

# ישראלים – סיפורי הגירה

מאת: יוליה מירסקי (2005)

מבשרת ציון: צבעונים הוצאה לאור (192 עמודים)

## אמיתי המנחם

ההגירה עומדת במרכז עיסוקה המקצועי של המחברת זה שנים רבות. זו בחירה מקצועית אשר שזורה בחוויות ההגירה שלה וניזונה מהן, מעידה על עצמה יוליה מירסקי, פסיכולוגית קלינית מהמחלקה לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בן-גוריון בנגב.

בספרה הנוכחי היא מכנסת שורה של סיפורי הגירה כפי שסופרו באופן אותנטי על ידי המהגרים עצמם, בפרויקט של מחקר נרטיבי. בבסיסו של מחקר כזה עומדת ההנחה שלתהליך של בניית סיפור יש תפקיד מארגן המעניק משמעות לחוויה, והסיפור הוא אמצעי תקשורת המאפשר לחלוק את החוויה עם הסביבה. סיפורי המהגרים פותחים אם כן פתח להבנת חוויות ההגירה.

המחקר הנרטיבי תופס מקום הולך ומתרחב בעשייה המחקרית, ואנשי מקצוע רבים רואים בו שיטה פורה להבנת עושר החוויות ותהליכים של מצוקה והתפתחות. לחקירה הנרטיבית יש יתרון וייחוד כאשר מדובר בהגירה, שהיא שינוי ברור בסיפור חייו של אדם לחיוב או לשלילה, שכן ניתן לשער שהשפעותיו ומשמעותיותו של שינוי זה ייחשפו באופן טבעי, ספונטני ואמין על ידי המספר.

לצד ההיבט הנרטיבי, יש ייחוד חשוב נוסף לספרה של מירסקי: המחקר הקלסי – הן החברתי והן הפסיכואנליטי – של עולם ההגירה נוטה להדגיש את המצוקה, הכאב, הלחץ, האובדן והאבל התרבותיים והאישיים הכרוכים בהגירה, ומזניח את הבחירה, את ההזדמנות ההתפתחותית להעשרת הזהות ולהרחבתה ואת הצמיחה הנפשית הגלומות בה.

מירסקי, כקלינאית וחוקרת השואבת מגישות התפתחותיות פסיכודינמיות, מאפינת את הגרעין הפסיכולוגי של ההגירה כתהליך של פרידה – אינדוידואציה (מימוש ופיתוח של עצמיות), שהוא תהליך מרכזי ועיקרי בהתפתחות הפסיכולוגית של האדם. מנקודת מבטה זו, הגירה היא הזדמנות לגדילה כחלק מתהליך התפתחותי אוניוורסלי הנמשך לאורך כל החיים. התפתחות היא סדרה של שלבי התמודדות עם קונפליקט מהותי בין צורכי תלות לבין דחפי עצמאות. תהליך זה מתרחש בשנות החיים המוקדמות, בתקופת ההתבגרות ולמעשה בכל שינוי חשוב בחיים. הנחתה של מירסקי היא שבהגירה מתעורר מחדש הקונפליקט הבסיסי הזה, על חלקיו הפתורים והלא-פתורים.

כאשר התנאים החיצוניים קשים והקונפליקטים הפנימיים חריפים, ההגירה עלולה ליהפך לטראומה. אבל מנסיונה, אומרת המחברת, מעטים המקרים מסוג זה דווקא. בדרך כלל התנאים החיצוניים והמשאבים הפנימיים טובים דיים, וההגירה עשויה להיות הזדמנות להתפתחות אישית.

בארץ למודת הגירה כשלנו, המדגישה בעיקר את כאבי ההגירה ולא את יתרונותיה, אמירה אופטימית וחשובה זו ראויה לתשומת לב, ואף למחקר מקיף ורחב שינסה לאששה.

על פי מירסקי, ההחלטה לעזוב את ארץ המוצא ולהגר היא בבחינת פתרון ביניים לקונפליקט ההתפתחותי של פרידה – אינדיווידואציה: כוחות השינוי והעצמאות גוברים לזמן מה על המשכיה הרגרסיבית. האידיאליזציה של ארץ היעד ושל הצפוי בעתיד עוזרת למהגרים להכריע את הכף. אולם לאחר ההגירה גוברת ההכרה הכואבת בכל מה שאבד, בניתוק מן הסביבה המוכרת, בזרות ובחוסר האונים בסביבה החדשה. אז עולים מחדש ומתגברים הכוחות הרגרסיביים: צער על מה שאבד וגעגועים לארץ המוצא, לאנשים ולנופים שנשארו שם, לזהות הקודמת. מהגרים נקרעים בין התקשרויות ישנות למולדתם לבין קשרים רגשיים חדשים לארץ ההגירה, בין הייצוגים העצמיים הישנים לבין החדשים. מתוך משא ומתן פנימי ובין-אישי ממושך וכואב, עתיד הקונפליקט להגיע לידי פתרון – אינטגרציה בין התקשרויות ישנות לחדשות – ולאפשר את המשך ההתפתחות.

