

משה לנג הוא תראפיסט־משפחה, הזוכה להערכה רבה. הוא מנהל את מרכז ויליאמס רוד לטיפול משפחתי; משמש יושב־ראש מועצת־המערכת של "כתב־העת של אוסטרליה וניו־זילנד לטיפול משפחתי"; והינו נשיא־לשעבר של אגודת התראפיסטים המשפחתיים של ויקטוריה. הוא לימד פסיכולוגיה ועוסק במקצוע זה במלבורן למעלה מ־20 שנה.

משה 'נג חיבר כמה מאמרים קליניים ומחקריים, שפורסמו בכתבי־עת מקצועיים.

נולד בישראל, היגר לאוסטרליה בצעירותו, ולמד פסיכולוגיה באוניברסיטת מלבורן. היה פסיכולוג בכיר במרפאת בִּוֹכְרִי במשך חמש־עשרה שנה.

טס לנג היא בוגרת הפאקולטה לרפואה של אוניברסיטת מלבורן. עבדה שנים רבות ב"בית־החולים הממלכתי לילדים" במלבורן, וטיפלה בילדים שסבלו מהפרעות בכלי־הדם. היא היתה חברה בצוות הרב־דיסציפלינארי ביחידת השיקום הקארדיולוגית בבית־החולים ע"ש קולפילד. עבודתה כללה ייעוץ לחולים ולבני־משפחותיהם.

היא מחברת־שותפה של כמה מאמרים מדעיים ויחד עם בעלה משה כתבה את "דבי ובטנה הרעשנית", דיווח על טיפול מוצלח במשפחה שִׁבְתָּה סבלה מאנורקסיה נרבוזה.

הספר הינו עבודתם המשותפת הראשונה אשר מיועדת לקהל הרחב.

לזכרם של הורינו  
אסתר, חיים ואלכסנדר

וללובה  
שתאריך ימים עד 120.



טס ומשה לנג

# איך בולמים אמא נודניקית

סיפורים של תראפיסט משפחתי

עברית: עופרה עופר



TESSE AND MOSHE LANG  
CORRUPTING THE YOUNG

Copyright: © Tesse & Moshe Lang

אין להעתיק, לצלם או להפיץ ספר זה או קטעים מתוכו, או את התמונות ו/או את האיורים או חלק מהם – בשום צורה, דרך או שיטה, בין בדפוס, צילום, הקלטה או העתקה (מיכנית או אלקטרונית), ללא קבלת אישור בכתב מאת ההוצאה לאור והמחברים.



כל הזכויות לתרגום  
ולהוצאה בעברית שמורות  
ל"רשפים", הוצאה לאור בע"מ  
תל-אביב, תשמ"ט-1989  
Printed in Israel

הציור על העטיפה: נערה עם דמעות מאת יוסל ברגנר, 1969.  
תמונת שמן על בד – 100×100 ס"מ. אוסף המחבר.  
נדפס ברשותו האדיבה של הצייר.

## התוכן

7	דברי תודה
9	הקדמה
11	לצאת לדרך
13	חומר למחשבה
14	לראשיהעץ
15	הסוד
16	הקינח שהוא זכאי לו
17	שאלה של אמונים
19	שאלה של אבחנה
20	בית־ספר טוב
22	הטיול של יום ראשון בשבוע
23	מאסר עולם
25	מה שנדרש מתראפיסט
27	נקודת־המפנה
29	אחות מבינה
32	השחתת הצעירים
36	חוסר מעש, במומחיות
37	פתרון מסודר
39	התנהגות מנוגדת
40	געגועים
41	נחמה יקרה
43	אין זמן לשינויים
45	עמידה בפני הסערות
47	לקוחה קשה
48	מוטב מאוחר מאשר לעולם לא
49	בלתי נשלט
51	אחד למעלה – שתיים למטה
53	המשפחה הנורמאלית
54	המשפחה היא היודעת
56	וידוי

58	אין חדש
60	הצמח בעצין
61	ניקין
62	הופעה מצוחצחת
63	"פנים" ו"חוץ"
64	אדם בעל זכויות־יתר
66	תראפיסט־עמית
68	בענין כאבי שיניים וטיפול גס
69	דוגמה מבהיקה
70	פרנסה
71	כסף
72	חיסכון בכסף
73	מומחיות
75	הצרצר
76	מחזורי חיים
77	איילין
84	סטאטוס קוו שונה
91	איך בולמים אמא נודניקית
93	לזכור שיש לשכוח
98	הבת הסבלנית
102	זכרונות
107	בן־אדם משעמם מאוד
112	אם מופה
116	כרחוק מזרח ממערב
120	אהבה רומנטית
126	סוכר ותבלינים
129	לבוא ביחד
133	נחמה בלתי נראית
135	השקפות על נישואין

## דברי תודה

ספר זה נולד בתוך מסגרת חברתית תוססת. רצוננו להודות לרבים מידידינו ועמיתינו על תרומתם.

תודה למקס קורנוול על העידוד וההערות היקרות מפז בשעת כתיבת הספר ועל הקדמתו עמוקת המחשבה; לג'ודי בירווייר על הצעות העריכה הרבות והיעילות שנתנה לנו; לרנה גורדון – על התלהבותה, על עזרתה בצירוף חלקי הספר, ועל עבודת העריכה הקפדנית שעשתה.

איננו יכולים להזכיר את כל האנשים שסייעו לנו, אך ננהג ברשלנות אם לא נודה לטים באס, דיוויד באתגייט, אודרי ויוסל ברגנה, ג'ני בוך, ברברה בורג', רובין קארטר, סוזאן פאביאן, אדווין הררי, לורי הינצ'קליף, דיוויד אינגמלס, ג'אנט ג'קסון, ויקי לרר, פיטר מק'קלום, מלקולם רובינסון, בוורלי רוצ'סטר, דיוויד רוס, לין שידלינגר, ג'וזל סולינסקי, בריאן סטאגול, מארגרט טופהאם וגלדיס וילסון, על חילופי הרעיונות, על הסיפורים שסיפרנו אלה לאלה, על הביקורת רבת הערך שהציעו, ועל העצות הטובות שהציעו. תודה לכולכם.

כמורכן אנו מודים לכתביהעת לתראפיה משפחתית של אוסטרליה וניו־זילאנד על שאיפשר לנו להוציא לאור כמה מהסיפורים הללו, והתיר לנו לצרפם יחד בספר זה.



## הקדמה

עבודתנו כתרופיסטים לוקחת אותנו לפעמים למקומות יוצאי־דופן. ואולם, בדרך־כלל, איננו נאלצים לנסוע הרחק. אנו פשוט יושבים בכסאנו ומאזינים; השיחה עושה את כל היתר. יתכן שמדובר בחיים יוצאי־דופן, בעיה בלתי רגילה, פתרון או צורת תפיסה בלתי רגילים, המובילים אותנו אל מחוזות לא ידועים ומעניינים. אנו מבינים כי היוצא־דופן עוזר לנו לראות שוב בבירור רב יותר את מה שראינו כמובן מאליו.

משה לנג נסע יותר מרבים אחרים, במשך שנות איסוף סבלני של חומר שעוסק בדרכים ובסיבות לכך שאנשים מחליטים לחיות כפי שהם חיים. כנוסעים רבים אחרים המורגלים בנסיעות, הוא צמא לראות נופים מקומיים, לסיפור כפי שהוא נראה מצדו הפנימי, ולא דווקא לסיורים המודרכים שבהם רואים חזיתות מרשימות ואנדרטאות. לפני שנים רבות למד לעולם לא לאכול במלונות גדולים המיועדים לתיירים, למד שניתן למצות את ההנאה מהחיים במקומות הקטנים, בדרכים הצדדיות. יחסיו עם הבעלים ועם הצוות הינם על מישור של פנייה בשם פרטי, אך לעתים רחוקות, אם בכלל, הוא מנהל יחסים של קרבה יתרה. והחשוב מכל, לעולם אינו נוהג בשתלטנות או בחנופה. אם לצטט את הדברים שהוא אומר תכופות: "הכי חשוב – להגיע בשלום וליהנות מהנסיעה". או במלים אחרות, הוא אוהב לומר: "לא מבצעים ניתוח־לב־פתוח כשיש צורך במרק־עוף".

בהיותו יהודי, תושב אוסטרליה זה זמן רב, הוא חש בנוח ככל שמדובר במסורות ותיקות לפיהן מספרים אנשים זה לזה סיפורים ומעשיות. שיחה טובה נחשבת כדבר בעל ערך רב, הכול יכולים להשתתף, ותכופות מאפשרים למאזינים להסיק מסקנות בעצמם.

טס לנג הינה צופה חדת־עין. היא מקשרת בין עולם התראפיה לבין החוויה היומיומית האוניברסלית. חוש ההומור שלה, בד בבד עם אי־האמון שהיא רוחשת כלפי גישות אוטוריות, ובהיותה שקולה לגמרי לגבי התנהגותם של בני־אדם, כל אלה תכונות שמעניקות לסיפורים הללו את ארציותם ואת עוקצם.

יש צורך בשנים רבות של עבודת יישום ממושמת לפני שמלטשים

יצירה כה מאוזנת. יש גם צורך בעקביות, אומץ, ויכולת להביט בחוויה מזוויות רבות. הסיפורים מגלים גישה מתמשכת של כבוד וצניעות, אופטימיות זהירה, תחכום והבזקי הומור. זהו הספר הראשון מסוגו היוצא לאור באוסטרליה. הספר מגיש חרכי הצצה רבים אל חוויות יוֹ-בעבודה ומחשבותיו של אחד התראפיסטים החשובים של אוסטרליה, וכמוֹכֵן עוזר לגשר על המרחק שבין דלתו, הסגורה תכופות מדי, של האדם המגיש עזרה מקצועית, לבין הציבור הרחב.

### **מאקס קורנל**

עורך כתביהעת לתראפיה־משפחתית  
של אוסטרליה וניו־זילאנד



## לצאת לדרך

יש סיפור ערבי המספר על אב שרכב על חמור כשבנו הצעיר הולך לצדו. היה יום חם מאוד והיתה לפניהם דרך ארוכה. בהלכם שמעו עוברים ושבים שאמרו: "תראו את האיש הזה הרוכב על חמורו ומניח לבנו הקטן ללכת ברגל ביום חם כל-כך". האב הנבוך ירד מהחמור והושיב על גבו את בנו. כעבור זמן מה עברו לידם נוסעים אחרים שאמרו: "תארו לעצמכם, נער צעיר ובריא נותן לאביו ללכת ברגל ביום חם כל-כך – הוא בוודאי חסר לב ולא מחונך". מששמעו זאת, רכבו האב והבן ביחד על החמור. כעבור כמה קילומטרים ראו אותם אנשים אחרים ואלה אמרו: "איזה אנשים אכזריים ונטולי כל רגש אנושי, שניהם רוכבים על החמור הקטן המסכן". לפיכך ירדו האב והבן מהחמור והמשיכו תוך שהם נושאים אותו בידיהם. האדם הבא שראה אותם אמר...?

החלטנו לכנות ספר זה "סיפורים"; חשבנו על מלים רבות אחרות – מעשיות, דיווחים, זכרונות, ניתוח מקרים, וכדומה, אבל אף-אחד מהם לא היה מדויק, ואנו מודים שהמלה "סיפורים" אינה מתאימה לתאר את מה שכתוב כאן.

אחרי-כן ישנו העניין של "תראפיסט משפחתי". צירוף זה מטעה משהו, ואולם המלים פסיכולוג, פסיכותראפיסט, תראפיסט-במשחק, אינן משפרות את המצב.

המלה "משפחה" מרמזת, שלא נכללו קשרים אינטימיים אחרים. אולם, האם היו הצירופים 'תראפיסט-ילדים', 'תראפיסט-לחיי-נישואין', או 'תראפיסט-לקשרים-בעלי-משמעות', מוצלחים יותר? ומשום-כך, במסגרת מגבלות השפה, נראה כי התיאור הטוב ביותר הוא "סיפורים של תראפיסט-משפחתי".

כפי שפתיחה זו מראה, בחירת מלים הינה דבר קשה. אולי משום כך בוחרים אנשים רבים כל-כך לשתוק. לרבים יש בעיה בתקשורת, ויתכן שכתובת ספר זה היתה טעות גדולה.

בבית, בערב, אנו מספרים זה לזה על היום שעבר עלינו. לפעמים סיפור מסויים נשאר נעוץ במחשבותי, או שטס נרגשת במיוחד מסיפור אחר. אותם כתבנו.

את שעות הבוקר של ימי שני ושלישי אנו מקדישים לכתיבה. קודם כל אנו מחליטים על איזה סיפור נעבוד. אנו יוצאים לטיול, ואני מספר את הסיפור. לפעמים שומעת אותי טס עד הסוף. לעתים קרובות יותר היא מתערבת, שואלת שאלות ומעירה הערות. לאחר־מכן אנו דנים ומחליטים מה לכלול, היכן לפתוח, בקולו של מי לכתוב, אילו שינויים לערוך ואיך לסיים.

בשובנו הביתה אני שב ומספר את הסיפור, טס כותבת אותו, לפעמים תוך כדי כך שאני מספרו, לפעמים – כדרכה, אך לרוב זוהי תערובת של שנינו. היא קוראת לי את הכתוב. אנו דנים בו ועורכים שינויים, ואז קוראים רבים מחברינו ומעירים הערות.

שינינו את הסיפורים במידה מספקת כך שיסוו את זהות האנשים שעליהם מדובר. לפעמים האנשים עצמם קראו והעירו את הערותיהם. על אף רצוננו לכתוב ספר המגשר על הפער שבין אנשי המקצוע לבין ציבור ההדיוטות, גילינו תכופות שעמדתנו משתנה מדי פעם. אני טענתי בעד הסברים ארוכים ומפורטים יותר, מתוך דעה קדומה אקדמית, מכיוון שנמשכתי בניגוד לעצמי להפנות את הדברים אל הקורא המקצועי. חששתי שמא הסברים פשטניים מדי יוזילו את ערכן של הדראמות האנושיות שעל־אודותיהן כתבנו. טס רצתה פשטות, קיצור, ועוצמה, מכיוון שאהדתה נתונה לציבור ההדיוטות. היא חששה שהסברים ארוכים יפגעו באינטליגנציה וישעממו. אבל בעיקר דאגנו שמא ניפול בין הכסאות ולא נפנה בדברינו לאיש. ספר זה נכתב:

לפאציניסטים שלי שאיפשרו את כתיבתו בזכות האמון שרחשו כלפי, ובשל חוויותיהם. כשגילו שאנשים אחרים עוברים חוויות דומות יכלו לזהות את חוויותיהם בבהירות רבה יותר, להפיק נחמה כשהתחוויר להם שאינם לבדם, ולקבל תקווה מפתרונותיהם של אחרים. לתלמידי – בתמורה לכל מה שלימדוני. לידידינו, כדי שיספרו לנו את סיפוריהם. לטס, אסתר, קון ולי עצמי, כדי שהסיפורים יניחו לנו. לקוראינו המקווים:

נבוקוב אמר: "ספרות טובה מדגדת את עמוד השדרה!"  
נתן אקרמן אמר: "תראפיה משפחתית טובה מדגדת את ההגנות!"  
אם נצליח לדגדג את דמיונכם – דיינו.

טס ומשה לנג

## חומר למחשבה

בשנות השישים המוקדמות למדתי פסיכולוגיה באוניברסיטת מלבורן. כמעט כל מרצה וכל ספר ניסו להעביר את התפישה שפסיכולוגיה היא מדע. נושא החומר הנלמד היה בעיקר "עכברים וסטטיסטיקה". בעוד שהמסר הגלוי היה: "פסיכולוגיה היא מדע", המסר הסמוי היה שכל זה שיעמום אחד גדול. היה יוצא מהכלל בולט אחד – המרצה שלנו לפסיכופתולוגיה, דוקטור אלן ג'פרי. לכיתה בת למעלה ממאה איש הוא סיפר על בני-אדם אמיתיים, והושיב אותנו מסומרים לכסאותינו.

לקראת סוף השנה האקדמית נלקחנו לבית-החולים "רויאל מלבורן" כדי שנראיין כמה "חולים חיים של ממש". דוקטור ג'פרי ביקש ממני לראות מהגר, בן למעמד הפועלים, שהגיע לחדר המיון תוך שהוא מחזיק שקית נייר חומה מלאה כריכים. האיש התלונן שהכריכים מורעלים; לפיכך נשלח למחלקה הפסיכיאטרית. שוחחתי אתו. הוא ביקש שאביט בכריכיו המורעלים. הוא אמר שבא מיוגוסלביה חמש-עשרה שנה קודם לכן; גר כמה שנים באוסטריה; אין לו משפחה, יש לו חברים מעטים, והוא מאמין שבעלת-הבית שלו מנסה להרעילו.

שאלתי מדוע הוא סבור כך. הוא השיב: "אני יודע שהיא רוצה לעשות זאת". שאלתי כיצד הוא יודע והוא אמר: "יש לה מבט כזה בעיניים".

שאלתי: "מה זאת אומרת? איזה מין מבט?"

הוא אמר: "היא נראית כאילו שהיא רוצה להרעיל אותי". ככל שחקרתי אותו, ליותר מכך לא הגעתי.

שבתי אל הדוקטור ג'פרי ואל קבוצתנו ואמרתי: "אני מאמין שהאיש פאראנואידי". דוקטור ג'פרי שאל אותי מדוע אני סבור כך. הסברתי. אחרי-כן שאל אם אני בטוח. עניתי: "כן, בהחלט". הוא שאל עד כמה אני בטוח. אמרתי: "בטוח מאוד". הוא שאל אם אני רוצה לחזור ולשאול את האיש שאלות נוספות כלשהן. לאחר-מכן ביקש ממני להביא את הכריכים. כששבתי אמר: "עכשיו תאכל אותם". עצרתי במקומי, ואז אמרתי: "לא, תודה!"

## לראש־העץ

בשנת 1965 זכיתי במשרתי הראשונה כפסיכולוג ב"מרפאת בוברי", שהעניקה אז שירותים פסיכיאטריים לילדים. כשבוע או שבועיים אחרי שהתחלתי לעבוד התבקשתי לראות את הראשון שהופנה שלי, פיטר. הייתי אחוז חרדה עזה מכיוון שהרקע שלי היה תואר בפסיכולוגיה שכלל הכשרה מקיפה בסטטיסטיקה, תיאוריה על מבנה האישיות, והתנהגותן של חולדות. ואולם כאן מצפים ממני שאגיש תראפיה ופסיכותראפיה לנער צעיר מאוד. כדי להכין את עצמי קראתי את כל הספרות הקשורה בנושא – כשני ספרים, כמה מאמרים, וכמובן – את תיקו של פיטר, ששקל שנים־עשר ק"ג.

בשעה המיועדת הלכתי אל חדר־ההמתנה וביקשתי מפיטר לבוא איתי. התחלתי לצעוד לעבר חדר־המשחקים, פניתי שמאלה, ושמתי לב שפיטר, במקום ללכת בעקבותי, החל לרוץ ואז טיפס על עץ. אנה פרויד, וירג'יניה אקסליין, ואף לא איזו שהיא תיאוריית אישיות, לא סיפקו לי את התשובה. "חיי (x) בריבוע", "מבחן טי" או ניתוח־שונות לא היו לעזר רב במיוחד. משום כך, מכיוון שלא היה לי על מה להסתמך, החלטתי לטפס על העץ בעקבות הפאציינט שלי. בילינו את מה שנותר מהשעה שלנו על ראש העץ. משתמה הפגישה ירדנו למטה ואמרתי לפיטר שלום.

אחרי הפגישה הבאה נועדתי עם הפסיכיאטר שראה באותה עת את הוריו של פיטר, הוא סיפר לי שפיטר הלך הביתה ואמר להוריו שיש לו תראפיסט חדש – "איש מוזר ומשונה מאוד שמטפס על עצים".

## הסוד

פראנק היה נער ביישן, שמן, בן שתיים-עשרה, שהכול רדו בו. בפגישתנו הראשונה אמר לי, שיש לו סוד חשוב מאוד שאותו לא יספר לי עד שיוכל לבטוח בי. יום אחד בא לטיפול ואמר: "אני חושב שאני מוכן לספר לך את הסוד שלי". תוך שאני מנסה להסוות את התרגשותי נוכח הגמול שזכיתי לו בעקבות חודשי עבודה קשה אמרתי: "כן?"

"אתה מבטיח שלא תספר לאיש?" שאל פראנק.

"אתה יכול לבטוח בי".

"אתה יודע... אבי אוהד של נבחרת קוליןגווד, והוא חושב שגם אני אוהד של נבחרת קוליןגווד, אבל עמוק בלב אני אוהד של נבחרת מלבורן".

## הקינוח שהוא זכאי לו

דין הופנה על-ידי בית-המשפט לנוער. הוא היה נתון לפיקוח קצין-מבחן להתנהגות עבריינית, והצטוו לעבור טיפול פסיכיאטרי. עבירותיו העיקריות היו גניבות קטנות, סחיבות מחנויות, ושבירת חלונות. הוא נמנה עם כנופייה, בדומה לרוב הילדים בסביבת מגוריו. בפגישתנו סיפר לי דין על משפחתו. אימו ברחה שנתיים לפני-כן, והשאירה אותו, את שני אחיו הקטנים, ואת שתי אחיותיו, עם אביו. אביו עבד בבית-חרושת במשרה מלאה, ואחרי שעות העבודה נהג ללכת לשתות עם חבריו. תכופות נשארו הילדים לבדם. דין דיבר על אביו בחיבה. הוא אמר שהאב עושה כמיטב יכולתו, אבל ברור שהחיים קשים.

כעבור כמה שבועות נתפסו דין וחבריו אחרי שעות הלימודים כשהם מחבלים בבית-ספר. זאת היתה הפרה של תקופת-המבחן שלו, והיתה סבירות גבוהה שכאשר ידונו בעניינו – ישלח למוסד חינוכי. בדברו אתי על-כך ציין, שכל חברי הכנופייה לקחו חלק בהרפתקה זו והוא לא רצה לאבד מיוקרתו אם יסרב להצטרף – מכל מקום, אמר: "עשינו את זה רק בשביל הבידור". ואולם, הוא פחד שמא החיים במוסד החינוכי יהיו חיי-גזירה קשים מאוד.

דין נשלח לשם, והצטוו להמשיך בתראפיה השבועית שלו. כשראיתי אותו שוב אמר: "אתה יודע, זה לא כל-כך נורא. בבית אבא נתן לנו לאכול פשטידות. כאן כל ערב אנחנו מקבלים בארוחה קינוח מתוק!"

## שאלה של אמונים

הנרי בן החמש־עשרה סירב להישבע שבועת־אמונים בבית־הספר. הוא אמר כי אינו מבין מדוע עליו לעשות כן, שהרי הוא מתנגד למונארכיה. הוא העז לומר למנהל בית־הספר שהוא חושב ש"כל זה זבל". בית־הספר הישעה אותו, לפיכך ביקש הנער ראיון אצל שר החינוך. הוא חשב שבית־הספר טועה בתכלית, ואין לו שום טענה משכנעת.

התוצאה היתה שבית־הספר הסכים להחזירו ללימודים, בתנאי שיילך למרפאה פסיכיאטרית לילדים.

כשפגשתי אותו היתה לו עמדה של התמרמרות צדקנית. הוא הציג את טיעוניו ברהיטות, והוסיף ואמר שאינו מבין מדוע עליו ללכת למרפאה פסיכיאטרית רק משום שעמד על עקרונותיו. הוא ידע שמרבית הנערים האחרים חושבים כמותו, אך אין להם אומץ לקום ולהגן על אמונותיהם. וישנם הרבה נערים עצלים שאינם מתעניינים, אדישים מכדי לחשוב אפילו על נושאים חברתיים כלשהם.

אמרתי: "הנרי, אני מעריך את אומץ לבך ואת יושרך, עד כמה שידוע לי, קרוב לוודאי שאתה צודק בהערכתך את הנערים האחרים. אני פסיכולוג שמקבל משכורת מהמדינה, ואני אמור לבלות אתך שעה בשבוע. מה לדעתך עלינו לעשות?"

הוא שאל אותי שאלות על מעשי ועל דעותי, ולמה אני מצפה מפגישותינו. המשכנו להיפגש כל שבוע במשך כמה שבועות.

במהלך החודשים הללו סיפר לי הרבה על עצמו ועל משפחתו. אחיו בן התשע־עשרה היה מאושפז בבית־חולים כי סבל מסכיזופרניה. לאביו היה מזג אלים והיו לו התפרצויות־זעם מדהימות. הנרי ניסה לא להתקל באביו, אך לפעמים נכשל במאמציו, ואז פרצו קטטות איומות. אימו בילתה תקופות ארוכות במיטה כי סבלה מבעיות בצוואר ובגב. במרוצת הזמן סיפר לי הנרי שעברו עליו תקופות ארוכות של אומללות עמוקה. הוא סבל מסיוטים וממחשבות אובדניות. בבית־הספר היה מבודד לחלוטין. לא היו לו חברים. בהפסקות האוכל והמשחקים נהג לשבת לבדו והרגיש אומלל. בכיתה התקשה להתרכז ותכופות שקע בהזיות.

ואולם, למרות קשייו, היה לו אומץ להאבק בממסד, ולהצביע על  
מחדלים במערכת.  
כמה עצוב שלמרות כל בעיותיו הגלויות לעין של הנער הבחין בו  
בית־הספר רק כשיצא מתוך השורה.



## שאלה של אבחנה

ריצ'ארד, בן ארבע־עשרה, הגיע עם הוריו. בעייתו היתה שטיפת־ידיים כפייתית. הוא נהג להשתמש בכמה חפיסות סבון ליום, עד כדי כך שידיו נעשו סדוקות ודיממו. הוא כיסה את הבית בעיתונים וחסם את הגישה אל אזורים מסויימים. איש לא הורשה לנגוע בחפצים רבים בבית.

הוחלט שאראה את ריצ'ארד, ואיש צוות בכיר יראה את הוריו. בפגישתנו הראשונה אמר לי שהזרע שלו מזהם הכול, וכי הוא שוטף את ידיו ומכסה את הבית בניסיון להגן על משפחתו ועל עצמו מפני זיהום זה.

המתח והאלימות גברו במשפחה בהדרגה. הסלמה זו גרמה שנשקול אם להציאו מביתו. לרוע המזל היו מעט מאוד מקומות פנויים שהתאימו.

תוך ניסיון לפתור את הבעיה, הוסדר שריצ'ארד יעבור הערכה פסיכיאטרית בבית־חולים. נכחתי בישיבת הצוות שבה ראינו את ריצ'ארד. פסיכיאטר מתמחה שאל אותו את אחת השאלות האחרונות. הוא הצביע על נעליו הגבוהות שמראן היה מרושל ואמר: "אתה שם לב שכולם נועלים נעלי עור נקיות ומבריקות, בשעה שהנעליים שלי קצת מלוכלכות, זה מפריע לך?" ריצ'ארד השיב: "למה שזה יפריע לי? מה שאתה נועל זה העסק שלך".

יומיים לאחר־מכן, כשהגיע ריצ'ארד לפגישתו הבאה אתי, אמר משהו בעניין הנעליים. הוא אמר: "מה הטיפוס הזה חשב? שאני משוגע או משהו? רק בגלל שיש לי נברווז של אובססיה כפייתית הוא מצפה שאני אגיד כי מה שהוא לובש מטריד אותי, רק בגלל שזה כך?"

## בית־ספר טוב

טילפנה אם, וביקשה פגישה דחופה. היא שאלה אם אוכל לראות אותה ואת בעלה מוקדם ככל האפשר.

בפגישה הראשונה תיארו שני ההורים את החינוך שקיבלו כנוקשה וסמכותי. השגים טובים והופעה נאותה זכו להערכה רבה יותר מאשר ספונטניות ואושר. על שניהם עברה תקופת בית־הספר בהתאם למסורת המקובלת: חיי משמעת חמורה, ושיעמום. הם היו נחושים בהחלטתם להגן על ילדיהם מפני גורל דומה; הם לא יעשו את אותן טעויות שעשו הוריהם. הם קראו הרבה מאוד ספרי פסיכולוגיה וחינוך, והיו מעודכנים בשיטות החינוך החדשות ביותר.

כעבור חקירות והיוועצויות רבות בחרו עבור בנם הבכור בית־ספר מתקדם ומתירני. במשך השנתיים שחלפו הם נעשו מודאגים יותר ויותר מגישתו של הילד, מכך שלא התקדם בלימודיו, ומההרגלים שפיתח. באופן כללי גילו שאינם מאושרים מבית־הספר. התחוויר להם כי למען שלוות הנפש שלהם, ולטובת המשפחה, עליהם להעבירו משם. בשלב זה חשו מובסים ומודאגים, ובאו לראות אותי.

במשך הפגישה התייסרו מחמת הטראומה שיחווה בוודאי בנם בן השמונה בשל המעבר מהאווירה הנינוחה בבית־ספרו לאווירה רשמית וסמכותית יותר. הם חששו ששינוי מעין זה יגרום לנזק פסיכיאטרי תמידי. ואולם, מכיוון שהמצב יצא מכלל שליטה, חשו שהם חייבים להחליף את בית־הספר, תוך התעלמות מפחדיהם ומספקותיהם. עד סוף הפגישה החליטו לשלוח את בנם לבית־ספר אחר.

שבועיים לאחר־מכן סיפרו לי את הדברים הבאים: ביום שנשלח בנם לבית־הספר החדש נשארו שניהם בכיתם וחיכו לשובו. הם היו מודאגים עד כדי כך, ששעה וחצי לפני תום הלימודים כבר ניצבו ליד שער בית־הספר. הפעמון צלצל וכמה דקות לאחר־מכן רץ בנם לעברם. הם חיכו, משוכנעים כי יהיה עתה צורך באיזה שהוא טיפול־חירום פסיכיאטרי. בהגיעו אליהם שאלוהו בחרדה: "איך היה?" הוא השיב: "נפלא! כל הזמן משחקים. קודם עמדנו בטור וצעדנו כמו חיילים. אחר־כך, כמו ביום של משחק־הגמר בכדורגל, הצדענו לדגל ושרנו את ההמנון".

## הפרת העקרונות

עבדתי זה כמה חודשים עם תום, נער בן חמש־עשרה. הוא הופנה למרפאה על התנהגות עבריינית. בשלב זה של חיי המקצועיים הייתי רוג'ריאני (קארל רוג'רס, פסיכותראפיסט אמריקני, ידוע בכך שקידם את הרעיון לפיו על התראפיסט להעניק לפאציינט יחס של קבלה) מסור, אך בעל ידיעות מוטעות, והייתי מרוצה מהגישה החיובית והמקבלת שהצגתי כלפי תום.

יום אחד הודה תום בפני כי בלילה הקודם פרץ לתוך בית־ספר וגנב כמה רשמקולים. בלי לחשוב, ומתוך תחושת זוועה מוחלטת, שמעתי את עצמי אומר: "אידיוט מטומטם שכמותך – למה עשית את זה?" הייתי מופתע, וחשתי שהרסתי לתמיד את סיכויי להיטיב עימו במידה כלשהי. הפרתי את העיקרון החשוב ביותר בתראפיה – הפרתי את קסם ההתייחסות המקבלת, ובעיני רוחי ראיתי את רוג'רס משפיל אלי את מבטו ומגנה אותי גינוי עמוק. עודי יושב שם בתחושה שאני הרוס, אמר תום: "לעזאזל, אתה יודע מה? אתה צודק". יחסינו השתנו לחלוטין, כמו גם תפיסותי לגבי תראפיה.

## הטיול של יום ראשון בשבוע

את הטיפול באן יזמו הוריה. הם קבעו שהיא אינה מתקשרת, ושהיא מכונסת בתוך עצמה. בפגישותיה עימי התלוננה אן על הגבלת החופש שלה, על ההגבלות שמטילים על חיי החברה שלה, על תביעותיהם המופרזות של הוריה, ועל נטייתם לתת עדיפות למשאלותיהם. תוך כדי טיפול פרטני זה שינתה המרפאה את מגמתה לכיוון של טיפול משפחתי. דנו במקרה, והחלטנו שעלי לראות את המשפחה כולה. הזמנתי לפגישה את אן, את הוריה, ואת אחותה ואחיה המבוגרים ממנה.

אחרי עידוד ותמיכה החלה אן להשמיע את תלונותיה השונות, במיוחד בעניין הטיול המשפחתי הקבוע אל מחוץ לעיר. לאט-לאט נעלמו ההיסוסים שחשה בתחילה, והחל להתברר תיעובה הרב כלפי טיול זה. שני ההורים היו מופתעים, אך מרצים שסיפרה להם. הם אמרו שהיה עליה לספר להם קודם-לכן. אן השיבה ואמרה, שלא יכלה לעשות זאת; היא חשבה שתצער אותם, מכיוון שהיו נלהבים לטיול. ההורים אמרו שהם רוצים לדעת כיצד היא חשה ומה היא חושבת. שאלתי את ההורים מה דעתם על הטיולים של יום ראשון בשבוע. בתחילה נראו מופתעים מאוד מהשאלה. נראה כי הפרתי חוק בלתי כתוב כששאלתי אותם מה הם אוהבים ומה אינם אוהבים לעשות. לבסוף אמר האב שהטיולים בסדר, אבל הוא מעדיף לשחק גולף. האם היתה מופתעת, והמשיכה בכך שהודתה, שלגביה הכנת הצידנית מהווה מטרד, והיא היתה מעדיפה להישאר בבית ולעבוד בניחותא בגינה. לא חלף זמן רב לפני שהמשפחה כולה עסקה בשיחה נלהבת על הדרך בה מעדיף כל אחד מהם לבלות את יום ראשון בשבוע. כולם השתאו כשגילו שהם המשיכו לנסוע בימי ראשון בשבוע וכל אחד מהם שמר לעצמו את תחושת השנאה לפעילות זו כדי לא לפגוע או לצער את האחרים.

כשראיתי את אן לבדה הסכמתי אתה שהוריה מגבילים. הפגישה המשפחתית גילתה שההורים עצמם סובלים מהגבלות. קשה לומר שהם היו אלה שהטילו אותן, אדרבא, הם היו קורבנות משותפים. הבעיה לא היתה ברקדנים אלא בריקוד.

## מאסר עולם

שני בני ריאן המאומצים היו חומר נפץ. ההורים ובית-הספר לא הצליחו להשתלט עליהם. במרפאה החלטנו לצרפם לקבוצת הריפוי-במשחק שלי.

הבנים היו קולניים, צעקנים ותובענים, ומהר מאוד כונתה הקבוצה בת שמונת הילדים 'קבוצת ריאן'.

ראיינתי את ההורים. גברת ריאן בילתה את רוב זמן הפגישה בכך שהשמיצה את בעלה. מר ריאן עבד חמישה וחצי ימים בשבוע כאיש-מכירות, ושלושה או ארבעה ערבים בשבוע כמלצר. בכל פעם שראיתיו היה עייף, מודאג, ונחבא אל הכלים.

בשתי הפגישות הראשונות דיברנו על כשלוננו של מר ריאן לספק את צרכי אשתו ובניו. כעבור עוד כמה פגישות שאלתי את מר ריאן מה הצרכים שלו ואם הם סופקו. שינוי זה במוקד השיחה היה, בלי ספק, משעמם וחסר עניין לגבי הגברת ריאן, והיא חדלה להגיע.

המשכתי לראות את מר ריאן. כעבור כמה שבועות נעשה ניגוח יותר. יום אחד נראה עצבני, ואחרי היסוס-מה הוציא מכיסו פיסת נייר ישנה, מקומטת ומצהיבה. הוא אמר ששלוש-עשרה שנה קודם-לכן התייעץ עם פסיכיאטר, מכיוון שהיה מודאג לגבי עצמו. הפסיכיאטר הפנה אותו לפסיכולוג כדי שזה יערוך לו מבחנים. הוא קיבל את ההערכה שלו, ואותה הגיש לי עתה.

מר ריאן לא יכול היה להתגבר על הפיתוי לפתוח את המכתב ולקרוא את תוצאות המבחן. היו במכתב המלים "חמור", "מופנמות", "קורטריה" וכן "הפרעת אישיות נסיבתית חולפת".\*

לא היה לו מושג מה פירוש כל הדברים הללו, אבל הוא היה בטוח שהם חמורים ושיש בהם טעם לפגם. מכיוון שחש חרדה בשל

\* קורטריה נמוכה: מראה על נטייה לחוש במקום לחשוב. פועלת במישור של מצבי רוח.

הפרעת אישיות נסיבתית חולפת: דרך שבה נוקט אדם במאבק שהוא מנהל כדי להתמודד עם מצב של מצוקה רבה.

המסקנות ה"שלליות" שהיו כלולות במכתב, ובושה על שקרא אותן,  
לא היה מסוגל לכפות על עצמו לשוב אל הפסיכיאטר.  
במשך שלוש-עשרה השנים הבאות נשא בכיסו את הסיכום לגבי  
"מיהו באמת", אף-על-פי שלא הבין את הדברים. במרוצת השנים חש  
חרדה גוברת והולכת ככל שהנייר התפורר והמלים ניטשטשו, כי  
כאשר יאבד הנייר, יאבד עימו לעד חלק חיוני מעצמו.

## מה שנדרש מתראפיסט

המשפחה הראשונה שראיתי אי-פעם הופנתה בשל בנם בן הארבע-עשרה שסבל, כביכול, מפסיכוזה גבולית. שני ההורים, הפאציינט המזוהה, ושלושת אחיו, הגיעו. סטודנטית לעבודה-סוציאלית ישבה אתי. היא רשמה רשימות רבות, והקליטה את השיחה. ככל שנמשכה השיחה נעשיתי יותר ויותר מבולבל. הכול דיברו בעת ובעונה אחת, והמהומה היתה רבה. אחרי שהמשפחה עזבה, אמרתי לסטודנטית לעבודה-סוציאלית: "חירבנתי את זה, נכון?"

היא אמרה: "אה, לא. אני חושבת שניהלת פגישה טובה מאוד". אני זוכר שאמרתי לה: "תראי, אני ילד גדול. אני מסוגל לשאת את זה. אין צורך שתהיי כל-כך נחמדה כלפי".

