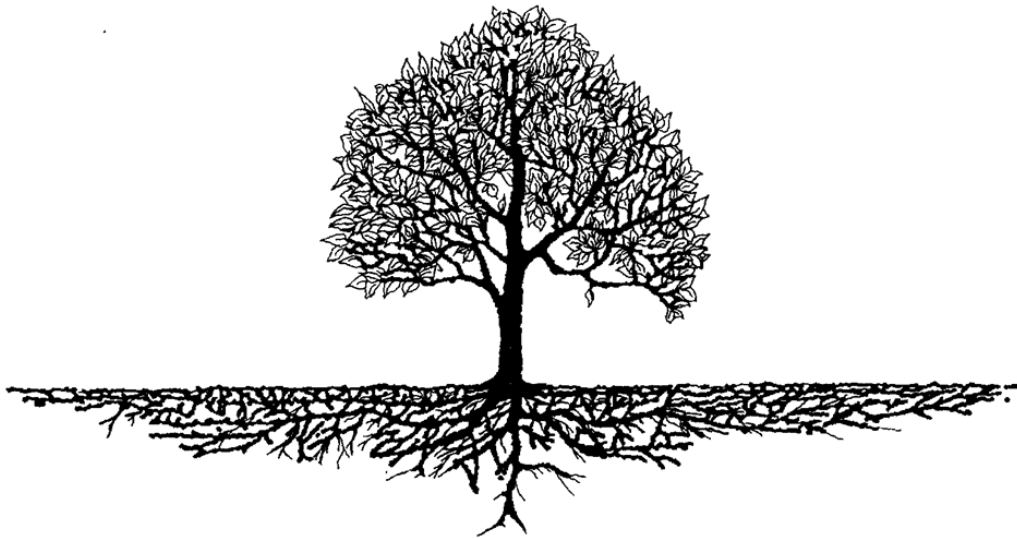


# פתיחת מרחב רוחני במקצועות העזרה

קובץ מאמרים לאנשי מקצוע בתחומי רווחה, חינוך ובריאות



## מקראה לקבוצת חשיבה ולמידה בין משרדית

במסגרת 'בשביל הרוח', פרה פיילוטים בליווי רוחני, ג'וינט ישראל אשלים

נאוה זוהר-סייקס  
דניאל קרני

פברואר 2015

תרגום מאנגלית: ישראל סייקס  
עריכת לשון: יורם בלום

## תוכן עניינים

4..... עקרונות מנחים

10..... משמעות הרוחניות

### **אדוארד ר' קאנדה ולאולה דירוד-פורמן**

*In: Spiritual diversity in social work practice – the heart of helping*

תהליך הליווי הרוחני: תיאוריה כללית למתן ליווי רוחני עם טיפול תומך כפרדיגמה  
27.....

### **ג'ורג' הנדזו**

*In: Professional Spiritual and Pastoral Care*

32..... טיפוח רוחניות אצל מתבגרים

### **רחל קסלר**

*In: Holistic Learning*

38..... מהי רוחניות?

46..... נקודות מפגש בין רוחניות ובין עבודה סוציאלית

### **בת' ר' קריספ**

*In: Spirituality and Social Work: Contemporary Social Work Practice*

53..... הקדמה: מציאת קול לרוח

### **ג'יליאן וייט**

*In: Talking about Spirituality in Health Care Practice – A resource for the multi-professional health care team*

## עקרונות מנחים

אדוארד ר' קאנדה ולאולה דירוד-פורמן

### המקור:

Canda, E.R., & Dyrud-Furman, L., *Spiritual diversity in social work practice – the heart of helping*, pp. 3–11

“לא על הלחם לבדו יחיה האדם”

(הברית החדשה, הבשורה על פי מתי, פרק ד פס' 4)

רוחניות היא לב העזרה. היא לב האמפתיה והאכפתיות, הדופק של החמלה, הזרימה החיונית של חכמת המעשה, האנרגיה המניעה של השירות. עובדים סוציאליים יודעים שללא לב זה, ולא משנה איך אנחנו קוראים לו, התפקידים, התיאוריות והמיומנויות המקצועיות נעשים שגרתיים, ריקים, מעייפים, ולבסוף חסרי חיים. אנחנו יודעים גם שרבים מהאנשים שאנחנו משרתים שואבים בחייהם מן הרוחניות, ולא משנה איך קוראים לה, והיא עוזרת להם לשגשג, להצליח בהשגת אתגרים וליצוק משמעות שהיא יותר מערך ההישרדות גרידא לתוך אותם משאבים ויחסים שעליהם אנו עובדים יחד. לכל אחד מאתנו יש דרכים רבות ושונות להבין את הרוחניות ולשאוב ממנה. ובפרקטיקה של עבודה סוציאלית כל הדרכים האלה מתחברות, עם המודעות שלנו או בלעדיה. בספר זה אנו מספקים מסגרת שבה ישנם ערכים, ידע ומיומנויות. לתוך המסגרת הזאת אנו מכניסים יחד את צורותיה הרבות של הרוחניות, הדתיות והלא דתיות, לטובת תהליך טיפולי יצירתי.

