



רבעון הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

פסיכואקטואליה



מגוון סוגיות עדכניות

**דינמיקה פסיכולוגית
של קיצוניות**
עמוד 16

**הפרעה ברצף האוטיזם (ASD)
בילדים לקויי ראייה -
מופע משותף או
אבחנה נפרדת?**
עמוד 36

**הכרה והרס של
עצמיים מרובים:
ישראל 2025**
עמוד 21

**אינטואיציות של מתלבטים
בבחירת תחום
לימודים ומקצוע:
האם כדאי להסתמך עליהן?**
עמוד 44

**תאוריית ההתקשרות בפסיקה:
כיצד היא עשויה להוביל
להחלטות משפטיות?**
עמוד 55

**בין הפרט לכלל:
ספרציה אינדיווידואלית,
ארכיטיפ הצל ותפקידם במאבק
בין ליברליזם ובין פשיזם**
עמוד 29

EMDR THERAPY Eye Movement Desensitization and Reprocessing

הכשרת מטפלים בשיטת EMDR - שלב א' בהנחייתו של ד"ר אודי אורן

EMDR היא שיטת טיפול אינטגרטיבית שהוכיחה את יעילותה בטיפול במגוון של תלונות נפשיות וסומטיות. השיטה הוצגה לראשונה על ידי ד"ר פרנסיס שפירו, פסיכולוגית ועמיתת מחקר במרכז MRI בפאלו - אלטו שבקליפורניה בשנת 1989.

הקורס ללימוד שיטת EMDR פתוח אך ורק לאנשי מקצוע מוסמכים בעלי תואר שני בתחום בריאות הנפש. הכשרה מיועדת להעניק ידע וכלים מעשיים שיאפשרו להתחיל לשלב את השיטה בעבודתם הקלינית.

קורס שלב א' מורכב מהרצאות, הדגמות, סרטי וידאו, התנסות בקבוצות קטנות כאשר כל משתתף ימלא תפקיד מטופל ומטפל ומגשי הדרכה.

המרצה דר' אודי אורן, פסיכולוג קליני ורפואי, הוכשר והוסמך אישית על ידי ד"ר פרנסיס שפירו ומכון EMDR – ארה"ב, ומוסמך כ- Senior Trainer על ידי ארגון EMDR Europe.

צוות המדריכים הוכשר והוסמך על ידי ארגון EMDR האירופאי.

תנאי קבלה הכרחיים להכשרה (לפסיכולוגיים):

פסיכולוגים בעלי תואר שני (קליני, חינוכי, שיקומי, רפואי, התפתחותי) בעלי מומחיות בתחומם או במהלך תקופת התמחות - נא לצרף רישום מומחה במשרד הבריאות או מכתב המעיד על התחלה של התמחות.

מבנה הקורס (8 מפגשים)

4 מפגשים **פרונטליים** - תיאוריה + פרקטיקום בין השעות 9:00 עד 18:00 בערב בחלק של התיאוריה (9:00 עד 13:30) כל המשתתפים באולם גדול.

הפסקה

בחלק של הפרקטיקום (14:00 עד 18:00) מתחלקים לקבוצות של עד 12 משתתפים, כל קבוצה בכיתה נפרדת עם מדריך/ה מוסמך/ת.

4 מפגשי הדרכות **בזום** משעה 9:00 עד 12:00.

קבלת תעודה

על פי עמותת EMDR ישראל ואירופה, קבלת תעודה מותנת בנוכחות של 100% בכל שמונה המפגשים. במפגשי ההדרכות חובה להציג שני מקרים של מטופלים. במידה ולא מסיימים את חובות הנ"ל, יש להשלים באופן פרטי אצל מדריך מוסמך.

מיקום - מכללת גל רעננה

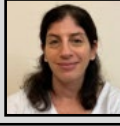
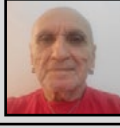
תחילת ההכשרה 9 בספטמבר 2025

פרטים נוספים והרשמה emdr.co.il
orit@emdr.co.il

תוכן העניינים

משולחן יו"ר הפ"י	4
יורם שליו	
דבר המערכת	5
שרונה מיטל	
מה חדש בחטיבה?	6
חדשות החטיבות	
משולחנה של יו"ר מועצת הפסיכולוגים	9
אילה בלך	
משולחנו של הפסיכולוג הארצי	12
גבי פרץ	
משולחנה של הפסיכולוגית הראשית במשרד החינוך	14
מיכל אנגלרט	
דינמיקה פסיכולוגית של קיצוניות	16
אריה וו' קרוגלנסקי	
הכרה והרס של עצמיים מרובים: ישראל 2025	21
בעז שלגי	
בין הפרט לכלל: ספרציה אינדיבידואלית, ארכיטיפ	29
הצל ותפקידים במאבק בין ליברליזם ובין פשיזם	
נטע ענברסבן	
הפרעה ברצף האוטיות (ASD) בילדים לקויי ראייה - מופע משותף או אבחנה נפרדת?	36
צילי ניר	
אינטואיציות של מתלבטים בבחירת תחום לימודים ומקצוע: האם כדאי להסתמך עליהן?	44
איתמר גתי, משה טטר וולנטין יזראילביץ	
מדור אקטואליה	55
תאוריית ההתקשרות בפסיקה: כיצד היא עשויה לגרום להחלטות משפטיות מיטביות?	64
אבי שגיא-שורץ	
מקבלי התארים	65
ליאת הלפמן	
עמדת קריאה זהבה אסיאג	67
סקירת ספרים חדשים	
הפינה המשפטית צ'רלי בוזגלו	69
הרשומה הפסיכולוגית ככלי במשפט	
ייעוץ מס אריה דן	71
דוח הצהרת הון	
תקצירים	72

חברי וחברות המערכת

ד"ר שרונה מיטל - יו"ר טלפון: 054-4251567 דוא"ל: psychoactuallya@gmail.com	
נחמה רפאלי ז"ל	
ד"ר מירי נהרי טלפון: 054-6298888 דוא"ל: miri.nehari@gmail.com	
ד"ר נועה אליאס טלפון: 052-2971130 דוא"ל: nenoaalias80@gmail.com	
טלי סמני טלפון: 050-8785995 דוא"ל: semani.tali@gmail.com	
ד"ר ליאת הלפמן טלפון: 054-4913329 דוא"ל: liat.helpman@gmail.com	
זהבה אסיאג טלפון: 054-7940257 דוא"ל: zehavin89@gmail.com	
ד"ר סמי חמדאן טלפון: 052-8863468 דוא"ל: samihamd@mta.ac.il	
ד"ר עדי מרום-הררי טלפון: 054-5732002 דוא"ל: adimarom1@gmail.com	
ד"ר שרגא שדה טלפון: 054-5605089 דוא"ל: tuts@zahav.net.il	
פרופ' חדוה בראונשטיין-ברקוביץ טלפון: 052-2808371 דוא"ל: hedvab@mta.ac.il	

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל:

יו"ר הפ"י - מר יורם שליו | מנכ"לית הפ"י - גב' מריאל הוברמן
טל' 03-5239393, ת.ד. 10211 רמת גן 5200201
פקס: 03-5230763 | דוא"ל: office@psych.org.il

ייעוץ לשוני: נתלי שטיבלמן - nataliedit.me

עיצוב ועריכה גרפית: יעלצ'יק - עיצוב גרפי 050-8537244

פרסום והפצה: ניו יורק ניו יורק (ישראל) בע"מ
יהודה הנשיא 37, תל אביב newyork.nava@gmail.com

הפקה: ההסתדרות הפסיכולוגים בישראל

ט.ל.ח. תמונת שער, צילם: יזהר שער

*המערכת אינה אחראית לתוכן מודעות הפרסום המופיעות בגיליון.

מערכת פסיכואקטואליה
אבלה על פטירתה של חברתנו היקרה
נחמה רפאלי ז"ל
חברת מערכת פסיכואקטואליה מראשית דרכה
ומשתתפת בצער המשפחה





יורם שליאר, יו"ר הפ"י

חברי וחברות הפ"י,

והרגשה שלא ניתן די זמן לבחון את הנושא לעומקו ואת משמעויות השינוי, לחיוב ולשלילה, בקשר לרמת ההכשרה ועל האוניברסיטאות והמכללות. דברים ברוח הזאת עלו בישיבת מועצת הפסיכולוגים האחרונה עם ההבנה ששינוי הוא דבר נדרש ככל הנראה. בימים אלה קיים הוועד המרכזי דיון שני בנושא והחליט לתמוך בעמדה כי מאחר שמדובר בשינוי כה מהותי ועמוק במסלול ההכשרה של הפסיכולוגים, אין להאיץ את הדרך ויש להקציב לתהליך את הזמן הראוי, לבחון את כל ההשפעות ולנסות לתת מענים על סוגיות שהשינוי מציב.

כזכור לכם ולכן, בקדנציה הקודמת עסק הוועד המרכזי בשאלה אם מותר לפסיכולוג מומחה לחרוג מתחום התמחותו הבסיסית. בתום עבודה מעמיקה של חצי שנה בקירוב התקבלה ההבנה שאין מניעה חוקית או אתית לחרוג מתחום המומחיות הבסיסית ובתנאי שמדובר בפסיכולוגיות או בפסיכולוגים מומחים בעלי הכשרה ראויה בנושא שהם עוסקים בו. השאלה מהי "הכשרה ראויה" נותרה פתוחה. לכאורה ברור שאין כוונה להתמחות נוספת מלאה, אבל גם לא להשתלמות קצרה ושטחית. אני שמח לעדכן כי הצלחנו להקים ועדה שתבחן את הסוגיה ותביא את המלצותיה לשולחן הוועד המרכזי. ההמלצות שיתקבלו יועברו למועצת הפסיכולוגים שהיא הסמכות הרשמית בנושא. נאחל לוועדה החשובה הזאת דיונים משמעותיים ויעילים.

בשעת כתיבת שורות אלה התבשרנו שחברתנו הגב' נחמה רפאלי, מעמודי התווך של מערכת פסיכואקטואליה, הלכה לעולמה. שנים רבות הייתה נחמה חלק בלתי נפרד מכתב העת. היא ערכה את המדור "פרופיל אישי" במקצועיות רבה ותרמה מאוד לאיכותו ולרמתו המקצועית של כתב העת. אין ספק שנחמה תחסר מאוד למשפחת פסיכואקטואליה ולכולנו. אנחנו שולחים תנחומים וחיבוק אוהב למשפחתה.

עונת הכנסים לשנת 2025 (תשפ"ו) יוצאת לדרך, והחטיבה החינוכית והקלינית כבר החלו בהכנות לכנסים האלה. הם יתקיימו בסוף שנת 2025.

נקווה לבשורות טובות ובראשן שובם המהיר של כל החטופים לארצנו וסיום המלחמה.

שלכם,

יורם

המלחמה חצתה את קו 600 הימים ונהפכה לארוכה במלחמות ישראל. ימים של מבחן לפנינו, בין עסקה לשחרור החטופים ובין אפשרות החזרה לתמרון עצים בעזה. יום יום המציאות מזכירה לנו את המורכבות של חיינו במדינת ישראל - בשעת כתיבת שורות אלה 55 חטופים עדיין נמצאים בעזה, מפונים רבים עדיין אינם יכולים לשוב אל בתיהם ולשקם את קהילותיהם, והקיטוב החברתי הולך ומתעצם. נראה שכבר נחצו כל הקווים האדומים ונשחטו כל הפרות הקדושות ואין מושיע, וגם משבר חוקתי שוב ניצב לפתחנו. כולנו זקוקים לתעצומות נפש בתקופה הזאת, וכפסיכולוגים ופסיכולוגיות עלינו לחזק את מטופלינו ואת לקוחותינו. בשדה אנחנו פוגשים את המצוקות ההולכות וגוברות, אבל גם את חוסנה של החברה בישראל ואת ההתגייסות החברתית המדהימה.

אנחנו רוצים לקוות שעם יישומו של הסכם השכר החדש שהצלחנו לקדם במסגרת פורום הארגונים למען הפסיכולוגיה הציבורית ישובו פסיכולוגים ופסיכולוגיות רבים למלא את השורות בשירות הציבורי ויחזקו את היכולת להעניק סעד נפשי מקצועי לכל דורש בעת הקשה הזאת ובכלל.

בשנים האחרונות אנחנו עדים למספר הולך וגדל של מטפלים שעוסקים בבריאות הנפש ומציעים טיפול פסיכולוגי אף שאינם מורשים לעשות זאת. כידוע, קיימים כמה מקצועות שמחזיקים ברישיון מהמדינה לעסוק בטיפול נפשי, אבל רבים עושים זאת ללא רישיון, מתוך הטעיית הציבור, ובשמות שונים כגון פסיכותרפיסטים למיניהם. על כן בימים אלה יזמו חברי ועד החטיבה הקלינית בהפ"י הצעת פעולה בנושא. הוועד המרכזי אימץ את יוזמתם והוקמה תת-ועדה, ובה חברים מהוועד המרכזי ויו"ר ועדת האתיקה, כדי ללמוד את הנושא לעומקו ולבחון דרכי פעולה אפשריות.

בעניין הרפורמה בתוכנית ההכשרה בפסיכולוגיה - ועדה מיוחדת לבחינת הנושא במל"ג החלה בעבודתה. בתוך כך יזמה ד"ר אילה בלוק, יו"ר מועצת הפסיכולוגים, את הקמתה של ועדה שתעבוד בד בבד עם ועדת המל"ג ותייעץ לחבריה בקשר להיבטים השונים ולמשמעויות השינוי. ועם זאת בקרב אנשים ונשים לא מעטים ישנה הרגשה שהתהליך יצא במקצת משליטת אנשי המקצוע, שכן לוח הזמנים שנקבע צפוף, ויש כוונה ליישם את הרפורמה כבר בשנת הלימודים הקרובה. עקב זאת קיימת אי-נחת לא מעטה

שלום לכל קוראיו,

לפני שנתיים כתבתי הקדמה לגיליון שעסק בשחיקה. התייחסתי לשחיקה בעקבות העומסים המצטברים לקראת סוף שנת הלימודים והקיץ. מאז ועד היום חוונו את אירועי 7 באוקטובר, אנחנו עדיין מחכים לחטופים שטרם חזרו, והמלחמה עודה נמשכת. מערכת פסיכואקטואליה פרסמה גיליונות שעסקו בעשייה המרובה והמבורכת של הפסיכולוגים בעת המשבר והוסיפה מדור של מאמרים שקשורים לאקטואליה. לפני שנה הייתה תקווה שנוכל לחזור לכתוב על נושאי שגרה כמו בגיליון שעסק במין ומגדר, אבל חלפה עוד שנה, ובעריכת הגיליון הזה העוסק במגוון נושאים עדכניים התברר עד כמה קשה לעסוק בנושאים שבשגרה ועד כמה אנחנו ממשיכים להיות עסוקים במה שעובר עלינו כעת.

בשלושת המאמרים הראשונים בגיליון מוצע הסבר פסיכולוגי לתהליכים שאנחנו חווים. שני המאמרים הראשונים מובאים מתוך הכנס שקיימה הפ"י בפברואר 2025 בנושא "הפסיכולוגיה של הקיטוב - גשר מעל תהום". במאמר של פרופ' קרוגלנסקי מוסברת המוטיבציה לקיצוניות, ובמאמר של ד"ר שלגי מוצגות תובנות על המתרחש בחברה שלנו היום על סמך הפסיכואנליזה ההתייחסותית. מאמרה של ענבר סבן מתחבר למאמרים מהכנס מבחינת הנושא. היא מביאה בו תובנות מתוך תאוריות פסיכודינמיות קלאסיות להבנת המאבק החברתי שבמרכז עומד המתח בין נטיות לליברליזם לעומת נטיות לפשיזם. לצד העיסוק בהבנת מצוקות החברה היום תרמנו למגוון בשני מאמרים שמעלים סוגיות מתחום הפסיכולוגיה ההתפתחותית. ד"ר ניר הציגה במאמרה את סוגיית ההבחנה בין אוטיזם ובין תופעות נלוות ללקויות ראייה בילדות, ופרופ' שגיא שורץ דן במאמרו, במדור אקטואליה, בחשיבותה של תאוריית ההתקשרות בקבלת החלטות משפטיות בקשר למשמורת של ילדים צעירים (כמו במקרה של סופיה שניידון לפני זמן לא רב). במאמר נוסף בגיליון דנים פרופ' גתי ועמיתיו באינטואיציות של מתלבטים בנוגע ללימוד מקצוע ובשאלה אם כדאי להסתמך על האינטואיציה.

המדור הקבוע פרופיל אישי לא יתפרסם בגיליון הזה. בצער רב ובכאב גדול אנחנו מודיעים על פטירתה של עורכת המדור נחמה רפאלי זמן קצר לפני סגירת הגיליון. נחמה הייתה אחת מוותיקות המערכת והמשיכה בעבודתה על אף מחלתה. היא תחסר לנו מאוד. כתבה מלאה על פועליה הרבים תתפרסם בגיליון הבא. יהי זכרה ברוך.

נמשיך לנסות לשלב נושאים אקטואליים ורלוונטיים לזמננו (בתקווה שבקרוב לא יהיה עוד צורך לעסוק בשגרת משבר). גיליון הקיץ יעסוק בתמיכה במטפלים ובהדרכתם. נשמח לקבל מאמרים שעוסקים בנושאים כגון תשישות חמלה, מניעת שחיקה ודאגה לרווחת המטפלים.

המועד האחרון להגשת מאמרים לגיליון החורף הוא 1 ביולי 2025.

בסתיו מתוכנן גיליון מיוחד שיצא לאור בשיתוף קהילת "השלישי המלאכותי" ויעסוק בכניסת הבינה המלאכותית לשדה הפסיכולוגיה. כניסת הבינה המלאכותית מומשגת ככניסה של גורם שלישי - לא רק כלי טכנולוגי אלא ישות חדשה, ישות שלישית שמשפיעה על תהליכי טיפול, על חשיבה תאורטית ועל אתיקה מקצועית. אנחנו מזמינים אתכם להגיש מאמרים אמפיריים ותאורטיים שיבחנו את שילוב הבינה המלאכותית במגוון עבודות הפסיכולוגיות ובכלל זה תיאורי מקרה שעוסקים בהשפעה של כניסת הבינה המלאכותית על סוגיות כגון יחסי מטפל-מטופל וסוגיות אתיות.

המועד האחרון להגשת מאמרים לגיליון הסתיו הוא 10 באוגוסט 2025.

תוכלו להתחיל להתכונן גם לגיליון חורף 2026 אשר יעסוק בהיבטים תעסוקתיים, ארגוניים ושיקומיים של השתלבות וחזרה לשגרה בעקבות המלחמה. פרופ' חדוה בראונשטיין ברקוביץ, חברה בצוות העורכים, תהיה העורכת האורחת בגיליון זה.

המועד האחרון להגשת מאמרים לגיליון החורף הוא 15 בנובמבר 2025.

נשמח לקבל במשך כל השנה מאמרים במגוון נושאים שחברים וחברות עוסקים בהם מבחינת מחקר ופיתוח תאורטי ומעשי. כל המאמרים נשלחים להערכה עיוורת לפני קבלתם לפרסום. אנחנו מבקשים להודות לכל הכותבות והכותבים ולמגישי המאמרים לפסיכואקטואליה ולכל חברי ועד העורכים וצוות המשרד בהפ"י התורמים להבאת הגיליונות לדפוס. אנחנו מודים גם ליזהר שער, הפסיכולוג והצלם, על הזכות להשתמש בצילום שלו בשער הגיליון. נשמח לצרף עוד חברים לצוות העורכים. ואם תרצו להציע נושא לגיליון מיוחד, כתבו לנו.

בשאלות שקשורות לכתיבה ולהגשת מאמרים לפסיכואקטואליה אתם מוזמנים ומוזמנות לפנות אלינו בכל עת לכתובת: psychoactually@gmail.com או למשרד הפ"י בכתובת: office@psych.org.il. את המועדים המעודכנים להגשת המאמרים לכל גיליון אפשר למצוא בקול קורא המתפרסם במידעון הפ"י בכל חודש זמין באתר הפ"י:

<https://www.psychology.org.il/>

בברכה ובתקווה לימים שקטים מאלה,

שרונה מייטל

יו"ר המערכת

דבר החטיבה ההתפתחותית

חברות וחברים יקרים,

הכנס ההתפתחותי "עם המבט קדימה" שהתקיים ב'18-20 במאי 2025 ננעל בהתרגשות, ואנו מבקשים להודות לכל מי שבחר להשתתף בו, ובייחוד בימים של חוסר ודאות, עומס רב, מצב ביטחוני לא פשוט וטלטלה לאומית. הכנס יצר מרחב לחשיבה משותפת על חידושים ועל התחדשות בשדה הפסיכולוגיה ההתפתחותית על רקע שינויים חברתיים, טכנולוגיים ואקטואליים. עסקנו בו במפגש שבין התפתחות, טראומה ותקווה ובתוך כך גם במלחמה, בגיוסי המילואים, באירועי 7 באוקטובר ובהשפעותיהם על ילדים, על משפחות ועל אנשי הטיפול. בין הרצאות המליאה ובין הסדנאות עלו שאלות עקרוניות על גבולות המקצוע, על זהות המטפלים ועל הדרכים שבהן אנו יכולים להחזיק את האחר גם בזמני טלטלה. עסקנו גם בכניסת הבינה המלאכותית לשדה

דבר החטיבה החינוכית

פסיכולוגים יקרים,

בזמן מורכבים אלה כולנו תפילה שהחטופים יחזרו לביתם במהרה. לצד ההתמודדות עם המצב הלאומי עמל ועד החטיבה החינוכית על בניית כנס הפסיכולוגיה החינוכית 2025. בקרוב נפרסם פרטים בנושא. לפני שבועיים בקירוב קיימנו לראשונה קבוצת מיקוד לפסיכולוגים בכירים וותיקים כדי לשמוע מהם. חוויות מהכנס הקודם והצעות לשיפור ולשימור. השבוע פגשנו פסיכולוגים מהחברה הערבית ובקרוב נערוך מפגש גם

דבר החטיבה הרפואית

חטיבה יקרה,

החטיבה הרפואית ממשיכה לקדם את החיבור בין גוף לנפש הן בשימור העשייה הקלינית, המחקרית והאתית בזירה הציבורית והאקדמית הן בהרחבתה. אנו עדים לגידול במודעות לחשיבות המענה הפסיכולוגי במערכות הבריאות ומוסיפים לפעול להעמקת מקומנו במארג הטיפולי הכולל - רפואי ונפשי כאחד - ולהיותנו חלק בלתי נפרד ממנו. בצד העשייה השוטפת אנו מברכים על חתימת הסכם השכר החדש לפסיכולוגים בשירות הציבורי. זהו צעד משמעותי וראוי שמכיר בחשיבות תפקידנו ובתרומתנו למערכת הבריאות. לפסיכולוגים הרפואיים, הפועלים לעיתים בתנאים מאתגרים ובמפגש יום-יומי עם כאב, עם

העבודה הטיפולית - לא כתחליף אלא כהזמנה להעמקה מחודשת בנוכחות, בקשר ובמרחב האנושי שבין מטפל ובין מטופל.

אנו שמחים לעדכן כי ההשתלמות המתמשכת בנושא טיפול בהורות נמשכת גם בימים אלו וזוכה להיענות ולשיח מקצועי מעשיר. כמו כן אנו פועלים עם הוועדה המקצועית לגיבוש הכשרה מקצועית חדשה לפסיכולוגים התפתחותיים. היא תתמקד בשינויים הצפויים בתקנות ההסדרה ובכלל זה בהרחבת תחומי העיסוק של פסיכולוגים התפתחותיים גם לגילים מבוגרים מבעבר הן בתחום האבחון הן בתחום הטיפול. בקרוב נעדכן על פעילויות נוספות של החטיבה ובכללן השתלמויות, קבוצות חשיבה ויוזמות משותפות.

בברכה,

ועד החטיבה ההתפתחותית

לפסיכולוגים. מהחברה הדתית. המפגשים הללו מעוררים חשיבה, מאפשרים מפגש מעניין וחשוב וממלאים אותנו תקווה להזדמנויות ולחיבורים חדשים. יש למה לצפות.

סוף השנה במערכות החינוך מתקרב, ועימו העייפות, העומס וגם השאיפה למרחב, לחופש ולרגיעה. אנחנו מודים לכם על הפעילות החשובה במסגרות, עם הצוותים, הקהילות והילדים. והוריהם, מחזקים את ידיכם ושולחים. וות' לכם ברכת חופש נעים ומוצלח והצלחה בשנה הבאה.

שלכם,

חברי ועד החטיבה החינוכית בהפ"

חולי ועם אובדן, זהו תיקון מתבקש שיש בו משום חיזוק מקצועי ומוסרי.

כדי להמשיך ולהוביל מהלכים חשובים בתחום אנו זקוקים למעורבותכם. על כן אנו מזמינים אתכם להצטרף לוועד החטיבה ולהיות פעילים בעיצוב עתיד הפסיכולוגיה הרפואית בישראל. יחד נוכל לחזק את הייצוג שלנו, להשפיע על המדיניות ולפתח מענים מקצועיים איכותיים יותר למטופלים ולמטפלים כאחד.

אנו ממשיכים לפעול, ליזום, להשפיע ולהשמיע את קולנו הייחודי במרחב הפסיכולוגי הרפואי.

בברכה,

צוות החטיבה רפואית

דבר החטיבה השיקומית

חברות וחברי החטיבה היקרים,

נתחיל בתודה על השתתפותכם בכנס השנתי "מרחב מוגן לנפש: תנועה ממשבר לחוסן" שהתקיים במלון נווה אילן ב-4-5 במארס 2025 ועל תרומתכם לו. בפעם הראשונה לאחר שנתיים הצליחה החטיבה לקיים מפגש משמעותי ובו למידה, עיבוד אירועי השנתיים האחרונות, משחק ויצירת חוויות משותפות. נראה כי כולנו הרגשנו שהיינו זקוקים להתאווורות הזאת ולהפקת הלקחים מהתקופה הן מבחינת הפרופסיה הן כאזרחים. אנחנו כבר מתחילים את החשיבה על הכנס הבא בעזרת ועדת הכנס החדשה שחברים בה ד"ר אורן סגל, יואל לוצאטו, צביה רותם, ד"ר מאיה ויינשטיין וד"ר נעמי כהנא לוי.

בחדש מאי התקיים **מפגש תקופתי של ועד המתמחים** עם בוגרים וסטודנטים של המגמה השיקומית. הוצג בו מידע על תהליך ההתמחות ועל חיבור לאתר משרד הבריאות וקבוצת המתמחים שיש בהם מידע על המסמכים וההנחיות הרלוונטיים. כן נעשתה היכרות ראשונית עם הגופים השונים הקשורים לפסיכולוגיה ועם מורה הנבוכים למתמחה המתחיל.

גם בימים המורכבים שכולנו חווים - צווי הגיוס חזרו להתדפק על דלתותינו לצד האזעקות - אנחנו ממשיכים בעשייה. בחודש יוני יתקיים **מפגש זום להיכרות עם המענים הניתנים בקופות החולים** בהנחיית מוריה שולמן וחמוטל שפיגלר. בזום הזה ננגיש את מעני הטיפול השיקומיים בקופות החולים השונות הן מבחינת התעסוקה הן מבחינת המענים שאפשר לתת למטופלינו בקהילה. בעקבות המלחמה הורחבו המענים, וחשוב שאנחנו, המטפלים, נכיר ונחזיק את האפשרויות הקיימות בעבור מטופלינו.

ד"ר קרן צבר פועלת, במסגרת פעילותה בוועד החטיבה השיקומית, לקידום השתלמות אשר תעסוק בסוגיות שעולות בטיפול באנשים מגוונים מגדר ואוטיסטים. ההשתלמות תסייע בהכשרת אנשי מקצוע ובמתן מענה על צורך קיים בשדה השיקומי.

בברכה ובתקווה לימים שקטים מאלה,

ועד החטיבה השיקומית

דבר החטיבה התעסוקתית ארגונית חברתית

חברי החטיבה היקרים,

לאחר הכנס השנתי המוצלח שבו קיבל כל אחד ואחת מאיתנו השראה מקצועית וזכה לחיבור מחודש לקולגות ולחזון המשותף שבנו אל "שגרה חדשה" - שגרה שברירת ומתעדכנת שהמוכר והבלתי מוכר שזורים בה זה בזה. במפגשנו עם אנשים וארגונים שמתמודדים עם אתגרים מתמשכים בביטחון ובכלכלה נדרש מאיתנו לנוע בין הניסיון הטיפולי המוכר ובין המורכבויות החדשות שמלוות אותנו יום יום.

בעת האחרונה למדנו להרגיש את "הסטינג המשתנה". ארגונים ואנשים מוסיפים להתמודד עם שחיקה לאורך זמן ועם טראומה קולקטיבית שעודנה נוכחת. התפתחות הטכנולוגיה המשפיעה על ההתערבויות, על הטיפול ועל ההערכה ממשיכה לדהור קדימה ולהשפיע על כל תחומי החיים, על הזהות המקצועית של הפונים אלינו לסיוע ועל הזהות שלנו, הפסיכולוגים והפסיכולוגיות. בעקבות ההתפתחויות האלה עלינו לרכוש מיומנויות רוחביות ומתעדכנות, לשלב בהן גישות וכלים מוכרים ולשכללם וכן

לאמץ גישות וכלים חדשים. גיליון זה מגוון מבחינת תכניו ומשקף את התפיסה הזאת ולפיה כדאי וצריך להרחיב את ידיעותינו בעולמות תוכן מגוונים ובפרט בתחומים שהיו "נקודה עיוורת" מבחינתנו בעבר.

יוזמת החטיבה להכשרה בנושא "חוסן וטראומה לאומית" היא דוגמה חיה לחשיבה הרוחבית וההוליסטית שלנו, והשפעתה הרחבה. לאחר כמה מחזורים מוצלחים שנפתחו רק לחברי החטיבה הוחלט להרחיב את ההכשרה גם לחבריהן של חטיבות אחרות. פתיחת התוכנית והרחבתה לכל החטיבות מבליטות את הצורך האמיתי והדחוף ביכולת לטפח חוסן נפשי בקהילה ובארגונים ולשלב כלים לעבודה מיועדת טראומה. הרחבת התוכנית מסבה גאווה לחטיבה שלנו אשר יזמה את ההכשרה הראשונה.

ועד החטיבה כבר החל לתכנן את התוכניות העתידיות לימי עיון לאחר הקיץ מתוך רצון נחוש לקדם את הלמידה המתמשכת של קהילת חברי החטיבה. יש למה לצפות!

שלכם ושלכן,

ועד החטיבה התעסוקתית



דבר החטיבה הקלינית

פסיכולוגיות ופסיכולוגים יקרים,

אנחנו בעיצומה של תקופה מתמשכת ומורכבת מבחינה לאומית, מקצועית ואישית. רבים מאיתנו ממשיכים לשאת בעול העומס הרגשי הכבד: ללוות מטופלים שמתמודדים עם טראומה, עם חרדה ועם אובדן ובתוך כך מתמודדים גם עם קשיים אישיים בעקבות המצב שכולנו חווים במדינה כיום. במציאות הזאת ניכרת העשייה שלכם - המקצועית, האנושית והרגישה - והיא נחוצה מאין כמוה. נדרשת לה נוכחות מתמדת, הקשבה מדויקת ועומק רגשי. ובאינטנסיביות הזאת עלינו לעצור מפעם לפעם; כדי שנוכל להמשיך בעבודה הזאת גם בעתיד חשוב שנמצא לעצמנו רגעים לנשום, להיטען, להיות גם בצד המקבל. בימים האלה אנחנו עמלים על הכנס השנתי של הפסיכולוגים הקליניים. אנחנו מקווים שהוא יאפשר מרחב כזה של מנוחה וטעינת מצברים, מרחב של מפגש, למידה, השראה וחיוק הקשרים בקהילה המקצועית שלנו. פרטים נוספים על הכנס בקרוב.

כמו כן הפ"י פועלת להקמת ועדה ייעודית שתעסוק בהגדרת עקרונות להכשרה מקצועית ראויה. אנחנו מאמינים שחשוב להגדיר מתוך שמירה על סטנדרטים גבוהים ועל הייחודיות המקצועית של כל תחום התמחות בפסיכולוגיה. מטרתנו, כחלק מהוועדה, לוודא כי תהליכי ההכשרה יישמרו ויהיו מעמיקים, איכותיים ומותאמים לדרישות המקצוע - לטובת הציבור ולטובת המקצוע - ובה בעת להנגיש לפסיכולוגים תחומי התמחות נוספים על בסיס הכשרתם הקודמת. מלבד זאת אנחנו עסוקים בבדיקת אפשרויות פעולה בעניין תופעת המטפלים הלא־מורשים בגלל אחריותנו להגן על הציבור ולמנוע פגיעה במטופלים שעלולים לפנות למטפל שלא הוכשר לעשות זאת.

אנחנו מייחלים לשובם של כל החטופים ולימים טובים מאלה ומאחלים לכולכם קיץ נעים והמשך עשייה פורה ומשמעותית.

ועד החטיבה הקלינית

פורום ותיקים וגמלאים

חברי וחברות חטיבה יקרים,

פורום הוותיקים והגמלאים של הפ"י, פורום על־חטיבתי, ממשיך בפעילויות שהתחיל בהן. ברבעון האחרון הסתיימה השתלמות לחברי הפ"י ותיקים בנושא בינה מלאכותית. הנחתה אותה אפרת חורב, מורה בעלת ניסיון בהוראה לגיל המבוגר. בעקבות המשוב החיובי ובקשה להמשיך לעסוק בנושא מתוכננת השתלמות מתקדמת ביוני. אנחנו מודים לאפרת גולדפלד, האחראית לעצמאים בהפ"י, על מאמציה לעזור בקיום השתלמות ההמשך. אנחנו מבקשים להמשיך גם בפעילויות כגון מפגש שיעסוק ב"זקנה בעיני הקולנוע" וכן להציע עוד ימי עיון במגוון נושאים כמו העצמת נשים בגיל מבוגר. הצוות המוביל ישמח לשמוע גם את הבקשות שלכם. לנושאים שמעניינים אתכם. במאי קיוונו לקיים מפגש פרונטלי בנושא גוף־נפש עם פעילות גופנית לגיל השלישי בשיתוף מכון וינגייט. לצערנו, לא היו די נרשמים למועד שנבחר, והמפגש בוטל.

אנחנו מקווים שיתאפשר לקיים אותנו במועד אחר. אחת ממטרות הפורום היא בדיקת צורכי הגיל השלישי ומתן מענים עליהם, ועל כן צוות משימה בהובלת חברי הפורום ממשיך להתקדם בסוגיית סגירת קליניקה. העבודה נעשית בשיתוף הנהלת הפ"י ובהתייעצות עם היועמ"ש ועם ועדת האתיקה. אנחנו מודים לכל החברים שענו על הסקר שנשלח אליכם ומקווים שנוכל להציג לכם המלצות בעתיד ואף לקיים ערב עיון בנושא. הצוות המוביל של הפורום מזמין חברי הפ"י שהצטרפו למעגל הגמלאים בשנים האחרונות להצטרף אליו ולרענן את הכוחות. אנחנו מזמינים את כל מי שמעוניין להצטרף לשורותינו כדי לקדם את הפעילות של הפ"י בגיל השלישי לכתוב לנו ל־mobileformvatikim@googlegroups.com

בברכה ובתקווה לימים טובים,

הצוות המוביל של פורום הוותיקים והגמלאים

ד"ר אילה בלון, יו"ר מועצת הפסיכולוגים

פסיכולוגים ופסיכולוגיות יקרים,

השיח הציבורי על קנביס, בישראל ובעולם, משקף שינוי פרדיגמה מהותי: ממעמד של חומר אסור ודמוני עובר הקנביס תהליך נורמליזציה מואץ. תהליך זה מושפע מהלגליזציה במדינות שונות ומההכרה בקנביס הרפואי כסוג של תרופה שנמצאת בסל הבריאות. לצד היתרונות המוגבלים שיש לקנביס הרפואי בהתמודדות עם תסמינים מסוימים במצבים רפואיים מוגדרים ניכרת מגמה מדאיגה של המעטת ערך הסכנות הפסיכיאטריות והנירוקוגניטיביות הכרוכות בשימוש בו, ובייחוד בקרב קבוצות גיל פגיעות. על כן, אנו, הפסיכולוגים, מחויבים להוסיף קול מקצועי, מושכל ומונחה ראיות לדיון זה.

יש להכיר ביכולתו של הקנביס הרפואי להציע הקלה בתסמינים שונים למטופלים שמתמודדים עם מצבי כאב כרוני קשים ועמידים לטיפול כגון מחלות סופניות או מצבים ניורולוגיים ספציפיים, ובלבד שהקנביס ניתן בפיקוח רפואי קפדני ועל פי פרוטוקולים מוגדרים. מלבד זאת יש לאשר קנביס במקרים חריגים מאוד ולאחר שנוסו ונכשלו כל אפשרויות הטיפול הקונבנציונליות. ייתכן שהשימוש בקנביס מתאים גם לטיפול במצוקה נפשית חמורה ועמידה לטיפול, אך יש לעשות זאת למטרה ספציפית ומוגבלת בזמן בלבד ובהערכה מתמדת של יחס סיכון-תועלת. ההכרה בשימוש הטיפולי במקרים ספציפיים אינה מצדיקה בשום אופן את הגישה המקלה לשימוש פנאי או לשימוש נרחב ואינה גורעת מהסכנות הנלוות אליו. יתרה מכך, מחקרים עדכניים בוחנים גם את השפעות הקנביס הרפואי לפרקי זמן ממושכים ומצינים שנדרשת גישה זהירה בכל הקשור לשימוש בו.

השפעות ניורוקוגניטיביות ופסיכיאטריות של קנביס

1. התפתחות מוחית ופגיעה ניורוקוגניטיבית בצעירים: המוח המתפתח, החל בהתבגרות המוקדמת וכלה באמצע שנות ה-20 לחייו של אדם, מצוי בתקופה קריטית של עיצוב ובנייה עצבית ובה תהליכי גיזום סינפטי (synaptic pruning) ומייליניזציה. התקופה הזאת מאופיינת ברגישות יתרה לחומרים פסיכואקטיביים. קנביס, ובפרט רכיבו הפסיכואקטיבי העיקרי טטרהידרוקנבינול (THC), משפיע ישירות על

המערכת האנדוקנבינואידית (ECS) הממלאת תפקיד חיוני בוויסות נוירו-התפתחותי ובפלסטיות סינפטית. חשיפה ל-THC בתקופה הזאת עלולה לגרום שינויים בלתי הפיכים במבנה המוח ובתפקודו. מחקרי אורך רבים מעידים ששימוש קבוע ותכוף בקנביס בתקופת ההתבגרות והבגרות המוקדמת קשור לפגיעה מובהקת בתפקודים קוגניטיביים חיוניים ובכלל זה ירידה במנת המשכל, ליקויים בזיכרון עבודה ובזיכרון לטווח קצר, קשיי קשב וריכוז, קשיים בתכנון ובפתרון בעיות ופגיעה ביכולת קבלת החלטות. מחקרים עדכניים בוחנים קשרים אלה גם מבחינה גנטית ומנסים להבין כיצד גורמי סיכון גנטיים משפיעים על התפתחות המוח וההתנהגות לפני תחילת השימוש בחומר.

2. קנביס וסיכון לפסיכוזה: הקשר הסיבתי ביניהם הולך ומתחזק. העדויות המצטברות לקשר סיבתי בין שימוש בקנביס, ובפרט בזני קנביס עתירי THC (ריכוזם עשוי להגיע ל-20 אחוז ואף יותר לעומת זנים אחרים), ובין סיכון מוגבר לפסיכוזה, ובפרט סכיזופרניה, מטרידות מאוד. מחקרים הראו כי שימוש תכוף ומוקדם בקנביס מכפיל את הסיכון לפתח הפרעה פסיכוטית בקרב האוכלוסייה הכללית ומגביר אותו פי כמה באוכלוסיות שיש להן נטייה גנטית לזה. במנגנונים הפסיכו-פרמקולוגיים המשוערים נכללת השפעה על מערכת הדופמין במוח שמעורבת במנגנוני תגמול ובאטילולוגיה של סכיזופרניה וכן השפעה על קולטני CB1 בציר קורטיקולימבי. במדינות שחלה בהן נורמליזציה בשימוש בקנביס נצפית עלייה מקבילה בשכיחות אשפוזים פסיכיאטריים עקב אירועים פסיכויטיים שמקושרים לשימוש בקנביס.

3. השפעות על מצבי רוח וחרדה: הקשר בין השימוש בקנביס ובין הפרעות מצב רוח והפרעות חרדה הוא קשר מורכב. אחדים מהמשתמשים מדווחים על הקלה זמנית בתסמינים, אבל מחקרים עדכניים מעידים ששימוש קבוע עלול להחמיר או לעורר הפרעות אלה בעתיד. מלבד זאת עלולה להתפתח תלות פסיכולוגית בקנביס, וניסיונות גמילה עלולים להיות מלווים בתסמיני גמילה ובהם חרדה, דיכאון והפרעות שינה. בפרט ישנן עדויות ששימוש בקנביס עשוי להחמיר תסמיני הפרעת

דחק פוסט-טראומתית (PTSD) ולהגדיל את הסיכון להתפתחות PTSD בקרב אוכלוסיות פגיעות, למרות התפיסה הרווחת כי הוא מסייע במקרים אלה.

4. תסמונת חוסר מוטיבציה ופגיעה בתפקוד: למרות הוויכוח ארוך השנים על "תסמונת חוסר המוטיבציה" (amotivational syndrome) קיימת תמיכה הולכת וגוברת, גם מחקרית וגם קלינית, בקשר שבין השימוש הכרוני בקנביס, ובייחוד במינונים גבוהים ובתדירות גבוהה, ובין ירידה במוטיבציה, פיתוח אדישות, אפתיה, ירידה ביוזמה וקושי להציב ולהגשים מטרות. התסמונת הזאת עלולה לפגוע מאוד בתפקוד האקדמי, התעסוקתי והחברתי של המשתמשים ולגרום שחיקה בכישורי חיים חיוניים.

הסחף החברתי בישראל והשפעותיו על מערכת הבריאות

בישראל אנו עדים לסחף מדאיג שנכללות בו הקלות מדאיגות שקשורות לשימוש בקנביס ונגישות לסם לכל המעוניין. השינויים בחקיקה, הקמפיינים ללגליזציה והשיח הציבורי המקטין את הסכנות יצרו אקלים שבו קנביס נתפס כפתרון לבעיות רבות. הדמוניזציה שהופנתה בעבר לצרכני הקנביס מופנית כיום כלפי מי שמנסה להשמיע קול זהיר. תהליך זה גרם לגידול של ממש בשימוש בקנביס בקרב צעירים ובתוך כך להנגשה הולכת וגוברת של החומר.

השפעותיו של סחף זה על מערכת בריאות הנפש בישראל צפויות להיות הרסניות. המערכת, הסובלת ממילא מחוסר תקצוב כרוני, מעומס כבד וממחסור קריטי בכוח אדם מקצועי, אינה ערוכה לגל צפוי של פונים שסובלים מהפרעות נפשיות שקשורות לשימוש בקנביס. עלייה גדולה בשכיחות של אירועים פסיכויים, החמרת הפרעות חרדה ומצב רוח והתמכרויות לקנביס עלולות לגרום לקריסתן של מערכות אשפוז וטיפול יום ולפגוע ביכולת להעניק טיפול הולם ואיכותי לכלל האוכלוסייה הזקוקה לו. אולי עדיין איננו נמצאים במצב כזה, אבל אנו עלולים להיקלע למצב חירום לאומי בתחום בריאות הנפש כאשר יהיו חדרי המיון הפסיכיאטריים ובתי החולים מלאים עד כדי כך שלא יהיה אפשר להעניק עוד את השירותים הנדרשים.

מעבר להשפעות הפסיכיאטריות והנירוקוגניטיביות הישירות יש לשימוש בקנביס גם השפעות שליליות נרחבות מבחינת התפקוד, היחסים החברתיים והמשפחתיים, והן פוגעות גם באוכלוסיות "בריאות". נהיגה בהשפעת קנביס מסכנת מאוד את הנהוג ואת סביבתו. קנביס פוגע במידה ניכרת בכישורים הנדרשים לנהיגה בטוחה: הוא מאט את זמן התגובה, פוגע בקואורדינציה המוטורית, מקטין

את טווח הקשב ומעוות את תפיסת המרחק והמהירות. מחקרים מראים כי הסיכון למעורבות בתאונות דרכים עולה במידה ניכרת לאחר שימוש בקנביס, ואכן, הוא גורם סיכון מוכר לתאונות דרכים קטלניות, בייחוד בשילובו עם אלכוהול. שימוש כרוני בקנביס עלול לגרום **ירידה בתפקוד התעסוקתי והאקדמי** ולבידוד חברתי. **מבחינת המשפחה** עלול השימוש בקנביס ליצור מתחים, קונפליקטים, קשיים כלכליים ובמקרים חמורים אף לגרום למשתמש להזניח את אחריותו ההורית או הזוגית. ההיבטים הללו מדגישים את הסכנות שבשימוש בקנביס - הן אינן נחלתן הבלעדית של המשתמשים בגלל מצבם הפסיכולוגי; השימוש בחומר פוגע גם בתפקוד האישי, בבטיחות ובלכידות החברתית-משפחתית.

בהיותנו פסיכולוגים מוטלת עלינו אחריות כבדה כלפי הפרט והחברה. בתקופה הזאת תפקידנו כשומרי סף שמבקשים למנוע סחף מדאיג זה קריטי מתמיד. אני סבורה שיש לנו כמה משימות.

1. העמקת ידע והכשרה מתמשכת: עלינו להעמיק את הבנתנו בקשר למנגנונים הפסיכופרמקולוגיים של הקנביס, להשפעותיו הניורוביולוגיות והקליניות ולהתעדכן במחקרים העדכניים ביותר. קורסים, סדנאות וימי עיון בנושא זה חיוניים להבטחת כשירות מקצועית. יש להכיר את ההבדלים בין זני הקנביס, ריכוזי THC ו-CBD ודרכי הצריכה השונות ולהבין את השפעותיהם הייחודיות על המוח ועל ההתנהגות.
2. סקירה שיטתית והתערבות מוקדמת: חובה לברר שימוש בקנביס במסגרת כל הערכה פסיכולוגית, ובפרט בקרב מתבגרים וצעירים. יש לשלב שאלונים סטנדרטיים להערכת דפוסי השימוש, התדירות, הכמות וסימני התלות. בזכות זיהוי מוקדם של דפוסי שימוש מסוכנים יהיה אפשר להציע התערבות מוקדמת, חינוך והפניה לטיפול מתאים כדי למנוע התפתחות של הפרעות חמורות.
3. הדרכה, ייעוץ והסברה מבוססת ראיות: עלינו לתת למטופלים, למשפחות ולציבור הרחב מידע אמין, נטול פניות ומבוסס ראיות על הסיכונים שבשימוש בקנביס, ובייחוד על ההשפעות הניורוקוגניטיביות והפסיכיאטריות. חובתנו לפרק מיתוסים נפוצים ולעודד שיח מושכל שמבוסס על מדע ולא על אינטרסים כלכליים או על תפיסות שגויות.
4. שילוב טיפולי אינטגרטיבי: כאשר מדווח שימוש בקנביס יש לשלבו באופן אינטגרטיבי בתוכנית הטיפול הכוללת מתוך התחשבות במצב הפסיכולוגי

בנחישות ועל בסיס ראיות מדעיות, להעמיק את ידיעותינו, להגדיל את מודעות הציבור לסכנות ולשמש שומרי הסף במציאות שעלולה להפוך אותנו ל"מדינה של מסוממים" ולמלא את המחלקות הפסיכיאטריות מעבר לכל יכולת הכלה סבירה. זוהי קריאה לפעולה מיידית למען עתיד בריא יותר לחברה הישראלית ולמען הדורות הבאים.

