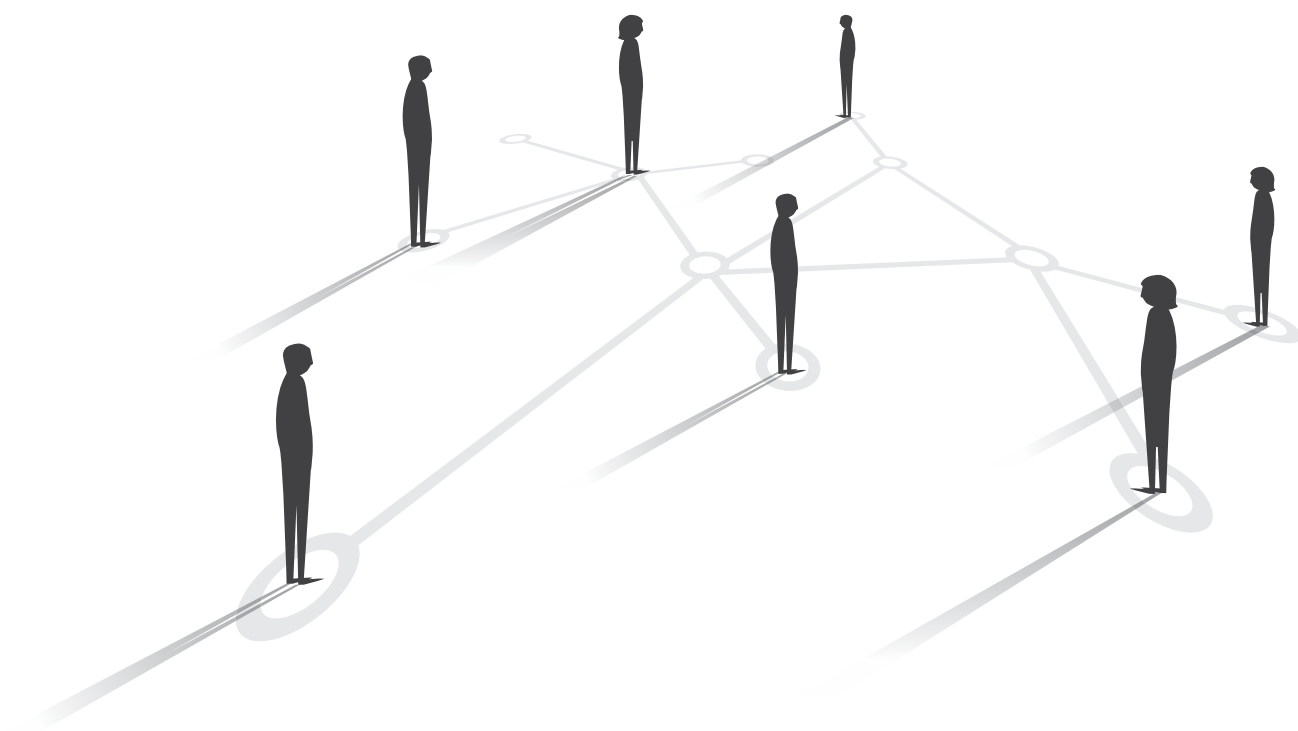




השתתפות בנרטיבים שונים דרך הדהוד קבוצתי: הכרה, התקרבות והתרחבות

ד"ר מיכל שמחון

השתתפות בנרטיבים שונים דרך הדהוד קבוצתי: הכרה, התקרבות והתרחבות

ד"ר מיכל שמחון

הקדמה – גשר בין נרטיבים מתנגשים

המאמר מתאר מיומנות מיוחדת שלקוחה מתחום הטיפול הנרטיבי הפסיכולוגי, שברצוני להעבירה לתחום החינוכי, כדרך לחינוך נגד גזענות לתלמידי החטיבה העליונה. מיומנות זו, שאתאר בהמשך המאמר, נקראת "טקס מכונן זהות".¹ באמצעות מיומנות זו ניתן, לדעתי, לקרב בין נרטיבים של קבוצות שונות בחברה שלעיתים מתנגשים זה בזה באופן קיומי, למשל בין ערבים ליהודים, בין חרדים לחילונים, בין שמאלנים לימנים, בין יהודים לשאינם יהודים, ועוד.

במקום להסביר, לדבר, להתווכח, לשכנע, או להצביע על תופעת הגזענות שמתעוררת לעיתים בשיח הכיתתי, יש כאן הצעה ליזום שיח מסוג אחר: מפגשים מובנים, בני שלושה שלבים, שבהם כל אחד מהמשתתפים והמשתתפות יספר לקבוצה סיפור אישי, דרך חפץ שמייצג משהו משמעותי מזהותו. שאר המשתתפות והמשתתפים יאזינו למספר ויהדהדו את סיפורו, כלומר ישתפו היכן סיפורו נוגע בחייהם. בשלב האחרון המספר או המספרת יחזרו לסיפורם וישתפו איך תגובות המאזינים והמאזינות השפיעו עליהם. המחשבה שמאחורי הפעילות היא שאפילו כאשר הנרטיבים המסופרים מתנגשים, סותרים, מכעיסים או מאיימים, ניתן להשתתף בהם, להביןם, להתקרב אליהם ולהרחיב בדרך זו את זהותם של כל משתתפי ומשתתפות הקבוצה.

אפילו כאשר הנרטיבים המסופרים מתנגשים, סותרים, מכעיסים או מאיימים, ניתן להשתתף בהם, להביןם, להתקרב אליהם ולהרחיב בדרך זו את זהותם של כל משתתפי ומשתתפות הקבוצה.

הסיפור כיוצר משמעות וכממחיש את החוויה

הטיפול הנרטיבי רואה את האדם כמי שבמהותו מספר סיפורים על עצמו ועל עולמו. האדם מוצף באירועים ובמפגשים מלאי קולות, מראות, צבעים, ריחות, מחשבות ורגשות, שמשתנים בכל רגע. כדי להתמצא בשלל הגירויים המציפים הללו ולא לטבוע בהם, האדם רוקם עלילה ששוזרת רק חלק מהחוויות הללו, מספר דרכה סיפור ובכך נותן משמעות ופשר לחייו. הסיפור נארג מההתנסויות שהאדם עובר ומושפע גם מהנורמות ומהערכים של החברה שבתוכה הוא חי.²

הסיפור הוא האמצעי המדויק והעשיר ביותר לתיאור החוויות ולהבנתן על ידי האחרים: הוא מתרחש על רצף של זמן, יש בו מישור גלוי ומישור סמוי ושפתו עשירה וצבעונית. המספר הוא בדרך כלל הגיבור הראשי, שדרכו כל הסיפור – שכולל גיבורי משנה – מסופר. ניתן לומר, אם כן, שכאשר אדם מספר סיפור על עצמו, ניתן להבין באופן קרוב ואיש.

