

## פרק 12

### הורות על רקע תהליכי עלייה וקליטה,

### תוך התייחסות ל"עיקרון הרציפות"

### במסגרת קבוצות להורים עולים ממוצא אתיופי

ווכטל טובה, פסיכולוגית חינוכית, שפ"ח נתניה.

#### אט אט תצעד הביצה על רגליה

(פתגם אתיופי)

בתחילת שנות השמונים של המאה הקודמת החלה ממשלת ישראל בהתארגנות להעלאת יהודי אתיופיה ארצה.

שיאם של המאמצים התבטא בשני גלי עלייה גדולים: מבצע משה (1984-1985) ומבצע שלמה (1991), שגם אחריהם המשיכו להגיע ארצה קבוצות של עולים.

חלק מן העולים הגיעו ארצה לאחר מסע דרך סודן, שלווה בתלאות רבות ובהתמודדות עם חוויות קשות של סכנה ואובדן.

עם העלייה של יהודי אתיופיה החלה התגייסות של ארגונים שונים על מנת לסייע ולהקל על תהליכי קליטתם. הארגונים עסקו בפרויקטים שונים, שחלקם נועד לקידום של ילדי העולים, על מנת לאפשר להם להשתלב טוב יותר במערכת החינוך ובחברה בארץ.

לצד מאמצים רבים המופנים לקליטת ילדי העולים, מיוחד מקום לאוכלוסיית ההורים אשר מתמודדת עם תהליך קליטה מורכב, הכרוך לעיתים בקשיי הסתגלות מרובים. דור ההורים נושא בחלקו חוויות קשות בתהליך העלייה, ומתמודד עם הבדלים תרבותיים ועם שינויים משמעותיים באורח החיים. בהמשך לכך ניכרים בתהליך ההסתגלות אף לבטים בתחום ההורות, קושי בהתמודדות עם שימור הסמכות ההורית וכן באשר לפיתוח הקשר עם המערכות החינוכיות השונות.

נראה, כי לצד תמיכה בתחומי חיים שונים, אוכלוסיית ההורים יכולה להסתייע אף באוזן קשבת למצוקותיה, וזאת, תוך מתן מקום של כבוד למורשת העדה ולמנהגיה.

חיזוק אוכלוסיית ההורים בשימור ובהתייחסות לשורשים מהווה מקור של כוח וביטחון בתהליך ההתמודדות עם החיים בארץ ככלל, ומהווה בסיס תמיכה להתמודדות עם תחום ההורות בפרט.

במרוצת השנים קלטה גם העיר נתניה עולים רבים מבני העדה האתיופית, וכיום מונים בני העדה בעיר כ-12,000 נפש.

כשירות פסיכולוגי-חינוכי בעיר נתניה, ראינו צורך לתרום את חלקנו ולהיות שותפים למאמצי הקליטה של בני העדה בעיר.

בשלוש השנים האחרונות יזם השירות הפסיכולוגי-חינוכי בנתניה, במסגרת השירות המשלים, הקמת קבוצות להורים ממוצא אתיופי בגנים ובבתי-הספר בעיר.

הקבוצות נערכו במתכונת של שישה מפגשים, אחת לשבוע.

בקבוצות יוחד מקום לסיפורי העלייה, למנהגים ולמסורות של העדה כבסיס להתייחסות לנושאים שונים בתחום ההורות, הסמכות ההורית, גבולות ומשמעת, סדר יום ותקשורת הורה-ילד. כמו כן, הוצג תפקיד הפסיכולוג החינוכי, ונערכה היכרות עם תהליך האבחון הפסיכולוגי ונושא הבשלות לבית-הספר.

את הקבוצות מנחים פסיכולוגים חינוכיים מן השפ"ח בסיוע מגשרים חינוכיים.

הקבוצות הוקמו בשיתוף עם ארגון "פאקט" וארגון "מצילה", ובתמיכת הפיקוח מטעם משרד החינוך.

## תהליך הגירה - עלייה - מבט תיאורטי

בספרות ניתן למצוא מודלים תיאורטיים שונים המתייחסים לתהליכי הגירה.

