



אגף ייעוץ לקשיש



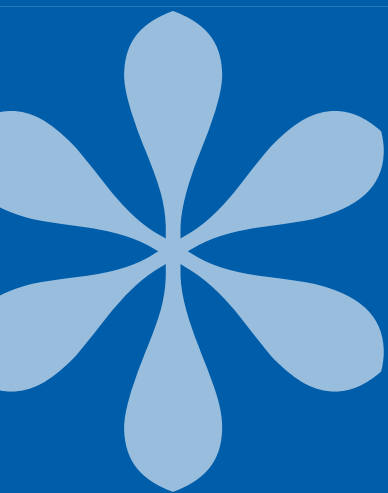
המוסד לביטוח לאומי



הגיון לחדש

עיתון לאנשים מתחדשים

גיליון מס' 5 • יולי 2009



**היחסים במשפחה
הרב-דורית**

**היא והוא במחצית
השנייה של החיים**



סבאות מודרנית

**זכויות סבא וסבתא
לקשר עם נכדיהם**



**קול חמות
וקול כלה**

**המדור הספרותי - בין אב לבנו
בחדר מס' 10**



מקבלי קצבת שאירים המגיעים לגיל קצבת זקנה

**גיל קצבת זקנה, מקבלי קצבת שאירים
היו זכאים לגמלאות זקנה ושאיירים על-
פי הפירוט שלהלן:**

מי שצברו תקופת ביטוח כנדרש בחוק (תקופת
אכשרה), יהיו זכאים לקצבת זקנה מלאה ולמחצית
קצבת שאירים.

מי שלא צברו תקופת ביטוח כנדרש בחוק, אך הם
מבוטחים בביטוח זקנה, יקבלו מלא קצבת שאירים.
כאשר ישלימו תקופת ביטוח, יקבלו קצבת זקנה
מלאה ומחצית קצבת שאירים.

עקרת בית המקבלת קצבת זקנה אינה זכאית למחצית
קצבת שאירים, אולם היא יכולה לבחור בין קצבת
זקנה לקצבת שאירים (הבחירה בגיל הזכאות).

עולה ובת זוגתו שעלו לארץ לאחר הגיעם לגיל 60-62
על-פי תאריך לידתם, ונפטר אחד מהם – ימשיך בן
הזוג לקבל קצבת זקנה מיוחדת (עבור יחיד).

עולה שעלה לארץ לאחר הגיעו לגיל 60-62, על-
פי תאריך לידתו, ואשתו עלתה מתחת לגיל הזה –
האלמנה תקבל, לפי תנאי הזכאות, קצבת שאירים
מיוחדת עד הגיעה לגיל פרישה. עם הגיעה לגיל
פרישה תקבל קצבת זקנה על-פי החוק, שתחליף את
קצבת השאיירים המיוחדת (הסכום זהה).

תוספת השלמת הכנסה

תוספת השלמת הכנסה לקצבת שאירים תשולם
לך, על-פי חוק הבטחת הכנסה, כדי להבטיח לך
הכנסה מינימלית.

סכומי קצבת שאירים חודשיים עם תוספת השלמת הכנסה למי שלא מלאו 80 שנה

| | |
|----------------------------|-----------|
| לא למ/ה בלי ילדים | 2,368 ש"ח |
| לא למ/ה עם ילד אחד | 3,763 ש"ח |
| לא למ/ה עם שני ילדים ויותר | 4,593 ש"ח |

סכומי קצבת שאירים חודשיים עם תוספת השלמת הכנסה למי שמלאו להם 80 שנה

| | |
|----------------------------|-----------|
| לא למ/ה בלי ילדים | 2,532 ש"ח |
| לא למ/ה עם ילד אחד | 4,001 ש"ח |
| לא למ/ה עם שני ילדים ויותר | 4,831 ש"ח |

התנאים הקובעים את זכאותך לתוספת השלמת הכנסה

1. סכום קצבת השאיירים המגיעה לכם, לרבות תוספת ותק, לא יעלה על הסכומים הרשומים למעלה.
2. אתם נמצאים בישראל (לתנאי המשך הזכאות בשחיית בחו"ל ראה בהמשך).
3. אינכם חברי קיבוץ או מושב שיתופי, ואינכם "הורים עובדים" של חבר קיבוץ או מושב שיתופי.
4. אין בבעלותך ובשימושך (או בבעלות ובשימוש בת זוגך או ילדך) רכב. בתנאים מסוימים תהיה זכאי לתוספת גם אם יש בבעלותך ובשימושך רכב.
5. אין לכם כל הכנסה מלבד קצבאות הביטוח הלאומי.

או
יש לכם הכנסה נוספת מפנסיה, אך סכומה (ברוטו
לחודש) אינו עולה (או עולה רק במעט) על

1,031 ש"ח (החל ב־1.1.2009) לחודש ליחיד או
1,586 ש"ח (החל ב־1.1.2009) לאלמן/ה עם ילד.

או
יש לכם הכנסה נוספת מעבודה, אך סכומה (ברוטו
לחודש) אינו עולה (או עולה רק במעט) על 1,586 ש"ח
(החל ב־1.1.2009) לחודש ליחיד או 1,903 ש"ח
(החל ב־1.4.2008) לאלמן/ה עם ילד.

או
יש לכם הכנסה נוספת מעבודה וגם מפנסיה, אך
סכומה (ברוטו לחודש) אינו עולה (או עולה רק
במעט) על 1,586 ש"ח (החל ב־1.1.2009) לחודש
ליחיד, או 1,903 ש"ח (החל ב־1.1.2009) לאלמן/ה
עם ילד.

או
יש לכם חיסכון בקופת גמל, הון או רכוש, וסך כל
ההכנסה מן המקורות האלה (כגון הכנסה מריבית
או משכר דירה) ומקצבאות הביטוח הלאומי אינו
עולה על ההכנסה המינימלית (גם רכוש שאין ממנו
הכנסה יובא בחשבון, חוץ מדירת מגורים).
פיקדון כספי בסכום שאינו עולה על 30,732 ש"ח
(החל ב־1.1.2008) ליחיד ו־46,098 ש"ח (החל
ב־1.1.2009) לזוג, לא ישפיע על הזכות להשלמת
הכנסה.

גבר ואישה שעדיין לא הגיעו לגיל הפרישה – יופנו על-
ידי הסניף המטפל להירשם בשירות התעסוקה.

שהות בחו"ל

זכאי לקצבת שאירים שוהה בחו"ל – תקופה
שאינה עולה על 6 חודשים – תשולם לו קצבה
לחשבונו האישי בבנק בישראל. מי ששוהה בחו"ל
תקופה העולה על 6 חודשים ומי שהיגר מן הארץ,
חייבים להודיע למוסד בכתב על הנסיעה, כדי שתבדק
זכאותם להמשך תשלום הקצבה.

מי שמתגורר במדינת אמנה – אוסטרליה, אורוגוואי,
בריטניה, בלגיה, גרמניה, דנמרק, הולנד, פינלנד,
נורבגיה, צ'כיה, צרפת, שוודיה או שווייץ, עשוי לקבל
את הקצבה בארצות אלה, גם אם הנפטר לא היה
תושב ישראל בעת הפטירה (פרטים באגף זקנה
ושאיירים, במשרד הראשי בירושלים).

שאיירים המתגוררים בארה"ב עשויים לקבל את
הקצבה בהיותם בארה"ב, רק אם הנפטר היה תושב
ישראל בעת הפטירה, והם יקבלו על-פי החוק קצבת
שאיירים לפני שיצאו לארה"ב.

לתשומת לבם של השוהים בחו"ל ומקבלים קצבת
שאיירים מהביטוח הלאומי, פעם בשנה אתם נדרשים
להמציא טופס "אישור חיים" למוסד לביטוח לאומי
בישראל.

מקבל השלמת הכנסה שעדיין לא הגיע לגיל הפרישה
חייב להודיע על כל יציאה לחו"ל. בעבור כל חודש
מלא (מ־1 בחודש עד 13 בחודש או 30 בחודש)
שאתה שוהה בחו"ל, לא תשולם לך הקצבה.
אם יצאת לחו"ל יותר מפעם אחת בשנה קלנדארית

אחת (מינואר עד דצמבר), ביציאתך השנייה לחו"ל
וביציאות הבאות לחו"ל – לא תשולם לך קצבה
בעבור החודש שבו יצאת לחו"ל וגם עבור החודש
שבו חזרת מחו"ל.

מקבל השלמת הכנסה שהגיע לגיל הפרישה חייב
להודיע על כל יציאה לחו"ל. החל ב־1 בינואר 2007
תשולם תוספת השלמת הכנסה למי שהגיע לגיל
הפרישה גם בעד תקופה שהוא יוצא לחו"ל, ובלבד
שיצא לחו"ל 3 פעמים לכל היותר בשנה קלנדארית
אחת (מינואר עד דצמבר) ולתקופה של 72 ימים
רצופים או מצטברים לכל היותר בשנה קלנדארית
אחת.

● אחת.



מו"ל

אגף ייעוץ לקשיש – המוסד לביטוח לאומי

עורכת

ניצה אייל – פסיכולוגית וחוקרת זיקנה

חברי מערכת

ורה שלום – מנהלת אגף ייעוץ לקשיש,
המוסד לביטוח לאומי

דפנה כהן – סגנית מנהלת אגף ייעוץ
לקשיש, המוסד לביטוח לאומי

רפאלה גינגר – מנהלת תחום ייעוץ לקשיש
סניף עפולה, המוסד לביטוח לאומי

גדי פורת

עריכה והפקה

דורות – לקידום אוכלוסיה מבוגרת

עיצוב גרפי

אפי אליסי

כתובת להחזרות דברי דואר

ת.ד. 20222 תל אביב 61201

כתובת המערכת

ת.ד. 7141 כפר סבא. טל. 09-7658088

09-7662661 .opq

דואר אלקטרוני: gilhadash@gmail.com



שלום רב,

הגיליון החמישי של עיתון "הגיל החדש" מוקדש לנושא היחסים במשפחה הרב-דורית במטרה לעסוק בהיבטים משפחתיים מורכבים איתם מתמודד האדם המבוגר ובתפקידים השונים המוטלים עליו. לעיתים, עליו לתמוך בהורים קשישים, בילדים בוגרים ואף בנכדים, הנעזרים במשאביו האישיים של האדם שפרש מעבודתו.

העיתון עוסק בסוגיות רגשיות, ערכיות, חברתיות וחוויותיות. פותח את דלתות הידע אל עולם משתנה, בו מתלבטים רבים לגבי תפקידם במערכת המשפחתית הרב דורית, מקומם הייחודי וצרכיהם האישיים.

אנשי מקצוע מתחומים שונים מציגים בפנינו את אופייה המיוחד של תקופת חיים זו, ואת מערכות היחסים של הפרט עם משפחתו הקרובה והרחוקה. תקופה זו, בה עולה תוחלת החיים המעניקה לאלה הזוכים בה זקנה מופלגת, כוללת שלבים חדשים במעגל המשפחה. היא מכילה תכנים ותפקידים חדשים, ומציבה בפני האדם המבוגר ובפני בני משפחתו אתגרים נוספים עמם יש להתמודד בחיי היומיום.

במאה העשרים ואחת יודעת החברה לאפשר לאדם מבוגר אמצעים לקיום כלכלי ע"י תשלומי קבע כגמלת זקנה, ולו הבסיסית ביותר, המעניקה לו עצמאות מסוימת ומצמצמת את יחסי התלות בינו לבין משפחתו. אך בנוסף לתמיכה הכלכלית דרושה גם התייחסות חברתית למקומו של האדם המבוגר במערכות משפחתיות של ארבעה וחמישה דורות.

אנחנו מצויים בתקופה חומרנית המודדת הישגים על פי סולם כלכלי, ובה הנכסים הכלכליים וכוח הקניה הם סמן למיקומו של האדם בחברה ולפעמים גם במשפחה. כיצד נוכל לשלב בהגדרה נוקשה זו לגבי מיקומו של האדם המבוגר בחברה גם ערכים נוספים, כמו מערכות היחסים במשפחה המורחבת, תפקידים במשפחה ותלות בין-דורית אשר לרוב מצביעה על תמיכה ודאגה הדדית בין הדורות? •

אני מאחלת לכם קריאה מהנה.

