

יש לי ילד אחר | עירית חגי ויהודה חגי

יש לי ילד אחר

**על הורות לילדים לקויי למידה,
קשב וריכוז, מינקות ועד בגרות**

עירית חגי ויהודה חגי

I HAVE A DIFFERENT CHILD
IRIT HAGAI & YEHUDA HAGAI

עריכה: ד"ר טלי וישנה

© כל הזכויות שמורות, 2014
למודן הוצאה לאור בע"מ
משק 33, מושב בן-שמן, 7311500

Copyright © By Modan Publishing House Ltd.
Meshek 33, Moshav Ben-Shemen, 7311500

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגר
מידע, לשדר או לקלוט בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני,
אופטי או מכני או אחר, כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה.
שימוש מסחרי מכל סוג בחומר הכלול בספר זה אסור בהחלט,
אלא ברשות מפורשת בכתב מהמוציא לאור.

Printed in Israel

ללילך, להדס ולעומר,
הילדים הפרטיים שלנו
באהבה

תוכן עניינים

מבוא מאת עירית חגי	9
א. ילדים אחרים בינקות	15
ב. ילדים אחרים בגיל הגן	81
ג. ילדים אחרים בגיל בית־הספר	153
ד. ילדים אחרים בגיל ההתבגרות	237
ה. ילדים אחרים בצבא	305
ו. אחים לילדים אחרים	
נוצת הקסם של יותם	389
מקורות	439

מבוא

ספר זה הינו במידה מסוימת המשך לספרי הראשון 'ילד שלי מיוחד', אלא שהוא גם שונה (או מיוחד) מאוד, ומהווה יצירה בפני עצמה.

לאחר שהתפרסם הספר הראשון, קיבלתי תגובות רבות מהורים שקראו אותו, שהוא נגע לליבם, ושהם מצאו את עצמם ואת ילדיהם בין דפיו. אלא שרבים גם ציינו שהמקרים המוצגים בספר היו קשים וקיצוניים, ולכן יוצרים תמונה מוטת בנוגע לילדים מיוחדים. חלקם אפילו העלו חשש כי הרושם שעלול להתקבל אצל קוראים שאינם מכירים את הנושא, הוא שאֵלה הם הילדים המיוחדים כולם, והדבר יוביל להתייחסות שלא תתאים לילדים אחרים בעלי הפרעות קשות פחות, או (מה שלא תמיד העזו לומר במפורש) - לילדים שלהם עצמם, וכן שהם כמהים שספרים מעין אלו יהיו עבורם סוכן בקרב כלל החברה.

כשכתבתי את הספר הראשון לא הרגשתי שאני נוגעת במקרים קיצוניים במיוחד. אלה היו המקרים השכיחים שנתקלתי בהם במהלך עבודתי. אלא שמתגובות ההורים הבנתי שהורים מחפשים גם ספר שידבר על מקרים שכיחים יותר, מקרים המתייחסים ליומיום שלהם ושל ילדיהם, ילדים מיוחדים אמנם, אבל שאינם נושקים לקצוות הדרמטיים יותר של המגוון.

ספר זה מתייחס לילדים האלה. תמצאו בו מקרים שכיחים יותר של ילדים בעלי קשיים פשוטים, לכאורה: קשיים להירגע, להירדם, לקום בבוקר, להתארגן, להיפרד מההורים, להסתגל לדרישות המערכת, למצוא חברים, להכין שיעורים, להתנהג כפי שמצופה מהם... בקיצור, קשיים שכולנו מכירים מהילדים שלנו, אבל לא בדיוק. משהו בכל זאת שונה, ייחודי.

הילדים המופיעים בין דפיו של ספר זה אף הם ילדים מיוחדים. הם מיוחדים כי הכול יותר קשה להם, כי מה שבא בקלות לאחרים, מהווה אתגר לא פשוט עבורם. כמו הילדים מהספר הראשון, כלפי חוץ הם נראים כמו כל ילד אחר. אלא שהקשיים שהם מתמודדים עימם הם, לכאורה, מורכבים פחות. עם זאת קשה מאוד להיות ילדים מיוחדים אלה, ומי שהתנסה יודע, שקשה לא פחות להיות הורה שלהם.

אני יודעת היטב כמה קשה להיות הורה של ילד כזה. קשה, מתסכל, לעיתים קרובות מייאש. ומעבר לזה, גם להורים עצמם ולסביבה הקרובה לא תמיד קל להגדיר מדוע קשה כל כך. הרי מדובר לכאורה בילדים רגילים לכל דבר... נראה שההבדל טמון בדיוק שם, ב"לכאורה".

הספר הזה פונה להורים ולשאר המבוגרים שבאים במגע עם ילדים אלה. שהרי האם קיים בכלל מבוגר שיכול להימנע ממגע עם הילדים הללו? הרי הם אינם מסומנים בשום דרך. הם יכולים להיות הילד באוטובוס, במכולת או החברה החדשה של בתכם.

ואולי אלה בדיוק האנשים שהורים לילדים מיוחדים רוצים כל כך שייחשפו לספר – אותם אנשים שאינם מכירים את התחום, ולו רק הכירו היו נוהגים אחרת.

אז מי הם הילדים המאכלסים את דפי הספר הזה?

רונית פלוטקין בספרה החשוב ופורץ הדרך 'לגדול אחרת' (הוצאת יסוד, 2008) קראה לילדים אלו "ילדים הסובלים מלקות סמויה מהעין". אלה ילדים שאין כל סימן חיצוני המעיד על כך שיש להם קושי מסוים, אבל בכל זאת הם סובלים מ"הפרעה ממקור נוירולוגי, הגורמת לכך שמוחם מתפקד אחרת ממוחם של ילדים 'רגילים'". הברדל נוירולוגי זה הוא הסיבה לכך שהתנהגותם, הסתגלותם והישיגיהם של ילדים אלה יהיו שונים משל ילדים אחרים. חלק מן הילדים המרכיבים קבוצה זו, הם ילדים עם לקויות למידה, אחרים ילדים עם לקויות קשב וריכוז, וחלקם סובלים משתי הלקויות גם יחד. אני בחרתי לקרוא להם "ילדים מיוחדים", בחירה מכוונת הבאה להדגיש גם את הצד החיובי שבמצבם: ילדים מיוחדים בהחלט. אלה ילדים הקולטים את העולם אחרת. החוויה הפנימית שלהם שונה מזו של ילדים אחרים, והם מתנהלים אחרת. לעיתים קרובות העוצמה שבה הם חווים את החיים גדולה ועצומה יותר מזו של ילדים רגילים – אך בד בבד הם נראים רגילים לכל דבר, כך שקשה מאוד להבין את התנהגותם השונה, כמו גם להימנע מתגובה שיפוטית או מאשימה, תגובה המופנית לא פעם לא רק לילד המיוחד, אלא גם להוריו ("למה לא חינכתם אותו?").

תגובה זו מובנת לגמרי: למה, תוהים המבקרים, ילד חכם, יפה, ללא כל נכות נראית לעין או כל מגבלה חיצונית אחרת – מתנהג כל כך שונה מכולם? למה הוא מגלה קשיים ללא הרף? למה כל כך קשה איתו? והאם או האב המותשים ממלחמה אינסופית זו,

חושבים לעצמם לא פעם: ולמה, ריבונו של עולם, אם הוא נראה כמו כולם הוא אינו יכול להיות כמו כולם?

הילדים המיוחדים האלה הם לא כמו כולם, ו"לא כמו כולם" לא אומר בהכרח טובים פחות. "לא כמו כולם" אומר שונים. אם תרצו - שונים לטוב ולרע. יש כל כך הרבה איכויות מיוחדות בילדים אלה, שבתוך המציאות היומיומית אנו נוטים לשכוח אותן. חלקם רגישים בצורה מיוחדת, חווים את העולם בעוצמה, ולפיכך גם קולטים וחשים בדברים שלא כולם מסוגלים לקלוט ולחוש. לחלקם יכולת גדולה לאהוב, לחוש חמלה או לגלות אמפתיה. חלקם יצירתיים בצורה יוצאת דופן. והתכונות הייחודיות הללו לא יימצאו אם לא נחפשן או שיקבלו תיוג שלילי, במקום לווסת אותן לטוב. וכמו בני אדם בכלל, גם הילדים מיוחדים, מיוחדים כל אחד בדרכו.

בדפים הבאים נכיר כמה ילדים כאלה ונשמע גם על אחרים. אלה הם ילדים שכיום, כאמור, אנשי המקצוע יגדירו אותם כבעלי לקויות למידה ו/או כילדים בעלי הפרעות קשב וריכוז. סיפורם של הילדים המיוחדים האלה יובא ברוב המקרים מזווית הראייה של הוריהם, ולעיתים גם מזווית הראייה שלהם עצמם. הספר מלווה את הילדים הללו לאורך חייהם, מינקות, גן, בית-ספר יסודי ותיכון ועד הצבא.

הפרק האחרון יוקדש לקבוצה הדוממת בדרך כלל אך הנושאת בעול לא פחות - האחים. פרק זה יספר את סיפורה של אחות לילד מיוחד. עוד נתייחס גם לתפקידם של הסבים והסבתות, להשפעה שיש לילדים המיוחדים על הזוגיות של ההורים ועל מערכות היחסים התוך-משפחתיות בכלל.

פעם אמרתי לסטודנטים שלי, שברגע שנולדת אמה - נולדים גם רגשות אשם. אלא שרגשות האשם של אימהות ואבות לילדים

מיוחדים כפולים ומכופלים. אני נתקלת בהם ללא הרף בעבודתי המקצועית: הורים טרוטי עיניים, חסרי שינה, אכולים רגשות אשמה, לעיתים אף מותשים ומובסים, לא מבינים מה הם עושים לא בסדר, ולמה הילד שלהם - הילד החכם-היפה-המושלם שלהם - כל כך שונה, ולמה הכול חייב להיות כל כך קשה איתו? ההורים האומללים הללו מאשימים את עצמם, ולרוע המזל הסביבה אף היא מאשימה אותם. היא מאשימה אותם, כי למרות ההתקדמות הרבה בתחום זה של הבנת הצרכים של ילדים מיוחדים, עדיין ישנה גם בורות רבה בנושאים אלו, ועדיין קל להאשים את ההורים, בעיקר כאשר כלפי חוץ הכול בסדר. ההורים האלה משוטטים שנים בין אנשי מקצוע, פונים לעזרה לכל מי שרק יכול לעזור, ולעיתים מתייאשים ומתכנסים בעצמם. הם מאמינים באמת ובתמים שמהוו לקוי בהורות שלהם. עמוק בפנים הם יודעים שהכוונות שלהם טובות, שהם אוהבים את הילד שלהם ורוצים להיות הורים טובים, אך הם זוכרים גם לילות ללא שינה, שגרמו לעיתים לצעקות עד צרידות, לאיבוד שליטה ולהטחת עלבונות. הם מאשימים את עצמם וחושבים שהם גרמו לילד שלהם להיות כפי שהוא, שאילו רק היו סבלניים קצת יותר, יודעים קצת יותר, עושים משהו אחרת... אבל מה?

הספר הזה נכתב בראש ובראשונה בשביל ההורים האלה. בניגוד לספרים רבים אחרים, כמו ספרה של פלוטקין שהוזכר לעיל, הספר הזה לא נכתב עבור אנשי המקצוע. לפחות לא רק עבורם. הוא נועד לחזק את ההורים, להראות להם הורים נוספים החווים חוויות דומות לשלהם, ולתת להם כוח להמשיך להיות הורים טובים עד כמה שניתן לילדים המיוחדים שלהם.

כמו בספרי הקודם, גם כאן התבססתי על סיפורים אמיתיים. לאורך הפרקים תמצאו גם קטעים המציגים בפונט שונה, וכותרתם

"דברים שרצינו לומר". בתת־פרקים אלה ניתן למצוא דיון והתייחסות לדברים שנאמרו בפרק מנקודת מבט מקצועית יותר, והם נכתבו בשיתוף עם יהודה חגי, בן זוגי ופסיכולוג קליני. ברמה האישית, במהלך כתיבת הספר חוינו יחד חוויה שהזכירה במשהו את חוויית גידול הילדים. הספר אמנם אינו מספר את סיפורם של ילדינו, אך בכל אחד מהסיפורים, במודע או שלא במודע, נשזר גם משהו מתוך החוויה האישית שלנו. אני מקווה שספר זה יועיל ולו במקצת לאותם הורים שרוצים את הטוב ביותר לילדיהם, אבל מתקשים לפעמים למצוא את הטוב הזה.

עירית חגי

א. ילדים אחרים בינקות

"לא הבנתי למה הוא לא מפסיק לבכות. כל הילדים היו רגועים ורק הוא צרח ונהיה אדום. הרגשתי שכל היולדות האחרות מסתכלות עלי עקום. לא הבנתי מה אני עושה לא טוב. אני חושבת שגם בעלי חשב שמשוהו אצלי לא בסדר."
(נילי, אמא של יותם בן חודשיים)

"שנאתי את עצמי כי כל הזמן רק רציתי שילך לישון. שיירדם כבר. כל הזמן חיכיתי לרגע שיעזוב אותי כבר. מאוד אהבתי אותו אבל כל מה שרציתי זה לראות אותו כבר ישן."
(מרב, אמא של דור בן שמונה חודשים)

"אני פוחדת להגיד מה אני באמת מרגישה... שלא יחשוב שאני לא נורמאלית. האמת שאני בכלל לא מאושרת ולא כיף לי בכלל. האמת שקשה לי ואני לא ישנה ולא אוכלת, והוא כל הזמן צורח, ולפעמים בא לי לצרוח איתו."
(מלי, אמא של עדן בן עשרה חודשים)

"אם זה ימשיך ככה, בעלי ואני נתגרש בסוף. אנחנו לא מסכימים על שום דבר, וכל הזמן משנים את הדרך של החינוך שלו. אני אומרת "שחור" ובעלי אומר "לבן", ושום דבר לא מצליח, ובינתיים ניב רק בוכה וצורח. בזמן האחרון הוא התחיל גם להיות אלים."
(הילה, אמא של ניב בן שנתיים וחודשיים)

איתי

"כשהייתי בהיריון חלמתי על תינוק מתולתל כמוני וכחול עיניים כמו אביו. תינוק שיסתכל אלי בעיניים מעריצות בזמן שאני מיניקה אותו... כמו בפרסומות... אך במקום זה נולד לי תינוק שלא מפסיק לצרוח ולהשתולל... הוא חמוד ויש לו באמת עיניים כחולות כמו של אבא שלו... אבל למה הוא צורח כל כך הרבה?! ולמה הוא אף פעם לא ישן?!"

את המשפט הזה אמרה לי שירי באחת הפגישות הראשונות שלנו. שירי, כמו אימהות רבות אחרות, חלמה על תינוק מסוים מאוד כשהיתה בהיריון. היא כבר לא היתה צעירה כל כך כשהרתה את איתי. כרבות מבנות דורה העדיפה לסיים את לימודיה ולהתבסס לפני שתרחיב את המשפחה. גם רובי בעלה כבר לא היה ילד. הם היו כבר כמעט בני שלושים, ואיתי היה תינוק רצוי שהגיע לאחר המתנה ארוכה. ובכל זאת, הדברים השתבשו כמעט מהתחלה. שירי היתה תמיד בעלת אישיות עצמאית מאוד. בתור ילדה הוריה תיארו אותה כעקשנית ודעתנית. שירי ידעה תמיד מה היא רוצה. היום, בדיעבד, שירי מבינה שגם היא היתה כנראה תינוקת לא קלה. הסיפורים שסופרו במשפחה נטו לצבוע את הקשיים בצבעים ורודים יותר ממה שהיו באמת. אמה מעולם לא היתה מוכנה להודות ששירי היתה פחות מתינוקת מושלמת. אך ככל ששירי התנסתה יותר בחוויית אימהות משלה, ומתוך שאלות שכעת ידעה לשאול את אמה, הלכה והתגבשה בה ההבנה שחווית הינקות שלה לא היתה פשוטה עבור אמה.

"כנראה שגם אני הייתי תינוקת בכיינית, שלא ניתן היה להרגיע," אמרה לי באחת הפגישות. "אמא כמובן מספרת שהחלב שלה לא הספיק לי, ואני בכיתי פשוט כי הייתי רעבה. אחרי שהיא הבינה את זה, והחלה לתת לי תוספות, הכול היה נפלא... אך אני משערת שהמציאות לא היתה פשוטה כל כך. לאמא לא היה קל, לא אז, גם לא אחר כך..."

שירי לא גדלה כל חייה בתחושה שהיא רוצה להיות אמא. היו לה דברים אחרים שהעסיקו אותה. למעשה היא זוכרת תקופות ארוכות בחייה שבהן לא כל כך שמחה שנולדה בת. היא נמשכה למשחקים של הבנים, ולא אהבה כלל את השמלות שאמה בחרה עבורה ואת הסרטים שבהם רצתה לקשט את שערה. בביתם שבמושב, היא העדיפה לשחק בבית עץ קטן שבנה לה אביה, להתנדנד על ענפי העצים, או שהיתה מצטרפת לשני אחיה במשחקיהם עם חבריהם, נופלת ונפצעת, למגינת ליבה של אמה, שנאלצה לשאת את מראה החבורות שעל רגליה. כן, שירי היתה בהחלט "טום בוי". בוכות לא דיברו אליה, והיא גם לא גילתה כל עניין בתינוקות שבסביבה. לא שהיו כל כך הרבה, או שאולי היו והיא לא שמה לב. ודאי שהיא לא חלמה על אחד משלה. כלבים כן. וגם חתולים, שאותם אספה אליה וגידלה בחצר הגדולה מאחורי הבית, אם כי לעיתים קרובות שכחה שמדובר ביצורים חיים הזקוקים גם למזון ושתייה.

שירי לא רצתה להיות כמו אמה. כבר בשלב מוקדם הבינה שהיא רוצה לנהל חיים כמו של אביה ואחיה. היא קינאה במשחקי הכדורגל המשותפים של אביה והאחים, ועמדה על כך שיצרפו גם אותה לפעילויות של הבנים. האב היה אדם עסוק ומעט מרוחק, איש עסקים שלא נמצא הרבה בבית. כאשר היה בבית, שירי לא היתה משה ממנו, ואז הסכימה אפילו להיות הבת הקטנה של אבא. אך רוב הזמן, כשהאב לא היה בסביבה, היא

היתה עסוקה במשחקים סוערים עם אחיה, כולל מכות, טיפוס על עצים וכדורגל.

השינוי התרחש בגיל ההתבגרות. קבלת המחזור, מעט לאחר יתר חברותיה, היתה חוויה טראומטית עבור שירי. אישוש סופי לכך שהיא בת. שירי הפכה למופנמת יותר. היא כבר לא השתוללה עם אחיה כבעבר, וגם היחס שלהם אליה השתנה כאשר החלו להבחין בניצני התבגרותה המינית.

המפגש עם רובי במסגרת השירות הצבאי היה מורכב. לפני כן היו לה מעט התנסויות עם בנים, ואף הן לא עלו יפה. תמיד היתה לה הרגשה שרוצים שתתנהג אחרת ממה שהיא. תמיד הרגישה קצת מזויפת ולא אמיתית. עם רובי זה היה שונה. הוא קיבל אותה כמו שהיא ודווקא נהנה לגלות רמזים של מרד וסערה פנימית אצל הצעירה הביישנית שפגש בבסיס.

בניגוד להתנסויות הקודמות, שירי הרגישה שעם רובי היא יכולה להרשות לעצמה להיות היא. היא לא ניסתה להיות נשית ורכה ובוודאי לא אימהית, אך רובי הצליח בעצם נוכחותו הגברית השקטה לגרום לה להרגיש אישה כפי שאיש לא עשה זאת לפניו. היא המשיכה להיות דעתנית ווכחנית, אך עד מהרה גילתה שלא היה בכך כל צורך. הוא נתן מקום לדעתנות שלה ולא ניסה לשנותה. רובי אהב נשים עצמאיות, ושירי אהבה את רובי.

השנים הראשונות אחרי החתונה היו עמוסות. שירי התלבטה לגבי המשך לימודיה ולבסוף בחרה במנהל עסקים. רובי למד הנדסה, ולימודיו היו תובעניים מאוד. הם לא מיהרו להרחיב את המשפחה. לשירי היה ברור שקודם עליהם לסיים את הלימודים ולהתבסס קצת. גם כך חייהם היו עמוסים במטלות לימודים, מבחנים, עבודות להגשה, ועבודות סטודנטים מזדמנות לפרנסה. בין כל אלה, בקושי היה להם זמן לעצמם.