היא אמרה: "לא, איני סבורה שיש בכך צורך. אני חושבת שזאת היתה פגישה טובה מאוד. למעשה נראית כמי ששולט היטב במצב, ויודע מה הוא עושה בכל רגע ורגע".

אמרתי: "את בוודאי מתלוצצת".

היא אמרה: "טוב, אני מציעה שתקרא את התעתיק, ולמעשה שגם תאזין להקלטת השיחה".

פעלתי כעצתה. השיחה היה מעניינת ומלהיבה. בשלב מסוים החל פרד – הפאציינט המזוהה – לדבר על מוסיקה שיוצאת מהחלק האחורי של גופו. הוריו הביטו בי ובלי אומר ודברים שידרו אלי בעוצמה רבה את המסר: "עכשיו אתה מבין איזה מין בן יש לנו? אתה לא חושב שהוא מטורף? אתה לא חושב שהוא מוזר?" נפניתי אל המשפחה כולה ואמרתי: "שמעתי הרבה אנשים צעירים שדיברו על נפיחות, אבל מעולם לא שמעתי שמשהו מתאר זאת בצורה יפה כל-כך. תארו לעצמכם, מוסיקה שיוצאת מהחלק האחורי של גופו! נפיחות לעולם שוב לא יהיו מה שהיו עד כה!" בשלב מאוחר יותר בשיחה אמר פרד, הפאציינט: "כשאגדל אני רוצה להיות פסיכיאטר".

"מה דעתך להתחיל היום?" שאלתי.

"אתה מתכוון ברצינות?"

"כן, כמובן. למען האמת, ברגע זה אינני יודע בדיוק איך להמשיך,

כך שאם תיקח את העניינים לידיים יהיה לי הרבה יותר קל".  
לאחר ששיכנעתי אותו שאני באמת מתכוון לכך, הצעתי שנתחלף  
במקומות הישיבה. הוא התיישב על כסאי, לקח את העיפרון ואת  
הפנקס, נפנה אל אימו ואמר: "גברת כר-זכך, הריונך עם פרד היה  
מתוכנן או לא? הוא היה ילד רצוי או לא? איך היה ההריון ואיך היתה  
הלידה?" הוא המשיך וקיבל היסטוריה-התפתחותית מעולה של עצמו.  
למעשה, אינני זוכר איש שהיטיב יותר לעשות זאת.



## נקודת־המפנה

כשהגיעה משפחת גרין לפגישתה השבועית הקבועה, ידעו זאת הכול. מר גרין, אדם קטן קומה עד מאוד, היה נהג אוטובוס והוא נהג במכונית האמריקנית הגדולה ביותר הקיימת. זאת שאגה לתוך מגרש החניה למכוניות ותפשה כל־כך הרבה מקום עד שהחניה לאחרים, שתמיד היתה בעייתית, נעשתה בלתי אפשרית.

המשפחה הגיעה למרפאה זה שבע שנים. תלונתה המקורית היתה שאי־אפשר להשתלט על ג'ימי בן החמש. הוא תמיד עשה מה שהוא רוצה, מעולם לא מה שאמרו לו לעשות. הוא רצה להרעיש מאוד, להצית מדורות, לבעוט חזק מאוד בכדור, לעתים קרובות – לשבור את חלונותיהם של השכנים, לשים חרקים וכיוצא־בזה במיטת אחותו, ולהשתלט על מכשיר הטלוויזיה בלי שום התחשבות ברצונותיו של איש.

ב"טיפול" העדיף ג'ימי לשחק על הגג, לזרוק חומר־קציר על העוברים והשבים, ובמיוחד על קאטי, התראפיסטית שעבדה עמי, כדי לראות אם החומר ידבק עליה. ג'ימי ומשפחתו אילפו דורות של תראפיסטים. אף־על־פי שכל אחד מהם חש שדי והותר בג'ימי, הכול חיבבוהו. הוא היה שדון מקסים ביותר, קטן קומה כאביו, אך המקום והזמן שמילא במרפאה היקשו על חיי כולנו.

במשך שבע השנים שחלפו עברה האם טיפול פרטני, השתתפה בקבוצת אימהות, ומדי פעם ראו אותה ביחד עם בעלה. היא התלוננה מרות על הקשיים עם ג'ימי, על־כך שאינה זוכה לתמיכה מבעלה ועל שאינו מבלה די זמן עם הילד. היא חשה מצוקה, בעיקר בשל תוקפנותו של בעלה כלפי ג'ימי בשעה שניסה לחנכו.

בפגישות עם שני ההורים דיבר האב רוב הזמן. הוא ביקר את אשתו בלהט, אמר שהיא מפנקת את ג'ימי, שהיא רכה מדי ביחסה כלפיו, ובעיקר, שהיא מחבלת בנסיונותיו לחנך את הילד.

דנו על משפחה זו באינספור ישיבות־צוות, ובילינו הרבה מפגשים־על־כוס־תה בשיחות על ג'ימי ועל מעלליו. בשלב מסויים נאלצנו לשנות את שעת הקבוצה של אימו, אבל היא התקשתה להשתלב בכל שעה חדשה שהיא. פעמיים בשבוע שיחקה טניס, פעם בשבוע

ביקרה אצל גיסתה, פעמיים בשבוע בשעות אחר־הצהריים עבדה בדוכן־למכירת־ממתקים של בית־הספר, וכל התחבולות שבעולם לא עזרו לפתור את הבעיה.

מכיוון שבאותה תקופה שינתה המרפאה את דרכי עבודתה, הוחלט שנראה את כל בני משפחת גרין ביחד. אותי "נידברו" לראותם.

בפגישה הראשונה לא קרה שום דבר בלתי צפוי – ג'מי עורר מהומה, אביו נזף בו, האם עצרה בעד האב, וכולי.

כמה ימים לאחר־מכן הגיעה הודעה דחופה ממשפחת גרין לפיה ביקשו לראות אותי מיד. טילפנתי אליהם ואמרתי שאי־אפשר, כי אני עסוק בכל השעות. למרות זאת, הם התעקשו. הם לא ניאו לקבל את התשובה "לא", ולבסוף הסכמתי לראותם בשעת הפסקת הצהריים.

המכונית הגיעה במהירות עצומה, ובנהימת מנוע רמה יותר מתמיד. כל בני המשפחה צווחו ושוחחו תוך שהם מחוויים תנועות־ידיים זה אל זה. הם נכנסו לחדרי בלי להפסיק לרגע את הוויכוח. נראה שאינם מבחינים בברכתי, או אפילו בנוכחותי. הם המשיכו לדבר, לצעוק ולהתווכח – איני יודע על מה. ניסיתי כמה פעמים להשתלט על המצב, או לפחות להשתתף. לשווא. לכן חשבתי בסופו של דבר – עכשיו שעת הפסקת הצהריים שלי, אני פשוט ארגע ואניח להם להמשיך בשלהם. כך אכן עשיתי, והם המשיכו להשתולל.

הגיעה כמעט השעה לפגישתי הבאה. ניסיתי כמה פעמים לסיים את הפגישה, לציין שהגיעה העת שיילכו, אבל איש לא שם לב. לבסוף נאלצתי לעזוב. אי־לכך קמתי, והלכתי אל הדלת. כשהגעתי לדלת רצו בני המשפחה לעברי, לחצו את ידי והודו לי על הפגישה רבת התועלת ביותר שהיתה להם אי־פעם.

## אחות מבינה

לגרג בן הארבע-עשרה היו בעיות חמורות והוא התנהג בצורה גרועה מאוד כלפי משפחתו. הם היו ביקורתיים מאוד ודחוהו.

כעבור כמה חודשי תראפיה אמר לי גרג שהוא התגבר על רוב בעיותיו. הוריו ואחיו הרבה יותר נחמדים כלפיו. אימו מדברת אליו יותר, אחיו מזמינו לשחק כדורגל, ואביו טופח תכופות על שכמו או פורע את שעריו ואומר: "היי, גרג, איזה יופי שאתה כאן, אתה מוצא חן בעיני".

גרג אמר: "אתה יודע, צדקת. כשבאתי אליך אמרת שאסור לי ליותר כל-כך בקלות על הבעיות שלי, כי יתכן שיהיה קשה לעמוד בפני התוצאות. אני עדיין לא מוכן לסלוח להם שהיו כל-כך גועליים כלפי כל-כך הרבה זמן. כשאבא נוגע בי זה נחמד, אבל מביך אותי מאוד. לא קל להתרגל שהם נחמדים אלי. עכשיו, אם אמא מבקשת ממני לעזור, הרבה יותר קשה לסרב".

הוא המשיך ואמר: "אחותי טינה גועלית כמו תמיד. היא ממשיכה לקרוא לי בשמות כמו 'ראש כרוב', 'טמבל', 'טיפש מזויין'. היא ממשיכה לנסות לעצבן אותי. היא מעבירה ערוצים כשאני צופה בטלוויזיה, היא לוקחת את הדברים שלי, היא מפריעה לי להכין שיעורים. זה ממש מרתיח אותי, אני צועק וצורח עליה, לפעמים אני צובט אותה ואז מסתבך עם אמא ואבא".

העליתי את הרעיון: "אולי בלי לדעת זאת, טינה נחמדה מאוד כלפיד. היא מקלה עליך את החיים. קשה לך להתרגל שהוריד ואחיד נחמדים אליך. תאר לעצמך שהיית צריך להתמודד גם עם אחות נחמדה!"

גרג, אויבד עצות קמעא, משועשע, אמר: "אולי אתה צודק. אף-פעם לא חשבתי על זה בצורה כזאת".

"תגיד לי, ביקשת ממנה לעשות את זה, להמשיך להיות מגעילה, או שהיא יודעת מאליה מה טוב בשבילך?" שאלתי.

גרג צחק והשיב: "אתה בטח מתלוצץ. היא פשוט אוהבת לעצבן אותי".

"אם תבקש ממנה יפה, היא תסכים להמשיך להיות גועלית?"

"אני לא צריך לבקש".  
 "אולי אתה יכול לשלם לה".  
 "אני לא אידיוט, אני יכול לקבל את זה חינם".  
 "אני אגיד לך מה, בוא נכתוב לטינה ונבקש ממנה שתמשיך לקרוא  
 לך בשמות ולעשות דברים שמעצבנים אותך".  
 "אני לא יודע".  
 "תראה, נכתוב את המכתב ואז תחליט אם לתת לה אותו או לא".  
 "בסדר".  
 זה המכתב שכתבנו:

טינה היקרה,  
 את זוכרת שהיו לי המון בעיות ועכשיו התגברתי על רובן.  
 עכשיו אמא, אבא וג'ים נחמדים אלי רוב הזמן. קשה מאוד  
 להתרגל לזה. לכן יותר טוב וקל לי שמישהו ממשיך להתנהג  
 כמו שהיה פעם.  
 תמשיכי בבקשה, עוד שלושה חודשים לפחות, לקרוא לי  
 בשמות, להציק לי, להלשין עלי ולעשות דברים מעצבנים כמו  
 להפריע לי לראות את תוכניות הטלוויזיה שלי ולהכין  
 שיעורים. אולי את יכולה לעשות כמה מהדברים שהאחרים  
 נהגו לעשות, זה יעזור, ויתכן שאני אהיה מוכן לשלם לך בכסף  
 שאני מרוויח מחלוקת העיתונים.  
 תודה רבה לך שאת אחות מבינה כל-כך.

באהבה,  
 גרג

גרג ואני נהנינו מאוד לעבוד על המכתב. חזהו בלט קדימה והוא  
 נראה גבוה יותר כשעזב.  
 גרג שכח לגמרי את המכתב, ובפגישה הבאה לא הזכיר את טינה.  
 כששאלתי במיוחד מה המצב אתה, אמר גרג: "בסדר".  
 "מה עם המכתב?"  
 "לגמרי שכחתי אותו".  
 "אבל מה עם טינה?"  
 "היא הניחה לי הרבה יותר מוקדם".

“אבל טינה היתה גועלית כלפיך כל החיים. מה פתאום השינוי?”  
“אולי זאת היתה פשוט איזו שהיא תקופה שעברה עליה. טוב, היא  
נטפלה אלי כמה פעמים וקראה לי בשמות גנאי. היא קראה לי ‘טמבל’,  
אמרתי ‘תודה על המחמאה!’ – היא אמרה, ‘א, איזה אידיוט’. פשוט  
הסתלקתי”.

## השחתת הצעירים

קבוצת ההדרכה שלי עמדה לצפות בפגישה. לפני שהגיעה המשפחה סיפר לנו אלברט, הפסיכיאטר, את הרקע. הפאצינט המזוהה היה ג'וני, ילד בן שתיים-עשרה, שנחשב היפראקטיבי ואולי סכיופרני. הוריו לא הצליחו להשתלט עליו. הוא הקשה את החיים עליהם, על שלושת אחיו, ועל כל מי שהיה בסביבתו. היתה לו היסטוריה פסיכיאטרית ארוכה, והוא קיבל טיפול תרופתי רב.

אלברט האמין שניתן להבין את התנהגותו של ג'וני בצורה הטובה ביותר כתופעה שנמשכת שלושה דורות. היום רצה אלברט לשוחח עם האם על הוריה ועל ילדותה. עד כה היו קשיים רבים בעבודה עם המשפחה, והוא הזמין אותי להיכנס לחדר ולעזור באורח ישיר, אם אמצא לנכון לעשות כן.

כעבור כמה הקדמות החל אלברט לדבר עם האם על אימה. במשך שיחה זו החל ג'וני להתנדנד בכסאו, במהירות גוברת והולכת, ככל שחלף הזמן. האם דיברה עם אלברט, אבל דעתה הוסחה שוב ושוב בגלל ג'וני, תחילה בנסותה להפסיקו על-ידי-כך שהרימה את ידה ואחרי-כן על-ידי-כך שהפסיקה את השיחה לעתים קרובות מאוד ואמרה: "ג'וני, תפסיק!", "ג'וני, למען השם!".

ג'וני הגיב על-ידי-כך שתקע את מרפקו באחד מאחיו. אלה ישבו בשקט ובדממה גמורים. הוא ניגש אל אחד החלונות השקופים-לכיוון-אחד והחל להעוות את פניו. לאחר-מכן החל לנופף בידו אל המצלמה. האם, שכל אותו זמן ניסתה לספר לאלברט על ילדותה, נעשתה עסוקה יותר ויותר בניזיפותיה בג'וני, והיתה מסוגלת פחות ופחות להמשיך בדבריה.

אלברט הפגין רוגזה קלה בלבד נוכח ההתגרות, והמשיך בנושא שעל הפרק. האב נראה רגוע ולא מעורב, אבל עישן סיגריה אחרי סיגריה.

בצד השני של החלון החלו חברי הקבוצה להתווכח על התנהגותו של ג'וני. האם הוא סכיופרני? האם הוא היפראקטיבי? איך צריך לטפל בזה? האם הוא מסוגל לשלוט בעצמו? מה התפקיד של התנהגותו? מה הן תבניות ההתנהגות הבין-אישיות?

ואז שאלתי את אנשי הקבוצה כמה מהם חושבים שג'וני מסוגל להתיישב ולהתנהג כזאת? הקבוצה התחלקה לשני חלקים כמעט שווים בגודלם. התערבנו, וכל אחד מהחברים הימר על-פי מידת בטחונו בשיפוטו.

נכנסתי לחדר שבו ישבה המשפחה; כל הפעילות נפסקה מיד. ג'וני, שברגע זה ישב על כסאו ושידר לתוך המיקרופון, הניח את המיקרופון, נשען לאחור, ונראה מבוהל משהו. התקרבותי אל ג'וני, הבטתי בו ישירות ואמרתי: "ג'וני, האנשים שמעבר לזוכית התווכחו. השאלה היתה, האם אתה מסוגל לשבת בשקט אם אתה רוצה לעשות זאת. כמה מהם טוענים כי ככל שתנסה, או תרצה, לא תהיה מסוגל לשבת בשקט אפילו חמש דקות. אחרים אמרו: 'זה לגמרי בטוח'. הימרנו על-כך".

הוצאתי מכיסי דולר, נופפתי אותו מול פני הילד, ואמרתי: "אתה חושב שאתה יכול לשבת חמש דקות בשקט?"  
ג'וני השיב: "מתערב אתך שאני יכול".

"על כמה?"

"על דולר".

נפניתי אל אביו ואמרתי: "זה בסדר אם אני מארגן כאן קצת הימורים?" לראשונה נראה האב קשור במידה כלשהי למתרחש, והבטיח לי שמבחינתו זה בסדר.

נפניתי אל ג'וני ואמרתי: "בוא נבהיר את העניינים. אנחנו מתערבים שאתה יכול לשבת חמש דקות בשקט. אתה שמת דולר".  
אחרי-כן הראיתי לו את שעוני ושאלתי: "אתה מסוגל לקרוא את השעה?"

"אתה בטח צוחק".

"אם אתן לך אותו, אקבל אותו בחזרה תקין ושלם?"

"אל תדבר שטויות".

נתתי לו את שעוני, נפניתי אל אחיו, ושאלתי אותם בזה אחר זה: "אתם חושבים שהוא מסוגל לשבת בשקט?" הם אמרו שלא. אחד מהם אמר שהוא יכול לשבת בשקט, אבל לא יותר משלוש דקות; השני אמר שג'וני יעשה כל דבר תמורת כסף. האחרון לא היה מוכן להתחייב, אבל אחרי דירבון רב אמר שג'וני לא יוכל לעשות זאת, והימר על הדולר שלו. לאחר שהבהרתי את ההימורים, נפניתי אל האב ואמרתי: "הייתי רוצה שאתה תהיה הבורר; מסכים?"  
הוא אמר, כמעט בהתלהבות: "כן".

ואז נפניתי אל האם ואמרתי: "עבדת קשה; את שמחה שבעלך  
ישמש בורר בשעה שאת תשעני לאחר ותתכונני במתרחש?"  
היא הסכימה. הגשתי לה הדום־רגליים.

ואז ביקשתי מכולם לאפס את שעוניהם, והתחלנו. בשעה שג'וני  
התכונן בשעוני ישב אביו זקוף, ובעודו סוקר את שדה המערכה,  
נראה גבוה יותר מכל שאר האנשים שבחדר. נפניתי אל אחיו של ג'וני  
ואמרתי: "נראה לי שג'וני נחוש מאוד בהחלטתו לזכות בהימור שלו,  
ואני חושב שהוא יצליח. אם אינכם רוצים להפסיד את כספכם, מה  
לדעתכם הדרך הטובה ביותר לטלטל אותו כדי שאתם תזכו?"

אחרי דירבון קל הם הציעו כמה רעיונות כיצד לעקוץ, להציק  
ולהתגרות, ובלי ספק היו מומחים, שהתאמנו רבות על ג'וני כדי  
להביאו לידי־כך שיפעל. בספרם לי, הלשינו על ג'וני, וניסו, בבידור,  
לגרום לכך שיבלע את הפיתיון, אבל ככל שהיו סיפוריהם פוגעים  
וקנטרניים, נשאר ג'וני שקט ושלי, ובסופו של דבר המשיך לשלוט  
בעצמו.

ואז נפניתי אל המשפחה ואמרתי: "אני רוצה לארגן עוד התערבות.  
אני רוצה לראות אם ג'וני יכול לשבת חמש דקות בשקט, אבל באותו  
זמן יכולים אחיו לעשות כל דבר שהוא כדי לגרות אותו, חוץ מאשר  
לנגוע בו".

הכול היו מעורבים במתרחש; מהר מאוד הציגו את הימוריהם,  
והמשחק החל. התוצאה היתה דומה, למרות השליטה הרבה, התכונן  
והיצירתיות שהפגינו, שלא כצפוי, שלושת האחים השקטים מאוד.  
נחישותו של ג'וני לנצח היתה חזקה יותר.

נאמר לי שהשעה הקשה ביותר למשפחה היתה בסעודה, ליד  
השולחן; שם שררה אנדרלמוסיה אמיתית. הצעתי שבשעת הסעודה  
יישב ג'וני בשקט עשר דקות, בעוד אחיו מנסים לעשות כמיטב  
יכולתם כדי לגרות אותו. האב יהיה הבורר, והאם תרשום פרטים  
מדויקים כדי שתוכל לדווח לנו על המתרחש. האם ושלושת האחים  
העלו כמה בעיות מעשיות, והצעתי שהבורר יקבע את כללי המשחק.  
הכול הסכימו, והם עזבו אחרי שאלברט ואני ציינו, שמעניין אותנו  
מאוד לשמוע כעבור שבועיים מה היו התוצאות.

#### הערת שוליים

אני מודה למינושין, על שגילה לי את הרעיון לפיו יש לצפות  
בילד־שקשה־להשתלט־עליו. אני מודה גם לפיש, שהדגים את



הכוח הגלום בשיטה שבה מאפשרים לבני גילו של הילד-  
שקשה להשתלט עליו להמר על הזמן שתמשך התנהגותו. תודתי  
נתונה ללין הופמן, על שהזכירה לי כי טיפול משפחתי קשור יותר  
לתיאטרון מאשר לספרות; זוהי זירה שבה מתרחשות דראמות  
אנושיות.

ואחרון אחרון חביב, אני אסיר תודה לאותה גבירה, מיי וסט;  
לעולם איני מצליח להתגבר על הפיתוי לצטט את דבריה (בין אם  
הנסיבות הולמות, ובין אם לאו). משרתת: "לא היית עצבנית כשהוא  
נתן לך את כל התכשיטים האלה?"  
מיי: "לא. הייתי בשליטה, שקטה, ושלווה".

## חוסר מעש, במומחיות

ג'אק, פסיכיאטר מידידי, סיפר לי את המקרה הבא. בהיותו אחראי על מחלקה פסיכיאטרית היפנו אליו ממרפאות-החוך אדם בן שמונים לאישפוז וטיפול בדיכאון; האיש סירב לאכול וירד במשקלו. ג'אק שוחח עימו כדי לקבוע הערכה. הזקן הגיע לאוסטרליה ממאלטה כמה שנים קודם לכן, כדי להיות עם משפחתו. כל ידידיו ובני-משפחתו במאלטה מתו. בני-משפחתו היו עסוקים מאוד, ויכלו להקדיש לו זמן מועט. הוא היה רגיל לחיי משפחה קרובים, ועתה נשאר הרבה לבדו. בריאותו התדרדרה; הוא נעשה קצר-נשימה בקלות, היו לו כאבים של דלקת-פרקים, והוא לא יכול היה לישון. בעבר חי חיים טובים, אבל עתה חש שחיייו תמו, ופשוט רצה למות; היה לו די.

ג'אק חשב שאפשר בהחלט להבין את עמדתו של האיש, אבל מכיוון שהתבקש לתת לאיש מיטה, עשה כן, אך הניח לזקן לעשות כרצונו. המקרה הזה הוצג בישיבת-צוות. לדעתו של ג'אק האיש לא היה מדוכא, ולא היה צורך בטיפול תרופתי נגד דיכאון. רבים מהרופאים ומהפסיכיאטרים ביקרו את אבחנתו ואת דרך טיפולו במקרה, וחשבו שגילה חוסר אחריות. ג'אק, בהיותו הממונה, עמד על דעתו והניח לזקן לפעול כרצונו. להפתעת הכול, כשבוע לאחר-מכן אמר הזקן שהוא חש הטבה, והיה רוצה ללכת הביתה. יתכן שאחת מצורות התראפיה החשובות ביותר, צורה שאותה מעריכים הכי פחות, היא זו שבה אין עושים מאומה, אן, במלים אחרות, "חוסר-מעש, במומחיות".

## פתרון מסודר

פנתה אלי אם באמצע פגישה ואמרה: "אינך סבור שאמא שמצפה שינקו את החדר לפחות פעם בשנה נוהגת בצורה מתקבלת על הדעת?"

מכיוון שאני מאמין ששאלה ישירה ראויה לתשובה ישירה, השבתי: "כן, זה נשמע לי סביר ביותר. מעט מאוד נשים היו מחכות זמן רב כל-כך".

בנה בן החמש-עשרה, פול, שהיה תמיד רגוע והגיוני, אמר לי: "אינך סבור שבכית שיש בו שנים-עשר חדרים, שגרים בו רק אמא, אחי ואני – בבית גדול כל-כך – סביר שיהיה חדר אחד שאני יכול לקרוא לו החדר שלי, ושאני יכול לעשות בו מה שעולה על דעתי?" התחלתי לפקפק בצדקת אמונתי בתשובות ישירות. למרות זאת, היה עלי להודות: "כן, זה נשמע לי סביר".

ואז הזכירו לי בני המשפחה, ששנה לפני-כן הגיעו אלי לראשונה. האם התלוננה מרות, וסיפרה כמה פול קשה. בדיוק באותה תקופה עזב בעלה את הבית, ופול נעשה בעייתי עוד יותר. פול ואביו, לעומת זאת, הסתדרו זה עם זה כמו אש בשדה קוצים.

במשך פגישה אחת התלוננה האם על אי-הסדר של פול, ועל התנהגותו בבית. כל חפציו, ספריו, הניירות שלו, בגדיו ועפרונותיו היו פזורים בכל הבית. הוא לא אכל ביחד עם אימו ואחיו, אלא בכל שעה משעות היממה, בכל החדרים, והשאיר בכל מקום צלחות מלוכלכות, ספלים וסכו"ם. זה שיגע אותה. היא חשה זעם ויאוש. פול, לעומת זאת, חש שאימו מתערבת כל העת בענייניו; היא אינה מניחה לו לאכול מתי והיכן שהוא רוצה, אין הוא יכול להכין שיעורים מתי והיכן שהוא רוצה, וכדומה. הוא חש שהתנהגותה של אימו לגמרי לא סבירה, שהיא מעוררת מהומה רבה על לא כלום.

שאלתי את בני המשפחה מה ניסו לעשות בקשר לעניין הזה, ונראה כי שום דבר לא פעל, והם לא הצליחו להעלות איזו שהיא תוכנית בת-ביצוע.

זאת היתה הצעתי: פול יאכל ויכין שיעורים מתי שהוא רוצה, אבל צלחות, ספרים, ניירות וחפצים מעין אלה, ישאיר בחדרו בלבד, לא

בכל הבית. אמא, מצדה, תסכים להניח לו לנהל את לוח־הזמנים שלו, וכל מה שיעשה בחדרו יהיה עניינו בלבד. היא לא תתערב. נראה שהכול מקבלים את הפתרון וסבורים, שזאת דרך פעולה הוגנת וסבירה. אבל אז אמרה אמא: "יש רק בעיה אחת. אם הוא יקח עוד ועוד צלחות, ספלים, וכדומה, לא יחלוף זמן רב לפני שיאזלו לי כל הכלים!"

נפניתי אל האב ואמרתי: "אתה מסכים לספק ספלים, צלחות וכדומה, ככל הנדרש, מכיוון שלאורך זמן יתכן שכך יהיה יותר זול?" הוא הסכים.

בהגיעם לפגישה הבאה כשבועיים לאחר־מכן החזיק ההסכם מעמד, והכול נראו מרוצים מהפתרון. במשך החודשים הבאים המשכתי לראות את המשפחה, והבעיה הזאת שוב לא עלתה.

כמה שבועות לפני שהגיעו לפגישה הנוכחית יצאו הבנים למחנה. האם, שידעה כמה ספלים, צלחות ופריטים אחרים של ציוד ביתי נעלמו במשך השנה, לא הצליחה להתאפק ונכנסה לחדרו של פול. היא מצאה בכל מקום ערימות של ספלים מלוכלכים, צלחות, סכו"ם, ובגדים. החדר היה מטונף. היא לא יכלה לשאת זאת, לכן ניקתה את כל הזוהמה והשאירה את החדר מסודר. כשהגיע פול הביתה כעס מאוד, אבל נזף בה בלי עוצמה רגשית על שהיא אשה לא הגיונית ומתערבת בעניינים לא לה.

אני נלכדתי בין המצרים, לכן אמרתי בקול רפה: "בלי ספק, שניכם עמדתם בהסכם במשך שנה שלמה. אנשים מעטים, אם בכלל, היו מסוגלים להחזיק מעמד לאורך זמן כה רב. ברכותי!"

## התנהגות מנוגדת

אחד הסטודנטים שלי, שעבד במחלקה הפסיכיאטרית של בית-חולים גדול, סיפר לי את הסיפור הבא.

נערה בת תשע-עשרה התקבלה עם אבחנה של אנורקסיה נרבוזה. בדקו את המקרה בקפידה, והחליטו שחלק חשוב מהטיפול יהיה – לא לדחוף לתוכה מזון. לא יפעילו עליה שום לחץ לאכול. עליה לאכול מרצונה החופשי בלבד.

כל אנשי-הצוות קיבלו את ההנחיות והבינו את התוכנית, ולא הופעל עליה שום לחץ. היא, מצדה, דבקה בתוכניתה, וכמעט שלא נגעה באוכל.

יום אחד הגיעה המנקה היווניה. היא ראתה את מגש האוכל שלא נגעו בו הניצב ליד הנערה. אותה לא תידרכו באשר לטיפול, והיא אמרה: "תאכלי מיד את האוכל הזה. את ילדה רעה מאוד. במטבח עבדו קשה מאוד כדי להכין בשבילך ארוחות טובות, ואת לא נוגעת בהן. את צריכה להתבייש. אני אעמוד כאן עד שתאכלי הכול". כלי אומר ודברים ניקתה הנערה את כל האוכל מעל הצלחות.

## געגועים

בני־זוג בשנות השישים לחייהם הגיעו לטיפול משפחתי. במשך החודשים האחרונים גברה והלכה אי־ההתאמה ביניהם. בדיקת הבעיות גילתה שעל נושא אחד מעולם לא שוחחו זה עם זה: פחדיו של הבעל מפני הפרישה הקרבה ובאה. הוא היה מלא חרדה במיוחד מכיוון שמעט דברים עניינהו, והיו לו תחביבים מעטים. מאז ומתמיד היתה עבודתו מרכז חייו.

אשתו נהנתה שהבית עומד לרשותה במשך שעות רבות, והיתה מודאגת שהוא ישתרך לידה ויפריע לה. היא גם נהגה לצאת בקביעות למפגשים חברתיים עם ידידותיה, ורצתה להמשיך בכך, אבל חשה שלא תוכל להשאיר את בעלה לבדו בבית.

הקדשנו שתיים או שלוש פגישות לדיון בבעיה ובדרכי התמודדות. הם יצאו מרוצים במידת מה, ואופטימיים לגבי העתיד.

כשלוש שנים לאחר־מכן פגשתי אותם בקונצרט. הם נראו עליונים. כששאלתי אותם על פרישתו, הוא ענה: "זה די טוב, למען האמת. יש רק בעיה אחת. אני מתגעגע לחופשות".

## נחמה יקרה

נורמן וסיביל נפגשו באוניברסיטה, שם למדו שניהם משפטים. הם נישאו לפני שקיבלו את התואר. סיביל הצליחה יותר בלימודים, ונהגה לעזור לנורמן. בתחילה עבדו במשרדי-עורכי-דין שונים. נורמן היה הגון ואמין, ועד מהרה נעשה שותף במשרד. לאט-לאט החל להיות מוכר בתחומי המשפטי המסויים. רבים ביקשו לשמוע את דעתו, והוא בילה זמן רב בייעוץ לאנשים חשובים.

סיביל, לעומת זאת, עבדה לסירוגין. היו לה שני ילדים והיא התקשתה להשיג משרות טובות משום שהתחילה והפסיקה מדי פעם לעבוד. היא החלה לחוש טינה כלפי נורמן על שהיה כה עסוק, ונעדר כל-כך הרבה מהבית, וגם משום שעינה היתה צרה בהצלחתו, והיתה לה תחושה שנכשלה. היא אמרה במרירות ובעוקצנות: "אני אשה עם עתיד גדול מאחורי".

היא גם חשבה שנורמן חלש. מעולם לא ניצב מולה פנים אל פנים, תמיד נמנע מעימותים, והיא נזכרה שזאת היתה דרכו מאז ימי לימודיהם באוניברסיטה. מעולם לא עמד פנים אל פנים מול אימו ששלטה בו. הבזו הגדול ביותר שהטיחה בו היה כשאמרה לו, תכופות, להסתלק, ומעולם לא היה לו העזו לעשות זאת. היא אמרה לו דברים אלה באורח שאינו משתמע לשתי פנים.

המשבר התרחש יום אחד כשהוא אכן עזב. סיביל באה לראות אותי וסיפרה כל מה שהזכרתי עד כה. היא אמרה שוב ושוב שלמרבית ההפתעה והמצוקה, היא חשה הרוסה. נורמן עזב שלושה חודשים קודם לכן, ומאז לא חדלה לבכות, היתה מדוכאת, ולא היתה מסוגלת להתמודד עם המצב. בעבר חשבה שאינה זקוקה לאיש, שהיא חזקה. יום אחד לא יכלה עוד לשאת את המצב ובכתה על כתפו של ידיד. היא שנאה את עצמה על שעשתה זאת והיתה נבוכה מאוד מכך שהעמיסה את עצמה על אחרים.

להפתעתה גילתה, שהיא רוצה שנורמן ישוב. היא לא ידעה אם יסכים, ואם כן, אם יוכלו להסתדר ביחד. היא המשיכה ודיברה על המחלוקות שהיו ביניהם: כסף, אימו, הילדים, מין, ועוד. האזנתי בתשומת-לב ואז התחלתי להצביע על הקשרים בין

הנושאים השונים. חשבתי שתפסתי את העניין ושהערותי מטילות אור ויכולות להיות לה לעזר. ואולם, משסיימתי, היא נראתה מאוכזבת, להפתעתי. הגיעה השעה לסיים, אבל הייתי סקרו, לכן אמרתי: "את נראית מאוכזבת ואפילו נרגזת ממה שאמרתי. למה?" סיביל ענתה: "לא הקשבת לי. אינני רוצה שתבין את מצבי הקשה. בהחלט שאיני מעוניינת בעזרה כדי לפתור אותו. כפי שסיפרתי לך, אני מרגישה נבוכה כשאני מעמיסה את האומללות שלי על ידידים. אני רוצה רק לבוא לכאן ולבכות – ולשלם תמורת זה".



## אין זמן לשינויים

מייקל, רופא-כללי, הפנה אלי מדי פעם אנשים. הוא הכיר את הפאציינטים שלו ואת בעיותיהם. נראה שאכפת לו ושהוא מתעניין, זה מה שאמרו עליו תמיד הפאציינטים שלו.

יום אחד טילפן וביקשני לראות בדחיפות אותו ואת אשתו. קבענו פגישה למחרת בשעה שש בערב. הם הגיעו ביחד, ומייקל אמר: "אשתי, סוזאן, עזבה אותי. אני אוהב אותה והיא חשובה לי מאוד. אני רוצה עד יאוש שהיא תחזור. הבעיה שאני עובד שש-עשרה עד שמונה-עשרה שעות ביממה. בניגוד לכמה רופאים כלליים, החולים שלי הם חי, ואני מסור להם מאוד. אשתי שונאת את זה; מרגיז אותה שאני אף-פעם לא בבית. היא השלימה עם המצב כשהילדים היו קטנים, למרות שכעסה שאיני מעורב יותר בגידולם. עכשיו היא מרגישה שהיה לה די. אינני מאשים אותה. אני בהחלט מבין".

הוא המשיך ואמר: "המצב חמור עוד יותר. אני סובל מלחץ-דם גבוה, ונאמר לי, שאם לא אאיט את הקצב קרוב לוודאי שאמות תוך שנה או שנתיים. אבל, למען האמת, כפי שאני מנהל את הפרקטיקה – אין לי זמן ללכת לשירותים. גרוע מזאת, הייתי קרוב מאוד לאבי ואני רדוף רגשות-אשם שלא הייתי אתו כשנפטר. אפילו לא הלכתי ללוויה שלו. קראו לי לראות חולה והייתי חייב ללכת".

בשעה שמייקל דיבר האזינה אשתו בשקט. הוא היה ממשיך לולא הפסקתי אותו, וציינתי, שאם לא אכפת לו, הייתי רוצה לשמוע מה רוצה סוזאן לומר. היא דיברה בקול שקט: "מה שהוא אמר לגמרי נכון. אני חושבת לא רק על עצמי, למרות שחיים כאלה אינם מתאימים לי. אני נקרעת לגזרים כשאני רואה איך הוא הורג את עצמו. עכשיו כשהילדים גדלו אינני מוכנה להישאר. אינני סבורה שהוא ישתנה. אני שמחה מאוד לבוא לכאן איתו ולדבר על הבעיות שלנו, אבל לא אחזור אליו עד שיחול איזה שהוא שינוי. היום היה טוב, זאת הפעם הראשונה שישבנו ושוחחנו. עשרים שנה הוא מבטיח לי להשתנות. אני כבר לא מאמינה בזה".

ואז אמר מייקל: "אני יודע שיהיה קשה. אבל אני רוצה שהיא תחזור ואני אשתנה, או, על-כל-פנים, אעשה כמיטב יכולתי".

"מה דעתך ששניכם תבואו ביום שני הבא בארבע אחר־  
 הצהריים?"  
 "אה, לא. יום שני אחרי־הצהריים זה היום שלי בבית־החולים",  
 השיב מייקל.  
 "מה עם יום חמישי בשש?" ניסיתי.  
 "אה! מצטער, אבל בימי חמישי בערב אני נותן טיפול מיוחד  
 במרפאה".  
 הצעתי כמה מועדים אחרים, אבל אף אחד מהם לא היה אפשרי.  
 חלפה הרבה יותר משעה ואמרתי: "אולי תמצא שעה שתתאים לך ואז  
 תטלפן אלי? אני אעשה כמיטב יכולתי להתאים את עצמי אליך".  
 מעולם שוב לא שמעתי מהם.

## עמידה בפני הסערות

לרופא צעיר ולרעייתו, בן וסוזי, היו קשיים בחיי הנישואין. הם הכירו זה את זה מאז שהיו בני-עשרה, והיו חברים במשך כמה שנים. עד לנישואיהם, שמונה-עשר חודשים קודם לכן, היה הכול כשורה; הם הסתדרו היטב, ונהנו זה מחברתו של זה. מאז נישואיהם נהגו להתקוטט, ובן היה לפעמים אליים.

