

3. הערכה קלינית: ממד ההשתנות של המשתתפות במהלך העבודה הפסיכותרפויטית הקבוצתית.

כשאנו באים לתאר את השינויים האינטרה-פסיכים והבינאישיים שנצפו על-ידינו במהלך התהליך הפסיכותרפויטי הקבוצתי ברצוננו להדגיש מספר פרמטרים שאפיינו קבוצה זו:

1 - קודם כל הפוקוס שנבחר לעבוד בתוך הקבוצה - כלומר נגיעה בנושא הטראומות שנחוו בדרך מסודאן לארץ והקושי העצום שיש במפגש של המשתתפות עם טראומות אלו.

2 - חתך מאפיין של משתתפות הקבוצה כנשים פעילות ובעלות תפקיד חינוכי בקהילתן.

3 - המודעות של המנחים שזו ההתנסות הראשונה של המשתתפות בקבוצה פסיכותרפויטית.

4 - הידיעה שזו הפעם הראשונה שמופעלת קבוצה פסיכותרפויטית מסוג זה ובנושא כה רגיש.

5 - הסטינג הפסיכותרפויטי שנבחר על-ידינו לעבודה הקבוצתית: שני מנחים, אחד פרנג' ואחת ממוצא אתיופי, ובנוסף רושמת פרנג'ית. כלומר המשתתפות נפגשות עם שלושה אנשים זרים להן בדרגות שונות של זרות כשהנושא המרכזי הוא הטראומות מהדרך לישראל.

6 - אף-על-פי שלשני המנחים ניסיון של שנים בעבודה פסיכותרפויטית אישית וקבוצתית עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי - זו ההתנסות הראשונה שלנו בעבודה קבוצתית בנושא הטראומות שנחוו על-ידי בני קהילה זו במסע מאתיופיה לישראל.

7 - הזמן המוגבל שעמד לרשות הקבוצה.

באופן כללי ניתן לדבר על ארבעה מעגלי השתנות בקרב המשתתפות במסגרת התהליך הפסיכותרפויטי בקבוצה זו :

- 1 - במעגל הראשון של ההשתנות נכלול את הביטוי המילולי והאפקטיבי באשר לתפיסה העצמית שלהן את עצמן מול הפרנא-הישראלי.
 - 2 - המעגל השני כולל את יכולת הביטוי המילולי והרגשי של המשתתפות בנושא הטראומות שחוו בדרך לישראל והעיבוד שנעשה.
 - 3 - המעגל השלישי יכלול את הדינמיקה הבין-אישית שבאה לידי ביטוי ביניהן, הדילמות והקונפליקטים מול הקודים התרבותיים "שם" והקודים התרבותיים כאן.
 - 4 - והמעגל הרביעי כולל בו את האינטרקציה בין המשתתפות לבין כל אחד מהמנחים והרושמת.
- קריאה של התהליך הקבוצתי מראה שהדיבור על הטראומה ועל הפצע הנרציסטי הכלול בחוויה זו התאפשר אך ורק לאחר שהתקיים שיח על החוויה הקיומית העכשווית של המשתתפות : כלומר על תחושות הניכור והשפלה שהן מרגישות כאן ועכשיו בישראל מול הפרנא'.
- כאילו אומרות לנו שכאב העקירה והניכור וההתנכרות מחלק מהעצמי - מדחיק עמוקות את החרדות והאבל הבלתי נגמר של טראומות המוות שבמעבר. העקירה וההתנכרות העצמית נחוות כטראומטיות בפני עצמן והאפקט הדיכאוני המלווה אירועים אלה דורש את תרגומו למילים.
- משתתפות הקבוצה היו צריכות להשמיע את הפצע הנרציסטי העכשווי ממנו הן סובלות כאן ועכשיו לפני שתאפשרנה לעצמן לשתף את ה"אחר" ב"שואה" שבתוכן. ניתן לומר שזיכרונות המוות הטראומטיים שלוו בחרדת הכחדה, אבל ללא בכי - לא מוצאים את ביטויים האפקטיבי והמילולי על רקע מלחמת הישרדות נוספת של משתתפות הקבוצה וזאת בניסיונות היקלטותן בישראל.