רוחניות ודת הפכו בשנים האחרונות לנושאים פופולריים מאוד בקהל הרחב. למשל, באמצעי התקשורת מרבים לדווח על תפיסות דתיות מתחרות ועל השתייכותם הדתית של פוליטיקאים; על ויכוחים מוסריים הנסבים על מדיניות חברתית בעניין הפלות, הומוסקסואליות ושיבוט; על מלחמות וכן על טרור ממניעים דתיים; על פריצות דרך בגישות הוליסטיות לריפוי וטיפול ברפואה ובפסיכותרפיה; על החיים הרוחניים מעוררי ההשראה של מנהיגים עולמיים כגון הדלאי לאמה מהבודהיזם הטיבטי והנשיא לשעבר של דרום אפריקה נלסון מנדלה. בתעשיית ההוצאה לאור תופסת הרוחניות נתח נכבד מהשוק. סרטים ותכניות תיעודיות מביאים סיפורים על מלאכים, על חוויות רוחניות מתוך מוות קליני, על התעללות מינית מצד אנשי דת, על מפגשים דתיים לכאורה עם ישויות מהחלל החיצון,

על נסים ועל תופעות על-חושיות. במילניום החדש של עידן המידע האינטרנט מתמלא בסרטים, במחזיקה, ובאתרי מידע על כל מסורת, גחמה או ויכוח רוחני. אכן, לראשונה בהיסטוריה כמעט כל תפיסות העולם הדתיות, התרבותיות והחילוניות באות במגע – לעתים מתוך הרמוניה ולעתים מתוך קונפליקט. למרות זאת ייתכן שכל השיח על רוחניות ודת מטיל צל על הנושא ומבלבל לא פחות מאשר הוא שופך אור ויוצר הבנה.

מתוך מקצוע העבודה הסוציאלית ומקצועות נלווים בצפון אמריקה צמחו תנועות המאירות את הדרכים הרבות שבהן הרוחניות משפיעה על יחידים, על החברה ועל העולם כולו. לאחרונה החלו תנועות אלו להתגבש גם מחוץ לדיסציפלינות כמו עבודה סוציאלית, רפואה, סיעוד, פסיכולוגיה, פסיכיאטריה, אנתרופולוגיה, ליווי רוחני, סוציולוגיה ולימודי דת. כמו כן צומחות תנועות בין-לאומיות. אנו חיים בעידן מרגש של חדשנות והתרחבות, שבו עובדים סוציאליים מרחיבים את גבולות הטיפול האנושי (Canda, 2005a). כפי שנדגים, קיימת הצטברות של עדויות אמפיריות וידע מעשי המצביעים כי תחושת האדם שיש בחייו משמעות רוחנית חיובית, ייעוד וחיבור, וכן ההיבטים התומכים של קהילות דתיות קשורים לאיכות חיים משופרת. עם זאת, אף כי בחמש עשרה השנים האחרונות גברה בהרבה תנופת התפתחותה של עבודה סוציאלית עם רגישות רוחנית, רבים אנשי המקצוע, הסטודנטים, המהנכים והחוקרים שנשארו לא מודעים או חשדניים כלפיה.

ספר זה שואב מתוך טווח רחב של תובנות אינטרדיסציפלינריות ובין-לאומיות כדי להציג את מצבה העדכני של עבודה סוציאלית רגישת רוחניות, מכבדת ומיומנת בתגובתה לצורות המגוונות של רוחניות הבאות לידי ביטוי בחייהם של הקליינטים וקהילותיהם. הוא אורג את החומרים המגוונים והמפוזרים לתוך מסגרת מקיפה ומכוונת פעולה. הוא בונה על המורשת המקצועית, מהשורשים שלנו באידאולוגיות דתיות ובמוסדות שירות ועד העבודה העדכנית ביותר במחקר בין-תרבותי של דתות, תיאוריה טרנס-פרסונלית, פסיכותרפיה מכוונת רוחניות וכן אקטיביזם חברתי וסביבתי. ספר זה שואב תובנות מטווח רחב של שירותי אנוש ושל תפיסות עולם מתחומים דתיים, פילוסופיים ומדעיים. אמנם הספר מתמקד בעבודה סוציאלית בארצות הברית, אך כדי לעודד ראייה גלובלית הוא כולל גם ידע על פרקטיקה רגישת רוחניות מארצות אחרות.

הספר גם משלב רעיונות על רוחניות ודת מעובדים סוציאליים העובדים בפרקטיקה ישירה, על בסיס הסקרים הלאומיים והבין-לאומיים שלנו. בשנת 2008 ערכנו סקר לאומי של חברי האגודה הארצית של עובדים סוציאליים (National Association of Social Workers) ([NASW]) העוסקים בפרקטיקה ישירה. סקר זה חזר על הסקר הארצי המקורי משנת 1997, שעליו דיווחנו במהדורה הראשונה של ספר זה (Canda & Furman, 1999). סקרים ארציים מקיפים אלה של ה-NASW משקפים את עמדות העובדים הסוציאליים בעניין רוחניות ואת

הפרקטיקות הרלוונטיות שלהם בטווח שמעל עשר שנים. אנו גם שואבים מהממצאים של סקרים בין-לאומיים שערכנו עם עמיתים מבריטניה, נורווגיה וניו זילנד, שבהם חזרנו על הסקר שנעשה בארצות הברית.