אחרי שתי פגישות נדמה היה שהמצב משתפר, והם נראו מאושרים יותר. ואז לפתע היה שוב הכול גרוע. יחסיהם נעו בין להט לקרירות, וכעבור ירח-דבש קצר אירע אותו דבר עצמו לטיפול שעברו אצלי. בתחילה היתה התקשורת שלי עימם ישירה, וכמו התראפיסטים הקודמים שלהם, גם אני קיבלתי את תפישתם כאילו בעייתם חמורה. החלטתי לנסות דרך אחרת. השוויתי את יחסיהם עם מזג-האוויר שלנו במלבורן, לא-צפוי ומשתנה בלי הרף. אתה מתכוון ללכת לשפת-הים ביום שמש נאה, ועד שאתה מגיע לשם, כבר נושבת רוח, וקריר בחוץ. לפעמים מתמשך החום, עד שאתה חש שבעוד רגע תקמול, ואז מגיע הגשם ואתה מתרענן ומרגיש שאתה מוכן לפעולה.

אחרי שהחדרתי לתודעתם את הרעיון, סיפרתי להם שאשתי ואני מתווכחים הרבה בקשר למזג-האוויר. אני, מכיוון שגדלתי במזרח-התיכון, אוהב את מזג-האוויר הצפוי, בידיעה שבמשך שישה חודשים על סדר היום – סנדלים ומכנסיים קצרים; אורזים את בגדי-החורף ואת השמיכות, ובמשך חצי השנה הבאה אשחה יום-יום, ואפילו פעמיים ביום. אני אוהב זאת. אשתי, לעומת זאת, טוענת שמזג-האוויר של מלבורן הוא הטוב ביותר; גיוון הוא תכלין החיים; אחרי כמה ימים חמים, יהיה שינוי צונן; לפתע, באמצע החורף, יהיו ימים זוהרים שטופי שמש; והאביב והסתיו נפלאים, והעונות ברורות, ולכל אחת מהן קסם משלה.

אני הייתי משוכנע שמזג-האוויר יציב וצפוי טוב הרבה יותר; אבל, ככל שחלף הזמן התחלתי לחשוב שאולי יש משהו טוב בעונות המשתנות ובמגוון שמציע מזג-האוויר של מלבורן.

עד לשיחתנו על מזג-האוויר דיברה סוזי על אלימותו של בן מתוך מצוקה ובדמעות, ואז החלה בהדרגה להשוות את עצמה אל אחיה ואל

ידידים אחרים; היא חשבה שהיא בת־מזל, כי בן והיא לא שקעו  
בשגרה משעממת של המעמד הבינוני, ויש עדיין בחייהם ניצוצות  
ודרמה. בן, שחש והביע הרבה אשמה על אישיותו האלימה, החל  
להזדקף בכיסאו, ונראה נינוח יותר.

ככל שנמשכה הפגישה החל בן לדבר על עצמו, ועל יחסיהם, באורח  
חיובי יותר.

עוצמת מריבותיהם פחתה, והארסיות שבביקורתם נחלשה;  
למעשה, החלו להעריך את חילוקי־הדעות שלהם, וראו בהם אות  
למעורבותם ולחיבתם.

הסכמנו שהשקט שבא אחרי הסערה שווה הכול.

## לקוחה קשה

טילפנה אלי פסיכיאטרית וסיפרה לי שראתה זה עתה את הגברת קינאן שהגיעה לבית-החולים תוך שהיא מתלוננת על כאבי גב וצוואר. כעבור שבוע במחלקה האורטופדית, כאשר היו כל הבדיקות שליליות, היא נשלחה למחלקה הפסיכיאטרית. הפסיכיאטרית סיימה זה עתה לראיין את הפאציינטית, ומצאה שהיא לגמרי לא תקשורתית. איכשהו הצליחה הפסיכיאטרית לגלות שבשלב מסוים ראיתי את הגברת קינאן ואת משפחתה. היא ביקשה ממני מידע נוסף על הפאציינטית.

"גברת קינאן יודעת שאת מטלפנת?" שאלתי.

"אה, לא. היא מגלה התנגדות רבה".

"אולי לא היתה רוצה שאספר לך שום דבר".

"אינך מבין. היא פאציינטית הגנתית מאוד".

"אולי את מתכוונת לומר שהיא מעדיפה לשמור דברים לעצמה".

"לא, לא זה העניין. היא פשוט אינה משתפת פעולה, היא עוינת".

"אולי פרטיותה יקרה לה".

"אבל אני צריכה לדעת פרטים, כדי שאוכל לעזור לה, היא פשוט

מגלה עמדה התנגדותית".

"טוב, אינני חש שאני חופשי לגלות מידע סודי בלי הסכמתה של

הגברת קינאן".

היא לא חדלה, והמשיכה ותיארה את הפאציינטית שלה כאשה

עצורה, מכחישה, ומתכחשת. לבסוף התייאשה, תוך שהיא מסתירה

בקושי רב איזה גועל היא חשה משום חוסר מזל בהתקלה בעמית

המגלה מידה רבה כל-כך של עוינות סבילה והתנגדות.

## מוטב מאוחר מאשר לעולם לא

יום אחד הגעתי הביתה, וטס אשתי אמרה לי שכרגע שוחחה בטלפון עם אימו של פאציינט לשעבר, שרצתה לדבר אתי. מכיוון שלא הייתי בבית דיברה עם טס. ראיתי את בנה חמש-עשרה שנה קודם-לכן, והיא זכרה שבאותה עת אמרתי לה: "הבעיה עם עבודתי שאנו שומעים מה קורה רק כשהמצב גרוע, מעולם לא כשטוב".

לכן החליטה להודיע לי שהכול הסתדר היטב בחיי בנה, ושהיא מאושרת. הוא התמנה זה לא כבר לתפקיד מרצה בלימודי וטרינריה. אף שנזכרתי מיד בשמו של הפאציינט, היה עלי להתאמץ כדי להיזכר בפרטים. לעתים אני שומע מפאציינטים אחרי שאני מסיים לראותם, בדרך-כלל כעבור כמה חודשים או שנה, לא כעבור חמש-עשרה שנה! זה היה מסקרן מאוד, וחשבתי על-יך שוב ושוב: "כיצד זה טילפנה אלי כעבור זמן רב כל-כך?"

לאט-לאט חזר אלי הכול. טום הגיע תמיד עם קופסאות נעליים ובהן חיות השעשועים השונות שלו. רבות משיחותינו התנהלו תוך שימוש בדימויים על חיות. ואז נזכרתי בבעיה הקלינית. בתחילה הלך טום לבית-הספר באורח סדיר והיה תלמיד מעולה, הטוב ביותר בכיתה בכמה מקצועות. אביו היה מנהל בית-ספר, וכל בני-המשפחה היו שאפתניים מאוד ותאבי-שלמות; רק הצטיינות התקבלה בברכה. ואז, די במפתיע, סירב ללכת לבית-הספר, והשפעת ההחלטה הזו עליו, כמו גם על הוריו, היתה איומה. בסיום הטיפול הלך שוב טום לבית-הספר באורח סדיר, והצליח מאוד בלימודים.

כמה ימים לאחר-מכן תפסתי פתאום; רק עתה, משזכה טום במשרת מרצה באוניברסיטה, חשה אימו שהגיע למטרתו, ואולי למטרתה. נזכרתי שהייתי מרוצה מהתוצאה. עכשיו, בשל שיחת הטלפון, התחלתי לתהות שמא לא הערכתי כיאות את מידת השאפתנות והחרדה של האם. כשדיברתי על-יך עם טס היא אמרה: "אולי כדאי שתוותר. מסתבר שאינך יכול להצליח. בדרך-כלל אינך זוכה לחדשות הטובות. כשזה קורה, כעבור חמש-עשרה שנה, מתחוור לך, בשל החדשות הטובות הללו, שלא הבנת עד הסוף את מה שעמד על הפרק".

## בלתי נשלט

מר אדאמס היה אדון שדיבורו חרישי. אשתו לשעבר, מרלין, עשתה בלונדון זה שישה שבועות, ועמדה לשוב כעבור עשרה ימים. היא טילפנה כדי לומר לו שידבר אתי על-אודות הַי, בנם בן השבע-עשרה, ויקבע פגישה משפחתית למועד מוקדם ככל האפשר. מר אדאמס חסכני במלים והססן משהו: "הִי מעולם לא הצליח בלימודים, ועזב לפני שנתיים את בית-הספר. מאז הוא מתעניין בעיקר במה שקורה באולמות משחקי-כדורת, לשם הוא מגיע עם כמה חברים. הוא אומר שוב-ושוב שיחפש עבודה, אבל מעולם לא ניסה ממש לעשות זאת. הוא מלא זעם ואלים. כשניסיתי לאחרונה לשוחח אתו הרים שרשרת של אופניים וכמעט התנפל עלי. אני פוחד ממנו, ונמנע מלבקרו. מרלין ואני נפרדנו לפני שנים רבות. בתי נשואה וחיה בארץ אחרת. היו גר עם אימו, ולי יש דירה משלי, בה אני גר לבדי".

ניסיתי להוציא מפיו עוד פרטים, אבל הוא ציין כי אשתו לשעבר תהיה מסוגלת יותר לענות על שאלותי. הוא עורר את הרושם שביצע את חובתו, ואין לו מה להוסיף. הוא אמר שמרלין קניינית אופנה הנוסעת תכופות. חיפשנו מועד נוח לפגישה משפחתית. הוא אמר שמרלין תשוב ביום חמישי והציע פגישה משפחתית ביום שישי. אמרתי: "אני מלמד בימי שישי ואיני יכול להסדיר שיחות ביום זה. אם נוכל לקבוע פגישה ליום שני או שלישי, תוכלו לדבר בסוף-השבוע על מה שקורה ומרלין תוכל לנח מעט".

מר אדאמס ניסה להתעקש על יום שישי, אבל קבענו פגישה ליום שני אחר-הצהריים. דברי הפרידה שלו היו: "אינני בטוח אם היו יבוא".

בהגיעי לעבודה באותו יום שישי, אמרה לי המזכירה שהגברת אדאמס טילפנה. היא רצתה לדבר אתי בדחיפות, ועמדה על-כך שאטלפן אליה ברגע שאגיע. ביקשתי ממזכירתי לטלפן ולומר שאין באפשרותי לעשות זאת בעצמי מכיוון שאני מלמד ולבקש מהגברת אדאמס לומר לה מה הבעיה. בשעת הפסקת הקפה של הבוקר שמעתי שהגברת אדאמס היתה רגוזה מאוד והתעקשה לדבר אתי. היא אמרה שהיו יצא מכלל שליטה, הוא מתנהג באלומות, והיא פוחדת מפניו.

הוא לקח את מכוניתה ונהג בה בלי רשיון, והיא אחוזת חרדה מפני מה שהוא עלול לעשות.

ביקשתי ממזכירתי לטלפן אליה ולומר לה שאני תופס שהמצב חמור וקשה, ואני מבין את דאגתה, אבל אין לי זמן לדבר אתה, ולמעשה אני מסתייג ממתן עצה בטלפון, עצה המבוססת על המידע שמצוי כרגע בידי. המצב מצריך תשומת-לב ראויה, ואני מעדיף שלא לנגוע בו עד שאפגוש את כולם ביום שני.

בהפסקת הצהריים דיברה שוב מזכירתי בטלפון. היא היתה מתוחה ועל סף בכי, דחפה לעברי את הטלפון, ואמרה: "תוכל בבקשה לדבר עם האשה הזאת? היא מתנפלת עלי".

לקחתי את האפרנסת ומיד תקף אותי נחשול של מלים: "אתה יודע, זה ממש מגוחך שאין עם מי לדבר במקרה חירום מהסוג הזה. זאת בעיה חמורה מאוד: בני נהג במכונית שלי, הוא עלול להרוג מישהו או ליהרג, אני פוחדת להיות אתו באותו בית..."

נאבקתי כדי להשמיע מלה: "אני שומע שאת נואשת מאוד, ונראה לי שיש לך בהחלט סיבה לכך. קיימים שירותי חירום ואני אשמח לתת לך פרטים. עד כמה שאני מבין, הבעיה סבוכה וקשה, ואינני מוכן לערוך משהו שדומה לניתוח-לב-פתוח תוך-כדי-ריצה".

"טוב, תגיד לי רק מה לעשות", היא אמרה.

"בלי לפגוש אתכם ולשמוע את נקודת המבט של כולכם אני חש שאיני מסוגל לתת לכם עצה בעלת ערך כלשהו. אבל עליפי מה שסיפרתם לי, אולי כדאי שתשקלי לטלפן למשטרה".

"לא! איני יכולה לעשות זאת. זה ישניא אותי על היו וירחיק אותו ממני עוד יותר".

"טוב, בדיוק בשל שיקול מהסוג הזה אני מסתייג ממתן עצה בטלפון. אני חייב ללכת עכשיו, נפגש ביום שני ונשוחח".

"מצטערת, אבל לא אוכל לבוא ביום שני. אני חייבת לנסוע לכמה ימים מחוץ לעיר".

"טוב, זאת ההחלטה שלך".

"אני אחשוב ואודיע לך".

מאוחר יותר ביום שישי טילפנה ואמרה שהם יבואו ביום שני בשעה ארבע אחר-צהריים.

ביום שני בשעה שתיים היא טילפנה כדי להתנצל ולומר שלא תוכל לבוא, עליה לנסוע אל מחוץ לעיר והיא תתקשר אתי בהקדם האפשרי. זאת היתה הפעם האחרונה ששמעתי ממשפחת אדאמס.



## אחד למעלה – שתיים למטה

אדריכל נכבד בן ארבעים, רון קינג, בא לפגישה. כעבור כמה דברי נימוסין שאלתיו מה הביאו אלי. הוא השיב: "שמעתי עליך חוות דעת טובות מאוד", ואז המשיך ותיאר את החקירות שערך על עבודתי, ולבסוף, כמו מנהל בית-ספר לתלמיד מבריק, אמר לי שעברתי את המבחן באורות מתנוצצים.

לאחר שהקדיש עשר דקות לאיזכור מעלותי, פתח והחל לספר את ההיסטוריה שלו. הוא היה אדריכל מצליח מאוד; עשה חיל בלימודיו באוניברסיטה וכלימודים של אחרי התואר, באמריקה. הוא ישב בכמה ועדות ומועצות מנהלים בתפקיד יועץ, והרצה באוניברסיטה בתחום התמחותו. מכיוון שהצליח מבחינה כלכלית, השקיע בתבונה, ומדי פעם מימן פרויקטים משל עצמו.

הוא תיאר את ביתו המושלם מבחינה אדריכלית ואסתטית. ארבעת ילדיו למדו בבתי-הספר הטובים ביותר, וכולם היו תלמידים מעולים. אחד מהם היה שחקן טניס מדרגה ראשונה, אחר – פסנתרן מחונן, וכל האחרים – מוכשרים באותה מידה. אשתו היתה הטובה שבאימהות, לקחה חלק פעיל בלימודיהם, בחיי הספורט שלהם ובעיסוקיהם האחרים. היא היתה עקרת-בית מעולה, בישלה היטב, קישטה את הבית, היתה מארחת למופת, ועזרה לו לקדם את הקריירה שלו.

עודו ממשיך ומתאר הכול בפרוטרוט, התחלתי לחשוש שהזמן אוזל ואיני יודע מדוע הגיע אלי. לכן הרהבתי-עוז ואמרתי: "תראה, עלינו לסיים בקרוב. תוכל לומר לי מדוע הגעת לכאן היום?"

הוא השיב: "טוב, אה... טוב, יש לי גם חברה. אנחנו מנהלים פרשה זה שלוש או ארבע שנים". ואז המשיך וזימר את שבחיה. חברתו מלהיבה מאוד, בלתי צפויה למדי, ולעתים קרובות יזמה עשיית דברים חדשים. היא היתה נפלאה במיטה, ועשתה אותו צעיר.

הייתי מבולבל משהו ושאלתי: "אז מה הבעיה?" הוא ענה: "המצב קשה, כי עלי להחליט במי משתיהן אני בוחר". הגיעה השעה לסיים ועדיין לא היה ברור לי מה הנושא. הצעתי שישוב כדי להבהיר מה הבעיה. מר קינג זימר שוב את מעלותי, ציין לשבח את תשומת הלב שבה האזנתי לו, את התיזמון הטוב של שאלותי, ואמר שפגישתנו

התנהלה לשביעות רצונו. הוא הסכים שהרעיון שנפגש שנית הוא רעיון טוב, וקבענו פגישה נוספת.

שבוע לאחר־מכן החל את הפגישה באומרו עד כמה התרשם ממני. לאחר־מכן הציג דף־מאזן ובו רשומות מעלותיהן היחסיות של אשתו ושל חברתו. הוא חזר על התיאור מהפעם הקודמת: אשתו מספקת לו ביטחון, נוחות, תחושה של הכרות, ובית נפלא; החברה מספקת התרגשות, ספונטניות, נעורים, מין טוב. לא כל־כך קל לבחור ביניהן. ניסיתי לומר שלאדם כמותו, גבר מצליח שרגיל להיות החלטי, קשה בוודאי לבקש עזרה מקצועית. לא נראה שהוא שומע או מגיב על דברים אלה; הוא המשיך עם דף־המאזן שלו.

שוב חלף הזמן בלי שנגיע לשורש העניין. שוב הרהבתי־עוז ואמרתי: "מה אתה רוצה ממני?" הוא אמר: "הייתי רוצה שתעזור לי להחליט". אמרתי: "אבל מדוע? נראה לי שאתה מקבל את הטוב ביותר מכל העולמות. ברור לגמרי שהכול פעל היטב במשך שלוש או ארבע שנים; למה לשנות מצב מוצלח?" לראשונה נראה שאינו חש בנוח, והוא אמר: "הבעיה, שלפני שבועיים או שלושה גילתה אשתי הכול, והציגה אולטימאטום: או היא, או החברה, לא שתיהן". אמרתי: "עדיין איני מבין איפה אני משתלב".

השליטה העצמית נטשה אותו והוא לא היה בטוח אם אני מבין מה הוא מנסה לומר, לכן ניסיתי להבהיר את דבריו. "אתה אומר לי שבבואך אלי תזכה למרווח נשימה? שכל עוד אתה נפגש אתי תוכל לומר לאשתך שאתה מנסה לפתור את הבעיה ולהגיע להחלטה? שאתה משתמש בפגישותינו כדי להפגין את המחוייבות העמוקה שלך לפתרון מצב קשה זה?"

הוא נראה מופתע משהו, כאילו נתפש, ואמר בלי רצון ובכיישנות־מה: "אני מניח שכן. זה מה שאני אומר".

אמרתי: "אם־כך, אתה אומר לי, שהפגישות שלך אתי עוזרות לך להשאיר את המצב כמות שהוא, עוזרות לך להימנע משינוי?" שוב אמר שאכן זה המצב.

אמרתי: "הבעיה שעתה הגיע הזמן לסיים את הפגישה. אתה רוצה לבוא שוב כדי להמשיך ולדון על־כך?"

הוא השיב: "אני אחשוב ואודיע לך".

מעולם לא טילפן שוב.

## המשפחה הנורמאלית

במרכז לתראפיה משפחתית בויליאמס רוד ישנה ספרייה עשירה של סרטי־וידאו בהם מוקלטות משפחות שונות שיש להן בעיות שונות. אחד מעמיתי ציין שלרוע המזל אין בספרייה הקלטות של משפחות "נורמאליות". החלטנו לתקן את המצב. סיפרנו לידידינו, עמיתינו, ולסטודנטים, שהיינו רוצים לראיין משפחה "נורמאלית", הבטחנו שנהיה דיסקרטים ולא ניגע בנושאים מביכים. הצענו לשלם למשפחה, ולקבוע את לוח־הזמנים לנוחותה.

עברו שבועות, ואף משפחה לא הופיעה. הזכרנו לכולם שוב־שוב, אך לשווא. הסברנו שנשמח להשתמש בכל משפחה שרואה עצמה משפחה נורמאלית, או כל אחת שעמיתינו רואים בה משפחה שמתפקדת היטב ומסוגלת להתמודד עם בעיותיה. אי־היענות המשיכה לגרום לנו מפח־נפש.

ואז החלטנו לפרסם מודעה בעיתון המקומי ולפרט את התנאים שהוזכרו לעיל. שוב לא קרה דבר. פירסמנו פירסום חוזר, אבל השתיקה נמשכה. חקרנו שוב את עמיתינו ואת הסטודנטים. כעבור חקירה ממושכת, אמר אחד הסטודנטים שהוא זוכר במעורפל, שכאשר עמד בפנינת רחוב בבנדיגו, ראה מכונית חולפת שבה, כך נדמה לו, ראה משפחה שנראתה נורמאלית, אבל המכונית נסעה מהר כל־כך שאין הוא יכול להיות בטוח.

כעבור שבוע נוסף של פירסום וחיפוש החלטנו לוותר על העניין: מסתבר שדבר כזה אינו קיים.

כששמעה זאת טס, אשה שרגליה ניצבות היטב על הקרקע, אמרה: "באמת, יש הרבה משפחות נורמאליות. פשוט יש להן מספיק שכל לא להיענות למודעות שלכם".

## המשפחה היא היודעת

הופנתה אלינו משפחה, כי בית-הספר היה מודאג בקשר לבן בן השתיים-עשרה. במשך זמן-מה ראיתי את המשפחה, אבל כעבור שיפור התחלתי קל נראה שהטיפול נתקע. ניסיתי קווי פעולה שונים, אך לשווא. לבסוף החלטתי לומר זאת לבני-משפחה. הם הודיעו שהם שמחים לשמוע זאת, כי דברי משחררים אותם מהצורך לומר לי, שבעצם היו רוצים, שאערוך לבנם מבחנים. למעשה בחרו בי כי אני פסיכולוג. הייתי מסוייג, כי בשלב זה של חיי המקצועיים עריכת מבחנים פסיכולוגיים היתה בעיני עניין מתועב. אבל הם התעקשו מאוד, ומכיוון שלא יכולתי להעלות על דעתי אפשרות טובה יותר, הסכמתי.

ראיתי את הילד לבדו, וערכתי לו כמה מבחנים, כולל "מבחן יחסי-משפחה". לא נוצרה שום תובנה חדשה, והמצב לא הואר באור אחר.

קבעתי פגישה עם ההורים לבדם כדי שיבואו לקבל את תוצאות המבחנים. הם התרשמו, והיו מאושרים מאוד מהדיווח שלי. הסכמנו שהמשפחה כולה תבוא לפגישה הבאה. ואולם, האב הגיע לבדו, ואמר לי, שאשתו "מרבה לשתות, בחשאי". זה היה מקור לחרדה רבה, והוא עשה הרבה נסיונות לא-מוצלחים לשכנעה, שתחפש עזרה לבעייתה. תוצאות המבחנים השפיעו עליה עמוקות. "ראיות מדעיות חד-משמעיות" באשר לאהבתו של בנה כלפיה, שנמצאו ב"מבחן יחסי-משפחה", חיזקו מאוד את בטחונה. האב חשב שחשוב מאוד בשבילה, שיהיו בידיה ראיות אובייקטיביות שאין להפריכן, אשר יוכיחו שלא היתה אמא גרועה, אלא, למעשה, טובה למדי. עכשיו תהיה מסוגלת להיפגש עם רופא כללי ולהסכים שיאשפזו אותה בשל בעיית השתייה שלה.

אהבתו של בנה כלפיה הובעה בבירור בפגישות המוקדמות, אבל רק כאשר הוכיחו זאת "ראיות מדעיות אובייקטיביות" היתה לכך איזו שהיא השפעה עליה.

לעתים, רק כשמגיעים למבוי סתום ומודים בכך, חשים בני המשפחה שהם חופשיים לגלות מה הם רוצים באמת. תכופות איננו

מסוגלים לקבל את רצונותיהם של הפאציניסטים שלנו. אבל, למרבה  
הכאב, רק כשאנו נעתרים להם, מתחיל מצבה של המשפחה להשתפר.  
כשסיפרתי סיפור זה לידיד, אמר האיש, "זה מזכיר לי אמא יהודייה  
אחת שהשיבה, לאחר שאמרו לה שבנה יפה תואר: 'אתה צריך לראות  
את התצלום שלו!'"

## וידוי

ליז היתה פסיכולוגית צעירה. בשנתיים הראשונות לאחר שסיימה את לימודיה, בילתה את רוב זמנה בביצוע הערכות פסיכולוגיות רשמיות. לאחר־מכן קיבלה משרה מחוץ לעיר בבית־חולים פסיכיאטרי גדול. עבודתה כללה יעוץ, ועבודה ישירה עם פאציינטים. אחת הפאציינטיות הראשונות שלה היתה אשה בשנות החמישים לחייה, שעשרים שנה קודם־לכן אובחנה כסכיזופרנית. שוב ושוב אושפזה האשה בבית־החולים והשתחררה ממנו. במשך השנים ראו אותה כמה פסיכיאטרים ואנשי־מקצוע אחרים, וכתוצאה מכך היה תיק גדול שפירט את הפסיכופתולוגיה הסבוכה שלה.

ליז רצתה מאוד להקל על סבלה של האשה. היא עבדה אתה זמן מה, ונראה שאינה מתקדמת כלל וכלל. היא ניסתה לזכות באמונה של הפאציינטית על־ידי־כך שהפגינה בפניה מיומנות ומומחיות, אך לשווא. לאחרונה החלה ליז להתעניין בטיפול משפחתי, והצטרפה לקבוצת ההדרכה שלי, שם סיפרה את הסיפור הזה וביקשה עזרה. משתתפי הקבוצה גילו עניין. לאחר שחקרו אותה התברר שליו רגווה ומתוסכלת. היא נשאה על עצמה את העומס הרגשי והסבל של הפאציינטית הזו, מבלי שתיתן לה בשום שלב שליטה כלשהי על חיי הפאציינטית. כל מה שהציעה לעולם לא התבצע.

אף שמשותתפי הקבוצה היו נלהבים להמשיך בבדיקת תחושותיה של ליז והתראפיה שהגישה, חשתי כעבור זמן מה, שהגיעה העת לנסות כיוון חדש. הצעתי לליז: "מה דעתך לפנות אל האשה הזאת, לספר לה שאת חדשה בעבודה, וחשוב לך מאוד להצליח באחד המקרים הראשונים שלך. לרוע המזל נראה שאינך מסוגלת לעזור לה. ספרי לה שאת מודאגת מאוד כי את חסרת ניסיון, ולעומת זאת – היא מבוגרת וחכמה יותר, היא הסתובבה הרבה בבית־חולים, דיברה עם הרבה פסיכיאטרים, ויש לה ניסיון רב מאוד עם תרופות שונות, וכיצד הן פועלות".

תגובתה של ליז היתה מעורבת; מבחינה מסויימת קסמה לה ההצעה, כי כך יכלה להיות ישרה, ולהוריד מעל עצמה את העול הכבד. האינטואיציה שלה אמרה לה, שאם תעשה זאת, תעודד את

הפאציינטית להתנהג בצורה אחראית יותר. ואולם, היא התלבטה אם לבצע חשיפה מעין זו, כי חששה מפני השפעה פוגעת, חששה שבכך תפחית מההערכה שהפאציינטית חשה כלפיה, או, גרוע מכך, שהחשיפה תגרום לדחייה מוחלטת.

העליתי כמה סיבות תיאורטיות שיסבירו מדוע הרעיון עשוי להיות טוב. האשה הזאת היתה מבודדת מאוד, רצתה בילד, שמעולם לא היה לה. לפיכך יתכן שתהיה מאושרת לאמץ את ליז; "לגדל אותה וללמד אותה" מה משמע להיות פאציינטית. כמו־כן, אילצה הצעתי את ליז לוותר על להיטותה התראפויטית לשנות ולתקן את האשה הזאת; לעתים קרובות עלולה להיטות מעין זו לעורר חרדות אצל הפאציינט ולחזק את תגובותיו הנוקשות. נקיטת הדרך המוצעת מביאה בעקבותיה היפוך: הפאציינטית היא השולטת במצב, וקרוב לוודאי שהחשש מפני אובדן שליטה יוסר.

חברי הקבוצה הצטרפו אלי, וניסחו סיבות נוספות לשכנעה שזהו מהלך טוב. לבסוף אמרתי לליז, שאם זה לא יפעל, תוכל להאשים אותי. בשלב זה כבר היתה נלהבת מאוד לשוב אל הפאציינטית שלה ולנסות את שיטת התראפיה הזאת. שוב לא חשה שהפגישה תהיה עבודת פרך קשה.

כעבור שבועיים שבה ליז ודיווחה לנו: בתחילה נזפה בה הפאציינטית על חששותיה שמא לא היתה לה עד כה לעזר, שהרי מדוע היא ממשיכה להגיע? "את חושבת שאני מטורפת?" אחרי־כן אמרה לה שכל הרופאים אינם יודעים, למעשה, מה בעייתה. היא יודעת שהיא סובלת ממחסור בוויטאמינים, ומטפלת בעצמה בהתאם. היא אוהבת להגיע מפעם לפעם לבית־החולים. היא מתגעגעת לאנשים שם.

ליז המשיכה לדווח לי על "התקדמות" המקרה. היא היתה תלמידה מלאת עניין ונלהבת, והפאציינטית שלה היתה מורה סבלנית וידענית. התפתחו יחסים נוחים של תועלת הדדית. במרוצת הזמן התקיימו שיחות נוספות על חייה של אגנס, משפחתה, ותחומי התעניינותה, ומחלתה נמוגה ונדחקה לקרן זוית. איש אינו מטורף באותה מידה שמראה תיקו.

## אין חדש

לאורך מרבית חייו סבל בוב לסירוגין מדיכאון. במשפחתו היה הדיכאון עניין רגיל. האווירה היתה רצינית ועגומה. אימו ראתה בעבודות הבית היומיומיות עול בלתי נסבל. אביו היה מבודד מבחינה חברתית, אדם שעבד קשה, ונכנס בקביעות לכמה ימים למיטה, תוך שהוא סובל ממצב דיכאוני.

בוב, בשנות השלושים המוקדמות שלו, היה מרצה באוניברסיטה בבית-ספר להנדסה. הוא נאבק כדי לסיים את לימודיו לקראת תואר Ph.D. תמיד עבד קשה ובמלוא הרצינות. בשנים האחרונות נעשה מודאג כל-כך מדיכאונו, שהתייעץ עם פסיכיאטר שנתן לו תרופות נגד דיכאון. הוא ניסה להיאבק בדיכאונו בכל כוחו; ראה בו חולשה, ומשום-כך אמר לעצמו שוב ושוב שעליו להפשיל שרוולים ולא להיכנע. מרבית הזמן לא הצליח בכך, ולכן היה מלא כעס, ונוף בעצמו שהוא עלוב, חלש, חסר תקנה.

מפעם לפעם שוחח על בעייתו עם ידיד, הרופא המקומי. בוב סיפר לו שנטילת תרופות נגד דיכאון מנוגדת לעקרונותיו. ידידו הציע פסיכולוג, והפנה אותו אלי.

אחרי שסיפר לי בוב על בעייתו בפירוט רב, אמרתי: "אם אינך יכול לנצח – תצטרף. נראה לי שככל שתשתדל יותר, כך יורע המצב. אולי עליך לקבל את הדיכאון כחלק ממך. אני חושב שיתכן, שזאת דרך להביע צורך בקרבה ונאמנות לאביך. ישנם אנשים שרואים בדיכאון מחלה, גורם זר שפולש לגוף ולמוח, אבל יתכן שאומללותך מהווה איתות פנימי המראה, שהחיים אינם טובים כפי שהיה רצוי שיהיו; אולי אתה מחמיץ הזדמנויות חשובות ואינך ממצה את היכולת הגלומה בך. אם זה המצב, מוטב לא רק שתשלים עם דכאונו, אלא שתשמור עליו. יתכן שזה יעזור לך להיטיב להכיר את עצמך".

בדרך כלשהי נראה שהפגישות הללו עזרו, ודיכאונו סר. לאט-לאט החל בוב לדבר על קשייו בחיי-הנישואין. כעבור זמן מה החלטנו לבקש מאשתו שתצטרף. היא עשתה זאת ברצון.

לי היתה מרצה באוניברסיטה במחלקה להיסטוריה וגם סיימה תואר Ph.D. היא גדלה בבית אלים, שבו שתו הרבה אלכוהול. היא סבלה



מאלימות גופנית וגם מינית. למעשה היה תיאור חיי המשפחה שלה נורא ואיום. המאבק שלה ויכולתה להתגבר על רקע קשה כל-כך, לסיים את לימודיה ולהגיע לאן שהגיעה, היו מרשימים ביותר. היא היתה לוחמת של ממש.

לי סיפרה שנישואיה מתסכלים אותה, כי זמן רב כל-כך עובר בוויכוחים והתנצחויות. היא האמינה שאלו פני הדברים רק על פני השטח, ושורש הבעיה מצוי באי-יכולתם להיות קרובים באינטימיות של ממש. זה הכאיב לה. היא כמהה וערגה לקרבה. אמרתי: "לאור הרקע שלך אני חושב שיהיה קשה מאוד להגיע למה שאת שואפת. משפחתך סיפקה דגם-חיקוי עלוב ביותר לאינטימיות ולקרבה".

בכעס ונחישות-הדעת אמרה לי: "אילו ניהלתי עד עכשיו את חיי על-פי מה שראיתי בבית, כבר הייתי, קרוב לוודאי, בבית-הסוהר או בכביש. לכן, אפילו אם זה יעלה לי בחיי, או אם אצטרך להקדיש לכך את שארית ימי, אני אצליח. אנחנו נצליח".

חשבתי לעצמי: איך את יכולה להגיע לאינטימיות ולקרבה מתוך מאמץ מודע? ואולם עברה הוכיח, שכאשר היא נחושה בהחלטה להשיג משהו, היא מצליחה בכך.

במרוצת הזמן השתפרו היחסים בין כוב ולי. הם היו מרוצים יותר, והיתה אפילו קרבה מסויימת בחייהם. עדיין היה קוץ באליה – חיי המין האיומים שלהם. יום אחד אמרתי: "למה לקלקל ידידות טובה בגלל מין?"

לי אמרה: "אתה מתכוון שהבעיה שלנו, שאנחנו מנסים להדכיק את הממוצע הלאומי?"

אמרתי: "טוב, זה לא בדיוק מה שניסיתי לומר, אבל אולי את צודקת. מכל מקום, הייתי רוצה להציע שתוותרו לזמן מה על מין – נאמר, עד שתסיימי את ה-Ph.D."

ברגע שהסכימו לוותר על חיי-מין, השתפרו אלה, והאינטימיות שלהם התעמקה.

חודשים רבים לאחר-מכן פגשתי במסיבה חגיגית את ידידם הרופא. הוא סיפר לי ששלומם טוב, כוב סיים את תואר ה-Ph.D. והציעו לו את המשרה הרמה אליה שאף. אין ספק שלא היה לו עוד צורך בתרופות נגד דיכאון. כששאל אותם ידידם על הקשר עימי, אמרו: "זה היה בסדר, אבל, למען האמת, הוא לא אמר לנו שום דבר שלא ידענו בעצמנו".

## הצמח בעציץ

ספקות והאשמה עצמית בקשר לגידול ילדים הינם יסורים משותפים להורים רבים, לעתים קרובות יותר – לאימהות. הם מתייעצים עם מומחים, קוראים ספרים, מאזינים לאמצעי התקשורת, אבל לעתים קרובות כל זה מחמיר את המצב.

בחדר הייעוץ שלי ישנו עציץ שמצבו טוב, יש לו עלים ירוקים ויפים, ומפעם לפעם איזה שהוא פרח. הצמח נראה טוב מאחדים וגרוע מאחרים.

ילדי נתנו לי אותו ליום הולדתו. הוא היה יפהפה, מכוסה פרחים ועלים ירוקים נוצצים; היו עליו ניצנים רבים, והוא הבטיח לפרוח עוד חודשים רבים, ולהיות נהדר עוד יותר. היה חשוב לי מאוד לטפל בו היטב ולהבטיח שיתפתח ויגיע למיטבו. כעבור כמה שבועות קמלו הפרחים וניצנים חדשים לא הנצו. שאלתי ידיד, גנן נלהב, מה לעשות. הוא יעץ לי להשקותו לעתים קרובות יותר.

עשיתי זאת בנאמנות ומתוך ציפייה. עקבתי אחריו בתשומת-לב, ובמשך זמן מה נראה שזה פועל, אבל כעבור כמה שבועות נראה הצמח גרוע עוד יותר. זה הדאיג אותי, ועד מהרה לא יכולתי עוד לשאת את הדאגה; דיברתי עם אחת מידידותי, אשה בעלת "ידיים ירוקות". בלי היסוס יעצה לי זאת להשקות פחות, וציינה שהפרזתי בהשקייה. מילאתי בנאמנות אחר עצתה. משלא חל שום שיפור חשתי מצוקה. הפרחים נבלו וקמלו, העלים איבדו את הברק, הוא נעשה סתם עוד צמח בעציץ.

הרחבתי את תחום החקירה שלי, וקיבלתי טווח רחב של עצות, שבגללן לא היתה עקביות בטיפול שהענקתי לצמח. המשכתי לטפל בו כמיטב יכולתי, וחשבתי: "אולי זה כל מה שאפשר לעשות בחדר שלי".

כמה חודשים לאחר-מכן קניתי עוד עציץ במכירת-חיסול. שמתו אותו בפינה ושכחתי ממנו. הוא פרח ושגשג.

## ניקיון

יחסי עם הגברת וילסון, המנקה שלנו, העניקו לי כמה דימויים בעלי ערך. הפשוט ביותר הוא החביב עלי. בשיחה הראשונה מציינים בני־משפחה רבים בהפתעה מסויימת, כי מאז שקבעו את הפגישה, פתרו כמה מבעיותיהם. אני אומר להם, שאני שמח שרשימת ההמתנה שלי תראפויטית כל־כך. אולי זה דומה למה שקורה בבית. אנחנו תמיד מסדרים אותו לפני שהגברת וילסון מגיעה.

