

הקייטנה השביעית של ילדי כפר עציון שכול קולקטיבי כמקור לחוסן וצמיחה תמי גינזבורג ומרים שפירא

המאמר מתאר תהליך קבוצתי שהתרחש במסגרת הכנת סרט תיעודי על ילדי כפר עציון. יוצרי הסרט החליטו לקיים סדנה בת יומיים, עם הנחיה מקצועית שתלווה את המשתתפים בעיבוד הסיפור האישי והקבוצתי של השכול, ובטקסי ההנצחה להוריהם. מטרת הסדנה היתה לאפשר לאותם יתומים, שנפגשו במקום שבו מתו הוריהם כמעט שבעים שנה קודם לכן, להפוך את תיעוד השכול הקולקטיבי שחוו בילדותם למעשה של עיבוד רגשי מעצים ומצמיח. הסדנה כולה צולמה והפכה לחלק מהסרט התיעודי שהוקרן לאחר כשנה, ונקרא "חבורת היתומים".

המאמר בודק אם חברותם לאורך השנים של אותם יתומים בוגרים בקבוצה של שכול קולקטיבי העניקה להם חוסן בהתמודדות עם האובדן, או שמא יצרה קשיים, הסתרה ותקיעות. הוא מוצא שהשכול הקולקטיבי סיפק ליתומים כוח וחוסן, אך גרם גם לטשטוש של רגשות קשים ושונים שעלו בקרב השותפים לו. מצד אחד שימשה הקבוצה כתחליף למשפחה החסרה, והגנה מפני הסכיבה החיצונית, אך מצד שני היא הדירה את אלו שלא קיבלו את התפיסות והנורמות שאימצה.

עוד בודק המאמר את השפעת הסדנה שהתקיימה בכפר עציון, ומגלה כי במפגשיה לראשונה עברה אותה קבוצה תהליך משותף של עיבוד אבל תחת הנחיה מקצועית. הוא מראה כי הסדנה נתנה מקום לכל מגוון הקולות והרגשות שהתגלו בקבוצה, ולראשונה איפשר לחבריה להכיל ולקבל את המגוון הזה, להתמודד עם הרגשות והזיכרונות הקשים, ולסגור עניינים בלתי פתורים מול דור ההורים ובתוך קבוצת הילדים. הוא מראה כי התמודדות זו תרמה לתהליך הריפוי של המשתתפים.

מילות מפתח: שכול, סדנה, יתומים, שתיקה, נרטיב

תמי גינזבורג היא מנחת קבוצות ומטפלת גוף-נפש (SE, תא-הילינג) המתמחה בטרואמה ושכול. היא מנחה סדנאות וקבוצות של מטפלים ומתנדבים בנושא ההתמודדות עם טראומה ושכול בחירום ובשגרה. במילואים היא משמשת כראש תא חוסן זירת צפון, במערך הנפגעים של צה"ל.

מרים שפירא, MA, היא פסיכולוגית קלינית, ראשת ארגון מהו"ת ישראל, מומחית בטיפול בטרואמה ואבל, ומנחת קבוצות. היא בעלת קליניקה פרטית, וכן מכשירה ומדריכה פסיכולוגים ואנשי טיפול בתחום. חברה ומייסדת של עמותת "בסוד שיח" לקידום דיאלוג בין קבוצות קונפליקט בישראל. חברה ב"אפק" ומנחת סדנאות בארץ ובעולם ללמידה התנסותית של יחסי קבוצות.

מאמר זה מתעד עבודה ייחודית שנעשתה עם קבוצת יתומים, 68 שנה לאחר ששכלו את הוריהם. במסגרת זו הוא בוחן תהליכים קבוצתיים גלויים וסמויים, ואת תרומתם לתהליכים של צמיחה פוסט טראומתית.

רקע

נפילתו של כפר עציון בקרב עקוב מדם, סמוך למועד קום המדינה, הוא אחד הסיפורים ההרואיים של מורשת ישראל. מעניין לא פחות הוא הסיפור על 51 הילדים היתומים שגדלו בכפר עציון. רוב שנות ילדותם גדלו הילדים ביחד כקבוצה, בקיבוץ שנקרא "גבעת עליה" אשר שכן בתוך יפו. רוב הילדים היו יתומים מאב, אך חלקם איבדו את שני הוריהם, ואחרים - שני הוריהם נותרו בחיים. האימהות והאבות שנותרו גידלו את כולם ביחד, והקבוצה היתה לחלק בלתי נפרד מחייהם ומהאופן שבו הם עיצבו את זהותם והתמודדו עם האובדן. הפסיכולוגית עמיה ליבליך, שראיינה חלק מהם, חשפה את האתגרים והכוחות שהתגלו בהתמודדותם של אותם יתומים עם האובדן (ליבליך, 2007).