שירי לא חשבה שתתקשה להיות. מסביבה כל חברותיה

ומכרותיה כבר הפכו אימהות. לחברה אחת כבר היו שני ילדים. אשתו של אחיה הבכור היתה בהיריון מתקדם והרבתה לשתף את שירי בתחושותיה. באווירה אוהדת תינוקות זו, שירי מצאה את עצמה מגלה עניין הולך וגובר בתינוקות ובילדים קטנים, שמעולם לא עניינו אותה קודם לכן. הרעיון להפוך לאמא החל לקסום לה. בת 29, היא סיימה את לימודי התואר הראשון והשני, והחלה לעבוד במקום עבודה מסודר. גם רובי קיבל משרה טובה, והחיים החלו להיות מעט נוחים יותר.

שירי לא אהבה הפתעות. לאורך כל השנים היא נשמרה מפני היריון לא רצוי, וכעת חשה שאולי כבר הגיע הזמן... ורובי היה מקסים. הוא לא לחץ, אבל שירי הרגישה שהוא מאוד רוצה. היא ראתה באיזו ערגה הוא מחזיק תינוקות של אחרים. פתאום הרעיון שיהיה לה בבית רובי קטן החל למצוא חן בעיניה, ובפעם הראשונה בחייה הרגישה שהיא רוצה להיות אמא. זאת היתה הרגשה משונה, מקוממת לעיתים, אבל גם מתוקה, מרגשת ושונה ממה שהכירה.

וכך, שירי ורובי החליטו שהם רוצים להיות הורים. שירי חדלה ליטול גלולות, והיתה בטוחה שכן רגע תהרה. אבל זה לא קרה. שירי, שלמרות הסערה הפנימית שחוותה, ואולי בגללה, אהבה לשקול את צעדיה ולתכנן את חייה, גילתה שלא תמיד הכול פשוט כל כך ומגיע לפי הזמנה. "הייתי בטוחה שברגע שאחליט - אכנס להיריון", אמרה לי באחת השיחות. "היה לי ברור שברגע שארצה - זה יקרה, שזה תלוי רק בי..."

אלא שהניסיונות לא עלו יפה, שירי ורובי פנו למרפאת פוריות לבירור, ואז, כפי שקורה לעיתים קרובות במצבים אלו, שירי מצאה את עצמה פתאום הרה. "הידיעה על היותי הרה היתה אחת הבשורות המשמחות בחיי", סיפרה לי. "כבר לא כל כך תליתי תקוות בכך שאצליח להרות באופן ספונטני. עברה חצי שנה בערך

מאז שהפסקתי ליטול גלולות והייתי בטוחה שייקח עוד זמן רב... זו היתה ממש מתנה, לקראת יום הולדתי השלושים."

ההיריון היה קל יחסית. שירי לא התרגשה מהבחילות או הצרכות. היא המשיכה לעבוד במהלך כל ההיריון. בחודשים הראשונים עוד הצליחה לשמור על גזרתה, אך בהמשך החלה לעלות במשקל באופן משמעותי, והיא סבלה מן השינוי. היא נראתה לעצמה גדולה ומגושמת, אך רובי התלהב מאוד, ובסביבתה כולם אמרו שהיא יפה וקורנת. את המראה ההיריוני היא אמנם לא אהבה, אך כן גילתה עניין בתהליך והתרגשה לקראת הצפוי. היא גם השתתפה עם רובי בקורס הכנה ללידה, אבל לא אהבה כל כך את השיחות על לידות ועל תינוקות. היא גם חששה מפני הלידה, מהלא-נודע ומהכאב. ידעה שהיא לא מתמודדת טוב עם כאב והיה ברור לה שתיעזר בזריקת אפידורל לאלחוש. אבל מעבר להתרגשות ולחשש, רוב הזמן שירי המשיכה להיות פשוט שירי, רק בהיריון. היא המשיכה לגלות עניין בפרויקטים במשרד, המשיכה לתכנן תוכניות ולפעמים אפילו היתה שוכחת שהיא בהיריון.

אצל רובי זה היה אחרת. הוא התנהג שונה לחלוטין. תמיד העריץ ואהב את העצמאות של שירי, אלא שעתה החל מגלה דאגה רבה, עוטר אותה ושומר עליה. זה היה נעים מצד אחד, אך גם מוזר, ושירי אפילו קצת ליגלגה על השינוי שחל בו. היא היתה בטוחה שאחרי הלידה החיים יחזרו למסלולם. רק שהפעם יהיו שירי, רובי והתינוק... כשנודע לה שהיא נושאת ברחמה בן, שמחה מאוד. יותר מכול רצתה בן, בן כמו רובי. משום מה היה לה ברור שהיא נושאת בן. רובי דווקא קצת התאכזב, מסתבר שרצה בת... אלא שההתרגשות והשמחה שחש היו עצומות, והוא סחף גם אותה בהתרגשותו. מעולם לא ראתה אותו כך.

גם שירי מאוד התרגשה, אך ככל שהתקרב מועד הלידה רמת החשש אף היא הלכה ועלתה. היא לא הצליחה לדמיין איך זה

להיות אם לתינוק. היא חששה מאוד מהלידה, אך כעת החלה גם לחשוב על היום שאחרי. איך בדיוק מטפלים בתינוק שרק נולד? מי ילמד אותה מה עושים? איך יודעים? לשירי לא היה כל ניסיון עם תינוקות. אמה הרגיעה אותה והסבירה שזה יבוא לה בטבעיות, אך שירי לא כל כך האמינה בטבעיות הזו. אבל משום מה היא סמכה על רובי. הוא לא היה הרבה יותר מנוסה ממנה, אבל היא חשבה שהוא יהיה איתה וזה הרגיע אותה.

שום דבר לא היה יכול להכין את שירי באמת לחוויית הלידה. "זה כנראה סוד שלא מדברים עליו", אמרה לי באחת השיחות. "אם היו אומרים מה קורה שם באמת, אף אחת לא היתה מסכימה ללדת. זה לא אנושי... ולחשוב שיש נשים שחוזרות על זה כל שנה... בשלב מסוים פשוט רציתי לקום וללכת... והיו זמנים שפשוט רציתי למות, ולא עניין אותי מה יקרה עם התינוק. ורובי - הוא כל הזמן התעסק עם המכשירים וזה שיגע אותי... שיעזוב את המכשירים וייתחס אלי! שום דבר בחיים לא היה יכול להכין אותי לזה..."

שירי עברה לידה קשה במיוחד. כשהגיעה עם רובי לחדר לידה, המיילדת שמה לב שבכל פעם שלשירי יש ציר, ישנה ירידה בדופק העובר. שירי לא ידעה מה המשמעות של התצפית הזו. היא היתה עסוקה מדי בכאביה, אך רובי הבין והדבר הדאיג אותו מאוד. הוא גם שמע שיחות של הצוות והבין שהדבר מסוכן לחיי העובר, לכן עקב לאורך כל הלידה אחר המכשירים...

בינתיים הלידה התעכבה מאוד. יולדות אחרות שהגיעו אחריה כבר ילדו, ורק אצלה שום דבר לא התקדם. הצירים היו איומים ממש, ולא נמצא עדיין מרדים זמין שייתן לה את זריקת האפידורל המבורכת. שירי הרגישה שכוחותיה אוזלים. היא היתה מטושטשת ולא הרגישה מה קורה סביבה. הלידה נמשכה ונמשכה לתוך הלילה, מדי פעם הגיע רופא שבדק את ה"פתיחה", אך שום

דבר לא התקדם בצורה משמעותית. ניסיון לזירוז של הלידה לא סייע כמקווה. ניתוח קיסרי עלה על הפרק, כשלפתע משהו החל להתקדם. כעת הבהילו אותה לחדר לידה, ודרשו ממנה ללחוץ. לשירי כבר לא היה כוח ללחוץ. היא היתה מותשת מאינספור שעות של צירים חסרי תועלת, וכעת כשנדרשה ללחוץ, לא נותר בה עוד כוח. בסופו של דבר מישוהו התיישב עליה ועזר לה ללחוץ. הביאו עוד רופאים, היתה המולה בחדר, שירי לא הבינה מה קורה והיתה עסוקה בלצרוח ("כמו פרה שחוטה, כמו תרנגולת שעורפים לה את הראש. כמו חיה ש..."). בסוף נולד תינוק שלא בכה. כחול כולו. צוות החייה היה מוכן מאחורי הווילון, כך סיפר לה רובי, אבל הוא לא הוצרך לפעול, בסופו של דבר, שכן התינוק החל להשמיע קול בכי בכוחות עצמו, והתאושש. הם לקחו אותו לעריסת חום, ולא הביאו אותו מייד אל שירי. שירי עצמה הרגישה כאילו חתכו את גופה בסכינים ללא הרדמה. היא לא הכירה את גופה. היא שנאה את גופה ורק רצתה שיתנו לה לישון. אבל הסיטוט לא נגמר: השליה עדיין לא יצאה, והיה צריך ללחוץ את דרכה החוצה, והתפרים... ושירי כבר רצתה שיניחו, כדי שתוכל לישון. רק לישון.

"בקיצור", כך אמרה לי - "זאת לא היתה בעיניי חוויה יפה. בדיעבד אני מבינה שהיתה לי לידה מאוד קשה, מסוכנת אפילו, ואני צריכה להגיד תודה שזה נגמר פחות או יותר בסדר, אבל זה היה נורא. הרגשתי שלעולם לא אחזור על כך..."

"איתי לא הפסיק לבכות", היא סיפרה לי באנחה. "בשעות הראשונות הוא היה מאוד שקט, בעריסת החום שלו. אחר כך הביאו לי אותו. הוא היה ישנוני מאוד ולא הגיב, וגם אני הייתי מותשת. אחר כך התחילו להביא לי אותו להנקות. זה היה נורא. הוא לא הפסיק לבכות, הפריע ליולדת השנייה שהיתה איתי בחדר, לא ינק, בכה, צרח, ולא הצלחתי להרגיע אותו. איך מרגיעים תינוק

שצורח? זה לא היה ברור לי בכלל. האחות לקחה אותו ממני במבט מאשים, או לפחות כך הרגשתי. היא נתנה לו משהו והרגיעה אותו, ואני במקום לדאוג שאולי הוא רעב - נרדמתי... בהמשך הוא היה בוכה כל הזמן. כל התינוקות ישנו או אכלו, ורק הוא היה בוכה..."

איתי כמובן לא היה התינוק היחידי שבכה, אלא ששירי שמעה רק אותו. החוויה שלה היתה שרק התינוק שלה בוכה ושהיא האמא היחידה שלא מצליחה להרגיע את ילדה. היא ניסתה להיניק אותו, אבל נכשלה. משהו באופן שבו הוא תפס את הפטמה לא איפשר לו לינוק בצורה רצופה, והפטמה נשמטה ממנו שוב ושוב. שירי סיפרה לי שרק בדיעבד, לאחר שהיניקה את שתי אחיותיו של איתי (הראשונה למעלה משנה וחצי!), הבינה שאיתי היה חלש מדי ורפלקס המציצה היה חלש אף הוא. למעשה, איתי נולד היפוטוניי, דהיינו בעל שרירים רפויים, תוצאה של הלידה הקשה ואי ספיקת חמצן במהלכה. שנים לאחר מכן, לקראת גיוסו לצבא, יעלה נוירולוג שיבדוק אותו את האפשרות שאיתי סבל משיתוק מוחין

1 היפוטוני - בעל טונוס שרירים נמוך. טונוס הינו מתח השרירים במהלך מנוחה. ילדים נולדים עם טונוס שרירים שונה. לעיתים ילדים שנולדו בעקבות לידות קשות, שסבלו מאי ספיקת חמצן למוח במהלך הלידה, או ילדים בעלי קשיים מוטוריים מולדים (או גם פגיעות חמורות יותר כגון שיתוק מוחין, שהן מעבר למסגרת הדיון בספר זה), נולדים עם טונוס שרירים נמוך. הם רפויים, מתקשים לבצע פעילות מוטורית המתאימה לגילם כגון מציצה, ולעיתים גם ניכרים בקול בכי חלש. בהמשך יתקשו ילדים אלה להחזיק את ראשם בזמן, והוא יישמט אחורנית בעת הרמה, או שהם יגלו איחור בהתפתחותם המוטורית. טונוס נמוך עלול להשפיע בהמשך על פעולות אקדמיות שונות כגון ישיבה ממושכת בכיתה או כתיבה. כמו כן ילדים היפוטוניים עלולים להתעייף יותר מילדים הגילים ולהתקשות בפעילויות פשוטות ויומיומיות יותר מילדים אחרים. הטיפול בהיפוטוניה הוא באמצעות פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק ולאחרונה גם שחייה טיפולית ורכיבה טיפולית, התורמים לחיזוק הטונוס של הגוף.

קל בשל הלידה. אלא שאז, סמוך ללידה, כל מה שניתן היה לחוש בו היה רפיון שרירים, קושי במציצה וביניקה ובכי, אמנם חלש, אך בלתי פוסק.

שירי הסתכלה בתינוק שילדה, מייבב בעריסה לאחר ניסיון כושל להאכילו, ואז הסתכלה סביבה. היתה שם יולדת אחרת מבוגרת יותר שהיניקה את תינוקה בשלווה רבה. התינוק נראה גדול יותר מאיתי והוא ינק בהתלהבות, ואמו נראתה מאושרת. שירי לא היתה מאושרת. היא חשה דכדוך. היא ידעה שכך קורה בדרך כלל אחרי לידה, אבל זה לא שיפר את הרגשתה. היא רצתה את רובי. רובי הלך הביתה להחליף בגדים ולהביא לה דברים שנוקקה להם מהבית. גם הוא לא ישן כל הלילה. אבל היא פתאום כעסה עליו, שהוא לא נמצא שם.

שירי טרם התאוששה מההנקה הלא־מוצלחת, וכבר נמלא החדר אורחים. הוריה והוריו של רובי וחברים. שירי כבר לא ידעה מה קורה סביבה, ושוב הביאו את איתי להנקה, ושוב איתי בכה ולא ינק... כולם ניסו לעזור, ושירי רק רצתה שכולם ילכו משם.

החזרה הביתה היתה מעט טובה יותר. בביתה בחדרה, בסביבה שלה, שירי הרגישה יותר שקטה ובטוחה. היא ניסתה שוב להיניק את איתי. הוא ינק קצת ונרדם ושוב התעורר וינק ונרדם. רובי בינתיים הכין לה משהו קל לאכול, הביא לה שתייה וכירכר סביבה. הוא השתדל מאוד, התרגש מאוד, ושמח הרבה יותר משירי.

ואיתי ינק מעט, פלט הרבה, נרדם ושוב התעורר. וכך עבר היום הראשון בבית. הוא כמעט לא ישן, אם נרדם היה זה לפרק זמן קצר ביותר, ושירי היתה נרדמת איתו ומתעוררת לקול בכיו החלש והצרוד, מנסה להיניק אותו. הוא היה אווז בפטמה ברפיון רב, לא מצליח לינוק, פולט הרבה ושוב נרדם.

שירי היתה סחוטה מעייפות, פחדה שתשמוט את איתי בטעות,

ולא הבינה למה היא אינה מצליחה להאכיל אותו ולהרגיע אותו. מה קורה לו? למה הוא לא אוכל? למה הוא לא ישן? למה הוא בוכה כל הזמן? רובי ניסה לעזור ככל יכולתו. הוא ניסה לשאת את איתי ולהרגיע אותו כדי ששירי תוכל לישון, אך איתי רק בכה יותר והתפתל. שירי הרגישה שהיא מצליחה להרגיע את איתי טוב יותר מרובי, והחלה מסתובבת עימו בחדר. איתי נרגע מעט ונרדם, אך כשהניחה אותו במיטה שוב התעורר ובכה. זה נמשך כך כל הלילה. רובי כבר נרדם על הספה ושירי הסתכלה עליו באיבה, מקנאה ביכולת שלו להירדם. היא היתה חייבת להישאר ערה.

לאחר יומיים הגיע מוהל להיפגש עם שירי ורובי ולבדוק את איתי. שירי לא אהבה כלל את הרעיון של ברית מילה, אך רובי היה נחרץ בעניין הזה. הוא לא רצה שהילד שלו יהיה שונה מילדים אחרים. שירי חשבה שלחתוך תינוק שאך נולד במקום כל כך רגיש בלי הרדמה, זה רעיון נוראי, אך היא היתה עייפה מדי ומותשת מדי. המוהל בדק את איתי ואמר שהתינוק צרוד. נכון, איתי היה צרוד, שירי ידעה את זה. איך לא יהיה? הרי הוא לא הפסיק לבכות מרגע שנולד.

"את מיניקה?" שאל המוהל. שירי מיהרה לאשר.
 "את צריכה להאכיל אותו מבקבוק," פסק המוהל. "הילד רעב והוא בוכה בגלל זה."

כל כך פשוט... לימים שירי תיזכר בסיפור המשפחתי על הבכי שלה ועל כך שהיתה רעבה... אבל להפסיק להניק?! המוהל הבחין בתגובתה הנסערת וחזק את דבריו: "אין ברירה. הוא לא יעלה במשקל אם לא יאכל, וגם כך הוא נראה קטן וחלש. לא נוכל לעשות לו ברית במועד..."

אל מול ההיגיון של המוהל עלו גם קולות אחרים בראשה: רק שלושה ימים עברו והיא כבר מתייאשת... מה תגיד לאמה

ולחברותיה... איך תעמוד מול הבוס שאשתו חברה נלהבת בארגון לה לצ'ה...²

רובי לא המתין. הוא כבר היה בדרכו לסופר לקנות מטרנה, חזר, הרתיח מים, הרתיח את הפטמה, ונתן לה את הבקבוק. ואיתי... איתי למרבה הפלא שתה. ושתה הרבה. ואחרי ששבע - נרדם! וישן! כמעט ארבע שעות ברציפות!

רובי האיץ בשירי ללכת לנוח. הוא יישאר עם איתי ויאכיל אותו מהבקבוק כשיתעורר. שירי לא התווכחה. היא צנחה על המיטה והתעוררה רק למחרת... הכרית היתה רטובה מחלב... חלבה שלה. הדלת נפתחה, רובי נכנס ואיתי בזרועותיו. איתי נראה רגוע ורובי היה מחויך כולו: "איך ישנת?" "מדהים... אבל מה עם איתי?"

"איתו ישן כמעט ארבע שעות, ואחר כך האכלתי אותו והוא ישן שוב, והתעורר אחרי שלוש שעות. פעמיים בשבע שעות... לא נורא. גם אני ישנתי קצת..." רובי הנפלא...

אלא שעד מהרה תחושת ההקלה התחלפה ברגשות אשמה. "לא הבנתי איך אני לא יכולה לבצע פעולה פשוטה כל כך שכל אמא, אפילו אמא כלבה או חתולה מבצעת ללא כל קושי... חששתי שרובי יאשים אותי... רובי היה מקסים כל כך ולא ביקר, ולא הזכיר את ההחלטה על הנקה, אבל אני הרגשתי נורא..."

שירי עברה את הברית בשלום, וחייכה לכל האורחים. כולם אמרו לה שהיא נראית נפלא אחרי הלידה, אבל היא הרגישה מגושמת ושמנה. בהתחלה עוד ניסתה לשלב הנקה עם תחליפי חלב אם, אך היה ברור

2 לה לצ'ה בספרדית - החלב. לה לצ'ה היא עמותה אשר המדריכות החברות בה מעניקות תמיכה ומידע בהתנדבות בנושא הנקה. במסגרת פעילות הארגון מתקיימים מפגשים העוסקים במגוון נושאים הקשורים לאימהות דרך הנקה.

שאיתי העדיף את הבקבוק. שירי קיבלה עליה את הדין: היא ייבשה את החלב בשדיה, והרגישה שמשהו מתייבש גם בתוכה.

למרות השימוש בתחליפי חלב, בלילות איתי בכל זאת לא ישן היטב. הוא אמנם לא התעורר כבעבר בכל עשר דקות, וההפסקות היו גדולות יותר, אך עדיין היה מתעורר לעיתים תכופות, מרבה לבכות ומתקשה להירגע. הלילות היו ארוכים מאוד. שירי העדיפה שרובי ישן כי הוא היה צריך ללכת לעבוד, והיא היתה נשארת שעות רבות עם איתי מנמנמת וערה לסירוגין.

"בלילות האלה למדתי להכיר את איתי," סיפרה לי. "אני מתביישת לומר שבימים הראשונים התקשיתי להתייחס אליו כאל בני. הוא נראה לי זר ומוזר, פולש שלא נותן לי לחיות. אך במהלך הלילות התחלתי לחוש קרבה אל היצור הקטן... אני זוכרת את החיוך הראשון עד היום. הוא הסתכל בעיניי במין מבט חודר כזה ופתאום הפציע חיוך... התרגשתי עד דמעות... רציתי להעיר את רובי אבל ריחמתי עליו... זה הזכיר לי את הפעם הראשונה שחשתי אותו בועט במהלך ההיריון. אז כן הערתי את רובי. הוא היה במילואים ומטושטש כולו..."

