

משפחות במעבר

עבודה קבוצתית
עם משפחות בגירושין

עורכת: מיקי גרינבאום

משפחות במעבר

עבודה קבוצתית
עם משפחות בגירושין

עורכת: מיקי גרינבאום



משרד הרווחה והשירותים החברתיים
האגף לשירותים חברתיים ואישיים
השרות לרווחת הפרט והמשפחה



העמותה לתכנון ולפיתוח שירותים לילדים
ובני נוער בסיכון ומשפחותיהם (ע"ר)
מיסודו של גוינט ישראל ובתמיכתן של
ממשלת ישראל והפרדציה היהודית של ניו-יורק

Families in Transition
Group Work with Families in the Process of Divorce

Editor: Micky Grunbaum

הוועדה להוצאה לאור:

ד"ר רמי סולימני

איטה שחר

חנה פרימק

ד"ר ליאת בן דוד

רחל דגן

טוביה מנדלסון

עריכה לשונית: גילת עירון

עיצוב והדפסה: ארט פלוס, ירושלים

תיאום ומזכירות: אושרית שבת, סיגל ברזילאי

הבאה לדפוס: חני הראל

הוצאה לאור: רחל דגן, אשלים

מנהל ההוצאה לאור: טוביה מנדלסון, אשל-ג'וינט

מס' קטלוגי: 28

ISBN : 978-965-7453-02-5

הודפס בירושלים, תשס"ח – 2008

© כל הזכויות שמורות לאשלים

www.ashalim.org.il

תוכן העניינים

פתח דבר / רמי סולימיני | 7

הקדמה / מיקי גרינבאום | 9

מבוא: הקבוצה ככלי לעיבוד תהליך הגרושין / רונית צור | 11

שער ראשון: סקירה תיאורטית-היסטורית / מיקי תודר-גולדין

הקדמה | 15

פרק א: הקבוצה ככלי לעיבוד מצבי חיים | 17

פרק ב: שלבי התפתחות הקבוצה | 26

פרק ג: משבר הגרושין | 30

פרק ד: הקבוצה הפוקסיאנית | 33

פרק ה: בנייתה של הקבוצה | 43

פרק ו: הסטינג הקבוצתי – מבנה ותפקיד | 48

פרק ז: תפקיד המנחה בקבוצה הפוקסיאנית | 53

פרק ח: תופעות קבוצתיות ספציפיות | 56

סיכום | 59

ביבליוגרפיה | 60

שער שני: עבודות סיום קורס להנחיית קבוצות במשבר הגרושין

פרק א: התפתחות אישית של הורים וילדים בתהליך קבוצתי / אורית פורמן, יעל שביט ונורה איליה | 65

פרק ב: קשר בין-אישי לפרודים ולפרודות - כוחות מחברים וכוחות מפרקים / יוספה שירת | 81

פרק ג: תהליך התפתחות הקו-תְרָפִיָה / טובי קרוא ונורית בונן | 94

פרק ד: תהליכי סיום ופְרָדה בקבוצה / מירי אזולאי ומירב בושושה | 108

- פרק ה: של מי הקבוצה הזאת, לעזאזל? / אורית שמחון וססיל גריצנר | 123
- פרק ו: הקמת קבוצה בנושא משפחות במעבר ביישוב קהילתי קטן / חני נוימן וריקי גרינברגר | 136
- פרק ז: העברה והעברה נגדית בקבוצת ילדי גירושין בהנחיית אישה וגבר / איריס בז'רנו ואיתמר כהן | 147
- פרק ח: אתיקה, מקצועיות ומה שביניהן / לורן לוקסנבורג ורונית דרטלר | 167
- פרק ט: הוֹרָה-טָף: כלים יצירתיים לחיבור בין מציאות פנימית למציאות חיצונית / מירי גלזמן | 180
- פרק י: מאה אחוז נוכחות / אתי פורמן וליאורה רכס | 193
- פרק יא: כנגד כל הסיכויים / דבי עמיחי ונעמי רענן | 213
- פרק יב: מיתוסים על גברים ונשים בחיי הנישואין / נעמי אלבז | 230
- פרק יג: אבדנים ופרדות / מיכל מגן | 243
- פרק יד: בשם האב: קבוצה לבנים ילדי גירושין / חנית כהן-אזולאי וענת קובובי-זילברמן | 254

שער שלישי: לקט פרויקטים יחודיים במסגרת תכנית משפחות במעבר

פרק א: קבוצות הורים

- קבוצת גברים בהליכי פְּרֵדה וגירושין באשדוד / בני ביילי וענת קובובי-זילברמן | 273
- קבוצת הורים בגירושין בכרמיאל / גיל גנור, דבורה רוטשילד, מי-טל גל וסטייסי שורצלס | 283
- פסיכודרמה לקבוצת אימהות משמורניות באום אל-פחם / ג'בארין בורהאן ומחאג'נה פאיזה | 286
- קבוצה לאימהות חורגות בדליית אל-כרמל / פאדיה ח'ורי | 296
- קבוצת נשים משמורניות במשבר גירושין ברמת-גן / נעמי פוגל | 301
- קבוצת נשים וגברים בערושין בלוד / נורית בונן | 306
- קבוצה להורים בגירושין בתניה / אורנה בקר ויוספה שירת | 315

פרק ב: קבוצות ילדים

- סדנה לאמנות למתבגרים במשפחות חד-הוריות באשקלון / יעל רקלר | 319
- קבוצת ילדי גירושין בגבעת זאב / טובה מקובקי וציפי פיק-ינקלביץ | 324
- קבוצת ילדות ממשפחות במעבר מפֶּסָטָה ומגוש חלב / אח'לאס ואכים ח'ורי | 329
- קבוצת ילדי גירושין מבית ספר ממלכתי-דתי בעמישב / דינה אטדג'י וסימון טביב | 332

פרק ג: קבוצות מקבילות או משותפות להורים וילדים

קבוצה בחוות סוסים בירושלים להתמודדות עם סרבנות קשר / מרים בוטבול ושרה עמיטל | 338

טיפול באמצעות נגרות בקבוצת אבות ובנים בנבעת זאב / טל יקואל | 349

קבוצות מקבילות להורים וילדים בגרושין בבאר שבע / אורית פורמן, יעל שביט ונורה איליה | 360

טיפול באמצעות בעלי חיים בקבוצת הורים וילדים בראשון לציון / קרולין ברנר | 366

פוטותרפיה בקבוצת הורים לא-משמורנים וילדיהם במזרח ירושלים / תגריד בשיר | 372

פתח דבר

עמותת אשלים עוסקת זו השנה העשירית בתכנון ובפיתוח שירותים לילדים ולבני נוער בסיכון ולבני משפחותיהם.

מזה שנים מתייחסת אשלים לילדי גירושין כאל אוכלוסיה בסיכון פוטנציאלי ומפתחת עבורם ועבור בני משפחותיהם שירותים, הן למניעה והן לטיפול.

השימוש דווקא בקבוצה ככלי טיפולי הוכיח את עצמו כאפקטיבי ביותר בקרב אוכלוסיה זו.

התמיכה שנותנת הקבוצה ותחושת "שותפות הגורל", נמצאו כיעילים מאוד בתהליך השיקום של בני המשפחה המתגרשת, בבניית התא המשפחתי החדש ובחיזוקו, על מנת להתגבר על המשבר שנוצר בעקבות הגירושין.

הביקוש לשימוש בכלי הקבוצתי הוליד את הצורך בהכשרה ייחודית של עובדים סוציאליים בכירים בנושא עבודה קבוצתית עם משפחות בגירושין. צורך זה שעלה מן השדה תורגם לקורס דו שנתי מלווה בפרקטיקום שהניב עשייה בכל רחבי הארץ בדמות קבוצות שונות ומגוונות להורים וילדים, בנוגע לדילמות הנוצרות במהלך משבר הגירושין במשפחה.

המקראה שלפנינו מאגדת את העקרונות העיוניים של הקורס, עבודות שהוגשו על ידי הלומדים בקורס וכן לקט של פרויקטים מתוך העשייה בשדה. בטוחני כי כל אלה שתחום עיסוקם ילדים ומשפחות בגירושין ימצאו עניין בספר זה, ירחיבו את ארגז הכלים שלהם ויעמיקו את עבודתם החשובה למען רווחתה של אוכלוסיה זו.

ד"ר רמי סולימני
מנכ"ל אשלים



הקדמה

פרויקט "סל שירותים למשפחות במעבר" מוגדר כתכנית לסייע מקצועי ולליווי ילדים והוריהם במשפחות במעבר. התכנית פותחה בשותפות אשלים והשירות לרווחת המשפחה במשרד הרווחה, על רקע נתונים המצביעים על עלייה דרמטית בשיעור הגירושין בעולם וכן בישראל, שבה היחס הוא של 3:1. השלבים בתהליך הגירושין – טרום גירושין / פְרְדָה, גירושין / הפירוד הממשי, פוסט-גירושין ונישואין שניים – הם כולם מצבי מעבר הכוללים פְרְדָה, הן מאנשים והן מתפקידים, ומצריכים שינויים ואימוץ דפוסי התמודדות חדשים. מעברים אלה צופנים בחובם סיכונים להידרדרות ולמשבר לטווח ארוך, אם לא יזכו להתערבות מתאימה. משפחות במעבר וילדיהן מוגדרים כאוכלוסייה בסיכון. הדבר מחייב בניית מערך ארצי כולל של תכניות התערבות מגוונות, בהתאם לצרכים ההתפתחותיים השונים של כל אחד מבני המשפחה. הפרויקט כלל שני מרכיבים מרכזיים: (א) קורס דו-שנתי שהתקיים בבית הספר המרכזי להכשרת עובדי רווחה בתל אביב, בריכוזה של מיכל הדני ובהנחייתן של סוזי שושני ומיקי תודר-גולדין. מטרתו להכשיר מנחים לקבוצות הורים ו/או ילדים הנמצאים בתהליך גירושין גם על ידי פרקטיקום; (ב) הפעלה ארצית של תכניות יחודיות להתמודדות עם משבר הגירושין, רובן ככולן בעלות אופי קבוצתי. הפרויקט החל לפעול לקראת סוף שנת 2003 בשיתוף עם עמותת לנ"י, כעבור כשנה עבר להפעלה מטעם עמותת אפשר והסתיים בסוף שנת 2006. המקראה שלהלן מקבצת תיעוד של חלק מהקבוצות, שפעלו במסגרת הפרויקט עם הבסיס התיאורטי לעבודתן, כפי שניתן במסגרת הקורס ונכתב בידי מיקי תודר-גולדין.

מיקי גרינבאום
מנהלת הפרויקט אשלים

מבוא

הקבוצה ככלי לעיבוד תהליך הגירושין

משפחות במצבי פירוד וגירושין חוות משבר המזעזע את כל המערכת המשפחתית. יש הבדלים באופן ההתמודדות, הכוחות והמשאבים האישיים שיש לכל פרט במשפחה, ובדרכי ההתמודדות ממשפחה למשפחה. כשותפה בהתוויית המדיניות של משרד הרווחה בתחום זה, מצאנו לנכון לקיים הכשרה בתחום העבודה הקבוצתית לאנשי מקצוע המעורבים בטיפול במשפחות במצבי פירוד וגירושין. מרבית אנשי המקצוע עושים שימוש מקצועי בעיקר במתודה הפרטנית, וחשים צורך להעמיק את הידע בהפעלת קבוצות ואף להתנסות בפועל, בקיום קבוצה שמטרתה לסייע בעיבוד תהליך הגירושין.

היענותם של אנשי המקצוע, בעיקרם פקידי סעד לסדרי דין, הייתה עצומה. התערבותם הטיפולית הפרטנית במשפחות במצבי פירוד וגירושין, חושפת אותם יום-יום לתחושות של סבל, כאב, אבדן, עצב, שנאה ותשישות, וכן לקשיים רגשיים השואבים אנרגיות ותעצומות נפש מכל בני המשפחה. לא בכדי רצו אנשי מקצוע אלה להיחשף למתודה נוספת, שהוכחה בספרות המחקר בתחום הגירושין כיעילה מאוד.

ההכשרה בקורס הייתה ברמה מקצועית גבוהה ביותר וניתנה על-ידי צוות מקצועי מיומן בתחום הפעלת קבוצות. היחודיות בהכשרה זו, התבטאה בכך שהמשתתפים חויבו להפעיל קבוצה במהלך ההכשרה, תוך קבלת הנחיה והדרכה, וכן לתעד את התערבותם הקבוצתית.

מסמך זה מהווה נדבך מקצועי נוסף, המעשיר את בסיס הידע של העוסקים במלאכה: ניסיון לסייע בהפחתת קונפליקטים, למזער את הנזקים לילדי גירושין ולהקנות כלים להורים ולילדיהם, כדי לעבור את תקופת המשבר כמסע מחשל ומחזק שיוביל לצמיחה ולהתפתחות נורמטיבית ובריאה.

ברצוני להודות לכל השותפים שסייעו בגיבוש הפרויקט ובכינונו: לגב' יעל הרמל, מנהלת השירות לרווחת הפרט והמשפחה; לגב' מיקי גרינבאום,

פרויקטורית אשלים; לגב' מיכל הדני-אורבך, מרכזת הקורס ולצוות המקצועי שהכשיר וליווה את המשתתפים בו. תודה והערכה מיוחדת למשתתפי הקורס, שהיו חדורי מוטיבציה ללמוד, שהשתתפו באופן פעיל וסייעו במסירותם להתערבות קבוצתית בכ-100 משפחות במצב פירוד וגירושין. התערבות טיפולית זו סייעה לכ-300 ילדי גירושין במדינת ישראל, לעבור את משבר הגירושין עם כמה שפחות נזקים וטראומות, כשהוריהם קשובים למצוקתם ולצרכיהם. אני מאמינה שהפצת הידע והפרקטיקה, שהיא ראשונה ויחודית בארץ בתחום העבודה הקבוצתית עם משפחות במצבי פירוד וגירושין תגייס אנשי מקצוע נוספים, להעמיק את הידע בתחום ולקדם התערבויות עבור אוכלוסייה זו.

רונית צור

פקידת סעד ראשית לחוק הסעד סדרי דין

שער ראשון

סקירה תיאורטית- היסטורית

מיקי תודר-גולדין

פסיכולוגית קלינית ואנליטיקאית קבוצתית

הקדמה

סקירה תיאורטית-היסטורית זו נועדה להציג את חשיבותו של הכלי הקבוצתי לעיבוד תהליך גירושין בעבודה קהילתית. אני רואה בקבוצה כלי לעיבוד תהליכים חברתיים בכלל ותהליך הגירושין בפרט, ובתיאוריה הפוקסיאנית מודל לעבודה קבוצתית עם תהליכים אלה.

הכתיבה מתבססת על ניסיוני כמרצה וכמדריכה בקורס שנערך בבית הספר המרכזי לעובדי רווחה, בהשתתפות עובדים סוציאליים בכירים מכל רחבי הארץ. הקורס כלל לימוד תיאורטי של עבודה קבוצתית, וכן בנייה והנחיה של קבוצה קצרת מועד, שעליה נכתבה עבודת גמר הדנה בסוגיות שונות שעלו במהלך העבודה.

ברצוני להודות לכל השותפים בפרויקט זה, לאשלים, לשירות לרווחת הפרט והמשפחה במשרד הרווחה, לצוות בית הספר המרכזי ובעיקר לתלמידות ולתלמידי הקורס, שהשתתפותם הנבונה והרגישה ועבודתם המסורה בקבוצות השונות, היוו מקום מלמד, מכיל, מועיל ומהנה לכולנו.

פרק א: הקבוצה ככלי לעיבוד מצבי חיים

מאמצע המאה הקודמת הולך וכובש הכלי הקבוצתי מקום חשוב בעבודה טיפולית, הדרכתית, חינוכית וייעוצית. במקומות רבים תופס כלי זה גם את מקומו המסורתי של המפגש האינדיבידואלי. אפשר לבחון תופעה זו מכמה נקודות מבט:

מבחינה פסיכואנליטית - ניכר שינוי משמעותי בתפיסת הגורמים המשפיעים על האדם ומעצבים את אישיותו. וויניקוט, פסיכואנליטיקאי ורופא ילדים, טען ש"אין תינוק ללא אם" והחדיר לעולם הפסיכואנליטי את ההכרה שכל הקורה לתינוק מרגע היוולדו לעולם אינו נפרד מהקורה לאם, ומכאן שלא ניתן להבין תהליכים המתרחשים אצלו ללא הבנת האינטראקציה ביניהם. עמדה זו מהווה שינוי, שכן הגישה הפרוידיאנית והגישה הקליינאנית, שהיו דומיננטיות בעולם הפסיכואנליטי, ראו בתינוק תוצר של דחפיו או קורבן פסיבי של הרסנותו הפנימית. ההכרה בחשיבות האינטראקציה פתחה מרחב נוסף להתבוננות, הן ביחסי תינוק-אם והן ביחסי מטפל-מטופל, ולמעשה שינתה את התפיסה הטיפולית מ"פסיכולוגיה של אדם אחד" ל"פסיכולוגיה של שני אנשים". כך הועבר המוקד לבחינת תרומתם של שני הצדדים לאינטראקציה, ליחסי העברה והעברה נגדית המשולבים זה בזה. ממקום זה, טבעי שיגדל הפתח להתבוננות באינטראקציות נוספות בחיי אדם, המשפיעות עליו ומושפעות ממנו: קבוצות שונות שאליהן הוא נכנס מרגע הולדתו – משפחתו, מטפלו, מערכות החינוך, החברה והקהילה. שיאה של תפיסה זו בגישה הטוענת כי כל המתרחש בחייו הוא מפגש בין סובייקטים שונים המשפיעים זה על זה ומושפעים זה מזה, ללא כל אפשרות הפרדה ביניהם.

אפשר כמובן לומר, שהשפעתה של הקבוצה על תינוק מתחילה אף עוד קודם הלידה. מחקרים, סיפורים ומיתוסים רבים מספרים על העברות בין-דוריות המדגימות את השפעת הקבוצה גם על מי שטרם נולד ולהפך.

דומיננטיות ההשפעה של הקבוצות השונות בחיי אדם, מביאה למחשבה שאין מקום מתאים יותר לאבחון, להתבוננות, לגילוי, לטיפול ולשיקום של תופעות אנושיות של הפרט ושל החברה – מאשר הקבוצה.

הקבוצה מהווה, אם כן, מיקרוקוסמוס, עולם קטן להבנה, לשחזור ולתיקון של התרחשויות חברתיות שונות שהעבודה האינדיבידואלית אינה יכולה לאפשר אותם באותה מידה (Roberts & Pines, 1991).

מבחינה חברתית - אפשר לראות את כוחה העולה של הקבוצה כחלק מבידודו של האדם בחברה המודרנית ומקריסת המעגל השבטי המשפחתי, שעוררו את הצורך בקבוצה חלופית. בספר "המסע הקבוצתי" מתארים המחברים (זיו ובהרב, 2001) את מאפייני המאה ה-21, שדווקא מתוך כך שהיא מעודדת אינדיבידואליזם ומפחיתה את הדבקות המסורתית בנורמות המוכרות, היא יוצרת כמיהה לקבוצה, כדי לספק את אותו צורך בסיסי של האדם – ההשתייכות, שקשה יותר להשיגו במסגרות המסורתיות. כמו כן, מדגישים הכותבים, מאה זו מאופיינת במרוץ קדחתי אחר הישגים, בתחרותיות רבה, בתיעוש, בגלובליזציה ובתופעות חברתיות נוספות המעלות את הצורך להכיר מיומנויות של הובלת צוותים, ניהול, התמקצעות ומפגש בין מקצועות ותרבויות בעולם העסקי, הפוליטי, החינוכי והטיפולי.

מבחינה היסטורית - אפשר לראות את העלייה בעבודה הקבוצתית גם כצורך שהתפתח סביב המשברים הגדולים שיצרו מלחמות העולם, בעיקר מלחמת העולם השנייה. העולם שאחרי מלחמה זו, מצא עצמו מבולבל מהגילוי הבלתי-ניתן לעיכול, על יכולתה של הקבוצה להרוס ולהשמיד באופן דרמטי כל-כך. במקביל, נמצאו אלפים רבים של אנשים שהיו זקוקים לאבחון, לשיקום ולטיפול, מה שדרש פתרונות שהעבודה האינדיבידואלית לא יכלה לספק. אכן, חלק מהעבודה הקבוצתית, הן מצדה החברתי והן מצדה הקליני, החל להתפתח במקביל לצורך לשקם את העולם שאחרי המלחמה. מעניין יהיה לראות בהמשך, שלמרות הטראומה שעבר העולם, ביחס לכוחה ההרסני של הקבוצה, התיאוריות שהתפתחו סביב הכלי הקבוצתי, מראות לצד הפן הרגרסיבי והמסוכן של הקבוצה, גם את צדה האופטימי, המכונן והמכיל. נקודות אלה יובאו בפרק הבא, הן בתרונות ובחסרונות של הקבוצה.

ההיבט הכלכלי - רלבנטי לעליית מקומה של הקבוצה, שכן אין להתעלם מכך שחלק מההגברה הגדולה של העבודה הקבוצתית, נובע מצמצום התקציב המוקדש לעבודה טיפולית, חינוכית וייעוצית במגזרים הציבוריים.

לעומת רשימות ההמתנה ההולכות ותופחות, תכניות ההפרטה דורשות מארגונים ציבוריים להתייעל על-פי קריטריונים שונים, ואלה מהווים לפעמים שיקול נכבד בבחירה בעבודה קבוצתית לעומת עבודה פרטנית שהייתה נוהג בעבר (נקודה זו מעלה שאלות רבות לגבי אופן המיון לעבודה קבוצתית, ועל כך נרחיב בהמשך).

הקבוצה – יתרונות וחסרונות

הכוחות המרפאים (Curitive Factors)

עם ההכרה במשמעות הקבוצה בחיי האדם, החלה להיכתב גם ספרות ענפה בנושא. על הכוחות המרפאים החשובים של הקבוצה, הנוצרים מעצם המפגש בין אנשים, כותבים תיאורטיקנים מתחומים רבים, כגון הפילוסופיה של החינוך, הסוציולוגיה והטיפול. אביא מעט מהנכתב על כך. ארווין יאלום, פסיכואנליטיקאי ומטפל קבוצתי, כותב בספרו "תיאוריה ופרקטיקה בפסיכותרפיה קבוצתית" (1975), על כוחה הטיפולי של הקבוצה ועל המשתנים המרפאים שלה מעצם היותה קבוצה:

- החדרת תקווה
- אוניברסליות
- מסירת מידע
- אלטרואיזם
- שחזור מתקן של הקבוצה הראשונית – המשפחה
- התפתחות טכניקות של חברות
- חיקוי התנהגותי
- למידה בין-אישית
- לכידות קבוצתית
- קתרזיס
- משתנים אקזיסטנציאליים

יאלום טוען כי קיימת תלות הדדית בין משתנים אלה, וכי אין הם מתקיימים ומתפקדים בנפרד. עם זאת, בקבוצות שונות יופיעו חלק מהם וחלק מהם ייעדרו.

ביון (1959), שעמד בראש מכון טאויסטוק הידוע לחקר יחסי אנוש, ראה את יתרונה הגדול של הקבוצה בהיותה חושפת בצורה הברורה ביותר את חרדותיו של האדם ואת מערך הגנותיו מול חרדות אלו. בשלבו את תיאורית יחסי האובייקט ותפיסת הקבוצה כשלם, טען ביון כי האדם בקבוצה נכנס לעמדות רגרסיביות הדומות לשלב ההתפתחות הראשון של החיים (העמדה הסכיזופרנואידית), ומולן הוא מפעיל "הנחות בסיסיות" שדרכן הוא מנסה להתארגן. הנחות אלו מקשות עליו להתמודד עם משימותיו ביעילות, ולעבור למה שכינה ביון "קבוצת עבודה". עיבוד של חומרים אלה בקבוצה יכול להביא למודעות ולשחרור מההנחות הבסיסיות, ולכן אין כמו הקבוצה לשמש מרחב עבודה חשוב לגדילה כזו.

אף שממצאיו של ביון מהווים תשתית חשובה לעבודה הקבוצתית בקבוצות קטנות וגדולות, דרך עבודתו, שאותה אציג בהמשך, גרמה לכך שיישומם בעבודה טיפולית וטיפולית-למחצה הוכח כבעייתי עד בלתי-אפשרי. מחקרו נשאר חשוב בעולם הארגוני, בעיקר בעבודה מול סמכות. אפשר לשלב את גישתו של ביון בדיון שלנו, אולם היא בעייתית לעבודה קבוצתית עם משברי החיים.

פוקס (Foulks, 1964), בן תקופתו של ביון, מייסדה של האנליזה הקבוצתית, מצביע על יתרונותיה של הקבוצה באופן נלהב ביותר, ומוסיף משתנים ספציפיים המתקיימים בקבוצה שבכוחם לזרז תהליכי צמיחה ושינוי של המשתתפים. אלה יצינו כאן בקצרה ויורחבו בפרק המיוחד את תרומתה של הגישה הפוקסיאנית לעבודה הקבוצתית:

1. סוציאליזציה (חברות) – היכולת לרכוש ולהתאמן במיומנויות חברתיות "בזמן אמת".
2. השתקפות – אנשים משתקפים זה בזה בסיטואציה הקבוצתית, מה שמאפשר להם לראות את עצמם או חלקים בהם דרך אחרים ולהרחיב את המודעות העצמית והחברתית.
3. הדהוד – אנשים מהדהדים לסיפורי חיים של אחרים באופן המרחיב את היכולת להתבונן בתופעה מזווית ראייה ומשלבי התפתחות שונים.

4. הקבוצה כתמיכה – בניגוד לביון, פוקס רואה את הקבוצה כמקום המחליש את הפגיעות הנרציסטית, מזמין את האנשים לתמוך זה בזה בשעות קשות ומאפשר מתן וקבלה של פירושים באופן נגיש ופתוח יותר.

5. הקבוצה כמקור ל"עסקות חליפין" חברתיות ורגשיות, כאשר לכל אחד יכולת לתת ולקחת בהתאם לניסיונו ולצרכיו.

6. תקשורת קבוצתית מאפשרת הבנה מדויקת יותר של התפתחות הסימפטום ודרך להיחלץ ממנו. סימפטום שמצליח להיות מתוקשר, כלומר מובן, מפסיק להיות סימפטום.

תיאורטיקנים נוספים הדגישו את כוחה של הקבוצה לגדל את האדם. בולט בהם ויקטור פרנקל, אבי הלוגותרפיה, הרואה בקבוצה האנושית מקום שמגלה לאדם אמת שאין בכוחו לגלות לבד (בתוך: זיו ובהרב, 2001). פרנקל מציין גם את יכולתה של הקבוצה לסייע לאדם בהתמודדות עם תחושת חוסר אונים, כשדווקא היא זו שמחייבת אותו לחפש ולבטא את יחודיותו.

מושג האחריות – המושג המרכזיסיטי באקזיסטנציאליזם שבא לידי ביטוי בקבוצה – מציין מצב שבו האדם מצליח, בעקבות מפגש עם אחרים, להתפנות למשהו שהוא איננו הוא. כך נוצרת משמעות מיוחדת במינה ליכולת הגשמה לא מתוך דאגה לעצמו ולצרכיו, אלא דווקא מתוך הדאגה לאחר.

אולם הצגתם של הכוחות המרפאים של הקבוצה בלי להתייחס לכוחותיה ההרסניים, עלולה להיות חלקית ואפילו מסוכנת לעבודה הקבוצתית. הקבוצה עלולה להיות גם מקום בעייתי, מכשיל ומעוות למשתתפיה, ורק היכרות עם חלקיה ההרסניים תאפשר לנו לעמוד על עוצמתה.

הכוחות השליליים של הקבוצה (Anti-Group)

במאמרו על הפסיכולוגיה של ההמון (1922) שנים לפני תחילתה של העבודה הקבוצתית, כתב פרויד על כוחו ההרסני של העדר. במאמרו זה נשען פרויד על כתביו של לה-בון, סוציולוג צרפתי, מחבר הספר "פסיכולוגיה של

ההמונים" (1847). בעקבותיו טוען פרויד שהקבוצה מעוררת אצל היחיד יצר נוסף, היצר הסוציאלי, שהוא בעייתי משום שהוא מביא להתנהגויות רגרסיביות ולאבדן פונקציות חשובות, וכך הוא כותב:

כשקומץ אנשים מתארגן בזמן נתון לצרכי תכלית מסוימת ונעשה להמון [...] מתגלות תופעות מיוחדות, גילויים של יצר מיוחד ששוב איננו ניתן לפירוק ליסודות פשוטים יותר, והוא היצר הסוציאלי. נפש הקבוצה, יצר העדר, שאינו בא לידי ביטוי במצבים אחרים [...] מומנט הכמות, הוא לבדו מעורר יצר חדש בחייו הנפשיים של האדם (פרויד, 1922).

עוד הוא כותב, כי קבוצות אף פעם אינן חותרות לאמת. הן תובעות אשליות ואינן יכולות להתקיים בלעדיהן. בהמון פוחתת יכולתו האינטלקטואלית של האדם והולכים לאיבוד חוש הביקורת שלו, הספקנות וההססנות, ועקב כך הוא חושב ופועל בקבוצה בצורה שונה מהצפוי ממנו. בתוך ההמון מיטשטשות, אם כן, תכונות אינדיבידואליות ונעלם היחוד. במקומם עולה הלא-מודע המשותף לגזע. כך מוקנית תחושה של כוח איתנים והיא יכולה להביא את הפרט בקבוצה להיכנע ליצרים שבהיותו לבד היה מרסן אותם. עדות לכך מספקים מעשי טבח ומעשי אונס קבוצתיים, שמבצעייהם מסבירים את מעשיהם בעצם הנוכחות של האחרים, וטוענים כי לבד לא היו מעלים על הדעת לעשותם. יש טענה האומרת שבנוכחות אחרים ההצדקה למעשה מתקבלת מכך ש"כולם עושים כך"; האדם מחפש אישור קבוצתי במקום אישור פנימי, האחריות מתמוססת ולעתים מושלכת על מנהיג הקבוצה.

כל הרע שבנפש האדם מתרחש בקבוצה, אומר פרויד ומונה תופעות קבוצתיות מסוכנות, כגון: הדבקה, אבדן אחריות, אידיאליזציה של מנהיג המנוונת את הפרט, הקצנה והשאה. להלן נפרט על שתיים מהתופעות.

תופעת ההדבקה

פרויד רואה בתופעת ההדבקה סוג של היפנוזה. "בכל רגש כל פעולה בתוך ההמון יש מן המדביק [...] וקל לו מאוד ליחיד לבטל את האינטרס האישי שלו מפני אינטרס הרבים" (פרויד, 2192).

תופעת ההשאה (סוגסטיה)

תופעה זו קשורה לתופעת ההדבקה. מדובר במצב של השתכנעות חזקה ביותר. אדם גורם לאדם אחר לציית לכל עצותיו עד שיבצע דברים המנוגדים לאופיו ולהרגליו. "מחמת השפעות שההמון קורן [...] לתוך מצב מיוחד, המתקרב ביותר למצב המוקסמות שבו שריו האדם המהופנט בהשפעתו של המהפנט [...] והמהפנט מכוון את כל הרגשות והמחשבות".

נזכיר שוב את ביון, הרואה את הקבוצה כמקום המזמין רגרסיה. הימצאותו של הפרט בקבוצה, כך הוא סבור, מעוררת את חרדות הכיליון, ההיבלעות וההרס. מולן האדם נוקט הנחות בסיסיות של תלות מוחלטת בחזק או במי שנתפס כחזק, רצון להתקיף, להרוס או לכרות בריתות חסרות שחר, מתוך אשליה שהן תבאנה את הישועה. רעיונות אלה, הדומים לאלה של פרויד ושל קליין, מועצמים ביחסי קבוצה-מנחה באמצעות המנגנון של הזדהות השלקתית המתרחשת בקבוצה במלוא עוצמתה.

מבט חשוב נוסף על הכוחות השליליים של הקבוצה מביאים גם תלמידיו של פוקס. בניגוד לפוקס עצמו, שכמעט לא התייחס למקומות שבהם הקבוצה עלולה לייצר כוחות שליליים, פיתחו תלמידיו את מושג ה"אנטי-גרופ" (Nitsun, 1998; Pines, 1990; Zinkin, 1983), המאגד בתוכו את הכוחות השליליים שיש בקבוצה.

גישתו של ניטסון רואה בקבוצה מקום המכיל גם מרכיבים הרסניים, תוקפניים וקורבניים מעצם מהותה. כך מוגדר לפיה מושג ה"אנטי-גרופ": "מרכיב קבוצתי אימננטי, המאופיין בגישה שלילית כלפי הקבוצה באשר היא קבוצה" (Nitsun, 1998). הכוונה למעין יצר מוות קבוצתי, לחלקים הרסניים המורכבים מפחדי הכחדה, פגיעות נרציסטיות, תסכול מקשרים בין-אישיים, קנאה ויריבות, השתקפויות ממאירות וכישלונות תקשורתיים. רכיב זה, לפי ניטסון, חייב להיות מזהה, מוכל ומעובד, כדי שלא יהרוס את הקבוצה (שם).

מושג האנטי-גרופ עורר, מצד אחד, פופולריות רבה, ומצד אחר נטען שאין בו חידוש, שהוא חלק מעבודת הקבוצה ושאינו ראוי להיות מיוצג בנפרד. ניטסון טען שמושג זה חשוב משום שהוא עוסק במה שהכי מטריד אנשים שעובדים בקבוצות: התהליכים ההרסניים והמתנגדים שהקבוצה מעלה, שהם מוכרים

מאוד אך באופן מפתיע קשים לדיבור ולהבנה (שם). כשמתבוננים בהיקף ההרסנות שבקבוצות הגדולות שסביבנו – מדינות, שבטים, עמים וארגונים – המשקיעות משאבי חיים וממון בהרס הדדי, קשה שלא לייחס חשיבות למושג ולהימנע מלראות בו מושג המתאר תהליכים המצויים בכולנו.

לפנינו, אם כן, תפיסה המייחסת לקבוצה כוחות המאפשרים מרחב גדילה רב-ערך, ובו-בזמן עלולים ליצור מרחב מסוכן והרסני. במילים אחרות: מצד אחד, הקבוצה יכולה לשמש מרחב המאפשר להישקף ולחשוף מצבי חיים יחסי גומלין משמעותיים הגורמים ליכולות ולמגבלות תוך-אישיות ובין-אישיות, לייצר הזדמנות לבדיקת דפוסי העברה והעברה נגדית משמעותית, ולשחרר את החסימות התקשורתיות ואת הסימפטומים שנוצרו בעטיין. מצד אחר, הקבוצה יכולה להיות מרחב מסוכן, העלול לשחזר מצבים של דיכוי, זלזול, השפלה, בליעה והיבלעות, הרס עצמית והרס כלפי האחר – מרחב שבמקום שישקם את הפגיעות המוקדמות, יעניק להן אישוש ותוקף.

מה גורם למרחב הקבוצתי להיות מאפשר ומה גורם לו להיות הרסני? פריד מציין מצבים שבהם, בניגוד לעמדותיו הפסימיות, מוסריותו של ההמון עולה ועשויה להיות אף גבוהה יותר מזו של היחידים שמהם הוא מורכב. מצבים אלה קשורים לאופן ההתארגנות של ההמון שמוציא ממנו סך תכונות ותרומות שחלקיו לא היו מסוגלים לייצר בנפרד. אלה מתאפשרים (מקדוגל, בתוך פריד, 1922) הודות לקיומם של חמישה תנאים:

1. רציפות – היותם של אנשים יחד במשך זמן רב, כשעמדות קבועות מופקדות בידי אנשים המתחלפים זה עם זה.
2. ידיעה על טיב ההתנסות – מושג הנוצר בין אנשים על טיבו של ההמון, תפקודיו, מעשיו ותביעותיו, "זיקת רגש", כדברי מקדוגל.
3. מצב של התלכדות עם דומים ושונים – יצירת זהות משותפת ומובחנת.
4. יצירת מסורות, מנהגים ותרבות – סדרי חיים.
5. חלוקת תפקידים בעלי התמחות בין אנשים על-פי היחוד שלהם.

למעשה מדובר ביצירת קבוצה שהיא דרגה מפותחת יותר של ההמון, הבונה לעצמה זהות, שפה, ערכים, נורמות ותרבות כחלק מתהליך עבודה משותף. בשפתו של ביון אפשר לראות בתנאים אלה חלק מעיבוד של הנחות בסיסיות גרגסיביות והגעה למצב של "קבוצה עובדת", המסוגלת לתפקד ברמות גבוהות יחסית. בשפתו של פוקס נדבר על יצירת רשת תקשורת

המאפשרת תהליכי התפתחות קבוצתיים מגדלים בעזרת שחרור מחסימות תקשורתיות קודמות.

גם התיאורטיקנים של האנטי-גרופ טוענים שהיכולת לאפשר למרכיבים ההרסניים עיבוד בתנאים מרוככים, משחררת מעצורים וחסימות והופכת סימפטומים לתקשורתיים ויצירתיים. זוהי מהות העבודה הקבוצתית. במובן מסוים, המרחב הקבוצתי המתואר כאן מהווה אנלוגיה למרחב המשפחתי של האדם. חוויית ההימצאות במרחב זה מועצמת במצבי משבר, כגון פְּרֵדָה וגירושין, כאשר המרחב המוגן-יחסית הופך למרחב מתקיף ומאיים. הקבוצה המתוארת בעבודה זו מהווה, אם כן, מקום אתגרי, חשוב ומורכב לבחינה של משבר הגירושין במשפחה.

פרק ב

שלבי התפתחות הקבוצה

במעבר מההמון הרגרסיבי לקבוצה המגדלת, אפשר לראות גם תהליך התפתחות הדומה להתפתחותו של הפרט – מתינוק קטן, תלתי וחסר אונים לאדם בוגר ובשל המסוגל לכוון את חייו ואת חיי האחרים באופן תורם ונותרם.

הספרות הקבוצתית משתמשת במונחים התפתחותיים השאולים מחיי הפרט כדי להבין את התפתחות הקבוצה. כך עושה סארביי במאמרו "תיאוריה פסיכואנליטית של התפתחות קבוצה", וכך משתמש ביון בעמדות הקליינאניות וגוזר מהן שני מצבים של הקבוצה – שלב ההנחות הבסיסיות ושלב הקבוצה העובדת. באופן שונה, אם כי מתוך מקומות דומים, דניס מקנזי וליוסליי (בתוך "מקראה להנחיית קבוצות", פרק 9) בשלבי ההתפתחות של הקבוצה מנקודת מבט חברתית-מערכתית.

בחרתי לתאר בקצרה את המודל הביוניאני ואת המודל ההתפתחותי של מקנזי וליוסליי. שני מודלים אלה, יכולים לשמש את מנחה הקבוצה ואת המשתתפים כדי להבין את מקומה של הקבוצה, צרכיה, משאלותיה, דפוסי ההתמודדות שלה ומידת התקדמותה או נסיגתה.

חשוב מאוד להזכיר, כשמתבוננים בתיאוריה התפתחותית, ש"התיאוריה היא משרת טוב ואדון רע". לכל קבוצה – כמו לילד, כמו למנחה וכמו להורים – צרכים, יכולות, מגבלות ובעיקר קצב אינדיבידואלי. שלבי התפתחות יעילים הם כאלה המסייעים לנו להבין ולבחור התערבויות מתאימות. הם נעשים תובעניים ומאבדים את יכולת ההתבוננות במשתתפים, כשהם הופכים להיות אלה שמכתיבים את התהליך.

תורת ההתפתחות של ביון

ביון (1959) מציע תורת התפתחות המתבססת על הגישה הקליינאנית. גישה זו אינה לינארית, אלא עוסקת בעמדות המתנהלות במעין ספירלה, כשבכל יחידת זמן אפשר לראות את התנועות הדו-סטרויות שבין שתי עמדות. ההבדל שבין אדם בוגר לאדם פרימיטיבי, נעוץ בעוצמת התנועות. תנועות חזקות מאוד מצביעות על אישיות בשלה פחות. היעדר תנועה והיקבעות בעמדה אחת - אינם בגרות רגשית, גם אם ההיקבעות היא בעמדה הגבוהה יותר. הנפש מבקשת תנועה.

העמדה הראשונה מקבילה לעמדה הסכיזופרנואידית של קליין ומאופיינת בחרדות קשות של כיליון ורדיפה. הקבוצה מנסה להתמודד עם חרדות אלו בעזרת "השערות בסיסיות" (Basic Assumptions). השערה או הנחה בסיסית היא הנחה המצויה בבסיס ההתנהגות, המובילה את האדם או את הקבוצה להתנהגות מסוימת. לרוב אלה אינן הנחות מודעות.

בעמדה הראשונה ההנחות הבסיסיות הן תלות (Dependency) ובריחה-התקפה (Fight-Flight). התלות מכתובה תפיסת עצמי קטנה וחסרת אונים מול תפיסת מנחה כול-יודע וכול-יכול. הפתרון הרגרסיבי, על-פי הנחה זו, הוא: "אתלה עצמי בו ומשם תבוא ישועתי". העמדה השנייה מתבססת על חרדת רדיפה, הרואה במנחה הכול-יכול סכנה קיומית, והפתרון שהיא מציעה הוא להילחם בו או לברוח ממנו. בשתי עמדות אלו אין בדיקה אמיתית מיהו באמת המנחה ומי הם המשתתפים.

הנחה בסיסית נוספת, מפותחת מעט-יותר אך גם היא שייכת לשלב ההנחות הבסיסיות, היא הנחת הזיווג (Pairing), שבה בוחרת הקבוצה לווסת את חרדותיה לפי התפיסה שחברי הקבוצה נפגשים כדי "להוליד יחד את המשיח שיציל אותה". על-פי ביון, זוהי אופטימיות מזויפת, המחפשת מושיע כלשהו בלי שתיעשה בדיקה אמיתית של יכולות ומגבלות.

כשהקבוצה מצליחה לעבד את ההנחות הבסיסיות, בעזרת המנחה והמשתתפים בתהליך הקבוצתי, היא מתפנה לבדוק את יכולותיה ומגבלותיה האמיתיות. כך היא עוברת לשלב "קבוצת העבודה" (Working Group)

- שלב שבו מובא בחשבון הצורך להתנהל עם משימה, תוך חיפוש אחר האפשרויות העומדות לרשות הקבוצה. הקבוצה מאופיינת כמציאותית יותר, בוחנת את מסקנותיה באופן מדעי יותר, מחפשת ידע, לומדת מהניסיון ושואלת כל הזמן מהי הדרך הנכונה ביותר בשבילה. במובן מסוים תפיסה זו היא מקבילה לעמדה הדפרסיבית, השנייה בתיאורית ההתפתחות של קליין, שיש בה הכרה ביכולות ובמגבלות מציאותיות לצד רצון לתקן את שניתן לתקן ויכולת השלמה עם הבלתי-ניתן לתיקון.

המודל ההתפתחותי של מקנזי וליוסליי

המודל של מקנזי וליוסליי (בתוך: "מקראה להנחיית קבוצות", פרק 9) מגדיר חמישה שלבי התפתחות ושלב סיום. בכל שלב מוגדרת מטלה התפתחותית מרכזית שממנה נגזרת סדרה של סוגיות בין-אישיות שבהן מתמקדת הקבוצה. הצורך לעמוד במטלה מספק הקשר חברתי, שאפשר להשתמש בו ליצירת שינוי. בעיצומה של המשימה, שאותה ממלאת הקבוצה כשלם, מתחוללים תהליכים יחודיים אצל הפרטים בקבוצה, המסייעים לגדילתם.

להלן סקירה קצרה של שלבים אלה:

1. התקשרות: יצירת גבול בין הקבוצה לעולם שבחוץ כדי ליצור בסיס לעבודה. מטרת הקבוצה היא פיתוח זהות ולכידות קבוצתית. תחושת האוניברסליות של הקבוצה עדיין איננה מוכחת בשלב זה. הקבוצה יכולה לנוע הלאה ובינתיים מתבססות קבלה של חברות בין המשתתפים ומחויבות להשתתפות. האיום על הפרט בשלב זה הוא חוסר קבלה לקבוצה.

2. בידול: הגבול בשלב זה הוא בין הקבוצה ובין הפרט. חברי הקבוצה מגלים את ההבדלים ביניהם באמצעות גילוי משותף, והחרדה שמתעוררת בהם מתמקדת בשונות ובאופן ההתנהלות מול קונפליקטים. הסכנה של השלב היא בקיטוב לא-מציאותי של שוני, והפתרון נעשה דרך קבלת האחר, סובלנות לשינוי ותחילת מציאת הדרך לפתרון קונפליקטים.

3. אינדיבידואליזציה: המשתתף מפתח הבנה כלפי עצמו באמצעות גילוי עצמי בקבוצה. החרדות העולות בשלב זה קשורות לגילוי מעמיק של נקודות קושי. פתרון החרדות טמון ביכולת של כל חבר בקבוצה להכיר בעובדה שאינו מושלם ועם זאת הוא מורכב ושלם. הקבלה של עצמי ושל האחרים היא הישג תוך-אישי ובין-אישי, וממנה הקבוצה עוברת לשלב הבא.

4. אינטימיות: פיתוח מעורבות בין-אישית מאפשר הבנה של השפעה הדדית והכרה בחשיבות הקשרים עם אחרים. ההישגים בשלב זה הם פתיחות בלתי-מתגוננת וסובלנות לקרבה.

5. הדדיות: התפתחות הבנה של חשיבות השוויון בתוך יחסים, לעומת יחסי ניצול וחוסר שוויוניות. הקבוצה מאפשרת לחבריה לראות את חלקם ואת אחריותם בתוך המתרחש בעולמם. הסכנה בשלב זה היא לקיחת אחריות יתר וקרבה לא מציאותית. פתרון השלב מצוי ביכולת לקבל אחריות מציאותית ושליטה מציאותית על החיים.

6. שלב הסיום: פְּרָדָה מהקבוצה וחזרה לעולם שבחוץ. המטלה הקבוצתית היא היכולת ליישם ולשלב את ההבנה שנוצרה בקבוצה בתוך העולם שמחוצה לה. הסכנה היא במפגש עם תחושת בדידות מול הפרדה, שעלול לגרום לחוסר יכולת להעריך ולקבל את מה שהושג. היכולת של המשתתפים לעבד אבדן ולהבין שהם חשים בדידות אך זו בדידות מהותית לאדם ולא אופיינית רק לנטישה או לחיים לבד, מאפשרת הן את ההכרה בחשיבות הקבוצה והן את האמונה ביכולת להסתדר בלעדיה ועם קבוצות תמיכה וחברות בעולם החיצוני.

ששת השלבים שמתאר מודל זה, מיושמים בהתאם למשימת הקבוצה. שלבים אלה מתועלים בקבוצה המתמודדת עם משבר בחיי הנישואין, כך שכל שלב יכול להתקשר למקבילו בחיי המשתתף, ולהפך. למשתתפים זוהי הזדמנות מיוחדת לחוות תהליך התפתחות ממוקד וקצר מועד, וליישם דרכו הבנות הרלבנטיות לחייהם.

פרק ג

משבר הגירושין

כך ופרס (1996) מביאים במחקריהם את הנתון המוכר על העלייה המתמדת בשיעור הגירושין בישראל, בעיקר בקרב משפחות עם ילדים, ומציינים שהדבר מציב אתגרים משמעותיים בפני הגורמים המטפלים השונים. כך ופרס משתמשים במונח **משבר לתיאור חוויית הגירושין**. מחמיר יותר דרימן (1994), המשתמש במילה **טראומה** ומציג סקירה של ממצאים קליניים ומחקריים מהארץ ומהעולם, המציגים תמונה שלפיה בני זוג שמתגרשים וילדיהם מראים סימפטומים פוסט-טראומטיים, וגם תהליך התמודדותם בטווח הקצר והארוך דומה לזה של קורבנות טראומה.

המחקר מתאר ירידה בהערכה העצמית של האימהות, חרדה גבוהה והערכות מצב נמוכות לגבי המתרחש סביבן. גם גברים הראו פגיעה תפקודית ופגיעה בהערכתם העצמית סביב הגירושין. עבור שני המינים התקופה הקשה ביותר נחשבת תקופת הפירוד (פסח, 1983), והיא מלווה בהתעוררות קשיים במרבית תחומי החיים. מאוחר יותר, מראים המחקרים, משנתיים עד כארבע שנים לאחר הגירושין, רוב הנחקרים נמצאו בשלבים מתקדמים יותר של גבוש אורח חיים חדש. החוקרת מצאה גם הבדל בין גברים לנשים: הנשים דיווחו יותר על קשיים בתחום החברתי וביכולת ליצור קשרים אינטימיים חדשים, ואילו הגברים דיווחו יותר על קשיים בתחום ההורות.

דרימן (1994), שבדקה את השפעת תהליך הגירושין בילדות על דפוס ההתקשרות ועל תחושת בדידות בגיל ההתבגרות אצל ילדי המתגרשים, מצאה קשר משמעותי בין חוויית הגירושין של ילדי המתגרשים וסגנונות ההתקשרות שלהם. הדפוס השליטי ביניהם היה דפוס התקשרות של חרדה או הימנעות. נערים ונערות שעברו תהליך זה בילדות נראו ודיווחו על יותר רגשות של בדידות, החזיקו בדעות קיצוניות יותר לגבי מוסד הנישואין, היו עצמאיים פחות וצפויים לחוות יותר מצוקה נפשית ולחצים במצבים שונים בחיים. כיוון מחקרי נוסף, מראה את השפעתם של מצבי לחץ שונים שבהם

נתונה המשפחה הישראלית, על יכולתה להתמודד עם קשייה בכלל ועם התליכים פוסט-טראומטיים כמו גירושין, בפרט. מאפיינים שונים של החברה הישראלית הקשורים לאירועי חיים, כגון מלחמות, תאונות, פעולות איבה, פציעות, נכויות ושכול, מהווים נדבך נוסף בהתמודדות עם התהליכים המשפחתיים האלה.

המונח "טראומה" מוזר מבחינה מסוימת. אנחנו רגילים להשתמש במונח זה לתאר תופעות חיים סְטְרֵסֶגֶנִיּוֹת, שלרוב מופעלים מול אפשרות הופעתן בחיינו מנגנונים של הכחשה. תופעת הגירושין מקיפה אותנו במידה רבה ביותר. נוכחותה נמצאת כמעט בכל משפחה מורחבת, קבוצת חברים, שכונה וכיתה. איך, אם כן, יכולה המילה "טראומה" לאפיין מצב הנראה נורמטיבי ושכיח כל-כך?

נראה שאחד המרכיבים הטראומטיים בגירושין הוא הרעיון שדבר קשה מאוד מתרחש בתוך מרחב האמור להיות המרחב הבטוח ביותר של האדם. הגירושין הוא מצב שבו אדם שבתקופה מסוימת בחייו בחרנו בו לאדם שאיתו נבנה את מערכת היחסים האינטימית ביותר שבונה האדם הבוגר – עם שותפות כלכלית מלאה ועם הבאת צאצאים משותפים לעולם – הופך להיות מקור של שנאה ושל מריבות קשות ביותר. במצבים רבים גם הילדים הופכים לשותפים למלחמות וליריבויות קשות ומתמשכות. הגירושין, אם כן, הם מצב שהופך פעמים רבות אוהב לאויב, וזו חוויה טראומטית היוצרת רגשות והתנהגויות פוסט-טראומטיות.

חשוב להוסיף שמשברים בנישואין ותהליכי גירושין מלווים ברוב המצבים בירידה ברמת הביטחון הכלכלי של המשפחה וכן גם ביכולתה לממן שירותי עזרה נפשית. דווקא בתקופה שבה הצורך בעזרה כזו עולה, הן מצד בני הזוג והן מצד הילדים, גדל גם הקושי לממן עזרה מקצועית. הפנייה לתחנות עירוניות ולבריאות הנפש לקבלת טיפול זוגי, משפחתי ופרטני מקלה כמובן, אולם מול מצב זה עומדת תמונת מציאות כפי שהצגנו בפרק הראשון. שירותים קהילתיים, עירוניים וממשלתיים הפחיתו את יכולתם לטפל, מסיבות תקציביות. התורים לקבלה לטיפול נהיו ארוכים יותר וההקצבה למספר שעות טיפול לפונה ירדה. כאשר מדובר במשפחה שצרכיה מורכבים עוד יותר, הסיכוי להיענות לצרכים אלו פוחת עוד יותר.

מול נתונים אלה, האפשרות להיעזר בקבוצה מקבלת חשיבות גדולה במיוחד, שכן הקבוצה יכולה להציע מעין מרחב משפחתי אלטרנטיבי, שבו

נמצאים יחד אנשים החולקים חוויה משותפת, במטרה לעזור ולהיעזר בהתמודדות עם תוצריה היומיומיים של החוויה, וגם סוג של עזרה מקצועית בתנאים אפשריים, בעלויות כספיות נמוכות יותר באופן ניכר וללא צורך בהמתנה ארוכה.

רעיון זה עמד, כאמור, במרכזו של פרויקט של השירות לרווחת הפרט והמשפחה במשרד הרווחה, במשותף עם עמותת אשלים, שביקשו להכשיר מטפלים לתפקיד מנחי קבוצות לעיבוד משבר גרושין במשפחה, כדי ליצור קבוצות מסוג זה במקומות שונים בקהילה ולאפשר לאנשים החווים משבר זה לעבד את הקורה בחייהם ובחיי ילדיהם במרחב זה.

פרק ד הקבוצה הפוקסיאנית

- דרכו של מנחה להנחות קבוצה מושפעת מגורמים רבים. אחד מהם הוא תפיסת עולמו הבסיסית, שבחלקה היא קונסטיטוציונית, ובחלקה מושפעת מאירועי החיים. רוברטס (Roberts, 1991: 76) מונה את הגורמים המשפיעים:
1. מאפיינים קונסטיטוציוניים אישיותיים ותכונות טמפרמנטליות
 2. מערכת אמונות וערכים
 3. אירועי חיים עכשוויים
 4. ניסיון טיפולי אישי
 5. הדרכות שהמנחה קיבל ומקבל בעבר ובהווה
 6. הגישה התיאורטית שלמד המנחה, בהנחה שגם בחירתו בבית ספר זה או אחר תלויה בגורמים שונים

התפיסה התיאורטית שמביא מנחה הקבוצה לעבודתו היא, אם כן, אחד המרכיבים המשפיעים ביותר על דרכו להתמודד עם התכנים, העולים בקבוצה ועם התהליך. היא תקבע את תפיסת התפקיד שלו ומכאן גם את דרכי התערבותו.

הגישה העומדת במרכז תפיסת העבודה בפריקט זה, מתבססת על עבודתו של פוקס, מייסד האנליזה הקבוצתית. אף שגישה זו, היא גישה טיפולית אנליטית שיושמה בקבוצות טיפוליות ארוכות טווח, בחרתי להתבסס על עקרונותיה ועל יכולתה להיות מיושמת בקבוצות ממוקדות מטרה, שאינן טיפוליות כל עיקר, שמועד קיומן משתנה אך הוא קצר טווח יחסית, ושמוקד עבודתן הוא עיבוד תהליך הגירושין. ברצוני להסביר את עקרונותיה של גישה זו ואת יכולתה להיות מותאמת לסוג זה של עבודה קבוצתית כלהלן:

מיהו פוקס?

אתחיל בהצגה קצרה של קורות חייו האישיים והמקצועיים של פוקס, שכן דרך התפתחותו כאדם וכאיש מקצוע השפיעה על אופן תפיסתו לגבי העבודה הניתנת לעשייה בקבוצה.

פוקס, יהודי במוצאו, מייסדה של 'האנליזה הקבוצתית' האנגלית, נולד בקרלסרו (Karlsruhe), עיר הבירה של מחוז באדן בגרמניה. הוא היה הבן הצעיר במשפחה חמה, בעלת אמצעים וראה במשפחה מקום חם המאפשר התפתחות, יצירתיות וכן וריאביליות. אביו היה חובב מוזיקה ששר במקהלות - ייתכן שממנו ירש פוקס את האהבה למוזיקה, ומאוחר יותר את ראיית מנחה הקבוצה כמנצח תזמורת (Conductor), השואף לתת לכל כלי לבצע את צליליו שלו, ולהעניק לכל התזמורת מקום יצירתי והרמוני.

בהיותו צעיר, לא נחשפה ממש משפחתו של פוקס לאנטישמיות. בשנת 1917 הוא התגייס לצבא הגרמני ושירת בצרפת כאלחוטן בחיל הקשר (1917-1919). שנתיים לאחר שחרורו רצה ללמוד במאות תיאטרון, אך משפחתו הניעה אותו ללימודים שמהם יוכל גם להתפרנס. משום שנמשך ללימודי הרפואה והושפע מאוד מפרויד, הגיע בהמשך דרכו ללימודי פסיכיאטריה ופסיכואנליזה.

פוקס נישא שלוש פעמים, מאשתו הראשונה התגרש לאחר 14 שנים, אשתו השנייה - לה נישא בלונדון, נפטרה לאחר 19 שנות נישואין ואשתו השלישית - לה היה נשוי 16 שנה, אליזבת פוקס (Pines, 1983) חיה בלונדון ועוסקת מאז פטירתו בהנצחתו ובפיתוח המכון לאנליזה קבוצתית באנגליה.

פוקס למד בפרנקפורט. במסגרת עבודתו עבד כשנתיים במכון הניורולוגי של פרנקפורט עם קורט גולדשטיין, ניורולוג שבזכותו הפנים את החשיבה הגשטלטליסטית, הרואה בשלם גדול מסך כל חלקיו, ומאוחר יותר ראתה את הקבוצה כשלם. פוקס ראה את פעילות היחיד-קבוצה בדומה למערכת העצבים האנושית, כאשר היחיד, כמו תא עצב בודד, מעביר אינפורמציה. הסימפטום של היחיד נובע מחסימה במערכת אך גם יוצר חסימה במערכת כולה ומזמין את המערכת ואת היחיד להתמודד עם החסימה בדרכים שונות. כך נוצרת מערכת המשפיעה ומושפעת תדיר באמצעות יחסי יחיד-קבוצה. השפעה משמעותית נוספת, הייתה העבודה המשותפת בין המכון האנליטי

בפרנקפורט ובין המכון הסוציולוגי ששכן באותו בניין. שם התודע פוקס לאליאס - סוציולוג שממנו למד על השפעתם של תהליכים סוציולוגיים על הפרט. חשוב לציין שההכרה בהשפעה זו לא הייתה שכיחה בעולם הפסיכואנליטי הקלאסי, שהעדיף להתמקד באדם כפרט ובחשיבה רפואית ולא חברתית. למידה זו תימצא בעתיד בעבודתו של פוקס ותשפיע עליו ועל תלמידיו בפיתוח התפיסה הרואה באדם יצור חברתי שלעולם אינו מנותק מהשפעת הקבוצה החברתית, ומכאן בפיתוח הרעיון שהעבודה הקבוצתית הולמת ביותר את טבעו החברתי של האדם.

הכשרתו הפסיכואנליטית של פוקס החלה בשנת 1928 בווינה, לשם עבר עם אשתו ועם שני ילדיו. מאוחר יותר, כאשר החל את לימודי הפסיכואנליזה ובעקבות הידרדרות המצב בגרמניה עם עליית הנאציזם, עזב פוקס את גרמניה ועבר עם משפחתו לשווייץ. אפשר לומר שזו הייתה הפעם הראשונה שבה נחשף לכוחה ההרסני הפוגעני של הקבוצה (Hinshelwood, 1999). אולם חשיפה זו לא לקחה ממנו את הראייה האופטימית, והתמימה במידה רבה, של הקבוצה בכלל ושל הקבוצה הטיפולית בפרט.

כשהגיע לשווייץ הוזמן להצטרף לחברה הפסיכואנליטית בלונדון, שהפכה להיות ביתו השני, שם סיים את לימודיו כאנליטיקאי. חברה זו היוותה מקור למאבקים להחדרת תפיסותיו, ולא-אחת חש כי הוא ותורתו אינם רצויים שם. בשנת 1939 הנחה את הקבוצה האנליטית הראשונה, ומאוחר יותר נאלץ לכנס את מטופליו הפרטיים ולהיפרד מהם עקב גיוסו לצבא כרופא. הוא המשיך בעבודה בקבוצות טיפוליות במסגרת עבודתו הצבאית בזמן מלחמת העולם השנייה. עבודה זו פתחה לפניו את עולם הקבוצות, ומאז עסק פוקס באופן אינטנסיבי בפיתוח האנליזה הקבוצתית, בטענה שזו הגישה הטיפולית המועדפת ברוב המקרים. את ספרו הראשון – *Introduction to Analytic Psychotherapy*, כתב בשנת 1948. לאחר מכן המשיך בבניית המכון, יצר מסגרות לימודיות, יזם את כתב העת המפורסם *Group Analysis*, שאותו ערך כמעט עד מותו, והיה ראש החברה האנליטית הקבוצתית האנגלית של שנות ה-60 וה-70. פוקס נפטר במהלך מפגש של קבוצת הדרכה עם עמיתים, שעמם נמנה פינס, ממשיך דרכו.

אפשר לראות בפוקס מי שהצליח להכניס גישה טיפולית יחודית לעולם הפסיכואנליטי הבריטי, שעם הזמן הפכה לבעלת השפעה גדולה גם בארצות שונות מעבר לים. גישה זו אינה מצטמצמת לעבודה טיפולית

בלבד, אלא מהווה מרחב לימוד וייעוץ להתנהלות בקבוצות גדולות וליישומם בארגונים ובקהילות.
להלן אציג את עקרונות הגישה הפוקסיאנית ואת הרלבנטיות שלה לעבודה קבוצתית קהילתית בעיבוד תהליך הגרושין.

1. המעבר מתפיסה משפחתית- מערכתית לתפיסה דינמית

המטפלות בקורס הן מטפלות ותיקות, בעלות ניסיון רב בהתמודדות עם תהליכי גרושין, הן כפסיכותרפיסטיות זוגיות ומשפחתיות והן כפקידות סעד לסדרי דין. לעומת זאת, הידע התיאורטי והניסיון שלהן בעבודה פסיכודינמית מצומצמים יותר.

מכאן נבע שגם העבודה הקבוצתית הנגישה יותר להן היא העבודה הפסיכו-חינוכית, או מה שמוכר יותר בכינוי "הקבוצות המובנות". קבוצות אלו מאופיינות בספרם של זיו ובהרב (2001) כבעלות תכנים שנקבעים מראש, המדגישים למידת מיומנויות להתמודדות עם מצבים ספציפיים. האימון והתרגול הם מטרוותיהן הבלעדיות, התוכן עומד במרכז הלמידה, והתהליך הקבוצתי אינו רלבנטי. המנחה דומה יותר למורה בכיתה. הוא ממונה על מערכי המפגש שהם בעלי מטרות ותוצאות ספציפיות, ואין קשר מחייב בין מפגש אחד משנהו.

קבוצות אלו כוללות ניהול דיונים, החלטות והנחיות סביב נושאים הנגזרים ממטרת הקבוצה. בחדר ברורה חלוקת התפקידים. כלי העבודה מגוונים וכוללים גם שימוש באביזרים שונים, משחקי תפקידים שונים והתמודדות דרך מתן וקבלת משוב מהקבוצה. כמו כן מקובל לתת "שיעורי בית" ולבדוק אותם כחלק מהעבודה בקבוצות מסוג זה.

התהליך בקבוצות אלו הוא כאמור משני או לא-רלבנטי. מערכת היחסים שנוצרת בין חברי הקבוצה משמשת בסיס חשוב לתמיכה מעצם היווצרותה, אך אינה מהווה נושא לדיון אלא אם כן מתרחש דבר-מה יוצא דופן, שגם הוא לרוב מקבל פתרון טכני ולא מצריך תהליך קבוצתי. הקבוצה ממחרת לחזור למשימה.

הסטינג בקבוצות מסוג זה הוא טכני. המקום, הזמן וחשיבות הנוכחות נקבעים ככלל מסגרת בסיסי, אולם אין הם מהווים מסגרת התייחסות לתהליך. מכאן שגם היווצרותן של תת-קבוצות מחוץ למפגשי הקבוצה אינה מהווה בעיה כלשהי.

מבנה זה הוא נוח וידידותי, שכן הוא מוכר ממסגרות שונות, בעיקר ממסגרות לימוד שכל אחד מאיתנו נחשף אליהן במהלך חייו. הציפיה מהמנחה לשמש כאיש מקצוע בעל ידע המביא פתרונות, גם היא מארכת ומתאימה לצורך. לעומת הקבוצה הפסיכו-חינוכית מהווה הגישה הפוקסיאנית שינוי ממשי בתפיסת מהותה של הקבוצה, במטרות העבודה הקבוצתית, ביחסי מנחה-משתתפים ובדרכי העבודה בה. הגישה הפוקסיאנית היא פסיכואנליטית. היא נשענת על מרכזיותו של הלא-מודע ועל ביטוייו בעולמו התוך-אישי והבין-אישי של הפרט. היא מזמינה את משתתפי הקבוצה לפענח את השפעות העולם הלא-מודע על התנהלותו הרגשית וההתנהגותית של הפרט בעולמו בכלל, ובהתמודדותו עם המטלה המרכזית של הקבוצה בפרט.

גישה זו מתמקדת, אם כן, גם בחשיבות ההבנה של תהליכי העברה והעברה נגדית המתקיימים בחדר, כלפי המשתתפים כפרטים וכלפי המנחה, וכמובן כלפי הקבוצה כשלם. היא שואפת לפענח את החרדות והמנגנונים שמביאים הפרטים בקבוצה, כדרך התמודדות עם חרדות אלו. היא עוסקת בתרגום סימפטומים שונים המופיעים בחדר ברמת הפרט והקבוצה, להבנה ולתקשורת בין המשתתפים, כאשר ה"כאן ועכשיו" מקבלים בולטות וחשיבות רבה.

מקומו של המנחה, גם שונה בקבוצה כזו ממקומו בקבוצות המובנות. המנחה הפוקסיאני אינו מופיע כמי שמחזיק את הידע והניסיון האולטימטיביים, ואין הוא מכוון את הקבוצה לדרכים עדיפות או מזהיר מפני דרכים אחרות. כאמור, הוא יכול לתרום מדעותיו המקצועיות ומתפיסתו, אך באופן שאינו משתלט על השיח ואינו מהווה ידע פוסק והחלטי. הוא יכול לייצג דעה ועמדה בעלת חשיבות, אולם כאלה הניתנות, ואף מוזמנות, להיבדק על-ידי המשתתפים.

פעמים רבות המפגש עם גישה כזו מעורר קושי והתנגדות. מצד אחד, עומדת התפיסה שהעבודה המובנית, הפסיכו-חינוכית, טובה ויעילה לקבוצות המתמודדות עם משבר הגירושין, מתאימה לקבוצות קצרות מועד, ובהיותה ממוקדת וצפויה היא מצליחה לשמור על מטרותיה ולהביא לתוצאות הרצויות. מצד אחר, גם מטפלים שרוצים להכיר או להעמיק את העבודה הקבוצתית הפסיכו-דינמית, מתקשים בכך, מאחר שהמטפל בעל הניסיון הרב בגישות

אחרות נאלץ לוותר על מיומנויות רבות שרכש במהלך שנים רבות, לטובת עבודה שאינה מוכרת לו ונוסכת בו תחושה של חוסר ביטחון. המעבר מגישה מוכרת שבה יש למנחה ביטחון ביכולתו לעזור ולשלוט, לגישה המערערת ביטחון זה, אכן מעלה קשיים רבים.

מכאן נובע כי הקבוצה, המאפשרת מרחב חשוב וחיוני למשתתפיה, מאתגרת גם את המנחה אך מכבידה עליו לא-פחות, כי היא טומנת בחובה כמה מעברים: מעבר מעבודה פרטנית, זוגית או משפחתית – להנחיית קבוצה מרובת משתתפים, ומעבר מגישות מאכרות, מובנות ומאורגנות – לעבודה בגישה פתוחה, שגבולותיה, מטרותיה ודרכי השגתה אינם מוכרים דיים. אפשר לומר שנוסף על המעבר שחווים המשתתפים מעולם מוכר ומאורגן לעולם עמום, עלום ושונה, גם המנחה מרגיש את חרדת השינוי בשל הצורך להסתגל למיקרוקוסמוס חדש וזר יחסית.

המעבר מגישה מערכתית לגישה דינמית, מתאפשר בעיניי באופן נינוח יחסית, דרך הגישה הפוקסיאנית; בניגוד לגישות פסיכואנליטיות אחרות, המעוררות התנגדות וקושי בשילוב הידע והניסיון הקודמים עם הגישה החדשה, מהווה המרחב הפוקסיאני מקום "רך" ופחות דוגמטי. המטריקס הפוקסיאני משלב עבודה פסיכואנליטית אך גם התייחסות מערכתית ואינטראקטיבית. הוא נותן מקום לעבודה על המציאות הפנימית, אך גם על המציאות החיצונית, ורואה ביניהן השפעה הדדית. הוא נע בין הפרט ובין הקבוצה כשלם, מכבד התערבויות פרשניות, כמו גם מתן תמיכה ואינפורמציה, ובעיקר נותן למנחה מקום עמום פחות ונגיש יותר במגעיו עם המשתתפים.

אין הכוונה לראות גישה זו כמקום אקלקטי שבו "הכול הולך", אולם ניתן בהחלט לראות בה פְּרָדָה מעולם הנחיה נוקשה, שהאמין בידיעה, בסבל ובכאב על חשבון תמיכה, פלורליזם ורלטיביזם, ובזאת כוחה.

2. ראיית האדם כיצור חברתי, ותפיסת הקבוצה כמרחב משפחתי אוהד

פוקס, כאמור, בניגוד לפסיכואנליטיקאים קלאסיים, ראה את האדם כיצור חברתי. הקבוצה היא המקום הטבעי לפרט, ממש כשם שחיו של התינוק מתחילים ומתפתחים בתוך קבוצה. גישתו לעבודה קבוצתית הייתה מראשיתה

פוזיטיבית, אופטימית ומלאת השראה. הוא ראה בטיפול קבוצתי "רחם התפתחותי" – מקום בטוח, מכיל, שבו אנשים יכולים לפתור את מצוקת בדידותם החברתית ולתקשר באופן חופשי, פתוח ודמוקרטי, כשהאחרים, באופן טבעי, מהווים דמויות מסייעות ומאפשרות תהליכי גדילה וצמיחה. הוא דיבר על הטיפול הקבוצתי כ-Ego Training in Action, כך שאנשים יוכלו ללמוד על עצמם ועל יחסיהם הבין-אישיים. האדם הנוירוטי, על-פי פוקס, הוא מי שניסיון התאמתו לסביבה נכשל, שאין התאמה בינו לבין הקבוצה מסיבות שונות. גישה כזו מפחיתה מראש את אשמת הפרט ומזמינה אותו ואת החברה להבין את אופן ההתנהלות בקבוצה כמפתח להבנת הסימפטום.

גישה זו מפחיתה תסכול ועקב כך קטן גם העיסוק בתוקפנות. כך מתפנה מקום רב יותר לתופעות החיוביות שמהן אוספת הקבוצה כוח להתמודדות. חשוב להבהיר כאן שאין מדובר ב"קבוצת תמיכה" במובן של קבוצה, שבעקבות סיטואציה קשה במיוחד בוחרת בדפוס בלתי-מתעמת עם קשיים, המעדיף להרגיע ולהקל עד יעבור זעם. גישה זו רואה בתוקפנות תופעה משנית, ולכן אינה מעצימה את מקומה, בניגוד לגישה הקליין-ביוניאנית, הרואה את אנליזת התוקפנות כמשימה מרכזית להתפתחות האדם והקבוצה. היא מתאימה לעבודה עם אנשים המתמודדים עם משבר חיים מסיבי כמו גירושין, כאשר ממילא המרחב המשפחתי שלהם נפגע ויכולתם "לנוח" ולהיתמך במפגשים הקבוצתיים הכרחי, כשמצד בחירה זו לא נמנעים מעבודה על קשיים ועימותים. גם למנחה "במעבר" גישה זו קלה יותר, שכן אין היא מעצימה את ההתמודדות עם הסמכות ועם התוקפנות המתעוררת עקב עבודה כזו. גישה זו אינה מונעת את כוחות האנטי-גרופ, אך גם אינה מעצימה אותם. עם זאת, חשוב לסייג ולהזהיר מפני מצב שבו הרצון לאפשר התפתחות תומכת ומלכדת יבוא על חשבון ויתור על התמודדות עם מרכיבים תוקפניים הכרחיים של הקבוצה.

3. תפיסת הסמכות

הקבוצה הפוקסיאנית אינה נשענת על יחסי סמכות-משתתפים. אמנם היא מייחסת לרכיב זה חשיבות רבה בכל מפגש אנליטי, אולם היא רואה במשתתפים בעלי הכוח המרכזי של הקבוצה ובמנחה "ראשון בין שווים", הנכנס לתפקיד מכון רק כאשר התקשורת הקבוצתית אינה זורמת או נחסמת על-ידי גורם כלשהו בתהליך.

בהמשך ארחיב בתיאור תפקיד המנחה בנושא זה, אולם כאן אדגיש רק את הרעיון המרכזי, שלפיו תפקיד הקבוצה הוא לתרגם למשתתפים את המתרחש בחדר. הגישה הפוקסיאנית רואה בהתפתחות הקבוצה מעבר הדרגתי מתפיסת המנחה כבעל כוח לתפיסתו כמסייע בעת הצורך. אין היא מזמינה עמדת מנחה פסיבית; פוקס סבור כי עמדה כזו רק מגבירה את הייחוס האומניפוטנטי למנחה מצד המשתתפים. העמדה האחרת גמלת בהדרגה את המשתתפים מהצורך להישען על המנחה, דווקא דרך התערבויות פשוטות של המנחה בעת הצורך, שימוש בשפת הקבוצה, ויתור על פרשנות בעלת ידע מוחלט, וראיית חברי הקבוצה כבעלי יכולת להעניק טיפול וסיוע איש לרעהו.

4. תפיסת יחסי ההעברה

אף שיחסי העברה והעברה נגדית נתפסים כגולת הכותרת של הגישה הפסיכואנליטית, מעלה פוקס, אנליטיקאי פרודיאני, גם השגות לגבי שימוש עוזף בפרשנותם של יחסים אלה. פוקס הוקע שימוש עוזף זה, וראה את סכנת ההתמקדות בהעברה כ"ניצחון הניירוזה". כוונתו במינוח זה, שעבודה מסיבית על יחסים טרנספרנסיאליים עלולה להעצים רגרסיה ולגרום לתחושת קטנות אצל המשתתפים, להגביר את התלות במנחה, ולהקשות על התפתחות יחסים מציאותיים בוגרים בקבוצה. גישתו מפנה יותר מקום לאינטראקציות בין-אישיות המעודדות התבוננות ותובנות לגבי ההשפעה שיש למשתתף על דמויות משמעותיות בחייו ועל הדרך שבה הוא משתקף בחוויה הסובייקטיבית של דמויות בקבוצה.

5. הגשטלט

שיטת העבודה בגשטלט מדגישה את המשחק שבין דמות לרקע. העולם שהיווה רקע לעבודתו של פוקס (ואולי הושפע גם מציאות חייו, שגרמה לו לקחת מטופלים פרטניים ולשיחם בקבוצה) אפשר את היווצרותה של גישה הנותנת מקום לעבודה ברמת הקבוצה לצד עבודה ברמת הפרט, באופן גמיש ומתחלף. בעבודה הפוקסיאנית בוחרים לעתים הקבוצה או המנחה

להתמקד בפרט, כשהקבוצה מהווה רקע, ולעתים מתמקדים בתהליך הקבוצתי כשהפרט נמצא ברקע. שוב אין כאן תפיסה הרואה בהיבט זה או אחר נכון או ראוי יותר.

6. תפקיד הסביבה החיצונית

כאשר הפרט נתפס כיצור חברתי, החוץ והפנים מהווים חומרים בלתי-נפרדים בעלי השפעה הדדית בלתי-פוסקת. לכן נותנת הקבוצה הפוקסיאנית מקום חשוב לתהליכים חיצוניים ולהשפעותיהם על היחיד. בניגוד לקדושת הכאן ועכשיו, בעיקר בקבוצות שנשענו על אידיאולוגיה קלייניאנית – שם נראה העיסוק במתרחש בעולם שמחוץ לקבוצה כהגנה מפני "הדבר האמיתי" המתרחש בחדר – מזמינה הקבוצה הפוקסיאנית דילוגים בין פנים לחוץ מתוך אמונה שהאדם משפיע על העולם שבחוץ ומושפע ממנו. המארג שיוצרת הקבוצה מורכב, אם כן, מיחסים בתוך הקבוצה ומחוצה לה, מכאן ועכשיו, משם ואז, ומצירופיהם השונים.

גם כאן אפשר לראות עד כמה מתאימה גישה זו לאנשים המתמודדים יום-יום עם גירושין. הקבוצה מזמינה את חבריה לנוע בין המתרחש בקבוצה ובין המתרחש בעולמם המשפחתי, כאשר אפשר לעבור ממצבים שונים אלה ולראות את השפעותיהם זה על זה.

סיכום ביניים

לסיכום, הגישה המוצגת כאן מציעה מרחב קבוצתי לעבודה דינמית קצרת טווח וממוקדת מטרה, בנושא עיבוד תהליך גירושין. גישה זו מתבססת על ראיית הקבוצה כמייצגת מרחב "משפחתי" חברתי סגור, הכולל יסודות של תמיכה, אוניברסליות, עזרה הדדית, מתן מידע וקבלתו, מרחב פסיכו-דינמי המאפשר הכלה של השלכות והפנמות, התבוננות בתפקידים, העמקת המודעות דרך היכרות עם יכולות ומגבלות תוך-אישיות ובין-אישיות, תוך שימוש באינטראקציות עם המשתתפים השונים ועם המנחים. יחודיותה של הגישה מתבטאת בכך שהיא מספקת מרחב גמיש הנותן מקום ליצירה

ולבחינה של אינטראקציות "In Vivo"; עבודה פרטנית ועבודה קבוצתית המתחלפות זו בזו תוך בחינת ההשפעה ההדדית; הישענות ועזרה מצד איש המקצוע תוך עידוד ומתן כוח רב לקבוצה, ולבסוף, מרחב התבוננות בהשפעות העולם שבחוץ על הפנים ולהפך.

כל אלה, בהיותם מאוגדים תחת המטרה המרכזית, יכולים לאפשר למשתתפים לבחון – ולו חלקית – את מערכת הקשרים המשפחתית שלהם, יחסיהם עם בני המין הנגדי, הזהה, יחסים עם דמויות הוריות וילדיות בהקשר למשבר ועוד סוגיות הקשורות לתהליך זה. למעשה זו הזמנה לשחזר, לחוות ולתקן במקצת דפוסי התקשרות והתמודדות שעשויים להביא עזרה מסוימת בתקופה מורכבת כזאת.

כאמור, כל אלה מתקיימים בקבוצה לצד כוחות ההרס והתוקפנות שציינתי בפרק זה. נוכחות זו חשובה לא-פחות, שכן היא מאפשרת להתבונן בהרסנות ובאכזבה מהמשפחה ומדמויות קרובות, ובדפוסי ההתמודדות עם כוחות אלה. הצלחתה של הקבוצה תלויה ביכולת לאתר ולעבד את כוחות הצמיחה וההרס, בתקווה שהיכולת להתמודד רגשית וחברתית תנצח.

פרק ה בנייתה של הקבוצה

פרק זה דן בחלקיה הטכניים של הקבוצה: מיון המשתתפים, הכנתם לקבוצה, הסטינג ותפקידי המנחה. פעמים רבות נראה שחלקים טכניים בעבודה קבוצתית נתפסים כ"עבודה שחורה", פשוטה ופחותת חשיבות, אך למעשה מדובר ברכיב חשוב ביותר של עבודת ההנחה שתפקידו לשמור על הקבוצה, מצד אחד, ולאפשר את קיומו של המרכיב הדינמי בעבודה הקבוצתית, מצד אחר. ננסה להתבונן במרכיבים אלה ובקשר שלהם עם המרכיבים התהליכיים של הקבוצה.

תהליך המיון

תהליך המיון של משתתפים לקבוצה מעורר לעתים קוצר רוח ואמביוולנטיות. אמנם ברור לכולנו, שאין לקבל החלטה מקצועית ללא מיון הפונים, שכן תהליך זה מאפשר למטפל, למנחה או ליועץ לבחון את מידת התאמתו של הפונה למסגרת כדי שיוכל להפיק ממנה את המרב. במקרה המיוחד של קבוצה, חיונית גם מידת התאמתו של המשתתף הספציפי למשתתפים נוספים בקבוצה, אולם תהליך זה מורכב עוד יותר.

למילה "מיון" קונוטציה בררנית, הרומזת לפונה לקבוצה, הנמצא לרוב במצוקה, שקבלתו אליה אינה ודאית. לרבים מאיתנו זוהי עמדה לא-נוחה מבחינה רגשית. כמו כן, הרצון לפתוח קבוצה מפחית פעמים רבות את ערכה של משימת המיון, וסותם את הגולל על שאלות חשובות, מתוך החלטה ש"כשנגיע לגשר, נחצה אותו"...

מאחר שאיסוף משתתפים לקבוצה אינו משימה קלה כלל ועיקר, פעמים רבות המנחים עושים מאמצים גדולים להשיג מועמדים. המחסור והרצון

שהקבוצה "כבר תיפתח" ושנשים שכבר התקבלו "לא יברחו", גורמים גם הם לכופף כללים ותנאי השתתפות וכך מביאים לקבלת אנשים שאינם מתאימים כלל לעבודה קבוצתית.

גם ארגונים המעוניינים בעבודה קבוצתית, מפעילים לעתים לחצים לקבל אנשים לקבוצה, אם מתוך שיקולים כלכליים ואם מפני שאין חלופה מתאימה זמינה אחרת. התוצאה היא ששיקולים זרים נוספים מתערבים בשיקול דעתו של המנחה.

מה הסכנה בהיעדר תהליך מיון?

מבחינת המשתתף, ההשתתפות בקבוצה חושפת אותו למצב מיוחד. בניגוד להתערבות פרטנית, שבה יש לאיש המקצוע שליטה רבה יחסית במתרחש (וגם היא כמובן חלקית בלבד), בקבוצה נחשף המשתתף לאנשים נוספים, שאינם אנשי מקצוע, שאינם מחויבים אתית לקבוצה או למשתתפים, ושסביר שיביאו איתם קשיים תוך-אישיים ובין-אישיים שיושלכו למרחב הקבוצתי כחלק מהתהליך. המשתתף בקבוצה אמור מלכתחילה להיות מסוגל לחלוק את המרחב הקבוצתי עם אנשים נוספים ולהכיל חלק מקשייה של הקבוצה, ולא לעסוק רק בקשייו ובצרכיו, כפי שמתאפשר במרחב הפרטני.

הכנסת אדם שאינו מסוגל לעמוד בתנאים אלה עלולה להוות קושי גדול שעלול להיות גורם מחבל עבור הפונה. במקום מרחב משקם ותומך הוא עלול למצוא את עצמו במקום שמזמן לו שחזור תחושות של חריגות, חוסר השתלבות עד לדחייה ועזיבה (למשל, התופעה המוכרת של "שְׁעִיר לעזאזל").

מבחינת הקבוצה, משתתף שאינו מתאים לה עלול להוות עליה נטל ולגרום לעיסוק-יתר שלילי בו. משתתף כזה עלול לפגוע במשתתפים ולהעצים את כוחות האנטי-גרופ של הקבוצה כולה באופן שיעכב את התפתחותה.

מבחינה המנחה, הכנסתו של משתתף בלתי-מתאים לקבוצה עלולה לגרום לו להשקיע בו אנרגיה רבה על חשבון העבודה עם משתתפים נוספים. השקעה זו יכולה לנבוע או מהצורך להגן על המשתתף מפני הקבוצה או מהצורך להגן על הקבוצה מפני המשתתף.

חשוב להדגיש, שפעמים רבות התמודדות עם קשיים מסוג זה היא חלק חשוב ביותר מעבודת הקבוצה, ומאפשרת הבנה של תהליכים בחיי המשתתפים, אך כשעוצמות אלו גבוהות מדי ואינן ניתנות לעיבוד בקבוצה, הן עלולות להפוך לחומרים הרסניים.

קריטריונים להתאמה ולאי-התאמה לקבוצה

א. מיון על-פי אישיות המועמד

הספרות מונה קריטריונים ממיינים רבים, שפעמים רבות נותנים תחושה של פער בין הרצוי למצוי. עבור פוקס, הקבוצה היא המדיום הטיפולי המועדף לרוב האנשים (נזכור את מידת האופטימיות הפוקסיאנית לגבי קבוצות ואת רצונו להנחיל את הרעיון הקבוצתי). במקומות אחרים מצוינים קריטריונים המתמקדים בעיקר באבחנה הפסיכיאטרית של המועמדים לקבוצה, כשהמגמה הכללית היא לא לכלול בה אנשים פסיכוסטיים, בעלי עבר פסיכוסטי קרוב או שנשקפת להם סכנה של משבר פסיכוסטי. גם אנשים בעלי הפרעות אישיות קשות נתפסים כבלתי-מתאימים לעבודה קבוצתית (בעיקר הפרעות פסיכופטיות והפרעות התמכרות שונות).

בספרם של רוברטס ופיינס, "הפרקטיקה של אנליזה קבוצתית" (Roberts & Pines, 1991) מומלצת התבוננות שאיננה פסיכיאטרית, אלא בודקת מאזן בין כוחות לחולשות. בראון מדגיש יכולת לוורבליזציה, לעומת אַקטינג-אָאוט, מידת מוטיבציה לתובנה, שינוי ויצירתיות, כשהוא מדגיש את יכולתו ואת אמונתו של המועמד בהתחברות עם אנשים אחרים, כדי להבין את עצמו. בדיקת היסטוריה של קשרים משמעותיים של המועמד בעבר, מהווה מידע חשוב ליכולת זו. אפילו קשר משמעותי מופנם אחד יכול להעניק למועמד יכולת לקבל ולתת בקבוצה.

ב. מיון על-פי הרכב הקבוצה

מיון נוסף הוא התאמתו של המועמד לקבוצה הספציפית. כאן נכנסים שיקולים נוספים הקשורים במבנה הקבוצה, מטרתה, משך הזמן המיועד לפעילותה וכן הכוחות והמגבלות של המנחים. מועמד יכול לענות על

הקריטריונים הנ"ל אולם עלול לא להתאים לקבוצה ספציפית. סיבות אפשריות לחוסר ההתאמה יכולות להיות כדלהלן:

- היות המשתתף מיעוט בקבוצה (מיעוט מגדרי, אתני, דתי, מיני וכו') – דבר העלול לגרום לנטל השלכתי גדול מדי למשתתף כזה, בעיקר בשלבים ראשוניים של הקבוצה.
- "תחושות בטן" של המנחים, שעבודה עם מועמד זה עלולה להיות קשה מדי עבורם. קריטריון זה חשוב ביותר בעיקר כשמדובר במנחים חדשים.
- קירבה משוערת בין מועמדים לקבוצה שעלולה להיות בעייתית (אנשים שמכירים זה את זה באופן שעלול להפריע לתהליך, אפשרות לחשיפת סודות וכו').

ג. הריאיון לקבוצה

בפרסום הקבוצה, ועם ההזמנה לריאיון, חשוב ביותר להודיע למועמדים שהקבלה לקבוצה תלויה בריאיון. אין לקבל מועמדים ללא ריאיון מצד המנחה. לפעמים מתפתה המנחה בשל עיסוקיו הרבים להסתפק בחוות דעת של המפנה, בעיקר כשהוא איש מקצוע, אולם יש בכך סכנה לקבלת מועמד לא מתאים, אם ברמה האישית ואם מבחינת התאמתו לקבוצה הספציפית. כאשר יש שני מנחים מומלץ לערוך ריאיון משותף, כדי שלא תיווצר חלוקה של משתתפים ה"שייכים" למנחה זה או אחר.

הודעה למועמד על קבלתו לקבוצה יכולה להיעשות בטלפון, אולם הודעה על אי-קבלה חשוב שתיעשה במפגש נוסף. על המנחים לזכור שזוהי חוויה העלולה להיות פוגענית, במיוחד בתקופה הרגישה של הגירושין. פגישה כזו, גם אם אינה קלה למנחה, מאפשרת לו להסביר למועמד הנדחה את השיקולים לדחייה וכן להציע לו אלטרנטיבה – דבר חשוב ביותר.

הריאיון עצמו יציג למועמד שאלות לגבי מטרותיו בהשתתפות בקבוצה. בקבוצות העוסקות בגירושין פגשנו לא-מעט אנשים שמטרתם להכיר בני זוג פוטנציאליים, או אפילו חברים. חשוב להדגיש שקבוצה כזו אינה קבוצה חברתית, כדי שהמועמד יוכל לעשות את הבחירה מתוך ידיעה.

מועד תחילת הקבוצה וסיומה, זמני המפגש ומקומו חייבים להיות ברורים

בשלב זה, בעיקר כשמדובר באוכלוסייה המתקשה למצוא סידור לילדים קטנים. שאלות טכניות לגבי היכולת להתארגן ולהגיע למפגשים חשובות ביותר לבדיקת המוטיבציה והמחויבות של המועמד לקבוצה. הוא הדין בנוגע לתשלום.

בין הריאיון לשלב פתיחת הקבוצה

זהו שלב חשוב שלא תמיד ניתנת עליו הדעת. יש חשיבות "לשמור" על המועמדים שהתקבלו, עד לפתיחת הקבוצה. יש לזכור שבעת ההמתנה לפתיחת הקבוצה מתרחשים בעולמו של המשתתף אירועים ותהליכים העלולים לגרום לו התלבטויות נוספות או חדשות לגבי השתתפותו בקבוצה. כאשר פרק זמן זה מתארך, חשוב להיות בקשר מחזיק כדי שאנשים לא יישמטו, יתייאשו או יעברו למסגרות אחרות. שמירת המועמדים יכולה להתקיים בצורות שונות. דרך שליחת חומר כתוב על הקבוצה, עדכון טלפוני, הזמנה למפגש הכנה נוסף, אם מועד פתיחת הקבוצה מתרחק מאוד וכו'.

פרק 1

הסטינג הקבוצתי – מבנה ותפקיד

הסטינג הוא מבנה מסוים המכיל אוסף כללים היוצרים מסגרת להתנהלות הקבוצה. כל קבוצה צריכה לעבוד במבנה מסוים שמנקודת השקפתו של המנחה, תואם את הסיטואציה ואת הצרכים של האנשים שהוא עובד עמם. המבנה חייב להיות הגיוני ובר ניהול מלכתחילה, אולם רק לאחר שהקבוצה יוצאת לדרכה עומד המבנה למבחן האמיתי. פעמים רבות חלק מהותי מעבודת הקבוצה הוא בדיקת המבנה והצרכים הקבועים והמשתנים שלה. למבנה תפקיד כפול: הוא נועד לשמור על הקבוצה, מתוך ידיעה שאין מסגרת שאינה מקובעת במערך של חוקים ומוסכמות העוזר לה להתקיים; הוא נועד לאפשר ולעודד את התפתחותו של התהליך הקבוצתי, בהיותו ציר להתבוננות, לפרשנות ולתובנה לגבי התהליך ולגבי הקשר בינו לבין עולמם של המשתתפים.

המרכיבים המובאים להלן מבוססים על מבנה הקבוצה האנליטית הפוקסיאנית, אולם משום שקבוצה זו גם **שונה מקבוצה** כזו, הוצאנו מרכיבים מסוימים שאינם רלבנטיים והוספנו מרכיבים אחרים.

מרכיבים פיזיים

יש חשיבות רבה למקום קבוע ומסודר שבו מתנהלת הקבוצה ולתנאים בו. המקום כולל חדר מתאים, כיסאות במספר הרצוי המסודרים במעגל, שולחן קטן במרכז החדר, תאורה נוחה, גישה לשירותים ואפשרויות מיזוג אוויר. חשוב שהמקום הפיזי יהיה הביטוי הקונקרטי הראשוני של הקבוצה כמקום מכיל ומאפשר. במאמרו של וויניקוט על יחסי אִם-תִינוק הוא מציין את מושג ה"החזקה" כמושג בעל חשיבות עצומה, גם אם הוא נראה לפעמים טכני,

קונקרטי ופשוט. לפי וויניקוט, אין לתינוק דרך להבין אהבה בשלב הראשון לחייו, אלא דרך הטיפול הפיזי הטכני והרפטיבי של האם בו. גם המשתתף בשלבי הקבוצה הראשוניים זקוק לתחושה של מקום מוגן ובטוח כדי שיוכל לפתח את אותו אמון בסיסי שיאפשר לו בהמשך התמסרות עמוקה ואינטימית יותר לקבוצה. היעדר מסגרת יציבה כזו עלול לפגוע במרקם ראשוני וחשוב זה.

מרכיבים חוזיים

הכרחי שהמפגשים יהיו סדירים ובעלי משך זמן קבוע (לרוב שעה וחצי). יש לקבוע את מועד פתיחת הקבוצה ואת מועד סיומה, זמני המפגשים, מועדי חופשות והסדרי תשלום. המשתתפים מתבקשים להודיע מראש על היעדרות מפגישה. מרכיבים נוספים נקבעים בדרכים שונות, כגון: איסור (או התרה) של אכילה, שתייה או עישון, מועדי הפסקות, שימוש בטלפונים סלולריים וכו'. במקרה של קבוצת "רכבת" יש לקבוע גם מועדי הצטרפות של משתתפים חדשים. מרכיב חשוב נוסף הוא זמן הודעה מראש על החלטה של משתתף לעזוב את הקבוצה.

על המרכיבים החוזיים נמסר למשתתפים בתחילת הקבוצה, חלקם אף בזמן הריאיון, כדי שהמועמד יידע מה נדרש ממנו לפני שיחליט על הצטרפות לקבוצה. פעמים רבות מתנהל משא ומתן על מרכיבים אלה בין המנחה למשתתפים.

חשוב לציין שחלק ממרכיבים אלה חיוניים אף הם לשמירה על המסגרת ולתחושת ההחזקה שעליה מדבר וויניקוט, אולם חלקם יכולים להפוך לחומר למשא ומתן, ובכך לעבור לתפקיד השני, זה הקשור לתהליך הקבוצתי ולרלבנטיות שלו לחיי היומיום של המשתתפים. כך למשל, אפשר לשמור על הקבוצה גם אם משתתפיה לא יכבו את מכשירי הטלפון הניידים שלהם בזמן הפגישה. חשוב יהיה לעבוד עם המשתתפים על המשמעות העולה מכך, אולי כהמחשה לקושי שלהם להשאיר את ילדיהם אצל ההורה השני בלי שיפקחו על הנעשה. כנ"ל לגבי היכולת להתחייב ללוחות זמנים, להתמודדות עם היעדרויות ועוד – נושאים המאפיינים משפחות בתהליך גירושין.

מרכיב היחס בקבוצה

מרכיב זה מושפע במיוחד מהגישה התיאורטית של מנחה הקבוצה. בקבוצה פסיכודינמית, מודגשת ההימנעות מקשרים בין משתתפים מחוץ לקבוצה ומדרכי סיוע מחוץ לה. כן מומלץ להימנע ככל האפשר מעבודה על חומרי הקבוצה מחוץ לקבוצה, גם לא עם המנחה. ההנחה היא שהדבר מדלל את יכולתה של הקבוצה לעבד תכנים ותהליכים חשובים במליאה, ובכך מידלדלת גם הלמידה.

בנושא זה רבות המחלוקות בין מנחים, בעיקר סביב עמדות תיאורטיות. רעיון האיסור על קיום קשרים בין משתתפי הקבוצה מחוץ לקבוצה נשען על רעיון הקבוצה כשלם ועל עמדה הרואה בקשרים מחוץ לקבוצה הזמנה לאקטינג-אאוט של חומרים משמעותיים במקום עיבוד דינמי שלהם. עם זאת, כשמדובר בקבוצות מסוג זה, שהרכיב התמיכתי-החברתי שלהן גדול, כמעט בלתי-נמנע שהמשתתפים ייצרו ביניהם קשרים חיצוניים לקבוצה. האפשרות להיכנס למאבק נראית בעייתית יותר מהאפשרות להמליץ בפני הקבוצה על עמדה זו, ובהמשך לפרש ולעבד אותה כמו עוד רכיב סטינג המאפשר הבנה והתפתחות של התהליך. לדוגמה:

בקבוצה לעיבוד גירושין יש משתתפת דומיננטית במיוחד, ארנה שמה. היא מנהלת אירועים במקצועה, לבושה מחויט, היא מגיעה לפגישות עם מחשב נייד ותג הנושא את שמה, כאילו באה למקום העבודה ו"מנהלת" את הקבוצה. ארנה היא אישה גרושה, כך גם אמה וסבתה. הקשר עם בעלה לשעבר - אבי בנה - בעייתי. היא מתנהגת כאילו העולם בשליטתה המלאה, ואף שהיא מדברת על קשיים בחייה, היא לא מציגה אותם באופן שמעיד על נזקקות. לפני אחת הפגישות שולחת ארנה הודעת אס-אם-אס לטלפון של אחת המנחות שמשותפים אלה ואלה אינם יכולים להגיע ושהמפגש מבוטל. המנחות מגיעות למפגש, ומוצאות שם מעט משותפים המבולבלים מהודעות שהגיעו אליהם על ביטול הפגישה. במפגש לאחר מכן, כאשר ארנה מגיעה ומתגוננת בתקיפות - "לא אני ביטלתי", המנחות עובדות עם ארנה ועם הקבוצה על משמעות האירוע.

המנחות בוחרות לבדוק עם הקבוצה את האפשרות שארנה מבטאת באמצעות הביטול הלך רוח של שאר חברי הקבוצה - אמביוולנטיות,

תחושה של קושי עם היעדרויות של אנשים, תחושה של "הורים" שאינם שומרים מספיק על שלמות המשפחה ועוד. לגבי ארנה עולה האפשרות שהיא מתקשה לסמוך על איש מלבדה, וכי הצורך שלה לשלוט ולנהל הכול – צורך שהכירה כבר כילדה קטנה ואפיין גם את אמה – מתבטא בקבוצה כמו גם בביתה.

יכולתן של המנחות לתרגם את הסיטואציה המתרחשת, בחדר, דרך שיבוש חמור בסטינג, באופן תומך, לא תוקפני ובאופן שמציג תמונה "משפחתית" שבה כולם שותפים לדרמה, מקילה על המשתתפים לראות את משמעות האירוע באופן מצמיח ולא פוגע ומעליב.

מרכיב הסודיות

כלל הסודיות ביחס לחומר העולה בקבוצה, הוא לכאורה ברור ולא מוטל בספק. הוא מוגן על-ידי חוק הסודיות המקצועית שעליה מופקד כל איש מקצוע. כלל זה נאמר למשתתפים עם תחילת התהליך הקבוצתי, כדי לאפשר להם להביא חומרים טעונים ובעייתיים בלי לחשוש שחומרים אלה יופקעו מהקבוצה ויהפכו לנחלתם של אנשים שמחוץ לה. אולם, חשוב לזכור שאותו כלל אינו שווה בפני כל רכיבי הקבוצה. בעוד המנחה מחויב לשמירתו כאיש מקצוע, על המשתתף בקבוצה לא חל חוק כזה. הוא מתבקש לקבל על עצמו את הכלל, אולם מרגע תחילתה של הקבוצה, אין למנחה או למשתתפים שליטה מלאה על הנעשה בחומרים העולים בקבוצה. חשוב שהמנחה יתייחס לסוגיה זו. ייתכן שהיא תתקשר לסוגיות נוספות בחיי המשתתפים, כמו למשל סודות במשפחה או קונפליקטים של נאמנויות שחווים ילדים להורים בתהליך גירושין.

מהאמור כאן עולה החשיבות של שמירת הסטינג. שמירה על סטינג אינה בהכרח הקפדה על אי-שינוי, אלא שמירה על הבנת משמעות הסטינג ועל היכולת להשתמש בו באופן המאפשר גמישות מתאימה, הנעה בין היכולת לשמור על הכללים ובין היכולת לשנותם בהתאם לצרכים הספציפיים של

הקבוצה כשלם או של הפרט הספציפי בה. ההתנהלות בעניין הסטינג בקבוצה היא למעשה אנלוגיה להתנהלות ולהתפתחות של כל מערכת אנושית שבה מתנהל משא ומתן בין צרכים קבועים לבין צרכים משתנים, באופן שאמור לתת מקום לתופעות משלימות, נוגדות, הרמוניות ודיסהרמוניות. למעשה, ההתנהלות מול הסטינג היא מרכיב מרכזי בתהליך הקבוצתי, המזמין את המשתתפים לגלות, לחוות ולעבד מתוך ה"כאן ועכשיו" תובנות משמעותיות לחייהם שמחוץ לחדר. בקבוצות ספציפיות אלו יכולות התובנות להיות מנוצלות לצורך גילוי ושיפור נושאים הרלבנטיים למשתתפים בהתמודדות עם השינויים שעוברת משפחתם.

פרק ז

תפקיד המנחה בקבוצה הפוקסיאנית

למנחה הפוקסיאני שמות רבים המשתנים בין מאמרים שונים. פוקס כאוהב מוזיקה ראה בו לעתים מנצח (Conductor) על תזמורת של נגנים, כשלכל נגן כלי וסגנון משלו, ומשאלתו של המנצח לאפשר לכולם מקום וביטוי בחוויה של יצירה והנאה. לעתים הוא נקרא מפלס (Facilitator). לעתים הוא נתפס כמתרגם של ההתרחשות בחדר לשפה של תקשורת וחסיונות, כאשר ההנחה היא שיכולת התרגום הטובה ביותר היא דווקא של המשתתפים, אולם למנחה יש תרגום משלו, שחיוני בעיקר במצבי חסימה ותקיעות. באופן כללי וחדשני בעולם ההנחיה, המנחה הפוקסיאני משנה את תפיסת המעמד הסמכותי-מנהיגותי של המנחה-מטפל, הכול-יכול והכול-יודע, לטובת מעמד של ראשון בין שווים, המאפשר זרימה, מעריך את כוחם של המשתתפים וסומך עליהם ותומך בהם לאורך התהליך בעת הצורך.

תפקידו של המנחה הפוקסיאני, כאמור, לעודד אווירה מאפשרת ומקדמת. פוקס, כאנליטיקאי פרוידיאני במקורו, דגל בשיטת האסוציאציות החופשיות, תוך מתן שמירה על תחושת ביטחון בקבוצה, כנות וסובלנות, כשהמנחה משמש מודל לסוג כזה של התנהגות.

כאמור, המנחה מאפשר לקבוצה לקיים תקשורת בתוכה, וממעט להתערב, אלא כאשר הוא חש בחסימה שאינה מאפשרת לה להתקדם. עם זאת, אין מדובר במנחה שותק ועמום, כפי שהכרנו בגישה הקליינאנית-ביוניאנית, נהפוך הוא. פוקס טוען שהמנחה המתערב מאפשר לקבוצה לראות את התערבויותיו כחלק מעבודת הקבוצה, ללא כל מעמד מיוחד. השקפה זו מזכירה את זו של וויניקוט, שצייד בהפחתה ניכרת של התערבויות המטפל,

וטען שכאשר הוא מתערב, הוא עושה זאת כדי שהמטופל יכיר את גבול הבנתו של המטפל ואת טעויותיו. ההתערבות, אם כן, היא הזמנה נוספת ליצירת תקשורת, ולא מתן ידע אולטימטיבי.

פוקס מעריך יצירתיות ואוטנטיות. הוא מאמין שאווירה מאפשרת תביא את משתתפי הקבוצה לחפש את קולם האוטנטי והיחודי ולא את הדעה הנחשבת או הרצויה למנחה. הגישה המעצימה את הכאב, הסבל והחוסר, אינה מקובלת עליו. הוא חושב שהסבל הקיומי קשה מספיק ומאמין כי על המנחה לעזור לקבוצה להבדיל בין סבל הכרחי לסבל מיותר. מתוך עמדה זו פוקס סבור שהאדם יכול להשתמש בקבוצה לפרקי זמן קצרים, אם כך רצוי לו, בלי לשאוף לשינויים רדיקליים הנמשכים שנים רבות. המנחה הפוקסיאני, אם כן, נוטה "לשחרר" את המשתתף מהקבוצה לאחר שזה עשה כברת דרך משמעותית, גם אם נשארו נושאים רבים לעבודה, בלי לעורר במשתתף או במנחה תחושות של אשמה והפחתת ערך בדרך שנעשתה.

נקודה זו חשובה מאוד לעבודה עם אנשים שיחסם לעבודה טיפולית הוא אמביוולנטי, ושייתכן כי לא היו בוחרים להיעזר באיש מקצוע אילולא היו נקלעים למשבר מהסוג הזה. הקבוצות הספציפיות האלה, הן לרוב קצרות טווח ומועד סיומן קבוע מראש. עם זאת, לעתים מביע משתתף רצון לעזוב את הקבוצה טרם סיומה. עמדה צנועה כזו יכולה לעזור למשתתף ולקבוצה לבחון את משמעות הרצון לעזוב, אולם במקביל להיות פתוח מספיק לראות גם עבודה חלקית בלבד כבעלת ערך, בתקווה שניצנים אלו יולידו יכולת להיעזר בעתיד.

כדי לקיים תפקיד מורכב זה, מציין פוקס את חשיבותה של אישיות המנחה, ומונה כמה **תכונות אישיות של המנחה כאדם** וכתלמיד. בין האיכויות האישיותיות, הוא מציין את **תשוקת ההנחיה** ואת האמונה בכלי הקבוצתי כמסייע להתפתחותו של האדם. פוקס טוען, שמתוך האחריות הרבה של המנחה עבור אלה שנותנים בו אמן, עליו לגלות כנות בנכונותו להנחות, בלי שתהיה לו מוטיבציה גדולה מדי "לעזור לאנשים", מאחר שזו נשענת לעתים על מוטיבציה נרציסטית או על קונפליקטים פנימיים בלתי-פתורים של המנחה עצמו, ואולי כאלה העולים אצלו עקב נושא העבודה הספציפי בקבוצה הספציפית. זוהי, על-פי פוקס, אינה התשוקה האמיתית להנחיה. האינטרס צריך לבוא ממקום אובייקטיבי יותר, לא משוחד, מעודן, בדומה למדען או לאמן.

עבור פוקס, תפקיד המנחה בקבוצה דומה או מקביל, לזה של המשורר או הסופר בקהילה. הוא צריך להיות פתוח לבעיות שמופיעות ויצירתי בדרך שבה הוא מבטא את הפתרונות כך שיוכל להביאם למודעות של אלה הזקוקים להם. חשוב שהמנחה יאפשר לחומרים לא-מקובלים וחשובים להיכנס לקבוצה. תכונות אלו צריך לפתח בתהליך ההכשרה. תכונה אחת היא הכרחית ולא ניתן לוותר עליה: היכולת להקשיב תוך קבלה של האחר, תוך שהמנחה שומר לעצמו את הציפיות שלו, ובאותו זמן שומר על היכולת לפעול עם ראש פתוח למה שקורה סביב. צירוף כזה של תכונות אינו מובן מאליו. הוא כולל כנות ויושר כלפי היחיד והרבים יחד עם אהבת האמת, גם כאשר אין הסכמה ביניהם.

כאשר אנו מתרגמים את הנכתב לתפקידו של המנחה בקבוצה הספציפית העוסקת בענייננו, חשוב לזכור שנושא הגרושין הוא חלק מעולמם של המנחים לא-פחות מזה של המשתתפים. מנחים רבים עברו, עוברים או מלווים אנשים קרובים להם בתהליך כזה, והחומרים שעולים בקבוצה נוגעים, מעירים ומחיים מחדש מקומות משמעותיים בתוכם. יכולתם של המנחים להיות בקשר עם תגובותיהם לחומרים אלה (הזדהויות השלכתיות ותגובות העברה נגדית), מהווה חלק חשוב בעבודת ההנחיה. זיהויים המוקדם מונע את יכולתם להזיק, ואף מאפשר שימוש בונה בחומרים אלה לטובת המשתתפים, המנחה והקבוצה. מקום חשוב והכרחי לעיבוד תגובות אלו הוא כמובן קבוצת ההדרכה.

