

## **דברים לכנס :**

### **" בריאות הנפש של האשה "**

24.09.08

#### **אוניברסיטת בן גוריון**

#### **אילאיל צין**

לפני מעט יותר ארבע שנים הכרתי את מי שהיום הוא בעלי. במקומות רבים ובאירועים שונים אני מדברת על המהפך הגדול שעברו חיי משהכרתי אותו והפכתי מאדם חולה לאדם אהוב ויקר. כאשר סך כל הדרישות של העולם ממני הפסיקו להיות כמו מאדם חולה ומוגבל נפשית, בעל יכולות מוגבלות שהתמצו בעבודה מוגנת ובמגורים מוגנים, כפי שסברו אנשי המקצוע בצאתי מבית החולים.

הנישואים הפכו אותי לאדם ככל אדם אחר, כדומה יותר לרוב בני האדם.

הנישואין נתנו לי "תעודת הכשר" כביכול, לנורמאליות.

עברתי תקופה ארוכה ולא קלה של הסתגלות לעולם הנורמאלי. הייתי חייבת לאמץ צורת חשיבה ודרך אחרת להבין את העולם.

עד היום אני זוכרת את הצבעים בהם תפסתי את העולם הנורמאלי בהתחלה - צבעים חיוורים, בעלי מנעד שקט הרבה יותר מהצבעים אותם הכרתי ובהם עולמי היה צבוע רק זמן קצר לפני שהכרתי את בעלי.

העולם שלי הפך לאחר.

הפכתי, על פניו, לנורמאלית. היה עלי לאמץ סט חדש ושונה של כללים ושל ראיית עולם.

הדבר שסייע לי בכך יותר מכל דבר אחר, הייתה האהבה של בעלי.

האהבה שלו שייפה בעבורי את הקצוות החדים של העולם אליו הגעתי ועגלה את הפינות. היא אפשרה לי להסתגל אליו בקלות יחסית.

לפני שנה נולדו לי שני בני, תאומים.

העולם הנורמאלי, אשר עד כה היה מורכב למדי עבורי, אולם הצלחתי לדבר את שפתו בצורה טובה, הפך עבורי למורכב הרבה יותר.

בשפה בה למדתי לדבר רק לפני שנים מועטות, מוטלת עלי משימה לא קלה - לשבת וללמד אותה שני תינוקות קטנים, אשר הינם תלויים בי בכל רגע בעולמם.

הסיטואציות החברתיות, אשר בעיני יכולות היו להיתפס כמאיימות או מוזרות, יכולות להיתפס בעיני אדם אחר כרגילות ומובנות.

לא מעט פעמים, אני הופכת והופכת בסיטואציה על מנת להבין את ההיגיון שבה ואיך אני אמורה להתנהג בה. כל עוד הסיטואציות הללו נגעו בעולמי ובעולם "המבוגרים" בלבד, הייתה האחריות להבנתן מוטלת עלי ויועדה בשבילי.

כיום אני צריכה להבין אותו גם בשביל בני ולתת להן את הפרשנות החברתית התקינה - גם אם בעצמי איני מבינה אותן ככאלה, לא באופן מובן מאליו.

היום, אני כבר לא יכולה לבחון כל דבר רק דרך עיני ותפיסת עולמי, אני חייבת גם להפוך את הדברים לנהירים גם עבורם.

והחששות שלי, הינם הרבה פעמים דומים מאוד לחששות שיש לכל אם צעירה. מהאמבטיה הראשונה, האוכל המתאים והטמפרטורה בחדר השינה.

עלי מוטל, מלבד הפרטים הטכניים והחשובים כל כך, ללמד את בני את חוקיו וכלליו של עולם חברתי שלם, אשר לא תמיד מובן לי וברור לי בעצמי.

ועלי להפוך עולם אשר גם לי קשה לעיתים להבין את חוקיו וההיגיון שבו לברור עבור שני בני על מנת שיוכלו גם הם לקחת בו חלק בצורה טובה ו"חלקה".

אני החלטתי, אחרי מאבקים קשים ולאחר מחשבה **ובחירה** לקחת חלק בעולם הנורמלי. לשם כך הייתי צריכה לשלם מחיר וללמוד כללים.

עלי לדאוג, כפי שעל כל אמא לדאוג, שבני יהפכו לחלק משמעותי ובעל ערך לעולם סביבם.

האחריות הזו, לעיתים, מפחידה אותי מאוד.

לא פעם אני משוחחת עם בעלי או עם חברות על מנת לבדוק האם התגובות שלי בסיטואציות מסוימות תואמות את הנדרש.

ולעיתים התגובות שלי אינן מדויקות. ולא תמיד הן קולעות למטרה.

אבל אני לומדת. אני לומדת איך לעשות זאת טוב יותר בשביל הבנים שלי.

אני מאמינה שכל אמא "טובה מספיק" רוצה את הטוב ביותר לילדיה. ובכך אין אני נבדלת מרוב האמהות בסביבה.

אני רוצה להאמין שאני אם טובה מספיק.

אולם אני תמיד חשה שאימהותי מוטלת במבחן.

האם אני משחקת איתם מספיק? האם אני מחבקת מספיק? האם אני מחבקת יותר מידי וחונקת?

האם אני לא מגנה עליהם יתר על המידה?