הפעם פשוט בכיתי לבד מהתרגשות. פתאום התחלתי להרגיש אהבה עצומה שממלאת את כולי. ליבי עלה על גדותיו פשוטו כמשמעו, וכבר רציתי שיתעורר שוב ויעניק לי חיוך. זה, בדיוק זה, היה הרגע שהתאהבתי בו... ואחר כך זה רק הלך וגדל."

אך למרות האהבה הגדולה וההתרגשות המשיך להיות לשירי מאוד קשה.

איתי היה תינוק נרגן וקשה מאוד להרגעה. כל ארוחה דרשה זמן רב. הוא הרבה לפלוט והתקשה להירדם. ברגעי הערות הרבה לבכות. השינה לא היתה רגועה, ובנוסף, ניכר היה כי כל דבר מפריע לו. רעש הפריע לו (היא זכרה שאמה אמרה לה שתינוקות אינם שומעים רעש. איתי לא שמע כנראה את דברי אמה). הוא גם

לא נענה להחלפת חיתול. להפך, הוא היה מתנגד וצועק, וניתן היה לטעות ולחשוב כי מקלפים ממנו את עורו ולא את החיתול המלוכלך. גם המקלחות היו שדה קרב. שירי שנאה לקלח את איתי והיתה משאירה את העבודה לרובי כאשר היה חוזר בערב. איתי היה צורח, ושום טמפרטורת מים לא התאימה לו. הוא היה מתפתל ומתנגד, ושירי היתה מתפללת שזה ייגמר כבר. כל פעולה כזו דרשה נשימה עמוקה. שום דבר לא בא בקלות. לא האכלה, לא השכבה לישון, לא החלפת חיתול, לא מקלחת... שירי תהתה בינה לבין עצמה אם ככה זה עם כל התינוקות, או שזה משהו שהיא ורובי עושים. בעיקר היא.

ולמרות הכול, שירי אהבה את איתי אהבה עצומה. ככל שחלפו הימים, כך גדלה אהבתה אליו. היא נדהמה מעוצמת האהבה. מעולם לא חשה אהבה כזו כלפי אף אחד... בסתר ליבה הרגישה שזו אהבה גדולה אפילו יותר מהאהבה שחשה אי פעם כלפי רובי. כל אהבה אחרת נראתה לה פחות אמיתית, פחות עוצמתית ואפילו עלובה מול האהבה שחשה כלפי איתי.

אבל היה לה קשה. היא לא הבינה מה לא בסדר. הטריד אותה שאיתי נראה לה לעיתים קרובות לא רגוע ולא מאושר. היא תהתה אם הדבר קשור למצבי הרוח שהיו לה במהלך ההיריון. היא שמעה שמצבה הנפשי של האם משפיע על התינוק וחששה שאולי איתי הרגיש משהו, עוד רגשות אשם להתענות בהם... בנוסף, היא הרי ידעה שהיא לא היתה האמא הכי סבלנית בעולם: בלילות היא רק רצתה שיישן, ולפעמים התפללה כבר שיירדם כי לא היה לה עוד כוח אליו. כשרובי היה מגיע, היתה מעבירה אותו ישר אליו והולכת לישון. אולי בגלל זה התינוק שלה היה לא מאושר. אולי היא פשוט לא ידעה להיות אמא מספיק טובה.

והיה עוד משהו. היא הרגישה שהיא מאוד רוצה לחזור לעבודה. משהו משך אותה אמנם להישאר בבית עם איתי, אך חלק אחר כבר

רצה לחזור לחיים, למציאות, לפעילות של העבודה. גם הרצון הזה גרם לה להרגיש אמא פחות טובה, והעלה את החשש שאיתי מרגיש בחושיו שהיא רוצה כבר ללכת ממנו.

שירי זכרה היטב כיצד לאורך כל שנות חייה מעולם לא אהבה במיוחד ילדים. אבל עם איתי, היא ידעה, זה שונה. אף אחד לא יכול להגיד שהיא לא אוהבת את הילד הזה. אי אפשר לאהוב יותר ממה שהיא אוהבת. ובכל זאת... מה קורה פה? אולי היא לא יודעת באמת להיות אמא? אולי לאחת כמוה שהיא לא מספיק אימהית אסור להיות אמא? וקולות מנגד עונים בתוכה שהיא כן אימהית! מזכירים לה איך כירבלה את איתי בלי סוף, דיברה אליו ללא הפוגה, שרה לו שירים מטופשים, התבוננה בו שעות... אז נכון, לפעמים לא היה לה כוח אליו... אבל זה טבעי, והוא הרי לא היה תינוק קל... שוב מנגד: מה זה תינוק-לא-קל? ואולי האשמה היא בה – אמא לא קלה? שירי צדקה. גם בהיעדר שם וכותרת רשמיים, איתי היה בהחלט תינוק לא קל. חלק גדול מהילדים שלאחר מכן יקבלו אבחנות כמו ילדים בעלי קשיים בוויסות חושי, ילדים בעלי לקויות למידה או ילדים הסובלים מהפרעות קשב וריכוז, מגלים כבר בינקותם קשיים משמעותיים, אלא שאז, בגיל הינקות, איש עוד לא ידע מדוע. וכי כיצד ניתן לדעת? כלפי חוץ התינוק נראה מושלם. בבדיקות שערכו לו בבית-החולים הכול נמצא תקין. אז מה כבר יכול להיות לא בסדר? ברור – רק היא, האם.

שירי היתה אישה צעירה, נבונה ומשכילה. היא חיה בעידן שבו המידע נגיש לכול. היא זכתה לתמיכה של בעל אוהב ולרווחה כלכלית יחסית, ובכל זאת היא הרגישה מאוד לא בסדר. מאוד מאוד לא בסדר. היא לא הצליחה בתפקיד האימהי הבסיסי ביותר. היא לא הצליחה לגרום לבנה להיות רגוע. היא גידלה תינוק לא שקט ו"לא מאושר" כהגדרתה. "רוב הזמן לא היה לו טוב," אמרה לי, כשתיארה תקופה זו. "הוא כמעט אף פעם לא היה רגוע. גם

השינה שלו לא היתה רגועה. ואני הייתי אשמה. אני לא הצלחתי לעשות את התינוק שלי מאושר."

"פעם נכנסתי אל אחת השכנות," סיפרה לי. "אני אפילו לא זוכרת בדיוק למה. היתה לה תינוקת בדיוק בגיל של איתי שלי. אני זוכרת שהלכנו ללדת כמעט באותו יום. בכל מקרה, נכנסתי אליה ובדיוק הילדה שלה התעוררה... זה היה מדהים. היא אמרה שהיא שומעת שהילדה מתעוררת, ואני נכנסתי ל'כוננות ספיגה', כי ברגע שאיתושה היה מתעורר מייד החלו הצרחות והיה צריך מהר מהר להרים אותו, לנסות להרגיע אותו, ולהיות כבר מוכנים עם האוכל בטמפרטורה הנכונה... אבל הילדה שלה לא צרחה. כשנכנסנו לחדר, היא פשוט התרוממה על ידיה, הרימה את פלג גופה העליון, מצאה את עיניה של אמה וחייכה. השכנה חייכה בחזרה, מילמלה לעברה, אירגנה את משטח ההחתלה, ויצאה מן החדר. התינוקת נשארה איתי, הסתכלה עלי כמה שניות, התהפכה והחלה משחקת בעניין במובייל שהיה תלוי מעליה. כשהאם חזרה לחדר ובידיה בקבוק, התינוקת חייכה שוב והושיטה את ידיה. השכנה הרימה אותה והחלה להאכיל אותה, והתינוקת אכלה בשקט. אני הרגשתי כמי שצופה בסרט בדיוני. לא האמנתי שיכול להיות דבר כזה. כשאיתי היה מתעורר הבית הפך לשדה קרב. אני כבר הייתי נלחצת מראש, השרירים שלי היו מתכווצים, חיכיתי להישמע ההזעקה, ואם רובי היה בבית היינו נכנסים לנוהל הסתערות. מהר מהר, להביא את הבקבוק, לא לחכות שיצרר (הוא כבר ידע יפה מאוד לצרוח בתקופה הזאת), ואז להיאבק על הזכות להאכיל (לפעמים איתי היה דוחה את הבקבוק, צורח עוד, ואז רוצה לאכול, אחרי שהיה כבר נפוח מבכי ומאוויר שבלע). ההאכלה אף פעם לא היתה פשוטה. תמיד היו הפסקות, השתנקויות, פליטות, ואחרי ההאכלה המזון זמן על הידיים, ו'גרעפס' ועוד אחד, וצרחות וכאבי בטן, ועוד על הידיים, ושעות עד שהוא נרגע שוב, כאילו האוכל עושה לו כל כך רע."

איתי לא הצליח להירגע גם לאחר ההאכלה, אולי מפני שכבר

היה מוצף ומעורר והתקשה לחזור לאיזון, אולי משום שהגירוי החדש, טעים ומזין ככל שיהיה, נחוזה אף הוא כגירוי מאיים ולא נעים. איתי גם סבל מאוד מהצטברות של גזים במערכת העיכול ומעווית מעיים (קוליק) המאפיינות ילודים עד גיל 3-4 חודשים. אחרי ההאכלה הוא היה לעיתים קרובות מתעוות מאוד, נראה סובל ומתקשה להירגע. בשעות אחר הצהריים היתה העווית תוקפת אותו בצורה חריפה יותר, שנמשכה לעיתים שעות רבות. שירי סיפרה לי באחת הפגישות שעוויתות אלו היו מפחידות לא פחות מלידה, מה שגרם לה להסס ולחכות שלוש שנים עד ההיריון הבא, אף שכבר לא היתה צעירה כל כך וידעה שתרצה לפחות עוד שני ילדים.

בפעם הראשונה שאיתי סבל מעווית של המעי, כשלושה שבועות לאחר הלידה, שירי חששה כל כך שרצה עם איתי לחדר מיון. בחדר המיון בדקו את התינוק, הרגיעו את האם ושלחו אותה הביתה. עד שהגיעו הביתה התופעה כבר חלפה מעצמה, ואיתי עייף, מותש ומיוזע, נרדם בעגלתו. למחרת שוב החלו הכאבים והצרחות. שירי למודת ניסיון כבר לא רצה למיון, אלא שהצרחות היו כל כך חזקות שנפשה יצאה אל הילד. היא הרימה אותו ולחצה אותו אליה אינסטינקטיבית, והצרחות אכן פחתו. היא הרגישה שכשהיא לוחצת על בטנו, איתי נרגע מעט. שכנה מבוגרת ששמעה את הצרחות הציעה למרוח על בטנו של איתי ערק. שירי בשלב הזה כבר היתה מוכנה לכל דבר ואיפשרה לשכנה לנסות את התרגולת המוזרה. הערק לא עזר, אבל בן השכנה, שהיה כבר אב בעצמו, הרים את איתי בצורה מיוחדת, מניח את בטנו של איתי על זרועו. הבכי פסק כבמטה קסם, ושירי היתה אסירת תודה על השיטה שלמדה. אלא שעכשיו שירי לא יכלה לעשות כלום, רק להחזיק את איתי במשך שעות בתנוחה החדשה. ברגע שהיתה משנה את התנוחה איתי היה מוחה בצרחות, ושירי חשה להשיבו

לתנוחה הקודמת, בטרם שכנים נוספים יעלו לרגל לביתם ויציעו את הצעותיהם.

אבל כמה זמן אפשר לעמוד עם יד אחת מנוטרלת שעליה שוכב תינוקך שפניו כלפי מטה ובטנו הרוחשת עליה? כמה זמן אפשר להישאר בתנוחה זו ולא לעשות דבר? זרועה היתה כמעט משתתקת והיא היתה מעבירה את איתי מיד ליד. שירי גם פיתחה מיומנות לעשות כל דבר ביד אחת שעל ידה השנייה תינוק בתנוחה המסוימת ההיא. היא ניסתה מנשאים אחדים שהביאו לה כמתנה ללידה, אך ללא הועיל. התינוק דרש את אותה התנוחה. לימים עוד תתגעגע לתקופה זו, כאשר בתה השנייה, שסבלה ממנה גרושה לא פחות של עווית, לא היתה מצליחה להירגע אלא בהנקה, מסרבת בתוקף למוצץ. אלא שמיקה נולדה לאם מנוסה, שהכירה כבר את התופעה, וגם ידעה שהיא תיעלם בתוך שלושה חודשים. ואילו איתי נולד לאם טרייה, שלא ידעה עד מתי תמשיך להיות ידה מנוטרלת, ורגשות אשם וספק בנוגע לתפקודה כאם הידהדרו במוחה כל העת. שירי עשתה במיטב יכולתה, אבל איתי היה תינוק נרגז וקשה מזג. נוסף על הקשיים בהאכלה, בשינה ובקושי בשמירה על סדרי יום קבועים פחות או יותר, איתי סבל מתגובתיות יתר לגירויים רבים, כלומר, הוא הגיב בצורה קשה על גירויים רבים חיצוניים או פנימיים (כמו מצבים גופניים שונים של רעב וכאב). נשמע מוכר? שירי חייכה כששאלתי את השאלה, שכן היא זיהתה בתיאור אותה עצמה. "עד היום קשה לי עם כאב ועם אי נוחות גופנית בכלל", היא הודתה. "ככלל אני יצור די נרגז", היא הוסיפה בחיוך חמוץ, "אך אני מנסה להסוות את זה. חום מפריע לי וגם קור, רעש, טקסטורות שונות של בדים, וקשה לי להירדם, ואני לא יכולה לסבול רעב, וקשה לי להיות שבעה. בעצם כל דבר שהוא לא בדיוק נוח לי..." היא נאנחה: "אני כל כך מבינה עכשיו את איתי... ואני עוד מבוגרת, שיכולה להבין ולפרש לעצמה את הדברים, אך מה יעשה תינוק חסר אונים?!"

דברים שרציתי לומר...

אנשי מקצוע וחוקרים מסכימים כי השנה הראשונה בחיי התינוק היא המשמעותית ביותר להמשך התפתחותו. בשנה הראשונה התינוק מגיע להכרעה הבסיסית והחשובה ביותר על העולם: האם העולם מקום טוב ויש בו אנשים שאפשר לסמוך עליהם שיהיו שם בשבילו, או שהעולם מקום רע ומפחיד. מי שמלמדת את השיעור הזה היא בעיקר האם, ובהמשך גם האב ודמויות משמעותיות אחרות בסביבתו של התינוק. לכאורה, כמה קשה יכול להיות שיעור זה? הרי מה כבר צריך תינוק? מזון, סביבה נקייה, שמירה על חום גוף, קצת תשומת לב וזהו... כמה קשה זה כבר יכול להיות? זוהי כמובן דרך פשטנית מאוד להתבונן בתינוק. התינוק אמנם מגיח לעולם מצויד ברוב הכלים הנחוצים להסתגלות וליצירת קשר עם אמו, והוא יעדיף כבר בימים הראשונים את פניה של אמו, קולה וריחה על פני גירויים אחרים (Stern, 1985, 1995, 1998), וגם האם עצמה מכווננת כל כולה, כמעט מיד, להעניק לתינוקה את כל צרכיו (ויניקוט, 1988, 1998). ואכן, כשהכול מתנהל כשורה, נוצר במהלך השנה הראשונה קשר עמוק ומשמעותי ביותר בין האם לתינוק. התינוק מתקשר לאמו ורואה בה בסיס לביטחון ודמות הנענית לצרכיו ומספקת אותם, דמות המעודדת אותו לקשר עימה, ומרגיעה אותו במצבים של אי שקט (אלוארז, 2005). כך הוא חווה את העולם כמקום בטוח ויציב, ומפתח מה שחוקרים רבים תיארו כאמון בסיסי באם בעולם (אריקסון, 1974).

אלא שלא תמיד כך הם פני הדברים. לעיתים האידיליה נסדקת. ילדים כמו איתי, בעלי רגישות סנסורית גבוהה ותגובתיות יתר,³

3 רגישות יתר סנסורית או תגובתיות יתר הן מושגים השייכים לתיאוריית האינטגרציה החושית (Ayres, 1972), ומתייחסים לילדים המגיבים בעוצמות לא רגילות לגירויים של הסביבה ומתקשים לווסת את התגובות

הם עלולים לחוות את העולם כמקום עוין, לא נעים ולא בטוח. מה שעצוב בסיפור הזה הוא, שלא פעם ההורים עושים הכול כדי שהילדים יחוו את ההפך. הרי שירי עשתה ככל יכולתה כדי להקל על איתי. היא התמסרה לטיפול בו ימים כלילות. היא גייסה את כל האהבה והסבלנות שיכלה, היא נעזרה (אולי לא מספיק!) בבעלה ובסביבה. היא היתה לאיתי אם סובלנית ומכילה רוב הזמן. רוב הזמן - כי שירי לא היתה אם מושלמת. אבל לו דובר בתינוק ככל התינוקות, היא בוודאי היתה אם "טובה דיה".⁴ אלא שבמקרה של איתי זה כנראה לא הספיק. כדי שאיתי יוכל לחוות את העולם כמקום בטוח רגוע ושלו, כדי שאיתי יוכל לפתח אמון בסיסי בעולם, היה כנראה צורך ביותר מזה. ואולי לא היתה בנמצא אם שתוכל לספק את איתי בשלב זה.

איתי נולד בלידה קשה, מסובכת ומסוכנת שבמהלכה מן הסתם סבל מאי ספיקת חמצן. הוא היה תינוק היפוטוני וחלש, שהתקשה בתפקודים הבסיסיים ביותר הדרושים להישרדות, כמו יניקה.

שלהם ולהסתגל לסביבה (קרונביץ, 2007).

4 **אם טובה דיה** - דונלד ויניקוט, רופא ילדים ופסיכואנליטיקאי, עסק רבות בקשר בין האם לתינוקה. הוא טבע את המונח "אם טובה דיה" כדי לתאר את האם המאפשרת לתינוקה להתפתח כיאות. אם טובה דיה, לשיטתו, נענית לצורכי התינוק ומנסה לספק אותם כמיטב יכולתה, גם אם לא תמיד היא מצליחה לעשות זאת: לא תמיד היא מצליחה להאכיל את התינוק ברגע שהוא רעב, להחליף את החיתול מייד כשהוא נרטב, או לחלופין להרגיע כאבי בטן או כאבי אוזניים באופן מיידי. "כשלים" טבעיים אלה של האם הטובה דיה הם המאפשרים לתינוק לדחות בהדרגה סיפוקים בהמשך חייהם, ולפתח יכולת התמודדות עם תסכולים. אלא מה שנחוץ כתסכול קל אצל ילד רגיל עשוי להיחוות כתסכול עצום ומפרק אצל ילד עם צרכים מיוחדים כמו רגישות יתר תחושתית וקשיים בוויסות תחושתית ורגשית. לכן לעיתים להיות אם טובה דיה לילד כזה דורש מהאם כוחות רבים הרבה יותר מאשר אם לילד ללא צרכים מיוחדים.

בנוסף, נראה כי גם המטען הגנטי שלו לא היה פשוט: שירי עצמה היתה כנראה תינוקות נרגנת למדי, וייתכן שלאיתי היו מאפייני טמפרמנט דומים. איתי חווה את העולם כמקום לא נוח. האור הפריע לו, הרעש, המגע עם טקסטורות שונות ועם מים. העולם החיצוני היה מאיים ולא נעים. שירי ניסתה ככל יכולתה להתאים את המציאות לצרכיו של איתי, וגם רובי ניסה לעזור, כשהיה לצידה. שירי חשה באינטואיציה בשלב די מוקדם מהם הדברים המפריעים לאיתי, אבל היא לא ידעה מדוע איתי מגיב בעוצמות גדולות כל כך בעוד שאר התינוקות בסביבתה נראו לה כל כך רגועים. היא לא הבינה למה הוא לא מפסיק לבכות, למה הוא מתנגד לכל מזון חדש ומגיב בקיצוניות לשינויי טמפרטורה. שירי סיפרה שהיא היתה אפילו מחממת מעט את המגבות בחורף על תנור ההסקה בחדר כדי לרכך אותן ולהתאים את הטמפרטורה לאיתי. היא ניסתה לא להשאיר את איתי עירום יותר מדי זמן, עימעמה את האור, והשתדלה לשמור על שקט, אף שכולם טענו בתוקף ש"רעש לא מפריע לתינוקות". ברגעי הערות הרגועים הנדירים היא דיברה אליו, ניסתה ליצור איתו קשר, חייכה אליו, מילמלה, והוא הגיב, חייך ונראה שמח מאוד לקראתה. וזה היה שווה הכול. אבל רוב הזמן פשוט לא היה לו טוב. בעיקר בהתחלה. העולם הזה לא היה עולם נוח לאיתי. ושירי הרגישה אשמה, שהועצמה על ידי הסובבים אותה. זה לא הוסיף לה ביטחון, וזה לא עזר לה להיות רגועה יותר עם איתי. להפך, זה הקשה עליה עוד יותר להכיל את העוצמות, וכשאייתי היה מתערער – גם היא היתה מתערערת איתו. לא תמיד, לא לאורך כל השנים, אך בוודאי בהתחלה, בשנה הראשונה. היה לה קשה להכיל את העוצמות של איתי, להיות המכל המרגיע והמווסת (ביון, 2004). שירי היתה צריכה מישהו לידה שיכיל גם אותה. רובי לא היה פנוי ולא היה זמין. ושירי, כמו אימהות רבות במצבה, היתה בודדה מאוד במועקות, בחרדות וברגשות האשמה שלה.