אליה וקוץ בה – סיפור צר וסגור

הסיפור לעולם אינו יכול להקיף את מלוא עושר החוויות שהאדם חווה, ובנייתו מחייבת את האדם להיעזר בתהליך סובייקטיבי של ניפוי האירועים שאינם עולים בקנה אחד עם הסיפור שהוא בוחר לספר על עצמו. לכן, במשך הזמן האדם פוסח, בהכרח, על חלק ניכר ממצבור חוויותיו ורגשותיו ולא נותן להם ביטוי בסיפורו. חלק זה מחיינו נותר לא מגובש, חסר ארגון, חסר צורה, ולפעמים נשכח.

כך, לעיתים, אדם בונה לעצמו בשלב מסוים של חייו סיפור צר וסגור, שהוא חוזר ומספר אותו שוב ושוב לעצמו, וכך הופך לאסיר של סיפורו. מרוב שהסיפור חוזר ונשנה על ידו הוא טועה לחשוב שזוהי מציאות חיו, ושוכח שזוהי רק סיפור שהוא מספר על חייו, וכי ייתכנו סיפורים נוספים, שכוללים פרטים שלא נכנסו לסיפורו, נפלו לתהום הנשייה ונעלמו מתודעתו. כך קורה שאנשים נאחזים בנרטיבים מצומצמים שבהם דיוקנאות קודרים, עלילות נטולות רחמים, תמות מצומצמות ודלות ומשמעויות מרפות ידיים.³

חשוב לציין שהידע הסיפורי הזה עלול לעצב חיים שלמים, כי לעיתים האדם משליך את התנסויות העבר, כפי שהתנסחו אצלו לסיפור סגור, אל ההווה, וסיפור זה מעצב גם את אופן ראייתו את העתיד. למשל: אדם שחי בתחושה שלא רואים אותו, כי במהלך חייו היו לו חוויות רבות של חוסר נראות, עלול להיות שבוי בסיפור חוסר נראותו, לא לשים לב כשאדם אחר רואה אותו בהווה, ולהניח שאנשים לא יראו אותו בעתיד. לכן, הסיפור הצר מכונה בתיאוריה הנרטיבית "הסיפור הדומיננטי", כי הוא משתלט על האדם וסוגר את אופן התבוננותו בחייו.

מסיפור צר לסיפור רחב

האתגר בשיח הנרטיבי הוא לשחרר את האדם מהסיפור שכולל אותו, שמכווץ את אישיותו ושמונע את התפתחותו. לכן בטיפול מבקשים להקשיב לסיפור הזה ולערוך אותו מחדש יחד עם האדם, כדי שיאפשר לו צמיחה והתפתחות.⁴ הרעיון הוא לשחרר את האדם מ"סיפורו הדומיננטי רווי הבעיה", לעשות דה-קונסטרוקציה של סיפורו, לערער על האמיתות הבלעדית שלו ולפרום איתו את החליפה הנרטיבית שהוא רגיל אליה.

מייקל וייט, שייסד את הטיפול הנרטיבי יחד עם דוד אפסטון, הציע דרכים מגוונות שבאמצעותן ניתן לעזור לאדם לגלות סיפורים חדשים בחייו, שיאפשרו לו לראות את עצמו באופן שונה מהידוע ומהמוכר לו, לחלץ אותו מהסיפור הצר והכולל שאינו מאפשר לו התפתחות, ולהרחיב את סיפורו.⁵ אחת הדרכים היא להקשיב לו הקשבה כפולה: להאזין לסיפורו הצר ולהבין אותו, ובזמנית להטות אוזן לפרטים נוספים, שלא הוכנסו לעלילת הסיפור ושהוא לא בקשר איתם. חלקם נעלמו, אבל לחלקם יש רמזים שנוכחים באופן סמוי בסיפור, כנוכחים נפקדים. פרטים אלה מעידים על קיומן של עלילות נוספות, והאתגר הוא לראות אם ניתן לשפוך אור על רמזים אלה, ודרכם להזמין את המספר או המספרת להרחיב את סיפורם.

דרך נוספת להרחבת הסיפור הצר היא באמצעות הכנסת עדות ועדים חיצוניים לחדר הטיפול, שמקשיבים באופן אוהד לסיפור ותגובותיהם מאפשרות למספר לראות את סיפורו באופן חדש, שמאפשר לו לכוון מחדש את זהותו. העדות והעדים מגיבים לסיפור בצורה מיוחדת, שניתן לראותה כעין "טקס" עם כללים ברורים, שבהמשך המאמר אעמוד על טיבם ומשמעותם.

וייט שאב את הרעיון לקיום טקס שכזה מעבודתה של ברברה מאירהוף, שעבדה כאנתרופולוגית בקליפורניה ב-1982 עם קהילה של יהודים קשישים, יוצאי מזרח אירופה, שהגיעו לארה"ב בתחילת המאה העשרים והרגישו מנותקים ממשפחותיהם, מתרבותם ומקהילתם. הבידוד והניכור הביאו חלק ניכר מהאנשים אלה לתחושה של חוסר ביטחון קיומי ולתחושה שהם בלתי נראים על ידי החברה שמסביבם.

לדעת מאירהוף, כאשר חברה מתפרקת ומצויה באי סדר, וחבריה מרגישים שהם נמצאים בשוליים, נעלמים, אילמים ואפילו מבוזים, יש צורך ליצור טקס מלאכותי, שבו תינתן להם הזדמנות להיראות בפני האחרים. זאת באמצעות מאזינים שיקשיבו ויתנו תוקף, ערך וחיות לקיומם, וכך יעזרו להם לכוון מחדש את זהותם.⁶

מטיפול נרטיבי לחינוך נגד גזענות

החיבור בין התחום הטיפולי לתחום החינוכי הולך ומתרחב בעולם בית הספר. יותר ויותר מורגש הצורך להתבונן על התלמיד והתלמידה דרך הפריזמה הרגשית ולהתאים את חומר הלימודים לעולמם הפנימי, ומתגברת הנטייה להתיר מהידע הפסיכולוגי מתחום הטיפול האישי ומתחום הטיפול הקבוצתי כדי להשיג יעדים חינוכיים לימודיים, מה שבא לידי ביטוי בתחום "הפדגוגיה הטיפולית".⁷ מאמר זה מקשר אף הוא בין התחומים, באמצעות לקיחת השראה מהתיאוריה הטיפולית הנרטיבית לתחום החינוך נגד גזענות.

