

## פרק שני

# מצפן להורה כשותף ומגונן כאחד

כיום גם ההורה וגם הילד הם ישויות בזכות עצמן וסמכות חברתית וטכנולוגית. יתרה מזאת — לילד סמכות עדיפה כי הוא נולד לתוך המהפכה הטכנולוגית ולאווירה משפחתית דמוקרטית<sup>1</sup>. רעיון רווח בהדרכת הורים של שיקום הסמכות ההורית הוא רעיון אנכרוניסטי, ואינו ישים בתקופתנו, שבה מתנהלת המשפחה באופן דמוקרטי יותר לעומת המשפחה ההיררכית של העבר, והורות איננה עוד פיקוח והטפה כליבת החינוך. כיום, כשהורים וילדים נושאים ונותנים זה עם זה והורים עומדים מול דרישות ואפשרויות רבות ותנאים סותרים וצרכים לגבות את ילדם — הם זקוקים למצפן הרלוונטי לרוח הזמן. ברצוני להציג מצפן להורות בת-זמננו המושתת על שני עקרונות מנחים (תפקידים או יכולות) — הגנה וניהול דיאלוג, שאני ממליצה לפתח ולקיים בד-בבד. מדובר בליבה להורות ולא ברצפים עבודה.

## תפקיד כפול להורות

העיקרון המנחה הראשון המוצע להורה היא חובתו לשמש כמגונן לילדו התלוי בו. כיום כבעבר, הורה חייב לתפקד כמבוגר אחראי, בעל חובה ואחריות הורית לילד — שהוא קטן וזקוק להגנה ולסדר, וגם כשהוא מתבגר ועצמאי יותר הוא בכל זאת זקוק לליווי. מקובל לומר שהגנה מצד הורה מתייחסת ל-'3' ביתים: בריאות, ביטחון ובטיחות, ובעולמנו הפרוץ דרשת השגחה קרובה, התעניינות מתמשכת ונוכחות, כאשר ההגנה היא קודם כול פיזית. אלא שגם הגנה נפשית חשובה — לתת לילד תמיכה נפשית, לאפשר לו להצמיח ביטחון בעצמו, לגבות אותו בפיתוח דרכו, להנכיח עבורו סכנות אפשרויות ולשמור על אמון בקשר — שיש על מי לסמוך.

העיקרון המנחה השני הוא יכולת ההורה להתנהל כאדם המשתתף ביחסי הדדיות קבועים עם אדם נוסף — הילד כקטן או כמתבגר. גם הילד וגם המתבגר הוא סמכות בתחומים שונים, בעל רצון ודעה, גם כשהוא זקוק להגנה. למרות שהורים מקיימים דיאלוג שוטף עם ילדיהם כיום, עדיין הם לא לגמרי יכולים לקבל את הנבדלות של השותף הצעיר שלהם בלי הקטנה — 'הגמד', 'הקופיף', או בלי לרטון — שהילד מבזבז להורה זמן (פרסומת: 'הקטנה שותה לך זמן כדורגל') או שהוא מקור בלתי פוסק לכאב ראש (פרסומת: 'צריך נירופן'). לפעמים ההורה מקטין את עצמו מול רצון הילד, כאשר הורים שוכחים שדיאלוג עם ילד אין פירושו סימטריה מוחלטת — להורה יש אחריות, ובמקביל הוא בעצמו בן-אדם שיש לו מגבלות, צרכים ורצונות גם כן.

אדגים את התפקיד הכפול כבסיס להתנהלות הורית כיום על הקשיים והבלבול הכרוכים בה, דרך בחינת שני העקרונות או הכישורים הנדרשים ובשילובם, כדי שישמשו להורה מצפן להתכוונן לפיו. מכיוון שהמודל ההיררכי ביחסים החברתיים והמשפחתיים שינה את פניו — נבחן את טיב האינטראקציות הנדרשות מהורים בזמננו על-פי המצפן ההורי המוצע ואת המכשלות הצפויות ביישומו.

הילדים של ההווה, אלה שהוריהם מגדלים אותם מתחילת הדרך לשיח על רצונותיהם, על שיתופם בתוכניות היומיום, על השתתפותם בתפקודי ההורות, כשגם אמא וגם אבא נושאים אותם במנשא על חזם ופעילים בגידולם גם בהמשך — אינם ילדים שאיתם אפשר או נכון למחזר מנטרות-עבר ולבנות הורות על יסודות של פיקוח והטפה. כשמקיימים הורות המנהלת דיאלוג, חשוב לזכור שהדיאלוג מתבצע עם הילדים והמתבגרים של היום, שהם סמכות טכנולוגית. להעניש אותם במניעת שעות טלוויזיה הוא עונש טיפשי, כשכל בר-דעת יודע שיש אינטרנט ופייסבוק וטוויטר ואינסטגרם, שהצעיר בקי בהם מן המבוגר, ויכול להערים עליו בלי כל קושי. האמון ההדדי וההתעניינות ההורית צריכים להיות ליבת היחסים החינוכיים; ומכיוון שמדובר במקביל באחריות והשגחה מצד ההורה — חשוב שישדר לילדו את הדאגה שלו, כשהוא מקשיב לפרטנר הצעיר.

<sup>1</sup> במהותה המשפחה היא ארגון היררכי, שבו קיים דור ההורים וקיים דור הילדים. אלא שבמשפחה העכשווית התקשורת היא דו-סטטית והאווירה הבסיסית היא של שיתוף. למשפחה מן הסוג הזה אקרא' משפחה דמוקרטית, 'ואופייה המיוחד ככזו מוסבר במהלך הפרק.

