

המשכחה הפלסטינית

תקציר דיונים

20-19 בנובמבר 2004

סמינר מס' 6



Palestinian Center for
POLICY and
SURVEY RESEARCH



מרכז תמי שטינמץ
למחקרי שלום



תרגום מאנגלית: רפי נץ

עריכה: יעל אונגר

עיצוב ועריכה גרפית: יעל כפיר ויעל בייז המשרד לעיצוב גרפי, אוניברסיטת תל-אביב
הדפסה: א.ר.ט שירותים לאופסט בע"מ

מסת"ב: 6-36-7001-965

© 2005 - כל הזכויות שמורות למרכז תמי שטינמץ למחקרי שלום
אוניברסיטת תל-אביב, רמת-אביב, תל-אביב.

דפוסי אבל ואובדן

ח'אולה אבו־בקר*

בהרצאה זו אציג את תוצאות מחקר הפעולה שהתבצע בשנים 2003–2004 במסגרת המרכז ללימודי נשים (Women's Studies Centre) במזרח ירושלים, בשיתוף פעולה עם ארגון "אשה לאשה" משבדיה ושממצאיו התפרסמו בספר שיצא לאור בערבית ובאנגלית¹. מטרת המחקר הייתה לעזור לנשים שחוו אובדן במהלך האינתיפאדה השנייה להתמודד עם אובדן, כאשר חשיבות מיוחדת נודעת לעובדה, שהחברה הפלסטינית כולה חווה אובדן במהלך התקופה האחרונה, ולכן נמצאת במצב של אבל מתמשך. אני שימשתי במסגרת המחקר כיועצת האקדמית וכמדריכה הקלינית של הצוות הטיפולי.

המחקר שילב שלוש גישות מחקר עקרוניות: הראשונה הייתה מחקר פעולה יישומי (Action-Oriented Research). כלומר, הכוונה לא הייתה לערוך מחקר תיאורטי כדי לקבל קרדיט אקדמי, אלא לנתח את מצב הנשים כדי לעזור להן לשפר את מצבן.

הגישה השנייה הייתה הפמיניסטית: רצינו לבדוק את השלכותיה של האינתיפאדה מנקודת מבטן של הנשים, לבדוק את יחסי הכוחות בתוך המשפחה, בין המשפחה לבין כלל החברה הפלסטינית, ובין החברה הפלסטינית לבין הצבא הישראלי – כולם מעגלים שונים של דיכוי וסמכות. שיטת מחקר הייתה של בנייה הדרגתית תוך כדי פעולה – בתחילת המחקר יצאנו לשטח ושאלנו את הנשים מה לדעתן יכול לעזור להן. זאת כיוון שלדעתנו הנשים מכירות את מצבן ואת צורכיהן טוב יותר מכל חוקר. היה עלינו גם להיות רגישות מאוד, ולברור מתוך מגוון של גישות פמיניסטיות גישה שהיא גם רגישת־תרבות וגם מעצימה את הנשים ואינה גורמת להן מצוקות נוספות. רצינו להעצים את הנשים לא במשמעות של "להמריד אותן", אלא במשמעות של הפיכתן לנשים החשות שביכולתן לנהל את חייהן באמצעות היכולות

* התוכנית ללימודי נשים, מכללת עמק יזרעאל

1. *Women in the Occupied Territories*. Jerusalem: Women's Studies Center

הפנימיות שלהן, ובמסגרת האפשרויות שהחברה פותחת להן. עזרתנו הייתה חשובה, כיוון שנשים פלסטיניות רבות עדיין אינן מודעות לכך שיש להן היכולות לעשות זאת. ניואנסים אלו חשובים מאוד בחברה הערבית.

הגישה השלישית הייתה טיפול רגיש־תרבות (Culturally Sensitive Therapy). בתיאוריה העוסקת בהיסטוריה של הפסיכולוגיה מתארים גישה זו כ"גל הרביעי" בין זרמי הפסיכולוגיה, והיא התפתחה החל משנות הששים של המאה ה־20. בקרב החוקרים הדעות חלוקות לגבי תקפות הגישה. היא שמה את הדגש בכך, שכאשר מטפל מדבר עם מטופל, הוא מבין את מצוקתו הנפשית בהתאם לאופן שהמטופל רואה אותה ולמשמעות שהוא נותן לה. במסגרת טיפול, כולנו רוצים לעזור למטופל; אבל כאשר אנחנו משתמשים לשם כך בכלים שאינם מפעילים את הקודים התרבותיים שלו, אנו גורמים נזק במקום להביא תועלת. משום כך, צריך לבחון בלא הרף דרכים להתאמת הכלים התיאורטיים המערביים למסגרות החברתיות שבהן מתבצע הטיפול כדי להעצים את המטופלים.

מבנה המחקר



אוכלוסיית המחקר הייתה מורכבת מנשים פלסטיניות משלושה יישובים: מחנה הפליטים ג'נין, העיר העתיקה של שכם והכפר ח'דר שליד בית לחם. כאמור, כל הנשים הללו חוו אובדן, בעיקר משפחותי, וחלקן איבדו רכוש עקב אירועים שונים הקשורים לסכסוך. היו ביניהן נשים שביתן נהרס ואפילו כאלו שנהרסו להן כמה בתים: במלחמת 1948, במלחמת ששת הימים ב־1967, באינתיפאדה הראשונה ובאינתיפאדה השנייה. ביתה של אשה אחת נהרס פעמיים באינתיפאדה הראשונה, ובפעם השלישית שוב באינתיפאדה השנייה. היו נשים שרק חלק מביתן נהרס, במיוחד בג'נין. היו נשים שבן משפחה אחד, ולעיתים אף יותר, נפצע או הפך נכה לצמיתות. נשים אחרות סובלות מהיבטים שונים של העובדה שבני משפחתן מבוקשים על־ידי הצבא הישראלי מה שגורם לכל בני המשפחה לחיות בחרדה מתמדת לגורל המבוקשים. קיים גם הקושי הכלכלי: המבוקשים אינם עובדים, לכן אינם תומכים כספית

במשפחתם, ואיש גם לא ידרוש מהם לעבוד, מפני שהם הרי "עובדים למען פלסטין". מצב זה מונע מהנשים הערביות שבעליהן מבוקשים לבקש מהם, כנהוג במצב רגיל, לדאוג לצורכיהן ולצורכי ילדיהן. לא זו בלבד, גם אין להן בפני מי להתלונן על מצבן הקשה או לטעון כנגד האינתיפאדה. לא משפחות המוצא שלהן, לא משפחות הבעל שלהן, ולא מוסדות רווחה בדרשות הפלסטיניות הם כתובת לתלונות כאלו, שכן הבעת מורת רוח ממצבן מתפרשת כהעדר תמיכה במאבק נגד ישראל.

הבעיה הכלכלית מוחרפת עקב אבדן מקורות ההכנסה של הפועלים שעבדו בישראל לפני האינתיפאדה השנייה, וכעת הם מנועים מלעשות זאת. היות שבתוך הכפרים הפלסטיניים או במחנות הפליטים אין הרבה מקורות פרנסה, המשפחות צריכות לתמוך מהכנסותיהן הדלות לתמוך גם במבוקשים לשם רכישת סיגריות, אוכל וכרטיסים לטלפון נייד. מציאות זו מטילה עול קשה על כתפי הנשים הנאלצות, למצוא דרכים להאכיל את בני משפחותיהן וכן לתמוך במבוקשים. לדוגמא, אשה אחת התפארה, כי כאשר הצבא הישראלי נכנס למחנה הפליטים בג'נין, שהו בביתה 60 (!) מבוקשים, והיא הצליחה לאפות עבור כולם "מנקיש עם זעתר" (פיצה של זעתר).

המצב הקיים פוגע גם באופן קשה ביותר בזוגיות. אפילו כאשר הבעל המבוקש שוהה בבית, שוב אין מתייחסים אליו כמפרנס המשפחה וכמגן עליה. גם אשתו מפסיקה להתייחס אליו כאל השותף שהיא הכירה בעבר. ואם לא די בכך, כאשר בני הזוג חיים באיזודאות – למשל, לגבי השאלה באיזו שעה ייכנס הצבא לבית המשפחה בלילה – הם נמנעים מלקיים יחסים אינטימיים. מצב כזה יכול להיחשב כסביר אם הוא נמשך שבוע, חודש או חודשיים, אך לא כאשר מדובר בתקופה של ארבע שנים או יותר. במשפחה אחת כזו, למשל, הבעל מבוקש כבר 19 שנה, בערך ממועד נישואיהם של בני הזוג. במהלך השנים ילדה אמנם האשה חמישה ילדים, אך בפועל – למרות שהיא אינה מוגדרת באופן רשמי כאם חד-הורית – היא מגדלת אותם לבדה. כל השנים הללו היא חיה בחרדה מתמדת – האם בעלה יגיע לביקור הבא, ואם כן, מתי יגיע ומתי יעזוב. למעשה, מעולם לא היו לה חיי משפחה נורמאליים; במקום שבעלה יפרנס אותה ויגן עליה, היא מפרנסת אותו ומגנה עליו.