**בברכה,
ורה שלום**

מנהלת אגף הייעוץ לקשיש
המוסד לביטוח לאומי



במאה העשרים ואחת יודעת החברה לאפשר לאדם מבוגר אמצעים לקיום כלכלי ע"י תשלומי קבע כגמלת זקנה, ולו הבסיסית ביותר, המעניקה לו עצמאות מסוימת ומצמצמת את יחסי התלות בינו לבין משפחתו. אך בנוסף לתמיכה הכלכלית דרושה גם התייחסות חברתית למקומו של האדם המבוגר במערכות משפחתיות של ארבעה וחמישה דורות

דור לדור יביע אומר

יחסים בין-דוריים במשפחה המבוגרת

ד"ר עירית רגב



הפכה להיות רב-דורית וכיום רבות המשפחות בנות 4 ו-5 דורות. האדם המבוגר צפוי כיום ללוות את ילדיו הבוגרים בממוצע כ-40 שנות חיים, לעומת כ-15-10 שנים בממוצע לפני כמאה שנים.

מסע משפחתי משותף לאורך החיים

לשינויים דמוגרפיים אלה השלכות על מערך היחסים בין הדורות. הקשר ארוך-הטווח מאפשר דיאלוג עשיר והמשכי הנע על-פני שנים רבות וחוצה אירועים, תקופות היסטוריות ונסיבות חיים אך גם דורש התמודדות מתמשכת עם שינויים ועם מצבי חולי, נכות ותלות. משפחות כיום מקיימות מסע משותף שבו הן חוות מצבים שונים ויחסי משפחה משתנים לאורך זמן רב. מסע זה דורש מכל משתתפיו לגלות גמישות והתאמה לנסיבות המשתנות. הקושי של אורי בן ה-70, המוצג בסיפור הפותח, להיתמך, והקושי של בתו לשנות את התפקיד של הילדה במשפחה, הוא חלק מתהליך ההסתגלות שהם נדרשים לעבור לאורך המסע המשותף של החיים.

מיתוסים ומציאות

לפי מיתוסים חברתיים שכיחים במשפחה המודרנית חלה שחיקה, התדרדרות ומיעוט קשרים ביחסים בין דור הבנים להוריהם המבוגרים. מיתוסים נוספים טוענים כי בדורות הקודמים מערכת הקשרים הייתה קרובה יותר, דור המבוגרים זכה לכבוד ולהערכה ובעקבותיהם גם לטיפול מסור ואוהב. מחקרים מוכיחים כי מיתוסים אלו אינם עומדים במבחן המציאות וכי רוב המשפחות בתקופתנו שומרות על קשרים קבועים ומתמשכים בין הדורות שיש בהם הדדיות בתמיכה והיענות לצרכים במצבים משתנים של חולי ותלות. מיתוסים אלו משקפים ציפיות מסורתיות הדדיות לקשרים בין הדורות הנשענות על ערכים תרבותיים של כבוד להורים בפרט ולדור הזקנים בכלל. בתרבות המזרח, למשל, ערך זה נשען על תורתו של קונפוציוס, אשר

ספר אורי בן השבעים: "לראשונה בחיי אושפזתי בבית-חולים. רעייתי ובנותי היו לצידי כמעט כל הזמן. ההרגשה שלי הייתה מוזרה - אני זה שצריך לדאוג להם ופתאום אני מרגיש כל-כך תלוי וחסר אונים. מאוחר יותר התברר לי שלא רק אני הרגשתי כך, כשחזרתי הביתה שאלה אותי בתי (בת הארבעים): אבא, אתה בסדר? אני יכולה לחזור להיות שוב הילדה שלך?".

הסיפור של אורי מרמז על חלק מהסוגיות המעסיקות הורים מבוגרים וילדיהם הבוגרים ומכוון אותנו לנושא המאמר - מערכת היחסים הבין-דורית על כל מורכבותה ורב-צדדיותה. להיות הורים ולהיות ילדים, אלו הם תפקידים ותהליכים המלווים אותנו לאורך כל חיינו ומעצם טיבם הם דינמיים ומשתנים. ההזדקנות מאירה בזרקור מיוחד את מערכת היחסים הזו, מעלה ומעוררת רבדים גלויים וסמויים של הקשרים בין הדורות במשפחה.

סיפור היחסים בין הדורות מתועד בספרות הפסיכולוגית והחברתית וכן בספרות היפה לאורך ההיסטוריה האנושית, אך נראה כי מערכת היחסים בין הורים מבוגרים לילדיהם הבוגרים זוכה לתשומת לב מוגברת בעשורים האחרונים. לכך אחראים מספר שינויים חברתיים ודמוגרפיים בעולם המערבי ואשר הבולטים שבהם הם העלייה בתוחלת החיים, הירידה בהיקף הילודה ותהליכים של תיעוש ועיור.

לשינויים אלו השלכות ברורות על מבנה המשפחה ועל מערכות היחסים בתוכה. בעשורים האחרונים חלו תמורות באופייה של המשפחה המתבטאים בעליית שיעורי הגירושין, עליית גיל הנישואין ויצירת מבנים משפחתיים חדשים כגון משפחות חד-הוריות. המשפחה

ד"ר עירית רגב, עובדת סוציאלית ורגנטולוגית, המכללה האקדמית ספיר, מכון צמתים - יעוץ למשפחה הרב-דורית



המשפחה פועלת
 כמערכת שיש בה
 כללים, חוקים, דפוסי
 התנהגות ותקשורת
 ומערך תפקידים
 מסוים. לכל אחד מבני
 המשפחה תפקיד
 בתוך המערכת
 המשתנה בהתאם
 למשימות וליעדים.
 שינוי שהמתרחש
 אצל אחד מחברי
 המשפחה ישפיע על
 כל האחרים

לדור ההורים
 המבוגרים המכש
 הרב-דורי מאפשר
 לסקור את חיי דרך
 התבוננות על תפקידי
 חיים ותקופות חיים
 המגולמים עתה
 על-ידי בני המשפחה
 הצעירים והבוגרים.
 לדור הילדים הבוגרים
 הקשר עם ההורים
 מאפשר מכש עם
 הזיקנה המתקרבת
 והכרות עם מודלים
 של הזדקנות רצויים
 או בלתי-רצויים

הדגיש כי להורים זקנים מגיעה תשומת-לב מיוחדת בתמורה למתנת החיים שהעניקו לילדיהם. גם ביהדות, כמו בדתות הגדולות האחרות, מחויבות בנים להוריהם היא ציווי דתי ומוסרי חשוב. מסורת שכזו מניבה ציפיות לשימור המעמד החברתי והמשפחתי של האדם הזקן.

כיום, בעידן של שינויים חברתיים ותרבותיים מהירים, המערערים את יסודותיהן של מסורות חברתיות ומשפחתיות רבות-שנים, חווים אנשים זקנים תהליך כואב של התפכחות ונאלצים להתאים עצמם למציאות החדשה. הפערים בין הדורות – המשקפים תהליך חברתי היסטורי של שקיעת המסורת המשפחתית מול עליית האינדיבידואליות – מקבלים ביטוי חריף יותר בארצות הגירה מערביות דוגמת ארצות-הברית או ישראל. מפגש בין עולמות ערכיים ותרבותיים שונים מאפיין גם את החברה הישראלית מאז הקמת המדינה – מעידן "כור ההיתוך" בשנות החמישים והשישים, ועד שלהי שנות האלפיים – עם גלי ההגירה ממדינות חבר העמים. כאז כן עתה, ניצבים נציגי הדורות המבוגרים בישראל מול מציאות וסגנון חיים המתנגשים עם תרבויות המוצא שלהם ועם הנורמות המסורתיות שאפיינו אותן.

שלוש פנים במראה המשפחתית

הספרות הגרונטולוגית מציגה את מורכבות היחסים במשפחה הרב-דורית תוך התייחסות לשלושה היבטים מרכזיים:

ההיבט המערכתי – על פי גישה זו המשפחה פועלת כמערכת שיש בה כללים, חוקים, דפוסי התנהגות ותקשורת ומערך תפקידים מסוים. לכל אחד מבני המשפחה תפקיד בתוך המערכת המשתנה בהתאם למשימות וליעדים. שינוי שהמתרחש אצל אחד מחברי המשפחה ישפיע על כל האחרים. לדוגמא: מחלה של סבא ואשפוזו בבית החולים ישפיעו גם על בתו המבקרת אצלו מידי יום וגם על נכדיו הצעירים העשויים לחשוש פן המחלה תחמיר וסבא ימות.

ההיבט ההתפתחותי – התיאוריה של התפתחות המשפחה טבעה את המונח "מעגל המשפחה" המתאר את השלבים ההתפתחותיים העוברים על התא המשפחתי. המושג מתייחס לשלבים ותקופות במעגל המשפחה הדומים לשלבים ותקופות בחיי הפרט. שני המעגלים האלו נפגשים ויוצרים דיאלוג בין-דורי שבו כל אחד מחברי המשפחה מצוי בשלב אחר ברמה האישית והמשפחתית. הדור המבוגר הנמצא בשלב הזקנה נדרש להתמודד עם שינוי התפקידים הדוריים והעברת תפקידים לדור הבנים, אך יחד עם זאת להוות משענת לדורות הצעירים ולהעביר ניסיון וחוכמה הנאגרים כמשאב למען המשפחה. המשפחה כמערכת נעה על ציר הזמן וממלאת תפקידים ויעדים משפחתיים כמו:

גידול הילדים, שילוחם מהבית, פרישה מעבודה ועוד. בד בבד מצוי כל אחד מבני המשפחה בשלב התפתחותי אישי בו יש לו צרכים אישיים התפתחותיים משלו. המפגש בין הדורות השונים עשוי להיות גם מפגש בין צרכים התפתחותיים ואישיים שונים ולא מתואמים. כמו אותו בן באמצע החיים העסוק בתהליכים של חשבון נפש, זהות ומשמעות, שימור הקריירה האישית, ותמיכה בילדיו המתבגרים. באותה עת עסוקים הוריו המבוגרים בהתמודדות עם אובדני בריאות ותפקוד, חווים ירידה באנרגיות גופניות ונפשיות והפניה של משאבים כלפי עצמם. השאלה כיצד נפגשים שני הדורות אחד עם צרכי השני? האם יוכלו לתמוך אחד בשני?

שאלות אלו מתעצמות אל מול אירועי חיים ושינויים בלתי-צפויים הפוגשים את הדורות השונים בנקודות זמן מוקדמות יותר או מאוחרות יותר מלוחות הזמנים החברתיים המקובלים. כך מרגישה דינה בת ה-65 אשר התגיסה לטפל בשני נכדים פעוטים לאחר גירושים כואבים של בתה. דינה מתפקדת למעשה כמחליפה לאם הצעירה הנמצאת שעות רבות בעבודתה וחוזרת רק עם ערב הביתה. היא אינה מתלוננת, אך חשה כי כוחותיה אוזלים וגידול הנכדים יחד עם בעיות בריאות שפקדו אותה לאחרונה הוא כמעט מעל לכוחותיה.

ההיבט הפסיכודינמי – מערכת הקשרים בין הורים מבוגרים לילדיהם הבוגרים מהווה לעיתים קרובות משענת ותמיכה אך יכולה גם להוות כר נרחב לקונפליקטים. הדינמיקה המשפחתית מזמנת מפגש בין כוחות, רגשות ומניעים שונים. התמודדות דור הביניים עם מעברי אמצע החיים דורשת ממנו להתמקד בעצמו ובתא המשפחתי שלו. קשר עם הורים מבוגרים בשלב זה עשוי ליצור איום בשל המשמעות של זיקנה וסוף חיים, נושאים בהם עסוק האדם בשלב אמצע החיים. תהליך שינוי התפקידים יוצר מפגש מחודש, תכוף ואינטנסיבי יותר בין הורים מבוגרים לילדיהם הנקרא: "תהליך ההצטרפות מחדש". תהליך זה מאפשר לילדים הבוגרים לבטא את החיבה, האחריות ההדדית והנאמנות להוריהם המבוגרים. עם זאת תהליך זה מחייב לעיתים קונפליקטים מהעבר המשפחתי.

מי הילד של אבא - קונפליקטים בין הדורות במשפחה

בסרט רסיסי חיים של הבמאי בוב ראפלטון בכיכובו של ג'ק ניקולסון אנו מלווים בחור צעיר החוזר הביתה לאחר שאחותו מתקשרת להודיע שאביהם נוטה למות. כל השדים הנושנים מתעוררים מרבצם. מערכת היחסים עם האב הנוטה למות מחזירה לחיים את המאבק שלו לעצמאות ואת החשבונות הנושנים עם דמות האב הנוקשה.

המשך בעמוד 6 ←

כשאני חולה אני לא מספרת לילדים כי אני לא רוצה להדאיג אותם הבן שלי הציע לטפל בחשבונות הבנק ואני מרגיש שהוא לא סומך עלי

→ המשך מעמוד 5



הימנעות זהירה של שני הצדדים מנושאים טעונים. דווקא הימנעות זו יכולה להוות גורם לחסימות תקשורתיות ולפגוע באיכות הקשר בין הורים מבוגרים לילדיהם.