הילדים והמתבגרים של היום הם סמכות חברתית. הם מבינים בכשלים חברתיים ו'תופסים' את הוריהם בסתירות ובחולשות. הילדים שמתיעצים אתם ומשתפים אותם מקטנותם — אינם יכולים לציית (כפי שנדרשו ילדים בעבר) מבלי להתבלבל, כאשר ההורה שלהם שולף לפתע אבחה סמכותית, בעיקר כשהוא לחוץ או כביטוי לדאגה מצדו בעודו עסוק בענייניו האחרים, ובעצם יוצא ידי חובה 'ביציאה הסמכותית שלו'. ילדים מבינים מה זה הורה דואג, הם מעריכים גבולות וסדר, הם יכולים להיות סלחנים לחולשות ההורה שלהם, ואת יכולותיהם אלה אפשר וצריך לקחת בחשבון.

הילדים והמתבגרים של היום הם סמכות גופנית-מינית, בעוד שהוריהם הפנימו הורים שנבוכו ממין. הם מתפתחים פיזית מוקדם יותר וקיים יחס נינוח יותר מאשר בעבר כלפי מיניות. אלא שהם גדלים בעולם שבו גם הפרסומות בשעת ציפייה רגילה מדיפות מיניות מופגנת, המסרים החברתיים מבלבלים, והנגישות הטכנולוגית יכולה לסכן אותם, ללא מודעות בוגרת. כאשר ההורה הדואג נתון למבוכותיו — הוא אינו יכול כבר להיעזר במנטרת 'הסמכות ההורית' בעניינים אלה ולהזדקף דרכה, הבן או הבת שלו הם לעיתים קרובות נינוחים יותר במיניותם ממנו, ובגיל צעיר יותר. בכל זאת, הצעירים זקוקים לסיוע בפיתוח שיקול דעת. ואילו הוא — ההורה — צריך להודות במבוכה ולהתקדם ממנה אל נכונות לבחון בקרבו לבטים, חששות ורצונות לגבי המין, ובמקביל — חשוב שיבטח בילדו המתפתח תוך כדי שהוא מתעניין בו ודואג לו.

במשפחה הדמוקרטית של זמננו חשוב שההורה יאבחן מתי הוא חייב לגונן על ילדו, ואילו הוא מרגיש עצמו מיותר וחסר אונים מול ילדו המתוחכם, מה שיקשה עליו להתגייס להגנת הילד. חשוב שיכיר מתי הוא מגונן באופן רלוונטי, כשהוא מרגיש דאגה ומתי הוא הופך 'דאגנות' כתחליף לדאגה ולמתן אמון בילד ובעצם הופך את הדאגנות לכלי של שליטה. כדאי שיאתר מתי חשוב לנקוט עמדה, להתעניין ול'חפור', ומתי 'חפירה' היא כסות למבוכה ומראית עין של דאגה. האחריות ההורית היא להיות מודע לכשל 'שיחתי', כשההורה מוצא עצמו גולש מניהול דיאלוג ל'דיאלוג לכאורה' — כשהוא 'מזמין' את הילד לשיחה' כשבעצם הוא רוצה להציג את עמדתו הפסקנית. כשהוא נגרר לשיחה, כשמדובר בעצם במניפולציה של שכנוע מצדו, כדאי להפסיקה כשהוא מתחילה.

תלותו של הילד היא הסיבה לאחריותו ולסמכותו של ההורה. כאשר המבנה המשפחתי היה היררכי — הסמכות ההורית והתקשורת המשפחתית היו ברורים יותר: זה אחראי וקובע, וזה מקבל תכתיבים ומציית. כיום הצורך באחריות הורית תוך תקשורת דמוקרטית-הדדית עלול לבלבל את היוצרות. הורה עלול להיבהל מילדו או מן המתבגר הדעתן שלו ולבטל את דעתו מפניו. אך חשוב שההורה יחזק את תחושת סמכותו ויאמין בקולו — כבוגר המתמצא במציאות כשהוא דואג לילד, כמממן אותו, כבעל דעה שאיננה מעוגנת כבר באתוס הורי ברור — 'ככה לא מדברים לאבא'. מכיוון שכיום הורה הוא יותר בחזקת אדם בוגר מלווה לילדו התלוי בו במידה זו או אחרת, חשוב שתהא זו תחושתו האישית כסובייקט שעליה הוא יסתמך כדי להציב גבול לילדו — 'זה לא מקובל עלי', 'לזה אני לא מסכים'. מעל הכול, אחריות הורית כיום פירושה נוכחות אקטיבית, להתעניין: איפה הילד נמצא, מה הוא עושה. האחריות פירושה להכיר בהבדל בין התרבות המוכרת לנו והתרבות המוכרת לילד ולנהל דיאלוג ביניהן; פירושה להתנהל בין הגנה לאמון.

בימינו כדאי לשלב את שני העקרונות: לא להנחית כוח הורי 'סתם', לבחון מה בנימוק של הילד הוא בר משא-ומתן. אין פירוש הדבר שההורה מאבד את הכוח והסמכות ההורית לגמרי. ההורה המצמצם עצמו למתן שירותים לילדו הוא הורה שאיבד את סמכותו, את המצפן שלו, את קולו הפנימי. אבדו לו המחשבה והביטחון איך יוכל להגן על ילדו והאמון בחשיבות תחושותיו האישיות כקובעת את הגבול למתן השירותים. אלא שהוא יכול לבנות מצפן זה בתוכו, כשהוא לומד לומר: 'לא נוח לי עם...', "אני לא מסכימה ש...", ועוד עמדות הוריות דומות, שגם שמות גבול וגם לא סוגרות פיות. זוהי כנראה הדרך הישימה כיום.