במהלך העבודה הקבוצתית ניתן היה לראות כיצד מתקיים השינוי הפנימי בקרב המשתתפות באשר לתפיסה העצמית שלהן את עצמן מול האחר-הפרנג':

מפויציה פנימית המשתמשת אך ורק בהשלכה בצורה מסיבית ואשר באה להאשים את ה"אחר" בכל הרעות שקורות להן, תפיסה שאומרת ש"הכל-שחור-או-הכל-לבן" אל ראייה מעט יותר בעלת גוונים, עם ספקות לגבי תחושותיהן בנושא הזה.

נעשה הניסיון בתוך הקבוצה לאפשר למשתתפות לדבר ולעבד את "המקום הפגיע" ממנו הם מדברות את ה"אחר-הפרנג'", זאת בלי לבטל או לפסול את "האמת הפנימית" של כל אחת ואחת מהן. דרך מתן האפשרות לדבר על ה"חלקים החזקים" שבתוכן, על "כוח ההישרדות" שהן הביאו איתן מ"שם" הן יכלו לאזן במעט את כאב הפצע הנרציסטי שהן חוות במפגש שלהן עם הפרנג'.

נוכל לומר שכל אחת מהן השתמשה בהזדמנות שניתנה לה בקבוצה "לדבר על" המצוקה המלווה את המפגש שלה עם הפרנג'. אך גם כל אחת מהן גילתה פתיחות "להסתכל פנימה", להיות מודעת גם "לחלק הפגוע" שבה העלול לפעמים להשפיע בצורות שונות על התייחסותן הן אל האחר-הישראלי.

הן גם יכלו להיות מודעות לסכנה הקיימת מאי-עיבוד הדימוי העצמי השלילי שהן מרגישות מול הפרנג' ובעקבות כך המסרים השליליים שהן עצמן עלולות להעביר לילדיהן. מכאן השפעות הדבר על התפתחותם והסתגלותם של ילדיהן בישראל: כלומר איזו דמות הזדהות הורית תופנם על ידי כל אחד מילדיהן.

אין אנו מתיימרים לומר שמדובר כאן בשינוי משמעותי באשר לתפיסת "העצמי הפגוע" של המשתתפות - אשר מקורותיו מורכבים ביותר - אלא אפשר כן לומר שהשיח שהתאפשר בתוך הקבוצה הפסיכותרפויטית לווה על ידי המשתתפות בהסתכלות על "הכתר" של כל אחת מהן והתחברות לכוחות הבריאים שלהן.

מול המזכנות הרבה שהפגינו משתתפות הקבוצה לדבר ולבטא את רגשותיהן בנושא היתס של ה"אחר-הפרנג" כלפיהן, בלטה יבתחילה ההתכנסות והסגירות שלהן כאשר החלה הנגיעה במרחב האפקטיבי של הטראומות שהן חוו במסע מאתיופיה לישראל.

זיכרונות המעבר שיתקן אותן. ההיזכרות הייתה קשה ביותר ולוותה בסבל פנימי רב שבא לידי ביטוי דרך אי-שקט גופני, בכי אילם או בקול רם, צעקות, אי-יכולת להמשיך ולשבת בקבוצה, יציאה לחדר אחר על מנת להירגע, ניסיונות להסיט את השיח הכאוב לנושאים אחרים.

להערכתנו נשות הקבוצה היו צריכות לגייס עוצמות נפש אדירות על מנת לתת ביטוי מילולי ורגשי לתמונות שנחרטו בזיכרוןן והשאירו זעמוע פנימי באישיותן.

אם בתחילה הדיבור על הטראומות נעשה בתהליך איטי ביותר - יכולנו לראות שבמהלך העבודה הפסיכותרפויטית כיצד כל אחת ואחת מנשות הקבוצה הרשתה לעצמה לדבר בקצב שלה, את פחדיה, חרזותיה, כאבה ולגעת בזיכרונות מאד קשים.

המרחב הקבוצתי נתפס כ"מקום" המאפשר את הבכי שלא בכו מספיק. ההיזכרות הקולקטיבית בתוך הקבוצה הקלה במעט עליהן. בדיבור עצמו היה מן הקטרזיס, הוצאה של "הרעל" שנשאר בתוכן מחוויות הסכנה והמוות. המרחב הטיפולי אפשר את ההכלה שהן היו כל כך זקוקות לה במצוקתן הרבה. המילים והזיכרונות של האחת אפשרו את האסוציאציות של האחרת.