שני במאים דוקומנטריים החליטו לתעד בסרט את סיפורם של ילדי כפר עציון על מנת להנכיח את הסיפור בציבור הישראלי, גם מחוץ למגזר ההתיישבות הציוני-דתי. במסגרת התהליך של איסוף החומרים ותיעודם עלה בדעתם לכנס את כל חברי הקבוצה לסדנה בת יומיים, שבמהלכה יסופרו הסיפורים, ויתועדו אירועים משמעותיים. מחברות המאמר התבקשו להנחות את הסדנה מתוך הבנה ברורה כי תפקידה לשרת את הסרט, כלומר שיידרש שיתוף פעולה מלא בין המנחות ובין הבמאים וצוות הצילום. מתוך הבנת המורכבות הזו תוכננה הסדנה, בידיעה כי יש כאן הזדמנות להתערבות קבוצתית מיטיבה ומרפאת.

השם שנבחר לסדנה היה "הקייטנה השביעית של ילדי כפר עציון". השם נהגה במפגש שהתקיים בטקס האזכרה לנחום בן סירא - אחד הגברים הבודדים שניצלו בקרב בכפר עציון, ולימים שימש כמעין תחליף אב ליתומים, שראו בו מודל לחיקוי והזדהות. בילדותם, כמעט מדי קיץ, נשלחו הילדים לקייטנות שנערכו באתרים שונים בארץ ונוהלו בידי בן סירא. שש

קייטנות כאלה התקיימו. הסדנה ביקשה להזכיר את מוטיב הקייטנה, אף על פי שה"ילדים" שהגיעו אליה היו בני 70 עד 80.

חשוב לציין עוד כי הסדנה התקיימה במאי 2014, על רקע אירוע החטיפה של שלושת הנערים שהוביל בהמשך למבצע "צוק איתן". באזור גוש עציון שררה אז מתיחות, והשפעת המצב הביטחוני על מפגשי הסדנה היתה ניכרת. הופר, במאמרו על הלא מודע החברתי בקבוצה, מתאר כיצד המשתתפים בקבוצות מונעים באופן לא מודע על ידי כוחות חברתיים פוליטיים ותרבותיים, ומדגיש את חשיבות המנחה בזיהוי כוחות אלה ובגיוסם לקידום עבודת הקבוצה (נוטמן-שוורץ, 2005).

סקירה תיאורטית

מאמר זה מתבסס על תיאוריות מובילות בתחום האובדן והשכול, וספרות המתמקדת באמצעים העוזרים להתמודד עם האובדן, ומסייעים לבנות בעקבותיו סיפור חיים רציף וברור. תיאוריות הקשורות לתחום הקבוצות משמשות בו להבנת התהליכים הקבוצתיים והשינויים שהתרחשו בקבוצה.

פרויד היה הראשון שעסק באָבל. הוא סבר כי מדובר בתהליך נורמלי ובלתי נמנע, שאין להתערב בו באופן שישבש את מהלכו הטבעי (פרויד, 2002). לטענתו, המטרה של תהליך האבל היא לאפשר לאדם השִׁכּוּל להתנתק ממחויבותו הנפשית לנפטר, ולסלק את הליבידו המופנה אל המת. כיוון שלהשקפתו כמות האנרגיה היצירת־נפשית שעומדת לרשות כל אדם היא מוגבלת, הוא קבע שהאדם המתאבל צריך להחזיר לעצמו את האנרגיה שהשקיע במת לפני שיוכל להשקיעה ביצירת קשרים חדשים. את שבירת הקשר עם המת והתהליך התוך־נפשי שעובד המתאבל כינה פרויד בשם "עבודת האָבל", ותיארה כתהליך קשה וכואב, שחלקו מודע וחלקו לא מודע. פרויד ומטפלים רבים אחרים סברו שכאשר האדם המתאבל "נתקע" בתהליך האָבל, ולא משחרר את הקשר הנפשי עם הנפטר, מתפתח מצב פתולוגי. מאז פרויד התפתחה התיאוריה של האבל, וכיום מקובל לחשוב שהתהליך מורכב יותר, ולא נמדד בזמנים או בשלבים בלבד. רובין שילב בין הגישה הפסיכודינמית (פרויד) לגישה שרואה באובדן תהליך, וטען כי תהליך האבל מתבצע בשני מסלולים מקבילים: המסלול התפקודי (רמת התפקוד, סימפטומים הקשורים לאובדן, מערכות יחסים, דימוי עצמי ועוד) וציר הזיקה בין המתאבל למת (העולם הפנימי של השכול, מערכת היחסים הפנימית, דימויים, רגשות, אידיאליזציה וקונפליקטים מול המת, וביטויים נסתרים שחלקם לא מודעים). ממצאיו מראים שהאבל אינו מסתיים, אלא נמשך כל החיים. לטענתו, פתרון טוב של האובדן מתבטא בתחושה נוחה וזורמת, שבמסגרתה ניתן להתקשר לייצוגים של המת, והאינטגרציה של הנפטר בחי