מתי בדיוק ההורה מגונן? כשאינו נוטש את ילדו — נער או נערה — בחדרו או במרחב שמחוץ לבית כאשר הוא עצמאי פיזית או ויראלית; הוא אינו 'מרים ידיים' מחמת חוסר האונים שלו כשהוא מרגיש שהוא לא לגמרי מבין את הילד של היום ('כשהיה צעיר לא היה דבר כזה'). יש הבדלים בין הבוגר שהפנים הורות של העבר ומתוודע אל ההווה תוך כדי למידה, ובין הצאצא שלו שנולד לתוך העולם של זמננו. אולם אין ספק שהורה מבין לא מעט כי הרי הוא משתמש באותה טכנולוגיה ובאותם גדג'טים, מתלבש וצורך תרבות באופן דומה לזה של ילדו, ויכול דרך הקרבה וההתעניינות — להתמצא בענייני בנו ובתו, שהם ייחודיים להם.

כדי לחדד את סוגית ההגנה ההורית, ניקח לדוגמה הורה אשר במבוכתו מוצא עצמו מתעלם מבתו בת ה-14, ששוכבת עם בנים או מצלמת עצמה בעירום באינסטגרם (או דוחה אותה). נניח שההורה, במקום להתעלם או להידחות, יפעל; הוא יכול לצעוק או להטיל איסור ('אני מחרים לך את הפלפון', 'אני נועל לך את האינטרנט'), ואז הוא נראה כמגונן באופן טכני. אך הסיכוי הוא שהוא משלה עצמו שהוא מגונן, מכיוון שהצעיר או הצעירה של היום הם לרוב מומחים גדולים מן ההורה באשר לטכנולוגיה, בעיקר זו הרלבנטית לצעירים; הם יודעים טוב ממנו אילו אפליקציות חדשות נכנסות לשוק. במשפחה כמו בפוליטיקה — בכוח בלבד אי אפשר להגיע להסדרים, צריך שיח — צריך נוכחות וחייב להיווצר אמון. נקודתית, כשהסכנה בפתח והילד עדיין די צעיר — אפשר לקחת את הטלפון שלו או להרחיק את המחשב שלו.

'מגונן' אין פירוש הדבר שההורה יעקוב אחרי בנו או בתו בגנים ציבוריים, אבל עליו למצוא דרך לגייס את אמונו של ילדו המתבגר שהוא דואג לו — הוא מלווה אותו, לא בהכרח עוקב אחריו; הוא יביא את הקושי המשפחתי הזה להתרה בטיפול עבור כל המעורבים בו. אם קלטה בהדרגה הורים שמחמת הריגה היא הזניחה את בתה בת ה-14, שהתיידדה עם קבוצה פריקית ושכבה מרצונה עם בנים שם. כתוצאה מכך היא מתעשתת ומופיעה מחוץ לבניין שבו נמצאת בתה וצועקת מלמטה: "אם לא תרדי, אני עולה!". הבת יורדת, הקשר עם האם שהתרופף — מתחזק, והנערה חדלה בינתיים מעיסוקיה המיניים. התנהלות הורית מגוננת איננה משהו פורמאלי, למשל שההורה ילמד להגיד מספר נתון של פעמים ביום 'לא' לילדו. הורה שאוסר, מגביל או מונע באופן שרירותי כדי להפגין שהוא הקובע — פוגע באמינותו לגבי ילדו, למרות שילד נבון של זמננו יכול להיות סלחן למגושמות של ההורה ושמח על נוכחותו.

אז מה כן? ההורה יכול להיצמד לנורמות משפחתיות ולעמוד עליהן, משום שהוא 'מרגיש איתן נוח' (סמכות סובייקטיבית) או משום שהוא 'מספק את הכסף' (סמכות אובייקטיבית). הוא יכול להרגיש נוח כהורה כשטלוויזיה סגורה בזמן הארוחות, למרות שאולי כאדם גם לו מתחשק לראות תוכנית פופולארית בזמן האוכל, ואז באופן נקודתי אפשר לעשות הנחות. הוא יכול 'להרגיש נוח' כשיש סדר בבית — שלא אוכלים כשהטלוויזיה פתוחה, וזמן הארוחה הוא זמן לאכול ולשוחח, כשהטלפונים מצלצלים והודעות הטקסט מסקרנות. הורה יכול להאמין שהוא 'מגונן', כאשר מה שהוא עושה מעניק לו תחושת שליטה במצב יותר מאשר הגנה ממשית לילד. למשל, הוא יכול לזהות כ'חיוני' את כפיית החלטתו שהילד 'ייקח את התיק הזה לטיול'; הוא יחליט ויתערב בעניינים לא מהותיים על מנת שתהא זו דעתו שלו שתקבע; מול ילדו או ילדתו הדעתניים הוא עלול לנסות להשיב לעצמו את הסמכות ההורית, במקרה שבאמת לא ממש חשוב אם הילד ייקח לטיול את תיק א' או ב' (בהנחה שאין ביניהם הבדל מהותי).

