

אוניברסיטת בר-אילן  
ביה"ס לחינוך  
היחידה לתואר שני  
המגמה לחינוך מיוחד  
התמחות במוגבלות שכלית

אוניברסיטת בר-אילן



## ”בקרוב אצלכם”

יחידאות (רווקות) בקרב בוגרים בעלי מוגבלות

שכלית: השלכות פסיכולוגיות וחינוכיות

פרופ' חפציבה ליפשיץ, חגית חגואל

# "בקרוב אצלכם" – "קלישאה" או חזון

יחידאות בקרב בוגרים בעלי מוגבלות שכלית -  
פרספקטיבה פסיכולוגית – חברתית וחינוכית

# שאלות

מדוע מרבית המבוקשים עם מוכחות שכלית נשארים לבד  
ללא בני זוג ?

□ כיצד ניתן להסביר יחידאות באוכלוסיה זו?

□ האם זו תוצאה של הקשיים הרגשיים - חברתיים הנובעים

□ מהמוכחות השכלית?

□ האם הקושי הוא בדפוסי התקשורת? ביצירת יחסים  
אינטימיים? או שניהם?

□ מה עמדת היחידאים בעלי מש כלפי זוגיות ונישואין?  
בחירה או העדר הלבדמנויות?

מה חלקה של החברה בהבניית תופעת היחידאות בקרב  
בעלי מש?

# סיבות ליחידאות – Singlehood

## באוכלוסיה בעלת התפתחות תקינה

תאוריות (Lahad)  
סוציולוגיות

יחידאות כתוצר חברתי

הבניית מושג היחידאות  
דרך האדרות, נורמות  
וציפיות חברתיות.

יחידאות מפרספקטיבה  
לאן חברתי

Sociology of time  
Waiting

תאוריות פסיכולוגיות

תאוריית ההתקשרות

אינטימיות – התאוריה  
הפסיכו – (1976) סוציאלית  
פא אריקסון

תאוריות הייחוס –

בחירה – הצדק הלאדאנויות

# מטרת המחקר

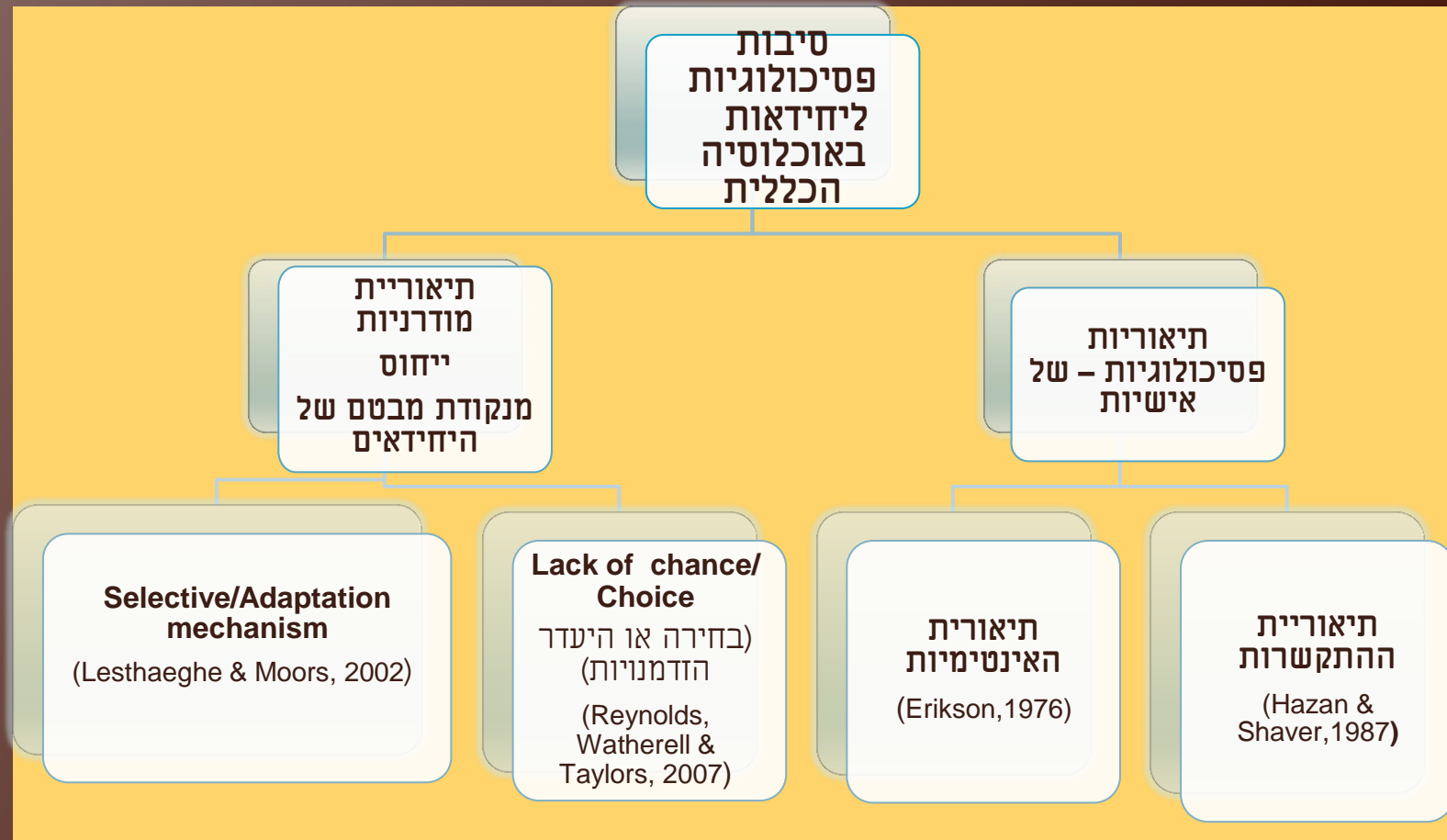
לבדוק את הסיבות לתופעת היחידאות (Singlehood) – רווקות, בקרב מבוגרים בעלי מוגבלות שכלית מנקודת מבטן של :

תיאוריות הקלסיות בפסיכולוגיה (התקשרות, אינטימיות),

תיאוריות מודרניות – ייחוס (בחירה – העדר הזדמנויות)

האם יחידאות באוכלוסיה זו היא תוצר של קשיים חברתיים רגשיים הנובעים מעצם המוגבלות עצמה.

