

למלכה אין כתר

תמיד אמא הייתה התומכת, העוזרת והמעניקה. ופתאום היא מתבגרת והופכת לנזקקת. איך מתמודדים עם אמא שעד היום ניהלה את הבית ביד רמה, והופכת לסייעודית? איך אפשר להקל עליה את שלילת העצמאות, ואיך מגיבים כשסופגים הערות ותלונות? משפחות ואנשי מקצוע משתפים בגילוי לב ברגעים המאתגרים ביותר של החיים. | אמא יש רק אחת

הדס אפיק

אשפה



פועה שטיינר: "הכרתי אנשים שדרבנו את הנשים שלהם: 'לכי לבקר את אמא שלך כמה שיותר, זהו כיבוד הורים', ולעומתם את אלו שלא הצליחו להבין: 'כמה זמן את יכולה להיות שם? זה עולה לך בבריאות שלך'. אני לא מבקרת אף גישה ולא מחלקת ציונים"

אמא

הרגע הזה שבו מתחוויר לנו שהורינו מצויים בתהליך של התדרדרות הוא בדרך כלל רגע של תפנית. דורה גלאור, פסיכותרפסטית המומחית לגיל השלישי, ובנוסף לזה מטפלת יחידה של אימה, מספרת על כך: "אימי ניצולת שואה בת 94, במשך כל חייה היא הייתה מאוד דומיננטית והדמות העיקרית בבית. היא הייתה בשלנית מדהימה, יצירתית, דעתנית ומאוד חכמה. הבית תמיד היה בשליטתה האבסולוטית והיא לא אפשרה לאף אחד לגעת במשהו או לעשות משהו במקומה.

"עם השנים התדרדר מצבה. אמנם היא נותרה צלולה, אך בשלב מסוים התחלתי להבין שהיא כבר לא מה שהייתה פעם.

"אנחנו משפחה קטנה, לאמא שלי יש שני ילדים – אותי ואת אחי. כבר שנים שכל-כולי אמא, ואני מוצאת את עצמי אחראית עליה מאלף ועד תו.

"בתקופה בה הבנתי שהיא זקוקה לעזרה, הצעתי לה לבוא לביתי, אבל היא הגיבה בכנות שכל כך אופיינית לה: 'יהיה לך קשה, עלולות להיווצר התנגשויות, חבל לי בשבילך'. זה היה משפט שהחזיר אותי בבת אחת למה שאמא הייתה פעם, כל כך דעתנית ומנהלת את העולם. "בסופו של דבר הכנסתי אותה למוסד סמוך מאוד לביתי. אני כמוהן מגיעה אליה מדי יום ונמצאת תמיד בשבילה.

"אמא מהווה עבורי דוגמה, סמל ומופת. היא סובלת מהתמודדות פיזיולוגית קשה מאוד, כולל כאבי תופת שאין נגדם שום תרופה. אבל עדיין מתאמצת להישאר עצמאית, מתלבשת בבגדים תואמים, עושה מאמץ רב שלא יראו אותה בלי השיניים התותבות ומידי פעם משמיעה משפטים שמותירים אותי בהלם עמוק, כשאני קולטת פתאום שעל אף מוגבלותה היא מבינה היטב מה שקורה סביבה.

"אני חושבת שמשפחות גדולות לא יודעות להעריך את העובדה שהעול מתחלק בין כמה וכמה ילדים", מעירה דורה, "אני יכולה לספר על עצמי כמטפלת יחידה, שבאחד הימים נדרשתי לטוס לחו"ל, ובערב הטיסה הרגשתי חרדה נוראה.

"פתאום הבנתי שהדמות היחידה בעולם שמחזיקה בידיה אינפורמציה על אמא שלי – זו אך ורק אני, ואם חלילה יקרה משהו, אין אף אחד אחר שיוכל לדאוג לה במקומי.

"מצאתי את עצמי בערב הטיסה כשאני מתיישבת בלחץ עצום מול מחברת וממלאת 14 עמודים בכל מה שקשור לאמא".

ומה הסוד שלך? מה נותן לך כוח לשאת בכוזי אחריות? "קודם כל אני מחזקת את עצמי מבחינה רוחנית, אבל בנוסף גם אמא בעצמה מעצימה אותי", מפתיעה דורה. "נכון שהיא כבר לא ממש מתפקדת, אבל בכל זאת אני מתייעצת איתה לעתים קרובות, גם אם לא תמיד מתחשבת בדעתי מטעמים מובנים.