פרק ח תופעות קבוצתיות ספציפיות

תופעת ההשתקפות

בפרק הראשון ציינתי את התופעות הספציפיות המתרחשות בקבוצה, שבזכותן נתפס המרחב הקבוצתי כבעל סגולות מיוחדות המאפשרות תהליך של תיקון וצמיחה תוך-אישית ובין-אישית. מבין מגוון התופעות שצוינו בסקירה, בחרתי להרחיב על תופעה קבוצתית אחת, שאותה ראה פוקס כבעלת כוח תרפויטי מיוחד, היכולה להתרחש בעיקר בעבודה קבוצתית. הכוונה לתופעת ההשתקפות, או בלשונו: "מירורינג" (Mirroring). כך מגדיר פוקס את התופעה: "תגובות מראה מועלות כאשר מספר אנשים נפגשים יחד. האדם רואה את עצמו, או חלק מעצמו, לרוב חלק מודחק – משתקף באינטראקציות עם האנשים האחרים שבקבוצה. הוא רואה אותם מניבים בדרך שבה הוא היה מניב, או באופן הפוך לדרכו, וכך הוא לומד להכיר את עצמו – תהליך בסיסי ביותר בהתפתחות האנו – על ידי השפעתו על האחרים ודרך התמונה שיש להם עליו".

יחודה של המראה הקבוצתית, על-פי פוקס ואנתוני (Foulkes & Anthony, 1965), הוא בהסתכלות על הקבוצה כהיכל של מראות, כלומר: מקום שבו משתקף הפרט בהרבה מראות, דרך כמה זוגות עיניים. בכך נפרש למשתתפים מרחב טבעי ומיוחד בעת ובעונה אחת. מצד אחד, זהו מרחב אנלוגי להשתקפויות יומיומיות, בהיותנו רואים ונראים על-ידי עשרות זוגות עיניים, כל הזמן ובזמנית; מצד אחר, זהו מרחב המאפשר התבוננות

ועיבוד של החומרים המשתקפים, כך שאפשר לראות כיצד קונפליקטים ובעיות המשתקפים אצל האחרים ומזכירות את עצמי וחלקים מעצמי, מתורגמים לסימפטומים ולהתנהגויות ספציפיות. כך אפשר לפגוש חלקי אני חבויים ולא-מודעים ולהעשיר מודעות עצמית, חברתית וציבורית (Weinberg & Toder, 2004).

פוקס, כאמור, האמין מאוד בכוחה התרפויטי של הקבוצה. אמונתו ורצונו להנחיל את העבודה הקבוצתית, גרמו לו לראות את כוחה החיובי גם של תופעת המירורינג והביאו גם להתעלמות מצדדיה האחרים של התופעה, צדדים שאותם ראו והדגישו כותבים אחרים כגון זינקין (Zinkin, 1983), ניטסון (Nitsun, 1998) וכן פיינס ועמיתיו (Pines et al., 1982). כותבים אלה האירו גם את הצדדים הממאירים של המירורינג, אותם ראו כחלק מהאנטי-גרופ בתהליך הקבוצתי, והדגישו את חשיבות הזיהוי והעיבוד של חלקים אלה בקבוצה, כדי להפיק את הטוב ולהיזהר מההרס ומהפגיעה. החלקים הממאירים של התופעה הם אלה הגורמים לאנשים להיחשף בחדר הקבוצה באופן שאינו ניתן להכלה ולעיבוד של הקבוצה כשלם או של האדם הנחשף. ממאיראז זו דומה למראות בלונה פארק שעבור הצופה מהוות מקום מעוות, מכער, שאינו מאפשר גדילה רגשית או חברתית, אלא שחזור של מצבי דחייה ועלבון מוקדמים. אביא בקצרה דוגמה ליכולתה של קבוצה להשתמש בתופעת המירורינג לצורך התפתחותה.

דינה היא משתתפת מבוגרת יחסית, הנמצאת בתהליך פְּרָדָה מבעלה, שהיה בעל מתעלל במשך שנים רבות. היא מביאה עצמה כקורבן שלו, כשהיא ספגה את ההתעללות הנפשית והאיומים בשנים קודמות כדי להגן על מסגרת המשפחה לטובת הילדים, וממשיכה לספוד אותם בשנים האחרונות כדי להימנע מפְּרָדָה – דבר שמפחיד אותה מאוד, לדבריה, מבחינה כלכלית בלבד.

בקבוצה נמצאת גם יפית, משתתפת צעירה, בסיום תהליך הגירושין. יפית מקשיבה בשתיקה לדינה במשך כמה פגישות. אחרי כמה פגישות שבהן יפית אוספת כוח לדבר, היא פונה לדינה ואומרת לה שהיא מסתכלת עליה ורואה את עצמה, ומאוד לא אוהבת את מה שהיא רואה. "את כל הזמן רק מתלוננת: מה הוא עושה לי, מה הוא עושה לי, בדיוק כמו שאני הייתי. אני

רואה גם, תסלחי לי, שאנשים בקבוצה כבר לא מקשיבים לך, נמאס להם לשמוע כל הזמן אותו דבר. לא שלא איכפת לי, אבל את כל הזמן נשאת שם. אני הייתי בדיוק כמוך. גם לי כבר נמאס להקשיב. כשאני רואה את זה, אני ממש מתעצבנת.”

כשהקבוצה מבקשת מיפית לתאר מה מעצבן אותה כל כך במה שהיא רואה בדינה, היא אומרת שדינה מזכירה לה גם את אמא שלה, ששנים שירתה את בעלה, אביה של יפית, בעוד הוא חי לסירוגין בגלוי עם אישה אחרת, והיה מעליב ופוגע באמה. למרות זאת היא תמיד קיבלה אותו חזרה, במיוחד עכשיו, כשהוא חולה וזקוק לעזרה. דינה, שהתלוננה כל הזמן על מצבה, שיקפה ליפית דרמה משפחתית שבה הגברים מתעללים נפשית בנשותיהם, והנשים משלמות על חרדות נטישה בכניעות משפילה. יפית אומרת שהיא לא רוצה להגיע לגיל של דינה או של אימא שלה ולהיות באותו מצב. באותה קבוצה, כמה שבועות מאוחר יותר, פנתה דינה למשתתף צעיר ששחק ואמרה לו: “אני מסתכלת עליך וחושבת כמה אתה מזכיר לי אותי. תשתוק, תשתוק, יעברו השנים שלך. אתה פעם תצטער על השתיקות האלה שלך. אני יודעת.”

כשמתבוננים בתופעת ההשתקפות כפי שבאה לידי ביטוי בקבוצה זו, ניתן לראות את כוחה של הקבוצה להראות ולראות, באופן שמילים בלבד לא מצליחות לעשות. יפית שמעה מאנשים שונים שהיא “פראיירית”, וכך גם דינה, אולם המפגש בחדר זימן כמה מראות: המראה שבה ראתה יפית את עצמה באופן חי, תוך כדי ראיית מראות נוספות המשקפות אנשים שמאבדים עניין במה שנראה חסר סיכוי לשינוי. היא ראתה גם את אמה וגם את ההעברה הבין-דורית, והבינה שאם לא תקטע את מעגל ההזדהות השלילי הזה, היא תמצא את עצמה בגילה של דינה אומרת את אותם הדברים.

היכל המראות הקבוצתי הביא סצנה שלמה, שהפכה את החומר שבחדר לממשי, בלתי-ניתן להתעלמות ובכך אפשר מודעות חזקה יותר ואופציה לשינוי.

לא אביא כאן דוגמה למראה שלילית, אולם אציין שיש עוד מצבים רבים שבהם ההשתקפות בחדר חזקה מדי ליכולתם של המשתתפים לקלוט, ממש כמו זרקור חזק מדי שבמקום להאיר הופך מסנוור. למצבים כאלו צריך המנחה להיות ער כדי שהיכל המראות בחדר לא יציף או יסנוור. כשמתרחשת תופעה כזו חשוב לפרקה למרכיבים קטנים יותר, לעבד את הקושי סביבם, כדי שיתאפשר לקחת מחווייה זו חומרים הניתנים לעיכול.

סיכום

בסקירה תיאורטית-היסטורית זו הצגנו את הקבוצה ככלי לעיבוד תהליך הגרושין על-פי עקרונותיה של הגישה הפוקסיאנית, כשהיא מותאמת לעבודה קבוצתית קהילתית, ממוקדת מטרה וקצרת טווח. אף שאין זו שיטה טיפולית-אנליטית טיפוסית, והמנחים אינם אנליטיקאים קבוצתיים, מצאתי את עקרונותיה של גישה זו מתאימים להנחיה כזו, בגלל המרחב המיוחד שמציעה קבוצה זו, המאפשר שילוב בין החלקים התומכים, החברתיים והקונקרטיים, שלהם נזקקים המשתתפים בעיצומו של תהליך מורכב שכזה, ובין היכולת להכיר ולעבד משמעויות העולות מתוך התהליך הקבוצתי, באופן שיאפשר למידה חווייתית-רגשית למשתתפי הקבוצה. חשוב לציין שהנחיה כזו מחייבת ליווי הדרכתי, כדי לחדד את יכולתו של המנחה לראות ולזהות נקודות חשובות בתהליך, ולבחור בין החיוני להגיב ובין המיותר או הלא-מתאים מול מגבלותיה של הקבוצה. אני רואה בפרויקט זה מתן הזדמנות חשובה ונגישה לאנשים הנמצאים בשלב קשה ומורכב בחייהם - לבחון, לזהות, לשמור, לשפר ולתקן נושאים הרלבנטיים להם. כל זאת, מתוך הכרה צנועה, שעבודה זו חלקית בלבד, שפעמים אינה יכולה להחליף התערבויות טיפוליות אינטנסיביות וארוכות טווח, אולם ביכולתה להקל באופן משמעותי על ההתמודדות ובכך לסייע גם לגורמים נוספים, כמו ילדים, בני משפחה וחברי קהילה, לשפר את התמודדותם עם הסיטואציה.

ביבליוגרפיה

- ביון, ו' ר' (1959). "התנסויות בקבוצות" ומאמרים נוספים. תל אביב: דביר.
- בירן, ח' (1997). "ניתוח יחסי מנחה – קבוצה ומהלך התפתחות הקבוצה לפי מודלים תאורטיים של יחסי אובייקט", מתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים, פרק 10, עמ' 201-218.
- ברמן, ע' (1986). "העברה – העברה נגדית כהליך בין-אישי כולל", **שיחות**, 1 (1), עמ' 6-15.
- זיו, י' ובהרב, י' (2001). "המסע הקבוצתי". גל.
- לוי, נ' (עורכת) (מרץ 1999). **איכות חיי הנישואין והמשפחה בישראל – סקירת עבודות מחקר**. אוניברסיטת בר-אילן, המחלקה לפסיכולוגיה, מרכז פלג-ביליג.
- מקנזי, ר"ק וליוסליי, ו"ז (1997). "מודל התפתחותי של טיפול קבוצתי קצר מועד", מתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים, פרק 9, עמ' 187-200.
- פריד, ז' (1922). "פסיכולוגיה של ההמון ואנליזה של האני", **כתבי זיגמונד פריד**, עמ' 19-76.
- ריון, נ"ג (1997). "עבודתו של ווילפריד ביון על קבוצות", מתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים, פרק 5, עמ' 101-114.
- תודר-גולדין, מ' ווינברג, ח' (אביב 2006). "הקבוצה בארץ המראות", **מקבץ, כתב עת ישראלי לטיפול קבוצתי**, 11 (1).

Foulkes, S. H. (1964). *"Therapeutic Group Analysis"*. London: George Allen & Unwin.

Foulkes, S. H. & Anthony, E. J. (1965). *"Group Psychotherapy: The Psychoanalytic Approach"*. 2nd edition. London: Penguin books.

Keivel, H. D. (July 2005). *"The Evolution of Group as a Whole and Object Relation Theory: From Projection to Introjection"*. Presented at the Israel Conference for Group Conducting, Tel Aviv.

Nitsun, M. "The Anti Group Destructive and Creative Forces in Groups",

- מתורגם בתוך: מקבץ, כתב עת ישראלי לטיפול קבוצתי, 4 (1), (אוגוסט 1998), עמ' 18-1.
- Pines, M. (1983). "The Contribution of S. H. Foulkes to Group Therapy", in: M. Pines (ed.), *The Evolution of Group Analysis*. London: Routledge & Kegan Paul, ch. 16, pp. 265-285
- Pines, M. (1990). Foreword in: Foulkes, H. S. (ed.), *Selected Papers: "Psychoanalysis and Group Analysis*. London": Karnac, pp. XV.
- Pines, M., Hearst, L. & Behr, L. (1982). Group Analysis, in: "*Basic Approach to Group Psychotherapy and Group Counseling*". Springfield. 3rd edition, pp. 133-139
- Roberts, J. *A Workbook of Group-Analytic Intervention*. London: Routledge.
- Roberts, J. & Pines, M. (1991). "*The Practice of Group Analysis*". London & New York: Tavistock, Routledge.
- Weinberg, H. & Toder, M. (2004). "The Hall of Mirrors in Large, Small and Virtual Groups", *Group Analysis*, 37 (4), pp. 492-507
- Yalom I. (1985). "The Therapeutic Factors in Group Therapy", in: *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* . New York: Basic Books, pp. 3-17
- Zinkin, L. (1983). "Malignant Mirroring", *Group Analysis*, 26 (2), pp. 113-126.

שער שני

עבודות סיום
קורס להנחיית
קבוצות במשבר
הגירושין

פרק א

התפתחות אישית של הורים וילדים בתהליך קבוצתי

אורית פורמן, יעל שביט ונורה איליה

נושא העבודה

אנו, שלוש עובדות סוציאליות המאמינות בכוחו של טיפול מערכתי קבוצתי במשפחה, בחרנו להקים שלוש קבוצות מקבילות: קבוצה להורים שסיימו הליכי גירושין פורמליים, קבוצה לילדיהם בגילאים 9-11 וקבוצת השמרטפות לילדיהם הקטנים של ההורים בקבוצת ההורים.

תכנית העבודה בקבוצה זו ותפקודה, הקל על ההורים המשתתפים ותחזוקה ותעסוקה של הילדים. המטרה הייתה ליצור מכל חם וקולט, המאפשר פתיחות וצמיחה אישית.

בתהליך שקדם להקמת הקבוצה התלבטנו האם להקים קבוצת הורים הטרוגנית או הומוגנית, ולבסוף בחרנו בקבוצה הטרוגנית הכוללת אבות ואימהות משמורנים ולא-משמורנים, כדי לשקף ככל האפשר את החיים האמיתיים, וכן ילדים שחיו עם ההורה המשתתף בקבוצה וילדים שחיו עם ההורה האחר.

בעבודה זו נתמקד בתיאור תהליך הצמיחה והגדילה האישית של שלושה מחברי קבוצת המבוגרים שילדיהם השתתפו בקבוצת הילדים. הבחירה בהם מאפשרת לנו להציג את השינוי שעברו, הן המבוגרים והן הילדים, עקב תהליכים מקבילים בצמיחה כתוצאה מהשתתפות בקבוצות מקבילות.

מבוא תיאורטי

עובדה בסיסית היא שהאדם הוא יצור קבוצתי כמו כל בעלי החיים, המנהלים אורח חיים בקבוצות. ככזה הוא מצוי באינטראקציות יומיומיות ובלתי-פוסקות עם אנשים אחרים. חלק מהן חד-פעמיות ונעדרות מבנה מגובש ועקיב, ופעילויות גומלין אחרות של האדם מתרחשות בינו ובין אנשים קבועים לשם מטרה משותפת.

אירווינג יאלום, בספרו על פסיכותרפיה קבוצתית (Yalom, 1975), כותב על כוחה הטיפולי של קבוצה ועל "המשתנים הריפויים" שבה. קיומם של משתנים אלה אינו מוגבל לסוג קבוצה מסוים ולשיטת הנחיה מסוימת. יאלום טוען כי המשותף לכל הקבוצות הוא תהליכים ריפויים המתרחשים בהן מעצם התקיימותה של הקבוצה כקבוצה. הוא מונה 11 משתנים הפועלים כסוכני שינוי ראשוניים בתוך הקבוצה, מפרט עליהם וטוען שבקבוצות בעלות מטרות דומות יפעלו אותם משתנים, למשל: החדרת תקווה, אוניברסליות, מסירת מידע, אלטרואיזם, חיקוי התנהגות, למידה בין-אישית, קטרזיס, לכידות קבוצתית, התפתחות טכניקות של חברות, שחזור מתקן של הקבוצה הראשונית (המשפחה) ומשתנים אקזיסטנציאליים.

יאלום מדגיש, שהגדרת משתנים אלה כמשתנים עצמאיים היא שרירותית ונועדה לצורך הבנה בלבד, מאחר שקיימת ביניהם במידה רבה תלות הדדית ואין הם מתקיימים או מתפקדים בנפרד. נוסף על כך, מייצגים משתנים אלה שלבים שונים בתהליך השינוי. כמה מהם מתייחסים באופן מעשי למנגנון השינוי, ואילו אחרים מהווים תנאים לשינוי, אך המשתנים הריפויים היחודיים פועלים בכל צורה של טיפול קבוצתי, ומשחק גומלין ביניהם עשוי להיות שונה בכל קבוצה. משתנים העשויים להיראות במרום בקבוצה אחת, יכולים לתפוס מקום נכבד בקבוצה אחרת.

העבודה בקבוצות הפכה לתופעה שכיחה בעולם העבודה ובחיו של האדם המודרני. היא משקפת היטב את הצורך הבסיסי שלו להשתייך למסגרת קבוצתית, לתרום ולהיתרם באווירה תומכת, לרכוש מיומנויות ולהתאמן בהן. קבוצות שחבריהן השתתפו בקבוצת ההורים ובקבוצת הילדים שלנו הוגדרו אצלנו "קבוצות למודעות ולצמיחה אישית". צמיחה אישית היא תהליך שבו הפרט גדל מתוך עצמו ומרחיב את מודעותו לחלקים נוספים באישיותו, שלא

היה מודע להם קודם. בקבוצה מגלה הפרט את הפוטנציאל הטמון בו ומתאמן בשימוש בו. אלברט פזו (Pesso, 1973) קורא לתהליך זה הולדה של חלקי נפש נוספים באדם - חלקי נפש שעדיין אינם בתחום הכרתו. בתהליך זה מרחיב המשתתף את מגוון תגובותיו הרגשיות, השכליות וההתנהגותיות, כך שישרתו אותו ואת סביבתו ביעילות מרבית.

בקבוצה של צמיחה אישית מזוהים ונלמדים תהליכים בתקשורת בין-אישית, המאפשרים לאדם ללמוד על התנהגותו ביחס להתנהגות האחרים. כך, לדוגמה, בקבוצה של ההורים עלה בעוצמה רבה נושא ההתמודדות של הורה גרוש עם בנו ביחס להורה השני. אחת ממשתתפי הקבוצה אמרה שאין היא מסוגלת לעודד את ילדיה לחזק את הקשר עם אביהם - בעלה לשעבר, ומסבירה שהיא כועסת עליו מאוד. משתתפי הקבוצה תרמו לאישה בכך שכל אחד מהם שיתף אותה בדוגמה אישית בעניין חשיבותו של קשר טוב ויציב בין הילדים לבין האב. כמה מהם סיפרו לה איך הם מתנהגים עם הילדים מול ההורה השני ומעודדים קשר יציב ביניהם. בפגישות לאחר מכן האישה שיתפה את הקבוצה כי עדיין קשה לה לעודד את ילדיה לקשר עם אביהם, אך היא התחילה לחשוב על הנושא ובחוייתה הפנימית היא נמצאת במקום אחר וכעסה על הצד השני פחת.

אחד מקבוצות הילדים, שהיה "מחוק" בבית אמו ובבית אביו, התנסה בקבוצה בהתבטאות לא קונפורמיסטית ולעיתים עם ילדים אחרים, ולמד "שהעולם לא נחרב" - דבר שהביא אותו להביע את רצונו, הן בבית עם האם, והן באמירות שאמר לאב. לנו כמנחות, היה ברור כי תהליך זה יכול להתרחש רק באווירה תומכת, אכפתית ואינטימית שבה המשתתף אינו חש מאוים ויכול לדבר בחופשיות על קשיים ועל חולשות.

למנחה תפקיד מסייע ותומך. הוא מעין במאי המעלה את שחקניו על הבמה. אופי ההנחיה נקבע על-פי תפיסת העולם של המנחה, לפי השיטות הטיפוליות והדרך שבהן הוא עובד, וכן לפי אישיותו וגישתו.

שיטת הטיפול שלנו התבססה על הבנה פסיכודינמית - הבנת תהליכים קבוצתיים ושיקופם, תוך מתן מקום רב לחברי הקבוצה ולתהליכים הבין-אישיים. הושם דגש על הגברת המודעות של פרט בקבוצה, להתנהגותו ולאינטראקציה הבין-אישית. גישתנו הייתה חמה, מקבלת ואמפטיית כלפי כל פרט בקבוצה וכלפי הקבוצה כשלם.

לצורך הפעלת הקבוצות נעזרנו באמצעים שונים: דמיון מודרך, קלפים

טיפוליים וכו'. בקבוצת המבוגרים עלו תכנים של בדידות חברתית, מעמד הגרוש בחברה ויחסים עם משפחה מורחבת. בקבוצת הילדים עלו התכנים של ילד מול שני ההורים ומעמדו החברתי כילד להורים גרושים. חשיבות טיפולית רבה יש למצב שבו הפרט מקשיב לבעיות של אחרים, שעל-פי רוב דומות לבעיותיו. כך הפרט מבין שאינו היחיד הסובל מבעיות וכי הוא מהווה חלק טיפוסי מן המין האנושי. כך בקבוצת ההורים, הם דיברו על בדידותם כהורים גרושים ועל קשייהם להתעלם מהסטיגמה החברתית הרווחת כלפי המשפחות הגרושות. העבודה בקבוצה אפשרה לאנשים להזדהות עם אחרים ולהכיר בכך שהבעיות האישיות הן, לעתים קרובות, אוניברסליות וכי גם במשפחות "רגילות" מתמודדים עם קשיים דומים. בעבודה זו אנו מסתמכות על המודל ההתפתחותי של הקבוצה שהציעו ד"ר חי מקנזי וד"ר ג'ון ליוסלי (Mackenzie & Livesley, 1983). בחרנו דווקא במודל זה, מתוך מחשבה שהוא נוח להבנת השלבים בהתפתחות הקבוצה בצורה מקיפה, מדויקת וברורה.

על-פי מודל זה, התפתחות הקבוצה מורכבת משישה שלבים:

1. התקשרות
2. הבדלה (דיפרנציאציה) – שם השלב במודל של מקנזי וליוסלי.
3. הצביון האישי – אינדיבידואציה
4. קרבה
5. הדדיות
6. סיום

על תהליכים ועל התרחשויות בקבוצה אפשר להסתכל בחתך אורך ובחתך רוחב. התהליך הבולט בחתך האורך הוא התפתחות הקבוצה בשלבים. קבוצה היא שלמות דינמית ומבנה חברתי חי, וככזאת יש לה תכונות של ארגון. השלבים בהתפתחות הקבוצה מדגימים את המבנה החי הנוצר באינטראקציות מורכבות. השלבים עוקבים זה אחר זה ואין לדלג על אף אחד מהם. המעבר משלב לשלב הוא התפתחותי ומקדם לעבר השגת מטרות הקבוצה. לכל שלב יש מטרה מרכזית, צורת ארגון ותהליכים אופייניים. המטרה המרכזית של כל שלב קובעת נושאים בין-אישיים ותוך-אישיים שלפיהם מתקדמים הקבוצה והיחידים בה. המעבר משלב לשלב אינו חד; בתהליך זה יהיו חברים שכבר ינועו לשלב הבא וכאלה שעדיין יימצאו

מאחור. המטאפורה המתאימה לכאן היא של גל בים המתקדם לעבר החוף, מתרומם ואוסף בשוליו עוד מים, וממשיך לנוע לכיוון החוף. קיים מתח בריא בין השלב שבו נמצאת הקבוצה לשלב שבו נמצא היחיד; בשלב בו נמצאת הקבוצה מצוי גם היחיד ומהווה עבורו זרז להשתלב בתהליך.

תיאור הקבוצות ומטרתן

קבוצת הילדים

אוכלוסיית היעד:

בקבוצת הילדים השתתפו שלושה ילדים – שני בנים ובת, בני 8, 10 ו-11 (הילד בן השמונה צורף עקב לחץ האם ובשל הצורך להרחיב את הקבוצה), שאחד מהוריהם השתתף בקבוצת ההורים.

הרציונל להפעלת הקבוצה:

התברר שלהורים צרכים אחרים מילדיהם. ההורים שסיימו תהליכים פורמליים היו פתוחים לבידיקה רגועה יחסית של מערכת היחסים העכשווית עם ילדיהם ועם בני הזוג לשעבר. הילדים, לעומתם, כבר גיבשו גישות והשקפות בנוגע לגירושי הוריהם ולא היו מעוניינים לפתוח את הנושא לחשיבה ולהתלבטות חוזרת. חלקם סירבו להצטרף לקבוצה, ואלה שכן השתתפו העדיפו להתרכז בנושאים כלליים כמו תקשורת וחברה, תוך רמיזה על נושא הגירושין.

מטרת הקבוצה:

הקבוצה נועדה לתת תמיכה ומענה לצורך בהשתייכות, מקום לוונטילציה ולתמיכה הדדית שיאפשר גדילה דרך מודעות והבנה עצמית באמצעות דיון בנושאים פתוחים ואוניברסליים.

תהליך הקמת הקבוצה:

מתוך המועמדים להשתתפות בקבוצת ההורים אותרו תשעה ילדים בגילאי 6-11, שחולקו שרירותית לשתי קבוצות גיל: 6-9 ו-9-11. התחלנו לראיין טלפונית את ההורים ולהציע את קבוצת הילדים במטרה למצוא איזו קבוצה תהיה גדולה יותר. התגבשה קבוצה של הורים לילדים בגילאי 9-11. התחיל תהליך ריאיון עם ההורים ואחר כך עם הילדים. בפועל רואיינו 12 הורים ו-9 ילדים. התקבלה הסכמה של שישה ילדים להשתתף בקבוצה. לגבי שלושה ילדים אחרים היה קשה להשיג הסכמה עקב סירוב של אחד מההורים. אצל שתי ילדות (אחיות) סירוב ההורה הלא-משמורן היה מוסווה, שכן האב הביע את הסכמתו באמצעות עורך דין.

הקבוצה הייתה אמורה להתחיל במקביל לקבוצת ההורים ומנתה חמישה ילדים: שלוש בנות – שתיים מהן אחיות ושני בנים. בבוקר המפגש הראשון התברר, שהשתתפות אחד הבנים אינה מתאפשרת עקב סירוב האב (הוגשה תביעה לבית המשפט לאשר את השתתפות הילד, אך לא התקבלה החלטה בנדון עד מועד פתיחת הקבוצה). כמו כן, שתי האחיות שאביהן חתם מול עורך דין על הסכמתו לגבי השתתפותן בקבוצה, חזרו בהן בהשפעת האב. למפגש השני צורף ילד שלישי, בן שמונה, שרואיין אך לא נבחר עקב גילובועיית היפראקטיביות וקשיי ריכוז. הילד צורף כדי להגדיל את הקבוצה. התהליך כלל שיחה טלפונית עם כל אחד מההורים להצגת הקבוצה, ריאיון, על-פי-רוב, עם שני ההורים, ובמקרים בודדים רק עם המשמורן וקבלת הסכמה טלפונית וכתובה מההורה השני. רק לאחר שהתקבלה הסכמת ההורים נערך ריאיון עם הילד, בהתחלה בשיתוף ההורה או שני ההורים, ואחר כך לבד כדי לקבל את הסכמתו להשתתף בקבוצה.

נעשה גם ניסיון לעבות את קבוצת הילדים שהוריהם אינם בקבוצת ההורים, אך הוא כשל מפאת לחץ הזמן (להורים ולילדים לא היה מספיק זמן לעכל את הרעיון ולכן הפתרון הקל היה סירוב).

לאחר כמה מפגשים, נערכה פגישה עם הורי הילדים. הפגישות לא היו מובנות והן נועדו לקבל מההורים משוב על תחושות ילדיהם ורצונותיהם. לאחר סיום המפגשים נערכה שוב שיחת סיכום עם ההורים, אך הפעם נערכה בהשתתפות העובדת הסוציאלית המטפלת של המשפחה כדי ליצור תחושה של סגירת מעגל – קבלת המשפחה מהעובדת והחזרתה אליה בסוף התהליך.

מהלך הקבוצה:

11 מפגשים שבועיים מקבילים למפגשי ההורים למשך שעה וחצי, כל אחד, שהתקיימו במרכז לילד ולמשפחה בבאר שבע בתחנה לטיפול משפחתי בשעות אחר הצהריים. אחד המפגשים משותף להורה ולילד. במפגשים נערכה עבודה יצירתית השלכתית שהיוותה את הבסיס לשיחה ולדיון באמצעים כמו: קלפים טיפוליים, קולז', סיפורים, משחקים ועוד.

תכנים ונושאים מרכזיים:

תכניה של התכנית הראשונית שנבנתה היו ממוקדים בתחום הגירושין, אך משום שהילדים לא הביעו נכונות לדון בנושאים שנקשרו אצלם לקונפליקט הגירושין, שוחחנו על הנושאים מהיבט הרחב והאוניברסלי.

קבוצת המבוגרים |

אוכלוסיית היעד:

משפחות שסיימו תהליך גירושין פורמלי לפני שנה לפחות. הרציונל לכך, שאותם המשתתפים יהיו פנויים רגשית ולא בלחץ של דיונים משפטיים. בזמן הפעילות אף אחד מהם לא ניהל מאבק משפטי ולא היה בקשר עם פקידת סעד לסדרי דין. חלק מההורים משמורנים וחלקם לא-משמורנים, כולם תושבי באר שבע למעט הורה אחד – מעומר וכולם חילונים. נבחרו 12 מועמדים – שלושה גברים, תשעה נשים. אחד מתוך שלושה גברים משמורן והיתר מבקרים. שתיים מתוך תשע הנשים הן אימהות מבקרות, שאר האימהות משמורניות.

הרציונל להפעלת הקבוצה:

מניסיונו כפקידות סעד לסדרי דין, חשנו צורך בהקמת קבוצה טיפולית לעזרה בהתמודדות עם סוגיות בהורות אחרת, אצל משפחות במעבר. בשלב הראינות גלינו שכל אחד מהמועמדים חש בדידות. הם כמעט לא קיבלו תמיכה מצד המשפחה המורחבת והם נזקקו לתמיכה ולהשתייכות.

מטרת הקבוצה:

חשוב להדגיש כי היו שתי מטרות: מטרה מוצהרת ומטרה סמויה. המטרה המוצהרת של הקבוצה הייתה לטפל בקשיי ההורות לאחר תהליך הגירושין. המטרה הסמויה הייתה הפחתת רגשות של בדידות בתחומים הקשורים לגירושין, יחסים בין-אישיים והורות. הקבוצה נועדה לטפל במכלול הרגשות המתעוררים בתהליך הגירושין, בהתמודדות עם הורות אחרת, וכן בתכנון ובהליכה לקראת בניית פרק ב'. מתן מרחב לביטוי התחושות הקשות, הכלתן, הפחתת רגשות של בדידות בתחומים הקשורים לגירושין, יחסים בין-אישיים והורות.

תהליך הקמת הקבוצה:

לאחר שהגדרנו את הבעיה המשותפת ואת אוכלוסיית היעד, בנינו דף הסבר עם מטרות הפרויקט, אוכלוסיית היעד, הרכב הקבוצה, מסגרת, מקום הפעילות ומועדיה. הפצנו את הדף בין פקידות הסעד לסדרי דין ובצוותים במחלקות לשירותים חברתיים בבאר שבע.

קיימנו ישיבות עם צוות פקידות הסעד לסדרי דין, שעזרו לנו לגבש את הקריטריונים לבחירת המועמדים. לאחר מכן שוחחנו עם כל אחת מפקידות הסעד בנפרד, וקיבלנו מהן את רשימת המועמדים כדי לגלות עליהם יותר פרטים.

המועמדים נבחרו על-פי הקריטריונים האלה:

1. גרושים פורמלית זה שנה לפחות, שסיימו את ההליכים המשפטיים ואינם בקשר עם פקידת סעד.
2. הורים לילדים בני 6-12.
3. בעלי השכלה על-תיכונית ואקדמית ומקום עבודה קבוע.
4. בעלי יכולת מילולית תקינה, מודעות עצמית, רצון לשינוי ומוכנות לחשיפה ולהתנסות חווייתית.
5. דחינו מועמדים הסובלים ממחלות נפש, או שטופלו בעבר במערכות פסיכיאטריות.

כל המועמדים עברו ריאיון עם שתי המנחות, שבו הוסברה להם מטרת הקבוצה ונבדקה מידת התאמתם לקבוצה.

הקדשנו מחשבה רבה לתכנון התנאים הסביבתיים של הקבוצה. בחרנו חדר לא גדול יחסית - חדר אחד שיאכלס את עשרת המועמדים בנוחות, ובו משחקים, תמונות וצעצועים; שולחן קטן עגול לכיבוד באמצע החדר וכיסאות זהים בצבע ובגודל.

בתחילה תכננו לקיים 12 מפגשים, בתדירות של פעם בשבוע, שעה וחצי כל מפגש. בשלב מאוחר יותר, לקראת סיום הקבוצה, הוספנו לפי בקשת המשתתפים ארבעה מפגשים שידונו בשני נושאים נוספים: בניית זוגיות חדשה ומעמד הגרושים בחברה ובמשפחה המורחבת. כמו כן, מצאנו לנכון לאפשר למשתתפים לעבד את תהליך הפרדה שחוו בעקבות הגירושין באופן הדרגתי יותר.

תיאור המקרים

משפחה 1: משפחה גרושה עם שלושה ילדים, האם משמורנית

בקבוצת ההורים השתתף האב הלא-משמורן ובקבוצת הילדים – הצעיר בין שלושת ילדיו. המשפחה נמצאת בטיפול עקב בעיות בסדרי ראייה. בני הזוג התגרשו לפני תשע שנים, כשהבן היה בגיל שנתיים. האב הופנה לקבוצה על-ידי פקידת סעד לסדרי דין שטיפלה במשפחה, עקב ביקורת מתמדת על אשתו על כך שהיא פוגעת בקשריו עם ילדיו. לאב אין קשר עם בתו הגדולה מזה כשלוש שנים, והוא פנה לטיפול מחשש לאבד את הקשר עם בתו השנייה.

הבן, בגיל 11, הופנה לקבוצה כדי ליצור שדה שבו יוכל להבין את קשריו עם הוריו, ובפרט עם האב ולאפשר לו קשר ישיר עמו (האב הביא את הילד למפגשי הקבוצה והחזיר אותו). הבן היה בגדר ילד "מחוק" בבית האם מול קואליציה של בנות, והאב כמעט לא הכירו, מאחר שהוא נולד תוך כדי

התמוטטות מערכת היחסים הזוגית במשפחה. האב ראה בו נספח לאחיותיו ולא פיתח עמו שום מערכת קשרים נפרדת.

האב בקבוצת ההורים

האב הגיע למפגשים הראשונים חשדן מאוד, מאופק, מפקפק ביכולת התהליך הקבוצתי לסייע לו באופן אישי לפתור את מצוקתו (שיפור הקשר עם ילדיו).

במהלך הקבוצה, לאחר שמשתתפת אחרת חשפה את סיפורה האישי הכאוב, הקשור לניתוק מילדיה, העז האב במשפחה זו לפתוח את סיפורו. הקבוצה קיבלה אותו והכילה אותו, אך עזרה לו לראות את חלקו במצב היחסים שנוצר בלי לשפוט ולבקר אותו. בעקבות חוויות אלה ולאחר שהרגיש רצוי ומחוזק על-ידי הקבוצה, הצליח האב לחדש את הקשר עם ילדיו ואף לקחתם אל מחוץ לעיר למשפחתו המורחבת. לאחר הנסיעה עם ילדיו, הביא לקבוצה כיבוד כביטוי לא מילולי לתודתו על תמיכתה ועל עזרתה. חברי הקבוצה שמחו במעשה זה וראו בו תוצאה של השיחות בקבוצה. החוויה של חידוש קשר עם ילדיו שחררה עומס רגשי גדול ומעמסה רבה ואפשרה לאב להיפתח רגשית ולשתף את החברים בקבוצה בתחושות מעולמו הרגשי הפנימי, למשל בקשייו לפתח יחסים תקינים עם חברתו החדשה לחיים.

במפגש ההיכרות הציג האב את עצמו כאדם שדומה לרכבת נוסעת שאיבדה את הכיוון. מטאפורה זו ליוותה אותו במהלך כל המפגשים בצורות שונות. בפגישה שבה נעזרנו בקלפים טיפוליים, בחר האב לעצמו קלף של מכונית מרוץ. בהמשך קיבל משוב, הן מבני הקבוצה והן מבנו, שהוא אכן נמצא כל הזמן במרוץ. בפעילות המשותפת עם בנו בחר הילד עבור האב קלף של מכונית מרוץ כמייצג אותו ואמר לאב שהוא כל הזמן רץ, לא עוצר ולא מקשיב לו. חברי הקבוצה נתנו לו בפעילות הקבוצתית רכבת עם הקדשה. בפעילות הסיום בקבוצת המבוגרים, בחר האב לעצמו רכבת כחפץ שחש קרבה אליו ואמר: "עכשיו אני חש בטוח יותר ביכולתי לנווט את הקטר ולשלוט על הכיוון שאני נוסע בו".

הילד בקבוצת הילדים

הילד הגיע לכל הפגשות, חוץ מאחת (בזמן הפגישה שנעדר ממנה שהה עם אביו בביקור משפחתי, לאחר כשנה שלא יצא עם האב) תמיד עם חיוך, שנבע

להערכתנו מהזמן שבילה לבד עם האב בדרך אליהם. בקבוצה התבטא בנושאים שהוצגו מההיבט החברתי ולא התייחס למצבו המשפחתי האישי, אך עשה רושם שזו לו התנסות חדשה בהבעה של עצמו, של דעותיו ומחשבותיו. כשהתבקש לבטא את עצמו באמצעים לא מילוליים כגון ציור, הדבקה ומשחק תפקידים, התקשה מאוד ונזקק לזמן רב עד שהבין את המשימה.

תוצאות התהליך של טיפולים קבוצתיים מקבילים

תהליך הגדילה של הילד, במקביל לצמיחה האישית של האב והעידוד שקיבל מהקבוצה, אפשרו לשניהם התקרבות הדדית והתנסות חיובית בקשר ביניהם. האב נפגש אחת לשבוע עם בנו לבד, נוסף על הפגישה המשותפת עם כל הילדים.

האב והבן התנסו בהצלחה בתקשורת ישירה זה עם זה. הבן מתנסה בהבעת רצונותיו ובקשותיו, הן עם האם והן עם האב, באווירה מקבלת יותר וביקורתית פחות. האב מקבל בסובלנות ובפחות ביקורתיות את המסרים שהילדים מעבירים לו, אינו "מתעצבן" ואף אינו משייך כל התבטאות של הילדים שאינה מוצאת חן בעיניו להסתה מצד האם. הוא מסוגל לקבל את ילדיו כשלמים – בעלי דעות, רצונות ותכניות משל עצמם.

משפחה 2: משפחה גרושה עם ארבעה ילדים, האב משמורן

בקבוצת ההורים השתתפה האם, שאינה משמורנית, ובקבוצת הילדים השתתפה הצעירה מתוך ארבע בנות, שגדלה אצל האב. האב "לא התנגד" להשתתפות בתו בקבוצה משום שחשש כי התנגדותו תתפרש כחוסר שיתוף פעולה עם פקידת הסעד שמינה בית המשפט, כבוחנת את יכולתו ההורית. בפועל הוא הפריע להשתתפות הבת בקבוצה באמצעות אמתלות של מחלה, עבודה ופעילויות נוספות של הילדה. בשלב הראיונות הוצע לאב להשתתף בקבוצה הטיפולית, אך הוא סירב ולכן הוזמנה אשתו. כשהתחילו המפגשים בקבוצת ההורים חזר בו מסירובו ודרש להשתתף בה. משלא נענה, התחיל להיות כעסן ותובעני.

הילדה בקבוצת הילדים

הילדה התקשתה להרגיש שייכת לקבוצה עקב חוסר הפרגון של האב, חוסר הרצף בנוכחותה בפגישות וכן בשל היותה בת יחידה.

הפגישות הקבוצתיות אפשרו לה מפגש קצר ישיר נוסף עם האם וכן הזדמנות לבחון את מצבה האישי, ביחס למצבם של שני ילדים אחרים. הילדה הייתה זו שמשכה את השיחות הקבוצתיות למגרש האישי המשפחתי שלה.

במפגש המשותף של הילדים עם ההורים השתתף האב (שלא נכח כאמור בקבוצה הטיפולית). מפגש זה היה פורה מאוד, משום שבעקבותיו הוסרו התנגדויותיו של האב והתפתח בו עניין לגבי פעילות הקבוצה שבה השתתפה בתו. להערכתנו, אילו הפעילות הקבוצתית הייתה נמשכת, הילדה הייתה תופסת בה מקום מרכזי ונפתחת יותר ויותר.

האם בקבוצת ההורים

תחילה התקשתה האם להיפתח ולשתף את חברי הקבוצה בסיפורה האישי. במפגש השביעי (מתוך 16), לאחר שהאב ממשפחה 1 שיתף את הקבוצה בכאביו מהניתוק מבתו הבכורה, הצליחה האם תוך כדי בכי, לשתף את הקבוצה בסיפורה האישי והודתה לאב זה שבזכותו אפשרה לעצמה לגעת בדברים כואבים ומפחידים שהדחיקה.

הקבוצה עודדה אותה להעז ולהילחם על חידוש הקשר עם בנותיה ולא להיכנע לייאוש. לקראת סוף המפגשים, שיתפה האם את הקבוצה בכך שהייתה מסוגלת להיכנס לבית בעלה לשעבר כדי לפגוש את בתה החולה. הקבוצה הגיבה לסיפור במחיאות כפיים, תגובה שעודדה אותה וריגשה אותה מאוד. בפגישת הסיכום הופיעה האם לבושה במיטב בגדיה, מאופרת ומסורקת, דבר שביטא את השיפור בהרגשתה. הופעתה החיצונית היוותה "מהפך" ביחס להופעתה בתחילת המפגשים.

תוצאות התהליך של טיפולים קבוצתיים מקבילים

הילדה פתוחה יותר בקשריה עם האם, והאם מסוגלת לקיים קשר עם בתה; האב מאוים פחות מהקשר שהחל להיווצר בין אשתו לשעבר לבין הבת; האב לוחץ על שילובו בקבוצה הטיפולית הבאה.

משפחה 3: משפחה גרושה עם בן יחיד, האם משמורנית

זוג גרוש עם בן יחיד בגיל 8. האב נשוי שנית ואשתו בהיריון. לפני תחילת הקבוצה אופיינה האם בתלות יתר באב במסווה של התייעצות ושיתוף פעולה. האם המשמורנית השתתפה בקבוצת ההורים, ובנה היחיד – בקבוצת הילדים. ההורים מתגוררים זה ליד זה. האם והילד – בבית הוריה של האם עם קרובי משפחה נוספים, והאב עם אשתו השנייה – בבית נפרד. הילד עובר מבית לבית. הילד סובל מהפרעת קשב וריכוז קשה, מטופל בריטלין בשעות הבוקר. בשעות אחר הצהריים דורש תשומת לב רבה בשל מצבו, נוסף על היותו בן יחיד ומפונק למדי.

האם הפצירה בנו שהבן ישולב בקבוצה למרות גילו הצעיר, והוא אכן צורף לקבוצה כדי להגדילה.

הבן בקבוצת הילדים

הבן שותף בקבוצה מהמפגש השני ונכח בכל הפגישות. לאחר ארבעה מפגשים ביקש לפרוש, אך לא קיבל מהאם גבוי לבקשתו והמשיך להגיע למפגשים עד סופם. הבן נזקק לתשומת לב רבה והתקשה בתקשורת עם אחרים. לאחר שאמר את מה שרצה איבד עניין בדברי האחרים ולכן לעתים לא נוצרה שיחה ביניהם. בקבוצה עסק רבות במערך הכוחות החברתי והמשפחתי ובתבניות משפחתיות שונות (משפחה גרעינית, מורחבת, חד-הורית) ובמעמדו לאור הולדת התינוק הצפויה.

האם בקבוצת ההורים

האם בלטה בנוכחותה כבר מהמפגשים הראשונים. היא הציגה את עצמה כמסודרת, מאורגנת ונטולת בעיות. עוד בריאיון ציינה שהשתתפה בעבר בקבוצות וכי באה לקבוצה כדי לתרום ולעזור לאחרים תוך שידור מסר של "אצלי הכול בסדר". נהגה לתת עצות שהתקבלו לרוב ברוח טובה, וציינה שיכולתה ליעץ מעניקה לה כוחות להתמודד בעצמה.

בהמשך הפגישות החלה להסיר את מסכת המושלמות ולשתף בפחדיה: שמא הבן יעדיף את בית אביו על פני ביתה והיא תישאר לבד. כשהעזה

להיחשף בחולשתה מול הקבוצה היא קיבלה חיזוק רב על האומץ להיחשף, מה שעודד אותה להמשיך להיחשף ואפשר לה צמיחה אישית. במהלך הטיפול הקבוצתי הבינה שהבן זקוק למרחב לעצמו, ובעזרת הקבוצה הבינה שבקשתו זו אין פירושה דחייה.

האב

האב לא גילה נכונות להיפגש. לפני תחילתה של קבוצת הילדים נתן את הסכמתו בכתב באמצעות האם. במהלך הפגישות התברר שיש לו משמעות רבה בעיני בנו, אך איננו יודעים אם חל שינוי במערכת היחסים ביניהם.

תוצאות התהליך של טיפולים קבוצתיים מקבילים

במהלך הקבוצה התחזקה האם ולמדה לסמוך על עצמה. כיום היא פחות נוקקת ליצור תדמית של "שיתוף פעולה" עם בעלה לשעבר; מסוגלת להניע החלטות הנוגעות לחייה ולחיי בנה בעצמה; מסוגלת לבצע הפרדה ברורה יותר בין צרכיה לצרכי בנה ולחוש פחות איום ותחרות עם האב ועם אשתו החדשה ביחס לבן.

הבן פתוח יותר ביחסו לאם ופחות "מתבייש" בה, בשל התנהגותה המגוננת כלפיו (האם מצדה מודעת יותר להתנהגותה זו). הוא מסוגל לראות את האם כמי שזקוקה להתייחסותו ומוכן להעניק לה התייחסות זו.

סיכום

הקמת הפרויקט והפעלתו לימדו אותנו, כעובדות סוציאליות בלשכת רווחה, על הצורך הרב ועל הצמא שקיים בקרב מטופלינו להשתתף בקבוצה, הן מבחינת אופי טיפול שונה מהמוכר להם והן ככלי לשיפור עצמאותם. קיום הקבוצות הבהיר לנו את הצורך הקיים אצל אנשים, שעברו תהליך גירושין וגם אצל ילדיהם, בקבוצה שבה יוכלו ללבן חוויות שעברו ושעוברות עליהם, שהן משותפות ואופייניות לאוכלוסייה זו. שיתוף הגורל מאפשר למצוא שפה משותפת, הכלה הדדית, תמיכה הדדית ועידוד הדדי, להקל על הבדידות וללמוד זה מניסיונו של זה. כל אלה יוצרים התפתחות, צמיחה וגדילה.

הבחירה של הורים שסיימו הליכי גרושין פורמליים לפני שנה ויותר, הייתה נכונה לגביהם והדבר ניכר היטב בהשתתפותם, במעורבותם ובנוכחותם המתמדת בפגישות.

בנוגע לקבוצת הילדים, להערכתנו, הקושי שלהם לדבר על בעיותיהם במישרין נבע מכמה סיבות: קוצר הזמן של הקבוצה – קבוצה שהייתה נמשכת יותר הייתה ככל הנראה מגיבה אחרת; המספר המועט של הילדים; ובעיקר מורכבות הנושא אצל ילדים והצורך של הילדים למצוא דרכים עקיפות והשלכתיות רבות כדי לגעת בפצע שבחלקו מודחק. הילדים היו זקוקים למסגרת התייחסות טיפולית שתאפשר להם פיתוח תקשורת טובה יותר עם ההורים, דבר שבא לידי ביטוי ברצונם להמשיך בפגישות קבוצתיות משותפות עם ההורים אף שהביעו חשש מהן לפני קיומן.

בדיעבד, אנו סבורות שהיינו צריכות להגדיל את מספר הילדים בקבוצה, גם אם הוריהם לא ישתתפו בקבוצת ההורים. הניסיון להרחיב את קבוצה הילדים נעשה בשלב מאוחר מדי, שלא התאים לתהליך המקביל שניסינו ליצור בין שתי הקבוצות.

הקמנו את השמרטייה, כדי לאפשר להורים להתפנות לקבוצה באמצעות מציאת פתרון לילדים הקטנים במקום קרוב להורים אך מבודד מהם. בפועל, שהו בקבוצה כחמישה ילדים בגילאי 4-7. בין הילדים נוצר קשר חברתי, המקום אפשר הכנת שיעורים נוסף על פעילויות חברתיות כגון: קריאת סיפורים, משחקי הרכבה, משחקי קופסה, ציור ועוד.

ההורים ביקשו להמשיך להיפגש כקבוצה לעזרה עצמית. לשם כך פנינו להנהלת התחנה לטיפול משפחתי לצורך קבלת האישור להמשיך להיפגש במרכז במתכונת כקבוצה לעזרה עצמית. הקבוצה קיבלה סיוע של עובדת סוציאלית קשר שאמורה להגיש בהתאם לצורך סיוע טכני וטיפולי. כמו כן הקבוצה ממשיכה להיעזר בשמרטפית שיצרה קשר טוב עם הילדים הקטנים. הקבוצה נפגשה עוד פעמיים ללא הנחיה והחליטה להעביר את פעילותה למקום אחר שבו לא תצטרך לשלם "שכירות". זה כחודשיים הקבוצה ממשיכה להיפגש באופן עצמאי. במפגשים אקראיים עם חלק מהמשתתפים נמסר לנו כי הקבוצה פועלת וכי ההשתתפות מלאה כבעבר.

בפרויקט זה נעשה ניסיון ליצור עבור המשתתפים "בית", מקום בטוח הן להורים והן לילדים – הגדולים והקטנים, תוך ניסיון לתת מענה על מכלול הצרכים של כולם.

לאחר סיום פעילות קבוצת ההורים פנו למנחות כמה מבני הזוג של משתתפי הקבוצה בבקשה להשתתף גם הם בקבוצה. הדבר מעיד על השפעת השינויים שחלו בקבוצה גם עליהם, מה שהפך אותם לבעלי עניין. העבודה בקו בשתי הקבוצות אפשרה מודלינג של זוגיות והורות אחרת, הן לילדים והן למבוגרים. העבודה בקו ובריבוע אפשרה, גם לנו - המנחות, גדילה עצמית בהתנסות מקצועית חדשה, תוך קבלת תמיכה, עידוד, חיזוקים, שיקוף וביקורת בונה מאחרים. שיתוף הפעולה הזורם שלנו, כמנחות, אפשר לנו להתגמש ולהתאים עצמנו לצרכי הקבוצה ולשנות את המטרות בהתאם לשינויים בצרכים של קבוצת ההורים והילדים. הקבוצות תוכננו בצורה מדויקת בתכנים, באמצעים ובעיבוד שלאחר המפגשים תוך כדי הצלבת נושאים, תכנים רלוונטיים ותהליכים אישיים של המשתתפים בשתי הקבוצות. למרות התכנון המדויק, במפגשים עצמם, בלטה גמישות מחשבתית ומעשית שלנו כמנחות שלהערכתנו אפשרה למשתתפים להיות פעילים יוזמים ומעורבים בכל הרמות. להערכתנו, הצלחת הפרויקט נובעת משלושה גורמים: (א) המחשבה והתכנון הרבים שהושקעו בבחירת המשתתפים, בבניית הסטינג וביצירת מכלול מענים לצורכי ההורים והילדים (שמרטפיה); (ב) הגיבוי מצד הנהלת אגף הרווחה, שסיפקה את התנאים ואפשרה את יצירת ה"בית" לחברים; (ג) שיתוף הפעולה של פקידות הסעד, שנרתמו לחיפוש פעיל אחר משפחות מתאימות ותמכו בנו במהלך כל הפרויקט. לכולם אנו מודות.

ביבליוגרפיה

- זיו, י', ובהרב, י'. (2001). "מסע קבוצתי". גל.
- Mackenzie, K. R. & Lively, W. J. (1983). "A Developmental Model for Brief Grolip Therapy, Advances in Group Psychotherapy".
- Pesso, A. (1973). "Experience in Action". New York: University Press.
- Yalom, D. E. (1975). "The Theory and Practice of Group Psychotherapy". New York: Basic Inc. Publishers.

פרק ב קשר בין-אישי לפרודים ולפרודות - כוחות מחברים וכוחות מפרקים

יוספה שירת, עובדת סוציאלית

א. הקדמה: טרום-קבוצה ומטרות הקבוצה

במסגרת השתתפותי בקורס להנחיית קבוצות מתגרשים/ות ו/או ילדיהם, שנערך בבית הספר המרכזי להכשרת עובדים לשירותי רווחה בחסות אשלים, בהנחייתה של גב' מיקי תודר ובהדרכת גב' סוזי שושני, בחרתי להנחות קבוצת הורים החווים פְרָדה וגירושין במקום עבודתי – התחנה לייעוץ נישואין ולטיפול משפחתי בנתניה.

הצורך בקבוצה

בעבר הנחיתי יחד עם קו-תרפיסטית קבוצת ילדים במסגרת פרויקט "גירושין – אפשר גם אחרת", שהופעל בתחנה במשך שנים רבות והופסק מסיבות שונות. הרציונל היה לאפשר לכל בני המשפחה להשתתף בקבוצות בו-זמנית בעת משבר הגירושין: קבוצת גברים, קבוצת נשים וקבוצת ילדים.

הפרויקט השאיר טעם של עוד, הן בקרב המטפלים והן בקרב המטופלים. בהשתתפותי בקורס זה ראיתי הזדמנות נהדרת לבנות מחדש ערוץ טיפול קבוצתי בתחנה, להורים החווים מעברים קשים ומורכבים בחייהם עקב פירוק משפחתם ועומדים להתמודד עם הוראת מיוחדת לאחר הגירושין. בנוסף, רציתי למלא את בקשתן של פקידות הסעד לסדרי דין לאפשר למטופליהן להשתתף בקבוצה ובה אנשים המתמודדים עם קשיים דומים. השאיפה – גם שלהן וגם שלי – הייתה ליצור "בית מעבר" מהבית שהתפרק אל הבית החדש. הפעם החלטתי להתנסות בהנחיה לבדי.

גיוס המועמדים

שלחתי פליירים, ובהם הסבר על הקבוצה לשמונה ראשי צוותים של אנף הרווחה בנתניה, ל-41 פקידות הסעד לסדרי דין בתחנה ובאנף הרווחה, וכן ל-73 יועצות בתי ספר, בצירוף בקשה להפנות אליי מועמדים מתאימים: הורים – משמורנים ולא-משמורנים – שסיימו ו/או התרחקו מההליכים המשפטיים ומהקונפליקטים הזוגיים הסוערים. הרציונל היה להקים קבוצה מעורבת של אימהות ואבות שהמציאות החיצונית אצלם נרגעה מעט והם פנויים יותר לגעת בעצמם, במציאות הפנימית. כמו כן פניתי אישית לפקידות הסעד. החלטתי לא לקבל מטופלים שלי לקבוצה אלא רק כאלה המסתייעים במרכז קשר שאותו אני מרכזת (הורים שאיני מטפלת בהם במרכז).

מאפייני המועמדים

ראיינתי 12 אימהות משמורניות וארבעה אבות - שניים משמורנים ושניים שאינם משמורנים. טווח גילאי המועמדים היה 26-04: שני אבות פרודים ללא נישואין, שלוש נשים פרודות בין עשרה חודשים לשנתיים, ארבע נשים סבלו מאלימות בנישואין, שמונה נשים ושני גברים גרושים בין שנה לשש שנים. ארבע מועמדות היו בעבר בטיפול פרטני או קבוצתי. שלושה מועמדים התלוננו על מצב כלכלי ירוד.

ילדי המועמדים היו בני 3-12: שני ילדים נכים, ילד שסבל מבעיית הרטבה, שני ילדים שסבלו מבעיית דיבור/גמגום, וילד שאביו מסרב להיות בקשר עמו.

המועמדים גילו פתיחות רבה בראיונות, צמא להשמיע את סיפור הזוגיות המתפרק והעלו ציפיות דומות מהקבוצה. חמישה מועמדים ביטלו את השתתפותם מסיבות כלכליות, שעות לא מתאימות וכד'.

ציפיות המועמדים מהמנחה ומהקבוצה

- לקבל כלים והכוונה מהמנחה ומהמשתתפים איך להתמודד עם ההורות החדשה
- לקבל חיזוק לגבי הנכון והלא-נכון בטיפול בילדים
- ללמוד להתמודד עם הפיצול של "אבא לונה פארק" ואם "רעה" ותובענית
- לדעת להתמודד עם הבדידות והריקנות בסופי השבוע שבהם הילד שוהה אצל ההורה השני
- ללמוד איך להתייחס לכניסת בן/בת זוג חדש/ה של ההורה לחיי הילדים
- לדון בסדרי הראייה: קושי ובלבול הנטבעים מהמעברים של הילד מבית לבית
- לקבל עזרה בהתמודדות עם הסתה מצד ההורה האחר
- ללמוד איך מסבירים לילד על הפרדה
- לדבר על הצורך לפצות את הילד
- איך להציב גבולות: סופיות הנישואין
- להתגבר על הגירושין כסוד וסטיגמה

מטרות הקבוצה

- חשיפה ומודעות לקשיים המשותפים הקיימים במעגלי החיים של המשתתפים בקבוצה.
- חיזוק הכוחות והיכולות של המשתתפים בהתמודדות עם הקשיים המשותפים.

תוצאת התהליך

נערכו ארבעה מפגשים בלבד. בכל אחד מהם נכחו שלושה או ארבעה משתתפים לא-קבועים, ובמפגש החמישי הגיעה משתתפת אחת ואז החלטתי להפסיק את המפגשים ולגבש מחדש קבוצה.

הלקח המרכזי

הקושי ביצירת הקבוצה ובניבושה נבע משחזור טראומות הפירוק בגירושין ומהשלכת קשיי המשתתפים על ה"מכל" שאמור להכיל אותם. בתחילת כל קבוצה מתעוררת חרדה רבה ביחס למיקומו של הפרט, רצונו להשתייך ופחדיו להיבלע. קונפליקט זה נחוה אצל מתגרשים, בצורה טראומטית. המשתתפים מופעלים על-ידי כוחות פירוק והרס במציאות החיצונית והפנימית – כוחות שגברו על הצורך בִּיחָד בשלב זה של חייהם.

ב. מבוא תיאורטי

משפחה וגירושין

גירושין הם התחלה חדשה המציעה הזדמנות שנייה. הם לא יותר ולא פחות מאשר הזדמנות לבנות מחדש חיים, אומרת ולרשטיין (1989), אך הדרך לשם מורכבת ומלאת אתגרים לא-קלים.

נחמי באום (1995) מציינת, שעם התמוטטות הנישואין אובד לא רק חלק מהזהות שמעניקים המעמד והתפקיד המשפחתי, אלא גם הזהות המורחבת עומדת בסכנת התפוררות. מסתבר כי נישואין, אפילו גרועים, מספקים מגן מפני העולם החיצוני, וכשהם מתפוררים נחשף האדם לחרדות מפני הבלתי-ידוע. באום (2000) טוענת, כי מעבר לגירושין ולמטלות המתחייבות ממנו קשור למשמעויות ולפונקציות של נישואין ומשפחה, שסיומם ושינוים כרוך באבדנים ובפגיעות, בצד מחויבויות מתמשכות. ההורים, שהיו עד הגירושין

חלק משתי תת-מערכות משיקות – המערכת הזוגית והמערכת ההורית – מסיימים עם הגירושין את קשריהם ואת השתייכותם למערכת הזוגית. עקב כך, עליהם להגדיר מחדש את היחסים ביניהם כמערכת הורית המשכית. הפרדת שני התפקידים, בן זוג והורה, שהיו עד לגירושין תחת אותה קורת גג, מחייבת כל אחד מההורים להתמודד בו-זמנית עם סיום ועם המשכיות.

סיום היחסים הזוגיים והמשך הקשרים ההוריים, מכל סוג שהוא, מחייבים מתגרשים וגרושים להתמודד עם תהליכים אישיים ובין-אישיים שהם אולי מהקשים ביותר במעבר הגירושין: "התרת הזוגיות ושותפות בהורות". זהו שילוב של תהליכים מנוגדים הפועלים בו-זמנית: מצד אחד, סיום ופרימה של הקשר הזוגי, ומצד אחר המשכיות ועיצוב שותפות אחרת של היחסים ההוריים.

דוד בנאי (2004) טוען כי התפרקות זוגיות היא יוצאת דופן בפסיכולוגיה – אין לה אח ורע. לדבריו, מדובר בסוג של פסיכזה. בתהליך הקריסה של הזוגיות מתרחש קרע בהזדהויות בין בני הזוג. בבת-אחת הם רואים זה את זה בצורה שונה לחלוטין. אצל כל אחד מהם מתרחשת תופעה יוצאת דופן בכל מערכות היחסים האנושיות – "פסיכזה סובייקטיבית". כשזוג חי יחד הוא יוצר אָגו משותף, שהוא עולם התאמות (חיוביות ואף פתולוגיות) המגן עליהם מפני האיד המשותף שנוצר בזוגיות. כל הזוגות, לפי בנאי, קורסים באופן דומה: בבת-אחת האווירה הזוגית מתחלפת באווירה פרנואידית, חלה קריסה מוחלטת של האמון ובני הזוג רואים זה את זה דרך מערכת הדחפים שלהם ולא בעיניים של הזדהויות והשלכות. שניהם נחשפים לחרדות אימות ועמוקות שמתעוררות, לא רק, בקרב אנשים הסובלים מהפרעות אישיות אלא גם אצל נירוטים.

באום (2000) ממשיכה ומדברת על המשימות הנפשיות בתהליך זה, החושפות כל אחד מההורים הגרושים לחוויה מתמשכת של הפרדות המעוררת אמביוולנטיות, תחושות פגיעה, דחייה, כשלון, אכזבה והפחתה בערך העצמי.

המשימות הנפשיות בתהליך הגירושין

1. שינוי בזהות העצמי. גירושין נפשיים, הפרדת ה"אני" מה"אנחנו". כל אדם שהתגרש יהיה תמיד גם בן זוג לשעבר.
2. אבדן אובייקט וחלקים מהעצמי. המשבר העיקרי בגירושין נובע מאיבוד בן הזוג כאובייקט רגשי ובעיקר מאיבוד חלקים מהעצמי. "יאוש אף פעם אינו לחלוטין מהאובייקט החיצוני, אלא תמיד מעצמו [...] האבדן הבלתי-נסבל הוא לא בלתי-נסבל כשלעצמו. מה שאיננו יכולים לשאת זה שנשלל מאתנו האובייקט. אנחנו עומדים חשופים ורואים את התווה ובוהו של עצמנו" (Gaylin, 1968, בתוך Tyson, 1983).
3. אתגר קשה של מובחנות. ד"ר פליישמן כינה את הגירושין "צומת של מובחנות (דיפרנציאציה)". תכופות נמצא כי המובחנות של בני הזוג במערכת היחסים שלהם לפני הגירושין הייתה בינונית, ועקב הגירושין היא עוד פוחתת. הגירושין, החוק ובית המשפט יוצרים קצר בין בני הזוג, שבעקבותיו נוצרת ירידה במובחנות.
4. דחייה ופגיעה: התמודדות עם כאב ועם קושי של דחייה, פגיעה וירידה בהערכה העצמית.
5. כישלון במשימה ההתפתחותית: התמודדות עם כישלון באחת המשימות המרכזיות של האדם הבוגר – היכולת להצליח ביחסים.
6. תהליך ההתאבלות בגירושין: השלמת תהליך ההתאבלות בגירושין עלולה להיות קשה, מזו הנחווית במוות. לפי פרויד (1914), התאבלות היא תגובה טבעית על אבדן אובייקט. אך בעוד המוות הוא סופי ותהליך ההתאבלות עליו משחרר את העצמי מהאובייקט האבוד, בעזרת התקשרות הדרגתית לסביבה שאיננה כוללת אותו יותר, הגירושין חסרים, במובן מסוים, את הסופיות. בן הזוג חי וקיים, הימצאותם של ילדים משותפים וההכרח לקיים קשר עם בן הזוג, הופכים את התהליך למורכב מזה הנחווה במוות בן זוג (Bohannan, 1971).
7. פגיעה נרקסיסטית: הפרדה מבן זוג בגירושין חושפת את האדם לפגיעה נרקסיסטית ולירידה בהערכתו העצמית. אבדן האובייקט בגירושין, שאינו מאפשר עוד החצנה של מאפיינים אישיים שליליים והפנמה של מאפיינים

חיוביים, משפיע באופן ניכר על אדם בעל מאפיינים נרקיסטיים. ככל שרמת הנרקיסזם גבוהה יותר, כך הרגשות והביטויים ההתנהגותיים קיצוניים יותר. מיקי תודר (2005) רואה בהתמודדות עם אבדנים משימה לחיים. אנחנו נעים דרך קבע ומנהלים קונפליקט בין המשאלה למושלמות לבין המוכנות לחוסר מושלמות. ככל ש"נתקעים" יותר על פנטזיית המושלמות, כך קשה יותר להסתגל למצב החדש.

למה קבוצה? כוחות מחברים וכוחות מפרקים

הקבוצה היא כלי טיפולי חשוב ויחודי לעיבוד אבדן. לפי תודר (2004), מארג ההתרחשויות שבקבוצה מהווה מרחב מיוחד, המאפשר לשחזר יחסי משפחה דרך השלכות. בקבוצה מתרחשות תופעות יחודיות, כמו השתקפות, הדהוד והיכולת לשתף. תופעות אלה מאפשרות להפגיש חוויות שונות ומשותפות, להאיר מקומות חבויים, מעורפלים ובלתי-נגישים ולקשור אותם בפרק זמן קצר יחסית.

כמו כן, הקבוצה מאפשרת מגע חשוב עם המציאות החיצונית, במקביל למציאות הפנימית ונוסף עליה. כך מתאפשרת בדיקה של השפעת הגמולין בין השתיים וניתנת הזדמנות לבחון השפעות אלו על היחסים הבין-אישיים. מסיבות אלה אני מאמינה בכוחה של קבוצה לסייע לאנשים העומדים בפני אתגר של בניית חייהם מחדש לאחר פירוק יחסיהם הקודמים.

אולם לצד כוחה העצום של הקבוצה היא גם טומנת בחובה סכנה. תודר מוסיפה וטוענת כי מפגש אינטנסיבי עם אין עלול ליצור חרדה גדולה ולהציב מולה משאלה, למילוי מלאכותי מוקדם מדי או מזויף.

הרעיון לאחד אנשים בשלב הגירושין לקבוצה אינו טבעי ופשוט, כלל ועיקר, שכן בתהליך היוצרות הקבוצה פועלים שני כוחות מנוגדים באותה עת: מצד אחד – הצורך לשמר את הפרט ואת זהותו היחודית, קרי כוח שמטרתו לא להשתייך לקבוצה, ומצד אחר – הכמיהה להצטרפות האנשים לגוש אחד בלתי-מובחן המכיל את הפרט ושומר עליו. בירן (1985) מתארת את הכוחות האלה כמעוררים פחד פובי: האחד מזכיר קלוסטרופוביה – פחד מפני היבלעות בגוש הקבוצתי הבלתי-מובחן, והאחר דומה לאַגורפוביה

- פחד להישאר מנותק, לבד, מחוץ לקבוצה. בקבוצה "רגילה" הכוחות המנוגדים מהווים מעין שלב של "ישיבה על הגדר". בקבוצה של מתגרשים כוחות אלה עלולים להיות דרמטיים ובעלי פוטנציאל של הרס לא-מבוטל, שכן המשתתפים נמצאים בעיצומה של חוויית פירוק הזוגיות ומציאת זהותם היחודית והבלתי-תלויה, ולכן עצם המחשבה להשתייך לקבוצה מבליטה ומקצינה את הפחדים הקלוסטרופוביים. בקבוצה שאני ניסיתי לגבש, הכוחות המפרקים של הקבוצה היו חזקים מהרצון ומהציפיות של המועמדים להשתייך אליה, ולכן הקבוצה לא עברה למעשה את שלב "הישיבה על הגדר".

ניטסון (Nitson, 1996) מדבר על המושג אנטי-קבוצה, המתאר מצבים, פוזיציות, שבהם המשתתפים הקבוצה מפנים אגרסיה כלפיה ומתקיפים אותה כאובייקט. רגשות עיונות וכעס הצומחים בקבוצה לא רק מאיימים על הלכידות הבין-אישית בה, אלא גם מכאנים באופן הרסני נגד הקבוצה עצמה. מדובר בתהליכים הרסניים מעגליים שאינם מאכלים ב"תחזוקה" השוטפת בקבוצה. הסוגיה המעסיקה את ניטסון היא קיומם הבו-זמני של כוחות הרסניים וכוחות בונים בקבוצה והיחסים הדיאלקטיים ביניהם.

כיצד האנטי-קבוצה בא לידי ביטוי בקבוצה בקבוצת המתגרשים? המועמדים לקבוצה ראו בה Second Best והעניקו עדיפות לטיפול אישי. לצד רצונם להשתייך, הם ראו בעצם המפגש מפגש של "מפסידנים", "נכשלים" – דבר שחזק מאוד עמדות של דיבולאציה להשתייכות לקבוצה כזאת. מועמדים רבים דחו מיד את השתתפותם בקבוצה, וייתכן שחלקם הצטרפו מתוך רצון לרצות את הגורם המפנה – פקידות הסעד, בית המשפט ועוד. ניטסון מציין ביטויים נוספים לאנטי-קבוצה: נשירה משמעותית, נוכחות חסרה ולא-סדירה, איחורים עקשניים, תחושת פירוק, תחושת אשמה של המנחה על אי-תפקוד מוצלח של הקבוצה ועוד.

השלב ההתחלתי הוא המכריע בקביעת צורתו של היבט האנטי-קבוצה. לקבוצה אין כל עבר משותף והוזה משותף אלא רק עתיד, וגם הוא זר ובלתי-ידוע. לכן מתעורר במלוא עוצמתו פחד מפני התקפה, מפני שיפוט עיין, מפני איבוד שליטה.

נוסף על כך, אנשים בשלבי גירושין חווים כאמור חוויה רגרסיבית ופגיעה נרקיסיסטית עמוקה. במצב נפשי זה, הכוחות הפועלים לאי-קיום הקבוצה מתבטאים רבות באמצעות Acting Out, קרי היעדרות של משותף אחד או יותר מהמפגש, גם כאשר המפגש הקודם נתפס כחיובי ורלוונטי.

סימינגטון (2000) מוסיף ממד רלוונטי לכוחות המפרקים בקבוצה, שאותו הוא מכנה Menes/Ones. אלה הם שני מנגנוני הגנה בקבוצות: האחד מתאר קבוצה המתבצרת בעמדה אחת, זהות אחת, פתולוגיה אחת וכו', והאחר מתאר קבוצה שבה כל משתתף חווה את הקבוצה כהוא עצמו, דהיינו כהרחבת ה"עצמי" שלו.

בקבוצה של מתגרשים, העסוקים ממילא בהגדרה של זהותם היחודית והבלתי-תלויה בבן הזוג, סביר שהכוחות ההגנתיים של Menes יהיו חזקים, והמשתתפים יתקשו לראות את המשותף והמאחד אבל גם את המובחן ביניהם, ולכן יתקשו לתת מקום לאחר.

ג. התהליך בקבוצה - תיאור וניתוח

עם פרסום הקמת הקבוצה התגבשה אצלי רשימה של 21 מועמדים שהופנו אליי רובם ככולם על-ידי פקידות הסעד, לאחר ששוחחו עמם וקיבלו את הסכמתם להשתתף בקבוצה. התקשרתי לכולם כדי להזמין לראיונות אישיים. 16 מועמדים הוזמנו לראיונות אישיים לאחר סינון טלפוני של מועמדים שהתנגדו מסיבות שונות. היה מדובר ב-21 מפגשים בני שעה וחצי, אחת לשבוע, בשעות הערב. עלות ההשתתפות הייתה 200 שקלים לכל סדרת המפגשים.

לקראת המפגש הראשון אורגן החדר לתשעה משתתפים, שאישרו את השתתפותם בשיחת טלפון נוספת לפני פתיחת הקבוצה. למפגש זה הגיעו ארבעה משתתפים – שני אבות ושתי אימהות; למפגש השני הגיעו שלושה משתתפים – אב אחד נעדר ואם חדשה נוספה; למפגש השלישי הגיעו שלושה משתתפים – אם אחת נעדרה מפאת מחלה; למפגש הרביעי הגיעו שלושה משתתפים – אם אחת נסעה לחו"ל לסעוד את אביה החולה; למפגש החמישי הגיעה אם אחת.

לאחר כל מפגש התקשרתי לכל המשתתפים ועשיתי חיבור בין המפגש שהיה לבין המפגש הבא. בשלב מסוים החלטתי לתת לשתי נשים שלא יכלו

להשתתף בקבוצה מסיבה כלכלית, הנחה משמעותית. אחת הנשים אכן נענתה והצטרפה, והשנייה חשה עלבון וכעס עקב צעד זה. בארבעת המפגשים הראשונים בלט הצורך של המשתתפים לספר ולשתף בסיפורי החיים הקשים שלהם. המפגשים היו מלאי רגש, מילוליים וזורמים. אנשים הגיבו בעדינות זה לזה ואף הביעו מחשבות מנוגדות לדברי חבריהם. הייתה תחושת של שותפות בכאבי הפְּרָדה, ההורות המשתנה, אבדן השליטה על ההורות של בן הזוג השני, כניסת בן/בת זוג חדשים לחיים ועוד. היה מרתק לחוות את מגוון המראות שהעמידו האבות והאימהות אלה לאלה. לדוגמה, אחד האבות סיפר על נתק מבתו מקשר זוגי קודם. האימהות הציגו לו בעדינות מראה לא-קלה, שהראתה לו עד כמה חשוב לא לוותר עליה ולחדש עמה את הקשר. התרגשות רבה התעוררה בקרב האימהות כשהקשיבו לחוויותיו של אב המתפקד כהורה משמורן לארבעה ילדים. במבט-על אפשר לומר כי בארבעת המפגשים, למרות ההשתתפות הלא-סדירה בהם, ניכר הצורך של המשתתפים לגעת בכאבם האישי, לשתף בחוויות ממצבם המשפחתי בחייהם. הם ביטאו מילולית את הצורך בקבוצה ואת רצונם להשתתף בה. עם זאת, בהופעתם הלא-עקיבה למפגשים הם ביטאו בצורה לא-מודעת את התנגדותם לתהליך הקבוצתי ונכנעו לכוחות ההרס המפרקים החזקים שתוארו קודם. המשתתפים חוו שוב חוויה של נטישות, מתח וחוסר ביטחון עקב הנוכחות של כיסאות ריקים בכל מפגש.

ד. הקבוצה והמנחה – תהליכים מקבילים

הצורך שלי להקים קבוצה של אנשים המפרקים את חייהם בא ממקום שלי: לחבר, להדביק, לקשר, לא להשאיר לבד. צורך זה נבע ממקצועי ומתפקידי בתחנה לייעוץ לחיי נישואין וגם מחוויות אישיות שלי (אני עצמי בת להורים גרושים). לצד זה חוויתי מתח גדול מדי שבוע: יבואו, לא יבואו, מי יבוא? חוויתי בעוצמה רבה את הצורך ביחד לצד כוח ההרס, במונחים שציינו "הכוחות המפרקים". התקשיתי לחבר בין שני חלקים אלה, הכמיהה

לקשר ולשיתוף מול כוחות הפירוק וההרס, כוחות שגם אצל המשתתפים לא התחברו לכדי מערכת יחסים אינטגרטיבית. בקבוצת ההדרכה חוויתי את היש והאין בעוצמות גדולות. כיוון שבחרתי להיות מנחה יחידה, יצאתי לדרך לבדי וחוויתי את התפרקות הקבוצה לבדי. במחשבה לאחור לקחתי על עצמי אחריות יתרה וקושי בלתי-סביר. הייתי צריכה לחלק את הקשיים עם מנחה נוספת ולעבוד בשיתוף פעולה, דבר שהיה מאפשר התפתחות מערכת יחסים אינטגרטיבית המכילה את הכוחות המנוגדים, האמביוולנטיות וההשלכות של חברי הקבוצה. עבודה בשיתוף גם הייתה מאפשרת לעבד את הרגשות ואת התסכולים, ולנסות להתחבר לכוחות הבנייה ולא לכוחות ההרס.

ה. סיכום ומסקנות

חייה הקצרים של קבוצת המתגרשים, שהקמתי, נותנת הזדמנות להתבונן על הכוחות ההרסניים של המשתתפים ושל המנחה ולחזק כוחות בונים לקראת הקבוצה הבאה. המשתתפים מצאו את עצמם בתהליך מקביל של שלב ראשוני, הן של התחלת קבוצה והן של סיפור חיים מתפרק. תהליכים רגרסיביים חושפים צרכים ראשוניים ומגייסים הגנות של פיצול ודמוניזציה. המשתתפים טרם סיימו את התהליכים הרגשיים הנובעים מהפְּרָדה, הן במציאות החיצונית והן במציאות הפנימית. הם התקשו להתגבר על צרכיהם הקוטביים – ערגה לקשר לעומת הקושי והפחד ליצור אותו. אני מודעת לכך שבתהליך הקמת הקבוצה, נשאבתי גם אני, בדומה למועמדים, ל"פיצול" והצגתי למועמדים תמונה חיובית של הקבוצה מתוך רצון לשווק אותה, תמונה אטרקטיבית של לתרום ולהיתרם. פחות התייחסתי לכך שקבוצה לעתים מציגה מראה לא-חיובית ועלולה לעורר בקרב משתתפיה רגשות קשים ולא נוחים. לא חיברתי בין החלקים התורמים ובין החלקים הכואבים של הקבוצה, ולא הראיתי להם איך אפשר להישאר, לבנות ולהתעמת, ולא לברוח ולפרק מיד – מה שמוכר להם מחייהם. המשתתפים לא עברו הכנה מספקת שעוררה בהם את הרצון להתבונן פנימה, ויצרה אצלם את הנכונות לשינוי ואת המחויבות לקבוצה.

לסיום עולה הצורך להרחיב ולחזק את שלב הקמת הקבוצה בצעדים נוספים על אלה שעשית:

- יצירת קשר ברור ועקיב עם המנחה, עריכת שני ראיונות לפחות עם כל משתתף קרוב ככל האפשר לתחילת הקבוצה.
- מתן הסבר רחב יותר על הרווחים והמחירים הכרוכים בהשתתפות בקבוצה טיפולית: תיאור תהליכים בונים העשויים להתרחש בקבוצה לצד כוחות מכשילים העלולים לחבל בה.
- יצירת מחויבות וברית טיפולית ראשונית: הצגת ה-Setting – הסבר של כללי ההתנהגות בקבוצה ועריכת חוזה המחייב להשתתף בקבוצה לפחות חודש או חודש וחצי עד להחלטה לעזוב.
- ניסיון להרכיב קבוצה מאוזנת מבחינת כוחות בונים וכוחות הרסניים.

ביבליוגרפיה

באום, נ'. (1995). "הערכת השינוי וההתפתחות בזהות העצמי של נשים גרושות". חיבור לשם קבלת תואר מוסמך בעבודה סוציאלית. אוניברסיטת תל אביב.

באום, נ'. (2000). "דיפרנציאציה של העצמי, מאפייני אישיות נרקיסיסטיים וזיקתם לתפקוד המשותף של הורים גרושים". חיבור לשם קבלת תואר דוקטור בפילוסופיה, אוניברסיטת תל אביב.

בנאי, ד'. (2004). "הדרמה הפסיכודינאמית שמתרחשת בזוגיות שבתהליכי גרושין והשפעת התהליכים על משמורת והסתה בילדים". הרצאה במסגרת יום עיון לפקידי סעד לסדרי דין.

סימינגטון ג' ונ' (2000). החשיבה הקלינית של ויפרד ביון. תל אביב: תולעת ספרים.

שושני, ס'. "הדרכה במסגרת קורס לטיפול קבוצתי עם מתגרשים ו/או ילדיהם". תודר-גולדין, מ'. (יוני 2004). "היעדרות וחוסר – תהליך עיבוד אבל בקבוצות יתומים בוגרים". שיחות, יח (3).

תודר, מ'. (2005). הרצאות במסגרת קורס לטיפול קבוצתי עם מתגרשים ו/או ילדיהם.


- Bohannon, P. (1971). *"Divorce and After"*. New York: Doubleday.
- Freud, S. (1991). *"Freud's on Narcissism: An Introduction"*. eds. J. Sandler, E. Person & P. Fonagy. New Haven: Yale University Press (Original work published in 1914).
- Nitsun, M. (1996). *"The Anti-Group: Destructive Forces in the Group and their Creative Potential"*. Forward by S. Tuttmann. London & New York, pp. 42-75, 106-152.
- Tyson, R. (1983). "Some Narcissistic Consequences of Object Loss", *A Developmental View Psychoanalytic Quarterly*, 52 (2), pp. 205-224.

פרק ג תהליך התפתחות הקו-תרפיה

טובי קרוא ונורית בונן

202

נאמר נאליס




אני נלמד להיות ביום, אמרתי את
 היום לרינה אמרתי בנרד. המדינה
 שנית ביום ניראה נלמד הפולין כולן
 ללחץ בלם גליט בלמה רלו מנול
 א מדינה הפגנה אמרתי אלסני כפי
 שאל, הפחיסול" קולת אמרתי אמר
 הפדגמ אהמגצג אמרתי הפמב

הזיל 'ההס' קרבה הוא דוילט אט אמרתי
 רלו מנול אקבה רלו שפוסט. נלמא אט נ
 זילום הסקנה אמרתי אמרתי (נב) אמרתי
 0

ללחץ נמנול אמרתי

באב אמרתי אמרתי אמרתי אמרתי



המילים שבכתב היד משקפות, להערכתנו, את ההוויה של הקו-תרפיה ואת יכולתה להניע תהליך בקבוצה. בעבודה זו נציג את התיאוריה שבבסיס עבודת הקו-תרפיה ונסה להמחיש, בעזרת הקבוצה, את התהליך הקבוצתי ואת התהליך ההתפתחותי שלנו כמנחות בקו-תרפיה.

תיאור הקבוצה

ההרכב

- ארבעה גברים ושבע נשים בתהליך גירושין פורמלי/רגשי, אך לא בשלב האקוטי של המאבק
- הורים לילדים בטווח הגילאים 28-54.
- מוכרים לרווחה על רקע בעיות בזוגיות ובתהליך הגירושין
- בעלי רקע סוציו-אקונומי, השכלה ותחומי עיסוק מגוונים
- רובם תושבי יישובים כפריים השייכים לאותה מועצה מקומית

הבעיה שהביאה להקמת הקבוצה

קושי בעיבוד חוויית הפרדה והגירושין, שבא לידי ביטוי בירידת הערך העצמי, תחושת אבדן, תחושת בדידות, קושי בעיצוב דפוס יחסים חדש סביב התפקוד ההורי המשותף - הצפה רגשית.

המטרה

עיבוד משבר הגירושין, עיבוד ה"פצע"

היעדים

- הבעה, שיתוף והתחלקות ברגשות המלווים את הגירושין
- עיבוד אבדן הקשר הזוגי – התקוות, החלומות והציפיות
- עיבוד חוויית הדחייה
- התמודדות עם הפגיעה וההפחתה בהערכה העצמית הנובעות מכישלון הנישואין
- חיזוק הדימוי העצמי כאדם נפרד
- הגברת המודעות לדפוס היחסים עם ההורה השני ושינוי לפי הצורך
- הפגת הבדידות, הבנה שאני לא לבד

הסטינג

- הוגדר מראש על-ידי מנחות הקבוצה וכלל 14 מפגשים, אחת לשבוע, כל מפגש במשך שעה וחצי ללא הפסקה, בשעות ובמקום קבועים.
- קבוצה סגורה. נערכו ראיונות מקדימים ל-02 מועמדים, 12 נמצאו מתאימים, 11 התחילו בפועל את הקבוצה, עשרה סיימו.
- הנחיה בקו-תרפיה, הדרכה קבוצתית במסגרת בית הספר לעובדים סוציאליים.
- תשלום סמלי של המשתתפים עבור ההשתתפות בקבוצה.
- תנאי חוזה הקבוצה: מחויבות לסודיות ולהגעה למפגשים, איסור יצירת קשרים מחוץ לקבוצה, איסור על אכילה ועישון בחדר הקבוצה, שתית משקאות חמים וקרים מחוץ לחדר הקבוצה.

מבוא תיאורטי

קו-תרפיה או קו-הנחיה: טיפול הנעשה, בו זמנית, על-ידי שני מטפלים העובדים יחד וחולקים את האחריות על כיוון התהליך הטיפולי, ניהולו והפעלתו (קפלן, 2002).

מטפלים בוחרים לעבוד בקו-תרפיה מסיבות רבות. הסיבה המוצהרת היא שהקשר בין המטפלים הוא כלי נוסף לטובת המטופלים (Heilfron, 1969). כאשר שני מנחים עובדים יחד, מועשר מגוון האמונות, הגישות והטקטיקות (Dick, Lessler & Whiteside, 1980). הטיפול בקו-תרפיה מאפשר למטפלים לשמש מודל לאינטראקציות ולהתנהגויות חברתיות תקינות. זוג מטפלים שיוצרים ביניהם קשר טוב, יכולים להשפיע על הקבוצה ולתת לחבריה הזדמנות להיות חלק ממשפחה מתפקדת (Roller & Nelson, 1991).

כאשר מטפלים בוחרים להנחות יחד קבוצה, הם חווים תחושת הרפתקנות בלמידה והתפתחות, הן במיומנויות אישיות והן במיומנויות מקצועיות (Nosko, 2002). הם יוצאים למסע מרתק של גילוי העצמי והקשר ביניהם (Heilfron, 1969). מערכת היחסים שנוצרת בין שני המטפלים כוללת אינטימיות, קונפליקט ובניית אמון, ובכך מעלה הקשרים רבים לנישואין. היא מחייבת אותם לעבוד על בניית אמון הדדי, שהוא הבסיס למערכת יחסים תקינה,

דבר הדורש מחויבות רגשית (שם). חברות קרובה אינה חיונית בתחילתו של הקשר, והנוחיות והפרודוקטיביות לטווח רחוק קשורות ישירות להתפתחותם של ערוצי תקשורת פתוחים ויעילים ולפתרון בעיות. ההצלחה מועצמת מאוד על-ידי פתיחות הדדית, כנות ושירות ב"כאן ועכשיו" ביחס למחשבות ולתחושות, דבר המוביל לאיזון מספק ופרודוקטיבי בין מצבים של יחד ובין מצבים של לחוד (Dick, Lessler & Whiteside, 1980; בתוך ציפורי, 1997). חשיבותה של התפתחות הקשר בין המטפלים כגורם מרכזי בהצלחת הקבוצה נדונה, אצל חוקרים רבים (Dugo & Beck, 1997; Mchany & Dies, 1997; Whedan, 1997). כמו כן, מודגשת החשיבות שצוות המטפלים יעבור את השלבים המוקדמים של התפתחותו כצוות לפני העבודה עם הקבוצה (Davis & Lohe, 1971; Dick & Whiteside, 1980). רק כאשר הקו-תרפיסטים יעברו שלבים מוקדמים אלה בהתפתחות הצוותית שלהם, תהפוך עבודתם המשותפת לטובה יותר מעבודתו של כל אחד לחוד.

הכנת הקבוצה בקו-תרפיה (השלב הראשוני) מסובכת ודורשת השקעה רבה יותר מזו של מנחה בודד (McNary & Dies, 1993). לאחר הגיבוש הראשוני של הקו-תרפיה יש חשיבות להמשך עבודה משותפת, הכוללת תכנון אסטרטגי לפני כל מפגש ועיבוד לאחריו. התכנון המוקדם לפני המפגש ממשיך את הגיבוש הרעיוני והתיאורטי של העבודה בצוות לשם עבודה אינטגרטיבית בתוך הקבוצה, והעיבוד לאחר המפגש עוזר לעבד את המתחים והבעיות שעלו במהלכו (Nosko, 2002). באמצעות תהליך זה יכולים הקו-תרפיסטים לבנות את הקשר ביניהם, לפתח התנהגות צפויה יותר ולשמור על ערוצי תקשורת פתוחים, כך שכל אחד מהם יהיה מודע לצרכים, לציפיות, לאהבות ולשנאות של רעהו. רק מפגשים סדירים יאפשרו למנחי קו-תרפיה זמן לטפל בתגובות אמוציונליות, ליצור הבנה הדדית לגבי נקודות חוזק ותורפה, ולפתח דרכים יעילות לטיפול בקונפליקט (קפלן, 2002).

דוגו ובק (Dugo & Beck, 1997) גיבשו מודל המתבסס על תיאוריית המערכות (Systems Theory). לפי מודל זה, מערכת היחסים בין קו-תרפיסטים מתפתחת בהדרגתיות ובשלבים, והשלכותיה ניכרות בכל שלב בדינמיקה הקבוצתית. המודל שם דגש על משימות, מטרות וכן על הסגנונות השונים בקשר בין הקו-תרפיה, תוך התייחסות להשפעתם על המנחים ועל הקשר הישיר לאיכות התהליך הטיפולי בקבוצה. לפי חוקרים אלה, יש התפתחות מקבילה בין תהליך האבולוציה של הקו-תרפיסטים לבין תהליך התפתחות הקבוצה.

בשלב הראשון הקו-תרפיסטים יוצרים בסיס להתקשרות ביניהם. כל אחד מביא ל"זוגות" את ערכיו האישיים, את דרכי התפיסה והעבודה שלו ואת הכללים שעל פיהם הוא רואה את מבנה הקבוצה. מתחילה בדיקת השוני בין השניים, כל אחד בודק את עצמו בתפקיד מנחה הקבוצה, ונבדקת חלוקת העבודה בין המטפלים. חשוב להכיר בעמדות ובתיאוריות שלאורן כל מטפל עובד ובסגנון הנחייתו.

במקביל, בשלב זה נבחנים תכנים דיאדיים המשמעותיים לבניית הקשר – המשיכה ההדדית בין המטפלים, מידת הרווח האישי והמקצועי מהעבודה המשותפת, רמת התקשורת בין המטפלים והיכולת למשא ומתן. נבחנות רמות הלחץ והמתח שנוצרות בחיי היומיום של כל מטפל בנפרד, ומושם דגש על הקצבת זמן לעיבוד ולהבנה של התהליכים האישיים והקבוצתיים. בשלב זה מתחיל למעשה החוזה בין שני המטפלים ונוצר מודל להמשך העבודה המשותפת.

הנושאים הללו, המשפיעים על תהליך יצירת הצוות המטפל, משפיעים בעקיפין על הקבוצה הטיפולית, ועל כן קיימת חשיבות רבה לעבוד לפני חיי הקבוצה ובמהלכם על הקשר הבסיסי בין הקו-תרפיסטים. ככל שהם יהיו יותר קרובים זה לזה וברורים זה לזה, כך חברי הקבוצה יקלטו את החוויה החיובית בין שני המנחים, דבר שיסייע להם לספוג ולהפנים דרכי תקשורת ועבודה הן בקבוצה והן מחוצה לה.

השלב השני בבניית מערכת הקו-תרפיה (Dugo & Beck, 1997) הוא **יצירת הזהות של צוות המטפלים**. בשלב זה הקו-תרפיסטים צריכים ליצור נורמות, קווי הנחיה ושיטה לשלב את העמדות של שניהם, במטרה ליצור דרך אחת מגובשת להעברת מסרים בתוך הקבוצה. בשלב זה מתחילות להופיע תופעות של קנאה ונדיבות שצומחות מהתחרות בין שני המטפלים, המקדמים כל אחד את רעיונותיו שלו ביצירת הזהות של הצוות (Berger, 2002).

השלב השלישי ביצירת קו-תרפיה מוצלח, לפי אותם חוקרים, הוא **עיצוב צוות העבודה**. כאשר התקשורת בין שני המטפלים מגיעה לשלב זה, הם מוצאים עצמם מתקשרים בצורה פתוחה וממוקדת יותר. בשלב זה הם מתחילים ליצור מודל אופרטיבי להתמודדות עם נושאים שעולים הן ביניהם והן בתוך הקבוצה, מנסים שיטות התערבות שונות שיסייעו להם בתוך הקבוצה, ומציבים דגם לקו-מנהיגות הכולל את השוני ביניהם בדרכי קומוניקציה ובשיטות התערבות בקבוצה.

Nosko (2002) מוסיפה את החשיבות של פיתוח שיטות סימון בין המטפלים, כך שבזמן אמת, בתוך הקבוצה, יוכלו להעביר ביניהם מסרים. לדעתה, על המנחים להכין מראש משפטי מפתח, מילות מפתח המסוכמים על שניהם, שיהוו עבורם סימן לסיטואציה מסוימת.

שלבי המודל הבאים אינם מפורטים כאן, זאת מתוך התבוננות על תהליך הקו-תרפיה שהתפתח בינינו ומתוך הבנה שהקבוצה לא תגיע לשלב התפתחות מתקדם יותר אחרי השלב שבו נמצאים הקו-תרפיסטים (Heilfron, 1969).

נושא העבודה וביטוי בהתפתחות הקבוצה

בחרנו לנתח את התהליכים המשמעותיים בקבוצה על-פי המודל של Mackenzie (1983) - מודל התפתחותי של טיפול קבוצתי קצר מועד, תוך התייחסות לתהליכים המקבילים שחווינו בקבוצה כקו-תרפיסטיות.

שלב הטרם-קבוצה

במודל של Mackenzie (1983) לא קיימת התייחסות נפרדת לשלב הטרם-קבוצה, אולם אנו חוונו שלב זה כמשמעותי ביותר לעבודתנו המשותפת כקו-תרפיסטיות.

ההיכרות הראשונה בינינו נעשתה, למעשה, ללא כל מחשבה על עבודה משותפת, במסגרת הסדנה המקדימה בתחילת הלימודים בקורס טיפול קבוצתי במתגרשים. בסדנה זו נוצר קשר ראשוני מתוך אהדה, שהיווה בסיס להתפתחות המחויבות והרצון לעבודה משותפת.

ההחלטה על עבודה משותפת נבעה מאילוצים נסיבתיים, כשלשכת לוד הושבתה ולא התאפשר להקים קבוצה במסגרתה. לאחר בירור והסכמתה של טובי לעבודה משותפת, הוחלט על הקמה והנחיה של קבוצה בקו-תרפיה.

עצם היותה של נורית חיצונית למערכת הארגון שבה עובדת טובי, היווה קושי והעצים את המכשולים הקיימים בשלב זה של גיוס הקבוצה. בשלב זה ערכנו בינינו חוזה עבודה, אולם לא התייחסנו להיכרות אישית מקצועית ממוקדת,

כפי שנדרש בספרות וכפי שחוינו בפועל כמשמעותי ביותר להתפתחות הקו-תרפיה והקבוצה.

הראיונות האישיים של המשתתפים, טרם הקבוצה, היוו למעשה אמצעי להכרה אישית ראשונית בינינו.

תחושת החיצוניות וחוסר השוויוניות של אחת מאיתנו הועצמה בבחירת הסטינג, שבו נקבעו מקום המפגשים הקבוצתיים ונהלי העבודה במקום. Dublin (1995) מדבר על העדר השוויון הקיים בין הקו-תרפיסטים ומדגיש את חשיבות ההתייחסות והעיבוד של המנחים לאי-שוויון זה עוד בשלב הטרם-קבוצה. בעבודה המשותפת בינינו נוכחנו לדעת כי רק בשלב מתקדם יותר התאפשר לנו להתייחס לאי-שוויון בינינו ולעבד אותו.

דרך העבודה המשותפת בקביעת המטרה, היעדים ושיטת העבודה, גילינו את ההתאמה בינינו, דבר שחיזק מאוד את תחושתנו הבסיסית הראשונית של התאמה ורצון רב לעבודה משותפת.

השלב הראשון

Mackenzie (1983) מגדיר את השלב הראשון כשלב ההתקשרות. לטענתו, המטלה העיקרית בשלב זה היא לפתור את סוגיית ההתקשרות בין החברים. המנגנון העיקרי להתפתחות ההתקשרות הוא האוניברסליות. עבור חברים אינדיבידואליים, שלב זה של הקבוצה מאפשר להם להפוך מבודדים לחלק ממערכת חברתית. המטלה מושגת תחילה באמצעות חשיפה עצמית שטחית יחסית, לרוב בעלת אופי עובדתי, ברמת התכנים. חברים מזיהם קווי דמיון בהתנסויותיהם ובבעיותיהם. מתחיל קונפליקט ביניהם, אולם באופן מתון, שאם לא כן מאוימת השלמות הקבוצתית.

בקבוצה שלנו בשלב זה נעשתה ההיכרות הראשונית באמצעות קלפים טיפוליים. ההיכרות הייתה שטחית ועובדתית. עם זאת, שררה אווירה נעימה בקבוצה. חשנו כי נוצרה פתיחות ראשונית. החברים שיתפו בקשייהם האישיים סביב נושא הגרושין, הקושי בתפקוד ההורי, המאבקים עם בן הזוג והקושי להיות בקבוצה. נראה שתחושות אלו היו משותפות לכולם והיוו בסיס לגיבוש ראשוני. רמת שיתוף זו התאימה לשלב בו שנמצאה הקבוצה – שלב ההתקשרות.

במפגש השני החל למעשה מאבק כוחות בין משתתפי הקבוצה על מקומם

בה. המשתתפים ניסו לבטא את קולם בצורה דיפלומטית: "רגע, עוד לא שמעתם את הסיפור שלי...", והקונפליקט התבטא באופן מתון יחסית. אצלנו המנחות התרחש תהליך מקביל: שיתפנו זו את זו בנושאים אישיים אולם ברמה שטחית ועובדתית, וניכר אצלנו קושי לחשיפה רגשית. שלב זה אף אופיין במאבק כוחות בינינו סביב בחירת האמצעי שישמש לפתיחת הקבוצה. כל מנחה נאבקה על הרעיון שלה. מאבק זה נפתר על-ידי בחירת דרך שלישית שהייתה מקובלת על שתינו, אך לא נעשה עיבוד רגשי של הקונפליקט. על-פי מקנזי (Mackenzie, 1983), הקבוצה מוכנה לעבור לשלב הבא כאשר כל החברים בה מגלים מידה מסוימת של חשיפה עצמית אישית ומחויבות להשתתף.

כמעט כל משתתפי הקבוצה שלנו, בשלושת המפגשים הראשונים, הגיעו לרמת חשיפה עצמית אישית. הייתה תחושה של אוניברסליות ולכידות קבוצתית שמשמעותן הייתה התחייבות להמשיך בתהליך. 11 משתתפים התחילו את הקבוצה. משתתף אחד פרש מיד לאחר המפגש הראשון, והשאר התמידו להגיע עד סיום הקבוצה. משתתפת אחת התקשתה לחשוף עצמה ולהיפתח, אך נוכחותה הורגשה היטב בקבוצה ומקומה היה ברור בתוך הזהות של הקבוצה.

השלב השני |

מקנזי (שם) מגדיר את השלב השני כשלב הבידול, שבו חברי הקבוצה מתחילים להכיר בהבדלים ביניהם. שלב זה מקדם את המודעות לנקודות השקפה שונות, כך שהנחות הדמיון המוקדמות מאתגרות, דבר המוביל לאווירה של קונפליקט ועימות.

בקבוצה שלנו התעצם בשלב זה המאבק על המקום בקבוצה. המשתתפים החלו להדגיש את ההבדלים ביניהם וניהלו מלחמה של מי ה"סיפור" הכי קשה, למי הגירושין מסובכים יותר ועוד. עלו תכנים של שליטה מול דומיננטיות הן בחיי הנישואין שלהם והן בתוך הקבוצה. החברים בקבוצה שיתפו ממקום רגשי יותר בקושי סביב הדומיננטיות והתחרות על השליטה.

הסתמנו סימנים של חוסר שקט וחוסר סובלנות בקבוצה כאשר אחד מהחברים תפס מקום נכבד בה. בשלב זה פנתה אחת מאיתנו ישירות

למשתתפת שעד כה לא שיתפה אותנו בעולמה הפנימי. פנייה זו נעשתה תוך תוקפנות ודרישה להשתתפות פעילה שלה. נראה היה שהקבוצה חשה מאוימת, חרדה וחוסר סובלנות כלפי השונה.

בשלב זה החלו גם התנגדות ומאבק של חברי הקבוצה כלפי המנחים. עלה כעס עלינו על שלא לקחנו המושכות של הובלת הקבוצה, עלתה ציפייה שהעבודה תעשה על-ידן ותסכול רב על כך שלא כך נעשו הדברים. בשלב זה אפשרנו את ההתנגדות והכלנו את הכעס, מה שאפשר לקבוצה לעבור לשלב הבא. ביחידת ההנחיה נעשה תהליך מקביל לקבוצה. שתינו גלינו את השוני בדרך הנחייתנו. לא עוד הנחיה אחת, אלא סגנונות הנחיה שונים. "התעוררות" זו גרמה למאבק ולקונפליקט בינינו, שעורר כעס וחוסר קבלה הדדית של שתי הגישות. בשלב זה עיבדנו את הקונפליקט הזה.

השוני בדרך ההנחיה המשיך להתקיים לאורך כל המפגשים, אולם בעקבות עיבודו הפך מקונפליקט להשלמה ולקבלה של השונות. עיבוד הקונפליקט העמיק את הקרבה הרגשית בינינו ואת יכולת הקבלה שהתבססה על חיבה ועל כבוד הדדי. היכולת לקבל את השונות עזר לעצב הנחיה משותפת אמיתית.

השלב השלישי

לפי מקנזי (Mackenzie, 1983), המטלה בשלב השלישי היא לקדם אינדיבידואליזציה, הכוללת קבלה של העצמי ושל האחרים, הבנה של מורכבותי והתעסקות בעצמי. שלב זה מאופיין בדחף של התקשרות וברידה חדה בקונפליקט. ממדי העבודה של פיתוח עצמי, אֶתגור ושליטה קוגניטיבית ניכרו היטב בכך שיצרו תחושה של למידה פסיכולוגית חשובה.

בשלב זה התלכדה קבוצתנו סביב הנושא המשותף של פירוק הזוגיות וההורות המחודשת. החלו חשיפה רגשית עמוקה יותר של המשתתפים והתייחסות הדדית תוך ראיית הדומה והשונה בין הסיפורים האישיים וסגנונות ההתמודדות של כל אחד מהם. הדבר אפשרה התבוננות על הסיפורים במבט רחב יותר והבנה מעמיקה יותר של הרגשות הנלווים. במקביל לקבוצה, התאפיינה מערכת היחסים בין הקו-תרפיה, בשלב זה, בהעמקת הקרבה והקבלה, תוך התייחסות הדדית והבנה של הסיפורים האישיים שלנו המנחות. תואמה ביניהן דרך עבודה, שהיוותה בסיס יציב

והובילה לרגעה במתחים ביניהן. קביעת דרך העבודה המשותפת התאפשרה מתוך ראייה עצמית אישית של כל אחת מאיתנו לגבי מקומנו בתהליך הזוגי של הקו-תרפיה, ומתוך השלמה וקבלה הדדיות. נעשתה בינינו הפריה הדדית, דבר ששימש מודלינג לקבוצה.

השלב הרביעי

מקנזי (שם) טוען כי מטרתו של השלב הרביעי היא לחוות אינטימיות ולחקור את משמעותם של יחסים קרובים. השפעתם של החברים האינדיבידואלים זה על זה גדלה, ככל שהיחסים בתוך המערכת הופכים עמוקים ומורכבים יותר. המטלה שהוטלה על החברים בשלב זה היא לקבל את עצמם כמסוגלים לקרבה וכרלוונטיים למישהו אחר. האקלים הקבוצתי המשיך להפגין התקשרות חזקה תוך פתיחות לא-הגנתית וסובלנות לקרבה. בשלב זה החלו החברים לשותף בכאב ובפצע האמיתי של הגרושין ושל מערכות היחסים בחייהם. עלו תחושות ורגשות קשים של כעס, כאב, דחייה ונטישה, והחלה הבנה של הקשרים בין חוויות ילדות ראשוניות ובין דרך התמודדותם בחיי הנישואין שלהם. רמת הפתיחות בקבוצה הייתה גבוהה מאוד וכך גם הסובלנות וההכלה ההדדית.

ניכר היה שהחלו תהליכים אישיים אינדיבידואליים של התבוננות אמיתית וכואבת, תוך שיתוף אמיתי של חברי הקבוצה. לנו כמנחות הייתה תחושה שהחברים לא רק שומעים את סיפורו של האחר, אלא שהאחר נמצא בתוכם. נוצרה בקבוצה תחושה של קרבה ומשפחתיות, תחושה שאף בוטאה במילים בפי חברי הקבוצה, והציבה אותנו המנחות בתפקיד של הורי הקבוצה, תוך מודלינג לתקשורת אחרת, פתוחה ובריאה יותר.

בשלב זה אף התאפשרו רגשות כעס, אכזבה ותסכול של חבר אחד כלפי האחר, מתוך דאגה ואמפטייות אמיתית ומתוך מקום של ביקורת בונה: "את מדברת על דברים כל-כך קשים וכלפי חוץ את משחקת כאילו הכול בסדר [...] אולי תגידי כבר באמת מה את מרגישה"; "אתה כל הזמן מדבר [...] ומסביר ומפרט [...] אנחנו מבינים אותך [...] אבל רוצים גם מקום לעצמנו". חברי הקבוצה שבחרו להיחשף ולעמוד עירומים הפנו כעס אמיתי נגד חברי הקבוצה שהתקשו עדיין להיחשף.

בשלב זה, בסיום כל מפגש, התקשו חברי הקבוצה להיפרד זה מזה וחיפשו דרך להאריך את המפגשים באופן לא פורמלי (לדוגמה, נשארו במגרש החנייה לשיחות ארוכות וכו').

במקביל לקבוצה, גם ביחידת הקו-תרפיה התפתחה אינטימיות. החלנו לשתף בחוויות אינטימיות הן מהילדות והן מחיי היומיום, תוך פתיחות, קבלה ואכפתיות אמיתית. נוצרה תחושה של קרבה אמיתית בינינו הן בתוך הקבוצה והן מחוץ לגבולותיה.

שלב הסיום

לפי מקנזי (שם), בשלב זה על המנחה והחברים האינדיבידואלים לעסוק בסיומה של מערכת חברתית "מלאכותית" זו. על הקבוצה להגיע להתנתקות תוך הפנמה של הקבוצה כהתנסות חיובית וקונסטרוקטיבית.

בשלב זה היה ברור, הן לנו כמנחות והן לחברי הקבוצה, כי המתכונת של 12 מפגשים, שהוכתבה על-ידי מסגרת הארגון, אינה מספקת. במהלך כל שלב הסיום (שנפרס על פני שלושה מפגשים) עלו רגשות כעס, תסכול ואכזבה קשים של חברי הקבוצה כלפינו בגלל סיום הקבוצה. רגשות אלו ליוו גם אותנו כמנחות. חשנו קושי רב להיפרד מהקבוצה. קושי זה שלנו השפיע בוודאי על פרדת המשתתפים מהקבוצה.

במהלך שני המפגשים שקדמו לפרידה בחרה הקבוצה להתעלם מהפרדה. חלה גרסיה במידת השתתפותם הרגשית של המשתתפים, והם חזרו לדבר, כמו בשלב הראשון, על חלקים טכניים, בצורה עובדתית, ללא היבט רגשי. במפגש הסיום ניכר שכמה משתתפים ניסו להמשיך להתכחש לפרידה, אולם אחרים הציגו את תחושת הגדילה וההתפתחות שחוו במהלך הקבוצה, דיברו על ההתבוננות השונה בהורות המחודשת, על תחושת ההקלה בחשיפת הפצעים "לאור השמש" ועל תחילת תהליך הגלדתם. במפגש זה ניתן מקום לתחושת הכוח שחוו בקבוצה, תחושת ה"ביחד", ה"משפחה".

במקביל לתהליך הסיום של הקבוצה, חווינו אנו כמנחות את סיום עבודתנו המשותפת. אולם בשונה ממשתתפי הקבוצה, המשכנו בעבודה משותפת של עיבוד התהליכים שהתרחשו בקבוצה ועיבוד תהליך ההנחיה שלנו.

תהליך העיבוד לאחר סיום הקבוצה אפשר לנו כמנחות לראות את הכוח והיופי של הזוגיות בהנחיה ולהתבונן בתהליך המשמעותי שחוינו יחדיו, העמיק את תחושת האינטימיות והקרבה בינינו ויצר חברות אמיתית.

