

מה? דע!

סדרה בעריכת מרסלו דסקל

הצל הארוך

מה? דע!

משה וטס לנג

הצל הארוך

סיפורים מחדרו של פסיכולוג משפחתי

מאנגלית: רנה מרקס



דביר הוצאה לאור

Moshe and Tesse Lang
RESILIENCE

Stories of a Family Therapist

Ma? DA!

Series Editor: Marcelo Dascal

© Copyright 1996 Moshe and Tesse Lang

© Hebrew Rights Reserved by
Dvir, Publishing House
P.O.B. 22383, Tel-Aviv
Printed in Israel, 1997

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם,
לאחסן במאגר מידע, לשדר או לקלוט
בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי או מכני
או אחר — כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה.
שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בספר זה
אסור בהחלט אלא ברשות מפורשת בכתב מהמוציא לאור.

יצא לאור לראשונה בעברית בשנת 1997

© כל הזכויות בעברית שמורות
לדביר, הוצאה לאור בע"מ

סידור, לוחות והדפסה במפעלי
זמורה-ביתן, מוציאים לאור
רחוב שוקן 32, תל-אביב
נדפס בישראל תשנ"ח / 1997

1 2 3 4 5 6 7 8

- לזכרם של הסבים והסבתות שלנו
 - מרים ואשר זליג, גניה ויעקב, ואברהם
- שניספו בשואה

על המחברים

טס לנג היא רופאה שטיפלה במשך ארבע-עשרה שנים בילדים עם הפרעות במערכת הדם, בבית החולים Royal Children שבמלבורן, ועבדה במשך שנים רבות ביחידה לשיקום לב בבית החולים Caulfield. בשתי עבודותיה אלה נתנה ייעוץ לחולים ולמשפחותיהם. טס לנג כתבה מאמרים מדעיים רבים, וכן שיתפה פעולה עם בעלה, משה, בכתיבת הספר "להשחית את הנוער" והסיפור "דבי והבטן הרפויה שלה", שמספר על תרפיה משותפת שעוברת משפחה שאחת מבנותיה סבלה מאנורקסיה נוורוזה.

משה לנג הוא אחד הפסיכולוגים המשפחתיים החשובים והידועים ביותר באוסטרליה: הוא מנהל המרכז לתרפיה משפחתית Williams Road, הנשיא המייסד של כתב העת לתרפיה משפחתית של ניו-זילנד ואוסטרליה, והנשיא לשעבר של האגודה הוויקטוריאנית לפסיכולוגים משפחתיים. משה לנג עסק בפסיכולוגיה ותרפיה משפחתית במשך יותר משלושים שנה, כמטפל וכמרצה, ופירסם מגוון רחב של מאמרים בפרטות המדעית. לנג הוא אחד ממחברי הספר "משפחה בתרפיה", והשתתף בחיבור ה-Children Depression Scale, מבחן פסיכולוגי שנועד לאבחן דיכאון אצל ילדים.

תוכן העניינים

דברי הוקרה / 13

הקדמה / 15

חלק ראשון: ילדים / 21

מבוא / 23

שאלה של נאמנות / 24

כול למטרה / 26

חמום-מוח / 27

הילדה העצובה מבאלאראט / 29

הרכרוכים / 31

הגנב / 43

התקווה האחרונה / 46

העריץ / 51

החטא ועונשו / 56

בין שתי עמדות / 59

לשחק את המשחק / 61

האוסף של בילי / 67

הבת המתאימה / 70

אל תסיר את העיניים מהכדור / 84

הפתרון של ג'ו / 86

הרהורים / 89

חלק שני: זוגות / 95

מבוא / 97

הגיע הזמן לפסק זמן / 99

עריצות החלש / 102

תגובה מאוחרת / 105

מחשבות לא רצויות / 107

לחץ / 111

פרשה לא צודקת / 114

עוצמה / 117

אבדן רגשות / 121

יושר / 125

מאשרים באי־בטחונם / 128

פין קטן / 139

פיצויים / 143

להחזיק מעמד בסערה / 147

התרמית / 149

הרהורים / 153

חלק שלישי: יחסים / 156

מבוא / 159

עליות ומורדות / 160

אז מה? / 162

אכזריות אמיתית / 164

הימנעות / 168

בעיטה מדברת / 169

זעם אדום / 172

קטע של שינה / 177

הדילמה של מתיו / 180

גילוי עריות / 183

ילדה רעה / 186

גיימס / 190

הרהורים / 201

חלק רביעי: מדור לדור / 203

מבוא / 205

פחד המקלחת / 206

בעיה בבית הספר / 208

הנכשלת / 211

ניסיון התאבדות / 216

אנורקסיה / 219

חוסר סיפוק / 222

אשה אומללה / 226

קנאה חולנית / 229

לחץ דם גבוה / 234

קשה עורף / 239

מלחמה מתמדת / 245

עת לבכות / 250

הרהורים / 254

דברי הוקרה

אנחנו מודים ל"כתב העת לתרפיה משפחתית באוסטרליה ובניו זילנד" (Australian and New Zealand Journal of Family Therapy) ולכתב העת 'Generation' על הרשות לפרסם את הסיפורים: 'להחזיק מעמד בסערה', 'הנכשלת', 'אנורקסיה', 'חוסר סיפוק', 'קנאה חולנית' ו'עת לבכות' (מתוך 'כתב העת לתרפיה משפחתית באוסטרליה ובניו זילנד'); ומתוך כתב העת 'Generation': 'פחד המקלחת', 'הנכשלת', 'מלחמה בלתי פוסקת', 'קשה עורף' ו'עת לבכות'. (חמשת הסיפורים האחרונים הופיעו גם ב'כתב העת של המשפחה' (The Family Journal) והסיפורים: 'פחד המקלחת', 'הנכשלת', 'קשה עורף' ו'עת לבכות' הופיעו גם ב-'The Family Therapy Networker').

נעזרנו בהערות ובהצעות של חברים ועמיתים רבים, ואנו אסירי תודה לקרין ומרק בייקר, אודרי ויוסל ברגנר, פיטר קנטוול, רוזמרי דה ינג, אורסולה דטון, איבון פיין, ג'ואן וגרהם פולר, ריאה גודואץ', סופי הולמס, הלן וקון לנג, בלינדה מקי, פיטר מק'קאלום, יאן ריליי, אליסון רוברטסון, גיזל סולינסקי, אסתר ורוברט טאקאץ, מרים טישר, בט וורד וג'נט זלזניקוב.

ברצוננו להביע הערכה כנה ותודה עמוקה ללין בנסון, אנג'לה נוריס והתר מוריס, על ההדפסות החוזרות שעשו בקפידה ובתשומת-לב כה גדולה, ולעתים, בתנאים קשים, כשעליהן לעמוד בהתחייבויות רבות נוספות.

גי'ודי בירוויירת, אד הררי ובריאן סטגול תרמו מזמנם ומהידע שלהם — ואנחנו אסירי תודה גם להם.

לעורכת שלנו, הלן צ'מברליין, שעזרה לנו בהבניית הספר, הערותיה והצעותיה האירו את עינינו ותרמו להבהרת הטקסט ולעידונו. העבודה המשותפת איתה היתה לנו למקור הנאה, ואנחנו שמחים להודות בתרומתה.

ולבסוף, אנחנו אסירי תודה לאנשים שאת סיפוריהם הבאנו כאן, על האמון שנתנו בנו כשהירשו לנו לפרסם אותם. אנחנו מקווים שלא גרמנו עוול לסיפורי חייהם ולא גרענו ממורכבותם ומעושרם.

הקדמה

זה יותר משלושים שנים אני מתעורר מדי בוקר בידיעה שהיום אלך לעבודה ואקשיב לצרות, למשברים, לבגידות ולמכאובי הזולת. היו ימים שבסופם הרגשתי כי כלו כל הקצין. איני רוצה לשמוע קול אנושי נוסף. גופי מתמרד, גרוני ניחר וקיבתי מתהפכת; אני רוצה שיניחוני לנפשי. ואף-על-פי-כן, לעתים קרובות הרבה יותר הרגשתי שזכיתי בכך שאנשים מפקידים בידי את סיפוריהם. אני עד לאומץ לבם ולנאמנותם, אך גם לכאבם ולמצוקתם. משלמים לי כדי להתבונן בדרמות האנושיות העשירות והמורכבות הנגלות לעיני ולהשתתף בהן. לפעמים אני חושב שאני הוא שצריך לשלם.

רעייתי טס ואני אהבנו לנסוע למזרח, לטייל בהודו, לבקר בהונג-קונג, להיות בבאלי, לאכול ממאכלי המקום, ליהנות ממלאכת היד המגוונת ולראות את המבנים הנפלאים. סין היתה הארץ שבה רצינו לבקר יותר מבכל ארץ אחרת במזרח, וב-1983 הגיעה שעת הכושר שלנו. יצאנו לשלושה שבועות של טיול מאורגן. כל לילה במשך אותו ביקור נכסף רציתי לדבר עם טס על מה שראינו במשך היום, אבל היא אף-פעם לא התפנתה. שקועה היתה בקריאת ספר שתיאר את מעשי הרשע המתרחשים באחד מבתי-החולים בארצות-הברית, אגב צחוק בלתי-פוסק. לבסוף התרגזתי כל-כך שחטפתי ממנה את הספר והתחלתי לקרוא בו. מאותו רגע לא יכולתי להניח אותו מידי. שוב ושוב שאלתי את טס, שהיא רופאה, "האם זה מה שקורה באמת בעולם הרפואה?"

רק אחרי שגמרנו שנינו לקרוא את הספר, יכולנו לתת את דעתנו על סין. אבל כעבור ימים אחדים הערתי את טס באמצע הלילה והתחלתי לספר לה סיפורים על עבודתי. בכל מקום שבו היינו – קברי מינג, החומה הגדולה, העיר האסורה, ארמון הקיץ – שיעשעתי אותה בסיפורים על תרפיה משפחתית. כיוון שטס לא יכלה לעצור אותי, היא הסכימה להצעתי להעלות מקצתם על הכתב, בתקווה שהם יניחו לנו לנפשנו וכך נוכל ליהנות מחופשתנו. הסיפורים האלה תיארו חוויות חיים מסתוריות והפכפכות, שגיבוריהם מצאו את עצמם עומדים בפני תוצאות שמעולם לא התכוונו אליהן.

עשר שנים אחר-כך נסענו לחופשה בבאלי, כדי לשכוח את העבודה, את הבית ואת המשפחה. מצאנו את עצמנו בבית-הארוחה מקומי יפהפה, מוקפים מדרגות ירוקות של שדות אורז וגני היבסקוס, פרנגיפני ולוטוס. כל יום הונחו פירות ופרחים כמנחה לרגלי פסלי האלים והאלות שהיו זרועים בגן. האוויר המבושם הדיף יופי ושלווה.

אחרי שלושה ימי חסד שבילינו על המרפסת, בצפייה בהליכותיהם החינניות של בני באלי שעברו על פנינו לרגל עיסוקיהם, או בשיטוט בכפרים בחיפוש אחר ציורים ופסלים, שוב החלו הסיפורים לרדוף אותי. שיכנעתי את טס לכתוב איתי כפי שעשתה בעבר, אך הפעם הסיפורים לא היו קלים. הם היו על השואה, על מחנות ריכוז, על מעשי רצח ועל תאי גזים.

בעשר השנים שעברו מאז התחלנו לכתוב את סיפורינו בסין, כתבנו עוד רבים. קובץ סיפורים, מהקצרים והפשוטים שבהם, ראה אור ב-1986 ושמו: איך בולמים אמא נודניקית? (רשפים, 1989). הקובץ הנוכחי, הצל הארוך, נסב על חוויותי כמטפל משפחות, ויש בו ארבעה חלקים – 'ילדים', 'זוגות', 'יחסים', ו'מדור לדור' – שהקשר ביניהם רופף למדי. החלק האחרון עניינו השואה.

אף-על-פי שהקול שבספר הוא קולו של המטפל, מחברי הסיפורים הם טס ואני.

כשאני מגיע הביתה, לעתים קרובות אני מספר לה סיפורים, והיא מגיבה עליהם בדרכים שונות. כשהם מעניינים אותה, היא מרבה לשאול שאלות; כשאני נושאים חן בעיניה – פניה מתכרכמות; לפעמים

היא אומרת, "די, הנח לי לנפשי." מקצתם של הסיפורים האלו נשאר איתנו. אנחנו חזרנו אליהם ועיכדנו אותם שוב ושוב. קצתם התרחשו בזמן האחרון, והאחרים — לפני שנים רבות.

בשלב הראשון לכתיבה אנחנו דנים בסיפור: איזו נימה לשוות לו; מה ייכנס ומה יישאר בחוץ, וכיצד לשנותו לכל ייחשפו גיבוריו, ואף-על-פי-כן לא ייגרע ממקוריותו ומשלמותו.

טס יושבת ליד השולחן במטבח בעוד אני פוסע אנה ואנה ומדבר. רק לעתים רחוקות מאוד היא כותבת את הדברים כפי שאני מספר אותם. לפעמים היא משנה שינויים קלים, אבל לעתים קרובות יותר היא כותבת אותם בדרכה שלה, השונה מהאופן שבו אני מספר. לפעמים אני מתרגז כשהיא מקריאה לי מה שכתבה. אני טוען שהגירסה שלי טובה יותר. אבל לעתים קרובות יותר אני מאחל לעצמי את הפשטות ואת הבהירות שלה, ואני תמה איך מלכתחילה לא אמרתי את הדברים באורח כה תמציתי.

כשאנחנו בוחנים את מה שכתבנו, אנחנו נוכחים לדעת כי לעתים קרובות עמדותינו שונות. בראש מעייני עומדים הקוראים אנשי המקצוע, ואני חושש שמא כתיבתנו תעורר את ביקורתם. אני רוצה להוסיף עוד ועוד פרטים והסברים עיוניים. טס סבורה כי שמירה על פשטות וקיצור מאפשרת לסיפור לדבר בעד עצמו.

לעתים קרובות שואלים אותי למה אנחנו כותבים סיפורים. אולי משום שעצם סיפור המעשה מביא מרפא. עבודת המטפל יש עמה הקשבה למטפל. המטפל עוזר למטופל לגבש את סיפור הכאב והמבוכה שהוא נושא עמו ולראות את הקו האחיד שבו. דרך הסיפור גם נחשף הקשר לאירועים, וכך גם נוצרת מסגרת שיש בה התחלה, אמצע וסוף, והמסגרת מאפשרת הבנה. המטופלים מגיעים עם חוויות גולמיות, ולעתים קרובות אין ביכולתם להביען במלים. כשחוויות אלה מעובדות לסיפור, מתאפשרת השוואה לחוויות ולסיפורים של אנשים אחרים, וכך המטופלים משתחררים מהרגשת הבידוד שלהם. מתן מבע סיפורי לחוויות מפקיען מתחום היחיד ומעבירן לרשות הרבים.

כאשר בני זוג או בני משפחה מגיעים לטיפול, נגולים בפני המטפל סיפורים מנוגדים. כל אחד טוען שהאמת בפיו. על המטפל לעודד

אווירה שבה לכל הסיפורים המתחרים הזכות לביטוי מלא, אווירה המאפשרת לכל המשתתפים לשמוע זה את סיפורו של זה. על הטיפול לשלב את סיפורי המספרים בסיפור החדש הקורם עור וגידים, וסיפור אחרון זה יכול, ואולי גם יסביר, את מגוון הסיפורים. סיפור חדש זה יש עמו, אל נכון, הבנת קורותיו של כל אחד מהמספרים, לצד הבנת זמנם ומקומם של האירועים.

סיפורים, מעצם טבעם, אין עמם חותמה של סמכות ולעתים הם אף חתרניים, ומשום כך הם נוטים ליצור שוויון בין אנשים. שהרי הסיפור מעמיד את המטופלים ואת המטפלים, את המורים ואת התלמידים בדרגה שווה. שלא כמו בשיח האקדמי, הסיפור עוקף את דרכי ההיגיון. כולנו יודעים שאין סיפור נכון או סיפור לא-נכון – יש רק סיפורים טובים וסיפורים לא-טובים. כיוון שיש בסיפורים כדי לעורר תגובות רבות ומגוונות, הן המספר והן שומעיו נוכחים לדעת שדרכים רבות להבנה.

הסיפורים קושרים אותנו לאבותינו, לצאצאינו, לחברינו, לעבר ולעתיד. הם משיכים לזקנים את תפקידם המכובד כקדם, דהיינו, לספר על קורות המשפחה, על המיתוסים ועל המעשיות השזורים בהיסטוריה שלה. בכך הם גם עונים על כיסופיו העמוקים ביותר של האדם לקשר אישי בכל גיל. סיפורינו יוצרים קהילת אנשים המכירים אותנו כפי שאנחנו באמת.

על-ידי עיבוד הסיפורים האישיים שלנו, אנחנו מתגוננים מפני השפעות מזיקות הטמונות בגירסאות כוזבות ומעוותות שהמשפחה, החברה, הדת ואמצעי התקשורת מזינים אותנו בהן ללא הרף. לא אחת, אנחנו נתפסים לרעיונות נדושים שאינם הולמים את בעיותינו, אבל בכוח הסיפורים לעזור לנו להשתחרר מהם, בהעלותם דימויים חדשים, ואלה מציגים את הבעיות באור חדש וחיוניות מחדשת.

מכלול אנשים, תיאוריות והתנסות בעבודה במסגרות שונות השפיע עלי. כשאני בוחן את עבודתי, אני רואה לפני "ארכיאולוגיה" של רעיונות. בשכבה העליונה מתבלטת התיאוריה השלטת, וכל האחרות שקועות תחתיה, אך גם להן השפעה שעיצבה את דרך הראייה שלי ותרמה לה. כליל ההשפעות הזו משתנה עם הזמן ועם כל מפגש,

אך את ההשפעה הרבה ביותר עלי אני מייחס למטופלים שלי. כתיבת הסיפורים שלהם גילתה לי משמעויות נוספות והעמיקה את הבנתי ביחס לעושרה ולמורכבותה של העבודה שעשינו יחד.

השפה המקדמת שינוי פסיכולוגי ובין-אישי אינה שפת השיח האקדמי והמדעי. לשם כך נחוצה שפת עקיפין, שפת המטאפורה, הדימוי והשירה. ולכן, תיאור התרפיה בשפה מדעית, פירושו יהיה שיבוש תיאור התהליך הטיפולי. הכאב הופך את כולנו למשוררים, כי השפה האובייקטיבית משוללת כישורים הדרושים לספר על סבל. איננו יודעים להביע כאב בדרך ישירה. לשם כך אנחנו זקוקים למטאפורות, כמו למשל: "המלחציים האלה מרסקים את החזה שלי", או, "ענן קודר מועך את ראשי".

הסיפור בצורתו תופס את הייחודיות שבמפגש האנושי. תיאור אותו מפגש כ"הצגת המקרה", פירושו — אובדן אותה ייחודיות. אבל כסיפור, המפגש נעשה מרתק ובלתי נשכח.

חלק ראשון

ילדים

“אתה הוצאת לי את השיגעון”

מבוא

התחלתי לעבוד כפסיכולוג בינואר 1965 במרפאת בוכרי במלבורן. בחמש השנים הראשונות עבדתי רק עם ילדים, הן ביחידות והן בקבוצות לתרפיה במשחק ולפסיכותרפיה, ואחת לשבוע ערכתי מבחנים פסיכולוגיים והערכות על ילדים. בה בעת, נפגש הפסיכיאטר או העובד הסוציאלי עם הורי הילדים. אחרי-כן קיימו אנשי המקצוע ישיבות על המקרים, ודנו כמה שאירע בפגישותיהם עם המטופלים.

ב-1970 שונתה המרפאה לתרפיה משפחתית, ואנחנו נפגשנו עם כל בני המשפחה. כך יכול המטפל לצפות בדרך שבה מתקשרים בני המשפחה זה עם זה, ושיטה זו איפשרה לשנות את יחסי הגומלין במשפחה. במקום לפרש ולנתח מה אומרים המטופלים, יכולנו לעזור להם לשנות את הדרך בה התייחסו זה לזה בנוכחותנו. ההנחה היסודית היתה, כי מקור הבעיה אינו נעוץ בילד בלבד, אלא בדפוסים של קשרי הגומלין במשפחה. כלומר, מקור הבעיה או הסימפטום אינו נעוץ ברוקדים, אלא בריקוד.

בימים ההם היתה התרפיה המשפחתית שיטת טיפול מוכרת בארה"ב זה זמן מה, וכשהמרפאה שלנו גילתה אותה, הדבר עורר התרגשות גדולה. התרפיה המשפחתית ייצגה שינוי קיצוני בשיטת הטיפול, הבטיחה פתרונות טובים יותר, חיסכון בזמן, וגם גילתה אהדה רבה יותר כלפי המטופלים.

משחק הוא דרכם הטבעית של ילדים לתקשר. תרפיה משפחתית, שילדים שותפים בה, לעתים קרובות משקפת את אהבת המשחק של הילד ואת דרכו לבטא את דמיונו. דברים אלה באים לידי ביטוי באחדים מהסיפורים שבחלק הראשון: "ילדים".

שאלה של נאמנות

ב-1965, שנת עבודתי הראשונה במרפאת בוברי, הנרי, בן חמש-עשרה, הופנה אלי בשל סירובו להישבע אמונים בבית-הספר למלכה ולארץ. הוא לא הבין מדוע עליו לעשות כן, כיוון שאינו דוגל בשלטון מלוכני. למנהל המוסד אמר, שהוא חושב ש"כל זה בלבול ביצים". הנרי הושעה מבית-הספר ולכן ביקש להיפגש עם שר החינוך.

בסופו של דבר הושגה פשרה. בבית-הספר הסכימו שישוב ללמוד, בתנאי שיטופל במרפאה פסיכיאטרית לילדים.

כשנפגשתי עם הנרי, הוא העלה את טיעוניו בלשון קולחת ומרשימה, והוסיף כי אינו מבין מדוע עליו לבקר במרפאה פסיכיאטרית רק מפני שהוא דבק בעקרונותיו בגלוי. הוא טען בעקשנות, שרוב הילדים האחרים חשבו כמותו, אלא שהם לא ניחנו באומץ לדבוק בגלוי במה שהאמינו, ושהאחרים היו עצלים, או אדישים, מכדי לתת דעתם על נושאים חברתיים.

אמרתי לו: "הנרי, אני מעריך מאוד את אומץ לבך ואת יושרך. ככל הידוע לי, אתה צודק בהערכותיך את הילדים האחרים. אבל אני פסיכולוג, והמדינה משלמת את שכרי כדי שאעשה איתך שעה בשבוע. מה, לדעתך, אנחנו צריכים לעשות?"

"כמה משלמים לך כדי שתעשה איתי את השעה הזאת?" בתגובה לתשובתי אמר: "לדעתי, זה ממש ניצול". הוא המשיך לחקור אותי על ניסיוני, על דרכי עבודתה של המרפאה ועל דברים רבים נוספים.

זה הסתיים בכך שנפגשנו מדי שבוע במשך חודשים אחדים. במהלך השיחות סיפר לי על עצמו ועל בני משפחתו. אחיו, בן תשע-עשרה,

היה מאושפז כסכיזופרן. הנרי אמר שאביו הוא אליס-מזג ושמשפחתו חיה בפחד מתמיד. הוא ניסה להתרחק מאביו, אך לא תמיד עלה הדבר בידו, ולפיכך פרצו מריבות נוראות. אמו בילתה חלק גדול מזמנה במיטה. היא סבלה מכאבי גב וצוואר. בחלוף הזמן, סיפר הנרי כי ימים רבים הוא חש אומלל עד מאוד, ואז פוקדים אותו סיוטי לילה ומחשבות על התאבדות. בבית-הספר לא היו לו חברים ואת ההפסקות בילה לבדו וחש אומלל. הוא התקשה להתרכז ולעתים קרובות הרגיש מטושטש.

מעציב לחשוב שעל אף כל הבעיות שמהן סבל הנרי באופן כה ברור, בית-הספר הבחין בכך רק כשחרג מן השורה. אני זוכר שהייתה מוטרידה מהאפשרות שאני נוהג כסוכנה של המדינה. כמי שנשלח בשמה של רשות לפיקוח חברתי. מצד אחד, לא יכולתי שלא להרהר שמא הנרי היה מוכרח לבחור לעצמו איזה עניין עקרוני כלשהו להילחם למענו, כדי להאיץ בבית-ספרו לנקוט בפעולה, שבסופו של דבר, תוביל למתן העזרה שהנרי לא היה מסוגל לבקש לעצמו במישרין.

• • •

כדי לשמור על הקשר עם הנרי, היה עלי להימנע מלנקוט עמדה במלחמה שבינו לבין המדינה, ולפתח 'כושר ראייה כפול'. אפשר היה לראות את סירובו להישבע אמונים ואת התנגדותו לכך כביטוי לקשייו הרגשיים. אבל לדרך ראייה זו היה מחיר. הנרי שילם בבידודו הגובר ובהתחזקות העוינות כלפיו. מצד אחד, אפשר היה לראות בהתנהגותו עדות לאומץ לבו וליושרו. כדי לאפשר להנרי שליטה במהלך הטיפול ובהתוויית הכיוון בחייו, היה עלי להימנע מהזדהות עם צד כלשהו בדילמה שלו. גישה זאת איפשרה להנרי להאמין בי ולשתף מישהו, בפעם הראשונה בחייו, בבעיותיו. גישה זו, בסופו של דבר, הביאה את הקץ על בידודו ה**מוחלט** של הנרי, הובילה אותו לפתח קשרים עם אנשים נוספים, ואיפשרה לו להמשיך להשתנות באפיק חיובי.

בית-הספר, בדומה לארגונים חברתיים אחרים, מבחין בחריגה ממוסכמות הרבה יותר מהר מאשר בסבל הפרט. ואף-על-פי-כן,

בית־הספר ולא שום מוסד חברתי אחר – לא משפחתו, ולא מערכת הבריאות – הוא שפעל כך שבסופו של דבר קיבל הנרי עזרה. אלמלא אומץ לבם של הנרי ושל דומיו, אפשר שעולמנו היה פגום.

בול למטרה

הבעיה של ג'ק, בן שלוש־עשרה, היתה פרצי קולות פתאומיים מלווים בטלטלת ראש עזה. כך קרה לו כמעט בכל משפט שהוציא מהפה. אמו היתה פועלת ניקיון. דווח לנו כי אביו, שעבד במפעל, נהג אלימות גופנית באשתו ובכנו. דודו, מצד אמו, היה רופא, וג'ק ואמו כיבדו אותו יותר מכל אדם אחר. לאמיתו של דבר, ג'ק רצה להיות רופא בדיוק כמו דודו. דומה, שהכבוד וההערצה שרחשו לדוד הגבירו את זעמו של האב.

בישיבת צוות המרפאה הוחלט שג'ק יוזמן לטיפול אינדיווידואלי במשחק.

כעבור זמן קצר נוצר בין ג'ק לביני קשר של חיבה הדדית ונהנינו זה בחברתו של זה. האנרגיה שלו, שהסימפטומים יוצאי הדופן רמזו על עוצמתה, הרשימה אותי, אבל מתוקפה של הכשרתי המקצועית נמנעתי לומר לו זאת.

הוא התחיל לעבוד בחימר, אך עד מהרה התברר שהוא מעדיף להעיף את החומר לכל עבר, להפציץ את הסכיבה ולא ליצור דבר. הצעתי לו לחבוט בחומר בכל כוחו, ואז החל להטיח אותו בקירות. עודדתי אותו ללא הרף לנהוג בחומר נמרצות וללא מעצורים. אך עד מהרה התעייף מהשלכתו אל הקירות, והחלטנו כי מוטב שיכוון לעבר מטרה.

במהלך הטיפול, המטרה שצייר ג'ק לבשה בהדרגה צורת אדם, ובסופו של דבר, כשהדמיון בלט לעין, ג'ק רשם תחתיו: 'האבא המחורבן שלי'.

ככל שג'ק הטיח את החומר חזק יותר במטרה, הצטמצמה העווית שלו, עד שנעלמה.

• • •

העזרה שקיבל ג'ק בזיהוי כעסו וביטוי, היעד לכעס, הובילו בהדרגה לדעיכתו. הוא חשש שאם יאבד את השליטה ויבטא את כעסו על אביו במישרין, הלה יפרע ממנו. ג'ק גם חרד, שמא החצנת הכעס תביא לכך שכעסו ימשול בו. ייתכן שהפחד שלו היה אפילו עמוק יותר. אולי פחד שמתן פורקן לכעסו יהפוך אותו להיות דומה לאביו, ויגרס לו לשנוא את עצמו.

על כל פנים, כיוון שהבעת הכעס שלו לא אירעה כשהיה בדלת אמות של עצמו אלא במהלך טיפול, יכולתי לספק לו הבנה, השלמה ולהכיל את רגשותיו.

כעבור שנים, פגשתי את ג'ק במקרה במשחק כדורגל שבו שיחקה הקבוצה שלי – סיינט-קילדה. שמחנו להתראות. איש צעיר היה, גבה-קומה ונאה ומדברו טבעי ונעים. ג'ק דיבר על השעות שבילינו יחד. את החוויה שלו ואת העזרה שלי סיכם במלים אלה: "אתה הוצאת לי את השיגעון".

ב-1966 זכתה סיינט-קילדה בתואר האליפות היחיד בתולדותיה. מאז, הקבוצה נתונה בירידה זמנית ומתחרה בהצלחה על תואר הקבוצה הגרועה ביותר בליגה. פגישתי עם ג'ק הקנתה לי הרגשה טובה. שאלתי את עצמי אם העובדה שבחר להיות האוהד של הקבוצה 'שלי', היתה ביטוי להכרת התודה שלו ולהזדהותו איתי. אך כשהעליתי את ההרהור הזה בפני טס, היא אמרה: "אופטימיות היתר שלך שוב משטה בך. פשוט מאוד, נטיותיו להרס עצמי מצאו לעצמן אפיק מקובל הרבה יותר מבחינה חברתית, גם אם לא פחות כואב."

חמום-מוח

משפחה יוצאת מזרח אירופה ביקשה שאפגש עם בנה, סיב. הנער, בן שלוש-עשרה, מסוגר היה, ממעט לתקשר, והישגיו בבית-הספר הפרטי

שבו למד היו טעונים תיקון. לא היו לו חברים, והילדים הציקו לו. דבר לא עניין אותו מלבד כדורגל וקריקט. בעונת הכדורגל הכין רשימות איין-ספור על הקבוצות השונות, ומדי יום בחר את הקבוצה הטובה ביותר בויקטוריה, את הקבוצה הטובה ביותר אי-פעם, ואף ניהל רישום מפורט של כל המסירות, הבעיטות והשערים שזקפו שחקניהן לזכותן. בקיץ נהג כך ביחס למשחקי הקריקט. רק בעמל רב עלה בידי לדוכב את סיב בנושאים שאינם כדורגל וקריקט.

ההערכה הפסיכולוגית שעשיתי לסיב העלתה, כי ניחן באינטליגנציה ממוצעת. הוא לקה בקשיים רגשיים, ולדידו אביו דחה אותו והיה ביקורתי כלפיו. בעיותיו תרמו להישגיו הדלים בלימודים, ואלו לא שיקפו את יכולתו האינטלקטואלית. ציפיותיו של בית-הספר להישגים נכבדים בלימודים העמיקו את הערכתו העצמית הדלה בלאו הכי ואף החריפו את תחושת הכישלון שלו. למרות שסיב ניאות להיפגש איתי, לא הסתמן בהתנהגותו שינוי משמעותי. אחרי חקירה זהירה וכאובה בנושא בית-הספר, הוחלט שסיב יועבר מהמוסד הפרטי והסמכותי אל בית-ספר מקומי ממלכתי.

בית-הספר החדש מינה מורה לסייע לו. כבר בשבוע הראשון, נקלע סיב למריבות עם התלמידים. המורה שוחח איתו על התקרית, וסיב סיפר בקצרה שהילדים הציקו לו, הוא לא הגיב וזה העלה את חמתם והניע אותם להציק לו עוד יותר. המורה, שהיה ממוצא יווני, כרך את זרועו סביב כתפיו של סיב ואמר: "בוא נודה על האמת. למרבה הצרה, אתה בדיוק כמוני. אתה לא יכול לשלוט במזג היס-תיכוני החם שלך." איכשהו זה מה שעשה את 'הקליק', וסיב לא ידע עוד בעיות בבית הספר.

• • •

ההערכה המפורטת שהכנתי עליו, השבועות הרבים שהקדשתי לטיפול בו ועבודת הפסיכיאטר עם הוריו – היו כמעט ללא הועיל. לעומת זה, במשפט אחד שהוציא מפיו, חולל בו המורה שינוי כבמטה קסם.

עבודתי, שיסודה במידע הנסמך על מבחנים פסיכולוגיים עדכניים ביותר ועל הידע הפסיכיאטרי והפסיכולוגי החדש ביותר, לכאורה עבודה רלוונטית ומדויקת, היתה חסרת השפעה כמעט לחלוטין. המורה, במה שנראה כביכול כמשפט לא רלוונטי ולא מדויק – הצליח.

עכשיו, עשרים ושבע שנים לאחר מעשה, אני מבין שמה שאמר המורה היה בעל משמעות פרטית ואישית מאוד בשביל סיב, משמעות שהחמצתי בעת ההיא. אפשר שההתייחסות ל"מזג החם" הציגה לסיב דרך שעמה יכול להשלים, ובעזרתה הבין את הזעם שהצטבר אצלו ושב שלט במאמץ כה רב. כיוון שנאמר לסיב, באורח כה תמים, שהוא דומה למורה שאותו העריץ, הלך שבי אחרי ההסבר. המורה שלו היה לדידו דמות־חיקוי ומופת להתנהגות שונה.

לא אחת מערכת היחסים שבמסגרתה נאמר דבר מה חשובה הרבה יותר ממה שנאמר. במקרה זה, מערכת היחסים החדשה נוצרה בבית־ספר שנהג בסיב אהדה רבה יותר, גילה כלפיו יחס של השלמה, והמורה היווני היה בא־כוחה.

הילדה העצובה מבאלאראט

משפחה הופנתה למרפאה כי בתם, בת שבע, היתה שרויה בדיכאון. בתוך רגעים ספורים נודע לי, שהם גרים בבאלאראט, הרחוקה מכאן כ־80 קילומטרים. גיליתי עניין בכך כיוון שהיכרתי את האזור היטב וחשבתי שבאלאראט היא עיר שדה יפהפייה. בסוף השבוע שעבר ביקרתי שם בפסטיבל השנתי של פרחי הביגוניה. שבע רצון על שמצאתי נקודת קשר לשיחה איתם, סיפרתי לבני המשפחה מה חביבה היתה עלי באלאראט ומה נפלא בעיני פסטיבל פרחי הביגוניה, ושאלתי אם ביקרו בו.

בניגוד לציפיותי, השתררה בחדר אווירה של אי־נוחות ושל עצבות. האב סיפר לי, כי בנו הבכור נולד עיוור. פעם הם גרו בחווה שהיתה אהובה על המשפחה כולה, והם חשו שהמעבר לבאלאראט נכפה

עליהם כדי לאפשר לבנם נגישות לשירותים שלהם נזקק. באלאראט היתה בעיניהם כל החטאים שמונים בעיר גדולה.

נראה ששגיתי משלא אימצתי את עצתו של ג'יי היילי, מטפל אמריקני ידוע בתחום התרפיה המשפחתית. על-פי משנתו, היה עלי לערוך בירורים במהלך הראיון הראשון, ולא להביע דעות אישיות. קשיי החיים של בני המשפחה הזאת והמאמץ הרב שנדרש ממנה כדי להתראות איתי נגעו ללבי, והייתי להוט להשתמש בטכניקות טיפול יעילות, אשר יבטיחו תוצאות מהירות.

למרות שלא שעיתי לעצתו של היילי בתחילת הטיפול, עכשיו אימצתי רעיון אחר שלו, והטלתי עליהם 'שיעורים': ביקשתי מהם לבחור בשביל בתם העצובה והבודדה את הכלכלב האומלל והשקט ביותר שיוכלו למצוא. רציתי שהילדה תלמד את הכלכלב, בעזרת אביה, איך להיות ידידותי ושמח.

הם נענו, ואני חשתי שבע רצון בשל התבונה הגלומה במשימה. היא עלתה בקנה אחד עם אמות המידה שלי להתערבות מקצועית חיובית — בדומה למי שממליץ על מרק עוף, ובכך דוחה את הצורך בניתוח לב פתוח; אם לא יועיל — לא יזיק. ראיתי בכך צעד בטוח לחלוטין, כיוון שבנוסף לפוטנציאל האסטרטגי הברור הגלום בו, ילדה קטנה ועצובה תקבל כלכלב לטפל בו.

בפגישה שלאחר-מכן סיפר האב, שהם שקלו בכובד ראש את הצעתי והבינו כי אינה אפשרית. היה עמה קושי עצום. הוא סיפר איזה חיים קשים היו להם, וכי לא יכלו למצוא בבתם מקום או זמן לטיפול בכלכלב. במקום זאת הם קנו יונה. בשעה שתינה את צרותיהם חשתי תחושה עזה של אשמה וחוסר רגישות על הצעתי הנואלת להכביד על משפחה שכזאת בדרישות נוספות.

רק אחרי הפגישה התחוויה לי חשיבות החוויה האישית שחווייתי להבנת ייסוריה של הילדה הקטנה בפרט ושל משפחתה בכלל. היא לא יכלה לבקש למען עצמה דבר, כיוון שכל בקשה מצדה היתה מעוררת בה, ככל הנראה, רגשי אשם על חוסר רגישותה — כפי שחשתי אני. אולי, כמוני, גם היא לא הצליחה לומר או לעשות את הדבר הנכון. שרויה היתה במצב ללא מוצא.

• • •

כולנו ילדי הזמן והמקום. כשפגשתי את המשפחה הזאת בשנות השבעים המוקדמות, דגל הטיפול המשפחתי בהתערבות אפקטיווי ובתרפיה קצרת-מועד. זה היה היסוד לכישלוני. לא חקרתי כיאות את עולמה של אותה משפחה, וגישה מוטעית ביסודה הדריכה אותי כשהצעתי להם כשעורים משימה שלא התאימה להם כלל. ובכל זאת, תוקפה של אותה חוויה עומד בעינו – התנסיתי באותם רגשות שהרגישו הילדה העצובה בת השבע ובני משפחתה.

הרכיבים

הנה מכתב הפנייה שהתקבל במרפאת בוכרי מהמרכז לשירותי בריאות בקרינגבוש:

שם: אנדרו טנר

גיל: 10

בית-הספר: היסודי בקרינגבוש

הבעיה: סרבנות ביקור סדיר בבית-ספר.

הערות: את אנדרו הפנה לשירותי הייעוץ החינוכי שלנו מנהל בית-הספר בקרינגבוש, שהודאג משאיים אנדרו להשליך עצמו תחת משאית אם יכפו עליו נוכחות בבית-הספר. הבוקר קיימתי ראיון קצר עם ההורים, אבל לא ראיתי את אנדרו, הגר לפי שעה אצל דודתו, וכלכד שיילך לבית-הספר היסודי בקווינסברי. ההורים גוללו מסכת ארוכה ורצופת קשיים של מאמצים להניע את אנדרו ללכת לבית-הספר. הם רואים באנדרו ילד הלוקה בדיכאון ובחרדה ופוחד מרוב בני גילו, וכך הוא מתרץ את סירובו ללכת לבית-הספר. כימים אלה הופנה אנדרו לטיפול בבית-חולים לילדים בשל כאבי בטן, שמקורם, ככל הנראה, בחרדה, ועדיין לא נבדק במחלקה הפסיכיאטרית של בית-החולים.

גברת טנר סובלת מדיכאון, וזה שנים אחדות מטפל בה הרופא המקומי בשל בעיית ה'עצבים' שלה. למשפחה יש גם בת, כת שש-עשרה, שכדומה לאחיה סירבה גם היא ללכת לבית-הספר, אבל ההורים אומרים, שכיום היא מצליחה בעבודתה כספרייה. אני מפנה את אנדרו למרפאת כוכרי בתקווה שתכינו הערכה דחופה שלו, משום שבאחרונה השמיע סדרת איומים בהתאבדות והצהרות שעניינן מוות, כגון: "אני יודע ששניכם רוצים שאמות"; "אם תמותי, אהרוג את עצמי"; "אם עדיין אהיה פה כחג המולד", ומשהעלה ידיד משפחה את הרעיון שיעבור לפנימייה, אם לא ילך דרך קבע לבית-הספר, אמר לו כך: "אולי הם יכו אותי עד מוות". שנת הלימודים בבית-הספר מסתיימת בעוד יומיים, ואין ביכולתי לראות את אנדרו בעצמי. אני מרגיש כי חשוב שהמשפחה הזאת תיפגש עם אנשי מקצוע בזמן הקרוב, כדי שמישהו יכדוק את חומרת איומי ההתאבדות שעליהם דווח לנו.

נקבעה פגישה דחופה. כעבור שלושה ימים הגיעו גלדיס וסטיב טנר בחברת אנדרו. גלדיס, בת שלושים ושש, עייפה ועצבנית, לבושה ברישול, נראתה מבוגרת מכפי שנוחיה. סטיב, הר אדם, נראה כמי שאינו מעוניין במה שקורה וכאילו אינו מבין מדוע הוא כאן. הוא נע בכבדות והתיישב לצד גלדיס, אך קצת מאחוריה. אנדרו התיישב קרוב לאמו ונראה מפוחד, מוטרד ותינוקי במקצת. אני ישבתי ליד אנדרו. אחרי גינוני השיחה המקדימה, שיועדה להקנות למשפחה הרגשת נינוחות, שאלתי על הבעיה וגלדיס השיבה. קולה נמוך היה ועצוב, ועיניה מושפלות.

"אנדרו היה תינוק בעייתי. תמיד דרש המון תשומת לב וחיבה. בעצם, מאז שנולד לא פסקה הטירחה סביבו. אני חושבת שאני מקדישה לו תשומת לב רבה, אבל איש מלבדי לא עושה את זה. למעשה, הוא לא רוצה תשומת לב מאדם אחר. כשאני נותנת לו את מבוקשו, הוא אומר שאני שונאת אותו והוא רוצה למות. זה מדכא אותי. סטיב עובד במשמרות לילה. לעתים קרובות הוא לא בבית וזה קשה לי מדי. זה נעשה נטל של ממש. ועוד משהו, לפני כשלוש שנים, בן דודו של

אנדרו התעלל בו מינית. אני טיפלתי בשני הבנים של אחי, הם גרו כאן, ואז זה קרה. הגשנו תלונה נגדו, והכניסו אותו למוסד לעבריינים צעירים. אני חושבת שהדבר הזה השפיע מאוד על אנדרו.

משדיברה, גלדיס נעשתה מתוחה וזעופה. כשרק התחילה לדבר, אנדרו נראה מנותק, מתח את איבריו ופיהק, אך עצבנותו הלכה וגברה. בעוד גלדיס מדברת, ניסה סטיב לשסע את דבריה, ומשסיימה אמר: סטיב: אנדרו הוא ילד טוב. אנחנו נהנים לצאת לדיג ולשחק קריקט. למרבה הצרה, הוא הולך לבית-ספר קשוח למדי והוא מוכרח ללמוד לעמוד על שלו ולהיאבק, אבל הוא לא עושה את זה.

גלדיס: זה לא זה! המורה אמר לי שהבעיה היא שהוא דיכאוני. סטיב התכוון ונסוג מובס אל פינתו.

אני: מה הבעיה שלך, אנדרו?

אנדרו: אני חושף מכות בבית-הספר. הילדים לוקחים ממני את ארוחת הצהריים וגוזלים את כספי. אני פוחד, ואני לא רוצה ללכת לבית-הספר.

אני: זה ודאי קשה לך מאוד.

אנדרו: כשאני יושב בכיתה אני חושש שאמא ואבא יריבו ושאמא תעזוב את הבית. אני גם דואג שאמא תחלה ותמות, או שתברח מהבית. אני חושש שאמא חולה בגללי, כי אני ילד רע.

גלדיס: פעם באמת עזבתי את הבית ואנדרו היה מודאג מאוד.

אנדרו: אמא יכולה למצוא חבר ואז היא תעזוב את הבית. אם אמא תעזוב אותנו או תמות — אתאבד.

גלדיס: אנדרו מנדנד לי בלי סוף. אני מרגישה רדופה, ולפעמים אני חושבת שאתפוצץ. רק בחצי השנה האחרונה הוא ישן בחדר שלו. לפני כן הוא ישן איתי.

סטיב: אתה יודע, מאז החתונה אנחנו לא לבד. תמיד יש איתנו מישהו. עכשיו אחיה הגדול של גלדיס גר איתנו. הוא מרבה לשתות, והוא בא הביתה בשעות משעות שונות ומבקש לאכול. יש לנו אורחים כל הזמן.

יש לנו בית מחוץ לעיר והיינו רוצים לנסוע לשם יחד, לעתים קרובות יותר, לברוח ממצעד האורחים האינסופי, אבל אנדרו עושה מזה עניין שלם; הוא לא רוצה שניסע. למעשה, הוא גם לא מניח לנו לצאת בלי שגלדיס תרגיש אשמה.

אני: ככה זה, גלדיס?

גלדיס: כן. לבת שלי, פיי, גם היו בעיות בקשר לביקור סדיר בבית-ספר. היא כבר עזבה, אבל היה לי ממש קשה להניע את שניהם לצאת מהבית וללכת לבית הספר. נכון, יש לנו המון אורחים, והם באים ויוצאים בכל שעות היום והלילה. אני באמת תמיד מאכילה אנשים, ואני תמיד מרגישה לחוצה. היה טוב באמת אילו סטיב היה מגלה אחריות רבה יותר ונותן לי קצת חופש מהילדים.

אני לא יכולה לשאת זאת יותר. אני מרגישה כאילו הבית שלי הפך לבית-קפה לילי. אני פשוט לא יודעת להגיד 'לא'. אני לא רוצה לפגוע באיש. אחי בא הביתה באחת בלילה ומצפה שאכין לו ארוחה. חברה באה לבקר ונשארת אצלנו למשך חודשים. אני יודעת שהם מנצלים אותי. זה מדכא אותי, אבל אני כולאת את רגשותי בפנים. אני באמת רוצה שסטיב יעזור לי לצאת מהמצב הזה. אולי אני גרמתי לכך שאנדרו הוא כמות שהוא.

אני:

חיארתם בפני בפרוטרוט את בעייתו של אנדרו ובעיות נוספות בחייכם. אני מבין שאתם משפחה שאכפת לה, וכולכם דואגים זה לזה. אולי דאגתו של אנדרו לך, גלדיס, וגם ליחסים בינך לבין סטיב, לא מניחה לו לצאת מהבית. מובן שיש מקום לדאגה שהוא לא הולך לבית-הספר. זה משפיע עליו עכשיו, ועלול להשפיע על עתידו. את היעדרותו של אנדרו מבית-הספר אפשר לפרש בכמה דרכים. אולי הוא פשוט שובב, ואולי הוא ילד נבון המנסה להימנע מלבוש למקום שבו מכים אותו וגונבים ממנו חפצים. אולי הוא מרגיש שהוא מוכרח להישאר בבית כדי

לטפל בך, גלדיס, וכדי להפסיק כל מריבה בעודה באיבה ולמנוע ממך לברוח מהבית.

טוב שבאתם עכשיו, כששנת הלימודים הסתיימה. החופש הגדול נותן לנו שהות לברר את בעיותיו של אנדרו ובעיות נוספות במשפחה.

נוכל לנסות לפתור אותן בלא הכרח שאנדרו יילך לבית-הספר.

גלדיס, אני מבין שאת רוצה מאוד שסטיב ימלא תפקיד פעיל בחיי המשפחה, ובמיוחד ביחס לאנדרו. סטיב, ממה ששמעתי ממך, אני למד שגם אתה רוצה בזה. אני סבור שאם כך יהיה, זה יעזור מאוד לאנדרו, הן בבעיה שלו בבית-הספר והן בבעיות אחרות. בעוד שניכם תמימי דעים בנושא זה, אתם חלוקים בשאלה איך לעשות זאת. אולי בפעם הבאה נדבר על חילוקי הדעות הללו.

ולבסוף, אני מבקש שבפעם הבאה תבואו עם פיי. זה יכול להועיל. אני גם חושב שלא יהיה זה הוגן, שתחמיץ התנסות משפחתית חשובה מאוד. בואו נחזור וניפגש בשבוע הבא.

פיי באה בחברת הוריה ואנדרו לפגישה הבאה. הם נראו נינוחים הרבה יותר מאשר בפגישה הראשונה, כמעט כדי אווירת חג. גלדיס נראתה רגועה בשמלת קיץ רפוייה בגווני עלזים. פיי ואנדרו לבשו בגדי קיץ בהירים, וסטיב לבש כותונת שצווארונה פתוח.

אני: פיי, האם סיפרו לך על הפגישה שקיימנו?

פיי: כן. סיפרו לי מה שקרה. שאתה שאלת הרבה שאלות, ושזה היה טוב. אני מרוצה שבאתי, כיוון שמוטב שכולנו נדבר — כל המשפחה.

אני: איך הרגשתם מאז הפגישה האחרונה?

סטיב וגלדיס: טוב מאוד.

גלדיס: אנדרו מאושר הרבה יותר מאז שהיינו כאן. ועדיין הוא מסרב לדבר על בית-הספר, והוא גם לא מוכן לשמוע 'לא' כשהוא מבקש משהו.

- סטיב: הוא מוכן לשמוע 'לא' ממני, אבל לא מאמו.
- אני: אני משער שילדים רבים אינם אוהבים לדבר על בית-הספר, ודאי שלא בחופש הגדול.
- גלדיס: תמיד הוא רק רוצה ללכת לשחות.
- אני: בימים האחרונים היה חם מאוד, כך שזה נשמע לי סביר.
- פיי: בשבוע שעבר הלכתי איתו לבריכה כמה פעמים. אבל אם איני רוצה ללכת איתו, הוא מגיב בחריפות.
- אני: כיצד?
- פיי: הוא אומר שאני שונאת אותו.
- אני: מה את אומרת?
- פיי: 'באמת? עוזב את זה. אל תהיה טיפש'. אז הוא עוזב את זה והולך לשחק.
- אני: בשיחה הקודמת אמך שגם לך היו בעיות בבית-הספר. את מסכימה לספר לי על זה?
- פיי: שנאתי את בית-הספר. לא רציתי ללכת לשם. הילדים הציקו לי וגנבו לי את האוכל ואת הספרים. זה היה נורא.
- אני: למה את חושבת שהם עשו לך את זה?
- פיי: כי הייתי רכרוכית, הילדה של אמא. הייתי קרובה מדי לאמא.
- אני: האם את עדיין רכרוכית?
- פיי: לא.
- אני: כיצד השתנית?
- פיי: עזבתי את בית-הספר ומצאתי עבודה. גם העובדה שיש לי חבר עזרה לי.
- אני: אמרו לי שאת ספרית.
- פיי: כן.
- גלדיס: אבל את לא עומדת על דעתך בפני המעביד שלך. את נשארת לעבוד מאוחר, אחרי שעות העבודה המקובלות. לא משלמים לך שכר שעות נוספות ואת מגיעה הביתה סחוטת ומרוטה.
- פיי: טוב, לא השגתי את העבודה הזאת בקלות. לכן, אני אמשך כך כל עוד אני מתלמדת.

- אני:** אולי זה סימן לאיפוק נכון ולבגרות.
אז מה, לא היה לך קל להשיג את העבודה?
פיי: לא. זה היה קשה מאוד. טילפנתי תשעים וחמש פעמים לפני שהתקבלתי כמתלמדת.
אני: לא ייאמן. בת כמה את?
פיי: בת חמש-עשרה.
אני: מרשים מאוד. מעטות מאוד הן הנערות בנות חמש-עשרה שהיו אזורות כוח להגיע לשיחה התשעים וחמש שלהן. הוכחת התמדה ונחישות של ממש.
(פניתי אל גלדיס ואל סטיב): כהורים, עשיתם עבודה לתפארת. גידלתם בת שניחנה בעוצמה ובכוח עמידה יוצאי דופן.
בפעם הראשונה במהלך הטיפול הביטו גלדיס וסטיב זה בזה וחייכו.
במהלך השיחה עם פיי, ניסתה גלדיס לקטוע אותה ולציין שפיי עורונה ורכוכית ואין היא יודעת לעמוד על דעתה. אולם בנקודה זו בשיחה גלדיס אמרה בגאווה: "אתה יודע, המעביד של פיי שולח אותה לקנות לו ארוחת צהריים, ולפעמים נוח לו 'לשכוח' לתת לה כסף. אבל פיי מבקשת ממנו ומקבלת את הכסף".
בפעם הראשונה במהלך הפגישות, ואולי במשך שנים רבות, הביעה גלדיס חוות דעת חיובית ומחמיאה על אחד מבני משפחתה.
אני: גלדיס, אני זוכר שאמרת לי שקשה לך לעמוד על דעתך בחברה, כשם שקשה גם לפיי ולאנדרו. שאת לא מסוגלת להגיד 'לא', כיוון שאינך רוצה לפגוע באנשים, או להעליב אותם.
גלדיס: כן. אני לא מסוגלת לפגוע באנשים או להעליב אותם. אני פוחדת מוויכוחים. סטיב ניסה פעמים אחדות לשים קץ ל'בית הקפה הלילי' בבית, אבל לא הנחתי לו. כמוני כאמי. כל ימיה עבדה ולא חדלה. היו לה שבעה ילדים. הייתי קרובה אליה. רק עם אבי מעולם לא הסתדרתי. הוא לא אהב אותי, התעלם ממני, ואמר ש'רוע' מקנן בי. כשהביא את אמא לידי בכי, ניסיתי לצאת נגדו בדברים, אבל זה היה קשה מאוד.

אני: אולי קשה לך להתמודד עם אנדרו.

גלדיס: נכון. כל הזמן הוא רוצה לשבת על הברכיים שלי.

אני: ואת תמיד שונאת את זה?

גלדיס: לא! לפעמים זה בסדר ואני נהנית מזה. אבל לפעמים, כשהוא לא מניח לי רגע לעצמי, אני שונאת את זה.

אני: האם את יכולה לומר לו מתי את נהנית מזה, וגם, מתי זה יותר מדי ואת רוצה שהוא יניח לך?

גלדיס: הו, לא! מפני שאז יאמר שאני שונאת אותו ושיתאבד.

אני: מטריד אותי שאנדרו אף פעם לא יודע אם את שמחה כשהוא יושב על ברכייך, או שאת לא רוצה בכך, ושאת דואגת או פוחדת כל-כך שאינך מסוגלת לומר לו.

גלדיס: זה לא רק זה. אני עייפה כל הזמן. ג'ק, אחי, בא הביתה באמצע הלילה, שיכור, ודורש ארוחה. זה מכעיס אותי, ואני מוציאה את זה על הילדים.

אני: נראה שאת חושבת יותר על הזולת מאשר על עצמך. לא אחת, דאגתך לאנשים אחרים, כמו ג'ק, גורמת לך לפגוע באנדרו ובפיי.

סטיב: אני חושב שזה נורא שגלדיס מרשה לכל אחד לנצל את טוב לבה. זה לא בסדר, וזה ממש מרגיז אותי. היא מתעייפת מאוד, והיא כל כך עסוקה עם הזולת, שאף פעם אין לה זמן או כוח לילדים או לי. מוטב שאנדרו ייצא וישחק עם הילדים ולא ידאג לאמו. אילו היו פני הדברים בבית שונים, ואילו לגלדיס היה יותר זמן, אולי אז אנדרו לא היה דואג לה, והיה יוצא בשמחה מהבית לשחק עם הילדים.

אני: סטיב, אני חושב שאתה צריך לעזור לאשתך. אולי יהיה עליך להגן על האינטרסים שלה, או שתעזור לה כשהיא תעשה את זה בעצמה, או שתעשה את שני הדברים גם יחד. זה יהיה קשה. זה לא כרוך רק בשינוי הרגלי חיים, אלא בנקיטת דרך הנוגדת מסורת משפחתית.

אמה של גלדיס, וקרוב לוודאי שגם אם אמה, גם הן היו כך, וקשה מאוד לשנות מסורת. אבל אני חושב שכולכם

מסכימים שיש לעשות את זה, ושזו עתידה להיות מלאכה קשה.

סטיב: כן, עלינו להיפטר מאורחים אחדים; נפסיק, לכל הפחות, את ביקוריהם בכל שעות היום והלילה.

פיי: אבל אבא, אמא אוהבת אורחים.

אני: אני מניח שכולכם צריכים לדבר על זה ביחד, וללבן את זה. בואו נשוחח על זה בשבוע הבא.

נוכחותה של פיי הועילה מאוד. פיי ראתה את אנדרו בדרך שונה מהוריה, הגיבה אחרת על התנהגותו, ולפיכך הציגה דגם התנהגות שונה, שאנדרו השלים איתו. גם לה היו בעיות דומות לשלו, והמשפחה התגברה עליהן. כשהערת את תשומת לבם להישג הזה, החמיאה גלדיס לבתה. כשסיפרה פיי על חוויותיה, דיברה גם למען אנדרו, והוא עשה אוזנו כאפרכסת ודומה שדבריה הפיגו את חששותיו.

כולם באו לפגישה השלישית. פעמים אחדות אמרה גלדיס 'לא' לאנדרו, ולהפתעתה, הוא השלים עם זה. לאמיתו של דבר, לעתים הוא נראה מאושר ורגוע הרבה יותר משלא נענתה לו.

לחברת-נעורים אמרה, כי משעה שתתאכסן בביתה, היא מצפה ממנה לסייע לה בעבודות הבית. ושוב, חברתה הסכימה, ובשבוע שעבר, כשהתארח בביתם, עזרה רבות ודומה היה שהיא שמחה לעשות זאת.

סטיב: ביתנו הומה כמו התחנה המרכזית בפלינדרס סטריט.

כשאני שב הביתה מהמשמרת שלי, אני רוצה לישון. אין רגע ללא אורחים שאוכלים ושותים בבית, וזה קשה לי. אני לא יכול לישון.

גלדיס: אני שונאת להיות לבד, אני אוהבת אנשים סביבי. יציאה מהבית מפחידה אותי, ואני לא אוהבת צפיפות. גם לקניות אני הולכת עם אמי. אני שונאת להיות במכונית, ואיני רוצה לנהוג כי אני חוששת שאהרוג מישהו. וכשאני נוסעת, אני חייבת לשבת במושב האחורי. כיוון שאיני רוצה לצאת מהבית, אני אוהבת אורחים בביתי.

פיי: אבל את אוהבת ללכת לכדורגל, אמא. את מייללת וצורחת כמו כל החבר'ה הטובים.

כל בני המשפחה הנהנו בראשם לאשר את דבריה.
אני: אולי כדאי שתלכי גם למשחקי האימון באמצע השבוע.
גלדיס: אני עדיין דואגת בנושא ביקוריו של אנדרו בבית־הספר.
הוא מתחיל להתלונן על כאבי בטן ואני חושבת שזה בגלל
ששנת הלימודים הבאה הולכת וקרבה. כשהוא צריך ללכת
לבית־הספר גם אני חשה כאבים בבטני ובחילה.
סטיב: אני עדיין חושב שאנדרו חייב ללמוד לעמוד על דעתו.
אני: אתה חושב שתוכל לעזור לאנדרו לעשות את זה?
סטיב: אולי אנדרו צריך ללמוד להילחם, ואני יכול ללמד אותו.
אנדרו: נהדר! באמת אשמח אם תלמד אותי.
גלדיס מסכימה בהיסוס.
בפגישה הבאה הוברר, שסטיב ואנדרו נהנו מאוד מהשיעורים האלה.
גלדיס לא נראתה מוטרדת מכך שאנדרו יחטיף מכות לילדים אחרים.
אנדרו אמר, כי כשאירעו לו דברים רעים בבית־הספר, הוא רצה לספר
על כך לאביו, אבל אמו מנעה ממנו. היא חששה שאביו, בחמתו, יפגע
קשה במישהו.
לאחר ויכוח ממושך ציין סטיב, שהוא רוצה לדעת מהן הבעיות של
אנדרו ולעזור לו בפתרון. הוחלט שמכאן ואילך אנדרו יגולל אותן
באוזני סטיב.
אני: אנדרו, האם יש משהו מיוחד שמדאיג אותך ביחס לחזרה
לבית־הספר?
אנדרו: יש שם כנופיה שמנהיגה הוא ג'וני. ממנו אני פוחד באמת.
הוא בריון אמיתי.
אני: סטיב, יש לך רעיון איך לטפל בזה?
סטיב: כן. אני חושב שמוטב שאדבר עם הוריו של ג'וני.
אני: נהדר. למה לא תיקח את אנדרו איתך ותעשו את זה מיד
לאחר הפגישה הזאת?
סטיב: רעיון טוב. זה מה שנעשה.
אני: גלדיס, אני מניח שזה נראה לך מפחיד למדי.
גלדיס: כן, זה נכון. אבל אולי מוטב שסטיב יטפל בזה.
אני מניחה שזה מה שצריך לעשות.

כעבור שבועיים הם באו עליזים ומלאי התלהבות. סטיב ואנדרו הלכו אל ביתו של ג'וני מיד אחרי הפגישה. ג'וני לא היה בבית, ואמו שאלה לפשר בואם. סטיב אמר לה, ואמו של ג'וני הביעה פליאה ואמרה: "אבל ג'וני הוא בן-תפנוקים גדול. הוא תמיד מתבכיין". אנדרו נדהם ולא הפסיק לדבר על ג'וני המפונק, והמתין בכיליון עיניים עד שיספר זאת לילדים האחרים.

סטיב וגלדיס שוחחו ממושכות על אנדרו ועל בית-הספר. תמימי דעים היו, שסטיב חייב לדבר עם המנהל. לסטיב נודע שהמנהל הוא חדש וכי שימש בתפקידו רק מהשליש האחרון של השנה שעברה. הוא היה ער למתחולל וכמו סטיב סבר גם הוא, שיש לשים לכך קץ. במשך השבועיים האלה גם סטיב וגם גלדיס חשו נוח יותר לומר לאורחים מתי הם רצויים. סטיב נהג כשומר סף, ואילו גלדיס השלימה עם החלטותיו ואף עמדה לימינו בעת הצורך.

אנדרו הרבה לצאת מביתו לשחק עם הילדים וסיפר להם על ג'וני התינוק המתבכיין. הוא דיבר עליהם כעל חבריו ואמר שישוב איתם ללימודים.

עכשיו חשה גלדיס כי לא תסכול מכאבי בטן כשיתחיל אנדרו ללכת לבית הספר. למעשה, יהיה לה זמן לעשות דברים אחרים ואולי זו לטובה.

בפגישות הבאות (שבועיים אחרי תחילת שנת הלימודים, ופעם נוספת, כשלושה חודשים מאוחר יותר) דיווחו בני המשפחה שאצל אנדרו הכל בסדר, הוא שבע-רצון בבית-הספר ויש לו חברים אחדים. מעורבותו של סטיב בחיי אנדרו גדלה, ועכשיו, שהבית לא דמה עוד לתחנה המרכזית בפלינדרס סטריט, בילה הרבה יותר בבית. הוא וגלדיס אפילו נסעו לסוף-שבוע בבית-הכפר שלהם. גלדיס נוכחה לדעת, שהיא יכולה לצאת יותר מהבית ללא תחושת חרדה, והיא הרגישה שביטחונה העצמי התחזק והיתה רגועה לאין ערוך.

דרישותיו של ג'ק לארוחות בכל שעות היממה פסקו, והוא חדל לבוא הביתה שיכור.

פיי אמרה: "זה נחמד שאני לא היחידה במשפחה המצליחה בחיים. לפני כן, חיי היו טובים — העבודה היתה בסדר, ויש לי חבר משלי

— אבל לא כולם התמודדו בהצלחה עם חייהם. עכשיו, שזה שונה, החיים אף טובים יותר.”

• • •

משפחה זו הופנתה אלינו כיוון שאנדרו סירב ללכת לבית־הספר, היה מדוכא ואיים להתאבד. הוא אמר שאינו יכול ללכת לבית־הספר כיוון שהוא חושש לעזוב את אמו. את חרדתו אפשר להבין נוכח התנהגות האם. היא, מצדה, היתה מודאגת בגללו ולכן רצתה לשמור עליו, למען עצמה, בקרבתה. לא היה ביכולתה לתבוע ממנו ללכת לבית־הספר, כשם שלא יכלה לעמוד בתוקף על דעתה ביחסיה עם אנשים רבים כל־כך ובמספר כה גדול של מצבים. כללו של דבר, את העולם שמחוץ לבית חוותה כעולם מסוכן ומנצל. אנשים ניצלו את טוב לבה כיוון שהניחה להם לעשות כן ואולי אפילו עודדה את זה. היא היתה 'אשה טובה שלא היתה מסוגלת להעליב או לפגוע במישהו'.

בספרות המקצועית סרבנות ביקור בבית־הספר נתפסת כדומה לחרדת נטישה. דפוסי התקשורת במשפחה מפרנסים ומעצימים חרדה ודיכאון. במשפחה שלפנינו, הסירוב ללכת לבית־הספר, וכן דיכאונם וחרדותיהם של האם ושל הבן, התעצמו מתוקף תפקידם השולי של האב והאחות. כדי לטפל במשפחה זו, צריך היה למצוא דרך להגביר את מעורבות האב והאחות בחיי המשפחה, ולהשתמש בכוחם כך ששוב יעלה בידי המשפחה לפתור את בעייתה, כשם שעשתה בעבר עם פיי.

משהוזמנה פיי וגוללה את סיפור שיקומה ותפקודה המרשים בחווה היה בכך משום קריאת תיגר על הערכותה השלילית של המשפחה את עצמה ואת כישוריה. דיכאון משפיע לא רק על דרך הרגשתנו, אלא גם על אופן ראייתנו את העולם — בדומה לראייה בעד משקפיים שחורים במקום ורודים. נוכחותה של פיי והסיפור שלה הניעו את בני משפחתה לחזור ולבחון את דרך התבוננותם בעצמם.

מעורבותו של האב הציגה בפניהם דרך חדשה של התמודדות עם החברה במובנה הרחב. הוא התמודד עם בית-הספר, עם גיוני, ועם כל האורחים הלא-קרואים. בכך נתן להם דרך ראייה חדשה את העולם שמחוץ לבית, שעתה לא נגלה באור כה מסוכן כפי שנהגו לראות. זה שינה את עמדתה של גלדיס שאיפיינה את חייה, כשם שהיתה נחלתה של אמה לפנייה.

(הסיפור הזה מוקדש לד"ר בריאן סטגול שנפגש עם המשפחה יחד איתי. למען פשטות הסיפור מוזכר בו רק מטפל אחד.)

הגנב

אך בנדיר אבות הם המטלפנים לקבוע פגישה והם הפותחים בשיחה, אך כך קרה אצל משפחת ריצ'רדסון.

"הבעיה היא שמרק גנב חמישים דולר מארנקה של אמו. עד עכשיו היה ילד טוב, הצליח גם בלימודים וגם בספורט ויש לו חברים נחמדים. לפני-כן מעולם לא עשה דבר כזה."

ניכר היה באב שהוא מודאג ונסער. לעומתו נראתה אשתו מיושבת בדעתה והתנהגה כאילו היא כאן רק כדי לסייע לבעלה לגולל בפני פרטים נוספים בשעת הצורך. בשעה שהקשבתי להוריו, ישב מרק בשקט ולא היה אפשר לדעת אם הקשיב והיה מעורב במתרחש, או שאיננו מגלה עניין. כל העת דומה היה שמשו רוחש מתחת לפני השטח, אך פשרו לא הוחוויר לי. לכן, חזרתי ושאלתי אותם אם יש עוד משהו הקשור לבעיה שיוכלו לספר לי, כך שאוכל להבין אותה טוב יותר.

האב הופתע מנחישות שאלותי והיסס לפני שדיבר. "אולי זה בגללי. הייתי גנב מקצועי. התפרנסתי מגניבה."

הפגישה הגיעה אל קצה, אך הרגשתי שאני מוכרח להגיב. "אני מתרשם שמעשה הגניבה של בנך מפחיד אותך מאוד. מכל מקום, אני תוהה אם מרק לא רואה כך מופת, ואולי ניסה להתקרב אליך בכך שהלך בעקבותיך?" "אז הוא אידיוט מחורבן", ענה האב.

לפגישה הבאה בא אביו של מרק בגפו. הוא סיפר לי שבן שבע-עשרה הגיע לאוסטרליה לבדו ולא הכיר נפש חיה. הוא התרועע עם אנשים רעים. תחילה עסק בגניבות של מה בכך ולימים היה מעורב בגניבות גדולות. הוא עשה חיל, אבל לפני כחמש שנים נתפס וישב במאסר שנתיים. אחר-כך קנה סחורות מיד-שנייה והיה לו בית-עבוט. פרנסתו היתה בשפע והוא שלח את בנו לבית-ספר פרטי בסביבה טובה, באזור מגורים של המעמד הבינוני ששם הם גרים. הוא לא הבהיר אם מאז שהשתחרר מבית-הסוהר הוא הולך בדרך הישר, או שמא מפעם לפעם הוא משרך דרכיו.

הוא ציין, כי תעה בדרכו באותם ימים של הצלחה משום שרק כך עלה בידו לפרנס את משפחתו. הוא רצה שלבנו יהיו כל ההזדמנויות שמעולם לא היו נחלתו. עד כה רווה נחת מהישגיו של בנו. פרשת הגניבה של מרק היתה, לידו, הרסנית: התאמתו האיומים שבפחדיו. כשאמרתי לו שיתכן שבנו בחר ללכת בדרכיו, האמין כי ברור לי שזה קרה באשמתו. שאלתי אותו: "אתה חושב שמרק יודע במה עסקת וכי ישבת בכלא?"

"מרק היה רק בן שבע כשנשלחתי לבית-הסוהר. אשתי רק אמרה לו שעלי לנסוע לזמן מה. אנחנו לא מדברים על זה בבית. למען האמת, אינני יכול לומר בביטחון גמור אם הוא יודע או לא."

"זאת אומרת שכשנפגשנו בשבוע שעבר, בפעם הראשונה דיברת בגלוי בפני מרק על הרקע שלך?"

"כן, אני מניח שכן. לא רציתי שמרק יגלה את זה כך, אבל אני רוצה שתעזור לו, ולכן הרגשתי שאני מוכרח לדבר איתך גלויות ולהיות כן."

"אתה חושב שאולי רצית שמרק יידע עליך כדי שתוכלו לדבר גלויות על-כך בחוג המשפחה?"

"תראה, אני רוצה לעזור למרק."

"אולי התחלת לעזור לו בכך שסיפרת לו. אני סבור שמרק יודע על-כך זה זמן רב, כך שלא חידשת לו דבר. מה שכן עשית, שינית את כללי התקשורת במשפחה. קודם הדברים היו ידועים, אבל לא דיברו עליהם. עכשיו אתם יכולים לדבר על זה."

"אעשה הכל כדי לעזור למרק. מה נעשה?"

"אין זה נדיר שילדים גונבים מפעם לפעם. אין פירוש הדבר שיש לגלות סובלנות כלפי זה, אבל גניבה מהורים אולי אינה נחשבת למעשה כה חמור, אלא משהו כמו גניבה למחצה. כשזה נעשה בחוג המשפחה, לא מתייחסים לזה בחומרה כמו לגניבה מחוץ לבית. אל תבין אותי לא נכון, יש מקום לדאגה. מכל מקום, אולי זה מפחיד אותך יותר בגלל הרקע שלך. ואולי בחר מרק לגנוב מאמו סכום נכבד למדי, כדי להביא לתקשורת גלויה יותר בחוג המשפחה. אולי לא, אבל אפילו לא זו היתה מטרתו — זו התוצאה. אם אתה שואל אותי מה לעשות, אתה האדם המוסמך ביותר לספר לו על כל התוצאות הנובעות מחיים על גניבה ומהשפעתם על חיי הגנב. עליך להיות גלוי לב ככל שתוכל כשתדבר עם מרק על התקוות ועל השאיפות שאתה תולה בו. ספר לו גם על חייך, על פחדים ועל כל התוצאות הנובעות מאורח החיים שלך. ספר לו כך שיחוש את החיים האלה. בשבוע הבא בוא אלי לבדך, או עם אשתך, או עם כל המשפחה, או רק עם מרק — כפי שתחליט. הם באו כולם. האב סיפר למרק על חייו בפרוטרוט. דומה היה שכולם מאושרים מהשיחות ביניהם. מרק אישר שאכן ידע על אביו, וכי הוקל לו משחש שעכשיו אפשר לדבר על כך. הוא לא אישר את ההנחה שגנב כיוון שרצה ללכת בדרכי אביו. הוא עשה כן כדי שיוכל להזמין את חבריו ללונה-פארק. הוא הבטיח לאביו לא לגנוב עוד. הסתפקתי בכך ופניתי לאמו של מרק כדי לשאול אותה איך הרגישה כל אותן שנים שבהן עשה בעלה מה שעשה. היא הופתעה מעצם השאלה, והשיבה לי רק אחרי דין ודברים עם בעלה. רגשותיה ניכרו בה היטב כשתיארה חיים שיש עמם פחד ודאגה, נדודי-שינה וחשש מתמיד מנקישה בדלת. היא חוותה שנתיים של בדידות עזה וקשיי חיים כשלא היה בעלה בבית. ועדיין היא מתקשה להירדם כיוון שאינה בטוחה שכל זה אינו אלא נחלת העבר. בעלה פנה אליה וחזר והבטיח לה שכל זה נגמר, ואל לה לדאוג עוד.

המשכתי להתראות עם בני המשפחה עוד זמן מה, וכשנפרדנו הסכמנו כי בשעת הצורך יחדשו את הקשר איתי. כל זה היה לפני שנים.

