



"הבת שהייתה"

ואיננה עוד"

בין אובדן ללידה
מחדש - חוויותיהם.
של הורים לנוער
טרנס*¹ בקבוצה
טיפולית

ליאת אוזנה, עומרה לויחזן

ליאת אוזנה | עו"ס להט"ב, נוער וצעירים, מנהל הרווחה, אשקלון. Liatuka@hotmail.com
עומרה לויחזן | עו"ס, מטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת ומנחת קבוצות, כפר ורדים ובזום.
Omra.levi@gmail.com

1 טרנס מתייחס לכל הקשת הטרנסית: טרנסים, טרנסיות, מגדרים לא בינאריים, א־בינאריים ועוד.

|| תקציר

מאמר זה מתאר קבוצה טיפולית פסיכוכינולוגית של ההורים לנוער טרנס במסגרת שירותי הרווחה של עיריית אשקלון. הרציונל להקמת הקבוצה התבסס על הצורך שעלה במסגרת עבודת השדה של עו"ס להט"ב, המטפלת בנוער טרנס והוריהם במחלקת הרווחה בעיריית אשקלון. הקבוצה הורכבה משישה הורים לנוער טרנס המטופלים. ות בשירותי הרווחה באשקלון, וכללה עשרה מפגשים פרונטליים. מאמר זה מציין ומאיר חוויות ייחודיות וקשיים שעלו בקרב ההורים לנוער טרנס ומתאר את התהליך הטיפולי המשמעותי שעברו, אשר סיפק תמיכה, הזדהות ולמידה.

תחילה מציג המאמר רקע תאורטי, המצביע על כך שקבוצות תמיכה פסיכוכינולוגיות מאפשרות עיבוד רגשי בתוך קבוצת השווים ומהוות כר פורה לשיתוף, הזדהות וקבלה. אצל הורים לטרנס עולה כי פעילות חברתית ואקטיביזם מגבירים את תחושת הסוכנות (agency) והמסוגלות (צפתי ונדן, 2020). בהמשך מוצגות התמות המרכזיות שעלו מתוך התהליך הטיפולי: 1. התמודדות משפחתית; 2. הכלה וליווי בתהליך ההתאמה המגדרית; 3. עבודה קבוצתית בהתמודדות עם תחושות של אובדן: "הבת שהייתה ואיננה עוד".

מתוך התמות עולה כי השייכות לקבוצה מאפשרת מקור תמיכה, הזדהות ושיתוף ברגשות מורכבים, שבחלקם דומים ועולים אצל כל ההורים. לצד זאת, ניכר שהשונות בין ההורים - הן בשלבי הקבלה, הן במאפיינים אישיותיים והן בקשרים עם ילדיהם.ן - מציעה אפשרות לצמיחה וללמידה. המענה הקבוצתי נמצא יעיל ביותר לתמיכה, להפגת בדידות ולסולידריות. המסקנות לפרקטיקה הן שיש צורך משמעותי בהקמת מענים מסוג זה במחלקות לשירותים חברתיים ברחבי הארץ, שכן ככל שהיו יותר קבוצות, הורים רבים יותר יקבלו תמיכה אשר תגדיל את הטולרנטיות ותחזק את הקשר בינם לבין ילדיהם.ן.

מילות מפתח: טרנס, נוער, הורים, קבוצה, יציאה מהארון, התאמה מגדרית, הנחיה בקו

|| הרקע להקמת הקבוצה

בחודש מאי 2020, בעיצומה של מגפת הקורונה בישראל, נפגשנו: ליאת אוזנה - עו"ס להט"ב, נוער וצעירים במנהל הרווחה באשקלון, ועומרה לוי-חזן - עו"ס, מנחת קבוצות ומטפלת זוגית-משפחתית מוסמכת (אז בשלבי

ההתמחות) במחלקה לשירותים חברתיים באשקלון. הנרטיב המרכזי שאפיין את התקופה היה אי-ודאות. אי-ודאות חברתית, ציבורית, מדינית. וכך, בתוך הלא נודע שאפף אותנו, ניסינו לייצר ודאות אצל משפחות שמרגישות שהקרע נשמטה תחתן והיציבות המוכרת להן התערערה למדי. במסגרת תפקידה של ליאת, כעו"ס להט"ב בעיריית אשקלון, היא מטפלת בנוער וצעירים. ות טרנס, וכן נמצאת בקשר ונותנת מענה טיפולי למשפחותיהם ולמעגלים נוספים בחייהם כגון צוות ביה"ס, הפסיכיאטר. ית המטפלת. ועוד. דגש טיפולי משמעותי ניתן לקשר עם ההורים וליווי שלהם בתהליך המורכב שהם עוברים בעת יציאת הילדה. מהארון.