האָבל שונה מזו שהיתה לו בעודו בחיים (Rubin, 1999). אחת השאלות שעולות בהקשר זה היא האם הזמן מרפא את פצעי האובדן. רות מלקינסון, שחקרה את נושא השכול לאורך השנים, טבעה את המונח "שכול מזדקן" (מלקינסון ובר טור, 2000). בזיקנה, העתיד מאבד ממשקלו, יש יותר עיסוק בעבר, והעולם הפנימי מתרחב ותופס מקום מרכזי יותר. מלקינסון מראה שבד בבד עם האובדנים שהזדקנות הגוף מביאה איתה, גדל גם הקושי לשאת את מטען השכול. מכאן אנו למדים שדווקא בגיל מתקדם, גם במקרים שבהם השכול אירע בילדות, יש מקום להתערבות מיטיבה, שתעזור לאָבל להתמודד עם הקשיים המתעוררים.

לאור המחקרים ברור אפוא כי התערבות מקצועית בנושא השכול יכולה לעזור גם בגיל מבוגר. ובאשר לשאלה מה עוזר לאבל בתהליך ההתמודדות שלו עם אובדנו, נימאייר דוגל בגישה הנרטיבית, הקובעת כי יש לעזור לאָבל לשחזר לאחור האובדן את רצף העלילה, כך שלא ייווצר "חור שחור" בסיפור שלו, ויעלה בידו ליצור סיפור חיים רצוף וקוהרנטי בעל עומק ומשמעות (Keese, Currier & Neimeyer, 2008). הוא מראה שגם טיפול באמנות העושה שימוש רב במטאפורות וסיפורים יכול לעזור במציאת המשמעות הטמונה בסיפור החיים, ולכן גורס כי יש לדובב בעזרת כתיבה את היצירתיות הטמונה בכל אדם. בספר המדריך לשיקום מאבל מודגשים הצרכים של המתאבלים שמבקשים שיקיבו להם, שיתנו מקום לדבר על המוות והרגשות שלהם, גם "אם זה קשה לשמוע" (ג'יימס ופרידמן, 2004). מחברי הספר מזהירים מפני שיקום למראית עין בלבד, שבמסגרתו נראה האָבל חזק מאוד, ומאדיר את המת בצורה קיצונית. במקרים כאלה, בשל הפחד מפני ביקורת, האבלים לומדים לשקר ולהסתיר את רגשותיהם האמיתיים. כדי להימנע ממצב כזה, ולאפשר לאָבל להתחזק, יש לעודד מגוון של רגשות ותחושות הקשורים לאובדן. טדשי וקלהון (Tedeschi & Calhoun, 2004), שחקרו את נושא הצמיחה הפוסט-טראומתית, מצאו כי על מנת שתתאפשר צמיחה, האבלים שחוו את האובדן הטראומתי צריכים לחוות רגשות כואבים וקשים, ורמה מסוימת של חוסר נחת. לטענתם, בתהליך ההתמודדות ניתן לחוות כאב וצמיחה בעת ובעונה אחת. היכולת להתמודד עם שאלות הקשורות לזהות עצמית וחברתית מביאה לצמיחה בחוכמת החיים, ולשינוי בפילוסופיה. הם מודגשים כמה חשוב שהאבל יקבל תמיכה מהסביבה בתקופה זו, וילמד מאחרים כיצד מתמודדים עם משברים. הם מציגים את היתרונות של החיבור לאנשים אחרים שחוו משבר, כי חיבור כזה מבסס אמון. בקבוצה של אבלים אפשר לדון בפרספקטיבות, לבחון אמונות, ולהשתמש במטאפורות. חוסר הנוחות והסיכון הכרוכים בחשיפה הרגשית בקבוצה מגלים את העוצמה שבפגיעות, ומלמדים להפסיק לחשוש מפניה.