ישנן נשים שאיבדו יותר מבן משפחה אחד. אשה אחת (זו שביתה נהרס שלוש פעמים) איבדה אח באינתיפאדה הראשונה, בעל באינתיפאדה השנייה, ושנים מבניה אסורים כעת בכלא בישראל. הייתה אם אחת שהצבא נכנס לביתה בחיפוש אחר אחד מבניה שהיה מבוקש, אך הוא לא נמצא באותו זמן בבית. במהלך החיפוש היכה חייל את אחת הבנות וכעבור חצי שעה התברר שהמכה גרמה לה שטף דם במוח. היא שקעה למצב של חוסר הכרה, ושלושה ימים לאחר מכן נפטרה. כתוצאה מכך הידרדר מצבה הנפשי של האחות הבכורה, ומאז היא אינה מדברת ואינה משתפת פעולה עם המשפחה. היא משוטטת באפס מעשה, והולכת בשעות לא צפויות לבית הקברות כדי לפקוד את קבר אחותה; זו מהות חייה כיום. שלושה חודשים

לאחר מות האחות, נהרג בן אחר במסגרת פיגוע התאבדות שביצע. וכך איבדה למעשה אותה אשה שלושה מילדיה בתוך שלושה חודשים. אין פלא שלקתה בנפשה לצמיתות.

למחקר היו ארבעה שלבים. בשלב הראשון פנו עובדות סוציאליות מצוות המחקר, תשובות הגדה המערבית, לנשים שהכירו במסגרת עבודתן כמי שחוו אובדן. הנשים התבקשו לתאר את האובדן שלהן, את אורח חייהן וחיי ילדיהן לאחר התרחשותו, ולציין מה לדעתן יכול לסייע להן להתמודד עמו. ממצאי ששים הראיונות האלו, עשרים בכל אחד משלושת היישובים – היו הבסיס לבניית השאלון הראשוני.

בשלב השני, נבחרו שלוש קבוצות מיקוד, אחת בכל יישוב. כל קבוצה הייתה מורכבת מאנשי מקצוע מתחומים שונים שהעניקו שירותים – במסגרת עבודתם או בהתנדבות – לחברה הפלסטינית בתקופות מצוקה שונות. היו ביניהם עורכי־דין, רופאים, עובדות סוציאליות ואפילו מהנדסים שעזרו בשיקום מחנה הפליטים בג'נין לאחר פעולת צה"ל בו. בעלי המקצוע התבקשו לתאר איך הם מבינים את המשמעות של האובדן המתמשך של האינתיפאדה השנייה ואת המצוקה הנפשית שהם חוו כאנשי מקצוע, עקב אובדן זה. הם נשאלו גם למה הם זקוקים על מנת להתמודד עם האובדן ומה, אם בכלל, היה חסר בהכשרתם המקצועית כדי להכניס להתמודדות עם האובדן שלהם ושל מטופליהם־לקוחותיהם.

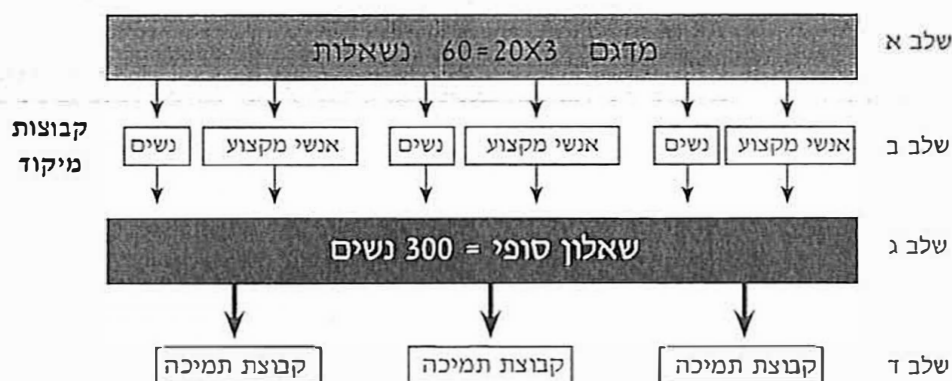
על סמך ניתוח תשובות בעלי המקצוע, יחד עם ראיונות העומק עם הנשים אשר חוו אובדן, הורכב השאלון הסופי, שכלל 100 שאלות. השאלון נכתב בערבית מדוברת בניב המקומי של שלושת היישובים שבהם נערך המחקר. הוחלט שלא לכתוב את השאלון בערבית ספרותית, ראשית, כיוון שראינו בה כלי פטריארכאלי שבו משתמשים חוקרים המתיימרים להיות חזקים מהנחקרים עקב הידע הלשוני שברשותם. שנית, השפה הספרותית אינה שגורה בפי האנשים הפשוטים ולכן היא עלולה להוות מחסום בין המדבר ובין השומע, ולנו היה חשוב שהנשים שנראיין יבינו היטב את השאלות שנציג להן. שלישית, הסתייגנו משימוש בערבית ספרותית גם כדי להימנע מהצורך ביותר מגרסה אחת של השאלון, שכן אילו הוא נכתב בערבית ספרותית, היה על שש העובדות הסוציאליות שריאיינו את הנשים "לתרגם" את השאלונים לערבית מדוברת על מנת שהמראיינות תבנה אותן כראוי. היות שכל עובדת סוציאלית באה מרקע תרבותי אחר, היה הדבר זה משפיע על האופן שבו הן היו "מתרגמות" את השאלון, מה שהיה עלול לגרום חוסר אחידות ניכר בממצאים שהיינו מקבלים.

בשלב השלישי ריאיינו הסוקרות (עובדות סוציאליות, עובדות קהילתיות ועורכת דין) בעזרת השאלון שהרכבנו 300 נשים בשלושת היישובים.

בשלב הרביעי נפגשו העובדות הסוציאליות עם כ־45 נשים – חלקן רואיינו בשלב הראשון וחלקן בשלב השלישי – והציעו להן להצטרף לקבוצת תמיכה של נשים שחוו אובדן. בכוונה לא קראנו לקבוצות אלו קבוצות "טיפול", כי רצינו להדגיש את עקרון התמיכה של האשה

בעצמה, את תמיכת הנשים זו בזו, ואת תמיכת האשה במשפחתה. כך הקמנו שלוש קבוצות תמיכה, אחת בכל יישוב. בכל קבוצה היו בממוצע 15 נשים, בטווח הגילים שבין 20 ל-65. אוכלוסיית הקבוצות הייתה מגוונת: חלקן היו משכילות ואחרות – אנאלפביות, כולן היו אמהות אך חלקן נהיו נשואות וחלקן האחר – אלמנות או גרושות. הגיוון היה גם בסוגי האובדן: בן משפחה בקרבה שונה, רכוש וכו'. לכל קבוצה היו שתי מנחות – עובדת סוציאלית ועובדת קהילתית – שקיבלו הכשרה בטיפול באובדן ואבל, לרבות על בסיס התיאוריה הפמיניסטית והתיאוריה רגישת-התרבות.

שרטוט 1: שלבים במחקר הפעולה



היה לנו חשוב שמפגשי הקבוצות יערכו במקום ניטרלי, כלומר שאינו שייך לארגון פוליטי או למוסד הממומן על-ידי ארגון שנוי במחלוקת מטעמים פוליטיים או אידיאולוגיים. וכך, למשל, ביישוב אחד מקום המפגש היה גן ילדים, וביישוב אחר – במועדון חברתי שהקים ועד השכונה.