מתוך ניסיונה המקצועי, ליאת זיהתה מאפיינים משותפים אצל רוב ההורים לנוער טרנס שליוותה, כגון: קושי בקבלה והכלה של הזהות הטרנסית של ילדיהם.ן, חוסר היכרות עם התחום, תחושות של בושה ואשמה, בדידות וחוסר חיבור להורים נוספים במצב דומה, ועוד. על אף שישנם מענים כגון קבוצת תהלי"ה² וקבוצת ברית הלביות³, ברחבי הארץ וכן בעיר אשקלון, מענים אלה כוללים מגוון קבוצות אך אינם כוללים קבוצה טיפולית-כינולוגית עבור הורים לנוער טרנס. מתוך כך עלה הרציונל למתן מענה זה, אשר הוקם בלשכת הרווחה באשקלון, ועל כן הקבוצה מהווה מענה חלוצי בארץ. לאור זאת, נוצר שיתוף פעולה בין ליאת - עו"ס להט"ב שמכירה היטב את המטופלים. ות והוריהם ואינה משתייכת לקהילה הלהט"בית, לבין עומרה - אשת מקצוע המשתייכת לקהילה, מכירה היטב את תחום הלהט"ב ובפרט הטרנס ובעלת ניסיון בהנחיית קבוצות. זאת כדי ליצור הנחיה איכותית בקו.

|| רקע תאורטי

הורים למתבגרים. ות שנמצאים בתהליך של יציאה מהארון סביב זהותם המגדרית מתמודדים. ות לרוב עם הקשיים ה"נורמטיביים" של גיל ההתבגרות, אך לכך נוספת מורכבות גבוהה סביב גיבוש הזהות המגדרית של ילדיהם.ן והקשיים הרגשיים, הנפשיים והתפקודיים שמתלווים לכך. ה"יציאה מהארון" של הילדה. גוררת בעקבותיה "יציאה מהארון" גם של ההורה, ולתהליך זה יש משמעויות והתמודדויות רבות מבחינת ההורים (פרדס ושות', 2011). לעיתים קרובות, ילדים. ות בגיל ההתבגרות יבחרו תחילה להימנע מלצאת מהארון מול ההורים, בשל חשש שהיציאה תסכן את היחסים ביניהם. ההימנעות היא פתרון זמני, ולאורך זמן היא מעצימה

2 קבוצת תמיכה להורים ללהט"ב"ק.

3 ארגון הפועל במרחב הרשת ומקיים מפגשים פרונטליים עבור הורים לילדים. ות טרנס. הארגון פועל לשינוי מדיניות עבור ילדים. ות טרנס בישראל. (<https://leviot.org.il/>).



את הבדידות, מזינה חוויות של בושה וחוסר ערך עצמי ופוגעת ביחסים במשפחה (שם, שם).

בשלבים הראשונים של ה”יציאה מהארון”, המתבגרים וזקוקים לגיבוי ולתמיכה של ההורים, ואילו ההורים עלולים להתקשות לפנות למשאבי תמיכה וסיוע ובאמצעותם לסייע ולתמוך בעצמם ובילדיהם (Ryan et al., 2010). קולהרט ושות’ (Coolhart et al., 2018) חקרו את חוויותיהם של הורים המבטאים “אובדן מעורפל” וביטויים של אובדן לאחר גילוי או חשיפה של הזהות המגדרית של ילדיהם. הטרנס, ומצאו כי חוויות אלו הן ייחודיות ועצומות. “אובדן מעורפל” הוא מונח שהתגבש בשנות ה-1970 על ידי החוקרת פאולין בוס (Boss, בתוך Coolhart et al., 2018) כאשר הכוונה היא לאובדן ש”אינו שלם או אינו ודאי”. בוס תיארה שני סוגים של אובדן מעורפל, המתבטא בהיעדרות פיזית ונוכחות פסיכולוגית, או נוכחות פיזית והיעדרות פסיכולוגית. הרעיון של אובדן מעורפל במשפחות של טרנסג’נדרים נכתב ב-2015 על ידי וולינג (Wahlig, בתוך Coolhart et al., 2018) אשר מצא כי הורים לילדים טרנסג’נדרים עלולים לחוות אובדן דו-משמעי כפול. כלומר, את שני סוגי האובדן המעורפל שתיארה בוס.

ה”יציאה מהארון” של הילדה גוררת בעקבותיה “יציאה מהארון” גם של ההורה, ולתהליך זה יש משמעויות והתמודדויות רבות מבחינת ההורים

נוער להט”ב מתמודד אומנם עם מאפיינים ובעיות דומות לאלה של שאר בניו. ות הנוער (לא להט”ב), אך עם זאת קיימים מאפיינים וקשיים ייחודיים מתוקף היותם שייכים למיעוט חברתי, ולעיתים אף למיעוט בתוך מיעוט (לדוגמה, נוער טרנס הוא מיעוט בתוך המיעוט של נוער להט”ב) (Dorais & Roy, 2022). עבור חלק מההורים, היציאה מהארון של ילדיהם יכולה להיחווה כ”הלם”, לפחות בהתחלה. ההורים עלולים לחוש פחד הנובע מחוסר הבנה או מסטיגמטיזציה במשפחה שלהם, בשכונה ובבית הספר (שם).

