

באה גאולה ליגע

מתור: מאמר של ריקי רט, מקור ראשון, 3 באפריל 2009 - תשס"ט, עמ' 49-53.

רוקים בייאוש, גרושים בחיפוש, אמהות במצוקה וסבתות במועקה – לכולם יעצה המטפלת גאולה גרוסמן בטור שפרסמה בעיתון זה. עכשיו יצא הספר. "זה לא רק מציצנות. מכל שאלה ותשובה אפשר להחכים, גם אם הן לא נוגעות אלינו", מאמינה המחברת, החולשת כיום על שלוש קליניקות...

קוראי העיתון הוותיקים ודאי זוכרים את מדור העצות **בינינו** שהתפרסם במשך חמש שנים במוסף 'דיוקן'. מדי יום שישי, בטור קצר, ניתנה לקוראים הצצה לחיים שלמים – זוגות שסיפרו על בעיות במערכת היחסים, הורים שעמדו חסרי אונים מול ילדיהם המתבגרים, דילמות המעסיקות רווקים וגרושים, דילמות סבתאיות ומה לא. את הטורים הללו ושאלות נוספות קיבצה גרוסמן לספר **בינינו – עצות ממקור ראשון**, שיצא לאחרונה.

עוד מגיל צעיר חיבבה גרוסמן, בעלת תואר שני ביעוץ חינוכי, תעודה בפסיכולוגיה רפואית והסמכה בטיפול זוגי ומשפחתי, את מדורי העצות בעיתונים. "גם אם הדברים אינם נוגעים אליי בכלל, יש בזה משהו מרתק. לקרוא את הבעיות הללו זה מצד אחד סוג של מציצנות, אבל תמיד אפשר ללמוד מהתשובות משהו, אף על פי שאני בטוחה שיש אנשים שקוראים רק את השאלות בלי התשובות".

בחרת להביא בספר מכלול בעיות של בני כל הגילים. אמא למתבגרים תמצא עניין בשאלות על גירושין? אלמנה מבוגרת תמצא עניין בבעיות בנושא רווקות מאוחרת?

"אלו דברים שקשורים למחזור המשפחתי. אני מאמינה גדולה במוסד הזה, ומאמינה שמכל שאלה ותשובה אפשר ללמוד ולהחכים, גם אם הדברים לא נוגעים אישית אלייך".

הרעיון לטור **במקור ראשון** נולד מכורח המציאות – אחרי שנים שבהן עבדה בהוראת פסיכולוגיה ובתרגום ספרים במדעי ההתנהגות, ומשגדלו ילדיה ועזבו את הקן, החליטה גרוסמן להגשים חלום – היא למדה פסיכולוגיה רפואית באוניברסיטת תל-אביב, ויעוץ זוגי ומשפחתי, והחלה מקבלת זוגות ומשפחות לטיפול פרטני. היא השקיעה בפרסום אלפי שקלים ("יותר נכון לומר שזרקתי אלפי שקלים") אך הלקוחות לא הגיעו.

"בכל סוג של טיפול שאדם צריך, אם זה רופא מומחה ואם זו קוסמטיקאית, הוא פונה לידידים ולמכרים ומבקש המלצות. אנשי מקצוע טובים עוברים מפה לאוזן. לא כך בנושא הטיפול המשפחתי/הזוגי, שבו אנשים עדיין מתביישים לדבר על זה". גרוסמן פנתה לעורך מוסף 'דיוקן' והעלתה בפניו את הרעיון למדור. הוא נתן לה חודש ניסיון, שהתארך בסופו של דבר לחמש שנים. במדורים הראשונים ענתה גרוסמן לבעיות שהעלו חברים ובני משפחתה, ועם הזמן החלה לקבל בקביעות עשרות מכתבים מדי חודש. כיום, המדור אינו קיים, אך גרוסמן הפכה למטפלת מוכרת המקבלת מטופלים בשלוש קליניקות – ברעננה, בקרני-שומרון ובירושלים.

מה היו השיקולים שהנחו אותך לבחור בבעיה מסוימת ולא באחרת ולהעלותה על גבי העיתון?