"אפילו בזמנים שבהם אמא אומרת לי שהיא לא מעוניינת לדעת, אני מתעקשת: 'אני מספרת לך אמא, כי אני רוצה שתדעי'. לעתים קרובות אני משחילה את המילים: 'אני סומכת עלייך אמא', וגם מתכוונת לכך. "כן, אני סומכת על שיקול דעתה, וזה בכלל לא עומד בסתירה לכך שהעין שלי נשארת תמיד פקוחה".

"אמא", אמר בועז בהיכנסו לחדר, "הכירי, זו אנזו. היא באה לטפל בך".

מלכה הפסיקה אותו באחת ופנתה אל העובדת: "אל מי באת, בשביל מי ובשביל מה? אני לא צריכה טיפול ולא רוצה להכיר אף אחד".

אנזו כופפה את ראשה לנוכח המקלחת הקרה שנחתה על ראשה. המטח השני נחת על ראשו של בועז: "מי ביקש ממך להביא הנה פיליפינית? כל זמן שאני חיה לא תיכנס פיליפינית לבית הזה".

תשפטים אלה לקוחים מתוך הספר "למלכה אין כתר", מפרי עטה של הסופרת פועה שטיינר.

עם פועה אנחנו מדברים בעקבות הנושא הטעון כל כך שכמעט כולנו פגשנו או נפגוש בשלב כלשהו בחיינו, כאשר האמא היקרה שלנו – המלכה של הבית, זו שתמיד ניהלה אותנו ביד רמה, הופכת לסינודית וכבר לא מתפקדת בכוחות עצמה.

"אחת הסיבות שגרמו לי לכתוב את הספר היה הרצון לעזור לאנשים להבין שלא מדובר כאן רק בבעיה שלהם, אלא יש עוד הרבה משפחות שמתמודדות איתה", היא מבהירה.

"ההבנה הזו לגמרי מקלה, בפרט שמדובר בדילמות קשות שגם אחרי שאנו מכריעים בהן, לא תמיד אנחנו בטוחים שנהגנו נכון".

לא סתם בחרה פועה לכנות את גיבורת הספר בשם "מלכה". הרי כולנו משתדלים להביט במשך כל חיינו על אמנו כעל מלכה, ובדרך כלל זה לא ממש קשה. אמא היא לרוב הדמות הדומיננטית ביותר בבית, היא מנהלת אותו ביד רמה ומבינה לליבנו, יש לנו תמיד תחושה שאפשר לבכות אצלה ולשתף אותה. אך מה קורה כאשר מותהפכות היוצרות, ואמא הופכת מדמות תומכת לנתמכת, מעוזרת לנעזרת ומאם שנותנת לילדיה, לזו שנאלצת לקבל מהם? יצאנו לבדוק זאת מקרוב.

תחילתו של מסע

כאשר שמעו מפיו של הרופא בבית החולים את האבחנה "אירוע מוחי זוחל" לא הבינו את המשמעות. מלכה נבהלה מאוד – האם צפוי אירוע נוסף? גם הילדים תהו, ידעו שקורה לפעמים אירוע מוחי, אבל זוחל? אחרי האירוע השני היו כולם שרויים בדאגה מתמדת. לצערם, האירוע המוחי לא זוחל, אלא דהר (מתוך הספר "למלכה אין כתר").



מטפלים באהבה

רחל לדאני, מייסדת ומנכ"לית 'עמותת caregivers - הארגון הישראלי לבני משפחה מטפלים', מעניקה טיפים ועצות לבני משפחה המטפלים בהוריהם:

- ראשית, חשוב להכיר במצב שנוצר ולהבין שאמא כבר לא מתפקדת כמו בעבר. זה מזמן לנו תפקיד חדש, ועלינו להיכנס לתוכו כדי לבצעו באופן הטוב ביותר. ממש כמו שנכנסים לתפקיד במקום עבודה חדש.
- כמו בכל מקום עבודה, גם כאן אנו חייבים לדעת על אמא את מלוא האינפורמציה ולהבין בדיוק את מצבה. לשם כך נשוחח עם הרופאים המטפלים, נתעניין ונבדוק. חשוב שלא להסתער מתוך "מצב חירום" אלא לעשות זאת ביישוב הדעת, מתוך מקום מוחזק ומושכל.
- לצד הטיפול בהורים עלינו לראות איך אנחנו מנהלים גם את חיינו האישיים, מתוך הבנה שייתכן שצפויה לנו שגרה ארוכה וממושכת במצב הזה.
- מחקרים מראים שלעיתים קרובות בריאותם של בני משפחה שמטפלים בקשיש נפגעת, הן מבחינה פיזית והן מבחינה נפשית. לעתים גם נוצר מצב בו הם מזניחים כמעט לגמרי את הטיפול בעצמם, כי "יש משהו דחוף יותר". אסור להגיע לכך, מוכרחים לזכור גם את בריאותנו שלנו בתוך התהליך.
- אל תעשו את הדברים לבד – מומלץ לקיים מפגש משפחתי בו יחולקו התפקידים ותוטל אחריות על כל אחד מהילדים, בהתאם לחוזקות וליכולות שלו. אפשר גם לשלב את הנכדים במארג שנוצר. לעתים קרובות הם ישמחו לקחת חלק.
- אפשר ורצוי להטיל חלק מהתפקידים גם על אנשים מחוץ למשפחה, לאו דווקא אנשי מקצוע. אפילו קוסמטיקאית נחמדה שתגיע לטפל באמא למשך כשעה, תגוון את השגרה ותעניק לנו חלון של זמן פנוי כדי לבצע משהו אחר.
- יש לעודד את העצמאות של אמא ככל האפשר. אם אמא מסוגלת ללכת כמה צעדים, זה תמיד יהיה עדיף מלגלג אותה על כיסא גלגלים, ואם היא מעוניינת לעזור בבישולים – אסור להשאיר מחוץ לתמונה. ננסה לזהות מה נותר לה ומה היא יכולה לעשות, ובשום אופן לא נעשה זאת במקומה.
- כיום רוח הבריטוי "אמא טובה דיה", והדברים נכונים גם לגבי הטיפול באמא. אנחנו לא צריכים לשאוף להיות "המטפלים המצטיינים", כי זה רק יתסכל אותנו. השאיפה היא להיות "מטפלים טובים דיים", ולעשות זאת מתוך מסירות גדולה לאמא שאוהבת אותנו עד אין קץ.
- לבני משפחה מטפלים יש גם זכויות. אמנם הן לא מרובות, אך כדאי לדעת עליהן. כך למשל אם מצהירים במקום העבודה על כך שמטפלים בהורה קשיש, זכאים לעד שישה ימי מחלה בשנה, ואם מתפטרים מהעבודה כדי לטפל בהורה – הדין הוא כמפוטר וזכאים לפיצויים.
- בכלל, אם אתם עובדים שכירים, כדאי שתספרו במקום העבודה שאתם מטפלים בהורה קשיש. כיום יש מודעות גבוהה בקרב מעסיקים, ורבים מהם יגלו גמישות לאור המצב שנוצר.
- מרגישים שעדיין קשה לכם? אל תתביישו להיעזר מקצועית. ברוב הרשויות העירוניות מציעים מערך תמיכה מיוחד עבור אנשים שמטפלים בהוריהם המתבגרים. תוכלו לקבל שם מענה מפורט ולא פחות חשוב – אוזן קשבת.

החיים משתנים

בחתונה של יאיר, הבן של תרצה, מלכה כבר לא יכלה להשתתף. תרצה הראתה לה את סרט הווידאו שצולם בחתונה, אך התמונות שריצדו במהירות מול עיניה של מלכה גרמו לה לכאב ראש, והיא ביקשה להפסיק את הקרנתן באמצע. "זה כבר לא בשבילי", אמרה (מתוך הספר "למלכה אין כתר").



כשמשוחחים עם מיכל אברהם שאימה התגוררה בביתה במשך ארבע שנים, היא מציינת כי אימה דווקא השתתפה באירועים ושמחות והקפידה לקחת בהם חלק. אפילו בשבוע שבו היא נפטרה היא הספיקה לשמוח בחתונתו של אחד הנכדים. מיכל משתפת: "כשאני מדברת על אמא שלי אני מלאת הערצה כלפיה, כי היא התאלמנה לפני כ-40 שנים, כשכולנו היינו ילדים קטנים, ומאז היא גידלה אותנו – ארבעה ילדים, לבדה, כי לא היה אז אף ארגון חסד שיעזור או יתמוך.

"אמא עשתה הכל לבד, ולא רק שפרנסה את המשפחה, אלא היא גם הצליחה לדאוג לכך שכולנו נהיה שמחים ובריאים בגוף ובנפש.

