

שניים ביחד וכל אחד לחוד: שיחה זוגית בחיים המודרניים

מאת : אלינור איתם/חיים אחרים

היא רוצה לדבר והוא דווקא מעדיף לשתוק. היא זקוקה למילים, הוא מעדיף מעשים. הוא רוצה לרוב לבד, היא תמיד מעדיפה ביחד. היא והוא הם כמובן לא שני אנשים מסוימים, הם דוגמה לשיח אפשרי אחד מיני רבים המתקיים בין גברים ונשים תחת כותרתה של הזוגיות המודרנית. אנחנו מהללים לא פעם את הזוגיות החדשה הזו שמתירה לנו את חופש הבחירה והאהבה, שמאפשרת לנו לאמץ תפקידים השונים כל כך מהסטריאוטיפ המגדרי שלנו, אבל דווקא החופש הזה מציב אתגרים לא פשוטים וחושף את ההבדלים העמוקים בין "נשים מנגה וגברים ממאדים". בכתבה הבאה יצאתי למסע מרתק כדי לבדוק האם ישנו כוכב לכת ניטרלי שבו גברים ונשים יכולים להיפגש ולדבר, לנסות להבין, לנסות למצוא לעצמם בחיים הזוגיים את המקום הכי מתאים להם.

מורי הדרך שלי היו בני הזוג ד"ר רבקה וד"ר חן נרדי האמונים על זוגיות ארוכת שנים וגם על שותפות מקצועית כמטפלים ושותפים במכון "דיאלוג" לשיפור ההידברות. בחרתי בהם בעקבות ספרם "שיחה זוגית" שראה אור לאחרונה בהוצאת הדים, בו הם כותבים על זוגיות מנקודת מבט אישית ואינטימית. בהקדמה לספר הם מתוודים בגילוי לב על כך שהרעיון לספר נולד בתקופה בה הם חוו לא מעט עליות ומורדות רגשיים. המפגש עימם לימד אותי שהסנדלר כלל לא הולך יחף. דווקא משום שהוא איש מקצוע מיומן, הוא בורר את נעליו בקפידה והוא יחף לפרקים רק משום שהוא עדיין מחפש את הזוג המתאים לו ביותר. "דווקא משום שאנחנו אנשי מקצוע", הסבירה לי רבקה נרדי, "יכולנו לתעל את המשקעים ששקעו בזוגיות שלנו לכדי ספר והשתמשנו בו ככלי עבור הקוראים שלנו, להראות שלא הכל צריך להסתיים באקורד צורם של מריבה, או סיום הקשר הזוגי, אלא אפשר לדבר על הדברים ולנסות למצוא את הדרך אחד אל השני".

זוגיות מודרנית: המעבר מחלוקת תפקידים לעיסוק ביחסים

"אספר לך מה אני שומעת שוב ושוב מגברים בעבודה הטיפולית שלי. הם מספרים לי...איך הם לא יכולים לשאת את הדיבור האסרטיבי של נשותיהם שנשמע להם כוחני. הם רוצים דיבור רך...והאישה, במציאות החיים העמוסים במטלות, לא יכולות כמובן לעמוד בצפייה זו. היא לפעמים אסרטיבית, לעיתים תוקפנית – בעיקר כאשר קולה לא נשמע..." (עמ' 71)

