

מבגש

לעבודה חינוכית-סוציאלית

גיליון מיוחד בנושא:

זיכרונות ילדות מוקדמים:

נרטיבים מעצבים בדיאלוג בין תאוריה, טיפול ויישום

עורך-אורח: ד"ר אמיתי המנחם

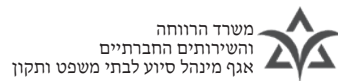
כרך כ"ה • גיליון 45-46

תמוז תשע"ז – כסלו תשע"ח – יוני-דצמבר 2017

יוצא לאור על ידי:



בשיתוף עם:



דברים שרואים משם לא רואים מפה: מסעות טיפוליים הרחק מארץ האם, בשפת האם, אל נבכי זיכרונות הילדות

שרית גדעוני כהן

תקציר

פסיכותרפיה בשפת האם הנערכת הרחק ממולדת המטופל טומנת בחובה אפשרות לעיבוד מאגר הזיכרונות בשפת האם, אשר אינה קיימת תמיד בפסיכותרפיה בשפה שנייה. תהליך ההתייחדות עם הארץ הזרה מתרחש בשפת האם על ידי הזיכרות בתכנים מוקדמים אשר נבראו באמצעות המלודיה של שפה זו, ולפיכך הם נגישים פחות להזיכרות בשפה השנייה. ההתבוננות בזיכרונות היא מרוחקת פיזית, אך מקרבת רגשית, בשל יכולת עיבוד טראומה ממרחק-מה ממקור ההתרחשות הראשוני. בהדרגה נבנה "גשר" פנימי בין זיכרונות מוקדמים מארץ האם ובין התנסויות הנוצרות בארץ החדשה. מתפתח מרחב שבו מעברים משפת האם לשפת המקום יוצרים שפה חדשה וייחודית אשר באמצעותה ניתן להתבונן מזוויות שונות בחוויות העבר וההווה. נוכחות משותפת של מטפל ישראלי ומטופל ישראלי הרחק מארץ האם מסייעת להסתגלות, כמו גם להרהור הדדי על היכולת לשוב לארץ האם, עם עיבוד הזיכרון הטראומטי.

מילות מפתח: שפה, דו-שפתיות, שפת אם, הגירה, אבדן, זיכרונות ילדות מוקדמים

פסיכותרפיה בארץ חדשה

כיצד מיוצגים זיכרונות הילדות של מי שהיגר מארצו, וכיצד נחוות חוויותיו? בשפת האם או בשפה שנייה? האם ניתן לתרגם בבהירות תחושות הנחוות בשפת האם או שמא זהו תרגום מאולץ, ובהיותו תרגום הוא הופך לזר? הניתן לחזור אל זיכרונות חוויות הילדות בשפה שאינה השפה שבה נחוות אותן חוויות? הניתן להחיות את צליל הקול ההורי, את גון הצליל ואת הרגש המתלווה אל אותו צליל ואל אותן אמירות? מהי השפה שבה מתרחש החלום? באיזו שפה יחוו את חוויותיהם ילדים שייולדו למי שהיגר ממולדתו?

בעולם שבו הגלובליזציה הפכה למציאות, מעבר מארץ לארץ הוא חד ומהיר, ואף שאינו מחייב חודשי היטלטלות באניות כבימים עברו, הוא מצריך תקופת הסתגלות למנטליות חדשה ושונה. בניגוד לתפיסה שהעולם הצטמצם לכפר גלובלי קטן, ולפיכך הוא אינו בעל רבדים של זרות, הרי שהמעבר לארץ חדשה כרוך בשינוי ובהתמודדות עם זרות. מסקירת הספרות הרלוונטית עולה שההתייחסות לתחום זה מצומצמת מאוד, ולפיכך, למרות ממדי התופעה ולמרות השלכותיה על ההסתגלות בארץ חדשה, ההתייחסות לטיפול בשפת האם בארץ הרחוקה מהמולדת לא קיבלה עדיין את היחס הראוי לה.

במאמר זה אתאר חוויה טיפולית ייחודית שנרקמה ביני, מטפלת ישראלית דוברת עברית, שהיא שפת אמי, בארץ דוברת אנגלית, לבין מטופלים ישראלים דוברי עברית המתגוררים באוסטרליה, בין אם לתקופה בחייהם ובין אם כמהגרים אשר מגדירים את עצמם "ישראלים באוסטרליה". מטופלים אלו פנו לטיפול בעברית, שפת האם שלהם, אצל מטפלת ישראלית. המכנה המשותף שעמד מאחורי התאוותם של המטופלים לטיפול בעברית נבע מעצם היותם ישראלים בעבר, דוברי עברית. בחירתם במטפלת ישראלית נבעה כנראה מהחיפוש אחר דמות אשר מאגר החוויות האישי והישראלי יהיה מוכר לה, מטפלת שתהווה עוגן במקום שבו נחוות טלטלה, שתהיה בית בטוח לשוב אליו לספר את הזיכרונות והחוויות. הם העדיפו טיפול שבו יתקיימו שפה וצליל המתנגנים באופן מוכר, מילים בעלות מגוון רבדים של משמעות, טיפול שבו מראות הארץ המוכרים ישוחזרו ויחוו בעת הטיפול על ידי המטפלת והמטופל בהיכרות הדדית: פריחת הכלניות, חוף הים, הסמטאות של צפת, הקיבוץ, החיים באילת, נסיעה בלילה גשום שהותירה חותם משמעותי, שירים שמעוררים זיכרון ורגש, הופעות בקיסריה, הצבא – עבר משותף מוכר. מראות אלו ורבים אחרים עלו כזיכרון בחדר הטיפולים ונחו בהווה כחוויה משותפת הרחק מארץ המקור. בעזרת שני תיאורי מקרה יודגם כיצד הטיפול היווה "בית משותף" למטופלים ולמטפלת, וכיצד שחזורן ועיבודן של זיכרונות וחוויות אלו הרחק מארץ האם היה מרכזי בתהליך העיבוד (working through) המתרחש בפסיכותרפיה.

התיידדות עם ארץ זרה

המפגש עם ארץ זרה הוא מפגש עם חוויות זרות והיעדר שייכות, ולפיכך הוא מפגש של אדם עם עצמו, תוך צורך להיפרד מחלק ממאפייני זהותו, על מנת לאפשר הסתגלות לארץ זרה לו. סולן (2007) תיארה את תהליך ההתיידדות עם הזר כתהליך המתרחש לראשונה עם לידתו של תינוק. במפגש הראשוני בין תינוק לדמות המטפלת מתחילה להיווצר התקשרות ה"יחד", שהיא התקשרות בין שתי ישויות נפרדות ושוונות. התינוק והאם – כל אחד מהם הוא ישות ייחודית, שלמות בפני עצמה, החווה את רעותו כ"לא עצמי" שנהיה מוכר בהדרגה. כשם שתהליך ההתיידדות עם הזר מבוסס על היכרות משמעותיות קודמות, ניתן להניח שתהליך ההתיידדות עם ארץ חדשה וזרה מבוסס על היכרות מחודשת עם העצמי. מירסקי (2005) טענה שתהליך ההגירה מאתגר את הקונפליקט ההתפתחותי שבבסיסו רצון לצמיחה ואוטונומיה. בעת ההגירה עולה ההכרה הכואבת באבדן המוכר והידוע, עם היציאה לדרך חדשה.