מספרת צילה בת השמונים ושתיים: "למדתי לא להגיד לילדי מה היא דעתי האמיתי לגבי נושאים רבים בחייהם ובחיי. אני כמו שלושת הקופים – לא שומעת, לא מדברת ולא רואה, כך אני מצליחה להימנע מקונפליקטים ולשמור על שקט שכל-כך חשוב לי בימים אלו." מה צילה אינה מספרת הוא שלהימנעות שלה משיחה כנה ואמיתית החושפת את דעותיה ורגשותיה יש מחיר המתבטא בתחושת בדידות המלווה אותה. שלושת הקופים אותם היא מזכירה יכולים להוות תזכורת למשמעותם האמיתית: לדבר עם האחר, לראות את האחר ולשמוע את האחר, ומרמזים לאפשרויות הגלומות בתקשורת משפחתית שיש בה יכולת הידברות משמעותית, כנה ואמיתית.

דור שאינו מכיר את אביו וסבו - אינו מכיר את עצמו

ראוי להבהיר כאן כי הקשר הבין דורי מספק לאדם המבוגר וכן לילדיו תחושת המשכיות לקיום הפיזי, משמעות לחיים, תמיכה רגשית ותחושת בטחון ואמון. אמר ברל כצנלסון: "דור שאינו מכיר את אביו וסבו – אינו מכיר את עצמו, אינו יודע מה ירש ובמה מרד". לשני הדורות מאפשרת מערכת היחסים המתמשכת הזדמנות למגוון תפקידים מאתגר. לדור ההורים המבוגרים המפגש הרב-דורי מאפשר לסקור את חייו דרך התבוננות על תפקידי חיים ותקופות חיים המגולמים עתה על-ידי בני המשפחה הצעירים והבוגרים. לדור הילדים הבוגרים הקשר עם ההורים מאפשר מפגש עם הזיקנה המתקרבת והכרות עם מודלים של הזדקנות רצויים או בלתי-רצויים. הדורות השונים יכולים להעמיק את הדיאלוג ולפתור באמצעות התהליכים גם סוגיות משפחתיות טעונות מהעבר. מורכבות הקשרים הבין דוריים מאפשרת קיום של קרבה וגם מרחק, שיתוף וגם ניתוק, קונפליקטים וגם פתרונם. התמודדות עם מורכבות רבת פנים זו העוברת כחוט השני לאורך היחסים הבין-דוריים מהווה אתגר גדול שפירותיו יכולים להניב התקרבות בין הדורות וכן התפתחות אישית ורווחה נפשית. ●

להיות הורים ולהיות ילדים, אלו הם תפקידים ותהליכים המלווים אותנו לאורך כל חייו ומעצם טיבם הם דינמיים ומשתנים. ההזדקנות מאירה בזרקור מיוחד את מערכת היחסים הזו, מעלה ומעוררת רבדים גלויים וסמויים של הקשרים בין הדורות במשפחה

המשפחה כמערכת נעה על ציר הזמן וממלאת תפקידים ויעדים משפחתיים כמו: גידול הילדים, שילוחם מהבית, פרישה מעבודה ועוד. בד בבד מצוי כל אחד מבני המשפחה בשלב התפתחותי אישי בו יש לו צרכים אישיים התפתחותיים משלו. המפגש בין הדורות השונים נשוי להיות גם מפגש בין צרכים התפתחותיים ואישיים שונים ולא מתואמים

קונפליקטים מהעבר המשפחתי נסובים לעיתים סביב קנאה בין האחים במשפחה, סמכות, עצמאות ותלות וכן אמון ואי-אמון במשפחה. השינוי אצל ההורים המבוגרים וההזדקנות לעזרה, מקצינים ומסעירים דפוסי קונפליקט קודמים בין חברי המשפחה. לדוגמא:

קבלה מול דחייה – הורים מבוגרים עשויים לבדוק מי מילדיהם מקבל אותם ללא תנאי ולהעמיד במבחן את נכונותם לסייע על-ידי אזעקות שווא כדי לראות מי מילדיהם עומד טוב יותר בדרישות אלו. התנהגות כזו יכולה לעורר מחדש חוויות קבלה או דחייה שחשו הילדים הבוגרים בילדותם.

תלות מול עצמאות – רצונו של ההורה המבוגר לשמור על עצמאות לאורך זמן אל מול התלות ההולכת וגוברת מעמיד את שני הדורות בפני דילמות מורכבות במצבים בהם נדרשת עזרה, אך ההורה הזקן אינו מכיר בכך ומסרב לקבלה, או לחילופין במצבים בהם ילדים בוגרים ממהרים לקחת על עצמם תפקידי טיפול ואחריות ונוטלים מהוריהם את תחושת העצמאות לה הם זקוקים. האם ידעו ההורים וילדיהם לנוע בזירות על פני החבל הדק שבין קטבים אלו של עצמאות ותלות?

הצמדות לתפקידים ודימויים משפחתיים – מיתוסים קודמים מהעבר המשפחתי לגבי תפקידים שונים חוזרים ועולים כמו: הילד של אמא, הילד של אבא, הילד הטוב, הילד הרע. כך נוצרים דפוסי של עזרה: הבת עוזרת והבן לא עוזר, או הבן שלוקח על עצמו מרבית תפקידי הטיפול. עשויה להתעורר אז "תחרות אחים" מי הבן הטוב, העוזר והתומך יותר.

מחיר הקונפליקט בין הדורות

התעוררותם של קונפליקטים היא מקור לדאגה ומורת-רוח אצל שני הצדדים: עבור הצאצאים הבוגרים, ביקורת מצד הוריהם המבוגרים מחזירה אותם למאבק שניהלו בשנים קודמות להשיג אוטונומיה ולהשתחרר מן התלות בהורים ומחסותם. עבור ההורים המבוגרים התערבות ילדיהם יכולה לעורר חשש גובר מירידה ביכולת התפקוד ומהתגברות התלות בילדים ובעזרתם. הורים מבוגרים עשויים להגיב ברגישות יתר לביקורת של ילדיהם, משום שהיא מעוררת בהם תחושות של חוסר יכולת ונתפשת כאיום על עצמאותם ופריטיותם. מחקרים מראים אומנם כי רמת הקונפליקטים בין הורים מבוגרים לצאצאיהם היא נמוכה, אך אינה מלמדת על היעדר בעייתיות, אלא על

היא והוא במחצית השנייה של החיים סיפור של נישואים



ד"ר דניאל בקר

ה תגובה הראשונה של מי שקורא את הכותרת וחושב על נישואים במחצית השנייה של החיים היא, מה העניין? מה המיוחד בנישואים במחצית השנייה של החיים. הרי מה שהיה הוא מה שיהיה, מה שהיה בנישואים במחצית הראשונה של החיים הוא אשר יהיה בנישואים במחצית השנייה.

האומנם זה עוד מאותו דבר?

מי שחושב כך זה רק סימן שהוא לא היה נשוי מספיק זמן, כי אחרת היה מבחין כי הנישואים במחצית השנייה של החיים עוברים שינויים ורחוקים מלהיות עוד מאותו דבר. אנשים משתנים בשל הצלחות או בשל מחלות או נסיבות אחרות, צאצאים מתחתנים ועוזבים את הבית, צאצאים מתגרשים וחוזרים אל הבית. נכדים באים ומתווספים, אם לא לבית אז לפחות ללוח הזמנים השבועי. יש שינויים במצב הבריאות, בתעסוקה, בשעות הפנאי שמתרבות או מתמעטות (כן, כן, יש דבר כזה). שטחי העניין משתנים, עמדות מתחלפות, סדר עדיפויות של כל אחד מבני הזוג עובר מהפכים. אז מאין המחשבה המוזרה הזאת שדווקא הנישואים יהיו עוד מאותו דבר כמו אותה תמונה מצהיבה של החתונה שעומדת על המזנון או שוכבת במעמקי המגירה?

הוא והיא - סיפור מהחיים

הוא בן 65, היא בת 63. שניהם למדו רפואה ביחד. הוא למד בתל אביב, היא לא. שניהם פיתחו "קריירה". היא בדרכה המבריקה והמהירה, הוא בדרכו האיטית והיסודית.

ד"ר דניאל בקר, פסיכיאטר ופסיכותרפיסט, מתמחה בשינויים של אמצע החיים, מחבר הספר: כשאדיפוס גדל - הפסיכולוגיה של המחצית השנייה של החיים (הוצאת אריה ניר)

השנה הוא יצא לפנסיה מוקדמת, היא לא. הוא היה מלא תכניות, החל מטיפול בגינה המוזנחת מאז שהילדים עזבו את הבית וכלה בנסיעה "ממש ארוכה" - לא כזאת של כמה ימים שעושים בצמוד לכנס. לטפל בנכדים דווקא בא לו, לה לא. הוא לא ניסה לשכנע אותה. מה שכן הוא ניסה לשכנע אותה שייצאו לעשות פיקניק בהרי ירושלים כמו שהיו עושים פעם כשהיו סטודנטים, ואולי בהזדמנות היא יכולה להתחמק וללכת ליומית כמו כשהיו מתמחים ונהגו "להתפלח" ליום חופש בתירוץ שהם בספרייה. הוא ניסה לשכנע, והיא? היא הגיבה במבוכה ובעצבנות. כמו שמגיבים לילד נודניק שמעלה תכניות לא מציאותיות, ילד שאינו מבין שאימא עסוקה ולא יכולה להתפנות מתי שהוא רוצה לפיקניק או ליומית. יש לי אחריות כלפי המחלקה, אמרה לו, איך זה שדווקא אתה לא מבין את זה, ואתה עוד מדבר איתי על טיול "ממש ארוך", תהייה הגיוני. הוא לא רצה להיות הגיוני. הוא גם הרגיש נזוף, דחוי ואפילו היה לו חשש שאולי הוא לא מספיק אטרקטיבי בשבילה כעת. אפילו פעם אחת הוא העזי לשאול אם זה שבשנים האחרונות פחות מתחשק לו, זה עושה אותו פחות גברי בעיניה. היא לא ענתה, אחר כך מלמלה משהו על היומית ועל פיקניק, על ילדותי. הוא שאל את עצמו, לעבוד בגינה לבד זה בסדר, וגם ללכת לבד ליומית?

הסיפור הבדוי הזה שבנוי על דמויות אמיתיות, הוא הקצנה (או לא?) של הסיטואציה הבסיסית של כל זוג סביב שנות השישים פלוס שלו, כאשר לפעמים היא זה הוא והוא זה היא. לא מדובר בזוג בטיפול זוגי וגם לא על סף גירושין, רחוק מזה - זו התמודדות משותפת לכולנו כי על כולנו חלים שינויים לאורך החיים, אם בגוף ובמצב הבריאות, אם בתפקוד האישי והמקצועי, אם בהעדפות ובהתעניינות. רק לא מובטח ובעצם

המשך בעמוד 8 ←

→ המשך מעמוד 7



עשו טובה לעצמכם והימנעו מלנסות לשחזר בדיוק היסטורי את המעשים שלכם של "פעם בתור זוג צעיר". אז מה כן? כן אפשר לשחזר את הרוח של פעם, את הספונטניות של פעם, את חדות החיים של פעם

מה המסקנה? שסבא שלי צדק כרגיל. בנישואים במחצית הראשונה של החיים הצורך "להשתלב" אחד עם השני בתוך הזוגיות בנוסף להתמודדויות האופייניות לתקופה זו מביא לכך ששני בני הזוג "נעשים דומים" אחד לשני, יותר ממה שהיו רוצים להודות בפני עצמם. מכאן שהזוגיות במחצית השנייה של החיים זו ההזדמנות האחרונה והבלתי חוזרת להיות "אני", או "אתה", או "את"

המשחק. למשל, כאשר הגבר לוקה בסוכרת והוא מוגבל או כאשר האישה זוכה לקריירה ולהכרה והגבר מדשדש במקום ולא מוצא את עצמו.

הדברים לא חייבים להיות תמיד דרמטיים והרי גורל, לפעמים יש חלוקה ברורה בין בני הזוג כאשר אחד מהם הוא האופטימיסט והשני (או השנייה) הוא הפסימיסט. החיים עושים את שלהם ומתוך ההתפתחות האישית או מתוך נסיבות החיים (שהם לא תמיד זהות לשני בני הזוג). יש ומתהפכות היוצרות והפסימיסט נהיה אופטימיסט ולהפך. אין הדברים פשוטים, מי שהיה רגיל לתמוך לא בקלות מוותר על תפקידו ועל מעמדו ומי שהיה רגיל להיתמך יהסס לקחת את המקום החדש ולו בכדי לא לפגוע בשני.

