

אבהות במעבר - סיפורה של האבהות במעבר הגירויים מנקודת מבט פסיכו-חברתית: פרק מספרה של אראלה גלין

הפרק מפורסם באדיבות הוצאת רסלינג

פרק 4: הבניית האבהות הלא-משמורנית

תהליכי ההבניה: תנועה במרחב רגשי דיאלקטי

סיפורי האבות חשפו את החוויה הפנומנולוגית שנוגעת לתהליכים הרגשיים הקשורים בהבניה האבהית במעבר הגירויים. אלו הם תהליכי הגדרה מחדש אינטרסובייקטיביים אישיים ובין-אישיים, הקשורים בהבניית חוויית העצמי כאב לא-משמורן, אשר מתבטאים בחוויה האבהית וביחסיהם של האבות עם האם והילדים.

תהליך הניתוח חשף תמונה תמטית ומבנית דיאלקטית. האבהות הלא-משמורנית, כפי שעולה מסיפורי האבות, מתעצבת ומוגדרת במרחב רגשי שמאופיין בדיאלקטיקה של נעדרות-נוכחות, היפרדות-התקשרות והתקרבות-התרחקות. אופיו הדיאלקטי של מרחב זה קשור לאובדן המרחב האבהי המשותף ולתהליכי התרת הזוגיות בד בבד עם הבנייתו של מרחב אבהי חדש והבנייתם של יחסי ההורים הגרושים.

הבניית האבהות מתרחשת בניסיון למצוא איזון אינטראקטיבי והדדי בין הקטבים הדיאלקטיים. קטבים אלו מייצגים חוויות עצמי דואליות, הקשורות לתהליכים הרגשיים שמתפתחים במעבר הגירויים. חוויות הנעדרות, הנפרדות וההתרחקות קשורות לחוויית האובדן. חוויות הנוכחות, ההתקשרות וההתקרבות קשורות לתהליכי ההבניה מחדש של הזהות התפקידית של האב הלא-משמורן.

קריאה מדוקדקת של הטקסט מעלה תמונה לא-אחידה של תמות, משאלות והתנהגויות העצמי ביחס לאבהות, שניתן לארגןן בארבע קבוצות, המתארות ארבעה אופנים שונים של התהליכים הדינמיים הקשורים בהבניית חוויית העצמי של אב לא-משמורן. ארבעה תהליכים דינמיים אלו הוגדרו כארבע תנועות במרחב הרגשי הדיאלקטי, ואלה כונסו למושג "מודל ארבע התנועות".

המטפורה של התנועה כמושג מבטאת את התהליך הרגשי הדינמי שנחוה במרחב זה. המושג "תנועה" מאפשר לבטא את המורכבות והדינמיות של התהליכים הרגשיים המתפתחים בהקשר של הבניית האבהות במעבר הגירויים, התובע הבניה חדשה, הגדרה מחודשת ומציאת איזון פנימי, בין-אישי ותפקידי "טוב דיו" באבהות. התנועות מתארות ארבעה מסלולי הגדרה והתפתחות שונים של הבניית האבהות הלא-משמורנית, היוצרים ארבעה מודלים מובחנים של אבהות לא-משמורנית.

ההגעה למודל ארבע התנועות התגבשה דרך סדרה של שאלות שנבחנו בטקסט של הראיונות, אשר נגזרו משאלת המחקר כיצד האב הלא-משמורן מבנה את אבהותו במעבר הגירויים? שאלה זו נוגעת לשאלות נוספות: מהן השלכותיה של חוויית האובדן על הבניית האבהות? כיצד האב נוכח כ"אבא" בהקשר של אובדן המרחב האבהי המשותף? איך הוא מתרגם את חוויית האובדן, ההיפרדות וההתרחקות לחוויה של נוכחות, התקשרות והתקרבות?

ארבע התנועות שהוגדרו: תנועת הלוויין, תנועת המטוטלת, תנועת הניתור והתנועה החוצה מתארות ארבעה תהליכים של הבניה, המתארים ארבע איכויות שונות בחוויה האבהית. כל תנועה מתארת זיקה רגשית ייחודית שמתקיימת בין החוויות הדיאלקטיות במעבר הגירויים. זיהוי תנועות אלו חושף את מושג הבניית האבהות במעבר הגירויים כתנועה אינטראקטיבית במרחב דיאלקטי. בכל אחד מסיפורי האבות המשתתפים במחקר

אפשר להצביע על תנועה מרכזית אחת, גם אם נמצאו אצלם גם אפיונים מתנועות אחרות. מקצתם אף תיארו מעבר מתנועה אחת לאחרת.

תנועת הלוויין מתארת עצמי שמכיל רבדים שונים ומנוגדים של החוויה. היא מתארת יכולת למכוונות רגשית דואלית המשלבת חוויות סותרות זו ליד זו. תנועת הלוויין היא תנועה מורכבת, המכוונת בו-בזמן אל חוויית הנעדרות ואל חוויית הנוכחות האבהית, אל חוויית ההפרדות ואל חוויית ההתקשרות, אל חוויית ההתרחקות ואל חוויית ההתקרבות, אל חוויית העצמי האישי ואל חוויית העצמי כאב. תנועת הלוויין מתארת את התהליכים הרגשיים כתהליכים של הכלה, מיזוג ואינטגרציה בין ניגודים, שמאפשרים תחושת המשכיות ורצף בחוויית האבהות. הקטבים אינם שרויים בקונפליקט. הם מאזנים זה את זה ותלויים זה בזה. אי אפשר להבין את האחד בלי האחר, והם יחסיים זה לזה. ישנה תנועה רגשית מן הניגודים לעבר אחדותם. בתנועה זו מתבטלת חוויית הניגוד ומתגלה ההכלה המאחדת של הממדים המשלימים את עצמם. ההתייחסות לניגודים הפנימיים כהיבטים של שלמות מקהה במעט את הממד המנגד הקונפליקטואלי ומאפשרת לאבות להניח בזהירות קיום של ריבוי פנימי של המרכיבים וההיבטים המנוגדים בחווייתם האבהית. דינמיקה זו מתארת זיקה אינטגרטיבית בין תהליכי האובדן לתהליכי ההבניה מחדש של החוויה האבהית. תנועה זו זוהתה בסיפוריהם של 14 אבות.