קודם כול, תנוח דעתכם (או קבלו אזהרה, הכול בהתאם לנקודת מבטכם) שספר זה אינו מטיף לתפיסה דתית ספציפית של רוחניות או של עבודה סוציאלית. אין כאן כל עניין בהמרת דתו של איש לדת אחרת או בהטייתו לדרך רוחנית כלשהי. גם אין כאן כוונה לקדם תפיסה סטראוטיפית או שיפוטית בדבר אמונה דתית ספציפית כלשהי. כפי שנסביר במפורט בפרק 3, המונח "רוחניות" מכוון למאפיין אוניברסלי של בני אדם ותרבותם הקשור לשאיפה למשמעות, ייעוד, מוסר, טרנסצנדנטליות, איכות חיים, וכן יחסים עמוקים עם עצמנו, עם אחרים ועם המציאות. הרוחניות מבטאת את עצמה באופנים דתיים ולא דתיים מגוונים, ובעבודה סוציאלית בת זמננו חיוני שנבין את הביטויים האלה. לכן ספר זה מיועד לעובדים סוציאליים העוסקים בהתבוננות על עצמם, בחיפוש משמעות ובשאיפה כנה לקשר בין הדרך הרוחנית שלהם (מכל סוג שהוא) ובין ההקשרים המקצועיים שבהם הם עובדים. הוא מכוון ללמידה כיצד להגיב ברגישות לצורותיה המגוונות של הרוחניות, דתיות ולא דתיות, הנמצאות אצל אותם בודדים, משפחות, קבוצות וקהילות שעובדים סוציאליים מחויבים לשרת. בקיצור:

עבודה סוציאלית רגישת רוחניות מכווננת למטרות הגבוהות ביותר, למשמעויות העמוקות ביותר ולצרכים המעשיים של הקליינטים. היא שואפת לטפח את הפוטנציאל המלא של אנשים באמצעות קשרים המבוססים על יחס מכבד, אמפתי, ידעני ומיומן כלפי הפרספקטיבה הרוחנית שלהם, דתית או לא דתית. היא מקדמת שלום וצדק עבור כל האנשים וכל הבריות (Canda, 2008d, pp. x-xi).

ספר זה מציע מדריך לפרקטיקה בעבודה סוציאלית. עם זאת, הוא רק הצעה. תקוותנו היא שהקורא ירהר בזהירות ובביקורתיות על המסגרת שאנו מציעים, ולאחר מכן יעשה את העבודה החשובה מכול – פיתוח מסגרת אישית שהולמת את הערכים, המחויבויות המקצועיות ותחומי העבודה שלו. ספר זה ייחשב כהצלחה רק אם הוא יעזור לקורא להצליח במשימה זו.

### **בעצם, למה צריך לעסוק ברוחניות?**

העיסוק ברוחניות יכול לסייע לנו לשים את האתגרים ואת המטרות של הקליינטים שלנו בהקשר שכולל את שאיפותיהם הנעלות ביותר ואת המשמעויות העמוקות ביותר בחייהם. היות שעובדים סוציאליים מחויבים לתפיסה של האדם השלם בהקשרו הסביבתי, עלינו לנקוט גישה ביו-פסיכו-סוציו-רוחנית. במישור הפרגמטי, באמצעות עיסוק במרכיבים

הדתיים והרוחניים של חיי הקליינטים, אנו עשויים לזהות נקודות חזק ומשאבים שהנם חשובים לצורך התמודדות, חוסן והתפתחות אופטימלית. ברוב החברות קיימות דתות שיש להן השפעה עמוקה על בריאות אישית, קשרי משפחה, כלכלה ופוליטיקה. רוב האמריקנים (ורוב האנשים בעולם) עסוקים בעניינים הקשורים לדת ולרוחניות (Canda & Furman, 1999; Kvarfordt & Sheridan, 2007). תחושת איכות החיים הרוחנית של אנשים והשתתפותם בקהילות דתיות ובטקסים דתיים משפיעים על בריאותם הפיזית והנפשית ואף על קשריהם החברתיים, לטוב או לרע (Koenig, 2007). ספר זה מסביר כיצד נוכל להיות מוכנים להגיב באופן מקצועי לרוחניות.

יש המתנגדים לכל שיח על רוחניות בעבודה סוציאלית ובשאר מקצועות העזרה. המתנגדים נוטים להניח שיש פגמים בטבעם של אנשים ומוסדות דתיים. לדעתם הקשר בין דת ורוחניות ובין עבודה סוציאלית הוא בעייתי. יתרה מזו, עבורם אין דרך להתגבר על הקשיים המעשיים והלוגיסטיים הכרוכים בעיסוק בדת וברוחניות בפרקטיקה או בהכשרה. למשל: אנשים מסוימים רואים בדת הכרח שמרני ודכאני, או רואים ברוחניות עיסוק אישי המסיח את הדעת מסוגיות הקשורות לצדק חברתי. אחרים מודאגים מניסיונות להמיר את דתם של קליינטים, מבלבול בין גבולות אישיים למקצועיים, מטשטוש הבחנות תפקודיות בין אנשי דת ובין עובדים סוציאליים, משיפוטם מוסריים לא מתאימים, וחוששים מפגיעה בהפרדה בין דת למדינה בשירותי רווחה ממשלתיים. אחרים חושדים בקיומן של תובנות דתיות או פילוסופיות על התנהגות אנושית. ואחרים מודאגים בשל ממצאים סותרים או בלתי מספיקים בעניין השפעותיהן המועילות או הפוגעות של דת ורוחניות.