ברור שהשינויים הללו קודם צריכים להתקבל על ידי האדם עצמו ושנית הם צריכים להתקבל על ידי בן הזוג, ואל יקל הדבר בעיניכם. דוגמא אחרת, גבר "גברי" שהיה רגיל להיות עמוד התווך של המשפחה, כיום הילדים עזבו את הבית ורחוקים מלחפש את עצותיו או לבקש את עזרתו, לעומת זאת אשתו אשר עד עכשיו תמיד עשתה את הכול למען בעלה, הוריה, משפחתה. מסתבר כי בשנים האחרונות היא עוסקת בעבודה בשכר או בפעולה התנדבותית שמעסיקה אותה רוב שעות היממה מה שהפך להיות עבורה רק תעסוקה בלבד אלא גם חוג חברתי חדש. שינויים מהסוג שתיארת דורשים "ארגון מחדש" של היחסים של בני הזוג. זה מחייב קודם שהגבר יקבל את עצמו בפוזיציה החדשה שהוא כבר לא עמוד התווך מבלי להרגיש חלש ושהאישה אשר אף היא ראתה אותו כעמוד התווך בתוך המשפחה תהיה מוכנה לקבל אותו בגרסתו החדשה, ולא תזלזל בו על מה שהוא כבר לא או שתהיה מאוכזבת וממורמרת כי "זה לא הגבר איתו התחתנתי". מצד שני האישה גם הייתה עמוד התווך של המשפחה בדרכה היא ועליה קודם להתגבר על תחושת האשמה על כי "נטשה" את משפחתה וגם שהגבר לא יאשים

זה די ברור שהשינויים שעוברים עלינו לא יהיו דומים אפילו לאלה שעוברים על בני זוגנו. וכאן אתם עוצרים ושואלים: אז מה עושים דוקטור? ולשאלה הזאת יש לי שלוש הצעות.

הראשונה: האם אפשר שזה יהיה כמו פעם (הכוונה לזוגיות)?

ברור שלא ניתן לשחזר בדיוק את מה שהיה פעם, בטח לא לפרטי פרטים, אם בגלל שהישיבה על הסלעים בהרי ירושלים נגמרת בכאבי גב, אם בגלל שפעם היינו אלה שברחנו או התמרדנו באחראים והיום אנחנו האחראים, אם בגלל שיש לנו עדיין תשוקה כלפי השני רק שהיא "אחרת".

אני מוצא כי הבעיה היא בפרשנות הלא נכונה של הביטוי "כמו פעם", הרי אין הכוונה בביטוי הזה ל"בדיוק, בדיוק". הדגש הוא על "כמו" בתור מילה שאין פרושה זהה אלא דומה. הניסיון לעשות את הדברים בדיוק כפי שהיו פעם רק מביא לתסכולים בשל חוסר ההצלחה ולחיכוכים בשל הפרשנות (ואולי אף הזיכרון השונה) לגבי מה שהיה פעם. עשו טובה לעצמכם והימנעו מלנסות לשחזר בדיוק היסטורי את המעשים שלכם של "פעם בתור זוג צעיר". אז מה כן? כן אפשר לשחזר את הרוח של פעם, את הספונטניות של פעם, את חדות החיים של פעם.

השנייה: מנסחים חוזה זוגי חדש

אין המדובר בהסכם ממון, וברור שהחוזה הישן לא מצוי בשום כספת, גם לא יחד עם הכתובה במגירה. החוזה הוא אותם דברים שאף אחד לא אמר אותם, אבל הם היו תמיד ברורים לשני בני הזוג. לדוגמא: זוג מהסוג ש"אני הגבר החזק והכול יכול – טרזן" ו"את תהיי האישה הקטנה והחלשה – ג'יין". סידור זה יכול להחזיק מעמד הרבה שנים, אגב גם כאשר מזמן בני הזוג יודעים שהמציאות שונה ולא כל כך ברור תמיד מי החזק ומי החלש. מתי החוזה הלא כתוב הזה מופר? כאשר המציאות לא מאפשרת יותר להמשיך את



וכאן אנחנו מגיעים לפתרון: צריך לנסח חוזה חדש. על פי חוזה זה, אנחנו מקבלים את בן הזוג במודל החדש ומוכנים להינשא לו מחדש. לא צריך עורך דין, רק רצון טוב ויכולת לקבל את השינוי ואת השינוי של השני. ועוד משהו, להיות מוכנים לכך שבעתיד אולי נצטרך שוב לנסח חוזה מחדש בעקבות השינויים החדשים שיחולו

יש שינויים במצב הבריאות, בתעסוקה, בשעות הפנאי, שמתרבות או מתמעטות (כן, כן, יש דבר כזה). שטחי העניין משתנים, עמדות מתחלפות, סדר עדיפויות של כל אחד מבני הזוג עובר מהפכים. אז מאין המחשבה המוזרה הזאת שדווקא הנישואים יהיו עוד מאותו דבר כמו אותה תמונה מצהיבה של החתונה שעומדת על המזנון או שוכבת במעמקי המגירה?

הנן על חשבון ה"אני" הפרטי המיוחד והייחודי של כל אחד מבני הזוג. אלו התמודדויות שמחייבות המון הזדהות עם השני, תוך ויתורים ופשרות.

מה המסקנה? שסבא שלי צדק כרגיל. בנישואים במחצית הראשונה של החיים הצורך "להשתלב" אחד עם השני בתוך הזוגיות בנוסף להתמודדויות האופיינית לתקופה זו מביא לכך ששני בני הזוג "נעשים דומים" אחד לשני, יותר ממה שהיו רוצים להודות בפני עצמם. מכאן שהזוגיות במחצית השנייה של החיים זו ההזדמנות האחרונה והבלתי חוזרת להיות "אני", או "אתה", או "את".

למה שנעשה את זה? מהרבה סיבות. ראשית, כי הלחץ על בני זוג להציג עמדה אחידה כלפי העולם במחצית השנייה הולך ופוחת לאחר שמילאו את המטלות הבסיסיות של התבססות ובניית התא המשפחתי והחזקתו. שנית, כי במחצית השנייה של החיים אנחנו מתחילים להיות מודעים לכך שאט, אט, פיסה, פיסה, ויתרנו על פעילויות, בילויים ומשאלות למען הזוגיות והדבר לא תמיד הביא לתמורה, אם יש בכלל תמורה לפשרות וויתורים. המודעות הזאת מביאה אותנו למצוא מחדש איזון בין הצרכים שלנו לאלה של בני הזוג (חוזה חדש, זוכרים?).

*אף איך נלסכים את
הצואות באחזית הלנייה
ל כחיים:*

- פתיחות לשינויים - לא חייב להיות כמו פעם.
- הרי את מקודשת בשנית - עורכים חוזה נישואים חדש.
- שנינו ביחד וכל אחד לחוד - בזוגיות טובה שומרים גם על ביחד וגם על לחוד וזוכרים שאף פעם לא מאוחר להיות עצמך.

אותה ב"נטישה".

וכאן אנחנו מגיעים לפתרון: צריך לנסח חוזה חדש. על פי חוזה זה, אנחנו מקבלים את בן הזוג במודל החדש ומוכנים להינשא לו מחדש. לא צריך עורך דין, רק רצון טוב ויכולת לקבל את השינוי ואת השינוי של השני. ועוד משהו, להיות מוכנים לכך שבעתיד אולי נצטרך שוב לנסח חוזה מחדש בעקבות השינויים החדשים שיחולו. כאן אנחנו עוברים להצעה השלישית.

השלישית: הגיע הזמן להיות את או אתה

לסבא שלי היה פתגם בספרדית שאמר משהו כגון "שניים שישנים באותה מיטה בסוף תהיה להם אותה דעה" (בטוח שבספרדית הפתגם נשמע יותר טוב). האם כך הדבר? ללא ספק יש באמירה עממית זאת מידה מסוימת של אמת. זוג שחי ביחד מעודד אחד אצל השני התנהגויות שהן משותפות ודומות, לעומת זאת הוא אינו מעודד ואף יוצא חוץ נגד התנהגויות ששונות ומבדילות בין בני הזוג. די שנסתכל איך בני הזוג יעודדו פעילות ספורטיבית איש של רעהו וישקיעו בכך יותר זמן, אם שניהם מלכתחילה אוהבים זאת וזה חלק מהבילוי במשותף או שזה מעורר את ההערצה של השני. לעומת זאת, אם רק אחד מבני הזוג אוהב לעסוק בפעילות גופנית והשני יראה אותו או אותה הולך לישון מוקדם ביום שישי כי צריך לנוח "טוב" לקראת הפעילות בשבת ואותו בן זוג ימצא את עצמו לבד בבוקר בשבת, די סביר שזה יהיה תמיד סלע המחלוקת עד ששני בני הזוג לא יעסקו בפעילות גופנית כלל, ובכך שוב יהיו דומים.

מזווית הסתכלות אחרת אין ספק שעשרים השנים הראשונות (של הנישואים) הן השנים של הבניה, של יצירת התא המשפחתי, של גידול הילדים, של המשכנתא, של ההתמודדות המשותפת עם העולם - בין אם זה חברים או הורים, כך שהעולם יראה אותם כיחידה עצמאית ונפרדת. כל המשימות הללו

סבאות מודרנית



ד"ר עדנה כצנלסון ופרופ' עמירם רביב

סבאות הוא אחד התפקידים המרכזיים של אנשים במחצית השנייה של החיים. הארכת החיים תרמה לכך שיותר אנשים מגיעים לגיל בו הם רואים נכדים ובני נכדים, והם מלווים את הנכדים בהתפתחותם שנים ארוכות יותר וגם בריאות יותר. הסבים אינם בהכרח אנשים כפופים, חולים, מוגבלים ביכולות הפיזיות, שאינם שומעים ואינם רואים היטב.

בדור האחרון יש לחלק מהסבים, לפחות בראשית דרכם, הורה או שניים שהם צריכים לטפל בהם. הטיפול בהורים קשישים כרוך לעיתים בקונפליקט קשה הנוגע לחלוקת ההשקעה בין הנכדים, הבנים וההורים, וכן בעצמי ובזוגיות. המציאות המורכבת תובעת כוחות רגשיים כדי לא לברוח מהתמודדות, אך גם לא להישאב אליה ולהיבלע בתפקיד המטפל על חשבון הזוגיות, ההורות והסבאות.

סבים חיים היום בעידן בו לא רק תרומה למשפחה היא ערך בלעדי, אלא גם הגשמה עצמית וסיפוק, ולכן חלקם עסוקים בטיולים, בחוגים, בהאזנה להרצאות, ולא רק בטיפול בנכדים. חלקם עדיין עובדים ומשקיעים בקריירה, ולא פנויים רק לילדים ולנכדים. אולם, ילדיהם, עובדים קשה (לעיתים מבוקר עד לילה) וחיים במשפחות יותר שוויוניות מבעבר, בהן גם הנשים עובדות וזקוקים לעזרה שלא תמיד הסבים פנויים לתת אותה. כל אחד מהסבים צריך לקבל החלטות לגבי

ד"ר עדנה כצנלסון, פסיכולוגית קלינית, אוניברסיטת תל-אביב

פרופ' עמירם רביב, פסיכולוג חינוכי וקליני, דקאן בית הספר לפסיכולוגיה במרכז ללימודים אקדמיים באור יהודה

מועד ב', המהווה כביכול הזדמנות להיות פעם נוספת בתפקיד הורי ולהשתמש בניסיון החיים הרב, ולא לחזור על דפוסים שגויים שנעשו בעבר בגידול הילדים.

● **תחושת שחרור והזדמנות לנתינה.** הסבאות מאפשרות מידה מסוימת של נתינה בלי חשבון ובלי אחריות, נתינה שמעשירה ומעצימה את המעניק.

● **תשומת לב.** פעמים רבות הנכדים פנויים יותר מהוריהם העסוקים להענקת התייחסות ותשומת לב לסבים, מוכנים להקשיב להם ונהנים לשחק עמם ולבלות בחברתם.

● **נכדים כמתוככי קשר עם הבנים.** הנכדים מעניקים לסבים הזדמנות להתקרב שוב לבניהם נוכח האתגר המשותף של גידול הדור הבא והעזרה שהסבים יכולים להציע להם.

● **תחושת כוח וערך.** נכדים נותנים לסבים חום וכוח ומראים להם, שלמרות גילם המתקדם הם עדיין יכולים להיות מקור תמיכה מועיל ומשמעותי גם לבניהם וגם לנכדיהם.

● **קשר לעתיד.** הנכדים קושרים את הסבים לעתיד שבו כבר לא יהיו נוכחים. הם מבטיחים את רציפות המשפחה מעבר לטווח הקצר של הקיום.

● **קשר לילדות ולנעורים.** הנכדים מחברים את הסבים לנעשה ולנחוה בילדות ובבגרות ומגשרים על פער הדורות.