"גם אחרי שהחתנתו המשיכה אמא ללוות אותנו מהמקום הקרוב והאוהב ביותר. עד לשנותיה האחרונות היא זכרה להתקשר לכל אחד מהנכדים ביום ההולדת כדי לאחל לו מזל טוב, וכשסידרנו את חפציה אחרי שנפטרה מצאנו שני סוודרים קטנטנים שהיא סרגה כנראה לאחד הנינים.

"הייתה לה אמירה בכל דבר ועניין. בינינו לבין עצמנו כינינו אותה 'מלכת פרס', שכן שמה היה אסתר."

ומתי הגיע הרגע שבו התהפכו היוצרות?

"זה לא קרה ברגע אחד. הקב"ה גמל איתנו חסד גדול כשהוא גרם לכך שהכל ייעשה באופן הדרגתי. אמא התגוררה בקומה השלישית בבניין בלי מעלית. באחד הימים היא סיפרה לי: 'היום לקחה לי העלייה הביתה עשרים דקות'. כחצי שנה לאחר מכן היא סיפרה: 'היום עליתי ארבעים דקות'.

"הצעתי לה בדאגה: 'אולי אחפש לך דירה בקומה נמוכה?' אבל אמא התעקשה: 'אני אוהבת את הבית שלי, לא רוצה לעזוב'. רק אחרי שלוש שנים, כשראינו שהמגורים הגבוהים גורמים לאמא להסתגר בבית, הצלחנו לשכנע אותה סוף-סוף לעבור דירה. "כך היה גם בנוגע ללחצן מצוקה. בתחילה היא לא הייתה מסוגלת לשמוע על ההתקנה שלו, עד שהיא נפלה כמה פעמים והתחילה להבין שזהו צורך ואין ברירה.

"בשנים האחרונות התגוררה אמא אצלי, דווקא אז ראינו שקצב ההתדרדרות מתמתן. אפילו הדמנציה שהתגלתה אצלה כמעט לא באה לידי ביטוי, והרופא אמר באופן חד משמעי שזה בזכות העובדה שהיא כל הזמן בחברת אנשים. "אמא הייתה מוקפת בנכדים ובנינים. לא היה לה משעמם לרגע".

דורה גלאור, פסיכותרפיסטית:

"אפילו בזמנים שבהם אמא אומרת לי שהיא לא מעוניינת לדעת, אני מתעקשת: 'אני מספרת לך אמא, כי אני רוצה שתדעי'. לעתים קרובות אני משחילה את המילים: 'אני סומכת עלייך אמא, וגם מתכוונת לכך'".

אבל את הקושי הגדול חשה מיכל בנושא הביורוקרטי: "שלחנו את אמא פעמיים בשבוע למועדון יום. עם השנים היכולת שלה ללכת בכוחות עצמה הלכה ודעכה, ואז התברר לנו שההסעות למועדון אינן נגישות.

"הנהג ראה שאמא לא יכולה להרים את הרגל גבוה, אז הוא הביא לה שרפרף קטן ובכל פעם היה עוזר לה לעלות מדרגה אחר מדרגה.

"באחד הימים החליטה מנהלת המועדון שזה לא מספיק בטיחותי והודיעה לנו שאמא לא יכולה יותר להצטרף להסעה, ועליה להגיע במונית פרטית.

האבסורד זעק לשמיים, אבל למרות זאת נאלצנו לנהל מלחמות גדולות עד שקיבלנו הסעה נגישה.

"זו לא הייתה הפעם היחידה שנלחמנו, כי לטפל בהורה קשיש זה אומר להתנהל כל היום סביב הביורוקרטיה והמערכת שלא תמיד נגישה ותומכת".

נשמע שזה היה ממש פרויקט...

"זה בהחלט היה פרויקט, אבל חשוב לי להדגיש שלא סחבתי אותו לבדי. דאגתי להביא מתנדבות מקצועיות פעמיים בשבוע, ובנוסף הגיעו גם נכדים ונינים.

"ארגנתי לאמא גם שיעורים דרך המחשב, ואני בעצמי הצטרפתי לקבוצת תמיכה דרך עיריית ירושלים, שקיבלתי ממנה המון כוח, תמיכה וגם רעיונות להתייעלות.

"במבט לאחור אני יכולה לומר שדווקא בשנים המתגורות הללו נוצר ביני לבין אמא קשר מיוחד במינו".