לדעתי, תהליך ההתיידדות עם ארץ חדשה מתהווה מתוך השוואה בין זיכרונות ילדות ראשוניים לבין זיכרונות שעוצבו לאורך ההתפתחות, המהווים את הבסיס לתבנית העצמי בארץ האם. באמצעות תבנית זו נבנה הנרטיב של האדם לפני המעבר החד מארץ. העלאת הזיכרונות בפסיכותרפיה מאפשרת יצירת עמדה המשווה בין התרבות הישנה לתרבות החדשה, בין ערכים ישראליים לערכים זרים ואחרים, בין היכרות מרובת שנים של דרכי התקשרות משפחתיות וחברתיות לבין

היעדר ההיכרות והיעדר הזיכרון בעת הכניסה לחברה אשר ההיסטוריה החברתית שלה אינה מוכרת. זו התמודדות עם אשר אבד בעת המעבר – אבדה תחושת המוכרות העמוקה, זו שהושגה במהלך השנים הראשונות, עת נבנו הזיכרונות המוקדמים בתהליך ההתיידדות בין שני הזרים הראשונים – האם והתינוק, ובין החברה המייצגת ישות הורית והאדם שהטמיע חלקים מישות זו בתוכו. באופן חלקי אבדה תחושת ההמשכיות, זו שנבנתה על ידי נרטיב הזיכרונות לאורך הילדות וההתבגרות ואפיינה את היכולת להתייחס לחוויות חיים בעבר כמתוות דרך לחוויות חיים בעתיד.

בארץ זרה, שפת האם הופכת משנית במפגש עם העולם החיצוני. קונפליקט הנאמנויות בין שפת המקור לשפת היום-יום עשוי לבוא לידי ביטוי בעימות בין השפות, בין הזהויות ובין החוויות והזיכרונות מהעבר לאלו הנוצרים בהווה. נוצר מאגר זיכרונות חדש אשר נבנה בשפה חדשה. גם אם שפה זו הייתה מוכרת בעבר בעיקר כשפת תקשורת, היא עשויה להפוך לשפה לביטוי הלכי רוח פנימיים – רגשיים, חשיבתיים וחוויתיים. עקב הקונפליקט בין נאמנות לארץ האם, לשפת האם ולזיכרונות העבר לבין חוויות ההווה בארץ זרה, הזיכרונות המוקדמים עשויים להחוות ולהיזכר בעצמה גבוהה בתקופת ההסתגלות. תהליך הקליטה בארץ חדשה וזרה מחייב בו-זמנית פרידה, לצד הסתגלות, והוא מצריך שינוי הכרחי בחוויית הזהות, שייתכן שתיווצר בעטיו תחושת אבל על אבדן חלקים של העצמי.

שוב חוזר הניגון

שפה, במובנה החושי, מורכבת מצליל מוכר השב וחוזר על עצמו. עוד בהיותו ברחם, העובר מפנים זיכרונות של צלילי שפה, בעיקר אלו של האם. צלילי השפה משמשים לבניית הקשר הראשוני עם האם והאב. שפת האם נרכשת במפגש בין האם לילדה: היחסים הראשוניים נרשמים ברמה המילולית דרך צליל קולה של האם, ובהמשך – דרך השימוש במילים (Maiello, 1995).

שפת האם מתקיימת בעולם הפנימי: דרכה מבוטאות ונחוות המשאלות, הפנטזיות, החלומות והזיכרונות. היא מרכיב מרכזי בזהות העצמית ואוצרת בתוכה את היכולת לבטא בדקות ובמורכבות מגוון רחב של מצבים פנימיים, תחושות וחוויות, המייצגים זיכרונות, לצד משאלות.

שפה היא בעלת משמעויות מרובות, מעבר ללקט של סמלים מילוליים. היא מייצגת תבנית לארגון עולמם של אינדיווידואלים שונים זה מזה (Vygotsky, 1988). שם של הדברים מחליף את הצורך לדמיין אותם בהיעדרם ונושא את משמעותם (Anzieu, 1979). לפיכך, היכולת לבטא בשפת האם את הייעדר היא ייחודית, בעוד בשפה שנייה, בהיעדר מילים זמינות, קשה ולעתים אף בלתי אפשרי להתבטא. לכן בולט הייעדר היכולת לתאר את הנזכר. תמיכה רחבה לכך ניתנת בסקירת הספרות הפסיכואנליטית על טיפול בשפה שאינה שפת האם (Bowker & Richards, 2004).

בפסיכותרפיה בשפה שנייה, חוויית האבדן תמיד נוכחת (Berzoff, 2011). האבדן מתבטא בקושי למצוא את המשמעות הזהה או בקושי לתאר את החוויה

כפי שנחווה בשפת האם. בעת המעבר בין השפות נותרים קונפליקטים הנוגעים בחוויות העבר, אשר אינם מדוברים בשפה השנייה (Iannaco, 2009). לעומת זאת, היכולת להיזכר בטרואמות מוקדמות מתאפשרת בשפת האם, כיוון שנוצר מגע עם זכרונות ילדות שהודחקו (Berzoff, 2011). חוויית המהגר מאופיינת בפיצול בין ארץ המולדת לארץ החדשה. נטישת שפת האם מבטאת הכחשת חלקים אסורים של העצמי. לכן ההזמנה להשתמש בשפת האם בפסיכותרפיה היא הדרך לבטא זיכרונות ילדות מודחקים ומאפשרת עיבוד של הניגודיות בין זיכרונות העבר לחוויות ההווה (Kokaliari, Catanzarite, & Berzoff, 2013).

לולד (Loewald, 1978) התייחס לזרימה, לצליל ולמקצב של דיבור האם כאל יוצרי הדרך הייחודית שבה מתהווה אימהותה של האם לבנה. אלו ניתנים לזכירה ולהחייאה בתהליך טיפולי המתרחש בשפת האם. פוסטר (Foster, 1992) טען שטיפול בשפת האם לא רק מעורר זיכרונות מוקדמים, אלא מעורר גם את המשמעויות הסובייקטיביות של קשר העצמי והאובייקט, כפי שנבנו באופן מקורי בדיאדה האינטר-סובייקטיבית אם-ילד וכפי שהן נבחנות במהלך הטיפול, בהקשר של הזיכרון היום-יומי העכשווי.