אילה

מקורות

- Ganesh, S., & D'Souza, D. C. (2022). Cannabis and psychosis: Recent epidemiological findings continuing the "causality debate". *American Journal of Psychiatry*, 179(1), 8–10
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2021.21111126>
- Gowin, J. L., Ellingson, J. M., Karoly, H. C., Manza, P., Ross, J. M., Sloan, M. E., ... & Volkow, N. D. (2025). Brain function outcomes of recent and lifetime cannabis use. *JAMA Network Open*, 8(1), e2457069–e2457069.
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.57069>
- Rodas, J. D., George, T. P., & Hassan, A. N. (2024). A systematic review of the clinical effects of cannabis and cannabinoids in posttraumatic stress disorder symptoms and symptom clusters. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 85(1), 51827.
<https://doi.org/10.4088/JCP.23r14862>
- Yimer, T. M., Hoch, E., Fischer, B., Dawson, D., & Hall, W. (2025). The adverse public health effects of non-medical cannabis legalization in Canada and the USA. *The Lancet Public Health*, 10(2), e148–e159.
[https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00299-8](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00299-8)

של המטופל, בדרגת התלות שלו ובקשר בין השימוש ובין התסמינים הנפשיים. הוכח שטיפולים קוגניטיביים-התנהגותיים (CBT), טיפול דיאלקטי-התנהגותי (DBT) וגישות מוטיבציוניות יעילים בהתמודדות עם התמכרויות והתנהגויות סיכון.

5. אחריות ציבורית ומדיניות: עלינו להשמיע את קולנו המקצועי בזירה הציבורית והמדינית ולהשתתף באופן פעיל בעיצוב מדיניות הבריאות לציבור שתגן על הבריאות הפסיכולוגית של תושבי ישראל. עלינו לקדם גישה מבוססת מניעה וטיפול ולא רק דה־קרימינליזציה ללא מענה הולם לסכנות האפשריות. השתתפות בוועדות ציבוריות, פרסום חוות דעת מקצועיות והשתלבות בשיח הציבורי הכרחיים לשם כך.

לסיכום, על אף יתרונותיו הרפואיים המוגבלים במקרים ספציפיים אין הקנבס חף מסכנות. בייחוד עלול השימוש בו לפגוע באופן בלתי הפיך במוחם המתפתח של צעירים ולהגדיל במידה ניכרת את הסכנה להתפתחות הפרעות פסיכוטיות, הפרעות מצב רוח וחרדה וליקויים נוירוקוגניטיביים. הסחף החברתי בישראל המעודד נורמליזציה של שימוש בקנבס, ללא מודעות מספקת לסכנות הטמונות בו, מאיים על יכולתנו להעניק מענה הולם על הצרכים הגוברים של כלל תושבי ישראל ומעמיד את מערכת בריאות הנפש בסכנת קריסה.

אנו, הפסיכולוגים, נמצאים בעמדת מפתח להגן על הבריאות הפסיכולוגית בחברה הישראלית. עלינו לפעול באחריות,



חבריות הפ"י מוזמנים למלא
פרטים בפרופיל האישי - סרקו את הקו-קוד

גבי פרץ, הפסיכולוג הארצי והממונה על רישוי פסיכולוגים

שלום לכולם,

בתחילת חודש פברואר השנה התקיים הכנס העלי-חטיבתי של הפ"י בנושא הפסיכולוגיה של הקיטוב, וזכיתי להשתתף בו. הרגשתי שזאת זכות מכיוון שבקרב כל באי הכנס שררה אווירת קירוב לבבות וחיפוש דרכים וכלים לצמצום הקיטוב ולהבנתו. התרשמתי מהכנס לטובה ונהניתי ממפגשים רבים של הקשבה ושיח. את אחת הגישות המעניינות להתמודדות עם פילוג וקיטוב מצאתי בספרו האחרון של הרב יונתן זקס (2023) שנקרא **מוסריות - שיקום הטוב המשותף בעידן מפולג**. הטענה המרכזית של הרב מוצגת בפתחת הספר:

לקיומו של חופש חברתי אין די בכלכלת שוק ובמדינה דמוקרטית ליברלית, דרוש לו רכיב שלישי: מוסר, דאגה לטובתם של אחרים, מחויבות פעילה לצדק ולחמלה, נכונות לשאול לא רק מה נכון וטוב לי אלא גם מה נכון וטוב לכולנו ביחד. עניינו הוא "לנו" לא "לי"; "אנחנו" לא "אני" (עמ' 1).

אני מבין את הטענה הזאת כך:

1. כדי להתמודד עם פילוג ועם קיטוב הכרחי לבדוק את עצמנו ולהתחיל את השינוי בתוכנו.
2. השינוי צריך לבוא לידי ביטוי בדאגה לשונים ממני, לאחרים, לבעלי תפיסה שונה משלי ועמדות מנוגדות לשלי.
3. השאלה המרכזית היא מה הראוי והנכון לנו כקבוצה ולא רק לי עצמי.
4. תשומת הלב צריכה להינתן למחויבות שלי ולא לזכויותי.
5. המוסריות, במובן של הדאגה לאחר, היא אחת משלושת הבסיסים המרכזיים ליצירת חופש חברתי, ליברלי ודמוקרטי.

בפרקי הספר מפורטות בעיות החברה המפולגת כבסיס לעיצוב העקרונות לתיקון. אין בכוונתי לסכם כאן את הנאמר שם אלא להאיר את ההתבוננות באמצעות הצורה שנבנה בעבורי בספר בעזרת שלוש נקודות התבוננות:

1. היכולת שלנו להיות יחד למרות ההבדלים בינינו נובעת מהיכולת לוותר:

כל מוסד חברתי שהוא, כדי שיתקיים אנו חייבים להיות נכונים לוותר למען מערכת היחסים או הקבוצה. הדבר נכון בנישואים, בהורות, בחברות

בקהילה ובאזרחות במדינה. בכל הסביבות הללו אנחנו נכנסים לעולם של מודעות - שבו עלינו לשאול לא מה טוב "בשבילי" אלא מה טוב בשביל כולנו יחד (שם, עמ' 27).

הוויתור, אף שהוא הכרחי, אינו פשוט כי הוא כרוך באובדן גדול, ונדרשת לו הדדיות שנשמכת על אמון; ואת האמון הזה קשה מאוד להשיג היום. יש חשיבות להשתתפות בכאב האובדן ולהבנתו בה בעת שהזולת השונה ממני חווה תהליך כואב באופן די דומה, ועל שנינו מוטלת החובה להכיר בכאב של האחר ולהוקיר זאת.

2. אנחנו צריכים להיפגש פנים אל פנים כדי לממש את פוטנציאל האנושיות הטמון במפגש ישיר ובאמצעותו להתקדם זה לקראת זה ולהצליח להקשיב ולוותר זה לזה. כדי שנוכל לחשוב על עצמנו כקבוצה של שותפים לדרך חשוב שנתראה פנים אל פנים כדי שנוכל להגיע אל עצמנו ממקומות שונים (כדברי יעקב גלעד ויהודה פוליקר), ועל כך כתב הרב זקס:

כדי לממש את כל אנושיותנו אנו צריכים מפגשים ישירים עם בני אנוש אחרים. אנחנו צריכים להיות בנוכחותם, פתוחים לאחרותם, דרוכים לתקוותיהם ולחששותיהם, שותפים למחול הזוגי של השיחה, לקדימה-אחורה העדין של הדיבור וההקשבה. כך נבנות מערכות יחסים, כך אנו נעשים לישויות מוסריות. כך אנו לומדים לחשוב כ"אנחנו", אי אפשר לעשות זאת באופן אלקטרוני (שם, עמ' 63).

3. הנקודה האחרונה שאני רוצה להאיר קשורה למושג החוסן המוגדר בספר זה על פי תפיסתו הייחודית של הרב זקס. תפיסתו אינה מתמקדת ביכולתו של האדם להתמודד עם הלחצים המופעלים עליו כדי לשמור על איזון ועל תפקוד אלא ביכולתו של האדם להשקיע בזולת החלש ממנו ולהתעצם מהנתינה הזאת. המפגש האנושי, פנים אל פנים, וההבנה של חשיבות הוויתור הם דרכים מרכזיות להמשגת החוסן:

במעבר מפוליטיקה של "אני" לפוליטיקה של "אנחנו", אנו שבים ומגלים אמיתות משנות חיים ונוגדות אינטואיציה: שאומה חזקה כאשר היא

הדבר בידי חשבתי - לפחות אתקן את בני עירי. לאחר שטרחתי בכך וראיתי שגם זה אי אפשר, חשבתי - לפחות אתקן את בני ביתי שיהיו עובדי השם באמת. שבתי והתבוננתי בדבר ואמרתי - לפחות אטרח לתקן את עצמי, שאהיה עובד את השם. טרחתי בכך הרבה וראיתי שגם דבר זה אינו עולה בידי (מיכלזון, תרע"ב, עמ' 123).

אנחנו, בני האדם, לא נוכל להגיע לאידיאל לעולם, אבל חשוב לשאוף אליו, ואם כל אחד מאיתנו ישאף להיפגש עם האחר, להקשיב לו, לוותר ולסייע לו, נוכל אי"ה להיות אנחנו יחד.

בברכה,

גבי

מקורות

זקס, י' (2023). מוסריות: שיקום הטוב המשותף בעידן מפולג. מגיד.

מיכלזון, א' ח' ש' ב' (תרע"ב). מקור חיים. בילגוריא.

דואגת לחלשים בתוכה, מתעשרת כשהיא דואגת לעניים, מתחסנת מתוך דאגתה לפגיעים. אם חשוב לנו עתיד הדמוקרטיה, חובתנו להחיות את תפיסת המוסר המשותף הקושרת אותנו זה לזה בעבודות של חמלה ואכפתיות הדדית. אין חירות בלי מוסר, אין חופש בלי אחריות, ואין "אני" בר קיימא בלי "אנחנו" איתן (שם, עמ' 21).

ההמשגה הזאת של חוסן מחברת בעיניי את כלל המרכיבים שייצרו את החופש החברתי שעשוי לצמצם את הפילוג והקיטוב בתוכנו. ואני מתפלל שישובו במהרה כל החטופים, כי בלי שובם לא נוכל להתחיל תהליך תיקון חשוב ונדרש כל כך. כדי למצוא את הדרך להצליח במשימה אגייס את הסיפור החסידי על הדברים שנהג לומר רבי חיים מצאנז. הוא מלמד אותנו, כל אחד מאיתנו, לשאוף לתקן בעיקר את עצמנו:

אדם צעיר הייתי ולבי בער באהבת השם יתברך. אז חשבתי שאתקן את כל בני האדם בעולם ואחזירם למוטב, שיעבדו את השם. כאשר ראיתי שלא עלה



סרקו אותי



**חברי הסתדרות הפסיכולוגים בישראל
מצטרפים למועדון יחד ומרוויחים**

ההצטרפות למועדון עם גמי כסוסי האשראי!

מיכל אנגלרט, הפסיכולוגית הארצית במשרד החינוך

מעבר לירוק: מהמודל ההולנדי לאושר של ילדים אל השפ"ח בישראל

מבוססת על אוטונומיה ואינדיווידואליות רבה, ועם זאת היא מצליחה לשמור על רווחה קולקטיבית. במתח בין האינדיווידואליזם ובין הקולקטיביזם הוקמו בהולנד מערכות פיקוח ובקרה בעלי מנגנונים מובנים וברורים כדי להימנע ממצב שבו הפרט ידאג לעצמו על חשבון הכלל. כדי להדגים זאת הוצגה בפנינו תאוריית "הטרגדיה של נחלת הכלל" - קהילות דיג שחיות באזורי החופים והתמודדו עם החשש שמא לא יישארו די דגים לאיש אם יפעל כל דיג מתוך אינטרס אישי התארגנו ויזמו פיקוח קהילתי על הדיג ורגולציה. הן הבינו כי **האינטרס האישי יישמר טוב יותר בעתיד באמצעות פעולה קולקטיבית.**

ומהו מדד האושר בישראל? במדד האושר בישראל מדורגים הילדים גבוה למדי בעיקר בזכות התרבות החמה והקהילתית. בדוח האושר העולמי לשנת 2024 (Helliwell et al., 2024) דורגה ישראל במקום החמישי בעולם במדד האושר הסובייקטיבי ובמקום השני בקרב צעירים מתחת לגיל 30 - למרות המלחמה. **החברה הישראלית מתאפיינת בקהילתיות, במעורבות חברתית ובהרגשת שליחות, ואלה מחזקים את הרווחה הנפשית של ילדים ובני נוער; כלומר אפיונים קולקטיביים קשורים למדדי האושר.** מערכות החינוך בישראל מתמודדות עם אתגרים ייחודיים כגון כיתות גדולות, פערים חברתיים, צורך גדול בתמיכה נפשית ובמענים רגשיים בשל מצבי חירום והמלחמה המתמשכת. ברור לכולנו כי ההשקעה המוקדמת בילדים - בבניית חוסן נפשי, בפיתוח מנגנוני תמיכה ובעבודה רב-מערכתית - עשויה להניב אושר, שייכות וחוסן. וכדי להעצים את הרווחה הנפשית בקרב ילדים חשוב להשתמש לא רק במודל הישראלי המבוסס על התרבות הקהילתית החמה של ישראל אלא לאמץ ולקדם גם היבטים מהמודל ההולנדי, כמפורט לעיל, לצד שמירה על מקצועיות, על גישות מתקדמות ועל מנגנוני בקרה מובנים וברורים.

ומהו מקומו של השפ"ח? בהולנד אין שירות פסיכולוגי חינוכי ציבורי כמו בישראל. כאשר ילד זקוק למענה פסיכולוגי מזמן לו מוסד החינוך פסיכולוג. ואילו בארץ - אגף פסיכולוגיה בשירות הפסיכולוגי הייעוצי במשרד החינוך (שפ"י) קובע מדיניות ומנחה את כלל השירותים הפסיכולוגיים החינוכיים בשיתוף ובתיאום עם מרכז השלטון המקומי. השפ"ח פרוס בכל רשות ונגיש לאוכלוסייה. מבנה זה מאפשר לתת שירות פסיכולוגי חינוכי מותאם ברמת היישוב והקהילה, לשמור על קשר ישיר והדוק עם מערכת החינוך המקומית מתוך התייחסות למאפיינים הייחודיים של הקהילה וכן להכיר לעומק את הצרכים ההתפתחותיים (הקוגניטיביים, הרגשיים והחברתיים) והחינוכיים של הילדים ואת צורכי ההורים.

לפני זמן מה חזרתי מביקור בהולנד עם משלחת מקצועית במסגרת תוכנית "כרם" - תוכנית עתודות מנהיגות לגיל הרך (ביזמת משרד ראש הממשלה, משרד החינוך, הרווחה והבריאות, קרן רש"י וג'וינט-אשלים). יצאנו לדרך בשאיפה להבין כיצד הולנד מצליחה להוביל במדדי האושר הבין לאומיים בקרב ילדים. מלבד הנופים הירוקים, תעלות המים, הפשטות והשלווה החיצונית שראינו שם עלתה במסע השאלה המרכזית הזאת: אילו עקרונות וגישות מהמודל ההולנדי אפשר ליישם במערכת החינוך בישראל ובעבודת השפ"ח (השירות הפסיכולוגי חינוכי)? מחשבות שעלו במוחי נבלמו לעיתים במחשבה סותרת: "כן, אבל..." (הדשא בהולנד ירוק יותר).

מהו אפוא סוד הקסם ההולנדי? מחקרי יוניסף והארגון לשיתוף פעולה ולפיתוח כלכלי (OECD) וכן אנשי חינוך, בריאות ורווחה, קובעי מדיניות, חוקרים ואנשי שדה שפגשנו בהולנד ציינו שילוב של כמה גורמים שמסבירים את המקום המוביל של הולנד במדדי האושר בקרב הילדים:

- **איזון בין חיים, משפחה ועבודה** - שבוע עבודה קצר וגמישות בתעסוקת ההורים. בני המשפחה נפגשים לארוחה חמה משותפת בשעה 18:00 בכל ערב.
- **חינוך תומך ולא תובעני** - בהולנד לא מופעל על התלמידים לחץ להישגיות בלימודים מגיל צעיר. לעומת זאת ניתנים זמן, מקום וחיבור רבים יותר למשחק, לחופש ולביטוי עצמי.
- **הרגשת ביטחון ויציבות** - מובלטים ערכי שוויון, פשטות וסביבת חיים בטוחה ונקייה ומיישמים אותם.
- **יחסי אמון** - בין ההורים ובין ילדיהם ובין ההורים ובין מערכת החינוך, ולהפך, שוררים יחסי כבוד, וכל אחד מהצדדים מכיר בתפקיד האחר. מלבד זאת, אנשי מקצוע מתאימים מלווים את המשפחות לפני הלידה ואחריה.
- **שותפות והרגשת שליטה** - הילדים שותפים להחלטות הקשורות אליהם, דעתם נשמעת, והם לומדים להיות עצמאים מגיל צעיר.

ואכן, בזמן ביקורנו בהולנד איששנו את ההיבטים הללו. בין התיאורים השונים בלטה נקודה מהותית בהשוואה לישראל - בהולנד לא נהוג לבקש עזרה. לדוגמה, אימהות מדווחות שלא נהוג לבקש עזרה בטיפול בילדים ובגידולם. אם שרוצה להיעזר בבייביסיטר לכמה שעות עלולה להיתקל בתהיות בקשר להורות שלה. התמיכה המשפחתית והקהילתית והעזרה ההדדית המאפיינות מאוד את החברה בישראל אינן נהוגות בהולנד. הביקור בהולנד אף חשף פרדוקס מעניין: החברה ההולנדית

השפ"ח מעניק מענים פסיכולוגיים לתלמידים, להורים, לצוותי החינוך ולקהילה ברמה פרטנית, קבוצתית ומערכתית בימי שגרה ובעיתות חירום (מתווה השירותים הפסיכולוגיים, 2010).

מתוקף תפקידיו הרבים נדרש השפ"ח לאזן בין מתן מענה על הצרכים של התלמידים כפרטים ובין אחריותו הרחבה לרווחה הקולקטיבית של כלל התלמידים. הוא פועל בתווך בין פניות של יחידים (לקבלת מענה פרטני) ובין הצורך לסייע למערכת לקדם את בריאות הנפש במוסד ובקהילה. האתגר הוא באיזון: איך נותנים מענה לפרט מבלי לאבד את ההשפעה על הכלל? כיצד אפשר לפעול לקידום מתן מענים רחבים במוסדות החינוך כשהצרכים הפרטניים הולכים ומתרבים? כיצד אפשר לקדם עבודה מערכתית לטיפול הרווחה הנפשית של הורים ומשפחות במציאות של חירום וכשיש צורך במענים מידיים דחופים?

הסכם השכר החדש של הפסיכולוגים בשירות הציבורי, הסכם שהושג לאחר שנים של משא ומתן ומאבק מקצועי מתמשך, הוא הרבה יותר מהישג כלכלי גרידא. ההסכם מכיר בחשיבותם של הפסיכולוגים החינוכיים במערכת החינוך בקידום הרווחה הנפשית של ילדים, של משפחות ושל קהילות ומוקיר אותם. במובן זה **אפשר לראות בשפ"ח משאב ציבורי, "נחלת הכלל", משאב חברתי יקר ערך** במרחב החינוך, משאב שדואג לתלמידים, למבוגרים המשמעותיים ולקהילה, משאב שיש בו הכוח לקדם תפיסות מערכתיות מתוך הבנה כי פעולה קולקטיבית מחזקת את הפרט כעת ובעתיד, ועל כן יש צורך לשמר ולטפח את השפ"ח.

השאלה המתבקשת אפוא היא איך אפשר לקדם שינויים שיתרמו לאושר ולרווחה הנפשית במציאות מורכבת של דרישות מרובות ובמציאות של חירום ומלחמה. ד"ר תמרה טילמן (כהן, 2025) טענה כי פעמים רבות נמצאים הרגלים מושרשים מתחת לפני השטח, משפיעים על קבלת החלטות ומשמרים את הסטטוס קוו. לדבריה, עולם העבודה העתידי ייבנה לא על שכפול הצלחות העבר אלא בזכות התוויית דרכים חדשות. על כן אנחנו צריכים לעזור לארגונים ולקהילות לעצב גמישות במסגרות השונות ולחזק תרבות של ניסוי וטעייה. כיום מדברים על **מעבר מ"כן, אבל" ל"כן, ו...".** בגישה הזאת מעודדים את האדם ליצור דברים חדשים על בסיס רעיונות קיימים, להשביחם ולשפרם במקום לדחות אותם על הסף. לדוגמה, "כן, ובוא נבחן איך אפשר להתאים את המשימות כדי שזה יעבוד"; "כן, ונשב להבין איך לשלב בין הדברים". פעמים רבות נובע ה"לא" מאי יכולתנו לראות את האופן שבו הרעיון החדש משתלב במה שאנחנו רגילים לחשוב ולעשות בכלל וקל וחומר במציאות של לחצים מרובים וחירום מתמשך. לטענתה של ד"ר טילמן, היכולת לסגל נקודת עצירה בתהליך התגובה וקבלת ההחלטות היא כלי שמעודד אותנו לבדוק אפשרויות לתשובות חדשות שסמויות מן העין. שאלות כמו

"מה אפשר ללמוד מזה?" או "האם באמת הבנתי את הרעיון?" עשויות ליצור מרחב הקשבה ופתח לחדשנות. **עלינו ליצור מרחבי גמישות רבים יותר במסגרת הארגון כדי לאפשר לארגון לבחון גישות ואפשרויות חדשות.** מעבר מ"לא" ל"כן" אינו שינוי טקטי בלבד אלא גם שינוי אסטרטגי, מחשבתי ומנטלי שמאפשר לנו להתמודד עם אתגרים מקצועיים ומערכתיים (שם).

לסיכום, המודל ההולנדי מציע תובנות חשובות, אך כדי ליישמן בישראל עלינו להתאים את המודל לתרבותנו ולעולם העבודה המשתנה. צריך לבנות מודל היברידי ישראלי שישלב את חוזקות התרבות שלנו ועקרונות יעילים מהמודל ההולנדי, כלומר שמירה על תרבות הקהילה והתמיכה ההדדית עם חизוק מנגנוני הבקרה והאחריות המשותפת, פיתוח גמישות מערכתית, ליווי משפחות והורים מראשית דרכם, שיתוף ילדים בקבלת החלטות, קידום ערכי שוויון ופשטות, הפחתת הלחץ להישגיות מגיל צעיר ומציאת איזון בין מענה לפרט ובין רווחה קולקטיבית.

ביום ה' 600 למלחמה - כש־58 חטופים בשבי, בזמן של טראומה מתמשכת, שכול ואובדנים - מעוררת הכתיבה על אושר רגשות מורכבים. ועם זאת דווקא בזמנים כאלה מתחדדת עוד יותר חשיבות בניית מערכות תמיכה חזקות לילדים, למשפחות ולקהילות. ההשקעה ברווחה הנפשית ובחוסן הכרחית להמשכיותנו כחברה. אנחנו מקווים להחזרת החטופים במהרה, לבואם של ימים של שקט ולבריאות הגוף והנפש המשמעותיים לחוסן הנפשי של כולנו. **תודה לכל אחת ואחד מכם, הפסיכולוגיות והפסיכולוגים, על עשייה מתוך אהבה, על שליחות אישית וחברתית.**

שלכם,

מיכל

מקורות

כהן, נ' (2025, 22 בינואר). התשובות של אתמול לא יבנו את ההצלחות של מחר. *TheMarker*. <https://niritcohen.com/best-practices-are-yesterdays-news-welcome-to-next-practices>

משרד החינוך, מאגר חוזרי מנכ"ל (2022). **מתווה השירותים הפסיכולוגיים 2010. הוראת קבע מס' 0332 - החלפה.** <https://apps.education.gov.il/Mankal/Horaa.aspx?siduri=432>

Agencies and Toi Staff (2024, March 20). Israel drops one place to 5th in global happiness list; Finland retains top spot. *The Times of Israel*. <https://www.timesofisrael.com/finland-retains-top-spot-in-global-happiness-list-israel-drops-to-5th-place/>

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). *World Happiness Report 2024*. University of Oxford: Wellbeing Research Centre. <https://worldhappiness.report/ed/2024/>

Karra, Y. (2024, March 24). Despite war, Israel ranks 5th happiest country in the world. *ISRAEL21c*. <https://www.israel21c.org/despite-war-israel-ranks-5th-happiest-country-in-the-world/>

OECD (2020). *How's Life? Measuring well-being*. OECD Publishing. <https://www.oecd.org/en/publications/how-s-life/volume-1/issue-9870c393-en.html>



דינמיקה פסיכולוגית של קיצוניות

אריה וו' קרוגלנסקי¹

תקציר

אף שקיצוניות היא התנהגות שסוטה מן הדפוסים המקובלים, היא אינה פתולוגית או בלתי מסתגלת בשל כך. קיצוניות נובעת מחוסר איזון מוטיבציוני שבו צורך בסיסי מסוים נעשה דומיננטי ועל כן הוא מאפיל על צרכים אחרים. במצב כזה נחלשים או נעלמים האילוצים שאותם צרכים מפעילים על התנהגות בדרך כלל, ואז כל התנהגות שמשרתת את הצורך השליט מקבלת הכשר, ובכלל זה התנהגויות שסותרות את הצרכים המוחלשים הללו. קיצוניות עשויה להביא לידי התנהגות הורסנית ואלימה, אך גם להתנהגות בונה ותומכת. למסוגלות לחוסר איזון מוטיבציוני יש ערך תפקודי - היא מסיעת לאורגניזמים להתמודד עם מצבי חירום שדורשים ניתוב כל המשאבים למאמץ עליון אחד. ועם זאת כשהקיצוניות מתמשכת היא גובה מחיר מן הפרט וגורמת לו סבל ואי-נוחות. במאמר הזה אבחן זאת על פי דוגמאות ריאליות של בני אדם ומעשים קיצוניים.

עידן הקיצוניות

אנחנו חיים בעידן הקיצוניות. מלחמות במזרח אירופה וכאן, במזרח התיכון, מקרה אחר מקרה של ירי המוני בארצות הברית, טרור פנימי ובין-לאומי וקטוב פוליטי - כל אלה הם דוגמאות שונות לקיצוניות שפושה בכול. איך נוכל אנחנו, כפסיכולוגים, להבין את תופעת הקיצוניות? האם נראה בה פסיכופתולוגיה ובקיצונים משוגעים? ומאחר שיש רבים כל כך מהם, האם כלל האנושות השתגעה? קיצוניות אינה תופעה ייחודית או משוגעת, ואף לא דווקא דבר רע או הרסני. ועם זאת היא אינה דרך יעילה בהכרח להשגת מטרות, אף שכך סוברים הקיצונים. כדי להבין מדוע היא מתרחשת עלינו להיכנס בעובי הקורה ולשאל מהי בעצם קיצוניות ואיך היא נוצרת. התשובה היא שקיצוניות נוצרת מתוך חוויה של חוסר איזון מוטיבציוני (או חוסר איזון במוטיבציה).

מהו חוסר איזון מוטיבציוני ואיך הוא מוביל לקיצוניות?

לכל אדם יש מערכת של צרכים בסיסיים חיוניים להישרדות ולאיכות החיים. במערכת הזאת יש צרכים ביולוגיים כמו הצורך לאכול, לשתות, לנוח ולקיים יחסי מין, ויש צרכים חברתיים כמו הצורך בהשתייכות, ביחסים בין-אישיים והצורך באהבה. מאחר שהצרכים האלה בסיסיים, יש לבני האדם מוטיבציה למלא את כולם, והם מנסים לפעול לסיפוקם. הסיפוק המאוזן של כל הצרכים הבסיסיים מגדיר מצב של מתינות ונותן תחושת סיפוק ושביעות רצון מהחיים או רווחה נפשית (well being). הצרכים הבסיסיים האלה מרסנים זה את זה ובכך מרסנים את התנהגותנו. הם מונעים התנהגות אשר תגשים את אחד הצרכים ובתוך כך תגרום לאדם תסכול מאי-הגשמת האחרים. למשל, בני אדם אינם אוכלים בשר רקוב ואינם שותים מי ים כי התנהגות כזאת נוגדת את המוטיבציה לספק את חוש הטעם ולשמור על הבריאות. בני אדם אינם גונבים בדרך כלל מחנות מזון כשהם רעבים כי הגנבה סותרת את הצורך במקובלות ובכבוד חברתי. ואולם כאשר נעשה אחד הצרכים האלה דומיננטי הוא מדכא צרכים אחרים ומחליש את הכוח המרסן שלהם. עקב זאת המתניות משתבשת, וכל דבר שמשרת את הצורך הדומיננטי הופך למותר, "הכול הולך", כי הוסר הריסון שנבע מהשיקולים האחרים. מצב כזה הוא מצב של קיצוניות.

קיצוניות אינה תופעה שמוגבלת לקבוצת מטורפים ש"איבדו את הצפון"; בנסיבות מסוימות עשוי כל אדם להפוך לקיצוני או לעשות מעשים קיצוניים. דוגמה (קיצונית) לכך היא הטרגדיה בהרי האנדים. באוקטובר 1972 התרסק בהרי האנדים מטוס שהיו בו בין השאר חברי קבוצת רוגבי מאורוגוואי. השורדים בהתרסקות נאלצו להתמודד לא רק עם קור מקפיא ושלג מועד למפולות קטלניות אלא גם עם מחסור חמור במזון. במצב החמור הזה ניזונו הניצולים מגוויתיהם של מי שכבר מתו. מעשיהם של הניצולים ממחישים את הדינמיקה הפסיכולוגית של הקיצוניות:

¹פרופ' אריה קרוגלנסקי הוא פסיכולוג חברתי קוגניטיבי באוניברסיטת מרילנד בארצות הברית. המאמר הזה מתבסס על תמלול והקלטה של הרצאתו של קרוגלנסקי בכנס הפ"י בנושא "גשר על פני תהום" שהתקיים ב-6-7 בפברואר 2025.

כשאדם חווה רעב מתון מוגבלת בחירת המזון שלו משיקולי טעם, בריאות ונורמות חברתיות. ואולם כשהרעב מגיע לרמות גבוהות במיוחד נחלשים השיקולים האלה ומפסיקים להגביל את הבחירה. במצב כזה יאכל האדם כל דבר - קליפת גזע עץ, את חיית המחמד שלו ואפילו את חבריו שאינם עוד בחיים, כמו שמלמדת הטרגדיה בהרי האנדים. אם כן, קיצוניות אינה תופעה שמוגבלת לקבוצת מטורפים ש"איבדו את הצפון". בנסיבות מסוימות עשוי כל אדם, אפילו אתם ואני, להפוך לקיצונים או לעשות מעשים קיצוניים.

קיצוניות כמנגנון אבולוציוני

המנגנון הפסיכולוגי שגורם לקיצוניות אינו ייחודי לבני אדם דווקא; אדרבה, הוא חל על יצורים רבים ומגוונים. למשל, זבובים מורעבים יסבלו ריכוז גבוה יותר של מרירות (שעשוי להעיד על רעילות) באוכל, ואילו בעיני זבובים לא רעבים, לו נשאלו על כך, היה הדבר נתפס כמעשה קיצוני ובלתי סביר ממש. במוחות של עכברים זכרים מבנים ומערכות ששולטים בתוקפנות מדוכאים בנוכחות נקבות כשהדחף המיני משתלט, מה שמזכיר את הסיסמה make love not war משנות השישים! מכורים לסמים מפגינים רגישות יתר לאותות ולסימנים שקשורים לסמים וחוסר רגישות לכל איתות אחר, התנהגות שמעידה על חוסר איזון מוטיבציוני. בניסוי מעבדה שערכנו מצאנו אצל סטודנטים "רגילים" שהפעלת מטרה מסוימת גרמה לדיכוי של מטרות אחרות ("תשכח מכל השאר"). כל הדוגמאות האלה מלמדות כי הקיצוניות אינה שיגעון אלא מנגנון אבולוציוני שמאפשר לאורגניזם לרכז את כל המשאבים שלהם בשירות של צורך שעולה, ללא מגבלות או סייגים. זהו מנגנון שמטרתו לאפשר לאורגניזם להגיב על מצבי חירום. וכמו מנגנונים אבולוציוניים אחרים, גם המנגנון הזה אינו מושלם. לפעמים הוא פועל מצוין, ולפעמים פחות טוב, כמו שאתאר בהמשך המאמר.

מהן ההשלכות החברתיות של קיצוניות?

נשתמש לדוגמה בסיפור חייו של קיצוני מפורסם, בן למשפחה עשירה ממוצא אסייתי. בבית הספר הוא היה תלמיד ממוצע, ביישן למדי, נחבא אל הכלים, בהחלט לא דמות של מנהיג. בגיל הנעורים הוא החל להתעניין ברעיונות רוחניים ופילוסופיים. הוא החל לאכול, להתלבש ולהתנהג בצורה שונה מבעבר ובשונה מחבריו והחל לדרוש שגם בני משפחתו יצטרפו אליו ויימנעו אף הם מתענוגות

העולם בדרך לבהירות מוסרית והקרבה עצמית שהוא בחר לעצמו. הוא למד באוניברסיטה, התחתן בגיל צעיר, כנהוג בסביבה החברתית שלו, והצטרף לעסק המשפחתי. המעגל החברתי שלו הלך והצטמצם למי שהסכים עם המחויבות האידאולוגית שלו, ובסופו של דבר הוא סיכן את שלומו, את חירותו ואפילו את חייו על מזבח אידיאלים שהיה מושקע בהם. פעילותו יוצאת הדופן משכה תשומת לב ציבורית. הפרסום הקנה לו תהילה בקרב אנשים מסוימים וקלון אצל אחרים. פעמים רבות ניסו מתנגדיו הרבים להתנקש בחייו עד שבסופו של דבר הצליחו לרצוח אותו.

ההשפעה החברתית של קיצונים עלולה להיות הרסנית ולעורר אלימות ותוקפנות כמו במקרה של בן לאדן, או בונה ומביאה לידי שינוי חברתי בדרכי שלום כמו במקרה של גנדי. קיצוניות אפוא אינה בהכרח דבר רע. אדרבה, רבים מגדולי ההומניסטים - למשל האם תרזה, אומנים כמו דגה או ואן גוך או מדענים כמו מארי קירי - שהקריבו את חייהם על מזבח מטרות נעלות היו קיצונים. ועם זאת תרמה עבודתם תרומה מהותית לתרבות ולחברה

מי יכול לנחש את שם האיש? זהו מוהנדס גנדי הידוע בעולם כמהטמה (הנפש הגדולה) גנדי. הוא נולד למשפחה אמידה, ובצעירותו היה ביישן ומופנם ולא תלמיד מבריק במיוחד. גנדי התחתן בשידוך כשהיה בן 13, וכשהיה בן 18 נסע ללמוד משפטים בלונדון וסלד עמוקות ממה שראה שם. הוא אימץ אורח חיים סגפני ונמנע מפיתויי המערב, מפינוק מכל סוג, מנוחיות וממותרות. הוא החליף את הלבוש המערבי המקובל בשכבה החברתית שלו ב"דוטי" ובגלימה הודית מסורתית שטווה בעצמו, הגביל את מזונו לפירות ואגוזים, דרש מאשתו לוותר על תכשיטיה וסירב לתת לילדיו תרופות מערביות כשחלו. לאחר שסיים את לימודיו חזר להודו לזמן קצר לפני שנסע לדרום אפריקה. שם, בדרום אפריקה, התפתחה התנגדותו האידאולוגית לקולוניאליזם המערבי ולהתעללות הממסדית ב"צבעונים". בימינו היינו מכנים זאת "גזענות מערכתית". גנדי פיתח את הסטיהגרה, התנגדות פסיבית לא אלימה, מתוך התעמקות בבהווה גיטה, טקסט הינדי פילוסופי דתי (שיר האדון, דיאלוג בן 18 פרקים בין קרישנה, אדון היקום, ובין הגיבור הלוחם ארג'ונה), וגם בברית החדשה וביצירות של פילוסופים כמו הנרי ת'ורו ולב טולסטוי. הקיצוניות של גנדי - ההתמסרות הנחושה שלו



קיצוניות: בונה והורסת

שתי מסקנות מעניינות עולות מן ההשוואה בין שני הקיצונים, מהטמה גנדי ואוסאמה בן לאדן: ההשפעה החברתית של קיצונים עלולה להיות הרסנית ולעורר אלימות ותוקפנות כמו במקרה של בן לאדן, או בונה ומביאה לידי שינוי חברתי בדרכי שלום כמו במקרה של גנדי. קיצוניות אפוא אינה בהכרח דבר רע. אדרבה, רבים מגדולי ההומניסטים - למשל האם תרזה, אומנים כמו דגה או ואן גוך או מדענים כמו מארי קירי - שהקריבו את חייהם על מזבח מטרות נעלות היו קיצונים, ועם זאת תרמה עבודתם תרומה מהותית לתרבות ולחברה.

אין ספק שבן לאדן וגנדי היו אנשים מיוחדים; לא רבים היו עושים את מה שהם עשו. ועל כן עולה השאלה אם קיימת אישיות קיצונית, ואם יש בני אדם שייטו לקיצוניות בתחומם יותר מאחרים. את השאלה הזאת בדקנו אמפירית ב־22 מחקרים ובמדגם של עשרת אלפים משתתפים בקירוב (Szumowska et al., 2025a). פיתחנו סולם שמודד אישיות קיצונית וגילינו שהוא ניבא התנהגויות קיצוניות בתחומים שונים ומגוונים ובכלל זה דיאטות קיצוניות, מנהגים דתיים קיצוניים, התנהגות רומנטית קיצונית, הקרבה עצמית או מוות על קידוש מטרה, התמכרויות, הערצה קיצונית של אלילי תרבות, אקטיביזם קיצוני ואובססיביות בתחביבים ובעיסוקים שונים.

בני אדם קיצונים מניחים שהקיצוניות אכן משתלמת. הם מאמינים שבזכות ההתנהגות הקיצונית הם ישיגו את מטרותיהם במהירות ובדרך ישירה ויעילה לעומת המתונים, כי הצורך השולט הוא כה עוצמתי שסיפוקו כאילו מזמין מאמץ וקורבן עילאיים. ואולם למעשה, המחיר הגבוה שגובה הקיצוניות פוגע לפעמים בהתקדמות

לרעיון ההתנגדות לערכי המערב, הדוגמה האישית שלו וההקרבה העצמית - כל אלה היו חיוניים להשגת העצמאות של הודו מהאימפריה הבריטית וגם שימשו השראה לתנועת ההתנגדות שהוביל מרטין לותר קינג בארצות הברית ונלסון מנדלה בדרום אפריקה. במקרה הזה התברר שהקיצוניות הייתה בעלת תועלת חברתית עצומה.

מעניין שדיוקן הקיצוני האנונימי שהצגתי כאן תואם אדם נוסף, שונה בהרבה מובנים מגנדי. זהו סיפור חייו של הטורריסט הידוע לשמצה אוסאמה בן לאדן. הוא היה בנו הנחבא אל הכלים של איל הון סעודי, קבלן עתיר נכסים. בן לאדן לא הצטיין בלימודיו וגם לא נודע כמנהיג או משפיען. בשנות העשרה המאוחרות שלו החל לפתח אדיקות קיצונית לרעיונות דתיים. כשהיה בן 14 בערך הצטרף לקבוצת לימוד אסלאמית בהשראת רעיון האחוה המוסלמית שהכריזה שרק ממשלת שריעה, ממשלת קוראן, יכולה לשחרר את המדינות המוסלמיות מהדיכוי ומהשלטון הקולוניאלי של המערב.

מסירותו של בן לאדן לרעיונות האלה הלכה וגברה, ועימה גדלו גם הקורבנות שהקריב. בשאיפתו לטוהר מוסלמי הפסיק לצפות בטלוויזיה, מלבד בחדשות, ויתר על לבישת בגדים שחשפו חלקים מגופו, חדל לשחק בקלפים והפסיק להסתכל בפניהן של נשים, מלבד בפני אחיותיו ואימו, וצם באדיקות יומיים בשבוע, כמו הנביא מוחמד. כן הוא דרש שאימו ומשפחתו החורגת יפסיקו לצפות בטלוויזיה והביע מורת רוח כשלבשו חברי קבוצת הכדורגל ששיחק בה מכנסיים קצרים במקום המכנסיים הארוכים שמתיר החוק האסלאמי. כשהיה בן 17 התחתן בן לאדן, ושנתיים אחר כך התחיל את לימודיו באוניברסיטת המלך עבדול בג'דה. אף שהיה אמור להתרכז בכלכלה וניהול הוא התעניין הרבה יותר בפעילות דתית. לאחר שסיים את לימודיו הוא קיבל עבודה בחברת הקבלנות של אביו. כשפלשו הסובייטים לאפגניסטן, ב־1979, הוא ניתב את הידע הניהולי שלו ואת משאבי החברה לימון תנועת ההתנגדות האפגנית ואחר כך הצטרף אליה בעצמו. הוא השתמש בציד הבנייה לחפירת תעלות וביצורים והקים מחנות אימון ללוחמי ג'יהאד מכל העולם. הוא היה בין מייסדי אל־קאעידה והחל לנהל מאבק אלים נגד ממשלות מוסלמיות כופרות, להגדרתו, נגד קולוניאליזם מערבי ונגד שחיתות מוסרית שהביא לדעתו המערב על מוסלמים בכל העולם. בן לאדן היה קיצוני בכך שהקדיש את משאביו, זימן את עושרו וסיכן את שלומו, את חירותו ואת חייו למען האידאולוגיה שלו עד שבסופו של דבר נהרג בפשיטה של הכוחות המיוחדים של ארצות הברית משום שיזם את התקפת הטרור הקטלנית ביותר שידעה ארצות הברית - הפיגוע ב־11 בספטמבר 2001.

מהו האופי של חוויית הקיצוניות? מה מרגיש אדם קיצוני?

תוצאות המחקרים מעידות על דמיון בין אנשים ונשים קיצוניים ובין מאני-דפרסיביים (Kruglanski et al., 2021). גם אצל קיצונים מוצאים תנודות רגשיות חריפות שנעות בין רגעי התעלות ובין ייסורים. באופן כללי יש לבני אדם מוטיבציה לספק את כל הצרכים שלהם. חוסר איזון מוטיבציוני הוא דבר שקשה לשאתו. לכן בני אדם ממהרים, בדרך כלל, להחזיר לעצמם איזון מוטיבציוני באמצעות מתן תשומת לב מחודשת לצרכים שזנחו. במחקר שערך הצוות שלנו ב־70 ארצות מצאנו שמתניות במובן של איזון מוטיבציוני קשורה לתחושת שביעות רצון וסיפוק בחיים (ראו תרשים 1) (Szumowska et al., 2025b).

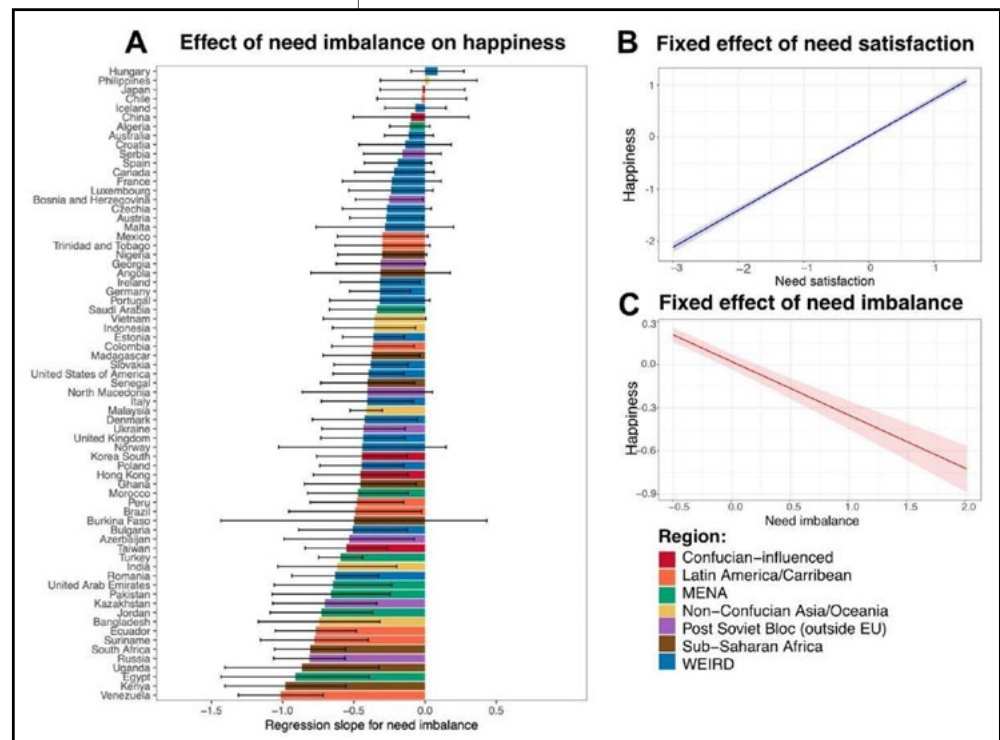
האם קיצוניות משתלמת? האם היא מרשם להצלחה?

בני אדם קיצונים מניחים שהקיצוניות אכן משתלמת. הם מאמינים שבזכות ההתנהגות הקיצונית הם ישיגו את מטרותיהם במהירות ובדרך ישירה ויעילה לעומת המתונים, כי הצורך השולט הוא כה עוצמתי שסיפוקו כאילו מזמין מאמץ וקורבן עילאיים. ואולם למעשה, המחיר הגבוה שגובה הקיצוניות פוגע לפעמים בהתקדמות. נשתמש לדוגמה במרוץ המפורסם אל הקוטב הדרומי בשנת 1911. קודם לכן הסתיימו כל המשלחות לקוטב הדרומי בכישלון טרגי. הקור הקטלני, הסביבה העוינת ומזג האוויר ההפכףך תבעו את חייהם של סיירים אמיצים רבים. רונלד אמונדסון הנורווגי ורוברט פלקון סקוט האנגלי הכירו היטב את הניסיונות, הכושלים שקדמו להם כשיצאו, כל אחד עם משלחתו, למרוץ שמטרתו להגיע ראשון אל הקוטב הדרומי.

שני הסיירים נקטו גישות שונות מאוד: סקוט דחף את המשלחת שלו "עד הקצה" כששרר מזג אוויר נוח כדי לעבור מרחק גדול ככל האפשר, ובתנאי מזג אוויר קשים התחפרו חברי המשלחת באוהלים. אמונדסון לעומתו היה נחוש לשמור על קצב יומי מתון של 15 מייל בכל מזג אוויר. ב־12 בדצמבר 1911 היו אמונדסון ומשלחתו רחוקים 45 מייל בלבד מהקוטב הדרומי. "הדרך בפני השטח טובים מתמיד", הוא כתב ביומנו.