ניתן להבחין בשלושה שלבים בתהליך ההגירה: תקופת "ירח הדבש", שהנה התקופה הראשונה לאחר המעבר, המאופיינת בתחושת אופוריה וציפייה לעתיד. השלב הבא הנו תקופת "ההתכחות". בתקופה זו ישנה התכחות "דיכאונית" מהפנטזיות ומן האשליות שטופחו טרם העלייה ארצה, והתמודדות עם מציאות של חוסר ודאות, דאגות יומיומיות ואכזבות. מהגרים רבים נכנסים אז לתקופה של עייפות, של דיכאון, האשמות וחשדנות כלפי הסביבה. כאשר תחושה זו מתמשכת, מתגברות תחושות הקיפוח והפגיעות של העולה. המשמעות של הפגיעות היא פיחות בהערכה העצמית של היחיד כאדם עצמאי, מצליח, בעל יכולת שליטה בסביבה והמסוגל לדאוג לעצמו ולמשפחתו (לוינסון ויעקב, 1993). בשלב הבא ישנה אפשרות להשלמה ולהסתגלות תוך התרחקות הדרגתית מן החיים בעבר והשתלבות בחיים בהווה.

Arendo & Patricia (אצל שיין ורצוני, 1993) ראו את תהליך ההגירה כתהליך אבל, על-פי המודל של בולבי (Bowlby), הכולל שלושה שלבים. בשלב הראשון חש המהגר הלם ואינו מבין את משמעות עזיבת המולדת במלואה. בשלב השני, מתחלפים הרגשות בכאב, בייאוש ובכלבול. בשלב זה הופכת ארץ המוצא אובייקט לגעגועים ולהערצה. בשלב השלישי מקבל המהגר את ארצו החדשה, רוצה להתארגן בה, לבנות בה את חייו וליצור קשרים חדשים, תוך חיזוק תחושת ההזדהות עם ארץ ההגירה.

בספרות העוסקת בהגירה מיוחד מקום למונח אקולטורציה (Berry, 1986) (Acculturation). המונח מתייחס לתהליך של מפגש בין לפחות שתי תרבויות שונות, אשר יוצר שינוי באחת הקבוצות, וכתוצאה מן הקשר, הופכת קבוצה אחת דומיננטית יותר. התהליך שמתרחש בין המפגש לבין השינוי עלול להיות קשה וליצור קונפליקט. ברי מצוין, כי בתהליך האקולטורציה ישנם שלושה שלבים: שלב המגע, שלב הקונפליקט ושלב ההסתגלות.

## ההגירה היא סוג של טראומה

ניתן לראות, אם כן, כי בגישות השונות שהוצגו ישנה התייחסות לתהליך ההגירה כתהליך מעבר, לעיתים בעל מאפיינים משבריים, המביא עמו תגובות לאובדן ולקונפליקט. התגובות נושאות אופי של תהליך אבל, כאשר בהמשך ישנה השלמה הדרגתית עם התנאים החדשים.

אין ספק כי תהליך ההגירה והמעבר התרבותי מלווה לרוב בלחצים רבים.

על המהגר לרכוש את השפה כמו גם את המיומנויות החברתיות והמוסכמות. המהגר חווה עזיבה ואובדן של עולם מוכר וידוע, ועליו להסתגל למציאות זרה, כאשר התהליך דורש השקעה רבה ומלווה בתחושת חוסר ודאות ודאגות מרובות. המהגר חווה קשת רחבה של מצבי לחץ, הן מרגשים והן מדכאים, הדורשים ממנו להתאים את עצמו לסביבה על מנת להסתגל ולשרוד (לוינסון ויעקב, 1993). בספרות אף קיים שימוש במושג "הלם תרבותי", המתייחס לתגובות כגון דיכאון, ניכור פסיכולוגי ותחושות חוסר התמצאות, המתרחשים בעקבות התמוטטות או היחלשות מערכות התמיכה המסורתיות (Kozulin, 1993).

ניתן לראות בתהליכי העלייה ובתגובות שנסקרו תהליכים טראומטיים הדומים באופיים והדורשים התייחסות מתאימה. העולים חווים אירוע בעל עוצמה, המשבש את אורחות חייהם, קיימת בו מידה של סיכון, והוא עלול להיות מלווה בהפרעות בהסתגלות בשל שינוי רב בחיים המוביל לנסיבות בלתי נוחות מתמשכות. בתהליך זה עשויות להופיע תגובות דחק כמו לאחר אירוע משברי. תגובות דחק יכולות לבוא לידי ביטוי בצורות מגוונות כגון: מצב רוח דיכאוני, חרדה, דאגה, תחושת חוסר אונים, קושי בתכנון ובהתמדה ופגיעה בתפקוד היומיומי (שיין ורצוני, 1999).

