



מאמר

איך לגדל את התינוק - על הורות שבטית בחברה המודרנית

עיקרון הרצף הינו גישה תיאורטית לגידול ילדים, הגורסת שכדי לגדל ילד מאושר, צריך להיות עמו במגע תמידי עד שיראה רצון להתרחק.

הספר "עקרון הרצף - איך לגדל ילדים מאושרים" מבוסס על מחקר שנעשה לפני כ- 25 שנה, כשההורים שלנו היו צעירים וחסרי ניסיון. את הספר כתבה ג'יין לידלוף, פסיכותרפיסטית אמריקאית, שקיבלה את ההשראה בעקבות בילוי ממושך וצפייה בשבט ההיקוואנה, שבט אינדיאני מוונצואלה, שכמעט ולא בא במגע עם תרבות המערב. לידלוף הציגה גישה תיאורטית לגידול ילדים, הגורסת שכדי לגדל ילד מאושר, צריך להיות עמו במגע תמידי עד שיראה רצון להתרחק.

על פי לידלוף, כל תינוק אנושי בא לעולם עם אוסף של צרכים מולדים, וציפיות שהתגבשו בו בעשרות אלפי שנות אבולוציה אנושית, ורק באמצעות סיפוקם יוכל להיות אדם מאושר. תינוקות ההיקוואנה נישאים על גופן של אמם 24 שעות ביממה, ומהרגע בו הם רוצים להתרחק ניתנת להם עצמאות כמעט טוטאלית. כתוצאה מכך, אומרת לידלוף, תינוקות היקוואנה שלווים יותר, מאושרים יותר ונינוחים יותר מתינוקות בהם נתקלה במערב.

כמו כל ספר הדרכה, גם עקרון הרצף רשם לעצמו מצדדים ומתנגדים. אמהות רבות הרגישו שהספר מחבר אותן אל האמהות הטבעית שלהן, ואימצו את עקרונותיו בחום. אחרות טענו שהגישה לא מתאימה לחיים בחברה המודרנית, וכי הספר נועד רק לגרום רגשות אשם לאם המערבית. המתנגדים גם השתמשו בטיעון שלידלוף אינה אם בעצמה ומעולם לא גידלה ילדים, לכן אי אפשר להסתמך על גישתה.

אמהות מנסות ומספרות:

יעל, בת 34 מאזור השפלה, אם לילד בן ארבע ולתינוקת בת חצי שנה, קראה את הספר בחופשת לידתה השנייה. עד שנחשפה אליו היתה יעל אמא מערבית "רגילה", כזו שמטיילת עם הילד בעגלה ומניחה אותו ב"אוניברסיטה" כדי להתפנות לעיסוקיה. ניתן לומר שהספר שינה את חייה.

איך נחשפת אליו?

"שמעתי עליו במשך הרבה זמן. הרעיון, בגדול, הקסים אותי ומצד שני כל הזמן היתה לי התנגדות ותחושה שיהיה קשה להתמודד עם המחשבה שכל מה שעשיתי עם הילד הראשון, היה לא נכון".

אילו תחושות התעוררו בך במהלך הקריאה?

"בהתחלה היה עצב נורא גדול. יש בספר תיאור של איך מרגיש תינוק מערבי לעומת תינוק מהשבט המתואר, וזה פשוט עצוב ומכמיר. מצד אחד, זה נראה שייך לז'אנר של שטיפת מוח, אבל מצד שני, את באמת מאמינה שזה נכון. אם את מנטרלת את החשיבה המערבית התחושה היא שיש בזה משהו".

לא הרגשת שזה נועד לנגן על בלוטת רגשות האשמה?

"איזה אינטרס יש לה? למה שתרצה לעשות את זה סתם? אני מאמינה לה שהיא מאמינה במאה אחוז במה שהיא צפתה. למה לא לקחת מהספר דברים שנראים לך הגיוניים?"

אילו מחשבות זה עורר בך על הטיפול בבן הגדול?

"הרגשתי שהייתי אמורה לעשות כל מה שאני לא אמורה לעשות. התפיסה הכללית בספר היא שאת צריכה בחודשים הראשונים להיות צמודה באופן קבוע לילד שלך ונגישה לו באופן מלא. עם הילד הראשון טיילתי רוב הזמן כשהוא בעגלה, הייתי נגישה אליו רוב הזמן, אבל לא היה מגע פיזי קבוע. את הילדה השנייה אני כבר נושאת איתי לכל מקום ונמצאת איתה במגע מתמיד. לרוב אני לא ישנה איתה, וגם עניין המנשא לא ממש מוחלט. אני מיישמת חלקים מסוימים ממה שנאמר בספר."

