

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

יעל דיין-פרחי ואוריה תשבי

מאמר זה מציג ממצאי מחקר איכותני שבדק כיצד משתנה התפיסה הסובייקטיבית של האם את הקשר שלה עם הילד הבכור, לאחר לידת הילד השני. במחקר רואיינו עשר אימהות לשני ילדים שגיל ילדן השני עד שנה. בחרנו להתמקד בתהליכים הפנימיים, התוך-נפשיים, המתרחשים אצל האם, ולנסות להבינם מזווית ראייה של התיאוריה הפסיכואנליטית. בראיונות ניתן לראות שאימהות עוברות משבר התפתחותי לאחר לידת הילד השני, וחווה התערעור בקשר עם הילד הראשון, המשפיעה על חווייתן כאימהות: הן נאלצות להתמודד עם התנהגויות רגרסיביות מצידו של הבכור, עם הצפה של רגשות שליליים שלהן, עם תנודות בין קרבה לריחוק רגשי כלפי הילד הבכור, ועם ניסיון להשיג איוון פנימי מחודש. נראה כי הולדת ילד שני הינה נדבך נוסף בספירלה ההתפתחותית של האימהות, ואותה בחרנו לכנות בשם "אימהות סינכרונית מתפתחת".

מילות מפתח: אימהות, סובייקטיביות של אימהות, ילד שני

מבוא

בספרות המקצועית יש התייחסות נרחבת לתהליכים העוברים על אישה במעבר לאימהות. מרביתה מתייחסת להיבטים הפיזיולוגיים והפרקטיים של האימהות, ומיעוטה מתייחסת לעולם המנטלי, שבו מתעצבת הזהות החדשה של האישה כאם. כמו כן, הספרות מתייחסת בעיקר למעבר הראשוני לאימהות, וכמעט שאין התייחסות לחוויית האימהות כחוויה משתנה ומתפתחת במהלך חייה של אישה. מחסור זה במחקרים שעוסקים בחוויה הסובייקטיבית של אימהות הביא אותנו להקשיב לחווייתן האישית של אימהות, כפי שהן מגדירות אותה בקולן האישי ובשפתן.

המחקר התמקד בחוויה הפנימית שעוברת אם עם הולדת ילדה השני ובשינוי שחל בחוויית האימהות בקשר שבין האם לילד הבכור – היבט שעדיין לא נחקר. היותנו חוקרות ובעלות מקצוע העוסקות בטיפול הנשען על הגישה הפסיכודינמית הביאה

אותנו להתבונן בחוויית האימהות שתיארו האימהות בראיונות, ולנסות להבינה מנקודת מבט פסיכואנליטית.

אימהות בתיאוריה הפסיכואנליטית

התיאוריה הפסיכואנליטית חוקרת את עולמו הפנימי של האדם, אולם אינה עוסקת בעולמה הפנימי של האם. פלגיה-הקר (2005) דנה במושג "האם כסובייקט" בתיאוריה הפסיכואנליטית, ומראה שהאם כסובייקט נעדרת מהשיח התיאורטי והקליני, בפער עצום ממרכזיותה בו כאובייקט. אצל רוב התיאורטיקנים, מפרויד ועד ימינו, האם מתוארת מנקודת המבט של הסובבים אותה, בעיקר מנקודת מבטו של הילד, ללא עניין במפגש עם האם או בהכרת החשיבות של חווייתה.

התיאוריה הפסיכואנליטית ראתה את מקור האימהות בפתרון התסביך האדיפלי, הוויתור על קנאת הפין והחלפתה במשאלה להתחתן עם גבר וללדת ילד (Freud, 1924). מבחינה היסטורית, דויטש (1962) הייתה הראשונה אשר דחתה תיאוריה זו והתמקדה באימהות ובתיאור ההיריון וההנקה, אולם לא מנקודת הראות של האם אלא של הילד. הורני (1939, בתוך סיירס, 2000), בדומה לדויטש, תיארה את הצורך של אימהות באינטימיות עם התינוק, וטענה כי התשוקה לאימהות היא אינסטינקטיבית. היא השתמשה בניסיון האימהי שלה עצמה כדי לטעון, בניגוד לפרויד, כי הפסיכולוגיה של האישה נקבעת על ידי הזדהות מולדת עם האם, ולא על ידי הזדהות עם האב הנוחלת אכזבה. יחד עם זאת גם הורני התבוננה באם דרך עיני הבת ולא מנקודת מבטה של האם. קליין (1946), הנתפסת בעולם הפסיכואנליטי כמי שהמשיגה את האם ואת האימהות, מקבעת אף היא את זווית ההסתכלות על האם בעיני התינוק. היא שמה דגש על ייצוגי האם בעולם הפנימי של התינוק, וכמעט שלא עסקה באם הממשית.

ויניקוט (Winnicott, 1956/1987) היה הראשון שעסק במפורש בעצם קיומה של חוויית האימהות בתיאור "ההתמסרות האימהית הראשונית", המאפיינת את האם בחודשי החיים הראשונים של התינוק. מצב נפשי זה הוא מצב של נסיגה דיסוציאטיבית, שנועדה להגיע לרגישות הנכונה הדרושה לסיפוק צרכיו של התינוק תוך הזנחת צרכיה שלה. וויניקוט אומנם התייחס לעולמה הפנימי של האם, אולם גם הוא התמקד באותו חלק מעולמה שנמצא בשירות התינוק. בשונה מוויניקוט, ולראשונה בתיאוריה הפסיכואנליטית, מדברת בנג'מין (Benjamin, 1988) על הצורך להבין את חוויית האימהות הפנימית גם כשהיא לא בשירות התינוק אלא כעומדת בזכות עצמה. תרומתה העיקרית של בנג'מין לתיאוריה הפסיכואנליטית היא תהליך

"ההכרה ההדדית" של האם והילד זה בזה, כלומר יכולתו של הילד להכיר בכך שהאם היא ישות נפרדת ויש לה צרכים שונים משלו, כפי שהאם מכירה בו כישות נפרדת. לפי גישה זו יש לסובייקטיביות של האם מקום משמעותי בפרדיגמה ההתפתחותית הכוללת את האם ואת ילדה. יחד עם זאת, פלגיה-הקר (2005) מראה שאף על פי שבנג'מין תורמת לתיאוריה של הסובייקטיביות האימהית, היא מתעכבת מעט מדיי ובאופן שולי על המתרחש בעולמה הנפשי של האם. על כן יש לחזור ולפתח את התפיסה התוך-נפשית ולהבנות את הסובייקטיביות של האם כפי שהיא עצמה חווה אותה. לטענתה, התופעה של התמקדות באם כאובייקט של התינוק, והתעלמות ממנה כסובייקט נפוצה גם כיום, אפילו בקרב חלק מהכותבות הפמיניסטיות, כגון צ'ודורו וקונטרטו (Chodorow & Contratto, 1982), הירש (Hirsch, 1989) וסולימן (Suleiman, 1985). גם כאשר המטרה המוצהרת של החוקרים הייתה לספק את זווית הראייה של האם, כפי שניסו באסין, האני ומהרר-קפלן (Bassin, Honey, & Mahrer-Kaplan, 1994) בספרן *Representations of motherhood* הן מצאו עצמן, שוב ושוב, מתפתות לעזוב את זווית הראייה של האם ולתארה דרך עיני הבת.

סטרן (2000) תיאר התפתחות של ארגון נפשי אימהי, שהוא מכנה "הקונסטלציה האימהית". בשונה מפרויד, שתפס את הזהות האימהית כמתארגנת מתוך הקונפליקט האדיפלי, סטרן מתאר תהליך התפתחותי ייחודי של חוויית האימהות, שראשיתו במהלך ההיריון, והוא נבנה על שלושה סוגי שיח: השיח של האם החדשה עם אמה שלה, השיח שלה עם עצמה (עצמי – לעומת עצמי כאם) והשיח עם העובר המתפתח. בהמשך הוא מתייחס לשלושה "הריונות" המתפתחים במקביל: ההיריון הממשי, התינוק הדמיוני, ותפיסת האישה את עצמה כאימא. סטרן טוען כי בשלושים השנים האחרונות ניתן היה לצפות מהתנועה הפמיניסטית להוביל את הדרך בבחינת העולם הפנימי של האם והקשר בינה לבין לילדיה.

מחקרים על מהות חוויית האימהות

כדי לבחון את השינוי שחל בחוויית האימהות כלפי הילד הבכור לאחר הולדת הילד השני, יש להבין קודם את החוויה הראשונית ואת התגובות האמוציונליות המאפיינות את המעבר לאימהות. לעומת מחקרים מוקדמים בנושא זה, אשר נטו להדגיש אחד מהשניים – רגשות שליליים המציפים את האישה במעבר לאימהות (Caplan, 1960; Yalom, 1968) או רגשות חיוביים המתעוררים במהלך ההיריון והאימהות המוקדמת (גורביץ, 1982; Feldman & Nash, 1984) – מחקרים עכשוויים

מדגישים את המורכבות הרגשית של חוויית האימהות ונותנים לגיטימציה לקיום רגשות חיוביים ורגשות שליליים זה לצד זה.

אוברמן וג'וסלסון (Oberman & Josselson, 1996) טוענות כי רגשות חיוביים ורגשות שליליים יכולים להתקיים באימהות זה לצד זה, וניתן לראות את האימהות כתנועה בין שני קטבים אלו. בדומה, גם לופטון (Lupton, 2000) וניקולסון (Nicolson, 1999), שראינו אימהות לילד ראשון במספר נקודות זמן, מתייחסות למורכבות הרגשית שאימהות מבטאות. הן מתארות פרדוקס בין שתי חוויות מנוגדות שאימהות חוות באימהות: השמחה והאושר שהן חשות ביחס לאימהותן, מול הקושי והדיכאון הכרוכים בהתמודדות עם המחיר שהאימהות גובה מהן. אימהות חיות במתח מתמיד בין סיפוק צורכי התינוק ובין סיפוק צרכיהן, ומתמודדות עם רגשות אשם לגבי צרכים אלה (Falk, 2001), כמו עם השאיפה לקריירה לעומת אימהות (Oates, 2008). כותבות פמיניסטיות עכשוויות נעות בין העמדה כי נשים לא צריכות להיות מוגבלות בגלל הטיפול בילד ובין ההכרה הגדלה והולכת כי נשים רבות חוות גידול ילדים הן כמאמץ מתיש המדלד את כוחות האגו והן כחוויה עשירה ומעצימה (גוטליב-רגב, 1998; Oberman & Josselson, 1996; Lupton, 2000). מחקרי אורך מצביעים על גיבוש חוויית האימהות כתהליך הנמשך זמן רב אחר הלידה (Brown, 2005; Miller, 2007).

בספרות מופיעים גורמים שונים המשפיעים על חוויית האימהות הראשונה. ניתן לארגן את הגורמים המודגשים ביותר בספרות על שני צירים: האחד מתייחס לגורמים חיצוניים בסביבתה של האם והשני מתייחס לגורמים פנימיים, אינטרה-פסיכיים.