בתסכולן מהחוויות הקיומיות שלהן כאן בישראל, הן גם דיברו את המחיר הגבוה ששילמו על מנת לעלות לארץ כשואלות את עצמן ואותנו :

"האם מחיר הטראומות של המסע לישראל" והמחיר ששולם על-ידן" היה שווה.

כאילו ש"פצעי הקליטה" מזינים את כאב הטראומות של המעבר ומקשים על תהליך ההתאבלות והעיבוד.

כפי שנאמר הפרמטרים שהכתיבו את הפעלת הקבוצה לא אפשרו העמקת עיבוד התכנים הטראומתיים יחד עם זאת להערכתנו גם "הנגיעה" שנעשתה בקבוצה פסיכותרפויטית זו גרמה להקלה מסויימת בקרב המשתתפות.

הדבר בא לידי ביטוי מילולי מצד המשתתפות עצמן. מצד אחד הן ביטאו את שביעות רצונן על ההזדמנות שנתנה להן לדבר בנושא ומצד שני הן דיברו גם על הצורך שלהן בהמשך המפגשים הקבוצתיים, אן במילים שלהן: "לדבר על המה שקרה לנו שם במחנות בסודאן זה משחרר אותי". "זה נותן לי בטחון".

"צריך לעשות את זה גם עם עוד אנשים מהקהילה שלנו".

במסגרת הקבוצה ניתנה במה לדיאלוג בין המשתתפות באשר ליחסים הבינאישיים ביניהן. מפגש זה אפשר דו-שיח על מערכות היחסים מהעבר ומההווה. היות ולחלק מן המשתתפות הכרות קרובה עוד מאתיופיה כבני משפחה או משהותן יחדיו במחנות בסודאן - הן יכלו לגעת בתפיסה של אחת את השניה, בציפיות והאכזבות מהקשרים שהיו להן בעבר ואשר השתנו במהלך השנים עם תהליך ההיקלטות כאן בישראל. דיאלוג זה אפשר לחלק מהן ללבן ביניהן כעסים שנשתמרו שנים רבות.

לכל אחת מהן היה "תפקיד" בתוך הקבוצה. תפקיד שייצג חלק מהסלף האמיתי שלה, מסגנון ההתייחסות שלה אל העולם, אל עצמה ואל האחר.

הייתה זו "המגשרת והמפייסת" ביניהן ובמספר הזדמנויות שידרה לקבוצה רוגע כאשר סערה האווירה. הייתה זו המצפה "ללקיחת אחריות" על מעשיהן והיותה את "הקול הפנימי" שלהן האומר לא לוותר. הייתה זו שדרשה "לשאול שאלות" נוקבות "ולהוביל את המרד" מול האחר-הפרנג' ולהלחם על זכויותיהן

הייתה זו שבשתיקתה "הקפיאה" בתוכה את תסכולה אך יחד עם זאת הייתה קשובה לכל מה שנאמר בקבוצה. והייתה זו שדברה את "הכתר" שבתוכה אך הייתה מוצפת מהפגיעה בגאוותה כמייצגת בצורה חדה את הפגיעה הנרציסטית של כל אחת ואחת מהן.

הייתה זו שדברה את הכאב ואת חוסר האונים כמבקשת עבור האחרות "תרופה למצוקתה". הייתה זו ששדרה עמדה תקיפה עם זאגה לסיכויי הסתגלות ילדיהן בישראל, כמייצגת את "שאלת העתיד", את ה"המשכיות". הייתה זו שאיבדה שני אחים-חיילים בנסיבות לא ברורות לה ואשר הביאה לקבוצה את שאלת "התאבדויות-רציחות" החיילים ממוצא אתיופי בצבא.

הייתה זו שבהריונה המתקדם ייצגה את המשכיות החיים מול טראומות המוות. והייתה זו שיחד עם טראומות המוות שחוותה "שם" התאבלה על מות אמה במהלך מפגשי הקבוצה אך ידעה לשוב אל הקבוצה לאחר היעדרות ממושכת ולהיעזר בקבוצה כ"מקום" מכיל ו"מאפשר" התאבלות.