פולן סנספסון ושות’ (Pullen Sansfaçon et al., 2022) השוו בין החוויות של נוער טרנס ושל הוריהם ומצאו כי החששות של ההורים לגבי מימוש של מעבר מגדרי אינן משקפות את המציאות של ילדיהם. הטרנס, שכן בני נוער מתחילים את המסע שלהם לחיפוש מגדרי הרבה לפני שהם משתפים את הוריהם, בעיקר משום שהם חוששים מתגובתם או מדאגה הורית מיותרת. לרוב, בני ובנות הנוער התעסקו במגדר שלהם במשך

שנים, כשהם מחכים להיות בטוחים לגבי זהותם ולמצוא את העיתוי הנכון לשתף בכך. כאשר בני ובנות נוער מתחילים. ות לחיות את עצמם באופן אותנטי, הם לרוב חשים הקלה, ואילו ההורים נדחקים בעל כורחם למציאות חדשה, מלאה רגשות אשם וחרדה. נוצר מצב שבו במהלך החקירה המגדרית, היציאה מהארון ותהליך ההתאמה המגדרית, נראה “Blossoming child and mourning parent” (“ילד פורח והורה אָבֵל”).

פעמים רבות, ההורים לא רק מרגישים שהם נדחקים למציאות חדשה ולא מוכרת, אלא חשים בודדים בעולם שהגיעו אליו. הספרות מצביעה על כך שטיפול קבוצתי יכול לסייע במקרים אלו (Rabain, 2021). לטיפול קבוצתי יתרונות רבים, הנובעים מאופיו ומייחודיותו. מקנזי וליוסלי (MacKenzie & Livesley, 1983) חילקו את מהלך חיי הקבוצה לשישה שלבים התפתחותיים: התקשרות (Engagement), בידול (Differentiation), צביון אישי (Separation-Individuation), אינטימיות (Intimacy), הדדיות (Mutuality) וסיום (Completion). לפי מודל זה, הקבוצה עוברת תהליך התקשרות ראשונית, מתחילה לבדל עצמה ואת משתתפיה, ולאחר מכן מתחיל להסתמן קו הגבול העובר בין המשתתפים ומשורטטת הייחודיות של כל אחד מהם. אחר כך יכולות להתאפשר אינטימיות והדדיות, עד לסיומה של הקבוצה.

יאלום ולשץ’ (2006) מתייחסים לחוויה הטיפולית בקבוצה כמתחלקת ל-11 גורמים טיפוליים. בחרנו להתמקד בשניים מהם, שהיו רלוונטיים לקבוצת ההורים שלנו: 1. הפחת התקווה בקרב המטופלים. ות ביחס לאפשרות של שינוי לטובה, הנובעת מכך שהקבוצה כוללת מטופלים. ות שנמצאים בנקודות שונות על רצף ההתמוטטות-התמודדות; 2. אוניברסליות - התחושה ש”כולנו בסירה אחת”. מטופלים. ות רבים מתחילים לעיתים טיפול במחשבה שהם ייחודיים באומללותם, הם אינם מרגישים עצמם נורמטיביים בחברה, אך בקבוצה הם מוצאים אנשים “שונים. ות” כמותם. תחושה זו עשויה לתת להם הרגשה, לראשונה בחייהם, שהם מובנים ושייכים.

רביין (Rabain, 2021) מתאר במאמרו קבוצה רב-משפחתית שהקים יחד עם קולגה במחלקה פסיכיאטרית לילדים ונוער. מענה טיפולי ייחודי זה כלל למעשה שתי קבוצות טיפוליות, שבראשונה היו כעשרה נערים. ות טרנס ובשנייה - הוריהם. הקבוצות התקיימו במקביל. ההורים בקבוצה היו בשלבים שונים של תהליך הקבלה של ילדם, כאשר חלקם. ות מקבלים. ות ותומכים. ות, ואילו אחרים. ות חרדים. ות, חוששים. ות ומתנגדים. ות לשינוי המגדרי. ההורים בקבוצה העלו חששות רבים: מהתהליכים ההורמונליים והכירורגיים, מבריונות ותגובות הסביבה ומעתידים של הילדים. ות.

על הנוער לא הועבר להורים, ומידע מקבוצת ההורים לא הועבר לנוער, אלא אם אחד מהצדדים ביקש להסתייע בנו כדי להעביר מידע ולתווך אותו. נושא האתיקה דובר כבר במפגשי ההכנה ולאורך הקבוצה.

חלק מההורים הפגינו תחושות של אָבָל על הילד שהיה ואיננו עוד בעקבות השינוי המגדרי, בעוד אחרים הדגישו את החשיבות של תמיכה בתהליך ההתאמה המגדרית, כדי לא לחוות בהמשך אָבָל אמיתי במקרה של אובדנות של הילד.

נראה כי התמודדויות אלו של הורים הן אוניברסליות, כאשר גם בעבודה שלנו, במהלך הטיפול בהורים לילדים. ות טרנס, זיהינו מאפיינים וחששות דומים. בבואנו לחשוב על המענה המתאים ביותר, ובהתחשב בהבנת היתרונות הגדולים של הטיפול הקבוצתי והתרומה שיכולה להיות לו עבור הורים לנוער טרנס, מצאנו לנכון להקים את הקבוצה כמענה חשוב בשירות.

|| מהלך הפעלת הקבוצה

גיבוש הקבוצה - מטרות ואתגרים

הקבוצה נועדה להיות קבוצה טיפולית להורים לנוער. ות טרנסג'נדרים. ות, שתעניק להורים ידע וכלים להתמודדות מיטיבה עם ילדיהם. תוך היכרות והבנה של התהליכים שילדיהם. עוברים ויעברו בהמשך חייהם. גיוס ההורים לקבוצה היה תהליך מאתגר, וכלל כמה שלבים. הראשון היה בקשת הסכמתם של המטופלים. ות לפנות להוריהם. והשני - פנייה להורים להשתתף בקבוצה. הקריטריון המרכזי לבחירת ההורים היה שילדיהם. מטופלים. ות אצל ליאת. ליאת חזרה אחרי ההורים, ומי שהביעו התעניינות ורצון - השתתפו בקבוצה. לא נמצאו הורים לא מתאימים.

