

## המאהב הקטן שלי



**נשים רבות נוטות להתייחס לילדיהן כאילו היו בני זוגן. באילו מקרים זה עלול לקרות. האם התופעה שכיחה יותר בקרב אימהות חד הוריות? וכיצד מערכת היחסים הזו תשפיע על הילדים?**

צלע שלישית מצטרפת למשוואה שעד כה הכילה שני גורמים .  
הדו הופך לתלת, זוג הורים מקבלים לידיהם תינוק שבן רגע הופך אותם לשלושה בדירה אחת .  
השינוי המשמעותי מפר את האיזון שהתקיים עד לאותה נקודה .  
לעיתים התינוק הרך כמו 'תופס' את מקומו של האב והופך בעיני האם לבן זוגה החדש והאולטימטיבי.

**מתי ובאילו מקרים זה קורה? מה מקומו של האב בסיטואציה שכזו? האם בקרב אימהות יחידניות, בהיעדר בן זוג, התופעה שכיחה יותר?**

על מערכת היחסים רבת השלכות בראיון עם דאנה תבור MSc, פסיכותרפיסטית מוסמכת, מטפלת משפחתית וזוגית ומנחת סדנאות במרכז השתלמויות של ת.ל.מ – רשת ארצית לטיפול פסיכולוגי, אבחון והכשרה.

## זוג או פרט

ראשית, הזוגיות בין גבר לאישה מאופיינת בתקופה מתוקה מדבש .  
תבור, מטפלת זוגית בשיטת אימגו, טוענת כי התקופה הרומנטית, של ראשית הקשר הזוגי, כוללת את שלב החיזור בו יש צורך בכיבוש מצד הגבר.  
"ככובש, הגבר מספק את מרבית צרכיה של האישה. תקופה זו היא תקופת ההתאהבות, המתוקה, המסעירה, הנוסכת בטחון על שני הצדדים, שבעקבותיה נשארים בתוך הקשר, בתוך המרחב הזוגי. עם סיום תהליך הכיבוש, הגבר מניח את כלי המלחמה ועימם את המחוות שליוו את תקופת ההתאהבות.  
פעמים רבות האישה נשארת בחוויה שצרכיה הרגשיים אינם מסופקים, לפחות לא כשם שסופקו בתקופת ההתאהבות. ההנחה היא, כי תקופת ההתאהבות, התקופה ה'בטוחה' נמשכת בין יממה לשנתיים.  
התקופה שבאה לאחר תקופת זו היא תקופת 'מאבק הכוח', המלווה בהתפקחות, ביקורתיות ותחילתה של דיפרנציאציה בין בני הזוג. כל אחד חוזר ל'אני שלו',  
בהשוואה לשלב הקודם שהוא סימביוטי. פתרון טוב של שלב מאבק הכוח יהיה אהבה מודעת, בתוכה האחד אוהב את האחר כפי שהוא, לא רק בתור ספק הצרכים שלו, אלא כאדם.  
פתרון רע יהיה מחד, מאבקי כוח גלויים שיביאו למריבות או מאידך מאבקי כוח סמויים, שיביאו לניכור, התרחקות והיעדר אינטימיות רגשית".

## זוג פלוס ילד



## כימיה מטורפת

ישנה חשיבות מכרעת למועד כניסתו של הילד לחיי בני הזוג.

לטענת תבור, כניסה של הילד לזוגיות, כשזו עדיין בשלב הרומנטי, שלב ההתאהבות, עלולה לקטוע את המצב הרומנטי, האידילי, ולהביא למשבר.

"גברים רבים חווים נטישה רגשית, שכן האישה דואגת לפתע למישהו אחר.

אם התינוק נכנס בשלב של 'מאבק הכוח', וזה מאופיין בריחוק וניכור בין בני הזוג, האישה למעשה זוכה לתוספת מבורכת, כ'מתנה משמים', המעניקה לה הזדמנות ועניין לברוח אליו. כניסת התינוק לתקופה בה הזוגיות היא סוג של שותפות, המערבת כבוד הדדי, קרבה ואינטימיות, תוכל להביא למצב בו שני ההורים יהיו מעורבים ביצירה המשותפת שלהם, שכן אז הם חווים את הילד כחוויה משותפת של הזוגיות.