"בראש ובראשונה לא רציתי לגרום נזק, ולכן אם הרגשתי שעצה שטחית בעיתון עלולה לגרום נזק, העדפתי להימנע מפרסום השאלה. שנית, במדינה שבה כולם מכירים את כולם, היתה חשובה לי היכולת להסוות את הפרטים. כשהגיע מקרה שבו לא יכולתי לטשטש את הפרטים, אז לא פרסמתי את המקרה. השיקול השלישי היה הגיוון – פעם נתתי את הבמה לזוגיות, פעם לרווקים, פעם למתבגרים וכו'".

בתחילת דרכה כיועצת בעיתון הניחה גרוסמן שרוב הבעיות יגיעו בדואר האלקטרוני, אך "רוב המכתבים הגיעו בדואר רגיל. אנשים כל כך חששו מזיהוי, שהעדיפו לשלוח לי מכתב בדואר רגיל בלי סימן מזהה. פעמים רבות זה מאוד תסכל אותי, כי רציתי לשאול את הכותבים שאלות נוספות או לברר איתם פרטים, ולא יכולתי כמובן. מתסכל במיוחד היה כשאנשים הפנו אלי בעיות אינטימיות שלא יכולתי לתת להן מענה על גבי העיתון והייתי שמחה לעזור בהן, אם רק היתה לי כתובת לפנות אליה".

... מהפידבק שקיבלה מהקוראים הבינה גרוסמן כי הם אינם רק קוראים המחכים לתשובה, אלא בעיקר קוראים המחפשים ללמוד על קשיים בחיים של אחרים ופתרונם, ולכן החליטה לאגד את השאלות לספר, ועליהן הוסיפה חומר מעניין נוסף.

ריטלין לכל שובב

גאולה גרוסמן, 60, נולדה בארה"ב להורים ניצולי שואה, שחינכו אותה לציננות ואהבת הארץ. נוכחות השואה היתה דומיננטית בחייה, ואף על פי כן היא זוכרת ילדות מאושרת.

בת 18, ביקרה בארץ בפעם הראשונה. הימים היו ימי מלחמת ששת הימים וגרוסמן נשלחה להחליף את המורים שיצאו לחזית. היא שובצה ללמד ביולוגיה וכימיה בכפר-בתיה, ומדי ערב ישבה לשנן את המונחים המקצועיים בעברית כדי שתוכל להעביר כראוי את החומר לתלמידים. מגיל צעיר חלמה גרוסמן להיות רופאה, אך החברה שבה גדלה שידרה לה שאם היא רוצה להינשא ולהקים בית, מוטב שתבחר במקצוע אחר. "הייתי בטוחה שמי שלומדת רפואה תהפוך לזקנה ערירית. אני עדיין זוכרת איך לבית הכנסת שלנו הגיעה מדי ראש השנה אשה בכיסוי ראש מלווה בכמה ילדים כדי לשמוע תקיעות. תמיד כשהיא נכנסה עבר רחש בעזרת הנשים 'היא רופאה ובכל זאת מצאה בעל'. זה היה כל כך חריג, שכל עזרת הנשים מצאה צורך לדבר על זה..."

תחת זאת היא החליטה ללמוד מקצוע פרקטי – ספרות אנגלית, כדי שתוכל לעבוד בהוראה. לאחר שנישאה לטוביה, שהכירה עוד בגיל הנעורים, גרוסמן אכן עבדה בארה"ב כמה שנים בהוראה. כשנישאו, החליטו בני הזוג גרוסמן כי כשילדם הבכור יהיה בכיתה א', יעלו לארץ, וכך אכן עשו. גאולה החלה לעבוד בבית ספר באור-יהודה, שתלמידיו היו תערובת של יוצאי רוסיה, קווקז ועיראק, שלא הסתדרו ביחד. "כשמעתי על האוכלוסייה שאני עומדת לעבוד איתה, אמרתי למנהל שאין לי ניסיון לעבוד עם נוער כזה. עד היום אני זוכרת בזעזוע את תגובתו. 'בניו-יורק עבדת עם כושים ופורטוריקנים, פה זה אותו דבר'".

העבודה גרמה לה הלם תרבות. "באחד מרגעי השבירה שלי אמרה לי הפסיכולוגית של בית הספר, 'את אולי מדברת את השפה העברית, אבל לא את השפה התרבותית', והיא צדקה. העבודה שחקה אותי".