## הופעה מצוחצחת

הוועידה הלאומית הראשונה לטיפול משפחתי התקיימה במלבורן, בשנת 1980. במשך כמה שנים נערכו דיונים רבים, ולבסוף יצאה הוועידה לפועל. המארגנים היו מודאגים מאוד שמא הוועידה לא תעורר עניין, ושמחו מאוד שנרשמו כמאתיים וחמישים אנשים. בחזור שהקדים את הוועידה היה כתוב: "מר לנג ישמיע את נאום-המפתח, ויקבע את הטון לוועידה שתהיה, כך אנו מקווים, מוצלחת". זה היה אירוע חשוב. שנים של תכנון ועבודה נושאות לבסוף פרי. בהיותי אחד המארגנים שמחתי מאוד, אבל מכיוון שעמדתי לנאום את נאום הפתיחה, הייתי מבועת. מאז ומתמיד סבלתי מאימת קהל גדול. לא הייתי בטוח שאי-פעם שמעתי "נאום-מפתח". כששוחחתי על-כך עם טס, היא הזכירה לי ששמעתי נאום כזה בוועידה בחוף-לארץ, אבל הוא לא היה מוצלח במיוחד. כדי לטפל בחרדתי עודדתי כמה מידידי לבוא, אבל אז עלה על דעתי שהם כבר שמעו בוודאי את כל מה שרציתי לומר. ניסיתי לשים על חרדתי את התווית "התרגשות", אבל לא כלי-כך הצלחתי, לכן החלטתי לכתוב את נאומי במלואו, במקום להסתמך על הרשימות הכלליות, כנהוג. קראתי אותו לטס שאמרה שאני מדגיש שוב ושוב מלים לא-נכונות, ומבטאי הזר נעשה מודגש יותר מתמיד. לבסוף הגיע היום. נאומי היה מתוכנן לשעה 11:00. במשך שלושת השבועות האחרונים פעלתי במירוץ נגד השעון, וסיימתי הכול ערב לפני פתיחת הוועידה. באותו בוקר התעוררתי, יצאתי לריצה הקבועה שלי, התקלחתי, אכלתי ארוחת-בוקר, והייתי מוכן לפעולה, אבל לא היה לי מה לעשות. התרוצצתי בבית כמו תרנגולת כרותת-ראש. טס, בהיותה תראפיסטית-משפחה בעלת אסטרטגיה של ממש, ומשום כך – ערה לחשיבות שבתזמון כאשר עורכים התערבות טיפולית, הבינה שזוהי ההזדמנות שלה. היא הציעה שאצחצח את נעלי – ידעתי ששלוש שנים היא רוצה בחשאי שאעשה זאת. קפוא מחרדה, ולא מסוגל לחשוב על משהו אחר לעשותו, הסכמתי. נאום-המפתח שלי התקבל ברוח חיובית, אבל, להפתעתי, איש לא העיר דבר על נעלי המצוחצחות והבהקות.

## ·"פנים" ו"חוץ"

הוזמנתי לשחק טניס בביתו של אדם ששמו, כמי שנוהג לרמות כשהוא משחק, הלך לפניו. הוא היה עשיר מאוד, רגיל לתת פקודות, ולקבוע את מהלך העניינים. התבוננתי במשחק ששיחקו נגדו כמה מידידי. היו ויכוחים תכופים בקשר למקומו של הכדור ליד קו הגבול, וככל שהתקדם המשחק איבדו ידידי את היכולת להתרכז, נעשו כעוסים, ובדרך-כלל ויתרו בכל פעם שקבע "חוץ" על כדורים שהיו בהחלט "בפנים".

לבסוף הגיע תורי. הייתי נחוש בהחלטתי לדאוג לעצמי, ולא להתיר למארחי להפחידני. החלטתי, שיהיה מה שיהיה, לא אתווכח, ניצחון או תבוסה במשחק טניס אינם שווים שאהרוס בגללם יום שמש נאה. המשחק החל. כדורים מגיעים שלושה או ארבעה סנטימטרים לתוך המגרש, והוא קורא "חוץ". ככל שחלף הזמן, החל לקרוא "חוץ" על כדורים שהיו עשרים סנטימטרים בתוך המגרש. בשום שלב לא התנגדתי. לא הראיתי שום סימן שהבחנתי במשהו, אבל כל האנשים שעמדו והתבוננו החלו למלמל ולצחוק. הוא נעשה מבוכלב וכעוס יותר ויותר. לבסוף התמוטט המשחק שלו, והוא הפסיד. ההחלטה לדאוג לשלומי יכולה להביא עימה יתרונות בלתי צפויים.

## אדם בעל זכויות־יתר

כשהתעוררתי ביום ראשון בבוקר היתה לי תחושה טובה. לפני היה משחק טניס מתוכנן, והשבוע הבא נראה מלהיב ומספק. הטיפול בכמה פאציינטים התנהל היטב, וציפיתי לפגוש אותם בפעם האחרונה לפני חופשת חג־המולד. כמה פאציינטים חדשים, מעניינים, היו רשומים בפנקסי. מסיבת חג־המולד שלנו היתה מתוכננת ליום חמישי. התחזית היתה – מזג־האוויר חמים, וציפיתי לשחייה היומית שלי.

באותו בוקר שיחקתי טניס היטב, דייקתי במיוחד ליד הרשת, עצרתי והדפתי את מכותיו של היריב. ולפתע פתאום, מאי־שם, "טראאך": כדור הטניס פגע בעיני הימנית. ראיתי כוכבים, חשתי חלש ומט ליפול. עזרו לי לצאת מהמגרש והתיישבתי בשקט על ספה עם סמרטוט רטוב וקר על עיני.

אשתי טס, בהיותה רופאה ואשה שiodעת מהו סדר הקדימויות הנכון, סיימה את משחקה; לאחר־מכן בדקה את עיני בקפידה. היא הבחינה שהאישון מורחב ואינו נע, והתברר לה מדברי שהוא עדיין כאוב. היא החליטה לקחת אותי אל "בית־החולים לאוזניים ועיניים". כעבור שעה קצרה בדק אותי רופא־העיניים שהיה במשמרת. הוא אמר שיש לי שטף־דם בחלק החיצון של העין. הסיבוך העיקרי, שמתפתח אצל חמישה אחוזים מבני־האדם, הינו שטף־דם נוסף, וזה עלול לגרום לפגיעה בראייה או לעיוורון מוחלט. הוא אמר גם, שעם מנוחה ורגיעה מוחלטת, רק שני אחוזים מבני־האדם מפתחים סיבוך זה. משום־כך המליץ על אישפוז מיידי לחמישה ימים.

טס שאלה: "מה הוא יעשה בבית־החולים?"

הרופא אמר: "מנוחה מוחלטת במיטה כששתי העיניים מכוסות".

טס אמרה: "טוב, אני יכולה לדאוג לכך בבית".

ובכן, הגענו הביתה והלכתי למיטה. סבלתי מחוסר־תנועה כפוי, גבי ועיני כאבו, ואפילו עיני הבריאה הציקה לי. גרוע מכך, היה עלי לעשות הכול במיטה – תחזית מבעיתה עד־כדי־כך, שעל־אף ההסתכנות בשטף־דם נוסף, צעדתי לאט ובזהירות רבה מאוד אל השירותים.

ביום שני אחר־הצהריים אמרתי לטס: "בואי נבקש חוות־דעת

נוספת. טלפני לידידך הפרופסור ושאלי אותו מה דעתו". קיוויתי שזה ימליץ על טיפול פעיל יותר.

היא דיברה עם הפרופסור. הוא הסכים בפה מלא עם דבריו של הרופא: "כן, אתה צריך רק להישאר במיטה, עם זכות לחדר-השירותים בלבד". מששמעתי זאת סר ממני הדיכאון. תחושת הפסד השבוע המלהיב שלי, אי-הנוחות הגופנית, וכן חרדתי שאתעוור – נמוגו כולם. אני אדם בר-מזל שאינו צריך עוד לחוש אשמה, כי מעתה הוענקו לי זכויות-לחדר-השירותים.

## תראפיסטי-עמית

בשנת 1975 נסענו, משפחתי ואני, לשנה, לארץ אחרת. כשהגענו ליעדנו היה עלינו לשכור בית. ראינו מודעה והלכנו לראות את הבית. בהגיענו ראינו אלזסי קטן, כלב נאה ואצילי, ששמר על מרחק מאתנו. בעליו אמר לנו שהוא רוצה להשכיר את הבית ואת הכלב לשנה. אמרנו שאנו מבקשים לחשוב על הבית, אבל בהחלט נרצה לטפל למענו בכלב. כולנו חשנו געגועים לכלב, כי השארנו את שלנו באוסטרליה.

בסופו של דבר שכרנו את הבית. במידה מסוימת שכנעו אותנו ילדינו שחשו בו "כמו בבית". שמחנו גם ש"בוקי" לא יאלץ לעבור לבית אחר.

בתחילה היה בוקי ביישן, מבוהל משהו, ומופתע מהידידות שהפגנו כלפיו. כשניגשנו ללטפו ולשחק עימו, נהג לקרוס בפחד, עד שהתחוויר לו שכוונותינו ידידותיות, ואז היה נענה, אבל במידה מעטה מאוד. אין ספק שלא התירו לו להיכנס הביתה, ולמרות שפיתינו אותו באמצעות מזון, סירב להיכנס.

לבסוף, כעבור כמה שבועות של פיתויים, חשנו שהשגנו ניצחון אדיר כשצעד בוקי שני צעדים מלאי פקפוק לתוך הבית. יום אחד הופיע מאי-שם כלב מעורב, ולשמחתנו הרבה – אימץ אותנו. הוא היה ידידותי ופעיל כמו קוף קטן, ומיד השתכן בביתנו בטבעיות רבה. שום דבר לא היה מחוץ לתחום בעיני צ'יני. תוך זמן קצר ביותר שיחקו בוקי והוא, התגלגלו ורדפו זה אחר זה. למעשה, כעבור כשבוע הם אצו לתוך הבית והחוצה, ואפילו לא שמו לב היכן הם. לא רק שבוקי נכנס לבית, בדרך כלשהי גרם צ'יני לשינוי מוחלט באישיותו. בוקי, שהיה כלב חששן ולעתים עגום, נעשה ידידותי, בטוח, ועליז.

צ'יני – שלא עשה מאומה מלבד להיות הוא עצמו – השיג מה שפסיכולוג מיומן, רופאה מנוסה, ושני אוהבי כלבים, לא היו מסוגלים לעשות במשך שבועיים של נסיונות.

בחרנו בבית הזה משתי סיבות. היתה בו מערכת מיזוג-אוויר שיקל עלינו את הקיץ החם במידה בלתי נסבלת; כמו-כן היה צמוד לבית



משרד בעל כניסה נפרדת, שם אפשר יהיה לנהל קליניקה פרטית. המשרד הזה היה מוסך ששינה את יעודו והיו בו דלתות בשני קצותיו – למרבה המזל, כי מיוזג-האוויר מעולם לא פעל, וכששתי הדלתות היו פתוחות ציננה רוח טובה את החדר. בשעות שראיתי בחדר הזה את הפאציינטים, נהג צ'יני, שלא שמע על סודיות, לבקר שם, כמו בכל פינה אחרת של הבית, והרגיש מאוד בנוח. לפעמים נהג להיכנס ולהירדם מתחת לשולחן-הכתיבה. בפעמים אחרות היה מתרפק על הפאציינטים ומלקקם. תכופות היתה לכך השפעה תראפויטית ביותר. בשלב מסוים הגיעו אלי בני-זוג שסבלו מבעיות רבות בחיי הנישואין. יחסיהם זה עם זה היו בסגנון של בוקי – מלאי חשש, ריחוק, ואי-אמון. הם בילו זמן רב בגרגורי איום. השפעתו של צ'יני על יחסיהם היתה מעודנת ביותר. כשהאנס, הבעל, היה עסוק בשרשרת גידופים כלפי אשתו, דליה, נהג צ'יני להתקרב אליו וללקקו. בתחילה ניסה האנס להדפו בעדינות, אך לבסוף נכנע והחל ללטף את צ'יני. מדהים היה להתבונן בפניו של האנס. הפנים האדומים והכעוסים התרככו לאט-לאט, מבט של הנאה עלה בעיניו, וחיוך אטי התפשט עליהם. קולו השתנה והוא נאבק כדי להמשיך בהתקפה הכעושה, הממורמרת, המפחיתה מערכה של דליה, שעה שתראפיה שונה כל-כך, וכה מיומנת, מתנהלת מתחת לשולחן. דליה התקשתה להבין את התקשורת של האנס. זה היה מבלבל מאוד; היו מסרים כפולים, משולשים ומרובעים, הרבה אי-התאמה בין התקשורת המילולית לתקשורת הלא-מילולית. לפעמים טיפל צ'יני בדליה. כשזאת ביקרה את האנס, במקום שתיראה פגועה וכעושה, העלו פתאום פניה הבעה אוהבת ונינוחה שעה שצ'יני ביצע את עבודתו. כשראה זאת האנס, לא ידע כיצד להמשיך. היה אתי שם תראפיסט-עמית. הוא עשה את כל העבודה, בעוד שעמיתו קיבל את התשלום וזכה בהכרה.

## בעניין כאבי שיניים וטיפול גם

רופא השיניים הקבוע שלי היה אדם ידוע מאוד שזכה להערכה רבה, ורשימת הממתינים שלו היתה תמיד ארוכה. חדריו היו נוחים ומרגיעים, ובהם אורות רכים ומוסיקה. בכל פעם שראה אותי נהג לשאול בעניין ודאגה מה מצב בריאות הפה שלי.

אחרי בדיקה ציין תמיד שאיני מצחצח את שיני כיאות, שהצחצוח שלי אינו מספיק תכוף, ואני מתרשל בשימוש החוט הדנטלי.

הוא נהג לבקש שאפתח את פי ואטה את ראשי. הוא היה רופא שיניים טוב כל-כך, בעל מגע כה עדין, שתמיד ניסיתי לעשות מה שביקש; אבל נדמה היה לי, שלעולם איני מצליח לעמוד בדרישות המוצגות בפני פאציינט שמזלו הטוב זימן לו רופא שיניים כזה. תמיד יצאתי מאצלו נינוח מבחינה גופנית, אך לקוי מבחינה רגשית.

יום אחד הייתי זקוק לעקירה. לשם כך הפנו אותי למנתח של הפה. הוא נודע במגעו המסורבל והמכאיב. ידידים שהיו אצלו שלחו אלי חיוכים ידעניים כאילו הם מבקשים לומר: "זהו זה, חביבי". התיישבתי בכיסא תוך שברכי פקות ולבי מלא פחד. כפי שציפיתי, הוא היה גם, הוא היה מסורבל וזה אכן כאב. אבל הוא לא חדל מלהתנצל, הזהיר אותי שוב ושוב שזה יכאיב עוד יותר. בהדרגה התמלא לבי רחמים לאיש המסכן. הרגעתי אותו שוב-שוב ואמרתי שאני בסדר, שאין לו מה לדאוג. אני יכול לשאת את זה, כבר קרו לי דברים גרועים יותר. אבל הוא המשיך להתנצל; כל נסיונותי להרגיעו נכשלו.

כשעזבתי – פי כאב, אבל הרגשתי נפלא.

## דוגמה מבהיקה

לפני כמה שנים הגיע צוות טלוויזיה כדי לראיין אותי בביתי. ביום המיועד חיכיתי לשידור במתח. כשצפיתי בו רציתי לבעוט בעצמי על ששכחתי להעלות כמה נקודות חשובות. לאחר־מכן היו לי תחושות מעורבות, כי כמה חלקים הושמטו בעריכה, ובכך השתנה פה ושם הדגש. דיברתי על עבודתם של כמה מעמיתי, ומכיוון שהנחתי שגם הם צפו בראיון, ציפיתי לשמוע את תגובתם. קיוויתי שהצגתי את עבודתם בצורה מדויקת.

מכיוון שנגעתי בנושאים חברתיים רגישים, חששתי שמא אפגע בכמה "מומחים" שאת גבולם הסגתי.

בעודי פוסע אנה ואנה, חרד ולא־בטוח באשר לתגובות ידידי ועמיתי, חיכיתי שהטלפון יצלצל.

להפתעתי היתה השיחה הראשונה מהגברת וילסון, המנקה שלנו זה שנים, ובשלב זה – ידידה קרובה של המשפחה. היא היתה כעוסה ורגוזה כי הראיון התקיים במטבח, והיא חשבה שחדר ההסבה שלנו הרבה יותר נאה. גרוע מזאת, לא סיפרתי לה שזה עומד להתרחש, הכול יכלו לראות ברקע את הברזים, ואלה לא היו מבהיקים ונקיים כראוי.

אחרי השיחה הזאת היתה בכל הבאות אחריה מידה מסוימת של נפילה משיא קודם.

## פרנסה

צייר ידוע נאבק בימי צעירותו כדי להתפרנס. הוא הלך מסוכן אחד לשני וניסה למכור את יצירותיו, עד שבסופו של דבר אמרו לו: "אם תצייר משהו נחמד שאנשים אוהבים, כמו למשל – פרחים, נוכל למכור את העבודות". הוא היה רגוז וממורמר, ולא היה נכון להתפשר על יושרו האמנותי.

לרעב יש דרכים משלו לכלות את עקרונותיהם של בני־אדם, ובסופו של דבר נכנע האיש. הוא חתם על היצירות הללו באות "ח": "חיים".

כעבור שנים רבות, בהיותו מפורסם, ביקר אצל ידידים. בקצה השני של החדר ראה ציור; הוא לא יכול היה להסיר ממנו את עיניו. נגיעת המכחול היתה מעולה, והוא נראה, משום מה, מוכר. לאחר בדיקה מקרוב גילה הצייר את האות "ח".

הוא נדהם לראות עד כמה היטיב לצייר, בניגוד לרצונו. הכורח "לצייר על־פי הזמנה" עיוור אותו לאיכותה האמיתית של היצירה. יתכן שההיתר להיות "גרוע" שיחרר את היצירתיות הגנוזה בו.

## כסף

אני זוכר בחיזיונות רבה משפחות שרמזו, בתחילת ימי כתרפיסט, רמזים על נושאים הקשורים בכסף. במשך זמן רב אפילו לא הגבתי על דברים אלה, ואז, משעשיתי זאת, הייתי מסוייג מאוד מעיסוק בעניינים אלה. לבסוף, לאחר שחשבתי על-כך ביסודיות, התחוויר לי שהושפעת מאידיאולוגיה רווחת המציגה טאבו על הדיבור בדבר כסף ועל עניינים מעשיים כגון דא. הטאבו הזה מונצח ונתמך על-ידי רבים. לפני כמה שנים עבדתי עם משפחה בנוכחות עמיתי. ערבתי את עצמי בוויכוחים המשפחתיים על כסף. אחרי השיחה ביקרו אותי עמיתי על שבזבזתי זמן טיפול יקר על נושא כל-כך סתמי. מאוחר יותר ניחמה אותי הערה של ידיד: "כשהפאצינגטים שלנו ישלמו לנו במין, נחוש שאנו חופשיים לדבר על כסף".

דברים אלה הזכירו לי סיפור. רופא הוזמן לבית-ספר להרצות על מין. כשהגיע הזמן לשאול שאלות, שאל אחד הילדים: "דוקטור, היתה לך פעם מחלת-מין?" (התשובה אינה מדווחת). התלמיד הבא שאל: "דוקטור, כמה משלמים לך תמורת ההרצאה הזאת?" אחד המורים המשגיחים של בית-הספר נפנה אל הנער ואמר: "אל תשאל את הרופא שאלות אישיות!"

## חיסכון בכסף

בעיר אליזבט החליטה ועדת־הבריאות להרחיב ולשפץ בית בפרברים, ולהפכו למרכז לבריאות הקהילה. התוכניות אושרו והמחלקה לעבודות ציבוריות שלחה שני פועלים אמינים לבצע את העבודה.

בישיבה הבאה של ועדת־הבריאות נשאלו על אודות התקדמות העבודה. איש לא יכול היה לענות, לכן החליטו למנות מפקח. המפקח היה אדם בעל יוזמה: כשהביט בספר החוקים גילה, שהוא זכאי למזכירה במשרה חלקית, מכיוון שהוא אחראי על שני אנשים. המזכירה, שהיתה חרוצה ומסורה, בדקה את התקנות וגילתה שהיא זכאית לנהג במשרה חלקית. זה הגדיל את ניידות המזכירה והמפקח. בשלב מסוים ביקרה המזכירה באחת הספריות הממשלתיות ובספר־החוקים מצאה, שצוות בן שלושה אנשים העובדים במשרה מלאה ושניים – במשרה חלקית, זכאי למחלקת־המשרה חלקית. כעבור כשנה נפגשה הוועדה. היה הרבה כעס ומתח בעניין עלות המרכז החדש. הוחלט למנות מנתח־מערכות. זה בחן את הבעיה לעומקה והגיש את המלצתו: "הדרך היעילה ביותר לחיסכון בהוצאות תהיה לקצץ בשני הפועלים".

## מומחיות

הבית ברחוב ויליאמס הוא מבנה ויקטוריאני גדול ובו חדרים רחבי מימדים.

סוף-כל-סוף התקבל אישור להקמת מרכז לתראפיה משפחתית, ובו ארבעה חדרי-יעוץ. מכיוון שהמרכז נועד למה שנועד, היה צורך במסך שקוף לכיוון אחד. אחרי שבדקנו כמה מרכזים דומים בהם מצוי מסך שקוף לכיוון אחד, וגילינו אילו חברות התקינו את המסכים, הזמנו הערכות-מחיר.

המומחים הגיעו כדי למדוד את גודל המסך, לבדוק איזה מהקירות יש להרוס, ולמדוד את האור מכל הכיוונים. לבסוף הגיעו הערכות המחיר, והן נעו בין \$8,000 ל-\$11,000. הן נראו מוגזמות.

באותם ימים עשה נגר איטלקי, שהגיע לאוסטרליה זה לא מכבר והאנגלית שלו היתה רצוצה, את כל העבודות הקטנות בבניין. על כוס תה שאלתי אם יוכל להתקין מסך שקוף לכיוון אחד. אחרי שהסברתי לו למה הכוונה, והראיתי לו היכן צריך המסך להיות, שאלתי שוב אם יוכל לעשות את העבודה. הוא נראה מופתע: "אין בעיה, צריך רק מסגרת לחלון גדול. זה יעלה \$200 או \$300, אבל אתה צריך להשיג את הזכוכית".

טילפנתי לחברה גדולה העוסקת בזכוכית, הסברתי למה אני זקוק, ושאלתי אם יוכלו לספק זאת. שוב לא התעוררה שום בעיה; היה צורך בשני לוחות זכוכית, אחד עם מראה מצדו האחד והשני רגיל – לשם איטום הקול. המחיר היה בין \$300 ל-\$400.

כעבור שבוע היה לי מסך שקוף לצד אחד. הוא עלה \$600. בקומה התחתונה ברחוב ויליאמס ישנם שני חדרים גדולים המופרדים על-ידי שתי דלתות הזזה יפהפיות, שגובהן שלושה מטרים ורוחבן – ארבעה. הדלתות הללו לא נעו ולא נסגרו כיאות. הזמנתי כמה נגרים מבוססים מאוד במקצועם שיבואו לתקן את הדלתות. אחד אמר, שיצטרך להוריד את הדלתות מציריהן, לקחת אותן משם, להתאימן, ואז לשוב ולתלות אותן, אבל הוא אינו מבטיח שתהיינה תקינות. אחר סירב לעשות את העבודה כי היתה, לטענתו, מסובכת מדי. חיפשתי חברה שלישית.

ידידי האיטלקי, שעבד על חלון בחדר, אמר: "איכפת לך אם אנסה לתקן את הדלתות? הן כל-כך יפות, חבל שהן לא נסגרות". אמרתי: "בבקשה". הוא עמד על סולם, התאים פה ושם באמצעות מברגו, והנה – הן מתוקנות.



## הצרצר

בחודש אוקטובר, מזג־האוויר בישראל מושלם. כשאתה שוחה כל בוקר בים־התיכון אתה חש שהמים הכחולים מלטפים ומרגיעים אותך. כעבור עוד יום נפלא אחד היו לנו כרטיסים לקונצרט, שנערך באולם קטן במוזיאון תל־אביב.

באותו ערב, כשהכוכבים נוצצים ונושבת רוח ערב נעימה, הלכנו אל האולם. המוזיאון נאה מבחינה אדריכלית, ויכולנו להביט באוסף האמנותי לפני שהחל הקונצרט. זה תמיד נעים. הקונצרט היה רסיטל שהשמיעה זמרת סופראן מצויינת בליווי תזמורת קאמרית. היה לה קול נפלא. הוקסמתי ונסחפתי כולי בהופעתה.

לפתע נפנתה אלי טס ושאלה: "הצרצר לא מפריע לך?"

השבתי: "איזה צרצר? על מה את מדברת?"

טס אמרה: "הצרצר ההוא, שעושה את כל הרעש. אני לא יודעת איך היא יכולה לשיר כשיש לה תחרות כזאת".

לאורך שארית הקונצרט תהיתי כל הזמן איך יכולתי עד־כדי־כך ליהנות ממנו, שעה שהצרצר הזה מזמזם כל הזמן. למעשה, איך יכולה הזמרת להתרכז? היום המושלם שלי הסתיים בטון צורם.

## ניתוח

מעניין לדון במשמעות הסיפור הזה ובמשמעויות החברתיות שבו:

1. ישנו פתגם ערבי האומר שאלוהים העניק לנו עיניים כדי שנוכל לעצום אותן מדי־פעם. אנחנו יכולים להניח, שאת אותו דבר אפשר לומר גם בקשר לאוזנינו. יש מקום להכחשות.
2. כדי לשמוע היטב, וליהנות מדברים מסויימים, עליך לא לשמוע דברים אחרים. ישנו פתגם יהודי: "אי אפשר לרקוד עם עכוז אחד בשתי חתונות".
3. תקשורת בכלל, ותקשורת של חיי נישואין בפרט, איננה תמיד מה שחושבים שהיא.
4. אושר הינו דבר בר־חלוף, וניתן בקלות לפוגגו.

## מחזורי חיים

רשות הבריות האוסטרלית היתה מודאגת מאוד משיעור הלוקים במלאריה בגיניאה החדשה. הרשות שלחה אל כל הכפרים צוותים לחינוך לבריות. לצוותים היו שלטים גדולים, שבהם אפשר היה לראות את מחזור החיים של טפיל מחלת המלאריה, ואת התפקיד שמשחק היתוש. אחרי שהסבירו את השלטים, הציעו אנשי הצוותים שיטות להכחדת המלאריה.

כעבור חודשים רבים, מששבו הצוותים למקום, התאכזבו לגלות שהאנשים שם לא מילאו אחר אף אחת מעצותיהם. כשבדקו מדוע, נאמר להם: "לנו אין בעיות כמו שיש לכם. היתושים שלנו קטנים מאוד, לגמרי לא דומים ליתושים הענקיים שהראיתם לנו בשלטים".

### ניתוח

1. מידע מועבר – לאו דווקא מתקבל – אפילו במקומות רחוקים מאוד.
2. לא תמיד אנשים מאמינים למה שהם רואים.

## איילין

אם המנזר מבנדיגו טילפנה כדי להפנות אלי לטיפול את אחת מתלמידותיה, איילין בת החמש-עשרה. היא היתה מודאגת ונסערת מאוד, והשמיעה את דברי ההפניה הארוכים והמפורטים הבאים:

”בשנה האחרונה היתה איילין מאוהבת בשתי מורות, ובמהלך אותה תקופה – גם בנערה ששמה ג’ולי. תשומת-הלב שהשפיעה על ג’ולי נראית לי כהטרדה וכלחץ. איילין נהגה לטלפן אל ג’ולי שוב ושוב, ולנתק לאחר שזו ענתה לטלפון. היא גם ברחה מהבית וישבה בפארק מול ביתה של ג’ולי. היא פגעה בעצמה פגיעות גופניות, חתכה את עצמה, למשל, חיבלה בגופה, תלשה מראשה קווצות-שיער ואז נהגה לבוא לבית-הספר ולספר לג’ולי שאימה עוללה לה זאת, כדי שג’ולי תדאג לה ותרחם עליה. הוריה של ג’ולי התלוננו בבית-הספר על תשומת-הלב שאיילין מגלה כלפי בתם. המצב החל להפריע בבית-הספר, כי כל הבנות ידעו על-כך, וקראו לאיילין ‘פסיכית’.

”שוחחתי הרבה פעמים עם איילין, ונוכחתי שתחת לחץ היא נעשית אילמת. זה נמשך כמה דקות, ותוך כדי כך מתעוותים פניה. היא מודה שנהגה לטלפן אל ג’ולי. שאלתי את הוריה של איילין, מר וגברת גלאס, אם אוכל לשוחח עם הכומר שלהם. הוא אמר, לא לציטוט, שלדעתו המשפחה כולה זקוקה לטיפול.

”אמרתי לאיילין שהיא רשאית להמשיך לבוא לבית-הספר, אבל בשום-פנים-ואופן אינה רשאית לדבר עם ג’ולי. איילין שיכנעה כמה מהבנות החלשות יותר בבית-הספר לדבר עם ג’ולי בשמה. היא רכבה על אופניה בלילה, מאוחר מאוד, כדי לשבת מחוץ לביתה של מורה. מורה אחרת ראתה אותה, והסיעה אותה משם הביתה, אבל לא נכנסה לראות את הוריה. אמרתי להוריה שאיילין לא תורשה לשוב לבית-הספר עד שתקבל עזרה. אמרתי שהטיפול חייב להיות ממושך.

”איילין מטלפנת כל הזמן לכמה מהמורות, וגם לביתה של ג’ולי. גברת גלאס טילפנה והאשימה את המורה על ש’התעסקה’ עם בתה. איילין רכבה על אופניים אל ביתה של המורה, וסירבה לחזור הביתה. המורה התקשרה לידידה, שלקחה את איילין למקלט לנשים, שם נשארה במשך הלילה. גברת גלאס טילפנה למחרת והאשימה אותה

בהטרדה. גיליתי שאיילין במקלט, ואמרתי לגברת גלאס היכן בתה. במשך שיחתנו לא הזכירה גברת גלאס אף לא פעם אחת את העובדה שבתה לא באה הביתה באותו לילה. המורה הציעה, שאיילין תפגש עם פסיכיאטר לילדים.

"הפסיכיאטר הציע שהיא תתאשפז בבית־חולים פסיכיאטרי למנוחה ובדיקות. הוריה סירבו, כי אימה של גברת גלאס אושפזה שם בהיות הגברת גלאס בת שש־עשרה.

"עד כה הפסידה איילין שישה שבועות של לימודים, והיא מפגרת מאוד בעבודתה. אני מרגישה שכישלון במצב הזה רק יסבך עוד יותר את המצב. אני מציעה שהיא תשיג עבודה עד תום שנת הלימודים, ואז תשוב לבית־הספר ותלמד שוב בכיתה החמישית. הצעתי לה שכר־לימוד חינם לשנה הבאה. כך תוכל ג'ולי לעבור את השנה הזאת בלי לחץ מצד איילין, וגם איילין תוכל בשנה הבאה לעבור את הכיתה החמישית בקלות יחסית. אני לא אציע זאת למר וגברת גלאס, כי אני סבורה שהם יחשבו שאני מסלקת את איילין".

אם המנזר ביקשה לקבוע פגישה למשפחה, אבל ביקשתי שגברת גלאס תטלפן בעצמה.

גברת גלאס טילפנה כדי לאשר את הפגישה, ואמרה שיש לה שני בנים, אחד בן שבע־עשרה והשני בן תשע־עשרה, שחיים מחוץ לבית. אמרתי שחשוב שיבואו, הם יוכלו להיות לעזר רב, והייתי רוצה לראות את המשפחה כולה.

גברת גלאס שאלה מה התעריף שלי. אמרתי לה, והסברתי שאי־אפשר לקבל הנחה. היא נשמעה מודאגת. מכיוון שעל־פי ההפניה נראה לי שהתראפיה תהיה ממושכת, ומכיוון שהמרחק והתעריף היוו בעיה, הצעתי להמליץ על פסיכיאטר מקומי, שאצלו ניתן לקבל הנחה. אבל היא התעקשה לבוא אלי.

מר וגברת גלאס ואיילין הגיעו ביום המיועד. שאלתי מדוע לא הגיעו אחיה של איילין. גברת גלאס אמרה בכעס שביקשה מהם לבוא, אבל הם סירבו, חד וחלק. שאלתי את מר גלאס מה דעתו על היעדרם. הוא נראה כמבקש שלא להיות מעורב מדי, ואמר: "אי אפשר להכריח אף־אחד לעשות שום־דבר".

גברת גלאס דיברה בשם המשפחה. היא אמרה שבית־הספר הרס את איילין. הם העיפו אותה, אף שלא כך הציגו את הדברים, והם מסרבים לקבלה בחזרה, אלא אם אמליץ על־כך. הם מכנים אותה 'פסיכית' ולסבית.

ניסיתי להרחיב את טווח השיחה. גברת גלאס שבה וחזרה לנושא, וסיפקה עוד פרטים וראיות כדי לתמוך בהשקפתה. ניסיתי לערב את מר גלאס בשיחה. הוא היה מסויג, ורק תמך בדברי אשתו. הוא גם אמר, מבלי שנשאל, שהוא שם לב שאשתו מוטרדת מאוד מהמצב, וזה מדאיג אותו.

דבריה של איילין הצטמצמו למלים "הם אומרים שאני פסיכית ולסבית". לא חלף זמן רב לפני ששבה גברת גלאס אלי ואמרה: "מה אתה מתכוון לעשות? מתי תאמר לבית־הספר להחזיר אליהם את איילין? אני רוצה שתאמר להם להפסיק להטריד אותה".

אמרתי: "אני מבין את הדחיפות שאת חשה. המצב קשה לך בוודאי. הייתי רוצה להמליץ על־כך, אבל אני חש שעדיין אני מסוגל לעשות זאת. תיאורך וגירסת בית־הספר שונים זה מזה. לא נתת לי מספיק מידע שעל־פיו אוכל לפעול".

במשך השיחה לא היה לי ברור אם איילין מנותקת, או מעורבת. קרוב לוודאי ששני הדברים היו נכונים. האב נראה רגוז במידה מתונה, וכעוס. האמא כעסה, היתה מאוכזבת, ותבעה ממני להמליץ על משהו. ניסיתי להביע אהדה לתחושותיה, אבל עמדתי על דעתי שאיני מסוגל לעשות דבר בלי לדעת יותר פרטים. הצגתי בפניהם את הברירות הבאות: מכיוון שאינם מרוצים, יתכן שירצו לשכוח מהטיפול ולא לשוב אליו, או שאשמח להמליץ על משהו אחר. למשמע דברי אמרו שיבואו שוב, אבל נשמעה הסתייגות מסויימת, וגם דאגה בעניין המחיר.

אמרתי שאם יבואו שוב, נפיק תועלת רבה יותר אם גם בניהם יבואו עימם. לחילופין, יתכן שאחרי שישקלו את העניין, יחליטו, שאולי מוטב שאשוחח עם איילין לבדה. לאיילין אמרתי: "לא ברור לי אם היום לא היית מסוגלת, או לא רצית, לשוחח אתי. את יכולה לכתוב לי, ולהביא אתך בפעם הבאה את המכתב".

רק גברת גלאס ואיילין הגיעו בפעם הבאה, שבוע לאחר־מכן. גברת גלאס פתחה ושאלה אותי מה יש בדעתי לעשות, ואם התקשרתי עם בית־הספר ואמרתי להם שיחזירו את איילין ללימודים.

בקיצור, הפגישה הזאת היתה העתק של קודמתה, אבל, מנקודת המבט שלי, גרועה יותר. בסופה, הדגשתי, שהפגישות מתסכלות ואינן יעילות, וחזרתי ואמרתי, שאם כל בני־המשפחה יגיעו, יתכן שיחול שיפור. סירבתי להשמיע המלצות כלשהן, עד שאיטיב להבין את המצב. למרות כל זאת, התעקשה גברת גלאס לבוא שוב. שבת

ואמרתי, שנראה לי, שבסיום הפגישה הבאה היא תהיה מתוסכלת ורגוזה באותה מידה, ותחוש שהיא יוצאת בלא כלום, ממש כמו היום. היא שבה ואמרה כמה העניין קשה ויקר, אבל הבהירה בלי שום ספק, שהם ישובו בשבוע הבא.

במשך פגישה זו שתקה איילין כל הזמן, מלבד המשפט "הם אומרים שאני פסיכית ולסבית". לפני שהלכו הושיטה לי איילין את המכתב הבא:

אם המנזר היא שהפרידה ביני לבין ג'ולי. היא חושבת שאנחנו לסביות. אני יודעת שאני לא לסבית, ואני בטוחה שגם ג'ולי לא. מורה אחת באמת טובה. כל פעם דיברנו אתה כשהיו לנו בעיות, אבל אם המנזר לא הרשתה לי לדבר אתה יותר, כי זה היה מנוגד למדיניות של בית הספר. אני בוטחת בג'ולי יותר מאשר בכל אדם אחר שאי פעם בטחתי בו. אני מספרת לה הכול, כל מה שאני עושה, הכול. השנה הבנתי פתאום שאני רוצה לדבר עם מישהו יותר מבוגר, מישהו שדומה יותר להורה. אחרי שהכרתי את המורה הזאת רק שבוע, הלכתי ודיברתי אתה. זה היה בסדר בהתחלה, כי הלכתי לשם שלוש פעמים בשבוע, לחצי שעה כל פעם, אבל ככל שדיברתי אתה יותר, כך רציתי יותר לבקר אותה ולדבר אתה שוב ושוב, עד שערב אחד בבית לא יכולתי לעצור את עצמי, כל כך רציתי לטלפן אליה, למרות שידעתי שיהיו צרות בבית הספר. היו לילות שהייתי מטלפנת לפחות שש פעמים רק כדי להקשיב לה כשאמרה "הלו; הלו", ואז הייתי מנתקת. בבית הספר לא יכולתי להתרכז בלימודים, כי נהייתי תלויה ברצון לדבר אתה. במשך התקופה הזאת הרגשתי צורך בהמון שיחות אתה ועם ג'ולי. כדי לברוח מהפחדים ומהכאבים שלי, נעזרתי בג'ולי כדי לדבר אתה, והרגשתי שמחובתי לעמוד לצדה אם משהו ישתבש אצלה. השיחות אתה עשו אותי מאושרת יותר. אהבתי לשחק כדור-עף, והיא שיחקה בנבחרת שלי.