"מזג אוויר מצוין - שקט ובהיר" (Amundson, 1913) למרות מזג האוויר הנוח שהיה מאפשר להם להגיע לקוטב עוד באותו היום (לא נשכח שהם היו במרוץ ולא ידעו איפה נמצאת המשלחת השנייה), דבק אמונדסון באסטרטגיה שלו ולא עבר את מכסת 15 המייל היומית. יומיים לאחר מכן, ב־14 בדצמבר, נאמן לקצב המתון שקבע לעצמו, הגיעו אמונדסון וצוותו ראשונים לקוטב הדרומי.

ומה קרה למשלחת הקיצונים? המשלחת של סקוט הגיעה לקוטב 34 ימים אחרי אמונדסון ואנשיו. את פניהם קיבל



קיצוניות מסוגים שונים נדירה למדי ושיעורה, בממוצע, חמישה אחוזים ומטה בקרב האוכלוסייה שנבדקה. (Kruglanski et al., 2021). קיצוניות היא גם מצב ארעי שלא נמשך זמן רב. גם אלימות קיצונית לא קל לנקוט זמן בלתי מוגבל. אורך חברות ממוצעת בארגוני ימין קיצוני אלימים באירופה (למשל בקבוצות נאוצאציות) הוא עשר שנים בערך, וקיימות עדויות שבני אדם "מתבגרים ומתמתנים" באופן טבעי. כן יש מתאם גבוה בין הגיל ובין החברות בכנופיות פשיעה מסוגים שונים.

הדגל הנורווגי שסימל את תבוסתם. במסע חזרה התעקש סקוט להמשיך ב"מאמץ העל־אנושי" במזג אוויר נוח. בגלל דרישתו סבלו אנשיו מכוויות קור ומתשישות, והן גרמו לטרגדיה בסופו של דבר: סקוט וכל אנשיו קפאו למוות. אמונדסן ואנשיו לעומת זאת המשיכו בקצב של 15 מייל ליום וסיימו את המסע חזרה, מסע של 1,400 מייל, ללא בעיות מיוחדות. מתינות ושמירה על קצב קבוע יכולות להציל חיים וגם להיות מתכון להצלחה.

מדוע יש קיצוניות רבה כל כך בעולם בימים האלה?

מהו הצורך השולט שיוצר חוסר איזון מוטיבציוני וגורם למגפת קיצוניות כזאת? מהמחקרים שלנו עולה שחוסר האיזון נובע מהצורך האנושי הבסיסי לכבוד ולמשמעות אישית (Kruglanski et al., 2022; Kruglanski & Raviv, 2025). צורך בסיסי זה אינו מסופק אצל מיליונים רבים של בני אדם בעולם מסיבות שונות. משבר הגלובליזציה, המשבר הכלכלי, מגפת קורונה ומשברי הגירה הותירו המונים רבים

בתחושת השפלה ובהרגשה שנשלל מהם מעמדם וכבודם. אחת הדרכים הפרימיטיביות להוכיח את ערכם ולהחזיר את חשיבותם היא באמצעות אלימות ותוקפנות שמפגינה כוח ועוצמה.

לסיכום, כיום ידוע לנו על הפסיכולוגיה של הקיצוניות כי קיצוניות אינה נובעת משיגעון אלא היא תולדה של מנגנון אבולוציוני שמשותף לנו ולאורגניזמים אחרים. זהו מנגנון שמאפשר להם ולנו להגיב בנמרצות על מצבי חירום. לפרקים כולנו עשויים להפוך לקיצונים במצבים מסוימים, אף שאחדים מאיתנו מועדים לקיצוניות יותר מאחרים, וכולנו מועדים לקיצוניות רבה יותר בשלבים מסוימים בחיים, למשל בגיל צעיר.

קיצוניות אינה דבר הרסני בלבד, ולפעמים היא עשויה להיות בעלת ערך חברתי עצום בתחום המדע, האומנות ובכל תחום עשייה אנושי אחר. ועם זאת קיצוניות גובה מחיר, בעיקר אם היא נמשכת לאורך זמן, ולכן היא מצב נדיר למדי שאינו נמשך זמן רב בדרך כלל. קיצוניות אינה ערובה להצלחה. לפעמים, כמו שאומרים, *easy does it*, זה מצליח!

מקורות

- Amundsen, R. (1913). *The South Pole: An account of the Norwegian Antarctic expedition in the "Fram," 1910–1912*. (Vol. 2). John Murray. <https://sorpolen2011.npolar.no/en/diary-amundsen/index.html#december-11-1911>
- Kruglanski, A. W., Molinario, E., Jasko, K., Webber, D., Leander, N. P., & Pierro, A. (2022). Significance-quest theory. *Perspectives on Psychological Science*, 17(4), 1050–1071. <https://doi.org/10.1177/17456916211034825>
- Kruglanski, A. W., & Moskalenko, S. (2025). *Psychology of the extreme*. Taylor & Francis.
- Kruglanski, A. W., & Raviv, D. (2025). *The quest for significance*. Routledge.
- Kruglanski, A. W., Szumowska, E., Kopetz, C. H., Vallerand, R. J., & Pierro, A. (2021). On the psychology of extremism: How motivational imbalance breeds intemperance. *Psychological Review*, 128(2), 264. <https://doi.org/10.1037/rev0000260>
- Szumowska, E., Molinario, E., Jaško, K., Hudiyan, J., Firdiani, N. F., Penrod, J., Jaume, L. C., Leander, N. P., Kreienkamp, J., Agostini, M., Gruszka, A., Szumska, I., Stelmazyńska, D., Gola, M., Altungy, P., Gómez, Á., Cacek, J., & Kruglanski, A. W. (2025a). *The extreme personality: Individual differences in proneness to motivational imbalance*. (Manuscript submitted for publication.)
- Szumowska, E., Cacek, J., Bonarska, K., Dragon, P., Górski, M. R., Wasiele, A., Chun Yeung, J., Joshanloo, M., Krys, K., Myślińska-Szarek, K., Olechowski, M., Palikot, E., Bond, M. H., Hussain, M. A., Li, L. M. W., Lun, V. M. C., Yeung, V. W. L., Park, J., Haas, B. W., ... & Kruglanski, A. W. (2025b). *The golden mean of happiness: Need balance and well-being across 70 countries and regions*. (Manuscript submitted for publication.)

הכרה והרס של עצמיים מרובים: ישראל 2025

בעז שלגי¹

תקציר

הפסיכואנליזה ההתייחסותית מתארת את נפש האדם כקבוצה של מצבי עצמי (עצמיים מרובים) אשר מקיימים ביניהם, כמו חלקים וקבוצות בחברה, יחסים מורכבים של קונפליקט, השתלטות, ניתוק והדרה, אך גם יחסים של הכרה הדדית ושל תנועה מחוברת. מתוך הפרספקטיבה הזאת אני מציע במאמר התבוננות במתרחש בחברה הישראלית בכלל, ובשנתיים האחרונות בפרט, ומנסה לאפיין את תפקידו של המטפל ושל קהילת בריאות הנפש בהתמודדות עם דינמיקות מורכבות אלו.

במאמרו "אהבה אדיפאלית בהעברה הנגדית" תיאר הרולד סירלס (Searles, 1959) מפגש שהתרחש שנה וחצי בערך מתחילת האנליזה עם מטופל שתיאר כגבר סכיזופרני פרנואידי, רגיש, אינטליגנטי ביותר ויפה תואר. סירלס סיפר שברגע מסוים במפגש, בזמן שישבו בשקט, ולא הרחק התנגן ברדיו שיר רומנטי ענוג, הוא חש פתאום שאיש זה יקר לליבו יותר מכל אדם בעולם. הוא המשיך וסיפר, "הצלחתי למצוא סיבות 'ממשיות' מדוע לא אוכל להמשיך בטיפול שלו ללא סוף, והוא עבר לגור באזור מרוחק של המדינה" (עמ' 294). סירלס לא סיפר לנו מה הדבר אשר פגש בתוכו אשר הבהיל אותו כל כך: האם מדובר בבהלה שהרגיש בגלל תחושת אהבה כלפי גבר? האם עצם העובדה שהוא חש אהבה עמוקה, עוצמתית כל כך, למטופל שלו החרידה אותו וגרמה לו לסיים את הטיפול בו? ברור שסירלס פגש בתוכו משהו שנחוות לא רק כמערער, מאיים ומעורר חרדה אלא הוא חווה דבר מה בלתי נסבל מבחינתו. כדי שיוכל סירלס להמשיך ולהיות מטפל, כדי שיוכל להמשיך ולהיות מי שהוא, מי שהוא יודע שהוא, מי שהוא מכיר כהוא, חייבים החוויה הזאת, החלק הזה שבו, להיעלם. אם לא ייעלם החלק הזה, לא יסולק ל"אזור מרוחק של המדינה", או של הנפש, הרי שהוא עצמו, מבחינתו, כמו שהוא מכיר את עצמו, יתערער, משמע לא יוכל לאחוז בזוהר הבסיסית והעמוקה המוכרת לו. במובן הזה מערכת היחסים בין סירלס ובין האהבה העמוקה שהוא חש כלפי המטופל היא המכונה בפי הגל (Hegel, 1949) –

בתארו את המאבק בין שתי התודעות, שני הסובייקטים, לקבלת הכרה, מאבק היוצר, כלשונו, את פרדיגמת האדון-עבד (בהמשך הדברים עוד נחזור לנושא זה) – "מאבק לחיים ולמוות": אם אני קיים, האהבה הזאת חייבת להיעלם. ואם היא קיימת, אני, במובן מהותי ועמוק, נעלם.

הסיפור הזה של סירלס עלה על דעתי ברגע מסוים בטיפול ברות אשר הגיעה לטיפול, לראשונה בחייה, והיא בסוף שנות ה-50 שלה, כמה חודשים לאחר מות אימה. הסיבה להגעתה של רות לטיפול בשלב מאוחר למדי בחייה הייתה קשורה למותה של אימה. בפגישה הראשונה שלנו אמרה רות שחשבה תמיד שבשונה מיחסיה עם אביה, שמתואר כאדם שקט, מסוגר ומרוחק, לאימה היא הייתה קשורה דווקא. "היא הייתה אימא טובה", היא אמרה, "וגם סבתא נהדרת לילדיי". לכן, אמרה, "הופתעתי שאני לא מרגישה עצובה עכשיו, אחרי שהיא נפטרה. למעשה", המשיכה ואמרה, "אני חושבת שאני לא מרגישה כלום בקשר לזה". חשבתי אז שזה ניסוח מעניין, "אני חושבת שאני לא מרגישה כלום", ולא, פשוט, "אני לא מרגישה כלום", אך ככל שהמשכנו בפגישות ובשיחות שלנו הלכה תחושת ה"לא מרגישה" והחריפה. באחת הפגישות הראשונות אמרה לי רות, "אני לא ממש מצליחה להבין מה שאני רואה על אנשים אחרים כאשר הם מאבדים אדם קרוב – אני רואה בהם איזשהו עצב עמוק שאני לא מצליחה באמת להבין אותו, בטח לא להרגיש אותו". שאלתי אותה אם הרגישה פעם שאיבדה משהו, או מישהו, שהיה יקר לה מאוד. רות השיבה שלא ממש. שאלתי אותה אם היא מפחדת לאבד מישהו. ודאי ענתה, ומבטה נהפך לכועס כאשר מלמלה משהו על ילדים ועל זה שלא נדבר על זה אפילו. אבל כמה פגישות לאחר מכן אמרה לי שהיא חשבה על השאלה שלי, ועלתה בה מחשבה ולפיה מה שחשוב לה לדעת הוא שהילדים שלה בריאים ומאושרים ולא דווקא הקשר איתם או ביניהם. "אם, למשל", אמרה, "הם היו גרים ממני, כל עוד הייתי יודעת שהם בסדר זה היה מספיק לי. אני לא חושבת שהייתי מתגעגעת אליהם או צריכה לדבר איתם. העיקר שאדע שהם בסדר".

אני חושב שבשלב הזה כבר הבנתי, ואני מניח שגם אתם

¹ד"ר בעז שלגי הוא פסיכולוג קליני מומחה, מורה בתוכנית לפסיכותרפיה בפקולטה לרפואה באוניברסיטת תל אביב, העורך הראשי של **שיחות - כתב עת ישראלי לפסיכותרפיה**, מראשי תוכנית "אלומות: ידע יצירה ומנהיגות בפסיכותרפיה הפסיכואנליטית והפסיכולוג הראשי של נט"ל. המאמר הזה מבוסס על הרצאה שניתנה בכנס הפ"י בנושא "גשר על פני תהום" שהתקיים ב-6-7 בפברואר 2025.

הבנתם, שבדומה לתחושות של "אהבה למטופל" או "אהבה לגבר", שהיו בלתי נסבלות מבחינת סירלס, תחושה של הזדקקות למישהו הייתה תחושה בלתי נסבלת לרות. מבחינתה, האישיות שלה, גרעין האישיות שלה, זהותה העמוקה ביותר, נבנתה סביב הדרה מוחלטת של תחושות של צורך, תלות או הזדקקות למישהו, הדרה שאנחנו יכולים לדמיין את המחירים הכבדים שהיא גבתה ממנה. הרגע הזה שבו הבינה רות שמהו מאוד לא בסדר איתה משום שהיא אינה מוצאת בעצמה כל עצב על מות אימה הזכיר לי את הרגע שבו ג'ון נאש, בסרט "נפלאות התבונה", הבין שהוא פסיכופט וסוכן ה-CIA שהגיע אליו אינו אלא הזיה, משום שהוא שם לב שהילדה שאיתו אינה מתבגרת לעולם (she never gets old). הוא הבין, הסיק, שזה לא יכול להיות, היא אינה יכולה להיות אמיתית, ומשהו מאוד לא בסדר איתו. רות הבינה, הסיקה, שמהו לא בסדר איתה (זכרו את הניסוח: "אני חושבת שאני לא מרגישה כלום"), אבל היה לה קשה מאוד להרגיש משהו.

אחת מתפיסות היסוד העמוקות ביותר של הגישה ההתייחסותית טוענת כי נפש האדם מורכבת מחלקים שונים, מצבי עצמי בלשונו של ברומברג, אשר לאף אחד מהם אין קדימות על פני האחר

אף שההבנה הזאת - עד כמה תחושות של צורך והזדקקות הודרו מגרעין אישיותה של רות והמחירים הכבדים ששילמה על כך - נראתה לי חשובה מאוד, חשבתי שאין טעם לומר לה משהו כזה, שכן אם אומר, שוב אזמין אותה לעיון וחשיבה ואשתף פעולה עם המנגנון עצמו - הדרה של כל רגש של הזדקקות, חסר וצורך והחלפתו בחשיבה ובהתבוננות. לעומת זאת חשבתי שעלי לחכות עד שהטיפול יעמיק דיו, הקשר הרגשי בינינו יתחזק ויתפתח, ומתוך כך יעלו בטבעיות תחושות של תלות ושל צורך, ואז נוכל לנסות ולהתמודד עימן ועם האימה שהן יעוררו.

ואולם בפועל קרה ההפך הגמור. כלומר מה שחשבתי היה נכון - ככול שהעמיק הקשר בינינו, ובדרך כלשהי באמת נוצר בינינו קשר שהלך והעמיק ונעשה קרוב יותר ויותר - כך אכן החלו לצוץ, או להיווצר, תחושות של קרבה ואיתן תחושות של חיפוש ושל הזדקקות. אלא שאז, שנה בערך לאחר תחילת הטיפול, כתבה לי רות, יום לפני אחת הפגישות, את ההודעה הזאת:

אני מתנצלת אבל אני לא אגיע מחר לפגישה. הפגישה האחרונה נגעה בי, אני יודעת להגיד את זה. אני יודעת

להגיד שהרגשתי בתוכי דברים שלא הרגשתי אף פעם. כל השבוע אני בהתקף חרדה אחד מתמשך. אני בקושי נושמת, לא הולכת לעבודה - וזה אף פעם לא קרה לי, ואסור שזה יקרה לי. אני מתנצלת, אבל אני חייבת לשמור על עצמי. תודה רבה על המאמץ הכן והאמיתי שעשית עבורי. אני ראיתי אותו ואני מלאת תודה לך עליו, אבל אני חייבת לשמור על עצמי. סליחה.

כשקראתי את ההודעה הזאת עלתה בי תחושה שאינה בלתי מוכרת לי, תחושה שלפעמים אני לא באמת מקשיב למה שאני עצמי אומר לעצמי. הרי אם חשבתי שרות מלאת אימה כל כך מתחושות ההזדקקות שלה, מדוע נתתי לעצמי להאמין שכאשר הן תעלינה נוכל להתמודד איתן? מדוע לא הבנתי, כמו שקרה בסופו של דבר, שכאשר הן תעלינה הן באמת תהיינה מערערות כל כך, מלאות סכנה כל כך, שיהיה צורך לחזק את ההתנתקות מהן, ובעקבות זאת להתנתק ממני? מדוע הנחתי, בטעות, שהקשר בינינו, או שכוח אחר כלשהו, יהיה חזק יותר מהאימה שכרוכה בפגישת משהו שהיא הגדירה, שהנפש שלה הגדירה באופן החד והברור ביותר, כבלתי נסבל? מובן שכתבתי לרות הודעות והצעתי לה להיפגש ולשוחח על מה שקורה; מובן שעשיתי כל מה שחשבתי שנכון לעשות, בגבולות הנכונים (בעיניי), כדי להזמין אותה להמשיך ולהתמודד עם האימה שעלתה בה, אבל רות לא הגיעה לטיפול עוד. וכשקראתי שוב את ההודעה שלה נראו לי הניסוחים שלה חזקים ומדויקים. פעמיים בתוך ההודעה הקצרה הזאת היא השתמשה בביטוי "לשמור על עצמי". לשמור על העצמי. "יש בתוכי משהו, שאני חייבת לא לפגוש אותו כדי לשמור על העצמי". כמו שיתברר בהמשך המאמר היה סירלס יכול להפוך את הבלתי נסבל - אהבה למטופל? אהבה לגבר? - למשהו אחר, למשהו נסבל ואפילו למשהו שיקר לליבו ובכך להרחיב את עצמו במידה רבה, ואילו רות הייתה חייבת להשאיר את הבלתי נסבל, המאיים, מחוץ לה כדי לשמור על קיום העצמי שלה.

שני הסיפורים הללו נוגעים בלב ליבה של הדילמה הטיפולית בטיפול שנשען על הגישה ההתייחסותית בפסיכואנליזה. אחת מתפיסות היסוד העמוקות ביותר של הגישה ההתייחסותית טוענת כי נפש האדם מורכבת מחלקים שונים, מצבי עצמי בלשונו של ברומברג (Bromberg, 1998), אשר לאף אחד מהם אין קדימות על פני האחר. שלא כמו בגישות אחרות שרואות בצורך מסוים, בסוג עצמי מסוים, צורך גרעיני ותשתיתי יותר מאחרים (למשל, בגישה הפרוידיאנית זה יהיה העצמי המיני, בקליינאנית העצמי התוקפני, בקוהוטיאנית העצמי הנרקסיסטי, משמע הצרכים הנרקסיסטיים הראשוניים), כאן אנחנו מדברים על עצמיים

שונים - מיני, תוקפני, אוהב, זקוק לאהבה, אשם, שונא, סקרן, ועוד ועוד, ולכל אחד מהם יש היסטוריה משלו, אוסף חוויות נרכשות משלו, וכולם חיים זה ליד זה ומתפתחים זה לצד זה. בריאות הנפש, על פי הגישה הזאת, היא היכולת לנוע בין מצבי העצמי האלה ובעיקר, כמו שניסח זאת ברומברג, "לעמוד במרווחים" (standing in the spaces), כשם ספרו הראשון, משמע לקיים תקשורת בין מצבי העצמי האלה. בכל רגע בולט אחד ממצבי העצמי בנפש (נמצא בקדמת הבמה, בלשונו של ברומברג) יותר מהאחרים, אבל הם נמצאים תמיד ברקע, והקשר, התקשורת ביניהם, קיימת תמיד או בעלת פוטנציאל זמין להתקיים.

התקשורת הזאת אינה חייבת להיות הרמונית או נינוחה; היא יכולה להיות קונפליקטואלית, מתעמתת וקשה, אך חייבת להיות תקשורת. מהבחינה הזאת מבוססת נפש האדם, כמו החברה האנושית, על ריבוי: ריבוי פנים, ריבוי עצמיים וריבוי קולות. כל עוד הריבוי יכול להתקיים, הנפש יכולה לצמוח, להתפתח ולקיים יחסים של אינטימיות ויצירתיות עם עצמה ועם זולתה. יכולת התנועה של הנפש, גם תנועה תוך-אישית וגם תנועה בין-אישית, היא שמהווה, על פי העמדה ההתייחסותית, את מהותה של בריאות הנפש.

ועם זאת קיימים בנפש האדם מצבים, בעיקר בעקבות טראומה על סוגיה השונים, שבהם חלק מסוים, מצב עצמי מסוים, נתפס כבלתי נסבל, כמאיים על שלמות הנפש, ולכן הנפש צריכה לנסות ולהעלים אותו, להדיר אותו. הוא נתפס כמסוכן לנפש; הוא נתפס כמאיים עליה, בעצם קיומו, ומבקש להכחידה. מאחר שהוא כזה, הרי היחס המתקיים בין הנפש ובין החלק הזה - האופן שבו הנפש, החלקים האחרים בנפש, נעמדים מול החלק הזה - הוא יחס של אימה הדדית (כמו היחס בין החלק הזקוק אצל רות ובין חלקים אחרים שלה) שמהותו היא זאת: אם אתה קיים, אני איני קיים, ולכן כדי שאני אוכל להיות קיים, אתה חייב להיעלם.

כשאני מנסה לחשוב על ההבדל בין מה שקרה לסירלס לעומת מה שקרה לרות נדמה לי שהייתה אצלו יכולת כלשהי - אולי בהיותו אדם שעבר בעצמו הרבה שנות טיפול, כמטופל וכמטפל, אולי כאדם בעל גמישות נפשית טובה יותר, או מסיבות אחרות - לחוות את האהבה שהוא מרגיש כמערערת, כמאיימת, ככזאת שתיאלץ אותו כנראה להשתנות באופן עמוק, אבל גם, ברגע מסוים, ככזאת שאינה מאיימת לאיין את כל שאר העצמי שלו, ככזאת שלא תשתלט על כולו. זאת חוויה מאיימת, מפחידה ומערערת, אבל היא לא תוביל, בסופו של דבר, לקריסה של כל דבר שונה ממנה, לקריסה של כל שאר חלקי העצמי שלו. משמע חוויית האהבה הזאת לא תתעצב כדיקטטורית, כאמת היחידה

בנפשו (חוויה שעלולה להיות מפחידה מאוד: נהדר בעיניי שמטפל מרשה לעצמו לאהוב, אפילו עד עמקי נשמתו, את המטופלים שלו. נורא בעיניי שאהבה כזאת משתלטת עליו ומעלימה חלקים אחרים שלו, כמו האחריות שלו כמטפל, המוסריות שלו וכדומה). לעומת זאת נדמה לי שהחוויה של רות הייתה שונה. אם תיתן מקום לחלק הזקוק, הרי מבחינתה אין סיכוי של ממש שהוא ישתלב, יעמוד ליד ובדיאלוג - גם אם דיאלוג מפחיד ומטלטל - עם שאר חלקי הנפש שלה, אלא ישתלט עליהם, יבלע את כולה, והופעתו של החלק הזקוק בנפש תהיה כפעולה של צונמי שישטוף הכול ולא ישאיר מקום למאומה זולתו. ואני רוצה להוסיף ולומר שייתכן שרות צדקה.

קיימים בנפש האדם מצבים, בעיקר בעקבות טראומה על סוגיה השונים, שבהם חלק מסוים, מצב עצמי מסוים, נתפס כבלתי נסבל, כמאיים על שלמות הנפש, ולכן הנפש צריכה לנסות ולהעלים אותו, להדיר אותו

ננסה לדמיין את רות כילדה קטנה שחיה בעזובה נפשית עמוקה ויודעת שכדי לשרוד עליה להיות חזקה, לסמוך רק על עצמה ולעולם לא להזדקק למישהו אחר; או נדמיין אותה כילדה שגדלה בבית מסור, מטפל ודואג, אך כזה שבו כל חוויה של תלות או אינטימיות עמוקה מדי זוכה להתעלמות מוחלטת או לביוש נורא. אפשר להמציא לא מעט תסריטים נוספים כאלה, והמשותף לכולם יהיה שהחלק הזקוק, התלותי, הורעב כל כך, בויש כל כך, נאלץ להצטמצם ולהחביא את עצמו כל כך שכאשר הוא "ישוחרר מן הכלוב", אם ננסח זאת כך, כל שירצה לעשות, כל שיוכל לעשות, יהיה "לטרוף" את שאר הנפש, לדרוש לעצמו את מלוא המקום, חסר גבולות וחסר שובע. האם ייתכן שבתוך תוכה הבינה רות, בשנה שהייתה בטיפול ובעיקר כאשר החל החלק הזה לבצבץ ממנה, שאם היא תיתן לו מקום הוא אכן יבלע את כולה? האם ייתכן שהאופן שבו הגנה על עצמה מפני חלק קשה כל כך, פגוע כל כך, שתלטן כל כך, היה, מבחינתה, מעשה בריא מאוד? ברומברג (Bromberg, 2011) אמר שהמאבק המתחולל בנפש אשר הדירה חלקים מעצמה הוא לא רק מאבק על אמת אחרת (האמת של החלק שהודר) אלא מאבק על עצם קיומה של אמת אחרת, של יותר מאמת אחת. במבנה דיסוציאטיבי שנוצר תחת מנגנון ההדרה של חלקים מסוימים בנפש ושל ניתוק מהם דורש כל חלק בנפש בעלות מוחלטת על האמת. האמת שלי היא האמת, והאמת שלך היא ניסיון להכחיד את האמת שלי. כלומר אנחנו בהחלט נעמדים

פה מול דילמה קלינית ותאורטית כאחת: מתי חזרתו של חלק מודר לנפש היא מעשה בריא שיחדש את התנועה הנפשית, ומתי זהו מעשה שימוטט את הנפש כליל? ואיך נדע? האם יש תנאים מסוימים, מצבים מסוימים, קריטריונים מסוימים שעל פיהם אפשר לדעת איך לפעול? אולי אתם זוכרים את הפרק הראשון בעונה השנייה של הסדרה "בטיפול". בעונה הראשונה הופיע ליאור אשכנזי בתפקיד של "טייס הטונה", הטייס שהטיל את הפצצה במשקל טונה על ביתו של סלאח שחאדה, מפקד הזרוע הצבאית של החמס אז, הפצצה שבה נהרגו גם אזרחים (זה נשמע כמעט שולי במציאות של ימינו). לקראת סוף העונה הראשונה נהרג הטייס בתאונת טיסה לאחר שחזר לטוס, ועולה השאלה אם פעל בתוכו, באופן מודע יותר או פחות, כוח אובדני שהונע מאשמה. ואכן, בפרק הראשון של העונה השנייה הגיע אביו של הטייס, גילם אותו נפלא ישראל פוליאקוב (פולי), ואמר בכעס למטפל, "תגיד לי, אדוני, האם חשבת פעם, התת'מודע, למה הוא תת'?"

נחזור לאמירה הבסיסית של ברומברג ושל הגישה ההתייחסותית. על פי הגישות האלה, בריאות הנפש היא התנועה בין מצבי העצמי. קיים דחף חזק מאוד בנפש לפגוש חלקים שהודרו, להחזיר אותם לנפש, לחדש את המגע איתם כי אלה חלקים שהאדם זקוק להם מאוד לשלמות נפשו. נוכל לומר שבין החלקים השונים בנפש פועל יחס כפול: מחד גיסא החלקים רוצים להצליח ולפגוש זה את זה וליצור נפש שלמה יותר, בעלת כושר תנועה פנימי וחיצוני; מאידך גיסא הם שואפים להרוס ולהעלים זה את זה.

יחס כפול זה, הדילמה הזאת, הם שעומדים גם בבסיס החשיבה של ג'סיקה בנג'מין על מנגנון ההכרה ההדדית. מייד אתאר בפירוט מנגנון זה ואת חשיבותו לענייננו היום, אבל לפני כן אני מבקש לחלוק אתכם עוד מחשבה של ברומברג שנראית לי חשובה מאוד כאן ואולי גם מהותית למה שקרה בטיפול ברות. בפתיחת ספרו כתב ברומברג (Bromberg, 2006) את אחד המשפטים המפחידים ביותר קלינאים: A person cannot transcend his dissociations without the presence of another who recognizes his own (עמ' 16). כלומר בתהליך הטיפול לא יוכל המטופל לחרוג מהמבנה הדיסוציאטיבי המנותק שבנה, לא יוכל לפגוש את חלקיו המודרים (כמו החלק הזקוק של רות) בלי שהמטפל יפגוש אף הוא את החלקים הדיסוציאטיביים, המודרים, שלו עצמו. זה אכן משפט מטלטל, ודרוש הרבה זמן והרבה ניסיון כדי להבין לעומק את משמעותו ואת הסיבה לו. אומר רק שחלקים מודרים אינם יכולים לחזור לנפש כמו שהם. הם יכולים לחזור לנפש רק כשהם נוצרים מחדש, והם נוצרים מחדש רק מתוך המפגש עם היוצר

הדדית עם המטפל, ויתרה מזאת, רק מתוך המפגש היוצר הדדית עם החלקים הדיסוציאטיביים של המטפל. נוצר פה שדה אינטרסובייקטיבי, שדה של מפגש בין טראומה לטראומה, בין חלקים מודרים לחלקים מודרים, ומעצם המפגש ביניהם הם יוצרים מחדש זה את זה; ומאחר שנוצרו מחדש הם יכולים להתחבר חזרה לשאר החלקים בנפש כעת ולשחרר את תנועת הנפש. כמובן, מדובר פה בתהליך מפחיד ומערער מאוד מבחינת המטופל וגם בתהליך מפחיד ומערער מאוד מבחינת המטפל. פול ראסל (1998) כתב שההתנגדות העיקרית לתהליך הטיפול, המכשול העמוק ביותר שלו, הוא ההתנגדות של המטפל לפגוש את החלקים הבלתי נסבלים בתוכו. האם יכול להיות שאחת הסיבות, ואולי הסיבה המרכזית, שרות לא הרגישה שהיא יכולה לפגוש את ההזדקקות שלה מבלי להתפרק ולהיבלע נובעת מהרגשתה את המטפל שלה כמי שמתגונן מפני חלקים בנפשו שלו, חלקים שקשה לו מאוד, מפחיד אותו מדי, לפגוש? במבט לאחר, ומתוך היכרות די עמוקה שרכשתי לאורך החיים עם המטפל שלה, אני מאמין שייתכן שהיה לכך חלק לא מבוטל, וצודק מאוד, בהחלטתה "לשמור על עצמה". לא נעים לי כמובן לחשוב את זה, והמצב הזה מחבר אותי באופן די ישיר לעניין ההכרה ההדדית אצל ג'סיקה בנג'מין.

במאמרה המכונן יצאה בנג'מין (2013) מנקודת מבט שונה מזאת של ברומברג, אבל הגיעה, לטעמי, למסקנות די דומות. ההבדל הראשון בין שתי התאוריות הוא זה: מוקד ההתבוננות הבסיסי אצל ברומברג הוא היחס שבין מצבי עצמי שונים בתוך הנפש, ואילו מוקד ההתבוננות הבסיסי של בנג'מין הוא היחס שבין האדם לזולתו. מבחינת בנג'מין, כמו שהיא תיארה היטב במאמר הזה, האדם, מטבעו, נתון בפרדוקס. נקודת המוצא של האדם, לשיטתה, הצורך הראשוני והבסיסי ביותר שלו, הוא הצורך בעצמאות, להיות סובייקט שהוא אדון לחוויותיו, לחייו, לרגשותיו, לעצם קיומו כאדם חי ופועל בעולם. אלא, וכאן מתחיל הפרדוקס, ברגע שהאדם מבין, פוגש, את הצורך הזה בתוכו הוא גם מבין כי לעולם לא יוכל להרגיש כך, כבעלים על חייו, כבעל ערך, כקיים באופן מלא, אם לא יכיר בו האחר ככזה. "משאלתו של העצמי לעצמאות מוחלטת", כתבה בנג'מין, "מתנגשת עם הצורך של העצמי בהכרה...". מחד גיסא היא כתבה ש"כל עצמי רוצה לזכות בהכרה, ובכל זאת לשמור על עצמאותו המוחלטת; העצמי אומר, אני רוצה להשפיע עליך, אך אינני רוצה שדבר שאתה עושה או אומר ישפיע עלי, אני מי שאני...". מאידך גיסא היא כתבה, "בו ברגע שאנחנו מממשים את רצוננו העצמאי, אנחנו תלויים בזולת שיכיר בכך" (עמ' 238). פרדוקס זה שעל פיו אני, לצורך העצמאות שלי, צריך לפנות לאחר שיכיר

בי, מוביל למה שהיא מכנה - בעקבות הגל, כמו שהזכרתי בתחילת הדברים - המאבק להכרה או, בשפתה של בנג'מין, הצורך להרוס את האחר (כשם המאמר: Recognition and destruction). האדם נעמד מול זולתו ואומר לו, אתה תכיר בי (ברצונותיי, בצרכיי, בעמדותיי ובדעותיי), ואותו זולת, שגם לו יש צורך כזה בדיוק, וגם הוא נתון באותו הפרדוקס בדיוק, נעמד מולו ואומר, לא! אתה תכיר בי. זהו המאבק לחיים ולמוות שתיאר הגל, מאבק אשר עשוי להסתיים בניצחונו של האחד אשר אכן יכפיף את השני אליו (פרדיגמת האדון-עבד) אם כוחו מספיק וחזק משלו. לכאורה, במצב זה, הראשון, זה שהכפיף את האחר ומקבל כעת את הכרתו, מרוצה. לכאורה הפרדוקס שלו נפתר: הוא מקבל מהאחר את ההכרה שזקק לה, הכרה בקיומו, בערכו, בעמדותיו בערכיו ובדעותיו, וכעת, בזכות ניצחונו וקבלתו את ההכרה הזאת, הוא אכן סובייקט בפני עצמו, אדון לעצמו, בעלים על חייו ועל קיומו.

אלא שכאן, אמרה בנג'מין, נוצר הפרדוקס העמוק יותר, שכן המעשה הזה של הכפפת האחר לצרכי הוא במהותו ביטול המעמד שלו כסובייקט עצמאי בפני עצמו והפיכתו לאובייקט, לחסר תוכן, חוויות, מחשבות, חסר עולם פנימי לעצמו וכשלעצמו (in itself and for itself בלשונו של הגל), זולת שכל מהותו היא היותו עונה על צרכי ונותן לי הכרה. והרי זולת כזה, שאינו סובייקט בפני עצמו, אינו באמת זולת, ולכן אינו מחזיק בתוכו את היכולת לספק לי את ההכרה שהייתי זקוק לה מלכתחילה. יצאתי למאבק באחר, מאבק שיספק לי את ההכרה שאני זקוק לה (הכרה של זולתי), ניצחתי במאבק, הכפפתי את האחר אליי ולצרכי ומצאתי את עצמי מול שוקת שבורה, מול אחר שהוא למעשה אני, ולא אחר, ולפיכך מותיר אותו שוב באותו המצב הראשוני, הסוליפיסטי והריק.

ולכן הציגה בנג'מין את המהלך הבא, שהוא מבחינתה שיאו של העניין: הסובייקט כמו מבין שכדי לקבל את ההכרה שהוא זקוק לה עליו לקבל אותה מזולת שהוא סובייקט בפני עצמו, וכדי שהזולת הזה אכן יהיה סובייקט כזה עליו, הראשון, להכיר בו ככזה. רק אם אכיר בך כמי שיש לו קיום, מהות, חוויות, מחשבות, דעות, עמדות וערכים שהם שלך, שהם לא "אני", שהם שונים משלי, אוכל לקבל ממך את ההכרה שאני צריך - הכרה בי כמי שיש לו בדיוק אותו קיום עצמאי ואינדיבידואלי. וכך גם אתה תקבל מעמד כזה בזכות ההכרה שאתה מקבל ממני. למדנו לראות זה בזה סובייקטים מלאים, כמי שהם אחרים זה לזה, שונים זה מזה, קיימים כל אחד בפני עצמו, ומעצם היותם כאלה הם יכולים להעניק זה לזה את קיומם המלא והשלם דרך ההכרה ההדדית. מהלך זה נשמע נכון. הוא נשמע הגיוני. הוא נשמע בעל

תרומה ממשית ליכולת להיות בוזזמנית אני ואנחנו. ועם זה הוא לא פשוט כלל וכלל, שכן אף שלכאורה נשמע שמדובר פה במעין סחר חליפין (אתה תכיר בי ואני אכיר בך), בפועל מערבת ההכרה ההדדית הזאת מהלך עמוק הרבה יותר שכרוך בשתי תנועות שהן קשות לי מאוד בבואי לפגוש את זולתי כזולת, כאחר, כמי ששונה ממני מהותית. זהו מפגש שהוא בוזזמנית מאיים מאוד מבחינתי אך גם הכרחי לי כאמור, מפגש שאני זקוק לו כאוויר לנשימה בה בעת שאני מבוהל ממנו מאוד.

התנועה הראשונה נובעת מכך שההכרה ההדדית הזאת אינה הסכם שנעשה מתוך מעין עמדות נפרדות כאלה, כאמור, אלא היא כרוכה בהיפתחות אמיתית לזולת, למי שהוא, למהותו ולאמונותיו, במפגש מלא ופתוח איתו ועם השונות והאחרות שבו. היפתחות כזאת ממילא תשנה אותי, את מי שאני. והשינוי הזה מפחיד אותי מכמה סיבות: ראשית, נתינת מקום אמיתי, פתוח, לאחר בחיי ובתוכי עשויה לגרום לו לפגוע בי. אני בא אל האחר, פתוח להכיר אותו, לתת לו להכיר אותי, פתוח למפגש הדדי ואולי אף למעין יצירה הדדית מרחיבת נפש כזאת, והוא עשוי לפגוע בי, לנצל אותי. "אדם בתוך עצמו הוא גר" שרה יהודית רביץ, "לפעמים פותח דלת, מקבל מכר". אבל כשמקשיבים לשיר נשמעת המילה "מכר" גם כמו "מכה", כך שקשה ממש להבחין ביניהן (בשמיעה). זכרו את דני שבא אל נורית בלב פתוח וחפץ, ואילו היא אכלה את התפוח, זרקה את הפרח והלכה לה לשחק עם ילד אחר.

והסיכון כאן אף עמוק יותר מהסיכון להיפגע לבדו: האחר יכול לא רק לפגוע בי כאשר אבוא אליו בעמדה פתוחה כזאת, הוא אף עשוי להשתלט עליי, לבטל אותי, להרוס אותי. הרי זאת, יש לזכור, הייתה המוטיבציה הבסיסית שלו, ואני ראייתי אותה ויודע את זה. הזולת יכול לא רק לפגוע בי, מהפגיעה הזאת אתאושש, אלא שהוא יכול גם לאיין אותי, להשתלט עליי ולשלול את קיומי. ואם נקשר את הדברים למתרחש בחברה הישראלית בשנים האלה, הרי בעיניי זהו פחד שמניע היום הרבה חלקים בחברה הישראלית בעומדם זה מול זה: חלקים שונים בחברה שלנו תופסים את החלקים האחרים לא רק כשונים מהם ועלולים לפגוע בהם, אלא כמי שברצונם, אם רק יניחו להם, להשתלט על הראשונים, להשתלט על הכול, לבטל כל דבר מלבדם הם. חרדים תופסים כך לעיתים את החילונים, החילונים את החרדים, אנשי הימין את אנשי השמאל, אנשי השמאל את אנשי ההתנחלויות והציונות הדתית, מתנגדי ההפיכה המשטרית את תומכיה ותומכי הרפורמה המשפטית (ולא לחינם הביטויים פה השתנו) את מתנגדיה. לא מדובר בכולם, כמובן, לא מדובר בכל המשתייכים לקבוצות האלה, אך זהו

יחס שמאפיין לא מעט מחבריהם כאשר הם מתבוננים בחברי הקבוצות האחרות וחושבים עליהם. ואלה רק כמה דוגמאות "חמות" במיוחד בימים האלה. אפשר להמשיך ולהרחיב את הפחד הזה, הפחד מפני השתלטותו של האחר גם ליחס שבין האוכלוסייה היהודית במדינת ישראל לאוכלוסייה הערבית בה, ליחס בין מדינת ישראל והפלסטינים ועוד. לכל אחד מאיתנו יש איזשהו "אחר", אחר רדיקלי, אולי אפשר לכתוב זאת, שנתפס בעינינו כמי שמהותו היא הרצון להשתלט עלינו.

וחשוב לזכור: הפחד הזה מרצונו של האחר להשתלט עלינו אינו פחד בעלמא, אינו פרנויה חסרת בסיס כלשהי, שכן, כמו שראינו בנקודת המוצא שתיארה בנג'מין, זוהי אכן המוטיבציה הבסיסית שלו, מוטיבציה שאינה רק בסיסית וראשונית אלא גם נמצאת שם תמיד לצד הצורך בהכרה הדדית ובמפגש הדדי. הרי שמו של אותו מאמר מכונן של בנג'מין אינו From destruction to recognition, מהכרה להרס, אלא הכרה והרס. אלה שני צרכים, שני כוחות, מנוגדים זה לזה אך מתקיימים תמיד זה לצד זה, שפועלים באדם בבואו לפגוש את זולתו. כלומר כל צד במפגש הזה, כל חלק מחלקי העם שלנו, אכן מזהה משהו נכון כאשר הוא מזהה את הצורך של האחר להשתלט עליו. האמת, האמת האמיתית, היא שבתוך כל יד מושטת קיימת גם, לא רק, אבל גם, יד מכפיפה ורומסת. אי אפשר להתעלם מהאמת הזאת. נדמה לי שכבר בשני סיפורי בריאת האדם טמונה האמת הזאת. האדם הראשון, כלשונו של סולובייצ'יק (1996), הוא אשר נברא בצלם, אדון, זה אשר שולט בעולם ומכפיף אותו אל עצמו ואל רצונו. זכר ונקבה ברא אותם, לפרות ולרבות, לכבוש את הארץ ולרדות בכל אשר בה. האדם השני לעומתו נוצר מן העפר ומן האדמה; עליו לוותר על משהו מהותי מאוד בתוכו (צלעו) כדי שיהיה לו זולת ממשי, חברה לנפש ולחיים, והוא מונח על ידי אלוהים בעולם "לעובדה ולשומרה". בתוך כל אחד מאיתנו קיימים שני "אדם" אלה. הם אינם מתבטלים זה מפני זה. הם חיים יחד, בתוך כל אדם, בתוך כל חלק בחברה. כיצד אפוא אדע, כאשר אני פונה אל האחר, במה אפגוש - באדם הראשון או השני? כיצד אדע אם אפגוש בחלק הפתוח ושואף ההכרה ההדדית והמפגש ההדדי שבתוכי, או דווקא בחלק השלטן, הרומס שבו? זהו סיכון, סיכון ממשי, אך ראוי שתישאל פה גם השאלה, וזוהי שאלה חשובה מאוד, האם אני יכול לזהות את שני החלקים הללו רק באחר או גם בתוכי? האם גם בתוכי אני מזהה את שני ה"אדם" הללו, את זה הבא אל האחר כדי לחיות עימו ואת זה הבא אליו כדי להורסו ולהשתלט עליו? ויש פה עוד מרכיב שחשוב להדגיש: כמו שראינו, כדי לחיות באמת עם האחר יחד צריך האדם השני לוותר על משהו מהותי

בתוכו; עליו לאבד משהו. מה אני מאבד כשאני מאפשר את הוויתור הזה? ראשית, אני מאבד חלק ממני, משהו שהיה בי, שהיה מוכר לי, שהיה שייך לי (דעה או עמדה, צורך, אמונה, ערך כלשהו), וכעת, מתוך המפגש האמיתי שלי עם האחר, הוא משתנה בי או אובד לי. הדעות שלי, האמונות שלי, אורח החיים שלי, הם חלק עמוק ממני. אם איני מתפשר בלבד עם הזולת (כמו במובן הצר של תפיסת ההכרה ההדדית, כסחר חליפין, מובן שאיני מסכים עימו ואיני חושב שהוא יכול להתקיים), אלא מוכן באמת לבחון את עצמי, את האמונות והמחשבות והחויות שלי מתוך המגע העמוק שלי איתו, הרי אני עלול לאבד משהו מהאמונות והחויות האלה, לאבד משהו ממני, ולעיתים גם לאבד משהו מהאובייקטים המופנמים שלי וממערכת היחסים שלי איתם. לא מקרה הוא שאנחנו אומרים שהנאמנויות הפוליטיות בארץ הן כמו נאמנויות לקבוצות כדורגל. אני גדלתי במשפחה, בסביבה, בעולם חברתי ותרבותי שעיצבו בתוכי את מה שאני, את מה שאני מאמין ודוגל בו ואת מה שהוא לא אני, את מה שאני מאמין ואיני דוגל בו. במשפחה של אוהדי מכבי קשה מאוד להפוך להיות אוהד בית"ר או הפועל. כלומר כאשר אני משנה משהו עמוק בתוכי, מאבד משהו עמוק מעמדויותי ומערכיי, כרוך אובדן זה לא פעם גם בשינוי ובאובדן של משהו מהותי ביחס שלי עם סביבתי המוקדמת, עם הוריי, עם נוף מולדתי. והרי אני איני אלא תבנית נוף מולדתי כזו. האם אני אכן יכול לשנות את התבנית הזאת? והאם אני יכול לשאת בכאב הכרוך בשינוי זה?

התנועה המפחידה השנייה הכרוכה במהלך זה של מפגש מכיר הדדית ויוצר הדדית עם האחר - ואולי כבר נכון להחליף פה את המושג הכרה הדדית של בנג'מין במושג התמסרות של עמנואל גנט (1990) - התנועה הזאת אינה קשורה דווקא במה שיקרה לי מול האחר אלא במה שיקרה לי מול עצמי. התנועה הזאת מחזירה אותנו לברומברג, לתפיסתו את הנפש כמורכבת ממצבי עצמי מרובים, לחשיבות הרבה שהוא רואה בתנועה בין מצבי עצמי אלה ולתזכורת התמידית שהוא מזכיר לנו ולפיה לכולנו יש בתוכנו גם מצבי עצמי, חלקי עצמי, שאנחנו מפחדים מהם מדי, מדירים אותם מעצמנו (זכרו את המחשבה שלי שייתכן שרות לא העזה לפגוש את ההזדקקות מלאת האימה שלה מפני שאני לא העזתי לפגוש בתוכי, בתוך ומתוך הקשר איתה, משהו שאיים מדי עליי, על חוויית העצמי שלי, על שלמות הנפש שלי).