חובת ההורה כסמכות במשפחה היא לקבוע נורמות משפחתיות שחשובות בעיניו — חשוב לו שיהיו גבולות ויהיה סדר בקבוצה המשפחתית. אולם כבר מגיל צעיר מאוד ילד יכול להבין ורוצה להשתתף ולכבד את ההסדרים הללו. ילדים רוצים ללמוד חוקים של התנהלות, זהירות או סדר כלשהו. לא צריך לכפות אותם בכוח. הכוח הוא שפה הורית התנהגותית שגויה, שעבר זמנה, במיוחד עם הילדים של היום שהם בעלי סמכות בתחומים רבים, ורגילים לתרבות דמוקרטית. התקף כפייה פתאומי ושרירותי יכול לפגום במרקם שלם של אמון ביכולת ההורה. ראיתי כבר סובלנות ילדית לחולשות הוריות, כשילד יכול לומר: 'מה לעשות? אמא שלי חולת ניקיון'. הוא משלים עם זה. ההכרה שלו בעובדה שכזו — צריכה לזכות אותו בכבוד, לא בגינוי. האמא חולת הניקיון יכולה לבדוק עם עצמה מה באמת משרת אותה 'חולי הניקיון' ואז להיות מסוגלת להתגמש ולהתייחס לכך אפילו בהומור. היא יכולה להתייחס 'לפידבק' של הילד שלה באופן רציני, כהערה ראויה של סובייקט משתתף.

## מהטפה לשיח בשני קולות

### הקושי לשמוע את קול הזולת (במשפחה)

הן ניסיוני הקליני והן הספרות הפסיכואנליטית מראים שקשה לאדם להקשיב לקולו של הזולת. לכאורה, חל שינוי גדול באווירה המשפחתית ובגידול ילדים באשר לשמיעת קולו של הילד. מדי יום אפשר לראות הורים — אבות ואמהות, וגם סבים וסבתות — משוחחים עם הילד, משתפים אותו ושואלים לדעתו: באיזה גלידה יבחר, אם זה המקום והזמן לחצות את הכביש; אם ילדה קטנה ממלמלת בקול רך וקובלת על כך שקסדת האופניים לא נוחה לה, כשאביה בא אחר-הצהרים לקחת אותה מן הגן — הוא רוכן אליה, קשוב למילותיה, ומרגיע אותה: "לאף אחד הקסדה לא נוחה, אבל היא שומרת עלינו".

למה ומתי שמיעת קולו של האחר היא בכל זאת בעייתית במשפחה? הורה יתקשה לשמוע את קול ילדו במצבים שבהם הוא מרגיש מאוים, חסר אונים, לא בטוח בקולו מול ילדו האורייני, המבין בהפעלת הטכנולוגיה ובקריאת מצבים חברתיים לא פחות טוב ממנו ולרוב אפילו טוב יותר, שרואה אותו במבוכותיו, בקוצר ידו, שמאתגר אותו. השיח ההדדי, הנשמע בין הורה לילדו בגינה, יכול להגיע למבוי סתום כשההורה 'לחוץ': אז הוא יפנה אל 'הטייס האוטומטי' — לדפוס ההורי שהוא הפנים. הוא יצעק, הוא ירים ידיים או יתנתק: 'אז תעשה/י מה שאתה רוצה' — מתוך התנערות ולא מתוך מרחב לאופציה אחרת מזו שלו. הוא יחפש עצות של מומחים שהן, בפועל, בלתי ישימות עבורו: למשל, 'לסלק את המסכים' (כשהוא עצמו שקוע ב'מסכו'), להיפרד 'בפנים חתומים' מן הילד האמור לישון בחדרו, כשבמהלך היום התנהל ביניהם שיח משתף.

ברצוני להאיר את הקושי של הורה לשמוע את קולו ילדו תוך כדי שמירת קשר עם הקול האישי שלו, דרך דיון בשני סוגי הסדרים ביחסים המשפחתיים — יחסים קומפלימנטריים (משלימים) מול יחסים סובייקטאליים (משתתפים). מדובר באימוץ תפיסתה של הפסיכואנליטיקאית האמריקאית ג'סיקה בנג'מין, (1989/2001) המתארת את שני הסדרי היחסים, כשהדיון שלה נסב בעיקר ביחסים בין בני זוג, ואילו אני מרחיבה אותו ליחסים

בין הורים לילדיהם. הסדר היחסים מן הסוג הראשון מייצג לשיטתי את עולם העבר, ואילו הסדר היחסים מן הסוג השני הוא המתחייב מן המציאות בין הורים לילדים כיום, אלא שהוא קשה להשגה למרות שהוא מה שנדרש בפועל. ההסדר הראשון, הבעייתי יותר, הוא 'ההסדר הקומפלימנטרי' — בני משפחה מתייחסים לאחר המשפחתי כאל משלימה של עצמם. אפשר לומר שבן-זוג או הורה חש שהסדר יחסים זוגי או משפחתי אפשרי במחיר של ויתור עצמי והתאמה היררכית, כך אפשרי שיתקיים רק קול אחד בזוגיות או במשפחה. ניקח כדוגמה אישה שאמרה: "בנישואי הראשונים רק בעלי קבע, בנישואי השניים — אנחנו קובעים בתורות, פעם הוא ופעם אני". משמע, אישה זו ראתה שינוי ביכולתה לחרוג מן המודל של קול אחד במשפחה — זה של בעלה, לתורות טכנית בינה ובין בעלה השני, פעם קולו נשמע ופעם קולה; אלא שזה התאפשר רק בהסדר מובנה, ולא בהתחשבות ספונטנית. אם נרחיב את מודל היחסים הקומפלימנטריים לתחום ההורות הרי ש-'קול אחד' בצמד 'הורה-ילד' יהיה כזה שאו שהילד צודק או שההורה צודק. ביחסים הזוגיים מדובר בתפיסה שאו שבעלי צודק או שאני צודקת (ולחפך). בשני המקרים מדובר בתפיסת היחסים כמשלימים — ששותף אחד 'נכנע' לשותף שני בשם הקשר, התלות, ההיררכיה וההשתקה.