## מאפיינים מיוחדים בתהליך העלייה והקליטה

### של יהודי אתיופיה

נראה כי לעליית יהודי אתיופיה מאפיינים ייחודיים אשר משפיעים על תהליך הקליטה וההסתגלות ועל מידת הדחק הנחוה.

אחד מגורמי הסיכון השזור בתהליך ההגירה הנו רמת הציפיות של העולה. מהגר המפתח ציפיות בלתי סבירות, שהפער בין לבין המציאות גדול, ייתקל בקשיי הסתגלות גדולים יותר. במובן זה, קהילת עולי אתיופיה אשר חלמה על ארץ זבת חלב ודבש שמרכזה ירושלים, שכל יושביה יהודים כמותם המצפים לבואם, נתקלה בפער עצום בין הציפיות למציאות ונכונה לה אכזבה קשה. קושי נוסף המייחד עלייה זו הוא תהליך המסע ארצה דרך סודן שנחווה כתהליך טראומטי, כמו גם הפרידה מהורים ומבני משפחה אחרים במבצע משה (Shabtay, 2000).

הבדלים בין התרבות המסורתית של יוצאי אתיופיה לבין התרבות החילונית בארץ, וכן אי-הבנות על רקע בין-תרבותי וסוגיית יהדותם של יוצאי אתיופיה היו מוקדי לחץ נוספים אשר בעטיים מצויה עליית יהודי אתיופיה בסיכון גבוה יותר לבעיות הסתגלות (שיין ורצוני, 1999).

דין (1999) מציינת כי קיימות עדויות לכך שיוצאי אתיופיה בישראל הם דוגמה לקבוצת פליטים שהשינויים שחלים בה קיצוניים במיוחד בכל הממדים, ואלה מהווים גורם לחץ המקשה על

הסתגלותם בארץ. נראה, אם כן, כי בתהליך העלייה של יוצאי אתיופיה באים לידי ביטוי ביתר שאת מאפיינים משבריים, לעיתים קיצוניים, וניתן לראותו כתהליך הדורש התייחסות מיוחדת.

## התמודדות עם טראומה

עומר (1991) הציע את "עקרון הרציפות" כעיקרון מאחד עבור אנשי מקצוע העוסקים בטיפול בתחום הטראומה. לפי עיקרון זה מוצע, כי בהתמודדות עם אסון יכוון המאמץ הניהולי והטיפולי לשימור הרציפיות השונות בחייהם של היחיד, המשפחה, הארגון והקהילה, או להחזרתן על כנן של הרציפיות התפקודיות, רציפות הזהות והרציפות הבין-אישית.

רציפות תפקודית מתקיימת כאשר הפרט, המשפחה או הארגון ממשיכים וממלאים את תפקידיהם למרות הפרעות. רציפות הזהות מתקיימת כאשר תודעת הזהות המתמשכת של העצמי, המשפחה והארגון נשמרת חרף הפרעות. הרציפות הבין-אישית מתקיימת כאשר קשרים שהיו משמעותיים בעבר ממשיכים להתקיים בהווה ובעתיד חרף הפרעות.

על-פי עקרון הרציפות יש למנוע הפרעות שקורות כתוצאה מאסון ומטראומה, ויש לגשר עליהן על-ידי פיתוח טיפול אינטגרטיבי. הטיפול שואף להתגבר על הפרעות בחוויותיו ובתודעתו של המטופל, הן בתחושת הזהות האישית, הן ביכולתו לתפקד והן ביחסיו עם אנשים. על-פי גישה זו, לכיבנה של רציפות בתחום אחד יהיה אפקט חיובי על רציפיות אחרות. כמו כן, מודגש, כי חשוב להתייחס לכלל הרציפיות ולא להתמקד ברצף אחד בלבד (עומר ואלון, 1994).

בתהליכים של עיבוד טראומה מיוחד מקום לחיבור בין הקרעים, לשילוב ולהטמעה של האירוע הטראומטי בהיסטוריית החיים של האדם וליצירת רצף. תהליך הבנייה של הרצף הוא משמעותי ביותר, ונעשה באמצעות שחזור מפורט של האירוע וקישורו למהלך החיים הקודם ולמקום שהאדם נמצא בו. זהו תהליך פסיכולוגי עדין ומשמעותי, המאפשר הטמעה הדרגתית של האירוע הטראומטי במארג החיים של האדם.