כשקמה מכללת 'אורות ישראל', הוצע לה להשתלב בצוות ההוראה, ומאז היא שם, מלמדת פסיכולוגיה ושילוב של ילדים מיוחדים בכיתות רגילות. לפני למעלה מעשרים שנה אף הוציאה ספר בנושא בשם **ילדים בעייתיים בכיתות רגילות** (על השם הבלתי פוליטיקלי-קורקט, היא מסבירה, התעקש המו"ל). הספר, שנחשב בזמנו חדשני, לא הזכיר כלל מונחים כמו הפרעות קשב וריכוז שכל כך פופולריים היום.

מה השתנה ב-20 השנה האחרונות בתחום האבחונים, ולמה הם נהיו פופולריים כל כך? נדמה שאין בית שאין בו ילד 'מאובחן' בהפרעה כלשהי.

"אנשים באמת אומרים 'אז מה היה לפני 20-30 שנה, כולם היו נורמליים?', ואני אומרת שלא. אותן הבעיות שיש היום, היו גם לפני 20 שנה, אבל יחד עם היכולת לאבחן כל בעיה פיתחנו גם הגזמה. גם היד על הריטלין הרבה יותר קלה היום. ילד שחורג קצת מהנורמה, עדיף להימנע מלתת לו ריטלין. ההורים היום יודעים שמי שמאובחן, יש לו הקלות שונות בבחינות, והם משלמים הרבה כספים לאבחון. הסחורה שהם מקבלים בתמורה היא פיסת הנייר שנותנת הקלות, ואני אומרת להורים, למה? החיים לא יתנו לו הקלות, אז עדיף לתת לילד להתמודד, כל עוד לא מדובר כמובן במקרים ממש קשים".

היסטוריית גיל ה-30

אחת הבעיות הפופולריות המגיעות לקליניקה של גרוסמן היא הרווקות המאוחרת. רווקים מיואשים שבאים לבדוק 'מה לא בסדר איתם', והורים מודאגים שבאים לבקש עצה כיצד לתמוך בילדיהם מבלי לנדנד להם. "טיפול יכול לעזור מאוד לרווקים המתקשים ביצירת קשר. יש גם כאלו שקצת מתבלבלים בתפקיד שלי", מוסיפה גרוסמן בחיוך. "לא מזמן היה לי מטופל שאמר 'יש לי המון דייטים, כולם אומרים לי שאני בסדר, אני יודע שאני בסדר. אני מניח שמגיעות אלייך גם בחורות שהן בסדר. אז אולי תשדכי בינינו?"

אמנם יש בעיה חמורה של רווקות מאוחרת בקרב דתיים אבל מה עם מכת הגירושים שהגיעה גם למגזר הזה?

"אני מוצאת קשר בין שתי התופעות הללו. לא פעם מגיע זוג שנה אחרי שנישא. מלכתחילה לכל אחד מהם היתה רשימה ולפיה היה נראה להם שהם מתאימים זה לזה, אבל כשהחלו החיים המשותפים הם גילו שיש ביניהם הרבה חילוקי דעות, לצערי, חלק מהזוגות המאוד צעירים מגיעים גם למצבים כלכליים קשים מאוד, מכיון שהם נישאו בלי מקצוע ובסיס.

"שתי התופעות – הרווקות המאוחרת, והנישואים הבוסריים, קשורות למעשה אחת לשנייה. הבנות הצעירות רואות חברות/מכרות/שכנות שבגיל +30 עדיין לא נישאו, והן כל כך מפחדות שזה יקרה להן, שהן ממהרות להתחתן בלי מחשבה, ובעקבות זה מגיעים אחר כך הגירושים. זה מין גלגל כזה".

איך משפיע המיתון על התא המשפחתי?

"לצערי, כאשר המצב הכלכלי מעורער, לא פעם גם הזוגיות מתערערת. כשעבדתי בשירות הציבורי, הגיעו אליי בני זוג שפשוט שנאו אחד את השני. יום אחד שאלתי את הבעל: 'אם זה כל כך רע, למה אתם לא מתגרשים?', והוא ענה לי שאין לו די כסף כדי להתגרש. ואז הוא הוסיף בעצב: 'אבל אם היה לנו יותר כסף, אולי לא היינו צריכים להתגרש'. אין ספק שהלחץ הכספי משפיע על הנישואין. עלו לי אז מחשבות כפירה

שאולי אם המדינה היתה נותנת להם ישירות את הכסף ולא לי, אולי היה להם יותר קל והם לא היו צריכים להתגרש".