מצב היחסים האלטרנטיבי, המפותח יותר, הנכון יותר למציאות הנוכחית, הוא 'ההסדר הסובייקטלי', המניח שכל צד יכול לקבל את העובדה שיש שני קולות בדיאלוג: אני מסוגל להקשיב לקולו (של הילד, המתבגר, בן הזוג) מבלי לחוש מבוקר ומבוטל, ואוכל להשמיע גם את קולי מתוך אמון בקולי ובאחר, ומתוך אחריות. נניח שאני כהורה מרגיש שהילד צודק, או שהוא ברור בנימוק שלו (להתמהמה, לחפש משהו לפני שיוצאים בעשר דקות לפני שמונה מהבית לבית הספר), אבל אני כהורה רוצה שנצא בזמן לבית-הספר. הביטחון של ההורה בקול של עצמו, כסובייקט — שחייבים לצאת בזמן לבית הספר — חייב להיות בעל נוכחות ומשקל, קודם כל עבורו. אחרת, ההורה המתוסכל מבטל את קולו, צועק, ואפילו נעשה צרוד או חולה מן הקול האבוד שחסר לו.

במצב זה ההורה יכהן וירגיש כמספק שירותים בלבד. יחסים בכלל יתפסו כעניין קומפלימנטרי — חפצי — שבו האחר/השותף (הורה, ילד, מתבגר, בן זוג, סב/סבתא, הזולת בקהילה) הוא בחזקת אמצעי להספקת שירותים, 'לתיקתוק עניינים', מישהו 'לסנג'ר אותו': לצפור לו כשאני מאחר/ת, להפעיל אותו כשמרטף ילדים. ברוח זו גם הקהילה החינוכית והכללית יכולה להיתפס כ'מספקת שירותים' להורה המנסה ללהטט בין תפקודיו השונים, ולא כשותף בחינוך, בהגנה ובהתוויית דרך לילדו. זוהי מסורת ורוח של יחסים שניתנת להתאמה למציאות פרקטית, בתרבות שהשתנתה בעיקרה.

איך מנווטים, בכל זאת, כשמתקיים הבדל או שוני בקולות — בין קולות ההורה והילד, בין קולות הבעל והאישה? נחזור לדוגמת האישה שאמרה: "עם בעלי הראשון — רק הוא החליט. עם בעלי השני — הכול יותר טוב, פעם הוא מחליט ופעם אני." משמע, למי שלא גדל על ניהול דיאלוג באופן מובנה — על התנהלות הדדית גמישה ומכבדת — הסדרים טכניים כמו 'תורנות קולות' הם הסדר טוב. אבל לשיח קולות מפותח, הנדרש כיום במשפחה הדמוקרטית — צריך להיות מסוגל לפתח הקשבה, גמישות ואחריות. אחרת יתקיים מצב העניינים הבא: הילד של היום הוא אדם חושב, מתמצא ומשתתף, ופתאום כשקולו יעורר ויפגוש מבוכה פנימית אצל ההורה — ההורה ינסה להסתדר עם המבוכה שלו בכך 'שיצעק', ינסה להשתיק את קולו של הילד, להקטין אותו, להטיף לו. האלטרנטיבה למצב המתואר כאן מצדו של ההורה היא להשתמש באופן בוטח בקולו כעמדה סובייקטיבית — 'זו דעתי', או 'ל... אני לא מסכים'. או כהורה אחראי הוא יכול לנקוט עמדה אובייקטיבית: 'אין ברירה, צריך עכשיו להפסיק הכול ולהיכנס למכונית'.

הקושי לשמוע את קולו של הילד הוא גם הקושי לראות את מראהו. ההורה הוא הראי של הילד, אבל הילד הוא גם הראי של ההורה, ומה שהילד משקף להורה עלול להיות לא-קל עבורו, במובנים שונים. למשל, באפיונים גופניים: כשהילד נולד כהה וההורה הכהה מצפה לילד בהיר, כשהילדה המתבגרת מפתחת גוף וחזה נשי, כשהיא דקיקה ואמה גדלה על מאבקי משקל של עצמה מול אם שמנה. אביא דוגמה קלינית מראשית ימי הפרקטיקה שלי כדי לדון בקושי של הורה לראות את ילדו: נטע הובאה לטיפול על ידי בעלה משום שהיא נטתה להכות את בתה בת ה-4 ללא שליטה. במהלך הטיפול נטע שמה לב שהיא כלל לא נטתה להכות את בנה שהיה צעיר יותר. יום אחד, כשהיא באה לגן לקחת את בתה, היא ראתה אותה משחקת עם הילדים בחצר, והבינה את המנגנון שגרם לה להכות את בתה: היא ראתה את בתה עוצמת את עיניה כשילד התקרב אליה להכותה. בילדה הקטנה — בבתה — שעצמה את עיניה נטע זיהתה את עצמה בילדותה כשהוכתה על ידי אביה, ואת הילדה הזו היא רצתה למחוק מזיכרונה. המכות שהיא החטיפה לבתה היו הדרך שלה למחוק את הילדה המוכה שהיא הייתה, ששבה אליה דרך המראה של בתה העוצמת את עיניה מול מכות צפיות.