• • •

האב האמין שה'מומחה' יעזור למרק. לא עלה בדעתו שה'תרופה' נמצאת בחוג המשפחה. ואולי ההרסני מכל היה קיומו של הסוד ולא דווקא תוכנו. הבעיה נפתרה פשוט בכך שבני המשפחה דיברו גלויות זה עם זה, וההורים, הן האם והן האב, שיתפו בסיפורי חייהם, בתקוות ובפחדים, גם זה את זה, וגם את מרק.

כמטפל הכותב את הסיפור שנים רבות אחרי ככלות הכל, אני ער לאי־הוודאות העמוקה המקננת בי לפחות לגבי פן אחד בעבודתי איתם. כשבא אביו של מרק לבדו, רמז לי שמפעם לפעם עודנו סוטה מדרך הישר. בפגישה הבאה הבטיח לאשתו שלא כך הם פני הדברים. אני לא פישפשתי בציציותיו. בעבודתי איתו הסתמכתי על ההנחה ששיחות גלויות על עברו, השפעת התנהגותו הפלילית על בנו ומצוקתה הגדולה של אשתו – די בהם כדי למנוע ממנו להמשיך בגניבות, או לא לחזור עליהן.

גם לא רציתי לשאול אותו במישרין, כיוון שאילו עשיתי זאת, אפשר שהייתי כופה עליו לשקר לי, והוא הרי אמר לי שהוא משתוקק לדבר איתי גלויות ולהיות כן.

התקווה האחרונה

המטופל: "ביקרתי אצל רופאים רבים כל־כך, שאתה הוא תקוותי האחרונה בחיים."

אדלר: "לא, לא התקווה האחרונה. אולי התקווה האחרונה פרט לאחת."

(הפסיכולוגיה האינדיווידואלית של אלפרד אדלר)

שירלי, אם לשלושה, באה לראות אותי. בעשר השנים האחרונות ביקרה אצל מטפלים רבים. לפעמים ילדיה (שתי בנות, האחת בת

שלוש־עשרה והשניה בת שבע־עשרה, ובן, בן עשרים ואחת) נלוו אליה, אך בדרך כלל לא השתתפו בשיחה וסירבו להמשיך לבוא אחרי הפגישה הראשונה או השנייה. איש מהמטפלים לא הצליח לעזור לה; כל המאמצים הללו לא היו אלא בזבוז זמן. אני הייתי תקוותה האחרונה.

שירלי דיברה במהירות, כאילו דבר מה מעיק עליה. היא לא ידעה במה להתחיל ואיך להמשיך את סיפורה, עד כדי־כך שלעתים קרובות התבלבלה ובילבלה.

בבית־הספר התלוננו על־כך שלעתים קרובות בנותיה מאחרות, שהן נקלעות לקטטות, שהן עצלות ושהישגיהן בלימודים אינם משביעי רצון. ילדיה לא הקשיבו לה, היו אנוכיים ורק לעתים רחוקות מאוד עזרו בעבודות הבית. והגרוע מכול, תמיד הם התקוטטו, גידפו זה את זה, והיא לא יכלה לשאת את ניבולי הפה שלהם. היתה לה ילדות מוגנת וחינוכה היה קפדני, ולכן מלים שכאלה הסבו לה בושה. מרוב מבוכה לא היה בכוחה לחזור על מלים אלה. בת השלוש־עשרה קראה לאחותה: "זונה שלא מפסיקה להזדיין עם כל הבחורים".

הבעיות עם הילדים הציקו לה זמן רב, כמעט מאז החלו ללכת לבית־הספר. בעלה הפריז בשתייה, הסתגר ושיחתו הצטמצמה לביקורת עליה כעל הורה. מעטים היו הרגעים הטובים בחיי הנישואים שלהם ולפני שנתיים עזבה אותו. לאחר שעזבה אותו קיוותה, שהיחסים בינה לבין הילדים ישתפרו, אך לאכזבתה לא כך היה. בעלה גר בדירה מרחק שתי דקות הליכה מהם. הילדים גרו איתה ובילו בבית את רוב זמנם, אך מפעם בפעם, כשניסתה לאכוף את מרותה, הלכו לאביהם להתלונן עליה.

הערותיו הביקורתיות פגעו בה מאוד. היא השתדלה להיות נחמדה אל הילדים ובלבד שלא יהיה לו פתחון פה. אביה תמיד שמר על מרחק ממנה, ועכשיו הבינה מה נפגעה ומה גדולה היתה התמרמרותה. לאמיתו של דבר, היא אמרה שרוב הגברים אינם ראויים להערכה רבה. שירלי עבדה כאחות במשרה מלאה, נשאה בעול עבודות הבית וטיפלה בילדיה, כמעט ללא עזרה מבעלה. היא היתה עייפה מאוד, וגם הפרוטה לא היתה מצויה. בעבר פנתה למטפלים בשירות הציבורי, או

לפסיכיאטרים שגבו את שכרם במשורה. עכשיו, למרות הנטל הכלכלי, החליטה לבקש את עזרתי כיוון שהמליצו לה עלי. לאחר יאוש, היתה מוכנה לנסות כל מה שרק אפשר.

הקשבתי לה בתשומת לב, ולאחר שסיימה את סיפורה, אמרתי: "אני מבין שחייך קשים ומלאי סבל עד מאוד. אני מכיר אחדים מהמטפלים שהזכרת ואני יודע שהם טובים מאוד. אני חושש מאוד שבבעיה כה ישנה וכה מושרשת, אולי גם אני לא אצליח לעזור לך. יש עוד בעיה אחת; התעריף שלי אינו מהנמוכים וזה יקשה עלייך, ועל שנינו יכביד הלחץ שמקורו בצורך להגיע לפתרון מהיר – שאולי אינו בנמצא. אני חושש שתבזבזי את הכסף שאותו את מרוויחה בעמל רב, כיוון שלא תפיקי תועלת."

שירלי אמרה: "אתה לא מתאר לעצמך כמה אני נואשת ועד כמה אני נחושה בדעתי."

עד כה דיברה על הבעיות שלה בפסימיות רבה, כאילו היו ביצורים שדבר לא יוכל להם. עכשיו, בפעם הראשונה, אמרה שהיא 'נחושה בדעתה' לעשות דבר מה.

אני: בסדר, אבל עלייך להבין שאינני תקוותך האחרונה, ושאל לא יעלה בידי לעזור לך, כפי שעלול לקרות, תבקשי עזרה מאנשים אחרים.

שירלי: חשבתי על כך רבות והחלטתי להתחיל מיד בטיפול.

אני: טוב, אם את בטוחה שזה רצונך.

שירלי: האם יש דרך כלשהי לשתף את הילדים? אני לא יודעת איך להשפיע עליהם לבוא.

אני: אני יודע שאת רוצה שהם יבואו, אבל התרשמתי מסיפורך שהם נבונים מאוד וכי למדו מניסיונם בעבר. אחרי עשר שנות ביקורים אצל מטפלים שונים, ואחרי שראו שלא חל שום שינוי או שיפור, נראה שהגיעו למסקנה שאין בכך טעם. משאינם באים הם מציינים, כי אינם מוכנים לבזבז זמן יקר וכסף.

הקשבתי לך וחשבתי קצת על מה שסיפרת לי. אני לא מאמין שתציי לעשות מה שאני מציע. אני חושש שהדברים ייראו לך מוזרים ובלתי מתקבלים על הדעת.

שירלי: תראה, אני נחושה בדעתי לשנות את הדברים. אינך יכול לתאר לעצמך כמה אני נואשת. אם כך, תגיד לי מה לעשות.

אני: ספק אם זה יועיל. אני מפקפק את תסכימי לזה. יש לך רשמקול?

שירלי: (בהשתוממות) כן.

אני: אמרי לילדים שבאת להתייעץ איתי ושאמרתי לך, שהם, אולי בלי שידעו, היו טובים אליך ועזרו לך. הם ודאי ערים לכך שכילדה התחנכת בסביבה מוגנת ושתמיד היית נחמדה אל כולם יתר על המידה, שאת כמעט 'מלאך'. לכן, החשיפה ללשון מחוספסת ולוויכוחים קולניים וחריפים עשויה להועיל.

אני ממליץ שימשיכו להתעלם ממך גם כשתבקשי אותם להפסיק את זה, אבל שבאותו הזמן הם ירשו לך להקליט אותם, את הוויכוחים, את לשונם המחוספסת ואת כל החרפות והגידופים שלהם. אחר-כך, כשתתפני תקשיבי להם. כשתבואי לשיחה הבאה איתי, הביאי את ההקלטה שלך. נעבור על זה כאן ונפיק את מרב התועלת מהשיעורים הללו.

שירלי הופתעה. ניכר היה שחשה שלא בנוח בשל המרשם שנתתי לה. אף-על-פי-כן אמרה: "בסדר. אם אתה חושב שזה יעזור — אנסה. אני אעשה את זה."

אני: אני לא בטוח שזו הדרך. ייתכן מאוד שלא, אבל אין לי רעיון טוב מזה.

אני גם לא אאשים אותך כהוא זה, אם לא תעשי את זה. אין ביטחון שהדבר יביא תועלת.

כעבור שבועיים באו שירלי ושלושת ילדיה לפגישה. היא הסבירה שימים אחדים עברו עליה בחיפוש אחרי רשמקול ושכסופו של דבר השיגה בהשאלה. היא חשה מטופשת והיססה תחילה לספר לילדים, אבל אחר-כך עשתה את זה. היא סיפרה להם שאמרתי כי נהגו בחכמה כשסירבו ללכת למטפלים, ושראיתי בעין יפה את 'השיעורים' שנתנו לה כמעט מדי יום ביומו.

הילדים אמרו שמעולם לא שמעו דבר כה מטופש. הם הסכימו שתקליט אותם, אך להפתעתה לא היה שום דבר בעל ערך להקליט. הם החליטו לבוא משום שאני אמרתי כמה דברי טירוף. הם באו כדי להעמיד אותי על הדברים לאשורם. הם העליבו זה את זה מפני שהיתה להם סיבה טובה לעשות כך ולא מפני שרצו לעזור לאמם. הבן אמר: "תראה, האמת היא שאמא פוחדת יותר מדי ולכן אינה אומרת את רצונה חד וחלק. זה שנים אני אומר לה שהיא מבזבזת את זמנה כשהיא שואלת מומחים מה לעשות. היא צריכה ללמוד להיות תקיפה, ולא לתת לנו, הילדים, לעשות מה שאנחנו רוצים. למעשה, אמא היא סנובית אמיתית. היא מאוכזבת מכולנו. לא היינו תלמידים די טובים, אנחנו לא מתלבשים יפה, אנחנו לא טובים כמו הילדים של אחיה, או של אחותה, או של עמיתותיה. גם בבית היא מצפה ליותר מדי. היא עושה את כל העבודה בעצמה, כיוון שכשביקשה מאיתנו לעזור, מעולם לא עשינו את זה כהלכה — לא היה די נקי, עברנו לאט מדי, לא שמנו את הדברים במקום. אז נמאס לנו מזה, ואנחנו לא עוזרים יותר!"

הבת בת השבע-עשרה אמרה: "כן, אנחנו מדברים על זה לעתים קרובות. ניסינו לדבר עם אמא, אבל היא לא מקשיבה. היא מעדיפה להאשים את עצמה, ולומר שנכשלה כאמא, ושאנחנו לא ילדים מוצלחים. בכל פעם שאחותי קוראת לי "זונה מחורבנת" ואני מנסה לגעור בה, אמא לא מרשה לי. היא אומרת שאחותי עוד קטנה, ושאני צריכה להיות נחמדה אליה. אחותי פשוט ילדה מפונקת. אמא ואבא תמיד רבים מי יהיה נחמד יותר אליה, ובינתיים, היא יכולה לעשות כעולה על רוחה ואסור להעיר לה. היא לא רצתה לבוא לכאן, ואחי ואני עמדנו עלי-כן. זו הפעם הראשונה בחייה שאילצו אותה לעשות משהו שהיא לא רוצה."

בפגישות הבאות נשאו ונתנו בני המשפחה בעזרתי על חלוקת האחריות על עבודות הבית. שירלי הסכימה שלא להתערב בבכיותיהם של הילדים, אלא לאפשר להם להתגבר על הקשיים בכוחות עצמם. היא לא ניסתה 'להושיע' את בתה הצעירה. לימים למדה לבוא בדרישות אחרות אל ילדיה ולשים להם סייגים.

מדי פעם חזרתי והבעתי ספק באשר לאפשרות לעזור לה ולמשפחתה. אולי יסתיים הקשר איתי כפי שהסתיימו קשריה עם המטפלים שקדמו לי – בזכו של זמן וכסף. אבל שירלי חזרה והבטיחה לי שהפעם אין זה כך. היא המשיכה לעבוד קשה, נחושה בדעתה לעמוד בהבטחתה. לפגישות הבאות באה שירלי לבדה. החינוך שקיבלה דרש ממנה להיות תמיד טובה. מעולם לא הביעה את רצונה בתקיפות, והיא גם מעולם לא נקטה עמדה – כי אין זה ממנהגה של גברת. היא זעמה על אביה ועל בעלה שציפו ממנה לנהוג כניעות דרך קבע. מאז ומתמיד השתדלה מאוד לדאוג לזולתה, במיוחד לילדים, אך לא ידעה לדאוג לעצמה.

בעיות רבות נותרו בעינן. לא תמיד הגיעו הילדים להישגים כפי שציפתה מהם; היא שאלה את עצמה אם היטיבה לעשות כשעזבה את בעלה כיוון שעדיין הרגישה בחסרוננו; היה לה קשה מבחינה כספית; אבל סוף-סוף במקום בו פרחא אנדרלמוסיה שרר קצת סדר. בכיתם נוצרה אווירה של שיתוף, של 'ביחד', של שלום ושלווה. אך יותר מכך, הם האמינו בעתיד טוב יותר.

העריץ

ננסי התקשרה בגלל בתה מילי, בת שלוש-עשרה, אשר לקחה בהתפרצויות זעם תדירות. במשפחה היו עוד שני ילדים, מרק, בן שבע-עשרה וג'וי, בת עשרים ואחת. מזכירתי הציעה שכולם יבואו. לפגישה הופיעו רק ננסי ומילי.

שאלתי על ג'וי ועל מרק, ונאמר לי שהם לומדים. ננסי אמרה, שמכול מקום הם סבלו די והותר בגלל מילי והיא לא רצתה להוסיף על כך.

ננסי המשיכה וסיפרה: "מילי מתפרצת בהתקפי זעם איומים. היא צורחת ומשתוללת מכעס, זורקת ושוברת דברים, ואי-אפשר להשתלט עליה כלל, כדי כך שאחיה ואחותה מתביישים להזמין את חבריהם הביתה. מילי תובעת את כל זמני ואת כל תשומת לבי, ואם אני רוצה

לצאת פעם, היא מחוללת מהומה כזאת, שכול המאמץ אינו נראה לי כדאי ואני פשוט נשארת בבית. אני גם מרגישה שאני לא בסדר, כי אף פעם אין לי זמן להיות עם ג'וי ועם מרק. אני גרושה זה שלוש שנים, ואביהם גר באדלاید – כך שאני באמת רוצה לבלות גם איתם, אבל בכול פעם שאני מנסה, מילי הופכת את זה לדבר בלתי אפשרי לחלוטין. זה מצער אותי מאוד.

במרבית שנות נישואיה שלט בננסי בעל תובעני וביקורתי. היא חיה בפחד מהתפרצויות הכעס שלו. לפני שעזבה ננסי את הבית עם שלושת ילדיה, התנהגה מילי כיאות. התפרצויות הכעס שלה החלו זמן קצר לאחר פרידת ננסי מבעלה. מלבד התנהגות זו, היתה מילי בת טובה. היא בישלה, ניקתה, כיבסה וסידרה כל דבר במקומו. היא ניהלה משק בית למופת ורצתה לעשות הכול – למעשה, לא הניחה לאיש לעזור. כיוון שננסי עבדה במשרה מלאה, לעזרה הזאת נודעה חשיבות רבה. מילי השתלטה על הבית ומילאה את כל חובותיה בבית-הספר כהלכה. ננסי אמרה: "להורי היו נישואים טובים, ואני הייתי ילדה מאושרת במשפחה מאושרת. אני מרגישה עצובה ואשמה כיוון שילדי אינם נהנים מבית מאושר שכזה. בשנתיים האחרונות לקחתי את מילי לשני פסיכיאטרים ולפסיכולוג. אני לא יודעת על מה דיברו. הם הירבו לשאול אותי על רגשותי ועל ילדותי, אבל לא אמרו לי מה לעשות ומצבה של מילי הולך ומחמיר."

שאלתי את ננסי אם אביה של מילי ידע על הבעיה. הוא ידע, והביע את רצונו להיות מעורב בטיפול בשעת הצורך. ואז ניסיתי לשוחח עם מילי. היא השיבה בקצרה על שאלות כלליות, אבל לא דיברה על הבעיה.

משנשאלה מה היא עושה כשמילי חווה התקפי כעס, אמרה ננסי: "מילי מתפרצת כך כשאינה משיגה מה שהיא רוצה, ובסופו של דבר אני מוותרת לה. זמן רב חשבתי אם עלי לעזוב את בעלי. נדרשתי לכוחות נפש רבים עד שעשיתי זאת. אני מסתדרת היטב. יש לי עבודה טובה וחברים, ואילו הייתי יוצאת ומבלה בחברת אנשים, הייתי יכולה לחיות יפה. אבל מילי הפכה את זה לבלתי אפשרי. היא קילקלה לי את הכל. הבעיה הזאת מכלה את כוחותי, ואני לא יודעת מה לעשות."

שאלתי את ננסי מה היה אביה של מילי עושה במקומה. ננסי אמרה שמילי לעולם לא היתה נוהגת כך במחיצתו. הפחד מפניו לא היה מאפשר לה את זה. כולם פחדו מפניו.

אמרתי לה: "מדברייך עולה, שמילי היא בת תומכת, נאמנה ומסורה. למען האמת, לרגע התבלבלתי מי כאן האם ומי הבת. כשהקשבתי לך לפני כמה דקות, היה נדמה לי שאני שומע נערה צעירה מדברת על אמה, אם שהיא עקרת בית טובה, אבל טרחנית במקצת, כי אינה נותנת לה לצאת ולבלות. ואילו את, מילי, דיברת כמו אמא טובה, מסורה מאוד למשק ביתה, מכינה ארוחות טעימות למשפחה, ועושה כמיטב יכולתה למנוע מבתה לצאת בחברה רעה. אולי את חוששת שננסי, בתך הצעירה, תצא ותפגוש גבר שבסופו של דבר לא יהיה טוב אליה, כפי שהיה אביך. ואולי את דואגת, משום שאת חושבת שאמך מתגעגעת לבעלה לשעבר, ואת מנסה לעזור לה בהתנהגות דומה לשלו. אולי את מקווה, שלא מדעת, שבהתפרצויות הכעס שלך תחזירי את אביך הביתה, ואמא ואבא יחזרו ויחיו יחדיו.

"ננסי, אולי את מרגישה אשמה כיוון שנכשלת ולא נתת לילדיך בית טוב כמו שהיה לך. אולי את מרגישה שמילי סבלה דיה מקשיחות של אביה, ושעכשיו עלייך לפצות אותה, להיות רכה אליה ולוותר לה תמיד. אבל יהיה מקור הבעיה אשר יהיה, אין ספק שהיא חמורה ושחייבים לשים לה קץ. ננסי, כשאת מאפשרת למצב הזה להימשך, את לא אמא טובה. נהפוך הוא. למילי לא תצמח טובה אם תחשוב שבכוחה לשלוט ולהתעמר בך, בג'וי ובמרק. הרי זה טירוף גמור. את הגדולה והחזקה מבין שתיכן והיא נפרעת ממך. הוא הדין בג'וי ומרק. גם הם גדולים וחזקים ממילי וכולכם כאחד מקבלים בהכנעה את עריצותה."

דרך אגב שאלתי את מילי: "מה משקלך?"

"ארבעים וארבעה ק"ג."

"וננסי? וג'וי? ומרק?"

התשובות היו: שישים וארבעה, חמישים ושבעה, ושבעים ק"ג.

"ואבא של מילי?"

"נראה לי שמשקל מאוחד המתקרב למאתיים ק"ג יכול בהחלט

למצוא לעצמו דרך לפעול כך שהילדה הזאת, בעלת משקל הנוצה,

תשנה את התנהגותה, אפילו במניעי התנהגותה אין כל דופי, ואפילו היא מאמצת את דאגותיה של אשה בת ארבעים וחמש.

ננסי ומילי ציחקו כשהצגתי את מילי כאמה של ננסי. המשכתי להרהר בקול ואמרתי, שאם מילי היא אמה של ננסי אז היא החמות של אביה, ואז מוכן שהיא הסבתא של ג'וי ושל מרק, ואז היא גם אחותה של הסבתא שלה. בלכול היוצרות הזה הגביר את צחוקן.

כשחזרתי להיות רציני, מילי שתקה ולא הסגירה דבר מהרהורי לבה. דומה היה שננסי הכירה באמת שבדברי בתערוכת של כאב והתלהבות. לבסוף אמרתי בפשטות: "אני רוצה שתלכו הביתה ותספרו לג'וי ולמרק כל מה שנאמר כאן היום. תאמרו להם שיש להפסיק את התפרצויות הכעס של מילי, וכי אין לי ספק ששלושתכם תמצאו דרך לעשות את זה. אם תתקשו, בקשו עצה מאביה של מילי. בקשו עזרה מההורים, מהחברים ומהמורים של מילי, או מכול אדם אחר שתמצאו לנכון. על כל פנים, אני בטוח שתצליחו. אני רוצה שבפעם הבאה כל המשפחה תהיה אצלי ותספר לי איך אתם מתמודדים עם הבעיה. אם לא יעלה בידכם למצוא את הדרך, בשיחה הבאה אומר לכם איך לעשות את זה. ננסי, אני רוצה לומר עוד משהו. אני מבקש שלא תפסיקי לעשות דברים עם מילי. אני רוצה שמילי תדע שכשאת מבלה איתה, את עושה את זה מפני שאת רוצה להיות איתה, ולא מפני שאת פוחדת ממה שתעשה אם תאמרי לה 'לא'. יכול להיות שבשלוש השנים האחרונות אף פעם לא בילית עם מילי כשהיא יודעת שאת עושה את זה משום שכך באמת את רוצה לעשות."

למילי אמרתי: "אני חושב שהסיכויים שתוותר על התפרצויות הזעם שלך הם טובים מאוד, במיוחד לאחר שתיווכחי לדעת שכל הסובבים אותך נוהגים אחרת. אם יהיה לך קשה, או אולי יהיה לך צורך לבטא את הכעס, תהיה הסיבה אשר תהיה, אני ממליץ שתלכי פעמיים ביום למשך חצי שעה לחדר 'מצבי הרוח' שלך ושם תתני פורקן להתקפי הכעס שלך. את ואמך תחליטו איזה חדר ישמש לכך. אם לא יהיה די בפעמיים ביום, תוכלי לשהות שם זמן נוסף!"

כעבור שבועיים באו הארבעה לפגישה. הן מרק והן ג'וי אמרו שאמם סיפרה להם הכול, ושהם תמימי דעים איתי, שמאז ומתמיד

הרגישו שאמם נוהגת רכות־יתר במילי. הם אמרו לה את זה, ולא הבינו מדוע לא הסכימה. הם אמרו שיש להם אמא נהדרת, אבל מדי פעם, הם כעסו עליה מאוד, על שהניחה למילי להטיל עליה מורא. עד מהרה החליטו שכל אימת שמילי תתחיל באחת מהתפרצויות הכעס שלה — הם ינעלו אותה ב'חדר מצבי הרוח שלה' עד שתסיים. הם הודיעו למילי מה החליטו. בכול פעם שמילי 'הציגה' כמה קטעים, 'ממיטב' ההתפרצויות שלה, הם נעלו אותה בחדר ושם המשיכה לצרוח ולהשתולל. את ננסי הנסערת הם השכיבו על ספה, הגישו לה תה והשמיצו לה מוסיקה. בפעם אחרת, כל השלושה יצאו לטייל. כך הקיץ הקץ על שלטון האימה של העכבר ששאג. המשכתי להתראות עם בני המשפחה וטיפלתי בנושאים נוספים בחייהם. החשובים שבהם היו: תחושת החרדה שהעיקה על מילי בשל דאגתה לאמה והנטל שהרגישה; הרגשת האחיות שהכבדה על מילי בראותה עצמה מופקדת על שלום אמה; פחד מכרסם וסיוטי לילה שהיא עלולה לאבד את אמה, כשם שאיבדה את אביה.

• • •

עכשיו, שהוצבו בפניה גבולות נאותים שהרגיעו אותה, מילי הרגישה שאוהבים אותה והיה ביכולתה לחלוק את רגשי העצב, הבדידות וחוסר הערך־העצמי שלה עם הזולת.

כשהייתי פסיכולוג מתחיל וסיפרו לי על ילד הרודה בכל בני משפחתו, ציפיתי לפגוש יצור מבעית, ענק המתנשא לגובה העולה על שני מטרים, אך להפתעתי, בדרך כלל היה מופיע ילד מפוחד שגובהו לא הגיע למטר. כשילדים מטילים אימה על משפחתם, אין ספק שדברים רבים מפחידים אותם מאוד, ובכלל זה תוקפנותם העצמית שלא הושמו לה סייגים והעובדה שהם פוגעים באנשים שלאהדתם ולתמיכתם הם זקוקים. הם גם פוחדים כשהם רואים שאותם מבוגרים שהיה עליהם לרסן את הדחפים התוקפניים אצלם, לא מסוגלים לעשות זאת כיוון שהם עצמם פוחדים; כך שהילדים חייבים להתמודד לא רק עם פחדיהם הם, אלא גם עם הפחדים

המציקים למבוגרים שמסביבם. לעתים קרובות מאוד הילד מגביר את עריצותו בתקווה, שהוא עצמו אינו מודע לה, שסוף־סוף יושמו לו גבולות הולמים.

לא אחת המבוגרים ממאנים לקבוע את הגבולות האלה. לתפיסתם, הילד אומלל וזקוק לחיבה ולהבנה, והם סבורים בטעות, שהצבת גבולות תזיק לילד. לדידם של ההורים יש בכך משום פעולה תוקפנית המקפחת את צאצאם ולא דרך המרגיעה אותו ותורמת לחיזוקו. יש הורים שרגשי אשמה מציקים להם, כמו במקרה שלפנינו, והם מאשימים את עצמם בכך שהמשפחה התפרקה ושגרמו כאב ונזק לילד, וחוששים ששימת סייגים תהיה מעשה קיפוח נוסף. במשפחות שבהן האב הוא שהטיל מרות, אחרי פרידת ההורים, לעתים קרובות מתקשה האם ליטול מידיו את התפקיד. ילד שנותר בלא גבולות הוריים הולמים, לא אחת מתנהג בדרך בלתי נסבלת, אולי בתקווה שכך יחזיר לעצמו את אביו, או למצער, יחזיר לעצמו את הגבולות שהיקנו לו נוחות.

החטא ועונשו

יום אחד טילפן אלי פסיכיאטר וביקש ממני להיפגש עם משפחה שבנה, נתן, בן שמונה־עשרה, זקוק לטיפול. על־פי הערכתו, סבל הנער מנזירות טירדונית־כפיייתית, המתאפיינת בעיקר ברחיצת ידיים חוזרת ונשנית. הפסיכיאטר, שהיה ידיד המשפחה, הרגיש שנחוץ טיפול ארוך־טווח; הוא גם נשמע מודאג בשל חומרת הבעיה. נתן היה בנה הבכור של המשפחה ובה הורים וארבעה ילדים. רק ההורים ונתן באו לפגישה הראשונה. התרשמתי מאוד מהופעתה המהודרת ללא דופי של האם, ומאווירת הנינוחות הכמעט־מושלמת שהישרה האב. בעת חילופי דברי הנימוסין השגרתיים, הזכירה האם את שלושת הילדים האחרים והאב סיפר קצת על עבודתו. אחר־כך פניתי אל נתן, שעדיין לא הוציא מלה מפיו, ושאלתי: "לאיזה בית־ספר אתה הולך?"

הוא השיב: "אני לא הולך לבית-ספר." אמרתי (בהיסוס מגומגם חוכך בדעתי מה לומר כיוון שחששתי שמא נשר מבית-הספר): "מה אתה עושה?"

לאחר הפוגה ארוכה השיב: "אני הולך לאוניברסיטה." הרגשתי רע מאוד, כאילו הוספתי חטא על פשע, שכן זילזלתי באיש הצעיר הזה שממילא נראה כה ביישן וחסר ביטחון. לאחר עוד כמה דקות של שיחה חברתית שאינה משביעת רצון, כשעניי עדיין תרות בחלל החדר, שאלתי אותם מדוע באו אלי. לאחר רגע של היסוס, אמרה האם (אגב ניסיון לשלוט במצוקתה): "לנתן יש ההרגל הזה, אממ... הוא לא מפסיק לרחוץ ידיים." נראה היה שאין לה מה להוסיף, והאב נטל את רשות הדיבור. הוא מנה בעיות נוספות, לרבות דעתו שנתן אינו מפותח דיו מבחינה גופנית; שניסה לגור מחוץ לבית, אך נכשל וחזר הביתה. האב דיבר בהנאה ובגאווה על שלושת ילדיו האחרים ועל הצלחותיהם, ובמיוחד על אחיו בן השבע-עשרה של נתן שלמד בחוץ לארץ. ככל שהאב דיבר יותר, הלך נתן והתגמד. ככול שהאב סיפר יותר, חשתי רע יותר כשזכרתי בשטות שלי והתייסרתי על חוסר תשומת הלב שגיליתי כלפיו.

ואז שאלתי את נתן מה הוא חשב על המצב. במלים קצרצרות רמז, שאין הוא מעוניין להשתתף בשיחה. אמרתי לו שזכותו לשמור על הפרטיות שלו, ושמקובלת עלי עמדתו לעמוד בשתיקתו. סירובו של נתן להשתתף בשיחה החריף את הרגשתי הקשה, כיוון שחשתי שסירובו לדבר נובע מהשגיאה שעשיתי קודם. בזמן שנותר עד סוף הפגישה שוחחתי עם ההורים על נתן, על הבעיה שלו ועל היבטים נוספים של חיים במחיצת ההורים. בן חמש נשלח נתן ללמוד בבית-ספר חסידי אורתודוקסי. ואולם, אביו אמר לו שמשפחתו נמנית עם ה'מתנגדים' ולכן עליו לדעת שכל לימודי הדת בבית-הספר ראויים להסתייגות. עכשיו חשב, שאולי הכביד בכך, שלא בצדק, על בנו.

בתום הפגישה הצעתי להם דרכים אחדות להמשך הטיפול, ונתן העדיף לבוא אלי לבדו לפגישה הבאה.

נתן בא לפגישה והוא מפוחד ורועד. הוא השתוקק לדבר איתי, אבל הדבר היה כרוך לדידו במאמץ עילאי. שאלתי לדעתו על הפגישה הקודמת. הוא השיב שהוא מרוצה מזה שהוריו הכריחו אותו לבוא, כיוון שכך הוא יכול לדבר איתי ולנסות לעסוק בבעיותיו. ואז גם אמר לי שבעייתו העיקרית היתה פילוסופית. הצדק, החטא והעונש, היו הרעיונות שהתחבט בהם, ובמיוחד בשאלת 'צדיק' ורע לו, 'רשע' וטוב לו.

הרצאתו על 'חטא ועונש' נשזרה בהערות של זלזול עצמי. נחמה פורתא מצא בדברי, ששאלת הצדק והעונש ראויה בהחלט לעיון וללימוד, ושמצא ומעולם תפסה מקום של כבוד במסורת היהודית; כך, למשל, ספר איוב עוסק בה..

ואז סיפר לי נתן שבעיה גדולה נוספת שלו היא בידודו החברתי. כשהוא בא בחברת אנשים, הוא מרגיש שהמלים נעתקות מפיו. הוא שרוי במבוכה ואינו יודע מה לומר.

כיוון שלא העלה בדבריו את נטילת הידיים או תת-התפתחותו הגופנית, התחלתי אני לדבר על הדברים האלה. הוא סיפר לי, שכבר לפני שבועות אחדים חדל מנטילת ידיים מופרזת. כשדיברתי על תת-ההתפתחות שלו, חייך ואמר שהוא נהנה מזה, כיוון שלעיתים קרובות אנשים טועים ביחס לגילו, ומשהועמדו על טעותם, הם מתפתלים ממבוכה.

לקראת סוף הפגישה שאל, אם טיפול בהיפנוזה יועיל לו. השבתי לו שדומה הדבר לדרך שעובר מי שמנחיתים אותו על פסגת ההר בלי שטיפס ברגליו. לא רציתי שיחמיץ את חוויית הטיוול או הטיפוס. הוא הסכים ואמר לי חד וחלק, שהוא רוצה להמשיך לבוא לבדו.

בתום הפגישה הראשונה חשבתי על 'פשעי' (כששאלתי את נתן לאיזה בית-ספר הלך) ועל 'עונשי' (הרגשתי אשם, חוטא בחוסר תשומת לב, נכשלתי בהתנהגות שלא עלתה בקנה אחד עם הכשרתי). בה בעת המשכתי להרהר על יחסי-הגומלין במשפחה הזאת, והתחלתי לפקפק אם 'פשעתי'. הפסיוויות של נתן והתנהגותו הכללית, והדרך שבה דיברו הוריו תחתיו ושמרו את צעדיו, הם שהשיאוני 'לפשוע'. לפיכך האחריות אינה רק שלי. הרגשתי ש'הצדיק' (אני) נענש, בעוד ה'רשע' עושה חיל.

בהסכמת המשפחה, מטפל משפחתי מנוסה ממדינה אחרת נכח בפגישה זו כמשקיף. לאחריה ציין בפני כמה התרשם מאיכות הראיון, וכמה הופתע ממידת תשומת הלב והזהירות שבהן ניתבתי את השיחה. הסבריו החיוביים עמדו בניגוד לחוויה הפנימית השלילית שלי. זה הוליך אותי למחשבה, שאולי חטאתי בחוסר סובלנות כלפי עצמי, בדרך שבה התייחסתי למשגה קל ערך מצדי. ואז שאלתי את עצמי אם ההלקאה העצמית שלי אינה מקבילה להיבט כלשהו בחוויית המשפחה הזאת. לא יכולתי לחדול מלהרהר בכך, ואז החלטתי שמוטב שאניח לכך, ולו לפי שעה.

• • •

בהיותי ער לתגובותי הפנימיות לנתן ולמשפחתו ולאופן שבו הקבילה לחיי המשפחה, נעשיתי רגיש יותר להתנסויותיו של נתן. דבר זה איפשר לי לעבוד איתו בצורה יעילה יותר וביתר אהדה.

בין שתי עמדות

חלפו שלוש שנים בערך מאז ראיתי באחרונה את בני משפחת פורטר. הנחתי שהכול אצלם כשורה. יום אחד התקשרה אלי גברת פורטר ואמרה שבתה גייל רוצה לראות אותי ביחידות. היא היתה עכשיו בת שלוש-עשרה. בפגישה גייל אמרה לי: "כפי שאתה יודע, אבא שלי הוא מעשן כבד. לפני חודשים אחדים הירצו בבית-הספר על הסכנות שבעישון. מאז גברה דאגתי לאבא. קראתי כמה מהספרים שהמליצו לנו לקרוא. הלכתי אל אבא, סיפרתי לו כמה אני מודאגת וביקשתי ממנו להפסיק לעשן. הוא סירב לדבר איתי ואמר לי להניח לו לנפשו. המשכתי להציק לו עד שבסופו של דבר הוא הבטיח לי להפסיק לעשן. "כעבור שבועות אחדים הרחתי ריח סיגריות. שאלתי את אבא אם שוב התחיל לעשן. הוא אמר שלא. זה המשיך להטריד אותי, ואז חיפשתי בתיק שלו ומצאתי סיגריות. הייתי נסערת מאוד, לא רק משום

שחזר לעשן, אלא מפני ששיקר לי. הרגשתי שאיני יכולה עוד להאמין לו, ואמרתי לו את זה. אמרתי לו שלא אדבר איתו אם לא יתנצל ולא יפסיק באמת לעשן. אבא אמר שאני חצופה ואיני יודעת את מקומי. זה שבועות שאני לא מדברת איתו, ואני לא מתכוונת לדבר איתו לפני שיתנצל ויפסיק לעשן. באתי לכאן, כי אני רוצה לשמוע מה אתה חושב על זה.”

אמרתי לה: “למען האמת, קשה לי להחליט מה אני חושב. יש כאן מאבק אמיתי. מצד אחד, אני חושב שאפשר לומר שאת לא יודעת את מקומך. לא נהגת כבת, אלא כאשתו, או אמו. אסור היה לך לפשפש בכיסוי, או בתיקו של אבא. עלייך לכבד את הפרטיות שלו; היית חצופה מאוד. אין ספק שמוגזם לסרב לדבר עם אביך. לכן, אני יכול להבין מדוע הוריך מרגישים שגידלו ילדה חצופה, שלא מכבדת את הוריה, ושלא יודעת איך להתנהג.

”מצד אחר, אפשר לומר שלהוריך יש מזל גדול. יש להם בת רצינית הפועלת בתבונה. היא לא מתחשבת במוסכמות חברתיות של מה בכך כשעל הפרק עומדים עניינים חשובים, במקרה הזה הבריאות של אבא ואפילו חייו. בתם מרגישה באחריות לבריאות אביה ובכך היא דואגת לשלום המשפחה כולה. לכן, למרות הביקורת והגינוי שהבאת על ראשך, עשית מה שחשבת לנכון.”

בדקתי את האפשרות לפגישה נוספת, לבדה או עם כל בני משפחתה. היא סירבה ואמרה שקיבלה את התשובה שבשבילה באה, שידעה מה חשבתי. לא יכולתי להתגבר על סקרנותי ושאלתי: “גייל, מהי, לדעתך, העמדה הנכונה מן השתיים?”

”אני מעדיפה לאין ערוך את השנייה, במיוחד את החלק על ההורים שלי שלמרבה מזלם יש להם אותי.”

• • •

היא הלכה לדרכה שמחה וטובת לב ואני עדיין שואל את עצמי מה קרה אחר־כך.

לשחק את המשחק

את גברת מרי ברוס היפנה אלי פסיכיאטר שהיה ידיד המשפחה. הנה הפרטים שמסר למזכירה שלי:

בשלושת החודשים האחרונים, סירב ג'ים, בנה בן השבע, במידה שהלכה וגדלה, ללכת לבית־הספר. למרות שעמדה על שלה, הוא עמד במריו, ועוגמת נפשה הלכה וגדלה. היעדרויותיו של בנה הלכו ותכפו. מרי סיפרה שהיא לא עובדת מחוץ לבית, שבעלה פתולוג, ושיש להם עוד שני ילדים, אלן (בן אחת־עשרה) ושירלי (בת שש). המזכירה שלי ציינה, שאני מעדיף להיפגש עם כל המשפחה בצוותא, ולו בפגישה הראשונה. מרי אמרה שהיא חושבת שבעלה לא יהיה נוכח.

טילפנתי למרי ואמרתי לה שאני חושב שחיוני שבעלה יהיה נוכח. היא השיבה שבעלה לא יהיה נוכח, כי לדעתו היא מגזימה בהערכת הבעיה ובכך היא רק מחמירה אותה. על־כך אמרתי, שדווקא בשל עמדתו נודעת לנוכחותו חשיבות מיוחדת, שכן היא עשויה לתרום להבנת הבעיה ולפתרונה. מרי אמרה שהוא עסוק מאוד, אבל היא תדבר איתו; מכל מקום, ספק אם יבוא. אחרי עשר דקות טילפנה ואמרה שבעלה, ביל, הסכים לבוא. מזכירתי קבעה להם פגישה.

המשפחה באה, ולאחר שיחת היכרות קצרה שיועדה גם להפיג את המתח, שאלתי כל אחד לדעתו על הבעיה. מרי תיארה את ג'ים, שהיה תלמיד כיתה ב', כילד שהיה בסדר גמור עד לפני שלושה חודשים, עת התחיל להתלונן על כאבי בטן וראש. מאז הוא מנסה להתחמק מללכת לבית־הספר ונראה אומלל. בשבועות האחרונים הגיב על דרישותיה בסירוב נחרץ. כששאלה אותו מדוע לא רצה ללכת לבית־הספר, לא היה לו שום הסבר מניח את הדעת. היא ניסתה לעודד אותו, ובה בעת עמדה על־כך שיילך לבית־הספר, ומצב זה נעשה קשה לדידה יותר ויותר.

היא אמרה: "כשאני רואה את ג'ים במצוקה כה גדולה, אני נקרעת. אני גם מרגישה עצובה, וזה גורם לי הרגשה איומה." היא נעה בין כעסה לבין רחמיה עליו. כתוצאה מכך, התקשתה ליהנות בחברתו

ולהיות לו לאם חמה ואוהבת. היא ידעה שבעלה חושב שהיא מגזימה בחומרת הבעיה, אבל בבקרים הוא מעולם לא היה בבית ולא ראה איך זה.

ביל אמר שהוא לא הודאג כיוון שג'ים תמיד נראה לו מאושר למדי. לפעמים, כשג'ים נראה לו מדוכדך במקצת, חשב ביל: "ככה זה. זה חלק מהחיים". לאמיתו של דבר, הוא הופתע מעוצמת הדאגה והמצוקה של אשתו. אמנם הם דיברו על זה לפני-כן, אבל רק עכשיו, כשישב והקשיב לה, הבין מה רבה מצוקתה.

אלן ושירלי, שביקרו באותו בית-ספר, אמרו שבית-הספר הזה "בסדר, לא עושים שם בעיות". אלן אמר שג'ים היה בסדר, רק קצת בן תפנוקים, "ילד של אמא". הוא רק צריך להתאמץ קצת יותר. שירלי הצטערה ובכתה קצת בגלל ג'ים, שכל כך קשה לו. היא הוסיפה, שלעתים הציק לה והיא רוצה שיפסיק את זה.

ניסיתי לשתף את ג'ים בראיון ושאלתי אותו על בית-הספר. הוא אמר שהוא לא אוהב את בית-הספר, אבל הוא לא ידע (ואולי לא רצה) להסביר למה.

שאלתי את ההורים מה עשו הם עד כה בקשר לבעיה. מרי חזרה ואמרה שניסתה הכול; היא סחוטת מכול המאמץ הרגשי שהשקיעה ואין לה עוד כוח. ביל אמר כי ניסה להרגיע את אשתו ולעמוד לימינה, אבל לא היה בטוח שעשה את הדבר הנכון, וממילא זה לא הועיל במאומה. הוא גם אמר מבלי שנתבקש, שבהתחלה לא היה מודאג, אבל עכשיו הרגיש שחרדה מסוימת מתגנבת ללבו, ואם לא יחול שינוי לטובה, עלולה לחול הידרדרות לבעיה חמורה. במיוחד חשש מהשפעת הבעיה על אשתו ועל חיי המשפחה שלהם.

שאלתי את ביל אם הוא רוצה ויכול לקחת את ג'ים לבית-הספר כל בוקר ולעסוק בבעיות הכרוכות בכך. ציינתי שמבחינה מעשית, מרי לא הצליחה, הכישלון הזה התיש אותה והיא זקוקה למנוחה. לכן, ראוי שמישהו אחר יקח את העניין לידי, כלומר ביל. כך גם תהיה לו הזדמנות לעמוד על חומרת הבעיה.

כל בני המשפחה באו לראיון השני. הם נראו שמחים הרבה יותר. כפי שסוכם, לקח האב כל בוקר את בנו לבית-הספר, וג'ים הלך לשם

דרך קבע. האם דיווחה שעכשיו טיפחה את עצמה, נחה, הרגישה טוב יותר, וגם נהנתה להיות עם ג'ים והיה לה זמן לבלות בחברתו.

ההורים דיווחו שהסתמן שיפור ניכר בהתנהגותו הכללית ובהופעתו של ג'ים; הוא נראה רגוע ושמח יותר. ג'ים אמר שהוא מרוצה מכך שאביו לוקח אותו לבית-הספר. זה טוב, הרבה יותר טוב, שאבא לוקח אותו, למרות שלא ידע לומר מדוע.

לאחר שהבעיה הראשונית נפתרה, שאלתי את ג'ים שאלות נוספות על בית-הספר. עכשיו סיפר בראשונה, שלא סבל מורה אחת, העלמה גרין. ביקשתי אותו לספר לאמו בפרוטרוט מה עשתה העלמה גרין שהיה למורת רוחו. אחר-כך ביקשתי מהאם לשים עצמה במקומה של העלמה גרין ולהתנהג כפי שתיאר ג'ים. היא עשתה כך, ואת ג'ים ביקשתי לנהוג באמו בדיוק כשם שנהג בעלמה גרין.

הצעתי שג'ים יספר לאמו מה עשתה העלמה גרין בכיתה ומה חשש שתעשה. ואז ביקשתי מהאם להתנהג בדיוק כמו העלמה גרין המפחידה. האם גילמה את התפקיד והעמידה פנים שהיא סוטרית לו, רוטנת עליו ומקטרגת עליו, וג'ים העמיד פנים מבוהלות, והשים עצמו בורח.

סידרתי אותו משחק תפקידים עם בני המשפחה האחרים. ביקשתי אותם לשחק לפי התור את העלמה גרין, כפי שתיארה ג'ים, וג'ים שיחק את עצמו. אחר-כך ביקשתי אותם להחליף תפקידים, ועכשיו שיחק ג'ים את העלמה גרין, בעוד בני משפחתו משחקים, איש איש בתורו, את ג'ים.

המשפחה הגיבה בהנאה ובהתלהבות על משחק התפקידים. עם זאת, התרשמתי שהם חרדים במקצת ושומרים על איפוק רב מדי, במיוחד האם.

הסברתי לבני המשפחה שהעלמה גרין היא מקור דאגה לג'ים ולכן קשה לו ליהנות מבית-הספר. עליו להתרגל אליה, ומשחק התפקידים יעזור לו בכך. הצעתי להם לחזור על משחק התפקידים, כפי ששיחקו אותו בפגישה, פעם ביום אחרי ארוחת הערב.

ביקשתי מבני המשפחה להתיר שימוש בביטויי התלהבות, יצירתיות ודמיון רבים ככל האפשר במהלך המשחק, ובלבד שלא ייגרמו עלבון או עוגמת נפש.

הם קיבלו על עצמם את המשימה הזאת, וקבעו לחזור אלי בעוד שבועיים.

במשך הזמן הזה נמשך השיפור. ביל הביא את ג'ים לבית-הספר ואחר-כך חש בטוח דיו להעביר את התפקיד למרי. זה הצליח, ובימים האחרונים חזרה מרי להסיע את הילדים לבית-הספר כמימים ימימה. בני המשפחה סיפרו, כי ברגיל שיחקו את ה"משחק" שלהם אחרי ארוחת הערב. באופן כללי, המשחק שיעשע אותם, וכולם נהנו, במיוחד הילדים. למרי היו ספקות אחדים; לעתים ההתלהבות והרעש היו גדולים מדי ויצאו מכלל שליטה. למעשה, פעם כשג'ים שיחק את 'העלמה גרין', הוא נהג נוקשות רבה מדי באלן וזה הסתיים בקטטה. אלן אישר את הדברים ואמר שהוא חושב שלפעמים ג'ים קשוח מדי, אבל הוא לא היה בטוח אם העדיף שג'ים יישאר בן-תפנוקים, כפי שהיה בעבר, או שיהיה כמו שהוא עכשיו.

פעם או פעמיים, ג'ים (בתפקיד 'העלמה גרין') הציק לשירלי, והיא, בתור ג'ים, החזירה לו בעיטה. שוב יצא המשחק מכלל שליטה. ביל סיפר בלי שנשאל, כי הבחין ששירלי נעשתה מלאת ביטחון בחברת ג'ים וחדלה להתלונן שהוא מציק לה.

במהלך השיחה הרימו הילדים את קולם והרעישו למדי. מרי וביל הגיבו בהחלפת חיוכי הבנה וידידות.

השיחה התגלגלה לנושאים אחרים. מרי סיפרה שעכשיו היו לה פנאי ומרץ לעצמה ולחבריה ושהיא וביל נהנו הרבה יותר בצוותא.

הרשיתי לבני המשפחה לשחק את 'העלמה גרין' לאו דווקא למטרות טיפוליות, רק לשם הנאה. בה בעת המלצתי להם להמשיך לשחק לפחות פעם או פעמיים בשבוע, למטרות טיפוליות.

אחר-כך הסכמנו שאין צורך בפגישות נוספות, ואם יתעוררו בעיות כלשהן הם יחדשו את הקשר איתי.

כעבור שנה טילפנה מרי וסיפרה לי שהכל בסדר.

• • •

במקרים של סרבנות הליכה לבית-ספר, חשוב לדרוש מהילד לשוב מהר אל ספסל הלימודים. בכך נמנעת היווצרות מעגל קסמים שבו

תוצאות ההיעדרות – הבושה, הבידוד ההולך ומחריף, הפיגור בלימודים והחרדה הגוברת – מקשים מאוד על החזרה. יותר מזה, אם הילד לא חוזר לבית-הספר, אי אפשר לטפל בחרדתו בעזרת תרפיה. כשהוא חוזר לבית-הספר, חרדתו מתעצמת, ואז אפשר לעבד אותה במהלך הטיפול. דחיית החזרה לספסל הלימודים גם מגבירה את התלות ההדדית והחרדה שבין ההורה בעל מעורבות-היתר לבין הילד הסרבן.

נוכחות האב בטיפול היא חיונית, משום שבדרך כלל הוא נוטה לדאוג פחות מהאם ומעורבותו בבעיה קטנה יותר. לכן, קרוב לוודאי שהוא יכול, יותר משיכולה האם, לעמוד בשקט ובתקיפות על הדרישה שהילד יחזור לאלתר לספסל הלימודים. נוכחות האב גם מצמצמת את האפשרות שהתרפיסט ייאלץ לקחת על עצמו את תפקיד ההורה, והוא שידרוש מהילד לחזור לבית-הספר. כמו כן, האם זקוקה להקלה ולתמיכה רגשית, ובעלה הוא האדם המתאים ביותר לתת לה את אלה. בלא נוכחותו ייאלץ המטפל למלא תפקיד זה.

אמהות רבות לילדים המסרבים ללכת לבית-ספר מתלוננות על חוסר המעורבות של בעליהן בבעיה, כאבות וגם כבעלים. בספרות המקצועית מתוארים לעתים קרובות אבותיהם של סרבני-הליכה לבית-הספר כיחלשים, חסרי השפעה ומסוגרים בעצמם. אם אינם משתתפים בטיפול הניתן לילד, הם מתרחקים עוד יותר ממשפחותיהם.

על-פי ניסיוני, לא אחת האם אומרת שבעלה לא יבוא, אבל כשאני אומר לה שנוכחותו חשובה מאוד, ושאני מצפה ממנו להיות שותף פעיל בטיפול, הוא בדרך כלל בא.

כיוון שהאם והילד המסרב ללכת לבית-הספר שרויים בחרדה, הם נוטים לתפוס את האב כאדם לא הגיוני, אולי אפילו מסוכן, גם אם אין הצדקה לכך. הוצאת האב מהתהליך הטיפולי עלולה לחזק תפיסה מוטעית זו.

בעיית סרבנות ההליכה לבית-הספר נובעת בחלקה מתפיסת העולם של הילד, לפיה העולם שמחוץ לבית ככלל, ובית-הספר בפרט, הוא

עולם אדיש, מעניש ועוין. בדרך כלל, האב הוא שעושה חלק גדול מזמנו מחוץ לבית, ולפיכך, הוא מייצג את העולם בעיני בני משפחתו. התרת המשכה של התפיסה שהאב אדיש ומסוכן תנציח את הבעיה. יותר מזה: אם רואים באב את נציג העולם, הכולל את בית-הספר, הפער בין תפיסתה המקורית של האם את בעלה לבין התנהגותו יצטמצם משויכח האב את מעורבותו במתחולל אצל הבן, ואז מתאפשר שינוי בתפיסת העולם. אם אין בנו מצליח להתמודד כהלכה בעולם, יבוא האב, ומוכן שאביו הוא האדם המתאים ביותר, ויסייע לו. במקרה של המשפחה הזאת, כשאביו של גיים נטל את האחריות לנוכחותו של גיים בבית-הספר, הוא נתן לאם הזדמנות לטפל ולטפח את עצמה וליהנות מגיים.

בדרך כלל משפחותיהם של ילדים המסרבים ללכת לבית-הספר חצויות, כיוון שאחד ההורים – ברגיל האם – רואה את הבעיה כחמורה ודוחקת, ואילו השני – בדרך כלל האב – טוען שהמצב אינו כה חמור ושקצת משמעת תפתור את הבעיה. לעתים הפיצול הוא בין הילדים לבין ההורים. לעתים קרובות מתברר שגם מי שאובחן כזקוק לטיפול מרגיש חצוי. הוא נקרע בין התחושה שבעייתו חמורה ומצריכה תשומת לב דחופה והוא עצמו אומלל בעולם מפחיד ומחמיר בעונשים, לבין ההרגשה שהוא סתם עצל וטיפש, הרואה צל הרים כהרים.

כדי שההקבלה בין חווייתו הפנימית של הילד לבין תפיסת העולם שלו תומחש בעליל, על שני 'המחנות' להיות נוכחים בטיפול ולהשמיע את דבריהם. בכך ניתנת לילד הזדמנות לבדוק עד כמה עולה חווייתו הפנימית בקנה אחד עם תפיסתו את העולם החברתי. כך גם יכולים ההורים להיווכח כיצד משפיעות עמדותיהם המתנגשות על המאבק הפנימי ועל מבוכתו של הילד.

גם לנוכחותם של אלן ושל שירלי נודעה חשיבות רבה במקרה זה, כיוון שאישרה שבית-הספר הוא מקום מתקבל על הדעת, לא רק בשבילם, אלא גם בשביל גיים, ושהם מאמינים בגיים וביכולתו להתמודד עם המקום הזה. אלן תמך ברעיון שרצוי שתהיה הפרדה כלשהי בין גיים לבין אמו, ומכך השתמע שמעורבות גדולה יותר

מצד האב תועיל לגיים. בעקיפין, הדרך בה ראה אלן את הבעיה תמכה בגישת אביו: שניהם הרגישו שגיים צריך לנסות ולהתאמץ יותר. נוכחותה של שירלי הועילה, משום שרמזה בעקיפין, שגיים לא היה היחיד במשפחה שהיו לו בעיות, ושביית־הספר לא היה הבעיה היחידה שלו. היא, למשל, היתה מודאגת משום שגיים נהג בה קשיחות רבה מדי. והחשוב ביותר, נוכחותם של אלן ושל שירלי צימצמה את האפשרות שגיים יתויג כילד הבעייתי של המשפחה. נוכחותם העניקה לגיים את ההזדמנות לשפר את יחסיו עם אחיו ועם אחותו, ונטעה בו את האמונה שהוא מסוגל להתיידד גם עם ילדים אחרים. אפשר שנוכחותם גם צימצמה את הזיקה שבינו לבין אמו.

אולי המפגש הראשון היה הפעם הראשונה שבה הקשיב האב בתשומת לב לראייתה של מרי את הבעיה – ואולי היתה זו גם הפעם הראשונה שהיא נתנה ביטוי מלא לדרך הראייה שלה. וכך, למרות שזו לא היתה מטרתו המוצהרת של הטיפול, הוא העניק להם הזדמנות להיפגש לא רק כחורים, אלא גם כבני אדם וכבעל ואשה.

משחק התפקידים כחלק מהטיפול העניק לבני המשפחה הזדמנות להתנסות בחוויות חדשות, לחרוג ממנהגם ולהרשות לעצמם לחמוד לצון, ליהנות ממשחק ומהקלילות הנלווית אליו. בכך יכלו לבטא מגוון רחב יותר של רגשות מתוך חירות גדולה יותר, ובדרך זו צימצמו את הסיכוי להישנות סרבנות ההליכה לבית־הספר.

האוסף של בילי

אביו של בילי היה מנהל בנק, וכל שנתיים עבר ממקום למקום. בשתיים־עשרה שנות חייו הספיק אפוא בילי ללכת לארבעה בתי־ספר. עכשיו למד בכיתה ו' בבית־הספר שבו למד אביו בשעתו. האב מצא משרה טובה והחל לעבוד בחברה במלבורן, משום שהחליט שהגיעה השעה לתת לבילי הזדמנות להתבסס במקום אחד ולהצליח בו.

לאמיתו של דבר, שני ההורים דאגו מאוד. בילי מעולם לא התחבב על הילדים ומעולם לא התאקלם במקומות השונים. הוא לא הצליח בלימודים, לא השתתף במשחקים וגם לא הצטיין בספורט. בודד מאוד היה, בילה שעות ארוכות בצפייה בטלוויזיה ואהב לחשוב על דרכים להרוויח כסף ולבזבזו.

כחודשיים הלך בילי לבית-הספר במלבורן, והוריו דאגו מאוד ששוב הוא חוזר לדשדש במסלולו הרגיל. לאביו של בילי היה חשוב שבנו יצליח בבית-הספר שבו הוא עצמו עשה חיל. הם החליטו לבקש עזרה. בפגישה הראשונה עם בני המשפחה, הם סיפרו לי על הרקע לבואם.

שאלתי את בילי: "איך אתה מרגיש בבית-הספר?"

"נורא", אמר בילי. "או שהילדים מציקים לי, או שהם מתעלמים ממני. הם לא מוכנים לשחק איתי. כשהולכים לשחות, הם מכנים אותי בכינויים. כשמשחקים כדורגל אני צריך להחזיק את המגבות ובמחצית, לחלק לכולם תפוזים. אני שונא את זה."

"מה עשית בקשר לזה?" שאלתי.

בילי נראה אומלל מאוד ולבסוף אמר: "נו, מה אני יכול לעשות? שום דבר."

הוריו אמרו שהם לא יכולים לעשות שום דבר ושגם הם באמת לא ידעו מה לעשות.

אני: בילי, באיזה שמות הם קוראים לך?

בילי: 'שמץ', וכל מיני שמות כאלה.

אני: כגון?

בילי: שמץ, אהבל.

אני: איזה עוד?

בילי: לא יודע, לא משנה.

אני: אתה רוצה להגיד לי שכול יום בחודשיים האחרונים הם

קוראים לך בכול מיני שמות ואתה יכול לחשוב רק על

שני אלה?

למרות שעודדתי אותו לספר, בילי לא יכול להעלות בדעתו שום כינויים נוספים. החלטתי לשאול את הוריו: "האם אתם יודעים באלו שמות הילדים קוראים לו?" הם לא ידעו, אבל אביו נזכר שגם לו,

חבריו בבית־הספר הדביקו כינויים כמו 'שמן' ו'ראש כרוב', אך זה לא הטריד אותו במיוחד. למרות שניסיתי לדלות ממנו מידע נוסף, זה כל מה שזכר.

בשעה שהאב דיבר, בילי הקשיב לו בהתעניינות שהלכה וגברה. סיפרתי להם שלאחד הסופרים החביבים עלי במיוחד היתה אם חורגת שתמיד חירפה וגידפה אותו. הוא התחיל להקשיב לה בתשומת לב, ולימים העלה על הכתב את רשימת החרפות והגידופים השגורים בפיה. הספר ובו כל כתביו פותח בלקט ממלים אלה. הצעתי להם לעשות משהו דומה. אמרתי שאני יודע שהרעיון הזה נראה מטורף במקצת, אבל כיוון שלא היה לנו משהו טוב יותר, אולי מוטב שננסה אותו.

אמרתי לו: "בילי, כשתהיה בבית־הספר תקשיב היטב ותרשום את כל הכינויים שמכנים אותך. ספר עליהם לאמא ולאבא. אולי זה יעזור לאבא להיזכר בשמות שקראו לו, ואני משער שגם אמא תיזכר באחדים. ואז, אחרי שתאסוף הרבה מאוד שמות, תוכל אפילו להוציא לאור ספר של שמות גנאי, חירופים וגידופים. ואז תוכל למכור אותו." פניתי לאמו: "מה דעתך, מה המחיר שתבקשו בעבור הספר? האם לדעתך יהיה לו ביקוש?"

היא צחקה וציינה, שהנושא הזה נוגע יותר לתחום מומחיותו של בעלה. ההורים היו מוטרדים במקצת מהצעתי, שלא נראתה להם נאותה, אבל בילי התלהב, למרות שגם חשש במקצת. הם החליטו לנסות. מכאן ואילך, במשך חודשים אחדים, פתחנו את המפגשים שלנו בדיון על האוסף החדש של בילי ועל כל מה שנוסף עליו בעזרת הוריו. כשנראה היה שזרם השמות הולך ופוחת, העליתי בפני בילי את הרעיון שיציע לילדים תשלום תמורת כינויים חדשים, או שייקח אנשי מכירות שימצאו מלים חדשות ויבחנו את ערכן בשוק. כשנקפו הימים, התעניינותו של בילי בפרויקט שלנו הלכה ודעכה כיוון שהיה עסוק עד למעלה מראשו עם החברים שלו. הוא הפקיד בידי את עבודתו הלא גמורה לשימוש כראות עיני.

הבת המתאימה

גברת גוון טיילור היתה מרוצה, והרגישה אסירת תודה על שהראיון שביקשה איתי הוסדר לה בתוך פחות משבועיים מאז טילפנה למרפאה. גוון סיפרה לי שלפני עשר שנים היתה שרויה בדיכאון חמור, ובשש השנים שלאחר מכן ביקרה פעמיים בשבוע אצל פסיכיאטר. הוברר לה שהבעיה העיקרית שלה נעוצה במערכת יחסיה עם בעלה. כשהבינה את זה, ניסתה לדבר על לבו של הפסיכיאטר לשתף את בעלה בשיחות. תחילה ביטל את הרעיון הזה, אך היא לא הירפתה, ובסופו של דבר ניאות להתראות עם שניהם. כשדיברה גוון בנוכחות בעלה על בעיותיה ועל אי שביעות רצונה מיחסיהם, בעלה והפסיכיאטר לא הקשיבו לה, ולא התייחסו לדבריה בכבוד ראש. במשך רוב הפגישות שוחחו הפסיכיאטר ובעלה שיחה ידידותית, והיא הרגישה שמתעלמים ממנה. התמרמרותה גברה והיא חשה שהפסיכיאטר בגד בה. בתוך זמן קצר נותק הקשר שלה איתו.

גוון דיברה במהירות גדולה ולא יכלה להתמקד בעיקר; היא העלתה כמה וכמה בעיות והשתמשה בעגה פסיכיאטרית-לכאורה; היא נראתה נבוכה ודבריה היו מבולבלים ביותר. בשעה שדיברה נעצה בי מבטים יודעי דבר, משל אמרה: "אתה יודע למה אני מתכוונת, אני בטוחה שאתה מבין." אבל אני לא הבנתי.

על כל פנים, מדבריה נודע לי, שיש לה חמש בנות, שגילן נע בין שמונה-עשרה לבין עשרים ושבע. שתי הצעירות, אן (בת השמונה-עשרה) וקתי (בת העשרים), עדיין גרו בבית. פסיכיאטר לילדים ראה את קתי כשהיתה בת ארבע ואמר שיש לה נזק מוחי מזערי. מאז, התנהגו אליה בשונה מאחיותיה. מדבריה של גוון השתמע שהתיוג, והטיפול שבא בעקבותיו, הם העומדים ביסוד בעיותיה של קתי כיום. קתי התקשתה בבית-הספר ובת שש-עשרה עזבה אותו. אחר-כך עבדה במשך שנתיים במילק-בר עד שפוטרה. בשנתיים האחרונות ישבה בבית ולא קיימה קשרים חברתיים מחוץ לחוג המשפחה. היא הפכה את הלילה ליום ועשתה לילותיה בהאזנה למוסיקה, אכילה

ושוטטות מסביב לבית. בכך נגרמה אי נוחות מסוימת למר ולגברת טיילור. בשנתיים האחרונות החלו ההתקפים, והיא אובחנה כחולה במחלת הנפילה. היא לא נטלה את התרופות דרך קבע ומדי שבוע לקתה בהתקף או שניים. ההתקפים הללו לא הטרידו אותה, אך היו מקור דאגה לגוון.

על התנהגותה של קתי למדתי יותר ממה שהשתמע מדברי גוון מאשר מדברים שאמרה במפורש. דבריה רמזו על קשר בין התנהגותה של קתי לבין חוסר תקשורת ובעיות נוספות במשפחה. יותר מזה גוון לא יכלה להסביר. אחר-כך התלוננה גוון על בעלה ואמרה, שלמרות היותו אב אוהב ומסור, הוא לא התייחס אליה ברצינות, לא הקשיב לה בתשומת לב ולא הקדיש לה די מזמנו. אשר לה, כשסיימה שש שנות טיפול פסיכותרפי, גישתה לחיים נעשתה חיובית יותר והיא רכבה על סוסים. היה לה סוס משלה והיא טיפלה בו, וזמן מה נהנתה מכך. עכשיו, שוב היא מאבדת עניין בחיים וחוששת שהדיכאון יישנה.

הקשבתי לה, ואחרי שהבהרתי לעצמי את בעיותיה, שאלתי את גוון איך היא רוצה להמשיך. היא חזרה על אחדות מתלוננותיה, אך לא היתה מסוגלת לומר מה היא רוצה. החלטתי להציג בפניה את קשייה אחד לאחד. אמרתי לה: "ראשית, אין לך חיים מלאים ועשירים כפי שהיית רוצה, ונשקפת סכנה שתידרדרי לדיכאון חמור פעם נוספת. שנית, את לא מרצה מחיי הנישואים שלך. שלישית, את מודאגת בגלל קתי. רביעית, את מודאגת מתפקוד לקוי במשפחתך ואת חוששת מהשפעתו הקשה על בעיותיה של קתי. הייתי רוצה שתשובי הביתה, תקדישי לכך מחשבה, תחליטי במה את רוצה להתחיל ותיועצי בבעלך ובמשפחה. אחר-כך חזרי אלי לבד, בחברת בעלך, או עם כל המשפחה. כרצונך. "משהו נוסף מדאיג אותי. הזכרת ארבעה רופאים מצוינים שאת ומשפחתך נועצתם בהם. דומה שכולם לא הצליחו לעזור. ניכר כך, שאת כועסת עליהם ומאשימה אותם באחרים מקשייך כיום. אני חושש שמא כך יסתיים הקשר שלך איתי."

כעבור שבוע הגיעו גוון ובעלה רון לשיחה איתי. גוון שבה וחזרה על אותם דברים. נראה שלא שוחחו עליהם בבית ושרק נאמר לרון שעליו לבוא לפגישה. בקושי רב הפסקתי את שטף דיבורה.

- אני: הייתי רוצה, מר טיילור, לשמוע איך אתה רואה את הדברים?
- רון: אני מניח שיש לנו בעיות, כמו לכולם... לא יותר גרוע. ככל הנראה גוון לא שמחה בחלקה כפי שהיתה רוצה. ניסיתי לעזור לה. אני עובד כל היום וכשאני בא הביתה אני מבלה בחברת גוון והילדות. אני עושה כמיטב יכולתי. אולי מוטב היה אלמלא דיברה גוון עם זרים על חיי הנישואים שלנו ועל משפחתנו. הייתי מעדיף שננסה להתמודד עם בעיותינו בכוחות עצמנו.
- בדיווחו הספונטני רון כלל לא הזכיר את קתי. שאלתי אותו: "איך, לדעתך, קתי מסתדרת?"
- כל עמדתו השתנתה. אם קודם היה נינוח, עכשיו ניכרו בו מתח ודאגה.
- רון: אני מודאג מאוד ממנה. היא לא עובדת. אין לה חיי חברה. היא ערה לילות שלמים וכועסת כשאני מנסה להדריך אותה. מדי פעם אני מציע לה לגשת למילק-בר, שתקנה בעצמה את השוקולד ואת הירחונים שלה, אבל היא כועסת עלי. בעיקר מדאיגה אותי מחלת הנפילה שלה והעובדה שאינה נוטלת את התרופות שלה דרך קבע.
- אני: דומה שתחושתיכם באשר לחיי הנישואים שונות. אתה מרגיש שהנישואים בסדר, אבל שניכם מודאגים מקתי. אתם חלוקים בשאלת הצורך בעזרה מקצועית: גוון רוצה עזרה, ואתה, רון, מעדיף שתמצאו דרך לפתור קשיים בכוחות עצמכם, בלי שזרים יתחבבו אפם לחייך האישיים.
- רון: אם תעזור לנו עם קתי, אהיה אסיר תודה לך.
- גוון: אני מניחה שצריך להתחיל בקתי.
- אני: נדמה לי שאתם מסכימים במה להתחיל, אך חלוקים בשאלה אם ועל מה נעבוד אחר-כך. אם נתחיל בקתי, גוון, האם תרגישי שאני מצדד ברון? האם תרגישי שאיכזבתי אותך?
- גוון: לא. אני לא מרגישה כך. הבעיות של קתי קודמות. אבל היא עשויה לסרב לבוא.

אני: אני מציע שתספרו לקתי על כל מה ששוחחנו. אחר-כך תאמרו לה ששניכם דואגים לה מאוד ושאינכם יודעים מה לעשות. תאמרו לה שביקשתם ממני עזרה כדי לדעת מה לעשות; שאתם רוצים שהיא תבוא כדי שתאמר מהן, לדעתה, הבעיות החשובות. תאמרו לה גם, שאם תרצה, תוכל לדבר איתי ביחידות. אולי תעדיף לבוא עם אחיותיה ללא הוריה.

אהיה מופתע אם קתי תסרב לבוא. נוכל לדבר כאן על תגובתכם אם תסרב לבוא, אבל המשימה תהיה קלה יותר אם היא תשתתף בה. במלים אחרות, מוטב שתבוא, אך נוכל להסתדר גם אם לא תבוא.

הם נענו להצעה ברצון וסיכמו שיבואו בעוד שבוע. נוכח ההתקפים הנמשכים של קתי צריך היה למהר.

לפגישה הבאה באו גוון, רון, קתי והאחות הבכורה, ריאה. ריאה גרה באדלaid והגיעה הביתה לביקור בן שבוע. האחיות האחרות לא יכלו לבוא, או שלא רצו. כיוון שלא היה סביר שאחזור ואתראה עם ריאה, הצעתי שנקדיש חלק מהזמן לשמוע מפיה מה דעתה באשר לבעיות.

ריאה: אמא מפנקת את קתי; היא צופה כל צורך שלה. כשאמא או אבא נותנים לנו, לבנות האחרות, מזמנם או מתשומת לבם, קתי כועסת. פניה זועפות והיא מתלוננת עלינו. בנוגע לתרופות, אמא לא מניחה לקתי. היא לא מפסיקה להציק לה בעניין הזה.

קתי מהנהנת בראשה בחוזקה לאות הסכמה.

אני: למה, לדעתך, אמך מפנקת את קתי ולא מפסיקה להציק לה?

ריאה: יש לנו אמא מסורה ואוהבת מאוד, ולהיות אמא הוא בשבילה חזות כל. היא לא יכולה לשאת את הרעיון שלילדה שלה יהיו בעיות, או שמשוהו יחסר לה. אמרנו לה להפסיק עם זה, שכל התזכורות האלה רק מחמירות את מצבה של קתי ולא משפרות אותו. היא בכלל לא שמה לב.

בעת חילופי הדברים האלה, גוון ניסתה פעמים אחדות לקטוע את השיחה ולהסביר את הדברים בעצמה. לא הנחתי לה ואמרתי שזו אולי ההזדמנות היחידה שלי לקבל תיאור מפורט מפי ריאה.

ריאה: לומר לך את האמת, לעתים קרובות אני שואלת את עצמי מה אמא תעשה כשלא יהיו לה בנות לטפל בהן, אחרי שכולנו נעזוב את הבית. להיות אמא אלה הם חייה. זה הכול בשבילה.

אני: קתי, מה דעתך על מה שאמרה ריאה?

קתי: אני לא כועסת על האחיות שלי. אני לא חושבת שאני מפונקת ואני לא מתמרמרת כשאני איתן.

אני: את חושבת שאמא מציקה לך?

קתי: כן. הלוואי שתפסיק.

אני: אם היא תפסיק להזכיר לך, האם תזניחי את נטילת התרופות? האם יהיו לך יותר התקפים אפילפטיים מכפי שיש לך עכשיו?

קתי: בשום פנים ואופן לא.

אני: את בטוחה?

קתי: כן. בוודאי. רק שאמא תפסיק.

אני: גוון, האם תסכימי לא להעיר לקתי בכלל על נטילת התרופות שלה?

גוון: כן.

אני: את חושבת שתוכלי לשתוק? זה לא יהיה לך קשה מדי?

גוון: אשמח אם אוכל להסיר ממני את הדאגה הזאת.

אני: אני חושב שזה יהיה קשה הרבה יותר ממה שאת מעלה בדעתך. אני חושב שאולי תצטרכי עזרה. רון, תהיה מוכן לפקוח עין על גוון ולשוחח איתה על כל בעיה שתהיה לה? האם תוכל לעזור לה להימנע מלהראות את דאגתה לקתי?

קתי, את בטוחה שתסתדרי בלי העזרה של אמא?

קתי: כבר אמרתי לך שאני אהיה בסדר.

אני: ייתכן שתגלי שזה לא כל-כך קל. אם תראי שזה קשה לך, אני מציע שתבקשי את עזרת אביך. ועוד דבר, כשהוא

יבוא הביתה מהעבודה, אני מציע שהוא ייגש אלייך ויראה
שהכל בסדר אצלך — זה נראה לך?

רון:

(מתפרץ) בשמחה, אני מוכן לזה.

קתי:

אני לא בטוחה שזה יסתדר כך.

אני:

אני מציע שתחשבי על-כך היטב. אם תרצי, תאמרי לאביך
שאת רוצה שהוא יגלה עניין. אבל אם תחליטי לעשות את
הדרך הזאת לבד, אני רוצה שתאמרי לאביך במפורש שכך
החלטת. את חושבת שתוכלי לעשות את זה?

קתי:

כן.

