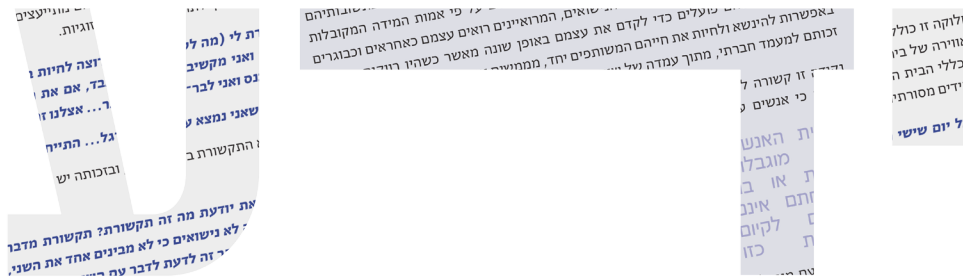




שיח



תוצר של שעות מחקר
שעות התבוננות ולמידה
מעולם העשייה של 'עלי שיח'

ליבת הגיליון היא הצורך לפעול כדי לתת לאדם עם המוגבלות את הזכות ואת האפשרות להביע את תפיסתו לגבי חייו ולגבי התהליכים שהוא עובר.

קבוצת העצמה

קבוצת העצמה וקשרים מיטיבים לנשים עם מוגבלות שכלית המעוניינות להינשא

ביטון טלי*



מבוא

המאמר עוסק בקבוצת העצמה אישית לנשים הנמצאות במערך הדיור המוגן השיקומי בקהילה של עלי שיח. המוגבלות של נשים אלה מוגדרת כקלה עד גבולית. על פי הגדרת DSM-V (2013), מוגבלות שכלית באה לידי ביטוי במיומנויות תפיסתיות, חברתיות ומעשיות. ניתן לחלק את המוגבלות לשני מרכיבים: הראשון, מוגבלות בתפקוד האינטלקטואלי ובכלל זה קשיים בפעולות קוגניטיביות כמו הסקת מסקנות, פתרון בעיות, חשיבה מופשטת, למידה אקדמית ולמידה מניסיון. השני, מוגבלות בתפקוד ההסתגלותי ובעמידה בסטנדרטים התפתחותיים וחברתיים הנדרשים מבני גילו ללא תמיכה מתמשכת של אנשי מקצוע (קדרי ושמעון, 2015).

הנשים האמורות הן עצמאיות במרבית תחומי היומיום אך לעיתים נזקקות לתמיכה נקודתית. הן חיות בדירה בקהילה והן חולקות אותה עם שתיים עד שש שותפות. במקום נמצאות מדריכות וקיים סדר יום קבוע הנקבע לכל אחת על פי תוכנית השיקום שלה. השימוש במונח "שיקום" מטעה לא אחת. לעיתים קרובות יש הנחה כי אנשים עם מוגבלות הנמצאים בתהליך שיקום "יחלימו" ממוגבלותם. במציאות, מטרתו של תהליך השיקום אינה לרפא את המוגבלות אלא לקדם את האדם ככל הניתן בהתאם ליכולותיו (הדס-לידור, ברור וברלוי, 2009; רייטר ורייזר-קרני, 2009). כחלק מתהליך זה נעשים מאמצים לסייע למשתתפים בתוכנית השיקום להשתלב בקהילה כשוויים.

הנשים האמורות הן חלק מקהילת שומרי דת ומצוות, וככאלו הן אמורות להשתלב במרקם החיים של קהילות אלו. הרצון להינשא עלה על ידי הנשים עצמן. רצון זה מושפע בין היתר מהשתלבותן בקהילה שבה משמעות רבה לברית הנישואין. מטרת הנישואין בקהילות הדתיות איננה מסתכמת במציאת בן־זוג ואינטימיות לבני־הזוג, אלא יש בה נדבך חשוב במבנה הקהילתי והחברתי. על פי גישה זו הנישואין הם הקרקע שעליה ניתן לקשור קשר עמוק של מימוש עצמי ושותפות, לבנות יחד סיפור חיים ולפעול לבניית בית יהודי. המשפחה נחשבת ליחידה החברתית הבסיסית שעל בסיסה מתקיים הסדר החברתי. בתוך הבית ישנה חלוקת תפקידים ברורה בין גברים ונשים וגם בין הורים לילדים. מעמד הרווקות או היחידאות בקרב אוכלוסייה זו נתפס כשלב שלפני ההתבגרות (בארט ובן-ארי, 2015; וסרמן, 2017).