ציר חיצוני: גורמים חיצוניים המשפיעים על התפתחות חוויית האימהות

1. *הקשר עם האם*. רוב החוקרים גורסים כי לאופי הקשר עם האם והחוויות הקשורות אליה בעבר ובהווה יש השפעה משמעותית על גיבוש החוויה של האם הצעירה את האימהות שלה (סטרן, 2000; Charles, 2006; Fonagy, 2001; Pines, 1982).
2. *תמיכה של הבעל*. נמצא כי השתתפות הבעל ותמיכתו באופן פעיל בתהליך המעבר להורות עוזרים ותומכים באישה ומשפיעים על הסתגלותה לאימהות (ירושלמי, 2001; סטרן, 2000; Shereshfsky & Yarrow, 1973; Leifer, 1980).
3. *הנקה*. מצד אחד ההנקה מסבה לאימהות הנאה רבה ותחושה של אינטימיות ואחדות עם התינוק, ומצד שני מעוררת תחושות של חרדה מכך שהתינוק אינו אוכל מספיק, אי נוחות ותחושת תלות מעיקה (גוטליב-רגב, 1998; סטרן, 2000).
4. *אפיוני התינוק*. לאפיוני התינוק השפעה קריטית על חוויית האימהות. נמצא שדרגות גבוהות של בכי, רמת עוררות, קושי בהאכלה ורמת רגזנות משפיעים

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

על ההורים בכיוון של תשישות ודיכאון, כעס ותחושת חוסר מסוגלות של האם (Leifer, 1980; Shershefsky & Yarrow, 1973; Vanden-Boom & Hoeksma, 1994)

ציר פנימי: גורמים פנימיים וקונפליקטואליים המשפיעים על האימהות:

1. **דלדול אמוציונלי מול העשרה.** הניסיון האימהי מעלה את הקונפליקט בין תחושות של הידלדלות כוחות האגו, עייפות רבה ומתח, שעלולים להוביל לרצון לברוח מן הילד, לבין הנאה מהטיפול בתינוק, תחושה של התרוממות רוח ורווחה נפשית (well being). (סטרן, 2000; פרנס-גולדברגר, 2002; Feldman & Nash, 1981; ; Leifer, 1980).

2. **הערכה עצמית כאם מול חוסר ביטחון.** הערכה עצמית של האם וביטחון באימהותה מושגים באמצעות התנסויות מספקות של האם עם תינוקה. התנסויות מתסכלות, לעומת זאת, פוגעות בתחושת הביטחון בטיפול בתינוק, וגורמות לה לחוש חרדה ותחושת אמביוולנטיות ביחס אליו (גוטליב-רגב, 1998; סטרן, 2000; Leifer, 1980; Weiss-Cooper, 2008).

3. **אהבה לתינוק מול עוינות כלפיו.** כיום חוקרים מבינים יותר ויותר כי אהבת אם היא דבר המתפתח מתוך היחסים היום-יומיים עם הילד ומתוך המאמץ היום-יומי של האם לספק את צרכיו, וכי יכולים להתעורר גם רגשות של כעס ועוינות כלפי התינוק או צורך להתרחק ממנו לזמן מה (ריץ', 1990; Oberman & Josselson, 1996), ואפילו רגש של שנאה (סגל, 2005; Falk, 2001; Lupton, 2000).

4. **סיפוק מהאימהות מול תסכול ממנה.** הסיפוק שיש לנשים מהיותן אימהות ומהקשר לתינותן, וגם התסכול מהמחיר שהאימהות גובה מהן, משפיע על חיי הרגש שלהן (Feldman & Nash, 1984; Leifer, 1980; Nelson, 2003; Nicolson, 1999).

הגורמים הפנימיים, הקונפליקטואליים, שתוארו לעיל, מתעוררים באם עם הולדת ילדה הראשון, והם מלווים הן בתחושות של בשלות, הגשמה עצמית, סיפוק ואהבה לתינוק, והן בתחושות של תסכול, עוינות, חוסר ביטחון ואמביוולנטיות רגשית. התהליכים המנטליים שעוברים על האישה ההופכת לראשונה לאם, משפיעים ומעצבים את זהותה החדשה כאם, ואת חוויית האימהות שלה.

השפעת הולדת ילד שני על יחסי אם-ילד בכור

התהליכים הדינמיים העוברים על הורים בכלל ועל אימהות בפרט לאחר הולדת הילד השני כמעט שלא נחקרו. מעט המחקרים שנמצאו מצביעים על שינוי בדפוס הראשוני

של הקשר בצורות שונות. לרוב השינוי הוא בכיוון של פחות חמימות, פחות הגנתיות ושינוי ביחסים עם הבכור באופן כללי. לסקו (Lasko, 1954), שהייתה הראשונה אשר עסקה ביחסי אם-בכור לאחר הולדת הילד השני, ערכה מחקר אמפירי ארוך-טווח שכלל 40 זוגות של אימהות וילדים (בכורים ושניים). היא ציינה כי עם הולדת הילד השני מתעוררים באם רגשות קונפליקטואליים כלפי ילדה הבכור, הנובעים מקשיי הסתגלות המלווים בחרדה, חוסר אונים ותסכול, אשמה ואמביוולנטיות רגשית. טיילור וקגאן (Taylor & Kagan, 1973) חקרו את יחסי הגומלין בין אימהות וילדיהן הבכורים, בני 2-4, בסיטואציה של חדר משחקים, עוד בתקופת ההיריון עם התינוק החדש ומייד לאחר הלידה. נמצא שגם האימהות וגם הילדים גילו פחות חמימות ואפקט ניטרלי מוגבר מייד לאחר לידת התינוק. בדומה לכך במחקרם של טוריס, קרומלו והרדינג (Touris, Kromelow, & Harding, 1995) נבחנה איכות ההתקשרות בין אם לילדה הבכור במהלך סוף ההיריון עם הילד השני ועד חצי שנה לאחר הלידה. תוצאות המחקר הראו כי חל שינוי בהתקשרות בין האימהות לילדיהן הבכורים בשני כיוונים, מתחושה של ביטחון לתחושה של חוסר ביטחון ביחסים ולהיפך. השינוי הגדול יותר היה מביטחון לחוסר ביטחון. גם דאן וקנדריק (Dunn & Kendrick, 1980), אשר במחקרן נצפו 40 משפחות לפני הלידה השנייה ואחריה, מצאו כי 28 אימהות דיווחו על רגרסיה ביחסים עם הילד הבכור ו-25 אימהות דיווחו שילדן הבכור הפגין יותר עצמאות והתקרבות לאם (חלק דיווחו גם על רגרסיה וגם על התקדמות). בלסינק-קריג (Balsink-Krieg, 2007) השוותה בין אימהות לילד ראשון ואימהות לילד שני ברמת הלחץ, איכות חיי הנישואין ותפיסת תפקידים. במחקרה לא נמצאו הבדלים בין האימהות במשתנים השונים, אם כי נמצאו מקורות מתח ולחץ שונים. במחקר אחר (O'Reilly, 2002) רואיינו 10 אימהות לילד שני, ונמצא כי עיקר ההתמודדות שלהן התבטאה בחיפוש איזון משפחתי ורגשי מחדש.

מחקר יחיד שנערך בארץ בתחום חוויית אימהות לשני ילדים, עסק בסדר לידה ופערים בתפיסת אם-ילד (פישלר, 1982). המחקר טען כי יש קשר בין סדר הלידה (בכור ושני) ובין היכולת של האם להבין את ילדה ולדייק בתפיסתה את רגשותיו. נמצא כי טיפול האם בילד הבכור מאופיין בחוסר ניסיון, בחרדה, בדאגה ובהגנתיות, וגם בציפיות ובדרישות גבוהות, בעידוד ובחיזוקים קיצוניים ולא עקביים. עם הולדת הילד השני מפחיתה האם באופן דרסטי את תשומת הלב והפינוק שהיא מקדישה לבכור, והדבר מחזק את תלותו בָּאם מתוך צורך חזק להשביע את רצונה.

המחקר הנוכחי הינו מחקר אקספלורטיבי. מתוכו ביקשנו לנסח תמות וקונפליקטים מרכזיים שחווה האם לאחר הולדת ילדה השני. במחקר נבדקה הסוגיה: מהם הקונפליקטים הרגשיים ומהן התמות המרכזיות המאפיינות את הקשר אם-בכור לאחר הולדת הילד השני, כפי שמגדירות אותם אימהות בקולן האישי ובשפתן.

המחקר

שיטת המחקר

המתודולוגיה הנרטיבית נמצאה מתאימה להשגת מטרות המחקר. מטרת הגישה הנרטיבית היא לחקור את הסיפור עצמו, את חוויית החיים של האדם, ולראות כיצד המשתתפים במחקר יוצרים סדר בהתנסויות שחוו, על מנת ליצור היגיון באירועים ובפעולות המתרחשים בחייהם ונותנים משמעות סובייקטיבית לחוויית החיים שלהם. מחקר זה השתמש בריאיון לצורך איסוף הממצאים, שכן באמצעותו ניתן להבין מהן התמות המאפיינות את סיפוריהן ואת חוויותיהן של האימהות, ומהי המשמעות שכל אם נותנת לסיפור האימהות שלה ולגורמים שהשפיעו על חוויית האימהות שלה, למן המחשבות המוקדמות על אימהות, עד הפיכתה לאם בפעם הראשונה והשנייה ועד היום שבו נערך הריאיון.

אוכלוסיית המחקר

המחקר התבסס על 10 ראיונות אישיים שנערכו עם 10 אימהות. הקריטריונים לבחירת האימהות היו: אימהות ישראליות, יהודיות, נשואות, בטווח הגילאים 20–40, שלהן שני ילדים בלבד, שנולדו לאחר הריונות רגילים. הילד הצעיר בן שנה לכל היותר וטווח הגילאים בין שני הילדים הוא עד ארבע שנים. מין הילדים לא הוגדר ולא הוגבל באוכלוסיית המחקר. הגבלת גיל הילד השני נבעה מההנחה כי עוצמת הזיכרון של הרגשות שליוו את האם בשינוי שחל בחוויית האימהות שלה קטנה עם הזמן. כמו כן ניתן לשער כי לאחר שנה מתחילה האם למצוא איזון מחודש בקונפליקטים הפנימיים שהתעוררו אצלה ולגבש חוויית אימהות חדשה כלפי הילד הבכור.

מאפייני האימהות שרואיינו: כולן חילוניות, 8 מהן נולדו בארץ ו-2 בחו"ל. גיל הילד הצעיר: בין 5 חדשים לשנה. האימהות התגוררו ביישובים במרכז הארץ והשתייכו למעמד חברתי-כלכלי בינוני. ל-8 מתוכן השכלה אקדמית, ו-2 בעלות תעודה מקצועית. 9 מהן עובדות ואחת מחפשת עבודה. התפלגות המינים של הילדים: ל-4 אימהות היו שני בנים, ל-4 אימהות היו שתי בנות, לאם אחת היה בן בכור ובת שנייה, ולאם אחת הייתה בת בכורה ובן שני.

המדגם

שיטת הדגימה ששימשה במחקר היא שיטת "כדור השלג". לצורך המחקר פנינו לאימהות בגן ילדים במרכז הארץ. לאחר שביררנו אם הן מתאימות לקריטריונים

שהוגדרו, הצענו להן להשתתף במחקר. האימהות שנתנו את הסכמתן להשתתף רואיינו על ידי החוקרת הראשונה. האימהות שרואיינו שלחו אימהות נוספות להתראיין. המחקר הוצג לנשים כמחקר הבודק חוויות של אימהות לשני ילדים, שבו תינתן להן אפשרות לספר את סיפוריהן וגם לתרום ליצירת גוף ידע חדש. ההיענות של כל האימהות הייתה גלובלית, ונראה היה כי הן צמאות לדבר על נושא זה. הוסבר לאימהות כי פרטיהם יוסבו כך שלא ניתן יהיה לזהותן או מי מבני משפחתן.

