ויורחבו מענים מותאמים בקרב דוברי ערבית וחרדים בתוך כלל החברה הישראלית, יגדל באופן משמעותי מספר המטופלים, ילדים, מבוגרים וזקנים, הזוכים לקבל טיפול פסיכולוגי במסגרות ציבוריות.

### יש זמן לפעילות פנאי?

אני אוהבת לבלות עם הילדים שלי, זה בדרך כלל כרוך בהוצאה כספית מסוימת, כי אני מתקשה מאוד להגיד "לא". אני מנצלת חורים בלוח הזמנים הצפוף לקריאת ספרים, בדרך כלל כאלה שנותנים לגיטימציה לדמעות. ובלילות, לצערי לעיתים נדירות, אני יכולה למצוא את עצמי צופה בביג' בסדרה עם עלילה מופרכת ומחוררת ומסיקה ממנה תובנות פסיכולוגיות מעמיקות.

והגבולות בין אירועי החיים שפגשתי מדי יום בקרב ילדים רכים לבין החרדות שנמצאות במהות האימהות. הקושי השני היה מעין סטרס שלווה אותי בכל אינטראקציה עם ילדים. מעין הרגשה של חוסר ביטחון וחוסר מקצועיות שהייתה שם כל הזמן.

במהלך השנים, כדי להשלים את ההתמחות בפסיכולוגיה שיקומית, נדרשתי לעבוד מספר שעות בשבוע בשיקום מבוגרים נוסף לעבודתי עם הילדים. באופן מפתיע, כשטיפלתי במבוגרים, הסטרס שהיה מנת חלקי מול הילדים פשוט נעלם. אגב, זה לא שהיו לי רק הצלחות כבירות. בתקופה הראשונה בעבודה עם מבוגרים היו לי הרבה כישלונות והרבה מהטיפולים שלי לא השיגו את מטרותיהם, אבל ההחלטה הזו הייתה מתבקשת ועברתי לעבוד עם מבוגרים.

### אילו פעילויות ויוזמות מקצועיות שעשית הינן החשובות לך ביותר ומדוע?

אפשר לומר שהתשובה בגוף השאלה. המפתח הוא יוזמות. אני משתדלת לצאת מחדר הטיפולים וליזום, גם כאשר יש לכך מחיר אישי, וגם כאשר זה כרוך בפעילות שהיא לא "פסיכולוגית טהורה". אין ספק שגולת הכותרת של הפעילות שלי נמצאת בניהול עמותת המכון הלאומי לשיקום ניוירופסיכולוגי (עד לא מזמן המכון הלאומי לשיקום נפגעי ראש). בשש השנים שבהן אני מנהלת את המכון אני פועלת בשותפות עם מנהלות יוצאות דופן ועם צוות מקצועי ומסור. בכל יום אנחנו מרחיבים את גבולות הניוירופסיכולוגיה בישראל, ומאפשרים ליותר אנשים לקבל שיקום בקהילה שהרבה פעמים משנה את חייהם לטובה. העיסוק המרכזי שלנו הוא שיקום, אבל עם הוועד המנהל של העמותה הצבנו לעצמנו מטרות גם בתחומי המחקר, ההכשרה והיישום הניוירופסיכולוגי.

### מה היית רוצה לשנות במעמד הפסיכולוגיה כמקצוע ובמקומו בחברה הישראלית?

לעניות דעתי האתגר הגדול ביותר של הפסיכולוגיה כיום הוא בתחום של ייחודיות המקצוע. בחודשים הראשונים שלי בתפקיד, אני נתקלת שוב ושוב, גם בתוך משרד הבריאות וגם מחוצה לו, בהתייחסות לפסיכולוגיה כאל אחד מתוך רשימה ארוכה של מקצועות שעושים בעצם את אותו הדבר. לחלק מהמקצועות האחרים יש ייחודיות עודפת על הפסיכולוגיה, אך התרומה הייחודית של הפסיכולוגיה אינה בולטת דיה. לצערי ההכשרה הממושכת והמעמיקה אינה מספיקה כדי לייצר את היתרון שלנו.

אפשר להכות על חטא ולחפש אשמים במצב שנוצר, אבל אני חושבת שנכון להסתכל קדימה ולהיענות לאתגר הזה יחד, כל ענפי הפסיכולוגיה.