האישיות של להיות אבא זה משהו שאני מאמין בו כקונספט, אני חושב שאבא צריך להיות אבא, ואימא צריכה להיות אימא, בלי קשר לגירושים. המשמורת היא הגדרה חוקית ויבשה, היא לא משהו שקובע, כי גם כשאתה אבא בנישואים וגם כשאתה בחוץ בגירושים, רוב הפעולות שאתה מבצע או לא מבצע לא נובעות מהגדרה משפטית. ההגדרה של משמורן או לא-משמורן היא יותר במגרש של המשפטנים ולא במגרש של החיים. באמת יש לך קשיים כאבא כשאתה מחוץ למסגרת. כיוון שאתה לא נמצא שם שבעה ימים, עשרים וארבע שעות, יש לך קשיים ליישם דברים מסוימים, אבל אם אתה יודע להשכיל לעשות, לשמור לך את המסגרת, אז אתה כן תוכל להשפיע על הילדים, לעצב אותם לפי האמונות שלך או לפי הערכים שלך, ולתת להם איזה משהו ממך כדי שימשיכו אתו הלאה. זאת האמונה שלי, ככה אני חושב. סך הכול השינויים האלה מחדדים או מקהים את הנטיות שהיו לך לפני. אם לפני כן היחס היה ממוקד ילדים אז זה ממקד אותך עוד יותר, אם היית פחות ממוקד בילדים והיית יותר ממוקד עצמי אז זה בא לידי ביטוי גם כשאתה גרוש. (אלון)

בהתייחסותו לאבהות, אלון יוצר הפרדה בין הממד החוקי-חברתי לבין הממד האישי. הוא קובע שאבהותו תלויה בהתכוונות האישית שלו כאב: "להיות אבא זה משהו שאני מאמין בו כקונספט". קביעה זו מדגישה את חוויית האבהות הלא-משמורנית כתלויה עצמי וכביטוי לאופן שבו האב מבנה את אבהותו. אבהות זו מכילה את הרבדים המנוגדים של הנעדרות לצד הנוכחות: "יש לך את הקשיים ליישם כשאתה מחוץ למסגרת", ומנגד: "אם אתה יודע להשכיל לעשות לשמור לך את המסגרת, אז אתה כן תוכל להשפיע על הילדים". הנוכחות האבהית קשורה ליכולתו של האב להיות דמות משמעותית בעיצוב אישיותו של הילד ובתהליכי ההתפתחות והגדילה שלו. הוא אינו רואה הבדל עקרוני בין האבהות בנישואים לאבהות אחרי הגירושים. הנוכחות האבהית תלויה בבחירתו של האב להיות אב "ממוקד עצמי" או אב "ממוקד בילדים". הוא מעמיד את הנטייה של האב ולא את הגירושים כגורם שמאפשר את הנוכחות או הנעדרות האבהית. בהמשך, הוא מתאר את מורכבותה של

חוויית האבהות כמכילה רבדים של התקשרות השזורים בתחושות של אובדן. הוא מדגים כיצד הוא מגשר בין הרבדים הסותרים ומבנה מחדש מרחב אבהי משמעותי, שמאפשר את נוכחותו האבהית.

יש סוג כזה של שגרת חיים, כאילו הייתי גר אֶתם, אבל גם היום כשהם אתי, אני מרגיש שאני לפעמים מאבד אותם, ואני לא ממש שולט עליהם. לפעמים אני מוצא דפוסי התנהגות שאני הייתי מעוניין לעקור, בגלל שביום-יום יש פחות אינטראקציה, אני באמת יותר אומר להם "אני אוהב אתכם" כדי לתת להם יותר את התחושה של קשר, כל הזמן להיות איפשהו כמו לוויין כזה ברקע, של "אני קיים", כשקודם זה היה ברור מאליו שאתה שם, שאתה חלק מזה. יש הבדלים מהותיים בין לפני ואחרי, אתה יכול לסמן את זה במפורש. לפני כן אתה זורם עם החיים ואתה פשוט לא מקדיש חשיבה מיוחדת, היום אני מגדיר זמן בשביל הילדים. כשאתה במערכת יחסים אתה כל הזמן עושה את זה באופן שוטף, אתה רק לא מגדיר את זה. השינוי המהותי הוא בין "אני עושה כל הזמן", לעומת "באתי כדי לעשות עכשיו, אני פה כאבא בשביל לעשות את מה שבעצם הייתי עושה לפני כן", אני חושב שזה ההבדל הכי מהותי. (אלון)

אלון מדגים כיצד תחושת האובדן – "אני מרגיש שאני לפעמים מאבד אותם" – שזורה בתחושת נוכחותו האבהית הקבועה: "יש סוג כזה של שגרת חיים כאילו הייתי גר אֶתם". מול תחושת האובדן המתעוררת הוא מעמיד את חוויית הקשר וההתקשרות: "אני באמת יותר אומר להם 'אני אוהב אתכם'", "בגלל שביום-יום יש פחות אינטראקציה", "לתת להם יותר את התחושה של קשר". מול תחושת הנעדרות והמרחק הוא מעמיד את תחושת השייכות והקרבה הרציפה: "כל הזמן להיות איפשהו כמו לוויין כזה ברקע, של 'אני קיים', כשקודם זה היה ברור מאליו שאתה שם, שאתה חלק מזה". השיח על ה"לפני" וה"אחרי" מדגים את השונה והמובחן בהווה האבהית לצד ההמשכיות והרצף. הנוכחות האבהית ברורה מאליה לפני הגירושים: "לפני כן אתה זורם עם החיים ואתה פשוט לא מקדיש חשיבה מיוחדת". לאחר הגירושים נדרשת התייחסות והתכוונות ממוקדת: "באתי כדי לעשות עכשיו". התכוונות זו היא מענה לתחושת הנעדרות. היא אשר מתדלקת את תחושת השייכות והרצף על רקע חוויית האובדן. בהמשך, הוא מסביר כיצד חוויית ההזדהות מאפשרת את קיומה של הנוכחות, ההתקשרות והקרבה.

אתה בודק את עצמך כל הזמן סביב הילדים, הילדים הם הגשמה עצמית שלך, אתה רואה איפהשהו בהם תהליך משופר שלך, ואתה רוצה להמשיך להשקיע. כמובן, כל ילד עם האישיות שלו. הם גם מאוד דומים לך במראה החיצוני, אתה רואה את עצמך בתוכם הולך וגדל, זה נותן לך איזשהו שקט נפשי. כשתפרתי את הגירושים, תפרתי אותם עם כל החליפה גם בראייה לעוד 18 שנה, לא בראייה לעוד שנה. (אלון)

המיזוג הרגשי שעושה אלון בינו לבין ילדיו נעשה באמצעות ההזדהות: "אתה רואה את עצמך בתוכם הולך וגדל", ומאפשר את קיומה של חוויית הנוכחות, ההתקשרות והקרבה של האבהות ברמה האישית והבין-אישית. החליפה המטפורית "לעוד שמונה עשרה שנה" היא ביטוי להווייתו האבהית הנוכחת. בהמשך, הוא מדגים את משמעותה של חליפה זו בחווייתו האבהית.

אם אתה רוצה להמשיך ולגלות מעורבות, זה דורש ממך המון אנרגיות, לעומת כשאתה נמצא בתוך מערכת. זה פער מרכזי, יש בזה אלמנט של שחיקה, בשחיקה הזאת יש איזשהו תהליך של התנתקות שהוא כואב. זה תהליך שמפחיד אותי, כי בתכל'ס אני לא אתנתק אף פעם, אבל השאלה היא מה תהיה רמת המעורבות שלי? אם לא יוצא לי ביום מסוים, אני לא מוותר, אני אזיז ליום אחר, ואני משתדל שהמסגרת תישאר מאוד קשוחה. (אלון)

תנועת הלוויין מתארת התגייסות רגשית והשקעה רגשית לאורך זמן: "אם אתה רוצה להמשיך ולגלות מעורבות, זה דורש ממך המון אנרגיות". התגייסות תובעת תנועה רגשית שמכוונת בו-בזמן אל הרבדים הרגשיים הדיאלקטיים: "יש איזשהו תהליך של התנתקות" מול "בתכל'ס אני לא אתנתק".