הן גם נעזרו בתהליך הקבוצתי על מנת לעלות ביניהן את רגשותיהן מההתנגשות בין הקודים התרבותיים שהן הביאו "מהבית" לבין הקודים החברתיים החדשים שהן מפנימות כאן בישראל. קונפליקט ממנו הן מאד סובלות במיוחד כאשר נפגשות עם "האבות", עם "זקני העדה" כמייצגים את העבר שבתוכן, ההולך ומשתנה עם זמן תהליך ההיקלטות בישראל.

הן יכלו לדבר בתוך הקבוצה הפסיכותרפויטית את המצוקה הגדולה שלהן הבאה לידי ביטוי גם בצורה סומטית מול "קוד הגבר האתיופי": החרדה, החשדנות, הדמיון הפרוע וההרסני הבאים לידי ביטוי כאשר האישה ממוצא אתיופי נפגשת באקראי, בדמות גברית ממוצא אתיופי שאינו קרוב משפחה. מפגש זה עם גבר ממוצא אתיופי שאינו מהמשפחה המורחבת - מקבל אוטומטית את המאפיינים הסטראוטיפים של ה"זר-המאיים".

במהלך התהליך הפסיכותרפויטי הקבוצתי יכולנו גם לראות את השיח שהן פתחו עם המנחים והרושמת.

מעמדה מאד מסוייגת כלפי המנחה הפרנג' הן פתחו במהלך המפגשים הקבוצתיים קשר של קרבה ואמון כלפיו. בתחילה הוא נתפס כזה הבא ל"נצל" אותן, "ללמוד" על האתיופים, "לקחת" מהן את הידע שלהן ואחר כך "לכתוב ספר" : בחוויתן העמוקה הן רק "אובייקט לשימוש" ולא "אובייקט לקשר". האחר-הפרנג' לא איכפת לו מהן. לא נותן להן "מקום". לא מאפשר להן להיות עם הזהות שלהן, לא מקבל אותן ב"אתיופיות" שלהן.

רק בעקבות התהליך הפסיכותרפויטי הקבוצתי הן חשו פחות ופחות מאוימות, פחות "מנוצלות" - וזאת כאשר הרגישו שניתן להן מקום לביטוי מצוקתן וזהותן. רק אז משתתפות הקבוצה יכלו להרשות לעצמן העברה חיובית כלפי המנחה.

יחד עם זאת יש לציין שהעברה חיובית זו נשענה על קודים תרבותיים של מאות בשנים ואשר הכתיבו יחסי כבוד ותפיסת מרחק (פיזי) מהגבר, במיוחד אם הוא נתפס "כבעל הידע". בשיח שלהן עם המנחה הפרנג' היה מן משחק של "התקרבות-התרחקות" שנבע כנראה מן החרדה שלהן מול דמות הגבר : המשאלה והפיתוי להתקרבות מול החרדה מן ההתקרבות עצמה.

עם המנחה בת העדה ניתן היה לראות מלכתחילה שהן מאד גאות בה, אך גם נרתעות ממנה ואף שוללות את "שפת האם" שלה, ביודען שהיא "חצי חצי". הן פנו אליה כזו המייצגת את מודל ההצלחה שלהן, של העדה כולה אך מצד שני היא נתפסה כזו שעברה "למחנה" האחר. יחד עם האמביבלנטיות שלהן כלפי המנחה ממוצא אתיופי יש להדגיש כי "מקומה" בתוכן היה בעל חשיבות רבה מאד עבורן במהלך כל התהליך הפסיכותרפויטי.

כפי שנאמר, והאל הרושמת השיח שלהן היה מצומצם ביותר. היא נתפסה כזו שיכולה לעמוד להן בצורה קונקרטיית, לא חששו מנוכחותה.

4. ביטויי הקאונטר-טדנטפרנס של המנחה הפרנג' והמנחה ממוצא אתיופי מול המשתתפות והתכנים שהועלו על-ידן.