תגובות ההורים להצעה היו מגוונות: בעוד חלק מהם הגיבו בשמחה ובציפייה, היו הורים שרצו להצטרף אך חששו מהחשיפה בקבוצה ואף התביישו להשתתף אליה. הורים אלה ראו את עצמם נבדלים מחברי הקבוצה, שכן "במקרה שלנו, הילדה עדיין לא בטוחה שהיא בן ואולי זה עוד ישתנה ויעבור לה".

טרם פתיחת הקבוצה התקיימו מפגשי הכנה, שכללו התייחסות למיקומים השונים של מנחות הקבוצה. למשל, מיקומה של ליאת גם כעו"ס הנוער וגם כמנחת קבוצת ההורים. למיקום זה יתרונות וחסרונות וגם סוגיות אתיות ייחודיות. היתרון העיקרי היה ההיכרות האינטימית של ליאת עם בני הנוער, שאפשרה לה ליצור חיבור בין בני הנוער להוריהם; חיבור שמקדם את הטיפול הן בנוער והן בהורים - בנפרד וביחד. החיסרון המרכזי היה ההתמקמות המורכבת של ליאת בקשר שבין הנוער להורים, שכן ההורים בקבוצה היו עבור ליאת בגדר מטופלים. ות, בדומה לנוער, ולעיתים זה יצר ניגוד אינטרסים: "מי המטופל. שלי?", בעיקר משום שהקבוצה לא הייתה משותפת. מיקום זה חייב הקפדה על אתיקה מקצועית של שקיפות, אמפתיה והכלה משני הצדדים. שמירת הסודיות פעלה בשני מישורים: מידע

הקבוצה נועדה להיות קבוצה טיפולית להורים לנוער. ות טרנסג'נדרים. ות, שתעניק להורים ידע וכלים להתמודדות מיטיבה עם ילדיהם. תוך היכרות והבנה של התהליכים שילדיהם. עוברים ויעברו בהמשך חייהם

יעדי הקבוצה כללו חשיפה של ההורים לתכנים ולמאפיינים של קהילת הלהט"ב בכלל והטרנסג'נדרים בפרט; יצירת שיח ושיתוף בין ההורים בקבוצה לצורך תמיכה הדדית ויצירת תחושת שייכות, הזדהות ומרחב בטוח לחוויות המשותפות והשונות בהתמודדות עם ילד. ה טרנס; חיזוק הקשר בין ההורים למחלקה לטיפול בנוער וצעירים ולתהליך הפרטני שעוברים לדיהם. בשירות.

הקבוצה כללה שישה הורים, בהם אב חד-הורי אחד והשאר נשואים (נכחו בעיקר אימהות), וכן סבתא אחת. זוג הורים גרוש הצטרף לקבוצה במפגש הרביעי. התקיימו עשרה מפגשים פרונטליים, שנערכו בחדר קבוצות במחלקה לטיפול בנוער וצעירים באשקלון, אחת לשבוע, בשעות אחר הצהריים. משך כל מפגש היה כשעה וחצי.

|| יחידת ההנחיה

למנחות ולצורת ההנחיה הייתה חשיבות רבה בהתפתחות הקבוצה, תפקודה והתקדמותה. הספרות בתחום הטיפול הקבוצתי מציינת יתרונות רבים למודל ההנחיה המשותפת. העבודה המשותפת מקנה למנחים. ות טווח קוגניטיבי ואבחנתי רחב יותר, כאשר נקודות המבט השונות מעשירות את הכמות והאיכות של הגישות ושל אסטרטגיות הפעולה (יאלום, 2006). הנחיה בקו גם משפרת את היכולת של המנחים. ות לזהות את התהליך שעובר הפרט בקבוצה, את התהליך שעוברת הקבוצה כשלם ואת הדינמיקה בין הקבוצה ליחידת ההנחיה. היא מעניקה תמיכה רגשית הדדית, המפחיתה את לחצי ההתמודדות עם אינטראקציות קבוצתיות קשות ומורכבות ומסייעת למטפלת לצאת מהבידוד שהוא חווה בדרך כלל בפרקטיקה (Dick et al 2011)

צילום: www.depositphotos.com



לנתח בשיטה זו כדי שנוכל לבחון באופן סיסטמטי וסדור את הנושאים העיקריים שעלו ולהצביע על היבטים משמעותיים בתהליך הטיפול ותרומתם.

בתהליך הניתוח מצאנו שלוש תמות מרכזיות:
 1. התמודדות משפחתית; 2. הכלה וליווי בתהליך ההתאמה המגדרית; 3. עבודה קבוצתית בהתמודדות עם תחושות של אובדן: ”הבת שהייתה ואיננה עוד”.