כאמור, האתגר על-פי הטיפול הנרטיבי הוא לעזור לאדם להרחיב את הסיפור הצר שהוא מספר על עצמו, לסיפור רחב ועשיר יותר. כמו הסיפורים הכובלים ורוויי הבעיה שאנשים מספרים על עצמם באופן אישי, כך גם בחברה – קבוצות או יחידים מספרים לעצמם סיפורים צרים, גזעניים וכובלים לגבי קבוצות שונות שחיות סביבם. היחיד סופג סיפורים כאלה ממשפחתו, מקהילתו ומהחברה שבתוכה הוא חי. נרטיבים גזעניים כאלה הופכים לחלק מסיפור חייו והוא משוכנע שככה זה, שזוהי המציאות. אלה נרטיבים שמשתמשים ב"מאפיינים ביולוגיים, חברתיים, או תרבותיים שנתפסים כ'טבעיים' וכבלתי משתנים כדי להעניק לגיטימציה להיררכיות בין קבוצות אנשים, ולראות קבוצות אלה כנחותות".⁸

במאמר זה אשתמש ברעיונות של הטיפול הנרטיבי, שעוסק בהרחבת הסיפור האישי, כדי להרחיב נרטיבים גזעניים בכיתה. זאת, באמצעות סיפור אישי-משפחתי-חברתי ותרבותי שיסופר בפני הקבוצה, שחברותיה וחבריה יהפכו לעדים חיצוניים שישתתפו בסיפור ויתרמו להרחבתו.

סיפור דרך חפץ

במקום להרצות, לתאר, או להסביר את הנרטיב החברתי שחשוב לאדם, אני מציעה להזמין את המשתתפים והמשתתפות להביא אובייקט ממשי שניתן לגעת בו, לראות את גודלו, את צורתו, את צבעיו. חפץ שמייצג

הרעיון הוא לשחרר את האדם מ"סיפורו הדומיננטי רווי הבעיה", לעשות דה-קונסטרוקציה של סיפורו, לערער על האמיתות הבלעדית שלו ולפרום איתו את החליפה הנרטיבית שהוא רגיל אליה.

דרך נוספת להרחבת הסיפור הצר היא באמצעות הכנסת עדות ועדים חיצוניים, שמקשיבים באופן אוהד לסיפור ותגובותיהם מאפשרות למספר לראות את סיפורו באופן חדש, שמאפשר לו לכוון מחדש את זהותו.

יש כאן הזדמנות לספר ולשמוע את הסיפור של כל אחד ואחת, כל תלמידה ותלמיד ברצונם ובתורם, באווירה מאפשרת, משתפת ומשתתפת.

משהו משמעותי מזהותם של התלמיד או התלמידה, שמבטא משהו יקר מסיפור חייהם ואולי גם מסיפור חיי משפחתם ושדרכו ניתן לספר סיפור שקשור להגדרת זהותם התרבותית והחברתית. באופן זה, הנרטיב של המספר או המספרת לא ייחווה כרעיון ערטילאי מופשט, שלעיתים מחזיק מילים ידועות, מכובסות ומשומשות המושמעות שוב ושוב בתקשורת ובוויכוחים המוכרים. במקום זאת, יש כאן הזדמנות ליצור סיפור חי, טרי ורענן, שכולל בתוכו את החפץ שמבטא משהו פנימי ואולי אפילו חדש בסיפור.

מעניין לציין בהקשר זה שהמילה 'חפץ' בעברית מופיעה בצמד המילים 'מחוז חפץ': השפה אולי מחברת כך בין החפץ לסיפור, שמחזיק משהו עמוק מחלומותיו ומגעגועיו של המספר למחוז חפצו, למשהו שיקר לו בזהותו ובמשמעות חייו.

חשוב לציין שהזמנת התלמידות והתלמידים לספר את סיפורי חפציהם בקבוצה היא כשלעצמה משמעותית: כשאדם מספר את "סיפור חפצו" בפני קבוצה, חברות וחברי הקבוצה הופכים לעדים חיצוניים לסיפורו. עצם מתן העדות החיצונית נותנת הכרה, תוקף ואישור לסיפורו. כמו כן, יש כאן הזדמנות לספר ולשמוע את הסיפור של כל אחד ואחת, כל תלמידה ותלמיד ברצונם ובתורם, באווירה מאפשרת, משתפת ומשתתפת. ההצעה היא שהמורה תפנה שיעור קבוע במהלך השנה, למשל במסגרת שיעורי חינוך וחברה, כשנראה לה שכיתתה בשלה לעבודה כזו שניתן ללמד דרכה איכויות של הקשבה, שיתוף וקבלת האחר.

תגובות לסיפור שנשמע בקבוצה

בדרך כלל המשתתפות והמשתתפים מסכמים את דברי האחר, משלימים את דבריו, מפרשים, מאשרים, שואלים שאלות, מהנהנים לחיוב או לשלילה, נותנים עצות, מושכים בכתפיהם, מחייכים או מחמיצים פנים, מחמיאים או מעודדים. בנוסף, לפעמים המשתתפים לא ממש מקשיבים, חושבים שהם כבר יודעים מה שהאדם מולם חושב או מרגיש.

ברור שקודם כל יש ללמד את התלמידים והתלמידות את כללי השיח הנחוצים בכל מפגש אנושי, שכוללים – הקשבה שקטה, אי כניסה לדברי האחר, מתן תגובה רק לאחר שסיים את כל דבריו, היעזרות במקל דיבור וכיוצא בזה. מעבר לכך, במאמר זה אציע צורת עבודה קבוצתית שונה מהמקובל, שכוללת שלושה שלבים מובנים בתגובותיהם של המאזינים והמאזינים: **ביטוי, הדהוד ושינוי**:

- **ביטוי** – תוך כדי הקשבה לסיפור שמסופר, מוזמנים כל משתתף ומשתתפת לשים לב לביטוי, למשפט או למילה שלכדו את תשומת לבם. בחירה זו מכבדת את המספר ומונעת התייחסות מרפרפת ושטחית לדבריו מצד השומעות והשומעים, שמוזמנים להקשבה קפדנית למילותיו.