כאמור, מטרת המחקר הייתה לעזור לנשים להתמודד עם אובדן ולחזור לחיים נורמאליים ככל הניתן. רצינו להשיג זאת על-ידי הצגה של נרטיב חדש בפני נשים אלו, שיהיה שונה מהנרטיב הרשמי-הרווח, אך שבכל זאת יהיה לגיטימי בחברה הפלסטינית. הנרטיב הרשמי-הרווח בחברה הפלסטינית מאופיין בתמיכה במאבק נגד ישראל, ולפיו: "טוב למות למען ארצנו, למען המולדת אנחנו מוכנים להקריב בעל, גם בן וגם עוד בן, ולאחר מותם נרקוד, נשמח ונתראיין בכלי התקשורת. אנו מועצמים ככל שאנו חווים יותר אובדן, ואם לקחו לנו את בנו האחד, נכשיר כעת את הבן השני כדי שגם הוא יהיה שהיד. אם הרסו לנו את ביתנו, נתארגן כדי לבנות אותו שוב, כדי שישאל תהרוס אותו שוב". הנרטיב הזה אינו נותן לגיטימציה לכאב האנושי, המשפחתי, שנשים אלו חוו עקב האובדן שהתרחש במשפחתן. משום כך אולצו נשים אלו להשתיק את כאבן. היות שהשתקת הכאב האישי היא תגובה מאוד לא טבעית לאובדן, היא הובילה להתפתחות בעיות גופניות ומחלות נפש אצל הנשים האלו. זאת ועוד: כחלק

מתהליך החנקת הכאב האישי והציות לדפוס האבל הרשמי, הן הפכו חסרות אונים. אמנם הן היו חזקות מאוד בכל האמור בהתמודדות עם הקשיים בחיי היומיום, אך האינטנסיביות של הסבל מהצד האחד והצורה הבלתי טבעית של השתקת הנרטיב האישי מהצד האחר, גרמה לכך שהן נעשו מבלבלות ולא ידעו מה לעשות עם עצמן. כדי לסייע להן, רצינו לומר לנשים אלו, כי אין הכרח לאמץ נרטיבים רשמיים של החברה – אם זה בנושא פוליטי, בנוגע למצב החברתי, בנוגע לתחושת האובדן, או בכל נושא אחר. ניתן לאמץ ולהביע נרטיב אחר, שונה מהרשמי. אם לקבוצה של אנשים, במיוחד נשים, יש פירוש אחר לרגשותיהן עקב האובדן שהן חוו, עליהן להביע אותו, ובדרך שלהן.

לאינתיפאדה הנוכחית יש השלכות על כלל החברה ועל המשפחה הפלסטינית, אך קשה במיוחד הוא מצבן של הנשים שחוו אובדן. בהקשר הכללי, הטראומה היא מצב יומיומי – מי שחי חודש בכפר פלסטיני נוכח לדעת, שהוא נאלץ לחיות בחוסר ודאות מתמיד. הוא אינו יכול לקבל החלטות, לתכנן תוכניות או לעשות דבר זה או אחר, בכל שעה משעות היום, בין היתר עקב המחסומים הרבים המוצבים בדרכים. ייתכן שביום מסוים ייסגר המחסום עקב פיגוע התאבדות, וביום אחר תהיה סיבה אחרת למניעת המעבר. לכן, אנשים אינם יודעים אפילו אם יוכלו להגיע בבוקר למקום עבודתם, אם לאו. זאת ועוד, אנשים הולכים לישון מתוך אי־ידיעה אם ישנו בשלווה הלילה או לא, כיוון שהחיילים עלולים להיכנס לשכונתם ולבתיהם בכל עת. לכן, ההורים החלו להשכיב את ילדיהם לישון בלילה בבגדים של הבוקר למחרת, כך שאם החיילים ייכנסו לביתם, הילדים לפחות יהיו לבושים. אורח החיים הזה הוא מאוד קשה שכן במצב כזה אף אחד אינו יכול להירגע או להרגיע את הסובבים אותו.

בדומה לפגיעה שתיארנו בקשר הזוגי במצבים שבהם הבעל מבוקש על־ידי הצבא הישראלי, במהלך האינתיפאדה השנייה נפגע מאוד גם הקשר בין בני זוג פלסטיניים שאין במשפחתם מבוקשים. בחברה הפלסטינית קשר זה הוא פרטי מאוד, ובני הזוג אינם נוהגים להפגין חיבה או אהבה זה לזה בנוכחות אחרים, לרבות ילדיהם או קרובי משפחה. מכאן שבשנות האינתיפאדה השנייה, עקב השינוי בתנאי הקיום, נפגעה באופן משמעותי יכולתם לקיים יחסי אישות. בנוסף על כך, בהרבה משפחות הילדים מאוד מפוחדים, והדבר בא לידי ביטוי בבעיות של הרטבה בלילה ובסירוב של הילדים לישון לבד. לכן, הם עוברים לישון בחדר ההורים או אפילו במיטתם, פעמים רבות לא ליומיים שלושה בלבד, אלא לתקופות ארוכות. גם תופעה זו מונעת מההורים לקיים יחסי אישות סדירים, ואם הם בכל זאת עושים כן, הרי שהם חושפים את הילדים לכך.

יכולת ההורים לקיים היבטים כאלה ואחרים של זוגיות ואינטימיות נפגעה גם עקב החשש המתמיד מפגיעה מכדורי החיילים – כאשר החיילים נכנסים לסמטאות, לעיתים הם יורים ופוגעים אפילו באנשים הנמצאים בבתים. לכן נוהגים כל בני המשפחה להתגורר בחדר אחד – לעיתים אפילו במטבח – שאינו פונה לסמטה, מפני שכאן הסיכוי להיפגע נמוך

יותר. במצב כזה קבוצות של גברים ושל נשים יושבות לחוד ואין מקום לקיום זוגיות רגילה. לא פעם התושבים גם יודעים כי הצבא ייכנס בערב לשכונה ויבצע סריקות בבתים. או אז עוזבים כל הגברים, גם אם אינם מבוקשים, את בית המשפחה, ומתחבאים במקום אחר, כי החיפוש בבית שבו נמצאות רק נשים הוא בדרך כלל קצר וקל יותר.

במהלך העבודה, אני ושאר חברות צוות המחקר חוונו על קצה המזלג את קשיי היומיום הללו. למשל, חשבתי שאני יכולה להיות אסרטיבית, ולגרום לכך שצוות המחקר יגיע לפגישות ביום מסוים, בשעה מסוימת, ויתפקד באופן שאני רוצה. וכך, הזמנתי את צוות העובדות הסוציאליות לפגישה בשעה 10 בבוקר בירושלים. אני הגעתי שעה לפני הזמן וחשבתי שהן תגיענה במועד שנקבע, אך הן איחרו והגיעו בשעות שונות, ב-11:30, ב-12, ב-13:00, ואפילו ב-13:30, כי הצבא עיכב את יציאתן דרך המחסומים של שכם או של בית לחם. ההרגשה הזו, שאינני יכולה לקבל החלטה ולהיות בטוחה שהיא תתממש – ולא משנה כמה אני אקדמית, אסרטיבית, או צודקת במטרותיי – הייתה קשה עבורי. איחורים אלו גרמו לכל חברות הצוות להתחיל את המפגשים כשהן מתוחות ומתוסכלות, וכולנו נאלצנו לשנות את סדר היום שלנו כדי להשלים את המטלות שלשמן התכנסנו. כלומר, הצבא הכתיב לכולנו את סדר היום שלנו ואת המצב הנפשי שבו עבדנו.

הכיבוש הישראלי ערער את תפקידה של המשפחה הפלסטינית והפך על פיה כל תפיסה והגדרה אוניברסאלית של משפחה, במיוחד אצל משפחות שחוו אובדן מהסוגים שתוארו לעיל. אם לפי ההגדרה האוניברסאלית המשפחה היא מוסד מגן, תומך, מכלכל, ומספק את הצרכים הבסיסיים של בני המשפחה, הרי שמשפחה פלסטינית אשר חוותה אובדן מסוגים שונים וממושכים אינה כזו; היא אינה מגינה, תומכת, מכלכלת, מעניקה ביטחון, ואינה יכולה להגן מפני סכנה על אף אחד מבני המשפחה, כולל הילדים. ההורים אינם יכולים להיות אחראים לגורל ילדיהם, ואפילו לגורלם שלהם. אב פלסטיני איננו יכול להבטיח לילדיו: מחר אני יוצא לעבודה ומביא לכם אוכל, או משחק. הוא פשוט אינו יכול לדעת אם מחר יהיה עוצר, אם ימנעו ממנו לעבור במחסום, ואם יצליח לעבור את המחסום – האם ימצא עבודה, ואם ימצא עבודה – האם יקבל את שכרו מהמעסיק הישראלי. במצב כזה ההורים מפנים את מעט המשאבים שנשארו להם לשם אבטחת ההישרדות הפיסית של ילדיהם – כלומר, מניעת פגיעה פיסית בהם – ואינם יכולים גם לדאוג לתמיכה נפשית בהם. בהכללה ניתן לומר כי כיום מבין כלל המשפחות הפלסטיניות יחסית מעטות מתפקדות כראוי, אך רובן הן דיספונקציונליות – קרי, אינן מתפקדות באופן תקין לחלוטין.