המשמעויות המשותפות של חוויית ה"ביחד", כפי שנחוו בהתנסויות האישיות של העצמי עם האחרים המשמעוטיים, שבות ועולות בפסיכותרפיה, דרך השימוש בזיכרון בשפה שבה נברא הקוד המקורי של התנסויות אלו (Stern, 1987). מחקר שנערך בשנים האחרונות מצא שהשימוש בשפת האם הוא גורם המקדם באופן משמעותי את היווצרות הברית הטיפולית וביסוסה (KokaLiari et al., 2013). במחקר נמצא שכאשר המטפל והמטופל הם בני אותם תרבות ורקע לשוני, המטופל עשוי לראות את המטפל כמהגר הדובר את שתי השפות, אשר הצליח בארץ החדשה והתגבר על האתגרים הלשוניים, מה שבונה את חוויית האמון והביטחון בקשר הטיפולי וגם יוצר הבנה עמוקה של המטפל. הברית הטיפולית מתחזקת בעקבות ההתייחסות ההדדית למטבעות לשון משותפים, בזכות היכולת להיזכר בבהירות רבה יותר בחלומות, גם אם לא ברור באיזו שפה נחלמו, ובשל היכולת לתאר טראומות מוקדמות בהרחבה.

השימוש בשפה שנייה עשוי גם ליצור הזרה של חוויית העצמי: לעתים קשה ואף בלתי אפשרי לתאר זיכרונות בשפה שונה מהשפה שבה הם נחו. הקושי מתבטא בהיעדר היכולת להגיע לדקויות אבחנתיות ביחס לעצמי אשר הושרש ונבט בשפת האם, בשל הצליל והניגון השונים של השפה הזרה. הצורך במטפל דובר שפת האם מבטא את המשאלה להתמזגות כאשר השפה באה לידי ביטוי כצלילים של חסד או של חסר. זוהי המשאלה להתמזג ולהיות מובן באופן מלא (Greenson, 1950). עם זאת, במחקר שהציגו קוקליארי ועמיתים (2013) עלה שלעיתים ישנו קושי ליצור ברית טיפולית דווקא בטיפול בשפת האם, כיוון שההיזכרות בטרואמות מותירה את המטופל ללא מילים. לפיכך, במצבים טראומטיים אלו, המעבר לשפה מרוחקת יותר, השפה השנייה, עשוי דווקא לסייע בהעלאת הזיכרונות.

עם זאת, טיפול בשפה שונה משפת האם עלול לשמש מחסום מפני עלייתם של תכנים רגשיים מסוימים בטיפול, כמו גם התנסויות מוקדמות שקודדו בשפת האם ואשר אינן יכולות להיחוות באופן דומה בשפה שנייה. מטפלים במטופלים ששפתם אינה שפת המטפל חווים בהעברה הנגדית ריחוק, עקב המבטא, הנתפס כזר ומרחיק. חלק מהמטפלים חשים שהמטופלים מותירים אותם מנותקים ומרוחקים מהחוויות שלהם. בעקבות חוויית הזרות והריחוק, נחוות מצד המטפלים אמפתיה פחותה כלפי מטופלים ששפתם שונה משלהם: החוויות שהורגשו בחדר הטיפול נחו כחוויות לא מוכרות. אי-לכך, במפגש טיפולי בין מטפל ומטופל אשר שפת אמם ותרבותם אינה זהה, נוצר רובד נוסף שדרכו המטופל והמטפל צריכים לעבור על מנת לבנות את הקשר (Bowker & Richards, 2004).

בייפורד (Byford, 2015) שייכה את היכולת לעבד חוויות ורגשות בשתי מערכות שפתיות שונות כאמצעי ליצירת הרחקה הגנתית בפסיכותרפיה, על מנת להתעלם מקונפליקטים, אך גם כאופן ליצירת מרחב המאפשר גישה לקונפליקטים פנימיים. עמדה זו מבוססת על עמדתו הבולטת בספרות הפסיכואנליטית של גרינסון (Greenson, 1950), שתיאר את שפת האם כמייצגת את שפת החוויה הרגשית העמוקה, בעוד השפה השנייה, שאינה שפת האם, מייצגת נתק אינטלקטואלי. בייפורד התייחסה לכך ששני חלקים שונים של המוח מעורבים בביטוי שפת האם ושפה שנייה; בעוד שפת האם מערבת ייצוגים תחושתיים ולא מילוליים, לשפה שנייה מקובל לייחס שימוש הגנתי, תוך ריחוק אינטלקטואלי.

החידוש בטענתה הוא שבאמצעות שימוש בו-זמני בשפת האם ובשפה שנייה בתהליך הטיפול מתאפשר ביטוי של מצבים רגשיים אשר עשויים להיחשב טאבו בשפת האם, ולפיכך הודחקו. לכן היא הדגישה את החיובי במעברים בין שתי השפות ואף במיזוגן לשפה אחת בתהליך הטיפול. בעוד בשפת האם ניתן להרחיב ולהעמיק את העבודה הטיפולית על קונפליקטים מוקדמים, הרי שבעזרת השפה השנייה ניתן להתוודע למשמעויות נוספות, אשר ניתן להתייחס אליהן על ידי ההרחקה. לדבריה, היכולת לשוחח בשתי שפות בפסיכותרפיה יוצרת מעבר בין שכבות מרובות של הקונפליקט הרגשי, שהופכות ניתנות לזיהוי בשדה הדו-לשוני והדו-תרבותי. המעבר בין השפות מפיק תוצר של יכולת מעבר בין מספר עמדות. האפשרויות המרובות הללו הן חלק מדינמיקה לא מודעת, ואינן עולות כתוצאה מבחירה מודעת. היכולת לשים לב אליהן בטיפול מעמיקה אצל המטפל והמטופל את ההיכרות עם שכבה נוספת של משמעות, המעשירה את המפגש הטיפולי.

על פי בייפורד (Byford, 2015), בפסיכותרפיה שבה מתקיימות בו בזמן שתי שפות ניתן להתייחס אל קונפליקטים מתוך נקודות מבט פנימית וחיצונית בו-זמנית. כך, מתוך הבניית עמדה מנטלית נוספת, נוצר מרחב חשיבה על אודות העצמי שבו ניתן לשאת אי-ודאות כמו גם אפשרויות מרובות ושונות זו מזו. כמו כן, בייפורד התייחסה ליכולתם של דוברים דו-לשוניים לתאר את החוויה של עצמם ושל סביבתם בדרכים שונות – פירושים ותגובות שונים לאותה החוויה. השימוש בשתי שפות בו-זמנית מאפשר ערנות וידיעה שמערכת המשמעויות של העצמי אינה בהכרח מערכת

המשמעויות המתקיימת אצל הזולת. בעזרת השימוש בשתי השפות בו-זמנית בתהליך הטיפול נבנה ומתפתח "אגו מתבונן". בשימוש בשפה השנייה עשוי להיווצר ריחוק הגנתי, ולפיכך חלקים משמעותיים אובדים בעת התרגום, אך בו בזמן, השפה השנייה יוצרת הרחקה שעשויה לסייע ליצירת מרחב לחשיבה על הקונפליקטים הרגשיים (Byford, 2015). התפתחות מרחב זה עשויה לעתים להיות מעוכבת בטיפול בארץ האם, בשל היעדר הפרספקטיבה והריחוק המתאים להתבוננות.