שירי ידעה היטב שהיא צריכה להפוך את העולם לעולם נוח יותר בשביל איתי. היא הבינה באינטואיציה מה שחוקרים מצאו במחקר: שמה שהילד לומד על העולם בשנה הראשונה, עשוי ללוות אותו לאורך כל התפתחותו ועד לבגרותו. היא אכן לא היתה אם מושלמת, אך היא עשתה כל מאמץ להיות אם טובה דיה, אך שהיא עצמה כלל לא היתה בטוחה בכך. שירי הלקתה את עצמה על כך שלא כל כך רצתה ילדים ועל כך שרצתה לחזור לעבודתה. היא האשימה את עצמה בכך שאולי לא היתה אימהית מספיק ונשית מספיק. היא השוותה את עצמה ללא הרף לאימהות צעירות בסביבתה, וחשה רגשות אשם קבועים שהכבידו עליה והפריעו לתפקודה. היא ניסתה כמיטב יכולתה להיות אם טובה דיה, אך איתי היה תינוק לא קל, נרגן ותובעני, המתקשה להגיע לוויסות וסדירות ביולוגית במעגלי ההאכלה והשינה שלו. הוא היה כנראה בעל תגובות יותר לגירויים, כלומר גירויים בעוצמה נמוכה יחסית הפריעו לו וגרמו לו לעוצמות תגובה גבוהות שעירערו את שירי ואת אמונה ביכולותיה כאם. שירי לא היתה רגועה ושלווה בעצמה, והיא התקשתה להביא את איתי לשלווה ורוגע. שנת חייו הראשונה של איתי היתה מאוד לא פשוטה ואיתי התקשה להתמודד עם המשימה ההתפתחותית הראשונה שלו - פיתוח אמון בסיסי בעולם.

* * *

בינתיים איתי גדל קצת והמועד לבדיקה השגרית בתחנה לבריאות המשפחה כבר עבר מזמן. התחנה היתה במרחק הליכה מביתה של שירי, ושירי שמחה על ההזדמנות לטייל קצת עם איתי. בשכונה היתה חבורה של אימהות צעירות עם תינוקות שהיתה נפגשת לעיתים קרובות בגינה הציבורית עם הילדים, ושירי היתה מצטרפת אליהן לפעמים, אם כי היתה חצויה בנוגע לפגישות האלה. מצד

אחד היא הרגישה צורך לצאת מדי פעם מהבית. השהות עם איתי שעות רבות לבדה היתה קשה לה. רובי היה חוזר מאוחר מהעבודה, ועד שחזר היתה מרגישה לפעמים צורך לדבר גם עם מישו מבוגר. במהלך היום היתה משוחחת לעיתים עם אמה ומדי פעם עם חברות, אלא שחיייהן כיום כה שונים משלה. הן היו עסוקות בעבודה, ומיהרו תמיד לחזור לבית ולילדים. לרובן היו ילדים גדולים מאיתי והן גרו רחוק ממנה. שירי שמחה על האפשרות לפגוש אימהות המגדלות תינוקות בגיל של התינוק שלה וגרות בקרבת מקום.

אלא שהיה לכך גם צד אחר: שירי לא הצליחה להרגיש בנוח בין האימהות האחרות. חלק מהאימהות נראו לה בטוחות מאוד בעצמן וביקורתיות כלפיה. היא לא היתה בטוחה בכך, אך היא היתה בטוחה שזו ההרגשה שחשה לידן. הן גם היו עסוקות בלהשוות בין התינוקות, ושירי לא מצאה מקום ועניין בשיחות אלה, גם אם העמידה פנים. היא לא הבינה מה גורם לנשים הללו, שחלקן נראו אינטליגנטיות ומוכשרות, לדבר רק על מזון תינוקות ובגדי ילדים. היא היתה שמחה לדבר גם על נושאים אחרים. נכון שמדי פעם שמחה על ההזדמנות להתייעץ עם אימהות אחרות, אך היא שמה לב שחלק מהאימהות מסתכלות עליה בצורה משונה כאשר סיפרה על קשייה. היה נראה שהן לא ממהרות כמוה לשתף בקשיים, או שמא היו להן פחות קשיים מאשר לה? שירי לא ידעה. ייתכן שהתינוקות שלהן יותר נוחים? או אולי הן יותר סבלניות ממנה? כך או כך, תגובות הנשים, או הדרך שפירשה אותן, לא עשו לה טוב. היא אפילו מצאה את עצמה לעיתים בעמדת התגוננות. בנוסף, איתי היה לא פעם נרגן, לא רגוע ולא שקט, ואז היתה בטוחה שראתה ביקורת במבטן של האחרות. וכך, שירי העדיפה לא לשבת תכופות עם האימהות האחרות. היא הצטערה מאוד שאף אחת מחברותיה לא גרה בקרבת מקום, ושלאף אחת מהן לא היה תינוק בגיל של איתי. היא למדה כבר כי נשים ללא תינוק אינן

ששות לערוך דיונים ארוכי נגן על כאבי בטן עוויתיים ועל בכי תינוק בלתי פוסק.

אלא שבתחנה לבריאות המשפחה העניינים היו לא פחות יגעים. היא הגיעה מעט לפני הזמן ולפניה חיכו כמה אימהות שישבו בפנים חתומות. דווקא האימהות האלה הזכירו לה מעט את עצמה. עיניהן היו טרוטות והן נראו חיוורות, מוטרדות ועייפות מאוד, מה שהבליט את הפער ביניהן לבין תמונות האימהות המאושרות שניבטו אליהן מהכרזות שעל קירות המרפאה. בתור לא היה ולו אב אחד לרפואה, ושירי תהתה בינה לבין עצמה אם חיסון של תינוקות הוא תפקיד בלעדי של אימהות. אבל אז נכנס זוג שקילקל את הכלל. הם היו בערך בני גילה של שירי. האישה נראתה עדיין מלאה מהלידה, אך לא נראה היה שאכפת לה. היא החזיקה את התינוק בידיה וגירגרה אליו. התינוק היה שמנמן וורדרר, הרבה יותר שמן מאיתי, ובן זוגה שהיה אף הוא כבד בשר הכניס בזהירות את העגלה למסדרון ונראה מדושן עונג. "הרי לך תמונה חביבה של משפחה מאושרת," חייכה שירי לעצמה. ואכן שלושתם נראו עגולים וורודים ומחייכים, ואי אפשר היה לא לחוש בשמחה המתפרצת שלהם. גם האימהות האחרות נראו פתאום מחויכות יותר.

האחות שהזמינה את שירי להיכנס לחדר נראתה משועממת מאוד. היא הכירה אותה עוד מתקופת ההיריון. אז היא היתה שוקלת אותה ורושמת את משקלה בפנקס, מוודאת ששירי מבצעת את כל הבדיקות בזמן, ונוזפת בה אם התרשלה. כעת היא קיבלה אותה בפנים חמוצות. שירי כבר היתה צריכה להגיע למרפאה קודם, אבל ביטלה פעמיים, כי איתי לא הרגיש טוב, ונראה כי האחות לא אהבה את החריגה מן השורה.

היא בחנה את איתי במבט קצר. שירי ציפתה שתגיד משהו, אבל היא לא אמרה דבר. שירי הרגישה לפתע צורך עצום לקבל אישור דווקא מהאחות החמוצה הזו, שליוותה אותה במהלך ההיריון

והיתה עדה, אילמת בדרך כלל, להיריון המתפתח, ומדי פעם גם לשאלותיה ולחרדותיה של שירי.

אך האחות לא אמרה שום מילה אישור או עידוד. היא רק ביקשה משירי שתפשיט את איתי ותניח אותו על המשקל. שירי ידעה שזה לא הולך להיות קל. איתי שנא שמפשיטים אותו. אבל לא היתה ברירה. כצפוי איתי החל לצרוח ברגע ששירי ניסתה לפשוט ממנו את הגופייה. שירי חשה את מדקרות עיניה של האחות בגבה. ידיה היו פתאום כל כך מסורבלות, והיא התקשתה לשלוף את ידו הקטנה של איתי מתוך סבך הבגדים שהיה לבוש בו. האחות עמדה מאחוריה, והחלה לגלות חוסר סבלנות לאם הטרייה ולתינוק הנרגן. שירי היתה בטוחה שגם בחדר ההמתנה כולם שומעים את איתי. כשסוף-סוף הצליחה להפשיט את איתי, למרות ההתנגדויות, ההשתוללויות והצרחות, איתי היה נראה לה כל כך צנום וקטן, שכוב על המשקל הקר, מתעוות כולו, פניו אדומות ורטובות. האחות שקלה את איתי ושירי נטלה אותו במהירות והחלה להלביש אותו, מנסה בגמלוניות להרגיע אותו, אך ללא הצלחה.

"מה הוא אוכל?" שאלה האחות מאחורי גבה.

שירי אמרה לה את שמה של חברת תחליפי החלב שממוצריה קנו לאיתי את מזונו.

"כמה פעמים ביום הוא אוכל?" המשיכה האחות ושאלה, ושירי חשה מדקרות בגבה.

"הוא אוכל הרבה, כל פעם שהוא רעב, לפעמים כל שעתיים-שלוש, גם בלילה," היא מילמלה בהצטדקות.

"אז למה הוא לא עולה במשקל? מאז הלידה הוא עלה רק 800 גרם. הוא היה כבר צריך לעלות לפחות קילו וחצי... את בטוחה שהוא אוכל מספיק?"

שירי רצתה לספר לה על השעות הארוכות של ההנקה, על המעבר לבקבוק, על הקושי בהאכלה, על הפליטות המרובות, אבל

היא לא הרגישה שהיא מסוגלת לעשות זאת... במקום זה שתקה. האחות ביקשה ממנה שתגיע שוב בשבוע הבא למעקב גדילה, ושירי חשבה בליבה שהיא לא בטוחה שתהיה מסוגלת לעמוד בכך שוב. "חוץ מזה, איך הוא נראה לך?" היא הפתיעה את עצמה, בכך שהעזה לשאול, נכלמת ומשוועת לשמוע מילה טובה.

"הוא קצת חיוור," השיבה האחות, לא מרימה עיניים מהטפסים שמילאה, "אמרתי לך שאני חושבת שהוא לא אוכל מספיק." שירי החזיקה את איתי בידיה. למרבה המזל הוא נרגע מעט וסקר בעיניו הכחולות את החדר. אהבה עצומה הציפה את שירי פתאום: "איך היא לא רואה כמה יפה, מקסים ומדהים אתה, ואיזה עיניים חכמות יש לך!" חשבה לעצמה. לרגע רצתה לנער את האחות שתביט באיתי, שתרים לרגע את עיניה מהטפסים ותסתכל, שתתפעל ממנו כמו ששירי מתפעלת, אך לאחר רגע חשה שאין בכך כל צורך. היא קמה, ועזבה בשקט את החדר. בפעם הבאה, חשבה, היא תבקש מרובי שיבוא לכאן איתה. היא לא רצתה לעבור את זה שוב לברה.

אבל בפעם הבאה, וגם בזו שאחריה, רובי לא היה יכול לבוא. וזה היה יותר גרוע, כי פעמים אלו נועדו למתן חיסונים, ושירי התקשתה מאוד להחזיק את איתי במהלך קבלת הזריקה, והרגישה שהיא בוגדת באמון שלו, כשהיא מוסרת אותו לדקירה. אחר כך איתיוש תמיד הרגיש לא טוב, וחומו עלה. אלה היו ימים קשים, ודווקא בהם יצא איכשהו שרובי נעדר מן הבית.

שירי זוכרת את הפעם הראשונה שבה איתי סבל מדלקת אוזניים, פעם ראשונה מיני רבות, שאחריה עוד ועוד דלקות, ים של אנטיביוטיקה, ירידה בשמיעה, התלכטות לגבי ניתוח. לבסוף הם ויתרו על ניתוח "כפתורים". רובי התנגד ואמר שזה יעבור לבד, והוא צדק. הדלקות אכן פחתו בהמשך בלי ניתוח, עד שנעלמו.

אך לעומת זאת איתי לא שמע היטב במהלך חלק ניכר מתקופת הנינקות והילדות המוקדמת, ושירי לא ידעה עד כמה הדבר השפיע עליו, ועד כמה תרמה הירידה בשמיעה לאי שקט שממנו סבל.

כך או כך, שירי זכרה היטב את דלקת האוזניים הראשונה. הפעם הבכי היה שונה. אלה היו צרחות ששירי לא שמעה אף פעם לפני כן. בפעם הזו רובי היה במילואים ואי אפשר היה להאשים אותו או להגיד לו שיבוא מהר הביתה. הוא היה ברמת הגולן ושירי ידעה שהיא מוכרחה להסתדר לבד. אבל הצרחות היו מפחידות ממש.

איתי צעק כמו שלא צעק מעולם. לילה ירד, וקופת חולים סגורה, ושוב לנסוע למיון. מה יש לו? הוא מעולם לא צרח ככה? שירי כבר ראתה בעיני רוחה את הגרוע מכול. איך אני אסביר לו? היא שאלה את עצמה בסימומו של תסריט אפל, השאיר אותי עם תינוק ויצא למילואים, ואני לא הצלחתי לשמור עליו... בפעם הראשונה מאז שאיתי נולד שירי התמוטטה באמת. היא לא הצליחה לעשות כלום חוץ מלהזעיק את השכנה, אותה גברת עם הערק. היא פשוט שכבה על המיטה, כיסתה את ראשה והרגישה שאינה יכולה לעשות דבר. וזה נמשך ונמשך זמן רב, או אולי רק הרגישה כך.

נראה היה כאילו השכנה לא התרגשה כלל מבכיו של התינוק. "או שצומחות לו שיניים, או שזו דלקת אוזניים", קבעה. היא לחצה על האוזן הימנית מבחוץ וצרחותיו של איתי גברו. "אוזניים!" פסקה בסיפוק.

"גם שיניים..." שירי מילמלה. לאחרונה החלה מבצבצת השן הראשונה.

בשלב הזה שירי התעשתה מעט. כמעלה הרחוב גר ד"ר קרביץ. הרופא בדק את איתי ואישש את דברי השכנה: אכן דלקת אוזניים חריפה. הוא נתן לשירי אנטיביוטיקה וטיפות אוזניים, ואמר לה שתדאג שהחום לא יעלה, ותיתן אקמול על פי הצורך. זהו. איתי למרבית המזל היה כנראה כבר תשוש מהבכי, ואולי השמן

וטיפות האוזניים עשו את פעולתם. הוא נרדם בעגלה ושירי חזרה לביתה. החדר נראה כמו לאחר מלחמה. כוסות בכל מקום, בקבוקים, שמיכות על הרצפה, שיירי מזון... המנורה בחדר של איתי נשרפה כבר אתמול, ושירי לא הספיקה להחליף אותה. מאיתי נדף ריח חמוץ של פליטות וזיעת תינוקות, אבל שירי לא העלתה בדעתה להעיר אותו עכשיו. היא ישבה בחדר המגורים על הספה הקשה שקנו היא ורובי לאחר החתונה, והתעוררה רק כשהטלפון של רובי מרמת הגולן העיר אותה: "כן, הכול בסדר... שגרה... מתגעגעים אליך... איך אצלכם?"

"דודו המ"פ מוסר לך ד"ש."

"בחזרה..."

"תשמרי על איתי בשבילי."

"שומרת."

כאמור, אירוע זה של דלקת אוזניים היה רק אות לבאות. למעשה, בכל פעם שהצמיח שן, גם האוזניים הצטרפו בדלקת משלהן. שירי לא ידעה להחליט אם נכון "לפוצץ" (כדברי רובי) את התינוק באנטיביוטיקה, אבל היא גם לא יכלה לחשוב על שום פתרון אחר. על פי תגובתו של איתי, הכאבים היו כנראה בלתי נסבלים. שירי כבר הכירה את הסימנים, וידעה לצפות מתי תגיע דלקת האוזניים הבאה. למעשה, הרושם היה שהחורף כולו נצבע בדלקות אוזניים ובאנטיביוטיקה.

זמן מה שירי ניסתה כל מיני דרכים אלטרנטיביות. היא התייעצה בפורומים של הורים טריים, שהחלו להופיע ברשת באותם ימים, וחיפשה תשובות. היא גם גילתה שבפורומים האלה הרגישה הרבה יותר נוח. זה לא היה תחליף לקשר אמיתי, אבל זה היה הכי טוב שאפשר בהתחשב בכך שחברותיה גרו רחוק, על הוריה גוננה כי הרגישה שיש להם הצרות שלהם, ואת גיסותיה חששה לשתף שמא הדבר יחזור אליה כבומרנג בהמשך.

דברים שרצינו לומר

גישות שונות בפסיכולוגיה, בעיקר **פסיכולוגיית העצמי**,⁵ טוענות, שהמניע המרכזי והחשוב ביותר בחייו של אדם הוא הצורך לקבל הכרה ואישור לתחושת הערך העצמי שלו. את ההכרה הזו מספקות דמויות משמעותיות בסביבתו הקרובה של האדם, הנקראות בלשון פסיכולוגיית העצמי **זולתעצמי**.⁶ הטענה היא שבאמצעות היענות **אמפתית**⁷ לצרכיו של התינוק, הבנתם וקבלתם, וכן באמצעות התפעלות ההורה ממנו, ההורה מסייע לתינוק לפתח תחושה חיובית של ערך עצמי, ועצמי חזק ומגובש. כך מתאפשרת בעתיד התאוששות במצבים של פגיעה בתחושת הערך העצמי, כמו למשל במצבים של תסכול או כישלון. חוויית עצמי אינה קבועה ויציבה. העצמי זקוק ל"תחזוקה ותדלוק" מתמשכים כדי לשמור על תחושת הלכידות

5 **פסיכולוגיית העצמי** – זרם בפסיכואנליזה המתייחס אל האדם כמונע על ידי הצורך בשמירה על הגיבוש ותחושת הערך של העצמי (בניגוד לגישות אורתודוקסיות בפסיכואנליזה הרואות את האדם כמונע על ידי הצורך למצוא פורקן לדחפיו). המשימה ההתפתחותית של האדם על פי תפיסה זו היא למצוא תכלית, משמעות וכיוון, וכן לשמור על תחושת הלכידות של העצמי. תחושה זו מתפתחת באמצעות הקשר של הילד עם הדמויות המטפלות בו ובאמצעות היענות אמפתית לצרכיו. בהיעדר היענות אמפתית נפגעת תחושת הערך של העצמי, תחושת הלכידות והבנייה של העצמי, ובמקום מטרות, חיוניות וכיוון יעלו תחושות קשות של ריקנות ודיכאון, או במקרים של פגיעה – תחושות של זעם (אוסטרול, 1995).

6 **זולתעצמי** – דמות חיצונית בחייו של הילד (בדרך כלל הורה או מטפל עיקרי) שהילד חווה אותו כחלק ממנו. למעשה הזולתעצמי מהווה גם דמות חיצונית וגם חלק מהעולם הפנימי של הילד, הממלא עבור הילד פונקציות שונות כגון הרגעה וויסות, שיקום תחושת הערך העצמי, ריסון וכדומה.

7 **אמפתיה** – המשמעות של אמפתיה, לפי פסיכולוגיית העצמי, שונה מהמשמעות של המושג בשפה הדבורה כיום. משמעות המושג בפסיכולוגיית העצמי היא היכולת להבין באופן מדויק את החוויה של האחר ולבטא זאת באופן שהאחר ירגיש מובן, ויחוש שלחוויה שלו יש תוקף, ערך ומשמעות.

והגיבוש שלו (Kohut, 1977, 1984). זו הסיבה שבעטיה אנו מחפשים ללא הרף היזון חוזר מהסביבה, ומהדמויות שאיתן אנו באים במגע. ברגע שאנו מקבלים היזון חוזר חיובי מהסביבה, אנו חווים תחושה של יכולת ושל ערך עצמי חיובי. אך לעומת זאת, ברגע שהעצמי שלנו אינו מקבל אישורים או מקבל היזון חוזר שלילי - תחושת הערך העצמי מתערערת, העצמי מאבד את תחושת הליכדות והגיבוש שלו, והדבר מתבטא בירידה בהערכה העצמית, בירידה במצב הרוח, ובירידה בכוחות ובאנרגיה.