באופן פרדוקסלי, אני מאמינה שמעבר לשאיפה לשותפות בין

# עמדת קריאה סקירת ספרים חדשים

כתב וערך: שבתאי מגר

## ניצוד מרפאת הביבליותרפיה? - כתיבה, ילדות, שיר

ליאור גרנות. הוצאת פרדס והוצאת אוניברסיטת בר-אילן, 2020. 371 עמ'

ויישומיות לבין שהייה במחוזות של אין, של לא-מוגדר, ונבחנת ומוצעת היכולת לא להיחפז להגדרה; לתת לבלתי מנוסח להתהוות, להישמע ולהיקלט כפי שהוא.

הספר מעניק לנו הזדמנות להיות באזורים מעורפלים, ומציע את היכולת לנוע בהם בצלילות המחשבה ובהיענות לאשר מגיע. כך בוקעת או נבראת שירה. כך יכולות להתממש הקשבה טיפולית ויצירת שיח טיפולי. מהשתיקות ומהמילים, מהנעלם ומהנגלה. מהנאמר ומה שמבקש להיאמר. חישוב על שפת השיחה הפסיכולוגית בטיפול. באמצעות מילים היא מנסה לפגוש את הסמוי ולהעלות מן הנעלם ניגונים בדמות מילים ולרקום מהם שפה מובנת ומוכנה עבור השניים המגלים אותה - המטופל והמטפל.

הספר מציג מקורות רבים לשירה ותופעות תחושתיות ומחשבתיות הקשורות בה. בתוך הצגת השירה מופנם ידע פסיכולוגי רב. המבט מופנה אליו והוא מוסיף הבהרה וחדות לחוויה הפואטית. תאוריות ומושגים מקבלים את מקומם בהבנה המתגבשת, מוחשית ומעוררת סקרנות, להכיר עוד ולהעמיק.

הספר צובר תנופה, פותח שערים ומצליח להדגים את היופי והמורכבות המעורבים בעשייה הטיפולית המתבססת רובה ככולה על דיבור ומילים ועל מרחבי שתיקה ואי-ידיעה אינסופיים של השפה, חריקותיה וסודותיה. שירת מטפל ומטופל במרחב העומק השירי.

העיוני והפיוטי הן השפות של הספר. הקריאה נעה מאחת לשנייה ובחזרה. ידע והשראה פועלים זה לצד זה ובמשותף, יוצרים מארג תחושות והבנה, ובזה תורמים לעיבוד ולהעשרת עולמם של המטופלים.

כוחו של הספר הוא בהיותו לא-מדריך כיצד ואיך לעשות ביבליותרפיה. יופיו ותורמתו הם בפרישת הידע הפואטי, הפיוטי, הפילוסופי והפסיכולוגי בפני הקוראים, ובכך לעורר השראה והבנה מעמיקה ומרחיקת ראות. באמצעות דברי שירה, סיפורים ויצירות כתובות מוצגת חוכמת אומנות היצירה, חוכמת אומנות ההתבוננות וההקשבה, והזמנה ליהנות ממסעות בשדות המילים, הרגש והמשמעויות.

המילים סובבות בשיחות הטיפול, יוצאות ונכנסות, נשמעות, בלתי נראות, מוחשיות, מתנדפות מייד, משאירות הד, מעוררות, מחוללות תנועה פנימית, מצטרפות לתכנים מוכרים ולתכנים עמוקים וחבויים; צירופי המילים אוצרים משמעויות, וגם מושכים אליהם משמעויות נוספות, מתהווים למשפטים, מגדירים רעיונות, באורח סמוי ומסתורי מעוררים תחושות ורגשות ויוצרים סביבה חדשה לתקשורת, לתחושת קיום ולהבנה חדשה.

הקסם הזה מופיע ומתרחש בדיבור בין שניים, במילים שבעל-פה ובאמצעות הכתב - מילים שנכתבו והודפסו, ומילים שנכתבות כחלק ממארג השיח הטיפולי. השימוש במילים, השימוש בסיפורים והשימוש בכתיבה הם תוכנו של הספר הזה, על מהותה של הביבליותרפיה ועל כוחה ואפשרותה לרפא, או ליצור תנאים למרפא.

המחברת מביאה את הנושא בשלושה פרקים. אחד העוסק בשפת השירה ובמפגש עם "מה שלא ניתן לתמלול"; השני - בטיפול במבוגרים באמצעות ספרות ילדים תוך דיון בשלוש תמות; והשלישי עוסק בכתיבה בטיפול: הכתיבה כאפשרות מגע עם היסוד הלא מתקשר של העצמי האמיתי, הכתיבה כבית וכמסע, והכתיבה כמאפשרת בריאה.