כל זה נכון לגבי מצבן הכללי של החברה והמשפחה הפלסטינית. אך מצבן של נשים פלסטיניות שחוו אובדן על רקע הסכסוך קשה במיוחד. קיימות מספר קטגוריות של נשים כאלו, ולשיוך לכל קטגוריה השפעות כלכליות, פוליטיות וחברתיות שונות. הקטגוריה הראשונה כוללת אלמנות של גברים שנלחמו ונהרגו במסגרת האינתיפאדה, המכונים "שהידים". נשות השהידים

מכונות בחברה הפלסטינית "אלמנות האינפאדה", או "אלמנות השהידים". אלמנות שהיד יכולה לפנות לרשות הפלסטינית ולבקש סוג של פנסיה, בשיעור חודשי של כ־600 עד 800 ש"ח. זה אולי נראה סכום נמוך, אך פעמים רבות מסכום זה מתקיימת כל משפחת השהיד, לרבות הוריו. לילדי השהיד יש סיכוי לקבל תמיכה במוסדות מסוימים, כגון האוניברסיטאות. לכן, מייד לאחר מות השהיד, פונה אלמנתו למוסדות המתאימים כדי לקבל את התמיכות וההטבות המגיעות לה ולבני משפחתה. נוסף על התמיכה הכלכלית זוכה אלמנת שהיד גם לתמיכה חברתית, בצורת הערכה ואהדה מהחברה.

הקטגוריה השנייה כוללת את נשות ה"איסתשהידין", אלה שביצעו פעולות התאבדות. בתקופה הראשונה פעולות אלו זיכו את מבצעייהן, וגם את נשותיהם, במעמד מכובד מאוד, מקביל לזה של המבוקשים, כמפורט בהמשך. ואולם, בתגובה לפעולות אלו החל הצבא הישראלי לנקוט ענישה קולקטיבית, ובמסגרתה נהרס בית המתאבד, למרות שבמקרים רבים שימש בית זה למגורי בני משפחה רבים – סבים וסבתות, אחים ובני דודים ומשפחותיהם, כך שהריסתו פגעה בבני משפחה רבים. ראוי להדגיש כי הקמת הבית – שנהרס בסופו של דבר – הייתה פעמים רבות תוצר של עשרות שנות עבודה וחיסכון, כך שהפגיעה הכלכלית במשפחה הייתה קשה ביותר. אך משמעות ההרס בעיני בני המשפחה המורחבת הייתה לא רק כלכלית, אלא גם רגשית, סמלית. הם טענו: ישראל הרסה את ביתנו ב־1948. לאחר שנים של עבודה הצלחנו לבנות בית חדש, והנה, ילדנו החליט לפוצץ את עצמו עם עוד ארבעה חיילים, ובכך גרם להרס ביתנו החדש. כל זה גרם לסכסוכים בתוך המשפחה המורחבת של האסתשהאדי, כאשר המתנגדים במשפחה לפעולתו טענו כלפי הוריו: "מי אמר לכם לשלוח את הילד! למה הרשיתם לו! למה לא שמתם לב שהוא הפך לחבר באותה תנועה? אתם אחראים". הדבר הביא להתעוררות התנגדות פנימית – גם אם לא מוצהרת – בקרב משפחות פלסטיניות רבות לביצוע פעולות התאבדות. לכך הצטרפה העובדה, שמטעמים פוליטיים, גם הרשות הפלסטינית הפסיקה לתמוך בביצוע פיגועים שכאלה שכן נמתחה עליהם ביקורת בינלאומית חריפה. לכן, עם חלוף הזמן פחתה התמיכה החברתית באלמנות האסתשהידין.

הקטגוריה השלישית כוללת את נשות המבוקשים. מבוקש הוא אדם המעורב באינפאדה מבחינה פוליטית וצבאית, ונחשב כמי שנלחם ומסכן את חייו, כולל שהות במקום מחבוא נידח במשך זמן רב ותוך ויתור על חיי משפחה ומותרות לטובת המולדת. הוא אינו מקבל בהכנעה את הכיבוש כמות שהוא, אלא מוצא דרכים להילחם בצבא הישראלי. לכן, המבוקש נחשב כבעל מעמד גבוה ומכובד ביותר בחברה הפלסטינית, וגם אשתו חולקת עמו מעמד זה, המקנה לה תמיכה חברתית וכלכלית.

אשר לאלמנות, מספר משתנים קובעים את גורלן בחברה מוסלמית מסורתית, לאו דווקא הפלסטינית, בלי קשר לשאלה האם מות הבעל הוא על רקע האינפאדה אם לאו. ככל שהאלמנה צעירה יותר, או ככל שהמצב הכלכלי של משפחת המוצא שלה טוב יותר, או אם

היא ללא ילדים – כך הסיכוי רב יותר שהיא תתחתן שוב. ככל שהיא משכילה יותר ועצמאית יותר מבחינה כלכלית, כך גבוה יותר הסיכוי שחייה יתנהלו לפי רצונה, ולא לפי רצון גורמים שונים, כגון בני משפחה או מוסדות חברתיים שונים, שינסו לכפות עליה את דעתם. אך ככלל, התאלמנות האשה פוגעת במעמדה החברתי. אם היא תתחתן בשנית, זה יהיה דרוב המקרים עם בעל "פחות טוב" מהראשון – מבוגר יותר ובעל מעמד נמוך יותר. אם היא תמאן תתחתן עם אדם כזה, היא תישאר בגפה. אלא שגם כאשה בגפה היא אינה חיה לבד ואינה מנהלת את חייה באופן עצמאי, אלא נמצאת תחת פיקוח חברתי של הסביבה ושל משפחת המוצא שלה – שיכולה גם לכפות עליה עשיית פעולות כאלה ואחרות בניגוד לרצונה. אם אין לה ילדים, היא תוכרח לחזור למשפחת המוצא שלה, שם היא תהפוך להיות "כוח עזר" של כל המשפחה. היא לא תורשה לצאת מהבית, להיות עצמאית, לעבוד או להתיידד עם גברים – וכמובן שלא לקיים יחסי מין. אם היא תתנהג בדרך האסורה על פי המקובל בחברה, הדבר ידווח מיד לגברים במשפחתה – אחיה או אביה – והדבר עלול לגרום מתחים חברתיים ונפשיים אדירים.

באחת הקבוצות שלנו הייתה אלמנה בת 20, אם לשני ילדים. הפתרון שהוצע לה – כמו לרוב האלמנות שהן אמהות לילדים – היה להתחתן עם הגיס שלה. זהו פתרון מקובל אפילו כאשר הגיס צעיר בשנים אחדות מהאלמנה. מצד משפחת הבעל והגיס, יש בפתרון זה כדי להבטיח את שמירת הילדים בתוך הצד הזה של המשפחה. יש לכך השלכות גם על שאלת המוהר שהמשפחה תצטרך להשקיע בנישואין אלו. פעמים רבות יש בהסדר כזה פגיעה בגיסי עצמם, שאינם מעוניינים כלל להינשא לאותן אלמנות, לעיתים מפני שהם מאוהבים באשה אחרת או אפילו מאורסים לאשה אחרת. במקרים אלו, גם לגברים אין ברירה וכופים עליהם את הפתרונות המסורתיים. הבעיה של האשה מתחילה בכך שמשפחות רבות מעוניינות להשיא אותה לגיסה באופן כמעט מיידי – אפילו חודש בלבד לאחר פטירת בעלה, כדי למנוע מצב שהיא תתחיל להתעניין בגברים אחרים, או שגברים אחרים יתחילו להתעניין בה. הדבר נובע מכך שבחברה הערבית גברים לא יצרו קשר עם אשה נשואה, עקב הכבוד שהם רוחשים לבעלה; אך עם פטירת הבעל מוסר מחסום זה, וצפוי שגברים יצרו קשר עם אותה אשה, גם במובן של הטרדה או ניצול מיני. לאשה הנדרשת להינשא במהירות בשנית אין די זמן להתמודד עם האבל, ועל כאבה נוספים קשיים הנובעים מן השינוי החד ביחסיה עם גיסה. עד שהוחלט כי יינשאו, האשה חייבת להתייחס לגיסה כאל אח. אסור לה להתקרב אליו פיזית, להופיע בפניו בבגדים שאינם מסורתיים או לדבר איתו באופן חופשי. במקביל, הגיס חייב להתייחס לאשה כאל אחות, על כל האיסורים הנובעים מכך בהקשר של גילוי עריות: אסור לו לראות את גופה או לראות קשר אינטימי בינה ובין בעלה, אפילו נשיקה. יש חיסיון מוחלט על זהותה המינית כאשה. כל זה משתנה בבת אחת עם ההחלטה על נישואיהם. המצב הוא לבטח בעייתי כאשר האשה אינה אוהבת את גיסה. וכך, אין שום פתרון מעשי לבעיותיה של

האלמנה, והיא תמיד נשארת הקורבן: או שתהיה קדושה מעונה – תחיה בגפה, או שתינשא לגיסה בין אם תרצה ובין אם לאו.