אני:

גוון, אני רוצה לומר לך משהו. שלוש בנות כבר עזבו
את הבית ונראה לי שהן עצמאיות ויודעות להסתדר. גם
אן תעזוב כנראה בקרוב את הבית. אם קתי תיטול את
התרופות שלה כמו שצריך ותשלוט בהתקפים האפילפטיים
שלה, אולי היא תשיג עבודה ותשפר את חיי החברה שלה,
ואז אולי בתוך פרק זמן קצר גם היא תתחיל להרהר
ביציאה מהבית. אם אמנם נכון שבמשך עשרים ושבע
שנים האמהות היתה בשבילך הכול, ייתכן שתהיה לך
בעיה חמורה.

גוון:

(דמעות נקוות בעיניה) אני שמחה שאתה מעלה את הנושא
הזה. פעמים רבות חשבתי על-כך, למרות שלא דיברתי על
זה בגלוי עם אף אחד.

אני:

את יודעת, הדברים שאמרת מציגים את התנהגותה של
קתי באור שונה. אולי קתי היתה בת מסורה ואחראית
מאוד, בלא שתהיה ערה לכך. ככל הנראה היא הרגישה
עד כמה האמהות חשובה לך ונתנה לך הרבה יותר מסתם
הזדמנות למלא את התפקיד הזה. (ברגע זה נראתה קתי
כאילו קומתה מתנשאת ליותר משלושה מטרים).

ריאה:

אתה צודק בהחלט.

רון:

(מתרגז ויוצא מכליו) זה מגוחך, זה נורא. קתי, אני לא
רוצה שתקריבי את עצמך בשביל אמא. את צריכה לחשוב
על עצמך. זה טירוף. זה מופרך לחלוטין. אני לא יכול
להשלים עם זה.

אני: רון, ברור שקתי לא השתכנעה; מוטב שתשכנע אותה. אני חושב שמצפה לך מלחמה לא קלה.

הסכמנו שככל שיגדל מספר בני המשפחה שיבואו לפגישות הטיפולים, כן ייטב. רון הסכים לצאת בראש המחנה.

גוון, רון, קתי ואן באו לפגישה שלאחר מכן. התחלתי את השיחה בשאלות לאן, כדי לברר מה סופר לה על השיחות הקודמות ומה דעתה. היא אמרה שהוריה סיפרו לה מעט מאוד, אבל היא וריאה שוחחו ממושכות. ריאה חשבה שהפגישה המשפחתית הועילה מאוד, וששאלות חשובות נדונו בגלוי. ריאה ואן היו תמימות דעים שגוון מפנקת את קתי יתר על המידה ומגזימה בדאגתה לה. הן שוחחו ארוכות כיצד תתמודד אמן עם עזיבת כל הילדים את הבית.

אן: זו בעיה שאמא לא רק צופה מראש את צרכיה של קתי, היא גם יודעת מה תאמר קתי לפני שקתי אומרת את זה. אמא מאמינה שהיא יודעת טוב יותר מקתי מה יהיו מחשבותיה ורגשותיה של קתי.

כתוצאה מכך קתי לא צריכה לחשוב בשביל עצמה, ואפילו לא לדבר בשביל עצמה. גרוע מכך, אמא אומרת לקתי מה היא חושבת ומרגישה בשפה כה מסובכת שקתי רק מתבלבלת.

קתי יכולה להיות קנאית גדולה, ואז היא נבזית. היא מחמיצה פנים אלי מרבית הזמן. היא לוקחת את הדברים שלי בלי רשות, ואחר-כך אני מוצאת אותם מפוזרים ומלוכלכים. אני חוזרת הביתה אחרי יום עבודה, ולפעמים אני נורא עייפה, ואז אני צריכה להדיח את הכלים ולסדר את הבית. זה לא צודק. היא עצלנית גדולה והיא בכלל לא נחמדה. אמא, ואולי אמא ואבא, הם שמניחים לה לצאת פטורה בלא כלום.

(שוב ניסתה גוון לקטוע את השיחה, אבל אני עמדתי על דעתי שאני רוצה להקשיב לאן. רק משסיימה את דבריה פניתי אל קתי)

אני: מה דעתך על מה שסיפרה אן?

קתי: (לא נוח לה) זה לא נכון. זה בכלל לא כך.

- אני: מאיזו בחינה?
- קתי: (מתגוננת) אני לא מזעיפה פנים ולא גורמת לה כזה עוול.
- אני: תגידי, מתי השארת הכול נקי ומסודר? מתי לאחרונה הדחת כלים?
- קתי: (נבוכה) אני לא זוכרת. אבל אמא תמיד עושה את זה.
- אני: אם היו מבקשים ממך לעשות את זה, אמא לא היתה מרשה לך?
- קתי: כן. אבל אמא תמיד עושה את זה.
- אני: אן אומרת שגם היא עושה את זה. זה נכון?
- קתי: (בהיסוס) כן, לפעמים היא עושה את זה.
- אני: אן אמרה לי איזה שינויים היא רוצה לראות אצלך. היא רוצה שאת תעשי את חלקך בעבודות הבית, שתדברי בשביל עצמך, שלא תקחי את הדברים שלה, וכן הלאה. עכשיו, מה השינויים שאת רוצה לראות אצלה כדי שחייך יהיו טובים יותר?
- קתי: כרגע לא עולה בדעתי שום דבר.
- אני: את רוצה לומר שאן מושלמת, שאין דבר שהיא יכולה לשפר?
- (אל אן) תענוג לפגוש אחות מושלמת. זה לא קורה הרבה.
- (כולם צחקו חוץ מקתי)
- אני: (אל קתי) באמת, את רוצה לומר לי שאין שום דבר שאן יכולה לעשות שיוכל לשפר את חייך?
- קתי: כרגע אני פשוט לא יכולה לחשוב על משהו. אבל היא לא מושלמת.
- אני: מה דעתך שאטיל עלייך שיעורים? כשתהיי בבית, תחשבי איזה שינויים אן יכולה לעשות, ותכיני לי רשימה. מוכנה לעשות את זה?
- קתי: כן, אין בעיה.
- אני: אם תראי שאת נתקעת עם זה, כמו עכשיו, את יכולה לגייס את עזרת ההורים.

- אן: זה לא צודק.
 אני: (אל אן) אולי, אבל את הצגת רשימה ארוכה לקתי. אולי בעניין הזה קתי תקועה. אולי היא זקוקה לעזרה.
 אן: אבל אז קתי תכניס לרשימה מה שאמא ואבא רוצים, לא מה שהיא רוצה.
 אני: קתי, תקפידי על כך שתרשי להורים רק להזכיר לך דברים, ולרשימה תכניסי רק את מה שאת רוצה מאן ולא מה שהורייך רוצים.
 קתי: בסדר.
 אני: תביטי אן, את יכולה לעשות רשימה דומה של המשאלות שלך וגם את יכולה להיעזר בהורים.
 אן: בסדר.
 (אן נראתה לא מרוצה במקצת מכך שקתי תחשוב על הדברים שהיא רוצה ממנה)
 אני: באמת, כמעט שכחנו. קתי, איך הסתדר עניין התרופות?
 קתי: נטלתי אותן כמו שצריך.
 אני: היו לך התקפים?
 קתי: לא.
 אני: האם אמא עמדה בהסכם ולא הזכירה לך?
 קתי: אני חושבת שכן. חוץ מ...
 אני: חוץ ממה?
 קתי: לא יודעת. לא יכולה לחשוב עכשיו...
 (בני המשפחה האחרים אישרו את העובדה שלא היו לקתי התקפים ושגוון נמנעה מלהציק לה)
 גוון: אתה יודע, יש לי קצת חיי חברה. אנחנו אוכלים בחברת ידידים ואנחנו יוצאים לבלות.
 אני: את רוצה לומר לי שתסתדרי גם אם לקתי ולאן לא יהיה צורך בכל-כך הרכה תשומת לב ממך, או כשהן תעזובנה את הבית?
 גוון: למען האמת, חשבתי על זה הרכה. אני לא בטוחה, אבל אני לא יודעת מה לעשות בקשר לזה.

- אני: דיברת עם רון על-כך?
 רון: כן, דיברנו על זה. אני רוצה למצוא פתרון, כי זה משפיע על קתי.
- אני: מצאתם דרך כלשהי?
 רון: לא ממש. אבל היו לנו כמה שיחות מועילות.
 אן: (מתפרצת לשיחה) כשדיברתי עם ריאה חשבנו מה אנחנו יכולות לעשות כדי לעזור לאמא. יש לך הצעות?
- אני: כן. אולי כבר חשבתן על-כך בעצמכן. אולי לא אתן, אבל האחיות הגדולות שלכן יכולות להעניק להורים שלכן נכדים אחדים. זה יקל על אמכן לוותר על העיסוק המלא שלה בכן.
- רון: כן, אנחנו חשבנו על-כך. זה יהיה נהדר, אבל ככל שאני יכול לראות, זה אף פעם לא יקרה.
- אני: הבה נניח לכך. נדבר על זה בפעם הבאה.
 כעבור שבועיים שאלתי אותם איך עבר הזמן. אן והבנות דיווחו, בתמימות דעים, שהכל היה בסדר. אבל גוון אמרה שדבר לא השתנה.
- אני: איזה שינויים חיוביים היו, רון?
 רון: האווירה היתה רגועה. היה רק ויכוח אחד של מה בכך בין קתי לבין אן. חוץ מזה, הכל היה בסדר.
- אני: גוון, את לא הבחנת בקצת מהשינויים האלה?
 גוון: (באי רצון) אני מניחה שכן.
- אני: קתי, הכנת את השיעורים?
 קתי: לא.
- אני: למה לא?
 קתי: לא היה לי חשק; חשבתי שזה לא רעיון כל-כך מוצלח, ואחר-כך שכחתי.
- אני: אולי לא מצאת ולו שינוי אחד שהיית רוצה לראות אצל אן. אולי היא מושלמת.
- קתי חייכה ושמרה על שתיקה. על כל פנים, אן הכינה את השיעורים ופירטה מספר שינויים קלי ערך שהיתה רוצה לראות אצל קתי. היא לא רשמה את הדברים שנגעו בנושאים הכולטים שהעלתה בשיחה

הקודמת. כשהבאתי את הדבר לתשומת לבה, אמרה אן שהשמיטה אותם למען שלום בית.

רון: קתי עדיין ערה בלילות. היא ישנה רוב שעות היום וקמה קצת לפני ארוחת הערב.

אני: איך זה משפיע עליך?

רון: זה קצת מפריע לי לישון, אבל התרגלתי לזה.

אני: מה עשית ביחס לזה?

רון: ניסינו להשפיע עליה שתכבה את מקלט הטלוויזיה ותלך לישון בשעה סבירה, אבל היא הקימה רעש כזה, היא חוללה מהומה – אז ויתרנו לה. היא בת עשרים, ולפעמים אני חושב שאנחנו צריכים להניח לה להחליט איך לארגן את חייה.

(במהלך חילופי דברים אלה, פניה של אן הלכו והאדימו. לבסוף אמרה מה שהיה לה לומר)

אן: אתם לא מספרים את האמת. הדברים הגיעו לידי אלימות ממש. (אל רון) אתה ואמא ניסיתם להפסיק אותה, אבל היא צעקה, צרחה ובעטה, ואתם ניסיתם להכות אותה, אבל היא המשיכה לבעוט ולנשוך ואתם פשוט ויתרתם לה. היא עושה מה שהיא רוצה, לא מה שאתם רוצים.

גוון: אני חייבת לומר שאני מתביישת מאוד בהתנהגותי. נהגתי אלימות רבה מדי. אן, ריאה וכל השאר היו מזועזעים. הורי נהגו בי אלימות. הפסיכיאטר שלי הסביר לי את הסכנה באלימות העוברת מדור לדור. החלטתי לעולם לא להיות אלימה כלפי ילדי. איני רוצה שהם ינהגו אלימות בילדיהם.

אני: ספרי לי כמה דוגמאות לאלימות שלך. מה עשית שגורם לך בושה ומבוכה שכאלה?

למרות נסיונותיה להיזכר, הדבר האיום ביותר שזכרה גוון אירע ביום חם במיוחד. קתי היתה איומה והתנהגה כמו מפלצת וגוון השתיקה אותה בשטיפה הגונה בזרנוק שבגינה. מלבד אותה תקרית לא היו באמתחתה של גוון דוגמאות נוספות לאלימותה, אבל היא אמרה שלא אחת היא מרגישה שהיתה מוכנה לחנוק את קתי.

הם המשיכו לשוחח כיצד כל אחד חש כעס ורצה לנהוג אלימות, אבל לא עלה בידם להצביע על התפרצויות אלימות שהתרחשו בביתם. המשפחה ישבה מתוחה, כמעט בפחד מהנושא שעמד לדיון.

שאלתי אותם: "אתם חושבים שזה דבר שלילי לדבר על 'אלימות' — אולי מישו ייפגע?"

הם הסכימו פה אחד שטוב לדבר על-כך. הם יצאו מהפגישה בהחלטה שנמשיך לדבר על-כך בפעם הבאה.

רק גוון ורון הגיעו לפגישה הבאה. מאז הפגישה שעברה הם שוחחו ארוכות. אן וקתי רצו לבוא, אך הוריהן סירבו.

גוון: כשדיברנו על אלימות במשפחה שלי, הרגשתי שזה קורה עכשיו, ולא לפני שנים רבות כל-כך. רון צודק. הוא אומר שמרוב רצון להפסיק את רצף האלימות מדור לדור, לא יכולתי להיות תקיפה והנחתי לקתי לעשות כעולה על רוחה. רון אמר שהייתי להוטה מדי להיות אמא טובה, וכתוצאה מכך, לא הייתי אמא טובה בכלל.

רון: דיברנו על מה שיהיה לאחר שכל הבנות יעזבו את הבית. אן צדקה, פחדנו שנעצבן זה את זה, שתיווצר ריקנות גדולה בחיינו.

בה בעת התרגשנו נוכח הסיכוי שנהיה חופשיים ונעשה מה שנרצה.

אמרת שחייבים ללמוד להסתגל לשלבים שונים בחיים, אז החלטנו לנסות להסתגל בהדרגה.

אמרנו לקתי שהיא חייבת להפסיק להפריע לנו בחיים; אין זה הוגן מצדה — כלפי כולנו. אן ואני, וגם גוון, עובדים כל היום; עלינו לישון בלילה ולא נניח לה עוד להפריע לנו. עליה להסתגל או להסתלק. העלינו בפניה אפשרויות אחדות. אם היא רוצה להישאר ערה כל הלילה, עליה לגור במקום אחר, או להשיג עבודת-לילה ולבוא הביתה לישון במשך היום. אפשרות נוספת, היא יכולה לעבוד ביום ולנהל אורח חיים רגיל. קתי התחילה לומר שאנחנו לא אוהבים אותה, אנחנו רעים אליה, אנחנו לא

מבינים אותה. אבל היינו נחושים בדעתנו ולא השארנו לה פתח לדיבורים נוספים.

להפתעתנו, כעבור כמה ימים, קתי שאלה אותנו אם נסכים שתלך לקורס תפירה. מאז ומעולם היא התעניינה בירחוני אופנה ובבגדים. שמחנו מאוד.

גוון מרוצה שהיא יכולה להקדיש את שעות היום לעצמה, ושקתי עדיין גרה בבית. כך תוכל לפתח תחומי התעניינות לימים יבואו.

אומר לך דבר מה, עם חמש בנות, ואולי, יום אחד, עם נכדים אחדים, אפשר שלגוון תהיה תעסוקה מלאה בחוג המשפחה. לקתי לא היו התקפים מאז הפעם הראשונה שהיתה כאן, ויש לנו הרגשה שהכל יהיה בסדר איתה. אשר לגוון ולי, אנחנו בסדר. אני מניח שהניסוח: 'אופטימיות זהירה' מסכם היטב את הרגשתי.

אני: אתם יודעים, ברכ־שיח בקרב אנשי דת נדונה השאלה מתי מתחילים החיים. הכומר הקתולי הכריז שהחיים מתחילים עם ההפרייה. הכומר הפרוטסטנטי טען, שהחיים מתחילים שמונה שבועות אחרי ההפרייה. הרב אמר, שהחיים מתחילים כשהילדים עוזבים את הבית. אשמח להיפגש איתכם בעוד שנים אחדות ואז תספרו לי מה שאתם חושבים על זה.

• • •

הסיפור הזה מעלה שאלות מעניינות רבות. מדוע קתי לא נטלה את התרופות בצורה סדירה, למרות ההתקפים התכופים? מדוע התנהגה בהרסנות עצמית כה גדולה, דבר שהפריע למשפחתה? אפשר גם לדון בשאלה כיצד עבודתי עם בני המשפחה עזרה להם להשתנות? על כל פנים, אעסוק בנושא אחד בלבד, באם, בגוון. את התנהגותה אפשר להבין בדרכים אחדות וברמות שונות.

יש להודות שהתנהגותה של גוון לא עזרה לקתי, אבל היא נבעה מן האופן שבו קתי נהגה כלפיה. לאור נטייתה של גוון להיות

דאגנית, קתי נתנה לה שפע של טעמים לדאוג, במקום להתנהג בצורה מרגיעה.

גוון היתה מדוכדכת מחייה, היא לא היתה מרוצה מנישואיה, והיתה אם מודאגת וחסרת השפעה. למרות דאגתו לקתי, רון החריף את בעיותיה של גוון משום שלא היה מעורב בחיי המשפחה ולא נתן ביטוי להתעניינותו בה. הוא לא התערב גם כשחשב שתגובותיה של גוון להתנהגותה של קתי מחמירות את בעיותיה של קתי. אולי חשש שמא התערבותו רק תוביל למשבר ביניהם, אשר יפגע בביטחונה העצמי של גוון ויערער עוד יותר את מעמדה. ואולי נוח היה לו ההסדר המסורתי לפיו האחיות להורות, לאושר בחיי הנישואים ולשלומם של בני המשפחה מוטלת על האשה.

גוון גדלה במשפחה שבה רווחה אלימות קשה. האלימות שחוותה פיתחה בה רגישות להימנע מכל עימות, ולו קל שבקלים. כתוצאה מכך התקשתה מאוד לעמוד בתוקף על דעתה ולהציב גבולות לבתה. כיוון שרצתה לגונן על ילדיה החליטה שלא יידעו אלימות דוגמת זו שהיתה מנת חלקה. התבגרות במשפחה שכזאת הזיקה להערכתה העצמית וליכולתה.

ניסיונותיה הקודמים של גוון להיעזר במקצועני בריאות הנפש הסבו לה אכזבה. היא הרגישה שהם לא הקשיבו לה, שלא התייחסו לקשייה ברצינות הראויה, ושהמטפל הקודם שלה כרת ברית עם בעלה והתעלם ממנה. לדאגותיה לקתי לא התייחסו, ולכן לא טיפלו בהן.

ולבסוף, גוון, כמו נשים רבות בנות הדור הזה בחברה שלנו, הורגלה לקבל בלא פקפוק את תפקיד האם, הרעיה, ומי שנושאת ברוב האחיות לחיי המשפחה. את קורת רוחה והערכתה העצמית זקפה אך ורק לזכות מילוי התפקידים האלה. בנותיה הן שהסבו את תשומת לבם לכך שאפשר גם אחרת והציבו בפניה את האתגר הטמון בשינוי.

מה קל להפנות אצבע מאשימה כלפי האם ולהתעלם לחלוטין מאחירותה של החברה.

אל תסיר את העיניים מהכדור

במשך כל שנות עבודתי נמשכה פגישה טיפולית חמישים דקות או קצת יותר. מכלל זה חרג מר סמית.

בית-הספר שלח את המשפחה לטיפול מפני שבנה, ג'ון, היה מדוכדך, והישגיו בלימודים לא שיקפו את יכולתו. לשווא ניסו היועץ החינוכי של בית-הספר ומטפל אחר לעזור לו בשנה האחרונה. לא חל שיפור. גברת סמית הודאגה ולא ידעה מה לעשות.

כשדיברתי איתה על פגישה ציינתי שאני מבקש ששני ההורים יבואו. היא אמרה שבעלה מעולם לא הסכים לשוחח עם מטפלים ואמר שזה בזבוז זמן. אף-על-פי-כן עמדתי על דעתי ואמרתי לה שהפגישה תתקיים רק אם שניהם יבואו.

בשעה היעודה הגיעו שניהם. רק נכנסו וכבר הציץ מר סמית בשעונו, כמרמז שזמן הוא כסף, ובזבוז איננו אחד מהרגליו.

הוא מצא את הזמן לספר לי על עצמו: הוא מנהל חברה, עסוק עד מעל לראשו, מצליח מאוד בתחומו, ויש לו עוד אהבה גדולה, מועדון הכדורגל שלו, שהוא אחד מתומכיו הפעילים ביותר. הוא הבהיר לי שבנו לא תיפקד כראוי כי אשתו רכה וחונקת יתר על המידה. ואילו היא ציינה בהיסוס כלשהו, כי בעלה ביקורתי מדי, ואי-אפשר להשיגו. הבנתי שכאן קיצור הוא כורח ואמרתי: "ברור לי שבנכם לא משיג כפי יכולתו בשל הבלבול אצלכם. לא ברור מי ראש הקבוצה, מי המאמן ומי השחקנים. כדאי שתתקנו את המצב הזה ואז תתפקד קבוצתכם כראוי."

כעבור שבועיים בא מר סמית לבדו. כשנכנס לחדר הציץ בשעונו. "זה מגוחך," אמר. "אני ראש הקבוצה ואני המאמן, עכשיו מה הלאה?" "אם זה ברור, וזה דבר חשוב מאוד, נדמה לי שהשחקן שלך מפסיד משום שאיבד את ביטחונו העצמי וזה זמן רב לא טעם טעמה של הצלחה. עליך לדאוג לכך שהצלחה כלשהי תהיה חלק מניסיון קבוצתך. אני יכול לומר לך איך לעשות את זה, אבל קרוב לוודאי שאין צורך. אתה עצמך תמצא את הדרך לעשות את זה."

"בטח יכול", הוא אמר. הוא היה שבע רצון מכך שכן שיחו מדבר ישר לעניין ולא מבזבז את זמנו. הוא קלט את המסר בחמש דקות. כעבור שלושה שבועות חזר אלי ואמר לי שהוא מרוצה מהתקדמות בנו. הוא אמר לבנו, שהוא מצפה ממנו שישפר את הישגיו. אם יעשה חיל וידבק במטרות ששם לפניו, הוא ייקח אותו למשחק כדורגל מדי שבוע, ולא ימון באמצע השבוע, וגם יפגיש אותו עם השחקנים. אחר-כך הוא עקב אחרי האימונים של בנו וביצועיו, הדריך אותו, צפה בהתפתחות כישוריו, ואמר לו שהוא מצפה לשיפור נוסף. חמש הדקות שלנו התקרבו לסיומן. אמרתי לו: "נראה לי שעלית על מסלול המנצחים. הבאת את הקבוצה שלך לרמה טובה. מה, לדעתך, צריך לעשות עכשיו?"

הוא ציין בפני את שביעות רצונו, מכך שבנו לא מסיר את העיניים מהכדור במשך כל המשחק, אך שאל מה אני ממליץ לעתיד. "אם אתה שואל אותי, המהפך בביצועי השחקן שלך הוא בהחלט מרשים, אבל זו רק תחילת העונה. מה יקרה בחורף כשהאדמה בוצית? עדיין ייתכנו חבלות ונסיגות. מי יודע אם יעלה בידך להמשיך בניצחונות? ייתכן שתצליח, אבל הבה ניפגש כולנו בעוד שלושה חודשים ואז נסכם את ההתקדמות. כל זה על סמך ההבנה, שאם משהו לא יהיה בסדר, תיצור איתי קשר לפני-כן".

הוא הסכים.

שבוע לפני מועד הפגישה הוא התקשר לבטל אותה. הוא הודה לי על עזרתי ואמר שבנו מבקיע שערים מבעיטות ישירות החודרות למרכז השער.

• • •

אחד מתפקידיו של המטפל הוא לדבר אל המטופלים שלו בלשונם — במקרה זה לשון קיצור, כדורגל ו"השורה התחתונה", אפילו אין זו הלשון השגורה בפי המטפל.

הפתרון של ג'ו

ג'ו, בנם בן השלוש־עשרה של בטי ומריו, נתפס בגניבת שלוש מאות דולר. מאחוריו היתה היסטוריה ארוכה של גניבות קטנות, התנהגות נלוצה והשתמטויות מבית־הספר. הישגיו בלימודים היו טובים, אבל את השיעורים הכין רק לעתים רחוקות, נהג גסות רוח במוריו ובעמיתיו, והיו לו מעט מאוד חברים.

עורך־הדין של בטי ומריו דחק בהם לבוא ולדבר איתי. הם חששו מתוצאותיה המיידיות של התקרית שהיתה לאחרונה, והיו שרויים בחרדה שמא זו תחילת דרכו של בנם בעולם הפשע.

במהלך הפגישה גילה לי מריו, כי בנעוריו נתפס בגניבה. בשנות העשרה המאוחרות לחייו הוכנס לכלא ובשל כך היה לפושע. בשנות העשרים שלו, כשג'ו היה תינוק, שוב נכלא לשלוש שנים. הפעם נשבע שלא יסטה עוד מדרך הישר וקיים את שבועתו.

בעשר השנים האחרונות עשה מריו לילות כימים בעבודה כדי לבנות עסק משגשג. גאה היה על שעלה בידו לתת לאשתו ולשני בניו בית נכבד בפרכר של המעמד הבינוני־הגבוה. הם נמנו עם חבריה של קהילה איטלקית מכובדת, שידעה על עברו.

בימים שבהם ישב מריו בכלא טיפלה בטי בשני התינוקות, ואחר־כך עבדה לצדו כדי להתבסס. דרכם היתה רצופת מאבקים, אך הם התבססו מבחינה כלכלית, והיו מקובלים בחברה. עכשיו, הצרה הזאת עם ג'ו הפחידה אותה.

אני: (אל ההורים) מה עשיתם בנוגע לגניבות של ג'ו? מריו הציג רשימה ארוכה של פסיכיאטרים ופסיכולוגים ידועים אליהם שלח את ג'ו לטיפול. האחרון שבהם ראה את ג'ו אחת לשבוע בשנה האחרונה. מריו סיפר שג'ו שנא את זה, התלונן ללא הרף, ולבסוף סירב ללכת.

אני: לא לכך אני מתכוון. מה אתם, כהורים, עשיתם בנושא זה?

מריו: אני איטלקי. הייתי חביבה של אמי. כשביקשתי ממנה כותונת, היא קנתה לי עשר. היא הגישה לי אוכל עוד לפני

שהייתי רעב. אני אוהב את הבן שלי; אעשה הכל בשבילו. אם יבקש עשרה סנט, אתן לו עשרה דולר. אבל אשתי לא מפסיקה להציק לו; תעשה את זה! אל תעשה את זה! כל דבר שהוא צריך לעשות מדאיג אותה. שיעורים; ניקיון החדר שלו; לעולם לא תחבק או תנשק אותו. היא אוסטרלית טיפוסית, בלא חמימות או אהבה, כמונו.

בטי: מריו עובד יומם ולילה, כל השבוע. בקושי יש לו דקה בשבילי או בשביל הילדים. הוא מפנק את ג'ו, נותן לו יותר מדי ולא דורש ממנו כלום. לעולם אינו שם לג'ו גבולות; הוא מניח לו לעשות מה שהוא רוצה. מעודו לא עמד לצדי. למעשה, הוא מזלזל בי בפני הילדים. אני מודה שאני עייפה מאוד ואני לא ישנה. אני דואגת נורא ומקבלת כאבי ראש. ואז אני יוצאת מהכלים, צועקת על ג'ו ומציקה לו. אני מתביישת בהתנהגותי, אבל הוא מוציא אותי מדעתי.

אני: מה אתם מצפים או רוצים שאעשה?
מריו: זו לא שאלה של כסף. אני רוצה שתתפגש עם ג'ו לעתים קרובות, ככל שיידרש, על מנת לעזור לו.

אני: כן. יש עוד משהו?
מריו: תגיד לנו מה לדעתך אנחנו צריכים לעשות.
אני: אני חושב שאתה יודע מה אתה צריך לעשות.

מריו: אני?
אני: כן, אני משוכנע שאתה יודע מה אתה צריך לעשות, אבל אני לא משוכנע שאתה רוצה ויכול לעשות את זה.

מריו: תגיד לי מה לדעתך אני צריך לעשות.
אני: אני חושב שאין שום צורך בזה — אתה יודע.
מריו: אני מבקש שתתפגש עם ג'ו ותדבר איתו. אתה מסכים?

אני: בסדר. אבל אופתע אם זה לא יאמת את מה שלפי דעתי אתה צריך לעשות.

בטי: אני בטוחה שג'ו לא יבוא.
אני: מריו, אם אתה רוצה שאדבר עם ג'ו עליך לדאוג שיבוא.

מריו: אין בעיה. הוא תמיד שומע לי והוא יעשה מה שאומר לו.
 כעבור שבוע בא ג'ו לראות אותי. גילויי ידידות לא עניינו אותו.
 הוא כעס ושיר עוינות.

אני: ג'ו, אתה לא רוצה להיות כאן היום.
 ג'ו: (בכעס) כן. אני שונא את זה.
 אני: נמאס לך מכך ששולחים אותך לפסיכיאטרים
 ולפסיכולוגים. אנחנו מבלבלים לך את המוח.
 ג'ו: זה בטוח.
 אני: אם אתה שונא את זה כל-כך, למה באת?
 ג'ו: אבא ביקש.
 אני: כיוון שאתה פה, אני רוצה לשאול אותך כמה שאלות.
 אני דורש ממך לא להשיב לי על שאלה שאתה לא רוצה
 לענות עליה. תקפיד על כך. אל תתפתה להשיב, אלא
 אם אתה משוכנע שזה מה שאתה רוצה. הוריקן סיפרו לי
 על הגניבות ועל בעיות נוספות שיש לך. מה לדעתך יש
 לעשות בקשר לזה? למען הדיוק — יש משהו שההורים
 שלך יכולים לעשות כדי לעזור לך?

ג'ו: כן. אבא צריך לבלות איתי יותר, ואנחנו, כמשפחה, צריכים
 לעשות יותר.

אני: יש עוד משהו שאבא שלך יכול לעשות כדי לעזור לך?
 ג'ו: הוא צריך לעזור לי בשיעורים ועליו לומר לי דברים.
 אני: אתה מתכוון לזה שהוא צריך להגיד לך מה לעשות ומה
 לא לעשות?

ג'ו: כן.

אני: יש דבר נוסף שהוא יכול לעשות?

ג'ו: כן, הוא צריך לעזור יותר לאמא ולעמוד לצדה לפעמים.

אני: אני רוצה לומר לך משהו, אבל רק אם אתה רוצה לשמוע.
 אתה רוצה לשמוע מה יש לי לומר לך?

ג'ו: כן.

אני: נפגשתי עם הוריקן בשבוע שעבר, ואחרי שדיברתי איתם,
 החלטתי בדיוק מה שאמרת — אין שום חילוקי דעות בין

שנינו. השאלה היא, אם ההורים שלך יעשו מה שאתה מציע, האם זה יפסיק את כל הבעיות שלך – גניבות, גסות רוח כלפי מורים וחברים, וכל זה?

ג'ו: כן.

אני: אתה נשמע בטוח. אתה באמת בטוח?

ג'ו: כן.

אני: אני לא כל-כך בטוח. ייתכן שתהיה זקוק לעזרה. אתה סובל מהבעיות האלה זמן רב.

ג'ו: (בהתרסה) אני לא חושב כך. אני אהיה בסדר.

אני: אני מקווה שאתה צודק. עוד דבר, אני יכול לספר להוריך מה אמרת לי היום, או שזה רק בין שנינו?

ג'ו: הו, בטח. ספר להם.

אני: אמליץ להוריך לעשות מה שהצעת. הייתי רוצה לראות אותך בעוד כמה שבועות, כדי לשמוע ממך אם הוריך עשו מה שהצעת, ואם אתה עמדת בחלקך בהסכם שלנו.

ג'ו: בסדר. אני אבוא.

לפני שחזרתי והתראיתי עם ג'ו, מריו דיבר איתו ושמע מפיו את כל מה שנאמר בשיחה בין ג'ו לבני, וקיבל את הצעות בנו. מריו התחיל לעמוד לימינה של בטי במצבים רבים, ודאג שתנוח כל צרכה. הוא הקדיש זמן רב יותר לג'ו, וגם עלה בידו להפגין פחות פינוק ויתר תקיפות. הוא גם התחיל להדריך את ג'ו.

בטי התקשתה מאוד לחדול ממריבותיה היומיומיות עם ג'ו, אך הצליחה בכך בהעזרה במריו ובי.

ג'ו אמר שהוא אוהב את שותלן המוצא עכשיו את הזמן ללכת איתו למשחקי כדורגל ולצאת עם המשפחה לטיולים. התנהגותו בבית ובבית-הספר השתפרה, והוא הפסיק לגנוב.

הרהורים

במרוצת השנים שאלה אותי טס מדי פעם: "מדוע אתה לא אוכל בננות?" ובכל פעם השבתי: "אני לא אוהב בננות".

לאחרונה היא חזרה ושאלה: "באמת, למה אתה לא אוכל בננות?" הפעם, מסיבה לא ברורה, עצרתי לרגע והרהרתי בשאלה הזאת כאילו שמעתי אותה בראשונה בחיי. בסופו של דבר נזכרתי שבילדותי, בישראל, רווחה אמונה בקרב הבנים, כי מי שאכל בננות, נעשה רך כמו בת. למעשה, בסלנג העברי לעתים קרובות נקראו הבנות 'בננות'. 'התגלית' הזאת הניעה אותי לאכול בננה, ואז גיליתי שטעמה נפלא. בשנים הראשונות בבית-הספר אהבתי מאוד לשחק כדורסל, ושעות רבות עברו עלי בקליעה לסל. בית-הספר לא עודד את זה, ורק כשמלאו לנו שתיים-עשרה הותר לנו רשמית לשחק. נאמר לנו שמשחק כדורסל בגיל צעיר עלול לעכב את הצמיחה. אז איך זה שהכדורסלנים בימינו, שהתחילו לכדרר לפני שהתחילו ללכת, מתנשאים לגובה 2.15 מטר?!

כשהיינו ילדים והצטננו, זה קרה מפני שלא שמענו בקול ההורים, שכחנו ללבוש אפודה, שיחקנו בגשם והלכנו לשחות במזג אוויר קר. לעומת זה, הורינו הצטננו בשל נגיף שהשתולל באותה שעה. בשווייץ-זינגר אמר פעם: "כשהייתי צעיר וסיפרתי סיפורים, הם קראו לי שקרן. כשיו, כשאני מספר סיפורים, הם אומרים שאני סופר."

בתחילת עבודתי במרפאת בוברי נהגנו לקיים ישיבות על הסיבות לבעיותיהם של הילדים. אז האמינו כולם, שהמקור למקצת הבעיות הוא השפה הזרה שבפי ההורים. חשבנו שהבלבול הנובע מהחשיפה לשתי שפות השפיע על התנהגות הילד ועל התפתחותו. לפיכך, לא אחת המלצנו להורים להפסיק לדבר בשפת האם שלהם ולדבר רק אנגלית. היום אנחנו יודעים, ששמיעת שפות אחדות מחזקת את המיומנויות הלשוניות ואת הגמישות המחשבתית-המילולית. שפה היא רכיב מרכזי באינטליגנציה.

בשנות עבודתי כפסיכולוג מתחיל, פגשתי אנשים צעירים חרדים ונסערים שהתקשו מאוד לספר לי מה הדאיג אותם. משמצאתי דרך לדובב אותם, הם גילו כי אוננו, ועכשיו דאגו נורא שמא יתעוורו או יאבדו את שפיות דעתם. כעבור חמש-עשרה שנה, כשבאו אלי אנשים צעירים חרדים ונסערים ושיתפו אותי סוף-סוף בסודם, הם אמרו

כי שמעו שהכל מאוננים, והם דאגו מאוד כיוון שהם לא עושים מה שעושה כל אדם מן היישוב.

בשנות השישים, כשנערים סבלו מ'חרדת אוננות', לעתים קרובות הופנו נערות לטיפול כיוון שהיו ב'סכנה מוסרית'. היו שקיבלו טיפול פסיכיאטרי ואחרות הופנו להשגחת המדינה שהפכה לאפוטרופסית עליהן כדי להרחיקן מסכנת 'ההפקרות המינית'. כיום, 47 אחוז מהבנות המגיעות 'לגיל שהבת רשאית להסכים' (גיל שש-עשרה) – כבר חוו התנסות מינית.

בנים מעולם לא היו ב'סכנה מוסרית'!

'האמת' ו'הידע' משתנים עם הזמן והמקום. הם יצירי כפיה של החברה, והיחסים בינם לבין ההוכחות המדעיות אף הם משתנים במהלך הזמן.

בשנות השישים המאוחרות התחלתי להתעניין בתופעת האוטזיסם בקרב ילדים. טיפלתי בקבוצה אוטיסטית וגם עבדתי עם ילדים כאלה בשיטה פרטנית. באותם ימים, תואר האוטזיסם בראשונה בספרות המקצועית ונטען שהוא נדיר ביותר. תחילה רק ילדים בודדים הוגדרו כאוטיסטים. אחרי שנים ספורות שבהן נכתב בירחונים רבי-תפוצה על תופעה זו, נהפכה האבחנה שכיחה יותר.

במשך שנים עבדתי עם ילדים שנראו לי אומללים מאוד. לעתים האומללות קשה היתה והשפיעה על שכיחות הביקור בבית-הספר ועל הישגים בלימודים, על חיי החברה, על הבריאות ועל חיי המשפחה של אותם ילדים. היו ילדים שסבלו מאומללות גדולה אך הסתירו אותה, ואף-על-פי-כן, השפעתה עליהם לא היתה פחות קשה מהשפעת האומללות הגלויה על חבריהם. הדיכאון אצל הילדים האלה בא לידי ביטוי בהתנהגותם האנטי- חברתית, בתופעות כגון תוקפנות והשתמטות מבית-ספר. דעה רווחת היתה, שלא ייתכן דיכאון בימי הילדות. רוב אנשי המקצוע דחו את הרעיון שייתכן שילד יסבול מדיכאון בהסתמכם על רקע 'עיוני או ניסויי', ואילו הדיוטות שללו אותו בשל אמונתם במיתוס לפיו ילדות היא התקופה המאושרת ביותר בחיי האדם. כיום, דיכאון ילדות הוא אחת הקטיגוריות המקובלות באבחון הפסיכיאטרי.

אופנות פסיכולוגיות ופסיכותרפיות, דוגמת אוטיזם, פעלתנות יתר, פגיעה מוחית מזערית וקשיי למידה ספציפיים, מגיחות מאלמוניות אל אור הזרקורים, אך לימים דועכת תשומת הלב האופפת אותן וההתעניינות הכללית מוסטת לבעיות אחרות. בימים אלה, אנו נותנים דעתנו בעיקר על גילוי עריות וההתעללות בילדים.

חשיבות ההכרה בכל הבעיות הללו היא עצומה, והתכחשות לקיומן או הזנחת ילדים הלוקים בהן היא חטא בל יכופר. תיאור המצבים האלה והמחקר תרמו רבות להתקדמות הגדולה בהבנת הילדות.

ואולם, התנועות הגדולות במספר הילדים האמורים ללקות בכל הבעיות האלה משקפות את אופנת השעה. אופנות אלה הן, קרוב לוודאי, תוצר השפעת הגומלין בין הספרות הפסיכולוגית והפסיכיאטרית לבין הגישות החברתיות, התעניינות אמצעי התקשורת, וההכשרה והעבודה המעשית של אנשי המקצוע בתחום בריאות הנפש.

בחלק הראשון: 'ילדים' תוארו משפחות אחדות. כל משפחה והמייחד אותה ובכל מקרה היה הטיפול שונה. אך כל המקרים האלה משקפים מגמות כלליות. אולי המגמה הרווחת ביותר היא נחלת משפחתו של 'הילד עם הבעיה', שבה אחד ההורים (בדרך כלל האם) אחראי למעורבות יתר בחיי הילד, והשני (ברגיל האב) אינו מעורב דיו. החלמת הילד והשיפור בתפקוד המשפחה קשורים בדרך ההתייחסות לחוסר-האיזון הזה.

במגוון רחב מאוד של מקרים, האב מתואר כמי שיאינו מעורב דיו, 'חלש', 'שולי', 'חסר השפעה', 'מסתגר' ו'נעדר מבחינה פסיכולוגית'. בה בעת, האם מתוארת כימגוננת באורח מוגזם, 'מסובכת ביחסיה עם הילד', 'נוירוטית' ולוקה ב'רגשנות יתר'.

עורכי מחקרים על משפחות באוכלוסייה שלא הגיעה לטיפול במרפאות לבריאות הנפש, מתארים אותן במונחים דומים, כך שאולי, המתכונת המשפחתית הזאת היא פרי ההתארגנות החברתית שלנו.

המסקנה המתבקשת היא, שאין לראות את המתכונת הזאת רק כבעיה קלינית, אלא כמשקפת גישות חברתיות והתניה חברתית.

על-פי החינוך המסורתי, על הגברים להיות המפרנסים, לטפל בצרכים הכלכליים והכספיים של המשפחה, להתמודד עם העולם שמחוץ לבית, להיות חזקים, קשוחים והגיונים. אין הם אמורים להיות רכים (אסור להם לאכול בננות!), רגשנים או עדינים. כדי להיות גבר אמיתי, על הגבר 'ללבוש את המכנסיים' ולהבטיח שאשתו וילדיו יידעו את מקומם הראוי.

הבית והמשפחה היו ממלכתה של האשה. עליה הוטל הטיפול בצרכים הגופניים, הפסיכולוגיים, הרגשיים והחינוכיים של הילדים. מעמדה החברתי ודימויה העצמי התבססו על מידת ההצלחה של בעלה ושל ילדיה, ולפיכך חייתה באמצעות זולתה. נשים לא היו אמורות להיות תוקפניות מדי ולהביע דעות. מי שלמדו יותר מדי או שעשו שימוש גדול מדי בשכלן, לעתים קרובות נפגעו סיכוייהן להינשא.

מנהגים חברתיים אלה הלמו משפחות רבות, אך היו בעייתיים לדיןן של אחרות. כשהתנסתה משפחה במשבר, לעתים קרובות בני המשפחה נקטו עמדה קיצונית, ודבקו בנוקשות רבה בתפקידיהם ההוריים. כיום מתחזקת קריאת התיגר על ההסדרים המסורתיים הללו, ולעתים קרובות, אותו אתגר עצמו הוא מקור משבר.

נשים רבות יותר יוצאות כיום לעבודה, אם מתוך בחירה ואם מתוך צורך. מספר רב יותר של גברים רוצה, או נאלץ, להשתתף בחיי הבית ובטיפול בילדים. את המגמה הזאת של שיתוף ושל מעורבות בחיי המשפחה אפשר לעמת עם היפוכה, כלומר, המשפחה החד-הורית (בדרך כלל זו האם) ובה גדלים הילדים ללא אב. אנחנו חיים בחברה מגוונת הרבה יותר בדרכי התארגנותן של משפחות.

שינוי מקביל התחולל במרפאות לבריאות הנפש. פעם 'ההיפוך בתפקידי ההורים' נתפס כמקור עיקרי לקשיי הילד, ואילו כיום רואים לעתים במשפחה המסורתית את המקור העיקרי לליקוי.

המשפחות שתוארו כאן ביקשו טיפול בשל דאגתן לילדיהן. התיאור התרכז בחיי המשפחה ובשאלה איך לשנותם כדי לעזור לילד. תיאור מעין זה עלול לעורר בקורא את הרושם שהאשמה או האחריות לקשיי המשפחה מוטלות אך ורק על האם, או האב, או הילדים,

אגב התעלמות מאחריותה של החברה. כפסיכולוג קליני, אני מעדיף לתאר רק את המתחולל בין כותלי חדר העבודה שלי, אבל אני ער לעובדה שבכך נגרם עוול למטופלים, ובדרך זו גם אפשר להגיע למסקנות מוטעות.

בעיות כמו מעורבות-היתר של האם והשתמטות האב ממעורבות, הולכות ומחריפות כתוצאה מבידודה הגובר של המשפחה הגרעינית בחברה שלנו, המנותקת לעתים קרובות מהמשפחה המורחבת ומהקהילה.

את העובדה שמשפחה מבקשת טיפול אפשר לראות כצעד חיובי בהכרה בבעיותיה ובניסיונה לפתור אותן. אפשר גם לראותן כביטוי לבדידותה ולבידודה של המשפחה, תולדת מחסור במשאבים טבעיים, כגון, סבים וסבתות, חברים, וכוהני דת. אפשר שעבודת המטפל תעזור למשפחה, אך יש עמה סיכון. היא עלולה להגביר את בידודה של המשפחה. שהרי אחד מתפקידיו של הטיפול המשפחתי הוא לעזור למטופלים להבין כיצד הטביעה החברה את חותמה עליהם. בכך מצטמצמת האפשרות שהם יאשימו בקשייהם את עצמם או זה את זה.

חלק שני

זוגות

"אבל אין כאן הולכת שולל?"

מבוא

כפסיכותרפיסט מתחיל באו אלי משפחות כיוון שלילדיהן היו בעיות. כפי שראינו, לעתים קרובות נוצר משבר בין ההורים נוכח הבעיה של הילד והשאלה כיצד להתמודד איתה. בניסיונותי להבין את קשייו של הילד ולפתור אותם, היה עלי להתחשב בדרך תפקוד המשפחה ובהשפעת קשר הנישואים עליו. לא אחת אחרי שפתרו את הבעיה המקורית שלשמה באו אלי, רצו ההורים להמשיך לפתור בעיות נוספות בחיי הנישואים שלהם. רוב הסיפורים בחלק זה עניינם בטיפול שביקשו זוגות שרצו להקל על קשייהם בחיי הנישואים.

במסגרת חיי הנישואים מצפים מהשותפים סיפוק צרכים הדדי, באהבה, חיבה, אינטימיות, מין וחברות. כהורים, עליהם לשתף פעולה בגידול ילדיהם. הם צריכים גם לתמוך זה בזה כשיש לטפל בהורים קשישים ובבני משפחה אחרים ובקשרי הידידות שיש לכול אחד מהם. בה בעת נישואים, שהם גם יחידה כלכלית, דורשים מבני הזוג לשתף פעולה בחלוקת מטלות הבית, ההתחייבויות השונות וכמובן, בעבודתם. בחברה רבת-תרבויות מסרים מנוגדים על חיי הנישואים דרים בכפיפה אחת. כל בן זוג נתון לציפיות וללחצים שונים.

נישואים אינם רק איחוד של שני אנשים. הם מפגשים שתי שיטות פילוסופיות הקשורות ברגיל לתרבות ולרקע החברתי. וכך, לכל פרט יש הנחות משלו כיצד להתנהג, איך לגדל ילדים, איך להביע רגש, איך לנהל את העניינים הכספיים ועוד ועוד.

כך, למשל, טס ואני שותים הרבה תה וקפה. כשאנחנו רוצים להכין תה לשניים, אני מוזג שניים-שלושה ספלי מים לקומקום. טס מוזגת לפחות שישה ספלים. היא רוגזת עלי וחושבת: איזה חוסר התחשבות! ואם נרצה לשתות ספל נוסף? ואם יבוא מישהו לבקר? אני חושב שהיא נוהגת בזכו. שנים של ויכוחים לא פתרו דבר. שנינו משוכנעים בצדקתנו.

כשגדלתי ראיתי את אמי מוזגת מים לקומקום בספלים מדודים. בנעורי השתתפתי בצעדות שבהן נהגו משמעת מים. מים היו במשורה והיינו צריכים לחסוך בהם. אמה של טס זכורה לטוב על-כל מכריה משום שכל אורח נהנה ממזון וממשקה בשפע. עכשיו שנינו משלימים עם העובדה שכל אחד נאמן למסורת המשפחתית שלו. הוא הדין בדברים רבים שאנחנו עושים: אופן הלחיצה על שפופרת משחת השיניים, קילוף תפוזים, החזרת בגדים למקומם, הדחת כלים — בקיצור, כל העולה על הדעת.

תוחלת החיים כמעט שהוכפלה מאז המאה הקודמת. כתוצאה מכך, נישואים בין צעירים בשנות העשרים לחייהם אמורים להתקיים כחמישים שנה, בחברה המשתנה ללא הרף. כיוון שכיום יש לאנשים הזדמנויות רבות יותר להשתנות, הם אכן משתנים. לא אחת, בכיוונים שונים. כשחושבים על כך, דומה שאך פלא הוא שיש נישואים המתקיימים לאורך ימים.

גבר ואשה שאהבו מאוד זה את זה ורצו להתחתן באו אלי לטיפול. האשה, מטופחת ולבושה בהידור, סיפרה שאת העניין העיקרי בחייה היא מוצאת בספריה, באוסף המוסיקה הקלסית שלה ובביתה היפהפה, אשר שוחזר בסגנון ויקטוריאני. הגבר, שלבש ג'ינס ונעל נעלי הליכה גבוהות, אהב לטייל בטבע, לעבוד בגינה והפיק הנאה מבילוי בחברת שני ילדיו החסונים והנמרצים. הוא לא הסכים לאסור עליהם לרכוב על אופניים בבית, והיא חשבה שלא יעלה על הדעת להרשות להם לרכוב על השטיחים הפרסיים שלה ולהיתקל בריהוט העתיק שלה. בדקנו פתרונות אפשריים רבים, ובסופו של דבר הם החליטו להתחתן ולגור לחד.

כיוון שהמורכבות והקשיים שבחיי הנישואים הם נתונים קבועים, לעתים קרובות נדרש המטפל לחשיבה יצירתית, ועליו לטפח אווירה שתעודד חיפוש פתרונות חדשים, אולי אף חריגים.

הגיע הזמן לפסק זמן

ורה ואמיר חיו בצוותא שלוש שנים. את מחויבותם העמוקה ההדדית העכירו מריבות, האשמות הדדיות ותקשורת דלה. האהבה והמסירות העצימו את הכאב שחוו עקב מריבותיהם.

מאחוריהם היתה שנה של טיפול זוגי, שבמהלכה עודד אותם המטפל לבחון את יחסיהם לשאת ולתת מחדש על הסכמים ולנסות לשפר את התקשורת, אך הם הפסיקו את הטיפול כחודש לפני שבאו אלי, כיוון שלא חל שיפור.

כיוון שרצו לצאת לחופשה, החליטו לנסות ולחזור לטיפול. שתי החופשות הקודמות שלהם היו כישלון חרוץ, והם רצו למנוע כישלון נוסף. החופשה הקרובה תוכננה בקפידה, ושני ילדיה של ורה (בני חמש ושש) עמדו לצאת איתם.

אמיר: אני יועץ השקעות. אני צריך לעשות מאמצים גדולים, וזה יעלה לי כסף רב אם אחליט לצאת לחופש עכשיו. אני חושש שהחופשה הזאת תהיה בזבוז... ואולי אפילו תקלקל עוד יותר את היחסים בינינו. ורה בכלל מהססת אם לנסוע.

אני: מבין האנשים שבאמת חשובים לך, מי מהם חושב שמגיע לך ליהנות מחופשה טובה?

אמיר: למה אתה שואל את זה?

אני: סיפרת לי, שכבר השקעת הרבה זמן ומאמצים בשיחות על היחסים ביניכם. אני לא רוצה להציע לך אותה דרך פעם נוספת. משקיע נכון מתחשב בגורמים פוליטיים וכלכליים בהקשרם הרחב. כך גם כאן. אולי יש גורמים חשובים מחוץ למערכת היחסים שלכם המשפיעים עליה.

ורה: כן. במשך שנים ניסיתי לשפר את היחסים עם מי שהיה אז בעלי. פעם אחר פעם הוא אמר לי להפסיק את הניסיונות האלה ולעזוב אותו. לבסוף, כשעזבתי אותו, הוא חש שחרב עליו עולמו. עכשיו אני חשה רגשי אשמה על מצבו. ניהלנו משא ומתן, והגענו להסכם מתקבל על הדעת בדבר משמורת משותפת על הילדים. עכשיו... דומה שהם מעדיפים את אמיר על פניו; זה מדאיג אותי, למרות שעלי להודות שאני גם מרצה מזה (ורה מתחילה לבכות) הילדים חושבים שאביהם נוקשה ומשעמם. אני מרגישה אשמה, כיוון שכך אני רואה אותו. אני לא רוצה שהילדים ירגישו כך ואני מנסה לגונן עליו.

חינכו אותי להרגיש אחראית לאמי. היא תמיד לקחה בהתמוטטויות עצבים. בכל פעם שהיא מטלפנת, אני עוזבת הכל וממהרת אליה. היא מעולם לא פנתה לאבי; הם בקושי מדברים. הם כמו שני זרים הגרים תחת קורת גג אחת. בכל פעם שאני נוסעת לחופשה ומתכננת ליהנות, אני מתחילה לחשוב עליהם, איך הם תקועים אומללים בבית.

אמיר: אשתי לשעבר ואני התחתנו כשהיינו צעירים מאוד. מהר מאוד התברר לי, שאין לנו הרבה במשותף ועזבתי אותה. הורי ואחי התנגדו מאוד וראו בה את הצד הנפגע, וכי – נוטש חסר־לב. הם מטלפנים אליה לעתים קרובות יותר מאשר אלי, וכשהם באים לעיר הם מבלים איתה הרבה יותר מאשר איתי. הם מאשימים את ורה, שלא בצדק, בכך שהנישואים שלי התפרקו. הם מוטרדים מאוד מכך שאנחנו 'חיים בחטא'.

אני: זה נראה כאילו שהם חושבים שלא מגיע לכם קצת הנאה בחיים, ואולי זו הסיבה שאתם מרגישים שאין לכם זכות ליהנות. אולי אתם אסירי־מחויבות לציפיות שלהם, אולי אתם מרגישים שעליכם להגשים את הציפיות שלהם, שלכם צריכים להיות חיים אומללים. האם אתם חושבים שהם מודעים לזה?

(ורה ואמיר מנענעים בראשם, בהפתעה בולטת).

אני: כל הנאמנות וכל הסבל שלכם מבוזבזים לריק. אולי כדאי שתספרו להם שהייתם נאמנים ומילאתם את חובתכם, ונמנעתם מלהפיק הנאה מהחופשות שלכם. אני מציע לכם לבקש מהמשפחות שלכם רשות לשמוח בחייכם. אולי הם יסכימו ששלוש שנים של מריבות, ושתי חופשות אומללות, זה מספיק ודי, ושהגיעה השעה לתת לכם רשות ליהנות מפסק זמן באור השמש.

אמיר: אתה רציני?

אני: אלה רק הצעות.

כעבור שבועות אחדים הם חזרו מחופשתם וסיפרו לי, כי בילו יוצא מהכלל. הם שוחחו ארוכות על ההצעות שלי והחליטו שמגיע להם ליהנות מחייהם, ושכל הסבל ורגשי האשמה שלהם היו בזבוז גדול ולא הועילו לאיש.

ורה אמרה, שבטיפול הקודם הודגשו יחסי הגומלין והתקשורת ביניהם. יחסיהם הידרדרו והתקשורת ביניהם נעשתה ארסית. אני 'התעלמתי' ממה שקורה ביניהם, והתוצאה היתה שהם דיברו זה עם זה בלי סוף, יחסיהם השתפרו והם נהנו מחופשה נהדרת.

• • •

הטיפול הקודם, שהתמקד ביחסיהם, העצים את תחושות כישלונם ומפח-הנפש שלהם. הם נשארו תקועים במעגל קסמים של האשמות הדדיות ותפיסה צרת מוחין של בעייתם.

משהורחבה מסגרת ההתייחסות שלהם, היה ביכולתם לזהות גורמים נוספים שהשפיעו על חייהם. וכך, במקום שמשבר יקרע אותם, הם התאחדו נגד 'אויב משותף', שכלל לא היה ער למידת שליטתו בחייהם.

עריצות החלש

כשעבדתי בתל-אביב התבקשתי לקבל לטיפול אשה בת 45, באשה שמה, שסבלה מפחד-חרוצות חמור ומתמשך. במרוצת השנים היא ביקשה את עזרתם של מטפלים רבים.

באשה באה לפגישה בחברת בעלה, אייב. עם כניסתה לחדר, הוא פנה לעבר חדר ההמתנה. עצרתי אותו והזמנתי אותו להצטרף אלינו. בקשתי הפגיעה אותו והוא נראה נבוך. הוא נכנס לאיטו לחדר ולקח את הכיסא לעבר פינה מרוחקת. חזרתי ועצרתי אותו והצעתי לו לשבת איתנו, והוא עשה כך באי-רצון בולט.

שאלתי אותם מה היתה הבעיה. באשה פתחה בסיפור שאותו דיקלמה היטב, מפני שחזרה וסיפרה אותו לעתים קרובות. פעמים אחדות ניסיתי להסיט אותה מהביצוע הממושך הזה, אך לשווא. שקועה היתה כל כולה בסיפורה.

זמן קצר לאחר נישואיה נוכחה לדעת שהקושי שלה לצאת מהבית הולך וגובר, וכשיצאה, חשה פחד ובהלה. יכולתה לעשות דברים מחוץ לבית הלכה והצטמצמה, ואת רוב עיתותיה הועידה לניקיון הבית ולסידורו.

בין השאר פקד אותה חלום בלהות חוזר ונשנה. ובחלומה והנה בן גוריון, גולדה מאיר ומשה דיין עומדים לבקרה. נרגשת מאוד החלה בהכנות קדחתניות לקראת הביקור, אבל בדיוק כשעמדו האורחים להגיע, התברר לה שהבית עודנו מלוכלך ולא מסודר. היא התעוררה בבהלה, מכוסה כולה זיעה קרה.

בעת שדיברה, הפגין אייב אי-מעורבות. הוא אפילו לא הקשיב – הוא שמע את כל זה לפחות מאה פעמים קודם. לעתים רחוקות הזכירה את עזרתו של אייב, למרות שכתיק הרפואי מצאתי הערות רבות של המטפלים שטיפלו בה בעבר, וכולם ציינו את שיתוף הפעולה יוצא הדופן שלו. בימים שבהם טופלה באשה טיפול אינדוידואלי, שלוש פעמים בשבוע, אייב הסיע אותה לכל פגישה ואסף אותה הביתה. כשגמרה לדבר, פניתי אל אייב ושאלתי אותו: 'איך עברו עליך כל השנים האלה?'

אילו הטלתי פצצה לחדר לא הייתי מפתיע אותם יותר. אחרי דברי שידול ועידוד מצדי, סיפר לבסוף, שחיי היו קשים מאוד. לעתים קרובות הרגיש נבוכ, ותמיד נאלץ לתרץ את התנהגותה של באשה. לא היו לו חיי חברה, הוא איבד את רוב חבריו ואפילו עם משפחתו נשמר קשר מזערי ותו לא. הוא ניהל עסק קטן, ולעתים קרובות היו חיי קשים מנשוא, כיוון שהיה עליו להסיע את באשה לכל מקום, ורוב הזמן היא רצתה להיות איתו, כיוון שפחדה להיות לבד. כשרק התחיל לדבר, דבריו נאמרו באובייקטיביות והוא הקפיד על דיבור ענייני, אך ככל שהמשיך לדבר, הכאב, הטינה והכעס שהתגנבו לקולו, השתלטו עליו.

באשה לא חדלה מניסיונותיה למנוע מבעלה לספר על רגשותיו, אבל העניין שגיליתי בדבריו, נחישותי לאפשר לו לדבר, ורצוני – שדוכא עד כה – לספר סוף-סוף הכול, שמו לאל את כל מאמציה להסיט אותנו מהדרך הזאת.

לקראת סוף הפגישה, ניסתה באשה לומר, שמקצת דבריו לא היו נכונים, אך הוא לא היה מוכן לחזור בו, וזה גרם רוגז וכעס ביניהם. קרוב לוודאי שבעיני רוב הבריות חילופי הדברים ביניהם היו נתפסים כחילוקי דעות של מה בכך אצל זוג נשוי, אבל הם ראו את הוויכוח הזה ביניהם כנוקב ומר. כשעמדו לצאת, בלטה מורת רוחה של באשה, אבל הברק שבעיניה העיד על העניין שניעור בה. ואילו אייב נראה מבוהל במקצת מהמחיר שהוא עתיד לשלם על שפתח את 'הפה הגדול שלו'.

התברר שאייב צדק בחששותיו. הסימפטומים של באשה התחזקו, וכך גם תביעותיה על זמנו ועל תשומת לבו. על כל פנים, איכשהו, הוא הציב גבול, וסירב ל'שיתוף פעולה מלא' כפי שנהג בעבר. זו היתה ראשיתם של ויכוחים רבים שבמהלכם ניסה לסייג את דרישותיה ולהקדיש גם זמן לעצמו, בעוד היא נלחמת על עמדותיה בעקשנות רבה. פעמים נוספות ניסתה להוציא אותו מהשיחה הטיפולית, שוב ושוב דאגה להזכיר לו את העבודה הרבה הממתינה לו. במהלך אחת הפגישות תהתה אם אפשר לטפל כיאות בפסיכופתולוגיה עמוקה כשלה בנוכחות אייב.

ככל שחלף הזמן, הוויכוחים והמשא ומתן על זכויותיו וחובותיו של כל אחד דחקו לקרן זווית את דאגת-היתר של באשה לבית. ניקיון הבית ומירוקו איבדו בהדרגה מחשיבותם ולקראת סוף הטיפול, פחד-החוצות שלה נחלש. היא התחילה לחשוב על אייב, על בני המשפחה האחרים ועל החיים בכלל.

• • •

אולי ההיבט המפתיע ביותר בסיפור הזה הוא, שכול התרפיסטים שטיפלו בבאשה במשך חמש-עשרה שנה לא השכילו לשתף את אייב בטיפול. להסיק מכאן שמטפלים אלה לא היו רגישים, או שלא היו מוכשרים, פירושו לחטוא בפשטנות-יתר ואולי גם באי הבנת הנושא. אם מאמינים שפחד-חוצות הוא מחלה שכל-כולה מקננת בחולה ונובעת ממנו, מתבקשת המסקנה ששיתוף הזולת בטיפול עלול להסיט את תשומת-הלב מהעיקר והיבטים הדורשים טיפול יוזנחו. מצד אחר, אם סבורים שפחד-חוצות הוא ביטוי לבעיה חברתית, או בין-אישית, אזי תהיה זו טעות גסה להסתפק בפגישה עם נושא הסימפטומים ולא לשתף בטיפול את הקרובים לו. דרך זאת עלולה להחריף את הבעיה במקום לפתור אותה.

מעניין לציין, שכמה מהמטפלים הקודמים של באשה חיוו דעתם על תוקפנותה המופנית כלפי עצמה. זה הוכח על-ידי התנהגות של הענשה עצמית, שהפכה אותה לאסירה בביתה שלה. בפנותה נגד עצמה, יכלה להימנע מלכעוס על אנשים החשובים לה, לרבות בעלה. היה לה צורך להיות מודעת לכעס הזה ולהביעו בצורה ישירה יותר. כשחושבים על-כך דומה, שמהמקום שבו היתה, לא היה אפשר לכעוס על בעל כה נפלא, כה מבין וכה קשוב לכל צרכיה. רק כשלמד אייב להיות אנוכי ולא מתחשב, והעז לחשוב גם על צרכי עצמו, יכלה באשה להרשות לעצמה לכעוס עליו ולהביע את כעסה. עד אז היא שלטה בחייהם על-ידי מחלתה. דומה שכל עוד מניחים ליחלשי לרדות בזולתו, הוא נשאר בחולשתו.

תגובה מאוחרת

מוניקה היתה אחות פסיכיאטרית, ותרפיה משפחתית כשיטת טיפול היתה קרובה ללבה. היא באה אלי עם ג'ון בעלה, ממנו נפרדה לפני שנים אחדות. בנם, בן חמש, גר איתה.

עד לפני זמן מה גר ג'ון בסידני, שם גרה משפחתו, אבל עכשיו החברה שבה עבד עמדה לשלוח אותו לאוסטרליה המערבית. לעומתו למוניקה, שהגיעה מאירופה, לא היו קרובי משפחה באוסטרליה. היא היתה בודדה למדי ולכן נודעה לעבודתה חשיבות רבה בחייה.

זמן מה ניסתה מוניקה להשפיע על ג'ון שיבוא לטיפול. לשווא. עכשיו, כשעמד לעקור לאוסטרליה המערבית, רצה ג'ון שבנו יבוא אליו בפגרות בית-הספר, ואילו מוניקה התנגדה לכך נמרצות. הטעם העיקרי לבואם היה לעזור להם למיין את חילוקי הדעות שלהם בנושא ביקורי הבן אצל אביו. מוניקה היתה בדעה שיהיה זה רע לילד מטעמים מעשיים ופסיכולוגיים אם יישלח כחבילה אל אביו בכל פגרת בית-ספר. ג'ון הסביר שייעשו סידורים מתאימים, ושאחד מעובדי החברה ילווה את הנער. הוא רצה בקשר קבוע עם בנו וסבור היה שאפילו שלושה חודשים הם פרק זמן ארוך בחיי ילד בן חמש. הוא עצמו לא היה יכול לבוא למלכודת אחת לשלושה חודשים.

מוניקה לא התרשמה מדבריו ובתוך זמן קצר החלה לבקר את התנהגותו כאב, ואחר-כך עברה לדבר כיצד פגע בה כל השנים. ג'ון אמר, שאת התנגדותה לביקורי הבן אצלו מנחה שאיפתה לפגוע בו ולא דאגתה לילד.

הזכרתי להם, כי באו לרון בהסדרים שעניינם עתידו של בנם, ולא כדי לעסוק ביחסיהם, או להטיח עלבונות והאשמות הדדיים.

אבל מוניקה חזרה במהירות לדבר על התנהגותו חסרת הרגש של ג'ון. כאבה שלט בה ועיניה דמעו. נבוכה היתה וכך גם אני, כי לא ידעתי מה היא רוצה.

בפגישה שהתקיימה כעבור שבועיים סיפר ג'ון, כי כלל לא רצה לבוא. הוא אמר שמוניקה נהגה חוסר יושר ורימתה אותו. בפעם שעברה

הם הגיעו אלי בהסכמה מפורשת לפתור את הבעיה הקשורה בכנס. מאז היא נקטה בצעדים להסדיר גירושם ופנתה אל בית-המשפט כדי להוציא צו האוסר עליו להיכנס לביתה.

בדמעות בעיניה אמרה מוניקה, שאחרי הפגישה האחרונה הוחזר לה שאין טעם בשיחות, שאיוולת היא לחשוב שאפשר לשפר את יחסיהם ושמוטב ששימו להם קץ אחת ולתמיד. כל אימת שהוא בא למלבוך שהה ג'ון בביתה. היא לא רצתה בכך עוד, ולכן פנתה אל בית-המשפט בבקשה לצו.

ג'ון אמר בכעס שהיא זו שתמיד הזמינה אותו לשהות בביתה. אחרת לא היה נשאר, כיוון שהוא יודע שזה ביתה וזכותה לארח את מי שהיא רוצה.

המשך הפגישה היה בגדר אסון. ג'ון, שנסער נוכח המפנה שחל במהלך האירועים, רצה עתה אך ורק להסדיר את ביקורי בנו. אבל מוניקה סירבה לדון בכך ורצתה אך ורק לדבר על ג'ון הבלתי-נסבל. הוא כעס מאוד והיא היתה שרויה בחרדה. מצאתי את עצמי באמצע חסר אונים לעזור ולו לאחד מהם.

כעבור שנה לערך הגיע אלי מכתב ארוך מאוד ממוניקה.

"חודשים רבים לאחר הפגישה המשכתי לחשוב על השאלות שחזרת ושאלת: 'מה אתם רוצים ממני? למה באתם אלי?' אני זוכרת שלמרות העקשנות שבה המשכתי לשאול, לא הייתי מסוגלת לענות לך וזה גרם לי אכזבה. ימים קשים היו, והצורך להתעמת עם ג'ון ולעמוד מול דרישותיו החריף את קשיי. בנסיבות שבהן נאלצתי לשהות בחדר אחד עם ג'ון, והיה עלי לדון בקור רוח ובהיגיון בהסדרים שעניינם בני — הובהר לי הכעס העצום שהיה לי עליו. סוף-סוף הבנתי, שתמיד טיפחתי תקוות-שווא, ושלאמיתו של דבר לא רציתי בו עוד. לאחר שחשבתי על-כך זמן כה רב, בשבועות האחרונים הבנתי מה באמת רציתי ממך: שתרשה לי לעזוב את ג'ון ולסיים את יחסי איתו. "מובן שלא ביקשתי ממך את זה, ומובן שאתה לא נתת לי את זה. בדרך לא מובנת כלשהי, בעקבות שיחתי הראשונה איתך, יכולתי להרשות לעצמי לעשות מה שרציתי, וזה היה חשוב מאוד.

“ברגע שנהניתי מהחופש שאיפשר לי לגמור עם ג'ון ולהרגיש בנוח על שעשיתי את זה, יכולתי להניח לבני לקיים קשר עם אביו והגעתי להסדר עם ג'ון לשביעות רצוננו ההדדית.”

מחשבות לא-רצויות

לן ואלמה התחילו לצאת כשהיו בני שש-עשרה, אך הוריהם התנגדו לקשר והם הפסיקו אותו. אלמה יצאה עם משהו אחר לזמן מה, ואחר-כך נישאה ללן והם בני עשרים. כיוון שהיו חסרי אמצעים, גרו בראשית חייהם המשותפים עם אמו של לן.

כעבור עשרים שנה היו להם בית יפהפה ושלושה ילדים שהלכו לבתי-ספר פרטיים טובים. לן עבד קשה מאוד — כשתים-עשרה שעות ביום, שישה ימים בשבוע. באופן כללי, הם היו מאושרים.

ארבע שנים לפני שבאו אלי לטיפול התחילה אלמה ללמוד: היא לקחה קורס חלקי במדעי הרוח ובחרה בפסיכולוגיה כמקצוע עיקרי. כיוון שהטרידו אותה היבטים אחדים בחייה וביחסיה עם לן, שוחחה עליהם עם אחד היועצים במגמה.

לן: אחרי זמן מה הוזמנתי לפגישות שלהם. אלמה נפתחה וסיפרה לי יותר על מחשבותיה ועל רצונותיה. משום מה, היא חשבה שהתנגדתי שהיא תלמד, אבל אמרתי לה שאני שבע רצון מכך. סידרנו את החיים בבית ואת כל הפעילויות של הילדים כך שיהיה לה קל יותר ללמוד.

התחלנו לשוחח בגילוי לב. סיפרתי לה שלפני זמן מה היה לי רומן ארעי עם אחת מהנערות העובדות אצלי. אלמה כעסה מאוד והיתה נסערת, אבל במשך הזמן השלימה עם העובדה, שגברים עושים דברים כאלה לפעמים. קצת לפני סוף הייעוץ התפתחה אצלי הבעיה ומאז, בשלוש השנים האחרונות, רודפת אותי המחשבה שלא אלמה היה רומן עם הבחור שאיתו יצאה לפני הנישואים שלנו. אני יודע שמה שהיה ביניהם היה תמים לחלוטין. ואפילו קיימה איתו

יחסים, אני חושב שהייתי משלים עם זה. אני אומר לעצמי שזה טיפשי; אני מנסה להפסיק לחשוב על אלמה ועל הבחור הזה יחד. לשווא. ככל שאני מנסה יותר, זה גרוע יותר. זו ממש צרה ואני בדיכאון מזה. אני יודע שזה גם מדאיג מאוד את אלמה.

היועץ הפנה אותי לפסיכותרפיסט, ואני הולך אליו בקביעות זה שנתיים. כתוצאה מכך, אני מכיר את עצמי הרבה יותר טוב ומבין את הבעיה שלי היטב. אני מבין שהדיכאון שלי, על אלמה והרומן שלה, עוזר לי, כיוון שכך אני מפחית מרגשי האשמה שלי על אי-נאמנותי. הפסיכותרפיה עזרה לי והעשירה אותי, אך גם גרמה לי כעס ואכזבה ואני עדיין בדיכאון. אני ער לסיבות הבעיה, ואני מבין אותה, ובכל זאת איני מסוגל לצאת מזה. היה ברור שלן מאמין שהבעיה היא שלו. בשעה שדיבר, הוסיפה אלמה מלים בודדות פה ושם כדי להבהיר את דבריו ולהרחיבם. אני: לן, בעצם אינך זקוק לעזרה נוספת כדי להבין את בעייתך; אתה רוצה עזרה כדי להיפטר ממנה?

לן: כן.
אני: תבין, בשלוש-ארבע השנים האחרונות, חיך נשלטים על-ידי מאבק מתמיד במחשבות הלא רצויות הללו. אתה נוהג בהן כבאויב. בה בעת אמרת לי, שהמחשבות האלה הביאו אותך לצמיחה ולהתפתחות. אחרי כמעט עשרים שנות עבודה, שישה ימים בשבוע, שתיים-עשרה שעות בכול יום, בהנחה שאתה עסוק תמיד עד מעל לראשך בענייני חולין, למעשה, המחשבות הלא-רצויות האלה הביאו אותך לחדש את הקשר עם חיך הפנימיים ויחסיך עם אנשים החשובים לך. לכן, אני מציע לך לא לחשוב על המחשבות הלא-רצויות האלה כעל אויבות, אלא כעל ידידות. כל אימת שהן עולות בדעתך, במקום להילחם בהן ולהרחיק אותן, קדם אותן בברכה, הקדש להן תשומת-לב וגלה בהן עניין. עד כה, צצו המחשבות האלה בזמנים ובמקומות שאינם נוחים לך.

