

ראיון טלוויזיוני עם דאנה תבור

להקשיב לילד...להקשיב למשפחה....

לא מעט אנחנו נתקלים בתופעה בה ילד מסומן כילד בעייתי, לעיתים ע"י מערכת החינוך לעיתים ע"י משפחתו.. התנהגותו כפי שהיא משתקפת החוצה מצביעה על בעיה .. ובעיה זו מכתימה אותו ואת זהותו כלפי החברה והוא הופך להיות ה'בעיה עצמה': ילד ADD, ילד אנורקטי, ילד עם התקפי זעם, ילד לקוי למידה ועוד... לצעירנו, ייקח שנים רבות לילד זה להיחלץ מתבנית זו של סיפור ילדותו, של ילד 'בזהות פגומה'.

בכדי להבין את התנהלותם של ילדים בכלל, יש לדעת שעבור ילדים התנהגות היא שפה: מה שלא ניתן לבטא במילים או בבקשות, (הן בשל שאין זה במודע או בגלל החשש לבטא) הופך להתנהגות או לסימפטום.

הקשבה עמוקה למסר שמנסה להיאמר ע"י הילד, למצוקתו, לצרכיו או לזעקתו העמוקה...תאפשר שיח ישיר עם קשייו של הילד ותחסל את הסימפטום.

פעמים רבות המצוקה הלא מודעת שהילד מבטא היא מצוקתה של המשפחה כולה. בכל משפחה קיימת דינאמיקה גלויה ודינאמיקה סמויה לא מודעת.

לעיתים ישנם פערים רבים בין הדינאמיקה המתרחשת על פני השטח לבין הדינאמיקה הלא מודעת המתקיימת בין חברי המשפחה, הן בתוך הקשר הזוגי והן בין שאר הדינאמיקות המתרחשות במשפחה.

כאשר יש ילד המביע התנהגות בעייתית או מופנה להתערבות טיפולית יש לקחת בחשבון שהתנהגותו של הילד היא הזמנה להקשבה עמוקה לדינאמיקה ולרחשים הלא מודעים הקיימים במשפחה שדורשים התייחסות וטיפול...ולא להתפתות לראות בילד - 'בעיה מקומית'.

לעיתים ברובד הגלוי שואפת המערכת או המשפחה לשלוח את הילד 'לתיקון' - לשפר את התנהגותו דרך טיפול פסיכולוגי או ע"י טיפול תרופתי (מה שיותר ויותר נהוג היום), אך התייחסות ממוקדת בסימפטום, אין בה התייחסות אמיתית לבעיה ולקושי הלא מודע שחבוי בהתנהגותו של הילד. כאשר אין מענה אמיתי לזעקה לעזרה שנשמעת מהרובד הלא מודע, הסימפטום מחליף את פניו ותופס צורה חדשה או מתבטא ע"י חבר אחר במשפחה.

מתוך תפיסה זו עולות כמה שאלות :

כיצד להימנע מלהפוך ילד לבעל 'זהות בעייתית' כסימפטום של בעיות לא מודעות במשפחה או בזוגיות?

מה זה אומר להיות ה IP (identified patient) של המשפחה (הקורבן, השעיר לעזאזל)?

כיצד ילד עם קשיים לוקח על עצמו, באופן לא מודע, להסית את תשומת הלב מהצורך לטפל בקונפליקטים זוגיים או משפחתיים דרך ההתרכזות בסימפטומים שלו ולמעשה לוקח על עצמו עול כבד?

כיצד התמודדות 'לא מודעת' בזוגיות קונפליקטואלית עלולה לייצר ילד עם קשיים?

כיצד אנו מזהים מתי מרכז הכובד של הבעיה היא בקונפליקטים הזוגיים או ביחסי ההורות?
ומתי הבעיה היא קושי אמיתי של הילד?
כיצד אנחנו פונים לעזרת המשפחה במטרה להיחלץ ממצוקתה- איפה מתחילים?