כשברחתי פעם, הלכתי לסבא וסבתא שלי, הם גרים די רחוק ממני. אני מסתדרת עם סבתא, אבל בגילה היא מתעניינת רק בחדשות ובכל מה שלא בסדר בנוער של היום. אמא שלי לא כל כך אוהבת את סבתא. בזמן האחרון סבתא שלי עברה התקף, וסבא שלי לא כל כך יכול לדאוג לעצמו. אמא שלי

אשה קנאית מאוד, לכן אני יודעת שאסור לי להתקרב כל־כך לאבי, לאחים שלי או לסבא וסבתא. למרות שאני יודעת שאמא שלי תמיד אהבה את האחים שלי יותר מאשר אותי, ואבא שלי אהב אותי יותר מאשר את האחים שלי, אני בכל זאת חושבת שלפעמים אמא שלי כן מרגישה כלפי איזו שהיא אהבה. ראיתי בג'ולי מין דמות אימהית, וכשאמרו לי שאסור לי יותר לדאות אותה ולדבר אתה כתבתי שיר, ואמרתי לה שהלואי שיכולתי לגור עם המשפחה שלה.

למרות שאני יודעת שאני איכשהו אוהבת את שני ההורים שלי, רוב הזמן אני לא מסוגלת לחיות אתם באותו בית, וגם הם אתי. אני יודעת שבכל המשפחות יש הרבה ויכוחים וכל זה, אבל בשלב שאני נמצאת אני שונאת להיות בבית. כשאני הולכת הביתה אני יודעת שאני אצטרך לעמוד בפני עוד מריבה.

יום אחד השגתי בבית־הספר סכין גילוח, וחתכתי שלושה חתכים בפרק היד שלי. באותו רגע נשברתי, בכלל לא יכולתי להתמודד כמו שצריך. לא כל הזמן אני רוצה להרוג את עצמי, רק לפעמים. בלילה, כמעט כל לילה, אני לא יכולה לישון. ברגע שאני נכנסת למיטה אני מתחילה לבכות, והכאבים שיש לי בחזה ובראש הם כאילו שאני הולכת למות. אני מכאיבה לעצמי, ודופקת כל לילה את הראש בקיר, ועכשיו אני שונאת ללכת לישון. יש לילות שאני שוכבת ערה, כי בחלומות שלי ישנם דברים רעים ואני נורא פוחדת מחלק מהחלומות שחלמתי. הלואי שלא היינו חייבים לישון.

יש ימים שאני סובלת יסורי תופת, במיוחד בארבעת השבועות האחרונים כשאני מבלה הרבה זמן לבדי בבית. בת אחת שלא משחקת כדור־עף ולא עובדת התכוונה לבוא לבקר אותי. חיכיתי כל היום וישבתי והבטתי בחלון, כל הזמן ישבתי על אותו כיסא. גם לא קמתי לאכול ארוחת־צהריים. היא לא יכלה לבוא. בארבע אחר־הצהריים ידעתי שהיא לא תגיע. הרגשתי שאני רוצה להרוג את עצמי, ואז הכיתי את עצמי המון, ואפילו גרמתי לעצמי להקיא. התרוצצתי בבית, הכיתי על הקיר עם הידיים, ובכיתי וצרחתי. כיום אני שונאת את החיים, והייתי רוצה למצוא איזו שהיא דרך להיות מאושרת. ניסיתי הכול. אני בוכה כמעט כל יום, אבל אנשים פשוט לא יודעים שכואב

לי, ואני יודעת שעמוק בתוך הלב שלי ובתוך הראש שלי יש סבל; אבל אני לא נותנת לאף אחד לראות את זה, כי אני משחקת, ורק מחייכת, ומדברת כמו שאדם נורמאלי מדבר. לפעמים יש לי קשיי נשימה כשאני נעשית כולי פסיכית, ואני מרגישה לחוצה מאוד, עצבנית ומתוחה בלי שום סיבה. יותר מכל דבר אחר – מתוחה.

אני לא יכולה להבין למה אני לא נורמאלית, ולא יכולה ללכת לבית־הספר, ואני לא יכולה להבין למה אני לא יכולה להתמודד לבד, ואני לא יכולה להבין למה כשאנשים כמוך מנסים להיות טובים אלי אני נראית מרוגזת, עצבנית ותוקפנית.

אין הרבה אנשים שהייתי מסוגלת לדבר אתם. היתה לי עוד חברה טובה, היא עזבה ויותר לא שמעתי ממנה. באמת, באמת חיבבתי מורה בבית־הספר, ויש לי הרבה חלומות־בהקיץ שהיא אמא שלי. גם עכשיו אני מאוד מחבבת אותה, וכשברחתי בשבוע שעבר, טילפנתי אליה ב־11:30 בלילה, ואז רכבתי אליה על האופניים שלי, כדי לדבר אתה. מסתבר שאני תמיד בוחרת להתיידד עם האנשים הלא־נכונים. היא לא הסכימה לתת לי להיכנס, כי היא מורה, והיא לא יכולה לעזור, אחרת היא תאבד את המשרה שלה. לכן היא ביקשה מחברה שלה שתיקח אותי למקלט לנשים, שם נשארת בלילה.

אף־אחד לא אשם שאני כזאת, זה רק בגלל שאני – אני. אני יודעת שמהו בי לא בסדר, ואני יודעת שאני לא יכולה לפתור את זה, כי זה מסובך ומבולבל מדי. לכן אני זקוקה למישהו שאני אוכל לדבר אתו, מישהו מבוגר יותר ממני, שיוכל להבין למה אני כזאת. משהו לא בסדר, אני יודעת, ואנשים אמרו לי את זה. גם אמא שלי מאמינה שאני זקוקה לעזרה. אני יודעת שזה כך, אבל אני גאה מכדי שארצה לקבל עזרה. אני לא אעמיד פנים שאני בסדר כשאני יודעת שאני לא בסדר, והלוואי שהייתי בסדר. אני בטוחה שלא תהיה מסוגל לעזור, כי נסחפתי רחוק מדי, ואני לא מאמינה שמקום כמו בית־חולים לחולי־נפש, או משהו כזה, יכול לעזור לי. אני יודעת שאני עצובה מאוד ואני לא יכולה לצאת מהמצב הזה. הלוואי שיכולתי. אם הייתי יודעת מה לעשות, או איך לעשות את זה, הייתי בהחלט מנסה כל דבר שהוא. לכן אני רוצה לדבר עם



מישהו, וכרגע אני לא יכולה לבטוח באף-אחד. אני יודעת שהייתי צריכה להיות מסוגלת, אבל המוח שלי אומר 'לא איילין, אל תגידי שום דבר שאת לא מוכרחה לומר', ובמוח שלי יש כל הזמן מהומה גדולה, כל הזמן פורץ בו מאבק מבולבל. הלוואי שהיתה איזו שהיא דרך שהייתי יכולה להפסיק להיות אני. אני יכולה לחשוב רק על התאבדות, ואני חושבת כל הזמן, ובקרב המוח שלי לא יתן לי לדבר, אני בטח אפגע שוב בעצמי. אני לא מסוגלת להתמודד כמו שצריך. אני שבורה.

**איילין גלאס**

עצבותה והבלבול שחשה ריגשו אותי. טילפנתי למר וגברת גלאס ואמרתי להם שהמכתב היה לי לעזר, שהיה בו מידע רב, ואני מאמין שבפעם הבאה אוכל להשיא כמה עצות ולהמליץ כמה המלצות. למחרת בבוקר טילפנה גברת גלאס וביטלה את פגישתנו הבאה. כעבור כמה חודשים נודע לי שאיילין אושפזה בבית-חולים לחולי-נפש.

## סטאטוס קוו שונה

טילפנה אלי אשה, ובמצוקה רבה סיפרה לי שבנה, איאן, מסרב ללכת לבית-הספר. הוא מבודד לחלוטין, מאוד לא מאושר, ולפעמים מדבר על התאבדות. הוא ממעט מאוד לישון, ומתלונן תכופות שהוא חולה, תלונות שגוררות בעקבותיהן ביקורים רבים אצל הרופא. היא אמרה שבנה יסרב לבוא, ממש כשם שהוא מסרב ללכת לבית-הספר, וגם סירב בעבר ללכת לכל תראפיסט אחר. אם בדרך כלשהי יגיע, לא יאמר דבר, ולא יבוא שוב.

המלצתי שתשוחח עם בעלה על הרעיון שיבואו אלי, ואם יסכים – שתשוחח על-כך עם שתי בנותיה ועם בנה. במיוחד עליה לומר לאיאן כמה היא מודאגת מכך שאינו הולך לבית-הספר, ובכך משפיע על המשפחה כולה; שזוהי בעיה משפחתית ומשום-כך על כולם לבוא אלי. מנסיוני, אם מוצג העניין כבעיה משפחתית, כמעט לעולם אין הילד מסרב לבוא.

כעבור שבוע הגיעו ההורים, מריה וטוני, ובנם, איאן, לפגישה. טוני היה בעליו של בית-דפוס; הוא הגיע בסרבל העבודה שלו, ידיו היו מוכתמות, והוא פסע אנה ואנה כאריה בסוגר המחכה לרגע שייצא לחופש. היה ברור שהדבר היחיד שמעסיק אותו זה הרצון לשוב לעבודתו. מריה, שמנה משהו, ולא כל-כך מטופחת, נראתה מוטרדת, וכורעת תחת נטל הדאגות שעליהן יכלה לדבר בשטף אינסופי.

קידמתי את פניהם בחדר ההמתנה, ואחרי שהבחנתי בהופעתם, שאלתי בן כמה איאן. הוא ענה: שלוש-עשרה. שני ההורים נרתעו לאחור בהפתעה, ואיאן גימגם: "לא, חמש-עשרה, סליחה, סליחה". בכל שנות עבודתי איני זוכר ילד שהשמיט שנתיים מגילו.

בחדרי, לאחר שהתיישבו, שאלתי אותם מדוע בנותיהם לא באו. מריה השיבה ואמרה שהן לא באו כי הן בסדר. טוני אמר, שאנה לומדת, סופיה עובדת, ולדעתו לא יהיה מוצדק להפריע להן. כעבור כמה דברי פתיחה נוספים, ביקשתי מהם לומר לי מה הבעיה ומדוע באו.

כשהחלה מריה לדבר, נדמה היה שכל גופה מביע את הכאב ואת המטען שפרשה בפני. היא דיברה על איאן באהבה ורגישות, כאילו

היא חווה את יסוריו ואת מצוקתו עוד לפני שהוא חש בהם, ובאותה עוצמה, אם לא יותר.

היא סיפרה שסירובו ללכת ללמוד החל בגן. אז נהג לבכות ולבעוט, וסירב לאכול לפני שהיה עליו ללכת. הילדים בבית-הספר היו אכזריים, צחקו ממנו ולקחו ממנו את חפציו. שמו האמיתי באיטלקית היה אנג'לו, אבל הילדים לעגו לו וכינוהו אנג'י – לכן כעבור זמן-מה שינו הוריו את שמו לאיאן. ההיסטוריה של נוכחותו בבית-הספר היתה, מן הסתם, הגרועה ביותר ששמעתי אי-פעם – בממוצע נכח אולי שישים יום בשנה במשך שנות לימודיו. מכיוון שהיה נער מוכשר מאוד, הצליח להתקדם בקצב הלימודים של הילדים בני גילו.

מריה המשיכה וסיפרה, שכמעט שלא היה לו קשר כלשהו עם בני גילו או עם מישו אחר, מלבד בסופי-שבוע, כשבילה עם דודניו הצעירים ממנו. הוא הלך לישון מאוחר מאוד, ותכופות סבל מביעותים. משום כך נרדם לעתים קרובות במשך היום, הכין שיעורים בעזרתה, תחת פיקוחה הצמוד, ומצדו – עזר לה כבישול, בנקיון הבית, בקניות, ובעבודות היומיומיות האחרות. היא נתנה לי גם רשימה ארוכה של מחלותיו, ואמרה שהתקשתה לברר אם תלונותיו אמיתיות או לא.

דאגתה העיקרית של מריה היתה – תקופות האומללות הארוכות של איאן; תכופות פרץ בבכי, דיבר על רצונו למות, ועל האפשרות שיתאבד.

בשעה שמריה דיברה, נראה איאן כמי שמצוי בהתאמה מלאה עם רגשותיה; הוא סיפק את ההבעה הרגשית לדבריה. כאילו שיקף בבכואה מוגדלת את תחושותיה של אימו.

שעה שהתרחש הקטע הרגשי הזה בין האם לבן, הביט טוני בשעונו שוב ושוב, הניע את ידיו בעצבנות, ניקה את ציפורניו, ומדי פעם נראה כאילו הוא עומד לקום וללכת. הוא שידר את התחושה שהוא מבוזז את זמנו, שיחות עם פסיכולוגים – הרי זהו תפקידן של נשים. שאלתי את טוני כיצד רואה הוא את הבעיה. הוא אמר: "אני אוהב את איאן, הבעיה שמריה מפנקת אותו. אני עובד שמונה-עשרה שעות ביממה, מרוויח כסף טוב, כדי שנוכל להגיע למשהו. אמרתי למריה לקחת כסף ולהשתתף בשיעורי התעמלות, ללכת לדיאטטיקנית, להוריד קצת במשקל. פעם היא היתה אתלטית מצטיינת. איאן עדין מדי, הוא צריך משמעת עצמית – זה מה שהוא צריך. אמרתי למריה לקחת אותו לפארק ולשחק אתו כדורגל, לעזור לו להיות קשוח כדי

שהוא יוכל לעמוד בפני הילדים האחרים. אני מדבר הרבה עם איאן על הצורך להתאמן במשמעת עצמית – בלי זה אי־אפשר להגיע לשום מקום. אבל זה בכלל לא עוזר, הוא תמיד נשאר עם אמא שלו'.

בשעה שטוני דיבר, הנידה מריה בראשה לאות שאינה מסכימה, ונראתה פגועה ורגוזה. ברגע שהפסיק טוני לדבר, החלו להתווכח על המעלות בדרכי הטיפול השונות שלהם בבנם. בעוד ההורים מחליפים מהלומות מילוליות, החל איאן להיאנח, וכמעט ליבב בחשש.

ואז דיברתי עם איאן. הוא אישר את סיפורה של אימו. הוא גם אמר שעשה כמיטב יכולתו ללכת לבית־הספר. הוא ניסה לתאר את הזוועה הצרופה, את החרדה והכאב שהיו כרוכים בכך. הוא רצה להסביר להוריו מדוע לא הלך, לא מפני שאינו רוצה, אלא מפני שאינו מסוגל. בנוסף על־כך, היעדרותו הממושכת הקשתה עליו מאוד את השיבה – הילדים ישאלו אותו איפה היה, מה עשה, מדוע לא הגיע, איך התחמק מעונש, וכדומה. גם זה גרם שיפחד לצאת החוצה, שמא יפגוש אותם. מריה כעסה שלבעלה אין זמן להקדיש לאיאן. שני ההורים הביעו דאגה משיעמומו ומהיותו בבית כל הזמן. לקראת סוף הפגישה הייתי להוט מאוד לראות אם המשפחה כולה תהיה מסוגלת לערוך איזה שהוא שינוי. שאלתי אם איאן יוכל לבלות יותר זמן עם אביו בבית־הדפוס. איאן אמר שהוא עסוק מדי בנגינה על הפסנתר, ומכל מקום, שם מלוכלך מדי.

אמרתי למשפחה, שיש לי כמה רעיונות בקשר לבעיה, אבל אני רוצה שהבנות תבואנה בשבוע הבא כדי לראות איך הן משתלבות בתמונה. ההורים העלו כמה התנגדויות מעשיות, אבל מדבריהם השתמע גם שאינם רוצים לערב אותן בקשייו של איאן. לבסוף ניצחה התעקשותי, והם הסכימו להביאן לפגישה הבאה, אם יוכלו.

לפגישה הבאה הגיעו ארבעה מבני־המשפחה. אנה הפגינה התנהגות זוחה, רעשנית, ובטוחה־בעצמה, של בגרות־מדומה, אבל היתה נערה מושכת וקלת־דיבור. היא אמרה שזה כמה שנים שגם לה יש קשיים בהליכה לבית־הספר, אבל התעקשות שני ההורים גם יחד הביאה להליכתה. היא זכרה שהיתה אומללה בבית־הספר, ולא חשה שם בנוח. בתחילה הציגו ההורים את אנה כסיפור הצלחה. ואולם, לא חלף זמן רב לפני שהתגלה שהיא אנוכית וחסרת התחשבות. היא נהגה להתקלח שעות ואז להשתלט שוב על חדר־האמבטיה כדי להתאפר. היא נהגה לצאת הרבה לבלות, לחזור הביתה מאוחר עם ידידיה, ואז להשמיע מוסיקה בקולי־קולות. היא דיברה בטלפון שעות ארוכות

כל־כך עד שהוריה נאלצו להתקין קו נוסף.

בתשובה לשאלותי גילו ההורים, שהם מלאי זעם וטינה בשל התנהגותה הפרועה וחסרת הרגישות, וכלל אינם מצליחים להתמודד עימה. בשעה שניהלנו דיון במקומה של אנה, היו רמיזות רבות להתנהגותו של איאן, שבניגוד לה היה רגיש ביותר, עסוק באורח קיצוני בשלום כולם, וכה מלא דאגה, שטובתו שלו מצויה בעדיפות אחרונה, אחרי צרכיהם של האחרים.

במשך שתי הפגישות הללו התחיל להיות ברור שהיחסים בין ההורים אינם מספקים. הם לא נענו זה לצרכיו של זה, והיו ביניהם הרבה מריבות קשות. שניהם חשו שאין מבינים אותם, וסבלו מכעס ומבדידות. אף שטוני הצליח בעבודתו, היה אחוז חרדה בקשר לעסק שלו וחש לחוץ מאוד. הוא סבל מכאבי־גב ונטל הרבה תרופות לשיכוך־כאבים. מריה היתה מודאגת בקשר לבריאותה, סבלה מכאבי־ראש תכופים, ומעצבים רעועים. היא היתה חסרת ביטחון עצמי, ועסוקה מאוד בשאלה – מה יאמרו אנשים. ידידיה ובני משפחתה ניצלו אותה, כי לא היתה מסוגלת לעמוד על דעתה, ומעולם לא היתה מסוגלת לומר "לא".

לקראת סוף הפגישה הזאת העליתי את ההשערה שאולי סירובו של איאן ללכת לבית־הספר הינו ההבעה העליונה ביותר של ההקרבה העצמית שלו; שהוא מוותר על צרכיו שלו ועל טובתו, לטובת המשפחה. איאן מוכשר ואינטליגנטי, והוא יודע שלעתידו חשוב שיילך לבית־הספר, שילמד ושיהיו לו ידידים; אבל מחוייבותו למשפחתו עמוקה כל־כך, שעליו להישאר ער עד השעות המאוחרות של הלילה, כדי למנוע את מריבותיהם ההרסניות של הוריו. כמו־כן עליו להישאר בבית במשך היום, כדי לטפל באימו הבודדה והחרדה. ארבעתם אישרו לי, כל אחד בדרכו שלו, את הדברים, ושהיו ערים לכך זה זמן מה, אף שמעולם לא הודו בכך זה בפני זה.

תגובתו של איאן היתה הדראמטית ביותר. הוא פרץ בכבי בלתי נשלט, ותוך שהוא משמיע פה אנחה, שם מלה, ניסה לאשר את דבריו ולתת דוגמאות נוספות. למשל, היו לו חלומות ביעותים איומים שהוריו פוגעים זה בזה, ותכופות נשאר ער בלילות והאזין, ואם שמע שהם רבים, נהג לקרוא להם ולהתאונן שהוא חולה.

במהלך הפגישה לא הוזכרה סופיה. מששאלתי מפורשות, אמרו שהיא עזבה את הבית שלוש שנים קודם־לכן, והיא מסרבת להיות מעורבת.

אנה לא הגיעה לפגישה הבאה. הוריה אמרו שבחינותיה באוניברסיטה חשובות יותר. תהיתי אם אין זאת עוד הדגמה של אנוכיותה. ואולם, במידה מסויימת חשתי שיש בכך מידה מסויימת של צדק.

בפגישה נוספת הועלו דוגמאות רבות לנטייתו של איאן להציב את טובתו במקום השני, אחרי תפקידו כמי שדואג לשלום ולשלמות המשפחה. הוא הודה בגלוי במיומנותו לביים "התקפת קצרת" כשמריבות הוריו יצאו מכלל שליטה. לקראת סוף הפגישה חזר טוני וקבע, בקול רם ורגוז, שהוא מאמין שהבעיה נעוצה פשוט בכישלונה של אשתו להשליט משמעת נאותה, לקחת את בנו החוצה לשחק כדורגל, ולעשות ממנו גבר. מכיוון שכולם הסכימו שלטוני היתה עד כה השפעה מעטה מאוד על חייו של איאן, המלצתי שכניסיון יקח על עצמו טוני שליטה מלאה על חיי המשפחה, וכל מה שיאמר חייב להתבצע. כולם הסכימו שזאת תוכנית טובה.

בפגישה הבאה פרצו טוני ומריה בהאשמות הדדיות עזות ומרות בקשר לסיבות לכשלון התוכנית. איאן התנודד ביניהם והתייפת, תוך שהוא מנסה להסיט את הוריו מהמריבה.

בארבע הפגישות הבאות הדגשתי כמה חשוב שטוני ומריה יפעלו במשותף כהורים בטיפול בילדיהם. כשניסיתי לשוחח כיצד יוכלו לבצע את חובותיהם ההוריות בתיאום, נהגו להעלות נושאים אחרים: בעיותיו העסקיות של טוני, התערבות הוריהם שלהם, העובדה שטוני מבלה זמן רב במשחקי קלפים, אך אינו מוצא זמן להקדיש לאיאן, אי יכולתה של מריה לרדת במשקלה, ובמרכז – מפח הנפש שחשו בחיי הנישואין שלהם, ואי ההתאמה ביניהם. תוך פקפוקים מסויימים הצעתי שאעבוד עם שניהם כדי לנסות לפתור כמה מבעיותיהם. כשבאו שניהם לדון על הקשיים הללו, הוסיפו שהם מודאגים בקשר לחיי המין שלהם, שלא היו קיימים. אך עד מהרה שבו לנושא הרגיל של האשמות הדדיות בעניין האחריות לבעיותיו של איאן.

ניסיתי שיטות אחרות, תוך הצלחה מזערית ביותר. איאן גילה כמה סימנים של השתנות, בעוד שהוריו המשיכו לנהוג כרגיל. לבסוף חשבתי שמוטב שאעבוד עם איאן לבדו. הוא היה מעוניין מאוד, שיתף פעולה, והוריו הסכימו להצעה זו.

איאן הגיע פעם בשבוע במשך כתשעה חודשים, ובמהלך תקופה זו תיאר לעומקה את חרדתו האיומה, סיפר פרטים ברורים מאוד על הדרך בה נגרר לבית הספר, ועל מאבקיו בקשר לכך. הוא דיבר על

הכאב וההשפלה שחש כשנלקח לכל מיני "מומחים", על הקשר הלא-נעים אתם. הוא תיאר את החרדה המייסרת בקשר לשלום משפחתו, ואת תחושת אי-האונים העזה שלו על שאינו מסוגל להקל על מצוקתם. כבדרך-אגב הזכיר שאנה ניסתה כמה שנים קודם-לכן להתאבד, וסופיה, שמעולם לא שמעה בקולו של איש, יצאה כל הזמן לבלות ונאלצה לעבור הפלה.

ארשת הכאב התחלפה אט-אט בארשת של כעס וטינה כלפי הוריו. נושאים אחרים החלו לצוץ: כיצד להתמודד עם חייו. כעבור שיחה, ומשחקת-פקידים שבו בחן איך להצטרף לקבוצה, הצטרף לכיתה ללימוד ציור, ולקבוצה השייכת לכנסייה. הוא החל גם ללמוד בהתכתבות, והתמודד היטב עם הלימודים.

באחת הפגישות, כעבור כשמונה חודשים של קשר קבוע ומדי פעם פגישות עם הוריו, היה איאן מרוצה במיוחד; הוא קיבל הצעה להציג את ציוריו; הוא רכש כמה ידידים חדשים, והחיים היו מלהיבים ממש. הייתי שותף לשמחתו, אבל הזכרתי לו שאני מודאג מכך שהוא מזניח את הוריו האומללים שרבים זה עם זה.

בפעם הבאה התחנן שאסכים שיחמיץ את הפגישה הבאה, ואפגוש במקום זאת את הוריו. כשיבואו, שאומר להם בבקשה שהם הורים מצויינים, אין זאת אשמתם, פשוט יש להם ילד עצלן וחסר תקנה. אם אומר זאת, אולי ירשו לו להמשיך לראות אותי, אחרת הוא חושש שהם יעצרו בעדו. במשך השבועות האחרונים הם איימו שוב ושוב לאסור עליו לבוא אלי. הסכמתי שהפגישה תהיה עם הוריו, אם זה מתקבל על דעתם.

ההורים הגיעו, ומכיוון שלא ראיתי אותם זמן מה, שאלתי אם הבחינו בשינויים כלשהם באיאן. במשך דקה או שתיים הזכירו כמה שינויים חיוביים קטנים, ואז אמרו שהם יודעים שיש לו הרבה מאוד ביקורת כלפיהם. כעת הוא מאשים אותם על קשייו בעבר ובהווה. הם אמרו שהם יודעים שהיו הורים גרועים, שכל הזמן מתחו ביקורת זה על זה, אבל האם אוכל בבקשה לעזור לאיאן להבין שהם אהבים אותו, ושבדרך-המזרה הם עושים למענו כמיטב יכולתם?

הם חזרו אל הפזמון הישן. טוני אמר: "הבעיה שאת לא לוקחת אותו לפארק. אם היית מורידה קצת במשקל, היית יכולה לשחק אתו כדורגל ולעשות ממנו גבר". ומריה השיבה: "אם רק היתה לך דקה ביום בשביל הבן שלך, ולא היית משחק קלפים, אלא מבלה עם איאן..."

לפני שהלכו הם הסכימו שאינן ימשיך לבוא, אבל ידעו שכשיהיה קשה – לא יהיו מסוגלים להימנע מלאיים עליו שיאסרו על ביקוריו אצלי.

נזכרתי בשיחתי הראשונה עם מריה, שהיתה בטוחה שאינן יסרב לבוא. שבתי וקראתי את הפתק שנתן לי אינן בפגישתנו האחרונה:

לאמא שלי יש תסביך, שהכול בגללה. לעתים קרובות היא אומרת: 'אינן, העיניים שלך מזוגגות, אתה נראה חיוור'. עכשיו אני עונה: 'אמא, אני יודע שאת מצפה שאני אומר שאני מרגיש נורא ושאינן רוצה ללכת למיטה, ושתביאי לי בבקשה אספירין. זה מה שנהגתי לעשות, כי הייתי בן טוב. אני כבר לא מסוגל לעשות את זה, למרות שאני יודע שאת רוצה ומצפה לזה'.

אני יוצא עכשיו די הרבה, והחברים שלי אומרים שאני מתנהג כמו תינוק, כי אני מטלפן כל הזמן לאימי. מה אני יכול לעשות? כשאני מבלה לי, אני נזכר פתאום שהיא בודדה.



## איך בולמים אמא נודניקית

ויוויאן בת עשרים-ושתיים. היא אינה נשואה וחיי החברה שלה אינם מלהיבים במיוחד. העובדה הראשונה אינה מדאיגה אותה כלל וכלל, אבל היא מוטרדת מהשניה.

יום אחד באה ויוויאן לפגישה שלה, והיא עולה על גדותיה: "אני לא יכולה לשאת את זה, אני לא יכולה יותר לשאת את זה. אמא שלי לא מניחה לי. היא כל הזמן מדברת על החתונה שלי. 'מתי? למה לא? מה את עושה בעניין?' כל פעם שהיא שומעת שמישהי מתארסת, מתחתנת, או יולדת, היא אומרת: 'את רואה כמה שזה יכול להיות טוב. מתי תעשי משהו? יש כל-כך הרבה בחורים נחמדים', וכולי, וכולי, וכולי. ממש בלתי נסבל".

אנחנו עורכים רשימה של הדרכים השונות בהן אומרת לה אימה ישירות או בעקיפין להינשא, ואני לוחץ על ויוויאן שתזכיר עוד דרכים.

היא משיבה: "היא עושה את זה מבוקר עד ערב. אף-פעם לא מפסיקה".

"כן, אבל מה היא אומרת?" אני שואל.

כעבור שתי דקות נתנה ויוויאן את כל הדוגמאות. אנחנו מסכימים שזאת חידה – אימה מדברת עוד ועוד, יום אחר יום, ויוויאן, כעבור שתי דקות, ממצה את הכול. היא ממשיכה לומר שאינה יכולה לשאת זאת, שזה ישגע אותה.

"אם זה לא מוצא חן בעיניך – אמרת לה?" אני שואל.

"כן. שוב ושוב. ואז, במקום להיות ישירה, היא ניגשת מכיוון אחר. היא אומרת: 'שמת לב למודעה בעיתון שאחותה הצעירה של רייצ'ל, החברה שלך, התארסה'. ואז היא מתחילה לדבר על אחותי".

"את בטוחה שאת רוצה שאימך תפסיק?"

"כן".

"אולי כך מביעה אימך את אהבתה ואת דאגתה. אם היא תפסיק את עלולה להתגעגע לזה".

בלי לומר דבר מעבירה אלי ויוויאן את המסר: אל תדבר שטויות. אם-כך, אני אומר: "אם את בטוחה, אולי תנסי. לכי הביתה ותכתבי

מה אומרת אימך, כל פעם שהיא אומרת לך ישירות, או בצורה סמוייה, שהגיע הזמן. תכיני למעני רשימה קטלוגית, ותביאי אותה אתך בפעם הבאה". ויויאן מסכימה, תוך היסוסים מסויימים, אך גם בהתלהבות. בפעם הבאה היא באה עם הרשימה הקטלוגית של שיטותיה של אימה. ברור גם שבמרוצת השבוע אירעו כמה מקרים חריגים. מדי פעם החמיצה ויויאן את דבריה המדויקים של אימה. היא ביקשה מהאם לחזור על הדברים, ורשמה אותם – היא הקדישה לכך תשומת לב. אימה חשבה שזה מוזר: בתה מאזינה בעניין רב. למעשה, כשקראתי את הרשימה התרשמתי מהשיטות המתוחכמות הרבות שבהן העבירה האם את המסר הבלתי פוסק שלה.

ביקשתי מויויאן להעריך את הרשימה על-פי סדר התכיפות, מאחד עד שלוש, להדפיסה בצורה נאה, להביא לי עותק, לשמור עותק אחד לעצמה, ולהשאיר אחד עבור אימה. הצעתי לה לספר לאימה את הסיפור כולו, ולשאול אותה אם היא מעוניינת בעותק. אימה רצתה, כמובן.

בפעם הבאה אמרתי לויויאן שתצפה מראש מה אימה עומדת לומר, ולפני שהאם תספיק לסיים, שתקטע את דבריה ותאמר: "אה, את מתכוונת לטיעון מספר שלוש". "הפעם – מספר תשע". "אהה, מספר עשרים ושלוש".

מדי פעם עליה לומר, אולי, "אמא, כבר עברו יומיים מאז ששמעתי את טיעון מספר תשע-עשרה. אני מתחילה להתגעגע אליך".

שבוע לאחר-מכן באה ויויאן במצב רוח מרומם. הזמן חלף תוך צחוק רב. בכל פעם שהחלה אימה לומר משהו, אמרה ויויאן: "זה טיעון מספר אחד". שתיהן פרצו מיד בצחוק.

כעבור כמה שבועות בלי הצקות הודתה ויויאן, בביישנות מה, שהיא מתגעגעת לזה – מעט.

## לזכור שיש לשכוח

פסיכיאטר הפנה את משפחת שואו, אמא, ג'ואן בת השלושים, מרטין בן העשרים ושמונה, ופיית בת השמונה-עשרה, שנקראה בשם אימה. בשיחה הראשונה הסבירה הגברת שואו, שהיא מודאגת בקשר לפיית, מכיוון שזו מתוחה תמיד, ואינה אוהבת להימצא בחברה של איש מלבד בני-המשפחה. היא תמיד סירבה ללכת לבית-הספר ולהיות עם ילדים אחרים. כמו-כן נראה שפיית לוקה בשיכחה מוחלטת, ככל שמדובר באירועים שהתרחשו לפני שמלאו לה עשר שנים. בחלק מאוחר יותר של השיחה התברר שהשיכחה החלה בערך בתקופה שבה מת אביה.

כשהאם דיברה, התערבו ג'ואן ומרטין בשיחה כדי לתמוך בסיפורה הבסיסי, וציינו שגם הם, כמו פיית, נהגו להיות מתוחים הרחק מהמשפחה, שלא נהנו מבית-הספר, וכשגדלו – המשיכו לסבול מבעיות חברתיות. אף שבעיותיהם היו דומות, סברו שניהם שבעיותיה של פיית חמורות יותר.

גברת שואו הסכימה אתם. היא היתה מודאגת יותר מפיית, ומאז שזו החלה ללמוד בבית-הספר, לקחה אותה מתראפיסט אחד למשנהו. פיית עצמה התקבלה באותה שנה ללימודים באוניברסיטה. באמצע שנת הלימודים – נשרה. מאז, זה כארבעה חודשים, היא נשארת לבדה בדירתה, ואינה עושה מאומה. כולם סברו שזהו בזבוז, כי ידעו שפיית אינטליגנטית ומוכשרת. הם סיפרו שבהיותה בת חמש היתה מסוגלת לערוך חישובים מתמטיים סבוכים, והביאו עוד דוגמאות לאינטליגנציה שלה.

פיית אישרה את דבריהם, ואמרה גם שהאוניברסיטה היא שיעמום אחד גדול. נכון שאינה אוהבת להתערב בשאר הסטודנטים, כי רובם משעממים וטיפשים. ככלל, היא אמרה, החיים משעממים וחסרי משמעות, ואין טעם לשבור את הראש.

גברת שואו החלה להזיל דמעות, ואמרה שהיא מודאגת במיוחד מחוסר העניין שמגלה פיית, מאדישותה כלפי כל דבר שהוא. לשיחות הבאות הגיעו הארבעה. גברת שואו, ג'ואן ומרטין, דיברו בחופשיות ובהתלהבות. הם נתנו עוד פרטים על שנות-העשרה

הבעייתיות שלהם, קשייהם בבית-הספר, והתפתחותם החברתית האטית מאוד. גברת שואו הוסיפה כמה זכרונות מילדותה ומשנות נעוריה. סיפוריהם קיפצו בזה אחר זה והובילו זה לזה. אפילו פיית הוסיפה מדי פעם נופך קל משלה. מדי פעם נהגו להשתתק ולהביט בי במתיחות, ושאלו אם אני נורא משתעמם. הבטחתי להם שאיני משתעמם.

בערך בשיחה החמישית, נעשתה פיית, שלא היתה פעילה כמו כל האחרים, מעורבת במתרחש. היא שבה ואמרה שלחיים אין משמעות, שהם שיעמום אחד גדול, ושאין בהם טעם. בשיחה ההיא עודדתי אותה להמשיך ולדבר על-כך, וגם לבקש מהאחרים להעיר את הערותיהם. כמה מחילופי הדברים שלהם הביאוני לומר, שחיה נשמעים איומים. היא מדברת כאילו היא מתה, אין טעם בכלום, שום דבר אינו מלהיב אותה או משפיע עליה. אמרתי, שהיא יכלה באותה מידה להיות בקבר – או שדירתה היא קבר. פיית ה"אדישה" נעשתה מלאת עניין, חשה מצוקה, ואישרה את תיאורי. ניסחתי את תחושותיה.

בדרך כלשהי הגעתי אל פיית. הופתעתי מכך שבפעם שלאחר-מכן הגיעו השלושה בלי אימם. הם הסבירו שבפעם הקודמת חשה גברת שואו עוגמת נפש קשה, והיא מסרבת לשוב אי-פעם ולעבור את סף דלתי. הם רתחו מזעם כלפיה, ואמרו שזאת התנהגות אופיינית: אימם סחבה את פיית מתראפיסט אחד למשנהו, וברגע שמשוה עמד להתרחש, הוציאה אותה מהטיפול. הם הסכימו שהפגישה האחרונה היתה חשובה, שהיתה בה התחלה למשהו, ואולם בדיוק ברגע זה רצתה אימם שיפסיקו כולם לבוא. בתחילה לא ידעו מה בדיוק לעשות, אבל החליטו לשוחח אתי. הם אמרו שהם שמחים שאימם אינה נוכחת, כי לדעתם הבעיה העיקרית שלה, לא של פיית. הם תיארו אותה כאשה שתלטנית, תככנית, והיסטרית. היא השתמשה בנערות כבקישוטים, הן היו חשובות לה רק מבחינת הרושם החברתי.

שאלתי מה יש בדעתם לעשות. כעבור דיון קצר הסכימו, שאל להם להתיר לאימם לתמרן אותם, והם ימשיכו לראותני בלעדיה. הסכמתי, אבל הצעתי שיאמרו לאם שהיא מוזמנת לשוב בכל עת שתחפוץ. הם סיפרו את כל הדברים הללו לגברת שואו, והסכימו לשלם תמורת הפגישות, אם יהיה צורך בכך, אבל מכיוון שהיא זאת שהחלה בטיפול, סברו שעליה לשלם עבורן. גברת שואו הסכימה. בפגישות הבאות הישוו השלושה את תחושותיהם לגבי אימם. להפתעתם התברר לכל אחד מהם עד כמה האחרים כועסים עליה, וכל

אחד גילה, שהיו רגעים בהם הצטער שהאם לא מתה. פיית זכרה שאביה בילה שעות רבות באיסוף בולים. הוא עשה זאת בעת שהיה חולה, ואמר שהאוסף מיועד לה. בשנה האחרונה, כשפיית חיה מחוץ לבית, נתנה אימה לקרובי משפחה שונים חלק גדול מהבולים הטובים ביותר, כדי להרשימם. פיית לא יכלה להבין את אימה, שלא לומר – לסלוח לה, על התנהגות זו.