בטיפולים הנערכים בארץ זרה נוצרת בהדרגה בתהליך הטיפול דו-לשוניות – מעבר בין שפת האם לשפת המקום, שבו מתרחשת התמזגות שלהן, כך שהדיבור נחוה כשפה אחת (Greenson, 1950). נראה שהשימוש בשתי שפות בתהליך הטיפול פותח צוהר להתייחדות הדרגתית ביניהן, בין המולדת לארץ החדשה ובין חוויות עבר בעלות משמעות לבין היווצרות חוויות בהווה. כך מתגלים ונוצרים צלילים מרובים ומשמעויות של מילים הנקשרים זה בזה.

מרחב הזיכרונות המשותפים

הצורך בהשתייכות למוכר הוא צורך הדדי, הן של המטופל המהגר והן של המטפל המהגר, והוא התקיים בשיח הסובייקטיבי ביני לבין המטופל. בנג'מין (2011) תיארה את השיח המתקיים בין שני מהגרים העוסקים יחדיו בפנטזיית הגאולה המשותפת, שמגלמת בתוכה שיבה הביתה ויצירת בית (Benjamin, 2011). היא דנה בצורך האנושי של המטפל והמטופל לחלוק סיפור משותף.

הסיפור הקולקטיבי הישראלי מגלם בתוכו את הזיכרונות המשותפים שמהווים את תשתית חוויית ההשתייכות לישראל, לישראליות שבנו, למשותף הלא מודע שלנו; זו ההשתייכות לארגי אנושי חברתי שהוא רחב יותר מאשר האדם עם עצמו, אשר נפרם בעת ההגירה וניתן לשוב ולארוג אותו בתהליך הטיפולי, תוך העלאת זיכרונות שניתן להיזכר בהם ביחד.

אתאר כעת שני תהליכי טיפול עם מטופלים דוברי השפה העברית, ישראלים אשר היגרו לארץ זרה להם, תוך התייחסות לייחודיות המתקיימת בתהליכי העלאת זיכרונות של אירועים טראומטיים שנחו בארץ האם ובשפת האם, בטיפול בשפת האם המתקיים הרחק מהמולדת. בתיאור המקרה הראשון יודגם טיפול שחשף קשיים בהתקשרות הראשונית אשר הועתקו אל ההתייחסות לארץ החדשה והוכללו בה. המקרה השני ימחיש כיצד טיפול בשפת האם שחשף זיכרונות מוקדמים של היעדר אם, פֶּתַח פֶּתַח להעלאת זיכרונות נוספים בחיי המטופלת, שבהם שוחזרה חוויית היעדר האם.

גשר בין זיכרונות עבר לאירועי הווה

יואב, נער בן 14¹, החל טיפול לפני כשלוש שנים, לאחר שהיגר למלבורן עם הוריו, זוג רופאים, ושני אחים צעירים. אמו של יואב הביאה אותו לטיפול בשל תלונות

1 שמות המטופלים במאמר הם בדויים.

על אלימות מילולית מצדו בבית הספר ובשל קשיי השתלבות חברתיים. בפגישה הראשונה דיבר עמי באנגלית בלבד, אף שהצעתי לו לשוחח בשפת האם המשותפת לנו. התקשיתי להבין חלק מדבריו, אשר נאמרו במהירות, תוך בליעת המילים. יואב הביא עמו למפגש הראשון את מלוא תחושת הזרות שחווה, את היעדר ההבנה של הדקויות החברתיות אשר משתמעות מעבר למילים. חשתי דרוכה, כל כולי מנסה להבין את המשמעות המדויקת של דבריו. חשתי מותקפת על ידי המילים, שהיו בהן ביטויים ועגה (סלנג) שלא הכרתי. נותרתי עם חוויה של זרות וחוסר הבנה של השפה המנוכרת שדוברת בחדר ונטרלה את בנייתה של תחילת התיידדות וקרבה בינינו. יואב העביר לי את חווייתו בתהליך של הזדהות השלכתית, כפי שתיארו קליין וסגל (Klein & Segal, 1977). באמצעות השימוש בשפה זרה ולא ברורה הוא העביר לי בעצמה את חוויית הזרות וחוסר ההבנה שחווה באופן קבוע. חוויית הזרות הושלכה אליי ישירות גם על ידי חוסר הנוחות והצפת המלל בפגישה הראשונה, ששיקפו את תחושתו של יואב במציאות חייו החדשה.

בפגישה השנייה הצעתי לו שוב לשוחח בעברית, והוא הביע תמיהה על כך שאני דוברת עברית. כך העביר לי את עצמת התדהמה שלו שקיימת אפשרות לחיבור ודיבור בשפת האם. בפגישה זו עבר לדבר עברית, השפה שהייתה שגורה בסביבתו עד גיל 11, והמשיך לדבר, להיזכר ולהיות עמי בטיפול בשלוש השנים הבאות. יואב סיפר שלא סבר שאיש מקצוע ישוחח עמו בעברית, ולכן דיבר בשטף באנגלית. כמו כל עולמו החדש, הייתי כה זרה לו בפגישתנו הראשונה, וגם הוא היה לי כה זר.

בפגישה השנייה שנינו היינו מסוגלים להתרווח יותר בכורסאות – הזרות הראשונית החלה להתפוגג ופינתה מקומה לתחושת ה"ביחד", שהלכה והתעצמה. יואב תיאר בפרטי פרטים את תחושת הזרות בבית הספר האוסטרלי, את הבידוד ואת הדרך שלו להתיידד על ידי ניסיונות הפחדה של הסובבים אותו, ובכך למנוע התקפה שלהם עליו. חוויית זרות כזו אינה אופיינית לילדי מהגרים לאחר שלוש שנים, ואצל ילדים שהתפתחותם תקינה, היא דועכת במהלך השנה הראשונה בארץ החדשה.

החווייה של יואב, שאותה הביא בעצמה לחדר ואף גרם לי לחוש בה בעצמה בפגישה הראשונה, הייתה חוויה של הימצאות בקרב זרים מסוכנים אשר אורבים לתקפו, בין אם מילולית ובין אם פיזית, חוויה שנבעה מכך שהם לא היו מובנים לו. בהמשך הפגישות, יואב שיתף אותי במצבים שהיו בלתי מובנים לו בחצר בית הספר, בשיעורים ובמפגשים עם המורים. נפגשתי עם רכז השכבה, שקטלג אותו בבעל קשיי תקשורת. במפגש זה חשתי את חוויית הזרות והתיוג שיואב חווה יום-יום. הוא התקשה לשתף בחוויה זו את הוריו, הורים שהתחנכו בבתי ספר יוקרתיים בתל אביב והיו סבורים שהביאוהו למקום הטוב ביותר עבורו. במלבורן ההורים שויכו מבחינתו לקטגוריית הזרים, כיוון שהמנטליות שלהם הייתה ישראלית, ובהמשך התברר שנחוו כזרים לו גם בארץ. הוריו התקשו לסייע לו בבניית חוויית הרציפות וההמשכיות בעת המעבר מישראל לאוסטרליה. תחושת הזרות כלפיהם נחוותה לא רק בשל חוויות החיים השונות בתל אביב ובמלבורן, אלא הייתה בעיקר ביטוי של טיב הקשר בינו וביניהם.