איך אנחנו מסייעים להם להבין את הדינאמיקות המשפחתיות החבויות-למה הכוונה
משולשים במשפחה? ומה תפקידם?

שאלות אלו ואחרות ניתנות למענה חלקי, ידע מקצועי יכול לסייע לנו בהבנת תהליכים
ודינאמיקות, אך העבודה האמיתית היא בלהיות קשוב לנסיבות ולדינאמיקות הספציפיות
שאנו פוגשים במשפחות ולתת להן מענה אישי ומדויק.

מה שיכול לאפשר לנו להבין דינאמיקות משפחתיות, למשל, כרוך בהבנת יחסים משולשים
וקואליציות במשפחה, הווה אומר:
לבריתות בין חברים מסוימים במשפחה נקרא 'משולשים', בכל עת שיש יותר משני חברים
לקבוצה/לברית, קימת סכנה להנצחתן של בעיות הרסניות במשפחה, העלולות למנוע
פתרונות בריאים של משברים.

לדוגמא: כששני אחים רבים, אם יניחו להם לפתור את הבעיות באופן עצמאי, יהיה על
האחים להגיע להסכמה או אי הסכמה על הנושא השנוי במחלוקת, גם אם פרוש הדבר
להסכים שלא להסכים, כשמגיע הויכוח לעוצמה מכרעת או למשך זמן מכריע, עשוי אחד
ההורים להתערב ולצדד באחד הילדים, במקרה הזה יש לנו משולש, שיוצר קיטוב בין שני
בני אדם, הכורתיים בניהם ברית נגד השלישי.
כל צמד יכול לשרוד ללא אחרים בזמנים טובים, אך כשעולים הלחצים והריב עולה על פני
השטח, מתחילות הדיאדות לערב תמיד בני אדם אחרים, ביחסי הגומלין שלהן.

לדוגמא: האחים ימשיכו לחלוק זה על זה, אך הם אינם מוכרחים להתמודד עם הדבר, כשהם
עסוקים בדאגה לאדם השלישי או בתמיכה בו, הברית הנוצרת מצמצמת את החובה
להתמודד ישירות עם האדם, שעמו הם שרויים במחלוקת.

במשפחות מסוימות המתקשות להתמודד עם משברים, בכל פעם שדיאדה (שני חברים
במשפחה) נקלעים לצרה-עימות, הפתרון הקל הינו להפוך לטריאדה, באופן זה מופחתת אי
הנוחות, שחשים בני האדם האחד עם השני, העימות העיקרי נותר ללא פיתרון, ומוסיף
ליצור אי שביעות רצון.

המשולש השכיח הינו אם/אב ובן/בת, כשיש בין ההורים חילוקי דעות, ורגשות של כעס,
האחד כלפי השני, ההורים אינם יודעים כיצד לשוחח על הבעיות, או חשים פגועים מכדי
לשוחח עליהן.

אחת הדרכים שבהן הם עשויים ליצור משולש עם ילדם ולקשרו לעימות, היא להיות מודאגים
מאד באשר להתנהגותו הלא נאותה בביה"ס, או לבריאותו הגופנית, ההתמקדות בילד,
מעניקה לבני הזוג הזדמנות להתאחד סביב דאגה משותפת תוך הפקרת הקונפליקט/המשבר
והקושי לטובת ההתגייסות לטיפול בבעיה "הזועקת"

הבנה נוספת שמאפשרת לנו להתייחס לדינאמיקה המשפחתית כרוכה בשאלה: כיצד המרחב
הזוגי משפיע על ההורות?

בזוגיות ישנן אבני היסוד עליהן מושתתת המשפחה והשפעתה רבה על המערכת ההורית.
לילד יש את 'האנטנות' לחוש את 'המרחב הזוגי', אם המרחב הזוגי מכיל, נקי ובטוח-הילד
מטעין עצמו,

אם המרחב הזוגי מזוהם, הילד עושה מניפולאציות ומתערב במרחב הזוגי. המרחב יכול
להיות מקור לטעינה עבור הילדים או לחילופין מקור להחלשתם.