למדתי, שמשנולדת אם, נולדים איתה גם רגשות האשמה. גם אצלי זה כך.

אבל נוסף לי גם העול של עולם שלם שסובב אותי, ש"שפתו" לא תמיד נהירה לי, אך עלי להעבירו לבני בצורה הטובה ביותר.

אני זוכרת, שכשהייתי צעירה יותר, עבדתי עם ילדי בית הספר היסודי שנוקקו למועדוני טיפולית אחר הצהריים, עקב הגיעם ממשפחות במצב סוציאקונומי קשה.

אני זוכרת שם שני ילדים שהוצאו מהבית בצו חירום בכל פעם שאימם היתה מתאשפזת בבית החולים. לבסוף לאחר מספר פעמים בהם הוצאו למשפחות חירום, הועברו הילדים הללו לפנימייה, בהיותם בני 6 ו7.

זכורה לי פקידת הסעד שעבדתי במקביל אליה בלשכת הרווחה. היא אמרה לי: "האמא הזו דווקא אמא טובה כשהיא לא מתאשפזת".

אני בטוחה שכשהאמא הזו, שגרה בשכונת מצוקה מהקשות בירושלים, הביאה לעולם את ילדיה, היא לא דמיינה אותם נלקחים ממנה, ואת עצמה מוותרת עליהם בגיל כל כך צעיר.

אולי נכון היה לתת לה תמיכה לפני? לדאוג למסגרת אחרת, תומכת במידה המתאימה לצרכי המשפחה הזו?

זה דווקא טוב שיש פתרונות כאלו, של הוצאה מהבית כאשר נזקקים להם.

אבל אולי היה ניתן לחשוב כמה צעדים קודם. אולי, כמה שנים קודם. כמדינה, אנחנו לא תמיד מציעים פתרונות מונעים רלוונטיים.

אני יודעת שבמסגרות רבות בהן ילדי מעורבים אני מסתירה את היותי מתמודדת מחשש שהם יינזקו או תינזק המערכת המשפחתית שלנו- אינני מספרת דבר- לא בגן הילדים שלנו, לא בטיפת חלב.

כיום, אין המערכת מציעה לי כלל עזרה התואמת את צרכי האמיתיים.

מערכת סל שיקום, אשר עזרה כה רבות לרבים מחברי בתחילת הדרך, אינה נותנת מענה הולם לאנשים שכבר עשו את הצעדים הראשוניים בשיקום, והפכו לזקוקים לסיוע בצורה אחרת. אני לא זקוקה כיום למפעל מוגן, לקורס הכשרה תעסוקתית, למועדון חברתי, או להוסטל. אני כן צריכה לדעת, שכאשר אהיה במצב תפקודי מעט פחות טוב יהיה מי שיתמוך במשפחתי באופן לא סטיגמטי ומעליב. שייתן לי ולמשפחתי מענה אמיתי לצורך הכל כך אמיתי שלנו- להישאר משפחה, חמה, אוהבת ומתפקדת.

אני וחברי אשר מתפקדים רוב הזמן באופן טוב ודומה לשאר החברה, נחשבים כבר ככאלה שאינם נזקקים לסיוע יותר, ואין גם סיוע אשר יתאפשר לנו מלבד, לעיתים לפנות לשירותי הרווחה, אשר הם, בתורם, אינם מעוניינים במקרים רבים לתת שירות לאוכלוסיית האנשים המתמודדים עם מגבלה פסיכיאטרית.

הסיוע הניתן כיום מתאים כמעט באופן בלעדי למתמודדים הזקוקים לעזרה ברמה מאוד בסיסית- הן בתחום השיקום התעסוקתי והן בתחומי המגורים הסיוע ניתן גם כמעט באופן בלעדי ליחידים ולא למשפחות או זוגות. לא ניתן סיוע בתחומי הזוגיות והמשפחה למרות שלא מעט מתמודדים חיים כיום חיי זוגיות ומשפחה, כמו שמאז ומעולם היו מתמודדים כאלו.

פגשתי לא מעט מתמודדים, הן החברים במועדונים החברתיים באנוש עליהם אני ממונה והן תלמידים בקורסים בביה"ס לשיקום, החיים גם הם עם אותן שאלות ודילמות. כל אדם כמובן חי אותן באופן שונה, אולם את החיפוש של רבים מאיתנו אחרי סיוע מערכתי שמעתי פעמים רבות. ישנם מתמודדים רבים המתלבטים בדבר הקמת קשר זוגי, או הקמת משפחה, על כל האושר שיש בכך ועם כל הקושי.

אנחנו שומעים מדי פעם בתקשורת גם אמהות אשר הורגות את ילדיהן. אמהות אשר עול הגידול של ילד, יחד עם התמודדות עם מחלת נפש פעילה, כבד עליהן מנשוא והן עושות מעשה כה נורא, עד שאין מילים להסבירו. מלבד לקרא לאמהות כאלה "משוגעות", " מפלצות" ולפחד ולשנוא אותן כל כך,

-האם נדע, כחברה, גם לתת לאמהות הללו את המענים המתאימים והמכבדים לפני שיגיעו לסף הייאוש הגדול ביותר?

-האם נשכיל למנוע מעוד משפחה להתפרק ולהרס?