החיבור בין זיכרונות הילדות לזיכרון בהווה מאפשר עיבוד רגשי של חוויית המעבר, ההגירה. יואב עיבד במהלך הטיפול את חוויית המעבר מבית הספר בעיר בשרון לבית הספר היסודי באוסטרליה. הוא התחיל לברר את מקורות הקושי שחוה עם הגיעו לאוסטרליה, לתוך תרבות, שפה וחברה זרות לו, ובמקביל התאבל על האבדן שחש בפרידתו מסבא וסבתא שנשארו בישראל, שהיו עבורו מקור נחמה ברגעי בדידות וקושי. בהמשך עלו חוויות של בדידות שיואב חווה עוד בישראל. בדידותו העכשווית הוכלה ו"עוכלה" בטיפול דרך הזכרות בחוויות בדידות מתקופת ילדותו. הוא תיאר הצקות מצד ילדים בבית הספר היסודי בארץ וחוה מחדש בעצמה את זיכרונות אותה תקופה.

יואב העלה זיכרונות על הבית שבו התגורר בישראל ושרטט עבורי, תוך שימוש בזיכרון החזותי, את קווי המתאר של הבית ואת חדריו, על מנת שאכיר אותו, כמו רצה לקרב אותי לחווייתו המשוחררת. הוא חש את יכולתי "לראות" ולחוות עמו את חוויית הבית שבו גדל בישראל. הקרבה בינינו גדלה. כשהרגיש בטוח יותר בטיפול, נחשפו תיאורי תסריטי התאבדות שהיו לו כילד. הוא תיאר את עצמו מהרהר בבדידותו במרפסת הבית, נע בין הבחירה בחיים לבחירה במוות. ככל שחוויית ה"ביחד" בינינו התחזקה, עלתה בו תמיהה על כך שהוריו לא הבחינו אז במצוקתו. בהדרגה העיסוק בסביבה חיצונית אוסטרלית מאיימת ותוקפנית עברה לעיסוק בדפוס היחסים הציני והתוקפני בקשר שלו עם הוריו, שם, בארץ, וכאן, באוסטרליה. ברגעי ה"ביחד" הללו, הבדידות והייאוש שחוה אז והבדידות שחוה בזמן הטיפול הועלו כזיכרון והתאחדו, וחויה חדשה נארגה בינינו ואפשרה את המעבר משם לכאן, מישראל לאוסטרליה. נוצר חיבור בין הזיכרונות והחוויית של העצב והדחיה שחוה אז בבית הספר ובבית אל הפחד שלו מפני אחרים בסביבתו כעת ודחייתו אותם. יואב נחשף לעצמו כפי שהיה שם – בארץ, וכאן – באוסטרליה, אך הוא לא חווה בדידות בעת העלאת הזיכרונות הרחוקים והקרובים. המצוקה שחוה בבית הספר ובבית ישראל קיבלה שם ומשמעות, וכך הוא הצליח לחבר בין התנסויות חייו בארץ ובאוסטרליה ולהבין את הקשר ביניהן. בהבינו את הצורך שלו לתקוף לפני שיותקף, הוא התחיל להתיידד עם סביבתו החדשה.

יואב התחיל להביא נגן מוזיקה לטיפול, על מנת להאזין יחד עמי לשירים שאליהם החל להתוודע לאחרונה – שירי עצבות ושירים המבטאים כעס. במקביל לחוויית ה"ביחד" המתהדקת בחדר הטיפול, הוא יצר קשר עם בני גילו בבית הספר, הצטרף לתנועת נוער מקומית, וההתנסות קיבלה ממדים של מובנות, מוכרות ונועם. עם זאת, הוא המשיך להתגעגע לסבא וסבתא, הקרובים ללבו ולשפתו, שהיוו חלק משמעותי בזיכרונות ילדותו, אך היו כה רחוקים ממנו פיזית.

בטיפול עם יואב עובדו ההתקשרויות המוקדמות שנוצקו בראשית חייו והועברו למציאות חייו החדשה. היכולת לעיבוד הזיכרונות המוקדמים במרחב משותף שנבנה כ"אי" של שפה משותפת היא שסללה את הדרך ליכולתו להפנים חוויות חדשות. החוויות כפי שנחו בארץ האם נותרו כייצוגי תוקפנות שזוהו אסוציאטיבית עם המנטליות הישראלית. שחזורן של חוויות דומות בהקשר האוסטרלי אִפשר הבנה של

תהליכים בין-אישיים בקשר של יואב עם הוריו, וכך עיבוד ההשלכות, הן של התרבות הישראלית והן של התרבות האוסטרלית, פינה מקום לעיבוד החוויה הייחודית של יואב – חוויית הבדידות בקשר הבין-אישי. ככל שחוויית הבדידות התבררה, גברה יכולתו להסתגל לבני המקום ולהתערות בהם.

עיבוד טראומות ראשוניות מארץ המקור הרחוקה

שירה, בת 54, פנתה לטיפול עקב קשיי שינה. שירה, שהייתה נשואה ואם לארבעה ילדים בוגרים וסבתא לנכדים, הייתה בעבר בטיפול ארוך טווח אצל מטפלת אוסטרלית. בפגישה הראשונה היא ציינה עד כמה באותו טיפול קיבלה מענה לתחושות אי-ודאות ביחס לאימהותה, נושא שהטריד את מנוחתה לא מעט. בזמן הטיפול עמי, היא חיה כבר 25 שנה באוסטרליה, וביקשה טיפול אחר, כזה שייגע בתכנים וחוויית שבהם לא נגעה עד עתה, עד עתה, טיפול בשפת האם, שיעזור לה לחזור אל זיכרונות ילדותה ולהבין את אמה שלה.

ואכן, בפגישות הראשונות שירה חזרה אל מחוזות ילדותה. היא הופרדה מאמה לאחר הלידה, עקב דיכאון שחוותה האם בעקבות מות אחיה במהלך שירותו הצבאי. שירה העלתה זיכרונות מוקדמים שנגעו לשהות הרחק מבית הוריה, בבתי אומנה ופנימיות, עד היותה כבת 14. היא שחזרה את המעבר לארץ החדשה, שלתחושתה נכפה עליה על ידי בעלה, והיא נאנסה לעשותו בניגוד לרצונה, מעבר שלתפיסתה שחזר את הפרדה בעל כורחה ממשפחת המקור שלה.

שירה הביעה תחושת הקלה לאחר שהעלתה זיכרונות של מצבי הזרות שחוותה בינקותה. לדבריה, לא כך הרגישה בטיפול הקודם, למרות הקשר הטוב שהיה בינה לבין המטפלת. תוך העלאת הזיכרונות עלה בקרבנו הרעיון כי ייתכן כי המטפלת האוסטרלית הייתה קשובה לחוויה של שירה, שהופרדה מאמה ועברה בין בתי אומנה ופנימיות, אך התקשתה "לתרגם" לעצמה את החוויה שעברה אמה של שירה, חוויה הזרה להוויה האוסטרלית. מה לפסיכולוגית אוסטרלית ולחוויית שבי ושכול ישראליות? אלו מצבים אשר אינם מקודדים בזיכרון מי שלא חווה אותם או היה חלק מהמציאות שבה התרחשו. עבורו זהו עולם זר ולא מוכר. חוויית אמפתיה התרחשה בחדר מתוך היכרות עמוקה של שתינו את המציאות הישראלית והזיכרונות הדדית במצבים מוכרים אלו, שבהם חיים ומוות שזורים זה בזה.

