

## תוכן העניינים

15	מבוא
	<b>חלק א. סבאות בחיי יומיום</b>
23	1. כניסה לתפקיד סבא או סבתא
38	2. סגנונות סבאות
45	3. מה נותנים סבים לנכדים ולהוריהם
57	4. מה נותנים נכדים לסבים
62	5. סבים כיועצים
68	6. דיאלוג עם נכדים
79	7. בין פינוק להענקה סבאית
85	8. על מתנות ומשחקים עם הנכדים
92	9. סבים קוראים סיפורים לנכדים
98	10. סבים מספרים לנכדים את סיפורי חייהם
106	11. טיול עם נכדים
111	12. קשר עם נכדים מעבר לים
116	13. קשר בין סבים לנכדים בגיל ההתבגרות

**חלק ב. סבאות בהיבט רבידורי**

14.	יחסים במשפחה המורחבת:	
	כלות, חתנים וכל השאר	127
15.	תחרות בין סבים	143
16.	חלוקת תשומת הלב בין נכדים שונים	151
17.	ביקור נכדים צעירים ובוגרים אצל סבים	158
18.	סבא רכא וסבתא רכתא	164
19.	מות סב ושכול במשפחה	173

**חלק ג. קשיים ומצבי מתח**

20.	תחומי מתח בין סבים להורים	189
21.	כללים שונים אצל הורים וסבים	198
22.	כיצד מתמודדים עם פער הדורות	204
23.	מה נשתנה? הטיפול בילדים ורפואת ילדים אז והיום	209
24.	טיפול סבי בילדים חולים, מאושפזים, נכים ובעלי מוגבלויות	214

**חלק ד. סבאות במצבי שינוי ומשבר**

25.	סבאות חברתית	223
26.	סבים מגדלים נכדים	230
27.	סבים לאחר גירושי הורים	240
28.	סבים גרושים	249
29.	ניתוק הקשר בין סבים לנכדים	253

**חלק ה. המבט החברתי-פסיכולוגי של סבאות עכשיו**

269	30.	הורות כיום
274	31.	המחצית השנייה של החיים
296	32.	סבאות בראשית המילניום השלישי
305	33.	סבאות בישראל
	34.	חקיקה בישראל ובעולם בנושא הקשר
313		בין נכדים לסבים
317	35.	סבאות בספרות הילדים

327 סוף דבר

**נספחים**

330	ביבליוגרפיה וקריאה מומלצת
348	רשימת מקורות
352	מפתח השמות והעניינים

## מבוא

הספר **סבאות עכשיו** מבקש להציג את הסבאות העכשוויות לשלושה דורות – סבים, בנים ונכדים – וכן לאנשי מקצוע המטפלים במשפחה הרב־דורית. בעוד שלרשות ההורים עומד כיום שפע של ספרים ותוכניות הדרכה ומחקר, הסבאות היא עדיין בראשית דרכה, המחקר בתחום מועט יחסית, וגם ספרות הייעוץ וההדרכה הספציפית אינה רבה. בפתח ספרה **מבוא לסבאות מודרנית** מבטאת זהבה כספי דאגה נוכח ריבוי ספרי ההדרכה להורים, ומביעה חשש שמא יתחילו "ללמד סבים להיות סבים". ובכן, תנוח דעתכם. גם אנו מאמינים שאפשר להיות סבא או סבתא טובים מבלי לקרוא ספר זה או ספרי הדרכה אחרים, אבל אנו חושבים שתוספת מידע מעוררת למחשבה, דבר שבדרך כלל לא מזיק. גם אם יש בספרנו תיאור של מצבים ותופעות שלא תמיד מוצג לצידם פתרון, עצם העלאתם למודעות של נושאים בחיי המשפחה המורחבת עשוי, כאמור, לעורר חשיבה ובעקבותיה למצוא פתרון טוב יותר לשאלות וללבטים. עלינו לזכור שבארץ גדל דור של רבים מבניו לא היו סבים, ולכן גם התיאוריה וגם הספרות נגעו פחות בנושא זה. אנו מבקשים אפוא להציג את הידע ואת הניסיון הקליני בנושא סבים, בנים ונכדים, לתאר כמה מהנושאים והדילמות האופייניים לתחום הזה, להצביע על אבני הנגף השכיחות, ולהציע מחשבות ודרכים למניעת בעיות ולהתמודדות.

ספר זה מתבסס על גישות הרואות בידע כלי חשוב המאפשר למנוע קשיים. החומר המובא בו מבוסס על תיאוריות בתחומי האישיות, ההתפתחות והמשפחה, ועל מודלים של מניעה וטיפול מוקדם בבעיות. ניסינו לשלב מידע עכשווי בשני נושאים הנוגעים זה בזה – הורות למבוגרים וסבאות. הכלים המרכזיים שניתן להשתמש בהם הם ידע, מודעות ודיאלוג במשפחה.