כלי המחקר

ריאיון-עומק חצי מובנה. כל הראיונות נפתחו בשאלה כללית זהה: "ספרי לי בבקשה את סיפור האימהות שלך, מהמחשבות הכי מוקדמות שלך על אימהות ועד היום". עורכי המחקר הקפידו שלא להתערב במהלך הסיפור של האם ולא לכוון את האם מהיכן להתחיל. בתום הריאיון חזרנו לנקודות שצוינו כמרכזיות, סתומות או עמומות, ואשר עליהן רצינו שהמראיינת תרחיב את דבריה. בשלב זה ביקשנו התייחסות לנושאים אשר לא עלו בריאיון והינם רלוונטיים למחקר, לדוגמה: אם שלא דיברה כלל על ההיריון והלידה של השני, נשאלה על כך בסוף. אם שדיברה על קושי מבלי לעגן בדוגמאות התבקשה לספר על קושי ספציפי. אם נשאלה על רגשותיה כלפי הילד הבכור כיום. כל ריאיון שוקלט מיידי לאחר עריכתו, ואחר כך נותח על פי שיטתם של יונראו וקולמן (Unrau & Coleman, 1997).

מהלך המחקר

הראיונות התקיימו בזמן ובמקום שבחרה כל מראיינת. תשעה ראיונות התקיימו בבית המראיינת, וריאיון אחד התקיים בבית המראיינת לבקשת האם. בכל הראיונות הילד הבכור לא נכח (לפי בחירת האימהות), ובחלקן נכח הילד השני. הריאיון ארך בין שעה וחצי לשעתיים. בתחילת הריאיון הציגה המראיינת (המחברת הראשונה) את המחקר ואת מסגרת הריאיון, וכן קבלה את הסכמת המשתתפות להקלטה ולשקלוט של הראיונות. הראיונות התנהלו בחופשיות ובפתיחות. כשעלו נושאים רגישים לאם עלו גם דמעות, והאווירה הייתה כבדה יותר, אך באופן כללי הייתה תחושה של יכולת לשתף את המראיינת והמראיינות אף חשו הקלה בעקבות שיתוף זה. בראיונות עלו תכנים אישיים רגישים, ולכן הייתה הקפדה יתרה על טשטוש זהותן של המראיינות. הראיונות שוקלטו באופן מלא ומדויק על מנת לתת ביטוי לחוויה הסובייקטיבית של האימהות בקולן האישי ובשפתן.

ניתוח הראיונות

הראיונות נותחו על פי שיטתם של יונראו וקולמן (Unrau & Coleman, 1997), המורכבת ממספר שלבים: חלוקת הטקסט ליחידות משמעות (חלוקה למשפטים או פסקאות), זיהוי נושאים דומים בין יחידות המשמעות בכל ריאיון, יצירת קטגוריות (תמות) משותפות בין הראיונות. בסיום תהליך יצירת הקטגוריות הועלו השערות תוך קישורן אל התיאוריה. וגובשה מסגרת להצגת הממצאים.

במחקרים מסוג זה יש סכנה למעורבות יתר של החוקרים. בעת עריכת המחקר הייתה המראיינת בעצמה אם לשני ילדים צעירים, ואם לשלושה בעת ניתוח הממצאים. משום כך הייתה מחויבת לתהליך של בדיקה עצמית מתמדת ושל רפלקציה לגבי יכולתה להקשיב לנשים באופן פתוח ולתת מקום למגוון חוויות של אימהות. לדוגמה: מרואיינת סיפרה שחשה צורך להרחיק את בתה הבכורה ולהתחבר לבתה השנייה בלי שהבכורה תפריע לה. חוויה זו הייתה הפוכה אצל המראיינת והתקבלה בתחילה בהפתעה, ולאחר מחשבה ושיתוף של החוקרת השנייה הובהרו תחושות אלו ונמנעה התייחסות שיפוטית.

ניתוח הממצאים נעשה בסיועה של הכותבת השנייה, על מנת להימנע מהטיות. כמו כן הובאו הראיונות המנותחים גם בפני שתי קוראות עמיתות והתקיימו דיונים שהביאו להעלאת השערות נוספות ולהרחבת הפרשנות.

אתיקה

על מנת לשמור על כללים אתיים הקפדנו להסביר למרואיינות את מסגרת המחקר ואת המשמעות של שימוש בריאיון שיוקלט וישוקלט לצורך המחקר. הוסבר לנחקרות כי בהצגת הממצאים יוסבו פרטיהן האישיים כך שלא ניתן יהיה לזהות אותן או את בני משפחתן. כמו כן נאמר להן כי הן רשאיות לפרוש מהמחקר בכל עת שתרצינה, ואם כך ממצאי הריאיון לא ייכללו במחקר. כל האימהות נתנו הסכמתן לפרסום ממצאי הריאיון עימן.

הממצאים

התכנים שעלו מתוך הראיונות קובצו לשש קטגוריות מרכזיות. הראשונה מתייחדת לחוויית האימהות כלפי הילד הבכור לפני שנוולד הילד השני. "פתאום הבנתי שאני אימא ואת החיים שהיו לי מקודם זה לא בא בחזרה...". ממצאי קטגוריה זו לא יפורטו, אך יש לציין כי רוב התכנים שהעלו האימהות תואמים לאלה שהופיעו

בספרות ובחלקם מוסיפים עליה. האימהות התייחסו לגורמים בסביבתן החיצונית, כגון: אפיוני הילד הבכור, עזרה מצד בן הזוג או הסביבה ואופי הקשר של האם עם אמה. האלמנט שתפסו רוב האימהות כמשמעותי ביותר לחווייתן את עצמן מול הבכור, הן מבחינת העוצמה של דבריהן והן מבחינת הזמן שהנושא תפס בראיונות, הנו העזרה שהאימהות היו זקוקות לה לאחר הלידה בעיקר מבין הזוג, עזרה שלא תמיד קיבלו. אימהות שקבלו עזרה יודעות להעריך כי בעזרתה הן ביססו בקלות רבה יותר את ביטחונן העצמי כאימהות טריות, ואילו אלה שלא זכו לה, מתארות את הקושי להסתגל למצב החדש כאימהות, את תחושת הבדידות שחשו ללא תמיכה ועזרה ואת חוסר האונים מול תינוק שלא תמיד ידעו כיצד להרגיע את בכורו.

בנוסף התייחסו האימהות לקונפליקטים תוך-נפשיים שהשפיעו על חווייתן כאימהות לילדן הבכור. הקונפליקט הבולט ביותר הוא הקונפליקט בין דלדול אמוציונלי ובין תחושות העשרה. יש תנודה בין דלדול לבין העשרה. לרוב נובעות תחושות הדלדול מזה שהאימהות מוצאות עצמן מותרות על חלקים חשובים אחרים בחייהן כמו קריירה, זמן פנוי לעצמן ובעיקר על החופש שהיה להן לעשות ככל העולה על רוחן. לצד תחושת הדלדול יש גם התייחסויות של העשרה המתבטאות בתחושות של אושר והנאה מהאימהות.

בולטת העובדה שגם לאחר הלידה השנייה, זיכרון ההיריון והלידה הראשונים אצל האימהות עדיין חזק ועוצמתי. לזיכרון זה יש משמעות מיוחדת עבור האימהות, והוא מהווה נקודת התייחסות לחוויות הוריות אחרות בהמשך. ממצא בולט בקטגוריה זו הוא שכל האימהות סיפרו על התקשרות חזקה מאד לילד הבכור, ורצון עז ליצור התקשרות דומה עם הילד השני.

חמש הקטגוריות האחרות מתייחסות לשינוי שחל בחוויה של האימהות כלפי הילד הבכור לאחר הולדת הילד השני: חוויית הקושי שבאימהות לשני ילדים; אופי הקשר עם הילד הבכור; הרגשות כלפי הילד הבכור; תפיסת הבכור בהשוואה לילד השני; דרכי ההתמודדות של האימהות עם השינוי שחל בחוויית האימהות כלפי הילד הבכור לאחר הולדת הילד השני.

חוויית הקושי: "זהו שהכול היה לי מאוד מאוד קשה..."

אחד הדברים הבולטים ביותר בכל הראיונות הוא שפת הקושי שבה משתמשות כל האימהות כאשר הן מספרות את סיפור האימהות שלהן. ביטויי הקושי שזורים בתוך הסיפורים גם כאשר הסיפור או התיאור הוא חיובי. נראה כי הקשיים מעצבים מחדש את החוויה כלפי הבכור ומשפיעים על רגשותיה של האם כלפיו. מדברי האימהות ניתן היה לראות כי לקשיים יש שני מאפיינים עיקריים.

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

1. **קשיים טכניים**, המבטאים קשיים של התארגנות עם שני ילדים בבית, כאשר לכל ילד יש צרכים משלו וגם לאם עצמה יש צרכים. מתארת ענת:

ואחרי העבודה, לאסוף אותם, לבוא הביתה להתחיל יום עבודה חדש. אחרי זה את לא ישנה בלילה והיום עבודה בבית הוא קצת יותר ממה שכשהיינו רק שלושה, יותר כלים, יותר כביסה זה קשה לי, אני לא מצליחה להשתלט על כל הדברים ביחד, הוא רוצה לאכול וטל רוצה לאכול.

הקושי מתבטא גם ביציאה מהבית. עם ילד אחד היציאה מהבית הייתה קלה ולעומת זאת עם שני ילדים היא הופכת לבלתי אפשרית כמעט. אומרת לאה:

והשינוי היה לי מאוד קשה. זה היה שינוי מאוד מאוד חד. ההתניידות שלך, זה בכלל היה בלתי אפשרי, כי לצאת לסיידורים עם שני ילדים זה בכלל בלתי אפשרי, רון עם עגלה ועוד העגלה שלו כזו כבדה ויניב היה בורח לי, פתאום הוא החליט שהוא כבר גדול ולא מוכן לתת לי יד או להחזיק את העגלה וזה היה מאוד מלחיץ שלא ירוץ לכביש או משהו.

2. **קשיים רגשיים** של האם המבטאים את סערת הנפש שבה נמצאו רוב האימהות לאחר הולדת הילד השני. אחד הקשיים הבולטים ביותר שעלה מתוך הראיונות עם האימהות הוא הגילוי שכאימהות לשני ילדים הן לא יכולות להיות עם אחד מהם לבד. כאימהות לילד אחד הייתה להן האפשרות להיכנס עם הילד לתוך בועה של אם-ילד. תוספת של ילד למשפחה גזלה מהן את הבועה עם הילד הבכור וגם יצרה מצב שבו כמעט לא ניתן להיכנס לבועה כזאת עם הילד השני. כאשר האם נענית קודם לצרכיו של אחד, מייד מתעוררת תחושת אשמה על שהזניחה את השני. מבטאת איילה:

כשנווה חוזר מהגן ואני איתם ביחד, אז אני כאילו צריכה להתחלק בין שניהם. אי אפשר להתמסר רק לאחד. ויש לי על זה אשמה זה כל הזמן איפה השני... איפה השני, כל הזמן, כי אני רוצה להיכנס לבועה עם גיא כמו שהייתה לי עם נווה, אבל זה גם נראה נורא ואיום, זה נטישה נוראית של הגדול, כאילו כל הזמן צריך לראות איפה הגדול, איך הוא מרגיש...