לאחר מספר פגישות שירה החליטה לחשוף בפניי זיכרון שליווה אותה שנים רבות, זיכרון שלא חשפה בטיפול הקודם ולא חשפה בפני איש. הייתה זו חוויה מתמשכת שעברה באחת הפנימיות שבהן שהתה בגיל ההתבגרות. באותה הפנימייה היא עברה אונס לאורך זמן. התחושה של שירה הייתה שהטיפול בנושא כה רגיש הוזנח על ידי צוות הפנימייה, והיא כילדה לא חשה פתיחות וביטחון בקשר עם הוריה כדי לשתפם בכך, בעיקר את אמה שסבלה מדיכאון. גם את הפסיכולוגית האוסטרלית לא שיתפה. הטיפול בשפת האם של שירה החזיר אותה אל זיכרונות אשר טושטשו. היעדר האם נוכח בחדר ועלתה ערגה אל האם המתה – אז, בראשית חייה של שירה, ובמציאות חייה.

שירה הופתעה מיכולתה לשתף אותי במהלך הטיפול בחוויות אלו. חזרנו ביחד לפנימייה שבצלע הרי ירושלים. לאורך תקופה ארוכה בטיפול שירה שבה והביאה אותי עמה לשבת על אותו סלע שעליו הייתה יושבת במשך שעות לבדה, שם הייתה מדברת עם עצמה ומייחלת לעזרה. היא הרגישה שקיבלה את העזרה רק כעת, בגיל 54, במלבורן הרחוקה, כי היא ואני חזרנו ביחד אל הזיכרון שעומעם וחוונו ביחד את אשר חוותה שם לבדה. במקביל, שנתה של שירה התחילה להתייבב, והיא כבר לא הקיצה באמצע הלילה, ללא יכולת לשוב ולישון. ייתכן שיכולתנו ליצור מרחב משותף בישיבה סמלית על סלע בפנימייה בירושלים הייתה הודות לזיכרונות ישראליים שהיו מוכרים לשתינו. שחזור הזיכרון נוצר עם השימוש בחושים נוספים: מראות וריחות של העיר ירושלים ושל הוואדי שאליו הייתה שירה נמלטת מהפנימייה – את אלו יכולתי לבנות כייצוגים שפתיים וחזותיים, הן מציאותיים והן סמליים, ולחוות את החוויה של שירה יחד אתה.

בהמשך הטיפול שירה תיארה התקפי רעב אז ובזמן הטיפול – ילדה צעירה העומדת מול חלון קונדיטוריה ומשתוקקת למזון רגשי וחומרי, והתקפי רעב בשוטטות בין קונדיטוריות יהודיות במלבורן, אוסטרליה. הריחות והטעמים של עוגות ועוגיות, שהיו מוכרים לה ולי, היוו זיכרון ילדות משותף ושוחזרו מתוך חוויית געגוע שנוצרה ביחד אצל שתינו, וכך ה"חור" בבטן שחוותה שירה התמלא בהדרגה. בעקבות העיסוק המילולי והחושי בחדר הטיפול בטעמים המוכרים, שירה הצליחה להיגמל משיטוט בין הקונדיטוריות היהודיות במלבורן ומקנייה מסיבית של עוגות, שהייתה זוללת בהתקפי בולמוס בלילות. באמצעות העלאת הזיכרונות, הצלילים כמו גם המראות והריחות הפכו לזיכרון מילולי, בפעם הראשונה בחייה. כך נוצרה החיאה של צלילים מוכרים ומראות מוכרים, אשר בעקבותיה עלו טראומות הנטישה והחיפוש אחר פיצוי.

חרדת האבדן נכחה גם בינינו, כיוון ששתינו ידענו שאני שבה לישראל. לקראת הפרידה, שירה חלתה. היא שכבה ימים במיטה והתקשתה לתפקד, אך הגיעה לפגישות. נזכרנו ביחד בתינוקות שירה, שהופרדה מאמה בלידתה ובבדידותה. שירה הרגישה שכל מי שהתחברה אליו משאיר אותה בגלות, כמו בפנימייה, שם הרחק, וחוזר לארץ, לביתו, בין אם אלו חברים או אני, המטפלת שלה.

חזרנו ודיברנו במפגשים על היתכנותה של חוויית בדידות שתבוא לאחר שתיוותר לבדה. שירה הביאה לכל מפגש מתנה קטנה, כמו ביקשה להשאיר משהו ממנה אצלי, ואני שיתפתי אותה בהרהורי, מה יישאר מהזיכרון של חוויית ה"ביחד" שלנו אצלה, וכיצד. בה בעת עלתה בה המשאלה שהיא ובעלה יקנו בית בארץ, לימי זקנתם. היכולת המשותפת לחלום על שיבה הביתה לארץ התרחשה בעת מפגש הפרידה ממני, הנוסעת לארץ שעוררה אצל שירה אמביוולנטיות – ארץ שבה הופרדה מאמה בלידה ובה חוותה אונס שלא דובר ולא טופל, שבה נמצאת משפחתה המורחבת, שאינה שותפה לסוד, ארץ שעזבה למורת רוחה, בשל בעלה, ש"אנס" אותה לעבור לאוסטרליה.

שוחחנו טלפונית בערב ראש השנה, כשכבר הייתי בארץ. שירה סיפרה שלאחר שנסעתי היא יצאה לחופשה, כי מדי יום הייתה עוברת ליד ביתי ומתגעגעת ל"ביחד" הטיפולי.

שוב הייתה לבד, אך הרגישה שאינה בודדה. היא תיארה בשיחת הטלפון שהיא שלמה יותר עם חייה באוסטרליה, למרות הערבה שלא חולפת לשיבה הביתה, אל מקום היווצרות הזיכרונות המוקדמים: אל אמה שכבר נפטרה, אליי, המטפלת שלה, אשר שבת אל ביתי, שהיה פעם גם ביתה. היא הרגישה שחויית הפסיכותרפיה, ההימצאות ביחד שלנו, הייתה של אימהות מתמסרת. כך גם חזקה בעקיפין אימהותה, לא בהבטחה שהיא אם טובה, אלא בעיבוד חוויות ילדות אשר התרחשו בבדידות בארץ רחוקה, הנחוות כל כך קרובה, אך לא מושגת. ארץ שיש בה כעת, לפחות בהרגשה, אימא טיפולית לחזור אליה.