מכאן ואילך, אני רוצה שאתה תבחר לך את העתים, פעמיים או שלוש ביום, זמן שבו אתה יכול לא לעשות דבר, אלא לחשוב ולדמיין כל היבט וכל פרט ביחסים האלה שהתקיימו לפני עשרים שנה. משתקדים להן זמן ואת מלוא תשומת הלב, קרוב לוודאי שתלמד אף יותר על עצמך. ואז, במקום שהמחשבות הלא-רצויות האלה תשלוטנה בך, אתה תשלוט בהן, ואתה תחליט מתי ואיפה לחשוב אותן. דבר נוסף, לך, ברשותך, הייתי רוצה לגייס את עזרתה של אלמה.

לך מהנהן בראשו.

אלמה, הייתי רוצה שאת תזכירי לך, פעמיים-שלוש ביום, שיועיד עתים למחשבותיו. אני גם רוצה שתהיי זמינה לך, ושתהיי מוכנה להקשיב לכל מה שהוא חושב ומתאר — אם ירצה לספר לך.

לך, הייתי רוצה שתחשוב לספר לאלמה את המחשבות שלך, אבל תספר לה רק אם באמת תרצה בכך. אפשר שתחשוב שהמחשבות האלה אישיות מכדי לשתף אותה בהן.

אלמה: אעשה את זה בשמחה, אבל לך יתנגד. הוא ירגיש שאני יורדת לחייו.

לך: לא. זה בסדר גמור. אני שמח שתעשי את זה.

אני: אתה בטוח, לך?

לך: כן.

אני: אלמה, את מרוצה מהאישור שקיבלת ממנו?

אלמה: לא. אבל אני מסכימה לנסות.

אני: לא, אני לא רוצה שתעשי את זה עד שתהיה ממש מרוצה

מכך שלך באמת שמח על-כך שאת תעשי את זה. תעשי

את זה רק כשתרגישי שלך מסכים לכך בכל לבו.

הצעתי התקבלה על דעת שניהם. הם בירכוני לשלום והלכו.

דיכאונו של לך עבר ללא שוב. את מחשבותיו הלא רצויות בחר

לחשוב בשעה שנהג לעבודתו ובדרכו חזרה לביתו. את התזכורות של

אלמה קיבל ברצון. הוא נאבק ברגשות המבוכה והבושה שלו, אבל סיפר לה מקצת מהזיותיו. המחשבות צצו גם במקומות ובזמנים לא קרואים, אך עלה בידו לקדם אותן בברכה. ואז, התקשה לגלות בהן עניין ובסופו של דבר, היה צריך להילחם בעצמו כדי לזמן אותן אליו.

• • •

כשנפגשתי עם לן ואלמה, לפני עשר או חמש-עשרה שנה, 'התערבות פרדוקסלית' היתה 'השיגעון האופנתי' בחוגי המטפלים המשפחתיים. גם אני הלכתי בעקבות צו האופנה. התרפיה הפרדוקסלית מציעה מגוון של מושגים וטכניקות, אך כדי לתארה בפשטות אומר, שהיא מבוססת על הרעיון, שעל המטפל להמליץ למטופליו להשלים עם הבעיה הגורמת להם סבל ושעליה הם רוצים להתגבר, ואף לטפח אותה. טעמים רבים הוצעו להצלחת הדרך הזאת, אך בעיקרו של דבר, כשמטופל מתאמץ להיפטר מהבעיה שלו, הוא מסתבך במעגל קסמים ונכשל. הכישלון מוליד מפח נפש, רוגז וחרדה מהחמרת הבעיה. משום כך, ההצעה להפסיק את המלחמה בבעיה, להשלים איתה ואף לקדם פניה בברכה, שמה קץ לדפוס זה ולסחרור הנובע ממנו.

הכל יודעים שכשמתאמצים יתר על המידה להירדם בלילה, לא מצליחים. אך אם מתרכזים במשהו אחר, כמו האזנה למוסיקה – נרדמים. בדומה לכך, כשממהרים לסיים דבר מה, לעתים קרובות מתעכבים, מתעצבנים ולא מצליחים לפעול במהירות. ההתמודדות הטובה ביותר היא לומר לעצמך לא להיחפז, וכך, בסופו של דבר תגיע מהר יותר למטרתך.

רוב המטפלים המשפחתיים סברו שלא רצוי לספר למטופל על הרעיון שביסוד התרפיה הפרדוקסלית, אך כיוון שתמיד דגלתי בשיתוף פעולה עם המטופלים שלי, נהגתי להסביר להם את הרעיון ולהציע להם להתנסות בו.

התערבות טיפולית מעין זאת אינה אופנתית עוד, ואף-על-פי-כן, עדיין נודע לה מקום, משום שהיא מבטאת חלק מהניסיון האנושי.

תמימת דעים היא עם מסורות רבות נוספות; כך למשל, על-פי הפילוסופיות המזרחיות בעייתו של אדם היא חלק מאישיותו ואין לעקור אותה. כדי להתמודד איתה חייב אדם לחוות אותה במלואה, להיות קשוב לה, להתרכז בה ולהרהר בה עמוקות. גם לפי מסורות דתיות מערביות חייב אדם להיות קשוב לכאבו ולחוות את סבלות העבר, כי אלה מקרבים אותו אל נשמתו.

לחץ

את גברת גולדמן הפנה אלי הרבי שלה. פעמים אחדות טילפנה אל המזכירה שלי כיוון שרצתה להיות סמוכה ובטוחה כי נתראה רק שנינו ושהסודיות תהיה מוחלטת. תחילה סירבה לומר את שמה, וביקשה שהחשבונות יישלחו לבתה, ולא לכתובתה.

מר גולדמן סבל מכיב קיבה ומלחץ דם גבוה. הוא עבד שעות ארוכות בעסק שלו, למרות שמבחינה כלכלית לא היה צורך בכך. רופאו ניסה לשכנע אותו לבקש עזרה פסיכיאטרית, אבל מר גולדמן סירב בתוקף, אמר שאינו משוגע, שהוא לא צריך עזרה, ושהוא לא מאמין "בכל השטויות האלה".

גברת גולדמן דאגה כדי כך שהלכה לדבר עם הרבי. הוא ניסה לשכנע אותה לבוא אלי, אך היא היססה, לא רק משום שהיא עצמה לא רצתה בכך, אלא משום שחששה שהדבר ייוודע לבעלה. אחרי הפצרות נוספות של הרבי החליטה, שביקור אחד לא יזיק. היא הדגישה באוזני, שהרבי אמר לה שאני אדע לומר לה מה לעשות. היא הסכימה לבוא רק מפני שזה מה שהרבי הבטיח. היא המשיכה לספר על בעלה ואמרה שהוא אדם מהיר חימה. הוא נהג להתפרץ בפתאומיות ולא אחת אף נהג בה אלימות. למרות שנאמר לו להתייחס לחיים בקלות, הוא לא ידע מנוח. תמיד האיץ ודחק בעצמו ומעולם לא נרגע. היא דאגה לו מאוד – שהכיב שלו יתפוצץ, שיאחז בו השבץ או שילקה בהתקף לב. תמיד ניסתה לשדל אותו להפסיק לעבוד, לנוח ולהירגע. אך הוא אמר לה שתפסיק להציק לו. וכה פחדה מחמת מזגו וכה דאגה לבריאותו, שכל זה התחיל להשפיע על בריאותה.

הרגשתי שאני במצב קשה. הועלתה בפני בעיה מורכבת ורבת שנים, ואפשר שתתנגד לשינוי. גברת גולדמן נתנה לי מידע בסיסי ותו לא, והיה ברור לי שהנסתר רב על הנגלה. היא טענה שהבעיה היא בעיקרה בעייתו של מר גולדמן, אך אני לא יכולתי לשמוע את גירסתו.

אילו הסכמתי ללוח הזמנים שלה (פגישה אחת או שתיים), קרוב לוודאי שהיתה מתאכזבת, אך ידעתי שהיא לא תבוא לפגישות נוספות. לא יכולתי לתאר לה את כל הקשיים האלה, כיוון שהיא לא היתה מוכנה לשנות את עמדתה, אך הרגשתי שעלי לעשות דבר מה. הרבי שלה שלח אותה ואני לא רציתי לערער על סמכותו, שכן ברור היה שהוא לא מקור נחמה.

הדרך היחידה שנותרה בפני להשפיע על מר גולדמן ועל מערכת היחסים שלהם היתה לנסות לשנות את התנהגותה של גברת גולדמן. מחשבה זו הדריכה אותי כשהחלטתי להעלות בפניה הצעות אחדות, שאם יתמזל מזלנו, אולי יהיה אפשר להפיק מהן תועלת. אם לא, אולי תרצה לפחות לבוא שנית, ואולי גם תהיה מוכנה להמשיך בשיחות.

שאלתי את גברת גולדמן מדוע נשארה במחיצת אדם שכזה יותר משלושים שנה. ברור וגלוי שלא היה לו זמן בשבילה ולא בשביל המשפחה, ומעט הזמן שהיה להם בצוותא לא גרם להם עונג רב.

הגברת גולדמן נדהמה משאלתי וענתה שאין בפיה תשובה. ביקשתי ממנה ללכת לביתה וראשית-כל לחשוב מדוע נישאה למר גולדמן, ומדוע נשארה איתו כל השנים הללו. אמרתי לה שאני מבין שאפשר שלא תרצה לעשות זאת, כי הדבר חרג ממה שציפתה ממני, דהיינו, שאומר לה מה לעשות, אך חשבתי שיתברר לה שמעניין לחשוב על-כך ואפשר שהחשיבה הזאת תועיל. אמרתי לה שבעיותיו של מר גולדמן עלולות היו להחמיר אלמלא נתן פורקן לכעסו ולמפח נפשו. למרבה מזלו, הוא מסוגל להביע את כעסו בגלוי. המלצתי לה לראות בעין יפה את ביטויי הכעס שלו ולא לדאוג. למען האמת, עודדתי אותה למצוא דרכים לעזור לו להביע את רגשותיו במלואם; להראות לו כמה היא מרוצה מכך שהוא מבטא רגשות שאצר בחובו, ועליה לחשוב בלבה שזה דבר טוב מאוד. אמרתי לה, כי למרות שלא פגשתי את בעלה, והיכרותי איתה קצרה מאוד, מוטב שתנסה את הדרך הזאת במשך שבוע או שבועיים ואחר-כך תספר לי איך זה היה.

כשחזרה הגברת גולדמן כעבור שבועיים, דומה היה שלבה טוב עליה.

"אתה יודע, זה עשרים שנה בערך אני חיה בדאגה לבעלי," אמרה. "כשדואגים ודואגים, שוכחים את הדברים החשובים. אני אוהבת את בעלי. תמיד היה אחראי מאוד ודאג לכל הצרכים שלי ושל הילדים. תמיד הניעו אותו רגשות חזקים; הוא צוחק ובוכה ומתרגז, ואני חושבת שזה מה שמשך אותי אליו.

"השבועיים האחרונים היו טובים יותר. תחושתי כלפיו היתה שונה — הוא באמת איש טוב. כשהוא התרגז, במקום לדאוג ולומר לו לא להתרגז, ולהזכיר לו שזה רע מאוד לכיב הקיבה וללחץ הדם שלו, רק שאלתי אותו למה הוא כועס כל-כך. הוא קצת הופתע, אבל אני המשכתי כך ואז הוא התחיל לספר לי על כל הדאגות שלו. הלקוחות שלו לא משלמים, הבנק לוחץ עליו, העובדים שלו מאחרים לעבודה ומספרים לו תירוצים טיפשיים. משהחל לדבר לא יכולתי להפסיק אותו. הוא דיבר ודיבר. אחרי זמן מה אמרתי לו: 'אולי נלך קצת לטייל ותוכל לספר לי עוד.' בשבועיים האחרונים הלכנו המון ברגל."

• • •

לפעמים חיי הנישואים עולים על שרטון ובני הזוג נקלעים לצרות, כשאחד מהם מנסה לשנות את רעהו. לעתים קרובות, ככל שהוא או היא להוטים יותר לשנות את בן זוגם, הבעיה מחמירה ומשתרשת. אולי זאת היתה המצוקה שאליה נקלעו בני הזוג גולדמן. אך כשגברת גולדמן השתנתה, חל מהפך. תחילה היא ביקשה טיפול והביעה את דאגותיה וכעסיה על בעלה. אחר-כך התחוויר לה שלבה רוחש רגשות חיוביים על בעלה והיא הכירה בהם במלואם. והחשוב מכל, אולי בראשונה בחייה ראתה את ביטויי הכעס שלו באור חדש ומתוך אהדה. דרך הראייה החדשה הזאת, הרגשות החדשים והשינוי הפנימי שחל בה — גרמו לשינוי כלפי בעלה.

פרשה לא צודקת

אהרון וג'ודית באו אלי לאחר שג'ודית ניסתה לשים קץ לחייה. עובדת הניקיון מצאה אותה מטושטשת, ולידה בקבוק טבליות ריק. היא הזמינה אמבולנס, אך ג'ודית, למרות היותה מעולפת למחצה וספק בהכרה, סירבה לשכב באלונקה לפני שהחליפה את בגדיה התחתונים. אהרון היה בעלה השני של ג'ודית. לפני שבע שנים, כשבתה היתה בת שלוש-עשרה, נטש אותה בעלה הקודם למען אשה צעירה הרבה יותר. הוא לא היה נאמן, עגב על נשים אחרות והיה 'מפרנס עלוב'; כילוייו היו כל מעייניו. אחרי שעזב אותה, ג'ודית גמרה אומר לא לחזור על טעותה. היא נישאה לאהרון, אלמן המבוגר ממנה בשנים רבות, ולו ילדים בוגרים.

אהרון היה יועץ בכיר בחברה גדולה. הוא חסך את כספו והשקיע אותו בתבונה, ועכשיו, הכל הצטבר בקרן נאמנות משפחתית שמפירותיה נהנו ילדיו. הוא אהב לשחק שחמט עם חבריו הוותיקים, להקשיב למוסיקה, ומדי פעם לבקר בתיאטרון.

ג'ודית היתה מאוכזבת וממורמרת; היא חשבה שחייה עם אהרון משעממים, שהוא לא מתעניין בה ולא מעוניין לעשות דברים בצוותא. אהרון אמר בהיסוס, שאולי הוא לא היה כמו בעלה הקודם ולכן היא מאוכזבת. דבריו הגבירו את כעסה. היא אמרה שאין זה כך ושדבריו הם ראייה לחוסר ההבנה שלו.

ג'ודית גם התלוננה על-כך שלמרות שאהרון סיפק את כל מחסורם בחיי היומיום, הוא לא הבטיח כלכלית אותה ואת בתה לעתיד לבוא. הוא טען, שאין ביכולתו לשנות הסדרים כספיים משכבר.

אלה היו בעיותיהם העיקריות, ואחרי פגישות אחדות עדיין שררה בשיחות הרגשת חוסר תועלת. את הפגישות אפיינו התקפות של ג'ודית, ותגובותיו של אהרון בשפה רפה, שהיו מקור לתחושת מפח נפש ומרירות.

במהלך התרסותיה ג'ודית חזרה ואמרה: "זה חסר תועלת. אהרון לא מבין. אולי כדאי שתיפגש איתי ביחידות." תחילה לא הקשבתי לה.

אך ככל שגברה אכזבתי נוכח המכוי הסתום שאליו נקלענו, התחלתי להרהר ברעיון, ועדיין ביטלתי אותו מכמה טעמים. בעבודתי המעשית והעיונית, לא היה זה ממנהגי שלא לפגוש בצוותא את כל המעורבים בטיפול. סבור הייתי, כי לבעיותיהם תיתכן משמעות רק אגב בחינת זיקתן ההדדית, ולכן מפגש עם אחד מהם בלבד לא נראה לי הולם. אך מעל לכל חשבתי שמא קבלת הרעיון של ג'ודית יחזק אותה בדעתה שאהרון כלל לא יכול להבין אותה, והיא תסמוך עלי כממלא צורך זה אצלה.

למרות התנגדותי, התעקשה ג'ודית כי ניפגש בארבע עיניים. מונע על-ידי חוסר ההתקדמות ושואל את עצמי אם יש דברים שנסתרו מעיני, החלטתי לגולל בפניה את חששותי ואת הסתייגויותי מבקשתה. אמרתי לה שאני חושש שמא הקרע ביניהם יתרחב, ושהם יפרשו את הסכמתי כאילו אני תומך בדעתה שאהרון לא יכול להבין אותה. אבל אהרון אמר שלא אכפת לו, זה לא יפריע, הוא לא ירגיש שאני מצדד במישהו — אחרי ככלות הכול המצב לא היה יכול להיות גרוע יותר, אז מדוע לא לנסות איזושהי דרך שונה?

וכך, נוכח בקשותיה החוזרות של ג'ודית ובעידודו של אהרון, הרגשתי בטוח די לשוחח איתה ביחידות.

אחרי כמה הערות מקדימות סיפרה לי ג'ודית את הסוד שכמסה בלבה שנים רבות. היא שמרה אמונים לשני בעליה, חוץ מפעם אחת, לפני עשרים ואחת שנה, כשהיתה לה פרשת אהבים קצרה בעת חופשה. היא התעברה וילדה את בתה. הסוד הזה הפך לנטל נורא; היא סבלה מרגשי אשמה וחששה שהדבר ייוודע בדרך כלשהי. יותר מזה, היא חשה בעול הנעוץ בכך שבעלה הקודם, שהולל היה ובסופו של דבר זנח אותה למען אשה צעירה ממנה, חי לו חופשי כציפור דור, ואילו עליה לשלם מחיר כה כבד על הרפתקת אהבים קצרצרה שהעונג הכרוך בה היה מפוקפק למדי. אכולת קנאה היתה על סגנון חייו החופשי מדאגות, והיא רתחה מכעס על חוסר הצדק שבכך. ומה שגרוע מזה, הוא לא גילה אחריות כלפי בתם, למרות שיחסיו איתה היו טובים מאוד והם נהנו בצוותא. ואילו היא, שתמיד כרעה תחת נטל האחריות לגידול הילדה, חשה כעס כלפיה וחיכוכים העכירו את יחסיהן, דבר

שהשפיע לרעה על יחסיה עם אהרון. גם כשדיברה בכעס על בעלה לשעבר, הרגישה שאינה הוגנת איתו, כיוון שתמיד רימתה אותו בעניין הבת 'שלי'.

כשתקפה את אהרון, חשה שלאמיתו של דבר היא כלל אינה צודקת, כי לאהרון לא היה כל קשר לרבות מבעיותיה, אך היא לא משלה ברוחה. בדומה לכך, כירסמה בה הרגשת אשמה כלפי, כיוון שלא נתנה לי את כל המידע הנדרש כדי שאוכל לעזור להם בפתרון הבעיות. ג'ודית התייסרה בקשר לסודה, אך לא היתה מסוגלת לגלותו לאיש. עכשיו, משדיברה עליו והביעה את כעסה ואת רגשות האשמה שלה, רוחח לה. היא הבינה כיצד הסוד והרגשות הנלווים אליו השפיעו עליה. אחרי זמן מה אמרה: "עכשיו, במקום שהסוד ישלוט בי, אני שולטת בו." היא נעשתה הוגנת יותר כלפי אהרון והחלה לגלות כלפיו אותות חיבה. היא הופתעה לטובה מתגובתו. רוח נעורים החלה לפעם בו, והוא הפגין כלפיה וכלפי בתה הרבה מאוד חמימות ונדיבות. היא הבינה שהכעס וההתמרמרות שהצטברו בלבה על בתה היו משוללי יסוד. בהדרגה חשו נינוחות זו במחיצת זו ויחסיהן השתפרו.

• • •

את המשפחה הזאת ראיתי לפני חמש-עשרה שנה לערך, ואת הסיפור כתבתי לפני עשר שנים. היום לא הייתי מהסס להיפגש עם ג'ודית ביחידות. כיום אני מצדד בהשקפה, שכשבני זוג באים אלי יש להם בעיות משותפות ונפרדות. הם שצריכים להחליט מה נוגע לשניהם ועל מה יש לעבוד בנפרד. אחד מתפקידי המטפל הוא להחליט מה שייך לפרט, ומה למערכת היחסים. מאוחר יותר, תפקידו הוא לעבד את יחסי הגומלין של המטופלים ולשפרם. כיום נוח לי יותר לשוחח לעתים עם כל בן זוג בנפרד, כיוון שעכשיו אני ער יותר למידת אי-שוויון הכוחות במערכות יחסים, כפי שהיה במקרה של ג'ודית. בנישואיה הראשונים, ג'ודית הרגישה חלשה הרבה יותר מבעלה כיוון שראתה עצמה אחראית לבתה, ונשאה לבדה בעול גידול הילדה, ועול זה של אחריות עמד ביסוד אי-השוויון שביניהם. את

נטל האחריות הזה הביאה איתה לנישואיה השניים, והוסיפה עליו את הרגשת אי־השוויון הכלכלי.

אין ספק שהסוד כרסם בה והשפיע על יחסיה עם משפחתה. הוא הפחית את יכולתה לאסרטיביות, והגביר את כעסה על בעלה הראשון, כעס שחלקו הופנה כלפי אהרון. אי־השוויון חיזק את נטייתה לשמור על סודה, ובכך עוד החמירה את תחושת החולשה שהיתה טבועה בה.

בשיחותינו בחנתי את האפשרות כי תגלה סודה לאהרון, אבל גם, ובעיקר, לבתה. ניסיתי לשכנע אותה לשקול את הרעיון שהן יכולות לצאת נשכרות מהידע הזה בכך שחוויה שעד כה לא היתה מובנת להן, אולי סוף־סוף תהיה בעלת משמעות. ואולי, אם הם יבינו אותה טוב יותר – ישלימו איתה. אבל גיודית חשבה אחרת.

במרוצת השנים חזרתי ושאלתי את עצמי מה דורשת, במקרה כזה, האחריות הטיפולית, גם מההיבט המקצועי וגם מההיבט המוסרי. האם כיוון ששמרתי את הסוד, נכשלתי באחריותי לבתה ולאהרון? מצד אחר, האם הייתי זכאי לגלות את סודה? ואולי אני שואל שאלה יומרניות ואפילו טיפשיות, מפני שהבחירה היתה שלה, אך ורק שלה? ועם כל זה, לא אחת שכשמטופלים מגלים לראשונה סוד שמעולם לא שיתפו בו איש, לרבות הקרובים והיקרים להם ביותר, בסופו של דבר, הגילוי הזה דוחף אותם לספר גם למי שמושפעים ממנו במישרין.

עוצמה

זמן מה אחרי שהתקבל שינוי בחוק המאפשר לילדים מאומצים להשיג מידע על הוריהם הביולוגיים, אשה ושמה ג'ולי גשאם באה לראיון אצלי.

היא היתה מוטרדת מאוד מהחוק החדש. בשנות העשרה שלה, לפני עשרים וחמש שנה, היא מסרה לאימץ את בתה התינוקת ועכשיו חששה שמא בתה תיצור איתה קשר, או שפשוט תופיע יום אחד. מאז

מסרה את בתה לאימוץ, חלמה בהקיץ על בתה והשתוקקה לפגוש אותה, אבל המחשבה שבתה תופיע לפתע היתה דבר שונה. היא חששה שהדבר יהיה כרוך בהחייאת נושאים כאובים נוספים. אולי תיאלץ לחדש את הקשר עם אביה הביולוגי של בתה. הוא אפילו לא ידע על הריונה ועל-כך שילדה את בתו.

ברכות הימים היא נישאה והקימה משפחה. על האימוץ סיפרה לבעלה לפני שנישאה לו, וקיוותה שתוכל לשוחח איתו על-כך ולהסביר את הכאב ואת הייסורים שעברו עליה אז. אבל הוא רק רשם את העובדה בזכרונו, ומעולם לא רצה לחזור ולדבר על זה, כך שלא ידעה מה הרגיש. עכשיו הודאה כיצד יגיב אם תופיע בתה, לא היתה בטוחה אם לספר לילדיה, והטרידה אותה השאלה כיצד יגיבו.

שוחחנו על-כך ועל נושאים אחרים בחייה, והשיחה התרכזה בעיקר בבעלה וביחסים ביניהם, שלא השביעו רצון. מפח נפשה נבע מאי-יכולתה לשוחח איתו ברצינות על קשיים כלשהם, לרבות בעיה זו. היא הרגישה בעוצמה רבה, שאם בתה אכן תופיע, ההחלטה מה לעשות תטביע חותמה על הילדים, וכל ניסיונותיה לדבר על-כך עם בעלה עלו בתוהו. במהלך השיחה היא שאלה אם אסכים לראותם יחד, אם תצליח לשכנע אותו לבוא. היא סיפרה לי שבעלה השתתף בקבוצות מפגש אחדות, וגם עבר תרפיה ראשונית, וכי חשב שלהבעת רגשות נודעת חשיבות גדולה.

נפגשנו והתוודענו זה לזה בחדר ההמתנה, ועלינו במדרגות אל חדרי. לפני שהיה סיפק בידי לפתוח בשיחה, הוא אחז בזרועות הכיסא שעליו ישב, מתח את שריריו, התנשם והתחיל לצרוח: "נשים מזוינות, נשים מזוינות, נשים מזוינות..."

לשווא ניסיתי פעמים אחדות להפנות את תשומת לבו לנושא שעל הפרק. זה היה כאילו בחר במסלול שעליו היה אמון היטב. אשר לי, ניסיתי להוציא מתוך מעז ותיאיתי בפניהם את התנהגותו כדרכו הייחודית להבעה עצמית.

הפגישה התקרבה לסיומה. ציינתי בפניו שזה הזמן להפסיק. הוא התעלם מדבריי. רשמתי את מועד הפגישה בשבוע הבא, ומסרתי את הפתק לג'ולי.

קמתי ממקומי ואמרתי: "אראה אתכם בשבוע הבא, אלא אם אשמע מכם על שינוי כלשהו." כשיצאתי מהחדר וגילוי קמה ממקומה, מיד הפסיק לצרוח והם הלכו לדרכם.

בפגישה שלאחר מכן החל מר גשם לצרוח ברגע שישב, כמו בפעם הקודמת. כיוון שלמדתי שכל ניסיון להפריע את מנהגו לא יצלח, ישבתי בשקט ותהיתי אם כך זה יימשך עד תום הפגישה, ואם גילוי תמשיך לשבת בשקט אפילו לא אעשה מאומה. וכך היה. הוא המשיך לצרוח 'נשים מזוינות' עד תום הפגישה.

אחרי שיצאו, התאמצתי להבין מה קרה ואיך להגיב, ואז נכנס עמיתי לחדרי ואמר: "תראה, אני לא רוצה להתערב, אבל אני לא יכול לעבוד ברעש כזה. מעולם לא שמעתי משהו דומה לזה." דבריו שיכנעו אותי שעלי להתמודד עם זה ברמה פשוטה ובסיסית הרבה יותר.

בפגישה הבאה, מיד כשנכנס מר גשם לחדרי, אמרתי: "לפני שאתה יושב אני חייב להגיד לך את זה. אני חייב לבקש ממך להנמיך את עוצמת התקשורת שלך."

לפני שהיה סיפק בידי להמשיך, הוא אמר: "למה זה?" בנימת הפתעה בקולו.

"יש הרבה סיבות," אמרתי, "אבל בעיקר מפני שעוד אנשים עובדים כאן וזה מפריע להם מאוד. הם ביקשו ממני להבטיח שלא יפריעו להם."

נדהם במקצת הוא שאל: "איזה מין אנשים עובדים כאן?"
 "אנשים שאוהבים לשמוע מה שהמטופלים שלהם אומרים," עניתי,
 "והם אוהבים שישמעו אותם כשהם מדברים."
 "אתה מסכים עם זה?" הוא שאל בביטול.
 "כן, במקרה אני מסכים איתם."

"אני חייב לחשוב מה פירוש כל הדבר הזה," הוא אמר.
 את שארית הפגישה עשינו בשיחה אקראית לכאורה. הנושא המשמעותי היחיד שעלה בה היה הבז שרחש לאנשים משמעותיים בחייו, משום שהם מעולם לא התנגדו לדרך התנהגותו ולא הגבילו אותו במעשיו החריגים, והוא חשב שהם אנשים חלשים.

לקראת סיומה של אותה פגישה, שאלתי את בני הזוג אם ברצונם להמשיך לבוא. מר גשם השיב שעליו לחשוב על זה, וזו היתה הפעם האחרונה שראיתי אותם.

• • •

התהליך הטיפולי דורש הסכמה כלשהי בין המטפל לבין לקוחותיו על מטרות הטיפול ועל השיטות שיביאו למימוש המטרות האלה. אני נוהג לשוחח על עניינים אלה, ואני מוכן לגלות גמישות כלפי המטופלים במהלך העבודה, אבל מהר מאוד התברר שמר גשם לא יכול או שלא רצה לקיים שיחה, וגם לא היה מוכן לגלות גמישות לגבי שיטות העבודה הטיפולית. הוא לא השאיר מרחב המאפשר הידברות, והוא כפה עלי דרך התנהגות שלא יכולתי להסכים לה, אפילו הייתי מוכן להתעלם מכל האנשים האחרים שעבדו בבניין. גיולי גשם ביקשה עזרה כיוון שלא הצליחה לתקשר עם בעלה. אף אני נכשלתי בזה, ולא עלה בידי ליצור שום תקשורת נאותה איתו, וקרוב לוודאי שגם לא תרמתי במאום לשיפור התקשורת ביניהם.

ואף-על-פי-כן, לעתים לתהליך הטיפולי דרכים הפכפכות ומסתוריות משלו. אפשר שלאחר שגיולי השלימה בלבה עם מה שאירע באותן שיחות, ואחרי שהרהרה בדבר, ראתה בי מומחה שהתכוון אך לטוב ורצה לעזור לה על-ידי הטיפול, ולמרות שהיה לו כל המידע הנדרש על בעלה ועל נישואיה, וחרף כל מאמציו, הישגיו לא היו גדולים, וקרוב לוודאי שהיו פחותים מהישגיה שלה. ייתכן שההתנסות הזאת עזרה לה לשנות את דעתה על הסיכוי לשנות את בעלה, ולפיכך ויתרה על מה שקרוב לוודאי היו תקוות שווא. אפשר שגם עלה בידה להפחית את רגשי האשם שלה ואת מידת האחריות שלקחה על עצמה על כישלון התקשורת בחיי הנישואים שלהם. מצד אחר, לא פחות מתקבל על הדעת, שאולי, בעקבות כישלון הטיפול, כל תקוותיה של גיולי נכזבו, והיא הרגישה מבודדת ומובסת יותר מכפי שהרגישה לפני שבאה אלי. והאפשרות הגרועה יותר: שהמפגש ביני לבין מר גשם רק הגביר את הבוז שרחש לאשתו.

במובנים מסוימים הייתי מרוצה מכך שהם לא חזרו אלי. חשבתי לעצמי ברוך שפטרנו! אבל לא הרגשתי בנוח עם המחשבה הזאת. מה יכולתי לעשות כדי לעזור להם?

אובדן רגשות

טרייסי התלוננה על אובדן רגשות. היא היתה בטיפול אצל פסיכיאטר במשך שנים-עשר חודשים. במשך השנה הזאת, אושפזה, קיבלה טיפול תרופתי נגד דיכאון וטיפול בהלם. עכשיו המליץ הפסיכיאטר שטרייסי ובעלה פרד יבואו אלי לצורך הערכה.

טרייסי פתחה ואמרה: "הפסיכיאטר הציע שנבוא. אני לא מבינה בדיוק למה שנינו כאן. אני היחידה שיש לה בעיה. אצל פרד הכל בסדר גמור. הבעיה היא, שאני לא מרגישה שיש לי רגשות. אין אצלי שינויים במצב הרוח. זה שלושה חודשים וחצי לא חשתי התרגשות, אושר, שמחה, דאגה או אכפתיות. שום רגש. אני יודעת שאני אוהבת את פרד, אבל איני מרגישה רגשות אמיתיים של אהבה. זה מתקבל על הדעת? אני קרירה מבחינה מינית כבר ארבעה חודשים ואין שיפור — כלום. לפני-כן היה לנו ממש טוב, אבל בהדרגה נעשיתי צוננת. אחרי ביקור אצל דודי ודודתי אמרתי לעצמי: זה מוזר; לא הרגשתי שום התרגשות כשהיית איתם. ילדיהם באו לראות אותי ולא התעורר בי שום רגש כלפיהם; כאילו הצגתי — לבשתי חזות חנינית.

"פרד ואני נשואים ארבע-עשרה שנים, אבל אין לנו ילדים. היו לי ארבע הפלות ומעולם לא התמזל מזלי לסיים הריון. אנחנו רוצים מאוד ילדים ועדיין לא ויתרנו על כך. אם אמשך להיות פריגידיית, איני חושבת שאצליח להרות."

היא המשיכה לדבר כשעיניה דומעות. "זה זמן רב שנפסק אצלי המחזור. ארבע פעמים טופלתי בהלם חשמלי, ואחרי אחת מהן היתה לי וסת, אבל זה לא חזר. כיוון שעכשיו איני חווה רגשות, איני מודאגת מכך שאיני מצליחה להרות."

אני: בעצם, "לא להרגיש" הוא יתרון לעומת הבעיה שאינך יכולה להביא ילדים לעולם?

טרייסי: כן, זה נכון.
אני: אולי כך נמנע ממך מקצת הכאב. היו לך אכזבות נוספות?
טרייסי: לא, לא הייתי אומרת.
פרד: איבדת את אמך ואת אביך.
טרייסי: כן. זו לא היתה אכזבה, זה היה מהפך בחיי. אבי מת לפני אחת-עשרה שנים, ואמי — לפני עשר שנים.
אני: איך הרגשת?
טרייסי: הרגשה לא מציאותית לגמרי. מעולם לא השלמתי עם זה. אולי עם זה שאבי מת, אבל מעולם לא השלמתי עם מות אמי, עד שאיבדתי את היכולת להרגיש. עד אז, לא עבר יום אחד, שלא דיברתי עליה בלי הרף עם כל החברים שלי. חייתי מחדש את השעות שהייתי איתה שוב ושוב. פעמים רבות הייתי נסערת רק מכך שדיברתי עליה, אבל זה עבר לי. זה כאב לי מאוד; לא יכולתי להתמודד עם זה.
אני: אז עכשיו את יכולה לדבר עליה בצורה עניינית?
טרייסי: כן, אבל אני לא חושבת על זה, ואני גם לא רוצה לדבר על זה יותר.
אני: אז על מה את חושבת עכשיו?
טרייסי: אני רק חושבת למה זה קרה לי. למה פרד, שהיה בעל כזה טוב, צריך לעבור את זה? ואז אני חושבת כמה טוב היה לי קודם. אני חושבת שהבעיה שלי חמורה מאוד, כי בשבילי, רגשות הם החיים. אני רוצה להרגיש מאושרת, להתרגש, להשתוקק. אני רוצה לא רק לדעת שאני אוהבת את פרד, אלא גם להרגיש את הרגשות האמיתיים של אהבה.
אני: האם זה השפיע עליך בדרכים נוספות?
טרייסי: כן. קודם הייתי מטורפת על ניקיון הבית. נהגתי לשטוף את הקירות כל חודשיים, וכל פעם שניקיתי, הוצאתי את הכל מהארונות וניקיתי אותם. עכשיו, זה לא אכפת לי. אני לא רוצה ללכת לשום מקום, ואני לא רוצה לעשות כלום.

- אני: (אל פרד) איך אתה מבין את זה?
פרד: קשה להסביר. אני לא מבין את זה.
טרייסי: (מתפרצת) כיוון שלפרד יש רגשות, קשה לו להבין על מה אני מדברת כשאני אומרת לו שאין לי רגשות.
אני: אז איך אתה הרגשת עם זה, פרד?
פרד: כמו להיות בכלא. עכשיו אני עובד מהשכם בבוקר ועד השעות הקטנות של הלילה. שישה, ולפעמים שבעה ימים בשבוע.
אני: למה אתה עובד כל-כך הרבה?
פרד: חג המולד מתקרב ואני קצב.
אני: אתה עובד כל-כך קשה כיוון שאתה מוכרח, או מפני שאתה רוצה להסיח את דעתך?
פרד: להסיח את דעתי במקצת.
אני: כשאינך מסיח את דעתך, איך זה משפיע עליך?
פרד: אני מרגיש אלים. וגם, כשאני לבד בבית, אני בודד ואומלל מאוד. לפני שזה קרה, היו לנו חיים טובים יחד. הכל היה בסדר.
אני: יש, לדעתך, עוד משהו שאתה יכול לספר לי, שיעזור לי להבין את הבעיה טוב יותר?
פרד: אולי דבר אחד. לטרייסי היה רומן. אני לא יודע אם זה יעזור לך.
אחרי שהאצתי בו לספר לי על-כך ואחרי ששאלתי הרבה שאלות, פרד הסכים להמשיך לדבר על זה.
פרד: זה היה בשנה שעברה. אני חושב שהיא היתה איתו בשלוש הזדמנויות. הוא היה חבר שלי. רק אחרי שאושפזה, נודע לי על-כך לראשונה. כשזה נודע לי, הזדעזעתי, וכל פעם שאני חושב על זה אני מאבד את שלוותי. כשאני חושב על זה, איני בוטח בעצמי. על כל פנים, לה לא הייתי עושה כלום, אבל אני רותח עליו. האמנתי בו. אני נותן אמון באנשים.
טרייסי: (מתפרצת) הוא פשוט לא מדבר על זה בכלל. קודם הוא לא הפסיק לדבר על זה.

אני: (אל טרייסי) את מוכנה לספר לי את הגירסה שלך למה שקרה?

טרייסי: נפגשנו במכונית שלו שלוש פעמים. אחר-כך הבנתי שאני לא רוצה שום חלק בזה. לכן אמרתי לו, את פרד אני אוהבת ואת פרד אני רוצה. אני לא יודעת למה עשיתי את זה בכלל. פרד נהג להישען עלי, ומאז ומתמיד היה לנו קושי בתקשורת, אבל הסתגלתי לכך פחות או יותר. עכשיו רק לי יש קשיי תקשורת. אתה יודע, זה כאילו אני מוצאת על מה לדבר. היפוכם של דברים היה עם הבחור ההוא. יכולתי להישען עליו, והתקשורת בינינו היתה טובה. עם פרד, התרגלתי ליטול אחריות על הכל, להתמודד עם הכל ולהחליט את כל ההחלטות. הרגשתי שעלינו להיות שותפים בכל — בדמי ביטוח, בחשבונות, בכול. פרד רק שתק. אז עוד הייתי ההפך ממנו — תוססת וערנית.

טרייסי הוסיפה פרטים על פרשת האהבים שלה. אחר-כך שאלתי אותם על משפחותיהם, אבל בתשובותיהם לא היה דבר שנראה לי שייך לבעיה של טרייסי. כיוון שהגיעה השעה לסיים, אמרתי: "אני חושב שאפשר לעזור לטרייסי להחזיר לעצמה את הרגשות שלה, אבל ייתכן שיהיו לכך גם תוצאות שלא יהיו לרווחכם. הייתי רוצה שתחשבו לפני שתחליטו אם זה מה שאתם רוצים."

טרייסי: אני יודעת שאני רוצה להחזיר לעצמי את הרגשות שלי, כי להרגיש פירושו לחיות.

פרד: מה שטרייסי רוצה מקובל גם עלי.

אני: תחשבו על מה שאמרתי, ותשוחחו על-כך עם הפסיכיאטר שלכם. אני אשלח לו דיווח על שיחתנו, ואז תחליטו אם אתם רוצים לחזור אלי, או שאתם מעדיפים להמשיך איתו.

• • •

הנה חלק ממכתבי אל הפסיכיאטר:

'אובדן הרגשות' של טרייסי ממלא אולי מספר תפקידים המועילים לה, לפרד וליחסייהם. פרשת האהבים נקשרה אצל שניהם בכאב עז מנשוא, ואיימה על תפיסתם האידאלית את חיי הנישואים. עכשיו לראשונה, עשר שנים מאז מות אמה, אובדן הרגשות הקנה לטרייסי שקט נפשי. עד אז רדף אותה מות אמה. אובדן הרגשות גם סילק את הכאב ואת האכזבה הקשה של שניהם על שהם חשוכי ילדים. זה גם נטל ממנה את הצורך הכפייתי להיות 'חולת ניקיון'. אובדן הרגשות של טרייסי, לא זו בלבד שהוא שומר כיום על הסטטוס-קוו ששרר קודם בחיי הנישואים שלהם, אלא גם היו עמו שינויים אחדים. טרייסי אמרה שבעבר פרד סמך עליה בכל, לא נטל אחריות ולא החליט החלטות. עכשיו, כשהיא לא בקו הבריאות, הוא מטפל בה ונוטל אחריות. אשר לפרד, לא הוגן יהיה מצדו לכעוס עליה, כך שמצבה עזר לו להפסיק לחשוב על הרומן שלה. באורח פרדוקסלי, במהלך השיחה שלנו על אובדן הרגשות אצלה, גם טרייסי וגם פרד, גם אם בשלבים שונים, הראו בבירור את הרגשות העמוקים והחזקים שלהם לגבי נושא זה. לסיכום, לסימפטום יש ערך חשוב מאוד גם מבחינה אישית וגם מבחינת היחסים ביניהם, וחייבים להתחשב בכך בכל ניסיון לעזור לטרייסי. כעבור שבועיים קיבלתי מכתב מהפסיכיאטר ובו הודה לי על עזרתי והודיע לי שהחליט להמשיך לטפל בטרייסי. אפשר ששגיתי בכך שלא שלחתי העתק ממכתבי אל טרייסי ופרד.

יושר

בעת עבודתי בישראל, התקשרה אלי עופרה, ידידה פסיכיאטרית, וסיפרה לי על אחד המטופלים שלה, קצין בגייסות השריון, מייק שמו. במלחמת יום הכיפורים מצא עצמו מייק תקוע בצד המצרי של תעלת סואץ, מוקף טנקים שהושמדו בזה אחר זה. כשראה את הטנקים השרופים ואת חבריו ההרוגים, לא נראה לו שיישאר חי. הוא המתין

למותו ומסכת חייו נגלתה לעיניו, אך באורח פלא ניצל. אחרי המלחמה, הגיע אל עופרה לטיפול בשל החוויה הטראומטית שחוהה.

בשנתיים הראשונות לטיפול, עופרה שמעה ממנו בעיקר על עצמו, אך ככל שגברה התעניינותה בטיפול משפחתי, היא שמה לב יותר למה שמייק סיפר לה על עדנה, אשתו, וכיצד 'טיפסה על הקירות'. עופרה הודאה ממצבה של עדנה ושאלה בעצתי.

הצעתי לעופרה להתראות עם שני בני הזוג יחד, רעיון שהציב בפניה קשיים מסוימים נוכח הכשרתה המקצועית. אחרי שלושה או ארבעה שבועות של לבטים, ביקשה ממני להיפגש עם בני הזוג, והוסיפה, כי לדעתה טיפול משפחתי הוא מניפולטיבי.

עדנה, עובדת סוציאלית חביבה, היתה אשה חמה, ידידותית ואוהבת. מייק, יועץ ניהול מצליח, גילה התעניינות חובקת-כול, ממכניות ומוסיקה, ועד לפילוסופיה האקזיסטנציאלית, אך תמיד חשש שהוא מחמיץ דברים. כך, למשל, יום יפה אחד, בשעה שנהג במכוניתו מחוץ לעיר, התנגן ברדיו הקונצ'רטו לכינור של בטהובן, אחד הקטעים האהובים עליו ביותר. המוסיקה, מזג האוויר, הנוף ומצב רוחו התמזגו בהרמוניה מופלאה. ואז חשב: "ואולי יש משהו טוב יותר בתחנה אחרת?" והוא התחיל ללחוץ על הכפתורים, אבל אז רצה לדעת, איך ינוגן הפרק הבא של הקונצ'רטו. בסופו של דבר בילה את שארית הדרך בלחיצה על כפתורים.

תלונתה העיקרית של עדנה היתה שמייק משולל רגש ואינו מגלה כלפיה חיבה ורוך. מייק אמר: "היא לא הגיונית — לעתים קרובות היא חושבת בחוסר היגיון. תלונותיה מוגזמות."

"אתה מתכוון לומר שהיא מנרנדת לך?" שאלתי.

"לא", הוא אמר. "זה ניסוח חריף מדי."

במהלך הפגישה אמרה עדנה: "אתה יודע? לא הבאת לי פרחים אפילו פעם אחת." מייק פנה אלי ואמר: "אתה רואה למה אני מתכוון? איך אני יכול? זה לא אני; זה לא מתאים לאופי שלי. יותר מזה, לעשות מחווה כזאת, כשאני רוגז עליה, זה חוסר יושר. למה היא מצפה ממני? שאעמיד פנים?"

לפני שהספקתי לחשוב, שמעתי את עצמי אומר: "למה לא? אולי זה לא רעיון כל-כך גרוע."

הרגשתי שהסתבכתי. האם טיפול של מודעות לאחר מעשה — דבר תחילה וחשוב אחר-כך — הופך אצלי להרגל?

מייק: (בתחושת הפתעה) אבל אין כאן הולכת שולל?

אני: אז מה?

מייק: (מוחה) אתה לא מצפה ממני לעשות הצגה?

אני: (אני מתחיל ליהנות מחילופי הדברים — זה הרבה יותר מרתק ממה שהיה עד עכשיו — אבל עודני מהסס) מה יש לך להפסיד?

מייק: בסדר, אעשה את זה — אבל שלא תשלה את עצמך. זה מעשה רמאות.

אני: בוא לא ניתן לסכנות להרתיע אותנו!

מייק: (נחוש בדעתו לומר את המלה האחרונה) אתה מבין שזה לא יהיה אמיתי?

אני: (פונה אל עדנה) אני רוצה שתישארי מחוץ לזה. זה ביני לבינו.

עדנה: (נבוכה במקצת) בסדר גמור.

אני: אז את מסכימה לא להזכיר לו את ההסכם שלי איתו?

עדנה: כן.

ציפתי לפגישה הבאה בעניין רב יותר משציפתי לכל פגישותינו הקודמות. הסקרנות איך ייפול דבר לא הרפתה ממני.

אני: איך היה?

מייק: טוב, במובן מסוים.

אני: (מרסן את חוסר סבלנותי ואת סקרנותי) כן?

מייק: טוב, אז עשיתי מה שביקשת.

אני: ואיך זה היה?

מייק: טוב, די נהניתי מזה. ביום שישי שעבר, אחרי העבודה, קניתי לה קצת פרחים. בפעם הראשונה בחיי נכנסתי לחנות פרחים. עדנה נראתה מרוצה מאוד. היא היתה ממש נחמדה אלי. היה לנו נהדר במיטה באותו לילה, הרבה יותר טוב מכפי שהיה זה זמן רב. מבחינה מסוימת, זה היה טוב יותר מאי-פעם בעבר. הצרה היא, שאני לא יכול להבין

למה היא מתלהבת כשהאמת היא שרק העמדותי פנים.
בסדר, נהייתי, אבל אל תשכח שזו רמאות.
הוא המשיך להעמיד פנים ועוד הוסיף והרחיב את מעגל דרכי
ההתנהגות הלא-אמיתיות שלו. הנאתו ותגובתה של אשתו, שהביעה
הערכה, הפכו להרגל. על כל פנים, נאמן לסגנונו, הוא המשיך להזכיר
לי שרק ציית להוראות, ושלאמיתו של דבר, לא נהג ביושר. אך בחלוף
הזמן, לא היה אפשר שלא להבחין בניצוץ שבעיניו.

מאושרים באי-ביטחונם

בוני היא עובדת סוציאלית בשנות השלושים המאוחרות לחייה. בעלה,
ברוס, הוא רופא מומחה בעל שם. יש להם שני ילדים, בני שש
ושמונה.

בוני: על ברוס עובר משבר אמצע החיים. הוא רוטן, סר
וזעף, הוא מסוגר בעצמו והוא לא מרוצה משום דבר.
אי-אפשר לסמוך עליו, והוא לא מוכן להתחייב לשום
דבר. כשאני מארגנת מסיבה שכוללת ארוחה, הוא מצלצל
ברגע האחרון להודיע שיאחר; צץ מקרה חירום. ניסיתי
לסדר את החופשות שלנו, ולא עולה בידי לסכם אפילו
דבר אחד ברור עם ברוס. הבית לא מעניין אותו, והוא
כמעט שלא מבלה עם המשפחה. הכל עלי. זה יותר משנה
אני מבקשת ממנו לסייד את אחד מחדרי הילדים, והוא
דוחה את זה עד אינסוף.

ברוס: בוני לא מוכנה להשלים עם העובדה שאני רופא עסוק עד
מעל לראש. שמקרי חירום הם חלק מהחיים, ושלעתים
קרובות עלי להעדיף את שלום החולה על פני משפחתי.
היא לא סובלנית והיא ביקורתית מאוד. אמרתי לה שאיני
יכול להשיב לה בנושא החופשה לפני שאשמע את
תוכניותיו של השותף שלי. אני נהנה מרפואה; אני טוב
בזה, ואני משתכר היטב. אני שונא לסייד. אין לי זמן

לעשות את זה, ואמרת לי לה לתת את העבודה לצבע. אשר למשבר אמצע החיים, בוני תמיד נתפסת לדברי ההבל האחרונים; אילו היתה רק קצת יותר סובלנית ולו העריכה את מה שיש לה, החיים היו טובים.

השיחה נמשכה ברוח הרברים האלה. כשהעליתי את השאלה מה ברוס עשה למען עצמו, להנאתו, מלבד עבודתו, הוא הופתע מאוד. השאלה נראתה לו חסרת משמעות, והוא לא יכול היה להעלות בדעתו דבר שעשה אך ורק למען עצמו. את בוני כל-כך העסיקו נושאים אחרים, שלא היה ביכולתה אפילו לחשוב על שאלה מעין זו.

בפגישה שלאחר מכן:

בוני: חשבתי הרבה במשך השבוע האחרון. דברי ברוס על הסיוע ממחיש את הנושא. מובן שאני יכולה להשיג צבע שיעשה את זה, אבל אני רוצה שברוס יהיה מעורב יותר במה שקורה בבית, במשפחה ובחיים המשותפים שלנו; שלא יהיה אך ורק מפרנס עייף וממורמר שהבית הוא בשבילו רק מקום לאזור כוח לקראת יום העבודה שלמחרת.

חלק מהבעיה שלנו מקורה בכך שאנחנו מדברים במישורים שונים. ברוס לא ממש שומע מה שאני אומרת. אני מניחה שהמחשבה הרציונלית שלו אטומה לאיכות הרגשית של המסר שלי.

ברוס: היא מסבכת את החיים. אם מדברים על רגש, מה איתי? אני שונא לסייד. למה אני צריך לעשות את זה? גם בלאו הכי לא הייתי עושה את זה כהלכה בעינייה. אני גם כועס על-כך שבוני מספרת לכולם על הבעיות שלנו. אין לנו שום פרטיות; אני מודאג מאוד; הדבר הטוב ביותר שאני יכול לעשות הוא לעזוב את הבית.

בוני: ברוס אומר את זה כבר שנים.

אני: מה מונע בעדך?

ברוס: הילדים. בוני היא אמא טובה. יש לנו חיים משותפים טובים במובן מסוים; היא אשת חיל.

את שמונה הפגישות שלאחר־מכן עשינו בפירוט מלא של האכזבות ואי־הנחת של בוני ושל ברוס, וגם של השאיפות והתקוות שתלו בחיי הנישואים שלהם. הם התבוננו בתחומים נוספים בחייהם. שוחחנו על פתרונות אפשריים, אך גם לא אחד התקבל על דעתם. לא התקרבונו לשום פתרון או דרך שתקל על בעייתם.

ברוס: אנחנו לא מגיעים לשום דבר. נמאסה עלי עמדתה של בוני. מוטב שאלך.

בוני: תראה ברוס, אני לא רוצה שתלך. אני רוצה שהנישואים שלנו יימשכו. אבל שום טובה לא תצמח מכך שתמשיך לאיים. אם אתה חושב שאתה צריך ללכת אז... לך.

ברוס: אני מניח שאעשה את זה.

שניהם: היו עצובים מאוד ואווירת נכאים שררה בחדר.

בפגישה הבאה דיווח ברוס כי עזב את הבית ושכר דירה.

בוני: אני מודאגת מאוד. יהיה לי קשה, אבל אסתדר. אם ברוס ירצה לחזור בשלב כלשהו, ודאי שאשמח. ייתכן שאלך לגור עם הורי מחוץ לעיר. גם אחותי גרה שם. מעולם לא רציתי לגור בעיר. שם גם יהיה לי קל יותר. תהיה לי תמיכה רבה יותר.

ברוס: אני מבין את רצונה של בוני לגור מחוץ לעיר, אבל אני לא רוצה לאבד את הקשר הקבוע שלי עם הילדים. זה יהרוג אותי.

אני: אם אתם רוצים להמשיך להיפגש כדי שנדבר על הפרידה ועל מה שיש לעשות למען הילדים, אשמח לעזור לכם.

בוני: לא, אני לא רוצה להמשיך עכשיו בפגישות משותפות.

אני: האם שניכם רוצים להניח לדברים כמות שהם, או שאתם מעדיפים להיפגש איתי בארבע עיניים?

בוני: לא, בשלב זה אני מעדיפה שלא לבוא.

ברוס: אני רוצה לדבר איתך עוד קצת.

אני: בוני, זה נראה לך שברוס ואני ניפגש?

בוני: אני חושבת שזה רעיון טוב.

אני: את חושבת שזה עלול לפגום, בדרך כלשהי, ביחסך אלי?

בוני: אני בטוחה שלא.

כעבור שבוע הגיע ברוס לפגישה. הוא נראה אומלל ואובד עצות.

ברוס: אני מרגיש נורא בודד; עדיין לא סיפרתי לאיש שעזבתי את בוני.

זה ייודע די מהר, ואני בטוח שכולם יתמכו בבוני ויחשבו שאני מנוול שעזבתי אותה, חרץ מאמי, אולי, כיוון שהיא מעולם לא חיבבה את בוני. היא תאמר: "מה כבר אפשר לצפות מבת של קצב?"

אני ממש פוחד מכך שבוני תיקח ממני את הילדים. היא מזלזלת בחשיבותם בשבילי; היא לא יודעת כמה קשה יהיה לי לא לראותם בקביעות. ויש עוד דבר שמדאיג אותי. הגשתי בקשה למשרת הוראה בבית-החולים. עבדתי קשה ואני רוצה מאוד לקבל את זה, אבל עכשיו, כשיגלו שעזבתי את בוני ואת הילדים שלי, אני בטוח שהם לא יאשרו את המינוי."

אני: אתה בטוח? אני יודע מהי מדיניותו של בית-החולים הזה, אבל התרשמתי שהמוסדות הרפואיים לא כאלה.

ברוס: אני מניח שאני לא יודע הרבה על חיי נישואים, אבל אני יודע איך מתנהלים בתי-חולים. (בהרגשת אשמה) יש עוד קושי. זה חודשים אחדים יש לי יחסים עם קלייר, האחות שעובדת איתי. איש אינו יודע, אבל אם זה ייודע, אני בטוח שיהיה לי קשה מאוד.

אני: אתה באמת חושב שעמיתך יודעו כל-כך? ספר לי קצת עליך ועל קלייר.

ברוס: אתה לא קם בוקר אחד ומחליט שיהיה לך רומן. אנחנו עובדים יחד, מדברים זה עם זה, והיא מתעניינת מאוד בעבודה שלי. יום אחד היא סיפרה לי על קשייה בחיי הנישואים. אמה לא בריאה, והיא שאלה אותי על-כך. ואז, להפתעתי, מצאתי עצמי מספר לה על הבעיות שלי עם בוני. מעולם לא חשבתי שאשוחח עם מישהו על חיי הנישואים שלי. קלייר גילתה הבנה רבה. אני באמת לא

יודע איך זה התחיל. בבית תמיד שמעתי דרישות ודברי ביקורת, ואני מניח שהגבתי בהערכה על הידידות וההבנה מצד קלייר. ודבר הוליד דבר.

אני מרגיש נורא על-כך שרימייתי אותך, שלא מסרתי לך את כל המידע הקליני החיוני. לא יכולתי לדבר על זה במחיצת בוני. אני מעריך מאוד שאיפשרת לי לבוא לבד. אני רוצה לשוחח איתך על דברים רבים.

אני: אם כך, אולי ניפגש באופן סדיר למשך זמן מה. במשך שנה הגיע ברוס לשיחה חד-שבועית. תחילה דיבר כיצד ומתי יראה את ילדיו. הוסדר שהוא יבקר אצלם בשני ערבים במהלך השבוע, ויום אחד בכל סוף שבוע. תחילה סייגה בוני את שיחתם לטיפול בילדים, ולאחר שבא יצאה מהבית, אך משנקפו הימים, נשארה בבית כשהגיע ברוס. הם דיברו על הילדים ועל חייהם, ואחר-כך גם על היחסים שלהם. ברוס היה מופתע למדי משנוכח לדעת שלא זו בלבד שהוא מבלה עתה בחברת ילדיו הרבה יותר משנהג בעבר, אלא הוא גם מפיץ מכך הנאה בדרכים שמעולם לא העלה בדעתו שניתן. ועוד התחוויר לו, שהוא יכול לשוחח עם אשתו ולספר לה על עצמו, דבר שמעולם לא עשה כשחיו כבעל ואשה.

לאחר זמן מה, סיפר לי ברוס על חייו המוקדמים. כילד תמיד היה אומלל; במבט לאחור נראה לו, שמהיבט הקליני, הוא סבל אז מדיכאון. בית-הספר מאז ומתמיד היה לו מקום של עבודה קשה ללא הנאה בצדה. העיסוק בספורט היה חובה, והוא חש שעליו להצליח, למרות ששנא את זה. אביו מעולם לא הקדיש לו זמן, והתעניין רק בציונים. הוא זכר את קנאתו במטופלים של אביו, עד כמה רצה להיות אחד מהם, וכיצד התבייש שכך חשב. הוא גם זכר איך ניסה להישאר זמן רב ככל האפשר מתחת למים באמבטיה כדי להתחזק, אך בו בזמן גם רצה לטבוע. לא אחת ביקש את נפשו למות. הוא בחר בלימודי הרפואה כיוון שאביו היה רופא, וציפה שיילך בדרכיו. המחשבה שמא ייכשל בלימודיו הילכה עליו אימים. נאמנותו העמוקה לאביו הניעה אותו ללמוד רפואה בלי שחשב כלל מה היה לומד אילו החליט על-כך ללא שיקול מעין זה; וגם כשלמד, לא יכול היה לדבר עם אביו או עם בני משפחה אחרים על אומללותו.

כשסיים את שנת הלימודים השלישית ללימודי הרפואה, החמיר הדיכאון מאוד, ולא היה לו עם מי לשוחח על-כך. הוא הפסיק את לימודיו ונסע לשנה לחוץ לארץ. רוב השנה עברה עליו לבדו, בדיכאון חמור, ולעתים קרובות התרוצצו בראשו מחשבות אובדניות. כשחזר ללמוד פגש את בוני, והיא היתה האדם הראשון שיכול היה לספר לו על קשייו. היא שידעה להתמודד עם מצוקתו. היא היתה החזקה מבין שניהם.

הוא סיים את לימודיו, התמחה, כתב מאמרים רבים והיה לאחד מגדולי המומחים בתחומו. אנשים אחרים ראו בו אדם רב כישורים, אבל בעיני בוני, לעולם נשאר המתבגר הדיכאוני הזקוק לעזרה. זמן מה אחר-כך, ברוס אמר שייתכן שבוני צדקה, ושאוּלי הוא עבר משבר של אמצע החיים. תמיד עבד קשה ומעולם לא התפנה לשום דבר חוץ מעבודה, עד שבאה קלייר והיותה תזכורת לדברים שהזנחו: קרבה, אינטימיות והרעיון שחיים אינם הצלחה מקצועית בלבד. מאז שעזב את בוני, הרבה להיפגש עם חברים בארוחות ובמסיבות, דיבר איתם על הנישואים שלהם, ואז הוחזר לו שחייו בעבר זרמו באפיק צר מאוד. עכשיו, בראשונה בחייו, נהנה מעיסוק בספורט ומבילוי בחברת ילדיו.

ברוס הופתע מאוד מכך שהוא ובוני כה היטיבו לשאת את הפרידה. תחילה הניח שהוא ובוני יתרחקו זה מזה, והוא יסתדר בחייו עם קלייר, אך ככל שחלף הזמן, ההנאה שהפיק מחברת בוני הלכה וגברה. הוא התחיל להתייגר במחשבות, במי משתיהן יבחר, ושקל את יתרונותיה ואת חסרונותיה של כל אחת. לזכותה של בוני זקף את היותה אם מסורה ועקרת בית טובה, ועכשיו, שחדלה להיות ביקורתית, היתה גם חברה טובה, והוא יכול לדבר איתה מלב אל לב. לזכותה של קלייר עמדה ההתרגשות שחוהה במחיצתה ויחסי מין טובים.

בשעה שברוס פסח על שתי הסעיפים, נעשתה קלייר תובענית יותר. היא ציפתה ממנו לממש את מחויבותו כלפיה. היא התחילה ללחוץ עליו ולהביע אכזבה, וברוס התקשה לעמוד בכך. הרהורי שיבה לבוני עלו על דעתו, אך עכשיו רצה מערכת יחסים שונה: חופש רב יותר לכול אחד, אפשרות לקשרים חברתיים בנפרד, פעילות הורית נפרדת

מדי פעם, ואולי, הסכמה על חופש מיני. העניין שגילתה בוני ונכונותה לשקול זאת שימחו אותו והבהילוהו בעת ובעונה אחת, כיוון שפיקפק אם יהיה מסוגל לראות את בוני נהנית מיחסים עם גברים אחרים. הוא התבייש בסולם הערכים הכפול שלו, אך כך הרגיש. הוא תהה אם לא ייטיב לעשות אם יוותר לחלוטין על יחסיו עם קלייר, ויחזור ליחסים עם בת זוג אחת — בוני.

לאט-לאט בילו ברוס ובוני זמן רב יותר בצוותא, הלכו לאירועים חברתיים יחד, ונסעו לחופשה עם הילדים. בתוך זמן קצר התחוויר לברוס שהוא רוצה לחזור אל בוני, אך שני מכשולים עמדו בדרכו. במבוכה הודה בפני שיחסי המין שלו עם בוני היו בגדר חובה והיא עוררה בו דחייה. הוא לא יכול לומר לה את זה. הוא חשב שאולי תסכים לחיים משותפים ללא יחסי מין, אך בלבו ידע שפתרון כזה לא יאריך ימים.

במשך שבועות אחדים ניסו לעמוד על טיבה של הדחייה המינית החזקה והלא מובנת הזאת. הייתכן שבוני מזדקנת ואינה מושכת כפי שהיתה בצעירותה?

אולי רגשות האשם שלו הם שהיקשו עליו? אפשר שברוס עדיין כעס מאוד על בוני בשל כל הפעמים שבהן השיבה פניו ריקם, וכשגרמה לו, "להתחנן בשביל קורטוב של מין". היה בלבו עליה גם בשל האיום הנורא לקחת ממנו את ילדיו.

ככל שהרבה לשוחח עם בוני רפתה הדחייה שחש כלפיה, והוא סיפר לה על הכעס שהיה בו עליה. שיחותיהם על אכזבותיהם ההדדיות קירבו אותם. הוא החליט שהיה מעדיף לחזור אל בוני ובלבד שהיתה משלימה עם העובדה שהיתה לו פרשת אהבים, אבל הוא לא ידע אם היא רוצה לדעת. כשדיברו על-כך כאפשרות פרועה, הסיק מדבריה, שהיא לא תשמור את זה לעצמה: היא היתה מספרת לכולם. הוא לא רצה לחשוף את קלייר לדבר כזה, ולכן החליט לא לספר לבוני.

ככל שקלייר התנהגה בחוסר היגיון ותבעה עוד ועוד מזמנו, כן גבר רצונו של ברוס לחזור לבוני, והוא חיפש דרך לסיים את יחסיו עם קלייר בלי להוסיף על צערה.

במשפחתו של ברוס נודע מקום מרכזי לעבודה, אך איש מעולם לא דיבר על דברים שבלב. עם אביו יכול לפחות לדבר על רפואה, אבל

המרחק ביחסיו עם אמו היה רב. היא שיחקה גולף, טיפחה את הבית, אך מעולם לא שאלה אותו על עצמו, אפילו עכשיו, אחרי שנפרד מאשתו ומילדיו. מעולם לא שיתפה אותו במה שעניין אותה. ברוס הופתע כשהעליתי בפניו את הרעיון שינסה לשנות זאת. סמוך ובטוח היה שאמו לא תגלה בכך עניין. אני טענתי בעקשנות שאפשר שתקדם בברכה צעד ראשון מצדו, ואז החליט ברוס לטלפן אליה ולהזמין לארוחת-צהרים. להפתעתו, נענתה בשמחה, והיתה מוכנה לוותר על כל עיסוקיה ולהיפגש איתו בכל שעה שירצה. בשעת הארוחה סיפר לה על האירועים החדשים בחייו, והבחין שהיא מגלה עניין רב, למרות שהתקשתה להראות זאת. היא הכירה לו תודה על שהקדיש לה מזמנו. בסופו של דבר חזר ברוס אל בוני. כשחיו בנפרד, למדו להוקיר את חיי החברה והבידור הנבדלים שלהם ורצו שיימשכו. הם לא תפסו זאת כאיום על יחסיהם, אלא כהעשרתם. הם הסכימו לנהל סגנון חיים מונוגמי, אך גמיש יותר מבחינת חיי החברה שלהם והכול היה פתוח למשא ומתן.

במשך חודשים אחדים לאחר-מכן היו חייהם של ברוס ובוני טובים. אבל ברוס המשיך לחשוש שאם ייודע לבוני על קלייר, יהיה זה אסון. כיוון שרבים מידידיהם ידעו, הוא חי בחשש תמידי. יום אחד ידיד משותף סיפר לבוני. זו היתה מכה קשה מאוד בשבילה. היא רצתה לדעת כל פרט ופרט ביחסיו עם קלייר. הם לא יכלו לישון בלילות, כי בוני לא יכלה להפסיק לבכות, ואחרי שבועות אחדים, שניהם באו אלי לשיחה.

ברוס: תראה, סיפרתי לה הכול. עברנו על זה שוב ושוב. איכשהו אני מרגיש שטעות היא לדוש בכך פעם אחר פעם. אני חושב שזה לא בריא.

בוני: זה לא רק זה שאני הרוסה. אני רותחת מכעס על עצמי. איך יכולתי להיות כל-כך טיפשה ותמימה? כל הזמן זה היה מול העיניים שלי, ואני לא רציתי לראות. למה ציפיתי? מוזר, אבל איכשהו אני חשה הקלה שזה יצא החוצה; דברים שלא הבנתי פתאום מקבלים משמעות. איני צריכה לקבל את זה קשה כל-כך, ואני כועסת על

עצמי על שאיני מפסיקה לבכות, ואני לא יכולה להפסיק. אני חסרת אונים מול הרגשת הנבגדות, ומול ההרגשה שברוס הפר את האמון שהיה בינינו. האמנתי – וברוס תרם לכך שאמשיך להאמין – שיש לנו יחסים מיוחדים, ושנישאר נאמנים אפילו כשאנחנו בנפרד. אם בזה אני יכולה להאמין, במה אאמין?

בזמן שחיינו בנפרד, היו גברים שהתעניינו בי ויכולתי להתפתות, אבל ההבנה הזאת מנעה ממני. למה עשיתי את זה? למה שמרתי לו אמונים? איזה בזבוז! יש עוד דבר שמביך אותי מאוד וקשה לי לדבר על זה. מאז נודע לי על הרומן שלו, אני מרגישה שאני מלוכלכת, כמו מצורעת; אני יודעת שזה לא הגיוני, אבל כך אני מרגישה. כיוון שאני מרגישה כה חסרת ערך ומנוצלת, אני רוצה שתאמר לי מה אתה חושב.

אני: אני מבין את התגובה שלך לרומן של ברוס, אבל אני חושב שאת מחמירה מדי עם עצמך. את רציונלית מדי והחיפזון שלך מיותר. אמונה שהיתה מרכזית בחייך, עוד מילדותך, אמונה בנאמנות ובאמון הדדי, התנפצה, ואיתה אולי התפוררה אחת מאבני-היסוד בחייך. במידה מסוימת זה דומה למוות, ועכשיו את כואבת ומתאבלת.

את לא צריכה לצפות מעצמך לכאוב או להתאבל במהירות או באופן הגיוני. את חייבת לבכות, לזכור, ולהרשות לעצמך להרגיש את העצב שלך במלואו.

בוני: (בוכה בגלוי) כן, אני רוצה לבוא ולהמשיך לשוחח איתך. כעבור שבוע באה בוני לבדה. היא נראתה שלווה כשאמרה: "הפגישה בשבוע שעבר עזרה לי מאוד. המלה 'מוות' הלמה איכשהו את הרגשתי, והיתה לה משמעות בשבילי. בכיתי עוד, אבל היתה לזה משמעות; לא כעסתי על עצמי על שבכיתי. להפך, הבכי הביא לי הקלה. חשבתי הרבה על עוד משהו. יש אמת בכך שלא היו לי יחסים עם גברים אחרים, כיוון שרציתי להיות נאמנה, אבל זה גם

נבע מהספקות שלי, על עצמי כאשה, כיצור מיני. יש לי דעה מאוד לא טובה על עצמי; מאז ומתמיד הרגשתי שאני לא מושכת; תמיד חשבתי שאחותי מושכת ונחשקת הרבה יותר ממני. לא הייתי שותפה טובה לברוס בחיי המין, ואני משערת שזה קשור לדעה שלי על עצמי. החוויות שלי עם ברוס ותחושותי ביחס לעצמי מנעו ממני לנהוג בחוסר אחריות."

בחודשים הבאים הרבתה בוני לשוחח עם ברוס. היא סיפרה לו על חרדותיה כשותפה ביחסי מין וכאשה נאהבת. שניהם הופתעו כשראו עד כמה ידע ברוס לעמוד לצדה ולחזק את ביטחונה העצמי. כשהירהר על השנתיים שחלפו, העיר ברוס: "כשבאנו, רציתי להיפטר מבוני ולהסתדר עם ה'עובדות' בחיינו. אני מרוצה שזה לא קרה. החיים הם מוזרים. במשך שנים בוני ואני חיינו בביטחון מוחלט ביחסים בינינו, אבל היינו אומללים. עכשיו, ייתכן שהיום או מחר יהיה לבוני רומן, והוא הדין בי. עכשיו שנינו מרגישים חוסר ביטחון ביחסינו, אך מאושרים ביחד."

• • •

שכיחות האיוולת של אנשים אינטליגנטים בחיי הנישואים שלהם, גדולה יותר מאשר בכל תחום אחר בחייהם. מדהים כיצד הסתבכו בוני וברוס בבעיית סיווד חדר הילדים ולא היו מסוגלים לפתור אותה, למרות ששניהם חשו שהעומות טיפשי ומבזבז מרץ רב. אחת הסיבות לכך שזוגות מתקשים לפנות לעזרה בתרפיה נובעת מאי־רצונם לחשוף בפני זר את מידת האיוולת שאליה הגיעו עקב בעייתם. למרבה הצער, כשהם ממשיכים להילחם זה בזה, כל אחד מתחפר בעמדתו ונוצר קיטוב חריף. כך בדיוק קרה להם במאבק על סיווד חדר הילדים. בוני ידעה שידם משגת לשלם לצבע, וברוס, הרופא המסור והמבין, לא היה מסוגל להבין את המשמעות הפשוטה של בקשתה – להשתתף בחיי הבית ובחיי הנישואים, לרענן אותם, להכניס קצת צבע לחייהם המשותפים.

לא אחת, מה שמאפיין את אחד מבני הזוג, ולדעתם, זה גם הגורם הבעייתי בחיי הנישואים שלהם, הוא המאפיין שמשך את

לב בן הזוג או בת הזוג, כשנפגשו השניים בפעם הראשונה. כשפגש בראשונה את בוני, רוחה האיתנה, העובדה שהיא 'חזקה', היא שנטעה בברוס את התחושה שהוא יכול לבטוח בה, לספר לה על כאבו ועל הבלבול ברגשותיו. 'איתלולות', ונוקשות בכל הליכותיהם הם הקווים שאפיינו את בוני, שבגללם התקשה לחיות איתה, ושעליהם התלונן כשבאו לטיפול.

לעומת זאת, קלייר היתה זקוקה לו, והקנתה לו את התחושה שהוא חזק. יחסיו עם קלייר, וניסיונו להבין את הרקע המשפחתי שלו, עזרו לו להשתנות בהדרגה. המהלומה שהנחיתה פרשת האהבים של ברוס על בוני, עשתה אותה פגיעה, ואז יכלה להכיר בחולשה שלה ובצורך שלה בברוס, והיא ביקשה את עזרתו. ברוס נהנה מההזדמנות שניתנה לו, והרגיש שביכולתו לגמול לה במקצת על התמיכה ועל המרפא שהחשישה לו כשנפגשו לראשונה. כך התאפשרה שותפות שיש עמה מידה רבה של שוויון בין בני הזוג.

פרידה וגירושים הם, בדרך כלל, תהליכים ממושכים הסוחטים נפשית. בשלושים שנות עבודתי לא פגשתי מישו שהגיע בקלות להחלטה מסוג זה.

"פרשת אהבים" מקורה לעתים קרובות באי-הנחת שבחיי הנישואים. גילוייה, והעימות שבעקבותיו, מוליכים כמעט תמיד למשבר מלווה בכאב ובייסורים גדולים. בני הזוג מתחבטים עמוקות, מפקפקים בכל מה שהאמינו בו, והצד הנפגע נוטה לבחון את אמונותיו של הצד השני. לעתים קרובות, פירוש הדבר, ניפוץ הרגשת האמון ההדדי, ואת תחושת הביטחון ששררה ביחסיהם מחליפה הרגשת נבגדות, תחושה שנפלת קורבן לתרמית, ואלה רגשות המביאים את הקץ על ברית הנישואים. בעיני רבים, ההתנסות הזאת כמוה כמוות ואולי אף גרוע מכך.