כפי שנאמר במאמר זה לשני מנחי הקבוצה ניסיון של שנים (12 שנה) בעבודה עם האוכלוסייה ממוצא אתיופי: בטיפול אינדיבידואלי וקבוצתי עם מתבגרים, מפגשים טיפוליים עם המשפחות. ברור היה לנו שהתנסות מקצועית זו תקל עלינו את העבודה הפסיכותרפויטית הקבוצתית עם הנשים איתן היינו אמורים להיפגש.

יחד עם זאת היינו מודעים לכך שמדובר "במשהו אחר", במפגש קבוצתי עם נשים שעברו חוויות טראומטיות קשות ביותר מלוות במוות של בני משפחה ואסונות שקרו להן בדרך מאתיופיה לישראל דרך סודאן. ידענו גם שאנו נכנסים למרחב טיפולי שגם לנו היה חדש - נגיעה בטראומות קיומיות - עם קבוצת נשים שאף להן הסיטואציה עצמה של קבוצה ש"מדברת על" הטראומות שלהן היא חדשה.

אומנם מלכתחילה הן בקשו לדבר על המצוקה שלהן, על מה "שקרה שם" אך הן לא ידעו שתמצאנה את עצמן בקבוצה יחד עם שני מנחים: פסיכולוג פרנג' ועובדת סוציאלית בת העדה, ובנוסף גם רושמת שאף היא פרנג'ית (עובדת רווחה שהיא בעצמה עולה חדשה מרוסיה!).

ידענו שלמשתתפות ניסיון רב במפגשים עם אנשי מקצוע במסגרת סדנאות שהן עברו בתהליך הכשרתן כמדריכות-מחנכות לאמהות מהקהילה, וכי אולי הן תצפנה מאתנו "ללמד" אותן להתמודד עם מצוקתן דרך "כלים" קונקרטיים שהמנחים יתנו להן.

בנוסף היינו מודעים לכך שאנו מוגבלים בזמן להפעלת הקבוצה הזו: מצד אחד הנגיעה בנושא הטראומות דורש "זמן וקצב" מיוחדים, מצד שני, היות ודובר ב"פרוייקט" הבא לבדוק את "האפשרות להפעלת קבוצה פסיכותרפויטית עם נשים ממוצא אתיופי בנושא הטראומות שהן חוו" - מלכתחילה הקבוצה הוגבלה ל-8 מפגשים שלאחר מכן הורחבו ל-12: דבר שלא איפשר עיבוד מעמיק של הנושא.

כך שבסך הכל הייתה כאן סיטואציה יחודית של הפעלת קבוצה בעלת פרמטרים לא שיגרתיים גם עבור המשתתפות וגם עבור המנחים עצמם.

באופן כללי ניתן לומר שעבורי כמנחה פרנג' הייתה זו חוויה אנושית ומקצועית מאלפת. אף על פי שהתנסותי כפסיכולוג קליני עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי היא רבת שנים - המפגש שלי עם משתתפות הקבוצה ועם התכנים שהועלו דרכן, עוררו בי רגשות קשים מול האירועים הטראומטיים שדוברו.

אף על פי שיצירת הקשר הטיפולי איתן והבניית אקלים של תמך וקבלה היו יחסית קלים לי - וזאת עם ההתקשרות אליהן דרך השמות שלהן בשפת האם שלהן ומשמעות שמות אלו, או השימוש שעשיתי במספר מילים באמהרית שעמדו לרשותי - מדי פעם השתי נשאב אל תוך הדיכאון והאבל שלהן שהציף אותן ואותי.

ובכל פעם, לאחר כל מפגש, הייתי זקוק "לזמן משלי על מנת לעכל את תכני המוות, הניכור, הפגיעה וההשפלה" - ועל כן מצאתי את עצמי משכתב ומעבד באותו היום או למחרת את מה שדובר ומה שחוויתי אני במהלך הקבוצה.

כאילו הייתי צריך "להתרוקן" ממה ש"מילאו אותי" המשתתפות בתוך הקבוצה, וזאת על מנת שאוכל להמשיך ולהיפגש איתן במפגש שלאחריו.

דרך נוספת ובעלת חשיבות רבה עבורי היה השיח המתמיד שהיה בין שני המנחים לאחר ולפני כל מפגש קבוצתי.