דיון

המפגש המשותף מחייה, הן אצל המטופלים והן אצל המטפלת, זיכרונות מארץ המקור שנחוו בנפרד ואשר נחווים שוב במשותף בחדר הטיפול, דרך העלאתם. העלאת הזיכרון מתעצמת בהיותה נחוות במקום זר, רחוק מהבית. המרחק מהבית מאפשר מעין התבוננות ממרחק, כמו מראה כדור הארץ מהחלל. התבוננות זו מאפשרת פרספקטיבה אחרת, ובהיותה רחוקה היא גם רחבה יותר, וכפי שניתן לראות את כדור הארץ בבירור מהחלל, כך בשל הריחוק מהארץ מתאפשרת התבוננות מזווית רחבה יותר. הרחקה זו, כפי שציינה בייפורד (2015) מכשירה את הדרך לעיבוד רגשי, אשר לדעתה, ייתכן שהוא קורה רק מכיוון שהוא בשפת האם, ולי נראה שהוא מתרחש גם בזכות פרספקטיבת המרחק. בטיפולים המתקיימים בשפת האם הרחק מארץ האם, עצמת החיבור לזיכרונות הילדות ניתנת לוויסות יעיל, המקדם עיבוד רגשי של זיכרונות וחוויות אלו. עקב המרחק הפיזי ממקום היווצרות הזיכרונות, ניתן להביט עליהם במבט-על – להתקרב ולהתרחק לחלופין, כפי שניתן לעשות קירוב והרחקה של הזום במצלמה.

הפוטנציאל הנוצר בטיפול בשפת האם בארץ רחוקה מארץ האם הוא בעצם היכולת הנבנית בקשר בין מטפל למטופל דוברי אותה שפת אם לחבר ולבנות גשר רציף בין חוויות העבר, קרי, בין הזיכרונות שנוצקו בתבנית נוף המולדת לבין חוויות ההווה בארץ זרה (Sharabany & Israeli, 2008). היכולת להיזכר בזיכרונות ילדות ובסיפורי חיים מוקדמים תוך שימוש בשפת האם היא דרך ישירה שאינה הגנתית אל תכנים רגשיים אשר לרוב אינם נגישים בשפה שנייה (Kokaliari et al., 2013). עבודה טיפולית זו, העוסקת בבניית נרטיב בין זיכרונות העבר מארץ האם וחוויות בהווה, מבססת את תחושת המוכרות, ההמשכיות והיכולת לשייכות בארץ החדשה (הנחוות זרה קצת פחות). "גשר" זה יוצר, עקב בניית הרציפות, את היכולת לחיבור בין חלקי העצמי השונים והמפוצלים, וכפועל יוצא, מתרחשת הסתגלות לארץ החדשה. עיבוד החוויות הרגשיות שאירעו בארץ האם, ממרחק, פותח פתח להרהור על אודות שיבה מחודשת למולדת.

הקשר בין המטופל לארץ החדשה ניתן להמשגה גם כמשחזר במובנים מסוימים את הקשר הראשוני שבין המטופל לאמו. ארץ המקור מכונה באנגלית "mother land" וגם "homeland", ובעברית – "מולדת", משמע הארץ שבה נולדת. שהרבני וישראלי (Sharabany & Israeli, 2008) תיארו מצבים שבהם ההתקשרות הראשונית לדמות

ההורית המטפלת, שנרכשה בינקות ובילדות, הייתה לא בטוחה, ודפוס ההתקשרות שנוצר הוא של התקשרות חרדה. חרדה זו עשויה לעלות במצבי מעבר, כמו המעבר לבית הספר וכמו גם הגירה. אך בעוד בחיי היום-יום הרחק מהמולדת החרדה מציפה ואינה מובנת, הרי שבפסיכותרפיה בארץ זרה תהליך עיבוד זיכרונות הילדות מהווה מקום שבו ניתן לבסס, דרך הקשר הטיפולי, התקשרות בטוחה מרגיעת חרדה ולחבר חיבור רציף בין זיכרונות העבר לחוויות ההווה.

ואכן, יואב השתמש בפסיכותרפיה כגשר מחבר בין חוויות דומות בילדותו להתנסויות ששבו ועלו עם המעבר לארץ אחרת. תפקיד הפסיכותרפיה בארץ החדשה כמקדמת הסתגלות היה דומיננטי עבורו דווקא משום ששחזור החוויות הראשוניות התרחש בשפת המקור, אך לא בישראל, אלא בארץ החדשה, שבה יואב ימשיך לגדול ולהתפתח. כך התאפשרה הגדרה מחודשת של זיכרונותיו, תוך גישור בין הישן והחדש, ונוצרה המשכיות דרך עיבוד חוויות ומצבי החיים שחוה יואב בשני ההקשרים – בעברו בארץ, הן בקשר שלו עם הוריו והן בסביבה הרחבה הבית ספרית, ובהווה – בארץ החדשה. החיבור והקשר שנוצרו בין חוויות עבר לחוויות הווה יצרו התבוננות מורכבת ומרוככת יותר כלפי הסביבה, הן הישראלית והן האוסטרלית, אשר נתפסו בשלבים הראשונים של הפסיכותרפיה כמאיימות ומסוכנות. היכולת להלך בעולם הפנימי הלך ושוב בין החוויות הישראליות לחוויות האוסטרליות אפשרה את ביסוס היכולת לחיבור ורצף בחוויית העצמי השברירי.

בהמשך הפסיכותרפיה, כניסת האנגלית לחדר בעזרת השירים שיואב הביא היוותה דרך להתייחדות עם הזר (סולן, 2007). סולן התייחסה לרגע הלידה, שבו היילוד, עם יציאתו מהרחם, פוגש מצבים שלא הכיר: זרותו שלו עצמו וזרות האחר, הדמות המטפלת. במפגש התחושתית בין זרותו של התינוק עם האנוש הזר, הלא מוכר, הנחוה כמאיים, השונה מהמוכרות שהייתה עד עתה בהתקיימות הרחמית, מתחילה להתגבש תחושת מוכרות חושית, שמתפתחת בהדרגה למצב שבו מתאפשרת התייחדות עם המוכר שבזר. כך גם השפה הזרה, האנגלית, שהפכה במהלך הפסיכותרפיה לשפה מוכרת שעמה ניתן להתייחד, ולפיכך נתפסה כזרה פחות ומאיימת פחות.

בפסיכותרפיה, שירה נחשפה לזיכרונות ילדות אשר הותקו, ולכן לא היו נגישים. עם עיבוד חוויות הילדות, נוצרה התבוננות על זיכרונות ראשוניים ממרחק הזמן והמקום. במהלך החיפוש הזיכרונות הילדות ועיבודם, החלו להיחשף הזיכרונות שנחבאו. נראה שבמהלך חייה השתרשו הזיכרונות המותקים באופני פעולה, ובמידה פחותה – בהזכרות בהם וחשיבה עליהם. למשל, חוויית האונס הייתה זיכרון שהודחק והותק. היא שוחזרה בעקיפין בתפיסת ההגירה כמעין אונס שנכפה עליה על ידי בעלה.