# גישות/תיאוריות המסבירות יחידאות באוכלוסיה הכללית



# שיטה

קשר זוגי ( $n = 56$ )		יחידאיים ( $n = 40$ )		ערכים	משתנה
%	$N$	%	$N$		
64.3	36	45.0	18	נשים	מגדר
35.7	20	55.0	22	גברים	
48.2	27	37.5	15	הוסטל	מגורים
30.4	17	22.5	9	דיור מוגן	
19.6	11	37.5	15	עם הורים	
1.8	1	2.5	1	עצמאי	
96.5	54	90	36	עובד	עבודה
3.5	2	10	4	לא עובד	
32.7	18	25	10	יש	תסמונת דאון

96 מבוגרים :  
מוגבלות שכלית  
קלה עד בינונית  
( $IQ = 40-70$ ).

גיל כרונולוגי :  
 $M = 38$  25-65.

28 משתתפים  
עם (29%)  
תסמונת דאון.



# כלים

השאלון	מתודה	תיאוריה
שאלון סגנון התקשרות (Hazan & Shaver, 1987, תרגום טולמן, 1988)	כמותית	התקשרות
שאלון רשתות יחסים (Furman & Buhrmester, 1985)	כמותית	
שאלון פחד מאינטימיות – FIS (Descutner & Thelen, 1991)	כמותית	אריקסון
יכולת חשיפה אינטימית בקשרים בין אישיים (Shulman, 1997)	כמותית	
שאלון סיבות לנישואין – RMS (Vilchinsky, 2004)	כמותית	Lack of chance/ choice
שאלון תכונות רצויות בבן/בת הזוג (שחר, 1988)	כמותית	
ראיון חצי מובנה ליחידאים, למקיימי קשר זוגי	<b>איכותית</b>	
הערכת קשרי ידידות – Friendship Quality (Parker & Asher, 1993)	כמותית	קשיים בתחום הרגשי-חברתי
שאלון יחסים בין אישיים – FIRO-B (Schutz, 1978)	כמותית	
שאלון דימוי עצמי – 'הוא כך ואני כך' (גלנץ, 1981)	כמותית	
מבחן פיבודי – Peabody Picture Vocabulary Test (Dunn & Dunn, 1981, 1997)	כמותית	רמה קוגניטיבית



# ממצאים

# מודעות לנישואין בקרב בעלי מש

סה"כ		מקיימי קשר זוגי		יחידאים		
%	N	%	N	%	N	
74.0	57	77.1	27	71.4	30	רוצה
26.0	20	22.9	8	28.6	12	לא רוצה
100.0	77	100.0	35	100.0	42	סה"כ

# גישת התיאוריות הקלאסיות להסבר היחידאות

## Attachment – תיאוריית ההתקשרות (Bowlby, 1969; Hazan & Shaver, 1987)

גישתם של Hazan and Shaver (1987) חקרו את תיאוריית ההתקשרות בהקשר של יחסים רומנטיים בבגרות ומצאו כי דפוסי קשר ואהבה לבני המין השני **בבגרות הם תוצר של התנסויות בגיל הינקות** (Mikulincer, 2003).

**בעלי דפוס בטוח** - חווים את הקשר עם בן הזוג כמבוסס על אמון, ידידות עמוקה והרגש הנלווה לקשר הוא שמחה.

**בעלי דפוס נמנע** - חווים פחד וחשש מקרבה לבן הזוג. מתקשים לתת אמון, שכיחות נמוכה של קשרים רומנטיים.

**בעלי דפוס חרד/אמביוולנטי** - חווים רגשות קנאה, תנודות רבות במצב הרוח ואובססיות לבן הזוג, סימביוטיות במערכות היחסים.

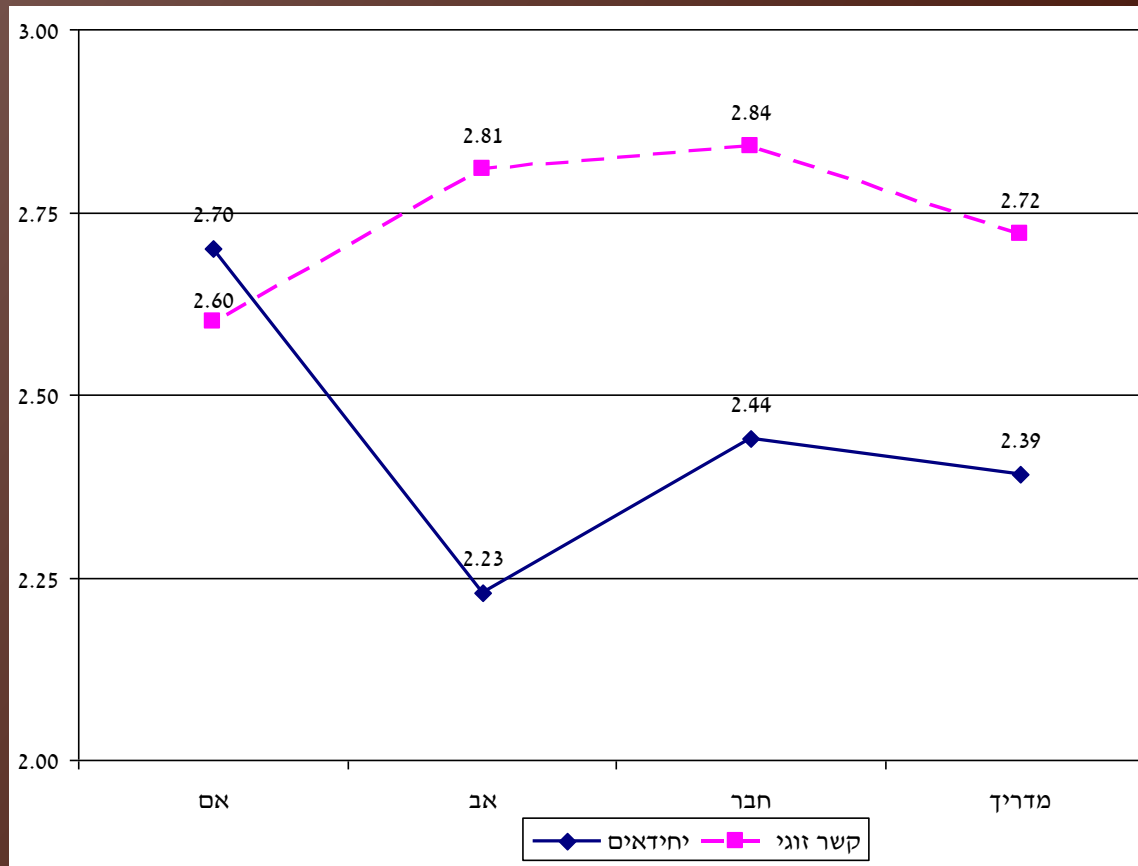
(Furman & Buhrmester, 1985)