זהו המקום שבו בנג'מין וברומברג, ואם תרצו גם גנט, נפגשים ושופכים אור על מה שמתרחש בנפשנו, ועל מה שמתרחש, בעיניי, בחברה הישראלית בשנים האלה. התנועה הפתוחה שלי, זאת שנפגשת לעומק עם הזולת השונה ממני

שוני מהותי ומאיים, זאת שמוכנה לא רק להכיר בקיומו אלא אף להשתנות מתוך היחס עימו, בהכרח תהיה כרוכה בתנועה מחודשת, תנועה לא מוכרת, בתוך הנפש שלי, תנועה באזורים שלא הכרתי עד כה, אולי אף תנועה באזורים שהדרתי מעצמי לחלוטין. אנחנו יודעים ששינוי אמיתי ביחס בין שני אנשים כרוך תמיד בשינוי מהותי בתוך הנפש של כל אחד מהם. הרי אחת הסיבות להגדרתי משהו כאחר ממני ממש, כמי שהוא לא אני כלל, אותו אחר רדיקלי, היא שהוא מהדהד בתוכי משהו שקיים בי, משהו שאיני יכול לסבול. כבר בתלמוד נאמר שהפוסל במומו פוסל. משמעות החיבור הזה בין תפיסת ההכרה ההדדית של בנג'מין ובין מפגש עם מצבי עצמי בלתי נסבלים, מודרים, בתוכי הוא זה: כדי שאני אכן אוכל לפגוש את האחר ולקיים איתו יחס אמיתי של אני-אתה ולא אני-לז, במונחי של בובר, עליי לפגוש גם חלקים בלתי נסבלים בתוכי. אנחנו פוגשים זאת בזוגיות, בהורות, וכאנשי בריאות הנפש, כמטפלים, כשאנחנו מנסים להתמודד עם הקשיים העמוקים שהתנועה הזאת מעמידה בפנינו.

אם נדע זאת גם בתוך המאבקים הפנימיים שלנו בחברה היום, אולי יהיה לנו קל יותר להבין את עוצמתם, ומתוך ההבנה הזאת אולי יהיה לנו גם קל יותר לרכך משהו בעוצמה הזאת. שכן אם הסיכונים גדולים כל כך והמחירים עשויים להיות כבדים כל כך - הסיכון שהאחר יפגע בי, הסיכון שהאחר ישתלט עליי ממש, הסיכון שאאבד חלקים חשובים לי בתוכי ובמערכות היחסים הממשיות והמופנמות שלי, האימה מפני המפגש עם חלקים מודרים, מנותקים ומאיימים ביותר שבי עצמי - מדוע בכל זאת לעשות זאת? מדוע לצאת אל האחר בתנועת מפגש כזאת?

התשובה על כך, בנפש הפרט וגם בחברה (כל חברה באשר היא, והחברה הישראלית היום ביתר שאת), היא שללא מפגש כזה, ללא היפתחות כזאת לאחר, תמות נפשו של הפרט, והחברה תמות. אנחנו נוהגים לומר שהיא תמות מפיצול, אבל אני חושב שהסכנה טמונה במקום אחר. אחזור רגע לרות: למרות המחשבה שהצגתי קודם שאולי היה משהו נכון מאוד בשמירה הזאת שלה על עצמה, הרי היה בה גם משהו הרסני מאוד מבחינתה. והיא ידעה זאת, היא ידעה זאת כשפנתה לטיפול והיא ידעה זאת, עמוק בתוכה, גם כאשר עזבה אותו. אם אנסח זאת רגע במונחים תוך־נפשיים, הרי המחיר על כך שהאדם אינו מעז לפגוש את החלקים השנואים ביותר בתוכו - אלה שהוא בז להם, מתבייש בהם, אותן רוחות רפאים שמאיימות כל כך על שלמות הנפש - אינו רק אובדנם (והרי אלה גם חלקים שהוא זקוק להם מאוד-מאוד!); המחיר אף אינו היותו רדוף על ידם כל חייו (חשבו על הפחד של ויניקוט מהתמוטטות כדוגמה פרדיגמטית למצב רדוף זה),

אלא שהנפש שלו הולכת ומאבדת את התנועה שלה, הולכת ומצטמצמת, הולכת ומפתחת סטגנציה. יהיה קל להמחיש זאת דרך הגוף. כאשר יש לי חלק בגוף שכואב לי מאוד, למשל שריר ברגל, שבר ישן או פצע מודלק כרונית במקום כלשהו, כאב כזה שכאשר מזיזים את החלק או נוגעים בו הוא קשה מנשוא, יאמץ לעצמו הגוף, עם הזמן, תנועות מגנות ומצומצמות יותר ויותר. התנועה החופשית, הספונטנית, תוחלף בתנועה זהירה, מדודה, והתנועה הזהירה הזאת תלך ותפתח עם הזמן. זהו גוף שאיבד את התנועה שלו, וכל פיזיותרפיסט יאמר לנו שגוף ללא תנועה חופשית הוא גוף שנמצא בסכנת התנוונות. אותו הדבר בדיוק קורה גם בנפש: כאשר יש בה חלקים שבלתי נסבל לפגוש אותם הולכת הנפש ומכוונת את התנועה שלה רק למקומות הבטוחים והמוכרים בה, ועם הזמן תתעצב התנועה הנפשית כחזרתית, והנפש תלך ותצטמצם, תלך ותתנוון. הסכנה האמיתית הטמונה באימת המפגש עם האחר והשונה היא סכנת התנוונות. וכשם שזה נכון בנפש, זה נכון גם בחברה. אם כל חלק בחברה יצטמצם לתוך עצמו, יימנע ממפגש עם החלקים האחרים המאיימים עליו כל כך, מכל הסיבות שתיארתי היום - ויש לומר שהן סיבות טובות - יקרוס כל חלק בפני עצמו אל תוך עצמו, המהות שלו תהפוך להיות חזרתית, מצומצמת, חסרת תנועה ועם הזמן מנוונת. וכך גם בחברה כולה, כמכלול: אם כל חלק ממנה יעשה הכול שלא לפגוש לא את אחרותו של האחר ולא את האחרות האורבת, המאיימת, בתוכו, תאבד החברה בהדרגה את תנועתה, כסך כל חלקיה, תאבד את התנועה משיבת החיים שבה, את מהותה כפועלת וכפועמת, ותצטמצם ותתנוון.

ולכן אין לנו ברירה. אם חפצי חיים אנחנו - חיים לא במובן שמישהו, אויב כלשהו, יהרוג אותנו, אלא חיים במובן העמוק של המילה, חיים שמתקיימים רק מתוך תנועה, שינוי, מפגש יוצר הדדית עם אחרות, וכן, לעיתים גם עם אחרות מאיימת ביותר - עלינו למצוא בתוכנו את האומץ, את הכוח, את היכולת, לפגוש את אותה אחרות. עלינו להסתכן. עלינו לעמוד באימה, באימת המפגש עם הזר - הן הזר שמחוץ לי הן הזר שבתוכי - מפגש שאומנם עשוי לכלותני, אך מפגש שהוא גם נשמת אפי. צדק סארטר: הזולת - שוב, הן זה שמחוץ לי הן זה שבתוכי - עשוי להיות הגיהנום; וצודקת לא פחות תשובתו האלמותית של בובר שכתב, "אב הדיבר אני-אתה אינו יכול להיאמר אלא בכל הישות. איסוף ופיתוח לכלל ישות לעולם אינם יכולים להיעשות על-ידי, ולעולם אינם יכולים להיעשות בלעדי. אני נהיה עם האתה. עם שאני נהיה לאני אני אומר אתה". כל חיי אמת פגישה הם" (1959, עמ' 10).

רשימת המקורות באתר הפ"י.

בובר, מ"מ (1959). **אני ואתה. בתוך בסוד שיח: על האדם ועמידתו נוכח ההווה.** מגנס.

בנג'מין, ג' (2013). הכרה והרס: מתווה של אינטרסובייקטיביות. בתוך ס"א מיטשל ול' ארון (עורכים), **פסיכואנליזה התייחסותית - צמיחה של מסורת.** תולעת ספרים.

גנט, ע' (1991). מזוכים, כניעה, התמסרות: מזוכים כסטייה של התמסרות. בתוך ס"א מיטשל ול' ארון (עורכים), **פסיכואנליזה התייחסותית - צמיחה של מסורת.** תולעת ספרים.

סולוביצ'יק, יד"ה (1996). **איש האמונה.** הרב קוק.

Bromberg, P. M. (1998). *Standing in the spaces: Essays on clinical process, trauma, and dissociation.* Hillsdale: Analytic press.

Bromberg, P. M. (2006). *Awakening the dreamer: Clinical journeys.* Mahwah: Analytic press.

Bromberg, P. M. (2011). *The shadow of the tsunami and the growth of the relational mind.* Routledge.

Hegel, G. W. F. (1949). *The phenomenology of mind.* George Allen & Unwin.

Russel, P. L. (1998). The role of paradox in repetition compulsion. In J. Teicholtz & D. Kriegman (Eds.), *Trauma, repetition, and affective regulation: The work of Paul Russel* (pp. 1–22). The other press.

Searles, H. (1959). Oedipal love in the counter transference. *International Journal of Psychoanalysis*, 40, 180–190.

בין הפרט לכלל: ספרציה אינדיווידואלית, ארכיטיפ הצל ותפקידם במאבק בין ליברליזם ובין פשיזם

נטע ענבר-סבן¹

תקציר

הגדרת גבולות אצל לאומים נעה בתנועה ספירלית בין שני קטבים - באחד נוקשות ובדלנות, ובאחר גמישות ושיתוף. פרויד הציג את הקונפליקט הזה של הקטבים כמובנה בחיים בלהקה אנושית בין צורכי היחיד (האינדיווידואל) ובין הצורך לשמר את הלהקה. תפיסת חוזק הלהקה והלאום נעה בין ליברליזם ובו חשיבות חופש הפרט ובין פשיזם שלפיו קיום הלהקה וזכויותיה חשובים מזכויות הפרט וקיומו. מהפכת האינטרנט הכניסה ממד נוסף לתנועה בין הקטבים. במאמר אני מקבילה את התנועה הזאת לתנועה תוך-אישית בין קוטבי סימביוזה ובין ספרציה-אינדיווידואלית. לשם כך אני מסתמכת על תאוריות התפתחות פסיכואנליטיות של פרויד, של ויניקוט, של קליין ושל מאהלר. המאמר יציג את הפחד מהזר כמרכיב במעברים בין קוטב הבדלנות ובין קוטב השיתוף. מהדיון במשמעות הפחד מהזר נעבור לתאוריה של יונג ונוימן שמוצגים בה מושג ארכיטיפ הצל והשלכתו על ידי לאומים על אחרים כמנגנון שמגביר את הבידול הלאומי ועליית גישה פשיסטית. על פי התאוריה הזאת עולות שאיפות התפשטות טריטוריאליזם, מלחמת הסחר העולמי מחריפה וגדל הסיכוי לתחילת מאבקים צבאיים מקומיים או כלל עולמיים.

מבוא

מהמאה התשע-עשרה ועד עתה אנחנו עדים להתחזקות הקיטוב בקרב לאומים. הוא מתגבר בתנועה ספירלית וענייני הגדרת גבולות הלאום: מצד אחד תנועה אל קוטב הגדרה נוקשה ובדלנית של גבולות הלאום ומי משתייך אליו, ומן הצד האחר תנועה אל קוטב גבולות גמישים ונזילים, לדוגמה התפתחות סחר חופשי או הגירה עצומה וחוזר חלילה. בשנים האחרונות גובר בארצות הברית, ברחבי אירופה, בסין ובאפריקה הרצון להגדרה עצמית לאומית הן במובן הגאוגרפי הן במובן החברתי-תרבותי. כן מתרחשים שם תנועה לכיוון

חיזוק העצמאות גם בכלכלה וביכולת הצבאית, תהליך של הוצאת מהגרים אל מחוץ לגבולות המדינה וחיזוק גבולות התרבות המסורתיים נגד "אחרים" או הגבלת זכויות בסיסיות כמו חופש העיסוק של טרנסג'נדרים בארצות הברית. כאשר בודקים את התנועה במונחי קוטביות רואים כי מתרחשת תנועה מקוטב מתן חשיבות לזכויות היחיד (האינדיווידואל) אל קוטב מתן חשיבות לחברה, מקוטב השיתוף וחיבור כוחות לאומיים למען מטרה משותפת על-לאומית אל קוטב הלאומיות והבדלנות החברתית-תרבותית. במלחמת העולם השנייה נעו גרמניה ושלטייה אל עבר קוטב הבדלנות החברתית-לאומית והובילו הגדרה נוקשה של לאומיות ותרבות, וההגדרה הזאת הביאה לידי רצח מתוכנן ומתועש של מיליוני אנשים ונשים משום שהשתייכו לגזע ולדת אחרים או היו בעלי נטייה מינית שונה. בעקבות הטראומה מהמלחמה התפתחה נטייה אישית, חברתית ולאומית לחפש את המשותף, את הכוח הקולקטיבי המאחד בין לאומים וחברות, גם במחיר הורדת הייחודיות והעצמאות הלאומית.

ואכן, התפיסה הרווחת נעשתה ליברלית (חירותית): לאנשים ונשים בכל מדינה הזכות לחיות את חייהם בדרך המיוחדת להם ולתרבותם, ועם זאת לכל לאום הזכות להתקיים בכבוד. העוצמה נתפסה כנובעת מאיחוד כוחות כלכליים וצבאיים בבריתות בין מדינות, איחוד שמאפשר למדינות האלה להגן על עצמן מכוחות שירצו להשמידן או לשנותן. בד בבד החלה תנועת גלובליזציה כלכלית ותלות הדדית של מדינות בכל הקשור לייצור מזון ומכשירים או לכריית מחצבים. למשל, נוסף על הצורך המסורתי בנפט ובגז גדל הצורך במתכות נדירות כמו טיטניום, שנמצא בשימוש נרחב בתעשיות טכנולוגיות, צבאיות ורפואיות. ההגירה בעולם התפשטה, ומדינות ביקשו מהמהגרים להשתלב בעבודות שבני המקום לא רצו לעבוד בהן. עקב זאת נוצרו איי תרבות שהביאו איתם המהגרים. מלבד זאת שינה העולם את פניו, ומהפכת האינטרנט גרמה למידע ולאפשרויות תעסוקה להיות זמינים, והעולם כולו הפך להיות כנתון בכף ידו של כל אחד ואחת, על כל האפשרויות הגלומות בכך.

¹נטע ענבר-סבן היא פסיכולוגית קלינית, מדריכה בפסיכותרפיה, מטפלת משפחתית ומחברת הספר **מחול התודעה והנפש - מבט פסיכולוגי על תהליכי התפתחות אישית וחברתית** (גלילי הוצאה לאור), הספר פסיפס אנושי - מבט פסיכולוגי על הגוונים המרכיבים את עם ישראל (צמרת הוצאה לאור) והספר **נשבר לי הלב תעזרו לי - טיפול פסיכולוגי בילדים ובנוער** (גלילי הוצאה לאור). דוא"ל: neta.saban@gmail.com

מלבד מטרות היחידים המשתייכים ללהקה, מטרות של ביטחון קיומי והגשמה עצמית, מבקשת הלהקה האנושית לשמר את עצמה בעזרת מנגנוני הסדרה וניהול. אלה קובעים את גבולותיה, עונים על השאלה מי זכאי וראוי להשתייך אליה ומסדירים את ניהולה: מי ינהלו אותה ומי ישלטו במשאביה, באיזה אופן ולכמה זמן ישלטו ומה יהיה מקור כוחם, מהן זכויות הפרט בלהקה ומהן חובותיו. כן תוסדר במנגנונים הטלת סנקציות כשצריך ותהליך מימושן (ענבר־סבן, 2019). בכל להקה אנושית קיים הסכם בינה ובין חבריה: הם ישמרו עליה ויצייתו לחוקיה, והיא תעניק להם הגנה, ביטחון אישי וכלכלי ותשמש מצע להתפתחותם. לעיתים יסתרו מטרות הלהקה את מטרות הפרט המשתייך אליה. על כך דיבר פרויד (Freud, 1962) בספרו ועסק בו במתח התמידי בין הפרט ובין החברה שהוא חי בה ובהגבלות שמטילה הלהקה האנושית על חבריה בגלל הצורך לאפשר להם לחיות יחד ולהיות מהגנתה וממשאביה.

מנהיגי הלהקה צריכים להחליט כיצד לנהל אותה - מתוך עקרונות ניהול דיקטטורי למען שימור הלהקה וכוחה, או באימוץ עקרונות פלורליזם ומתן חופש חשיבה ובחירה לחברי הלהקה. בדרך ניהול דיקטטורי־פשיסטי קיים מעט מאוד חופש לחבריה, אבל הם זוכים להנהגה שמבטיחה לשמור עליהם ולפתור את הדילמות והקונפליקטים בדרך "הנכונה היחידה". בלהקה שמתנהלת כך נשמרת לכידות גבוהה מאוד, וגבולות נוקשים מפרידים אותה מלהקות אחרות. להקות אנושיות אחרות מבוססות על תפיסה ליברלית ולפיה חוזק הלהקה בא לידי ביטוי במתן אפשרות לקולות מגוונים להישמע בה. המנהיגים נבחרים ברצון העם ומקבלים את מנדט השלטון לזמן קצוב, ועליהם להישמע להגבלות חוקתיות שנועדו לשמור על צרכים ורצונות מגוונים של חבריה. גבולות הלהקה הזאת גמישים מאלה של הלהקה הדיקטטורית־פשיסטית, ולעיתים ירגישו חבריה שהם מוגנים פחות. שאלת ניהול הלהקה האנושית העסיקה את התרבות האנושית מאז ימי יוון ורומי וביתר שאת במאה העשרים והעשרים ואחת. במשך השנים הללו נעו חברות ולאומים בין משטר שמתבסס על עקרונות הפשיזם ובין משטר שמתבסס על עקרונות הליברליזם. כיצד ומדוע מתרחשת התנועה הזאת?

תודתיות בין קטבים: ליברליזם לעומת פשיזם

ליברליזם היא עמדה פוליטית שמבוססת על התפיסה כי לכל אדם זכות טבעית לחיים, לחירות ולקניין, ומכאן גם זכות לשוויון בפני החוק. המנהיג נבחר, וסמכויותיו מוגבלות

במאמר הזה אציג את הכוחות התוך־אישיים והקולקטיביים המובילים את תנועת המעבר הספירלית של המוטוטלת מקוטב של תפיסת עולם ליברלית לפשיסטית וחוזר חלילה. לשם כך אסתמך על תאוריות התפתחות פסיכואנליטיות וכן על התאוריה של יונג ועל יחסי הגומלין בין היחידים ובין החברה אצל נוימן. כחוט השני עובר הצורך האישי לגבש זהות עצמית אל הצורך לגבש זהות חברתית־תרבותית וממנו אל גיבוש זהות לאומית. קונפליקט הספריצה־אינדיווידואליזם הקיים בכל אדם מצוי גם בחברות אנושיות ובלאומים. מנגנוני השלכה כמו השלכת הצל קיימים אצל יחידים בפרט ובחברות אנושיות בכלל והם משתתפים בתהליכי חיזוק גבולות של להקות אנושיות והוצאת אחרים אל מחוץ ללהקה, ומכאן אל מחוץ למשאבי ההגנה והכלכלה שהיא מציעה. זהו תהליך שמתגבש בעשור האחרון והוא מנוגד לתפיסה הקודמת של שיתוף ובריתות בין לאומים. כעת מדינות פועלות למען הפחתת התלות וקבלת עצמאות כלכלית וצבאית; גבולות הלהקה האנושית הלאומית מוגדרים מחדש ומחוזקים.

בבסיס ההתפתחות האנושית עומדים הקשרים עם אחרים. אנחנו תלויים באחרים לקבלת עזרה, ומהם אנחנו רוצים להיפרד בשאיפה לעצמאות. זהו מחול היקשרות (attachment) והיפרדות שנמשך לאורך החיים, בעיקר בשנות החיים הראשונות ועד סוף שנות ה־30 שלנו, שנים שבהן עלינו להיפרד מקשרים סימביוטיים ולצאת לחיים עצמאיים

מהי להקה אנושית?

להקה אנושית היא קבוצת בני אדם שיש להם עניין משותף והם מנהלים את חייהם האישיים מתוך יחסי גומלין עם אחרים בלהקה. קיימות להקות אנושיות מסוגים שונים כמו משפחה, לאום דת או מגדר. להקה אנושית מוגדרת באמצעות גבולותיה - מי ייכנס אליה ומי יישאר בחוץ - ועל פי מידת הלכידות שבה - עוצמת הקשר והחיבור בין חבריה. את גבולות הלהקה ואת לכידותה שומרים בהוצאת ה"אחרים" מחוצה לה בהכפשתם ובהסתה נגדם (ענבר־סבן, 2024). ראיית האחרים כחלשים, רעים או מזיקים מבדילה בין מי ששייך ללהקה ובין מי שמחוץ לה. זהו תהליך שמחוזק באמצעות השלכת הצל, נושא שארחיב עליו בהמשך המאמר.

באמצעות מוסדות שלטון אחרים. בקוטב האחר נמצא פשיזם - עמדה פוליטית שמבוססת על התפיסה כי בני האדם אינם שווים מלידה, יש מי שנועד להנהיג, ויש מי שנועד להיות מונהג. המדינה היא ערך עליון, ועליה לקיים את הוראות המנהיג שסמכותו אינה מוגבלת. במשך השנים, בעיקר לאחר מלחמת העולם הראשונה, התרחשו תנועות בין שני הקטבים הללו - משטר ליברלי לעומת משטר פשיסטי. מלחמת העולם השנייה החלה בעקבות עלייתו של משטר פשיסטי שהבטיח קבוצה הומוגנית ו"נקייה" ובעלת מנהיגות חזקה. מוראות המלחמה, רצח מיליוני בני אדם ופגיעה קשה בכלכלה זיעזעו את עמי אירופה - הם נבהלו מתוצאות הפשיזם, ושוב נעה המטוטלת לכיוון הליברליזם. ההבדלה בין הפרט ובין הכלל, הספרציה והגשמת האינדיווידואליות שבו ונעשו מרכיב חשוב בתפיסות חברתיות ולאומיות. לכל אדם ניתן הכשר לממש את העצמי שלו, ומתוך כך עודדו אותו לקבל את האחר. התהליך הלך והתרחב בזכות התנועה לזכויות השחורים ואחר כך הפמיניזם והתנועה לזכויות הנשים והשתלב בהן. הזכות הבסיסית של הפרט לחיים ולשוויון הובילו את התפיסה הכלכלית-חברתית לאומית, ובשם קבלת האחר והרצון למחוק את הבדלנות הפשיסטית עלתה גישת הגלובליזציה ושיתוף פעולה בין לאומי, דיפלומטי וחברתי בין מדינות ולאומים. בזכות הגישה הזאת התאפשרו הגירה גדולה מאוד בין מדינות, התפשטות של תאוריות כלכליות שמתמקדות בשוק חופשי, הקטנת מעורבות המדינה בכלכלה וקידום סחר חופשי, ואלה הניעו שיתופי פעולה בין מדינות (גרזון, 2002). ואלה אחדים משיתופי הפעולה המרכזיים שנעשו: הקמת האומות המאוחדות, האו"ם, בשנת 1945; ייסוד בית הדין הפלילי הבין-לאומי בהאג בשנת 1998; הקמת נאט"ו בשנת 1949 כברית צבאית שתגן מפני תוקפנות עתידית; והקמת האיחוד האירופי בשנת 1993.

ואולם מתחת לפני השטח רוחש שינוי מהותי וגדול הרבה יותר. החלה להיות מורגשת "המהפכה התעשייתית הרביעית", או "מהפכת האינטרנט", מושג שמתאר את השינויים בתעשייה ובכלכלה ובאורחות החיים במאה העשרים ואחת. התפתחותה המהירה של הטכנולוגיה וביזורה משנים את החיים בהיבטים רבים כמו בריאות ואיכות חיים והדרך ללמוד ולהשיג ידע. אופי התעסוקה משתנה מאוד: בצד גידול בתחומי תעסוקה חדשים כמו פיתוח אפליקציות, ניהול רשתות ושיווק באינטרנט נעלמים כבר היום תחומי עיסוק שונים ומוחלפים ברובוטים, והשימוש בהם ילך ויגדל ויקיף את כל תחומי החיים. נהיה עדים לא רק לחוסר במקומות עבודה אלא גם לשינוי של מקומות

העבודה הקיימים. יתרחש מעבר ממקום עבודה מקומי כמו תעשיית מכוניות או אוניברסיטה בעיר מסוימת - מקום עבודה שנתן הרגשת יציבות תעסוקתית ואפשר גיבוש חברתי תומך ומתן משמעות בין-אישית - לצורת עבודה שבה יורדת מאוד המחויבות ההדדית בין המעסיקים ובין עובדיהם. תהליך הספרציה-אינדיווידואציה הלך רחוק מדי - נוצר ניכור ונפגמה הרגשת השייכות ועימה הרגשת הביטחון הקיומי. מה מקומה של הרגשת השייכות בבריאות הנפש ובהתפתחות האישית והאם אפשר להתעלם ממנה? על כך אפשר למצוא תשובה בתאוריות התפתחות פסיכואנליטיות.

חשיבות ההיקשרות הבין-אישית כמנגנון הישרדות בתאוריות פסיכואנליטיות

בבסיס ההתפתחות האנושית עומדים הקשרים עם אחרים. אנחנו תלויים באחרים לקבלת עזרה, ומהם אנחנו רוצים להיפרד בשאיפה לעצמאות. זהו מחול היקשרות (attachment) והיפרדות שנמשך לאורך החיים, בעיקר בשנות החיים הראשונות ועד סוף שנות ה-30 שלנו, שנים שבהן עלינו להיפרד מקשרים סימביוטיים ולצאת לחיים עצמאיים. תאוריות פסיכואנליטיות עוסקות בהרגשת הביטחון הקיומי לעומת אימת הכיליון שנמשכת מהלידה ועד סוף החיים, ותאורטיקנים פסיכואנליטיים ביססו את התאוריות שלהם על תהליכי היקשרות בין התינוק והדמות המטפלת בו. יכולת ההיקשרות עם בני אדם ועם אובייקטים מהותית לקיום האנושי. את המושג טבע ג'ון בולבי (Bowlby, 1988) ופיתח דונלד ויניקוט (1958), והוא נמצא בבסיס ההתפתחות של יחסים בין-אישיים שמתחילים ביחסי אובייקט בין התינוק ובין הוריו. בין התינוקת ובין הוריה מתפתחת שותפות מעגלית פיזית-פסיכולוגית. המידה שבה נענים הוריה למילוי צרכיה והדרך שהם עושים זאת תשפיע על יחסי האובייקט שלה במשך חייה ועל הרגשת ערכה העצמי (שם). התנועה בין היקשרות ובין היפרדות מתחילה ברגע הלידה ונמשכת כל החיים, גם אם במידה פחותה, מתוך תלות באחרים ככורח המציאות כדי לשרוד. רצונות מנוגדים - התלות באחרים לעומת השאיפה לנפרדות ולעצמאות - יוצרים מחול מתמשך תוך-אישית ובין-אישית בקשר לשאלה מי שולט בחיינו. במשך החיים נצליח בהדרגה לבנות מופרדות מהורינו ובזימנית נשקע לתוך תלות בלהקות אנושיות אחרות שנחיה בהן, למשל זוגיות, משפחה, מקום עבודה ולאום. יונג (1971) ציין את הצורך בהגשמה עצמית מתוך מציאת איזון בין תהליכי היפרדות וגיבוש האני כייחודי ובין הכוחות להיבלע בקשר עם האחר והקולקטיבי (יונג אצל סטור, 1998; יונג אצל רוברטסון, 2004).

מאהלר (Mahler, 1994) ראתה בתהליך הספרציה אינדיווידואציה את ליבת ההתפתחות. לאורך חייו עסוק האדם בבניית העצמאות האינדיווידואלית שלו ובקונפליקט בין הצורך להיות חלק מקשר ובין הצורך להיות מופרד ולהגשים את עצמיותו. לדברי קליין (2003) מגלמת המשימה ההתפתחותית הראשונה, המושגת בסיום שלב הסימביוזה, את היכולת להבחין בין מה שהוא עצמי ובין מה שהוא אחר כאשר קיימת תפיסה מפוצלת של העצמי ושל אחרים: רק "טוב, אהוב וחיובי" או רק "רע, מלא שנאה ומתסכל". המשימה ההתפתחותית הבאה היא התגברות על הפיצול ותפיסת אובייקטים כ"שלמים" ומכילים את הטוב והרע בוֹ־זמנית. מנגנוני הגנה של פיצול מוסיפים להשפיע עלינו גם כאשר השגנו את היכולת האינטגרטיבית לראות אובייקטים כשלמים (שם).

התנועה בין היקשרות ובין הפרדות מתחילה ברגע הלידה ונמשכת כל החיים, גם אם במידה פחותה, מתוך תלות באחרים ככורח המציאות כדי לשרוד. רצונות מנוגדים - התלות באחרים לעומת השאיפה לנפרדות ולעצמאות - יוצרים מחול מתמשך תוך־אישי ובין־אישי בקשר לשאלה מי שולט בחיינו. במשך החיים נצליח בהדרגה לבנות מופרדות מהורינו ובזמנית נשקע לתוך תלות בלהקות אנושיות אחרות שנחיה בהן, למשל זוגיות, משפחה, מקום עבודה ולאום

במשך החיים עוברים הצורך באחר והיחסים איתו התקה אל המשפחה ואחר כך אל להקות אנושיות גדולות כמו לאום ומדינה. הדילמה בין מימוש הזכות לאינדיווידואציה ומימוש הצרכים והמשאלות האישיות ובין הצורך להיות חלק מלהקה אנושית כדי לקבל את הגנתה (Freud, 1930, 1962) היא מרכיב חשוב בתנועה הלא פוסקת בין גישה ליברלית ובין גישה פשיסטית, גישות אשר מנציחות את ערכי הלהקה והמבנה שלה. מכאן שקשר בין־אישי, חיבור והרגשת שייכות חשובים ברמה הקיומית. בעידן הגלובליזציה והתרת גבולות החברה והלאום פחתו הרגשת החיבור והמחויבות בין יחידים ובין הלהקות האנושיות שהם חיים בהן וגברה הרגשת הניכור והבדידות. עקב זאת עלה חשש בקרב חברות אנושיות ולאומים שמא הלהקה האנושית החברתית והלאומית נתונה בסכנת פירוק, ועל כך מגיב הכוח השב ומניע את המוטטלת

לכיוון האחר: החלה תנועה אל עבר התרחקות מעקרונות הליברליזם וחזוקת זהות לאומית, בידול לאומי ופשיזם. התנועה באה לידי ביטוי בדרכים רבות ובהן עצירת הגירה בין מדינות או מתן זכויות לביטחון אישי וכלכלי לבני אדם מסוימים ולא לאחרים. הוצבו גבולות ל"אחרים" ול"זרים", והתהליך כולו ניזון מפחד קיומי: פחד מה"אחר" ומ"הזר".

מהו פחד מהזר?

פחד הוא מערכת האזעקה של הנפש והגוף שנועדה להגן על האדם מפני איום אפשרי. פחד מזרים הוא שלב התפתחותי תקין שמתעצם בגיל שבעה עד עשרה חודשים ופוחת בגיל 18-24 חודשים אבל אינו נעלם. במשך החיים עולים פחדים מהלא מוכר, מהאחר ומהזר, פחדים שנועדו בבסיסם להגן על העצמי. תאוריות פסיכואנליטיות עוסקות בפחד מהזר. פרויד (Freud, 1989) ראה בזר תכנים פנימיים של האיד שעולים אל רובד המודע והם זרים לאגו, והאגו מתייחס אליהם כאל איום חיצוני ומנסה להיפטר מהם בעזרת מנגנוני הגנה. מנגנון הגנה של פיצול, כמו שראתה אותו קליין (2003), מתעורר כאשר מרגישים חרדה מאובדן הקיום (annihilation anxiety). התינוק מתמודד עם החרדה הבסיסית הזאת בעזרת פיצול בין אובייקטים "טובים" או "רעים" ובהתאם מתחבר אליהם או חרד מהם וכועס עליהם. מנגנוני הגנה של פיצול ממשיכים להתקיים כל החיים כאשר הקיום נתון בסכנה, בין שהיא ממשית ובין שהיא מדומינת (מיטשל ובלאק, 2006). פחד מהזר יכול להיות מנגנון תוך־אישי, בין־אישי או חברתי.

פחד מהזר בלהקות אנושיות

בלהקות אנושיות הפחד מהזר בא לידי ביטוי בחשש מקבוצה אחרת עקב היות אנשיה שונים. הפחד עלול לגרום לשנאת הזר מסיבות מגוונות כגון עמדות פוליטיות, מסורות ותרבות, ערכים, מגדר, גזע או אמונה. כדי לשמור עליה ועל כוחה מגדירה הלהקה גבולות ברורים ודורשת מחבריה להתאים את הערכים שלהם, את חשיבתם ואת התנהגותם לנורמות שלה. נוצר יחס עוין בין להקות בני אדם רק בשל היותם נבדלים, ונוצרת הבחנה חדה בין "אנחנו" ובין "הם" בנושאים שונים כמו הגדרה דתית, לאומית או תרבותית. הבחנה כזאת גרמה בעבר לרצח עמים. פחד מהזר עומד היום בבסיס החששות מגלובליזציה ומאובדן גבולות ועקב זאת כניסת כוחות זרים שנתפסים כעוינים אל לאומים ואל מדינות. זהו חלק מהתהליך שגורם לבדלנות של הלהקה ולעלייה

בלאומנות בימים האלה, לדוגמה, פחד מהשתלטות כוחות עוינים ומהשפעות זרות כמו אלה שמיוחסות לאפליקציית טיק־טוק שמקורה בסין. איך נשמרים מה"זר"? מנגנון חשוב ששומר על גבולות הלהקה ועל לכידותה ובתוך כך מתמודד עם הפחד מהאחר הוא מנגנון ההשלכה של הצל.

ארכיטיפ הצל והשלכתו כשומר הסף של גבולות הלהקה האנושית ולכידותה

ניטשה (תשס"ח) תיאר בספרו קשר מובנה וקרוב בין האדם ובין צילו: בתחילה האדם אינו מודע לצל ונדהם כאשר זה עולה אל המודעות. בהדרגה הוא מבין כי הצל הוא חלק ממנו ובא לביטוי ביחסי הגומלין בין הלא מודע ה"חשוך" ובין המודע ה"מואר", תהליך שנחוץ להתפתחותו. לפי התאוריה היונגיאנית, האנושות פועלת על פי ארכיטיפים, "מבני על" שמשמשים מעין תוכנה פנימית שעל פיה אנשים ונשים חושבים, מרגישים ופועלים. בכל אדם מקבלת תוכנת הבסיס הזאת תכנים שמוזנים אליה על פי האישיות, ההיסטוריה האישית והתרבות שחי בה האדם - הקומפלקסים שעל פיהם הוא פועל. הצל הוא ארכיטיפ מרכזי בקיום האנושי: בכל אדם קיימים חלקים שהוא אוהב וחלקים שאינו אוהב, וכל מה שאנחנו סולדים ממנו בתוכנו ומסרבים לקבלו כחלק מאישיותנו מודחק ומזין את ארכיטיפ הצל. כמו בכל ארכיטיפ, גם כאן קיים מרכיב קולקטיבי - הדברים שכל להקה אנושית או אומה מעדיפה שלא יהיו שייכים אליה, לדוגמה מוסר ירוד או אכזריות (יונג, 1971).

השלכת הצל הקולקטיבי בין להקות אנושיות ולאומים

תוכני הצל נתפסים כאגודיסטוניים ולכן מעוררים פחד, שנאה ורתיעה מהם (שם). בדמיון, במרחב שבין מציאות ובין פנטזיה, "המרחב הפוטנציאלי" לדברי וינקוט, מתגבר פחד שאפשר לקשרו לכל אובייקט או אירוע. עוצמתו גדולה מכיוון שלא ברור מה שייך למציאות ומה עולה מהעולם הפנימי הלא מודע. הגבולות ביניהם נמסים, וחוויה תוך־נפשית עשויה להיתפס כמציאותית ולאיים על הקיום (וינקוט, 1958). אחד הפתרונות למצב הזה הוא השלכת הצל על אחרים ותפיסתם כזר לעצמי. בעשותנו כן אנחנו מזינים את הפחד והופכים את האחר למפלצת אימתנית. מאחר שאת הצל משליכות גם קבוצות בני אדם, עולים שנאה, תיעוב ופחד מקבוצות אחרות - להקות אנושיות שהאדם אינו

חלק מהן. וההשלכות האלה הן שעומדות בבסיס גזענות או שנאת נשים ופחד מאגי מהן (נוימן, 1963). על הפחד מה"זר" הנשי כתב נוימן (Neumann, 1994) וטען כי פחד הגברים מהנשי הוא אחד מפניו האפשריים של העצמי המתפתח. הפחד מביא לידי ביטוי את הזרות ואת הרתיעה ממה שעדיין אינו עצמי, כלומר מה"אחר" בתוכי. האחר מאיים על האדם אך גם מאתגר אותו ומסמן לו שהגיע הזמן לאינטגרציה עם מה שלא היה מוכר לו עד כה - הגיעה העת להתפתחות.

בלהקות אנושיות הפחד מהזר בא לידי ביטוי בחשש מקבוצה אחרת עקב היות אנשיה שונים. הפחד עלול לגרום לשנאת הזר מסיבות מגוונות כגון עמדות פוליטיות, מסורות ותרבות, ערכים, מגדר, גזע או אמונה. כדי לשמור עליה ועל כוחה מגדירה הלהקה גבולות ברורים ודורשת מחבריה להתאים את הערכים שלהם, את חשיבתם ואת התנהגותם לנורמות שלה. נוצר יחס עוין בין להקות בני אדם רק בשל היותם נבדלים, ונוצרת הבחנה חדה בין "אנחנו" ובין "הם" בנושאים שונים כמו הגדרה דתית, לאומית או תרבותית. הבחנה כזאת גרמה בעבר לרצח עמים. פחד מהזר עומד היום בבסיס החששות מגלובליזציה ומאובדן גבולות

תהליך ההשלכה מאפשר פיצול בין "טוב" ובין "רע", במונחים של קליין, ומעורר את הממד הקמאי־מאגי שלפיו אנחנו תופסים את האחר שעליו מושלכים חומרי הצל כמפלצתי. ככל שהלהקה סגורה יותר כך יש לגיטימציה פחותה להתעמת עם חבריה ולכעוס עליהם ומתגבש חומר צילי רב להשלכה על להקות אחרות. תוכני צל קולקטיביים מושלכים על להקות אנושיות אחרות, וההשלכה מסייעת בחיזוק לכידות הלהקה ובהגדרת גבולותיה. נוימן (Neumann, 2015) כתב על השלכת צל קולקטיבית בין להקות אנושיות, ודבריו מובאים בספר **יעקב ועשו**. היחסים בין שני האחים התאומים והשלכת הצל ביניהם הפכו להשלכת צל בין שתי אומות. יעקב רצה להמשיך ולהכיר את עצמו כאדם תמים והשליך על עשו את החלקים הגשמיים והאגרסיביים שבתוכו ו"גירש" אותם מעליו. גם רבקה, אימם של יעקב ועשו, השליכה על בנה את החלקים המניפולטיביים והאגרסיביים שבה ואמרה ליעקב, לאחר שרימה את אביהם יצחק, כי עשו רוצה להורגו ועליו לברוח. במשך 20 השנה שחי יעקב בחרן גדלה ההשלכה וצמחה, והוא ומשפחתו תפסו את עשו כמי

אני שייך, מי אני מבחינת זהות חברתית ולאומית - והחלה תנועת נסיגה מליברליזם וחזרה לפשיזם.

סיכום

בימים האלה נתון העולם בטלטלה עקב כוחות שמושכים לכינון גבולות נוקשים ובלתי חדירים של לאומים. הדבר בא לידי ביטוי בעליית כוונות התפשטות טריטוריאליזם כמו של רוסיה על אוקראינה ושל ארצות הברית על גרינלנד; של הצבת גבולות מסחר נוקשים וסחרור כלכלי עולמי שמרעיד את שוקי העולם; של הגבלת זכויות הפרט למימוש אישי, ובעיקר בנושא המגדר; ושל הגבלת הגירה, בעיקר בארצות הברית ובמדינות אירופה. אפשר לראות בתנועה הזאת חלק מתנועה ספירלית מתמשכת שנעה בין קוטב של תפיסת עולם לאומית ליברלית ובה גבולות להקה אנושית גמישים וחופש הפרט בתוכם, ובין תפיסה לאומית פשיסטית ששומרת בעיקר על הלהקה מתוך הנחה שאם היא חזקה, היא תגן על חבריה בדרך הטובה ביותר. תפיסת העולם הליברלית רואה את הגוונים שבין הקטבים ומעניקה את הרשות לחשוב אחרת ואת ההצדקה לעשות זאת. יתרה מזאת, היא רואה את העוצמה והכוח שיש בתפיסה הזאת המתירה גוונים בתוכה (ענבר־סבן, 2019). ואולם בתהליך ספירלי עולמי היא נחלשת, וכיום נראה יותר ויותר נרטיב פשיסטי הן בלאום עצמו הן במגעיו עם לאומים אחרים. בתוך כך גדל כוח השלטון הנבחר, והשלטון משתלט על מנגנוני האיוון הליברליים שהיו נהוגים לפני כן. התהליך מציף את בולטות מנגנוני ההגנה של פיצול בין טוב ובין רע תוך־אישיים בפעולה בתוך לאומים וביניהם. מנגנוני הגנה של אידיאליזציה ודהיולוציה מאפשרים לחברי הלהקה לתפוס אותה כייחודית ומיוחדת, חשובה וצודקת מאחרות. מתרחשת השלכת צל קולקטיבי על לאומים אחרים וראייתם כנחותים וטועים. השלכת הצל מאפשרת לייחס ללאום אחר רוע, כוונות השתלטות, חוסר כנות ומניפולציה, וייחוס התכונות הללו מגביר את הפחד מהר ומביא לידי התכנסות והעצמת תוקפנות הדדית. התנודות הכלל־עולמיות מעלות את הפחד הקיומי לשלמות הלאום ובתוכו לחיי היחידים; רוחות מלחמה מתחזקות, והתהליך הולך ומחמיר. לאן נלך מכאן? האם יוסיף להישמע קול הליברליזם ובו החופש למימוש העצמי בתוך חיבוק להקה הלאום או נשוב ונשקע בפשיזם, במלחמות ובהרס השונות והגוונים המאפשרים מימוש פוטנציאל העוצמה הטמון בכל אדם ובכל לאום? רשימת המקורות באתר הפ"י.

שנושא רוע קמאי ומאיים על קיומם. לדברי נוימן מתרחש אצלנו תהליך תדיר של השלכת צל על האחר כדי שייקח את הרע רחוק מאיתנו ככל האפשר. כדי להרחיק מאיתנו את הצל שהושלך, עלינו לעשות מניפולציה קוגניטיבית כדי לראות באדם שהשלכנו עליו איש אחר מאיתנו, שונה. על הגרעין הזה נבנית מערכת מחשבות ועמדות נגד אותו אדם - מבנה קוגניטיבי שמוביל לכעס ורצון להיאבק בו - ואנחנו מחזקים את המשאלה ואת התפיסה שלנו שאני איני הוא (שם). השלכת הצל היא אש הבערה של מלחמות: בתהליך הפיצול בין טוב ובין רע בתוך הלהקה מושלך הרוע, צילה של הלהקה, על להקה אחרת, והיא הופכת כולה לרעה, אכזרית, נחותה. תהליך ההשלכה מכשיר ומצדיק את המלחמה. זהו תהליך שמפחיתים בו מערכו של האחר, אם כיחיד ואם כלהקה, ומזינים את הכעס עליו ואת התוקפנות כלפיו. מכיוון שמנגנון ההשלכה אינו מודע רבה השפעתו על התפיסות שלנו, על תבניות החשיבה ועל הדעות שלנו כלפי אחרים. השלכת הצל קובעת איך נתפוס אחרים. התהליך יביא לידי מיסוד תבניות חשיבה במוחנו, והן יקבעו את תהליכי התפיסה שלנו כך שנכניס למודעות רק את מה שיתאים לתבניות החשיבה השליליות. בזאת נקבע אותן ואת היחס שלנו אל האחרים (ענבר־סבן, 2019).

נוימן (1963) העז וכתב שהוא רואה בלהקת היהודים ובלהקת הנאצים להקות שמשקפות זו את צילה של זו. הנאציזם התבסס על תפיסה פשיסטית והשליך את צילה של להקת הגזע הארי, לדוגמה חולשה וחוסר אונים, על להקת היהודים וקרא לטהר את הגזע הארי ולהשמידה, ובעקבות זאת למגר את הצל שהושלך עליו. להקת היהודים השליכה על הנאצים חלקים מצילה כגון אגרסיה וכוחנות. הספר עורר תגובות קשות. נוימן טען בו כי על האדם להכיר בצילו כדי למנוע השלכה רבה על האחר. ככל שיש בלהקה האנושית מקום רב יותר לאינדיוידואליות אישית כך יש הכשר רב יותר לאינדיוידואליות של האחר ולקבלתו. המוסר החדש הוא היכולת לקבל את הצל העצמי והלהקתי ולהתמודד איתו. אלא ששמירת הצל בתוכנו, בתוך האינדיוידואל או בתוך הלהקה האנושית או הלאום, אינה קלה ליישום. המנגנונים שנועדו לשמור על שלמות והרמוניה בתוכנו ולהתעלם מהרע והמפחיד אינם ניתנים להמסה בקלות, ומכאן שקיימת השלכה עצומה של הצל הקולקטיבי בין להקות אנושיות. אני רואה בדברים הללו את הבסיס לתנועה המתהווה בימים האלה לכיוון עזיבת הליברליזם והתקבעות בסביבה אנושית קרובה, בלהקה אנושית בעלת לכידות פנימית וגבולות נוקשים, בגלל ההגנה שהיא מעניקה. בקרב לאומים בעולם שב ועולה הצורך בהגדרה מצומצמת וברורה של סוגיית השייכות - לאן

- גרזון, ג' (2002). ליברליזם: קשרים, הקשרים, ביקורות. האוניברסיטה הפתוחה.
- ויניקוט, ד"ר (1958). היכולת להיות לבד. בתוך ע' ברמן (עורך), **עצמי אמיתי עצמי כוזב**. עם עובד.
- יונג, ק"ג (1971). **האני והלא מודע**. דביר.
- מיטשל, ס"א ובלאק, מ"ג (2006). **פריד ומעבר לו: תולדות החשיבה הפסיכואנליטית המודרנית**. תולעת ספרים.
- נוימן, א' (1963). **פסיכולוגיית המעמקים ומוסר חדש**. שוקן.
- ניטשה, פ' (תשס"ח). **אנושי, אנושי מדי ספר לחופשיים ברוח**. מאגנס; האוניברסיטה העברית.
- סטור, א' (1998). **יונג**. דביר.
- ענבר-סבן, נ' (2019). **פסיפס אנושי - מבט פסיכולוגי על הגוונים המרכיבים את עוצמתו של עם ישראל**. צמרת.
- ענבר-סבן, נ' (2024, ינואר). קולקטיביות לעומת אינדיבידואליות בחברה הישראלית. **פסיכולוגיה עברית**.
<https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=4676>
- קליין, מ' (2003). **כתבים נבחרים**. תולעת ספרים.
- רוברטסון, ר' (2004). **יונג: מדריך לפסיכולוגיה היונגיאנית**. משכל.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.
- Freud, S. (1962). *Civilizations and its discontents*. W. W. Norton & company.
- Freud, S. (1989). *The Ego and the Id*. W. W. Norton.
- Mahler, M. S. (1994). *Separation-Individuation: The selected papers of Margaret S. Mahler*. J. Aronson.
- Neumann. E. (1994). *The fear of the feminine*. Bollingen series lxi: Princeton.
- Neumann. E. (2015). *Jacob and Esau – On the collective symbolization of the brother motif*. Chiron Publications.