1. התמודדות משפחתית

נערה ה”יוצאים מהארון” ומשתפים את משפחתם בזהותם הטרנסית מחוללים לרוב ”רעידת אדמה” משפחתית, המערערת את יציבות המשפחה כולה. לאורך כל מפגשי הקבוצה, התמה של ההתמודדות המשפחתית ליוותה כחוט השני את המפגשים. בכל מפגש, ההורים שיתפו בצורות התמודדות שונות שלהם ושל יתר בני המשפחה עם היציאה מהארון של הזהות הטרנסית של ילדיהם. הבחנו שכל משפחה מגיבה באופן שונה, ומכאן שהיא מאמצת צורות התמודדות שונות. עם זאת, את כולן מאפיין קיומם של קונפליקטים ומורכבויות ביחסים המשפחתיים, העולים סביב ההתמודדות עם הנערה הטרנס במשפחה.

אימא אחת שיתפה בקושי שהיא חווה מול בתה הלסבית, שביקרה אותה על כך שהיא מקבלת את בנה הטרנס באופן חיובי יותר משקיבלה אותה כשיצאה מהארון. ”היא אמרה לי... אימא... אותי לא קיבלת כמו שקיבלת אותו”. מילים אלה הדהדו

III (al., 1980). הקשר בין המנחים. ות משמש כמודלינג עבור הקבוצה, הנחשפת לסגנונות אינטראקציה שונים ומקבלת הזדמנות לצפות במנחים. ות אשר פותרים קונפליקט בדרך פרודוקטיבית ומגדלת (Galinsky, 1981).

ההנחיה המשותפת שלנו אפשרה שילוב בין מנחה שהיא עו”ס להט”ב שאינה חלק מהקהילה, המכירה את ההורים בקבוצה ואת ילדיהם. הטרנס, לבין מנחה שהיא אשת טיפול מהקהילה, בעלת ניסיון בטיפול בקהילה ובפרט באוכלוסיית הטרנס וניסיון בהנחיית קבוצות. רזונסור (1997) מתאר כי אווירה נוחה ומאפשרת בקבוצה תלויה בין היתר ביחסים קרובים בין מנחי הקבוצה. ההיכרות המוקדמת בינינו, המנחות, והבסיס המקצועי המשותף שלנו, סייעו לנו ביצירת הקשר הראשוני, שהיטיב עם תהליך ההנחיה.

II תמות מרכזיות שעלו במפגשים

עשרת המפגשים שהתקיימו תועדו על ידי מנחות הקבוצה. לצורך כתיבת מאמר זה, הוחלט לנתח את הרשמים מהתיעוד על פי השיטה התמטית לניתוח תוכן (Braun & Clarke, 2006) המיועדת לזיהוי, ניתוח ודיווח של תמות מרכזיות העולות מתוך הנתונים הגולמיים. ניתוח התוכן כולל שישה שלבים: 1. היכרות עם הנתונים שלך; 2. יצירת קודים ראשוניים; 3. חיפוש נושאים; 4. סקירת נושאים; 5. הגדרה ושמות של נושאים; 6. הפקת הדוח, כולל בחירת דוגמאות. בחרנו

2. הכלה ולינוי בתהליך ההתאמה המגדרית

בתהליך הקבוצתי עלו רגשות מעורבים ומורכבים שחווים ההורים בנוגע לזהות ילדיהם. וליציאתם. מהארון. רגשות אלו עלו לאורך המפגשים כתמות שאפיינו את כל הורי הקבוצה. להלן כמה מהתנתמות שעלו:

|| המשפחה יוצאת מהארון: בתחילת תהליך ההתאמה המגדרית עלו חשש מהחשיפה המשפחתית ותחושות של פחד מסטיגמטיזציה ובושה, לצד הרצון להיות שם עבור הילד. לדוגמה, בשינויים בנראות: כשהבן קיצץ את שער ראשו או נמנע מהסרת שיער גוף, עלה חשש של ההורים מהאופן שהסביבה תגיב לכך: "מה יגידו כשיראו אותו בים, בגוף של בת עם שיער בבית השחי?" ההורים הביעו הבנה לכך שהילד מתמודד עם זהותו כבר זמן רב ורוצה לפרוץ החוצה במגדרו החדש, אך פרק הזמן הקצר שהם יודעים על כך הקשה עליהם. "אנחנו מתרגלים לדבר אליו בלשון זכר בבית, אבל בחוץ, מול אנשים, זה כבר סיפור אחר," הסבירה האם.