אחרי פתיחה עיונית אקדמית עובר הספר להצגת מחשבות ורעיונות של סופרים ומשוררים על השירה, על המילים והדיבור, על עומק השפה ומשמעויות המסרים, על תכליות מוגדרות ועל הנעלם, שהמסתורין בו אחראי וגורם ליצירת משמעויות תוכן ותחושות, ושאינו מוגדר בהכרח, ובכך נושא בחובו תובנות והבנה ברמות נפשיות ופיוטיות.

נפתחים מרחבים ומעמקים. נחשפים בפנינו מכני שירה, שפה ונפש, ומתגלים קישורים בין השפה לנפש. היוצר המשורר מבטא את הנביעה העולה מתוכו. המטפלים הפסיכולוגים מוזמנים להפנות לכך מודעות, ויחד עם זאת להניח לעצמם להיפתח לקולות הפנימיים שבהם, שיהיו להם לעזר בהקשבה ובנוכחותו הקולטת, ואף ימצו מהם יצירה משלהם. מתוך הדברים עולה ונוכח דיאלוג מתמיד בין תכלית



שבתאי מגר הוא פסיכולוג ייעוצי-תעסוקתי מומחה. בעל קליניקה פרטית. משורר. מדריך ומנחה קבוצות וסדנאות כתיבה. מלמד באוניברסיטת בר-אילן בתוכנית מ"א לייעוץ ארגוני.

## יחסים פקוחים - סיפורים אמיתיים על יחסים א־מונוגמיים

זהר כרמי וליאת שדה-סעדון. הוצאת אדמה, 2020. 327 עמ'

סיפורים שכאלה לעיתים מגיעים ישירות לשיחה הטיפולית, אך יש מקרים רבים שהם בהשגחה ולוקח זמן עד שהם עולים. אופן נוכחות המטפל או המטפלת יתרום להיענות המטופלים להציג את סיפורם במידה שירגישו שיש אוזן קשבת ומבינה, ושיושבת איתם אישיות שעולמה רחב ופתוח להיות עימם בנפתוליהם וללוות אותם ללא שיפוט, באהדה ובהגינות מקצועית.

הסיפורים בספר מציגים טיפוסים שונים, סיפורי חיים מגוונים, מפגשים והתפתחויות קשרים, התחבטויות נפש עזות, וכולם סביב שתי תמות מרכזיות: אהבה ויחסים, ורצון לשמור ולקיים זוגיות יציבה, מרגשת ומתחדשת.

לומדים על פנטזיות ארוטיות ועל מימושים בהתקשרויות שונות. לומדים על יחס הסביבה לנטיית האישיות של הדוברים, גיבורי הסיפורים, ועל אפשרויות חיים שונות תחת מסגרות המקובלות והמוכרות, ומחוצה להן. לומדים להכיר את הצורך במימוש תשוקה, ודרך זה את תפיסת העולם שסביב ואת יחס הפנימי לנורמות ולכללים הרווחים בחברה. פוגשים תהיות קיומיות והתלבטויות על קיום זוגיות ומשפחה, עם שמירה על איזון רגשי ורווחה נפשית.

סקס הוא מרכיב קבוע בסיפורים, אך הוא מוליך ומבטא רבדים עמוקים ומסועפים של מבנה נפשי, מקורות רגשיים, מאוויים, פנטזיות ומנגנוני הגנה. המפגש עם הסקס והיחס לסקס בגרסאותיו השונות מגבש תחושות זהות, שהולכות ומתרחקות עם הכניסה למסעות הגילוי האישיים והזוגיים.

מדי כמה מונולוגים משולבת שיחה בין ליאת לזהר, עורכות ומחברות הספר, על נושא נבחר שעלה בסיפורים. הדיאלוגים הקצרים מהווים אתגרתא ברצף הסיפורים, ממקדים את תשומת הלב בסוגיה או בעניין רגיש. דעות השתיים מובעות, מאתגרות זו את זו ומרחיבות את ההתבוננות ויוצרות דיון מופרה, מרענן ומלמד.