שני המחברים הם סבים בשלבים שונים של סבאות: עדנה כצנלסון היא סבתא לשלושה נכדים, ונכדה הבכור כבר לומד בגן. עמירם רביב הוא סב לארבע נכדות ולנכד אחד, וארבעה מבין נכדיו כבר לומדים בבית ספר יסודי. שני המחברים לא זכו לפגוש את סביהם ולא חוו נכדות בעצמם. סבאות "יד ראשונה" היא המפגש האישי הראשוני של המחברים עם תפקיד "זקני השבט". המשורר לוי קיפניס, שהרבה לכתוב על סבים,

אמר שבחר לעסוק בנושא זה דווקא מפני שלא היו לו סבים. ייתכן שגם מחברי הספר הזה מפצים את עצמם על היעדר סביהם על-ידי עיסוק בתחום זה.

מאחורי כתיבת הספר עומדות החוויה הסבאית, שהניסיון ממחיש את קסמה ומורכבותה, וכן עבודתנו האקדמית בנושאי משפחה, הורות והמחצית השנייה של החיים, תוך התייחסות לספרות המחקר בתחום. כן עומד מאחוריה ניסיון קליני שלנו ושל אנשי בריאות נפש רבים אחרים בטיפול במצבי מצוקה של סבים, הורים וילדים. ערכנו גם מחקר זוטא, שבמסגרתו נשאלו כ-60 סבים וסבתות על נושאים שונים הקשורים לחוויית הסבאות, וכמה מלקחי המחקר ומסקנותיו מובאים בפרקי הספר השונים.

הספר כולל חמישה חלקים, נוסף למבוא קצר זה ול"סוף דבר". החלק הראשון מקיף נושאים שכיחים העולים בחיי היומיום של משפחות רב-דוריות בישראל, ובו פרקים העוסקים בכניסה לתפקיד הסבאות, בתפקוד הסבים, וביחסי גומלין שבין סבים לנכדים, מה שביניהם ומסביב להם.

**בחלק השני** ריכזנו כמה פרקים העוסקים במערכות היחסים בין חברי המשפחה השונים, תוך התייחסות לשאלות העולות בקשר ליחסים עם בני המשפחה של "הצד האחר", ביניהם דיון בתחרות בין סבים משתי משפחות המוצא, יחסים עם נכדים שונים ועם נכדים בני בנים שונים, ואף יחסים במערכת ארבע-דורית.

**החלק השלישי** של הספר עוסק בבעיות ובקשיים ביחסי סבים-בנים-נכדים, כשאנו מנסים להצביע על גורמים שונים למצבי מתח בין סבים לבנים ועל דרכים אפשריות למיתונם.

**החלק הרביעי** של הספר מתייחס לסבאות במצבים מורכבים, כנסיונות חיים מיוחדות ובהתמודדות ייחודיות, כגון מצבי חולי, מתח, גירוש, וכן בעיות ומצבים לא שגרתיים אחרים.

**בחלק החמישי** מוצג מידע על גיל הבגרות והזקנה – השלב שבו מתרחשת הסבאות – ומידע בנושא ההורות המודרנית. כן מוצגת בו הסבאות על מאפייניה בדור האחרון בעולם ובישראל, ופרק על סבאות כפי שהיא משתקפת בספרות הילדים הישראלית. פרקים אלה באים לספק רקע עיוני ומחקרי ומיועדים גם לסטודנטים ולאנשי מקצוע בתחומי מדעי ההתנהגות והחברה.

הספר מכסה את הסבאות לאורך ילדות הנכדים כולה, והוא מכוון גם לסבים "טירונים" ומתחילים וגם לאלה שכבר ראו את נכדיהם מתבגרים. פרקים רבים בספר מכוונים גם לבנים וליחסי הגומלין שלהם עם הוריהם (הסבים) בנוגע לילדיהם (הנכדים).

אולי זה המקום להבהרה ולהתנצלות לגבי המושגים: לאורך כל הספר השתדלנו לדבר על סבא וסבתא כ"סבים"; את ההורים, בני הסבים, אנו מכנים בדרך כלל "בנים", ואת הילדים – "נכדים". אנו מתנצלים מראש בפני הסבתות, הבנות

והנכדות. השתדלנו לא להכביד בכפל כתיבה כמו סבא/סבתא, אבא/אמא, בעל/אישה או נכד/נכדה. לעיתים תוכלו אולי לתפוס אותנו בחוסר עקביות, אבל ודאי לא בכוונה רעה.