סיכום

הנחיה בקו-תרפיה מתגמלת ומעשירה הן את חברי הקבוצה והן את המנחים. היא מאפשרת העצמה של התהליך הטיפולי. המנחים משמשים מודל של יחסים בין-אישיים לחברי הקבוצה. הם מציגים לקבוצה דגמי תפקוד שונים ומעניקים לה הזדמנות לחוות שני מבוגרים שאינם תמיד מסכימים זה עם זה אולם מתקשרים ביניהם בדרך פתוחה ובונה.

קיימת חשיבות רבה להתפתחות הקשר בין המטפלים כגורם מרכזי להצלחת הקבוצה. אנו כקו-תרפיסטים עברנו תהליך התפתחות המקביל לתהליך התפתחות הקבוצה. בתהליך זה למדנו להתמודד עם ההבדלים בינינו, לקבל אותם ולהשלים עמם, ופיתחנו שפה משותפת. ככל שהתפתחה בינינו האינטימיות כמנחות, כך ניכרה השפעתה על הקבוצה. תהליך ההדרכה היה חלק בלתי-נפרד מתהליכים התפתחותיים אלה והיווה חויית למידה עשירה ומפתחת.

ביבליוגרפיה

דיק, ב', וויטסיד, ג' ולסר, ק'. (1980). "מסגרת התפתחות לטיפול בקו", בתוך: נ' רזנוסר ונ' ולירון (עורכים) (1997). **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים, עמ' 373-383.

קפלן, י'. (2002). **הנחיה בקו בעבודה קבוצתית עם נוער מנותק – מניתוק לשילוב**. משרד החינוך, מינהל חברה ונוער, כרך 11, עמ' 44-57.

Beck, A. P., Dugo, J. M., Eng, A. M., Lewis, C. M. & Peters, L. N. (1988).

"The Participation of Leaders in the Structural Development of Therapy Groups", in R. R. Dies & K. R. MacKenzie (eds.), *Advances in Group Psychotherapy: Integrating Research and Practice*. New York: International University Press, pp. 137-158.

- Beck, A. P. & Peters, L. N. (1981). "The Research Evidence for Distributed Leadership in Therapy Groups", *International Journal of Group Psychotherapy*, 31, pp. 43-71.
- Benjamin, S. E. (1972). "Co-Therapy: A Growth Experience for Therapists". *International Journal of Group Psychotherapy*, 22, pp. 199-209.
- Berger, M. (2002). "Envy and Generosity between Co-Therapists", *Group*, 26(1), pp. 107-121.
- Bernard, H. S. (1995). "The Dynamics of Co-Therapy Relationship", *Group*, 19(2), pp. 167-175.
- Borghini, L. (1978). "Group Psychotherapy Experiences with Special Reference to Transference and Countertransference within the Group and between Co-Therapists", *Group Analysis*, 2, pp. 247-258.
- Davis, F. B. & Lohr, N. E. (1971). «Special Problems with the Use of Co-Therapists in Group Psychotherapy», *International Journal of Group Psychotherapy*, 21(2), pp. 143-158.
- Dick, B., Lessler, K. & Whiteside, J. (1980). "A Developmental Framework for Co-Therapy", *International Journal of Group Psychotherapy*, 30, pp. 273-285.
- Dugo, J. M. & Beck, A. P. (1997). "Significance and Complexity of Early Phases in the Development of the Co-Therapy Relationship", *Group Dynamics*, 1(4), pp. 294-305.
- Heilfron, M. (1969). "Co-therapy The Relationship between Therapists", *International Journal of Group Psychotherapy*, 19, pp. 336-381.
- Lang, E. & Halperin, D. A. (1989). „Co-Leadership in Groups: Marriage a la mode?", in: D. Halperin (ed.), *Group Psychodynamics: New Paradigms and New Perspectives*. Chicago: Sage Publications.
- Levine, C. O. & Dang, J. C. (1979). "The Group within the Group: The Dilemma of Co-Therapy", *International Journal of Group Psychotherapy*, 29, pp. 175-184.
- MacKenzie, K. R. & Livesley, W. J. (1983). "A Developmental Model for Brief Group Therapy", in: R. R. Dies & K. R. MacKenzie (eds.), *Advances in Group Psychotherapy*. New York: International Universities Press.

- McNary, S. W. & Dies, R. R. (1993). "Co-Therapist Modeling in Group Psychotherapy: Fact or Fantasy?", *Group*, 17(3), pp. 131–142.
- Nosko, A. (2002). "Adventures in Co-Leadership in Social Group Work Practice". *Social Work with Groups*, 25(1, 2), pp. 79–97.
- Rabin, H. M. (1967). "How does Co-therapy Compare with Regular Group Therapy?", *American Journal of Psychotherapy*, 21, pp. 244–255.
- Roller, B. & Nelson, V. (eds.) (1991). *The Art of Co-Therapy: How Therapists Work Together*. California: Guilford Press.
- Wheelan, S. A. (1997). "Co-Therapists and the Creation of a Functional Psychotherapy Group: A Group Dynamics Perspective", *Group Dynamics*, 1(4), pp. 306–310.

פרק ד תהליכי סיום ופרדה בקבוצה

מירי אזולאי ומירב בושושה

הקדמה

בעבודה זו נתמקד בסוגיית הסיום והפרדה דרך ניתוח קבוצה מדימונה הכוללת מתגרשים "טריים", אנשים שחוו משבר פרדה או גרושין בשנה-שנתיים האחרונות. מכיוון שחוויות הפרדה הייתה "טרייה" אצל מרבית חבריה, לוותה הקבוצה, ברגשות קשים בעלי עוצמה. הדבר השפיע במודע ולא-במודע על כל מהלך ועל קצב ההתנהלות שלה. בהמשך מובאות מטרות הקבוצה, יש תיאור על משתתפיה ועל מהלכיה. נראה כיצד נושא הסיום והפרדה שחווה כל אחד מהמשתתפים ברמה האישית, בחייו הפרטיים, בא לידי ביטוי בחוויה הקבוצתית ובנה את כל המפגשים (מאז השלישי) בדרך לסיום המפגשים הקבוצתיים.

מבוא תיאורטי

גרושין, בדומה למות בן משפחה או חבר, הם אירועים יוצרי לחץ הכרוכים בשינוי קיצוני ודורשים מהפרט הסתגלות מהירה. הם שונים מאירועי חיים שבהם תיתכן חזרה למצב האיזון הקודם (כמו מחלה) או מגורמי לחץ כרוניים

(כמו עוני) החסרים נקודת התחלה וסוף. במשבר הגירושין צפויות תגובות חדות, מיידיות, ולאחריהן תגובות העלולות להימשך שנים, שהן בולטות פחות אך בדרך כלל משמעותיות יותר (ולרסטיין, אוגדן פקידי הסעד, 2001). הגירושין נתפסים כשינוי במהלך החיים, המחייב התערבות קוגניטיבית ורגשית כאחד. הם מהווים "רעידת אדמה" פסיכולוגית, אירוע משברי היוצר דיסאוריינטציה וצורך ביצירת איזון מחודש, הן ברמה הרגשית והן במסגרת מכלול מערכות היחסים בסביבה (אלדר אבידן, אוגדן פקידי הסעד, 2001).

ג'יימס ואן פרוג, בספרו "לאחות את השבר" (1002), הדן, רובו ככולו, בחוויות של אבדן, אבל והתמודדות, משווה את חוויית הגירושין לחוויית האבל של הפרט על מות אדם קרוב. הוא רואה בגירושין מות הנישואין. בדומה למוות, חווה הפרט אבל מנטלי ורגשי. החלום על עתיד משותף מתנפץ לרסיסים והבית מתרוקן, כמו במקרה של מות בן זוג. המתגרשים חווים סבל רגשי עמוק, משום שחיהם האינטימיים המשותפים הגיעו אל קצם. החיים שנראו בטוחים ומוגנים – הסתיימו, החלומות והתקוות התנפצו, ותחושה של בדידות ובידוד חברתי הולכת ומתעצמת. החווים גירושין מתנסים ברגשות של ריחוק, כאב, עצב וייאוש - אותם רגשות שמתעוררים עקב מותו של אדם יקר. הדבר מלווה גם בתחושה של נבגדות ורגשות אשמה. חלקם מתכחשים לעובדה שהנישואין הסתיימו ומנסים בכל כוחם להיאחז במערכת היחסים, תגובה שמאריכה את הסבל, שכן ההכחשה מונעת מתן ביטוי לתחושות הכעס והבושה והתמודדות אמיתית עמן.

סיום ופרדה

בספרם "מסע קבוצתי" מציגים זיו ובהרב התייחסות נרחבת לנושא הפרדה והסיום בקבוצה. את הפרק שיוחד לנושא הם פותחים בהנחת בסיס אופטימית, שלפיה בכל סיום טמון הזרע להתחלה חדשה - התחלה שבה נקודת הזינוק של האדם בהכרח גבוהה יותר מכפי שהייתה לפני שחווה התנסות קבוצתית. כמו כן הם טוענים, שכל פרט בקבוצה החל בנקודת זינוק שונה, עבד והתפתח בקצב שונה ויחודי לו במצב הנתון, בזמן הנתון ובהרכב הנתון של הקבוצה היחודית.

בקבוצה יהיו פרטים שיראו בסיום הזדמנות להתמודדות פסיכולוגית, לשכלול יכולות בין-אישיות וחברתיות, ויהיו מי שיראו בו סוף לכול וינקטו גישה פסימית, נוקשה ומתכחשת. הפרדה מהקבוצה והעימות של כל אחד מהחברים עם סיום, מהווים חלק בלתי-נפרד מתהליך הצמיחה של הפרט בקבוצה, ומחייבים התייחסות נפרדת והולמת מצד המנחה אליהם.

זיו ובהרב מציעים את התיאוריה של קובלר-רוס (1970) בנוגע לשלבים של עיבוד אבדן כזו להבין לעומק תהליכים סמויים בקבוצה בשלב הסיום והפרדה. בכך הם מניחים למעשה הקבלה סמנטית בין סיום הקבוצה לבין מוות (אבל, אבדן).

קובלר-רוס מונה חמישה שלבים של עיבוד אבל. חשוב להדגיש כי לא כל הפרטים בקבוצה יחוו את כל השלבים, וגם העוצמות לא יהיו בהכרח זהות:

1. **שלב ההכחשה וההלם.** הפרט מנסה להכחיש את האבדן ולהתעלם ממנו. בקבוצה נמצא פרטים שמתעלמים ממועד הסיום, מעלים נושאים שמצריכים התייחסות נרחבת, או עסוקים בפעולות ארגון להמשך הקבוצה: "רק עכשיו התחלנו לעבוד..." ועוד.

2. **שלב הכעס.** כמו במצב של אבדן, ברגע שהפרט משלים קוגניטיבית עם מציאות האבדן, מתעוררות בו תחושות קשות של כעס ומחאה. חברים עשויים להביע כעס על המנחה, על הארגון ועל פרטים אחרים בקבוצה. הקבוצה חוזרת לשלבי התפתחות ראשוניים. מטרת המנחה היא לזהות שלב זה כחיוני והכרחי לעיבוד האבל ולקבלו באמפתיה המאפשרת התקדמות לשלב הבא.

3. **שלב המיקוח והמחאה.** אלה יבואו לידי ביטוי אצל אותם פרטים בקבוצה שאינם משלימים עם סיומה, כי מבחינתם היא התחילה "רק עכשיו". אצלם שלב ה"חימום" היה ארוך במיוחד והקצב איטי, ורק עכשיו הם מוצאים עצמם בשלים לעבודה. פרטים אלה ינסו לקבוע פגישות נוספות או לדחות בכל דרך את מועד הסיום.

4. **שלב העצב.** ביטויי עצב של חברי הקבוצה מצביעים על תחילת עיכול הסיום הבלתי-נמנע. שלב זה מאופיין בצמצום אינטראקציות ומעורבות רגשית וחזרת המיקוד של תשומת הלב אל המנחה.

5. **שלב הארגון מחדש.** בשלב זה כל פרט מנסה לארגן לעצמו מחדש את המשך עבודתו וצמיחתו מחוץ לגבולות הקבוצה התומכת.

תיאורטיקנים נוספים מציעים מודלים התפתחותיים לחיי הקבוצה והתייחסות למשימות הכרוכות בשלב הסיום והפרדה. בנסון (1987) מונה כמה תגובות הצפויות להתעורר בשלב הפרדה מהקבוצה:

- **התכחשות:** החברים מבטאים את הפתעתם מסיום הקבוצה ומנסים להמשיכה בדרכים שונות.
- **נסיגה:** גלישה להתנהגויות קבוצתיות שאפיינו שלבי התפתחות ראשוניים והגברת התלות במנחה.
- **בריחה:** מתבטאת בנשירה או בהתנהגות הרסנית ותוקפנית כלפי החברים, המנחה או הציוד במקום.
- **חזרה:** חזרה על התנסויות קבוצתיות וסיכום מילולי של חוויות ואירועים מחיי הקבוצה.

מקנזי וליוסליי (Mackenzie & Livesley, 1983) מדגישים כי מטרת הקבוצה בשלב הפרדה היא להטמיע אצל הפרט את חוויית הקבוצה כחוויה חיובית ובונה. החברים זקוקים להתמודדות עם סוגיית הפרדה כהזדמנות לצמיחה, לגדילה ולחידוד מיומנויות שרכשו בתהליך הקבוצתי בכללותו ושישרתו אותם בעתיד, בחיים שמחוץ לקבוצה. בשלב זה קיימת סכנה של דמורליזציה והתרופפות, ומיקוד תשומת הלב שוב במנחה ובגבולות החיצוניים של הקבוצה כפי שנצפה בשלבים הראשוניים.

אריקסון (1960) הציע שלבי התפתחות של הפרט, ובהשאלה להתפתחות הקבוצה התייחס לשלב שכונה "שלמות מול ייאוש". בשלב זה בחיים האדם ניצב מול משימת סיכום חייו ועליו לבחור בין תחושה של שלמות עצמית ובין שאט נפש וייאוש. בהקבלה לחיי הקבוצה, יתמודדו הפרטים בה בשלב הסיום והפרדה עם הקונפליקט שבין תחושות של אי-נחת ואפסות ובין תחושות של סיכום, הצלחה והישגים. פתרון "טוב" לקונפליקט זה יגביר את אמון החברים ב"כלי" של הקבוצה ואת נכונותם להמשיך ולהתנסות בחוויה זו בעתיד.

לפי קובלר-רוס, הפרט בקבוצה חווה שלושה סוגים של פרדות:
פרדת היחיד מהקבוצה: היחיד נפרד ממה שהקבוצה היוותה בעבורו – מקור תמיכה, הבנה ומקום נוח לעיבוד חוויות קשות. בעבור כל פרט תפסה הקבוצה מקום שונה בחיים ובחוויה והפרדה ממנה, כמו גם גילוי הרגש בשלב זה, ישתנו ממשותף למשתתף.

פרדת היחיד מיחידים בקבוצה: לכל פרט בקבוצה קשר שונה עם כל פרט אחר. דרגת המורכבות של הקשרים השונים משפיעה על האופי והאופן של הפירוק והסיום שלהם, או לחלופין – על סיכוייהם להמשיך גם מחוץ לקבוצה. לעתים מתפתחים בקבוצה קשרים משמעותיים כמו קשרים משפחתיים ואף יותר מהם, ובהתאם לכך עולה רמת הקושי בהתמודדות עם מה שמסמן את סיומם.

פרדה מהקבוצה כקבוצה: ההתנסות בעבודה קבוצתית אינה חוויה המתרחשת יום-יום. זוהי חוויה עמוקה ויחודית המספקת לפרט הזדמנות לחוות חוויות משותפות ועמוקות יחד עם קבוצה של פרטים שעד לא מזמן היו זרים לו ובתוך אפס-זמן הפכו קרובים לו מאוד. הקבוצה מספקת ליחיד עוגן, כוח ותחושה עמוקה וטובה של שיתוף ושייכות, ומכל אלה הוא נאלץ להיפרד בהגיע השעה. כעומק החוויה החיובית בעבור הפרט, כך גדל הקושי בפרדה.

תיאור הקבוצה

הקבוצה מנתה שבעה משתתפים בגילאי 27-40. היא כללה ארבע נשים וגבר אחד משמורנים, ושני גברים שאינם משמורנים. הקבוצה נפגשה אחת לשבוע, בימי שלישי בשעות 17:15-18:45, בכיתה שבספרייה העירונית. כל המפגשים, פרט לאחד (בט"ו בשבט), שהועבר לכיתה ב"מרכז תקשורת", נערכו באותו מקום. תכנית המפגשים כללה עשר פגישות. בפועל התקיימו 11.

המשתתפים

א', כבת 27, עולה מחבר העמים, אינה עובדת. גרושה כשנה, משמורנית של שני ילדים בני 10 ו-7. מאזרת בלשכת הרווחה, תחילה סביב עריכת תסקיר הגירושין, ובהמשך בשל בקשר עם עובד סוציאלי סביב בעיות כלכליות והסדרי ראייה. היא הראשונה שהתראיינה לקבוצה. הגיעה מרצונה והשתתפה בכל המפגשים, פרט לאחרון.

ס', כבת 32, ילידת הארץ, עובדת. גרושה כשנתיים, משמורנית של שני ילדים, בני 13 ו-5. מוכרת בלשכת הרווחה, תחילה סביב עריכת תסקיר הגרושין ובהמשך, עקב קשר עם עובדת סוציאלית סביב בעיות התנהגות של הבן הבכור והדרכה הורית. הוזמנה לריאיון והביעה הסכמה ועניין, השתתפה בכל המפגשים, פרט למפגש השני.

נ', כבת 40, ילידת הודו, אינה עובדת. עגונה כשש שנים, אם לילדה בת 9. מוכרת בלשכת הרווחה מאז היעלמותו הפתאומית של בעלה, נתמכה בשירותי הרווחה בתקופות משבר קשות בעקבות אירוע זה. השתתפה בקבוצות שונות של שירותי הרווחה, והצטרפה לקבוצה זו כי חוותה בהן חוויה טובה ומחזקת. לא עברה ריאיון מקדים "כהלכתו", הצטרפה לקבוצה במפגש השלישי, והשתתפה בכל המפגשים עד לסיום.

כ', כבת 27, ילידת הארץ, עובדת. גרושה כשנה וחצי, משמורנית של בן בגיל 7. מוכרת בלשכת הרווחה סביב עריכת תסקיר הסדרי ראייה ובעיות קשות בהסדרת הקשר בין הבן לאביו. עקב שיקולים מקומיים, מטופלת על-ידי פקידת סעד מחוזית, ובהנחייתה הגיעה לקבוצה. היא הצטרפה לקבוצה במפגש השני, כשהיא טעונה במטען כבד של התנגדות, והשתתפה מאז בכל המפגשים.

א', כבן 33, יליד הארץ, עובד. גרוש כחצי שנה, אב לילד בן 8 שנשאר במשמורת האם. לא מוכר בלשכה בדימונה. הקשר איתו נוצר עקב פנייה של פקידת סעד ממקום מגוריו הקודם, לעריכת ביקור בית. הקשיים שאיתם התמודד נמצאו בזמנם תואמים לרעיון הקבוצה שהייתה אז בשלבי גיוס והקמה. הוא הוזמן לריאיון, נענה והצטרף. הגיע לכל המפגשים פרט לאחד באיחורים מעוררי השתאות.

ש', כבן 35, יליד הארץ, עובד. גרוש "טרי" (כחדשיים), אב לילד בן 8 שנשאר במשמורת האם. מטופל בלשכה באופן אינטנסיבי סביב בעיות קשות של מאבקי משמורת והסדרי ראייה בינו לבין גרושתו. נמצא מתאים לרעיון הקבוצה המתגבשת, הוזמן לריאיון ונענה. הגיע לכל המפגשים פרט לשניים, ביניהם מפגש הסיום.

י', בן 30, יליד הארץ, אינו עובד. נישא פעמיים. מאשתו הראשונה התגרש לפני כחמש שנים, שני ילדיהם – בני 10 ו-8 – נשארו במשמורתו. מאשתו השנייה פרוד כשנה, בהליכי גירושין, שני ילדיהם – בני 3 ו-2 – נשארו אף הם במשמורתו. י' הוא היחיד שהתוודע לקיומה של הקבוצה דרך פרסום בעיתון

המקומי, פנה ביוזמתו והפעיל לחץ כדי להצטרף. בעבר השתתף בקבוצה של שירותי הרווחה בעיר, ובהן חווה חוויה טובה, שאותה רצה לשוב ולשחזר. התלבטנו באשר למידת התאמתו לקבוצה. בשל מיעוט המשתתפים הגמשנו את תנאי הקבלה לקבוצה והחלטנו לצרפו. י' הגיע לרוב המפגשים.

מטרת הקבוצה

להקמת הקבוצה קדם שלב של חשיבה, התלבטות ובירור עצמי אצלנו המנחות, מהן הסוגיות שסביבן נרצה לגייס קבוצה, מיהם האנשים המתאימים לסוגיה שבחרנו והאם כדאי בכלל לבחור נושא, או שמא להשאיר את הרעיון פתוח ולתת לחברים עצמם להבנות אותו, תוך כדי תהליך של התכנסות, ההתמסדות ומציאת המכנים המשותפים לחברים.

התחבטנו ארוכות בשאלות רבות ומסועפות כגון: לאיזה קהל אנו מפנות את הקבוצה העתידית? איזה נושא (או נושאים) מתאים לקהל זה ומארגן אותו סביב מכנה משותף גלוי, לפחות בשלב הראשון? איזו תועלת יפיק קהל היעד שלנו מנושא כזה או אחר? איזו תועלת תפיק הלשכה (למשל, סיוע בהקלה על עומסים)? איך נהפוך את עצמנו לאטרקטיביים בעיני מרואיינינו? מה יש לנו להציע להם? האם אנחנו צריכות להציע להם משהו? של מי הצורך – שלהם או שלנו? ועוד שאלות דומות.

לבסוף הלך והתגבש רעיון, לבנות קבוצה של מתגרשים "טריים", שתאפשר למשתתפיה לעסוק בסוגיות שהן, לעניות דעתנו, אופייניות לשלב הראשון (הסוער) של "אחרי הגירושין" ולעבדן. בנושא זה בחרנו מכמה סיבות:

1. משבר הוא הזדמנות טובה לשינויים. לתפיסתנו, שלב ראשוני זה במשבר המשפחתי קובע במידה רבה את מהלך ההתפתחות של כל אחד מהפרטים במשפחה לאחריו.
2. הרחבה של מעגל הנהנים. נראה כי התועלת שיפיק המשתתף בקבוצה יכולה להשפיע גם על פרטים נוספים של המשפחה שהתפרקה, גם אלה שלא משתתפים בפועל בקבוצה.
3. הקלה בעומסי הלשכה. במסגרת עבודתנו בלשכה, ראינו כי קהל זה מאופיין בסוגיות דומות ומשותפות וכי הוא מסומן כ"זולל" יחידות זמן של פקידות הסעד והעובדים הסוציאליים, שנדרשים לטפל בו ברמה הפרטנית.

המטרה גזרה בסופו של דבר את קהל היעד: אנשים שהתגרשו בשנה-שנתיים האחרונות. עם הגדרה זו יצאנו ללשכות ולרשומות וגיבשנו את רשימת המועמדים לראיונות. פנינו לגברים ולנשים, משמורנים ולא-משמורנים, במטרה לספק למשתתפים את האפשרות להיחשף ל"צד השני של המטבע" שאותו הם עצמם מייצגים.

בריאיון הצגנו, לפני כל מועמד, את רעיון הקבוצה בכלל – מהי קבוצה, מהו כוחה ומה יכול המועמד להרוויח. כמו כן הוצג הרעיון הספציפי שלנו.

סיום ופרדה – הלכה מול מעשה

לאחר הצגת המבוא התיאורטי, נראה כיצד משתלבת התיאוריה במעשה. נתמקד בסוגיית הסיום והפרדה: כיצד באה לידי ביטוי בקבוצה ואלו פנים לבשה במהלך המפגשים, כבר בראשונים שביניהם. נציין, כי לא נוכל לדון בהרחבה בסוגיות שאפיינו את שלב ה"טרם-קבוצה" – ראיונות, מיון, שיווק ופרסום, בניית הסטינג, או בסוגיות בולטות ממהלך הקבוצה כגון: תפקידים פסיכולוגיים, מאבקי כוח ושליטה, מנגנוני ויסות והגנה, טכניקות התערבות, תימות ונושאי תוכן, או סוגיות הקשורות להנחיה בקו, זהות המנחה ואישיותו וכיו"ב.

במפגשים הראשונים נערכנו להיכרות בין החברים, היכרות שלהם איתנו ועם הסטינג, ערכנו חוזה לא-כתוב של כללי התנהגות בקבוצה, תיאום ציפיות והצגת הנושא הקבוצתי, כהרחבה וכיישור קו למה שעלה קודם, בשלב הראיונות.

המשתתפים הציגו את עצמם, כל אחד בדרך שבוחר. חלקם בקצרה וברפרוף תוך שהם בוחרים לשמור על עצמם מפני חשיפה "מסוכנת", ואחרים בחרו "לגלוש" לסיפור האישי היומיומי והסוער כבר בשלב ראשוני זה, מה שסיפק לכל השאר "מקום טוב" להתחבא בו מפני תחושות של חשש, בושה או מבוכה וחשדנות (כולל המנחות עצמן). החברים בדקו ובחנו זה את זה, וניסו לעמוד על טבען של המנחות.

כאמור, מדובר בקבוצה של מתגרשים טריים שחויית הפרדה הכרוכה במשבר אמון קשה עדיין טרייה אצל כולם. לכן נצפו כבר בשלב זה התנהגויות ואמירות שביטאו חששות מפני מחויבות מחודשת וקשר, הנובעים מהפחד להיפרד ולהיפגע שנית.

נחשפנו לביטויים אמביוולנטיים ביחס לקבוצה, בצורך להתחבר ולהיחשף מצד אחד ובפחד מאינטימיות ומקשר מצד אחר: אמירות כמו: "אני חיה משלישי לשלישי...", "איזה כיף לבוא לכאן, לברוח מהכול...", מול אמירות כגון: "חתי יבוא הסוף של ה"כיף" הזה" ושאלות חוזרות על מועד הסיום. המפגשים הראשונים היו מלאים בסיפורים אישיים ובחוויות יומיומיות, ולמרות זאת נמנעו חברי הקבוצה מביטויים רגשיים עמוקים ובמיוחד מאינטראקציות בין-אישיות. לתחושתנו היה זה שלב מוקדם מדי לעסוק ממש בפרדה ודחינו את הצורך של הקבוצה לעסוק בסיום, אולם היה ברור שמעתה סוגיית ה"סיום" מרחפת מעל והיא ממשיה מאוז. משום כך חשנו צורך להתחיל להאיץ תהליכים בקבוצה. כיוון שלא מדובר בקבוצה דינמית או ארוכת טווח, ומשום שגם אנחנו המנחות היינו מושפעות ממוטיב הזמן בקבוצה זו, לא יכולנו להרשות לעצמנו להניח לקבוצה לזרום בקצב שלה. החלטנו להאיץ את הקצב, לצלול פנימה, לעשות משהו שיחייב את החברים לגעת בפנימיותם ולהפסיק לברוח החוצה.

ייתכן שמצב זה נבע בחלקו ממבנה האישיות שלנו, מהצורך שלנו לשלוט בסיטואציה, ואולי מחוסר מיומנות בשימוש בכלי הטיפול הקבוצתי. נוסף על כך, הגבלת מספר המפגשים שנדרשה מאיתנו (10-21) הכניסה אותנו לסיר לחץ. מאחר שחשנו כי הקבוצה "בורחת" מעבודה לנושאים יומיומיים וכי החברים חוששים מיצירת קשר אמיתי ואינטימי ביניהם, הרגשנו צורך לסייע להם באמצעות הפעלות. חשיבה בדיעבד על מה שקרה שם מעלה תחושה כאילו זרקנו גלגל הצלה לניצולים. אותם אנשים שאך לפני זמן קצר חוו אבדן של קשר, בן זוג, משפחה, חלום, נראו כחוששים להתחייב שנית, אולי מהפחד להיפגע שוב. ההפעלות עודדו את החברים לשכוח לרגע את הפחד, להשתחרר וליצור קשר עם הסובבים אותם בקבוצה. בדיעבד, הפעלת הקבוצה באביזרי עזר יצרה חשיפה רבה, תקשורת עמוקה בתוך הקבוצה (מקנזי וליוסוליי) והכלה רבה (בנסון).

בפגישה הרביעית הצגנו לקבוצה משימה השלכתית, שבה נתבקשו החברים לבחור אחד מתוך כמה חפצים מתוך ארגז ולתאר את חיבורו אליו. פעילות זו אפשרה לנו לרכז את הקבוצה פנימה. אחת המשתתפות בחרה מצלמה. כשהגיע תורה היא סיפרה שבעבר הייתה מרבה לצלם. היא ציינה שדרך התמונות "משתקפים החיים". עוד אמרה, שמאז שבעלה עזב את הבית, היא הפסיקה לצלם, "כאילו נפסקו החיים...", מילותיה ריגשו את כל חברי

בקבוצה. אנחנו השתמשנו בדבריה כמנוף להמשך. הלבשנו משימה על ההנחה, שחיינו משתקפים באלבום התמונות הפרטי שלנו: החברים התבקשו להגיע לפגישה הבאה עם תמונה אחת (ואחת בלבד) מאלבומם הפרטי.

בשלוש הפגישות שבאו לאחר מכן, שהיוו בעצם את ה"גוף" של הקבוצה, צללנו עוד קצת לעומק דרך התמונות שהביאו החברים. כעת היה אפשר לחוש איך הקבוצה עושה את עבודת העיבוד שלשמה בעצם התכנסה תוך שימוש בכלים של הקשבה, דהוד, שיתוף, אמפתיה ועוד. לכל חבר היה סיפור-תמונה שונה, שהדהד בין החברים בצורה שונה ועורר שאלות. נושאים רבים ומגוונים שעסקו בגירושין, נטישה ואבדן, אבדן, כעסים רבים וכן פנטזיות לגבי העתיד. כולם רצו לחוות את החוויה של להיות במרכז ולהציג את התמונה שלהם, כלומר להציג את עצמם.

כמעט בכל פגישה היה מי שהזכיר, בצורה זו או אחרת, את הסוף, שהתקרב בצעדים גדולים יותר ממה שכולנו ציפינו. שוב ושוב התעורר הצורך לדחות את העיסוק בסיוסם ובפרדה לשלב אחר. ייתכן שאנו המנחות שיתפנו פעולה בצורה לא-מודעת עם הקבוצה בהתעלמות ובהתכחשות מנושא הזמן והסיוס. יש קווים מקבילים בין סיוסם הקבוצה, סיוסם ההתקשרות בין האנשים, עזיבה ופרדה מאובייקטים קרובים וחוסר זמן לעיבוד האין והאבל, לבין אותן חוויות המוכרות כל-כך אצל אוכלוסיית המתגרשים.

בשלב זה גם אנו חשנו לחץ גובר עם ההתקרבות לסיוסם ותחושה קשה של החמצה. החל תהליך של בירור עצמי בשאלה האם להוסיף מפגשים לקבוצה. הנושא עורר שאלות כגון: האם הצורך במפגשים נוספים הוא אובייקטיבי וענייני, או שמא זו תחפושת מתעתעת לבריחה מפרדה? ואם זו בריחה, הרי שיש כאן משהו מאיים, שדווקא מתפקידנו לעורר אותו ולהתמודד איתו, ולא לברוח מפניו עם הקבוצה. ואם זהו צורך אמיתי, ממה הוא נובע? על אילו חוויות-עבר הוא מתיישב? האם זו פנטזיה אומניפוטנטית של שינוי הגורל – קריאת תיגר על הסטיגמה הקבוע, על המנחות, על סמכות?

בתכנית המקורית ייעדנו את הפגישות התשיעית והעשירית לפרדה. במודע או שלא במודע, הנחנו שסוגיית הפרדה תעורר במשתתפים תחושות, רגשות ותהליכים שנדרש להקדיש זמן מוגדר להתייחסות אליהם ולעיבודם במשותף. לפי התכנית היינו אמורים בפגישה התשיעית לסיים את סבב התמונות עם אחרון המשתתפים, שבפגישה הקודמת (השמינית) הספיק רק להציג את התמונה שלו אך לא ניתח אותה כפי שעשו כולם. הובטח לו שנתחיל במשימה

זו בפגישה הבאה. לאחר מכן היינו אמורות לעשות סגרת מעגל, סיכום של שלב התמונות, עם התייחסות של כל החברים, ומשם לעבור לנושא הפרדה ולעיסוק במה שהיא מעוררת אצל כל אחד מהחברים, הן ב"כאן ועכשיו" והן בחיים שמחוץ לקבוצה. לפי אותה תכנית (גאונית) מקורית, היינו אמורים לסיים את כל המשימות הללו בפגישה התשיעית ולייחד את הפגישה העשירית לארבע משימות סיכום: חוות דעת אישית של כל אחד מהחברים על החוויה בקבוצה, על ההשתתפות ובכלל על היתרמותו מהחוויה. סיכום אישי על המשתתף בנקודת ההתחלה, מה חווה וכיצד ייצא מהקבוצה "חזרה לחיים". לאחר מכן היה צריך לבוא סיכום שלנו המנחות; אחריו, הפעלה שבה כל אחד מהחברים כותב לכל האחרים מסר מסכם על פתק מוצפן במעטפה, שאיתה ייצא כל משתתף להמשך הרהור בביתו, מתנה מהקבוצה לכל אחד מהחברים; ולבסוף, איך אפשר בלי, סיום חגיגי עם כיבוד, שתייה והרפיה... בשלב זה היה אמור מנהל האגף להגיע לברך ולחתום.

בפועל, קרה הכול חוץ ממה שתכננו. מהפגישה התשיעית נעדרו המשתתף האחרון בסבב התמונות ומשתתף נוסף. יש מי שיניח, כי מדובר במקריות ויש מי שיאמר "צפוי", שכן הפרדה כאמור מעוררת בקרב המשתתפים מגוון תגובות, ביניהן נשירה, התעלמות והיעדרות (בנסון) אצל מי שחווה את הפרדה כקשה מנשוא וכחידולן גמור.

עיסוק בסוגיית הפרדה כפי שתוכנן, היה קשה מאוד. דקות ארוכות של שתיקה, אנחות וניסיונות נואשים לברוח מהנושא. השיא היה כאשר שניים מהחברים פצחו במאבק איתנים. היו אלה שניים מהחזקים והבולטים בקבוצה, שהחלו להתעמת סביב סוגיה עלומה ובעצם "לפוצץ" זה את ה"פסאדה" של זה, כפי שהוצגה במהלך המפגשים. בין השניים נעשו חילופי מילים קשות וחדות. אנחנו המנחות, שחיכינו במשך כל המפגשים לאירוע "אינטימי" ולפיצוץ בלתי-נמנע זה, לא ששטנו להפסיקו וצפינו בו מן הצד עם שאר החברים. כמו כולם, גם אנחנו לא ממש רצינו לחזור למסלול המתוכנן בדרך לפרדה, ויחד עם החברים, בדרך לא-מודעת, ברחנו ממנה. מובן שהדבר גזל זמן רב מהפגישה. באירוע זה משתקפים, יפה וברור, השלב הראשון והשלב השני בתיאוריה של קובר-רוס על עיבוד האבל - המדברים על הכחשת הסיום דרך העלאת סוגיות הדורשות זמן רב לטיפול ולעיבוד.

לפגישה העשירית, ה"אחרונה", הגענו נרגשות ומצוידות להפליא: עוגה קנויה, משקאות קלים, מפה וסימני חגיגות אחרים, פתקים, מעטפות וכל הציוד

הדרוש להפעלה המתוכננת, התרגשות, מוכנות ומה לא... הפגישה נפתחה, ביוזמת אחד משני המתכתשים, בשיחת הבהרה ופיוס, יישור ההדורים, כהכנה לפרדה נקייה מכעס וממשקעים. אנו נתנו אור ירוק להתנהלות זו, אולי ירוק מדי, שכן שוב גזל האירוע כשליש מהפגישה, שהייתה אמורה להיות אחרונה והיה בה המון מה להספיק. אחרי שיחת הבהרה נפינו לסיכום של החברים. בשלב זה סיכם כל חבר את החוויה שלו בקבוצה. הצעות חוזרות ועצבניות בשעון סימנו את הקטסטרופה: בחישוב מהיר נראה מיד כי לא יישאר זמן להפעלה שתכננו, וגרוע מכך: לסיכום שלנו עצמנו. היה צורך לזרז את החברים ולמקד אותם כדי לעמוד בזמן ולתת לכולם הזדמנות שווה להתבטא.

דברים חשובים מאוד ועמוקים מאוד נאמרו בסבב מזורז זה והתחושה הייתה קשה מאוד ולא נעימה. זירזנו אנשים בשעה שבה סוף-סוף בחרו לפתוח את לבם ולדבר מעומק הפנים, עובדה שגרמה לנו רגשות מעורבים של אשמה וצער מצד אחד, ותחושת אחריות כלפי הקבוצה, החייבת בשלב זה או אחר להתמודד באומץ עם הסיום הבלתי-נמנע, מצד אחר. אשמה על כך שנראה כאילו בעצם הכפייה של הפרדה אנחנו גורמות לשחזור חוויית הפרדה הפרטית של כל אחד מהמשתתפים, בלי לתת את הזמן הדרוש לעיבוד נכון של התחושות הקשות ולצמיחה ממנו, ואולי בכך לתרום לתיקון של חוויית הפרדה הפרטית שבגירושין, מול האחריות כלפי החברים, להציף ולשחזר תחושות קשות אלו במטרה לחוות אותן שוב בתוך מסגרת מכילה ותומכת, ובעצם כך לחולל את אותו תיקון מיוחד.

נראה כאילו על כל דבר שנאמר היה אפשר לשבת בסדרות שלמות של עשר פגישות כל אחת... מה שנראה אז מקרי, נראה היום, לאור התיאוריות, כה צפוי. כרבע שעה לפני הסוף פינינו אל הקבוצה עם תיאור מצוקתנו ובשאלה האם אפשר מבחינתם להוסיף מפגש. כך נולדה הפגישה ה-11. החברים הגיבו בהסכמה ובהתלהבות כמי שהסירו "חרב" מעל צווארם: אנחות רווחה, שמחה על ה"תוספת" ואפילו תקווה שכך נמשיך "לנצח"...

נארו כל סימני הפרדה: העוגה, המפה, הפתקים וכלי הכתיבה, החששות והפחדים, ונפרדנו כשפינו לעוד פגישה. פגישה אחרונה בהחלט. את זו כבר היה קשה מאוד לתאם. חברי הקבוצה, שרובם עובדים, כבר "סגרו" את היומנים שלהם אחרי הפגישה שתוכננה להיות פגישת סיום. משום כך הצלחנו לתאם מפגש עם כל המשתתפים, פרט לאחת, רק כעבור שבועיים.

הפגישה ה-11 התחילה עם כל התקלות האפשריות: שכחנו את העוגה במקרר הלשכה ורצנו להביא אותה, גם כלי הכתיבה נשכחו ושוב רצנו להביא גם אותם. הפגישה התחילה באיחור ובהרכב חסר, אחרי "התקררות" של שבועיים. בפגישה זו סיכמנו את המנחות את חוויית הקבוצה ואת ההנחיה מבחינתנו, הוצאנו לפועל את תכנית ה"פתקים", החברים צילמו והצטלמו בהתרגשות של פרדה. למרות זאת, הייתה תחושה שמהו מהזוהר של הפגישה העשירית, שתוכננה לסיום, התמסמס בינתיים וכי פגישה זו אינה זוהרת ומרגשת כקודמתה. הכרה זו הציפה אותנו באכזבה. נראה כאילו ההחלטה להוסיף מפגש הייתה בכל זאת שגויה ולא שירתה אותנו לטובה. ואולי ההפך הוא הנכון. היום, לאור התיאוריות על שלבי עיבוד האבל ושלבי סיום ופרדה, נראים הדברים יותר מובנים ונוחים לקבלה. התיאוריה של קובר-רוס על עיבוד האבל מציעה את השלב החמישי והאחרון כדי להבין את מה שקרה פה ולכאורה היה כה מאכזב: שלב ההתארגנות מחדש, זה שבו החברים בקבוצה מבצעים פעולות התארגנות לחיים שאחרי הקבוצה. יומנים "סגורים" משמעותם שהחיים ממשיכים, שיש חיים אחרי הקבוצה, וזו דרך הרבה יותר נוחה ואופטימית לראות את מה שהתרחש.

קבוצה והדרכה – תהליכים תומכים ומקבילים

קבוצת ההדרכה היוותה חלק חשוב בהפעלת הקבוצה. היא דרבנה, תמכה, גיבתה, שיקפה וליוותה אותנו בכל המפגשים עם הקבוצה שהפעלנו. תחילה חששנו מהקפיצה למים. קבוצת ההדרכה זיהתה את הקושי ואפשרה לנו לצאת לדרך ואף קבעה לנו תאריך יעד לפתיחת הקבוצה. בסיום ובפרדה מהקבוצה שיקפה לנו קבוצת ההדרכה את הקשיים האישיים שאנו חוות בתהליך. היא עזרה לנו לראות את ההקבלה בין תהליך הפרדה מהקבוצה ובין תהליכים אישיים של פרדה וסיום בינינו כעובדות יחד בצוות לשכה וכמנחות בקו. בזכותה הבנו שסיום ההנחיה מסמן בעצם את סיום הקשר בינינו במתכונת הנוכחית של עבודה משותפת וצמודה במשך שנים. כל אחת מאיתנו חוותה קושי בפרדה ובחרה להשליך אותו על השנייה ולהאשים אותה בחטא הנורא מכול: בריחה מהתמודדות אמיצה עם הסיום הבלתי-נמנע.

קבוצת ההדרכה אפשרה לנו לראות בבהירות את הדברים, להעלות אותם אל המודע ולהתמודד איתם, ובתמיכתה פנינו בביטחון לעיסוק בפרדה מקבוצת ההנחיה ולעיבודה.

סיכום

על מנת לסכם את עבודת הקבוצה, נמריא בזמיון למבט-על על הקבוצה כולה. מלמעלה נראה איך כבר בשלב הראשון, בערך בפגישה השלישית, החלה הקבוצה להעלות שאלות על הסיום, ואולי היה זה ניסיונה להבין את גבולותיה (בשפת התיאוריות ההתפתחותיות).

שלבי ההתפתחות שלה, אולי, לא היו צפויים, לפחות לא במובן של התפתחות טבעית, אבל הקבוצה הצליחה להגיע בשלום לחוף מבטחים בסיומה, כשכל החברים מסכמים אותה במידה רבה של שביעות רצון, תחושות טובות, טעם של המשך ואופטימיות. במהלכה השתמשנו בשני זרזים - ה"ארגז" המאפיין תוצר השלכתי והתמונות, שהאיצו תהליכים שבקבוצה אחרת היו מתרחשים ממילא, אבל בקצב אחר.

העובדה שקבענו מלכתחילה מסגרת של עשרה מפגשים, למעשה יצרה את הלחץ בקבוצה ואת הצורך להאיץ תהליכים שבהנחת הבסיס הנחנו כי הם חיוניים.

ביבליוגרפיה

- אלדר אבידן, ד'. (2001). "גרושין של נשים מוכות: השימוש בשירותים חברתיים", בתוך: צור, ר' (עורכת), **אוגדן לפקידי הסעד לסדרי דין**, עמ' 57-81.
- אריקסון, א"ה. (2001). "ילדות וחברה", בתוך: **מסע קבוצתי: המדריך למנחה קבוצות**. תל אביב: צ'ריקובר, עמ' 47-80.
- בנסון, ג' פ'. (2001). "יצירתיות בעבודה עם קבוצות" בתוך: **מסע קבוצתי: המדריך למנחה קבוצות**. תל אביב: צ'ריקובר, עמ' 84-55.
- ואן פרוג, ג'. (תשס"א – 2001). **לאחות את השבר, התקווה לחיים טובים יותר לאחר מוות ואבדן**, עמ' 119-136.
- ולרשטיין, ג', ס'. (1983). "ילדי גרושין". תרגום מתוך: Wallerstein, J. S. & Lewis, J. (1998). "The Long-Term Impact of Divorce on Children", *Family and Conciliation Courts Review*, 36(3), pp. 368-383.
- זיו, י' ובהרב, י'. (2001). "מסע קבוצתי: המדריך למנחה קבוצות". תל אביב: צ'ריקובר, עמ' 183-184, 186-188.
- קובלר-רוס. (2001). "לחיות עם המוות", בתוך: **מסע קבוצתי: המדריך למנחה קבוצות**. תל אביב: צ'ריקובר, עמ' 184-186.
- Bennis, W. G. & Shepard, H. A. (1956). "A Theory of Group Development", *Human Relations*, 9, pp. 415-437.
- Mackenzie K. R. & Livesley, W. J. (1983). "A Developmental Model for Brief Group Therapy", *Advances in Group Psychotherapy*, Monograph: Z. Dies, R. R. Mackenzie.
- Schultz W. C. (1969). "Expanding Human Awareness", New York: Group Press Inc.

פרקה של מי הקבוצה הזאת, לעזאזל?

אורית שמחון וססיל גריצנר

מבוא תאורטי: תפקיד המנחה

בריקוד משותף נעו חברי הקבוצה והמנחות על רחבת הריקודים כשהם כמעט לא מחסירים מפגשים. לא הגשם, לא הקור ולא הרוח מנעו מהם להגיע בדבקות מדי שבוע למפגשים של הקבוצה.

מי קובע את הקצב, את הצעדים, את הכיוון? מי המוביל? מה קורה כאשר אחד מן המשתתפים מחליף את המנחה בריקוד הצמוד? שאלות אלו העסיקו אותנו המנחות במהלך ארבעה חדשים בהם נפגשה הקבוצה. לא פעם שאלנו את עצמנו והתלבטנו מהו תפקידנו כמנחות ולמי שייכת הקבוצה – החיה, נושמת ומתפתחת בקצב שלה ולא תמיד על-פי הקצב שלנו.

על-פי יאלום (Yalom), המנחה הוא משתתף-משקיף בקבוצה. מעמד של צופה מאפשר את האובייקטיביות הנחוצה כדי לאחסן מידע, לקבוע אבחנות לגבי רצפים או תבניות מחזוריות של התנהגות, ולחבר אירועים שהתרחשו לאורך תקופות זמן ארוכות. המנחה מתפקד כהיסטוריון של הקבוצה. המטפל הוא זה שזוכר את המטרות המקוריות של המטופל ואת מערכת היחסים בין מטרות אלו ובין אירועים המתגלים באופן הדרגתי בקבוצה. גישתו של בנסון (1987) שונה. הוא מציג בצורה ברורה וחד-משמעית את רצונו כמנחה הקבוצה ואת שאיפותיו עבודה. גישה זו מסתמכת על העובדה

כי עצם הימצאות המנחה בקבוצה, הזמן העומד לרשותו, האנרגיה והמשאבים שהוא משקיע בקבוצה, נותנים לו את הזכות המקצועית ואת המחויבות בשם הארגון המפעיל למצוא מטרה וכיוון רצויים ומוסכמים.

התפיסות לגבי מקומו של המנחה בקבוצה ודרך פעולתו הן שונות, אך כולן רואות את האחריות הכוללת של המנחה על הקבוצה ועל תהליך העבודה. המנחה צריך לפעול ליצירת התנאים הנדרשים כדי שהקבוצה תשמש מסגרת שבה חברה יוכלו להפיק תועלת, לגדול ולצמוח. עליו להיות קשוב למתרחש בקבוצה ולהתערב באופן שיהלום את מטרותיה. למנחה הקבוצה הכוח והסמכות, מעצם הגדרת תפקידו בה. המנחה אינו משתתף בקבוצה כאחד מחבריה, עליו להתנתק מצרכיו האישיים, להפנות את כל משאביו ולהתייחס לתהליכים המתרחשים בעת פעילות הקבוצה כיוון שאין הוא אמור להשתמש בה לטובתו ולתועלתו האישית (רוזנסור, 1997). המנחה אחראי למנוע שחיקה של חברי הקבוצה, ליצור את מנגנון הטיפול, להכניסו לפעולה ולשמור על פעולתו ביעילות המרבית (Yalom).

במפגשים הראשונים של הקבוצה המטופלים בדרך כלל זרים זה לזה ומכירים רק את המטפל, המשמש אובייקט העברה, כשהוא הכוח המאחד את הקבוצה. רוב התיאורטיקנים מסכימים שקיימים צרכים אישיים של המנחה לעזור, לזכות בהערכה ולהצליח, ורואים בו את האחראי להצלחת הקבוצה.

בהתייחס לתהליך שקרה בקבוצה שלנו לגבי מקומו של המנחה, יש חוקרים הטוענים כי קבוצה ללא מנחה מאפשרת לחווה את עצמם בסביבה ללא אוטוריטה השולטת על מהלך העניינים, ומכאן חשיבותה של הקבוצה ללא מנהיג בגדילה העצמית של כל חבר בקבוצה.

בכל קבוצה מתרחשים תהליכים מקבילים אצל המנחה ואצל המשתתפים. הרצון להצליח, להיות אהוב, קרוב ומשמעותי, לצמוח ולגדול הם שאיפות של רוב בני האדם בחברתנו. המטרה של המשתתף בקבוצה היא ליצור יחסים טובים יותר עם אחרים ולחיות חיים פוריים ומלאים יותר (Yalom). מטרה זו מאפיינת גם את המנחה, גם אם הוא לא מצהיר על כך בגלוי.

הנחיית הקבוצה שלנו נעשתה בקו. בנסון (1987) מציין כמה גורמים התורמים להצלחת ההנחיה בקו: היכרות הדדית והערכה הדדית, הסכמה על מטרת הקבוצה, מוכנות ויכולת לדון בקונפליקטים, במתחים וברגשות שמתעוררים במהלך הקבוצה, וכן יכולת לשתף פעולה ולשוחח זה עם זה בקבוצה ומחוצה לה.

היכרות רבת שנים בינינו המנחות ועבודה משותפת באותו תחום, עזרו לנו ליצור אווירה פתוחה ואמיתית, מה שאפשר להעלות בגלוי תחושות, מחשבות, דילמות וקונפליקטים שהתעוררו בינינו תוך כדי הנחיית הקבוצה. היכרות זו אפשרה לנו להיעזר בתכונות השונות של כל אחת מאיתנו ולשמש מודל לעבודה בצוות גם כשלא היינו תמימות דעים לגבי נושא מסוים. לדוגמה: במפגש השלישי תוכננה פעילות המתייחסת לתקשורת בין הורים גרושים. אחת מחברי הקבוצה העלתה דילמה הנוגעת להתמודדות עם ילדים. כל אחת מאיתנו התייחסה לסוגיה באופן שונה. הספונטנית שבינינו ראתה בסיטואציה אפשרות לפתח את הנושא, בעוד שהשנייה ביקשה להמשיך בתכנית המקורית. התלבטנו בנוכחות חברי הקבוצה וקיבלנו החלטה משותפת לגבי ההמשך.

במקרים אחרים השונות בינינו גרמה למתחים סמויים ולמאבקי כוח סביב המקום של כל אחת מאיתנו בקבוצה. כך למשל, במפגש החמישי התייחסה אחת מאיתנו לדברי אחת המשתתפות והסיטה את נושא המפגש לכיוון אחר בלי להתייעץ עם המנחה השנייה, מתוך תחושה שהתייחסות לנושא שהועלה חשובה לכל חברי הקבוצה. לאחר המפגש הרגשנו מספיק בטוחות בעצמנו כדי להעלות ולבחון את הרגשות של כל אחת מאיתנו לגבי ההתערבות.

בהנחיית הקבוצה הרגשנו שכל אחת מאיתנו מביאה את האישיות, הידע והמקצועיות שלה, מה שתרם לתחושה של תמיכה הדדית ולידיעה שאפשר לסמוך זו על זו. ההנחה דרשה מאיתנו מידה רבה של ריכוז, כשהיעד היה לעזור לחברי הקבוצה להשיג את מטרותיהם. השתדלנו להיות רגישות וקשובות לכל אחד מן המשתתפים, וליצור בעזרת הקבוצה אווירה בטוחה. נדרשו מאיתנו גמישות, יצירתיות, אלתור ובחירה בין אלטרנטיבות, במטרה לנצל את מכלול התכנים שעלו כדי להשיג את התוצאות המצופות. בשלבים הראשונים הבאנו פעילויות ונושאים לדיון, אך מהר מאוד התגבשה הקבוצה והתחלנו לעבוד עם תכנים שהיא עצמה העלתה. לא מפתיע כי תכנים אלה תאמו לחלוטין את התכנים שאנו תכננו להעלות.

תיאור הקבוצה

הקבוצה הוקמה במסגרת קורס "הנחיית קבוצות למתגרשים ו/או ילדיהם" שנערך בבית הספר המרכזי להכשרת עובדים בשירותי רווחה ובחסות משרד הרווחה ו"אשלים". השתתפו בה אנשים שהתגרשו או נפרדו מבן או בת זוג והם הורים לילדים קטינים. היכרות עם המשפחות החד-הוריות מראה כי אוכלוסייה זו איבדה ברוב המקרים מחוסנה המשפחתי בעקבות הפרדה. נראה כי הן הגברים והן הנשים יכולים להצטייד בכלים נוספים להתמודדות מוצלחת יותר עם מצבם.

מטרת הקבוצה הייתה לקדם, לחזק ולהעצים את המשתתפים, ולהביאם למצב של חיים מלאים ומשמעותיים תוך לקיחת אחריות לגורלם.

גיוס המועמדים

לשם גיוס משתתפים לקבוצה שיווקנו את רעיון הקמת הקבוצה לעובדות הסוציאליות במחלקה, והן העבירו אלינו רשימה מתוך מטופלי הלשכה. פנינו לשירותי קהילה, כגון השירות הפסיכולוגי, בתי ספר ותחנות טיפת חלב, שיש להם קשר עם משפחות חד-הוריות. נוסף על הפניות האישיות פנינו לציבור בעיתונות המקומית.

למסע הגיוס נענו כ-52 מועמדים, שמהם ראינו כ-20. הראיון התקיים כשיחה פתוחה על ציפיות המועמד מההשתתפות בקבוצה ועל מטרותיו, וניתן בו הסבר על מהות הקבוצה והתכנים שיוקנו במהלך המפגשים. תוך כדי הראיון נאסף מידע רלוונטי על המרואיין כדי לבחון את מידת התאמתו לקבוצה. חלק ניכר מהשיחה התייחס לציפיות הדדיות מההשתתפות בקבוצה. זאת הייתה הפעם הראשונה שבה נחשפנו לקווים המקבילים והמשותפים בין המועמדים לבינינו המנחות. ראיון מעניין במיוחד היה עם כ', שהציע לגבש את הקבוצה במסגרת סדנת רייקי בת שלושה ימים שאותה הוא יעביר.

את כל הראיונות ערכנו שתינו יחד. במהלכם התרשמנו שרוב המועמדים חוו מערכות נישואין בעייתיות והם נושאים איתם תסכולים, כעסים, אכזבות וכישלונות. עם סיום הראיונות קיימנו דיון שבו שקלנו את אופי הקבוצה והחלטנו מה יהיו המאפיינים המשותפים של המשתתפים.

כבר בשלב זה עלתה השאלה של מי הקבוצה ולמי היא נועדה – לנו המנחות או למשתתפים? האם נבחר לקבוצה אנשים שנראה לנו כי ישתפו פעולה, נעימים, נוחים פתוחים וכך נקל עלינו את חוויית ההנחיה ולהבטיח את הצלחתה, או שנקבל לקבוצה אנשים המתאימים מבחינת הקריטריונים ומטרת הקבוצה, גם אם בריאיון היו מסויגים, הססניים או ביקורתיים?

לקבוצה נבחרו 12 משתתפים – שמונה נשים וארבעה גברים בגיל 26-48, כולם הורים לילדים קטינים, חלקם משמורנים וחלקם לא-משמורנים, רובם כשלוש שנים לאחר פרדה או גירושין.

לפי וויטיקר (Whitaker, 1985) יש לבדוק, לתכנן ולהחליט מי עשוי להפיק תועלת מהעבודה הקבוצתית. לקבוצה קטנה שחבריה נפגשים פנים אל פנים, כמו בכל מדיום אחר לעזרה הדדית, יש מאפיינים יחודיים, יתרונות ומגבלות, הזדמנויות מיוחדות וסיכונים אפשריים. כמנחות, ראינו חשיבות שבקבוצה ישתתפו גברים ונשים, משמורנים ולא-משמורנים, מתוך ראיית ה"שלם" בתהליך הגירושין.

היות שהיה לנו חשוב להיזהר מאוד בבחירת האנשים שישתתפו בקבוצה מתוך מחשבה על כלל הקבוצה, על המשתתף כיחיד ועל השילוב ביניהם, דחינו מועמדים שהתרשמנו כי הם עלולים להיפגע או אינם בשלים להשתתף בתהליך הקבוצתי, לדוגמה: אם חד-הורית שעברה משבר נפשי קשה ואב לילדים בוגרים שהתגרש לפני 20 שנה. התלבטנו לגבי הצעירה מבין המשתתפים, אם לשני תינוקות, שהייתה כארבעה חודשים לאחר הגירושין, מאחר שהיה פער גדול בינה לבין המשתתפים האחרים מבחינת גילאי הילדים וטריות הגירושין. לבסוף החלטנו לקבלה לאור המוטיבציה והאופטימיות ששידרה.

למפגש הראשון הגיעו 11 משתתפים, ולאחריו הודיעו שלושה מהם על הסרת מועמדותם מהקבוצה. נשארנו עם שמונה משתתפים, שבעה נשים וגבר אחד, הרכב מיוחד מאוד שהשפיע רבות על התהליכים בקבוצה ולאחריה. התלבטנו האם יש מקום להשתתפות של גבר יחיד בתוך קבוצת נשים. ההחלטה לאפשר את השתתפותו נבעה מכך שהקבוצה כבר החלה את המפגשים והוא היה שותף במפגש הראשון, וכן בשל אישיותו המיוחדת, דבר שהוכיח את עצמו בהמשך.

אחד המאפיינים של הקבוצה היה היכרות קודמת בין חברי הקבוצה מהיותם תושבים של עיר קטנה שבה אנשים מכירים זה את זה. היה מעניין לראות את חברי הקבוצה במפגש הראשון שבו הם נחשפו לראשונה איש לרעהו. באופן

טבעי אנשים חוששים לדבר בפומבי ולחשוף את קשייהם האישיים בפני קבוצת אנשים, ובמיוחד אם הם פוגשים אותם במסגרות ובמקומות שונים. מבוכה, צחקוקים, מתח וחשש באו לידי ביטוי באמירות כמו: "גם את כאן?", "מתי התגרשת?" וכו'. לאור ההיכרות הקודמת והמעגלים החברתיים המשותפים היה נושא השמירה על סודיות משמעותי ביותר לכל המשתתפים, ועלה צורך לעבוד על בניית אמון. תפקידנו כמנחות היה ליצור אוירה שתעניק לחברי הקבוצה ביטחון להיחשף (בהמשך נראה שהצלחנו מעל ומעבר לציפיות...).

מטרות הקבוצה

מטרת הקבוצה הייתה לסייע למשתתפים הטרודים באותן דילמות ומתמודדים עם אותם צרכים, להגיע לידי תובנות אישיות ולמצוא דרכים להתמודדות עם מצבם.

על-פי ביון (1992), בבסיס כל עבודה קבוצתית מונחת מטרה המכילה תהליך של שינוי. כל שינוי הכרוך בתהליך למידה אישי פועל בשתי רמות, למידת הדברים מסביב לנו – למידה תפעולית ומעשית, ולמידה חווייתית – רכישת ידע מהחוויה.

הכללת אנשים גרושים בקבוצה עונה על הצורך להשתייך לקבוצת שווים, מאפשרת שחזור התנהגויות וחוויה מתקנת, נורמליזציה של האני ורכישת מיומנויות חברתיות (רוזנוסר, 1997).

בחירת הנושאים שהצגנו בפני חברי הקבוצה בשלב הראיונות האישיים התבססה על ניסיוננו המקצועי בתחום הגירושין ועל ידע תיאורטי בנושאי משבר זה והשלכותיו. בשלב זה שוב עלתה השאלה של מי הקבוצה והאם אנחנו נקבע את התכנים, לפי הנושאים שחשובים לדעתנו ולגביהם קיבלנו הדרכה והכוונה, או שחברי הקבוצה יקבעו אותם. בשלב הראיונות העלו המועמדים עוד נושאים המטרידים אותם, וגם בהם התחשבנו בקביעת מטרות הקבוצה.

הנושאים העיקריים שהצגנו למשתתפים היו:

- תקשורת בין הורים גרושים, שיתוף פעולה בנוגע לילדים
- התמודדות עם כעסים ומתחים המופיעים במהלך הגירושין ולאחריו
- התמודדות עם ילדים
- בדידות, מציאת בן/בת זוג
- העצמה, העלאת הדימוי והביטחון העצמי

התפתחות הקבוצה

הקבוצה שהנחינו הייתה קבוצת צמיחה השמה דגש על חוויית ה"כאן ועכשיו". על-פי זיו ובהרב (2001), הקבוצה שהנחינו מכונה "קבוצת צמיחה אישית" (Personal Growth Group) (זיו ובהרב, 2001). בקבוצה כזו, הנושאים שמעלים חברי הקבוצה במהלך האינטראקציות ביניהם, הם הבסיס לנושאי העבודה בקבוצה, והמנחה כמעט לא מביא תכנים מבחוץ. הקבוצה שלנו עבדה בעיקר על תהליכים בין-אישיים ועל מודעות עצמית. במפגשים הראשונים נקבע הסטינג של הקבוצה, שכלל את מסגרת המפגשים (זמן, שעה, מקום), נוהל השתתפות/היעדרות, היכרות ותיאום ציפיות. תהליך תיאום הציפיות הראשוני חשוב במיוחד כיוון שבדרך זו חברי הקבוצה יכלו לבדוק באיזו מידה תואמות ציפיותיהם האישיות את מטרת הקבוצה. במפגש הראשון קיימנו תרגיל היכרות בין המשתתפים. התרגיל אפשר למשתתפים להפחית את רמת החרדה ואת חוסר הוודאות המאפיינים שלב זה של הקבוצה ולנטוע בהם תחושת שייכות. התרגיל נקרא "תרגיל החפצים". פיזרנו על הרצפה חפצים שונים ומגוונים כמו בובות, שעון, מפה, פנס, שרשראות, פעמון, משקפיים, ארנק ועוד. ביקשנו מהמשתתפים לבחור חפץ אחד או שניים שמתארים את המצב שבו הם נמצאים כעת. בשלב השני התבקשו חברי הקבוצה לבחור חפץ שיסמל עבורם את מצבם בסוף התהליך הקבוצתי בעיני רוחם. לאחר בחירת החפצים התבקשו חברי הקבוצה להציג את עצמם ואת מצבם דרך החפץ שבחרו. מרגשת במיוחד הייתה תגובתה של ח', שבחרה בארון מגירות של בובה וביקשה "לעשות סדר" ברגשותיה ובתגובותיה כלפי בתה ובן זוגה לשעבר, כך שבסופו של התהליך היא תוכל לסדר כל דבר במגירה המתאימה. לאחר המפגש הראשון פרשו שלושה משתתפים – שני גברים ואישה אחת, שציפיותיהם לא תאמו את מטרת הקבוצה. אחת המשתתפות הביעה תחושת בלבול וחוסר ודאות לגבי המשך הקבוצה והקביעת בהשתתפות. התייחסנו לנושא של קביעות ויציבות לצד שינוי ועזיבה הן בקבוצה והן בחיים האישיים. השמונה שנשארו הפגינו נוכחות מרשימה והשתתפו ברוב המפגשים, ואפשר היה לראות במהלכם את התגבשות הלכידות הקבוצתית. בקבוצה מתרחשים תנועה ושינוי מתמידים, כתוצאה מאנרגיה הנוצרת ממתח בין קטבים הנוכח תמיד בקבוצה (בנסון, 1987). על המנחה לנצל אנרגיות

אלו כדי ליצור קשר אישי ושיתופי עם החברים. בקבוצה שלנו, לדוגמה, אחת הנשים הציגה לעתים קרובות בעיה אך סירבה לשמוע מה יש לאחרים להגיד בנושא. היא הייתה מרוכזת מאוד בעצמה ודיברה לרוב על בעיותיה בלבד. היא דחתה את העזרה שהקבוצה הציעה לה, במיוחד מצד מ', שניסתה להגיע אליה בכל דרך. התחושה שלנו הייתה שלמעשה היא ביקשה את תשומת הלב שלנו המנחות, גם במחיר איבוד הסבלנות מצד הקבוצה כלפיה. כמנחות, הזדהינו עם מצוקותיה והצענו לה להקשיב למשוב של הקבוצה ולנסות לבדוק מה ממנו מתאים לה.

משתתפת אחרת, לדוגמה, סיפרה בשלב הריאיון שהיא לא מתכוונת להשתתף באופן פעיל אבל המסר שהעבירה הוא שהיא תפיק תועלת מעצם ההשתתפות בקבוצה. בדיונים בינינו כמנחות, התלבטנו מה אנו אמורות לעשות במידה שהיא אכן תשתוק בכל המפגשים. במשך חמשת המפגשים הראשונים ניסינו לסייע לה להבין מה עומד אחרי השתיקה כך שתשתלב באופן פעיל בקבוצה דרך הצגת שאלות המתייחסות לדברים שאחרים העלו. המפגש השישי, שבו החלה להשתתף באופן פעיל יותר, היה פרשת דרכים מבחינתה. מפגש זה הוקדש למשפחות המוצא. כל אחד מן המשתתפים היה אמור להביא תמונה משפחתית מבית אביו. א' סיפרה כי עד גיל שלוש גדלה בבית החולים בתוך "בועה" לאחר שנכוונה בצורה קשה בהיותה בת חודשיים. בתמונה שהביאה היא נראתה בגיל חודשיים יחד עם סבתה, דקות מספר לפני שנשפך עליה חומר רותח. הסבתא, שהייתה זו ששפכה את החומר הרותח מתוך היסח דעת, קיבלה באותו רגע התקף לב ונפטרה במקום. שכנה ששמעה את בכיה, מצאה אותה והזעיקה את כוחות ההצלה. ההתייחסות שלנו כמנחות לנושא ה"בועה" אפשרה לחברי הקבוצה לבדוק עם א' את הצורך שלה בהתכנסות בתוך עצמה (בועה) בכל פעם שהיא נתקלת בקושי, ולבחון האם ההתכנסות מאפיינת את החיים שלה בכלל. בעקבות הפתיחות שגלתה נראה כי הקבוצה עטפה אותה ונוצר חיבור חזק בינה לבין רוב החברים. בסיכום המפגשים התברר כי א' עשתה – יותר מכל החברים בקבוצה – את השינוי המשמעותי ביותר בחייה והרוויחה רבות מהצפייה במשתתפים האחרים ומהאזנה להם, תוך שהיא לומדת מדרכי התמודדותם.

נ', המשתתפת ה"צעירה" בקבוצה, הייתה לעומת א' פעילה מאוד, דברנית ואימפולסיבית. חברי הקבוצה כינו אותה "ספידי". נ' ראתה את החיים

כמסלול מרוצים שיש למהר ולסיים אותו. נ' לא אפשרה לעצמה "תחנות ביניים" שבהן אפשר לחשוב ולעבד את חוויותיה הקשות מחיי הנישואין ומן הגירושין. לאחר המפגש השלישי התקשרה אלינו נ' והודיעה שבכוונתה לעזוב את הקבוצה כיוון שהיא "כבדה" לטעמה, התכנים העולים בה אינם מתאימים לה והיא עצמה נמצאת כבר אחרי המשבר. ביקשנו מ-נ' לבוא לפגישה נוספת ולהעלות את תחושותיה בפני הקבוצה. לאחר המפגש הנוסף היא החליטה להישאר וכתבה סיפור קצר שאותו היא הקריאה לקבוצה באחד המפגשים. על-פי בנסון (1987), לגברים ולנשים תפקידים טיפוסיים ומסורתיים הנוטים לפתח יתר על המידה אנרגיות ותכונות של האני על חשבון פיתוחן של תכונות אחרות. מגברים, למשל, מצופה שיהיו מלאי רצון והחלטיות בחיי היומיום, ומנשים, לעומת זאת, מצופה לפעול יותר בהשפעת האהבה. בקבוצה התרחש תהליך מיוחד מאוד שבו הגבר היחיד, כ', שהיה אמור לתת את הקול הגברי, השתמש לא-פעם בתכונות נשיות כמו רגישות, עידוד והקשבה ברמות שלא מאפיינות את רוב הגברים. כל זאת מתוך רצון אמיתי להבין את דרכי החשיבה של הנשים. כ' היה שקט בתחילת המפגשים ואחר-כך הפך להיות אחד הדברנים העיקריים בניסיון "להפיץ את תורתו לאחרים". הוא סיפר עד כמה היה במצב קשה אבל הצליח להתגבר על הבעיות בדרך שלאחרים כדאי ללמוד ממנו. חלק מחברי הקבוצה הזדהו איתו, בעוד שאר החברים התייחסו אליו בבדיחות הדעת וכינו אותו "פיטר פן".

אישיותו המיוחדת של כ', גישתו השלווה והרוחנית לחיים, שבו את לב כל המשתתפות והן הלכו אחריו כמו אחרי "החלין מהמלין". כ' תפס בחלק מהמפגשים תפקיד של קו מנחה. בשלב הראיון לקבוצה סיפר כ' כי הוא נמצא במצב של תקיעות. לדבריו, בתקופה של שלוש שנים לאחר הגירושין, הוא היה אמור להיות במקום אחר, ולא ב"מיץ של הזבל". כ' חיפש את עצמו" לאחר הגירושין והתחבר לתחומים רוחניים של רייקי, דמיון מודרך ומדיטציה כדי למצוא שלווה נפש ולהבין את מקומו. מבין חברי הקבוצה, כ' עבר את התהליך המשמעותי ביותר מבחינת הצמיחה האישית.

דרך ההנחיה שלנו למן המפגש החמישי ואילך הייתה יותר הנחיה של הקבוצה, בניגוד למפגשים הראשונים, שבהם לקחנו אחריות על הנושאים שהיא העלתה: בדידות, אחריות הורית, קשיים חברתיים, קשרים עם בן הזוג לשעבר, תכונות אישיות וכו'.

שני המפגשים האחרונים בקבוצה התייחסו לסיימה. יאלום, בספרו The Theory and Practice of Group Therapy, דן בסיום העבודה בקבוצה. לדבריו, תזמון של סיום טיפול הוא אינדיווידואלי מאוד. המשתתפים בקבוצה מבינים כי הטיפול בקבוצה הוא זמני ויש לו התחלה, אמצע וסוף.

נושא הפרדה הוקנה באמצעות קלפים, וחזרנו לתרגיל החפצים שביצענו במפגש הראשון כאשר ביררנו את ציפיות הקבוצה. במפגש זה ניתנה אפשרות לכל אחד מחברי הקבוצה (במידה שרצה) להעריך את מקומו כיום.

המפגש האחרון התקיים בספרייה העירונית באווירה חגיגית עם יין ושוקולד. האווירה הייתה מיוחדת מאוד. לכבוד המפגש כתבנו אנו המנחות לכל אחד מן המשתתפים דברים אישיים, וביקשנו מכל אחד מהם לכתוב משהו אישי לכל אחד מחברי הקבוצה וגם לנו. חברי הקבוצה העלו בקשה להמשיך ולהיפגש, אך לא נעתרנו לבקשתם. במבט לאחור, ייתכן שלא הערכנו נכון את בשלות הקבוצה לפרדה, ולכן תהליך הפרדה לא הושלם. לחברי הקבוצה היו צמאים להמשיך ולהישאר יחד. כ' התפרץ לדלת פתוחה והציע לחברות הקבוצה להמשיך ולהיפגש בביתו, באותו יום ובאותה שעה, לתהליך של עבודה עצמית בטכניקה של דמיון מודרך בהנחייתו, תחום שאותו למד. כך נוצרה קבוצה של חמש משתתפות מהקבוצה, שהמשיכו להיפגש עוד כתשעה מפגשים.

מדיווחים לא-רשמיים של המשתתפות עלה כי הן עברו חוויה רגשית סוערת שלוותה בהרבה בכי וצחוק עד לשלב של "הבנה ומודעות עצמית". דיווחים אלה עוררו בנו קנאה היות שאנו כמנחות לא הרגשנו את אותה התרוממות רוח בהנחיה שלנו. כאשר שמענו שהקבוצה נפגשת דרך קבע באותם זמנים שבהם קיימנו את הקבוצה ואת הדיווחים על העוצמות הרגשיות שהיו באותם מפגשים, התחלנו לחשוב רבות על אחריותנו לגבי האנשים שם. לא ברור היה לנו עד כמה כ' מיומן ומוסמך להנחות קבוצה ועד כמה הוא אחראי לה. לאחריות משמעויות רבות – חוקיות, דתיות ואתיות. עלתה השאלה עד כמה אנחנו אחראיות לקבוצה שהמשיכה "לעבוד" בלעדינו בהנחיית אחד המשתתפים. אמנם החיבור בין האנשים נעשה דרך קבוצה שאנחנו גיבשנו, אך מבחינת האחריות המקצועית היה ברור לנו כי מדובר באנשים בוגרים בעלי שיקול דעת שיכולים לבחור אם להשתתף בקבוצה או לא; עובדה שאחת המשתתפות לא הגיעה בכלל למפגשים ואחרת פרשה לאחרי המפגש הראשון.

קבוצת ההמשך

יאלום מתייחס לקבוצות המונחות על-ידי עצמן. הוא דן בקבוצות שיש להן זיקה למנחה ודיווח על התהליכים המתרחשים בקבוצה. זאת בניגוד למקרה הנידון, שבו אנו לא היינו חלק מקבוצת ההמשך.

המטרה של קבוצות ללא מנהיג היא לחדד את האחריות האישית של המטופל והאוטונומיות האישיות והקבוצתית. לקבוצה המונחית בעצמה מטרה נוספת: להראות שלקבוצה כקבוצה יש כוחות ריפוי עבור חבריה. אין זאת אומרת שבקבוצה אין מדריך או מנהיג אך הוא בדרך כלל אחד שצמח משורתיה. יאלום מציין שאין מספיק מידע לגבי רמת הסיוע שקבוצות כאלה באמת נותנות, אך אין ספק שהן מסייעות בדרך מסוימת לחבריהן.

ברזון ערך מחקר שבו השווה בין התהליך בקבוצה עם מנחה ובין זה המתרחש בקבוצה ללא מנחה. נראה כי שתי הקבוצות עברו תהליך זהה לגבי תפיסת עולמם ותפיסתם את עצמם.

בהתייחס לקבוצה שלנו, נראה שהחוויה הרגשית שעברו המשתתפים בקבוצת ההמשך הייתה חזקה יותר ועבדה ברמות גבוהות יותר. בדיווח לא-פורמלי של חברי הקבוצה עלה כי הם היו חופשיים יותר, דיברו יותר וחשפו רגשות שלא עלו בקבוצה שלנו.

לגבי ההנחיה מציין יאלום כי בתהליך הקבוצתי כל משתתף רוכש את חשיבותו בקבוצה, ולעתים משתתפים שעברו טיפול קבוצתי יכולים להפוך בעצמם למטפלים מעולים בעלי כושר הבחנה חד.

אין ספק שאישיותו המיוחדת של כ', תהליך ההעצמה שעבר בקבוצה, הרצון להמשיך ולהיות קבוצה, נוסף על היותו "הגרש האידיאלי" בעיני חברות הקבוצה (ההפך הגמור מכל בני הזוג לשעבר שלהן), גרמו לרוב המשתתפות להמשיך ולקיים את המפגשים בביתו ובהנחייתו.

למרות החששות שלנו, לכל חברי הקבוצה "שלום". נוצר גרעין חברי הממשיך להיפגש באירועים חברתיים, ומדווח על קשר מיוחד של עזרה ותמיכה הדדית. אנו מאמינות כי ניתן לזקוף כל זאת לזכות הקבוצה המקורית שלנו ולזכות קבוצת ההמשך.

סיכום

"לעולם אל תילחם בחזקו של היריב, אלא השתלב באנרגיה שלו ותשנה את כיוונה" – זוהי תמציתה של שיטת אמנות הלחימה אייקידו. מומחה לאייקידו יודע כיצד לגעת ביריב ברכות ובעדינות כדי לנצל את הכוח הנוצר אצלו (בנסון, 1987).

ניסינו להיות כאותו אמן היודע להיות בהרמוניה עם הקבוצה ולא להילחם או להיאבק בה. ניסינו כמיטב יכולתנו לקבוע מהי דרך ההתערבות המתאימה ביותר לתכנים שעלו בקבוצה, תוך הסתייעות בתוכני קבוצת ההדרכה שבה השתתפנו בהנחייתה של הגב' מיקי תודר.

המפגשים הראשונים לוו בחששות, וכל מפגש הוכן בקפידה מראש מתוך חשש להפתעות. תחילה נצמדנו לדפים כתובים, לסדר שקבענו מראש, וחששנו מכל שינוי וחריגה שמא הקבוצה תצא משליטתנו. אט-אט נרגענו גם אנחנו, רכשנו ביטחון, דיברנו פחות והקשבנו יותר, ואפשרנו לתהליך הקבוצתי להתרחש ולהתפתח מעצמו מול עינינו. בדרך זו, כל אחד מהמשתתפים קיבל מקום והזדמנות לפרוס בפני הקבוצה את קשייו ולזכות בהתייחסות של הקבוצה כולה.

עבודתנו המשותפת כמנחות אפשרה לנו לראות את המצבים השונים בקבוצה כאשר העומס הרגשי התחלק בין שתינו. חשוב לציין כי האווירה בקבוצה אפשרה לנו להתלבט בקול רם בנוכחות הקבוצה ובכך להראות "מודלינג" של תקשורת טובה.

מבחינתנו, הקבוצה השיגה את רוב מטרותיה ואולי גם מעבר לכך, מעצם העובדה שחבריה המשיכו להיפגש בלעדינו כקבוצת המשך. היו רגעים שבהם הרגשנו רגשות מעורבים של סיפוק מצד אחד וקנאה מצד אחר על כך שהם פועלים בכוחות עצמם. ברגעים אלה שאלנו את עצמנו איפה אנחנו ומה תרומתנו לקבוצה? הרגשות המעורבים הקשו עלינו לראות איך חברי הקבוצה הופכים להיות דומיננטיים, אך עם זאת יכולנו לראות את השינוי והצמיחה של כל אחד מהם, דבר שנתן לנו את הכוח והרצון להקים ולהנחות קבוצות נוספות.

בתשובה לשאלה ששאלנו את עצמנו: "של מי הקבוצה הזאת?", "האם היא שלנו או של חברי הקבוצה עצמה?" אפשר לענות כי לקבוצה אין "אבא" אחד. הקבוצה הייתה פעם שלנו ופעם שלהם, בהתאם לדינמיקות שהתפתחו כל מפגש. מה שאינו עומד בספק, הוא שבמשך כמה חודשים היינו יחד "שלם".

ביבליוגרפיה |

ביון, ו', ר'. (1992). "התנסויות בקבוצות". תל אביב: דביר.
בנסון, ג', פ'. (1987). "יצירתיות בעבודה עם קבוצות". קריית ביאליק: אח.
זיו, י' ובהרב, י'. (2001). "מסע קבוצתי". תל אביב: גל.
רוזנוסר, נ' ולירון, נ'. (עורכים) (1997). "מקראה להנחיית קבוצות". ירושלים:
מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.

Whitaker, D. S. (1985). *"The Character of the Group as a Medium for Help"*. Routledge, pp. 32-59.

Yalom, I. (1985). *"The Theory and Practice of Group Therapy"*. pp. 227-455.

פרק 1 הקמת קבוצה בנושא משפחות במעבר ביישוב קהילתי קטן

חני נוימן וריקי גרינברגר

מבוא

משפחות הנמצאות בתהליכי מעבר בעקבות הליכי גירושין, חוות תהליך של משבר בעל השלכות פסיכו-סוציאליות רחבות. המעבר מעורר קשיים ויוצר משבר, אך גם מזמן שינוי וצמיחה.

עבודתנו כפקידות סעד, לסדרי דין עם המשפחות, היא אינטנסיבית ומשמעותית, אולם אנו מוגבלות בזמן ובתחומי הטיפול. המשפחות מגיעות אלינו בעקבות פתיחת תיק לגירושין בבית דין רבני או בבית המשפט, ועם תום גיבוש התסקיר ומתן ההמלצות אנו מתמודדות עם הקושי בהמשך ליווי המשפחות ובמתן מענה לצרכים העולים עקב השינויים וההתמודדויות החדשות על רקע משבר הפרדה והגירושין. אנו עדות לעלייה במספר המשפחות הנמצאות במעבר הגירושין ולצרכים ההולכים וגוברים, לצד הרצון לפתורם ולקבל מענה. עם תום הליך הגירושין וסיום ההליך המשפטי, לרוב, הנשים הן אלו הנוטלות על עצמן את מרב מטלות הבית והמשפחה והן אלו המתמודדות עם הליכי שינוי ורצון לצמיחה ופונות לתמיכתנו.

מתוך הבנה והכרה בטיפול הקבוצתי, הן כדרך טיפול משלימה והן כאלטרנטיבה, ומתוך ראייתו כדרך התערבות וכמענה טיפולי העשוי לסייע לנשים להתארגן, לאסוף כוחות ולהתמודד טוב יותר בתפקודם היומיומי, בחרנו להקים קבוצה לנשים גרושות משמורניות ביישוב אורנית. לאחר תהליכי שיווק ופרסום ועריכת ראיונות ממיינים, הוקמה הקבוצה תוך כדי תהליך מבוקר של קבלת החלטות. הקבוצה עברה שינויים במהלך עבודתה. עם הפרסום והשיווק של רעיון הקמת הקבוצה ובדיקת צרכים זכינו להיענות רבה ולתגובות של הבעת רצון להשתתף בה, ונערמו אצלנו כ-31 שמות של נשים שהביעו רצון להשתתף בקבוצה ואף נמצאו מתאימות. בסיום שלב הראיונות, עם הקמת הקבוצה ותחילת עבודתה, השתתפו בקבוצה שמונה חברות, ובסופה הצטמצמה הקבוצה לשלוש חברות שהתמידו והיוו קבוצה. בקבוצה התפתחה דינמיקה נעימה ומפורה, הן בין המשתתפות והן בין המשתתפות למנחות, ובסופה, סיכמו החברות קבוצה זו כמוצלחת וכתורמת. במהלך עבודתנו בדקנו את עצמנו וערכנו כמה שיחות עם חברות הקבוצה בפועל וחברות הקבוצה בפוטנציה, ונחשפנו לקשר שבין עבודה קבוצתית לעצם פועלה במסגרת יישוב קהילתי קטן, על כל המשתמע מכך. לכן, בכתיבתנו החלטנו להתמקד בנושא של הקמת קבוצה בנושא "משפחות במעבר" ביישוב קהילתי קטן; לבחון את היתרונות ואת החסרונות שבתהליך זה, תוך התייחסות להפעלתו בתוך יישוב קהילתי קטן, על כל מאפייניו והשלכותיו.

הרציונל להקמת הקבוצה ומטרותיה

במסגרת עבודתנו כפקידות סעד לסדרי דין באורנית, אנו נתקלות בעלייה הולכת וגוברת במספר הזוגות המחליטים להיפרד ולפרק את המסגרת המשפחתית שבנו יחד. בעקבות שינוי זה עוברת המשפחה שינוי ואף משבר. ירושין הם אירוע נורמטיבי מבחינה סטטיסטית אך גם משבר גדול עבור יחידים ומשפחות. בנוסף, קיימת תופעה של הגירה של אימהות גרושות

לאורנית בעקבות תהליך גירושין, בדרך כלל מסיבות של נוחות כתוצאה מצרון לגור במחיצת בני משפחה או תנאי דיור נוחים יותר.

בעבודתנו השוטפת מצאנו את עצמנו עוסקות רבות בנושא זה של מתן עזרה, תמיכה וייעוץ באופן פרטני לאימהות גרושות. מתוך הכרה והבנה כי הטיפול הקבוצתי מספק מענים ויתרונות שאינם ניתנים במפגש הפרטני, החלטנו לפתח ולהפעיל דרך טיפול זו. אם בטיפול הפרטני הדגש מושם על ההיבט הבין-אישי, הקבוצה מאפשרת התחלקות עם שאר חברי הקבוצה, למידה והפריה הדדית. הקבוצה אף משמשת כחברה בזעיר אנפין ובמסגרת הקבוצה אנו נותנים טיפול ומפיקים תועלת ליותר אנשים בו-זמנית (בנימין, 1979). הקבוצה משמשת מדיום לעזרה לאנשים הנזקקים לטיפול בשל קשיי התמודדות בסוגיות שונות בשלבים שונים של חייהם. הקבוצה מהווה סביבה מושלמת להעלאת המודעות, לעזרה הדדית, לפיתוח מיומנויות חברתיות והשתתפויות, לתרגול פתרון בעיות ולהתנסות בהשפעה אפקטיבית על אחרים. בקבוצה קטנה מאפשרת למלא תפקידים בעלי ערך ולהנחיל את השיתוף והיכולת לעזור ולהיעזר בתהליך של העצמה הדדית (רוזנוסור, 1997).

עלו היסוסים סביב חששות מהיחשפות בפני נשים שכונת ופחד מגילוי סודות. עצם העובדה שהחברות כולן היו תושבות אורנית יצרה תחושה של מחנק. נקודות המפגש הרבות שבהן עשויות חברות הקבוצה להיפגש ביום-יום לא אפשרה למשתתפות לפתח לעצמן מקום חופשי ובטוח. לכך התווספה העובדה שהיו בקבוצה נשים בעלות כפל תפקידים (אשת חינוך מצאה עצמה יושבת בקבוצה לצד אימא של תלמידה). מקרב המשתתפות עלתה הבקשה להרחבת הקבוצה ולצרף אליה נשים מהאזור שאינן תושבות אורנית ובכך להרחיב את מעגל החברות ולגונן. היה חשש מחשיפת יתר וריחפה באוויר תחושת מחנק עקב העובדה שכולן תושבות אורנית ובדרך זו או אחרת מכירות ונפגשות זו עם זו. מתוך הבנה למצוקה נענינו לבקשה ופעלנו להרחבת הקבוצה תוך שיווקה ביישובים הסמוכים בניסיון לגייס נשים נוספות. בתוך כך המשכנו להפעיל את הקבוצה מתוך אמונה שלא נכון יהיה לסגור אותה ולהקימה מחדש, כי אם עדיף לתחזק את מה שקיים ותוך כדי להוסיף ולהרחיב. אנדרסון (Anderson, 1993) מתייחס לטקטיקה של מנחים המקימים קבוצה ואף שאינם שלמים עם גודלה ושואפים להגדילה, מחליטים מסיבות אלו או אחרות לפתוח בזמן שנקבע ולהרחיבה במהלך הזמן. אנדרסון (שם) חולק על דרך זו וטוען שכך המנחה משדר לקבוצה

חוסר מושלמות ואז יוצא שבמקביל חברים פורשים מהקבוצה והקבוצה מידלדלת כבר במהלך הפגישות הראשונות. ואכן, בעבודתנו צפינו בהליך כזה. לאורך ניהול המפגשים, שלווו בציפייה של החברות להצטרפות חברות חדשות, חלה פרישה של חברות והקבוצה הלכה והצטמצמה. לבסוף החלטנו לעצור את החיפוש ולהתמודד עם מה שיש. לכל אורך "מפגשי ההתלבטות" המשכנו לקיים את הקבוצה כמתוכנן, וזאת מתוך מודעות לחשיבות האחזקה של הקבוצה בשלב ראשוני זה. שידרנו לחברות הקבוצה שלמרות ההתלבטויות והכוונה לשנות ולהגדיל את הקבוצה, אנחנו ממשיכות. פעלנו מתוך רצון להעניק להן תחושה של ביטחון, יציבות וקביעות (Foulkes, 1964), במיוחד לאור העובדה שהקבוצה הורכבה מנשים שמעמדן האישי התערער ונוסף על כך חוו נטישה של חברות קבוצה. רצינו לשדר להן מידה של יציבות בתוך הבלבול שבו היו נתונות. יש לציין שמפגשים אלה התנהלו באופן מפרה ותורם למשתתפות. השתדלנו לאורך המפגשים להתייחס למי שנמצא ולא למי שלא נמצא (בדרך כלל הודיעו המשתתפות מראש על היעדרות), וזאת מתוך כוונה להדגיש את מה שיש ולא את מה שחסר. בשלב מסוים, בפגישה השישית, החלטנו לעצור בחיפושם ולהתמקד במה שיש. בשלב זה פרשו שתי נשים נוספות ונשארנו עם קבוצה של שלוש משתתפות שהביעו רצון עז להמשיך ולעבוד יחד. הקבוצה התמידה, הרגישה מחויבות, וכל אחת מהחברות תרמה מעצמה ואף נתרמה. הקבוצה הגיעה לאינטימיות גבוהה ובעקבות בקשת החברות, מספר המפגשים, שנקבע מלכתחילה ל-12, הוארך ל-16.

כהן ורייס (Cohen & Rice, 1995) מצביעים על חלק מהגורמים והנסיבות שתורמים לקבוצה להישאר קטנה. בין השאר הם מראים ניגוד אינטרסים בין המטפל למוסד שממנו בא, קושי בשיווק הקבוצה וכו'. נוסף על כך יש מטפלים שמנוסים היטב בטיפול פרטני אך עלולים לחוות חרדה מהקמת קבוצה טיפולית גדולה דִּהָּ לאימוץ תהליכים קבוצתיים. לכן, כשקבוצה מתחילה להתמלא, טיפול פרטני בתוך הקבוצה נעשה קשה יותר בהדרגה והמטפל חייב לוותר על תהליכים שקורים לפרט למען התהליך הקבוצתי. בתנאים הללו המטפל מוצא את עצמו (ולא תמיד במודע...) מעכב בעדינות את צמיחת הקבוצה כשהיא מתחילה להתמלא. בסיום הקבוצה הביעו החברות שביעות רצון מלאה מהתהליך שעברו ואף ציינו שהגודל של שלוש משתתפות, לא זו בלבד שלא הפריע להן, אלא אף תרם להן. חברה אחת אף

ציינה שבקבוצה של שלוש משתתפות הרגישה בטוח יותר מאשר בקבוצה הרחבה יותר. סימוכין לכך מצאנו אצל כהן ורייס (שם), המציינים שחברי קבוצה קטנה מתרחבים בדרך כלל להרחבת הקבוצה בשלב מסוים מחשש לפגיעה באינטימיות. לאורך עבודתנו התלבטנו רבות אם להמשיך להנחות קבוצה בת שלוש משתתפות: לגבי התרומה של הקבוצה למשתתפות, לגבי היעילות שבהנחיית קבוצה כזו ולגבי התהליכים שהיא עוברת. אין לנו ספק, שאף כי הקבוצה מנתה שלוש משתתפות בלבד, היא פעלה כקבוצה טיפולית וענתה על כל הגדרות הקבוצה שמצאנו, כגון: "שני אנשים או יותר המצויים באינטראקציה זה עם זה באופן כזה שכל אדם משפיע על זולתו ומושפע ממנו", או "קבוצה היא אוסף של פרטים בעלי קשרים זה עם זה ההופכים אותם לתלויים זה בזה באורח משמעותי" והגדרות נוספות שמביאה רוזנווסר (1997). תיאורטיקנים רבים מתדיינים בנושא משמעות גודל הקבוצה. בנימין (1979) מסופק אם קיים בכלל גודל "נכון" והרכב "נכון". הכלל שקבע לעצמו בעניין הגודל, אומר שכאשר יש ספק, מוטב לצרף יותר משתתפים מאשר פחות. הוא מביא בחשבון היעדרויות ונשירת חברים. בנימין (שם) מרחיב ומציין שאם אחת ממטרות הקבוצה היא פיתוח כישורים לתקשורת בין אישית ומגעים הדדיים, דרוש מספר מינימלי של משתתפים כדי שמגעים מסוג זה אמנם יוכלו להתקיים, ועם זאת מספר מספיק גדול כדי שכל אחד יוכל להרשות לעצמו מפעם לפעם להישען לאחור בכיסאו ולעקוב אחר תגובות הגומלין של האחרים, בלי שפעילות הקבוצה תיפגע כתוצאה מכך.

רוזנווסר (1997) מציינת כי רוב הקבוצות הקטנות נעות בין שניים לשבעה חברים וכי גודל הקבוצה כשלעצמו אינו תכונה חשובה מאוד, אך גדולה השפעתו העקיפה על היבטים אחרים של הקבוצה. היא מציינת שבדרך כלל מקובל לראות קבוצה כנוצרת מצירוף מינימלי של שלושה אנשים, כיוון שרק הרכב כזה או גדול ממנו נותן אפשרות ביטוי לכמה תהליכים קבוצתיים טיפוסיים, כמו למשל הופעת מנהיגות, התארגנות בקואליציה, יחסי רוב ומיעוט, לחץ חברתי ועוד. אמנם הקבוצה הגיעה לאינטימיות ולתכנים עמוקים, אך אנו סבורות שהתהליך הקבוצתי שעברו שונה באופיו מתהליך שעשו היה להתרחש בקבוצה גדולה. פולקרסון (Fulkerson, 1981) טוען כי לקיומו של תהליך קבוצתי דרושים חמישה חברים לפחות. בקבוצות קטנות מתחת לחמישה משתתפים, לטענתו, החברים עסוקים בהישרדות קבוצתית ומתמקדים בקשר

פרטני טיפולי ואז האינטימיות מתבססת על הסכמות במקום על צמתים קריטיים ותקריות בין החברים. בקבוצה קטנה הדינמיקה שונה. בנימין (1979) מציין כי כאשר המשתתפים עצמם הם מוקד העניין של הקבוצה, מספרם צריך להיות קטן יותר מאשר במקרה שמוקד ההתעניינות הוא אנשים שמחוץ לקבוצה (כמו ילדיהם של המשתתפים). ייתכן כי בשל קוטנה ולכידותה ובשל האפשרות להגיע לכל אחת ואחת מהמשתתפות ולהתייחס באופן מעמיק יותר למצוקותיה, הצליחה קבוצה זו להגיע לאינטימיות ולתכנים עמוקים.

ברצוננו להציג את היתרונות והחסרונות שבהפעלת הקבוצה ביישוב קהילתי קטן. ליישוב קהילתי קטן מאפיינים יחודיים כגון: צפיפות מגורים בשטח גיאוגרפי מוגדר, נקודות מפגש רבות בין התושבים, תחושת "משפחה ללא סודות", ריבוי תפקידים לאדם אחד (הורה יכול להיות גם בעל מקצוע ביישוב), הרגשת צפיפות ומחנק ורצון לפרוץ החוצה. עם זאת, הוא יכול להקנות תחושת ביטחון ותחושה שדואגים לי ועוטפים אותי יש על מי לסמוך. כמו כן, ביישוב קהילתי קטן עובד מקצועי משמש בכמה תפקידים. מצב שבו עובדות סוציאליות פרטניות הן גם מנחות הקבוצה, עשוי להביא להרגשת ביטחון, פתיחות ומעורבות מצד אחד, אך עלול למנוע פתיחות מהחברים ולהעמיד את המנחות לעתים בפני דילמות בשל ידע מוקדם, מצד אחר.

הקמת קבוצה בתוך יישוב קהילתי קטן כרוכה בקשיים אופייניים:

1. קיומם של מקומות המפגש המזדמנים הרבים ביישוב אינו מאפשר למשתתפים להיות חברים אנונימיים בקבוצה ולהרגיש בה בטוחים וחופשיים, ועשוי להביאם לידי מבוכה.
2. ביישוב קטן יש סבירות גדולה שאדם יהיה מוכר כבעל תפקיד נוסף על היותו חבר קבוצה, ולעתים היכרות מוקדמת זו עלולה להיות לו לרועץ. בקבוצתנו, למשל, אשת חינוך מצאה עצמה חברה בקבוצה שבה משתתף הורה של תלמיד שלה. משתתפת זו לא הייתה מסוגלת לעשות הפרדה לצורך העניין והודיעה על פרישה.
3. קבוצה משמשת מכל שדרכו מתרוקן המשתתף מתחושות קשות ומחוויות לא-נעימות המלוות אותו, דבר המאפשר לו התפתחות אישית וגדילה. כשהקבוצה פועלת ביישוב קטן, הדבר פוגם ביתרונותיו של המכל בכך שהוא מעורר אצל המשתתף תחושות פרנואידיות, על כך שלא תישמר סודיותו ושה"מכל" הפרטי שלו יופץ בכל מקום. תחושה זו מעכבת את המשתתפים מלהיחשף ולהתנקות.

4. נשים גרושות מבטאות בדרך כלל בעקבות הגירושין תחושה של שחרור ממחנק. אותה תחושת מחנק שאפיינה אותן בחיי הנישואין, עלולה ללוותן כגרושות, במגוריהן ביישוב קטן, ולבוא לידי ביטוי בקבוצה הטיפולית. הנשים מחפשות בשלב זה מרחב עצמי ופריצה אל מחוץ לכותלי היישוב כסמל להתפתחות אישיותית ולפתיחות. נוסף על תחושת המחנק, נשים חשות בשלב זה תחושות של בדידות וסגירות, העלולות להתחזק בקבוצה מצומצמת ביישוב קטן. עם זאת, קבוצה קטנה עשויה לסייע בכך שהיא מעניקה הרגשת ביטחון, חמימות, תמיכה והכלה, שעשויות לעטוף ולחזק.

כאמור, נשים רבות עוברות לגור ביישוב אורנית לאחר גירושיהן ורואות בו מקום מעבר. גם תושבות היישוב שהתגרשו ונמצאות פעמים רבות באי-ודאות כלכלית, אף הן רואות בו מקום ארעי. עצם אופיו כיישוב קהילתי, על כל המשתמע מכך, כגון ריחוק מהמרכז ועלות גבוהה של תנאי מחיה, מעמיד נשים רבות בתחושת התלבטות וארעיות. תחושת ארעיות זו מביאה לחוסר שייכות למקום ומתווספת לתחושת המעבר שמלווה נשים אלו בתהליך הגירושין שלהן. עם תחושות אלו מגיעות הנשים לקבוצה, שאמורה לשמש מקום בטוח ויציב. אם הקבוצה אינה יציבה מבחינה מספרית, היא עשויה להעצים את תחושת הארעיות וחוסר הביטחון.

בקבוצה שלנו, עניין הארעיות וחוסר הוודאות עלה בצורה בולטת מאוד והיווה נושא משמעותי. לדוגמה, אחת הנשים מתגוררת כבר כמה שנים בבית שבעלה לשעבר מעמיד אותו למכירה, ובכל רגע נתון היא עשויה לקבל הודעה שעליה לפנותו. דבר זה מעמיד אותה במצב של חוסר ודאות – האם לשפץ את הבית ולהתגרר בו בתנאים ראויים, או "לחיות על מזוודות"... אישה אחרת החלה לברר עם עצמה מה משאיר אותה עדיין מתגוררת ביישוב, בזמן שגם היא וגם ילדיה רוב שעות היום נמצאים מחוץ לו. לעניות דעתנו, הקבוצה הטיפולית שנוצרה, דווקא בשל היותה קבוצה קטנה, היוותה מקום בטוח לאותן נשים שחיפשו מענה לתחושות הבדידות, הסגירות וחוסר הוודאות.

סיכום ומסקנות

קבוצות פסיכו-תרפויטיות מכל גודל שהוא יכולות להיות טיפוליות, אך אם הקבוצה כוללת פחות מחמישה חברים, היא בדרך כלל נחשבת קטנה והדינמיקה שלה שונה מזו שבקבוצות גדולות יותר. כפי שראינו, אין מחקר המראה שקבוצות כאלה הן פחות טיפוליות, ולמרות זאת רוב המנחים מעדיפים לעבוד עם קבוצות המכילות מעל חמישה משתתפים.

בפועל, מנחים רבים עובדים עם קבוצות קטנות יותר ממה שהיו מעדיפים. גם אנו כמנחות התנסו בקבוצה קטנה, לכל הדעות, ונוכחנו לראות את הדינמיקה המיוחדת בקבוצתנו בת שלוש נשים.

אנדרסון (1993) מסכם את המאפיינים של קבוצה טיפולית קטנה שעלולים להפריע לתהליך הקבוצתי הטיפולי:

1. בלי קשר לגישת ההנחיה, למיומנות, למיקוד ולסגנון שמציג המטפל, הטיפול בקבוצות קטנות נוטה לכיוון טיפול פרטני שנעשה בתוך הקבוצה עצמה. חברי הקבוצה נוטים לתקשר יותר עם המנחה מאשר בינם לבין עצמם.

2. חברי הקבוצה נוטים להימנע מביטויים של קונפליקט בינם לבין עצמם. הם נוטים להיות פסיביים ונעימים מפחד שהקבוצה תתפרק.

3. החברים נוטים להאמין שאינם יכולים לעזוב בקלות את הקבוצה. הם חוששים שעזיבתם תפגע ברווחתם של חברי הקבוצה ושל המנחה. בקבוצה שהנחנו הגיעו הנשים בהתמדה לכל פגישה, והייתה תחושה שכל אחת נושאת אחריות מסוימת לתחזוקה של הקבוצה. הדבר עלול לגרום תחושת מחנק וחוסר חופש להחליט – תחושות המקבילות לחיי הנישואין.

4. החברים נוטים להחזיק בתדמית קבוצתית שלילית. המפגשים נתפסים בעיניהם כחובה ולא כדבר נחשק, מספק או נחוץ לשמירה על רווחתם הנפשית. עלינו לציין, שנטייה זו אפיינה את קבוצתנו רק בהתחלה, ולתחושתנו המשתתפות באו מפעם לפעם עם יותר חשק ותחושת סיפוק, מתוך ייחוס תדמית חיובית לקבוצה.

5. המנחה נוטה להיות פעיל ודומיננטי יותר. התלכדות הקבוצה עלולה להידחות כיוון שהמנחה מנסה לרצות את צרכיהם הפרטניים של

החברים, על חשבון אימוץ אינטראקציות בין חבר לחבר ותסכול ניסיונותיהם של החברים לתקשר עם המנחה לבד. המנחה, ולעתים חברים מסוימים בקבוצה, נוטים לשאת עצות ומנסיים לפתור בעיות במקום לשאת את "כאבי האמפתיה". בקבוצה שלנו בתחילתה חשנו כמנחות שעלינו להיות אקטיביות יותר, אך בעקבות עבודה על עצמנו מפגישה לפגישה נוכחותנו בלטה פחות ובמקומה תפסה את הבמה האינטראקציה בין הנשים עצמן. הן הרבו להשיא עצות זו לזו וניסו לפתור אחת את בעיותיה של רעותה.

6. המנחה נוטה למנוע ביטויים של ביקורת וקונפליקט של החברים, כשהם עשויים לעלות בקבוצה.

7. המנחה נוטה לחוות יותר רגשות של אכזבה ותסכול עם ההנחיה ועם חברי הקבוצה. הנחיית הקבוצה לא נחוות כטיפולית, מספקת ונעימה כפי שהיה מצופה ממנה.

אפשר לומר, שלנו המנחות היו תחושות אמביוולנטיות לגבי הנחיית הקבוצה. תחילה הרבינו לעסוק בשאלות האם זו קבוצה, האם קבוצה זו נחשבת כטיפולית וכו'. כמו כן, השוינו את קבוצתנו לקבוצה שייחלנו לה מלכתחילה. למרות זאת לא הרמנו ידיים ולא ויתרנו, ומפגישה לפגישה, בסיוע הפרקטיקום, התחלנו להאמין בקבוצה ובתפוקותיה, ולעניות דעתנו אף העברנו תחושה פנימית זו גם לחברות הקבוצה, דבר שתרם להצלחת הקבוצה ככלות הכול.

ייתכן שתרמנו ללא-מודע הקבוצתי את הביטחון שאפשר להתגבר על קשיי הסתגלות, על אכזבות שהקבוצה (ובאנלוגיה: חוויות החיים) אינה עומדת בקריטריונים ובציפיות שלנו, שיש להילחם כדי ליצור דבר חדש, שאין להיכנע לכוחות ההרסניים והמפרקים ושיש להתחבר לכוחות הבנייה. האנלוגיה לגרושין ולבניית חיים חדשים מובנת מאליה.

סוף דבר: תשתית לעבודה עתידיה

כשאנו מביטות לאחור על התהליך שעברנו בניסיון להסיק מסקנות לגבי קבוצות טיפוליות עתידיות בנושא "משפחות במעבר" ביישוב קהילתי קטן כמו אורנית, וכן לאור מה שסקרנו לאורך העבודה, אנו סבורות כי לא תתאפשר הקמת קבוצה טיפולית גדולה ביישוב קהילתי קטן. מסקנה זו מובילה אותנו לגבש רעיון של פיתוח קבוצות אזוריות, שייתנו מענה לצורך לפרוץ את גבולות הבדידות והסגירות, וכן לצורך בשמירה על סודיות. קבוצה אזורית תענה על אינטרסים של כמה יישובים, וגם ההנחיה בקו תוכל להתממש באמצעות חיבור של מנחה אחד מכל יישוב (ולא שניים...), מה שיחסוך במשאבי כוח אדם וגם יניע כל מנחה לגייס אנשים מיישובו. במקביל, במקרים מסוימים תוקם ביישוב קבוצה טיפולית קטנה בהתאם לנסיבות ולשיקול דעת מקצועי.

במהלך עבודתנו חוינו קשיים בשלב הראשון של הקמת הקבוצה, בין השאר מהסיבות שצוינו לעיל. תהליך ההדרכה וההתעמקות בשלב ראשוני זה של הקמת הקבוצה והבנת חשיבותו עזר ותרם לנו רבות. ללא התמיכה והעידוד שקיבלנו הן מהמנחה והן מהקבוצה, ייתכן שהיינו מוותרות על הקמת הקבוצה. ההבנה שגם קבוצה קטנה בת שלוש משתתפות היא קבוצה, החזיקה אותנו ודרבנה אותנו להמשיך. בסופו של דבר הקבוצה פעלה יפה, המשתתפות נתרמו ונהנו, והגיעו לרמת חשיפה גבוהה ברמת התוכן. הן נעזרו זו בזו, וכל אחת בנפרד עברה תהליך ושינוי. מניסיון זה למדנו שאפשר לערוך טיפול קבוצתי גם במסגרת של שלוש משתתפות ושיש לכך יחודיות והצלחות שלא ניתן לבטלן. ההשתתפות בקבוצה וההתחלקות סיפקה לנו תמיכה, עידוד ובעיקר הרבה למידה והעשרה מניסיונם של האחרים. התהליך שעברנו השאיר בנו טעם של רצון להמשיך ולהפעיל קבוצות נוספות.

ביבליוגרפיה |

בנימין, א' (1979). "התנהגות בקבוצות קטנות". תל אביב: ספרית פועלים.
רוזנוסר, נ' (1997). "העבודה הקבוצתית: אמצעי לפתוח הקהילה", בתוך: נ'
רוזנוסר וני לירון (עורכים), *מקראה להנחיית קבוצות*. ירושלים: מרכז ציפורי
והחברה למתנ"סים, עמ' 401-424.

Anderson, T. I. (Spring 1993). "Small and Unfilled Psychotherapy Groups: Understanding and Using them Effectively". *Groups*, 17 (1): pp.13-21.

Cohen, S. L. & Rice, C. A. (1985). "Maximizing the Therapeutic Effectiveness of Small Groups". 9 (4): pp. 3-9.

Fulkerson, C. C . Hawkin D. U. & Alden A. R. (1981). „Psychotherapy Groups of Insufficient Size". *International Journal of Group Psychotherapy*, 1: 73-81.

Wolmen, C. (1976). "Women Group Therapy". *American Journal of Psychiatry*, 183 (3).

פרק ז העברה והעברה נגדית בקבוצת ילדי גירושין בהנחיית אישה וגבר

איריס בז'רנו ואיתמר כהן

נושא העבודה

בעבודה זו מתוארים תהליכי העברה והעברה נגדית, שהתרחשו בקבוצת ילדים להורים גרושים, שיחידת ההנחיה שלה מורכבת מאישה וגבר. אנו רואים בקבוצה זו סימולציה למסגרת משפחתית שבה המנחים הם הורים והמשתתפים הם ילדיהם, ומתקיימים ביניהם יחסי "אחים ואחיות". הקבוצה מרכזת את עולמם החיצוני, מחשבותיהם, רגשותיהם ודעותיהם, ואלה באים לידי ביטוי בתהליכי העברה והעברה נגדית המתרחשים בקבוצה. העובדה שיחידת ההנחיה מורכבת מאישה ומגבר מספקת למשתתפים הזדמנות להעביר רגשות ודפוסי התנהגות הנוגעים בחוויות האישיות כלפי כל אחד מהמינים (גבר/אישה – אבא/אימא).