ולמיכל יש גם מסר שהיא רוצה להעביר לבני משפחה אחרים: "כשישבנו שבעה על אמא חשבתי על כך שהטיפול בהורים שלנו הוא כל כך זמני, ועם כל הקושי והאתגר, צריכים פשוט לנצל כל רגע. לא לדחות כלום למחר, כי אף פעם אי אפשר לדעת מה מוכה לנו.

"במקרה שלי אמא הלכה לישון ולא קמה, זה היה בשבת חתן של אחותי, ואני הייתי איתה בחדר ברגעיה האחרונים. היא העירה אותי כשהרגישה שהיא מתקשה לנשום...

"כשאני מספרת על כך אני כל כך מצטמרת, כי כשאמא עברה להתגורר אצלי היא ביקשה ממני: 'אני רוצה שתבטיחי לי שתטפלי בי עד לרגע האחרון בחיי', והבטחתי לה. היינו יחד באמת עד הרגע האחרון ביותר".

לראות את אמא

"ירושלים, ירושלים", אומרת מלכה ונאנחת. פניה לובשות ארשת עצובה, והיא שוקעת כל כולה בעולם אחר. לפתע היא מנסה להזדקף בכיסאה. "אמא חולה", היא קוראת ועיניה מתמלאות דמעות, "אני צריכה ללכת אליה, לטפל בה... תעזרי לי..."

תרצה מחבקת את מלכה בחמלה. 'אוי ואבוי', חולף הרהור בליבה. 'אמא שלי הוזה' (מתוך הספר "למלכה אין כתר").



"אחד הקשיים המרכזיים במצב שנוצר הוא שלצד התהליך הטיפולי באמא יש גם תהליך של פרידה", מבהירה תמר דשבסקי, גרונטולוגית, מחברת הספר 'אור בשכחה', מלווה משפחות, ומרצה בתחום מטעם מכללת באר אמונה, עיריית ירושלים ועוד.

"זה לא רק שאנחנו צריכים לדאוג לאיכות חייה של אמא, אלא אנחנו למעשה גם נפרדים מהאמא שהייתה לנו ומתחילים להסתגל לדמות אחרת, מחודשת.

"כל זאת לצד חששות נוספים – אולי אמא לא תחיה עוד הרבה זמן, אולי הרמה הקוגניטיבית שלה תידרדר, ואולי היא אפילו תגיע לשלב בו לא תזהה אותנו? צריך כוחות כדי לצאת למסע הזה, וברור שככל שהמשפחה יותר מגויסת וחדורת מטרה, כך טוב יותר.

"במגזר החרדי ניתן לראות התגייסות גדולה למען ההורים", מוסיפה תמר, "הילדים בדרך כלל מעניקים תשומת לב רבה, אהבה וכבוד ומבקרים ממש על בסיס יומיומי. אך יחד עם זה יש גם הרבה משפחות שניכרת אצלן שליטה ופטרונות, למשל כשהילד משדר להורה את התחושה של 'אני יודע איך לפעול עכשיו, טוב יותר ממך'.

"קורה גם שהאמא יושבת בחדר עם הילד והרופא, ושניהם מדברים מעל ראשה כאילו שהיא לא נמצאת שם. אני פוגשת לעתים קרובות אנשים שבאמת רוצים לעזור להורים שלהם, רק שלא יודעים איך.

"במצבים כאלו מומלץ לקבל הכוונה של איש מקצוע, שיאיר קצת את הדברים, יסביר לקראת מה הולכים ומהם הצרכים והכלים המשפחתיים להתמודדות".

וכיצד אפשר להקל על המשפחה את המסע הזה? "חשוב קודם כל לשנות את הטרימינולוגיה. אחד מהמשפטים שקשה מאוד להורה לשמוע מילדיו הוא:

'אמא, אנחנו יודעים מה טוב בשבילך'.

"חישבו עד כמה קשה לאמא שהתרגלה במשך כל חייה לנהל את המשפחה ולהיות מובילה, להפוך להיות זו שמנוהלת על ידי ילדיה. אז בואו נחליף את המילים הללו בשאלה: 'אמא, למה את זקוקה?'

"בנוסף, כדאי מאוד לחפש את מה שעוד נשאר אצל אמא ומה היא עוד מסוגלת לעשות. אולי היא יכולה להמשיך להשמיע עצות לחיים, לכוון ולהעביר ערכים? אולי היא יכולה להחזיק את היד לנכדים, ללוש בצק או לחתוך חסה?

"עלינו להמשיך לחפש ולמצוא את הדברים שבהם אמא יכולה להרגיש נחוצה, אוהבה ויכולה עוד לתרום.