|| דואליות בתהליך הקבלה המגדרית: בקרב ההורים עלו תחושות עצב ואובדן, לצד רצון לתת מקום למגדר החדש של הילד. אמא ותיקה דיברה על הציפייה שלה שהשינויים הפיזיים יבטיחו שיפור במצב הרוח של הילד, ועל האכזבה שחשה כשזה לא קרה. היא סיפרה שהאמינה כי הניתוח העליון של בנה ירפא את הדיכאון שלו, וזה עודד אותה להשקיע כספים רבים, שגויסו במאמץ רב, לצורך ניתוח פרטי (בשל גילו הצעיר). הניתוח הצליח, אך הדיכאון נשאר. בעזרת הקבוצה הבינה האם שהניתוח, משמעותי ומכונן ככל שיהיה, הוא רק שלב בדרך הארוכה שעליהם לצעוד בה. עוד עלתה ההתלבטות הגדולה בין הרצון לאשש את הזהות המגדרית של הילד. (שינוי שם, לשון פנייה, לבוש, הורמונים וניתוחים) לבין החרדה שתמיכה זו עלולה להיות בגדר זרז לקיבוע השינוי המגדרי, כאשר עדיין יתכן שהילדים ות יחזרו בהם. ההורים הוותיקים שיתפו מניסיונם בכך שתהליך ההתאמה היה מתרחש, כך או אחרת, ושל תמיכה ההורית יש משמעות רבה לשיפור הרווחה הנפשית (well being) של הילדים. ות, לחיזוק ביטחונם העצמי ואף למניעת אובדנות.

|| אובדנות: כל ההורים שיתפו בחרדה לשלומם. הנפשי והפיזי של ילדיהם. בהתמודדות שונות עם פגיעות עצמיות ועם אמירות אובדניות של הילד. ועד כמה יש לפעמים חשש ממשי לחייהם. אחת האימהות סיפרה על חודשים רבים שבהם חיה בפחד ממשי לחיי הילד: "חששתי בכל

בחדר ופתחו שיח על האחים והאחיות של הילד. הטרנס במשפחה. השיתוף של אם זו העלה את המורכבות של קבלת זהות להט"ב בית אחת אל מול אחרת. אחד ההורים אמר בתגובה: "אולי בזכות התהליך שעברת עם הבת יכולת לקבל את הבן בצורה מיטיבה?" אמירה זו עזרה מאוד לאם, כיוון שהפחיתה את רגשות האשמה שלה ואפשרה לה דווקא להעריך את השוני בתהליך הקבלה שלה.

בהמשך המפגשים שיתפה אם אחרת באולטימטום שהעמיד לה בנה הבגיר, שאינו מקבל את התהליך שעוברת אחותו הטרנסית ומתנגד לקבלתה על ידי האם. למעשה, הבן העמיד אותה בפני צורך לבחור בין שני ילדיה. בכאב עצום, האם בחרה להמשיך ללוות את בתה הקטינה בתהליך, ושילמה על כך מחיר כבד מנשוא של ניתוק יחסיה עם בנה. השיתוף שלה סייע לאב בקבוצה לשותף בהתמודדות דומה: הוא מקבל את בנו הטרנס, אך שני בניו מנישואיו הקודמים מסרבים לקבלו, ובעיקר מסרבים לחשוף את ילדיהם הצעירים אליו ולשינוי שהוא עובר. האב נקטע בין רצונו לתמוך בבנו הטרנס לבין רצונו לכבד את דרישת ילדיו הגדולים.

בהתאם לתכנים שעלו בקבוצה, ניהלנו מפגש שבו השתמשנו בקלפי "יועץ ועץ" של ד"ר יורם דובובסקי ואיציק שמולביץ. קלפים אלה מציגים תמונות שונות של עצים, ודרכם ביקשנו להרחיב ולפתח את השיח, כשהעץ הוא מטפורה ל"עץ" המשפחתי: חברי הקבוצה התבקשו לבחור עץ שמשקף את משפחתם. ולהסביר את בחירתם. במליאה התפתח שיח על הקשרים במשפחה, על הענפים המחברים והענפים הרחוקים, על גזע העץ שמהווה בסיס איתן, על העלים שנושרים וצומחים מחדש ועל אלו שלא. ביחס למטפורות, ההורים שיתפו בחוויות שונות: אחת האימהות שיתפה שהקבלה שלה את בתה הטרנסית עלתה לה באובדן הקשר עם המשפחה המורחבת, שאיננה מקבלת את זהותה החדשה של הבת. אם אחרת סיפרה שהקבלה שלה את זהות הטרנסית של בנה דווקא אפשרה יתר קרבה בתוך המשפחה.

המפגש היה משמעותי בתהליך הקבוצתי והוביל אותנו להתמקד, במפגש הבא, ביחסי אחאים. פיזרנו בחדר טקסטים מגוונים שכתבו בני ובנות משפחה, בפרט אחים. ות, לגבי היציאה מהארון והשונות המגדרית של אחיהם. ההורים בחרו טקסטים ושיתפו במורכבות העולה ביחסים בין האח. ות הטרנס לשאר האחים. חלקם סיפרו על קרבה שנוצרה בין האחים. ות לאחר היציאה מהארון, ולעומתם אחרים סיפרו על ריחוק ואף על נתקים שנוצרו.



פעם מחדש לחזור הביתה ולגלות שקרה לו משהו. אם הייתי מתקשרת כמה פעמים ולא היה מענה, הייתי נוסעת בטירוף הביתה, באמצע העבודה, כשאני מוצפת במחשבות על הגרוע מכול...". היא הוסיפה שמאז שהיא תומכת בו וצועדת יחד איתו בדרך לשינוי המגדרי, הפגיעות העצמיות פחתו ומצבו הנפשי השתפר. היה אפשר לראות במפגשים אלו את כוחה הגדול של הקבוצה כמקור תמיכה וכוח.