הפונקציה הזו של הורה, המשליך את רגשותיו על ילדו, שמשקף לו את עצמו — היא תוצאה של שיקוף נרקיסיסטי שבו המראה של הבת מחייה באם כשלים וטראומות שהיא חוותה כילדה. אם צעירה שחוותה יחסי הורות מוקדמים עם אם מתסכלת, ורוצה להעניק לבתה התינוקת חוויות טובות ומתקנות, עלולה להתיק את הרגשות השליליים שהאמהות הצעירה מעוררת בה, את טעם התסכול והמרירות שהיא צברה כתינוקת וכילדה אל עצמה ואל חולי שעלול להתפתח אצלה. הפיצול הרגשי וההתקה הלא מודעת אל עצמה וגופה באו כדי שאם

צעירה זו תהיה מסוגלת להעניק רגשות חיוביים — אהבה וחום — לתינוקת שלה (ראה המקרה של תמי, בספרי 'סיפורי גוף', פרק 5).

אם שמתקשה לראות את דקיקות גופה של בתה כמעוררת דאגה, יכולה להיות זו שזקוקה, בעין הפנימית הילדותית שלה, לשמור על התיקון של 'גוף רזה לילדה' — כהגנה מפני השמנה, בדוגמת הדמות האמהית השמנה שהייתה לה. זהו מעין תיקון בין-דורי, במהדורה מדאיגה. לפיכך יכולת ההורה לראות את המראה הממשי של הילד ולא להשליך עליו תיקון של חסרים ילדיים-נרקסיסטיים שלו — פירושה, לעבד כשלים של ההורה בעברו. רק כך הוא לא יימנע מלשמוע או לראות אותם כפי שהם משתקפים אצל ילדו, בניסיון (בעייתי) לתקן את הכשלים מילדותו. רק התעניינות בתגובות הפנימיות המתעוררות בו ולא מחיקתן היא בדיוק מה שנדרש מהורה כדי לאפשר את היכולת לשמוע את קולו של הילד מבלי להרגיש מחוק או מטומטם. רק אז הורה יוכל לראות את ילדו הממשי — הרזה באופן מדאיג, הכהה באופן דומה לו ובכל זאת ראוי לאהבה, העוצם עיניים כמוהו בילדותו — אלא שהוא כבר בוגר שאינו חייב לעצום עיניים. להפך, עיני נפש ואוזני נפש פקוחות הן הערובה להורות שמסוגלת לקיים דיאלוג עם ילד כאחר ממשי, שלא רק שאינו מאיים, אלא הוא מפרה ומאתגר.

### הקול הנוכח של ההורה

מכיוון שאנו דנים ביכולת של הורה לקיים דיאלוג עם ילדו, ברצוני להבהיר שאין מדובר בשיח מתמשך שאין בלתו, כלל וכלל לא. קולו הנוכח של ההורה הוא גם קול שצועק, ששם גבולות, שהוא ספונטני, שמפסיק השתוללויות; הוא קול חי, שאינו מנסה כל הזמן לדבר בנחת, הוא לא בהכרח מתנחמד. ההורה הוא אדם חי, שאת ההשגחה ההורית הוא יכול לעיתים להפעיל דרך דיבור תוחם שאינו שיח נחמד. אבל הצעקה איננה ערובה להיותה קול הורי נוכח, אלא לעיתים קרובות היא יותר ביטוי של הרמת ידיים וחוסר אונים. לפעמים ההורה הצועק דווקא צריך למצוא את המילים בתוכו וכלפי חוץ — להבהיר מה לא מקובל עליו, מה הוא מבקש מן הילד לעשות, למה הוא בשום אופן לא מסכים. באותה מידה קול זה צריך להיות מסוגל להבהיר גם מה כן מקובל עליו, מה הוא מוכן לעשות, ושוב למה הוא בכל זאת לא מסכים. הילד מצידו רוצה את הקול הנוכח של ההורה שלו, הוא מכבד אותו, מבקש רשות ממנו: "אני יכול להביא אחרי בית-הספר חברים לארוחת צהרים?", וההורה רשאי להגיד בתוקף: "הסכמנו שבאים רק אחרי האוכל", וגם כשהילד לא יוותר: "please, please", זכות ההורה להתעקש על קולו הנוכח.

### ההורה כאדם בפני עצמו

פיתוח היכולת של ההורה להקשיב לקולו הפנימי, לא לפחד לחשוב, לשאול את עצמו שאלות בעניינים אישיים, זוגיים, הוריים ומשפחתיים, להתמודד עם קושי ולהתיר סוגיות כואבות — היא ליבת המצפן ההורי שבו אנו דנים. פעמים רבות אנשים בוגרים אומרים: "מספיק לי עם 'החפירות' האלה", שלדידם תמיד נגמרות בכך שהם מאשימים את עצמם בעניין זה או אחר. תחנת 'האשמה' היא התרה סיבתית פשוטה מדי — 'זה כך כי...' המציאות הרגשית והסובייקטיבית לרוב אינה מסתכמת במציאת סיבה נתונה לרגש מסוים (בעיקר גורם שאשם בו). אלא נדרשת, קודם לכל, התעניינות ההורה בעצמו כאדם שנפגע, שמרגיש נזקק, שמבטלים אותו, ויכול להכיר ברגשות פשוטים אלה שירחיבו עצמם בהדרגה לאמפתיה ממשית לזולת, לגאווה ביכולות שלו ולהכרה בקוצר-ידי מצדו. מכיוון שהעידן שלנו רווי בקלישאות פסיכולוגיות, אני קוראת לנסות ולמייין את הקול האישי של ההורה מן התכתיבים שהוא מוקף בהם.