אף ששירה היא מהגרת ותיקה, מכיוון שבילדותה ובבגרותה היא לא השלימה תהליכי נפרדות ואינדיבידואציה, ההתרחקות מארץ האם לא היוותה מענה לחוויית החסר, אלא שחזור כואב נוסף שלה. מירסקי (2005) תיארה את תהליך ההגירה במצבים כאלו כהמשך מאבק על אוטונומיה המועתק מארץ האם לארץ החדשה. ארץ האם והארץ החדשה נתפסות כאובייקטים של יחסי ההעברה הראשונית,

ולפיכך צורכי התלות והעצמאות שלא נפתרו מופנים אליהן לסירוגין. שיטוטיה של שירה בין מעדניות יהודיות היוו שחזור של צרכים ראשוניים, פרה-אדיפליים ופרה-מילוליים, שלא סופקו. היכולת למעבר מתלות לעצמאות נבנתה ככל שיכלה לבסס את אימהותה וכן בתהליך ויסות הערגה לאם ולארץ האם.

נוסף על הקישור בין חוויות הווה ועבר, הייחודיות של הקשרים הטיפוליים הייתה בכך שהשפה הדבורה בחדר הייתה שפה משותפת – העברית – בארץ דוברת אנגלית. הטיפול בעברית יצר החיאה של מצבי ינקות וילדות בסביבה שנחותה כזרה. בשני הטיפולים שהוצגו, הטיפול בשפת האם סייע לנגישות גבוהה ל"חומרי נפש ינקותיים", אשר נוצרו בתקופות קדומות של הנפש, כשהשפה היוותה בעיקר מלוויה בקשר המתהווה.

השפה המשותפת שנוצרה במהלך הפסיכותרפיה, תוך מעברים בין שפת האם לשפת המקום, התקיימה כדיאלוג רב-רבדים, בשל היכולת להזכרות חושית בצלילים כמו גם באירועים מוקדמים, אשר נגישים לעתים רק בשפה השנייה, המרוחקת מעט. הדיבור המשותף בשפת האם ובשפה השנייה יצר את היכולת להעמיק בזיכרונות ותכנים טראומטיים, בעיקר פרה-אדיפליים, כפי שהופנמו בשפת האם (Movahedi, 1996). אלו הם זיכרונות ההתקשרות מילדותו המוקדמת של יואב וזיכרונות הנתק הכואב ממשפחת המקור והזיכרון הטראומטי של לקיחה בכוח של שירה, הן כשהופרדה בלידתה מאמה, הן באונס בפנימייה והן באילוף לעזוב את המולדת.

הבחירה בשימוש בשפת האם מעוררת חרדה בשל הרגש הנלווה אל הזיכרונות, אך היא גם מאפשרת גישה ישירה אל זיכרונות ילדות, בעוד השימוש בשפה השנייה, הזרה, נועד להגן מפני חשיפת אותם זיכרונות מודחקים (Greenson, 1950), כפי שכנראה אירע בפסיכותרפיה הקודמת ששירה עברה. הפסיכותרפיה של שירה בשפת האם בארץ דוברת שפה שנייה הייתה במרחק מתאים מהחוויה הטראומטית, אך גם קרובה על מנת להעלות ולעבד זיכרונות מוקדמים אשר הודחקו במשך שנים רבות. היכולת לשוב לטיפול בשפת האם יצרה דיאלוג רב-רבדים, בשל היכולת להזכרות חושית בצלילים, בריחות ובטעמים, כמו גם באירועים מוקדמים.

לסיכום, תחושת המוכרות שנחותה דרך השימוש בשפת האם, השפה המשותפת, יצרה בחדר הטיפולים חוויה ייחודית של מעטפת סימביוטית שאפשרה גיבוש ובנייה מחודשים של העצמי. במהלך הבניית החוויות מהעבר אל ההווה בשפת האם, התחזק העצמי של שני המטופלים, ונוצרו חיבורים של התבוננות רציפה, מתוך עבר מובן יותר אל הווה מובן יותר, ויכולת לפתח תקווה ביחס לעתיד.

השפה המשותפת אשר חוברת בה בו-זמנית שפת האם ושפת המקום מאפשרת הבנת הדקויות השפתיות-חושיות, וכך נבנה בהדרגה מרחב שבו נוצרת ביחד שפה ייחודית השונה הן מהשפה אשר בה מתנהל המרחב החיצוני (שפת היום-יום, שפת המקום, שפת הזר) והן משפת האם. בעזרת שפה זו, המורכבת מעבר והווה, נארגים זה בזה זיכרונות עבר עם חוויות ההווה. זהו תהליך ההסתגלות לארץ אשר בה תיארגנה חוויות המשך החיים.

מקורות

- מירסקי, י' (2005). **ישראלים סיפורי הגירה**. תל אביב: צבעונים.
- סולן, ר' (2007). **חידת הילדות**. בן שמש: מודן.
- Anzieu, D. (1979). The sound image of the self. *International Review of Psycho-Analysis*, 6, 23–36.
- Benjamin, J. (2011). Facing reality together discussion: With culture in mind: The social third. *Studies in Gender and Sexuality*, 12(1), 27–36.
- Berzoff, J. (Ed.) (2011). *Falling through the cracks: Psychodynamic practice with vulnerable and oppressed populations*. New York: Columbia University Press.
- Bowker, P., & Richards, B. (2004). Speaking the same language? A qualitative study of therapists' experiences of working in English with proficient bilingual clients. *Psychodynamic Practice*, 10(4), 459–478.
- Byford, A. (2015). Lost and gained in translation: The impact of bilingual clients' choice of language in psychotherapy. *British Journal of Psychotherapy*, 31(3), 333–347.
- Foster, R. M. P. (1992). Psychoanalysis and the bilingual patient: Some observations on the influence of language choice on the transference. *Psychoanalytic Psychology*, 9(1), 61.
- Greenson, R. R. (1950). The mother tongue and the mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 31, 18–23.
- Iannaco, G. (2009). Wor(l)ds in translation – Mother tongue and foreign language in psychodynamic practice. *Psychodynamic Practice*, 15(3), 261–274.
- Klein, M., & Segal, H. (1977). Projective identification in the therapeutic process. *Classics in Psychoanalytic Technique*, 351. Available at <https://scholar.google.co.il>
- Kokaliari, E., Catanzarite, G., & Berzoff, J. (2013). It is called a mother tongue for a reason: A qualitative study of therapists' perspectives on bilingual psychotherapy – Treatment implications. *Smith College Studies in Social Work*, 83(1), 97–118.
- Loewald, H. (1978). Primary process. *Secondary Process, and Language*. Available at <https://scholar.google.co.il>
- Maiello, S. (1995). The sound-object: A hypothesis about prenatal auditory experience and memory. *Journal of Child Psychotherapy*, 21(1), 23–41.
- Movahedi, S. (1996). Metalinguistic analysis of therapeutic discourse: Flight into a second language when the analyst and the analysand are multilingual. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 44(3), 837–862.
- Sharabany, R., & Israeli, E. (2008). The dual process of adolescent immigration and relocation: From country to country and from childhood to adolescence – Its reflection in psychodynamic psychotherapy. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 63(1), 137–162.
- Stern, J. (1987). Language and authority in psychotherapy: The case of the mother tongue in Israel. *Group Analysis*, 20(3), 221–235.
- Vygotsky, L. S. (1988). Thinking and speaking. In R. W. Rieber & A. S. Carton (Eds.), *The collected papers of L. S. Vygotsky* (pp. 39–288). New York: Plenum.