כזו שעדיין נותנת גם לנו ולא רק מקבלת מאיתנו. גם אם ברור לנו מה נכון עבורה, עדיין חשוב לשמור על עצמאותה של האם, למצוא עזרה שמתאימה לאישיות שלה ולשתף אותה בדרך.

"במקרים רבים האם מבינה, מרגישה ומתוסכלת ממה שעובר עליה", מוסיפה תמר, "וזו התמודדות מאוד מורכבת עבורה, והתפקיד שלנו הוא לשדר לה את המסר: 'אנחנו רואים אותך, זוכרים מי את, ויודעים שהרבה ממי שאנחנו זה בזכותך'.

"יחד עם זה, אנחנו צריכים גם להפנים את המציאות החדשה והקשה מאוד לעיכול – אמא כבר לא תשוב להיות מה שהיא הייתה.

"צריכים להתרגל להבנה הזו, לעטוף את אמא באהבה ובחמלה, וכך גם את עצמנו.

"אגב, לפעמים המחזות הקטנות הן הכי משמעותיות, לדוגמה לבוא לאמא לפני השינה, לתת לה יד ולהגיד לה: 'אמא, אני כאן ואני אוהבת אותך'. זה יכול להיות עוצמתי יותר מכל דבר אחר".

תמר גם מעלה נקודה משמעותית נוספת: "אני מכירה משפחות שמטפלות בהורה הקשיש לצד טיפול בילדיהן הקטנים, והן אומרות לי לא פעם, בתסכול, שהן רואות נקודות דמיון בין הטיפול בהורה המבוגר לילדים.

"אך דווקא נקודות הדמיון האלו יכולות לשמש כגשר ולא כמכשול. אפשר למשל לשיר שירי שבת עם אמא והנכדים, או ליצור יחד, להקריא סיפורים, כל הפעולות הללו טובות הן לאמא והן לנכדים.

"כשמבצעים אותן יחד עם הילדים, נוצרת תחושה יותר טבעית ורגילה. כך, כולם ייהנו מהזמן המשותף".

יש לה גם המלצה נוספת: "לפני שנכנסים לאמא כדאי שבצע את 'תרגיל תשומת הלב'. הכוונה היא לעצור לרגע ופשוט לפנות את הלב מכל דבר אחר ולהתמקד רק במה שאני רוצה

להספיק במהלך הביקור הזה. להשתיק את הטלפון הנייד ולהיות מרוכזים ב-100%.

"כך נגיע לאמא באופן יותר ממוקד, נוכל להחזיק לה את היד, להסתכל לה בעיניים, להקשיב לה ולשתף אותה במה שאנחנו חושבים ומה עובר עלינו.

"עשר דקות מרוכזות כאלו שוות לפעמים יותר משעה של ישיבה בבית של אמא כשהראש לא איתה ואנו רק עונים לשיחות טלפון ומנסים לנהל הכל בשלט רחוק.

"יש גם דבר מעניין שנוכל לראות בגיל המבוגר – אימהות שהיו במשך השנים קשוחות לפעמים מתרככות יותר. נשים מספרות לי שהן מעולם לא קיבלו חיבוק מאמא, ופתאום אחרי שהדמנציה התחילה

– אמא מתקרבת אליהן גם מבחינה

פיזית. בואו ננצל את הזמנים המיוחדים האלו ונמצא את הטוב שיש בהם".

בידיים הטובות ביותר

"אמא'ה הגענו הביתה", מכריזה יעל כשהדלת נפתחת וכיסא הגלגלים עם מלכה מוכנס פנימה. מלכה מביטה סביבה בחשש. "זה לא הבית שלנו", היא מסננת לבסוף. יעל ממחרת להסתתר מאחוריה. אינה רוצה שאימה תבחין בדמעות (מתוך הספר "למלכה אין כתר").



בבית או בבית אבות? אצל אחד הילדים או עם מטפלת צמודה? אלו שאלות שמרחפות לא פעם על עתידו של הקשיש. דורה גלאור מספרת שכאשר החל מצבה של אימה להתדרדר, נוצר צורך להביא מטפלת והתעוררו סביב זה ויכוחים רבים.