כתוצאה ממצב בעייתי זה התפתחו קשיים נפשיים אצל נשים שנישאו בעל כורחן. הן נקלעו למצב של קהות חושים, מצב דיסוציאטיבי עם גופן. הן ידעו שהן חייבות למסור את גופן לבעלן החדש, אבל נפשן ורגשותיהן היו במקום אחר, אם כי לא בהכרח עם הבעל שנפטר, שכן לפעמים הן לא אהבו אותו. אשה אחת אמרה: אני אמרתי לו (לבעלה שנפטר) בלבי: "רוח, אינשאללה מא תרג'ע" (לך, הלוואי שלא תחזור). ואכן, הוא מת. היא לא רצתה אותו. אבל עצם הכפייה של הנישואין השניים עליה גרמה לה להרגיש שהיא קורבן תמידי. בקבוצות המחקר היו נשים אלו משותקות במהלך מפגשים רבים; הן אמנם רצו לדבר, אך לא העזו.

אלמנה סובלת גם מבעיות אחרות. למשל, לאחר פטירת הבעל צפות על פני השטח כל הבעיות שבין משפחתו המורחבת לבין האלמנה – בעיות שלפני פטירתו רחשו מתחת לפני הקרקע או שטופלו בידי הבעל. יש הבדל עצום אם האלמנה היא בת המשפחה המורחבת של הבעל, או שהיא ממשפחה אחרת – שאז מכנים אותה "ג'ריבה" (אשה זרה). אשה "זרה" יכולה לחיות בקרב משפחת בעלה 50 שנה, אך אם ישאלו אותה: "את מהמשפחה?" היא תשיב: "לא, 'אנא ג'ריבה'" (אני אשה זרה). וזה נכון. כך נשים כאלו מגדירות את עצמן, וכך מתייחסים אליהן בני המשפחה המורחבת של הבעל. לעומת זאת, אם היא בת המשפחה המורחבת, בני אותה משפחה ירצו לטפל בה גם לאחר פטירת בעלה. אם היא "ג'ריבה", היא מחויבת לשמירת הכבוד רק של משפחת המוצא שלה, ולא של משפחת בעלה. אלמנה שהיא ג'ריבה לא תוכל להחזיק בכסף של משפחתה, וילדיה ייחשבו כילדי המשפחה המורחבת של הבעל. בהקשר זה, העובדה שהיא אמם היא שולית בלבד. מחלוקות בנושא זה התעוררו על רקע מות שהידים והמצב הכלכלי הקשה בפלסטין. פעמים רבות לאחר מות שהיד – כאשר אלמנתו לא הייתה מהמשפחה המורחבת שלו – טענו הוריו בפני מוסדות הרשות הפלסטינית כי הפנסיה המשולמת למשפחת שהיד מגיעה להם, כהוריו, ולא לאלמנתו. הם טענו: "היא ג'ריבה". הפנסיה מגיעה לנו היות שאלו הילדים שלנו. אתם תיתנו לנו את הפנסיה, ואנחנו נדאג לאלמנה וילדיה". האלמנות מצידן למדו להשתמש בכסףן ככלי ביחסיהן עם משפחת המוצא של בעליהן, כי הוא העניק להן כוח ויכולת להחליט. למשל, יש אלמנות שאמרו: "אנחנו למדנו לזרוק לקרובי המשפחה שלנו מתנות כפי שאתה זורק עצם לכלב כדי להרגיעו". הן ממש השתמשו בתיאור הזה. כשנשאלו איך הן עושות זאת, ענו: "מדי פעם אני קונה שטיח, ואומרת להם שזו מתנה. אני למשל לא מחדשת את הריהוט לפני שאני קונה משהו לחמותי".

מחלוקות מתגלעות לעיתים בין האלמנה לחמותה גם על רקע השאלה למי מגיע יותר כבוד עקב האובדן, וזאת כדי לזכות בתמיכה הרגשית של החברה. בתרבות הערבית, כאשר אנשים באים לביקור תנחומים לאחר מות שהיד, הם לרוב מדברים על אמו של שהיד ולא על אשתו. כאשר אנחנו רואים במצב כזה נשים אבלות מתראיינות בכלי התקשורת, אנחנו

רואים לרוב את אמו של שהיד, ולא את אשתו. זאת מפני שאמו של השהיד תישאר תמיד אמו, בעוד שייתכן שאשתו תתחתן בשנית בעתיד. לכן, בתקופת האבל, כאשר אנשים באים לנחם, מתקיים ביניהן מאבק גלוי בשאלה "הכאב של מי גדול יותר?". האלמנות מדגישות את מספר השנים הרב שבמהלכן הן היו נשואות לשהיד, איכות יחסיהם וכו', על מנת להדגיש שהזוגיות הייתה מרכזית יותר בחייו של השהיד מהקשר עם אמו.

כבר ראינו, כי תהליך האבל הנהוג בחברה הפלסטינית גורם ליתר פגיעה בנשים. אך הדברים מתחילים עוד לפני ביטויי האבל המצופים מהנשים האבלות. למשל, גם האופן שבו נודע לאמהות על מות בניהן והאופן שבו מטפלים בהן בסמוך לאחר מכן, גורמים להן נזק. לעיתים קרובות בא מישוהו לבית המשפחה ומספר על מות בן המשפחה; לעיתים כמה צעירים נכנסים באופן מאוד דרמטי לבית, ואז האם מייד יודעת מה קרה; ולפעמים אמהות רואות את גופת הבן שלהן בטלוויזיה ושומעות רק משם דיווח על מותו. בחברה הפלסטינית אין נוהל דיווח מסודר כמו בישראל, כאשר את הדיווח על מות בן המשפחה מוסר קצין העיר. במהלך האינתיפדה התפתח מנהג נוסף: אם גופת הצעיר, או הצעירה במקרים מסוימים, נלקחו לבית חולים, והאם הלכה לבית החולים, רופא שם מזריק לה זריקת הרגעה, או הרדמה. הוא אומר לה שזה נגד כאבי ראש, מבלי ליידע אותה על הסוג האמיתי של החומר המוזרק, ומבלי לבקש את רשותה להזריק לה חומר כזה. מבחינת בריאות נפש האשה, לא רצוי להזריק לה זריקות כאלה אלא לאפשר לנשים אלה להתאבל כפי שהן מרגישות שהן צריכות. אבל ההתייחסות המקובלת לאם או אלמנה של שהיד היא כאילו הן אינן יכולות לשאת את האובדן שלהן באופן מיידי, ועל כן נשים אחרות מתנדבות "לנהל" את תגובותיהן של הנשים האלמנות והשכולות.

התוצאה היא, שבשלבים הראשונים, המיידים, של האבל הנשים המומות הלכה למעשה, והתגובות המיידיות שלהן למשמע האסון שנפל עליהן הן של בהייה, חוסר הבנה. כל הנשים הסבירו שכאשר הן נזכרות במה שאירע, כולל הדברים שהן הצהירו בטלוויזיה, הן חושבות שהיה מישוהו שניהל אותן בשלט-רחוק. יש נשים שראו הקלטה של הלוויית בן או של ההצהרה שלהן בטלוויזיה, ואמרו: "מתי אמרתי את זה? איך אמרתי? איך אמא יכולה לומר את זה?" יש ניתוק מוחלט בין ההתנהגות המיידית שלהן לבין רגשותיהן. זה קורה בדרך כלל לגבי אמהות שילדיהן מתו, אך לעיתים גם לגבי נשים שבעליהן מתו.

עקב הטיפול התרופתי שניתן להן, במהלך הימים הראשונים הנשים ישנות באופן כמעט רצוף 24 או 48 שעות, ובימים אלו רגשותיהן כאילו מוקפאים. אך שלושה-ארבעה ימים לאחר שנודע לנשים אלו על האסון, לאחר שהשפעת התרופות פגה, וכאשר אין איש בבית ואין יותר תמיכה חברתית – האשה מתחילה להרגיש את האובדן. היא רוצה לקונן, לבכות ולצעוק. אבל אז היא נתקלת בתגובה שמקשה עליה עוד יותר: החברה כבר נרגעה, ולאשה האבלה נאמר: "מה פתאום עכשיו? אל תעשי עניין מדבר שהסתיים" ומשתיקים אותה שוב.