אך התייצבות מול משבר כזה יכולה גם להוליך לחיפוש עצמי מעמיק ולבדיקה קפדנית של היחסים. במהלך הבחינה המחודשת הזאת קרב אדם לרגשותיו ולמחשבותיו העמוקים ביותר, ומביע מה שעד כה לא נתן לו פומבי. הדבר יכול להוביל למות היחסים הישנים והולדתם של חדשים, שיש עמם סיפוק רב יותר. כמו שימשה פרשת האהבים סוכן-שינוי, מאיץ-צמיחה, 'טיפול בהלם' לחיי הנישואים.

פין קטן

בדרך כלל המזכירה שלי מבקשת ממטופלים, בשיחת הטלפון הראשונה שלהם, למסור לה את הפרטים הבאים: גיל, מין, כתובת ושם הממליץ. היא גם שואלת על הבעיה, אבל אינה לוחצת לקבל תשובה כשהיא מתרשמת שהמטופל לא רוצה לומר לה את סיבת בואו לטיפול. כשציינ גרי שהוא רוצה לדבר איתי על עניינים אישיים, הרגישה מזכירתי, ששאלות נוספות מצדה לא תתקבלנה בברכה.

גרי סיפר לי שהרופא המנתח שלו המליץ לו להתראות איתי, כיוון שגרי היה ער כל חייו לגודל הפין שלו, סבל בעטיו ממבוכה גדולה, ותמיד חשב שהפין שלו קטן מדי. מעולם לא דיבר על-כך עם איש, ושנים עברו עד שאזר אומץ להיוועץ ברופא הכללי שלו, והלה הפנה אותו אל רופא מנתח.

לאחר שהמנתח בדק אותו, ואחרי שהאריך עמו בדברים, הציע לו לשוחח עם פסיכותרפיסט על עצמו ועל נישואיו.

אני: הלכת לראות את המנתח בהנחה שיש לך בעיה גופנית. הוא מצדו, הפנה אותך אלי. מה אתה מרגיש בקשר לזה?
גרי: זו היתה הפתעה, אבל אחרי שחשבתי על זה, הבנתי שיש דברים שאני צריך לדבר עליהם.

אני: כגון?
גרי: אני מניח שכל חיי הרגשתי לא כשיר, לא רק בגלל הפין שלי, בכלל, בגלל עצמי.

גרי התקשה מאוד לבטא את דרגת ההרגשה האישית הזאת. במשך חודשים אחדים דיברנו על ילדותו ועל היחסים במשפחתו. התרשמתי כי נחל הצלחה מקצועית גדולה, וחשבתי שההצלחה הזאת צריכה להקנות לו תחושת הישג, אך את הצלחתו חווה ככישלון, ואת עצמו ראה כלא כשיר. הוא היה נשוי חמש-עשרה שנה, היו לו שלושה ילדים, כולם למדו בבתי-ספר פרטיים, וכולם עשו חיל. ואף-על-פי-כן, הוא הרגיש שילדיו כמעט שמתעלמים ממנו, ולא מעריכים את מעשיו למענם.

זמן רב נדרש לו עד שהתקרב לרגשותיו-הוא ויכול היה לדבר על נישואיו. בהדרגה מצא את העוז לתאר בפני את אשתו, את הביקורתיות שלה, את הזלזול שלה בביצועיו המיניים וכו' כשותף, כאב וכמפרנס. הוא התחיל להבין שאשתו מצאה בו פסול יותר משמצא הוא. ככל שתיאר יותר את חייו, התברר שכל אשר עשה, ללא קשר להצלחתו או לחיי הרווחה שהקנה למשפחתו – אשתו מעולם לא שמחה בחלקה, תמיד היו בפיה דברי ביקורת עליו, ובעיניה, מעולם לא היה אלא אפס גמור.

הצעתי לו שנניח לשאלת הפין ולביצועיו המיניים, ושכמקום זה נדבר על תפקידיו כמפרנס וכאב המשפחה.

גרי הסיע את ילדיו לבית-הספר ולפעולותיהם השונות אחרי שעות הלימודים, והשתתף באורח פעיל בחייהם. כשדיברנו על האבהות שלו, הוחזר לגרי כי בילה זמן רב יותר עם ילדיו מרוב האבות שהכיר.

בעקבות השיחות, הבין גרי כי ביקורתה של אשתו על תפקודו כאב היא חסרת שחר, ולפיכך החל לפקפק בשאר דעותיה. כעבור זמן מה החליט גרי לדבר איתה על בעיותיהם, אבל אז נוכח לדעת, כי אינו מסוגל להגיע בדרך כלשהי להידברות איתה. כעבור זמן מה, השתכנע שעליו לספר לה שהוא מבקר אצלי ולהציע לה לבוא איתו.

הם באו אלי יחדיו, ובהתנהגותה אישרה כל מה שסיפר לי. היא הביעה זלזול ובוז כלפיו בכל תנועה מתנועותיה, והתייחסה בביטול לדבריו. כיוון שעכשיו ראה את עצמו באור חיובי קצת יותר, הוא יצא חוצץ נגדה כפי שלא עשה מעולם, והתנהגותו הניעה אותה להכפיל ולשלוש את ביקורתה עליו.

למרות שחשבה אותו לחלשלוש, העדות להתחזקותו לא הובילה לשום פתרון; אדרבה, עוצמת הגינני הלכה וגברה.

כיוון שלא הושג דבר בפגישות המשותפות, הסכמנו שאתראה איתם בנפרד.

אשתו של גרי באה לפגישות אחדות, אך הן לא שינו אותה ולו במעט. היא המשיכה בכפייתיות לדבר בגנות בעלה, והציגה בפני פרטים נוספים ששיקפו חוסר הערכה כלפיו. במהלך השיחות היא שיתפה אותי בסודה. במרוצת חיי הנישואים, היא קיימה יחסים עם

מספר רב של גברים, ומבחינה מינית היתה מנוסה ביותר. איש מהם לא היה כה לא-יוצלח במיטה כפי שהיה בעלה.

כששאלתי אותה מדוע נשארה נשואה לו אם אין לה כל סיפוק בחיי הנישואים שלה, היא ביטלה את רעיון הגירושים, שכן צעד שכזה ישבש את חיי הילדים. ניסיתי לדבר איתה על הרקע המשפחתי שלה ועל נושאים אחרים, אך כל דברי נפלו על אוזניים ערלות – שוב ושוב חזרה לדבר סרה בבעלה, ושנינו החלטנו כי אין טעם להמשיך בשיחות.

גרי המשיך לבוא, וככל שהתקרב יותר אל עצמו באמצעות העבודה שעשינו, כך התקשה יותר לשאת את עמדתה של אשתו. התלבטותו בשאלה אם לעזוב אותה ולהתגרש הלכה וגדלה. הוא התייסר בכל המשמעויות והתוצאות שיהיו לצעד כזה על חיי ילדיו, והעסיקה אותו גם השאלה, עד כמה מתירה לו אמונתו הקתולית גירושים. כשהתחבט בבעיה הזאת, התעניינותו כמה שאני חושב שעליו לעשות הלכה וגברה, אבל אני סירבתי לייעץ לו. ההחלטה היתה כרוכה באמונתו הדתית ובערכיו, והיה עליו להגיע אליה בכוחות עצמו.

אני גם הודאגתי שמא בקשתו שאני אחליט, היא דרך להפחתת ערך עצמית – הוכחה כי אינו מסוגל להחליט בכוחות עצמו. כשציינתי את הרעיון הזה בפניו, הוא היה תמים דעים איתי, ועדיין רצה לשמוע את דעתי. הוא אמר כי חשוב לו לשמוע את דעתי כיוון שאני יודע על חייו יותר מכל אדם אחר שהכיר. הוא בטח בי וחשף בפני את חוויותיו ואת מחשבותיו הכמוסות והפרטיות ביותר, ולפני שהחליט את ההחלטה שהיתה, מן הסתם, החשובה, הוא רצה לדעת מה אני חושב לא רק כאיש מקצוע, אלא כאדם שכה היטיב להכירו.

בסופו של דבר, הוא שיכנע אותי שההחלטה עדיין תהיה שלו. הוא רק רצה, והיה לו צורך לדעת, מה חשבתי. הוא הרגיש שזכותו לשמוע את הדברים האלה מפי.

"קשה לי," אמרתי לו בסופו של דבר. "אני לא אתה; אני בא מרקע אחר. האמונה הדתית שלך שונה משלי, ולך יש ערכים שלך. אבל אחרי שכל זה נאמר, האמת היא, שאילו הייתי במקומך, הייתי עוזב את הבית; הייתי שם סוף פסוק לפרק הזה בחיי."

כעבור זמן מה הוא עזב את הבית. חמש שנים לאחר מכן בא אלי גרי עם אשתו החדשה. הם נישאו לפני שישה חודשים, והיו מאושרים. חברים טובים היו ונהנו להיות יחד. הוא סיפר שבשנים שחלפו, אשתו החדשה עזרה לו מאוד להתגבר על חלק מקשייו בחיי המין, ועדיין דאג לרמת הביצוע המיני שלו, וגודל הפין שלו. אשתו החדשה שמחה לבוא איתו אלי, כיוון שידעה שחשוב לו שאפגוש אותה, ואולי גם הרגישה שאהדתי אליה תסב לו קורת רוח. על כל פנים, יחסיהם היו טובים. היא אמרה שאם אוהבים משהו, גודל הפין שלו לא חשוב. אף-על-פי שבחיי המין שלהם היו קצת קשיים, במקצת, כי לגרי היו חרדות, וחוסר ביטחונו העצמי הפריע לו, היא מצאה סיפוק ביחסים ביניהם. היא הרגישה שחיי מין הם עניין פרטי מאוד, והאמינה, שעם הזמן ובעזרת סבלנות נאותה, הם יפתרו את קשייהם בכוחות עצמם. גרי עדיין לא היה משוכנע בכך, אבל היא חשבה שההיבט הפיסי אינו ההיבט החשוב ביותר בחייהם. גרי רצה מאוד להמשיך לבוא אלי לשיחות, אך הוא קיבל את דעתה, והסכים שהם יפתרו את הבעיה הזאת יחדיו. כשנפרדנו סיכמנו שאם יוצרו קשיים בחייהם, הם יתקשרו כדי לחדש את הקשר בינינו. כעבור שנתיים קיבלתי מהם איגרת ברכה לחג המולד ובה נכתב שהכול אצלם בסדר. הם מצפים להולדת ילדם הראשון בחג המתקרב.

• • •

המשכם של הנישואים הראשונים של גרי היה מותנה באמונה משותפת, שלו ושל אשתו, באי כשירותו. כיוון שהאמונה המשותפת הזאת התפוגגה, נותרו הנישואים ללא יסוד. גרי בחר בבת זוג שחיוקה בו את ההשקפה בדבר נחיתותו, השקפה שפיתח ואימץ לעצמו במשפחתו המקורית.

רגשות הנחיתות והבושה שכה הכבידו עליו, עמדו למכשול בדרכו, והדיבור על סבלו היה נעלה מכוחותיו. וכשסוף-סוף אזור אומץ ופנה לטיפול, דרך ראייתו את מצבו היתה ברורה מאוד. הוא ראה אותו במנותק מהרקע המשפחתי שלו, וזווית הראייה שלו היתה צרה ומוגבלת מאוד — כאילו כל הבעיה נובעת מגודל הפין.

משעמד על הקשר בין תפיסתו על הפין שלו לבין הערכתו העצמית הכללית והדרך בה חווה את העולם, הבין שכל דעותיה הנחרצות של אשתו עליו מופרכות מיסודן.

מתן עצה או הבעת דעה, אם אלה באות מפי אחד מאנשי המקצוע או מפיו של חבר אישי, אין בכך טוב או רע. אופיו של המעשה נקבע על-ידי המשמעות שמייחסים לו, והשימוש שנעשה בו. אם הבעת הדעה או מתן העצה מחזקים אצל המבקש את אי-יכולתו לפתור את הקושי שלו, או, כשהעצה או הדעה משמשות בידי השומע להתחמק מנטילת אחריות להחלטתו, אזי אין זה מעשה נכון. במקרה של גרי, העמידה האיתנה על זכותו לדעת, והדברים שחזר ואמר, שההחלטה בסופו של דבר תהיה אך ורק שלו, שיכנעו אותי להביע בפניו את דעתי.

פיצויים

מנתח פלסטי הפנה אלי זוג עם המכתב הבא:

"לפני קרוב לארבע שנים נכוותה אנה ג'יימס כוויות חמורות בגופה ובזרועותיה. תחילה ריחפה בין החיים לבין המוות. מראה הצלקות שנותרו ברקמות שנותרו לשם השתלחות, קשה לה מאוד גם כיום, ולכן היא מקפידה ללבוש תמיד שמלות עם שרוול ארוך וצווארון גבוה או אפודות. בימים אלה היא חווה טראומה עקב הבדיקות הפסיכיאטריות שעליה להיבדק, הנחוצות להסדר רפואי-משפטי.

באחרונה היתה אצלי ביום שישי לעת ערב והיתה נסערת מאוד. היא סיפרה לי שבתגובה לגירויים קלים ביותר, היא צורחת על כנה בן העשר ועל בעלה. בלילות, היא מצליחה לישון ברציפות רק לזמן קצר, היא מתעוררת בחצות, ואחר-כך, כל שעה. הדחף המיני שלה פחת במידה ניכרת, והדבר מעכיר את יחסיה עם בעלה. כל הבעיה שלה מסתבכת עוד יותר כיוון שהיא מרגישה שאין ביכולתה לשוחח עם בעלה, כי הוא לא רוצה לדבר על זה. הוא מסתלק לבית-מלון, ושותה שם לשכרה. המשפחה גרה עם הוריה של אנה, והדבר רק מחריף את הבעיה, כיוון שלא אחת, הבעל מרגיש בודד בשל יחסיה הקרובים של אשתו עם אמה.

בוב ג'יימס מבוגר בשנתיים מאשתו, והוא מודה שהוא מפריז בשתייה; לאמיתו של דבר, הוא אומר שתאוותו לטיפה המרה אינה יודעת שבעה. בדיקה הראתה שהכבד שלו מורחב בשניים עד שלושה סנטימטרים, והדבר עולה בקנה אחד עם ההיסטוריה הרפואית שלו. הוא אומר שבחיבתו ובמשיכתו הגופנית לאשתו לא חל כל שינוי למרות הופעתה המצולקת; בשתיית משקאות חריפים הוא מוצא פורקן לתסכוליו המיניים. הוא גם אומר שהיה רוצה לדבר בכנות עם אשתו, אך כיוון שכל אימת שניסו לדבר, הסתיימו השיחות במריבות, הוא מעדיף לשתוק וללכת לפאב."

חלק נכבד משיחתי הראשונה איתם הקדשתי לכירורג ולאימות הדברים שנכתבו במכתב. אנה כעסה והיתה מיואשת מאוד כיוון שבארבע השנים האחרונות נאלצה לבקר אצל רופאים, עורכי-דין ופסיכיאטרים אין ספור. שוב ושוב נבדקה, נשאלה שאלות ונחקרה, והיא חשה שהדבר מוציא אותה מדעתה.

שאלתי אותם מתי יידון המקרה שלה בבית-המשפט. היא השיבה שהדיון הראשון יתקיים בעוד שישה חודשים, וכי מדובר בפיצויים נכבדים. גובה ההסדר הכספי יהיה תלוי בהערכת בית-המשפט את עוצמת הפגיעה, חומרתה, תוצאותיה וכול הבעיות הנובעות ממנה.

אני: אם אפשר יהיה לשכנע את בית-המשפט שאיבדת את הרוחף המיני עקב התאונה, האם את יודעת איך זה ישפיע על ההסדר הכספי? או, נגיד שיוכח שעקב התאונה את לא מושלת ברוחך, או שבוב התמכר לשתייה?
הם לא היו בטוחים, אך הציגו בפני הערכה גסה של הסכום המשוער.

אני: ייתכן שטעות חמורה היא מצדכם לבקש את עזרתי, כי אם תפתרו את בעיותיכם, ייתכן שתפסידו אלפי דולרים בהסדר הכספי שייפסק לכם בבית-המשפט. אולי מוטב שתלכו לביתכם ותשובו אלי רק אחרי שיושג ההסדר. הרי לא מדובר בסכום של מה בכך.

הם אמרו שאיני יכול לתאר לעצמי עד מה קשים חייהם ואיזה כאב הם חווים, והמשיכו לתאר בפרוטרוט את המוצאות אותם.

- אני: ראו, מדובר כאן רק בשישה חודשים נוספים; כבר עברו ארבע שנים, וכאן מדובר בכסף גדול.
- הם: לא. זה לא שווה את זה. לא מדובר רק בנו, אנחנו חושבים גם על הבן שלנו. אין כסף בעולם ששווה את זה. אנחנו רוצים לפתור את בעיותינו עכשיו.
- אני: אם אין לכם אפילו שמץ של ספק, בסדר. ננסה למצוא פתרון. אבל אם תשנו את דעתכם, אל תהססו לומר לי. מכל מקום, אם אתם תמימי דעים, מה מונע מכם לפתור את בעיותיכם בעצמכם?
- אנה: זה שבוך שותק כל-כך ובורח מפני לפאב.
- בוב: זה בגלל כל הצעקות והצרחות שלה, וזה שהיא מציקה לי בלי הרף.
- אני: בסדר. אציע דברים אחדים שיעזרו לכם להתגבר על בעיותיכם. אבל אם תשנו את דעתכם, פשוט תתעלמו מכול ההצעות האלה.
- ראשית-כול, אנה, קחי את היוזמה לידייך, והציעי לבוב ששניכם תלכו לפאב יחד ותשאירו את ההורים שלך בבית עם הבן שלכם. אמרי לו עד כמה את שמחה שעדיין נותרה לו הנאה בחייו, כמו זו שהוא מוצא בשתייה. אמרי לו שאת מעריכה את השתיקה שלו, כיוון שאת יודעת שגברים אחרים, בנסיכות דומות, היו עלולים לנקוט באלימות פיסית או מילולית.
- בוב, שקול את הרעיון שאתה תזמין את אנה לבוא איתך לפאב, כדי שתהיו ביחד גם מחוץ לבית. כשאנה תתחיל למתוח ביקורת או לצעוק עליך, חשוב על-כך שאולי היא סובלת מחוסר-ביטחון והיא חושבת שהיא לא מושכת אותך, אז במקום לבקש ממך חיבוק, בגלוי ובמישרין, היא מבקשת ממך בעקיפין. בפעם הבאה שהיא תצעק עליך, אני מציע שתנסה לחבק אותה. אמרת לי שדברי הביקורת של אנה עליך הם הגורם לכל הצרות. אם כורח הוא שדברי ביקורת יישמעו במשפחה, מוטב שתיקח אתה את הנושא לידיך ותהיה המבקר הראשי.

אחרי שדיברנו עוד קצת על כל זה, הם התחילו לצחוק על ההצעה האחרונה שלי, אבל אני עמדתי על דעתי, והוספתי, שאולי אנה תצליח לצעוק על בוב כך, שהדבר ידרכן אותו לצאת בביקורת עליה. אבל לכל הפחות עליה להזכיר לו בקביעות, לא לשכוח לבטא את ביקורתו עליה.

הם יצאו מהפגישה עם אזהרה ממני: "חשבו פעמיים לפני שתעשו משהו, כי אתם עלולים לשלם על זה ביוקר." כעבור שלושה שבועות הם חזרו אלי ואמרו שהכל כשורה. הם חזרו לפעילות מינית, אנה הפסיקה לצרוח, והם הרבו לשוחח והפיגו מתחים. בנם התנהג טוב לאין-ערוך, ואנה נהנתה מחברתו. גם שנתה לא היתה עוד טרופה. היא אמרה שכוב חשק בה לעתים קרובות יותר, ושיחסי המין שלהם היו טובים. שניהם נראו והרגישו הרבה יותר טוב. אני: תביטו, במשך ארבע שנים המתח והבעיות שלכם הלכו והחמירו. כשבאתם, הייתם במצב נורא. עכשיו, כעבור שלושה שבועות — הכל בסדר גמור. איך זה? מה קרה? מבלי להסס הם השיבו לי בקול אחד: "עזרת לנו כיוון שלמדנו לשוחח בפתיחות." זה היה ההסבר היחיד שלהם.

• • •

ארבע שנים שלטו בחייהם ביקורים תכופים אצל אנשי מקצוע שתפקידם היה להעריך ולא לעזור. אנשי המקצוע היו בעד אנה, או נגדה, אך שלומה כלל לא עניין אותם. מקובל להאמין שימומחים' הם אובייקטיבים, אך למעשה, המומחים הללו הועסקו מטעם הצדדים שהגיעו להתדיינות בבית המשפט, כיוון שהיו להם אינטרסים מנוגדים. כל צד ציפה מאנשי המקצוע 'שלו' להציג בפניו את הממצאים 'הנכונים'. וכך חייהם של אנה ושל בוב נתקעו במלכוד מערכת עוינת, בעולם חצוי בין מי שבעד ומי שנגד. אפשר שהמשרב ביניהם הושפע והחמיר, אם לא נגרם, נוכח מה שהתחולל סביבם.

לא רציתי שימשיכו לבוא אלי, וכשהסכמתי, התניתי זאת בכך שכל מה שיתרחש במהלך הפגישות יישאר חסוי, והמידע הזה לא

יהיה נגיש לאיש מלבדנו. וכך, בפעם הראשונה התקיימו, אולי, תנאים שהקנו להם ביטחון בפרטיות, ושיכנעו אותם שאני רוצה לעזור להם, ושזו מטרתי היחידה. הם ידעו כי ייתכן מאוד שעקב החלמתם הסכום שייפסק להם יהיה נמוך הרבה יותר, והיו ערים לכך, שגם אני יודע את זה, ובכל זאת, חשוב היה מאוד, שהדברים ייאמרו במפורש ובגלוי. וכך יכולנו לדבר בפתיחות על היתרונות ועל החסרונות הכרוכים בהחלמה.

מאז טופלה אנה עקב הכוויות, הם הסתבכו במעגל קסמים. אנה נעשתה ביקורתית ונרגנת; בוב התכנס בעצמו והפריז בשתייה. ככל שכעסה וביקורתיותה של אנה התעצמו, הסתגרותו של בוב והתמכרותו לטיפה המרה הלכו וגברו.

הצעתי להם לשבור את הדפוסים האלה בדרכים אחדות. כשבוב ייתן בכוס עינו, זה יקרה אחרי שאנה תזרז אותו, והם ילגמו מן הבקבוק בצוותא. כשתתחיל אנה לצרוח עליו ותבוא עמו בטרזניה, יזכור בוב את תפקידו. לדידם, שום הון שבעולם לא ישווה להבראתם.

להחזיק מעמד בסערה

בן וסוזי היו זוג צעיר שבא אלי בשל בעיות בחיי הנישואים. הם הכירו כשהיו בשנות העשרה לחייהם, וחברותם נמשכה שנים רבות. עד לחתונה, שנערכה שנה וחצי לפני בואם אלי, היה להם טוב בצוותא והם נהנו להיות יחד, אבל מאז התחתנו, רבו לעתים קרובות וכן התקשה למשול ברוחו.

בשלבי הטיפול הראשונים, היחסים השתפרו והם נראו מאושרים קצת יותר. אבל בתוך זמן קצר חזרו לסורם. אחרי מעין ירח דבש קצר, היחסים הצטננו ואחר־כך שוב התחממו, וחזר חלילה, ובאורח דומה התנהל הטיפול שלי.

בראשית הטיפול ניהלנו תקשורת ישירה. עכשיו, החלטתי לנסות לעבוד איתם בדרך אחרת. השויתי את היחסים ביניהם למזג האוויר שלנו במלבורן: לא צפוי, ומשתנה בלי הרף. אתה מתכוון לבלות על

חוף הים יום שמש נפלא, ומשהגעת נוכחת לדעת שמזג האוויר סגרירי ורוחות מנשבות. לפעמים החום מתמשך, ואתה מרגיש מותש, ואז בא הגשם, מרענן ומעורר אותך לפעולה.

סיפרתי להם שאשתי ואני מריבים להתווכח על מזג האוויר. כיוון שגדלתי במזרח התיכון, אהבתי את הקיץ הצפוי, את הידיעה שמדי יום, במשך שישה חודשים, אלבש מכנסים קצרים ואנצל סנדלים, ואת בגדי החורף ושמיכות הצמר יהיה אפשר לשים בצד ולשכות. פעם או פעמיים ביום אתרענן בשחיה – אהבתי את כל זה. לעומתי, טענה אשתי, שאין כמו מזג האוויר במלבורן – שהגיוון הוא טעם החיים; אחרי ימי חום אחדים, יגיע הקור שכה מצפים לו; פתאום, באמצע החורף, יפתיעו אותך ימי שמש זוהרים; האביב והסתיו תמיד הם נפלאים, ההבדלים בין העונות כה ברורים, ולכל עונה קסמיה שלה.

אני דבקתי באמונתי בעדיפותו של מזג אוויר יציב וצפוי תמיד, אך לימים התחלתי לחשוב שאולי בכל זאת יש משהו טוב בחילופי העונות, ובמגוון שאקלימה של מלבורן מציע.

עד לשיחה על מזג האוויר, דיברה סוזי על כעסיו של בן בצער ובדמעות, אבל אחרי אותה שיחה, התחילה להשוות את חייה לאלה של אחיה ושל ידידיה. היא התחילה לחשוב שהיא בת מזל משום שחייה לא התנהלו בתלם צר וקבוע על-פי שגרת יומם של בני המעמד הבינוני, אלא נשמר בהם מרחב לדרמה ולקסמי ההפתעה. ואילו בן, שלפני השיחה על מזג האוויר חש וגם ביטא את רגשי האשמה שלו על אישיותו ההפכפכה ועל חלקו במנת ייסוריהם, הזדקף בכסאו אחרי השיחה, ונראה נינוח הרבה יותר.

במהלך הפגישות שהתקיימו ניכר שינוי בדרך שבה ביטא בן את מחשבותיו: הוא התחיל לדבר על עצמו ועל היחסים בינו לבין סוזי בחיוב רב לאין ערוך.

בהדרגה, פחתה עוצמת מריבותיהם, וארס הביקורת ההדדית איבד מעוקצו; למעשה, לפעמים ראיתי שהם מעריכים את חילוקי הדעות ביניהם, ורואים בהם עדות חותכת לדאגה ולמחויבות הדדית. כעבור זמן מה, תכיפות הסעירות בחייהם פחתה, והם נהנו מימים של מי מנוחות. כשנפרדו ממני, אמרו: "אנחנו מבינים למה אתה ואשתך רבים על מזג האוויר. פשוט מאוד, שניכם צודקים."

התרמית

ג'ון, רופא בעל מוניטין, ואשתו ריטה באו אלי לשיחה. לפני שג'ון העלה את הבעיה שלשמה באו, הוא סיפר שלאחרונה עבר פסיכואנליזה, ושזו, לדעתו, חוויה מאירת עיניים. זה שנים שהוא מפציר בריטה לעבור טיפול כזה, או דומה לו, כדי להתגבר על מה שכינה 'דיכאון קל', אך ריטה מעולם לא השתכנעה. בעבר, הוא היה הרופא שלה, אבל כיוון שבשנתיים האחרונות הרכתה להתלונן על כאבים שונים, בקיבה, בחזה, בלב ובאיברים נוספים, היא עמדה על כך שיפנה אותה לרופאים מומחים. המומחים לא מצאו גורם אורגני-פיסי כלשהו לשום כאב מכאביה, והדבר הסב לו מבוכה גדולה, ולכן, סירב להמשיך בכך. היא המשיכה להפציר בו לשלוח אותה אל עמיתיו, ועל הרקע הזה נוצרו חיכוכים גדולים. בסופו של דבר, הוא הציע לה ששניהם יילכו לטיפול זוגי, והיא ניאותה.

אחרי הפצרותי הרבות, גוללה בפני ריטה את סיפורה. הם התחתנו והוא עודנו סטודנט לרפואה. היא למדה עיצוב אופנה וניבאו לה גדולות ונצורות בתחומה, אך היא ויתרה על לימודיה, ולמדה בקורס מזורז למזכירות, כדי שתוכל לפרנס אותם והוא ימשיך ללמוד. ילדם הראשון נולד כשג'ון סיים את לימודיו, מיד אחרי תקופת ההכשרה שעשה בבית-חולים, ואז נסעו לאנגליה, שם המשיך ג'ון בלימודיו. ילדם השני נולד שם, וריטה מצאה את עצמה בודדה מאוד, ונאלצה לכלכל את משק ביתה בצמצום רב. ג'ון היה עסוק בבית-החולים או בלימודיו, וכמעט שלא היה לו פנאי להתראות עם ילדיו ואשתו. השיעמו, מפח הנפש והעוני הטריפו את דעתה, אך המחשבה שבתום לימודיו הם ישובו הביתה, ההצלחה תאיר לו פנים, הם יחיו ברווחה ויהיה להם פנאי זה לזה — היתה לה מקור נחמה.

היא התאכזבה קשות. לאחר שחזרו מאנגליה, השקיע ג'ון את כל מרצו וזמנו להתבססות מקצועית כמומחה בתחומו. הוא אמנם הצליח מאוד, אך בשעות הפנאי שלו עסק במגוון תוכניות להשקעות הון.

כשהתחיל לעבור פסיכואנליזה, חשה ריטה קינאה על שעיתותיו בידי ללכת אל הפסיכיאטר שלו ולשתף אותו בחייו הפרטיים, אך בשבילה אין לו זמן. כשניסתה לומר לו כיצד הרגישה, הוא מעולם לא הקשיב לה, והתייחס בביטול לדבריה, כשהוא פוטר אותה במליצות סרק. במהלך הפגישה הם לא חדלו מלהשמיע דברי זלזול הדדיים, ולכן הצעתי להם להכין רשימת תלונות הדדיות ולהביא את רשימותיהם לפגישה הבאה.

כשחזרנו ונפגשנו אמרה ריטה, כי לא הכינה את הרשימה, וכי אין בדעתה להמשיך לבוא. כששאלתי אותה מדוע, השיבה שג'ון סירב לדבר איתה בבית על הפגישה שהיתה, או על מה שירשמו. הוא אמר לה, שעל דברים אלה יש לשוחח רק בפגישות המשותפות איתי. ריטה הרגישה שאין ביכולתה להסכים לכך. שעת שיחה אחת פעם בשבוע בנוכחותו של אדם זר? לא לכך פיללה.

ביקשתי לאמת את דבריה עם ג'ון, והוא אכן אישר אותם. אמרתי להם שהתלונות שלה ראויות לשיחה בפגישות המשותפות שלנו. ריטה נאחזה בדברי, וניצלה את הזמן שנותר עד תום הפגישה לפרט את דאגותיה. אחר-כך ציינה על מה מאלה תרצה לדבר עם בעלה בבית. בכל נושא קבענו זמן נוח לשניהם לשיחה שיקיימו בביתם בימים הקרובים. לקראת סיום הפגישה, אמרה ריטה שהיא מרוצה שמקצת מדאגותיה זכו לתשומת לב, וכי תהיה מאושרת אם ההחלטות שיתקבלו במשותף עם בעלה אכן ימומשו.

במשך מספר פגישות נוספות נסבו השיחות על בעיות מעשיות. בחלק מהפגישות שוחחנו על רגשותיהם ההדדיים ועל תולדות יחסיהם. הרגשתי מרוצה מהתקדמות הטיפול, וחשבתי שגם הם מרגישים כך. להפתעתי, בא ג'ון לשיחה הבאה לבדו. הוא סיפר לי שבשנתיים האחרונות הוא מקיים יחסים עם אשה אחרת. לאחרונה התחזקה מעורבותו, והוא החליט לעזוב את אשתו עוד לפני שבאו אלי לטיפול. לכן גם ראה חשיבות גדולה שאשתו תפנה לפסיכותרפיסט, כי חשש כיצד תגיב אחרי שיעזוב אותה. כיוון שריטה סירבה ללכת לטיפול לבדה, הציע לה ששניהם יפנו לטיפול זוגי, בדרך זו חשב שיווצר קשר בינה לבין פסיכותרפיסט. למרות שג'ון לא אמר זאת בגלוי, הוא

קיווה שהיא תפתח קשר אמיץ איתי, וכך יוכל לעזוב אותה בהשגחתי — הוא התכוון לשתף פעולה לכאורה עד שכך יקרה.

ימים אחדים לפני שבא לפגישה זו, הוא סיפר לריטה על האשה האחרת, ועל כוונתו לעזוב אותה. היא התמוטטה והוא נתן לה תרופות הרגעה במינון גבוה, שהוא עצמו רשם לה.

שניהם באו לפגישה הבאה. התרשמתי שריטה נפגעה עד עמקי נשמתה, שהיא ממורמרת, וכשדיברה — נשמעה מבולבלת. היא דיברה רק על נושא אחד: איך רימו אותה והוליכו אותה שולל. היא הרגישה שכל המסירות שלה, וכל שנות העבודה הקשה, הכל היה לשווא. פעמים אחדות חזרה ודיברה על התאבדות.

בסופה של אותה פגישה הסכמנו שאין טעם להמשיך בפגישות משותפות כיוון שאת רוב השיחה הם ניצלו להאשמות הדדיות. ריטה הסכימה להתראות איתי ביחידות.

עברתי איתה חודשים אחדים, במהלכם הביעה את הטינה ואת הזעם שהיו בלבה על התרמית של ג'ון ועל מעשה הנטישה שלו. היא ביטאה שנאה עצמית והביעה ביקורת עצמית חריפה, על היותה פתיה, על תמימותה כי האמינה בו ועל סכלותה. זמן כה רב הניחה לו להוליך אותה שולל. במבט לאחור הבינה, שהיא פשוט התעלמה מכל הסימנים הרבים לאי־נאמנותו.

עכשיו הבינה עד כמה פחדה. הפחד הפריע לה לקרוא את הכתובת על הקיר. היא גם הבינה שלכל הכאבים הפסיכוסומטיים, ולכל חולייה, היתה משמעות שונה מזו שייחסה להם. היה עליה להקשיב לגופה, אשר אמר לה שמהו לא בסדר. מצד אחר, הכאבים האלה היו גם המאמצים שעשתה כדי למשוך את תשומת לבו של בעלה, ולעורר את דאגתו, ובו בזמן, הביעה באמצעותם, על־ידי המבוכה הגדולה שהסבה לו, את הטינה שהיתה לה עליו. היא כעסה גם על־כך שהשפיע עליה לבוא לטיפול בהשתמשו בתואנות שווא, ובכך הולך שולל לא רק אותה, אלא גם אותי.

לפעמים ריטה כעסה מאוד על עצמה, מפני שלא עולה בידה להיחלץ מזה. הפציתי בה לעבד ככל הנדרש את תהליך הכאב והאבל על מות נישואיה — לא כל כך על חיי הנישואים כפי שהיו, אלא על

אלה שקיוותה להם. היה עליה להתאבל על תקוות שנגוזו ועל חלומות של חיים אליהם השתוקקה מימי נעוריה.

הצעתי שתחשוב על הרעיון שדמעות לא מעידות על חולשה, אלא על עצב, ושהיכולת לתת פורקן לדמעות – היא סימן לחוזק. ג'ון הוא שתמיד ציפה ממנה להתעלם מהרגשות שלה. עכשיו יכלה להניח לעצמה לעשות מה שעד עתה נאסר עליה ולבטא את רגשותיה.

משחלף זמן מה, היא נזכרה עד מה התלהבה בנעוריה מעיצוב אופנה, וכי המורים שראו את דגמיה ניבאו לה גדולות ונצורות. ג'ון התייחס בביטול להתעניינותה באופנה וראה בכך 'שטחיות וקלות דעת'. משהתחזקה הערכתה העצמית, ולאחר שביטחונה העצמי שב אליה, התחילה לעשות למען עצמה: לבסס את הקריירה שלה בעולם האופנה. היא גם פתחה בכל הסידורים הכרוכים בהגשת תביעת גירושים והסדר חלוקת הרכוש. באותו זמן החל ג'ון בגישושים שיועדו להחזיר את חייהם המשותפים לקדמותם. פרשת האהבים שלו הגיעה אל סופה והותירה אותו ככלי ריק. ריטה אמרה לי: "אין סיכוי", והוסיפה: "עשרים שנה ג'ון מכיר אותי, וזו היתה הפעם הראשונה והיחידה שהפתעתי אותו."

• • •

לא תמיד מי שבא לטיפול רוצה להשיג באמצעותו שינוי בחייו, אלא לעתים רצונו לשמור על הקיים. מי שבא לטיפול זוגי לא בהכרח ירצה לשפר את חיי הנישואים שלו. בעיני ריטה, הדרישה העיקשת, במשך שנים, כי תלך לטיפול יחידני, היתה הדרך שרצה ג'ון לכפות עליה את רצונו להמשיך באותה שגרת חיים; שבה רצה לסבך את בעיית יחסיהם.

לא תמיד 'אי שיתוף פעולה' מעיד על התנגדות לשינוי. אדרבה, יש והוא מורה על רצון לשינוי. כישלונה של ריטה להכין את רשימת התלונות היתה דרך חשובה להבטיח שהבעיות האמיתיות של הנישואים יובאו לידי עימות.

כפי שפעם אמר דודי הארי עליו השלום: 'יש דבר אחד בחיים שהוא גרוע מלא להשיג את מה שאתה רוצה, והוא – להשיג את מה שאתה רוצה'.
בסופו של דבר ג'ון השיג את רצונו – ריטה קיבלה טיפול פרטני.

הרהורים

הכלי העיקרי בשירותה של התרפיה היא הלשון. אפשר להשתמש במלים כדי לרפא, להעלים אמת וגם להכאיב. אפילו מלה דוגמת 'אהבה' אין לה משמעות קבועה.

לפני שנים אחדות סיפרה לי אשה אחת שלא אחת נהג בה בעלה אלימות, שתה לשוכרה וביזבז את ממנום. שאלתי אותה מדוע נשארה איתו. היא השיבה: "כי הוא אוהב אותי." שעה לאחר־מכן נפגשתי עם זוג אחר. הוא היה מנהל בית ספר חביב על תלמידיו והיא לימדה מוסיקה. בעיני כל ידידיהם והתלמידים, השניים הם נחשבו לזוג אידיאלי, וחייהם המשותפים היו מופת לחיי נישואים. חשוב מאוד היה להם שאיש לא יידע על בואם אלי. בכאב גדול, כשהיא בוררת את המלים בקפידה, סיפרה האשה שבעת החיזור אחריה, עוד לפני שהתחתנו, היא גילתה לו את אהבתה לשירתו של ביירון, אבל הוא שכח לחלוטין את העובדה הזאת. למרות שתיארה אותו כבעל מסור וקשוב לכל צרכיה, פרשת ביירון כה העכירה את רוחה עד שהיתה משוכנעת כי אהבתו אליה אינה אמיתית.

באחרונה בא אלי לטיפול אדם אומלל ומבולבל מאוד. הוא גילה שאשתו מתנה אהבים עם חברו הטוב ביותר. כשאמר לה כי הוא כועס עליה וכי נפגע עמוקות ממעשיה – השיבה: "הדבר רק מראה כמה שאתה אנוכי ומוכיח לי שמעולם לא אהבת אותי. אילו באמת אהבת אותי, היית שמח שמצאתי מישהו שמסב לי אושר כה רב." האיש האומלל היה מבולבל לחלוטין. האם היה רשאי להרגיש פגוע ולכעוס על אשתו כיוון שבגדה בו? ואולי הוא אדם אנוכי, שכלל לא מסוגל לאהבה אמיתית, שכן עינו צרה בסיפוקה האישי של אשתו?

לשון היא כלי התקשורת שלנו, אך טועה מי שחושב שמשמעות המלים הנאמרות מובנת מאליה; לעתים קרובות דרוש הסבר להבנת המשמעות. יש המתארים יחסים מחוץ למסגרת הנישואים כ'ניאוף', 'חטא בל יכופר' או 'בגידה', ויש המנסחים אותם במלים דוגמת: 'להתעסק מהצד' או 'לקפוץ ממיטה למיטה'. הביטויים הרווחים, על השוני שבהם, הם עדות לעמדות הסותרות המתקיימות בחברה שלנו זו לצד זו.

מבין כל הכוחות המשפיעים על חיי הנישואים, אפשר שכוחה של התנועה למען האשה הוא הגדול ביותר. היא קראה תיגר על מגוון רחב של הנחות יסוד בדבר היחסים בין המינים. הדרישה לשוויון, לא רק במקומות העבודה ובחברה בכללה, אלא גם בבית, בחיי המשפחה ובחיי הנישואים, יוצרת לחץ שלעיתים קרובות מוביל להתפרקות חיי הנישואים או למשבר שהיה למאפיינם הקבוע. מצד אחר, אצל זוגות נשואים רבים, השינוי נושא ברכה לשני השותפים. זוגות נשואים מבקשים את עזרת התרפיה משום שהם חווים את ההבדלים ביניהם בצורה שלילית, כמקור למתח ולכאב. החוויה שלהם נקבעת במידה רבה על-ידי יחס ההערכה או הזלזול של בני הזוג כלפי ההבדלים האלה.

ההבדל בין המינים מסתמן בתרפיה מן הרגע הראשון. בדרך כלל האשה היא שמתקשרת לקבוע את הפגישה הטיפולית, ובמהלכה, היא המעלה את הבעיה. היא שמגלה דאגה גדולה למצב הנישואים, והיא הנוטלת את האחריות למצב זה. לעתים קרובות, היא מנסה להתמודד עם הבעיה הקיימת, ראשית כל, בשיחה עם בעלה, עם קרובים ועם ידידים, ורק אחר-כך היא מבקשת עזרה טיפולית. לעתים קרובות, הבעל מקל ראש בבעיה, או שהוא מכחיש את קיומה. יש בעלים שלא מוכנים לבוא לתרפיה. לרוב הבעל מעלה את הבעיה בקיצור וממעיט בחשיבותה. בחדרו של מטפל, הבעל חש שלא בנוח יותר מאשתו.

התלונות השכיחות ביותר של נשים הן על תקשורת דלה, על-כך שהאינטימיות וביטויי החיבה מעטים מדי, על הקושי של בעליהן להביע רגשות ועל רמת מעורבותם הנמוכה בנישואים ובחיי המשפחה.

לעתים קרובות, הבעלים עומדים נבוכים מול הביקורת והתלונות של נשותיהם. הם מרגישים שאין לכך הצדקה. הם טוענים שנשותיהם חוטאות ברגשנות יתר ושהן לא הגיוניות. הם מרגישים את עצמם מבודדים במשפחתם, משום שיש ברית בין האשה לבין הילדים; לעתים קרובות הם מרגישים שהם עושים כמיטב יכולתם, אבל האשה והילדים לא מעריכים כראוי את מאמצייהם.

על פי המסורת חונכו הנשים לדאוג לצרכי הזולת, לטפח את חיי הנישואים ולטפל בצרכים הפיסיים, הרגשיים והפסיכולוגיים של הבעל ושל הילדים. משתגלו קשיים בחיי המשפחה, הן חוות אותם ככישלון אישי המשקף את אי-כשירותן ואת חוסר ערכן.

כשאשה מבקשת עזרה בתרפיה, היא שואפת לשפר את התקשורת, את האינטימיות ואת המעורבות במשפחה, ועל הטיפול למצוא מענה לשאיפות הללו. לעתים קרובות, הבעל רוצה שהטיפול לא יימשך לאורך ימים ושיהיה יעיל, מכוון לפתרון הבעיות ושכתוצאה ממנו תגדל ההערכה אליו.

שיטות הטיפול המשפחתי והטיפול לזוגות נשואים הן רבות ושונות, החל בטיפול קצר-מועד, שעיקרו חתירה לקראת פתרון רציונלי ואפקטיווי של הבעיות, ועד לטיפול הממושך, שמקצתו בירור מעמיק של הרקע המשפחתי של בני הזוג, ומטרתו להביא לתקשורת טובה ביניהם ולעודדם לבטא רגשות.

כדי לספק את הצרכים ולענות על הציפיות של בני זוג העומדים בפני משבר בנושא זה, על המטפל למצוא את הדרך הטובה שתתאים לשניהם. כשמוצאים את הדרך, לשביעות רצונם של בני הזוג, יש בכוחה לסייע לבני הזוג לחוות את ההבדלים ביניהם כגירוי לצמיחה וליצירתיות, ולא כמקור לכאב ולייסורים.

חלק שלישי

יחסים

“חינכו אותי לחייך ולסבול”

מבוא

אנשים באים אלי מסיבות שונות. יש מי שהחיים הם לידם כאב ראש גדול, יש החשים אי־נחת כללית ויש הלוקים בדיכאון. יש להם קשיים ביחסיהם עם עצמם ועם זולתם, עם ילדיהם, בני זוגם, הוריהם, אחיהם ואחיותיהם.

את עבודתי התחלתי בטיפול פרטני בילדים. כעבור שנים אחדות התמקדתי במשפחות ובזוגות. שנים רבות הקדשתי לקידום הטיפול המשפחתי. להצלחה יש מחיר, וכיוון ששמי נודע כמטפל במשפחות, לעתים קרובות מניחים שאני רואה את עצמי מחויב, בראש ובראשונה, לשמירת אחדות המשפחה. זה לא כך. אני ער מאוד לכך שבתוך המשפחה מתרחשים מעשי אלימות, התעללות, גילוי עריות וניצול לרעה.

השם שיצא לי כמטפל במשפחות מפריע לי בעוד מובן. יש המניחים שאני מסרב לטפל במי שמעוניינים בטיפול פרטני. ושוב, אין דבר רחוק יותר מהאמת.

אני סבור שמצבים רבים מחייבים טיפול פרטני. ההחלטה אם לבוא לטיפול לבד או עם אחרים נתונה למשא ומתן בין כולנו. לעתים קרובות, בדיקת משמעות ההחלטה הזאת חשובה יותר מההחלטה עצמה.

עליות ומורדות

פעם אחר פעם ברחזה אמילי, בת ארבע-עשרה, מביתה. היא נהגה לשוטט ברחובות ללא מטרה, ובכל פעם החזירה השוטרים שמצאו אותה אל ביתה.

ג'ק, אביה, היה מפעיל עגורן. רוב שנות עבודתו עברו עליו כשהוא יושב גבוה מעל העיר, מפעיל את העגורן, מעלה ומוריד משאות. עבודתו דרשה מיומנות רבה, זהירות ותשומת לב.

ג'ק נולד באנגליה, ואביו מת כשג'ק היה בן שתיים-עשרה. אחרי מות האב, ג'ק נשא בעול הטיפול באמו, שכמעט תמיד היתה חולה. זמן מה שירת בצבא הבריטי והוצב בגרמניה, אך בשעה שרוב חבריו בילו את שעות הפנאי בחברת נערות או בבארים, ג'ק חסך פרוטה לפרוטה ושלח את חסכוניו לאמו.

כשחזר לאנגליה, נשא לאשה את גלדיס, ואמילי נולדה. גלדיס חלתה לעתים קרובות, וג'ק טיפל בה במסירות גדולה. נוסף על-כך, לעתים קרובות נעלבה גלדיס מאוד, או כעסה מאוד על אמילי והרגישה מפח נפש, ואילו ג'ק גילה הבנה בכל מצב, ידע לעזור לגלדיס, להרעיף עליה תשומת לב, ותמיד ניסה להרגיעה. כל אותה עת המשיך לדאוג לצרכי אמו. יום אחד החליט, בעיקר מסיבות כלכליות, להגר לאוסטרליה. הם קמו ונסעו, ואת האם השאירו מאחוריהם.

למרות שמדי פעם גם ג'ק כעס על אמילי, הוא משל ברוחו. הוא ניסה לדבר איתה ולהבין אותה, וחשש שסופה יהיה בכי רע. הוא בא לאוסטרליה כדי להעניק למשפחתו חיים טובים, והוא עבד קשה מאוד כדי לאפשר להם חיים נוחים שמעולם לא היו לו. עכשיו דומה היה שהכול מתפורר. ואם לא די בכך, הוא המשיך לקבל מכתבים של מצוקה מאמו, על בריאותה המידרדרת ועל בדידותה הקשה, והדאגה לה לא נתנה לו מנוח.

כדי להתמודד עם כל דאגותיו, נטל ג'ק תרופות הרגעה. מעולם לא סיפר לאיש על מצוקתו, וכדרכו, המשיך להרעיף תשומת לב ואהדה על גלדיס ועל אמילי. וכך נהג כל העת למרות החשש, שהוא מתקרב לנקודת השבירה שלו.

שאלתי אותו שוב ושוב כיצד הרגיש והתמודד עם כל מה שסיפר לי. שאלות על תחושותיו הוא היו בשבילו חידוש מוחלט.

מכתבי אמו המשיכו להגיע ומצוקתו החריפה. הצעתי לו שיכתוב לאמו ויספר לה כיצד הוא מרגיש עם קריאת מכתביה, אך הוא לא יכל לעשות מעשה כזה. הוא לא כתב לה ושקע יותר ויותר בדאגתו ובאי־השקט הפנימי שלו, והצורך שלו בתרופות הרגעה הלך וגדל.

יום אחד סיפר לו חברו על נסיעתו הקרובה לאנגליה. ג'ק ביקש ממנו לבקר את אמו. כעבור שבועות אחדים שמע ג'ק מחברו כי אמו נראית נפלא. ככל הכפר לא היתה אשה מהודרת בלבושה כמותה, ולא היה אפשר למצאה בביתה כיוון שבילתה עם ידידה החדש, שהסיעה לכל מקום ביגואר שלו, דגם E.

כששמע ג'ק את החדשות האלה, עלה בידו לכתוב לה על מקצת ממצוקתו, והוא גולל את דאגתו התמידית לה. היא ענתה במכתב מרגיע. אט־אט שיקפו מכתביו של ג'ק במידה רבה יותר את חרדתו ואת רגשות האשם שלו, ומכתבי אמו — את ניסיונותיה להרגיעו. במכתביה תיארה בפרוטרוט את חייה הטובים, והחלה להביע דאגה לשלום בנה. למרות שג'ק מעולם לא הודה בכך, התפקיד החדש שנטלה על עצמה — תפקיד האם הדואגת — נגע ללבו.

ג'ק החל להביע את מצוקתו ואת צרכיו. גלדיס, שעד כה היתה שקועה בעצמה ובחולייה, התחילה להתעניין בשלומה, ואט־אט החלה לדאוג לצרכיו. בינתיים, דומה היה שאמילי עולה כפורחת נוכח 'ההזנחה המבורכת' של הוריה. ככל שהוריה התערבו יותר זה בחיי זה, הלכו ופחתו בעיות ההתנהגות שלה.

• • •

הקשיים של ג'ק השתקפו עם נשים בנות שלושה דורות: עם אמו, אשתו ובתו. הוא עשה כמיטב יכולתו לדאוג לשלושתן. תמיד נתן הרבה וקיבל מעט. משחר נעוריו טיפל באמו — כך חונך — אך מעולם לא דאגו לו ולפיקדן, לא ידע לדאוג לעצמו.

כששאלתי לשלומה, נהגתי בדרך שהיתה זרה לו לחלוטין. כשהצעתי לו לכתוב לאמו כיצד הוא מרגיש באמת, בעצם המלצתי לו לשנות

הרגל חיים וגם את זיקת הגומלין שלו אל אמו. קיוויתי שיהיה בכוחו לשנות את דפוס זיקת הגומלין שלו עם האדם הנחשב ביותר בחייו, ואז יוכל אולי לשנות זיקות גומלין נוספות עם אשתו ובתו. חשבתי שהשינוי שיחול בו בדרך זו גם יביא לשינוי בדרך בה חווה את עצמו.

הוא לא היה מסוגל לשמוע בעצתי, אך יד המקרה באה לעזרתו. אפשר שסוף־סוף גיק היה בשל לשינוי, וכשנקרטה בדרכו ההזדמנות המתאימה, ידע להפיק ממנה את המרב. ואולי, כשהמזל מאיר פנים, כוחו רב מזה של הגדול שבמטפלים?

אז מה?

פול היה בן חמש כשאובחנה אצלו סכיזופרניית ילדות. בעת ההיא הוריו, שהיו אוסטרים, גרו באמריקה איתו ועם אחותו, בת שנתיים. המשפחה נשארה באמריקה עד שפול היה בן תשע־עשרה, ואז פרשו ההורים מחיי עבודה והמשפחה חזרה לאוסטרליה.

כשהתבקשתי לראות את המשפחה, היה פול בן עשרים ושש, ומילדותו טיפלו בו תרפיסטים רבים. המשפחה סיפרה לי את תולדות הבעיה ותיארה את המצב בפרוטרוט. ניכר היה בהורים כי העריכו מאוד את ההזדמנות לספר על הכל, ונראה שחשו בשל כך הקלה כלשהי. אחותו של פול ניצלה את ההזדמנות לדון באחדות מבעיותיו של החבר שלה, וכך, הפיקה גם היא תועלת כלשהי מהשיחה. על כל פנים, בעקבות שיחה זו, לא ניכר בפול שינוי כלשהו. רוב הזמן היה ספון בחדרו, שקוע כנראה בעבודתו על המצאותיו.

יום אחד אמר אביו של פול, כי הוא מודאג במיוחד. פול מסתגר בחדרו וכלל לא יוצא מהבית; אפילו לרדת לרחוב לקנות משהו לא הסכים. כששאלתי את פול על־כך, הוא אישר את דברי אביו, והסביר כי פחד לצאת משום שאנשים נועצים בו מבטים וחושבים עליו.

אני: מה הם חושבים?

פול: כל מיני דברים.

אני: איזה דברים?
 פול: אני לא יודע. כל מיני דברים.
 הוא לא היה מסוגל לפרט יותר מזה. אמרתי בלי משים, "האם חשבת אי-פעם לומר לעצמך: אז מה? שיחשבו מה שהם רוצים?!"
 פול: (בתדהמה מוחלטת) אנשים עושים דבר כזה?
 אני: ודאי, לעתים קרובות מאוד.
 פול: (מתחנן ומתרגש) האם גם אני יכול לעשות את זה לפעמים?
 אני: ודאי שאתה יכול. לאמיתו של דבר, זה רעיון טוב — אני ממליץ עליו.

שיחה זאת היתה לנקודת מפנה בחיי פול. הוא העז לצאת מהבית ותירגל את ה'אז מה?' שלו. מדי פעם שאל אותי איך אנשים אחרים התמודדו עם בעיותיהם. הדרך הזאת הובילה לשיפור מסוים, וכעבור זמן מה התחיל פול לבקר במועדון היומי של האגודה לבריאות הנפש. עבודתי עם פול התקדמה באיטיות ולא הצטיינה באירועים רבים. יום אחד, כשהתקרב מועד נסיעתי לחוץ לארץ, למשך שנה, פול ואני שוחחנו על סיום הטיפול. בפגישה שהיתה בעקבות שיחה זו, המשפחה דנה איתי באפשרות שגם הם ייסעו לחוץ לארץ כדי שיוכלו להמשיך את העבודה איתי. הייתי המום. זה נראה לי צעד גדול מאוד. אני הנחתי שההתערבות הטיפולית היחידה מצדי שנודעה לה חשיבות הסתכמה כל כולה באמירה הזאת — "אז מה?!"
 שאלתי אותם מה בטיפול הניע אותם לחשוב על צעד כה רציני. "הרבה שנים אנחנו בטיפול", אמרו לי, "הכרנו הרבה מטפלים, אבל אתה היחיד שחיבב אותנו."

• • •

אכן, חיבבתי את פול ואת בני משפחתו. כמו רוב האנשים הלוקים בסכיזופרניה, ניחן גם פול בנפש רגישה. יכולת השיפוט החברתית שלו היתה דלה ביותר. כך, למשל, לא יכול להבין אכזריות אנושית. גם מעשה אכזריות שכיה היה תמוה בעיניו ובחששו שמא ירמוס, חלילה, פרח, נזהר ברגליו מאוד-מאוד. הוא גם התקשה מאוד לשים

חיץ בינו לבין גירויים לא רצויים לו כדי כך, שבשבילו עצם האפשרות לומר: "אז מה?" היתה עזרה חשובה. ואולי זו תמציתה של כל אסטרטגיה טיפולית: רצוי להציע פתרון שעדיין לא הועמד בניסיון. אין זה חייב להיות פתרון יוצא דופן או בלתי רגיל. לפעמים הטיפול הטוב ביותר שאפשר לתת לבעיה ישנה וכאובה, מזדמן לך, כשעולה בדעתך פתרון חדש, אך גם פשוט מאוד.

אכזריות אמיתית

רופא כללי הפנה לטיפול את מר וגברת וויין ואת בנותיהם, שירלי ואוה.

גב' וויין: קראת את מכתבו של הרופא?

אני: לא, אני מעדיף לשמוע מכם.

גב' וויין: אני בדיכאון חמור זה זמן רב. אני לא מוצאת טעם בחיים, ואני באמת לא רוצה להמשיך כך. פעמיים ניסיתי להתאבד. הייתי בטיפול פסיכיאטרים רבים. טיפלו בי גם בהלם חשמלי. נתנו לי תרופות בלי סוף, אבל שום דבר לא עוזר לי. אני אשה חולה מאוד. יש לי בעיות לב, ולפני שנים אחדות היה לי שבץ קל, ומאז אני סובלת מחולשה. מאז עזבו בנותינו את הבית, לפני עשר שנים, בעלי ואני לא מדברים. אנחנו כועסים מאוד זה על זה, אבל אנחנו לא אומרים מלה. אני מנקה את הבית, אני מבשלת, שנינו יושבים לאכול ולא מחליפים מלה. הבנות שלי לא באות אלי ולא מטלפנות; הן לא שואלות לשלומי, אם אני צריכה משהו. כלום.

גברת וויין היתה אשה נמוכת-קומה, עיפה למראה, בשנות השישים לחייה. היא דיברה בשקט, באורח ענייני, כאילו ידעה היטב על מה היא מדברת, וכל שנותר לה לעשות הוא רק לחזור על דבריה. היא דיברה בקול כאוב.

מר וויין: היא צודקת, אנחנו לא מדברים. אין לנו מה לומר זה לזה, ומוטב כך. בימים שדיברנו, היא לא חדלה לומר לי

שאני לא מרוויח דיי; שלא הייתי נחמד אליה, שמעולם לא עזרתי לה די. מעולם לא אמרה אלא דברי ביקורת. הדבר הטוב ביותר שקרה לנו מאז עזבו הבנות את הבית הוא שהפסקנו לדבר ושיש לנו חדרים נפרדים. אני בשלי והיא בשלה. אני משלם את החשבונות והיא מבשלת. היא מנקה את הבית ביום ובלילה, ואני פשוט מסתלק משם ומניח לה לעשות את שלה.

הבנות היו תמימות דעים עם אביהן. הן אמרו שאמן תמיד אומללה ותמיד לא בריאה, והיא מתרצצת מרופא למשנהו. כל שעשו היה למורת רוחה, גם כשהניחו הכל מידן כדי להיענות לקריאותיה. הדבר היחיד שאמרה להן הוא שלא אכפת להן ממנה ושהיא לא מעניינת אותן. לבסוף, לאחר שעשו כמיטב יכולתן במשך זמן רב, מבלי שיחסה השתנה ולו במשהו, החליטו להתחשב קודם כל במשפחותיהן.

אני: אילו הצלחת בניסיונות ההתאבדות, איך, לדעתך, הדבר היה משפיע על בעלך ועל בנותיך?

גב' וויין: למה לא תשאל אותם?

שירלי: דיברנו על-כך בעבר. בכנות? אנחנו חושבים שהיה לנו טוב יותר. החיים היו קלים יותר.

מר וויין: אני מסכים.

(אווה מהנהנת בראשה לאות הסכמה)

נדהמתי. בלי משים אמרתי לגברת וויין: "אני לא מופתע שאת מרגישה שלא כדאי לחיות ושחשבת ברצינות לשים קץ לחייך." לרגע השתנתה הבעת המסכה שלה. על פניה התפשט עצב ודמעות אחדות זלגו מעיניה כשאמרה בקול רועד: "במשך שנים ביקרתי אצל רופאים שונים. ניסיתי לספר להם איך זה, כמה רע לי, אבל איש לא הקשיב לי באמת. אף אחד לא הבין כמה רע לי."

אני: אני יכול לתאר לעצמי שיש עוד הרבה מה לומר. שכולכם רק התחלתם לספר לי על הכאב ועל הטינה שהרגשתם כל השנים האלה. חבל שעלינו להפסיק עכשיו. בואו נמשיך לדבר על זה בפעם הבאה.

אחרי לכתם קראתי את מכתב ההפניה, שאכן אישר את סיפורה של גברת וויין.

שלושה שבועות אחר-כך, חזרו מר וויין ובנותיו אל הקליניקה.
 מר וויין: מיד לאחר שיצאנו מהפגישה איתך אמרה אשתי שהיא לא רוצה לבוא יותר. היא לא צריכה את זה. החלטנו לבוא בלעדיה. ייתכן שבמובן מסוים זה טוב, כי עכשיו אנחנו יכולים לדבר באורח חופשי. אחרי שהיינו אצלך, אשתי אמרה שהיא לא רוצה לראות אותך ולא רופאים אחרים. היא הולכת לעזור לעצמה, כי אם היא לא תעשה את זה, איש לא יעשה את זה. היא הולכת לדאוג לעצמה והיא תעשה מה שהיא רוצה. היא אמרה: "לא אכפת לכם ממני, למה שלי יהיה אכפת מכם? מצדי, שתלכו לכול הרוחות."
 איה: מאז עזבנו את הבית, אמא מטלפנת אלינו יומם ולילה. אבל בשלושת השבועות האחרונים היא לא טילפנה אפילו פעם אחת. כשהתקשרנו אליה, היא אמרה שהיא עסוקה מאוד ואין לה זמן לדבר, או שהיא בדיוק עומדת לצאת.
 שירלי: אתה יודע? היא אדם אחר לגמרי. אולי זה לא יימשך הרבה זמן, אבל בשלושת השבועות האחרונים היא מתנהגת אחרת לגמרי. מעולם לא ראינו אותה כך. האם ייתכן שינוי מוחלט באישיות אצל אשה בשנות השישים לחייה?
 מר וויין: באמת באנו לשאול אותך מה הביא לשינוי כזה אצלה?
 אני: מה דעתכם? אני בטוח שחשבתם על-כך רבות. אני מעוניין מאוד לשמוע מכם, איך אתם מפרשים את השינוי הדרמטי הזה.
 מר וויין: כן, דיברנו על-כך רבות, אבל זה לא מובן לנו כלל.
 אני: אתם זוכרים? בפגישה הקודמת אמרה גברת וויין שזו הפעם הראשונה שהיא מרגישה שמבינים אותה ושמתייחסים ברצינות למה שעובר עליה. אולי דבריה אלה יכולים להסביר את השינוי שחל בה?
 איה: לומר את האמת, כשאמרנו לך שמוטב היה אילו היינו בלי אמא, לא אמרנו דבר חדש. אמרנו את זה או רמזנו לכך פעמים רבות.

אני: אולי נודעה לכך משמעות שונה כשאמרתם את זה בקול רם וחד-משמעית, והיא שמעה זאת מכם בשקט של חדרי, בנוכחותי, איש מקצוע שהוא אדם זר לה?

ארה: אני מניחה שכן.

אני: כולכם מזכירים את הדברים שאתם אמרתם לה, אבל מדברי אמכם השתמע שהיא הרגישה שעזר לה מאוד שמבינים אותה. שמישהו סוף-סוף הקשיב לה.

ארה: אולי זה עזר לה, אבל אנחנו לא חושבים שזה מה שבאמת יכול להביא לשינוי כזה.

מר וויין: אתה חושב שזה כל ההסבר, או שיש משהו נוסף?

אני: מהדברים שאמרת לי היום הבנתי שהיא החליטה להשתנות על אפך ועל חמתך. אולי בעבר, כשחשבה להתאבד, היתה זו דרכה להעניש אותך, לגמול לך, על הכאב, על ההשפלה ועל האכזבות שנפלו בחלקה. כששמעה בבירור שאם היא תסתלק מחייך תקדם זאת בברכה, היא הבינה שאין טעם להיות אומללה ולטפח מחשבות אובדניות.

שירלי: זו בדיוק אמא... היא חושבת שמצאה דרך חדשה לענות אותנו. הפעם, בכך שהיא תיהנה מהחיים. זה רק מראה עד כמה היא טועה. אנחנו מאושרים. אנחנו רק מקווים שזה יימשך.

כעבור חודשים אחדים פגשתי את הרופא שהפנה אותם אלי. הוא סיפר לי שגברת וויין הפכה לאדם אחר. הוא ראה אותה רק פעם אחת מאז ביקרה אצלי. לפני-כן ראה אותה מדי יום ביומו.

"מה עשית לה?" שאל.

• • •

בדרך כלל, חיי משפחה טובים יותר כשהתקשורת טובה. עליה להיות ברורה וישירה ולחגיע ליעדה. הוא הדין אפילו בתקשורת שמסריה עוינים ומשדרים דחייה.

אולי מה שבאמת עזר לגברת וויין, היתה העובדה שבפעם הראשונה, שמעה בבירור מפי בני משפחתה מה חשבו. הרחק

מהשקט שבחדרי, ובלי נוכחות זרה, אולי לא היתה מסוגלת לשמוע, ואין ספק שלא יכולה להאמין למה שנאמר לה. היא זלזלה בדבריהם, חשבה שהם מדברים מתוך כעס, שהם לא מתכוונים למה שהם אומרים. הפעם, היא שמעה אותם חזק וברור.

היא אמרה שההבנה שגיליתי למה שעובר עליה, עזרה לה. הבנה רבת משמעות כזאת לא היה אפשר להציע לה, לפני שנחשף במלואו כל מצבה, לפני שהדחייה, העוינות והבדידות שלה נאמרו בפה מלא. רק אז היתה מסוגלת להעמיד את צרכיה במקום הראשון.

פתגם יהודי עתיק אומר: "אם אין אני לי מי לי, וכשאני לעצמי מה אני, ואם לא עכשיו אימתי?"

הימנעות

לפני שנים אחדות באו אלי תום ואשתו. היא התלוננה על חוסר רגישותו ועל-כך שאינו מביע רגשות. באלה תלתה את הקולר להיעדר אינטימיות וקרבה בחיי הנישואים שלהם. עוד אמרה, כי ילדיהם התלוננו על דרישות-היתר והביקורתיות החריפה של אביהם.

בעיני תום היו דבריה אלה האשמות שמקורן בכעס, ולכן דחה אותן. הוא טען כי התנהגותו סבירה לחלוטין ואף מובנת נוכח התנהגותה כלפיו. הוא אמר כי למיטב הבנתו, אין לו שום בעיות עם הילדים. זמן קצר המשיכו לבוא לטיפול, אך נראה שנישואיהם לא היו בני קיימא, וכעבור זמן קצר הם נפרדו.

שלוש שנים לאחר מכן, טילפן תום לקבוע פגישה. הוא סיפר לי, כי לאחר שעזב את אשתו, קיים יחסים קרובים עם נשים אחדות, ושותפתו הנוכחית ליחסים חשובה לו מאוד. נשים, שחשב כי אינן בנות השגה, היו מעוניינות בקשר איתו וזה היה לו מקור עידוד. הציקה לו העובדה, כי בשלב מסוים, חזרו כל הנשים האלה על דברי אשתו: שאין בו רגש. בעצם, הן אמרו יותר מזה: שתחילה נמשכו אליו כי נראה להן אדם בעל רגש, אבל דומה היה כי לא יצא מן הכוח אל הפועל ונותרה להן רק אכזבה ומפח נפש.

הוא סר אלי כדי לשוחח על הבעיה הזאת, וקיווה שיבין אותה בעזרתי וימצא לה פתרון.

אחד הדברים הראשונים שעלו על הפרק, היתה דברנותה היתרה של אמו. דברנית גדולה היתה, ובכל הזדמנות הביעה בגלוי גם את רגשותיה וגם את דעתה. היא היתה גם שתלטנית גדולה. היא משלה ביד רמה, ואביו, שהיה אדם שקט, שתק/ ואוהב ספר, ידע את מקומו. על-פי תפיסתו של תום, אמו הביעה רגשות והשתמשה בהם כדי להשליט את רצונה ולמשול בזולתה, ולא על מנת לבטא אינטימיות וקרבה. הוא גדל ודעתו נחושה, כי לא יילך בדרכי אמו, ולכן כה הקפיד להסתיר את רגשותיו. בעיני רוחו העצים את דמות אמו, ומאבקו בה כה העסיק אותו, עד כי מעולם לא עצר לחשוב על יחסיו עם אביו. יום אחד, כשדיברתי איתו על אביו, פתאום נראה תום כה פגיע, כאילו השתלטו עליו רגשות שכמותם לא ידע מעולם. כיוון שנראה לי כה שביר וחשוף, שיניתי את נושא השיחה.

כעבור חודשים אחדים אמר לי תום, שהשיחות על יחסיו עם אמו עזרו לו להבין את קשייו בנושא הבעת הרגשות ואף להשלים איתם. ואז הוסיף: "נקודת המפנה האמיתית חלה אצלי אחרי שהרגשתי שאתה נמנעת מללחוץ עלי לדבר על אבי. זה היה הדבר שממש גרם שינוי אצלי, וכתוצאה ממנו, כיום אני אדם מרגיש יותר משהייתי בעבר."

• • •

מסתוריות הן דרכי החיים. הבעת הרגשות שאפיינה את אמו של תום הניעה אותו להתרחק מרגשותיו ולהימנע מהם, אבל הימנעותי משיחה בנושא רגשי מאוד בשבילו, סייעה לו לקדם פניהם בברכה.

בעיטה מדברת

גברת ניוטון, אלמנה בת שישים ושתיים שבעלה מת לפני עשר שנים, הופנתה אלי לטיפול. בשלוש השנים האחרונות היא סבלה מדיכאון

חמור וטופלה בתרופות נגד דיכאון, אשפוזים רבים וגם בהלם חשמלי, אבל כל אלה לא שיפרו את מצבה לאורך ימים.

נקבעה פגישה לגברת ניוטון ובני משפחתה. כולם באו מלבד הבן הצעיר, דונלד. שלושת הבנים ושתי הבנות שבאו, גרו כולם מחוץ לבית. כולם טענו שדונלד, שחי עם אמו, הוא הבעיה העיקרית. הוא נהג באמו גסות ותוקפנות, גר לסירוגין בבית ומחוצה לו, והתרועע עם אשה שלא היתה חביבה על אמו.

דונלד בא לפגישה שאחרי כן, עם כל בני המשפחה. הוא יצא בדברי חרפות על אמו והוסיף: "הצרה איתה שהיא רק מרחמת על עצמה. הגיע הזמן שהיא תפסיק להיות סמרטוט כזה, ושתפסיק בטיפשותה לנפח כל שטות. שתתחיל לחיות קצת."

שבוע לאחר־מכן עזב דונלד את הבית. הבעתי בקול את תהייתי האם דונלד קם והלך כיוון שחש שכך יקל על חיי אמו. הערתי, שאפשר גם לראות זאת כצעד חיובי של אדם צעיר המנסה למצוא את דרכו בחיים. לגברת ניוטון היו רגשות מעורבים בנושא הזה, ורציתי שתראה את ההיבטים החיוביים.

היא המשיכה לבוא אלי לבדה לפרק זמן מסוים, ואט־אט נעלם דיכאונה. גם לאחר מכן המשיכה לבוא, ושוחחה איתי על אחדות מבעיותיה, ובהן פחד־חוצות (אגרופוביה), שממנו סבלה רוב חייה. בדרך כלל הוא לא הציק לה יתר על המידה, אך לפעמים הותיר אותה חסרת אונים. במהלך השיחה הוברר גם כי כל אימת שדונלד בא לבקר אותה, הוא פוגע בה בגסות רוח, נוהג תוקפנות ומאשים אותה כי נתנה לו פחות מנכסי המשפחה משהעניקה לאחיו ולאחיותיו.

כשהקשבתי לה, עלתה בזיכרוני המימרה היהודית הנושנה: "לעשירים אין ילדים, רק יורשים."

היא הוסיפה וסיפרה לי על בעיות נוספות. כך, למשל, התקנאו קרובי בעלה בעושרה; היא התקשתה לחיות לבד, שכן תמיד הוקפה במשפחה גדולה. בילדותה — אחיה ואחיותיה, ולימים — כל ילדיה; היא אף סיפרה על בעיותיה הקשורות לדונלד, אשר התמיד בביקוריו הלא נעימים.

במהלך אותה שנה שוחחנו על דרכים רבות להתמודדות עם כל הבעיות האלה, והיא נחלה הצלחה מסוימת. סוף-סוף היה בכוחה לומר לדונלד כי תשמח אם יסור אל ביתה ובלבד שינהג נימוס ואדיבות. פחד-החוצות שלה הלך ודעך בהדרגה. עכשיו יצאה לבדה מהבית, ורק לעתים רחוקות נתקפה חרדה.

יום אחד באה לבקרה חברה משכבר, ולא חדלה מתלונותיה על מר גורלה ועל בעיותיה ודאגותיה. גברת ניוטון היטתה אוזן קשבת וגילתה אהדה, אלא שאחרי-כך חזרו ונשנו התקפי פחד-החוצות.

כששמעתי זאת, סיפרתי לה את הסיפור הבא:

"לין, פסיכיאטרית צעירה ומסורה לעבודתה, באה אלי כדי שאנחה אותה. היא רצתה לשוחח איתי על דרכים לשפר את עבודתה עם המטופלים שלה. בין השאר טיפלה באנשים איומים וקשים מאוד: אנסים, רוצחים ומי שהתעללו מינית בילדים. להוטת היתה למצוא דרכים להבין אותם ולשפר את הטיפול בהם, אך אני לא יכולתי לשמור על קור רוחי ואמרתי לה: 'איך את יכולה לסבול את מראה האנשים האלה, שעה אחרי שעה, יום אחרי יום? אני לא הייתי עומד בזה. זה היה מוציא אותי מדעתי'."

"לין פטרה את דברי כלאחר יד ואמרה: 'זה באמת לא מטריד אותי. זו עבודה חשובה, ויש לעשותה, לכן, אני עושה אותה.' היא היתה צעירה ונחושה בדעתה, ואני המשכתי להנחות אותה כפי שביקשה.