הספרות המקצועית הענפה מאוד בנושא של טיפול והתערבות קבוצתית במקרים של שכול ואובדן שמה את הדגש על כוח הריפוי הטמון בקבוצה. בן נון (2005) מתארת את

החברות המסורתיות, שבהן נוהגים בני המשפחה המורחבת לחיות, למות ולהתאבל ביחד, בניגוד לחברה המודרנית, שבה רבים מרגישים בודדים ומנותקים ממשפחתם בתקופות של אובדן. לטענתה, קבוצות תמיכה יכולות למלא את החסר במשפחה המסורתית בתקופות אלה. פסח קראוס, שטיפל במשך שנים רבות בחולים סופניים וליווה אותם עד מותם, ובעצמו היה ילד נכה שהתבייש בנכותו, מספר כיצד גילה בקבוצה הטיפולית איך חשיפה של סודות ורגשות שליליים מחזקת, ועד כמה עידוד ותמיכה מצד הקבוצה יכולים לעזור (קראוס וגולדפישר, 1995). רוטאן וסטון (2004) בחנו את הדרך שבה מנגנונים של שינוי בקבוצה עוזרים למשתתפים בה לבצע תהליכים של שינוי והתפתחות בחייהם. בין הגורמים השונים הם מונים את החיקוי וההזדהות שמתרחשים בין המשתתפים בקבוצה כאשר מתפתחת בקבוצה לכידות המאפשרת תמיכה. החיקוי מאפשר למשתתפים ללמוד התנהגויות חדשות, למשל איך לשתף את חברי הקבוצה ברגשות קשים ולקבל מהם תמיכה. הזדהות עם נורמות וערכים קבוצתיים שמתגבשים היא מרכיב חשוב המאפשר לחברי הקבוצה להעמיק ולחקור את היחסים הבינאישיים בקבוצה ומחוצה לה. רוטאן וסטון סבורים גם כי חיקוי והזדהות הם שני מנגנוני שינוי עיקריים המייצרים את כוח המשיכה והלכידות של הקבוצה. יאלום (2006) מייחס חשיבות רבה ללכידות הקבוצתית כגורם טיפול משמעותי, ומציין כי הצורך בהשתייכות בסיסי וטבוע בכלנו, וכי הקבוצה מספקת לו מענה. הוא מוסיף כי חברות התקבלות ואישור במסגרות קבוצתיות הם גורמים בעלי חשיבות עליונה ברצף ההתפתחות של הפרט. הגורמים המקדמים והמרפאים בתחום השכול, מקומה של הקבוצה כאמצעי שינוי משמעותי בחיי האדם, והתהליכים הקבוצתיים שמפורטים במאמרים שנסקרו ישמשו כבסיס לבחינת התהליך שהתרחש בסדנה.

הסדנה

מטרת הסדנה היתה לספק למשתתפים סביבה מוגנת ומצמיחה במסע המטלטל של צילומי סרט הזיכרון וההנצחה. הסדנה נבנתה כתהליך של יומיים, שבמהלכו עברו המשתתפים עיבוד קבוצתי של השכול באמצעות הנחיה מקצועית. הטכניקות ששימשו בסדנה היו מגוונות וכללו אמנות, שירה, משחק וטקסים, מתוך הבנה כי בסיפור הקולקטיבי ובסיפורים האישיים קיימים רבדים רבים גלויים ונסתרים, והעבודה עם אמצעים השלכתיים מעולם האמנות מאפשרת לגעת ברבדים עמוקים יותר, ולבנות סיפור חיים קוהרנטי ורציף (קמפבל, 1993). בסדנה שולבו מפגשים עם אנשים הקשורים לסיפור הקבוצה, כמו מרגלית, אחת האמהות שנותרו בחיים, ומפקד צה"ל ששחרר את כפר עציון במלחמת ששת הימים. המשתתפים צפו גם בסרטים דוקומנטריים בנושא. המנחות ליוו כל מפגש כזה ועיבדו עם המשתתפים את התכנים