לתת דרור לרגשות אהבה וקרבה. לתת מקום לאהבה, גם אם היא מופנית לעוד אדם מחוץ למערכת הנישואין, עם שמירת האהבה בנישואין ערה ויציבה, ואף עם סיכויים טובים להתעוררות ולהתמודדות. אימון והסתגלות לחיים שאינם בהכרח בסימטריה. התבוננות נוספת על חיים משותפים, על ראיית האחר הקרוב, על הפיכתו למשמעותי ולנוכח, והכנסתו למערכת הרגשות שלי כאדם וכאישיות עצמאית ונפרדת שאני אוהבת, או אוהב, ורוצה בקרבתו, במגע עימו ובחיים משותפים.

כשבני זוג מחליטים לבדוק אפשרות לפתוח את הזוגיות שלהם, מערכת הרגשות נכנסת לסחרור, כמעט תמיד קרובה להתנפץ, תמיד כרוכה במשברים ובכאב. זו נקודת ציון בחיי זוג ובהיסטוריה הזוגית. תקופה שברירית שעלולה להביא לפירוק ולפירוד, אך גם עשויה ליצור דרכי תקשורת חדשות ונגיעה ברבדים עמוקים שיובילו להיכרות יסודית ועמוקה מאי פעם. זו תקופת מבחן. נדרש המון מבני הזוג להשקיע ולשאת. עולם הערכים מיטלטל, המחשבות מתרוצצות, הרגשות מואצים ומסתבכים. דרושה סבלנות רבה לתהליכים כואבים וסובלנות לחשיבה אחרת ולראיית האחר ברגישויותיו הדקיקות ביותר; וכמו כן עולים ומציפים דחפים ומאוויים שהיו מודחקים שנים ארוכות ולראשונה עושים דרכם להיאמר, תאבים לאישור ולהבנה, אבל פוגשים קולות ומאוויים אחרים, בדרך כלל נוגדים ומתנגדים, שמולם צריך עתה להתמודד, וגם להידבר. את הדרמות האלה יש להכיל. לשמוע את הפרטים, ויותר מכך לשמוע גם את הזעקה הדחופה של הדוברים וגם את הקול החרישי הנלווה אליה. הדרמות האלה מגולמות ב-33 מונולוגים שהם סיפורים אישיים אינטימיים של נשים וגברים העוברים חוויות הקשורות לפתיחת הנישואין ובחינת יחסים א־מונוגמיים.



## הדמות מאחורי המראה - נרקיסיזם והבלתי-נראות של ילדים ובני-זוג

מונשה כהן. הוצאת רסלינג, 2020. 233 עמ'

דפוסים תובעניים משתחזרים וממולכדים מתוארים באורח מפורט, מוסבר, נוח ובהיר לקריאה ולהבנה. סיפור המיתוס מתורגם לתהליכים נפשיים מורכבים, לדמויות מופנמות וייצוגיות ולמשמעויות רבות רבדים. המורכבות הנפשית מוצגת ברגישות, משלבת ידע עיוני דינמי עם הבנה אוניברסלית להתנהגות אנוש ועם תובנות עבור מטפלים בעבודתם עם אנשים הסובלים מהפרעת האישיות הנרקיסיסטית, וכאלה שגדלו אצל הורים נרקיסיסטיים, ולכן סובלים מחסכים עמוקים ומחבלות רגשיות.

הספר תורם להבנת התופעה ולביטוייה ולזיהוי מאפייניה בשטחים שונים, מוסיף ידע וכלים להבנה הטיפולית וליישומה בעבודה המקצועית. אלה מלווים בהצעות ובהנחיות מעשיות במה להתמקד וממה להימנע כדי לרכוש את אמונו של המטופל וליצור אווירה מאפשרת ותחושת "מקום בטוח".

המורכבות הרגשית, הבין-אישית והאתית מוצגת בפרק ניתוח ספרותי פסיכולוגי מרתק של הרומן "תמונתו של דוריאן גריי" מאת אוסקר ויילד (1891), דרך חיי הנפש והנרקיסיזם של הדמויות, ובפרק ניתוח הרומן "החיים הם במקום אחר" של מילן קונדרה (1989), דרך יחסים סימביוטיים בין אם ובן.

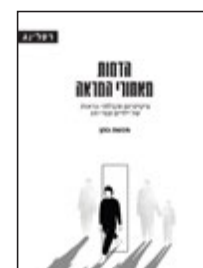
בהמשך פרק על קבוצת תמיכה לנפגעי הורות נרקיסיסטית, ואחריו תיאורי מקרים על תקשורת הורה-ילד ועל הטיפול בנרקיסיזם עם שאלה לגבי יכולת הנרקיסיסט להשתנות. פרקים, כמו שאר הפרקים בספר, כתובים היטב, מעניינים, מעוררים מחשבה אומנותית, פילוסופית ומקצועית-טיפולית. "הספר מתבונן ביחסים בין האני ובין הזולת, על מורכבותו ועל הסיבות להפרעה המתרחשת בהם". זה המשפט הפותח את הפרק הראשון בספר. הוא מלווה לכל אורכו, משקיף וחוקר ומתאר היטב עולמות ותהליכים נפשיים מורכבים, מחדד את המבט עליהם, עוזר להבחין בפרטים, מאפשר גישה ומרבה הבנה.