# שאלון רשתות יחסים

מורה/מדריך	חברה טובה	אבא	אמא									
3 מאד	2 קצת	1 לא	3 מאד	2 קצת	1 לא	3 מאד	2 קצת	1 לא	3 מאד	2 קצת	1 לא	
3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	עוזר
3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	נמצא איתך
3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	מראה לך אהבה
3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	אפשר לשתף אותו בסודות

# דפוס התקשרות בטוח בקרב כל משתתפי המחקר יחידאים ומקיימי קשר זוגי

## הירארכיית התקשרות שונה בין יחידאים למקיימי קשר זוגי



# היררכיית ההתקשרות של רווקים ונשואים (Trinke & Bartholomew, 1997)

נבדקים עם בני זוג:

בן הזוג ← .1 בן הזוג  
.2 אם

יחידאים:

← .1 אם  
.2 חבר קרוב

## התיאוריה הפסיכוסוציאלית (Erikson, 1959)

מדגישה את הקשר ההדדי בין האדם לסביבתו ואת השפעת הקשר על התפתחות האדם.

אינטימיות מול בידוד - (18-35) בשלב זה האדם משתחרר מהשפעת הקבוצה והוא נערך ליצירת קשר רגשי עם אדם אחד, קשר הטומן בחובו מחויבות, פתיחות ויכולת חשיפה, הקרבה ופשרה (Shulman, 1993).

### אינטימיות

היכולת ליצור קרבה רגשית לאדם אחר כבסיס ליחסי קבע, לחלוק את ה'עצמי', את ההתרגשויות, הכמיהה, הפחדים, ההזדקקות והיכולת לשמוע חלקים אלו אצל האחר (Shulman, 1993).



# התיאוריה הפסיכו-סוציאלית – שאלון פחד מאינטימיות

## שאלון פחד מאינטימיות ( Descutner & Thelen, 1991 )

**אינטימיות ורבליה** – שאלות הבודקות יכולת לשתף במלים אודות רגשות וחוויות

דוגמא : לספר לחבר על משהו עצוב שקרה לך ; לדבר עם החבר על הקשיים שלך

**אינטימיות פעילה** – שאלות הבודקות יכולת להיות עם האחר להקשיב ולתמוך

דוגמא : לשמוע דברים אישיים וחשובים שהחבר הקרוב מספר לך ; כשהחבר שלך עצוב – להראות לו שאכפת לך ממנו

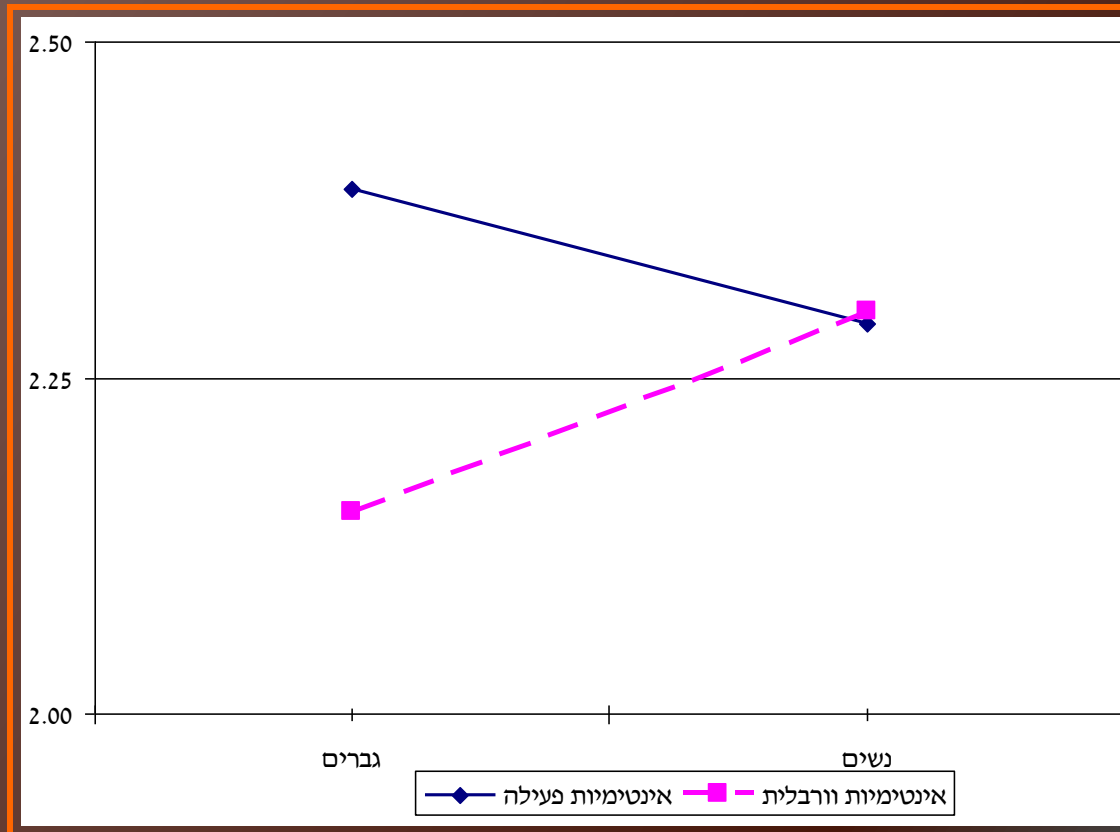
## שאלון אינטימיות בקשרים בין אישיים - Adolescent intimacy revisited