- **הדהוד** – בשלב זה מתבקשים המשתתפים והמשתתפות להאזין באופן קשוב למה שעולה אצלם בעת ההאזנה לאחר (ללא כל תגובה מיידית מצידם). כלומר, המאזינים מתפנים לחוויה שלהם לנוכח (ולא לעומת) העולה אצלם בעת הקשבתם. עתה הם מוזמנים להדהד את דבריו של המספר, או המספרת, כלומר לשתף את המספר ואת הקבוצה במה שעלה אצלם.¹

- **שינוי** – ההנחה היא שכשאדם מקשיב במסירות ובתשומת לב לסיפור של חברו או חברתו, משהו קורה גם לו בעקבות מה ששמע. קולות חדשים שנמצאים בתוכו מתעוררים לחיים, משהו בזהותו מתרחב, והוא מוזמן לספר על השינוי שחל בו בעת ההקשבה לסיפור. בו-זמנית, כשהוא מספר על כך חזרה למספר או למספרת בקולו שלו, גם המספר שומע את עצמו קצת אחרת.

לאחר תגובות מובנות אלה של המאזינים, נחזור למספרת או למספר, ונזמין אותו לומר איזה שינוי הוא עבר: מה קרה לסיפורו בעקבות תגובותיהם השונות של המאזינים והמאזינות? המספר מקשיב לכל התגובות, בודק אילו מהן מתאימות לו ואילו לא, איך תגובות המשתתפים משפיעות עליו, על סיפורו, על זהותו, על חייו, איך הוא מבין עתה את סיפורו ולכן הוא רוצה לקחת אותו הלאה. כך, הסיפור שלו עובר טרנספורמציה, דרך קולותיהם השונים של המשתתפים והמשתתפות.

משחק מראות – הרחבת הסיפור בקבוצה

לפנינו, אם כן, משחק מראות, שמביא לטרנספורמציה גם אצל המספר או המספרת וגם אצל המשתתפות והמשתתפים. בתוך כל אחד מהמשתתפים יש קולות, רעיונות, מחשבות ורגשות רדומים שהוא לא בקשר איתם, שהם קפואים, שהם באלם. הקשבה מסורה לסיפורי האחרים יכולה להעיר את הקולות הכמוסים

¹ ניתן למצוא המלצה לתגובה שכזו גם בעולם המיינדפולנס, למשל אצל: זוהר, ד' (2018). תקשורת קשובה – מיינדפולנס בשדה הקשר. בתוך: מ' ליבליך (עורכת), **מיינדפולנס – להיות כאן ועכשיו** (עמ' 227-254). בן שמן: כתר.

הללו שבתוכו. השותפות בסיפורים, כמו גם השונות ביניהם מתוך האזנה פנימה והחוצה, יכולה להביא להבנת האחר, להתקרבות אליו, להסרת מחיצות בין אנשים ונשים שזהויותיהם אחרות ואף מתנגשות, ולהתרחבות. התקרבות זו יכולה לחולל תמורה בראייה גזענית, דיכטומית ומתנשאת.

הקבוצה היא מעין מיקרוקוסמוס של החברה; לכן, במקביל לחברה הכללית, חברותיה וחבריה יכולים, דרך תגובותיהם המגוונות, לסייע בהרחבת הנרטיב המצומצם של המספר או המספרת וגם של עצמם.

קשיים ומגבלות

אין ספק שיש כאן סוג חדש של עבודה קבוצתית, שבמרכזה עומד ההדהוד, אשר מטילה אתגרים לא קלים גם על המורה שמנחה את השיח וגם על המשתתפים והמשתתפות.

המגבלה העיקרית היא שמספר המשתתפים בשיח שכזה לא יכול להיות מעל 20 תלמידות ותלמידים. לכן, אני מציעה לחלק את הכיתה לשניים: לעבוד כל פעם עם מחצית אחת של הכיתה, ואת השנייה לשחרר ללמידה עצמית.

האתגר המשמעותי ביותר הוא ליצור בכיתה אווירה שמאפשרת שיח פתוח, שיאפשר לכל משתתפת ומשתתף להביא את סיפורם בלי חשש לביקורת, מתוך אמון בכך שכל סיפור ייתפס כלגיטימי.

אתגר נוסף הוא ההסכמה לשלב ההדהוד, שמאפשר, לדעתי, את התנועה מהיסגרות לפתיחות; מסירוב לקבל נרטיב ששונה משלי, מתנגש בשלי ואפילו מאיים עלי – ליכולת ללמוד ממנו ודווקא להתרחב בזכותו.

לכן, על המורה להסביר ללומדים וללומדות את דרך התגובה המוצעת, המהדהדת, ואת משמעויותיה. כמו שכל מורה מיישמת כללי משמעת בכיתה, כך עליה לשמור על כללי השיח גם כאן. הכללים הללו ברורים מאוד ולא מניחים שום דבר ליד המקרה: לא מאפשרים לתלמידות ולתלמידים להגיב באופן ספונטני, כפי שהם רגילים בדרך כלל, ולא מתירים כל ביטוי קונפליקטואלי. על המורה להתעקש ולא להסכים לקבל תגובות שאינן מהדהדות – למשל כאלה ששופטות, מבקרות ומקטינות. תפקיד המורה כאן קריטי: היא חייבת להיות עקבית, לשמש כשומרת סף ולחזור שוב ושוב על אופן התגובה המשולש: מהו ה**ביטוי** שנגע לך? היכן הוא **מהדהד** אצלך? ואיזה **שינוי** מתרחש אצלך בעקבות הסיפור? או במלים אחרות: איזה משפט לכד את תשומת ליבך? איפה הוא פוגש אותך? ולכן הוא לוקח אותך?

חשוב לציין שלא נדרשת כאן מיומנות מיוחדת של הנחיית קבוצות, שיכולה אולי לאיים על המורה; המורה אינה צריכה להשתמש בכלי הנחייה שזרים לה.

יש משתתפות ומשתתפים שמסתייגים מדרך זו וטוענים שבמקום להיות "עם המספר או המספרת", הם מתבקשים להביא את עצמם ואת סיפורם, מה שלא נותן מקום לסיפור שהשמיע האחר. אולם, המאזין והמאזינה אינם דוחקים את הסיפור שמושמע, אלא משתתפים בו. נקודת המוצא היא שכדי להבין את האחר, יש למצוא לדבריו הד בתוכנו; יש להשתתף עימו בסיפורו דרך התחברות אישית לדבריו, דרך חיפוש חוויה מקבילה לזו שמסופרת, דרך שיתוף אישי בחוויה דומה.