המטרה הסופית היא איזון בין כמות המשאבים המוענקים לתינוק לבין כמות המשאבים המנוצלים לזוגיות ולשאר תחומי החיים של ההורה, כישות עצמאית ונפרדת".

## קשר כפול

"שנת החיים הראשונה של התינוק מערבת, כדרך הטבע, שלב של התאהבות האם בתינוק, חיבור ראשוני גופני, רגשי וכדומה. אב, שאינו חווה את התינוק כאיום על הזוגיות, עשוי לחוש את אותה חוויה, בדומה לאם, חוויה שבבסיסה סימביוזה, תלות של התינוק בהורה וטוטליות.

כאשר המצב אינו מאוזן, אינו נורמטיבי, נוכל לראות בקצה האחד התקשרות קיצונית, ובקצה האחר, קושי בהתקשרות.

אופי ההתקשרות פעמים רבות קשור לאופי ההתקשרות של ההורה עם הוריו, בשנת החיים הראשונה שלו.

לרוב, מאפייני ההתקשרות 'מועתקים' ודומים מאוד לאלו שההורה חווה בילדותו. כך, שני מצבים עלולים להביא בסופו של דבר ל'זוגיות' או התקשרות קיצונית וטוטאלית בין האם לתינוק, כזו שמחליפה או מאיימת על הזוגיות עם בן הזוג.

המצב הראשון, מצב שבו הזוגיות לא הייתה טובה בעת כניסת התינוק לחיי הזוג, והוא מאפשר לאם בריחה מהזוגיות, מספק לה את כל המשאבים להם היא זקוקה והקשר הופך להיות למעשה כעין 'זוגיות חלופית'. המצב השני, מצב שבו האם מגיעה מילדותה עם חוויה של התקשרות מאוד חזקה עם הוריה, ובאופן דומה, תיצמד לתינוקה. ההצמדות וההתקשרות הקיצונית עלולה לערער למעשה את הזוגיות, גם אם זו הייתה טובה ובטוחה קודם לכן".

## גורמי סיכון

תבור טוענת כי ישנם מצבים המועדים מעט יותר להתקשרות קיצונית בין האם לתינוק. לדידה, מצב של הריון קשה, הריון בסיכון גבוה או חשד שיקרה משהו לילד בלידה, עלול לערב אשמה וחרדה מצד האם, שיכולות לייצר הצמדות יתר לתינוק לאחר לידתו.

מקרה זה הינו פוסט-טראומטי ונסיבתי. כך שמלבד הנתונים אודות מצב הזוגיות בעת לידת הילד וחווית ההתקשרות של האם עם הוריה, ישנם גורמים נוספים שעלולים להכביד על התקשרות מאוזנת.

נשאלת השאלה אודות מצב של אימהות יחידנית, האם הורות שכזו מהווה גורם מסכן. נוכח כך, טוענת תבור, כי התקשרות קיצונית תלויה בגורמים שונים ואחרים, שלא דווקא קשורים להורות בזוג או הורות יחידנית. לא כל אם יחידנית תתייחס לילדה כאל בן הזוג. לעיתים זה אכן קורה, אם מכיוון שחשה אחריות יתר ולוקחת אותו כפרויקט חייה, אם כיוון שהוא אכן ממלא עבודה צרכים שהיו יכולים להתמלא מזוגיות שהיא חסרה אותה ועוד. במקביל זה דווקא יכול להיות גורם 'מגן'. לדוגמא, לאם חד הורית אין זוגיות 'לברוח ממנה', יש לה את עול הקיום ולא פנויה לסימביוזה מוגזמת".

## מופע זוגי



## מדגמים זוגיות

אם המתייחסת לתינוקה 'כאילו' היה בן זוגה, מתעלת את אנרגיית ההתקשרות הזוגית שלה לעבר הילד, במקום לחלוק אותה עם בן הזוג.

"אישה זו היא אימא שכל משאביה ואהבתה מושקעים ומופנים לעבר הילד", מבהירה תבור. "ישנו סיכוי רב שנמצא אותה מבלה אתו ובחברתו זמן רב, משגיחה עליו, שולטת באורחות חייו, מארגנת ויוזמת בעיקר או רק פעילויות שקשורות ומשלבות את הילד, ללא פעילות זוגית בלעדית. פעמים רבות זו תהיה אם שמגוננת מאוד, אובססיבית לילד, כל צרכיה ועיסוקיה קשורים ונטענים רק על ידי הילד שלה או ההורות שלה.