(Shulman, 1997)

האם אתה משתף את החבר שלך בדברים אישיים הקשורים בך ; משפחתך ; מראה פיזי, בריאות

# FIS-Fear-of-Intimacy Scale (Descutner & Thelen, 1991)

לא נמצאו  
הבדלים בין  
יחידאים  
למקיימי קשר  
זוגי ביכולת  
ליצירת  
אינטימיות עם  
חברים



בכל קבוצת המחקר – מדד אינטימיות וורבלית בקרב הגברים נמוך יותר מאשר בקרב הנשים. ציון הגברים במדד אינטימיות פעילה גבוה יותר מאשר במדד אינטימיות וורבלית.

© מחקרם של Heller and Wood (1998) בדק הבדלים מגדריים ביכולת לאינטימיות בקרב זוגות נשואים באוכלוסיה הכללית. בקרב הנשים נמצאה יכולת גבוהה יותר לאינטימיות וכן יכולת גבוהה לנבא את רגשות בן הזוג.

© הבדלים מגדריים בקרב מבוגרים עם מוגבלות שכלית בהקשר של יכולת לקשר אינטימי, זהים להבדלים המגדריים באוכלוסיה הכללית.

# תיאוריות מודרניות להסברת יחידאות

## תאוריית הייחוס

choice – lack of chance – בחירה – מול היעדר הזדמנויות

(Lesthaeghe & Moor, 2002; Reynold et al., 2007)

יחידאות: בחירה בסטטוס – מצב אליו נקלע האדם מכורך המציאות.

chance



choice

choice – האדם קושר בין התנהלותו ובחירותיו לסטטוס היחידאות.



**Selective mechanism** – הערכים שהאדם ספג בחייו, מעצבים את בחירותיו.

chance – יחידאות – תוצאה של גורל, חוסר מזל ונסיבות החיים.



**Adaptation mechanism** – האירועים והמצבים בדרכו של האדם מעצבים משפיעים או משנים את הערכים אותם הוא נושא.

## שאלון סיבות לנישואים - (Vilchinsky, 2004)

כדאי להתחתן כי :

### סיבות רגשיות:

⊙ אוהבים אחד את השני

⊙ כי רוצים קשר רגשי חזק

### סיבות פרקטיות:

⊙ כי אתה רוצה שמישהו ידאג לך

⊙ כי קל יותר להיות נשוי מלהיות רווק

## שאלון תכונות רצויות בבן/בת הזוג – (שחר, 1988)

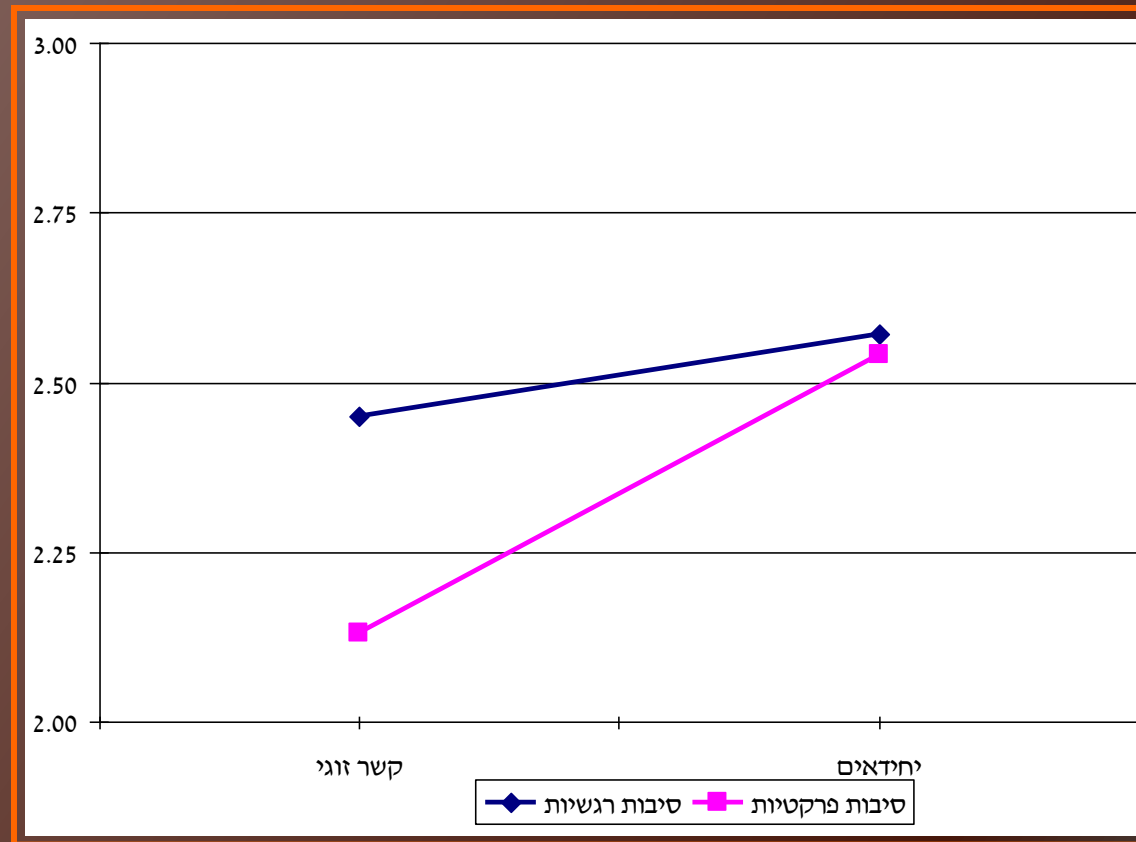
כמה חשוב לך שתכונה זו תהייה אצל בן / בת הזוג :