הפרעה ברצף האוטיזם (ASD) בילדים לקויי ראייה - מופע משותף או אבחנה נפרדת?

צילי ניר^{1,2}

תקציר

בימים אלה נפתח גן תקשורת ייחודי לילדים לקויי ראייה ולילדים עיוורים. בעקבות היוזמה הזאת התעורר דיון בנושא אתגרים בזיהוי ובאבחון מאפיינים של הפרעה ברצף האוטיזם (ASD) בילדים בעלי מוגבלות התפתחותית וחושית. למרות עדויות שעולות זה שנים רבות מהשדה המחקרי והקליני על חפיפה בין התנהגויות שמוחסות ל-ASD בילדים לקויי ראייה, חסרים כיום קווים מנחים לביצוע אבחנה מבדלת (Pili et al., 2021). במאמר זה אציע קווים מנחים ויישומיים מתוך הסתמכות על סקירת ספרות ושילוב תיאורי מקרה, על ניסיון קליני ועל מסקנות ממחקרים על יכולות חברתיות של ילדים לקויי ראייה בגיל הרך. מכל אלה עולה תמונה ולפיה אפשר להבחין בין התנהגויות שיש בהן גם קווי דמיון וגם קווי שוני בתסמיני ASD בילדים לקויי ראייה.

הקדמה

אצל נועם (שם בדוי) בן הארבע אבחנו לקות ראייה חמורה (SVI-severe vision impairment). נועם לומד בגן לילדים לקויי ראייה, ובתצפית בגן בולטת התנהגותו השונה לעומת הילדים האחרים בקבוצה. נועם עסוק בגרייה עצמית, בנדנד על הכיסא, בהנחת הידיים על האוזניים ובנפנוף ידיו, בעיקר כאשר מושמעת מוזיקה. במפגש קבוצתי הוא נראה מוצף; הוא מסובב את הגב לקבוצה ונראה מנותק לגמרי. כאשר מושמע ברקע שיר מוכר הוא מדקלם את כל מילות השיר ואף זוכר מילים של שירים שהושמעו לו פעם אחת בלבד לפני שנתיים בקירוב. בחלל הגן הוא נראה מנותק מהסביבה ואינו מתעניין בילדים, אבל הוא מקשיב לשיחות מבוגרים בנושאי דיומא ואף משתלב בהן לעיתים ומגיב לעניין. הרופאה במכון להתפתחות הילד וצוות הטיפול והחינוך בגן מתלבטים בקשר להתנהגותו ותוהים אם היא נובעת מלקות

הראייה שלו, ואם כן באיזו מידה, או שמא יש הפרעה ברצף האוטיזם (ASD).

מתיאור המקרה של נועם עולות השאלות האלה: מהי השפעת המגבלה החושית בראייה על התפקוד החברתי והתקשורתי של נועם? כיצד חווים ילדים לקויי ראייה ועיוורים את העולם החברתי? האם אפשר לערוך אבחנה מבדלת של ASD בילדים לקויי ראייה? (Fazzi et al., 2019; Molinaro et al., 2020). קילר (Keeler, 1958, in Williams et al., 2014) עסק לראשונה בהתנהגויות שמופיעות אצל ילדים לקויי ראייה ומזכירות התנהגויות שאופייניות לאוטיזם וכינה אותן "התנהגויות דמויות אוטיזם" (autistic-like behaviors). נמצא כי ילדים לקויי ראייה מופינים שכיחות גבוהה של אקולליה, היפוך כינוי גוף, שימוש בתבניות מילוליות ומשחק דמיוני מוגבל, קושי בהדדיות וקושי בהבנה חברתית. התנהגויות אלה הן חלק מהקריטריונים לאבחנה של ASD גם באוכלוסייה של ילדים ללא לקות ראייה (Jutley-Neilson et al., 2013). כן נמצא כי שיעור הילדים לקויי ראייה בדרגות חומרה שונות שאבחנת ASD באה לידי ביטוי אצלם עמד על 48 אחוזים. שכיחות האבחנה הייתה גבוהה אף יותר כשהיה העיוורון מולד; אז היה שיעור 72-50 אחוזים (Jure et al., 2016).

לצד התיאור על חפיפה בהתנהגויות "דמויות האוטיזם" בילדים לקויי ראייה ישנם מחקרים שמתארים התקדמות ביכולות התקשורתיות עם הגיל ואף מציינים אבחנה "הפיכה" (reversible autism). אחד המחקרים עקב אחר תשעה ילדים עיוורים בני חמש עד תשע שענו על הקריטריונים לאבחנת ASD. נמצא כי כעבור שמונה שנים (כאשר היו משתתפי המחקר בני 13-17) לא ענו שמונה מהם על קריטריון האבחנה ל-ASD באותה נקודת זמן. במחקר אורך נוסף נמצא כי שיעור הילדים העיוורים שאבחנו אצלם ASD בגיל שנתיים וחצי עד שמונה ונצפתה אצלם התקדמות במיומנויות התקשורתיות חברתיות במשך השנים והם לא ענו על הקריטריונים לאבחנת ASD כעבור שלוש שנים

¹ד"ר צילי ניר היא פסיכולוגית התפתחותית מומחית מדריכה, מרצה מן החוץ בבית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטה העברית ומרצה בתואר השני בפסיכולוגיה התפתחותית במרכז למשפט ועסקים ברמת גן. דוא"ל: zilinsh@gmail.com

²ברצוני להודות לילדים ולמשפחות שהשתתפו במחקר וכן לצוותי החינוך והטיפול בגן "אלי" ו"קן אור". תודה מיוחדת לפרופ' קורי שולמן שליוותה אותי לכל אורך הדרך.

למצב הסוציו-אקונומי ולהנגשת סביבת החינוך והטיפול. עם מרכיבי הסביבה של הילד נמנים גם הנגשת שירותי טיפול וסיוע בקהילה והנגשת הגירויים החזותיים בסביבה כמו רמזים סביבתיים, תאורה, קונטרסט, צבע, רקע וגודל. אתגרי ההתמודדות וההתפתחות של ילדים לקויי ראייה קשורים גם להיבטים של החוויה הסובייקטיבית שלהם. הנחה מוטעית היא שלכל אדם לקוי ראייה יש אותה מגבלה חזותית. לדוגמה, ילד שיש לו לקות חמורה בשדה הראייה לא דווקא יחוה את העולם בדרך דומה לילד שלו פגיעה בראיית עומק וצמצום בשדה הראייה (הס, 2015; Corn & Lusk, 2010).



הערכה של הפרעה ברצף האוטיזם (ASD) בילדים לקויי ראייה

הפרעה ב־ASD היא הפרעה נוירו-התפתחותית שמאופיינת בליקויים בתחום התקשורת-חברתי ובהתנהגויות נוקשות וחזרתיות (Pili et al., 2021; Ozonoff et al., 2015). הקריטריונים לאבחנה מבדלת של ASD ב־Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5th Edition (DSM-5) (APA, 2013) עוסקים בליקויים בתקשורת החברתית ובאינטראקציה החברתית שבאים לידי ביטוי בקושי בהדדיות החברתית-רגשית, בקושי בהתנהגויות תקשורתיות לא מילוליות ובקושי בפיתוח, בשימור ובהבנה של יחסים חברתיים לצד דפוסי התנהגות, עניין או פעילות נוקשים וחזרתיים ובהם תנועות או דיבור חזרתי וסטריאוטיפי, בהיצמדות לשגרה ולטקסים, בתחומי עניין

בקירוב היה 22 אחוזים. מחקרים אלה מעלים את השאלה על יציבות אבחנת ASD בקרב ילדים לקויי ראייה ועל הצורך בשימוש בגישת הערכה ייעודית לאוכלוסייה הזאת (Hobson & Lee, 2010; Jure et al., 2016).

לקות ראייה

לקות ראייה היא מגבלה בחוש מרכזי שמשפיעה על ההתפתחות והתפקוד של ילדים. הלקות יכולה לנוע על רצף - מפגיעה קלה בראייה, לקות ראייה של ממש ועד עיוורון מוחלט. אוכלוסיית הילדים לקויי הראייה היא הטרוגנית ומושפעת מסוג הלקות ומקורה, מהגיל שפרצה בו ומחומרתה (Rahi & Gilbert, 2017). בישראל, כמו בעולם המערבי, מוגדרות דרגות החומרה השונות על פי קריטריונים של חדות הראייה ושדה הראייה כמו שהם מופיעים ב־International Classification of Diseases – 10th edition [10-ICD] (World Health Organization, 1992) כבסיס למדידות סוג הלקות וחומרתה.³

על פי נתוני משרד הרווחה בישראל בשנת 2023 עמד שיעור מקבלי תעודות עיוור בקרב ילדים מגיל לידה ועד 18 על 2.6 לאלף נפש. מבחינה אטיולוגית מרבית לקויות הראייה מולדות (congenital) ומתרחשות בזמן ההיריון או סמוך ללידה. סוג אחר של לקויות ראייה הוא נרכש (acquired) ונגרם עם הזמן ממחלה או מפגיעה. פגיעה בעצב הראייה או ניוונו, רטינופתיה של פגות (ROP), אלביניזם, פגיעות ברשתית, קטרקט וגלוקומה הם גורמים שכיחים ללקויות ראייה ועיוורון בילדים בישראל (Mezer et al., 2015).

הטרוגניות באוכלוסיית הילדים לקויי הראייה אינה תלויה רק במצב הפיזי של מערכת הראייה, בסוג לקות הראייה וברמת חומרתה. מומלץ לאפיין ילדים לקויי ראייה באופן רב־ממדי ולהביא בחשבון מאפיינים פיזיולוגיים, אישיים וסביבתיים. במאפיינים הפיזיולוגיים והרפואיים נכלל רקע רפואי, מיילדותי והתפתחותי. מאפיינים אישיים עוסקים במזג (טמפרמנט), בוויסות הרגשי וברמה הקוגניטיבית והשפתית. מאפייני הסביבה קשורים למשפחה ולתרבות,

³הקריטריון לעיוורון ולקות ראייה בישראל, כמקובל במערב אירופה, מסתמך על ICD-10 ונכלל בו אחד מהקריטריונים האלה:

1. היעדר ראייה מוחלט. ב) "חדות ראייה" היא מונח המבטא את היחס שבין המרחק אשר ממנו האדם מסוגל לזהות עצם כלשהו לבין המרחק אשר ממנו אדם שראייתו טיפוסית אמור לזהות את העצם הזה. לקות ראייה מוגדרת כאשר חדות ראייה מרבית 3/60 מטר בעין הבריאה ביותר, לאחר תיקון אופטי. ג) "שדה ראייה" הוא מונח המבטא את הזווית אשר נוצרת בין העצם הרחוק ביותר הנראה מצדו הימני של האדם המתבונן לבין העצם הרחוק ביותר הנראה מצדו השמאלי, בעת שהעיניים מתמקדות בנקודה הנמצאת בדיוק מולן, ללא הטיה של העיניים או הראש ליקוי ראייה וצמצום בשדה הראייה מוגדר כאשר זווית הראייה המרבית אינה עולה על 20 מעלות בעין הבריאה ביותר (אתר האינטרנט של משרד העבודה והרווחה, קריטריונים לתעודת עיוור בישראל:

<https://www.gov.il/he/pages/molasa-people-with-disabilities-people-with-blindness-and-visual-impairments-about>

מצומצמים ונוקשים ובתגובות יתר או תת-תגובה על קלט חושי. כמקובל בשדה הקליני והמחקרי בעולם נכללת באבחון ה-ASD הערכה שיטתית, מקיפה ורב-תחומית, ונעזרים בה בכלי הערכה סטנדרטיים להערכת יכולות התנהגותיות, התפתחותיות, שפתיות וקוגניטיביות. במחקר מטא-אנליזה שנסקרו בו 1,270 מחקרים בתחום נמצא כי הומלץ להשתמש באבחנה רב-מקצועית (multi-disciplinary team) ובאחד או בשניים מתוך כלי הערכה הרגישים ביותר לאבחנה מבדלת (ריאיון הורים ADI-R⁴ ומבחן ה-ADOS2⁵ (Falkmer et al., 2013).

מכל האמור לעיל עולה השאלה כיצד אפשר לערוך אבחנה מבדלת של ASD באנשים ונשים בעלי מוגבלות התפתחותית וחושית. האם הכלים המקובלים באוכלוסייה הכללית רגישים מספיק להבחין בין המוגבלויות השונות? אחד הקשיים באבחנה מבדלת בקרב ילדים לקויי ראייה נובע מביסוסם הרב של כלי האבחון הסטנדרטיים על התחום החזותי (שולמן ונר, 2016; Vaan et al., 2016). כיום מנסים לפתח כלי הערכה ייעודיים לאבחון קשיים בתקשורת חברתית בילדים לקויי ראייה, ובהם אעסוק לאחר תיאור המקרה הבא.

תיאור מקרה - משה

למשה (שם בדוי) בן ה-12 יש אבחנה של עיוורון מוחלט מינקות בגלל מחלה ברשתית. במשך השנים הוא למד במסגרות חינוך ייעודיות לילדים לקויי ראייה ורכש מיומנויות תפקודיות ועצמאיות וכן למד לקרוא באמצעות ברייל. במבחני האינטליגנציה המילולית הוא מפגין יכולות נמוכות לגיל ויתרון לזיכרון שמיעתי ומוזיקלי. משה מצטט בעל פה ובדיוק קלטות של סיפורים ושירים. הוא זוכר תאריכים ויכול להתאים בדיוק יום בשבוע בהתאם לתאריך שהוזכר. למשה

התנהגויות סטראוטיפיות וחזרתיות בולטות ובהן נדנוד הגוף (rocking) ונפנופי ידיים.

מבחינת התקשורת החברתית משה רגיש וערני לכל שינוי בסביבתו. ישנם פרקי זמן שבהם אפשר לנהל איתו דו-שיח. הוא מגיב כאשר פונים אליו, שואל שאלות ענייניות וממתין לתשובה. משה ערני לשינויים בטון הדיבור של הזולת ואף מזהה אם הדובר עצוב או כועס על פי טון הדיבור שלו. עם זאת ישנם מצבים שבהם הוא שוקע לתוך עצמו וחוזר בעל פה על חוויה או על התנסות בחיי היום-יום. בדרך כלל אפשר לשוב ולזכות בתשומת ליבו כאשר פונים אליו ישירות.

מבחינה חברתית משה מתעניין בילדים בסביבתו ואף פונה אליהם ומנסה לנהל איתם שיחה. עם זאת הוא מעדיף בבידור קרבה של מבוגרים, וחשוב לו כי יקשיבו לדבריו. מבחינה רגשית משה מציג נטייה לחרדה, והיא באה לידי ביטוי בעיסוק במחשבות חזרתיות שקשורות לשינוי במסלול ההסעה לבית הספר ולשינוי אפשרי בתוכנית הלימודים בבית הספר.

כלי הערכה כלליים וייעודיים לאבחנה מבדלת של ASD בילדים לקויי ראייה

בתיאור המקרה של משה ושל נועם בולטות ההתנהגויות הסטראוטיפיות החזרתיות (נפנופי הידיים, נענוע הגוף) לצד זיכרון שמיעתי מפותח. קשה להתעלם מהתיאור המוכר והשכיח של ההתנהגויות המוכרות כסטראוטיפיות וחזרתיות בילדים ברצף האוטיזם וחשוב מאוד להבין כי גם הן וגם גרייה סנסורית הן התנהגויות מסתגלות ואף שכיחות בילדים ומבוגרים לקויי ראייה. פרייברג (Fraiberg, 1977), מחלוצות המחקר בילדים עיוורים, טבעה לראשונה את המונח blindness - תיאור התנהגויות סטראוטיפיות שמופיעות אצל ילדים עיוורים ובהן תנועות ידיים חזרתיות, תנועות ריתמיות של כל הגוף ושפשוף העיניים עם היד. ה-*blindism* קשור

⁴Autism Diagnostic Interview - Revised (ADI-R) (Rutter et al., 2003) הוא ריאיון דיאגנוסטי מובנה להורים או למטפל עיקרי. הריאיון בודק את ההתפתחות וההתנהגות של הילד בעבר ובהווה, ונכללים בו 93 פריטים שמעריכים שלושה תחומי תפקוד עיקריים: ליקויים בתקשורת, ליקויים באינטראקציה חברתית והדדית ודפוסי התנהגות חזרתיים ומצומצמים. התכנים והתחומים הנבדקים בריאיון קשורים להתפתחות כללית, לשפה ולתקשורת, למשחק (דמיון), לתחום החברתי, להתנהגות סטראוטיפית ולהתנהגות כללית. כדי לקבל אבחנה של ASD יש לעמוד בציון הסף של הקריטריון בכל אחד משלושת התחומים המרכזיים וכן להביא עדויות, דוגמאות או הוכחות שההתפתחות האבנורמלית החלה לפני גיל 36 חודשים.

⁵Autism Diagnostic Observation Schedule - second edition (ASOS2) (Lord et al., 2012) הוא כלי הערכה חצי מובנה שמבוסס על פעילויות סטנדרטיות שמאפשרות לערוך תצפית על מגוון התנהגויות בתחום החברתי והתקשורתי. ה-ADOS-2 מבוסס על יחידות (מודלות) JNA על פי הגיל ורמת השפה האקספרסיבית. על סמך התצפית על ההתנהגות והתגובות של הילד על הפעילויות החצי מובנות מציינים 29 עד 32 פריטים בערך בסולם שנע בין 0 (היעדר התנהגות של אוטיזם) ועד 2-3 (שכיחות גבוהה של התנהגות אוטיזם). הציונים מסתכמים באלגוריתם שמבוסס על ה-DSM5. קיים ציון סף לאבחנה של הפרעה ברצף האוטיזם, ציון סף לאבחנה של אוטיזם וכן ציוני תקן בקשר להערכת רמת הקושי (מינימלי, נמוך, בינוני וגבוה).

לגרייה הסנסורית בעקבות לקות הראייה, ולכן התנהגויות אלה אינן גורם מבחין באבחנה המבדלת בין ילדים עיוורים ובין ילדים על רצף האוטיזם.

במחקר שהתאימו בו את כלי ההערכה הסטנדרטיים לאבחנה של ASD (ADOS ו-ADI-R) לילדים לקויי ראייה ערכו את ההתאמות האלה: במבחן ה-ADOS הושמטו פריטים שקשורים לקשר עין ואינטגרציה בין מבט ובין התנהגויות חברתיות אחרות, ובמטלות המשחק נוספו צעצועים בעלי צלילים ומרקמים (למשל הבלטה של המרקמים בתמונה ובתצורה שאפשרה חקירה סנסורית). בריאיון הורים ADI-R הושמטו פריטים שמבוססים על ראייה והובלטו הסימנים המוקדמים של לקות הראייה. לאחר ביצוע ההתאמות בכלי ההערכה נעשה ניתוח מתאמי עם הערכה קלינית של ASD על פי הקריטריונים של ה-DSM-IV-TR. במבחן ה-ADOS נמצא שהפריטים שהיו במתאם עם אבחנת ASD בקרב ילדים שלהם לקות ראייה קשה היו הפריטים הקשורים לתחום התקשורת החברתית (כגון תדירות הפקת קולות לזולת, הנאה משותפת באינטראקציה, תגובה על שם, תגובה על קשב משותף, איכות הפניות החברתיות). בריאיון ה-ADI-R אלה היו הפריטים הקשורים לסולם הליקויים באינטראקציה חברתית הדדית ולסולם ליקויים בתקשורת (כגון חיקוי תגובות של האחר, משחק דמיוני עם בני הגיל, הצגה והכוונה של תשומת הלב, הצעת נחמה, תגובה על התקרבות של ילדים אחרים) (Williams et al., 2014).

בשנים האחרונות פותחו כלי הערכה ייעודיים לאבחון מיומנויות תקשורת בילדים לקויי ראייה Visual Impairment and Social Communication Observation of Autism (Absoud et al., 2011) (VISS) וכן (Vaen et al., 2021) (OASID).

אלה כלים תצפיתיים חצי מובנים שנועדו לזהות טווח של התנהגויות חברתיות ותקשורתיות בילדים לקויי ראייה ועיוורים. הכלים מורכבים מפריטים שאינם תלויים בראייה וקשורים לאינטראקציה חברתית, לתקשורת ולשפה, למשחק, להתנהגויות ולתחומי עניין שונים. ה-VISS וה-OASID נמצאו בקורלציה גבוהה עם Childhood Autism Rating Scales (CARS) (Schopler et al., 2010) והצליחו להבחין גם ברמת החומרה של תסמיני האוטיזם.

מאפיינים רגשיים והתפתחותיים שקשורים לאבחנה המבדלת

מבחינה רגשית הציג משה מאפיינים של חרדה מתגברת שקשורה לשינויים ולמצבי חוסר ודאות. תגובות חרדה

שכיחות בקרב ילדים לקויי ראייה ובייחוד בקרב ילדים עם עיוורון מוחלט. האבחנה המבדלת נעה בין תגובת חרדה נורמטיבית ומסתגלת במצבי חיים שונים ומצבי פחד ובין תגובת חרדה פתולוגית בקרב ילדים לקויי ראייה (סיאסקי ואחרים, 2014; King et al., 1990). כדי להדגים עד כמה מורכב נושא האבחנה המבדלת במקרה של משה אדגיש כי הפרעת חרדה שכיחה גם בילדים עם ASD גם ללא לקות חושית או התפתחותית נוספת (Spiker et al., 2012).

שפה מכוונת ומעודדת התפתחות חברתית בילדים לקויי ראייה. באמצעות השפה ילדים בכלל וילדים לקויי ראייה בפרט יוצרים קשב משותף ומפתחים יכולות הבנה חברתית והבנת הדרך שבה מבוגרים וילדים אחרים חווים את העולם. ילדים לקויי ראייה משתמשים ברמזים שמיעתיים ומילוליים כרמזים חברתיים, לדוגמה זיהוי רגשות באמצעות שינויים בטון הדיבור. מאפיינים נוספים שתורמים לרכישת המיומנויות החברתיות בילדים לקויי ראייה ומשלימים אותם הם זיכרון שמיעתי וסמנטי ויכולת ייצוג מנטלי מרחבי (Eardley & Pring, 2007; Pring, 2008). הבעת שפה, ובפרט זיכרון שמיעתי, הם תחומי החוזק של משה. ייתכן שהתנהגויות אלה מהוות את הגשר שלו לעולם החיצוני ובד בבד משמשות אמצעי לווסת את ההצפה המגיעה מעולם זה. כאשר הוא מוצף או מוטרד הוא מתכנס פנימה ופונה אל גרייה עצמית גם כדי להרגיע את עצמו וגם כדי לסמן לסובבים אותו שיניחו לו ויפטרו אותו לזמן מה מהמאמץ החברתי-קשורתי.

הטרוגניות באוכלוסיית הילדים לקויי הראייה אינה תלויה רק במצב הפיזי של מערכת הראייה, בסוג לקות הראייה וברמת חומרתה. מומלץ לאפיין ילדים לקויי ראייה באופן רב-ממדי ולהביא בחשבון מאפיינים פיזיולוגיים, אישיים וסביבתיים

יכולות חברתיות של ילדים לקויי ראייה

כדי להבין את השפעותיה של לקות הראייה על היכולות החברתיות והתקשורתיות נערך מחקר שאופיינו בו יכולות חברתיות של ילדים לקויי ראייה בגיל הרך (Nir, 2021). על פי נקודת המוצא של המחקר מציגים ילדים לקויי ראייה מאפיינים חברתיים ייחודיים להם בזמן אינטראקציה חברתית. המחקר בחן את ההשפעות של לקות הראייה על היכולות החברתיות של ילדים לקויי ראייה (VI) לעומת ילדים עם ASD וילדים עם התפתחות טיפוסית (TD). נמצא כי

ואינו מקושר לליקוי ראשוני בתקשורת דווקא. התנהגויות הגרייה החזרתית הבולטות כל כך אצל נועם עשויות להיות מאפיין מסתגל ונורמטיבי בילדים ומבוגרים עם עיוורון מוחלט. מלבד קיימים קשיים חברתיים, קושי במעברים, סגנון חשיבה נוקשה ונטייה להתנתקות. כל ההתנהגויות הללו משפיעות על התקשורת הרציפה של משה ונועם ועל ההסתגלות שלהם בקהילה ובמסגרת החינוך, וחשוב להעניק להם מענה טיפולי הולם.

אני מציעה גישת הערכה רבת-תחומית שיש להתאים אישית לאנשים ונשים בעלי מוגבלות התפתחותית וחושית. מומלץ להתבסס על מגוון כלי הערכה פורמליים ולא פורמליים במגוון הקשרים (setting) ובהם תצפיות על סוגים שונים של התנהגויות בסביבה מוכרת וטבעית. טרם התחלת תהליך ההערכה יש להכיר את אביזרי ההנגשה החזותיים שהילד נעזר בהם בלמידה ולשקול כיצד לשלב אותם בהערכה ובכלי ההערכה הפורמליים (כגון שאלונים ומבחנים פסיכולוגיים) והלא פורמליים (כגון תצפיות על התפקוד בסביבה הטבעית). חשוב להקפיד לאסוף מידע שיטתי ומגוון של מקורות מידע (למשל דוחות רפואיים, פרא-רפואיים ודוחות ממוסדות חינוך) לצד ראיונות עם הורים ואנשי טיפול על פי הגיל ורמת ההתפתחות של הילד.

בטבלה מס' 1 מוצג סיכום של מאפייני התנהגות מתוך סקירת הספרות. מאפיינים אלה עשויים לסייע באבחנה המבדלת של ASD בילדים לקויי ראייה. נמצא שערונות ותגובתיות לסביבה, ערונות ותגובתיות לשפה, הנאה משותפת באינטראקציה, דמיון ויצירתיות ומיעוט יוזמות תקשורתיות הן התנהגויות שמבחינות יותר בין ילדים שלהם לקות תקשורתית ובין ילדים לקויי ראייה. מאפיינים אישיים שנמצאו כמבחינים חלקית קשורים ליכולות הקוגניטיביות והשפתיות וליכולות החקירה. זיהוי מאפיינים אלה מאפשר למקד את תוכניות ההתערבות והטיפול ובעקבות זאת לשפר את היכולות החברתיות והתקשורתיות של הילד. הקווים המנחים להערכה ולאבחון שהצגתי כאן משמשים בסיס ראשוני וחשוב להמשך בחינת ההתאמה של כלי האבחון וההערכה האלה, ובעתיד אף יוכלו לשמש להכשרת אנשי מקצוע מיומנים באבחנה של ילדים, מתבגרים ומבוגרים לקויי ראייה.

לצד החשש מזיהוי שגוי או מאבחון יתר חשוב לזכור כי אבחון וזיהוי מוקדם מאפשרים טיפול מותאם שעשוי לסייע מאוד לילד ולמשפחתו. במחקרים על ילדים לקויי ראייה מדווח על שיפור בתחום התקשורתי במשך השנים בזכות טיפול מתאים. על כן חשוב מאוד להדריך הורים ומטפלים ולהסביר להם את תהליכי ההתפתחות הייחודיים ואת הבנת

ילדים לקויי ראייה, כמו ילדים עם ASD, חווים אתגר בבואם להתמודד עם הבעת השפה, שימוש באקולליה ובתנועות ידיים חזרתיות. עם זאת במיומנויות אינטראקציה חברתית כמו תגובתיות ויוזמה הציגו ילדים עם VI מאפייני התנהגות שונים מילדים עם ASD. תגובתיות באינטראקציה חברתית הייתה רבה יותר בקרב ילדים עם VI לעומת ילדים עם ASD. ביוזמה חברתית נצפו אתגרים לשתי קבוצות אלה לעומת ילדים עם התפתחות טיפוסית (TD). מתוך מסקנות המחקר הוצע מודל שנוגע להשפעות על התנהגות חברתית בילדים לקויי ראייה. מודל זה עוסק בהשפעות רבת-תחומיות שקשורות למאפיינים האישיים של הילד (מאפיינים פיזיולוגיים, מזג, יכולות קוגניטיביות ושפתיות, ויסות ומאפיינים רגשיים) ולמידת התמיכה של המבוגר וסוגה (ממגוננות יתר לעידוד לעצמאות). מלבד זאת, לרכישת מיומנויות אינטראקציה חברתית בסיסיות כמו תגובתיות ויוזמה ולתרגולן יש השפעה חיובית על ההתפתחות והשימוש ביכולות חברתיות. מודל זה יכול לסייע גם בתהליכי אבחון והערכה של ילדים לקויי ראייה ומגבלה התפתחותית וחושית נוספת וגם בפיתוח דרכי התערבות וטיפול.

נחזור לתיאורי המקרה של משה ונועם. בתחום התקשורת החברתית נצפתה תגובתיות וערונות לסביבה, והאתגר היה עקביות השימוש בתקשורת הזאת. בתחום החברתי יש למשה ונועם קשיים שמושפעים בין היתר מהתנסות במגוון קשרים מצומצם, שכן בחיי היום-יום, הן בבית הן במסגרת החינוך, הם בילו זמן רב עם מבוגרים שתיווכו להם את המצב החברתי.

סיכום

עדויות מהשדה הקליני והמחקרי מעידות על חפיפה ואף על מופע משותף (co-occurrence, co-existence) של התנהגויות "דמויות אוטיזם" בילדים לקויי ראייה (Pili et al., 2021). אחת השאלות המרכזיות העומדות לפני אנשי המקצוע היא השאלה אם מדובר בהפרעה ברצף האוטיזם (ASD) שמופיעה בד בבד עם לקות הראייה, או לחלופין אם מדובר במאפייני התנהגות חברתית ייחודיים אך נורמטיביים בילדים לקויי ראייה (Fazzi et al., 2019; Jure et al., 2016). תיאורי המקרה שדנתי בהם הדגימו את המורכבות באבחנה המבדלת וזיהוי ההפרעה ברצף האוטיזם בילדים לקויי ראייה ועיוורים. להערכתי, המורכבות ההתפתחותית והיכולת החברתית והרגשית חורגות מגבולות הקריטריונים המצויים בספרי האבחנות. יצירת קשר לא עקבי עם הסביבה, קשר שהציג משה, עשויה להעיד על ליקוי שנובע מלקות הראייה

טבלה מס' 1

סיכום מאפייני התנהגות ומאפיינים אישיים שמבחינים, מבחינים חלקית ואינם מבחינים כלל באבחנה מבדלת של ASD בילדים לקויי ראייה.*

התנהגויות שאינן מבחינות	התנהגויות מבחינות חלקית	התנהגויות מבחינות
- התנהגויות גרייה סנסורית - התנהגויות סטראוטיפיות - אקולליה, דיבור חזרתי - תחומי עניין או משחק חזרתי	- מאפיינים קוגניטיביים - מאפיינים שפתיים - עצמאות בחקירת הסביבה	- ערנות ותגובתיות לסביבה - ערנות ותגובתיות לשפה - הנאה משותפת באינטראקציה - דמיון ויצירתיות - מיעוט ביוזמה תקשורתית

מעמיק בנושא ולהתאים את הטיפול לילד. גם אם לא תינתן אבחנה חד־משמעית וברורה בסוף התהליך, אפשר לגבש מתוך ממצאי הערכה המלצות שייסעו ויתרמו מאוד לילד ולמשפחתו.

רשימת המקורות בעמוד הבא.

החווייה האישית והחברתית של ילדים לקויי ראייה כבר בגיל הרך (Nir, 2021).

לסיכום, המסר המרכזי של המאמר הוא זה: לכל ילד, כל שכן לילד שיש לו מוגבלות חושית, הזכות להערכה מקיפה, מקצועית ומותאמת לצרכיו. תהליך הערכה פסיכולוגית עשוי לשפוך אור על נקודות חוזק וקושי, לאפשר דיון

רוצים להתעדכן?
כנסו אלינו לאתר!

כל האירועים
כל הפעילויות
כל הכנסים

www.psychology.org.il

*יש לראות במאפיינים אלה חלק מתהליך הערכה ואבחנה מבדלת ולא קריטריון בלעדי.

- הס, א' (2015). לא חושך לא אור: תלמידים וסטודנטים עם רצף לקויות הראייה בישראל. מכון מופ"ת.
- סיאסקי, י', חסיד, ס', אברט, ט' וקוסוב, א' (2014). סוגיות באבחון פסיכיאטרי בילדים ומתבגרים בעלי לקויות ראייה. הרפואה, 153(2), 112–109. <https://www.ima.org.il/medicinesite/Article.aspx?NewspaperArticleId=3355>
- שולמן, ק' וניר, צ' (2016). ההערכה הפסיכולוגית לילדים ומתבגרים עם רצף לקויות הראייה: סקירת ספרות והצעות יישומיות. הוצאת משרד הרווחה והשירותים החברתיים. https://www.nli.org.il/he/books/NNL_ALEPH990038960840205171/NLI
- Absoud, M., Parr J. R., Salt, A., & Dale, N. (2011). Developing a schedule to identify social communication difficulties and autism spectrum disorder in young children with visual impairment. *Development Medicine & Child Neurology*, 53(3), 285–288. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21166670/>
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders-5th edition. *American Psychiatric Association*. <https://www.apa.org/topics/autism-spectrum-disorder>
- Corn, A. L., & Lusk, K. E. (2010). Perspective on low vision. In A. L. Corn & J. N. Erin (Eds.), *Foundations of low vision* (pp. 334). AFB Press.
- Eardley, A. F., & Pring, L. (2007). Spatial processing, mental imagery, and creativity in individuals with and without sight. *European Journal of Cognitive Psychology*, 19(1), 3758. <https://www.scrip.org/reference/referencespapers?referenceid=2697330>
- Falkmer, T., Anderson, K., Falkmer, M., & Horlin, C. (2013). Diagnostic procedures in autism spectrum disorders: A systematic literature review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 22(6), 329–340. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23322184/>
- Fazzi, E., Micheletti, S., Galli, J., Rossi, A., Gitti, F., & Molinaro, A. (2019). *Autism in children with cerebral and peripheral visual impairment: Fact or artifact? Seminars in Pediatric Neurology*, 31, 57–67. <https://doi.org/10.1016/j.spen.2019.05.008>
- Fraiberg, S. (1977). *Insight from the blind*. Souvenir.
- Hobson, R. P., & Lee, A. (2010). Reversible autism among congenitally blind children? A controlled follow-up study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(11), 12351241. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20584101/>
- Jure, R., Pogonza, R., & Rapin, I. (2016). Autism spectrum disorders (ASD) in blind children: Very high prevalence, potentially better outlook. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(3), 749759. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26408327/>
- Jutley-Neilson, J., Harris, G., & Kirk, J. (2013). The identification and measurement of autistic features in children with septo-optic dysplasia, optic nerve hypoplasia and isolated hypopituitarism. *Research in Developmental Disabilities*, 34(12), 43104318. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24210356/>
- King, N. J., Gullone, E., & Stafford, C. (1990). Fears in visually impaired and normally sighted children and adolescents. *Journal of School Psychology*, 28(3), 225231. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/002244059090013W>
- Lord, C., Rutter, M., DiLavore, P. C., Risi, S., Gotham, K., & Bishop, S. L. (2012). Autism diagnostic observation schedule second edition (ADOS-2) manual (Part 1): *Modules 1–4*. Western Psychological Services.
- Mezer, E., Chetrit, A., Kalter-Leibovici, O., Kinori, M., Ben-Zion, I., & Wygnanski-Jaffe, T. (2015). Trends in the incidence and causes of severe visual impairment and blindness in children from Israel. *Journal of American Association for Pediatric Ophthalmology and Strabismus*, 19(3), 260265. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26059674/>

- Molinaro, A., Micheletti, S., Rossi, A., Gitti, F., Galli, J., Merabet, L. B., & Fazzi, E. M. (2020). *Autistic-like features in visually impaired children: A review of literature and directions for future research*. *Brain Sciences*, 10(8), 507524. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32752249/>
- Nir, Z. (2021). More than meets the eyes: A comparison of social behaviors of preschoolers with visual impairment (VI), with Autism spectrum disorder (ASD) and with typical development (TD). [Unpublished doctoral dissertation]. The Hebrew University.
- Ozonoff, S., Young, G. S., Landa, R. J., Brian, J., Bryson, S., Charman, T., & Zwaigenbaum, L. (2015). Diagnostic stability in young children at risk for autism spectrum disorder: A baby sibling's research consortium study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(9), 988998. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25921776/>
- Pili, R., Zolo, B., Farris, P., Penna, V., Valinotti, S., Carrogu, G. P., & Petretto, D. R. (2021). Autism and visual impairment: A first approach to a complex relationship. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP & EMH*, 17, 212216. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35173790/>
- Pring, L. (2008). Psychological characteristics of children with visual impairments: Learning, memory and imagery. *British Journal of Visual Impairment*, 26(2), 159169. <https://research.amanote.com/publication/m5yq3HMBKQvf0BhiJVbf/psychological-characteristics-of-children-with-visual-impairments-learning-memory-and>
- Rahi, J. S., & Gilbert, C. E. (2017) Epidemiology and worldwide impact of visual impairment in children. In S. R. Lambert & C. J. Lyons (Eds.), *Taylor and Hoyt's pediatric ophthalmology and strabismus* (5th Edition) (Pp, 716). Elsevier. https://www.researchgate.net/publication/369498170_Epidemiology_and_the_worldwide_impact_of_visual_impairment_in_children
- Rutter, M., Le Couteur, A., & Lord, C. (2003). *Autism diagnostic interview-revise*. Western Psychological Services.
- Schopler, E., Van Bourgondien, M. E., Wellman, G. J., & Love, S. R. (2010) *Childhood autism rating scale* (2nd ed.). WPS.
- Spiker, M. A., Lin, C. E., Van Dyke, M., & Wood, J. J. (2012). *Restricted interests and anxiety in children with autism*. *Autism*, 16(3), 306320. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21705474/>
- Vaan, G., Vervloed, M., Peters-Scheffer, N. C., Gent, T., Knoors, H., & Verhoeven, L. (2016). Behavioral assessment of autism spectrum disorders in people with multiple disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 60(2), 101112. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Ft85106-000>
- Vaan, G., & Vervloed, M. P. (2021). OASID, an instrument for assessing autism spectrum disorders in individuals with intellectual disabilities combined with visual impairments or deafblindness. *Journal of Visual Impairment & Blindness*. 115(2), 134142. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0145482X211000965>
- Williams, M. E., Fink, C., Zamora, I., & Borchert, M. (2014). Autism assessment in children with optic nerve hypoplasia and other vision impairments. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 56(1), 66–72. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24000901/>
- World Health Organization (1992). ICD-10: International statistical classification of diseases and related health problems 10th Revision. Geneva: WHO. <https://www.aapc.com/codes/icd-10-codes/H54>

אינטואיציות של מתלבטים בבחירת תחום לימודים ומקצוע: האם כדאי להסתמך עליהן?

איתמר גתי,¹ משה טטר² וולנטינה יזראילביץ^{3,4}

תקציר

רבים נעזרים באינטואיציה בקבלת החלטות. במחקר זה השתתפו 412 מתלבטים בקשר למקצועם העתידי שהשתמשו מיוזמתם **במשושים ובחרים (מו"ב)** - מערכת תומכת החלטה ללא תשלום באתר כיוונים לעתיד. לאחר שסימנו את המקצועות שהתלבטו ביניהם נשאלו המשתתפים "איזה מקצוע מתוך המקצועות שרשמת נראה לך המתאים ביותר אינטואיטיבית?". נבחנו ההלימה בין המקצוע שנמצא המתאים ביותר בהשוואה השיטתית של המקצועות במו"ב ובין (1) האינטואיציה **הסמויה** - המקצוע שנרשם ראשון ברשימת המקצועות הקצרה שהתלבטו ביניהם; (2) האינטואיציה **הגלויה** - המקצוע שסימנו המשתתפים כמתאים ביותר אינטואיטיבית; ו(3) מידת **השימוש באינטואיציה** בשאלון "פרופיל קבלת החלטות קריירה". מו"ב מחשב לכל מקצוע ציון התאמה כולל על בסיס מודל קבלת החלטות מפצה שמשקלל את היתרונות והחסרונות של המקצוע לפי תפיסת המתלבט. נמצא שהמקצוע הראשון ברשימה קיבל במו"ב ציון התאמה גבוה יותר מהמקצוע השני, ממצא שתומך באינפורמטיביות של האינטואיציה הסמויה. רוב המשתתפים (74%) סימנו את אחד המקצועות כמתאים יותר ובכך דיווחו על האינטואיציה הגלויה שלהם. בקרב 60 אחוזים מהם קיבל מקצוע זה את הציון הגבוה ביותר במו"ב, ממצא שמשקף את האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה. משתתפים שדיווחו על שימוש באינטואיציה בהחלטות קריירה נטו לסמן אינטואיטיבית את המקצוע שעלה כמתאים ביותר במו"ב יותר מאחרים. **בדין** נבחנו האתגרים בשילוב אינטואיציות של מתלבטים

בתהליך ההתערבות התעסוקתית המתמקדת בהדרכה ובליוי אישי בבחירת לימודים ומקצוע.

אינטואיציה בתהליך קבלת החלטות

אינטואיציה היא תחושת ידיעה ללא חשיבה מודעת שמאפשרת קבלת החלטות ללא תלות בראיות וללא הבנה מלאה של הסיבה להחלטה (Epstein, 2010; Kahneman, 2002; Sinclair & Ashkanasy, 2005); היא המחשבה הראשונה שעולה כאילו מעצמה, במהירות ובלי מאמץ (Kahneman, 2011). בשל מאפיינים אלה נחשבת האינטואיציה למשלימתה של החשיבה ההגיונית ולאבן יסוד במדעי ההתנהגות (Hodgkinson et al., 2008), אבל אופייה המופשט (Sipman et al., 2019) והחמקמק (Kahneman, 2009) גורמים למחקר ולמידה שלה להיות מאתגרים.

האינטואיציה מלווה אותנו יום-יום ומסייעת לנו לקבל החלטות שגרתיות ומהותיות כאחד ובכלל זה החלטות שקשורות לקריירה - החלטות מאתגרות וחשובות בשל השפעותיהן על העתיד (Pham et al., 2024; Robertson, 2013). חשוב מאוד להשקיע בתהליך קבלת החלטות שנוגעות לקריירה שכן השקעה בתהליך זה משתלמת: כצפוי, סיכויי החרטה יהיו קטנים יותר (מלכה-גדרון ואחרים, 2023). לכן לא מפתיע שמתלבטים רבים פונים לפסיכולוג תעסוקתי לקבלת סיוע בבחירה. המחקר הזה מתמקד באינטואיציות של צעירים בעת בחירת תחום לימודים או מקצוע כדי לבחון אם אפשר לשלבן בתהליך ההתערבות התעסוקתית וכיצד כדי לסייע למתלבטים לקבל החלטות טובות יותר.

¹ פרופ' (אמריטוס) איתמר גתי, מבית הספר לחינוך על שם סימור פוקס והמחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטה העברית, הוא מומחה מדריך בפסיכולוגיה תעסוקתית. דוא"ל: itamar.gati@huji.ac.il

² פרופ' משה טטר הוא בעל תואר שני בפסיכולוגיה קלינית ותואר דוקטור בפסיכולוגיה חינוכית. הוא המנהל לשעבר של בית הספר לחינוך על שם סימור פוקס באוניברסיטה העברית וכיום הוא עומד בראש הקתדרה על שם אנה לזרוס.

³ ולנטינה יזראילביץ היא בעלת תואר שני בפסיכולוגיה חברתית ותואר שני במדעי הנתונים. היום היא מקדמת יישומי AI בניתוח נתונים.

⁴ אנחנו מודים לחברי המערכת של פסיכואקטואליה על המשוב הבונה ולמיכל סלמה, לאלעד פאוסט ולהדס אברג'יל על הסיוע בהכנת המאמר ועל הערותיהם על גרסאות קודמות. המחקר נתמך במענק של הקרן הלאומית למדע שמספרו 1864/18. מאמר זה הוא גרסה מקוצרת של מאמר שהתקבל לפרסום ונכללים בו גם ניתוח נתונים נוספים. ראו:

Gati, I., Izrailevitch, V., & Tatar, M. (2025). Clients' intuitions in career decision making: Should career counselors trust them? Journal of Career Assessment. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/10690727241287532>

מערכות תומכות החלטות הן מערכות שמטרתן לקדם תהליך קבלת החלטות שיטתי שמשלב בין מודלים נורמטיביים ובין מודלים תיאוריים לקבלת החלטות. קליין ווייס (Klein & Weiss, 2007) הציגו את היתרונות של מערכות תומכות החלטה שיטתיות ושל שילוב תוצאותיהן עם האינטואיציות של מקבלי ההחלטות. בהקשר של בחירת קריירה הציגו גטי ואשר (Gati & Asher, 2001) מודל פרספקטיבי, סחל"ב, שמתאר להלן.

סינון ראשוני, חקירה לעומק ובחירה (סחל"ב)

קושי בולט בתהליך קבלת החלטות קריירה הוא אי-היכרות השלבים השונים בו (Amir et al., 2008). כדי להתמודד עם קושי זה הציגו גטי ואשר (שם) את מודל **סחל"ב** אשר מפרק את תהליך הבחירה לשלושה שלבים: (א) **סינון ראשוני** - גיבוש רשימה מצומצמת של חלופות מבטיחות על סמך השיקולים החשובים למתלבט; (ב) **חקירה לעומק** - בחינת ההתאמה של כל חלופה מבטיחה הן מבחינת המאפיינים הרצויים למתלבט הן מבחינת התאמת המתלבט למאפייני המקצוע הן מבחינת עמידתו בדרישות הקבלה. התוצר של שלב זה הוא רשימה קצרה של חלופות מתאימות שאפשר ליישמן; (ג) **בחירה** - זיהוי החלופה המתאימה ביותר מהמקצועות שעברו את הסינון הראשוני ואת החקירה לעומק ולכן עלו לגמר באמצעות השוואה שיטתית ביניהם. המודל מציע תהליך שיטתי לאיסוף, לעיבוד ולניתוח המידע הרלוונטי להשוואה.

איור 1: השלבים במודל סחל"ב



מודל הסחל"ב ושלושת שלביו נתמכו מחקרית (Gati & Kulcsár, 2021; Gati & Levin, 2015; Gati et al., 2019). מתלבטים שפעלו לפי המלצת שלב הסינון הראשוני דיווחו על שביעות רצון גבוהה מהמקצוע שבחרו בו לעומת אחרים. לאחר שנופו החלופות שאינן מתאימות נטו המתלבטים לחקור לעומק את החלופות שנותרו מתוך התייחסות לשיקולים המשניים שלהם ואת אפשרויות ההשתלבות

במקצועות שנמצאו מתאימים. בשלב הבחירה נטו מתלבטים לבחור את החלופה הקרובה ביותר לקריירה האידיאלית שלהם וראו בהשוואה השיטתית כלי יעיל יותר לבחירה.