הנישואין הם
הקרקע שעליה
ניתן לקשור קשר
עמוק של מימוש
עצמי ושותפות

הקבוצה האמורה נוצרה לאחר שהנשים עצמן העלו רצון להינשא ומתוך מטרה של העמותה לבחון איתן כיצד הן רואות את תהליך הנישואין. מטרת הקבוצה הייתה לאפשר למשתתפות מקום להעצמה, לבירור עצמי של הרצונות, של הצרכים ושל הגבולות האישיים והחברתיים שבתוכן הן מתנהלות. רציונל הקבוצה נבע מההבנה כי בעלי המוגבלות מתקשים להגדיר את הקודים החברתיים והתרבותיים המתקיימים בין בני האדם ואשר משתנים ללא כל תבנית ברורה ומוגדרת לכאורה (רייטר ורייזר-קרני, 2009; הדס-לידור, ברור וברלוי, 2009). החשש הוא כי גם אנשים עם מוגבלות שכלית, מעצם היותם כיתר בני האדם, חשים כמיהה לקשרים אנושים ולקשר זוגי בתוכם (Drew & Hardman, 2004). הצורך בקשר לא אחת מוביל אנשים רבים - לאו דווקא עם מוגבלות - לקשר פוגעני ונצלני. הסיכוי לניצול אנשים עם מוגבלות גבוה יותר מאשר באוכלוסייה הכללית. ניצול זה כולל לא אחת גם פגיעה בידי האחראים לשלומם של אנשים אלו. נראה כי מעבר לחוסר ההבנה לכך שמדובר בניצול וכן מעבר לפחד ולמבוכה, עצם הרצון לקשר עלול להוביל את בעלי המוגבלות לאפשר פגיעה מסוג זה.

תיאור הקבוצה: קשרים מיטיבים



הקבוצה המוצגת נוצרה כקבוצה ניסיונית. מטרתה הייתה העצמה והגדרה עצמית כשלב מקדים לזוגיות. מדובר בקבוצה סגורה קצרת מועד. הוגדרו לה תאריך התחלה ותאריך סיום וכן כמות המפגשים. עיצוב הסטינג נועד בין היתר לאפשר למשתתפות ראייה של התהליך בכללותו ותחושת שליטה על המציאות. המפגשים עצמם נערכו אחת לשבוע על ידי מנחה קבועה. בסך הכול השתתפו בקבוצה 12 נשים. חלקן גרושות וחלקן רווקות. עיצוב התכנים נעשה בראש ובראשונה בהתאם לתכנים שהעלו הנשים. אחת מאבני היסוד של הגישה ההומניסטית היא יכולת השליטה של הפרט בחייו ובתהליך השיקומי שהוא עובר (הוזמי ונסים, 2019; הייק, 2007).

בקבוצה הנוכחית בחרנו לנסות ולהגדיר עם כל אחת מהמשתתפות מה מבחינתה הוא קשר מיטיב וכיצד היא מבחינה בין קשר זה לפוגעני. חשוב היה להעניק לנשים את היכולת לבחון את מהות הקשר כך שיוכלו לזהות קשר מיטיב גם בעתיד. בדברנו על קשר מיטיב, אנו מתייחסים לקשר המאפשר אמון הדדי ותקשורת בריאה. בהתייחסותנו לקשר זוגי, נגענו בשלושה חלקים:

- 1 מה אני מביאה איתי לקשר, כלומר כיצד אני תופסת את עצמי
- 2 מה אני מצפה מבן-הזוג
- 3 מה אנחנו בונים יחד כזוג

הנושאים עלו במהלך הפגישות תוך שהם משתרגים זה בזה. מטרת השיח בקבוצה היה לאפשר למשתתפות לזהות מה נכון לכל אחת ואחת מתוך תחושותיה ומתוך הבנתה את הסיטואציה. כמו כן, ניתן מקום לדיון על איך נשים עם מוגבלות רואות את עצמן, את מוגבלותן ואת עתידן בחברה.

אני כאישה: דיון זה התייחס לפער שבין היותן נשים לבין ההתייחסות אליהן לא-פעם כאל ילדות. אחת הדילמות שעלו היא מקומה של אישה בחברה לעומת מקומה של ילדה והדרישה כי תנהג לפי הכללים התרבותיים והחברתיים של הקהילה שבה היא גרה.

אני המוגבלת: עד כמה אישה עם מוגבלות מודעת למשמעות המוגבלות שלה? כחלק מהדיון על העצמי של כל אחת ואחת, עלתה התייחסות לנושא המוגבלות. מתוך השיחות עלה כי הנשים אכן מודעות למוגבלות שלהן. בעבור חלקן, כתוצאה מהמוגבלות, הן חשו צורך להתפשר לגבי סוג הקשרים שאליהם הן יכולות לשאוף. עם זאת, במהלך התהליך עם הקבוצה צמח קול אחר אשר התייחס לכך שהן מכירות את נקודות החולשה שלהן ויודעות כיצד להתמודד איתן.