1. חכם

2. יפה

3. עוזר בעבודות הבית

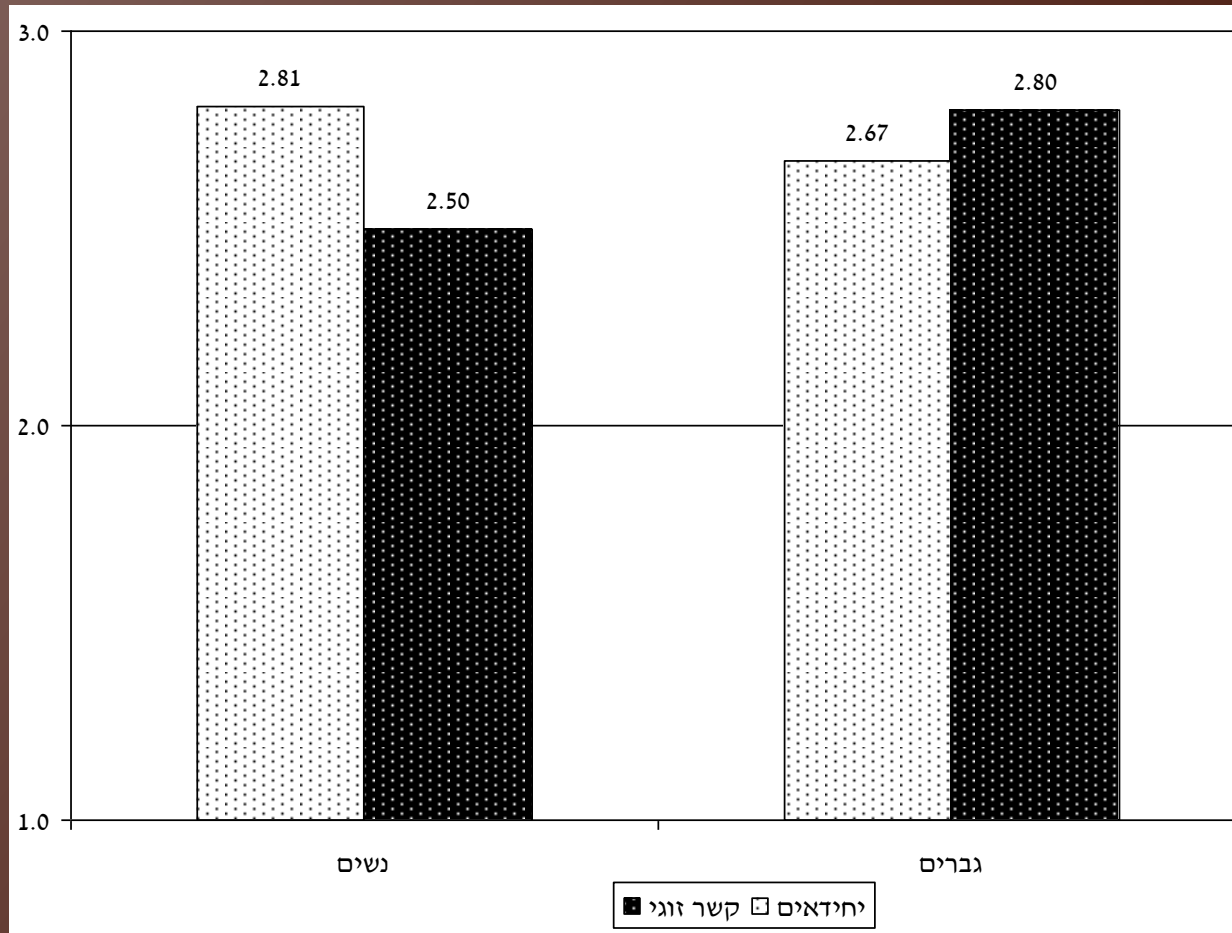
# סיבות לנישואים (Vilchinsky, 2004) R M Scale



בקרב יחידאים – מידת חשיבות גבוהה וזהה לסיבות פרקטיות ורגשיות.  
בקרב מקיימי קשר זוגי – הסיבות רגשיות קודמות לסיבות פרקטיות.



## שאלון תכונות רצויות בבן הזוג - (שחר, 1988)



נשים יחידאיות מצינות את התכונות הרצויות בבן הזוג באופן מובהק

גבוה יותר מאשר נשים בקשר זוגי .

# יחידאות באוכלוסיה בעלת מוגבלות שכלית סיכום

## תאוריית ההתקשרות – Attachment

מערכת היחסים של היחידאים עם האם עומדת בבסיס תופעת היחידאות באוכלוסיה בעלת מש

האם כפי הנראה נתפסת כמגוננת מידי בעיקר בגיל המבוגר. מערכת היחסים עם האבות באוכלוסיה זו כמעט לא נבדקה.

## תאוריית האינטימיות

קיימת יכולת לאינטימיות אנושית באוכ בעלת מש : אינטימיות פעילה < וורבלית

## תאוריית ייחוס – בחירה מול העדר הזדמנויות

קיימת מערכת ציפיות בלתי ראליסטיות בקרב היחידאים ביחס לתכונות האידיאליות של בן הזוג וגם בסיבות לנישואים:

יחידאים – ציונים גבוהים יותר בסיבות לנישואין גם בסיבות הפרקטיות וגם הרגשיות הדרישות של היחידאים מבן הזוג גבוהות יותר והם מחפשים את כל התכונות גם פרקטיות וגם רגשיות

בעלי קשר זוגי- ראליסטיים יודעים שא"א אפשר לקבל הכל. מבינים שהרגש בנישואין יותר חשוב! והדרישות מתונות יותר

# עמדות היחידאים ומקיימי קשר זוגי – ראיונות עומק

ניסיון להעמיק ההבנה אודות סכמה פנימית בקרב יחידאים  
עם מוגבלות שכלית כלפי זוגיות ונישואים המשפיעה על  
עמדתם והתנהגותם