משווים ובוחרים: גישה לקבלת החלטות בשלב הבחירה

משווים ובוחרים היא גישה שמציגה תהליך מובנה לשלב הבחירה ובפרט לתהליך שיטתי לבחירה מתוך רשימת החלופות המתאימות (Sampson et al., 2023). זאת גרסה משודרגת של לוח ההחלטות של כץ (Katz, 1966) שמבוסס על השוואת מקצועות במונחים של ערכי עבודה. משווים ובוחרים מבוססת על מודל קבלת החלטות מפצה שבו יתרונות החלופה מפצים על חסרונותיה והיא מסייעת למתלבטים לבחור את החלופה המתאימה להם ביותר (von Winterfeldt & Edwards, 1986). בגישה הזאת משווים בין המקצועות במגוון מאפיינים שמקבילים לשיקולים החשובים למתלבטים (למשל, רמת הכנסה, סיכויי קידום מקצועי ועבודת צוות). ההשוואה נעשית באמצעות בדיקת הדמיון של כל מקצוע למקצוע האידיאלי של המתלבט בכל שיקול. מידת ההתאמה הכללית של כל חלופה משקפת את מידת ההתאמה של המקצוע למאפייני המקצוע האידיאלי מתוך התחשבות בחשיבות שיקולי המתלבטים.

מו"ב ("משווים בוחרים") הוא כלי תמיכה מקוון ו"חינמי" לקבלת החלטות שמיישם את גישת משווים ובוחרים בפשטות ובבהירות. באמצעותו אפשר לבצע השוואה שיטתית של החלופות שעלו לגמר מתוך התייחסות לשיקולים החשובים למתלבט או למתלבטת ולבסוף לקבל ציון התאמה כולל לכל מקצוע. שלבי התהליך מפורטים בפרק **השיטה**. בהיעדר קריטריון אובייקטיבי לאינפורמטיביות האינטואיציות שימשו תוצאות ההשוואה השיטתית של **מו"ב** מדד להערכת האינפורמטיביות של אינטואיציות המשתתפים בבחירה בין המקצועות שעלו לגמר.

הבדלים בין אישיים בשימוש באינטואיציה בקבלת החלטות ישנם סגנונות שונים לקבלת החלטות. הרן (Harren, 1979) הציע שלושה סגנונות עיקריים: "רציונלי", "אינטואיטיבי" ו"תלותי". סקוט וברוס (Scott & Bruce, 1995) הוסיפו עליהם את הסגנון "נמנע" ו"ספונטני". גטי ואחרים (Gati et al., 2012) הציעו גישה חלופית לאפיון סגנון קבלת החלטות בבחירת מקצוע באמצעות פרופיל של 12 ממדים. אחד מהם הוא מידת **השימוש באינטואיציה** בזמן קבלת החלטות קריירה (Gadassi et al., 2012). פרופיל קבלת ההחלטות משתקף בדפוס הציונים ב-12 הסולמות של השאלון.

משווים ובחרים היא גישה שמציגה תהליך מובנה לשלב הבחירה ובפרט לתהליך שיטתי לבחירה מתוך רשימת החלופות המתאימות. זאת גרסה משודרגת של לוח ההחלטות של כץ שמבוסס על השוואת מקצועות במונחים של ערכי עבודה. משווים ובחרים מבוססת על מודל קבלת החלטות מפצה שבו יתרונות החלופה מפצים על חסרונותיה והיא מסייעת למתלבטים לבחור את החלופה המתאימה להם ביותר

המחקר הזה

השימוש באינטואיציה בקבלת החלטות קריירה, במקום או לצד תהליך שיטתי, נפוץ. לעיתים מתחילים בכיוון אינטואיטיבי כללי או בכמה אפשרויות ספציפיות. אנחנו מניחים כי לאינטואיציה תפקיד משמעותי לא רק בתחילת התהליך אלא גם בשלב הבחירה. התאמה בין תוצאת ההשוואה השיטתית בשלב הבחירה ובין הנטייה האינטואיטיבית עשויה להגביר את הביטחון בבחירה (Gati & Asher, 2001), וחוסר התאמה עשוי להוביל לבחינה מחודשת של התהליך השיטתי ושל הנטייה האינטואיטיבית. הבחינה הזאת יכולה לחשוף את מקור אי-ההתאמה ולאפשר גישור על הפער, ובעשותה כן להגדיל את הסיכוי לקבל החלטת קריירה טובה יותר (Gati & Kulcsár, 2021).

במחקר הזה התמקדנו בשלב הבחירה, ובפרט בהתאמה של חלופת הקריירה שהועדפה אינטואיטיבית לחלופה שהוערכה כמתאימה ביותר באמצעות השוואה שיטתית של **מו"ב**. המחקר התמקד בשלושה היבטי אינטואיציה: (1) **אינטואיציה סמויה** - המקצוע הראשון ברשימה הקצרה של המקצועות שעלו לגמר של כל משתתף; (2) **אינטואיציה גלויה** - המקצוע שסימנו המשתתפים כמתאים ביותר אינטואיטיבית; (3) **שימוש באינטואיציה** - דיווח עצמי של המשתתפים על נטייתם להשתמש באינטואיציה בעת קבלת החלטות קריירה באמצעות שאלון פרופיל קבלת החלטות קריירה (CDMPq). בחנו את ההתאמה בין שלושת היבטי האינטואיציה האלה ואת התאמתם לתוצאת ההשוואה השיטתית של **מו"ב**.

ההשערות

(H1a) המשתתפים לא התבקשו לציין את רשימת חלופות הקריירה בסדר מסוים. עם זאת הנחנו שסדר הרישום

ישקף את האינטואיציה של המשתתפים בנוגע להתאמת המקצועות - המקצוע שלתחשתם הוא המתאים ביותר יירשם ראשון. בפרט שיערנו שהמקצוע הראשון, המשקף את האינטואיציה הסמויה, יקבל את ציון ההתאמה הכללי הגבוה ביותר בהשוואה השיטתית **במו"ב**.

(H1b) שיערנו שמיקומו של מקצוע כראשון ברשימה ישקף פער גדול יחסית בציון ההתאמה **במו"ב** בין המקצוע הראשון ברשימה ובין הציון של המקצוע השני.

(H2a) המשתתפים התבקשו לסמן איזה מהמקצועות שצוינו ברשימה נראה להם המתאים ביותר (אינטואיטיבית). שיערנו שהמקצוע שסומן אינטואיטיבית כמתאים ביותר משקף את האינטואיציה הגלויה, ולכן יקבל את ציון ההתאמה הכללי הגבוה ביותר **במו"ב**.

(H2b) שיערנו שציון ההתאמה הכולל הגבוה ביותר **במו"ב** יהיה גבוה יותר בקרב משתתפים שהייתה להם אינטואיציה גלויה לעומת מי שלא סימנו שום מקצוע כמתאים להם יותר אינטואיטיבית.

(H2c) שיערנו כי גודל הפער בין ציון ההתאמה הכולל של המקצוע המתאים ביותר ובין המקצוע השני יהיה גדול יותר בקרב משתתפים שהייתה להם אינטואיציה גלויה.

(H3) שיערנו כי תהיה התאמה בין האינטואיציה הגלויה ובין האינטואיציה הסמויה מכיוון ששתיהן משקפות את תחושת הבטן של המשתתפים. משתתף שציין את החלופה המתאימה לו אינטואיטיבית אף ייטה לרשום אותה ראשונה. **(H4)** שיערנו שבקרב משתתפים שדיווחו על אינטואיציה גלויה תבוא לידי ביטוי נטייה גבוהה להשתמש באינטואיציה בשאלון פרופיל קבלת החלטות הקריירה (CDMPq) לעומת אחרים.

(H5) שיערנו שמשתתפים שהאינטואיציה הגלויה שלהם תהלום את התוצאות השיטתיות של **מו"ב** (קבוצת האינטואיציה התואמת) ידווחו על נטייה גבוהה להשתמש באינטואיציה לעומת משתתפים שהאינטואיציה שלהם לא תאמה (קבוצת האינטואיציה הלא תואמת).

השיטה

משתתפים

ניתחנו את הנתונים של 412 מתלבטים בבחירת תחום לימודים ומקצוע שביקרו מיזמתם באתר כיוונים לעתיד ובחרו להיעזר במכלול משווים ובחרים (מו"ב). נאספו נתונים מ-517 משתתפים, אבל בפועל עובדו נתוניהם של 412 מתוכם. נתוניהם של 105 לא נכללו בעיבודים בשל דיווח על סטטוס קבלת ההחלטה שאינו בשלב הבחירה

(כלומר הם כבר בחרו מקצוע או עדיין אינם מתלבטים בקשר למקצועות ספציפיים, $n=63$), או בשל חוסר תשומת לב במילוי השאלון של פרופיל קבלת ההחלטות ($n=26$). גילם הממוצע של המשתתפים היה 23.67 שנה ($SD=4.69$). רובם היו נשים (71.9%) ובעלי השכלה תיכונית (78.2%).

כלים

מכלול משוויים ובוחרים (מו"ב)

מכלול **מו"ב** נועד לסייע בבחירת מקצוע מתוך המקצועות שברשימה המצומצמת של המתלבט. **מו"ב** מדריך ומלווה את המשתמשים בתהליך השוואה שיטתי שמבוסס על מודל קבלת החלטות מפצה שבו יתרונות החלופה מפצים על חסרונותיה. ואלה השלבים ב**מו"ב**:

1. המשתתפים התבקשו לרשום את המקצועות שעלו לגמר כטקסט חופשי (2-4 אפשרויות).
2. אם סברו המשתתפים אינטואיטיבית שאחד המקצועות ברשימה מתאים יותר מהאחרים הם התבקשו לסמנו באמצעות לחיצה על העיגול שלידו.
3. המשתתפים התבקשו לרשום 3-12 שיקולים או מאפיינים חשובים להם בהשוואה בין החלופות הנשקלות (למשל, משך ההכשרה או הלימודים, סביבת העבודה, שעות העבודה, אפשרויות להתקדמות מקצועית).
4. המשתתפים התבקשו לתאר את הרמה שמאפיינת את המקצוע האידיאלי להם בכל שיקול (למשל, אם משתתף ציין את השיקול "משך לימודים", הוא התבקש לכתוב מהו משך הלימודים הרצוי מבחינתו, לדוגמה, "3-4 שנות לימודים", "אפשרויות רבות" להתקדמות מקצועית).
5. הם התבקשו לציין ליד כל שיקול את חשיבותו היחסית. הסכום הכולל של ציוני החשיבות של כלל השיקולים צריך להסתכם ב־100 (כלומר 20 מייצג את היות השיקול חשוב פי שניים משיקול שחשיבותו 10).
6. בכל שיקול העריכו המשתתפים עד כמה מתאימים המקצועות שציינו לרמה הרצויה מבחינתם באותו שיקול באמצעות סולם של 5 דרגות (0 = אין כל התאמה, 4 = התאמה מושלמת, 1, 2, 3 = התאמה חלקית). למשל, אם ציין משתתף "שעות עבודה" כשיקול, והשעות הרצויות מבחינתו הן "9-17", מקצוע ובו משמרות בשעות הערב יקבל ציון התאמה נמוך (0 או 1).
7. למשתתפים הוצג לוח מסכם של השיקולים שנרשמו וחשיבותם היחסית וכן מידת ההתאמה של כל אחד מהמקצועות לפרופיל של המקצוע האידיאלי בכל

שיקול (שלב 6). ניתנה להם אפשרות לשנות את תשובותיהם.

8. למשתתפים שוב הוצג הלוח המסכם, והפעם בצירוף ציוני ההתאמה המחושבים: ציון ההתאמה של כל חלופה בכל שיקול (ציון ההתאמה [שלב 6] מוכפל בחשיבות היחסית של השיקול) וציון ההתאמה הכולל של כל מקצוע (סיכום ציוני ההתאמה מעבר לכל השיקולים). ציון ההתאמה הכולל המרבי הוא 400 (עם ציון התאמה של "4" בכל השיקולים).
9. למשתתפים הוצג משוב שעוסק במידת ההתאמה בין המקצוע שסימנו כמתאים ביותר אינטואיטיבית בתחילת התהליך ובין המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר ב**מו"ב**.

שאלון פרופיל קבלת החלטות קריירה (CDMPq)

CDMPq הוא שאלון דיווח עצמי ובו 39 היגדים. הוא ממפה את דרך קבלת ההחלטות הקשורות לקריירה של המתלבט על פי 12 ממדים: איסוף מידע, עיבוד מידע, מיקוד שליטה, השקעה בתהליך, נטייה לדחינות, מהירות קבלת ההחלטה הסופית, היועצות באחרים, תלות באחרים, רצון לרצות, שאיפה למקצוע אידיאלי, נכונות להתפשר ושימוש באינטואיציה. במחקר הזה התמקדנו בממד **שימוש באינטואיציה** בהחלטות קריירה שמהימנותו הפנימית גבוהה ($Ca=.87$). אחד משלושת ההיגדים של ממד האינטואיציה היה "כאשר אני מקבל החלטה אני מסתמך בעיקר על האינטואיציות שלי". המשתתפים דירגו את מידת ההסכמה שלהם עם ההיגד בסולם ליקרט (7 - מסכים מאוד, 1 - כלל לא מסכים).

הליך

המשתתפים השתמשו במכלול של **מו"ב** מיוזמתם באתר ה"חינמי" והאנונימי כיוונים לעתיד. לאחר שדיווחו על המגדר שלהם, על גילם ועל שנות השכלתם הם דיווחו על סטטוס קבלת ההחלטות שלהם בבחירת המקצוע. לאחר מכן מילאו מחציתם, בחלוקה אקראית, את שאלון CDMPq ואחריו את **מו"ב**, ומחציתם עשו זאת בסדר הפוך. למשתתפים הוצגו תוצאות לוח ההשוואה המסכם של **מו"ב**.

כדי להבטיח שהמשתתפים אכן היו בשלב **הבחירה** בעת השימוש ב**מו"ב** הוסרו מהניתוחים הסטטיסטיים המשתתפים שצינו שכבר בחרו מקצוע או טרם גיבשו רשימה של מקצועות ספציפיים שהם מתלבטים בקשר אליהם (ראו סעיף "משתתפים"). המחקר אושר על ידי ועדת האתיקה של האוניברסיטה העברית (אישור מספר 20180510).

ניתוחים מקדימים

- לכל משתתף חושבו הציונים שב־12 הסולמות בשאלון **פרופיל קבלת ההחלטות** ובכלל זה הציון של הסולם **שימוש באינטואיציות** בקבלת החלטות. לאחר מכן תועדו או חושבו למכלול המו"ב המדדים האלה:
1. מספר המקצועות שעלו לגמר וביניהם התלבטו המשתתפים (2, 3, או 4).
 2. המקצועות שמתלבטים ביניהם.
 3. האם סימן המשתתף את אחד המקצועות כמתאים יותר אינטואיטיבית, ואם כן - איזה?
 4. ציון ההתאמה הכולל לכל מקצוע שהתקבל במו"ב.
 5. ההפרש בין ציון ההתאמה של המקצוע שנרשם ראשון ובין ציון ההתאמה של המקצוע השני ברשימה כמו שחושב במו"ב.

האינטואיציה היא חלק מרכזי בתהליך קבלת החלטות במגוון תחומים, ובכללם החלטות קריירה, ועשויה להשלים תהליך קבלת החלטות שיטתי. זה מכבר הכירו מחקרים מוקדמים על סגנונות קבלת החלטות שנוגעות לקריירה באינטואיציה כגורם מרכזי בהחלטות אלה, וקרישהוק ואחרים הדגישו את תפקיד עיבוד המידע הלא מודע בהחלטות שקשורות לקריירה. ולמרות ההכרה בחשיבות האינטואיציה עסקו מעט מחקרים אמפיריים באינטואיציה בהקשר של בחירת מקצוע ובמקומה בתהליך ההתערבות התעסוקתית. המונח אינטואיציה אינו מופיע כמעט ברשימת המונחים של ספרים מרכזיים בתחום, והיעדרו מלמד על הקושי למדוד אותה בשל אופייה המופשט והחמקמק

רשימת המשתתפים במחקר

על פי דיווח המשתתפים הם סווגו לשלוש קבוצות על בסיס האינטואיציה שלהם:

ללא אינטואיציה גלויה: משתתפים שלא סימנו שום מקצוע כמתאים יותר אינטואיטיבית ($n=108$, 26.2%).

אינטואיציה לא תואמת: משתתפים שהמקצוע המועדף אינטואיטיבית לא תאם את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר במו"ב ($n=121$, 29.4%).

אינטואיציה תואמת: משתתפים שהמקצוע המועדף אינטואיטיבית תאם את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר במו"ב ($n=183$, 44.4%).

אינטואיציה סמויה - המקצוע שנרשם ראשון ברשימת המקצועות המצומצמת שעלו לגמר.

אינטואיציה גלויה - המקצוע שסימן המתלבט כמקצוע המתאים לו יותר אינטואיטיבית.

מו"ב

איזה מקצוע קיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר בהשוואה השיטתית במו"ב, ומה היה ציון ההתאמה שלו? מה היה המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה השני בגובהו בהשוואה השיטתית במו"ב, ומה היה ציון ההתאמה שלו? הפער בציון ההתאמה בין המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר ובין המקצוע השני במו"ב.

ציון הסולם של שימוש באינטואיציה בשאלון פרופיל קבלת החלטות קריירה.

תוצאות

משוים ובוחרים (מו"ב)

המשתתפים התלבטו בממוצע בין 3.12 מקצועות: 22.3% מהמשתתפים רשמו 2, 43.7% רשמו 3, ו־34.0% רשמו 4 מקצועות. הם השתמשו בממוצע ב־6.74 שיקולים כדי להשוות בין המקצועות שעלו לגמר. ציון ההתאמה הכולל הממוצע מעבר למקצועות ששקלו המשתתפים היה 303 ($SD=41.94$) מתוך 400 (ציון ההתאמה של המקצוע האידיאלי). למקצועות שסומנו כמתאימים יותר אינטואיטיבית היה ציון התאמה ממוצע גבוה יותר של 346.15 ($SD=39.41$), והוא משקף שהבחירה האינטואיטיבית הייתה אינפורמטיבית. פירוט העיבודים והתוצאות נגישים במאמר המלא. להלן יוצגו המסקנות מעיקרי התוצאות, מאורגנות לפי ההשערות שתוארו בסוף המבוא.

אינטואיציה סמויה

לבדיקת האינפורמטיביות של האינטואיציה הסמויה התבססנו על ציון ההתאמה הכולל של המקצועות כמו שהוא התקבל במו"ב. על פי ההשערה ($H1a$) שלפיה ציינו המשתתפים אינטואיטיבית את המקצוע המתאים ביותר במקום הראשון נמצא כי מתוך 412 המשתתפים ציינו 215 (52.2%) את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הכולל הגבוה ביותר במקום הראשון (על פי הסתברות אקראית היה שיעור זה צפוי להיות רק 141 - 34.2%). הפער הגדול (פי 1.52) והמובהק סטטיסטית מצביע על האינפורמטיביות של האינטואיציה הסמויה.

בהמשך נבחנו ההשערה ($H1b$) ולפיה המקצוע שנרשם ראשון ברשימה יקבל ציון התאמה כולל גבוה יותר מהמקצוע שנרשם שני. גם ההשערה הזאת אוששה לאחר שמרבית

המשתתפים (58.9%) רשמו ראשון את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר **במו"ב** (Cohen's $d=0.20$).

אינטואיציה גלויה

מרבית המשתתפים ($n=304$, 73.8%) סימנו מקצוע מתאים יותר אינטואיטיבית כאשר התבקשו. משתתפים אלה נכללו בקבוצת האינטואיציה הגלויה, ויותר המשתתפים ($n=108$) נכללו בקבוצת ללא אינטואיציה גלויה. הסבירות לסמן אינטואיטיבית מקצוע מסוים כ"מתאים יותר" לא הושפעה ממספר המקצועות שהיו ברשימת המקצועות שעלו לגמר ($\chi^2(2, N=412)=1.61$, ns, 2, 3, או 4).

לבדיקת האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה התבססנו על ציון ההתאמה הכולל שהתקבל מההשוואה השיטתית של **מו"ב** בין המקצועות שעלו לגמר. בהתאמה להשערה (H2a), המקצוע שסומן כמתאים יותר אינטואיטיבית אכן תאם את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הכללי הגבוה ביותר **במו"ב** בקרב 60.2% מהמשתתפים (183 מתוך 304) (על פי הסתברות אקראית היה שיעור זה צפוי להיות רק 104 - 43.2%). הפער הגדול (פי 1.76) והמובהק סטטיסטית מעיד שהמשתתפים נטו לסמן אינטואיטיבית את המקצוע שאכן התגלה בהמשך כמתאים ביותר **במו"ב** ומשקף את האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה.

כדי להמשיך ולבחון את האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה (H2b) חישבנו ממוצע של ציון ההתאמה הגבוה ביותר לקבוצת האינטואיציה הגלויה שסימנה את המקצוע בציון ההתאמה הגבוה ביותר **במו"ב** ולקבוצת ללא אינטואיציה גלויה והשווינו בין הממוצעים. כמשוער, ממוצע ציוני ההתאמה של המקצוע המתאים ביותר של קבוצת האינטואיציה הגלויה היה גבוה יותר בהשוואה לקבוצת ללא אינטואיציה הגלויה, והפער היה מובהק סטטיסטית ($d=0.28$). פער זה משקף כי ככל שהיה המקצוע דומה יותר למקצוע האידיאלי (ולכן קיבל ציון התאמה גבוה יותר **במו"ב**) היה קל יותר למתלבטים לזהות אותו אינטואיטיבית.

השערה (H2c) בחנה ביטוי נוסף של האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה באמצעות התמקדות במשתנה תלוי שונה - הפער בין ציוני ההתאמה של שני המקצועות המתאימים ביותר **במו"ב**. התוצאות תמכו בהשערה: הפער במידת ההתאמה בין המקצוע המתאים ביותר ובין המקצוע השני במידת ההתאמה היה גדול יותר בקבוצת האינטואיציה הגלויה שסימנה את המקצוע הראשון במו"ב כמקצוע המתאים ביותר לעומת הקבוצה ללא האינטואיציה הגלויה ($d=0.24$). כלומר פער גדול בין מידת ההתאמה של המקצוע הראשון ובין המקצוע השני מבחינת ההתאמה

האינטואיטיבית בא לידי ביטוי בתחושה של המשתתפים שהצדיקה סימון של המקצוע המתאים ביותר.

התאמה בין אינטואיציה גלויה וסמויה

כדי לבחון את מידת ההתאמה בין האינטואיציה הסמויה ובין האינטואיציה הגלויה (H3) חולקו המשתתפים לארבע קבוצות על פי האינפורמטיביות של האינטואיציה שהוגדרה כהלימה בין תוצאת האינטואיציה ובין תוצאת ההשוואה השיטתית **במו"ב**: (1) **שתי האינטואיציות, הסמויה והגלויה, היו אינפורמטיביות** ($n=76$) 44%; (2) **שום אינטואיציה לא הייתה אינפורמטיבית** ($n=76$) 18%; (3) **רק האינטואיציה הגלויה הייתה אינפורמטיבית** ($n=121$) 29%; (4) **רק האינטואיציה הסמויה הייתה אינפורמטיבית** ($n=32$) 8%. כמשוער, נמצאה הלימה מובהקת בין האינטואיציה הסמויה והגלויה. בקבוצת האינטואיציה הגלויה רשמו 60.2% מהמשתתפים במקום הראשון את המקצוע המתאים ביותר לפי **מו"ב** (כלומר היו גם בעלי אינטואיציה סמויה אינפורמטיבית), פי שניים יותר בהשוואה ל-29.6% בקבוצה ללא אינטואיציה גלויה. מספר המשתתפים שרק האינטואיציה הגלויה שלהם הייתה אינפורמטיבית ($n=121$) היה גדול יותר (פי 3.8 ממספר המשתתפים שרק האינטואיציה הסמויה שלהם הייתה אינפורמטיבית ($n=32$)). הבדל זה משקף את היותה של האינטואיציה הגלויה חזקה יותר - היא כנראה מתבססת על תחושה חזקה יותר מאינטואיציה סמויה.

הקשר בין הדיווח העצמי על מידת השימוש באינטואיציה ובין האינטואיציה הגלויה

לבחינת השערה (H4) בדקנו את הקשר בין האינטואיציה הגלויה ובין הנטייה המדווחת להשתמש באינטואיציה בהחלטות קריירה. לשם כך השווינו את ציוני המשתתפים בסולם **שימוש באינטואיציה** ב־CDMPq בין קבוצת האינטואיציה הגלויה ובין הקבוצה ללא אינטואיציה גלויה. כמשוער, היה הציון בסולם **שימוש באינטואיציה** גבוה יותר בקרב קבוצת האינטואיציה הגלויה ($M=4.33$, $n=304$) לעומת הקבוצה ללא אינטואיציה גלויה ($M=4.00$, $n=108$) $d=0.24$. הבדל זה תומך בתוקף של סולם **שימוש באינטואיציה** בשאלון ה־CDMPq.

שלא על פי השערה (H5), לא מצאנו הבדל בממוצע הציון ב**שימוש באינטואיציה** בין קבוצת האינטואיציה התואמת (אשר סימנה אינטואיטיבית את המקצוע המתאים ביותר **במו"ב**) $M=4.40$, $n=183$ ובין קבוצת האינטואיציה הלא תואמת (אשר סימנה אינטואיטיבית מקצוע שלא נמצא המתאים ביותר **במו"ב**) $M=4.23$, $n=121$ ($d=0.12$).

היעדר ההבדל בציון השימוש באינטואיציה בין קבוצת האינטואיציה התואמת ובין קבוצת האינטואיציה הלא התואמת תומך בטענה שהדיווח העצמי של המשתתפים על שימוש באינטואיציה בהחלטות קריירה אינו אינדיקטור לאינפורמטיביות האינטואיציה הגלויה שלהם.

הבדלי מגדר

לא נמצאו הבדלי מגדר מהותיים בכל המדדים שנבחנו.

דיון

בחירת תחום לימודים ומקצוע בעולם העבודה חסר הוודאות של המאה העשרים ואחת מציבה אתגר של ממש לצעירים רבים. דרך מקובלת להתגבר על אתגר זה היא איתור רשימה קצרה של חלופות מבטיחות שראויות להמשך חקירה לעומק. האינטואיציה משחקת תפקיד חשוב בתהליך קבלת ההחלטות לא רק בשלבים הראשוניים - סינון ראשוני וחקירה לעומק - אלא גם בשלב הבחירה שבו בוחרים חלופה אחת מתוך רשימת החלופות הקצרה (Gati, 2013). למשל, בחירה במגמת לימוד מסוימת בתואר השני בפסיכולוגיה היא בחירה מורכבת שמלווה בחוסר ודאות. סביר להניח שגם לאינטואיציות יש משקל רב בתהליך, ולא רק בבחירת המגמה אלא גם בדירוג העדיפויות של מוסד הלימודים. המחקר הזה עוסק בחקר האינטואיציות של צעירים וצעירות בהקשר של בחירת תחום לימודים ומקצוע.

תפקיד האינטואיציה בקבלת החלטות קריירה

האינטואיציה היא חלק מרכזי בתהליך קבלת החלטות במגוון תחומים, ובכללם החלטות קריירה, ועשויה להשלים תהליך קבלת החלטות שיטתי (מונח מועדף על פני "רציונלי" בעינינו). זה מכבר הכירו מחקרים מוקדמים על סגנונות קבלת החלטות שנוגעות לקריירה באינטואיציה כגורם מרכזי בהחלטות אלה (Harren, 1979; Krumboltz et al., 1979), וקרישהוק ואחרים (Krieshok et al., 2009) הדגישו את תפקיד עיבוד המידע הלא מודע בהחלטות שקשורות לקריירה. ולמרות ההכרה בחשיבות האינטואיציה עסקו מעט מחקרים אמפיריים (ובכלל זה כתבי העת המרכזיים של הפסיכולוגיה התעסוקתית והייעוצית) באינטואיציה בהקשר של בחירת מקצוע ובמקומה בתהליך ההתערבות התעסוקתית. המונח אינטואיציה אינו מופיע כמעט ברשימת המונחים של ספרים מרכזיים בתחום, והיעדרו מלמד על הקושי למדוד אותה בשל אופייה המופשט והחמקמק. המחקר הזה נועד להתמודד עם האתגר באמצעות התמקדות באינטואיציה בשלב הבחירה בעת קבלת החלטות קריירה.

ניתחנו נתונים ממשתתפים שהתלבטו בין מקצועות שעלו לרשימת הגמר ובחרו להיעזר במכלול של **משוים ובוחרים (מו"ב)** מיוזמתם. התמקדנו בשלושה היבטי אינטואיציה - אינטואיציה סמויה, אינטואיציה גלויה והדיווח העצמי על מידת השימוש באינטואיציה כמו שהוא משתקף בשאלון פרופיל (סגנון) קבלת החלטות. היבטים אלה הושוו לתוצאות ההשוואה השיטתית בין המקצועות שעלו לגמר באמצעות **מו"ב**. בזכות מערך המחקר יכולנו ללמוד על שלושת היבטי האינטואיציה ועל היחסים ביניהם בהקשר של קבלת החלטת קריירה הלכה למעשה.

אינטואיציה סמויה

אינטואיציה סמויה, שמתוארת לעיתים כתהליך תת-מודע, מתבטאת בהתנהגויות אינטואיטיביות לא מודעות ולא מכוונות. במקרה של בחירה בין חלופות שיערנו שהאינטואיציה הסמויה תבוא לידי ביטוי בסדר רישום החלופות שמתלבטים ביניהן, ובפרט שהמקצוע המועדף אינטואיטיבית יירשם ראשון בשל יוריסטיקת הנגישות הזמינות (availability). ואכן, ממצאנו שהמשתתפים נטו לרשום תחילה את המקצוע שעלה ב**מו"ב** כמתאים ביותר: קרוב ל-60% מהמשתתפים רשמו ראשון את המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר ב**מו"ב**. אף שגודל האפקט היה קטן (d של כהן=0.20), ממצא זה מצביע על כך שאינטואיציה סמויה היא אינפורמטיבית, ותחושת הבטן של בני אדם נוטה להתיישב עם ההשוואה השיטתית גם כאשר הם אינם מודעים לה.

אינטואיציה גלויה

אינטואיציה גלויה באה לידי ביטוי בסימון המשתתפים את אחד המקצועות שעלו לגמר כמקצוע מתאים יותר אינטואיטיבית. לרוב המשתתפים (74%) הייתה אינטואיציה בנוגע למקצוע המתאים יותר ברשימה שלהם, ובקרוב 60% מהמשתתפים שסימנו את אחד המקצועות כמתאים יותר אינטואיטיבית היה המקצוע המסומן המקצוע המתאים ביותר בתהליך ההשוואה השיטתית של **מו"ב**. החפיפה הזאת משקפת את האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה. מלבד זאת, בקרב משתתפים שדיווחו על אינטואיציה גלויה היו פערים גדולים יותר בציוני ההתאמה בין המקצוע המתאים ביותר ובין השני בהתאמתו ב**מו"ב** בהשוואה למשתתפים ללא אינטואיציה גלויה. ממצא זה תומך בטענה שהבחירה האינטואיטיבית שלהם הושפעה מהבדלים בהתאמה גם לפני שערכו השוואה שיטתית וגילו את תוצאותיה. התלכדות בין האינטואיציה ובין תוצאת ההשוואה השיטתית ב**מו"ב** יכולה

לתרום לחיזוק הביטחון בחלופה המובילה, וחוסר התאמה משקף את הצורך לברר את מקור הפער בין האינטואיציה לתוצאת המו"ב.

קשר בין אינטואיציה סמויה ובין אינטואיציה גלויה

המחקר מצא התאמה בין האינפורמטיביות של האינטואיציה הסמויה והגלויה. משתתפים שדיווחו על אינטואיציה גלויה היו בעלי סבירות גבוהה פי שניים (60.2%) לרשום תחילה את המקצוע המתאים ביותר בהשוואה למשתתפים שלא דיווחו על אינטואיציה גלויה (29.6%). התלכדות זאת של אינטואיציה סמויה וגלויה תורמת, ככל הנראה, להפיכת תהליך קבלת ההחלטות לפשוט יותר ולחיזוק הביטחון באפשרות הנבחרת, שכן המשתתפים מקבלים חיזוק מהתלכדות המסקנות משני סוגי האינטואיציה.

התוצאות הצביעו על דמיון בין האינטואיציה הסמויה והגלויה - בשתייהן נמצאה הלימה עם המקצוע המתאים ביותר במו"ב. נוסף על כך הראו התוצאות כי ככל שהפער במידת ההתאמה של המקצוע שקיבל את ציון ההתאמה הגבוה ביותר במו"ב ובין ציון ההתאמה של המקצוע השני היה גדול יותר כך גדל הסיכוי שאכן יירשם המקצוע המתאים ביותר ראשון ברשימה וגם גדל הסיכוי שהמשתתף יסמן את אחד המקצועות כמתאים ביותר. כנראה היו למשתתפים אינטואיציות בנוגע למידת ההתאמה של החלופות השונות, ואף שלא תמיד הן היו מודעות, הן באו לידי ביטוי התנהגותי הן בסדר הרישום של המקצועות הן בסימון האקטיבי של אחד המקצועות כמתאים יותר.

דיווח עצמי על מידת השימוש באינטואיציה

בהחלטות קריירה

שאלון פרופיל קבלת החלטות קריירה (CDMPq) היה הבסיס להערכת המשתתפים את נטייתם להתחשב באינטואיציות שלהם בקבלת החלטות קריירה. למשתתפים שדיווחו על אינטואיציה גלויה היו ציונים גבוהים יותר בסולם השימוש באינטואיציה של השאלון לעומת משתתפים שלא דיווחו על מקצוע מועדף אינטואיטיבית. ממצא זה תומך בהנחה שאנשים ונשים שמודעים לתחושתם האינטואיטיבית נוטים להתבסס עליה. עם זאת לא היו ציוני השימוש המדווח באינטואיציה שונים בין משתתפים שהאינטואיציה הגלויה שלהם תאמה את התוצאה המתאימה ביותר במו"ב ובין אלה שהאינטואיציה הגלויה שלהם לא תאמה אותה. ממצא זה מצביע על כך שמתלבטים עשויים לתפוס את עצמם כמשתמשים באינטואיציה, אבל הדבר אינו משקף בהכרח את הערך האינפורמטיבי של האינטואיציה שלהם.

האינפורמטיביות של האינטואיציה

הממצאים משקפים את השונות באינפורמטיביות של האינטואיציה. אינטואיציה סמויה וגלויה היו אינפורמטיביות לרוב המשתתפים, אבל בקרב 40% מהם לא נמצאה התלכדות בין המקצוע המתאים אינטואיטיבית ובין המקצוע שנמצא כמתאים ביותר במו"ב, אף שהמשתתפים סיפקו את כל הנתונים בהשוואה השיטתית. פערים אלה מלמדים שלא כל האינטואיציות תקפות באותה מידה - לאחרים מהמשתתפים היו אינטואיציות אינפורמטיביות, ולאחרים לא. ממצאים אלה מדגישים את הצורך בכלים שיטתיים כמו מו"ב לבדיקת האינפורמטיביות של האינטואיציות בתהליך קבלת ההחלטות.

ומה בנוגע לאינטואיציה של הפסיכולוג התעסוקותי?

לעיתים גם בקרב פסיכולוגים תעסוקתיים ויועצי קריירה עשויה להתעורר אינטואיציה בנוגע לחלופה המתאימה ביותר למתלבט ותהייה אם כדאי לשתף בה את המתלבט וכיצד. במקרים של התלכדות האינטואיציות של הלקוח המתלבט והפסיכולוגית אפשר לשתף את הלקוח, והשיתוף עשוי לחזק את הביטחון בבחירה באותה החלופה. כשאין הסכמה בין האינטואיציות של הלקוח ובין האינטואיציות של הפסיכולוגית התעסוקתית בנוגע לשאלה איזה מקצוע מתאים ביותר ללקוח חשוב לנסות לאתר את מקור הפער. אפשר להיעזר בתוצאת ההשוואה השיטתית של מו"ב לשם כך.

מגבלות ומחקר עתידי

למערך המחקר שהתמקד במשתתפים שמעורבים בפועל בתהליך קבלת החלטות בבחירת המקצוע שלהם יש יתרון, אך יש גם מגבלות. למשל, ייתכן שהמשתתפים הטו באופן לא מודע את הנתונים שהזינו במו"ב לטובת המקצוע שהעדיפו אינטואיטיבית (לדוגמה, חשיבות השיקולים שהייתה בהם התאמת המקצוע האינטואיטיבי למקצוע האידיאלי שלהם). עם זאת סביר שהתהליך השיטתי של מו"ב, תהליך שמתמקד בשיקול מסוים בכל שלב, צמצם את ההטיות האלה בעידוד השוואות ממוקדות ולא הוליסטיות.

מחקרים עתידיים

מחקרים עתידיים יוכלו לבחון את התוצאות ארוכות הטווח של התאמה לעומת אי-התאמה בין האינטואיציה ובין תוצאות ההשוואה השיטתית בהחלטות קריירה. לדוגמה, האם מתלבטים שבחרים במקצוע מתאים אינטואיטיבית אך לא במקצוע המתאים ביותר לפי מו"ב שבעי רצון יותר ממי שבחרו במקצוע המתאים ביותר במו"ב גם כאשר הוא היה שונה מהמקצוע שנראה מתאים אינטואיטיבית? או

אחרים שבהם כבר יש בידי המתלבט מספר חלופות קטן.

סיכום ומסקנות

קבלת החלטות היא תהליך מורכב לא רק כאשר ישנן חלופות רבות (כגון תחומי לימוד ומקצועות), אלא גם כאשר מספרן מצומצם. מודל הסח"ב מסייע בצמצום האפשרויות ובבחירה מתוכן הן בהחלטות קריירה הן בהחלטות אחרות (למשל בקניית דירה או מכונית). בקבלת החלטות כאלה ממלאת האינטואיציה תפקיד מרכזי ומאפשרת הערכה מהירה של חלופות ובחירה מביניהן. המחקר מבליט את האינפורמטיביות של האינטואיציה הגלויה והסמויה במרבית המקרים ובה בעת מראה כי אמירות האינטואיציה תלויות מצב ומשתנה בין אדם למשנהו. לכן כלים שיטתיים כמו מכלול מו"ב (משווים ובוחרים) הם השלמה מתבקשת לאינטואיציה ומאפשרים לאושש בחירה אינטואיטיבית או לערער עליה באמצעות ניתוח והשוואה שיטתית בין חלופות במגוון סוגי החלטות. הפער או ההתאמה בין האינטואיציות של הלוקחות ובין האינטואיציות של הפסיכולוגים מעמידים אתגר לא רק בהקשר התעסוקתי אלא גם במצבים אחרים שבהם קיימת אי-התאמה בין אינטואיציות המטופל ובין אינטואיציות הפסיכולוג המטפל. ממצאי המחקר הזה מלמדים על שונות בין המתלבטים במידת האינפורמטיביות של האינטואיציות שלהם, ולכן שילוב אינטואיציה עם תוצאות הניתוח האנליטי וההשוואה השיטתית עשוי להוביל להחלטות טובות יותר להם ולהקטין את הסיכוי לחרטה בעתיד.

רשימת המקורות בעמוד הבא.

שמה להפך? היבט מעניין נוסף שראוי לבחינה הוא עצם קיומן של האינטואיציות בבחירת מקצוע בקרב מתלבטים מתרבויות שונות והשימוש בהן.

השלכות על קבלת החלטות בתחומים אחרים

אנשים ונשים מקבלים החלטות בתחומים שונים כל הזמן. המכלול של מו"ב יכול לסייע בקבלת החלטות בין מספר קטן של חלופות ש"עלו לגמר" לא רק בבחירת מקצוע אלא גם בתחומים אחרים. אחת המשתמשות במו"ב (בת 24) השתמשה במערכת ביצירתיות. לאחר שהשתמשה במו"ב לבחירת מקצוע שבה ונעזרה במו"ב, הפעם לשם סיוע בבחירת אולם חתונות. נראה שגם ללא היכרות עם מודל סח"ב (סינון, חקירה לעומק ובחירה) לקבלת החלטות היא נעזרה במו"ב לבחירת אולם השמחות. לאחר שסיננה את האולמות שבאים בחשבון וגם חקרה לעומק על אחדים מהם היא נעזרה במו"ב להשוואת אולמות השמחות שעלו לגמר - אולם א', ב', או ג'. לאחר שרשמה את החלופות היא נעזרה במערכת להשוואה שיטתית בין האולמות בשיקולים הרלוונטיים לה שנכללו בהם עלות המנה, הקרבה לכביש 6, מגוון המנות ונוחיות החניה. לאחר שדירגה את חשיבות השיקולים היא העריכה את מידת ההתאמה של שלושת האולמות בכל אחד מהשיקולים לאולם החתונות ה"אידיאלי" בעיניה. מהמשוב שקיבלה היה ברור שאולם א' מוצלח פחות, במידה ניכרת, מאולם ב' וג' שהיו דומים מאוד במידת התאמתם לקריטריונים שלה; לכל אחד מהם היו יתרונות, אבל בשיקולים שונים. נראה שמו"ב נתן מענה על הצורך שלה בקבלת הדרכה וליווי בשלבי קבלת החלטה לא רק בבחירת מקצוע אלא (לאחר הבחירה בחתן) גם בבחירת אולם החתונות. נראה שמו"ב אכן יכול לסייע גם בתחומים

משווים ומרוויחים!
הטבה מיוחדת לחברי הפ"י



10% הנחה
על ביטוח נסיעות לחו"ל

SKY<3>IT
מקבוצת אורן מזרח



- מלכה-גדרון, ת', סקה, נ' וגתי, א' (2023). הקשר בין אי-החלטיות לגבי בחירת מקצוע לבין החלפת תחומי הלימוד במהלך התואר הראשון. *אדם ועבודה*, 20, 49-56. https://www.ayellet.org.il/files/ugd/b4fba4_c8c1f788149040599b30438f7e695005.pdf
- Amir, T., Gati, I., & Kleiman, T. (2008). Understanding and interpreting career decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, 16, 281–309. <https://doi.org/10.1177/1069072708317367>
- Epstein, S. (2010). Demystifying intuition: What it is, what it does, and how it does it. *Psychological Inquiry*, 21(4), 295–312. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2010.523875>
- Gadassi, R., Gati, I., & Dayan, A. (2012). The adaptability of career decision-making profiles. *Journal of Counseling Psychology*, 59, 612–622. <https://doi.org/10.1037/a0029155>
- Gati, I. (2013). Advances in career decision making. In W. B. Walsh, M. L. Savickas, & P. J. Hartung (Eds.), *Handbook of vocational psychology: Theory, research, and practice* (4th ed., pp. 183–215). *Routledge/Taylor & Francis Group*.
- Gati, I., & Asher, I. (2001). The PIC model for career decision making: Prescreening, in-depth exploration, and Choice. In F. T. Leong & A. Barak (Eds.), *Contemporary models in vocational psychology* (pp. 7–54). *Erlbaum*.
- Gati, I., Gadassi, R., & Mashiah-Cohen, R. (2012). Career Decision-Making Profiles vs. Styles: Convergent and incremental validity. *Journal of Vocational Behavior*, 81, 2–16. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.03.004>
- Gati, I., & Kulcsár, V. (2021). Making better career decisions: From challenges to opportunities. *Journal of Vocational Behavior*, 126, Article 103545. (JVB 50th Anniversary Issue). <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2021.103545>
- Gati, I., & Levin, N. (2015). Making better career decisions. In P. J. Hartung, M. L. Savickas, & B. W. Walsh (Editors-in-Chief), *Handbook of career intervention: Vol. 2. Applications* (pp. 193–207). *American Psychological Association*.
- Gati, I., Levin, N., & Landman-Tal, S. (2019). Decision-making models and career guidance. In J. A. Athanasou & H. N. Perera (Eds.), *International handbook of career guidance* (2nd ed., pp. 115–145). *Springer*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-25153-6_6
- Harren, V. A. (1979). A model of career decision making for college students. *Journal of Vocational Behavior*, 14(2), 119–133. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(79\)90065-4](https://doi.org/10.1016/0001-8791(79)90065-4)
- Hodgkinson, G. P., Langan-Fox, J., & Sadler-Smith, E. (2008). Intuition: A fundamental bridging construct in the behavioural sciences. *British Journal of Psychology*, 99, 1–27. <https://doi.org/10.1348/000712607X216666>
- Kahneman, D. (2002). Maps of bounded rationality: A perspective on intuitive judgment and choice. *Nobel Prize lecture*, 8, 351–401.
- Kahneman, D. (2009). Can we trust our intuitions? In A. Voorhoeve (Ed.), *Conversations on ethics* (p. 67–84). *Oxford University Press*.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. *Farrar, Straus, & Giroux*.
- Katz, M. R. (1966). A model of guidance for career decision making. *Vocational Guidance Quarterly*, 15, 2–10. <https://doi.org/10.1002/j.2164-585X.1966.tb01148.x>
- Klein, J., & Weiss, I. (2007). Towards an integration of intuitive and systematic decision making in education. *Journal of Educational Administration*, 45(3), 265–277. www.emeraldinsight.com/0957-8234.htm

- Krieshok, T. S., Black, M. D., & McKay, R. A. (2009). Career decision making: The limits of rationality and the abundance of non-conscious process. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 275–290.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.006>.
- Krumboltz, J. D., Scherba, D. S., Hamel, D. A., Mitchell, L., Rude, S., & Kinnier, R. (1979). The effect of alternative career decision-making strategies on the quality of resulting decisions. *Stanford University: Final Report* (ERIC ED195824.pdf).
- Pham, M., Lam, B. Q., & Tuan Ngoc Bui, A. (2024). Career exploration and its influence on the relationship between self-efficacy and career choice: *The moderating role of social support*. *Heliyon*, 10(11), e31808.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e31808>
- Robertson, P. J. (2013). The well-being outcomes of career guidance. *British Journal of Guidance & Counselling*, 41(3), 254–266. <https://doi.org/10.1080/03069885.2013.773959>
- Sampson, J. P. Jr., Lenz, J. G., Bullock-Yowell, E., Osborn, D. S., & Hayden, S. C. W. (Eds). (2023). Cognitive information processing: Career theory, research, and practice. *Florida State Open Publishing*.
https://doi.org/10.33009/fsop_sampson1123
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1995). Decision-making style: The development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818–831.
<https://doi.org/10.1177/0013164495055005017>
- Sinclair, M., & Ashkanasy, N. M. (2005). Intuition: *Myth or a decision-making tool?* *Management Learning*, 36, 353–370. <https://doi.org/10.1177/1350507605055351>.
- Sipman, G., Tholke, J., Martens, R., & McKenney, S. (2019). The role of intuition in pedagogical tact: Educator views. *British Educational Research Journal*, 45 (6), 1186–1202. <https://doi.org/10.1002/berj.3557>
- von Winterfeldt, D., & Edwards, W. (1986). Decision analysis and behavioral research. *Cambridge University Press*.



**ביטוח לחבר
הכי טוב שלך**

קורס אילוף מתנה + הנחה 100 ₪ באתר
למצטרפים חדשים עד ה-31.7.2025
לחברי וחברות הסתדרות הפסיכולוגים

סרקו את הברקוד - להטבה ייחודית לחברי וחברות הפי"

033170001 📞





תאוריית ההתקשרות בפסיקה: כיצד היא עשויה לגרום להחלטות משפטיות מיטביות?