"כעבור שנה הבחנתי שלין לא הזכירה זמן רב חולים רבים שבעבר סיפרה לי עליהם. שאלתי אותה על-כך והיא השיבה: 'אתה יודע שהם מעולם לא הטרידו את שלוות רוחי; אפילו חיבבתי אותם למדי. זה פשוט מפני שאני בהריון, וכל אימת שהתראיתי איתם התינוק שלי בעט כל-כך חזק, שהנחתי שהוא לא אוהב אותם והייתי חייבת להפסיק לראות אותם!'"

במשך השנים שטיפלתי בגברת ניוטון, אחדות מהתערבויות המקצועיות נחלו הצלחה. אבל הסיפור הזה היה גולת הכותרת בעבודתי איתה, והיא לא חזרה להתלונן על פחד-החוצות לעולם. באחד מימי התחרויות על גביע מלבורן, כפי שסיפרה לי אחרי אותו אירוע, היא הרגישה טוב. היא אמרה שמעולם לא הרגישה כה

חופשייה וחסרת דאגה. לראשונה בחייה, היא נהגה לבד במכונית למלבוך (שלוש שעות נהיגה!) והלכה לבד לאירוע הזה שהמונים נוהרים אליו. היא הבחינה בסוס ושמר 'סו דרינג' (העזה שכזאת), שסיכוייו היו ארבע-עשרה לאחד, הימרה עליו, והוא זכה! אלא שאחר-כך רצתה לבעוט בעצמה על שהימרה עליו בשלושת המקומות הראשונים, במקום להמר עליו כזוכה במקום הראשון!

זעם אדום

כשהיתה ג'וליה בת ארבעים ואחת, למדו שלושת ילדיה בבית-ספר, והיא החליטה לחזור להוראה. במהלך קורס שנתי על התפתחות אישית, שבו השתתף צוות המורים, מצאה עוז בלבה לדבר על החיים ועל יחסים אישיים, כפי שלא עשתה בכל שנות הנישואים וההורות שלה. אט-אט התחזק ביטחונה העצמי, והיא ראתה עצמה כאשה מוכשרת ועצמאית.

במרוצת חיי הנישואים התעלמה ג'וליה מפרשות אהבים אקראיות של בעלה. עכשיו, לא חששה להתעמת איתו. הוא הודה שהיא צודקת, אבל, למה לא להמשיך? הדבר לא פגע באיש, שהרי היה בעל טוב ופירנס את משפחתו בכבוד. הוא תבע מג'וליה לנמק כהלכה מדוע עליו להפסיק. היא מנתה סיבות אחדות, אך כולן היו רגשיות, ולא עלה בידה להתגבר על גישתו השכלתנית. כמוצא אחרון, הציעה ששניהם ייהנו מחירות מינית והוא הסכים.

חודשים אחדים לאחר-מכן נסעה ג'וליה לכינוס מקצועי בחוץ לארץ. כאן, לראשונה בחייה, היתה לה פרשת אהבים אקראית. כעבור שבועיים הצטרף בעלה. ערב אחד, כשסעדו באווירה אינטימית, סיפרה לו, ולמרכה הפתעתה, זעמו היה נורא. הם חזרו לחדרם, שם המשיך לחרף ולגדף אותה, התנהגותו נעשתה חסרת היגיון יותר ויותר והוא נהג בה אלימות גופנית. שניהם נבהלו מעוצמת תגובתו. אחרי התקרית הזאת, שוב לא היו יחסיהם כבעבר. ג'וליה לא היתה מסוגלת לשכוח את זעמו הנורא, והוא לא השלים עם חוסר נאמנותה.

זמן קצר לאחר מכן הוא עזב את הבית והם התגרשו. הילדים נשארו עם ג'וליה.

ג'וליה המשיכה לעבוד. מדי פעם היה לה חבר, לפעמים היחסים איתו היו טובים, אבל היא לא חשבה ברצינות ולו על אחד מהם. בעלה גר בסמוך ובא לבקר בכל עת שרצה לראות את הילדים ולדבר איתה — ביתה היה לו בית שני — אכסניה פתוחה, או מקום למצוא בו ארוחה. אבל לביתו לא התיר לה להיכנס, ובדרך כלל גם לא לילדים. הוא גם מעולם לא שאל לשלומה. ג'וליה רצתה לדבר איתו על הילדים ועל חוויותיהם, אך הוא סירב.

כך התנהלו חייהם שנים אחדות. בתם מנדי, שעכשיו היתה בת עשרים, עזבה את הבית עם חבר שהיה מובטל כמותה. שניהם צרכו סמים קשים.

ג'וליה לא היתה מסוגלת להשלים עם המתחולל בחייה. שנתה נדרה בשל דאגתה למנדי, וכל יום נוספה פריחה אדמומית לעור גופה ולפניה. עכשיו החליטה לפנות לטיפול ובאה אלי.

היא לא סיפרה את סיפורה כסדרו, אלא קפצה מנושא לנושא, ונאבקה לרסן את דמעותיה ואת יגונה. כשתיארה את תגובתו של בעלה לפרשת האהבים שלה, זיכרון החוויה הזאת היה לדידה כה נורא ומשפיל, שלא יכלה לפרט בפני כל מה שאמר ועשה. בשעה שדיברה, האדימו פניה עוד ועוד. על שאלותי השיבה, שיש בלבה כעס וטינה במקצת על בעלה לשעבר, אך הכרת פניה והליכותיה ענו בה, כי זעמה עמוק ועצור בחובה.

אני: האם יש משהו שאת רוצה לשאול?

ג'וליה: כן, אני רוצה שתגיד לי מה אתה חושב באמת על מה שסיפרתי לך.

אני: הקשבתי לך והתבוננתי כך בתשומת לב רבה, והבחנתי במאבקך שלא לתת פורקן לדמעות ולכעס. בכל פעם שהזכרת בדברייך את בעלך, צווארך האדים, כעצם בער, כאילו נשרפת באש פנימית. אני משער שהעלבון שספגת הוא נורא, ואין מלים שיביעו את זעמך על מה שקרה. את זועמת על אי הצדק שנעשה לך, ובלבך כעס וטינה

על בעלך ואולי גם על עצמך. חמתך בוערת כך גם על המוסר הרווח, שאת, ואולי גם בעלך, הייתם קורבנותיו. את כל-כך כועסת שאת קרובה להתפוצץ, ואם תתחילי לבטא את כל הכעס הזה, אולי לא תוכלי עוד למשול ברוחך.

העוינות שבך היא כה רבה, שאת חוששת שתנהגי בניגוד לכל היגיון ולא תשלטי בעצמך, כפי שקרה לבעלך. אולי חינוכו אותך שלכעוס — מידה רעה היא באדם, ושעליך לשמור על שלוות נפש בכול מצב. על סמך סיפורך, ודאי שיש לך סיבות לכעוס.

עברו ארבעה שבועות, וג'וליה באה לפגישה נוספת.

ג'וליה: השיחה הקודמת עזרה לי לראות דברים כהווייתם. היא עזרה לי להבין. בפעם הראשונה סיפרתי למישהו את הסיפור כולו. צדקת; היה בי כעס רב. לא הבנתי עד כמה אני כועסת.

חשבתי על זה הרבה. מדוע סירבתי להכיר בכעס שלי ולא רציתי שייראה? חינוכו אותי לחייך ולסבול הכל.

קשה לי להודות בכך, אבל רציתי איכשהו להיות 'יותר טובה' מבעלי. עכשיו אני מבינה שעדיין החזקתי ברעיון הרומנטי שלי, שאולי בעלי ואני נחזור זה לזה. אבל אחרי הפגישה איתך החלטתי לומר לו, שמה שטוב להוד מעלתו, טוב ויפה גם לאמתו. אם הוא רוצה לבקר כל אימת שיעלה רצון לפניו, אני רוצה זכויות דומות לי ולילדי. אם אינו מסכים, גם הוא לא יבוא לבקר אותנו.

עכשיו הוא לא בא יותר. הוא עושה את כל הסידורים הדרושים להתראות עם הילדים במקום אחר. אני מניחה שזה מה שסוף-סוף התיר אחת ולתמיד את חבלי הנישואים. זה סופו של החלום — בשבילי, זה היה השלב האחרון בגירושם. עכשיו בראשונה מאז שנישאתי, אני חופשיה. רציתי שהבית שלי יהיה הבית של הילדים, ואם הם רוצים לבקר, תמיד קיבלתי את פניהם ב'ברוכים הבאים'.

אבל עכשיו החלטתי להעדיף את צרכי ורצונותי. הסברתי להם את זה, ולהפתעתי, הם קיבלו את דברי ברצון. אני חושבת שהם מרוצים מכך שאני נוקטת בעמדה תקיפה. בעלי לשעבר ניסה לעורר בי רגשי אשמה, אך כשהתחוויר לו שיש דברים שאינם עומדים למשא ומתן, הוא פשוט חזר בו.

הייתי קשוחה קצת יותר כלפי הילדים, ודרשתי מהם הקשבה ויחס של כבוד לצרכי. לא אחת, בתי מנדי והחבר שלה הופיעו בבית בכל שעה משעות היממה, ציפו לארוחה מוכנה, או שהתקלחו אצלי והשאירו את כל הכביסה המלוכלכת; זה באמת הרגיז אותי. מעולם לא הערתי לשניהם ולו במלה אחת על-כך, כי תמיד חשבתי לעצמי, היא לא בריאה, היא גדלה במשפחה הרוסה. תמיד הבנתי לרוחה ולא באתי אליה בדרישות. עכשיו החלטתי לומר לה שאני מצפה ממנה להתחשב בי ולנהוג בי כבוד. אמרתי לה שאני אוהבת אותה, אבל אין בדעתי לחיות עם כל הזבל הזה שהיא מאכילה אותי. תמיד פחדתי לומר לה את זה, כי חשבתי שבכך אגרש אותה מהבית. שבוע אחר-כך, היא נחתה עלי עם החבר שלה, ושאלה אם היא יכולה לחזור הביתה. הייתי מאושרת, אבל לפני שהסכמתי, העליתי בפניה כמה כללי התנהגות יסודיים, ומאז הכל כשורה. אני ישנה טוב יותר וגם עורי בסדר גמור.

יש דבר נוסף שלא סיפרתי לך. התקשיתי לדבר על-כך. לא אמרתי לך כיצד מנדי שילמה בעבור הסמים שלה. מדי פעם היא ביקשה ממני כסף. נתתי לה קצת, אבל אין לי כל-כך הרבה. לכן, מדי פעם היא עסקה בזנות. בפעם הראשונה שסיפרה לי על-כך הייתי נסערת. הילדה היפה שלי זונה! היא באמת אשה יפה. התחלתי לחשוב על זה, ואחר-כך דיברתי עם אביה וביקשתי ממנו לשוחח עם מנדי בנושא. הוא רק אמר, 'למה ציפית? כאם כבתה'. אני הצעתי את המיטה ועלי לשכב בה. הוא השאיר לי את ההתמודדות.

מנדי סיפרה לי שהיא מעדיפה 'עבודה' מעין זו. משלמים היטב, וזה לא משעמם כמו עבודות אחרות שהתנסתה בהן. היא אדון לזמנה, ובהרכה מהיחסים יש חמימות והדדיות; לפעמים, אלה מפגשי אמת ומדברים בכנות זה עם זה. היה לי קשה לגנות אותה בפה מלא. אולי אני מאשימה את עצמי, או שאני רואה אצלה חלק ממני, אך איני חושבת כך. לפני שהסתבכתי בצרות, צייתתי לכללי המוסר הרווח ולא היו לי ספקות כלשהם, אך עכשיו אני לא ממהרת כל-כך לאמץ אותם.

כשהסכמתי שמנדי תבוא הביתה, התניתי זאת בכך שתשתתף בתוכנית טיפולית לגמילה. ייתכן שזה יעזור לה להפסיק ליטול סמים, ואז תוכל לוותר על העיסוק בזנות. מאז שהיא בבית, כשבועיים, אני נהנית מחברתה יותר מאי-פעם בעבר.

אני: אחרי שעשית את הצעד הראשון, לא הפסקת לרוץ. עשית כמה שינויים מרחיקי לכת בחייך. דומה שהזעם האצור בך שיחרר פרץ עצום של אנרגיה. מרשים מאוד. ג'וליה: כן, אני עצמי הופתעת, ואני די מרוצה מיכולתי לפתור בעיות, אבל איני בטוחה שאדע להמשיך כך. שכל זה יימשך.

אני: עכשיו, אחרי שאמרת 'שלום' אחרון וסופי לבעלך ולנישואיך, ואחרי שהשתחררת מהם סוף-סוף, ייתכן שתגלי שקל הרבה יותר לשמור על סדר בחייך ובביתך. ג'וליה כמעט התקשרה לבטל את הפגישה האחרונה שקבעה איתי. היא אמרה, שאין לה מה לחדש. הכל כרגיל, ומנדי מתמידה בתוכנית הגמילה שלה. היא דיברה על עבודתה ועל משפחתה, אבל משהו הטריד אותה. משהו שהיה לחידה בעיניה.

ג'וליה: בפעם האחרונה שהייתי אצלך הייתי מודאגת. חששתי שהשיפור אצל מנדי לא יחזיק מעמד, שיהיה כמו שביב אור באפילה. לא אחת, צעירים כמוה חוזרים מהר מאוד לסורם. עכשיו היא נמצאת בטיפול לגמילה כשישה

שבועות. היא מתנהגת כהלכה, והיא בסדר גמור. מדוע, לדעתך, היא השתנתה? חשבתי על כך הרבה מאוד, ועדיין איני מבינה.

אני: נקטת בעמדה תקיפה, ומנדי קידמה את הצעד הזה בכרכה. כשבאת אליה ודרשת ממנה יחס של כבוד, הצגת לה מופת. אפשר שמנדי מעריכה את התקשורת הישירה ביניכן כעת ואת הסייגים ששמת לה.

יש ונאמנותם של ילדים להוריהם מובילה אותם בלי דעת לפתח או לאמץ לעצמם בעיות המשמשות כחוט מקשר בין הורים שהפרידה ביניהם אינה מוחלטת. עכשיו, אחרי שהצלחת להתיר לחלוטין את חבלי הנישואים, סביר להניח שמנדי הרגישה חופשיה, וכי יש בכוחה לוותר על בעיותיה ולהרשות לעצמה לחיות את חייה. הסכמנו שאין צורך בפגישה נוספת, ושהיא תטלפן אלי רק אם יהיו בעיות או מכשולים גדולים. זה היה לפני שנים רבות.

קטע של שינה

בעבודתי ידעתי נקודות מפנה רבות, אך רק בודדות היו כה בלתי צפויות כמו זו שעליה אספר כאן.

• • •

לאדריאן מתיסון היו בעיות אישיות ומשפחתיות כרוניות, ובמרוצת השנים היא ביקשה את עזרתם של מטפלים רבים. התוצאות תמיד איכזבו אותה וחזקו בה את תפיסתה העצמית כחסרת אונים, חסרת תקווה, שאינה מסוגלת להשתנות.

כשבאה אלי וסיפרה לי את סיפורה, תהיתי אם טיפול בעזרתי יוביל לתוצאות אחרות. רציתי מאוד להקדיש זמן לשאלה, מדוע, לדעתה, כל העבודה שעשתה עם המטפלים השונים נכשלה, ומה, לדעתה, עלינו לעשות כדי להבטיח תוצאות טובות יותר.

כיוון שייאוושה היה עמוק ובעיות חמורות העיקו עליה, היתה ההתקדמות איטית ומייגעת, ובכל זאת הסתמן שיפור כלשהו. הטיפול היה מאבק לא קל לשנינו, ולכן הופתעתי כשיום אחד השתנתה פתאום והיתה לאדם אחר. שלא כבעבר, עכשיו הקרינה מרץ, התלהבות ונכונות להיאבק על דברים. כששאלתי אותה על-כך, היא רק המשיכה לתאר לי את השינויים הרבים.

היא מנתה דברים רבים שזה שנים רבות היא רוצה לעשות, אך מעולם לא עשתה אותם. בשבועיים האחרונים, היא עשתה אותם. כך, למשל, לנהוג בעצמה אל מחוץ לעיר, לצאת לרקוד, והחשוב ביותר, להזמין את אחי אביה המנוח לארוחת צהריים. היא ביקשה מהם, איש-איש בתורו, לספר לה דבר מה על חיי אביה, ואלו היו שעות אחר צהריים שעלו יפה והיו רבי משמעות לכולם. היא הקליטה את הכול בוודא, הוסיפה כתוביות ונתנה עותק לכל אחד. למרות שאביה מת לפני שבע שנים, והיא רצתה לדעת עליו ככל היותר מפייהם, לפני-כן לא אזרה אומץ לעשות כך.

הערתי עד כמה חזקה והחלטית נעשתה, ושאלתי אותה, מה גרם לשינוי הדרמטי הזה.

פתאום חזרה לדפוס התנהגותה הקודם, נהגה הססנות וגילתה חוסר רצון לספר לי מה קרה. אט-אט התגברה על מבוכתה והצליחה לומר לי: "אני לא יודעת אם אתה זוכר, אבל מהפגישה הקודמת אתך יצאתי נסערת. מדוע נרדמת?"

דבריה הפתיעו אותי לחלוטין. לא זכרתי שנרדמתי, או שהיא יצאה נסערת את חדרי.

היא מצאה את תגובתי כהכחשה מצדי לכך שנרדמתי. הרגעתי אותה שזה לא כך, שאולי נרדמתי, אבל אני לא זוכר, אך היא זוכרת. אמרתי לה שדבר כזה הוא יוצא דופן אצלי, שאני לא זוכר שזה קרה לי אי פעם בעבר, אבל אני מסכים לדבריה, ואם היא אומרת שכך היה, מן הסתם הצדק איתה. אולי הייתי עייף מאוד. אולי לא ישנתי היטב בלילה שלפני. זה בלתי נסלח, אבל דברים לא טובים קורים מדי פעם.

דברי הסבו לה הקלה, והיא אזרה אומץ להיות קצת יותר גלויה איתי.

היא סיפרה לי שהרגישה נסערת כשיצאה מחדרי, ואז הבינה שהיא כועסת עלי מאוד על שנרדמתי. שלא כמנהגה, התירה לעצמה לחוות כעס כזה. היא זכרה כי דיברה איתי על-כך, שהיא לא מרשה לעצמה לכעוס משום שבמשפחתה חל איסור מוחלט להביע כעס. על כל פנים, כעסה הניע אותה להרהר בשאלה מדוע הרגישה כך. זה הזכיר לה מטפל קודם שלה, שאיתו התראתה אחת לשבוע במשך שנתיים, והוא נרדם במהלך הפגישה דרך קבע. היא מעולם לא הטילה ספק בהתנהגותו, אלא פירשה אותה כראייה נוספת עד כמה היא משעממת, בעיקר מפני שנהג להירדם בדיוק בזמן שסיפרה לו על האירועים האיומים ביותר בחייה.

היא התחילה לעמת את התנהגותו עם התנהגותי, והוחוור לה, כי בניגוד לו, אני גיליתי עניין בדבריה, הראיתי לה שהיא חשובה לי, ומעל לכל, העבודה איתי קידמה אותה.

אך בשל זיכרון החוויה המשפילה והמבזה הזאת, זיכרון התרפיסט הקודם שלה שנרדם במהלך הטיפול בה, היא החליטה לעשות ככל יכולתה כדי לחסוך מעצמה לעולמים את הצורך להיות במצב כה כאוב. היא גמרה אומר לשנות את חייה.

לקראת סוף הפגישה, אחרי ששוחחנו בהרחבה על תקרית השינה שלי, שנינו נרגענו מהעניין והשלמנו עם זה. הרגשתי שאפילו אני יכול להרשות לעצמי להתבדח בנושא.

"תשמעי, אם השינה שלי דירבנה אותך עד כדי-כך, וגרמה לך להשתנות, אולי כדאי שאעשה זאת לעתים קרובות יותר?"

ההשפעה המבורכת שנודעה לקטע השינה שלי נמשכה. היא התחזקה כיוון שהיתה מסוגלת לבוא לפגישה שאחרי קטע השינה שלי, ולחוכיח אותי על פני על 'העוול' שעשיתי לה. היא הבינה שאולי אדחה את דבריה מכל וכל, ואולי אגיב בעוינות כלפיה, אך הצליחה להתמודד עם החשש מפני אפשרות של תגובה כזאת מצדי. העובדה שראיתי במה שאמרה דברים של טעם, ושהייתי מוכן לשוחח איתה על-כך, העניקה משמעות גדולה מבחינתה, וכתוצאה מכך יחסינו הועתקו לרמה חדשה.

הדילמה של מתיו

מתיו, בן עשרים ושלוש, התמיד בניסיונותיו המבהילים להתקרב אל אחדות משכנותיו, והן התלוננו עליו במשטרה. לאחר ששוטרים שוחחו על הבעיה עם בני משפחתו, הסכימה המשטרה להימנע מהגשת כתב־אישום נגד מתיו, בתנאי שיבקר אצל פסיכולוג. המשפחה באה אלי.

בפגישה הראשונה שאלתי אותם מדוע באו. שון, אחיו של מתיו, בן עשרים וחמש, שחש שבינו לבין מתיו שוררת קרבה גדולה, ניסה להסביר את הבעיה. אבל שון היה כה מפוחד ומבולבל, עד שהתקשיתי להבין את דבריו. סופר לי שמתיו לוקה בסכיזופרניה, שהוא דואג ופחדן ושאינו רוחש אמון אלי. כשהיה בן שמונה־עשרה, נלקח לפסיכיאטר שטיפל בו בהלם חשמלי. הוא התמרמר על־כך, שנא את הפסיכיאטר, וחשש שכך אנהג בו גם אני. אמרתי כי אינני פסיכיאטר ולא רופא, ושאיני רשאי לרשום תרופות או לטפל בהלם חשמלי, וכי מבחינתו של מתיו, סביר שלא יאמין לי. אחרי ככלות הכול, מדוע יאמין לאדם שלא פגש מימיו, ובמיוחד נוכח חוויות העבר שלו?

כעבור זמן מה הערתי, שאם השיחה המשפחתית הזאת מעוררת במתיו חששות, די בכך שיהיה נוכח בפגישה ולא יאמר דבר. דומה שמתיו נרגע, כי לאחר־מכן עלה בידו לדבר קצת. הוא סיפר כמה שנא את הרופא שטיפל בו בהלם חשמלי. לדעתו, פגע הטיפול באישיותו ובשלמותו הרוחנית. הוא גם הטיח דברי ביקורת קשים באמו. כל אחד מבני המשפחה הוסיף כמה דברים, ומדבריהם הצטיירו תולדות הבעיה והרקע שבו התפתחה. אף למדתי מדבריהם על אורח חייו של מתיו בהווה.

מתיו גר עם הוריו, מבודד מבחינה חברתית, ולא היו לו חברים. כל יום עבד שעות אחדות במפעל, שהיה בבעלותו של שכן. זה היה הקשר החברתי היחיד שלו ולכן עבודתו היתה חשובה לו מאוד — האפשרות שיאבד אותה הפחידה אותו מאוד, ומסיבה זו הסכים להיפגש איתי. בשתי הפגישות הראשונות, ואולי בשלוש, סיפרה אלן, אמו של מתיו, כי מתיו נתפס לעתים ללשון חרפות וגידופים, ויש שהוא נוהג

אלימות, והיא פוחדת ממנו. מתיו אישר את דבריה ואמר, שלעתים הרגיש שנאה כלפי אמו, כעס עליה, ומדי פעם חשב על-כך שיהרוג אותה. אלן צלצלה אלי לאחר מכן ואמרה, שמה שאמר מתיו במהלך הפגישה השפיע עליה כך, שהיא פוחדת ממנו עוד יותר. המלצתי בפניה להעלות את הנושא באוזניו בשיחה הקרובה.

בפגישה הבאה שאלתי את מתיו אם חשב שייתכן שיהרוג את אמו. הוא הסביר שפעמים אחדות חשב שמא לא ישלוט בעצמו ויעולל לה רע. שאר בני המשפחה השתתפו בשיחה. אחיו של מתיו הרגיש, שאמם הגזימה בפחדיה; שמתיו נהג כפי שתיארה בעיקר כדי לזכות בתשומת לב. האב חשב, שמתיו הוא אדם צעיר ורגיש עד מאוד, שלא מסוגל לפגוע באמו, ולא בשום נפש חיה. השיחה הזאת הרגיעה את האם. היא למדה לחיות עם סיכון ולהשלים איתו, ויחסה כלפי מתיו השתנה. היא נקטה עמדות ברורות, והתקשורת ביניהם נעשתה ישירה הרבה יותר. והעיקר, היא לא אפשרה לו להלך עליה אימים ובכך להשליט את רצונו בבית. הכל היו תמימי דעים שזה עזר למתיו, ובתוך זמן קצר נעו חייו במעגל של שיגרה.

זמן קצר לאחר-מכן אמר אביו שזה כבר שנים עמד מתיו בראש דאגותיה של המשפחה, אך כתוצאה מהקשר איתי – השתנה לטובה. הם השתוקקו להתחיל לחיות את חייהם, אך יכלו לעשות כן בתנאי שאסכים להמשיך לטפל במתיו ואפגש איתו לשיחות בארבע עיניים. בדקתי את הנושא עם מתיו, והוא חשב שזה רעיון טוב.

אחרי פגישות משפחתיות אחדות, מתיו התחיל לבוא לבדו אחת לשבוע. נוסף על-כך שהמשכתי לומר לו לא לבטוח בי, המלצתי לו גם לא להשתנות. אמרתי לו, שאם בכל זאת יתפתה להשתנות, עליו לעשות זאת באיטיות רבה, ורק אחרי שנדון בעניין בהרחבה ובזהירות גדולה.

העבודה עם מתיו, במשך חודשים רבים, היתה איטית מאוד-מאוד. תחילה חשבתי שהוא מוזר, אבל בהדרגה שיניתי את תפיסתי אותו, וראיתי בו נפש רגישה ופיוטית.

אחרי חודשים רבים, אגב לבטים קשים בחיפוש אחרי המלים הנכונות, מתיו אמר: "אתה לא מכבד אותי. בגללך שנתי נודדת ואני שוב שומע קולות."

שאלתי כולי מופתע: "האם תרשה לי לשאול אותך איך עשיתי דבר כזה?"

"כן."

"אז בבקשה, תגיד לי כמה פגעתי בך?"

"אתה לקחת ממני את הרגשת חוסר הערך העצמי שלי ואת רגשות החרטה שלי. רגשות חוסר הערך והחרטה שלי הם אני, ואם תיקח אותם ממני, לא נותר לי דבר."

הבהרתי עם מתיו את משמעות הדברים שאמר, ואחר-כך שאלתי אותו אם יסכים להושיט לי עזרה. הוא הסכים.

"הרקע וההכשרה המקצועית שלי מדגישים את חשיבות העזרה המכוונת לחזק את הרגשת הערך של האדם ולשפר את ההערכה העצמית שלו. אבל אתה אומר לי שמה שאני עושה פוגע בך ומזיק לך. אם כך, איני יודע מה לעשות. הייתי רוצה שתגיד לי אתה מהי הדרך הטובה ביותר שבה נתקדם מכאן ואילך?"

מתיו היה שותף למבוכתי ולחיפושי הדרך שלי, והחודשים שנקפו אחרי השיחה הזאת, עברו עלינו כשאנחנו מתדיינים על הדילמה הזאת. כל אותה עת המשיך מתיו בעבודתו החלקית, הלך אחת לשבוע לשיעור הקבוצתי שלו בציור, וחי במסגרת המשפחתית שלו. כל זאת עשה כשהוא משוחרר, יחסית, מפחדיו.

• • •

מתיו אובחן כלוקה בסכיזופרניה, מחלת נפש קשה ומקור ייסורים וכאב גדול הן לחולים והן למשפחותיהם. היו ימים שבהם סבל קשות מחרדות ומבהלה עצומה, ואלה לא הניחו לו לישון לילות תמימים, והפחד שהוא הולך ומתפורר הציק לו ביום ובלילה. הוא שמע קולות, הוא הרגיש בדידות גדולה, וראה את עצמו כשונה מרוב האנשים. התרופות ועבודתי איתו הקלו עליו במידת מה.

אני זוכר אותו כצעיר רגיש במידה רבה, כמשורר וכפילוסוף, כמי שהביא אותי לבחון מחדש מקצת הנחות היסוד המנחות את חשיבתי ואת עבודתי.

מתיו קיבל ברצון את אבחונו כחולה סכיזופרניה. מבחינות רבות זה עזר לו. האבחנה צמצמה את הבהלה שלו, שיכנעה אותו ליטול תרופות, וכיוון שניתנה 'תווית' לסבלו, פחתו תחושות הבלבול והחרדה שלו. זה סייע גם למשפחתו בכך שהתנהגותו נעשתה מובנת יותר ונוקפה לחובת מחלתו, ולכן הצטמצמה תחושת אשמתם בגין מצבו.

אבל ל'אבחנה' נודעו גם השפעות שליליות. היא חידדה אצל מתיו את תחושת חוסר הערך העצמי שלו. האבחנה הקשתה עליו להתייחס בכבוד ראש לרעיונותיו ולהסתמך על השיפוט שלו, ולכן גם התקשה מאוד לפעול על סמך השיפוט שלו. ייתכן שעיקר עזרתו היה בכך שלימדתי אותו להטיל ספק במה שהאמין, כי הוא האמין שחלק גדול מחוויותיו הוא ביטוי לסכיזופרניה שלו, כי הוא התקשה מאוד לראות את הקשר בין חוויותיו לבין רגישותו, רגישות של נפש פיוטית, ולא חשב כי אפשר שחוויותיו קשורות בתכונות אנושיות נעלות אחרות, על אף היותן נדירות.

תוצאות האבחון של מחלת נפש פעמים הן חיוביות ופעמים שליליות. הדבר תלוי בהתייחסותו של איש המקצוע לאבחנה, כיצד הוא מבין אותה ואיך הוא מציג אותה. המשמעות שהחולה ומשפחתו מייחסים ל'תווית', עשויה להוליך לדחייה גוברת, או לתמיכה ולאחדה גדולים יותר.

גילוי עריות

לפני חמש-עשרה שנה לערך נפגשתי לשיחות עם משפחת סליבן במרפאת בוכרי. הבן, דיוויד, בן שבע-עשרה, עשה ניסיון חמור מאוד לשים קץ לחייו. הוא אושפז בבית-חולים כשבוע, ובית-החולים דרש לערוך בדחיפות פגישה עם המשפחה במרפאה. כל המשפחה היתה שם — האם, האב, הבנים דיוויד ופיטר (בן שתיים-עשרה) והבנות, סוזן (בת עשרים ושתיים), מישל (בת תשע-עשרה) וג'קי (בת חמש-עשרה). תחילה שוחחתי עם דיוויד ועם

המשפחה על ניסיון ההתאבדות שלו. ואז שיניתי כיוון ושאלתי: "האם משהו אחר במשפחה ניסה פעם להתאבד?"

בחדר עמדה שתיקה רועמת. זו אחר זו הודו שלוש הבנות בניסיונות ההתאבדות שלהן. פניתי אל סוזן ושאלתי: "מה הניע אותך לעשות את זה?"

בעמל רב ובייסורים סיפרה סוזן, שלפני כשבע שנים אביה התעלל בה מינית. היא התחננה שיפסיק, הוא סירב, ואז ניסתה להתאבד. זו היתה הדרך היחידה להניאו ממעלליו.

לא עברו דקות ספורות, וסיפור מפתיע בדימונו צץ בפי מישל, ואחר-כך בפי ג'קי. הפגישה היתה בלתי נשכחת, כי בפעם הראשונה בחייהן הפרו הבנות את שתיקתן. עד אז כמסה כל אחת את סודה בחובה.

נפגשתי עם המשפחה פעמיים נוספות, וכיוון שעמדתי להפסיק את עבודתי במרפאה, הועבר הטיפול בה לפסיכולוג אחר.

לא מזמן, ביקשה סוזן לראות אותי. כשבאה, סיפרה לי כי לאחר שתי הפגישות הנוספות, סירב אביה לבוא למרפאה ואף אסר על בני משפחתו ללכת.

סוזן סיפרה כי אמה התמוטטה משנודעו לה המוצאות אותה ואת אחיותיה. סוזן זכרה שאני עימתתי את אביה, ושהוא הודה בגילוי עריות, והתחיל להתחבט בשאלה מדוע עשה זאת אחרי ששמע את תיאורי מצוקתן האיומה של הבנות, על הרגשת הנבגדות שלהן ועל זעמן.

סוזן דיברה על-כך עם אמה, ושתייהן הרגישו שאילו המשיכו בטיפול אצלי ייתכן שהיו פותרים בעיות ואולי היו נשארים לחיות יחד. אבל אחרי שאביה שם קץ לטיפול, ואחרי שחסם כל דרך לתקשורת אמיתית בנוגע לגילוי העריות, האם וסוזן החליטו שאין להן כל דרך, אלא לעזוב אותו, וכל השאר עזבו את הבית איתן. התהליך היה קשה וכאוב מאוד, והם נזקקו לזמן רב מאוד על מנת להשלים עם מה שקרה בחייהם. סוזן הוסיפה שאפילו מה שאמרה עכשיו, הוא בעצם תיאור אופטימי, כיוון שאולי אי-אפשר להתגבר על דבר כזה, כי "זה נשאר איתך עד סוף חייך".

בשנים האחרונות הרגישה סוזן שהיא מתחילה להתגבר על זה, ושהצליחה להוציא את אביה אל מחוץ לחייה. הוא נותר רק כזיכרון רע – כך חשבה. ואולם, חודשים אחדים לפני שהתראתה איתי, היא הבחינה שמצב רוחו של אחיה הצעיר, פיטר, עכור למדי. היא שאלה לסיבת הדבר והוא סיפר לה שחברתו ניתקה בפתאום את הקשר איתו וסירבה לומר מדוע. הוא לא הבין את זה. סוזן הלכה אל חברתו ושאלה: "האם אבי ניסה לעשות כך מעשה אסור?"

החשד אומת. היא חשה ממוטטת ושאלה את עצמה אם יעלה בידם להוציא את האיש הזה מחייהם ביום מן הימים.

אמרתי לה: "כל עוד אנשים כאלה לא משתנים, הם בדרך כלל ממשיכים במעשיהם."

עודדתי אותה לשאול ולחקור בדבר. היא גילתה שכשאביה היה איש צעיר, הוא התעלל מינית בבנות דוד צעירות ובחברות אחדות שלו. כשסוזן דיברה על כך עם אחיותיה, נודע לה, לגודל חרדתה, שהוא ניסה לעשות את זה עם בתה של מישל. סוזן דחקה באחיותיה ובאחיה לנתק כל קשר עם אביהם, ואף הציעה להם כי יגישו ביחד תביעה נגדו. הם לא רצו לשמוע על כך, אך אחרי שנודע להם העניין עם בתה של מישל הבטיחו לה כי לעולם לא ישאירו את אחד מילדיהם במחיצתו.

סוזן אמרה: "חבל שלא המשכנו את הפגישות איתך לפני חמש-עשרה שנה."

אמרתי לה: "אני מסכים, אבל מסיפורך עולה, שאיננו צריכים להתייחס בביטול להישגים שלנו. לפני שנים התחלנו בתהליך חשוב של חשיפה ועימות גדול בתוך המשפחה. בזמן האחרון את המשכת בתהליך הזה בכך שגילית עובדות נוספות וחשפת סודות נוספים. את הבאת לתקשורת ביניכם, וכתוצאה מכך, כולכם נקטתם בצעדים למניעת בעיות נוספות. את יודעת, גילוי עריות מתרחש במחשכים, בחשאי, כשקשר השתיקה נמשך. משמוציאים אותו לאור הוא פוחת." ואז אמרה לי: "דרך אגב, כשראית אותנו במרפאת בוכרי, מדוע לא הצעת לנו לבוא בלי אבא, או שכול אחד יבוא לבד? האם לא הבנת שהיינו לחוצים, שלא יכולנו לדבר איתך בחופשיות?"

אמרתי לה: "טעיתי. האפשרות שאת שואלת עליה לא עלתה על דעתי באותם ימים. הייתי שבוי בקסמיה של התרפיה המשפחתית כפי שהבנתי אותה. כיבדתי באדיקות את הכלל שיש לראות את כל בני המשפחה יחד. לא הייתי רגיש לנושא חלוקת הכוח במשפחה, ולמה שמתלווה לכך, הפחד שחווים מעוטי הכוח."

ילדה רעה

מגי, יועצת חינוכית בת ארבעים וחמש, השתתפה בסדנת סוף-שבוע להתפתחות אישית של הצוות הבכיר, אשר יועדה לשפר מיומנויות בין-אישיות ולסייע בפתרון משברים.

כאחת הישיבות אמר המנחה למגי: "אני מתרשם שיש לך הרבה מה לומר, אבל את פוחדת לומר את זה."

חבריה ועמיתיה תמכו בהנחה זו והביאו דוגמאות.

גם למגי נראתה ההערה נכונה, אך היא מעולם לא הכירה בכך. היא הגיבה ברגשות מעורבים. אמנם שמחה לדעת שמה שהרגישה בחדרי לבה עולה בקנה אחד עם מחשבות הזולת, אך לא היה לרוחה לחשוב על עצמה, או לדעת שאחרים חושבים אותה לפחדנית, או לטיפוס כנוע.

אמרתי לה שמדברי עמיתיה עולה שמה שיש לה לומר ראוי להיאמר, והיא הסכימה. שאלתי אותה על עבודתה ועל מעמדה בה, ומתשובתה עלה, שמתחשבים בדעתה והיא עושה חיל.

אמרתי לה: "לא היית מגיעה לאן שהגעת בלי לומר לפעמים מה את חושבת."

היא הסתייגה מדברי.

מגי: החוויה של סוף-השבוע הזה היתה בשבילי הקש ששבר את גב הגמל.

זה זמן רב שאני מרגישה שאסון תלוי מעל ראשי — למעשה, זה מלווה אותי תמיד. אני מרגישה כאילו בעוד רגע ייעלם עולמי. אין זה מובן לי כלל, אבל החוויה הזאת עוד החמירה את הרגשתי. למה אני מרגישה כך?

דיברנו על חיי הנישואים שלה. הם ידעו ימים קשים, אך התגברו על הקשיים, ועכשיו היו נישואיה טובים מתמיד. יחסיה עם ילדיה ידעו עליות וירידות, והיו גם סיכוכים לאורך הדרך, אבל עכשיו הילדים בוגרים, פחות או יותר, מבינים זה את זה ונהנים זה בחברת זה. מדי פעם היו לה בעיות בעבודה, אבל בדרך כלל היא התמודדה היטב. לא היה דבר שיסביר את הפחד הזה שתמיד קינן בה.

כיוון שדיברנו על חייה בהווה, הצעתי לה שבפעם הבאה אולי מוטב שנדבר על עברה. מגי שאלה כיצד להתכונן לפגישה הבאה. מכמה וכמה הצעות שהעליתי בפניה, היא בחרה לדפדף באלבומי התצלומים שלה ולהביא תמונות אחדות של בני משפחתה המקורית. לפגישה הבאה באה מגי כשהיא נושאת אלבומים אחדים.

מגי: הסתכלתי באלבומים, וחשתי שורה של רגשות עזים. בשנת לימודי השנייה באוניברסיטה, קינן בי פחד עצום שסוף העולם ממש קרוב. קראתי בהתלהבות גדולה את גנדי, בוכר, קירקגור ואחרים. חיפשתי שלוות נפש ומשמעות כלשהי בחיים.

אני: בסדר, אבל מה באשר למשפחה שלך?

מגי: לא ידעתי איזה תמונות להביא. החברים של אמא שלי גידלו אותי.

נהגתי לקרוא להם 'דוד' ו'דודה'. כשהייתי בת שמונה, 'הדודה' באה ואמרה לי, שהייתי ילדה רעה, ולכן, עלי לארוז את חפצי ולבוא איתה. כעבור ימים אחדים מתה אמי. נשארתי לגור עם ה'דוד' וה'דודה'.

את אבי ראיתי רק לפעמים, ולא היה לי קשר כלשהו עם המשפחות של אמי ושל אבי. כשהתחלתי ללכת לאוניברסיטה, הייתי בת שמונה-עשרה, וכבר יכולתי ליטול יוזמה, אז התראיתי עם אבי קצת יותר. אני חושבת שהוא שמח לראות אותי, אבל הוא לא היה מסוגל להראות רגשות. כל אימת שבאתי אליו היה שקוע בקריאת ספרי מלחמה.

אני: ואילו את תמיד קוראת ספרים על השלום.
מגי: יה! ממש כך. אף פעם לא חשבתי על זה כך.
אני: למה לא נשארת עם אביך? למה הוא לא השאיר אותך אצלו?
מגי: באמת שאני לא יודעת.
אני: את רוצה להגיד לי שמעולם לא שוחחת איתו על כך?
מגי: נכון.
אני: מדוע לא תשאלי אותו?
מגי: בשום פנים. אני לא יכולה לעשות את זה.
אני: למה לא?
מגי: אני לא יודעת. אולי זה יכאיב...
אני: הקשבתי לך, ואני מבין שהרעיון הזה הוא חדש לך לחלוטין, ושזה נראה לך מפחיד. אני לא בטוח מה מדאיג אותך יותר: השפעת הדבר עליך, או השפעת הדבר עליו. על כל פנים, תחשבי על זה, אין צורך למהר. בואי נדבר על זה בפגישתנו הבאה.

שבועיים לאחר מכן נראה לי שמגי שרויה במצב רוח מצוין, והיא אישרה את זה. היא אמרה שהיא מאושרת הרבה יותר. היא סיפרה לבעלה על השיחה איתי. הם שוחחו על-כך ממושכות, ובסופו של דבר הסכימו שאין שום סיבה מתקבלת על הדעת לא לדבר עם אביה. בעלה הסיר מלבה כל שמץ של ספק כשאמר לה שאחד הדברים שעליהם הכי הצטער בחייו היה, שלא דיבר עם הוריו. שניהם כבר הלכו לעולמם והוא עודנו מתייסר על שלא דיבר איתם על דברים רבים.

כתוצאה מכך שוחחה מגי ארוכות עם אביה. מדבריו למדה, שאמה מתה ממחלת הסרטן, ושמותה שבר את אביה. הוא חשב שלעולם לא יתאווש, ואולי כך היה. בילדותו ברח מהבית, והימים עברו עליו בעבודות מזדמנות בחוות ובתחנות מרעה, כשהוא נודד ממקום למקום. חייו היו קשים והוא ידע בדידות גדולה. כשהיה בן חמש-עשרה, הסתיר את גילו האמיתי וכך גויס לצבא. הוא נשלח לגליפולי וחזר משם כגיבור מלחמה, עם מספר רב של עיטורי גבורה. הוא לא יכול לשכוח את המלחמה, ומאז לא עבר עליו ולו לילה אחד בלי שיתעורר

בזעקות, שטוף זיעה. האדם היחיד שאיתו יכול לדבר, ושאליו הרגיש קרבה, היתה אשתו. עם מותה הקיץ הקץ על עולם של אינטימיות ושל ביטחון שהיה לו. הוא אמנם רצה לגדל את מגי, אך הכל אמרו לו שלא יהיה זה הוגן כלפיה. שאילו השאירה במחיצתו לא היה עושה את המעשה הנכון. שילדה לא צריכה לגדול עם מי שמתעורר מדי לילה בזעקות של סיוטים, או עם שבר כלי, כפי שהיה אחרי מות אשתו. הוא הרגיש שאין הוא רשאי להעמיס על בתו את הנטל הזה, והחלטתו היתה הדבר הטוב ביותר בשבילה — לא בשבילו. במרוצת השנים לא אחת רצה לספר לה איך הרגיש, ועכשיו היה אסיר תודה לה על ששאלה אותו. השיחה הזאת היתה לשניהם חוויה רגשית עזה. התנסותה המוקדמת בהרחקתה מהבית כיוון שהיתה ילדה רעה, הכשירה את לבה לחפש הסברים על-ידי מציאת שגיאות בתוך עצמה, במקום לתור אחרי מניעים חיוביים אצל אחרים. אף כי ההסבר של אביה עלה בדעתה היא תמיד דחתה אותו, כיוון שהרגישה שהשגיאה היא שלה.

עכשיו ראתה בבהירות איך תחושת יום הדין הקרב ובא עלתה בקנה אחד עם מה שהתנסתה בו כשהיתה בת שמונה. כל עולמה קרס פתאום, ללא סיבה, חוץ מסיבה אחת — היא היתה רעה. במה חטאה, זאת מעולם לא ידעה.

קודם לכן מגי צפתה תוצאות הרוח אסון מהשיחה עם אביה. אך בעקבות השיחה הזאת, שהסבה סיפוק כה רב לשניהם, פחתה מאוד התחושה הזאת שאסון ממשמש ובא.

בה בעת התברר למגי דבר נוסף. בכל הביקורים אצל אביה, הרגישה בקיומם של ניגודים מסוימים. אמנם העיטורים שלו הוצגו על המדף שמעל לאח, אבל הוא עצמו נראה תמיד מפוחד וחסר ביטחון. כילדה, לא הבינה שיש בנמצא 'גיבור פחדן'. עכשיו הזדהתה איתו.

• • •

חורים רבים אין בכוחם לדבר עם ילדיהם בגילוי לב על מחלה, חמורה או על מוות, והחסר הזה לא אחת מותיר את הילד לבדו, כשהוא נאבק ברגשי אשמה ובעול של אחריות.

רבים מהגברים האוסטרלים השתתפו במלחמת העולם הראשונה והשנייה. לעתים קרובות לא התראו עם משפחותיהם שנים רבות. רבים נפלו במלחמות, אחרים חזרו לביתם פגועים בגופם ובנפשם. סבלם נמשך עשרות שנים, ובין אנשי המקצוע יש נטייה להתעלם מהשפעת הדבר על נשותיהם, על ילדיהם ועל המרקם המשפחתי. אפשר לעזור במקרים דוגמת המקרה של מגי, כשמקשרים את קשיי המטופל בהווה לדפוסים של יחסי-הגומלין במשפחה, אשר התגבשו בעקבות חוויות המלחמה.

ג'יימס

ג'יימס, גבר שחום-עור ויפה-תואר, היה בן שלושים וחמש כשבא אלי לשיחות. תהיתי מה מוצאו, ומאוחר יותר נוכחתי לדעת שסבתו מצד אמו היתה אבוריג'ינית.

בשנה האחרונה טיפל בו פסיכיאטר בשל דיכאון. כשלושה שבועות לפני שבא אלי, סיפר לפסיכיאטר שלו כמה הוא מודאג, כיוון שחש באלומות הגואה בו כלפי בנו, בן שלוש, והוא פחד שמא יפגע בו. למעשה, פעמיים יצא מכליו וסטר לבנו. במיוחד חשש שמא לא ימשול ברוחו, ויגרום לילד נזק של ממש. הפסיכיאטר עצמו חקר את המקרה ואמר לו, שיתכן שיהיה עליו לדווח על ג'יימס לרשויות בגין התעללות בבנו.

ג'יימס פחד שהפסיכיאטר ידווח עליו, נועץ בחבר קרוב והלה הציע לו לסור אלי.

מדברי ג'יימס למדתי, שגם לפני שנה, בעת ביקורו הראשון אצל הפסיכיאטר, לא היה מודאג מדיכאונו כפי שהודאג מאלימותו, אשר העכירה את רוחו. שאלתי אותו מדוע לא אמר לפסיכיאטר שאלימותו היא מקור דאגתו העיקרי. הוא אמר לי, כי בביקור הראשון, רשם לו הפסיכיאטר טיפול תרופתי נגד דיכאון, דיבר איתו על כך, אך לא גילה עניין בשום נושא אחר. שאלתי אותו מה הניע אותו לספר בסופו של דבר על הפחד האמיתי שלו לפסיכיאטר. הוא אמר לי, כי כשראה את

החבורה המבצבצת על פני בנו, לאחר שסטר לו כהוגן, נמלא חרדה שמא ירחיק לכת.

אני: עד כמה גדול פחדך שמא תזיק לבנך? האם הילד נמצא בסכנה ממשית?

ג'יימס: איני יודע. אני באמת מודאג. אני לא חושב שאני מסוגל להזיק לו ממש. לפעמים הפחד שלי כה גדול, שאני מתפתה לשתות כמה כוסיות, וזה לא עוזר כלל. כבר קרה שאחרי ששתיתי, כשחזרתי הביתה היכיתי את אשתי, ואחר-כך הרגשתי עצב נורא ובושה גדולה. היא תמיד סולחת לי. המשקה לא עוזר לי, להפך, אני נעשה אלים יותר.

אני: אם אתה חושב שהוא לא שרוי בסכנה ממשית, מדוע אתה פוחד כל-כך?

ג'יימס: אני מניח שאיני בטוח בעצמי, אני חושש שיום אחד לא אשלוט בעצמי.

אני: אם כך, אז אתה אומר שנשקפת סכנה ממשית.

ג'יימס: כן, אולי.

אני: אם כך, אתה חושב שהפסיכיאטר צדק כשאמר שיש לדווח עליך?

ג'יימס: נו, אני לא יודע. הלכתי אליו, ובאתי אליך מאותה סיבה. אני רוצה שיעזרו לי כדי שלא יהיה צורך לדווח עלי.

אני: אילו אשתך היתה כאן עכשיו והיתה שומעת את כל מה שאמרנו, מה היא היתה אומרת, אילו דיברה בגילוי לב מוחלט?

ג'יימס: היא היתה אומרת שהיא יודעת שאני לא רוצה לפגוע בילד.

אני: אבל עד כמה היא מודאגת? עד כמה, לדעתה, הסכנה חמורה?

ג'יימס: אני לא חושב שהיא כה מודאגת. היא לא יודעת איך אני מרגיש לפעמים, כמה אני כועס ועד כמה אני פוחד.

אני: אם כך, אתה מגונן עליה ולא מספר לה כמה קשה לך וכמה אתה מודאג?

גיימס: אני לא חשבתי על זה כך, שאני מגונן עליה. עד עכשיו הכושה הפריעה לי לדבר על זה.

אני: אולי אתה גם מגונן עליה וגם מתבייש. אבל אילו ידעה אשתך לא רק מה עשית, אלא גם כיצד אתה מרגיש, איך היתה מגיבה?

גיימס: אולי היא היתה נבהלת כדי כך שהיתה לוקחת את בני ועוזבת את הבית.

אני: אז אולי אתה גם מתגונן, מפני שאינך רוצה לאבד את שניהם. גיימס, אם אומר לך מה אני חושב אולי זה יעזור לך. במובן מסוים, לך ולאשתך יש בעיה חמורה. אתה לא סיפרת לה על הרגשות האמיתיים שלך, ואולי גם היא לא סיפרה לך על הרגשות שלה. לא אחת נהגת בה אלימות, והייתי רוצה לדעת מה היא מרגישה. אולי היא מפוחדת ונוטרת טינה.

אבל הדבר החשוב ביותר העומד על הפרק, וזו גם הבעיה החמורה ביותר של שניכם, היא הסכנה שבה נמצא בנכם. מה חומרתה אינך יכול לומר לי, ואני איני יכול להעריך. אתם נושאים באחריות משותפת לבנכם, ועליכם להבטיח את שלומם ואת ביטחונם. אם כך, מה דעתך שתזמין את אשתך לפגישה הבאה?

תגובתו של גיימס לא היתה חד־משמעית, אבל בעיקרו של דבר, הוא אמר שגילוי הלב בתקשורת בינינו עודד אותו והקל על רגשותיו. הוא היה מודאג מכל שלא יגלה כנות כה רבה במעמד אשתו וכי רגשות הכושה על התנהגותו בעבר ימנעו בעדו לדבר בגילוי לב. מצד אחר, קסם לו הרעיון, שכן הבטיח תקשורת גלוית לב עם אשתו. נוכחותה אף תעזור לו לתת פורקן למועקותיו, ושניהם יהיו שותפים בהבטחת שלום בנו. ואולי, נוכחותה גם תפחית מתחושת הבידוד שלו, שהיא תולדת אלימותו.

כשיצא גיימס מחדרי הייתי מאוכזב במקצת, כי לא הספקתי לשוחח איתו על הרקע המשפחתי שלו, שעל חשיבותו רמז לי. עם זאת ידעתי, שהחשוב ביותר הוא שאקבל תיאור מפורט על מידת האלימות והסיכון

הנשקפים לילד. אך הייתי גם שבע רצון, כיוון שגיימס, שכה הודאג מאלימותו, וכה התקשה לשוחח על-כך — הרי התכוון לכך כמעט שנה — עשה את הדבר שכה רצה וכה נזקק לו, ועשינו שעה תמימה יחד. כשיצא גיימס מחדרי, הוקל לו מאוד.

אך השאננות היתה ממני והלאה. למעשה, דאגתי מאוד לבנו, למרות שידעתי שסביר להניח שהאפשרות שניתנה לגיימס לדבר על כעסו ועל פחדיו, שאותה ניצל במלואה, צימצמה במידה רבה את הסיכוי שיפגין את רגשותיו. אף ידעתי, ששיתופה של אשתו בטיפול, הוא מעשה שיחזק את המגמה שעל טיפוחה עבדנו.

גיימס ואמילי באו לפגישה הבאה. לאחר שגיימס הציג בפני את אשתו, שאלתי אותה מה הרגשתה על-כך שהוזמנה לבוא.

אמילי: היו לי חששות, אך בעיקר הייתי מרוצה. אני דואגת מאוד לגיימס, ואולי אוכל לעזור לו. בעת שהלך לפסיכיאטר, רציתי לבוא איתו, ורמזתי לו על-כך, אבל הוא התעלם מרמיוזתי, או שלא שמע אותן. לא רציתי ללחוץ עליו, כי חשבתי שהוא מתקשה לבקש עזרה ולשוחח על כך. חששתי שאם אבוא אסכן את נכונותו לפנות לטיפול.

זה מכבר אני דואגת לניקי, בנו, אבל לא הראיתי זאת כלפי חוץ. רק עם גיימס דיברתי על זה קצת. אבל גם לגיימס לא סיפרתי כמה אני מודאגת. האדם היחיד הנוסף שסיפרתי לו קצת על-כך הוא הרופא שלי, כיוון שהוא שאל אותי במישרין אם אני מודאגת ממשו. הלכתי אליו כיוון שלא חשתי בטוב. היו לי כאבי ראש וכאבי בטן והרגשה מפחידה של חנק בגרון. לאחר שביקרתי אצלו פעמים אחדות, ובכל פעם הוא חזר ושאל אותי אם משהו מדאיג אותי, סיפרתי לו על גיימס, על הכעס התוקף אותו לפעמים, ועל-כך שאני דואגת לביטחונו של ניקי. הרופא שלי העלה בעדינות את הנושא הזה כשדיבר עם גיימס, והוא שהציע לגיימס ללכת לפסיכיאטר.

במהלך דבריה של אמילי, הבחנתי שברגע מסוים גיימס חש מאוד לא בנוח. פניתי אליו ואמרתי לו: "נראה שדברים אחדים שאמרה אמילי גרמו לך עוגמת נפש."

ג'יימס: לא ידעתי שהיא כל-כך מודאגת.
 אני: האם עוד משהו שאמרה גרם לך עוגמת נפש?
 ג'יימס: (במבוכה) כשהייתי לבד עם ניקי, פעמיים מצאתי עצמי
 כורך ידי סביב צווארו ללא כל סיבה. מאז אני משותק
 מפחד כשאני חושב על מצב שבו אהיה איתו לבד.
 לכולנו היה ברור שאין מלים שבכוון להביע את עוצמת הפחד
 והבהלה ואת רגשי הבושה והאשמה שג'יימס התנסה בהם כשנזכר
 באירועים הללו.
 אני: מכך אני למד ששניכם מסכימים שנשקפת סכנה לניקי.
 ניסיוני מורה, שעכשיו, כשכולנו מדברים בגילוי לב, הסכנה
 לביטחוננו של ניקי פחותה. אם נמשיך לדבר, וננסה לברר
 את מקור הבעיה הזאת, זה יעזור.
 תחילה, עלינו לדון על הצעדים שננקוט כדי להפחית
 את דאגותיכם ופחדים ככל האפשר. ככול שירבה מספר
 האנשים ששמעו על הבעיה, קרוב לוודאי שהסכנה תלך
 ותפחת. ארבעה אנשים מלבדכם יודעים על-כך עכשיו:
 הרופא הכללי שלכם, הפסיכיאטר, חברו של ג'יימס ואני.
 במהלך שתי הפגישות הבאות נדונו צעדים להבטחת שלומם של
 כל הנוגעים בדבר. ג'יימס לא חוזר לבקר אצל הפסיכיאטר. הוסדר
 שהרופא הכללי שלו, שאותו חיבב, ירשום לו טיפול תרופתי בעת
 הצורך, ושהוא ימשיך בקשר איתי. ג'יימס לא יישאר לבדו עם ניקי כל
 עוד לא הכל מרוצים מכך. ג'יימס יפחית את כמות האלכוהול שהוא
 שותה, וכל אימת שיעלה רצון לפניו להתהולל, יקדים לכך שיחה עם
 אמילי, וכשישתה עם חבריו, יישאר בחברתם עד שיתפכח. אם לא
 יעמוד בכך, אמילי וניקי יעזבו את ביתם ויילכו אל בית הוריה. ג'יימס
 ידבר עם אמילי בכל פעם שירגיש כעס או טינה על ניקי, או כשיירא
 את כעסו והתנהגותו האלימה. אמילי תשאל את ג'יימס דרך קבע כיצד
 הוא מרגיש, ובמיוחד על רגשותיו כלפי ניקי. אל לה להירתע מלשאול
 את ג'יימס, למרות נטייתו להסתגר, אבל אם ג'יימס לא ירצה לדבר
 איתה, עליו לומר לה בפשטות, שברגע זה הוא רוצה שיניחו לו לנפשו
 ושאינן הוא רוצה לדבר.

ולבסוף, כל אימת שאמילי תרגיש כי נשקפת סכנה חמורה לביטחונה או לביטחונה של ניקי, עליה לצאת את הבית ולהישאר עם משפחתה או עם חברים.

את ההסדרים האלה קבענו במהלך שיחות שנערכו במשך שבועות אחדים, ולאחר שהוסכם עליהם, חשו הכל רגועים ונינוחים למדי. אמילי סיפרה לי, שאלימותו של ג'יימס הכאיבה לה לאין שיעור. מאז ומעולם ראתה בג'יימס את ידידה הטוב ביותר ואת משענתה. מטבעו היה עדין ונעים הליכות, רגיש ונוח להיפגע, אך שעלבו בו, נהג להסתגר והתהלך בפנים קודרות. הוא עבד קשה כדי להתקדם, לרכוש השכלה ולהעניק לה ולניקי חיים טובים, ויחס חשיבות רבה לתפקידו כבעל וכאב. גם מקצועו, שחקן, היה מקור קושי, שכן היה ביישן מטבעו ונטה להתבודד. החשיפה לעין הציבור והצורך להתמודד עם אמצעי התקשורת — היו לדידו תובענות שקשה לשאתה. המשכתי לעבוד עם אמילי ועם ג'יימס שלוש שנים. על-פי רוב בא ג'יימס בגפו, אך לפעמים הצטרפה אליו אמילי. הם שהחליטו מתי גם היא תשתתף בפגישה.

אחרי הפגישות הראשונות, לא היו עוד תקריות של התעללות, אך החשש להישנותה קינן בהן זמן רב וסופו שנמוג לאיטו. סיפור הרקע המשפחתי-החברתי של ג'יימס, המובא להלן, הצטייר בהדרגה. קצתו היה מוכר לג'יימס זה מכבר, אך רובו התגלה לו רק אחרי שחקר ודרש את תולדות משפחתו.

סבתו מצד אמו, שהיתה ממוצא אבוריגיני טהור, עבדה בחווה באוסטרליה המערבית. מנהל החווה אנס אותה, ועקב המעשה נולדה אמו של ג'יימס. צעירה לימים, נלקחה אמו של ג'יימס מאמה ונשלחה להתחנך במיסיון. אחר-כך הועסקה במשך שנים אחדות כעובדת משק בית אצל משפחה אירופית. בת עשרים נישאה לאביו של ג'יימס, שנולד באוסטרליה להורים יוצאי אירופה.

משפחתו של ג'יימס גרה בפרת, ואביו עבד שם ככנאי. במרוצת השנים נעדר האב מביתו חודשים ארוכים, ותמיכתו הכספית במשפחתו מעולם לא היתה רצופה. כשהיה ג'יימס בן שתים-עשרה, נעלם אביו לבלתי שוב.

ג'יימס נזכר שאביו הרבה להשתכר, תמיד חירף וגידף, ולעתים התעלל פיסית באמו וכו'. למען האמת, האלימות הממשית לא היתה רבה, אך פחדו של ג'יימס, על אמו ועליו עצמו, היה עצום. לא אחת לוותה אלימות האב לעתים בגידופים גזעניים, דוגמת 'כלבה שחורה', 'ממזר', 'מלוכלך' ו'עצלן'. לעתים קרובות כינה האב את בנו 'לא יוצלח מטומטם', שאינו שווה אגורה שחוקה'. מעולם לא עלה בידי ג'יימס לרצות את אביו, או לזכות במלת שבח מפיו. אך בנדיר שמע מפיו מלה טובה. זה קרה רק בפעמים הספורות ששניהם שיחקו כדורגל, וג'יימס כיוון היטב את הכדור, או שבעט מרחוק בעיטה ישירה. האב צפה רק במשחק כדורגל אחד של בנו ואמר לו שהוא 'פחדן מחורבן', כי ג'יימס לא חבט בשחקן אחר כהוגן.

כשראה ג'יימס את אביו מכה את אמו, הוא חש בושה איומה ונמלא רגשי אשמה, אבל פחדו גבר על רצונו לעשות דבר מה לעזור לאמו או להגן עליה. עכשיו, כמבוגר, הבין שלא היה זה מציאותי לצפות מעצמו להתעמת עם אביו, והוא עודנו ילד, אבל רגשי האשם שהתנסה בהם אז — כשברח מאביו או כשהתחבא מפניו מתחת למיטה כדי להתגונן — נותרו איתו גם כיום.

ג'יימס אמר כי אמו היתה מסורה מאוד ומוכנה לעשות למענו הכל. אשה שקטה היתה ונחבאת אל הכלים שניסתה לרצות את כולם ולא להסתבך בצרות. תמיד נראתה עצובה וכוועה, כמי שהשלימה עם גורלה. היא המשיכה לנקות בתים כדי לפרנס את עצמה ואת בנה, ולעתים קרובות עבדה בשני מקומות ולכן תמיד היתה עייפה, והוא נזכר, כי בשעה שהיתה מהלכת בבית היתה גוררת את רגליה. למרות שתווי פניה היו כשל האבוריגינים, היא ניסתה להעמיד פנים שהיא לבנה, ונמנעה מלבוא בחברת הילידים. כשהוטחו בהם הערות גנאי הגיבה כאילו אין הדברים נוגעים בה.

עד שנות הבגרות המוקדמות שלו התכחש ג'יימס למוצאו הילידי. כדי שיעמוד בכך, היה עליו להבטיח שחבריו מבית-הספר, ולימים חבריו לעבודה, לא יראו את אמו, ולכן מעולם לא הזמינם אל ביתו. ברגשי בוז-עצמי ובושה נזכר בפעמים הרבות מספור שבהן שמע הערות גזעניות, וכיצד לא מחה, אלא הצטרף למקהלת המנאצים.

רק לאחר שנפגש ונקשר אל אמילי, שהיתה אירופית, החל להשלים עם מוצאו הילידי. היא התעניינה ברקע המשפחתי שלו והרכתה לשאול אותו על-כך. הם החלו להיפגש עם ילידים ולהתיידד עמם, והיא עודדה אותו לדבר עם אמו על הרקע המשפחתי שלה.

ג'יימס ניסה לשמוע ככל היותר מפי אמו, אך היא לא רצתה לספר לו, והוא לא רצה ללחוץ עליה, משראה כמה מכאיב לה הדבר. כשגברה סקרנותו, היה עליו לאזנה עם אי-רצונה להיזכר בעברה, אשר הסב לה בושה וכאב כה גדולים.

ועם זאת, בתשובותיה לשאלותיו של ג'יימס, סיפרה אמו, כי אמה מתה זמן קצר לאחר שהיא נלקחה ממנה, ושלאמה לא היו אחים או אחיות. המידע הזה נמסר לה במסיון. אמו לא ידעה אם היו לה דודים או דודות. ואשר לאביה, היא לא רצתה לדעת עליו דבר וחצי דבר. היא לא רצתה לדבר על כך.

ג'יימס התנסה בקונפליקט מתמיד בין רצונו לבקר בחווה שבה נולדה אמו, כדי להתחקות על שורשיו המשפחתיים-השבטיים, לבין הצורך לכבד את אי-הסכמתה למעשה מעין זה. חשיבות רבה ראה ברשותה המפורשת של אמו, אך לא יכול לקבלה ממנה, כי היא מימיה לא חיוותה דעה חד-משמעית. הליכה לשם בלא רשות פירושה, שג'יימס ייזום מעשה שאינו אלא חזרה על סיפור חייה, שהרי מעשה זה ישקף אי-התחשבות ברצונה וברגשותיה.

העליתי בפני ג'יימס את הרעיון כי אפשר שאמו תעריך את העובדה שיבקר שם, אפילו לא יהיה בכוחה להביע את הערכתה; ואולי היא תלמד להעריך זאת ברבות הימים. הוא הרבה לחשוב ואמר שאין זה משנה כיצד עושים זאת, כי פירוש הדבר להחליט במקומה, והוא רצה שהיא שתחליט. אולי, אמרתי לו, הוא יכול להרהר בביקור בלי לומר לה — זכותו הטבעית היא, הזכות להכיר את קרוביו ואת שורשיו. כיוון שלא היה לו כל עניין בקשר עם אביו ועם משפחת אביו, הרי אם לא יממש את הזכות הזאת, אחרי מות אמו יוותר בלא שארי בשר. ועדיין סירב ואמר, שמעשה מעין זה פירושו: ללכת מאחורי גבה של אמו.

מדי פעם הירהר בכובד ראש ברעיון לפתוח בחיפושים אחרי אביו, ולנסות לגלות אם יש לו בני משפחה אחרים מהצד הזה. אך רגשותיו

בנושא היו מעורבים, ובסופו של דבר, הרגשות השליליים היטו את הכף. סירובה של אמו אפילו לחשוב בכיוון זה, כפי שהביעה באופן הברור ביותר שבו הביעה את רצונה מעולם, חיזק בו את ההחלטה הסופית על-כך.

למרות שרוב ימי חייו בבית היו אפופי פחד ואומללות, ג'יימס נהנה מתשומת לבה ומדאגתה של אמו בימים שבהם נעדר אביו מהבית. למרות שהיה ילד ביישן ונפחד בבית-הספר, היו לו חברים טובים אחדים וגם מורה אחד שאהד אותו, הבחין ביכולתו לשיר ולשחק, ועודד אותו לפתח את כישרונותיו.

אחרי שאביו עזב את הבית לעולמים, ג'יימס לא חזר לשחק כדורגל ופיתח את התעניינותו במשחק ובתיאטרון. בן חמש-עשרה הפסיק את לימודיו בבית-הספר ועבד במחסן ובמשלוחים במרכול. הוא שמר על קשר עם המורה אשר עודד אותו ללמוד דרמה בשיעורי ערב ושלה אותו להיבחן כשחקן.

בבית-הספר לדרמה פגש את אמילי, ולאחר זמן מה הזמין אותה לביתו. היא היתה האדם הראשון שהזמין אל ביתו. אמילי עמדה על מוצאה האבוריגיני של אמו, ושאלה את ג'יימס על חייה. אמילי היתה האדם הראשון שאיתו דיבר על אמו ועל עצמו, ובעזרתה ובעידודה הפסיק להתנכר למוצאו האבוריגיני.

לימים נודע כשחקן ממוצא ילידי, והתפקידים שגילם היו בעיקרם של דמויות ממוצא אבוריגיני. רגשותיו בנושא היו דו-משמעיים. אמנם היה מרוצה, אך בה בעת שאל את עצמו אם היה מצליח אלמלא היה אבוריגיני. הוא רצה שיכירו בו ובכישרונותיו כשחקן. עכשיו הציקה לו השאלה אם כישרונו כשחקן אינו אלא ביטוי לרגשותיו — הוא לא ידע מה הוא ומי הוא — וחש בנוח עם עצמו רק כשהתחזה לאחר.

בתגובה על מחשבות אלה הצעתי שיחשוב על כך שאולי הטמיע בקרבו את התפיסה השלילית של אביו עליו, ולכן, אין זה משנה מה עשה, מעולם לא חשב טובות על עצמו ולא העריך דבר מכל מה שעשה. הצעתי לו לחשוב על-כך שהיכולת להכיר בהצלחה הוא דבר שאיש מעולם לא לימד אותו — אב ביקורתי ואם שתקנית אינם כלל ערובה להצלחה.

שנים אחדות לאחר שנפגשו, התחתנו ג'יימס ואמילי. כשחקן נסע ממקום למקום, ומשום כך הם הרבו לנדוד. לבסוף התיישבו במלבורן, שבה נפתחו בפניו הזדמנויות רבות בתעשיית הקולנוע ובתיאטרון. לפני-כן החלה אמילי לעבוד בניהול אמנותי בפרת, אך עם הנדודים נאלצה לוותר על עבודתה. אחרי שהתיישבו במלבורן, היא שבה אל עבודתה. היא השתוקקה להגדיל את המשפחה, אבל ג'יימס חשש מאוד להיות לאב. כלל לא היה בטוח שהוא רוצה בכך. אך בסופו של דבר נעתר לה, וניקי נולד. הוריה של אמילי, שיצאו לגימלאות, החליטו להתיישב במלבורן, סמוך לבתם היחידה ונכדם הראשון. כשנולד ניקי, גל של גאווה ושמחה הציף את ג'יימס. אך באותה שעה התנסה גם בכעס ובכאב, רגשות שלא יכול לבטא עד ששוחחנו על-כך. הוא הבין שהוא נוטר על שהוסחה ממנו תשומת הלב בעוד אמילי מגדישה זמן כה רב לניקי. לעתים קרובות עבד ג'יימס בלילות, והוא נצרך לשינה בשעות היום, ולפעמים, בכייה-תינוק הפריע את שנתו. הרעש שהקים ניקי הפעוט היה גדול מזה שעשה כתינוק. כל שעות היום התרוצץ עם צעצועיו, וג'יימס מצא את עצמו נסער וכועס על ניקי, אך לא הפגין בגלוי את רגשותיו. ג'יימס היה תמים דעים איתי שהחוויה הזאת היתה כאובה במיוחד, משום שככל שרב כעסו, גדל גם החמור בפחדיו — שבעצם הוא דומה לאביו — והפחד הזה הלך והתממש לנגד עיניו. ואז החל לחוש בושה וכעס שכוונו נגד עצמו. כשקרב הטיפול בג'יימס אל קצו, היה ניקי בן שש. הוא אהב להשתובב בבית ולהתגושש עם אביו, והם נהנו ממשחקי הכדורגל המשותפים שלהם. כל אימת שהבקיע ניקי שער, או שבעט בעיטה ישירה מרחוק, ג'יימס שיבח אותו ועודד אותו. כלל לא היה אכפת לו שניקי לא חבט כהוגן בשחקנים האחרים. למרות שג'יימס חשש במקצת, הוא ואמילי רצו ילד נוסף, וכשנולד תום, בנו השני, נמוגו חרדותיו. ניקי אהב את תום בן ששת החודשים, ונהנה לעזור לאמילי לטפל בו, כפי שעשה ג'יימס.

• • •

גיימס ייחס חשיבות גדולה לכך שהייתי גלוי־לב איתו. כששאל אותי אם הבנתי מה אמר לי, השבתי לו: "בעבודתי לא רכשתי ניסיון רב עם אבוריגיינים. לכן, אפשר שאיני מסוגל לרדת לסוף דעתך כשאני שומע כיצד התנהלו חייך. אני אפילו חושש במקצת שדברים שאומר לך, יעשו לך עוול, נוכח המורכבות והייחוד שבניסיון חייך." כשנלחצתי, בהיסוס מה העליתי בפניו את הרעיון, כי אפשר שניסיון חייו אינו כה שונה משלי. שנינו נמנים עם קבוצות מיעוט. קבוצת המיעוט שהוא נמנה עמה חיה במולדתה, אך שנינו חיים במלכוד בין שני עולמות, משום שהתרבות השלטת בחברה שבה אנו חיים מכתיבה גישה שלילית וביקורתית כלפי כל המיעוטים החיים בקרבה. סבלו קשור להנחה השרירותית של התרבות האירופית בדבר עליונותה הבלתי־מעוררת. לפיכך, נהגו באבוריגיינים, ביהודים, בצוענים ובאחרים כבתת אנוש, וחייהם היו הפקר למעשי אפליה והרג.

כדי להבין את חיי הרגש של אדם, מן הדין לכרוך את חייו בתולדות משפחתו ועמו.