בדרך כלל, על פי המסורת, בעת אבל החברה תומכת באופן משמעותי במשפחה האבלה. מבקרים רבים, לפעמים ממוצע של 150 איש ליום, נכנסים ויוצאים במשך כל שעות היום. מתרחשים תהליכים של תישאול (debrief) והפנמה של האירוע. יש מי שמדבר על האבל, ויש מי שמדבר על מסורת, או על דת או על פוליטיקה, או מעניק עצות אישיות מתוך ניסיון דומה. קיימת התייחסות לאירוע עם הדגשה של המשכיות החיים. בנוסף קיים מנגנון נוסף של פורקן שבו המתאבלים והאורחים בוכים ביחד ומפסיקים כדי לעבור לשיחות על נושאים מגוונים. אך מנגנונים שונים אלו אינם פועלים באופן מלא, עקב הרדמת חושיה של האשה המתאבלת בימים הראשונים של האבל, כאשר החברה התומכת מגיעה לביקורי תנחומים. אך, כאמור, כאשר פגה השפעתן של התרופות, החברה מסביב לאלמנה מסרבת לחזור על תהליך עיבוד האובדן שהיה אמור להתרחש בימים הראשונים שלאחריו, ובכך היא עוזרת להמשיך דיכוי התגובות הטבעיות של המתאבלת.

תהליך האבל המקובל הוא בעייתי גם בגלל ההעלאה על נס (glorification) של עצם האבל. במקום שהחברה תגיד: "הייתה תקופת האבל, אך בני המשפחה ידעו להתמודד כראוי עם האובדן", ההתייחסות היא הפוכה: יש האדרה של האשה, האם, האב, או כלל המשפחה אשר התמוטטו עקב האובדן. ואז מתחיל אצל האשה המתאבלת תהליך של למידה: היא לומדת כי אם היא רוצה להיות מקובלת בחברה, עליה להתמוטט נפשית ופיסית. זהו תהליך הרסני, שמנחיל חוסר התמודדות פסיכולוגית ראוייה עם האובדן. זו דוגמה נוספת למצב שהחברה, במקום לעזור לאלמנה להתמודד טוב יותר עם בעיותיה, מעודדת, ואפילו מכריחה, אותה לאמץ דפוס התנהגות שהוא דיס-פונקציונלי מבחינה פסיכולוגית, אם כי פונקציונלי מבחינה פוליטית. לכן, נשים אבלות "בוחרות" להרגיש כאב ומועקה גדולים יותר ולהתמוטט עקב האובדן.

תופעה זו גורמת לפגיעה משמעותית גם בילדי המשפחה. כאשר אחד מהילדים מת בפעולת התאבדות, תהליך החיברות שתואר לעיל גורם לאם לרצות להקדיש עצמה לאבל עליו, ולכן היא מורידה את רמת התפקוד שלה בכל הנוגע לניהול משק הבית והטיפול בילדים, מבחינה פיסית ורגשית כאחד. יש הנשים שכלל לא חזרו לתפקד; הן מקדישות את כל זמנן לשהייה בחברת נשים אחרות שאיבדו את ילדיהן, מבלי שיעשו דבר כדי לעזור לעצמן. במילים אחרות, הן נתקעות בשלב הראשון של הטראומה, מבלי שימשיכו לשלבים מתקדמים יותר של תגובה לאובדן. במצב כזה החברה אמנם תיארה נשים אלו כאמהות טובות, אך בפועל גרם יחס זה לפגיעה ניכרת בשאר ילדיהן. ואכן, ילדים רבים במשפחות כאלו נקלעו למצבים נפשיים קשים מאוד, לא רק בשל אובדן אחיהם, אלא עקב תגובת אמותיהם, שהזניחו אותם.

האמהות היו צריכות בכל מקרה להתמודד גם עם השפעת המוות על ילדיהן האחרים. אמהות רבות דיווחו על בעיות עם ילדיהן המתבגרים, שאיימו כי יבצעו פעולות התאבדות – כדי שיהפכו להיות חשובים יותר בתוך המשפחה, כדי שיוכו באהבתן. חלק מילדים אלו קינאו

באח שהתאבד – ובסתר ליבם אף שנאו אותו – על תשומת הלב, האהבה וההערכה שלהן זכה מצד החברה והמשפחה. כאשר הביעו את קנאתם בפומבי, הם הותקפו בטענות כמו: "מה פתאום אתה מקנא? אחיך הוא שהיד, אתה מקנא באח שהיד? מי אתה? אתה אנוכי אם אתה מקנא". תגובות כאלו הכניסו אחים אלו למצב בעייתי: מצד אחד הם ראו שכל החברה אוהבת ומכבדת את אחיהם שהיד שגם הם אהבו, אבל מצד שני הם גם קינאו בו ושנאו אותו – אך לא יכלו לבטא זאת בפומבי. ונוסף על כך החברה גרמה להם רגשות אשם על מה שהם חשו. כלומר, כל ההתייחסות אל ילדים הללו הייתה בעייתית, ולא איפשרה להם להתגבר על מצוקותיהם.

האובדן שנחווה במהלך מהאינטימאדה גרר אחריו גם פרדוקסים שונים, אשר גרמו לבעיות קשות בקרב בני משפחות ההרוגים. למשל, פעמים רבות הפנסיה המשולמת למשפחת השהיד היא מקור ההכנסה היחיד של המשפחה. כלומר המוות הפך להיות המקור היחיד לכלכלת המשפחה, לחיים. הרבה משפחות אינן רוצות לדבר על כך, אחרות מכנות את דמי הפנסיה הללו "כסף דם", היות שהוא מגואל בדם יקיריהן; עם זאת, הן נרתעות מלחשוב על כך אם כי אינן נמנעות מלקחת אותו. היו שמועות – לא ממקור ישיר, אלא מנשים ששמעו מנשים אחרות – שבני משפחות עניות אמרו: "הלוואי שאחד הילדים שלנו יהיה שהיד, ואז תהיה לנו הכנסה בטוחה". שיחות אלו מבטאות יותר מכל את הדוחק ואת המועקה הנפשית והכלכלית של משפחות פלסטיניות כתוצאה מהכיבוש.

פרדוקס אחר נוצר בנוגע להגנת חיי הילדים. לעיתים קרובות הצעירים, במיוחד המתבגרים שביניהם, רצו לצאת מחוץ לביתם כדי לראות מה הצבא עושה, ליידות אבנים, לעמוד מול הטנקים, או ללכת לאסיפה שיתכן שתניחן בה הדרכה למתאבדים. ההורים לא רצו שהילדים ייצאו מביתם, כי כמו כל הורים נורמאליים הם רצו לשמור על חיי ילדיהם – בניגוד לתיאור התנהגות ההורים הפלסטינים בחדשות בישראל, כאילו הם מעודדים את ילדיהם לפעול כנגד הצבא. היו מקרים שבהם הורים שנכשלו בניסיונם למנוע מילדיהם לצאת מן הבית, הם איימו על ילדיהם כי יקראו לצבא כדי שיעצור אותם. למשל, אשה אחת יצאה מביתה, ואמרה לחיילים: "הבן שלי הולך לעשות פעולת התאבדות, תעצרו אותו". היא הסבירה מדוע עשתה זאת: "אני אם. אמרתי לעצמי שעדיף שבני יהיה פצוע, אפילו יהיה אסיר לעשר שנים מאשר ימות". בהתחלת המפגשים, האשה הזו התביישה לספר בקבוצה את שעשתה, מחשש שתוגדר כמשתפת פעולה. שיתוף הקבוצה במעשה זה שלה היה הדבר הקשה ביותר עבורה. כך יצא, שהיו בקבוצה נשים שהאובדן שלהן היה מעצר הילד שלהן, והיו לעומת זאת נשים שרווח להן כאשר דווקא הכניסו את ילדיהן למעצר.

במהלך האינטימאדה הורים נקלעו להרבה מצבים כאלו של סתירות פנימיות, שבהם הם נאלצו בלחץ של זמן והקשר לקבל החלטות קשות וחשובות. כאשר ההורים תיארו בקבוצות את מה שעשו, פתאום נראו להם החלטותיהם ומעשיהם לא הגיוניים ובעייתיים. הבעיה רק

הוחרפה כיוון שלאחר מכן האנשים בדרך כלל לא עיבדו – בעצמם או עם אחרים – את האירועים וההתלבטויות נוכח ההחלטות שקיבלו, כי לא היו להם זמן או אנרגיה לכך.