במבוא התיאורטי נתייחס בהרחבה לילדים החווים משבר עקב גירושי הוריהם, ברציונל של הטיפול הקבוצתי ובמושגים "העברה" ו"העברה נגדית".

מבוא תיאורטי

גירושין הם משבר קשה להורים ולילדים, שכן הם מערערים את המערכת המשפחתית האמורה לספק לילדים את צרכיהם הגופניים והנפשיים ולהעניק להם תחושות תמיכה, הגנה וביטחון. תגובות רגשיות קשות אצל הילדים, קשיים בהסתגלותם החברתית, הרגשית והאינטלקטואלית – קוגניטיבית, הן תופעות שכיחות הנלוות לגירושין (סמילנסקי, 1990).

גילו של הילד בעת גירושי הוריו משפיע על איכות תגובותיו ועוצמתן. בכל גיל יש דפוסי תגובה אופייניים בהתאם לשלב ההתפתחותי שבו נמצא הילד. ככל שהילד צעיר יותר, כן גלוי יותר הביטוי למצוקתו (איילון ופלושר, 1987). התפתחות הכרתו של הילד עם העלייה בגיל משפיעה על אופן המשגתו את הגירושין. בגילאי 6-9 עדיין קיימת בילד תפיסה אגוצנטרית. ילד בגיל הזה מבחין בעימותים בין ההורים ומבין שההתרחשות היא במשולש הורה – הורה – ילד, אם כי לרוב הוא מאמין שמה שהרע שעשה גרם למריבה בין הוריו וכי זו הביאה לגירושין. הוא קושר בין המצוקה הנפשית של ההורים עקב הגירושין לבין ההתנהגות שלו עצמו באותה עת. על כן הוא מניח כי עליו לעשות משהו כדי שההורה ירגיש יותר טוב. לעתים הוא מתנהג כלפי ההורים כאילו הוא עצמו הורה. מאפיין נוסף של ילדים בגיל זה הוא נטייתם לתפוס את המרחק הרגשי והמרחק הפיזי כחופפים זה לזה. הם חשים שגרמו למרחק שנוצר בינם לבין ההורה שעזב. תפיסתם גם מבוססת על ההנחה שרצון ההורה לבקר את הילד תלוי אך ורק ביכולת הילד לגרום לו אושר.

בגילאי 9-12 הילד מצליח להבחין בין הרמה האישית לרמה הבין-אישית. הוא מסוגל יותר להבחין בין רגשות ומחשבות פנימיות ולתפוס את הקונפליקטים הפנימיים ביחסי הוריו. הילד מבין שהוריו השתנו וכי אינם מרגישים עוד רגשות חיוביים זה כלפי זה, אך אינו מבין את סיבת השינוי. הוא מאמין כי שינויים אלה הפיכים וניתנים לתיקון אם אחד ההורים, או שניהם, יעשה מספיק מאמצים לעשות זאת או באמת ירצה בכך. בגיל הזה הילד רגיש במיוחד לקונפליקט בנאמנויות. הוא מרגיש כי עליו לתווך בין הוריו, הוא נוטה להסתיר מהוריו רגשות של כעס ועצב, ומבקש להראות להם רק את צדדיו היותר חביבים וחיוביים (סמילנסקי, 1990).

איילון ופלושר (1987) מציינות שלמשבר הגירושין השפעות "רדומות" שעלולות להופיע לאחר שנים, כאשר הילד מגיע לשלב פגיע של התפתחותו. מחקר אורך של Walerstein (2002) גילה שיש למשבר השפעה אף לאחר 25 שנים. כותבי עבודה זו נוכחו לראות, על-סמך טיפולים אישיים של מבוגרים שעברו בילדותם את חוויית גירושי הוריהם, כי המאורע משפיע על תגובותיהם והתנהגותם אף שנים רבות אחריו. התערבות טיפולית קרוב למשבר הגירושין נועדה לסייע להתמודד עם המשבר, למטרות של חיסון, מניעת הפרעות עתידיות וטיפול בקשיים גלויים.

טיפול קבוצתי בילדים

אחת הטכניקות להתערבות טיפולית סביב משבר הגירושין היא הטיפול הקבוצתי. הקבוצה הקטנה המשפחתית היא מסגרת חברתית בסיסית, שלתוכה נולד האדם ובה הוא גדל. בתוכה הוא מעצב את אישיותו ואת יכולותיו לפתח אינטימיות, אמפתיה והתייחסות הדדית. לאחר מכן הופכים בני גילו של הילד, לדמויות המשמעותיות שעמן בא הילד ביחסי גומלין ויחד איתן הוא מתפתח. ילדים לומדים על עצמם באמצעות השוואה לאחרים. הדמות המשתקפת אל הילד ב"מראה החברתית" הופכת להיות התשתית לבניית הדימוי העצמי שלו. חוויה חיובית של השתייכות ושותפות בקבוצה מעניקה הזדמנויות רבות ערך לתיקוני דימוי שהשתבש ב"ראי העקום" של מאורעות חיים טראומטיים, קרי גירושין.

יחסים של קרבה, משיכה ושיתוף בקבוצה מעניקים לחבריה תחושות של ביטחון ושייכות. רגשות מעין אלה מחזקים ביחיד את הנכונות לשתף את האחרים במחשבותיו, בדעותיו וברגשותיו. המספר המצומצם של המשתתפים מאפשר לכל אחד מהם לבטא את עצמו במידה ניכרת ולזכות בהקשבה, בהתייחסות ובהיענות. תוך כדי הקשבה לסיפור של האחר מקבל הילד אישור על כך שאינו חריג או יוצא דופן. הוא מודד את תגובותיו בהשוואה לתגובות חבריו ומפתח בהדרגה יכולת להעריך את עצמו. התחושה של שותפות הגורל מספקת עידוד והוכחה שאפשר להתגבר על קשיים. זו גם הזדמנות להתבונן בתהליך הגירושין בצורה מוחשית יותר ולהתאמן בבחינת תגובה הולמת בהתנהגות בהרגשה ובחשיבה.

לפי סמילנסקי (1990), לעבודה בקבוצות יש כמה מטרות עיקריות: מקור מידע, השוואה חברתית, תמיכה, סיוע בתחום הרגשי והחברתי, מראה, דגמים לחיקוי, מקלט מלחצים, מסגרת המאפשרת ביטוי רגשות ומסגרת להתנסות.

דרך אחרת להמשיג את יכולתה הטיפולית של הקבוצה היא השוואתה למסגרת המשפחתית. משפחות בריאות מספקות לילדיהן את האווירה המחזיקה המאפשרת להם לעשות דיפרנציאציה מההורים ולהתקדם בחיים. למשפחות הסובלות מפתולוגיה, שמירה על שיווי המשקל המשפחתי נעשית מטרה בפני עצמה. במצב כזה לא מתאפשר ליחיד להתפתח ולהגיע למובחנות אישית.

קולסון (Colson, 1985) טוען כי סיטואציה של טיפול קבוצתי דומה מאוד למסגרת משפחתית. נוכחות של כמה אנשים שונים שמייצגים כמה תפקידים משפחתיים שונים מזרזת התפתחות של דינמיקה משפחתית, כולל קונפליקטים של נאמנויות וצורך לשמור על הקבוצה דרך הקרבה עצמית. הנחיה משותפת של גבר ואישה מגבירה את התפתחות התבניות המשפחתיות. כמו במשפחה, יש בקבוצה שני כוחות נוגדים: האחד מושך לכיוון של גדילה והבשלה, והשני – לכיוון של שמירה על הנוחות והביטחון של החברים דרך התנגדות לכל שינוי. הכוח המרפא של הקבוצה הוא ביכולתה לטפל בבעיות של היחיד במצב טיפולי הדומה ביותר לסיטואציה שבה הן התהוו.

אנדי ורינצ'לר (1994) מתארות מודלים רבים לטיפול קבוצתי בילדים להורים גרושים. מודל העבודה שבחרנו לעבוד לפיו הוא של קטלר (Kalter, 1994: 50). לפי מודל זה, המנחים הם גבר ואישה בקבוצת ילדים להורים גרושים בגיל בית ספר יסודי. הקבוצה כוללת ארבעה עד שבעה ילדים ומטרתה להרחיב את מגוון דרכי ההתמודדות של הילדים עם המשבר. הטכניקות הן של שימוש בפעילויות משחק מגוונות המאפשרות לילדים לתת ביטוי לרגשותיהם ולמחשבותיהם בעקיפין, באמצעות המשחק.

לאחר שהוגדרה המסגרת הטיפולית, יש מקום לברר מהם התהליכים הפסיכולוגיים המאפשרים את קיום התהליך הטיפולי. וויניקוט (Winnicott, 1971) מדבר על המשמעות המיוחדת של הקשר אמ־ילד בהתפתחות הנפשית של האדם. המושג שטבע **אובייקט מעבר** מבטא את הניסיונות הראשוניים של התינוק ליצור מושג מנטלי של האובייקט. האובייקט אינו פנימי

בלבד או חיצוני בלבד. הוא מתקיים בין המציאות לבין האילוזה. וויניקוט קורא לעולם הזה התנהגות במעבר. התופעה המעברית צומחת מהחלל שבין האם לתינוק, המכונה מרחב ביניים (Potential Space). מה שמאפשר את יצירת מרחב הביניים הזה היא ההחזקה שעושה האם לתינוק. ההחזקה, מרחב הביניים ואובייקט המעבר מאפשרים לתינוק לפתח את היכולת לשמור על שיווי המשקל שבין המציאות הפנימית למציאות החיצונית. קשר זה מוביל למהות של הקבוצה, שהופכת להיות מרחב הביניים שבו בודק הילד את עולמו הפנימי מול המציאות החיצונית, כשלקבוצה ולמנחים יש פונקציה מחזיקה. לתוך זה נכנסת פונקציה נוספת שעליה מצביע ביון (Bion) – הכֶּלָה (Containing), כפונקציה מרפאה בטיפול הקבוצתי. בתוך המסגרת של ה"מכל" מתרחשים תהליכים פסיכולוגיים של העברה והעברה נגדית. נציין כי אנה פרויד (1978) סברה כי הימנעות מטיפול בילד נובעת מעומס הרגשות הלא-ברורים העולים מהטיפול בו, המרתיע ומרחיק את אלה העוסקים בכך. מכלול הרגשות העולים בסיטואציה הטיפולית מתבטא במושגים העברה והעברה נגדית.

העברה

בפסיכואנליזה, ההעברה נתפסת כהתקה של משאלות אדיפליות בלתי-מודעות אל המטפל, במטרה למצוא להן פתרון. הקונפליקט הלא-פתור חוזר בתוך הסיטואציה הטיפולית ובא לידי ביטוי שוב ושוב ללא שליטה או מודעות מצד המטופל כדי להגיע סוף-סוף לפתרון. תיאור הקונפליקט ובניית הפירוש מתבססים על החוויה והתיאוריה של המטפל המתבונן על המטופל מבחוץ, ואינם מהווים ביטוי לחוויה הסובייקטיבית של המטופל. על-פי קוהוט (Kohut, 1979), העברה אינה עוסקת בקונפליקטים בלתי-פתורים אלא בצרכים מוקדמים שאי-סיפוקם מנע התפתחות תקינה של מבנים מסוימים באישיות. צרכים אלה עולים ומתעצמים במצב הרגרסיבי שנוצר במערך הטיפולי ודורשים פתרון. מכאן שהעברה אינה תופעה אישית של המטופל אלא תופעה בין-אישית, ולכן יפתח מטופל אחד סוגי העברה שונים עם מטפלים שונים.

קוהוט מגדיר שלוש דרכי העברה: השתקפות, אידיאליזציה ותאומות (אוסטריל, 1995). **השתקפות** (מירורינג): לפי קוהוט, כל אדם נולד כשבתוכו תחושה פנימית של שלמות וביטחון מלא בעצמו ובעולם. תחושה זו תלויה בלעדית בסביבה מיטיבה דיה, שיודעת לתת לו את האמונה שהוא מרכז העולם של הוריו, או מבחינתו מרכז העולם כולו. התינוק המתבונן בעיני אמו רואה בהן את זיק ההתפעלות הנכסף, המאשר לו שהוא שלם ומושלם ומצוי במרכז העולם והוא חלק בלתי-נפרד ממנו. האישור הזה של תחושת הערך והשלמות מהווה מראה שבעזרתה יכול אדם לראות את עצמו כרצוי בעולם ולכן לחוש חיוניות. לתחושה זו של חיוניות צרופה קרא קוהוט גרנדיחיות (הומינר, 2004). ההשתקפות שמקבל הילד מסביבתו (התפעלות, אישור והכרה) מאפשרת לו לוותר במשך הזמן על הגרנדיחיות הילדותית הנורמלית ולהפוך אותה לאסרטיביות, ליכולת לעמוד על שלו נוכח סביבה שלא תמיד מסכימה איתו ולהרגיש חיוניות וערך עצמי. חוסר בהשתקפות משאיר את הילד עם צורך שהולך ומתעצם. ככל שהחסך מוקדם יותר וככל שהוא כרוני יותר, כך יהיה המטופל זקוק להשתקפות מהסוג של "התמזגות" בלי גבולות בין האני לבין הלא-אני (אוסטריל, 1995).

אידיאליזציה: קוהוט טוען שהיותו של תינוק שייך להורה שאותו ניתן להעריץ יוצרת בו תחושה של ביטחון קיומי בלתי-מעורער, ביטחון הבונה בהדרגה את העצמי כמשהו אינטגרטיבי ויציב. הקשר עם הורה שנותן עצמו כדמות לאידיאליזציה, בונה בהדרגה את מערכת הערכים והשאיפות של הילד. ילד שלא הצליח ליצור קשר של אידיאליזציה במשך מספיק זמן בחייו או האידיאליזציה נקטעה בשל מות ההורה, היעלמות פתאומית או בשל סיבה אחרת, עצמיותו תהיה חסרה. בטיפול צריך לאפשר למטופל לקבל את המטפל כמושא לאידיאליזציה שלו, שלא זכתה למענה הולם בעבר (הומינר, 2004).

תאומות: צורך המופיע מאוחר יחסית ומתבטא בעיסוק בנקודות זמין שבין הפרט לבין האחר – בדרך כלל בינו לבין ההורה בן אותו המין. צורך זה מסופק על-ידי חוויות של עשיית דברים יחד או זה ליד זה. המטפל, אם כן, נענה במסגרת הטיפול לצורכי המטופל במתן אישור ובחזרה לחוויה הסובייקטיבית של המטופל. הוא מאפשר לו לעשות אידיאליזציה ולחוות במחיצתו חוויות תאומות כשהן מתרחשות.

העברה נגדית

פריד (Freud, 1910) חיבר בין המושג העברה נגדית להכרה ברגשות המתעוררים במטפל בעקבות השפעת המטופל על הלא-מודע שלו. את ההעברה הנגדית הוא חווה כמכשלה לעבודה האנליטית שעליה יש להתגבר. העמקה בנושא חושפת רשימה ארוכה של תיאורטיקנים העוסקים בהעברה נגדית, אך רק מעטים מהם עבדו עם ילדים או התייחסו לסוגיות יחודיות בעבודה עם ילדים. אנו נתמקד בכמה תיאורטיקנים שתרמו תרומה יחודית לטיפול בילדים.

בבואנו לעסוק בהעברה נגדית של המטפל בילדים, ראוי לתת את הדעת על שלוש הצלעות היחודיות לסוג זה של טיפול: הילד – ההורים – המטפל. במפגש עם הילד, המטפל פוגש את השלב ההתפתחותי שבו הילד נמצא ואת הפסיכופתולוגיה היחודית שלו. במפגש עם ההורים עולות סוגיות הקשורות לאינטראקציה של ההורים עם הילד ועם המטפל כאחד, ובמפגש של המטפל עם עצמו מתעוררים תחושות שמקורן יכול להיות בהורים המופנמים שלו, בעצמי (Self ילדי), בחוויות הילדות או בקונפליקטים הבלתי-פתורים שלו. הגורמים הסביבתיים בחיי המטפל (כמו החפיפה בין גילם של ילדיו לגיל המטופלים, החפיפה במין וכו') והמניעים שדחפו אותו לבחור בהתמחות בילדים, משפיעים אף הם על התפתחותה של ההעברה הנגדית.

מלאני קליין (2002), שהתמקדה בעבודתה בטיפול בילדים ופיתחה את תיאוריית יחסי האובייקט, כמעט לא נגעה במושג העברה נגדית. נראה שהדבר נבע מכך שהתעלמה מאישיותה של האם ומכאן גם מאישיותו של המטפל. היא מדברת בעיקר על הסיכון בהעברה נגדית חיובית. העברה זו מביאה לטענתה את המטפל לחזק את ההעברה החיובית, בכך שהוא מופנם בעיקר כאובייקט טוב, וימנע מלמלא עבור המטופל את תפקיד הדמויות הרעות. וויניקוט (Winnicott, 1971) מדבר על העברה נגדית שלילית כאשר מתפתחת אצל המטפל עיונות תגובתית "סבירה" לתכונותיו הבלתי-נסבלות של המטופל, במקביל לאהבה שהוא חש כלפיו. הוא קורא לכך "שנאה אובייקטיבית" ומייחס חשיבות למודעות לרגשות אלה ולנקיטת "עמדה מקצועית" נאותה.

מנוני מוד (1974) טוענת כי "הילד המובא אלינו לא בא לבדו. לא ניתן לבדד אותו באופן מלאכותי מהקשר משפחתי מסוים, כי הוא תופס מקום

מוגדר בהכרה של כל אחד מהוריו". לכן צריך להביא בחשבון את ההורים, את התנהגותם ואת התנגדותם. גם המטפל מעורב בסיטואציה ומביא את סיפורו האישי.

העברה נגדית עשויה, אם כן, להיות בעלת משמעות חיובית או שלילית בכל שלב של הטיפול. בטיפול בילד יש לזכור שהמטפל עוסק לא רק במילים אלא גם במעשים. הוא אמור להיות שותף פעיל במשחק עם הילד וזה עלול לעורר בו תגובות ישירות, אישיות וברמות ראשוניות יותר.

תיאור הקבוצה

מאפייני הקבוצה

הקבוצה הורכבה משבעה ילדים להורים גרושים בגילאים 8-12, כיתות ג'ה' – שלושה בנים וארבע בנות. הקבוצה פעלה במשך עשרה מפגשים רצופים, בתאריכים 10.10.2004-12.12.2004, בימי א', בשעות 17:30-18:30, במרכז לטיפול בילד ובמשפחה במחלקת הרווחה של מ. א. מטה יהודה. הילדים הובאו למפגשים בידי הוריהם. הם באו משני קיבוצים, משני יישובים קהילתיים ומשלושה מושבים, ולמדו בשני בתי ספר יסודיים אזורים של מטה יהודה.

תהליך הקמת הקבוצה

בתהליך הגיוס נעזרנו בעובדים סוציאליים של המחלקה לשירותים חברתיים ובבתי הספר ברחבי המועצה. קיבלנו רשימה של יותר מ-50 ילדים והחלטנו להתמקד בגיל החביון.

בשלב השני קבענו קריטריונים לקבלה לקבוצה:

1. ילדים להורים גרושים
2. ילדים בגיל החביון
3. הסכמת הילד
4. הסכמת שני ההורים והתחייבותם בכתב להבאת הילד למפגשים ולהחזרתו מהם
5. אי-קבלה של אחים/אחיות לקבוצה.

לאחר קבלת הסכמה ראשונית בטלפון זומנו ההורים עם הילד לריאיון. למרות היותם גרושים, חלק מההורים הגיעו לריאיונות יחד. קיבלנו את הסכמת ההורים להשתתפות הילד. בשלב זה הייתה היענות גדולה של ההורים, שלא תמיד חפפה את עמדת הילד. כמה ילדים שהגיעו לריאיונות סירבו להשתתף בקבוצה.

התלבטנו כמנחים לגבי אחד הילדים אם יוכל להשתלב בקבוצה הן בשל גילו, הן בגילו, והן בשל הערכתנו המוקדמת ליכולתו השכלית. כמו כן סברנו כי מצבו הרגשי מצריך התייחסות פרטנית ולא דווקא קבוצתית. לאחר שיחה עם העובדת הסוציאלית של המשפחה ועם מטפלו בבית הספר, הוחלט לצרפו לקבוצה. בדיעבד הבנו שמצבו עורר בנו רגשות חמלה "הוריים" ורצינו לתת מענה למצוקתו, אך התברר לנו עד כמה טעינו לגביו. הילד התגלה כבעל יכולת התבטאות גבוהה, והקבוצה העניקה לו מסגרת התייחסות ושייכות.

התלבטות נוספת הייתה סביב משפחה ובה ארבעה ילדים בגיל החביון. היינו צריכים להחליט מי מהם הכי זקוק לקבוצה ויוכל לתרום לה ולהיתרם ממנה. בסופו של דבר נבחרה הבת הקטנה, בת השמונה, שבהסכם הגירושין הופרדה מהאם ועברה עם הבת הגדולה למשמורת האב. מגורמים בבית הספר התברר שהילדה חוותה מצוקה קשה כי נאלצה באותה עת להתמודד גם עם מעבר למסגרת לימודית וחברתית חדשה. בריאיון היא התגלתה כילדה ביישנית המתקשה לדבר, חסרת ביטחון ותלותית.

להלן תיאור ילדי הקבוצה בשמות בדויים:

צחי, בן 12, ילד יחיד. אמו עברה ליישוב בדרום, והוא נמצא בחזקת האב ביישוב קהילתי.

שי, בן 10, האמצעי מבין שלושה ילדים. נמצא בחזקת האם, מתגורר במושב, אביו עבר ליישוב אחר.

עמי, בן 10, אחד מבין ארבעה אחים. מתגורר ביישוב קהילתי ונמצא בחזקת האם.

שיר, בת 8, הבכורה מבין שני ילדים. נמצאת בחזקת האם ומתגוררת במושב. אביה חי בצפון הארץ.

סתי, בת 10, הצעירה מבין שלושה ילדים. מתגוררת בקיבוץ בחזקת האם ומקימת קשר רצוף עם אביה, שנשאר לגור בקיבוץ עם חברתו.

עמית, בת 8, הצעירה מבין ארבעה ילדים. מתגוררת במושב ונמצאת עם אחותה הבכירה בחזקת האב. אחיה ואחותה בחזקת האם.

אורית, בת 8, בת יחידה. מתגוררת בקיבוץ בחזקת האם. הוריה התגרשו כשהייתה בת שנתיים ומאז אין לה כל קשר עם האב. בעת קבלתה לקבוצה התגוררה לסירוגין בקיבוץ ובמושב, ובמהלך המפגשים נישאה האם והם עברו להתגורר במושב.

מטרת הקבוצה

הן בראיונות והן במפגש הקבוצתי נאמר לילד ולהוריו כי הקבוצה מורכבת מילדים שהוריהם גרושים, ומתוך אותה שותפות גורל אנו מאמינים שילד יהיה יותר קל לבטא את עולמו וכן לעבד את רגשותיו סביב המשבר שפוקד אותו. הדגשנו בפניהם שבתהליך הגירושין עולים בתוך נפשם של הילדים מחשבות, רגשות ורצונות סביב עצמם, משפחתם ועתידם, והם לא תמיד מרגישים מספיק בטוחים לבטא את מה שקורה להם. במסגרת הקבוצה אנו מקווים שיוכלו לשתף בכל אלה. הוספנו ואמרנו לילדים שלמרות היותם ילדים להורים גרושים, הם קודם כול ילדים וכל אחד מהם מיוחד בפני עצמו והם יוכלו ללמוד וללמד זה את זה מתוך ניסיונם.

ביטויי העברה

והעברה נגדית בקבוצה

ביטויי העברה והעברה נגדית הופיעו בקבוצה לאורך כל התהליך הטיפולי, משלב האבחנה והראיונות, דרך המפגשים הקבוצתיים ועד למפגשי הסיכום וההערכה. בחרנו להציג חלק מביטויים אלה דרך תיאור כרונולוגי של מפגשי הקבוצה ולהתמקד בעובדה שהמנחים הם גבר ואישה.

תהליכי ההעברה הנגדית, שהיא העברה מצד המטפל אל המטופל, החלו כאמור עוד לפני המפגש הראשון של הקבוצה. עם לידת הרעיון של הקמת הקבוצה התחלנו להרגיש הורים, כמי שנושאים באחריות לגורל משתתפי הקבוצה. בתחושה זו ישבנו ותכננו את מהלך הקבוצה, קבענו תכנים וחילקנו את העבודה בינינו. כמו הורים המצפים ללידה קראנו ספרים בנושא, הכנו את החדר שבו תתנהל הקבוצה, שרַיינו את המקום ורכשנו חומרים שבהם

היינו עתידים להשתמש (קלפים טיפוליים, צבעים, בריסטולים, מספריים, נייר דבק, בלונים וכו'). כמו כן קבענו בינינו מפגשים לפני מפגשי הקבוצה ואחריהם. הרגש הבולט, אם כן, היה של אחריות מלווה באמונה שיש לנו יכולת משותפת לעזור לילדים.

תיאור המפגשים

המפגש הראשון

המפגש הראשון הוקדש להיכרות עם הילדים ולעריכת חוזה ראשוני עמם. למפגש הגיעו חמישה ילדים ונערכו שלושה סבבי היכרות. בסבב הראשון מסר כל אחד את שמו ופרטים מזוהים (מקום מגורים, אחים/אחיות, בית ספר, כיתה וכו'). בסבב השני בחר כל אחד מהילדים, מתוך חפצים שהיו מונחים על הרצפה, חפץ שבאמצעותו הוא הציג את עצמו. הסבב השלישי היה סיפור על מקור השם האישי. מטרת הפגישה הייתה להכיר זה את זה ולזהות קווי דמיון ושוני בין המשתתפים. אנו המנחים השתתפנו בסבבי ההיכרות ובחרנו מתוך החלטה ברורה להציג את הרקע המשפחתי שלנו. איתמר חשף בפני הילדים את העובדה שהוא גרוש ונשוי שנית, שהוא אב לשני בנים מאשתו הראשונה ולשלושה ילדים מאשתו הנוכחית, ואיריס הציגה את עצמה כנשואה וכאם לשתי בנות קטנות. הילדים ניסו למצוא את המשותף ביניהם מבחינת בית הספר, כיתה, מוצא עדתי, מספר אחים, מקום מגורים וכו'. להערכתנו, החיפוש אחר המשותף נבע מהחרדה נוכח חוסר הידיעה הברורה מה יהיה בקבוצה. אנו הרגשנו שעלינו לבסס את אמונם בנו וחשנו שעלינו להיות לא מאיימים ולא להדגיש את הקשיים כבר בהתחלה, ולכן יצרנו אווירה נעימה שמאפשרת מקום למשחק משותף. הדבר בא לידי ביטוי בבחירת סבב היכרות עם חפצים ובמשחק שחרור עם בלונים לקראת סוף המפגש. כבר במפגש זה זיהינו העברה של תאומות בחיפוש אחר נקודות דמיון בין המשתתפים למנחים, והדבר בלט עוד יותר במפגש השני.

המפגש השני

למפגש השני הצטרפו שני ילדים חדשים. אנחנו ה"הורים" הרגשנו צורך לאחד ולחבר ביניהם לבין הילדים האחרים. הילדים סיפרו לחדשים מה קרה במפגש הראשון, והמשיכו בבדיקת הדומה והשונה ביניהם. עמי, שלא נכח במפגש הראשון, שאל אותנו אם אנחנו נשואים. בתגובה לתשובה השלילית הוא בדק אם קיימת בינינו קרבה משפחתית (אח ואחות, מוצא תימני?). שאלנו את עצמנו אם אין זה ביטוי לפנטזיה שלו שהוריו יתאחדו שוב, נושא שליווה את הקבוצה לאורך כל המפגשים; אם המנחים אינם הורים, אז שלפחות יהיו אחים וכך תישמר המסגרת המשפחתית. שאלתו עוררה בנו מבוכה, שהתבטאה בהכחשה מיידית של הרעיון. בהעברה נגדית זיהתה איריס בתוכה תכנים של פחד, חוסר רצון להשלות, חשש מקבלת אחריות, ואיתמר זיהה התנגדות לרעיון של "נישואין שלישיים".

במפגש זה ניסחנו כללי התנהגות בקבוצה. הילדים הציעו את הכללים, ושיר ועמי כתבו אותם על בריסטול. שיר ביטאה רצון לקבוצה של בנות בלבד, היא רצתה ליצור הפרדה ברורה בין המינים. בפועל אין היא נפגשת עם אביה באופן סדיר, והייתה מנותקת ממנו תקופה ארוכה. היא מסוגלת לבטא כעס כלפי אחיה, המייצג את המין השני. סתיו טענה כי שיר ואורית מאוהבות בעמי והעלתה את עניין המתח המיני. עמדות אלה מבטאות את "הנאמנות הכפולה" של ילדים להורים גרושים. האם צריכה להיות הפרדה ברורה בין ההורים, או יכול להיות קשר ביניהם? האם קשר עם הורה אחד משמעו בגדה בהורה האחר? לאורך כל המפגשים שיר מבטאת את העמדה החד-משמעית של הפרדה, לעומת סתיו, שחיה את הדואליות ללא גבולות כפי שמשתקף בחייה עם הורים גרושים בקיבוץ.

המפגש השלישי

במפגש זה הייתה המטרה להתקרב יותר למצב המשפחתי של כל אחד מהילדים. בסוף המפגש הקודם חגגנו לשיר יום הולדת, ובמפגש הנוכחי ניסינו לחבר בין יום ההולדת למפגש המשפחתי. כל ילד סיפר איך הוא חגג את יום הולדתו על רקע הגירושין של הוריו. איריס קראה שיר של יהודה אטלס

בנושא זה. קריאתה זו אפשרה לעמית לספר כיצד היא חונגת בפיצול את ימי הולדתה, ובנקודה זו היא עברה לתאר את מצבה של משפחתה. מתיאורי ימי ההולדת עברנו למשחקים. אחד המשחקים היה האכלת בן זוג בקוביות שוקולד בעזרת סכין ומזלג. המשחק היה יוזמה של המנחים וביטא רצון לא-מודע להזין פיזית את הילדים. לאחר מכן עברנו למשחק של משיכת חבל. עמי סירב להשתתף ואיריס השתתפה במשחק. נערכו שלושה סבבים שבהם היו החלפות בהרכב הקבוצות. בתום המשחק התלוננה עמית שלא הייתה בקבוצה עם איריס. התחושה הייתה כי היא מבטאת את הצורך בקשר עם אמה, שממנה הופרדה במסגרת סדרי הראייה.

המפגש הרביעי

מפגש זה היה המשמעותי ביותר בחיי הקבוצה. אנו המנחים העלינו את האפשרות שהקבוצה היא כמו משפחה שבה איריס היא אימא, איתמר הוא אבא, והילדים הם אחים ואחיות. כמו בכל משפחה, יש מגוון של רגשות, ובהם כעס, קנאה, תחרות, שמחה, אהווה וכו'.

אורית טענה שזה לא מצב בעיניים הנכון וכך לא מתנהלת קבוצה. איתמר שאל אותה אם היא רוצה לנהל את הקבוצה, והיא אמרה שכן. איתמר פינה לה את הכיסא. היא נטלה מיקרופון ושאלה שאלות אישיות את הנוכחים (על משפחתם, יחסיהם וכו') ולא פסחה גם על המנחים. היא ננעה בנקודות הכואבות של כל אחד ואפשרה להם לדבר על הגירושין. בתום הסבב היא החזירה את המיקרופון לאיתמר, והוא הודה לה על אומץ הלב ועל שנתנה לו לנוח מעט. אף אחד לא רצה לתפוס את התפקיד שפינתה אורית.

בדרישה שהציגה אורית להנחות את הקבוצה ולתפוס את מקומו של המנחה הגבר, היא ביטאה את הרגשות הקשים שהיא חווה כלפי אביה. אביה נטש אותה בהיותה בת שנתיים ולא מנהל עימה כל קשר. אמה סיפרה בריאיון כי אורית מתייחסת אל אביה הביולוגי כאילו נפטרה ומצרפת את הביטוי "ז"ל לשמו. התחושה בקבוצה הייתה כי היא מפנה כלפי איתמר הן את הרצון בשליטה ובמקום והן את הרצון "למחוק" אותו ולסלקו מתפקידו. תגובתו של איתמר, שהכיר את אורית ואת סיפורה, אפשרה לה לחוות את רגשותיה. איתמר חש צורך לתת לה במה. מבחינה אישית, כאב גרוש היה יכול לחוש

כעס. הוא חש כעס כלפי האב שנטש את בתו ונמנע מכל קשר עמה. איריס חשה, כאם, שהיא רוצה לעודד את אורית לפרוץ קדימה, ולתת לה את הביטחון לבטא את כאבה ולשוחח על הגירושין. המנחים חשו הכרת תודה לאורית שפעולתה הניעה את הקבוצה להתמודדות עם נושא הגירושין. מכאן עברנו לפתח את נושא המשפחה. השתמשנו בקלפים הטיפוליים "סאגה" ו"הו" של חברת נורד. הילדים התבקשו לבחור קלף הקשור בעיניהם למשפחתם. יש שבחרו כמה קלפים. חלק מהבחירות צורפו לנספחים. צחי בחר בזוג רוקד ותיאר אותם כהוריו שרבים ביניהם; עמית בחרה בלטאה כי הרגישה שחתכו לה את המשפחה כמו שחותכים ללטאה את הזנב והוא ממשיך לפרפר. סתיו הגיבה ואמרה שאפשר לחבר את הזנב בחזרה אבל זה מוגבל לשלוש פעמים בלבד.

שיר בחרה בקלף ובו שלושה ורדים. ורד רביעי, שלא מופיע בקלף לאחר שנשר ונפל, סימל בעיניה את אביה. הוורד הגדול סימל את אימא שלה, המסרבת לקבלו חזרה אליה. היא ואחיה הם שני הוורדים הנותרים, שהיו רוצים שהוורד שנפל יחזור.

סתיו בחרה בחמישה קלפים. היא תיארה אווירה רומנטית ושאלה למה האב תמיד צריך לעזוב. היא בחרה בתפוח כסמל למשפחתה ואמרה שהיא מרגישה שהמשפחה שלה זה כמו תפוח שנגסו ממנו.

בסיום הסבב בחר איתמר קלף ובו גביע מוזהב וקלף ובו גשר וקשת. הוא אמר לילדים כי מגיע להם פרס, גביע מוזהב על אומץ הלב והשיתוף, וכי הרגיש שנוצרו גשר וחיבור בין המשתתפים, והוא צופה עתיד ורוד וצבעוני כמו הקשת, המסמלת את התקווה. בהעברה נגדית, חשנו התרוממות רוח נוכח השיתוף והתכנים שעלו, ועם זאת פחד מהבאות נוכח העוצמה הרגשית והאחריות.

המפגש החמישי

במפגש הזה ניכר פער בין רצוננו להמשיך בתכנים שעלו לבין הימנעותם של הילדים להתעסק בכאב. נשאר רק הכעס וההתנגדות. הייתה אווירה של התפרקות ומרד בנו המנחים. עיקר הכעס הופנה כלפי איתמר. אורית הביעה כעס כלפי איתמר בטענה שאינו נותן לה לדבר. היא פתחה את הדלת

וישבה על הרצפה חצי-גוף בפנים וחצי-גוף בחוץ. שיר אמרה לאיתמר שהיא שונאת אותו וכועסת עליו כי הוא נטש את ילדיו ואינו נפגש איתם בכלל: "איך אתה יכול לעזוב את אשתך ואת הילדים שלך? ילדים הם הדבר הכי חשוב בעולם!". איתמר ניסה להחזיר את אורית למעגל הקבוצה, אך ללא הועיל וניסה לדובב את שיר. שיר שחררה את הכעס. בהתנהגותה אפשר לראות העברה מסוג האידיאליזציה שעליה דיבר קוהוט, כשהיא ניסתה לברר אם המנחה הגבר יוכל להיות מושא לאידיאליזציה. לפני הגירושין נחוה אביה כאב מזין אידיאלי, ומאז הגירושין הוא נתפס כחולה וכחסר אונים. גם שיר וגם אורית העבירו רגשות כעס כלפי הדמות שנטשה אותן וסומלה בקבוצה על-ידי איתמר. כלומר, הן בחנו את איתמר עד כמה יוכל להוות דמות אידיאלית שמכילה אותן ולא נוטשת אותן. מנגד, סתיו, שאביה ממשיך להיות משמעותי עבורה, ניסתה לרכך את הדברים ושאלה "למה כולם כאן כועסים?". תהיותיה מדוע האב צריך לעזוב את הבית לא נענו על-ידי חברי הקבוצה. סתיו העלתה בצורה בולטת את נושא הנאמנות הכפולה. מצד אחד, היא ישבה ליד איתמר במשך כל המפגשים, אך רגשות חיוביים הביעה רק כלפי איריס ישירות. הקבוצה כגוף אחד לא אפשרה לבטא רגשות חיוביים כלפי הדמות הגברית, ובכך הביעה את כעסה כלפי הדמות שלא נמצאת במשפחה.

המפגש השישי

תחושת ההתפרקות ותחושת הנטישה הלכו והתעצמו כאשר עמי ואורית הפסיקו להגיע למפגשים. הבנות אמרו שאורית חסרה ושהקבוצה לא תהיה אותו דבר בלעדיה. בין המנחים היו חילוקי דעות בקשר להתנהגות כלפי אורית. איתמר היה בדעה שאם אין היא רוצה להגיע צריך לאפשר לה את זה ולא ללחוץ עליה. איריס הייתה בדעה שצריך להעביר לה מסר שלא מוותרים עליה, והיא חשה כאילו איבדה ילד. כאב זה לא עוצד בינינו ה"הורים". אפשר לומר כי כגבר ואישה, עברנו תהליך מקביל לתהליך הגירושין שחוו הילדים במשפחותיהם האישיות. במשפחה מתפרקת אחד מבני המשפחה עוזב, ויש כאב עצום ועצור שלא תמיד מעובד. באותה עת הועברו אלינו רגשות קשים רבים מצד הורי הילדים. הם הביעו

תחושות קשות של חרדה, ובדקו שוב אם אנחנו יודעים מה אנחנו עושים. אותם הורים החלו לספוג את רגשות ההעברה של ילדיהם, עקב התהליך רגשי שעברו בקבוצה. הילדים החלו לשאול שאלות ולהתנהג אחרת, והביעו חוסר רצון להגיע לקבוצה. ההורים העבירו אלינו המנחים חזרה תכנים רגשיים אלה וכך נוצר משולש ילד – הורה – הורה (מנחה). בשל תחושת ההתפרקות ניסינו למצוא את החיבורים בין המשתתפים. האמצעי שנבחר היה יצירת קולז' משותף. בעשייה התאפשר לראות עזרה הדדית, מחוות ושיתוף. למנחים היה צורך לתת מקום לכעס אך תוך שליטה ולא מתוך התפרקות.

המפגש השביעי

המשכנו להדגיש את הביטחון שניתן למצוא בקבוצה. איתמר השתמש בדמיון מודרך שבאמצעותו הגיעו המשתתפים אל המקום שבו הם חשו הכי בטוחים, מוגנים ונינוחים. הם התבקשו לשהות במקום ולחוש אותו בכל חושיהם (מה שומעים, רואים, מריחים, חשים במגע או במישוש, טועמים ועוד). בתום המסע בדמיון הם חזרו לחדר ונערך ביניהם שיתוף בחוויה. כל אחד תיאר את המקום הבטוח שלו. עמית תיארה את הארוחות המשפחתיות בבית סבתה כשכל בני המשפחה נוכחים. היא התחברה אל הזיכרון של איריס על ארוחות שבת בבוקר. התפתח דיון סביב אוכל עדתי והם שבו למצוא את המשותף והדומה (העברה – תאומות).

המפגש השמיני

ביקשנו להרחיב את מגוון הביטויים הרגשיים ושלא יתמקדו רק בכעס. השתמשנו בכרטיסיות המופיעות בספר "תגובת שרשרת – ילדים ונירושין" של אילון ופולשר (1987: 88-116). הילדים ציירו או הביעו דרך משחק או פיסול מגוון רגשות הנובעים מהאירועים שתוארו בכרטיסיות. הייתה אווירה נינוחה שאפשרה לגעת ברגשות בדרך עקיפה וגרמה להם לשתף פעולה. חזרה אלינו תחושת הביטחון בהמשך הדרך. הזכרנו לילדים כי אנו עומדים בפני סיום הקבוצה. לפי בקשתם, תוכנן המפגש האחרון כסעודה משותפת.

המפגש התשיעי

כמנחים רצינו לתת לילדים תקווה שפְרָדה אינה רק חיתוך אלא גם הזדמנות ליצירת גשרים וחיבורים חדשים. משום כך הבאנו למפגש מגוון אמצעי יצירה וביקשנו להחליט על שני מקומות: מקום שממנו יוצאים ועולים על גשר, ומקום אחר שאליו מגיעים. הילדים יצרו ג'ונגל ובו חיות טרף, גשר ועיר מודרנית. חשוב לציין כי שיר לא הייתה מסוגלת להשתתף במשימה. במשך רוב הפגישה היא בכתה ובסוף ציירה, בנפרד, פרחים. היא הביעה כעס ועצב רב סביב הפְרָדה. היא שאלה מה יעשו עכשיו ילדים להורים גרושים ומי יעזור להם, ואמרה לאיריס שאם היא עצמה תתגרש היא בטח תדע איך לעזור לילדים שלה. היא הבדילה את עצמה משאר חברי הקבוצה ולא רצתה שום קשר עמם. סתיו ציירה את הנהר המפריד בין הג'ונגל לעיר המודרנית. היא ביקשה לא להגיע לפגישה האחרונה; שי היה עסוק בציור הג'ונגל וחיות הטרף והחל בפעם הראשונה לדבר על הגירושין.

צחי היה עסוק בציור העיר המודרנית עם דגש על מסעדות. באופן כללי, לאורך כל הדרך ההעברה אצלו הייתה קשורה להזנה (המקום הבטוח שלו היה קונדיטוריה. הוא זכר יום הולדת במסעדה. לפני כל מפגש אביו היה מביא לו אוכל).

איריס חשה צורך לחבר בין העולמות והייתה עסוקה בבניית הגשר, ואיתמר חש מבוכה בהשתתפות בעבודה יצירתית. ניסיונו לצייר עם שי את הג'ונגל והחיות נתקל בלעג מצד הילד, נוכח התוצאה (פעם ראשונה שמצליח להביע רגש כלפי האב). איתמר העריך כי היה תקוע עמוק בפרדה ובקושי ולא היה פנוי לעסוק בחיבור וגישור. נראה כי חזר רגשית לחוויית הגירושין שלו.

המפגש העשירי

מפגש הסיום חולק לשני חלקים: חלק ראשון – סיכום, וחלק שני – "סעודה משפחתית". הילדים לא אפשרו לנו לסכם את המפגשים ולהיפרד מהם בצורה מסודרת. הבאנו כל מיני אמצעים (דפי ציור, כרטיסיות, קלפים) אך הם דחו הכול. חילקנו לכל ילד קלף אישי שעליו כתבנו מילות פְרָדה מאיתנו. דוגמה לדף כזה, שנכתב לשיר, ראו בנספחים.

לאחר מכן נערכה הסעודה. הבנות הצטופפו סביב איריס והכינו סלט פירות. הבנים ישבו עם איתמר והכינו כריכים ומשקאות. בכך נענה הצורך בהעברה מסוג תאומות שמספקת חוויה של עשיית דברים יחד או זה לצד זה, בדרך כלל בין הילד לבין ההורה בן אותו המין. עבור המנחים התבטא הצורך בהזנה פיזית של ילדיהם, לצייד אותם בצידה לדרך.

סיכום

ההנחיה

תהליכי ההעברה וההעברה הנגדית נשזרו כחוט השני בחיי הקבוצה. ההנחיה המשותפת של גבר ואישה האיצה את ההתפתחות של תהליכים משפחתיים. היא אפשרה לכל אחד מחברי הקבוצה לטפל בבעיה שלו או במקום שבו הוא הכי מתקשה בסיטואציה הדומה ביותר לזו המתקיימת במסגרת המשפחתית שלו. הילדים יכלו להעביר אלינו את כל סוגי ההעברות, כשהם מפתחים סוגי העברה שונים עם כל אחד מאיתנו.

איתמר, כגבר וכאב, חווה את הכעס הרב שהופנה כלפיו. הוא אפשר להשליך עליו את רגשות הנטישה, הבגידה והכאב בזמן שהוא, בניגוד לאב האמיתי, לא עזב ולא התמוטט. הידיעה שאיתמר עצמו אב גרוש אפשרה מצד אחד קרבה ותחושה שהוא מבין במה מדובר, שהוא יכול לחוש את הכאב שבפרדה מילדיו, ומצד שני גרמה לילדים לראותו כאב שנטש, שאכזב, ולהפכו למוקד שאליו היה קל להפנות את כל הכעס והתסכול.

איריס, כאם, נתפסה כטובה ומיטיבה: "תוכלי להיות מורה טובה", "תוכלי לעזור לילדים שלך". הילדים, בעיקר הבנות, הביעו כלפיה רצון בקרבה, במגע פיזי ובהיצמדות, וכן רצון באישור, בהכרה ובהתפעלות מצדה עקב תחושת הביטחון הפגועה שלהם. הרגשות שהועברו כלפי איריס היו חיוביים יותר ונראה כי הם ביטאו את הצורך של הילדים לשמור על ההורה שנשאר איתם, בדרך כלל האם. ייתכן גם שבתהליך ההעברה הנגדית של איריס חשו הילדים את הדאגה והחרדה שלה מלפגוע בהם ולהזיק להם ולכן העבירו אליה פחות רגשות שליליים מאשר לאיתמר.

איתמר חש שבתהליך ההנחיה הוא חוזר שנים רבות אחורה, אל גירושיו האישיים. עלו שאלות עד כמה ביצע אז נכון את הפְּרָדָה מילדיו שלו. הוא חווה מחדש את הכעס שחשו ילדיו כלפיו ולא ביטאו זאת ישירות מולו. רק שנה קודם לקבוצה העז בנו הצעיר, כעשר שנים לאחר הגירושין, כשהוא כבר חייל, להביע בפניו את תחושות הכעס והאכזבה. משום כך הגיע איתמר לקבוצה עם תחושת רגישות גבוהה לגבי מצב הילדים, וכל הזמן חש שעליו להיזהר שלא לערבב בין חוויותיו האישיות ובין תפקידו כמנחה.

אצל איריס, בתהליך ההעברה הנגדית, עלו באופן מודגש התחושות האימהיות, הצורך להגן ולגונן, להיטיב, לרכך, הצורך בקשר טוטלי ובמציאת המקום הנכון בין האחריות כמטפלת לבין העברת האחריות להורים עצמם.

אנו מאמינים שמודל ההנחיה של גבר ואישה, בעיקר בטיפול בילדים להורים גרושים, חיוני כדי לאפשר לילדים, באמצעות תהליך ההעברה, "לשכלל" את התמודדותם עם המשבר.

הקבוצה |

הן אנחנו והן חברי הקבוצה עברנו חוויה נדירה בעלת עוצמה רגשית. משיחות מעקב עם ההורים למדנו שבסופו של דבר הייתה הקבוצה חוויה חיובית עבור הילדים, אף שאנו חששנו שמא אין די בעשרה מפגשים. אנו בתחושה שזכינו להיות שותפים להזדמנות לאפשר לילדים לעבד חלק מהמשבר שפקד אותם עקב גירושי הוריהם, אף שאצל חלק מהם חלף זמן רב מאז האירוע. האמון שלנו בכלי הקבוצתי הביא אותנו לתכנן את המשך הפעילות בשנת הלימודים הקרובה.

ביבליוגרפיה

- אוסטרואול, ד'. (1995). "פתרונות פתוחים: טיפול פסיכולוגי בילד ובסביבתו". תל אביב: שוקן.
- אילון, ע' ופלשר, ע'. (1987). "תגובת שרשרת: ילדים וגירושין". חיפה: נורד.
- אנדי, י' ורינצלר, נ'. (1994). "עבודה קבוצתית עם ילדים להורים פרודים וגרושים". עבודת פרקטיקום לתואר מוסמך, בית הספר לעבודה סוציאלית. אוניברסיטת תל אביב.
- בר שדה, נ'. (2003). "העברה והעברה נגדית בפסיכותרפיה עם ילדים ונוער". פסיכולוגיה עברית. hebrewPsy.net, net.
- הומינר, ד'. (2004). "מפירוש להויה על חפוש 'המקום הבטוח' בטיפול". הרצאה שניתנה בשירות הפסיכולוגי ברמת גן. פסיכולוגיה עברית. hebrewPsy.net, net.
- וייס, ו' ווגנר. (1997). "טיפול קבוצתי בילדים", בתוך: מקבץ, כתב עת לטיפול קבוצתי, 3, עמ' 42-7.
- מנוני, מ' (1974). "הילד – מחלתו והאחרים". תל אביב. עם עובד.
- סמילנסקי, ש'. (1990). "פסיכולוגיה וחינוך של ילדים להורים גרושים". תל אביב: אח.
- פורמן, א'. (1950). "העברה והחצנה בעל החביון". בתוך: תקשורת טיפולית עם ילדים (2002). בעריכת א' פליישמן. ירושלים: משרד העבודה והרווחה. עמ' 229-336.
- פריד, א'. (1978). "תקינות ופתולוגיה בילדות". תל אביב: דביר.
- קליין, מ'. (2002). "כתבים נבחרים". תל אביב. תולעת ספרים.

Freud, S. (1910). "The Future Prospects of Psycho-Analytictherapy". S. E., 11, pp. 139-151.

Kohut, H. (1997). "Four Basic Concepts in Self Psychology", in: *The Search for the Self*, ed. P. h. Orenstein, pp. 441-471.

Wallerstein, J. S. & Kelly, J. R. (2002). *Children of Divorce: A 25 Years Follow Up*. New York: Basic Books.

Winnicott, D. W. (1971). "Mirror Role of Mother and Family in Child Development", in: *Playing and Reality*. Penguin Books, pp. 130-138.

פרק ח אתיקה, מקצועיות ומה שביניהן

לורן לוקסנבורג ורונית דרטלר

מבוא

הצעד הראשון בהצלחת קבוצה מתרחש, עוד בטרם הקבוצה נפגשת לראשונה, כבר במיזן המועמדים. חשיבות רבה יש להתאמת כל משתתף לקבוצה. שונת בהרכב הקבוצתי עלולה להיות בעייתית, כאשר לקבוצה אין מספיק מרחב. לעתים מנחה הקבוצה מתמודד עם דילמות מקצועיות, בקשר להתאמה ולקבלה של משתתף בקבוצה; במצבים מסוימים העקרונות המקצועיים והעקרונות האתיים האתים אינם עולים בקנה אחד. במאמר זה נסקור תיאוריות המתייחסות לבחירת מועמדים לקבוצה, נדון בדילמה הכרוכה בבחירה בין החלטות מקצועיות ובין עקרונות אתיים ונמשיך בתיאור הנחיית הקבוצה שלנו, שהתנהלה בצל תלונה שהגישה מועמדת נגדנו, לוועדת האתיקה בשל אי-קבלתה לקבוצה על רקע אפליה מינית.

רקע תיאורטי

התיאוריות בהרכבת קבוצה מתייחסות לחשיבות התאמתו של היחיד אליה. יאלום (Yalom, 1985) מציין שיש שתי גישות בנוגע להרכב הקבוצה: קבוצה הגישה ההומוגנית - שמטרתה לבנות קבוצה מלוכדת (Cohesive)

ומתואמת, והגישה ההטרונגית - המבוססת על תיאוריית ה-Dissonance. לפי גישה זו, רק דיסוננס יכול להוביל לשינוי וללמידה אמיתית. יאלום מציין, שיש חשיבות רבה לבניית קבוצה מלוכדת, שבה תתאפשר אווירה נוחה לקונפליקטים ולעבודה אמיתית ותימנע נשירה. ללא הומוגניות בקבוצה, לא יהיה למשתתפים בסיס לאינטראקציה בונה.

הפפורת', רוני ולרסן (Hepworth, Rooney & Larsen, 2002) מציינים שבחירה מגוונת של משתתפים תתרום ללמידה בקבוצה, בעיקר בקבוצות בעלות מגמה משימתית. עם זאת, הם מדגישים, שהחלטה לקבל או לדחות מועמד לקבוצה, תלויה במטרת הקבוצה, לדוגמה - אלכוהוליסט לא יתקבל לקבוצת התפתחות אישית, אבל כן יתקבל לקבוצה הומוגנית עם אנשים אחרים, הסובלים מסוגים שונים של התמכרויות. הם סבורים שהאתגר העיקרי הוא לבנות קבוצה עם שיווי משקל, בין הומוגניות להטרונגיות.

וויטיקר (Whitaker, 1985) מציינת שבהרכבת קבוצה, חשוב לדאוג להכללה של אנשים שישגו תועלת מתהליך הקבוצתי ולדחות אחרים שעלולים להיפגע מהקבוצה, דהיינו תפקידו העיקרי של המנחה בהרכבת הקבוצה, הוא לנסות לבנות קבוצה שתשרוד ותפרח. לטענתה במושגים של מוקדי קונפליקטים בקבוצה, קל מאוד שהחריג "ייתקע" עם פתרון קבוצתי מוגבל שידרוש ממנו להתנהג בצורה מסוימת, או לחלופין, להיתפס במושגים סטריאוטיפיים.

גרווין (Garvin, 1987) מציין, שיש שני משתנים מכריעים בבחירת מועמדים לקבוצה: הרקע האתני והמין. הוא מציין שהעיקרון הבסיסי הוא לא להרכיב קבוצה עם מיעוט, כי היחיד עלול להרגיש שאין לו חוויות משותפות עם האחרים בקבוצה, ויתר חברי הקבוצה עלולים להתייחס אליו כמייצג קבוצה שלמה. דוגמא: גבר יחיד בקבוצה של נשים עשוי לייצג, הן את כל הפנטזיות של נשים לגבי גברים והן את כל החלקים השלילים של המין הגברי, והוא עלול לא להיראות כאדם נפרד בעל אישיות יחודית.

ברנס, ארנסט והייד (Barnes, Ernst & Hyde, 1999) טוענים, שהתאמה לטיפול קבוצתי דורשת מחשבה לגבי הרכבת הקבוצה - לא רק בשאלה - את מי להכניס לקבוצה, אלא מי מתאים למי. יש אפשרות שמהו יתאים לטיפול קבוצתי, אבל לא לקבוצה הספציפית הזאת (כולל המנחה). ההרכבה כרוכה ביצירת שיווי משקל של דמיון ושוני בין המועמדים, וזאת כדי לבנות מיקרוקוסמוס חברתי. כשבחרים לפי דמיון, הכלל המרכזי הוא

העיקרון של "תיבת נוח", דהיינו שניים-שניים, כדי למנוע מצב שמישהו ירגיש חריג או שעיר לעזאזל; השחור היחיד, ההומוסקסואל היחיד, הזקן היחיד או הצעיר היחיד.

וויטיקר (Whitaker, 1985) מציינת שבהנחה שהמנחה, או המטפל, שומרים בידיהם את הכוח לחיזון המועמדים ולהרכיב את הקבוצה – תמיד יש להתבסס על הבנת האנשים בהצלבה עם ההערכה של תהליכים קבוצתיים ושל התנסויות, העשויות ליצור מבנה קבוצתי מסוים. ניבוי הדרך שבה אנשים יעבדו יחד והניסיון ליצור חברות שתעבוד - הם אמנות. אפשר להציע כמה קווים מנחים, למשל: הימנעות מהכללת אדם, שסביר מאוד כי יפגע במאמציהם של האחרים, והימנעות מהכללת אדם, ששופטים אותו כמצוי במצב פגיע יותר מכל האחרים.

יוסי טריאסט (1998) כותב ש"תפקידים מסוימים בקבוצה מעוררים דילמות אתיות: אחד מהם הוא השעיר לעזאזל. לא פעם מתמרנת הקבוצה את חבריה לתוך פינה סאדו-מאזוכיסטית. חברי הקבוצה, שהם חריגים (יחסית לשאר חברי הקבוצה), חשופים לכך יותר מחברים אחרים, ועלולים להיות קורבן להתנהגות רודפנית".

גרווין (Garvin, 1997) מתריע מפני הכללת משתתף בקבוצה, שיהיה שונה מאוד מהאחרים, מחשש שהוא "עלול להיראות למשתתפים האחרים כלא רצוי, או במושגים סוציולוגיים כסוטה". הוא מדגיש, כי לעתים המשתתפים האחרים עלולים להימנע מהתייחסות לאותו משתתף, וגורמים לו להיות מבודד מהקבוצה, או אפילו להפוך להיות השעיר לעזאזל שלה. לכן במקרה כזה הוא ממליץ, שאם יש סכנה שמשתתף מסוים עלול להיתפס כסוטה בקבוצה, שיש מקום לצרף לקבוצה נוסף דומה לו או "באמצע" כדי לבנות רצף של תכונות בין המשתתפים.

ניטסון (Nitsun, 2002), בספרו בנושא ה"אנטי-קבוצה" (Anti-Group), מגדיר תהליכים הרסניים המתרחשים בכל קבוצה, שמאיימים לפגוע בתפקודה. את המושג אנטי-קבוצה הוא מתאר כהתנהגות המורידה את מורל הקבוצה, עד לנשירה מוגזמת של משתתפים המבטאת את התסכול והכעס שהם חווים מדי פעם. ניטסון מציין מקורות שונים לתהליכים אלה:

הראשון הוא כשיש חוסר אמון, חרדה ופחד מעצם התהליך הקבוצתי. מקור שני הוא כשמשתתף חווה תסכול לצרכים הנרקיסטיים שלו ובמקום

להרגיש שהקבוצה משתמשת כמראה אמפטית עבורו, הוא חווה את הקבוצה כמזניחה, רשלנית ומערערת את הביטחון שלו. במצב כזה, הקבוצה מורגשת כמשפילה. המקור השלישי הוא אגרסיה שמופעלת בין משתתפים של הקבוצה. המתקפה יכולה לבוא לידי ביטוי באופן ישיר בעימות עוין או באופן עקיף בתחרות הרסנית וקנאה. אם הקבוצה אינה מסוגלת להכיל או לפתור באופן בונה את הרגשות הללו, הקבוצה בעצמה נתפסת כגורם מסוכן [...] ההתייחסות כלפי הקבוצה תהפוך להתנהגות שלילית, שעלולה לערער את ההתלכדות הנדרשת לשמור על קיום הקבוצה.

פוקס (1964), בתוך המקראה של רוזנווסר, כותב:

למנחה אחריות כוללת על הקבוצה ועל תהליך העבודה. אחריות המנחה מתייחסת למחויבותו ולחובתו לעשות ככל שביכולתו, ולפעול ליצירת התנאים הנדרשים כדי שהקבוצה תהיה המקום והמסגרת בה יוכלו חבריה להפיק תועלת, לצמוח ולהתפתח. עליו ליצור בקבוצה תנאים המאפשרים לחבריה לפתח תחושה של ביטחון פסיכולוגי, אמון הדדי ולקיים תקשורת פתוחה [...] כוחו של מנחה הקבוצה נובע מהשפעתו על חברי הקבוצה למשל, בקבוצות בהן הוא בוחר וממין את המשתתפים.

וויטייקר (Whitaker, 1985) טוענת, כי על איש המקצוע להחליט עם איזו אוכלוסייה הוא מתכוון לעבוד במגבלות הקיימות. החלטה זו מושפעת ממטרותיו הרשמיות של הארגון, מתחומי העניין שלו ומרמת מיומנותיו. אם איש המקצוע אינו מנוסה ואינו בטוח ביכולתו להנחות קבוצה, יהיה זה הגיוני מצדו לעבוד בהתחלה עם קבוצה "קלה", שרמת ההומוגניות שלה גדולה ורב המכנה המשותף של המשתתפים בה.

נמשך בתיאור הקמת הקבוצה, נציג את המטרות שהוצגו למועמדים, נעלה את ההתלבטויות שהיו לנו כשפנתה אלינו מועמדת שהייתה שונה מיתר המועמדים ונתייחס לבקשתה להצטרף לקבוצה בהקשר לתיאוריות שהוצגו לעיל. בהמשך, נרחיב על השפעת היעדרותה של אותה מועמדת מהקבוצה תוך התייחסות להשערות שהעלינו לגבי האפשרות שמצרפים אותה לקבוצה.

הקמת הקבוצה

כיוון שאנחנו עובדות במועצה אזורית, שתחומה מפוזר על שטח גיאוגרפי רחב ביותר, וקיימת בעיה טכנית של אוכלוסייה שאינה ממונעת להגיע למפגשים, ידענו מראש שיהיה קושי רב לגייס מועמדים לקבוצה, ושפרסום אינטנסיבי ורחב יהיה הכרחי כדי להבטיח הקמת הקבוצה.

לגיוס המועמדים נקטנו כמה פעולות:

- פנינו לעובדות סוציאליות במחלקתנו, גם בישיבות מחלקה וגם בפניות אישיות, בבקשה לאתר מועמדים מתאימים מ-Case-Load שלהן.
- פרסמנו מודעות בעיתון המקומי.
- פרסמנו מודעה באתר האינטרנט של המועצה.
- פנינו בכתב ובטלפון למרפאות לבתי ספר ולגנים במועצה.
- קיבלנו רשימה של כל המשפחות החד-הוריות המתגוררות באזור, ניפינו את המשפחות הרלוונטיות ויצרנו עמן קשר בכתב ובטלפון.

קבענו קריטריונים ברורים לקבלת המועמדים:

- גילאי 30-45
- הורים לילדים מתחת לגיל 18
- מצויים בהליך הגירושין (גרים בנפרד) או עד שלוש שנים אחרי הגירושין
- ללא רקע פסיכיאטרי קשה
- בעלי מוטיבציה להשתתף בקבוצה

שלב הגיוס היה ארוך, איטי ומתסכל, כיוון שהיו מעט מתעניינים, אולם הקפדנו על קבלת מועמדים שענו לקריטריונים שקבענו, וכל אחד עבר ריאיון אישי. דחינו כמה מועמדים, שלא עמדו בקריטריונים שלנו, כמו אישה שעדיין התגוררה עם בעלה, גבר שגר עם חברתו החדשה ושתי נשים לילדים מעל גיל 18. ההשתתפות בקבוצה הייתה כרוכה בתשלום, מה שהצביע על מידת המחויבות והמוטיבציה של המשתתפים לתהליך הקבוצתי.

במהלך הגיוס התקשרה אלינו אישה שהצהירה שהיא לסבית, אם לילד, שנפרדה מבת זוגתה (גם היא אם לילד). שני הילדים נשארו עם אימותיהן הביולוגיות לאחר הפרדה. מכיוון שהנתונים שלה היו שונים מאלה של יתר

המועמדים, הצגנו את לבטינו לגבי השתתפותה בקבוצת הדרכה שבה השתתפנו במסגרת בית הספר. אמנם אנחנו עובדות סוציאליות ותיקות ומנסות בתחום הטיפול המשפחתי, אך זו הקבוצה הדינמית הראשונה שהנחנו בכלל וכך-תרפיסטיות בפרט. היינו נרגשות וחרדות מאוד לקראת פתיחת הקבוצה. נוסף על כך, התייחסנו לשוני של אותה מועמדת בסגנון חייה ובשאלות שאיתן היא מתמודדת, בחשש שנכחותה תהווה מוקד מיוחד לעיסוק הקבוצה בתכנים חשובים, אך שונים ממטרתה. כמו כן הבענו את דאגתנו, לגבי יכולתנו להתמודד עם קבוצה שידוע מראש שעלולה להיתקל בקשיים רבים. בתום הדיונים הוחלט לדחות את בקשתה להצטרף. הדחייה, לצערנו, נעשתה בטלפון ללא הזמנה לריאיון, אך הצענו לה אלטרנטיבות אחרות לטיפול.

נבחרו שבע נשים ושני גברים, ובמשך כל 12 הפגישות לא הייתה נשירה בכלל. כולם היו משמורנים, ולשניים הייתה משמורת משותפת. חלק היו בהליכי גירושין, וחלק התגרשו לאחרונה. כולם עבדו ולא הכירו זה את זה לפני הקבוצה.

מטרת הקבוצה

עוד לפני המפגש הראשון הסברנו למועמדים, שמטרת הקבוצה היא להיות מקום בטוח לבטא את קשייהם בעקבות משבר הפרדה, ללמוד מניסיון האחרים ולשים בפרספקטיבה הנכונה את חווייתם ואת סבלם בעקבות הגירושין. במסגרת הקבוצה יתאפשר למשתתפים לדבר בכמה רמות: ברמה האישית - לבטא את תחושת האבדן והאכזבה שמלווים נישואין שלא הצליחו; ברמה ההורית - לשוחח על הקושי הכרוך בגידול ילדים לבד ובנוסף לשמוע את הצד של הלא-משמורן - הקושי להמשיך את החיים ללא קשר רצוף וקרוב עם הילדים. איך מתמודדים עם העובדה שכל הורה רוצה לחנך את ילדיו בצורה אחרת והפגת הכעס על בן/בת הזוג במקרים מסוימים הוסבר לכל המועמדים שהקבוצה היא קבוצה קצרת טווח, והנושאים שיועלו יקבלו התייחסות המתאימה למסגרת הקבוצתית.

מן התיאוריה למעשה

אחד העקרונות שעמד לנגד עינינו בהרכבת הקבוצה, הוא יצירת קבוצה של אנשים שיוכלו לעבוד יחד ויוכלו להיות בתנועה של צמיחה והתפתחות הדדית. יאלום דיבר על היתרונות של קבוצה הומוגנית, וויטייקר התייחסה לחשיבות של המנחה לבחור מועמדים, שישגו תועלת מהתהליך מתהליך הקבוצתי ולדחות אחרים שעלולים להיפגע.

גרווין ציין, שהמיעוט בקבוצה עלול לייצג קבוצה שלמה בתוך הקבוצה, ואילו ברנס, ארנסט והייד טוענים שבהקמת הקבוצה יש להתאים לא רק את מי להכניס לקבוצה אלא מי מתאים למי. רוזנוסר כותבת במאמרה "מנחה הקבוצה" (7991) שצרכים להימנע מהכללת אדם שעלול להיפגע בקבוצה. כשבדקנו את התאמת אותה מועמדת לקבוצה כולה, ראינו שמצד אחד, יש דמיון מוחלט במצבה של אותה מועמדת למצב של כל המועמדים האחרים – כולם נפרדו לאחרונה מבן או בת זוג שלהם, כולם הורים שמתמודדים עם גידול של ילדיהם לבד, כולם נמצאים באבל אחרי הפרדה. אולם בעוד כל המועמדים האחרים היו הטרוסקסואלים, אותה מועמדת הייתה הלסבית היחידה. למרות ערכי השוויון שחברתנו מושתתת עליהם היום, גרווין הם שונים. המאמץ לזכות בהכרה בזכויות של אוכלוסייה זו והמלחמה בממסד, הם תכנים חשובים אך שונים מתכני הקבוצה במידה רבה.

חששנו מראש שהיא תהיה השעיר לעזאזל בקבוצה. עצם היותה שונה עלול לעורר התפעלות, מחד וסקרנות ובעייתיות, מאידך. גרווין וטריאסט מתריעים מפני הכללת משתתף לקבוצה שיהיה שונה מאוד מיתר המשתתפים, כדי למנוע מצב שאותו אדם ייתפס כ"סוטה" (Garvin, 1997) או יהיה קורבן להתנהגות רודפת (טריאסט, 1998).

לאחר התלבטויות והתייעצות ארוכה ומעמיקה קיבלנו החלטה מקצועית, שלמרות הבעיות המשותפות של פרדה מבן/בת זוג, הצטרפות של מועמדת יחידה שהיא הומוסקסואלית לקבוצה של הטרוסקסואלים אינה מתאימה – לא למשתתפת, שתהיה במיעוט, ולא לקבוצה כולה. מאחר שמדובר בקבוצה דינמית, הרי שהתפקידים שמעניקה הקבוצה לחבריה הם חלק מהתהליך הקבוצתי. אותה מועמדת הייתה יכולה להשתלב, לתרום ולהיתרם בקבוצה שבה היו עוד אנשים בעלי יחוד כזה, או לחילופין, בקבוצה שיש לה מספיק זמן

לראות כיצד הדומה שונה והשונה דומה. ייתכן שאילו היינו מטפלות קבוצתיות מנוסות, או לחילופין, הקבוצה הייתה ארוכת טווח, ההחלטה הייתה אחרת, כיוון שלמועמדת כזו היכולת להוסיף גוונים והיבטים נוספים ואף לתרום לקידום תהליך הטיפול. אולם החלטנו שעקב חוסר הניסיון שלנו, לא יכולנו לקחת סיכון שהתהליך הקבוצתי יתפתח בצורה שעלולה להיות הרסנית למועמד אחד או יותר. ויטייקר מדגישה את החשיבות שאיש המקצוע ישקול את רמת המקצועיות והמיומנות שלו, ומוסיפה שעדיף למנחה המתחיל לעבוד עם קבוצה "קלה".

ניטסון (Nitsun, 2003) מסביר שתופעת האנטי-קבוצה יכולה להתרחש בכל קבוצה ברמה כזו או אחרת, אבל אנו סבורות כי אם יש משתתף חריג בקבוצה, התופעה עלולה להיות מוקצנת, מיידית ועלולה לאיים על קיומה. מתוך האחריות לקבוצה ועם חוסר ניסיונו והיכרותנו עם הנושאים היחודיים לאוכלוסייה ההומוסקסואלית, הבענו חשש ראשוני מקבלתה.

מול החלטה זו עומדים עקרונות אתיים; חוק היסוד בעבודה סוציאלית קובע שאין לדחות פונה על רקע מיני או גזעי. דחייה של המועמדת עלולה להתפרש על ידה ועל-ידי החברה כולה כאפליה מינית, על אף שהיא מבוססת על החלטה מקצועית. יש לציין שכאשר קיבלנו את ההחלטה לא לשותף את המועמדת בקבוצה, לא דנו בעקרונות האתיים ונחשפנו לעומק הבעיה רק כשהיא פנתה לוועדת האתיקה.

התפתחות הקבוצה בצל המשתתפת הנעדרת

כפי שצינו לעיל, הקבוצה השיגה את מטרתה: לא הייתה נשירה כלל, כל המשתתפים היו פעילים, ובסיום - חברי הקבוצה ביטאו שביעות רצון מהשתתפותם בה, ונוצרו קשרים טובים בין המשתתפים שהביעו את רגשותיהם האינטימיים בקבוצה.

אנו, שתי המנחות, מצאנו עצמנו עובדות בצל המועמדת, שלא הכרנו כלל, אבל נוכחותה או ליתר דיוק היעדרה מהקבוצה, ליוותה אותנו לכל אורך הקבוצה כמו רוח רפאים. היינו עסוקות רבות בשאלות הבאות:

האם היה נכון למנוע את השתתפותה בקבוצה? מה היה קורה לקבוצה אילו היינו מקבלות אותה? איך אנו היינו מתמודדות עם האינטראקציה בקבוצה לו הייתה משתתפת? העלינו השערות לכל אורך הנחיית הקבוצה ובתהליך ההדרכה, ורק בסיום התהליך גיבשנו לעצמנו דעות בנוגע לאם דחייתה – האם החלטתנו הייתה הנכונה.

נציג את התלבטותנו בסוגיה זו באמצעות דוגמאות מהתהליך הקבוצתי. לפי מקנזי וליוסליי (Mackenzie & Livesley, 1983), בספרות המחקרית קיימת הסכמה כללית, שקבוצות מתקדמות דרך שלבי התפתחות שונים. בק (Beck, 1974) מצא קווי דמיון משמעותיים בתיאורים וברצף של השלבים ההתפתחותיים, למרות הבדלים במספר השלבים ובשמות שניתנו להם. הקבוצה בהנחייתנו עברה דרך שלבי ההתפתחות הנורמטיביים; בשלב הראשון נפתחו המשתתפים באופן זהיר ואיטי בזמן שבנו תחושת ביטחון בסיסית בנו כמנחות ובקבוצה כולה. בשלב זה תפסנו – אנו – מקום מרכזי יותר בתהליך הקבוצתי. אחרי כמה מפגשים החל שלב הקונפליקטים, גם בינם לבין עצמם וגם ביניהם עימנו. מהמפגש השמיני נוצרה אינטימיות בין המשתתפים שגיבשה את כל הקבוצה והסבה להם שביעות רצון מהתהליך הקבוצתי.

שיערו שאילו אותה מועמדת הייתה משתתפת בקבוצה, התהליך היה מתפתח בצורה שונה לחלוטין. היו לנו שתי השערות בעניין זה: האחת – שהקבוצה הייתה מפתחת קונפליקטים בין המשתתפים ועימנו בטרם עת, לפני בניית האמון של חברי הקבוצה בנו ובקבוצה כולה. השנייה – שהמשתתפים היו מגיבים בסקרנות יתר לשוני והיו מתרכזים בה במקום להתבונן פנימה בעצמם, ואז התהליך הקבוצתי היה נעצר בשלב הראשון ומתעכב. תוך כדי הנחיית הקבוצה התחדדו הקשיים המיוחדים לאינטראקציה הבין-אישית בקבוצה, והרגשנו תחושת הקלה עקב דחייתה של אותה מועמדת. עם זאת, נותרו השאלות האם פעלנו נכון וכיצד היינו מתמודדות עם התהליך לו הייתה מתקבלת.

הדוגמה השנייה מבוססת על שאלתנו עד כמה המנחות צריכות להגן על הפרט בקבוצה. באחד המפגשים, כאשר גבר אחד נעדר ונותר גבר יחיד באותו מפגש, נוצרה סיטואציה שבה הוא היה נציג של הגברים בקבוצה. באותה פגישה הוא שיתף את הקבוצה בחוויה הקשה שעבר כשנפרד מאשתו והקבוצה הגיבה לו. במפגש לאחר מכן הוא כעס עלינו – המנחות, אמר

שהרגיש מותקף ומושפל בפגישה הקודמת ושלא הגנו עליו. וויטקר (1985) טען כי על-אף האחריות המוטלת על המנחה, השליטה באירועים נמצאת אצל חברי הקבוצה. חברי הקבוצה מייחסים לא-פעם למנחה כוח רב יותר מזה שיש לו באמת, ומכאן הציפייה של הגבר שאנו נציל אותו מהמשתתפות האחרות כשהוא חש מותקף על-ידן. כמנחות שאלנו את עצמנו האם אכן אפשרנו תהליך קבוצתי על חשבון חשיפתו של הגבר היחיד באותו מפגש, או שאפשרנו לקבוצה לעבוד.

בהנחה שהיינו מקבלות את המועמדת הלסבית מתעוררת השאלה, האם היא הייתה מרגישה מותקפת מצד חברי הקבוצה? האם היינו צריכות להגן עליה או לתת לתהליך הקבוצתי להתפתח לבד? בסיטואציה הזו האם זה היה יעיל או הרסני לקבוצה כולה?

דוגמה נוספת שגרמה לנו לבדוק את החלטתנו התרחשה בקבוצה בשלב האינטימי. "בשלב זה האקלים הקבוצתי ממשיך להפגין תקשורת חזקה, תוך פתיחות לא הגנתית וסובלנות לקירבה" (Mackenzie & Livesley, 1983). אחת המשתתפות סיפרה בקבוצה, שהיא נפרדה מבעלה בעקבות החלטתו לחשוף את היותו הומוסקסואל. היא שיתפה את הקבוצה בקשייה ובקשיי ילדיה להתמודד עם המציאות החדשה. התגובות בקבוצה היו אמפטייות מאוד כלפי המשתתפת ושיפוטיות כלפי הבעל, ועם זאת המתח היה רב והמשתתפים התקשו לקבל את סיפורה. בפגישה זו חשנו הקלה, שאותה מועמדת לא הייתה, כיוון שהתגובות לנושא ההומוסקסואליות היו קשות. עם זאת, נותרנו סקרניות לגבי השאלה איך הקבוצה הייתה מתפתחת לו הייתה משתתפת. האם השוני שלה היה מתקבל בקרב המשתתפים האחרים - אולי היא הייתה מאפשרת לחברי הקבוצה להתגבר על חששותיהם ולחלוק סודות נוספים ואולי יכלה להיות מניע לביטוי לאלה שפחדו להתבטא?

אחרי כל מפגש קבוצתי, כשישבנו לנתח את הדינמיקה שהתפתחה באותו ערב ובדקנו את עצמנו אם תפקדנו בצורה תקינה ויעילה, נהגנו להיזכר ברוח הרפאים שלנו ושאלנו את עצמנו מה היה קורה לו הייתה נוכחת, איך המשתתפים האחרים היו מגיבים, האם התהליך הקבוצתי היה מתפתח באותה צורה, איך אנחנו היינו מתמודדים.

לאחר סיום הקבוצה, שאלנו את עצמנו שוב, האם פעלנו נכון כשלא קיבלנו את אותה המועמדת? היום, אחרי הניסיון שצברנו, האם היינו מחליטות אחרת? אנחנו סבורות שבאותה סיטואציה של חוסר ניסיון, הגדלת שונות

בקבוצה הייתה עלולה להיות בעייתית ואפילו הרסנית למועמדים מסוימים ו/או לקבוצה כולה. לכן החלטתנו, לפי דעתנו, הייתה נכונה. בדקנו אצלנו את הדעה הקדומה שלנו מול ההומוסקסואליות והבנו שלא הייתה בהחלטתנו שום דחייה מעצם היותה של האישה לסבית. אנחנו כמנחות היינו צריכות להחליט האם לקחת סיכוי שאולי נצליח להתמודד בצורה סבירה או סיכון שלא היינו מצליחות לשלוט על תהליכים שעלולים היו להיות הרסניים. קיבלנו את ההחלטה הבטוחה - לדחות אותה. יש לציין שהתמודדנו עם הצל של המועמדת הלא-נוכחת לא רק במשך הנחיית הקבוצה, אלא בכל מסגרת שבה העלינו את העובדה שלא קיבלנו מועמדת לקבוצה מפני שהיא לסבית. מצאנו את עצמנו מתקשות להסביר את הסיבות גם לחברינו וגם לעמיתים שלנו. איך מסבירים במשפטים פשוטים וברורים שדאגנו מהשלכות שליליות שעלולות להתרחש בקבוצה או מסבירים לעמיתינו, סומכים עלינו, שלא סמכנו מספיק על המקצועיות שלנו כמנחות קבוצה דינמית כשהם. עם זאת, העובדה שאנו נתפסנו כטועות על יד כולם בהחלטתנו, הוסיפה על קשיינו ולצל השחור שריחף מעלינו.

ההדרכה

הדילמה המקצועית האתית ליוותה אותנו לכל אורך ההנחיה וכמובן לאורך הקורס. כשהתעמתנו לראשונה עם בעיית האתיקה, שמחנו מאוד שיש קבוצת הדרכה המלווה אותנו במסגרת הקורס שאליה אפשר להביא את הסוגיה לדיון. כאשר הבאנו את הסוגיה הרגשנו, שיש לנו מקום בקבוצה לדיון ולחשיבה משותפת. במובן זה הרגשנו שהקבוצה היא מכל עבורנו. הכלה זו של הקבוצה אותנו והמקום שפינתה עבורנו עזרו לנו להכיל את הסיטואציה כתהליך מקביל.

נוסף על כך, חשנו מאוד את הליווי של מנחת הקורס שאף ליוותה אותנו לוועדת האתיקה, תמכה בנו והייתה לנו כעוגן מקצועי. בהתייחס לסוגיה זו הרגשנו שנשארו ב"שלב האוראלי" ביחסנו עם מנחת הקבוצה או כפי שוויניקוט (1960) מציין; בשלב הזה קיימת תלות מוחלטת בין האם לתינוק. רק החיבור של התינוק לאם יכול לממש את הפוטנציאל של התינוק

בהדרגה. הליווי של המדריכה ונוכחותה בוועדה הרגיעו אותנו, ואפשרו לנו להציג את חוות דעתנו באופן מקצועי. למרות המקצועיות שלנו והניסיון הרב שלנו בטיפול, במצב זה חווינו תלות במנחה. זו הייתה הפעם הראשונה ששתינו עבדנו בהנחיה משותפת. ידענו את היתרונות, אך גם שיש יתרונות היינו מודעות למלכודות שעלולות להפריע בהנחיה המשותפת בקבוצה (Edelwich, 1992). שתינו השקענו הרבה אנרגיה וזמן כדי לוודא שעבודתנו המשותפת תהיה יעילה ופורחת לקבוצה ככל שניתן. בהדרכה זכינו גם באפשרות לעבוד על השותפות שלנו, ובעיקר להכיר בשוני גם באישיות וגם בצורת העבודה שלנו ואכן למדנו הרבה זו מזו.

סיכום

בעבר ראינו במקצועיות ובאתיקה עקרונות ההולכים זה בצד זה, ללא שום קונפליקט. בעקבות דחייתה של המועמדת לקבוצה של "מתגרשים ומתגרשות" שהנחינו ופנייתה לוועדת האתיקה, למדנו להבדיל בין שני הנושאים החשובים האלה. בתום שיחות ארוכות בינינו וחשבון נפש, אנו נשארות שלמות עם עצמנו שההחלטה לדחות אותה הייתה מקצועית ונכונה. אנו מצטערות מאוד שאותה משתתפת נפגעה מעצם הדחייה, ועוד יותר על כך שחוותה דחייה זו כאפליה מינית, אבל מכיוון שלא היינו די מנוסות, כוונתנו הייתה למנוע מצב בעייתי בקבוצה.

לסיום, חשוב לציין שוועדת האתיקה החליטה שלא עברנו כל עברה אתית ושפעלנו לפי שיקולים מקצועיים. עם זאת, הוועדה העירה שתי הערות חשובות להנחיית קבוצה באשר היא:

1. בפרסום הקבוצה חשוב להוסיף סעיף המתייחס לריאיון – כתנאי קבלה לקבוצה, ורק המועמדים המתאימים לקבוצה הספציפית שנבנית ייענו בחיוב.
2. דחייה של משתתף צריכה להיאמר באופן אישי, עם הדגשה לגבי אי-התאמה לקבוצה הספציפית, ולא אי-התאמה לקבוצה בכלל. חשוב להציע אלטרנטיבה הולמת לכל פונה.

ביבליוגרפיה |

- טריאסט, י' (2000). "סוגיות אתיות בטיפול קבוצתי בסוגיות אתיות במקצוע הטיפול והייעוץ הנפשי". עורכים: אכמון, וייל ושפלר.
לנדאו, מ' (מרץ 1993). "מחשבות על מיכל ומוכל", שיחות, ז (2).
רוזנוסר, נ' (1997). "מנחה הקבוצה", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים),
מקראה להנחיית קבוצות. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- Barnes, B., Ernst, E. & Hyde, K. (1999). „*An Introduction to Groupwork: A Group-Analytic Perspective*". New York: Palgrave.
- Beck, A. P. (1974). "Phases in the Development of Structure in Therapy and Encounter Groups", in: D. A. Wexler & L. N. Rice (eds.), *Innovation Client-Centered Therapy*. New York: Wiley.
- Edelwich, J. & Brodsky, A. (1992). "Coleadership and Supervision", in: *Group Counseling for the Resistant Client*. New York: Lexington Books, pp. 157-166.
- Fouls, S. H. (1968). "*Therapeutic Groups Analysis: New Decisions and Tasks*". New York: International Universities Press.
- Garvin C. D. (1997). "*Group Work*". Third Edition. Simon & Schuster, Needham Heights, MA.
- Hepworth, D. H., Rooney, R. H. & Larsen, J. A. (2002). "*Direct Social Work Practice: Theory and Skills*". 6th Edition. Pacific Grove, CA.: Brooks/Cole.
- Mackenzie, K. R. & Livesley, W. J. (1983). "A Development Model for Brief Group Therapy", Monograph I: *American Group Psychotherapy Monograph Series*. New York: International Universities Press.
- Nitsun, M. (2003). "*The Anti-Group: Destructive Forces in the Group and their Creative Potential*". London: Routledge, The International Library of Group Psychotherapy and Group Process.
- Whitaker, D. S. (1985). "*Using Groups to help People*". London: Routledge.
- Winnicott, D. W. (1960). "*The Theory of Parent-Infant Relationship in the Maturation Process of the Facilitating Environment*". London: Karnac Books.
- Yalom, I. D. (1985). "*The Theory and Practice of Groups Psychotherapy*". 4th Edition. New York: Basic Books.

פרק ט הורה-טף - כלים יצירתיים לחיבור בין מציאות פנימית למציאות חיצונית

מירי גלזמן

מבוא תיאורטי

שיעור המשפחות הפרודות והגרורות המתפקדות ברמות גבוהות של קונפליקטים הולך וגדל בשנים האחרונות. ב"מרכז למשפחה ולילד" בקריית שמונה פועלים שירותים אזוריים: מרכז לטיפול ולמינעת אלימות במשפחה, תחנה לטיפול משפחתי, מרכז קשר הורים-ילדים ואף משולבים פקידי סעד לחוק סדרי דין. אנו פוגשים במשפחות המשמרות רמות גבוהות של מאבקים על רקע פרדה, גירושין ואלימות, ומשליכות מהקונפליקט הזוגי הלא-פתור על ההורות ועל הילדים העומדים בתווך. המשפחות מתפקדות ברמות שונות של קונפליקטים וניצבות על פני נקודות שונות לאורך הקשת: החל בהורים המנהלים שיח הורי בסיסי שאינו מקדם אותם לפתרון יעיל וכלה בהורים הסובלים מסרבנות קשר ומנתק מהילדים. בחרנו במונח "קשת" בשל גוונים הרבים, כמטפורה לגוונים היחודיים של כל משפחה ובשל האור והתקווה שהקשת מסמלת (בראשית ט'). מושג זה מתאר גם את שלל הדילמות, הקשיים והמורכבות המאפיינים משפחות במעברים ונחווים בטיפול. סיוע להורים במעברים עשוי לאפשר עיבוד והשלמה עם הנפרדות ולפתח יכולת הידברות הורית בוגרת.

עמדתנו המקצועית והכשרתנו מתבססות על עקרון טובת הילד במעברים: "פקידי סעד נקראים לחוות דעה ולהמליץ בסוגיית ההורות בטובתם של קטינים [...] עקרון טובת הילד הינו תמיד עקרון על" (תע"ס 3.20, 1998), "הילד המופנה לקיום מפגשים עם הורה במרכז-קשר הינו הקליינט העיקרי" (הרמל, 2002). הטב (1997) מתייחס למצוקותיהם של ילדים להורים גרושים הנובעים משימוש בילד, האשמות שווא, ניצול פסיכולוגי, תפיסת הילד כאחראי למצב היחסים של הוריו והפיכתו לשעיר לעזאזל. יש ילדים שיבחרו לברוח מהמציאות למצב של חולמנות, ולדמיון שההורים כלל לא נפרדו. כשקיים איום מתמיד של גירושין עשויה להתחזק משאלה אדיפלית לתפוס את מקום ההורה, ולאחר מכן מתעוררים רגשות אשמה על כך שהמשאלה התגשמה כביכול. בקורס בהנחייתה של מיקי תודר (25.4.2004) היא תיארה את תסביך אלקטרה - הדרמה האדיפלית של אהבת בת לאביה. במצב זה האב מפחד מבתו ומתנכר אליה, וכך יוצר אצלה חסך אב. האם מתוארת כאובייקט להזדהות, להתרחקות ולהתקרבות, וכך נוצר אצל הבת קונפליקט בין תלות להזדהות. התלות ההדדית מאפשרת קשר ובזכותה הבת יכולה לשאת את הנפרדות מהאב ואת החזרה אל האם.

הטב (שם) טוען כי ילד עשוי להיקרע בין הוריו בעת דיון משפטי. הוא מציין את מחקרה של ולרשטיין על ילדי גירושין, העשויים כמתבגרים להתקשות ביצירת קשרים חיוביים, להנציח "תורשה של גירושין". הוא מציין גם את מחקרן של ולרשטיין וקלי לגבי תופעות חריגות אצל ילדי גירושין בגילאים שונים: ילד השרוי בקונפליקט מתמשך בין "ההורה הטוב" ל"הורה הרע", ניסיונות הורים להישען על הילד ולדרוש שישמש תחליף להורה האחר. הטב רואה בילדי גירושין הנקלעים לסכסוך מתמשך ילדים נזקקים. היווצרות קונפליקטים חדשים במשפחות המתקשות להיפרד עקב תהליכים משפטיים מתמשכים, עלולה ליצור איבה בין ההורים (Wall, 1992). רגשות שליליים אצל שניהם עלולים לחבל בקשר עם הילדים. יכולת ההורים להפריד בין נושא ההורות לקשר הזוגי היא גורם מכריע בתפקוד הורי סביר, המאפשר קשר רציף של ההורים עם הילדים וכן שיתוף פעולה ואחריות משותפת כהורים.

בקורס שבהנחייתה ציינה מיקי תודר-גולדין, כי ילדי מתגרשים חיים בקונפליקטים של יחד-לחוד, מיניות ודרמות חזקות. הם נזקקים לאנרגיה רבה

כדי לפתור את הדילמות והקונפליקטים האלה. חשוב שהורה יקבל הדרכה כדי להבין את החשיבות בהצבת גבולות ובשמירה על מקום הילד. בראדשו (1992) טוען כי דרכים רבות להקשיב לילד הפלאי הארכיטיפי שבנו. אחת מהן היא הקשבה לסיפורים. תפיסה זו עשויה לסייע בשחזור חוויות ילדות:

כְּבִישׁ יָשׁוּן, שְׂבִיל בְּנֵן
עַץ זָבִית,
אָבָא פֶּאן, אִמָּא נְשָׁם,
פֶּאן הַשְּׂאֲרָתִי
מָה שְׁהִייתִי פֶּעַם, מִזְמָן,
מָה שְׁעַכְשָׁו
יְלֻדָּת נְשַׁכַּחְתִּי..."
(גלעד ורביץ, 1982)

התחברות הורה אל הילד הפנימי שבתוכו, תוך שחזור של חוויות, רגשות, תפיסות, זיכרונות, ריחות וצבעים, עשויה ליצור נקודות התחברות חדשות עם ילדו ממקום מזדהה, שומע, מרגיש ומבין באופן שונה. מצבם של המשתתפים בקבוצה ענה על שני מושגים שמעלה וויטייקר (1985) – "עיסוק מטריד" ו"גבול". מצאנו כי העיסוק בשאלות סביב פְּרָדָה וחוסר נפרדות, אי-מתן גט וגירושין, מעגל אלימות והניסיון לצאת ממנו, קשיים בתפקוד הילדים ובקיום סדרי ראייה, ענייני ממון ורכוש לא-פתורים, תהליכים משפטיים מתמשכים, התערבות גורמים חיצוניים והפעלת סמכות על-ידם ועוד – כל אלה הם בגדר "עיסוק מטריד". מושג הגבול מציין את הקו המפריד בין הבנה, מיומנות ומקורות אישיים שאנשים כבר רכשו לבין כאלה שאין להם עדיין. מצאנו כי אצל אנשים שהגיעו לראיונות והביעו רצון להצטרף לקבוצה קיים חוסר שביעות רצון מהמצב המצוי. קיוונו כי באמצעות הקבוצה יתאפשר לנו לסייע להם וללוותם לעבר המצב הרצוי להם.

תיאור הקבוצה

מאפיינים יחודיים

אוכלוסייתה של קריית שמונה מונה 24,000 תושבים. בעיר מתקיימים קשרי קרבה והיכרות, עזרה הדדית והתנדבות המתבססות, להערכתנו בין היתר, על מכנים משותפים כגון העלייה בשנות החמישים, מצב ביטחוני מורכב, העובדה שהעיר היא עיר גבול והבחירה של חלק מהתושבים להתגורר בה. בין רוב משתתפי הקבוצה התקיימה בעבר היכרות כלשהי: מגורים באותה שכונת ילדות, היכרות בין משפחות מוצא, מוצא עדתי זהה ולימודים באותן מסגרות חינוכיות. רקע ההיכרויות בהווה: מגורים בשכונת, היכרות במסגרות תפקיד ו/או מקום עבודה. לכל המשתתפים קשר בעבר ו/או בהווה עם לפחות אחת מהפונקציות ב"מרכז למשפחה ולילד": פקידות סעד לחוק סדרי דין, מרכז טיפול ומניעת אלימות, מרכז קשר הורים-ילדים (במרכז למשפחה ולילד פועלת גם תחנה לטיפול משפחתי). שלושה מהמשתתפים היו בעבר בטיפול אצל אחת מהמנחות כפקידות סעד. כיום יש לחלקם קשר עם פקידות סעד מרשות שכנה, ושניים מנהלים התקשרות עם מרכז קשר בעיר קרובה ואצלנו. המשתתפים הם ילידי הארץ, מקור משפחות המוצא ממערב ומזרח. לפני הקמת הקבוצה התלבטנו רבות בעניין הרכבה. ההתלבטות אם להקים קבוצה מעורבת לאימהות ולאבות נבעה מהחשש האם יהיה אפשר לקיים דיאלוג "בין שני העולמות" וכן מחוסר ניסיונו בהנחיית קבוצה מעורבת.

קיבלנו המלצות על 27 מועמדים. המיון הראשוני נערך במסגרת ההדרכה בפרקטיקום, שבעקבותיו לא זימנו מי שתפקדו ברמות גבוהות של קונפליקטים, מטופלים המצויים בשלב טיפול ראשוני במרכז למניעת אלימות ומי שנמצאים בטיפולנו הישיר כפקידות סעד. לאחר התייעצויות עם מנהלת המרכז לטיפול ולמניעת אלימות, הוחלט להקים קבוצה מעורבת לאבות ולאמהות, אימהות משמורניות, אבות משמורנים ואבות מבקרים. יש לציין כי אימהות מבקרות המוכרות לנו, לא נמצאו כמתאימות לקבוצה. לראיונות הוזמנו 15 מועמדים, מתוכם הגיעו עשרה.

הקבוצה מנתה תשעה משתתפים: ארבע אימהות משמורניות, שני אבות משמורנים ושלושה אבות מבקרים, שלהם 21 ילדים: שני בגירים (חיילים)

ו-19 בטווח הגילאים משנה וחצי עד 16. גיל המשתתפים הממוצע 39, הגיל הצעיר ביותר 32 והמבוגר ביותר 53. רובם באמצע שנות ה-30 ותחילת שנות ה-40 לחייהם. ארבעה גרושים/פרודים מזה כשש שנים, מהם אחד מסורב גט, חמישה גרושים/פרודים עד שנתיים (אחת קיבלה גט במהלך חיי הקבוצה). ארבעה נמצאים בתהליכים משפטיים מתמשכים. שניים מההורים עובדים כעצמאים, חמישה כשכירים, שניים עובדים באופן לא סדיר. שלושה מהמשתתפים בנו זוגות חדשה (אחד לקראת סיום הקבוצה). במהלך חיי הקבוצה האב זכה במשמורת זמנית על ילדיו עקב חידוש הקשר ביניהם לאחר נתק של כארבע שנים. הקשר חודש בהמשך להחלטת בית המשפט ובטיפול יח"ס. ההמלצה להשאר המשמורת בידי האב בשל מצב הקטינים, גובתה על-ידי פקידת סעד מחוזית. כל המשתתפים עברו חוויה טיפולית קודמת – פרטנית ו/או קבוצתית ו/או בסדנה לאבות מבקרים (מרכזי הקשר).

מטרת הקבוצה

המטרה שהוצגה למשתתפים הייתה שיפור יכולותיהם כהורים המצויים במשבר פרידה/גירושין/אלימות, זיהוי צרכים התפתחותיים של ילדיהם ומענה עליהם, תוך הבנת ערוצי התקשורת שלהם עם ההורה האחר, וחיזוק תחומי ההתמודדות וההסתגלות שלהם ושל ילדיהם. הסברנו את השערותנו: קבוצה מעורבת עשויה לאפשר קידום שיח בין אימהות לאבות לגבי הורותם בתוך משבר הפרדה, גירושין ואלימות ולאחריהם, ואת האני מאמין שלנו כי מפגש משותף יאפשר דיאלוג פתוח ויגביר את המודעות לצרכים ולקשיים של הקטינים המעורבים של ההורה האחר, השונות בהורות, ההורות האישית: מקורותיה ודרך ביטוייה בהווה. זיו ובהרב (2001) מביאים את הגדרתו של קורט לוין, הרואה את הקבוצה כשלמות דינמית המבוססת על תלות הדדית בין חלקיה וטוען כי הקבוצה היא יותר מסך כל רכיביה, דהיינו: האנחנו (Weness) גדול מסך כל המרכיבים הפרטיים של הקבוצה. התכנון הראשוני היה לקיים 12 מפגשים. עקב בקשת המשתתפים והערכתנו שיש מקום להמשיך את הקבוצה, הוספנו על בסיס התייעצות בהדרכה בפרקטיקום ארבעה מפגשים. הקבוצה החלה ב-15.12.04 והסתיימה בסוף מרץ 2005.

כלים שלובים: אמצעים יצירתיים לחיבור בין מציאות פנימית למציאות חיצונית

לפי היגנס (1994), באמצעות ילדינו אנו מקיים לחיות מחדש את ילדותנו שלנו טוב יותר, תוך הימנעות מהטעויות שעשו כלפינו הורינו. לדעת זיו ובהרב (שם), טכניקות לא מילוליות מצליחות להעביר מסר שאלף מילים לא יצליחו להעביר, מאחר שבכל כלי לא-מילולי מעורבים חושים רבים. השימוש יוצר התנסות חווייתית המאפשרת הפנמה והטמעה טובות. הטכניקות מהוות אמצעי ישיר למפגש של האדם עם נושאים וחלקים בתוכו. כל ביטוי אמנותי מהווה גירוי השלכתי לחומרים בלתי-מודעים שאינם מעובדים, ועם זאת עצם הופעתם מעידה על בשלות האדם להתמודד עם חומרים אלה ולהביאם לתחום המודע. וויניקוט (1995) מדבר על מתן הזדמנות לחוויה נטולת צורה לדחפים יצירתיים, מוטוריים וחושיים שהם החומר של המשחק, וכי על יסוד המשחק נבנה כל קיומו החויתי של האדם. אנו חווים את החיים בתחום תופעות המעבר, במארג המרגש של סובייקטיביות ושל תצפית אובייקטיבית, ובאזור שהוא תחום ביניים בין המציאות הפנימית של היחיד ובין המציאות המשותפת של כלל בני האדם בעולם החיצוני.

למפגש הראשון צורך "קיווי" - בובת פרווה בדמות ציפור שהפכה לאובייקט מעבר ול"רשות דיבור" כפי שהגדירו המשתתפים. קיווי זכה להאנשה: "לא יכול לעוף", "אולי בסוף המפגשים יוכל לפרוש כנפיים" ועוד. קיווי סייע בהיכרות, בבירור הציפיות ובעריכת הסכם הקבוצה ועזר להפשיר את הקרח. במפגשים השני והשלישי סיפרו המשתתפים על חלומות, כאב ובדידות, הורים משמורנים ומבקרים, פרק ב', צורך בנפרדות מה-X, רצון ליצור שינוי בצורת חשיבה ותגובה כדי לא להיגרר לאלימות חוזרת. הם קראו לרגשות בשמות, הציעו דרכים לאיזון בין הומור וכאב, תקווה וכעס, אופטימיות ומועקה, עצבות ועצבנות. סיפרו על אופי סדרי הראייה, עירוב שוטרים עקב חוסר הסכמה של ילד ללכת אל ההורה האחר; רצון לזמן פרטי בלי הילד מול רגשות אשם המעוררים עקב כך; בת הרוצה לעבור לאביה לאחר נתק ממושך ביניהם, מול רצון האב בהדרגתיות ופחדו מנתק מחודש; סיוע של

גורמים חיצוניים: ערכאות משפטיות, יח"ס, פקידות סעד, עובדים סוציאליים; צורך בסמכות הורית ובשמירת מקום ההורה השני.

במפגש הרביעי התחלנו בשימוש בכלים יצירתיים. קירשקה (1993) כותב על קלפי הביטאט כי כל קלף מהווה קרש קפיצה לנבכי הפנטזיות. הרעיונות והאסוציאציות מהווים את חומר הגלם למשחק ולטיפול: "וכמו קופסת צבעים, מזמין את המשתתף להיות לאמן". המשתתפים בחרו קלפים שהזכירו להם אירוע, מצב, תכונה, תמונה וכו'. בתיאורים עלו מגוון של מצבים, צרכים ורגשות, וכן צורך בקבוצה, בדיאלוג, בפיצוי, בהגנה, בתחושות של תלות מול עצמאות, פצעי ילדות, תקווה מול חרדת מוות, בדידות לעומת אור, אלימות מול חופש, חוסר נפרדות, כעס, תוקפנות, תסכול, חיפוש פשרות ועוד. תכנים אלה סייעו לנו בהערכת ביניים ובבחירת התכונות האישיות והתפקידים של המשתתפים: מצאנו אסרטיביות, תוקפנות, אלימות, צורך לרצות, הסרת מסכות, ניסיון ליצור תת-קואליציות, שמירת סף, תעוזה, תקווה וכוחות.

במפגש החמישי נבנו סיפורים כמו-דמיוניים בעזרת קלפי הביטאט. הועלו זיכרונות ילדות כואבים והשפעתם בהווה. כל אחד מהמספרים דיבר בגוף ראשון, וחיפש תגובות תמיכה והזדהות מצד המשתתפים והמנחים.

במפגש השישי נמשכה בניית הסיפורים בעזרת קלפי הביטאט. שני הסיפורים העיקריים היו אישיים וכואבים והביאו את הקבוצה למקומות של הזדהות עם אבדן הורה בגיל צעיר, שיתוף בחוויות, ברגשות ובצורך/רצון בהנחה. סופר על בן משפחה שנחשב שנים למת, עד שהתברר לאחר שנים רבות כי נמסר לאימוץ, עלו על עקבותיו אך טרם התקיים מפגש. אחד המשתתפים סיפר על תחושת קירבה ואינטימיות שהוא מרגיש בקבוצה, והשווה אותה למשפחה.

המפגש השביעי חל בט"ו בשבט. קראנו שיר של דתיה בן דור, "איך זה להיות עץ" שאלנו אילו תחושות מעורר אצלם המושג עץ? מבין התשובות: פורח, יום הולדת, בעל שורשים עמוקים, מלבלב, נותן פרי. בקבוצה עלתה שאלה על שוני בין סוגי אבדן: אבדן מוחלט, כלומר מוות, מול אבדן של פרדה, גרושין ואלימות. אנשים שיתפו בתחושות, בכו, ציירו ציורים אישיים, חיברו סיפור קבוצתי והרכיבו את הציורים לעבודה משותפת. בעבודה הקבוצתית אפשר לזהות חלקים אישיים ואת מרקם הסיפור הקבוצתי (ראו נספח).

הועלו שאלות מגדריות על חלקים נשיים וגבריים בכל אד מהמשתתפים. במפגש השמיני דיברנו על חוויות בעקבות הפגישה הקודמת: בין האישי לקבוצתי. התקיימה הערכת ביניים, שיקפנו את קשיי הקבוצה מעצם החוויות

המשתתפות של פרדה, גירושין ואלימות. עלתה שאלת סיום הקבוצה. פירשנו כי הפרדה מהקבוצה עשויה להיחווה כמשחזרת את תהליך הפרדה בגירושין ופרדות אחרות בחיי כל אחד מהמשתתפים. בחרנו להביא קוביות ג'נקו, והמשתתפים בנו מגדל. פעם אחת ניתנה להם הוראה לא לדבר ביניהם, ובפעם נוספת אפשרנו להם לדבר. מסקנתם הייתה כי אפשר לתקשר גם ללא דיבור. כאשר המגדל נהרס נעשתה השלכה על חוויות פנימיות, תחושות שליוו את שלבי בניית המשפחה וההרס. הובעו רגשות, תוך כדי בכי, בעוצמה רבה: כעס, חוסר אונים, תחושת כישלון. המשתתפים נהגו רכות ועדינות זה כלפי זה, תוך עידוד, תמיכה וחיוזוק. בשלב זה עדיין הייתה הקבוצה בעלת שם זמני. היה קושי להגיע להחלטה. עלה לדיון רצון הקבוצה להמשיך אחרי 12 מפגשים.

במפגש העשירי נערך הסכם מחודש להארכת משך הקבוצה בארבעה מפגשים נוספים. הקבוצה יצאה ל"טיול ילדי": מה ילד עובר, חווה, מרגיש ומדמיין בהקשר למשבר המשפחתי. המשתתפים דיברו תחילה בקולו של אחד מילדיהם ולאחר מכן עברו לדבר על עצמם: מה הם עברו, חוו, הרגישו ופנטזו. הם ערכו השוואות בין יכולות התמודדות, מה מקדם ומה בולם, איך ניתן לעזור לילד, לתחושת ביטחון ולתחושת היותו נאהב. רמות הפתיחות והאמון היו גבוהות, והלא-מודע הקבוצתי הורגש: "לקחת לי את המילים" כששניים החלו לדבר יחד באותן מילים, "בדיוק היום חשבתי ש... ועכשיו אתה אומר את זה", "גם אני ממש מרגיש כמוך" ועוד.

במפגש ה-11 נערך דיאלוג בין שניים על דילמה שהעסיקה את הקבוצה: איך מקיימים סדרי ראייה כשהורה מבקר מנותק ולא מחויב לקשר. בנסון (שם) מתייחס למשחק התפקידים כמגביר מעורבות, ספונטניות, מקדם מודעות והבנה, מקל על פתרון בעיות ומחזק גיבוש ושיתוף קבוצתי. בשלב הראשון במשחק כל שחקן החזיק בעמדתו, ושותפו שני שחקנים נוספים שתפקידם היה לסייע לכל צד להגמיש את עמדתו לעבר האחר. לאחר מכן החליפו השחקנים הראשיים תפקיד, ושחקני המשנה (בתפקיד אלטר אגו) ניסו לקדם אפשרות של גישור ופשרה. הקבוצה דנה על הצורך בתקשורת הורית בוגרת וגילתה כי הדילמה שהוצגה במשחק קשה לפתרון. דיברו על צורך בסיוע חיצוני, כפי שנעשה במשחק. האמביוולנטיות הייתה גדולה ואליה נוספה תחושת חשש מה"שד" הפנימי המתקשה לעתים להתגמש, להגיע לפתרונות של גישור ופישור.

במפגש ה-12 השתמשנו בדמיון מודרך, "מסע אישי" לעבר הילדות. ברקע

הושמעה מוזיקה שקטה, ובאמצע החדר נרות. אנשים שיתפו בתחושות של רعب פיזי, גאווה, ילד שורד, אבדן אב, קבלת תפקיד הורי בגיל צעיר. לפי בנסון (שם), טכניקות הדמיון מבוססות על שתי הנחות: הראשונה היא שסמל או דמות יכולים לתעל אנרגיה פסיכולוגית ורגש, לשנותם או למזגם, והשנייה היא שאנרגיה והתנהגות באות בעקבות מחשבה.

במפגש ה-13 התחלנו בתכנון המפגש האחרון ובחרנו שם לקבוצה: הורה – טף. המשתתפים בנו יחד לוגו וסמלים קבוצתיים, ועבדו על בריסטול. הורגש חותם אישי בעשייה, רעיון ויצירתיות לצד שיתוף, הגעה להסכמות וקבלת הספונטניות של האחר (ראו נספח).

במפגש ה-14 דיברו על פרדה והמשיכו בתכנון מפגש הסיום. אנשים לקחו על עצמם תפקידים, העלו אסוציאציות ראשוניות על מהי פרדה, והביעו רגשות מעורבים. אנשים ביטאו בצבע ובקולד' מהי פרדה עבורם, העבודה אישית. אחד מקולות הקבוצה היה רצון להמשיך ולהיפגש אחרי סיום הקבוצה. יובל (2001) מציין את קשיי הפרדה: "על-אף הכאב שהם חשים, ועל-אף הפחד שלהם מכך שכל קשר קרוב הוא הזדמנות לפרידה נוספת [...] בסופו של דבר אין תחליף להרגשה שמישהו שומר עליך כאשר אתה לבד".

