

גלי יקותיאל, פסיכולוגית קלינית וחינוכית

הרצאה – שכול אחים – מכון חרוב, מלחמה 7/10

- הפסיכולוגיה מתמקדת בקשר ילד – הורה ולא בילד ואחיו. זאת למרות שהקשר האחאי הוא הקשר הממושך ביותר בחיים.
- אובדן אח לא זוכה להכרה רשמית מספקת ודומה לזו של הורים שכולים.
- הילדים, בשונה מהמבוגרים, נמצאים עדיין בתוך תהליכי התפתחות קריטיים, שיש לקחת בחשבון איך הם מושפעים מהאבדן.

מאפיינים ייחודיים של שכול אחים –

השפעה על המקום במשפחה:

- אידיאליזציה של מי שמת – מפחיתה מהערך של האחים, משנה את המאזן במשפחה.
- שינוי הסדר המשפחתי – מי הבכור ומי הצעיר עכשיו?
- מה קורה כשעוקפים את הגיל של מי שמת?

מה קורה להורים?

- מאבדים גם את ההורים? מה קורה להורה שנשאר? חיים עם הורים אבלים.
- תפקידים שהאחים לוקחים על עצמם ביחס להורים – לא להכביד על ההורה, לפצות אותו בהצלחות או בבחירות שעושים, לשמח, לא להתרחק – הגבלה פוטנציאלית של דרגות החופש של הילד להתפתח ולבנות את חייו כפי שהוא רוצה.
- השפעה על תהליכי נפרדות בריאים, סיכון ליחסים סימביוטיים ומעכבי התפתחות.
- קושי להרגיש אהובים, החוויה שאני לא מספיק להורים, עד כדי: "אולי ההורים היו מעדיפים שזה יהיה אני?"
- מה קורה עם "הצרות הקטנות" ההתפתחותיות הנורמטיביות? לא שואלים על הדברים הקטנים של היומיום, הכל נבחן ביחסיות לאובדן.
- ירידה בפניות ההורית.

מערכת היחסים האחאית לאחר האובדן:

- קנאת אחים, "חשבונות עבר", דברים לא פתורים, לא היה תהליך של פרידה.
- מערכת היחסים הרגשית והציפיות עם האח ממשיכה גם בהיעדרו, כחלק מהעולם הפנימי.
- "בניתי עליה לעתיד" – על הנשיאה בנטל הטיפול בהורים בעתיד או בהווה.

מאפיינים של אבל ושכול:

- אשמת הניצול – גם בהיבט של העדפת ההורים.
- הפחד לשכוח את האח – משפיעה יותר על ילדים בהיבט ההתפתחותי, עלולה להביא להיאחזות בזכרון שמפריעה להמשך ההתפתחות.
- הרשות להנות – יקלקל את כל השמחות בהמשך החיים?
- פגיעה בהיבט החברתי – רשות להביא חברים הביתה, אולי החברים בעצמם נמנעים? פניות להשתתפות חברתית לעומת תחושת חובה להיות בבית ונטיות להתכנסות בעקבות האבל.
- במלחמה הנוכחית, בה יש כל כך הרבה אובדנים, חלקם ירגישו שותפות גורל מקלה (בעיקר במובן של ההתמודדות עם השונות, לא קרה רק לי) וחלקם דוקא ירגישו צורך להדגיש את המאפיינים האישיים והייחודיים של האבל האישי.
- חשוב להשוות לילד כפי שהיה טרם הטראומה כדי להעריך את מקור השינויים.
- יש לקחת בחשבון השפעות מצטברות של טראומות עבר והתעוררותן.