תנועת המטוטלת מדגימה תנועה רגשית סותרת שמטלטלת את האב בין שני קטבים מנוגדים. היא מתוארת כאשר העצמי עשוי לחוש רבדים שונים של חוויית האבהות כסותרים, אמביוולנטיים וקונפליקטואליים. תנועה זו זוהתה בסיפוריהם של 13 אבות.

המטפורה של המטוטלת מתארת תנועות וזרימה מחזורית במסלול רגשי בין שני קטבים שנחווים כסותרים. הנעדרות, ההיפרדות וההתרחקות נמצאים בקצה האחד של המסלול; הנוכחות, ההתקשרות, וההתקרבות נמצאים בקצהו האחר. המודל של תנועת המטוטלת מדגים את הקושי הרגשי לאחד בין החוויות המנוגדות ולאפשר את הדו-קיום של תכנים וחוויות מנוגדות בתוך שלם אחד. דינמיקה רגשית זו מתארת את הזיקה הקונפליקטואלית בין תהליכי האובדן לתהליכי ההבניה מחדש של החוויה האבהית.

אתה רודף אחרי משהו שנלקח ממך, כשאתה אתם זה מציף אותך, ממלא אותך, וכשהם לא אתך אתה חוזר ללבד, לכולם. אתה בן-רגע מישוהו מאוד משמעותי, אתה גם אימא וגם אבא, ואחר כך אתה כלום, הכול נשמט לך מהידיים, אתה חוזר לחלל הריק, לבועה. אתה נמצא בכל מקום, אבל לא נמצא בשום מקום, זה מקום בלי רצף, בלי אחיזה. אתה חי מביקור עד ביקור או עד שיגיע ביקור, אתה לא פה ולא פה. לוקח לך זמן להרגיש אחרת, כל פעם להתחבר ולהתפרק, כל פעם מחדש, להתחבר ולהתפרק, אין הרגשה של בנייה, הילדים אתך ולא אתך, זה משגע, זה מטריף אותך. (עמי)

עמי מדגים את חווייתו הרגשית המטלטלת בין נוכחות לנעדרות, בין היפרדות להתקשרות, בין התרחקות להתקרבות. הוא בוחר לתאר את חווייתו האבהית הלא-משמורנית באמצעות תנועה: "אתה רודף אחרי משהו שנלקח ממך". תמונה מטפורית זו מתארת חוויה רגשית דינמית של מעבר לא פתור. עמי אינו מציין מה נלקח ממנו. האם הוא מתכוון שילדיו נלקחו ממנו? האם חווייתו האבהית? ייתכן שעמימות זו משקפת את חוויית העמימות ואי-הבהירות שנחווית בחווייתו כאב. חווייתו האבהית מתוארת באמצעות שתי חוויות מנוגדות: חוויית הנוכחות האבהית וחווית הנעדרות האבהית. שתי חוויות רגשיות מקוטבות אלו מתקיימות לסירוגין. הנוכחות האבהית מתוארת כחוויה של מלאות ושלמות: "אתה בן-רגע מישוהו מאוד משמעותי, אתה גם אימא וגם אבא". הנעדרות האבהית מתוארת כחוויה של ריקנות וחוסר ערך: "אחר כך אתה כלום, הכול נשמט לך

מהידיים, אתה חוזר לחלל הריק, לבועה". תנועת המטוטלת מדגימה תנועה רגשית נעדרת רצף והמשכיות, המתארת תחושות רגשיות סותרות וקונפליקטואליות: "אתה נמצא בכל מקום אבל לא נמצא בשום מקום". המרחב הרגשי האבהי המסומן כולל תחושות סותרות: אתה "בכל מקום" ובו-בזמן אתה "בשום מקום". החוויה האבהית מתוארת כתלושה, לא מגובשת, נעדרת רצף והמשכיות: "זה מקום בלי רצף, בלי אחיזה". הוא מתאר את ההבניה האבהית כמאופיינת במחזוריות של התקשרות והיפרדות: "כל פעם מחדש, להתחבר ולהתפרק", לצד מחזוריות של קרבה ומרחק מהילדים: "הילדים אֵתך ולא אֵתך". החוויה הרגשית המלווה מתוארת כחוויה רגשית לא יציבה, מבלבלת ומתסכלת. אמיר מתאר את חווייתו האבהית כנעדרת רציפות. מבחינה רגשית הוא נע בין חוויות של היפרדות להתקשרות, בין התרחקות להתקרבות ובין נוכחות לנעדרות.

אני מתגעגע אליה כל הזמן, באמצע השבוע זה פחות נורא כי אני אֵתה ביום שני ואחר כך ביום רביעי, אז יש יום אחד באמצע, אז זה לא נורא, אבל בשבוע שאני לא לוקח אותה לשבת, אז מיום רביעי עד יום שני בשבוע שאחרי אין בינינו קשר. עכשיו במיוחד היא לא מאפשרת גם שיחות טלפון עם הילדה, אז אין לנו בכלל קשר. אני נורא מתגעגע אליה, ואני יודע שהיא גם מתגעגעת אליי, והיא במצוקה מזה, מה שעוד יותר עושה לי רע. כשהיא באה אליי אז אני מנסה לעשות את הביקור לבעל ערך, לפעמים בצורה מאולצת, לא שבאופן טבעי אין דברים כאלה, אבל זה לא בתדירות כזו. אני מרגיש שאני רודף אחרי משהו, רודף כל הזמן, אני חושש שאני אאבד אותה. (אמיר)

אמיר מתאר חוויה מתמשכת של געגוע תמידי, חוויה שנעה מהתקשרות והתקרבות להיפרדות והתרחקות. הוא מדגים את החוויה האבהית הלא-משמורנית כחוויה רגשית המאורגנת סביב ימי נוכחות וימי נעדרות לאורך השבוע, ומתאר תנועה רגשית המאופיינת במעבר בין חוויות קוטביות. חוויית המרדף מתארת את התנועתיות הרגשית הלא פתורה: "אני מרגיש שאני רודף אחרי משהו, רודף כל הזמן". הוא רדוף מהתחושות לאבד את הבת, ורודף אחרי אבהות נוכחת ומשמעותית.

תנועת הניתור מדגימה תנועה רגשית המנתרת לסירוגין מקוטב אחד של נעדרות, היפרדות והתרחקות אל עבר הקוטב האחר, המייצג את חוויית הנוכחות, ההתקשרות וההתקרבות. תנועה זו מתוארת כאשר העצמי עשוי לחוש רבדים שונים של חוויית האבהות הדיאלקטית כמפוצלים, מנותקים או מפצים זה את זה. תנועת הניתור מתארת זיקה של ניתור רגשי בין תהליכי האובדן לתהליכי ההבניה מחדש של האבהות. תנועת הניתור זוהתה בסיפוריהם של שמונה אבות.

המטפורה של הניתור מדגימה את הקפיצה והדילוג הרגשי מקוטב אחד לקוטב אחר. ההימצאות בקוטב אחד מתעלמת ומכחישה את קיומו של הקוטב האחר, המנוגד או ההפוך לו. חוויית האבהות הנוכחת והנעדרת מתפתחת בשני רצפים שונים, מקבילים זה לזה ומפצים זה את זה. במילים אחרות, הנוכחות האבהית נחוות במנותק או כפיצוי לנעדרות האבהית; ההתקשרות נחוות במנותק או כפיצוי להיפרדות; ההתקרבות נחוות במנותק או כפיצוי להתרחקות.