קושי רגשי משמעותי נוסף הוא המפגש של האימהות עם התנהגויות רגרסיביות של הילד הבכור שהחלו לאחר שנולד הילד השני. הקושי העיקרי הוא להבין את הסיבות מאחורי התנהגותו של הבכור ולהתמודד עם חוסר האונים שהן חשות כאשר הן רואות אותו מתנהג באופן שאינו תואם את הליכותיו הרגילות. לאה מתארת:

הוא נהפך מילד נוח ורגוע וסבלני לאלים פתאום. פתאום נושך, אפילו יורק בגן, דברים שלא הכרתי ולא ידעתי איך להתמודד ולא הייתי רגילה. אלים כלפי ילדים בגן, גם כלפי הגננות. התקפי זעם ו"את לא תגידי לי". הוא היה ילד כזה טוב, כל

יעל דיין-פראי ואוריה תשבי

כך נוח, ופתאום הוא מכה ופתאום הוא אליים כלפיי, דברים שלא הייתי רגילה לחלוטין. הוא ממש איבד שליטה, זה דברים ש...

המפגש בין האם לבנה במקומות שאינה מכירה אצלו ואינה יכולה לצפות את התנהגותו הינו מפגש מתסכל ומעורר קושי רב המשפיע על חוויית האימהות כלפי הילד הבכור.

ממצא מעניין שעלה מהראיונות הוא ביטוי של תחושת מחנק שחשות מדי פעם האימהות והצורך שלהן להתנתק לזמן מה מתפקיד האם כדי לבטא חלקים נוספים שלהן, אשר לתחושתן הולכים לאיבוד בשגרה היום-יומית. חלקן מצרות על קריירה שנקטעה או שלא המריאה, חלקן חשות פגיעה בזוגיות וחלקן מתגעגעות לרגע של שקט עם עצמן או עם חברה. 9 מתוך 10 האימהות אמרו כי הריאיון היה הפעם הראשונה שהן נתנו ביטוי מילולי לתחושת מחנק זו. שולי מספרת:

רציתי לעשות הפסקה באימהות ולחזור לקריירה, וההבנה הזו שזה בלתי אפשרי דיכאה אותי ותסכלה אותי מאוד, והקטע היה שהרגשתי פראיירית, פשוט פראיירית, כי אני הייתי צריכה לעצור את הקריירה שלי ובעלי לא! הוא המשיך לעבוד! הייתי היחידה במחלקה שלי שיוצאת בשעה 15:00 כדי לאסוף את הילדה שלה מהמטפלת, ממש פראיירית! כשהיא הייתה חולה זה היה ברור שמצלצים אליי ולא לבעלי.

לרוב נאמרו דברים אלו בחשש מה או במבוכה קלה, והאימהות הרגישו חוסר נוחות לומר שהן חושבות לעיתים רק על עצמן ולא על ילדיהן. מתארת רותם:

החופש הראשון שלי משניהם היה לפני ראש השנה האחרון כשליעם לקח אותם מהבוקר לכל היום ואני נשארתי לנקות ואחר כך ישבתי ללמוד ו... הם היו חסרים לי, פתאום ורציתי שיחזרו, אני צריכה את זה לעצמי מדי פעם, אבל אין לי כמעט אפשרות, אחר כך אני מרגישה אשמה שבכלל...

האימהות ציינו כי תחושת המחנק הייתה חזקה במיוחד לאחר הולדת הילד השני, ורק בתקופה זו העזו לבטא אותה.

3. אופי הקשר עם הילד הבכור: "הקשר השתנה... זה הרבה פחות טוטאלי מקודם..." השינוי שחל באופי הקשר של האימהות עם ילדן הבכור לאחר שנולד הילד השני תופס מקום נרחב בדברי האימהות. הן מבטאות בתחום זה שלושה קונפליקטים עיקריים: רצון לשמור על האינטימיות עם הילד הבכור לנוכח הפגיעה בה, תחושת נאמנות לבכור לעומת תחושת הבגידה בו ותפיסת הבכור כבוגר וגדול לעומת תפיסתו כתלתי ומפריע.

הקונפליקט הבולט ביותר הוא השינוי שחל באינטימיות בין האימהות לילדיהן

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

הבכורים ובתחושות העולות בעקבות זאת. מלבד אם אחת כל האימהות מתארות פגיעה באינטימיות עם ילדיהן, אשמה על הצורך ליצור אינטימיות עם התינוק החדש, וגעגוע ל"ביחד" עם הבכור. מבטאת איילה:

אני מרגישה אשמה כלפיו שאף פעם זה לא יהיה כמו לפני שגיא נולד. נורא התגעגעתי אליו, הרגשתי שאני מתגעגעת לנווה במובן של להיות אתו נטו בלי ש... לזה נורא התגעגעתי להיות אתו לבד... היה געגוע. נורא, נורא כאילו געגוע לקח לי זמן להכניס את גיא לתוך "הזוגיות" שלנו... זה ויתור נורא גדול. אין לי, אין לי כמעט שום חוויה, של הנאה במובן הזה שאני אף פעם לא שקטה אתו.

חלק מהאימהות מנסות בכל כוחן לשמור על האינטימיות כפי שהייתה ובעצם משמרות אשליה שהולדת הילד השני לא גרמה לשינוי במציאות חייו של הבכור. מתארת גלית:

דאגתי שיהיה בבית מישהו כשאני מניקה, כדי שאם שחר תצטרך משהו יהיה איתה מישהו לתת לה והיא לא תצטרך לחכות. ואז דאגתי שכשאני הולכת לקחת את עדי מהמעון, אז שתבוא אליי נערה שגרה בבית ממול, כדי שכשאני אעלה לקחת את שחר והיא תרוץ אליי אז אני אוכל להרים אותה ושלא יהיה סל-קל שיפריע, שלא יהיה משהו שישפיע על הפגישה בינינו. לקחתי בייבי סיטר כדי ללכת איתה לגן השעשועים או לעשות סיבוב, שיהיה לה זמן איתי לבד. או אני זוכרת את עצמי בשבועות הראשונים עולה איתה לקומה השנייה בבית ואז בייבי סיטר עם עדי למטה, ואז אמבטיה וסיפור לבד ככה לסדר שכאילו העולם לא השתנה.

ההכרה שלא ניתן לשמר מציאות שלא קיימת יותר ושצריך דווקא לסייע לילד הבכור להסתגל לשינוי ולא להתעלם ממנו היא תהליך קשה אך הכרחי. גלית מוסיפה:

ואני זוכרת ממש את ההרגשה שהנה יורדת לי רוח הקודש עם ההבנה שאפשר ללכת לגן השעשועים ביחד ושגם עדי יכולה ליהנות מזה, ולקח כמה חודשים אבל התרגלנו, גם אני וגם שחר, שיש עוד מישהי שצריך לחלק איתה את הזמן ושהעולם בעצם כן השתנה, גם אם אני אנסה להסוות את זה.

הקונפליקט של נאמנות לבכור מול תחושת הבגידה בו הופיע גם הוא בצורה נרחבת בממצאי המחקר. תחושת הבגידה בילד הבכור מכניסה את האימהות לסחרור של התנהגויות שאינן תואמות את אופיין בדרך כלל, התנהגויות שמכוונות להראות את נאמנותן לו, אם על ידי פיצוי הבכור במתנות, בטשטוש של הגבולות המקובלים בבית מתוך רחמים כלפי הילד, בניסיון לצמצם את האינטראקציות עם התינוק החדש כאשר הבכור נמצא בסביבה והזדהות עם תחושת הקנאה והבגידה שחש הבכור.

והכנתי לה מראש מתנות, שאנחנו ניתן לה כשאני אלך לבית חולים ומתנה כשהיא תבוא לבקר אותי בבית חולים ומתנה שאתן לה כשאחזור עם התינוק, כאילו לפצות אותה שלא תרגיש מקופחת. (גלית)

השקט שלי עם גיא היה באמת בלילה, הייתי מניקה אותו ויכולתי להיות איתו במאת האחוזים אבל כשנווה היה שם אז הייתי מכוונת אליו כאילו גיא לא קיים. לדוגמה הוא היה חוזר מהגן והייתי משנה את ההתייחסות שלי לגיא, פחות מרימה אותו, או שנמנעתי מלומר לו מילות אהבה כשנווה נוכח, שלא ישמע, שלא יקנא, כאילו הייתי הייתי נורא מודאגת מאיך נווה יגיב, הרגשתי נורא עם זה, פחדתי שנווה ידע ש... כאילו אני יכולה לאהוב עוד מישו מלבדו". (אילה)

הפריזמה שדרכה בוחנת האם את ילדה הבכור אף היא משתנה לאחר הלידה השנייה. לפעמים האם מתייחסת אליו כאל "ילד גדול ואחראי", שיכול לעזור בטיפול בתינוק. כך מתארת עידית את בנה הבכור:

יש לי המון פעמים קטעים של, ממש של גאווה שהוא עושה משהו ואני אומרת וואי הוא ממש ילד גדול או קטעים כאלה שהוא אומר דברים, מנתח כל מיני מצבים או סתם, לפעמים הוא יכול גם נורא לעזור ולהעסיק את התינוק כמה דקות טובות... ואז אני נורא גאה ושמחה.

ולפעמים האם מתייחסת אליו כאל קטן, תלתי, ובעיקר מפריע לטיפול בתינוק. מתארת שולי:

רציתי להיות איתה [עם התינוקת החדשה] בלי שיפריעו לי. ושירה, הגדולה שהייתה בת שנתיים הסתובבה לי כל הזמן בין הרגליים, עשתה לי המון רעש ברקע ולא יכולתי לסבול את זה! לא יכולתי לסבול את הנוכחות שלה מסביבי...

העיסוק של האימהות בשינוי שחל בקשר שלהן עם ילדן הבכור מצביע על המשמעות שהן מייחסות ליחסיהן עם הבכור ולקושי שהשינוי מעורר בהן. עיקר השינוי הוא בירידה ברמת האינטימיות עם הבכור, בעיקר בשל הצורך לחלוק את הזמן שהיה לאם עם הבכור, עם ילד נוסף.

4. רגשות כלפי הבכור: "למדתי פחות להתעסק ברגשות של לאהוב ולא לאהוב את דור כי הרגשות פשוט מאוד מתערבבים..."

סערת הרגשות אשר האימהות נתונות בה מתבטאת ברגשות אהבה וגאווה בילד הבכור מצד אחד, ובטווי כעס ועוינות מצד שני. אושר מגילויי הבגרות שלו מתחלפים במהירות לחוסר סבלנות כלפיו אשר יכול להגיע אף למימדים של שנאה. על מגוון

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

רגשות אלה מנצחים רגשות אשמה של האימהות השזורים לאורך כל הסיפורים בעוצמות משתנות. ניתן לחלק את קשת הרגשות לשלושה סוגים: רגשות שליליים, רגשות חיוביים ורגשות אמביוולנטיים.