## עקרון הרציפות בהתייחסות לתהליכי עלייה

גם בתהליך העלייה ישנה תחושה של נתק ופגיעה בהמשכיות ברבדים שונים ברמה האישית. נראה, כי גם בהתייחסות לתהליך העלייה והקליטה ישנה חשיבות רבה לשימור הרצף במישור התפקודי, מבחינת רציפות הזהות ובמישור הבין-איש. במעבר לחברה חדשה ישנה פגיעה בהמשכיות מבחינת האינטראקציה בין הפרט למשפחה. לבני המשפחה אין אותה יכולת לתמוך זה בזה, ויש קושי לשחזר את הדפוס המסורתי. בהיעדר תמיכה של הדפוס המוכר נותר הפרט פגיע, חרד, מתוסכל וחסר אונים (מינוצ'ין - איציקסון, הירשפלד -בן-שאול, הנגבי, וקרסילובסקי, 1996).

העלייה כרוכה בעזיבה של המוכר והידוע מבחינת השפה, התרבות, קשרי המשפחה והחברה, ובהיקלות למציאות זרה, המחייבת השקעה רבה על מנת להשתלב בה. זו חוויה של נתק, עזיבה ואובדן (לוינסון ויעקב, 1993).

לוינסון ויעקב (1993) מציינות כי תהליך של פרידה ועיבוד פנימי של מחשבות ושל רגשות ממתן את כאבי האובדן והפרידה, ומסייע להשלים עם המציאות החדשה. ישנה התרחקות

פסיכולוגית מן העבר אך, יחד עם זאת, חשוב לשמור על רצף של פרקי החיים והמשכם בהווה בארץ החדשה. יש למצוא איזון בין עיסוק בעבר לבין טיפול בבעיות השוטפות, על מנת שלא ליצור נתק בין מעגלי החיים הקודמים והעכשוויים, ולערער את הרצף האינטגרטיבי בין זהויות ישנות לחדשות במציאות בארץ.

בתהליך העלייה, אם כן, יש צורך בעיבוד התהליך, במתן מקום לעבר, בחיבורו לתהליך העלייה וההשתלבות בהמשך והקליטה בחברה החדשה. וזאת, על מנת ליצור מחדש מארג חיים אינטגרטיבי המאפשר הכלה של העבר וההווה גם יחד. נמצא, כי כאשר קיימת מכוונות דו-תרבותית של העולה, כלומר כאשר העולה מחזיק בעמדות חיוביות כלפי תרבות הרוב וכלפי תרבות המוצא, ההסתגלות הפסיכולוגית טובה יותר (טטר, 2004). בתהליך העלייה של יהודי אתיופיה משנה חשיבות ליישום תהליך זה בשל המעבר הבין-תרבותי, וכן בגלל המאפיינים הייחודיים שלו.

## **שימור הרציפות בעבודה בקבוצות עם הורים עולי אתיופיה**

בתהליך העבודה בקבוצות עם הורים יוצאי אתיופיה, קיימת התייחסות לשימור הרציפות התפקודית, רציפות הזהות והרציפות הבין-אישית בהיבטים שונים, בעיקר ברמת הפרט והמשפחה. הקבוצות יוצרות מסגרת המאפשרת להורים לדון בנושאים שונים הקשורים למעבר הבין-תרבותי תוך התייחסות לתחום ההורות וכן לתפקיד הפסיכולוג ולקשר עם מערכת החינוך. בקבוצות מושם דגש על חיזוק כוחות ההורים, הנובעים משימור מורשתם, תוך שאינם מוותרים על משאביהם כהורים בתלאות ההווה בארץ. הפעילות נעשית בקבוצות קטנות על מנת לאפשר להורים לשתף ולבטא לבטים בנושאים השונים. בקבוצות נעשה לעיתים אף שימוש באמצעים חווייתיים (כגון קלפים טיפוליים, עבודה בחומר ועוד) ליצירת קשר ואפשרות להבעה.

## **א. רציפות תפקודית**

הרציפות התפקודית מתקיימת כאשר האדם והמשפחה ממשיכים וממלאים את תפקידיהם למרות ההפרעות.