- האם היית מעוניין להיות בקשר זוגי? / האם היית מעוניין להתחתן?
- למה יש כאלה שיש להם חברים ויש כאלה שאין להם?
- את/ה אומר/ת שאת/ה רוצה בן/בת זוג. היום אין לך בן זוג. למה?
- אם נגיד יהיה לך חבר. מה יאמרו על כך ההורים (האחים..)? / מה עמדת המשפחה (ההורים/האחים) לגבי הרעיון שתתחתן?
- אם תתחתן. מה יהיה אחרת. ספר לי

# עמדות היחידאים בהשוואה למקימי קשר זוגי כלפי יחידאות/זוגיות

**עמדה** : נטיית האדם להגיב בדרך מסוימת כלפי גירוי .  
העמדה מבטאת את יחס האדם כלפי נושא מסוים או רעיון  
(Rajecki,1982)

**3 מרכיבים עיקריים לעמדה :**

**קוגניטיבי**

**רגשי**

**התנהגותי**

(Feldman, 1993; Freedman, Carismith, & Sears, 1970; Levi-Segev & Herts-Lazarowitz, 1986; McDavid & Harari,1974)

## המרכיב הקוגניטיבי

### יחידאים

סכמת זוגיות ונישואים בלתי ריאליסטית וסטריאוטיפית:

מצהירים כי רוצים להינשא ולבסס זוגיות אך מתארים את חיי הנישואים בצורה אוטופית חיובית:

"...חתיך הורס חכם..יביא כסף...נגור לבד בבית רק אנחנו יהיו 10, 5 ילדים" / "בית ואוטו. שהבעל יסיע אותי באוטו למלון...ג'קוזי, בריכה, מסעדה" / "עם אישה זה לא ככה כמו עכשיו. זה כל הזמן היא תבשל לי, יהיו לנו ילדים, האישה שלי תיקח אותם לגן ילדים אני עובד פה במאפיה של שופרסל".

### קשר זוגי

סכמת נישואים ריאליסטית:

מצהירים כי רוצים להינשא ומבחינים בהירארכיה בין התכונות חשובות יותר / פחות לקיום זוגיות ונישואים. מעדיפים צרכים רגשיים על פני צרכים פרקטיים ונוחות.

"כמו עכשיו רק טבעת" / "מסיבה גדולה..חברים...נגור ביחד בחדר בהוסטל. לא ככה(כל אחד בחדר אחר)" / "לכל מקום כמעט נלך ביחד. זה לפעמים מעצבן אותי..."

## המרכיב הרגשי

### ● יחידאים

#### חוסר אונים ופחד ממימוש זוגיות

תחושה של חוסר בשלות נפשית ורצון לדחיית מועד מימוש הקשר הזוגי. מצטיירת תמונה בה הזוגיות הינה שינוי שיגרור קשיים ומורכבויות.

התבוננות פסימית המעוררת רגשות שליליים. זוגיות היא עבור האחר ולא עבורם, הם זקוקים להגנה, לטיפול, להיות גדולים יותר להתקדם – ואז יגיע הזמן. "מה אני יגיד לך. זה מפחיד. תראי זה מפחיד. שאני יהיה גדולה יותר כן. כן. (חבר)"/ "אמא ואבא שלי אומרים לי שזה מסובך לחיות עם עוד מישהו. אני לא צריכה את זה בחיים שלי. מפחיד כזה דבר. גדול.."

### ● קשר זוגי

#### שימוש בתיאורי רגש חיוביים

בתחושת הגשמה עצמית וברצון למימוש נישואים. מדובר במשימת חיים הנוסכת בטחון וגאווה עבור הפרט.

"הייתי לבד. היום לא. היום זה אחרת. אנחנו לא נפרדים לא לבד וזה העיקר"/ "הרוב פה אין להם חברים כמו לי שיש את ט. הם לבד. אני בשבת הולך אליה הביתה, היא בשבת באה אלי. אנחנו מאושרים, אפילו שרבים לפעמים"/ שהייתי קטנה בגן, בבית ספר רציתי חבר. זה מרגש בלב שלך"



# המרכיב ההתנהגותי

## קשר זוגי ●

אקטיביות- מבינים את הצורך בפעולה הכרוכה במאמץ למציאת בן/בת זוג . בן הזוג לא יופיע מאליו ועל היחיד לעשות מאמצים ולסייע לעצמו בכך

מיקוד השליטה פנימי. קיימות אסטרטגית חיפוש ומתן פתרונות מעשיים : העלאת הנושא על השולחן באופן מילולי, הגברת המודעות של הדמויות הקרובות בכמיהה לבן זוג, שיתוף ובקשת עזרה.

"אני סיפרתי לד. נדנדתי, נדנדתי"  
"לדבר בשביל למצוא"

## יחידאים ●

פאסיביות, השלמה עם המצב וחוסר רצון לשנותו תוך הסבר כי מדובר בגורל.

מיקוד שליטה חיצוני : הסיבה ליחידאות אינה תלויה בהם אלא בהורים/ ברצון האל/ בגורל/ במצב.. :

"זה המצב וצריך להשלים איתו. צריך להיות מרוצה " / "רוצה כלה. ככה זה , לא פשוט, לא פשוט. זה מה יש. " / "כן . הייתי רוצה חבר אמיתי שדואגים אחד לשני.. זה קשה. אין מי . מי?..לא יודעת למה.. " אלוהים

הנרבונו אנושה לא אנושה זבנו



# "פרספקטיבה סוציולוגית- עמדות ההורים"

## יחידאים

התכחשות , התעלמות , מסרים  
סותרים ומבלבלים . אמביוולנטיות:

"ההורים שלי אומרים שבהוסטל זה  
בעיה חברה . יש לי הרבה חברים אבל  
לא אהוב רומנטי" / "לא אומרים  
כלום" / "לא יודעת" / "אף פעם לא  
אמרו לי" / "לא מדברים על זה".  
/ "אמא שלי אמרה שאחרי שאני לא  
יהייה בהוסטל אפשר חתונה ושמלת  
כלה. בעוד 10 שנים ( בת 32) "

## קשר זוגי

אקטיביות ועידוד לקשר. עידוד ותמיכה  
בקשר הזוגי בהווה ובעבר. שיח פתוח  
וקונקרטי בכל הקשור לקיום זוגיות: "

אבא מסיע לוקח, שאל אותי: איך היה  
בפגישה? מברר. כל הזמן שואל  
שואל" / "כן..אמא ואחותי שואלים מתי  
תתחתנו. כולם רוצים שנתחתן כבר.  
שמלה, טבעת. הכל.. " / "אמא אמרה לי  
שגם אני צריכה בן זוג זה עוזר בחיים  
לא להיות לבד להיות ביחד עם מישהו.  
כמו אחותי הגדולה. הסבירה לי הכל,  
לקחה אותי לרופאת נשים והיא  
הסבירה לי כל מה שצריך להיזהר שלא  
יהיו ילדים כי זה כבר מסובד יותר".