הספר מתמקד בנרקיסיזם כתופעה בנפש המרוכזת בעצמה. מוצגים אפיונים לאישיות המוגדרת כנרקיסיסטית, ומושאי הדיון הם אנשים שגדלו כילדים להורה או להורים נרקיסיסטיים. כותבים שונים מציירים קווים לדמות האישיות הנרקיסיסטית ומסמנים נקודות חסרות בהתפתחות הנחשבת כתקינה. לומדים להכיר באילו בתים גדלו בילדותם ומה היה טיב היחס שקיבלו מההורים ומהמשפחה, וכתוצאה מכך אילו דרכי התמודדות סיגלו לעצמם כדי לשרוד, לחוש את קיומם ולמצוא את מקומם. לומדים כיצד משם התעצב יחסם אל העולם וכיצד מתארגנות דרכי פעולתם והתנהגותם לפילוס דרך בחברה ובאינטראקציות בין-אישיות. תחושות הקיימות והאין-קיימות משמשות אצלם בערבוביה, מתובלות ברגשות הכחשה ואשם, תסכול, ייאוש, ואף נטייה לאובדן, ובד בבד מושקעים תמרונים והמצאות ליצירת מסכות והסוואות בניסיון להתגבר על תחושות דחייה וטשטוש זהות.

אפיון בולט הוא תחושת הילד או הילדה שאין להם מקום בלב ההורים ולא שייכות למערכת היחסים שביניהם. נפשם שרויה בציפייה מתמדת להכרה, אך אין להם הכושר לקבל אותה או לגרום לה להתרחש. הם מפתחים לכן התנהגויות ופעילויות נסוגות או, לחילופין, מניע הישג גבוה וצורך לטפס לראש הסולם כמקום בטוח, שרק בו אפשר לשרוד.

המיתוס שעליו מבוסס הספר ומהווה את בסיס התופעה, סיפורו של נרקיס, מסמל את המצוקה הגדולה של מי שאינו מוצא אהבה, ואת אלה שמתים מכך שאהבתם אינה נענית.

מטופלים נפגעי הורות נרקיסיסטית הם אנשים שדמותו של נרקיס מהדהדת בתוכם והם בחיפוש לולאתי ומשתחזר אחר דמות עצמם החביבה עליהם ביחסים עם אנשים שעומדים להם באים במגע, קרובים ורחוקים, ופעם אחר פעם הם מוצאים פגמים וליקויים באופיים, בהתנהגותם ובקיומם של אחרים שאינם עומדים בציפיות.



## על התיישנות והסכמה מכללא

עו"ד אדר גרין, עו"ד צ'רלי בוזגלו

משך הזמן שלאחריו עילת תביעה נגד אדם אחר מתיישנת - כלומר, לא ניתן יהיה עוד לתבוע בגין אותה עילה.

תקופת ההתיישנות מתחילה, בלשון החוק, "ביום שבו נולדה עילת התובענה" - כלומר, ביום שבו קרה המקרה המצדיק תביעה. תקופת ההתיישנות הבסיסית (שאינה במקרקעין) היא שבע שנים. כך למשל, אם שותפך לשעבר הפר את החוזה שכתם (זו עילת התביעה) באופן שהסב לך נזקים שונים (כספיים או אחרים), וחלפו כבר שבע שנים ממועד הפרת החוזה, עילת התביעה, לא יהיה ניתן לתבוע אותו לפיצוי על הנזקים.

כידוע, לכל כלל יש יוצאים מן הכלל, ולתקופת ההתיישנות יש יוצאים מן הכלל רבים במיוחד, ולתקופת שבע השנים יש חריגים רבים בחוק. לא נמנה אותם כאן, רק נזכיר שניים כדי לסבר את האוזן - בתביעה הקשורה בנדל"ן ("מקרקעין" בלשון החוק) ההתיישנות ארוכה הרבה יותר, ולעומת זאת בתביעה הקשורה בביטוח - היא מתקצרת.