מרחב מזוהם הופך 'לגבעה' הנוצרת כתוצאה מטאטוא של קונפליקטים מתחת לשטיח. הילד ' עוזר' בקונפליקטים הלא מדוברים בכך שהוא מסב את תשומת הלב של הזוג מעצמם ומהתסכולים המאפיינים את הקשר שלהם אל הבעייתיות שלו. ילדים יודעים לזהות את טיב המרחב ואת האנרגיה שבו.. ולהשתמש בו.

ההשפעה של הזוגיות על ההורות:

רמת האיזון במרחב הזוגי משפיעה על התפתחותם של הילדים, וכן על ה wellbeing המשפחתי . בזוגיות טובה ומאוזנת הילדים עסוקים בחייהם שלהם ותואמים את שלבי ההתפתחות הנורמטיביים לגילם. זוגיות מעורערת ומרוחקת מחד או זוגיות אינטנסיבית ודחוסה מאידך לא מאפשרת לילדים לטעון את הביטחון שלהם במרחב ולהתפנות לעולמם. הורים שעסוקים מאד בזוגיות של עצמם ואחד בשנייה לא מותירים , מקום לילדים במרחב הזוגי עיסוק יתר בזוגיות עלול ליצר הזנחה רגשית של הילדים.

ככל שהנושא הזוגי לא פתור, ולא בשל, המון אנרגיה הולכת עבור הזוגיות אבל לא נותרת אנרגיה לנוכחות של ההורים בתפקיד ההורי. לעומת זאת בזוגיות שאין איזון, לא קירבת יתר אלא ריחוק יתר, אחד הצדדים משתמש בילדים כפתח למילוט מהזוגיות: כלומר אם אין אנרגיית חיים והתשוקה נגמרת- אחד ההורים או שניהם, מחפשים אובייקטים חדשים /אחרים להרגיש חיות, כמו עבודה, תחביב , קשר מחוץ לנישואין, ו/או הופכים את הילדים למושא ההתייחסות הרגשית שלהם ולמרכז חייהם. הם יוצרים לילד מעמד ייחודי שכן הכול לשרות הילד, כל החלק הרגשי מופנה לילד, ואז הילד מקבל מעמד היררכי שווה למעמד ההורים.

אם מצב זה נוצר בהולדת ילד במשפחה זהו מצב נורמאלי ותואם ליחסים בין אם לתינוק עד גיל שנה, שלב שבו הכול לשרות התינוק-שלב האומניפוטנטיות, אך אם המצב ממשיך לאורך כל הדרך גם מתי שראוי לשחרר ולאפשר לילד גדילה עצמאית והתקשרות רלוונטית לבני גילו, אז ניכר שההורה נאחז בילד בשביל צרכיו ולעיתים כבריחה מזוגיות משעממת וריקה מאינטימימיות ההורה עושה עם הילד קואליציה לעיתים כנגד ההורה האחר מצב זה נותן הרבה כוח ועוצמה לילד אך מחליש אותו כי זוהי למעשה התבגרות טרם זמנה.

שאלות מומלצות:

1.מה תפקידו של ילד מאתגר במשפחה?

תשובה:

בגישה המתייחסת למשפחה כאל מערכת חיה ונושמת, בעיה של אחד מחברי המשפחה תפקידה לעיתים להאיר חלקים לא פתורים/או לא מדוברים של שאר חברי המשפחה, בינם לבין עצמם ובין אחד לשני.

לעיתים הילד מוציא שדים מהארון – ע"י הצגת סימפטום שלו (כמו:הרטבת לילה, בעיות שינה , התקפי זעם וכו'..) הוא מגייס את המשפחה להתעמת עם עצמה. אתגר זה מוציא את הצורך למתוח שרירים ולטפל במקומות שקשה להם לפגוש .