# עמדות כלפי יחידאות/זוגיות ע"פ שלושת מרכיבי העמדה

:(Allfort, 1960)

היחידאים מגלים  
דיסוננס בין המרכיב  
הקוגניטיבי למרכיב  
ההתנהגותי  
והרגשי: דחיינות  
ביצירת קשרים  
התייחסות  
ליחידאות כגזירת  
גורל, עיסוק  
אינטנסיבי במצבי  
בריאות – הם  
אמצעים לגשר על  
הדיסוננס.



## סיכום:

### הסיבות לתופעת היחידאות

- גוננות יתר מצד האם
- עוצמת קשר פחותה עם האב בהשוואה למקימי קשר זוגי
- תפיסה אוטופית ובלתי מציאותית של קשר זוגי ומשמעותו.
- רצון לביסוס זוגיות לצד חשש, פסיביות והימנעות מקשר.
- מסרים סותרים ומבלבלים מצד ההורים.

# המלצות פרקטיות: המרכיב האישי – פסיכולוגי

1. זוגיות ומיסוד קשרים צריכים להיות חלק מתכנית ל"פיתוח מטרות" חינוך ל"הכוונה עצמית" (Self determination) ו"אוריינטציה עתיד" ( Future orientation) באוכלוסיה בעלת מ"ש החל מתקופת ההתבגרות.

2. יש לשלב בתכנית הלימודים את שלבי ההתפתחות הרגשית לפי אריקסון ולהתייחס לציפיות והתפקידים הנדרשים מהאדם בתקופת הבגרות כולל מציאת בן זוג.

3. תכנית ההכשרה צריכה לכלול:

פיתוח מודעות לצורך בזוגיות, אינטימיות – רגשית, רוחנית

עבודה על מיקוד שליטה פנימי, יוזמתיות,

מתן כלים למציאת בן זוג, דרכי חיזור, הכנה לזוגיות, פתרון בעיות וכו', הבניית תפיסת עולם ריאליסטית בהקשר של זוגיות ונישואים.

# המלצות פרקטיות – פרספקטיבה סוציולוגית – תרבותית

⦿ יש לעבוד על "שיח הזוגיות" בקרב בעלי מש גם בקרב **אמהות** וגם בקרב **האבות**. נושאי השיח:

⦿ הגברת האמונה בתרומת האינטימיות - זוגיות ונישואין לאיכות חייהם של בעלי מש,

⦿ הצד האתי – מוסרי

⦿ הכוונה נכונה של הבוגרים בעלי מש במהלך החיים לקראת שלב האינטימיות

⦿ בניית ציפיות ריאליסטיות

⦿ חשיפה לפעילויות פנאי וחברה

⦿ יצירת הזדמנויות ועוד.

# צוות מקצועי – מצביי מדיניות, מנהלי מסכרות, צוות ישיב

● אמנת זכויות האדם לאנשים עם מוגבלויות: "על המדינה לפעול למניעת אפליה נגד אנשים עם מוגבלויות ככל הנוגע לזכויות המשפט והס: הכרה בזכויות להינשא ולהקים משפחה, לקיים מערכות יחסים והכרה בזכויות להחליט על מספר הילדים. על המדינה לפעול להנעת מידע בתחום פוריות ומכנון המשפחה (2006, סעיף 23)".

● יש לעבוד על "שיח הזוגיות" בקבוצות אלו. נושאי השיח:

● הגברת האמונה בתרומת האינטימיות - זוגיות ונישואין לאיכות חייהם של בעלי מש,

● הצד האתי – מוסרי

● הכוונת הבוגרים בעלי מש לקראת שלב האינטימיות במהלך החיים

● בניית ציפיות ריאליסטיות מנישואין ובן זוג

● חשיפה לפעילויות פנאי וחברה

● יצירת הזדמנויות ועוד



# המלצות למחקרי המשך:

- תסמונות - בדיקת ההבדלים בסכימת זוגיות/יחידאות בקרב בעלי ת"ד לעומת בעלי מש ללא אטיולוגיה ספיציפית.
- המרכיב הסוציולוגי – בדיקת תופעת היחידאות בזיקה למגזר: דתי/חרדי/חילוני/ערבי.
- הורים - בדיקת עמדות אבות/אמהות כלפי זוגיות ונישואין בקרב בעלי מש
- מנהלי מסגרות/אנשי צוות- בדיקת עמדות הצוות בנושאים הנל.



# בוקר בהיר אחד / סיגל הראל

(מתוך קובץ שירים: להוציא את הגעגועים  
מן הכיסים , הוצאת כנה, ירושלים)

שמש אדומה

זרחה לנו

והירוק בחלונך

שפתי רועדות

וזרועותיי נפתחות

שוב אתה חוזר

אלי ואומר אהבה

עיני הסגורות נפתחות

זרקתי אליך מפתחות

בשבילי אתה האות

אותה קלילות

ואותו ריקוד

אוהבת אותך

בוקר בהיר טוב

רק איתך

נצמדת אליך מרצון

ציפור חופשיה בו

קוראת לי לרצות

עוד

# בלי בושה / סיגל הראל

(מתוך קובץ שירים: להוציא את הגעגועים  
מן הכיסים, הוצאת כנה, ירושלים)

בלי בושה, הולך לו עם אחרת  
אני בפיינה ולא קיימת.

רצה אל האופל,

מבקשת זרועות פתוחות

ואתה הולך אליה.

הטלפון שרוף.

והיא פתאום נחשפת לפניו

ועלי היא מרכלת.