בולטים בעיקר רגשות אמביוולנטיים של אשמה, דאגה וכאב. רגשות אשמה הם הדומיננטיים ביותר ומופיעים בכל הסיפורים. לדוגמה בריאיון עם לאה:

יש לי הרבה רגשות אשמה, אני כל הזמן עם רגשות אשמה, כל הזמן אני לא בטוחה שאני עושה טוב. אני... לא מספיק סבלנית ולא מספיק משקיעה בהם ואני חושבת על זה שעם יניב לא עשיתי מספיק, לא מספיק. אני די מצטערת שלא הבנתי אותו, שלא ניסיתי להבין את הצד שלו, העולם שלו ואת לא הבנתי אותו, ואת יודעת, זה מאוד כואב לי גם היום.

הסיבות לרגשות אשמה מגוונות: האימהות חשות אשמה הן על הדחת הבכור מכיסאו והשינוי שחל במעריך המשפחתי, הן על חוסר הסבלנות שהן חשות כלפי התנהגותו או נוכחותו סביבן, והן על העוול, לכאורה, שהן גרמו לו על פי הבנתן, בכך שהפכו עליו את עולמו כשהביאו לעולם ילד שני.

מבין הרגשות השליליים בלט במיוחד הרגש של חוסר סבלנות כלפי הבכור וכלפי התנהגותו. מספרת עדנה:

דחיתי אותו הרבה פעמים, לא שיתפתי אותו, דחיתי אותו הרבה פעמים, הייתי חסרת סבלנות אליו.

אחת האימהות, לילי, אף העזה לבטא תחושות שנאה כלפי בנה הבכור ברגעים מסוימים:

ממש לא נהייתי להיות אתו, אפילו שנאתי, הרגשתי שאני פשוט לא סובלת את הילד שלי! ההרגשה הייתה שאת אמורה להיות אימא שאוהבת והתחשות אמרו אחרת, הרגשתי ממש שנאה והתביישתי להגיד שאני לא אוהבת אותו.

הממצאים המתארים את הרגשות החיוביים של האימהות כלפי ילדן הבכור בוטאו במינוחים קטנים יותר ובעוצמות פחותות. הן ביטאו בעיקר התרגשות וגאווה בבכור מגילויים של התנהגות בוגרת.

יש לי המון פעמים קטעים של, ממש של גאווה שהוא עושה משהו ואני אומרת וואי הוא ממש ילד גדול, לפעמים הוא יכול גם נורא לעזור. (עידית)

ייתכן כי הדבר קשור לשינוי שחל בדימוי של הבכור בעיני אמו ובקשיים שהן חוות איתו בעקבות הרגרסיה בהתנהגותו.

5. תפיסת הבכור לעומת הילד השני: "הם מאוד שונים. ניצן ועידו מאוד שונים, באופי שלהם, ברוגע של עידו לעומת הסערה של ניצן..."
בכל הראיונות עושות האימהות השוואה בין ילדן הבכור לילדן השני. ניכר כי לידת הילד השני הביאה לשינוי בתפיסת האם את ילדה הבכור לאור השוואתו עם אחיו. לעיתים ההשוואה היא לצורך הדגשת מאפיינים של הבכור ולעיתים לצורך הדגשת הקשיים שחוות האימהות מאז שהפכו לאימהות לשני ילדים. ההשוואה בין הילדים היא בכל התחומים, החל בהיריון ובלידה, דרך אפיונים של כל ילד, טמפרמנט, הרגלי אכילה ועוד, ועד התפקוד של האימהות מבחינת ביטחון, יצירת קשר, אנרגיות וזמן להקדיש לכל ילד.
ההבדל בטמפרמנט של הילדים היה אלמנט שאליו הרבו להתייחס. באמצעות ההשוואה האימהות מבינות כי לכל ילד יש טמפרמנט אחר. מתארת גלית את בנותיה:

ועדי מאוד שונה משחר, הטמפרמנט שלה הרבה יותר אקטיבי. היא ערה יותר שעות ביום והיא פעילה ומושכת תשומת לב, וגם לזה הייתי צריכה להתרגל, כי שחר, היא הייתה משהו, היא הייתה רגועה, אכלה וישנה. היא כמעט לא בכתה, גם כשהיא הייתה ערה היא תמיד הייתה חייכנית כזו ונינוחה, וכשעדי נולדה, פתאום הבנתי שאין דרך אחת, ושכל אימא צריכה להיות מותאמת לתינוק שלה, ואני היום צריכה להתאים את עצמי לאופי של עדי כשאני איתה. ואז, הרגשתי שאני הכי מתאימה לשחר ושחר כתינוקת הכי מתאימה לי.

ניתן לראות שהולדת ילד שני מאפשרת לאם להעריך את הטמפרמנט של הבכור ולהגדיר מחדש את אפיוניו ואת חוויית הקשר איתו.
השוואה משמעותית שעושות האימהות היא בתחום הכוחות הפיזיים והמנטליים שהיו להן כשגידלו ילד אחד לעומת אלה שיש להן כעת כשהן מגדלות שני ילדים. האימהות משוות בין החוויה החדשה של אימהות ראשונה שמאופיינת בלחץ ודאגה רבים יותר אך גם בהנאה והתרגשות גדולים יותר לעומת החוויה השנייה של אימהות לילד שני. נראה כי עם הילד הבכור כל דבר שקשור לילד או לאימהות, חיובי או שלילי, היה בעל עוצמה ונחרט בזיכרון של האם, וכעת בהשוואה לילד השני הוא מקבל פרופורציה אחרת, לרוב מותאמת יותר. מתארת לילי:

אני חושבת שאחרי שרומי נולדה, הדברים קורים יותר בספונטניות או יותר בזרימה מאשר עם ילד ראשון. עם ילד ראשון אתה מלא בעכבות או במיתוסים של האימא מספיק טובה. עם דור הייתי במרדף לספק את הצרכים שלו ולהשקיע גם בזוגיות ולטפל בבית ובהכול, ואחרי שנולדה השנייה תפסתי את עצמי, רגע, רגע, אי אפשר לעשות הכול, את לא תוכלי גם לנקות וגם לכבס וגם זה וגם זה וגם לעבוד בחוץ וגם להיות עם הבעל, את לא יכולה להיות סופר-וומן.

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

איילה אומרת:

כשגיא נולד הרגשתי פתאום איזה הקלה מאוד גדולה. ש... מן הרגשה כזו שלא הכול תלוי בי. זו הייתה מן חוויה אחרת, שלא הכול בידיים שלי. שאני יכולה לעשות כמיטב יכולתי אבל אין לי שליטה על האושר שלו. יש כאן משהו בשליטתי אבל לא הכול, וזה הדבר הכי חשוב שהמציאות היא לא בשליטה שלי. ועכשיו אני חושבת שעם נווה אין לי את החוויה הזו.

בהשוואה שעורכות האימהות בין הילד הבכור לילד השני הן בעצם נותנות לעצמן משוב על תפקודן כאימהות, הן הפיזי והן המנטלי. מתוך ההשוואה עולים גם הקשיים של האימהות כפי שהובאו בקטגוריה שעסקה בקשיים.

6. דרכי התמודדות עם השינוי בתפקידי האימהות ועם השינוי שחל בחווייתן: "אני משתפת אותה בטיפול בנוי וככה היא מרגישה יותר בוגרת ושותפה"

דרכי ההתמודדות של האימהות עם השינוי, הן במערך המשפחתי עם תוספת ילד שני למשפחה והן בחווייתן כלפי הילד הבכור, הן מגוונות ומעניינות. נראה כי לצד אובדן האינטימיות עם הילד הבכור, שתואר בקטגוריות הקודמות, רוב האימהות מצליחות ליצור גם חוויה חיובית שונה עם ילדן, ובכך להבנות מחדש את הקשר אתו. דרך ההתמודדות הבולטת ביותר של האימהות היא חיפוש עזרה ותמיכה מהסביבה, בראש ובראשונה מהבעל, וכאשר עזרתו לא זמינה – מהמשפחה המורחבת, ואף בקניית עזרה בכסף. לעיתים מספיקה עזרה מורלית, כפי שקיבלה אילה:

זו הייתה תקופה קשה. ואז דיברתי עם חברה בטלפון וזה עזר, היא אמרה לי שלא אתן לו (לבכור) להתפרק... ושאני מתייחסת למציאות כאילו קרה משהו טרגי, וזה הפירוש שהוא נותן לזה, ושכמציאות נולד לו אח וזה לא טרגי, ושאני אפסיק עם זה... זה מאוד עזר...

לעיתים נדרשת גם עזרה מהמשפחה המורחבת, כפי שקבלה רותם:

דאגנו לזה שתהיה לי קצת עזרה, לפחות בהתחלה. אימא שלי הייתה באה יותר ועוזרת אתו. אני לא הייתי מסתדרת בלי העזרה הזו.

כחלק מקבלת עזרה, מנסות האימהות לגייס את ילדיהן הבכורים לסייע בידן בטיפול בתינוק החדש. מבחינתן בדרך זו הבכור מקבל תפקיד וחש שותף ובוגר במקום לחוש מוזנח ונבגד, כפי שמתארת גלית את התהליך שהיא עברה:

לאט-לאט התחלתי לשתף את שחר בטיפול בעדי. זאת אומרת שהיא תעזור לי להכין את האמבטיה ותעזור לי להכין את האוכל, כשהיה כבר אוכל,

היא עזרה לי להביא חיתול מהחדר ולתת לעדי מוצץ והיא מאוד נהנת מהתפקיד הזה.

עבור האימהות גיוס הילד הבכור לעזרה בטיפול באחיו תורם במקצת להרגעת רגשות האשם כלפי הבכור ובנוסף זו התחלה של בניית קשר חדש איתו, המותאם יותר למציאות החדשה של המשפחה. דרך נוספת שנמצאה מסייעת מאוד להתמודדות האימהות עם השינוי שחל בחוויה שלהן כלפי ילדן הבכור, היא תכנון וניצול זמן לבילוי לבד עם הבכור.

השבוע למשל רון נרדם אחרי הצהריים או הצעתי ליניב להביא משחק חדש שהוא קיבל, לגו כזה לבנות רובוט, והוא שמח והביא את המשחק מהחדר שלו, ופתחנו את המשחק והתחלנו לבנות יחד ויניב ממש קרן... על הזמן הנדיר הזה שהיה לנו ביחד. (לאה)

אני מנסה, כן לחפש רגעים כאלה שהוא [הבכור] יהיה רק איתי בלי בר. אני לדוגמה משתדלת שבימים שאני מוציאה אותם, אז קודם אני מוציאה את תום מהגן לבד ואחר כך את בר, אז יש את הקטע של לבד לקחת אותו וגם בערב, יש טקס כזה שבר הולך לישון מוקדם ואז תום נשאר יותר מאוחר ואני איתו לבד ויש לנו קצת זמן ביחד והוא שמח על זה וגם אני. (עידית)

האימהות מוצאות שרגעי חסד אלה עם הבכור לבד מעניקות להן ולו תחושה של אינטימיות מבורכת שהן מתגעגעות אליה מאוד. עם זאת הן נשארות מתוסכלות, כיוון שרגעים אלו מעטים מדי ומעוררים אשמה על שאינן מצליחות למצוא יותר זמן לכך.