אני לא נהנה מזה שאני לא יכול לראות אותם כשהם הולכים לישון, כשקמים בבוקר, כל הדברים שהם בשגרה, אבל יש לי את זה פעם בשבועיים. כשהם ישנים אצלי, אנחנו ישנים יחד באותה מיטה וכיף לנו, יש את החוויה ביחד. נכון שאני ממש לא רואה איך הם גדלים, אבל מה שכן, אנחנו נהנים מאוד בזמן שאנחנו נפגשים. (שלמה)

שלמה חווה את אבהותו במרחב רגשי דיאלקטי זה כתנועת ניתור רגשי שמתפתחת מחוייית נעדרות וחוסר לחוייית נוכחות ופיצוי. המבנה הצורני חושף תבנית רגשית שבצדה האחד מתואר חוסר ושלילה: "אני לא נהנה מזה שאני לא יכול לראות אותם כשהם הולכים לישון, כשקמים בבוקר, כל הדברים שהם בשגרה", ובצדה האחר מתוארת חוויה הפוכה, שמפצה על החוסר המתואר: "אבל יש לי את זה פעם בשבועיים, כשהם ישנים אצלי", "אבל מה שכן אנחנו נהנים מאוד בזמן שאנחנו נפגשים". המילה "אבל" מופיעה פעמיים בתבנית זו וחושפת את הניתור הרגשי בין שתי חוויות רגשיות סותרות אלו. מבנה צורני זה חושף את תנועת הניתור מחוייית הנעדרות לחוייית הנוכחות, ומדגימה כיצד אבות אלו מבנים את החייתם האבהית. דבריו של שלמה בהמשך מתארים ניתור רגשי בין החייתו כאב לבין החייתו כגרוש.

החיים אחרי המוות [צוחק], כשהילדים לא אצלי אז אני די חופשי, יש לי מעגל חברים גדול, יוצא לבלות, נהנה, נסעתי המון לטייל, הייתי בחו"ל הרבה פעמים. (שלמה)

הביטוי "החיים אחרי המוות" חושף את עוצמת תחושת השחרור שנחויית אחרי הגירושים. הוא מדגים את הניתור הרגשי הנחוה בין החייתו כאב לבין החייתו כגרוש חופשי: "כשהילדים לא אצלי אז אני די חופשי". שתי החוויות נחוות במנותק זו מזו. דבריו של מאיר מדגימים את תנועת הניתור הרגשי בין חוייית הנעדרות כאב לחוייית הנוכחות האבהית ובין עולמו האישי כגרוש לבין עולמו כאב.

אני מאושר היום, נולדתי מחדש, אני נהנה מכל העולמות, אני יכול להתנהג כמו ילד בן עשרים וחמש, ללכת, להשתולל, לעשות חיים, בלי לתת דין וחשבון לאף אחד. כשאני חוזר הביתה יש לי חופש, אין לי מטלות. כשהייתי נשוי – תביא, תחזיר, תיקח, אל תביא, אל תעשה, תעשה ככה, תיסע לפה, תיסע לשם. אין את הקטע הזה, נהנים מכל העולמות. אני רוצה ליהנות מאבהות, אני יכול בכיף, יש את הימים שלי שאני לוקח את הילדה, יש את הקטע של האבהות, ויש את הקטע שאני חופשי, פשוט חופשי. אני אישית טוב לי, אין לי בעיה עם זה, זה שאני לא רואה את הילדה ביום-יום, זה מפריע, מציק, אבל לומדים לחיות עם זה, מה לעשות? טוב לי, אז אני אומר, אני רואה את הילדה פעם-פעמיים בשבוע, כל שבת שנייה, משוחח אותה בטלפון כמעט כל יום, בסדר, מה לעשות? (מאיר)

הביטוי המטפורי "נולדתי מחדש" מדגים חוויה חדשה של חיים. חוויה המודגשת בביטוי "אני מאושר היום". מאיר מתאר את חוויותיו כגרוש: "אני יכול להתנהג כמו ילד בן עשרים וחמש", ואת חוויותיו כאב לא-משמורן: "אני רוצה ליהנות מאבהות, אני יכול בכיף". שני העולמות נחווים בד בבד: "אני נהנה מכל העולמות". הוא

מדגים את הניתור הרגשי מהעולם האחד כגרוש, לעולמו האחר כאב. דבריו חושפים כיצד הוא מבנה את אבהותו הלא-משמורנית: "זה שאני לא רואה את הילדה ביום-יום, זה מפריע, מציק, אבל לומדים לחיות עם זה". מיקומה של המילה "אבל", שמופיעה בסמיכות בין תיאור חוויית הנעדרות לבין חוויית הנוכחות, מדגים את תנועת הניתור הרגשי. חוויית הנוכחות וההתקשרות במפגש עם הבת משלימה את חוויית הנעדרות וההיפרדות או מפצה עליה.

התנועה החוצה היא תנועה חד-כיוונית בעיקרה. היא מתארת תנועה רגשית של דחיקה החוצה אל הוויה אבהית נעדרת, מרוחקת, מודרת, תלויה ואבודה. תנועה זו מדגימה את ההתפרקות, הביטול או הדיכוי של המבנים הרגשיים של המרואיין כאב. במקרים אלה התנועה אל חוויית הנוכחות, ההתקשרות וההתקרבות האבהית אינה מתקיימת או מתקיימת באופן מינורי ותלוש. הדחיקה החוצה מתבטאת באסטרטגיות שונות של הרחקה, הסתרה, הסטה, הדרה, ביטול, מזעור, ניכור וויתור, שהופכות את האב לאובייקט נעדר, זר, רחוק ואפילו שטני. דינמיקה זו מתארת העדר זיקה בין תהליכי האובדן לתהליכי ההבניה, ומתקיימים בה תהליכים של אובדן, נעדרות והרחקה בלבד. התנועה החוצה זוהתה בסיפוריהם של חמישה אבות. שלושה מהם תיארו תהליך של הרחקה כאבות כבר מאז הולדת הילדים, תהליך שהתעצם אחרי הגירושים. האחרים תיארו תהליך של הרחקה שהתפתח מאז הגירושים.