הספר לא נועד לקריאה רציפה, אלא לעיון על-פי הנושאים המעסיקים אתכם והשאלות העולות בדרך. כדי שכל פרק יוכל לעמוד כשלם בפני עצמו, יש כמה נושאים החוזרים ומופיעים ביותר מפרק אחד, ולכן עשויה להיות חפיפה מסוימת בין הדברים. גם על כך אנו מתנצלים מראש. אם ברצונכם ללמוד על נושא מסוים, תוכלו להיעזר גם במפתח העניינים המפורט בסוף הספר.

בנוסף לניסיוננו המקצועי האישי ולידע העיוני והמחקרי שאותו שאבנו מפרסומים ומעבודות מחקר שונות, נועצנו בעמיתים בעלי מקצוע מתחומי הפסיכולוגיה, העבודה הסוציאלית והרפואה. כמה עמיתים מלומדים קראו חלק ניכר מפרקי הספר והעירו הערות חשובות. השתמשנו גם במידע שתרמו סבים וסבתות, בנים ובנות, נכדים ונכדות, ולכולם נתונה תודתנו. תודה גם לעשרות הסבים והסבתות שטרחו ומילאו באופן מסודר את שאלוני המחקר שהעברנו להם. אנו משתמשים בתוצאותיו, בנוסף לדוגמאות שאנו מביאים מהמידע שצברנו ממקורות שונים. להמחשה וכאילוטרציה אנו מביאים דוגמאות מספרות הילדים הישראלית והעולמית, מהספרות היפה, מהקולנוע, ומרשימות שהופיעו בעיתונות היומית. מצאנו שהסופרים, האמנים ואנשי המדיה השונים ניחנו ברגישות ובכושר הסתכלות ותיאור, ולכן הם מספקים סיפורים ותמונות העשויים להציע תובנות חשובות על מהות הסבאות במעגל המשפחתי הרחב.

בפרקים אחדים הוספנו רשימה של ספרות מומלצת לקריאה נוספת, והמלצנו על ספרות ילדים וספרות יפה, למי שירצה להרחיב את הידע וההבנה שלו בנושא מסוים. עם זאת השתדלנו לא להכביד על רצף הקריאה באזכור יתר של המקורות, והם מופיעים בכיבליוגרפיה בסוף הספר.

עשינו מאמץ לתאר תופעות האופייניות למציאות הישראלית, שבה נודע למשפחה וליחסי הדורות מקום מרכזי. ניסינו להציג את נקודות האור, אך גם את הקשיים במשפחות הסבים ובמשפחות הבנים. הצענו כמה דרכים למנוע חלק מהקשיים, וכן כמה דרכים להתמודדות עם קשיים כשהם מופיעים. בחלק מהמקרים קשה להציע דרכי פתרון "לפי הספר", הן בגלל השוני בין המשפחות, והן בגלל השילוב בין גורמים רבים הקיימים בחיי כל משפחה, ההופכים אותה לייחודית. ההבדלים הגדולים בין בני אדם שונים, שחלקם מקצינים עם הגיל, לא מאפשרים לומר דברים הנכונים תמיד לגבי כולם. אנו מציגים אפוא מאפיינים שכיחים, נטיות אופייניות, וכל משפחה תמצא את החלקים המדברים אליה והמתאימים לה.

הספר מיועד לסבים וסבתות שוחרי ידע, המחפשים דרכים למנוע קשיים בביצוע תפקידם הסבאי, ורעיונות כיצד להתמודד עם קשיים אלה. גם הוריהם של ילדים שיש להם סבים ימצאו אולי עניין בחלק מהפרקים. הספר מתאים גם לאנשי מקצוע

ולסטודנטים בתחומי הגרונטולוגיה, הפסיכולוגיה, הפסיכיאטריה והעבודה הסוציאלית. למען אלה הוספנו מראי מקומות ורשימה ביבליוגרפית של ספרות מקצועית וספרות יפה.

להלן הבהרה של כמה מושגי יסוד שעליהם מושתת הספר:

המושג **ידע הורי** מתייחס למכלול האמונות שהורה מחזיק בהן לגבי הראוי, הרצוי והלא רצוי בגידול ילדים ובחינוכם. לספרי הדרכה בתחום ההורות מסורת של למעלה ממאה שנים; למעשה, עוד לפני שהתגבשה הפסיכולוגיה המדעית. ספרים המציעים כללים, עקרונות ונוהלי התנהגות הולמים בתחום גידול הילדים נדפסו כבר במאה התשע-עשרה, שלא לדבר על כתבי מוסר, מדרשי חכמים ועצות להורים, שהופיעו בכתבים ישנים ועתיקים בתרבות היהודית ובתרבויות אחרות. שפע הפתגמים ואמרי השפר המוקדשים לחשיבות חינוכו של הילד הצעיר מלמדים שלאבותינו היו מושגים ברורים ומוגדרים ומידה לא מבוטלת של ידע הורי.