העניין מסתבך עוד כאשר מתברר כי תקופת ההתיישנות לא תמיד תיספר החל מהרגע שבו קרה המקרה שמספק עילת תביעה - אלא החל מהרגע שבו התגלה הנזק לניזוק. יש גם מצבים ש"מקפאים" את ההתיישנות, ורק אחרי שהם תמים מתחילים את הספירה. כך למשל אם מדובר במקרה שקרה כאשר התובע עוד היה קטין - בן פחות מ-18 - שבע השנים מתחילות להיספר רק מרגע הגיעו לגיל 18, וכך למעשה הוא יכול לתבוע עד הגיעו לגיל 25.

וכך הגענו לכלל המובא בסעיף 6.3 לקוד האתיקה ומצוטט לעיל: ממועד סיומה של ההתערבות הפסיכולוגית חשוב לשמור את הרשומה לפחות במשך שבע שנים, אלא אם כן מדובר ברשומות טיפול בקטנים, שאותן יש לשמור עד הגיעו של הקטין המטופל לגיל 25. אגב, כאמור, גם רשומות של מטופל שנפטר יש לשמור במשך שבע שנים, ויש לכך גם הצדקה משפטית, שכן כשאדם הולך לעולמו במקרים מסוימים ניתן עדיין לתבוע בשמו.

לאחר כל זאת ברור כי הכלל המפורט בקוד האתיקה הוא ההמלצה המינימלית (כפי שאכן כתוב בו). למעשה אנו ממליצים לשמור את רשומות הטיפול שברשותכם ללא הגבלת זמן. אם תרצו, "לכל צרה שלא תבוא" (למשל תביעה שמתבררת לאחר שנים רבות), ובמבט אופטימי יותר - לכל צורך עתידי, לאו דווקא משפטי, אלא גם לכתיבה ומחקר או לצרכים אחרים של

בתחילת שנת 2021 שמחנו לקבל עלינו את תפקיד היועצים המשפטיים של הפ"י, ובעבודתנו מול הארגון וחבריו עולות סוגיות מעניינות וחשובות שנבחנות תוך דיאלוג מרתק ומפרה. אנו יודעים כי פנייה לייעוץ המשפטי היא לא פעם דחופה ודורשת מענה מהיר, וכי הפונים אלינו זקוקים לתשובה בהירה ועד כמה שניתן החלטית, לכן שמנו לנו למטרה לתת לפנייתכם את המענה הבדוק והבהיר ביותר וככל האפשר בתוך 48 שעות.

בטור ההיכרות נרחיב מעט על שני מושגים משפטיים שעלו אגב הטיפול בפניות חברי הארגון לייעוץ משפטי והעלו לדיון מושגים משפטיים שעשויים לעניין את קוראי פסיכואקטואליה ולשמש אותם עכשיו או בעתיד. בגיליונות הבאים נשאף להעמיק חקור במפגש שבין הפסיכולוגיה והמשפט, לעדכן בנוגע לפסיקות חדשות ומעניינות של בית המשפט ולדברי חקיקה חדשים ולהתייחס לעניינים שוטפים ומעניינים. הנה מתחילים.

### מתי הרשומה "מתיישנת"?

שאלה בסיסית וחשובה שהופנתה אלינו באחרונה נגעה למשך הזמן שבו נדרש פסיכולוג (מטפל עצמאי) לאחסן ולשמור את תיקי הטיפול של המטופלים.

תשובה: באופן שאולי נראה מפתיע, אין בחוק שום הוראה ספציפית המורה על משך הזמן שבו חובה לשמור על תיקי הטיפול (הרשומות הפסיכולוגיות). עם זאת, תשובה פשוטה ובהירה מצויה בקוד האתיקה של הפ"י (להלן: "קוד האתיקה") בסעיף 6.3 (הדגשות שלנו):

**"על הרשומות הפסיכולוגיות להישמר במערכת שבע שנים מתום מועד הרישום האחרון.**

**רשומות הנוגעות לקטנים יש לשמור עד הגיע הקטין לגיל 25 שנים לפחות. רשומות של מי שלמד במסגרת חינוך מיוחד יישמרו שבע שנים לאחר סיום לימודיו.**

**רשומות של מטופל שנפטר יישמרו שבע שנים מיום הפטירה.**"

כדי להבין את ההיגיון שעומד מאחורי הנחיה זו של הקוד האתי יש לפנות לנורמה הרלוונטית קרי חוק ההתיישנות<sup>1</sup> הקובע את

משרד צ'רלי בוזגלו עורכי דין ונוטריון מייעץ להפ"י.