דוגמה בנושא נרטיבים מתנגשים: על הרצף שבין יהודי ללא יהודי

הדוגמה שלהלן ממחיש את דרך העבודה שמוצעת במאמר, על כל שלביה. אביא סיפורים של שני חפצים שהביאו שניים ממשתתפי אחת הקבוצות שהנחיתי, ואת תגובות המשתתפות והמשתתפים לסיפורים אלה. בחרתי להביא דווקא את הסיפורים האלה, כי הם מייצגים את הנרטיבים המתנגשים שעלו בקבוצה. לסיפור הראשון יובאו תגובות כל המשתתפים; לסיפור השני בחרתי להביא רק תגובה אחת, כדי למנוע עומס וכדי לחדד את הנושא המרכזי של גשר בין נרטיבים מתנגשים. התגובות מובאות, עד כמה שאפשר, בלשונם של המשתתפים והמשתתפות. שמות המספרת והמספר שבדוגמה בדויים, שאר משתתפי הקבוצה אינם מופיעים בשם המלא, והפרטים המזהים של כולם שונים. אני מודה מקרב לב למספרים ולמגיבים, שאישור לי לפרסם את סיפוריהם ותגובותיהם, על תרומתם לכתיבת המאמר.

1. סיפור החפץ של רות

החפץ: תמונה של עץ אשוח קטן, עשוי מסקוצ'ים ומקפסולות של קפה.

הסיפור:

לפני שנתיים חגגתי את חג המולד הראשון שלי. הייתי בפראג במסגרת חילופי סטודנטים, ולכבוד חג המולד כל חבריי האירופאים נסעו חזרה הביתה, לחגוג עם משפחותיהם. נשארנו, כל הסטודנטים הישראליים, בעיר המושלגת והחלטנו לחגוג את החג. הסתובבנו בשווקי הכריסמס שהיו בעיר, הכנו ארוחה גדולה ובחצות הלכנו למיסה בכנסייה הגדולה

והעתיקה של העיר. זו הייתה חוויה מיוחדת, והרגשתי כאילו אני נמצאת במקום הכי רחוק מהבית שאפשר. חוויה ייחודית, שאין לה שום קשר לחיים שלי, כיהודייה, בארץ. חודש אחרי שחזרתי לארץ הכרתי את בן זוגי. הבחור אינו יהודי, הוא גם לא נוצרי. הוא צ'כי. לקראת דצמבר הוא סיפר לי שחג המולד זה החג היחיד שהיו חוגגים אצלו בבית. בכל שנה אמא שלו הייתה מציירת על קרטון עץ אשוח, כי לא היה להם כסף לקנות עץ אשוח אמיתי, וכך הם היו חוגגים את החג. החלטנו באותה שנה שנחגוג גם אנחנו את חג המולד, אני והוא. לקראת החג אפיתי עוגה, הכנתי יין חם וקניתי לו מתנה, אבל לא הצלחתי למצוא עץ אשוח. הלכתי לחפש עץ מפלסטיק, כי אני יודעת שכאן בארץ לא נוכל למצוא עץ אמיתי, וגם כזה לא מצאתי. חזרתי הביתה מבואסת, דואגת שהחג לא יהיה מושלם. כשהבחור חזר הביתה וראה אותי מבואסת הוא החליט להכין לי עץ בעצמו. הוא לקח קפסולות ריקות של קפה ובנה מהם גזע וענפים של עץ אשוח. את העלים הוא גזר והדביק מסקוצ'ים ירוקים שהוא מצא במטבח, וכך הוא יצר את העץ הזה, שאת תמונתו הראיתי לכם. הנחנו אותו במרכז השולחן וחגגנו סביבו את החג, אני והוא. גם השנה חגגנו את חג המולד, שוב עם אותו העץ שמאז יושב אצלנו קבוע בסלון.

כך בקלות בחור זה הרחיב את התפיסה שלי לגבי דת, לגבי משפחה ולגבי אהבה. הזהות המורכבת הזאת יכולה להישמע מאד רומנטית כשאני מספרת אותה, אבל למעשה היא גם מלאה בכעס, כי לחברי אין אותן זכויות כמו שיש לי בארץ. הכעס גורם לנו לתהות אם ישראל היא המקום שמתאים עבורנו, אם כאן אני ארצה לגדל את ילדיי. אבל בינתיים אנחנו פה, אוהבים את ישראל וכועסים עליה כאחד.

תגובות המשתתפים לסיפור

בשלב זה הוזמנו המשתתפות והמשתתפים לבחור משפט מהסיפור שסופר, להדהדו ולציין לאן הסיפור ששמעו לוקח אותם, ואיזה שינוי הוא מחולל בנרטיב שלהם. המשפטים שאליהם מתייחסים המגיבים והמגיבות מובאים במרכאות:

ח': "אוהבים וכועסים" – יש כאן מורכבות כמו בזוגיות שלי, שלפעמים אני מרגישה אותה כמו תפוח טעים אבל בתוכו יש גם חלק לא טעים. המשפט לוקח אותי להרהר על היתכנות של כל אהבה שיש בה גם כעס. אני מרגישה כאב בלב.

ג': "הכין לי עץ" – הייתי בדרום אמריקה בראש השנה. לא מצאנו מקום לחגוג. בסוף הגענו לבית כנסת בבוליביה, בית כנסת אחר, רפורמי, עם עוצמה יהודית שלא פגשתי קודם. הסיפור שלך לוקח אותי להבנה שהכוונה חשובה יותר מהדבר עצמו, שהחיבור בין אנשים לא קשור לדת זו או אחרת.

ר': "הכין לי עץ" – מזכיר לי שהיינו בפריז בשלג. היה שם קונדיטור נוצרי שמאוד התאמץ להכין לנו אוכל כשר. היה לו קשה ובכל זאת התאמץ. הסיפור שלך לוקח אותי להבין שאפשר שיהיה חיבור בין נוצרי ליהודי, חיבור שיכול לבוא גם דרך הבישול וגם דרך חיים משותפים.

ד': "אוהבים וכועסים" – בזוגיות שלי אני גם כן מרגישה שיש דלת שלפעמים נפתחת ולפעמים נסגרת. ככה זה באהבה: חיפוש מתמיד. הסיפור שלך פותח לי את האפשרות לחיות בו-זמנית דברים מנוגדים.