"בעינינו", מסבירה רבקה, "הזוגיות המודרנית היא המעבר בין חלוקת תפקידים ליחסים. בתחילת המאה היה ברור מאוד מה תפקידיו של הגבר בתוך המערכת הביתית ומה תפקידיה של האישה. היום גברים ונשים מתחלקים בתפקידים בצורה יחסית שוויונית. גברים 'קיבלו היתר חברתי' לקחת על עצמם תפקידים שהיו מיוחסים באופן מסורתי לנשים כמו למשל לבשל, לדאוג לניקיון הבית ואפילו לקחת מחצית מחופשת הלידה. בימינו, ככל שגבר לוקח על עצמם יותר תפקידים במרחב הביתי, כך הוא מוערך יותר על ידי בת זוגו. גם נשים לוקחות על עצמן תפקידים שהיו מיוחסים בעבר לגברים. כיום נשים לוקחות חלק שווה בחיים הכלכליים והן שותפות מלאות בפרנסת המשפחה. כלומר חלוקת התפקידים היא כבר מאוד דיפוזית. לעומת זאת ביחסים עדיין נשאר משהו קצת סטריאוטיפי. האישה מצופה עדיין להפגין רכות וגברים נבחרים כשהם מגלים בה אסרטיביות. הגבר נתפס פעמים רבות כאוטסיסט משום שהוא מתקשה להביע רגשות דווקא כשזוגתו זקוקה לכך ביותר. כאשר הציפיות הסמויות מגיעות לכדי מודעות אפשר לעבוד איתן ולהגיע לתובנות חדשות. חן פיתח מילון של כל מילות הרגש שקימות בשפה העברית. בטיפול הוא מבקש מגברים להיעזר במילון הזה כדי להסביר את רגשותיהם. אני הרבה פעמים מציעה לגברים ולנשים בטיפול שאני אדבר אותם. כך קל להם יותר להביע את הרגשות שעולים ביחסים הזוגיים עם קצת עזרה מתברר שגברים מרגישים לא פחות מנשים אבל יש להם קושי למלל זאת. ההכללה פוגעת בגברים כמו בנשים".

אישה, בעל, בית: לשם כל אלה עלינו לדבר

רבקה: "מי צריך את כל המילים הללו... לפעמים אני חושבת שאולי הן מקלקלות לנו יותר מאשר מוסיפות. אבל אני יודעת גם שאין לנו ברירה. בשביל להבין ולא להסתפק בניחושים, עלינו לדבר. כמה חבל!" (עמ' 70)

"זוגיות טובה אינה נמדדת בכמות המריבות או במיעוט המשקעים בין בני הזוג.", מסבירה רבקה נרדי. "כל אחד מבני הזוג בא מתוך הביוגרפיה האישית שלו עם צרכים שונים שמטבע הדברים מביאים לחילוקי דעות. המסקנה היא לא לשמור על ההרמוניה הזוגית בכל מחיר, כי זה בלתי אפשרי. הרעיון הוא שכדי להכשיר את החיים המשותפים לכך שנוכל לחיות בזוג עלינו ללמוד לדבר, זוהי מהות השיחה הזוגית. אנחנו אומרים לבני זוג 'הדברים לא יפתרו מאליהם ולכן שבו ודברו'. לא פעם, בעזרת השתדלות רבה מצד שני בני הזוג, אפשר להתגבר על משברים מתוך שיח כן ואמיתי. השיחות אותן אנו מביאים לקוראים אינן מיועדות כדי לשתפם בחיינו האינטימיים. הדיאלוגים בינינו הם תמצית של זוגיות ארוכת שנים שהיו בה גם משברים מאוד עמוקים. למרות ששנינו מטפלים זוגיים אנחנו לא חסינים למריבות ולמשברים, אנחנו רק יודעים שישנה גם דרך אחרת, דרך של דיאלוג פתוח וכן בין בני הזוג ושלמרות הכל ישנה דרך אחרת לזוגיות גם כאשר ישנם קשיים. אנחנו משתפים בדיאלוג האינטימי שלנו כדי להציג מודל אפשרי לשיחה זוגית שיכולה להתקיים בין שני בני

זוג. היום פרידה וגירושין הם פתרונות זמינים. אנחנו יכולנו להיפרד במהלך חיינו המשותפים פעמים רבות. בחרנו בדרך שונה. בחרנו לדבר. לכל אחד ואחת מאיתנו ישנה הדרך המיוחדת שלו להביא את הדברים אבל ההתכתבות ביני ובין חן יכולה לשמש השראה לבני הזוג כיצד לעשות זאת ללא האשמות, ללא עלבונות, אלא מתוך ניסיון כן ואמיתי להבין זה את זה".