<sup>1</sup> חוק ההתיישנות, תשי"ח-1958.

**מכללא** או הסכמה משתמעת להחלטות ההורה האחר בקשר לילדיהם, ובלשון החוק שצוטט למעלה: **"הסכמתו של אחד מהם לפעולתו של רעהו יכולה להינתן מראש... מכללא... באופן כללי"**. במילים אחרות, הסכמתו להחלטות ההורה האחר משתמעת מהתנהגותו, כלומר, מבחירתו שלא להיות מעורב בגידול הילד. "הסכם מכללא" ו"הסכמה מכללא" הם פתרון משפטי למצבים שבהם לא נכרת הסכם מפורש או לא ניתנה הסכמה ספציפית ומודעת, אך הם משתמעים ממכלול הנסיבות וההתנהגות.

על הסכם מכללא אמר בזמנו השופט המנוח מישאל חשין, **"הסכם מכללא הוא כהסכם מפורש - הגם שנכרת הוא בהתנהגות ובמעשה ולא בדיבור ובמילה"**<sup>4</sup>. כך נקבע בפסיקה כי בני זוג לא נשואים המקיימים לאורך שנים משק בית משותף ("ידועים בציבור"), הסכימו מכללא על שיתוף בנכסיהם (אלא אם כן קיים הסכם ממון או שמשתמעת מהסיטואציה הסכמה אחרת)<sup>5</sup>. הורה אשר בחר שלא להיות מעורב בחיי ילדו, הלכה למעשה מסכים באופן כללי לכל החלטות ההורה האחר בקשר לילד. יתרה מכך, עקרון "טובת הילד" הוא אחד מעקרונות היסוד של המשפט בכל הנוגע לילדים, ועם השנים חשיבותו גדלה. ניתן לומר כי הסכמה מכללא לטיפול נובעת גם מחובתו החוקית של הורה לנהוג לטובת ילדו כפי שקובע סעיף 17 לחוק הכשרות המשפטית והאפוטרופסות<sup>6</sup> **"כדרך שהורים מסורים היו נוהגים בנסיבות הענין"**. בנוסף, ישראל מחויבת לעקרונות הכלולים באמנה בדבר זכויות הילד של האו"ם מיום 20.11.1989 שאושרה בארץ בשנת 1991 (Convention on the Right of the Child), אשר בה נקבע בין היתר (בסעיף 3) כי **"בכל הפעולות הנוגעות לילדים, בין אם ננקטות בידי מוסדות רווחה סוציאלית, ציבוריים או פרטיים ובין בידי בתי משפט, רשויות מינהל או גופים תחיקתיים, תהא טובת הילד שיקול ראשון במעלה"**.

ואחרי כל האמור לעיל, כדאי להמליץ להורה הנוכח לפנות לבית המשפט כדי לבקש לקבל את האפוטרופסות על הילד (בהתאם לייעוץ משפטי, כמובן). שהרי הסכמות, מפורשות או מכללא, ניתנות לשינוי.

לסיום טור ההיכרות הראשון, אתם מוזמנים להיכנס לאתר של משרדנו בכתובת [www.bouzaglo-law.com](http://www.bouzaglo-law.com), ולהכיר קצת אותנו ואת עבודתנו.

נשתמע בגיליון הבא.

המטופלים עצמם. כדי שהתיקים לא יתפסו מקום ויצברו אבק, לאחר תום התקופה המחייבת מומלץ לסרוק את המסמכים ולשומרם באופן דיגיטלי במחשב.

אגב, לשבע שנות ההתיישנות, שהן הכלל במשפט בישראל, יש זיקה למקורות. כך הוסבר, למשל, בישיבת הכנסת השלישית שבה הוצגה הצעת החוק על ידי שר המשפטים דאז פנחס רוזן, אשר אמר בדיון כי בתקופה זו יש **"משום זכר לתקופת השמיטה והיובל שבמשפט העברי"**<sup>2</sup>.

## "הסכמה מכללא" של אחד ההורים

פניות נוספות אלינו עסקו בשאלות של הסכמה הורית להתערבות טיפולית בקטין. ובאופן ספציפי יותר, בעיקר בשאלה אם ניתן לקבל הסכמה של אחד ההורים בלבד, במקרים שבהם ההורה השני אינו נמצא כלל בקשר עם ילדו הקטין לאורך זמן, ולא ניתן להשיגו מסיבות כאלה או אחרות.