מעבר לתחושות הקשות שלי מול הטראומות שניחו על ידי המשתתפות ייסורי ההקליטה שלהן, עם התחושות ההתנכרות שיש בתהליך זה - מצאתי את עצמי נפגש עם "תהליכי חשיבה" שהיו זרים לי, זפוסים מנטלים שלפעמים נראו לי על גבול איבוד בקורת המציאות: והכוונה שלי היא לנטייה ל"חשיבה עם גוון פרנואידי" הנובעת מחשדנות רבה, מחרדה המציפה את האגו ומשבשת לפעמים את יכולת השיפוט: הזיכרונות שלהן שהסודאנים נתנו

להן תרופות עם זכויות ומסמרים על מנת להמית אותם, האמונה שלהן שהתיילים לא התאבדו אלא שרצחו אותם בצבא, "הדמיון המשגע" ו"ההורס" שעליו הן דיברו.

מול משתתפות הקבוצה הרגשתי הערכה רבה על "כוח ההישרדות" שבתוכן, כוח שאפשר להן לעבור את מסלול המוות מאתיופיה לישראל ולהמשיך ולהילחם על זהותן כאן בישראל.

יחד עם זאת הן שיזרו לי את ה"תקיעות" שלהן בקודים התרבותיים. היה משהו מן העצב להיפגש בחוסר האונים, הדימוי העצמי השלילי שלהן - לאחר שנים כה רבות משהותן כאן בארץ.

בתחושה שלי הגירויים שאתם הן מתמודדות ביומיום כאן בישראל מציפים את המערכת האינטרה-פסיכית והן מתקשות מאד להתארגן מול הצפה זו : מכאן אולי ההרגשה שלי שהן חיות כאן טראומות מסוג אחר.

להערכת ה"פצע הטראומטי משם" עמוק ביותר, הבכי מזיכרונות המוות והאבל הבלתי גמור עדיין עצור בתוכן. המפגש עם הפרנג' מופנם כ"רעל" ומעורר בהן אגרסיה שהן מתקשות לעבד או לתעל כלפי חוץ.

מהתנסותי הקצרה הזו כפסיכולוג פרנג' ניתן לומר שהמשתתפות ידעו להיעזר בקבוצה הפסיכותרפויטית כ"מקום" שאפשר להן שיח פנימי וניסיון לעיבוד חוויותיהן הטראומטיות.

עבורי כמנחה בת העדה המפגש עם נשות הקבוצה הייתה חוויה מרתקת, הן מבחינה מקצועית והן מבחינה אישית. ידעתי שנושא הטראומות שעברו נשים אלו בדרכי מאתיופיה לישראל, שכלל מוות של הורים, ילדים, קרובי משפחה - נושא זה לא קיבל התייחסות מקצועית לא ברמת הפרט ולא ברמה קבוצתית. ניתנה לי הזדמנות לעסוק בנושא כל כך טעון רגשית עם הרבה עוצמה של כאב מתמשך עם זיכרונות מוות שנשות הקבוצה הזו נושאות בפנים.

יחד עם זאת הסיפורים ששמעתי מהמשתתפות על הטראומות שעברו, בדרך מסודאן היו כה מזעזעות שהמשיכו ללוות אותי ולהעסיק אותי גם לאחר המפגשים.

עבורי הייתה זו מעמסה רגשית גדולה. עם זאת סיפורי הנשים על מה שהן עברו, הגבירו בי את ההערכה שלי כלפיהן ובמיוחד, על יכולתן להשרד ולבנות לעצמן חיים נורמלים למרות הכל.

במהלך המפגשים יכולתי לחוש את הצורך של המשתתפות להשתמש במונחים מסוימים ולהתבטא באמהרית. עצם ההכרות עם הרקע הסוציו-תרבותי וידיעת השפה, אפשרה לי לחוש ולהבין את הקבוצה. ידיעת השפה יצרה אמון ביני לבין המשתתפות, הן יכלו להשתמש בביטויים ופתגמים באמהרית. ואני הרגשתי טוב עם כך שאפשרתי להן גם להשתמש בשפת אמם. כמו כן הרגשתי הרגשת קרבה אליהן.

כאשר משתתפות הקבוצה דברו על הרגשת הזרות, הניכור וקשיי הקליטה, הזעם, הפגיעה והתסכול שהן חשות מהיותן ממוצא אתיופי, וצבע העור הכהה שלהן - יכולתי להבין את מקור רגשות אלו, שכן גם אני עברתי תהליכים דומים והתמודדתי עם קשיים מסוג זה.