השפעות המצבים הקשים הללו על הנשים שחוּ אוּבדן באו לידי ביטוי גם בממצאים הסטטיסטיים של המחקר שערכנו: במהלך האינתיפאדה הנוכחית רבות מהן החלו לסבול מבעיות שונות, נפשיות וגופניות, שמהן לא סבלו לפניו. למשל, לגבי בעיות נפשיות – בעוד שלפני האינתיפאדה רק 5% מהנשים פחדו מבדידות, אחוז זה גדל במהלכה ל-31%, תחושות של פאניקה גדלו מ-5.7% לפני האינתיפאדה ל-41.8% במהלכה, ובעיות שינה – מ-8.6% ל-54.8%.

לגבי בעיות גופניות, יש הרבה פרסומים על כך שבחברה הערבית נשים – יותר מגברים – מביעות את מועקתן הנפשית דרך גופן. קרי, הן מפתחות בעיות פסיכוסומטיות, או שהן מתארות את המצב שלהן במונחים סומאטיים. וכך, אשה אומרת: "הלב שלי כואב", כאשר היא רוצה לומר שהיא עצובה. הדבר בא לידי ביטוי גם בממצאי המחקר שלנו. למשל, אחוז הנשים ההולכות בתכיפות גבוהה לרופא גדל מ-2% לפני האינתיפאדה ל-18% במהלכה. רק בבעיות אכילה לא חל גידול במהלך האינתיפאדה, שכן בחברה הערבית לא נהוג להתמודד עם בעיות נפשיות באמצעות הפרעות כאלה. הטבלאות הבאות מתארות בעיות שונות שהתפתחו אצל נשים בהשפעת האינתיפאדה השנייה ובמהלכה.

טבלה 1: בעיות ריכוז, שינה ושמיעת קולות

תדירות המקרה שנן הבעיות	לפני פרוץ האינתיפאדה השנייה						אחרי פרוץ האינתיפאדה השנייה					
	תמיד		לפעמים		בכלל לא		תמיד		לפעמים		בכלל לא	
	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%
בעיות ריכוז	7	2.3	73	24.3	139	46.2	119	39.5	74	24.6	22	7.3
סיוטים בשינה	13	4.3	60	20.1	129	43.1	89	29.7	64	21.3	60	20.0
שמיעת קולות מדומים	10	3.4	42	14.1	173	58.1	83	27.8	67	22.4	67	22.4

טבלה 2: בעיות רפואיות ופסיכוסומטיות

תזירות המקרה	לפני פרוץ האינתיפאדה השנייה						אחרי פרוץ האינתיפאדה השנייה					
	תמידי		לפעמים		בכלל לא		תמידי		לפעמים		בכלל לא	
	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%
תלונות על כאבים	10	3.4	51	17.2	155	52.4	126	42.4	24	8.1	64	21.5
נטילת משככי כאבים והרגעה	8	2.7	55	18.7	166	56.5	93	31.6	37	12.6	95	32.3
ביקור אצל רופא	6	2.0	63	21.1	136	45.5	56	18.7	68	22.7	93	31.1

טבלה 3 – פחדים

תזירות המקרה	לפני פרוץ האינתיפאדה השנייה						אחרי פרוץ האינתיפאדה השנייה					
	תמידי		לפעמים		בכלל לא		תמידי		לפעמים		בכלל לא	
	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%
פחד מבדידות	15	5.0	52	17.3	158	52.5	93	31.0	42	14.0	100	33.3
פאניקה	17	5.7	64	21.5	141	47.3	125	41.8	58	19.4	45	15.1
פחד מחושך	13	4.4	55	18.5	166	55.9	63	21.3	23	7.7	14	4.7
פחד מכיבוש צה"ל את השכונה	134	45.1	45	15.2	71	23.9	59	19.8	58	19.5	91	30.5
פחד מרעש הטנקים והבולדוזרים	61	20.5	49	16.4	105	35.2	185	62.1	24	8.1	48	16.1

טבלה 4 – איבוד שליטה

תזירות המקרה	לפני פרוץ האינתיפאדה השנייה						אחרי פרוץ האינתיפאדה השנייה					
	תגיד		לפעמים		בכלל לא		תגיד		לפעמים		בכלל לא	
	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%
בכי בלתי נשלט	13	4.3	93	31.1	95	31.8	110	36.7	91	30.3	18	6.0
חוסר שליטה רגשית ופיסית	3	1.0	33	11.2	186	63.1	50	17.1	42	14.3	106	36.2
כעס מתמיד	4	1.3	76	25.3	134	44.7	99	33.2	59	19.8	61	20.5
עצבנות מתמידה	14	4.7	84	28.1	90	30.1	124	41.3	62	20.7	25	8.3

טבלה 5 – תופעות דיכאוניות

תזירות המקרה	לפני פרוץ האינתיפאדה השנייה						אחרי פרוץ האינתיפאדה השנייה					
	תגיד		לפעמים		בכלל לא		תגיד		לפעמים		בכלל לא	
	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%	מס' המקרים	%
בעיות שינה	26	8.6	44	14.6	140	46.5	165	54.8	60	19.9	14	4.7
אובדן תאבון	12	4.0	59	19.6	134	44.5	105	34.9	66	21.9	36	12.0
תאבון יתר	10	3.3	94	31.2	119	39.5	10	3.3	29	9.7	17	5.8
התבודדות	8	2.7	73	24.3	133	44.3	73	24.2	75	25.0	45	15.0

טבלה 6 – התנהגות מסיכו־ חברתית

לפני מרוץ האינתיפאדה השנייה												אחרי מרוץ האינתיפאדה השנייה				מזרח התיכון טווח המעקב
המזרח				למערבים				בכלל בא				המזרח				
מס'		%		מס'		%		מס'		%		מס'		%		
המקרים		%		המקרים		%		המקרים		%		המקרים		%		השפעת המצב הפוליטי על החלב
44		15.1		8		27.3		225		77.3		64		22.0		
21		73.2		4		1.4						21		73.2		
17		5.6		10		33.92		80		26.8		95		31.6		
13.3		40		22.9		69		31.6		26.8		80		33.92		הסתגלות בתוך הבית
9		3.0		84		28.1		87		29.1		34		11.4		
31.8		95		21.4		64		11.4		34		29.1		87		היעדרות חוזרת מהבית
95		31.8		21.4		64		11.4		34		29.1		87		

כל הנתונים הללו לימדו, כי נשים אלו היו זקוקות לטיפול מקצועי. במהלך העבודה הינחה אותנו עיקרון היסוד של גישת הרגישות התרבותית, שיש לטפל בנשים באופן שמתאים להן. באופן כללי פעלנו בשני כיוונים: ראשית, הענקנו לגיטימציה לכל סוגי הרגשות שעלו אצלן עקב האובדן. אמרנו להן: "כאן בקבוצה מותר לכן להגיד כל מה שאתן חושבות. אנחנו לא נעשה דבר נגד אף אחת בגלל מה שהיא תאמר. הדברים שתאמרו לא יעברו לאף גורם העלול לאיים עליכן". לפני שהנשים הגיעו לקבוצות התמיכה, הן היו מכוונסות בתוך האבל שלהן – כאלמנות, כאמהות וכו'. בתקופה הראשונה איפשרנו לכל אחת מהן לדבר על האובדן שלה ועל אופן התמודדותה עמו. לימדנו אותן שיש להן זכות להביע את עצמן ואת הרגשות אמיתיים שלהן, שהן לא צריכות לשכנע אחרים ברגשות שלהן ושהן גם לא צריכות להתווכח עם אחרים על הרגשות שלהן. אם אמו של השהיד חשבה שהיא יותר חשובה מאלמנות, הענקנו לגיטימציה לסוג זה של ויכוח. עודדנו פתיחות וקבלה: זה מה שהיא חושבת, ואין כל צורך שהאלמנה תדרג את עצמה או תנסה לשכנע את האם שהיא פחות חשובה ממנה.

מדבריהן למדנו על מספר דרכי התמודדות עם האובדן. חלקן אמרו כי היות שזה המצב של כלל החברה הפלסטינית מצבן אינו ייחודי והן משלימות עם כך, קרי, "צרת רבים חצי נחמה". אחרות שיכנעו את עצמן שאובדן הוא סוג של תרומה למאבק נגד ישראל, וככזה, הן היו מוכנות לשלם את המחיר הנדרש. כזכור, כל קבוצה הייתה מורכבת מנשים שחוו אובדן, אבל כאשר, למשל, משהי שבנה איבד עין שמעה על מקרי האובדן הקשים יותר של נשים אחרות, היא אמרה לא פעם: "ברוך השם, הבן שלי נפגע פחות קשה". כלומר, הייתה הקלה על רקע הקלות היחסית של האובדן האישי. ולבסוף, הנשים ראו את מצבן הראשוני, הקשה, כזמני, וציפו כי עם חלוף הזמן, גם אם הכאב לא יעבור לחלוטין, הוא ייחלש.