הבן שלי אמר לי: "הדודה הכניסה אותנו לחדר ואמרה לנו שאתה לקחת סכין ושמת על הצוואר של אימא, ואתה רוצה להרוג אותה", היא אמרה לנו: "תזיהרו, אל תלכו אליו, תזיהרו שגם לכם הוא יעשה את זה", ואז הוא אומר לי: "בגלל זה פחדתי לבוא אצלך". (ראובן)

ההסטה המתוארת היא ביטוי לתנועה החוצה, שמובילה לדחיקתו של האב מדמות אב ביולוגי אל הבניה של דמות אב מפלצתי ופוגעני. מוטי מתאר אפיזודה בתוך תהליך ארוך של הרחקה:

לאחר שחודש אני מחפש את הילדות ולא מוצא אותן, באתי לקחת אותן לראש השנה. האימא נעלה אותן בחדר כדי שלא אראה אותן, ואז קראתי להן מהחלון. נכנסתי, לא פחדתי, אמרתי "תמות נפשי עם פלשתים", אני חייב לראות מה קורה עם הילדות. הילדה אומרת לי: "אימא איימה עליי שאם אני עוזבת אותה היא מתאבדת", ומאז הילדה התהפכה, היא מילאה לה את הראש כאילו אני אדם לא מהעולם הזה או טיפוס אלים או טיפוס מסוכן, לא יודע להתחשב ולא יודע כלום. (מוטי)

בדבריו של מוטי מתוארת דינמיקה של העלמת הילדות והסתרתן ממנו, על מנת ליצור נתק פיזי ביניהם. מול דינמיקה זו, הוא מתאר ניסיונות בלתי פוסקים לפגוש את בנותיו. הוא מתאר אירוע שבו הוא חודר מהחלון לחדרן על מנת לפגוש. הביטוי התנ"כי המצוטט – "אמרתי 'תמות נפשי עם פלשתים'" מרמז הן על כוחו העצום לעמוד מול הבלתי אפשרי והן על נחישותו הבלתי מתפשרת להציל את אבהותו ואת הקשר עם בנותיו. לצד ההסתרה הוא מתאר כיצד האם נוקטת אסטרטגיה של הסטה ובניית הדימוי של גבר אלים.

דן מתאר תהליך של הרחקה וניתוק מילדיו ממקום של בחירה עצמית, מחוויה של חוסר ברירה, כשהוא מבין שהקשר עם ילדיו תלוי במאבק מתמשך, שוחק וחוסר תכלית, המאיים על קיומו הנפשי:

בתקופה האחרונה הרגשתי את עצמי "דאון", לא אכפת לי משום דבר, כל הזמן מכונס בעצמי. הרגשתי מתח עצום, ראיתי שאני שוקע במלחמה אין-סופית ומבזבז את חיי, ראיתי שאין מה לעשות, שאני יכול להיתקע ולדפוק את הראש בקיר עד מחר, וזה לא יעזור לי. זו עובדה קיימת, אין לי סיכוי. הייתה פה נקודת מפנה מאוד חשובה, אמרתי שאני לא מתכוון להרוס את החיים שלי לפני הילדים שלי, אני הולך לבנות את החיים שלי, אני לא הולך ליפול, ללכת לכל מיני טיפולים. מי שרוצה אותי – אני פה, אני חי וקיים, אני אתן הכול. אני לא ארדוף אחריהם כל חיי, יש לי את החיים שלי ואני לא מתכוון להשתעבד לזה. זהו זה, אם אתם רוצים אותי, אני פה, אני אעזור לכם. (דן)

האבהות במעבר הגירויים: צומת של מובחנות

ארבע התנועות הייחודיות שתוארו של הבניית האבהות הלא-משמורנית – תנועת לוויין, תנועת מטוטלת, ניתור ותנועה החוצה – מתפתחות במרחב רגשי מעברי דיאלקטי. מרחב זה מאופיין באינטנסיביות רגשית ובמתח בין כוחות שדוחפים להיפרדות, לנעדרות ולהתרחקות לבין כוחות שדוחפים להמשך ההתקשרות, הנוכחות וההתקרבות של היחד ההורי והיחד עם הילדים.

נשאלת השאלה, מה מאפיין את התהליך הרגשי שנחווה במעבר הגירויים? כיצד ניתן להבין את התפתחותן של ארבע תנועות שונות אלו במרחב רגשי דיאלקטי זה? וכיצד הן קשורות להבניית האבהות הלא-משמורנית? מעבר הגירויים כולל תהליכים של שינוי שתובעים מהיחיד והמשפחה התארגנות מחדש, התמודדות ומציאת איזון רגשי אחר בעולמם האישי, הבין-אישי המשפחתי והבין-אישי החברתי. תהליכים אלו הם תהליכי התפתחות וגדילה המלווים במערך של לחצים ומתחים. ניתן לראות בהם צומת של הזדמנות ליצירה מחודשת של התפקידים והיחסים בין חברי המשפחה או מקום של נסיגה ושימור הקיים. כמו מעברים משפחתיים אחרים, מעבר הגירויים הוא צומת של עלייה או ירידה ברמת המובחנות. המעברים תובעים הגדרה מחדש של רמת המובחנות האישית והבין-אישית, שהרי בכל פעם שנדרש שינוי והתפתחות במשפחה, רמות המובחנות של המשפחה והיחיד עוברות תהליך של שינוי (פלשמן 2002).

לפיכך אני מציעה להגדיר את הבניית האבהות הלא-משמורנית כצומת של מובחנות העצמי כאב. במעבר הגירויים האב נדרש להתמודד עם תהליכי היפרדות, מובחנות ואינטגרציה, שמתרחשים בהקשר המשפחתי ומתבטאים באינטראקציה עם האם והילדים. תהליכי האובדן וההיפרדות שנחווים במעבר הגירויים חושפים את האבות לתהליכים של הבניה ויצירה מחודשת של אבהותם, הן ברמת חוויית העצמי, שמתבטאת בבחינה והגדרה מחדש של חלקי העצמי כאב, והן ברמת היחסים, שמתבטאת באינטראקציה עם הילדים ועם האם. הבניית האבהות מתפתחת באמצעות "כוונון" העצמי דרך תהליכי המובחנות המתפתחים באמצעות דפוסי אינטראקציה מעגלית, שמתרחשים ביחסים עם הילדים וביחסים עם האם. באמצעות אינטראקציות אלו האב מבנה את אבהותו הלא-משמורנית. הצעה זו נתמכת בגישתו של מארי בואן (Bowen 1978), המצביע על הקשר בין מובחנות האני לבין היחסים, ההתנהגות והתפקידים של היחידים במערכת המשפחתית לבין תפקודה של

כלל המערכת המשפחתית. תהליכי מובחנות אלו מתארים את יכולתו של האב לפתח זהות עצמית מובחנת כאב לא-משמורן.

ארבע התנועות מדגימות דפוסי תקשורת ואינטראקציה שונים של האב עם האם והילדים בהקשר המשפחתי. תנועות אלו מתארות תהליכים המאופיינים בדינמיקה שמדגימה רמות שונות של מובחנות, המובילות לדפוסי אבהות שונים. ביסוס אמפירי להבנה זו נמצא במחקרם של באום ושניט (Baum and Shnit 2005) על הקשר בין רמת הדיפרנציאציה של האב לבין מילוי תפקידו לאחר הגירושים.

תנועת הלוויין – תנועה לעבר מובחנות גבוהה: תנועת הלוויין מתארת תנועה שמכנסת בעת ובעונה אחת את מכלול החוויות הדיאלקטיות שנחוו במעבר הגירושים. היא מאפשרת להכיל את התהליכים הדיאלקטיים במעבר באופן משולב, מאוזן ואינטגרטיבי, אגב מציאת איזון רגשי פנימי ובין-אישי חדש. תנועה זו היא ביטוי לתהליכים פנימיים ולדפוסי אינטראקציה שמשקפים רמה רגשית מורכבת של מובחנות עצמית ובין-אישית גבוהה.