השאלה היא שאלת מיון, כלומר, מהו הנפח האנרגטי שהאם משקיעה בתוך הסיפור הפנימי של חייה, במה שנקרא 'הורות'. חשוב לציין שמצב שכזה הוא ברובו איננו מודע. דפוסי העבר הם שמשפיעים ויוצרים את אופי הקשר. המודעות היא שיכולה להביא לבחירה חופשית ושינוי התמונה".

## צרות של צרות

יש בה מלכודת ב'זוגיות' שכזו. מחד, היא מספקת את האם, ומאידך, גורמת לה, לילד ולבן הזוג לסבל.

"אם שמודעת למצב, להתעלמות מן הבעל, להזנחה של בן הזוג, חשה אשמה. חייה אינם מאוזנים, היא אינה מצליחה להשקיע בחברים וחברות, אינה מוצאת זמן לעצמה ועוד.

אבי הילד, בן הזוג שלה, מחד, עלול לחוש נטישה וריחוק רב בקשר הזוגי, עד כי מוצא את הצרכים שלו במקום אחר. ומאידך, עלול לחוש סוג של שקט או 'סיפוק מדומה'. "היא מאושרת, הילד בידיים טובות, אני לא צריך לדאוג", כשלמעשה ההתנהלות איננה מיטיבה עם הזוגיות.

לגבי התינוק, שגדל להיות ילד, או ילדה, מצד אחד הוא חי בחוויה טובה של הגנה ואמון, נוכחות הורית אוהבת, שעשויה לנסוך בקרבו אמון באנשים. אבל, מצד שני, לא באמת רואים אותו, אלא הקרבה והקשר ממלאים צורך של מישהו אחר, ולא את צרכיו האמתיים.

עובדה זו עלולה לגרום לו לקושי רב 'להשתחרר' מכבלי האם, מן הקשר הסימביוטי, לרגשות אשם עצומים לשחרר את ההורים 'הטובים'. בנוסף, הוא עלול לגדול ללא בטחון עצמי, עם פחדים וחרדות, קושי להאמין בעצמו, שכן כל הזמן דאגו לו ועשו עבורו (מתוך מקום מגונן מדי). ילד שכזה עלול להיות תלתי מאוד, נזקק וחסר יכולת התמודדות עם העולם".

## לאהוב את אבא



## ולנצח

לאור השלכות ה'זוגיות' הבלתי טבעית הזו, על כל הגורמים הנתונים בה, ניכר ששווה לעשות מאמץ ולשנות את פני הדברים. "אין דבר משחרר יותר ממודעות", קובעת תבור.

"המודעות יכולה להגיע במגוון דרכים, אם דרך כוונה והשתתפות בסדנאות, קריאת ספרים, טיפול יחידני או זוגי, ואם בהקשבה לחיים, שכן בעיני החיים הם הטיפול עצמו.

למעשה, המציאות מעלה את הבעיה בצורת סימפטומים, כדוגמת: בעיות שינה לילד, פחד ללכת לגן, בעל שמוצא דרכי מילוט מן הזוגיות ומן הבית וכדומה. אותם משברים בחיים גורמים לנו לתקן את המעוות, על מנת להגיע לאיזון הנדרש. המודעות תזרז את התהליך ותהפוך אותנו למנהלים של חיינו, במקום הדפוסים, שלרב נוטים לנהל אותם 'במקומנו'".

אי אפשר באמת לצפות מצב כדוגמת זה, אך ניתן להיות מודע לאפשרות שהוא אכן קיים, גם בבית השכנה, אך גם בביתנו אנו. על מנת שלא 'נזיק' לעצמינו, וחשוב מכל, לילדינו, ונעמיד אותם בדרישות שלא להם, בתפקידים שאינם ב'סל הדרישות' מהם, מעט מודעות והרבה עבודה על הזוגיות, יוכלו להציל אותם מלהיות הכתף שלנו. לפחות לא בטרם עת.