לעומת זאת ספר זה מכיר באתגרים הכרוכים בעיסוק ברוחניות, ומגיב להם בבניית ידע מעשי ומיומנויות מעשיות בתוך ההקשר של ערכים מקצועיים ואתיקה מקצועית. אנו מכירים בתרומות החיוביות של דת ורוחניות, שיש להזדהות עמן בתהליך הסיוע. אנו גם מכירים בדרכים שבהן רוחניות ודת יכולות לבוא לידי ביטוי פוגעני, ולכן על עובדים סוציאליים להיות מוכנים כדי למנוע השפעות לא בריאות, מפלות ודכאניות אלו, להקל אותן ולהתגבר עליהן. אכן, כפי שיתגלה לאורך הספר, קובעי הסטנדרטים האמריקניים של עבודה סוציאלית ושל מקצועות נלווים (למשל בריאות ובריאות הנפש) מכירים בחשיבותן של דת ורוחניות.

בטבלה הבאה אנו מסכמים את החששות שמעורר הלימוד על דת ורוחניות בהקשר של עבודה סוציאלית, ובצדם התגובות שלנו. הקורא מוזמן להרהר בחששות ובתגובות כדי לזהות את עמדתו שלו, וגם כדי לנסח תגובות להתנגדויות הצפויות מצד קליינטים, עמיתים, מפקחים, פרופסורים וכלל הציבור.

עמדות תומכות	עמדות מתנגדות
<p><b>תגובות לאתגרים; נקודות החזק של דת ורוחניות</b></p>	<p><b>הפגמים האינהרנטיים של דת ורוחניות</b></p>
<p><i>אתגרים מוסדיים</i></p> <p>השתמש בתפיסה מכלילה של דת ורוחניות. צור דיאלוג בין תפיסות אידאולוגיות ורוחניות מגוונות; הימנע מסטראוטיפים שליליים. דון בתפקידן של דת ורוחניות בצמצום פערים ובקידום רווחה וצדק. השקפות עולם של דת ורוחניות, זהה את השפעותיהן ברמת המיקרו וברמת המקרו.</p>	<p><i>בעיות מוסדיות</i></p> <p>תפיסות דתיות הן מגבילות מדי או מוטות מדי עבור המקצוע. הנוקשות, הדוגמטיות וההיפותטיות שיש בדתות – מדאיגות. ביסודן, הדתות תומכות בסטטוס קוו. תפיסות רוחניות נוטות להתמקד יתר על המידה בסוגיות אישיות ולא בצדק החברתי ברמת המקרו.</p>
<p><i>נקודות חזק אישיות</i></p> <p>זהה את תפקיד הדת והרוחניות הן בצמצום בעיות נפש הן בקידום בריאות נפשית. השווה בין תפיסות עולם מגוונות של דת ורוחניות, וזאת כדי למצוא את הדומה ואת השונה ולקדם הבנה הדדית.</p>	<p><i>פגמים במישור האישי</i></p> <p>דת היא ביטוי של פסיכופתולוגיה. בטבעה רוחניות היא אישית ואידיוסינקרטית.</p>
<p><b>דת ורוחניות מבטאות את טבעו של המקצוע</b></p>	<p><b>אין הלימות בין דת ורוחניות ובין המקצוע</b></p>
<p><i>השפעות תחומיות</i></p> <p>דת, רוחניות ועבודה סוציאלית קשורות זו לזו ויכולות להשלים זו את זו. עדויות מראות שדת ורוחניות חיוניות להבנת קליינטים רבים ותרבותם. עיסוק בנושא דת ורוחניות יחזק את מעמדו של המקצוע.</p>	<p><i>חששות באשר לגבולות מקצועיים</i></p> <p>דת ועבודה סוציאלית הן תחומים נפרדים הנוגדים זה את זה. דת ורוחניות אינן נחוצות כדי להבין את הקליינטים. העיסוק בדת וברוחניות יחליש את מעמדו של המקצוע.</p>