אבות אלו מבנים את אבהותם ואת היחסים הבין-אישיים עם האם והילדים באמצעות תהליכים שמאופיינים בהתנהגות מובחנת, המשלבת בין "אני מתקשר" לבין "אני אוטונומי" (Knudson-Martin 2002). תהליכים אלו יוצרים חוויית אבהות אינטגרטיבית, המשלבת בין תהליכים של נעדרות-נוכחות, היפרדות-התקשרות ובין התרחקות-התקרבות. האינטראקציות הבין-אישיות מדגימות יכולת הפרדה בין היחסים הזוגיים שהסתיימו לבין היחסים ההוריים הנמשכים.

תנועת הלוויין מאפשרת הבניה של אבהות נוכחת, שמתארת חוויית עצמי אמיתי (solid self) מוצק ומגובש כאב (Bowen 1976), וכן בנייה של יחסי הורים משותפים והדדיים אגב יכולת לשמור על זיקה הדדית עם האם. אבהותם של המרואיינים שתיארו תנועה זו מאופיינת באוטונומיה ובאותנטיות, שמתבטאות דרך משא ומתן דיאלקטי עם המציאות, הקשבה לעצמי ודיאלוג עם הילדים והאם כ"זולת עצמי". חוויה בין-אישית זו יוצרת אפשרות לשינוי של העצמי, שהרי העצמי נמצא במשא ומתן מתמיד עם ה"זולת עצמי", ומוקד ההתפתחות של העצמי הוא בקשר הבין-אישי (Kohut 1977).

הדינמיקה באינטראקציה המשפחתית מאופיינת בצמדים של אב-ילד, אב-אם. דינמיקה זו מדגימה גבולות משפחתיים ברורים וגמישים ומידת לכידות משפחתית מאוזנת. היא מתאפשרת הודות לעמדת מוצא של אני אותנטי ומובחן, שמאפשר בנייה של מרחב אינטרסובייקטיבי שבו משתנה משהו בעצמי של כל אחד וגם עצם הקשר בין השניים (פלשמן 2002). אישוש להבנה זו נמצא במחקרה של באום (2000), המראה שככל שהדיפרנציאציה גבוהה יותר בקרב האבות הגרושים, הרגשות השליליים מועטים יותר, הערכת האם כהורה חיובית יותר, התמודדות האב במצבי קונפליקט מאופיינת פחות בדפוס התקפה, שיתוף הפעולה בין ההורים טוב יותר ומעורבות האב בחיי הילדים רבה יותר. אבות אלו מצליחים יותר להפריד בין הרגשות כלפי האם כבת זוג לשעבר לבין הערכתם את האם כהורה.

תנועת המטוטלת – תנועה לעבר מובחנות נמוכה-בינונית: תנועת המטוטלת מדגימה תנועה רגשית סותרת שמטלטלת את האב בין שני הקטבים המנוגדים במרחב הדיאלקטי. היא מתוארת כאשר העצמי חש רבדים שונים של חוויית האבהות כסותרים, דו-ערכיים וקונפליקטואליים. התנועה מקוטב אחד לאחר חושפת את האב לבלבול פנימי, לחרדה, למתח ולחץ, שמתלווים לפערים, לסתירות הלא-מיושבות ולקונפליקטים הפנימיים והבין-אישיים הלא-פתורים שנחווים במעבר הגירויים.

אבות אלו מבנים את אבהותם ואת היחסים הבין-אישיים עם האם והילדים באמצעות תהליכי מובחנות שמאופיינים במיזוג (fusion) (Bowen 1976). האינטראקציות הבין-אישיות במשפחה מדגימות יחסים סבוכים (enmeshment) וניסיונות כושלים למצוא ויסות ואיזון פנימי ובין-אישי אחר ביחסיהם עם האם והילדים ובהווייתם האבהית.

תנועה זו היא ביטוי לתהליכים פנימיים ולדפוסי אינטראקציה שמשקפים רמה רגשית של מובחנות עצמית ובין-אישית נמוכה-בינונית והבניה של עצמי מדומה (pseudo self) (שם), שאינו מאפשר את תהליכי ההתחדשות כאב וכהורה (פלשמן 2002). האינטראקציות הבין-אישיות מאופיינות בקושי ליצור הפרדה בין היחסים הזוגיים שהסתיימו לבין היחסים ההוריים הנמשכים. תנועת המטוטלת מתארת הבניה של אבהות קונפליקטואלית ודיסאינטגרטיבית וחוויית עצמי שמונע על ידי לחצים רגשיים חיצוניים ופנימיים. תמיכה לדפוס יחסים זה ניתן למצוא בעבודתו של מייקל קר (Kerr 1981). קר מנה כמה מנגנונים שמשמרים את המערכת הבין-אישית והמשפחתית במצבי חרדה: מרחק רגשי, קונפליקט רגשי שמאפשר לחברי המערכת להישאר ביחסים אינטנסיביים עם האחרים אגב שמירת מרחק, יצירת משולשים כשהבעיה מושלכת או ממוקדת בילדים ותפקוד יתר של בן זוג אחד לעומת חוסר תפקוד של האחר.

האינטראקציה המתוארת על ידי אבות אלו מדגימה מערכת יחסי הורות המלווה בקונפליקטים אינטנסיביים מתמשכים, אגב ניסיונות כושלים להגדיר את הגבולות הרגשיים החדשים ואת תפקידי ההורים. האבות שנמצאו מתאימים לדפוס זה מדגימים אינטנסיביות רגשית כלפי האם, שמאופיינת בריבים ובהשלכות הדדיות בלתי פוסקות, מאבק על גבולות התפקיד ההורי והבניה של יחסים משולשים שהילדים מעורבים בהם. כל אלו מבטאים רמת חרדה גבוהה וחוסר מובחנות שמתקיימים במערכת, שמתבטאים בקושי הרגשי המלווה את הפסקת הקשר הזוגי והמשכיות הקשר ההורי. אישוש להבנה זו נמצא במחקרים קודמים, שלפיהם הורים גרושים המאופיינים ברמה נמוכה של דיפרנציאציה פנימית התקשו להתמודד עם התהליך הרגשי השזור בפרידה שבגירויים. הם בחרו בדרך המיזוג, שהתבטאה בקונפליקטים מתמשכים עם בן/ת זוגם לשעבר (Johnston and Campbell 1988).

המיזוג באמצעות הקונפליקט מתאר שלב שבו טרם הושגה הנפרדות, אך ישנה אינדיווידואציה כלשהי. האינטראקציות המשפחתיות נעות בין משיכה לרגסיה מחד גיסא, ופחד מהיבלעות ואובדן הזהות מאידך גיסא. ניתן להקבילן לשלב ההיפרדות-אינדיווידואציה (separation-individuation) של מאהלר (Mahler 1965). מנגנוני ההשלכה וההזדהות ההשלכתית שנמצאו מאפיינים את הקשר ההורי של אבות אלו הם ביטוי למובחנות הנמוכה שאובחנה ביחסים עם האם ועם ילדיהם. בהתבסס על התיאוריה של בואן (Bowen 1976) על הדמיון ברמת הדיפרנציאציה בין בני הזוג, ניתן להניח שמדובר ברמת מובחנות בינונית-נמוכה מקבילה גם של האימהות, כך שרמת מובחנות זו מאפיינת גם את היחסים בדיאדה ההורית.