ואכן בספר ישנו דיאלוג שונה מאוד בין הגבר והאישה. כך לדוגמה הם מספרים זה לזה בגילוי לב על תחושותיהם הכנות ביותר זה כלפי זה ובהן מילים קשות שלא קל לבטא. כך למשל כותב חן לרבקה "ככל שאת רודפת אחרי יותר עם בקשותייך, כך אני מתחמק באופן בוטה יותר ויותר. משהו צריך להשתנות. אני לא יודע מה. אני לא אוהב את עצמי במצב הזה" (עמ' 48) והיא בתשובתה לו כותבת "תודה על כך שפתחת את ליבך בפני וסיפרת לי באומץ וביושר איך אתה חווה בית" (עמ' 52).

פמיניזם בין כתלי הזוגיות

"אני מדברת אליך בשפה חדשה. שפה שגם לי היא לפעמים קשה – שפת השוויון. אני יודעת שיש (בה)... משהו מעצבן, מוסרי או מוסרני... עם זאת לא אוכל כבר לדבר אליך בשפה הישנה. שיננתי את שפתי החדשה בימים ובלילות עד שאפילו אני חולמת אותה" (עמ' 52).

כאן יש מקום לגילוי נאות. השיח המגדרי שלוב בחייהם המקצועיים של בני הזוג נרדי. חן היה בין מייסדי "התנועה לגבריות חדשה" (1993) ו"התנועה לשלום בין המינים" (2004). רבקה כתבה את הדוקטורט שלה בפסיכולוגיה חברתית ובמגדר. בשנת 1978 היא פיתחה את המרכז הראשון בישראל לקידום האישה ויצרה מודל ישראלי חדשני של עקרונות בית החזרות לעבודה. בשנת 1983 היא הייתה שותפה בהקמת מכון נ.ו.ר.ה., מכון הדרכה פרטי, שעיקר ייעודו היה פיתוח של תוכניות הדרכה ייחודיות לנשים לשיפור המיומנויות האישיות והארגוניות שלהן. באותן שנים נמנתה בין מעצבי תוכניות השתלמות הראשונות בארץ למנהיגות נשים, התמודדות נשים בעולם עבודה גברי וסקסיסטי וקידום מעמדן של נשים. כמו כן פעלה כמנהלת וכמנחה מקצועית במסגרות ציבוריות ופרטיות לקידומן של נשים.

"איך נכנס נושא הפמיניזם לשיחה הזוגית" אני מקשה, "הרי השיח הזוגי הוא כל כך אישי ואינטימי ומקומו בין כתלי הבית, בין שני בני אדם פרטים. השיח הפמיניסטי הוא בכלל שיח פוליטי בין שתי קבוצות. מה לפוליטיקה ולמרחב הפרטי?". דווקא הפמיניזם יכול להכשיר את הקרקע לאישי ולביתי. "טוענת רבקה, "תמצית ממצאי הדוקטורט שלי המופיעה בספר 'זוגיות בסערה' (2003) בהוצאת הקיבוץ המאוחד מראה כי נשים לא מסכימות יותר להיות מספר שתיים ולחיות בתחושת קיפוח תוך שהן מנסות להסביר את הקיפוח שהן

חשות בחולשות שלהן. כאשר אישה מבינה שתחושותיה הם לא פרי דמיונה אלא יש מאחוריהם מסורת ארוכה של קיפוח נשים, של ניסיון לייחס לנשים תכונות כדי לכפות עליהן התנהגות מסוימת, קל לה יותר להתחיל לתבוע לעצמה את מה שהיא זקוקה לו גם במרחב הביתי, ביחסים הזוגיים".