"צריכה לזהות המקומות שאני חלשה בהם ולשים את עצמי במקום. אני אדם בעל מגבלה פיזית יש דברים מסוימים שאני לא יכולה לעשות כמו להרים דברים כבדים זה יגרום לי לקושי... לא לחיות באשליה שאני יודעת הכול".

עם זאת, לתפיסתן, המגבלה היא חלק ממי שהן, ולא אחת היא משפיעה עליהן לטובה.

"המגבלה שלי הפכה אותי למי שאני – שמחת חיים, אני אדם שמכיל, יודע להסתכל על החיים בצורה קצת שונה מאנשים אחרים". "בזכות המגבלה והחולשה אני שומר רת על עצמי... מסכימה לקבל את המציאות... לא מתנגחת מתמודדת".

אני כאדם שלם: הבחירה בעבודה קבוצתית, המתבססת בין היתר על עקרונות של קבוצת תמיכה, אפשרה למשתתפות שיח פתוח וכן. חלק מהמשתתפות היו נשואות בעבר. במהלך חיי הקבוצה עלתה הכמיהה לסיכוי אחר ושונה. שותפות הגורל בקבוצה הובילה את הנשים בסופו של דבר לשיח של תקווה. שיח זה התייחס לשליטה של הנשים במצבן. הן אינן שולטות בהיותן מוגבלות; הן אינן שולטות בעברן; הן כן שולטות בהווה, ומתוך כך יכולות להשפיע גם על העתיד. כוחה של הקבוצה אפשר לנשים להכיר במסוגלותן לראות עצמן בשלמות עם כל הפגמים והמגבלות שלהן. הקבוצה גם נתנה מקום לנשים בעלות ידע ללמד ולהעביר מניסיון לאחרות ובכך לסייע להן.

מהו קשר נכון עבורי: הנרטיב הרביעי בתהליך הוא אולי הקשה ביותר. בתהליך עלו שאלות כמו: מהו קשר נכון? כיצד אני יודעת מה מתאים לי ומי מנצל אותי? השיח בקבוצה אומנם הגדיר את זכותן של נשים אלו לקשר טוב ונכון, אך עלתה כאמור השאלה: מהו למעשה סוג קשר שכזה? במהלך הפעילות הקבוצתית הצלחנו להגדיר עם המשתתפות מהו קשר מיטיב ומדוע הוא חשוב.

"לשים לב מה עושה לי טוב ולהתרחק ממה שלא עושה לי טוב".

"כדי לבנות בית צריך להכיר את עצמנו".

אך גם אנחנו וגם המשתתפות הבנו כי מדובר בנשים הנמצאות במקום של ריצוי. נשים שמתוך הרצון לרצות, מטשטשות את הזהות העצמית שלהן.

"אני צריכה להיות טובה עם כולם. אם אני יגיד לאדם לא - אני פוגעת בו. הרגישות למגבלה גורמת לי נזק כי אני מרצה ולא עושה מה שטוב לי".

"מה אני עושה כשהוא רוצה דברים ואני לא? ... אני רוצה שירגיש טוב".

במהלך חיי הקבוצה התייחסנו לנקודה זו וחיפשנו כלים לסייע בשמירה על הזהות העצמית ולהעצים אותה.

דיון



מטרת המחקר הייתה להאיר תהליכים אשר התקיימו בקבוצת נשים עם מוגבלות שכלית. על פי רוב, קיים קושי אצל אנשים עם מוגבלות שכלית להציג כלפי חוץ את רגשותיהם. מתוך כך לא אחת הם נתפסים כחסרי רגשות, ומנגד הם מועדים לפגיעות ולניצול מצד אחרים המזהים אצלם את הכמיהה לקשר.

במאמר הצגנו את התהליך הקבוצתי שעברו הנשים. צורת העבודה בתהליך הקבוצתי שבה פישטנו את דרך העברת החומר ופרטנו סוגיות מופשטות לכדי גורמים שניתן לתפוס בחושים כמו צבעים או תחושות גוף, אפשרה לנו להעביר לנשים מידע ומסרים רגשיים.