דיון

מחקר זה התמקד בחוויה של אימהות לגבי תהליכי השינוי שחלו בקשר שלהן עם ילדן הבכור לאחר הולדת הילד השני, תחום שכמעט ולא נחקר. מהממצאים ניתן לראות שלקשיים ולהתמודדות איתם יש השפעה רבה על התהליך שהאימהות עוברות במסע למציאת איזון מחודש באימהותן כלפי הילד הבכור. בדרך האימהות עסוקות באופי הקשר שלהן עם ילדן הבכור ובשינויים שחלו בו, הן מוצפות במכלול רגשות כלפיו ואינן מצליחות להימנע מהשוואה בינו לבין ילדן השני ובתפקודן עם כל אחד מהם. כל אלה מעצבים מחדש את חווייתן כלפיו עד לאיזון הפנימי שהן מייחלות לו. ניתן לארגן את ממצאי המחקר לשתי תמות כוללניות: תמה אחת מתייחסת לצורך להתמודד ולעבד את הקשיים, האובדנים והויתורים של האם בקשר עם הבכור לאחר הולדת ילדן השני; התמה השנייה מתייחסת לשינוי ולהתפתחות בקשר עם הבכור

לכיוונים חדשים, העוזרים לאימהות להגדיר מחדש את אימהותן. שני תהליכים אלה מערערים את חוויית האימהות ומקבילים לתהליכים דומים המתרחשים לאחר הולדת ילד ראשון, כמו התמודדות עם אובדן של עצמיות וזמן פנוי לעומת התפתחות הקשר עם הבכור (פלגי-הקר, 2005). לטענתנו, תמות אלו של אובדן והתפתחות חוזרות ועולות הן לאחר הולדת הילד הראשון והן לאחר הולדת הילד השני, אך עם תכנים נוספים. להלן נתייחס לכל אחת משתי התמות, ובהמשך נקשור אותן ביחד כחלק מתהליך התפתחותי שעוברת האם.

קשיים, אובדנים וויתורים

הקול הדומיננטי בסיפורי האימהות הוא של קושי: התמקדות במה שאבד, וצורך לוותר על חוויות ומשאלות בקשר עם הילדים. קול זה מבטא את סערת הנפש שבה מצויות רוב האימהות שהתראינו במחקר. נראה כי הצטרפות של ילד שני למשפחה, על אף היותו אירוע משמח, הוא גם אירוע מטלטל, המפר איוון קודם שהושג במאמץ רב. העוצמה שבה מבטאות האימהות את הקשיים היא ממצא מפתיע, כיוון שניתן היה לחשוב שהאימהות כבר "מנוסות" וחוויית האימהות אינה זרה להן כמו בפעם הראשונה. הממצאים מראים שהמרואינות חשות כי הניסיון שצברו כאימהות אינו מספיק כדי להכין לקשיים חדשים, הדורשים פתרונות חדשים ותפיסות חדשות: חלוקת נטל שונה בבית, התארגנות חדשה ומצבים לא צפויים. האימהות מתקשות לעמוד בסטנדרטים שהציבו לעצמן כאשר היה רק ילד אחד, מה שמעורר תסכול רב ואשמה. פרשנות זו תואמת את ממצאיה של אוריילי (O'Reilly, 2002) באחד המחקרים הבודדים שנעשו בקרב אימהות לילד שני. הממצא העיקרי במחקרה היה הקושי לחזור לאיוון, וחוויה של האימהות שהן מהלכות על חבל דק ועלולות למעוד בכל רגע. הממצא הבולט ביותר בחוויית האובדן הוא הפגיעה באינטימיות ובבלעדיות בקשר עם הילד הבכור, והקושי להשלים עם אובדן זה במשך תקופה ארוכה. האימהות מבטאות געגוע ל"בועה" שאליה יכלו להיכנס עם הילד הבכור לפני הולדת השני, ובמקביל צער על אי יכולתן להיכנס לבועה כזו עם הילד השני בשל נוכחות הבכור. הצער על האובדן משתלב עם תחושת אשמה על "בגידה" בבכור הקיימת בעצם בניית הקשר עם הילד השני. הניסיון להתמודד עם תחושת הבגידה מתבטא בצורך לפצות את הבכור במתנות, בצמצום האינטראקציות עם התינוק החדש, ובהזדהות עם תחושת הקנאה והבגידה שחש הבכור. ממצא זה עולה בקנה אחד עם מסקנותיה של דאן (1998) הטוענת כי לידת ילד שני מאלצת את האם להיפרד מן הראשון, ותהליך פרידה זה מעורר קונפליקטים. האימהות במחקר הנוכחי תיארו פגיעה בקשר שלהן עם ילדן הבכור והוא הפך לקשר פחות אינטנסיבי, פחת זמן הבילוי אתו לבד, היה חוסר סבלנות לדברים שהוא עושה ופחות רגישות לצרכיו.

ממצא זה תואם את ממצאיהם של חוקרים שונים (דאן, 1998; Taylor & Kagan, 1973; Touris et al., 1995) אשר מצאו כי עם הולדת הילד השני חלים שינויים דרסטיים בדפוסי האינטראקציה אם-בכור ויש פחות חמימות, פחות הגנתיות ופחות אינטראקציות באופן כללי, לצד געגוע רב לאינטימיות שהייתה בין לבין ילדן הבכור לפני שהתינוק בא לעולם.

ניסיון להבין ממצא זה במושגי התיאוריה הפסיכואנליטית מעלה אפשרות כי הולדת הילד השני מעוררת ביתר שאת קונפליקטים הקשורים בתהליכי ספריצה-אינדיבידואציה. המשאלה להיות בקשר סימביוטי עם הבכור או עם כל אחד מהילדים בנפרד אינה אפשרית יותר. גם כאשר האם נמצאת לבדה עם אחד הילדים היא אינה יכולה להתעלם מקיומו של הילד השני ולהתמסר לגמרי לראשון. אם כך, האימהות מתמודדות בשלב זה עם ויתור על המשאלה לסימביוזה. בנוסף לכך, לפי תפיסתה של בנג'מין (Benjamin, 1988), הרואה בהכרה של הילד בסובייקטיביות של אימו צורך התפתחותי, הבכור נאלץ להכיר בהתקשרות הרגשית של אימו לתינוק חדש. חוויה זו קשה ומטלטלת עבורו, והאימהות חשות אשמה על תחושה זו ומנסות להסוותה או אפילו להכחיש. בהדרגה הן מבינות כי אם תהיינה מסוגלות לחוות את הלגיטימציה בהתקשרות החדשה גם הבכור יכיר בחוויה סובייקטיבית זו ואף יצמח מתוכה.

קושי נוסף שכולט מתוך הראיונות הוא ההתמודדות עם התנהגויות רגרסיביות של הילד הבכור, אשר לפתע "שינה את עורו": הילד אשר היה עד הלידה רגוע ונינוח, כעת נתפס בעיניהן כמפריע, מציק, או אלים. קשת התגובות של האימהות נעה מתחושות של חוסר אונים וחוסר ביטחון לגבי התגובה המתאימה ועד אמביוולנטיות כלפי הילד, חוסר סבלנות, כעס ואפילו שנאה. ניתן לראות את הקושי להתמודד עם התנהגות רגרסיבית של הבכור כחלק ממעגל ספיראלי שאליו נכנסים יחסי אם-ילד לאחר שנוולד ילד שני. האם חוזרת עיפה וחלשה מבית החולים עם תינוק קטן שעליה לדאוג לו, ואולי מצפה כי הבכור יתאים את עצמו למצב זה. הבכור, הנאלץ להתמודד עם מצב לא מוכר לו, ועם דרישה (סמויה או גלויה) לעצמאות, מוחה על כך. ניתן לשער כי כמו שהאם תופסת אותו כ"שונה" כך גם הבכור נדרש להגיב לאימא ש"השתנתה". חוסר יכולתה של האם לגלות כלפיו אמפתיה ברגעים אלו, וחוסר הסבלנות שהיא חשה כלפיו, משפיעים על תחושת השייכות שלו שמתערערת עם הולדת אחיו, ובאופן ישיר משפיעים על התנהגותו. טענה זו מתבססת על מחקרים שבדקו את הקשר בין אמפתיה אימהית לבין בעיות התנהגות אצל ילדים (ארז, 1996; Bowlby, 1988), והראו שאמפתיה משחקת תפקיד קריטי בטיב היחסים בין הורה וילדו. ההתנהגויות הרגרסיביות של הילד משפיעות על אופי הקשר בין האם לבנה ועל רגשותיה כלפיו (נושאים אשר יידונו בהמשך), שכן לאם אין סבלנות רבה לתנודות בין תלות לעצמאות. בנוסף לכך, הכעס המתעורר אצל האם כלפי הבכור "הרגרסיבי" מאפשר לה להדחיק את המשאלה שלה לא להיפרד, וכן להדחיק את

התחושות הרגרסיביות שהיא עצמה חווה בתקופה זו. עם זאת, הכעסים ההדדיים בין הבכור והאם מאיצים את תהליך הפרידה ומאפשרים לאם להתפנות לקשר עם התינוק החדש. דרך נוספת להבין רגשות שליליים אלה היא כביטוי להתעוררות צרכים נרקיסיסטיים מוקדמים של האם, כתגובה להפרת איזון בין תפיסת הילד הבכור כפועל "בשבילה" לבין מצב שבו היא נדרשת "להיות עבור הילד" (סגל, 2005). כאשר האם זקוקה לבכור באופן שאינו יכול להיות עבורה, עלולים להתעורר רגשות שנאה כלפיו.

פלגיהק (2005) מציעה להשתמש בפרדיגמה ההתפתחותית של קליין (1946) להמשגת התפתחות חוויית האימהות הסובייקטיבית. לפי תפיסה זו האם נעה בין עמדה סכיוז-פרנואידיה לעמדה דיכאונית בתפיסתה את התינוק ואת עצמה. לידת ילד ראשון מעמתת את האם עם אובדן מסוים של עצמיותה, נפרדותה ושליטתה על הזמן שלה (פלגיהק, 2005, עמ' 326). במקביל עליה להבנות התקשרות חדשה וזהות חדשה כאם, שקרובה לזהותה הקודמת, אך בעלת מורכבות רבה יותר. בתהליך זה האם מיטלטלת בין אהבה לשנאה ובין חרדה ורוגע בכל הנוגע לשלום הילד. האם בונה את דמות ילדה בתוכה כישות אינטגרטיבית המורכבת מחלקים מהנים ומספקים, והן מחלקים מתסכלים ומאכזבים. הצורך לעבד את החוויות השונות מצריך את האם להתמודד עם טווח רחב מאד של רגשות ולוותר על הפנטזיה של הילד המושלם ושל האם המושלמת.