גרוסמן מטפלת גם במשפחות רב-דוריות המתמודדות עם דילמות כמו עד כמה סבא וסבתא צריכים להיות מעורבים בחיי הילדים, ואיפה עובר הגבול בין עזרה לניצול. גרוסמן עצמה, אם לחמישה ילדים וסבתא לנכדים רבים, המסייעת גם לאמה וחמותה המבוגרות והפעילות, יודעת על מה הם מדברים. "כשהייתי צעירה הרגשתי כמו לוליינית שמתמרנת בין עבודה, לימודים, בית, ילדים. עכשיו, כשאני כבר מזמן לא אמא צעירה, אני מבינה שזה אף פעם לא נגמר, רק שעכשיו אני מוצאת את עצמי מתמרנת בין הורה מבוגר בבית חולים לבין יולדת טרייה".

איך פותרים את הדילמה הזאת, ואיפה נכנס ה'אני' של הסבא והסבתא מול הרצונות של הנכדים מצד אחד, וההורים המבוגרים מצד שני?

"תוחלת החיים הארוכה מאפשרת לבני ה-50 וה-60 להיות סבים וסבתות פעילים מאוד. הבעיה היא שאין לנו כל כך ממי ללמוד, כי בדור שלי לחלק מהאנשים בכלל לא היו סבים וסבתות, ואצל אחרים הם היו אנשים מבוגרים מאוד. לא פעם מגיעה אליי משפחה לטיפול, שבה הסבתא רק חיכתה שהילדים כבר יגדלו ויעזבו את הבית כדי שהיא תוכל סוף סוף להתפנות לעיסוקים שלה, אבל הילדים מאוד מרוצים מזה שעכשיו הסבתא יצאה לפנסיה, ויש להם שפע של תוכניות בשבילה, שהעיקרית שבהן היא שתשמש בייביסיטר לנכדים".

הפתרון?

"כל משפחה חייבת למצוא את האיזון שמתאים לכולם. יש גם משפחות שמגיעות לטיפול בגלל קנאה בין אחים בוגרים על רקע של עזרה שמגישים ההורים לאח אחד ולא לשני. כשגרים בסמיכות לסבא וסבתא, לפעמים הילדים מעוניינים שהם יהיו המטפלים של הילדים או הצהרונית שלהם, וכשהסבא והסבתא מסרבים, אז הם אומרים להם 'אתם לא אוהבים את הנכדים שלכם?' אני חושבת שחייבים לטפל בבעיות הללו ולא לטאטא אותן אל מתחת לפני השטח, כי בסופו של דבר הכעסים צפים".

לא מזמן הגיע לקליניקה של גרוסמן זוג בני כמעט 70, שביקש לטפל בבעיה מסוימת בזוגיות. "הם אמרו לי שכל החיים הם היו עסוקים בדברים אחרים, ועכשיו כשיש להם סוף סוף כסף וזמן, הם רוצים לעשות לעצמם. ואני אומרת, אם לא עכשיו אימתי?"

לצד עבודתה בהוראה ובקליניקות, התנדבה גרוסמן במהלך השנים במסגרות שונות. בין היתר היא נטלה חלק בפרויקט התיעוד של גוש קטיף שבמסגרתו יצאה, מלווה בצלם, לדובב משפחות שגורשו ולתעד אותן. מדובר במפגש בין כל בני המשפחה לבינה, ובו עלו הקשיים וגם הימים הטובים שזכרו המגורשים. מטרת הפרויקט היתה להעצים את המשפחות שחוו שבר כה גדול, ולהותיר להן מזכרת מהחלק המשמעותי בחייהן.

לגרוסמן קשר אישי לעקורי הגוש, שכן בנה ומשפחתו נעקרו מנצרים. "למרות השבר הגדול שחוו המגורשים, אני עומדת נפעמת מולם כשאני רואה את הלכידות, את הקהילתיות ואת תעצומות הנפש של הגיבורים הללו".