● **נכדים כמספקי משמעות.** אף על פי שהסבים כיום עסוקים ברובם ויש להם מספר תחומים הנותנים משמעות לחייהם, הנכדים מהווים גורם חשוב כשהם תורמים את חלקם במתן משמעות, בספקם עניין ובהוסיפם עולם תוכן בעל חשיבות. בחיי

סדר העדיפויות שלו בין לימודים, בילויים או תחביבים לבין עזרה לילדים ולנכדים, כמו גם בין השקעה בהוריו, לבין השקעה בעצמו, במשפחתו או בילדים ובנכדים.

מה אנחנו נותנים לנכדים?

● **סבים מעניקים לנכדים זמן פנוי וסבלנות.** הסבים, הפנויים מעול גידול הילדים, ובשלבם מסוימים גם מעבודה, יכולים להעניק לילדים משאב יקר ערך בחברה המודרנית - זמן איכות ללא לחץ של שעון עצר.

● **הבנה וקבלה ללא שיפוט.** כיוון שסבים אינם חייבים לחנך, ובגלל ניסיון חייהם שלימד אותם סדרי עדיפויות שונים משל הצעירים, הם יכולים להיות יותר מבינים וסלחנים. אהבתם אינה מותנית בהישגים ובהצטיינות, אלא בעצם היות הילד נכדם.

● **סבים מהווים מקור תמיכה משמעותי בעיתות לחץ ומצוקה:** מוות במשפחה, גירושי הורים, מחלה במשפחה, מצב חירום ועוד. הם מגבים את ההורים בעת לחץ, מחליפים אותם כשאלה מתקשים לתפקד ומהווים גורם יציב בעיתות משבר.

● **סבים מהווים עוד דמות הזדהות לילדים,** שמרחיבה את רפרטואר הדמויות המשפיעות על הילד, מקנה לו דגמים לחיקוי ולהשראה, ומלמדת אותו לתת אמון באנשים נוספים על הוריו.

● **העברת מורשת.** הם מעניקים לילדים ראייה היסטורית של המשפחה ושל הלאום והתרבות.

מה הנכדים נותנים לנו?

● **הזדמנות שנייה.** הנכדים מספקים מעין

סבים רבים הנכדים מהווים תוכן מרכזי.

● **עניין.** לעיתים קרובות הנכדים מספקים נושאי שיחה ועניין משותף בין הסבים להורים. במשפחות רבות זה נושא האינטראקציה המרכזי. הדיווח והחלפת הדעות על מעשי הנכדים, איך בילו, מה אמרו, מהווים נושא שיחה רלוונטי המעניין את שני הצדדים.

● **מערכת תמיכה.** במקרים רבים נכדים בוגרים עוזרים להורים לטפל בסבים בזקנתם ומהווים חלק משמעותי מרשת התמיכה המשפחתית המסייעת להתמודד עם מצבי חולי ומוגבלות בגילים מתקדמים. הסבאות ההיסטורית משתנה בהדרגה על בסיס שינויים חברתיים ומשפחתיים. בחברה המערבית אין לתפקיד של סבא

וסבתא סטאטוס חברתי מוגדר ואין ממנו ציפיות חברתיות ברורות. לכן כל משפחה מעצבת את יחסי הסבים עם ילדיהם ונכדיהם באופן שונה על פי מה שנכון לגביהם.

לכל סבא וסבתא סגנון משלהם

כל סבא וסבתא מגבשים את סגנון הסבאות שלהם הן על-פי אישיותם והן על-פי מאפייני בניהם ונכדיהם.

● **הסגנון הפורמאלי** – המבחין בבירור בין התפקיד ההורי והסבי. הסבים מפנקים אך אינם מחנכים. הם עושים שמרטפות וקונים מתנות על פי "פרוטוקול" צפוי.

● **הסבים מחפשי ההנאה** – המעוניינים ליהנות בחברת הנכדים. סגנון זה אופייני בעיקר לסבים צעירים יחסית.

● **החכם במשפחה** – סבים וסבתות משכילים ומעודכנים, הזוכים למעמד של סמכות לא בזכות המסורת והמנהג אלא בזכות הידע שלהם גם בנושאים כלליים אחרים.

● **הסב המרוחק** – איתו מתראים בעיקר בחגים ובאירועים. השפעתו על חיי נכדיו מוגבלת.

● **ההורים החליפיים** – סבים הממלאים את תפקיד ההורים בהיעדרם ומגלים מעורבות

רבה בגידול הילדים ובחינוכם.

סגנון הסבאות, אם כן, מושפע מאוד ממאפייני האישייות הבסיסיים של הסב או הסבתא. גם הנכדים מביאים למפגש את מאפייני האישייות שלהם. סוג התקשורת בין הנכד לסב קשורה במידת ההתאמה של מאפייני

אישייות שני הצדדים. למשל, לסב ולנכד שניהם מוחצנים קל יותר לתקשר ביניהם לעומת נכד מוחצן עם סבא מופנם. לסב הפתוח לעולם קל יותר לבלות ולהחליף חוויות עם נכד פתוח לעומת סב המסתגר מפני העולם עם נכד מסויג. אולם כשההבדל בין מאפייני הסב והנכד אינו גדול, וכשהם אוהבים מאוד זה את זה, הם עשויים להשלים זה את זה – הסב הפתוח לעולם עשוי

להצליח לעודד את הנכד להיפתח לחוויות חדשות, ונכד סקרן עשוי לפתוח מעט את הסתגרותו של סב.

גם סגנון ההורות של הסבים משפיע על סגנון הסבאות. מי שהיה הורה דמוקרטי נוטה להיות גם סב כזה, ומי שהיה הורה סמכותי מתנהג באורח דומה גם בסבאות.

אופי הקשר עם הבנים וילדיהם משפיע גם הוא על עיצוב הסגנון הסבי, שיהיה שונה כלפי בנים ונכדים קרובים מאשר כלפי משפחה מרוחקת רגשית.

לעתים גם אילוצים כלכליים או גיאוגרפיים (מרחק בין מגורי הסבים והנכדים). עשויים להשפיע על עיצוב הסגנון הסבאות.

ייתכן גם שוני בין סבא לסבתא: האחד יכול להיות הורה חליפי והאחר מחפש הנאה; האחד פורמאלי וקורקטי והאחר חכם המשפחה ובעל סמכות וידע. פער גדול בסגנון סבאי בין בני זוג עלול לגרום למתח ביניהם, כשהסב הרוצה קשר פורמאלי בלבד עם הנכדים יתקשה לקבל את רצונה של אשתו להיות הורה חליפי לנכדים. סב שמחפש הנאה לא יסכים עם סבתא שמבקשת להיות מחנכת. גם כאן, כמו בכל נושא שמעורר קונפליקט, להידברות יש סיכוי למתן את הפערים. גם

הסכמים מעשיים יכולים לצמצם את הפערים:

סבתא המתפקדת כאם חליפית יכולה לטפל בנכדים בביתם ולא בביתה – כדי לא להכעיס את הסב, שרוצה שקט מילדים בביתו.

אי אפשר להעריך סגנון סבאות כטוב או רע, אלא לבחון את מידת התאמתו לצרכים של כל משפחה ושל כל סב.

לסבים זכות להסביר לילדיהם מהו סגנון הסבאות המתאים להם, כמה זמן הם מוכנים להקדיש לנכדים ואיזה פעילויות הם מוכנים לעשות איתם. הסבר ברור של ציפיות מונע הרבה כעס ומתח בין סבים לילדיהם.

סבאות טובה דיה היא סבאות המשלבת בין רצון הסבים וכוונותיהם הטובות לבין צרכי הילדים והנכדים. רק שילוב בין הרצונות והצרכים נותן מענה נכון.

לפנק או לא לפנק?

קיים מגוון תפיסות שונות של התפקיד הסבאי: יש סבים הרואים בפינוק הנכדים את תפקידם העיקרי, ולעומתם כאלה הרואים עצמם כמחנכים, כמשלימים את התפקיד ההורי וכממלאי מקום בהיעדרם. אם נבחן את הנושא בקפידה, נמצא טווח רחב של מטלות ותפקידים שסבים מקבלים או נוטלים על עצמם.

אף על פי שלסבים מותר לפנק יותר מאשר להורים, אסור גם להם להגזים. פערים גדולים מדי בין התנהגות ההורים והסבים מחלישים את ההורים, גורמים לכעס של הילדים על ההורים, יוצרים ציפייה לפינוק קבוע ויוצרים דגם לא סביר של קשר ילדים-מבוגרים. פינוק יתר של סבים גורם נזקים בתחומים שונים. קשה להורים לשים גבולות כשהסבים פועלים בניגוד לדרכם, והדבר גורם למתח בין הסבים להורי הילד. בנוסף, הילד מקבל פינוק במקום חום ואהבה. ילדים מפונקים הופכים לילדים תובעניים, תלותיים, חסרי גבולות, אימפולסיביים, והדרישה לפינוק הולכת ומסלימה.

לסיום, חשוב לזכור כי העקרונות שהעלינו בנושא הסבאות הם עקרונות כלליים. סבים שונים זה מזה באישיותם ובביוגרפיה שלהם ובנסיבות חייהם, ויישום העקרונות הללו דורש התאמה פרטית של כל סבא וסבתא לתחומי החיים השונים. ●



זכותם של סב ו/או סבתא לקשר עם נכדיהם

עו"ד מיקי שינדלר



בין השאר דאגה לחינוכו, לימודיו, לדאוג לענייניו הכלכליים וכמו כן נתונה להם הרשות להחזיק בקטין ולקבוע מקום מגוריו וכן לייצגו. סעיף 17 קובע כי ההורים חייבים לנהוג לטובת הקטין כדרך שהורים מסורים היו נוהגים בנסיבות העניין.

מכאן אנו רואים שאכן להורי הקטין מעמד על וראשוני ביחס לילדיהם הקטינים. יחד עם זאת עולם המשפט כן מתייחס למערכת יחסים שבין סבים לבין נכדיהם ולהסדרי ראייה בין הורי הורים - סב ו/או סבתא - לבין נכדים. הסעיף בחוק הכשרות שנוגע במישרין לעניין זה הוא סעיף 28 א' לחוק והוא קובע את זכותם של הורים שכולים להסדרי ראייה עם נכדיהם. הסעיף קובע שאם מת אחד ההורים של הקטין, בית המשפט רשאי לתת הוראות בעניין המגע - הסדרי ראייה - בין הורי המת לבין הקטין.

זאת אומרת שהחוק מתייחס לזכותם של סבים וסבתות לראות את נכדיהם רק במקרה של הורים שכולים.

לחקיקת סעיף זה שני נימוקים עיקריים: הנימוק הראשון, הרגישות וההתחשבות הרבה שיש להעניק לסבים שכולים ולקשר שלהם עם נכדיהם. המחוקק חוקק סעיף זה נוכח מצבים טרגיים בהם הורה אחד נפטר בדמי ימיו וההורה השני פועל למען ניתוק הקשר בין ילדו לבין הורי ההורה שנפטר ובכך מוסיף להורי ההורים מכאוב קשה על המכאוב שכבר לקו בו מכך שבנם או בתם הלכו לעולמם. והנימוק השני, החשיבות רבה לקשר הבין דורי שביחסים בין סב/ סבתא לבין

פני מספר חודשים הגיע אל משרדי עמותת "יד ריבה - סיוע משפטי לקשיש" בני זוג בשנות השבעים לחייהם. הם סיפרו לעו"ד שפועל במסגרת העמותה סיפור עצוב - על בנם שהלך לעולמו בגיל צעיר והותיר ילד קטן, נכדם שהוא כל עולמם. על סירובה של כלתם, אשת בנם המנוח, לכל קשר איתם ולכל קשר שלהם עם נכדם. על ליבם השבור ועל בקשתם שנסיעה להם לראות את נכדם.

מקרה זה אינו מקרה חריג וישנם מקרים נוספים בעלי מאפיינים דומים ושונים בהם נמנע מסבים וסבתות לראות את נכדיהם.

למקרה שבו פתחתי היה סוף שמח. לאחר התערבות עורך הדין סוכם על הסדרי ראייה, לפיהם יתאפשר לבני הזוג לראות את נכדם. עם זאת ישנם מקרים רבים שהסוף הוא עצוב ואין בידי הסבים והסבתות היכולת לראות את נכדיהם, מדוע? מהי עמדת המשפט בנוגע לסוגיה חשובה זו?

זכותם של סבים לראות את נכדיהם הוא נושא רגיש ומורכב והחוק העיקרי העוסק בתחום זה הוא חוק הכשרות המשפטית והאפוטרופוס

(להלן: חוק הכשרות או "החוק"). למעט יוצאים מן הכלל מעגל הקרבה הראשוני של הקטין הם הוריו. סעיף 14 לחוק הכשרות קובע כי "ההורים הם האפוטרופסים הטבעיים של ילדיהם הקטינים". סעיף 15 לחוק קובע כי להורים החובה והזכות לדאוג לצורכי הקטין שכולל

עו"ד מיקי שינדלר, מנהל עמותת "יד ריבה - סיוע משפטי לקשיש"
* מידע זה הוא כללי בלבד ואינו בא במקום ייעוץ משפטי

נכדים הן מצד הסבים והן מצד הנכד הקטין ששומר על קשר עם שני צדי משפחתו.