בסופו של דבר המטרה הסמויה והעמוקה של הבעיה היא לאלץ את כולם לגדול ולצמוח לקראת מקום של יותר איזון, שלמות והרמוניה במשפחה.

2. איך ניתן לעזור לילד שנתקל בבעיות שחוזרות על עצמן לאורך שנים ומזהה כ'הילד הבעייתי' במשפחתו?

תשובה:

בדרך כלל במשפחה שבה ילד מוצג כילד בעיתי, היכולת להתמודד קשורה במרחב הזוגי וביכולת ההורית.

ככל שהמרחב הזוגי נקי יותר - היכולת להתמודד גבוהה יותר, שכן במצב בו הזוגיות אינה מחוזקת מצב של קושי עם הילד עלול להוביל להאשמות הדדיות, ואז במקום להיות ביחד עם הבעיה, כל האנרגיה נשאבת למקום של מלחמה, ההורים עסוקים בהאשמות וקונפליקטים, והילד משמש כתחמושת נוספת למלחמה בניהם.

במצב זה ההתמודדות הטובה הינה בלימוד המשפחה לפתח הקשבה עמוקה למסרים התת-קרקעיים של הילד וכן של שאר הילדים ובמקביל להקשיב למסרים התת-קרקעיים שקיימים בזוגיות.

ההתערבות הטיפולית הטובה ביותר היא בלראות היכן ניתן לטפל קודם, ואז היכן שנראה לנו הכי נכון ומכוון לטיפול או איפה שניתן הכי הרבה להועיל בלהוציא את המשפחה מהפלוטר שם כדאי לשים את המיקוד. בכל מיקרה אנו מתייחסים למשפחה כאל מערכת שבה כל חלק משפיע ומושפע מחלק אחר, וישנה שאיפה משותפת של כל החלקים להומואסטאזיס, לפעמים יתכן שהטיפול יתמקד בזוגיות ולא בילד עצמו או לחילופין בזוג כהורים - בהדרכה הורית לפעמים המרכז יהיה בטיפול משפחתי או טיפול בילד עצמו. בכל מקרה כל התערבות טוביל לשינוי בשאר החלקים של המערכת.

3. איך ניתן לעזור לילד לשקם/להשתחרר מ'זהות בעייתית' או 'זהות פגומה'?

תשובה:

להוריד את המתח של הבעייתיות ממנו, ולפזר אותה במשפחה, לעזור לו לבחור ולהבנות זהות אלטרנטיבית, לסייע לו ולמשפחתו לראות אותו כ'מיוחד' ולא כ'חריג'.

לעשות רפריימינג -דהינו לראות את העוצמה שבהישרדות שלו ובמחאה שהוא העיז לבטא את הזעקה הפנימית האישית שלו ואולי גם המשפחתית.

4. איך לעזור למשפחה שלא לגלוש לדינאמיקה פתולוגית/לא מודעת שבה הילד 'מחלה' את עצמו בכדי להביא לבמה קולות מודחקים של שאר חברי המשפחה.

תשובה:

להשקיע בתקשורת הזוגית והמשפחתית, בניקוי המרחב הזוגי. להרחיב את השקיפות בקשר ולהעלות יותר ויותר למודע חלקים מהתקשורת הלא מודעת ובכך ולפתח כלים לתקשורת אותנטית.

דהיינו, ככל שהיחידה ההורית מגובשת ומגויסת כיחידה אחת להתמודדות, לטובת מציאת מענה לקושי שהילד מעלה, הילד חווה את הביטחון שהמרחב הזוגי מעניק לו. המרחב מגן עליו, מייצר חווית הכלה והגנה ובכך מחזק את תחושת הקבלה והביטחון שלו.

5. איך אנחנו מתעוררים להבין דינאמיקות משפחתיות -למה הכוונה משולשים במשפחה? ומה תפקידם?

כיצד קואליציות במשפחה משמשות/מייצרות גורם מחריף ומקצין קשיים של המשפחה?