יחד עם זאת, מידת הזעם, הכעס ותחושת הפגיעות שעלו בביטויים חריפים במהלך המפגשים, הדהימו אף אותי כבת העדה, ויצרו אצלי תחושות חרדה ודאגה למה שעלול התסכול המצטבר הזה להוביל.

5 - סיכום והמלצות.

מאמר זה בא להציג עבודה פסיוטרפויטית קבוצתית עם נשים ממוצא אתיופי אשר בדרך לעלייתן מאתיופיה לישראל דרך סודאן היו נתונות לתנאי קיום קשים ביותר, לסכנת חיים, למחלות וחוו מוות טראומטי של קרובי משפחה ובני קהילתן.

בעקבות מפגש של הגב' אווה צ'אליק במסגרת סדנא שהיא הייתה אמורה להעביר להן עלתה המצוקה הגדולה של קבוצת הנשים הפועלות כמדריכות-מחנכות לאמהות מן הקהילה. הנשים עצמן בקשו לשוחח על מצוקתן וש"יתנו להן לדבר ולא רק שהמרצה ידבר".

בדיונים בין צוותי הרווחה והג'וינט עלה הרעיון להפעיל "פרוייקט" שיבדוק את מידת התאמת עבודה פסיכותרפויטית קבוצתית עם נשים ממוצא אתיופי כשהנושא המרכזי הוא הטראומות שהן חוו "שם".

הדגם שהוצע על-ידינו התבסס על ניסיוננו מעבודה טיפולית עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי: ההנחיה הקבוצתית תעשה על ידי שני מנחים - פסיכולוג קליני פרנג' ועובדת סוציאלית בת העדה. דגם זה כלל את האפשרות שניתנת למשתתפות הקבוצה ממוצא אתיופי להשתמש בשתי "במות" העומדות לרשותן במרחב הפסיכותרפויטי.

במסגרת הדיון בין אנשי הרווחה והג'וינט סוכם על 8 מפגשים לפרוייקט. אך לאחר 4 מפגשים עם נשות הקבוצה, המליצו המנחים על הרחבת מספר המפגשים ל-12, זאת בעקבות התכנים הקשים שהחלו לעלות במהלך העבודה הקבוצתית.

בתהליך הפסיכותרפויטי הקבוצתי עלו תחילה התכנים העכשוויים המעסיקים את המשתתפות, כלומר מה שהגדרנו כ"פגיעה הנרציסטית של ההיקלטות" שלהן במפגש עם הפרנג'-הישראלי: הזרות שנלקחה מהן דרך שינוי השמות, ה"00" ברישום בתעודת הזהות, תחושות ההשפלה,

הניכור וההתנכרות שהן מרגישות, הזלזול בהן מצד האחר-הלבן, קזעם שבתוכן מהתייחסות הפרנג' כלפיהן, החשש לגורל ילדיהם בתהליך ה"ישראליות".

הן היו חייבות "להקיא" את תסכולן מול המנחים, ואולי במיוחד מול המנחה הפרנג', יעל מנת שהוא ירגיש "מה הוא עושה להן". רק לאחר מכן הן יכלו "להתפנות" פנימית, לתת ביטוי מילולי ל"פצעי הטראומות" שנחרטו בזיכרונן וברגשותיהן.

הן דברו את טראומות המוות שהן עדיין חיות, הקבורה ללא קבר, האבל ללא בכי, החרדה שיקרה משהו לילדיהן. הן העלו זיכרונות מוות מכוון, ניסיונות להרעילן "שם".

העלאת הזיכרונות הטראומטיים בתוך הקבוצה לזותה בעוצמות רגשיות חזקות ביותר, צעקות, בכי ובתגובות פסיכוסומטיות של רעד ואי-שקט. מצד אחד, תרגום הטראומה למילים בתוך הקבוצה היה להן קשה ביותר, אך יחד עם זאת הן דברו ודברו.