תנועת המטוטלת מתארת אבות שמנהלים את אבהותם והורותם במערכת יחסים השלכתית, קונפליקטואלית, לא-מובחנת ודיסאינטגרטיבית. המנגנונים ההשלכתיים הם ביטוי לחוסר הגיבוש בזהות. הם מצביעים על חוסר

היכולת של בני הזוג להבחין בייחוד של האחר. אותם תכנים שלא עברו דיפרנציאציה מושלכים באופן לא מודע על בן הזוג ונוצרת דינמיקה של הזדהות או הזדהות השלכתית.

תנועת הניתור – תנועה לעבר מובחנות נמוכה-בינונית: תנועת הניתור מדגימה תנועה רגשית שמנתרת מקוטב אחד אל הקוטב האחר וחוזר חלילה. תנועה זו מתוארת כאשר העצמי עשוי לחוש רבדים שונים של חוויית האבהות הדיאלקטית במעבר הגירויים כמפוצלים או מנותקים זה מזה או כמפצים זה את זה. תנועה זו היא ביטוי לתהליכים פנימיים ולדפוסי אינטראקציה שמסקפים רמה רגשית של מובחנות עצמית ובין-אישית נמוכה-בינונית, שאינה מאפשרת לאב התחדשות של מרחב אינטרסובייקטיבי כאב (מול ילדיו) וכחורה (מול האם) (פלשמן 2002).

האבות שנמצאו מתאימים לדפוס זה מתארים את הווייתם האבהית כהוויה מפוצלת ומקוטעת. כל רובד או כל חלק בחוויה הדיאלקטית נחוה אצלם כשלם במנותק מהאחר. תנועת הניתור מדגימה את הניתור והניתוק הרגשי שמאפיינים את סגנון התמודדותם, שמתבטא הן בתהליכי ההיפרדות והן בתהליכי ההתקשרות מחדש עם האם והילדים. אבות אלו מבנים את אבהותם ואת היחסים הבין-אישיים עם האם והילדים באמצעות תהליכי מובחנות שמאופיינים בניתוק רגשי (emotional cut off) (Bowen 1976). האינטראקציות הבין-אישיות במשפחה מדגימות יחסים מנותקים (disengagement), שמאופיינים ביחסים ובהתנהגות של מובחנות ברמה נמוכה-בינונית, המתקיימת ברובד האישי והבין-איש. מובחנות זו מתבטאת באינטראקציה של מרחק פיזי ורגשי מהאם והתנתקות ממנה ובהבניית יחסים של קרבה מדומה עם הילדים, שמבוססים על קשרים של בילוי וזמן איכות.

הנתק והמרחק הרגשי מבטאים קושי להתמודד עם התהליך הרגשי השזור בפרידה שבגירויים, ולפיכך הבחירה היא בדרך הניתוק וההימנעות. אבות אלו אינם מצליחים להפריד בין תחושותיהם כלפי בת הזוג לשעבר לבין תחושותיהם כלפיה כחורה ולהפריד בין היחסים הזוגיים שהסתיימו לבין היחסים ההוריים הנמשכים. מערכת היחסים מאופיינת בגבולות מנותקים הן בדיאדה הזוגית, שהסתיימה מבחינה פורמלית, והן במערכת ההורית הנמשכת.

תנועה זו מתארת הבניה של אבהות מנתרת, מצומצמת ומוגבלת למרחב של פעילות מתוחמת בזמן, שקשורה בחוויית עצמי מדומה (pseudo self) אשר מונע על ידי בריחה מלחצים רגשיים חיצוניים ופנימיים (שם). הניסיון לדיאלוג, לדיפרנציאציה ולהתפתחות נתפס כחוויה שעלולה להביא להרס של העצמי או של היחסים. האבות בוחרים לנתק קשר עם האם ולנהל יחסים של קרבה מדומה עם הילדים (Wynne 1985). דפוס יחסים זה במשפחה מבטא קושי, הן של ההורים והן של הילדים, לגבש זהות עצמית ברורה ומובחנת, וזאת עקב מנגנון משפחתי שניתן לכנותו "שמירה". כל אחד מבני המשפחה "שומר" על האחר מפני המפגש עם השונה שבו. ה"חוזים" הזוגיים והמשפחתיים כוללים איסורים שונים שלהם מחויבים בני הזוג והילדים. איסורים אלו נועדו להשיג "שקט" ו"הרמוניה" ולמנוע זעזועים במערכת המשפחתית. משפחה כזאת אינה מסוגלת לאפשר לפרטים החיים בה לעבור את תהליך הדיפרנציאציה, שהוא בעצם תהליך של הבשלה וגדילה.

האבות בקבוצה זו נמנעים לחלוטין מאינטראקציות שמעוררות מתח. האינטראקציה מאופיינת בהרחקה, הכחשה והימנעות מקונפליקטים פנימיים ובין-אישיים. זאת מכיוון שכל עימות נתפס אצלם כתהליך מאיים והרסני. ההימנעות מקונפליקט או ממגע משמעותי עם אחרים משמעותיים אינה מאפשרת להם חוויה של גדילה ופיתוח יחסים מובחנים.

הסבר לדינמיקה זו של התרחקות וצמצום ההווה האבהית והיחסים עם האם והילדים ניתן לבסס באמצעות מושג "העצמי הכוזב" (false self), שטבע ויניקוט (Winnicott 1960). לדבריו, העצמי הכוזב הוא מעין הגנה פורמטיבית שמביאה להסתרה של העצמי האותנטי עקב חוויות טראומטיות; הוא מונע מגע משמעותי עם האחר. אחרים מתארים את העצמי הכוזב כמצב של פיצול באגו, שמונע את התחושה והחויה האותנטית לאדם ולזולתו (Eigén 1973). התוצר של תנועה זו הוא דפוס האבהות המנתרת, המתאר אבות שיוצרים פיצול בין החוויות ה"טובות" המהנות לבין החוויות ה"רעות" שעלולות ליצור מתח וחרדה. הם מנהלים את אבהותם דרך אינטראקציה ממקום שמאפשר את שמירתו של פיצול זה.

התנועה החוצה – תנועה לעבר העדר מובחנות: התנועה החוצה היא תנועה חד-כיוונית שמתארת את הדחיקה החוצה אל הווה אבהית נעדרת, מרוחקת, מודרת, תלויה, מרוקנת, נעלמת ואבודה. האבות שנמצאו מתאימים לדפוס זה מבנים את אבהותם ואת היחסים הבין-אישיים עם האם והילדים באמצעות תהליכי מובחנות שמאופיינים בתגובתיות ובחודרנות רגשית של מיזוג עמוק או בתהליכים שמאופיינים בניתוק רגשי עמוק. האינטראקציות הבין-אישיות במשפחה נעות בין יחסים סבוכים לבין יחסים מנותקים.

תנועה זו מדגימה את מחיקת האבהות. היא מדגימה את חוויית ההתפרקות, הביטול או הדיכוי של המבנים הרגשיים של העצמי כאב, את הכחשתו של האב כאובייקט וכסובייקט ואת הכחשתם וביטול משמעותם של הקשרים הבין-אישיים במערכת המשפחתית.