ואז נזכר מרטין שהוצאת פח־הזבל היתה מאז ומתמיד תפקידו. מעולם לא הירשו לו לעשות זאת בשעה שהיתה נוחה לו; היה עליו לעשות זאת בלילה, כדי שהשכנים לא יראוהו. כמ־כן, בהיותו לבוש בכגדים נקיים ללא־רבב, היה עליו להחליפם לפני שהוציא את הזבל. הם חשו שמצבם טוב יותר בלי אימם, ובלי השפעתה ההרסנית. במשך השנים היא הסיתה אותם זה כנגד זה, סיפרה להם חצאי אמיתות שיצרו ביניהם עוינות.

בעקבות דברים אלה החלו לספר לי על הרקע של אימם. היא חונכה בחומרה רבה, היתה מלאה פחדים ומעצורים שנאבקה כדי להתגבר עליהם, ותכופות חשה אשמה. ואז דיברו על אביהם המת. ג'ואן ומרטין זכרו אותו היטב, ובאחת הפגישות נעשתה ג'ואן עצובה, ודיברה על געגועיה העזים אליו. היא החלה לבכות, יותר מתמיד, על מותו. בפעם שאחרי־כן היא סיפרה לי שלראשונה חשה איזה שהוא רוך כלפי אימה. פיית אמרה, שהיא זוכרת שאביה גסס בשל ליקוי בכליות. זמן רב שכב חולה במיטה, והכול ידעו מה מתרחש, אבל איש לא סיפר לה. עד אחרי מותו לא שוחח אתה איש על מחלתו ולא אמר לה שהאב גוסס, וכל אותו זמן, אף שידעה, העמידה פנים שאינה יודעת.

הזכרתי לה שוב ושוב, בבדיחות־הדעת: "היי, אל תשכחי – יש לך שיכחה מלפני גיל עשר".

כתוצאה מהשיחות, נעשתה גישתם כלפי אימם חיובית יותר. הם דיברו אליה יותר, וכעבור זמן מה היא הסכימה לבוא לכמה מהפגישות.

גברת שואו אמרה לי, ששנותיה כילדה עברו עליה בתחושות קשות של אשמה, והיו מלוות באמונות טפלות. היא היתה נחושה בהחלטתה לגדל את ילדיה באורח שונה; הם יהיו הרבה יותר חופשיים. לאורך כל חייה, מעולם לא יכלה לבקש משהו למען עצמה. רק כשהיתה חולה והלכה לבית־חולים זכתה בזמן לעצמה. כמ־כן אישרה את דברי ילדיה, שאמרו, שהיא נוהגת לספר להם זה על זה.

ואולם, במשך השנתיים האחרונות הרגשתה השתפרה. היו לה ידידים, היא שיחקה קלפים, הלכה לחוג לקריאה, וניהלה חיי חברה. היא היתה מרוצה מכך שילדיה מבררים לעצמם דברים, ומתחילים להיטיב את התמודדותם עם חייהם, שמחה שהעול המוטל עליה יוקל, והיא תוכל להמשיך ולחיות את חייה.

הגברת שואו שבה פעמיים, וכתבה כמה מכתבים. היא נישאה בניגוד לרצון אימה, אך מעולם לא התחרטה על-כך, ואז ילדה את ילדיה בלי לחשוב אם היא רוצה בהם, אלא מכיוון שכך נהוג לעשות. היא ניסתה לעשות למענם כמיטב יכולתה. היתה להוטה במיוחד להגן עליהם מפני ילדות מיוסרת כמו הילדות שעברה עליה, וחשה תמיהה רבה משגילתה שבמקום שיהיו מאושרים ואסירי-תודה, הם כעוסים וביקורתיים כלפיה. היא היתה לגמרי מבולבלת.

בהגיעם בפעם הבאה, החלה השיחה הרגילה על אימם. אמרתי: "אתם מכירים את הבדיחה על שלוש האימהות היהודיות?" הם אמרו שאינם מכירים אותה, ובכן, סיפרתי להם.

שלוש האימהות היהודיות נפגשו בבית-קפה. הן החלו להחליף רשמים על בניהן – זה היה עיסוקן שאין לו קץ. אמרה הראשונה: "אין לכן מושג כמה הנאה יש לי מבני. הוא עורר-הדין המצליח ביותר בעיר. יש לו בית גדול ובו מגרש-טניס ובריכת-שחייה. הוא נוסע לחוץ-לארץ עם המשפחה שלו..." ועוד, ועוד.

אמרה השנייה: "אה, זה שום דבר. הבן שלי הוא הרופא הטוב ביותר והמפורסם ביותר במלבורן. יש לו משרד ברחוב קולינס, משרה באוניברסיטה, והוא פירסם כתבים רבים. קרוב לוודאי שיזכה לתואר אצולה על שירותיו לחברה".

אמרה השלישית: "מה? זה שום דבר! זה בן טוב? הבן שלי הולך יומיום לפסיכיאטר, בין אם יש גשם, שמש או סערה, בין אם הוא בריא או חולה, יומיום הוא הולך, ומדבר על דבר אחד בלבד – עלי!" ג'ואן ומרטין צחקו והסכימו, שהגיע הזמן לעזוב את אמא ולהתחיל לחיות. פיית הסכימה לבוא לבדה ולדבר על תוכניותיה לעתיד.

בחודשים הבאים דיברנו, פיית ואני, על תחומי התעניינותה, על ידידיה ועל האפשרויות לקריירה. היא החליטה ללמוד סיעוד. היא החלה בבחירת שם לעצמה. "פיית" היה בעיניה שם מוזר ומיושן שמעולם לא אהבה, ועובדת היותו שם אימה לא הוסיפה לחיבתה. כשנרשמה ללימודים במכללה, רשמה את השם קתרין שואו.

כשסיפרה על-כך לג'ואן ולמרטין הם היו נבוכים, אבל חשבו: אז

מה? יתכן שזה בסדר גמור.

כשסיפרה על־כך לאימה, הגיבה זו כאילו הוטלה פצצה; המלים נעתקו מפיה של האם, היא החווירה, ואמרה לבסוף: "מיד אחרי שנולדת היתה לאביך ולי מריבה איומה, אחת הגרועות ביותר שהיו לנו אי־פעם. רציתי שתקראי פיית, על שמי, אבל הוא רצה לקרוא לך על־שם אימו. לא סבלתי אותה, לכן התנגדתי בכל תוקף. זאת היתה אחת הפעמים הספורות שעמדתי על דעתי והתעקשתי. שם אימו היה קתריין".

## הבת הסבלנית

ג'ואן, אשה בשלהי שנות השלושים לחייה, באה אלי בקשר לנישואיה ולקריירה שלה. בעוד הפגישות מתקדמות, התברר שהיא אומללה במיוחד בשל הציור שלה. אמנותה היתה חשובה לה, ולפעמים הצליחה במידה מסוימת, אבל היא האמינה שיש ביכולתה להגיע לפסגה. היה לה רצון עז לבדוק מה מונע בעדה להגשים את מלוא היכולת הטמונה בה. כשנמשכה בדיקה זו התברר, שהיא הבת הבכורה במשפחה שבה חמישה אחים, כולם מוכשרים ביותר. אביה היה רופא ידוע ואהוב. אימה היתה רקדנית מוכשרת שהחליטה שחשוב לה יותר להיות רעיה ואם. כל אחיה של ג'ואן הצליחו במקצועותיהם: רפואה, ספרות, ומוסיקה.

מגיל צעיר נפגשה ג'ואן עם כמה וכמה פסיכיאטרים. תמיד עזרה לאימה עם הילדים הצעירים ממנה, ובילתה זמן רב בטיפול בקרובי משפחה מבוגרים. תפקידה במשפחה היה זה של אחות ועובדת סוציאלית. ככל שדיברה יותר על רצונה להצליח באמנותה, ועל תפקידה במשפחה, כן השתכנעה יותר ויותר ששני הדברים הללו קשורים זה בזה. היא האמינה שקיימת ציפייה סמויה, אולי אפילו תקווה, שתכשל. היא חשה שציפייה זו קיימת מאז ילדותה המוקדמת. היא נזכרה בכמה מקרים שבהם ההצלחה הביאה מיד בעקבותיה תקופת מבוכה, אומללות ובושה. בדברה, יכלה לראות את תרומת המשפחה לאי-יכולתה ליהנות מהצלחה מזדמנת.

אמרתי שאולי כדאי לערב בטיפול את בני-המשפחה.

היא היתה נלהבת ביותר, אבל הזהרתי אותה שיהיה צורך בהרבה מאוד עבודת הכנה. ג'ואן לקחה זאת על עצמה. היא החלה לחוש סקרנות לגבי עניינים משפחתיים רבים שהיו אופיים מיסטריוזים. היא בילתה שעות רבות בשיחות עם בני-משפחתה, וביקשה מידע והבהרות. היא נזכרה, שחשה קרובה אל אביה עד שהיתה בת אחת-עשרה, ואז נסתיימה קרבה זו בחטף ובמקומה נוצרו יחסים מרוחקים, קרים, עוינים משהו.

נדמה היה שאחד מאחיה תמיד נגדה, והיא ניסתה לברר מדוע. ככל שנענו שאלות מוקדמות יותר, עלו האחרות במקומן. כתוצאה מכך,



בילתה זמן רב עם בני־משפחתה, קודם לפגישה המשפחתית המצופה. לבסוף, נקבעה הפגישה. הגיעו האם, האב, ואחד האחים. אחות אחת נסעה; אח אחד אמר שהגיע הזמן שג'ואן תגדל ותניח להוריה, שהרי הם מבוגרים מכדי להשתנות, ומכל מקום, כל העניין אינו מעניין אותו; אחותה השנייה הבטיחה לבוא, אך לא הופיעה. ג'ואן חשה כאב ומצוקה; אחרי כל מה שעשתה למענם במשך כל השנים, הם מסרבים לבוא לפגישה, אף שהבהירה להם עד כמה זו חשובה לה. היא פתחה את הפגישה באמרה, שיחסייה עם בני־משפחה אינם טובים כפי שהיתה רוצה שיהיו – היא היתה רוצה שישתפרו. היא אמרה גם שהיא מקווה, שפגישה זו תשחרר את יכולתה היצירתית־אמנותית, או תעזור לה להסיר את המכשולים שעוצרים בעדה מלהצליח יותר.

אביה קטע את דבריה, ואמר שהוא חושב שהבעיות הן:

1. ג'ואן שמנה מדי. הוא אמר לה זאת אינספור פעמים. פעם או פעמיים ירדה במשקלה, אבל מעולם לא נותרה רזה.
2. היא מעשנת ואינה מתעמלת מספיק.
3. מאז לימודיה באוניברסיטה, היא מיוודדת עם האנשים הלא־נכונים. היא יצרה קשרים עם גברים לא מתאימים, וגרוע מזאת, היא פמיניסטית פעילה, ודוגלת ברעיונות, שבעיניו נראים נתעבים לחלוטין.

גם לשאר בני־משפחה היה מה לומר. נערכו שלוש פגישות, שהתאפיינו בחילופי דברים טעונים ומתוחים מאוד מבחינה רגשית. כל פגישה הביאה עימה תגליות חדשות, אבל בסופו של דבר לא היתה הסכמה אם הפגישות טובות או גרועות, אם הן לעזר, או שהן מזיקות. אחרי הפגישה הרביעית החלטתי שנניח לעניין לזמן מה, ואם בשלב מאוחר יותר הם ירצו בכך, יוכלו ליצור קשר.

המשכתי להיפגש באורח סדיר עם ג'ואן. בשבועות הראשונים טענה ג'ואן שהמפגשים המשפחתיים עזרו לה מאוד. היא גילתה עד כמה בני־משפחתה אדישים כלפיה, וחשה שהטוב ביותר שתוכל לעשות יהיה – לנתק כל קשר נוסף עימם.

בשלב מאוחר יותר סיפרה, שחידשה את הקשר עם בני־משפחתה, וקשר זה משתפר והולך.

ארבעה חודשים לאחר־מכן, קיבלתי מכתב מאביה של ג'ואן, דוקטור קיי. המכתב היה כתוב על נייר־הכתיבה שלו כרופא, בכתב יד לא־קריא אופייני:

מר לנג היקר,  
אבקש את אבחנתך ועצתך בעניין הטיפול בג'ואן קיי סמית.  
בכבוד רב,  
ד"ר מ. קיי

הייתי המום, ולא הצלחתי להחליט כיצד אגיב. נועצתי בכמה מעמיתי, ולבסוף החלטתי לספר לג'ואן על המכתב, ולשאול אותה מה היא רוצה שאעשה. להפתעתי רצתה מאוד שאשיב על המכתב. אביה ראה בה תמיד חולה פסיכיאטרית; זאת הזדמנות־פז להבהיר לו, ששוב אינה מקבלת את התווית הזאת, שהיא חשה שהינה אדם מוכשר אשר מתפקד היטב.

ביקשתי ממנה להכין מכתב רקע ובו כל מה שהיתה רוצה לכתוב לאביה, ולכלול כל פיסת מידע שתעזור לי לכתוב את המכתב. בפגישה הבאה סיפרה, שבילתה שבועיים כאובים, קשים, ומלהיבים ביותר. היא חיברה וכתבה, וחזרה וכתבה, את מכתב הרקע הזה לאביה. בעזרת ג'ואן שלחתי לבסוף את המכתב הבא:

לד"ר קיי שלום!  
תודה על התעניינותך בבתך ג'ואן. שוחחנו רבות על מכתבך, ואני משיב עליו בעזרתה.  
ג'ואן הגיעה אלי לראשונה כי היתה מודאגת בשל נישואיה ובשל חייה המקצועיים. נושאים אחרים צצו ועלו, אחד העיקריים שבהם היה כשלונה של ג'ואן להגשים את היכולת האמנותית הטמונה בה. כמו־כן היא החלה להיות ערה לרצונה לשפר את יחסיה אתך, ועם שאר בני־המשפחה.  
אתה זוכר אולי, שהתרשמתי מהנאמנות ההדדית והדאגה שגילו בני משפחתך. אני מאמין שחיבה ודאגה הדדיות אלה הן שעשו את הפגישות המשפחתיות הללו מתוחות, ולעתים כאובות. ג'ואן אמרה לי שבעלה והיא מאושרים מאוד מהיחסים החיוביים והחמים שהתפתחו בחודשים האחרונים ביניהם, ואתך.  
כמו־כן סיפרו לי, שאתה סבא אוהב, ואהוב על בתם. כששמעתי דברים אלה, ועוד הערות חיוביות, הגעתי למסקנה

שככל שזה נוגע לג'ואן, בסופו של דבר היו הפגישות המשפחתיות לעזר רב מאוד. בשנים שעבדתי עם רופאים רבים ועם בני־משפחותיהם, גיליתי תכופות שדי קשה לנוגעים בדבר לנתק מבן־הזוג את ההיבט של יחסי חולה-רופא ואת מערכת היחסים הורה-רופא. אני מניח שלג'ואן ולך היו במשך השנים בעיות דומות. השיפור הניכר שחל בחודשים האחרונים ביחסים משכנע אותי, שתתגברו גם על בעיה זו. אני מקווה שמכתבי יהיה לך לעזר. אשמח להמשיך ולשוחח, אם תרצה.

בכבוד רב,

מ. לנג

אילו נכתב מכתבו של אביה בידי הורה מודאג המבקש לברר כיצד מתקדם הטיפול בבתו, הייתי עשוי לחשוב שמכתב התשובה שלי הולם. אילו היה מודאג ומלא עניין בשיפור בחייה של בתו, טבעי שהיה משוחח ישירות עימה.

במקרה הזה היה גם הוא בטיפול אצלי, ונראה שהאופן שבו כתב מכתב לא־אישי, מהסוג שכותב רופא על חולה, ולא הזכיר במכתב אפילו את עובדת היותה בתו, מראה על דחייה בוטה, וכלל אינו הולם את הנסיבות.

ואולם, תכופות מיטיבים בני־משפחה להכיר זה את זה, וג'ואן ראתה הזדמנות מיוחדת במינה לחזק את השיפורים החשובים שחלו ביחסיה עם אביה. היא השתמשה בי, ובמכתבנו, כציון־דרך בווייתורה על תפקידה כבת צעירה-פאציינטית כלפי אב-רופא, ובניית התפקיד ההולם של בת בוגרת לאב מזדקן, אשר מתקשה לשנות את הרגליו.

## זכרונות

כחלק ממחקר שהיה כרוך בשימוש במכשירי וידאו, ראיתי את משפחת פיטרס שכללה זוג הורים וחמש בנות. אחרי השיחה הראשונה עברנו בקפידה על הסרטים המוקלטים, שוחחנו עליהם, וניסינו לחזות מה תהיה השפעת השיחה. כעבור שלושה שבועות, בשעת הפגישה השניה, דיווחו בני-המשפחה על שינויים דראמטיים. הם ייחסו את הסיבה לשינויים, לדבר מסויים שקרה בשיחה הראשונה, משהו שאיש מאתנו לא הבחין בו. אחרי הפגישה השניה ניסו עמיתי לבדוק אם הם יכולים לזהות את ה"התערבות" המסוימת שהביאה לשינויים הללו. אחרי צפייה קפדנית חוזרת ונשנית בסרטי ההקלטה, לא הצליח איש מאתנו להבחין בה.

זה מה שקרה: בשיחה הראשונה אמרה האם: "במשפחה של נשים כמו משפחתנו". בנקודה זו קטעתי את הדברים ואמרתי: "סליחה?" היא אמרה: "מצטערת", והמשיכה לדבר.

היא סיפרה שבלכתה אחרי-כן הביתה חשה הרוסה, נשארה ערה לילה אחרי לילה וחשבה על מה שעוללה לבעלה כל אותן שנים. זה הצית במשפחה הרבה שיחות כאובות שעד כה נמנעו מהן.

מקץ שמונה שנים קיבלתי מכתב מגברת פיטרס. היא כתבה: "אינני יודעת אם תזכור, אבל ראית את משפחתנו לפני שנים רבות. מאז סיימו ארבע מבנותינו את לימודיהן. שלוש מהן נשואות. ג'ויס גרה בבית, אבל עובדת במשרה מלאה, ופטרישיה מצליחה בלימודים. יש לי מעט זמן פנוי, והייתי רוצה לעשות משהו בתחום שלך. אתה יכול לייעץ לי?"

שמחתי לשמוע ממנה, כי זכרתי את המשפחה, אבל זכרונותי הצטמצמו לתיאור שלעיל. השבתי על מכתבה, וצינתי שאשמח לדעת כיצד, במבט לאחור, רואים בני-המשפחה את החוויה הטיפולית שעברו.

כעבור כמה שבועות הגיעו המכתבים הבאים מכל אחד מבני-המשפחה.

#### ממר פיטרס:

אני זוכר שחששתי לבוא לפגישות – במיוחד בהתחלה. ציפיתי שתגיד לנו מה לעשות ותייעץ לנו. הופתעתי כשישבנו במעגל ועוררת דיון, ואז השארת את העניינים בידינו. האפשרות לשבת, לדון, ולבקר זה את זה בלי לחוש טינות, היתה דבר מספק מאוד, שעזר מאוד לכולנו. אני סבור שכמשפחה הפיק כל אחד מאתנו תועלת מפגישותינו, ואני יודע שאני במיוחד הפקתי תועלת כזו. אני חושב שאם אנשים יודעים שאתה הולך לפסיכיאטר, הם חושבים שאתה משוגע, אבל אלה אנשים מאוד לא משכילים – אילו ידעו כמה זה עוזר, היו נמלכים בדעתם. הייתי ממליץ עליך לכל אחד.

#### מגברת פיטרס:

אני זוכרת שניגשתי אל הפגישה הראשונה כאל מסכת־יסורים בלתי נמנעת, אבל אחרי־כך התחלתי לראות בפגישות הבאות נווה־מדבר, מעין מקלט – שבו זכינו להבנה, כפרטים. ואז, כשהפסקנו לבוא לטיפול משפחתי, הרגשתי שיש לנו תמיכה, שאפשר להישען עליה במידת הצורך. אני זוכרת את התחושה הנפלאה של חופש כשהתחוויר לי לראשונה שאינני רובוט מתוכנת, וגם לא בובה שניתנת לטיפול, אלא בן־אדם חופשי, שקובע את גורלו, שאני חופשייה לבחור לעצמי את צורת הקיום שלי, ושכל אחד זכאי למידה זהה של חופש. התנהגות שלילית היא עניין של תגובה, ואני מסוגלת לשלוט בהתנהגות תגובתית. תובנה זו עזרה לי מאוד, ואיפשרה לי להגיע להבנה עמוקה יותר של בני־אדם אחרים. אני זוכרת את הקרבה המשפחתית הרבה שנוצרה מהפגישות. נהגנו לצאת אחרי־כן לסעוד, וכולם נראו קרובים יותר זה לזה. אני זוכרת, שחשבתי כמה בני מזל אנחנו, שיש לנו הזדמנות להערכה־עצמית, למודעות־עצמית. אני זוכרת את הרגע שבו קיבלנו עידוד לבדוק את תחושותינו. לפני הפגישות המשפחתיות הללו, לא היה לי שום ניסיון עם

פסיכולוגיה, אבל עזבתי את המרפאה בתחושה שפסיכולוגיה איננה עניין מדעי, אלא יותר עניין של תחושה.

ממוניקה (כיום בת שלושים):

שכחתי כמעט כל מה שקשור לפגישות המשפחתיות. אני זוכרת שישבנו במעגל, הקשבנו, ולפעמים תהינו אם לדבר. אני זוכרת שאסתר רצתה לצאת לבלות עד שעה מאוחרת, וכעסתי עליה. שמחתי על ההזדמנות לדבר, אבל רוב הזמן הקשבתי. עכשיו אני חושבת שהפגישות היו דבר טוב. לפני כמה שנים סבלתי מכאבי־בטן קשים, והרופא שלי חשב שהסיבה להם פסיכוסומאטית. רציתי לשפר את המצב, והצעתי שיפנה אותי לפסיכיאטר. הרופא כמעט נפל מהכיסא, אבל העניינים התחילו לזוז, כי לא ראיתי בכך שום סטיגמה – מצאו שמקור הכאבים גופני, ועכשיו הכול בסדר.

מאסתר (כיום בת עשרים־ושמונה):

1. אני זוכרת את פגישותינו כדיונים מודרכים, עם שופט חסר־פניות, שאומר, פחות או יותר: "הבעיה – שלכם, פתרו אותה, אני כאן כדי לענות על שאלות, אבל אתם תעשו את העבודה".
2. אווירה רגועה לדיונים, אבל המראה השקופה לצד אחד, והעובדה שהשיחות הוקלטו, די הרתיעו.
3. עימות ישיר ופתוח עם עצמנו וזה עם זה, כשתכונות המנהיגות מצויות וזמינות, אם יש בהן צורך.

מג'ויס (כיום בת עשרים־ושלוש):

אני זוכרת בעיקר שחכייתי לך בחדר ההמתנה ותהיתי איזו מין מפלצת אתה; לבסוף הגעת – בפין היתה המקטרת, חייכת חיוך נחמד, ודיברת בשקט. מיד ריככתי את ההשקפה שלי עליך. אחרי־כן לקחת אותנו לטיול שנראה ארוך מאוד, לאורך מסדרון שיצאו ממנו חדרים, ואז הגענו כולנו לחדר גדול ובו

מראה שקופה לכיוון אחד ומצלמות בשתי פינות. זה קצת הטריד. יכולתי לראות שיש שם שלושה או ארבעה סטודנטים שניסו למצוא את הזווית או המוקד הטוב ביותר. אני זוכרת שישבנו במעגל. אתה נהגת לשאול שאלה, שעוררה דיון משפחתי. אני יודעת שמעולם לא רציתי לדבר, באף־אחת מהשיחות. רציתי רק להסתלק. אבל בתוך תוכי הרגשתי קרובה מאוד לכל בני־המשפחה. באופן כללי אני חושבת, שהפגישות הועילו לכולנו, כי התקרבו זה לזה אחרי כל שיחה.

מג'סי (כיום בת עשרים־ושתיים):

אלה הדברים שאני הכי זוכרת מהפגישות: כל בני־המשפחה היו צריכים לשבת במעגל ולומר זה לזה מה חסרונותיהם וליקוייהם. בכל פעם שיצאנו מהפגישות, כולנו היינו קרובים יותר זה לזה, ומאושרים יותר; בסוף הלכנו תמיד לאכול בחוץ. הפגישות האלה מועילות מאוד לאנשים שרוצים להבין זה את זה. פתיחות ויושר באווירה נינוחה ופתוחה, הם ההתחלה של התשובה.

מפטרישיה (כיום בת שש־עשרה):

אינני זוכרת הרבה פרטים מהפגישות. נהגתי להביט החוצה מבעד לחלון, ואהבתי לצייר על הלוח. נהניתי להיעדר מהלימודים בבית־הספר, ובמיוחד – לאכול אחר־כך בחוץ.

אחרי שקראתי את המכתב הייתי סקרן. איש מהם לא הזכיר את הסיבה לבואם לטיפול שמונה שנים קודם־לכן. זכרונם היה שונה כל־כך משלי, ונראה שאיש מאתנו אינו יכול לזכור את הבעיה או הבעיות שהיו מלכתחילה. טילפנתי למרפאה, וביקשתי מהם למצוא את התיק. בתיק גיליתי את הרשימות הבאות, שאותן רשמה אחת המרפאה כשגברת פיטרס טילפנה כדי לקבוע את הפגישה הראשונה: הפאציינטית המזוהה – ג'ויס פיטרס, בת חמש־עשרה. היסטוריה

ממושכת של גניבות, שקרים, בריחה מהבית ובידוד חברתי. ג'ויס  
אמרה לבנות האחרות שהאב עשה נסיונות למגעים מיניים. שני  
ההורים חשים עוגמת נפש רבה. הבת הצעירה ביותר, פטרישיה, בת  
שמונה, מתחילה לסרב ללכת לבית־הספר. פגישה דחופה.  
בדקתי. לא היתה שום טעות.



## בן-אדם משעמם מאוד

אנט, בת העשרים-וחמש, אחות בבית-תינוקות, אמרה: "הבעיה האמיתית שאני בן-אדם משעמם מאוד".

אמרת: "איך את יודעת? מה עושה אותך כל-כך משעממת?"

"אני פשוט יודעת שאני כזאת", היא ענתה.

התעקשתי, ואמרת: "אבל איך את יודעת?"

"אף-פעם אין לי משהו מעניין לומר, למעשה, בכלל אין לי מה לומר".

היא המשיכה ופירטה כיצד לעולם אינה אומרת דבר בכינוסים משפחתיים, בפעוטון, עם עמיתה, או בכל פעם שהיא יוצאת לאיזה שהוא מקום, וזה קורה לעתים רחוקות.

שאלתי: "ממתי את בן-אדם משעמם?"

היא נראתה מופתעת, חשבה זמן-מה, ואמרה: "אני מניחה שמאז ומתמיד". למעשה, היא זכרה שאפילו בגן-הילדים חשבה שהיא טיפשה ואין לה מה לומר.

אמרת: "דיברת עם מישהו על היותך בן-אדם משעמם?"

"כן", היא אמרה. "עם אימי ועם שניים או שלושה ידידים וקרובי משפחה. כולם אמרו 'אל תדברי שטויות', וניסו לומר לי שאני בסדר, ובכלל לא משעממת. אני חושבת שהם סתם ניסו להיות נחמדים, שהם לא רוצים לדעת כלום, לכן הם סתם סותמים לי את הפה".

"את מתכוונת שאינם רוצים להקשיב לצער ולמצוקה שזה גורם לך?"

"כן", היא הסכימה עימי. "אני מניחה שלכך התכוונתי. אימי שלחה אותי לפסיכיאטר וזה היה נורא. ישבנו שנינו וכל אחד חיכה שהשני ידבר, הוא לי ואני – לו. זה קרה שוב ושוב, פגישה אחרי פגישה במשך שישה חודשים. זה היה כל-כך מכאיב ומביד".

"בסדר. אז את בן-אדם משעמם מאוד וכל חייך היית בן-אדם משעמם, ואת שונאת את המצב הזה. מה את מתכוונת לעשות?"

שאלה זו הביכה אותה, והיא גימגמה: "אני, אני לא יודעת, מה אני יכולה לעשות?"

"חשבת פעם לעשות משהו בקשר לזה? יש לך איזה שהם רעיונות,

או שחשבת על אפשרויות כלשהן?"

קרהחקירה שלי היה חדש – הוא התמיה אותה, והיא שקעה בו. "אין שום צורך למהר. את יכולה לעצור לרגע ולחשוב על משהו שאת יכולה לעשות?"

חיכיתי כעשר דקות, אבל אז אמרה אנט: "מצטערת, אני לא יכולה להעלות בדעתי שום דבר".

"אם אינך יכולה להעלות בדעתך שום דבר, בלי ספק את צודקת, החיים נורא משעממים, בוודאי". המשכתי ואמרתי: "אני רוצה להיות בטוח שאני מבין. מאז ומתמיד היית בן-אדם משעמם. עד היום לא חלף במוחך שום רעיון כיצד לשנות את המצב הזה. איש לא הציע שום דבר, ולא עלה בדעתך שום רעיון כיצד לעשות ממך בן-אדם פחות משעמם".

אנט, בכיישנות-מה, אבל קשובה מאוד, אמרה: "כן. אני חושבת שכן".

"אם אומר לך מה לעשות, תעשי זאת?"

אנט, מהוססת משהו, אמרה: "אה, אני חושבת שכן. כן. אני חושבת".

"את לא נשמעת בטוחה".

"אה, לא, לא. אני אעשה זאת".

"את בטוחה? טוב. אני מציע שתחזרי לכאן בשבוע הבא, אבל עד אז תעשי כל יום משהו שמעולם לא עשית. דבר אחד קטן, רק את תדעי עליו, אף-אחד לא יוכל להבחין. תוכלי לנשק לאחריך לפני שהוא הולך לבית-הספר, או לדרוך לו על הרגל ולהעמיד פנים שזה קרה בטעות. ללבוש לעבודה שמלה שונה, או לאחר עשרים דקות לעבודה. תעשי זאת?"

"כן".

בפגישה הבאה נראתה אנט חיונית יותר, נרגשת מעט, אבל גם מעט נבוכה. היא סיפרה לי שמשימתה היתה קשה מאוד. היא חשבה על-כך שוב-ושוב במשך השבוע. קודם כל הלכה לחדר-השינה של אימה, קראה לה בשם "מרים", וברחה משם. מאז ומתמיד רצתה לקרוא לאימה בשמה הפרטי, אך התביישה לעשות כן. לילה אחד הלכה לישון בלי לצחצח שיניים. בפעוטון היתה מודאגת זה זמן-מה שמא אינה עובדת היטב, לכן שאלה את אחת העובדות עימה מה דעתה על עבודתה. היא נדהמה משהשמיצה אותה אשה כמה דברים חיוביים. היא לא הצליחה להעלות על דעתה דברים חדשים לעשותם כל יום

בשבוע, אף שהשתדלה מאוד לחשוב.

אמרת: "קצת רימית, כי חלק מהדברים שעשית לא היו קטנים ובלתי נראים, אלא צעדים גדולים. יתכן שכשקראת לאימך בשמה הפרטי, רמזת על רצונך להיות עימה ביחסים של שיוויון. נראה שאת מבקשת למהר להשתנות. להיות עם אימך ביחסי-שיוויון, כמו שני אנשים מבוגרים – זה דבר גדול מאוד. בדומה לכך, לשאול עמיתה לעבודה שאלה שעשויה להביא בעקבותיה תשובה חיובית – זאת התנהגות שונה באורח מהפכני מהתנהגותך בעבר. דומני שיש בכך הרבה מאוד אנרגיה מודחקת, כאילו את ממהרת מאוד להשתנות. איני סבור שכדאי לדחוק בדברים. יחד עם זאת, מפתיע שבן-אדם שסיים לימודים בהצלחה, שהוא בן עשרים-וחמש, מוכשר ואינטליגנטי, אינו מסוגל להעלות בדעתו שבעה דברים קטנים לעשותם – זה מתמיה". ואז החלטתי לשנות כיוון ואמרת: "את יכולה לומר לי מה עשית אתמול?"

"אה, שום דבר מיוחד".

"אכפת לך לומר לי קודם-כל מה עשית?"

אחרי שעודדתי ודירבנתי את אנט, השמיעה את הדיווח הבא: היא הלכה לעבודה, באה הביתה, עזרה להדיח את הכלים, בילתה זמן בהכנות ליום העבודה הבא, צפתה מעט בטלוויזיה, והלכה למיטה. חקרתי אותה בקשר לסופי-השבוע והחופשות, כמו גם על ימי עבודה רגילים. היא תיארה חיים ריקים ודלים מאוד, עמוסי אחריות, משימות ודאגות.

אחרי שהאזנתי לה אמרתי: "הבעיה שלך חמורה מכפי שציננת. לא זו בלבד שאת בן-אדם משעמם, אלא שגם חייך נשמעים משעממים נורא. אינני יודע כיצד את יכולה לשאת זאת, אנשים אחרים לא היו מחזיקים מעמד. אינני יודע איך את יכולה לסבול קיום משעמם כל-כך. לא פלא שאת ממהרת כל-כך להשתנות".

אנט הסכימה עם תיאורי, גם במלים וגם באותות לא-מילוליים, ונראתה רגועה משהו, כי נראה היה לבסוף, שמישהו מכיר בחומרת בעייתה.

אמרתי לה שיתכן שכדאי להזמין את אימה לשיחה הבאה. הזכרתי לה שמרים היא שיזמה את הקשר, והיתה מודאגת בעטיה. אנט לא היתה מסוגלת להעלות בדעתה שבעה דברים קטנים לעשותם, ויתכן שלמרים יהיו רעיונות. מכיוון שבילתה זמן רב בבית, יתכן שיוכלו לחשוב ביחד כיצד לעשות את החיים מעניינים יותר.

אנט הסכימה לרעיון, אף שעשתה כן בפקפוק מה. הוחלט שתודיע לאימה, אם תרצה בכך, על משימותיה הקטנות, ותגייס אותה לעזרתה, אבל על הצעדים להיות קטנים, לא גדולים.

אנט בילתה זמן רב במחשבה מה לעשות, ולבסוף נקטה בחמישה צעדים קטנים. היא היתה בעת ובעונה אחת מרוצה וגם לא מרוצה, שכן עשתה יותר מאשר בפעם הקודמת, אך עדיין לא עשתה שבעה דברים.

היא לא עירבה את אימה בצעדים הללו, אבל ביקשה ממנה לבוא ואמרה שאני הצעתי זאת. כמו־כן סיפרה למרים מעט מאוד על מה שהתרחש בשיחות.

שאלתי את מרים לדעתה על הבעיה. דבריה נעו בין תיאוריה כעניין חמור שמדאיג אותה מאוד, לבין דברי הרגעה לאנט, לי, וקרוב לוודאי שבעיקר לעצמה, לפיהם אין שום סיבה לדאגה, אנט בסדר גמור.

מרים נישאה צעירה, מתוך רצון להימלט מחיים קשים מאוד בביתה, עם הורים בלתי נסבלים. הם היו אנשים תובעניים וביקורתיים, שהעניקו לה מעט מאוד. מותו הפתאומי של בעלה הרס אותה. היא לא היתה מוכנה לחיים לבדה, עם שני ילדים קטנים שזקוקים לטיפול. היא עשתה למענם כמיטב יכולתה, אבל חששה שמא חרדתה, תחושותיה שהיא חלשה, יועברו אליהם. היא חשה שאינה יודעת כיצד להיות הורה טוב. הוריה שלה לא היו דוגמה מוצלחת. אף שניסתה לעשות כמיטב יכולתה להיות אמא טובה, דאגה שמא, למעשה, היתה אמא גרועה מאוד, שתרמה לקשייה הנוכחיים של אנט.

אחרי שהקשבתי לה, אמרתי: "אני שומע שחיידך היו קשים ביותר, היו בהם אכזבות רבות, ועשית כמיטב יכולתך. תסכימי לשתף פעולה עם אנט ולבדוק אם אתן יכולות לשפר את חייכון?"

אנט ומרים הגיעו לפגישה הבאה כשהן נלהבות מאוד. הן עשו משהו כל־כך שונה וחדש, שהיו מלאות שמחה. ערב אחד, אחרי שנסגרו החנויות והרחובות היו ריקים, הלכו להביט בחלונות ראוזה במרכז קניות שקט למדי, אך יוקרתי.

הן באו ביחד לכמה פגישות, ובכל פעם דנו ביחד על הדברים שעשו ועל מה שהן יכולות לעשות. ואז באה אנט לבדה. הפגישות הוקדשו לשיחות על תחושותיה, ולדיון על הדברים שהיא עשויה לעשות בין הפגישות. התכנון השבועי והדיווח היו מסע, אטי אך עז, של תגלית. יום אחד, כשעמדה הפגישה להסתיים, אמרה אנט בחרדה מסויימת:

"עלינו לסיים בעוד רגע, ועדיין לא תכננו מה אעשה בשבוע הקרוב".  
 "תסתכני, ואל תעשי דבר", הצעתי.  
 בדאגה רבה היא אמרה: "אבל על מה אדבר בפעם הבאה?"  
 "תהיי נועזת. אל תחשבי על כך. בואי בפעם הבאה לגמרי לא מוכנה, ודברי על מה שיעלה על דעתך".  
 אנט רצתה למחות, אבל לא נותר עוד זמן, והיא הלכה.  
 היא הגיעה לפגישה הבאה מלאה חיות, אך כמתנצלת, כי המרתה את פי. היא אירגנה מסיבה גדולה לשלושים איש. המסיבה כללה את כל האנשים שהכירה, וכמה אנשים שלא הכירה כלל וכלל. היא שילחה משם את אימה, וערכה את כל ההכנות לבדה. המסיבה היתה הצלחה מסחררת.  
 המשכנו לעבוד ביחד תוך שאנו שקועים לחלוטין בחייה ה"משעממים", עד שלא מצאה עוד זמן עבורי.

## אם מוכה

ערב אחד, בערך בשעה 9:45, צלצל הטלפון. קול מבולבל של אשה אמר בעצבנות:

"אני רוצה לדווח על מקרה של אם מוכה".  
הייתי מופתע וקצת מודאג, ואמרתי: "מה? סליחה?"  
היא, נרגזת עוד יותר: "אני רוצה לדווח על מקרה של אם מוכה".  
שיניתי כיוון ואמרתי: "מי מדבר, בבקשה?"  
היא ענתה: "גברת טרנר".  
"איך הגעת אלי?"  
"בני, פרי, אמר לי לטלפן אליך. הוא אמר שהוא מכיר אותך, ושתוכל לעזור לי".