בתיאוריות של פסיכולוגיית העצמי אין התייחסות ישירה למשמעות של להיות זולתעצמי לילדים עם צרכים מיוחדים, אך כפי שהספקנו להיווכח עד כה, קשה מאוד לספק היענות אמפתית לילדים אלה. נראה כי הקושי להיות זולתעצמי לילדים עם צרכים מיוחדים נובע מכך שעוצמת הצרכים של ילדים אלו אדירה. כדי להרגיע את אותם ילדים ולספק להם סביבה מרגיעה ומווסתת, יש צורך לא פעם בכוחות עצומים, שלא תמיד הורה של ילד כזה מצליח לגייס. בנוסף על כך, יש לזכור שגם התינוק עצמו מהווה זולתעצמי להורה ולא רק ההורה לתינוק. גם הוא מספק להורה תחושה של הצלחה כהורה ומבסס את החוויה ההורית החיובית שלו. כאשר הורה מתקשה לספק את צורכי התינוק, והתינוק אינו רגוע ואינו מווסת, הוא יתקשה לקבל מהתינוק אישור על היותו הורה טוב. כך נוצר מעגל קסמים שלילי.

מה שיקבע במידה רבה את היכולת של הילד לחוות היזון חוזר שלילי מהסביבה, להתמודד ולהתאושש מהחוויה של התערערות תחושת הערך העצמי שלו, הוא מידת הגיבוש של העצמי מלכתחילה והמידה שבה הוא הצליח להפנים לתוך מערכת העצמי שלו את היכולת לשקם תחושות של פגיעה בערך העצמי. גם במקרה זה הדבר תלוי במידה רבה בהיענות האמפתית של הסביבה לצרכיו. אך קשה לגדל ילד עם צרכים מיוחדים שיהיה

בעל תחושה של ערך עצמי חיובית ויכולת תקינה להתמודד עם פגיעה בתחושת הערך העצמי.

ואכן לילד עם צרכים מיוחדים קשה יותר להתמודד עם פגיעה בתחושת הערך העצמי ולשקם אותה, שהרי ילד כזה חווה ללא הרף כישלונות, שהרי בפועל, יכולותיו אכן טובות פחות משל אחרים, והוא נוטה לאכזב את הוריו ואת הסביבה ללא הרף. במקרה כזה תתפתח פגיעות בתחושת הערך העצמי ויהיה קושי להורה, לכל הורה, להיות זולתעצמי "טוב מספיק" עבורו. ואכן, ילדים עם צרכים מיוחדים מועדים לפתח פגיעות רבה בתחושת הערך שלהם, ולהורים לילדים כאלה ישנו קושי ממשי להוות זולתעצמי עבורם. שירי, כמו כל אם, ציפתה לילד שיסתכל עליה בעיניים מעריצות בזמן שהיא מיניקה אותו. היא ציפתה שהתינוק שנולד יהדהד וישקף דרך המבט שלו, הגדילה שלו והחיוך שלו, את היכולת האימהית שלה. ואכן, אם שמצליחה להרגיע את תינוקה, להיניק אותו ולהעניק לו את הטוב שלה, מרגישה סיפוק רב. להביא יצור חדש לעולם, לגדל אותו, לעצב אותו בדמותך, זוהי חוויה של בריאה המביאה סיפוק עצום, שאין רבים כמותו. אך במקרה של שירי הקשיים והבעייתיות בגידולו של איתי היוו כמעין מראה שלילית שיצרו חוויה של אימהות לא טובה. בנוסף, לשירי לא היתה תמיכה חברתית מספקת. היא הרגישה בודדה מאוד במצוקה שלה מול איתי. במסגרת החברתית המועטה שכן היתה לה, האינטראקציה לא היתה תמיכתית אלא להפך. שירי חוותה את האחות ב"טיפת חלב" ואת האימהות האחרות כמאשימות אותה ומעבירות עליה ביקורת, והיא חשה חריגה. לשירי לא היו בסביבתה זולתעצמי שיתקף ויהדהד בצורה חיובית את היכולת האימהית שלה, ושיחזיר לה את הביטחון והאמון ביכולתה לתפקד כאם טובה דיה.

נראה אפוא כי כבר בשלבים הראשונים של הלידה וההורות חוותה שירי בדידות וקושי לשתף בחוויות הקשות. שירי בחרה לא לשתף את רובי בחוויותיה אלה, ולא נעזרה בו כזולת עצמי. ייתכן ששירי היתה מעוניינת לשמר בפני עצמה ובפני אחרים דימוי של אישה עצמאית ש"מסתדרת" ואינה נזקקת לאחרים. לאורך כל חייה חוותה את עצמה ככזו, ונראה כי תחושה זו של עצמאות והיעדר נזקקות ליוותה אותה תמיד. היא ידעה שרובי העריץ מלכתחילה את היותה אישה חזקה ועצמאית, וייתכן שבדרך זו שימרה את דימויה בעיניו. ייתכן גם שבדרך זו הרגישה שהיא שומרת על רובי כדי שלא יתערער בעצמו. כך או כך, שירי מצאה את עצמה בודדה מאוד עם קשייה, ללא כל דמות שתוכל להוות בשבילה משענת, תכיל, תרגיע, תווסת ותשקם את תחושת הערך העצמי שלה כאם. ללא כל זולת עצמי. רק אישה פשוטה מחדר הלידה נתנה אישור לתחושותיה, פשוט בכך שציינה שהיתה לה לידה קשה, בפשטות מקבלת וללא שיפוטיות.

* * *

הימים חלפו וחופשת הלידה הסתיימה זה כבר. שירי הודיעה מראש כי היא מאריכה את חופשת הלידה לחצי שנה, וגם חצי שנה זו עמדה להסתיים. הבוס הגיע לביקור עם אשתו, חסידה נלהבת ופנאטית של ארגון לה לצ'ה, שהחמיצה פנים כשראתה ששירי אינה מיניקה, והביאה לשירי מתנה - ביקור חינוך של יועצת הנקה ששירי כמובן לא יכלה להשתמש בו. הבוס היה נחמד בהתחלה וגם הוא עודד אותה להיניק. כעת הוא החל לגלות חוסר סבלנות.

"ממילא את לא מיניקה", אמר לה, "אז מה זה חשוב מי יהיה עם התינוק?"

לא אמרו להם ב'לה לצ'ה' שאמא זה לא רק בשביל להיניק, שירי חשבה במרירות.

גם רובי התחיל ללחוץ קצת שהגיע זמן לשוב לעבודה. בארץ היה מיתון, המשכורות היו "לא משהו", לדברי רובי, והוא שב ואמר לשירי שהם לא יוכלו להחזיק מעמד לאורך זמן עם משכורת אחת. לשירי היה ברור שהיא צריכה להתחיל להתכונן לחזרה לעבודה. "אבל עם מי משאירים את איתי, ואיך משאירים אותו ככה במצב כזה?" תהתה בקול.

"באיזה מצב?" רובי לא הבין. "הילד בסדר. הוא דווקא נהיה בריון קטן. תראי איך הוא גדל ואיך הוא נהיה חזק. סומו!" שירי הסתכלה על איתי. בחודשיים האחרונים הוא אכן העלה מעט בשר, איבריו הכחوشים התמלאו מעט ואפילו נראו מעט קפלי שומן תינוקות על ירכיו. הוא נראה לה פחות רפוי ושירירי כנראה התחזקו. אולי צדקה חברתה הפיזיותרפיסטית (שאמנם לא עבדה עם ילדים, אלא בשיקום מבוגרים), שהפיזיותרפיה הטובה ביותר במקרה הזה היא תרגול יומיומי בבית. איתי היה באמת פחות היפוטוני, חלק משיניו כבר בקעו, ודלקות האוזניים הופיעו בשכיחות נמוכה יותר.

אבל הוא עדיין היה לא רגוע. כשהיה בוכה, רק היא הצליחה להרגיע אותו, אפילו לא רובי. ורוב הזמן הוא רצה רק אותה. זה אמנם היה מחמיא, אבל קשה.

לאחרונה החל לאכול גם ירקות, והוא לא אהב ירקות. הוא התנגד לירקות, והאכלתו דרשה סבלנות וזמן רב. היא עצמה היתה מתעייפת לפעמים. האמת שלרובי היתה יותר סבלנות מאשר לה, והוא היה מצליח יותר. אבל לאיזו מטפלת תהיה סבלנות?

היא לא היתה מוכנה להכניס אותו למעון. היא ביקרה במעונות שם שהו ילדים בגיל הזה והזדעזעה. היה ברור לה שהוא צריך מטפלת, שתבוא הביתה ותהיה רק איתו. אבל איפה מוצאים

מטפלת כזו? אחרי כל הסיפורים על מטפלות ששמעה, אולי כבר עדיף שתישאר בבית בכל זאת...

אבל רובי צודק! הגיע זמן שתחזור לעבודה... גם הבוס שלה לא ישמור לה את המקום לתמיד, ועם המצב במשק, והמצב בבנק, נראה פשוט שאין ברירה. והיא הרי לא הראשונה שמשאירה תינוק עם מטפלת! מה זו ההתנהגות החרדתית הזו?

את המשפט הזה, בגרסאות שונות, שירי שמעה מחברותיה בטלפון, מאמה, מגיסותיה ואף מאימהות בפורום שבו השתתפה. רק אחדות מהמשתתפות הזדהו איתה וסיפרו לה על תחושות דומות שלהן. מסתבר שהיו עוד כמה אימהות שהתקשו לשוב לעבודה. אלה היו אימהות שגם ילדיהן כנראה לא היו קלים. לימים תכיר שירי את המושג "ילד רגיש מדי", שטבעה אחת האימהות בבלוג. איתי היה ילד כזה. אז היא עוד לא היתה בטוחה, אבל בפורום שמעה גם מאימהות אחרות על ילדים שלא מפסיקים לבכות, שקשה להאכיל אותם, להלביש אותם ולעשות להם מקלחת, שחולים לעיתים קרובות (רובם בדלקות אוזניים או באסתמה של כלי הנשימה או של העור),⁸ שלא ישנים כל הלילה עד לגיל מאוחר, שקשה להרגיע אותם, שלא אוהבים שינויים... האימהות בפורום סיפרו סיפורים דומים... אולי משום ששם אפשר להישאר בעילום שם... הן סיפרו על לילות ללא שינה, על בכי בלתי פוסק, על כעסים הולכים וגואים כלפי הבעל, על תחושה של חוסר סיפוק... הן דיברו גם על דאגה ללא קץ, על אהבה עצומה, על גאווה אפילו... אך הן הרשו

8 רונית פלוטניק מציינת בספרה כי דלקות אוזניים כרוניות, נטייה לאסתמה, דרמטיזם של העור ועוד - כולן תופעות רפואיות המופיעות במידה רבה בינקות בקרב ילדים לקויי למידה וקשב, שעצם קיומן מעיב על יחסי ההתקשרות, ועל תחושת התינוק הטוב וההורה הטוב. חוויית גידול ילד עם קשיים רפואיים קשה ושונה באיכותה מחוויית החיים עם ילד בריא יחסית שגדל ללא הפרעות מיוחדות (פלוטקין, 2008).

לעצמן משום מה לדבר גם על דברים ששירי הסכימה לדבר עליהם רק בינה לבין עצמה, שהיא חששה לשתף בהם אפילו את רובי. הם דיברו גם על הרצון לחזור כבר להיות מה שהן היו קודם, על הרצון לתת את התינוק למישהי אחרת שתטפל בו, להתלבש יפה, להתאפר, לצאת מהבית, לחזור להיות הן עצמן...

שירי זוכרת שבהתחלה היה לה קשה לקרוא את הדברים האלה. היתה שם אמא אחת שעוררה בה התנגדות עזה במיוחד. היא כתבה על כך שתינוקות הם המצאה של גברים שרוצים לשלוט בנשים. היא קראה לכולן להתעורר, להפסיק לדבר רק על מחלות ילדים ועל מזון לתינוקות, ולשים לב לאיזו מלכודת הכניסו אותן. דבריה גרמו לשירי אי נוחות.

נכון שמדי פעם גם היא חשה במעומעם תחושות כאלה, אבל היא מעולם לא העזה לבטא אותן. וחוץ מזה, איך אפשר לדבר על איתוש כעל מלכודת. התינוק הזה, שהפך להיות כל עולמה בחודשים האחרונים, היה הדבר הטוב ביותר שקרה לה למרות הכול. בטח אותה אם היתה טוענת שהיא קנתה את הסיפור שמכרו לה, ושהיא קורבן של אותה מלכודת. אבל היא לא הרגישה כך. למרות הכול, היא לא היתה מוכנה לוותר על איתי בעד כל הון שבעולם. איתי היה פלא. אבל זה נכון שלא ידעה למה היא נכנסת, ושאל אחד לא סיפר לה כמה קשה זה עומד להיות.

אולי לו ידעה, לא היתה נכנסת לכך ביודעין. אולי בגלל זה שומרים על הסוד הזה. ואולי לא באמת לכולם כל כך קשה. שירי חששה לשתף אחרים במחשבות הללו, והעדיפה לנער אותן מעליה. ובכלל, זה גם לא היה הזמן לכך. עכשיו היה צריך למצוא לאיתי מטפלת.

הישועה הגיעה שוב מהשכנה. היתה לה קרובת משפחה רחוקה, מטפלת מנוסה, שכבר גידלה את ילדיה ועוד ילדים רבים אחרים. היא לא תבוא לשירי, אבל היא תסכים לשמור על איתי בבית שלה. לפעמים מגיעים לשם עוד תינוקות, אבל איתי יהיה הילד הקבוע

היחיד בבית. "וזה דווקא נחמד שלאיתיוש תהיה חברה," הוסיפה השכנה.

שירי לא חשבה שאיתי זקוק כרגע לחברה, אלא למישהי סבלנית מאוד. אלא שההיצע לא היה רחב, לה עצמה לא היו הרבה קרובות משפחה. הסבתות משני הצדדים מיהרו להדגיש שהן לא יכולות לקחת אחריות מלאה על איתי. היו להן חיים מלאים, לא כמו הסבתות של פעם, ומעון מבחינתה פשוט לא בא בחשבון. רובי אמנם חשב שמעון יכול להיות פתרון שפוי. הוא לא הבין למה כל כך הרבה תינוקות יכולים להיות במעון ורק איתי לא, אבל שירי נלאתה מלהסביר. היא הסתובבה במעונות והתמונות של תינוקות בגילו של איתי, יושבים ב"כלובים", כמו שכינתה זאת בינה לבין עצמה, ולעיתים בוכים בלי סוף בלי שמטפלת תיגש אליהם (וזה עוד בזמן ביקור שלה, מי יודע מה קורה בזמנים שאין איש צופה על המקום), לא משו מראשה. ואיך אפשר בכלל לטפל בכל כך הרבה ילדים בבת אחת, חשבה, כשרק איתי שלה דורש כל כך הרבה תשומת לב. הלוא חלק גדול מהיום היא מחזיקה אותו על הידיים, לא מצליחה להרגיע אותו בדרך אחרת, וגם רובי לא, אז איך מטפלת במעון תוכל?

וכך, שירי הגיעה לביקור בביתה של קרובת המשפחה של שכנתה. זה היה בית קטן בשכונה ותיקה בעיר, קרוב למדי למקום עבודתה - וזה היה יתרון. הבית היה פשוט אך חמים, והאישה נראתה נעימה ומסבירת פנים. היא כיבדה אותה בעוגיות מלוחות מעשה ידיה ובתה רותח עם נענע, סיפרה לה על ילדיה, והראתה לה את התמונות של באי הבית שהיו תלויות כולן בסלון. היא לא נראתה מבוגרת מדי, וגם לא צעירה מדי, היו לה פנים טובות וידיים חזקות של אשת עבודה, והיא נראתה רגועה.

ובכל זאת שירי לא היתה בטוחה. היא לא הכירה את האישה, וזה היה נראה לה "טירוף" להשאיר את איתי כמו חבילה בידיים של

מישהי לא מוכרת. אבל לא היתה לה ברירה. היא קיוותה מאוד שרחל תמצא את הדרך לאיתי. היא ניסתה להכין אותה מראש, לספר לה על איתי, להזהיר... אך רחל לא נראתה מודאגת. היא רק ביקשה שתביא מספיק חיתולים ובגדים להחלפה. לגבי האוכל אין לה מה לדאוג. היא מכינה אוכל כל הזמן ואיתי יאכל מה שכולם אוכלים. היא תלמד אותו לאכול אוכל כמו כולם... שירי תהתה בינה לבין עצמה בעניין זה, אך לא העזה להוסיף דבר.

היום הראשון בעבודה לא היה קל. היא קמה והתארגנה במהירות. כמו ברוב הלילות, גם בלילה הזה היא נדרשה לקום כמה פעמים כדי להרגיע את איתי. היא כבר לא האכילה אותו בלילות, אך נתנה לו מדי פעם לשותות מים, ורק ניענעה אותו זמן רב עד שנרדם. רובי ישן שינה עמוקה, והיא לא רצתה להעיר אותו, אלא ידעה שבהמשך הרגל זה יצטרך להשתנות, שהרי עכשיו גם היא עובדת. בינתיים היה צריך להעיר את איתי שישן שינה עמוקה דווקא, וסירב כמובן לאכול. היא הכינה את בקבוק הדייסה והכניסה אותו למקום מיוחד בתיק של איתי. רחל תנסה כבר להאכיל אותו אחר כך, חשבה, ופתאום הרעיון קסם לה – לחלוק את האחריות והעול על ההאכלה של איתי עם מישהי אחרת. רובי הוריד אותם ליד ביתה של רחל. משם כבר תמשיך ברגל. אלא שלא היה ברור לה עדיין איך תצליח למסור את איתי.

הם כבר שהו כמה פעמים במהלך השבוע האחרון אצל רחל, ואיתי ורחל התוודעו זה לזו. משהו בדרך שרחל התנהלה עם איתי הרגיע את שירי.

רחל שמחה לקראת שירי והתינוק, ונטלה את איתי, והוא הסכים לעבור לזרועותיה. איתי כנראה הרגיש משהו והחל לבכות, דורש את אמו. רחל הפצירה בה ללכת, סימנה לה שהיא כבר תסתדר. למרבה הפלצות איתי החל לצרוח במלוא ריאותיו. שירי שמחה שלא הצליחה להאכיל אותו. היא ידעה שהוא עלול להקיא

בעקבות בכי כזה. היא ניסתה לקחת אותו שוב ולהרגיע אותו, אך רחל שוב סימנה לה שתלך. "זה רק יהיה קשה יותר כך," אמרה לה. שירי חשבה שזה נורא להשאיר תינוק קטן כזה בידיים של מישהי זרה, אבל היא גם ידעה שהיא עלולה לאחר כבר ביום הראשון אם תתעכב, והיא השאירה את איתי צורח בזרועותיה של רחל. איזו אמא איומה אני, אמא איומה, הידהד קול פנימי במוחה. איזו אמא עושה דבר כזה. הייתי צריכה להישאר איתו בבית עד שיגדל...

בעבודה קיבלו אותה כולם במאור פנים, אך בבהילות המאפיינת מקומות עבודה. ישיבה חשוכה היתה אמורה להתחיל בתוך כמה דקות, וכולם התארגנו לקראתה. גם שירי באה מוכנה. היא כבר קיבלה את המצגת מראש וידעה את נושא הדיון. כעת היא חיפשה בקדחתנות כלי כתיבה בתיקה, ואצבעותיה נתקלו במוצץ. היא כמעט שלפה אותו בטעות. רק זה חסר לי עכשיו, חשבה, מוצץ. ישובה סביב שולחן הישיבות, מצוידת במחשב נייד, עט ופנקס, היא נראתה בדיוק כפי שנראו יתר חבריה לעבודה. אלא שמחשבותיה הרחיקו אותה הרחק משם... איך איתי מסתדר? חשבה, האם הוא ממשיך לבכות? מזל שזה היום הראשון ולא מצפים ממנה יותר מדי, אמרה לעצמה, אבל היא תצטרך לחזור לתפקוד מלא מהר מאוד. היא הרי טובה במה שהיא עושה, לפני איתי היא היתה עובדת מצוינת, חריפה, יצירתית, מהטובות בתחומה במשרד...

בהפסקה מיהרה להתקשר לרחל. היא לא שמעה את איתי ברקע. רחל סיפרה לה שאיתי נרגע די מהר ואחר כך אכל. שירי התקשתה להאמין. מה זה "נרגע מהר"? אצלה הוא אף פעם לא נרגע מהר. אבל רחל נשמעה רגועה וזה הרגיע גם את שירי. היום התנהל בצורה סבירה, ושירי התאמצה לא להתקשר יותר מדי. כשבאה לקראת אחר הצהריים לקחת את איתי מרחל, מצאה אותו

ישוב על השטיח בסלון משחק בפסנתר צעצוע שרחל נתנה לו...
כשראה אותה החל צורח.

"הוא היה שקט כל היום," אמרה רחל. "רק עכשיו כשהוא רואה אותך..."

