

## פרק 21

### קבוצות שכול: המאבק במוות - המאבק לחיים

נורית גורן וחגית צאן \*

#### פתיחה

במהלך השנים בהן הנחינו קבוצות שכול זיהינו את אחד הצירים המאפיינים קבוצות אלה. זהו ציר הנע בין הקוטב המייצג את ההיאחזות בחיים לבין הקוטב המייצג את המשיכה אל המוות. להערכתנו, ציר זה הוא אחד המאפיינים המוכרים בקבוצות המתמודדות עם שכול וניתן להניח כי כל קבוצה צובעת ציר זה בצבע ייחודי משלה.

אובדן הוא חלק בלתי נפרד מהחיים. האבל אינו רק על המת, כי אם גם על הנותר בחיים ועל האובדנים היומיומיים הנובעים מטבע המציאות. במהלך החיים אנחנו נפגשים עם אובדנים שונים כגון גירושין, אובדן מקום עבודה, ארץ מולדת ועוד, אך האובדן המשמעותי והכואב ביותר שחוה הפרט הוא המוות. המוות הוא המיסטי, מקום כל הלא נודע, הוא לא ניתן לשליטה ובו זמנית הוא המציאות האולטימטיבית, הקיומית והאינדיבידואלית. חוויית האובדן היא חוויה רב-ממדית ורבת צורות, מורכבת ומגוונת.

"חוויית האובדן היא חוויה אישית. האבל הוא תהליך סובייקטיבי המשתנה מאדם לאדם, מרגע לרגע, וכולל בתוכו, בו זמנית, אין סוף נתונים ועובדות מתוך החוויה הקיומית של האדם האבל. לכן, כל ניסיון להגביל את טווח הראייה או לצמצם את תגובות האבל על ידי הגדרות שרירותיות של מהו אבל נורמלי או פתולוגי, אמורות להיכשל" (1). עבודת האבל היא תהליך של הסתגלות למציאות החדשה והכואבת. מדובר בתהליך נמשך של היאחזות, שחרור ומציאה מחדש. עבודה זו מאופיינת בעצבות, יגון, נסיגה מהעולם ואובדן עניין בו, היזכרות בלתי פוסקת באובייקט החסר, אובדן היכולת לאהוב, געגוע, אשמה ופחד. תהליך האבל לא מתרחש באופן אוטומטי ופסיבי, אלא מתוך עבודה פנימית פעילה ומאומצת בה האדם מנסה "להרוג את המוות" ובה בעת לשמר את החיים (2).

רוב האנשים החווים אובדן לא פונים באופן ספונטאני לעזרה מקצועית. במקרים בהם ההתמודדות עם היגון היא בלתי אפשרית, או מורכבת מדי, פנייה לקבלת סיוע מקצועי היא אפשרות. פסיכותרפיה קבוצתית עדיפה, לעיתים, על פני פסיכותרפיה אינדיבידואלית, בכך שהיא מפחיתה את הבידוד החברתי ומקטינה את החשש כי קשייו של המתאבל הם ייחודיים ופתולוגיים. קבוצות העוסקות בעיבוד אבל מספקות הקשר חברתי בו ניתן להתנסות, לבטא ולעבד את הכאב הנובע מן האובדן.

\* פורסם בספר "סיפור קבוצתי - מנחים כותבים על דרכם עם קבוצות". עורכת ראשית: תמר עיני להמן, עורכת שותפה: רונית שי. הוצאת אמציה, 2112.

הקבוצות מספקות סביבה בטוחה ומאפשרת, המחזיקה בכאב ובחמלה, ללא תביעה לשינוי ולתיקון. כפי שציינו, בכל קבוצה נוכחים, זה לצד זה, יצר החיים ויצר המוות. הזרימה והקונפליקטביניהם הם ליבת הקיום האנושי.

### תחילתו של המסע הקבוצתי

מתוך עבודתנו רבת השנים כמנחות וכמדריכות של מנחים בקבוצות שכול, בחרנו להביא סצנות מחיי קבוצת הורים שכולים אותה הנחינו ביחד. התרחשויות אלה מייצגות את הדינאמיקה הייחודית להן ואת הדיאלקטיקה בין משאלת המוות של המשתתפים לבין היאחזותם הנואשת בחיים.

הקבוצה בה ידובר במאמר זה, עסקה בנושא השכול, מטרתה הייתה עיבוד האבל, והיא נועדה להתקיים לאורך שנתיים. המפגשים ארכו שלוש שעות ונערכו בבתיים של חברי הקבוצה. את הקבוצה הנחו שתי מנחות, בגישה פסיכודינאמית.

הקבוצה מנתה 12 הורים שכולים, בהם שישה זוגות נשואים, אלמנה וגרושה. חברי הקבוצה היו בעלי רקע דומה: הם היו בגילאים 50-01, בעלי השכלה תיכונית (למעט אקדמאי אחד), מצבם הסוציו-אקונומי היה בינוני גבוה, חלקם אנשי ההתיישבות העובדת וחלקם בעלי מקצועות חופשיים. לכולם היו ילדים נוספים.

אף שהייתה זו קבוצה רב-גונית ועשירה, שהתפתחה לאורך צירים רבים ומגוונים, בחרנו להציג את התהליך שעברה הקבוצה ואת התפתחותה, לאורך ציר אחד בלבד, אותו כינינו "המאבק למוות - המאבק לחיים".

### משאלת מוות - מספר 2

כבר במפגש הראשון של הקבוצה נוצר קונפליקט מפתיע סביב השאלה האם ניתן לקבל את המוות כחלק טבעי מהחיים.

יוסף, אחד המשתתפים, איש דתי העוסק בקבלה, הצהיר: "הבנים שמתו סיימו את שליחותם בחיים". אמירה זו עוררה סערת רוחות ותחושות זעם עזות אצל חברי הקבוצה. כל המשתתפים כאחד לא היו מסוגלים להבין כיצד ייתכן שילדים כה צעירים, בני 11-11, סיימו את תפקידם בחיים. יותר מכל, הם לא היו מסוגלים לקבל את המשמעות המקופלת במשפט, המניחה שלהם, כהורים, אין כל שליטה על חייו של הבן, כמו גם על מותו. כעסם של חברי הקבוצה היה נחרץ ביותר, בלתי ניתן לריכוך ולמעשה הותיר את יוסף מחוץ לקבוצה.

למפגש השני הגיעו עשרה משתתפים ונעדרו ממנו שני זוגות. לכאורה הייתה זו נשירה טבעית בתחילת תהליך קבוצתי, אך העזיבה נחוותה בקבוצה כנטישה והשאירה את החברים, הזרים עדיין זה לזה, בתחושת אי-ידיעה, אי-הבנה, תסכול ומבוכה.

## PDF Converter

Only two pages were converted.

Please **Sign Up** to convert the full document.

[www.freepdfconvert.com/membership](http://www.freepdfconvert.com/membership)