שמעי ילדה,

אני מכירה אותך מקדם

הוא ילך ממך,

ואת פוחדת

נחשפתי מול האור

ואני חולמת שיחזור

אלי, אלי, אלי.

ואתה איננו כאן

אני רוצה אותך

כילד. רוצה אותך

ורק היום שדיברנו

המלים לא יצאו לי

אתה יודע שזה קשה

אני אוהבת אותך

אני סתם קוראת לך

אתה יודע ואני יודעת

שלא ניפרד לעולם

תודה רבה

## אב למקיים קשר זוגי

על הבעיה נודע לי בדיוק ברגע שהוא נולד. יצא רופא...היינו בבית החולים...הוא אמר לי יש פה בעיה ובשתי מילים הסביר לי מה הבעיה. תסמונת דאון. וזו בעיה שנצטרך להתמודד. לנורית סיפרתי לה כשיצאנו מבית החולים. כשהגענו הביתה. זה גיל כל כך קטן שאפילו לא הספקנו להבחין במקרה שלי, גרתי בעיירה קטנה. השכן שלי היה באותו גיל עם תסמונת דאון. אז הייתי מאד רגיל ל...ממש חבר בגיל שש שבע שמונה...היינו משחקים ביחד. אחר כך לא. מפני שאני עברתי. המשפחה עזבה את העיירה. אז בשבילי זה היה דבר שהכרתי..היו לי עוד חברים בבי"ס. לאבא שלו היה חנות. לאבא שלי הייתה חנות. גרנו ממש דלת ליד דלת. זהו אז בכל אופן ידעתי שאני...כשסיפרו לי תסמונת דאון ידעתי מה יש לנו ביד. אז ככה התחיל הסיפור.

## משבר השינוי

(עם הקבלה והיוודע דבר  
הלקות/הנכות)

בשבילי זו התנהגות טבעית לגמרי. אנחה....אני חושב שזה ההורים. אנחה...א...החינוך...קודם כל לא בכל בית הילדים מתקבלים כאלו לא קרה כלום ויאללה בואו כולנו קדימה. ויותר ממקרה אחד שלא סימפטי. ז"א שמפרידים. יש לנו מכירים שידענו שיש להם ילדים עם פיגור וכמעט לא ראינו אותם. אבל אני חושב שזה עניין של חינוך. הילדים האלה לומדים המון ממה שהם רואים. אנחנו אמרנו לארבעתנו לפני הבנים בוא ננסה ונחייח רגיל.

**המשבר בערכים האישיים**  
(יאוש/השלכה/הכחשה/הדחקה

אשמה עצמית...)  
**רגשות**

המתעוררים כתוצאה מחוויות  
של גידול הילד. חונכנו  
להישגיות ומה עכשיו ?

אנחנו דגלנו, לא ידע אם בצדק או לא בצדק, הכל בהתאם למצב, שכמה שיותר הוא יסתובב במסגרת של אנשים רגילים יותר טוב. השאלה הראשונה אז מה עושים?! הן כנראה היו בשוק יותר מאיתנו. בכלל מה עושים? אף אחד מהרופאות לא נתן לזה חשיבות. ניסו להרגיע אותנו. לא זה לא כלום, זה בסדר, ניסו להרגיע אותנו. את יודעת.. גם כשזה רופא הקשר הרגשי...אז כשהיו שואלים אותן את שומעת יהיה בסדר. נודע לנו במקרה על מומחה שהגיע מארגנטינה לכמה ימים מבואנוס איירס. החלטנו לנסוע להתייעץ אתו. הוא בדק אותנו. וידא שזה באמת תסמונת דאון. הסביר לנו מה הסיפור של הטריזומיה 21. וכרופא הוא פסיכולוג אדיר. הוא אמר לנו משפט אחד שזה כיוון לנו את החיים. בן אדם רגיל מגיע IQ ל70-75 אחוז התפתחות. אז אתם צריכים לכוון את הבחור למאה אחוז. ואז יכול להיות שעם זה יהיה משהוא. לנסות ולהגיע למקסימום התפתחות מוחית שלו שיכול להיות. להתייחס אליו כאל בן אדם ולא כאל ילד עם פיגור. וכך החדרנו את זה לילדים שלנו. לשני הילדים שלנו. וכך התפתח כל הילדות שלו ושל הילדים שלנו. לא היה להם קל אבל כחלק מהמשימה המשפחתית. עד היום אנו דואגים ודואגים אבל ההתפתחות שלו...עם הבנים זאת הייתה מעמסה כבדה. אבל את זה לא יכולנו למנוע.

עודדנו...כל הזמן. גם דואגים.

ניסינו שזה יהיה כמו שהגדול בא ואמר שזה...כמו שהבת באה ואמרה שהיא רוצה להתחתן אז גם איתו זה היה ככה.

עשינו את המסיבה, מסיבת חתונה, כמו כל חתונה. היום כולם זוכרים את החתונה. אמרתי בהתחלה שהרופא ההוא אמר לנו שתנהגו איתו רגיל בכל דבר. אז רצינו ללכת בקו הזה.

כשמתחילים להתחלה אפשר לעשות כמעט את הכל. זו ההתפתחות היומיומית במשפחה נורמאלית. מקושר. החברים שלנו שלא נפגשים. אנחנו לא יוצאים בלי דיויד. היום כבר לא. יש לו את העניינים משלו.

אני אומר לך אני משווה את זה לחיים רגילים.

אצלנו התפקידים התחלקו יותר בין הבנים. חגי הגדול שהיה ספורטאי, ג'ודאיסט והוא לקח אותו איתו, במשך שנים, את דיויד למכון שלו. והבת היא...העברית שלנו לא הייתה. הבת עזרה לו בשיעורים. עזרה לו בבית הספר.....אנחנו היינו צופים. אנחה....אני חושב שזה ההורים. אנחה...א...החינוך...קודם כל לא בכל בית הילדים מתקבלים כאלו לא קרה כלום ויאללה בואו כולנו קדימה.

## משבר המציאות

(מה עושה ההורה כדי לעזור  
לעצמו. התמודדות עם קשיי  
היום יום, חיפוש איזון)