שקט כל היום? צורח רק כשהוא רואה אותה? מה זה אומר עליה?!
היא תהתה בבהלה.

בבית אחר הצהריים איתי היה מאוד לא שקט ונרגן יותר מאי פעם. לשירי נראה כאילו הוא מעניש אותה על נטישתה. הוא לא הסכים להירגע בזרועותיה, אך גם לא הסכים שתניח אותו על הרצפה, הוא כמעט לא אכל, ולא הצליח להירדם. בלילה ספרה ארבע התעוררויות ומחר, היא צריכה להיראות רעננה במשרד. זה לא יכול להמשיך ככה, חשבה. גם רובי צריך מדי פעם לקום... לבסוף, כשאיתי התעורר בחמש לפנות בוקר, כבר לא חזרה לישון. היא ישבה ליד מיטתו. כשהסכים, החזיקה אותו בזרועותיה וחיכתה שהשעה תהיה שבע. כמה לילות שימורים כאלה עוד תצליח לשרוד?!

גם בעבודה לא היה קל. מסתבר כי במהלך מחצית השנה שנעדרה הכניסו מערכת חדשה למשרד, והיא היתה אמורה ללמוד אותה ולהתרגל אליה במהירות, בעוד כל העובדים האחרים כבר שלטו במערכת והשתמשו בה זה חודשים. האווירה במשרד היתה תחרותית כבעבר, אלא שכעת שירי הרגישה אחרת. הקנוניות הקטנות והתחרויות הקטנות על תשומת הלב של הבוס כבר פחות עניינו אותה. האם זה אומר שהיא כבר לא תחרותית כפעם? מה משמעות הדבר בכל הנוגע לסיכויי ההתקדמות שלה?

היא שמעה שעומדים לקדם עמית שנכנס למשרד באותה תקופה שהיא החלה לעבוד שם. בעבר היו שניהם ההבטחה הצעירה של המשרד. הוא נראה זחוח ובטוח מאי פעם. שירי חשבה לעצמה במרירות שהוא לא היה צריך לעבור את מה שהיא עברה בחצי

השנה האחרונה, ועדיין עוברת. איזה חוסר צדק! ברור שגברים מתקדמים מהר יותר. הוא גם לא צריך לעזוב הכול ולחזור לילד שלו בסוף היום...

הילד... איתי!

שירי לא שמה לב איך הזמן עבר. היא היתה חייבת לרוץ. במשרד נשארו חלק מהעובדים (כמעט כולם גברים, ציינה לעצמה) לשוחח ולהמשיך לעבוד. היא כמובן לא יכלה להרשות לעצמה לעשות זאת. היא הגיעה אל רחל מעט באיחור. רחל כבר חיכתה לה. באותו ערב היתה אמורה לארח את בני משפחתה לרגל יום ההולדת של הנכד, והיא היתה מעט חסרת סבלנות. היא ביקשה במפורש שהיום לא תאחר. בדרך כלל רחל היתה בסדר, לא עומדת עם סטופר, אבל הפעם...

שירי התנצלה אין-סוף פעמים. איתי היה נרגן וחסר סבלנות. מייד כשיצאה מביתה של רחל, איתי החל לייבב. "לא עכשיו", אמרה לעצמה, "רק לא עכשיו." היא עצרה מונית, ממחרת עם איתי הביתה. הבית היה שרוי באי סדר נוראי. היא לא ידעה מה לעשות קודם. להרגיע את איתי, לסדר את הבית, להכין לעצמה משהו לאכול, לשים מכונה. הבטן הזכירה לה שהיא לא אכלה דבר כל היום. אבל איתי היה לא שקט ודרש את תשומת ליבה.

שירי הרימה את איתי בידיה וניסתה להרגיע אותו. הוא נרגע אבל לא היה מוכן להיפרד ממנה. לאחרונה נהיה יותר תובעני מאי פעם. שירי הבינה שזה מחיר הפרידה ממנה בבקרים. היא לא יכלה לעשות כלום, בדיוק כמו כשהיה תינוק. הוא לא היה מוכן להתנתק מזרועותיה. רק כשאביו היה מגיע היה מוכן, לעיתים, לעבור לזרועותיו.

"איך עושים את זה, איך מסתדרות כולן?" טרם חלף שבוע מאז שבה לעבודה, וכבר הרגישה כישלון. היא לא הצליחה לתפקד לא בבית ולא בעבודה. אילו הניח לה איתי קצת... אבל איתי לא הניח. ולאחר חמש דקות עם אביו, הוא דרש לחזור לזרועותיה.

זה היה קשה. שוב. אף שרחל היתה מקסימה, המעבר למטפלת לא היה קל לאיתי, ומסתבר שגם לא לרחל. אולי משום שהיתה פחות מעורבת רגשית, חשבה שירי, ובשל הביטחון והניסיון שהיו לה, רחל הצליחה להרגיע מעט יותר את איתי. אבל כשאיתי היה פוגש את שירי לאחר העבודה, נראה היה כאילו כל החרדה שבה ועולה, והוא לא הסכים להיפרד ממנה שוב במהלך אותו היום. בלילות לא היה לו מנוח. במהלך החורף שום וירוס חולף לא פסח עליו. שירי שמחה שלא הכניסה אותו למעון, שכן אז הדברים היו יכולים להיות גרועים אפילו יותר. איתי היה מצונן רוב החורף, סבל לעיתים מקוצר נשימה, ודלקות האוזניים חזרו. גם בדיעבד, שירי זוכרת את התקופה הזו כאחת הקשות שהיו לה עם איתי. דווקא בשלבים מאוחרים יותר, כאשר איתי כבר היה יכול לדבר ולהבין, היה לה מעט יותר קל. בינתיים היא נאלצה להתמודד עם הקשיים הן בעבודה והן בבית, והיא הרגישה שהיא נכשלת בשניהם.

בחופי העולם המשיך להתנהל. שירי חזרה לעבודה וזה היה חשוב, אבל לא חשוב כמו לרוץ למטפלת, לקחת משם את איתי ולהגיע כמה שיותר מהר הביתה, להכין אוכל, לסדר קצת את הבלגן, לצאת קצת עם איתי כשאפשר, לקלח אותו, לשבת איתו קצת לפני השינה. אכן, השנה הזו זכורה לשירי בערפול רב. מקטעים. תמונות. הלילות, בעיקר הלילות. מה היה חוץ מזה? שירי לא הצליחה להיזכר.

והנה הגיע יום הולדת ראשון. איתי בן שנה. רובי חשב שקצת מיותר לחגוג יום הולדת לפעוט בן שנה, אך שירי החליטה בכל זאת להזמין כמה אנשים ואת הוריה. איתי היה נרגן כל אחר הצהריים ונצמד אליה, והיא לא הצליחה לעשות כמעט כלום. האורחים היו אמורים להגיע כל רגע. רובי נסע להביא את הוריה, ועדיין כלום לא היה מוכן. אבל שירי כבר הכירה את ההרגשה הזו. עם איתי לא ניתן היה לתכנן שום דבר. אי אפשר היה לדעת באיזה מצב רוח

הוא יהיה או איך הוא ירגיש. מזל שהזמינה את הוריה ורק כמה חברות.

בסוף, יום ההולדת עבר בשלום. כששירי נעמדה מול הכיור הגדוש, רובי שיחק עם איתי על השטיח בחדר המגורים, והיא שמחה שלא ביטלה את החגיגה. צריך כבר לצאת מההסגר הזה, חשבה, הוא כבר בן שנה, ריבונו של עולם, צריך להתחיל לחיות.

שנת חייו הראשונה של איתי חלפה, שנה חשובה בחייו, ולא פחות בחייה של שירי. שירי החלה ללמוד בשנה זו להיות אמא. זאת היתה שנה שונה מאוד ממה שציפתה. למעשה, היא כבר שכחה למה ציפתה.

זיכרונותיה העיקריים בסופו של דבר היו של עייפות. "בעיקר זאת היתה שנה שבה הייתי עייפה," אמרה לי, "ומרוקנת. אני חושבת שכל מה שעניין אותי זה ללכת לישון. שייגמר היום. רק שכשהימים היו נגמרים, התחילו הלילות, שהיו גם הם אינסופיים. אני לא חושבת שחייתי בשנה הזו. שרדתי."

בגיל שנה איתי היה כבר קצת יותר עצמאי. זה היה מרגש ומשמח, אבל הרבה יותר קשה. הוא החל ללכת ממש ביום הולדתו הראשון, וההורים היו שמחים וגאים. הוא היה תינוק סקרן. ראו את זה כבר קודם, כבר כשהחל לזחול. שירי הרימה את כל החפצים המסוכנים והשבירים והכניסה אותם לארונות. הבית הפך באחת להיות "בית של תינוקות", כמו ששירי ורובי היו מכנים בתים אחרים של חברים בינם לבין עצמם. יכולת לזהות בקלות בית כזה: לול באמצע הסלון, המון צעצועים פזורים בכל מקום, שום דבר שביר או מסוכן על הרצפה, ואמא חיוורת, בדרך כלל באימונית מהוהה, עיגולים שחורים מתחת לעיניה, רצה אחרי פעוט המנסה להגיע לכל מיני פינות בבית ומתנצלת על הבלגן.

הבית שלהם נראה עכשיו בדיוק כך. ברגע שאיתי החל לזחול, היה רק דבר אחד שצריך לחשוב עליו: איפה איתי? אף שהיה עדיין מעט רזה וחלש, דברים רבים עניינו אותו. אבל עכשיו הוא כבר הלך, וזה באמת היה מאוד מרגש, וגם הפך את האפשרות לשלוח אותו למסגרת עם ילדים נוספים, לראויה למחשבה.

שירי עדיין חשבה שזה מוקדם מדי. איתי הרגיש נוח אצל רחל המטפלת. שירי סמכה עליה, ואיתי היה מפרד ממנה יחסית בקלות בבוקר, אם כי עדיין ייבב מעט בפרידה, וכשחזרה היה נצמד אליה בחוזקה. שירי הרגישה שהוא עדיין זקוק לתשומת לב אישית, ולמה למהר? רובי, לעומתה, חשב שהיא מגזימה. ילדים רבים בגילו של איתי כבר ביקרו בפעוטונים. בכלל, רובי חשב ששירי מגזימה ביחס שלה אל איתי. איתי היה הרבה יותר חזק ממה שהיא חושבת, הוא האמין, ואולי בכלל זו היא שהופכת אותו לכזה מסכן וחסר אונים.

רק אחרי כמה חודשים נוספים שירי הסכימה עם רובי שאפשר להעביר את איתי לפעוטון. שירי זוכרת את הרגע. היא באה לאסוף את איתי מהמטפלת. רחל עמדה במטבח ובישלה. איתי ישב על השטיח בחדר המגורים עם בנה הצעיר של רחל ובהה בטלוויזיה. כשנכנסה, איתי לא ממש הסתכל עליה, הוא היה שקוע במסך. שירי שאלה את עצמה כמה שעות ביום הוא שוהה מול הטלוויזיה. משהו במבט הבהה של איתי מול הטלוויזיה גרם לה לחוסר נוחות. אולי רובי צודק, והגיע הזמן שיתחיל לבקר במעון עם ילדים בגילו, שיקבל "גירויים" כמו שקוראים לזה, ושיהיה בחברת בני גילו. אולי היא באמת מגזימה בכמה שהיא מגוננת עליו.

בעלה של רחל נכנס לחדר באותו רגע, ואיתי שמח לקראתו. הוא הרים את איתי וציחקק איתו, בזמן שרחל הכינה לה כוס קפה והן שוחחו. הנה, שירי חשבה לעצמה, איתי כבר מסוגל להיפרד ממנה.

אולי באמת הגיע הזמן, הוא כבר פחות דבוק אליה והוא ילד כל כך סקרן... וכך הם החליטו להכניס את איתי לפעוטון.

הפעוטון שכן אף הוא קרוב למקום עבודתה של שירי. זה היה אחד השיקולים בעד. מעבר לזה, הם שמעו גם דברים טובים על הפעוטון מכמה מכרות של שירי שהכניסו את ילדיהן לשם. שירי ביקרה בפעוטון כמה פעמים לפני שהחליטה. המעון שכן בתוך בית פרטי עם חצר, ורבקה המטפלת נראתה חביבה ובעיקר מנוסה מאוד ובטוחה בעצמה. שירי ניסתה לספר לה קצת על איתי, אבל רבקה הרגיעה אותה. "אין לך מה לדאוג," כך אמרה, "ראיתי כבר הכול. כל האימהות דואגות בהתחלה. הכול יהיה בסדר." אבל שירי ידעה שיש לה מה לדאוג. והיא צדקה: באמת לא הכול היה בסדר.

שירי לא תשכח את הימים הראשונים של איתי במעון. "עשיתי הכול לפי הספר," היא סיפרה לי לאחר מכן. "לקחתי אותו לבקר שיתרגל למקום. נשארתי איתו כל יום קצת. אפילו הודעתי בעבודה שאאחר כמה ימים ברציפות. השתדלתי להיות רגועה..." אבל שום דבר לא עזר.

איתי לא היה מוכן להיפרד ממנה. הוא החזיק בה בחוזקה וצרח ברגע שהיא רק ניסתה ללכת... שירי ניסתה להרגיע אותו, לדבר לליבו, אבל איתי לא הפסיק לצרוח. בינתיים גם ילדים אחרים התחילו לייבב, ואמא שהביאה את ילדה באיחור הסתכלה על שירי ככעס. האווירה בפעוטון הפכה לא רגועה, ורבקה המטפלת החלה להאיץ בה שתלך. אבל איתי צרח ולא ניתן היה להרגיעו.

"לכי," אמרה לה רבקה. "זה בסדר, לכי, הוא יירגע. אל תראי לו שאת חוששת." אבל איך? איתי צרח והיה כולו אדום ומרוח בנזלת. הוא אחז בה בזרועותיו הקטנות ונצמד אליה מסרב להרפות. הוא פתאום נראה לשירי קטן וחלש יותר מכל שאר הילדים. איך אפשר לעזוב אותו במצב כזה?! שירי כמעט בכתה איתו. איתי נראה לה

כל כך מסכן וחסר אונים. לרגע שקלה לשנות כיוון ולהחזיר אותו לרחל, אבל רבקה כבר האיצה בה ודחפה אותה קלות לכיוון הדלת. "תני לי אותו, אני ארגיע אותו," אמרה ולקחה את איתי בתקיפות. איתי בכה עוד יותר. גם תינוקה של האם השנייה החל לבכות בקול. ילדים אחרים התקרבו והחלו להצטופף ליד רבקה. הסייעת יצאה מהמטבח, שם החלה להכין ארוחת בוקר, והרימה את אחד העוללים שנראה מבוהל במיוחד.

"לכי, לכי," רבקה האיצה בה. ושירי הלכה, קולו של איתי מלווה אותה לאורך הרחוב, שונאת את עצמה, שונאת את רבקה ואת האמא שנשארה בפעוטון, ושונאת את רובי שהכריח אותה להפקיר את הילד במעון.

וזה לא נהיה יותר טוב.

בחודשים הבאים הסצנה הזו חזרה על עצמה שוב ושוב. איתי סירב להיפרד ממנה, נתלה עליה, נאחז בה בחוזקה וצרח, ורבקה לקחה אותו ממנה בתקיפות, והאיצה בה ללכת. בטלפון לאחר מכן רבקה תישמע קצת חסרת סבלנות: "כן הכול בסדר, הוא כבר לא בוכה, הוא הפסיק לבכות מרגע שהלכת. הכול בסדר, את יכולה להירגע."

אבל שירי לא נרגעה. למעשה היא כבר למדה שכאשר אומרים לה שהיא יכולה להירגע זה סימן לא טוב. גם הרופא בקופת חולים תמיד אמר לה שהיא יכולה להירגע, וכך גם ב"טיפת חלב". כאילו הכול יסתדר אם היא תירגע. אבל זה לא היה ככה. לאיתי באמת היה קשה. לא רק בגללה, היא ידעה זאת, ובכל זאת. וזה לא שהכול היה בסדר ברגע שהיא הלכה. גם כשחזרה היה נצמד אליה ואחר כך לא עוזב אותה לאורך כל אחר הצהריים. הוא היה נראה לה כחוש יותר מבעבר (מה הוא אוכל שם?), נצמד אליה כבעבר אם לא יותר, ולא היה מוכן להיפרד. בבית הוא הפך נרגן הרבה יותר, וגם היה נראה לה שהוא מצונן כל הזמן. בלילות הוא התקשה

לישון והרבה להתעורר, אחרי שכבר למד לישון לילה שלם. לא היה לו תיאבון, או שכך היה נדמה לה. ההרגשה היתה שלילד לא טוב. בגללה.

רובי אמר שהילד יתרגל. ככה זה עם כולם. אבל שירי ידעה שזה לא ככה עם כולם. בפעוטון היו ילדים נוספים בגילו של איתי שלא בכו ככה. הם היו נפרדים מאמם בקלות ובנועם. כן, היו גם כמה תינוקות כמוהו, אבל הרוב נראו לה הרבה יותר בטוחים וחזקים. שירי לא היתה בטוחה אם היא נוהגת כשורה. מה גרם לה למהר להוציא את איתי מרחל? ומי יודע איזה נזק היא גורמת לילד שלה? וכך הפרידה מדי בוקר היתה קשה לאיתי ולא פחות לאמו אכולת האשמה.

והפרידות אכן המשיכו להיות קשות. איתי היה בוכה כל בוקר, נאחז באמו ולא מרפה. ושירי המשיכה לעזוב אותו כל בוקר ברגשות קשים מעורבים בתחושות אשמה. היא ידעה שרבקה תרגיע אותה שהכול בסדר, שאיתי יירגע מייד, למרות שלא פעם היה נדמה לה כשהיתה מתקשרת לרבקה, שהיא שומעת את בכיו של איתי ברקע. היא גם ידעה שכשתחזור תמצא ילד מעט עצוב, נרגן, שייתלה עליה (גם אם לפעמים ינסה להימנע ממנה, ולהתרחק במחאה לזמן מה), ויתקשה להניח לה במהלך כל אחר הצהריים. כך זה היה כמעט לאורך כל השנה השנייה.

בחופשים, כשהיו ביחד בבית, היה נראה לה שאיתי נרגע מעט ומתחזק. הוא היה נראה לה שקט ורגוע יותר. אבל אז נאלצה שוב להחזירו לגן, ושוב חזר הסבל. היא לא ידעה אם להאשים את הגננת. הגננת לא סיפרה לה כמעט כלום. מדי פעם הסייעת היתה אומרת לה שאיתי לא רצה לאכול או שבכה, אבל גם היא דיווחה מעט מאוד. שירי לא ידעה מה לחשוב. "הייתי נותנת כל דבר כדי להיות זכוב על הקיר בגן של איתי", אמרה לי פעם. הכרתי את המשפט הזה, בגרסאות שונות, מאימהות של ילדים מיוחדים אחרים, והבנתו.

דברים שרצינו לומר

היעד של השנה השנייה בחייו של פעוט הוא ההיפרדות. לאחר שבשנה הראשונה יצר קשר בטוח עם אמו ותחושה של אמון בעולם, עכשיו עליו להיות מסוגל להיפרד. שני תהליכים אלה קשורים זה בזה מטבע הדברים. רק תינוק שהצליח ליצור קשר בטוח עם אמו ורכש אמון בעולם, יוכל להיפרד ממנה לאחר מכן. כדי להיפרד מהאם, דמותה המופנמת המיטיבה והמרגיעה צריכה ללוות אותו ובתוכו במהלך הפרידה ולהיות שם בשבילו בשעת הצורך, או במילותיה של פלוטקין (2008): "... כדי להעזיז להתרחק בלי לחוש אובד או נטוש, זקוק התינוק לקיומה הבטוח של סכמת הוריו, השמורה ופעילה בזיכרונו, זו הנותנת לו את הביטחון הנפשי בקיומם הפסיכולוגי גם בעת היעדרותם הרגעית...".

ואכן, כפי שכבר ציינו, חוקרים (כגון Bowlby, 1958; Ainsworth, 1991; Mahler, 1975) מתייחסים לשנה הראשונה כשנה שבה הילד לומד לתת אמון בעולם ובה נוצרת ההתקשרות הרגשית הבסיסית עם האם. ילד שלומד לתת אמון בעולם וההתקשרות עם אמו טובה, יוכל בעתיד לתת אמון גם בדמויות נוספות וליצור התקשרות בטוחה גם איתן. בתהליך שמתרחש בין האם לילד במהלך השנה הראשונה לומד הילד להפנים את דמותה של אמו לתוך עולמו הפנימי (Ainsworth, 1991; Mahler, 1975).