תשובה: הורי המטופל הקטין הם האפוטרופוסים הטבעיים שלו ומכאן שהנורמה הרלוונטית היא חוק הכשרות המשפטית והאפוטרופסות.

סעיף 18(א) לחוק הכשרות המשפטית והאפוטרופסות<sup>3</sup> קובע (ההדגשות שלנו):

**18. (א) בכל ענין הנתון לאפוטרופסותם חייבים שני ההורים לפעול תוך הסכמה; הסכמתו של אחד מהם לפעולתו של רעהו יכולה להינתן מראש או למפרע, בפירוש או מכללא, לענין מסויים או באופן כללי; וחזקה על הורה שהסכים לפעולת רעהו כל עוד לא הוכח היפוכו של דבר. בענין שאינו סובל דיחוי רשאי כל אחד מההורים לפעול על דעת עצמו.**

אין ספק כי על הפסיכולוגים והפסיכולוגיות לעשות כל מאמץ סביר לאיתור ההורה השני וליצור איתו קשר כדי לקבל את הסכמתו לטיפול. מאליו מובן כי כאשר ההורים פרודים ומצויים בסכסוך ידוע לא ניתן להסתפק בהסכמה של אחד מהם, גם אם קשה ליצור קשר עם ההורה האחר. אולם מה קורה כאשר ההורה השני נעדר כליל מחיי של הקטין, והניסיון לאתרו אינו צולח? אנו סבורים כי בעצם החלטת ההורה האחר שלא להיות בכל קשר עם ילדו, הוא ביצע בחירה והסכים בלשון החוק, **"הסכמה"**

<sup>2</sup>הישיבה השלוש מאות ושלוש-עשרה של הכנסת השלישית, 25.6.1957 (באתר הכנסת).

<sup>3</sup>חוק הכשרות המשפטית והאפוטרופסות, תשכ"ב-1962.

<sup>4</sup>דנ"א 94-1558 נפ"ס נ' נפ"ס, פ"ד נ(3) 612, 573.

<sup>5</sup>ראו למשל ע"א 5640/94 סל' נ' סל, פ"ד ג(4) 255, 250.

<sup>6</sup>ס' 15 וס' 17 לחוק הכשרות המשפטית והאפוטרופסות, ה"ש 3 לעיל.



# במיוחד בימים אלה. אבחון מקצועי גם מרחוק.



אבחון מקצועי בעידן דיגיטלי

מערכת PTech מאפשרת העברה אונליין של האבחונים השונים מבית סייקטק. אפשר להעביר את האבחון על המחשב במרפאה או לשלוח קישור במייל ללא צורך בטפסים. התוצאות יתקבלו מיד בחשבון האישי שלכם במערכת.

אבחונים זמינים בשפה הערבית -  
להעברה מלאה או צינור



אבחונים להעברה מלאה אונליין -  
העבירו ישירות למשיב במרפאה או במייל



מחשבוני - ציינו אונליין  
אבחונים שהועברו ידנית



תשלום לפי שימוש

העברת אבחון:  
12-25 ₪

העברת MMPI-2:  
22-100 ₪

ניתוח באמצעות מחשבון:  
8 ₪

מערכת ה-PTech מאובטחת באמצעים מתקדמים להגנה על הפרטיות ולעמידה בתקנות.

צרו איתנו קשר להרשמה וקבלת חשבון דמו חינם: 02-6435360  
www.ptech.co.il או באתר: custserv@psychtech.co.il

כל מה שתמצאו להיות לימודי תעודה בבית הספר ללימודים מתקדמים



## לימודי תעודה - ההרשמה נפתחה

מגוון הכשרות מקצועיות במכללת סמינר הקיבוצים מחכות לך:

- ◀ פסיכותרפיה וייעוץ אקזיסטנציאליסטי
- ◀ אדמה מזינה – גינון טיפולי
- ◀ טיפול דיאדי מבוסס אמנות
- ◀ טיפול באמצעות בישול
- ◀ פסיכותרפיה אנליטית יונגיאנית
- ◀ טיפול במשחק בחול בגישה היונגיאנית
- ◀ טיפול שטח

תכניות חדשות בבית הספר ללימודים מתקדמים:

- ◀ ניתוח התנהגות **חדש**
- ◀ הוראה מותאמת בשפה ובמתמטיקה **חדש**

לפרטים נוספים:

**03-6901200**