### לא לפחד לחשוב או על קלישאות, מחשבות ונוכחות

כפי שהבהרנו כבר, הורה בעל מצפן הורי הוא הורה שמפתח את היכולת להכיר בחלק שלו ושל ילדו. היסוד הסובייקטיבי פירושו לאפשר לבנות בקרבנו מרחב פנימי מסוג מיוחד כדי לקלוט רגשות, תפיסות וזיכרונות שלנו. אדם והורה בעל יסוד סובייקטיבי יהיה מוכן לבחון ולכבד קשיים ותחושות של עצמו ושל ילדו, מעבר להסברים ותוויות, ולא כחיטוט-עצמי טורדני אלא כחשבון נפש של סוף היום, על כוס קפה מאוחר בלילה או בשעה אחרת של מחשבה. נדמה שאף אדם לא יודה שהוא לא חושב באופן ביקורתי או שהוא לא בודק את עצמו ממילא. בכל זאת, ברצוני להעלות את האפשרות, שכיום כמו בעבר, אנו נמלטים בקלות לתשובות מוכנות, לקלישאות שנראות עמוקות ואישיות. בכל זאת, שאלות עצמיות קטנות כמו: 'נעלבתי?' 'מה קרה לי כשהגבתי ב...?' — הן תמיד יעילות.

תשובה מוכנת הנשלפת במהירות היא תמיד עדות לקושי להקשיב ולחשוב באופן בוחן. יש לכולנו נטייה טבעית להגן על עצמנו ועל הסדר הפנימי המוכר לנו. במקביל, אף אחד לא רוצה להיות בלתי מחובר חברתית והיום מדובר בתרבות טרנדית לכולם. אלא שההשתייכות החברתית היא לא פעם מלכודת דבש — אנו רוצים להיות מקובלים (כמו הילדים), אבל לקונפורמיות יש נטייה לשיח 'משתלב' — כשלפעמים מדברים באופן מקובל על נושאים מוסכמים, אבל שוזרים קשיים אישיים; המרכיב האישי נמצא בין השורות. בשיח החברתי הקולות של הזולת ושלי יתערבבו בקלות, אלא אם כן יש לי יכולת לברר עם עצמי, לשאול את עצמי, לשמוע את קולי שלי-מבעד לפרשנויות ומוסכמות המגיעות מבחוץ.

מרחב התבוננות בעצמי — כ'אני הצופה באני המתנסה', כיסוד הסובייקטיביות ההורית — הוא מהותי בעיני בעיקר כיום כאשר הנורמות הן מגוונות, הלחצים השיווקיים והקונפורמיים חזקים, והשיח הבינאישי עם ילדים הוא יותר אינטימי מבעבר. לשם כך חשוב לזהות את הפחד לחשוב ואת המכשלות שבדרך.

נתבונן בפחד לחשוב על חיי הנפש שלנו, על פחדינו, רגשותינו ותפיסותינו דרך נטייה הרווחת כיום: לרוקן את חיי הנפש לטובת נורמאליות לכאורה, שעלולה להפוך גם את העצמי לחפץ, לפרויקט. מדובר באדם שיכול להיות נורמאלי מאוד, יציב, בטוח, נינוח על פני השטח ופתוח מבחינה חברתית. אלא שהוא אינו מגלה עניין ממשי בחיי הנפש שלו, ואפילו מפחד ונמנע מכך על ידי התמקדות בפעולות מקובלות ובעצמו כמשתלב בתוכן, ורץ בשגרת חיי. אבל כל ניסיון לריקון עצמי מן הסוג הזה, בסופו של דבר אינו צולח, משום שהפחדים והצרכים שלנו שאינם זוכים להכרה בכל זאת סוללים להם דרך עקיפה. הם מנתבים עצמם לחיינו כחוסר יכולת לנווט מתוך עצמי ונהייה אחרי תכתיבים מן החוץ. את הקולות הפנימיים אנו חווים כרודפניים בגלל שאנו מנסים 'להיפטר' מהם ולנמנם אותם על ידי היצמדות לטרנדים, בצרכנות כאסקפיזם, בתרופות ובדרכי מילוט אחרות. הקולות הפנימיים הללו לא רק שחסרים בנווט היומיומי של האדם — כפרט, כבן-זוג וכהורה, אלא שבתוך הלחצים היומיומיים המצויים, אדם זה ירגיש מתוח ועייף באופן כרוני או יפעל כאוטומט.

את הדחף המיוחד לנורמאליות תוך חיסול 'היסוד הסובייקטיבי' מתאר הפסיכואנליטיקן כריסטופר בולס כחולי אישי מסוג חדש, למרות שהוא ידוע מאז ומתמיד: "הדחף המיוחד לנורמאליות המאופיין בהקהיה ולבסוף בחיסול הסובייקטיביות לטובת עצמי הנתפס כאובייקט חומרי בין שאר המוצרים שנוצרו על ידי האדם בעולם האובייקטים" (בולס, 1987/2000, עמ' 149-150). לדידי, אי-אפשר ל'רוץ', ל'תקתק' ילדים ולהתנהל בחיים מבלי לעצור; ההורה כסובייקט — כאדם בפני עצמו — הוא מי שזקוק לרגשותיו, זיכרונותיו ותפיסותיו, ויכול ללמוד להתייחד איתם, גם בהתכוונות אישית וגם דרך סיוע מקצועי.

### ההורה כאדם צרכני

אדגים את הקושי של הורה לחשוב ולשמוע את הקולות האישיים שלו מבעד להיצמדות לטרנדים וקלישאות. מכיוון שאנו יצורים חברתיים, וחשוב שנשתלב בעולם בו אנו חיים, אך לא נאבד את 'היסוד הסובייקטיבי' שלנו — נבחן מספר אמירות שיכולות להיות קלישאות ולעכב מחשבה ובחינה עצמית.