תיאוריות אחרות יטענו שמה שעובר הפנמה הוא **ייצוג של מערכת היחסים** בין הילד לאם (Fairbairn, 1994; אוגדן, 2003). כך או כך, ההפנמות הללו ילוו אותו גם כאשר האם הממשית לא תהיה בסביבה. אם הייצוג של האם או של מערכת היחסים עימה הינם ייצוגים טובים – של אם טובה, מכילה ומרגיעה או של מערכת יחסים טובה, מתגמלת ומוסתתת, יוכל התינוק להיפרד גם מהאם הממשית ולהיעזר בייצוג הפנימי המיטיב שלו לצורך הרגעה עצמית. בעת הצורך הוא יוכל גם להשתמש בייצוג זה של

האם או של מערכת היחסים עימה כדי לבנות מערכות יחסית מיטיבות דומות עם דמויות אחרות, לתת בהן אמון ולצפות ליחסי גומלין מיטיבים.

אלא שבשביל זה התינוק הממשי צריך להתנסות בחוויה מיטיבה במציאות הממשית (ויניקוט, 1988, 1998), וזה לא תמיד קורה.

זה לא תמיד קרה במקרה של איתי, וזה לא קורה במקרה של תינוקות רבים בעלי קשיי טמפרמנט וויסות, המתקשים בשל כך לחוות את העולם כמקום בטוח ונעים, ולהפנים את הייצוג של הוריהם, או של מערכת היחסים עימם, כייצוג של יחסי גומלין מיטיבים.

שירי ניסתה. היא ניסתה בכל מאודה. היא היתה שם בשביל איתי כל כמה שיכלה, ועשתה ככל יכולתה לספק לו את צרכיו הפיזיים והרגשיים במהלך שנת חייו הראשונה. אלא שכמו שכבר צוין קודם לכן, לא ברור אם זה היה מספיק. לא כי היא לא היתה אם טובה, אלא כי היה קשה לספק לאיתי את כל צרכיו. איתי היה תינוק נרגן, בעל טמפרמנט קשה ועם קשיים בוויסות תחושתית ורגשית. למרות הניסיון הבלתי פוסק לספק לו חוויה של עולם נעים ובטוח, חלק גדול מהזמן לא היה לו טוב. הוא היה לא רגוע ולא מסופק, והוא התקשה לחוות את העולם כמקום בטוח, למגינת ליבם של הוריו. רובי, ובעיקר שירי, לא היו בטוחים בהורות שלהם. החוויה ההורית של השנה הראשונה לא היתה תמיד מספקת. שירי הרגישה שהיא לא תמיד מצליחה להרגיע את איתי, ולא תמיד מצליחה לגרום לו להיות שקט ובטוח. היא הרגישה שלא תמיד היא מצליחה להיות אמא טובה לאיתי. עם התחושות האלה היא נכנסה לשנה השנייה בחייו, שנת ההורות השנייה שלה.

ואיתי - כיצד התחיל איתי את השנה השנייה בחייו? אין ספק

שלאיתי היתה סכמה מופנמת של אמו, אך לא בטוח שהיא היתה בטוחה מספיק. איתי לא הרגיש שהעולם מקום מספיק בטוח כדי לאפשר לאמו הממשית להתרחק ממנו ולהיעזר בסכמה המופנמת שלה. ילדים מיוחדים מתקשים לפעמים להפנים את הסכמה ההורית כסכמה מיטיבה ומרגיעה, לא רק משום שזו אינה מצליחה לספק להם את כל צורכיהם. לעיתים קושי זה קשור בקשיים בזיכרון או במיקוד הקשב. כל אלה הכרחיים ונחוצים לצורך הפנמת העולם החיצון לתוך העולם הפנימי. ילד שמתקשה למקד את הקשב, שנמצא באי שקט קבוע ושמתיקה להתרכז בגירויים, יתקשה גם להפנים גירויים ולשמר אותם בתוך עולמו הפנימי, וכך הסכמה ההורית תהיה פחות בטוחה ופחות יציבה, לא רק בגלל הקשר הממשי עם ההורה אלא בגלל סיבות מסוג זה. היכולת של "קביעות אובייקט", כלומר לזכור ולדעת שמהו קיים גם כאשר אינו נמצא בקשר עין, נפגעת בשל כל הסיבות שהובאו, ולכן כשייפרד מההורה הממשי יהיה זה כאילו נפרד ממנו לתמיד. בנוסף, בשל סף תסכול נמוך יותר וקשיים מולדים בדחיית סיפוק, איתי עלול לחוות את זמן הפרידה מההורה הממשי כארוך הרבה יותר מהאופן שזמן זה נחוה על ידי ילדים אחרים. חוויית הזמן בגיל הזה וגם בגילים מאוחרים יותר היא עניין סובייקטיבי הקשור ליכולת של הילד להתמודד עם תסכולים ולדחות סיפוקים. להרבה ילדים מיוחדים יש קושי משמעותי דווקא בתחומים אלו, ולפיכך הם עלולים לחוות את הפרידה מההורה כארוכה הרבה יותר ממה שהיא בפועל וכך כמתסכלת ומפחידה הרבה יותר מאשר חוויה זו לילדים רגילים.

לעיתים קרובות אפוא ילדים מיוחדים מגיעים לשנה השנייה כשהם נעדרים אמון מספיק בעולם ועם הפנמות לא טובות מספיק של הדמות ההורית. ההורים אף הם מצידם מגיעים

לשנה השנייה עם תחושות הוריות לא מסופקות, עם הרגשה שהם הורים לא מספיק טובים, עם תחושה שלא הצליחו בהורות שלהם עד כה, עם רגשות אשמה ולעיתים אף עם רצון לפצות את הילד על החוויות השליליות שעבר עד כה. במצב כזה הופכת הפרידה מההורה להיות קשה ביותר, ממושכת ומכאיבה הן לילד והן להורים.

* * *

אבל בחנוכה ניתנה לה הזדמנות להציץ במה שקורה בגן. איתי היה כבר כבן שנה ושמונה חודשים, והם הוזמנו למסיבת חנוכה. זו היתה מסיבה אחת מיני רבות שיוזמנו אליה בעתיד, ושירי תלמד לחשוש מאוד ממסיבות אלה. תמיד היתה מסיימת את המסיבה בתחושה של עוגמת נפש. לימים תתחמק מהמסיבות ותשלח את רובי לברו. הוא, מסתבר, התרגש פחות ממה שראה. מרגע שהתקרבו לביתה של רבקה, שירי הרגישה שגוו של איתי מתקשח. בכניסה לחדר הומה האדם, איתי כבר החל לייבב. הוא נאחז בשירי ולא היה מוכן לעזוב אותה לרגע. הוא לא הצטרף לריקודים, לא היה מוכן לאחוז בידו הקטנה בנר, ולא הסכים שיניחו לראשו כתר שתמונה של סביבון מהודקת אליו. רבקה התקרבה אל איתי וניסתה לשכנע אותו לרקוד עם כל הילדים.

"היום בחזרה הוא רקד כל כך יפה!" אמרה רבקה במה שנשמע לשירי כמו התרסה והאשמה גם יחד. היא ניסתה לקחת את ידו של איתי בידה, אך זה התנגד ונצמד לאמו עוד יותר. איתי לא ירד מחיקה של שירי לאורך כל הערב. לאחר כשעה החל למלמל שהוא רוצה ללכת הביתה. בהמשך המלמול הפך לדרישה. לשירי היה ברור שאיתי אינו חש בנוח בכל ההמולה. חלק אחד

בתוכה התקומם: "למה הוא עושה לי את זה?" חשבה, "למה הוא לא יכול להיות כמו הילדים האחרים?" אלא ששירי ראתה בזווית העין ילדים נוספים שנצמדו אל הוריהם. איתי לא היה היחיד, מסתבר. אבל שירי לא רק כעסה בליבה על איתי. היא גם הבינה אותו. "הוא לא אוהב רעש והמולה," חשבה, "גם אני לפעמים הייתי כזאת... מצד אחד הייתי מאוד פרועה, אבל מצד שני אני זוכרת בפירוש שאהבתי את השקט שלי. בעצם, עד היום אני כזו. לא מתה על מסיבות. אז גם איתי לא אוהב מסיבות, אז מה? למה להכריח?!" הקול השני גבר על הראשון, ואיתי ושירי קמו ללכת. היא רצתה להיפרד מרבקה ולהודות לה, אך רבקה נראתה לה עסוקה מאוד. "מחר אדבר איתה," חשבה.

אלא שלמחרת רבקה נראתה מעט כועסת, ושירי תהתה אם זה היה משום שהלכו בלי לומר שלום. בעודה מהססת מה לומר, רבקה הקדימה את שירי, ופנתה אליה תחילה: "אני לא מבינה למה איתי מתנהג ככה תמיד כשאת נמצאת," היא פתחה ללא הקדמות. "בחזרות הוא היה כל כך חמוד, רקד כל כך יפה." שירי הבחינה שההאשמה בקולה של רבקה לוותה גם בקול אחר, מצטדק. וההגנה הטובה ביותר היא התקפה, כידוע. לימים תבין שמסיבות בגן הינן מעמד לא פשוט לא רק להורים וילדים אלא גם לגננות עצמן, אך כבר אז מצאה לנכון להרגיע את רבקה:

"לא אכפת לי שהוא לא רקד," היא שמעה את עצמה אומרת, ופתאום באמת לא היה לה אכפת. "הוא לא אוהב רעש והמולה," ניסתה להסביר. אבל רבקה לא התרצתה. "חבל שהלכתם," הוסיפה בחמיצות. "בסוף הילדים קיבלו מתנות." והיא נתנה לשירי בפנים מאוכזבות את מתנתו של איתי.

"המסיבות האלה," אמרה לי שירי באחד המפגשים, "בשביל מי הן טובות? אולי בשביל הילדים שאוהבים להיות במרכז תשומת הלב, ובשביל ההורים שלהם. אנחנו סבלנו בכל מסיבה. איתי שנה

את זה, ואני חושבת שתמיד היו עוד ילדים שנלחצו מאוד במסיבות ולא נהנו, וסביר כי גם עבור הוריהם המסיבה היתה תענוג קטן מאוד. והגננות המסכנות, זה ממש מבחן בשבילן, לעמוד מול ההורים ולהראות מה הילדים למדו ואיך הן משתלטות על הגן..." ימי הולדת לא היו טובים יותר. בחגיגת יום הולדתו השני בגן איתי לא רצה לשתף פעולה. כל המשפחה הגיעה, אך איתי לא רצה לשיר ולא לרקוד. בשלב מסוים הוא נכנס מתחת לכיסא ולא רצה לצאת. כולם ניסו לשכנע אותו: שירי בעל כורחה, אמה, וכמובן רבקה. בסוף קיצרו את המסיבה, ואיתי ומשפחתו שוחררו לדרכם. ואז, בדרך, איתי פצח בשרשרת שירי יום הולדת. עכשיו אתה שר?! הירהרה שירי בייאוש, עכשיו?!

אלא שאיתי נראה פתאום רגוע. הוא היה חמוד כל כך בחליפה החדשה שקנו לו. רובי חזר לעבודה, ושירי שלקחה יום חופש, החליטה לנסוע עם איתי למרכז המסחרי. הם ישבו שם וליקקו גלידה ביחד, ואיתי היה פתאום כל כך שלו. שירי חשבה שבעצם לא כל כך אכפת לה מימי ההולדת וכל החגיגות הללו, אלמלא הלחץ של רבקה.

לימים תתעמת עם רבקה ותבקש במפגיע שתניח לאיתי במצבים כאלה. "הוא לא חייב להשתתף אם הוא לא רוצה", שמעה את עצמה אומרת בטון לא לה. רבקה סברה כי הרעיון אינו חינוכי. כולם צריכים להשתתף. היא ניסתה להתווכח, אבל שירי היתה נחרצת: "הוא לא חייב. אם הוא לא אוהב את זה, הוא לא חייב." היא תהתה בינה לבין עצמה אם היא צודקת, במיוחד לאור מבטה המטיף הכולל-יודע של רבקה המנוסה, אבל היא הרגישה את איתי, וידעה שמצבים כאלה לא נעימים לו וגם לה.

"למה הוא מוכרח?" תהתה, "איפה בדיוק זה כתוב שהוא מוכרח?" זו היתה הפעם הראשונה, אך לא האחרונה, שהקול הפנימי של שירי יתקומם נגד "המערכת", המנסה, לתחושתה, להפוך את כולם

לשווים. איתי שלה היה קצת שונה, גם אם הסביבה מתקשה לקבל זאת.

בינתיים הגיע כבר האביב, ורבקה הודיעה כי זה הזמן לגמול את איתי מחיתולים, כמו גם את יתר ילדי הגן. שירי סמכה על רבקה בעניין זה. לה, בניגוד לגננת המנוסה, לא היה כל ניסיון בגמילה של פעוטות, ואם רבקה אומרת שהגיע הזמן – אז הגיע הזמן. והם קנו סיר.

את תהליך הגמילה של איתי שירי לא תשכח לעולם. מהרגע הראשון איתי התנגד לסיר. הוא לא היה מוכן לשבת עליו בשום אופן.

רבקה טענה שבפעוטון הוא יושב כמו כולם, אך גם היא הודתה שאף שהוא יושב הוא לא "עושה" בו דבר. בבית איתי לא היה מוכן לשבת על הסיר. הם ניסו בכל דרך אפשרית. הם חיכו שאיתי יהיה כבר "בשל", והוא נראה בשל. הוא הבין היטב מה רוצים ממנו. בשלב זה הוא גם שלט טוב יותר בגופו, נראה מעט חזק יותר ופחות רפוי, ולא היתה לו כל בעיה לשבת על הסיר. בנוסף, נראה כאילו הוא הרגיש וידע לזהות מתי הוא נדרש לסיר, אלא שהוא היה מוכן לעשות את צרכיו אך ורק בחיתול. דווקא עם הפיפי היה יותר קל. למרבית הפלא, הוא כמעט לא הרטיב בלילות, והיה מוכן שיורידו לו את החיתול במהלך הלילה. הוא גם לא התנגד להטיל את מימיו לתוך הסיר ואף לטפס עם אביו או עם אמו על הישבנון בשירותים ולהטיל את מימיו לתוך האסלה. אך לשבת על הסיר – זה לא!

גם כיום שירי אינה בטוחה מדוע. אולי הפחיד אותו הסיר מסיבה כלשהי, אף שהם מאוד ניסו שיתייחד איתו. אולי המעבר מהחיתול החם המכסה ושומר לישיבה בישבן חשוף על סיר הרתיעה אותו. שירי ידעה שקשה לאיתי עם שינויים, קשה לו להתרגל לדברים חדשים, והוא נדרש לזמן. היא לא לחצה – אף שכבר החלה לדאוג.

"מה את דואגת," אמר לה רובי, "הוא ילמד בסוף כמו כולם. מה את חושבת שבגיל 16 הוא עוד יעשה בחיתול?"

זה לא הצחיק את שירי.

היא לא ידעה איך לשכנע את איתי.

איתי היה עקשן גדול. היא כבר ידעה זאת היטב. כשהוא לא רצה משהו, היה קשה מאוד לשנות את דעתו. לשווא היו אומרים לה כולם שהיא צריכה "לשים לו גבולות", ולא להיכנע. נראה אותם שמים גבולות ליצור קטן בן שנתיים וחצי עם כוח רצון ויכולת התנגדות כמו של איתי, חשבה. בדרך כלל היא היתה נכנעת. לא תמיד. בכל מקום שמעה את המשפטים האלה על הצבת גבולות ועל הצורך לא להיכנע. היא גם נעזרה לא פעם באנשי מקצוע. כולם דיברו פחות או יותר באותה שפה.

מה זה "לשים גבולות"? חשבה. זה נשמע כל כך קל. זה מעביר את כל האחריות אליה ואל אבא שלו, כאילו שכל הבעיות הן בגלל חוסר הגבולות שלהם, מכיוון שהם לא יודעים לשים גבולות. זה נשמע כל כך פשוט... אבל זה ממש לא פשוט, אפילו שהוא רק בן שנתיים וחצי... ואולי דווקא מכיוון שהוא בן שנתיים וחצי ועדיין אי אפשר ממש לדבר איתו. אך שירי לא היתה בטוחה שגם הדיבורים יעזרו. איתי היה פשוט מאוד עקשן. מאוד מאוד עקשן.

ובעיקר הוא שנא שינויים. והוא היה יכול לבכות שעות כשרצה משהו. שעות. וכן, היה לה קשה לשמוע אותו בוכה. והוויכוחים עם רובי לא עזרו...

ובכלל, היא שמעה לב, משהו עובר על הגבר החם ושופע החיים, שכל כך אהב אותה.

רובי היה טרוד מאוד בעבודה. הוא היה חוזר מאוחר, מותש אחרי יום עבודה ארוך, ונראה שכל מה שרצה היה שיניחו לו לנפשו. זה לא שהוא לא אהב את איתי. איתי היה בבת עיניו, היא ידעה זאת

היטב, אלא שהוא היה כל כך עייף... ואיתי - עם איתי כרגיל לא היה קל. הוא הפך להיות דורשני, עקשן, היה קושי לשכנע אותו לעשות כל דבר, הוא לא רצה לאכול והארוחות היו מתמשכות עד אין קץ. הוא היה בררן מאוד באוכל. כשהסכים לאכול, זה היה רק בדרך מסוימת. השניצל היה חייב להיות דק־דק, כמעט שרוף ונטול כל טיפת שמן. אם לא היה עשוי כך הוא היה משליך אותו מעל פניו.

"שימי לו גבולות", אמרה לה גיסתה באחד מביקוריה. "אם הוא לא אוכל תוציאי את הצלחת ושימי אותה במקרר, ואל תתני לו שום דבר אחר, שיהיה רעב, ואז הוא יאכל כמו בוב'לה." קל להגיד. לבן של גיסתה לא היו בכלל בעיות אכילה. נראה היה שהוא אכל כל דבר שהיו מניחים בצלחתו. היא היתה בטוחה שגם גיסתה לא היתה מרעיבה ילד כמו איתי. ולבסוף, גם לאחר שכבר נמצא מאכל שהיה אהוב עליו, לעיתים היה מאבד עניין ופתאום לא היה מוכן לגעת בו. ואסור היה שמזונות יגעו זה בזה בתוך הצלחת.

והאמבטיה, זה בכלל היה סיפור שלא נגמר. הוא היה מתנגד בתוקף להתרחץ. תמיד המים היו קרים מדי או חמים מדי. וכשכבר היה מסכים להתרחץ לא היה מוכן לצאת מהמים. ותמיד היה צריך להוציא אותו בכוח מהמים ובצעקות. בכלל נראה היה שהמילה החביבה עליו היתה "לא". הוא היה אומר "לא" לכל דבר. לפעמים גם לדברים שהיה אוהב. ורובי, אפילו רובי איבד את הסבלנות לכל זה. הוא טען שהיא מפנקת אותו, הוא הסכים עם אחותו שצריך לשים לו גבולות. אלא שנראה היה שרובי עצמו לא כל כך ידע איך לשים גבולות. לפעמים רובי היה מתעצבן וצועק על איתי ופעם אף היכה אותו... לא מכה כואבת, אבל מכה... ושירי ידעה שאיתי קצת מפחד מרובי, או לפחות כך נראה היה לה. היא עצמה פחדה מהצעקות של רובי והעדיפה שלא יתערב. היא עשתה כמיטב יכולתה להאכיל את איתי ולקלח אותו לפני שרובי מגיע, אלא שלא תמיד הצליחה, ואז רובי היה מגיע הביתה, לפעמים כועס,

ואיתי היה הולך לישון עצבני. זה היה הכי גרוע, כי הוא לא היה מצליח לישון כך, וגם כי היא היתה כועסת על רובי ומאשימה אותו, ואז גם שניהם, ולא רק איתי, היו הולכים לישון כועסים. שירי תהתה לאן נעלמו הרגעים האלה שהיו לה עם רובי. היא זכרה את הלילות הארוכים שהיו משוחחים ביניהם, את רגעי הצחוק, את התחושה הנפלאה שיש נפש תאומה שמבינה אותה, את האינטימיות... נראה היה כאילו לא נשאר כלום מכל זה. היא תהתה אם ככה זה אצל כולם. רובי והיא כמעט לא יצאו לבלות וכמעט לא נפגשו עם חברים. למי יש כוח לחיי חברה אחרי מלחמת הלילות? רובי הלך לפעמים לכל מיני אירועים במקום עבודתו. היא כמעט לא הצטרפה אליו... היא פשוט היתה עייפה מדי וגם שמחה שיש לה קצת אוויר... בתקופה האחרונה רובי כמעט לא התקרב אליה ולא נגע בה.

אבל את יום ההולדת שלה הוא זכר, ודאג שאיתי יהיה אצל הוריה. הם יצאו באותו ערב, הלכו למסעדה ואחרי זה לסרט, וישנו בבית מלון מפואר. הלילה היה כמו הלילות של פעם... ושוב היא הרגישה כמה היא אוהבת את האיש הזה שבו בחרה להיות בעלה. צריך לעשות את זה לעיתים קרובות יותר, חשבה.