השיח הקבוצתי אפשר לנו המנחות להבין בצורה טובה יותר את עולמן של נשים אלו ואת חששן מפני חשיפה אישית במהלך השנים. לנו כמטפלות, הן אישיות והן קבוצתיות, היה קשה לקבל כי נשים אלו, מתוך ניסיון העבר שלהן ובעקבות חינוך של שנים, על פי רוב מסתירות מפנינו חלק גדול של עולמן הפרטי ולמעשה רואות אותנו כשונות מהן וכמי שאינן מבינות אותן. הדבר דומה לתגובה אופיינית של נשים מהגרות. במהלך הקבוצה אפשרו לנו המשתתפות הצצה אל

עולמן הרגשי, אל רצונותיהן ואל חלומותיהן, והציגו בפנינו עושר של תפיסות ושל רגשות אשר אומנם נזקקו לתיווך אך היו קיימים שם. מתוך שיח העמיתות שנוצר בקבוצה, ניתנה למשתתפות אפשרות למצוא שותפות לגורלן. עובדה זו סייעה להן לפתוח ולהעלות מקרים של פגיעה מינית או של ניצול בעברן. למרות הקשר הפתוח של המשתתפות עם המטפלות הפרטניות, הנושאים הללו עלו בעוצמה פחותה בטיפול הפרטני. אנו מניחות כי קיומה של קבוצה הדוברת אותה שפה ומבינה את התחושות אפשרה למשתתפות פתיחות זו וכי במהלך הטיפול בחדר על אף האמון הקיים בין מטפלת למטופלת זכרו המטופלות את הקודים החברתיים שנלמדו בעבר – לא אחד מידי האדם המנצל - של הסתרת הדבר כחלק מהתנהגות לא־ראויה ולא־מקובלת. אנו מאמינות כי בקרב אנשים עם מוגבלות שיעור הפגיעות והניצול גבוה בהרבה מהמדווח, וכי בחלק גדול מהמקרים אין לכך התייחסות בשל חוסר אמון של אנשים עם מוגבלות ובשל יכולת ונכונות מוגבלות שלנו אנשי המקצוע לסייע להם בתהליך.

התהליך הקבוצתי הסתיים בדילמות רבות של המשתתפות לגבי קשר - האם הוא נכון עבורן ועושה להן טוב? האם יתקבל בהבנה בחברה שהן משתייכות אליה? האם הן יוכלו להתקבל כחברות שוות זכויות בקהילה? והאם יצליחו למצוא קשר שמתאים להן? חלק מהמשתתפות שינו את התנהגותן בעקבות הקבוצה, וכיום הן פועלות כדי ללמוד כיצד להתנהל בקשרים מיטיבים. אנו מאמינות כי מדובר פה בשפה חדשה שיש להטמיע הן בקרב אנשים עם מוגבלות והן בקרב מטפלים.

מתוך השיח העמיתות שנוצר בקבוצה, ניתנה למשתתפות אפשרות למצוא שותפות לגורלן

רשימה ביבליוגרפית

בארט, ע' ובן-ארי, ע' (2014). אחרי שמזבח מוריד דמעות: התמודדות אישית וחברתית עם תופעת הגירושין בחברה החרדית. כתב עת לחקר החברה החרדית, 1, 100-126.

גב, ס', רז, ש' ודביר, ל' (2010). מניעת נשירה באמצעות חיזוק התמדה: עבודה קבוצתית רב שנתית עם נוער בסיכון בישוב גבעת שאול. מניתוק לשילוב, 16, 172-180.

הדס-לידור, נ', ברואר, ג' וברלוי, ב' (2009). רמת התקווה בקרב אנשים עם מוגבלות פסיכיאטרית ובעלי מוגבלות פיזית המצויים בתהליך שיקום מקצועי. עמותה ישראלית לריפוי בעיסוק. 18(4), 277-302.

הוזמי, ב' ונסים, ד' (2019). שירות מכוון אדם ערכים ונורמות במתן שירות. בית איזי שפירא וקרן שלם.

הייק, ד' (2007). תרחיש מיץ התפוזים: יישום תכנית לקראת בגרות בבית ספר לתלמידים מרובי מוגבלויות החוסים במעון. סחי"ש סוגיות בחינוך מיוחד ושיקום 22(1), 59-68.

קדרי, מ' ושמעון, ש' (2015). סקירת ספרות בנושא אבחון אנשים עם מוגבלויות שכלית התפתחותית. משרד הרווחה ירושלים.

רייטר, ש' וקרני-וייזר, נ' (2009). מיפוי ביטויים של אלימות מילולית בקרב תלמידים עם ליקויים אינטלקטואלים בבית ספר לחינוך מיוחד: בחינת יעילות תוכנית ההתערבות בהפחתת השימוש בביטויים של אלימות מילולית. סחי"ש - סוגיות בחינוך מיוחד ושילוב 24(2), 5-19.

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. VA*

Drew, C. J., & Hardman, M. L. (2004). *Mental retardation: A lifespan approach to people with i*