והרגשות שהתעוררו. חלק מהמפגשים הציפו רגשות קשים, עוררו עימותים, ופתחו אפשרות להרחיב את הנרטיב האישי והקבוצתי כאחד. ויכוח התגלע למשל כאשר חלק מחברי הקבוצה התנגדו למונח "טבח" בתיאור הקרב, וטענו שאבותיהם נלחמו בגבורה בקרב להגנה על היישוב. הדיון הסוער נערך לאחר טקס אזכרה "מטאפורי" שקיימנו על הדשא שבו נערך הקרב/הטבח בכפר עציון. הטקס עצמו, שכלל תפילה ושירה קבוצתית, היה מרגש ורב עוצמה. הוא הציף בקרב המשתתפים רגשות ומחשבות, ואלה עלו בהמשך בעבודה הקבוצתית בחדר, וגם בהפסקות, בשיחות לא פורמליות. כל זיכרון וכל מקום היה חלק בפאזל של חייהם, פרק בסיפור חייהם, וכל מילה נשאה משמעויות רבות.

הסדנה אפשרה למשתתפים לספר את סיפורם, לשמוע נקודות מבט שונות, ולגבש סיפור אישי וקבוצתי בעל משמעות מצמיחה. מטרת הסדנה היתה להפוך את הקבוצה לקהילה שתספק הכרה, תמיכה ויכולת לבנות יחד תמות מעצימות. שאיפה זו נשענת על גישה נרטיבית הגורסת, בין השאר, שכאשר אדם שומע את סיפורו של האחר מהדהדים בתוכו סיפוריו שלו – ואז סיפור נוגע בסיפור (שליף ופארן, 2007). כאשר נותנים ביטוי להדים אלה הם מעניקים לאדם שמספר את הסיפור הרגשה שהוא אפוף הקשבה, שותפות, הכרה, הערכה והעצמה. התהליך כולו יוצר מאגר רחב של חוויות משותפות, והסיפור של האחר הופך לעתים לחלק ממאגר הסיפורים של מאזיניו.

דוגמא טובה להדהוד כזה ראינו בסדנה בתרגיל שבו התבקשו המשתתפים לכתוב מכתב לאביהם שנהרג בקרב. היתה זו בשבילם הזדמנות לספר את הסיפור כפי שהם רואים אותו, לשתף את ההורה בחייהם בהווה, ואולי אף לסגור מעגל ולהיפרד ממנו. המכתבים המרגשים שנכתבו אפשרו למשתתפים לאוורר רגשות ותחושות שליוו אותם במשך שנים ארוכות. ערן ואיתי, תאומים שהשתתפו בסדנה, בחרו לכתוב כל אחד להורה אחר. ערן כתב לאב, וסיפר לו על הסדנה ועל הגעגועים לאב שלא הכיר, ואיתי כתב לאם, ותיאר את כוחותיה בגידול הילדים ובבניית החוסן שהכשיר אותם לחייהם.

אחד הדברים שביקשנו לברר בסדנה היה השאלה אם לאורך השנים היוותה הקבוצה מקור לחוסן לחבריה בהתמודדותם עם האובדן, או שמא היא עוררה גם קשיים, שהיו כרוכים בהסתרה ותקיעות. לאורך כל הסדנה ניכר כי המשתתפים גאים בסיפור המורשת שעליו גדלו, וכי הם עסוקים מאוד בתיעוד ובהנצחה שלו. משום כך גם רובם נענו להזמנה לסדנה, והסכימו לחשיפה שהיתה כרוכה בצילומי הסרט. הכוח שהיה לקבוצה במשך השנים בא לידי ביטוי במשפטים שחזרו פעמים רבות במפגשים, כמו: "היינו יחד, לא התעסקו איתנו"; "תמיד ברחתי לחצר הגדולה לשחק עם כולם"; "היינו מגיעים ביחד לבית הספר"; "ברגע ששמעו שאני בן של כפר עציון התייחסו אחרת"; "לא הרגשתי שאני יתום"; "תמיד היו אימהות ואבות אחרים

שדאגו לי". ניכר כי הקבוצה המשיכה לשמר את זהותה הקבוצתית לאורך השנים במפגשים חברתיים, באזכרות השנתיות בהר הרצל, ובאירועים המשפחתיים. היה להם הווי משותף, וסיפורים ובדיחות שהיו מוכרים רק לחברי הקבוצה, וניכר שכל אלה משמשים כמקור של כוח וצמיחה בעבור חברי הקבוצה. בסדנה בא כוח זה לידי ביטוי בעיקר במשחקי חוץ (ODT), שבהם שיחקו המשתתפים והשתובבו כאילו הם עדיין הילדים הקטנים בקייטנה של גבעת עליה.