התנועה החוצה היא ביטוי לתהליכים פנימיים ולדפוסי יחסים שמבטאים רמה רגשית נמוכה מאוד של מובחנות עצמית ובין-אישית. האינטראקציות הבין-אישיות במשפחות אלה מאופיינות בקושי עמוק ליצור הפרדה בין היחסים הזוגיים שהסתיימו לבין היחסים ההוריים הנמשכים. תהליכי הנפרדות בדיאדה הזוגית נחווים כסכנה קיומית. האינטראקציות הבין-אישיות והמשפחתיות נעות בין התנתקות פיזית ורגשית קיצונית להיצמדות קיצונית, שמתבטאת בקונפליקטים פנימיים ובין-אישיים עמוקים ומתמשכים. אינטראקציות אלו הם ביטוי להיעדרותם של תהליכי המובחנות במשפחה, הפועלת כ"מסת אגו בלתי מובחן" (Bowen 1978).

תיאוריית העצמי הכוזב של ויניקוט עשויה לתת הסבר גם לדינמיקה בין-אישית ומשפחתית ייחודית זו. מילר (Miller 1979) מציינת שאדם בעל "עצמי כוזב" זקוק להשתקפות מתמדת של עצמו אצל הזולת, כאשר ההשתקפות החיצונית נותנת לו את תחושת הקיום. אדם זה זקוק לזולת כ"אובייקט נרקסיסטי" לצורך שמירה ותמיכה בעצמי הפגיע והשביר שלו. קשר זה הוא אמצעי לשמירה על העצמי מפני פגיעה מידי האחר ומדחיה על ידיו. כלומר, האובייקט ממלא פונקציות בסיסיות בתחום ההערכה העצמית. במילים אחרות, במצבים אלו מתוארת חוויה של חוסר מובחנות, שבה העצמי והאחר חד הם. קסן (2000) מדגימה באמצעות המושג "עצמי מורחב" את הדינמיקה של אלימות בין בני זוג, שבה העצמי של בן הזוג התוקף מורחב אגב בליעת העצמי של הקורבן. מושג זה מדגים אף הוא התנהגות נעדרת מובחנות. ניתן לייחס דינמיקה אלימה זו גם לדינמיקה הבין-אישית והמשפחתית בקבוצת האבות המתוארת כאן.

אישוש אמפירי לתובנה זו נמצא במחקרים שבחנו את הקשר בין דפוסי התנתקות של אבות מילדיהם לבין מאפיינים אישיותיים נרקסיסטיים (Cohen 1998). נתק זה הוא ביטוי לרמת מובחנות נמוכה, שמתבטאת בכישלון האבות לעבד את חוויית האובדן הקשורה בבת הזוג ובנטייה של האבות לתפוס את האם והילדים כישות אחת, לצד הקושי של האבות להגדיר מחדש את הזהות ואת התפקיד ההורי כמופרדים מזהות ותפקיד בן הזוג (Baum 2006). הנתק מהילדים מתפתח בעקבות חוסר יכולתם של האבות להתמודד עם רגשות הדחייה

שהם חווים מבת הזוג. מחקרים אחרים מצאו קשר בין מאפיינים אישיותיים נרקסיסטיים לבין תסמונת הניכור ההורי (Vassiliou and Cartwright 2001). הנתק בין ההורה הלא-משמורן לבין הילד הוא תוצאה של רגשות הזעם של ההורה המשמורן (Gardner 1992). במחקר אחר נמצא שככל שמאפייני האישיות הנרקסיסטית בולטים יותר בקרב האבות, רגשותיהם כלפי בת זוגם לשעבר שליליים יותר, הערכתם את האם כהורה נמוכה יותר ושיתוף הפעולה בין ההורים מוגבל יותר (Baum and Shnit 2005). מידת המובחנות ומאפייני האישיות הנרקסיסטיים נמצאו קשורים לסגנון ההתמודדות במצבי קונפליקט (Baum and Shnit 2003).

ראינו, אם כן, ארבע תנועות של ההבניה, שמדגימות ארבע תנועות של מובחנות ברמה האישית והבין-אישית הנמצאות על פני רצף של מובחנות. כל תנועה מדגימה את מידת המובחנות ואת כיוון השינוי במעבר. ואצלאוויק, ויקלנד ופיש (1979) הבחינו בין שינויים מסדר ראשון לשינויים מסדר שני. שינויים מסדר ראשון כוללים שינויים שחלים בתוך מערכת נתונה, שהיא עצמה אינה משתנה. שינויים אלו הם בבחינת תיקונים פנימיים שוטפים, כאשר המערכת הבסיסית ודפוסי היחסים נשמרים ואינם משתנים במידה רבה גם לאחר הגירושים. ישנה המשכיות ברורה בין מה שהיה לפני השינוי ובין המתרחש לאחר השינוי. שינויים מסדר שני כוללים שינויים מהותיים פורצי דרך, שמשנים מן היסוד את המערכת עצמה ואת דפוסי היחסים בה. בארבע התנועות שנסקרו לעיל ניתן לזהות את נסיגתו של העצמי המובחן כאב, לעומת התפתחותו של העצמי המובחן ברמה ראשונה של ויסות, שמאפיינת שינויים מסדר ראשון, עד לרמה מתקדמת של מובחנות באמצעות הבניה של מרחב אינטרסובייקטיבי, שמאפיינת שינויים מסדר שני (פלשמן 2002). שינויים אלו קשורים גם לשינויים מבניים במערכת המשפחתית.

תנועת הלוויין מאופיינת באינטראקציות עם מובחנות גבוהה ובהבניה של מרחב אינטרסובייקטיבי, שמדגימות תהליכים לעבר שינויים מסדר שני; תנועת המטוטלת מאופיינת באינטראקציות של מובחנות נמוכה עד בינונית. המערכת מטלטלת בין ניסיונות חוזרים ונשנים לווסת את המערכת ולמצוא איזון חדש, שמעידים על שלב מעבר בתהליך גיבוש האבהות הלא-משמורנית. תהליכי ויסות אלו מדגימים תהליכים לעבר שינויים מסדר ראשון; תנועת הניתור מאופיינת באינטראקציות של מובחנות נמוכה עד בינונית. המערכת מאופיינת בשימור הקיים וייצובו, שמעידים על תהליכים לעבר שינוי מסדר ראשון; התנועה החוצה מאופיינת באינטראקציות של מובחנות נמוכה מאוד, שמתארת נסיגה או קיבעון במערכת שמצביעים על כשל התפתחותי וירידה ברמת המובחנות.

לסיכום, אפשר לומר שארבע התנועות מדגימות ארבעה תהליכי מובחנות ומצביעות על תהליכים שונים של שינוי שחלים בחווייתו האישית של האב, בהתנהגותו וביחסיו עם האם והילדים במערכת המשפחתית. ארבעת דפוסי האבהות שזוהו נמצאים על הרצף שינוי-שימור-נסיגה ומדגימים רמות מובחנות שונות שמתארות חוויות עצמי שונות.

ד"ר אראלה גלין היא מרצה בבית ספר לעבודה סוציאלית, המכללה האקדמית אשקלון; עובדת סוציאלית קלינית, עובדת סוציאלית לסדרי דין; מדריכה ומטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת. תחום עיסוקה ביחיד, בזוג ובמשפחה מההיבטים התיאורטיים והקליניים. מדריכה בתחנה לטיפול משפחתי ובעלת קליניקה פרטית.