א': "רק שלו ושלי" – חייתי פעם עם משפחה נוצרית באנגליה. אהבתי את החגים שלהם ואת הטקסים שלהם. ביקרתי בכנסיה והתקרבותי אליה. רציתי לחזור לארץ עם שרשרת שתלוי עליה צלב. אחר כך פגשתי מורה גדול לציור שאף על-פי שהוא לא היה דתי, דרכו חזרתי בתשובה. הסיפור שלך מראה לי שבחיים יש מורכבויות רבות ואני מבינה שוב ושוב שהן אפשריות.

ע': "רק שלי ושלו" – עולה אצלי דימוי לאונייה עם שני נוסעים שחותרים באגם קפוא. על האונייה יש אוהל ששומר עליהם. באוהל יש חום ויש גם יין. יש לי שני חברים שחיים ביחד כאן בארץ, הם לא יכולים להתחתן, גם הם מרגישים שהם לא יכולים להתקבל כאן. גם הם אוהבים את הארץ. גם הם מתלבטים אם לעזוב את הארץ. התרגשתי מהניגוד הזה של לאהוב את הארץ ובו-זמנית לרצות לעזוב אותה. אני מבין עתה שהם לא לבד. יש כאן אולי איזו אחדות למען מטרה משותפת. זה היה מיטיב איתם לדעת שהם לא לבד בעניין המורכב הזה.

פ': "חוגגים את כל החגים" – הדימוי שעלה לי הוא של ארון עם ארבע דלתות שמתרחב. זוגיות זו התרחבות. הזהות האישית מתרחבת. כשאני שומעת את סיפורך, גם אני רוצה להתרחב, זה מוסיף, יש כאן חגיגות אבל יש בזה גם כאב.

ג': "אמא מצוירת עץ אשוח על קופסת קרטון", "הכין לי עץ" – נגעה לי הפשטות והמבט החם. אני מרגישה שיש כאן משהו ייחודי. הסיפור שלך גורם לי להבין כמה הרגעים הקטנים בחיים הם משמעותיים מאוד.

ד': "הכין לי" – יש כאן ביטוי של אהבה, ותשומת לב. אני מתגעגע לאהבה כזו שיש בה נתינה צנועה, כמו זו שקיבלת מבן זוגך. אני רוצה קשר חזק כזה. כמו נר דולק על אדן החלון. שתי נפשות בוערות שעומדות מול העולם וסערותיו ומתעקשות להיות ביחד, להתמודד, לא להיכבות, ולא לוותר. הסיפור לוקח אותי למחשבה על הקונפליקט שיש לי בין יהודים לנוצרים, בין התמונה הגדולה, האידיאולוגית, שיש לי בתוכי, לבין האנשים הפרטיים שחיים כאן אחרת. אני שואל את עצמי האם יש אפשרות לחיבור בין עמדותי לעמדתך, רות.

א': "אוהבים וכועסים" – בצעירותי הייתי מאוד קנאית ולכן המחשבה הראשונה שעלתה לי מול סיפורך היא שלא ניתן לחבר בין יהודייה לצ'כי, אם הוא גר כאן – שיתגייס. נבהלתי מהמחשבה שהיהודים יתבוללו בארצם. אבל אז נזכרתי באימה באבי שנלקח לאושוויץ רק בגלל שהיה יהודי. נבהלתי מתגובתי. המשפט שלך מאוד תפס אותי, אפשר לחיות הפכים, לא צריך להכריע, אפשר גם לאהוב גם לכעוס, גם לחיות עם צ'כי וגם להישאר יהודייה, בישראל. זה מהפכני עבורי.

מסקנה

ניתן לראות שהתגובות היו מגוונות והתייחסו לפרטים שונים בסיפור: חלק מהתגובות התייחסו לאהבה, לזוגיות, ליכולת לצייר עץ אשוח ולשמוח במה שיש, לבו-זמניות של אהבה וכעס. וחלק מהתגובות התייחסו לקשרים בין יהודים ונוצרים, ולפער שבין האידיאולוגיה לחיים.

מהסיפור האחד נוצרו סיפורים רבים, איש כתגובתו, אישה כניסיון חייה.

מעניין שבצד ההתייחסות לנושא המרכזי, כביכול, שיכול היה לעורר התנגדות לסיפור, למתח הגזעני שבין ה"גוי" ליהודייה, עולים גם מוטיבים כלל אנושיים, שהם כשלעצמם יכולים לפוגג את המתח הגזעני.

חזרה למספרת - תגובתה להדהודים לסיפורה

רות, שבשלב הקודם רק האזינה לתגובות חבריה וחברותיה לסיפורה, חוזרת עתה למרכז השיח ומוזמנת להגיב למה ששמעה – מה דיבר אליה ומה לא, ובאיזה אופן:

הרגשתי שרוב ההדהודים נגעו בעיקר לקשר שביני לבין בן זוגי ופחות לזהות הלאומית והדתית שהצגתי. כך או כך, זה היה מאד מרגש: לספר על הזהות, על הקשר הזוגי וגם לשמוע שזה ריגש אנשים אחרים. אני מרגישה שהתגובות קרבו אותי לבן זוגי ואני מבינה עתה שאני בסדר עם המורכבות של החוויה הישראלית שלי, ושהיא אולי גם לגיטימית בעיני אחרים. הדבר עלה בתגובתו של ע', שסיפר על זוג חברים שלו, ושדרך הסיפור שלי הוא מבין שזה לא רק מאבק של זוג אחד אלא משהו חברתי-ישראלי רחב יותר משציפה. לעומת זאת התגובות האחרונות, במיוחד התגובה של א', ללא ספק אתגרה את המחשבה שלי ובוודאי שהרחיבה את הסיפור שלי.

את, א', הזכרת את הקנאות שלך לארץ ישראל, ומולה הבנתי שגם אני קנאית במידה מסוימת. קנאית לחיים שלי, לבית שלי ולזכות שלי לחיות אותם כרצוני ובחופשיות, שוות זכויות. לצד זאת הבנתי שבגלל הקנאה בחרתי שלא להתנהל מול אנשים שדעותיהם שונות משלי בצורה קיצונית. לא ניהלתי דיון עם אלו שלתפיסתי מונעים ממני את הזכויות שלי או של בן זוגי. המילה "התבוללות", למשל, קשה לי. היא סוגרת את הראייה שלי את היהדות. כך גם הרגשתי בתחילת דברייך.