התמיכה החברתית נחשבת לאחד הגורמים המגנים (protective factors) החשובים ביותר בהתמודדות עם אירועים טראומטיים (קמחי ושמאי, 2006), וניכר כי בעבור קבוצת הילדים של כפר עציון היו התמיכה והלכידות הקבוצתית משמעותיים ונוכחים עד מאוד.

בבואנו להבין את חשיבות הקבוצה ותמיכתה בחייהם של היתומים, מן הראוי כי נבחן גם את המושג הידוע בשם "אובדן בלתי נראה" (למפרט-צמרת, 2003), המוגדר כאובדן שנקודת ההתחלה שלו סמוכה לתחילת החיים של החווים אותו. אובדנים אלו הם "בלתי-נראים" כיוון שבהיעדר זיכרון ממשי וברור של הנפטר קשה להגדירם, לזהות בהם את האובדן, את הדמות האבילה, ואת הקשר ביניהם. יתומי כפר עציון שמרו על זהותם כקבוצה, ועל הנרטיב ההרואי של הוריהם, בין השאר כיוון שאלה סיפקו לאותם ילדים זיכרון ממשי שאפשר להיאחז בו ולשמר דרכו את הקשר עם ההורה שלא הכירו, ואף לקבל לגיטימציה חברתית - שני מאפיינים חשובים בהתמודדות עם אובדן בלתי נראה.

הסדנה חיזקה עוד יותר את הכוחות שהיו מצויים בקבוצה, ולראשונה מזה שנים אף הציעה למשתתפים מרחב מוגן ומונחה שבו יכלו להביע רגשות ומחשבות שונים, ולעתים אף קשים להכלה, בלי שאלה סיכנו את הלכידות של הקבוצה, ולעתים אף חיזקו אותה. אנחנו כמנחות עודדנו שיח אישי נטול פרשנות ושיפוטיות, שכלל תחושות וזיכרונות שונים של המשתתפים מילדותם. שיח זה איפשר לקבוצה לייצר נרטיב משותף, קוהרנטי ומיטיב. נרטיב זה הפך למוקד שסביבו התארגנה עבודת הקבוצה בעיבוד התמות הלא מודעות שלה, שהיו קשות להכלה (קדוש, 2010). הוא איפשר למשתתפים להתמודד עם האתגר שהציב בפניהם האובדן שחוו בגיל צעיר: לתת מילים לחוויה "בלתי-נראית", נעדרת מילים, שקשה לתפוס אותה בשל הקושי להפריד את השפעות האובדן מהתשתית האישיותית שקדמה לו (למפרט-צמרת, 2003).

דוגמא חשובה ליכולת של הקבוצה לשנות ולהרחיב את הנרטיב, באמצעות שיח על המודע והלא מודע בקבוצה, התרחשה במפגש עם אחת האימהות. לאורך השנים היה חשוב לילדים להדגיש את הצד ההרואי של מות האבות בסיפור כפר עציון. הסיפור ההרואי נתקל בקושי כאשר, במפגש עם האם מרגלית, היא סיפרה כי המבוגרים חשו בושה וכישלון בעקבות האסון,

במיוחד לאור העובדה שהתיישבו בכפר עציון לאחר שניצלו מהשואה, ורבים מהם חשו כי חוו בו שואה נוספת. משתתפי הסדנה התקשו לקבל את המילה כישלון, והתנגדו לה. נקודת המבט שהביאה מרגלית הפתיעה אותם, אך גם עזרה להם להרחיב את הפרספקטיבה על מה שקרה, ולהפנים שסיפור חייהם מורכב ומלא רבדים.