הכרתי את פרי, הוא היה עובד סוציאלי שפגשתי מדי פעם.  
"אינני מבין. מה הבעיה?", שאלתי.  
"בתי מכה אותי כל הזמן. היא מתקיפה אותי וצורחת עלי. כולי חבולה. אני לא יכולה יותר לשאת את זה".  
"בת כמה בתך?"  
"בת שלוש-עשרה".  
"מה שמה?"  
"מרגרט".

"אני רוצה להבהיר את הדברים. את אומרת שבתך בת השלוש-עשרה, מרגרט, מכה אותך, ובנך, פרי, המליץ שתטלפני אלי בקשר לבעיה?"  
"כן. נכון".

"מאיפה את מטלפנת עכשיו?"  
"מהבית. אני פוחדת שמרגרט תשמע אותי ותתחיל שוב 'להתלבש' עלי".

הצעתי לה פגישה דחופה למחרת בבוקר. ביקשתי שתבוא עם פרי ועם מרגרט. היא אמרה שפרי אינו רוצה לבוא, והיא פוחדת לבקש ממרגרט. היא היתה בטוחה שמרגרט לא תבוא, ואמרה שאינה יכולה להכריחה.

גברת טרנר הופיעה למחרת בוקר. היא פתחה מיד בתיאור מפורט

של הדברים האיומים שמרגרט מעוללת לה. הניסיון להשיג ממנה מידע כלשהו, מלבד תיאור עינוייה, היה כרוך במאבק קשה מאוד. זרמו מפיה המוני פרטים מבעיתיים. רק במאמץ רב מאוד הצלחתי ללקט את העובדות הנוספות הבאות: מרגרט הצליחה בלימודיה בבית-הספר, היתה מקובלת בחברה, והביאה הביתה ידידים. אביה של מרגרט מת ארבע שנים קודם-לכן. פרי אינו מתגורר בבית. לגברת טרנר אין משפחה, וידידיה ספורים.

הכאת האם החלה אחרי מות אביה של מרגרט. זמן קצר לאחר-מכן החלה גברת טרנר בטיפולים פסיכיאטריים. במשך כשנתיים ביקרה עם מרגרט במרפאה פסיכיאטרית לילדים, שם ראו אותן בנפרד. אחרי-כן ראו כמה תראפיסטים שונים. בששת החודשים האחרונים סירבה מרגרט להמשיך ולראות את כל "חטטני-המוח".

אף שרציתי לגלות מידע נוסף, בילתה גברת טרנר זמן רב כלי-כך בתיאור ההתקפות השונות והרבות שהותקפה, עד שהגיעה כמעט העת לסיום. אמרתי: "יש דבר אחד שאני חייב לדעת, מה את רוצה ממני?" היא ענתה: "אני רוצה שתפסיק את ההכאות, את המכות, את הצרחות ואת הנשיכות. נמאס לי!"

אמרתי: "אני רואה שאת מאוד רגוזה ומבולבלת. לא פלא – סיפרת לי סיפור נורא. להיות מוכה ומותקפת במשך ארבע שנים מאז שבתך היתה בת תשע – זה דבר איום. אחד הגרועים ביותר ששמעתי אי-פעם. משהו אחר מדאיג אותי מאוד. פרי נבוכ בודאי מאוד מכך שאת באה לטיפול במקומות שמכירים אותו. לא היתה לי הזדמנות לשאול מדוע הרשית למרגרט לנהוג כך במשך זמן כה רב. הצלחתה בלימודים ועם ידידיה מראה, שמבחינות מסוימות היית אמא טובה. אבל אין ספק שלא הפסקת את ההכאות, כי האמנת שמוצדק שהיא תעשה זאת. הרשית לה לפגוע בכך ולהכאיב לך. אין ספק שזה לא מועיל לך, אולי את מאמינה שזה מועיל לה באיזו שהיא דרך. אין לי ספק שאת טועה. מרגרט ניזוקה מכך שהיא גדלה באורח זה, ועליך לעצור בעדה, ולעצור בעדה עכשיו. אני רוצה שתזכרי שאת גדולה וחזקה יותר. לא איכפת לי איך תעשי זאת, אבל הפסיקי זאת. דברי עם פרי וגייסי את עזרתו. את יכולה להזמין את חברותיה של מרגרט, לספר להן מה היא עושה, ולבקשן שישארו ויעזרו לה. את יכולה לדווח למשטרה על התנהגותה. תכופות עסקתי במקרים של ילדים מוכים, וקיימים מאמרים רבים על הנושא – כך שאם תהפכי את זה למקרה של ילד מוכה, אדע כיצד לפעול. אין לי ניסיון עם אם מוכה,

ולא נתקלתי בשום ספרות מקצועית בנושא. בפעם הבאה אני רוצה שתבואי עם מרגרט ועם פריי".

שבוע לאחר מכן באו גברת טרנר ומרגרט. אחרי הפגישה האחרונה היא הלכה אל שכניה שעזימה קשר לא-הדוק ביותר, אך נעים. היא שאלה אותם אם בשנים האחרונות הבחינו באיזו שהיא מהומה. הם אמרו: לא, מעולם לא, שום דבר יוצא דופן. היא סיפרה להם על בעייתה ועל-כך שאינה מסוגלת להפסיקה. היא החליטה, שכאשר תכה אותה מרגרט, תצטק בקול רם כדי להזעיק עזרה. היא ביקשה משכניה לבוא ולראות מה קורה. בתחילה היו השכנים מופתעים מאוד. מאז ומעולם חשבו שזוהי משפחה נחמדה מאוד, שמרגרט מנומסת כל-כך ונכונה לעזור. הם אמרו שישמחו לעזור.

בפעם הבאה שנגעה מרגרט באימה – זאת היתה מכה מתונה למדי – צרחה גברת טרנר בקול רם ככל שיכלה: "הצילו! הצילו! הצילו!" השכנים מיהרו לבוא ושאלו: "מה הבעיה?" אמא אמרה: "אה, משהו הפחיד אותי, אבל עכשיו הכול בסדר". מרגרט היתה חיוורת כמו קיר. משעזבו השכנים, סיפרה גברת טרנר למרגרט שהתייעצה אתי, ואני אמרתי שהכרחי שתפסיק את המכות אחת ולתמיד. אם יהיה צורך, היא תקרא לשכנים, תספר בבית-הספר, תודיע במשטרה, ואפילו תסלק אותה מהבית. כמו-כן עמדה על-כך שמרגרט תבוא עימה בפעם הבאה, או שתשלח לפנימייה.

מרגרט שוב לא הרימה יד על אימה. היא נעשתה שקטה למדי ועצובה. המשכתי לראותן, וכעבור זמן מה הצטרף פריי. עלו נושאים רבים. קרוב לוודאי שהחשוב שבהם היה – התאבדותו של מר טרנר. מאז ומתמיד האשימה גברת טרנר את עצמה על שלא גילתה די הבנה וחום כשהיה בעלה במצוקה. היא חשה אשמה על הרגעים שהיתה כלפיו תוקפנית וביקורתית במריבותיהם. לעתים האשימה את עצמה על התאבדותו. זו הדאיגה אותה באשר לתוקפנותה, לכן התקשתה להיות קפדנית ותקיפה ביחסה אל בתה.

ככל שהתקדמו השיחות, התוודתה מרגרט וסיפרה על פחדים רבים – פחד נטישה, מוות, בדידות, פחד מפני החשכה. היו לה זכרונות עצובים רבים ממריבותיהם של הוריה, וממותו של אביה. היא חשה קנאה עזה כלפי אחיה הבוגר, האמינה שאימה מכבדת אותו יותר ונוטה לו יותר חיבה.

קרוב לסוף הטיפול, היתה סוף-סוף מרגרט מסוגלת לומר: "לעתים קרובות שמעתי את אמא בוכה בלילה, והיא נראתה לפעמים כל-כך



עצובה, שרציתי לנער אותה. רציתי עד יאוש להוציא מתוכה במכות  
את האומללות!"  
המפלצת כיסתה על ילדה קטנה, מבוהלת, עצובה, שהגנה על אימה  
מפני זכרונות מכאיבים.

## כרחוק מזרח ממערב

בהיכנסנו לחדרי אמר ביל: "אתה יודע, קרה לי דבר מוזר בחדר-ההמתנה. נזכרתי שפעם, כשהייתי ילד, הלכתי למקום כזה בדיוק".

אמרתי: "אני שמח לשמוע. יהיה מעניין לשמוע ממך כבן-אדם מבוגר, כיצד אתה זוכר את חוויית הטיפול, שעברת כילד".

הוא אמר: "מוזר. למעשה לא הייתי זקוק לטיפול, לא היתה לי שום בעיה. אימי היתה אשה חרדה מדי ונאורוטי; למעשה היא עדיין כזאת".

המשכתי ואמרתי: "אבל איך הרגשת אז, כשהלכת לטיפול?" "למען האמת, זאת היתה חוויה מוזרה", אמר ביל. "פגשתי את האיש ההוא פעם בשבוע, והוא הקשיב לכל מה שאמרתי, והתייחס לדברי מאוד ברצינות, למרות שהייתי רק ילד. זה היה נחמד, אבל קצת מוזר".

ביל הגיע אלי כי אשתו, אן, לא הסכימה עם דעתו על חינוך הילדים. הבעיה לא היתה קשה לפתרון, אבל היה גם ברור שיש כמה קשיים חמורים בחיי הנישואין, עליהם בחרו שלא לדבר עימי.

שש שנים לאחר-מכן, כשניהלתי פרקטיקה פרטית, טילפנה אן. היא הסבירה שהם התגרשו זמן קצר אחרי פגישתנו האחרונה. עכשיו היא מודאגת מאוד, כי התעוררו ביניהם חיכוכים חמורים בקשר לילדים, והיא חשה שיש לזה השפעה פוגעת. היא קבעה להיפגש אתי.

ביום המיועד הגיעו ביל ואשתו החדשה. הוא נראה עורר-דין בעל חזות נאה, ואשתו – הרעיה המושלמת לאיש כה מצליח.

לעומת זאת, הגיעה אן כשהיא לבושה שמלה הודית רפויה ורצועות-עור, ושערה עשוי בסגנון אפריקני. לאיש הנוכחי שלה, הרב, היה שיער ארוך אסוף בגומייה, הוא לבש גלימה, והיה יחף.

אן, שהיתה במצוקה גלויה לעין, ונאבקה עם עצמה כדי לדבר, אמרה: "מאז הגירושין למדתי מדעי-המדינה, וזה עתה סיימתי את הלימודים. להפתעתי, הצלחתי מאוד. היו לי די הרבה חברים, אבל כבר כמה חודשים שאני חיה עם הרב. המצב פשוט נפלא, הילדים אצלי. בשנים הראשונות ביל כמעט לא התעניין בהם. למרות שיכול

לקבלם לסופי-שבוע, עשה כן רק לעתים נדירות. אבל בחודשים האחרונים תובע ביל לקבל את הילדים בכל עת שיחפוץ. הוא מטלפן ואומר 'אני יכול לקחת אותם בעוד שעה?' תכופות אין הדבר נוח. תכופות הוא רוצה לקחת רק אחד מהם, ולפעמים אין הם רוצים ללכת שכן חברים באים לבקרם, או שיש להם סידורים אחרים. אם זה קורה ביל נעשה תוקפני וביקורתי. ואז הוא מתחיל לבקר את סגנון החיים שלי, ואת הדרך שבה אני מגדלת את הילדים. בשבועות האחרונים הוא החל לטלפן וללכת לבית-הספר ולהתלונן עלי. זה מדאיג אותי. החיים היו נפלאים, אבל הפסיקו להיות מאז הטלפונים והביקורים בבית-הספר, ולאחרונה הילדים גם חוזרים הביתה עצבניים מאוד אחרי שהיו אתו".

בשעה שאן דיברה, היה קשה לעצור בעד ביל להתפרץ לדבריה. כשנפניתי אליו היה נאומו מוכן. הוא אמר: "הרבה זמן, אם בכלל, לא שמעתי שטויות כאלה. העובדות הפשוטות הן, שאן בן-אדם לא-אחראי, לא-בוגר ולא-מוסרי ביותר. אני מזועזע מהצורה שבה היא מגדלת את ילדי. צורת החיים שלה מתאימה אולי לסטודנטים, אבל לא בשביל לגדל ילדים בצורה נאותה. למשל, גיליתי שכל החמישה מתרחצים ביחד ומסתובבים בבית עירומים!"

הוא המשיך ואיזכר את הליקויים בהתנהגותה של אן, ואת חסרונותיה. אלמלא עצרתי בעדו, היה ממשיך לאורך השיחה כולה. הוא סיים באומרו: "עכשיו כשאני נשוי, אני רוצה קשר קבוע עם ילדי. אבל אתה חייב להבין שאני אדם עסוק מאוד, וכשיש לי זמן חופשי אן חייבת להתאים את עצמה אלי. לפי צו של בית-המשפט אני זכאי לגישה בלתי מוגבלת אל ילדי, ואני מתכוון להשיג זאת בכל עת שארצה בכך. אשתי הרה שוב, ולא היינו רוצים כי לילדינו יהיה קשר עם שלושת ילדי, אלא אם יזכו לחינוך טוב יותר".

שאלתי את ביל למה הוא מצפה ממני. הוא השיב ואמר, שהוא חשב שאסביר לאן מה מוטעית התנהגותה.

אן, בוכייה ובמצוקה, ביקשה שיפסיק את ההצקות הבלתי פוסקות ויניח להם לחיות את חייהם.

אמרתי להם שיש להם בעיה חמורה. הם רחוקים זה מזה כמזרח ממערב, הם חיים בתרבויות שונות, ויש להם ערכים שונים מאוד ותפישות שונות של טוב ורע. חששתי שמצב הלוחמה שלהם יהיה הרסני ביותר לילדים. נראה שהם מצפים שאפסוק כשופט ואקבע מי

הזוכה, ואני לא הייתי מוכן לעשות זאת. למעשה, לא היה לי ברור כיצד להמשיך.

אן אמרה: "אולי תרצה לראות את הילדים". ביל התנגד. אמרתי: "המצב מסוכן מדי, אני חייב להיות נינוח ולחשוב. אצא לטיול. כשאהיה בחוץ, נסו לבדוק מה אתם רוצים שאעשה בהמשך". מששכתי, הסכים ביל שאשוחח עם הילדים, אף שחשב שהעניין מגוחך.

עד אז ישבו הילדים, בני שש, שמונה ואחת-עשרה, וסבלו מכל רגע ורגע. היה ברור שהם שמחים מאוד להתפתחות החדשה. ארבעת המבוגרים יצאו מהחדר.

הילדים דיברו כולם ביחד: "אבא אף-פעם לא מקשיב לנו. הוא חושב שילדים לא יודעים כלום. פויה להיות אתו. הוא מדבר אתנו כל הזמן, אומר לנו על כל דבר שאנחנו עושים שהוא לא בסדר. הוא תמיד אומר דברים רעים על אמא ועל הרב. הרב נחמד, הוא משחק אתנו ומחבק אותנו. אמא מטפלת בנו ממש מצוין, טוב אתה, היא אף-פעם לא נואמת לנו. כל פעם שאנחנו הולכים לבית של אבא אנחנו צריכים כל הזמן להיזהר על זה, ואסור לנו לעשות את ההוא, אנחנו צריכים רק לשבת ולהיות ילדים טובים. אבא היה הורג אותנו אם הוא היה יודע מה אמרנו".

הגיע הזמן לסיים, לכן זימנתי את האחרים לשוב. אמרתי: "ממה ששמעתי, המצב מסוכן. אינני יודע אם אני יכול לעזור. אם אתם רוצים, נוכל להיפגש שוב ולבדוק אם אנחנו יכולים לפתור את הדברים".

ביל אמר: "אני לא רואה מה הטעם שנפגש שוב. מכל מקום, אם אזדקק לעזרה נוספת, אוכל לקבלה במקום אחר". אן נראתה המומה, ובתוך בלבול כללי עזבו כולם.

כעבור כשבוע טילפנה אן. היא אמרה שהיא מרגישה הרוסה, שאינה יכולה להפסיק לבכות, שכמעט אינה ישנה, והיא מבקשת לבוא ולהיפגש אתי. קבעתי לה פגישה ליום שלמחרת, והיא הגיעה עם הרב. היא אמרה שהיא פגועה מאוד ומושפלת ממתקפת הביקורת של ביל. היא חשה מחוסרת הגנה לחלוטין. בכל עת שעולה על דעתו, הוא מטלפן, מגיע, ומבקר אותה, את סגנון חייה, את ידידיה, את תפקודה כאם, וכדומה.

שאלתי מדוע אינה עוצרת בעדו. היא אמרה שאינה יודעת כיצד לעשות זאת. שאלתי את הרב מה דעתו. הוא אמר: "אן צריכה ללמוד

להגן על עצמה. היא חייבת למצוא את הדרך להפסיק את ההתנכלות שלו כלפיה".

לשמע דברים אלה החלה להרהר, וכעבור זמן מה אמרה: "אני מניחה שהרב צודק. ביל הוציא אותי מאשפתות, הייתי סתם אחת, או לפחות כך חשבתי. הוא למד בבית-ספר פרטי, ובאוניברסיטה. מאז ומתמיד רציתי למצוא חן בעיניו. לא רק בעיניו, אלא בעיני כל בני משפחתו".

אמרת: "כמה זמן את מנסה לזכות בחיבתם?"  
תוך מצוקה עמוקה אמרה אן: "הרבה מאוד זמן. מאז היום הראשון שנפגשנו. אני מניחה, שכל כמה שלא אנסה, לא אצליח בכך. למען האמת, אינני בטוחה שאני רוצה בזה, או שזה שווה משהו, או שדעתם באמת חשובה לי כל-כך".

שאלתי: "אן, לדעתך, איזו מין אמא את?"  
אן אמרה: "יתכן שלא מוצאת חן בעיני ביל הדרך שאני מגדלת את הילדים, ואולי הוא מאוכזב, אבל אני חושבת שאני עושה עבודה טובה. אם יניחו לנו, הילדים יהיו מאושרים באמת, והם יהיו אנשים טובים".

הם עזבו מתוך ההבנה שעליהם לנסות ולהפסיק את ההטרדות. אן והרב הגיעו שוב כעבור שישה שבועות. הם השיגו צו-מניעה כנגד ביל. אן אמרה: "איזה טירוף, אני הייתי מבועתת מהצורך ללכת לבית-המשפט ולעמוד מול ביל במגרש הבית שלו. חלק גדול מהכבוד וההערצה שרחשתי כלפיו נבעו מהתפישת שלי על הדרך בה הוא מתפקד בבית-המשפט. ואתה יודע איך הוא התנהג שם? בדיוק כמו בכל מקום אחר – הרבה רוח, ובלון ריק ונפוח".

## אהבה רומנטית

ראלף, בן 32, בא אלי בקשר לנישואיו. הוא היה גבר בנוי לתלפיות, ורב־מרץ. הוא החל באומרו:

**ראלף:** "לפני שבועיים שמעתי שיחה ברדיו בקשר להבדל שבין אהבה רומנטית לאהבה אמיתית. לראשונה הבנתי את בעייתי. טינה אשתי עזבה אותי לפני כמה חודשים. למן ההתחלה היו לנו בעיות. היא עמדה עלי־כך שנלך ליעוץ לחיי־נישואין, וקיבלה גם טיפול יחידי. היא כבר עזבה אותי פעם בעבר, אבל אמרה שעכשיו היא עוזבת לתמיד. כששמעתי את התוכנית ברדיו הבנתי שמקור הבעיה בי. טילפנתי לטינה ואמרתי לה שאני הולך אליך, וביקשתי ממנה לבוא כדי לעזור לי להכניס אותך לתמונה. טינה רגילה לדבר עם תראפיסטים, ואני סתם בחור פשוט".

טינה, בת 28, אשה נאה וכהת־שיער, הקרינה יעילות. היא עבדה בחברה לניהול־כוח־אדם. היא האזינה לראלף ואמרה:

**טינה:** "כן, עזבתי אותו. זה זמן רב שאני רוצה מאוד להביא לכך שנישואינו יצליחו. ניסיתי מאוד, הרבה פעמים רציתי לעזוב ועשיתי זאת פעם אחת, אבל חזרתי. הפעם עזבתי לתמיד.

היו לנו תקופות טובות שבהן היינו קרובים, וראלף הקדיש לי המון תשומת־לב. אבל אז השתנה פתאום, ונעשה מכונס ולא־יוצר־קשר. הוא נהג לבוא הביתה מאוחר ולהיות לגמרי מנותק.

אבי איטלקי, ובמשפחתנו אנשים דיברו כל הזמן, והפגינו את רגשותיהם. אני עובדת במשרד שבו האנשים ידידותיים ומברכים אותי בחיבוק או נשיקה; אני אוהבת את זה. אני לא יכולה לשאת את הקור והניכור של ראלף, הוא בקושי אומר 'שלום', שלא לדבר על חיבוק או נשיקה. אני אוהבת אנשים ידידותיים וחמים".

ראלף הסכים עם דבריה של טינה. פעם הם היו קרובים זה לזה, היו ידידים טובים. ואולם, תכופות היה שקוע בעבודתו והתקשה לגלות תשומת־לב. טינה החלה להתלונן ולבקר, לכן התרחק ממנה עוד יותר, וכך נמשכו הדברים. השיחה ברדיו האירה להבין את המצב.

**ראלף:** "ציפיתי שחיי הנישואין שלנו יהיו מושלמים כל הזמן. היתה לי תפישה רומנטית, ומשלא היו מושלמים התכנסתי לתוך עצמי וכעסתי על שנינו. עכשיו אני מבין שאלה אינם פני הדברים. בחיים האמיתיים יש לך קשיים, לא הכול מסתדר כל הזמן בלי תקלות. מעולם לא עשיתי שום־דבר כדי להתמודד עם הבעיות שלנו, השארתי הכול לטינה. אני יכול לדאות שלא הייתי הוגן כלפיה".

**אני:** "נראה לי שהבנת מאוחר מדי, מכיוון שטינה אומרת שהכול נגמר".

**ראלף:** "נכון, אני יודע. אבל הייתי רוצה שתעזור לי להבין יותר טוב איפה טעיתי, כדי שלא אטעה שוב".

שאלתי את טינה אם היא מעוניינת להצטרף לחקירת חיי־הנישואין שלהם, ולבדיקה של מה השתבש, וזאת תוך ידיעה שאין היא רוצה לשוב ולחיות עם ראלף. היא ניאותה, כתנאי שיהיה ברור שאינה חוזרת, ובתנאי שראלף יעשה את מרבית העבודה והדיבורים. היא המשיכה ואמרה:

**טינה:** "עם הדם האיטלקי שלי, תמיד בסופו של דבר אני זאת שמדברת כל הזמן. אינני רוצה בכך".

שאר זמן הפגישה, וגם של הבאה אחריה, הוקדש לשיחה עם ראלף על חייו. בני משפחתו כמעט שלא דיברו זה עם זה, ולעתים נדירות היו אצלם הבעות כלשהן של אהבה וחיבה. הוריו לא הסתדרו זה עם זה, אבל לא היו שום גילויים גלויים של מתיחות בחיי־הנישואין. משום כך היו פתיחות וקלות־דעתה של טינה מושכים כל־כך. מדי פעם הצליח ראלף לגלות יכולת לקשר ידידותי כמו זו של טינה, ואז חש בטוב. אבל לפעמים לא היה מסוגל לדבר ולהביע את עצמו, למעשה היה הדבר למעמסה עליו, והוא חש צורך שיניחו לו. הוא חש אשם על עמדתו שהיתה שלילית, ואפילו עוינת, כלפי רצונה בקרבה ובפתיחות, מכיוון שאת הרצון הזה עצמו אהב בה במיוחד.

אביו של ראלף עבד קשה בעסק שלו, שהיה עיסוקו העיקרי בחיים, ולא הותיר לו זמן למשפחתו. כמעט מעולם לא שיחק או שוחח עם איש מבין שלושת ילדיו. הוא היה אדם מצליח, אבל חש שאחיו, אדם עשיר מאוד ומצליח יותר ממנו, מאפיל עליו. אחת הסיבות למסירותו המתמדת לעבודתו היתה הניסיון להדביק, ואם אפשר לנצח, את אחיו. הוא נטל על עצמו סיכונים לא־הכרחיים והתחייבויות שהתקשה לעמוד בהן, וגרם למצב כספי מטריד ואפילו לא־בטוח. לבסוף פשט את הרגל והיו לו כמה בעלי־חוב. אחיו העשיר סירב לשלם עבורו ערבות. יתכן שהיה עושה זאת אילו ביקשו ממנו ישירות, אבל אביו של ראלף רצה שאחיו יציע בעצמו. מאומה לא קרה, ופשיטת הרגל התבצעה.

באותה תקופה ניסה ראלף לבנות עסק משל עצמו. הוא עבד קשה עוד יותר כדי להחזיר כמה מחובותיו של אביו, ובכך להציל משהו משמה של המשפחה ומהמוניטין שלה. הוא הסתדר היטב עם דודו שעזר לו להקים עסק משל עצמו. הוא הצליח, אך היה מבועת שמא יכשל כמו אביו, ויאבד את כבודו העצמי ואת בטחונו. חשוב היה לו להצליח, ולהעלות את כבוד משפחתו. עבודתו הקשה נועדה כולה לקרבו אל אביו, והוא נפגע מאוד לאחר שזה התעלם ממנה לחלוטין. לא נשמעה אף מלה של הוקרה או הכרת־תודה.

למרות שסיפר לטינה מעט על מה שמתרחש, לא סיפר לה בפירוט מלא על דאגותיו, חרדותיו, ועל ההשפלה שהוא עובר. הוא חש שלא יהיה הוגן להעמיס עליה את המטען הנורא, ולא עשה זאת גם מכיוון שרצה, למעשה, לשכוח הכול לזמן־מה. אפשר היה לראות בבירור שטינה, שהאזינה במתיחות במהלך השיחות, היתה מדי פעם נרגשת מאוד.

הפגישה הבאה נקבעה לחמישה שבועות אחרי־כן, כי ראלף נסע לחוץ־לארץ לארבעה שבועות מטעם העסק. בהגיעם נראו נינוחים ביחד, מחייכים ושזופים. למרות ניסיוני להשאר צמוד להסדר, רצתה טינה לדבר:

**טינה:** "ראלף ביקש ממני לנסוע אתו לחוץ־לארץ והסכמתי. הוא לא עבד הרבה והיינו ביחד כמעט כל הזמן. היתה לנו חופשה נפלאה, שחינו והשתזפנו. בילינו וצחקנו הרבה, ואף פעם אחת לא דברנו על הבעיות 'שלנו'. שתי השיחות הראשונות היו חשובות לי מאוד. כידוע לך,



ישבתי ורק הקשבתי לראלף, שדיבר על החלקים האישיים והאינטימיים של חייו. זה דבר שמעולם לא עשינו. די קשה לי לשתוק. זאת היתה חוויה חדשה עבור שנינו.

עד אז חשבתי שהבעיות שלנו קשורות רק לי ולו, שאין להן שום קשר עם המשפחות שלנו ועם צורות החיים השונות שלהן. בייעוץ שלנו לנישואין התרכזו היועצים בנו בלבד, ועזרו לנו להביע את רגשותינו, במיוחד את הכעס והעוינות שאנו מרגישים זה כלפי זה.

מעולם לא תפשתי שיתכן שבעיותינו קשורות לרקע המשפחתי השונה ביותר שלנו, וללחצים הנוראים שהופעלו על ראלף. חשתי קרובה אליו מאוד, וגם אשמה. כל מיני סוגים של תחושות חזקות עברו בי כשהקשבתי לו."

טינה וראלף המשיכו לחיות ביחד אחרי ששבו מנסיעתם לחוץ-לארץ. בשנה שאחרי-כן באו אלי באורח סדיר. למרות שניסיתי להיצמד להסדר שקבענו, השתלטה טינה על השיחות וראלף שמח להאזין. במהלך אותה תקופה, עם הרבה עזרה, סיפרה לי טינה את הפרטים הבאים:

טינה: "אתה זוכר שאמרתי שהרגשתי אשמה כשראלף סיפר על התקופות שבהן לא יצר קשר? חשבתי על-יך הרבה. היו לו סיבות טובות להיות שקוע בענייניו. אני חושבת שהייתי רגישה מדי והגזמתי בתגובותי. היה קשה לשאת את זה ואני חושבת שאני צריכה לומר לך מדוע, לדעתי, הגבתי כך. כשהייתי ילדה אבי התעסק אתי. הוא טיפוס מוזר, אדם רך ואוהב ורגשני כל-יך, לכן כשעשה לי את זה, נגע בי וביקש שאגע בו, זה היה נורא, אבל זה גם מצא-יך בעיני. כעסתי על אמי, כי היא ידעה בוודאי, אבל העלימה עין. אינני יודעת מדוע הניחה לדברים להתרחש, אבל כך היה. אולי היא ידעה שאינה מספקת את אבי. מכל מקום, האשמתי אותה ממש. אולי היא הניחה לדברים לקרות כי חשה שאבי מעניק לי את החיבה והקרבה שהיא לא העניקה לי מעולם, ואני כועסת עליה גם על-יך.

אבל אל תבין אותי שלא כהלכה – אני אוהבת את הורי. אני מרחמת על אבי, וכועסת על אמי, מצחיק שאני בכלל לא כועסת על אבי. מוזר, אבל נמשכתי לראלף כי היה מסוייג

ושלט בעצמו. אתו הרגשתי בטוחה, לא כמו עם אבי שהוא אדם רגשני כל־כך ונמרח כולו. אבל מיד אחרי שהסתדרנו ביחד התחלתי לבקר אותו בדיוק על אותו דבר עצמו שמשך אותי, וניסיתי לשנותו.

החווייה הזאת עם אבי גרמה לי לתחושה שאני מלוכלכת, שמשוהו בי לא טוב ולא אהוב. לכן אני זקוקה להבטחה בלתי פוסקת שאני אהובה ושמעריכים אותי. ברגעים שראלף התרחק לא יכולתי לשאת את זה, הרגשתי שהוא דוחה אותי וזה אישר את האמונה שלי שאי־אפשר לאהוב אותי.

תמיד רציתי לספר לראלף על כל זה. מה שעצר בעדי לא היה בדיוק הבושה והמבוכה, אלא החשש שיכעס על אבי ולא ירצה להיות אתו בשום קשר. אני עדיין אוהבת את אבי וזה היה הורס אותנו.

מעולם לא סיפרתי על־כך לאיש, עד שהלכתי לטיפול פרטני. זה די עזר, אבל אחרי זמן־מה זה יצר בעיות. קודם־כל, לא סיפרתי לראלף, אבל חשוב מכך, זה כאילו פיצל את העולם שלי. בייעוץ לנישואין דיברנו על הנישואין שלנו. עם התראפיסט שלי שוחחתי על אבא ואמא ועל עצמי. איכשהו, שני הדברים הללו מעולם לא התחברו."

השיחות הטיפוליות שלנו היו נסערו וטעונות ברגשות עזים. לעומת זאת, חיי היומיום שלהם היו אושר נטול כל אירועים מיוחדים. מקץ שנה של חיטוט מפורט, פחתה תכיפות פגישותינו ככל שחיהם ביחד השתפרו.

כשמונה־עשר חודשים לאחר־מכן באה טינה לראות אותי. אמה מתה לאחרונה.

**טינה:** "אתה זוכר את הפעם הראשונה שפגשתי אותי, כשעזבתי את ראלף? הייתי מדוכדכת למדי, זאת היתה אחת התקופות הגרועות ביותר בחיי. הלכתי הביתה ולראשונה שוחחתי עם אמי על דברים אישיים וחשובים. היא הקשיבה זמן־מה. אחרי ששוחחתי אתך ושמעתי את ראלף היה לי קל יותר לשוחח עם אמי. וכך, בשנתיים האחרונות היינו קרובות זו לזו יותר מאי־פעם. מוזר, אני עצובה שאמא איננה, אבל גם שמחה שבשנתיים האחרונות של חייה היינו מסוגלות לנהל מערכת יחסים מהסוג שתמיד רציתי.

מוזר שהבעיות שלי עם הורי הקשו עלי להגיע לקרבה עם  
ראלף, וזאת היתה התקופה הגרועה ביותר בחיי. אמונתי  
שהקשר ביני לבין ראלף מחוסל היתה המאיץ לשיפור יחסי עם  
אמי".

## סוכר ותבלינים

הילרי, אשה בת שלושים-ושבע, טילפנה וביקשה פגישה דחופה. הציעו לה פגישה ביום שישי הקרוב. היא שמחה, כי ג'והן, בעלה, עמד לצאת ביום שבת לטיול לחוץ-לארץ עם חברתו.

ביום שנקבע הגיעה לבדה. היא היתה אשה כחושה, שנראתה הרבה יותר מבוגרת מגילה. היא הסבירה, תוך שהיא מגלה הבנה מרובה, שג'והן הוא מנהל-פירסום ידוע מאוד, וכמובן שאינו יכול לבוא, כי יש כל-כך הרבה סידורים של הרגע האחרון לפני שהוא יוצא למחרת עם ידידתו. היא הוסיפה, בגאווה מסויימת, שהוא הוזמן להרצות בכנס בינלאומי. הוא התכוון לצאת לשבוע. אבל לאחרונה החליט לנסוע לשבועיים, כדי שהוא וחברתו בת העשרים וארבע יוכלו ליהנות גם מחופשה. הילרי תיארה את בעלה כאדם נחמד מאוד, מלא הבנה, מוכשר ביותר, שרוצה להפיק הרבה מאוד מהחיים. חשוב לו להיות מאושר בקשר עם אשה. היא מאמינה שיש ביניהם קשר קרוב ומלא הבנה, והם יכולים לשוחח על הכול. לפעמים נדמה היה לה בשנים האחרונות שהוא נראה אומלל ומבולבל, והיא האמינה שהוא סובל ממשבר גיל המעבר. אחרי-כן גילתה את קשריו שמחוץ לנישואין. לפני שבועיים סיפר לה על הקשר שיש לו לאחרונה עם דוגמנית מושכת.

בעבר החליט פעם אחת לעזוב את הבית ולחיות עם אשה אחרת, אבל ברגע האחרון התחרטה האשה. הפעם היו כמה שיחות על האפשרות שיעזוב את הבית ויעבור לגור עם חברתו לאחר שישבו מחוץ-לארץ. עד לאחרונה הצליחה הילרי להתמודד עם המצב, אפילו עם הסיכוי שנישואיה יסתיימו. ואולם, בשבועות האחרונים החלה לחוש מועקה, אינה מסוגלת לישון, וירדה מאוד במשקלה.

אמרת: "כואב לך מאוד?"

לראשונה התמלאו עיניה דמעות, והיא אמרה: "כן, תמיד התמודדתי היטב. אני מנהלת היטב את הבית הגדול שלנו. הילדים נפלאים וגידלתי אותם פחות או יותר בעצמי. אני מארגנת חיי חברה שוקקים, הרבה סעודות חגיגיות ובילויים נוספים. אני מתעדכנת במקצוע שלי ולקחתי קורסים כדי לשפר את כישורי. איכשהו, עכשיו, לראשונה,

אני מפחדת, אני חושבת שיתכן שלא אהיה מסוגלת להתמודד".  
 היא לא היתה מסוגלת לומר לי אם תהיה נכונה להמשיך את חיי  
 הנישואין כשיש לבעלה קשרים אחרים. היא אמרה שמכאיב לה מאוד  
 כשהוא מחלק את חיבתו ואת תשומת לבו. אף-על-פי-כן, נראה  
 שתמשיך בכך, אם הוא לא "יטלטל את הסירה". ואולם, המצב נראה  
 רציני יותר, כי לראשונה דיבר עם הוריו, ועם כמה ידידים, על  
 האפשרות שיעזוב אותה. היא הוסיפה ואמרה: "ג'והן המסכן, עכשיו  
 הוא מתמודד עם אנשים שמאוד לא מרוצים ממה שהוא עושה. אם  
 יסכים לפגוש אותך, יתכן שתוכל לעזור לו לפתור את המצוקה שלו  
 ולעבור את משבר גיל העמידה שלו".  
 שוחחתי על הבעיה עם כמה מעמיתי.

אחד מהם אמר: "לפני שנישאתי, אמרתי לאשתי שהתחביב העיקרי  
 שלי הוא נשים. כשהגעתי הביתה בשלוש והיא היתה עצבנית,  
 אמרתי: 'תחשבי שזאת מחלה, אולי זה יעזור'. מגוחך שאדם שאינו  
 מתעניין באשתו בת-השלושים-ושבע-שנראית-בת-שישים, ומנהל  
 פרשיית אהבים עם בת עשרים-וארבע מקסימה, נחשב לאדם הסובל  
 ממחלה או ממשבר גיל המעבר. הלוואי שהיתה לי מחלה כזאת".

אחת הנשים אמרה: "נראה לי שהיא מקבלת מה שמגיע לה. כל  
 השנים שיתפה פעולה ויתכן שאפילו עודדה את הפרשיות שלו. עכשיו  
 פתאום היא אומללה. אני חושבת שקרוב לוודאי שזה אף פעם לא מצא  
 חן בעיניה, והיא היתה צריכה לומר את זה".

אחרת אמרה: "אולי אתם מאשימים את הקורבן. היא קורבן של  
 גישות חברתיות מקובלות. היא היתה רעיה טובה שעזרה לבעלה,  
 טיפלה בביתו ובילדיו ומעולם לא מחתה. נשים מחונכות אינן מפגינות  
 כעס, טינה או קנאה".

עמית אחר אמר: "הטיפוס הזה נפל על הראש אם הוא עוזב את  
 אשתו. הוא תפס משהו יוצא מהכלל. היא עושה הכול והוא – מה  
 שמתחשק לו. יתכן שהוא סובל מאי-יציבות נפשית אם הוא חושב  
 לעזוב אותה".