המאה העשרים, על חידושיה הטכנולוגיים ושינוייה החברתיים, וכך מחקרים בתחומי הפסיכולוגיה, נתנו דחיפה עצומה להפצה מסודרת ושיטתית של ספרות הדרכה להורים. ספרו של ד"ר ספוק הוא הנפוץ שבהם (חצי מיליארד עותקים), אבל גם מומחים אחרים פירסמו אלפי ספרי הדרכה להורים ברחבי העולם ובישראל. לא ניכנס לכל הסיבות שהביאו לתפוצת הספרים הללו. נציין רק שהם חלק מתופעה של התרחבות הידע המבוסס על ממצאי מחקרים בתחומי הפסיכולוגיה, החינוך והבריאות, של לחץ חברתי על הורים להשקיע בטיפוח ילדיהם, ושל המוטיבציה שלהם לספק לילדיהם את הטוב והמעודכן ביותר.

במבנה המשפחה, שעברה – בעיקר בעולם המערבי – ממערכת שבטית וחמולתית למשפחה גרעינית המרוחקת גיאוגרפית ממשפחת המוצא חלו שינויים רבים. כן חלו שינויים חברתיים ותרבותיים בהיקף ובאופי תעסוקת הנשים ובהתפשטות אמצעי התקשורת האלקטרוניים.

ואולם ספרות ההדרכה והייעוץ בתחום **הידע הסבאי** היא, כאמור, דלה עדיין ובלתי מפותחת. למעשה, רק ההתפתחויות של השנים האחרונות (שעליהן נעמוד בהמשך, בעיקר בחלק החמישי) העמידו דור של סבים וסבתות המגלים עניין ומבנים את הצורך במידע הקשור במילוי התפקיד הסבאי. ייתכן שדווקא המעמד ה"משוחרר" ונטול ההתחייבויות כלפי הנכדים גרם לכך שלא היה לסבים צורך במידע שיטתי, והם הסתפקו במה שהמציאו או הפנימו ולמדו מהסובב אותם. הסבאות, כמו ההורות, היא תפקיד שבחלקו הניכר נרכש תוך כדי ביצוע ולמידה מהצלחות ומטעויות. גם הלחץ החברתי על סבים לרכוש "ידע סבאי" – מושג לא כל כך מקובל – כמעט אינו קיים.

הסבאות מזוהה עם חוויה חיובית ועם אושר, אך אנשי מקצוע פוגשים גם מצוקה ולחץ שמקורם בסבאות. כאמור, הסבאות כוללת כיום ציפיות, צרכים ודרכי התנהגות

חדשות. יש מודעות לחשיבות התפקיד הסבאי עבור הבנים והנכדים. צצות בעיות ומתעוררים קשיים העשויים לגרום כאב ואי-נחת אם לא יטופלו כראוי. והעיקר, ברור היום שמידע הולם ומודעות להיבטי התנהגות שונים בתוך המשפחה עשויים למנוע חיכוכים ובעיות בהמשך. קורט של מניעה ושל הבנה לגבי מה כדאי לעשות וממה רצוי להימנע עשוי להקטין קונפליקטים מיותרים ולמנוע היווצרות קשיים. מודעות לאבני הנגף והיכרות עם דרכי מניעה יכולות לצמצם את אי-ההבנות ואת המועקה.

משמעות **המניעה** היא גם בניית מנגנוני התמודדות יעילים וטיפוח רווחה אישית, מושג שהפסיכולוגים מדגישים כיום את חשיבותו. סבים המודעים לצורכיהם, לצורכי נכדיהם ולצורכי בניהם תורמים להתפתחות טובה של כל חברי המשפחה. הרמוניה משפחתית, המקיפה את שלושת הדורות, מאשרת את האמרה הידועה: ילדים זו השקעה – נכדים הם הדיווידנד.

מטרת הספר היא לספק מידע עדכני, לשפר את הבנת המצבים והתופעות ביחסי הגומלין במשפחה התלת-דורית, ולהעלות תרומה צנועה בכיוון של סבאות חיובית עליידי ציון נקודות חשובות בתחום, המלצה על דרכי התמודדות יעילות, וניסיון לשפר את התקשורת בין שלושת הדורות. בסופו של דבר, מרבית המשפחות מוצאות פתרונות ודרכי התמודדות בכוחות עצמן. עם זאת מצאנו לנכון לספק גם רעיונות שימושיים, הצעות והנחיות מעשיות. כמו כל עצה או רעיון המופנים לקהל גדול, כדאי גם את אלה לקחת בזירות ולהעריך עד כמה הם נחוצים או מתאימים לכם.