מהמפגש השביעי-שמיני התחלנו לומר להן: תסתכלנה מסביבכן, מי עוד איבד אותו אדם שאתן איבדתן? ואז הן "גילו", למשל, את ילדיהן האחרים ואת הבעלים שלהן, אבות הילדים שנפגעו, מפני שבחברה הפלסטינית לא מדברים, למשל, על האב הפלסטיני השכול. ואז עולה השאלה: מדוע, בעצם, זה כך? למה אנחנו מאודירים רק את תפקיד האם או האשה, כאשר אנחנו רוצים שיהיה שינוי חברתי לקראת שוויון?

הנשים גילו פתאום גם את החברים של בניהם המתים, אותם אנשים שעמם בילו בניהם את מרבית זמנם – יותר מאשר עם משפחתם – אך לאחר מותם, אף אחד לא התייחס לאובדן שהם חוו. לכן עודדנו את האמהות להזמין את החברים לביתן, כדי לעבד יחד עמם את האובדן.

היו אלמנות שהיו כל כך מכונסות באבל הפרטי שלהן, שרק כאשר הן שמעו את האמהות בקבוצה מדברות על האובדן שלהן, הן החלו לגלות רגישות לכאבן של האמהות של הבעלים שלהן שמתו, ולהיפך. כלומר, עצם ההשתתפות והחשיפה בתוך הקבוצה לסוגים הרבים של אובדן גרמה להעלאת מודעותן ולהגברת רגישותן של כל המשתתפות כלפי אובדנם של אחרים משמעותיים בסביבתן המיידית.

במסגרת כיוון הטיפול השני בדקנו באופן פרטני את אורח החיים של כל אשה לפני התרחשות האובדן, את הסביבה החברתית-קהילתית שלה, וניסינו יחד עמה להגיע להבנה לגבי האופן שבו הקהילה שלה תוכל לתמוך בהמשך חייה הנורמליים. באופן ספציפי יותר נקטנו פעולות שונות, בשילוב טכניקות שונות, כדי שהנשים תטפלנה במתחים המצטברים שלהן. למשל, השתמשנו במטלות היומיות בחיים ככלי תרפויטי. עקב האובדן, נשים אלו הפסיקו לתפקד, חדלו לנהל את הבית – לרבות בישול, ניקיון וטיפול בילדים – לטפל בעצמן, לצאת מהבית וכו'. אנחנו עודדנו אותן לחזור לעשות את הדברים שהן נהגו לעשות בעבר, ולומר לעצמן שהן עושות זאת מתוך אהבה, גם לעצמן, גם לילד שמת, וגם לילדים החיים. עודדנו נשים שאהבו להכין ממתקים ולאפות עוגיות ומאפים וחדלו לעשות זאת עקב האובדן, לחזור לעשות זאת, להזמין לביתן את החברים של בן המת, כדי לאכול את האוכל שהוא אהב וכדי שהם יתחילו לדבר על הבן – על מנת לעודד פורקן קולקטיבי. נשים גם החלו לאפות דברי מאפה שונים ולחלק אותם כמתנה או ככפרה על המת. עשייה זו דומה לטיפול באמצעות אמנות או פיסול בחימר, שמטרתו להפיג מתח ותוקפנות. הפעולה ושיתוף החברים העצימה אותן ונתנה להן תחושה שהן יכולות לעשות משהו מסורתי, שלא האמינו קודם שהן תצלחנה לעשותו. עודדנו נשים לצאת מביתן ולשתות קפה עם השכנות, נוהג מקובל על נשים אולם מטרה לביקורת מצד גברים בחברה הערבית. ביקורים אלו היוו מנגנון של תמיכה קבוצתית עבור הנשים הללו, ואיפשרו להן לשהות מדי יום ביומו, עם תחילת היום, בסביבה מאוד מוגנת של 4-5 נשים אחרות, לשתות עמן קפה, לסכם עמן את אירועי יום האתמול, ולתכנן

את היום הנוכחי. הנשים למדו לשתף פעולה עם נשים תומכות, ולהתנתק מנשים שגורמות ללחץ חברתי או נפשי נוסף.

בנוסף, בחברה הפלסטינית רווח מנהג של שירת מקוננות. לכן, מנשים שלא ידעו קרוא וכתוב ביקשנו ללמוד שירים של מקוננות ולשיר אותם כדרך להביעה את מצוקתן האישית בעת הצורך, וכן, בימי השנה למות בן. הצענו להן שתאסופנה את ילדיהן ואת חבריו של הבן, כדי לארגן אלבומים של תמונותיו או כדי לשוחח עם עליו חבריו. נשים שיודעות קרוא וכתוב עודדנו לחבר שירים – וגם סיפורים – על ילדיהן שמתו, ולשלוח את פרי עטן לעיתונים מקומיים. כך חזרו הנשים להיות חלק מקהילתן.

עודדנו גם את הנשים שלא הורשו להשתתף בהלוויית יקיריהם – מטעמי מסורת או כתוצאה מפירושים דתיים שונים – או שנאסר עליהן לבקר בבית הקברות לעיתים קרובות מאותם טעמים, ללכת כל יום במסלול של הלוויית יקיריהן. המטרה הייתה שהן תעשנה פעילות גופנית – כי הן היו מאוד מתוחות פיזית, וזה היה אמור לעזור להן להירגע, נוסף על הצורך שלהן לרכוש בחזרה את תחושת השליטה על האירועים המרכזיים והחשובים בחייהן. ואכן, נשים רבות אימצו רעיון זה כחלק משגרת יומן. חלקן אפילו נכנסו לבתי הקברות שבהם קבורים אהוביהן, ובמקום להתפלל הן התחילו לצעוק; כך שהן קיבלו "רשות" מאתנו לעשות – ועשו – את כל הדברים שהיו אסורים עליהן עד אז.

אשה אחת, שבהפגזה על מחנה הפליטים בג'נין הפכה משותקת בארבעת גפיה, נרשמה בעידוד המנחות ללימודים באוניברסיטת שכם. הובטח לה, כי במיוחד למענה יועברו הלימודים בחוג שבו תלמד לקומת הקרקע של הבניין, כדי שהיא תוכל להגיע לכיתה עם כיסא הגלגלים שלה. נשים אחרות עודדנו לצאת לעבודה, כריפוי בעיסוק. נשים שהיה בבעלותן שטח אדמה קטן ליד הבית החלו לגדל ירקות שונים, וכך היה להן אוכל עבור משפחתן, הן חילקו גם מתנות מהתוצרת החקלאית שלהן, ואפילו מכרו ממנה לנשים אחרות ובשוק של בית לחם – וכך גם הרוויחו כסף. בנוסף, היות שהכרנו היטב את משפחותיהן של אותן נשים, הרי בגע זיהינו שקיימת בעיה פסיכולוגית של אחד הילדים, יצרנו קשר עם המוסדות המקצועיים המטפלים בילדים וביקשנו את עזרתם. ואכן, בקשותינו נענו.

העבודה הרבה שנעשתה במסגרת הקבוצות נתנה את אותותיה בתחושותיהן ובהתנהגותן של הנשים. הן החלו לצאת מהבית, להתקלח, להתלבש, לתכנן את חייהן, ולסדר את ביתן לקראת בוא מבקרים אליו. הן חזרו לתפקד כפי שתפקדו בעבר כנשים, כחברות לשכנות שלהן, וכשותפות לגברים שלהן. הייתה להן קצת הכנסה כספית משלהן, לכל הפחות כדי להאכיל את ילדיהן. כאשר הן הזמינו את החברים של הילדים שלהם או הבעלים שלהם, אנשים הביאו להן מתנות. פתאום הקהילה כולה – לא רק האשה – חזרה לתפקד. אנחנו לא שיקמנו את הבתים שנהרסו ולא השבנו לחיים את הילדים או הבעלים, אבל עזרנו להן בצורות אחרות.

הנשים התחילו לדבר עם אנשים אחרים ולספר על הפרויקט והקבוצות, ופתאום נשים נוספות שחוו אובדן, כמותן, רצו להצטרף לקבוצות. המטרה של מחקר הפעולה הושגה.

לאחר שטיפלנו בנשים בחלק הראשון של מחקר הפעולה, אנו מתחילות לתכנן כעת את החלק השני שלו, שבמסגרתו נכשיר חלק מהנשים בכל קבוצה לטיפול בנשים ביישוב שלהן שחוו אובדן מהסוג שהן עצמן חוו. אנו נדריך אותן מה לומר לאותן נשים, כדי שהן תדענה איך להתאבל באופן הנכון עבורן כבר מההתחלה, ותממשנה את הנרטיב האישי שלהן – ולא את הנרטיב הרשמי-פוליטי של האובדן באינתיפאדה.