<p>הכן את העובדים לעסוק בנושא דת ורוחניות או להפנות לאיש דת (לפי העדפתו של הקליינט) ולשתף פעולה עמו.</p>	<p>דת ורוחניות משתייכות לתחום עיסוקם של אנשי הדת.</p>
<p><i>דילמות ערכיות</i></p> <p>עסוק בנושאי דת ורוחניות באופן העולה בקנה אחד עם ערכי המקצוע והאתיקה. תמוך בהפרדה בין דת למדינה, בחופש דת ובכבוד למגוון הדעות. בטבעה עבודה סוציאלית מבוססת על ערכים. העיסוק ברוחניות עולה בקנה אחד עם ממצאיה של העדות המדעית העדכנית. עובדים סוציאליים רבים הם דתיים, ותמיד הם מעוניינים ברוחניות.</p>	<p><i>קונפליקטים ערכיים</i></p> <p>עירוב הדת מגביר את סכנת ההמרה ופוגע בהגדרתו העצמית של הקליינט. הדיון בסוגיות דת ורוחניות מחליש את ההפרדה בין דת למדינה. על עבודה סוציאלית להיות נקייה מערכים ואובייקטיבית. דת ורוחניות אינן עולות בקנה אחד עם בסיס מדעי לפרקטיקה. עובדים סוציאליים נוטים להיות לא דתיים, ואינם מעוניינים ברוחניות.</p>
<p><b>פתרונות לוגיסטיים</b></p>	<p><b>בעיות לוגיסטיות</b></p>
<p><i>דרכים לעיצוב התחום</i></p> <p>צור הגדרות ברורות ומודלים מושגיים. השתמש בידע הרחב הקיים כדי לקשר בין דת ורוחניות ובין שירות. בחן את המחקר האינטרדיסציפלינרי הרחב, והרחב את המחקר בעבודה סוציאלית. שפר את הכשרתם של עובדים סוציאליים.</p>	<p><i>התחום אינו מפותח מספיק</i></p> <p>המושג "רוחניות" עמום מדי לשימוש. הניסיון לשלב בין דת ורוחניות ובין עבודה סוציאלית אינו מפותח דיו. הממצאים התומכים עדיין אינם מספיקים. עובדים אינם מוכנים לדון בדת ורוחניות, לכן עדיף להתעלם מהנושא או להפנות לאחרים.</p>
<p><i>הזדמנויות וסוגי אחריות בתכנית הלימודים</i></p> <p>למד דת ורוחניות גם בקורסים קיימים וגם כהתמחות. חבור למרצים בלימודי המשך ובפיתוח תכניות לימודים.</p>	<p><i>חששות בדבר תכנית הלימודים</i></p> <p>תכנית הלימודים כבר צפופה מדי, אין מקום לדת ורוחניות. המרצים אינם מוכנים ללמד את הנושא, לכן עדיף להתעלם ממנו.</p>

## משמעות הרוחניות

אדוארד ר' קאנדה ולאולה דירוד-פורמן

### המקור:

Canda, E. R., & Dyrud-Furman, L., *Spiritual Diversity in Social Work Practice*, pp. 59–79

"הטאו שניתן לתיאור אינו הטאו הנצחי"

(טאו טה צ'ינג, דאואיזם)

בטאואיזם הסיני משמעות המונח טאו היא דרך חיים או הזרימה הטבעית של היקום. הפילוסופיה הטאואיסטית מדגישה שיש בטאו מסתורין שאינו נתפס במילים. הטאו שאין לו שם מוליד את הכול, אבל לא ניתן לצמצמו למילים. גם לרוחניות יש דינמיקה שלא ניתן לצמצמה, וכמו כן איכות הוליסטית. הרוחניות מקשרת אותנו עם תפיסות וחוויות שיש בהן איכויות עמוקות, טרנסצנדנטליות, קדושות או מוחלטות. אי-אפשר לבטא את משמעותה העמוקה ביותר, אך ביטוייה ושמותיה מרובים. בפרק זה אנו מספקים הגדרות לרוחניות ולמונחים הקשורים אליה, אך גם מכירים בצביונה המסתורי.

חוקרים בני זמננו בתחום העבודה הסוציאלית רואים בדרך כלל ברוחניות ובדת מושגים הקשורים זה לזה אך מובחנים זה מזה (Canda, 2008a). רוחניות דנה במאפיין האנושי האוניברסלי והבסיסי הכרוך בשאיפה לתחושת משמעות, ייעוד, מוסריות, איכות חיים ועומק בקשרים עם עצמנו, עם אחרים ועם המציאות בכל דרך שמבינים אותה. במובן זה רוחניות יכולה להתבטא באמצעות דפוסים דתיים או להיות חופשית מהם. דת היא דפוס ממוסד ושיטתי של ערכים, אמונות, סמלים, התנהגויות וחוויות המכוונים לעניינים רוחניים. הם משותפים לקהילה, ומועברים לאורך זמן במסורות. יש לשים לב ש"רוחניות" (כמו "רגשיות" או "פיזיות") היא מילה מהסוג שמציין תהליך והוויה.

כדי לפתח מסגרת לעבודה סוציאלית רגישת רוחניות, עלינו לזקק הגדרות אלו ולהרחיבן. מחלוקות בין אנשי מקצוע לבין עצמם או בינם לבין לקוחותיהם, מקורן לעתים בהגדרות לא ברורות ובהנחות סותרות אך לא מדוברות באשר לטבען של דת ורוחניות.

כדי שתהיה תקשורת ברורה בדבר רוחניות בתוך קהילות אנשי המקצוע במקצועות העזרה וגם בין קהילות אלו ובין אחרים, עלינו ליצור הגדרות ברורות ומפורשות. כדי לערוך מחקרים

הבודקים את השפעותיהן של רוחניות ודת על התנהגות אנושית, אנו חייבים ליישם בעקיבות מושגים מוגדרים היטב. כדי שאנשי מקצוע יוכלו להעריך את התפתחותם הרוחנית של קליינטים, את נקודות החזק שלהם ואתגריהם, אנחנו חייבים להסביר את המושגים העיקריים העומדים בבסיס הסטנדרטים להערכה. וחוקרים זקוקים לחידוד זה של ההגדרות אף יותר מאנשי הפרקטיקה.