הצליחו ההורים להכיל גם את המורכבויות ואת השוני ביניהם. התמיכה הקבוצתית נעשתה כה חזקה, שהתקיימה גם מעבר לשעות המפגש. פעמים רבות ההורים הקדימו לבוא, שוחחו והתעדכנו בפנית הקפה, ובסיומי המפגשים, בעיקר הטעונים שבהם, נשאו חלקם. ברחבה שמחוץ לבניין וחיזקו זו את זה. התהליך התחזק גם בקבוצת הווסטאפ, שנפתחה לצורך עדכונים והפכה לזירת תמיכה, התייעצות, פרגון ושיתוף, גם שבועות ארוכים לאחר סיום הקבוצה.

|| מסקנות והמלצות

1. סקירת הספרות הנרחבת העלתה כי מחקרים ומאמרים רבים בעולם חוקרים טרנסג'נדריות בזווית הרפואית-פסיכיאטרית, לרוב מתוך מרפאות לבריאות הנפש ו/או מרפאות מגדר. דרך העבודה הקבוצתית שלנו, ראינו שיש חשיבות וערך רב לחקירת התחום גם מחוץ למרפאות מגדר, בגופים ובסוכנויות השמים דגש על ההיבטים הסוציאליים ויכולים להציע שירותים לאוכלוסייה הרחבה מבלי שהמענה ייתפס בהכרח, באופן סטיגמטי, כמקושר לפן הרפואי-פסיכיאטרי.

2. לאור הצלחת הקבוצה והמענה התמיכתי-טיפוליי-חברתי הרחב שקיבלו ההורים המשתתפים, אנו ממליצות להרחיב ולהציע מענים דומים על ידי פתיחת קבוצות נוספות ברחבי הארץ. ניכר כי לקבוצת הורים יש תרומה אדירה, שכן המענה הקבוצתי הוא היעיל ביותר כמקור לתמיכה, לרווחה נפשית, להשתייכות ולצמצום תחושת בדידות. ככל שהיו יותר קבוצות כאלו, להורים רבים יותר יתאפשר מענה תמיכתי-טיפוליי שישגדיל את הטולרנטיות ואת הקבלה שלהם את ילדיהם.

3. לאור ניסיוננו, אנו ממליצות על הנחיה בקו בקבוצות מסוג זה. ההנחיה בקו של נושאים רגישים ונפוצים, המצריכים מרחב הכלה רחב, מאפשרת שיתוף פעולה וויסות של ההצפה. יתרה מזו, בקבוצה הזו, אחת מהמנחות משתייכת לקהילת הלהט"ב והמנחה השנייה אינה מהקהילה - איזון שאפשר להורים להעלות מנעד רגשות רחב.

4. מתוך הניסיון הטיפולי שלנו עם הורים וילדים. וטרנס והניסיון בהנחיית הקבוצה, ולאור הספרות המחקרית, אנו סבורות שעשוי להיות ערך רב בהנחיית שתי קבוצות נפרדות ומקביליות: קבוצה טיפולית לנוער טרנס וקבוצה נוספת להוריהם. כך יוכלו ההורים והילדים. וטרנס לעבד תהליכים דומים ושונים שהם עוברים במקביל, כפי שעלה במחקרו של רביין (Rabain, 2021). ההורים חווים תחושות מורכבות עם הידיעה על הזהות הטרנסית, וחלקם מרגישים

בהמשך המפגשים שיתפה אם אחרת באולטימטום שהעמיד לה בנה הבגיר, שאינו מקבל את התהליך שעוברת אחותו הטרנסית ומתנגד לקבלתה על ידי האם. למעשה, הבן העמיד אותה בפני צורך לבחור בין שני ילדיה

3. עבודה קבוצתית בהתמודדות עם תחושות של אובדן - "הבת שהייתה ואיננה עוד"

בשלבי ההיכרות הראשונים של הקבוצה, הנרטיבים עסקו בשיתוף והיכרות עם התהליכים השונים שהילדים. וטרנס נמצאים. וטרנס בהם: יציאה מהארון, התמודדות בבית הספר, מורכבות רגשית, נטילת הרמונים וכדומה. עם התקדמות התהליך הקבוצתי, הפתיחות והאמון בקרב ההורים גברו והיה אפשר לראות כיצד הקבוצה הופכת למקור של כוח, הכלה ותמיכה. תחושת שותפות הגורל אפשרה לאחת האימהות לשתף אם אחרת בשלבי הניתוח העליון שעבר בנה. האם המאזינה למדה מהשלבים ומההמלצות, שהיו רלוונטיים מאוד עבורה מאחר שבנה עמד לפני ניתוח.