'אוהבת אותך': אין ספק שאהבה היא מצרך מהותי ביחסים המשפחתיים, אלא שהיום אפשר לראות את מסחור האהבה דרך חגיגות, טקסים והיגדים מחייבים (בחג האהבה, ביום האם, בימי הולדת וימי נישואין, בפרידות ובשיחות יומיומיות). ההורות נתפסת בראש ובראשונה בזיקה מובהקת של אהבה, התמסרות, נתינה ומיטיבות, של רגשות חיוביים ושל אושר. אבל ההורות אינה עשויה רק מן החומר הזה ואחת מבעיות היסוד שלה היא שאלת ההתמודדות עם עוינות ותוקפנות הורית כלפי ילדים ולהפך; כתינוקות — ילדים הם מדירי שינה, הם מעצבנים ונוטלים מן ההורה את העצמאות שלו בהתחלה ובהמשך הדרך. השיח השכיח הוא במושגים של אהבה ואושר, בעוד שהורים מתקשים לא פעם בהורות שלהם, בניווט בין ההשקעות בילד תוך הזנחה אפשרית של עצמם, כשהם מרגישים ש'הילד אינו תופס מה מקריבים עבורו', שהם 'המשרתים ללא שכר שלו'. בגלל מסחור האהבה (כפי שמראה אווה אילוז, 1997/2002) חשוב להיות ער לאפשרות שב'אהבה' מדובר לא רק ברגש אישי אלא באפשרות של מניפולציה מסחרית, שהורים נכנעים לה בגלל הסטנדרטים הגבוהים (אידיאליזציה) שהם מציבים לעצמם או בגין אשמה, שאולי משקפת את גודל 'ההקרבה' שהם אכן חשים.

'ההצלחה שלנו זה ההצלחה שלו, זה בשבילו': כאן אפשר לדבר יותר על סוג של שכנוע עצמי מאשר על מוסכמות. שעות העבודה המרובות של הורים בעבודות מסוימות (למשל בהיי-טק) יכולות להיות דרישת הארגון והעדפת הפרט. האמירה: 'ההצלחה שלנו זה ההצלחה שלו, זה בשבילו' יכולה לבטא את העובדה שההורה מסופק בעיסוקו וגם יכול לממן רכישות שהמשפחה תהנה מהן. אם כך — העניין שדורש בחינה עצמית, לדעת, הוא האם 'הצלחה' והרכישות שהיא מאפשרת הם שכנוע עצמי של הורה כשהילד שיכול להיות מוזנח במציאות, או שהקשר והתמיכה בכל זאת מתאפשרים למרות השעות המשוגעות של הורים אלה? בסביבת השפע והצרכנות העכשווית חשוב שהסובייקט ההורי (והזוגי) יוכל לחשוב על עצמו וסביבתו לא בהכרח דרך פתרונות טרנדיים ו/או חומריים. מדובר לא מעט על הורים המרגישים אשמה על כך שאינם פנויים דיים ומפצים את ילדם בכך שהם קונים לו הרבה וממותג או מאפשרים לילד לקנות בעצמו הרבה וממותג. קול הורי אישי — השואל, הממין, הביקורתי (כלפי פרסומות ולחצי הסביבה והתרבות), המגדיר את הגבולות — הוא הנדרש בחברת השפע.

בעבר דובר בעבודה הורית 'מאחורי הקלעים' כדי לתת לילד 'אשליית ביטחון' — לסנן את המציאות עבורו כדי להעניק לו תחושת חמימות ונוכחות לאהבה של הוריו כלפיו. כיום נראה לי ש'פעילות הורית מאחורי הקלעים' כצורה של סינון המציאות עבור הילד היא פחות אפשרית. ניסיוני למדני שסינון מן הסוג של: 'זה לא סרט לילדים', 'לא לראות חדשות' לעיתים קרובות פועל עבור ההורים יותר בשירות של ההורים המופנמים שלהם — של צנזורה ופיקוח מן העבר, מאשר כאמצעי אפקטיבי להקניית ביטחון לילד בהווה. הילד הרי יכול לראות את הסרט או לקלוט את ההתרחשות האקטואלית (פיגוע, אונס, אסון טבע) בדרכים משלו ועל חדשות קשות בסביבתו הקרובה והרחוקה הוא יודע ומגיב. לכן הפעולות ההוריות שמאחורי הקלעים הן היום לא פעם קלישאות שאינן עומדות

במבחן הזמן והופכות את ההורה לא אמין עבור ילדו, ואת הילד — בודד בתובנותיו. לכן, מה שאני מציעה, בקצב החיים, בנגישות המידע ובתחכום הילדים של היום, הוא את הנוכחות ההורית — 'אני פה', 'אתה צריך עזרה?', 'אנחנו יחד', 'יש דברים כאלה'.

בעקרון, נכונות ההורה לעצור, לשאול את עצמו ולחשוב: ממה הוא מפחד? למה הוא דואג? האם, כשהוא מרגיש אשם — אולי הוא באמת קצת מקל ראש באחריות שלו? למה דווקא הוא רב עם אשתו בנסיבות המסוימות? מה קרה לו כשהתנפל על ילדו בנסיבות האחרות? הנכונות לעצור, לשאול את עצמו ולחשוב ולא להסתפק בהסברים ומתן תוויות, והיכולת להבחין בין צריכת קלישאות ובין זיהוי רגש אישי פשוט — זהו היסוד הסובייקטיבי שיזין את ההורה, זהו מצפן אמין לדרך.