ההזדמנות ההתפתחותית שההגירה מזמנת, אומרת מירסקי, מתבטאת בעיקר באפשרות להעתיק את ההתמודדות עם הקונפליקט לאובייקטים רחוקים מן המקור – ההורים. למהגרים שמשאירים את הוריהם בארץ המוצא, ההגירה היא בבחינת לגיטימציה להתרחקות פיזית מהם. המרחק מממן את המאבק לאוטונומיה ואת הקונפליקט הפנימי הקשור למאבק זה. אבל ההתרחקות החיצונית אינה פותרת את הקונפליקט. המאבק לאוטונומיה אינו מסתיים, אלא רק מועתק לאובייקטים חילופיים: צורכי התלות ודחפי העצמאות – וכל התקוות, האכזבות, הגעגועים והכעסים הנלווים אליהם – מופנים עתה אל ארץ המוצא וארץ ההגירה. הייצוגים הסותרים והקיצוניים של שתי הארצות עוברים עיבוד פנימי, ובמרוצת הזמן המהגרים מפתחים תמונה מציאותית של כל אחת משתי הארצות, על מעלותיהן ומגבלותיהן.

ההגירה מאפשרת לגבש את תחושות הלאומיות וההשתייכות התרבותית, שהינם מרכיבים מהותיים בכל זהות. כך, תהליך האינטגרציה של רכיבי האישיות והזהות הישנים והחדשים עשוי לעודד ולרז את תהליכי הגיבוש של האישיות הבוגרת.

מירסקי מפרטת בצורה מרתקת את שלבי ההתמודדות בתהליך ההגירה: שכרון חושים ראשוני, למידה המכוונת למציאות החדשה, תדלוק רגשי באמצעות מגע סמלי עם ארץ המוצא, הכרה באובדן, התחברות רגשית-חברתית לבני ארץ המוצא וגיבוש הזהות האינטגרטיבית. בכל שלב יש צרכים, מטרה ובעיית התמודדות שיש לפתרה. מירסקי מציינת שיש מהגרים שאינם מצליחים לשאת את הכאב והכעס הכרוכים במעבר חיים זה, וחוזרים אל ארץ המוצא או מפתחים הפרעות פסיכולוגיות.

אבל רוב המהגרים מתמודדים עם הכאב וממשיכים בתהליך ההסתגלות, שנמשך שנים לא מעטות.

הסיפורים השונים המופיעים בספר הינם מגוונים, ונעשים עשירים, מפורטים, מורכבים ומרתקים יותר מפרק לפרק. הם נוגעים ברבדים שונים של ההחלטה להגר, בגיל ההגירה, בתהליך ההגירה, בחוויות הקליטה, ובהתמודדות הזהותית, הזוגית והמשפחתית. גם ארצות המוצא מגוונות – רוסיה, אירן, ארגנטינה, אנגליה, אוסטרליה, אתיופיה ועוד.

הפרקים העשירים והמלמדים ביותר, לטעמי, הם אלה העוסקים בתוכנית נעל"ה למתבגרים; בנוכחותה ובהשפעתה של ההגירה על חוויות האימהות וההורות (סיפורה של ננסי), לעיתים לאורך דורות מספר; בהתמודדות הזוגית (טניה, גלינה); ובמורכבות המשפחתית (סיפורה של אנה). הסיפורים שזורים לכל אורכם תובנות פסיכולוגיות בהירות ומאירות עיניים, וכן קישורים למודלים נוספים של הגירה ומעגל חיי משפחה.

הסיפור האחרון, של יניב, מדגיש את חוויית ההשתייכות ואת המרכיב התרבותי-הלאומי, אשר חשוב כל כך בזהותו של המהגר.

ספרה של מירסקי מתאים הן לקהל מקצועי והן לקהל הרחב. הנרטיב האופטימי המקצועי של המחברת חי ופועם מתוך דפיו, וניכר שהיא נלהבת מעשייתה ורואה בה שליחות. הספר מומלץ בחום.