### **הורות**

בתהליך העלייה לארץ מתרחשים תהליכים המשפיעים על מבנה המשפחה ועל התפקידים השונים של החברים בה. הורים יוצאי אתיופיה בארץ חווים לעיתים חוסר ביטחון ביחס לדרך הנכונה לחינוך הילדים במדינה החדשה. המעורבות הכוללנית של הממסד גרמה להורים להטיל ספק באמצעים חינוכיים, כגון שימוש בעונשים, ששימשו אותם בארץ המוצא (מינצ'ין - איציקסון, הירשפלד-בן-שאו, הנגבי, קרסילובסקי, 1996). לעיתים מתגלה תחושה של כלכל ביקרב העולים, חשש ונטייה להימנעות מהפעלת סמכותם כהורים. כך קורה, שחלה ירידה במידת הסמכות ההורית ובתחושת השליטה במתרחש אצל הילדים, הגורמת לעיתים להיפוך תפקידים, להיחלשות מעמד ההורים ולפריצה של גבולות.

במסגרת הקבוצות מיוחד מקום והתייחסות רבה לנושא הסמכות ההורית, לשמירה על תפקידי ההורים, לגבולות בחינוך ולתקשורת הורה-ילד. ניתן עידוד להורים לרתום מחדש את מושכות החינוך בביתם, תוך התאמה של דרכי החינוך למקובל בארץ. בקבוצות דנים במעורבות ההורים ובכוחותם בחיי הילדים, למרות קשיי השפה, תוך מתן תחושה לילד של ליווי ושל תמיכה. ניתן עידוד להורים לגלות מעורבות בנעשה במסגרות החינוכיות של ילדיהם.

תהליך של המשכיות תוך שינוי (מינוצ'ין-איציקסון, הירשפלד-בן-שאול, הנגבי, קרסילובסקי, 1996) מאפשר את הסינתזה בין תרבות המוצא לבין התרבות הקולטת. נראה, כי חשוב למצוא את האיזון, כך שהמגמה החדשה שתפתח תישען על גישות ועל כוחות מארץ המוצא, ללא שלילה שלהן, ויתווספו להם דרכי חינוך המקובלות בארץ.

## **קשר עם השירות הפסיכולוגי**

ההורים מבטאים פעמים רבות הסתייגות באשר לדמות הפסיכולוג. במהלך העבודה בשטח נתקלים פסיכולוגים רבים בקושי, הן בשל השפה והן בשל החדשנות הרבה מצד האוכלוסייה. קושי זה מועצם בתהליכים הקשורים לחתימה על אישורים ולנכונות לאפשר לאבחן את ילדם, ולהתאמת מסגרות חינוכיות על-פי הצורך. במסגרת הקבוצות ניתנת להורים ההזדמנות להכיר את הפסיכולוג ואת דרכי עבודתו, להבין את תחומי עיסוקו ואת יכולתו לסייע. כמו כן, ניתנת אפשרות להבין את תהליכי העבודה השונים של הפסיכולוג במסגרות השונות. בנוסף, נערכת היכרות עם תהליך האבחון הפסיכולוגי, אשר מפחיתה חששות וערפול באשר למתרחש בו ולגבי השלכותיו בהמשך. נראה, כי היכרות זו מאפשרת להורה הבנה טובה יותר של תהליכים הקשורים לשירות הפסיכולוגי. היא מאפשרת לו להתייחס לתהליכים הקשורים לשפ"ח לא מתוך חשש והימנעות אלא מתוך בחירה, ידיעה ושמירה על מעמדו כהורה המקבל החלטות הקשורות לילדיו.

## **2. רציפות הזהות**

רציפות הזהות מתקיימת כאשר תודעת הזהות המתמשכת של העצמי והמשפחה נשמרת חרף ההפרעות. הזהות הקבוצתית הבסיסית של יהודי אתיופיה עברה שינויים משמעותיים בישראל. האובדן המרכזי הוא הזהות הדתית הייחודית, והקושי בדימוי העצמי בשל השוני בצבע העור. הפונקציה של ההמשכיות, תחושת השייכות והדימוי העצמי החיובי אינה מתמלאת עוד על-ידי הזהות הקבוצתית הבסיסית (Shabtay, 2000).

היהודים יוצאי אתיופיה מתקשים לחוש את ההמשכיות ההיסטורית. הם בעלי תחושה בלתי שלמה של שייכות ושל ערך עצמי פגוע. מנקודת מבטם, מעמדם הקודם, "זרים" באתיופיה, לא השתנה. למרות מאמציהם, ההקרבה והסבל, הם עדיין לא הגיעו לבית שעליו חלמו.