המפגש ה-15 חל בפורים. אנשים ביקשו מראש להקדיש רבע שעה לחג. העברנו דפי משוב (ראו נספח). התייחסותם הייתה רצינית, והם הקדישו זמן ומחשבה. להלן כמה מהתשובות לשאלה בעניין השימוש בכלים יצירתיים (שאלה 8): "מעניין להיפתח ולדבר על הכול", "ניתוח האני בעבר ולקראת מה אני בעתיד", "חופש, חופש ביטוי...", "להרשות לעצמי להיפתח ולהוציא דברים שהיו חזק מודחקים". הפגישה הוארכה בחצי שעה נוספת לשם סיכום רשמי עם מנהל האגף, אנשים דיברו באופן חופשי, צידדו בעבודה קבוצתית, ציינו מה קיבלו בקבוצה, את חשיבות הדיאלוג בין אימהות לאבות ובמה הוא תרם, קבוצה תחסוך טיפול פרטני".

מפגש הפרדה החל בשעה 16:30 במסעדה, בפינה שקטה. האנשים הגיעו עם אור בעיניים לבושים חגיגתי, מתרגשים ולפעמים הזילו דמעה. כל אחד נתבקש לבחור שני קלפים מחפיסת פרסונה. לאחר כשעה וחצי הם קיבלו הנחיות: קלף אחד – מה אני לוקח/מבקש/רוצה כמתנה לעצמי, וקלף שני: מה אני מעניק לקבוצה.

כאשר המשתתף הראשון תיאר את מתנתו, החלו האחרים לשיר לו שיר המתחבר לסמליות או לנושא המתנה (כמו "לאבא שלי יש סולם", "כאן ביתי

אל מול גולן"). כאשר קיבלו במתנה את הספר של מיץ' אלבום (ראו נספח) הציעו לשנות את שמו מ"פגישותי בימי שלישי עם מורי" ל"פגישותי בימי רביעי עם קיווי". המשתתפים בנו דף קשר הכולל תאריכי ימי הולדת. אחד האבות הצטרף לקבוצה לאחר שפגש אותי באקראי, ורמז כי היה חשוב שישמור על התקווה. הבנתי מיד כי נוצר קשר בינו לבין ילדיו. האב השתתף בסדנה לאבות מבקרים ב-2001 (גלזמן וסמרלי בהדרכת מיכאל 2001) אמירתו אז הייתה כי הוא יודע שאסור לו לאבד את התקווה.

סיכום הקבוצה

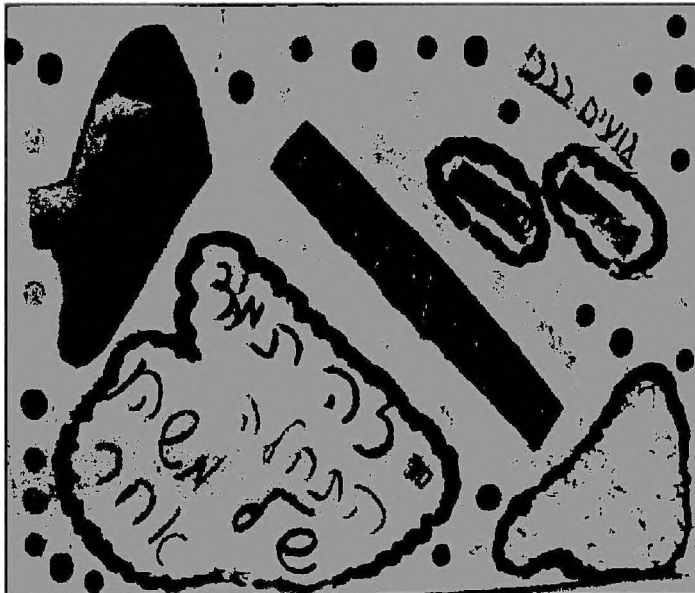
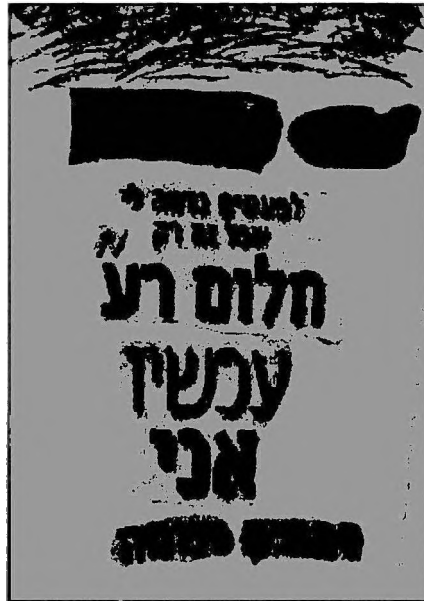
לסיכום הקבוצה אפשר לצטט חלק מתשובות המשתתפים למשוב. לשאלה איך הייתה הקבוצה (שאלה 2 בדף משוב, ראו נספח) ענו המשתתפים: "חוויתי, מדהים, למדנו להיות משפחה קטנה ומחוברת תומכת אחד לשני [...]. עצוב. אין הרבה מה להוסיף, רק להגיד שאני מלא געגועים כבר ברגע זה... היו והועלו כאן דברים מאוד משמעותיים שנתנו לי 'אור' ומודעות לנושאים בהם עסקתי והתקשיתי... למדתי רבות מן הקבוצה וקיבלתי המון כוחות וחזקים להמשך דרכי... הדבר הכי חשוב שעשיתי מאז שאני לבד: המון כוח רצון להמשיך. איך להתמודד... אחד בשביל כולם וכולם בשביל אחד... חושב שהזמן שהייתי בקבוצה תרם לי לחיזוק הביטחון העצמי להסתכלות על דברים שונים כמו לדוגמה להבין יותר טוב את האימא של הילדים... בנוסף לזה שכל אחד סיפר את בעיותיו היו פעילויות כגון קלפים, דמיון מודרך אשר עזרו גם מבחינה נפשית...". לשאלה האם היה שוני בין מה שהמשתתפים ציפו לו לבין מה שחוו בפועל, נתקבלו התשובות: "זו הייתה חוויה מעניינת ומרתקת, ברוב הפגישות זה הביא לי יותר אופטימיות... הופתעתי מאוד לטובה... נדהמתי לגלות שחוויתי הרבה... לא ידעתי שהחוויה הקבוצתית בנוסף לציפיותי יהיו מאוד טובות... התחום החברתי המגובש בקבוצה, המנחים... כמו שדמיינתי, הלוואי והייתי יכולה לבקש 'מיליון דולר'... הציפיות היו בעיקר ההתחזקות והחברות... חשבתי שהקבוצה תעסוק במה עושים או לא עושים, שמח שזה לא היה בקבוצה. הציפיות היו נמוכות להבדיל ממה שחוויתי...".

תם ולא נשלם.

ביבליוגרפיה

- אלבום, מ' (2004). "ימי שלישי עם מורי". תל אביב: מטר.
- בן-דור, ד'. "איך זה להיות עץ: ראש השנה לאילן – סדר ט"ו בשבט". תל אביב: האגף לחינוך קדם-יסודי.
- בנסון, ג', פ' (1992). "יציירתיות בעבודה עם קבוצות". קריית ביאליק: אח.
- בראדשו, ג' (1992). "השיבה אל הילדות". תל אביב: מטר.
- גלזמן, מ' וסמרלי, מ', בהדרכת מיכאל, א' (2001). "מרכזי הקשר מכניסים את הילד למעגל האהבה. קורב־רחוק", סדנה לאבות מבקרים, מרכז קשר הורים-ילדים, קריית שמונה.
- גלינסקי, מ', ג' ושופולר, ג', ה' (1997). "הבניית קו-הנחיה בעבודה סוציאלית", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- גלעד, י' ורביץ, י' (1982). "ילדות נשכחת". ביצוע: נורית גלרון, "אני ראיתי יופי", לונדון: N.M.C.
- דגן, מ' (2001). "ילדים גרושים". ירושלים: כתר.
- דיק, ב', לסלר, ק' וויטסיד, ג' (1997). "מסגרת התפתחות לטיפול בקו", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- הוראות משרד העבודה והרווחה, תע"ס 3.20 (1998). "פקידי סעד לחוק סדרי דין – תפקידם ודרכי עבודתם".
- הטב, י' (2003). "ילדים להורים גרושים", בתוך: טיאנו, ש' (עורך), **פסיכיאטריה של הילד והמתבגר**. תל אביב: דיוגן.
- היננס, ר' (1994). "עולמו הפנימי של הילד המדוכא", בתוך: וארמה, וד', פ. (עורך), **עולמו הפנימי של הילד הפגיע**. קריית ביאליק: אח.
- הרמל, י' (2002). "מרכזי הקשר מכניסים את הילד למעגל האהבה", בתוך: י' הרמל ומ' גרינבאום (עורכות), **מקראה לעובדים סוציאליים במרכזי קשר הורים-ילדים**. ירושלים: דפוס יובל.
- וויטיקר, ד"ס (1997). "מאפייני הקבוצה כמדיום לעזרה", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- זיו, ובהרב, י' (2001). "מסע קבוצתי". תל אביב: גל.
- יובל, י' (2001). "סערת נפש". תל אביב: קשת.
- כפיר, נ' (1993). "כחו מעגלים במים". תל אביב: עם עובד.
- קירשקה, ו' (1999). "סוד הקלפים המספרים". קריית טבעון: נורד.
- רוזנוסר, נ' ונתן, ל' (1997). "קבוצה מהי – מושגי יסוד בפסיכולוגיה חברתית", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- Wall, J. C. (1992). "Maintaining the Connection: Parenting as a Noncustodial Father", *Child and Adolescent Social Work*, 9 (5), pp. 441-456.

עבודות אישיות לקראת סיום הקבוצה



דף משוב לקבוצת הורה-טף

קריית-שמונה

דצמבר 2004 – מרץ 2005

1. כאשר חשבתי על הקבוצה, חשבתי שזה יהיה...
2. והיום, קצת לפני הסיום, זה היה...
3. אם היו לך ציפיות מהקבוצה, האם היה שוני בין מה שציפית ובין מה שחווית?
4. אם היה שוני, האם את/אתה מרוצה ו/או שמח/ה מכך? דרג/י את הרגשתך בטווח של 10⁻ (0 – לא מרוצה או שמח/ה; 10 – מרוצה או שמח/ה מאוד).
5. האם הייתה התייחסות לשאלות ולנושאים שהעסיקו אותך? הקף/הקיפי את ההגדרה המתאימה: במידה רבה מאוד, במידה רבה, במידה בינונית, במידה מועטה, כלל לא.
6. אם היית רוצה/מתבקש לשווק לחבר/ה את רעיון ההשתתפות בקבוצה דומה, מה היית אומר/ת לו/לה?
7. באיזה תחום הקבוצה תרמה לשינוי בחיך?
8. במהלך הקבוצה נעשה שימוש בכלים יצירתיים כמו: הצגת עצמי בעזרת קלפים, סיפור אישי בעזרת קלפים, שיר לט"ו בשבט, דמיון מודרך, ציור אישי ובניית ציור וסיפור קבוצתי, ציורים אישיים, לוגו הקבוצה. במה תרמו לך כלים אלה?
9. כמה מילים למנחים...
10. מה היה חסר לך בקבוצה? מה היה אפשר לשנות?

פרק י מאה אחוז נוכחות

אתי פורמן וליאורה רכס

נושא העבודה

במסגרת קורס להנחיית קבוצות מתגרשים ו/או ילדיהם, נדרשנו להקים קבוצה. הקמנו קבוצה במסגרת מקום עבודתנו – מחלקת רווחה במועצה אזורית – לנשים גרושות משמורניות.

המטרה הראשונית הייתה להקים קבוצה בת שמונה עד עשרה גברים ונשים שייפגשו בכ-21 מפגשים, אך במציאות נבנתה קבוצה של שלוש נשים בלבד. עובדה זו היוותה גורם משמעותי ביותר בתהליך בקבוצה ובלמידה שלנו. גילינו שקבוצה כה קטנה אינה דומה לקבוצה בת שמונה עד עשרה משתתפים, ובוודאי לא לקבוצה המוגדרת כקבוצה גדולה. לקבוצה הקטנה שהרכבנו היו יתרונות וחסרונות יחודיים. גם העובדה שהיינו שתי מנחות הייתה משמעותית. קראנו לעבודה זו בשם "מאה אחוז נוכחות", כיוון שהחווה המשמעותי ביותר בין חברות הקבוצה, היה המחויבות של כל אחת מהן להופיע לכל המפגשים. היה ברור לנו כי קבוצה קטנה כל-כך אינה יכולה להתקיים אם אין מחויבות של כל חברה להגיע לכל מפגש.

בעבודה זו ברצוננו להציג את היחודיות שבהשתתפות בקבוצה קטנה, את התנסותנו בהנחיית הקבוצה ובעבודת הקו-תרפיה וכן את הדילמות שעמדנו בפניהן במהלך הקמת הקבוצה וקיומה.

מבוא תיאורטי

כשניסינו לחפש חומר תיאורטי על קבוצות קטנות במיוחד (שלושה משתתפים), לא מצאנו כמעט שום התייחסות ספציפית. גם כשניסינו לאפיין את הקבוצה דרך שלבי ההתפתחות הדינמית שלה, לא מצאנו בכתובים הלימה לחוויה בקבוצה שלנו, שבה נערכו עשרה מפגשים בלבד. איננו יכולות לאפיין את התהליך בקבוצה כתהליך משימתי, כיוון שהקבוצה התנהלה, לא על-פי משימות אלא על-פי חוויות אישיות והתמודדות יומיומית עם מצבן האישי של המשתתפות. על כן, החלטנו להגדיר את הקבוצה שלנו כקבוצה קטנה וקצרת טווח, העוסקת בתכנים שעמם מתמודדות נשים חד-הוריות בחיי היומיום, ובחרנו לא לעסוק בגודל הקבוצה.

בנימין (1978) טוען כי הרכב וגודל נכונים של קבוצה נקבעים לפי התחושה יותר מאשר לפי אמת מידה נורמטיבית (הגודל לא קובעו). קבוצה מצומצמת אינה מאפשרת לכל אחד ממשתתפיה להישען מדי פעם לאחור בכיסא ולעקוב אחר תגובותיהם של האחרים, בלי שבכך תיפגע פעולת הקבוצה. לדעת בנימין, כאשר המשתתפים עצמם הם מוקד העניין של הקבוצה, צריך מספרם להיות קטן יותר מאשר במצב שבו מוקד ההתעניינות הוא אנשים שמחוץ לקבוצה, כמו למשל ילדיהם.

קבוצה של שלושה משתתפים ושתי מנחות דומה בעינינו למשפחה ובה ילד יחיד לזוג הורים. במבנה משפחתי כזה יש כמובן יתרונות וחסרונות. על-פי וויניקוט (1959), התכונה הבולטת של ילד יחיד היא שהוא מקבל מהוריו את מלוא תשומת הלב. פיסת העולם הראשונית שלו נבנית בקצב שאינו מהיר מדי עבורו. התנאים לקיומו פשוטים ונטולי הפרעות, ומובטחת לו תחושת יציבות בסיסית שתסייע לו במשך כל חייו. זהו יתרון משמעותי ביותר ולו השלכות על התפתחותו העתידית של הילד ועל יחסי הגומלין בינו לבין הוריו.

אל מול היתרון המשמעותי הזה עומדים כמה חסרונות. החסרונות הבולטים ביותר הם העדר חברים למשחק והעדר חוויות מעשירות שהן פרי קשריו המגוונים של הילד עם אחים ואחיות בוגרים וצעירים ממנו. משחקי ילדים נותנים דברים רבים שמבוגרים אינם יכולים לספק אותם, וגם כשהם מבינים אותם אין ביכולתם להשתתף במשחק די זמן כפי שהילדים היו רוצים.

לפיכך, כשאין ילדים אחרים בבית מצטמצם משחקו של הילד והוא מחמיץ את ההנאה שבספונטניות, חוסר האחריות והאימפולסיביות המאפיינים משחק עם ילדים.

הילד היחיד נוטה להיות מבוגר מכפי גילו וחש אחריות רבה ומחויבות גדולה כלפי הוריו. אחד הדברים שחסרים במיוחד לילד היחיד הוא חוויה של ביטוי תוקפנות שלעמים באה אצל ילד במשפחה אחרת בבוא תינוק חדש, למשל. ילדים הגדלים יחד משחקים במשחקים מכל הסוגים ולומדים להביע תוקפנות. לילד היחיד אין הזדמנות נאותה לבטא את הצד התוקפני שבטבעו במהלך ילדותו. הכרה זו הביאה אותנו להבנת היחודיות של מהות היחסים בתוך קבוצה של שלושה משתתפים ובין המשתתפים לבינינו המנחות. כיוון שלא מצאנו חומר תיאורטי המתייחס לגודל הקבוצה, נביא כאן תיאוריות שונות המאפיינות התפתחות קבוצה כפי שבאו לידי ביטוי בתהליכים שעברה הקבוצה בהנחייתנו.

במאמרם של רוזנסון ונתן "קבוצה מהי", מצוין כי מקובל לראות בקבוצה גוף הנוצר מצירוף מינימלי של שלושה אנשים, כיוון שרק הרכב כזה או גדול ממנו נותן אפשרות ביטוי לתופעות ותהליכים קבוצתיים טיפוסיים, כמו מנהיגות, התארגנות וקואליציה, יחסי רוב ומיעוט, לחץ קבוצתי ועוד. לגודל הקבוצה יש השפעה רבה על דפוסי האינטראקציה והתלות ההדדית הנוצרים בין חבריה. בעוד שאצל זוג יכול להתקיים רק קשר אחד, מספר קשרי הגומלין האפשריים עולה ככל שגדלה הקבוצה. בקבוצה של שלושה משתתפים קיימת אפשרות להיווצרותם של ארבעה סוגי קשרים הדדיים (א'ב', א'ג', ב'ג', א'ב'ג'). עוצמת היחסים המקשרים את החברים זה לזה נקבעת על-פי הלכידות הקבוצתית.

דורקהיים דן בשונות הבין-קבוצתית בלכידות וגורס כי לקבוצות בעלות לכידות גבוהה יש השפעה רבה יותר על חבריהן. לוי (1948) טוען כי לכידות כוללת תהליכים ברמה האישית וברמה הקבוצתית. ברמה האישית נובעת הלכידות ממשיכתו של כל חבר לחברי קבוצה אחרים על בסיס חיבה, כבוד או אמון. ברמה הקבוצתית משקפת הלכידות את תחושת ה"יחד" המלכדת אנשים לכלל יחידה אחת. הנאה וסיפוק קיימים בקבוצות לכידות יותר משם קיימים בקבוצות שאינן כאלה. בקבוצות כאלה החברים נוטים להשתתף יותר ולתקשר בתדירות רבה יותר, ומספר ההיעדרויות מהמפגשים מועט יותר. כמו כן, אנשים בקבוצות לכידות חווים הערכה עצמית מוגברת וחרדה

מופחתת, כנראה משום שהקבוצה מספקת מקור לביטחון ולהגנה. הלכידות מסייעת לכוחה של הקבוצה ולחיוניותה ומגבירה את משמעות החברות בה עבור אלה המשתייכים אליה. לכידותה של קבוצה מתקשרת ישירות ליכולתה לתת מענה לצורכי חבריה ונגזרת ממנה. רק קבוצה לכידה, כזו שהאמון בין חבריה, יכולתם ונכונותם לספק תמיכה הדדית גבוהים, תוכל לאפשר לפרטים בה לספק את צרכיהם החברתיים והפסיכולוגיים.

לטענתו של שוץ (1958), לפרט הנכנס לקבוצה שלושה צרכים בסיסיים, שכל אחד מהם מלאה בדילמות מרכזיות. הצורך הראשון הוא צורך בהשתייכות (Inclusion), שסביבו מתפתחת אצל הפרט דילמה בין רצון להתמזג בקבוצה ולהיטמע בה לגמרי לבין הרצון להיות מובחן ומובדל. הצורך השני הוא הצורך לשלוט, להיות בעל כוח ולהשפיע (Control and Influence). צורך זה נובע מצרכים פרימיטיביים של האדם לשלוט בסביבתו, והוא מתקיים במקביל לצורך בהשתייכות – הפרט רוצה להשתייך ובד בבד לשלוט. הצורך השלישי שמתאר שוץ הוא הצורך בקבלה ובאינטימיטיות (Acceptance and Intimacy). זהו צורך בקבלה ללא תנאי.

אם כן, החלק הקבוצתי המשותף הראשון הוא ההכרה שכל חברי הקבוצה עוסקים בדילמות הסובבות סביב אותם שלושה צרכים. מכנה משותף זה יוצר את תחושת הקרבה וההתחברות בקבוצה. נוסף על כך החברים בקבוצה מתנסים בחוויות חברתיות שונות. חוויות אלו מאפשרות לחברי הקבוצה ללמוד על עולמם הפנימי והחברתי באמצעות בחינת ההקשר החברתי שבו הם מצויים. התנסויות בצורות אחרות של התנהגויות והתמודדויות חברתיות של אנשים אחרים בקבוצה, מאפשרות לפרט לחוות גדילה, התפתחות, צמיחה ושינוי.

כדי לאפיין את התפתחות הקבוצה בחרנו להציג מודל המציג שלבים התפתחותיים בקבוצות קצרות טווח, אם כי מצאנו שההתייחסות התיאורטית ל"קצר מועד" היא בדרך כלל לטווחים ארוכים יותר מעשרה מפגשים. ערכו של המודל ההתפתחותי לקבוצות קצרות טווח מכוון את תשומת לב המטפל לאירועים שהם קריטיים לייסוד מהיר של הקבוצה כמערכת עובדת.

מקנזי (1983) זיהה חמישה שלבים עיקריים בהתפתחות קבוצה. בכל שלב יש מטלה התפתחותית, הכוללת סדרת סוגיות בין-אישיות שבהן מתמקדים במהלכו ואשר אליהן חייבת הקבוצה להתייחס כדי שתוכל להמשיך ולהתפתח. הלחץ לפתור מטלה זו גורם לכל חבר לחשוף את עמדתו, באופן

מילולי או לא-מילולי, דבר היוצר קיטוב של השקפות. מתח דיאלקטי זה מספק הקשר חברתי מסוים, שאפשר להשתמש בו ליצירת שינוי טיפולי. כל שלב (Beck, 1981), במקביל למטלה שמולה עומדת הקבוצה כשלם, מעלה סוגיות ואתגרים יחודיים שעמם מתמודדים הפרטים בקבוצה. הדיון שלנו בהתפתחות הקבוצה יתמקד בחמישה שלבים ובשלב הסיום.

שלב 1: התקשרות

בשלב הראשון, המטלה הבסיסית היא לפתור את סוגיית ההתקשרות בין חברים. השגת מטלה זו מבטיחה כי הקבוצה תהפוך למערכת חברתית וכי תיווצר זהות קבוצתית. המנגנון העיקרי להתפתחות ההתקשרות הוא אוניברסליות. מנגנון זה מתבטא, לרוב, כשמחה וכנחמה עקב הגילוי שלאחרים יש התנסויות דומות. קבלה בלתי-ביקורתית היא תופעה חיונית, הואיל ולקבוצה אין עדיין כוח פנימי לשאת עימות בין חברים. חשיבותה הפונקציונלית של האוניברסליות היא בכך שהיא מספקת מוקד שסביבו יכולה הקבוצה להתאחד ולהגיע לאינטראקציה לכידה. השוואה בין התנסויות תוך-קבוצתיות וחץ-קבוצתיות הופכת הבדלים אלה לקוטביים וכך מסרטטת בקווים כלליים את הגבול החיצוני של הקבוצה. עם זאת, קיימת סכנה שהקבוצה תתחפר באווירה לא ביקורתית זו, ולא תצליח להתקדם לסוגיות אינטראקטיביות מורכבות וקונפליקטואליות יותר.

עבור הפרטים בקבוצה המטלה היא לאפשר לעצמם להפוך לחלק ממערכת חברתית, ולא להישאר מבודדים ומנותקים. הפחד המזוהה עם שלב זה הוא של חוסר קבלה על-ידי אחרים. המטלה מושגת תחילה באמצעות חשיפה עצמית שטחית יחסית, לרוב בעלת אופי עובדתי.

הקבוצה השיגה את המטלה הראשונה, לאחר שכל החברים השתתפו במידה מסוימת בחשיפה עצמית אישית והביעו מחויבות להשתתף בקבוצה. או אז היא מוכנה לעבור לשלב הבא, של יצירת קשרים חזקים יותר בין החברים, ותחושת לכידות שתאפשר להם להתמודד עם הופעת הבדלים וקונפליקטים בין-אישיים.

שלב 2: בידול

בשלב זה המטלה הקבוצתית היא להכיר בכך שקיימים הבדלים בין החברים. כדי להשיג זאת, על המוקד לנוע מהגבול החיצוני של הקבוצה לזה של החבר האינדיבידואלי. תשומת לב להבדלים טומנת בחובה סכנה שהסביבה הלא-ביקורתית והנוחה של שלב 1 תמשך באופן שלא יאפשר שינוי. במקביל, היא מקדמת את המודעות לנקודות השקפה שונות, כך שהנחות הדמיון המוקדמות מאותגרות, דבר המוביל לאווירה של קונפליקט ועימות. שלב זה מאופיין בתחילתו בקיטוב, כשהחברים מדגישים את ההבדלים בינם לבין עצמם ואת הדרך האישית שבה הם רואים דברים. הרגש המופיע בהליך זה מביא לחשיפה עצמית ספונטנית, הפותחת גבולות בין חברים. כיוון שלאנשים רבים יש קושי בטיפול בקונפליקט ובשוני, הם נמנעים תכופות משלב הבידול ועל כן אין הוא נפתר לעולם. המטרה של המטפל אינה רק לעשות ונטילציה של העוינות, אלא גם לבחון את ההבדלים בין החברים ואת תפיסותיהם את האירועים, וכך לקדם את הבידול. הקבוצה עוברת משלב 2 עם תחושה מתמשכת של לכידות כישות חברתית. בו-בזמן היא מפתחת הערכה רבה יותר לשונות הדעות והעמדות בקרב חבריה. קבלה זו של יחודיות אינדיבידואלית מובילה להכרה בכך שכל חבר יכול למלא בקבוצה תפקיד יחודי לו.

שלב 3: אינדיבידואציה

המטלה של הקבוצה בשלב זה היא לקדם אינדיבידואציה, דבר המאפשר הערכה מעמיקה של מורכבותו של כל חבר. התהליך שבאמצעותו מושגת מטרת תכנית זו הוא הצבת אתגר בין-אישי אקטיבי בסביבה תומכת. המוקד, שנע מהגבול החיצוני בשלב 1 לגבולות שבין החברים בשלב 2, נע עתה אל הגבולות שבתוך כל חבר. הדגש הוא ברמה האינדיבידואלית ולא ברמה אינטראקטיבית.

עבור הפרט המטלה היא להיפתח לחקירה פסיכולוגית, עובדה הקוראת תגר על מנגנוני ההגנה האופייניים. במהלך שלב אינטרוספקטיבי זה, ניצב הפרט נוכח איום רציני על הערכתו העצמית, כשחלקים בעצמו, שלא הכיר קודם,

נחקרים. מול איום זה מופיע דחף של לכידות, כשהחברים מזהים מאפיינים משותפים, וכך מעמיקים את האוניברסליות שהושגה בשלב 1. התוצאה היא מודעות רבה יותר למורכבות העצמי, ובמיוחד קבלה של אותם היבטים של העצמי שנחשבו במקורם לרעים או לבלתי-רצויים. קבלה זו מביאה להערכה עצמית גבוהה יותר, תוך התפתחות מערך מורכב של מבנים אישיים. זיהוי מגוון מצבים פנימיים מאפשר לפרטים לבחון את הגבולות בינם לבין עצמם ואת האופן שבו הם מתייחסים זה לזה. שלב 3 נחוה לרוב כקשה יותר אצל משתתפים שיש להם בעיות של תלות. הנטייה להסתמך על אחרים צריכה להיות מוחלפת באחריות רבה יותר לחקר העצמי.

שלב 3 מגיע לפתרונו, לאחר שכל החברים השתתפו באופן אקטיבי בחשיפה העצמית, והפגינו פתיחות לדיון בנושאים פסיכולוגיים חשובים. מנקודה זו בחיי הקבוצה ואילך המעבר משלב לשלב הופך לחד פחות ולמטושטש יותר. באופן כללי, כשמערכות חיות מתפתחות, שלבים מוקדמים נוטים להתאפיין במאפיינים מוגדרים קשיחים יותר.

שלב 4: אינטימיות

המטלה בשלב 4 היא לחוות אינטימיות ולחקור את משמעותם של יחסים קרובים. ברם, אינטימיות ללא הכרה עצמית הדדית תהיה לא יותר מהעמדת פנים. עתה, כאשר לחברים מידע נגיש רב יותר, הם יכולים להבין את עצמם ואת זולתם בדרכים מורכבות יותר. המידע הרב, שהפך לנגיש בשלב 3, מטיל את החברים, באופן בלתי-נמנע, לאינטראקציה קרובה של כאן ועכשיו. החברים האינדיבידואליים (תת-מערכות) משפיעים במידה רבה יותר זה על זה, ככל שהיחסים בתוך המערכת הופכים עמוקים ומורכבים יותר. הגבול הנמצא במרכז המוקד, הוא זה החובק זוגות של חברים החוקרים הדדית את הקשר ביניהם ומתייחסים לדרכים שבהן הוא שונה מיחסייהם עם אחרים.

המטלה הניצבת בפני הפרטים בקבוצה אינה רק לקבל את עצמם כבשלב 3, אלא גם לקבל את עצמם כמסוגלים לקרבה וקרלונטיים למישהו אחר. הכרה זו בחשיבות היחסים נושאת עמה את איום הדחייה מצד אנשים שהפכו למזכרים וקרובים.

האקלים הקבוצתי ממשיך להפגין התקשרות חזקה, תוך פתיחות לא-הגנתית וסובלנות לקרבה. הקונפליקט נמוך, ועשייה להופיע אוטופיה לא-מציאותית הדומה לזו שהופיעה בשלב 1. ואכן, רבות מהסוגיות המוזכרות בשלב 1, מעובדות עתה מחדש ברמה מורכבת יותר. המעבר לשלב 5 מתבטא במעבר מההתרגשות מהקרבה הבין-אישית להכרה כי מעורבות כזו, אם היא נמשכת, חייבת להיות מבוססת על אחריות בין-אישית.

שלב 5: הדדיות

המשימה בשלב זה היא לפתח תחושה של אחריות הדדית בין החברים ולחקור את משמעות הקרבה. דבר זה מומשג לא כתחושה מוגברת של אינטימיות, אלא כהערכה של יחודיותו הבסיסית של כל חבר. המוקד מושם אפוא על הגבול המקיף כל חבר במונחים של אוטונומיה פנימית ואחריות בין-אישית כלפי אחרים בו-זמנית.

בשלב זה הקיטוב הוא בין קשרים לא מאוזנים, המבוססים על תלות או ניצול, ובין אלה המבוססים על שוויון. יש מודעות לכך שקשרים אינם יכולים להיקבע באופן חד-צדדי, אלא חייבים להיות מבוססים על הסכמה הדדית ושיתוף פעולה.

האיום על הפרט בקבוצה הוא של ניצול או נטישה בקשרים בין-אישיים משמעותיים וקרובים. כאשר מתחזקים הקשרים בין החברים, יש צורך ברמות עמוקות יותר של אמון. בשלב 5 סוגיות אלו הופכות למוקד העיקרי. הפרטים חייבים להגיב לאתגר שבקבלת אחריות לאינטראקציות שלהם עם אחרים. האקלים הקבוצתי הוא של המשכיות ההתקשרות והעבודה.

שלב 6: סיום

על המנחה והפרטים בקבוצה לעסוק עתה בסיומה של מערכת חברתית "מלאכותית" זו. מטלתה של הקבוצה עם הסיום, היא להגיע להתנתקות תוך הפנמה של הקבוצה כהתנסות חיובית וקונסטרוקטיבית. ההיסטוריה של הקבוצה ושל הפרטים בה נסקרת, נזכרים בהתרחשויות מרכזיות ומעבדים

אותן פעם נוספת. מנגנונים אלה מסייעים בתהליך הפנמתה של הקבוצה, להתנסות אישית חשובה ומתמשכת. נשקפת סכנה כי יימנעו מעיבוד זה, והדבר ימנע אינטגרציה של ההתנסות ויפריע ללמידה האופטימלית. עבור הפרט בקבוצה, הסיום מלווה בתחושות של אבדן ופרדה, אך הוא גם מעניק הזדמנות אחרונה להתנסות במיומנויות ההתמודדות שהתפתחו בקבוצה. הפרטים חייבים ללמוד להתמודד בהצלחה ללא הקבוצה, וליישם את ההבנה שרכשו בחיי היומיום. הסיום מציב בפני כל חבר את סוגיית פתרון הבעיה הקיומית של בידודו ההכרחי של האדם ואחריותו לעצמו.

תיאור הקבוצה

כפי שצוין במבוא, הקבוצה התקיימה במועצה אזורית, החולשת על מושבים וקיבוצים חילוניים הפרוסים על פני שטח גיאוגרפי רחב. דרכי הגישה מהיישובים ואליהם בתחבורה הציבורית הן בעייתיות וכמעט בלתי-אפשריות, ללא רכב פרטי. גם בניין המועצה הממוקם באחד היישובים מתאפיין בקושי של תושבים להגיע אליו ללא רכב פרטי. מדובר ביישובים קטנים וותיקים, שבדרך כלל רוב תושביהם מכירים זה את זה ודרכיהם מצטלבות בחיי היומיום. נתונים אלה גורמים לקושי בארגון פעילות קבוצתית טיפולית המצריכה חשיפה ומעלה את החרדה בנושא שמירת סודיות. על רקע זה החלטנו לעשות פרסום מקיף, אך למרות זאת התעניינו 11 איש בלבד, שמתוכם הגיעו שמונה נשים וגבר אחד לראיונות האישיים. בתום הראיונות סוכם עם שש נשים על השתתפותן בקבוצה. יידענו אותן על המפגש הראשון, ובפועל הגיעו לפגישה הראשונה שלוש נשים בלבד. הדבר הפתיע אותנו מאוד וגרם לנו להתלבט לגבי אפשרות קיום הקבוצה. לפיכך אנו רואות את המפגש הראשון כחלק מתהליך הקמת הקבוצה. ערכנו דיון עם שלוש הנשים והתלבטנו יחד בקשר לסגנון הקבוצה המוכתב מעצם היותה קבוצה כה קטנה. המסר של הנשים היה שהן רוצות מאוד בקיום הקבוצה ומצפות שלא נאכזב אותן. בפגישה זו התקבלה החלטה על קיום הקבוצה, שחייבה חוזה מיוחד – מאה אחוז נוכחות. הנשים התחייבו להגיע לכל פגישה, ואם אחת מהן לא תוכל להגיע חובתה להודיע על כך לאחרות והפגישה תתבטל.

מאפייני המשתתפות

(השמות בדויים)

שושנה בת 43, מתגוררת באחד ממושבי המועצה, אם לשלושה ילדים בטווח גילאים של 5-15. עובדת במערכת החינוך. הייתה נשואה 17 שנים. נמצאת שנה וחצי בהליכי גירושין וחיה בנפרד (הגירושין התקיימו במהלך הקבוצה). שושנה תיארה מערכת זוגית קשה ביותר, עם בעל שבגד בה במשך כל שנות הנישואין בגלוי ולנגד עיניה. שושנה יצרה קשר עם בן זוג חדש וחיה עמו. שושנה בת לעדה התימנית, שחומה מאוד, מדברת במבטא תימני, מבליטה את החלק המזרחי שלה במובן החם, מביאה הרבה אנרגיה ושמחת חיים. מדברת ללא הפסקה, יוצרת תחושה של קשר נעים מאוד, משרה תחושת כוח וביטחון עצמי, שבדיעבד התברר שחלקה העמדת פנים.

חווה: בת 48, מתגוררת באחד מיישובי המועצה. אם לשני ילדים בני 12 ו-24. גרושה מבעלה השני כשנתיים. לאחר שבע שנות נישואין חווה מתגוררת בבית המשפחה עם בנה היחיד מנישואין אלה, לאחר שבן זוגה עזב ועבר להתגורר עם בת זוג חדשה. חווה מועסקת כמזכירה בחברה פרטית. היא חוותה נישואין קשים מאוד. מתוך רצון לשקט ולקבלה ניסתה לרצות את בעלה ולתת לו יותר ויותר, מה שגרם לה פחד ושיתוק מולו. כיום היא מנהלת מולו מאבק כלכלי משפטי מתמשך על ביתם המשותף ועל תשלום המזונות. חווה מתארת את מצבה ואת הקשיים העיקריים שאיתם היא מתמודדת בעקבות הגירושין: היעדר ביטחון עצמי, הפחדים, חוסר היכולת ליצור קשרים חברתיים, חוסר ההשתייכות למעגל חברתי וחוסר המסוגלות לאפשר לעצמה לבנות קשר חדש.

מלכה: בת 47, מתגוררת באחד מיישובי המועצה. אם לארבעה ילדים בטווח הגילאים 11-26. הייתה נשואה 27 שנים, פרודה מבעלה כשנה וחצי ונמצאת בהליכי גירושין (שהתנהלו במהלך הקבוצה). מלכה עובדת שנים רבות בבית אבות. מתגוררת עם שלושה מהילדים בבית המשפחה. הפרוד מתגורר בקרוואן סמוך. נמצאת בעיצומו של מאבק משפטי קשה על הרכוש המשותף. מלכה חוותה עלבון ופגיעה קשה מסיפור הגירושין שהיה מעורב בבגידה של בעלה. מלכה מעבירה תחושה של אישה חזקה עומדת על שתי רגליים, מודעת לעצמה ומציאותית.

מטרת הקבוצה

מדובר בקבוצה של נשים גרושות משמורניות שחלקן נמצאות בעיצומו של תהליך גירושין או פרדה, לכן בחרנו להציג בפניהן את מטרת הקבוצה באופן שיכלול את כל המרכיבים הקשורים למצבן. שייכנו מרכיבים אלה לארבעה מעגלים:

1. מעגל הגרושה עם עצמה – זהות אישית
2. מעגל הגרושה עם ילדיה
3. מעגל הגרושה עם הגרוש שלה
4. מעגל הגרושה בקשרים חדשים

מטרות הקבוצה הוצגו כליבון, התייחסות, למידה, התמודדות ושיתוף סביב מעגלים אלה בחייהן.

מהלך התפתחות הקבוצה

קבוצה טיפולית קטנה הייתה התנסות חדשה עבור שתינו הן מבחינת העבודה הקבוצתית והן מבחינת ההנחיה המשותפת. למרות היכרותנו ארוכת השנים מעולם לא תפקדנו כקו-מנחות. בשני מוקדים אלה עברנו תהליך מעניין, מאתגר וחשוב עבורנו. המפגש עם סגנון אחר ועם למידה חדשה גרם לנו מצד אחד התרגשות, סקרנות ועניין, ומצד אחר מתח, דריכות וחשש. חשש זה בא לידי ביטוי בצורך לתכנן את המפגשים בצורה מדויקת ברורה שתשאיר אותנו בשליטה ותפחית את החשש מהלא-ידוע, כולל הכנת אביזרים כגון קלפים וכרטיסיות.

בפגישה השנייה השתמשנו בקלפים של H0 לצורך היכרות (נזכיר כי בפגישה הראשונה התמקדנו בהתייחסות לגודל הקבוצה ולחזרה של מאה אחוז נוכחות). במהלך פגישה זו לא סיימנו את סבב ההיכרות בעזרת הקלפים שנבחרו ותכננו להמשיך את הסבב בפגישות הבאות. הסתבר כי לא היה צורך בקלפים שישמשו כלי עזר והמשך השימוש בהם נשאר כחוב פתוח שנפרע לקראת הסיום. נראה כי הצורך של חברות הקבוצה באינטראקציה, בשיחה החופשית, בהכלה ובשיתוף היה גדול, והרגשנו שקלפים ואביזרים

ותכנון מראש חוסמים את התהליך הטבעי של הקבוצה. מצאנו שהבנות בקבוצה זקוקות למה שוויניקוט מכנה "החֶזקה", הקשורה יותר למקום, לזמנים ולתנאים קבועים, ול"הכלה" שעליה מדבר ביון – קודם שלנו כמנחות הקבוצה ולאחר מכן של הקבוצה המכילה את עצמה. המענה על צרכים אלה העניק לנשים תחושת ביטחון ואפשרו השתתפות וחישיפה.

חלק מהאווירה המאפשרת שנוצרה בקבוצה נבע מסגנון ההנחיה שהתגבש בינינו כקו-מנחות. כתוצאה מהשוני במבנה האישייות ובהתנהגות שלנו הרגשנו שאנו מספקות למשתתפות בקבוצה דגמי תפקוד שונים והזדמנויות לחוות מודל של בני זוג שלא תמיד מסכימים זה עם זה אולם מתקשרים ביניהם בדרך פתוחה ובונה. כשאפשרנו מרחב לשני סגנונות הצענו בעצם אופציות לסגנונות נוספים בקבוצה. כחלק מהשוני מצאנו את עצמנו בסוג של חלוקת תפקידים שלפיה האחת מתמקדת במציאת החוט המקשר באינטראקציה הקבוצתית, והשנייה אחראית לאפשר מקום לכל אחת מהמשתתפות. לצד היתרונות של סגנון הנחיה זה וכחלק מהיות הקבוצה כה קטנה, התגבש סגנון קרוב המזכיר הורים לבן יחיד שבו ההורים שומרים על הבן והבן שומר על ההורים ושני הצדדים נמנעים מקונפליקטים שהם חלק מתהליך הצמיחה של הקבוצה.

כזכור, הצגנו למשתתפות את מטרות הקבוצה על-פי ארבעה מעגלים. במשך הקבוצה עלו מרכיבים הקשורים לכל אחד מארבעת המעגלים, אך במוקד עמדו המעגל שלהן מול עצמן (זהות אישית) והמעגל עם הגרוש שלהן. נושא הילדים עלה פחות אף שבשלב הראיונות כולן הציגו אותו כראשון במעלה. נושא בניית קשר חדש כמעט לא עלה, דבר המובן לאור השלב שבו נמצאו רובן.

כדי לתאר את התהליך הקבוצתי נביא כאן את המשך תיאור המפגשים והשילבים שעברו הנשים. כזכור, את המפגש הראשון הגדרנו כחלק מתהליך הקמת הקבוצה. במפגש השני החל תהליך ההיכרות – תחילה באמצעות הקלפים שאותם הצגנו ובהמשך בשיחה חופשית. כבר בשלב זה שושנה הייתה הדומיננטית מבין השלוש ויצרה סטנדרט של פתיחות ושיתוף במה שעובר עליה. שושנה תיארה את החיים עם בעלה לשעבר כקשים ביותר. בעלה חי בעצם לצדה ולצד הילדים כשהוא עסוק בחייו האישיים והיא עסוקה בלספק את צרכיו וברצונה לרצות אותו ואת משפחתו. שושנה חיה שנים רבות בפחד מכך שינטוש אותה ויבחר בת זוג "יותר טובה ממנה".

בסופו של דבר הוא באמת יזם פרדה ושושנה הייתה צריכה להתמודד עם המציאות שהוכתבה לה. שושנה הדגישה שלמעשה הייתה אם חד-הורית לאורך כל השנים והפרדה לא שינתה את תפקידה במובן זה. הרגשנו כי שושנה רוצה להבליט את החלקים החיוביים שבסיפור חייה, כמו כוח, יכולת אישית, שמחה ורווחים משניים, ועדיין לא מוכנה להביא בפני הקבוצה חלקים קשים הקשורים לפרדה. שושנה הרבתה בתיאורים ובפרטים על חייה והרגשנו שהיא לוקחת לעצמה הרבה מקום זמן ומשתלטת על השיחה. המשתתפות האחרות לא בלמו את השתלטותה והקפידו לשמור על אורה ננוחה המתאימה לקבוצה קטנה.

חווה, לעומתה, הביאה את עצמה בשלב ההיכרות מהמקום חלש, לא-מתמודד, הזקוק לעזרה ולתמיכה. כתוצאה מתחושת חוסר הערך שבה נמצאה שתקה חווה רוב הזמן והשתתפה רק לאחר שפינו אליה ישירות.

בין הקצוות שייצגו דמויותיהן של שושנה וחווה, היוותה מלכה איזון מסוים. מלכה הייתה מסוגלת להביא את עצמה בכל פעם שהרגישה צורך. היא ידעה מצד אחד לתמוך בחווה ולהתייחס למצוקותיה, ומצד אחר לשקף לשושנה ולחלוק על דעותיה. בסופו של דבר היא היוותה דמות מכילה עבור שתיהן.

השתלטותה של שושנה גרמה לנו כמנחות לקחת אחריות לבלום אותה ולאפשר מקום גם לאחרות. חולשתה של חווה עוררה בנו צורך להגן עליה ולתת לה מקום בתוך הקבוצה, כחלק מהאחריות והמחויבויות האישיות שנוצרה בקבוצה קטנה שמצאנו עצמנו נשאבות לתוכה. רק בהמשך המפגשים נוצר דיון קבוצתי ובידור ביחס למקום שתופסת כל אחת מהן בקבוצה.

בין חברות הקבוצה נוצרו קשרים מעבר לקבוצה כבר בשלבים מוקדמים של התהליך. חווה ומלכה התקרבו זו לזו וקיימו מפגשים בהשתתפות בני משפחה. שושנה לא השתלבה ביוזמה זו אף שנעשו ניסיונות לצרפה. בין מלכה לשושנה התקיימו שיחות טלפוניות מעבר לשעות הקבוצה.

בתוך הקבוצה התקיים דיאלוג בין שושנה לחווה שבו שושנה פירשה את חולשתה של חווה ואת סגירותה כסנוביזם. ראינו כי שושנה אינה מסוגלת להכיר בחולשותיה ובמצוקותיה של חווה ורואה אותה כמייצגת את חברי המושב שבו היא חיה, שהיא חשה נחותה לעומתם. הפירוש שלנו להשלכה זו עורר תחילה תמיהה והתנגדות אצל שושנה. בהמשך יכלה להבין את הקושי של חווה אך התקשתה להסכים להקשר. חווה מבחינתה, כשהבינה מאיפה הגיעה ההערה של שושנה, לא נעלבה ממנה ואפילו קיבלה כוח מהמחשבה

שמי שאינו מכיר אותה לא בהכרח רואה אותה כחלשה וכחסרת ביטחון ויכול אפילו להתרשם שהיא סנובית. מלכה יכלה בנקודה זו לראות שמתחת למעטה הכוח והיכולת של שושנה מסתתרים גם חולשה, כאב והכחשה.

מבחינת התהליך הקבוצתי, בפגישה החמישית הסתמנה תחילתו של שינוי באיזון בין חוה לשושנה כשדמותן הקיצונית מתעגלת – החלשה מקבלת קצת כוח ואילו החזקה מאפשרת לעצמה להתחבר למקום של חולשה. נושאים נוספים שעלו בפגישות הראשונות היו קשורים להתמודדות עם הפרדה, הפחד מהלבד, הפחד מהקשיים של הילדים ומהשאלה היכן ימצאו את מקומם בין שני בתים, התפרקות התא המשפחתי וערעור תחושת הביטחון והשייכות. שלוש הנשים הדגישו את תחושת התסכול שלהן מכך שהגרוש עושה כרצונו ושכל העול של גדול הילדים מוטל עליהן, ואת הקושי בכך שהילדים משמשים כלי נשק במאבק ביניהם.

שלושתן גם הביעו רגשות קנאה וחשש מבת זוג חדשה. במהלך הפגישות הגיעו שלושתן להכרה שהן חוו התעללות נפשית ומילולית מצד בני זוגן, ובמקביל הבינו גם את חלקן במעגל ההתעללות שאפשר את קיומו לאורך שנות נישואין רבות. באמצעות הדיון הקבוצתי יכלו המשתתפות לחוש הקלה מעצם העובדה שהן עוברות דברים דומים ולהבין גם את חלקן במאבק על הילדים ואת יכולתן לשנות אותו.

בפגישה החמישית עלה נושא המעברים והשינויים בחייהן בהתייחסות לחפצים כסימבולי: חוה העלתה את הקושי להזיז ממרכז הסלון את הכורסה שעליה היה הגרוש שלה יושב דרך קבע ומחלק לה פקודות (בהמשך העבירה את הכורסה לקומה השנייה בבית). מלכה סיפרה כיצד שברה את הכורסה של הגרוש שלה לאחר שזרקה אותה אל מחוץ לבית. שושנה סיפרה שפירקה את אלבומי התמונות המשפחתיים המשותפים והוציאה את התמונות שבהן הופיע האב.

כחלק מנושאי הפרדה עלה וצף הכעס שהתאפשר בזכות תחושת השייכות והנורמליזציה שנוצרה בקבוצה. כחלק מההכחשה עמה הגיעה שושנה ומתוך עמדה נרקסיסטית של תחושת כוח היא סיפרה על בעלה כעל אדם חלש הזקוק לרחמיה ובכך הרגישה שהיא מעצימה את כוחה. כשהבינה כי הוויתור על עצמה והניסיון לשמר את אהבתו אליה מאפיין תכונות של אישה מוכה שמוכנה לקבל בהכנעה את יחסו המתעלל של בעלה, התחילה להביע כעס וכאב אמיתי.

מלכה הגיעה מלכתחילה מלאת כעס ורגשי נקם כלפי הגרוש שלה לאחר שהבינה כי שימשה "בובת שעווה" שנענתה לכל נחמות לבו. גם היא הרגישה שחוותה סוג של התעללות. עם זאת, היא החלה תהליך של ריכוך לאחר שהקבוצה שיקפה לה את עוצמת השנאה שהביעה כלפי בעלה לשעבר.

חווה התקשתה להיפרד מדמותו של הגרוש שלה ומהתלות בו, ולכן גם התקשתה לכעוס עליו. מתברר כי גם חווה ניסתה בכל נפשה ומאודה לרצות את בעלה, אך ככל שניסתה יותר, כך עלתה רמת הביקורת שלו. היא הופתעה כאשר חברות הקבוצה שיקפו לה שכלל איננה מוכנה להיפרד מדמותו וכי התיאורים שהביאה משקפים מצבי התעללות נפשית קשה. חווה הרבתה לבכות כששמעה את דברי הנשים, אך עדיין לא חדרה אליה ההבנה שגם היא שייכת לקבוצה של נשים המוגדרות "נשים מוכות".

בפגישה השישית הגיעו הנשים להכרה שמחצית הדרך כבר מאחוריהן, דבר שגרם להן להתחיל לעסוק בסיוע. מצד אחד הן מתחו עלינו ביקורת: "לא ניערתן אותנו מספיק, אתן יותר מדי מלטפות...", ומצד אחר אמרו שלתחושתן הזמן לא יספיק ויהיה צורך בהמשכיות. גם אנחנו וגם הן גוננו אלה על אלה ונמנענו מקונפליקט כדי לשמר את המקום המגונן של קבוצה קטנה. מיד לאחר מכן שיתפו הנשים את הקבוצה בתמונות משפחתיות שהביאו איתן מהבית, דבר שהחזיר אותנו לאווירת המשפחתיות בחדר ואפשר חשיפה הדדית וגילוי סודות. שושנה סיפרה על התמוטטות נפשית שעברה ובכך סללה את הדרך בפני האחרות לשתף ברגעי השבירה שלהן. סיפור זה גרם לחווה לחוות שוב את המשבר שלה ולהתחבר למקום שהתכחשה לו ולא רצתה לראותו.

הפגישה הבאה העמיקה את התפנית שנוצרה עם גילוי הסודות ואפשרה לבדוק את הנורמליות, הקבלה והיכולות להתמודד עם הסיפורים הקשים. החוויות הדומות שעלו גרמו להן התייחסות מקבלת יותר, מבינה וסלחנית כלפי עצמן. בתהליך הקבוצתי ראינו את שושנה ומלכה מנסות לעזור לחווה לבטא את עצמה ולא מוותרות לה. חווה בכתה והתרגשה ותיארה תחושה חדשה, שהיא רצויה כפי שהיא.

בפגישה השמינית עלה הנושא של ההרגשה של כל אחת בקבוצה ביחס למקום שהיא תופסת בה. התברר שכל אחת חוותה תחושת נוחות באשר למקומה. חווה הרגישה נוח עם הדומיננטיות של שושנה, שאפשרה לה לפרוק תחושות שהיא מזדהה איתן. שושנה הרגישה נוח בכך שאפשרו לה הרבה

מקום ויכולת ביטוי, אך לתחושתה היא התאמצה לעזור לחוה ואילו חוה לא הושיטה יד. מלכה קיבלה מכל אחת ונתנה לאחרות ופינתה לעצמה מקום בכל פעם שהייתה זקוקה לו. תחושות אלו היו מקבילות לתחושות במציאות שמחוץ לקבוצה: שושנה חיה בעצם כל הזמן בתחושה שהיא נותנת ולא מקבלת, ואילו חוה אינה מסוגלת להעניק משהו משמעותי לאחר. הפגישה התשיעית היוותה את תחילת הפרדה, תוך התייחסות לפרדות נוספות שהיו לנשים בחייהן, דרך קלפי ה-H0 (ראו נספח). בפגישה העשירית נעשתה סגירה של נושא המעברים בחייהן. במשך כל המפגשים היו מקומות קבועים. במפגש זה הצענו להחליף מקומות כדי לחוש מה עושה התזוזה לכל אחת מהן, ומה היו רוצות לקבל מהאחרת ולתת לה. מתברר שלמקום יש משמעות. כשהמשתתפות החליפו ביניהן מקומות הן חוו מה היו רוצות לקחת מהמקום ומהאנרגיות אחת של רעותה ולתת מעצמן. בתהליך הפרדה נתנו המשתתפות משובים ומתנות והביעו רצון להמשכיות הקבוצה (מצורפים נספחים מהפגישה).

הצידוק לקיום קבוצה כה קטנה

לפני תחילת הקבוצה התחבטנו בשאלות האם מוצדק לקיים קבוצה כה קטנה, מה יהיה הערך המוסף שלה ומה יקבלו המשתתפות מהמפגש המשותף, שיהיה שונה מטיפול פרטני בהיותנו שתיים מול שלוש. לאחר סיום הקבוצה אנו יכולות לומר כי בקבוצה קטנה יש מספיק מקום בכל מפגש לכל אחת מהמשתתפות, הן כדי להביא את הסיפור האישי שלה והן כדי לזכות בתגובת המשתתפות האחרות ולהיות ניזונה מהאינטראקציה המתקיימת. בשל המקום שהתאפשר לכל אחת בכל מפגש נוצרו היכרות עמוקה ואכפתיות הדדית רבה. בקבוצות גדולות לעתים אחד המשתתפים לא מוצא את מקומו ולא בא לידי ביטוי. בקבוצה קטנה אין מצב כזה. אפילו חוה חסרת הביטחון הצליחה להתבטא. תחושת המעורבות שנוצרה ותנאי קיום הקבוצה ב"מאה אחוז נוכחות" העצימו את תחושת הקרבה, השייכות והאחריות ההדדיות. אנו חווינו בקבוצה אינטימיות בשלבים מוקדמים, שנראה לנו כי נוצרה מהר כל-כך בשל גודל הקבוצה. האינטימיות הזאת אפשרה למשתתפות להביא סיפורי חיים עמוקים וקשים. בהקשר זה, חשיפת ההתמוטטות של שושנה,

למשל, אפשרה לחווה להתחבר לסיפור ההתמוטטות של עצמה, שלא סיפרה אותו מעולם ומכאן לקבל ולהבין את עצמה ולצמות. באמצעות משתתפות הקבוצה למדה חוה להכיר כיצד היא נתפסת בעיני הסביבה – חלשה, חסרת אונים, מרוחקת, כזו שיכולה להיתפס כסנובית, והבינה את ה"תקיעות" שלה. באמצעות הטיפול הקבוצתי היא חוותה לראשונה אפשרות של יציאה מתחושות חוסר האונים והתלות שליוו אותה שנים רבות למרות טיפולים פסיכולוגיים שעברה. התחושה שמשתתפות הקבוצה אוהבות אותה ומקבלות אותה למרות הקשיים שהביאה, אפשרו לה לפרוץ קדימה.

שושנה, לעומת חוה, נתפסה כחזקה, מנהיגה הלוקחת אחריות, מובילה וכו'. על כך הייתה רגילה לקבל חיזוקים חיוביים מהסביבה. בקבוצה קיבלה לראשונה התייחסות לחלקים ה"חלשים" בה, לכאב שלא העזה לבטא במקומות אחרים ואפילו לא לפגוש אותו בעצמה, ולהתמקד בחלקים אחרים בה שעד אז התעלמה מהם. באמצעות האינטראקציה הקבוצתית היא הבינה שההתייחסות שלה לגרוש שלה, הקבלה האימהית, ההבנה והצגת היחסים כאילו היו אידיאליים, לא היו אמיתיים ושימשו כיסוי לתחושות של תסכול, כעס וקנאה. המפגש של שושנה עם סיפורי השנאה והנקם של חברותיה הציף אצלה רגשות שעד אז היו חבויים אצלה. אנחנו כמנחות עזרנו לשושנה להבין ולהכיר ולקבל תחושות אלה.

מלכה התחילה את דרכה בנישואין כאישה צייתנית ומרצה, עברה שבר גדול עם התמוטטות נישואיה ובחרה להתמודד באופן קיצוני – להיות אישה משוחררת וחופשייה ולחיות חיים עצמאיים שבהם "אף אחד לא יחליט בשבילה". לצורך התמודדות זו גייסה תחושות שנאה ונקם כלפי בעלה לשעבר ובחרה להתרחק ממנו ולהימנע מכל תקשורת עמו, גם אם היא זו הייתה הכרחית מתוקף היותם הורים לילדים קטנים. בקבוצה ראתה מלכה שאפשר גם לנהל מערכת יחסים אחרת עם הגרוש. מתוך הסיפור של שושנה על הקשר שלה עם בעלה לשעבר ועל יכולתם לתקשר בנושא הילדים מצד אחד, לאחר ששיקפנו לה שהיא מתנדנדת בין הקצוות, וכן לאחר שקיבלה מהקבוצה הרבה אהבה ופרגון על החוזק שלה, הצליחה מלכה לרכך את התנהגותה הקיצונית ולהגמיש אותה מעט, ולו לטובת ילדיה. לסיכום, שלוש הנשים בקבוצה עברו תהליכים אישיים משמעותיים בפרק זמן קצר מאוד (עשרה מפגשים), ואין ספק שאלה יכלו להתקיים בעוצמה כזו ובמשמעות כזו רק בקבוצה קטנה.

הקשר בין תהליך ההדרכה לעבודת הקבוצה

קבוצת העמיתים היוותה עבורנו מקור לכוח, ביטחון, חידוד עמדות, מקום להתלבטות, מקור לשאיבת רעיונות וגם מקום לנורמליזציה וללגיטימציה. המדריכה וחברי הקבוצה אפשרו לנו להביא דברים מתוך תחושת נינוחות ופתיחות.

עם זאת, בשל מספר המפגשים המצומצם, ההדרכה האישית היוותה רק חלק מהלמידה; החלק היותר חשוב היה ההתנסות של האחרות. למעשה, נעזרנו בהדרכה ישירה ובהדרכה עקיפה. בהדרכה ישירה הנושאים המשמעותיים שהעסיקו אותנו היו:

1. גודלה של הקבוצה שלנו. הקבוצה חיזקה את ההחלטה שלנו לקיים את הקבוצה בהרכב הנתון והכתיבה את ההתייחסות לנושא של מלא לעומת חסר והקבלה למשפחה חד-הורית. בהקבלה – להיות בעלי ערך גם כשלא כל המשפחה נמצאת, ולכן האחריות שלנו על הקבוצה היא כמו האחריות של אם חד-הורית על המשפחה.
2. הקונפליקט המוקדי. ההנחיה בקבוצה תפסה כיוון של התעמקות בסיפור האישי של כל אחת מהמשתתפות, וההדרכה עזרה לנו לשנות את הפוקוס ולהתמקד בעיקר באינטראקציה ביניהן.
3. ההדרכה לגבי הסיום אפשרה לנו לראות את הקיבעון שנוצר במקום ובצורת הישיבה. ההצעה שהעלינו בסיום להחליף בין המקומות הקבועים אפשרה הרחבת הראייה והסגנון האישי של כל אחת מהמשתתפות.

בהדרכה העקיפה עלו כמה נושאים:

1. הדילמה של השימוש באביזרים והצורך בגיבויים לביטחון.
2. אתיקה, התייחסות לרגישות הנדרשת מאיתנו כלפי המשתתפים בראיונות, בסיון ובתגובה האישית.
3. קבוצה ואנטי-קבוצה: התארגנות חיצונית של הקבוצה נגד המנחים.
4. קבוצת הילדים: חוויית הקושי וההתמודדות עם קבוצה מסוג אחר.

ההדרכה הקבוצתית העלתה את סוגיית הקו-הנחיה והעמיקה את החשיבה והבדיקה לגבי הזוגיות שלנו כקו-מנחות. הרגשנו שיש בינינו זוגיות טובה, המאפשרת מרחב אישי לכל אחת וכבוד לשוני בינינו. הרבינו לפתוח את הדברים ולברר אותם, וחשנו שהיכולת הזאת מעשירה ומעצימה אותנו. בבסיס הזוגיות הזאת היו היכרות קודמת, תפיסה מקצועית, מוטיבציה ותחושת מחויבות דומה. החיבור בינינו התעצם כמנחות לקבוצה קטנה שבה הכול קרוב ומגונן, ונראה היה כי בתהליך המקביל בקבוצת ההנחיה גם כן נתפסנו כיחידה אחת.

בתהליך ההדרכה הקבוצתית חווינו קונפליקטים, אי-הסכמות, שונות וניגודים בסגנון ההנחיה ובסגנון האישי של המנחות בקו. מצב זה, כמו בזוגיות, נראה מצב לגיטימי ונורמלי המאפשר לסגנונות שונים לבוא לידי ביטוי. העיסוק בקונפליקטים אלה גרם לנו לבדוק את מערכת היחסים שלנו כקו-מנחות ועלתה השאלה כמה מרחב יש לשתינו לריב, לתקוף זו את זו ולהיות במחלוקת, כמו גם לקבוצה שלנו וכמו גם לילד יחיד מול הוריו. עצם היכולת לבדוק זאת בצורה כנה וגלויה זו עם זו מעידה על כך שיש בינינו פתיחות ומרחב לכל אחת להביע את עצמה. לאחר שהתלבטנו רבות הגענו למסקנה כי לא נכנסנו למצב מגונן בינינו, היות שאפשרנו לכל אחת מאיתנו לבטא את הסגנון שלה בתוך הקבוצה. גם אם הייתה שונות, בדקנו זאת לפני הקבוצה ובסופו של דבר הגענו להחלטה משותפת. עם זאת, החלק המגונן שלנו כ"הורים לילד יחיד" כן בא לידי ביטוי ביחסינו כלפי המשתתפות בקבוצה.

ביבליוגרפיה

- אגמון, ש' ושניידר, ס' (יולי 1998). "שליבים בהתפתחות קבוצה קטנה – מבט פסיכודינמי", שיחות, י"ב (3).
- אילון, ע' (1983). "איזון עדין – התמודדות במצבי לחץ במשפחה". תל אביב: ספרית פועלים.
- בנימין, א' (1978). "התנהגות בקבוצות קטנות". תל אביב: ספרית פועלים.
- דסברג, ח', איציקסון, ושלר, ג' (עורכים) (1989). "פסיכותרפיה קצרת מועד". ירושלים: מאגנס.
- הדר, ס' (2000). "הקשר בין הרגשתן של אמהות גרושות כלפי הגרוש שלהן, תחושתן כלפי עצמן, הרגשתן ותפיסת התנהגותן כלפי ילדיהן (השוואה בין אמהות גרושות לאמהות נשואות)", עבודה לתואר מוסמך לאוניברסיטת בר-אילן.
- הופמן, גפני, ש' וטאוב, ב' (1997). "טובים השניים מן האחד – קו-תרפיה ביחידים, משפחות וקבוצות". ירושלים: מאגנס.
- וויניקוט, ד' ו' (1959). "הטיפול בילד, משפחתו וסביבתו". תל אביב: ספרית פועלים.
- ולרשטיין, ג' ס' וברלין, ק' ג' (1984). "אחרי הגירושין". תל אביב: זמורה-ביתן. פונצ'י, ר' (1989). "השפעת התערבות קבוצתית קצרת טווח על הסתגלותם של ילדים להורה חולה נפש". עבודה לתואר מוסמך לאוניברסיטת תל אביב.
- רוזנווסר, נ' ולירון, נ' (עורכים) (1977). "מקראה להנחיית קבוצות". ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- שפלה, ג' (1989). "פסיכותרפיה מוגבלת בזמן, תיאוריה, טיפול, מחקר". ירושלים: מאגנס.

פרק יא כנגד כל הסיכויים

דבי עמיחי ונעמי רענן

בעבודה זו נתאר תהליך קבוצתי שכלל 12 פגישות עם נשים גרושות ופרודות. קראנו לעבודה "בניגוד לכל הסיכויים" משום שהקבוצה עמדה מראש בפני קשיים שהיה בהם פוטנציאל למנוע את קיומה: ראשית, רוב חברות הקבוצה היו קשורות זו לזו והכירו אותנו, המנחות, ממסגרת חברתית; שנית, רוב החברות חוו אלימות בנישואיהן וכתוצאה מכך הגיבו לסיטואציה הקבוצתית בהתנהגויות שעלולות היו להרוס את תהליכי הקבוצה וההנחיה. נתונים אלה העמידו אותנו במצב מורכב. נדרשו מצדנו מאמצים כבירים להכיל את התכנים והרגשות הקשים שהושלכו עלינו ולתוכנו, ולא להיגרר לתהליכים ההרסניים של האנטי-גרופ (Anti-Group) שהקבוצה טמנה בחובה. האתגר היה להשתמש במנגנונים אלה לטובת התהליך הקבוצתי.

מבוא תיאורטי

בחלק זה נתמקד בתיאוריה המסבירה את התהליכים הדינמיים של התפתחות הקבוצה לפי פאזות ביחסי אובייקט (בירן, 1997) ונדון בשלבי התפקוד של בק ועמיתיו (Beck et al., 1983). נסקור בקצרה נושאים נוספים שנמצאו רלוונטיים לדינמיקה שנוצרה בקבוצתנו, כמו: הכלה, העברה והעברה נגדית, הזדהות השלכתית והתנהגות של אנטי-גרופ. כן ניעזר בספרות הדנה בשינויים רגשיים והתנהגותיים בקרב נשים בקבוצה, ונאפיין נשים שסבלו מהתעללות פיזית ורגשית.

התפתחות הקבוצה

לפי מודלים של יחסי אובייקט

בבסיס העבודה הקבוצתית עומדת הנחת היסוד של תיאוריית יחסי אובייקט (קרנברג, 1980), הטוענת שקיים קשר אמיץ בין העולם הפנימי שאיתו מגיע כל חבר לקבוצה לבין המתרחש בקבוצה כאן ועכשיו. כמו כן קיימת הקבלה במערכת היחסים שבין המנחה לקבוצה ליחסים שבין האם לתינוק (וויניקוט, 1960), ועל כן על המנחה לספק לקבוצה את החוויה של "אם טובה" בצורה מספקת. לאורך התהליכים שעוברת הקבוצה, משליכים חברים על המנחה אספקטים שונים מעולמם הפנימי. כדי לטפל בהם ולאפשר התפתחות, על המנחה להכיל השלכות אלה, לעבדם בתוכו ולהחזירם לקבוצה בצורת שיקופים ואינטרפרטציות (בירן, 1997). על-פי בלכר, הקבוצה מתפתחת דרך מדרג פאזות של קליין:

הפאזה הפובית: פאזה קצרה, מאופיינת ברמה גבוהה של חרדה מהמפגש הראשון עם סטינג קבוצת. בדרך כלל מביאה לשיתוק ולניכור.

הפאזה הפרנואידיית: חרדה מפני האובייקט ותפיסתו כמאיים. מקורה של החרדה הפרנואידיית הוא ביצרים ההרסניים שבתוך הסובייקט שאותם הוא משליך על האובייקט. כך הוא יכול להיות "הטוב" ואילו האובייקט הוא "הרע". הקבוצה תתחיל להשתמש במנגנון ההגנה של פיצול שיחלק את הקבוצה לטובים ולרעים, דבר שמתחזק בפאזה הסכיזואידיית.

הפאזה הסכיזואידיית: הסובייקט משליך על האובייקט גם צדדים רעים וגם צדדים טובים ונוצר בלבול. הוא מפצל את האובייקט לשניים, עולם פרימיטיבי של שחור ולבן. בתהליך זה מתקיימים אגרסיה וכעס במקביל לצורך חזק בקבלה, בתמיכה ובחום. הרגשות ההרסניים מודחקים ויוצרים עצמי מזויף ומותאם לדרשת הסביבה ולציפיותיה. יש כאן צימאון לקשר ובריחה ממנו בו-זמנית. בשלב זה קיימת בקבוצה ראייה מפוצלת, מעוותת ולא-יציבה של המנחה, או ראיית מנחה אחד כטוב והשני כרע. המנחה בפאזה זו הוא אובייקט לקנאה, לכן הקבוצה תנסה להפחית מחשיבותו. כדי להפחית מעוצמת ההגנות הפרימיטיביות (פיצול, השלכה, הזדהות השלכתית, אידיאליזציה, הכחשות), נדרשת עבודת הנחיה ממושכת.

הפאזה המאנית: בפאזה זו יש הרגשה שהכול נפלא. יש שמחה, עליצות,

יופיעו פתרונות מאגיים, המנחה מיותר ולכאורה אפשר לסיים את פעילות הקבוצה. כל אלה מטרתם להקל על הכאב והקושי שיביא איתו השלב הבא, הדפּרסיבי.

הפאזה הדפּרסיבית: פאזה זו מאופיינת בצער שבהכרה כי אין טוב בלי רע, יש מעבָר לאובייקט שלם. בשלב זה הקבוצה מתקרבת למה שבין קורא "קבוצת עבודה" (Rioch, 1970). הברירה וההכחשה ייחלשו ותתחזק היכולת לראות את המנחה כאדם; יפחת השימוש במנגנונים פרימיטיביים; תהיה נכונות לקבל אחריות ולגעת בכאב, אשמה, סבל וחולשה; הקבוצה תרצה לשקם את האובייקט מתוך תחושת אשמה שפגעה בו, כי היא אוהבת אותו ותלויה בו. דינמיקה זו תיצור אמון במנחה ויכולת להתקרב אליו ולקבל ממנו.

התפתחות הקבוצה לפי מודל של שלבי תפקוד

הקבוצה מתפתחת בחמישה שלבים תפקודיים (Beck et al., 1983), שלכל אחד מהם מטלה מרכזית:

1. התקשרות: גיבוש קבוצה באמצעות היכרות ומציאת המשותף.
2. בידול: היכולת לצאת מקונפליקט, לקבל את השונה ואת מורכבות הקבוצה.
3. אינדיבידואליזם: עבודה אינטרוספקטיבית המביאה לקבלת אחריות אישית ומפחיתה תלות הדדית בקבוצה.
4. אינטימיות: יצירת אינטימיות עם אחרים.
5. הדדיות: בחינה של האוטונומיה הפנימית והיכולת ליצור שוויוניות במערכת יחסים.

הכלה ככלי טיפולי המתאים במיוחד למצבים של פיצול

כאשר התינוק מתחיל להכיר בטוב וברע ולפצל אותם, תפקיד האם להכיל את השלכותיו ההרסניות ולעכל אותן בשבילו. על-פי ביון (אצל לנדאו, 1993)

וקליין (1964), כל אדם זקוק להכלה, אולם ככל שהאדם פגיע יותר יכולתו להכיל את עצמו קטנה והוא נזקק ליותר הכלה על-ידי האחר. ההכלה במצבים הראשוניים חשובה מאוד כדי שפירוש או התערבות יותר עמוקה בטיפול באדם המבוגר יהיו מורגשים ומועילים. הכלה זו חשובה מאוד גם בשלב הסכיזואידי של טיפול קבוצתי, שבו הקבוצה עושה שימוש נרחב בפיצול (בירן, 1997). דוטון (Dutton, 1992) טוענת שנשים שהיו בעברן קורבנות של אלימות, זקוקות להכלה כנראה משום שעברו טראומה כלשהי.

העברה והעברה נגדית

העברה היא העתקה של אמוציה או עמדה רגשית מאדם אחד לאדם אחר (או לחפץ). פוקס (Foulkes, 1964) מדגיש את חשיבות ההעברה בתהליך הקבוצתי. העברה והעברה נגדית בקבוצה הופכות למורכבות מאוד כיוון שאנשים רבים משתתפים באינטראקציה ומספר האפשרויות הוא גדול ביותר.

הזדהות השלכתית

את המושג "הזדהות השלכתית" הטביעה מלני קליין כייצוג של מופע תוך נפשי, אולם בין ראה בו מופע בין-אישי. הזדהות השלכתית היא תופעה שבה אדם משליך חלק מעצמו אל אובייקט אחר, וכך יוצר שינוי במציאות הנפשית של מקבל ההשלכה. האובייקט הופך למכל, אך אם אין לו יכולת הכלה, ההשלכה מוצאת (Acted Out) בהעברה נגדית. יש כאן ערבוב בין החלקים המושלכים של המטופל עם החלקים המפוצלים ומעוררי החרדה של המטופל. היכולת של המטופל להכיל את החלקים המושלכים עליו, תלויה בעיקר באישיותו אך גם בגבולות של הסיטואציה הטיפולית ובאווירה תרפויטית מכילה. בהמשך הכירו מטפלים בחשיבות של מושג ההזדהות השלכתית לגבי יחסים בקבוצה. זנדר (1991) מדגיש שתהליך ההתמודדות עם התכנים של הזדהות השלכתית על-ידי המקבל, וכתוצאה מכך הפנמתם מחדש, הם חלק עיקרי בתהליך הטיפולי וקשורים ישירות ליחסי מכל ומוכל. מהרבה בחינות הזדהות השלכתית מהווה לטענתו בסיס ליצירת האנטי-גרופ.

מושג האנטי-גרופ (Anti-Group)

את המושג פיתח ניטסון (Nitsun, 1996) כדי לתאר מה שנראה כתהליכים מפריעים, גלויים או חבויים העלולים להופיע בקבוצות תרפיה. תהליכים אלה יכולים לבוא לידי ביטוי ברמת היחיד, התת-קבוצה או הקבוצה הרחבה. תהליך האנטי-גרופ מבטא כוחות אנרגטיים. ניטסון האמין שמה שנראה ככוח העשוי להרוס את הקבוצה מבפנים, יכול באופן פרדוקסלי להוות כוח המוביל לצמיחה. על-פי ניטסון (שם), התנהגות המנחה תושפע מההעברה של האנטי-גרופ, והתוצאות ייקבעו על-ידי ההעברה וההעברה הנגדית שהוא מחזיר לקבוצה. הוא ממליץ על הכלה ככלי טיפולי. לטענתו (שם), מורכבות זו ותהליכי הגנה פרימיטיביים מהווים גורמים מכריעים ביצירת תופעת האנטי-גרופ.

מאפיינים התנהגותיים ורגשיים של נשים מוכות

בוטלר ווינטרם (Butler & Wintram, 1991) מתארות את ניסיון בהנחיית קבוצות נשים תוך התמקדות ביחסים בין הנשים ובשינויים שהן עוברות. לדבריהן, נשים מוצאות את העצמי שלהן באמצעות התחברות לתהליכים הקבוצתיים ולא באמצעות התנתקות מהם (ראו גם Gilligan, 1982). הן טוענות כי התפתחות של חברות בתוך הקבוצה היא סימן ברור לכך שהתהליכים הקבוצתיים יצאו לדרך וכי אפשר לצפות לשינויים בזהות הקבוצתית. עבור נשים, העשייה היא הביטוי החברתי של זהותן האישית, ולכן שינוי זהות מתרחש רק כשהוא בא לידי ביטוי מעשי.

נשים שחוו אלימות נטות לדפוסי ההתנהגות האלה:

1. העתקת הכעס מהבעל והשלכתו על האחר.
2. תפקוד לקוי בתחומי העבודה, החברות וההורות.
3. איבוד תחושת ביטחון במקומות הבטוחים והאינטימיים ביותר.
4. תפיסה של העולם כחסר משמעות.

5. חוסר אמון באחרים והקושי לפתח מערכת יחסים מחשש להיפגע שוב.
6. קושי בהשמת גבולות ביחסים אינטימיים. נטייה לתגובות של כעס או פחד כלפי השותפים החדשים, תוך השלכה עליהם את האלימות שחוו בעבר.
7. P.T.S.D, האישה עשויה לחזור לחוויה הטראומטית על-ידי טריגרים תמימים לחלוטין (Dutton 1992; Herman, 1992).

הקמת הקבוצה

פרסמנו את דבר הקמת הקבוצה בדרכים שונות. פנינו לגברים ונשים משמורנים ולא-משמורנים שנפרדו או התגרשו בשלוש השנים האחרונות ולהם ילדים מתחת לגיל 18. קיימת באזור אוכלוסייה פוטנציאלית של 30-40 איש שרובה נשים המתאימות לקריטריונים הנ"ל. יצרנו קשר טלפוני ראשוני עם כ-25 נשים ושני גברים. הגברים לא היו מעוניינים להשתתף בקבוצה. דבר זה מייצג התייחסות של גברים רבים מאוכלוסייה זו לטיפול, ובמיוחד לטיפול בקבוצה.

לראיונות הופיעו 20 נשים (ראו נספח 1). שלוש נשים לא התקבלו עקב אי-התאמה. אחת לא הייתה משמורנית לעומת כל הנשים בקבוצה, אחרת לא הייתה יציבה מבחינה נפשית וחששנו שתינזק מהתהליך הקבוצתי או תחבל בקבוצה, ואישה נוספת הייתה מעוניינת בקבוצה של טיפול אלטרנטיבי.

נרשמו לקבוצה 13 נשים משמורניות מארבעה יישובים. כל הנשים היו דתיות, שלוש מהן מרקע אנגלוסקסי. מחצית מהנשים היו פרודות ואחרות גרושות. בין הנשים בקבוצה היו קשרים מסוגים שונים (ראו דיאגרמה בנספח 2). טווח הגילאים של הנשים היה 39-46. לרובן היו שלושה-ארבעה ילדים, ולאישה אחת – תשעה ילדים. גילאי הילדים היו בטווח של 4-20 שנים.

רוב נשות הקבוצה חוו אלימות מבעליהן. עובדה זו הייתה תמוהה בעינינו, ואנו חושבות שסיבה אפשרית עשויה להיות שגירושין בחברה הדתית הם סטיגמטיים, ולכן יתרחשו בדרך כלל במצבים של קשיים בין-אישיים קיצוניים, כמו למשל אלימות.

מטרת הקבוצה: התפתחות, שינוי וגיבוש

המטרה הראשונית שקבעו המנחות והציגו בראיונות, הייתה לגבש כלים לניהול המשפחה במצב החדש שנוצר עקב הגירושין, עם דגש על התייחסות לילדים ותוך שימת לב לתמורות שקורות לאישה כאם וכאדם במצב חדש זה. בראיונות הדגישו רוב הנשים שהן מעוניינות לקבל כלים בנושא חינוך הילדים והתמודדות במצב החדש. הן ביקשו להימנע מסיפורים ודיבורים ארוכים ומדכאים, והעדיפו הנחיה מובנית ותכליתית. אף שהנשים הסכימו לתכנית מלכתחילה, בפגישה השלישית הן עשו "מרד": הן סירבו להשתתף במשימה שהכנו ודרשו שתהיה קבוצה דינמית שמתרכזת בנשים עצמן, ושהנושאים יעלו מתוך דינמיקה זו. וכך היה.

ההיכרות המוקדמת והשפעתה על הדינמיקה בקבוצה

אחת העובדות הבסיסיות בקבוצה פסיכודינמית היא היותה מורכבת מאוסף של זרים (Nitsun, 1966). הקבוצה שלנו, לעומת זאת, הייתה מורכבת מנשים שהכירו זו את זו במידה רבה. לא מצאנו בספרות הקלאסית אמירה על תופעה כזו.

הקשרים בין הנשים התבססו על יחסי שכנות, חברות ועבודה. מהתבוננות בתרשים (ראו נספח 2) אפשר להבחין ברשת הקשר המוקדם בין המשתתפות. מה שמעניין ברשת זו הוא שהמנחה דבי הכירה את רובן המוחלט של המשתתפות עוד לפני הקבוצה. היא הכירה לדוגמה היטב את המשתתפות ד' ו-ב'. משפחתה של ב' התגוררה בעבר דלת ליד דלת ביתה של דבי ומשפחתה. עם ד' ההיכרות הייתה עוד יותר אינטימית, ובין המשפחות שררו יחסי חברות עמוקים עד כדי הזמנות הדדיות לשמחות המשפחתיות. ההיכרות המוקדמת השפיעה מאוד על מה שהתרחש בקבוצה ויצרה דינמיקה יחודית. היא עזרה לנשים להתמודד עם תחושת ההשפלה ב"להיות משפחה חד-הורית". לדוגמה, ט' אמרה ל-ב': "הבנות שלנו לומדות

יחד ומדברות הרבה על הגירושין". העובדה שהן מכירות את הנשים ויודעות שהן כולן נשים "נורמליות" חיזקה אותן מאוד. עם זאת, ההיכרות המוקדמת יצרה חשש מפגיעה בסודיות הקבוצתית. לדוגמה: כשב' סיפרה על התנהגותו של בעלה בעבודה ועל מריבה קשה שהייתה לו עם עמית בעבודה, התברר שאותו עמית הייתה ד'. התברר שבעלה של ב' כבר סיפר על מריבה זו למטפלת שלו, שהיא נעמי המנחה. דוגמה נוספת להתחככות הבלתי-נמנעת בין אנשים במקומות קטנים, היא היתקלות לא-רצויה ולא-מתוכננת שלנו המנחות עם אחת מחברות הקבוצה כשבאנו לשבת בבית הקפה המקומי. ההיכרות המוקדמת יצרה אווירה פתוחה וידידותית מאוד מההתחלה. לפני כל מפגש התנהלה שיחה משוחררת בגובה העיניים בין דבי למשתתפות האחרות. שיחה זו לא הייתה על-פי התבנית המקובלת של שיחה בין מנחה ללקוחות.

האווירה הלא-פורמלית בקבוצה יצרה איום מהותי על המנחה נעמי. כפי שניתן לראות בתרשים 1, נעמי לא הכירה את מרבית המשתתפות ונמנעה ליצור קשר חברתי איתן, לכן הדינמיקה שנוצרה בהתחלה הוציאה אותה למעשה מהדו-שיח שנוצר. תהליך זה התחזק כתוצאה מהפיצול שהמשתתפות עשו כשהפכו את דבי למנחה המאכרת והזורמת (האם המעניקה) ואת נעמי לאחרת הזרה (האב הסמכותי).

התפתחות הקבוצה לפי פאזות של יחסי אובייקט ושלבי תפקוד

חילקנו את התהליך לקבוצות מפגשים לפי פאזות של יחסי אובייקט (ביון) ושלבי תפקוד (Beck et al., 1983). התייחסנו לנקודות מרכזיות המצביעות על התפתחות התהליך ועל הקשיים. בהתייחס להנחיה משותפת ציינו את הקשיים שלנו תוך כדי תיאור התהליך הקבוצתי. מקור הקשיים נבע משוני באישיותנו. הבדלים אלה הודגשו על-ידי הנטייה המפצלת של הקבוצה.

פגישה 1: הפאזה הפובית – שלב ההתקשרות

בסבב ההיכרות הדגישו הנשים את היותן גרושות או פרודות, אך מיד גם הכחישו את המצב והשלכותיו. לדוגמה, ב', אישה פרודה: "בעלי לא נמצא

בארץ, אני לא יודעת מה יהיה כשהוא יחזור, אני לא הולכת להתגרש". באופן פרדוקסלי הייתה גם תחושה של הקלה, של "יציאה מהארון". "אני מכירה גם אותך וגם אותך וגם אותך, ואתן נשים נורמליות ולא ידעתי שאתן במצב שלי, ולמעשה זה מספיק ואני יכולה לחזור הביתה". ההרגשה הייתה של אופוריה שתפקידה היה אולי לכסות על חרדה. ההכחשה החזקה של הנשים בקשר למצבן המשפחתי יכולה להתפרש לדעתנו כהגנה קאונטר-פובית.

מיד התפתח אמון מסוים בין הנשים ונעשו היכרות והתקשרות ראשונית המתאימות לשלב זה. הורגש חשש קשה מאיתנו המנחות, שהפך להתאחדות ולפיצול כלפינו: "האם אתן נשואות? האם אתן יודעות שרוב הנישואין לא מוצלחים?" כאילו אמרו לנו: אנחנו בצד הפונקציונלי הנורמלי של החיים, ומה איתכן? אפשר לראות כאן התייחסות פובית הבודקת קונפליקט של בדידות מול היבלעות במיוחד מולנו המנחות, דבר שמשמעותי במיוחד אצל נשים שהן קורבנות לאלומות מצד בעליהן. למעשה הייתה זו תחילתו של תהליך ההעברה, שנמשך לאורך כל העבודה בקבוצה ולבש צורות ועוצמות שונות.

כאמור, בראיונות ביקשו רוב החברות להימנע מדיבורים ארוכים ומדכאים. הייתה ציפייה מאיתנו "ללמד" כלים להתמודדות באופן תכליתי. לכן בנינו תכנית חצי מובנית, דבר שגם עזר לנו להתמודד עם סיטואציה טיפולית חדשה בעזרת כלים מוכרים וברורים. בתחילת כל מפגש תכננו התנסות חווייתית כמבוא לשיחה. נתנו למשתתפות משימה לכתוב או לצייר מטפורה המתארת את המשפחה החדשה. התוצרים היו אופטימיים מאוד והצביעו על כוחות תפקוד ושיקום במשפחה. לדוגמה, קבוצת כדורסל עם מאמן, כד שבור שהודבק והושב לצורתו, נחל זורם המצליח לעבור מכשולים בדרך. בפגישה זו ש' לא השתתפה באופן מלא, היא לקחה תפקיד של "ישיבה על הגדר" בקבוצה, עמדה שהמשיכה לאחוז בה עד סוף המפגשים. בכך היא ביטאה קול קבוצתי הבוחן את המנחות ולא נותן בהן אמון מלא במשך כל התהליך.

פגישה 2: הפאזה הפרנואידיית – שלב הדיפרנציאציה

בפגישה זו הקשרים בין רוב הנשים מתחזקים. ב' סיפרה ש-ש' התקשרה אליה לאחל "שבת שלום". אירוע כזה מקבל משנה חשיבות כשמדובר בנשים שעד כה מיעטו בקשרים חברתיים עם נשים אחרות. עם זאת, הוא מדגיש את תחילתם של קונפליקט ופיצול בתוך הקבוצה ומחוצה לה, גיבוש הקבוצה לעומת כעס על המנחות.

ב' דיברה על ביקור בית של פקידת סעד ופתחה באווירה קבוצתית של כעס ומחאה נגד הרשויות, שאנו המנחות מזוהות איתן ומייצגות אותן. הצטרפו שתי נשים חדשות. אחת מהן ניסתה להשתלט על הקבוצה והאווירה הייתה מתוחה מאוד. למרות זאת הנשים שיתפו פעולה וביצעו את המטלה שהטלנו עליהן: "כתיבת מכתב בשם אחד הילדים המיועד למבוגר על מצבו הנוכחי". רוב הנשים לא הרגישו שמשימה זו תורמת להן (פרט לשתיים, שהתלהבו מאוד). הן היו "ילדות טובות" ובהתאם לשלב ההתפתחותי של הקבוצה לא הרשו לעצמן להרגיז את המנחות באי-שיתוף פעולה. כמו כן לא הפריעו לאישה החדשה, אף שהורגש חוסר סבלנות לדיבוריה הארוכים. להפך, האירו לה פנים וקיבלו אותה. ייתכן שמדובר בפיצול בין שיתוף פעולה חיצוני להתנגדות רגשית. התנגדות זו הפכה בהמשך למרד.

פגישה 3: הפאזה הסכיזואידית – שלב האינדיבידואליזם

בפגישה זו שאנה הסטינג. במקום מעגל של כיסאות הכנו שולחן גדול עם חומרים כהכנה למשימת יצירה על "היחסים בין האם לילדים ובין האב לילדים". החברות שנכנסו לחדר הביעו מיד זרות וכעס. חלקן הסכימו לבצע את המשימה באי-רצון, באופן שטחי, ושתי חברות התנגדו ולא ביצעו את המשימה. ש', אישה חדשה בקבוצה, עבדה בהתלהבות. באמצע העבודה היא פיצוץ שהיווה נקודת מפנה בתהליך הקבוצתי. הנשים התמרדו בנו והטיחו כלפינו שהן לא רוצות שיגידו להן מה לעשות. הן רוצות להיות חופשיות לדבר על עצמן ולא על הילדים.

השימוש של הקבוצה במנגנוני פיצול והשלכה היה נרחב ביותר. לדוגמה, הן ראו את דבי כמנחה טובה ומבינה ואת נעמי כמנחה רעה. הנשים השליכו את דמות בעליהן האלימים והשתלטנים ואת תגובתם המצופה על נעמי ולכן התייחסו אליה מראש בתוקפנות. הפיצוץ הביא את הקונפליקט בינינו המנחות לשיאו. התחושה הראשונה של המנחה דבי הייתה חוסר אונים ומיד לאחר מכן ניסיון לברוח מהקונפליקט וקבלת רצון הנשים. היא הרגישה שהציפיות שביטאו הנשים ביטאו היטב גם את ציפיותיה, ועם זאת חשה נאמנות לנעמי כמנחה שותפה בתהליך. לדעת נעמי, היה חשוב לדבוק בסטינג המקורי תוך כדי גילוי הבנה להתנגדות הנשים, שלדעתה הייתה צפויה בשלב הזה של התהליך. היא כעסה על דבי שהזדהתה עם הנשים במרד שלהן והרגישה איבוד שליטה וחוסר אונים, כמי שנדחק לפינה. אף שעל פני השטח היא

הבינה את תגובת הנשים, תגובה זו הצליחה לערער את ביטחונה העצמי ובכך הביאה אותה לכעס סמוי. אמנם דבי ניסתה לשקף לה את הכעס, אך נעמי הצליחה לזהות אותו רק לקראת סוף התהליך הקבוצתי. פתחנו בדיון לגבי ציפיות הנשים מהקבוצה וסוכם שנביא בחשבון את רצונן. חשוב לציין שעמידה על הרצון ותגובה של מרד הן שינוי חד בדפוסי ההתנהגות של נשים שחוו אלימות ושרגילות להיכנע. נראה שהקבוצה והתהליכים שחוו בה אפשרו להן להתחבר לרצונן האמיתי ולחלקיהן התוקפניים ולבטא אותם בעוצמה.

פגישות 4 ו-5: מעבר בין הפאזה הסכיואידית

לפאזה הדפרסיבית – שלב האינטימיות

הנושא העיקרי שהטריד את הנשים במפגשים אלה היה העול והעומס וההשתוקקות לחופש, כאשר הן נשאו את עיניהן בקנאה לבעל המשוחרר. הנשים התמקדו בעצמן וראו את הילדים כמחויבות ונטל. אמנם תחושה זו אופיינית לנשים אחרי גירושין, אך מאפיינת מאוד גם נשים מוכות. בשלב הזה עדיין הייתה להן הסתכלות דיכוטומית מאוד, שהבדילה בין נטל ומחויבות מוחלטת ובין חופשיות מוחלטת כמו שמייצג הבעל. הקטע על "אבנים גדולות וקטנות" שקראה דבי, התקבל כנקודה למחשבה ושימש נקודת מפנה למפגש הבא, כהכנה לחשיבה מורכבת יותר (ראו נספח 3).

בפגישה 4 עזבה ש' את הקבוצה באמצע ואמרה שהיא לא מרגישה טוב. הקבוצה הבינה שזו תגובה לאירועים אלימים ולהשלכותיהם עליה. הן סיפרו שהיציאה של ש' מחזירה אותן למקום שבו הן היו בעבר והשליכו את כל חוויות העבר הקשות על היציאה שלה, דבר המזכיר תגובה של P.T.S.D. גם היציאה וגם ההשלכה של הקבוצה הן למעשה תגובות מפצליות. בשלב הזה עדיין הייתה לנו - המנחות תחושה קשה ביחס לקבוצה וגם זו ביחס לזו. הרגשת הקורבנות שהשליכה הקבוצה עלינו כהזדהות השלכתית, הביאו אותנו ליחסי תוקפן-קורבן כאשר שתינו היינו בשני המקומות. שתינו הרגשנו שאנו קורבן של התהליך הקבוצתי. נעמי הרגישה קורבן של הקבוצה ושל דבי, שעדיין היו מאוחדות נגדה, ודבי הרגישה קורבן של נעמי, שאימה עליה. שתינו הרגשנו תוקפנות זו כלפי זו, ובו-בזמן נעמי חשה תוקפנות כלפי הקבוצה, שהצליחה לנטרל אותה מלחוש את יכולתה כמנחה.

פגישות 6-10: הפאזה הדפרסיבית והמשך הפאזה הסכיזואידית – המשך שלב האינטימיות

בפגישות אלה נכנסו הנשים לעבודה יותר מעמיקה ומציאותית לגבי נושאים שונים שהטרידו אותן. כן התחילו לעשות שינויים בשטח. החיים הפכו ליותר מורכבים בעיניהן וגם היחסים ביניהן בתוך הקבוצה קיבלו ממד מעמיק ומורכב יותר.

הנושאים שהועלו:

1. יחסים עם הבעל-אב שהתאפיינו באלימות, גילוי עריות ורגשות קשים שנוצרו עקב כך.

2. התייחסות הנשים לילדיהן והיחסים ביניהם.

3. מימוש ההורות החדשה והתמודדות עם הנטל והאחריות, לעומת החופש לבחור ובמקביל לבדוק את הלגיטימיות להתפתח כאישה בזכות עצמה.

הנשים התחילו לעשות שינויים פיזיים במקביל להתפתחותן האישית והבין-אישית במשפחותיהן. ב', שבדרך כלל העסיקה את עצמה בענייני היומיומיים והכחישה את העובדה שהיא פרודה מבעלה (הוא נסע לחו"ל), נקטה יוזמה ומצאה חברה שליוותה אותה למכירת טבעת הנישואין שלה וקניית טבעת אחרת. ת' אישרה את הזדהותה החדשה עם מצבה כגרושה על-ידי הסרת כיסוי הראש, דבר שמציג אותה בפומבי כאישה פנויה וגם מדגיש את החופש שלה לנהוג לפי שיקול דעתה ובניגוד להשקפת בעלה. כל הנשים סיפרו כיצד כל אחת בדרכה טיפלה בחפצים שהבעל השאיר בביתה וכן על שינויים פיזיים שהן עשו בבית כדי להפוך אותו למתאים להן ולמשפחה החדשה. לדוגמה, ט' זרקה את כל מה שהבעל השאיר ללא הבחנה, ו-ד' צבעה את הבית בצבעים חדשים. הנשים ציינו שהן מרגישות שליטה בעקבות השינויים שעשו.

התפתחו יחסי עזרה הדדית בקבוצה. הנשים הרגישו חופשיות להציג את בעיותיהן וציפו לעזרה מהקבוצה. לדוגמה, ת' סיפרה על חששותיה מטיוול בר המצווה של הבן עם אביו וקיבלה מהקבוצה ביטחון להתעמת עם האב בנושא זה. ב' שיתפה את הקבוצה בקונפליקטים שלה עם בת מתבגרת וביחסים הבלתי-אפשריים איתה. בשני המקרים נעזרו הנשים בתמיכה ובסיעור מוחות של חברותיהן וכן במשחקי סימולציה.

במקביל לתהליכים שהתרחשו בתוך הקבוצה התנהלו כל הזמן אירועים של אנטי-גרופ, חלקם בתוך הקבוצה וחלקם מחוצה לה. לאירועים אלה היו מצד אחד היבטים הרסניים לקבוצה ולחברותיה ומצד אחר צדדים יצירתיים ובונים.

את דברי דבי קיבלו כחברה וכמנחה ואילו את נעמי דחקו למקום צדדי. מישור נוסף התגלה סביב ש', שתפסה מקום מרכזי מאוד בתוך הקבוצה למרות העובדה שכמעט לא דיברה אף שהיה ברור כי יש לה מה לומר. היא ארגנה רשת טלפונים וקשרים מחוץ לקבוצה ופגישה סודית אצלה בבית לחלק מהמשתתפות. חברות הקבוצה ציינו שהדברים החשובים באמת מתרחשים מחוץ לקבוצה. ש' היוותה איום עלינו המנחות. בהתייחס לעובדה שרוב נשות הקבוצה חוו אלימות מבעליהן וכתוצאה מכך היו מבודדות חברתית, אפשר לראות בהתארגנות החברתית הספונטנית ביטוי ליצירת חופש ונטילת יוזמה.

כמנחות הרגשנו קושי בתפקוד. חששנו להיבלע בהעברה הנגדית, להתפרק מהאנטי-גרופ ולאבד יכולת התבוננות והכלה. לכן החלטנו על כמה אסטרטגיות הישרדות:

1. עבודה אינטנסיבית על היחסים בינינו ועל העבודה בקבוצה. נוכחנו לראות שעצם הישיבה בחדר המפגשים מקשה עלינו לחשוב או להיפתח. במקום זה קיימנו סדרת מפגשים בבית הקפה המקומי (פעם אחת נאלצנו להסתפק בפיצרייה, מאחר שעוד מבחוץ גילינו ש-ט' יושבת בבית הקפה!). כדי ליצור אווירה של חברות וקלילות שיתפנו זו את זו בחוויות יומיומיות, משפחתיות ואישיות. התייחסנו לנסיעה ברכבת כבילוי משותף.
2. הדרכה. התכוננו להדרכה כדי להיעזר בה באופן יעיל, וניסינו לשתף את החברות ואת המדריכה בחוויותינו בפתוחות.
3. בתוך הקבוצה שמנו דגש על קבלת החברות, על החזקה ועל הכלה.

מפגשים 11-12: סיום ופרדה – שלב ההדדיות

בשלב זה עדיין קיימים פיצול והכחשה אך במידה פחותה. יש יותר יכולת לראות מורכבות ו"לחוש בכאב ולהמשיך הלאה" (בירן, 1997). בשני המפגשים ראינו את הקושי שהיה לנשים להתמודד עם פרדה. למפגש מס' 11 הגיעו הנשים באיחור ניכר ושתיים לא הגיעו כלל. כאשר העלינו את נושא הפרדה ואת הקשיים הקשורים בו, ושאלנו איך הן רוצות לבנות את המפגש האחרון, הן השיבו שזה מפגש רגיל, שלמעשה אינן נפרדות ושהפרדה היא בעינינו בלבד, כי הן תמשכנה להיפגש וממילא לנוכחותנו לא הייתה משמעות רבה.

ש' ביקשה להעלות נושא שאינו קשור לפרדה. היא שאלה את הקבוצה מה לעשות בקשר למתנות גדולות שבעלה הפרוד שולח לה כל הזמן. בהתייחסותה של הקבוצה לשאלה של ש', עלה נושא הפרדה מהבעלים. למעשה היה זה תהליך מקביל לפרדה מהקבוצה. הנשים סיפרו שכאשר הביעו את רצונן להיפרד, לא הייתה התייחסות מצד הבעל, וכדי להישמע היה עליהן להיות ברורות ותקיפות מאוד. הן יעצו ל-ש' דבר בבירור ולהגיד חד וחלק מה רצונה. אחד ההיבטים שעלה באופן חזק מאוד, למרות השלב המאוחר של הקבוצה, הוא האמביוולנטיות של ש' כלפי בעלה הפרוד. ש' הדגישה מאוד את "הישיבה על הגדר" שהתקיימה במשך כל המפגשים, בכך שהעלתה נושא מרכזי במפגש, שמבחינתה היה האחרון. התנהגות זו שייכת לשלב ההתפתחות הראשון, הפובי. אפשר לראות שהאסרטיביות שנדרשה מאיתנו כדי לעמוד על כך שאכן מדובר בפרדה, היא הליך מקביל למאמץ הנשים להישמע בנושא זה על-ידי בעליהן.

בתחילת מפגש מס' 21 המשיכה הקבוצה בגישתה המכחישה פרדה. נעמי נתנה מבוא קצר על פרדה ו-ט' העירה: "זו לא פרדה, זו התחלה חדשה". שאלנו מה הנשים רוצות לקחת להתחלה חדשה זו. ט' אמרה: "הזדמנות לשמוח, נפרדתי מהבעל ואני יכולה לשמוח". שתי הנשים האחרות עשו סיכום מציאותי של הדברים שקיבלו מהקבוצה ולאחר מכן הייתה שתיקה ארוכה. נעמי הציעה בהיסוס קלפים טיפוליים, והן עוררו התעניינות רבה. הנשים נתבקשו לבחור שני קלפים: "איפה הייתי כשנכנסתי לקבוצה" ו"איפה אני היום" (ראו נספח 4).

דרך העיבוד שהן עשו בקלפים יכולה לשמש סיכום של שלבי ההתפתחות שעברו בקבוצה וכקבוצה. דרך התהליך הקבוצתי הצליחו הנשים להתחבר לחלקי האני האמיתי והמורכב שלהן. האווירה הייתה אינטימית והיה שיתוף (Sharing) מעמיק יותר בין הנשים לבינינו המנחות. המוטיב המשותף שעלה בניתוח הקלפים היה יציאה ממאסר לחופש. הנשים תיארו את עצמן בחושך, מול חלון סגור, וטבעת הנישואין סימלה את האישה הכנועה. סמלי הגירושין היו אור ונחל זורם. קלפים אלה סימלו את המקום שבו הן עומדות היום. היו קלפים של ציפור המתכוננת לעוף, אישה שלווה, מלכה במובן של שליטה ואחריות. הקלפים האחרונים מצביעים על תהליך השינוי שהנשים עברו מתחילת הקבוצה. ט', שהגיעה לקבוצה עם צחוק ציני ועם פחד להיכנס לתכנים קשים, בחרה באישה שלווה, "לא שמחה ולא עצובה". ב', שהגיעה

כאישה נשואה ונטולת רצונות אישיים, ראתה בסוף התהליך שהמטבח עבורה הוא המקום הבטוח אך יכלה כבר לשאוף לעוף כציפור, להביע ולממש את רצונה היא. עבור ד', הבית היה כלא ולאחר הגירושין היא ניצלה כל הזדמנות לצאת ממנו, ואילו בסוף התהליך היא חשה זרימה ואפשרות לבחור להישאר בבית.

הקשר בין תהליך ההדרכה לעבודת הקבוצה

ההדרכה נתנה מענה לשני צרכים עיקריים שלנו: (1) היחסים בינינו כמנחות; (2) הקשיים שלנו בתהליך הקבוצתי. בתחילת התהליך ייחסנו את הקשיים שלנו לתהליך הקבוצתי בלבד, אך דרך ההדרכה הבנו שה"תקיעות" שאנחנו חוות בינינו נובעת מכך ששתינו נכנסנו לנעליים של אישה מוכה שמוכנה לבטל את אישיותה לחלוטין ולקבל באופן מוחלט את עמדתו של הזולת, וכך הפכנו ל"בעל אלים" ול"אישה מוכה". במקביל התעוררה בכל אחת מאיתנו תוקפנות. לדוגמה: אף שדבי העדיפה שיחה חופשית ואילו נעמי בחרה בתכנית המובנית שהכנו, שתינו היינו מוכנות לוותר לגמרי ואמרנו את זה בהדרכה, אך במקביל הרגשנו, כל אחת בדרכה כישלון וכעס. מהתייחסות החברות והמדריכה למדנו לזהות את ההזדהות השלכתית של דבי כמנחה טובה וזורמת המוכרת לחברות הקבוצה, לעומת נעמי האחרת, הסמכותית, המעוררת אסוציאציה של קשיחות ואלימות של הבעל לשעבר. הבנו היכן הפיצול וההזדהות שהושלכו עלינו פגשו חלקים פגועים בנו ודחפו אותנו לתגובות של העברה נגדית. אלה התבטאו בבריחה מקונפליקט אצל דבי ובהיצמדות לסטינג המארגן אצל נעמי. האופן הישיר שבו החברות "אילצו" אותנו לעבד את הקונפליקט האישי בינינו, עזר לנו להיכנס לתהליך אינטרוספקטיבי ובכך להציל את התהליך הקבוצתי. נעזרנו מאוד בתמיכה ובקבלה של מיקי המדריכה וקבוצת ההדרכה, שאפשרה לנו לנטרל את רגשותינו ואף לנסות להשתמש בהעברה הנגדית לטובת התהליך הקבוצתי. הבנו שהלחצים שאנחנו חוות הם תוצאה מהנחיית קבוצה של נשים מוכות ומהאנטי-גרופ. הנינו מהאוירה בחדר, שהייתה מאוד מקבלת ומאפשרת, ולכן הרגשנו נוח

להיחשף. הקבוצה תמכה בנו באופן שלא שלל את ההבדלים הבין-אישיים המהותיים בינינו ונטעה בנו אמון ביכולתנו לעשות ולהצליח. היה ניגוד חריף בין האווירה בהדרכה למתרחש בקבוצה שלנו, עובדה שסייעה לנו לא להישאב לקונפליקטים בקבוצה ובינינו. התובנות שקיבלנו ממיקי המנחה וממשתתפות הקורס היו מקצועיות ושימושיות. הדיונים הפתוחים של המשתתפות האחרות אפשרו לנו הבנה עמוקה ומקיפה יותר של דינמיקה קבוצתית בכלל.

סיכום

הקבוצה, שתוכננה להיות קבוצת נשים לאחר גירושין, הייתה, בפועל, קבוצה של נשים שעברו אלימות במשפחתן, ולכן הגירושין לא היו משבר אלא פתרון לצאת ממעגל האלימות. הנשים עשו שימוש רב במנגנוני הגנה ראשוניים, כמו הכחשה, פיצול, השלכה והזדהות השלכתית. האמון של המשתתפות הלך ונבנה במהלך הקבוצה.

האישיות המנוגדת שלנו המנחות והקונסטלציה הקשה של הקבוצה דרשו מאיתנו אינטרוספקציה מעמיקה ומיומנות. אנחנו מתלבטות באיזו מידה ההתמודדות המורכבת שלנו תרמה להתפתחות החיובית של הקבוצה ואפשרה קבלה והבנה של הנשים, ובאיזו מידה היא בלמה וחסמה את התהליך הקבוצתי ואת יכולת ההנחיה. במבט לאחור אנחנו רואות שהתהליך הקבוצתי היווה אתגר מצמיח, מלמד ומרתק עבורנו. גם הנשים ציינו בפגישה האחרונה את גודל השינוי שהן עשו, כדברי טי: "כל אישה שהתגרשה צריכה לעבור תהליך קבוצתי כזה".

ביבליוגרפיה

בירן, ח' (1997). "ניתוח יחסי מנחה-קבוצה ומהלך התפתחות הקבוצה לפי מודלים תיאורטיים של יחסי אובייקט", בתוך: נ' רוזנוסר ונ' לירון (עורכים), **מקראה להנחיית קבוצות**. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
לנדאו, ח' (1993). "מחשבות על מיכל ומוכל", **שיחות**, ד' (2), עמ' 103-110.
סגל, ח' (1998). **מלאני קליין**. תל אביב: עם עובד.

- Beck, A. P. et al. (1983). «The Participation of Leaders in the Structural Development of Therapy Groups», in: R. R. Dies & K. R. MacKenzie (eds.), *Advances in Group Psychotherapy*. New York: IUP, pp. 137-158.
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in Groups*. London: Tavistock.
- Butler, S. & Wintram, C. (1991). *Feminist Groupwork*. London: Sage.
- Dutton, M. A. (1992). *Empowering and Healing the Battered Woman*. New York: Springer.
- Foulkes, S. H. (1964). *Therapeutic Group Analysis*. London: Allen & Unwin. Reprinted: London: Karnac, 1986.
- Gilligan, C. (1982). *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*. Boston: Cambridge University Press.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery*. London: Harper Collins.
- Kernberg, O. F. (1980). *Internal World and External Reality*. New York: Jason Aronson.
- Klein, M. (1959). "Our Adult World and it's Roots in Infancy", *Human Relations*, 12, pp. 291-303.
- Nitsun, M. (1996). *The Anti-Group: Destructive Forces in the Group and their Creative Potential*. London: Routledge.
- Rioch, M. J. (1970). "The Work of Wilfred Bion on Groups", *Psychiatry*, 33 (2), p. 70.
- Winnicott, D. W. (1965). *The Theory of the Parent Infant Relationship in The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London: Tavistock/Hogarth Press.
- Winnicott, D. W. (1986). *Holding and Interpretation*. New York: Grove Press.