תהיה גבר! תלמד ממנה

"נדמה כי אתה כל הזמן מתנצל ומכה על חטא על כך שאתה שואף להיות פמיניסט אך לפרקים חומק ממך הגבר הרע, זה שרוצה להנהיג, להוביל, לקבוע, להיות לגמרי שוביניסט. אולי בעצם הניסיון הזה ללכת בנעליים שאינן על פי מידתך הוא עקר ומיותר ולעולם לא יצלח", הצעתי לחן. "נכון, אני אכן מכה על חטא", הוא הודה בכנות "הפמיניזם הוא עבורי חליפה שאני עדיין מתקשה לפרקים בלבישתה. אנחנו הגברים צריכים ללמוד מהנשים, הוא הסביר לי. כשהיית קטנה אני מנחש שהמתנה הראשונה שקיבלת הייתה בובה. אני קיבלתי מכונית. מכונית לא מלבישים ולא מאכילים ולא מחבקים. כלומר המיומנויות הללו שתרגלת על הבובה מינקות כבר טבועות בך כמו בנשים רבות. אני כמו גברים רבים אחרים צריך ללמוד איך לעשות זאת. המורה הטובה ביותר לכך היא בת הזוג משום שיש לה את הידע הזה ומשום שהיא זמינה ללמד. על הגבר רק ללמוד להקשיב. היה לי הרבה מה ללמוד מרבקה אבל לקח לי הרבה זמן להכיר בכך ולהשכיל לאמץ את תבונתה הטבעית. זה כמובן לא רק משום שאני גבר שקשה לו להיות מונהג ולבקש 'למדיני'. גם הביוגרפיה האישית משחקת כאן תפקיד. אני הייתי בן יחיד. הייתי מורגל עוד מילדותי בכך שעל פי יישק דבר. את הביוגרפיה הזו תרגמתי גם לקריירה צבאית בת עשרים ושתיים שנים כמפקד בסיס טירונים בצה"ל. והנה הייתי חוזר הביתה לתא המשפחתי מהבסיס ומצפה שגם בבית ישמעו בקולי. הייתי משתמש בטון הסמכותי גם בתפאורה הביתית מבלי להשכיל להבין שכאן החוקים הם אחרים, שהמניירות הצבאיות אינן מתאימות ושהאישה שלצידה בחרתי לחיות יודעת הרבה יותר ממני. הייתי צריך להקים לעצמי קבוצת תמיכה בדמות 'התנועה לגבריות חדשה' כדי שהקול הפנימי שלי יאשר לי להודות בכך שלרבקה יש יותר ניסיון ממני ויותר מיומנויות ממני בשיחה הבין אישית ושיש לי הרבה מה ללמוד ממנה. אל תשכחי שהשותפות בינינו היא לא רק בתא המשפחתי. אנחנו חולקים עסק ביחד, כלומר חיינו שלובים גם בהיבט של התפתחות מקצועית וכלכלית. גם מהבחינה הזו היה לי הרבה מה ללמוד, כי רבקה הקימה את המכון לפני שהצטרפתי אליו. היה לה הרבה יותר ניסיון מאשר לי בעולם העסקים האזרחי וגם כאן הייתי צריך להודות שיש לי מה ללמוד ממנה".

את רוצה לדבר אבל לא רוצה לגלות לי את צפונותייך

הוא אומר לה: "יש סוג של גילוי סודות שבעבורי הוא הכרחי. במיוחד ביחסים קרובים" (עמ' 88) והיא משיבה: "בשבילי סודות זה משהו שאנחנו בצורה מכוונת ומודעת מחליטים לא לספר לבן הזוג שלנו, אם זה מסיבות של פחד או מסיבה של רצון להגן עליו" (עמ' 89).

אחת הסתירות המעניינות ביותר ביחסים בין גבר לאישה היא שנדמה תמיד שמכיוון שנשים הן אלה שרוצות לדבר לא יהיו להן סודות מפני בן השיח והנה מסתבר כי כאשר בן שיחן מוכן כבר לדבר, יש להן גם סודות מפניו שאין ברצונן לחשוף. אמנים רבים, סופרים, משוררים, פסלים וציירים מתייחסים לכך באמנותם ומציגים את הדמות הנשית מפורקת ללא חיבור בין האיברים או עשויה חללים, חללים. החשאיות הנשית מעוררת הרבה חששות אצל בני זוגן. פסיכולוגים מתייחסים אל הצורך הנשי בסודיות כנובע מהפחד מגורם חיצוני שיפלוש ויפרק את המבנה הנפשי הפנימי, או במינוח המקצועי 'חרדת האונס'. הדו שיח המעניין הזה בין המינים מתגלה גם בשיח הזוגי של בני הזוג נרדי וחושף טפח ממהותו. "יש מקום שבו את לא משתפת אותי, שבו את סגורה בפני וחתומה כמו כספת" הוא אומר לה ומבקש "האם תוכלי לשתף אותי יותר, לפחד ממני פחות?" (עמ' 93) והיא עונה לו "זה כמעט אקט פורנוגרפי לדעת הכל, לראות את פנימיותו של אדם ללא הסתרה". מתוך החקירה היא מסכמת "גילוי סופי וטוטאלי של 'הכל' עלול לפרק את העצמי שלנו" (עמ' 94).