פרק זה מזהה את הקשיים האינהרנטיים בכל ניסיון להגדיר רוחניות ודת; הוא מציג את גישתנו לשם התמודדות עם אתגרים אלה. הוא סוקר את ההגדרות העכשוויות של רוחניות ושל מונחים הקשורים לעבודה סוציאלית ובתחומים קרובים, ונושאים המשותפים להם. באמצעות שילוב של תובנות אלו אנו מפתחים הגדרות פורמליות של רוחניות ושל מונחים הקשורים אליה, וכן מגדירים את משמעות הרוחניות בעזרת שני מודלים קונצפטואליים. הפרק כולו חשוב עבור קוראים הרוצים להכיר את הרקע האינטרדיסציפלינרי והמשאבים ששימשו ליצירת ההגדרות. כל הרוצים להתמקד בהגדרות הסופיות ובמודלים הקונצפטואליים, להם מומלץ לדלג לתת-הפרק האחרון ("הגדרות ומודלים הקשורים לרוחניות").

### **האתגרים בהגדרת רוחניות**

הגדרת רוחניות שתהיה מקובלת על כלל העוסקים במקצוע חייבת לכלול ביטויים דתיים ולא דתיים מגוונים. בבואנו לבצע משימה זו אנו עומדים לפני שתי דיכוטומיות מאתגרות שהנן סלעי מחלוקת בעניין העיסוק ברוחניות: הפרטיקולרי לעומת האוניברסלי, ומה שניתן לביטוי לעומת מה שאינו ניתן לביטוי.

#### *הפרטיקולרי לעומת האוניברסלי*

ישנן שלוש דרכים של הגדרת רוחניות. דרך אחת היא להתמקד ברוחניות בהקשרים, זמנים, מקומות, אנשים ותרבויות ספציפיים. זאת אומרת, הגדרת רוחניות (או כל שימוש במונח) רק בהקשר ספציפי. לעתים מגדירים דרך זו כגישה אמית (emic), שמשמעותה שימוש בנקודת מבטו של האדם המשתייך לקבוצה או של המאמין (Bowie, 2006). גישה זו מדגישה הבנה מתוך הקשר או – במקרים קיצוניים – רלטיביזם. יתרונה של גישה זו הוא ההימנעות ממושגים ומהנחות שהנם בלתי רלוונטיים או בלתי הולמים עבור קליינטים וקהילות ספציפיים. ניתן לפתח תיאורים והסברים עשירים ומפורטים של אמונות, חוויות ודפוסים ספציפיים "הצומחים מלמטה". כאשר נאספים תיאורים בהקשרים ספציפיים מאנשים רבים ומקהילות רבות ומפגישים ביניהם באמצעות דיאלוג, אנשים יכולים ללמוד זה על זה, כל אחד במונחיו שלו. גישה זו מתאימה את עצמה לתנועה השואפת לקרב את העבודה

הסוציאלית אל הילידים והמקומיים – זאת אומרת, פיתוח גישות לעבודה סוציאלית על ידי קבוצות ותרבויות ולאומים ספציפיים, עמם ולמענם (Gray & Fook, 2004).

אנשים התומכים בגישה האמית חושדים מאוד בהגדרות כלליות או בתיאוריות של דת ורוחניות, היות שיש בהן סיכון לפישוט יתר, לסטראוטיפים ואפילו לכפייה אימפריאליסטית של הנחות ואג'נדות רוחניות. גישה זו מושכת מאוד בעולם פוסט-מודרני שיש בו מגוון תרבותי ורוחני עצום, מערכות ערכים מתחרות וקריאות להעצמתם של אנשים וקבוצות מקופחים (Griffin, 1988; Scherer, 2006). למשל: בפרקטיקה פרטנית יש לתת קדימות לאמונות, התנהגויות, ערכים, סמלים ופולחן של הקליינט, ולא לתפיסות מוקדמות של איש המקצוע. בעבודה להעצמה קהילתית צריכים עובדים סוציאליים להיות חברים בקהילה או בני ברית שלה, ועליהם להתבסס על תפיסות ועדיפויות רוחניות מקומיות מתוך שיתוף כלל הציבור והתייעצות עם זקני הקהילה, מוריה ומנהיגי הרוחניים.

לעומת זאת הגישה האטית (*etic*) משתמשת במושגים ובתיאוריות כלליים בהנחה שניתן ליישם בכל התרבויות והמצבים. נוכל להשתמש בתיאוריות ובמושגים אלה כדי לתאר, להשוות ולנתח את מגוון השקפות העולם הרוחניות והמטרות והצרכים האנושיים המשותפים. הם מספקים שפה משותפת לשיח בין אנשים הבאים מכיוונים רוחניים מגוונים. אם למשל עובד סוציאלי אתאיסטי מסייע לקליינט נוצרי כריזמטי, יהיה מן המועיל אם תיווצר מסגרת כללית לשיח בדבר סוגיות רוחניות שתגשר על ההבדלים ותאפשר ליצור בסיס משותף.

בין הגישות האטיות יש גישות אוניברסליות הטוענות כי יש רמה בסיסית של המציאות שאליה מכוונות כל הדתות והתפיסות הרוחניות, כגון כוח עליון או אמת מוחלטת, גם אם חלק מהמאמינים אינם מכירים בכך (Paden, 2003). תפיסה זו חושדת בגישות האמיות ורואה בהן גישות אתנוצנטריות החוסמות הבנה אנושית אוניברסלית ושיתוף פעולה. יש הרואים בחיפוש המכנה המשותף מענה לפוסט-מודרניות, שהביאה ליחסיות ערכית, בלבול מוסרי וקונפליקט בין-דתי (Cave, 1993; Rennie, 1996). במקרים קיצוניים הגישה האטית הופכת לאבסולוטיות הנוטה לשוביניזם, לאימפריאליזם, ולהטפה.