פרק יב מיתוסים על גברים ונשים בחיי הנישואין

נעמי אלבז

על העבודה

עבודה זו עוסקת בתיאור של קבוצת הורים במצבי מעבר (גרושים או פרודים) המתמודדים עם קשיים ומכאובים רבים הנובעים ממצבם. בחלק הראשון אציג סקירה ספרותית על המבנה החברתי הקרוי "קבוצה" וכן התייחסות לסגנון ההנחה. עוד אביא סקירה ספרותית על מיתוסים הקשורים לחיי הנישואין, תוך דיון בהשפעתם על הצלחתו או כישלונו של מוסד הנישואין. בחלק השני אביא תיאור הקבוצה בהנחייתנו המשותפת: הרציונל שהביא להקמתה, תהליך ההקמה, המשתתפים ומהלך העבודה בקבוצה. לבסוף יובא סיכום העבודה בקבוצה והקו-הנחיה.

א. מבוא תיאורטי

מהי קבוצה?

לפי הרצאתה של מיקי תודר, השתייכות לקבוצה היא זהות מסוימת; בעצם הגדרתה כקבוצה כבר יש סיווג. לכן, בבואנו לתת שם לקבוצה יש לחשוב על משמעותו ועל האופן שבו הוא ישפיע על משתתפיה. תהליך היווצרות

הקבוצה מתחיל לפני שהיא פועלת: בגיבוש המנחה ובהכשרתו ובבניית סטינג. בחירת המקום חשובה, לא רק מהבחינה הטכנית. וויניקוט נתן משמעות רבה להחזקה (הולדינג) של תינוק. לטענתו, ילד בגיל הרך יכול להבין אהבה רק במובן הפיזי ולא ברגש. וויניקוט טוען שבהעדר החזקה, הגוף של התינוק נופל. המיטה של התינוק והחדר שלו מוכרים לו. באנלוגיה לוויניקוט, קבוצה תבין אהבה כאשר יהיו תנאים נוחים לכל אחד ממשתתפיה. לפי מיקי תודר, סטינג כולל מקום – מקום קבוע, מכיל ומאפשר, המספק תחושות של השתייכות, חום ואי-רשמיות, סמכות, יציבות וביטחון; זמן – המספק גם הוא מסגרת בטוחה וקבועה. הזמן הוא משאב, וכאשר הוא מוגבל ומתוחם, הוא משמעותי ביותר בסטינג וחשוב לקבוצה.

לפי בירן (בתוך: רוזנוסר, 1997), ההנחה העומדת בבסיס עבודה קבוצתית המושתתת על יחסי אובייקט היא, כי קיים קשר אמיץ בין העולם הפנימי שעמו מגיע כל חבר אל הקבוצה, לבין המתרחש בקבוצה כאן ועכשיו. הקבוצה מעניקה לחבריה הזדמנות לחוות מחדש סיטואציות מתקופת הילדות. בדרך זו היא מאפשרת לבדוק את השפעתם של יחסים מן העבר על יחסים הנוצרים בפועל, בין חברי הקבוצה לבין עצמם ובין הקבוצה למנחה. במפגש הראשון של הקבוצה עולים הקשיים הבסיסיים, על כן נתון המנחה במפגש זה במבחן הקשה ביותר. כשם שתיאוריית יחסי האובייקט מדגישה את ראשית החיים ואת חיי הינקות כבעלי השפעה מכרעת על המשך ההתפתחות, כשם שהאם מרכזית ביחסי אובייקט ראשוניים אלה, כן גם המנחה מרכזי בראשית דרכה של הקבוצה. עבודה תקינה של הקבוצה תלויה בתרגומים ובפירושים שהמנחה או המנחים מוסרים לה, ובמסרים ההתנהגותיים הלא-מילוליים שהם מעבירים לחבריה (שם).

יתרונות הקו-תרפיה

על-פי המקראה "הנחיית קבוצות" (רוזנוסר, 1997), תמיכה הדדית כוללת תמיכה קוגניטיבית אמוציונלית ופיזית. מבחינה קוגניטיבית, "שני ראשים טובים מאחד". כאשר שני מנחים עובדים יחד מועשר מגוון האמונות, הגישות והטקטיקות. כאשר מנחה אחד מחמיץ רמזים חשובים או סוגיית העברה שכנגד, המנחה האחר עשוי לזהותם. מבחינה אמוציונלית, התמיכה בעמית

היא חיונית. הטיפול בקו הוא שינוי מרענן אחרי הבדידות שבפרקטיקה. הוא מספק הנאה, שחרור מסיטואציה של "תקיעות", תמיכה במהלך מצבים קשים, והערכה על עבודה שנעשית היטב.

עם זאת, העבודה המשותפת מביאה לעתים מתחים, מחלוקות ולתחרות בין המנחים, שאותם עליהם לפתור וליישב כדי שהעבודה עם הקבוצה תוכל להתפתח ולזרום בכיוון חיובי טוב, ולא – העבודה תיכשל.

מיתוסים שכיחים על גברים ונשים בחיי הנישואין

מאז ומתמיד הפריעו מיתוסים ברכישת הנחוץ לנו לאיזון הצרכים המנוגדים של נשים וגברים, ולכן איננו רוכשים את הכשרים או הידע הנחוץ לנו כדי להיות מוכנים לנישואין, ולעתים קרובות אנו מוצאים פתרונות שרק מרחיקים אותנו ממטרתנו (לפי רבין, 1991).

בעבודה שלהלן אתייחס בעיקר למיתוסים השכיחים בחיי הנישואין:

מיתוס 1: אין צורך בהכנה לנישואין או בהכשרה לקראתם – ידע זה טבוע בנו מלידה

לפי סקראף (Scarf, 1978), המיתוס שלעיל דומה בתפיסתו להתייחסות ולאפיון של חיי המין: "או שיש לך את היכולת לעשות את זה או שלא", כאשר הכישלון בחיי המין נתפס כאסון. כיום רוב האנשים יודעים שאפשר לשפר את חיי המין באמצעות מידע והדרכה מתאימה, אך עדיין לא קיימת אותה מודעות לגבי תחומים נוספים בחיי הנישואין האינטימיים, למרות הידע מקצועי הנרחב בנושא הנישואין. ההנחה הרווחת כי אנחנו פשוט "יודעים" כיצד לתפקד בחיי הנישואין. ילדים לומדים בעיקר באמצעות החיקוי של ההורים את נורמות התנהגות והיחסים בין בני זוג. המידע באמצעות למידה זו נטבע בהם הרבה יותר מאשר המילים שאומרים להם ההורים בעניינים אלה. דהיינו, למסר הלא-מילולי השפעה מכרעת.

מודל החיקוי שעומד לנגד עיני הילדים, לעתים קרובות סותר את הכישורים שלנו בחיי הנישואין והדבר גורם לנו לדחות את מתכונת הנישואין שהינו עדים לה. בעקבות חוסר מודל רצוי ומוצלח לחיקוי, אנו חסרים את הכלים

המתאימים להגיע לנישואי רעת. אנו חסרים הכנה והדרכה וחשים "תקועים". בשל חוסר הידע, התופעה הנפוצה היא לנסות "יותר מאותו דבר" ובכך משיגים את התופעה ההפוכה.

מיתוס 2: בעיות בחיי הנישואין הן דבר לא נורמלי שעלול להוביל לאסון

באופן מוזר, רוב הזוגות הנשואים רואים בעיות בחיי הנישואין כסימן רע ואינם נוטים לדון בבעיותיהם בפרהסיה, שכן הם חוששים כי בכך עלול להיגרם נזק נוסף. כלומר, חלק ממיתוס זה הוא כי נישואין "טובים" הם נישואין נטולי בעיות. מכך נובע, שאם קיימת בעיה היא מקבלת חותם שלילי שיש לה השלכות מרחיקות לכת וחמורות ביותר. ועל כן, זוגות מנסים להסתיר את בעיותיהם משכנים, קרובי משפחה ומילדיהם ואף מעצמם. הם נוטים להגיע לייעוץ מקצועי רק אחרי שיחסייהם הידרדרו באופן חמור, אחרי שכעסם ההדדי הופך לשנאה או, גרוע יותר, לאדישות.

לאחר שבני הזוג חשים אדישות זה כלפי זה, הם נוטים לחפש חליפין לנישואין כמו: בריחה לעבודה, תחביבים או פרשיות אהבים. מוכנות הזוגות להשקיע בטיפול בנישואין שואפת לאפס; במצב זה קל יותר לוותר ולהתגרש.

הזוגות הטריים מצפים לגדולות מהנישואין. הם רוצים אהבה, רעות וקרבה, אולם אין להם כל הכנה או עזרה להשגת האידיאלים הללו. אין להם מודלים ואין להם האפשרות לדון עם מישהו בבטחה על הנישואין ועל הבעיות הצפות בהם.

המסקנה המתבקשת ממיתוס זה, היא שאפשר להתגבר על בעיות ביחסי הנישואין באמצעות טיפול וסיוע של אנשי מקצוע בשלבים מוקדמים של הסכסוך הבין-זוגי.

מיתוס 3: לגברים ולנשים צרכים שונים

הגורם השלישי המפריע למימוש האידיאלים שלנו בנישואין קשור לשוויון. מקובל היום להאמין בשוויון בין המינים. באופן עקרוני, כולנו מעוניינים לתמוך ברעיון כי לנשים זכות לקדם את עצמן, לממש את רצונותיהן, לנהל חיים עצמאיים ולקבל הזדמנות שווה לזו שמקבלים הגברים. אבל כאשר העניינים מגיעים לשוויון בנישואין, התמונה משתנה.

הנישואין מבוססים על רעות, ידידות ואהבה. האישה נתפסת כמנהלת משק הבית שתפקידה לדאוג כי כולם ירגישו טוב. הגבר הוא המפרנס, ראש המשפחה. אך רעות, שיתוף, אינטימיות, תקשורת וכבוד – פירושה כי הגבר לוקח חלק בצדדים הרגשיים והמעשיים בניהול חיי המשפחה והבית.

אפשטיין (בתוך: רבין, 1991) מצא כי זוגות שאינם מאושרים, נוטים יותר מזוגות מאושרים, לאמץ עמדות נוקשות לגבי תפקידי המינים. כן הוא מצא, כי ככל שבני הזוג מחזיקים בעמדות מסורתיות יותר, כך תגבר מצוקתם. זוגות המאמינים בשוויון בין המינים יהיו מסוגלים יותר להגיע ליחסי רעות אמיתיים.

אולם הנישואין מחדדים, לעתים קרובות, את ההבדלים הביולוגיים והחברתיים בין בני הזוג. המיתוס אומר, כי הצרכים האוניברסליים של גברים ונשים הם שונים, וכי זה המקור למתחים בין המינים.

פיטמן (Pittman, 1987) טוען, כי האדם משחר לידתו מתחנך, האחד להיות גבר, והשני – אישה. רוב האנשים הפנימו את הסטריאוטיפ המיני כי אחד בא לעולם עטוף בשמיכה כחולה והשנייה רודה, וכל השאר נובע מכך. עוד מוסיף פיטמן, כי באופן מסורתי, הגבריות פירושה להיות בלתי-פגיע, כול-יכול, קשוח ובטוח בעצמו ומחייבת הפגנה מתמדת של סמכותיות.

בראונמילר (Brownmiller, 1973), לעומתו, תיארה נשיות כתהליך פעיל של ריצוי הגברים על-ידי התנהגות עדינה ופגיעה, הגורמת לגברים להיראות גבריים יותר; נשים חייבות להיות נאמנות למופת וטיפוליות. ממחקר של בם (בתוך: רבין, 1991) עולה כי גברים ונשים שגדלו לפי התפיסה הסטריאוטיפית של תפקידי המינים הם דיכאוניים יותר ומסוגלים פחות להתמודד עם החיים מאשר אנשים יותר "דו-מיניים", כלומר, גברים המרשים לעצמם גלות תכונות נשיות כמו רכות ונשים המרשות לעצמן מידה מסוימת של גבריות, כגון קשיחות. "דו-מיניות" פירושה גמישות שהיא ללא ספק מפתח לנישואין מוצלחים. כך, כאשר בנישואין מאמצים לעצמם האנשים את התפקידים המיניים הנוקשים, הם משלמים על נוקשות, חוסר גמישות וחוסר יכולת לבצע שינויים. דו-שיח בין בני הזוג מתוך רגישות הדדית, מוצע ככלי עיקרי לאיזון הניגודים בנישואין.

ב. תיאור הקבוצה

הרציונל

הרעיון לקיים קבוצה, כפי שהוצג להורים, התבסס על המחשב שלהורים פרודים או גרושים (גברים ונשים כאחד) נושאים עמם כל העת סל מלא כאבים, כעסים ותסכולים. לעתים קרובות, הילדים עדים למריבות ולסכסוכים בין ההורים, הם נקרעים בין נאמנות לאבא לנאמנות לאימא. כדי לטפל בחומרים האלה ובמצבים הכואבים של הילדים ושל ההורים, החלטנו לטפל בקבוצת הורים מעורבת של נשים וגברים, שהמכנה המשותף של משתתפיה הוא פרדה או גירושין והתמודדות בגידול ילדים צעירים כהורים משמורנים או כהורים מבקרים.

תהליך ההקמה

מתוך היכרותנו עם המשפחות המתמודדות בחיי היומיום עם פרדה או גירושין, בגידול ילדים ובהסדרי הראייה, הצענו להן להשתתף בקבוצה. שדרות היא עיר קטנה שכמעט כולם בה מכירים את כולם ובימים שבהם נכתבה עבודה זו נמצאה תחת איום ותקיפות הקסאמים, כאשר לא תמיד הופעלה אזהרת הטיל "שחר אדום". כאשר כן הושמעה האזהרה, כל מי ששמע אותה היה נכנס לקיפאון ונדרך בחרדה לבאות. בשנייה הראשונה נאמר לעצמנו טוב שלא נפל כאן על ראשינו ולאחר מכן מיד נחפש לברר מה קרה, היכן נפל והאם יש נפגעים. לפעמים אנחנו העובדים הסוציאליים נכנסים לפעולה שמטרתה תמיכה ועזרה לנפגעים – בגוף או בנפש. אווירה זו גרמה לדריכות רבה בין התושבים, כמו גם בקרב העובדים. אווירה זו גם תרמה לאחווה ולהרבה אכפתיות הדדית. במצב זה, בבואנו להזמין את האנשים לראיון ולעניין אותם בקיום הקבוצה שתעבוד על הבעיות שהם מתמודדים איתן, שאלנו, בין השאר, שאלה חשובה: האם יהיה להם נוח ומתאים להשתתף בקבוצה, כאשר הם מכירים אותנו, וכאשר אנחנו מצדנו, מכירים מקרוב את הקשיים האישיים שלהם. בראיונות האישיים דיברנו על כך והבטחנו, כמובן,

שמירה על פרטיות וסודיות של כל אחד ואחד, כלומר, שהם אלה שיעלו את התכנים והחומרים שעליהם נעבוד. מראש לא קבענו מה יהיו הנושאים. הייתה היענות גבוהה של המרואיינים. הם לא הביעו חשש או דאגה שמא אנחנו המנחים נגלה סודות שלהם. הייתה מרואיינת אחת שהביעה חששות כבדים להשתתף בקבוצה. מדובר באישה שסבלה מאלימות קשה במשך שנים מצד בעלה. היא השתתפה במחצית המפגשים ופרשה בנימוק של עומס בעבודה. לנו המנחים היה ברור כי היא לא הצליחה להתמודד עם הכאב והבושה. כנראה עדיין לא הייתה בשלה לעבוד בקבוצה ונזקקה לטיפול פרטני.

תיאור המשתתפים

(שמות המשתתפים בדויים)

ארנון: עוסק במסחר. בן 35, גרוש ארבע שנים, אב לשתי בנות – בת 12 ובת 7 וחצי, הנמצאות במשמורתו.

אלווירה: לומדת ועובדת בבקרת איכות. בת 31, גרושה שנתיים, אם לילד בן 12 וחצי ולילדה בת 11, הנמצאים במשמורתה.

מינה: מזכירה. בת 40, גרושה שש שנים, אם לשלושה בנים: בני 14, 12 ו-6, הנמצאים במשמורתה.

צביקה: סוכן מכירות. בן 41, פרוד שנה, אב לשלושה – בת 16, בן 13 ובת 4 – שבמשמורת האם.

נועה: מורה לאמנות. בת 30, גרושה ארבע שנים, אם לשתי בנות – בת 9 ובת 6 וחצי, שבמשמורתה.

שמעון: עובד בסמינר. בן 49, פרוד שנה, אב לשלושה ילדים – בת 11 וחצי, בן 9 וחצי ובת 4, הנמצאים במשמורת משותפת.

מיכל: עובדת בהסעדה. בת 30, גרושה ארבע שנים, אם לילדה בת 6 וחצי, הנמצאת במשמורתה.

הקבוצה התקיימה בעיר שדרות. בתקופת הקמת הקבוצה הייתה העיר נתונה לירי טילי קסאם וסבלה ממתח גדול וממבוכה רבה. היו אנשים שהתלבטו אם להשתתף בקבוצה והיו אף שסירבו להשתתף בה מחשש להיחשף בתוך עיר הקטנה שבה כולם מכירים את כולם. עם זאת, הפיתוי להשתתף בקבוצה

מעורבת של גברים ונשים המתמודדים עם גידול ילדים ללא בן זוג, היה גדול. אנחנו המנחים התלבטנו אם לקבל שני משתתפים שהיו מיועדים להשתתף בקבוצה. הם רואיינו, אבל משום שהיו להם בעיות בהסדרי הראייה ראינו לנכון לא לשלבם בקבוצה (אני, כפקידת סעד לסדרי דין, מצאתי זאת לנכון מבחינה טיפולית) אף שהביעו רצון להשתתף בה. כמו כן, היו עוד שלוש נשים גרושות בשנות השלושים לחייהן שאותן ראינו וקיבלנו לקבוצה, אך הן לא הגיעו בפועל לשום מפגש. אחרי המפגש השישי עזבה אלווירה, בנימוק שקיבלה עבודה נוספת ושאינה פנויה לקבוצה. אחרי המפגש השביעי עזב צביקה בטענה שאינו פנוי וחזר לסיכום הקבוצה במפגש האחרון.

מהלך העבודה |

קבענו לקיים את המפגשים בימי רביעי בשעות 18:30-20:00, בחדר קבוע. לקראת כל מפגש הכנו כיסאות כמספר המשתתפים, פינת שתייה וכיבוד קל.

למפגש הראשון הגיעו שישה מתוך תשעה משתתפים. המטרה הייתה היכרות בין כולם, בירור צרכים, קביעת מחויבות של כל אחד מחברי הקבוצה לשמירת סודיות והדגשה על נהלים, שמירה על הזמן והמקום הקבוע וקביעת נוהל איסור על עישון. ביררו האם יש צורך לקיים הפסקת עישון. סוכם בין כולם כי אין צורך בהפסקה. לשם היכרות בין כולם הכנו מדבקות צבעוניות, ביקשנו מכל אחד לבחור צבע המועדף עליו. כל אחד היה צריך לומר את שמו, לספר על מצבו המשפחתי ומדוע בחר בצבע זה. התהליך היה שקט וענייני מאוד. כל המשתתפים בחרו בצבע כחול. כל אחד דיבר על רוגע, מרחבים, ים...

לקראת סיום המפגש אמרה אחת הנשים כי היא מברכת על כך שהקבוצה מעורבת ומשתתפים בה נשים וגברים. היא ציינה כי היא טעונה ברגשות קשים ושלייליים כלפי אבי בנותיה, שמתאכזר אליהן ומאכזב אותן מאוד בכך שהוא מבטיח להגיע לבקרן ולא בא, ואילו כאן, בקבוצה, היא פוגשת גברים אחרים ושומעת כי גם הם סובלים. אחד הגברים אמר שיש לו תחושה טובה ונראה לו כי המנחים בחרו את המשתתפים בהקפדה.

במפגש השני המשכנו את סבב ההיכרות. נוספה עוד משתתפת. הפעם הכנו ז'ורנלים צבעוניים להפעלת האנשים, אולם לא היה צורך בשימוש

בעזרים הללו. האנשים הציגו את עצמם והעלו את הקשיים שלהם, בעיקר בנושא הילדים, הסדרי ביקורים, אחריות ואכפתיות. עלתה השאלה איך אני כהורה פרוד או גרוש לוקח אחריות על הילד שלי, מה הוא מפסיד, האם הוא מפסיד, מה קורה לו.

מהמפגש השלישי עדיין נעדרו שתי הנשים שרואיינו והביעו רצון להשתתף. בסופו של דבר הן לא הגיעו לאף אחד מהמפגשים. כולם המתינו שהמשתתפת שהגיעה במפגש השני תציג את עצמה ואף פנו אליה בבקשה לעשות זאת. היא נענתה לבקשה והציגה את עצמה ואת הסיפור שלה, הבגידה של בעלה כאשר הייתה בהיריון, עזיבתו את הבית מיד אחרי לידת התינוקת, ותחושות קשות של השפלה וכאב. היא דיברה מתוך הרבה כאב. ואז קם שמעון ואמר: "אמנם הסיפור של מיכל נוגע ללב, קשה וכואב, אבל מדוע במעט הזמן של הקבוצה צריך לשמוע על כאב כל כך גדול, כאשר אני מתעניין ובא לקבוצה על מנת לקבל כלים כיצד לטפל בגידול הילדים". כל שאר חברי הקבוצה היו מופתעים ונדהמים מדבריו של שמעון. אמנן אמר לו כי "כל אחד יכול וצריך לבטא מה שכואב לו ומה שמפריע לו", וצביקה אמר: "חיכינו כל כך הרבה זמן עד שמיכל העיזה לדבר על עצמה. אנחנו כאן בשביל לשמוע ולהתייחס לכל אחד". אהרון המנחה הודה למיכל שהציגה את עצמה והביעה את הכאב שלה. הוא שאל אותה אם היא רוצה להגיב, ומיכל אמרה שהיא מצטערת שהיא דיברה. אנו המנחים הדגשנו שוב כי המטרה של הקבוצה היא לזרום עם חומרים שמעלים המשתתפים, ואחד הכללים הבסיסיים הוא לא לשפוט ולא לבקר אף חבר קבוצה על הדברים שהוא מעלה. הייתה תגובה אמפטיית מאוד מצד כל אחד מהמשתתפים כלפי מיכל. שמעון חזר ואמר שהוא מצטער על המצב הקשה שהציגה מיכל, אבל הוא הגיע לקבוצה בכוונה להתמקד בטיפול בילדים. בסיכום המפגש הבעתי צער על כך שנמנע ממני להגיב לדבריו של שמעון, משום שאני מכירה מקרוב מאוד את הבעייתיות בחייו, וביקשתי מאהרון שגיב לדבריו בפגישה הבאה.

במשך השבוע עד למפגש הרביעי יצרתי קשר עם מיכל ועודדתי אותה להמשיך ולהגיע למפגשים ולהעלות כל דבר שעולה על רוחה, והיא אכן מיכל המשיכה להגיע.

במפגש הרביעי ביקשה נועה לחזק את מיכל ושיבחה אותה על אומץ הלב שלה להביא את הדברים הקשים שלה ועל המשך ההתמודדות של מול הביקורת של שמעון. עוד אמרה לה: "את אישה חזקה והגברים לא ישברו

אותך". בדברים אלה התכוונה נועה גם לעצמה. היא עצמה הבינה זאת ואמרה: "גם לי נפל האסימון". היא הבינה שלא היא החלשה; החלש הוא מי שנלחם בה ומנסה להשפיל אותה. עוד אמרה נועה למיכל: "אנחנו חזקות ואנחנו צריכות להכיר בכוח שלנו לא לחוש פגיעות ונחותות, אלא חוזק ועוצמה". אהרון המנחה פנה אל שמעון ושאל אם ירצה להגיב. שמעון אמר: "כל אחד והקשיים שלו". אהרון אמר לו: "אתה בוחר להתמקד בילדים שלך וזאת זכותך, אבל אולי היה לך קשה לשמוע את הכאב של מיכל". לנו היה ברור כי לשמעון קושי עצום להתייחס לכאב ולתסכול הרב של הנשים. הוא העדיף לשמור את הנושא הזה במגירות לבו. לשמעון יש משמורת משותפת עם אם ילדיו. הוא ניסה בכל כוחו להיות ולהיראות "האב האידיאלי" ובנושא זה בלבד התמקד. הוא הרבה לספר מה הוא עושה למען ילדיו ושהוא לא מבין איך אם ילדיו כלל אינה מעריכה את מעשיו. שמעון קיבל הרבה אמפטיה מכל הקבוצה, שידעה להעריך את ההשקעה ההורית שלו בילדיו. נראה כי שמעון נהנה מיחס אוהד זה. לא נוצרה בקבוצה אווירה של מלחמה בין נשים לגברים. אחרי ה"תקלה" עם מיכל, הייתה אווירה מאפשרת וטובה לכל אחד מהמשתתפים – גם לגברים וגם לנשים. כל אחד הבין כי גם לגברים וגם לנשים יש כאב גדול.

לקראת כל פגישה הכנו עזרים לשם עידוד ביטוי רגשות שעלו, כמו: קלפים, כרטיסיות ועוד, אם כי לא תמיד היה צורך להשתמש בהם.

במפגש החמישי אלווירה לפתע פרצה בבכי בלי שדיברה ויצאה מהחדר. יצאתי אחריה, חיבקתי אותה ונשארתי איתה בחוץ זמן-מה. לאחר מכן היא הלכה הביתה. כאשר חזרתי לחדר, אמרתי לקבוצה כי עוברים על אלווירה דברים כואבים ואם וכאשר היא תבחר, היא תשתף בכך את הקבוצה. אלווירה הגיעה לקבוצה לעוד מפגש אחד ולאחר מכן עזבה את הקבוצה בנימוק שקיבלה עבודה נוספת ולכן אינה פנויה לקבוצה.

במפגש השישי המטרה הייתה התמודדות עם קונפליקט בין ההורים והילדים באמצעות משחק סימולציה: אבא, אימא וילד: האב דורש לסגור את החלון ומתעקש מאוד. האימא זקוקה לאוויר ומבקשת שהחלון יישאר פתוח. הקבוצה דיברה מה קורה לכל אחד בסיטואציה. לכל אחד הייתה אפשרות לבטא את תחושתו, וכל אחד חש כעס ברמות שונות. הילד הקטן היה מאחורי האימא נבוך, מבולבל ועצוב. כאן הערנו כי כאשר ההורים מתווכחים, הם אינם שמים לב אל הילד. כולם חשו בזאת. סגנון ההתמודדות של כל אחד בקונפליקט זה היה: הורה מתעקש ולוחמני, פעם מתפשר ופעם מוותר. התנסות זו הייתה חווייתית מאוד עבור המשתתפים.

במפגש השביעי כל אחד מהמשתתפים ביטא רגשות מוכרים ושם לב לדפוס ההתמודדות שלו בקונפליקט. הייתה שיחה טובה, בונה ומאתגרת. **במפגש השמיני** העלינו, כמתבקש מהפגישה הקודמת, ביטויי כעס, מהו כעס, מהן התחושות הגופניות המתלוות לכעס, כיצד ניתן להתמודד עם הכעס. הקבוצה הייתה עדיין עסוקה בתגובות למשחקי הסימולציה. ההורים היו עמוסים ברגשות וזיכרונות שלהם והמשיכו לדבר על כך. על הכעסים הם התקשו לדבר. רק שמעון היה מוכן להגיד שלעתים יש לו כאבי בטן חזקים עד כדי שלשול, אולי מתוך כעס, הוא לא יודע. אנחנו ציינו כי בכעס יש כל-כך הרבה רגשות מעורבים, עד שיש קושי גדול בהבנה והפנמה מה קורה לנו בדיוק בשעת כעס.

במפגש התשיעי המשכנו לדבר על הכעס. הגשנו למשתתפים קלפים. ביקשנו מכל אחד לקחת שני קלפים – קלף המזכיר אירוע שגרם לכעס וקלף המייצג את הדרך שבה השתחרר ממנו. המשתתפים הצליחו להיכנס לתהליך והייתה עבודה טובה. לכל חברי הקבוצה הייתה תחושה משותפת: הגברים הבינו שיש נשים טובות ואכפתיות, ולא כולן נבזיות. והנשים אמרו כי "יש גברים שהם אבות טובים ומסורים, ולא כולם רעים".

לקראת **המפגש האחרון** ביקשנו מהמשתתפים להכין ברכה לכל אחד וסיכום קצר על מה שעבר עליו.

מינה ציינה כי הקבוצה תרמה לה לביטחון ולעוצמה ביחסיה עם ילדים מתבגרים. היא הרגישה שתרמה לקבוצה לפתח נחישות ביחסי הורים-ילדים. צביקה טען כי הקבוצה תרמה לו בכך שגרמה לו לחוש כי גם אצל האחרים, החיים לא זורמים בקלות ובשקט. הוא תרם לקבוצה באמצעות הומור ובדיחות.

נועה הרגישה כי תרמה לקבוצה מנחישותה ומכוחה לעמוד על שלה כאישה וכאם. לדבריה, קיבלה מהקבוצה את ההבנה שיש גברים ואבות טובים ואחראיים.

שמעון שימש דוגמה מוחשית לאב שעושה מאמצים רבים לטפל בילדיו. הוא אמר כי קיבל מהקבוצה מעט רכות וגמישות כלפי אימהות. מיכל טענה כי תרמה לקבוצה שקט, עדינות ואצילות, וכי קיבלה כוח להבין כי היא מסוגלת להתמודד ולדאוג לעצמה בכבוד.

נשרו מהקבוצה שני משתתפים: אלווירה עזבה כאמור לאחר כשישה מפגשים בתואנה של עומס בעבודה, אף שלתחושתנו הדבר נבע מקשייה להתמודד

עם תחושת העלבון הצורב וההשפלה על התקופה שבה הייתה אישה מוכה ונתונה להתעללות מצד בעלה. עוד נשר מהקבוצה ארנון, אב המגדל את בנותיו אחרי שאמם נטשה אותן ולא מקיימת שום קשר עמן, גם אחרי שנפל טיל קסאם בקרבת הבנות ואחת מהן נפצעה פציעה קלה. ארנון, כאב מסור ודואג, לא היה מסוגל להתמודד עם נטישת האם את הבנות בסיכום שלי הדגשתי את נושא המיתוסים – אלה שיש לגברים על נשים ואלה שיש לנשים על גברים. הנשים רואות את הגבר כקשוח וכוחני, הגברים רואים את הנשים כחלשות ובלתי-יעילות. בקבוצתנו המעורבת כל אחד נתן ביטוי אמיתי לחולשות שלו ולכוח שלו; כל אחד ידע לתת כוח לאחר, להבין את האחר ולגלות כלפיו אהדה. הקבוצה כללה גבר שהיה בעל רוח ועדינות, ואישה שיש לה מעט תכונות גבריות – "דו-מיניות" שפירושה גמישות שתקל על ההתמודדות.

המשתתפים ידעו לתת משוב זה לזה באופן בונה וחיובי. הם אמרו כי זו הפעם הראשונה שהם יכולים לדבר בפתיחות ובגלוי לב מלא על העניין האינטימי הזה שנקרא בעיות עם האישה, הבעל או הילדים. היה להם טוב והם אמרו שהם רוצים להמשיך וכי לתחושתם הם לא סיימו. עדיים לא הכול טוב ויש להם עוד הרבה על מה לדבר. כל פרט בקבוצה, והקבוצה ככלל, הביעו שביעות רצון רבה מהמנחים והודו להם מאוד על שאפשרו להם להשתתף בקבוצה מסוג זה. אהרון המנחה סיכם ואמר כי הקבוצה עבדה היטב, טיפלו בנושאים שונים שעלו מתוך עולם המשתתפים, כמו: טיפול בילדים, טיפול בכעסים, התמודדות עם קונפליקט ועוד.

בבואי לסכם את חלקם של המנחים (אהרון ואני) בהכנות לקראת הפגישות וסיכומן, עליי לציין כי לא תמיד היה לנו מספיק יחידות זמן לעבוד על הדברים שעלו, דבר שגרם לא פעם למתחים ביני לבין אהרון. שוחחנו על כך בהרחבה וליבנו את הבעיה בינינו היטב. בסך הכול, העבודה המשותפת בקבוצה הייתה מרתקת לשנינו. שנינו למדנו מהקבוצה ונהנינו מהתוצאה. גם אנחנו וגם משתתפי הקבוצה היינו מרוצים מאוד, אם כי חשנו, פה ושם, כי יש מה לשפר.

בחרתי לעבוד על מיתוסים, שכן מהרגע הראשון עלו מיתוסים בקבוצה. בפעם הראשונה עלה מיתוס כאשר אחת המשתתפות הביעה את התפעלותה מכך שיש "גברים טובים". חלק מהגברים חשבו שהנשים הן "רעות", אך בסיומ הקבוצה הפנימו כי קיימות גם נשים "טובות".

סיכום: הקבוצה והעבודה בקו

עבודה בקבוצת הורים במעבר צריכה להתבצע בקו. הקבוצה שלנו הייתה מורכבת מנשים ומגברים פרודים או גרושים משמורנים ולא-משמורנים, המתמודדים עם גידול ילדים. כמנחים – גבר מנחה ואישה מנחה – היוונו מודלינג לחברי הקבוצה. סיכמנו בינינו לתמוך זה בזה, לכבד זה את זה ולבטא את הכישורים המקצועיים של כל אחד מאיתנו (לשנינו הכשרה בטיפול משפחתי).

העבודה המשותפת לוותה לעתים בקשיים טכניים, כמו למצוא זמן להכנה ולסיכום מפגש וכדומה. מבחינה מקצועית, העבודה עם הקבוצה בהנחיה משותפת הייתה חוויה מאוד בונה לכל אחד מאיתנו. כל אחד מאיתנו למד מרעהו וקיבל חיזוקים מאחר וגם מחברי הקבוצה. בסיום הייתה לנו תחושה טובה שתרמנו ונתרמנו. תהליך ההדרכה בקבוצה תרם לי, באופן כללי, אך לא עזר לי כמנחה בקבוצה שאותה הנחיתי. כמנחה יחידה, ללא בן זוג, נתרמתי כשהודרכו חברותי להשתלמות. לי ולקבוצה שהנחיתי, ההדרכה הייתה מועטה. הדרכה להנחיית קבוצה נחוצה מאוד. בזכות הקורס ובזכות ההצלחה של הקבוצה שהנחיתי עם קו מחוץ לקורס, קיבלתי את האומץ ואת היכולת לקיים קבוצות נוספות.

ביבליוגרפיה

- רבין, ק' (1991). "טובים השניים". תל אביב: למודן.
- רוזנוסור, נ' ולירון, נ' (עורכים) (1997). *מקראה להנחיית קבוצות*. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.
- Brownmiller (1973). *"Against Our Wills: Women and Rape"*. New York: Simon and Schuster.
- Pittman, F. (1987). *"Turning Points: Treating Families in Transition and Crisis"*. New York: Norton.
- Scarf, M. (1978). *"Intimate Partners"*. New York: Ballantine Books.

פרק יג אבדנים ופרדות

מיכל מגן

הרקע להקמת הקבוצה

במסגרת קורס בהנחייתה של מיקי תודר, קיבלנו משימה להקים קבוצה ובה כמה משתתפים ושני מנחים מתלמידות הקורס.

מאילוצים ארגוניים בעירייה, לא נמצא, עבורי, קו-מנחה בקורס. פניתי לחברה אישית שהיא גם קולגה בעלת ניסיון רב בהנחיית קבוצות, בהצעה להקים יחד קבוצה. למרבה שמחתי היא נרתמה מיד למשימה ואף הביעה התלהבות.

לפני שמתחילים קבוצה יש צורך בלגיטימציה ורצון מצד המערכת. לשם כך יש צורך בכמה משאבים: ידע והדרכה, מטופלים, מקום להפעלת הקבוצה, הקצאת כוח אדם וזמן עבודה. אלה הם גורמים המאפשרים להוציא רעיון מן הכוח לפועל (עמרם, 2004). כמעט כל המשאבים האלה עמדו לרשותנו. ההנהלה, קרי מנהלת האגף, מאמינה בעבודה קבוצתית ותמכה ברעיון הקמת הקבוצה. על כן, ניתנה לנו לגיטימציה להקצות לכך זמן עבודה, ואף שלא הייתה שביעות רצון מלאה מראשי הצוותים, לא הייתה התנגדות. באשר למקום להקמת הקבוצה היו כמה אופציות, והיינו צריכות לבחור מביניהן. בסוף החלטנו להקים את הקבוצה באגף הרווחה. אף שאינו הנוח והיפה ביותר, הוא מרכזי ומאפשר גישה נוחה לרוב הנשים.

הוחלט גם שהקבוצה תהיה סגורה, כך שלא תתאפשר כניסת משתתפים חדשים אחרי שני המפגשים הראשונים. החלטנו להקים קבוצה של נשים משמורניות. לשם כך פנינו לכל פקידות הסעד והעובדות הסוציאליות באגף הרווחה, וביקשנו מהן להפנות אלינו נשים שעברו תהליך גירושין או נמצאות

בהליכים מתקדמים של גירושין. כל עובדת שהסכימה לסייע לנו בהפניית מועמדות, התבקשה להציע טלפונית למטופלת שלה להשתתף בקבוצה, לבקש את רשותה למסור את שמחה ולהודיע לה כי אנו ניצור איתה קשר. חלק מהעובדות עשו עבודה של שכנוע ו"מכרו" את הקבוצה כאופציה אטרקטיבית מאוד, וחלקן, למרבה ההפתעה, לא הסכימו למסור לנו מועמדים ואף נעשה ניסיון אחד למנוע את הקמת הקבוצה.

כמו כן, הקבוצה שאקה בעזרת מודעות שהודבקו במסדרונות האגף ובמחלקות השונות בעירייה.

בשל גודל המחלקה והמספר הרב של נשים חד-הוריות וגרושות בנתניה, קיבלנו מאגר של 60 מועמדות. פנינו לכ-50 נשים כדי להזמין לריאיון ראשוני. חלקן הודיעו כי הן חוזרות בהן מכוונתן להשתתף בקבוצה מסיבות שונות (שעות הקבוצה לא נוחות, אילוצים של עבודה וכו'). מתוך הנשים הנותרות שהזמנו לריאיון, שש לא הגיעו גם לאחר הזמנה שנייה.

בחירת הנשים נעשתה לפי התאמתן לטיפול קבוצתי ולקבוצה שלנו בפרט (Mullan & Rosenbaum, 1978). לפי מודל שהוצג בקורס (Yalom, 1995), הוחלט לקבל נשים שהתגרשו בחמש השנים האחרונות, שרמת השוני ביניהן אינה גבוהה מדי ושיאין סובלות מהפרעת אישיות ו/או מהתמכרויות. תנאי נוסף היה ידיעת השפה העברית, מאחר שבנתניה יש הרבה מאוד נשים חד-הוריות שהן עולות חדשות. למרות זאת קיבלנו אישה אתיופית אחת שביקשה להצטרף אף שידעה כי תהיה האתיופית היחידה. בדיעבד זו הייתה שגיאה מאחר שהיא לא התקבלה על-ידי שאר חברות הקבוצה ולא התחברה אליהן.

הקבוצה הייתה מורכבת באופן הומוגני מנשים בשנות ה-30 ובשנות ה-40 לחייהן. כל הנשים עובדות, חלקן בתחומי ההוראה, מורות, גנות וחלקן בעבודות אחרות. רוב הנשים הביעו רצון לעבוד בקבוצה על ההורות החדשה ועל הקשר עם הגרוש שלהן. או' אמרה שבאה מתוך סקרנות ללמוד דברים חדשים, ואילו ס' אמרה שאין לה ציפיות מאחר שעברה כבר הרבה קבוצות וטיפוליים (עם זאת, היא לא נעדרה מאף מפגש).

תיאור הקבוצה

התחלנו את הקבוצה עם 14 נשים פוטנציאליות שהביעו רצון להשתתף בקבוצה והתאימו מבחינת חתך האוכלוסייה, וסיימנו אותה עם עשר נשים. ניסינו ליצור מיזוג שיאזן בין הדמיון לשונות. המיזוג יצר חוויה של קבוצה שהיא מיקרוקוסמוס של החברה (Basin, Ernst & Hyds). הקבוצה כללה אקדמאיות, בוגרות בתי ספר תיכוניים, צעירות, מבוגרות, דתיות וחילוניות. ניסינו שיהיה דמיון בין רוב הנשים, אך כאמור, השונות ביניהן הייתה גדולה.

הנשים לא הכירו זו את זו. נתון שהדהים אותנו, ושלא עמד לגד עיינו לפני הקמת הקבוצה, היה שכמחצית מהן היו גרושות פעם שנייה ולמחציתן השנייה היו ילדים בעלי קשיי התנהגות.

המשתתפות

אז: בת 31, גרושה פעמיים. לאחר גירושיה הראשונים, שמהם יש לה שני ילדים, חזרה בתשובה ונישאה לגבר חוזר בתשובה שהכירה דרך שידוך. לאחר הנישואין גילתה שהגבר סובל מבעיות נפשיות קשות וכעבור זמן קצר התגרשה. אז נכנסה לקבוצה במפגש השני. כאשר הגיעה לקבוצה הייתה בקשר רומנטי עם גבר נוסף, אך בהמשך, מתוך הכרה בבחירות שהיא עושה, היא הבינה שהיא ממהרת להיכנס לקשר בלי לבדוק מספיק, ונפרדה מגבר זה. בתחילה היה קושי להציב לה גבולות והיא הרבתה לדבר, אך במהלך המפגשים הפכה דומיננטית מאוד בקבוצה, הביעה דאגה לכל הנשים וליכדה אותן. השפעתה בקבוצה הפכה ממפריעה למבורכת.

ס': בת 34, פרודה ארבע שנים, אם לשני ילדים. בעלה חולה כרוני (ס' סירבה לומר באיזו מחלה) וגר בעיר אחרת. היא עלתה לישראל לפני כשבע שנים מקווקז עם בעלה ועם משפחתה המורחבת, וכיום היא בקשר קרוב מאוד עם הוריה. ס' היא אישה שקטה מאוד, ומנסה לא לבלוט. היא כמעט לא דיברה באופן ספונטני והיה צורך לדרבן אותה. לפעמים הנשים היו אלו שפנו אליה. כאשר דיברה, היא אמרה תמיד דברי טעם וברגש רב. הנשים בקבוצה אהבו

אותה ועזרו לה לעשות שינוי. בסוף הקבוצה ס' הביעה צער שלא השתתפה יותר, והכירה בכך שאם רוצה להיעזר, היא צריכה גם לשתף.

ל': בת 32, גרושה פעם שנייה, אם לתאומים בני שנתיים מנישואיה הנוכחיים. מבעלה הראשון התגרשה כי היה נרקומן. ל' מורה לחינוך מיוחד, אינטליגנטית מאוד, ורבליית, בעלת מודעות עצמית ובעלת מוטיבציה לשינוי. היא החלה את דרכה בקבוצה כשהייתה בהליך גירושין, והתגרשה ממש במפגשים הראשונים. נועם הליכותיה וחיוכה הרחב חיבבו אותה על כל חברות הקבוצה. לקראת סוף הקבוצה עשתה ל' שינוי משמעותי, וגם התחילה טיפול פסיכולוגי כדי להתמודד עם פרדות שהיו לה בחייה.

אס': בת 36, אתיופית, אם לארבעה ילדים, אחות במקצועה. כאשר התברר לנו שהיא האתיופית היחידה בקבוצה הזמנו אותה לשיחה כדי לספר לה על כך, ולמרות זאת ביקשה להשתתף. אס' הייתה אישה מוכה בנישואיה. היא טענה שאינה מסוגלת להציב גבולות – לא למשפחה, שמתערבת לה בחיים, ולא לילדיה, ועל כן היא סובלת מרגשי אשמה. בקבוצה כמעט לא דיברה והיה צריך לפנות אליה ישירות כדי שתשתתף. אס' לא הייתה מסוגלת להיפרד מהקבוצה ו"נעלמה" בשני המפגשים האחרונים.

ת': בת 33, אם לארבעה ילדים. קיבלה גט לאחר המפגש השלישי. החלה בקבוצה עם רגשי אשמה רבים והתלבטויות לגבי העתיד. בעלה לשעבר מהמר ואת כל כספי המשפחה הפסיד בהימורים. תחילה הייתה מופנמת ומדוכאת. עם זאת, ידעה להיעזר בחברותיה לקבוצה וגם להעניק מעצמה, ואכן קיבלה מהקבוצה תמיכה רבה והתייחסות חמה. הנשים עודדו אותה שעשתה את הצעד הנכון, והחיזוק הרב עורר אותה לצמיחה מדהימה. היא "אספה" את עצמה, לקחה לעצמה סמכויות הוריות והביעה אופטימיות לעתיד. מתחושת השפלה, שחשה בתחילת הקבוצה, הפכה לדומיננטית מאוד. כישוריה ההוריים חיזקו את שאר הנשים והיא קיבלה מקום רחב.

את': בת 28, אישה חרדית לאחר שני גירושין, אם לילד יחיד בן שנה וחצי. לא מרבה להתלבט ו"חותכת" דברים. ישירה מאוד ביחס לעצמה וביחס לאחרים. אסרטיבית ולוקחת לעצמה מקום. בחורה אנרגטית מאוד, "פצצת אנרגיה"; חרוצה ונבונה מאוד. נפתחה מאוד בקבוצה וסיפרה על אבדן של חברה קרובה. במהלך הקבוצה החלה לאפשר לגרוש שלה לבקר את ילדם המשותף.

ג': בת 46, גרושה בפעם השנייה. חזרה בתשובה ושוב בשאלה. בנישואין הראשונים, שמהם יש לה בן אחד, הייתה אישה מוכה ולכן התגרשה. נישואיה

השניים היו לבעל נרקומן, שממנו נולדו לה שני ילדים. ג' דיברה בכאב רב על גירושיה ותיארה את בעלה כאהבת חייה. במהלך הקבוצה מת בעלה ממנת יתר של סמים. היא חשה רגשי אשמה ואבל כבד. ג' ידעה לגייס את הקבוצה לסייע לה ולתמוך בה, והקבוצה אכן תמכה בה, ולדברי ג', היא הייתה הכי משמעותית לה בזמן האבל. ג' אישה יפה מאוד, בעלת נוכחות, רגישה ומקרינה חום רב. יודעת להתבטא. כאשר סיפרה את סיפורה, כל בנות הקבוצה היו מהופנטות מהרגישות ומהחשיפה העצמית שהפינה.

רח': בת 46, אם לשלושה ילדים. התגרשה לפני כשלוש שנים, לאחר כ-20 שנות נישואין. לקראת סוף המפגשים התברר כי התלבטה אם לחזור לבעלה לשעבר, לאחר שזה שביקש ממנה לנסות שוב לחיות יחד. בסוף הבינה שזה צעד מוטעה ולא חזרה לחיות איתו. רח' ניסתה כל הזמן להיות קו-מנחה בקבוצה. במקום להתחבר לשאר הנשים היא ניסתה להתחבר למנחות. היא הייתה בוטה כלפי הנשים האחרות, לא שיתפה אותן בלבטיה ולא נתנה מעצמה, וגם הן מצדן לא קיבלו אותה. גם ניסיון שלנו לדבר איתה על כך לא הועיל. רח' עשתה הרבה Acting Out. היא הגיעה באיחור לקבוצה, עשתה הרבה "רעש" עד שהתיישרה, אך גם התקשתה להיפרד בסוף כל מפגש.

רו': בת 45, אם לשלושה ילדים – שניים בוגרים ובת בגיל ההתבגרות. גם רו' הייתה נשואה 20 שנה. היא היחידה שנעזבה על-ידי הבעל. בעלה עזב אותה למען אישה אחרת. רו' הרגישה פגיעה במהלך כל הקבוצה, כעסה על שאר הנשים שהחליטו להתגרש מהר מבעליהן, והאשימה אותן כי לא נתנו צ'אנס לנישואין. היא הייתה תוקפנית מאוד לשאר הבנות, ובסוף נשרה מהקבוצה. היא לא הסכימה לבוא להיפרד.

סי': בת 37, אם לשני בנים. הגיעה לקבוצה לאחר שהשתתפה בקבוצות רבות ועברה טיפולים רבים. היא הרגישה שאין אפשרות לתת לה כלום, ועם זאת היא לא נעדרה מאף מפגש. היא הגיעה לקבוצה בדרך כלל אחרי מפגש של טיפול משפחתי. הייתה תחושה שסי' לא מצליחה להיות מסופקת באף מסגרת. לסי' קשיים רבים עם הגרוש שלה, והיא מנהלת איתו מאבקים. הוא מסית את הילדים נגדה. בסוף הקבוצה היא טענה שהבינה כי התנהגות הילדים אינה נגדה.

נ': בת 32, גרושה פעמיים, ולה בן מנישואיה השניים. גם בריאיון האישי וגם במפגש הראשון הביעה כעס כלפי המערכת ונשרה לאחר המפגש הראשון. במפגש זה היא פתחה נושא מיני באופן בוטה, ונראה כי נבהלה וברחה.

אף שנשרה מיז, היא השאירה רושם עז בקבוצה. הבנות התקשו לקבל את עזיבתה; הן הרגישו שהיא נטשה אותן, כמו שבן משפחה נוטש את משפחתו.

אי: בת 23, גרושה שנתיים, ולה ילד בן ארבע. אי' הביעה עליזות ואופטימיות בקבוצה. היא הרגישה כמו ילדה בקבוצה אך התנגדה להשתתף במשימות. היא עזבה את הקבוצה לאחר המפגש השמיני, מאחר שמצאה עבודה במשמרת ערב. האופטימיות שלה גרמה לרוב הבנות לחבב אותה והן המשיכו לזכור אותה במהלך המפגשים הבאים.

הגירושין כאבדן

גירושין הם משבר, גם אם רואים אותם כמעבר ממצב אחד למצב אחר. מדובר בחוויה של אבדן קשה ושל שינוי בכל רבדי החיים – בתחום המשפטי, החברתי והתפקוד ההורי. זהו תהליך טוטלי ואנשים מגיבים אליו גם גופנית וגם רגשית (בראב ואורבך, 1977). תהליך הגירושין מלווה באבל כבד הגורם לכעס רב, האשמות, ביקורתיות, לתחושות של בדידות, כישלון וירידה בדימוי העצמי. רגשות אלה מקבילים לרגשות אבדן, עד כדי תחושה בעקבות מוות. האבדן הוא הצייר המרכזי בקבוצה שלנו, והוא ליווה אותנו במשך כל התהליך. כל הנשים בקבוצה חוו אבדן מסוגים שונים. הראשון היה אבדן החלום. לכולן היה חלום להינשא ולחיות "באושר ועושר עד עצם היום הזה". רוב הנשים מגיעות מבתיים מסורתיים ולא קיבלו עידוד להתגרש, והצעד שלהן נראה חריג. בייחוד הדבר נכון לגבי שתי הנשים החרדיות שהשתתפו בקבוצה, שתיהן גרושות פעמיים. כל הנשים חוו אבדן במהלך החיים וחלקן דיברו על מות הורים.

בקבוצה יש שלושה סוגי אבדן:

1. אבדן של כל פרט בקבוצה לאורך מעגל החיים.
2. אבדן אישי של המנחות.
3. אבדן של הקבוצה כקבוצה במהלך התפתחותה, נטישה.

כאמור, כל הנשים בקבוצה יזמו את גירושיהן, מלבד רו', שבעלה עזב אותה למען אישה אחרת. לכן הייתה רו' פגועה יותר מהאחרות, הרגישה מושפלת

וכאבה היה צורב וגדול יותר. משום כך כנראה היא לא הצליחה להתחבר לתחושות הנשים האחרות ולבסוף נשרה. עם זאת, מבחינת ההתמודדות של הנשים עם כאבן, אין שוני גדול בין מצב שבו האישה עוזבת לבין מצב שבו היא נעזבת. כולן עזבו כי נשבר החלום ונשאר רק הכאב. נוסף על כך, הנשים איבדו חברים ומשפחה. סי, ג' ולי סיפרו איך איבדו את משפחת בן הזוג. לפעמים כאב זה היה קשה יותר מכאב הפרדה מהבעל.

רח' טענה שכל אבדן מזכיר לה מוות. אכן, פרדה בצרפתית היא Petite mort (מוות קטן). צורות ההתמודדות עם אבדן הן שונות. סי' מתמודדת עם פרדות על-ידי הפחתה בערכו של הקשר. תהליך זה בא לידי ביטוי בקשרים טיפוליים קודמים שלה. לעומתה, או' ו-ת' עשו אידיאליזציה של הקבוצה ואמרו שהן נמצאות במקום הכי נפלא שאי-פעם נמצאו בו.

באופן הכי אקוטי נחוה האבדן אצל ג', מה שהעלה למודעות את האבדנים של כל חברות הקבוצה. ג' הייתה גם הראשונה שפתחה את סיפור חייה ללא מסכה. היא נישאה בגיל צעיר מאוד כדי לברוח מבית קשה וממצוקה כלכלית. היא נישאה לגבר מבוגר ממנה וילדה בן. בנישואיה הראשונים הייתה אישה מוכה, ולאחר כמה שנים התגרשה. בעלה השני היה צעיר ממנה בכמה שנים ו-ג' הגדירה אותו כאהבת חייה, כאהבה שלעולם לא תהיה לה עוד. לאחר שנישאה גילתה כי בעלה משתמש בסמים. למרות זאת המשיכה לאהוב אותו ולתמוך בו. הוא עבד בעבודות מזדמנות והיא פרנסה את הבית, בעוד הוא פרנס את סוחר הסמים שלו. היא עברה מסכת ייסורים קשה. לאחר 20 שנות נישואין, עם שני ילדים, היא הרגישה שאינה יכולה עוד והתגרשה. הבעל אושפז על-ידי משפחתו במוסד גמילה, ויום אחד נפטר באמצע הרחוב ממנת יתר של סמים.

אף שהיו כבר גרושים, ג' חשה שאיבדה את אהבת חייה באופן כואב ביותר. היא התאבלה על מותו, חשה רגשי אשמה ובדידות רבה. משפחת הבעל יצאה נגדה והאשימה אותה במוותו. הקבוצה חיזקה את ג' ועמדה לצדה. תהליך הריפוי של ג' החל לאחר שמצאה מתחת למקרר בבית מזרק של הבעל. ילדיה הביעו כעס על האב שהחזיק סמים בבית וסיכן אותם. ממצא זה והאמפתיה והסיוע של הקבוצה עזרו לה להתחיל תהליך שבסופו הבינה כי עשתה צעד הכרחי.

סיפורה של ג' עורר את כל הקבוצה להגיב לאבדן. לי, שהייתה אישה מצליחה ומשכילה, נישאה פעמיים לגבר מכה ואחר-כך לגבר נרקומן. היא

האמינה שתציל אותו אך לאחר לידת התאומים, שבעת הקבוצה היו בני שנתיים, התגרשה. גירושיה קיבלו תוקף במהלך הקבוצה.

האבדן גורם לאבל מצד אחד ולכעס מצד אחר על הצורך להתמודד איתו. קולות והדים מאבדנים בעבר מופיעים שוב בלוויית תגובות לאבל שלא נפתרו בעבר. כאשר ג' ו-ל' סיפרו על בעליהן הנרקומנים ועל הקושי לחיות עם גבר כזה, פרצה סא' בבכי וסיפרה שאביה היה נרקומן. היא ביטאה כעס רב עליו, על אמה – שנשארה איתו במקום להתגרש ממנו, ועל אבדן ילדותה. את תהליך האבל הזה עשתה סא' בקבוצה. אף שלא דיברה הרבה למרות העידוד שקיבלה, הצצה זו אל ילדותה גרמה לנשים אחרות לספר על הבית שבו גדלו ולהתאבל על מה שהפסידו בילדותן.

רח' סיפרה לראשונה על הבית שבו גדלה, היא החמיצה את ילדותה בשל דיקטטורה שחוותה בביתה. היא נאלצה לוותר על חברות וחברים, לא יכלה כלל לדבר בבית כי אף אחד לא התחשב בה. בקבוצה היא הצליחה להתאבל על אבדן אביה ועל חוסר יכולתה לדבר איתו ישירות. סלינגר (Salinger) טוענת כי אחת הדרכים לעזור למטופל להתמודד, היא לסייע לו לחזור לעבר. על-ידי חזרה לעבר, החלה רח' לראות את הרצינות להתנהגות אביה בהקשר התרבותי. זו הפעם הראשונה שרח' הבינה כי אביה אהב אותה.

ל-ל' היו כמה אבדנים ורק בעת פעילותה של הקבוצה החלה לטפל בעצמה. שבר החלום היה אצלה כואב במיוחד. אף שהיא אישה אקדמאית ואינטליגנטית, בחירותיה בגברים אומללות. בעלה הראשון היה מכה והיא התגרשה ממנו מיד, ואילו בעלה השני נרקומן. חלומותיה להיות מאושרת התנפצו. אחיה ניתק איתה קשר בעוד הוריה נשארו לתמוך בה בכל מעשיה. עקב תמיכתם היא התאבלה על כך שהיא מאמללת אותם, הרגישה רגשות אשמה וכעס עצמי, אך עד אז לא עשתה דבר כדי לשנות תחושות אלו. עם סיום הקבוצה היא פנתה לטיפול פסיכולוגי.

אובדנה של את' הסב לה כאב רב. את' דיברה על אבדן ילדותה ונעוריה. בהיותה הבכורה במשפחה חרדית היא החלה לטפל באחיה בגיל חמש. המצוקה הכלכלית לא אפשרה לה בגיל צעיר ללמוד ככל שרצתה. בגיל הנעורים איבדה את' חברה קרובה מאוד, מה שחיבר אותה ל-ג' בחוויית האבדן של אדם קרוב. את' התגרשה פעמיים. בחברה החרדית צעד זה משמעותו שהיא איבדה את היכולת להינשא מחדש ל"אדם מכובד".

בקבוצה היא הבינה שחוסר הסבלנות והנטייה "לחתוך" דברים אולי לא תמיד משרתים אותה, והייתה היחידה שהביעה צער של שני הגירושין שעברה.

למידה איך להתמודד עם אבדן הכרחית להצלחת טיפול. בתהליך מקביל לאבדנים שעלו בקבוצה, גם ד' (המנחה בקו) וגם אני חשנו אבדן קשה. לאחר תחילת הקבוצה התברר כי ד' חלתה שוב במחלה הסרטן שממנה החלימה לפני כשנה, וכי עליה להתחיל שוב בטיפולים. האפשרות לאבדן זה נפלה עלינו בפתאומיות, ללא הכנה מוקדמת מצד שתינו. לא היה ברור איך יתפתחו העניינים. מאחר ש-ד' היא גם חברה אישית קרובה וגם קולגה לעבודה חשתי את כל סימני האבדן: בלבול, כעס, לחץ, חוסר אונים ופחד נורא. חששתי ממה שיקרה לה אם לא תתגבר על המחלה. האם אאבד חברה? תחושות אלו גרמו לי לתופעות פיזיולוגיות קשות. התחלתי לחוש מיגרנות, קשיי שינה, כאב בטן תמידי שהקשה עליי לתפקד ובחילות, וכן פחדתי שלא אתמודד לבד בקבוצה ושהקבוצה תתפרק.

סיום קבוצה מניע כמה היבטים חשובים הקשורים באבדן: אבל, כעס, דחייה, נטישה ותחושה שלא קיבלנו מספיק (Bernard & Mackenzie, 1994: 57). כמה מהנקודות האלה קשורות לערך העצמי ולביטחון העצמי של כל אחד מהמשתתפים. הדבר מפגיש את הקליינט עם הצורך לתפקד לבד ללא משענת הקבוצה. ג' הביעה זאת בסוף הקבוצה כאשר טענה כי עכשיו, כשהיא "הכי צריכה" אותנו, אנחנו מסיימות ועוזבות אותה. עם זאת, היא הודתה שהבנות עזרו לה ותמכו בה. אס' הגיבה באופן שונה: היא נעלמה משני המפגשים האחרונים.

ברנרד ומקנזי (שם) טוענים כי אחת הנטיות של קבוצה שבה נעשית עבודה משמעותית ונוצרים קשרים בין חבריה, היא להתעלם מהצורך בסיום. הסיום ואבדן הקשר מאיימים על חברי הקבוצה. מתוך זה יקומו אנשים שיציעו להמשיך להיפגש באחד הבתים גם במהלך הקבוצה, ויציעו לקיים עוד פגישה ("פגישת מחזור") בעתיד. נשירה של קליינט לקראת סוף הקבוצה נובעת לעתים מחוסר יכולת להתמודד עם כאב הפרידה. לדעתם, דיון מעמיק עם חברי הקבוצה על המשמעות של נשירה לקראת הסוף, עשוי למנוע זאת. יש לציין שלא קיימנו דיון בתופעה הנדונה, אף שמהמפגש התשיעי אמרתי שמעתה יהיו עוד כמה מפגשים.

עוד הם טוענים (שם), כי קבוצה שעבדה לעומק על נושאים חשובים לחבריה,

תתקשה יותר להיפרד מאשר קבוצות שבהן לא הייתה לכידות ולא נבחנו נושאים מהותיים. מאחר שהקבוצה הייתה אינטימית מאוד, הקושי בפרדה הגביר את תחושת האבדן של החברות בה.

הקשר בין תהליך ההדרכה לעבודה בקבוצות

בתחילת הקבוצה הבאתי לקבוצת הדרכה את הקושי בהצבת גבולות בכלל ולא' בפרט. או' הייתה בעבר מטופלת שלי במשך תקופה ארוכה. היא נהגה לדבר רבות ולהשתלט על מהלך הקבוצה. שאלותיה היו חודרניות ולא התאימו לשלב שבו הייתה הקבוצה. בתהליך ההדרכה נעזרתי בהבנה שמדובר במרד (התנגדות). חשוב היה לשים דגש ששתינו ננחה קו משותף של הצבת גבולות בקבוצה, כמו זוג הורים המציב גבולות לילד. כשלא מתקיים דיאלוג בין ההורים, הדבר גורם לילד בלבול רב. במקרה שלנו הדבר עשוי להביא להתפרקות הקבוצה.

בתהליך הקבוצתי הייתה ד' אסרטיבית יותר ממני, דאגה להעמיד גבולות לקבוצה, בעוד אני נתפסתי כ"נחמדה". הבנות אמרו לנו שכאשר ד' נעדרה מפגישה אחת הן "השתוללו". כמו כן נעזרתי בקבוצה לטיפול בנושא האבדן. הפחד מהאבדן האישי שלי גרם לי להביא את הנושא להדרכה. מקבוצת ההדרכה קיבלתי התייחסות רבה. כל חברות הקבוצה והמנחה התחברו לפחד שלי, קיבלתי התייחסות רבה וחמה ועידוד להמשיך גם לבד במידת הצורך.

בקבוצה חיזקו אותי ואמרו לי שאני מסוגלת לנהל את הקבוצה. הטיפול באבדן שלי עזר לי לעזור לנשים להתמודד עם האבדנים שלהן.

סיכום הקבוצה וסיום הקורס

קבוצה זו הייתה הקבוצה הראשונה שהנחיתי. אין מילים לתאר את ההנאה שהפקתי מהנחיית הקבוצה. באו בה לידי ביטוי כל הנושאים שעלו במהלך הקורס של מיקי תודר, גם בחלק התיאורטי וגם בהנחיה הקבוצתית. למעשה, רק בסוף הקורס הבנתי כמה הוא היה חשוב ורלוונטי, וכמה עזר לי בהתפתחותי המקצועית.

ביבליוגרפיה

בראב, ת' ואורבך, י' (1977). "קשר מותר: מדריך אישי לנשים לפני ואחרי גרושין". תל אביב: פקר.
מקמאנוס, ר' וג'נינגס, ג' (2001). "הנחיה בקבוצה". אחי.
עמרם, י' (יולי 2004). "טיפול קבוצתי – להשגת מודעות עצמית וחוויה מתקנת בקבוצה". מפגשים.
רזנווסר, נ' ולירון, נ' (עורכים) (1997). מקראה להנחיית קבוצות. ירושלים: מרכז ציפורי והחברה למתנ"סים.

Barnes, B., Ernst, S. & Hyde, K. (1999). „*An Introduction to Group work — A group Analytical Perspective*”. New York: Palgrave.

Bernard, H. S. & Mackenzie, K. R. (1994). „*Basics of Group Psychotherapy*”.

Buchholz, E. S. & Mishne, J. M. „*Group Interventions*”. pp. 24–43, 93–111.

Ephoross, P. H. & Vassil, T. V. (1988). „*Groups That Work: Structure and Process*”. Columbia University. pp. 99–115.

Fall, K. A. & Levitov, J. E. (2001). „*Modern Application to Group Work*”. Ch. 7, pp. 134–153.

Pertman, M. R. & Le-Cos, V. (1986). „*Group Process & Teamwork*”. Ma.: State of Florida for Department of Health and Rehabilitative Services.

Salinger, A.. „*Modern Application to Group Work*”.

פרק יז בשם האב - קבוצה לבנים ילדי גירושין

חגית כהן-אזולאי וענת קובובי-זילברמן

מבוא

במהלך חורף 2004-2005 הנחינו קבוצה של שמונה ילדים - בנים להורים גרושים. מהלך ההנחיה לא היה קל. רק ממפגשים בודדים חזרנו הביתה עם תחושת סיפוק והצלחה. לעתים קרובות עסקנו בהתמודדות עם בעיות משמעת (השתוללויות, מריבות, התנגדויות לבצע משימות) יותר מאשר בניהול המפגשים כפי שתכננו. העיסוק בבעיות המשמעת היה מתיש ומתסכל; לא אחת שאלנו את עצמנו האם עשינו נכון כשבחרנו להנחות קבוצת בנים.

מה שחזיק אותנו לאורך כל המפגשים הייתה המוטיבציה הגבוהה של הילדים (כפי שדיווחו לנו ההורים), שהתבטאה בנוכחות גבוהה במפגשים. כל מפגש תסכל אותנו, וחששנו שהילדים לא יגיעו למפגש הבא, אבל הם תמיד באו. דבר זה רמז, כי דבר פנימי התרחש אצלם, משהו שאנו לא היינו מודעות לו. אכן, בסופו של תהליך דיווחו הילדים וההורים כי חל שינוי: ניכרה יותר יוזמה של הילד ביצירת קשר עם ההורה הלא-משמורן.

במפגש הפרדה הילדים עצמם הביעו צער על סיום הקבוצה והעידו כי נעזרו בהם אמרו שהכירו עוד ילדים במצבם, ולמדו כי יש הרבה משותף ביניהם, בעיקר בכל הנוגע לקשר עם האבות ולרגשות הכעס כלפיהם. הופתענו מהתבטאויות אלה ושמחנו עליהן, ומיד עלתה השאלה: מה בקבוצה, בהנחיה שלנו או בתוכן אפשר לשינוי להתרחש?

בעבודתנו ניסינו לחקור את הקשר בין המשתנים: דמות האב, הקשר עם האב לאחר הגירושין, הנתונים האישיים של הילדים – מין, גיל, הגיל בזמן הגירושין וטכניקות ההנחיה. הרקע התיאורטי שנביא להלן, יתייחס ליסודות אלה מתוך ניסיון להבין קשר זה.

בנים וגירושין

קבוצת הילדים הייתה מורכבת כאמור מבנים בלבד, שלרובם בעיות התנהגות וקשיים חברתיים. בספר "קשר מותר" (בראב ואורבך, 1977) יש פרק שלם, המתייחס לתגובה החריפה של בנים לגירושי הוריהם. המחברים מציינים, על-סמך מחקרים, כי גירושין קשים במיוחד לבנים בגיל בית הספר. הם מגיבים בחרדה גדולה יותר מבנות ומתגעגעים לאב בעוצמות גדולות. הם חשים דחויים על-ידו וכך הדימוי העצמי שלהם נפגע וגורם לירידה בהישגיהם הלימודיים. חיזוק לכך נמצא במחקרה של סמילנסקי (1990), שלפיו בנים להורים גרושים השיגו ציונים נמוכים יותר מבנים במשפחות רגילות. כמו כן נטען במחקרה כי אצל בנים להורים גרושים בגילאי 9-13 חלה ירידה בהישגים בגלל השפעת הגירושין על משבר הזהות.

לדעת חוקרים (לזרוס וסמילנסקי), המצב המשפיע באופן הרסני ביותר על הילד ועל זהותו הוא התחושה כי הוא נדחה על-ידי אחד מהוריו (או שניהם). סמילנסקי, בספר "אתגר ההתבגרות" (1991), בפרק על ילדי גירושין, מציין כי מרגע שהאב עוזב את הגבולות הפיזיים של המשפחה, הוא עוזב גם את גבולותיה הפסיכולוגיים. משמעות הדבר היא חוסר יכולתו למלא את הפונקציות שלו כאב ולהוות מקור סמכות ותמיכה זמינים לילד. אבות רבים מתרחקים מהילדים או מנתקים עימם קשר, ולכן לא-מעט ילדים להורים גרושים מרגישים זנוחים ודחויים לאחר הגירושין; הם חשים אבדן המזכיר יתמות.

גם ממחקרם של ולרשטיין ושואן (1980) עולה כי תגובת בנים לגירושין קשה יותר מהתגובה אצל בנות. בנים בגילאים 9-12 מגיבים יותר בכעס, מאשימים את ההורה שעזב, נוטים להתייבב לצד הורה אחד מול האחר, ומעורבים בעימותים ההרסניים בין ההורים. הכעס אינו התגובה היחידה של הבנים: הם עצובים, מרגישים בודדים ומתקשים לקיים קשרים חברתיים. בנים

נוטים להיות בקונפליקט עם האימהות (יותר מבנות), הם תוקפניים יותר בבית הספר ובבית ופחות משתפים פעולה. ההשערה היא שתגובת הבנים, שבדרך כלל חיים עם אמם, קשה יותר כיוון שהם מאבדים את דמות ההזדהות שלהם (מה שלא קורה לבנות). האבדן הזה מחמיר מפני שרבים מהאבות הגרושים אינם שומרים על תפקוד הורי פעיל אחרי הגירושין. במחקרה של ולרשטיין (2001) ואחרים נמצא, כי הורים מעורבים יותר בהטלת משמעת על הילד בן מינם מאשר על הילד בן המין השני. כך, אם האב אינו מעורב באופן פעיל בהורות לאחר הגירושין, הבן מאבד את המקור החשוב ביותר לסמכות ולמשמעת. גורם נוסף המבדיל בין המינים לאחר הגירושין ועושה אותם קשים יותר לבנים, הוא תגובת ההורים לבנים ולבנות. לילדים משני המינים שחוו גירושין יש צורך מיוחד ביחס של חיבה, מגע אוהב, תמיכה וקרבה. במחקרים נמצא, כי הורים ומורים נעים יותר בנכונות לצורך הזה אצל בנות מאשר אצל בנים. לדעת חוקרים, הסטריאוטיפים המיניים של התרבות שלנו מכחישים צרכים אלה אצל בנים, ותהליכי החברות מעודדים נורמות של תוקפנות ואסרטיביות אצל בנים. מסקנות ממחקר שהוזכר בספר "קשר מותר" (בראב ואורבך, 1977) היו כי בנים להורים גרושים זקוקים שיטילו עליהם יותר משמעת, אך במקביל ייתנו להם אהבה וחום רבים ככל האפשר.

גירושין והקשר אב-בן, או השפעות השלב האדיפלי על בנים להורים גרושים

למינו של הילד ולגילו בזמן הגירושין יש השלכות על ההסתגלות לגירושין. בקבוצתנו אצל רוב הבנים גרושי הוריהם התרחשו בטווח הגילאים 3-6, שהיא השלב האדיפלי בהתפתחות. נראה כי הילדים בקבוצה לא עברו בהצלחה את השלב הזה. הקונפליקט האדיפאלי עשוי להסביר חלק מקשיי ההסתגלות של בנים. הישגותו של ילד צעיר בגילאים 3-6 עם האם בלבד מהווה עבורו איום. הוא פוחד שהאם תהפך ליריב ותזרוק אותו מהבית כמו את האב (בראב ואורבך, 1977), ואולי גם פוחד שתהפוך אותו לבן זוגה. כדי להבין זאת נבחר מהו השלב האדיפלי.

בשלב ההתפתחות האדיפאלי, לפי פרויד (אצל אליצור ואחרים, 1990), עובר הילד תהליך של מעבר מקשר זוגי אם-ילד לקשר משולש: ילד עם שני הורים. מקומו של האב בתהליך הזה אינו רק בייצוג המין השני או זכריות וגבריות, אלא בייצוג אובייקט מובדל מהאם המסמל אחרות (ארליך, 2003). היחסים עם האם מושתתים על שותפות ודמיון הנובעים מאחדותם הביולוגית והפסיכולוגית, בעוד היחסים עם האב מייצגים נפרדות ושונות. הקשר עם האב, אם כן, מציע לילד את האפשרות להיפרד מהחזקה משטחית ההבדלים של האם על-ידי אימוץ אחרותו של האב. דרך התהליך האדיפלי הילד לומד שקיימת אפשרות של נפרדות מאמו וכי היא בת-השגה. איך זה נעשה? בשלב זה הוא מפתח עמדה של מפתח כלפי האם, הוא נמשך למגע שלה ולתשומת לבה ומפתח רצון שתהיה רק שלו. הוא רואה את האב כמתחרה שלו (על האם), ומפתח כלפיו משאלות מוות. נוכחותו של האב, שהוא גדול וחזק יותר ויכול להעניש, מעוררת חרדה אצל הילד ומביאה אותו להבנה כי לא יוכל להשיג את האם. כדי לחיות עם זה בשלום הוא מפתח הזדהות עם האב ומקווה שתהיה לו בעתיד אישה משלו. המעבר מאהבת האם להזדהות עם האב דרך הפחד מעונש, מפתח לפי פרויד את "האני העליון" של האישיות, החלק הקובע מה מותר ומה אסור. האני העליון קובע את העמדה התרבותית המענישה. כאשר הילד עובר את השלב בצורה טובה, מנגנון הבקרה הפנימי שלו פועל והוא מרגיש רגשי אשמה. כאשר יש ליקוי בהתפתחות האני העליון, הילד זקוק לעונש מבחוץ שיוסרת אצלו את השיפוט לגבי מה מותר ומה אסור. האני העליון מתייחס גם להדחקה הליבידו וגם להדחקה התוקפנות. כאשר התוקפנות מתבטאת באופן חופשי, ההשערה היא כי קיים ליקוי באני העליון (שם).

אם הילד משלים את משימות השלב כשהוא עובר את תהליך ההיפרדות מהאם, מפתח הזדהות עם האב, מתחיל לפתח את זהותו האישית ואת האני העליון, הוא מגיע למצב של שיווי משקל בין יצרים, דחפים ומסגרת חברתית. מצב זה מכניס אותו לתקופה רגועה של הסתגלות למוסכמות החברה. כל זה קורה כשיש אב בתמונה. אך מה קורה בשלב הזה אם האב לא בבית, ואין מי שימנע את קשר הפיתוי ויגרום לבן לפתח אני עליון וכך ללמוד לשלוט ביציריו? מה קורה כשהאב נעלם מהתמונה, דווקא בשלב הקריטי שבו הוא אמור להפוך למשמעותי?

תיאורטיקנים מתקדמים כמו אוגדן (1996) דיברו על דמות האב המופנמת

אצל האם כמי שתופסת את מקום האב המציאותי. אך כדי שהדבר יצליח, הדמות המופנמת צריכה להיות חיובית, וידוע כי רוב האימהות הגרושות חשות עוינות כלפי האב.

תיאורטיקנים מתחום החינוך כמו סמילנסקי (1991) מציעים, כי האם תקבל עמדה סמכותית יותר ותשליט יותר משמעת, ובכך תמלא את הפונקציה של האב ותעזור לבנים לפתח את האני העליון. מחקרים (בראב ואורבר, 1977) מראים כי אימהות לבנים מתקשות להשליט משמעת ונמצאות איתם בקונפליקטים תמידיים.

סטינג והכלה כמייצגי ההורים בטיפול והמאפשרים שחזור חוויות ותיקון

מהו סטינג (Setting)? סטינג הוא מסגרת של תנאים פיזיים כמו מקום, זמן, משך, תדירות המפגשים, תנוחת המטפל והמטופל, סידורי תשלום וכללי תקשורת כמו חופש דיבור, הכלה והחזקה.

אפשר לומר כי הסטינג מכיל פונקציות אימהיות, כמו הכלה, ופונקציות אבהיות, כמו חוק וסדר. סגל (2002), ביום עיון בשם "הרעב לאב", טען כי לפי וויניקוט, האב הוא הגיבוי לסמכות האם. האב מייצג את החוק והסדר שנותנים ביטחון והחזקה לאם, כדי שהיא תוכל להיות אם טובה דיה.

תיאורטיקנים שונים רואים בסטינג אמצעי לשמירה, להחזקה ולהכלה. ספרויל (אצל ברקן) טוען שהסטינג קובע את כללי המשחק במגרש הטיפולי ובאמצעותו ניתן להבין כיצד חולקים מציאות משותפת. החוקים בחלקם מייצגים ערכים כמו חופש דיבור, ואנו נוסיף ונציין כי הם ממלאים פונקציה של הכלה ומייצגים בכך את תפקיד האם. חלק מהחוקים, כמו הגבלת פעילות בתוך הטיפול, ממלאים פונקציה אוסרת; הם שייכים לפונקציית האני העליון ובכך הם מייצגים את תפקיד האב. על-פי ספרויל (שם), החוויה הטיפולית בהקשר לאינטראקציה עם הייצוגים ההרריים מייצגת חוויות של המטופל מהעולם המציאותי שמחוץ לחדר הטיפולים.

גנזרין (שם) רואה בסטינג גורם המעודד את ההתרכזות ברגשות רגרסיביים. הסטינג שומר על המטופל, מחזיק אותו ומעניק לו ביטחון לשחזור חוויות עבר, היות שהגבולות הפיזיים של זמן, מקום וכללים מאפשרים חזרה מיידית

למציאות. כלומר, הסטינג שומר שהמציאות לא תחדור לחדר הטיפול ושהחוויה הטיפולית לא תחדור למציאות. לדעת גנרין, בתוך הסטינג יחווה המטופל התנסות מיוחדת, בעוד היציאה ממנו תעורר אצל המטופל ואצל המטפל חוויה רודפנית שיהיה צורך לעבד אותה בתהליך הטיפולי (בהמשך העבודה תובא דוגמה לחוויה כזו ולהשפעותיה על הילדים ועלינו גם יחד). קינדוז (שם) טוענת שהסטינג מאפשר למטפל להיות מכל יצירת. היא מפתחת את רעיון המכל של ביון ואומרת שהסטינג הוא מכל המאפשר למטפל לעשות השלכות ולהחזיר מעובדות למטופל. עבור המטופל, הסטינג הוא מכל היוצר גישה לעולם הלא-מודע, כך שהמציאות הפנימית תיחווה כממשית בדומה למציאות החיצונית. לפי וויניקוט (שם), הסטינג הוא הסביבה האימהית המחזיקה, המספקת ביטחון והגנה ומזמינה לרגסיה. אם ניקח את דבריו של אוגדן (1996), שלפיו "בכל אם יש אב מופנם ובכל אב ישנה אם מופנמת", הרי שהסטינג הטיפולי בסופו של דבר מייצג את שני ההורים.

סיכום הרקע התיאורטי

בחומר התיאורטי שהובא עד כה ראינו כי בניס מגיבים בחומרה לגרושין יותר מבנות. הבנים מגיבים יותר בכעס ותוקפנות, תוך שנפגעים הן הדימוי העצמי שלהם והן הישגיהם הלימודיים. חלק מהקושי המיוחד של הבנים נובע מכך שדמות ההזדהות שלהם נוטשת את המערכת המשפחתית והם חשים זאת כדחייה אישית. במקביל לכך, האימהות והמבוגרים הנמצאים בקשר איתם אינם מציבים לבנים גבולות ודרישות משמעת שיחזיקו אותם. האימהות שנמצאות בסכסוך עם האבות אינן מסייעות בייצוג האב כדמות חיובית, ובכך מקשות עוד יותר על הבנים.

מסקנות של אנשי חינוך כסמילנסקי ממחקרים על ילדי גירושין היו, כי הם זקוקים ליותר הטלת משמעת וליותר הכלה, חום ואהבה. סטינג המייצר סדר וחוקים – שהם פונקציות אבהיות, והחזקה והכלה – שהם פונקציות אימהיות, עשוי להוות אמצעי לשחזור החוויה של קשר עם האב ותיקונה.

תיאור הקבוצה

תהליך הקמת הקבוצה

הקבוצה התקיימה במחלקה לשירותים חברתיים של המועצה המקומית גזר, הנותנת שירותי רווחה לקיבוצים ולמושבים באזור. גיוס המשתתפים נעשה באמצעות פרסום בקרב עובדי הרווחה ויועצות בבית הספר, על-גבי לוח מודעות ובעיתון המקומי. הוגדר טווח גילאים של 10-6 ומצב משפחתי של ילדים להורים גרושים. היו כמה סיבות לכך שהצבנו קריטריון של הורים גרושים ולא מצב של הורים פרודים:

1. לא רצינו לשלב בתוך קבוצה אחת ילדים המתמודדים עם מצב של פרדה שבו יש תקווה לחזרת ההורים; העדפנו לקבל ילדים שמצב הגירושין של הוריהם הוא סופי, כך שעל הילדים להתמודד עם המצב ולהשלים עמו. החלטנו לקבל ילד אחד שהוריו התגרשו אך לא נפרדו בפועל, ואכן ילד זה פרש מהקבוצה כבר במפגשים הראשונים, כנראה מחוסר התאמה.
2. כמו כן, כיוון שצפינו כי תהיה הטרוגניות בקבוצה על רקע שונות מבחינה סוציו-אקונומית, השכלה ואופי המשפחות בין אוכלוסיית המושבים לקיבוצים, העדפנו שמבחינת התוכן תהיה אחדות מסוימת.

תהליך המיון כלל ריאיון עם ההורה המשמורן ועם הילד וכן שיחה עם הילד לבד. לאחר שהחלטנו על קבלת הילד שלחנו הודעה להוריו וקיימנו מפגש קבוצתי מקדים עם האימהות והאבות (בנפרד). במהלך המפגש ניסינו להכיר בין ההורים, לאפשר להם לשמוע על תכנית הקבוצה וללמוד על ציפיותיהם. הנחנו כי ההיכרות איתנו ועם הורי הילדים האחרים תסייע להם "להפקיד" את ילדיהם ביתר ביטחון.

קיבלנו שתי פניות מִבְּנוֹת, אך לאחר שאחת מהן החליטה שאינה מעוניינת החלטנו לא להתחיל בתהליך הגיוס עם הבת השנייה, מתוך הנחה שלהיות בת יחידה בקבוצת בנים יהיה קשה מדי עבורה וששכרה עלול לצאת בהפסדה. כך נשארנו עם קבוצה של בנים בלבד.

בסיום התהליך הקבוצתי קיימנו מפגש אישי עם כל ילד ועם אחד מהוריו (וכשהתאפשר – עם שני ההורים). במהלך המפגש קיבלנו משוב מהילד

ומההורים, ובתגובה מסרנו להם את התרשמותנו מהילדים והמלצות להמשך. במהלך הראיונות ובקבוצה עצמה ראינו שיש ילדים שמכירים זה את זה מבית הספר או מהמושב. הדבר הדגיש עוד יותר את הצורך לשמור על סודיות, אך לא חווית זאת כקושי במהלך העבודה, פרט לעובדה שנוצרו קואליציות נגדו במהלך העבודה, דבר שהיה מתרחש להערכתנו גם ללא ההיכרות הקודמת (אולי בקצב איטי יותר).

מאפייני המשתתפים

גיל: ילד אחד בן שבע וחצי והשאר בני עשר. רובם היו בני 3-6 (גיל החביון) כאשר ההורים נפרדו או התגרשו. ילד אחד היה בן שנה וחצי בזמן הפרדה. קשר עם ההורים: שני אבות מתגררים בחו"ל, כאשר מכורח מציאות זו הקשר עם הילדים אינו רציף, ולאחד האבות כמעט אין קשר עם בנו. כל הילדים, פרט לאחד, נמצאים במשמורת האם.

מצב ההורים: אף לא אחת מהאימהות נישאה שנית. לחלקן יש בני זוג וילד אחד הגיע לקבוצה כאשר אמו נפרדה מבן זוגה לאחר חמש שנות חברות. שני אבות נישאו שנית וליוו את הילד בתהליך, כאשר אחד מהם נישא במהלך הקבוצה.

מצב הבנים: מתוך שמונת הילדים דווח בראיונות כי אחד מאובחן כסובל מבעיית קשב וריכוז ונטל ריטלין, וכי מצבם של שני ילדים אחרים עדיין נמצא בבירור. בפועל חוינו קושי בריכוז, תנועתיות ואלימות הדדית אצל שלושה נוספים. התלבטנו האם לקבל את הילד שאובחן כ-ADHD כיוון שגם בריאיון נוכחנו בחוסר השקט שלו, אך לבסוף סוכם כי ייטול ריטלין בסמיכות לתחילת הקבוצה. לגבי ילד נוסף התרשמנו כי הוא נמצא במצב נפשי קשה והתלבטנו האם יוכל לתפקד ולהתמודד בתוך הקבוצה, או שמוטב להפנותו תחילה לטיפול פרטני. במהלך הריאיון הוא בכה וייבב, הכניס ידיים לפה ונראה כמי שנתון במצוקה גדולה. כמו כן, הרקע האישי שלו מורכב יותר כיוון שאביו חי בהולנד, ובמהלך השנתיים האחרונות גם אחיו הגדולים עברו לשם, כך שהיה עליו להתמודד עם פרדה משולשת. בשיחה עם אמו הבנו, כי כרגע אין לה משאבים כלכליים לממן עבורו טיפול, אבל גם היא וגם הילד שיוועו לעזרה ולכן החלטנו לקבלו.

כאמור, התקיימו בקבוצה הטרוגניות רבה לצד הומוגניות. חששנו כי טווח הגילאים רחב מדי; היה אחוז גבוה יחסית של ילדים שנמצאים בבירור לגבי הפרעות קשב וריכוז וכן חוויות של פירוק וסערות שתהינו עד כמה הן תיכנסנה לחדר, עד כמה ינסו לשחזר חוויות אלו בקבוצה, ועד כמה נצליח להחזיקם ולהצליח לתת להם חוויה אחרת ואווירה, שתאפשרנה להם להיעזר זה בזה. כך יצאנו לדרך – שתי מנחות, אימהות לשלושה בנים כל אחת, עם קבוצה של שמונה בנים.

מתוך חששות רבים אלה ומתוך מודלים שהוצגו לנו בקורס של מיקי תודר, כמו גם מקריאה של חומר תיאורטי בנושא, החלטנו להיות צנועות, מבחינת הציפיות שלנו מעצמנו ומהם. לאחר דיון החלטנו על סדרה של עשרה מפגשים.

מטרת הקבוצה, כפי שהוצגה להורים ולילדים, הייתה לסייע בהתמודדות טובה יותר עם הגירושין (הילדים ידעו מראש שכל הילדים הם בנים להורים גרושים), וללמוד זה מזה על דרכי ההתמודדות עם קשיים שונים הנובעים מכך.

האב המופנם ומשמעותו בעבודתנו

לאורך כל התהליך היו אבות הילדים בתודעתנו כדבר מובן מאליו, וראינו אותם כשותפים חשובים בתהליך הקבוצתי. להשערותנו, הייתה לזה משמעות בדרך ההנחיה ובהתייחסות הבסיסית האוטומטית שלנו. בשיחה שקיימנו במהלך כתיבת העבודה עלה כי אצל שתינו מקומו של האב בהתפתחותנו האישית היה משמעותי ביותר, וגם השותפות בהורות, שיצרנו עם בן זוגנו לחיים, אפשרה לו להיות במקום מרכזי ורב משמעות עבור ילדינו. אנו תופסות את דמות האב כשותפה בלתי-נפרדת באחריות, בתכנון ובהתייחסות לילדים, והדבר מתבטא לא רק ברמה התפקודית-ביצועית. לפי אוגדן (1996), כל זה מתקשר לדמות האב המופנמת בכל אחת מאיתנו, כך שלמעשה באופן בלתי-מודע הבאנו לחדר שותפים נוספים (האבות שלנו ושל ילדינו) שליוו אותנו והשפיעו על תהליך ההנחיה.

- באופן מודע הדבר התבטא בפועל בכמה דרכים:
1. לפני תחילת הקבוצה עמדנו על כך שגם האב ייתן את אישורו ואת חתימתו על השתתפות בנו בקבוצה. עם אחד האבות התכתבנו בדואר אלקטרוני עד שנתן את הסכמתו.
 2. יידענו את הילדים והאימהות כי זו דרישתנו וכי לא יוכלו להשתתף ללא אישור האב.
 3. לפני הקבוצה קיימנו מפגש לאבות כפי שקיימנו עם האימהות. במפגש עשו האבות היכרות איתנו וזה עם זה, סיפרנו להם על תכניותינו, מסרנו מעט מידע תיאורטי על ילדי גירושין, ואפשרנו להם לשאול שאלות.
 4. בעבודה עם הילדים בקבוצה הייתה בחדר הכלה של כל רגש שעלה בנוגע לאב. נתנו מקום לכל רגש ללא ביקורת וללא חיזוק, דבר שנתן לרגשות ליגיטימציה, וגם אם עלו בעוצמה – הכניס אותם לפרופורציה.
 5. כל אירוע שקרה במהלך הקבוצה קושר לנסיבות חייהם של הילדים, והרבה מזה בהחלט קושר לעזיבת האב ולרגשות סביב עניין זה (ראו דוגמאות בהמשך).

ייצוג האב דרך הסטיינג וביטויי הכעס בקבוצה

התחלנו את הקבוצה עם שמונה ילדים, שבעה מהם תוססים, עם תקווה שההשקעה שלנו והרצון שלהם יאפשרו לעבור את הקבוצה בשלום ושתצמח תועלת לשני הצדדים.

בשני המפגשים הראשונים היה נראה כאילו תקוותנו התגשמה: הילדים היו רגועים וקשובים ושיתפו פעולה. הדבר אפשר לנו לבנות איתם מסגרת של חוקים, כללים ונורמות, שהחזיקו אותנו ואותם לאורך כל הקבוצה. למרות זאת, רוגע ואנרגיות חיוביות לא היו החוויות העיקריות שלנו בקבוצת הבנים. חלקם הגדול עברו את פרדת ההורים ואת הגירושין לפני הגיל האדיפלי ובסופו, כך שלא הספיקו להשתחרר מהקשר הדיאדי אמ-ילד. היעדרותו של האב באה לידי ביטוי בקשיי ההתנהגות ובהתייחסות בין-אישית. כבר בתחילת העבודה הבנו כי עלינו להקפיד על מסגרת עבודה קבועה ויציבה, שתעניק לילדים תחושת הגנה וביטחון ותאפשר את מהלך העבודה.

כללים בסיסיים כמו סודיות על היבטיה השונים, מסגרת הזמן, המקום ומספר המפגשים, הובהרו כבר בריאיון הראשוני עם הילד וההורה.

במפגש הראשון של הילדים בקבוצה זיהינו סימני חרדה המאפיינים את תחילת העבודה בקבוצה. החרדות קיבלו ביטויים שונים אצל הבנים: אחד מהם לא הצליח לקלוט את שמות עמיתיו, אחר עשה העוויות בלתי-פוסקות בפניו, ושניים נוספים הפריעו ופטפטו בלי הפסקה.

בשני המפגשים הראשונים יצרנו עבור הקבוצה "כר רך" שסייע בפיזור הערפל ויצר תחושת החזקה. אמרנו את דברינו באופן ישיר ובהיר, משום שיש לכך משמעות במיוחד עבור ילדים אלה, שפעמים רבות חווים חוסר בהירות לגבי מסגרת המשפחה וההתייחסות אליהם אינה קבועה ויציבה. שיתפנו אותם בהחלטה על חוקי הקבוצה והם נענו בשמחה ועזרו לנו להגדיר את החוקים באופן חיובי: במקום "לא להעליב" – "להתנהג בכבוד זה לזה", במקום "לא להרביץ ולהתפרץ" – "לדבר על רגשות ולשתף בקשיים". בסוף המפגש השני חתמו הילדים על אמנת החוקים ותלינו אותה על צדה הפנימי של הדלת. אמנה זו, שחתימות כל הילדים התנוססו עליה, סימלה עבורם את ההשתייכות ואת מחויבותם זה לזה, ועבורנו הייתה מעין עוגן שבו נעזרנו בהמשך.

באותו מפגש סיפרנו לילדים על סוגים של דגים שיש בעולמנו ואחר כך ביקשנו מהם לצייר את משפחת הדגים שלהם. רוב הילדים בחרו לייצג את עצמם באמצעות דגים תוקפניים (למשל: דג חרב וכריש). בכך הם העבירו לנו מהתחלה את המסר שהכלי שיש בידם כדי לדאוג לעצמם, הוא התנהגות תוקפנית. ואכן, במהלך ששת המפגשים הבאים, שהיוו את השלב האמצעי של הקבוצה, הביעו הילדים את כעסם בהתנהגות תוקפנית; רק ההחזקה באמצעות הסטינג וההכלה סייעה בידיו ובידם להביע את הרגשות גם בצורות אחרות.

בקבוצה עלו רגשות הכעס בהקשרים שונים של כאן ועכשיו. אנו תיעלנו אותם למקבילה של הסיטואציה בחיי המשפחה הגרושה, ואפשרנו להם להביע במילים את הכעס העצור שלהם על מצבם במקום לנהוג תוקפנות זה כלפי זה. כך, למשל, כשהיה ברור שאחד הבנים פרש מהקבוצה, עוררה עזיבתו זעם רב בקרב הבנים שנשארו בה. כשניסינו לדבר על הילד הפורש, הם סירבו בכל תוקף שנקדיש לו מזמנם. כשניסינו להתעקש ולא לאפשר לו לפרוש בשתיקה, החלו הבנים להשתולל ולהתפרע, להכות זה את זה ובעצם

להפנות את תשומת לבנו אליהם. בהתנהגותם הפרועה הם אמרו לנו: "אנחנו פה ואנחנו רוצים שתתייחסו אלינו, אל מה שאנחנו מרגישים ואל המטרות שלשמן באנו". נטישת הילד את הקבוצה שחזרה באופן כלשהו את חוויית הגירושין במשפחתם: אחד נוטש, וכל תשומת הלב מופנית אליו ואל סיבותיו, כאשר הם ורגשותיהם נשכחים או מקבלים חשיבות משנית.

את כעסם ביטאו הילדים בין היתר דרך הדרישה למחוק את חתימתם מאמנת החוקים. לא אפשרנו זאת. במקום זאת הכלנו ו"עיכלנו" עבורם את הכעס, והחזרנו אותו לחדר באופן "אכיל" יותר עבורם בכך שקשרנו את התנהגותם לכעס שהם חשים על הילד שעזב, תוך הקבלה בין כעסם הנוכחי לבין הכעס כלפי ההורה שעזב את הבית ולמעשה עזב אותם.

הילדים התחברו מיד לקישור שעשינו והתחילו לדבר על כעסים שיש להם על ההורה הנוטש. כל ילד סיפר מה הוא זוכר או יודע מחוויות הפרדה של ההורים. הסיפורים היו קשים ונראה היה שלמרות גילם הם זוכרים הרבה והחוויות היו טראומטיות עבורם. הסיפורים עניינו את הילדים, קירבו ביניהם, והם היו נכונים גם לעשות עבודות יצירה המתייחסות לרגשות שלהם סביב הגירושין. כל ילד בחר בריסטול בצבע שרצה, בחר מדבקות עם מילים של רגשות, הדביק וצייר מסביב, ולאחר מכן תלינו את העבודות בתוך בית שהכנו על הקיר (תצלום היצירה המשותפת מצורף בנספחים). שני הרגשות העיקריים שהעלו הילדים ביחס למצבם היו כעס ובלבול. הגילוי של הבנים שלכולם יש רגשות דומים בנוגע לגירושין, נחם אותם קצת ונתן להם תחושה שהם חשים רגשות נורמליים, והקל עליהם לדבר ספציפית על הכעס.

הכלה של הכעס במפגש זה הייתה גם בהקפדה על זמן המפגש. למרות הקושי לא קיצרנו אף בדקה, ובכך העברנו להם תחושה שאנו יציבות ולא נהרסות מכל ה-Acting-Out שלהם, בניגוד לחוויית ההתפרקות של המשפחה.

בהמשך ביקשנו מהילדים לספר איך כועסים במשפחה שלהם, ומלבד ילד אחד כולם סיפרו. ההימנעות של אחד הבנים הפנתה כלפיו ביקורת והמון זעם, כאשר ילד אחד התחיל ועוד ארבעה הצטרפו אליו. תלונתם העיקרית של הבנים הייתה שהוא לא משתף וכך הוא לא מתחבר אליהם, הוא מוציא את עצמו מההשתייכות לקבוצה. בהתחלה, כמו "אימהות טובות", ניסינו להגן עליו, לדבר בשמו, וכשקלטנו שזה לא עובד ניסינו שוב לחבר בין מה שקרה בחדר לבין מה שקורה להם בחיים, והעלינו את האפשרות של כעס

על השונה. גם הם עצמם בדרך כלל מרגישים שונים מילדים אחרים בגלל היותם בנים להורים גרושים, ואת הכעס על כך הם מוציאים בדרך כלל בתוקפנות כלפי אחרים. כדי לאפשר להם דרך ביטוי אחרת ולא פוגענית, בפגישה לאחר מכן חילקנו לילדים כלי נגינה, וכל אחד בתורו היה צריך לבטא רגש כשהאחרים מנחשים מה הרגש שבוטא. גם הילד שלא שיתף ברגשותיו השתתף בפעולות והילדים התייחסו אליו. באמצעות כלי הנגינה הם יכלו ללמוד:

1. לבטא ולהוציא כעס ורגשות נוספים בצורה שאינה מזיקה לאחרים.
2. להבין שגם מי ששונה הוא רגיש ויש לו רגשות. אף שנראה כי השוני הרחיק אותו מהם, הביטוי הרגשי שלו באמצעות הנגינה קירב אותו חזרה אליהם. ההתקרבות במפגש התרחשה אולי משום שהילד, שהואשם בשונות, ביטא דרך כלי הנגינה רגשות של פחד ובהלה, ובלי מילים הילדים האחרים התחברו לרגשות אלה והכעס עליו התחלף באכפתיות. אכפתיות זו קיבלה ביטוי במפגש שלאחר מכן, כשהילד ה"שונה" איחר והילדים כולם יחד וכל אחד לחוד הביעו דאגה מחסרונו ושמחו מאוד כשהגיע.

לחוקים הרשמיים התווספו טקסים שנערכו לפני כל מפגש, שהקבוצה אימצה והבנים ייחסו להם משמעות רבה, כמו: אכילת הממתקים, שתיית מים, הליכה לשירותים (שהזכרנו להם זאת, כי לפני תחילת הקבוצה הבהרנו שלא יוצאים באמצע), הוצאת צעצועים שונים מהכיסים ומסירתם להורים בחוץ. ברגעים אלה הרגשנו כדמויות מזינות ומטפלות, ודומה שהשילוב בין הפונקציות האימהיות לבין הפונקציות המזוהות יותר עם האבות – שמירה על חוקים וגבולות ותפיסתם פיזית כאשר עברו את הגבול – היה נכון עבור הבנים.

חשיבות הסטינג ושמירתו עבור הקבוצה, כמו גם עבורנו, התבררה לנו בצורה בולטת במפגש השמיני, שבו עשינו את כל הטעויות האפשריות כמנחות חסרות ניסיון. מטעויות אלה למדנו עד כמה הסטינג, השמירה על החוקים, הכללים וההרגלים של הקבוצה, מחזיקים את הבנים ועוזרים לנו להכיל את הרגשות הקשים ואת ההתנהגויות הפרועות.

במפגש השביעי, שהתקיים לאחר הפסקה של שבוע (בשל מחלה של אחת מאיתנו), היינו עסוקות בארגון הקרנה של הסרט "גירושין ומפלצות אחרות". הטלוויזיה במחלקה לא פעלה ולא ידענו מה לעשות, ובשל העדר תוכנית

חלופית החלטנו לעבור למועדונית ולהקרין שם את הסרט. נראה כי באופן לא-מודע יצרנו עבור עצמנו ועבור הילדים חוויה של "בית זר" – בית שלא יודעים איפה נמצאים השירותים או המפסק של החשמל, בית שהחוקים בו לא ברורים, שהוא חדש ומסקרן אך לא ידוע מה מותר ומה אסור בו.

הילדים היו מבולבלים לחלוטין, קשה היה לאסוף אותם, הם התפזרו בחדר החדש, שהיה גדול יותר ומלא גרויים, ולא הסכימו לקיים את הפעילות הרגילה והמתוכננת. הם הביעו כעסים על השינוי בכל דרך אפשרית: חלק לא הסכימו לראות את הסרט, חלק התעקשו לשחק במחשב, שניים ברחו החוצה כל אחד בתורו והיינו צריכות לעמול על החזרתם.

לאחר שאחד הילדים ברח, נאלצנו להתפצל ואחת מאיתנו יצאה להחזיר את הילד, אך בכל פעם שהתקרבה אליו הוא התרחק. לבסוף, ממרחק בטוח, אמרה לו אחת מאיתנו כי "אנו לא מוכנות לוותר עליו". המילים יצאו באותו רגע בלי מחשבה ובאופן ספונטני לחלוטין, ולאחר שמשפט זה נאמר שוב ושוב, הסכים הילד לחזור לחדר. מאוחר יותר הבנו עד כמה המסר של "לא מוכנים לוותר עליך" היה משמעותי אישית עבורו, כילד שאביו חי בחו"ל ולא שומר על קשר איתו, ועד כמה שחשוב מסר זה לקבוצה כולה.

לאחר שהילד חזר למועדונית הגדלנו יותר את פונקציית השמירה על הילדים ונעלנו את הדלת עד לסוף המפגש. הילדים התפצלו לקבוצות ושיחקו, ואנחנו התפצלנו: כל אחת מאיתנו הצטרפה לאחת הקבוצות וכך הסתיים המפגש. דרך חוויה זו יכולנו לחוש באופן מעשי את שנאמר במאמרה של אהובה ברקן על הרבדים השונים של הסטינג ועל התפקיד החשוב שיש לו בשמירה על המטפלים. במפגש זה גם אנו חשנו שאיבדנו שליטה, היינו פחות מוגנות ופחות יכולות להפעיל סמכות, אם כי שמרנו על פונקציית ההכלה שלנו כמנחות.

דומה שעבור קבוצת בנים זו הסטינג לא היה רק המסגרת שאפשרה את התהליך הטיפולי, אלא היה גם הטיפול עצמו. בטיפול זה ייצגנו עבורם וכלפיהם בהתנהגותנו שילוב בין פונקציות אימהיות של הזנה והכלה, ובין ייצוג דמות האב החסר בשמירה על החוקים וביצירת מרחב ילד-מבוגר, כאשר האם נשארת מחוצה לו באמצעות הסודיות, והדלת הנסגרת בכל יום ראשון בשעה חמש וחצי במשך עשרה שבועות.

סיכום

בחרנו להקים קבוצת בנים להורים גרושים, לאחר ששמענו את כל בעלות הניסיון שהרצו בקורס. לקראת החלק המעשי של הגיוס שמענו אזהרות שונות, וגם המדריכה בקבוצת ההדרכה הבהירה לנו כי אינה מומחית בקבוצות ילדים. בתגובה לכך חלק מהתלמידים שינו את בחירתם, אך משום-מה אנחנו התעקשנו להמשיך עם הבחירה שלנו. בפועל גילינו עד כמה זה לא פשוט להנחות קבוצת בנים ועד כמה היינו זקוקות לליווי ולהדרכה בנושא.

הקורס העניק לנו הבנה דינמית וידע בנושא תהליכים בקבוצות, וחשף אותנו לחומר מעמיק ומעניין. בהדרכה חשנו כי קיים שוני רב בין הנחיה של קבוצת ילדים להנחיה של קבוצת מבוגרים. לפיכך התקשינו לא פעם להקיש מההדרכה של קבוצות אחרות וליישם בקבוצתנו. עם זאת, חשוב לציין כי קיבלנו תמיכה רבה מהעמיתות בקבוצה והכלה של תסכולינו, ובכך בעצם נעשה תהליך מקביל לתהליכי ההכלה בקבוצת הבנים.

אנו ממליצות, מניסיוננו, לדאוג שבאותה קבוצת הדרכה ישתתפו כל הזוגות שמנחים קבוצות דומות (במקרה שלנו – של ילדים) ולא ישאירו צמד אחד שהוא שונה, כי תחושת השוני אינה תורמת.

נהנינו מאוד מהקורס ואנו מקוות כי תתאפשר קיומה של קבוצת הדרכה בהמשך, שבה ישימו דגש גם על נושא הילדים, כיוון שלהערכתנו פלח זה של נפגעי גירושין מוזנח יחסית על-ידינו כמטפלים וכפקידי סעד לסדרי דין.

ביבליוגרפיה

- אונדן, ת' (1996). "הקצה הפרימיטיבי של החוייה". תל אביב: עם עובד.
אליצור, א' ואחרים. (1990). "פרקים נבחרים בפסיכיאטריה". תל אביב:
פפירוס.
ארליך, ש' (מרץ 2003). "מקום האב באמהות או אמהותיהם של גברים
מטפלים". סדנה בסדרה "אמהות – מבט מהפסיכואנליזה וממקום אחר".
ירושלים: מכון ון ליר והאוניברסיטה העברית.
בנג'מין, ג' (2005). "בכבלי האהבה". תל אביב.
בראב, ת' ואורבך, י' (1977). "קשר מותר: מדריך אישי לנשים לפני ואחרי
גרושין". תל אביב: פקר.
ברקן, א'. "הרבדים השונים של ה-setting או של מי השעון", שיחות, ד' (1), עמ'
46-93.
וויניקוט, ד' ו'. "משחק ומציאות". תל אביב: עם עובד.
ולרשטיין, ג' (2001). "ילדי גירושין: לחץ ומשימות התפתחותיות". תרגום
באגדן פקידי סעד לסדרי-דין, משרד הרווחה, עמ' 119-125.
ולרשטיין, ג' ושואן, ב', ק' (1980). "אחרי הגירושין". תל אביב: זמורה-ביתן.
מור, י' (2003). "התערבות עבור ילדים ונוער שהוריהם התגרשו או נמצאים
בתהליכי פירוד וגירושין. המוסד לביטוח לאומי, מינהל מחקר ותכנון, 2003.
סגל, ק' (יוני 2002). "יום עיון הרעב לאב". רמת אביב: אוניברסיטת תל אביב.
סמילנסקי, מ' (1991). "ילדי גירושין". בתוך: אתגר ההתבגרות, כרך ה',
אוניברסיטת תל אביב: רמות, עמ' 165-203.
סמילנסקי, ש' (1990). "פסיכולוגיה וחינוך של ילדים להורים גרושים". קריית
ביאליק: ראי.

שער שלישי

לקט פרויקטים
יחודיים במסגרת
תכנית משפחות
במעבר

פרק א קבוצות הורים

קבוצת גברים בהליכי פרדה וגירושין באשדוד

בני ביילי וענת קובובי-זילברמן

הקבוצה שעליה נדון במאמר זה, היא קבוצה שנפתחה בפעם הרביעית במסגרת שירות של התחנה לטיפול ולייעוץ בענייני משפחה באשדוד. אנו המנחים – ענת זילברמן, עובדת סוציאלית מצוות התחנה, ובני ביילי – עובד סוציאלי – החלטנו, לאור ניסיונו משנים קודמות, להגדיר את הקבוצה כקבוצת דיון גברי ולא כקבוצה טיפולית, כדי שתשמש כתובת לא מאיימת עבור גברים מאזור אשדוד הנמצאים במצוקה סביב ענייני פרדה, גירושין ופוסט-גירושין.

ככל קבוצת גברים, קבוצה זו הייתה קשה לגיוס ולניהול. יתרה מכך, מתוך רצון לקלוט כמה שיותר משתתפים, הקבוצה הייתה הטרוגנית מאוד מבחינת המצב הסוציו-אקונומי, רקע עדתי – תרבותי, סוגי הנירוחות וההפרעות האישיות של חבריה. הקושי שנבע ממציאות זו, היה ביצירת בסיס דיון ועבודה שכולם יוכלו למצוא בו עניין ולהתחייב כלפיו.

ככלל, המשימה העיקרית שעמדה בפנינו, הייתה ליצור קבוצה אינטימית, שבה גברים יוכלו לחוש בטוחים דיים כדי להיפתח ולבחון את עצמם אל מול בחירותיהם וחיייהם.