"כאשת מקצוע בתחום הטיפולי וגם כבת שרוצה את הכי טוב לאימה, הרגשתי שהנכון ביותר הוא לשמוע מה אמא רוצה", היא מבהירה. "הבעיה היא שאמא כבר לא הייתה במצב שבו היא יכולה לראות את התמונה המלאה, היא התנגדה בכל הכוח ולקח לי זמן כדי להפנים את ההבנה שלמרות הקושי וההתנגדות, החסד הגדול ביותר שאני יכולה לגמול עם אמא הוא בכך שאכניס עובדת זרה. וזו הגיע השלב הקשה ביותר, ממש מלחמת עולם – אני מוחליטה להתגבר על עצמי ולהשיג עובדת, בזמן שאמא מבהירה לי שוב ושוב שאני לא בסדר ולא ייתכן שאעשה רק מה שאני רוצה וחושבת".

גם פועה שטיינר מתייחסת בספרה להעסקת עובד זר, ומציינת עד כמה הנושא אינו פשוט, גם מבחינה תורנית.

"משפחות שומרות מצוות מוצאות את עצמן לא פעם מתמודדות גם עם שאלות הלכתיות", היא מבהירה. "ברגע אחד עלולה העובדת הזרה לבלבל את הסכום במטבח או לגעת ביון שנועד לקידוש.

"במקרה של אמא שלי אני זוכרת שפנינו לגאון רבי אביגדור נבנצל שליט"א, כדי להתייעץ איתו בנוגע לסוגיות ההלכתיות שהתעוררו, כי יש דברים שלגמרי אינם פשוטים ומוכרחים למצוא להם פתרונות".

על השאלה האם להעסיק עובד זר או להעביר את אמא לבית אבות, מתקשה פועה להשיב, כך גם על שאלות מהותיות נוספות.

לדבריה, במהלך השיחות שניהלה עם משפחות כבסיס לכתובת הספר, היא גילתה כי לכל משפחה בחירות משלה ודברים הנכונים בעיניה לגבי הטיפול בהורה, וזה לגמרי בסדר", היא מדגישה.

"כך למשל פגשתי משפחות לא מעטות שחששו לנתק את האם (שהפכה לסיעודית) מביתה ומהסביבה המוכרת לה, והעדיפו להסתייע בטיפול בה בעובדת זרה.

תמר דשבסקי, גרונטולוגית: "במגזר החרדי ניתן לראות התגייסות גדולה למען ההורים, אך יחד עם זה יש גם הרבה משפחות שניכרת אצלן שליטה ופטרונות, למשל כשהילד משדר להורה את התחושה של 'אני יודע איך לפעול עכשיו, טוב יותר ממך'".

"לעומתן פגשתי משפחה שהתנגדה בתוקף להכנסת עובדת זרה, וכתחליף לכך הגיע בכל שבוע אחד מילדיה כדי להתגורר עם אמא ולסעוד אותה.

"היו משפחות שלא השאירו את האם המתבגרת אפילו לרגע לבדה, והייתה מישהי שאמרה לי בכנות: 'קשה לי לפגוש את חמותי במצב כזה. היא אפילו לא זוכרת איך קוראים לי'. "הכרתי אנשים שדרבנו את הנשים שלהם: 'לכי לבקר את אמא שלך כמה שיותר, זהו כיבוד הורים', ולעומתם את אלו שלא הצליחו להבין: 'כמה זמן את יכולה להיות שם? זה עולה לך בבריאות שלך'.

"אני לא מבקרת אף גישה ולא מחלקת ציונים. ברור לי שכל משפחה מתנהלת לפי מה שנכון בעיניה ומשתדלת באמת לעשות את הטוב ביותר".

להאמין, לאהוב, לכבד

"מיטה כל כך טובה", התעקש בועז, "חבל, תראי כמה שהיא נוחה".

מלכה הניעה את ידה בביטול, ובפנותה אל אנו'ו קראה: "אוי, כמה שהוא אוהב פטנטים הבן שלי. איפה המיטה שלי? אני רוצה שתחזירו לי את המיטה!"

בועז עמד נדהם, המילים נעתקו מפיו. "נו, נו, בועז", קראה מלכה ברוגז גובר והולך, "עכשיו הוצא מפה את המיטה הזו, קח אותה לבית העסק שלך, או אליך הביתה, אתה יכול לישון בה" (מתוך הספר "למלכה אין כתר").



"אם שואלים אותי", אומרת דורה, "הדבר המאתגר ביותר בטיפול בהורה מתבגר, הוא התסכול הגדול, כשאתה מנסה באמת לתת לאמא מכל הלב, אבל לא מקבל בתמורה חיבוק אלא גערות.