כמו כן עלו במהלך הקבוצה נושאים שביב תפיסתן את המנחה מאותו העדה ומה היא מייצגת עבורן : מצד אחד "אובייקט אידאלי" לחיקוי המעורר גם קינאה, ומצד שני "אובייקט שעזב את השבט" עם כל המשמעות הרגשית מכך עבורן.

המנחה הפרנג' נתפס כ"אובייקט להשלכה", כזה שחייב לשמוע מה עושים "הפרנג'ים-הרעים". רק כאשר הוא נתפס כזה ה"נותן להן את מקומן", כמחזיר חלק מהנרציסיזם הפגוע - הן יכלו להתייחס אליו "כמו אל אתיופיי", כ"אובייקט מכיל ומקבל" ולנסות להתקרב אליו אך יחד עם זאת לחשוש "מהתקרבות - יתר" אל האחר-הפרנג'-הגבר.

להערכתנו הקשר הרגשי שנוצר בין המשתתפות לבין המנחים היה חיובי ואפשר למשתתפות שיח פנימי ודיאלוג בתוך הקבוצה. בשני המפגשים האחרונים שעסקו גם בסיום התהליך הקבוצתי, עלה נושא הפרידה בין

המנחים לבין המשתתפות. הפרידה מן הקבוצה עוררה "פרידות משם", כלומר פריקות של, מוות וזיכרונות של אבדות. ובמילים של אַחת המשתתפות בפגישה האחרונה כאשר היא פונה אל המנחים:

"אל תעלמו לנו !!!".

המלצות.

1 - במידה והפרוייקט היה אמור לבדוק התאמת עבודה פסיכותרפויטית קבוצתית עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי בנושא הכאוב של עיבוד הטראומות שנחו על ידי חלק מאוכלוסייה זו שהגיע במבצע משה בדרך לעלייתן לישראל - התנסותנו המקצועית בקבוצת נשים זו מאפשרת לנו לתת תשובה חיובית בהחלט.

2 - להערכתנו יש להתנות הפעלת קבוצות עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי בנוכחותם של שני מנחים: פסיכולוג קליני פרנג' (או אתיופי) בעל ניסיון בטיפול ואבחון עם אוכלוסייה זו ועובד סוציאלי בן העדה (או פרנג') בעל הכשרה בבריאות הנפש וניסיון טיפולי עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי. נוכחות שני מנחים כמייצגים עבור המשתתפים אובייקטים מרחיבים שונים, מקלה עליהם את התהליך הפסיכותרפויטי.

3 - בעקבות קבוצה זו שכללה רק נשים ממוצא אתיופי, מומלץ להפעיל קבוצה של גברים ממוצא אתיופי באותו הנושא - זאת על מנת להשלים את הידע שנצבר מהתנסות קבוצתית זו.

4 - כמו-כן מומלץ להשלים ידע זה דרך הפעלת קבוצה מעורבת של נשים וגברים שחוו טראומות בדרך לעלייתם מאתיופיה לישראל.

5 - על-רקע-מה-ששמענו מנשות הקבוצה באשר לחששן שהן מעבירות את חרדותיהן לילדיהן - מומלץ להפעיל קבוצת נערים ונערות להורים שסבלו מטראומות העלייה - על מנת לבדוק את מידת השפעת "ההורה עם הטראומה" על ילדיו.

6 - להערכתנו מומלץ להכשיר צוותי מנחים (פסיכולוגים קליניים ועובדים סוציאליים) לעבודה קבוצתית עם אוכלוסייה ממוצא אתיופי ולאפשר להם הדרכה על עבודת ההנחיה.

7 - בעקבות ההתנסות בפרוייקט זה, מאד מומלץ לתת "אורך חיים" של שנה לקבוצה מסוג זה. כלומר בין 25-30 מפגשים קבוצתיים. פרק זמן זה יאפשר עיבוד מעמיק יותר של התכנים שהועלו על ידי המשתתפות בקבוצה זו.

8 - כמו-כן מומלץ לשלב לקבוצה "רושם" העובד באזור מגוריהם של המשתתפים בקבוצה. רושם זה יכול להיות פרנג' או בן / בת העדה. רושם זה יהיה בקשר עם משתתפי הקבוצה מעבר למפגשים הקבוצתיים וימשיך את הקשר אתם גם לאחר סיום התהליך הקבוצתי.