תשובה:

לבריתות בין חברים מסוימים במשפחה ניקרא משולשים, בכל עת שיש יותר משני חברים לקבוצה/לברית, קימת סכנה להנצחתן של בעיות הרסניות במשפחה, העלולות למנוע פתרונות בריאים של משברים.

לדוגמא: כששני אחים רבים, אם יניחו להם לפתור את הבעיות באופן עצמאי, יהיה על האחים להגיע להסכמה או אי הסכמה על הנושא השנוי במחלוקת, גם אם פרוש הדבר להסכים שלא להסכים, כשמגיע הויכוח לעוצמה מכרעת או למשך זמן מכריע, עשוי אחד ההורים להתערב ולצדד באחד הילדים, ומיקרה הזה יש לנו משולש, שיוצר קיטוב בין שני בני אדם, הכורתיים בניהם ברית נגד השלישי.

כל צמד יכול לשרוד ללא אחרים בזמנים טובים, אך כשעולים הלחצים והריב עולה על פני השטח, מתחילות הדיאדות לערב תמיד בני אדם אחרים, ביחסי הגומלין שלהן, לדוגמא " האחים ימשיכו לחלוק זה על זה, אך הם אינם מוכרחים להתמודד עם הדבר, כשהם עסוקים בדאגה לאדם השלישי או בתמיכה בו, הברית הנוצרת מצמצמת את החובה להתמודד ישירות עם האדם, שעמו הם שרויים במחלוקת.

במשפחות מסוימות המתקשות להתמודד עם משברים, בכל פעם שדיאדה(שני חברים במשפחה) נקלעים לצרה-עימות, הפתרון הקל הינו להפוך לטריאדה, באופן זה מופחתת אי הנוחות, שחשים בני האדם האחד עם השני, , העימות העיקרי נותר ללא פיתרון, ומוסיף ליצור אי שביעות רצון,

המשולש השכיח הינו אם אב ובן/בת, כשיש בין ההורים חילוקי דעות, ורגשות של כעס, האחד כלפי השני, ההורים אינם יודעים כיצד לשוחח על הבעיות, או חשים פגועים מכדי לשוחח עליהן. אחת הדרכים שבהן הם עשויים ליצור משולש עם ילדם ולקשרו לעימות, היא להיות מודאגים מאד באשר להתנהגותו הלא נאותה בביה"ס, או לבריאותו הגופנית, ההתמקדות בילד, מעניקה לבני הזוג הזדמנות להתאחד סביב דאגה משותפת תוך הפקרת הקונפליקט/המשבר והקושי שביניהם לטובת ההתגייסות לטיפול בבעיה "הזועקת"

6. כיצד המרחב הזוגי משפיע על ההורות?

תשובה:

בזוגיות ישנן אבני היסוד עליהן מושתתת המשפחה והשפעתה רבה על המערכת ההורית. לילד יש את 'האנטנות' לחוש את 'המרחב הזוגי', אם המרחב הזוגי מכיל, נקי ובטוח-הילד מטעין עצמו,

אם המרחב הזוגי מזוהם, הילד עושה מניפולאציות ומתערב במרחב הזוגי. המרחב יכול להיות מקור לטעינה עבור הילדים או לחילופין מקור להחלשתם.

מרחב מזוהם הופך 'לגבעה' הנוצרת כתוצאה מטאטוא של קונפליקטים מתחת לשטיח.

הילד ' עוזר' בקונפליקטים הלא מדוברים בכך שהוא מסב את תשומת הלב של הזוג מעצמם ומהתסכולים המאפיינים את הקשר שלהם אל הבעייתיות שלו. ילדים יודעים לזהות את טיב המרחב ואת האנרגיה שבו.. ולהשתמש בו.

כשיש סימפטום הוא מובן יותר טוב בקונטקסט של העסקאות בתוך המשפחה, שהעסקה אינה רלוונטית הסימפטום נעלם.