אבל בעזרת ההדהוד שלך אני מבינה שהיסגרות מול מי שאינו מסכים איתי, מתוך מחשבה שלעולם לא נסכים, היא איומה. היא לא מאפשרת הרחבת שיח אמיתי, וממשיכה לייצר קרע ביני ובין זהויות שונות שמתקיימות סביבי. בעזרת התגובה שלך הבנתי שגם מי שמולי קנאי לחיים שלו ואוהב אותם, כפי שהם. אולי אני צריכה לפתוח את הסיפור שלי בפניו, כדי שהוא יוכל להבין שאני לא מפריעה לסיפור שלו ושהמאבקים שלי לגיטימיים. תגובתך העלתה בי המון מחשבות.

יצאתי בתחושה מאוד מחוזקת. גם ההקשבה לסיפורים אחרים חיזקה את העמדה שלי, למדתי לנסח אותה ולהבינה יותר טוב. אני שמחה על כך מאוד. זה היה משמעותי מאוד עבורי. תודה על כך.

מסקנה בעקבות הסיפור והסיפור מחדש

כאמור, זהות נבנית בתוך הקשר חברתי, שבו היחיד מושפע מהחברה מצד אחד, ומצד שני הוא יכול גם להתנגד לה, וכך לבחור איך לעצב את זהותו הייחודית. בדוגמה של רות ניתן לראות את האמביוולנטיות של המספרת: מצד אחד היא אומרת שהתגובות השונות גרמו לה להרגיש יותר שלמה עם מורכבותה, ומצד שני, התגובות שביטאו קושי מול זהותה עוררו בה את הרצון להיפתח לנרטיבים אלה, שהתנגשו עם הנרטיב שלה. אפשר לומר שהחומה שבין הנרטיבים הללו הוחלפה בגשר, שניתן לנוע עליו הלך ושוב. כך או כך, רות התרגשה שסיפור אהבתה נגע באנשים אחרים, גם באלה שמתנגדים לסיפורה. בעיניי, נרטיבים שהיו יכולים לחולל כעס ושנאה הפכו למפגש אנושי, שיכול לחבר בין נרטיבים מתנגשים ולמנוע תפיסות גזעניות מוכללות והרסניות. גם אם בדוגמה שהבאנו חלק מהאנשים הגיבו לא לעצם נושא הזהות על הרצף של יהודי-לא יהודי, אלא נגעו לליבם האהבה בין בני הזוג או ערך ההסתפקות במועט – בכל מקרה הם התקרבו למספרת והביעו שותפות אנושית, שיכולה לעמוד כנגד העוינות לנרטיבים השונים.

נרטיבים שהיו יכולים לחולל כעס ושנאה הפכו למפגש אנושי, שיכול לחבר בין נרטיבים מתנגשים ולמנוע תפיסות גזעניות מוכללות והרסניות.

בה בעת, האנשים שהתנגדו לסיפור של רות יכלו, גם הם, לבטא את התנגדותם בצורה מכבדת ומכילה. הדבר המשמעותי שקרה להם הוא שתפיסתם הקודמת, הנוקשה, האידיאולוגית או ה"קנאית", כלשונם, מתערערת ונפרמת מול הסיפור האישי שנגע לליבם, סיפור שמאתגר את תפיסתם ומקרב את כל המשתתפים זה לזו.

2. סיפור מול סיפור

התהליך אינו מסתיים כאן, כי חברי וחברות קבוצה נוספים מביאים את סיפוריהם, וסיפורים אלה ממשיכים את תהליך ההתרחבות בתפיסת הזהות, ואת תהליך ההתקרבות בין הנרטיבים המתנגשים. בגלל קוצר היריעה אביא בקצרה רק את הסיפור של דוד ואת תגובתה של רות לסיפורו, כי סיפורו קרא תיגר על סיפורה, ואפילו התנגש בו.

החפץ: תנ"ך

הסיפור:

"לך לך", כך ציווה אלוהים את אברהם, "לך לך מארץך וממולדתך ומבית אביך אל הארץ אשר אצאך". הציווי הזה, כמו הד, המשיך להתגלגל 3000 שנה, עד שהגיע למשפחות אבי ואמי, כל אחד מהם בארץ אחרת, והניע אותם לעזוב מולדת ולהגיע, מכל המקומות שבעולם, דווקא לכאן – לארץ ישראל. הנה, אני, בגיל 41 בערך, מתחיל להבין שיש כאן משהו רב-משמעות עבורי, ושיש לי תפקיד בסיפור הגדול הזה. אני מבין שיש כאן בית יחיד ומיוחד, שצריך לשמור עליו מבלי להתעייף. ארץ למיטיבי לכת, לעמידים ולעקשנים, שיכולים לעמוד במבחן ובעוד מבחן, באתגר ובעוד אתגר. שיש כאן אמת פשוטה ועם זאת איתנה, שאומרת שארץ ישראל שייכת לעם ישראל ועם ישראל שייך לארץ ישראל, מין קשר הדדי ששני צידי המשוואה בו מתקיימים בו-זמנית. אולם, כדי להיות ראוי לארץ הזאת צריכים להתקיים תנאים מחייבים שמגדירים אותנו כעם יהודי: צדק ומוסר, עזרה לחלש ולא לשכוח להיות בני אדם.

ערכים אלה אני משתדל לקיים כמיטב יכולתי. ספר התנ"ך הזה הוא הדרך הטובה ביותר לתאר את המורכבות האנושית הכללית והפרטית שלנו כעם, וגם שלי כאדם פרטי. אני מוצא בו תשובות להרבה לבטים והתחבטויות, אבל גם סובלנות לחולשות שלי ושל האחרים, לפגמים ולטעויות, בדיוק כמו כל הדמויות בתנ"ך.

הדהוד של רות לדוד

הביטוי שתפס את שימת לבי הוא: "להיות ראוי לארץ הזאת". גם אני רוצה להיות ראוי לעצמי, למה שחשוב לי, לזוגיות שלי, לכן אני משקיעה בזוגיות ורגישה לבן זוגי. עם זאת, הסיפור שלך, דוד, קשה לי. תפיסות כמו של דוד גורמות לי להתלבט אם אני רוצה להיות חלק מהארץ הזאת, אם אני ארצה לגדל פה את ילדיי. למה אני צריכה לעבור מבחנים כדי להוכיח את עצמי? אני חושבת שאני ראויה, ושהחיים שלי פה צריכים לשקף את זה. אני לא חושבת שאני צריכה להוכיח את העור העבה שלי. אם אני צריכה לקפוץ מעל משוכות רק

בשביל להיות חלק – אז אני לא מעוניינת. החיים שלי הם לא משחק, הם לא מלחמה. הם החיים שלי, ואני רוצה לחיות אותם. יותר מזה, התפיסה המיליטנטית הזאת שדוד מציג לגבי מי הם הישראלים ה'ראויים', היא לדעתי תפיסה שנוגדת את כל מה שאני מאמינה בו. מפחיד אותי לחשוב שתחת אותו אתוס ילדתי יתחנכו.