שותפות מקצועית וחיים זוגיים

"אנחנו הלכנו נגד 'טבענו'. נגד סדר הדברים המסורתי בין גבר לאישה. החצפנו פנינו למורשת החברתית – תרבותית שגדלנו עליה והחלטנו להוכיח, קודם כל לעצמנו ששותפות שוויונית – מקצועית בין גבר לאישה היא אפשרית" (עמ' 132).

פסיכולוג חברתי ידוע שפעם נכחתי בהרצאה שלו אמר כי בני משפחה לא יכולים לעסוק באותה נישא מקצועית כי התחרות תחבל בקשר האישי. בני הזוג נרדי מדברים בכנות עמוקה גם על החריקות של חיים מקצועיים משותפים. "כאשר חן פרש מן הצבא הזמנתי אותו לקחת חלק במכון שאני הקמתי", מספרת רבקה "התחלת הדרך המקצועית שלנו ביחד הייתה קשה מאוד. כיוון שהאפליה המגדרית טבועה בנו ובסובבים אותנו עמוק מאוד, כאשר היו מזמינים אותנו לסדנאות או להרצאות הפניה הייתה תמיד קודם לחן, כאילו הוא איש המקצוע ואני רק מתלווה אליו. זו כמובן הייתה חוויה קשה בשבילי כי אני באותה תקופה כבר הייתי אשת מקצוע עם רזומה עשיר כמטפלת, כסופרת. היה לי גם קשה מאוד עם העובדה שחן פעמים רבות לא גיבה אותי ולא העמיד את הפונים על טעותם". אז בעצם למה להתעקש הקשיתי על בני הזוג? מדוע לא פיצלתם את השותפות. "אני חושב", השיב לי חן "שגם השותפות המקצועית בנינו שימשה לשנינו סוג של סדנא

להידברות. למרות הקשיים למדנו מזה ועוד אנחנו לומדים הרבה מאוד. לבד מההעשרה המקצועית המשותפת של שני אנשי מקצוע, הרגשות הקשים שעלו לימדו אותנו שקנאת סופרים אכן מרבה חכמה. למדנו לתעל אותה למקומות שמצמיחים את שנינו".

מבט אישי

בתום שיחתנו המשותפת מצאתי אני שואלת את עצמי האם אוכל גם אני ליישם את הדיאלוג הזה בחיי? האם יוכל בן זוגי לאמר לי בגילוי לב שהוא מתחמק ממני או שהוא מתקנא בהצלחותיי המקצועיות? האם כאשר הוא ביום מן הימים יספר לי מה אצלי גורם להתחמקותו ממני אוכל לסלוח לו? האם לא עדיף להעמיד פנים שהכל בסדר בחריקת שיניים כדי למנוע עימות? אינני יודעת. אולי הפתיחות הזו להאזין לכל ולסלוח למרות הכל היא רק נחלתם של אנשי מקצוע מנוסים, אולי אם רק נעז כולנו ונבטיח לא להיעלב, נצא נשכרים?

בוקסה 1 – ליישם את השיחה הזוגית בחיי הנישואין

לשיחה הזוגית ישנם מרכיבים שהוספתם למתכון המשפחתי יכולה לסייע לזוגות ליישם את הדיאלוג המורכב הלכה למעשה בחיי היום יום:

- דברו זה לזה בעדינות, אל תשתמשו בדברים לשם הטחת עלבונות או האשמות הדדיות
- סיימו את המשפטים בסימן שאלה ולא בסימן קריאה. ניסוח משפט כשאלה מזמין את הצד השני להביע את דעתו ומייצר שיח.
- אל תניחו כי הבנתם, שאלו את בן זוגכם "האם הבנתי נכון? האם כוונתך הייתה ש..."
- הפכו את הדיאלוג לאישי "אני מרגיש ש..., אני חושב ש..."
- תמיד אפשר לתקן. אם אתם מרגישים שטעיתם, התנצלו, בקשו סליחה זה מזו.