גזענות אינה מתחוללת רק בחברה. יש והיא רווחת במשפחה. חשוב לציין, ואולי לא הכול ערים לכך, שהיא קונה לה שביטה גם בלב הפרט. הדרישה והחקירה הכרוכות בטיפול הציבו במוקד את הגזענות, האלימות וההשפלה שנהגו סבו מצד אמו ואביו. כשסר גיימס לטיפול, היה ער לאומללותו ולפחד שהציק לו, אך לעובדה שאומללותו היא בעיקרה תולדת חששו שהוא נעשה דומה לאביו השנוא – לכך היה מודע רק במעורפל. הגרועים שבפחדיו הלכו והתממשו לנגד עיניו. הוא ראה עצמו כעברין – והיה כזה. הוא לא הבין ולא חשב על ההפך – שהוא עצמו קורבן. האשימו אותו, והוא האשים את עצמו, בפשעים שנעשו בו, כשם שלעתים קרובות קורה אצל קורבנות. דגם האבהות היחיד שעמד לנגדו, היתה

דוגמה להתנהגות אלימה ולהתעללות בזולת. החברה העבירה לו את עמדתה כלפי הילידים על-ידי אביו ורבים מהמורים ומהתלמידים בבית-ספרו. הוא הפנים את הגישה הגזענית הזאת, ולפיכך, תדמיתו העצמית היתה שלילית, והערכתו העצמית היתה בשפל המדרגה. הוא לא התגאה במוצאו, הוא גם לא חש בנוח איתו, ואף הרגיש שעליו להסתיר את מוצאו. היה עליו לעבור מאבק מסובך, ארוך וקשה על מנת שיוכל לבחון ולדחות את הגישה השלילית והמזלזלת שלו בעצמו כאבוריגיני, כאדם וכאב. אפילו בהצלחתו כשחקן מצא דופי ובחן אותה מזווית ראייה שלילית. קשה מאוד היה לו לחוות את עצמו כאדם מצליח, ואין צורך לומר, שלא ידע לשמוח בהישגיו או להפיק מהם הנאה.

שנה תמימה לא עלה בידי גיימס לדבר עם הפסיכיאטר על אלימותו, קל וחומר על משפחתו ועל ההיסטוריה התרבותית שלו, דבר שהיה מאפשר להבין את הבעיה. הפסיכיאטר לא חקר ולא שאל אותו, וגיימס לא סיפר לו; שתיקה הדדית משלה בכיפה. אולי נקט הפסיכיאטר 'קטגוריות קשוחות', לאמור, הוא לא התייחס לדיכאון מעבר לתפישה צרה מאוד של דיכאון. אך בלא נקודת מבט רחבה על הבעיה שהעלה גיימס בפניו, הבנה ראויה לשמה לא היתה אפשרית, ולא היה מקום לתהליך הבראה בר-ערך. בלא הכרת הרקע המשפחתי של גיימס, לפסיכיאטר לא יכול להיות אפילו שמץ של מושג על משמעות הערתו בנושא הדיווח על גיימס למשטרה. לאמיתו של דבר, סימל הדיווח את הישנותה של החוויה הכואבת ביותר במשפחתו; את הפרידה שנכפתה על אמו כשנלקחה מאמה, ואת אפשרות הפרידה הכפויה מבנו.

הרהורים

מטפל אינו יכול להימנע מלעסוק בתרפיה משפחתית. משום ששום אדם לא יכול להשתנות בלי שישנה את יחסיו עם זולתו, במיוחד עם הזולת בעל החשיבות בחייו.

כאשר אשה הססנית, חרדה וביישנית, נעשית אשה בטוחה בעצמה, בעקבות העזרה שקיבלה, ולומדת לעמוד בתוקף על דעתה, ממילא היא גם הופכת להיות אמא, אשה, בת, חברה ועמיתה שונה מכפי שהיתה. כך, למשל, ג'וליה (ב"זעם אדום"), אחרי שביטחונה העצמי התחזק, ואחרי שהרגישה שמותר לה לכעוס, נהפכה לאמא וגרושה שונה לחלוטין.

כאשר איש שזה שנים מכור לעבודתו משנה את הליכותיו, ולומד להיות רגוע ונינוח, יחסיו עם הזולת משתנים, ולהתנהגותו החדשה נודעת השפעה על חיי משפחתו. ניוזר לרגע בג'ק (ב"עליות ומורדות"). מששינה את תפיסתו כלפי אמו ואת יחסי הגומלין שלו איתה, התאפשרה 'ההזנחה המבורכת' שלו ביחסיו עם אמילי בתו. וכך טיפול פרטני ומשפחתי הם שני צדיו של אותו מטבע; על הפרק עומדת דרך ראייתו של התרפיסט. חשוב מאוד להבין כיצד התנהגות היחיד משפיעה וכיצד היא מושפעת מאחרים, ואין להתעלם, בשום פנים, מההקשר החברתי וההיסטורי שבו התפתחו דפוסי ההתנהגות המשפחתיים.

כדי להבין הבנה מלאה את מגי ("ילדה רעה"), את שתיקתה ואת דרכה להפחית מערך עצמה, מוכרחים להכיר את אביה, הגיבור הפחדן, ולדעת על המלחמה שהפכה אותו לכזה.

לעומת זאת, כשתרפיסט נפגש עם המשפחה כולה, אך אינו מבין כיצד משפיעים יחסי הגומלין בין בני המשפחה זה על זה, והוא לא מכיר את הרקע התרבותי של המשפחה ולא יודע כיצד הרקע הזה משפיע עליהם, התרפיה בהדרכתו תהיה אקראית ולא מכוונת.

חלק רביעי

מדור לדור

“לדבר על זה עכשיו יחלל את זכרם”

מבוא

ניסיון חיינו נקבע על-ידי העולם שבו אנו חיים. הדרכים שבהן הורים מטפלים בילדיהם הן תולדת חייהם וחיי אבותיהם. לפיכך, אין אנו ילדי הזמן והמקום גרידא, אלא גם ילדי הזמן והמקום של הורינו ושל הורי הורינו.

זהו קובץ הסיפורים האחרון שכתבנו. למרות עבודתי עם משפחות ניצולי שואה זה עשרים שנה ויותר, הרעיון שמא הסיפורים יגרמו עוול לנושא, הטריד אותי ללא הרף. חששתי שמא אגמד את השואה, ולא יעלה בידי לבטא את עוצמת השפעתה על הניצולים ועל בני משפחותיהם. על כן שתקתי, ובכך חזרתי על מאפיין עיקרי של השואה. הרלוונטיות שבחלק זה של ספרנו חורגת הרבה מעבר להשפעת השואה על משפחות אלה או אחרות. אי אפשר להבין במלואם שום סבל, בעיות וסימפטומים אנושיים בלי להביא בחשבון את תולדות משפחתו של הפרט, ורק לאחר שהשואה נחקרה, הבעיות של המשפחות האלה נעשו מובנות יותר. הכרת השואה היא ההקשר להבנת בעיות הניצולים, ובלי ההקשר הזה, אי אפשר להקל על בעיותיהם וקשה למצוא דרך שתוביל לפתרונות.

כידוע, שישה מיליון יהודים הושמדו בשיטתיות בשואה, ובהם מיליון ילדים וחצי. הניצולים התנסו לא רק בגירוש, רעב, ביזוי והשפלה, אלא גם במתקפה מאורגנת ומכוונת להרוס את אישיותם ואת

זהותם. כל יום היו חייהם נתונים למשיסה. הם היו עדים לרציחות בלא הבחנה. בני משפחותיהם נרצחו לנגד עיניהם. חלקם אולצו להשתתף בתהליך ההשמדה.

במחנות המוות היתה ההישרדות לצו עליון. איך להתחמק מהסלקציה הבאה, איך להימנע מספיגת מכות, איך לצמצם את תחושת הקור והרעב — היו מטרות היומיום. האסירים ניסו להיות לצל, כי להיראות פירושו היה לסכן את חייו. הם היו לרובוטים; התנתקו מזיכרונות, משיחות ומרגשות. רבים ממי שהיו עדים לרצח הוריהם, אחיהם ואחיותיהם, או ילדיהם, היו לאילמים במשך שנים רבות.

אחרי המלחמה הוחזרו לניצולים רבים כי כל מה שהכירו נמחק; משפחה, קהילה, בית, לשון וארץ. הם נותרו גלמודים בעולם מנוכר. הספרות הפסיכולוגית והפסיכיאטרית עשירה במאמרים המפרטים את השפעותיה ההרסניות של השואה על הניצולים ועל משפחותיהם. אך היא מתעלמת ברגיל מיכולתם המופלאה של הניצולים להתאושש, מחוסנם ומכוחות החיים שבהם שאבו מתוך עצמם, ובעזרתם התגברו על עברם ובנו לעצמם ולמשפחותיהם חיים חדשים בארץ חדשה.

פחד המקלחת

בראשית דרכי כפסיכולוג ילדים התבקשתי לראות את שירלי, ילדה בת שמונה עם בעיה יוצאת דופן. היא סירבה להתקלח, והגיבה בבהלה גדולה כל אימת שהוריה דרשו ממנה להתקלח.

היא ביקרה אצל אנשי מקצוע אחדים, אך איש לא הצליח להסביר את תגובתה הקיצונית למקלחת. לא עלה בידי להפיק תועלת משיחות עם המטפלים שקדמו לי וגם לא מעיון בתיק הרפואי שלה. על פי המידע היסודי שבתיק, מדובר במשפחה יהודיה. אביה היה איש עסקים, ואמה עקרת בית. הוריה נולדו באירופה והגיעו לאוסטרליה בשנת 1946.

בפגישה שיועדה להערכה כללית, ביקשתי משירלי לצייר תמונה. היא ציירה בתים וארובות — בתים גדולים וארובות רבות. אחר-כך

הראיתי לה בתמונות על גבי קלפים אנשים במצבים שונים, וביקשתי ממנה לחבר סיפור על כל קלף. בכל סיפורה חזרו ונשנו אנשים הנכנסים לבניין, מתקלחים ולא יוצאים עוד לעולם.

חקירותי העלו, כי הוריה הם ניצולי שואה ושכבית תמיד דיברו על השואה. מצויד במידע החדש הזה היה ביכולתי לומר לשירלי שאני חושב שאני מבין מדוע סירבה להתקלח, ויכולתי להעלות בפניה את ההסבר לכך. היא הוסיפה וסיפרה, כי אינה פוחדת רק ממקלחת, אלא גם מסבון. בשבילה, סבון היו הסבים שלה. בירור נוסף שעשיתי עם הוריה העלה, כי לא אחת שוחחו על השימוש בגופות של יהודים להפקת סבון, ועל הפקודה שניתנה ליהודים להתפשט ולהיכנס למקלחות, שמהן לא חזרו לעולם. קרוב לוודאי ששמעה את הוריה אומרים שתמיד ראו את העשן המיתמר השמימה מהארוכות הענקיות הרבות, ושריח אפרן של הגופות נישא למרחקים.

הוריה לא היו ערים לכך ששיחותיהם על המלחמה והמוצאות אותם השפיעו על שירלי. בעייתה לא נבעה מכך שהוריה דיברו על השואה, אלא מפני שדיברו אגב התעלמות מוחלטת ממנה. משנוצרה תקשורת בין הבת לבין הוריה, התאפשרה החלמתה. אפשר שהסימפטום שיקף ביטוי לא מודע לצורך שלה להתחבר לשיח המשפחתי. כך תבעה את חלקה בתקשורת המשפחתית.

מעתה בתקשורת ביניהם נכלל ההסבר, שהשואה אירעה לפני שנים רבות הרחק מכאן, ושמקלחות הן בטוחות עכשיו ואין בהן גז. סבון מופק משמן דקלים, ולא, כמו אז, מגופות של יהודים, כמו, למשל, מהסבים שלה. משהבינו הוריה את השפעת השיחות בביתם על שירלי, החלו להיזהר בדבריהם והקפידו לשאול אותה על רגשותיה.

אפשר שרוב ניצולי השואה מתמודדים עם חוויותיהם על-ידי שתיקה, אך במשפחות מסוימות רווחות שיחות על העבר. ייתכן שעיסוק היתר הזה של הורי שירלי מסביר את אי יכולתם לראות את הקשר בין פחדיה של בתם לבין השיחות החוזרות ונשנות בבית. ואולי גם אנשי בריאות הנפש תרמו משהו, משום שמעולם לא ניסו לשתף את ההורים במישרין בטיפול בבתם. הם לא חקרו את תולדות המשפחה וגם לא את חייה בהווה.

• • •

הדעת נותנת שהסימפטומים של שירלי לא נבעו מכך שההורים דיברו, אלא כיוון שדיברו בנוכחותה שלא כהלכה. אך מהי הדרך הראויה שבה יספרו הורים לילדיהם שאחיהם ואחיותיהם נרצחו ושהוריהם היו חסרי אונים ולא יכלו לעשות מאומה? באיזה גיל מוכן הילד לקבל מידע כזה? האם לנו, אנשי המקצוע, יש ידע עיוני או מעשי המכשיר אותנו ליעץ להורים בבעיה הזאת? אם התשובה היא שלילית, כל שנותר לנו הוא לכרות אוזן לדילמות הבלתי־אפשריות שלהם, ולנסות להיות איתם במבוכה ובחוסר־הוודאות הנלווים לשאלות האלה.

בעיה בבית־הספר

רואן, בן שמונה, היה למקור בעיה בבית־הספר שלו. לעתים היה מתרחק מחברת הילדים, נלחם בהם, בועט ונושך אותם. לעתים הסתגר והיה אומלל.

בית־הספר ניסה להתמודד עם הבעיה בכוחות עצמו, אך כעבור זמן מה הופנה לטיפול אצל פסיכיאטר. הפסיכיאטר נפגש עם רואן, ואחר־כך פגש גם בהוריו. הוא הגיע למסקנה, שהקשיים של רואן החלו עם מות סבו, לפני חמישה־עשר חודשים. בעקבות מות אביה נקלעה ג'ואן, אמו של רואן, לדיכאון ולא יכלה עוד להרעיף עליו רגשות כבעבר. הפסיכיאטר המשיך לטפל ברואן והמליץ לאמו לבקר אצל פסיכותרפיסט. ג'ואן עשתה כדבריו במשך שנה, אך במצבה לא ניכר שיפור.

את הסיפור שאני מביא כאן שמעתי מפי ג'ואן במהלך פגישותי איתה. בינה לבין אביה שררו יחסים טובים, ועם מותו לקתה בדיכאון. אביה אדם שקט היה, ללא יומרות. מעולם לא ביקש לעצמו דבר ותמיד עמד לימין משפחתו ולימינה של ג'ואן. היא נזכרה שפעמים אחדות

לפני מותו חשה תחושה מוקדמת שמותו יכביד עליה ללא נשוא. כשהמשכנו לשוחח הוחזר לה מה רב הפער בין חשיבותו העצומה של אביה לדידה, לבין מיעוט ידיעותיה עליו. הדבר הכאיב לה מאוד ולכן עודדתי אותה לחקור את תולדות אביה.

זמן קצר לאחר פלישת הגרמנים ברח אביה מוורשה. הוא מצא עבודה כפועל חקלאי בחווה של משפחה פולנית קתולית, שעל אף חשדנותה, לא שאלה שאלות רבות מדי. בתם נהגה בו טוב-לב, ואחרי המלחמה הם התחתנו. אז גם נוכח לדעת שכל משפחתו נספתה.

אשתו רצתה שילדיהם יתחנכו כקתולים והוא הסכים. הם החליטו להגר לאוסטרליה כדי להימלט מכל זיכרונות המוות וההשמדה ולהתחיל חיים חדשים. ג'ואן חונכה כקתולית וידעה אך במעומעם על יהדותו של אביה. כשלוש או ארבע פעמים בשנה הלך בגפו לבית-הכנסת.

כשנגולו בפניה תולדות משפחתה, חשה המומה מחמת העצב שאפף אותה על שמיעטה להכיר את אביה ועל שהמעיטו לשתף זה את זה בחוויותיהם. ג'ואן תהתה אם מקור אבלה בכך שהיא מתאבלת על כל מה שהוא לא התאבל עליו מימיו, וההכרה כי מאוחר מדי לדבר איתו או לנחמו הסבה לה משנה צער. יותר מכך, היא ידעה שרואן לעולם לא ישמע דבר וחצי דבר במישרין מפי סבו. אך יותר מכל הדחים אותה עצבונה משהוחזר לה שאיבדה את הקשר האחרון שלה עם מורשתה היהודית.

ככל ששקעה בלימוד סיפור חייו של אביה והצער והאבל עדיין שלטו בחייה, הלך דיכאונה ופחת.

"לפני-כן הרגשתי ריקה, חסרת כל רגש", אמרה. "עכשיו אני מרגישה עצב גדול, אבל החיים חוזרים אלי."

השיפור אצל רואן הקביל לשינוי שחל באמו. הוא חזר להיות ילד חברותי ומאושר, ועל צערה ועצבונה השיב בדאגתו לה. יחסים של קרבה התחילו להתפתח ביניהם.

• • •

כדי לעזור לג'ואן להתגבר על דיכאונה, צריך היה לעודד אותה לחקור את תולדות אביה. הדרך היתה רצופת חרדה וכאב, אך נודעו

לה גם יתרונות רבים. עד מהרה עמדה גיואן על רצונה לדעת, אך בה בעת היססה מלפעול בניגוד לרצונו. היה עליה להניח, כי כיוון שלא סיפר לה, מן הסתם לא רצה שתדע, אבל היא לא היתה בטוחה בכך ולא היתה לה דרך לברר זאת. ואם לא רצה שתדע, מדוע לא רצה? האם שתק כיוון שרצה לגונן עליה, או שרצה לגונן על עצמו? הוברר לה שהיא באה עמו בטרומיה. הוא קיפח אותה, הוא מנע ממנה להכיר אותו ואת משפחתו. היא תמחה מדוע מעולם לא שאלה אותו, ועכשיו, איחרה את המועד. לעולם לא תוכל להבין את שתיקתו.

כדי להתגבר על הדיכאון, היה עליה לפתוח מסך של שתיקה. יחסו הדר־משמעי של אביה בנושא גילוי יהדותו נרמז בשתיקתו, ואף־על־פי־כן, ביקוריו הנדירים בבית־הכנסת העידו על דבר אחר. במהלך מאבקה להבין את שתיקת אביה ולהתמודד עם כעסה על שהשאירה מגששת באפלה, שאבה נוחם מדברי, כי אביה רצה להבטיח את הישרדות נכדתם של הוריו. שכן, לפי המסורת היהודית, השמירה על המשך הקיום היא ערך עליון.

רבים מניצולי השואה ראו בויתור על יהדותם ובחינוך הילדים על־פי מסורת זרה הודאה בניצחונם של היטלר. אחרים שמעו בקול ההיגיון הבא: "משפחתי הושמדה כיוון שאנחנו יהודים. כדי להגן על ילדי, אתרחק מהיהדות, אגדל את ילדי כגויים, ואתנתק מכל מה ששמץ של יהדות דבק בו." לדידם של רבים היה זה קונפליקט פנימי; אצל אחרים קיבל ביטוי בין־אישי, והוא התעצם כשניטש בין ההורים. דו־המשמעות הזאת גרמה לכך שילדיהם גדלו עם ציוויים מנוגדים.

רוב הניצולים מצאו את עצמם גלמודים. לא אחת נבעו הנישואים מטעמי נוחות. הם התחתנו עם מי שעזר להם; עם האדם הראשון שגילה נדיבות ביחסו אליהם; עם ניצול שואה אחר; עם מי שהיה לו דבר מה שלו נזקקו ברגע ההוא יותר מכול – מקלט, אישור כניסה לארץ אחרת או כסף.

בנישואים מעין אלה, לא אחת דלות היו התקשורת בין בני הזוג או החיבה. כשנולדו ילדים, ההורים ניסו לגונן עליהם מפני כל מידע

על הקורות אותם ואת משפחותיהם. מוטב שלא יידעו כמה אכזר ובוגדני עלול העולם להיות.

הנכשלת

אל המשפחה התוודעתי על-ידי מכתבי ההפנייה של יועצת בבית-הספר ושל המרפאה לטיפול נפשי בילדים. אנה, בת ארבע-עשרה, נכשלה בלימודים, אפילו לפרקים היו הישגיה מזהירים. מוריה היו מאוכזבים מאוד, כיוון שניחנה ביכולת רבה. אמנם ברגיל ידידותית היתה ומלאת חיים, אך לעתים היתה ארשתה קודרת והיא הסתגרה. הערכה פסיכיאטרית אישרה, שהיא אינטליגנטית מאוד, אך נתונה לדיכאוניות מדי פעם. במכתב מהמרפאה הובעה הסכמה כללית, כי האשם במצבה הוא אביה, בשל תובענותו היתרה. כשעשתה חיל בלימודים נהג בה נדיבות-יתר והשפיע עליה מכל טוב, אך במקרים אחרים ביטא בחריפות את מורת רוחו, הוכיח אותה קשות ותבע ממנה להשקיע מאמץ ולהשיג ציונים גבוהים.

בשנתיים האחרונות נפגש צוות המרפאה עם אנה, ובנפרד עם הוריה. את אנה הטרידו במיוחד יחסיה הדו-משמעיים עם איזאק, אביה. כיוון שלא תמיד הצליחה לגרום לו נחת, דיכא הדבר את רוחה והיא הרגישה פחותת-ערך. למרות העזרה מבית-הספר ומהמרפאה, המשפחה לא נוכחה בשום שיפור וביקשה מכתב-הפנייה אלי. בתיק הרפואי של אנה מצאתי מידע על התפתחותה ופרטים על נישואי הוריה. בתיק צוין שאמה נולדה באוסטרליה, ושאיבה, שהתפרנס כעצמאי, הגיע לאוסטרליה בשנת 1947.

בפגישה הראשונה שוחחנו על לימודיה של אנה ועל מצבה הכללי, והדברים שנאמרו לא חידשו לי דבר. האם לא הוציאה הגה מפיה. בשעה ששוחחתי עם האב שאלתי אותו, כבדרך אגב, אם הוא דובר אידיש. הוא השיב בהן. אחר-כך שאלתי אותו היכן נולד ואיפה עברו עליו שנות המלחמה. הוא אמר כי אינו רוצה לשוחח על הדברים הללו בנוכחות אשתו ובתו. המשכתי לשאול.

רציתי לדעת אם היה במחנה ריכוז. הוא אמר שהיה שם עשרה חודשים, עד השחרור. שאלתי אותו על משפחתו, ושוב אמר לי, שהוא מעדיף שלא אשאל אותו. גם הפעם המשכתי לשאול. רציתי לדעת אם כולם נספו. הוא השיב, שהיטלר לקח את כולם.

אלה היו הדברים היחידים שלמדתי מהשיחה, אם כי האב הוסיף ואמר בגאווה, שכאיש עסקים נחל הצלחה רבה. בסוף הפגישה שאל לדעתי; הוא שילם, ותמורת כספו רצה לשמוע את דעתי. הוא אמר כי סיפר לי דברים רבים מאוד שלא התכוון לספר. כיוון שלחץ עלי, הרגשתי שעלי לשתפו במחשבותי, אפילו הן מחשבות ראשונות שלא עובדו כל צורכן.

"אתה גאה בהישגיך כאיש עסקים, וזה מוכן לגמרי. אני משער שהשכלתך מצומצמת, ושהגעת לאוסטרליה ללא כל ידע באנגלית, וללא מקצוע או מלאכה. אני מניח שאתה קשוח ותובע הרבה מעצמך, אחרת לא היית מצליח כל־כך. הדעת נותנת, סביר להניח, שאתה דורש מבתך לא יותר, ודאי הרבה פחות, ממה שאתה דורש מעצמך. מטבע הדברים, אדם שכל משפחתו אבדה, בתו היא אוצרו, היקר לו מכל. אולי אתה מצפה ממנה לפצות אותך בדרך כלשהי על ההורים ועל האחים והאחיות שאבדו לך, ואולי גם על ימי עלומיך שהלכו לבלי שוב."

אשתו ובתו קפאו במקומן. הוא השתוקק להגיב על דברי, אך היה עלי להפסיקו, כיוון ששעת השיחה קרבה לסיומה. אמרתי לו שיש לי עניין רב בדבריו וביקשתי ממנו להביעם בפעם הבאה.

להפתעתי, לפגישה שאחרי־כן איזאק בא אלי בגפו. הוא אמר לי שהוא רוצה לשוחח איתי בלי שאשתו ובתו ישמעו. מאז המלחמה סבל מסיוט חוזר ונשנה, ממנו הקיץ בצעקות והוא נוטף זיעה. בחלומו הוא אינו שולט בעצמו, ועם תת־מקלע בידו הוא יוצא למסע הרג בגרמנים. אמרתי לו, ספק בצחוק: "זה חלום בלהות או שזו נקמה מתוקה? לי זה נראה כאילו אתה יוצא לקיים מצווה."

הוא צחק קצת ואחר־כך השיב לי ברצינות שמציק לו פחד גדול, הוא חשש שלא ימשול ברוחו, או שיאבד את שפיותו, ויסיים, חלילה, את חייו בכלא.

אמרתי שאני בטוח שאשתו יודעת על חלומותיו, והוא אישר זאת, והוסיף שבלילות, כל אימת שהוא מתעורר, היא עוזרת לו, מביאה מגבות קרות אל מיטתו, או כל דבר אחר שנחוצ לו. היא מעולם לא שאלה אותו שאלות, והוא מעולם לא סיפר לה את תוכנו של החלום. בעקשנות דבק בדעתו, כי בתו לא ידעה דבר על סיוטי הלילה שלו ומעולם לא שמעה דבר. כתגובה לספקותי הסביר, כי כיוון שגרו בבית גדול, עם קירות כפולים ובידוד טוב כנגד רעש, וכיוון שלבתו היה חדר משלה, היא לא שמעה מאומה. הוא רצה להמשיך לבוא אלי וכלכד שיבוא בגפו; הוא לא רצה לשתף את אשתו ואת בתו. הבעתי באוזניו את ספקותי, אך הסכמתי לתנאיו. התנחמתי במקצת בידיעה שלבתו היה קשר טוב ורצוף עם יועצת בית־הספר, ואני הכרתי את היועצת. חודשים אחדים בא בקביעות. הוא סיפר לי פרטים על מחנה הריכוז, על הגטו ועל התנסויותיו בעת המלחמה; על היותו עד לרצח בני משפחתו ועל הקושי העצום לשלוט בזעמו. הוא דיבר על רגשות האשמה שלו כיוון שנותר בחיים, על הזיכרונות הקשים ועל הבושה העמוקה. מעת לעת נתן גם ביטוי לגאוותו על הישגיו. ואז הגיע הרגע שהחליט לספר לאשתו על סיוטי הלילה שלו, ולהפתעתו, היא הרגישה הקלה גדולה. היא חששה שסבל ממשו חמור יותר. נדמה היה לה שבחלומותיו הוא חוזר מדי לילה לאושוויץ. לא עלה בדעתה שהוא נוקם בהם. לתגובתה נודעה בעיניו חשיבות רבה. הוא הבהיר לי, כי בבואו אלי אינו פועל כהלכה כיוון שיש דברים שחייב אדם לשמור בחובו ויש בעיות שעליו לנסות להתמודד איתן לבדו. אמרתי לו שאני סבור שהגישה הזאת שירתה אותו היטב בעבר, אבל קרוב לוודאי שהיתה כרוכה במחיר גבוה. הוא לא היה מוכן, ואולי לא היה מסוגל, לשתף את בתו, ולו במקצת, בחוויות מעברו וגם לא בבעיותיו בהווה. בימים שהחליט להפסיק להתראות איתי, עדיין פקדו אותו סיוטים, אך בעוצמה פחותה. כשהתעורר, שוחח עליהם עם אשתו, וחששו שמא לא ימשול ברוחו נמוג. מסיפוריו ומדיווחים מבית־הספר נודע לי, שאנה השתנתה מאוד. היא סיפרה ליועצת בית־הספר שהתפרצויות החמורות של אביה

פחתו, ושגם תובענותו כלפיה פחתה מאוד. עכשיו היתה מאושרת לאין ערוך והתמידה בהישגיה הטובים בלימודים. ככל שפחדו שמא לא ימשול ברוחו הלך ופחת, כך פחת הצורך שלו למשול בבתו.

• • •

העבודה הטיפולית עם אביה של אנה נעשתה איתו ביחידות, למרות שהייתי מעדיף אילו המשפחה כולה היתה מגיעה לטיפול. אני רציתי להמשיך את הקשר הישיר עם אשתו ועם בתו, אבל הוא החליט אחרת. שיתפתי אותו בחששותי, ועם זאת החלטתי להיענות לו. הסדרי התרפיה צריכים להיקבע בעקבות שיחה משותפת. יתרה מכך, במקרה הזה, חשבתי שעל אביה של אנה להמשיך בתהליך הטיפול, אבל הוא חשב אחרת ושם קץ לטיפול. אולי לא יכול להרשות לעצמו לפתור את קשייו הנוספים. אולי חלומות הבלחה שלו היו הדרך לזכור ולא לשכוח, ואיפשרו לו לשמר את כעסו. אולי, אילו הרגיש קצת יותר מרוצה, היו גוברים רגשות האשמה שלו על ששרד בשעה שבני משפחתו הושמדו בתאי הגזים.

למרות שאיזאק סיפר לי על חוויות רבות שחווה בעת המלחמה, מדי פעם רמז לי, שהיו לו חוויות רבות נוספות שעליהן לא רצה או לא יכול לדבר. את רמיזותיו הפכתי לדברים גלויים בכך שאמרתי לו שאני מבין, ועודדתי אותו לדבר על הדברים שבחר לספר עליהם, ובה בעת, לשמור על שתיקה ביחס לדברים אחרים.

ההחלטה לשמור על שתיקה אינה נובעת אך ורק מהצורך של הניצולים לגונן על עצמם ועל בני משפחותיהם, אלא לעתים קרובות מי שגוזרים על עצמם שתיקה עושים כן מתוך יחס של כבוד עמוק אל הנספים. כפי שאמר אחד הניצולים: "לדבר על זה עכשיו פירושו לחלל את זכרם."

לעתים קרובות ילדי הניצולים נמצאים במצב בלתי נסבל. מצפים מהם לפצות את הוריהם על הסבל הנורא שעברו. חקר התנסויותיו של איזאק בשואה העמיק את משמעות ההערה עליו שהוא "תובעני מדי". התרפיה חשפה את ציפיותיו הסמויות והלא-מציאותיות, ולאחר שהוצגו בגלוי, הצטמצמה יכולתן לבלבל ולהתיש את בתו.

אפשר כי נכונותו של איזאק להפר את השתיקה ולבוא לבד לפגישה השנייה, נבעה מהעניין הרב שגיליתי בהתנסויותיו ומהערכתי להישגיו. ניצולי שואה חוו בושה למכביר והשפלות אין קץ, ולכן כה חשוב שהמטפל ינקוט כלפיהם גישה חיובית, ובלבד שיימנע מלהתכחש לרגשי האשמה, לזעם ולזוועות שחוו, ובל יפחית ממשמעותם.

ניצולי שואה רגישים במיוחד להתכחשות כיוון שבתוכניתם השטנית הסתייעו הנאצים ב'לשון נקייה'. התוכנית השיטתית להשמדת היהודים היתה 'הפתרון הסופי'. אסירי מחנות המוות לא היו בני אדם אלא 'מספרים'; גופות המתים נקראו 'בובות'. השמדת אנשים בגז היתה 'טיפול מיוחד'. לניצולי השואה כיום, הניסיון להתכחש למה שקרה הוא מקור עיקרי לזעם ולכאב.

לא אחת הניצולים אומרים: "אין לנו מלים. מה שראינו ומה שעבר עלינו אי-אפשר לבטא במלים." פרימו לוי אמר שאושוויץ היתה כוכב לכת אחר. אפילו היית שם, עדיין לא יכולת לדעת מה פירוש להיות שם לדידו של האחר. שפת אנשים רגילה משוללת אמצעים להביע את שקרה שם. מלים פשוטות כגון רעב וקור, אינן מביעות את סוג הרעב ואת סוג הקור שבו הם התנסו.

כשאין מלים בפי הניצולים, חייב המטפל למצוא דרך לומר, שלעתים קרובות מתגלה לנו שהלשון האנושית לוקה בחסר. אי-אפשר להבין את הדברים במלואם, אך גילוי רצון עז להבין כמיטב יכולתנו הוא כורח.

ואולי התקשורת החשובה ביותר מתקיימת על-ידי השתיקות. אותן אתנחתות לא-מילוליות, אפשר שהן משקפות הבנה הדדית כלשהי. סופרים כגון אלי ויזל חושבים ש"אי-אפשר לכתוב או לדבר על השואה במישרין. רק בעקיפין"

ואפילו ניחנו בשפה הנאותה ויכולנו להבין, יש דברים הנוראים מכדי להביט בהם נכוחה. מן ההכרח שהמטפל והמטופל יכירו בכך שאין הם יכולים, או שאינם רוצים, לא היום ולא בכל עת אחרת, להתעמת במישרין עם הזוועות האלה. לעתים קרובות, עלינו להסב את מבטנו.

ניסיון התאבדות

ג'ני, בת שש־עשרה, ניסתה להתאבד בהיותה במחנה של תנועת נוער. היא בלעה מנת יתר מכמוסות־השינה של אמה. להוריה נמסרה הודעה על־כך והם הוחשו אל בית־החולים העירוני, שם ראו אותה אחרי שנשטפה קיבתה. כשנפגשו, סירבה לדבר. שרויה בחרדה איומה טילפנה אלי בטי, אמה, וביקשה פגישה דחופה.

בעבר הם התנסו בתרפיה ליחידים, לזוגות ולמשפחה. ג'ני לא רצתה לבוא אלי. היא אמרה להוריה שנקעה נפשה מכל הפסיכולוגים והפסיכיאטרים, וכי הוריה הם הזקוקים לעזרה ולא היא. כששוכנעה לבוא עשתה כן, בהסתמכה על ההבנה שלא תצטרך להשתתף בשיחה. שאלתי אותם מדוע לדעתם היא ניסתה להתאבד. בטי דיברה על 'מעורבות־היתר' ביחסיה עם ג'ני, והודתה בדאגתה וחרדתה המופרזות לבתה. כששאלתי איך הרגשות האלה יכלו להניע את ג'ני לניסיון התאבדות, הסבירה שבדרך כלשהי חרדותיה הזיקו לג'ני, וכשהיתה בתה רחוקה מהבית, היא לא ידעה להסתדר בעצמה.

בן, אביה של ג'ני, שמר על שתיקה. רק כשפניתי אליו במישרין הביע את דעתו. הוא אמר שבטי רואה ברגיל צל הרים כהרים, ושהיא דואגת יותר מדי. יש להעמיד את ג'ני במקומה, לומר לה מתי ללכת לישון, מתי לעשות שעורים, מתי לצאת וכדומה.

לשאלתי מדוע הוא לא עשה זאת השיב בן, שאשתו דחקה את רגליו ולא הניחה לו לטפל בדבר הקשור בג'ני.

בטי אישרה את דבריו ואמרה, כי לדעתה בן הוא אדם אלים מאוד. כששאלתי על אופי אלימותו נמצאתי למד שלפעמים הרים את קולו, טרק דלתות ונראה כעוס.

בן אישר כי אכן כעס לעתים. לדעתו, בטי דשה בכל עניין בלי סוף וללא כל תועלת, ואף־על־פי־כן אין היא מרשה לו להתערב במה שקורה.

שאלתי אותם אם היו סיבות נוספות שהניעו את בטי לראות בו אדם אלים. בטי חשבה שאולי זה קשור לאביה, אדם שהתקשה לכבוש את

כעסו, ולעתים קרובות נהג אלימות בה ובאמה. היא התקשתה מאוד לצאת בביקורת על אביה, ואת הקולר להתנהגותו תלתה במוצאות אותו במלחמה. אמנם היא לא ידעה פרטים כלשהם על התנסויותיו במלחמה, לפי שמעולם לא סיפר על-כך, למעט התפארותו בעורמתו ובכוחו הגופני. כשהגיע לאוסטרליה היה חסר-כל, ללא ידיעת השפה, ללא כסף וללא קרובים. הוא התחיל לעבוד כזכן בחנות קטנה, ולימים היה לקבלן בנייה מצליח וליזם בתחום הנדל"ן.

"אני בתו היחידה וכל עולמו", אמרה. "תמיד הוא נותן לי דברים, אם אני רוצה ואם לאו. אני יודעת שאני יקרה לו, אולי יותר מדי." בטי אמרה שאביה סבל בלילות מסיוטים ואז נהג לקרוא בשמה. היא הניחה, כי כיוון שלעתים לא נהגה כזאת, הסבה לו עוגמת נפש. בטי נדהמה כששאלתי אותה מניין לה שהוא קורא לה. בהשתוממות שבה וחזרה על דבריה, כי נקב בשמה. שאלתי אותה אם שמה ניתן לה על שמו של משהו מבני המשפחה, והיא אמרה: "איני בטוחה, אבל אני חושבת שנקראתי על-שם אמו של אבי." אמרתי שאולי קרא בלילות לאמו. בטי נראתה נבוכה ולא יכלה להשיב לי. ביקשתי ממנה כי תספר לאביה על ניסיון ההתאבדות של ג'ני ועל פגישתם איתי היום, ותשאל אותו למי קרא בחלומו. אמרתי לה לומר לו, כי אפשר שתשובתו תסייע להם מאוד.

בפגישה שלאחר מכן סיפרה בטי, בנימה של הפתעה והקלה, כי כששאלה את אביה את השאלה השיב לה, שסיוטי הלילה שלו נסבו על אמו שמתה בתאי הגזים.

המידע החדש הזה חיזק את עמדתי, שהיתה מבוססת גם על תיאורם של בטי ובן על חרדת היתר של בטי, והמלצתי להם שבן ייטול את ניהול חיי המשפחה לידי, שהרי הם עצמם חשבו כי מעורבות היתר של בטי בחייה של ג'ני רק העצימה את בעיותיה של הנערה. בן הסכים בהתלהבות, ובטי הביעה את הסכמתה בחרדת מה וגם ברגשי הקלה שלא באו לידי ביטוי.

בפגישה הבאה דיווחו שניהם בשמחה, שבן אמנם נטל את ניהול חיי המשפחה לידי. הוא אמר לבתו מה לעשות ולמרות מחאותיה וקובלנותיה, היא צייתה והתחילה להתרגל למשטר החדש בבית.

בפגישה שלאחריה הכריזה ג'ני לפתע: "אני לא באה יותר." שאלתי אותה אם כוונתה שאינה זקוקה עוד לתרפיה. היא לא רצתה לפרש והסתפקה באמירה: "אולי הם צריכים את זה." המשכנו בשיחות ללא ג'ני. מה שהתחיל כניסיון, נהפך לקו מאפיין בחיי המשפחה. הן ג'ני והן בטי התרגלו לכך שכן ממלא תפקיד מרכזי בחיי המשפחה.

בשיחות איתם נחקרו דברים רבים. בטי סיפרה כי בשנות ילדותה הציקו לה פחדים איומים. היא פחדה שהוריה ינטשו אותה או שימותו; היו לה גם פחדים על מותה היא, ועליהם לא סיפרה לאיש חוץ מחברה הדמיוני למשחקים. כשג'ני נולדה, פחד המוות של בטי הועבר לבתה. ניסינו למצוא דרכים נוספות כדי ללמוד על התנסויותיו של אביה במלחמה, דבר שבטי ניסתה לעשות שנים רבות ללא הצלחה. הוא אמר שמוטב לא לדעת, ושהוא מסתיר ממנה דברים כה מחרידים שמוטב שלא תתמודד איתם – ולא הוסיף דבר. בטי ניסתה לגייס את עזרתה של ג'ני, אבל גם במאמצים משותפים לא עלה בידיהן להוציא מפיו דבר. אך הניסיון הזה, קרבן זו לזו.

הוריו של בן כבר לא היו בחיים, ולא היו לו קרובי משפחה אחרים. הוא ידע מעט מאוד על הוריו, ועל אביו כמעט שלא ידע דבר. הוא ידע שבשנות המלחמה היה אביו באירופה, ולאחר שהגיע לאוסטרליה עבד כחייט. האנגלית שלו היתה רצוצה, מעסיקו היה ניצול שואה אחר, והוא נהג להביא הביתה עבודות נוספות בחייטות. בן זכר את חיי אביו כחיי עבודה וטיולים ברגל. את הטיולים עשה תדיר לבדו. בערבים, בן נהג לסור אל חדרו ולשבת לידו בשעה שעבד. בן רצה לדבר איתו, אך מעולם לא עלה בידו.

נאמנה להכרזתה, ג'ני לא הוסיפה לבוא. בחלוף הזמן התברר כי צדקה בטענתה, שהכל יהיה כשורה אם יפתרו הוריה את בעיותיהם. לאמיתו של דבר, התהפכו היוצרות. הוריה הרבו לספר כמה היא מיטיבה להכיר אותם ולהבין ללבם, עד שהדבר היה לבדיחה קבועה ביניהם. כשבטי ובן שאלו אותי כיצד עליהם לנהוג, ענית: "מה ג'ני היתה אומרת?"

• • •

הגבולות בין בני המשפחה הזאת היו כה לא יציבים, שכל אחד מבני המשפחה נטה לחוות את מחשבותיו ואת רגשותיו של האחר כאילו היו שלו. האם שקעה בדאגת-יתר, והאב מילא תפקיד שולי בחיי המשפחה. גיני גילתה מעורבות-יתר בחיי אמה וביחסי הוריה, וכשסירבה להמשיך לבוא, למעשה, עזרה לעצמה ליצור את הנסיבות בהן יכלה להציב גבול ברור בינה לבין הוריה.

עם זאת, בלי לתת את דעתה על-כך, נענתה גיני להמלצתי באשר להעברת השליטה לאביה. אולי חשה, שהסכמתה תועיל להוריה לחד ולשניהם גם יחד, הן כבני זוג והן כהורים.

במשפחתה של בטי נהגה מסורת של מעורבות-יתר ושל פולשנות. במשפחתו של בן שלטה תחושת בידוד עמוק והרגשת ניתוק. ככל הנראה, הבעיות בשתי המשפחות הושפעו גם ממה שעבר עליהן בשואה.

חקר השואה והשפעתה על חייהם המריץ את בטי ואת בן לשנות את אורחות חייהם, וגיני היתה זרז עיקרי בשינוי. בעקבות ניסיון ההתאבדות שלה, הבינה את הסכנה הטמונה בנתיב חייהם. סירובה של גיני להמשיך לבוא לטיפול אילץ אותם להפנות את דאגתם ממנה אל עצמם ולטפל במשבריהם ובפחדיהם.

אנורקסיה

במשך שבוע תמים הוצפתי בשיחות טלפון. חברים, אנשי מקצוע ואנשים שלא היכרתי, כולם הפצירו בי להיפגש עם משפחה שכתה היחידה, בקי, בת שבע-עשרה, סבלה מאנורקסיה בשלב מתקדם. ההורים ובקי באו לראיון הראשון. לפני שלוש שנים היה משקלה של בקי תקין, ואז החליטה שהיא שמנה מדי. היא החלה בדיאטה ולא הפסיקה להוריד במשקל; המחזור החודשי שלה נפסק והיא חשה

תשישות. הוריה נבהלו והלכו איתה אל רופא המשפחה. הוא איבחן אנורקסיה והיפנה אותה לטיפול פסיכיאטרי. חודשיים לפני בואם אלי, משקלה היה כה ירוד עד שבסופו של דבר אושפזה.

בבית-החולים נחשבה לחולה קשה, משום שלא שיתפה פעולה. היא סירבה להצטרף לפעולות החולים בקבוצות ונמנעה מתקשורת עם הסובבים אותה. היא המשיכה לרדת במשקל, ובהדרגה נשללו ממנה זכויותיה. תחילה נאסר עליה להתלבש, ואחר-כך לא הרשו לה להמשיך ללמוד לקראת בחינות הבגרות. הדבר הסב לה חרדה ועוגמת נפש גדולה. בבית-החולים נשקלה האכלתה בכפייה.

אחת מדרכי הטיפול שהציע בית-החולים היתה תרפיה משפחתית, אך היא סירבה להשתתף. כדי שתוכל לבוא אלי נזקקה לאישור יציאה מיוחד מבית-החולים. הפסיכיאטר שלה וצוות המחלקה לא נטו לאשר לה את זכות-היתר הכרוכה ביציאה, אך לבסוף, אחרי דין ודברים, ניתן לה האישור.

לפני שלקתה באנורקסיה, היתה בקי תלמידה שקדנית שניחנה ביכולת רבה, אך בה בעת תמיד התאפיינה בדקדנות-יתר ובנטייה לאבד בקלות את שלוות רוחה. היה לה קומץ של חברים טובים, אך עיקר מעייניה היה בלימודים, ולפיכך חייה החברתיים היו דלים. את המידע הזה קיבלתי מהוריה של בקי. על שאלותי הגיבה בהיסוס ובמלים קצרצרות. ברם, היא הקשיבה בתשומת לב.

ההורים עקבו בדאגה אחרי חילופי הדברים בינינו, הם ציפו שיעלה בידי לעניין אותה ולעודדה לשיתוף פעולה. להפתעתם, אמרתי לה שחיטול לעצמה חירות לנהוג כעולה על רוחה. תרצה — תענה. לא תרצה — לא תענה. אמרתי לה, שאני מניח כי כשאינה משתתפת בשיחה, טעמיה עמה, ואם אינה רוצה לגלותם לי אקבל זאת בהבנה. כיוון שלהוריה היו דברים כה רבים לומר לי, אם תעמוד בשתיקתה, יעמוד לרשותם זמן רב יותר. למרות שבקי כמעט שלא פצתה את פיה ותרומתה לשיחה שלאחר מכן היתה זעומה, היא נראתה רגועה לאין ערוך, והכרת פניה ענתה בה שהדברים שנאמרו נגעו אל לבה. זהירותה ועוינותה פחתו.

ככל שהמשכנו לדבר התחוויר לי, שלהורים, במיוחד לאב, היתה ביקורת קשה על הצוות הרפואי ועל דרך טיפולו בבקי. הוא הרגיש

שאנשי המקצוע האשימו אותו ואת אשתו במצב בתם, והם עשו כן בלי להיוועץ בהם ובלי לשמוע מה בפיהם. הוא ראה שמצב בתו הולך ומידרדר, במיוחד מאז האשפוז, ולא הבין איך המשטר שם יסייע להחלמתה. רק אחרי שנתן פומבי לכעסו ולביקורתו, היה בכוחו לשנות את נושא השיחה ולספר על עצמו.

הוא אמר שהרגיש כאילו נטש את בתו; הוא האשים את עצמו והתייסר ייסורי חרטה. היה זה חלק מדפוס חייו לא להיות זמין לבתו, כיוון שעבד כה קשה כדי לספק למשפחתו את כל צרכיה החומריים. הוא רמז שהתנסה בשואה, והיא ריחפה כמו ענן קודר מעל לפגישותינו. על כל פנים, הוא מיעט לספר על-כך עד שלבסוף אמר, שעל כורחו הוא רואה בצוות בית-החולים את 'הנאצים' שלוקחים את בתו ל'מחנה ריכוז', בעוד הוא צופה בחוסר מעש במתחולל לגד עיניו ואינו מונע מהם להתעלל בה. בעיניו זו היתה חזרה על צפייתו הדוממת בהוריו בשעה שנלקחו אל תאי הגזים.

האם הביעה הערכה דומה לזו של בעלה על הטיפול בבקי, אם כי במלים חריפות פחות. למרות שחשבה שדרך הראייה שלו קיצונית ביותר, היא בירכה על מעורבותו הגוברת בחיי בתו, לה ייחלה זה שנים, ואליה התפללה בלבה כל הימים.

הקשבתי להם ואחר-כך אמרתי: "אם כך אתם רואים את זה, מה בדעתכם לעשות?"

אביה של בקי אמר: "למען האמת, אני רוצה להוציא אותה משם." עודדתי אותו לחשוב היטב על תוצאותיו של מעשה כזה. בסופו של דבר, הוא גיבש תוכנית, לפיה יילך לבית-החולים, יוציא את בתו ושניהם ייצאו לחופשה ארוכה. הוא התייסר במחשבות על הסיכונים הכרוכים בכך, אך למרות החרדה החליט לצאת ל'מבצע ההצלה', יהיו הסכנות אשר יהיו. בינתיים התייצב משקלה של בקי, אך היא לא המשיכה לעלות במשקל, ובשיחות שמרה על שתיקתה, אך הקשיבה רוב קשב. העליתי את ההשערה, כי שתיקתה נבעה מרצונה להימנע מלתמוך בגלוי בתוכניתו של אביה, למרות שהיתה לרוחה. אולי רצתה שיחדל מחוסר מעש ויגיע לכלל החלטה.

בסופו של דבר, אביה של בקי הוציא לפועל את תוכניתו. לאחר מעשה התברר, שזו היתה נקודת מפנה, ואחריה, חלו שינויים חיוביים

רבים, הן אצל בקי והן אצל הוריה. בקי נסעה עם אביה לחופשה בת שישה שבועות. היו להם עימותים מדי יום כיומו: מתי לקום בבוקר, היכן יאכלו, מה יעשו, כמה כסף ישאירו כתשר, מתי יילכו לישון, ועוד ועוד. אך אט-אט בקי עלתה במשקלה, ולאחר ששבו לביתם, היא חזרה ללמוד וסיימה את בחינות הבגרות בהצטיינות. הדרך הארוכה להחלמה מלאה של בקי ושל משפחתה רק החלה.

• • •

הטיפול שהוצע לבקי עלה בקנה אחד עם הנוהג הרפואי המקובל; מה שלא הובא בחשבון, היתה משמעותו הפרטית למשפחה זו. שכן לבקי ולאמה, הטיפול היווה רק דוגמה נוספת להמחשת חוסר המעש של האב. ואילו לדידו היתה זו חזרה על צפייתו בהוריו, בחוסר אוניס מוחלט, בשעה שהלכו אל מותם.

חוסר סיפוק

פיטר, רופא מומחה בעל מוניטין, בא להיפגש איתי. הוא אמר שאשתו וילדיו נפלאים וכי אין אדם יכול לבקש לעצמו חיים טובים משלו, ובכל זאת, הוא חש אומלל ואובד עצות. משפחתו, עבודתו וכל מפעלותיו לא היה בהם כדי להפיג את תחושת חוסר הסיפוק שלו. אמרתי לו: "אני מבין שכל חיך עמלת וטרחת כדי להגיע לאן שהגעת, וקיווית שתהיה מאושר ושתמצא סיפוק בחיך — אבל, זה לא התגשם. אין ספק שזה מבלבל מאוד. הבעיה אינה רק שהרגשתך רעה, אלא כל השקפת החיים שלך עומדת במבחן. עשית הכל כהלכה והצלחת, אך בסופו של דבר, התוצאות מאכזבות אותך. אני מדבר יותר מדי. אני רוצה לשאול אותך מדוע לדעתך אתה כה לא מרוצה?" פיטר אמר שזו סיבת בואו אלי — אילו ידע את התשובה, לא היה צריך לבוא.

"למרות שאינך יודע את התשובה בהא הידיעה, ודאי הרבית לתת דעתך על כך," אמרתי, "אז תגיד לי על מה חשבת, מה הרעיונות או הסיבות שעליהם חשבת."

"ודאי שחשבתי על-כך רבות בשנתיים-שלוש האחרונות," השיב פיטר, "אבל אין לי ולו קצה חוט. אני רגיל לפתור בעיות ואני מרגיש מפח נפש על שאיני פותר את בעייתי שלי."

"אולי זה בגלל הנישואים שלי, או בגלל אשתי, משום שבחברתה הכי רע לי. היא שמה לב שאני עצוב, ומנסה להבין מדוע. אמרתי לה, שאולי מוטב שניפרד, והיא אמרה שהיא רוצה שאעשה מה שלדעתי יהיה הטוב ביותר בשבילי; היא תעמוד לימיני, תהיה החלטתי אשר תהיה."

ככל שהוסיף פיטר לספר לי על אשתו, גברה הערכתי אליה. תמיד תמכה בו. הם חלקו תחומי התעניינות משותפים: ספורט, תיאטרון, מוסיקה, והם נהנו לבלות, לצאת ולעשות דברים יחד. דומה היה שהוא מבקש למצוא בה דופי ולא עולה בידו.

"ממה שסיפרת לי," אמרתי לו, "נראה לי שהבעיה אינה נעוצה באשתך ולא בנישואיך. אולי הבעיה היא בכך, כמות שאתה, ובמה שהבאת איתך לנישואיך."

"נדמה לי שאין דבר במצבך כיום שאפשר לתלות בו את הקולר לחוסר הנחת שלך. אולי מקור בעייתך נעוץ בימים עברו. אני מציע לך לחשוב על-כך, ונשוחח על הנושא בפעם הבאה."

פיטר הקדיש מחשבה רבה לבעייתו. הוא הבין כי עזיבת אשתו תהיה מעשה של 'טירוף', אך כיוון שאין ביכולתו לברוח מעצמו, אולי מוטב לו שייפרד מהאדם הקרוב אליו ביותר. הרעיון שהעליתי בפניו, כי אפשר שרגשותיו בהווה קשורים למה שאירע בעברו, עורר את סקרנותו.

דיברנו על עברו, והשאלה שנגעה אל לבו היתה כיצד גמלה בו ההחלטה להיות רופא. הוא הגיב כילד נרגז, וכשהוספנו לדבר על-כך גברה אצלו תחושת בושה.

פיטר היה ילד אומלל. לעתים קרובות התלונן באוזני הוריו כי אינו חש בטוב, והם נהגו לשלוח אותו אל רופא המשפחה, שהיה אדם

נחמד והאיר לו פנים. הרופא נהג להתלוצץ עם פיטר ולהקשיב לו, אך למעשה, פיטר לא רצה להתלונן על נזלת או כאב בטן, אלא יותר מכול רצה לדבר עם הרופא על אומללותו, שאותה תלה בהוריו.

הוריו של פיטר היו ניצולי שואה ויוצאי מחנות ריכוז, אשר איבדו את רוב בני משפחותיהם. לא אחת נתקף אביו בהתפרצויות זעם איומות, זרק מכל הבא ליד, צעק וצרח, הטיח באשתו דברי ביקורת קשים, ולעתים, גם היכה אותה. אחיו הגדול של פיטר התווכח עם אביו והתחצף אליו, ואביו לא חסך שבטו ממנו. לפיכך שמר פיטר על שתיקה, וניסה להימנע מצרות בהשתדלו לרצות את הוריו כמיטב יכולתו ובדרך כלל עלה הדבר בידו. אבל הוא שילם על-כך בחיים של פחד, ורוב הזמן היה בודד ואומלל.

אביו דיבר רק על פן אחד הקשור בשואה – איזה גיבור היה. בדרך לא דרך עלה בידו לברוח מהמחנות, להצטרף לפרטיזנים ולהרוג בגרמנים. הוא חזר וסיפר על גבורתו, על אומץ לבו ועל ההרג שעשה בגרמנים. אבל בשנתו בלילות, הוא זעק וצעק כמי שדעתו נטרפת עליו מרוב אימה. מעולם לא דיברו בבית על-כך והכל העמידו פנים כאילו עולם כמנהגו נוהג.

הוריו הרבו לנסוע והשאירו את הילדים בבית בחברת שמרטף, ופיטר תמיד פחד שהוריו לא יחזרו לעולם. אמו לא חדלה מלהתלונן על כאבי ראש, סחרחורות, מחושי בטן ושאר מיני חוליים. ימים תמימים עשתה בביקורים אצל מומחים, ונראה שנהנתה לספר למכריה על הרופאים והפרופסורים הגדולים שפגשה. היא האמינה שיש בהיכרות זו כדי לרומם את מעמדה החברתי. מעולם לא דיברה על הקורות אותה במלחמה או על האלימות ודברי הביקורת שהטיח בה בעלה.

פיטר פחד שמא ימות או שהיטלר יבוא וייקח אותו. שיחק לו מזל, משום שחברו הדמיוני למשחקים, היה זריז כשד וידע מקומות מסתור לרוב. לא אחת תיכננו במשותף מה יעשו אם יגיע היטלר למלבורן.

פיטר הבין בדיעבד, כי כיוון שרופא המשפחה היה המבוגר היחיד שגילה כלפיו טוב לב, הוא החליט ללמוד רפואה. המבוכה והבושה הגדולה שחש, היתה ההיפוכונדריה שלו, והיא נבעה בעיקר מראייתו את משפחתו ומקוצר ידו לומר לרופא מדוע סר אליו לעתים כה קרובות.

פיטר ידע שהוריו גאים שהוא רופא. הם התפארו בו באוזני חבריהם, אבל הוא מעולם לא שמע מפיהם ולו גם מלה טובה אחת על עצמו. הסיפור הזה עלה מתוך דבריו במרוצת הזמן, ואני העליתי בפניו כמה אפשרויות תגובה.

"אני יכול להבין את הבושה שמאחורי החלטתך ללמוד רפואה. על כל פנים, אם נדרשת לבחור בין היותך חולה כרוני, כמו אמך, לבין מומחה ברפואה, היטבת לבחור.

"לא רק שהוריי עשו כה מעט בשבילך, העיקר הוא שניסית להימנע מחברתם, להתרחק מאלימותו של אביך ומהשפעתה ההיפוכוונדרית של אמך. דומה שהעלית את עצמך למעלת הורה, והיית הורה לעצמך. אחת המשימות שנטלת על עצמך היתה לצמצם ככל האפשר את השפעתם השלילית עליך. אולי, הבושה שחוות דומה לבושה שחוו הם. אולי הרגשת אשמה ובושה, בדיוק כמותם, משום ששתקת כשאביך נהג אלימות באמך ובאחייך. וכמותך, אולי הוריי הרגישו אשמה ובושה על אודות ידם, שהרי לא עשו דבר כשנרצחו בני משפחותיהם. כמותך, ללא סיבה מוצדקת.

"אולי אינך יכול להרשות לעצמך ליהנות מפירות הצלחתך כשאתה יודע שהוריי סובלים וזוכרים את האובדן הגדול של משפחה, קרובים וחברים כה רבים. אולי הנאמנות דורשת שלא תיהנה מהישגיך. כשאני חושב על הרקע המשפחתי שלך, אני מתפלא שלמרות כל זה, אתה בעל ואבא כה טוב."

הצעתי לפיטר לחקור את ימי נעוריהם של הוריו, אם מפיהם ואם מפי אנשים אחרים — אבל הוא לא היה מעוניין. הוא העדיף שנחקר את ילדותו, וככל שהוסיף לדבר על אותם ימים בחייו, התקרב לזעמו על הוריו, שהיה מהול בשנאה לאביו. הוא התחיל להבין כיצד הרגיש, ולאחר שהבין, לא רצה בהידוק הקשר עם הוריו.

כשהטיפול התקרב לסיומו אמר פיטר: "היודע אתה? כשבאתי אליך, בתחילת הטיפול, לא הבנתי כמה הייתי אומלל. עכשיו אני יודע שזה קשור בעברי, ושרציתי לפרוק את רגשותי על אשתי. כשאמרתי לה שייטכן שאעזוב אותה, משום מה, היא הרגישה כנאשמת, כאילו היא אחראית לכך שאיני מאושר. מכאיבה לי ההכרה בכך כי למרות שאני

שונא את אבי, אני דומה לו בכך. רדוף בעברו הוא נתן פורקן לסבלו באמי ובנו כילדים. הוא הדין בי, שנתתי פורקן לרגשותי באשתי. כשדחיתי את הצעתך להמשיך ולחקור את עברם של הורי, עשיתי כך מפני שרציתי להניח לעבר, להשאיר אותו מאחורי גווי. אני רוצה להבין מה קרה לי, אבל אני רוצה לחטט עוד ועוד במה שקרה להורי."

• • •

חיזיון נפוץ הוא שאנשים באמצע החיים, אשר זכו בכל סממני ההצלחה והגיעו לפסגת הקריירה שלהם, נוכחים לדעת שאינם רוויים נחת מחייהם, והם חשים מרומים ואובדי עצות. במובן מסוים, זו היתה החוויה של פיטר, אבל בשבילו, לחוסר הנחת היתה משמעות פרטית, מיוחדת לו. הדרך בה בחר בקריירה שלו, הסבה לו מבוכה גדולה. הוא לא הבין את עוצמת הקשר בין רגש הכישלון והבושה שלו לבין המוצאות את הוריו בשואה, כשם שלא ראה את הקשר בין רגשותיו לבין ילדותו. רק לאחר שחקר את ילדותו, עלה בידו לקשור את הרגשות האלה לחייו בהווה, ואז יכול היה להתחיל להתגבר על הבושה ועל הרגשת חוסר הסיפוק.

פיטר הביע את מורת רוחו כשהציתי לו לשתף בפגישותינו את בני משפחתו. הוא הרגיש שכל חייו חשב על הזולת ועל צרכיו, והוא רצה שהתרפיה שלו תהיה אך ורק למענו, וכי יוכל להרהר אך ורק על מחשבותיו וצרכיו. הוא רצה לתת ביטוי לפגיעותו, לחולשותיו ולשנאה שבלבו בלי שיוטרד מהשפעת רגשותיו על זולתו. אני הבנתי והסכמתי לזה, ובכל זאת, אמרתי לו, שאולי יום אחד יתעורר בו רצון לחקור את תולדות משפחתו ולהרחיב את ידיעותיו על שורשיו.

אשה אומללה

בן היה בשנות השלושים לחייו כשבא אלי בראשונה להסיח את דאגתו לאשתו ולנישואיו. אשתו, יעל, נולדה בישראל. והיתה גאה על-כך.

שם נפגשו והתחתנו לפני עשר שנים. חודשים אחדים אחרי שנשאה לאשה באו לגור באוסטרליה. מאז, היתה יעל אומללה מאוד והתלוננה מרות כי אינה רואים חיים ותרבות וכי היא רוצה לשוב הביתה. בן התנגד, כיוון שידע שהסמכתו המקצועית לא תוכר בישראל, היה לו עסק משגשג, והילדים התאקלמו בבית הספר. יעל לא גילתה עניין בילדים, לא בבית, אף לא בחייהם החברתיים. את הכל הטילה על כתפי בן: את ההורות, את ניהול משק הבית, את ענייניהם הכספיים, אפילו את הבילויים המשותפים — הוא סידר הכל ודאג לכל. הערתי כמה הדברים שהוא מספר תואמים את העובדה שהוא בא לבדו לדבר על בעיותיהם, בעוד יעל יושבת עצובה בבית, באפס מעשה. הוא שם לב להקבלה.

בשנה הראשונה לחייהם המשותפים באוסטרליה הם גרו עם אמו של בן. יחסה אל יעל היה ביקורתי, והיא לא חדלה לדבר על כך שבן יכול היה להצליח יותר בבחירת רעה, לשאת לאשה נערה מבית עשיר וממשפחה טובה. בשעת הארוחות היא נהגה להגיש לבן ולעצמה, ולא ליעל. בן מעולם לא מיחה בידיה, לא בעניין זה ולא בעניין אחר. יעל מחתה על כך כשהיו לבדם, ולמרות שהסכים, לא עשה דבר. בשנים האחרונות הרגיש בושה גדולה על שתיקתו וחשב שעשה לה עוול. הוא לא הבין כיצד הניח לאמו לנהוג כפי שנהגה בלי לנזוף בה.

מתשובותיו על שאלותי למדתי שהוריו היו ניצולי שואה, ושמשפחות שניהם נספו בשואה. לפני המלחמה, אביו, שמת לפני שנים אחדות, היה נשוי ואב לילדים, וכל משפחתו נספתה. לבן נודע על-כך רק לאחר שהונפק דרכונו; הוא גילה, שבתעודת הלידה שלו רשומים שמות אחיו ואחיותיו שנספו. בן אימת את המידע הזה אצל אמו; מלבד זאת הוריו לא דיברו על השואה ולא סיפרו במה התנסו במהלכה. בן נזכר שאביו היה אדם שתקן, מסוגר וכפוף למרות אשתו המסורה.

שאלתי את בן אם שתיקה היתה דרך התמודדותו של אביו עם עברו בשואה, ואולי, הוא עצמו בחר בשתיקה כדי למנוע צער מהוריו. בן הגיב על דברי כאילו הרעיון חדש לו, אם כי מוכר במקצת. לקראת סוף השיחה עלתה השאלה אם יש טעם להמשיך להיפגש, שכן הוא תיפקד כהלכה, והבעיה נעוצה באשתו, אשר סירבה לבוא לשיחות.

ביום שלמחרת טילפן אלי וקולו העיד על מצוקה פתאומית. הוא ביקש פגישה דחופה. מסיבה 'לא ידועה' כלשהי פשפש בכיסי אשתו, ומצא שם מכתב אהבה שכתבה לידידו הטוב ביותר. בעימות שהתחולל אמרה לו, שזה זמן רב היא מקיימת יחסים עם האיש.

לפגישה הבאה הגיעו שניהם יחד. הוא היה שבור והיא היתה מודאגת כיוון שפגעה בו כה קשה. היא אמרה כי כשרק הכירה אותו, כשנפגשו בישראל, הוא נראה לה כה תרבותי, כה חזק ומעודן, אבל באוסטרליה, ליד אמו, הוא היה חלש כל-כך ונטול כישרון, ומשום כך נעלם הכבוד שרחשה לו.

מצוקתו של בן, והפחד שמא יאבד את יעל, הניעוהו להתעמת עם הצורך שלו בה. מצב זה היה מנוגד לתיאור שהציג על נישואיהם, לפיו הוא שתיפקד כהלכה ונשא באחריות לכל, ואילו היא יושבה בחוסר מעש ולא תיפקדה כרעיה וכאם.

הכאב והאובדן שחוו הוריו של בן הועברו לו בשתיקתם ובאווירה זו גדל והתבגר. אפשר שהשתיקה הזאת זעקה ביתר שאת אל מול האיזכורים התמידיים של אמו על כל ההקרבה שלה למען בעלה ובנה. בן כמעט שלא הרגיש כיצד נטל על עצמו את תפקיד הבן האחראי שלעולם אינו מוטרד מספקות או משאלות. במובן זה, הוא הלך בדרכי אביו.

אביו של בן מת כשהיה בן בישראל. בן חזר לאוסטרליה לימים אחדים, כדי להיות עם אמו, וחזר ונסע לישראל. מאוחר יותר, כשהתיישב עם יעל באוסטרליה, הוא הרגיש שעליהם לגור עם אמו, שהרי לא היה לצדה לנחם אותה ולחזק את רוחה כשחלה אביו ומת. מן הראוי שלכל הפחות יעשו את הדבר הזה.

אפילו לאחר שרווח להם מבחינה כלכלית, והוא קנה את הבית שיעל רצתה, הוא המשיך לענות אמן אחרי כל גחמותיה של אמו. כך, למשל, ציפתה יעל שיהיה לידה כשילדה את בנם הראשון, אבל גם אז היה עליו לבלות עם אמו.

החובה והאחריות שהרגיש בן כלפי אמו דחקו לקרן זווית את כל צרכיו ואת כל שאיפותיו, וכך גם המשיך לנהוג במהלך נישואיו. יעל שמרה לו טינה, והכבוד שרחשה לו בעבר נעלם.

יעל ניסתה לרמוז לבן על פרשת האהבים שלה, אולם חינוכו וגישתו לחיים חזקו בו את הנטייה להתעלם מכל עוול שנעשה לו. הוא לא היה מסוגל להתחשב בצרכיו הוא.

• • •

הפגישות איתי הביאו לתודעתו של בן, בראשונה בחייו, את ההקבלה בין שתיקתו לבין שתיקת אביו. הוחזר לו כי כשם שמעולם לא מחה ולא התמרמר על התנהגות אמו, כך נהג גם ביחסיו עם אשתו. השאלות ששאלתי אותו, וההערות שהערתי במהלך הפגישה הראשונה שלנו, אולי הקשו על בן להמשיך לנהוג לפי אותם דפוסי התכחות, הימנעות מכל עימות וחסות היתר ההדדית אליהם הורגל.

קנאה חולנית

גרי היה דוגמה מושלמת לאיש עסקים מצליח. הוא חי בבית גדול בפרבר של המעמד הגבוה, וילדיו למדו בבתי-ספר פרטיים. הוא לבש חליפה איטלקית וענד טבעת זהב, ובדרכו השקטה, הביא לתשומת לבי, שהוא נוהג במכונית מרצדס.

אך כשהתחיל לספר על הסיבות לבואו, נמוגו הליכותיו וביטחונו העצמי, ומבוכה ובושה ניכרו היטב בדבריו. הניגוד היה מדהים, במיוחד נוכח התנסותו בתרפיה מכל הסוגים: פרטנית, לזוגות נשואים ומשפחתית, והיכרותו עם שלושה מטפלים. בעייתו נותרה בעינה.

הוא סיפר לי שיש לו אשה טובה, חיי נישואים טובים, ילדים טובים, עסק משגשג ובית יפהפה. כאשר לפני ארבע שנים בערך, החלה לכרסם בו הדאגה שאשתו לא שמרה לו אמונים לפני שנישאו, כבר היו נשואים זה יותר מעשרים שנה. לפני הנישואים כוננו קשרי חברות שנמשכו פרק זמן מסוים, ואחר-כך החליטו להיפרד. במהלך ההפסקה הקצרה, היא יצאה פעמיים-שלוש עם מישהו אחר, והוא דימה בלבו, כי בגדה בו עם אותו גבר.

המחשבה לא נתנה לו מנוח, העסיקה אותו והציקה לו ללא הרף, ביום ובלילה. לזמן מה עלה בידו לשמור על מחשבותיו לעצמו, אך בהדרגה, החקירות הצולבות שעשה לאשתו, מה בדיוק קרה בינה לבין אותו אדם, נערכו מדי לילה בלילו. לאמיתו של דבר, הוא ידע ש"היא לא עשתה איתו דבר", ואפילו עשתה, מה טעם לחולל עכשיו מהומה בשליכך? הוא סיים את הקשר איתה והיא היתה חופשייה. מאז נישואיהם, היא רעיה נאמנה ואם מסורה. מדוע אינו יכול לחדול מלהתענות?

לשווא ניסינו לברר את תפקידם של גורמי השפעה שונים במה שקורה איתו.

הדבר היחיד שהיה למורת רוחו היה שכתו עזבה את הבית. נכון שלא היה מאושר מצעד זה, אבל בסופו של דבר השלים איתו. אחרי ככלות הכל, היא עברה לגור בדירה עם חברים והוא ידע שהם ממשפחות טובות.

במהלך השיחות הבאות נמצאתי למד על עסקיו ועל משפחתו. אמו, יהודייה ממזרח אירופה, עזבה את ביתה בשנות העשרה לחייה, ונסעה לעבוד באנגליה, שם התוודעה לבעלה לעתיד, שהיה סקוטי. אביו של גרי מת כשהיה גרי בן ארבע, ואמו היגרה לאוסטרליה. היא הועסקה בעבודת משמרות במפעל. כיוון שלא היה ביכולתה לדאוג לגרי, היא מסרה אותו לטיפול של משפחה שגרה בכפר, ונהגה לבקר אחת בחודש. גרי תהה כלום לא היתה יכולה אמו לגדלו בעצמה, או שמא לא היתה לה ברירה.

נקפו חודשים אחדים, ולמרות שבמהלכם היו כמה סימנים מעודדים, נקלענו למבוי סתום. איש משנינו לא הבין מה מקור הבעיה שלו, והרגשנו שאין אנו מתקרבים להבנת משמעותה. כמוצא אחרון, הצעתי לו לשתף את אמו בשיחות. תחילה היסס. חשוב היה לו שבעיני חבריות ייחשב לאדם חזק ומצליח ולא כמי שנוזק לעזרה, ובמיוחד רצה שכך תמשיך לראותו אמו. אם תדע שיש לו בעיה — די היה בכך לעורר בו חלחלה. מצד אחר, לא הסתמנה כל דרך אחרת לצאת מהמצב שאליו נקלע התהליך הטיפולי. באותם ימים התכוונה אשתו לעזוב אותו, שכן קנאותו האיומה כמעט הטריפה את דעתה. אכול

יֵאָשׁ נִיאוֹת לִשְׁתַּף אֶת אִמּוֹ. הִיָּה בִּרְעֻתוֹ לִשְׁוַחַח אִיתָהּ לִפְנֵי שְׁתִּבּוֹא אֵלַי, אֵךְ הוּא לֹא הִצְלִיחַ בְּמִשְׁמָה. וְעַם זֶה, הִזְמִין אוֹתָהּ לִשְׁיַחָה הַבָּאָה. כְּשִׁסִּיפֵר גָּרִי לֵאמֹר עַל הַבְּעִיָּה שְׁלוֹ, הִלְבִּינוּ פָּנֶיהָ כְּסִיד וְהִדִּיבּוֹר נִעְתָק מִפִּיהָ. שְׁאַלְתִּי אוֹתָהּ, אִם תּוֹכֵל לִסְפֹּר דְּבַר מָה שְׁאוּלִי יַעֲזוֹר לָנוּ לְהַבִּין אֶת בְּעִייתוֹ שֶׁל גָּרִי.

"הַכֹּל בְּאִשְׁמַתִּי, הַכֹּל בְּאִשְׁמַתִּי," אָמְרָה. "עֲזוּבְתִּי אֶת הַבֵּית נִגְדֵי רִצּוֹן הוֹרִי. נִישְׁאַתִּי לְגוֹי וּבִכְךָ בְּגִדְתִּי בְּהוֹרִי וְהִמְטִיתִי עֲלֵיהֶם כְּלִימָה גְדוֹלָה, שְׁבַעֲטִיָּה נִידוֹ אוֹתִי. אַחֲר־כֵּךְ הוֹשַׁמְדָה כָּל מִשְׁפַּחְתִּי בְּשׁוֹאָה. מֵאֵז, מֵדִי לַיְלָה, חוֹזְרִים אֵלַי אוֹתָם סִיּוּטִים שְׁבָהָם אִמִּי מוֹפִיעָה וּמוֹכִיחָה אוֹתִי בְּדִבְרִים. מֵדִי לַיְלָה אֲנִי מִתְעוֹרֶרֶת בְּכִכִּי וְאֲנִי מִתְחַנֶּנֶת, 'הַנִּיחִי לִי לִנְפִשִׁי דִּי!' אֲנִי חוֹשֶׁבֶת שְׁאַלוֹהֶם הָעֵנִישׁ אוֹתִי עַל-כֵּךְ שְׁנִישְׁאַתִּי בְּנִיגוֹד לִרְצוֹן הוֹרִי, וּמִשּׁוֹם כֵּךְ, נִרְצַחוּ הוֹרִי וּבְעֲלִי מֵת. אַחֲר־כֵּךְ נִוְתַרְתִּי עִם יֶלֶד קֶטֶן שֶׁלֹא יִכּוֹלְתִּי לִטְפֹּל בּוֹ, וְעַכְשֵׁיו — הַדְּבַר הַזֶּה!"