על הסיבות לתיקון הספציפי לחוק ועל מעמדם של הסבים לפני התיקון עמד כב' השופט אלון בע"א 121/79 – פלוני ואח' נ' פלונית. פ"ד לד(2), 253. "בחוק הכשרות המשפטית והאפוטרופוסות לפי נוסחו המקורי, לא הוענק לסב ולסבה מעמד מיוחד בקשר ליחסיהם עם בני בניהם תיקון החוק שבסעיף 28א' הנ"ל בא לייחד לסב ולסבה, בנסיבות מסוימות, מעמד מיוחד יתר על שאר הקרובים. הוראה זו – באה לפתור בעיה כאובה, אם כי נדירה. קורה לפעמים שבגלל סכסוך בין הורים שכולים לכלתם נמנע מהם לראות את הנכד. חוק זה בא להסמיך את בית המשפט שיהיה רשאי להסדיר את העניין הזה כדי שגם ההורים השכולים יוכלו לראות בנסיבות מסוימות את הנכד."

השופט אלון ממשיך וקובע כי על בית המשפט לנהוג בזהירות רבה בהפעלת שיקול דעתו להורות על חיוב של המשך הקשר בין סבים לנכדיהם. הוא מתייחס לכך שלעיתים אותה אלמנה מבקשת לנתק קשר עם קשרים מהעבר ולהתחיל בדרך חדשה והקשר עם הורי בן זוגו המנוח אינם קלים עבורה ומכאן החלת הסעיף על הורים שכולים בלבד.

"... הכלל המנחה והקובע בכל החלטה שהיא, הוא טובתו של הקטין. הדבר המיוחד הנוסף בנושא שבסעיף 28א' הוא בכך שמדובר בו – בדרך כלל – באשה צעירה, שזה עתה שכלה את בעל נעוריה, ולאחר שהתגברה על מכאובה מבקשת היא להינשא ולשקם מחדש את עולמה, ואך טבעי הוא כי בנפשה משמשים

בערבוביה השאיפה לעתיד יותר טוב והרצון לניתוק מן העבר שהמר לה, ועם כל מה שקשור עם עבר זה, וכל אלה מפתחים רגישות מיוחדת. משום כך, דרך משל, מדובר בסעיף 28א' רק לענין זכותם של ההורים השכולים ...

(אמנם השופט מתייחס לאישה צעירה אך הדברים חלים אף על גבר שאשתו הלכה לעולמה)

מכאן אנו מבינים מדוע במקרה שהבאנו בתחילת המאמר עורך הדין הצליח לפעול לעיגון הסדרי ראייה בין הסב והסבתא לבין הנכד שהרי היה מדובר בהורים שכולים. בהקשר זה יש לציין שישנה פסיקה שמרחיבה את סעיף 28א' באופן בו ניתן לעשות בו שימוש כל אימת

שאחד ההורים ניתק עצמו מעולמו של הקטין (ולא דווקא בהורה שנפטר). ניתוק מעין זה יכול להיות גם במצבים אחרים כגון אירוע פיזיולוגי בעל השלכות רפואיות טראומתיות השולל כל יכולת תפקוד, מצב בו הורה נעדר, מצב בו נשללה כשרותו של הורה או זכותו לשמש כאפוטרופוס לילדו. כל זאת שוב מתוך זכותו של הקטין לשמירה על קשר עם שני חלקי משפחתו, אך כפוף לכך שטובתו של הקטין עצמו מחייבת זאת ותוך מתן משקל הולם לזכות ההורה שחי עם הקטין.

לכאורה משתמע מסעיף 28א' שבמקרים שלא מדובר בסבים שכולים או שיש נתק מוחלט בין ההורה של הקטין לקטין (הרחבת ההוראה של סעיף 28א' שצוין לעיל) אזי אין אפשרות לסבים לראות את נכדיהם ואין הדבר בהכרח כך. סעיף 68 לחוק שכותרתו "סמכות כללית לאמצעי שמירה" קובע כי בית המשפט רשאי לנקוט אמצעים זמנים (לזמן מוגבל ולא באופן קבוע) הנראים לו לשמירת ענייניו של קטין.

לכאורה סעיף 68 פותח פתח רחב להיטיב עם קטינים וצרכיהם הפיסיים והנפשיים, ומקנה לביהמ"ש סמכות רחבה להיטיב עם קטינים ולהורות הוראות נחוצות בעניינם. וכך אכן עולה מפס"ד שבבר"ע (חיפה) 759/00 פלונית נ' פלוני נקבע ע"י השופט יעקוב – שווילי:

"סעיף 68(א) לחוק הכשרות פותח פתח רחב להיטיב עם קטינים וצרכיהם הפיסיים והנפשיים ומקנה לביהמ"ש סמכות רחבה להיטיב עם קטינים ולהורות הוראות נחוצות בעניינם. אינני סבור שסעיף 28א' בא לסתום את הגולל על הסמכות לפי סעיף

68(א) גם בהקשר של סבים ונכדים והקשר ביניהם...."

עם זאת לאחרונה בפס"ד בבית משפט לענייני משפחה בבאר שבע תמש08/004460 שניתן ע"י השופט ד"ר ורדה בן שחר נקבע כי ניתן לפעול על פי סעיף 68(א) רק:

"כשיש צורך לפעול באורח מידי וזמני להבטחת ענייניו של מי שאיננו מסוגל לדאוג בעצמו לענייניו. אינני סבור שהסדרת ביקורים וקשר בין סבים לנכדיהם הוא מסוג העניינים הדורש החלטה זמנית ומידית אלא במקרים חריגים כאשר קיים חשש ממשי לפגיעה בטובתו של הקטין ובענייניו."

ואכן במקרה אחר שהגיע לפתחה של עמותת "יד-ריבה" לא הצלחנו

המשך בעמוד 17 ←

סבתא פייגלה

ניצה אייל



אל העולם, והם משותפים למין האנושי ועוברים מדור לדור. הוא קרא לדימויים ארכיטיפים ולמאגר – לא מודע קולקטיבי.

יונג מספר על חלום שבעקבותיו גילה את אלבום התמונות המשותף לכולנו. בחלום הוא נמצא בקומה עליונה של בית בן שתי קומות, שאינו מוכר לו. החדר מרוהט בריהוט עתיק ועל הקירות תלויות תמונות יקרות ערך. מדרגות מובילות מהקומה השנייה אל קומת הקרקע, בה ניצב ריהוט מימי הביניים. הוא עובר מחדר לחדר ומגיע לדלת כבדה שמאחוריה יורדות מדרגות מאבן אל המרתף. ברצפת המרתף הוא ניתקל בטבעת ברזל, ומתחתיה מתגלות מדרגות צרות המובילות למערה נמוכה חצובה באבן, מכוסה שכבת אבק, ובה עצמות ושברי כלי חרס, וגם שני שלדי אדם עתיקים.

לפעמים אנו פוגשים אדם ונדהמים מהדמיון בין סיפור החיים שלו לבין זה שלנו. אנו גם מרגישים מעין "תאומות נפשית". אך אין זו היסטוריית חיים דומה שגורמת להרגשה הזאת, אלה הם השלדים המשותפים הנמצאים במרתפים שלך ושלי וגם בזה של האסקימואי וההודי. כולנו מרגישים בדידות, מפחדים מהמוות ולא מפסיקים לפנטז על האהבה הגדולה. אנחנו דומים כל-כך ושונים כל-כך.

היום אני מבינה שיונג צדק. פייגלה היא לא רק הסבתא שלי. היא הקול שמגיע ממרחקים ומהדהד ממעמקים. זה הקול המעביר חוכמת חיים, תובנות עמוקות וידע מצטבר של דורות רבים. לא במקרה יש לנו אמרות סבתא ומאכלי סבתא ותרופות סבתא. ולפעמים זה כל מה שאנו זקוקים לו – מילה חכמה, אוכל מנחם ותרופה שאינה מזיקה. ●

ל סבתא פייגלה היה שיער לבן אסוף בפקעת, עיניים צוחקות וידיים רכות. אני מתגעגעת אל ההערות השנונות שלה, ריח של תפוחי עץ בשלים נדף מהן. התמונה של סבתא פייגלה מצהיבה עם השנים באלבום התמונות המשפחתי, אך הדמות שלה באלבום הפנימי שלי לא רק שאינה דוהה אלא הולכת ומתחזקת. הופכת לצלולה וברורה. אנחנו גדלות ביחד וממשיכות לדבר זו עם זו.

אל מיטתה של סבתא נמלטתי כאשר דלת אבא-אימא ננעלה בפני. היא זו שניחמה אותי בלילות, הברישה את השיער הסורר שלי בימים ושזרה בצמותי סרטים אדומים. לשתינו יש נקודת חן בכתף ושיער מתולתל. ולפעמים היא מחייכת אלי מהמראה, שיערה פזור על כתפיה. אני נזכרת בה כשאני מבריקה את פמוטי הכסף וכשמגיע מאי-שם ריח של מרק עוף. אמיתי. סבתא פייגלה אמרה כי מרק עוף אמיתי מרפא הכול. במיוחד הצטננות. צריך רק להאמין.

נשמע קלישאה? בנלי? מובן מאליו? כך מצלצל גם המשפט שהיה חביב עליה ביותר – חיים רק פעם אחת, ובעקבותיו משפט נוסף – תראי שבסוף זה יהיה לטובה. ובאמת חיים רק פעם אחת ובסוף זה הסתדר לטובה. כל-כך בנלי וכל-כך חכם.

כמעט לכולנו יש בדמיון תמונה של אישה עם שיער לבן ופנים מאירות המסמלות את כל הטוב, החום וניסיון החיים. קרל יונג טען כי באלבום הפנימי של כל אחד מצויה לא רק תמונה של סבתא פייגלה אלא גם תמונות נוספות. מאגר של דימויים, שעמו אנו מגיעים

נשמע קלישאה?
בנלי? מובן מאליו?
כך מצלצל גם
המשפט שהיה
חביב עליה ביותר
- חיים רק פעם
אחת, ובעקבותיו
משפט נוסף -
תראי שבסוף
זה יהיה לטובה.
ובאמת חיים
רק פעם אחת
ובסוף זה הסתדר
לטובה. כל-כך
בנלי וכל-כך חכם



לא במקרה
יש לנו אמרות
סבתא ומאכלי
סבתא ותרופות
סבתא. ולפעמים
זה כל מה שאנו
זקוקים לו -
מילה חכמה, אוכל
מנחם ותרופה
שאינה מזיקה

ניצה אייל, פסיכולוגית וחוקרת זיקנה. מתוך ספרה: תמונות פסיכולוגיות (הוצאת אריה ניר)

קול חמות וקול כלה



ד"ר שרה ברסלרמן

יחסים אלו נבעו משיחות עם חברות (שרובן התלוננו על חמיותהן*) ומבהדיחות הרבות והעוקצניות הקשורות לחמות. כשהתחלתי לחקור את הנושא, במסגרת לימודי התואר השני, נדהמתי מכך שלמרות שבספרי הפסיכולוגיה המשפחתית תויג הנושא כ"בעיות במשפחה", כמעט ולא נערכו בארץ ובעולם מחקרים על יחסים משפחתיים חשובים אלו.

ההתעלמות האקדמית מהיחסים הנוגעים לכל אישה שיש לה בן (ולכל אישה נשואה שלבעלה יש אימא), נראתה לי תמוהה. פליאה זו התגברה עוד יותר, כשבחרתי בנושא זה לעבודת הגמר שלי באוניברסיטה, והייתי צריכה להילחם על הלגיטימיות של הנושא להוות מחקר אקדמי רציני.

מרים השתתפה במחקר הראשון שלי, ונפטרה במהלכו כתוצאה ממחלה קשה. רק בהיותה על ערש דווי, ביקרה אותה כלתה, וגם אז סירבה לומר לה מדוע החרימה אותה במשך תקופה כה ארוכה. סיפורן של מרים ותמר ליווה אותי במשך כל השנים הללו.

כיום, למעלה מעשור לאחר המחקר הראשון שלי בנושא, אני כבר קרובה לשלב בו ילדי יינשאו לבנות זוג, ועדיין הנושא נראה לי רלוונטי וראוי לדיון. מדי פעם אני נתקלת בבדיחות ובפרסומות המשתמשות בדמותה של החמות כמתערבת, ביקורתית ועוקצנית. כך למשל, שמו העממי של צמח הסנסוויירה, שהינו שיח בעל קוצים ארוכים ודוקרניים במיוחד, הינו "כסא החותנת".