נראה כאילו ההורים רק חיכו שקבוצה כזו תיפתח, ומהרגע שהתיישבו יחד בחדר הביעו תמיכה הדדית ותחושת הזדהות, אבל גם השקפות שונות ודרך שונה שבה חוו את השינוי של ילדם. במפגש הראשון שיתפה אם אחת בכך שמבחינתה, הגילוי ותהליך ההתמודדות עם ההתאמה המגדרית משולים לתהליך של התמודדות עם אובדן ואָבְּל על הבת שאיננה עוד מי שהייתה. אחד ההורים, אלמן בעברו (נישא מחדש), הסתייג מההשוואה לאובדן, ולהסתייגות שלו הצטרפה אם נוספת, שבן זוגה לשעבר נפטר. שניהם ביטאו את חוסר הנוחות שלהם ואף הגיבו לדברים בשיפוטיות ובכעס. ככל שהקבוצה הלכה והתגבשה והיחסים נעשו בטוחים וקרובים יותר,

בנושאים רלוונטיים שההורים מתמודדים איתם, כגון הליכים רפואיים וביורוקרטיים.

|| סיכום

במאמר זה הצגנו את העבודה התהליכית-טיפולית של קבוצה להורים לנוער טרנס, בהנחיה בקו. הצגנו את התהליכים שהתרחשו בקבוצה, את התהליך האישי שכל הורה עבר. ביחס לשלבי הקבלה את הילד, היחסים בין ההורים, ההשפעה של הקבוצה על היחסים בין ההורים לילדים. ות שלהם. והיתרונות בהנחיה בקו. דנו בחשיבות הקמתן של קבוצות נוספות מסוג זה והמלצנו להקים קבוצות משולבות הורים-נוער. אנו תקווה שמענה מסוג זה יתרחב ויהיה זמין בשירותי הרווחה בישראל. |||

שהם נכנסים לארון שממנו ילדיהם בדיוק יוצאים. (שילה, 2007). קבוצות משולבות מקבילות עשויות לאפשר תהליך משמעותי, קרבה וחיזוק הקשר בין ההורים לבין ילדיהם.

5. מתוך התמות שעלו במאמר זה נראה כי יש חשיבות רבה לשימוש במגוון כלים טיפוליים והשלכתיים כגון קלפי העצים, קטעי וידאו רלוונטיים, עבודה עם תמונות משפחתיות וכדומה. אלה מאפשרים לפתח שיח רגשי עמוק, הנדרש בהתמודדות שההורים עוברים. חשוב לתת מקום לחוויות האובדן והאָפֶּל והרגשות הכואבים שהם מתמודדים עימם, כאשר לעיתים הקבוצה היא המקום היחיד שבו הם חשים לגיטימציה להביע רגשות אלו. כמו כן, חשוב לשלב חלקים פסיכו-חינוכיים של מתן מידע, ייעוץ והכוונה

רשימת המקורות

- Dorais, M., & Roy, J. (2022). *Helping LGBTQI+ youth with caring. Intervention guide*. <https://les3sex.com/en/news/2322/helping-lgbtqi-youth-with-caring-intervention-guide>
- Galinsky, M. J., & Schopler, J. H. (1981). *Structuring co-leadership in social work training*. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J009v03n04_08
- MacKenzie, K. R., & Livesley, W. J. (1983). A developmental model for brief group therapy. In R. R. Dies & K. R. MacKenzie (Eds.), *Advances in Group Psychotherapy: Integrating research and practice*, 101-116. New York: International Universities Press.
- Pullen Sansfaçon, A., Medico, D., Gelly, M., Kirichenko, V., & Suerich-Gulick, F. (2022). Blossoming child, mourning parent: A qualitative study of trans children and their parents navigating transition. *Journal of Child and Family Studies*, 31(7), 1771-1784.
- Rabain, N. S. (2021). Why multi-family groups for transgender adolescents and their parents? *Frontiers in Sociology*, 5, 628047.
- Ryan, C., Russell, S. T., Huebner, D., Diaz, R., & Sanchez, J. (2010). Family acceptance in adolescence and the health of LGBT young adults. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 23(4), 205-213.
- יאלום, א', ולשץ, מ' (2006). טיפול קבוצתי - תאוריה ומעשה (ג' שפיר [עורך] וב' הרמן [מתרגם]). ירושלים: כנרת, הוצאת ספרים ע"ש י"ל מאגנס, האוניברסיטה העברית.
- פרדס, א', קובלסקי, ש', וכץ, א' (2011). ההורים כבסיס בטוח למתבגר בתהליך ה"יציאה מהארון" בראי תאוריית ההתקשרות. מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית, 33, 17-38.
- צפתי, צ', ונדן, י' (2020). תקציר דו"ח מחקר - חוויותיהם של הורים לצעירים. ות על הקשת הטרנסג'נדרית: מפגישות לעוצמה. ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- רוזנוסר נ' (1997). מנחה הקבוצה. בתוך נ' רוזנוסר ונ' לירון (1997), הנחיית קבוצות - מקראה (עמ' 299-311). ירושלים: מרכז ציפורי, החברה למתנ"סים.
- שילה, ג' (2007). החיים בוורוד: בני נוער וצעירים הומואים, לסביות, ביסקסואלים וטרנסג'נדרים. הוצאת רסלינג.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Coolhart, D., Ritenour, K., & Grodzinski, A. (2018). Experiences of ambiguous loss for parents of transgender male youth: A phenomenological exploration. *Contemporary Family Therapy*, 40, 28-41.
- Dick, B., Lessler, K., & Whiteside, J. (1980). *A developmental framework for co-therapy*. <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00207284.1980.11491692>