ניתן לומר שעם לידת הילד השני האם שוב נסוגה לעמדה סכיוז-פרנואידיה, שבה היא מתמודדת עם אובדנים חדשים, ועם תפיסה של עצמה כאם חסרת אונים, מבולבלת וחלשה. עמדה זו באה לידי ביטוי בעצמת הרגשות השליליים כלפי הבכור, ובתחושות חוסר האונים מולו. נראה כי תפיסת הבכור כגדול או כמפריע לא הייתה שאלה שהאימהות היו עסוקות בה לפני שנולד הילד השני, ועתה, עם השינוי במערך המשפחתי, כשהאם נדרשת להכיל צרכים של שני ילדים, תלויה התייחסותה אל הבכור ביכולתה להכיל אותו כאשר יש עוד תינוק שתלוי בה. האם נדרשת להיות כל הזמן בטווח רגשי רחב וגמיש מאוד, והיא עדיין אינה מסוגלת להתכוונן כל פעם מחדש, לעיתים בטווחי זמן אפסיים, לילד אחר ברמה רגשית אחרת. בהקשר זה מדגישה פלגיהק את חשיבות היכולת לחוש שנאה כלפי הילד. אם שמסוגלת לחוש שנאה וכעס מסוגלת להתחיל לראות את הילד כסובייקט נפרד ממנה, ולאפשר לו גדילה בריאה יותר. תפיסה זו תואמת את משנתו של ויניקוט (Winnicott, 1947/1987) לגבי מקומה של השנאה בהתפתחות הקשר בין הורים לילדים.

מלבד קשיים בקשר עם הילדים, ביטאו הנשים קושי הכרוך בהגשמה עצמית, וצורך להתנתק מדי פעם מהתפקיד האימהי, כדי לתת ביטוי לחלקים נוספים שלהן. האימהות אף העלו תחושה של חוסר לגיטימציה מצד סביבתן הקרובה לבטא קשיים וצרכים אלה. בראיונות בלט חששן של האימהות שדבריהן יתקבלו בצורה שיפוטית,

והן תיארו רגשות אשם על ביטוי צרכיהן האישיים. ממצא זה מתיישב עם התפיסה כי החברה איננה מכירה בקשיים הכרוכים בתפקיד ההורי (ברגמן וכהן, 1994). הסביבה החברתית מדגישה את הנאות ההורות, ונוטה להתעלם מן הקשיים המתלווים אליה (פיג'ס, 1999). ייתכן כי עוצמות הקושי שעלו במחקר זה מבטאות את הצורך של הנשים לפרוק את התסכול באופן שאינו מתאפשר במסגרות אחרות.

ממצאים אלו חשובים ועשויים לפתוח צוהר ראשון ללגיטימציה חברתית לביטוי תחושות אלה על ידי אימהות. ניקולסון (Nicolson, 1999) טוענת שכאשר יש התייחסות לקשיים של אימהות ומעודדים אותן לתת ביטוי לתחושת אובדן העצמי שלהן עם המעבר לאימהות, הסיכוי שהן יעברו תהליך בריא של התפתחות עצמית ואינטגרציה של העצמי הוא גבוה; ואילו כאשר אין עידוד ולגיטימציה לבטא את הקשיים עלולה להתפתח תגובה פתולוגית של דיכאון אחרי לידה.

התפתחות הקשר עם הבכור, גדילה וצמיחה של האימהות

הקולות החיוביים במחקר זה היו חלשים יחסית לעצמות הקושי והתסכול. ייתכן כי חוסר איזון זה בין חוויות שליליות וחיוביות מייצג את היותן של האימהות בעיצומו של תהליך התמודדות שעדיין לא הסתיים. הרגשות החיוביים שביטאו כלפי הבכור התייחסו להפתעה וגאווה שבהתנהגות חדשה ו"בוגרת" יותר (עזרה מצד הבכור בטיפול בתינוק, גילויי עצמאות) וכן להערכה מחודשת של תכונות קיימות לאור ההשוואה עם הילד השני. ברגעים אלה נראה שהבכור קולט את ההנאה של האם ונוצר מעגל חיובי בקשר ביניהם. ייתכן כי ברגעים אלה היו פנויות יותר לקלוט ולשים לב ולהיות אמפתיות אליו, לעומת רגעים אחרים שבהם היו ממוקדות בהתנהגויות המאכזבות. חוקרים שונים מצאו כי כאשר האם מודעת למשבר שעובר על הילד הראשון עם התרחבות המשפחה הדבר תורם לרגישותה ולאמפתיה שלה לילד. דבר זה מקל על הסתגלותו ועוזר לשמר טוב יותר את תפיסת האם אותו (ארז, 1996; Lasko, 1954).

לצד הקשיים שהאימהות חוות בהתמודדות עם ילדן הבכור ועם שני הילדים, ניכרים בראיונות גם ניצני הצמיחה והגדילה שלהן. האימהות מתארות ניסיונות למצוא פתרונות יצירתיים ומוצלחים במקום להיצמד לדפוסי העבר. לדוגמה, הן תיארו דרכים חדשות לבלוי זמן איכות עם הבכור ללא צורך בהכחשת קיומו של הילד השני: טיול משותף עם התינוק ישן בעגלה, איסוף הבכור מהגן לפני לקיחת השני מהמעון, נכונות להיעזר בדמויות קרובות בסביבה (בעל, הורים, חברים), וכמובן – שיתוף הבכור בטיפול בתינוק בהתאם לגילו. מבחינת האימהות בדרך זו הבכור מקבל תפקיד וחש שותף ובוגר במקום לחוש מוזנח ונבגד. הדבר תורם במקצת להרגעת רגשות האשם שלהן כלפיו. ממצא זה תואם את ממצאי מחקרה של דאן (1998), שטענה כי הכנסת

התינוק החדש מוקדם ככל האפשר לחייו של הבכור עשויה לעזור לשני האחים להתחיל את יחסיהם ברגל ימין. בנוסף מצאה דאן כי ילדים קטנים, המקבלים אישור לסייע בטיפול בתינוק, זורחים מעונג וגאווה.

היכולת של האימהות למצוא פתרונות יצירתיים ולהיחלץ בהדרגה ממעגל הקשיים הוא ביטוי לתהליך של התגמשות הממחיש את היכולת לוותר על הפיצול בתפיסת האם את עצמה ואת ילדה הבכור. תהליך זה מקביל למעבר לעמדה הדיכאונית, לפי קליין (1946).

בחלק מהראיונות ניתן לראות את השינוי ההדרגתי בתפיסת המרואיינות את תפקידן כאימהות, ואת האופן שבו שינוי זה משפיע על חוויית האימהות שלהן. ההתבוננות בשני הילדים מנקודת מבט השוואתית, וכן ההתבוננות בקשר שנוצר עם כל אחד מהילדים, מאפשרת התפתחות של תפיסה כוללת וגמישה יותר ביחס לאימהות, והפחתת המאבק לשמר את דפוס ה"בועה" עם כל אחד מהילדים. נראה כי מתוך הכאב והקושי צומחת בהדרגה התפיסה של "אימהות לשני ילדים" שהיא שונה במהותה מהתפיסה של "אימהות לילד אחד", שאותה מנסות האימהות ליישם בחודשים הראשונים לאחר לידת הילד השני, ללא הצלחה, ביחס לכל אחד מהילדים. בשלב זה מתחיל להיות ברור לאם שהיא אינה "אימא מושלמת" והילד שלה אינו "ילד מושלם", והיא מסוגלת יותר להכיל את התסכול של "אי השלמות". פלגי-הקר (2005) טוענת כי הדרך של האם לבנות בתוכה את דמותו של ילדה עוברת דרך פיצול תחושותיה כלפיו, ושיכולתה של האם להרשות לעצמה מרחב רגשי שבו היא יכולה לחוש אהבה, דאגה וחמלה כלפי ילדה, יחד עם כעס, אכזבה ותסכול, יוצרת נדבך חדש, עשיר ומגוון בעצמיותה, ומובילה להתפתחות של האמביוולנטיות האימהית. מושג זה שהדגישה פארקר (Parker, 1996) מתייחס ליכולתה של האם להכיל אהבה ושנאה בו־זמנית. פארקר מבחינה בין אמביוולנטיות שאפשר לשאת (manageable ambivalence) לבין אמביוולנטיות שאי אפשר לשאת (unmanageable ambivalence), והיא זו שמובילה למצוקה אימהית. היכולת לחוש אמביוולנטיות ולהשלים עימה הינה מאפיין של העמדה הדיכאונית, ומציינת שלב בהתפתחות חוויית האימהות.

ניתן להתבונן בממצאים כמשקפים תהליך שבו האם והילד הבכור מתמודדים עם יציאה מהדיאדה, תוך כדי תנודות בין רגרסיה לבין גדילה אצל שניהם. כל אחד מהם עובר דרך רצופת קשיים עד לאיזון מחודש ביניהם. איזון זה כולל השלמה עם כך שבתוך הקשר של האם עם כל אחד מילדיה קיים מתח הכרוך בדיעה שה"שלישי" תופס חלק נכבד מהתודעה אצל שניהם.

מהראיונות עולה באופן ברור כי היחס של האימהות לילד הבכור, לפני הולדת השני, אינו מאוזן ואינו מווסת. הולדת ילד שני מכריחה את האימהות להתמודד עם הראשון בצורה יותר גמישה ויותר מאוזנת. ההתמודדות עם הקונפליקטים שתוארו

לעיל מאפשרת לאם לבצע תזוזה בתפיסת האימהות ולסגל לעצמה סוג אחר של תפקוד אימהי, הדורש יותר גמישות, טווח רגשי רחב יותר ומעברים רגשיים מהירים בין שני ילדים בעלי צרכים שונים. דרך המשבר והאינטראקציה עם הילד הראשון מתפתחת אצל האם מורכבות של המושג "להיות אימא". זהו שלב נוסף בספיראלה ההתפתחותית של האימהות. בחרנו לכנות ספיראלה התפתחותית זו בשם "אימהות סינכרונית מתפתחת". בתהליך זה על האם לבחון מה היא מרוויחה ומה היא מאבדת, מה היא מנסה לשמר מהחוויה האימהית הראשונה, ומה להוסיף לה, וכן להשלים עם השינויים החלים באופן תמידי בחווייתה. נראה לנו כי תהליך ההבנה של האם שאף אחד מהילדים כבר לא יוכל לקבל את מלוא תשומת ליבה, מאפשר לה לפנות יותר ויותר מקום גם לצרכיה שלה. נראה לנו כי רק כאשר יושלם תהליך זה אצל כל אם, תהיה הפחתה של רגשות האשמה כלפי הילד הבכור והשלמה שזהו בעצם מהותו של הביטוי "good enough mother" אשר טבע וויניקוט (Winnicott, 1965/2001) בהתייחסו ליחסים הראשוניים בין אם לתינוקה. סטרן (2000) טוען כי הולדתה של אם איננה מתרחשת ברגע אחד דרמטי ומוגדר, אלא מתפתחת בהדרגה מתוך עבודה מצטברת בחודשים רבים הקודמים ללידתו של התינוק ובחודשים הבאים אחריה. ברצוננו להוסיף על טיעונו של סטרן ולטעון שתהליך גיבוש האימהות, כמו גיבוש העצמי, אינו מסתיים בנקודת זמן מסוימת לאחר הולדת הילד הראשון, אלא ממשיך ומתפתח גם לאחר הולדת הילד השני, התפתחות ספיראלית הכורכת בתוכה את יחסיה עם הילד הבכור ובהמשך עם הילדים הנוספים. המשגה זו תואמת את תפיסתה של קריסטבה (Kristeva, 1977), המתייחסת ל"סובייקט בהתהוות" התפתחות של עצמי אימהי יציב, אך גם גמיש ומכיל ניגודים. תפיסה דומה תיארה קריימר (Kraemer, 1996), שהמשיגה את ה"עצמי האימהי" כהולך ומתרחב, ועם הזמן מכיל היבטים שונים של העצמי, ולא רק אחד. ה"עצמי האימהי" מתחבר במשך השנים לחלקי "עצמי" אחרים בצורות שונות. ולבסוף, תפיסתנו את האימהות הסינכרונית המתפתחת תואמת את תפיסתה של פלגי-הקר, המדגישה את "סוד הכלת הקונפליקטים" כמאפיין מרכזי של החוויה האימהית.