עם זאת, יעל מציינת שחלקים מהספר נראו מעט מוגזמים. "המחברת קובעת שתחלואיי כל העולם, נובעים מזה שלא נישאת על הידיים בחודשים הראשונים לחיך. זה נראה לי מופרך. אני לא מאמינה שזה כ"כ גרוע כמו שהיא מציגה. מה שכן, הספר נותן לך קו כללי. אני במקומה הייתי כותבת ספר שני, מפורט, שמתאר איך ליישם את זה בחיי היומיום. לקטע הזה היא הקדישה פרק מאוד כללי וממש לא מספק. בסך הכל, זו לא תיאוריה שצריך להיצמד אליה לגמרי, אבל שווה לקחת וליישם חלקים ממנה, בהתאם למה שמתחברים אליו ומתאים. ימים יגידו."

הדס, בת 33 מאזור המרכז ואם לתינוק בן חצי שנה, דווקא מצאה את עצמה בין דפי הספר וכיום ניתן לומר שהיא "אמא-רצף" באופן כמעט מלא. היא מגדירה את עצמה כאדם שחי חיי מודעות, ואת תהליך האמהות החלה כבר בהריון. "בחרתי בלידה טבעית כי האמנתי שזו ההזדמנות שלי להתחבר אל החלק האימהי שבי", היא אומרת. "הלידה היתה מדהימה, ואחריה הוצפתי ברגשות חיוביים".

הדס נתקלה במושג "עקרון הרצף" רק לאחר הלידה. מסוקרנת, החליטה לבדוק את הנושא לעומק ורכשה את הספר. "קראתי אותו בימים הראשונים, כאמא טרייה, והרגשתי שאני ממש מתחברת לרעיון המרכזי. הרגשתי כאילו אני חותמת חוזה ביני לבין התינוק, בו התחייבתי לענות על הציפיות שלו, להיות קשובה אליו, לתת לו להוביל, להחזיק אותו קרוב אליי כדי להקנות לו ביטחון למשך כל הזמן שיצטרך."

ואיך את מיישמת?

"בחמישה וחצי החודשים הראשונים לחייו התינוק שלי, היה עלי במנשא בד. הוא היה איתי בכל מקום, ספג וחווה את העולם כשהוא צמוד אלי. הוא גם ישן איתנו במיטה מהרגעים הראשונים של חייו. אני משתדלת להיות קשובה לצרכים שלו, לתת לו להיות ערום כמה שיותר. אני מתבוננת בו, לומדת לסמוך עליו."

עם זאת, מציינת הדס, לא פשוט ליישם את השיטה בחברה שלנו, כיום. "אנחנו כבר לא חברה שבטית", היא אומרת. "אין את המארג, הרשת התומכת הזו של נשות השבט. גם נושא היציאה לעבודה הוא בעייתי. אבל עדיין אפשר לקחת מהספר נקודות משמעותיות. הכי בריא לקחת מה שנכון ומתאים לנו כהורים, ולהשתדל ליישם."

הדס לא רק ממליצה, אלא גם מיישמת: את רשת התמיכה השבטית שלה היא יצרה בעצמה. "בזמן הפנוי שלי הקמתי קבוצת אמהות שנפגשות בקביעות, פעם בשבוע, כשבכל

פעם מישהי אחרת מזמינה אליה הביתה. מטרת המפגשים היא, כמובן, לתמוך זו בזו ולשתף. בכל מפגש אנחנו מכינות נושא מסוים שאנחנו מרגישות צורך לדבר עליו. אנחנו מקריאות דברים יפים ומרגשים, יוצרות קשרים, ומחליפות רעיונות."

הדס הצליחה ליצור לעצמה מעין שבט חלופי ותומך, אבל רוב אמהות המערב, עצוב לומר, נמצאות בקונפליקט תמידי. יש הנקרעות בין הצורך לפרנס לבין הרצון העז להיות עם התינוק כמה שיותר, וכאלה שפשוט מלאות בספקות פנימיים. רוב ספרי ההדרכה נוגעים בנקודה הכואבת של ספקות ורגשות אשם, ואפשר בזהירות לומר שגם הספר הזה לא שונה במיוחד. חוקרים כמו לידלוף בילו שנים ארוכות בהתבוננות ולמידה. כדאי להאזין לדבריהם, אבל בעיקר לסמוך על האינטואיציה, להקשיב לילד שלנו ולקחת את מה שנראה לנו מתאים. מסתבר כי את מקצוע האמהות לומדים, כמה חבל, רק בשיטת הניסוי והטעייה.

נכתב על ידי דקלה שטרן עבור נענע אמא