אבי שגיאי־שורץ¹

תקציר

לעיתים נדרשים בתי המשפט להכריע בסוגיות רגישות ומורכבות שנוגעות לעתידם של ילדים, למשל במשמורת, באימוץ ובאומנה. להכרעות האלה עשויות להיות השפעות ארוכות טווח על רווחת הילד, ולעיתים הן נשענות על חוות דעת מקצועיות של פסיכולוגים, פסיכיאטרים ועובדים סוציאליים. אף שהתמיכה הזאת חיונית היא גם טעונה ועלולה להטות את הכף בין שיקולים מקצועיים, מוסדיים ומשפטיים, ולעיתים אף להיות מושפעת מהטיות אישיות שנוגדות את טובת הילד. במאמר זה אני בוחן כיצד יישום מושכל של תאוריית ההתקשרות על ידי פסיכולוגים ואנשי רווחה עשוי להעמיק את ההבנה של טובת הילד ולהשפיע כראוי על הכרעות שיפוטיות במצבים שונים. בהקשר זה מובאים שלושה פסקי דין שעוסקים במקרה של סופיה לצד פסקי דין רלוונטיים נוספים. המקרה של סופיה ממחיש בחדות את המורכבות: פסק דינו של בית המשפט לענייני משפחה בראשון לציון הורה להעבירה להוריה הגנטיים. ולדעתי, ומתוך הסתמכות על ידע שמבוסס על תאוריית ההתקשרות, נפל בו פגם מהותי. הפגם, בעיקרו, קשור לחוות דעת פסיכולוגית שאינה מבוססת דייה. לעומתו קיבל בית המשפט המחוזי בלוד את ערעור ההורים המגדלים והותיר את סופיה עימם מתוך הישענות על חוות דעת שמבוססת על תאוריית ההתקשרות. בית המשפט העליון הותיר את החלטת בית המשפט המחוזי על כנה והורה להשאיר את סופיה אצל הוריה המגדלים.

הישענות על תאוריית ההתקשרות נעשית שכיחה יותר ויותר, בעולם וגם בישראל, בנושאים רבים שקשורים למניעה ולהתערבות ובכללם סוגיות מורכבות שעולות בבתי המשפט לענייני משפחה ולנוער. כתיבה מפורטת על אודות תאוריית ההתקשרות היא משימה עצומה בפני עצמה, וכבר

נכתב עליה רבות (Cassidy & Shaver, 2016). מטרתי העיקרית במאמר זה היא להציג את האופן שבו עשויה תאוריית ההתקשרות לסייע לפסיכולוגים ולבעלי מקצוע אחרים בתחום בריאות הנפש כשהם מתבקשים להגיש לבתי המשפט חוות דעת בקשר לטובת הילד במצבים מורכבים כמו המקרה של סופיה ובמצבים קשים אחרים. מטרה זאת נעשית חשובה שבעתיים מאחר ששופטים שמעורבים במתן הכרעות הרות גורל הם בעלי רקע משפטי ונעדרי ידע בתחום בריאות הנפש בכלל ובפסיכולוגיה התפתחותית בפרט. על כן חוות דעת פסיכולוגית, ובעיקר חוות דעת שניתנת מטעם פסיכולוג שמינה בית המשפט, עשויה לעצב את הכרעת הדין, לטוב ולרע.

תשומת לב מיוחדת מצד קהילת הפסיכולוגים, הפסיכיאטרים והעובדים הסוציאליים מופנית אל הצהרת ההסכמה במאמר (Forslund et al., 2022) *Attachment goes to the court* שבו תאוריית ההתקשרות והמחקר הרב סביבה נידונים בהרחבה. בהצהרת ההסכמה מתוארות הסיבות להתעניינות הגוברת בתאוריה, מפורטות סיבות שעלולות להקשות על השימוש הבונה בה ומצוינות הבנות מוטעות נפוצות שלה והשפעותיהן. בתוך כך מדובר שם על מגוון תחומים יישומיים ובכלל זה קבלת החלטות בבתי המשפט לענייני משפחה בקשר להורות במצבי גירוש ואימוץ ובבתי המשפט לנוער האמורים להגן על ילדים שחווים הורות פוגענית במידה שמסכנת מאוד את רווחתם. 70 חוקרי התקשרות מכל רחבי העולם פרסמו את הצהרת ההסכמה כדי לשפר את הבנת התאוריה, למנוע הסתמכות על מידע מוטעה ולהנחות את השימוש בתאוריה על בסיס ראיות מחקר (שם).

הצהרת ההסכמה זכתה להתעניינות נרחבת עד כדי הפצתה בכמה שפות (איטלקית, סינית, ספרדית, פולנית וצרפתית). מוצעים בה שלושה עקרונות מרכזיים בתאוריית ההתקשרות שמבוססים על חמישה עשורים ויותר של מחקר. לדברי 70 המומחים אמורים העקרונות הללו לשמש בסיס לבעלי

¹פרופ' אבי שגיאי־שורץ הוא פסיכולוג התפתחותי מומחה מדרוך. בעבר כיהן בתפקיד דקן הפקולטה למדעי החברה והדקן ללימודים מתקדמים באוניברסיטת חיפה. כן הוא ייסד וניהל שם, עד פרישתו, את המרכז לחקר התפתחות הילד. הוא פרופסור מן המניין (אמריטוס) בבית הספר למדעי הפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה ועומד שם בראש התוכנית הבין־לאומית לחינוך והתפתחות בגיל הרך לארצות מתפתחות במסגרת בית הספר לטיפול, ייעוץ והתפתחות האדם בפקולטה לחינוך. הוא משמש גם פרופסור מן המניין בחוג לפסיכולוגיה במכללה האקדמית תל חי (אוניברסיטה בהקמה). דוא"ל: sagi@psy.haifa.ac.il; טלפון: 054-2688310.

של ממש (Dozier et al., 2014; Gauthier & Jeliu, 2004), ולכן יש למנוע אותה בכל דרך אפשרית. לפיכך הפרדת ילד מדמויות התקשרות חייבת להטריד אותנו כבעלי מקצוע ביתר שאת. לעיתים אין מנוס מפעולה כזאת, ובייחוד במקרים של הורים ביולוגיים שמתגלים כחסרי מסוגלות הורית וכמי שמסכנים את הילד סכנה של ממש (Dozier et al., 2014).

(1) ילדים זקוקים לקשר עם דמויות התקשרות מוכרות שאינן פוגעניות; (2) הרציפות בקשר הורי זה שנחשב "טוב דיו" חשובה מאוד; (3) צריך להבין את התרומה של רשת התקשרות, קרי זמינות של כמה דמויות התקשרות בזמנית, בדרך כלל אם ואב

במאמר זה אתמקד בהמלצות לשימוש מיטיב בתאוריה ובמחקר סביבה. ההמלצות הללו רלוונטיות מאוד למקרה של סופיה ולמקרים מורכבים אחרים. נתחיל ברקע קצר שקשור למקרה של סופיה שמעלה על הדעת את תאוריית ההתקשרות. פרשת סופיה עוסקת במקרה טרגי של החלפת עוברים בבית החולים אסותא. בעקבות ההחלפה נולדה תינוקת להורים שאינם ההורים הגנטיים שלה. הסוגיה המשפטית המרכזית עוסקת בשאלה אם תישאר הפעוטה עם הוריה המגדלים או תועבר ל"הוריה" הגנטיים. אני מוסיף כאן מירכאות להורים כי בעצם הם מעולם לא שימשו הורים לסופיה. בסוגיית מיהו ההורה נסב דיון מורכב ומפורט בפסק הדין בערעור בבית המשפט המחוזי (פלונים נ' אלמונים, 2024). המקרה מציב אתגרים פסיכולוגיים ומשפטיים מובהקים, שכן מדובר לא רק בשאלה של קביעת ההורות המשפטית אלא גם בהשפעות הפסיכולוגיות על הילדה ועל טובתה. בפסק הדין של בית המשפט לענייני משפחה בראשון לציון (אלמוני ואח' נ' אלמוני ואח', 2023) ושל בית המשפט המחוזי בלוד (פלונים נ' אלמונים, 2024) מוצגות גישות שונות בקשר להיבטים הפסיכולוגיים של טובת הילדה. למקרה סבך זה ישנם היבטים חשובים במישורים שונים: המשפטי, הערכי, הפילוסופי, החברתי והפסיכולוגי. היטיבו לדון בכל אלה שלושת שופטי בית המשפט המחוזי בפסק דין מפורט מאוד (פלונים נ' אלמונים, 2024), והוא אף קיבל את תמיכת בית המשפט העליון זה לא כבר (פלונים נ' אלמונים, 2025), אך לא ארחיב כאן על כולם.

אבחן פה בעיקר את ההיבטים הפסיכולוגיים-התפתחותיים של המקרה מתוך ניתוח פסקי הדין הסותרים והפערים בין חוות דעת פסיכולוגיות ופסיכוסוציאליות שונות והשפעותיהן

מקצוע בבית המשפט. ואלה העקרונות: (1) ילדים זקוקים לקשר עם דמויות התקשרות מוכרות שאינן פוגעניות; (2) הרציפות בקשר הורי זה שנחשב "טוב דיו" חשובה מאוד; (3) צריך להבין את התרומה של רשת התקשרות, קרי זמינות של כמה דמויות התקשרות בזמנית, בדרך כלל אם ואב. שלושת העקרונות האלה מתיישבים עם הנקודות העיקריות של התאוריה (Bowlby, 1988). על פי העיקרון הראשון קיימת נטייה מולדת ואוניברסלית להתקשר אל כל מי שמכונן קשרים עם הילד:

To say of a child that he is attached to, or has an attachment to someone, means that he is strongly disposed to seek proximity to and contact with a specific figure, and to do so in certain situations, notably when he is frightened, tired or ill (Bowlby, 1984, p.371).

(לומר על ילד שהוא קשור אל מישהו, או שיש לו התקשרות אל מישהו, משמעותו שהוא נוטה לחפש קרבה או מגע עם דמות ספציפית זו, והוא עושה זאת בסיטואציות מסוימות, במיוחד כאשר הוא מפוחד, עייף או חולה).

על פי העיקרון השני מדובר בקשר רגשי נמשך בין הילד ובין המטפל. קשר רגשי זה מתפתח במשך שנת החיים הראשונה של הילד ומוסיף להתפתח ולהתגבש כשהוא גדל להיות פעוט וילד ואף אחר כך. ככל שזמינות הקשר בין התינוק ובין דמות כלשהי עקבית ונמשכת כך היא יוצרת התקשרות עם הדמות הזאת (Karen, 1994). מן הראוי להדגיש כי ישנה הסכמה שצריך לדבר פחות על הורה שפועל ל"טובת הילד המיטבית" (the best interest of the child) ויותר על הורה שמשמש, ברציפות ובהתמדה, הורה "טוב דיו" (good enough). טיפול טוב דיו מאופיין ברמה מספקת של מענה על צורכי הילד לאורך זמן (Van IJzendoorn et al., 2019). חוקרי התקשרות פיתחו התערבויות יעילות וקצרות מועד שעשויות לסייע להורים במתן טיפול רציף וטוב דיו, בעל השפעות חיוביות על איכות ההורות וההתקשרות של הילד (Steele & Steele, 2018). השאיפה לרציפות בטיפול טוב דיו ורציפות בקשרי התקשרות בין הילד ובין ההורה מטרתה טובת הילד.

לבסוף, על פי העיקרון השלישי, מפתחים רוב התינוקות או הפעוטות כמה קשרי התקשרות, גם עם האב וגם עם האם (Bowlby, 1984; Dagan & Sagi-Schwartz, 2018, 2021; Madigan et al., 2024). קיומן של כמה דמויות התקשרות בזמנית יוצרת רשת ביטחון חשובה לילד. יתרה מכך, כל התערבות מקצועית, ובכללה החלטה שיפוטית, שמאפשרת פירוק מערכות התקשרות אלה עלולה לגרום לילד נזקים

על טובת הילדה. תאוריית ההתקשרות (Bowlby, 1988) תומכת בעמדתם של שלושת שופטי בית המשפט המחוזי שצינו בהדגשה כי "יש לזכור כי תקופת הזמן הראשונה בחייו של הקטין חשובה ביותר ליצירת קשר עם דמות מטפלת ראשונית. להתקשרות הראשונית (attachment), כבר בינקות, בין הילד לבין הדמויות המטפלות בו חשיבות רבה בהתפתחות הרגשית של הקטין בהמשך חייו" (מתוך דברי השופט ויצמן).

מדוע לתאוריית ההתקשרות יתרונות בקישור בין ילדים ובין עולם המשפט? במקרה של "תינוק המריבה" (פלונת ופלונת ואח' נגד ההורים הביולוגיים, 2005) הידוע מלפני 20 שנה בקירוב (ועל כך בהרחבה מסוימת בהמשך) הצעתי סדרת קריטריונים לתאוריה תקפה. קריטריונים אלה מחייבים אותנו כבעלי מקצוע, ויש להתבסס עליהם (שגיא־שורץ, 2004). חשוב להבטיח שהמכלול השלם של הקריטריונים מתמלא, ויש לעשות כל שביכולתנו כדי שבעלי מקצוע בתחום בריאות הנפש של פעוטות, וגם שופטים, יפנימו את הגישה הזאת. ברשימת הקריטריונים נכללות תאוריה שעוסקת בהתפתחות רגשית־חברתית של ילדים מתוך ראייה של כל מעגל החיים; תאוריה שעוסקת ישירות ביחסי הורה־ילד; תאוריה שעוסקת בתגובות רגשיות של ילדים על פְּדָה ועל אובדן; תאוריה בעלת ביסוס מחקרי רב; תאוריה בעלת כלי מדידה מחקריים ויישומיים; ותאוריה שמציעה אופני התערבות. להערכת, התאוריה ההתפתחותית היחידה שממלאת את כל הדרישות האלה כיום היא תאוריית ההתקשרות כמו שהיא באה לידי ביטוי בהצהרת ההסכמה שחתומים עליה עשרות מומחים עולמיים בתחום כאמור (Forslund et al., 2022).

שני פסקי דין תקדימיים מן העבר שמאירים את הנושא

כדי לחדד את חשיבותה של תאוריית ההתקשרות בסוגיות כה מורכבות אציג בקצרה שני פסקי דין תקדימיים ובהם החלטות סותרות שנידונו בבית המשפט העליון. המקרה של ברונה (קרולין) וסקונסלס, הילדה הברזילאית שהוחזרה אל אימה הביולוגית בהיותה בת שנתיים בהוראת בג"ץ (רוסילדה קונסלס ואח' נ' שמחה תורג'מן, 1988), התרחש לפני 37 שנה והוא מוכר היטב. מקרה זה חייב לשמש מקור השראה מקצועית לאנשי בריאות הנפש בגיל הרך ובאותה מידה גם למערכת המשפט (המשמעות של טיפול בתיק בג"ץ ולא כערעור מובהרת בפסק הדין). במקרה זה ניתנה החלטה שיפוטית סיכונית לילדה ולהוריה המאמצים. אני מציג אותו

לא כביקורת על השופטים, שכן מערכת השפיטה בנויה כך שהשופטים נעדרים ידע פסיכולוגי, אלא יותר בהדגשת תפקידנו המשמעותי כל כך כפסיכולוגים בעת שאנחנו משמשים יד ימינו של בית המשפט.

המקרה השני, "תינוק המריבה", העסיק את בתי המשפט השונים לפני שני עשורים בקירוב, ובסופו של דבר הסתיים התהליך בערעור בבית המשפט העליון (פלונת ופלונת ואח' נ' ההורים הביולוגיים, 2005). אומנם אלה מצבים שונים - פרשת קרולין ברונה עסקה בילדה, ילידת ברזיל, שנחטפה כתינוקת ואומצה על ידי בני הזוג תורג'מן מישראל כשהייתה בת חודשים אחדים, והם נתנו לה את השם קרולין. את בני הזוג הוליכה שולל רשת שעסקה בחטיפת תינוקות ובמכירתם. במקרה של ההורים המיועדים לאימוץ לעומת זאת, מקרה שמוכר כ"תינוק המריבה", ביקשה האם הביולוגית למסור את התינוק מרצונה, ובהסכמתה אפשרה את תחילתו של הליך אימוץ בדרך חוקית לחלוטין. ואוסף עליו את עניינה של סופיה - המושא העיקרי של דיונונו כאן - גם ההורים המגדלים של סופיה פעלו בדרך חוקית לחלוטין. אומנם יש הבדלים משפטיים, טכניים ופורמליים בין שלושת המקרים, אך לשלושתם מכנה משותף ברור - השאלה עד כמה מתבסס בית המשפט על העצה המקצועית המהימנה ביותר שמשקפת נאמנה את הידע הקיים בתחום.

כאשר משתמשים בחוות דעת פסיכולוגית ללא תשתית המשגתית־מחקרית מספקת קיים סיכון רב לטעויות שיפוטיות, והן עלולות לפגוע בטובת הילד. טעות כזאת אכן קרתה במקרה של ברונה וסקונסלס ועמדה להתרחש בעקבות החלטת בית המשפט לענייני משפחה ובית המשפט המחוזי בפרשת "תינוק המריבה". גם במקרה של סופיה עלולה הייתה החלטת בית המשפט לענייני משפחה לפגוע בטובת הילדה עד ששינה בית המשפט המחוזי את ההחלטה, והשינוי אושר גם בבית המשפט העליון. במקרה של "תינוק המריבה" היה צורך אף בהחלטת בית המשפט העליון לשם תיקון ההחלטות של שתי הערכאות הקודמות.

אם כך, הסוגייה המרכזית שצריכה להעסיק אותנו, כבעלי מקצוע בתחום בריאות הנפש של פעוטות, היא היכולת "להיכנס לנעליה של הפעוטה" - לראות את העולם מנקודת מבטה. האם אנחנו מצליחים באמת להעמיד את עצמנו במקום שהילדה עומדת בו? האם אנחנו - פסיכולוגים, עובדים סוציאליים ושופטים - מבינים את עולמה הפנימי של הילדה וחווים את תחושותיה? האם הילדה עומדת במרכז הדיון? והאם צרכיה הרגשיים מקבלים את היחס הראוי?

ברונה (קרולין) וסקונסלס

המקרה של ברונה היה מורכב ומטלטל, בייחוד משום שהיא נחטפה - לא על ידי הוריה המאמצים אלא על ידי מי שהעביר אותה לידיהם. הסוגיה שעמדה לפני בג"ץ אפוא היא החזרת תינוקת שנחטפה מידי אימה בברזיל ונמסרה לאימוץ לזוג בישראל (קונסלוס נ' תורג'מן, 1988). לימים פסק בג"ץ שהאימוץ לא היה חוקי מנקודת מבטו של החוק הישראלי, עובדה שלא הייתה ידועה להורים, ודיון מפורט על כך מתואר בפסק הדין. לנוחיות הכתיבה בלבד אמשך לקרוא להם הורים מאמצים. עם זאת הסוגיה הזאת משמעותית פחות להערכתנו, כמו שאתאר להלן, ולו מנקודת המבט של טובת הילדה. נקודת מבט זאת באה לידי ביטוי גם בדיון של בג"ץ, אף שהיא לא אומצה שם, וטובת הילדה על פי תאוריית ההתקשרות לא הובאה בחשבון. בפסק הדין ציטטו מדברי השופט אהרון ברק בפסק דין אחר שדן בהרחבה בשאלת מידת הפגיעה בטובת הילד וכתבו שם שעל בית המשפט להתחשב בה במסגרת הדיון וההחלטה הסופית. ואלה דבריו (קבלי נ' קבלי, 1983):

שליטת הזכות של ההורה להחזיק בילדו, היא "שבירת מסגרת התא המשפחתי, ואין להצדיקה על פי המבחן הצר של טובת הקטינה", אלא רק כאשר קיימת "סיבה מיוחדת ויוצאת דופן" להכריע על פי טובת הקטינה. מהו "המבחן הצר" של טובת הילד, ואימתי קיימת "סיבה מיוחדת, ויוצאת דופן", דבר זה תלוי הוא בנסיבות כל מקרה ומקרה, ואין זה אפשרי, ואף אין זה רצוי, לקבוע בו הגדרות ומסמרות.

כלומר השופט ברק הדגיש כאן שכאשר ישנן סיבות מיוחדות ויוצאות דופן עשויה טובת הילד לגבור על כל שיקול אחר (עמ' 714-715). ושוב מצטטים בבג"ץ, בעניינה של ברונה, את השופט ברק שציין בחדות רבה כי

טובת הילד עשויה לחייב לשמור על הסטטוס־קוו שנוצר לאחר החטיפה, ובכך למנוע את הסעד המבוקש, תוך הפניית הצדדים לבית משפט מוסמך בישראל. טובת הקטין, שיש להתחשב בה, היא איפוא, אם טובתו מחייבת שמירת המצב הקיים ואי החזרתו להורה בעל הזכות אפילו במסגרת צרה וארעית זו. מהי אותה טובת קטין? התשובה היא, שטובת הקטין, המצדיקה שמירת הסטטוס־קוו שנוצר על ידי מעשה החטיפה הבלתי חוקי, היא במניעתו של נזק ממשי, שעשוי להיגרם לו אם יועבר לידי ההורה בעל הזכות... אם בכל זאת נדרשת "עזרה ראשונה", המונעת השבת הקטין לבעל הזכות, הרי צריך להצביע על נסיבות מיוחדות וחריגות

המחייבות זאת, ומשמעותן של נסיבות אלה היא, שהשבת הקטין להורה בעל הזכות אינה אפשרית, שכן ייגרם לקטין נזק ממשי.

קביעותיו של השופט ברק מתיישבות היטב עם שלושת העקרונות שנידונו לעיל בהצהרת ההסכמה של מומחי תאוריית ההתקשרות. ולמרות קביעתו של השופט ברק, שכה תואמת את תאוריית ההתקשרות, ואף שציטטו אותו שופטי בג"ץ בעניינה של ברונה, הם החליטו להשיבה להוריה הביולוגיים.

כבר לפני שני עשורים בקירוב הצעתי סיבה לטעותו של בג"ץ בהחלטתו לנתק את הילדה מהוריה המאמצים ולהשיבה לאימה בברזיל על בסיס תאוריית ההתקשרות (שגיא־שורץ, 2004). לא זו בלבד שלא נשענו שופטי בג"ץ על דברי השופט ברק אלא שהם אף העלו כמה נימוקים שאינם נתמכים במחקר מבוסס וסותרים לחלוטין את תאוריית ההתקשרות. עמדו לפנייהם שתי חוות דעת פסיכולוגיות סותרות - אחת מטעם האם הביולוגית, שלא צפתה קשיים כה רבים בהפרדת הילדה מהוריה המאמצים, ואחת מטעם ההורים המאמצים, שצפתה קשיים רבים וסיכונים גדולים לילדה אם תופרד מהוריה המאמצים. השופטים העדיפו את חוות הדעת שנכתבה בעבור האם הביולוגית מברזיל. הם הדגישו את העובדה שחלפה תקופה קצרה למדי (שנתיים בקירוב) מעת מסירת ברונה להורים המאמצים ועד שהועלתה לראשונה

הדרישה להחזרתה להורים הביולוגיים. ועוד נאמר:

צריכים המשיבים (קרי, ההורים המאמצים, אש"ש), שחזקתם בקטינה היא ללא בסיס חוקי כלשהו, להוכיח שכתוצאה מהעברת הילדה מחזקתם לחזקת הוריה הטבעיים ייגרם לה נזק ממשי, שחשש גדול ומבוסס מקנן שמא לא ניתן יהא לתיקון. המשיבים לא הרימו נטל הוכחה זה, ואף לא מקצתו (קונסלוס נ' תורג'מן, 1988, עמ' 14).

האמירות הללו משקפות חוסר התמצאות בהבנת עשורים רבים של מחקר שתומך בטענה שהשנתיים הראשונות לחיים הן תקופה קריטית לבניית מסד רגשי חשוב ולגיבוש ביטחון בסיסי בקשרים קרובים ובין־חברתיים. מסד זה חשוב עד כדי כך שריסוק התשתית הזאת עלול לגרום לקריסת המסד ולשברים שקשה לתקנם. למרבה הפלא ציפו שופטי בג"ץ כי יוטל נטל ההוכחה על הנזקים הצפויים ישירות על ההורים המאמצים, בשעה שברור, על פי תאוריית ההתקשרות, כי העברת ברונה מההורים המאמצים להורים הביולוגיים משולה לזריקת כלי שביר על הרצפה, כלי שהתפוצץ לרסיסים בעקבות הנפילה. אומנם ייתכן שאפשר לאסוף את השברים ולהדביקם, אך היצירה המודבקת לעולם לא תדמה

ליצירה המקורית שלפני הריסוק (על האופן שבו סותרת פרשנות בית המשפט העליון את טובת הילד ראו עוד אצל שגיאי־שורץ ושניט, 2014).

אין נתונים סדורים על התפתחותה של ברונה ומצבה לאחר שחזרה לברזיל (כיום היא בת 39). התקשורת עקבה אחריה במשך השנים, ונילי טל ז"ל, במאית ומפיקה ישראלית של סרטי תעודה שהלכה לעולמה לפני שנה בקירוב, למצער הלב, הרבתה להיות בקשר ישיר עימה (ויקיפדיה על נילי טל, 2004). ממנה למדנו עד אז כי בילדותה עזבה אותה אימה ובתוך כך נפרדה מלואיז, בן זוגה ואביה של ברונה, ויצרה קשרים עם גברים מזדמנים חדשים בחייה; היא לא זכתה לגדול במשפחה אוהבת, חמה, מתפקדת ושלמה כמו שניבאו אחדים מהעוסקים במלאכה בעת הדיון בבג"ץ; היא ברחה מהבית כשהייתה בת 13; כשהייתה בת 14 ילדה את ילדה הראשון ובהגיעה לגיל 16 את ילדה השני, שניהם מגברים שנשטשו אותה; אין סימנים שהיא ניהלה חיי משפחה תקינים לעצמה ולילדיה, ועל כן ב־2008 לקחו ממנה הרשויות את שני ילדיה מכיוון שלא הייתה מסוגלת לגדלם. מאז אין לנו פרטים נוספים על אודותיה.

כדאי לשקול מה מלמדות תוצאות חיים אלה, ואחרות שלא תוארו כאן, על הסתגלותה של ברונה לאחר שנותרה מהוריה המאמצים. תמונת המצב המסתמנת אינה טובה. יש כאן מוסר השכל מקצועי שאפשר להפיק מהחלטת בג"ץ וחוות הדעת הפסיכולוגית שתמכה בהחלטה השיפוטית בקשר לכל מקרה שעולה בו המחשבה לנתק את הילד מהוריו המאמצים או המגדלים ולהחזירו אל ההורים הביולוגיים, בעיקר לאחר שנה ויותר של חיים עם מי שהפכו להיות ההורים הפסיכולוגיים. מנקודת מבטה של תאוריית ההתקשרות, גם ברונה אז, גם "תינוק המריבה" אחר כך וגם סופיה כיום מרגישים ככל הנראה כך: "אימא, אבא אני זקוק, או זקוקה, לכם, לא לאחרים - אל תתנו לרסק אותי, אנא שמרו עליי".

"תינוק המריבה"

על בסיס המקרה של ברונה דנתי במקרה של "תינוק המריבה" שהעסיק את בתי המשפט השונים לפני שני עשורים בקירוב (שגיאי־שורץ, 2004), ובסוף התהליך התקבל הערעור בבית המשפט העליון. הצגתי את הצורך להשאיר את התינוק אצל ההורים המיועדים לאימוץ ולא להחזירו אל ההורים הביולוגיים. בית המשפט לענייני משפחה ובית המשפט המחוזי החליטו כי התינוק יועבר אל ההורים הביולוגיים,

אבל בית המשפט העליון, תחת פסק הדין של השופט אהרון ברק ועמיתיו, הפך את ההחלטה שנשענה בעיקר על תאוריית ההתקשרות ומחקריה. את פסק הדין העיקרי אשר קבע כי יש להשאיר את התינוק אצל הוריו המאמצים כתב הנשיא אהרון ברק (חמישה שופטים הצטרפו אליו, ורק שופטת אחת סברה אחרת) (פלונית ופלונת ואח' נגד ההורים הביולוגיים, 2005). הוא קבע בו כי אם יועבר התינוק להורים הביולוגיים עשויה ההעברה לגרום לו נזק קשה וכי המקום הטוב לתינוק הוא במקום שהוא נמצא בו היום. וכך נאמר שם:

ביטול ההכרזה על היות הקטין בר אימוץ כלפי אביו² והעברתו להורים הביולוגיים בטווח הקצר, יגרום נזק קשה לקטין. נזק זה יהפוך את הקטין לקטין בסיכון, וההורים הביולוגיים לא יוכלו בטווח הקצר להתמודד עם מצב דברים זה. כמו כן, הורים המבקשים לאמץ, כל עוד הילד ממשיך את חייו עמם, אין הוא כלל ילד בסיכון, וכל שנדרשת היא הורות ממוצעת ורגילה. זו ואף מעבר ממנה נתונה לו אצל ההורים המבקשים לאמץ.

קביעותיו של השופט ברק ועמיתיו שוב עולות בקנה אחד עם שלושת העקרונות שצינו לעיל בקשר לתפיסתה של תאוריית ההתקשרות. בהמשך אראה כי החלטה זאת אף תואמת את נקודת המבט של מומחית מתחום הפסיכולוגיה ההתפתחותית בעניינה של סופיה.

למרות פסק הדין המנומק של השופט ברק לפני 20 שנה בקירוב, גם היום לא תמיד מובנת עד תום תרומתה של תאוריית ההתקשרות, ועדיין יש לא מעט אי־הבנות וטעויות בנושא (Forslund et al., 2022). אי־הבנה כזאת אכן התרחשה בהחלטת בית המשפט לענייני משפחה במקרה של סופיה שנשען על חוות דעת פסיכולוגית. נראה כי מערכת המשפט לענייני משפחה בישראל עדיין אינה מודעת דייה לעובדה שלעיתים מוגשת חוות דעת שאין לה אוריינטציה התפתחותית עדכנית ומספקת, קל וחומר כאשר היא אינה מתבססת כראוי על תאוריית ההתקשרות, על שיטותיה ועל מחקריה הרבים והמגוונים.

סופיה וחוות הדעת שהנחו את החלטות בתי המשפט

הבעיה ההמשגתית העיקרית בחוות הדעת הפסיכולוגית שהוגשה לבית המשפט לענייני משפחה נובעת מהתמקדותה במסוגלות הורית עתידית של ההורים הגנטיים. לדעת, זאת אינה הסוגיה העיקרית מנקודת מבטה של סופיה

² לא אכנס לסוגיית הזכרת האב ולא האם. יש כאן עניין רשמי־משפטי שמובהר היטב בפסק הדין, והוא אינו רלוונטי במיוחד לדיונו כאן.

היו לסופיה שום יחסי התקשרות. בפסיקה צוין כי התועלת של המעבר להורים הגנטיים, על בסיס בניית זהות וקשר לשושלת משפחתית, עולה על הנזק שייגרם בעקבות ניתוק מההורים המגדלים וכי אף יהיה אפשר למצוא מזור לקושי בניתוק מההורים הפסיכולוגיים (ציטוט מלא באלמוני ואח' נ' אלמוני ואח', 2023, עמ' 7-8).

ככל שזמינות הקשר בין התינוק ובין דמות כלשהי עקבית ונמשכת כך היא יוצרת התקשרות עם הדמות הזאת. מן הראוי להדגיש כי ישנה הסכמה שצריך לדבר פחות על הורה שפועל ל"טובת הילד המיטבית" (the best interest of the child) ויותר על הורה שמשמש, ברציפות ובהתמדה, הורה "טוב דיו" (good enough)

בד בבד עם חוות הדעת הפסיכולוגית שהסתמך עליה השופט בבית הדין לענייני משפחה הוגש תסקיר של משרד הרווחה שערכו שתי עו"סיות בכירות שמייצגות את תחומי האימוץ וסדרי הדין. התסקיר המלא אינו עומד לרשותנו, אך מקריאת פסק הדין משתמע כי העו"סיות התמקדו בתאוריית ההתקשרות שעל פיה צפוי קושי ונזק בעקבות הניתוק. התסקיר אף ציין את מצב בריאותה של סופיה, מתקופת ההיריון ועד עצם היום הזה, ואת ההשפעות על מצבה הרגשי, עובדה שממחישה עוד יותר את סיכוני הניתוק מההורים המגדלים. השופט אומנם ציין כי הוא מכיר בסוגיית ההתקשרות ובקושי בניתוק, אך לדעתו העובדות הסוציאליות הגזימו בהדגשתן את מרכיב ההתקשרות (ציטוט מלא באלמוני ואח' נ' אלמוני ואח', 2023, עמ' 8). זאת דוגמה לאי־הבנה מהותית של השופט את הליך התפתחות ההתקשרות. הוא אף ביטל את החשיבות של ההתקשרות בגלל גילה הצעיר בזמן כתיבת הדוח. מסתמן כאן אפוא חוסר התמצאות בעשורים רבים של מחקר מקיף שתומך בטענה שהשנתיים הראשונות של החיים הן תקופה רגישה של בניית מסד רגשי חשוב ושל גיבוש ביטחון בסיסי ביצירת קשרים קרובים ובין־חברתיים. מסד זה חשוב עד כדי כך שריסוק התשתית עלול לגרום לקריסת המסד ולשברים שקשה לתקנם.

בשלבם השונים שההתקשרות מתגבשת דרכם חשובה ההתגבשות בגיל 15 חודשים, ומובילת התחום אינסוורת' (Ainsworth et al., 1978) רואה בו clear-cut attachment. בית המשפט לענייני משפחה לעומת זאת בחר לקבוע מסקנות מתונות ואף אופטימיות מאוד בקשר לעתידה של סופיה אם תוחזר להוריה הגנטיים.

ומבחינת ראיית טובתה כיום וגם בעתיד. בעיה מרכזית אחרת היא הנחת העבודה הלא מבוססת ולפיה אם תועבר סופיה להורים הגנטיים - שהיא אינה מכירה כלל ולכן לא פיתחה אליהם יחסי התקשרות - אין לצפות לקושי שלא תוכל להתגבר עליו, בפרק זמן קצר וגם בעתיד, בכל הקשור לניתוק מההורים המגדלים. הבעיה החשובה, להערכתי, נובעת מהעובדה שבחוות הדעת הפסיכולוגית, ובעקבותיה בהחלטת השופט, הוצגה נקודת מבט שלא שיקפה את נקודת המבט הרגשית של סופיה ואת טובתה האמיתית. בחוות הדעת אפשר להבחין במזעור ההשפעות של הפרדת סופיה מהוריה הפסיכולוגיים שעימם גדלה מלידתה ועד היותה בת שנתיים בערך, אף שגם בספרות המחקר יש עדויות לסיכונים הרבים שיש בהפרדה מעין זאת ולשבר העמוק העלול להיווצר בעקבותיה בתשתית הרגשית של הילד (Gauthier et al., 2004).

דיון בהחלטת בית המשפט לענייני משפחה

להערכתי המקצועית, אילו היה מתממש פסק הדין של בית המשפט לענייני משפחה וסופיה הייתה מועברת מההורים המגדלים אל ההורים הגנטיים, הייתה נשקפת סכנה אמיתית לעתידה הרגשי ולתפקודה. אין בידי את כל פרטי המקרה, ולכן אין באפשרותי להיכנס כאן לניתוחו המלא. ואולם בהערכה ראשונית, הן מתוך הפרטים שעולים בשני פסקי הדין הן מנקודת מבטה של תאוריית ההתקשרות, אפשר לומר כי זהירות רבה ביותר חייבת ללוות כל החלטה שטומנת בחובה ניתוק של פעוטה בת שנתיים ושלושה חודשים, כמו סופיה, מההורים הפסיכולוגיים שהיא פיתחה אליהם יחסי התקשרות על בסיס קשר רציף מיום הלידה (ובכלל זה גם ההיריון עצמו על כל סיבוכיו) ועד הדיון עצמו. לדעתי לא נזהר דיו בית המשפט לענייני משפחה בהחלטתו לאפשר את ניתוקה של סופיה מהוריה הפסיכולוגיים ובתוך כך נטה לקבל עליו סיכונים רבים. למיטב הבנתי נשענה החלטתו על חוות דעת פסיכולוגית שלא התבססה דייה על הידע והמחקר המצטבר של תאוריית ההתקשרות; ואת זאת ציינו בערעור גם שופטי בית המשפט המחוזי.

לרשותנו עומדים כאמור הפרטים המתוארים בהחלטות בית המשפט לענייני משפחה, בית המשפט המחוזי ובית המשפט העליון בלבד, אבל תשתית העובדות שמתוארת מלמדת כי אילו התממשה החלטת בית המשפט לענייני משפחה היה סיכוי רב לפגיעה קשה בטובתה של הפעוטה הן בפרק הזמן הקצר הן בעתיד. ובכל זאת אימץ השופט את חוות הדעת שהעדיפה את ההורים הגנטיים שעימם לא

וניתוקה מההורים המגדלים, עלול להיות גדול מהנזק העשוי להיגרם לה מכך שתצטרך שלא לגדול עם הורים הדומים לה גנטית. עם זאת אנו סבורות כי יש חשיבות רבה לכך שס. תכיר את שורשיה ואת משפחתה הגנטית ועל כן כל תוכנית חייבת לכלול קשר של ס. עמם (פלונים נ' אלמונים, 2024, עמ' 25).

הסיפא של המלצתן גם הוא חשוב וחינוי ותואם את המוכר בתחום האימוץ הפתוח ועל פיו הורים ביולוגיים שילדם הוכרז בר אימוץ ממשיכים להיות בקשר עם הילד אף שהוא גדל עם הורים מאמצים (Brodzinsky, 2005; Grotevant, 2020). את הגישה הזאת אימצו הן בית המשפט המחוזי הן בית המשפט העליון.



אי אפשר להרחיב כאן על הדיון הפילוסופי-ערכי-חברתי-דתי העוסק בהגדרה של הורה ביולוגי בנסיבות שדומות למקרה של סופיה. ואולם חשוב לציין כי השופטים העירו, ובצדק, שגם האם המגדלת היא בעצם מעין אם ביולוגית-פיזיולוגית משום שהיא נשאה את העובר ברחמה וילדה את סופיה. בעקבות הדיון הגיעו למסקנה שאם תוצא סופיה מבית הוריה המגדלים ותועבר לסביבה חדשה וזרה לה לחלוטין, יש סיכוי רב שניתוק זה יסכן מאוד את המשך התפתחותה הנפשית ואת גיבוש אישיותה בעתיד. חוות הדעת של המומחית בפסיכולוגיה התפתחותית צופה תוצאות שליליות וגרימת נזק לילדה ממעבר עתידי אל ההורים הגנטיים. מחוות הדעת גם עולה כי צפויים להורים הגנטיים קשיים בטיפול בילדה. על פי תפיסתה של תאוריית ההתקשרות, מקומן של דמויות התקשרות חדשות לחלוטין, בייחוד בגיל שנתיים ושלושה חודשים, כחלופה לדמויות התקשרות קיימות ומתפקדות אינו מומלץ כלל אם רואים בטובת הילדה את המטרה העיקרית (Dozier, et al., 2014; Gauthier & Jeliu, 2004). לכן גם בדיקת המסוגלות ההורית של ההורים הגנטיים

ויכוח בין אסכולות נחשב לגיטימי בדרך כלל, וכך ניגש בית המשפט לעניין הוויכוח בין חוות הדעת הפסיכולוגית ובין דעתן של העו"סיות. ואולם במקרה הזה טעה בית המשפט לדעתי. הפסיכולוגיה ההתפתחותית בכלל, וחקר ההתפתחות הרגשית בפרט, התקדמו מאוד בעשורים האחרונים בעיקר בזכות מחקר ענף ורציני, ולכן כבר אין כאן ויכוח בין מומחים או בין אסכולות אלא בחירת אסטרטגיה תקפה כבסיס להסתייעות בחוות דעת אחת לעומת אחרת. ולא זו בלבד אלא שהשופט בבית המשפט לענייני משפחה ציין שבחוות הדעת הפסיכולוגית גלומה "הטיה אישית" ו"נטיית לב" ולפיה על הקטין לגדול עם הוריו הגנטיים. אם כך, עמדה זאת אף חסמה מראש, ככל הנראה, את ההישענות על תאוריית ההתקשרות כגישה הפסיכולוגית המתאימה ביותר למקרה של סופיה.

קיומן של כמה דמויות התקשרות בויזמנית יוצרת רשת ביטחון חשובה לילד. יתרה מכך, כל התערבות מקצועית, ובכללה החלטה שיפוטית, שמאפשרת פירוק מערכות התקשרות אלה עלולה לגרום לילד נזקים של ממש, ולכן יש למנוע אותה בכל דרך אפשרית

דיון בהחלטת הערעור בבית המשפט המחוזי

בית המשפט המחוזי נסמך בערעורו לא מעט על הספרות בתחום ההתקשרות ועל הפניה רבה אל פרסומים ואל חוות דעת מתחום הפסיכולוגיה התפתחותית. שם צוין כי העברתה של סופיה מההורים המגדלים, שלהערכתה הם הוריה הפסיכולוגיים, להורים הגנטיים עתידה לתת את אותותיה בעתיד. בחוות הדעת מודגש הצורך ביצירת התקשרות בטוחה המשכית והחשש שמא יגרמו הפרדה או הניתוק מדמויות התקשרות ראשוניות חיוניות אובדן של ממש וטראומה שעלולה לפגוע בהתפתחות (פלונים נ' אלמונים, 2024, עמ' 84).

לעמדה מקצועית זאת הצטרפו שתי העו"סיות שכבר נתנו את דעתן, חוות דעת שלא התקבלה במסגרת הערכאה הראשונה. בתסקירן הן ציינו כי

בשל מרכזיות ההתקשרות בעולמם של ילדים, אנו סבורות כי אין לשבש התקשרות של ילד עם דמות מטיבה ויש להבטיח רציפות בחייו. להערכתנו הנזק העלול להיגרם בהעברתה של ס. להורים הגנטיים

אחרי שנתיים הופך את הפעוט לילד בסיכון, ולא רק אם הוא עובר לסביבה כה לא מיטיבה כמו סביבתה של ברונה אלא גם להורים חדשים שהוא אינו מכיר בסביבה טובה בבסיסה. ברור שבמקרה של סופיה מדובר באירוע קשה של טעות רפואית בלתי נסבלת. ועם זאת מזלה של סופיה שפר עליה, שכן בזמן ההיריון המורכב מאוד ובמשך שנתיים לאחר לידתה היא זכתה לזוג הורים שמתפקדים היטב. כאמור, במקרים מעין אלה שומה עלינו לזכור תמיד את המקרה שבו החליט בג"ץ להחזיר את ברונה אל חיק הוריה הביולוגיים בברזיל, ואת חוות הדעת הפסיכולוגית שתמכה בו, ובתוך כך לא הביא בחשבון במידה מספקת את טובתה ואת מזעור סיכויי ההסתגלות העתידיים שלה. כמובן, המקרים אינם זהים, לא מבחינה משפטית ולא מבחינת מהלך החיים של ההורים והילדות ולא מבחינת נקודות מבט נוספות. לפיכך במקרה של סופיה חייבת טובתה להיות נר לרגלי כל העוסקים בדילמה הסבוכה הזאת מתוך הישענות על תאוריה מבוססת על ראיות ממחקרים רבים שהולכים ומצטברים ברחבי העולם ובכלל זה בישראל. תאוריית ההתקשרות נהייתה הגישה המובילה והמנחה בתחום, ובתי משפט שונים בעולם המערבי נעשו קשובים אליה ואל השפעותיה (Forslund et al., 2022). הדגשתי כאן את ההשפעות על סופיה, השפעות שהיו צפויות על פי התאוריה הזאת אילו יצא פסק הדין של בית המשפט לענייני משפחה אל הפועל. אומנם המסקנות במאמר זה אינן מבוססות על כל הנתונים אלא על כמה נתוני יסוד, אך לאחר קריאת שלושת פסקי הדין אני סבור, גם בהיעדר הנתונים המלאים, שתאוריית ההתקשרות צריכה להנחות את הדיון הזה, ויש לשאוב ממנה וממצאיה את הסיכויים והסיכונים בקשר לעתידה ולרווחתה של סופיה.

במקרה זה רלוונטית פחות ואף אינה מחלישה את העמדה הבסיסית שנקבעה בחוות דעתה של המומחית בפסיכולוגיה התפתחותית.

דיון בהחלטת הערעור בבית המשפט העליון

זה לא כבר קיבל בית המשפט העליון החלטה שתומכת, ברוב של ארבעה מתוך חמישה, בהחלטת בית המשפט המחוזי (פלונים נ' אלמונים, 2025) והחליט להשאיר את סופיה עם הוריה המגדלים. חשוב לציין כאן כי בית המשפט העליון עסק בעיקר ובהרחבה בסוגיית "ההורה המשפטי"; זהו פירוט חשוב מאוד, אך הוא מעבר למרחב הדיון של מאמר זה. אשר לשיקולים המבוססים על תאוריית ההתקשרות, הדיון המפורט שתואר בהחלטת בית המשפט המחוזי שנידון במאמר זה היה מקובל על בית המשפט העליון.

סיכום

בראש ובראשונה חשוב ללמוד לקח מההחלטה הקשורה לברונה, התינוקת מברזיל, בקשר לכל מקרה שעולה בו כוונה לנתק ילד מההורים המגדלים אותו מאז לידתו ובמשך שנתיים ויותר ולהעבירו אל ההורים הגנטיים שהילד אינו מכיר כלל. מסקנה זאת משקפת את הידע הרב שנצבר במחקר על תאוריית ההתקשרות ומתוך כך את הזהירות המרבית המתבקשת בחוות דעת מקצועיות בקשר להכרעה השיפוטית שתתקבל. המקרה של ברונה שונה לגמרי מבחינת הסביבה הקשה מאוד שהיא חזרה אליה לעומת הסביבה המיטיבה שהציעו ההורים הגנטיים במקרה של סופיה. ועם זאת, כמו שנידון העניין בהרחבה, כל ניתוק מהורים מגדלים

מקורות

אלמוני ואח' נ' אלמוני ואח' (ראשון לציון, בית המשפט לענייני משפחה, תמ"ש 61932-09-23, 2023).

נילי טל (ערך בוויקיפדיה). https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%A0%D7%99%D7%9C%D7%99_%D7%98%D7%9C

פלונת ופלונת ואח' נ' ההורים הביולוגיים (ירושלים, בג"ץ, בע"מ 377/05, 2005).

פלונים נ' אלמונים (לוד, בית המשפט המחוזי, עמ"ש 64159-11-24, 2024).

פלונים נ' אלמונים (ירושלים, בית המשפט העליון, בע"מ 69395-03-25, 2025).

קבלי נ' קבלי (ירושלים, בג"ץ 405/83, 1983).

רוסילדה קונסלוס ואח' נ' שמחה תורג'מן (ירושלים, בג"ץ 243/88, 1988).

שגיא-שורץ, א' (2004). טעויות שיפוטיות בנושא אימוץ. **פסיכואקטואליה, אוקטובר**, 30-39.

שגיא-שורץ, א' ושניט, ד' (2014). חזקת הגיל הרך - פרשנות בית המשפט העליון סותרת את טובת הילד. **פסיכואקטואליה, יולי**, 35-43.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.

Bowlby, J. (1984). *Attachment and Loss: Vol. 1, Attachment*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.

Brodzinsky, D. M. (2005). Re-conceptualizing openness in adoption: Implications for theory research and practice. In D. M. Brodzinsky & J. Palacios (Eds.), *Psychological issues in adoption: Research and practice* (pp. 145–167). Praeger.

Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.) (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. Guilford (3rd edition). <https://doi.org/10.1002/imhj.21730>

Dagan, O., & Sagi-Schwartz, A. (2018). Early attachment network with mother and father: An unsettled issue. *Child Development Perspectives*, 12(2), 115–121. <https://doi.org/10.1111/cdep.12272>

Dagan, O., & Sagi-Schwartz, A. (2021). Early attachment networks to multiple caregivers: History, assessment models, and future research recommendations. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 180, 9–19. <https://doi.org/10.1002/cad.20446>

Dozier, M., Kaufman, J., Kobak, R. R., O'Connor, T. G., Sagi-Schwartz, A., Scott, S., Shaffer, C., Smetana, J., Van IJzendoorn, M. H., & Zeanah, C. H. (2014). Consensus statement on group care for children and adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, 84(3), 219–225. <https://doi.org/10.1037/ort0000005>

Forslund, T., Granqvist, P., Van IJzendoorn, M. H., Sagi-Schwartz, A., Glaser, D., Steele, M., Hammarlund, M., Schuengel, C., Bakermans-Kranenburg, M. J., Steele, H., Shaver, P. R., Lux, U., Simmonds, J., Jacobvitz, D., Groh, A. M., Bernard, K., Cyr, C., Hazen, N. L., Foster, S., ..., & Duschinsky, R. (2022). Attachment goes to court: Child protection and custody issues. *Attachment & Human Development*, 24(1), 1–52. <https://doi.org/10.1080/14616734.2020.1840762>

Gauthier, Y., Fortin G., & Jeliu, G. (2004). Clinical application of attachment theory in permanency planning for children in foster care: The importance of continuity of care. *Infant Mental Health Journal*, 25(4), 379-396. <https://doi.org/10.1002/imhj.20012>

ברכות למקבלי התארים

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

בהערכה רבה,
יורם שליאר, יו"ר
הסתדרות הפסיכולוגים בישראל

תואר מומחה-מדריך

החטיבה הקלינית

גיל ארליך
מירב רחל
אחימן מלכין
עדנה נמדר
איילה קוטק
רותי סלמון
שגית סלע
מיה קינן
ד"ר דוד-סיזר פלח
אריאל צביאלי
טל חני פינקלשטיין
אסף אטיאס
גלית צח נאור
שירלי שיזף להב
אילת שרה צמח
תמר זיסלין-גולדברג
חגית כאהן
נעמי רבקה הסנר

החטיבה החינוכית

מיכל דוידסון-יזמיר
רחל סירקיס
רז לוי מעוז
נועה פורת-חיים
זהר מיצ'ניק

החטיבה הרפואית

ליה ויינברגר-קאהן
סיימון ויטמן

החטיבה השיקומית

דבורה כזום

החטיבה ההתפתחותית

טלי פרביאש

תואר מומחה

החטיבה ההתפתחותית

רותם שלגי אורנשטיין
יעל פרחי
צליל סמן טוב
יואב גוטמן
מיכל שרוני
שני חרדון
סוהאד עואודה

החטיבה הרפואית

מאיה ליאור וינר
ליה עמנואל הינן
שרון קטרון
איתי רסלר
שחר מנחם כהן
אולגה וישניה
טל קליין

החטיבה השיקומית

רז רפי חדיף
גלי ברכה קלטש
רועי פרדמן
שחף לשם

החטיבה התעסוקתית-חברתית-ארגונית

יעקב פרידחי



congratulations

מהפסיכולוגיה בעולם

ערכה: ליאת הלפמן

גורמים שמנבאים חוויות לא רגילות ותופעות לוואי שליליות בעקבות מדיטציה ושכיחותם

בריטריטים מדיטטיביים אינטנסיביים - דיווחו על תופעות לוואי שליליות כגון מצוקה רגשית ופגיעה בתפקוד. כלומר לא תמיד תרגול מדיטציה הוא ניטרלי או מועיל; לאוכלוסיות מסוימות הוא עלול לגרום נזק ממשי, גם כאשר זהו תרגול עצמי ולא במסגרת טיפול (שיעור הנפגעים פגיעה של ממש בתפקוד היה תשעה אחוזים בקירוב מהמשתתפים). החוקרים הדגישו את חשיבות ההבחנה בין חוויות חריגות - שאינן מזיקות דווקא - ובין תופעות לוואי שליליות ובהן פגיעה בנפש, בגוף או בתפקוד. כמו כן הם הבהירו כי שיעורי ההתרחשות משתנים על פי הגדרות מתודולוגיות שונות (למשל, שימוש בשאלון פתוח לעומת רשימה סגורה), ועל כן נדרשת סטנדרטיזציה במחקר עתידי.

ההשפעות הקליניות קשורות לצורך לנקוט גישה של ניהול סיכונים כאשר ממליצים על מדיטציה: יש לשקול בהירות את השימוש בה, ובייחוד בקרב מטופלים בעלי רקע פסיכולוגי מורכב, וכן לתת את הדעת על משתני סיכון אישיים. יש לבחון גם את ההיבטים המדוברים פחות של הפרקטיקה הזאת ובתוך כך לנהל מעקב פעיל אחר תגובות המטופל, ולא להסתמך על דיווחים ספונטניים בלבד.

במאמר זה מוצג מחקר רחב היקף שמטרתו לעזור לנו להבין את מאפייניהן של חוויות חריגות ושליליות בעת תרגול מדיטציה ואת שכיחותן. המחקר נעשה בעקבות התבססותה של המדיטציה כגורם שמקדם את בריאות הנפש על סמך מחקרים רבים שתומכים בהתערבויות מבוססות קשיבות (mindfulness) ועל המלצות מרובות של אנשי מקצוע על הפרקטיקה הזאת גם מחוץ להתערבויות מבוססות ראיות.

במחקר זה נבחנו שכיחות החוויות החריגות ותופעות הלוואי השליליות (AEs) בעקבות תרגול מדיטציה בקרב מדגם מייצג של 886 מבוגרים בארצות הברית. המשתתפים סווגו לפי סוג המדיטציה שעשו והניסיון שלהם והשלימו מדדים מקיפים בקשר למצבם הנפשי, להיסטוריה של טראומה, לשימוש בחומרים שונים, לאמונות לא שגרתיות ולנטייה לפסיכוטיזם. החוויות נמדדו באמצעות כלים תקפים: סולם חוויות במדיטציה (IME) וסולם תופעות לוואי (MRAES).

על פי הממצאים עומד שיעור החוויות החריגות בקרב המשתתפים על 96 אחוזים בקירוב. שליש מהמשתתפים בערך - ובייחוד משתתפים בעלי רמות גבוהות של מצוקה פסיכולוגית, אמונות יוצאות דופן, נטייה פסיכוטית או מי שהשתתפו



Van Dam, N. T., Targett, J., Davies, J. N., Burger, A., & Galante, J. (2025). Incidence and predictors of meditation-related unusual experiences and adverse effects in a representative sample of meditators in the United States. *Clinical Psychological Science*, 13(3), 632-648. <https://doi-org.ezproxy.haifa.ac.il/10.1177/21677026241298269>

ארגון מחודש של תסמינים פסיכופתולוגיים בגישה מונחית נתונים

כלל התסמינים המופיעים ב־DSM-5, לכל סוגי האבחנות וללא הפרדה בין האבחנות. השתמשו בו בכלים סטטיסטיים מתקדמים (כגון PCA ו־clustering הייררכי) על בסיס דיווחים עצמיים בסקר אינטרנטי של 14 אלף משתתפים ויותר כדי לבנות הייררכיה חדשה של תופעות קליניות - מהתסמין היחיד ועד מבני־על רחבים כמו "דיכאון וחרדה".

התוצאה: מודל הייררכי שמרחיב ומעמיק את

במאמר זה מוצעת מהפכה שקטה אך עמוקה באבחון הפסיכופתולוגי. החוקרים המשיכו את היוזמה בפרויקטים כגון HiTOP והציעו מסגרת דיאגנוסטית חלופית ל־DSM. במחקרם הם ניסו לתת מענה על מגבלות מסגרת HiTOP הקיימת אשר מתבססת על ה־DSM, ולפיכך לוקה במגבלות דומות במידה ניכרת, וכן על סקירה תאורטית ולא על נתונים.

כדי לתת את המענה נבנה כלי דווח עצמי ובו



מאניה או ניתוק נמוך, הפרעת חשיבה, הפרעה סומטופורמית, פתולוגיה באכילה, הפנמה והפרעה נייר-התפתחותית או קוגניטיבית. לפסיכולוגים משמעות התוצאות כפולה: ראשית, ישנה חלופה מבוססת נתונים לסיווגי אבחנה מסורתיים. שנית, יש מקום לשקול גישות טיפול מבוססות תסמינים או תפקוד במקום אבחנות כוללות שאינן משקפות בהכרח את המציאות הקלינית. זוהי קריאה לאבחון מדויק ומבוסס מדדים אמפיריים.

מסגרת HiTOP הקיימת ומעניק מענה טוב יותר לנושאים שהוזנחו כגון הפרעות דיסוציאטיביות, הפרעות שינה והפרעות נירוקוגניטיביות והתפתחותיות. אחדות מהאבחנות ב־DSM התמזגו לתוך אשכולות עקב חפיפה, ואחרות התפצלו בגלל שונות פנימית. לדוגמה, תסמיני "קושי בריכוז" הופיעו בה בעת גם בדיכאון, בחרדה וב־ADHD, והמודל מאפשר לראות את החפיפות הללו במבנה ברור. במודל הסופי נכללו שמונה קטגוריות עיקריות: החצנה, שימוש מזיק בחומרים,

Forbes, M. K., Baillie, A., Batterham, P. J., Caele, A., Kotov, R., Krueger, R. F., Markon, K. E., Mewton, L., Pellicano, E., Roberts, M., Rodriguez-Seijas, C., Sunderland, M., Watson, D., Watts, A. L., Wright, A. G. C., & Anna Clark, L. (2024). Reconstructing psychopathology: A data-driven reorganization of the symptoms in the diagnostic and statistical manual of mental disorders. *Clinical Psychological Science*, 13(3), 462–488.
<https://doi-org.ezproxy.haifa.ac.il/10.1177/21677026241268345>

השפעת האתניות, הנטייה הפוליטית והאמון הכללי על העדפת מנהיגות חזקה

גם את רמות האמון הגבוהות ביותר. תיווך זה של אמון נבדק ונמצא מובהק בשלושה הקשרים: אתני, פוליטי ואתני-פוליטי משולב. מלבד ניתוחים מתאמיים נכללו במחקר גם ניסויים מבוקרים (מחקר 5 ו־6) שבחנו את הקשר הסיבתי בין אמון ובין העדפת מנהיגות. נמצא כי העלאת הרגשת האמון הכללי (באמצעות מניפולציות ניסוייות) הפחיתה את העדפת המנהיגות החזקה וביטלה למעשה את הפער בין לבנים דמוקרטים ובין קבוצות אחרות. בממצאים האלה בולט **התפקיד המתווך והמתערב של אמון כללי** בעיצוב עמדות פוליטיות שקשורות להנהגה, ומוצע בהם כיוון חשוב להתערבויות במצבי קיטוב פוליטי, איום חברתי או הרגשת הדרה. כן עולה מהממצאים היתרון בקביעת מדיניות שיוצרת יחסי אמון עם חלקים מגוונים בחברה כדי להרחיב את האמון הכללי בחברות דמוקרטיות. לקלינאים עשויות השפעות המחקר להיות רלוונטיות בעבודה עם אוכלוסיות שמפגנות חוסר אמון בממסד, חרדה פוליטית או נטייה לאמונות סמכותיות, ובייחוד כאשר הם נובעים מתפיסות בסיסיות של אי־אמון בסביבה החברתית הרחבה.

במחקר רחב היקף זה נבחנו המשתנים הפסיכו- חברתיים המנבאים העדפה למנהיגות חזקה בקרב 34 אלף משתתפים בקירוב מארצות הברית וממערב אירופה. בספרות הפסיכולוגית רווחת ההנחה כי נטייה למנהיגות אוטוריטרית מאפיינת בעיקר פרטים שמזדהים עם הימין הפוליטי, ובמחקר הזה הרחיבו החוקרים את ההבנה הזאת בבחינה שיטתית של משתנים אתניים ופסיכולוגיים באוכלוסייה בכלל ובקרב קבוצות מיעוט בפרט. מהממצאים עולה שמיעוטים אתניים (שחורים, היספנים, אסייתים) מביעים העדפה גבוהה למנהיגות סמכותית לעומת לבנים גם כאשר הם משתייכים פוליטית לשמאל. המשתנה הפסיכולוגי המרכזי שנמצא כמנבא עקבי להעדפת מנהיגים חזקים הוא **אמון כללי**, כלומר האמונה כי בני אדם נוהגים ביושר ומתוך כוונות טובות. רמות אמון נמוכות נמצאו בקרב מיעוטים אתניים ובקרב המזדהים עם הימין הפוליטי, והן ניבאו העדפה גבוהה למנהיגות סמכותית. חברי קבוצת הרוב (לבנים) שמזדהים עם השמאל הפוליטי - הקבוצה שהביעה את ההתנגדות החזקה ביותר למנהיגות חזקה - הפגינו



Nair, K., Mooijman, M., & Kouchaki, M. (2025). The ethnic and political divide in the preference for strong leaders. *Psychological Science*, 36(5), 384–403. <https://doi-org.ezproxy.haifa.ac.il/10.1177/09567976251327217>

עמדת קריאה - סקירת ספרים חדשים

כתבה וערכה: זהבה אסיאג¹

בואו נעשה את העולם טוב יותר - כיצד למצוא תקווה בימים אפלים

גדעון לב | הוצאת כנרת זמורה דביר, 2005

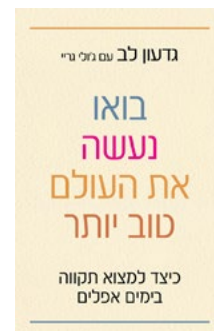
כל זמן שהיינו יצירתיים ופעילים הרגשנו אנושיים... הפעולות הקטנות הללו, פעולות של חיים, הזכירו לנו שאנחנו בני אדם, בני אנוש, שחיינו חשובים, ומחר הוא אפשרות... יטילו לעברי החיים כל מה שיטילו, כל עוד אני עושה משהו, ולו הפשוט והרגיל ביותר, אני מרגיש שבדרך כלשהי אני אומר: הנני כאן, הנני חי (עמ' 165-166).

רוב חיי היו הפעילות, העשייה, היצירה והעבודה, התגלמות התקווה בחיי. אך כאשר חליתי, למדתי גישה נוספת: עצם היכולת לראות בדמיון מחר היא כשלעצמה דרך לשמר את התקווה בתוכנו (עמ' 172).

הספר אינו תיעוד עצוב וכואב אלא סיפור חיים מעורר תקווה והשראה של איש אמיץ ששרד בקשיים שלא ייאמנו ולא הפסיק לנסות ולחיות את חייו בדרך הטובה ביותר האפשרית. אני סבורה שקריאת ספר זה, ובייחוד בימים המורכבים שאנחנו חיים בהם עתה, יכולה להעניק לנו אוויר לנשימה ולעזור לנו להחזיק את התקווה - יכול להיות כאן טוב יותר. אסיים במשפט מהספר שנגע בי מאוד: "אם תביטו סביב, תראו שרוב הדברים שהגענו אליהם באו מחלומות על דברים טובים יותר, אפילו בשעות האפילות ביותר" (עמ' 162).

"התקווה, חיובית כמו אוכל ומים. בחדר שטוף אור, נר אינו משפיע השפעה של ממש. אך כאשר החדר אפל, הנר הזה הוא תמצית הכול" (עמ' 12). הספר **בואו נעשה את העולם טוב יותר** הוא פיסת היסטוריה מיוחדת אשר מחברת בין אירועי השואה המזוועים שפקדו את העם היהודי ובין הימים האלה. גדעון לב מספר, בגוף ראשון, את סיפור חייו - החל בילדות שמחה ומאושרת בעיירה קטנה בצ'כיה וכלה בשינויים שהתרחשו בחייו עם תחילת מלחמת העולם השנייה, שינויים שבעקבותיהם נאלץ להיפרד מאביו ומסבו ונשלח למחנה ריכוז עם אימו. בדרך לא דרך שרדו הוא ואימו בשנים הקשות במחנה הריכוז, וניתנה להם הזדמנות לחיים חדשים.

גדעון בחר לבנות את חייו בארץ ישראל. הוא התחתן והקים משפחה גדולה, ובמשך השנים נולדו לו נכדים ונין. לעיתים הוסיפו חייו שלא להאיר לו פנים, והוא נתקל בקשיים כמו גירוש, התמודדות עם מחלה וקשיים כלליים. ואולם לצד אירועים קשים ואף קשים מנשוא שזורות בסיפור דרכי ההתמודדות שסייעו לגדעון לשרוד ולשוב ולבנות את חייו - ראייתו המיוחדת והחיובית, המשחקיות שהשתמש בה והתקווה שמלווה אותו כל חייו.



אור מלב שבור

מיה אוחנה מורנו | ידיעות ספרים, 2024

כשהלב נשבר, קולו נשמע מסוף העולם ועד סופו בדממה.

זה כואב, אז הוא מחליש פעימה, כל כך חלש עד שקולו כמעט לא נשמע. אט אט הוא הולך ונעלם, זה כבר מדאיג את כולם הם רוצים שהוא כבר יתגבר, אבל הוא רק הולך וסוגר. לפעמים הוא ממש נאטם, הוא נראה כועס ואדיש ומרחיק, אבל כל מה שהוא צריך זה מישוה שיחזיק. שיחזיק לו את היד, שיחזיק לו את הזמן.

הספר אור מלב שבור הגיע אליי כשהשתתפתי בהרצאה של המחברת מיה אוחנה מורנו. בהרצאתה גוללה מיה את סיפור חייה המרגש ואת המסע שיצאה אליו בכתיבת ספר זה. ספרה הוא מסוג הספרים שמתאימים למבוגרים ולילדים כאחד - משולבים בו איורים קסומים ומתואר בו, בדרך ציורית ונוגעת ללב, תהליך של ריפוי ויציאה ממשברים. הספר גם מזכיר לקוראים תהליכים שאנחנו עוברים עם המטופלים שלנו בחדר הטיפולים.

אסיים בכמה משפטים מהספר שנגעו בי מאוד:



¹זהבה אסיאג היא פסיכולוגית חינוכית מומחית וסטודנטית במסלול התלת-שנתי של פסיכותרפיה פסיכואנליטית במדרשה לפסיכולוגיה חינוכית. היא בעלת קליניקה פרטית וכן עובדת בשפ"ח שדות נגב ומשמשת רכזת קלינית במרכז חוסן באופקים. טלפון: 054-7940257; דוא"ל: zehavin89@gmail.com

שנינו לחוד - גירושים: השלכות ודרכי התמודדות

חל לוישיף ועמירם רביב | הוצאת אמציה, 2024

"הרי את מקודשת לי..."

"הרי את מותרת לכל אדם..."

המשפט הראשון הוא התחלה של חיים משותפים, של תקווה, של רצון לבנות בית. ואילו השני, משפט שנאמר בטקס הגירושים בבית הדין הרבני, הוא משפט שמפרק את מה שהתחיל לפני אי אלו שנים. הספר **שנינו לחוד** שכתבו רחל לוי שיף ועמירם רביב נוגע בנקודה הזאת - בפירוק הבית, בהשפעות ההחלטה הזאת על הגבר, על האישה ועל ילדיהם - והמחברים מציעים דרכי התמודדות עם הפירוק, החל בקבלת ההחלטה על הפירוק וכלה ביישום חיים נפרדים זה מזה. קריאת הספר היא יציאה למסע בין הכאב ובין התקווה, "הגירושים מביאים לידי ביטוי רגשות שונים וסותרים, התנגשות של רצונות, תחושות של בלבול ואובדן והתמודדות עם לחצים ועם סטיגמה. עם זאת, הגירושים יכולים להיתפס גם כמעבר המאפשר הזדמנות לשינוי ולצמיחה" (עמ' 20-19).

הספר מלווה במחקרים רבים, בעדויות ובראיונות עם זוגות שהתגרשו ועם ילדים להורים גרושים ומחבר היטב בין שדה המחקר ובין החוויה האישית היום-יומית. הספר נפתח בתופעת היקף הגירושים, אחר כך מצוינים הגורמים האפשריים לפירוק המשפחה ובהמשכו מוצגים ההבדלים בין גברים ובין נשים בהתמודדותם עם האובדן. הפרקים המשמעותיים ביותר בספר, להערכתי, הם הפרקים המופיעים אחר כך ועוסקים בהשפעת הגירושים על הילדים במעגל החיים. ההשפעות מחולקות לפי טווחי גיל - משלב הינקות ועד גיל ההתבגרות. ישנם כמה ממצאים חשובים בפרקים אלה כמו הגיל שנתון להשפעה הגבוהה ביותר של גירושי ההורים: "מחקרים מעידים שההשפעות לטווח



ארוך ניכרות יותר אצל ילדים שחוו את גירושי ההורים לפני הגיעם לגיל שש" (עמ' 101). כן עולה בהם כי אחד המנבאים העיקריים לקשיי ההסתגלות של הילדים לאחר הגירושים הוא רמת הקונפליקט בין ההורים וחשיפתם של הילדים אליו. ככל שהקונפליקט גדול יותר כך גדלים קשיי ההסתגלות של הילד למציאות החדשה.

בפרקים האחרונים מוצגות מורכבויות נוספות כמו עצימות גבוהה של הקונפליקט, ניכור הורי, גירושים מאוחרים, גירושים של זוגות להט"בים וגירושים של הורים לילדים עם צרכים מיוחדים. פרקים אלה רלוונטיים לאוכלוסיות ספציפיות ותורמתם חשובה בספר זה. כמו כן ישנם פרקים שעוסקים בהתמודדות עם הגירושים ובצמיחה.

הם מחזיקים את התקווה, ואף מוצגת בהם רשימה של "עשה ואל תעשה" - חלק פרקטי ובעל ערך שיכול לסייע בהכוונת ההורים העומדים להתגרש וכן בהכוונת אנשי טיפול שמלווים זוגות לפני פירוק הנישואים.

לסיום אשתף ואומר שבעת קבלת הספר הזה לסקירה למדור הקריאה היינו, אני ובן זוגי בעשור האחרון, בתהליך פְּרֵדָה. יש לנו ילדה משותפת בת שלוש וחצי, והרגשתי שהספר הגיע לפתחי בזמן הנכון לי. קראתי אותו בזמן תהליך הגירושים, כשניסיתי לבסס ולבנות לעצמי ולילדתי בית ומציאות חדשה. הספר סייע לי מאוד בהבנת תהליכים פסיכולוגיים שקורים לי, לבן זוגי לשעבר ולילדתי. אין ספק אפוא שהספר לא נועד למטפלים ולאנשי מקצוע בלבד שפוגשים בעבודתם ילדים להורים גרושים או זוגות בתהליך פְּרֵדָה אלא, כמו שצינו המחברים, גם לאנשים ונשים שנמצאים לפני הליך הגירושים, בתהליך עצמו או לאחר הגירושים ורוצים הכוונה וידע כיצד לעשות זאת נכון.

בפינתנו החדשה אציין ספרים חדשים שכתבו פסיכולוגים חברי הפ"י והם כבר הודפסו. אתם מוזמנים להודיע לנו על ספרים שכתבתם שעומדים לצאת לאור.

חדש על המדף

נשבר לי הלב, תעזרו לי - טיפול פסיכולוגי בילדים ונוער
מחברת: נטע ענבר-סבן.
הוצאה: ePublish, 2024.



מבין השברים - טראומה, התמודדות ותקווה
עורכים: בעז שלגי ושרון זירביימן.
הוצאה: מודן, 2025.

לגדול ביחד - הורות בעידן איזודאות
מחבר: עמוס מיתר.
הוצאה: כנרת זמורה דביר, 2025.

הרשומה הפסיכולוגית ככלי במשפט

עו"ד צ'רלי בוזגלו¹

(הורית) ובתביעות ביטוח.

- **בית הדין לעבודה** - במחלוקות בין עובדים ובין מעסיקים, למשל בעקבות טענות להטרדה או התעמרות.

במקרים אלו עשויה הרשומה לשמש ראיה, אך לעיתים יש צורך להבחין בין **רשומה פנימית** (שלא נועדה לפרסום) ובין **חוות דעת פסיכולוגית** שנערכה לצורכי משפט.

דילמות ואתגרים

סודיות לעומת הזכות להליך הוגן

סודיות הטיפול הנפשי היא עקרון יסוד בטיפול הפסיכולוגי, והוא מעוגן גם בחוק זכויות החולה ובקוד האתי של הפסיכולוגים. ואולם לעיתים עולה דרישה לחשוף את הרשומה הפסיכולוגית במשפט, והיא מעוררת קונפליקט בין זכותו של אדם לפרטיות ובין הצורך של מערכת המשפט בחשיפת האמת.

הסכמת המטופל

לעיתים המטופל חותם על ויתור על סודיות, אך יש לבחון אם ההסכמה ניתנה מדעת, מרצון ואם הוסברו למטופל השפעות הוויתור.

פרשנות סובייקטיבית

הרשומה הפסיכולוגית אינה "מדע מדויק" - נכללים בה התרשמויות, ניסוחי עומק, פרשנות קלינית וסובייקטיבית. שימוש לא זהיר בה עלול לגרום הטיית מידע, פרשנות מוטעית או פגיעה חמורה בצד המעורב.

המסגרת הנורמטיבית והפסיקה

בתי המשפט בישראל נקטו גישה זהירה בקשר לחשיפת רשומות פסיכולוגיות, בדרך כלל על פי עמדת כללי האתיקה:

- **ע"א 2781/93 דעקה נ' בית החולים כרמל** - כאן הודגשו עקרון ההסכמה מדעת וחשיבות פרטיות המטופל.
- **בש"פ 8252/13 - מדינת ישראל נ' ליאל שיינר** - במקרה זה עמד בית המשפט על מערך השיקולים, מקום שבו חומר שגילוי מתבקש נמצא בידי צדדים שלישיים ויש בגילוי משום הסרה של חיסיון מטפל.

המאמר מתמקד בתפקידה של הרשומה הפסיכולוגית בהליכים משפטיים, בחשיבותה, בשימושיה האפשריים, בדילמות האתיות והמשפטיות הכרוכות בה ובפסיקה הרלוונטית.

הרשומה הפסיכולוגית ככלי במשפט

הרשומה הפסיכולוגית ובה תיעוד הטיפול, האבחונים, ההתרשמויות הקליניות והדוחות המקצועיים ממלאת תפקיד מהותי בתהליכי טיפול נפשי. בעשורים האחרונים עולה חשיבותה גם בזירה המשפטית - האזרחית והפלילית כאחד. המשפט, שעניינו גילוי האמת ועשיית הצדק, מבקש להסתייע ברשומה זו לביסוס טענות, להכרעות שיפוט ולעיתים אף כראיה. ועם זאת ישנם אתגרים רבים - אתיים, משפטיים וקליניים - בשימוש ברשומה זו.

מהי הרשומה הפסיכולוגית?

הרשומה הפסיכולוגית (להבדיל מהתרשומת האישית, ראו סעיף 3.14 בקוד האתי) היא מסמך או סדרת מסמכים שמתעדים את מהלך הטיפול הפסיכולוגי. הרשומה היא כלי טיפול חוקי וארגוני כאחד, ולפי נהלי משרד הבריאות והקוד האתי של הפסיכולוגים בישראל עליה לכלול פרטים כגון:

- נתוני זיהוי של המטופל.
- סיבת הפנייה.
- אבחנה קלינית (אם ניתנה).
- התרשמויות קליניות.
- תוכן מהותי מהפגישות.
- תוכנית טיפול.
- הערכות סיכון (אם קיימות).
- תיעוד שינויים מהותיים במצב המטופל.

שימוש ברשומה הפסיכולוגית במשפט

הרשומה הפסיכולוגית יכולה להידרש בהקשרים משפטיים שונים כגון:

- **משפט פלילי** - למשל כשמדובר באבחון של כשירות לעמוד לדין, באחריות פלילית ובהערכת מסוכנות.
- **משפט אזרחי** - בתביעות נזיקין (למשל בגין נזק נפשי), בדיני משפחה (כגון משמורת או מסוגלות

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

- **בש"פ 9081-12 פלוני נ' מדינת ישראל** - כאן נדחה ערר על החלטה שעסקה בבקשות העורר שהוגש נגדו כתב אישום בעבירות מין בעניין גילוי חומר חקירה לפי סעיף 74 לחסד"פ. נפסק, בין היתר, כי החומרים שהתבקשו לא נגעו לליבת העניין ולא היו אמורים להימצא בידי התביעה. לפיכך אין מדובר בחומר חקירה כמשמעו בסעיף 74, כך שאין זכות ערר על ההחלטה, ובין האינטרס לאפשר לעורר להתגונן מפני האישומים ובין זכות המתלוננת לפרטיות גוברת זכות המתלוננת לפרטיות.

המלצות לעתיד

- פסיכולוגים צריכים להקפיד על ניסוח מדויק, מקצועי ואחראי של הרשומה מתוך מודעות לאפשרות שהיא תיחשף בעתיד.
- יש לעודד פיתוח מנגנוני איזון בין סודיות רפואית ובין גילוי ראיות ובכלל זה שימוש בחוות דעת חלקיות, בסיכומים ערוכים או בחיסיון חלקי.
- חשוב להעניק הכשרה קבועה בנושא לפסיכולוגים כדי לשמור על איזון נכון בין ההיבטים האתיים, הקליניים והמשפטיים.

סיכום

הרשומה הפסיכולוגית היא כלי חשוב אך רגיש. אומנם מערכת המשפט רואה בה מקור מידע חשוב להכרעות, אבל יש לזכור שהיא נכתבת בראש ובראשונה למען הטיפול ולא למען בית המשפט. לכן כל שימוש ברשומה זו מחייב זהירות יתרה, איזון בין זכויות, בדיקת הנסיבות והבנה עמוקה של הממשק בין עולם הטיפול ובין עולם המשפט.

מתלוננת ופגיעה בפרטיות המתלוננת שמתגוררת בחו"ל. בית המשפט ביטל החלטה שניתנה לפי סעיף 74 לחסד"פ לגלות חומר שנוגע לטיפול נפשי שעברה ועוברת מתלוננת בעבירות מין.

- **בג"ץ 1347-18 פלונית נ' בית הדין הארצי לעבודה** - בית המשפט העליון דן בהיקפו של חסיון פסיכולוג או מטפל-מטופל במסגרת תביעה אזרחית שנשמכת על החוק למניעת הטרדה מינית. בדעת רוב (השופטים עמית ומינץ) נקבע כי אין בעובדה שמדובר בתובע, כשלעצמה, להכריע את הכף כל אימת שתובע מעורר טענה לחיסיון או לפגיעה בפרטיות או בערך מוגן אחר. יש להפעיל "מקבילית כוחות" בין החיסיון המצוי בידיו של המטופל ובין חיוניות הראיות המצויות בחומר הטיפול. אומנם השופט שטיין תמך בעיקרון "תבעת-גילית" במלואו, אך לשיטתו יש לסמן לעיקרון זה גבולות ברורים כדי למנוע את ניצולו לרעה. בנסיבות המקרה סבר כל ההרכב שלא היה מקום למסור את הרשומות הפסיכולוגיות שנערכו בטיפול בתובעת למומחה מטעם הנתבעים.
- **ע"א 2781/93 ד"ר לאה עלי נ' עיזבון המנוחה רבקה שמש ז"ל** - פסק דין חשוב שעוסק בחובות תיעוד רפואי ובניהול רשומה. אומנם הוא אינו ייחודי לפסיכולוגים, אבל נקבעו בו עקרונות כלליים שחלים גם עליהם. עיקרון: רשומה רפואית היא כלי טיפול, אך גם כלי משפטי, והיא עשויה לשמש ראיה.
- **בג"ץ 355/79 אריה בן בנימין קטלן נ' שירותי בריאות כללית** - בג"ץ קבע את חובת גילוי של מידע רפואי למטופל עצמו. גם כאן חלה ההלכה גם על פסיכולוגים, ונשאלה השאלה מהו מידע שחובה למסור ומה אפשר למנוע מהמטופל (למשל מחשש לפגיעה בו).

מקורות

חוק זכויות החולה, תשנ"ו-1996, סעיפים 17-20 - שעוסק בזכות לעיון בתיעוד.
קוד האתיקה של הפסיכולוגים (2017) - ובו הוראות על חובת ניהול הרשומה, עקרונות הסודיות ותיעוד בפסיכותרפיה.
אמות מידה לניהול רשומה רפואית - עיקרי הדברים בחוזר מנכ"ל מס' 9/2019 מ-15 בדצמבר 2019.
הנחיות משרד הבריאות בנושא ניהול רשומה רפואית (ובכלל זה מטעם פסיכולוגים קליניים).

דוח הצהרת הון

רו"ח אריה דן¹

המקורות הם כאמור הכנסותינו מכל מה שהתקבל אצלנו בפועל, והשימושים הם כל ההוצאות ששילמנו בפועל כגון ביטוח לאומי ומס בריאות, ריבית משכנתה, תשלומי מיסים, השקעות, אירועים מיוחדים וכיוצא באלה. גידול בנכסי הנישום בניכוי ההתחייבויות בין ההצהרות שהגיש (שימושים גבוהים מהמקורות) מעיד על הפרש הון בלתי מוסבר, ואז על הנישום לספק לפקיד השומה הסברים מניחים את הדעת להיווצרות ההפרש הזה. לדוגמה, אם קיים גידול של 900 אלף ש"ח בהון בין שתי הצהרות הון, ומניתוח נתוני הדוחות עולה כי מהכנסתו הפנויה של הנישום הוא יכול לחסוך 400 אלף ש"ח בקירוב, הרי מדובר בהפרש הון לא מוסבר של 500 אלף ש"ח. ואם לא יוכל הנישום להסביר מניין הגידול הזה (ירושות, מתנות וכדומה), יראה בו פקיד השומה הכנסות החייבות במס שלא דווחו במשך השנים וידרוש את תשלום המס בגינם. על פי החוק והדין הקיים חלה על הנישום מגיש ההצהרה החובה להוכיח שהגידול בהון אינו נובע מהכנסות חייבות במס שלא דווחו, ולכן אני ממליץ לכל נישום לנהל תיק מסודר שבו יישמרו העתקי כל האסמכתאות של התקבולים וההכנסות המיוחדות - למשל ממכירת נכסים, רווחי הון למיניהם, ירושות, מתנות, זכויות בהימורים וכדומה - על פי מועדיהם.

כיום מותר לפקיד השומה לפנות לכל אזור - גם אם אינו נישום בעל תיק - ולדרוש ממנו דיווח על הכנסותיו והונו. מאז הרפורמה הורחב מאוד מעגל ציבור המדווחים (מגיש הצהרות ההון) למס הכנסה בכל שנה, ומלבד עצמאים ובעלי שליטה נוספו גם בעלי הכנסות מחו"ל ושכירים אחרים שלא היו חייבים בדיווח בעבר. כמו כן הולכת ומתגבשת הכוונה להטיל חובת דיווח כללית על כל האזרחים. הנישום יכול להגיש את ההצהרה בתוך 120 יום ממועד קבלת הדרישה. **איחור בהגשת ההצהרה עלול לגרום קנסות ונחשב עבירה פלילית, וכמובן, גם אי־הגשת ההצהרה נחשבת עבירה פלילית שנושאת קנסות.**

לסיכום, עקב חשיבותו הגדולה של דוח הצהרת ההון מבחינת אימות דיווחי הכנסותינו החייבות במס והמורכבות בתהליך ההכנה והניתוח של הדוחות והפרשי ההון, שלהכנתם נדרשים בהחלט מומחיות וניסיון, אני ממליץ להיעזר במומחה, רואה חשבון או יועץ מס, להגשת ההצהרה.

הצהרת הון היא טופס דיווח שמגיש האזרח, או הנישום, לרשות המיסים כדי לאמוד את מצב ההון שבבעלותו (נכסים בניכוי התחייבויות) ליום מסוים, בדרך כלל ליום האחרון של שנת המס 31.12.xx, ובהתאמה למועד הגשת הדוח השנתי על ההכנסה. בהצהרת ההון אנחנו אומדים את היקף ההון בזמן ההגשה לעומת היקפו בהצהרה הקודמת ומצביעים על השינויים שחלו ביניהן. הצהרת ההון היא מעין בדיקה של רמת האמינות של הנישום ושל סבירות הדיווחים השנתיים שלו, והיא מוגשת רק לפי דרישה מפורשת של פקיד השומה.

סעיף 135 (1) (א) לפקודת מס הכנסה מאפשר לפקיד השומה לדרוש מכל נישום למלא הצהרת הון. בדרך כלל אנחנו נדרשים להגיש הצהרת הון ראשונה כבר בשנה הראשונה לפתיחת העסק או התיק במס הכנסה, ובדרך כלל ידרוש מס הכנסה להגיש הצהרת הון נוספת אחת לארבע-חמש שנים לשם ביצוע השוואת ההון בין השנים הללו. **הצהרת ההון הראשונה היא המשמעותית ביותר מכיוון שהיא משמשת בסיס למדידה ולהשוואת התפתחות ההון שלנו במשך השנים.** כן נדרשים להגיש את הצהרת ההון גם מי שביצעו השקעות גדולות, רכשו נכסים, רכבי יוקרה וכדומה או קיבלו הכנסות גדולות שלא דיווחו עליהם. בהון שאנחנו מדווחים עליו נכללים כל הנכסים העסקיים והפרטיים שבידנו כגון בתים, מכוניות, השקעות שונות (בארץ או בחו"ל) בניכוי כל ההתחייבויות העסקיות והפרטיות כגון משכנתאות, הלוואות, חובות לבנקים, לספקים ולאחרים, והיתרה נטו היא סך ההון של הנישום. להוכחת האמור בהצהרה עלינו לצרף מסמכים לאימות הרישום, למשל אישורי בנקים, אישורי קופות גמל וביטוח, השקעות, חסכונות והעתקי חוזים ומסמכים בקשר לנכסים שנקנו.

הצהרת ההון היא אחד הכלים העיקריים שבידי פקיד השומה בבואו לבחון את סבירות ההכנסות שדווחו במשך השנים ולקבוע תוצאות עסקיות בלתי סבירות. פקיד השומה עורך השוואה בין הצהרות ההון, מצליב את המידע בין נתוני הצהרות ההון עם נתוני הדוחות השנתיים ובדוק אם הפרש ההון או הגידול בהון סביר לעומת ההכנסות שדווחו בדוחות השנתיים. לשם השוואת ההון אומד פקיד השומה את כל המקורות והשימושים שלנו בתקופה הנבדקת.

¹רו"ח אריה דן, רו"ח של הפ"י, משרד רו"ח סנדק, דן, בראונשטיין ושות'.

Israeli society has been undergoing over the past two years as well as to characterize the role of the therapist, in particular, and the mental health community in general, in coping with these processes.

Attachment theory in legal rulings: How can it lead to optimal legal decisions?

Prof. Avi Sagi-Schwartz is a licensed supervisor in developmental psychology. He heads the International Program for Development and Early Childhood Education for developing countries and teaches at the School of Psychology, University of Haifa and at the Tel Hai Academic College.

Courts are at times required to address sensitive and complex issues concerning the future of children, such as custody, adoption, and foster care. These decisions may carry long-term implications for the child's well-being and are frequently based on expert opinions provided by psychologists, psychiatrists, and social workers. While such input is essential, it is also charged with complexity and may sway the balance between professional, institutional, and legal considerations – and at times, even be influenced by personal biases, potentially contrary to the child's best interest. The case of "Sofia" sharply illustrates this complexity: Initially, a Family Court ruled that Sofia be transferred to her genetic parents – decision the author views, based on attachment theory, as fundamentally flawed. In contrast, the District Court accepted the appeal of the parents raising Sofia and allowed her to remain in their care and finally, the Supreme Court approved the latter ruling. This article analyzes these rulings, along with additional relevant cases, and explores how the informed application of attachment theory can deepen our understanding of the child's best interest and influence judicial decisions in similar contexts.

Clients' intuitions in career decision making: Should career counselors trust them?

Prof. Itamar Gati is a licensed supervisor in occupational psychology, Samuel and Esther Melton Professor (Emeritus), The Seymour Fox School of Education & The Department of Psychology, Hebrew University of Jerusalem

Prof. Moshe Tatar holds degrees in clinical and school psychology. He is the Morton L Mandel Chair for the Director of the Seymour Fox School of Education at The Hebrew University of Jerusalem.

Valentina Yizraelovich holds degrees in social psychology and information technology, and promotes use of AI in data processing at Hebrew University of Jerusalem.

Many rely on intuition when making decisions. This study involved 412 individuals deliberating over their future profession who voluntarily used Comparing and Choosing (C&C), a free decision-support system on the Future Directions website. Participants listed the occupations they were considering and marked the occupation they deemed most intuitively suitable. The occupation identified as most suitable in C&C was compared to: (1) implicit intuition – the first occupation listed; (2) explicit intuition – the occupation marked as more suitable intuitively; (3) self-reported use of intuition, as assessed by the Career Decision-Making Profile questionnaire. C&C assigns each occupation an overall suitability score using a compensatory decision model that weights the advantages and shortcomings of the occupation, as perceived by the individual. The first-listed occupation received a higher suitability score than the second, supporting the informativeness of implicit intuition. 74% of participants had an explicit intuitive choice; for 60% of them, that occupation also received the highest suitability score in C&C, underscoring the value of explicit intuition. Participants who reported higher use of intuition were more likely to select intuitively the occupation ranked highest in C&C. The challenges of incorporating intuitions into counseling are discussed.

Psychological dynamics of extremism

Prof. Arie W. Kruglanski is a social and cognitive psychologist at University of Maryland. This article is based on his lecture presented at the Israel Psychological Association Conference on "The Psychology of Polarization: Bridging the Chasm", Feb. 6-7, 2025.

Whereas extremism constitutes deviant behavior that is often at odds with majority conduct, it isn't, therefore, pathological or maladaptive. Extremism arises from a motivational imbalance in which one basic need becomes dominant to the point of overriding others. When that happens, constraints that the latter needs normally impose on behavior are relaxed or removed. In consequence, any behavior that serves the dominant need is permitted including behaviors contrary to other, now neglected concerns. Extremism can be destructive, and violence promoting, but also constructive and pro-social. The capacity for motivational imbalance that allows extremism to happen can be adaptive and may allow organisms to cope with emergencies that require the channeling of all their energies into a singular, intense, effort. Nonetheless, a protracted state of extremism takes a toll on the individual and their close ones, hence it often fosters suffering and a state of malaise. In this paper we explore these notions in light of real-world examples of extremists and extremism.

Between the individual and the collective: Separation-individuation, the shadow archetype, and their roles in the struggle between liberalism and fascism

Neta Inbar-Saban is a licensed supervisor in clinical psychology and family therapist. She has authored several professional books (in Hebrew): Machol hatodaah v'hanefesh- mabat psichologi al tahalichey hitpatchut ishit v'hecratit; Psiface Enoshi; and Nishbar li halev, taazru li – tipul psichologi b'yeladim v'noar.

The definition of boundaries among nations moves in a spiral motion between two poles: rigid and isolationist versus flexibility and collaboration. Freud demonstrated the inherent conflict in life between the needs of the individual and those of preserving the group. The perception of the strength of the group and the nation oscillates between liberalism, which emphasizes individual freedom, and fascism, which prioritizes the existence and rights of the group over those of the individual. The Internet revolution has introduced an additional dimension to the movement between these poles. The article draws a parallel between this tension between poles and the intra-personal movement between the poles of symbiosis and separation-individuation, based on the psychoanalytic developmental theories of Freud, Winnicott, Klein, and Mahler. A discussion of the significance of the fear of the stranger leads to Jung and Neumann's theory. The concept of the shadow archetype and its projection by nations onto others is presented as a mechanism that enhances national differentiation and the rise of fascist ideology. Thus, aspirations for territorial expansion arise, the global trade war intensifies, and the likelihood of the outbreak of local or global military conflicts increases.

Recognition and destruction of multiple selves: Israel 2025

Dr. Boaz Shalgi is a licensed clinical psychologist. He teaches in the psychotherapy training program of the Faculty of Medicine, Tel Aviv University, serves as Editor-in-Chief of Sichot- The Israeli Journal of Psychotherapy, and chief psychologist of Natal. This article is based on his lecture presented at the Israel Psychological Association Conference on "The Psychology of Polarization: Bridging the Chasm", Feb. 6-7, 2025.

Relational psychoanalysis describes the human psyche as an amalgam of self-states which, not unlike groups and societies, exist in a myriad of relationships of conflict, domination, dissociation and exclusion, but also of mutual recognition and mutually created movement. The paper uses this perspective to shed light on the processes



רשות ארצית למדידה והערכה בחינוך



פותרים את הקיץ עם וודקוק ג'ונסון!

SUMMER SALE



למזמינים
עד ה-31.7

מבצע מיוחד

₪ 2600

כולל מע"מ

סט מתכלים
נוסף
במתנה

חדש! מערכת לחישוב נורמות מעודכנת - מתאימה לכל מחשב ללא קשר למערכת ההפעלה.

חדש! מערך הדרכה אינטרנטי הכולל סרטונים והדרכה עבור כל שלבי המבחן המבחן היחיד שמותאם שלא מתורגם אלא מותאם במיוחד לתרבות הישראלית בודק תחומי קוגניציה רחבים: יכולת פלואידית, עיבוד שמעתי, למידה וזיכרון

ערכות זמינות בשפות עברית וערבית

לפרטים נוספים צרו קשר:

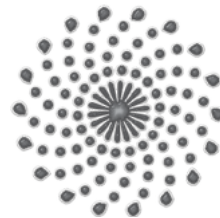
wj3israel@vector.co.il



054-2204561



התוכנית הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי בע"מ



טל. 03-5713902 • 03-7314415 • 052-2224959 • מס' חברה 513433681

**תוכניות הכשרה דו שנתית ותלת שנתית
בפסיכותרפיה התנהגותית קוגניטיבית CBT
תל השומר מחזור כ"ד החל מאוקטובר 2025
תוכנית ההכשרה הותיקה, המעמיקה והמוכרת ביותר**

תוכניות פרונטליות תל-השומר: * מגמת ילדים ונוער
* מגמת מבוגרים טראומה * מגמת טיפול הורי זוגי ומשפחתי
* מגמת מטפלים במערכות חינוכיות * תוכנית כללית רק בזום

**תוכנית תלת שנתית מוכרת לאנשי טיפול
על ידי קופות החולים**

**התוכנית בחסות הפקולטה לחינוך אוניברסיטת בר אילן,
מוכרת על ידי איט"ה ומוכרת לגמול השתלמות**

10% הנחה לנרשמים לשנה א' לפני סוף יולי 2025

בנוסף 7 קורסים סמסטריאליים מתקדמים:

* DBT תיאוריה ומיומנויות * סכמה תרפיה

* קבלה ומחוייבות ACT * CBT באמצעות מציאות מדומה

* לדבר CBT עם הורים וילדים * מבוא לטיפול דינמי * ACT-ART

ליצירת קשר ולהרשמה יש לפנות למרכז התוכנית - יעקב סיני

טלפון 052-2224959 • פקס. 03-5713902

דואר אלקטרוני: yakov@cbtyakovsinai.com

או באתר התוכנית: <https://www.cbtyakovsinai.com>

איט"ה

האגודה הישראלית לטיפול התנהגותי קוגניטיבי
The Israel Association for Behaviour
and Cognitive Psychotherapy

התוכנית באישור איט"ה
ובחסות היחידה לפיתוח מקצועי
הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן

היחידה
לפיתוח
מקצועי
הפקולטה לחינוך
אוניברסיטת בר-אילן