## **ישן לצד חדש**

ידוע, כי "עבודת הפרידה" של העולה מחייו בעבר היא תהליך פסיכולוגי המסייע להשלמה עם המציאות החדשה. ההורה עובר תהליך של התרחקות פסיכולוגית הדרגתית מן החיים בעבר, תוך שמירה על רצף של פרקי החיים מן העבר אל ההווה בארץ החדשה (לוינסון ויעקב, 1993). במהלך הזמן נוצרת "זהות

חדשה" של המהגר, אשר ממשיכה להיות באינטראקציה עם זהותו הקודמת. המקום שממנו היגר הופך ל"עבר מופנם", "היסטוריה אישית", והוא מסוגל לחיות היטב בהווה ולהיות פנוי להתמודדויות שונות. בתהליך זה מתחילה להיווצר תמונת עתיד ברורה, בשונה מהבלבול הרגשי ומתמונת העתיד החסרה, המקוטעת והמבולבלת האופיינית לשלבים הקודמים (בן-עזר, 1992).

בקבוצות ההורים ניתן מקום מיוחד לזיכרונות מן העבר, לסיפורים אישיים, להתייחסות למנהגים, לאורחות החיים, למאכלים, לדרכי חינוך, לעבודה בחומרים מסורתיים, ועוד. החוויות מן העבר מועלות מתוך כיבוד והתעניינות בדרך חייהם של העולים בארץ המוצא. ניכר, כי מתן חשיבות והקדשת הזמן להעלאה מפורטת של זיכרונות, מאפשרים לעולה הן את שחזור העבר והן את התחושה שניתן מקום לחייו בארץ המוצא מתוך הערכה, ללא ניסיון לבטל את היסטוריית החיים שקדמה לעלייה ואת התרבות שהביא עמו. נראה, כי הבעת העניין בתרבות מחזקת את תחושת הערך העצמי ומהווה אף נדבך חשוב ליצירת תחושת האמון של העולים כלפי השומעים (בן-עזר, תשנ"ב). כאמור, במסגרת הקבוצות נעשה ניסיון לגשר ולחבר בין יכולות וכוחות שבאו לידי ביטוי בארץ מוצאם ולתת להם אפשרות להתבטא בארץ.

ההתייחסות לתהליך העלייה ולתלאות שחוו העולים בדרכם ארצה תוך מתן מקום לאוורור, היא מעין תוסף להיסטוריה הקולקטיבית של עם ישראל. בחלק מן המקרים הנחו את הקבוצות עולים לשעבר. בקבוצות הורגשו קרבה, אחווה ושותפות גורל עם השיתוף הדדי בחוויות העלייה. גם צוותים חינוכיים אשר ליוו את הקבוצות ביטאו פעמים רבות את תחושת החוויה המיוחדת של היחשפות לתרבות ולזיכרונות של העולים, של מציאת הקווים המשותפים בתוך המשפחות של היסטוריית העלייה והקליטה ואת תחושת הקרבה שנוצרה בעקבות זאת.

## **ג. הרציפות הבין-אישית**

הרציפות הבין-אישית מתקיימת כאשר הקשרים שהיו משמעותיים בעבר נמשכים גם בהווה ובעתיד חרף הפרעות.

### **העבודה בקבוצות**

נמצא, כי העבודה הקבוצתית היא כלי מתאים לאוכלוסיית יוצאי אתיופיה (דיין, 1999). בעבודה בקבוצה נוצרת אפשרות לשותף את הזולת באכזבות ובתסכולים הנובעים מן הפרידה מארץ המוצא ומן הפגישה עם המציאות בישראל. השיתוף בחוויות של אובדן דרך ומצוקה רגשית מקל מעט מכובד הבעיות, משחרר אנרגיה ומאפשר לעולה הבנה רחבה יותר של מצבו ושל דרכי התמודדותו (בן-עזר, 1992).

ידוע, כי בעדה האתיופית ישנה נטייה "לשמור דברים בכטן", ופעמים רבות ראינו שהשתתפות בשיח מועטה כאשר הפורום נרחב. היתרון בעבודה בקבוצה נובע מן ההקפדה על מספר מצומצם יחסית של משתתפים, על מנת לאפשר להורים לבוא יותר לידי ביטוי.