דרכנו בספר זה היא אופציה שלישית הכוללת את התובנות הנ"ל ומתגברת על מגבלותיהן של הגישות האמיות והאטיות. אנו מעריכים את מגוון הדעות ונשארים נאמנים לחוויות ולמסורות רוחניות ספציפיות, ובו-זמנית אנו מבקשים ליצור בסיס משותף להבנה ולתקשורת. לשם כך טבענו מטבע לשון: *הגישה הטרנס-תפיסתית (transperspectival approach)*. במילים אחרות, אנו מביאים תפיסות פרטיקולריסטיות (אמיות) שונות לתוך אינטראקציה ודו-שיח, וכך מאשרים הן את הייחודי הן את המשותף בחוויה האנושית. טענות על אמת אוניברסלית או מאפיינים כלל-אנושיים של רוחניות (טענות שלנו או של

אחרים) מזוהות כטענות רוחניות הנובעות מתוך תפיסות ספציפיות. תיאוריות בדבר התנהגות אנושית ובצדן מודלים לפרקטיקה (גישות אטיות) יכולים לסייע לנו להשוות בין נקודות מבט רוחניות ולהבין את השפעותיהן על קליינטים. אבל הם נבחנים גם בהקשר של מוגבלותם והרלוונטיות (או חוסר הרלוונטיות) שלהם לקליינטים ספציפיים ולקהילות ספציפיות.

אנו מבקשים לקדם התבוננות עצמית ודו-שיח מתמשכים בין אנשי מקצועות העזרה, צרכנים וחברי קהילה עם מגוון תפיסות רוחניות, זאת כדי שנוכל להתקדם לקראת הבנה הדדית ושיתוף פעולה הולכים וגוברים. העובד הסוציאלי זקוק לפתיחות ולרפרטואר של ידע ומיומנויות כדי להבין תפיסות עולם רוחניות מרובות ולגשר ביניהן מבלי להתבלבל באף אחת מהן.

לדוגמה, במחקר על אגודות בודהיסטיות לסיוע הדדי של פליטים מדרום מזרח אסיה בארצות הברית השתמשו קאנדה ופאובטונג (Canda & Phaobtong, 1992) בסיווג כללי (אטי) של עובדים סוציאליים שעניינו תמיכות פיזיות, נפשיות, חברתיות ורוחניות כדי לבחון נקודות חוזק ומשאבים קהילתיים ייחודיים לתרבות. מונחים ופרקטיקות ספציפיים (אמיים) של בודהיזם תראוואדה שזוהו באמצעות תצפיות שטח וריאיונות בקהילות של פליטים הוצגו כדי להמחיש זאת. כך נוצר בסיס משותף להבנה הדדית ולשיתוף פעולה בין בודהיסטים אמריקנים מדרום מזרח אסיה ובין אחרים. בדוגמה נוספת, סדרת מחקרים על חוסן בהתמודדותם של מבוגרים עם מחלה כרונית (סיסטק פיברחיס) ביצעה ניתוח בכיוון ההפוך (Canda, 2009). המחקרים התמקדו בהבנותיהם של אנשים ספציפיים (גישה אמית) בעניין רוחניות כמקור לכוח ולמשאבים, הבנות ששימשו כבסיס לזיהוי דפוסי משמעות ייחודיים ומשותפים בין המשתתפים. לאחר מכן קשרו החוקרים בין דפוסים אלה ובין עבודה סוציאלית מבוססת כוחות (גישה אטית). אכן, חיפוש הכוחות והמשאבים בקהילות דתיות ובאנשים רוחניים עולה בקנה אחד עם גישת הכוחות, שהנה גישה אטית לעבודה סוציאלית המעריכה תפיסות עולם אמייות (מבוססות קליינט) (Saleebey, 2009).

גישה טרנס-תפיסתית זו נשארת מאתגרת באופן בלתי נמנע. ההגדרה עלולה להיות עמומה כל אימת שמפתחים הגדרות כלליות של רוחניות הכוללות את כל הגרסאות האפשריות, כגון האמונה באלוהים כלשהו, האמונה במספר אלוהויות, האמונה שאין אלוהים, האמונה שבכל חפץ טבעי יש אלוהות (Canda, 1990b). כאשר היא כוללת יותר מדי, הגדרה אינה מאפשרת הבחנות חשובות. כדי לתת מענה לאתגר זה, אנו מפתחים המשגה רחבה ומכלילה של רוחניות וכן מודל מושגי הוליסטי המביאים בחשבון את תובנותיהם של מסורות רוחניות רבות ושל מגוון דיסציפלינות אקדמיות. אנו מספקים גם מודל ביצועי מפורט הכולל מרכיבים הניתנים לצפייה ולמידה, ומועיל ליישום בפרקטיקה ובמחקר.