התהליך הקבוצתי כלל 22 מפגשים, שהחלו בנובמבר 2004 ונמשכו אחת לשבוע, עד סוף חודש מאי. 14 גברים נחשפו לקבוצה, שבעה עזבו מטעמים שונים, שבעה התגבשו לקבוצת עבודה.

כפי שהפירוט יעיד, כל גבר בקבוצה עומת על-ידי החברים, באופן מאוד ברור עם עצמו ועם התנהלותו הזוגית והמשפחתית. עבור מחצית מהגברים היה התהליך כנראה מאיים מדי, והם לא חזרו. הקבוצה שנתרה הגיעה לרמת דיון נוקב, שלחלקם סייע, באופן מידי, להתמודד באורח מאוזן ומוזע יותר עם בעיות שהביאו לקבוצה.

התהליך הקצר של קבוצה זו, שנמשך מדי שנה כשבעה-שמונה חודשים, משפיע על תגובות המשתתפים, היות שבכל שנה הקבוצה מסיימת את פרקה המוקצב דווקא בשלב שבו היא מגיעה ליכולת עבודה פסיכותרפויטית מעמיקה.

העבודה עם הגברים לוותה בצירי התוכן האלה:

1. פיתוח מודעות למאפייני מחשבה ופרשנות של עובדות (פסקנות מול ספקנות, נוקשות מול גמישות, שחור-לבן מול מגוון).
2. דיון במיתוסים מגדריים של גברים ונשים (תפקידי הורות, שוני ושוויון, סוציאליזציה היסטורית, השפעות תרבותיות-עדתיות).
3. פיתוח היכולת לראות את האחר ולהביט באמפתיה על בן הזוג.
4. פיתוח הרפטואר הרגשי, זיהוי רגשות, עבודה על סגנון ביטוי הכעס האישי.
5. פיתוח המודעות לבעיות שהובילו לפרדה, תוך קבלת אחריות על בחירות שעשו בעבר.
6. עקרונות לפתרון בעיות וניהול משא ומתן (שפת אני, עקרונות שיחה אסרטיביים, מודל לפתרון בעיות).
7. מתן ידע רלוונטי (זכויות משפטיות בבית משפט ובשירותי הרווחה, תגובות ילדים לתהליכי גירושין, תופעות סרבנות קשר וכו').

הכלים שבהם השתמשנו היו מגוונים: שיקוף, עימות, פרשנות, פרדוקסים, משחקי תפקידים, קריאת קטעים מספרים ושימוש בעצמנו, דרך הדגמת הדינמיקה בין גבר לאישה, קבלת ההחלטות וההתמודדות עם חילוקי הדעות תוך התייחסות מכבדת ושוויונית.

להלן סיכום התהליך האישי של שבעת המשתתפים הקבועים (השמות והפרטים המזהים שונו).

יאיר: גרוש, אב לשני ילדים בתחילת גיל ההתבגרות, עובד כאחראי משק בפנימייה, חי כיום עם חברה.

יאיר תיאר את מערכת היחסים עם אשתו לפני הגירושין כמאופיינת בוויכוחים רבים סביב חינוך הילדים, חוסר תקשורת זוגית ועוד. בעזרת הקבוצה עומת יאיר עם ראייה רפלקטיבית ואמפטיית יותר, ביחס למה שגרושתו חווה וביחס לאופן שבו היא חווה אותו מאז הגירושין, בשני ערוצים מרכזיים: האחד, הבלבול שהוא משדר ב"חזרתו" למרחב הביתי הישן וב"הימצאותו" כאילו כלום לא השתנה; השני, כרסום בסמכות ההורית של גרושתו על-ידי התערבויות "לטובת" הילדים בניגוד לדעתה שלה.

אהרון: בתהליכי גירושין מתקדמים, אב לילדה בת שלוש בעלת צרכים מיוחדים, עובד במפעל. בתקופה שבה החלה הקבוצה, גר עם אשתו תחת קורת גג אחת, בחדרים נפרדים, תוך חלוקת אחריות ושעות טיפול בילדה. אנו אבחנו אותם כזוג ברמת קונפליקט גבוהה, עם תקשורת מקוטעת והרבה מטענים רגשיים לא מעובדים ולא מדוברים.

הקבוצה סייעה לאהרון בשני ערוצים: ראשית, היא המליצה לו להימנע מלחזור הביתה עם סיום הצו ולהתעקש על הפרדת כוחות. שנית, היא סייעה לו להתחקות אחר התקופה שבה הכיר את אשתו ובחר להתחתן עמה, ולהעלות למודעות את העובדה כי היו בה דברים שמצאו חן בעיניו ושאליהם נמשך, וכי הוא ורק הוא אחראי לבחירתו בה. לטענתו, דיון זה סייע לו להכיר בצרכים רגשיים ואינטימיים שקשר זה העניק לו בזמנו. הבנה זו הפחיתה את תחושת היותו קורבן ומנוצל, ומיתנה את נטייתו לראות את המצב שנוצר בצבעי שחור (אשתו) ולבן (הוא עצמו).

אלון: גרוש, אב לארבעה ילדים, מנהל אורח חיים חרדי. אשתו והילדים מתגוררים מחוץ לאשדוד, והוא רואה את ילדיו אחת לשבועיים. במהלך החברות בקבוצה, נדמה כי אלון פיתח יכולת התבוננות פנימית וביקורת עצמית וחיצונית מציאותית ופורייה. אלון דיווח כי אופי הקשר שבינו לבין גרושתו השתפר בשנה האחרונה, וכי לעובדה שגיבש תחושת נפרדות שלו ממנה סייעה מאוד לעניין. כיום, בניגוד לשנה הקודמת, הם משוחחים על הילדים ומידת מאבקי הכוחות ביניהם התמתנה באורח משמעותי.

יעקב: אב לשלושה ילדים – בן בכור הנמצא בפנימייה ושתי בנות הסובלות מבעיות ההתפתחות.

הגיע לקבוצה בשליש הדרך ודיבר על מערכת זוגית לא-מספקת ומתסכלת מאוד ועל מחשבות על פרדה וגירושין. הוא חש כשק חבטות, כבעל לא מוערך, מנוצל ועייף. יעקב התקשה לראות את עמדתה של אשתו. הוא קיבל מהקבוצה המלצות רבות לעבור את תהליך הפרדה עם נשימה ארוכה ובאופן פחות אימפולסיבי. לאורך התהליך, נדמה היה שיעקב מיתן את עוצמתו הרגשית ביחסו לתהליך הפרדה, נרגע גם ברמה ההתנהגותית, והחליף את הופעתו הסוערת בקבוצה בהופעה מופנמת, של נוכחות הנראית לעתים כמנותקת. הופעתו הסדירה לקבוצה מרמזת כי מצא את מקומו וכי קיבל מהקבוצה משוב כן וישר שסייע לו בהתמודדותו עם תהליך טרי זה. התרשמנו כי החשיפה לקבוצה שינתה משהו בהתייחסותו הפסקנית והצדקנית של יעקב לדינמיקה עם אשתו. לתחושתנו הוא הפנים את העיקרון שלפיו אם ישכיל להסדיר את תהליך הפרדה מאשתו תוך כדי משא ומתן מתחשב, ירוויח.

אלכס: הצטרף לקבוצה גם הוא בשליש דרכה. גרוש כחצי שנה, אב לילדה בת שנה ולילד בן שמונה. מתגורר היום לבדו, סמוך להוריו, לא עובד כבר למעלה משנה. עלה לארץ עם הוריו בניל מבוגר מרוסיה, הכיר את אשתו בארץ והתחתן עמה.

העובדת הסוציאלית שהפנתה אותו לקבוצה מסרה לנו כי יש אי-בהירות באשר ליציבותו הנפשית, וכי שמעה מאשתו שהוא סובל לעתים ממחשבות שווא. אלכס שמע פעמים רבות מהקבוצה כי אינו פתוח להתעסק בעולם הרגשי ובמהות הקשר עם גרושתו, וכי התעסקותו בחובות ובזכויות שלו ושל אשתו טומנת בחובה כוחות וכעס מובלעים, שהוגדרו בקבוצה כפאסיב-אגרסיב. אלכס היה מסוגל לראות ולהסכים עם קביעה זו, אך טען שאין לו ברירה. בשבועות האחרונים החל לומר משפטים כמו "האמת עוד תצא לאור", ונראה נסער ביותר. כשנשאל על מה הוא מדבר, השיב שהוא מצוי בעיצומו של תהליך משפטי סודי ומסווג עם מערכת הביטחון, שעשה לו עוול והשפיע על חייו המשפחתיים.

אנו המנחים היינו מודאגים ממצבו הנפשי וחשנו כי ייתכן שמתבשלת אצלו מחלת נפש בעלת קווים פרנואידיים. יידענו את העובדת הסוציאלית של המשפחה בתהליך שהסתמן אצלו.

מיכאל: גרוש כשלוש שנים, אב לילד בן ארבע, עובד כמחסנאי במפעל. מיכאל היה חבר בקבוצה שניהלנו לפני כשנתיים. הוא סובל לפרקים מהתקפים פסיכוסטיים, בעברו כמה אשפוזים וניסיונות אובדניים. כיום מטופל אצל פסיכולוגית, בפסיכותרפיה ובתרופות. מיכאל הוא משתתף נמרץ ומודע לעצמו ולהתנהלותו. שימש ככוח מתסיס, מעורר ומטריד עבור הקבוצה. לא פעם ביטא את תחושתו כי אנו המנחים מקלים מדי עם חברי הקבוצה וכי איננו נוהגים בהם באומץ ובחדות הראויה. נוהג להטיח בפני המשתתפים האחרים ביקורת ישירה ונוקבת, אם כי הוא עושה זאת לרוב באופן אסרטיבי ואף בחוש הומור. היחס אליו בקבוצה היה אמביוולנטי. מצד אחד, הוא נתפס כאדם מודע וכבעל יכולת אבחון ושכנוע, ומצד אחר, כפסקני מדי, ולא פעם כמתנשא וכגורם נבדל. מיכאל עצמו דיבר על מקום זה, על תפקיד המתריס, הבלתי-מתפשר, המוקצה, הלא-שייך – כעל מקום מוכר. במקביל, אנו כמנחים יכולנו לראות לא-אחת כיצד הוא משתמש בסיפורים של אחרים לעיבוד רגשות שלו.

ששון: אב לארבעה ילדים בטווח של 8-22, פרוד כשנתיים, בתהליכי גירושין סוערים, מתגורר אצל חברה. ששון תפס הרבה מקום וזמן בקבוצה, סביב דיונים משפטיים שחוה לאורך התהליך וסביב מפגשים ובעיות שוטפות בקשר עם ילדיו השונים. הקבוצה התגייסה למענו הן על-ידי פריסת אפשרויות פעולה והן על-ידי משחקי תפקידים, אך התחושה המרכזית כלפיו הייתה כי הוא מתקשה ליישם את שנאמר בקבוצה, בין היתר משום שהוא מתמודד עם בעיה רב-חזיתית המציפה אותו. ככלל, ששון מרגיש דחוי ומנוצל על-ידי ילדיו. הוא ציין זאת פעמים רבות ונראה כי הוא זקוק לטיפול פרטני, הדוק יותר, שיוכל לעזור לו לסדר את הכאוטיות הרגשית שבה הוא חי. לקראת סיום הקבוצה פנה אלינו ששון בבקשה לסייע לו בבניית קשר עם ילדיו ואשתו, והפינו אותו להמשך טיפול בתחנה.

התפתחות הקבוצה, העבודה הטיפולית ומסקנות להמשך

השלב הראשון היה שלב גיוס המשתתפים. מפאת הקושי הידוע והמוכר של הבאת הגברים במצוקה להשתתף בתהליך התבוננות רפלקטיבי, ומתוך רצון לצרף כמה שיותר משתתפים לפעילות הקבוצה, קלטנו חברים חדשים עד הפגישה התשיעית. בדיעבד, נדמה שמבנה זה של קבוצה פתוחה גרם להארכה של שלב הניבוש הקבוצתי, והקשה את המעבר משלב מאבקי הכוחות והגיבוש לשלב האמון והאינטימיות, שבו מתבצעת עבודה עמוקה ונוקבת יותר.

על-פי ניתוח תהליכים קבוצתיים דינאמיים ותיאורית יחסי אובייקט, המפגשים הראשונים מתאפיינים בחרדה גבוהה של משתתפי הקבוצה, מעצם החוויה החדשה והבלתי-מוכרת. חוויה זו מעוררת מאבקים פנימיים וצרכי תלות. התופעות שמוזכרות בספרות בהקשר זה, הן מעין שיתוק וקיפאון של חברי הקבוצה, המאופיינים בשתיקות או במלל חסר שחר שמטרתו לסתום את חלל החרדה. חברים שונים בקבוצה ייצגו תופעות אלו. כמה גברים שנשרו מהקבוצה (ולכן לא הוזכרו בחלק שסוקר את העבודה האישית), גילו פסיביות, שתקו רוב הפגישות וענו בלאקוניות כשפנו אליהם בשאלות. אפשר היה לראות כי חוויית ההשתתפות בקבוצת שווים לא-מוכרת, מאיימת מדי עבורם. גברים אלה ניתקו קשר, טענו לחוסר זמינות לוגיסטית או קבעו שהקבוצה איננה מתאימה להם. לעומתם, היו גברים כמו אהרון וששון, שהתמודדו עם החרדה בדרך הפוכה, של הישארות בקבוצה ונכונות לדבר בלי הפסק. גברים אלה לא חדלו לדבר כשהתאפשר להם, אך היה אפשר לזהות כי המלל אינו אישי, וכי הוא חסר אפקט ואף מזויף במידת-מה. ששון הרבה להשמיע משפטים כמו "הילדים הכי חשובים, הם לא צריכים להיפגע מהתהליך", ולנו היה נדמה, כי הוא מבטא את מה שחשב שמצפים ממנו, יותר מאשר תכנים שלקוחים מחייו האישיים (דבר שהתברר בהמשך כנכון).

התלות והחרדה בשלב זה התבטאו גם בהעדר קונפליקטים בין חברי הקבוצה לבין עצמם ביניהם לבינינו. במשך תקופה של חודש חברי הקבוצה היו זקוקים להכלה, והם דרשו להשמיע יותר מלשמוע. במפגש שבו ניסינו להציג בפניהם

מודל של "שפת אני", הם התנגדו אליו ועוד הסבירו לנו באמירה: "אתם מעמיסים על משאיות עמוסות שעדיין לא פרקו". כמנחים לקחנו הערה זאת לתשומת לבנו ואפשרנו להם לבטא את עצמם במסגרת מכילה יותר ותובענית פחות. הנחנו כי התנהלות איטית ומכילה כזו נדרשת לביסוס אמון ותחושת ביטחון בתהליך, ורק לאחר מכן נוכל להתחיל בתהליך השינוי.

חלפו כמעט חדשיים עד שהתמתנה בקבוצה אווירת הזרות, המרחק וחוסר היוזמה שביטאו מתחים רגשיים חזקים, ועברנו לחלק הבא בתהליך המאופיין בביטוי **קונפליקטים וכעס**, בתחרותיות ובאמביוולנציה גלויה, בקשר להישארות בקבוצה. בפגישה השביעית ביטא אלון כעס כלפי המנחים, והתלונן על כך שכל פעם בא מישהו אחר חדש - מקבל תשומת לב ומקום ונעלם לאחר מכן. אלון ביטא קול קבוצתי, שהתאפשר לאחר הפחתת התלות במנחים ותחילת "בניית זהות הקבוצה", המבחינה בין הקבועים לארעיים.

מיכאל ביטא ביקורתיות כלפי ההנחיה וטען שאנו לא ישירים ולא מעמתיים מספיק. מכאן ואילך לקח על עצמו בקבוצה את התפקיד של שואל שאלות נוקבות ומתעמת עם החברים, התנהגות שקידמה תהליכים וזירזה את ההגעה לשלב האינטימיות. משתתפי הקבוצה הרגישו חופשיים להתמודד עם **קונפליקטים** בתוך הקבוצה ולהתעמת ביניהם. לדוגמה: הם שיקפו ליעקב כי התמונה שהוא מצייר' נשמעת חד-צדדית ולא-מציאותית, ושהוא עושה רושם תוקפני וכעוס. במפגש אחר, תוך משחק תפקידים, תורגלה עם ששון שיחת טלפון קשה בינו ובין בנותיו, ששיקפה את חלקן. בהדמיה זו' זו שמע ששון שאלות נוקבות ושותף בחלק מהנרטיב הקשה שבנותיו מסתובבות עמו. נטייתם של חברים שעבדו איתם להימנע מלהגיע לפגישה שלאחר מכן, העידה על עוצמת העבודה.

סממני **תחרותיות** עלו בפגישה העשירית, שבה עבדנו על גרף ביטויי כעס, עבודה שאתגרה כל משתתף להגדיר את סגנון הכעס שלו' על ציר שנע בין אימפולסיבי למודחק. עבודה זו נועדה להעמיק את מודעותו של כל משתתף לסגנון ביטויי הכעס של עצמו, ולהגביר על-ידי כך את יכולתו לזהות את כעסיו ולשלוט בהם. העבודה נעשתה תוך דיון אישי-קבוצתי ומול משובים שלנו המנחים. ההבחנה שלבסוף התקבלה בין חברים מודעים יותר ובין חברים מודחקים יותר, עוררה גלי תחרות למשך הפגישות שבאו לאחר מכן, וחשפה ביטויים של תחרותיות וקנאה סביב הערכתנו שלנו למידת המודעות העצמית של כל חבר.

אמביוולנציה מצאה ביטוי בתופעות כגון אי-כיבוי מכשירי טלפון ניידים בשעת המפגשים, איחורים ואף הירדמויות תוך כדי דיון – מסרים שאפשר לפרשם כקושי להתמסר לתהליך הקבוצתי וכמאבק בסמכות המנחים. עם זאת, לצד המאבקים והתחרויות שהרגשנו בזמן העבודה, חשנו מעורבות הולכת ומתחזקת של החברים: הקשבה ממוקדת יותר, התעניינות כנה, ניסיון לתמיכה ולסיוע הדדיים, ואף יצירת חברויות שמומשו מחוץ למרחב הקבוצתי.

לאורך העבודה כולה, אף אם חלה התמתנות מסוימת לאורך שנת הפעילות, כלל חברי הקבוצה השתמשו **במנגנון הגנה** של פיצול, שבו הרע הושלך החוצה (במקרה של קבוצה זו – בנות הזוג עצמן או עולם הנשים בכללותו, ולעתים גם הממסד הסוציאלי, המשפטי, המשטרתי), והטוב יוחס לעצמי. שימוש במנגנון זה, על-פי מלאני קליין, משויך לפאזה הסכיוז-פרנואידי, שלב העבודה העיקרי של הקבוצה שבו דנים עם החברים על נטייתם לתפוס את עצמם כקורבנות ולהסיר אחריות למעשיהם ולבחירותיהם. לאורך העבודה כולה שיקפנו והשתמשנו בטכניקות שונות כדי לעורר התבוננות עצמית, כמו בירור עובדות "נשכחות": איך הכרתי את זוגתי? מה מצא חן בעיני בתחילה? למה בחרתי להתחתן איתה? איך תפקדתי כבן זוג? כהורה? כמאהב? כחבר? כמה אמין הייתי? כמה אינטימי? איך השפעת על איכות חיי המשפחה? כמה אמפטי הייתי לצורכי זוגתי וילדי ברמה הרגשית? כמה תלתי וכמה נפרד הייתי כבן זוג? דיונים אלה חייבו את כל המשתתפים לראות ולהרגיש יותר מקרוב חלקים של הדינמיקה הזוגית שהודחקו ונשכחו. לתחושתנו, העבודה האישית של תכנים אלה עוררה התרככות מסוימת של תפקידים ועמדות שלקחו על עצמם החברים בתחילת התהליך; ככלל, חל שיפור ביכולת של חברים לאינטגרציה על פני הנטייה לפצל ולהדחיק. מיכאל, לדוגמה, שנתפס כ"תלמיד המצטיין של הקבוצה", היה יכול לדבר על תובנות שסייעו לו לקחת אחריות ולמתן את דפוס המאשים. הוא היה מסוגל לשתף בסיפורים על ימים של חרדות, של פקפוק עצמי, של חששות וחולשות, על היותו אדם ביקורתי וקשה עם עצמו ועם העולם, ועל המחירים שאופי כזה גובה ממנו.

שיתוף כזה אפשר לאדם כמו ששון להיפרד, ולו במעט, מהחזות של המצליחן והכול-יכול. ששון, שהחל את הקבוצה כמורם מעם, על תקן החכם, המנוסה והמייגע, תפס עם הזמן את המקום של "החבר במצב הקשה ביותר", והגיע

לעתים תכופות לדיון עצמי נוקב, תוך שהוא מספר לקבוצה על היותו בעל נכח-נפקד, אב מזניח, המונע בעיקר על-ידי סיפוק צרכיו הנרקיסיסטיים, תוך חיפוש טובתו האישית על חשבון קמצנות רגשית וחומרית כלפי אשתו וילדיו. כמיהתו המרכזית של ששון לקשר יציב ומספק עם ילדיו, קיבלה התייחסות בקבוצה, וזו התגייסה לעזור לו באמצעות התעניינות, התחלקות בחוויות דומות, והרחבת קשת אפשרויות הפרשנות והפעולה שלו אל מול סרבנות ילדיו לתקשר איתו.

תופעות אלו ציינו עבורנו את מעבר הקבוצה משלב מאבק הכוחות **לשלב האינטימי**. לפי ביון (Bion) תיאורטיקן הקבוצות, זהו שלב שבו הקבוצה מגיעה למחוזות הריפוי שלהם נועדה, והיא הופכת לקבוצת עבודה (Group Work). להבנתו, בשלב זה לקבוצה יש פחות צורך בשימוש בהגנות פרימיטיביות כמו פיצול, וכמות ההשלכות מתמעטת, יש פחות צורך בקיומם של בעלי תפקידים ה"מופקדים" על החלקים הרעים או הטובים, ויש בשלות ונכונות בקרב החברים לגעת ברגשות קשים כמו אשמה, חמדנות, אבדן וסבל. ההגעה לשלב האינטימיות התאפשרה, רק לאחר שהקבוצה עברה את שלב מאבק הכוחות, הקונפליקטים, התחרויות על מקום בקבוצה, בחירת התכנית שעליה יעבדו ועוד.

פוקס (Fux) מדבר על הערך המוסף של הסטינג הקבוצתי בהתייחסו לממד ההזדהות המתקיים בין חברים בקבוצה, המהווים זה עבור זה מראה של עצמם. הקבוצה היא "היכל של מראות" - דבר שלא יכול להתרחש, אלא במסגרת טיפול קבוצתי. תהליך כזה התרחש בפגישה 15, כאשר יעקב סיפר על יחסו לאשתו ועל התנהגותו במשפחתו, וששון פנה אליו נסער ואמר: "אבל ששון, אתה לא מבין שאתה טועה?". דומה שברגע זה ששון השתמש ביעקב כבמראה, ויכול היה לקבל אחריות על חלקו ולראות את השתקפות עצמו בסיפורו של יעקב, לחוש אשמה ואף להתחיל להתאבל על משפחתו שלו שאבדה.

עם התהוותה של אווירה קבוצתית בטוחה ואינטימית יותר, החל שלב הסיום והפרדה הצפויה להיות מורגש באוויר והתבטא בצורות שונות. המשתתפים דיברו על חשיבות הקבוצה עבורם ושיתפו במאמצים שהם עושים כדי להגיע למפגשים. סיום הקבוצה היה מתוכנן לתקופת הפגרה של הקיץ. החברים בקבוצה ביטאו רצון להמשיך, דיברו ביניהם על דרכים אפשריות לשמירה על קשר, והתעניינו באפשרות לפנות אלינו במידת הצורך. עם הקבלה של הסיום

וההשלמה עמו, התרחשו רגרסיות מסוימות אצל חלק מהחברים: אהרון הגיב בסערה ובהתלהמות על אירוע עם פרודתו, עשה הערכה מחדש של התהליך הקבוצתי ושל ההנחיה, חזר וביטא תפיסה דיכוטומית והתקשה להקשיב לסביבה. חברי הקבוצה הגיבו כל אחד בדרכו. אהרון, אלכס וששון הצטרפו להאשמותיו כלפי הממסד, ואילו מיכאל, אור ואלון ביטאו את ההישגים האישיים שלהם בקבוצה אך גילו חוסר אמפטיה לרגרסיה של אהרון דרך הנמכת הישגיו. יעקב, כדרכו, מיעט להגיב ונותר מתבונן.

תפקידנו, בשלב הזה, היה לקשר את הנסיגה לסיום המתקרב, לשקף את תחושת הצער וההחמצה על הדברים שעדיין לא הושגו, ועל הצורך להכיר במגבלותינו כמנחים ולהשלים עמם. תקוותנו היא כי מודלינג כזה מסייע לקבוצה לעבור לפאזה הדפרסיבית, המכילה את ההיכרות בחוסר המושלמות בקבוצה ובנו.

לגבי המשך, יש לשקול מחדש את הסטינג של הקבוצה הפתוחה. להערכתנו, מבנה זה היה פרוץ מדי עבור רוב החברים, עיכב את התפתחות הקבוצה וקיצר באופן משמעותי את שלב העבודה. כפי שניתן לראות מהסיכומים האישיים של החברים, התהליך עבורם היה משמעותי אך קצר מדי, כשהידיעה על הסיום הקרוב חיבלה ברציפות התהליך. אנו בתחושה כי המשכו של התהליך בשנת עבודה נוספת יאפשר לגברים הוותיקים להגיע לבשלות ולשלב של דיפרנציאציה אישית ופרדה שבזמנה. אם המשך כזה יאושר, נשאף להרחיב את הקיים ולצרף חמישה-שישה חברים חדשים, ולשלבם בדיון שיאתגר את הוותיקים ואת החדשים באופן דו-סטרי.

קבוצת הורים בגירושין בכרמיאל

גיל גנור, דבורה רוטשילד, מי-טל גל
וסטייסי שורצגלס

במאמר זה נציג קבוצת הורים מעורבת – גברים ונשים – הנמצאים בתהליכי גירושין או שסיימו אותם. הקבוצה התקיימה בשני מחזורים, בכל מחזור שישה מפגשים בני שעה וחצי. לשני בני הזוג הפרודים הוצע להשתתף באחת משתי הקבוצות, והיו כאלה שבני זוגם לשעבר לא השתתפו כלל. את הקבוצה הנחו שתי מנחות חיצוניות, עובדות סוציאליות: דבורה רוטשילד ומי-טל גל. הקבוצה הוקמה ביוזמת גיל גנור (ילד ונוער) וסטייסי שורצגלס (מטפלת משפחתית), עובדים סוציאליים במרכז לטיפול במשפחה בכרמיאל, שליוו והדריכו את המנחות לאורך המפגשים. במסגרת ההכנות לקבוצה התקיים מפגש עם מדריכה חיצונית העוסקת בתחום. המפגשים התקיימו באוקטובר 2004, בשעות הערב, במבנה המרכז לטיפול במשפחה. כל משתתף שילם 120 ₪ עבור סדרה של שישה מפגשים.

הרציונל להקמת הקבוצה

הרעיון להקמת הקבוצה נבע מהרצון למנוע, או למזער ככל האפשר, נזקים שגורמים הורים הנמצאים בהליכי גירושין לילדיהם, הנתונים בזירת המאבק הממושך והמתיש ביניהם. הרציונל שמאחורי הקמת הקבוצה היה להבהיר להורים את הנזק האפשרי, שעלול להיגרם לילדיהם, ולהדגיש בפניהם עד כמה עליהם, כהורים, להיות מודעים לכך ולהימנע ממאבקים ביניהם העלולים להשפיע על הילדים. מדובר בקבוצה פסיכו-חינוכית שמטרתה ללמד את המשתתפים לעשות הפרדה, למען ילדיהם, בין הזוגיות שהסתיימה לבין ההורות המשותפת.

קהל היעד ותהליך גיוס המשתתפים

המשתתפים נבחרו מתוך מאגר הורים שהיו בקשר עם פקידת סעד לסדרי דין ו/או מטופלים במרכז לטיפול במשפחה. פרטיהם נמסרו למנחות בהסכמתם. ברשימה המקורית היו 29 שמות מועמדים. כולם הזמנו טלפונית לשיחת היכרות אישית עם המנחות. מהם הגיעו לשיחה 17 מועמדים, ולמפגשים הקבוצתיים הגיעו בסך הכול 14 משתתפים (שלושה בחרו שלא להשתתף). במחזור הראשון החלו שבעה משתתפים וסיימו שישה (אחד פרש מבחירה לאחר המפגש הראשון). במחזור השני החלו שבעה משתתפים וסיימו ארבעה (שלושה נשרו לאחר המפגש הראשון; שניים מהם בשל נסיבות חיצוניות ואחד פרש מבחירה).

תוכן המפגשים

מפגש ראשון: היכרות (תרגיל), חוזה קבוצתי, תיאום ציפיות והעלאת סוגיות בהקשר לנושא הורות וגירושין.

מפגש שני: הורות מודעת דרך תרגיל חווייתי של כל משתתף, בעזרת קלפים טיפוליים (תכונות חיוביות שלי כהורה ותכונות שהייתי רוצה לשנות) ושיתוף בקבוצה.

מפגש שלישי: הורות במצבי קונפליקט. הבאת סיטואציות ודילמות מצד המשתתפים מחיי היומיום עם ילדיהם, ומשחקי תפקידים.

מפגש רביעי: כעסים. חיבור המשתתפים לכעסים שלהם ו/או של ילדיהם, תוך העלאת מודעותם האישית לתגובותיהם, התייחסות לאחריותם להגן על ילדיהם, ולמנוע את הכנסתם לקונפליקט עם ההורה האחר.

מפגש חמישי: כעסים – המשך. עבודה אישית וקבוצתית באמצעות "בקבוק הרגשות" ומשחק תפקידים (הורה – ילד, הורה – הורה).

מפגש שישי: סיכום ופרדה. כל משתתף (כולל המנחות) כתב מה "קיבל" מכל אחד מהמשתתפים האחרים ומה היה רוצה "לתת" להם כצידה לדרך. כל משתתף קיבל בסיום המפגש חוברת שבתוכה אוגדו דברי כל המשתתפים אליו.

במהלך המפגשים חולק למשתתפים חומר כתוב העוסק בנושא.

התפתחות הקבוצה

בין חברי הקבוצה הלכו והתפתחו קשרים בין-אישיים (במהלך המפגשים ובזמנם החופשי). המשתתפים דיברו על תחושה של "כולנו בסירה אחת", ושזהו המקום היחיד שבו אפשר לחלוק באמת בחוויות הקשות של ההתמודדות כהורה פרוד.

בשני המחזורים של הקבוצה הדגישו המשתתפים את האווירה האינטימית, הפתוחה שנוצרה. עובדת ההרכב ההטרוגני של משתתפי הקבוצה (השילוב בין נשים וגברים בגילאים שונים, בין משמורנים ללא-משמורנים, לבין משתתפים שנמצאים בשלבים שונים בתהליך הפירוד), תרמה רבות להבנה של "הצד האחר" וגם להבנה האישית של השלב שבו נמצא המשתתף, עם פרספקטיבה של מבט לאחור ומבט לעתיד. יכולנו לראות את המודעות המתפתחת של המשתתפים ואת התובנות החדשות שרכשו בקבוצה כהורים, הן לגבי עצמם והן לגבי ההורה האחר. היו משתתפים שתיארו שינוי שחל ביחסם להורה האחר בעקבות הקבוצה. המפגשים סייעו להם לראות את ההורה האחר מזווית ראייה שונה ומבינה יותר, ובכך בעצם להרפות ולמתן את התגובות האימפולסיביות כלפיו. במקביל היו משתתפים שהבינו כי עליהם לקחת אחריות על התנהגותם שלהם, ולא לנסות "לחנך" ולשנות את ההורה האחר. נוסף על כך, באמצעות משחקי התפקידים יכלו המשתתפים להתחבר, מצד אחד, לצרכים הרגשיים ולמקומות הכואבים של ילדיהם, ומצד אחר לנזקקות שלהם להצבת גבולות ולסמכות הורית.

לקחים ומסקנות

1. המחזור השני התקיים ברצף עם סיום המחזור הראשון (ללא הפסקה). בדיעבד, עובדה זו הקשתה להשלים את תהליך הפרדה מהמחזור הראשון ולחדש כוחות לקראת המחזור השני. משום שמדובר בקבוצה עם תכנים טעונים וכבדים, חשוב לאפשר אתנחתא לצורך חידוש כוחות.
2. בשני המחזורים הביעו המשתתפים רצון להמשכיות המפגשים ותחושה שאפשר להמשיך בתהליך.
3. הבחנו בשינוי של המשתתפים ביחס כלפי מערכת הרווחה, שהיה לפני הקבוצה יחס עוין.

פסיכודרמה לקבוצת אימהות משמורניות באום אל-פחם

ג'בארין בורהאן ומחאג'נה פאיזה

אוכלוסיית היעד והמאפיינים

אימהות משמורניות בנות 29-47 לילדים בני 4-81; כולן מלבד אחת עקרות בית; גרושות בין שנה לחמש שנים; כולן מוכרות ללשכת הרווחה.

תהליך הגיוס

היה קושי בתהליך הגיוס של הקבוצה. בהתחלה הצגנו בפני הנשים את חשיבות הקשר בין ילדיהן לבין האבות כנושא מרכזי, אבל ככל הנראה, הדבר עורר חשדנות מצדן ופחד שילדיהן יועברו לחזקת האב. ייתכן שזו הסיבה שבגללה הופיעו רק שתי נשים למפגש, שהיה אמור להיות המפגש הראשון. עקב כך, העובדת הסוציאלית מחאג'נה פאיזה, רכזת נושא חד-הוריות בלשכת הרווחה אום אל-פחם, יזמה שיחות פרטניות עם המועמדות, והציגה להן את הקבוצה כקבוצת תמיכה באמצעות הפסיכודרמה: הנשים יעלו את הנושאים המלחיצים והבעייתיים הנוגעים לחיהן ולילדיהן, והקבוצה תדון בדרכי ההתמודדות עם בעיות אלו. היא הדגישה את עניין חופש הבחירה בשיתוף הקבוצה. רק לאחר שהנשים הבינו שאין עליהן איום, התחלנו במפגשים, והייתה נוכחות מלאה במפגש הראשון.

מספר המשתתפות

תחילה היו בקבוצה 13 נשים. עד המפגש הרביעי פרשו שלוש מהן והצטרפו שלוש חדשות. סיבות הפרישה היו אישיות: אחת עקב מחלה מתמשכת, אחת חזרה לבעלה, ואחרת מצאה מקום עבודה חדש. יש לציין כי שמונה מהנשים לא נעדרו מאף מפגש.

היקף המפגשים ותדירותם

נערכו עשרה מפגשים פעם בשבוע, כל מפגש שעתיים, הראשון ב-3/5/04 והאחרון ב-5/7/04.

האווירה במפגשים

בשני המפגשים הראשונים הכינה פאיזה כיבוד. החל מהמפגש השלישי הנשים עצמן דאגו לכך והתחילו להרגיש שייכות לקבוצה ולמקום. במפגשים הייתה אווירה נעימה ומהנה מאוד. לאחר סיום הקבוצה נכנסנו למסעדה בעיר - דבר שהנשים לא עשו מעולם קודם לכן. הנשים נהנו מאוד והביעו שביעות רצון מהשתתפותן בקבוצה. העברנו דף קשר, ועלה רעיון להמשיך את המפגשים בעצמן.

הנחיית הקבוצה

את הקבוצה הנחה בורהאן שריידי, בעל תואר מטפל בדרמה, בליווי ובשיתוף עם העובדת הסוציאלית מחאג'נה פאיזה, המפעילה פרויקטים ועבודה קבוצתית לנשים חד-הוריות.

הבעיות העיקריות שהועלו בקבוצה לגבי אימהות חד-הוריות וילדיהן במגזר הערבי

1. **נישואי חילופין:** מחצית מהנשים בקבוצה התגרשו בתגובה לגירושין אצל אחד הצדדים, אף שלא היו בעיות בזוגיות והם חיו כמשפחה רגילה.
2. **סטיגמה:** למרות ההתקדמות שחלה במעמדן של נשים חד-הוריות בקהילה, ואף שלשכות הרווחה מקבלות יותר פניות מנשים כאלה, עדיין מודבקת עליהן סטיגמה המקשה עליהן מאוד ומגבילה אותן יחסית לנשים נשואות בעניינים כגון יציאה לבד, בילוי וכו'.
3. **בעיות התנהגות אצל הילדים:** רוב הנשים הצביעו על קושי עצום אצל ילדיהן לקבל את מעמדן החדש ולהתמודד עם הגירושין. 60% מהמשתתפות דיווחו שלילדיהן אין קשר עם האבות, שהם חשים שנאה כלפיהם ואפילו משמיטים את שמות האבות בכתיבה במחברת. הילדים לא מתעניינים בפעילויות חברתיות ונוטים לחוש בדידות. אחת הבנות החליטה ללכת עם כיסוי פנים.
4. **בעיות בדיוור והתערבות יתר מצד המשפחה המורחבת:** כ-40% מהמשתתפות גרות בבית ההורים שלהן עם ילדיהן, דבר שמזמין מאוד התערבות יתר בחייהן מצד המשפחה המורחבת. הנשים מרגישות חוסר עצמאות בהחלטותיהן, גם לגבי חינוך הילדים. הדבר גרם ללחץ נפשי אצל הילדים, לתחושת חוסר שייכות למקום ולקשיים בלימודים.
5. **מצוקה כלכלית:** כולן הצביעו על מצוקה כלכלית קשה מאוד, חיים מתחת לקו העוני ומחסור בצידוד בסיסי בבית.

ציפיות המשתתפות

הנשים ציפו לקבל תמיכה נפשית מהעובדת הסוציאלית ומהמנחה, ולקבל מענה וכלים להתמודד עם בעיותיהן היומיומיות.
להלן דברים שאמרו כמה מהנשים המשתתפות בקבוצה:
"אני לא באה רק להשמיע את הבעיה שלי. אני רוצה שתעזרו לי להתמודד עם הבעיות היומיומיות".

"אני מצפה שהדיון לא יתמקד רק בילדים. חשוב לנו שגם אנו נרגיש מטופלות ובמרכז הדיון. אני מרגישה שחסרים לי הרבה דברים לעצמי, כך שלא אתעסק רק ברגשות שלי כלפי בעלי לשעבר או הרגשות של הילדים"

"אנחנו לא באנו לשמוע רק את הנשים, באנו לשמוע משהו חדש".

"אני מתלבטת בהרבה דברים בחיים שלי בנושא חינוך הילדים וברגשות שלי כלפי הבעל לשעבר, ומצפה שתעזרו לי להתמודד עם זה".

"בעלי עזב אותי מסיבה לא מוצדקת, ואני מתמודדת מול לחצים אדירים ובעיות התנהגות של הילדים. אני מצפה שהפגישות יעזרו לשפר את מצבי הנפשי ולהשתחרר מהלחץ שיש בתוכי".

"אני מצפה שתצמח קבוצה טובה שתמשיך בפגישות, כדי שנרגיש שדואגים לנו ושאני שייכת לקבוצה זו".

ציפיות המנחים

1. עיבוד נושאים ותכנים רגשיים, שיתוף הקבוצה בבעיות שהנשים חוות והקשבה לבעיות של האחרות. בקבוצה הייתה היענות רבה לציפייה זו, שהייתה זהה לציפיותן. הנשים דיברו על נושאים רבים שמפריעים להן: בעיות חינוך הילדים, סטיגמה, היחס כלפי הבעל לשעבר וכו'. תחילה הייתה לנו בעיה במידת שיתוף הקבוצה בבעיות שהן חוות אך בפגישות הבאות חשנו שינוי.
2. הקניית כלים להתמודדות עם מצבי הלחץ. בתחום זה ראינו שינוי, לפחות ברמת המודעות לבעיותיהן. נשים רבות אמרו: "היינו יותר פסימיות ועכשיו אנו מרגישות שיש לנו יותר כוח". אישה שהייתה מופנמת במפגשים הראשונים ונפתחה במהלך המפגשים, אמרה: "באותו יום שאני חזרת הביתה לאחר המפגש, שואלים אותי הילדים, למה את יותר רגועה היום?". הדבר מראה שהיא קיבלה תמיכה מהקבוצה, ושהיא מרגישה יותר טוב עם עצמה.

3. ביסוס תחושת אמון מצד חברות הקבוצה כלפינו המנחים. ציפייה זו מומשה במהלך המפגשים.

4. הגעה למפגשים בזמן וכבוד הדדי. כבר בפגישה הראשונה הצהרנו בפני הנשים כי אנו מצפים מהן להגיע בזמן למפגשים. עוד אמרנו כי אנו מצפים מהן לשמור זו על כבודה של זו כדי שלא ירגישו רע עם מה שהן מספרות. בתחילת המפגשים לא השגנו ציפייה זו. יש לציין שחברות הקבוצה רובן בעלות השכלה נמוכה. אחת הנשים, למשל, נהגה להתייחס לדברי האחרות באופן ביקורתי. התערבנו בנושא והצענו לה דרך אחרת לומר את דבריה בלי לפגוע. חזרנו שוב ושוב עד שהרגשנו שינוי וציפייה זו מומשה.

להערכתנו, הייתה התפתחות מורגשת מהמפגש השלישי, ששיאה הורגש במפגש האחרון. נוצר קשר חם בין הנשים, והן החליפו ביניהן כתובות ומספרי טלפון. כיוון הדיון היה פחות שיפוטי ויותר תומך ועוזר, והאווירה הייתה הרבה יותר פתוחה, נעימה וידידותית.

באשר לציפייה להקנות כלים לשיפור התקשורת עם הילדים והיחס לבעל לשעבר, לדעתנו היינו אמורים להעביר שאלונים לבדיקת ציפיות והערכת התוצאות. קשה למדוד את התוצאות באופן מוחלט ומיידי. הדבר מצריך מעקב עמוק וממושך יותר כדי שתוצאותיו יהיו מהימנות יותר.

עם זאת, בכמה דברים חשנו, לפחות ברמה המילולית, שינוי מסוים. למשל, בפגישות הראשונות הפינו הנשים כעס כלפי הבעל לשעבר, השתמשו במנגנוני הכחשה חזקים, וסירבו לזכור ולדבר על נושא זה בקבוצה. התברר להן ולנו שרוב הכעס שהופגן בהתחלה הסתיר את הכעס האמיתי יותר שלהן בנושא חינוך הילדים וגידולם. הן התחילו להתעניין ולשאול איך אפשר להשיג את שיתוף הפעולה והמעורבות של האב. בכך אנו רואים התפתחות משמעותית ממצב של התכחשות מוחלטת למצב של הכרה בתפקיד האב ובחשיבות הקשר בינו לבין ילדיו.

תיאור תהליך הקבוצה

בשלושת המפגשים הראשונים, שלב ההיכרות ותיאום הציפיות, הורגשו אצל הנשים תחושות של בושה, פחד, חשדנות וחוסר אמון כלפי חברות הקבוצה וכלפי המנחה (כאדם זר וכגבר). רובן בחרו שלא לספר על רגשות קשים,

כישלונות או פרטים על סיפור חייהן. הן ענו תשובות מתחכמות וניסו להתגונן ולהציג את בעיותיהן כבעיות שכיחות הדומות לאלה שקיימות במשפחות "רגילות", שבהן יש גבר. חלקן היו אמיצות מעט יותר ודיברו על מצבן האמיתי, וכך עזרו לאחרות לבטא את רגשותיהן גם הן.

אחרי המפגש השלישי הסתמן שיפור גם ביחס בין חברות הקבוצה. הן הרגישו שהן סובלות מבעיות דומות, והביעו אמון בקבוצה ובמנחים. מאז נילו הנשים יותר מעורבות בהצגת הרגשות האמיתיים, והתפתחה דינמיקה קבוצתית.

אחרי המפגש הרביעי ניכרה עלייה בהבעת הרגשות. הנשים סיפרו יותר על בעיות קשות, כמו המצב הכלכלי, הקשר והתקשורת עם ילדיהן, תיארו פרטים והביאו דוגמאות. אחת הנשים, למשל, לא הייתה באפשרותה לתת לילד שלה דמי כיס ואפילו לא לצייד אותו באוכל כששלחה אותו לבית הספר.

בפגישה השישית והשביעית ניכרה התחזקות היחסים בין הנשים. הן הקפידו לבוא בזמן והגיעו בהתלהבות, היו יותר קשובות זו לזו, ניהלו דיונים פתוחים יותר, נחשפו ותמכו זו בזו: נשים חזקות הציעו פתרונות לנשים פחות חזקות, והיו שדיווחו כי למדו מבעיות של הנשים האחרות.

בעניין חינוך הילדים וגידולם והקשר עם האם - הורגש הקושי במשפחות החד-הוריות. הנשים לא ראו את ההשפעה העמוקה של הגירושין על הילדים, וכך תרמו הדיונים להבליט את הילד ולשקף את התנהגותו החריגה, כתגובה לגירושין. ניתנה להן הזדמנות להבין את ילדיהן, וחלקן הודו שלא הבינו את התנהגותם בקשר לגירושין, והיו מבטאות כלפיהם כעס.

בפגישות האחרונות התחלנו להכין את הנשים לשלב הסיום. הרגשנו שהן מתעסקות בשלב זה, הן הביעו את מידת הקרבה בין חברות הקבוצה, ושאלו שאלות רבות על הסיום.

תיאור המפגשים

מפגש 1: חוזה והיכרות

- שאלות מכוונות על הקושי לבוא לכאן לקבוצה, ואם ניתן להתגבר על קושי זה בקבוצה.

- דיון על חשיבותם של כללים: שמירת סודיות בין חברות הקבוצה; כבוד הדדי ואהדה למי שרוצה להביע רגשות ודיון לפי סדר מסוים; קבלת האחר ומתן יחס של כבוד לשוני של חברות הקבוצה וגם למצב שבו הן נמצאות; הגעה למפגשים בזמן והתחייבות לבוא לכל מפגש כי הדבר חשוב לקבוצה.
- קבלת ציפיות של הנשים בקבוצה מהמנחה, מהעובדת הסוציאלית, מחברות הקבוצה ובכלל מהקבוצה כולה.
- סיכום המטרות שלנו והדברים החשובים בחוזה וסיכום הציפיות שלנו מן הקבוצה ומן המפגשים.

מפגשים 2 ו-3

בפגישה השנייה דנו בנושא שיפור הכישורים בהתמודדות עם הקשיים במשפחה חד-הורית – קשיים רגשיים, כלכליים ועוד. במפגש נדונו השאלות: האם לדעתך חיי הנישואין שהיו לך משפיעים על חיך? האם הרגשה של פספוס, כישלון ואכזבה מפריעה לך בקבלת החלטות מסוימות בחיים? היו נשים שהתייחסו לנושא העבודה ולחשיבותו, ואף הציעו מקומות עבודה לאחרות.

במפגש השלישי כבר התחילו הנשים להפנים את חשיבותה של הקבוצה בעזרה הדדית ובהשוואת הבעיות הדומות והשונות כאפיקי חשיבה שונים. בקבוצה זנה בחשיבות של היפתחות הנשים ויציאתן ממעגל הבית הסגור, ההסתגרות והפחד מן העבר.

מפגש 4

התייחסנו לנושא הגברת המוטיבציה לתכנון ולהצלחה בחיי היומיום. בעקבות הפגישות הקודמות היה לנו חומר רב לחשיבה, ורצינו להשתמש בו להראות כיוון אופטימי ועוצמתי יותר בחיי הנשים.

מפגש 5

התנהל דיון סביב היחס של החברה כלפי הנשים, נערך סבב של הבעת דעות על בעיות יומיומיות שהן נתקלות בהן – קושי לצאת החוצה, קושי להתלבש יפה ולהרגיש שמחה; הסביבה מבקרת אותן ובוחנת אותן בזכוכית מגדלת.

בקבוצה נשמעו עמדות שונות המתנגדות לעשות את כל מה שהחברה מצפה מהן. נערך דיון עד כמה צריך להישמע לחברה ולאילו לחצים לא צריך להיכנע. לכולם היה ברור שצריך לצאת מהבית, לא להיכנס לפאניקה מהחברה, ולדבוק במשימה של בניית עתיד המשפחה (לעבוד, לפרנס, לצאת עם הילדים וכו'), משום שהן עצמן צריכות לפתור את הבעיות שלהן ואף אחד לא יעזור להן. בכל זאת, ראו הנשים חשיבות רבה בהתקבלות בחברה ובהליכה עמה ולא נגדה.

מפגש 6

עיבוד נושא הבית: ממה שעלה בנושאים הקודמים, היה חשוב לראות איך הנשים רואות את חייהן במשפחה החדשה: האם הן מקבלות את הבית ומסתדרות בו, או מרגישות שזה נכפה עליהן? מה משמעות הבית עכשיו, אחרי הפרדה? איך הרגשת כלפי הבית שחיית בו קודם? איך את מתארת את החיים הטובים שלך בבית שבו את נמצאת עכשיו? בצד שאלת הבית של העתיד, ניסינו לדרוש מהנשים ככל האפשר לבנות את החזון ואת החלום בתוך ביתן החדש.

מפגש 7

דיון על יחס האימהות לילדים במשפחה חד-הורית. האימהות נתבקשו לבחור מצב מסוים או משבר עם הילד אחרי הגירושין ולהביא דוגמה למשבר. המשתתפים התייחסו לסיפור וחיוו את דעתם. נשאלו השאלות: איך היית מגיבה באותה סיטואציה? מה היית מציעה כפתרון למשבר? בסוף המפגש סיכם המנחה את מצבי המשבר האפשריים בין ילדים לאימהות בעקבות הגירושין, והודגש עניין היחס לצרכים הרגשיים של הילדים.

מפגש 8

בהמשך למפגש הקודם התייחסנו לצרכים הנפשיים הרגשיים של הילדים במשפחות החד-הוריות. ניסינו להגיע למסקנות לגבי הצרכים שוב בעזרת סיפורים אמיתיים של הנשים. הנשים הביאו הרבה דוגמאות מהחיים שלהן וניהלו דיון וחשיבה איך לענות על הצרכים הללו.

מפגש 9

דיברנו על היחס לבעל בעתיד – במטרה לשפר את הקשר עם ההורה האחר. בכמה מהמפגשים הקודמים ניסו הנשים לפרוק את כעסן כלפי הבעלים לשעבר, ובמפגש זה רצינו שהן יסיקו מסקנות עמוקות יותר בקשר לשיתוף הפעולה עם ההורה האחר. העלינו שאלה מכוונת האם יש חשיבות להמשיך בקשר עם ההורה האחר? חלקן פרקו שוב את זעמן וחלקן אמרו שהן מכירות בחשיבותו. כולן הרגישו אי-שביעות רצון מהבעל שלעבר. ניהלנו דיון על רצונם של הילדים בקשר בין שני ההורים, ורובן הסכימו שיש חשיבות לקשר זה עבור הילדים.

מפגש 10

הצגנו שאלות מכוונות לסיכום כדי לשקף את רגשות הנשים לגבי התהליך הקבוצתי שעברו, ולהפנמת סיום התהליך שהתחיל בהדרגה. היה חשוב לתת להן במה לדבר: איך אני מסיימת ובאיזו הרגשה? מה זה נתן לך? במה תרמה לי הקבוצה? ולשמוע את רעיונותיהן לגבי העתיד. להלן כמה מן התשובות הרבות שניתנו:

"אני מרגישה יותר טוב מאשר לפני הקבוצה. אלו פגישות יותר חשובות מאשר טיולים וקייטנות. כאן הרגשנו שמתעניינים בנו לעומק, הייתי רוצה עוד פגישות מהסוג הזה."

אישה אחרת, אחרי הפגישה הראשונה:

"לא רציתי להמשיך כי פחדתי מחברות הקבוצה, אבל עכשיו אני מרגישה שזה דווקא נתן לי כוח פחות לפחד מהחברה, ואני מסוגלת עכשיו להיות חברה בקבוצות אחרות. הקבוצה הקלה על הרגשת הפחד והביישנות ועל הרגשת הבדידות."

"בהתחלה התביישתי לספר ולהעלות בעיות אישיות. היום אני מרגישה שאני יכולה לשתף את שאר הנשים בתוך הקבוצה ללא חשדנות."

"אני חושבת שקבוצה זו עזרה לנו להכיר אחת את השניה ונוצר בינו קשר טוב. חבל להפסיק. חשוב שנמשיך וניפגש במשך השנה ונקבל

הדרכה גם בנושא חינוך הילדים, דבר שהיה נחוץ לי. אני מרגישה שאני עדיין צריכה עזרה בפתרון בעיות עם הילדים".

"הרגשנו לא לבד, במיוחד כשאנו עמוסות בבעיות יומיות וכמעט אין מי שישמע אותנו. הייתה אוזן קשבת מצד חברות הקבוצה. אשמח לראות אותן שוב. גם המנחים תמכו בנו והיו מאוד קשובים, אני מודה לכולם".

"לראשונה דיברתי על הבעיות שלי בקשר לילדים, שמעתי על בעיות דומות, ואני צריכה לשמוע עוד".

"לא חשבתי קודם שאני יכולה לדבר על דברים מסוימים, למשל קשר הילדים עם האב. אני יותר רואה את עצמי פתוחה לשמוע ולדבר על הנושא הזה".

"הרגשנו את עצמנו יותר מקובלים בחברה ויותר קרובים למשרד של העירייה, דבר שגרם להעלות הדימוי העצמי שלי".

"אני מרגישה פחות כעס על בעלי לשעבר ובקבוצה גם למדתי להתמודד יותר טוב עם הילדים שלי. למה לא עושים מפגשים כאלה גם לגברים, שהם גם צריכים להבין את חשיבות הקשר של הילדים איתם?".

בסוף המפגש נאמרו דברי סיכום מפי מנהל לשכת הרווחה, מר עאדל אנבאריה, המנחה בורהאן והעובדת הסוציאלית פאיזה. לאחר מכן הוגש כיבוד ונפרדנו מהנשים.

קבוצה לאימהות חורגות בדליית אל-כרמל

פאדיה ח'ורי

אוכלוסיית היעד

הקבוצה כללה אימהות חורגות לילדים המטופלים במחלקה לשירותים חברתיים בדלית-אל כרמל, או במרכז קשר, על רקע בעיות בהסדרי הראייה. הקבוצה יועדה לאימהות שהביעו נכונות לעבור תהליך למידה כדי להבריא את הקשר שלהן עם הילדים.

הרציונל

בשנים האחרונות חל גידול בשיעור המתגרשים, ובהתאם לכך – במספר הילדים ה"גרושים". ממדי התופעה ומורכבות השלכותיה מצביעים על הצורך בהתמודדות ממוקדת של אוכלוסיית היעד: הורים וילדים במשפחות במעבר. שנים של ניסיון, ובמיוחד השנתיים שקדמו לזמן כתיבת מאמר זה, בטיפול במשפחות אלה במרכז הקשר, הצביעו על צורך מיוחד בעבודה עם האימהות החורגות, הממלאות תפקיד משמעותי בסוגיית הסדרי הראייה בין הילדים להורים הלא-משמורנים.

מטרות הקבוצה

1. מטרת-על: מזעור הנזק שבגירושין באמצעות תהליך קבוצתי המעניק למשתתפות תמיכה מצד נשים אחרות במצבן.
2. העלאת המודעות הכללית בתחום ההורות.
3. הקניית כלים חדשים להתמודדות ולפתרון בעיות בקשר שבין הורים לילדים.

4. מתן מקום בטוח להיעזר, להתלבט ולהתנסות בתהליך קבלת החלטות.
5. שינוי תפיסות ועמדות לגבי נושא הסדרי הראייה של הילדים עם ההורים הלא-משמורנים.

שלבי הפעלת התכנית

1. שיווק הקבוצה לאוכלוסיית היעד על-ידי עובדות המשפחה
2. גיוס המועמדות על-ידי המנחה באמצעות תהליך אינטייק פרטני
3. גיבוש מקדים לקבוצה על-ידי המנחה
4. הפעלת הקבוצה
5. סיכום והערכה

מבנה הקבוצה ומהלכה

הקבוצה הייתה קבוצה סגורה שכללה עשרה מפגשים במרכז הקשר, אחת לשבוע בשעות הבוקר, למשך שעה וחצי. בקבוצה השתתפו שבע נשים (מתוך 15 מועמדות שהוצע להן), בטווח הגילאים 25-40 ממעמד סוציו-אקונומי שונה. טווח הגילאים של הילדים במשפחות אלה היה 10-15 שנים. כמה מהנשים התקשו להתמיד בנוכחות בפגישות אף שהביעו צורך בקבוצה. בכל מפגש התקיימו דיון ודו-שיח בין האימהות לבין עצמן ובינן לבין המנחה, על הנושאים הרלוונטיים היומיומיים, בעיקר הקושי בגידול הילדים והלחצים החברתיים. מתוך נושאים אלה נבחר נושא מרכזי משותף והפך לנושא המפגש. הקבוצה עבדה בגמישות והתאימה את עצמה לצרכים הפרטניים של המשתתפות. האימהות בתהליך זה בנו קשרי תמיכה ביניהן והתגייסו לעזרה הדדית.

הנחיית הקבוצה

את הקבוצה הנחו פאדיה ח'ורי, עובדת סוציאלית ממרכז קשר דלית אל-כרמל, ואזאביל רמדאן, מנחת הורים מוסמכת חיצונית. את ארבעת המפגשים הראשונים של הקבוצה הנחתה עובדת מרכז הקשר לבדה. את יתר המפגשים

הנחתה מנחת ההורים, ועובדת המרכז מילאה תפקיד מנחה צופה שתיעדה את מהלך המפגשים לצורך התבוננות בתהליך ולתכנון עתידי.

מסקנות לגבי אוכלוסיית היעד

1. הורים אינם פנויים בדרך כלל להשתתף בקבוצות מסוג זה, במיוחד ההורים שלמענם קמה הקבוצה.
2. השילוב בין הורים בשלבים שונים של תהליך המעבר היה טוב ומפריה. נשים בשלבים מתקדמים יכלו לתרום ולעזור לנשים בתחילת הדרך. הנשים קיבלו פרספקטיבה שונה על בעיותיהן.
3. המספר המצומצם של המשתתפות בכל מפגש אפשר התייחסות פרטנית וטיפולית במובנים מסוימים, דבר שענה על הצורך של כל משתתפת.

תיאור המפגשים

מפגש 1

המטרה: היכרות, בירור ציפיות, אבחון עמדות ודפוסי תקשורת ויצירת לכידות סביב המשותף.

האמצעי: תרגיל היכרות שבו כל משתתפת מציגה את עצמה בצורה חופשית – מי היא, מה מביא אותה לקבוצה ומה הציפיות שלה.

תפקיד המנחה היה לעשות שיקוף והמשגה לתכנים העולים. בסוף המפגש נערך חוזה לגבי זמנים.

מפגש 2

המטרה: המשך היכרות וגיבוש.

האמצעי: דיון פתוח, משוב על המפגש הקודם ובחירת נושא משותף. למפגש הנוכחי נבחר הנושא "ההתמודדות שלי כהורה לילד בגיל ההתבגרות". החברות שיתפו בחוויות אישיות, בקשיים ובהצלחות, וקיבלו התייחסות מהקבוצה. המשוב שהתקבל בסוף המפגש היה שהקבוצה היא מקום בטוח ותומך.

מפגש 3

המטרה: הקניית כלים לבדיקה ולהערכה עצמית.
האמצעי: התבוננות עצמית בכוחות ובחולשות, במצוי וברצוי, והצגתם בקבוצה.

מפגש 4

המטרה: המשך התבוננות עצמית ובדיקת עמדות לגבי נושא השינוי.
האמצעי: תרגיל "חנות התכונות" – לכל משתתפת ניתנה הזדמנות להחליף תכונה קיימת בתכונה אחרת, רצויה, בהקשר לתפקידה כאם חורגת. המשוב היה שהתהליך אפשר בדיקה עצמית והעלאת מודעות אישית לגבי תקשורת בין הורים לילדים, דפוסי תקשורת קיימים והשלכותיהם על הקשר.

מפגש 5: מפגש ראשון עם מנחת ההורים

המטרה: היכרות וחזרה
האמצעי: מתן לגיטימציה להצגה עצמית חופשית כאישה, כאם וכבת זוג.
התהליך: כל המשתתפות בחרו להציג את עצמן כאימהות חורגות לילדים מתבגרים, ודיברו על הקשיים, הדילמות והציפיות שלהן מהקבוצה שתספק פתרונות.

מפגש 6

המטרה: "העלאת מודעות לערכים שלי מול ערכי החברה בהקשר לתפקידי כאם חורגת"
האמצעי: דיון פתוח. כל אחת, מהמקום שלה, נחשפה למקומות דומים ושונים, והיה מקום להשוואה מבחינת התהליך והתוצאות. המנחה התייחסה למקום של הילד בלב המאבק הקיים.
המשוב העיד על כך שהמפגש גרם להתחלת תהליך של בדיקה עצמית ולהעלאת שאלות רבות בנדון.

מפגש 7

המטרה: הקניית מידע על תקשורת הורים-ילדים בגיל ההתבגרות.
האמצעי: שימוש בקלפים להצגת עצמי כ"נערה מתבגרת במשפחת המוצא", חיבור לגיל ההתבגרות, לצרכים ולמאפיינים של הגיל, ודיון בסגנונות הקשר המועדפים בגיל זה.

מפגש 8

המטרה: מתן מידע על משבר ההתבגרות מול משבר הפירוד במשפחה והקניית כלים להתמודדות.

האמצעי: המנחה דנה בכל המושגים הקשורים לטובת הילד ולצרכיו, נושא הנאמנות הכפולה, תקשורת מכילה, הקשבה ומתן לגיטימציה לרגשות. המפגש היה דינמי וסוער מאוד, ונגע בנקודות הכואבות והקשות ביותר במשפחות במעבר.

מפגש 9

המטרה: חשיפה לכלים של תיעול כעסים ושל הקשבה, הקניית מידע על כלים אלה ותרגול השימוש בהם באמצעות סימולציות.

מפגש 10

המטרה: סיכום והערכה

האמצעי: חזרה על סימולציות קודמות והשוואה בין התוצאות כדרך להמחשת השינויים שעברו המשתתפות וכדרך לסכם ולהעריך את הקבוצה.

סיכום הקבוצה והערכתה

המשתתפות ציינו שהקבוצה תרמה להן רבות בתחומים האלה:

1. הקניית מידע על גיל ההתבגרות ועל סגנונות התקשורת בין הורים לילדים, וקבלת כלים חדשים להתמודדות.
2. הקבוצה הייתה מקום להשוואה בין התנהגויות שונות ומקור לחיקוי.
3. הקבוצה שימשה מקום לתמיכה ולהכלה אישית.
4. הקבוצה תרמה באופן פרטני ועזרה בהתמודדות עם קשיים ספציפיים וקונקרטיים.
5. הקבוצה הייתה מקום ללמידה על עצמי ולהגברת המודעות העצמית, וגרמה להעלות שאלות ותהיות לגבי עמדות ותפיסות אישיות קיימות.

קבוצת נשים משמורניות במשבר גירושין ברמת-גן

נעמי פוגל, פקידת סעד לסדרי דין, עיריית רמת-גן

הקדמה

בשנת תשס"ד נפתחה ביחידה לחוקי משפחה ברמת-גן קבוצה שלישית של נשים במשבר גירושין. לפני ארבע שנים החלטנו לעבוד עם אימהות משמורניות שנמצאו במשבר גירושין מתמשך. מצאנו את העבודה בקבוצה כנותנת מענה לבעיות בצורה יעילה.

הרציונל

הרציונל לפתיחת הקבוצה היה לאפשר לקבוצת נשים לחלוק את התמודדותן עם בעיות וקשיים דומים, להיתמך זו בזו ולקבל מידע והדרכה מאנשי מקצוע. המפגש עם חברות הקבוצה חשף את בעיותיהן מפרספקטיבה שונה וסייע להן להבין כי הן עוברות משבר אוניברסלי שחווה רוב הנשים במצבן. הליווי הקבוצתי היה חסכוני מבחינת משאבי כוח אדם. את הקבוצה הנחו שתי מנחות: האחת מומחית להנחיית קבוצות והאחרת – עובדת סוציאלית, פקידת סעד לסדרי דין, בעלת התמחות ביעוץ נישואין ובטיפול משפחתי, שלצד ההתמחות בהנחיית קבוצות הנחתה לפני כן שתי קבוצות של נשים במשבר גירושין במסגרת עבודתה ביחידה ברמת-גן. לשילוב זה בין המנחות הייתה חשיבות רבה שכן הוא אפשר למשתתפות לקבל, לצד מידע והכוונה מקצועיים הקשורים לעולם הגירושין, לבתי המשפט וכו', פרספקטיבה של מנחה שאינה עובדת סוציאלית, העוסקת בעיקר בתחום הגירושין, וכך ללמוד על בעיותיהן מזווית שונה.

בניית הקבוצה

כדי לאתר מועמדות לקבוצה שיווקנו את הקבוצה ואת היחודיות שבה בין עובדי אגף הרווחה ברמת-גן, והעברנו לעובדים שאלונים המתייחסים לנשים המועמדות. לאחר מיון השאלונים הזמנו את הנשים המתאימות לריאיון עם שתי המנחות. מטרת הריאיון הייתה בדיקת התאמתן של המועמדות לקבוצה על-סמך קריטריונים שנקבעו מראש, כגון אם משמורנית, וכן תיאום ציפיות ראשוני.

על-סמך הניסיון בעבודה עם קבוצות קודמות שהונחו ביחידה, הוחלט לבנות קבוצה שלמשתתפיה יהיו מאפיינים שונים ודומים. המטרה הייתה, מצד אחד, לאפשר לכל אחת מהמשתתפות להרחיב את היריעה ולמצוא מענים לקשייה, ומצד אחר להעשיר את עולמן של המשתתפות ולפרוס את המענים לשאלותיהן ולהתלבטיותיהן.

כל משתתפות הקבוצה היו אימהות משמורניות – קבועות וזמניות. טווח הגילאים של הילדים היה שנתיים עד גיל ההתבגרות. טווח גילאי הנשים היה משנות העשרים המוקדמות לחייהן עד גיל 50. כמה מהנשים היו גרושות, חלקן היו בתהליך גרושין, ואחת הייתה אם לא נשואה שנמצאה בהליך משפטי עם אבי ילדם המשותף. כל משתתפות הקבוצה היו מוכרות באגף הרווחה, מלבד אחת, שהייתה תושבת העיר והופנתה לקבוצה על-ידי חברתה, עובדת סוציאלית באגף.

בחוזה עם חברות הקבוצה נקבע כי הקבוצה תקיים 15 מפגשים, בני שעה וחצי, אחת לשבוע בשעות אחר הצהריים.

למפגש הראשון של הקבוצה הגיעו 12 נשים. משתתפת אחת פרשה לאחר המפגש הראשון מאחר שהחלה בתהליך גישור עם בעלה באותו זמן שהקבוצה נפגשה, ושתי נשים נוספות פרשו לאחר כמה מפגשים. את הקבוצה סיימו תשע נשים.

תהליך העבודה בקבוצה

מפגשים 1 ו-2 הוקדשו לסבב היכרות, לקביעת הסטינג (Setting) ולתיאום ציפיות. להקלה על תהליך ההיכרות, נעשה סבב בו כל אחת מהנשים הציגה את עצמה, בסופו פוזרו על רצפת החדר חפצים שונים, והמשתתפות התבקשו לבחור חפץ המייצג אותן.

לאחר משחק ההיכרות נערך דיון בנושא הציפיות מן הקבוצה. הציפיות התמקדו בכמה נושאים: הקשר של הילדים עם האב, התמודדות עם מבנה משפחתי חדש, כישלון, אבל, התמודדות עם אלימות, תקשורת עם בן הזוג לשעבר, בחירת בן זוג חדש, התחזקות ושמירה על "שפיות" בתהליך ההתפרקות של המוכר והבטוח ועבודה על העצמי.

מפגשים 3 ו-4 עסקו בנושא האימהות. המשתתפות דיברו על כל הקשור לעולמן האימהי לפני השבר במשפחה, על אימהותן בהווה, וכיצד היו רוצות שהיא תיראה בעתיד.

מפגשים 5, 6 ו-7 עסקו בקשר שבין האב לילדים ולהשלכות של קשר זה, הן על ההורות שלהן והן על הקשר שלהן עם אבי ילדיהן. במפגשים אלו עסקו בנושאים האלה: הסתה מצד האב, מי קובע עבור הילד מה האב יעשה עמו במהלך הביקורים, פנטזיה על הורות אידיאלית, הגנה על הילד, אסרטיביות של האם בתקשורת שלה עם האב, הסדרי הקשר בין האב לילדים תוך התייחסות לצורכי הילד מול צורכי האב. במפגש השביעי הורחבה היריעה לדיון במחיר של המאבק בין ההורים מול הרווח שבזויתורים.

מפגש 8 עסק בעידוד המשתתפות למעבר מדיון בהורות לעיסוק בעצמן. המשתתפות דיברו על הרגשות שהציפו אותן הן בשלב הפרדה והן בהווה בהקשר לעצמן. הן דנו בתחושת הבדידות ושיתפו זו את זו בניסיונותיהן למצוא בן זוג חדש. בפגישה זו הן נגעו לראשונה בעצמן כנשים וכבני אדם, בנפרד מהעיסוק בעצמן כאימהות וכבנות זוג.

במפגש 9 עברו הנשים מהמישור ההורי למישור ה"עצמי", כאשר הן נוגעות בצורות מגוונות של משפחות ומקבלות לגיטימציה לדרך חיים חדשה. בפגישה זו הן שיתפו זו את זו בתחושת חוסר האונים שהן חוות מול הממסד, הדורש מהן להוכיח את כישוריהן ההוריים. כמו כן הן ביטאו את הקושי שלהן להתמודד עם

דרישות פקידות הסעד להוכיח את תפקודן כאימהות טובות, דבר שלא הועמד בספק לפני פירוק המשפחה, ועם מעורבות מערכת המשפט.

מפגש 10, בניגוד למפגשים הקודמים, התאפיין בתחרות בין המשתתפות על מקומן בקבוצה ועל האפשרות לדבר. הפגישה התמקדה בשינוי ובהתחזקות, בעיקר מול בן הזוג לשעבר.

במפגש 11 עסקו המשתתפות בנשיותן, בעולם הגברי מול העולם הנשי, ודנו בתכונות שהן מחפשות בבני זוגן העתידיים.

מפגשים 12 ו-13 התמקדו בתחום השינוי – הפחד משינוי והקשבה לאינסטינקטים ולתחושות בטן.

מפגשים 14 ו-15 עסקו בסיכום עבודת הקבוצה ובפרדה. הנשים בדקו את עצמן בהקשר לתחומים שונים על הרצף של המקום שבו היו לפני הקבוצה והיכן הן כיום, עם סיומה, סביב הנושאים האלה: אסרטיביות, כוחות, ביטחון ביכולת ההורית, השוואה בין האבות השונים, מידע כללי, עצמאות ואסרטיביות מול הבעל, התחלקות, תמיכה, ייעוץ והכוונה.

בפגישה האחרונה בחנו הנשים את ציפיותיהן כפי שהעלו במפגשים הראשונים מול מה שהושג בקבוצה. בסופו של התהליך הן דנו ברצונן להמשיך לעבוד ולקדם את עצמן ובאופן שבו בכוונתן לממש זאת.

סיכום

ליווי הנשים בהליך הגירושין תוך שימוש בכלי של עבודה קבוצתית, אפשר למשתתפות להרחיב את יריעת ההתנסויות ואת מערכות התמיכה שלהן תוך שיתוף ולימוד הדדיים. התמיכה ההדדית חיזקה אותן ואפשרה להן להתגבר על המשבר בתחושה של "אני לא לבד". העבודה בקבוצה הקלה עליהן לעבור תהליך אישי של היכרות טובה יותר של עצמן, תוך הגדרה מחודשת של הקשיים שעמם הן מתמודדות, ופתחה פתח להערכת תחומים שעליהם הן רוצות לעבוד בעתיד.

ההטרונגויות של הקבוצה – מבחינת גיל המשתתפות, מבחינת גיל הילדים ומבחינת ההבדלים במצבן האישי – תרמה להבנת מצבן מצד אחד, ולפריסת מגוון רחב של כלים להתמודדויות בנושאים השונים שהעסיקו אותן, מצד אחר.

הקבוצה אופיינה באווירה של אינטימיות, פתיחות, תמיכה, פרגון וכבוד הדדיים. המשתתפות החלו בעבודה רצינית החל מן המפגש הראשון. הן התייחסו בכובד ראש לנאמר, גילו יכולת לקבל ביקורת, לתרום ולהיתרם. הכבוד שהן חשו זו כלפי זו אפשר עבודה מעמיקה וקידם אותן בתהליך האישי והקבוצתי שעברו. חלקן המשיכו להיות בקשר ולסייע זו לזו גם לאחר סיום פעילות הקבוצה.

המנחות חשו קבלה והערכה מצד חברות הקבוצה ביחס לכישוריהן ולסמכותן המקצועית, הן בתחום הגירושין והן בתחום ההנחיה. לתחושתן, השינוי שעברו הנשים בקבוצה אף השפיע על עבודתן עם פקידות הסעד המלוות את משפחותיהן, וקידם את המשפחות לקראת פתרון הסכסוך הזוגי וההורי.

המלצת המנחות היא כי הטיפול הקבוצתי בנשים יופרד מן הטיפול הפרטני בהן, שכן לא נכון מקצועית שמנחת הקבוצה תעבוד, לאחר סיום פעילותה, עם אחת מחברות הקבוצה ברמה פרטנית, כפקידת סעד לסדרי דין.

קבוצת נשים וגברים בגירושין בלוד

נורית בונן, אגף הרווחה, עיריית לוד

רציונל הקבוצה

שיעור הגירושין בחברה המודרנית במאה ה-12 נמצא בעלייה מתמדת. מספר המשפחות המתגרשות עולה בהתמדה בשנים האחרונות בישראל, כמו גם בעולם המערבי, והופך את התפרקות המשפחה לבעיה חברתית משמעותית (ברונשטין, 2002).

כתוצאה מהעלייה בשיעור הגירושין, הפכה המשפחה החד-הורית בדור האחרון, ברוב המדינות המתועשות, לחלק מן הנוף החברתי. תופעה זו מחוללת שינויים ערכיים ונורמטיביים בקרב החברה כולה, ולא רק אצל המעורבים בה ישירות (כהן, 1991).

מערכת הנישואין מהווה בתרבותנו תא השתייכות בסיסי עבור הפרט. היא ממלאת עבורו פונקציות רגשיות, חברתיות, כלכליות ומוסדיות, וכן מגדירה או קובעת, במידה רבה, את שלל תפקודיו. לפיכך נקל להבין שפירוקה של מסגרת זו מהווה לגבי הפרט שינוי דרסטי בתחומים רבים וחשובים בחייו (שוורץ, 1985).

הספרות המחקרית והפרקטיקה מצביעים על כך שהגירושין הוא תהליך משברי בעל השלכות פסיכו-סוציאליות רחבות. זהו תהליך מתמשך, שראשיתו בתחושת מצוקה וחוסר שביעות רצון בנישואין, וסיומו בקבלת הפרדה ובהסתגלות אליה (כהן ופינצ'י, 2001).

כהן (1991) מציינת כי הגירושין גורמים לשינויים רבים בכל מישורי חייו של הפרט: בהרגלים היומיומיים, בזהות האישית והחברתית, במעמד הכלכלי, במקום המגורים, ביחסים עם המשפחה המורחבת, ביחסים עם בן/בת הזוג לשעבר, ביחסי הורים-ילדים, ביחסים עם רשת פוטנציאלית של חברים ובני זוג ועם הקהילה הכוללת.

בעקבות גירושין מתפרק התא המשפחתי ומשתנים חוקים, גבולות, דפוסים, שגרה בחלוקת תפקידים, ונוצרים שני תאים משפחתיים (באום, 2000). לאחר הגירושין נותרת תת-מערכת הורית שונה, עם פונקציות משתנות, ללא היחסים האינטימיים של הקשר הזוגי. אחד הקשיים המרכזיים בתהליך השינויים התפקודיים, ניכר בצורך לערוך הפרדה בין ההורות החדשה ובין המערכת הזוגית (כהן, 1991). בני זוג מתנסים בהיפרדות מתפקידים מרכזיים לזהותם ועומדים בפני בנייה מחדש של תפקידיהם ההוריים (באום, 2000).

אבות גרושים, כהורים יחידים ואפילו כהורים מבקרים, משנים את אופי הורותם, כשלרוב, עליהם ללמוד ולעצב לראשונה או מחדש את תפקידם כאבות. רוב האבות נכנסים לקטגוריה של הורים לא-משמורנים, ונאלצים ללמוד מחדש את תפקידם בתנאים של עמימות אישית וחברתית.

הפרדת שני התפקידים - בן זוג והורה, שהיו עד לגירושין תחת אותה קורת גג, מחייבת כל אחד מההורים, להתמודד עם סיוע ועם המשכיות בו-זמנית: סיוע היחסים הזוגיים - "התרת הזוגיות", והמשך הקשרים ההוריים - "שותפות בהורות". זהו שילוב של תהליכים מנוגדים הפועלים בה בעת, והמהווים אחד המעברים הקשים ביותר במעבר הגירושין (באום, 2000).

באום מוסיפה וטוענת, כי גירושין חסרים במובן מסוים את הסופיות. "סגירה" רגשית של המעורבות הרגשית עם בן/בת הזוג לשעבר או הימנעות ממנה, קשות במיוחד לגרושים המבקשים להמשיך ולמלא את תפקידם ההורי ברמה מסוימת של שותפות, שכן המפגש עם ההורה האחר פותח אפשרות ל"תדלוק מחדש".

אחת הדרכים שנוקטים הורים גרושים כדי להתמודד עם אמביוולנטיות ו/או רגשות כאב, צער ועצב, היא התנהגות מפצה. רגשות אלה עלולים להתחלף ב"משחקי כוח" ולהתבטא בקונפליקט של אינטרסים המתורגמים, בחיי היומיום, לקונפליקטים בסוגיות של הוריות.

ולרשטיין וקלי (1984) מציעות לראות בגירושין נקודת מפנה משמעותית המשפיעה על כל תחומי החיים של בן המשפחה, ומציעה לאדם הזדמנות שנייה המכילה תקווה לשיפור איכות החיים לו ולילדיו. ראיית הקשיים המתעוררים כאתגר שיש לעמוד בפניו, תביא לידי ניסיון למצוא מנגנוני הסתגלות ולהגיע למצב של התארגנות מחדש (נדר, 1987).

איילון (1989) רואה בגירושין מצב לחץ. לתפיסתה, כמו כל מצב לחץ,

גם משבר הגירושין טומן בחובו סיכוי לבנייה מחדש של דפוסי חיים בריאים ולהבטחת התפתחותם של כל המעורבים, מבוגרים כילדים. סיכויים אלה באים לידי ביטוי בהגדרה המיוחדת של המצב החדש כדרך של התמודדות פעילה.

כדי להקטין את הסכנה שבמשבר הגירושין, יש צורך לשנות את החותם של הכישלון והפתולוגיה שדבק בהם בעבר, ולראותם כסדרת מעברים ממערכת בלתי-מתפקדת למערכת יחסים חדשה ומספקת יותר. יש להבין את תהליך ההתפרקות של המערכת ולמצוא משאבים ודפוסיים חדשים למילוי תפקיד ההורה וליצירת מערכת תפקוד חלופית.

כרטיס הביקור של הקבוצה למתגרשים

מטרות הקבוצה

- עיבוד רגשי של משבר הגירושין, שמשמעותו הבעה, שיתוף והתחלקות ברגשות המלווים אותו
- עיבוד אבדן הקשר הזוגי, הכולל את התקוות, החלומות והציפיות
- התמודדות עם חוויית הדחייה והפגיעה בהערכה העצמית, הנובעות מכישלון הנישואין וחיזוק הדימוי העצמי כאדם נפרד
- הגברת המודעות לדפוסי היחסים עם ההורה האחר
- עיבוד של חוויית ההורות החדשה

מאפייני אוכלוסיית היעד

- גברים ונשים (5 ו-5) בהליך גירושין אך לא בשלב האקוטי של המאבק המשפטי
- טווח הגילאים: 50-82
- הורים לילדים
- בעלי רקע סוציו-אקונומי מגוון ומתחומי השכלה ועיסוק מגוונים
- תושבי העיר לוד

איתור המועמדים ומיונם

את המועמדים איתרו עובדים סוציאליים במחלקת הרווחה ויועצות בתי הספר במחלקת החינוך. נערכו ראיונות מקדימים ל-52 מועמדים. עשרה נמצאו מתאימים והתחילו בפועל את הקבוצה, אחד נשר במפגש הראשון, וסיימו תשעה.

הסטינג

מנחות הקבוצה הגדירו מראש את הסטינג, שכלל 16 מפגשים אחת לשבוע, כל מפגש במשך שעה וחצי ללא הפסקה, במקום ובזמנים קבועים.

חוזה הקבוצה

- מחויבות לשמירה על סודיות
- מחויבות להגיע למפגשים ולהודיע על ביטול מראש
- איסור על אכילה, שתייה ועישון בתוך חדר הקבוצה

ההנחיה

הנחיה בקו: עובדת סוציאלית פקידת סעד לסדרי דין ופסיכולוגית מהשירות הפסיכולוגי בעיר לוד – שיתוף פעולה ראשוני בין אגף הרווחה ובין השירות הפסיכולוגי בעיר לוד. הנחיה דינמית, ללא שימוש באמצעים או בפעולות מובנות ומתוכננות מראש.

ההדרכה

הדרכה פרטנית זוגית, מדי שבוע למן המפגש החמישי, של הפסיכולוגית מיקי תוזר מבית הספר הפסיכואנליטי לקבוצות. ההדרכה ניתנה במסגרת פרויקט "אשלים" כהמשך לקורס הנחיית קבוצות למתגרשים בבית הספר המרכזי לעובדים סוציאליים.

תהליך התפתחות הקבוצה

השלב הראשון – שלב ההתקשרות

הקבוצה התחילה בהיכרות ראשונית שבה הוזמנו המשתתפים לשתף כל דבר העולה על דעתם, תוך התייחסות לסיבת בחירתם להשתתף בקבוצה ולצפיותיהם מהחברים בה.

ההיכרות הייתה שטחית ובעלת אופי עובדתי. עם זאת, הייתה אווירה נעימה בקבוצה וחשנו כי נוצרה פתיחות ראשונית. החברים סיפרו, שיתפו באופן כללי, על מצבם המשפחתי והציגו את הקושי האישי שלהם בנושא הגירושין, בתפקוד ההורי ובמאבקים עם בן/בת הזוג לשעבר. חלקם שיתפו גם בקושי שלהם להיות בקבוצה ולשתף את חבריה. נראה שתחושות אלו היו משותפות לכל החברים בקבוצה, והיוו בסיס משותף לגיבוש ראשוני. רמת שיתוף זו תאמה למעשה את השלב שבו נמצאה הקבוצה – שלב ההתקשרות.

תהליך ההיכרות וקביעת חוזה הקבוצה נמשך גם במפגש השני. בחוזה הושם דגש על הסטינג שנקבע, על המחויבות להגעה למפגשים ועל ההתייחסות בכבוד הדדי לחברי הקבוצה. עם התקדמות המפגש החל מאבק כוחות בין משתתפי הקבוצה על המקום בה. המשתתפים ניסו בצורה דיפלומטית להשמיע את קולם, למקם את עצמם ביחס לחברי הקבוצה האחרים. משתתפת אחת התקשתה להיחשף ולהיפתח, אך נוכחותה הורגשה היטב בקבוצה ומקומה היה ברור בתוך הזהות הקבוצתית.

השלב השני – שלב הבידול

בשלב זה התעצם המאבק על המקום בקבוצה. המשתתפים החלו להדגיש את ההבדלים בינם ובין עצמם, הייתה מלחמה של מי ה"סיפור" הכי קשה, למי הגירושין מסובכים יותר. עלו תכנים של שליטה ודומיננטיות: חברים בקבוצה שיתפו ממקום רגשי יותר בקושי בדומיננטיות ובתחרות הן בזוגיות שחוו והן בקבוצה. בתוך הקבוצה החלו סימנים של חוסר שקט וחוסר סובלנות כאשר אחד מהחברים תפס בה מקום נכבד. נראה היה כי חלק מהחברים בקבוצה ממעטים לדבר פן יופנו זרקורי התוקפנות והביקורת אליהם. נראה היה שהקבוצה חשה איום, חרדה וחוסר סבלנות כלפי הלא-ידוע. במהלך המפגש נתנו אנו המנחות לגיטימציה לשגות וליחודיות, ושיקפנו את הקושי בהיכרות עם דרך חיים שונה ואת הקונפליקט והכעסים שקיימים בחדר.

מאבקי הכוח בין המשתתפים על המקום בקבוצה נמשכו גם במפגש השלישי, אולם בשלב מסוים הסבה הקבוצה את מוקד השיחה אל הילדים, כמי שחווים את המאבקים בין הוריהם. המיקוד החדש הקל במעט על המתח והתחרות ששררו בקבוצה, והיווה להערכתנו אתנתתא.

במפגש הרביעי חזרו המשתתפים למאבקי הכוח ביניהם והחלה התנגדות גם כלפינו: "אנחנו צריכים לנחש על מה לשוחח?", "למה אתן אף פעם לא מביאות פעילות?", "מה יקרה אם נשתוק ולא נדבר?". המשתתפים הביעו כעס עלינו המנחות על שאיננו אווזות במושכות של הובלת הקבוצה, ותסכול רב על כך שלא כך נעשים הדברים.

בשלב זה ניסינו להכיל את אווירת המתח בקבוצה והכעס הרב כלפינו, בלי להיפגע, להיבהל או לתקוף – כמודלינג להורה המאפשר לילדיו לומר דברים בלי להיבהל. הכלה זו אפשרה לחברי הקבוצה להביע באופן רחב יותר את תחושותיהם. תהינו האם ההתנגדות והכעס כלפינו הם ביטוי לחרדה בקבוצה או השלכה של הכעסים הרבים הנובעים מהגרושין עלינו המנחות, או שמא אנו כמנחות לא מוכשרות מספיק כדי לטפל בקונפליקטים שעלו. שאלנו את עצמנו: האם אנו מצליחות להכיל כ"הורים" את "ילדינו"? כיצד הכעסים משפיעים על ה"זוגיות" שלנו? האם יש סכנה שה"ילדים" יעזבו את הבית? הקשר הטוב, הכנות והקרבה העמוקה שנוצרה בינינו כמנחות, העצימו אצלנו את תחושת היכולת כי אנו כ"זוג הורים" יכולות להשפיע על הקבוצה ולתת לחבריה הזדמנות להיות חלק ממשפחה מתפקדת, מכילה ותומכת.

בהדרגה, החלו חברי הקבוצה לשתף בסיפוריהם ממקום רגשי יותר. ההבדלים בין הסיפורים ובחירת חבר קבוצה זה או אחר לפעול בדרך מסוימת, עוררו לא-פעם שאלות רבות אצל חברי הקבוצה האחרים, אולם עוצמת הכעס פחתה בצורה משמעותית. ניתן יותר מקום לחלוקה סטריאוטיפית ומגדרית – משמורנים ולא-משמורנים, נשים מול גברים. חווינו כי בהדרגה מתאפשר דיאלוג פתוח וישיר יותר, אולם ניכר קושי להתעניין, לתמוך, להיות אחד בשביל האחר.

השלב השלישי – אינדבידואליזציה

שלב זה התחיל, לדעתנו, במפגש שלפני חופשת הפסח. בשלב זה ההשתתפות הייתה אקטיבית יותר. החברים שיתפו בהרחבה במערכת הזוגית שחוו, בקושי בשמירה על יחסים קונקרטיים עם בן/בת הזוג לשעבר,

ונעשתה לראשונה נגיעה אמיתית וכואבת בבדידותם. חג הפסח סימל בשביל רבים מהמשתתפים את פירוק המשפחה וביטא את הכמיהה לחג משפחתי. חברים שיתפו בקושי הרב סביב עריכת החג לבד, ללא ילדיהם. תחושת הבדידות בחדר הייתה קשה מאוד. בשלב מסוים פרצה אחת המשתתפות בבכי ולחשה: "מה בסך הכול אני רוצה, חיבוק?" בקשתה זו ביטאה להערכתנו את המשאלה של כל חברי הקבוצה – לחוות משפחה, חום, תמיכה וחיבוק, שאותם אינם חווים במשפחתם. בתום אותו מפגש הודענו לקבוצה, כי בשל חופשת הפסח לא יתקיימו שני מפגשים. חברי הקבוצה, שהיו נסערים מהמפגש, התקשו לקבל זאת והחלו לעלות רעיונות שונים לקיומם של המפגשים. ניכר היה כי הם חווים את השינוי בסטינג – הפסקה של שבועיים – כנטישה מצדנו, נטישה שעוררה בהם כעס גדול. בחווייתם הותרנו אותם ברגעים הקשים מכול – לבד, בודדים, יתומים. בתום אותו מפגש עלה לראשונה הצורך בדף קשר. במבט לאחור אפשר לראות ששבירת הסטינג – חופשת הפסח – הייתה נקודת מפנה משמעותית בקבוצה. בנקודה זו החלו להיווצר קואליציות מחוץ לקבוצה, ובמפגשים נראה היה כי כל אחד בודק עם עצמו עד כמה הוא רוצה להיעזר בקבוצה ומה גורם לו להישאר בה. ערכנו הקבלה בין התהליך בקבוצה – שינוי הסטינג, ה"נטישה" שלנו בחופשת הפסח, הבדידות והקואליציות שנוצרו בקבוצה – לבין החוויה העיקרית והתכנים המעסיקים בתהליך הגירושין, שמשמעותם שבירה של הסטינג המשפחתי על כל השלכותיו.

השלב הרביעי – שלב האינטימיות

בשלב זה העלו חברי הקבוצה כשאלה עד כמה הם מסוגלים לקרבה ועד כמה הם כרלוונטיים זה לזה. בהעלאת סוגיה זו נפתח למעשה חוזה הקבוצה לבדיקה חוזרת של ציפיות ודרכי עבודה, וניתנה לגיטימציה להתבוננות רגשית עמוקה יותר. נעשו הגדרות מחדשות של דרך ההתקשרות בין החברים ושל מקום התוקפנות והתחרות. עלו תחושות ורגשות קשים של כעס, כאב, דחייה ונטישה. נראה היה כי החברים החלו להבין את הקישור בין חוויות ילדות ראשוניות ובין דרך התמודדותם בחיי נישואיהם ובקבוצה. רמת הפתיחות הייתה גבוהה מאוד, וכך גם הסובלנות וההכלה ההדדית. התרשמנו כי ההתייחסויות נבעו מדאגה ואמפטייות אמיתיות וממקום של ביקורת לא הרסנית. בסיום אחד המפגשים,

אחד המשתתפים שנרגש מהפתיחות שגילה בעצמו, חיבק כמה חברים. כך למעשה קיבלה המשאלה ל"חיבוק" מובן ממשי. במפגשים אלה היה ניכר כי החברים מבינים את עצמם ואת זולתם בדרכים מורכבות יותר, מתוך שיתוף אמיתי של החברים האחרים. לנו כמנחות הייתה תחושה שהחברים לא רק מקשיבים לסיפורו של האחר, אלא שהאחר נמצא בתוכם. נוצרה בקבוצה תחושה של קרבה ואינטימיות. בסיום כל מפגש התקשו חברי הקבוצה להיפרד וחיפשו דרך להאריך את המפגשים באופן לא פורמלי, למשל: נשארנו במגרש החנייה לשיחות ארוכות. בשלב זה החלו להיווצר כמה זוגות שהתקשורת ביניהם הייתה ישירה ואינטנסיבית יותר, ובהדרגה החלו להיפגש מדי סוף שבוע. באמצעות ההדרכה הבנו כי האינטימיות הרבה שנוצרה במפגשים עוררה חרדה מפני נזקקות, תלות ועודף כאב. אל מול חרדה זו הפעילה הקבוצה מנגנון הגנה של פיצול, שהתבטא ב"חברותא" שהייתה נפגשת בסופי שבוע. פיצול זה עורר בנו שאלות רבות, בודענו כי חלק מהגישות הדינמיות מטילות איסור על מפגשים מחוץ לחדר הקבוצה. עם זאת, ראינו במפגשים אלה פן חיובי של "יחד", מילוי הצורך בשייכות והעצמה של חברי הקבוצה.

השלב החמישי – שלב ההדדיות

בשלב זה החלו חברי הקבוצה לעסוק במשמעותו של הפיצול שנוצר, מניעיו והשלכותיו על היחסים ביניהם ועל כל פרט בקבוצה. התאפשרה התבוננות בתחושת השייכות, באפשרות הבחירה, וכן באמונה בקבוצה ובכלל. נראה היה כי חלק מחברי הקבוצה נתונים בקונפליקט נאמנות בין שתי ה"קבוצות", כמו קונפליקט נאמנות בין שני ההורים. אנו כמנחות עשינו מודלינג שניסה להראות כי קבוצת החברותא בסופי שבוע אינה מרד אלא מפגש בין אחים, וכי משפחה יכולה להכיל זאת. ואכן, היה מעניין לראות כיצד בשלב זה העתיקו המשתתפים את מקום שיחותיהם אחרי המפגשים ממגרש החנייה להול הכניסה לחדר הקבוצה. מעבר זה שימש לנו אינדיקציה כי הקבוצה עוברת תהליך של רכישת בטחון ותחושת הכלה. בשלב זה היה ניכר כי יכולת המשתתפים ליצור אינטראקציות בין-אישיות גברה, ניתן מקום לשוני של כל משתתף, ונבחנו ללא ביקורת וללא פגיעה הדברים שעלו באינטראקציות השונות. כמו כן התגלתה אחריות הדדית, והייתה חוויה של עבודה המשכית מעמיקה.

שלב הסיום

במהלך שלושת המפגשים שקדמו לפרדה ציינו את הפרדה הקרבה. אף שהקבוצה לא דיברה על כך בגלוי, יכולנו לחוש ברגרסיה מסוימת – חזרה לשיח סביב מצבים טכניים (אי-תשלום מזונות, הסדרי ראייה וכו'), אולם הדברים נאמרו ללא אפקט רגשי תואם. יכולנו להבחין כיצד בהדרגה החברים חזרו לדון בדילמות או במצבים שהתרחשו בקבוצה, אולם נראה היה כי התבוננותם על כך היום שונה.

בין תגובות החברים היו תגובות אופייניות לפרדה, שכללו ביטויי הכחשה, כעס, הפחתה בערך הקבוצה אל מול רצון להמשכיות. במקביל נראה כי חברים אחדים ניסו "להרוויח" עוד זמן עבודה. מרגש היה לשמוע במפגש האחרון את דרכו של כל חבר להיפרד, על התובנות שרכש ועל הדרך שבה הוא מזהה בעצמו את נקודות המכשול והכאב.

לקראת סיום המפגש נפרדנו גם אננו, בהתייחסות פרטנית מכל אחד מהמשתתפים, וסיכמנו בהתרגשות את הקבוצה בכלל. דרך פרדה זו שלנו שימשה מודלינג לתהליך פרדה, מודלינג שלדעתנו בעל חשיבות יתרה בקבוצת מתגרשים, שבה המוקד הוא התמודדות עם אבדנים ועם חוויות פרדה.

קבוצה להורים בגירושין בנתניה

אורנה בקר ויוספה שירת, פקידות סעד לסדרי דין

בחרנו להנחות קבוצת הורים – אימהות ואבות, משמורנים ולא-משמורנים – המתמודדים עם מטלות חינוך וגידול ילדים במצבי מעבר קשים ומורכבים של פירוד וגירושין במשפחה.

מטרות הקבוצה

- התמודדות עם שינוי תפקידי ההורות עקב גירושין
- שיפור וחיזוק של תפקידי ההורות כדי לשמור על קשרים חיוביים ביניהם לבין ילדיהם
- פיתוח תקשורת חיובית בין ההורים למרות הגירושין

שלבי הקמת הקבוצה

1. הכנו פרוספקטים אישיים ופלקטים על פתיחת הקבוצה ולשם פרסום וגיוס משתתפים לקבוצה פנינו לגורמים אלה:
 - פקידי סעד לסדרי דין באגף הרווחה בנתניה
 - יועצות בתי ספר
 - יחידת הסיוע בבית המשפט ועו"ס בבית הדין הרבני
 - פרסום בעיתון מקומי
 - פרסום בעיתון ידיעות אחרונות במדור של ליהיא לפיד
2. קיבלנו רשימות של משתתפים פוטנציאליים מפקידות הסעד לסדרי דין וכן פניות מעטות מהעיתון ומבית הדין הרבני.

3. השתדלנו לערוך ראיונות בשיתוף שתינו עם המועמדים כדי ליצור היכרות ראשונית מאוזנת עמם. לעתים הדבר לא התאפשר בשל הקושי לתאם זמנים. ראינו 17 אנשים ומתוכם התגבשו 13 משתתפים. כולם הביעו את נכונותם להשתתף בקבוצה.

מסגרת הקבוצה

התקיימו 12 מפגשים במשך שעה וחצי, אחת לשבוע, בימי ראשון, בשעות 18:00-19:30.
ההנחיה נעשתה בקו-תרפיה.
נעזרנו בהדרכה של גב' מיקי תודר אחת לשבועיים.
עלות הקבוצה הייתה 200 ש"ח לכל המפגשים.

התכנים העיקריים

- היכרות, ציפיות, חוזה – סטינג קבוצתי
- אני והגירושין שלי
- השפעת הגירושין על ההורות שלי
- היכרות עם כלים לתקשורת חיובית עם ההורה האחר
- שימור הסמכות ההורית, חלוקת תפקידים ושותפויות בהורות
- סדרי ראייה
- כניסת בני זוג חדשים למשפחה
- התמודדות עם מצבי משבר, כגון סרבנות קשר
- פרדה כחלק מתהליך הגירושין
- סיכום ופרדה

תהליך העבודה

שלב גיבוש הקבוצה היה ממושך. במהלך חמשת המפגשים הראשונים מספר המשתתפים השתנה ממפגש למפגש. בתחילת הקבוצה היו שבעה משתתפים (מתוך ה-13 שהוזמנו לקבוצה), ולבסוף נותרו שלושה

משתתפים. העילות להפסקת ההשתתפות היו מגוונות: קושי במציאת סידור לילדים בשעות פעילות הקבוצה; מציאת עבודה חדשה; כעס על הממסד, שהושלך גם על פקידת הסעד שהפנתה לקבוצה ועוד. המשתתפים שנטרו היו שתי אימהות ואב אחד. חידשנו את חוזה המחויבות לקבוצה עם משתתפים אלה, כדי ליצור מסגרת בטוחה שבה אפשר לעבוד.

פרופיל המשתתפים

"לישון עם האויב" – אישה בשלבי פירוד וגירושין שהמשיכה להתגרר בבית עם בעלה וילדיה.
"תקשורת חיובית" – אישה המאמינה בתקשורת חיובית בינה לבין העולם, כולל עם גרושה.
"הכול ניסיתי עם פרודתי" – גבר שהתנסה באכזבות חוזרות ונשנות מהאישה שממנה נפרד.

הקולות והנושאים שעלו בעבודה

- הקול הנשי מול הקול הגברי
- הקושי בשיתוף פעולה עם ההורה האחר, סגנונות תקשורת שונים
- קולות של קורבן ותוקפן (שיקוף הדדי בקבוצה – מראה אוהבת ומחבבת ומראה ביקורתית)
- היעדרות-נוכחות בקבוצה, בעיקר על רקע התחלטה הבלתי-יציבה
- החרדות המלוות את סדרי הראייה, התחושה שקשה להגן על הילד
- נחמה ורחמים
- קבלה ונתינה, דיאלוג בין האין ובין היש

הקבוצה התכחשה לפרדה והתעלמה מהסיוס הקרב של פעילותה. נאלצנו לשנות את מועד המפגש האחרון עקב בקשה של אחת המשתתפות (לא היה באפשרותה להשתתף במפגש האחרון), ולמרות זאת נותרנו עם שני משתתפים במפגש. הפרדה מהמשתתפת שנעדרה ממפגש זה נעשתה בשיחת טלפון של יתר המשתתפים בקבוצה.

סיכום ומחשבות על פעילות הקבוצה

איחוי הקרעים והנתקים במשפחות החוות התפרקות והתרחקות צורך משאבים רבים. הקמה וגיבוש של קבוצת הורות בערושין, ובכללן הקבוצה הנדונה, אורכים זמן ממושך.

עם זאת, מהשלב שבו הקבוצה התייצבה, זרמה העבודה ועצם הנוכחות של שלושת המשתתפים הייתה משמעותית ותורמת. המשתתפים נקשרו מאוד זה לזה ויצרו אווירה תומכת ואינטימית שאפשרה להעלות כאבים, קשיים ודרכים לפתרון. נוצר כוח רב לנוע לקראת שינוי ויציאה ממצבי קיפאון. לתחושתנו 12 מפגשים הם פרק זמן קצר מדי לתהליכים משמעותיים אלה. בימים אלה של כתיבת המאמר אנו פותחות קבוצה חדשה עם יישום לקחים מהעבר: הפעם ראינו יותר משתתפים והקבוצה תתקיים לאורך 30 מפגשים.

משוב משמעותי נוסף, לטעמנו, הוא היעילות שבעבודה המשותפת. העבודה בקו-תרפיה תורמת רבות לעבודה משמעותית וחשובה זו.

פרק ב קבוצות ילדים

סדנה לאמנות למתבגרים במשפחות חד-הוריות באשקלון

יעל רקלר

הקבוצה התקיימה במסגרת פרויקט במרכז למשפחות חד-הוריות, המחלקה לשלום המשפחה, אגף הרנוחה, אשקלון.

המנחים

יוסי עמיאל – מטפל באמנות, בליווי יעל רקלר – עובדת סוציאלית במחלקה ורכזת המרכז למשפחות חד-הוריות

אוכלוסיית היעד

מתבגרים בגילאים 12-13 במשפחות חד-הוריות

הרציונל להקמת הקבוצה

גיל ההתבגרות מאופיין במרד של המתבגר, שנועד ליצור מרחב נפרד מההורה ולייצב זהות נפרדת. במשפחות חד-הוריות נוצרת דילמה נוספת בדינמיקה הפנימית של הילד: מצד אחד – הרצון לזהות נפרדת, ומצד אחר – קושי בפרידה. כאשר יש שני הורים המערכת מאפשרת איזון, המתערער כאשר יש הורה אחד.

מטרת קבוצה

ליצור קבוצת תמיכה בין שווים המהווה "מכל" שבו יכול המתבגר לעבד את רגשותיו, בין היתר רגשות חרדה הנוצרים אצלו במצב משפחתי לא-מאוזן.

מספר המשתתפים ומשך הפעילות

בקבוצה השתתפו תשעה מתבגרים – ארבעה בנים וחמש בנות, בגילאים 12-13. שלושה מביניהם היו שתי אחיות ואח, שלאחר התלבטות אם לקבל אותם, הוחלט לקבלם. חלק מהמתבגרים מאכרים באגפנו באופן פורמלי, וחלקם לא מוכרים. היו מתבגרים עם ניסיון קבוצתי קודם, בעוד שלאחרים זו הייתה חוויה טיפולית ראשונה.

מדובר בקבוצת תמיכה קצרת מועד בת 12 מפגשים, שהתקיימה פעם בשבוע בימי ג', בשעות 17:00-18:30. הילדים הגיעו בהסעות מסודרות.

תהליך העבודה

נעשה גיוס מבין רשימות המטופלים באגף, במחלקה לשלום המשפחה, ומתוך אינטייקים של אימהות מקבוצת נשים חד-הוריות. העובדת הסוציאלית של המחלקה ניהלה את האינטייקים, שכללו מפגש עם הורה וילד ועם הילד בנפרד.

בכל מפגש היה סדר קבוע. הילדים קיבלו כיבוד קל, לאחר מכן היה סבב "מה נשמע?", שבו הם דיברו על חוויות השבוע. בהמשך הייתה פעילות חווייתית ולבסוף סבב סיכום הפעולה.

תקציר כל מפגש

מפגש 1: פעילות להיכרות, תיאום ציפיות וחוקים, בניית כרטיס ביקור דרך קולד'.

מפגש 2: התחלת עבודה עצמית דרך אמנות – קשקוש על דף בטושים ובפנדה, מציאת חיות בתוך הקשקוש וכתיבת סיפור הקשור לציור.

מפגש 3: שפה רגשית דרך הצבעים – איזה רגש מסמל כל צבע; ציור בגואש בנושא "תמונה מהעבר".

מפגש 4: עבודה מילולית על ציורים מהמפגש הקודם. מילון רגשות – הילדים התבקשו לצייר ציור על כל רגש שביטא המנחה.

מפגש 5: ביטוי רגשות דרך עבודה בחימר.

מפגש 6: המשך עבודה בחימר ושיחה על העבודות.

מפגש 7: עבודה בחימר בנושא "חיים עם ההורים".

מפגש 8: ציור חופשי של המשתתפים, שבו השתמשו ב-31 פריטים שהוצגו להם.

מפגש 9: ציור חופשי משותף. הילדים התחלקו לשתי קבוצות, וכל קבוצה ציירה ציור משותף.

מפגש 10: הצגה. הילדים התחלקו לשלוש קבוצות והתבקשו להמחיש תמונה מצחיקה ותמונה דרמטית מחייהם המשפחתיים.

מפגש 11: ציור משותף גזור. המנחה גזר את שני הציורים המשותפים שציירו המשתתפים במפגש 9 לכמה חלקים, וביקש מהקבוצות להרכיבם חזרה. לאחר מכן התקיים דיון בתגובות לגבי הפעילות.

מפגש 12: מפגש פרדה ומסיבת סיום.

מפגש הורים: לאחר 12 מפגשים של הקבוצה התקיים מפגש נוסף, של הורים בלבד, במטרה לאפשר להם לחוות חלק מהחוויה שחוו ילדיהם. להורים הייתה הזדמנות לצייר, לתת משוב לגבי תגובת המתבגרים לקבוצה, ולקבל הדרכה מיוסי על תהליכים שעוברים ילדים בכלל החווים גירושין.

סיכום מהלך המפגשים

ממפגש 1 ועד מפגש 4 נעשתה הכנה לעבודה רגשית. קודם פעילות היכרות, תיאום ציפיות וקביעת חוקים, ולאחר מכן הפנמת הסטינג. הילדים למדו שפת אמנות שבה אפשר לבטא רגשות.

ממפגש 4 בלטה אינטימיות בקבוצה, שאפשרה ביטוי של רגשות אצל כל הילדים. דרך חומרים שונים עבדו המתבגרים על רגשות כגון: עצב, חוסר אונים, פחדים, רגשי אשמה, ובמיוחד כעס. המשתתפים עבדו באופן פרטי ובזמן הסיכום שיתפו את הקבוצה, קיבלו משוב, וגילו את המשותף ברגשות הבולטים הנובע ממצבם המשפחתי (להיות ילדי גירושין).

ממפגש 9 עד מפגש 11 הייתה עבודה קבוצתית בדרכים שונות (ציור משותף, הצגה משותפת) על הקונפליקטים. במפגשים אלה אפשר היה להבחין בגיבוש הקבוצתי, ונשמעו ביטויים של "כולנו באותה סירה". יש לציין שהמתבגרים נפגשו גם מחוץ למסגרת הקבוצה. ברור היה שהם שימשו מקור לתמיכה הדדית.

מפגש 12 היה משמעותי ביותר. פרדה היא נושא רגיש במיוחד כאשר מדברים על ילדי גירושין, החווים פרדה של הורה הלא-משמורן. כל ילד דיבר על פרדה משמעותית בחייו, כולל פרדה במשפחה.

בחלק הראשון של כל מפגש היה סבב "מה נשמע?" – ביטוי מילולי של מה עבר על המתבגרים במשך השבוע. במפגשים הראשונים היה הסבב קצר, רובם לא מצאו מילים לדבר על עצמם. עם הזמן התארך הסבב, עד שמחצית מהמפגש הוקדשה לתכנים משמעותיים שהביאו המתבגרים.

במקביל לתהליך הקבוצתי, כל משתתף עבר תהליך פרטי. מתבגרים שהיו מופנמים מאוד הצליחו להיפתח ולהתבטא. היה שינוי בידינימיקה בין שלושת האחים, שמצאו כל אחד מקומו בקבוצה. הייתה אף מתבגרת שדרך עבודתה באמנות ביטאה דיכאון. בסוף התהליך ניכר אצלה שינוי משמעותי, והיא אמרה שתחושת הבדידות שלה פחתה.