בתהליך העלייה ארצה נפגע פעמים רבות המארג המשפחתי המורחב. משפחות איבדו את יקיריהן במסע ארצה, חלק מן המשפחה נשאר מאחור, ומשפחות מורחבות אשר חיו בסמיכות

באתיפיה מצאו את עצמן מתגוררות בארץ במקומות שונים. נראה, כי בשל כך תהליכי תמיכה טבעיים של המשפחה המורחבת יכולים לבוא פחות לידי ביטוי בארץ. העבודה בקבוצות מאפשרת תרומה חלקית להיווצרותן של קבוצות התייחסות תומכות תוך מתן חיזוק לתהליך הרציפות הבין-אישית.

העבודה בקבוצה מאפשרת העלאת נושאים משותפים, שיתוף והישענות שיכולים לתרום לחיזוק ההורה, להעשירו ולתחושה של הדדיות.

## ייחודיות העבודה בקרב אוכלוסיית העולים

ההורים אשר השתתפו בקבוצות ביטאו תחושות חיוביות ביחס למפגשים, ותיארו את תחושת ההסתייעות והתמיכה שלהן זכו. הפעילות בקבוצות היוותה אף חוויה מרגשת עבור המנחים, המגשרים והצוותים החינוכיים.

כאן המקום לציין, כי עבודת המגשרים במסגרת הקבוצות היא חיונית ומשמעותית. המגשרים נוטלים חלק פעיל בהזמנת ההורים, ומעבר לתהליך התרגום בתוך הקבוצה, הם תורמים להתאמת התכנים לצורכי ההורים.

בתהליך העבודה עם אוכלוסיית העולים מאתיפיה קיימת, כאמור, נגיעה באורחות חיים ובדפוסים האופייניים לארץ המוצא. כך למשל, ישנו שוני בהתייחסות לזמן, אשר מכתוב לעיתים צורך בהגמשה של מועד התחלת המפגשים. כמו כן, פעמים רבות התקיימו מפגשים שבהם נכחו ילדים אחדים, מכיוון שההורים התקשו למצוא להם סידור אחר. התחושה בקרב המנחים הייתה, כי חשוב לאפשר גמישות על מנת לשמור על המשך הקשר עם ההורים.

על-אף התגובות החיוביות, אנו חווים בתהליך העבודה תנודות מבחינת מידת ההיענות של ההורים לקבוצות. כמו כן, קיים ייצוג נרחב יותר של אימהות בהשוואה לאבות. פעמים, נעדרו הורים על-אף שהודיעו שגיעו למפגש. נראה, כי הקושי להביע סירוב גלוי לסמכות הוא הגורם לכך בחלק מן המקרים. יחד עם זאת, יש מקום להתייחס לגורמים נוספים אשר עשויים להשפיע על מידת ההיענות. בשטח מוצעות תוכניות התערבות מגוונות למען העולים שמתמודדות על זמנם הפנוי. ייתכן שריבוי התוכניות מקשה על ההורים ליטול חלק בכל הפעילויות. בשטח ניכר כי הורים רבים יותר יוצאים לעבודה מחוץ לבית, ולכן מצטמצם הזמן הפנוי העומד לרשותם. ראוי לזכור, כי קצב החיים באתיפיה היה שונה. המארג החברתי נבנה על מפגשים בין-אישיים, מפגשי טקס הבונה - טקס הקפה המסורתי, ועוד. ייתכן שמגוון התוכניות משפיע אף על מידת הזמן הפנוי הנותנת על מנת להמשיך ולקיים את הדפוס המסורתי ולשמור על קצב החיים המוכר. בד בבד, נותר הקושי בהתאמת אורח החיים למתרחש בארץ.

אפשרות נוספת יכולה להיות קשורה לדפוסי החיים שהיו נהוגים באתיפיה, שם היה האדם אוטונומי, ומגעו עם הרשויות היה רופף, בעיקר באזורים הכפריים. בארץ נתקל העולה במגוון גורמים שעמם עליו להיות במגע, במחויבויות שונות הקשורות למוסדות המדינה, למוסדות החינוך ועוד. ייתכן שתגובת ההימנעות היא מעין הצהרה על הצורך להחזיר את האוטונומיה ואת תחושת השליטה במידה מסוימת.



## לסיכום

תהליכי הגירה ועלייה ככלל הם מורכבים וקשים, ולעיתים בעלי מאפיינים משבריים. בתהליך העלייה והקליטה בארץ של יהדות אתיופיה ניתן להבחין במאפיינים ייחודיים המחריפים לעיתים את משבר העלייה. גישת "עקרונות הרציפות" (עומר ואלון, 1994) המתייחסת לטיפול בטראומה יכולה להיות מיושמת גם בטיפול במשבר העלייה, מתוך ראייתו כתהליך בעל מאפיינים טראומטיים, ותוך התייחסות לשימור הרציפות התפקודית, הרציפות בזהות והרציפות הבין-אישית.