נושא האימהות היו נושא רגיש בשיח של המשתתפים לאורך כל הסדנה, שכן חלקם האדיריו את הכוחות ותעצומות הנפש של האימהות, וחלקם דיברו על הקושי לחיות עם אם שותקת, שממאנת לדבר על האסון או על האב, ואינה משתפת ברגשותיה ובסיפור האישי שלה. השתיקה, האופיינית לדור שני לניצולי שואה (ורדי, 1990), עלתה כתמה מרכזית בסדנה, ודובר גם על תחושת ההחמצה על מה שלא דובר עם האמהות לפני שנהיה מאוחר מדי. נושא השתיקה עלה כתמה כבר בתחילת הסדנה, כשחלק מהמשתתפים הביעו חשש שמא החשיפה בקבוצה תביא להתפרקות, ותקשה במקום להקל. הגישה הנרטיבית לסיפור הקבוצתי גורסת שכל חבר בקבוצה תורם את חלקו, אפילו דרך שתיקתו (קדוש, 2010). עורדנו את המשתתפים לדבר בכאן ובעכשיו על השתיקה והסיבות לה, והשיחה שהתעוררה עזרה להם להתחבר לתמה הקבוצתית והחברתית הלא מודעת, של האימהות השותקות. הדיבור על הרגשות והמחשבות שלהם בנושא הביא להרחבת הנרטיב הקבוצתי, והרחבה זו תרמה להפגת החששות של המשתתפים. כך נוצר בקבוצה מקום בטוח יותר, שאיפשר לקיים שיח פתוח ומשמעותי לאורך כל הסדנה.

קבוצה היא מקום שמייצר שייכות וכוח, ומספק תמיכה ועזרה, אך בה בעת מכיל גם כוחות הרסניים (Nitzun, 1996). הסדנה המתוארת כאן אפשרה לקולות שונים ומגוונים של קבוצת ילדי כפר עציון לבוא לידי ביטוי, לעתים לראשונה בחייהם. המשתתפים סיפרו על הקשיים שליוו אותם, למשל כאשר נוצרה היררכיה לא מדוברת של שכול שבמסגרתה דווקא הילדים שאיבדו את אביהם זכו ליוקרה וכבוד רבים יותר מאלה ששני הוריהם נותרו בחיים. מצב זה עורר בקבוצה תחושות של בושה וקנאה, כמו אלה שתיארה יעל: "לי לא היה אבא ולה כן, אז התעקשתי שהוא ילמד אותי במקום ללמד אותה. הייתי רעה, לא ויתרתי". מיכל סיפרה על הבושה שליוותה אותה כילדה ששני הוריה נשארו בחיים, עובדה שגרמה לה להרגיש שהיא פחות מקובלת בקבוצה: "כל השנים הרגשתי לא מספיק שייכת בגלל שאבא שלי נשאר בחיים. כשהבנתי שלי נפצע קשה בצבא נשמתי לרווחה". רק בסדנה ביטאו המשתתפים לראשונה בחייהם בפני הקבוצה כולה את הרגשות הקשים הללו של קנאה, בושה, כישלון ואכזבה, כי לפני כן חששו שמא ביטויים יפגעו בלכידות הקבוצתית. יאלום (2006) מדגיש את חשיבותה של הלכידות הקבוצתית לטיפול הקבוצתי. הוא מדגיש כי לא די שמשתתפי הקבוצה יאוררו את רגשותיהם ומחשבותיהם (עקרון הזיכוכך) ויגלו שאחרים בקבוצה חשים כמותם (עקרון

האוניברסליות), כי חשוב לא פחות שהם ירגישו שהקבוצה מקבלת אותם בעקבות השיתוף. ואמנם נוכחנו בסדנה שהלכידות הקבוצתית היא גורם מרפא. המשתתפים שהביעו רגשות קשים ושונים חשו הקלה, ואף התחזקו בעקבות השיתוף הפתוח. הסדנה סיפקה להם מקום בטוח ומוגן, שבו יכלו לדבר על הרגשות השונים, לאוורר אותם, לקבל הדהוד ומקום, וכך לבנות נרטיב רחב ומייטיב, שחיוק את הקבוצה והגביר את החוסן שלה.