ה מפגש שלי עם מרים, לפני שנים רבות, הפגיש אותי לראשונה עם הכאב הרב הכרוך ביחסי חמות-כלה לא תקינים. מרים, אלמנה בת 72, הגיעה אלי עקב דיכאון שלא הוקל על ידי התרופות הפסיכיאטריות שנטלה מזה חודשים אחדים.

כבר בפגישה הראשונה שלנו, העלתה מרים את בעיית יחסיה עם כלתה, תמר. תמר סירבה לדבר איתה או להתראות איתה במשך

כשנתיים, ללא כל הסבר. כפועל יוצא מכך, גם בנה של מרים, מיעט לבוא לבקרה, ובכך גם נמנע ממנה קשר רציף עם נכדיה. מרים ניסתה לשאול את בנה לפשר ה"חרם" שהטילה עליה כלתה, אך לא קיבלה כל הסבר לכך. הבן רק אמר לה: "עזבי, אימא, זה יסתדר ויעבור לבד". אולם, מרים חשה שאינה מסוגלת לוותר על בנה ונכדיה, עד אשר "זה יעבור לכלתה". היא התקשתה להירדם בלילות, והמחשבות על "למה זה קרה" ו"מה כבר עשיתי לה" לא נתנו לה מנוחה ביום ובלילה. כששאלתי את מרים איך היא מרגישה במשפחתה המורחבת, היא ענתה ללא היסוס: "אני מרגישה מיותרת".

כאבה ודמעותיה של מרים, לא השאירו אותי אדישה. באותם ימים הייתי כלה צעירה, והאפשרות שגם אני אהיה חמות נראתה רחוקה מאוד. למרות שכבר הייתי אחרי סיום התואר הראשון בפסיכולוגיה, כל מה שידעתי על

**מסורת סינית אחרת
גורסת שבהיכנס
הכלה לביתה, אסור
לה לדרוך על מפתן
הבית, מאחר והדבר
דומה לדריכה על
ראש חמותה. כן
משאירה החמות
על מיטת הכלולות
את התחבושות בהן
עטפה את רגליה,
כדי לרמוז לכלה
שמצפים ממנה
להישמע לחמותה,
כפי שהרגליים
נשמעות לתחבושות
הכובלות אותן**

ד"ר שרה ברסלרמן, יעוץ פרטני, זוגי ומשפחתי. המכון לטיפול
במשפחה ובח"י נישואין | www.family.co.il

(* חמיות = חמות בגוף רבים)

יחסי חמות-כלה בתרבויות שונות

בסין ניסו לפתור בעייתיות זו על-ידי מנהג של אימוץ הכלה המיועדת עוד מגיל רך. הילדה (שהיא הכלה המיועדת) גדלה בתוך משפחת בעלה לעתיד (שגם הוא עדיין ילד), וסגנון חיים זה אמור למנוע זעזועים ומשברים לאחר הנישואים. לכן, הכלה ראתה בחמותה אם של ממש, וקבלה את מרותה ושלטונה כמובנים מאליהם.

מסורת סינית אחרת גורסת שבהיכנס הכלה לביתה, אסור לה לדרוך על מפתן הבית, מאחר והדבר דומה לדריכה על ראש חמותה. כן

למי עצמך במקומה טיפים מעשיים

- שימי עצמך במקומה של חמותך/כלתך, בטרם תשפטי אותה. **לחמות** – היזכרי בימים בהם את היית כלה, וכיצד רצית שתנהג בך חמותך. **לכלה** – גם את תהיי חמות! התנהגי עם חמותך כפי שתרצי שכלתך תנהג בך.
- קיבעו מראש את דפוסי התקשורת והביקורים, אך היו גמישים לגבי שינויים וביטולים. אל תפתיעו בביקורים בלתי מתואמים. **לכלה** – שיתוף בן זוגך ביצירת הגבולות המשפחתיים עם משפחת המוצא שלו, יקל על הקושי הרגשי שלהם לקבל זאת.
- הגשת עזרה – יש לדבר בגלוי על הצרכים והאפשרויות לעזור. **לכלה** – הורים אינם חייבים לעזור כלכלית. אין להתנות יחסים איתם במתן עזרה כספית! במידה וההורים החליטו לתת תמיכה כספית, עליהם לזכור כי הדבר אינו מקנה להם זכות להתערבות רבה יותר בחיי בני הזוג הצעיר.
- להשתדל להימנע מביקורת ודברי גנאי. אין דבר קל מהעברת ביקורת, אך אין דבר מזיק מכך – לכל מערכת יחסים! התייחסו לכל סוגיה לגופה, מבלי לגרור לתוכה זיכרונות נושנים וכעסים עתיקים.
- אל תנסי לשנות את חמותך/כלתך. קשה מאוד לשנות אדם בוגר, והניסיון עצמו מהווה גורם לריב ולמתח.
- אל תתלונני. **לכלה** – אל תתלונני על בעלך באוזני אימו. **לחמות** – אל תתלונני על כלתך באוזני בעלה או אמה... אם יש לכן טענות זו כלפי זו עדיף לשוחח על כך ישירות ובגלוי, באופן בוגר ומכובד.
- אל תהפכו את הנכדים לכלי מאבק ביניכן. **לחמות** – אל תנצלי את ביקורי הנכדים אצלך לקבלת אינפורמציה על הוריהם (הם מספרים להורים!). **לכלה** – אל תשמיצי את חמותך בפני ילדיך.
- **לחמות** – אל תיזכרי בנוסטלגיה דביקה בחברותיו המיתולוגיות של בנך בפני כלתך.... וכמו כן, אל תפארי את נכדיך מצד בתך בפני כלתך! ●

משאירה החמות על מיטת הכללות את התחבושות בהן עטפה את רגליה, כדי לרמוז לכלה שמצפים ממנה להישמע לחמותה, כפי שהרגליים נשמעות לתחבושות הכובלות אותן.

בטייוואן, נערך טקס נישואין בו החמות עונדת לכלה את טבעת הנישואין ולא החתן. בכך יש אקט סמלי: אם החמות מצליחה לענוד את הטבעת על אצבע הכלה – היא תהיה מסוגלת לשלוט בכלתה. אם היא נכשלת – לכלה תהיה עצמאות מסוימת בביתה החדש. הטקס גורם למאבק קצר בין שתי הנשים, ומהווה התחלה טקסטית ליחסים החדשים ביניהן.

בבורמזית, הכינוי הניתן לכלה הוא "האישה המזיעה", כי עליה להזיע רבות כדי לרצות את חמותה.

כי אל אשר תלכי אלך - יחסי חמות-כלה במסורת היהודית

הדוגמא המפורסמת ביותר ביהדות ליחסי חמות-כלה, נמצאת במגילת רות, שהינה דוגמא תנכ"ית לגמול שקיבלה רות (שלמרות נוכריותה,



זכתה שמזרעה יצא דוד מלך ישראל) על היותה נאמנה ומסורה לחמותה: "ותאמר נעמי לשתי כלותיה לכנה שבנה אישה לבית אמה... ורות דבקה בה... כי אל אשר תלכי אלך, ובאשר תליני אלין. עמך עמי ואלוהיך אלוהי... כי המוות יפריד ביני ובינך" (רות, א', ח'–י"ז). אחר

כך נאמר על רות הכלה: "ותעש כל אשר צוותה חמותה" (רות, ב', ו', ט').

שכרה של רות, שמזרעה יצאה מלכות דוד, הינו דוגמא כיצד ויתור הכלה על מאווייה האישיים וציינתנותה לחמותה מביאים בעקבותיהם יחסים אידיאליים, ותוצאה טובה גם לכלה.

לפי ההלכה היהודית, מצווה החמות לשבח את כלתה בפני בנה, כדי לחבבה עליו, ואסור לה להתלונן בפני הבן על הכלה, שכן היא יכולה לפגוע בכך בשלום הבית שלהם. הבעייתיות, לכן, נעוצה בכך שכל אם חושבת שבנה "כליל השלמות" (שהרי הוא חלק ממנה, ואין אדם רואה מגרעותיו), ואילו כלתה נגרעת בערכה.

האומנם חמות טובה צריכה "לתת ולשתוק"?

גם בספרות הפסיכולוגית נחשבים יחסי חמות-כלה כבעייתיים וכבעלי השלכות על יחסים אחרים במשפחה, אך המחקר הפסיכולוגי שמיעט לעסוק בהם, נטה בעיקר להאשים את החמות (אמו של הבעל) בבעייתיות היחסים.

בניסיון לבדוק אם אומנם יחסי חמות-כלה הינם בעייתיים גם בישראל, ערכתי שני מחקרים (אוניברסיטת חיפה, 1993; 2003), שהעלו כי יחסי חמות-כלה הם אכן יחסים משפחתיים בעלי פוטנציאל בעייתי גם בישראל וגם כאשר הנשים עובדות מחוץ לבית, וכי אין קשר בין בעייתיות זו לבין תכונות האישייות של החמות והכלה.

מהמחקרים עלה שיחסי חמות-כלה מושפעים ממיטוסים ודעות קדומות, ובעיקר ממיטוס ה"חמות הטיפוסית": החמיות* והכלות טענו שחמות טובה צריכה "לתת ולשתוק". הידע שלהן לגבי תפקידי חמות וכלה ויחסייהן התבסס על דיחות, פתגמים ואמרות ידועות ("כשבת מתחתנת, מרוויחים בן, כשבן מתחתן - מפסידים בן").

החמיות* והכלות במחקר זה היו מודעות להיותן נתונות בתוך מאבק כוחות, ואף העריכו את כוחן היחסי מול האחרת ("אני מאיימת עליה כי אני יותר משכילה, יותר עם אישיות, וזה מאיים עליה"). אצל חלק מהנשים התבטא מאבק הכוחות בניתוק הקשר, בעיקר על ידי הכלה.

לפי ההלכה היהודית, מצווה החמות לשבח את כלתה בפני בנה, כדי לחבבה עליו, ואסור לה להתלונן בפני הבן על הכלה, שכן היא יכולה לפגוע בכך בשלום הבית שלהם. הבעייתיות, לכן, נעוצה בכך שכל אם חושבת שבנה "כליל השלמות" (שהרי הוא חלק ממנה, ואין אדם רואה מגרעותיו), ואילו כלתה נגרעת בערכה של הנשים ממקומו של הגבר (הבן/הבעל) בסיפור היחסים ביניהם. גם החמות וגם הכלה ראו את הגבר כחלש ובלתי רלוונטי במערכת יחסיהן. מכאן, אחת המסקנות המרכזיות של מחקרי הייתה העצמת יכולתו של הגבר ב"משולש" זה כדי למנוע את החרפת הקונפליקט, ואף כדי ליצור יחסים תקינים בין אימו ורעייתו.

מה אפשר ללמוד מתוצאות המחקרים?

שמירת הגבולות המשפחתיים: המטלה ההתפתחותית של בני זוג בראשית נישואיהם הינה יצירת גבולות ברורים ממשפחות המוצא שלהם. באופן טבעי, הכלה מעוניינת בגבולות ברורים בין משפחות המוצא והתא המשפחתי החדש, בעוד החמות מעוניינת ל"ספח" את המשפחה הצעירה לתוך המשפחה המורחבת. מכאן, לעיתים קרובות העימות בין חמות וכלה הינו על גיבוש הגבולות הרצויים. הבנת

עם נישואיהם, חלק מהגברים מותירים בידי רעייתיהם את תפקיד שמירת הקשרים עם המשפחה המורחבת. כשהרעייה שומרת על קשר הדוק יותר עם משפחתה, נוצר חוסר איזון בקשר עם משפחת הגבר, עם משפחת שמחריפה עוד יותר לאחר הולדת הילדים. מכאן, על הגבר לתגבר את מערכת היחסים שלו עם הוריו, ולא להשאיר תחום זה לרעייתו.

הצרכים השונים ושילוב הגבר (הבעל/הבן) בקביעת הגבולות המשפחתיים עשויה למנוע חלק גדול מהבעייתיות.

שמירת הקשרים עם משפחות

המוצא: עם נישואיהם, חלק מהגברים מותירים בידי רעייתיהם את תפקיד שמירת הקשרים עם המשפחה המורחבת. כשהרעייה שומרת על קשר הדוק יותר עם משפחתה, נוצר חוסר איזון בקשר עם משפחת הגבר, תופעה שמחריפה עוד יותר לאחר הולדת הילדים. מכאן, על הגבר לתגבר את מערכת היחסים שלו עם הוריו, ולא להשאיר תחום זה לרעייתו.

תיאום ציפיות:

למנוע לחמות ולכלה לקיים כבר עם תחילת הנישואין דיאלוג לגבי היחסים ביניהן, הציפיות ההדדיות מהקשר והגבולות המשפחתיים והאישיים הרצויים לשתיהן.