"עד היום אמא אומרת לי לפעמים: 'אני רוצה להזכיר לך שאני אמא שלך ואת בת שלי'. קשה לי להתמודד עם זה, אבל אני יודעת שהדבר היחיד שמוטל עליי הוא לדאוג לאמא, ובכלל לא משנה מה היא אומרת ומה מצבה".

איך באמת יש לנהוג כשאנחנו מתאמצים בכל כוחותינו כדי לשמח את אמא, ובסופו של דבר נראה שלא רק שהיא לא מעריכה, אלא אפילו כועסת עלינו?

"זה נכון שלא תמיד נקבל מחמאות על מסירותנו הרבה", מסכימה תמר דשבסקי. "ייתכן שאמא גם תכעס, תתפרץ ותאשים אותנו. אבל חשוב שבמצבים כאלו נדע להפריד בין אמא לבין המחלה.

"הכעס והאשמה שהיא מפנה כלפינו אינם מגיעים מתוכה, אלא הם תסמינים של המחלה. דווקא זה שהיא מרשה לעצמה להתלונן שהאוכל שהכנו לא טעים או שהבית לא נקי, מוכיח שהיא מרגישה איתנו מספיק בנוח, שכן כשנמצאים במקום בטוח יכולים להתפרק ולכעוס.

"לכן, מוטב שתורידו את רמת הציפיות. לא, היא לא תראה מה עשיתם עבורה. במקום זה פרגנו אחד לשני, וגם לעצמכם. יש בהחלט על מה.

"בנוסף, חשוב גם להבין שבהאשמות האלו אמא בעצם משדרת לנו מסר עמוק: 'רציתי לבשל, אבל אני לא יכולה; רציתי לנקות וזה לא מתאפשר לי'. זו צורת הביטוי שלה לתחושת התסכול.

"אגב, זו גם הסיבה שאני מדריכה את המשפחות שלא להשתמש במושג 'דמנטי'. אמא שלנו אינה דמנטית, בדיוק כפי שאדם שחולה במחלה אינו סרטני וחולה שפעת אינו שפעתי. אמא היא אישה עם דמנציה".

ועדיין, קשה מאוד ליישם זאת בשטח...

"זה באמת ניסיון מאוד קשה. אני חושבת שאחד הדברים הגדולים שיכולים לעזור לנו הוא האמונה שיש מישהו למעלה שרואה אותנו ונותן לנו כוח.

"ובנוסף יש גם מישהו מלמטה שרואה אותנו – אלו ילדינו הצעירים. הם בוודאי קולטים הכל. חישבו איזה מודל ודוגמה אתם מעניקים להם בטיפול.

"בנוסף, עלינו לזכור שכל מה שאנחנו עושים עכשיו זה בשביל האדם שיקר לנו יותר מכל, ועוד יבוא יום שנהיה אחרי הטיפול. נעמוד מול הקב"ה ומול עצמנו ונוכל לומר – 'עשיתי כמיטב יכולתי'.

"המאמץ שנעשה היום, הסבלנות, אורך הרוח והאהבה, הם שיאפשרו לנו להגיד בסוף שלצד הקושי והמסע המפרך הזה, זכינו להיות עם אמא, לומר ולהראות לה שאנחנו אוהבים אותה.

"וגם כשהיה לנו ולה קשה – ראינו דרך המחלה את אמא שלנו".

וגם לפועה יש דבר מה להגיד לסיום: "כיום אני כבר לא צעירה, הגעתי לגיל שבו גם אני זקוקה לעזרת הילדים, ופתאום מוצאת את עצמי מתמודדת בדיוק עם אותן שאלות שהעסיקו את מלכה מהספר, ומתחילה להבין באופן העמוק ביותר את מה שעבר עליה.

"אני מבינה את הרצון להיות עצמאית ולהמשיך לעשות את כל הפעולות כפי שהיו עד היום, מבינה גם את ההכחשה למצב ואת ההתנגדות לשינויים, וכן, אני חושבת שהילדים עם כל הרצון הטוב אף פעם לא יחוו באמת את הצד שלנו ההורים, כי אין חכם כבעל הניסיון.

"יחד עם זאת ברור לי שגם ההורים המתבגרים צריכים ללמוד להתחשב בדעת הילדים.

"יש כאן משוואה כל כך רגישה, אבל מכיוון שהיא מושתתת על המון אהבה, דאגה ומסירות, אני בטוחה שהתוצאה בוודאי תהיה טובה ונזכה כולנו לשמוח יחד עד מאה ועשרים שנה". ●