בשנים האחרונות פועלות קבוצות להורים ממוצא אתיופי במסגרת שפ"ח נתניה. הקבוצות פועלות מתוך התייחסות לצורך בשימור הרציפות במישורים השונים. במסגרת הקבוצות המגמה היא שילוב בין תרבויות, תוך שימת דגש על שימור העבר והשורשים, מתן מקום לתהליך העלייה לצד סיוע בהסתגלות לדפוסים המקובלים בארץ. דגש רב הושם על התייחסות לתפקידי ההורות במעבר הבין-תרבותי ולקשר עם מערכת החינוך.

נראה, כי אף כי חלק מיהדות אתיופיה הגיע ארצה כבר לפני שני עשורים, עדיין יש מקום לאפשר עיבוד של תכנים מתהליך העלייה ואריגתם לתוך מרקם חייהם ולתוך החיים בארץ כחלק מההקלה על השתלבותם. על-אף שלעיתים קשה לארגן את הקבוצות, חשוב להמשיך ולמצוא את הדרך לקיים את הקשר עם אוכלוסיית ההורים העולים. הסיוע להורים וחיזוקם הוא משמעותי ביותר בכל הקשור להשתלבותם ככלל, ולחיזוקם בתפקידי ההורות ושימור הסמכות ההורית בפרט.

# ביבליוגרפיה

בן-עזר, ג' (1992). **כמו אור בכד. עלייתם וקליטתם של יהודי אתיופיה**. ירושלים: ראובן מס.  
דיין, נ' (1999). **לדבר על הטראומות. טיפול קבוצתי ליוצאי אתיופיה** - רקע, התנסות, תוצאות ומסקנות. ירושלים: ג'וינט ישראל.

סטר, מ' (2004). ייעוץ בקהילות חינכיות קולטות עלייה. בתוך: ר' אהרד וא' קלינגמן (עורכים) **ייעוץ בבית-הספר בחברה משתנה**. תל אביב: הוצאת רמות, אוניברסיטת תל אביב.

לוינסון, ש' ויעקב, ש' (1993). אלמנטים פסיכולוגיים של לחץ והתמודדות בתהליך הקליטה וההסתגלות. בתוך: ש' לוינסון (עורכת) **פסיכולוגיה בבית-הספר ובקהילה מודלים של התערבות בעיתות רגיעה ובימי חרום**. תל אביב: הוצאת הדר.

מינצ'ין-איציקסון, ש', הירשפלד-בן-שאול, ר', הנגבי, ר' וקרסילובסקי, ד' (1996). תפקידים משפחתיים אצל עולי אתיופיה - שינוי והתמודדות. בתוך: א' עמיר, א' זהבי, ור' פרגא (עורכים) **שורש אחד וענפים רבים. סיפור קליטתם של בני נוער מאתיופיה בעליית הנוער**. ירושלים: הוצאת י"ל מאגנס, האוניברסיטה העברית, ירושלים.

עומר, ח' (1991). פיגועים המוניים; תפקיד צוות החירום. **שיחות**, ה, עמ' 157-170.

עומר, ח' ואלון, נ' (1994). עקרון הרציפות: גישה מאוחדת לאסון ולטראומה. **פסיכולוגיה ד** (1-2), עמ' 20-28.

שיין, מ' ורצוני, ג' (1999). ילדי העלייה. בתוך: ש' טיאנו (עורך) **פסיכיאטריה של הילד והמתבגר**, תל אביב: הוצאת דיונון אוניברסיטת תל אביב.

Berry, J.W. (1986). The Acculturation Process and Refugee Behavior. In: C.L. Williams & J. Westermeyer (Eds.) **Refugee Mental Health In Resettlement**. Washington: Countries, University of Minesota, Hemisphere Publishing Corporation.

Kozulin, A. (1993). Psychological and learning problems of immigration children from the former Soviet Union. **Journal of jewish communal service**, 70, pp. 64-72.

Shabtay, M. (2000). Identity Reformulation among Ethiopian Immigrant Soldiers in Israel. In: E. Olshtav & G. Horenczyk (Eds) **Language, Identity and Immigration**. Jerusalem: The Hebrew University, Magnes Press, pp. 141-154.