מגבלות המחקר

המגבלה הראשונה של מחקר זה נובעת מגודל המדגם, אשר כלל 10 אימהות בלבד, כולן תושבות יישובים בעלי אופי דומה באזור המרכז, אקדמאיות ועובדות. נשים אלה ביטאו תמות מסוימות של התקשרות לילד הבכור, אשר כנראה מייצגות בעיקר אוכלוסייה של אימהות בעלות השכלה גבוהה הבאות ממעמד חברתי-כלכלי בינוני-גבוה. מעניין היה לבדוק את התמות העולות מקבוצות אחרות של אימהות, כגון אימהות דתיות או אימהות משכבות מצוקה. גורם נוסף שעשוי להשפיע על חוויית

תהליכי שינוי בחוויית האימהות כלפי הילד הראשון לאחר הולדת הילד השני

האימהות הוא מין הילדים, הן הבכור והן השני. גודלו של המחקר הגביל את בדיקת משתנה זה ולכן הוא לא נבדק, אולם ייתכן שבחינת נתון זה הייתה מעלה ממצאים נוספים. כמו כן מעניין היה לבדוק כיצד מקומה של האם בסדר הלידה במשפחת המקור שלה משפיע על תפיסת הבכור ותפיסת הילד השני.

יישומים בפרקטיקה

המחקר הנוכחי מוסיף נדבך בהבנת עולמן הרגשי של אימהות כפי שהן חוות אותה. תחום האימהות בפן הסובייקטיבי חסר מאוד לא רק בספרות התיאורטית והמחקרית, אלא גם בתחום הפרקטיקה, ולכן יש להוסיף ולחקור אותו בעתיד. המחקר תורם להבנת הדו־ערכיות הטבעית של האימהות ושם אותן ואת רגשותיהן במרכז. לדעתנו ככל שהאימהות יכירו יותר בדו־ערכיות כמציאות פנימית יהיה להן קל יותר להבין את עצמן ואת התייחסותן לילדיהן. מובן שכלל שהחברה תכיר יותר בדו־ערכיות זו היא תתמוך במאבקן של האימהות להבנה, ותאפשר סביבה מגינה ומקבלת יותר. סביבה זו עשויה לסייע במניעה של התפתחות דיכאון בקרב אימהות, המתקשות לחלוק את המצוקה והקשיים שלהן. באופן ספציפי ניתן ליישם את ממצאי המחקר לסדנאות הכנה לפני לידת ילד שני, ולבניית קבוצות תמיכה לאימהות עם ילד שני, שתלווינה אותן במעבר המורכב שתואר כאן. הממצאים שתוארו במחקר זה עשויים לסייע גם למטפלים זוגיים ומשפחתיים, הנתקלים פעמים רבות במשברים המתעוררים בעקבות לידת ילד שני.

מקורות

- ארז, י. (1996). הקשרים בין אמפתיה אימהית ובין בעיות התנהגות, יכולת חברתית ויכולת פתרון בעיות חברתיות אצל ילדים בגילאי 3-5. עבודת מוסמך. האוניברסיטה העברית, ירושלים.
- ברגמן, ז. וכהן, א. (1994). המשפחה, מסע אל עמק השווה. תל-אביב: עם עובד.
- גוטליב-רגב, מ. (1998). פתאום הורים. תל-אביב: זמורה ביתן.
- גורביץ, ח. (1982). המעבר להורות. עבודת מוסמך בעבודה סוציאלית. האוניברסיטה העברית, ירושלים.
- דאן, ג'. (1998). מילד אחד לשניים. תל-אביב: הוצאת ורכטברג.
- דויטש, ה. (1962). הפסיכולוגיה של האימהות. מרחביה: ספריית פועלים.
- ירושלמי, מ. (2001). השינויים בחוויית העצמי במהלך המעבר לאימהות. עבודת מוסמך בפסיכולוגיה. האוניברסיטה העברית, ירושלים.
- סגל, י. (2005). שנאת אם-ילד כביטוי של הפרעה נרקיסיסטית. שיחות כ (1), 55-62.
- סיירס, ג'. (2000). אימהות הפסיכואנליזה. תל-אביב: הוצאת דביר.
- סטרן, ד. (2000). הולדתה של אם. תל-אביב: הוצאת מודן.
- פיג'ס, ק. (1999). החיים אחרי הלידה. תל-אביב: הוצאת מודן.

- פישלר, ר. (1982). סדר לידה ופערים בתפיסת אם-ילד בתחום היחסים ביניהם. עבודת מוסמך. אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.
- פלגיה-הקר, ע. (2005). מאימהות לאימהות: חיפוש פסיכואנליטי פמיניסטי אחר האם כסובייקט. תל-אביב, עם עובד.
- פרנס-גולדברגר, (2002). תפיסת האימהות של נשים במעבר להורות ובשנה הראשונה. עבודת מוסמך בעבודה סוציאלית. האוניברסיטה העברית, ירושלים.
- קליין, מ. (1946). הערות לכמה מנגנונים סכיזואידים. מתוך: כתבים נבחרים. תל-אביב: תולעת ספרים, 2002.
- ריץ', א. (1990). ילוד אישה. ספריית הפועלים. מהדורה שנייה.
- Balsink-Krieg, D. (2007). Does motherhood get easier the second time around? *Parenting: Science & Practice*, 7, 149–175.
- Bassin, D., Honey, M., & Mahrer-Kaplan, M. (Eds.), (1994). *Representations of motherhood*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Benjamin, J. (1988). *The bonds of love*. New York: Pantheon Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Brown, S. F. (Ed.) (2005). *What do mothers really want? Developmental perspectives, clinical challenges*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- Caplan, G. (1960). Emotional implications of pregnancy and influences on family relationship. In H. C. Stuart & D. G. Prough, D.G. (Eds.), *The healthy child* (pp. 72–81). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Charles, M. (2006). Transforming the remembered past: Be(com)ing mother/be(com)ing self. *Contemporary Psychoanalysis*, 42, 251–271.
- Chodorow, N., & Contratto, S. (1982). The fantasy of the perfect mother. In B. Thorne & M. Yalom (Eds.), *Rethinking the family: Some feminist questions* (pp. 54–75). New York: Longman.
- Dunn, J., & Kendrick, C. (1980). The arrival of a sibling: Changes in patterns of interaction between mother and first-born child. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 21, 119–132.
- Falk, M. (2001). The real and ideal mother. *Dissertation Abstracts International*, 61 (10-B), 5560.
- Feldman, S. S., & Nash, S. (1984). The transition from expectancy to parenthood. *Sex Roles*, 2(1/2), 61–77.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment theory and psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Freud, S. (1924). The dissolution of the Oedipus complex. In S. Freud, *The standard edition of the complete psychological works of sigmund Freud, Vol. 19 (1923–1925): The ego and the id and other works* (pp. 171–180). London: Karnac Books
- Hirsch, M. (1989). *The mother/daughter plot: Narrative, psychoanalysis, feminism*. Bloomington, IN: Indiana University Press.
- Kraemer, S. (1996). “Betwixt the dark and the daylight” of maternal subjectivity: Meditations on the threshold. *Psychoanalytic Dialogues* 6, 765–791.
- Kristeva, J. (1986) Stabat mater. In T. Moi (Ed.), *The Kristeva reader* (pp. 90–136). New York: Columbia University Press.

- Lasko, J. K. (1954). Parent behavior toward first and second children. *Genetic Psychological Monographs*, 49, 98–137.
- Leifer, M. (1980). *Psychological effects of motherhood: A study of first pregnancy*. New York: Praeger.
- Lupton, D. (2000). A love/hate relationship: The ideals and experiences of first-time mothers. *Journal of Sociology*, 36, 50–64.
- Miller, T. (2007). Is this what motherhood is all about? *Gender and Society*, 21, 337–358.
- Nelson, A. M. (2003). Transition to motherhood. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 32, 465–477.
- Nicolson, P. (1999). Loss, happiness and postpartum depression: The ultimate paradox. *Canadian Psychology*, 40, 162–178.
- Oates, K. L. (2008). Calling and conflict: A quantitative study of interrole conflict and the sanctification of work and mothering. *Dissertation Abstracts International*, 68 (9-B), 6326.
- Oberman, Y., & Josselson, R. (1996). Matrix of tensions. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 341–359.
- O'Reilly, M. M. (2002). The experience of maternal transition to second-time parenthood. Unpublished doctoral dissertation, University of Connecticut.
- Parker, R. (1996). *Torn in two*. London: Virago.
- Pines, D. (1982). The relevance of early psychic development to pregnancy and abortion. *International Journal of Psychoanalysis*, 63, 311–319.
- Shereshfsky, P., & Yarrow, L. (1973). *Psychological aspects of a first pregnancy and early postnatal adaptation*. New York: Raven Press.
- Suleiman, R. S. (1985). Writing and motherhood. In S. N. Garner, C. Kahane, & M. Sprengnether (Eds.), *The (M)other tongue: Essays in feminist psychoanalytic interpretation* (pp. 352–377). Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Taylor, M. K., & Kagan, K., L. (1973). Effects of birth of a sibling on mother-child interactions. *Child Psychiatry & Human Development*, 4, 53–58.
- Touris, M., Kromelow, S., & Harding, C. (1995). Mother–firstborn attachment and the birth of a sibling. *American Journal of Orthopsychiatry*, 65, 293–298.
- Unrau, Y. A., & Coleman, H. (1997). Quantitative data analysis. In M. Grinnel (Ed.), *Social work research and evaluation: Quantitative and qualitative approaches* (pp. 512–524). Itsaca, IL: Peacock Press.
- Vanden-Boom, D. C., & Hoeksma, J. B. (1994). The effect of infant irritability on mother–infant interaction: A growth-curve analysis. *Developmental Psychology*, 30, 581–590.
- Weiss-Cooper, H. (2008). The transformation of a woman's sense of self after the birth of her first child. *Dissertation Abstracts International*, 68 (9-B), 6296.
- Winnicott, D. W. (1947/1987). Hate in the countertransference. In D. Winnicott collected papers, *Through pediatrics to psychoanalysis* (pp. 194–203). London: Karnac Books.
- Winnicott, D.W. (1956/1987). Primary maternal preoccupation. In D. Winnicott collected papers, *Through pediatrics to psychoanalysis* (pp. 300–305). London: Karnac Books.

יעל דיין-פרחי ואוריה תשבי

- Winnicott, D. W. (1965/2001). The relationship of a mother to her baby at the beginning. In D. Winnocott (Ed.), *The family and the individual development* (pp. 15–20). London: Tavistock.
- Yalom, I. D., Lunde, D. T., Moos, R. H. & Hamburg, D. A. (1968). Post partum blues syndrome. *Archives of General Psychiatry*, 18, 16–27.