השפעת יחסי חמות-כלה על הקשר הזוגי: כאשר אחד מבני הזוג, או שניהם, לא "נפרדו" רגשית ממשפחות המוצא, עלול הדבר לגרום למאבקי כוח ותחרות ביניהם. לעיתים, כאשר האחד חש חוסר כבוד ועוינות להוריו, הוא יתנהג כך עם הורי בן זוגו, כפעולת הענשה. לא תמיד ישנה ערנות להיבט זה של הקושי הזוגי, וכדאי להתייחס אליו גם בטיפול זוגי. ●

זכותם של סב ו/או סבתא לקשר עם נכדיהם

→ המשך מעמוד 13

לסייע לסבתא שבקשה לראות את נכדה. באותו מקרה בתה של הפונה ניתקה כל קשר עם אמה. מקור הסכסוך היה כספי אך התפתח לסכסוך רגשי קשה ביותר. היות ולא היה מדובר באם שכולה ולא ניתן היה להראות שהעדר הקשר עם הסבתא תפגע פגיעה ממשית בטובת הנכד, לא הצלחנו כאמור במקרה זה לסייע לאותה פונה.

לסיכום, עקרון העל בכל הנוגע להסדרי ראייה בין הסבים לבין הנכדים הוא **עקרון טובת הילד**. כאשר מדובר בסבים שכולים סעיף 28' לחוק מעניק זכות להסדרי ראייה. הפסיקה מרחיבה את הסעיף ומחילה אותו גם אם ההורה של הקטין בין החיים אך חי במנותק מילדו הקטין. יחד עם זאת גם סבים שאינם בסטאטוס מעין זה יוכלו לראות את נכדיהם אם יוכיחו כי קשר עם נכדיהם הוא לטובת הנכדים. ברור שיש צורך להראות שקשר זה יטיב עם הנכד באופן מהותי כאשר יש שסבורים שהסדרי ראייה מעין אלו יוחלו רק כאשר קיים חשש ממשי לפגיעה בטובתו של הקטין ובענייניו. ●

עו"ד מיקי שינדלר



כמו דגל - קצת מורכן וקצת זקוף

ד"ר מירי ורון



" זכיתי באהבת הורים נפלאה שללא ספק השפיעה עלי מאד ונתנה לי מידה של ביטחון בעצמי", אומר הסופר יהושע קנז בראיון לכבוד צאת ספרו "דירה עם כניסה בחצר וסיפורים אחרים" (הוצאת עם עובד 2000). את האהבה הזאת נושא המספר בליבו בבואו להשיב אהבה לחיק אביו שנים ארוכות לאחר מות האב. בסיפורו "חדר מס' 10" הוא עושה תיקון לתחושות עוולה ועלבון שחוה יחד עם אביו.

בסיפור שלוש דמויות - אב, בן ורופא. האב הוא טיפוס עצמאי, חזק ועקשן. בראשית הסיפור, כאשר בנו מגיע לביקור הוא רואה את אביו "עומד במרפסת הדירה ועוסק בהנפת דגל הלאום לכבוד יום העצמאות... הוא התקשה לקשור את מוט הדגל בחבל דק למעקה המרפסת...אתה לא מבין? אני צריך להתרגל לקשור." האב אומר זאת משום שבגלל אירוע מוחי הוא מתקשה בפעולות מוטוריות קטנות וקשירת הדגל הופכת להיות מלחמת העצמאות האישית והאינטימית שלו. הבן משתף פעולה אתו: הוא מניח לו להתאמץ.

"יש לך סבלנות?" שואל האב.
"אין סוף. ולך?"

הבן מנסה לעזור בחשאי משום שהוא שומר על כבודו ורצונו של האב להמשיך ולהיות עצמאי. הדגל הופך להיות סמלי: הוא מבטא

ד"ר מירי ורון, מרצה לספרות ותיאטרון

את ההשלמה השקטה והאצילה של האב עם החולשה.
"הוא לא ישר, הוא נוטה החוצה." אומר הבן.
"אין דבר," משיב האב בחיוך אירוני, "ככה זה יתאים לשני הימים. קצת מורכן ליום הזיכרון וקצת זקוף ליום העצמאות." (שם, עמ' 85)
גם זו אפשרות לחיות עם המציאות.

מול הברית השקטה והאמיצה הזאת עומדת דמות הרופא המנוכר, גס הרוח, שהשנים פוגשים בשל מחלתו של האב.

הסיפור מעורר אמפטיה עמוקה לאב ולבן המלווה אותו, ומבטא את הצער והעלבון שבהתמעטות ובחולשה, אבל עם זאת יש בו עוצמה גדולה ומנחמת של אהבת אב לבנו ובן לאביו שמגוננים זה על זה ונשארים חבוקים גם בימים קשים

לאחר האירוע שבו חש האב הזקן שידו אינה נשמעת לו, הוא משתכנע שאין מנוס מביקור אצל נירולוג. הוא נאות להפצרות בנו שמבקש להתלוות אליו, להסיעו אל בית החולים בו עליהם להיפגש עם הרופא בחדר מס' 10. מעתה ואילך מתרחשת העלילה בשני מישורים - המישור הגלוי הוא הציפייה המשמיימה ליד חדר הרופא כשהאב מתנמנם

והבן חסר מנוחה ומחפש דרך לצמצם את זמן ההמתנה. והמישור הסמוי, הפנימי, התחולל במחשבותיו של הבן. הדאגה לאב מעוררת בו זיכרונות של חרדה קדומה: כאשר היה ילד שמע מבעד לקיר את אביו משתעל בלילות ופחד לאבד אותו. הוא זוכר את עצמו זועק בדממה "אל תמות, אני לא יכול להיות יתום", (שם, עמ' 90) אלא שכעת הוא כבר איננו ילד והמפגש עם האימה המוכרת מטלטל אותו עד תום.

הדיאלוגים שהם מנהלים בחדר ההמתנה מזכירים לכל מי שמלווה או ליווה את הוריו המזדקנים את הסיטואציה הטיפוסית: לא ברור בדיוק האם זהו החדר, לא ברור בדיוק מי הוא הרופא, זמן המפגש אינו תואם את הציפייה, הרופא אינו מגיע בזמן, החולה המבוגר מתכנס בכניעה עגומה אל תוך עצמו והבן המתלווה אליו אינו יודע את נפשו והוא מרגיש חסר אונים מול המערכת העריצה, מול חלל חדר ההמתנה שיש לו רק שלט אחד אירוני - "לא לעשן"...

סוף סוף מגיע הרופא: "פתאום נפתחה הדלת והאיש פרץ פנימה כרוח סערה. במרפקו הדף לאחוריו את הדלת שנטרקה, העיף עין בשני היושבים בחדר ההמתנה, הפטיר: עוד מעט, נכנס לחדרו, סגר את הדלת וכעבור כמה שניות נשמע קולו מדבר, מן הסתם בטלפון." (שם, עמ' 89)

הבן מעיר את אביו המנמנם ומכין אותו לפגישה. ושוב הרופא בפתח והדיאלוג המוכר



**הבן מנסה לעזור
בחשאי משום
שהוא שומר על
כבודו ורצונו של
האב להמשיך
ולהיות עצמאי.
הדגל הופך להיות
סמלי: הוא מבטא
את ההשלמה
השקטה והאצילה
של האב עם
החולשה**

**השאלה אם "הוא"
צלול נשאלת
בנוכחותו של האב.
העלבון, הלבנת
הפנים בפני הבן
אינה מעליבה את
האב אלא גורמת
לו צער על כך שבנו
מצטער. הוא מוצא
את עצמו מנחם
את הבן ולא עוסק
בעצמו**



**וריקה תמיד נשאר צלחתו.
אין שומע לו ואין מביט אליו,
הכלבים ינהמו סביב האיש הסב,
הוא נותן לכל להלוך כאשר ירצה,
מסובב, וכלי הנגן רגע לא יחשה.
הו זקן תמוה. האלך עימד?
הלקול שירי תנגן בתיבתך?"**

הבן אינו יודע את מילות השיר, אבל האב יודע אותן היטב. המוסיקה מנחמת אותו: "יש נחמה במוסיקה", הוא אומר לבן ומנסה שוב להקל על בנו את מצוקת העלבון.

הסיפור מעורר אמפטיה עמוקה לאב ולבן המלווה אותו, ומבטא את הצער והעלבון שבהתמעטות ובחולשה, אבל עם זאת יש בו עוצמה גדולה ומנחמת של אהבת אב לבנו ובן לאביו שמגוננים זה על זה ונשארים חבוקים גם בימים קשים.

באותו ראיון עם יהושע קנז שנערך עם שירי לב ארי הוא אומר כי "חדר מס' 10 הוא כמעט דיווח תיעודי". ואמנם הוא סיפור ארוג מחוטי היומיום, מהצער ומהאהבה השזורים זה בזה בין אבות ובנים. ●

לבקר את סבא

**ולכן הדבר האהוב ביותר
הוא לא קרקס ולא משחק בחצר
ולא גולות ולא רחצה בים
ולא ארטיק קר או תירס חם,
כי אם ביקור אצל סבי דוד,
בגלל הסיפורים
ובגלל שיש לו פנאי
בשבילי
תמיד**

מירה מאיר

(מתוך הספר: אני אוהב לצייר,
הוצאת ספריית הפועלים)

עד להכאיב:

"להיכנס!" קרא.

הבן הלך אחר אביו הרופא עצר אותו בפתח.

"אני הבן שלו."

"הוא צלול?"

"כן."

"אז תישאר שם. אם צריך אני אקרא לך."

(שם, עמ' 89)

השאלה אם "הוא" צלול נשאלת בנוכחותו של האב. העלבון, הלבנת הפנים בפני הבן אינה מעליבה את האב אלא גורמת לו צער על כך שבנו מצטער. הוא מוצא את עצמו מנחם את הבן ולא עוסק בעצמו.

"אין דבר", אמר לבנו "אל תיקח ללב." (שם, עמ' 91)

גם בסיטואציה זו של חוסר אונים והשפלה – "נדמה לו כי הוא הנקרא לעזור ואת המבקשת סעד" (מות האב – נתן אלתרמן).

הרופא ממשיך ומתעמר באב הזקן, דוחק בו להזדרז ולהתלבש על אף איטיותו, נותן לבן מכתב סגור ומתעלם מן האב ולסיום הוא טורק את הדלת אחריהם.

האב אומר חרש:

"עכשיו תכפתר לי בבקשה את החולצה, אני רוצה כבר ללכת מפה."

בצאתם מבית החולים שב האב ומפציר בבנו לא לקחת ללב, לא להצטער בגינו.

"אל תיתן לפרא האדם הזה לדכדך אותך", הוא אומר. (שם, עמ' 92)

בדרך חזרה מתמכר האב עדין הנפש לקול המוסיקה. שניהם עוצרים ליד בית החולים "השרון" שם נולד הבן לפני שנים וברדיו שר פישר דיסקאו את "איש תיבת הנגינה". זהו אחד משירי החורף האחרונים שכתב פרנץ שוברט לפני מותו בגיל צעיר.

"שם אחרי הכפר עומד לו איש תיבה

באצבעות קפואות מסובב כאשר יידע.

יחף על פני הקרח נד הוא כה וכה



לתת מכל הלב

גמלאים מתנדבים למען האוכלוסייה המבוגרת

גמלאים וגמלאיות בני 55 ומעלה -

אם אתם מרגישים צורך להעניק, שירות הייעוץ לקשיש בביטוח הלאומי מזמין אתכם לתרום מזמנכם לעבודת התנדבות מעניינת וחשובה עם קשישים.

תרומה משמעותית לקהילה

בהתנדבות למען הקשישים תתרמו לאיכות חיי הקשישים: תסייעו להם במיצוי זכויותיהם, תערכו ביקורי בית חברתיים, ותתנו להם ייעוץ באופן אישי. במהלך ההתנדבות תקבלו הדרכה וליווי מאנשי מקצוע, ויוענקו לכם כל הזכויות המגיעות לכם כמתנדבים.

ללמוד באוניברסיטה

כמתנדבים תוכשרו בקורס לגרנטולוגיה (מדעי הזקנה) שיתקיים באוניברסיטה, ותלמדו על זכויות הקשיש והגמלאי בקהילה.

הירשמו עכשיו - ותוכלו להתחיל מיד בעבודת התנדבות מעשית.
פרטים והרשמה בטל' 02-6463400, בימים א'-ה', בשעות 8:00-13:00

מידע מפורט על מחלקות הייעוץ לקשיש ניתן למצוא
באתר האינטרנט: www.btl.gov.il/קצבאות/ייעוץ לקשיש



המוסד לביטוח לאומי
אגף הייעוץ לקשיש