אחר התערב בשיחה: "יתכן שהיא פשוט יותר מדי טובה. כל-כך  
 מלאה הבנה והשלמה, היא יכולה לגרום לכל אחד להרגיש אשם עד  
 מוות".

אמרתי: "לא הייתי רוצה לפטור בקלות מדי את השקפתה של  
 הילרי על בעלה כ'חולה, או סובל ממשבר גיל המעבר'. מאידך גיסא,  
 יתכן שהפסיכולוגיה, והמיתוסים על מחלות-נפש, סיפקו להילרי

ולבעלה ציפוי מתוק לגלולות המרות של החיים".  
לאחר שג'והן חזר, הוא דחה את הרעיון שהוא מדוכא. הוא חש  
שקשר נישואיו תם, וקיווה שיפרדו בחיבה וישארו חברים. הילרי  
הסכימה.

כעבור כמה חודשים היא כתבה:

אני בסדר. אני מבינה שהרעיון שג'והן מדוכא או סובל ממשבר של  
גיל המעבר עזר לי להתמודד עם הפרשיות שלו. זה היה תירוץ כדי  
שלא לעמוד פנים אל פנים מול הבעיה. אני מקווה שבפעם הבאה אהיה  
יותר חכמה.

## לבוא ביחד

אן וג'והן היו בשנות השלושים המוקדמות לחייהם. הם טילפנו למזכירתי לבקש פגישה, אבל סירבו לתת כל מידע שהוא, מלבד: "זה אישי מדי".

הם הגיעו ביחד ונראו נטושים ועזובים. אן סבלה מהצטננות קשה, שתי אוזניה היו סתומות, והיא אמרה לי בקול מאשים: "קרוב לוודאי שלא אשמע אותך, גם אם תצעק!"

כדי להביאם לידי תחושת נינוחות, ניסיתי לערבם בשיחת-אגב. מגישתם השתמע המסר: קדימה, הלאה! אנחנו כאן כדי לבצע משימה. שאלתי מדוע הגיעו. הם הביטו זה בזה: ג'והן נבחר, והוא החל ואמר... באי-רצון: "יש לנו בעיה בחיי המין".

"ספרו לי עוד, בבקשה. איזו מין בעיה בחיי המין?"

"יש לנו בעיה, ואמרו לנו שאתה יכול לסדר לנו את זה".

שניהם היו נבוכים ביותר. ניסיתי בכמה דרכים לדלות פרטים נוספים, אבל ג'והן ביצע את חלקו, ונראה שמצפים ממני לעשות את כל היתר. כאילו הביא איזה מכשיר פגום, ובעוד שבוע ישוב לקבלו... כשהוא מתוקן.

אמרתי: "אני שם לב שמדי פעם, כשאתה מדבר אל אשתך, היא אינה שומעת אותך. זה מתסכל?"

ג'והן היה מופתע מהתפנית הפתאומית. הוא ענה: "כן, אני מניח שכן".

"הנסיגות שלך להגיע... לחדור... נכשלים לעתים קרובות?" שאלתי.

"כן, לעתים קרובות מאוד", השיב.

"כשקולך אינו מגיע אליה... זה מביא לכך שאתה מאבד עניין ורוצה להפסיק לנסות?"

"בוודאי. מאוד".

"אם-כך, הפסקת פחות או יותר, לנסות?"

"כן".

"אתה מאשים את אן או את עצמך על המצב הלא-מספק הזה?"  
"לפעמים אני מרגיש מתוסכל מאוד, ואני מאשים אותה. למעשה

אני מרגיש, שאני לא מספיק מתחשב או סבלני: הייתי צריך להשתדל יותר. אבל כשאני עושה זאת, אני לא משיג תוצאות".  
"זאת אומרת שאתה מרגיש חסר-אונים למדי?"  
"כן, אני חושב שכן".

חילופי דברים אלה נארגו בשיחתנו כשדובר על כמה וכמה נושאים. בסוף הפגישה נדמה היה שאן וג'והן חשים הקלה. הם נשארו בחיים, והיו מעורבים מספיק כדי שירצו להמשיך.

בפעם הבאה, פתחה אן את השיחה בכך שאמרה לי שהצטננותה הוטבה מעט, והיא יכולה לשמוע.

שאלתי אותה: "בשבוע שעבר לא יכולת כל-כך לשמוע. איזו מין הרגשה זאת כשקולו של בעלך אינו מגיע אליך... אינו חודר... או כשהוא אינו מנסה להגיע אליך? את שמחה שמניחים לך? את מרגישה הקלה, או בדידות ותסכול? את רוצה יותר תשומת-לב?"  
היא השיבה: "לעתים כך ולעתים – אחרת. אבל באופן כללי, הייתי רוצה שישתדל יותר, שיהיה סבלני יותר ולא יעשה מתוסכל וכעוס".

אן אמרה שלפעמים היא מאשימה את עצמה ולפעמים – את ג'והן, אבל בדרך-כלל היא מרגישה שמכל מקום אלה הם חיי תסכול. היא הדגישה בדבריה שלעתים היא פגועה מאוד, לא רק מהעניין עצמו, אלא מכיוון שהיא חשה שאינה אהובה... שג'והן אינו אוהב אותה.

שאלתי את ג'והן אם תחושתו השתפרה היום, מאחר שאשתו מיטיבה לשמוע אותו. דיברנו על תכיפות נסיונותיו להגיע אליה, ועל תדירות המקרים שהיא אינה זמינה והוא נותר במצב שאין שומעים אותו.

ג'והן אמר שהוא חשב על הפגישה האחרונה, וציין: "אני עובד קשה והרבה. אני מתוח; לעתים קרובות אני עייף ועצבני. לכן אני מוותר לפעמים, ומאבד עניין; לא רק בגלל מה שקורה בינינו".  
"וכשאתה חוזר הביתה מאוחר, עייף, אתם אוכלים ביחד?" שאלתי.  
"הוא לא מעריך את מה שאני נותנת לו", התפרצה אן לדבריו.  
"זה נכון. לפעמים אני פשוט עייף מדי. היא לא מבינה את העבודה הקשה שלי, ואפילו לא – כמה קשה להגיע הביתה ב-7:30", אמר ג'והן.

המשכנו ודנו בארוחתם המשותפת. עד סוף הפגישה היו שניהם קצת יותר עליזים, ונראו להוטים לשוב ולהיפגש.  
בשבוע שלאחר-מכן, פתחה אן באומרה שהיא חשה עוגמת-נפש



רבה. היא חיכתה לג'והן: היא הגיעה בזמן והוא איחר והיה לחורץ מאוד.

ג'והן אמר בנעימה מתנצלת: "אני מצטער מאוד, פשוט לא הצלחתי לצאת. כמה מלקוחותי הטובים ביותר הגיעו באופן בלתי צפוי. ואז התחלתי ממש לדאוג ונסעתי מהר ככל שיכולתי".

"אן, את בדרך-כלל מגיעה בזמן וג'והן מאחר? את מרגישה תסכול כשעליך לחכות לג'והן? שניכם הגעתם בזמן בשתי הפגישות הקודמות. יותר נעים ומספק כששניכם מגיעים ביחד?"

המשכתי ואמרתי: "היום, כשהגעתם בנפרד, שניכם הרגשתם שלא בנוח. אתם תמיד מרגישים רע כשאתם מגיעים כל אחד לחוד? האם אתם יכולים להשלים עם העובדה שמדי פעם תגיעו לחוד, לקבל אותה כדבר בלתי נמנע, או שזהו תמיד מקור לרוגז? ישנם זוגות שרואים חשיבות רבה בעובדה שהם מגיעים ביחד; זה נעשה כמעט שיגעון לדבר אחד. אן, האם זוהי תכנית נוקשה, שבה את מגיעה תמיד בזמן וג'והן מאחר, או שלפעמים קורה להיפך?"

בפגישות הבאות תיבלו אופי מגעיהם המילוליים, הרגלי האכילה המשותפים שלהם וה"הגעה" שלהם, את הנושאים האחרים. הפגישות היו מפולפלות בהומור, ולעתים טבלו ברוטב של עליצות.

ואז הודיתי שאני מודאג. אנו נהנים ומשוחחים על נושאים שונים בחייהם; אבל... האם אנו עוסקים בכעיה?

ג'והן השיב ואמר: "אל תדאג! המצב הרבה יותר טוב בינינו; האירוע החשוב עומד להתרחש ממש בימים אלה".

"מה זאת אומרת?"

"שום דבר חשוב לא קרה הרבה זמן. לא הייתי מסוגל. אבל זה יקרה בקרוב", אמר.

"נהדר. אני אדע על-כך?" חקרת.

"איכשהו אספר לך. קרוב לוודאי שבכל מקרה אתה תדע".

ואז אמרה לי אן: "אתה מדבר הרבה על אכילה... אם אני אוהבת מתאכנים; אם ג'והן רוצה מיד את המנה העיקרית; אם אנחנו מתענגים על הקינוח. למה?"

"הרבה מערכות יחסים בחיי הנישואין ובין בני-אדם מתרחשים בהקשר לאכילה. זהו חלק חשוב של היום, ואצל זוגות רבים – זוהי הזדמנות לאינטימיות. בדתות רבות יש לאוכל מגוון רחב של משמעויות סמליות. בחיי בני-זוג מסויימים, שיחה על אוכל יכולה לשמש דימוי יעיל לתיאור חיי המין שלהם. למשל, הפסיכותראפיסט

האמריקני המפורסם מילטון אריקסון נפגש עם בני־זוג צעירים. הם התביישו לדבר ישירות על בעיית־המין שלהם. לחלופין, הוא שאל את הבעל אם יש לו זמן לאכול בנינוחות; אם הם משמיעים מוסיקה נעימו. ואוכלים לאור נר. איכשהו, זה עזר להם.

היא הסכימה: "כן, זה נכון. בשנים האחרונות הייתי רעבה כל־כך, היה לי כזה תיאבון. ככל שהייתי רעבה יותר, כך גילה ג'והן פחות עניין".

ג'והן הוסיף ואמר: "במשך זמן־מה לא היה ברור לי מה קורה, אבל לאט־לאט הבהרתי את הדברים".

"אני מקווה שלא התנגדתם לכך שדיברתי בדרך הזאת", הערתי. שניהם ביחד: "לא, לא. זה היה נחמד. כנראה שזאת היתה הדרך היחידה".

בפעם הבאה הגיעו ג'והן ואן ביחד, ועל פני כל אחד מהם היה שפוף חיוך מאוזן לאוזן!

## נחמה בלתי נראית

מילטון אריקסון אמר פעם לפאציינט: "אין לך היתרון שיש לי; לא לקית בשיתוק ילדים".

במשך שבוע פגשתי פאציינטים בעיניים עצומות, כתוצאה מפציעה. באותה תקופה הגיע אלי פעמים רבות קולו של אריקסון. חשתי חלש ופגיע, עיני כאבו מאוד, אבל בד בבד היה לי יתרון: לא יכולתי לראות.

פגשתי בני זוג אחד פעם בשבוע, במשך למעלה משלושה חודשים. בתחילה הגיעו בשל כמה סיבות. היה להם בן בגיל שלושים, מארק, שהיה מכור לסמים, ובן נשוי בן עשרים־ושבע, מאתיו. שניהם גרו מחוץ לבית. בתם הנשואה בת העשרים־וחמש גרה מחוץ למדינה, וסירבה לקיים כל קשר עם בני־משפחתה. תכופות סחט מארק את הוריו, תבע מהם כסף, ולעתים קרובות היה תוקפני. האב נתן לו תמיד כסף, בסופו של דבר.

כמה חודשים טרם שהגיעו אלי, ביקר מארק בבית, ומאתיו היה שם. מארק תקף את אימו ותבע כסף. מאתיו מעולם לא ראה אותו לפני־כן כל־כך עויין ופוגע, וניסה להגן על אימו. פרצה מריבה גדולה. האב הגיע הביתה באמצע, וניסה להפסיק אותה, אבל נגרר גם הוא לתוך ההתכתשות. המאבק נעשה אלים, ומאתיו שבר את לסתו של מארק ונשך את אוזנו. המשטרה זומנה, הם הפסיקו להיאבק, ומארק נלקח לבית־החולים.

לגבי האם זה היה הקש האחרון. היא נשאה שנים רבות של אלימות; בעלה נתקף תכופות בהתפרצויות של כעס ואלימות, ולעתים קרובות יותר היה חמוץ ולא־נעים; עד־כדי־כך, שכל בני המשפחה חיו בפחד מפניו. היא ראתה בו אחראי לאסון האחרון, לכן ארזה תיקים ועזבה את הבית.

כעבור כשבוע התחנן הבעל, ריי, וביקש מאשתו לשוב. בתחילה סירבה, אבל לבסוף הסכימה לשוב, בתנאי שיסכים ללכת לייעוץ. שנים רבות ביקשה זאת ממנו, והפעם – ניאות. היא אמרה שבמשך השנים, על־אף אלימותו ותקיפותו, היה אב נאמן שלקח אתו את בניו

לכל מקום שהלך. הוא היה איש עסקים מצליח שפרנס את משפחתו בכבוד.

רוב הפגישות התאפיינו בתיאורים ממושכים שתיארה גברת ריי את חייה הארוכים והקשים, חיי התמודדות עם האלימות שצצה מדי פעם ועלתה. בעקיפין ובדרכים עקלקלות, תוך קשיים רבים והרבה עידוד ממני, הביע מר ריי את כעסו כלפיה, ואת התסכול שהיא מעוררת בו. היא הגיבה על הביקורת החלושה והלא־ישירה שלו בכמה דרכים. לפעמים דיברה עליה ברוגזה ואמרה שאינה מדויקת ואינה קשורה לעניין, ומיד שבה לנושא הרגיל: התנהגותו של בעלה. פעמים אחרות נראה היה בכירור שהיא פגועה וכאובה. הוא מעולם לא הבחין במצוקתה, אלא המשיך בביקורתו המעורפלת, בצורה עקיפה עוד יותר. מעולם לא עוררה בו מצוקתה כל תגובה שהיא של חיבה או דאגה, או אף שמץ של רוך, וגם היא לא גילתה כלפיו שום אהבה או חיבה.

לא היה לי ברור אם לטיפול שלי תהיה איזו שהיא השפעה, מלבד העובדה שמאז שהחלו בו, לא היה שום מקרה של אלימות.

ביום שזכיתי שלא לראות נדמה היה שהשיחה נמשכת כרגיל. מר ריי סיים לומר את אחד מדברי הביקורת העמומים שלו כלפי אשתו, וכולנו ישבנו ושתקנו.

אמרתי: "מכיוון שאיני יכול לראות, אכפת לך לומר לי איך נראית לינדה ברגע זה?"

היתה אתנחתא ממושכת, ואז, בקול שנאבק לשלוט ברגשותיו אמר: "היא נראית עצובה מאוד". שאלתי כיצד הוא יודע זאת והוא אמר, תוך שהוא מתקשה בכך עוד יותר: "יש דמעות בעיניה ועל פניה".

במהלך שתיקה ארוכה שמעתי שהוא קם וניגש אליה.

## השקפות על נישואין

פולה, בת שלושים וחמש ואם לשניים, פתחה את השיחה:

אני בת יחידה; אבי נפטר בהיותי בת עשר. היה נורא לגדול רק עם אמי, היא היתה ממש איומה. מעולם לא היתה לה מלה טובה לומר לי, מעולם לא השמיעה בקשר אלי מלת חיבה או עידוד, תמיד רק נזיפות וביקורת; מעולם לא הצלחתי לעשות שום דבר כשורה.

אמי דיברה תמיד על ילדי דודניתה: כמה שהם פיקחים, כמה שהם טובים, ותמיד רמזה שהם הרבה יותר מוצלחים ממני. אחרי בית־הספר התיכון, בחופשת הקיץ, נסענו אמא ואני צפונה, ובאחת מערי הספר פגשתי את בעלי דאריל. הוא היה מאמן של קבוצת כדורגל מצליחה מאוד, והיה בעצמו כדורגלן מפורסם. הוא היה ידוע ואהוד מאוד על הכול, והתפרנס היטב מעבודתו כמאמן ומכל התוספות שכרוכות בעבודה זו. הוא היה גבוה וחזק, מוצק כמו צוקי גיברלטר; טיפוס מהסוג השקט ואמין כל־כך. מעולם לא היו לו אלא שבחים לומר לי. תשומת־הלב שגילה כלפי העניקה לי ביטחון־עצמי. כשהייתי אתו חשתי בטוחה ונינוחה. האיש הגדול הזה בחר בי, וחשתי מתוחכמת למדי.

הוא היה יותר מבוגר ממני ומסודר היטב; כוחו השקט הרשים אותי. נמשכתי אליו, אולי משום שהיה האב שאבד לי. כמרכז, למרות שלא הבנתי זאת אז, אני מניחה שהוא העניק לי את ההזדמנות להתרחק מהבית.

קיוויתי שיעזור לי להתייצב מול אמי, ולהפסיק את השתלטותה על חיי.

רוב ידידיו היו נשואים. הוריו היו להוטים שגם הוא יינשא, לפיכך הציע לי נישואין שלושה שבועות אחרי שנפגשנו.

כשסיפרתי על־כך לאמי פרצה סערה איומה. אמי התפוצצה: הוא מבוגר מדי, לא משכיל, בושה להינשא למאמן כדורגל. מה יאמרו קרובינו וידידינו? הוא רק מעוניין בכספי. היא אמרה את

כל הדברים הללו גם לדארייל, וכן אמרה לו שהוא סתם איזה כפרי מגושם. היא בכתה והלכה לכל ידידינו ואיימה שלא תבוא לחתונה. ככל שהתנגדה יותר, כך נעשיתי נחושה יותר בהחלטתי.

נישאנו לפני כשבע־עשרה שנה, וחייתי כמה שנים בעירו. כל הזמן הייתי מודאגת מכך שאמי מזדקנת ונשארת לבדה בעיר. ביקשתי ממנה לבוא ולגור אתנו, אבל היא סירבה לזו: יש לה ידידים, חיים ובית משלה, ואינה מתכוונת לשנות שום־דבר. התחלתי להיות משועממת מאוד, לכן שיכנעתי את דארייל לעבור משם. הוא טען שכאן יהיה דג רקק, שאינו רוצה לעבור, אבל, יש לומר לשבח, הסכים אתי שיש לי מחוייבות כלפי אמי, והסכים בלי־דצון לעבור לכאן. שנות נישואינו הראשונות היו מאושרות מאוד, והמעבר היה תחילת הקץ.

כאן בעיר יכול היה לאמן רק נבחרת בית־ספר, התגעגע למעמדו ולאהבה שרחשו לו הכול, והשתכר פחות. במשך זמן רב לא אמר דבר, אבל ככל שנקפו השנים החל לדבר יותר ויותר על הימים הטובים של פעם, על כל הדברים שוויתר עליהם, על מה שיכול היה להיעשות.

בתחילה די נהייתי ללכת למשחקים ולאימונים, אבל העניין נעשה משעמם יותר ויותר. אחרי שהחלו הילדים ללמוד בבית־ספר התחלתי ללכת להרצאות, קראתי הרבה, ושוחחתי עם ידידים. השתניתי. עכשיו אינני מרוצה.

לפני כמה שנים החל בני ללמוד לנגן על כינור. היתה לי פרשת־אהבים עם המורה שלו, ביל. בתחילה זה היה עניין גופני בתכלית, אבל במשך הזמן התקרבו זה לזה, ועכשיו אנחנו קשורים ומאוהבים מאוד.

כוחו של דארייל, שתקנותו ואמינותו, הם שמשכו אותי אליו. הוא לא השתנה – אבל אני כן, ואותן תכונות שמצא־רחן בעיני כל־כך הן אלה שנעשו בלתי נסבלות. עכשיו אני מוצאת שאין בו עידון, הומור, רגש. למעשה מעולם לא היינו מסוגלים לשוחח זה עם זה. הוא מזלזל בעניין שאני מגלה במוסיקה, תיאטרון וספרים. לעומת זאת אני כועסת על כל זה, אבל מרגישה אשמה, כי איני נוהגת בהגינות. הוא אותו אדם שנישאתי לו, והוא ויתר על הרבה דברים ופעל כהלכה כלפי וכלפי אמי.

אני אוהבת את ביל ורוצה להיות אתו, אבל התוצאות והסיבוכים מעוררים בי פחד. דאריל יישבר, ויתכן שמאוחר מדי בשבילו להתחיל מחדש.

כאן הוא סתם אפס, ואם יחזור לביתו זאת תהיה מכה נוראה לאגו הגברי שלו. הוא יחזור ככישלון, אם אפשר לומר, אדם שאשתו דחתה אותו.

סיפרתי לפני כמה ימים לאמי על ביל, ועל־כך שאני חושבת לעזוב את דאריל. התגובה שלה היתה מדהימה: היא התחילה לצרוח ולצעוק ונעשתה לא־הגיונית, קראה לי זונה ופרוצה, אמרה שעלי לשלם כדי לקבל יחסי־מין, שאני כלבה מיוחמת. היא אמרה שלעולם לא תוכל שוב להרים את ראשה, שהיא מתביישת לצאת מהבית, שאני הורגת אותה ומטביעה אות־קלון על מצח ילדי, שלא נותר לה אלא להתאבד.

פולה המשיכה ודיברה על התגובה הצפויה מהוריו של דאריל, כיצד ישפיע כישלון נישואיהם עליו ועל ילדיהם, ומה יקרה לנישואיו של ביל ולילדיו. כל־כך הרבה סיבוכים. לבסוף אמרה פולה:

**פולה:** אני באמת לא יודעת מה לעשות, אני נקרעת לגזרים. **משה:** אני מניח שאת נקרעת בין המחוייבות שלך כלפי עצמך, הצורך שלך להגיע לקרבה ולאוושר, לבין תפישת החובה שלך כלפי ילדיך, בעלך, אמך. יתכן שעליך לבחון מה באמת ההתחייבויות הלגיטימיות שלך, ומה הלחצים שמפעילים עליך אחרים, כדי שתבצעי את חובותיך, כפי שהם רואים אותן.

מקץ שבוע המשיכה פולה ואמרה:

**פולה:** בשבוע שעבר ממש עזרת לי. עצם העובדה שסיפרתי לך הכול עזרה לי לראות את הדברים ביתר בירור. כמעט לא אמרת אף מלה, אבל דבר אחד חזר אלי בלי הרף. אמרת משהו על המחוייבות שלי כלפי עצמי – ואת זה שמעתי שוב ושוב. בכל פעם שחשבתי על עצמי, חשבתי שאני אנוכית, שכך חונכתי. בכל פעם שאני מציבה את צרכי במקום הראשון אני שומעת את אמי אומרת שאני לא אחראית, שלעולם איני חושבת על אנשים אחרים, אלא רק על עצמי, כמו חיה. למען

האמת, אני חושבת שאפילו לפני שבאתי אליך ידעתי מה אני רוצה לעשות. נישואי מתים וההישארות ביחד היא הרסנות הדדית.

אנחנו מתקוטטים, מציקים ומבקרים זה את זה, ואומרים דברים פוגעים. אני חושבת שעצוב ורע לילדים לגדול באווירה כזאת. למעשה, בני הבכור אמר שהוא מעדיף שנפרד. הוא שונא את המריבות הבלתי פוסקות. אמי דאריל מדברים כל הזמן על הנזק שנגרם לילדים, אבל שניהם סתם מתלוננים, ואינם עושים מאומה כדי לשנות. אני חושבת שאם נפרד נציג דוגמה חיובית. אני רוצה להראות להם שאם אינך מאושר עליך לעשות משהו בקשר למצב, ולא להשלים סתם עם אומללות, כפי שעשתה אמי. לא אשאר עם דאריל כדי לחסוך מאמי בושות. היא תיאלץ להתמודד עם המצב. יהיה עלינו לפתור אותו בדרך כלשהי.

**משה:** את עדיין נאבקת בהחלטה הזאת או שאת בטוחה?  
**פולה:** אני בטוחה. למעשה השבוע שחלף עזר לי להבהיר את העניינים, אבל אני מניחה שזה זמן־מה שאני יודעת מה תהיה ההחלטה. עכשיו השאלה היא, איך להתמודד עם התוצאות?  
**משה:** איך אני יכול לעזור? את רוצה להמשיך, ואם כן, כיצד?  
**פולה:** מה דעתך? מה הצעד הבא?

**משה:** אנחנו יכולים לשוחח על תוצאות החלטתך. אני יכול להיפגש עם כמה מהאנשים האחרים, בעלך, אמך, ילדיך.  
**פולה:** אם אציע זאת לדאריל הוא יאמר שאין לו צורך בכך, הוא אינו מסוגל לשבת שעה ולדבר על רגשותיו. אמי תאמר שאינה מטורפת, מדוע עליה להיפגש עם פסיכולוג? אני מרגישה שאינני זקוקה עוד לשיחות אתך. אבל ארצה מאוד לבוא עם בעלי ועם אמי. אשוחח אתם, ואם יסכימו, אקבע פגישה.

מקץ שבועיים הגיע דאריל לבדו.

**דאריל:** פולה הציעה שנבוא ונפגש אתך ביחד, אבל לא רציתי שהיא תבוא, כי היינו ממשיכים לריב. היא תמיד קוטעת את דברי ונעשית רגשית מדי ואני מתקשה לדבר. היא רומנטית, עדיין ילדה קטנה, ואינה יודעת איך החיים נראים באמת. יש



לנו חיים טובים יחד, בית יפה, ידידים, והילדים מצליחים. הורי אוהבים את הילדים, והם מסתדרים עם פולה. אמה אשה מרירה וקשה, אבל אני דואג לה ומבלה בחברתה. לא הרבה אנשים היו עושים זאת במקומי.

אינני מתעניין במוסיקה ובתיאטרון. אז מה? בשל דבר כזה הורסים בית ומשפחה? אני חושב שבבסיסה היא מפונקת, תמיד היה לה קל. היא עשירה, מעולם לא נאלצה לעבוד או להתמודד ממש עם משהו. כדי שהנישואין יצליחו הלכתי לקונצרטים ולתיאטרון. נרדמתי, אבל הלכתי. לפעמים נדמה לי שהיא מתביישת בי.

אפילו לפני שסיפרה לי, חשדתי שיש לה פרשת אהבים עם מישהו. התעלמתי מכך כי קיוויתי שהיא תחזור בה. למה הוא רוצה אשה שיש לה שני ילדים? אין ספק שזה רק עניין של מין וכסף.

אינני נסיך על סוס לבן, לא גבר חלומותיה, אבל בעיר שלי היו הרבה נשים שרצו בי. טוב, שוב אינני המאהב שהייתי פעם, אבל לא הורסים בשל כך חיי נישואין. מה יקרה? יש לו שלושה ילדים, לה יש שניים. היא חושבת שהכול יילך על יין ועל שושנים? ירח־דבש לא נמשך לנצח. הוא יותר צעיר ממני, אבל אין לי ספק שהוא מרוויח פחות. אולי הוא יודע יותר על מוסיקה, אבל הוא לא יודע הרבה על שום דבר אחר, מוסיקה זה לא החיים. כדי להיות מאמן צריך להכיר את השחקנים ולדעת איך להפיק מהם את כל מה שהם יכולים לתת. במשך זמן־מה העלמתי עין מהפרשייה שלה. ואז היא הציעה לי שגנהל חיי נישואין פתוחים, כדי שתוכל להמשיך עם העניין. אבל זה לא פועל. לחיות עם אחד ולשכב עם השני – זה דבר שמתאים לילדים. היא לא מקבלת כל מה שהיא רוצה? היא צריכה להשלים עם המצב. לוקחים את הטוב ביחד עם הרע, ובאופן כללי החיים היו טובים ולא חסר לנו כלום.

היחסים בין הורי לביני קרובים מאוד, וכך היו מאז ומתמיד. הם לא התנגדו כשעברתי לגור כאן. תמיד עשו הכול כדי לעזור לפולה ולילדים. הם טיפלו בילדים כדי שנוכל לצאת לחופשות. עכשיו יהיו עצובים כל־כך. הם שמרנים מאוד, הולכים בקביעות לכנסייה, ולגביהם פרידה וגירושין הם ממש הסוף.

פולה בטח לא חשבה מעולם איך יושפעו הילדים מכך שביתם יהרס. באתי לכאן למענה, אם אחזור – אוכל לקחת את הילדים? אם הם ישארו כאן איך הם ירגישו, ואיך אני ארגיש בלעדיהם?

אני עובד כל הזמן עם ילדים, ואני רואה שהרס של משפחות גורם לילדים דברים איומים. מה דעתך?

**משה:** אני רואה שאתה מאוד מוטרד ומודאג. נראה לי שיש שתי דרכים להתבונן על העניין. קודם כל, יתכן שפולה היא אמנם אשה לא־בוגרת ואימפולסיבית, כפי שזה נראה בעיניך. לעומת זאת גם היא מאמינה שיש לך אי־אלה חסרונות. דרך מחשבה אחרת היא, שאתם רחוקים מאוד זה מזה – השקפותיכם על חיי־נישואין, על חיי־מין, על החיים בכלל, בלתי ניתנות לגישור. כדי שחיי־נישואין יצליחו יש צורך בשני אנשים, אבל רק באחד – כדי לסיימם.

**דאריל:** אני באמת רוצה לעזור לפולה להיות מעשית ולראות את הדברים כמות שהם. אבל היא לעולם אינה מקשיבה לאיש. אני יודע שהיא החליטה ואין שום־דבר שאתה או אני יכולים לעשות.

כעבור כמה ימים קראה לי מזכירתי לטלפון. האשה מעברו השני של הקו טילפנה קודם־לכן, היא בכתה וסירבה לדבר איתה, ותבעה לדבר ישירות איתי. היא הסבירה שהיא אמה של פולה, היא במצוקה קשה כי פולה עוזבת את דאריל, והיא מבקשת לפגוש אותי מיד. למחרת הגיעה גברת ג'ילברט. דמיונה של פולה לאמה היה מדהים. במהלך השעה דיברה גברת ג'ילברט ובכתה כמעט בלי הרף.

**גברת ג'ילברט:** הכול באשמתי. פינקתי אותה. תמיד היה לה יותר מדי טוב. בכל פעם שהיא רוצה משהו היא חייבת לקבל אותו. אם לא היה לה כסף היא לא היתה יכולה לעזוב את בעלה וללכת לגבר אחר רק מכיוון שהוא נותן לה מין. ניסיתי לעשות כמיטב יכולתי כדי לגדל אותה בלי אבא, אבל לא הייתי מספיק חזקה. אין לה לב, היא דומה יותר לחיה מאשר לבן־אדם. היא מוכנה לעשות מילדיה יתומים רק בשביל ליהנות ממין – לא יהיה להם אבא.

כבר שבועות שאני לא מסוגלת לצאת, אני חושבת שלעולם

לא אוכל יותר לצאת. אתה חושב שהיה לי קל עם בעלי? אבל חיינישואין הם "לטוב ולרע", לא מחליפים בעלים כפי שמחליפים גרביים רק משום שהם מתיישנים ונעשים מרופטים ולא מתאימים.

זה שהיא תהרוס אותי, את הילדים שלה, את דאריל ואת הוריו, לא משנה כלום לגביה. לא אומר לה כלום, כל עוד היא יכולה לצאת ולבלות, לקבל מין, ללכת לתיאטרון, ליהנות, זה הדבר היחיד שחשוב לה. כלב מקבל מין כשהוא רוצה בכך, בן-אדם צריך לחשוב על מה שזה יגרום לאנשים אחרים. היא תמיד התעניינה רק בהנאות שלה, מעולם לא עשתה שום דבר למעני. אמרתי לה בזמנו לא להינשא לו. אבל היא לא שמעה בקולי וכך גם עכשיו. אילו עזבה אותו למען רופא או עורך-דין, ניחא, אבל לשם מה? מורה עני למוסיקה!

במקרה הכי טוב איני מצליחה להירדם, ואני לוקחת כדורי שינה ועצבים, אבל עכשיו אינני יכולה לישון בכלל. אינני יכולה להפסיק לרעוד, תביט עלי.

ניסיתי כמה פעמים לומר משהו, אבל היא לא היתה מסוגלת לשמוע. היא באה אלי כדי לומר לי הכול, ולבסוף נסתיימה הפגישה. היא הלכה, עדיין כעוסה ונרגזת. מקץ שנתיים באה פולה שוב.

**פולה:** במשך זמן-מה אחרי שנפרדנו הייתי מודאגת שמא יהיו מריבות בקשר לאחזקת-הילדים ולחלוקת הרכוש. אבל בהדרגה פתרנו את העניינים, הילדים אתי והוא זכאי לראותם בכל עת. דאריל חזר לעירו. הוא מנהל של קריית ספורט והתעמלות. הוא אחד המנהלים של המועדון שהשתייך אליו בעבר. הוא אהוד מאוד ויצר שוב קשרים עם כל ידידיו מהעבר. אני חושבת שהוא הרבה יותר מאושר שם, קרוב להוריו, לאחיו ולאחיותיו. הוא לא נישא. אני חושבת שלא יעשה זאת. אני מניחה שמעולם לא היה מסוג האנשים שנישאים. כשעזבתי הייתי מודאגת מאוד בקשר אליו, אבל עכשיו אני חושבת שזה היה לטובתו.

במשך מרבית החופשות מבית-הספר הבנים מבקרים אותו. הם הנים מהפעילות הספורטיבית מחוץ לבית, וגם מהשהייה

קרוב למשפחתם המורחבת, דודותיהם, דודיהם, דודניהם וסביהם. הם מצפים לביקור, אבל גם מאושרים לשוב הביתה. אין לי ספק שהגירושין היטיבו עימם. עכשיו יש להם הורים מאושרים במידה סבירה שאינם רבים בלי הרף, וקל יותר לבנים לקבל את שנינו ולהיות אתנו מאושרים.

לבנים ולי יש מריבות משלנו, אבל הם מצליחים בלימודים ומבחינה חברתית, וכללית אנחנו מסתדרים היטב.

באשר לאמי, היא לא סלחה לי על הבושה שהבאתי עליה. אני רואה אותה בסדירות וחשה אחראית לשלומה, לכן אני עוזרת לה מבחינות מעשיות. אינני משוחחת אתה על חיי הפרטיים. איכשהו מצאתי דרך לא להגיב על העלבונות והביקורת שלה, וכתוצאה מכך המצב אינו טעון חומר־נפץ, וההתקפות שלה פחתו בהדרגה.

האמת שמעולם לא הסתדרנו. תמיד היו בינינו מתיחות ואי־הבנה. בעקבות משבר הפרידה הבנתי שתקוותי, והצורך שאני חשה בקרבה ואהדה מאמי, לא יתמלאו לעולם. הבנה מכאיבה זו איפשרה לי להתייחס אליה בשלוות־נפש פנימית שהפחיתה את המתיחות, ויתר־עליכן, שיחררה אותי לעשות מה שאני רוצה. שוב איני מצפה לאהדתה, לכן איני סובלת משום אכזבה משזאת אינה מגיעה.

פיתחתי ראייה חיובית יותר על עצמי. ואולי משום־כך איני זקוקה עוד לאהדתה של אמי, או אולי להיפך, מהרגע שלא נזקקתי עוד לאהדתה יכולתי לחשוב על עצמי באורח חיובי יותר.

לאמי יש עדיין הרבה תלונות, אבל היא יוצאת ונפגשת עם ידידים. למרות שלעולם לא תודה בכך, יש לרבים מידידיה ילדים שנישואיהם נהרסו, וזה קצת סתם לה את הפה. קרוב לוודאי שזה איפשר לה לעכל גם את הבושה. למרות שרציתי לספר לך מה קרה, באתי לכאן למעשה כדי לדבר אתך על ביל ועלי. ביל עדיין עם אשתו, וקשה לו מאוד במצב הזה. אנחנו עדיין נפגשים בקביעות, ואכפת לנו מאוד זה מזה. אני מנסה לעזור לו כפי שעזר לי כשהמצב היה קשה. הוא רוצה לבוא לגור אתי, ודי לוחץ עלי שאסכים לכך. במובנים מסויימים זה מפתה אותי, כי הוא כליך רוצה בכך. אחרי שאבי נפטר הרגשתי אחריות כלפי אמי, ואז נישאתי צעירה ונעשיתי רעייה

ואם במשרה מלאה. עכשיו אני מעריכה מאוד את היותי לבדי, את העובדה שיש לי חלל משל עצמי, את האפשרות לנהל את הבית על-פי רצוני. יש לי הרבה ידידים והרבה תחומי התעניינות, וקשר סדיר עם ביל. חיי מלאים וטובים. חינוכו אותי להאמין שחיים בלי גבר אינם חיים מלאים. מות אבי היה טראגדיה עבור אמי, לא רק משום שהתגעגעה אליו, אלא מכיוון שחשה ששוב אינה אדם שלם. היא האמינה שחייה של אשה בלי גבר יכולים להיות רק חיים בדרגה ירודה. מנסינו, ההיפך הוא הנכון. חשתי לא־שלמה כשהייתי עם דארייל. עכשיו, מאז שאני לבדי, אני מרגישה אדם הרבה יותר שלם. מה דעתך? ביל לוחץ עלי, ואני מרגישה מרושעת מעט ואשמה על שאני מסרבת.

**משה:** אני זוכר שכשנפגשנו לראשונה היית נסערת, קרועה לגזרים מכל הלחצים השונים. בסופו של דבר הקשבת לעצמך והגעת להחלטה שלך. היום אני יכול לשמוע שאת בטוחה שהחלטתך היתה נכונה. יתכן שאינך זוכרת, אבל כשהחלטת להיפרד היית בטוחה שיהיה לך טוב, אבל היית מודאגת שמא יהיה רע לדארייל, לילדים, לאמך. נראה שהכול הסתדר על הצד הטוב ביותר לגבי כולם. אם את שואלת לדעתי, עליך לעשות מה שאת חשה בעומק לבך שטוב בשבילך. אבל בכל הכנות, מהאזנה לדברייך אין כאן כלל עניין להתלבטות, כבר החלטת. **פולה:** אני מניחה שזה נכון. החלטתי שבינתיים אני רוצה להיות לבדי. ויש עוד עניין: אני חשה שאל לי להחליט החלטות לטווח ארוך מדי. אני חופשייה לחיות חיים שמתנהלים מיום אחד למשנהו, ואם הנסיבות ישתנו, אני יכולה לשנות את החלטתי.