הסיפור של דוד מחזק אצלי את התהייה האם להישאר לגור פה. כמובן שהטקסט שלך לא יגרום לי 'לברוח' מהמדינה, אבל הוא כן נותן לי פרספקטיבה חדשה, שהיא מחוץ לקשיים שלי פה. ואם כן אשאר כאן, הסיפור של דוד לוקח אותי להבין מה אני רוצה לשנות כאן בארץ.

מסקנה בעקבות הסיפור המתגר

למרות שרות מתנגדת, ואולי אפילו כועסת על הסיפור של דוד, העבודה הקבוצתית שמוצעת כאן מאפשרת לה לראות שסיפורו נותן גם לה פרספקטיבה חדשה. היא אמנם מתנגדת לו, אבל היא יכולה לבטא מולו את התנגדותה ולומר שסיפורו מעורר בה את הרצון לחיות פה ואפילו לרצות לשנות את הכיוון שמתואר בדבריו. חשוב לציין שהכוונה אינה לטשטש את הניגודים שבין הנרטיבים המתנגשים, אלא לאפשר יצירת גשר ביניהם. גם הרצון לשינוי נרטיב מתנגש הוא, בעיני, פורה ובעל ערך.

לקראת סיום

שני המשתתפים הוזמנו בסוף השיח לתאר מה קרה להם בעקבות המפגש עם סיפור שנגד את סיפורם. רות:

ההדהודים אפשרו לי להכיל את הטקסט של האחר וגם מצאתי בהם כוח לשינוי מאוד גדול. הם פתחו את הסיפור שלי מאוד, עזרו לי להבין שיש סיפורים אחרים משלי ושיש בינינו מפגש שאיתו אני צריכה להתמודד, או שיש לי מה ללמוד ממנו. יצאתי עם תובנות מאוד מרגשות. בינתיים הקונפליקט לא נפתר (ואולי לעולם לא יפתר, וזה בסדר), ואני אמשיך לגדול פה ולראות את המקום הזה כבית.

דוד:

הסיפורים ששמעתי מכריחים אותי להבין שעליי לא לקפוץ למסקנות נמהרות על סמך "השורות התחתונות" בעמדה "שלנו" לעומת העמדה "שלהם". אני צריך הרבה אורך רוח כדי להקשיב לכל סיפור ולהתחבר לרגש האנושי, ולראות את בן האנוש שבתוך הסיפור הגדול. אני לפעמים משתאה על הפער בין ההבנה שלי את המציאות להבנה של אנשים אחרים. אני מבין שלכל צד חסר את האלמנט שמאפשר להרגיש או להבין את הצד האחר. מה נותר? לנסות להסביר כמיטב כשרוני את הסיפור שלי, ומצד שני לנסות "להתחבר" לצד השני, להבין ולו קצת את האחר. לא למהר לשפוט ולבקר. להקשיב וללמוד.

סיכום

במאמר זה הבאתי דוגמה לשני חפצים והנרטיבים שהם מייצגים, המאיימים זה על זה ועלולים להביא לתפיסה גזענית, היררכית ופוגענית: מצד אחד עץ אשוח של חג המולד, שמייצג את ישו ואת הנצרות, ומצד שני תנ"ך, מחויבות לערכיו, וארץ ישראל. האתגר בקבוצה שבה עולים נרטיבים מנוגדים כאלה כפול: מצד אחד להביא את הסיפור שמשמעותי לך באומץ, מול קבוצה שלא בטוח שתוכל לקבלו, ומצד שני לצאת מעצמך, להיפתח ולהשתתף בנרטיבים של האחרים. המפגש הפורה בין הנרטיבים המתנגשים יכול להתאפשר, כאמור, דרך סיפור אישי על חפץ שמייצג משהו משמעותי בזהות המשתתפים, ובתגובות המובנות לסיפור מצד המאזינים והמאזינים. חשוב לציין שאין הכוונה לטשטש את הניגודים, אלא להיות מסוגלים להבין סיפורים שמנוגדים לסיפורינו, ולמצוא להם הד בתוכנו. אולי הרעיון של "אוהבים וכוועסים", בסיפורה של רות, יכול לשמש השראה ליחסים בין נרטיבים ניגודיים נוספים ולעזור בחינוך נגד גזענות.

1. White, M. (2007). Definitional ceremonies. In White, M. (Ed.), *Maps of narrative practice* (pp.165-218). New York & London: W.W. Norton & company.
2. Morgan, A. (2000). *What is narrative therapy? An easy to read introduction*. Adelaid: Dulwich Centre Publication
3. עומר, ח', ואלון, נ' (1997). **מעשה הסיפור הטיפולי**. תל אביב: מודן, עמ' 1.
4. וייט, מ' ואפסטון, ד' (1999). **אמצעים סיפוריים למטרות טיפוליות**. תל אביב: צ'ריקובר.
5. White, M. (2007). *Maps of narrative practice*
6. Myerhoff, B. (1982). Life history among the elderly: Performance, visibility and remembering. In J. Ruby (Ed.), *A crack in the mirror: Reflexive perspective in anthropology* (pp. 99-117). Philadelphia: University of Pennsylvania press
7. מויאל, ח' (2018). **פדגוגיה טיפולית, השכלה מעוררת תקווה לבני נוער במצבי סיכון**. ירושלים: משרד החינוך, גף פרסומים.
8. שנהב, י' (2015). מהי גזענות. בתוך ריבלין, נ' (עורכת). **שיעור לחיים: חינוך נגד גזענות מהגן ועד התיכון** (עמ' 19-22). תל אביב: האגודה לזכויות האזרח בישראל, בעמ' 22.
9. וקסלר, מ' (2015). הכיתה כמקרוקוסמוס, התמודדות עם התנהגויות אלימות ואמירות גזעניות בכיתה. בתוך ריבלין, נ' (עורכת). **שיעור לחיים: חינוך נגד גזענות מהגן ועד התיכון** (עמ' 23-31).