רק שהשגרה השוחקת שוב חזרה. רובי המשיך לחזור הביתה מאוחר, ושירי רק רצתה שהערב ייגמר והיא תוכל ללכת לישון. אלא שעכשיו נוספה הצרה הזאת עם הסיר, וזה נהיה קשה יותר מיום ליום.

נראה היה כאילו איתי מתאפק בכוונה. הוא לא היה מוכן לשבת על הסיר בשום אופן. זה היה נראה כאילו הוא מוכן להתאפק כמה שיידרש, עד ששירי תיכנע ותשים לו חיתול. ואז הוא היה הולך לפינה, פניו היו מתאדמות, הוא היה מתרכז, מתאמץ כולו, מזיע - וזהו... רק ככה הסכים.

שירי החליטה שהיא לא מוותרת. בעצה אחת עם רופא הילדים

החליטה להבהיר לאיתי שהיא לא נותנת לו את החיתול יותר. והיא הודיעה לו על החלטתה.

עיניו הנבונות התבוננו בה. היא ראתה שהוא הבין היטב. חלף יום, וחלפו יומיים. שירי כבר היתה נואשת. הילד נראה כל כך סובל, כל כך לא רגוע. היא ניסתה להושיב אותו על הסיר אבל הוא צרח והתנגד... והיא כמעט נכנעה.

בצר לה הרימה טלפון ליועצת שהיתה מומחית בתחום, שמצאה בספר הטלפונים. המספר היה מונח בארנקה זמן רב, אך היא היססה אם להשתמש בו. עכשיו זה היה כבר "אס-או-אס". היא כבר היתה ממש אובדת עצות.

הקול של היועצת היה ענייני מאוד. היא לא יכולה לדבר עכשיו, אבל שירי תתקשר עוד שעתיים. השעתיים הבאות היו קשות מנשוא. איתי התפתל והיא ראתה שקשה לו מאוד. רובי עמד להגיע והיא כבר לא ידעה מה לעשות. להפתעתה, היועצת עצמה התקשרה כעבור פחות משעתיים. שירי סיפרה לה בקיצור את הדברים. "תשימי לו נר", אמרה היועצת, "נר ואז להושיב על הסיר ולא לוותר."

שירי לא הבינה. "נר?"

הצוואה שלו קשה וזה עלול לכאוב לו. אם תשימי נר זה ירכך את הצוואה והוא יהיה חייב לתת צוואה, וברגע שזה יקרה פעם אחת בתוך הסיר, הפחד יחלוף.

"נר?" שירי עדיין היססה. זה היה נראה לה פתרון קצת קיצוני. "אין לך ברירה", אמרה היועצת. "הייתם צריכים לשים לו גבולות קודם. עכשיו רק ככה זה יעבוד." שוב הגבולות האלו...

רובי לא הבין למה שירי מתקשרת, ורק אחרי הסברים רבים הבין במה מדובר ומדוע היא זקוקה לנר. כשהגיע הביתה פגש את שירי מותשת, מובסת ומרוקנת ואת איתי צורח מכאבי בטן. "לכי", אמר לה בשקט, "אני אעשה את זה."

שירי היססה.

"לכי, נו, לכי לנוח."

שירי חששה מאוד להשאיר כך את איתי עם רובי: "אבל הוא יבכה ויצרח. צריך לשים אותו על הסיר אפילו שהוא צורח, ולחכות עד שהוא עושה," מילמלה.

"הבנתי," אמר רובי, "אני אעשה את זה."

"אבל אל תכעס עליו."

"אני לא אכעס."

"היא אמרה שאסור לכעוס."

"הבנתי, שירי, די, תני לי לטפל בזה."

שירי נכנסה לחדר השינה, התכרבלה במיטה, וכיסתה את ראשה בכרית. למרות זאת היא שמעה היטב את הצרחות של איתי. הוא צרח כפי שלא צרח מעולם. את קולו של רובי שמעה רק במעומעם. הוא נשמע שקט ומרגיע. לאחר זמן שנדמה כנצח, הצרחות שכחו באחת. היא התיישבה על המיטה והקשיבה. "יופי!" היא שמעה את קולו של רובי, "כל הכבוד איתיוש, אתה גיבור!"

האומנם? שירי לא ידעה את נפשה. רובי. מה היתה עושה בלעדיו? נפשה יצאה אליו. היא יצאה מהחדר וחייבה את איתי ואחר כך את רובי. איתי נראה היה לפתע כל כך רגוע ונינוח. "הוא הסתכל עלי בעיניים כל כך מכירות תודה," סיפר לה רובי לאחר מכן. "נראה שהוא כל כך היה צריך את זה שנהיה חזקים... פתאום הוא היה כל כך רגוע..."

שירי חשבה שהיא לא היתה מסוגלת לעולם לעבור את זה בלי רובי. מאז איתי היה יושב כל יום על הסיר, כמו שהיועצת אמרה, בדיוק כמו שהיא אמרה. ושירי היתה מאושרת. אבל היא כבר הבינה בשלב הזה שעוד נכוננו לה התמודדויות רבות. שזה לעולם לא סוף הסיפור.

דברים שרצינו לומר

בדפים הקודמים דיברנו על הקושי להיות זולתעצמי לילד עם צרכים מיוחדים, כלומר להיות אחר משמעותי המסוגל להיות אמפתי, לקבל ולהבין את החוויה של הילד, בלי להיות שיפוטי מצד אחד, ובו זמנית להכיל, לווסת ולהרגיע. למעשה, על פי פסיכולוגיית העצמי צריכה הדמות המהווה זולתעצמי להיות מצד אחד אמפתית, מקבלת ולא שיפוטית, כדי שהילד יגדל בתחושה שהחוויות שלו, התחושות שלו והרגשות שלו הינם בעלי ערך, אך מצד שני גם להיות דמות להערצה, אליה נושא הילד עיניים בעיקר במצבים של תסכול, חרדה וחוסר ביטחון (אוסטרויל, 1995; Kohut, 1977, 1984). בפועל, הורים רבים מוצאים שקשה מאוד להיות זולתעצמי המספק את כל הצרכים האלה. בעיקר הורים לילדים עם צרכים מיוחדים כמו איתי. שירי למשל היתה בדרך כלל אם אמפתית. נראה היה כי היא מצליחה לחוש את החוויה של איתי, המצוקה והכאב שלו, ולהיות אמפתית. היא חשה שלאיתי רגישות מיוחדת, וככל שצברה ניסיון רב יותר כהורה, היא גם הצליחה לעמוד מול הסביבה ולתווך את הילד שלה. היא היתה אמפתית כשאייתי התקשה לקום ולרקוד במסיבת חנוכה. היא לא שפטה אותו, לא התביישה בו, והשתדלה לא לתת לו להרגיש שהוא מאכזב אותה (אף שבאופן טבעי היתה מעט מאוכזבת). למען האמת נראה כי בשלב זה היא גם לא חשה אכזבה רבה. היא רצתה שאיתי לא יסבול ולא ייאלץ להתמודד עם דברים קשים מדי עבורו, כמו רעש, המולה, גירויים חדשים, ערב רב של אנשים לא מוכרים. היא ידעה שאיתי מוצף במצבים כאלה, והדבר גורם לו להימנעות, או לחלופין, אם אינו מצליח להימנע מהגירויים המציפים, הדבר עלול להביאו לכדי התפרצות זעם. היא ניסתה להסביר זאת לגננת. היא לא היתה בטוחה שהיא פועלת נכון, והיתה זקוקה לאישור למעשיה, שאותו קיבלה בשיחות ההדרכה

עימי. אך גם ללא אישור זה, היא היתה מספיק רגישה ואמפתית כדי לא לשפוט את איתי במצבים אלה. לו היתה שיפוטית או הביעה אכזבה, הדבר היה פוגע עוד יותר בתחושת הערך העצמי של איתי. העובדה שאמו הבינה אותו ולא אילצה אותו לעשות דברים בניגוד לרצונו, דברים שמאיימים עליו ופוגעים בו, עזרה לאיתי לשמר את תחושת הערך העצמי שלו, שמטבע הדברים היתה מאוימת במצבים כאלה.

אבל הימנעות מהמאיים ומהמעורר חרדה אינה תמיד אפשרית. במקרה של מסיבה בגן, תהא זו מסיבת חנוכה או יום הולדת, שירי הרגישה שזה לא חיוני עד כדי כך שאיתי אכן ירקוד. יש שיאמרו ששירי טועה, שאיתי מוכרח להתרגל גם לחוויות כאלה. אלא שהחיים מזמנים ללא הרף חוויות מסוג זה. מטבע הדברים איתי יאלץ להתרגל בהדרגה לאירועים, ושירי תצטרך לעודד אותו בתהליך זה, ועל כן אנו סבורים כי שירי ניווטה נכון את המצב, כשבחרה לחסוך מאיתי את ההתנסות הבלתי נעימה. בנושא השימוש בסיר, לעומת זאת, נדרשה התייחסות שונה. שירי ידעה זאת בתיאוריה, אך מצאה את הביצוע מעבר לכוחותיה. נראה שבהתמודדות זו שירי לא יכלה להיות גם ההורה האמפתי והמקבל, אך גם זה המסוגל להרגיע במצבי חרדה. שירי, כמו אימהות רבות של ילדים עם צרכים מיוחדים, הזדהתה מאוד עם איתי. ההזדהות הזו מנעה ממנה להתמודד כהורה רגוע, מווסת ומכיל בנושא השימוש בסיר. היא היתה צריכה עזר כנגדה. ובמקרה זה היא הצליחה לגייס את רובי, אביו של איתי.

נראה כי שירי, כמו אימהות רבות לילדים עם צרכים מיוחדים, בחרה לא לערב את רובי במצבים רבים. רובי גם היה עסוק מאוד ולא נכח שעות רבות ביום בבית, אך ככל הנראה, זו לא היתה הסיבה היחידה לכך שלא נטל תפקיד פעיל יותר בגידולו של איתי. שירי חששה מהתקפנות של רובי, שאכן התפרצה לא

פעם בעבר, והפחד הגדול שלה היה כי רובי יאבד שליטה במצבים שבהם יש להישאר רגוע, ושהוא יתקשה להכיל את איתי במצבים אלה.

רובי אכן היה לעיתים קרובות פחות סבלני כלפי איתי ונטה להאשים את שירי בהתנהגותו של הילד. לעיתים היה טעם בדבריו. הזדהות היתר של שירי עם המצוקה של איתי ורגשות האשמה שלה החלישו אותה לעיתים קרובות. היא הצליחה אמנם רוב הזמן (לא תמיד!) להיות אמפתית, אך התקשתה להיות דמות הורית חזקה, רגועה ומוסדת, שכן במצבי קיצון נראה היה שהחרדה מציפה אותה, ואיתי התקשה לראות בה דמות להזדהות והערצה שכה היה זקוק לה במצבים אלה. כך גם אירע בנושא הסיר.

אלא שבמקרה זה התנהגותו של רובי היתה שונה. רובי הבין בחוש שעליו להישאר רגוע. הוא ידע שנכונה לו התמודדות קשה. הוא ידע שעליו להושיב את איתי על הסיר, לאחר שישתמש בנר, ולהחזיק אותו על הסיר עד שתתרחש פעילות מעיים. הוא ידע שאיתי יצעק ויתנגד, והוא היה נחוש לעמוד במשימה. הוא ידע שעליו להיות דמות רגועה, מוסדת וחזקה בשביל איתי ולהראות לו שהוא מסוגל להתמודד עם החרדה האיומה שהסיר עורר בו. וכך היה.

בדיעבד שירי הודתה שלא היתה מסוגלת להתמודד עם סיטואציה כזו. היא אכן לא נשארה שם לחזות באירועים. גם היום, שנים רבות לאחר מכן, היא עדיין זוכרת היטב את ההערצה שחשה כלפי רובי שהיה מסוגל להישאר רגוע, לא לסגת, לדבר עם איתי בשקט ובשלווה ולא להתפרק מול צעקותיו. ואיתי צעק. רובי סיפר שאכן כאב לו. הצואה היתה קשה, אך נראה כי לא פחות מזה קשה היה לו הפחד מהסיר. רובי נשאר רגוע ומרגיע ולאחר מכן, הוא זוכר עד היום ואיתי כבר חייל, את עניו מכירות

התודה של הילד כאשר הכול נגמר. רובי היה לדמות הורית, מודל להערצה והזהרות. הוא הצליח להישאר רגוע נוכח ההתפרקות של איתי, ולא להתפרק בעצמו.

לא תמיד זה מצליח. לעיתים קרובות הורים לילדים עם צרכים מיוחדים מתפרקים במצבים כאלה יחד איתם, ואז הילד מרגיש מאוים וחרד עוד יותר. במקרה של שירי ורובי, נראה היה שההתערבות של רובי, דווקא בשל היותו האב הנתפס כחזק וסמכותי יותר, היתה משמעותית ביותר.

גישות שונות בפסיכולוגיה מדברות על התפקיד הייחודי של האב (פרויד, לאקאן אצל בואי, 2005) כמי שמביא את החוק, התרבות והמציאות לדיאדה אם-ילד. נראה כי כשמדובר בילדים עם צרכים מיוחדים, יש לאב ערך מוסף חשוב עוד יותר. אלא שבמקרים רבים כאמור אימהות בוחרות לא לשתף את האב, וגם אבות מוותרים ביודעין על התפקיד שלהם ו"מעבירים" אותו אל האם. זה קשה עם כל ילד. לעיתים זה כמעט בלתי אפשרי כשמדובר בילד עם צרכים מיוחדים.

ואמנם שירי לא שיתפה את רובי בחוויותיה. ייתכן שהיא ציפתה שהוא יבחין בקשיים שלה בעצמו וייתן אישור לחוויות שלה. ורובי - נראה שרובי היה נרגש מהלידה, והוא אכן השתדל לעזור ולהיות לצידה של שירי. הדבר בא לידי ביטוי בצד הפונקציונלי, אינסטרומנטלי: התעסקות במכשירים במהלך הלידה, הקשר עם הרופאים במהלך הלידה ואחריה, ומאוחר יותר בתפקידים הקשורים להאכלה, ניקיון והלבשה של התינוק. הוא איפשר לשירי לנוח, לישון, למלא מצברים, והיא סמכה עליו בטיפול באיתי וביכולת שלו להרגיע אותו. הוא היה שם כדי לעזור בלי להאשים אותה ובלי להגביר את רגשות האשם שהיא הרגישה בלאו הכי. גברים רבים מבטאים את דאגתם בדרך של עשייה, ארגון וניהול. ואכן במצבי משבר וחירום הפונקציה של הארגון והניהול חשובה

ותורמת בשמירה על תחושת הביטחון והגיבוש הפנימיים. ייתכן שבמצב הנפשי שבו היתה שירי מצויה בעת ההיא, לנוכחות השקטה של רובי, העזרה המעשית והמעורבות שלו בטיפול בתינוק היו תרומה משמעותית לשמירה על האיזון הנפשי שלה. ואכן כשרובי היה במילואים ולאיתי היו דלקות אוזניים, שירי הרגישה חסרת אונים ובודדה. במצבים כאלו, כשנדרשת התמודדות אינטנסיבית, כמו בחולי, החשיבות של שני ההורים כצוות והיכולת לשמש זולתעצמי תומך ומרגיע זה לזה הן משמעותיות ביותר.

ועם זאת נראה כי משהו היה חסר: הניסוח במילים, מעבר לעשייה. שירי היתה צריכה לשמוע מרובי שהיא אמא טובה לאיתי. ייתכן שרובי היה יכול לעזור לה להרגיש טוב יותר עם עצמה ולהפחית במידת מה את רגשות האשמה שלה, לו נתן לה לדעת שכך הוא חושב. לו היה יכול לעודד אותה לשתף אותו בחוויותיה, תוך מאמץ אמפתי להבין את החוויה שלה, ומתוך בירור אמפתי עמוק יותר של חוויותיה, הוא היה יכול לתת לה להרגיש מובנת יותר ובכך להפיג מעט את תחושת הבדידות. אלא שזה לא קרה. רובי לא ממש שאל, שירי לא ממש שיתפה, ותחושת הבדידות התעצמה.

לעומת זאת, רובי כן הצליח לשמש זולתעצמי משמעותי לאיתי ועזר כנגדה של שירי בשלבים מאוחרים יותר. ואכן, במהלך ההתפתחות בולט התפקיד של האב כדמות החזקה, המציבה את הגבולות באופן אסרטיבי. באירוע של עשיית הצרכים בסיר בולט התפקיד הסמכותי של רובי, תפקיד ששירי לא היתה מסוגלת לבצע בעצמה. רובי ביצע את התפקיד בצורה אסרטיבית עם איפוק, סבלנות ומתן חיזוק לאיתי כדי לייצב את הלמידה החדשה. הוא הצליח ברגעים אלה להיות הזולתעצמי שאיתי כה נזקק לו.

אימהות לעיתים בוחרות לא לשתף את האב במצבי קצה.

בחלק מהמקרים הן חוששות מתגובה תוקפנית. לעיתים המרחק בין סמכותיות, אסרטיביות, לבין תקיפות לתוקפנות ואובדן השליטה, הוא דק מאוד. קוהוט (1984) טען שאלמות היא לעיתים ביטוי של כישלון להיות אסרטיבי. במקרה של ילדים עם צרכים מיוחדים המתגרים מאוד את יכולת הוויסות והשליטה העצמית של ההורה, אובדן הסמכות והיכולת להשפיע על הילד, לחנכו ולהציב לו גבולות, יוצר תסכול, פגיעה בתחושת הערך עצמי, התערערות חוויית הגיבוש הפנימי, ובסופו של דבר גורם לתוקפנות. התוקפנות באה כדי להשיב את הכבוד לעצמי הפגוע ולשקמו. אבות הנתפסים על ידי הבנים לעיתים קרובות כדמות החזקה יותר, נדרשים לא פעם למצוא את האיזון הדרוש כדי לכוון את התוקפנות באופן מתון וזהיר ללא אובדן השליטה. אסרטיביות מייצגת עוצמה, סמכות וכוח נשלטים כדי להשיג יעדים ומטרות. אב סמכותי מציב גבולות ובעל יכולת שליטה עצמית יהווה עבור הילד דמות להזהות. דרך הזהדות עם הכוח השקט והמרוסן של האב במצבים של תסכול, בתהליך של הפנמה ממירה, הילד יוכל להפנים תפקודים של שליטה וויסות עצמי.

אלא ששוב, במקרה של ילדים עם צרכים מיוחדים הנוטים להתפרץ, מתקשים להתמודד עם תסכול ומאתגרים מאוד את יכולת ההכלה, הסובלנות והאיפוק של האב, לא פעם האב יתקשה להיות אותה דמות מכילה, מווסתת, מאופקת ואסרטיבית. לא פעם, שלא בטובתם, מאבדים גם האבות בעלי הכוונות הטובות ביותר את האיפוק, והאסרטיביות הופכת לאגרסיביות. בשל כך אימהות רבות מעדיפות לא לערב את האב. הן חוששות מהחלקים התוקפניים של האב, ומכך שלא יצליח לשלוט בעצמו ולספק לילד המיוחד את צרכיו הרגשיים. במקרה של שירי, רק כאשר כלו כל הקיצים, היא החליטה לערב את רובי בצורה פעילה ולהעביר את האחריות אליו. ודווקא במצב זה רובי הצליח לגייס את כוחותיו, והוא התגלה כאב

מכיל, רגוע ואסרטיבי היכול לשמש זולתעצמי לעילא. ייתכן שמאז שאיתי נולד, היתה זו הפעם הראשונה ששירי לא הרגישה לבד.

סוף דבר

איתי עולה השנה לכיתה א'. הוא ילד חכם, והגננת אומרת שהוא בשל לכיתה א'. עדיין יש לו התפרצויות בגן, אבל פחות, והוא גם יודע קצת לקרוא. איתי ולוטם חברים טובים. הם ילמדו ביחד באותה כיתה. לפעמים הם רבים, אבל אחר כך משלימים, ואיתי אומר שלוטם החבר הכי טוב שלו. ללוטם יש לפעמים גם חברים אחרים וזה מכעיס את איתי. לפני שלוש שנים נולד לשירי ורובי תינוק נוסף, בר. ולפני שנה נולדה קרן. שירי אומרת שבר לא מזכיר בכלל את איתי. הוא הרבה יותר רגוע ממנו וקרן בכלל מלאך... רובי אומר שהיא כבר שכחה... ובר בדיוק כמו איתי, וגם לקרן לא חסר... שירי חושבת שרובי לא כל כך יודע על מה הוא מדבר, כי הוא בכלל לא היה בבית כשאיתי נולד. אבל שניהם מסכימים שמשום מה יותר קל להם עכשיו לגדל שלושה ילדים מאשר לגדל ילד אחד.