בְּסִיּוּטֵי הַלַּיְלָה שֶׁלָּה שׁוֹחַחָה עִם אִמָּה בְּאִידִישׁ, שְׁפָה שְׁבָה לֹא הִשְׁתַּמְשָׁה קְרוֹב לְחִמִּישִׁים שְׁנָה.

גַּם גָּרִי הִיָּה עֹכְשֵׁיו חִיוּר מְאוּד, מוֹכָה תְּדַהֵמָה עַל-כֵּךְ שְׁאִמּוֹ הִשְׁתַּמְשָׁה בְּדִיוֹק בְּאוֹתָן מְלִים שֶׁהוּא עֲצָמוֹ הִשְׁתַּמֵּשׁ כְּשִׁדִּיבֵר עַל בְּגִידָתוֹ.

אִמּוֹ שֶׁל גָּרִי חֲזָרָה וְהִדְגִּישָׁה כִּי חִלּוֹם הַבְּלָהוֹת שֶׁלָּה הִיָּה אִירֻעַ לַיְלִי שֶׁעָלִיו לֹא סִיפְרָה מַעֲוֹלָם לִנְפֶשׁ חַיָּה.

הִיא הוֹפְתָעָה כְּשִׁשְׁאַלְתִּי אוֹתָהּ: "הֵאֵם שִׁלַּחְתְּ אֶת גָּרִי מִהַבֵּית כְּדֵי לְגוֹנֵן עָלָיו מִפְּנֵי הַסִּיּוּטִים הַלַּיְלִיִּים שֶׁלֶךְ?" תְּשׁוּבָתָהּ הִיָּתָה נִפְתַּלְתִּי וְהַכִּילָה בְּחֻבָּה "כֵּן, לֹא, אוֹ, אוֹלִי", אֵךְ גַּם גָּרִי וְגַם אֲנִי הִסְקֵנוּ מִהַתְּשׁוּבָה שֶׁלֹא נִאֲמָרָה בְּמִלִּים, כִּי הִשִּׁיבָה בִּ'הֵן'.

וְאִפִּילוֹ הִתְחַוֵּלל בְּקֶרֶבָה מֵאַבֶּק בְּעַקְבוֹת מַחֲשָׁבָה זֹו, דּוֹמָה שֶׁהִשְׁלִימָה אִיתָהּ וַחֲשָׁה הַקְּלָה.

בְּמִשְׁךְ חוֹדָשִׁים אַחֲדִים לֵאחֲרֵי מִכֵּן הִמְשִׁיכוּ גָּרִי וְאִמּוֹ לְבּוֹא אֵלַי, לַעֲתִים יָחַד וְלַעֲתִים בְּנִפְרֵד. בְּעִוִּת רַבּוֹת נִגּוּלוֹ וְנִפְתָּרוֹ, אֵךְ אֵין סִפְק שְׁנִקְוֶדֶת הַמִּפְנֶה בְּתִרְפִּיָּה שֶׁל גָּרִי הִיָּה וִידוּיָהּ שֶׁל אִמּוֹ עַל חִלּוֹם הַבְּלָהוֹת הַסּוּרִי שֶׁלָּה וְהַדְמִיּוֹן הַמְדַּהִים שֶׁהִתְגַּלָּה בֵּין סְבִלָה לְבִין יִיסוּרֵי בְּנָה.

• • •

אפשר לשער שהטראומה הועברה מדור לדור. אין ספק שאמו של גרי מעולם לא סיפרה לו על עברה – רגשות האשמה, הבושה, סיוטי הלילה ותחושת הרדיפה. ואף-על-פי-כן, לחוויותיה נודעה השפעה עמוקה ונחרצת. השאלה איך מועברת התקשורת הזאת מדור לדור היא בגדר חידה.

דומה כי טראומה שיש עמה כאב חריף מובילה להכחשה ולהדחקה חמורים ביותר, וזו קרקע פורייה לשמירת סודות במשפחה, במיוחד במערכת יחסים בעלת עוצמה ודו-משמעית, שבה השפעת דור אחד על משנהו היא עצומה. משהורס מסך החשאיות והתקשורת הסמויה נעשית גלויה ומתבטאת בשיחה משפחתית רגילה – חלה החלמה. כל שנות הטיפול בגרי והשעות הרבות שעשה במחיצתי, שבהן נגולו חיי הנישואים שלו, יחסיו במשפחה, ההיסטוריה המינית שלו ועסקיו, לא הובילו אל ההקשר שהיה בו כדי להסביר את בעיותיו של גרי, או להתקרב להבנתן. הבעיה נותרה מבודדת בחייו, ולכן לא היה אפשר להבינה.

זה עמד בניגוד בולט לפגישה הגורלית בהשתתפות האם, כשאצל כולנו היכתה כברק התובנה – ברמה שנבצר מן ההיגיון להשיגה. והיא הורגשה בקרביים, בבטן ובלב. נקודת מפנה היתה, ואט-אט הובילה לפתרון הבעיות של גרי ושל משפחתו.

בימים שבהם התראיתי עם גרי השתלטה בעייתו על חייו עד כדי כך, שתכופות סבל מדיכאונות, אשר נמשכו ימים אחדים, שיתקו אותו ומנעו ממנו אורח חיים תקין. החקירות הליליות שחקר את אשתו לא השאירו לו זמן לשינה, והדבר נתן את אותותיו בבריאותו. בתו סירבה לבוא לבקר בבית, ואצל בנו הסתמנה ירידה בציונים בבית-הספר.

גישתו של גרי לחיים היתה אנטי-היסטורית במובהק. הוא חי כאן ועכשיו, לא התעניין בתולדות הוריו ובני משפחתם ולא הכיר אותם. החיים בשבילו התחילו כשהוא ואמו הגיעו לאוסטרליה; מבחינתו, מעולם לא היה עבר שקדם לאוסטרליה.

לעומתו, בחייה הפנימיים של אמו שלטו כמעט לחלוטין הימים שלפני אוסטרליה. הפרת השתיקה סייעה לה לצמצם את עוצמת סיוטי-הלילה שלה, הגבירה את מעורבותה בחיי ההווה, ואילו גרי התחיל להתעניין בתולדותיו ובתולדות הוריו. משוויתרו על עמדותיהם הנוקשות, החל תהליך ההחלמה.

גרי לא ראה את עצמו כיהודי, ולשואה לא נודעה לידו משמעות אישית. בשנות השואה היתה אמו באנגליה ומשפחתה היא שנספתה. ואף-על-פי-כן, נעשה גם הוא לבן הדור השלישי לשואה, והיא הטילה גם עליו את צלה הארוך.

גרי האשים את אשתו בבגידה בדרך דומה לזו שבה האשימה אמו את עצמה בבגידה. שניהם התביישו בסתר לבס בבעיותיהם. הקשר היחיד בין מהלך חיי אמו לבין התפרצות הבעיה אצל גרי, היה בכך שבתו עזבה את הבית כשהיתה בגילה של אמו, עת עזבה היא את משפחתה. כשניסינו לברר מדוע דווקא אז התפרצה הבעיה, גרי הכיר בקושי שלו להיפרד מבתו, שלפני-כן התכחש לו.

התקשיתי להאמין שאמו של גרי מעולם לא שוחחה איתו על סיוטי הלילה שלה, ולכן המשכתי לברר את הנושא במשך כמה חודשים נוספים. לבסוף נחה דעתי. היא מעולם לא אמרה לו מלה על-כך. ברם, היא וגרי היו זה במחיצתו של זה די והותר כדי שיידע שחוותה סיוטי לילה, כיוון שלא אחת התעוררה בצעקות והיא שטופת זיעה. ככל הנראה, זה נשכח מזיכרונם.

דומה שתכניהם של סיוטי הלילה שלה הועברו לגרי בדרכי עקיפין. גרי ידע שאין לו קרובי משפחה מלבד אמו. מגיל רך ראה שלילדים אחרים יש משפחות. אמו מעולם לא דיברה על אביו, על הוריה, על דודיה או על קרובי משפחה אחרים. אך השתיקה דיברה שבעתיים. ואולי כשהיה ילד ניסה לשאול אותה, אך תגובתה היתה רק כאבה האילם.

לחץ דם גבוה

"הרופא שלי אמר שאם לחץ הדם שלי לא יירד, אמות בתוך שנה," הודיע לי לס. "הרפואה עשתה את כל אשר לאל ידה כדי להוריד לי את לחץ הדם, אך לשווא. לכן, הרופא שלי שלח אותי אליך. הוא חשב שאולי אתה תעזור לי."

"אני לא בטוח שזה טוב ללחץ הדם שלי," עניתי לו. "מונח כאן קצת יותר מדי על כף המאזניים. אתה באמת מאמין שאם לא יחול שיפור – תמות בתוך שנה?"

לס אמר שהוא לא מגזים. שלחץ הדם שלו גבוה מאוד, ושהרופא שלו דיבר ברצינות על נושא הפרוגנוזה.

לס היה בן שלושים ושמונה, גובהו בינוני ומשקלו עודף במקצת. הליכותיו היו נעימות, אבל האיפוק והשליטה העצמית באורח דיבורו רמזו על-כך שתחת מעטה השלווה מסתתרת החרדה.

מאז שסיים את לימודיו בבית-הספר התיכון, עבד לס עם אביו בעסק המשפחתי. זו היתה חברת ייצור גדולה, שצמחה במהירות מאז הצטרף אליה, והוא דיבר בגאווה על תרומתו לשיגשוגה. כשהחל לעבוד בה, היתה החברה קטנה למדי. אביו הופקד על התחום הטכני, על תהליך הייצור ואיכות הסחורה, ולס עסק בתיכנון, בקידום, במכירות ובקשרים עם לקוחות.

לס אמר שאביו התערב בכל ונהג גסות רוח בספקים. ולעתים קרובות הסתכסך עם לקוחות ורמז שהם מנסים לרמות או לא לשלם מחיר הוגן. איש ריב ומדון היה ופגע בדבריו גם בעובדיו, ולא רק בספקים ובלקוחות. כשצעק על לס, הטיח בו שהוא תמים וטיפש, שהכול מרמים אותו ושהוא רך מדי, כיוון שחיו היו קלים והוא פונק מיום היוולדו. אביו תמיד רצה להתחמק מתשלום מסים, וזה הדאיג את לס, שלא רצה להגיע לבית-טוהר. לאחרונה תוכננה הרחבת המפעל, ואביו רצה להתחיל לבנות בלא רשיונות בנייה וכך קיווה לצמצם את ההוצאות. זה היה מקור עוד אחד מהוויכוחים הגדולים ביניהם, שהלך ונמשך, מדי יום ביומו, שבועות רבים. אחרי שהושגו הרשיונות ונבנתה

התוספת, טרח אביו להזכיר לו מדי יום ביומו כי ממון רב בזכו בשל תמימותו של לס, אדם שמעולם לא היה צריך לעבוד לפרנסתו. למעשה, לס עבד קשה מאוד. כל בוקר יצא לעבודה בשבע, ומעולם לא חזר לביתו לפני שבע בערב. יום עבודה היה ארוך ומפרך. "אני חושב שאבי נוטר לי טינה," אמר לי לס. "הוא נוטר לי על שהצלחתי לשפר ולהרחיב את העסק. הוא מאמין שהכל בא לי בקלות גדולה מדי. מעולם לא שיבח אותי ולא הודה בהצלחתי, לא רק בעסק, אלא בכל. כך היה תמיד.

"רציתי ללמוד ולהיות עורך-דין, אך אבי אמר 'לא'. הוא חשב שלימודים הם בזבוז זמן, שאקדמאים ואנשי המקצועות החופשיים אינם יודעים דבר, שראשם בעננים והעולם הממשי הוא מהם והלאה. לפיכך נכנסתי לעסק. פעמים רבות רציתי לעזוב, לזרוק הכל, אבל אני חושש שאבי יהרוס את העסק. העסק הזה מפרנס את הורי וסבתי, את משפחתי וגם את אחי הצעיר. ועוד: כשרצה אחי ללמוד משפטים, לא נתקל בהתנגדות. עכשיו הוא עורך-דין וגם שותף בעסק. במובן מסוים אני נוטר טינה על-כך שאני עובד ומפרנס את כולם בלי שאפילו יאמרו לי תודה. אל תבין אותי שלא כהלכה. אין בלבי על אחי — יחסינו טובים — הכול בעצם באשמת אבי."

"למה, לדעתך, אביך הוא כזה?" שאלתי.

"זה לא רק שהוא כזה, זה איך שכל המשפחה שלי. כשפרצה המלחמה היה אבי בן חמש-עשרה לערך. בדרך לא דרך הצליח לצאת ולהיכנס לגטו ורשה ולהבריח מזון. עלה בידו לחלץ את אמי ואת סבתי וכך הציל את חיי שתייהן. הוא מעולם לא פחד, היה מלא תחבולות כריזמה, והודות לו ניצלו חייהן. אמי מרגישה שהיא חבה לו את חייה. יהיו הרשעות, הזלזול והביקורת ההרסנית שהוא מגלה כלפיה אשר יהיו — תמיד היא נאמנה לו. מעולם לא מיחתה כנגדו ולא התלוננה ולו במלה.

"זו גם בעייתי. לא זו בלבד שהורי מצפים שאבין את אבי, וזה כשלעצמו אינו דבר של מה בכך, אלא הם מצפים שאעריך אותו בלא מצרים, משל היה גיבור גדול. אולי היה גיבור, אבל עכשיו הוא פשוט בלתי נסבל ואם יהיה עלי לעמוד במה שאני עומד עוד זמן מה, דומה

שלא אשאר בחיים. אבל משום מה, אין ביכולתי להתעמת איתו או לבוא עמו בטרוניה."

"דבריו מזכירים לי את הסיפור על אוסקר שינדלר, שאולי מה שהופך אדם לגיבור בעיתות מלחמה, הוא שהופך אותו לנבל בעת שלום," אמרתי לו. "בעיתות מלחמה, להפר חוק, לרמות, לנהוג גסות ותוקפנות – משתלמים. בעיות ביחסים בין אבות לבנים הן חזיון נפרץ, אבל אין לי כל ספק שבעייתך כפולה ומכופלת. אתה בן שלושים ושמונה, אך דומה שמעולם לא עזבת את הבית. אתה במחיצת אביך מדי יום ביומו, ואין לך אפילו פגרות של תלמיד. אתה מרגיש שהוא מתייחס לעסק כאילו הוא רק שלו, והוא חותר תחתיו ומותח עליך ביקורת בלי סוף. לכן עכשיו, בגיל שלושים ושמונה, אתה מוצא את עצמך במצב של ילד שמביכים אותו ומוכיחים אותו על פניו, והסיבות המונעות ממך להביע את רגשותיך ומחשבותיך מובנות לגמרי. נאמנות למסורת המשפחה מחייבת אותך לנהוג באביך כאילו היה גיבור ומושיע, למרות העימותים היומיומיים שלך איתו. לא אמרת זאת, אבל אני יכול לשער לעצמי שמקנן בך זעם לאין שיעור, ולמרות הרצון להגיב על הפרובוקציות של אביך, אתה מחזיק את הכל בפנים, בשליטה מלאה. אין פלא שיש לך לחץ דם גבוה. הבחנתי, שכשהתקרבת להבעת טינתך, לא חשת בנוח וגרונך האדים רק מהמחשבה שאתה מותח עליו ביקורת."

סיפורו של לס ותגובותי השתרעו על-פני פגישות לא מעטות, וככל שהתקדמנו קל היה לו יותר לדבר. הוא נאבק בעצמו כשחיפש מלים להביע את חוויותיו, וכשהצליח לבטא את זעמו, התנסח בבהירות ודבריו קלחו. ככל שהרביתי לשאלו שאלות, כן גיבש השקפה קצת חיובית יותר על עצמו. ומשהבין עד כמה היה אביו אדם קשה, למד להעריך יותר את הישגיו.

במהלך הטיפול התקרב גם אל רגשות אחרים שקיננו בחובו והוחזרו לו שהזעם והטינה שבו הולידו לפרקים שנאה עזה אל אביו, כדי משאלות רצח. הוא נזכר שאפילו כשהיה ילד הרגיש בכעס העצום הזה, שהבהילו. הרגשת העוינות עוררה בו רגשות אשם חמורים, שהרי אביו הוא שהציל את אמו וסבתו.

עוד בתחילת הטיפול שאלתי את לס אם סיפר לאשתו על לחץ הדם הגבוה אצלו, ועל הפרוגנוזה. הוא אכן סיפר לה, והיא היתה מודאגת מאוד ונסערת. היא לא רצתה להישאר אלמנה צעירה עם שלושה ילדים. לס הרגיש שהיתה מבוהלת מאוד-מאוד. היא ניסתה לעזור לו, אבל לס אמר כי אין ביכולתה, למרות שלא ידע מדוע. הצעתי שאשתו תצטרף אליו לפגישה הבאה, אך לס העדיף לעבוד איתי ביחידות פרק זמן נוסף. כעבור חודשים אחדים, הזמין את אשתו להצטרף אלינו. היא השתקקה לבוא.

שיחה ממושכת העלתה, כי אשתו כעסה ונטרה טינה לחמיה על התנהגותו כלפיה. אך יותר מכך היה בלבה על שעולל ללס. הבעיה של לס הסבה לה דאגה ועצב, אך אהדתה ללס היו עמה כעס ומפח נפש על שהירשה לכל זה לקרות. כשניסה לס לשוחח איתה על קשייו, נתנה פורקן לכעסה ולביקורתה על אביו. ואז, למורת רוחו, מצא לס את עצמו מגן על אביו מפני האשמותיה, ולפיכך חש שוטה גמור. היא הרגישה מאוכזבת עד עמקי נשמתה, כיוון שמאמציה לעזור ללס עלו בתוהו. משלובנו הדברים, נפתחה להם דרך לשינוי, ולס הרגיש שהוא יכול לספר לה כיצד הרגיש, ולא להגן על אביו.

הצעתי ללס לחשוב על-כך שהוא עצמו יספר לאביו כיצד הרגיש ואיך השפיע הדבר על בריאותו. לבסוף, אזור לס כוח ועשה כן. הוא אמר לאביו כי העריך אותו על שהתחיל חיים בארץ חדשה, ובנה עסק משגשג, ללא כסף, ללא השכלה וללא ידיעת השפה. הוא גם העריך את העובדה שנשלח לבית-ספר יהודי טוב, אבל, אולי בשל כך היה כה רך ומפונק. הוא אמר לאביו שילדותו ונעוריו עברו עליו בימי שלום ולכן לא ידע להתמודד במלחמה שניטשה ביניהם. הוא אמר לו, שאין ברצונו להמשיך כך, כיוון שהוא עלול למות בתוך שנה. הוא הכיר תודה לאביו על שהכניס אותו לעסק, אבל אם לא יחול שינוי, הוא לא יוכל להמשיך.

אשתו ואחיו, שהיו מודאגים ביותר, הציעו ללס, פעם אחר פעם, להתערב למענו אצל אביו. הם שוחחו ארוכות על-כך עם לס, אך הוא דחה את כל הצעותיהם. לבסוף, אחרי שהקדשנו לכך זמן רב, ולאחר שחזר ודיבר עם אשתו ועם אחיו — התרצה. ואז הלכו שניהם אל

האב ושטחו לפניו את חרדותיהם באשר ללס, הדגישו באוזניו את חומרת המצב, ודיברו איתו על התוצאות המרות הצפויות אם לא יחול שינוי.

האב התרכך במקצת, ועדיין התקשה ללס להיות במחיצתו. בסופו של דבר, ללס החליט לנסות לצאת מהעסק אחת ולתמיד. הוא מצא קונה והעסק נמכר. האב הסכים למכירת העסק, גם מתוך התחשבות בלס, אך בעיקר בשל המחיר המוצע.

לחץ הדם של ללס ירד בהדרגה והגיע למצב תקין. ללס הקדיש את רוב זמנו למשפחתו, ומיעט להיפגש עם אביו. אך ברבות הימים יכול לראות את אביו לא רק כגיבור או כנבל, אלא כאדם שידע סבל רב.

• • •

זמן רב חש ללס, כי כשהוא עובד במחיצת אביו, חייו אינם חיים. כשניתנה להרגשתו גושפנקה רפואית, היא חדלה להיות מציאות רגשית פרטית והיתה למציאות חברתית אובייקטיבית שמן ההכרח להביא לפתרונה בפרק זמן מוגדר.

ללס גדל עם בעיה של הערכה עצמית נמוכה, משום שתמיד היה נתון לביקורת, מעולם לא זכה במלות שבח, ותמיד חי בתחושת כישלון – על שלא עלה בידו להשתוות אל אביו. תחושת חוסר הערך העצמי שלו היתה כה גדולה, שהרגיש שאינו ראוי לחיים משלו, ואפילו לחיים עצמם. משנעשתה תפיסתו העצמית חיובית יותר, היה בכוחו לשנות במקצת את תפיסתו כלפי אביו.

ללס נדהם מהשערתו שאולי יש הקבלה בין התנהגותו לבין התנהגות אביו, שכן, כפי שאביו עשה לפניו, גם הוא סיכן את חייו למען משפחתו. אחרי ששוחחנו ממושכות, הוא החליט שהוא עשה כן בלי 'לבחור' בכך. כיוון שלאביו, בזמן המלחמה בגטו, לא היתה ברירה, וכדי לחיות היה עליו להסתכן, ואילו הוא עצמו, לא חי במלחמה מלבד זו שאביו ניהל נגדו, ולכן לא היה צורך שיסכן את חייו.

קשה עורף

ארתור היה רופא כללי והיתה לו מרפאה באחד מפרברי העיר. מדי פעם, הפנה אלי חולים לטיפול, והם דיברו עליו בחיבה והכירו לו תודה על טיפולו המסור. במרוצת השנים שוחחנו פעמים רבות ונפגשנו בהזדמנויות שונות, ובכל פעם התרשמתי מהאיש, ובעיקר מרצינותו וממסירותו לעבודתו. שוחר דעת היה, רגיש ומצפוני.

יום אחד צלצל הטלפון. עניתי ושמעתי קול מוכר. "החולה שאני רוצה להפנות אליך היום, זה אני," אמר לי ארתור. "ובעיקר מפני שאני יודע שאתה מגלה עניין בשואה." מיד הסכמתי לראותו.

בראיון הראשון סיפר לי כי בשלוש-עשרה השנים האחרונות מציקה לו בעיה איומה המסכה לו בושה ומבוכה גדולה. הוא סבל מנוקשות חמורה בעורפו והתקשה לטובב ראשו לשמאל. הוא הרגיש שכל רואהו יודע על-כך. כל הבדיקות האפשריות והטיפולים לא גילו את מקור הבעיה, וגם שנים של טיפול יחידי וטיפול לזוגות, לא היה בכוחם להושיע.

בתום לימודיו ובשנה הראשונה להתמחותו, לפני כשלוש-עשרה שנים, ארתור הגיש בקשה להתקבל כעוזרו של רופא כללי קשיש באזור כפרי. הוא חש התרגשות גדולה מהולה בחששות, שכן מרפאתו של אותו רופא שירתה מספר רב של חולים, בית-החולים המקומי היה קטן — ומרופא המרפאה ציפו לעשות הכל. לראיון עם הרופא הקשיש הוא נסע ברכבת, ואז חווה בראשונה את הנוקשות בעורף, ומאז לא הרפתה ממנו.

"אמרת לי שזה גורם לך מבוכה חברתית גדולה מאוד. איך זה מתבטא, מה אומרים לך?" שאלתי.

ככל הנראה איש לא העיר לו על הפגם הזה אצלו, ואשתו היתה האדם היחיד שלו סיפר עליו, מלבד אנשי המקצוע. אבל לאשתו לא סיפר עד כמה שזה הציק לו, משום שרצה להפחית ככל היותר מחומרת הבעיה.

בשנות עבודתי הראשונות התקשיתי להתאפק מלומר מהם הקשרים שראיתי בין דברים מיד לכשהבחנתי בהם. שנים של ניסיון לימדו

אותי להקשיב למטופל ולחכות עם דברי לרגע הנכון. אבל כשהקשבתי לארתור, כמעט שלא עמדתי בפיתוי לתת פורקן לדחף שקינן בי להציג בפניו את הקשרים שראיתי בסיפורו. הנושאים הקשורים לעורף קשה, לא־יכולתו להפנות את ראשו שמאלה, התפרצות הבעיה דווקא במהלך נסיעה ברכבת נוכח הפרידה הקרובה ממשפחתו, ושנים של בושח וחשאיית — כל אלה הובילו אל השואה. ולמרות זה, לא שיתפתי אותו במחשבותי באותו רגע.

“אני מכיר אותך לא מעט שנים, ונפגשנו בהזדמנויות רבות, ובכל זאת מעולם לא הבחנתי במשהו יוצא דופן בצווארך,” אמרתי. הוא נרגע וחש הקלה. עכשיו המשיך וסיפר לי כי ידע שאביו, אייב, הוא יהודי ושהיה באושוויץ, וששם אבדה כל משפחתו. אביו הגיע לאוסטרליה אחרי המלחמה, התחתן עם אשה לא יהודייה וגר בפרבר של מלבורן. הוריו של ארתור הרעיפו עליו ועל שתי אחיותיו אהבה בשפע, וחיי המשפחה היו שקטים וחסרי אירועים. לאביו היתה חנות בגדים קטנה בשכונה. הוא היה קפדן בעבודתו וזהיר בכל מעשיו, ומשפחתו נהנתה מחיים נוחים.

עוד בילדותו החליט ארתור להיות רופא. עיסוקו ברפואה היה חשוב לו מאוד, והוא היה מקור גאווה ושמחה לאביו. הוא עבד קשה מאוד, הן כרופא והן משום שעזר למשפחתו. ארתור ידע שאביו שרד אחרי שנים במחנות, ושמשפחת אביו נספתה כולה, אבל כיצד הגיעו הדברים לידיעתו — לא ידע. הם מעולם לא דיברו על־כך.

החלטתי להוסיף לחקור בדבר ושאלתי אותו אם ידע היכן נולד אביו; האם היו לו אחים ואחיות; היכן למד בבית־ספר; מה עשה לפני המלחמה; אם היו לו תמונות של בני משפחתו; אבל ארתור לא יכול היה להוסיף דבר על מה שסיפר לי.

“למה הרגשת שהשואה נוגעת לבעיה שלך?” שאלתי.

“ובכן, ניסיתי להרהר על כל המחשבות שצצו בראשי, ואז עלה בדעתי שיייתכן שמהו מעברו של אבי השפיע עלי, והחלטתי לנסות לחקור את זה,” אמר לי.

“עד כה לא הקדשתי מחשבה רבה לשואה. לא גדלתי כיהודי. לאשתי ולילדי אין כל רקע יהודי, מלבד אבי שלעולם אינו מדבר

על-כך. לכן, עד עכשיו לא חשבתי על זה. מה אתה חושב?" הוא שאל.

"הייתי יכול לדבר על-כך רבות, אך בינתיים אצטמצם להערות אחדות. האם אתה יודע איך מתארים את העם היהודי?" שאלתי. הוא היה מופתע והניע בראשו לשלילה. "על-פי התיאור התנ"כי, זהו עם קשה עורף," אמרתי לו. "אתה מתכוון לומר לי, שאני יהודי קשה עורף, אך גזרתי על עצמי שתיקה בשני הדברים האלה," אמר ארתור.

"הייתי רוצה להמליץ לך דבר מה," אמרתי. "האם תסכים לספר לאשתך כמה הבעיה שלך מציקה לך — ספר לה בפרוטרוט — ולבקש ממנה לומר לך בפרוטרוט מה היא יודעת ומרגישה בקשר לזה? חשוב גם במי עוד אתה יכול לתת אמון, וברר אצלם אם הם ערים לפגם שלך — אך ורק אם ההצעה נראית לך. אם לא, הנח לך ונדבר על זה בפעם הבאה."

בפגישה הבאה סיפר ארתור כי התקשה לדבר בגילוי לב עם אשתו על הבעיה שלו. ובכול זאת עשה כן, כיוון שהבין את החשיבות שבכך. אשתו לא הופתעה לשמוע שהפגם שלו שלט כדי כך בחייו; זמן רב היתה ערה לכך. ואולם, בטוחה היתה שלא היא ולא שום אדם אחר יכולים להבחין בנוקשות שבעורפו, אבל עד כה לא היתה מסוגלת לומר לו את זה. הציקה לה העובדה, שזה השפיע עליו כדי כך, אך מה שהעכיר את רוחה ופגע בה מאוד היתה העובדה שהוא לא שיתף אותה ולא איפשר לה לעזור לו בבעיה שלו. לכן, נמנעה מלדבר איתו על-כך. עכשיו, שהחליט לדבר על בעייתו בגלוי, היתה מרוצה. ארתור חשב לספר על בעייתו לאנשים נוספים והבין שזה צעד נכון, אבל ראשית דבר רצה לחקור את הרעיון שלו על הקשר שבין השואה לבעיה.

המשכתי להיפגש עם ארתור ובשיחות ירדנו לחקר יחסיו עם אביו. התברר שאת מאמציו להיות רופא טוב ובן אוהב ואחראי, עשה בעיקר למען אביו. בדרך כלשהי חש באובדן ובסבל שהיו מנת חלקו של אביו, והוא ניסה, בדרכו שלו, לפצות את אביו ולהעלות ארוכה לפצעיו. למרות שלהוריו היה רופא כללי שלהם, הם שמו ייחסם בארתור ובו נועצו בכל. אמו תמיד באה אליו כשהדאיג אותה לחץ הדם הגבוה

של בעלה, ולמרות שמבחינה אחת ארתור לא יכול לרשום תרופות או לטפל בבעיה הזאת, הוא שנשא בעול. הוריו גם שיתפו אותו בכול דאגותיהם לאחיותיו ולמשפחותיהן – הם ציפו ממנו 'לרפא' את הכל. וכך, הוא מצא את עצמו בתפקיד יועץ בעניינים רפואיים, רגשיים וכספיים – לכל בני משפחתו. תמיד עמד לימנם, והיה מקור של עידוד ותמיכה, אך מעולם לא שיתף אותם בדאגותיו או בבעיותיו, ולא סיפר להם כמה העיקה עליו כל האחריות הזאת. הוא זכר, שעוד בהיותו תלמיד בית-ספר, ואחר-כך כשהיה סטודנט לרפואה, הוא חש דאגה ופחד שמא לא יצליח בלימודים ובכך יאכזב את אביו. את המעמסה נשא על שכמו והוא עול ימים. הוא לא רצה לספר להוריו על הרגשת המועקה הזאת משום שחשב שיגדיל בכך את דאגתם.

הוא חשב שאם יידע קצת יותר על עברו של אביו ייתכן שהדבר יעזור לו, אך היסס לשאול, שמא יפגעו שאלותיו באביו בדרך כלשהי. "תחשוב על החלופה", אמרתי. "אתה סובל זה יותר משלוש-עשרה שנים. אתה מאמין שסבלך קשור בעברו, ועם זאת, עד כה לא סיפרת לו על בעייתך ולא שאלת אותו לעברו. לא נתת לאביך זכות בחירה. ולכן, אני מציע שתחשוב על האפשרות לספר להוריך מה עבר עליך, כיצד אתה מרגיש נוכח האחריות לכל המשפחה, שאתה כה חרד וכה פגיע, וששנים כה רבות אתה סובל מבעיה בצווארך."

אף-על-פי שארתור ידע שכול דברי אמת, עדיין לא הסכים. הוא דאג שמא יחוש אביו כאילו הוא האשם בבעיה.

"זה הצד השלילי בחלופה", אמרתי, "אבל מצד אחר, ייתכן שהיא שתעזור לך לפתור את בעייתך, ואז יידע אביך כי מילא תפקיד כה חשוב בעזרה לך. אולי הדרך הטובה ביותר לדובב את אביך תהיה שאתה תשתנה, ואתה תספר לו איך הרגשת כל השנים האלה. זה יעזור גם לאביך להשתנות."

ארתור היה תמים דעים עמי לחלוטין ועדיין לא יכול לעשות זאת. הצעתי שיזמין את הוריו לפגישה הבאה, או שיבקש מאשתו לדבר איתם. לבסוף, החליט לדבר על הנושא בעקיפין – לדבר תחילה עם אמו.

אמו סיפרה לו שאביו סבל מחלום בלהות חוזר ונשנה, וכמעט מדי לילה התעורר במצוקה גדולה, מזיע ורועד. היא ניסתה להקל עליו

ולנחם אותו כמיטב יכולתה, אבל מעולם לא שאלה אותו לתוכנו של החלום, והוא מעולם לא סיפר לה.

עכשיו היה ברור שארתור חייב לדבר עם אביו, ועדיין התקשה מאוד. שאלתי אותו מה הדבר המדאיגו ביותר בנושא הזה. הוא השיב, כי כיוון שאביו שמר על שתיקה שנים רבות ומעולם לא סיפר לאיש את המוצאות אותו, אם ידבר על-כך עכשיו, אפשר שיחל מבול של זיכרונות כה אימים שהוא לא יעמוד בכך וישקע בדיכאון עמוק או אפילו יאבד את שפיות דעתו.

"אולי אתה צודק", אמרתי, "אבל חשוב על החלופה: אולי הוא מחכה רק לרמז ממישהו; אולי הוא רוצה לספר — הוא רוצה שיידעו את זה, ואולי הוא רוצה במיוחד שאתה תשמע אותו. אולי יחוש הקלה גדולה אם יספר לך, כשם שאתה חשת הקלה כשסיפרת לרעייתך על הצוואר שלך. יותר מזה, אולי ישמח שאתה רוצה ומוכן לשמוע אותו." ועדיין פחד. הצעתי כי לאחר שיספר לאביו על עצמו, יאמר לו שהוא יודע על סיוטי הלילה שלו, יביע רצון לשמוע על-כך ויניח לאביו להחליט כיצד יגיב.

כשאזר סוף-סוף אומץ ושאל את אביו לעברו, קידם האב בברכה את ההזדמנות לספר על עברו. הוא סיפר שהוא והוריו נלקחו לאושוויץ במשאית להובלת בהמות. העמידו אותם בשורות. הוא נשלח ימינה, לעבודה, ואת הוריו שלחו שמאלה, אל תאי הגז. מאז, הוא לא יכול להסתכל שמאלה.

אביו סיפר לו על חייו בפולין, על אחיו ואחיותיו, ועל הקורות אותו באושוויץ ולאחריה.

אחרי שסיפר לארתור, הירבה אביו לדבר על הזיכרון החזותי שנותר עמו: הוריו פונים שמאלה, ורגשי האשמה והבושה שלו בעודו עומד שם ונבצר ממנו ללוותם במבט. הוא דיבר על האובדן ועל אירועים רבים נוספים שלא נתנו לו מנוח, אך המשיך לשתוק ביחס לדברים נוספים. הוא שיתף את ארתור גם בזיכרונות מאושרים מחיי משפחתו לפני המלחמה, וזה היה החלק הלא צפוי בדבריו.

כשרותק אל עוצמת סיפורו וגילוי לבו של אביו של ארתור, נשכחה בעיית הצוואר הנקשה של בנו ואט-אט נעלמה. איך ומתי נעלמה אפילו ארתור לא ידע להסביר.

שאלתי את ארתור כיצד לדעתו נעלמה נוקשות עורפו אחרי שלוש-עשרה שנים רצופות של כאב בלתי פוסק. הרופא המנוסה אמר רק: "איכשהו הכל השתחרר, לרבות צווארי." קרוב לוודאי שהסברו של ארתור לא נופל מכל הסבר אחר.

• • •

תלונות גופניות יכולות להפוך למטאפורות או לסמלים מופלאים למה שקורה בחיים. התקשורת החזקה ביותר בין בני משפחה היא התקשורת הלא מילולית. בזמן שארתור גדל, הוא נחשף לסיוטי הלילה של אביו, אבל אולי לא זכר אותם. מפליא איך פיתח סימפטום כל כך ייחודי בקרבתו לסיוטי הלילה של אביו. קשה להסביר זאת. נראה שחיי שניהם הוקדשו לסיוטי הלילה ולסימפטומים — כשהורי האב צעדו שמאלה, הוא לא יכול להסתכל. הוא לא היה מסוגל לשתף אף אחד במה שקרה לו, לאפשר לאיש לראות. אשתו ידעה על הסיוטים, אבל לא הסתכלה עליהם. שני ההורים לא התבוננו בחולשותיו של בנם, רק בצדדים החזקים שבו. היה על ארתור להיות לחזק, הוא לא איפשר לאיש לראות את נקודות התורפה שלו. מכל החוויות הטראומטיות שעברו על אביו, האחת שנשארה קפואה בזמן ושעליה חזר כל לילה, היתה רגע הפרידה מהוריו. הוא הדין אצל ארתור. קשיון העורף שנשאר איתו בדירה מתמדת במשך שלוש-עשרה שנים התחיל ברגע הפרידה ממשפחתו. תופעה שכיחה במשפחות ניצולים.

אצל ארתור ואביו ההחלמה החלה כשכל אחד דיבר את ייסוריו הפרטים ושיתף בהם את הקרובים לו. כשהם התקשרו זה עם זה בכך שדיברו על הכאב שבפרידה, הם התחילו להתגבר על ייסוריהם.

מלחמה מתמדת

זה מכבר אני מכיר את רות, עובדת סוציאלית בכירה ואחראית מאוד. יום אחד היא טילפנה אלי וביקשה לבוא עם אחיה, דיוויד, מומחה בעל שם בתחום הרפואה, לשוחח איתי על דאגתם להוריהם. בפגישה הראשונה אמרה רות שרובו של נטל הדאגה נפל עליה. באחרונה, ההורים גדשו את הסאה בשיחות טלפוניות אינספור שקיימו איתה, והיא הפצירה באחיה להשתתף ביתר שאת. למרבה שמחתה, בחודשים האחרונים הוא אמנם עשה כך, הוא הסכים כי היא שנשאה בעיקר הנטל. הוריו התייחסו בחרדת קודש לקריירה שלו ולהצלחתו, ולא היו מוכנים להטרידו.

ואז הציג דיוויד את 'המקרה':

מאז הגיעה אמם מאירופה, היא סבלה מהתקפי דיכאון. בארבעים השנים האחרונות היתה נתונה להשגחה פסיכיאטרית מתמדת. שלוש פעמים טופלה בהלם חשמלי, נטלה תרופות ולא אחת אושפזה. בשנים האחרונות, בעיקר מאז יצא אביהם לגימלאות, היחסים בין ההורים נעשו עוינים יותר ויותר. כל הורה טילפן לרות פעמים אחדות בכל יום והתלונן כמה בלתי נסבל הוא בן זוגו. במרוצת השנים, לא אחת התלוננה האם כי בעלה מאיים להרוג אותה. דיוויד דן בהרחבה בנושא הזה עם רות, נועץ בעמיתיו והחליט שהגיעה השעה לבקש עזרה פסיכותרפית. הוא חשב שאני אבין את המצב טוב יותר מתרפיסטים אחרים משום שאני יהודי, ובשל העניין המיוחד שלי בשואה. כששאל אותי אם אסכים להיפגש עם הוריו, הדגיש דיוויד את חשיבות הפגישות עם שניהם יחד, כיוון שבעבר היתה אמו בטיפול לבד. לא הייתי בטוח שאוכל לעזור, כיוון שמדובר היה בהיסטוריה ארוכה של דיכאון ושל בעיות ביחסי בני הזוג, וההורים היו בשנות השישים המאוחרות לחייהם. בגיל זה אין אדם נלהב לשוחח על בעיותיו. רות ודיוויד הכירו בקשיים, אבל הפצירו בי לנסות למרות הכל, כי לדעתם, לא היה מה להפסיד. בסופו של דבר הסכמתי לקיים איתם ראיון-הערכה, בתנאי שגם רות ודיוויד יהיו נוכחים.

"זה לא יגרום איפוק יתר בהתנהגותם?" שאל דיוויד.
 "אני משער שכן," אמרתי. "זו אחת הסיבות לכך שאני מבקש את
 נוכחות שניכם."

כל הארבעה הגיעו לפגישה שאחרי כן. 'תולדות המקרה' נסקרו
 שוב.

"כן, לפעמים אני באמת אומללה מאוד ואני נסערת," הסכימה
 האם. "זה שנים אני מספרת לרופאים שבעלי יהרוג אותי, אבל הם לא
 מאמינים לי; הם חושבים שאני 'משיגע'."

"אתה אומר לאשתך שתהרוג אותה?" שאלתי את האב.
 "ודאי שאני אומר לה," השיב. "אילו הרופאים היו שואלים אותי,
 הייתי אומר להם את זה. היא מוציאה אותי מדעתי. אם מזיזים דבר מה
 סנטימטר ממקומו במטבח, מתחילה מלחמת העולם השלישית. לכל
 צלחת יש מגבת מיוחדת. כשאני משתמש במגבת הלא נכונה, אני שומע
 על-כך במשך ימים שלמים. אם אני הולך לשירותים ומשאיר את האור
 דולק, אני שומע על-כך במשך חודשים. דומה שהיא מנסה להוציא
 אותי מהבית, או מדעתי. לכן, מובן שאני אומר שאהרוג אותה."
 "כמה זמן אתם נלחמים כך?" שאלתי.

זו היתה פצצה. פתאום השתתקו שניהם והחווירו. עד אותו רגע
 דיברו שניהם בלהט. כל אחד רצה להקדים את דבריו לדברי האחר
 ולהפריע לחברו לשאת את דברו. עכשיו שניהם לא רצו לדבר.

התברר שזה התחיל בימים שבהם ברחו וחיו במסתור בעת
 המלחמה. בגטו לודז', כשטבעת ההסגר שכותרה את משפחותיהם
 כמעט והושלמה, שיכנעו אותם לברוח. זו היתה הדרך היחידה שהיה
 עמה סיכוי כלשהו. למרות שלא היו שלמים עם המעשה, עזבו את
 הגטו והסתתרו אצל משפחה נוצרייה שהיתה שותפתה של הוריהם
 לפני המלחמה. הם הוסתרו והועברו ממקום מחבוא אחד למשנהו עד
 שתמה המלחמה. הם ישבו כלואים חודשים על גבי חודשים. שריים
 בפחד מתמיד שמא יתגלו, שמרו על שתיקה ודאגו ללא הרף לגורל
 משפחותיהם, למרות שידעו היטב למה אפשר לצפות. ואולי גרועות
 מכך היו מריבותיהם הליליות של מסתיריהם, שלא חשבו ששומעים
 אותם. האשה רצתה לשלוח אותם לדרכם. היא לא רצתה כי יסכנו את
 חייהם ואת חיי ילדיהם בעטיים של שני יהודים.

"כל אחד בתורו," הם סיפרו לי, "במבטים ובלחישות, הטרפנו זה את דעתו של זה, כי היינו מוכרחים להיות בשקט. בדרך כלשהי שרדנו, רק כדי שנינוכח לדעת שמשפחותינו חוסלו. יש לשער שמאז אנחנו נלחמים זה בזה. לא הפסקנו ולו לרגע."

"אולי המלחמה שלכם היא חגיגת הניצחון שלכם, ניצחון על היטלר," העליתי השערה. "אחרי שנאלצתם להיות כה שקטים במסתור במשך זמן כה רב, עכשיו, שאתם חופשיים, אתם יכולים לצעוק ולצרוח כאוות נפשכם."

הם ישבו מהורהרים ושתקו, ואני המשכתי, "ישנה עוד שאלה אחת שאני רוצה מאוד לשאול אתכם, ברשותכם. מה היו המלים האחרונות ששמעתם מפי הוריהם?"

ושוב נדהמו. דמעות זלגו מעיניהם כשעלו המלים בזיכרונם – "תשמרו זה על זה."

במשך חודשים אחדים לאחר-מכן, בדרך כלל התראיתי עם ארבעתם גם יחד, ורק כשרות ודיוויד היו עסוקים מאוד ראיתי את ההורים לבדם. הם שמחו כשילדיהם באו, אבל חששו שמא הפגישות מפריעות לדיוויד בעבודתו. ואולם דיוויד ציין, שלדעתו הביקורים הם ניצול זמן מושכל, כיוון שזה שנים הוא דואג לאמו וליחסים בין הוריו. אם יש כבואו משום סיוע, הוא מעדיף לבוא מאשר לטפל בעוד כמה חולים. "בשבילכם, אולי, הקריירה שלי היא הדבר החשוב ביותר," אמר דיוויד, "אבל בשבילי, אתם חשובים לי יותר מהקריירה שלי ויותר מהחולים שלי, והגנתכם עלי מדאיגה אותי מאוד." במרוצת החודשים האלה, להערה אחת שלי נודעה בשבילם משמעות רבה.

יום אחד, כשבאו ההורים לבדם, הם ישבו על הספה בפרוזדור במקום לחכות בחדר ההמתנה. ראיתי אותם יושבים סמוכים זה לזה, שקועים בשיחה ערנית או במריבה. משנכנסו לחדר, אמרתי שיש לי דבר מה אישי מאוד לומר להם, ואולי הם יחשבו אותי למשיגע, ולכן אני מבקש את רשותם לומר זאת. הם הנהנו בראשיהם לאות הסכמה. אמרתי להם כי בשעה שהבחנתי בהם בפרוזדור, לא ידעתי אם הם עסוקים במריבה או שלפני זוג אוהבים צעירים השקועים בשיחה ערנית.

לא הייתי בטוח איזה הסבר התקבל יותר על דעתם, אך ראיתי כי העדיפו בבירור את השני. ראיתי בכך הזמנה להמשיך. אמרתי להם שרוב הזוגות בשלב זה בחייהם השתעממו זה במחיצתו של זה והיו חסרי מרץ, ואילו הם ישבו כאן, שקועים בחילופי הדברים ביניהם. אולי אחד מסודות ההצלחה של נישואיהם היה האתגר התמידי שעמד בפניהם, להבין מה קורה, איך הם משפיעים זה על זה, ובדרך דומה הם גם סיקרנו אותי כשראיתי אותם בפרוודור. לא הם וגם לא אני ידענו לבטח מה סחתי בכובד ראש ומה בהיתול. אבל היה ברור לי שדברי היו לרוחם, ושכשכילים, נודעה להם משמעות רבה.

• • •

הקשר שלי עם משפחה זו עודנו נמשך בשעת הצורך. מפעם לפעם האם עדיין נקלעת לדיכאון והאב עדיין מאיים עליה. לפעמים הם מוציאים מדעתם זה את זה. אבל צלצולי הטלפון האינסופיים לרות חדלו, כשם שחדל הצורך בהלם חשמלי ובאישפוזים. במשך כל שנות הטיפול הפסיכיאטרי, העבר של השואה אצל אמא של רות לא בא לידי עימות; גם היפרנויה שלה לא נחקרה בשיחה עם בעלה. הסימפטומים שלה נבדקו, אבל מסך של שתיקה כיסה את תולדותיה.

השתתפותה של המשפחה כולה בפגישה היתה גורם עיקרי לתוצאה חיובית יחסית שהושגה, ובמיוחד תרמה לכך נוכחותו של דיוויד. הוריו היו גאים בו מאוד, ותמיד ניסו להסיר כל דאגה מלבו עליהם. ואילו הוא גונן עליהם מפני ידיעת עומק מצוקתו בגללם. הסדר החסות ההדדי הזה מיקם את רות בעמדה בלתי נסבלת במידה שהלכה וגדלה, והחלה להשתנות רק לאחר שרות גייסה את עזרתו של דיוויד וכשכולם באו לטיפול. נוכחותו של דיוויד הביאה את הוריו לעימות עם חרדתו בגללם. אבל מה שחשוב מזה, היא עימתה אותם עם הישגם שהצליחו לגדל בן כה מוכשר. חייהם היו מלחמה מתמדת, שבה שלטו אירועי העבר, למרות שלא דיברו עליהם. שקועים היו בחולי, במוות, ברגשי אשמה ובבושה. דיוויד סימל את

ההווה העומד בסימן הצלחה ועתיד מבטיח; בריאות, גאווה ושמחה. הפגישה המשותפת של המשפחה בתרפיה הביאה אותם לעימות עם ההבדלים שביניהם, וגרמה לדרך התייחסות הדדית בריאה יותר ולשיפור הרגשתם העצמית.

אין לשכוח את התפקיד שמילאה רות. לעתים קרובות הופכים ילדי מהגרים למומחי תרבות הארץ החדשה ונעשים דוברים אצל הוריהם. בה בעת, ההורים מפתחים תלות בילדיהם. כשהיתה בת עשר, הלכה רות עם הוריה לבנק לבקש הלוואה. המנהל אמר: "זו הפעם הראשונה שאישרתי הלוואה לילדה בת עשר!"

ניצולי שואה רבים איבדו את הוריהם, את אחיהם ואת אחיותיהם, וילדיהם היו להם, לא אחת, לכל אלה. דיוויד ורות נטלו את תפקיד ההורים להוריהם, וכך, כמו היו משפחה גרעינית, דיוויד, האב הנערץ, מרוחק, ותפקידו הפעיל שולי, ורות, האם שעליה עומס־יתר ואחריות־יתר ושאינה זוכה להערכה שמגיעה לה. לפיכך מובן מדוע גם הישגיה המקצועיים של רות לא זכו להכרה הנאותה מצד משפחתה.

כשהראיתי להם את הסיפור הזה, העיר האב: "אתה יודע, לא היה לנו עם מי לדבר. איבדנו את כל יקירינו, ואיבדנו גם את אמונתנו הדתית, ולכן לא יכולנו ללכת לדבר עם הרבי. את כל צרותינו תינינו בפני רות. עכשיו אנחנו יכולים לדבר איתך. סוף־סוף רות תוכל לחיות את חייה ולו במקצת."

כשתרפיסט משתמש בהומור הנוגע במטופליו בדרך חיובית, אות הוא שיש הבנה ביניהם והם דוברים אותה לשון. גם במחנות הכפייה והמוות היו רגעי צחוק, וכשניצולי שואה נפגשים, להומור יש תפקיד נכבד בהעלאת הזיכרונות.

להומור עשוי להיות תפקיד חשוב בטיפול כמסייע בהפרת השתיקה, וכמצמצם המתח והמבוכה הנלווים לסיטואציה החברתית שבטיפול. הוא גם מאפשר לבריות לראות את הקשר בין הדברים באור חדש. בה בעת, אפשר גם לעשות שימוש אכזרי בהומור, להתרחק ולהרחיק דרכו, להתחמק מכאב ולצמצם את משמעותו. מבחנו העיקרי של ההומור הוא כיצד נחוה. כשהוא נראה כמקבל

וחמים, הוא עוזר בהפרת השתיקה. כשהוא נתפס כאכזרי ומזלזל הוא מעמיק את השתיקה.

עת לבכות

גברת כהן כלל לא רצתה לבוא לטיפול משפחתי. היא באה לשיחות רק משום שילדיה ביקשו ממנה ואך ורק למענם. הם היו מודאגים כיוון שמאז מות חתנה, לפני כשמונה חודשים, לא היתה כתמול שלשום. היא סירבה להמשיך למשוך בעול, ישבה בביתה, לא רצתה לחזור לעבודתה, וגם את משק ביתה הזניחה. דומה היה שאבד לה העניין בחיים. לפני מות חתנה, היתה גברת כהן מורה מסורה, עקרת בית גאה ואם אחראית ודואגת.

בנה ובתה, שהתאלמנה והיתה בהריון, דחקו בה לצאת מהבית, לחזור לחיי שגרה ולעבודה. הם אמרו שמעולם לא ראו אותה כך, והיו מודאגים מאוד. הם קיוו שאולי יעלה בידי לשכנע אותה להשיב ימיה כקדם.

במהלך השיחה הם סיפרו שהבת התנהגה כפי שרצתה לראות את אמה נוהגת. היא התעשתה, העמידה פנים כאילו לא קרה דבר, וחזרה למסלול חייה הרגיל. התנהגות האם הפליאה את ילדיה.

מר כהן דמה לאשתו במובנים רבים. כמנהל בית־ספר זכה לכבוד ולהערכה, וכבעל ואב תמיד היה מסור ואחראי. תמים דעים היה עם ילדיו, אם כי לא כה נחרץ, ולא דיבר באותה עוצמה שציינה אותם כשאמרו שאמם 'צריכה פשוט לצאת מזה'.

מתשובותיהם לשאלות מיוחדות למדתי, שבשנות המלחמה בני הזוג כהן היו באירופה. כשהמשכתי לשאול, הם אמרו כי היו במחנות וסבלו סבל רב, אך סירבו לפרט. הילדים ציינו כי הבינו היטב שעל הוריהם עברו שנים לא קלות. הם ראו בהם אנשים שבכוחם להתמודד עם כל קושי.

תמימי דעים היו כי מוטב שאמם תדבר איתי על התנסויותיה, כיוון שזה עשוי לעזור לה לחזור ולהיות במיטבה. גברת כהן פקפקה. כששאלתי אותה מדוע, ציינה שאין זה כה פשוט.

כששאלתי אותה בעדינות, אם תסכים לספר לי קצת יותר, השיבה לי: "אני נושאת עמי הרבה מאוד; וגם, הם לא מבינים... אולי הייתי חזקה, אך רק כלפי חוץ. בפנים, תמיד שררה מבוכה נוראה והמאבק היה עצום."

ככל שהשיחה נמשכה, החריף הקיטוב במשפחה. הילדים הפצירו באמם לדבר על הכל, לתת פורקן למה שעל לבה. האם שמרה על זכותה להיות כמות שהיא. כלל לא היתה בטוחה ששיחה היא רעיון טוב.

הם פנו אלי ועמדו על-כך שאחווה את דעתי. השבתי שקשה לי מאוד לענות, כיוון שגם אני התחבטתי באותם נושאים; כיצד למצוא את הדרך הטובה ביותר. בחירה בין שתי חלופות קשה היא מאוד. אנשים רבים, ופסיכולוגים במיוחד, מאמינים כי דאגה בלב איש — ישיחנה. גברת כהן אמרה שזה זמן רב היא נושאת עול כבד; אולי הגיעה השעה שתסיר את הנטל. מה גם שאמרה שהיא חזקה כלפי חוץ אך דוויה מבפנים. אילו היתה מספרת על-כך, אפשר שהיתה מוצאת מעט נחמה והקלה. וכך אפשר שהיתה גם עושה דבר מה למען ילדיה, דבר, שמסיבה כלשהי, נחשב מאוד בעיניהם: היא היתה פותחת בפניהם פרק חשוב בתולדות משפחתם. במיוחד עכשיו, כשבתה ציפתה לתינוק, ואך טבעי שתרצה לדעת יותר על קורות משפחתה.

מצד אחר, אמרתי, אפשר שלגברת כהן טעמים מוצדקים לעמוד בשתיקתה. אולי נצרה שפתייה כיוון שכך דרכה לכבד את הנספים. ואולי חשה שאין זה מן הדין לוותר על סאת ייסוריה. עכשיו, אחרי שנים כה רבות, זכותה לאתנחתה של אבל; עד כה לא היתה השעה כשרה לבכות. עד כה היתה זו עת לבנות, לעבוד ולתכנן את העתיד. אולי עכשיו היא יכולה להרשות לעצמה את 'המותרות' האלה, להתאבל על ולבכות — לא רק את חתנה, אלא גם את כל האחרים.

"אני גם זוכר", אמרתי לילדיה, "שאתם תיארתם את אמכם כחלשה או פחדנית על הדרך שבה היא נוהגת בחודשים האחרונים. אולי היא חלשה בכך שהיא נכנעת לכאב ולהתייסרות, אבל, אולי היא גיבורה על שמצאה בתוכה את האומץ לבכות, אחרי שנים כה רבות." ההערה האחרונה הזאת, יותר מכל דבר אחר, היא שדיברה אל לבה של גברת כהן והיתה חשובה לה מאוד. היא פנתה אל ילדיה ואמרה:

"אתם רואים, אני צודקת. אני הגיבורה. אתם יודעים מה שאני חושבת? אני צריכה לחשוב על זה. אולי אספר לכם, אבל אני אומרת לכם שוב, ייתכן שלא. אני צריכה לחשוב על זה."

"מה לדעתך עלינו לעשות?" שאלו אותי ילדיה.

"אולי תלכו הביתה ותחשבו על זה." השבתי. "אבל בין כל שאר הדברים שתחשבו עליהם, חישבו על הפעם הבאה שניפגש, אם אתם רוצים לבוא כולכם יחד, או שאמכם תבוא לבדה. אולי היא לא תרצה להכביד עליכם בסיפור שלה. אני משאיר בידיכם את ההחלטה." גברת כהן העדיפה לבוא לבדה, ואמרה שהעובדה שהכרתי בעמדתה הדו-משמעית ובמאבקה הפנימי הקלה עליה לחזור ולבוא אלי. העובדה שלא התווכחתי עם שתיקתה, ואפילו החמאתי לה בשל כך, הקלה עליה לבוא ולדבר איתי.

• • •

כמו ניצולי שואה רבים אחרים, עלה בידה של גברת כהן לשמור בחובה את אבלה על האובדן שחוותה, אך חוויית אובדן חדשה אחרי שנים כה רבות של איפוק ושתיקה, מחייה את הצער ומעצימה את הזיכרונות שעניינם האובדן בעבר. האובדן, שלעיתים קרובות חווים ניצולי השואה בשלב זה בחייהם, מתרחש כשבן זוגם הולך לעולמו. אפשר שבמקרה שלה, אובדנם של חיים צעירים, שהיה כרוך בכאב כה חריף, הקביל להתנסויותיה בשואה.

כניצולת שואה, גברת כהן נמנית עם אוכלוסייה בגיל מתקדם. אפשר לומר שעכשיו הם מגיעים לשלב כזה בחייהם שאך טבעי הוא לנסות לזכור את העבר ולנסות לקשר בינו לבין ההווה והעתיד. זו העת להרהורים. אולי, גם בגלל הסיבה הזאת, היא לא יכלה להמשיך לתפקד כמימים ימימה.

לא אחת קיטוב חריף או קרע מסתמן במשפחות הניצולים ביחס לחוויות השואה. במשפחה הזאת נקטו הילדים בעמדה קיצונית, ולחצו על גברת כהן לחזור לדרך תפקודה הקודמת – להיות חזקה ולא להיכנע לכאב או לחולשה. גברת כהן נקטה בגישה הפוכה.

היא האמינה בזכותה להתאבל ולעמוד בשתיקתה. קרע גלוי זה בעמדות מכסה לעתים קרובות על דר־משמעות אישית־פרטית. שהרי גברת כהן רצתה, וגם היה לה צורך לדבר ולזכור, וקרוב לוודאי שחשבה לשתף את משפחתה בזיכרונותיה ביום מן הימים. גם בתה חשה צורך להתאבל, לבכות על אובדן בעלה, אבל נמנעה מכך כיוון שהרגישה שעליה להתרכז בעתידה ובחיים הנרקמים בתוכה.

ייתכן שהבת אף היא שמרה על שתיקה ביחס להיבט מסוים. מהדברים שאמרה, ברור למדי כי הכירה את סיפור חיי אמה. היא תיארה אותה כאשה חזקה המסוגלת להתמודד בכל, וככל הנראה סיפרה לה האם במקצת על עברה, אבל אולי הסתפקה בדיווח עובדתי קצר.

ילדיהם של ניצולי השואה, במיוחד כשהם מצפים להולדת ילדם הראשון, נעשים ערים מאוד להיעדרם של סבים ושל המשפחה הרחבה, ולחוסר הרצף בחיי משפחותיהם.

בשעה שבתה של גברת כהן עמדה להיות לאם, אולי הזדהותה עם אמה גברה, והיא התחילה להתעניין בה לא רק כאם, אלא גם כבת. ולכן, למען עצמה ולמען פרי בטנה, עכשו היה לה צורך בתיאור הרבה יותר עשיר ורגשי של קורות משפחתה, כדי שהאובדן במשפחה לא יהיה מלווה גם בשתיקה על מתיה.

ניצולי שואה חווים משבר חריף והרגשה של דר־משמעות; הדחף לדבר ולשמש עדים מזה – והיפוכו, לשמור על השתיקה מזה; הקונפליקט בין השאיפה והצורך לשכוח את העבר ולהשאירו מאחורי גבם, לבין המחויבות העמוקה לא לשכוח לעולם, לזכור הכל. ואכן, בקרב ניצולי השואה יש החיים באימה מפני השיכחה. הם רוצים לגונן על ילדיהם ולהרחיק מהם את הזוועות, ואולם הרעיון שילדיהם לא יידעו, אף הוא מפיל עליהם אימה. לא אחת, תפיסת הניצולים את הוריהם מתאפיינת באידיאליזציה, ואולם בה בעת הם נוטרים להוריהם על שבהיותם ילדים ינטשו אותם חסרי מגן, זנחו אותם להתמודד לבד במחנות המוות, ולהיות עדים להשפלה, לבושה ולמוות.

כל פרט חווה את הקונפליקט הזה, והוא נחווה גם בתוך המשפחה. בני המשפחה נוקטים בעמדות מנוגדות והמשפחה מקוטבת.

תחת השלטון הנאצי שררה אידיאולוגיה אחת ויחידה ואמת אחת ויחידה – לא היה חופש בחירה. בחיים שלטו אימה ומאמצי הישרדות.

על הרקע הזה, חשוב מאוד להרבות בתיאורים על חיי הניצולים, הסימפטומים שסבלו מהם והמשמעויות העולות מהדברים הללו. ככל שהתיאורים האלה רגישים יותר גם לאמת שחוו הניצולים וגם להקשר החברתי וההיסטורי שבו קרו הדברים, כך גם מתאפשר אצל הניצולים תהליך השתחררות פנימי בקרבם, המחזק אותם ומקל עליהם לקרוע את מסך השתיקה.

הרהורים

רוב המשפחות שתוארו בחלק הזה של הספר עברו טיפול פסיכיאטרי לפני הגיעם אלי, שבמהלכו לא נדונו התנסויותיהם בשואה. המשפחות לא הזכירו את השואה, לא שיתפו את המטפלים בזיכרונותיהם, ואפשר להניח שהמטפלים שקדמו לי לא ביקשו לברר את חוויותיהם בשואה וגם לא הביעו רצון להאזין להן. כשלמשפחות האלה ניתנה ההזדמנות להתעמק במה שעבר עליהן, הם נאחזו בה, לפחות עד לרמה מסוימת. שתיקה, כמוה כשיחה, מושתתת על זיקת גומלין.

ההימנעות מההתמודדות בנושא השואה בתהליך הטיפולי לא היתה היוצא מן הכלל. היא היתה הכלל. לעתים קרובות, התיקים במוסדות לבריאות הנפש בארצות־הברית, אוסטרליה או ישראל, כללו רק את הרישום 'נולדה באירופה', 'הגיעה לארצות־הברית, אוסטרליה, ישראל' בציון השנה, ותו לא. מהגרים המגיעים לארץ חדשה מבקשים ברגיל להשאיר מאחורי גבם את חייהם בעבר, ואין ספק שלכך קיוו גם ניצולי השואה. אנשי המקצוע שתפקידם להגיש עזרה, לעתים קרובות שיתפו פעולה עם השאיפה הזאת והתעלמו מעברם של המטופלים, אפילו היה המטפל עצמו ניצול שואה. ההתעלמות הזאת אפיינה את רובם, יהיו מוצאם, מקום הכשרתם והטכניקות הטיפוליות שלהם אשר יהיו.

פרימו לוי תיאר כיצד שומר באושוויץ נהג ללעוג לאסירים באומרו: "איש מכם לא יישאר כדי להעיד; ואפילו יינצל משהו, העולם לא יאמין לו." ניצולי השואה חוו, לעתים קרובות, דבר גרוע מזה: בדרך כלל, איש לא גילה עניין; אנשים לא רצו לשמוע. השתיקה, לעתים קרובות, נכפתה על הניצולים מתוקף ההקשר החברתי, ובתרפיה, במידה רבה, נגזרה על ידי המטפל.

לא זו בלבד שקולם של ניצולי השואה לא נשמע, לעתים קרובות הם הואשמו בפשעים שנעשו בהם. הם לא ניסו להתנגד, הם לא ברחו, הם גילו אוזלת יד; משפחותיהם הלכו לתאי הגזים כצאן לטבח. אפילו על ההישרדות עצמה נשאלו שאלות. האם נותרו בחיים על חשבון הזולת, כיוון ששיתפו פעולה עם הצר? ואולי נהגו בניגוד לעקרונות מוסר אנושיים?

בהזדמנויות אחדות, כשהצגתי את עבודתי על השואה בפני אנשי מקצוע בתחום בריאות הנפש, נשאלתי מדוע הניצולים לא יכולים פשוט לשכוח ולסלוח. לשם מה עיסוק־היתר החולני הזה? לעתים קרובות, אני מקבל מכתבים שבהם מפצירים בי להרהר בחסדי הסליחה. גישה מעין זו מצד אנשי המקצוע העובדים עם ניצולי השואה ובני משפחותיהם, ללא ספק רק מגבירה את ייסורייהם. במישרין או בעקיפין, מועבר המסר שיש משהו שלא כשורה, ואפילו פתולוגי, ברצון לא לשכוח או לא לסלוח.

גם בספרות הפסיכולוגית שכתבו מטפלים שעבדו עם ניצולים, השתיקה, תולדת ההימנעות ההדדית מהנושא מצד הניצולים ומצד בני משפחותיהם, כמו גם מצד התרפיסטים והחברה בכללה, לא אחת נקראת: 'קשר השתיקה' או 'קנוניה'.

אפשר רק להצטער על השימוש הלשוני הזה. 'קשר' מוגדר כ'מעשה או מזימה, מרושע, לא חוקי וראוי לגנאי, שלשם ביצועו חברו שני אנשים או יותר'; 'הסכם בין שניים, או בין יותר משני אנשים, לביצוע פשע, הונאה או מעשה בלתי חוקי אחר'. וכך שוב מושיבים אפוא את הקורבנות על ספסל הנאשמים. דבר אחד הוא לומר שהניצולים בוחרים מרצון לשמור על שתיקה, ושהשתיקה מזיקה להם ולמשפחותיהם, ולכן יש לעודדם להפר אותה. אך נקיטה בלשון גינוי היא עניין שונה בתכלית.

הן השתיקה והן התקשורת לעולם אינן גמורות. לעתים קרובות, מי שמעולם לא דיברו, מצאו לעצמם אפיק אחר לביטוי עצמי. מי שמרבים לדבר על השואה דוממים נוכח היבטים מסוימים, הקשורים ברגיל ברגשותיהם העמוקים.

כשהיו ילדי הניצולים רכים בשנים, אך טבעי שההורים רצו לגונן עליהם מפני החוויות המחרדות שעברו; מפני הידיעה כמה העולם יכול להיות אכזרי, בוגדני ומסוכן. אצל רבים, הנטייה לגונן נמשכה, ולעתים קרובות חיכו ההורים לאות מילדיהם שאלו מוכנים ורוצים לשמוע.

בתרפיה, לעתים קרובות מוטל על המטפל התפקיד לעזור לילדים לשכנע את הוריהם כי יש בכוחם להתמודד עם הזוועות כשהללו ייחשפו בפניהם. התהליך הזה יכול להיות ארוך, מורכב וכואב מאוד. אבל לעתים קרובות הרבה יותר, ההורים מוכנים להיפתח ולשתף את הילדים ביודעם שהם עושים זאת למענם, ולא כדי שהם עצמם יחושו הקלה.

ודאי, יש גם ניצולים שהם דברנים כפייתיים, ודבריהם לוקים בחוסר טעם, ולעתים הם מזיקים לילדיהם, כפי שראינו במקרה שתואר ב"פחד המקלחת". אולם חשוב לזכור שניצולי השואה ניחנו בזיכרון המשמר את מה שקרה, ולכן בידיהם ההקשר להבנת הסימפטומים שלהם. לעתים קרובות, ילדי הניצולים חווים את הסימפטומים ואת הכאב של ההורים, בלי שידעו על הטראומה שהביאה להיווצרות הסימפטומים האלה. בדרך כלל, הורים שאינם משוחחים על התנסויותיהם בשואה, הם גם אלה שאינם מדברים על חייהם ועל חיי משפחותיהם לפנייה. לפיכך, הילדים במשפחות אלה גדלים בלא ההקשר שהיה מאפשר להם להבין את סבלם, הם, על שגדלו ללא המשפחה הרחבה, וגם ללא סיפורי משפחה. וזה מקור לרגשי ניכור ובלבול חזקים ביותר ביחסם לסבל של עצמם, המוביל גם להאשמה עצמית כגון: "איזה זכות בכלל יש לנו לסבול? הטראומה שלנו כה מתגמדת ביחס למוצאות את הורינו."

אחד מתפקידי הטיפול הוא לעודד תקשורת, לאפשר להורים לספר על התנסויותיהם, ולילדים ללמוד את קורות משפחתם. זה התהליך המאפשר להבין את הסבל ומקנה לו משמעות.

הפסיכותרפיה רואה בדיבור תרופה; שתיקה קשורה ברגיל להתגוננות, התנגדות, שלילה והכחשה. לא אחת מתעלמים מהיבטיה החיוביים של השתיקה. אפשר שהסובל חווה את שתיקתו כמקור כוח וכעדות לאומץ לבו, או כסימן לרגשי הכבוד שבלבו. על מנת לזכור, אנחנו עומדים ושותקים יחד, ואנחנו מתפללים בשתיקה בבואנו לכבד את זכר הנספים. כפי שניצול שואה אחד אמר: "כשהם הלכו לתאי הגזים, הם שתקו. מי שצפו בהם שתקו. העולם כולו שתק. לדבר על-כך עכשיו למען רגשי הקלה אישיים פירושו לחלל את זכרם." לעתים קרובות השתיקה, שמאחוריה עומדים הסבל ורגשות האשם, היא גל-עד, מצבת זיכרון לנספים. "אין להם קבר ולא מצבה. שתיקתי היא מקום מנוחתם, נר זיכרון לנשמותיהם," אמר ניצול שואה אחר.

רבים מהניצולים אומרים, כי הרצון לספר ולהעיד הוא שנתן להם כוח להמשיך לחיות ועזר להם לשרוד יותר מכל. אחרים יראים כל חייהם שמא אחרי מותם יאבד סיפורם לעד. רוב הניצולים חיים במאבק פנימי בין הרצון לשתוק לבין הרצון לספר, ולעתים קרובות יש לכך הקבלה משפחתית, כשהילדים רוצים שהוריהם יספרו להם, וההורים עומדים בסירובם.

אין זה תפקידו של המטפל לעודד שתיקה או לבקש תקשורת. מוטב שיאמץ לעצמו נכונות להקשיב אם יעדיפו המשפחות לדבר. עליו להיות מוכן לדון על היחס הדו-משמעי במשפחה, הן לסיפור ההתנסויות והן לשתיקה עליהן, ועליו לעודד את המשפחות לדבר על הפחדים ועל החרדות הנלווים אל דו-המשמעות הזאת.

המטפל יכול להיות לעזר בהציעו דרכי תקשורת-עקיפין. בכך ייתן פתרון של פשרה. כפי שנאמר, לעתים קרובות רק דרכים לא ישירות הן המתאימות בעימות עם מוראות השואה.

בעיני הנאצים, כל אסירי המחנות היו שווים – הם היו מספרים ותו לא. חסרי זהות ומשוללי חופש הבחירה. משום כך נודעת חשיבות עצומה, לאפשר למשפחה לבחור את דרכה, אם לבוא או לא, מי יבוא, באיזו תדירות, כמה זמן יימשך הטיפול ומה יהיו מטרותיו. מן הראוי שדרך הטיפול הרצויה למשפחה תיבחר לאחר שתקבל את כל המידע הנדרש, ומובן שעל התרפיסט להיות גלוי לב ולפרט

את כל האופציות האפשריות. רק אז תוזמן המשפחה לשיחה שבה יוחלט כיצד יעבדו יחד.

כיוון שמשפחות אלה חוו אובדן שאין לו שיעור, על התרפיסט להראות את נכונותו להיות נגיש בכול עת, מעין רופא נפש כללי, אדם בעל הבנה פסיכולוגית העומד לשירותם, בן-שיח לעת הצורך, מדי פעם או דרך קבע, בגפם, בזוגות ואפילו בקבוצות קטנות.

לפעמים ההחלמה היא מלאה או משמעותית. ואולם, לעתים קרובות יש להסתפק בפחות. לא אחת, בני המשפחה, במיוחד דור הבנים, נאלצים להשלים עם אי-יכולתם או אי-נכונותם של הוריהם להשתנות. ואפילו הושגו רק השלמה והבנה של ההורים, יש בכך מקור חשוב לסיפוק ולנחמה לכולם.

כשמתגלות בעיות אצל משפחות של ניצולי שואה, אפשר שתולדותיהן יהיו מימן העניין ואפשר שלא. אפשר שניצולי שואה יהיו שרויים בדיכאון ושלידיהם יהיו קשיים בחיי הנישואים, או שייכשלו בבית-הספר, בלא קשר כלשהו בין בעייתם לשואה. תהיה זו טרגדיה אם כל אימת שניצול שואה או אחד מבני משפחתו ייוועץ באחד מאנשי המקצוע, מיד ילחצו עליו לחזור ולחוות את השואה.

משפחות המבקשות עזרה נפשית חשות ברגיל מבוכה או תחושת תבוסה. רגשות אלה מתעצמים בקרב ניצולי שואה אשר למדו מניסיונם, כי פגיעות וחולשה הן סכנה חמורה, שלא אחת סופה מוות. חשוב במיוחד שהמטפל יהיה ער לכך, אבל עליו גם להיות מודע להיסטוריה המשפחתית שיש עמה גילויים של עמידה בקשיים עצומים והתגברות עליהם. ככל שהתרפיסט מדגיש את הכוחות הטמונים במטופליו, יגלו הללו יותר רצון ויכולת להכיר בקשיים ובחולשות שהם מייחסים לעצמם.

יכולתם של ניצולי שואה לשקם את חייהם, לעבוד, לצחוק, לרקוד, לבוא בברית הנישואים ולהקים משפחה, היא עדות ניצחת לחיות ולחוסן שאין למעלה מהם. לעולם אין לשכוח זאת.