הפרמטרים להצלחת הפרויקט

- מספר המשתתפים – תשעה – נשאר קבוע עד סיום הקבוצה.
- כל המשתתפים היו שותפים בעשייה. הם הצליחו לבטא ומחשבות ורגשות הקשורים למצבם המשפחתי היחודי ולשתף בכך את השאר (אף שלעתים המצבים היו רגשיים מאוד). כמו כן, הם הצליחו לקשור ביניהם ובין עצמם קשרים חברתיים לתמיכה הדדית.

מסקנות, תובנות והמלצות |

- חשובה עבודה יסודית של אינטייק, שבה ההורים משתתפים בתהליך הקבוצתי, ונותנים אישור ומוטיבציה להשתתפות ילדיהם בפרויקט.
- עבודה דרך אמנות מתאימה למתבגרים. היא מאפשרת להם להתבטא בהדרגה ובמגוון רחב של רגשות.
- בקבוצה של ילדי גירושין יש משמעות עמוקה לקשר שבין המבוגרים, מאחר שהוא משמש מודלינג של זוגיות. חלוקת תפקידים ברורה ושיתוף פעולה מלא סייעו לקשר הבלתי-פורמלי שנוצר בין יוסי לביני, ותרמו לאווירה הנוחה והלא-מאיימת בקבוצה.
- בקבוצה של ילדי גירושין יש להקפיד על מניעת פיצול (split) של הילדים לגבי ההורים (אין "הורה טוב" ו"הורה רע").
- במקרים של הקמת קבוצה בהנחיית מנחי חוץ, חשוב שעובד מהמחלקה יתחייב ויקבל אחריות משמעותית בליווי הפרויקט – בגיוס המועמדים, באינטייקים ובתהליך הקבוצתי.

קבוצת ילדי גירושין בגבעת זאב

טובה מקובקי וציפי פיק-ינקלביץ

בחודשים אפריל-יולי 2006 פעלה במחלקת הרווחה בגבעת זאב קבוצה לילדים שהוריהם גרושים. המנחות היו שתי עובדות סוציאליות: טובה מקובקי וציפי פיק-ינקלביץ.

הרציונל להקמת הקבוצה

הרציונל להקמת קבוצה זו נבע מהנחת מחקרים שנעשו בנושא, שלפיה לגירושין השפעה ארוכת טווח על ילדים, והצלקות נותרות חרוטות בהם גם בבגרותם. הילדים חשופים פעמים רבות לקונפליקטים בין ההורים ומתמודדים עם בעיה של נאמנות כפולה. הקבוצה באה להציע להם מקום ניטרלי ומוגן שבו יוכלו לבטא טווח של רגשות שהתעוררו אצלם עקב הגירושין. המטרה הייתה לאפשר לילדים סביבה תרפויטית שבה יוכלו לחלוק זה עם זה בחוויות הקשורות להתמודדויות בחיי היומיום.

אוכלוסיית היעד

בקבוצה השתתפו 12 ילדים בגילאים 7-10 שהוריהם גרושים, מהם ארבעה זוגות אחים.

התפלגות על-פי מין: שמונה בנות, ארבעה בנים.

התפלגות על-פי גיל: ארבעה ילדים בני 10, שני ילדים בני 9, שני ילדים בני 8, ארבעה ילדים בני 7.

הילדים באו משני בתי ספר ביישוב: ארבעה ילדים מבית ספר ממלכתי ב', ושמונה מבית הספר ממלכתי א' (הבחירה של בתי הספר לא הייתה מכוונת).

תהליך הקמת הקבוצה

אותרו מועמדים לקבוצה מתוך אוכלוסיית המשפחות שנכתב לגביהן תסקיר במחלקת הרווחה. כמון כן אותרו ילדים מקרב האוכלוסייה שפונה למחלקה שהוריהם גרושים. רואיינו 16 ילדים, ומתוכם נבחרו 12. לפני תחילת הפעילות קיימו המנחות מפגש מקדים עם כל ילד והורה (לרוב האם) ובו הסבירו את מטרת הקבוצה והציגו את דרך העבודה. לאחר מפגשי הקבוצה נערך מפגש הורה-ילד שמטרתו הייתה כפולה: לשמוע משוב מהילדים ומההורים על התהליך והשינויים (אם היו) כפי שהם חוו, ולשתף את ההורים בתהליך שעבר בנם מנקודת ראות מקצועית של המנחות. כאמור, את הקבוצה החלו 12 ילדים. לאחר המפגש השביעי נשרו שני ילדים (אחים) וסיימו את הקבוצה עשרה ילדים, שהם היו הגרעין העיקרי.

מסגרת הפעילות ואופן הפעלת הקבוצה

- התקיימו עשרה מפגשים, אחת לשבוע, למשך שעה-שעה ורבע, במתנ"ס השכונתי, בחדר מרווח, שאליו הובאו מגוון של חומרי יצירה.
- כל מפגש נחלק לארבעה חלקים:
- א. סבב פתיחה שמטרתו לשמוע איך עבר השבוע אצל כל אחד והשבוע במשפחה. בדרך כלל סבב זה נעשה לא באופן מילולי אלא על-ידי משחק או הפעלה.
 - ב. עבודה אישית או עבודה קבוצתית על-פי הנושא הנבחר. בעבודה קבוצתית חולקו הילדים לשתי קבוצות וכל מנחה סייעה לקבוצה.
 - ג. הצגת התוצר במליאה.
 - ד. שיחת "איסוף" שמטרתה לסכם את הפעילות ולשמוע מה לקח/קיבל כל ילד מהמפגש.

במסגרת הפעילות שולבו הפעלות שונות: עבודת קולז', עבודה בחימר, עבודה דרך סיפור, משחק דרמטי בעזרת תחפושות, מפגש מוזיקלי, ציור משותף ועוד.

התהליך הקבוצתי

כבר במפגשים הראשונים אובחנה קבוצה זו כפעילה ותומכת, למרות הפרשי הגילאים. ניכר שהיו התחברויות טובות וחיוניות וסיוע הדדי במסגרת ההפעלות. הילדים חשפו סיפורים אישיים והביאו לקבוצה התלבטויות ודילמות בהקשר לגרושין. נראה שלגיבוש הקבוצתי תרמה גם העובדה שמרבית הילדים הכירו זה את זה (לפחות במראָה) מבית הספר.

פער הגילאים הקשה ברמה של עומק הדיון, כאשר הילדים הצעירים "התעיפו" מהר יותר ואילו בני 9-10 רצו להמשיך את השיחה ואף הביעו בקשות בסגנון של רצון לקיים את המפגש למשך שעתים או צורך להמשיך ולדבר על הנושא גם בשבוע שלאחר מכן.

בלטה העובדה שהמשותף בין הילדים (היותם ילדים להורים גרושים) הונח "על השולחן" לאורך כל המפגשים, בעידוד פעיל של המנחות. מצב זה אפשר לילדים לספר, כל אחד ברמת הפתיחות שלו, על המשפחה, המריבות בין ההורים, כפל הנאמנויות, הפחדים והדילמות. למשל, לאורך מרבית המפגשים התלבטו שני אחים (כל אחד לפי רמתו) לגבי שמירת קשר עם האב. האב פגש חברה ועבר לגור איתה. הילדים הביעו כעס ומצוקה ביחס אליו (גם נוכח תגובת הכעס של אָמם) וסירבו להיפגש עמו. עם זאת, הם היו קשורים אליו מאוד ולפני כן נפגשו עמו וביקרו אותו באופן קבוע ומסודר. זוג אחים אחר סיפר בהרחבה על מריבה בין ההורים שהיו עדים לה, כשבסיומה שבר האב את סורגי החלון ויצא מהבית כי האם סירבה לאפשר לו ללכת.

עם זאת, היו ילדים שסירבו לאורך כל המפגשים לחשוף סיפורים משפחתיים ורק מדי פעם זרקו לחלל האוויר אמירות, אך ניכר היה שהם שותפים פעילים – דבר שבא לביטוי בעבודות אישיות שעשו.

הנושאים שהועלו בקבוצה היו מגוונים: היכרות, סודות בהקשר לגרושין, "המקום שלי בלב הסכסוך", "החליטו בשבילי – אני לא רציתי להתגרש", בני הזוג של ההורים הגרושים ועוד. בפעילות בנושא "סודות" עלו שאלות כגון: האם אני מספר לחברים בכיתה שההורים גרושים, האם יש דברים שאחד ההורים מבקש לא לספר להורה האחר, וכדומה. אחת הילדות אמרה שהיא לא מספרת בבית הספר שהוריה גרושים. בשיחת הסיום איתה היא סיפרה שכבר שיתפה שתי חברות ב"סוד". ילד אחר קבר את סודותיו בתוך

חימר ואמר שיש דברים שלא יגלה לעולם. לעומתם, ילדה אחרת חשפה סיפור של בגידה בין הורים. בפגישה שעסקה בנושא "המקום שלי בלב הסכסוך" כתבו הילדים מכתבים בעקבות פרק שהוקרא להם מתוך ספרה של מיכל דגן "ילדים גרושים" (הוצאת כתר). חלק מהילדים כתבו לאחד ההורים, אחרים כתבו לשופט ואחת כתבה לחברתו של אביה. בפעילות אחרת בהקשר זה דיברו הילדים על עוצמת הרגשות שחווים בגירושין: "כששני ההורים באים לטקס בבית הספר זה לא נעים, הם לא יושבים ביחד ואני לא יודעת למי ללכת קודם". ילד אחר אמר: "הכי מפחיד זה כשאבא צועק על אימא". בפעילות בנושא המשאלות כתבו הילדים "עשרה דיברות" להורים. הדברים שבלטו: "תחזרו להיות יחד", "אל תריבו לידי", "אל תקללו בטלפון", "שתאהבו אותי תמיד", "תקנו לי מתנות". בהפעלה בעזרת משחק דרמטי הציגו הילדים סיטואציות מחיי היומיום, החל בשיחת טלפון בין ההורים, דרך מריבה ועד סצנה מבית משפט. במפגש המוזיקלי חיברו הילדים טקסטים הקשורים לגירושין ללחן מוכר:

"אתמול בחמש אחר הצהריים
ראיתי את אימא בגן של אחותי
ואת אבא בגן של אחי.
אימא אמרה לי שהיא ואבא מתגרשים.
אבא ראה את אימא במדרכה
ואמר לה שהוא מצא דירה וחברה..."

שיר נוסף:

"אז אנחנו אומרים: לא, אל תעזבו אותי,
כי אין מצב שעוד פעם תבלבלו אותי
תדעו אנחנו אוהבים אתכם
ותפסיקו עם הגירושין שלכם.
אז תעצרו ותחשבו מה אנחנו מרגישים
ואיך זה מרגיש לנו עם הגירושין
לנו לא קל ללכת לישון כל לילה עצובים
אז תחשבו על הילדים..."

הפגישה בנושא הפְּרָדָה הייתה מאוד טעונה רגשית. היה קשה מאוד להכיל את עוצמת הרגשות וההתנהגויות. בקבוצה הורגשו אי-שקט פיזי ותוקפנות רבה שהתבטאה הן בעבודות והן באופן מילולי. אחד הילדים אמר על אביו: "הכלב הזה". ילדה אחרת חזרה כמה פעמים על האמירה: "אני שונאת את אבא שלי. מה, אסור לי?" ועוד קללות ואמירות שגררו פרץ של צחוקים ואי-שקט.

היה ברור שסיום והפרדה מאיימים על הילדים – זהו נושא שמעצים את כאבם וייתכן שעיתוי המפגש – סוף שנת הלימודים – תרם גם הוא לאווירת חוסר השקט.

סיכום

אין ספק שהקבוצה תרמה באופן משמעותי לילדים. שילוב היצירה בהנחיה היה חלק משמעותי שאפשר לילדים הרפיה מול הנושאים והתכנים המילוליים שעולים.

הילדים הביעו שביעות רצון מהפעילות, רובם הגיעו בקביעות (פרט לאירועי סוף שנה) ושיתפו פעולה. אחת הבנות אמרה: "הקבוצה עזרה לי להשתחרר". ילדה נוספת הציעה לקיים קבוצה כזו גם להורים.

המשוב מההורים היה חיובי גם הוא. שתי אימהות ציינו, שהן רואות שיפור בביטחון העצמי של ילדם וביכולתו לעמוד על שלו - דבר שלא היה קודם. ילד נוסף שהתמיד להגיע אך היה שקט מאוד, טופל באופן פרטני עוד טרם תחילת הקבוצה, לא דיבר בכלל על הגירושין. ובעקבות השתתפותו בקבוצה החל להיפתח בטיפול הפרטני.

שני קשיים שבלטו ויש לתת עליהם את הדעת היו:

1. טווח הגילאים הרחב. כאמור, בני 7-8 התקשו להעמיק בדיונים ובשיחה כאשר לגילאי 9-10 היה צורך לדבר יותר.
2. הזמן שנבחר להפעלת הקבוצה (אפריל – יולי) הקשה על הגעה סדירה, בעיקר לקראת סוף שנת הלימודים, כאשר נערכו מסיבות ופעילויות סיום שנה בבתי הספר.

אנו, המנחות, היינו שותפות לחווייה מרגשת, מהנה ומלמדת.

קבוצת ילדות ממשפחות במעבר מפסוטה ומגוש חלב

אח'לאס ואכים ח'ורי, עובדת סוציאלית,
מנהלת מחלקת רווחה, מ.מ. פסוטה

רציונל ומטרות

ילדים במשפחות במעבר, בעיקר ילדי גירושין, נתקלים בקשיים רגשיים, חברתיים ונפשיים, המצריכים התייחסות והתערבות מקצועית. על כן, טיפול קבוצתי מספק תמיכה וקבלה באווירה מוגנת, פירוק מטענים רגשיים קשים, שיתוף בחוויות רגשיות דומות ולמידה מהן, וכן פיתוח מיומנויות תקשורת בין-אישית ורכישת כלים מתאימים להתמודדות.

המשתתפות

שמונה בנות בגילאי 10-11 למשפחות במעבר משני היישובים פסוטה וגוש חלב, שאותן בחרו שתי עובדות סוציאליות משני הכפרים.

המנחה

סירין ח'ורי, פסיכולוגית חינוכית

הסטינג

התקיימו עשרה מפגשים שבועיים שהתחילו במרץ 2004 והסתיימו באוקטובר 2004. כל מפגש ארך שעתים, עם הפסקה של רבע שעה לכיבוד באמצע. המפגשים התקיימו במתנ"ס.

פירוט המפגשים והמטרות

פגישה 1

מטרה: היכרות, הבהרת מטרת הקבוצה ותחילת בניית חוזה קבוצתי.
פעילויות: משחק היכרות, קרוסלה (מידע אישי, "למה אני בקבוצה", מידע אישי), החוקים בקבוצה וקביעת לוח זמנים.

פגישה 2

מטרה: המשך בניית חוזה קבוצתי ונורמות בקבוצה, פיתוח אמון וגיבוש. **פעילויות:** מוזיקה, משחק כדור, תקשורת, משחק סל מילים.

פגישה 3

מטרה: חוזה קבוצתי כתוב וברור; עידוד, שיתוף, חשיפה ותחילת פיתוח שפה רגשית. **פעילויות:** חפץ אישי, התאמת כרטיסי תמונות למילים וזיהוי רגשות.

פגישה 4

מטרה: "מקומי במשפחה ומידת הקשר והתמיכה שאני מקבל". **פעילויות:** משחק מפת המשפחה – לוח משחק מחולק למשבצות ודיסקיות המייצגות את בני המשפחה השונים. כל משתתפת מציבה את עצמה במרכז הלוח ואת בני המשפחה הנותרים – במרחקים שונים לפי בחירתה.

פגישה 5

מטרה: אמון ופתיחות, והכוח של הקבוצה לעזור ולתמוך. **פעילויות:** שתי בנות הכינו הצגה והיה משחק תפקידים, לאחר שאחת הבנות שיתפה את הקבוצה בבעיה שהעסיקה אותה במהלך השבוע.

פגישה 6

מטרה: הערכת פעילות משחק התפקידים מהמפגש הקודם, דגש על התהליך הקבוצתי והקשר בין חברי הקבוצה. **פעילויות:** עבודת קולז' משותפת בלי מילים, שיתוף וניתוח מהלך העבודה.

פגישה 7

המפגש נערך לאחר הפסקה של חודש בעבודת הקבוצה. **מטרה:** התחברות מחדש לתהליך, פיתוח התמודדות בקבוצה. **פעילויות:** שיתוף בחוויות שהיו בפסק הזמן של הקבוצה, השלמת משפטים שמטרתה הייתה זיהוי רגשות וחיפוש דרכי התמודדות אחרות.

פגישה 8

מטרה: המשך פיתוח מנגנוני התמודדות. **פעילויות:** תרגילי הרפיה בעזרת נשימה ודמיון מודרך, המשך עבודה על תכנים מהמפגש הקודם.

פגישה 9

מטרה: תחילת העבודה על סיום הקבוצה.

פעילויות: תרגילי הרפיה גופנית וחשיבה חיובית, סיכום דרכי חשיבה ודרכי פעולה שנידונו במהלך הקבוצה דרך עבודה על ניתוח מקרים וקשיים שכל אחת הביאה.

פגישה 10

מטרה: פרדה ועיבודה, עזרה למשתתפות להתמודד עם רגשותיהן לגבי הסיום, הערכת מעורבותן, ופרדה.

פעילויות: שיתוף ברגשות ועבודה ברמה אינטלקטואלית על הפרדה דרך שאלות שיענו עליהן בכתב או בציור.

מסיבת פרדה בשיתוף שתי העובדות הסוציאליות האחראיות על הפרויקט.

סיכום, משוב והמלצות לעתיד מאת המנחה

בעשרת המפגשים עבדתי עם הקבוצה על שלבי הגיבוש של עריכת חוזה קבוצתי, שבמהלכו נערכו פעילויות שאפשרו למשתתפות להרגיש ביטחון ופתיחות. חשוב לציין שנציגות משני היישובים בקבוצה עזרה מאוד לגיבוש, ואפשרה יותר פתיחות.

בשלב השני עבדנו על התחברות למקום של המשתתפות במשפחה ולקשיים שהן עברו או עוברות, וכן על זיהוי רגשות ומחשבות. בשלב השלישי עסקנו בדרכי התמודדות בשילוב טכניקות של הרפיה ודמיון מודרך, והשלב האחרון היה סגירה וסיום.

במהלך הקבוצה שררה אווירה של קרבה ואינטימיות בין הבנות. הן תמכו זו בזו וחלקן שמרו על קשר גם מחוץ לקבוצה.

אחת המסקנות מעבודת הקבוצה היא הנחיצות במעורבות ההורים, בהדרכתם ובעדכוןם, שנעשו באמצעות העובדות הסוציאליות. כמנחה אני רואה את חשיבות מעורבות ההורים בתהליך מקביל שיכול להיות הצעה לפרויקט המשך.

קבוצת ילדי גירושין מבית ספר ממלכתי-דתי בעמישב

דינה אטדג'י וסימון טביב

המסגרת

12 מפגשים בבית הספר, אחת לשבוע, בחודשים ינואר-אפריל 2004

מטרות ויעדים

- לעבוד עם ילדים שחוו וחווים את נושא הגירושין והפרדה בין ההורים
- לאפשר סביבה בטוחה ותומכת
- להעניק אישור לתחושותיהם
- לתת הזדמנות להתבטא, להתלבט ולחלוק בחוויות והרגשות הנובעים ממצבם, כגון: כעס, אבל, אשמה, אכזבה, חרדה, נטישה, בדידות, קנאה, געגועים
- לעזור להתמודד עם השינויים הרבים שחוו

מנחות הקבוצה

דינה אטדג'י – עובדת סוציאלית ופקידת סעד לסדרי דין, מנחת קבוצות
סימון טביב – בעלת תואר מוסמך בפסיכודרמה ובטיפול בהבעה ויצירה,
מנחת קבוצות

פרופיל הקבוצה

הקבוצה מנתה 13 ילדים – שבע בנות ושישה בנים – מבית ספר ממלכתי-
דתי בשכונת עמישב בפתח תקווה, בכיתות ג'ה, שהוריהם גרושים, או
פרודים או בהליכי גירושין:

- חמישה ילדים שהוריהם התגרשו לפני שנים, נישאו שוב ונולדו להם ילדים מנישואין שניים
- חמישה ילדים שהוריהם התגרשו בשנים האחרונות וחווים בהווה את משבר הגירושין
- שלושה ילדים שהוריהם פרודים ובהליכי גירושין

חלוקה גילאית:

- ארבעה ילדים בכיתות ג
- ארבעה ילדים בכיתות ד
- חמישה ילדים בכיתות ה

הציפיות

ציפיות המנחות

- מטרת-על: לתת מקום לקבוצת ילדים הגדלים במשפחות חד-הוריות
- ליצור שיתוף הדדי, עיבוד המחשבות והרגשות סביב נושא הגירושין והבנה לגבי מצבם
- לאפשר לילדים היכרות עם חוויות דומות ועם דרכי ההתמודדות עמן
- לקיים דיאלוג פתוח וממושך תוך התפתחות התהליך ובניית אמון, קשר ופתיחות הדדיים
- שמירה על החוקים והכללים בקבוצה

ציפיות הילדים

- להרגיש נוח וחופשי לדבר ולהתבטא בכל נושא הקשור לגירושין
- לקבל אוזן קשבת, הבנה, חום ואפשרות לבטא את שמחותיהם האישיות, כגון ימי הולדת וכו'
- ללמוד דרכי התמודדות עם המציאות החדשה שאליה נקלעו
- לשמור על הסודיות ועל הכבוד ההדדי בקבוצה

תיעוד המפגשים

מפגש 1

הנושא: היכרות – רקע אישי של כל ילד, תחביבים וכיו"ב, ותחילת הבנייה של הקבוצה.
הפעלות: משחקי היכרות עם כדור וחלוקה לזוגות. כל ילד הציג את עצמו ואת הילד שראיין.

מפגש 2

הנושא: ציפיות וכללים בקבוצה, עם דגש על נושא הסודיות, פרטיות וכבוד הדדי.
הפעלות: עבודה פרטנית וקבוצתית. תלינו על הלוח בריסטול ורשמנו את הציפיות של כל ילד מהקבוצה. על בריסטול אחר כתבנו חוזה ובו הכללים והחוקים שהילדים העלו והסכימו לגביהם.

מפגש 3

הנושא: עולם הילד.
הפעלות: כל ילד קיבל בריסטול אישי והתבקש לתאר בדרך שיבחר – רישום, ציור וכו' – אנשים קרובים ומשמעותיים בחייו: משפחה, חברים ודמויות אחרות שמדברות אליו. המנחות סייעו.

מפגש 4

הנושא: עולם הילד – המשך.
הפעלה: כל ילד דיבר על הדינמיקה המשפחתית והחברתית שלו ועל מיקומו במשפחה ובחברה.

מפגש 5

הנושא: עולם הילד – המשך.
הפעלה: מחצית הילדים שלא דיברו במפגש הקודם, הביאו את סיפורם האישי ודיברו על המפה האישית. הדגשנו את השונה והדומה בסיפוריהם האישיים.

מפגש 6

הנושא: התמודדות עם שינויים בחיים.

הפעלה: משחק עם כדור. הילדים זרקו את הכדור מיד ליד והילד שקיבל לידיו את הכדור היה צריך לספר על שינוי כלשהו משמעותי שחווה בחייו ועל הדרך שבה התמודד עמו.

מפגש 7

הנושא: התמודדות עם שינויים בחיים – המשך.

הפעלה: הילדים שלא הספיקו לדבר במפגש השישי, ביטאו את השינויים שעברו בחייהם ועל הדרך שבה באו לידי ביטוי בחייהם ובמשפחתם. הילדים התעניינו מאוד בסיפור האישי של כל ילד בקבוצה, גילו התעניינות רבה, שאלו שאלות זה את זה והעלו התלבטויות בנושא. המנחות התייחסו לנושא בשינוי שחל בקבוצה באותו המפגש, בעקבות בקשתו של אחד הילדים לעזוב אותה. הילד היה בחרדה מפני השינוי שצפוי לו עקב לידת אח חדש בזמן הקרוב, מנישואיו השניים של אביו.

מפגש 8

הנושא: מתן ביטוי לרגשות חיוביים ושלייליים סביב השינויים והגירושין.

הפעלה: משחק קולות.

בתחילת המשחק היו הפרעות של ילדים ואב הבית של בית הספר, שביקשו לקחת ספסלים ושולחנות מהחדר, לצורך טקס שהתקיים במקום. הפרעה קשה זו במהלך העבודה בקבוצה עוררה דיון בנושאים של גבולות, כללים, כבוד וחדירה לפרטיות. הילדים הביעו כעס רב, רצו סביב החדר, ילד אחד התחבא מאחורי הווילון וכו', אך משבר זה יצר התלכדות וחיבור חזק בין הילדים נגד הגורם המפריע.

מפגש 9

הנושא: זכויות הילד במשפחה חד-הורית.

הפעלה: המנחות קראו את זכויות הילד מתוך עלון של משרד הרווחה. במהלך הקריאה התייחסו הילדים לנאמר, הביאו דוגמאות מחייהם הפרטיים ושאלו שאלות.

בחלק השני של המפגש השתמשנו בטכניקת משחק תפקידים, כדי להדגיש מצבים שונים שבהם הילדים מהווים אובייקט ומטרה למאבקים בין ההורים, ואת האופן שבו מאבקים אלה משפיעים על הילדים ופוגעים בהם. התקיים דיון סביב כל משחק תפקידים. הילדים שיחקו והגיבו בצורה אותנטית ובכאב למצבים השונים בחייהם האישיים, והדגישו את ההפסדים מול הרווחים.

מפגש 10

הנושא: אני בתוך החברה, דחייה וקבלה.

הפעלה: משחקי תפקידים (לאור בקשתם המיוחדת של הילדים) בנושאים שהילדים בחרו להביא מתוך חייהם האישיים, לדוגמה: ילד למשפחה חד-הורית שמתבייש לספר לחברים ולמורה בכיתה שהוריו גרושים. התקיימו שיחות ודיונים סביב המצבים שהועלו במשחקי התפקידים, ונוכחנו לראות שהעבודה הדרמטית היא כלי חשוב ויעיל ועוצמתי להעלאת נושאים ולחוויותם.

מפגש 11

הנושא: חלומות ומשאלות.

הפעלה: כל ילד קיבל בריסטול אישי ובנה קולז'.

מפגש 12

הנושא: סיום ופְרָדָה.

הפעלה: בתחילת המפגש התייחס כל אחד מהילדים לקולז' שבנה בפגישה הקודמת, ודיבר על משאלותיו וחלומותיו האישיים.

הקול הקבוצתי החזק ששיקף וייצג את המשאלות של כל הילדים בקבוצה היה לחיות ולגדול עם שני ההורים: שההורים ישלימו ויחזרו לחיות יחד, לטייל בארץ ובחו"ל עם כל המשפחה, כולל ההורה הלא-משמורן.

ילד בן 11 כתב: "עצוב וחבל, כי התרגלתי לקבוצה הזו ורציתי שהיא תהיה כל השנה ורציתי גם בשנה הבאה, איתכן המדריכות, דינה וסימון".

ילדה בת 9 כתבה: "לדינה, תודה על אהבתך ועזרתך. אהבתי כל מה שעשית ואני אוהבת אותך ולא אשכח אותך. ולסימון – אני אוהבת אותך ותודה על כל מה שעשית. הרגשתי נהדר וכל-כך כיף שכולם דיברו. שמחתי בקבוצה וכמעט שכחתי שההורים שלי התגרשו".

ילד בן 11 כתב: "אני מרגיש עצוב שזה נגמר ורוצה עוד מפגשים".

ילדה בת 11 כתבה: "אני מרגישה עצוב שזה נגמר. בקבוצה הרגשתי טוב ששופכים את הלב ומפסידים שיעורים. תודה רבה, הייתן נפלאות והיה כיף איתכן".

ילד בן 10 כתב: "תודה שניסיתם לרצות אותי, אבל לא כל-כך הצלחתם".

ילדה בת 9 כתבה: "טוב שיש קבוצת תמיכה מעניינת, עוזרת, אוהבת וחמה, שאני הייתי בה והיה לי מאוד כיף ושווה לבוא".

סיכום והערכה

התקיימו 12 מפגשים, אחת לשבוע, בליווי הדרכה צמודה לכל מפגש. המודל שעל-פיו עבדנו כלל ריאיון אישי עם כל ילד ושיחה עם היועצת, מנהלת בית הספר שבו לומדים הילדים, וכן שיחה מקדימה עם ההורים כדי לקבל את הסכמתם להשתתפות ילדיהם בקבוצה.

בנינו כל מפגש על-פי מבנה אחיד, שכלל חימום קבוצתי, חימום לנושא הספציפי, הפעלה, דיון וסיכום המפגש.

הקבוצה עברה תהליך דינמי של גיבוש, חשיפה, תמיכה, למידה, עבודה משותפת, אינטראקציה ופרדה. ניכר כי הילדים חשו טוב ונוח לעבוד על תכנים אישיים, משפחתיים וחברתיים, בצורה מעמיקה ובדרכים שונות, וכי נוצרה אווירה בטוחה ומגנה, שאפשרה שחרור וביטוי של רגשות ומחשבות סביב קשיים ברמות השונות.

אנו המנחות, האמונות על שתי אסכולות – עבודה סוציאלית וטיפול חווייתי – הצלחנו לשלב בהנחיה את המומחיות שלנו כמטפלות תוך הפריה הדדית, כאשר טובת הילדים בקבוצה עמדה לנגד עינינו.

לתחושתנו, ההרגשה הכללית הייתה חיובית והמטרות הושגו בהצלחה. יצרנו קשר טוב וחם עם הילדים בקבוצה. הילדים שיתפו פעולה, הביאו את עצמם בצורות ובדרכים שונות, והביעו הערכה וסיפוק מהמפגשים. לתחושתם, היה מקום לקיים מפגשים נוספים בנושא הגירושין ולעבד את הנושא בתהליך ארוך יותר.

ניכר כי קיימת חשיבות רבה בעבודה עם ילדים בכלל ובנושא הגירושין בפרט, באמצעות הפעלות, משחקים, חוויות אישיות, דרמה ודיונים, ולאחריהם סיכום והערכה של כל מפגש.

הפרדה הייתה מרגשת מאוד. הילדים כתבו לנו - המנחות, ברכות, הביעו תודה והערכה על עבודתנו והעניקו שי לכל אחת מאיתנו. הם ציינו את החשיבות והמשמעות הרבה שקיבלו, העלאת הדימוי העצמי, הערך העצמי והביטחון העצמי. הם עברו תהליך ועיבוד של הנושא הטראומטי וקיבלו הזדמנות ראשונה לעבד את הנושא ולהכיר מקרוב חברים נוספים שעברו ועוברים תהליך וחוויות דומות (הילדים דיווחו כי זו הפעם הראשונה שהם משתתפים בקבוצה מסוג זה).

אנו, כמנחות, חשות שביעות רצון וסיפוק רב מעבודתנו עם קבוצת הילדים. הרגשנו קרבה מיוחדת אליהם וחיבור עמם, ואנו רואות חשיבות רבה בעבודה עם ילדים בקבוצה סביב נושא הגירושין.

פרק ג קבוצות מקבילות או משותפות להורים ולילדים

קבוצה בחוות סוסים בירושלים להתמודדות עם סרבנות קשר

מרים בוטבול ושרה עמיטל
פקידות סעד לסדרי דין, עיריית ירושלים

במהלך סתיו 2004 התקיימה קבוצה יחודית לאימהות, לאבות ולילדים החיים במשפחות שעברו גרושין ומתמודדים עם סרבנות קשר. המטרה המוצהרת של הקבוצה הייתה לשפר את הקשר בין ההורים לילדים, תוך דגש על ביסוס הקשר בין ההורה הלא-משמורן (מסורב הקשר) לילדיו.

מתכונת הפעילות

האימהות הביאו את הילדים למפגש עם האבות בחוות רכיבה על סוסים. בזמן הפעילות נפגשו האימהות לקבוצה טיפולית. בסיום פעילות הרכיבה ומפגש האימהות חזרו האימהות והילדים לביתם, והאבות נשארו למפגש

טיפול. המפגש של האבות עם הילדים חולק לשני חלקים: האחד כלל רכיבה מוזכרת על סוסים, והחלק השני כלל טיפול בחיות בפינת החי שבחווה. כדי להקל על המשפחות אורגנה הסעה לחוות הסוסים. לקראת המפגש הראשון הוזמנו שתי הסעות – אחת עבור האימהות והילדים והשנייה עבור האבות, כדי למנוע מתיחויות שהיו עלולות להיווצר בנסיעה משותפת. לאחר המפגש הראשון אמרו המשתתפים למנחות הקבוצה שאין צורך בהסעות נפרדות, ומאז ועד סיום הקבוצה כל המשתתפים הגיעו אל חוות הסוסים בהסעה אחת.

הרציונל |

מתוך היכרות עם המשפחות שהופנו לתכנית, היה ברור שגם האבות וגם הילדים יתקשו מאוד ליצור קשר ביניהם אחרי תקופה של נתק ובעקבות השלכות של מערכת יחסים קשה בין ההורים על הילדים. הרעיון, בבסיס התכנית, היה להיעזר בסוסים ובחיות בכלל כמתווכים בין האבות ובין הילדים וכגורם משותף שיש לטפל בו ולדאוג לו בצוותא.

המשתתפים |

בתכנית השתתפו בסך הכול שש משפחות. קבוצת האבות כללה שישה משתתפים, קבוצת האימהות כללה חמש משתתפות (אחת האימהות לא יכלה להשתתף והסבתא היא שהביאה את הילד לקבוצה, אך מאחר שאינה דוברת עברית לא השתתפה בה). בתכנית השתתפו 11 ילדים (חלקם אחים).

בעמודים הבאים יוצג תקציר דוח המסכם את פעילות הקבוצה בדרכים האלה:

- (1) סיכום שאלוני הציפיות שמילאו ההורים
- (2) סיכום מפגשי הקבוצה (שכתבנו אנו המנחות)
- (3) סיכום שאלוני המשוב שמילאו הן ההורים והן הילדים.

(1) סיכום שאלוני הציפיות שמילאו ההורים

את שאלוני הציפיות מילאו ההורים במפגש הראשון של הקבוצה. התקבלו **תשעה** שאלונים.

רק הורה אחד ציין שהשתתף בעבר בקבוצה כלשהי. עבור שאר ההורים זו הייתה התנסות ראשונה בהתערבות קבוצתית.

לגבי הציפיות מהקבוצה - נחלקו ההורים לאלה שציפו כי הקבוצה תסייע להם לשפר את הקשר שלהם עם הילדים, ולאלה שעיקר ציפיותיהם קשורות לשיפור מערכת היחסים עם בן/בת הזוג לשעבר. ההורים שהתייחסו לשיפור הקשר עם הילדים התייחסו לחוויה של "גילוי מחדש" – שהילדים יגלו את אבא שלהם, את החיים שלו וכו' – גילוי שאמור להוביל לשינוי במערכת היחסים בין ההורים לילדים.

לגבי הציפיות ממנחות הקבוצה, ארבעה הורים ביקשו לקבל עזרה והכוונה בהתמודדות עם מצבם המשפחתי, אחרים ציינו שהם מצפים מהמנחות להשפיע על התפקוד של "הצד השני" – הדרכה, ייעוץ והכוונה לאם בכל הקשור לקשר אב-ילדים. הורה אחד ציין שהוא מצפה כי המנחות יסייעו לו להוכיח את חשיבות הקשר שלו עם הילדים.

התמודדות אישית

1. ההורים התבקשו לציין את הדברים העיקריים הקשורים לטיפול בילדים בעקבות הגרושין שאיתם הם מצליחים להתמודד. שלושה הורים ציינו שהם מצליחים להמשיך למלא את התפקידים ההוריים – הקשבה, סובלנות, הבנה, ולהיות רגועים ושמחים עם הילדים. אם אחת ציינה שהיא מצליחה לתת לילדים שלה הרגשה של משפחה למרות המשבר, ואב אחד אמר שלמרות ההסתות של אשתו נגדו הוא מצליח לשמר קשר כלשהו עם ילדיו. אב נוסף אמר שהצליח לבנות קשר התחלתי עם הילד שעליו נודע לו רק זמן קצר קודם לכן.

2. בשאלה הבאה ההורים התבקשו לציין את הקשיים העיקריים הקשורים לטיפול בילדים בעקבות הגרושין שאיתם הם מתמודדים. ההורים ציינו קשת רחבה של קשיים – מנתק מוחלט בינם לבין הילדים והתמודדות עם הקשיים של הילדים בעקבות מערכת היחסים הקשה בין ההורים, דרך קשיי חינוך של ההורה המשמורן והתמודדות עם הסתות של ההורה

הלא-משמורן; התלבטות בנוגע לאופן ההתנהגות הרצוי של ההורה עם הילדים בזמן הביקורים וקשיים טכניים בביקורים עצמם (כמו קשיים כלכליים ועוד).

3. ההורים התבקשו לציין את הנושאים העיקריים המעסיקים את הילדים שלהם בעקבות הגרושין. שלושה הורים התייחסו לבלבול של הילדים כתוצאה מהגרושין וממערכת היחסים הקשה בין ההורים – האם יש לילד אבא, מה זה אבא, האם רוצה קשר עם אבא וכדו'; שני הורים התייחסו לבקשות החומריות של הילדים מההורה הלא-משמורן – תחושה של סחטנות מצד הילדים מצד אחד, ובקשות המעידות על הבדלים משמעותיים באורח החיים של ההורים מצד אחר (רצון לצפות בטלוויזיה, רצון ללכת לאירועי תרבות שונים וכדו').

4. ההורים התבקשו לציין את הדברים העיקריים שהם רוצים שיקרו בעקבות השתתפות משפחתם בקבוצה. שבעה אבות דיברו על שיפור הקשר שלהם עם ילדיהם; שבעה אמהות דיברו על שיפור הקשר שלהם עם האישה; שני הורים אמרו שהם מקווים שהילדים יזכו בבתים רגועים ויציבים יותר, עם לתפקוד נורמטיבי של משפחה למרות הגרושין.

5. לבסוף התבקשו ההורים לתאר את המצב במשפחתם בתחומים שונים.

(2) סיכום המפגשים

בסך הכול התקיימו 12 מפגשים. כל מפגש כלל קבוצה לאימהות (שהתקיימה בזמן שהאבות היו בפעילות הרכיבה עם הילדים) וקבוצה לאבות (אחרי שהילדים הלכו הביתה עם האימהות).

תיעוד מפגשי הקבוצה התבצע בעזרת טופס תיעוד המורכב משני חלקים עיקריים. החלק הראשון היה פתוח וכלל התייחסות לנושא המפגש, התכנית, הביצוע בפועל ותגובות רגשיות מיוחדות של המנחות ושל הקבוצה. החלק השני מורכב מכמה מדדים כמותיים על התנהלות המפגש ומתגובות של המשתתפים. ההתייחסות למדדים הייתה על סולם בן חמש דרגות, כאשר: 1 = מאוד לא טובה ו-5 = טובה מאוד.

הנקודות המרכזיות שעלו מהגרפים ומהדיווח המילולי על הפגישות

קבוצת האבות

1. מתוך סיכומי המפגשים עולה צורך בולט של האבות להתחלק בחוויות שהם עוברים בקבוצת תמיכה ולקבל עידוד מגברים המתמודדים עם סיטואציית חיים דומה.
2. היה ניסיון להשתמש בהפעלות מגוונות בפגישות השונות. נראה שבחלק מהמקרים האבות התחברו להפעלות אלו.
3. מרבית הפגישות לא התנהלו לפי התכנית של המנחות – לא מבחינת הנושא ולא מבחינת ההפעלה. הסיבה העיקרית לכך היא העובדה שהמנחות זיהו קושי של האבות להתייחס לקשריהם עם הילדים בלי לדון קודם לכן בקשר שלהם עם פקידות הסעד ובתחושותיהם לגבי אחריותן לאופי הקשר שלהם עם הילדים. לפיכך, שלוש פגישות הוקדשו ליחס למנחות, לפקידות סעד ולהליך המשפטי. זהו נתח גדול מאוד מהפגישות, בהתחשב בעובדה שזה לא היה הנושא והמוקד של התכנית. עם זאת, יש לחזור ולהדגיש שזו לא הייתה התוכנית המקורית וכי השינוי נבע מצורך בולט של האבות ומתחושה שללא התייחסות לכך לא יתאפשר להתקדם לנושאים נוספים. עם זאת, ברור שפגישות אלו גזלו זמן יקר מהעיסוק בקשר של האבות עם ילדיהם.
4. לאור הנקודה הקודמת יש לשקול האם מתאים שפקידות סעד ינחו קבוצה שבה עולים תכנים כה טעונים, מפני שהם נוגעים בלב הקונפליקט עם פקידות הסעד. במקרים כאלה נדרשת מהמנחות ערנות יתר כדי לא להגיב לטענות של האבות כפקידות סעד, אלא כמנחות קבוצה טיפולית. נוסף על כך, ייתכן שיש להשקיע מאמץ "לפרק" את הרגשות הקשים האלה בשיחות אישיות עם המנחות לפני תחילת הקבוצה, כדי שיוכלו להתפנות לעיסוק בנושא העיקרי שלה.
5. אולי יש מקום לקשור בין רגשות תסכול של האבות במגעם עם המחסד ובין הקשר שלהם עם הילדים – האם "נלחמים" במערכת על חשבון הקשר עם הילדים, איך עושים הפרדה וכדו'. בדרך זו אפשר לשלב בין המחסום של האבות ובין מטרת הקבוצה.

6. ייתכן שהיה צריך לייחד פגישה אחת או שתיים לכאב שבאבדן האבהות. אולי אז היו האבות מרגישים ששומעים אותם כמו שלא שמעו אותם בעבר, ומתפנים לעבוד על הקשר עם הילדים בהווה ובעתיד.
7. נעשה ניסיון לראות בחוויית הרכיבה הזדמנות ללמוד על הקשר עם הילדים ולשפר אותו. אולי כדאי בתכניות כאלה לפרוס את המפגשים לנתחים קטנים, ולעזור לאבות להתייחס לשינויים הדקים ולחיבורים הקטנים בינם לבין הילדים, למשל, כמו שצוין במפגש הראשון, כשילדה שמה את ידה על אביה והוא הרגיש שזו הפעם הראשונה לאחר זמן רב, שהיא סמכה עליו. צבירת חוויית כאלה והארתן עשויות לחזק את האבות להמשיך במאמציהם. ייתכן שניסיונות אלה נעשו, אך הדבר לא עלה בבירור מסיכומי הפגשות.
8. בהמשך לנקודה הקודמת, נדמה שיש חשיבות להבנות בתכנית כזו מפגשים קבועים בין מדריכות הרכיבה ובין מנחות קבוצות ההורים. המטרה היא להעביר מידע בצורה שיטתית ולחדד סיטואציות המתרחשות בזמן הרכיבה, כדי שיתאפשר לעסוק בהן במפגשים הקבוצתיים של האבות לאחר מכן.

קבוצת האימהות

1. כמו בקבוצת האבות, בלט מאוד הצורך של האימהות בקבוצת תמיכה והצורך לחלוק בחוויית ובקשיים ולקבל עידוד מנשים המתמודדות עם סיטואציית חיים דומה. יש להדגיש שהאימהות כמעט לא היו מעוניינות לדון בתרומה שלהן לקשיים בקשר בין האבות לילדים.
2. גם בקבוצה זו נעשה שימוש בהפעלות מגוונות כדי להתייחס לנושאים השונים. נראה שהאימהות התחברו למרבית ההפעלות והדבר היווה פתח לדיונים אישיים פוריים.
3. מעניין שאצל הנשים הושם דגש מועט יותר על הקשר עם ה"מערכת", פקידות הסעד וכו'. האם יש להן פחות כעסים? האם העובדה שהמנחות הן נשים מפחיתה את עוצמתם? אם כן, יש לשקול לצרף מנחה גבר לקבוצת האבות כדי להקל על המתחים ולאפשר עבודה על תכנים.
4. כתוצאה מחוסר הרצון של האימהות להתייחס לקשר בין האבות והילדים ולחלקן בקשר זה, לא הייתה התייחסות רבה לנושא סרבנות הקשר – לא מצדן ולא מצד הילדים. מסיכום המפגשים מתקבל הרושם שזו קבוצה

- "רגילה" לעיבוד גירושין. כדאי לחשוב על אפשרויות להתייחס לנושא מרכזי זה של הקבוצה בלי שהנשים ירגישו שמטילים עליהן את כל האחריות, וכך תוכלנה אולי לחשוב על הטוב ביותר עבור ילדיהן.
5. בחלק מהפגישות הסיכומים של המנחות לא היו מלאים. על שתי פגישות אין כלל דיווח, ובפגישות האחרות הדיווח לעתים, בעיקר על תחושת המנחות, מצומצם מאוד.
6. נראה שהאימהות התרגשו מאוד ממכתבי הסיכום של המנחות שאותם קיבלו בפגישה האחרונה. ההתייחסות האישית של המנחות אל כל אחת מהן הייתה משמעותית עבורן.

באופן כללי אפשר לראות שגם האבות וגם האימהות הרגישו שנתרמו מהקבוצה והפיקו ממנה תועלת לשיפור הקשר ביניהם לבין הילדים. עם זאת יש תחושה שההתייחסות לנושא הסרבנות לא הייתה מספקת בגלל הקושי העצום להתגבר על מחסומים שונים הן של האבות והן של האימהות. ברור גם שקבוצה המיועדת למשפחות החוות סרבנות קשר, אינה יכולה להיות קבוצה קצרת מועד. ייתכן שיש מקום להשתמש בטריגר כה אטרקטיבי כמו רכיבה על סוסים כדי לאפשר את תחילתו של השינוי, אך יש לחשוב על מתכונת נורמטיבית יותר (וגם זולה יותר) להמשך המפגשים בין האבות ובין הילדים ולהמשך הליווי הקבוצתי להורים.

(3) סיכום שאלוני המשוב שמילאו ההורים והילדים

שאלוני משוב להורים

בסיום הקבוצה הועברו להורים שהשתתפו בה שאלוני משוב. התקבלו עשרה שאלונים.

מידת שביעות הרצון מהקבוצה

ההורים התבקשו להתייחס למידת שביעות הרצון שלהם ממרכיבים שונים של הקבוצה. מרבית ההורים שהשתתפו בקבוצה היו שבעי רצון מרכיביה השונים – גם אלה הקשורים למנחות (תוכני הקבוצה, היחס למשתתפים

וכו') וגם ביחס לאווירה הקבוצתית ולעבודה המשותפת (מידת ההקשבה והפתיחות, מידת שיתוף הפעולה וכו'). ההורים הביעו רמות גבוהות של שביעות רצון.

התמודדות אישית

כמו בשאלוני הציפיות, התבקשו ההורים להתייחס למצב במשפחתם בתחומים שונים. המטרה הייתה לבדוק האם חלו שינויים בעקבות ההשתתפות בקבוצה. מסתמנת ירידה קלה במספר ההורים שצינו שיש בעיה חמורה בקשר שלהם עם בן הזוג לשעבר בנוגע לילדים.

ההתמודדות בעקבות ההשתתפות בקבוצה

בשאלות הבאות התבקשו ההורים להתייחס לשינויים שחלו אצלם בעקבות ההשתתפות בקבוצה. תשעה הורים ציינו שחלו אצלם שינויים, ורק הורה אחד ציין שלא חלו אצלו שינויים בעקבות ההשתתפות בקבוצה. ההורים שצינו שחלו אצלם שינויים התבקשו לפרט את השינוי. ניתן להבחין בין הורים שצינו את השינויים בקשר שלהם עם הילדים, ובין אלה שצינו דווקא שינויים אישיים אצלם – מודעות, ביטחון עצמי, קבלת תמיכה וכו'; שמונה משתתפים אמרו שהם התחילו ליישם בבית דברים שנלמדו בקבוצה. ההורים התבקשו לציין אם יש דברים שקל להם יותר להתמודד איתם כיום בקשר עם הילדים. ההורים שענו על שאלה זו התייחסו לתחומים שונים. נוסף על כך התבקשו ההורים לציין אם יש דברים שקל להם יותר להתמודד איתם כיום בקשר עם בן/בת הזוג לשעבר בנוגע לילדים. ארבעה הורים אמרו שאין שום דבר שקל להם יותר בו כיום בקשר עם בן/בת הזוג לשעבר. לעומתם, ארבעה הורים אחרים ציינו שינויים או אף פתחים לשינוי שחלו בקשר עם בני הזוג לשעבר. בשאלה האחרונה התבקשו ההורים לכתוב את הדבר העיקרי שהם יזכרו מהקבוצה.

ב. שאלוני משוב לילדים

סך הכול התקבלו עשרה שאלוני משוב מהילדים שהשתתפו בתכנית. תחילה נשאלו הילדים על חוויית הרכיבה על הסוסים. אפשר לראות שהילדים מתחלקים בין אלה שנהנו מאוד מהחוויה ומההזדמנות לגלות את הסוסים ועולמם, ובין אלה שהביעו עמדות מסויגות יותר. בשאלה השנייה נשאלו הילדים על חוויית הטיפול בחיות. כמו בשאלה הקודמת, אפשר להבחין בין ילדים שנהנו מאוד מחוויית הטיפול בחיות לבין ילדים שהביעו התלהבות מסויגת יותר:

תשעה ילדים אמרו שזמן הרכיבה והטיפול בחיות הספיק; שישה ילדים אמרו שהיה להם נעים מאוד לבלות זמן עם אביהם; שלושה ילדים אמרו שבילוי הזמן עם אבא היה "ככה-ככה"; תשעה ילדים אמרו שמשך הזמן שהיה להם לבלות עם אביהם הספיק להם; שבעה ילדים אמרו שהם למדו על אבותיהם דברים חדשים במהלך המפגשים, ושלושה ילדים אמרו שהם לא למדו דברים חדשים על האבות; רק ארבעה ילדים אמרו שהאבות שלהם למדו דברים חדשים עליהם בעקבות החוויה המשותפת וחמישה ילדים אמרו שהאבות לא למדו עליהם דברים חדשים; שישה ילדים אמרו שהחוויה המשותפת עזרה להם להתקרב לאביהם ושלושה ילדים אמרו שהחוויה לא עזרה בכך; שישה ילדים אמרו שהם חושבים שעכשיו יהיה להם קל יותר להיות בקשר עם האבא, וארבעה ילדים לא הסכימו עם אמירה זו; רק שלושה ילדים אמרו שיש להם דברים שהם לא הספיקו או לא רצו לספר לאבא שלהם. רק ילדה אחת פרטה ואמרה: "יש דברים שאני לא רוצה לספר לו בכלל". מבין הילדים שאמרו שהם אינם מסתירים מהאב דבר, ילד אחד ציין: "אני מספר לאבא שלי הכול ולפעמים הוא נותן לי עצות"; שמונה ילדים אמרו שהם שיתפו את אמם בחוויית המפגשים עם האב ושני ילדים אמרו שהם לא שיתפו אותה. לאחר מכן התבקשו הילדים לתאר את חוויית המפגש עם ילדים אחרים שהוריהם התגרשו. נראה שמרבית הילדים הרגישו בנוח במפגש עם ילדים אחרים.

לבסוף התבקשו הילדים לציין את דעתם על המדריכות. שישה ילדים אמרו שהן היו טובות מאוד, שלושה ילדים אמרו שהן היו טובות, וילד אחד אמר שהמדריכות היו לא כל-כך טובות.

דיווחים ממדריכות הרכיבה על הקשר של האבות עם ילדיהם

בסיום כל מפגש מילאו מדריכות הרכיבה טפסים על הקשר בין האבות ובין הילדים במהלך הפעילות. המדריכות התייחסו לארבעה מרכיבים בקשר: הקרבה הפיזית של האב לילד, ההתייחסות המילולית של האב לילד, פניית הילד לאבא לשם קבלת עזרה ואופי האינטראקציה בין האחים. מידת ההתייחסות סומנה בסולם בן חמש דרגות כאשר 0 = כלל לא (אין קרבה) ו-4 = קרבה במידה הגבוהה ביותר. את הטופס חיברו המדריכות.

סיכום

1. אין ספק שהקבוצה ענתה על צורך ברור הן של האבות והן של האימהות. שתי הקבוצות ציינו את התרומה של התמיכה ההדדית, ההתייחסות לחוויות דומות ושונות של המשתתפים האחרים וכו'.
2. חלק מהאבות אף ציינו את התרומה של הקבוצה לקשר שלהם עם הילדים. גם הגרפים האישיים מעידים על משפחות שבהן חלו שינויים באינטראקציה בין האבות ובין הילדים במפגשים השונים ועל התקרבות מסוימת ביניהם.
3. בזכות מילוי כל הטפסים לאורך התוכנית – ציפיות ומשוב להורים ולילדים, תיעוד המפגשים על-ידי המנחות ומעקב אחר האינטראקציה בין האבות והילדים – אפשר לקבל תמונה מקיפה על המפגשים השונים ועל התכנית בכללותה. כפי שצוין, בכמה מקרים הטפסים לא מולאו במלואם, דבר שהופך את הממצאים ללא-שלמים.
4. אפשר להבחין בקושי להתייחס לנושא של סרבנות קשר. הקושי בא לידי ביטוי בעובדה שהמטרה המוצהרת של התכנית לא התייחסה לנושא של סרבנות הקשר. בקבוצת האבות נדמה שנושא זה לא עלה בצורה מספיק ברורה. בקבוצת האמהות נעשה ניסיון להתייחס לכך ישירות (בפגישה מספר 9) אך האימהות לא שיתפו פעולה ואף הביעו תרעומת רבה על כך שמטילים עליהן את האחריות לקשר בין הילדים לאבותיהם. אין ספק

שנוצר אצלם מושג אל מול מי יעמדו בבואם למפגש הראשון, עובדה שהייתה משמעותית עבורם ועזרה להם.

התנהלות הקבוצה

פורמט הפעילות היה עבודה משותפת של האב והבן, תוך חשיבה משותפת והיית רעיון. ניתן חופש ליצירתיות של כל אחד, תוך שימת דגש על תקשורת ושיתוף הפעולה בין האבות והבנים. ההנחיה הזמינה תהליך והתפתחות של יצירה. בסוף כל מפגש נערכה שיחת סיכום ובה הועלו תכנים שונים בנוגע לעבודה המשותפת ולקשר בין האבות לבנים:

1. בילוי זמן יחד, האם מתאפשר וכמה.
 2. קיום תחומי עניין משותפים והדרך לפתח אותם.
 3. מחשבות על חוויית קשר בין-דורי – העלאת זיכרונות והשפעתם על הקשר אב-בן כיום.
 4. ציפיות של האבות מהבנים ולהפך, וכיצד הן משפיעות על הקשר.
 5. אילו גבולות להציב לילדים, כיצד להציבם ובאיזו מידה, וכן ראיית הילדים את הנושא.
 6. העניין שבעבודה המשותפת עם הילדים.
- כמו כן הועלו ענייני דיומא, תוך שיתוף, התייעצות ואף תמיכה בין חברי הקבוצה ובינם לבין המנחים.
- לקראת מפגש הסיום צילמו המנחים את העבודה המשותפת של כל משפחה, וכל משפחה קיבלה תמונה למזכרת. במפגש העשירי והאחרון של הקבוצה נערכה תערוכה שבה כל משפחה הציגה את עבודתה, ונערך סיכום ומשוב.

כללי הקבוצה

1. הגעה משותפת (אב ובן) למפגשים, ומחויבות להתמיד
 2. הגעה בזמן, שמירה על כללי זהירות בקשר לכלי העבודה
 3. הגעה ללא מלווים אחרים (שכנים או חברים)
 4. שמירת העבודות במקום עד למפגש האחרון
- החוקים נקבעו כדי לסייע ביישום מטרות הקבוצה, ביצירת אינטימיות ובדחיית סיפוקים.

ההנחיה

את הקבוצה הנחו ג'ף פרידמן, עובד סוציאלי חיצוני בעל ידע בנגרות, וטל יקואל, סטודנטית שנה ב' לעבודה סוציאלית. ההנחיה התייחסה לתהליכים שהתרחשו בין בני המשפחה ולא התערבה בעשייה עצמה.

פרופיל המשפחות

המשפחות הופנו על-ידי יועצות ופסיכולוגיות בבתי הספר היסודיים וחיטבות הביניים בעקבות פנייה של הלשכה, וכן על-ידי עובדות סוציאליות בלשכה שראו לנכון להפנות את המשפחות על רקע קשיים שונים. טווח גילאי הילדים שהוגדר היה 10-14.

הקבוצה נפתחה עם שבעה אבות ושבעה ילדים. לאחר שבעה מפגשים נאלצה משפחה אחת לפרוש בשל עזיבת הילד לפנימייה, וכך נותרו שישה אבות ושישה ילדים. משפחה אחת לא הגיעה לשתי הפגישות האחרונות (הודיעו על כך), ומשפחה נוספת נעדרה במשך ארבעה מפגשים (לסירוגין) בשל נסיעות האב. שאר המשפחות התמידו לאורך הפגישות.

משפחה ח'

פרופיל: אב וילד (11). המשפחה הופנתה על-ידי יועצת בית הספר על רקע לקויות למידה וביטחון עצמי נמוך של הבן. האב דעתן ומעורב מאוד. בתחילה גילה חשדנות רבה כלפי הקבוצה, מטרתה וסיבת ההפניה אליה.

תפקוד בקבוצה: המשפחה הגיעה בקביעות לכל המפגשים. כאמור, בתחילה היה האב חשדן מאוד וחש כי בוחנים אותו. במהלך הפגישות "התרכך" ותפס את מקום המייעץ ובעל הדעה בשיחות הסיכום. בנו הראה מוטיבציה רבה לפעילות וליצירת קשר עם הילדים האחרים. הם התקשו למצוא רעיון שיהיה מקובל על שניהם, ונעזרו לשם כך במנחים. לאב היה חשוב שהרעיון יהיה של בנו, אך הוא פסל את מרבית רעיונותיו. במהלך המפגשים נראתה עבודה משותפת שלהם, שהתאפיינה במתן הוראות של האב לבנו ובתפעולו, וניכר כי נתן לבנו הרגשה כי הוא חלש וזקוק לו

(לאב). הם עבדו יחסית עם עצמם והיוו למעשה יחידה נפרדת מהקבוצה עד למפגשים האחרונים, שבהם נפתחו יותר. בסך הכול עבדו יפה, בשיתוף פעולה, והצליחו ליצור שתי יצירות – "חמסה" וקופסה לקלפים.

התערבות: ההתערבות עם המשפחה הייתה בעיקר בהכוון למציאת רעיון ליצירה, תוך מתן דגש על הקשבה של האב לבנו. האב תיאר קשר קרוב ומעורב עם בנו ובילוי זמן משותף יחד, אך בפועל נראה ריחוק ביניהם וביקורתיות רבה של האב כלפי בנו. הבן נראה חלש אל מול אביו הדעתן. המנחים ניסו לתת לבן חיזוקים דרך מתן גיבוי לרעיונותיו ובכך לתת דוגמה לאביו. נוצר הרושם כי האב מציב מגננות רבות בפני חברי הקבוצה ובפני המנחים. באחד המפגשים העיר כי אולי לחלק מהאנשים לא מתאים לדבר בכנות כזו מול אנשים שאינם מכירים. ניכר אצלו קושי בחשיפת נושאים אישיים מול הקבוצה.

משפחה ש'

פרופיל: אב וילד (14). המשפחה הופנתה על-ידי יועצת בית הספר על רקע קשיי התנהגות של הבן בבית הספר. הבן מבריק וחכם ביותר ונראה כי אינו מסתדר במסגרת הקיימת בבית הספר, ועל רקע זה יש מתחים בבית. בריאיון האישי התרשמו המנחים מקשר מרוחק ביותר עם האב. הבן כעס עליו וסירב להגיע לקבוצה. לבסוף הם היו המשפחה המתמידה ביותר במפגשים.

תפקוד בקבוצה: המשפחה עברה תהליך משמעותי במהלך הפגישות – מחוסר רצון מוחלט של הבן להגיע למפגשים, ועד הבעת רצון שלו לקיום קבוצת המשך. האב והבן עבדו יחד ובשיתוף פעולה במהלך כל הפגישות, חשבו והעלו רעיונות יחד, ובנו "כוורת" לספרים גדולה עבור הילד. בתחילה נראה בקשר ביניהם ניכור מסוים, עצב וריחוק, אך במשך הזמן הפגינו הקשבה הדדית, התייעצות ואכפתיות, גם כלפי שאר חברי הקבוצה. הבן יעץ לאחרים בנושאים טכניים בבנייה, הראה מעורבות וגילה עניין, והאב החמיא לו על יכולותיו. בשיחות הסיכום האב שיתף רבות את הקבוצה במחשבותיו ובחוויותיו כקאב, דיבר על הציפיות מילדינו ועל הקושי שלו להציב להם גבולות. בסיום אמר כי הקבוצה הייתה משמעותית מאוד עבורו, וגילה שבילוי זמן עם הבן הוא רק עניין של רצון.

התערבות: בתחילה נעשתה פעילות חיזור כדי שגיעו למפגשים. החיזור עזר וההנאה מהקבוצה היא שגרמה להם להמשיך לבוא. עם המשפחה כמעט לא נעשתה התערבות בתהליך, כיוון שהתהליך התרחש מעצמו. בהתחלה היה צורך בהצבת גבולות – להזכיר לאב לא לענות לשיחות טלפון במהלך המפגש, להגדיר את מסגרת המפגש, שיחת הסיכום וההגעה בזמן, אך נראה שהפנימו זאת וההגעה למפגשים נעשתה יותר ויותר חשובה עבור שניהם. הם העידו על הנאה רבה מהעבודה ומהזמן המשותף.

משפחה ש'

פרופיל: אב וילד (15). משפחה חרדית, חוזרת בתשובה, סובלת מקשיים כלכליים רבים. הבן עבר תאונת דרכים שהשפיעה עליו רבות והותירה אותו עם קשיים נפשיים ופיזיים, מצוקה חברתית, חוסר הסתגלות לבית הספר, ובעיות משמעת ותקשורת עם הוריו. המשפחה הופנתה על-ידי העובדת הסוציאלית שטיפלה בה מתוך רצון לחזק את הבן ואת הקשר בינו לבין האב.

תפקוד בקבוצה: האב והבן הביעו מוטיבציה רבה להגיע לקבוצה, ואכן התמידו להגיע לכל מפגש, עד שנאלצו לעזוב בעקבות מעבר של הבן לפנימייה. האב, שמנוסה בעבודות יד, היה בעל הרעיונות והיד היצירתית, והבן היה לו לעזר. לבן קשיים במוטוריקה, אך הוא השקיע מאמץ גדול מאוד במהלך העבודה. נראה היה שיתוף פעולה ביניהם, אך תוך ריחוק מסוים. הבן ביישן, מסוגר מאוד בעצמו, התקשה לשתף, אך כשהמנחים פנו אליו באופן אישי הגיב באופן נעים. האב העיד על קרבה ביניהם ועל כך שהוא מקדיש זמן לבנו. בפועל נראה היה שהבן מכבד את אביו, אך לא ניכרו חום או קרבה. הם בנו כמה יצירות בעץ – מתקן לברכונים, שעון, מתקן למפתחות – הכול בצורה יצירתית ומושקעת מאוד.

התערבות: כמה פעמים נאלצו המנחים להציב גבולות לאבא בנוגע למידה שבה הרשה לעצמו להביע חום וקרבה כלפי ילדים אחרים בקבוצה. הוא הבין זאת והפנים. ברוב המפגשים נראו השניים כאילו כל אחד בעולמו שלו, נראו מוטרדים ועבדו בנפרד. לא היה ניסיון ללחוץ עליהם לעבודה משותפת כי היה ביניהם שיתוף פעולה מסוים. עצם השיתוף שלהם את המנחים ואת

הקבוצה בקשיים שונים ובהתלבטויות לגבי מסגרת עבור הבן, נראה שתרגם להם מאוד, כמו גם עצם הפעילות היצירתית והזמן המשותף.

משפחה ב'

פרופיל: אב וילד (13). הבן מופנם מאוד, בעל דיסלקציה קשה, חכם מאוד אך "נעלם", אינו מתקשר כמעט עם סביבתו. הופנה על-ידי המחנכת בבית הספר במטרה לחבר אותו יותר לאביו ולעזור לו לצאת מה"קונכיה" שבה מסתתר. הבן הופנה לטיפול בעבר, שנכשל עקב קשייו להיפתח.

תפקוד בקבוצה: במהלך הפגישות התגלה קשר חם מאוד בין האב לבנו. האב נראה מודע מאוד ליכולותיו של הבן, הביע רגישות כלפיו וחיזק אותו על דברים שעשה. התקשורת עם הבן קשה ומורכבת, והאב השקיע מאמצים רבים בכך. הם עבדו בשיתוף פעולה רוב הזמן, ובנו כמה עבודות יפות ויצירתיות. נראה שהיה חשוב להם מאוד להגיע למפגשים. הדבר ניכר במיוחד בהשקעה הרבה שנדרשה מהאב כדי להגיע ממקום עבודתו הרחוק. האב הוא איש חם וחייכן, יצר קשר עם שאר האנשים בקבוצה, ותרגם בשיחות הסיכום לפיתוח הדיון. הבן, על-אף קשיי התקשורת שלו, נראה מודע לסביבתו והגיב אליה. במפגשים האחרונים גם צחק והרגיש חופשי יותר.

התערבות: הניסיונות של המנחים לתקשר עם הבן ולשמוע ממנו על חוויותיו לרוב נענו בתשובות חלשות וקצרות, כאשר האב שימש הדובר. ההתערבות נעשתה באמצעות שיחה עמם ובחיזוקים כלפיהם על המאמצים הרבים שהם משקיעים כדי להגיע למפגשים. נראה שעצם ההשתתפות בקבוצה תרמה לחיזוק הקשר ביניהם ולבילוי זמן איכותי ביחד. כך העיד גם האב בסיום התהליך.

משפחה י'

פרופיל: אב וילד (10). המשפחה מטופלת תקופה ארוכה בלשכת הרווחה על רקע כלכלי קשה ומצב משפחתי מורכב, הכולל אלימות וקשר רופף ולא ברור עם האב. הילד הוא בן זקונים במשפחה, והאב מבוגר יחסית. המשפחה הופנתה על-ידי העובדת הסוציאלית המטפלת בה כדי לחזק את הקשר בין האב לבנו.

תפקוד בקבוצה: אף שהמשפחה לא הגיעה לריאיון האישי, ובניסיונות עבר היה סירוב שיתוף פעולה במסגרות כאלה, הם התמידו להגיע לפגישות והעידו על הנאה רבה מהן. האב הפגין חום כלפי הילד, נתן מקום לדעותיו, הקשיב לו ועבד עמו תוך שיתוף פעולה והקשבה. האב דומיננטי מאוד, גם מול בנו וגם בתוך הקבוצה, אך לא נראתה תוקפנות או כפייה כלפי הבן. הוא היה מתבדח הרבה, מביע את דעותיו בצורה יפה וכנה בכל שיחת סיכום, וציין לכל אורך הפגישות את המשמעות של הזמן המשותף עם בנו בקבוצה, זמן שלא מתאפשר לו בהזדמנות אחרת. הוא העריך מאוד את קיום הקבוצה (אף שבתחילה לא הבין את מטרתה), והביע נכונות להמשיך בקבוצה נוספת. במהלך הפגישות בָּנו שובך לתופי שהאב קנה במיוחד, ואמר שהוא לא מגיע לקבוצה בשביל השובך (שיכול לקנות בקלות), אלא עבור הזמן עם בנו. נבצר מהם להגיע לשני המפגשים האחרונים, והם הביעו צער על כך.

התערבות: המנחים שימשו מודלינג לאב כיצד להקשיב לרצונות של בנו, ללמוד להכיר אותו יותר וכיצד לנסות וליישם את רעיונותיו יחד. האב רצה מאוד ללמוד מהמנחים, ונראה שרצה גם להקדיש את הזמן לבנו. ההתערבות כללה שיקוף לגבי רגשות הבן כדי לעזור לאב ביצירת קשר עמו, וכן הצבת גבולות – איסור על כניסת חבר לאחד המפגשים ואי-לקיחת עבודות הביתה.

משפחה ח'

פרופיל: אב וילד (11). לילד קשיי התנהגות ודימוי עצמי נמוך. האב הרבה להיעדר מהבית לרגל נסיעות עסקים לחו"ל. המשפחה הופנתה על-ידי בית הספר על רקע קשייו של הילד וכדי לחזק את הקשר עם אביו. המשפחה גם מטופלת בלשכה עקב עבר משפחתי מורכב.

תפקוד בקבוצה: האב ובנו הגיעו לשישה מתוך עשרת המפגשים בשל נסיעות האב, לכן לא עבדו על יצירה אחת, אלא בכל מפגש יצרו משהו אחר. לאב יש יכולת אמנותית, והוא מתמחה בעבודות יד שונות, כך שיצירותיהם היו מגוונות: תיבת נוח, עפיפון, מטוס קל, חד-אופן – ונעשו באמצעות חבלים וחומרי יצירה פשוטים. האב נהג לשתף את בנו והנחה אותו במהלך העבודה, אך רוב הרעיונות היו שלו. בחלק מהמפגשים נראו

מרוחקים, וכל אחד עבד לבד, ובאחרים שיתפו פעולה תוך הרבה הומור וחום הדדיים. הילד חכם מאוד ואומר לאביו את מה שהוא מרגיש, וגם האב, מצדו, פתוח לשמוע. הבן היה מאבד את סבלנותו בקלות ומסתובב בין שאר חברי הקבוצה, בעוד אביו היה ממשיך לעבוד. נראה שהבן חיפש קשר עם שאר הילדים, ואכן יצר קשרים והיה הילד היחיד שהעז לדבר וחש נוח בשיחות הסיכום. האב היה לעתים מעורב בשיחות והשמיע את דעתו, ולעתים נראה טרוד ולא התחבר לסביבתו.

התערבות: הצבת גבולות – כאשר המשפחה לא הגיעה לשתי פגישות רצף, נערכה שיחה טלפונית עם האב. הוא הביע צער על ההיעדרות ורצה שבנו יגיע לאחד המפגשים עם הסב, במקומו. על-אף הרצון שבנו לא יחמיץ מפגש נוסף, החליטו המנחים לא לאפשר זאת כדי לא לפגוע ברצף ובתהליך שהחל ביניהם ובתוך הקבוצה. האב הבין והסכים. המנחים ניסו גם לעזור לילד ליזום יותר רעיונות ולהיות יותר מעורב בעבודה עם אביו.

משפחה ש'

פרופיל: אב וילד (14). המשפחה ירדה מנכסיה וסובלת מקשיים כלכליים רבים. הבן חלש בלימודים, אובחנו אצלו רמה גבוהה של חרדה, דימוי עצמי נמוך וניתוק ממבוגרים. המשפחה הופנתה על-ידי העובדת הסוציאלית המטפלת, כדי לאפשר להם זמן משותף ואיכותי והזדמנות להתקרב.

תפקוד בקבוצה: האב איש קשה, תוקפני, קולני מאוד וקשוח, ניכר אצלו חוסר במיומנויות הוראת בסיסיות להוראת. הוא היה משמיץ ואף משפיל את בנו אל מול הקבוצה בצורות שונות, לוחץ עליו לדבר בשיחות סיכום, אומר שהוא "כישרון מבובז", "לא לומד, לא עוזר בבית, לא עושה כלום", וש"אין לו דבר אחד טוב". האב היה יושב, נתן הוראות לבנו מה להביא ומה לעשות בטון דיבור צעקני וקשה, ובנו היה עושה כדבריו, אך למרות זאת היו עובדים זה ליד זה תמיד וביחד. הילד נראה מפוחד מאביו, כנוע וחלש מאוד לידו. לעתים היה עונה לו וגם אז תוך כלימה והתכופות. מעניין היה לראות שבצורה הפוכה להתנהגות התוקפנית של האב, העבודות שבחרו לעשות דרשו עבודה עדינה מאוד ומדויקת. הם יצרו פריטים קטנים תוך ריכוז רב והקפדה על ביצוע מושלם. בהתחלה האב היה מסתגר בעצמו, ללא

התייחסות לסיביבה ולקבוצה, ובמהלך הזמן נפתח, שיתף מאוד בשיחות הסיכום, ובסוף תיאר את הקבוצה כ"משפחה קטנה" ואמר שהמפגשים אצלו בסדר עדיפות גבוה ותרמו לו מאוד. שאר האבות בקבוצה הזדהו מאוד עם הילד, ואף נחלצו "להגן" עליו מפני ההשפלות של אביו. האב הביע רצון להשתתף בקבוצת המשך כלשהי, גם בנושא הורות.

התערבות: למנחים היה קשה להתקרב אל האב. נראה היה כי כל ניסיון ללמדו ולהעביר לו מסר מסוים לא עזר ולא דיבר אליו. היה קשה מאוד לראות את הילד כנוע אל מול אביו. אך למרות זאת היה ניסיון להתערבות אישית במהלך המפגשים, באמצעות מודלינג לצורת קשר נעימה יותר ופחות ביקורתית כלפי בנו, תוך שימת דגש על רצונותיו של הילד ומתן חיזוקים חיוביים. היה ניסיון לגרום לאב לראות בילדו דברים חיוביים, ולהבין עם האב כיצד היה כילד, והאם הדבר תואם את ציפיותיו מבנו. גם בשיחות הסיכום דובר על האופן שבו תקשר עם בנו, כדי לגרום לו להבין כי הדבר שגוי ומחליש את הבן (לאחר שנעשה בירור עמו אם הוא מוכן לשיחה כזו).

לקראת סוף התהליך הסתמן ריכוך מסוים בדיבור שלו אל בנו. הוא היה פחות ביקורתי ונתן יותר משובים חיוביים, ופעם אחת אף החמיא לו על עבודתו. עם זאת, נראה כי יש צורך ממשי להמשיך העבודה עם המשפחה בנושא מיומנויות תקשורת וכישוריו כאב.

הערכת הקבוצה על-ידי המשתתפים באמצעות משובים בכתב

אלו דברים טובים היו בקבוצה?

הילדים: "שאנחנו עובדים ביחד ובכיף, וגם שהנגרות משפרת את היכולת שלנו להיות יותר מוצלחים"; "שצחקנו על כל מיני דברים מעניינים ומשעשעים, ושבינו עם האבות שלנו והכרנו יותר את היכולות שלנו והקשר בינינו יותר התפתח"; "היה הכול בסדר, כולם היו נחמדים ורציניים בעבודה".

האבות: "נחמדות, פשטות, כנות"; "הזדמנות מצוינת לתקשר עם הילד והיכרות עם אנשים נחמדים"; "המפגש עם אבות ובנים אחרים"; "נוצר מצב שכולם היו כמו משפחה והיה כיף".
באופן כללי האבות ציינו את הזמן המשותף עם הילד והעשייה המשותפת, שהייתה מהנה ותרמה להם רבות.

מאלו דברים היית פחות מרוצה?

הילדים: "הייתי פחות מרוצה לראות אבא מתייחס לבן שלו פה בזלזול וגם שלא הצלחתי לבנות ולייצר מה שרצייתי ורק אבא שלי הצליח". השאר כתבו שהיו מרוצים מהכול.
האבות היו פחות מרוצים מקוצר הזמן וביקשו להוסיף כלי עבודה.

דברים חדשים שלמדתי על האב / הבן

הילדים: "למדתי דברים שאבא שלי מסוגל לחשוב ולעשות את זה מקרשים וגומיות וזה פשוט הפליא אותי, ולמדתי עליו משהו שלא ידעתי שיש לי את היכולות לעשות את מה שבא לי בכלים שהיו בקבוצה"; "למדתי שאבא תמיד רוצה לעזור לי, אבל לא יודע נגרות...". חלק כתבו שלא למדו שום דבר חדש.

האבות: "תמיד ידעתי שהוא נהדר, ועכשיו אני בטוח"; "שיש לו יכולות ואפשר לסמוך עליו"; "גיליתי שיש לו ידיים טובות". חלק מהאבות כתבו שלא למדו משהו חדש.

מה אני לוקח איתי מהקבוצה הזאת להמשך?

הילדים: "אני רוצה להמשיך עם הרבה רצון ולהשקיע 110 אחוז בכל התחומים, והקבוצה עזרה לי בזה"; "אני ואבא התפתחנו וחשבנו על דברים, חוויה שאזכור לעוד הרבה זמן"; "חברים חדשים". חלק התייחסו לעבודות שהם לוקחים הביתה...

האבות: "זמן איכות ומחשבות בנידון לעתיד"; "כל הילדים דומים, כל האבות דומים וכל הבעיות דומות. צריך רק מדי פעם לעשות הפסקה מהמרוץ ולטפל בעצמנו ובמשפחות שלנו"; "המשך שיתוף פעולה עם הבן"; "להיות יותר עם הילד ולהקדיש לו יותר תשומת לב".

דברים שהייתי רוצה לומר למנחים

הילדים: "הייתם נפלאים, עזרתם מאוד, נתתם כבוד רב ולא זלזלתם, ניסיתם להביא דברים שביקשנו מכם, תודה"; "שהם עזרו לי בצורה הטובה ביותר"; "תודה על השיעורים, על ההתחשבות ועל העזרה".
האבות: "תמשיכו כך"; "תודה רבה, הייתם עשר"; "כל הכבוד".

סיכום

במסקנות אפשר להתייחס לשני מישורים. מישור אחד הוא המשפחות המתפקדות ברמה גבוהה יחסית. מבחינתן הקבוצה הייתה הזדמנות טובה להימצאות יחד ולעשייה משותפת המנותקת מהמרוץ היומיומי. במובן הזה נתנה הקבוצה מקום לחיזוק הקשר וההיכרות בתוך המשפחה. להערכתנו, פעילות קהילתית זו חשובה מאוד גם לקבוצות כאלו בעתיד, המחזקות את הקשרים במשפחה.

מישור שני הוא המשפחות המתפקדות ברמה פחות טובה, הזקוקות ליותר התערבות. היינו מציעים לקשור בין העבודה שנעשתה בקבוצה להמשך עבודה טיפולית. אפשר לעשות זאת ברובד של העובדת הסוציאלית המטפלת במשפחה או במישור ההורי-קבוצתי. במילים אחרות: ליצור רצף המשכי לקבוצה זו באמצעות הקמת קבוצה העוסקת בנושאי הורות, תקשורת מיטיבה, גבולות וכד'.

הקבוצה פתחה למנחים פתח ליצור קשר עם אותן משפחות, אפשרה התבוננות ולמידה על האינטראקציות השונות ודרכי התקשורת ונתנה הזדמנות להתערבות מינימלית ולהעלאת נושאים שונים למודעות. המשפחות הפגינו שיתוף פעולה רב, התמדה ומוכנות לשתף. נוצרה אווירה טובה ותומכת בקבוצה, יחד עם רצינות בעבודה וחדוות היצירה. המשתתפים הביעו רצון להמשיך ולקיים פעילות יצירתית עם הילד גם שלא במסגרת הקבוצה, ואף לשוב ולהיפגש. נראה שלקבוצה הייתה משמעות רבה עבור המשתתפים, וכי הבחירה בנגרות ככלי טיפולי הייתה נכונה.

קבוצות מקבילות להורים ולילדים בגירושין בבאר שבע

אורית פורמן, יעל שביט ונורה איליה

אנו, שלוש עובדות סוציאליות המאמינות בטיפול מערכתי במשפחה, בחרנו להקים שלוש קבוצות מקבילות: קבוצה להורים שסיימו הליכי גירושין פורמליים, קבוצה לילדיהם בני 9-11 וקבוצת שמרטפות עבור הילדים הקטנים שהוריהם משתתפים בקבוצת ההורים. בכך ניסינו ליצור מכל חם וקולט המאפשר פתיחות וצמיחה אישית*.

הרעיון הטיפולי שעמד בבסיס הקמת קבוצות מקבילות להורים ולילדים, היה שגם ההורים וגם הילדים מתמודדים עם קשיים הנובעים מהגרושים, וכי יש לקדם במקביל את שניהם בתוך המערכת המשפחתית. עבודה על נושאים דומים תביא להבנה הדדית גדולה יותר ולשיפור התקשורת תוך כדי תהליך של גדילה אישית.

בתהליך שקדם להקמת הקבוצה התלבטנו האם להקים קבוצת הורים הטרונגית או הומוגנית. לבסוף בחרנו בקבוצה הטרונגית הכוללת אבות ואימהות משמורנים ולא-משמורנים, כדי לשקף ככל האפשר את החיים ואת המציאות.

א. קבוצת הילדים

אוכלוסיית היעד

ילדים בגילאי 9-11 להורים גרושים ממשפחות המוכרות למחלקה, שאחד מההורים משתתף בקבוצת ההורים.
בקבוצה השתתפו שלושה ילדים, שני בנים ובת, שאחד מהוריהם השתתף בקבוצת ההורים. הילדים היו בני 8, 10 ו-11.

הרציונל להפעלת הקבוצה

לתת לילדים מקום שיתמוך בהם ויאפשר להם להתמודד עם חוויות ורגשות הקשורים לגירושין, במקביל לתהליך שעובר אחד מהוריהם.

מטרת הקבוצה

להעניק תמיכה העונה על הצורך בהשתייכות לקבוצת שווים, מקום לגיטימי לתמיכה הדדית שיאפשר גדילה דרך מודעות והבנה עצמית.

הליך הקבוצה

11 מפגשים שבועיים במקביל למפגשי ההורים, במשך שעה וחצי כל אחד, שהתקיימו במרכז לילד ולמשפחה בתחנה לטיפול משפחתי בשעות אחר הצהריים. אחד המפגשים משותף להורה ולילד. במפגשים נערכה עבודה יצירתית השלכתית שהיוותה את הבסיס לשיחה ולדיון, באמצעים כגון: קלפים טיפוליים, קולז', סיפורים, משחקים וכו'.

תכנים ונושאים מרכזיים

תכניה של התכנית הראשונית שנבנתה היו ממוקדים בתחום הגירושין, אך משום שהילדים לא גילו נכונות לדון בנושאים שנקשרו אצלם לקונפליקט הגירושין, שוחחנו על הנושאים מההיבט הרחב והאוניברסלי.

ב. קבוצת המבוגרים

אוכלוסיית היעד

משפחות שסיימו תהליך גירושין פורמלי, לפחות לפני כשנה. הרציונל לכך הוא שהמשתתפים יהיו פנויים רגשית ולא תחת לחץ של דיונים משפטיים. חלקם משמורנים וחלקם לא-משמורנים.

נבחרו 12 מועמדים – שלושה גברים ותשע נשים. אחד משלושת הגברים משמורן, והיתר – מבקרים. שתיים מתשע הנשים אימהות מבקרות, שאר האימהות משמורניות.

הרציונל להפעלת הקבוצה

מניסיוננו כפקידות סעד לסדרי דין, חשבנו שיש צורך בהקמת קבוצה טיפולית לעזרה בהתמודדות בסוגיות בהורות אחרת אצל משפחות במעבר. מאוחר יותר, בשלב הראיונות, גילינו שאצל כל המועמדים בלט מצב של בדידות. הם כמעט לא קיבלו תמיכה מהמשפחה המורחבת והזדקקו להשתייכות.

מטרת הקבוצה

הקבוצה נועדה לטפל במכלול ההרגשות המתעוררות בתהליך הגירושין, בהתמודדות עם הורות אחרת ובתכנון והליכה לקראת בניית פרק ב': מתן מרחב לביטוי התחושות הקשות והכלתן, הפחתת תחושת הבדידות בתחומים הקשורים לגירושין, יחסים בין-אישיים והורות.

תהליך הקמת הקבוצה

לאחר שהגדרנו את הבעיה המשותפת ואת אוכלוסיית היעד, בנינו דף הסבר עם מטרות הפרויקט, אוכלוסיית היעד, הרכב הקבוצה, מסגרת, מקום הפעילות ומועדיה. את המכתב הפצנו בין פקידות הסעד לסדרי דין ובצוותים במחלקות לשירותים חברתיים בבאר שבע.

קיימנו ישיבות צוות עם צוות פקידות הסעד לסדרי דין, שעזרו לנו לגבש את הקריטריונים לבחירת המועמדים. לאחר מכן שוחחנו בנפרד עם כל אחת מפקידות הסעד שמהן קיבלנו את רשימת המועמדים, כדי לדעת יותר פרטים על המועמדים.

מתוך הרשימות בחרנו מועמדים לפי הקריטריונים האלה:

1. מועמדים שהתגרשו פורמלית לפני שנה לפחות, סיימו את ההליכים המשפטיים ואינם בקשר עם פקידת סעד.
2. מועמדים שכמה מילדיהם בטווח הגילאים 6-12.
3. שללנו מועמדים הסובלים ממחלות נפש, או שטופלו בעבר במערכות פסיכיאטריות.
4. בחרנו מועמדים בעלי השכלה על תיכונית ואקדמית שבעלי עבודה קבועה.
5. בעלי יכולת ורבולית תקינה, מודעות עצמית, רצון לשינוי ומוכנות לחשיפה ולהתנסות חווייתית.

כל המועמדים עברו ריאיון עם שתי המנחות שבו הוסברה להם מטרת הקבוצה ובדקה מידת התאמתם אליה.

עלינו לציין שהקדשנו מחשבה רבה לתכנון התנאים הסביבתיים של הקבוצה. בחרנו חדר לא גדול יחסית שיכיל את כל עשרת המועמדים בנוחות, חדר משחקים מלא תמונות וצעצועים. באמצע שמנו שולחן עגול וקטן לכיבוד וכיסאות באותו צבע ובאותו גודל.

בתחילה תכננו לקיים 12 מפגשים, בתדירות של פעם בשבוע, כל מפגש לשעה וחצי. בשלב מאוחר יותר, לקראת סיום הקבוצה, הוספנו על-פי בקשת המשתתפים ארבעה מפגשים במטרה להתייחס לשני נושאים נוספים: בניית זוגיות חדשה, ולנוכח הסטיגמה החברתית – מעמד הגרושים מול המשפחה המורחבת ומול החברה.

כמו כן, נוכח חוויות הפרדה של המשתתפים עקב הגירושין, מצאנו לנכון לאפשר להם לעבד את תהליך הפרדה מהקבוצה באופן הדרגתי יותר.

סיכום

הקמת הפרויקט והפעלתו לימדו אותנו, כעובדות סוציאליות בלשכת רווחה, על הצורך הרב ועל הצמא שקיימים אצל מטופלינו להשתתף בקבוצה, הן מבחינת אופי טיפול שונה מהמוכר להם והן ככלי לשיפור עצמאותם. קיום הקבוצות הבהיר לנו את הצורך הקיים אצל אנשים שעברו תהליך גירושין וגם אצל ילדיהם, בקבוצה שבה יוכלו ללבן חוויות שעברו ועוברות

עליהם ומשותפות לאוכלוסייה זו. שותפות הגורל אפשרה למצוא שפה משותפת, הכלה, תמיכה ועידוד הדדיים, תחושת שייכות היכולה להקל על הבדידות ולמידה הדדית – וכך הביאה להתפתחות ולצמיחה.

הבחירה בהורים הגרושים זה שנה ויותר שסיימו את ההליכים הפורמליים, הייתה נכונה עבורם והדבר ניכר היטב בהשתתפותם, במעורבותם ובהתמדתם בהגעה לפגישות.

בנוגע לקבוצת הילדים, להערכתנו הקושי שלהם לדבר על בעיותיהם, ישירות, נבע מכמה סיבות: קוצר הזמן של הקבוצה; המספר הנמוך של הילדים, מורכבות הנושא בקרב ילדים והצורך למצוא דרכים עקיפות רבות כדי לגעת בפצע, שבחלקו הוא מודחק. הילדים נזקקו למסגרת התייחסות טיפולית שתאפשר להם פיתוח תקשורת טובה יותר עם ההורים. הדבר בא לידי ביטוי ברצונם להמשיך במפגשים קבוצתיים משותפים עם ההורים, למרות החשש שהביעו לפני קיומה של פגישה כזו.

בדיעבד, אנו סבורות שהיינו צריכות להגדיל את מספר הילדים בקבוצה, גם אם הוריהם אינם משתתפים בקבוצת ההורים. הניסיון להרחבת קבוצת הילדים נעשה בשלב מאוחר מדי, שלא התאים לתהליך המקביל שניסינו ליצור בין שתי הקבוצות.

הקמנו את השמרטפייה כדי לאפשר להורים להתפנות לקבוצה בעזרת מציאת סידור לילדים הקטנים במקום קרוב אך מבודד מהם. בפועל שהו בקבוצה כחמישה ילדים בגילאי 4-7. בין הילדים נוצר קשר חברתי, והמקום אפשר הכנת שיעורים, בנוסף לפעילויות החברתיות שכללו הקראת סיפורים, משחקי הרכבה, משחקי קופסה וציור וכד'.

ההורים ביקשו להמשיך להיפגש במבנה כקבוצה לעזרה עצמית. הקבוצה קיבלה סיוע של עובדת סוציאלית קשר שאמורה הייתה לסייע בהתאם לצורך – טכני וטיפולי. כמו כן ממשיכה הקבוצה להיעזר בשמרטפית שיצרה קשר טוב עם הילדים הקטנים.

למעשה הקבוצה נפגשה עוד פעמיים ללא הנחיה, והחליטה להעביר את פעילותה למקום פיזי אחר שבו לא צריך לשלם "שכירות". זה כחודשיים הקבוצה ממשיכה להיפגש באופן עצמאי, ובמפגשים אקראיים עם חלק מהם מסרו לנו שהקבוצה פועלת והשתתפות מלאה כבעבר.

בפרויקט נעשה ניסיון ליצור עבור המשתתפים "בית", מקום בטוח שיש בו

מקום הן להורים והן לילדים (הגדולים והקטנים) תוך ניסיון לתת מענה על מכלול הצרכים של כולם.

לאחר סיום מחזור הפעילות של קבוצת ההורים פנו למנחות כמה הורים (בני זוג) של משתתפי הקבוצה וביקשו גם הם להשתתף בה. הדבר מראה שהשינויים השפיעו גם על הצד שלא השתתף בקבוצה, שהפך לבעל עניין לאחר שחש בהשפעה זו.

העבודה בקו בשתי הקבוצות אפשרה מודלינג של זוגיות והורות אחרת הן לילדים והן למבוגרים. העבודה בקו ובריבוע אפשרה גם לנו המנחות גדילה עצמית בהתנסות המקצועית החדשה תוך קבלת תמיכה, עידוד, חיזוקים, שיקוף וביקורת בונה מהאחרות. שיתוף הפעולה הזורם שלנו כמנחות אפשר לנו גם גמישות בשינוי המטרות בהתאם לשינויים בצרכים של קבוצת ההורים והילדים.

הקבוצות תוכננו בצורה מדויקת בתכנים, באמצעים ובעיבוד שלאחר המפגשים, תוך כדי הצלבת נושאים, תכנים רלוונטיים ותהליכים אישיים של המשתתפים בשתי הקבוצות. למרות התכנון המדויק במפגשים עצמם בלטה כאמור גמישות מחשבתית ומעשית של המנחות, שלהערכתנו אפשרה למשתתפים להיות פעילים, יוזמים ומעורבים בכל הרמות.

טיפול באמצעות בעלי חיים בקבוצת הורים וילדים בראשון לציון

קרולין ברנר, עובדת סוציאלית במחלקה
לשירותים חברתיים בשיתוף "חי בטבע"

הרקע להתערבות הטיפולית

אוכלוסיית היעד במרכז למשפחות חד-הוריות היא הורים חד-הוריים רווקים, פרודים, גרושים או אלמנים, משמורנים ולא-משמורנים.

ההורות החד-הורית שונה ויחודית ומעלה קשיים יחודיים נוסף על הקשיים הנורמטיביים בהורות במשפחה שבה שני ההורים חיים יחד. משפחות חד-הוריות חוות משבר של שינוי במערכת המשפחתית. המשפחה בונה את עצמה מחדש באופן אחר מהמוכר לה, מנסה לשרוד את המשבר ולרקום לכידות משפחתית חדשה.

בתהליך זה נתקלים רבים מן ההורים בסיטואציות ובקשיים שבהם לא התנסו בעבר; קשיים שאם היו קיימים קודם לכן, מועצמים ומקבלים גוון אחר בתקופה זו. נוסף על כך, גם ההורים עצמם חווים את התהליך באופן קשה ולעתים אינם פנויים לראות את צורכי ילדיהם.

מתן תמיכה קבוצתית והדרכה להורה החד-הורי מסייע לו בהבנת התהליך שעוברת המשפחה, בהכלתו ובעיבודו.

אחד המענים במרכז הוא מתן הזדמנות להורים להשתתף בקבוצות טיפול, תמיכה ודיון בקשיים אלה, המאפשרות להם לקבל מידע ולהיחשף להתמודדויות של משפחות אחרות. אחת הקבוצות שפתחנו השנה בפני המשפחות היא קבוצה להורים וילדים באמצעות בעלי חיים. בקבוצה זו

השתתפו הורים חד-הוריים גרושים או פרודים ואם אלמנה. באמצעות התערבות זו נחשפו ההורים לקשיים של ילדיהם ולצורכיהם, וקיבלו כלים להתמודדות עמם.

מטרות הקבוצה

1. השתייכות לקבוצת התייחסות דומה: יצירת קבוצה מגובשת של ההורים והילדים, הרחבת מעגל התמיכה והמעגל החברתי.
2. היכרות הדדית של ההורה וילדו באמצעות שיתוף ברגשות ועבודה משותפת ממקום שוויוני.
3. אבחון קשיים בקשר הורה-ילד על-ידי המנחים ומתן הדרכה הורית על-פי הצורך ועל-פי יכולת הקבלה של ההורה.
4. שימת דגש על קשר הורה-ילד במשפחה החד-הורית, מתן אפשרות לקשר איכותי של ההורה וילדו בתנאים אחרים: אווירה נעימה ומאפשרת, הקדשת זמן מוגדר קבוע מראש, קשר ישיר של ההורה עם ילד ספציפי המשתתף בקבוצה.

לאחר תהליך האינטייק התגבשה רשימה של עשרה זוגות של הורים וילדים. ההורים: תשע אימהות משמורניות ואב אחד שאינו משמורן; הילדים: תשעה בנים ובת אחת בכיתות א-ד.

תיאור המפגשים

התקיימו 12 מפגשים במרכז לאימהות חד-הוריות במינהל לשילוב חברתי בראשון לציון, מ-14.11.05 עד 6.2.06.

מפגש 1

מטרה: היכרות קבוצתית ראשונית.

הפעלות: א. מגוון של חיות: ארנבות, אוגר, קיפוד, שרקן, אפרוחים לשם התנסות במגע והיכרות; ב. החלפה בין הורים לילדים, בחירה של חיה על-ידי הילדים, הצגת הבחירה והיכרות הילד על-ידי ההורה המחליף.

מפגש 2

מטרה: העמקת ההיכרות וגיבוש הקבוצה, בירור ציפיות וחווה בקבוצה.
הפעלות: א. חלוקת הקבוצה לשתי קבוצות שעל כל אחת מהן לבנות בית לבעל חיים אחד בשיתוף פעולה קבוצתי; ב. כתיבת המנון של כל קבוצה. באחת הקבוצות לא היה שיתוף פעולה בין ההורים וניכרה פסיביות מצדם. הילדים היו מפוזרים והחלו לעבוד לבד או עם הוריהם ללא שיתוף קבוצתי. לקראת סוף המפגש ובלחץ הזמן החל שיתוף הפעולה בין ההורים אם כי המשימה של קבוצה זו לא הושלמה. הייתה תחרותיות בין שתי הקבוצות, בשתי הקבוצות הילדים כתבו את המנוני הקבוצה ובסוף המשימה קיבלו מדליות.

מפגש 3

מטרה: המשך היכרות וגיבוש, זיהוי דפוסים אישיים בקשר הורה-ילד.
הפעלה: חלוקה לקבוצות קטנות לצורך "עבודת מחקר" על בעל חיים נבחר.

מפגש 4

לאור המפגש הקודם והצורך שהעלו ההורים, הוחלט להקדיש להם זמן ללא פעילות עם הילדים ולאפשר להם העלאת שאלות, הדרכה הורית וכן עבודה אישית ונגיעה בהורות שלהם. הוחלט להקדיש לכך את מפגשים 5 ו-10.
מטרה: הגדרת תכונות הילדים על-ידי הילדים עצמם.
הפעלה: בחירת תכונות חיוביות ותכונות שליליות של כל ילד על-ידי כל ילד.

מפגש 5 – מפגש הורים בלי הילדים

מטרה: חיבור ההורים לחוויה שלהם את הוריהם כילדים ולקשר שלהם עמם.
הפעלות: א. תרגיל חיבור לקושי של האחר; ב. תמונות מן העבר – זיכרונות. במפגש זה עלו צרכים משותפים של ההורים בנושאים האלה:
א. הרצון בהדרכה הורית ממוקדת בעקבות הבנת הדינמיקה עם הילד ואבחון פרטני של מצבו.
ב. המשך הקבוצה מעבר לזמן שנקבע בשל קוצר הזמן ותחושה של אי-מיצוי הנושאים.
הוסברו להורים מגבלות הקבוצה: שלא ניתן לתת מענה פרטני וממוקד ואבחונים של הילדים.

מפגש 6

בתחילת המפגש ניתן משוב על המפגש האחרון. התגובות התחלקו לשני סוגים: הורים שחשו כי נתרמו מאוד מהמפגש, ואלה שחשו חוסר מיצוי של הנושאים ועומס במידע ונתונים. נעשתה הערכת ביניים עם ההורים לגבי המשך העבודה בקבוצה.

מטרה: הנושא "אני וגופי, גבולות וכללים באמצעות שמירה על ניקיון אישי".
הפעלה: משחק עם גוף האדם ודירוג איברים בגוף החשובים לשמירה על הניקיון. עבודת הורה-ילד.

בהערכת הביניים הביעו ההורים צורך בהדרכה אישית ממוקדת ובאבחון אישי מצד המנחים. הם גם העלו רעיון למפגש של הילדים ללא הורים, והחלטנו לשתף בו את הילדים במפגש הבא.

מפגש 7 – ברוח חג חנוכה. נערך לאחר הפסקה של שבועיים בשל מחלת המנחה.

מטרה: התייחסות לרגשות הילדים.
הפעלה: יצירה – קישוט כד השמן על-פי רגשותי הפנימיים.
בסיכום עם ההורים עלה כעס על חוסר השוויון בהתמקדות של המנחה בסיכום לגבי הילדים.

מפגש 8 – מפגש ילדים בלי הורים

מטרה: עבודה קבוצתית של הילדים, גיבוש הילדים והמשך התייחסות לרגשות.
הפעלה: עבודה עם בעלי חיים: אוגר, ארנב, קיפוד, אוגר סורי.

מפגש 9

מטרה: המשך עבודה על רגשות ותחושות הדדיים בין ההורה לילד ויצירת קרבה עקב החשיפה.
הפעלה: משחק שאלות.

מפגש 10 – מפגש הורים בלי הילדים

מטרה: מתן זמן לשאלות על דברים שעלו עד כה במפגשים, עבודה על פרדה.
הפעלה: דמיון מודרך.

מפגש 11

מטרה: נושא הפרדה.

הפעלה: דמיון מודרך לילדים, עבודה בזוגות הורה-ילד בנושא פרדה.

מפגש 12

מטרה: סיכומים ומסיבת סיום.

הפעלות: כל ההורים והילדים הגיעו. המנחה הביא עמו מבחר בעלי חיים. הייתה פעילות קצרה עם החיות והסברים על כולן. כל זוג הורה וילד התנסו בהחזקת בעל חיים, ליטוף, מגע וכד'. לאחר מכן התבקשו כל המשתתפים לסכם את החוויה שעברו בקבוצה ולתת משוב.

רוב הילדים אמרו שהיה כיף להגיע, שהם יוצאים עם חוויות טובות ושנהנו לבלות עם הוריהם. הם שיתפו באכזבתם לגבי מפגשים שבהם לא היו בעלי חיים ומפגשים שבהם נדרשו למלא משימות כמו בבית הספר. ההורים סיפרו שלמדו רבות על ילדם ועל הקשר שלהם איתו כתוצאה מהתבוננות בתהליך הקבוצתי. עם זאת העלו כמה קשיים, שאלה העיקריים בהם:

1. לא ניתנו פתרונות מעשיים להתמודדות עם מה שלמדו על הקשר עם ילדיהם ועל ילדיהם.

2. לא היה מספיק זמן כדי למצות את כל נושאים שעלו תוך כדי המפגשים.

סיכום

קבוצת ההורים-ילדים תוכננה ל-12 מפגשים שבהם יעבדו שני הצדדים על הקשר ביניהם. המטרה הייתה לאפשר להורה ולילדו התבוננות בקושי בקשר ובחלקים החיוביים והחזקים שלו, מזווית אחרת ולא יומיומית שאלה הם רגילים.

במהלך הקבוצה הקשבנו לקולות שעלו מן הקבוצה, ובעיקר לאלה של ההורים. משום כך נעשתה הערכת ביניים עם ההורים, שבה הם הביעו צורך בהדרכה הורית ישירה מהמנחים ורצון באבחון הילד והקשר שלהם עמו. ניסינו להתאים את עצמנו לצרכי הקבוצה ונענינו לחלקם, כמו לאפשר להורים שני מפגשים בנפרד שבהם יכלו לשתף ולשאול שאלות. כמו כן

השתדלנו לאפשר זמן לשיתוף, לשאלות ולקבלת הדרכה ומידע בכל תחילת מפגש וסיומו. עם זאת, לא התאפשר לענות באופן פרטני וממצה לכל הורה על כל קשייו וצרכיו בקשר עם ילדו. ניתן אף לראות כי היה פער בצרכים של המשפחות וכי יש משפחות שהקשר עם הילד היה קרוב יותר והתנהל באופן טוב. למרות זאת, משתתפי הקבוצה – ההורים והילדים – שיתפו בתחושה של התקרבות וחוויה יחודית בקשר וביחסים לאורך 12 המפגשים.

מסקנות להמשך

1. כדאי להקים יחידת הנחיה שתעבוד כצוות ותשמש מודל ליחסים כאשר במקביל לעבודה מול הקבוצה יקבלו המנחים הדרכה מסודרת וקבועה.
2. עם סיום קבוצת קשר הורה-ילד חשוב לשלב את ההורים בקבוצת המשך שבה יקבלו מענה של הדרכה הורית.

פוטותרפיה בקבוצת הורים לא-משמורנים וילדיהם במזרח ירושלים

תגריד בשיר, מנהלת המרכז למשפחה
במזרח ירושלים

מהי פוטותרפיה?

פוטותרפיה היא שימוש בצילום או בחומר צילומי בהנחיית מטפל מוסמך, במטרה לעודד צמיחה פסיכולוגית ושינוי תרפויטי. הצילום, ככלי טיפולי המסייע לעקוף הגנות, יוצר תקשורת לא-מילולית ומגביר את תחושת השליטה והמודעות העצמית.

מטרות התכנית

1. ליצור יחסים בין הורים מבקרים במרכז קשר לבין ילדים סרבני קשר
2. לאפשר לילדים ולהורים לבטא את עצמם בעזרת טכניקות חווייתיות ולא מאיימות
3. להשתמש בצילום ככלי טיפולי רב-ערך כדי לעבוד עם אוכלוסיית הילדים וההורים

המתכונת

התקיימו 16 מפגשים, כל אחד במשך שעתיים. בשעה הראשונה הוקנתה חוויית הצילום, והשעה השנייה נועדה לסגירה ולעיבוד של הרגשות שצפו במהלך השעה הראשונה.

התכנית עשתה שימוש בשתי גישות עיקריות:

1. שימוש בתצלום במהלך הטיפול

התבוננות בתצלומים מאפשרת למטופל להעלות חלקים מסיפור חייו ומתחושותיו המודעות והלא-מודעות. בתמונות האלבום המשפחתי מתועדים חלקים מחיי המשפחה וחוויות מעצבות. העבודה הטיפולית עם האלבום המשפחתי מאפשרת למטופל להבין את המשמעויות הנסתרות בתצלומים ולגעת במיתוסים המשפחתיים ובנושאים לא-פתורים.

2. שימוש בצילום פעיל במהלך הטיפול

א. תמונות שהמטופל עצמו מצלם. המטופל יכול לצלם בתוך חדר הטיפולים או בין הפגישות. דרך זו מאפשרת להעמיק את ההיכרות עם המטופל באמצעות האובייקטים שאותם הוא בוחר לצלם ומשמעותם הסמלית עבורו. יש אף חשיבות לאופן שבו הוא מתמודד עם פעולת הצילום: מידת ההחלטיות או ההססנות, הנכונות להתקרב למושא הצילום ועוד.

ב. פורטרט עצמי. המטופל יכול לצלם את עצמו או דברים המייצגים אותו. הפורטרט העצמי הוא מעין מראה שדרכה המטופל יכול ללמוד על תפיסתו העצמית ולעבוד על דימויו העצמי בעזרת המטפל.

אוכלוסיית היעד

בקבוצה השתתפו שלוש אימהות לא-משמורניות ו-11 ילדים בני 8-14 שהגיעו במסגרת מרכז הקשר במזרח ירושלים. הקבוצה הייתה הטרוגנית מבחינת גיל, השכלה ומין.

מהלך העבודה

תוכנן ליצור אלבום משפחתי עבור כל משתתף, צילומי חוץ וצילומי פנים, ופיתוח תמונות במהלך המפגש הטיפולי. הייתה התייחסות טיפולית לעיבוד הרגשות שעלו במהלך העבודה היצירתית והצילום. כל התכניות שתוכננו הוגשמו.

התוצאות

הקבוצה הסתיימה בהצלחה רבה. התוצאות היו מפתיעות. בין שלושת ההורים שהשתתפו בקבוצה נוצר קשר חזק. שתי משפחות מתוך שלוש הועברו מביקורים במרכז לביקורים מחוץ למרכז, והמשפחה השלישית הושארה בשל קשיים אישיים של האם.

סיבות להצלחות והסברים לקשיים

הילדים סרבני הקשר שרצינו לגייס, התלהבו מרעיון הצילום והתפעלו מהצילום ומפיתוח התמונות. במהלך העבודה בצילום נתבקשו לעשות עבודה משותפת עם ההורה המבקר, ולקראת סוף המפגש לשתף בחוויותיהם האישיות. הילדים בעיקר דיברו על האופן שבו חוו את ההורה ועל חווייתם הרגשית. מתוך הפעילות הזאת נוצר תהליך הדרגתי שבסופו הביא לחיזוק הקשר עם ההורה.

עיקר הקשיים עלו כשניסינו לערוך אלבום משפחתי שיכלול תמונות של ההורה המבקר. ההורה המשמורן נטה לבטל את ההורה המבקר ולהסית את הילד נגדו, כנראה משום שהאלבום היווה איום על הקשר בין ההורה המשמורן לילדו. הדבר דרש מאיתנו התערבות טיפולית אינטנסיבית לגיוס ההורה המשמורן והסכמתו לרכישת הילד את האלבום המשפחתי.

משפחות במעבר

משפחות במצבי פירוד וגירושין חוות משבר המזעזע את כל המערכת המשפחתית. קיימים הבדלים בין משפחה למשפחה, כמו בין הפרטים בכל משפחה, באופן ההתמודדות וביכולת למצות את המשאבים והכוחות העומדים לרשותם.

השימוש בקבוצה ככלי טיפולי הוכיח את עצמו כאפקטיבי ביותר בקרב משפחות כאלה. הביקוש המקצועי לכלי זה הוליד את הצורך בהכשרה ייחודית של עובדים סוציאליים בכירים, בעבודה קבוצתית עם משפחות במשבר גירושין. צורך זה תורגם לקורס זו שנתי מלווה בהתנסות מעשית.

עמותת אשלים עוסקת זו השנה העשירית בתכנון ובפיתוח שירותים לילדים ולבני נוער בסיכון ולבני משפחותיהם, ומתייחסת לילדי גירושין כאל בעלי סיכון פוטנציאלי. אשלים מפתחת עבורם ועבור משפחותיהם שירותים, הן למניעה והן לטיפול.

מיקי גרינבאום היא עובדת סוציאלית בכירה. עסקה במשך שנים בנושאי ילדים בסיכון ברמה פרטנית וברמה מנהלית וארגונית. באשלים ניהלה תכניות שונות, בנושאים הקשורים למשפחות במשבר גירושין.



העמותה לתכנון ולפיתוח שירותים לילדים
ובני נוער בסיכון ומשפחותיהם (ע"ר)
מיסודו של ג'וינט ישראל ובתמיכתו של
ממשלת ישראל והפרדיצה היהודית של ניו-יורק

משרד הרווחה והשירותים החברתיים
האגף לשירותים חברתיים ואישיים
השרות לרווחת הפרט והמשפחה

אשלים
ASHALIM