סיכום

קבוצה מיסודה היא גורם המתאפיין בתנועה בין הצורך להשתייך ולהיות חלק לבין הצורך לקבל מקום ייחודי, הכרה ונראות. הפרט בקבוצה נקרע בין הצורך "להיות כמו כולם" לבין הצורך להשמיע את קולו הייחודי. השכול הקולקטיבי היווה בסיס לכוח וחוסן בעבור הילדים של כפר עציון, אך בה בעת גרם להיבלעות וטשטוש של רגשות קשים ושונים. מצד אחד הקבוצה סיפקה תחליף למשפחה החסרה והגנה מפני הסביבה החיצונית, אך מצד שני היא גרמה להדרה של אלה שלא התאימו לתפיסות ולנורמות שהכתיבה (כמו ילדים שאביהם לא נהרג, אלמנות שהתחתנו שוב, ילדים שלא רצו להתיישב בכפר עציון בבגרותם). כיוון שהקבוצה כולה חוותה טראומה ואובדן, היה זה אך טבעי שההתערבות תהיה קבוצתית. סדנה זו, שבה לראשונה נפגשה הקבוצה עם הנחיה מקצועית, לצורך תהליך משותף של עיבוד, נתנה מקום לכל מגוון הקולות והרגשות ששכנו בתוכה. התהליך איפשר לקבוצה לקבל את מגוון הקולות והדעות, להתמודד עם הרגשות והזיכרונות הקשים, ולסגור עניינים בלתי פתורים מול דור ההורים ובתוך קבוצת הילדים. כל אלה תרמו לתהליך הריפוי של המשתתפים.

מקורות

- בן נון, ר. (2005). אבל ובריאות האישה: חשיבות ההתאבלות. מתוך חוברת בנושא בריאות הנפש של האגודה לקידום בריאות נשים. פורסם באתר www.doctors.co.il
- ג'יימס, ג. ו. ופרידמן, ר. (2004) המדריך לשיקום מאבל: תכנית מעשית להתמודדות עם מוות, גירושין ואבדנים אחרים. ישראל.
- ורדי, ד. (1990), נושאי החותם. ירושלים: כתב.
- יאלום, א. ולשץ מ. (2006). טיפול קבוצתי: תיאוריה ומעשה. אור יהודה: כנרת.
- ליבליך ע. (2007). ילדי כפר עציון. ירושלים: הוצאת הספרים של אוניברסיטת חיפה וכתר.

למפרט-צמרת, מ. (2003). "אובדן בלתי-נראה": תפיסות החברה והשפעותיה האישיות של החוויה. עבודת גמר לצורך קבלת תואר דוקטור, החוג לפסיכולוגיה, אוניברסיטת חיפה. מלקינסון, ר. ובר טור, ל. (2000). "שכול מזדקן": חיים לאחר מות ילד במהלך שירות צבאי. שיחות, י"ד(2), 114-121.

נוטמן-שוורץ, א. (2005). הלא מודע החברתי: מאמרים נבחרים מאת ארל הופר. מקבץ(1)10, 85-81.

פרויד, ז. (2002). אבל ומלנכוליה: פעולות כפייתיות וטקסים דתיים. תל-אביב: רסלינג.

קרוש, ח. (2010). הקבוצה כסיפור: הקסם האנליטי של הנרטיב. מקבץ(1)15, 11-26.

קמפל, ג. (1993). אמנות יצירתית בעבודה קבוצתית. קרית ביאליק: הוצאת אח קמחי, ש. ושמאי, מ. (2006). חוסן קהילתי כבולם תגובות לחץ: תגובות תושבי הצפון ליציאת צה"ל מלבנון. סוגיות חברתיות בישראל, 1, 152-170.

קראוס, פ. וגולדפישר, מ. (1995). למה דווקא אני? התמודדות עם צער, אובדן ושינוי. תל-אביב: אחיאסף.

רוטאן ס. ג'. וסטון ו. נ. (2004). פסיכותרפיה קבוצתית גישה פסיכודינמית: תפקידי המטפל הקבוצתי. קרית ביאליק: אח.

שליף, י. ופארן, ר. (2007). גישה נרטיבית להעצמת אנשי מקצוע הפועלים במצב משבר: סדנא לאנשי שפ"י שעבדו עם תושבי גוש קטיף. ירושלים: שפ"טון. מחלקת פרסומים, משרד החינוך התרבות והספורט.

Keesee, J. N., Currier, J. M. & Neimeyer, R. A. (2008). Predictors of grief following the death of one's child: The contribution of finding meaning. *Journal of Clinical Psychology*, 64(10), 1145-1163.

Nitzun, M. (1996). *The anti-group: Disruptive forces in the group and their creative potential*. London: Routledge.

Rubin, S. (1999). *The two-track model of bereavement: Overview, retrospect and prospect*. Haifa: Haifa University Press.

Tedeschi, R. & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18.