## מה שניתן לביטוי לעומת מה שאינו ניתן לביטוי

חוקרים רבים של דת ורוחניות אומרים כי ניתן לחקור את שתיהן באופן מדעי רק ככל שהן ניתנות לביטוי, לצפייה ואף למדידה. אחרת, איך ידע איש המקצוע אם הקליינט מפגין דתיות, מראה סימנים של משבר רוחני התפתחותי או הושפע לטובה – או לרעה – מפרקטיקה רוחנית כמו תפילה? חוקרים אחרים ומיסטיקנים מדגישים שהמאפיינים הייחודיים ביותר של דת ורוחניות אינם ניתנים לתיאור, לביטוי ולניתוח שכלתני. יש חוקרים המתנגדים לדעה זו. לדעתם, טענה זו אינה אלא דרך המאפשרת לחוקרים האלה להימנע מבחינה ביקורתית של טענותיהם להכרה באמתות שיטתם ולהעניק לחוויות אישיות ולדוקטרינות מסורתיות הילה של סמכות עליונה שאינה ניתנת לערעור (Proudfoot, 1985). בוויכוח זה מעורבות שתי מחלוקות: האם ניתן לתאר חוויה מיסטית במילים והאם ניתן לתמצת את טבען של דת ושל רוחניות.

*חוויות מיסטיות או חוויות של קדושה* הן מפגשים אישיים ישירים עם מרכיבי המציאות שהנם מחוץ לגבולות השפה וההיגיון. הן מתעלות על היכולת האנושית לחשיבה ולביטוי. הן מתוארות במסורות דתיות שונות כחוויות של כוחות, אירועים ורוחות על-טבעיים (Hollenback, 1996); הוויה רוחנית עמוקה עם אלוהים (Johnston, 1995) או התרחבות של התודעה אל מחוץ לגבולות ה"אני" (Wilber, 2006). אנשים שחווים אותן מרבים לטעון שחוויות מיסטיות אינן ניתנות לתיאור, שהן כה פרטיות ועמוקות עד שאי-אפשר להעבירן לאחר באמצעות מילים (Dupre, 1987; James, 1982). החוויות נמצאות מעל הבנה רציונלית ויכולות מילוליות. נוסף על כך, מושאיהן של מסירות ואמונה רוחנית, כגון אלוהים או טאו, הם עצמם נחשבים במסורות דתיות רבות כבלתי ניתנים לתיאור מפני שהם על-טבעיים, מסתוריים או שהנם מעל הבנה אנושית. כפי שהיסטוריון הדתות הבולט מירצ'ה אליאדה (Mircea Eliade) אמר, חוויית הקדושה היא חוויית יסוד הניתנת להבנה באמצעות רגישות לקדושה ולאכיויותיהם הנחות של מוחלטות, מסתורין, יראה ועדיפות מוחלטת (Eliade, 1959).

לכן חוקרים רבים של דתות – וכן מאמינים דתיים – טוענים כי המאפיינים המיסטיים, הקדושים והטרנסצנדנטליים של רוחניות ושל דת נמצאים מעל הבנה או הוכחה מדעיות. משמעות הדבר אינה שאי-אפשר לדבר על חוויות מיסטיות או על מציאויות אלוהיות, אלא שמציאותן תמיד תהיה מעל מה שייאמר עליהן. משמעות הדבר היא גם שבמידה רבה השפה הדתית והרוחנית תהיה פרדוקסלית, מטפורית, פואטית, סמלית ואלגורית.

עמדתנו היא שיש להגדיר בזהירות מונחים עיקריים הקשורים לרוחניות ולדת כדי לעודד הבנה הדדית ועקיבות בשימוש – תנאים מקדימים למחקר ולפרקטיקה הקשורים לרוחניות. עם זאת, ההגדרות ניתנו מטעמי נוחות. אין לטעות ולבלבל בין המושגים ובין מושאיהם.

תוויות והגדרות לעולם לא תקפנה לגמרי את מושאייהן, ודברים אלה יפים לכל תופעה רוחנית או אחרת. אפילו במישור היומיומי ביותר, הכתובת אינה המקום. במישור עמוק יותר, אהבת האדם לאהובתו היא הרבה יותר ממספר הליטופים.

כשם שהמסורות היהודיות, הנוצריות והאסלאמיות מדגישות, אין להתבלבל בין דמות האלוהים ובין אלוהים. הגדרותינו מתפקדות כמו אצבע המצביע. או כפי שנאמר באנלוגיה ממסורת הזן, טוב להצביע על הירח כדי לשתף את חברך במראה הנפלא. אבל לאחר שראה החבר את הירח כבר אין צורך שהאצבע תצביע.

### *תפיסה פתוחה של רוחניות*

ברצוננו להיות מדויקים אך גם פתוחים בדרך שבה אנו מגדירים רוחניות ומונחים נלווים. למשל: בתחומים של לימודי דתות ואנתרופולוגיה יש מספר הגדרות מתחרות של דת (Lehman & Meyers, 2001; Winzeler, 2008). היל ועמיתיו הראו שמושגי הדת והרוחניות זכו להרבה ניואנסים שונים במדעי החברה ובמקצועות העזרה (Hill et al., 2000). מחלוקות נמשכו במשך עשורים לגבי הגדרות אלו ולגבי השאלה האם בעצם מן הראוי שיהיו הגדרות מורכבת ומגוונת תחמוק מתפיסה באמצעות קטגוריות והגדרות מוגבלות. במקרה כזה מוטב לפתח הגדרה פתוחה ומתפתחת המזמינה דו-שיח ודיון מתמשכים ומביאה בחשבון את העבודה האקדמית שנעשתה מכבר. כך הגדרה היא תהליך מתמשך ולא אקט סופי. על הגדרות פתוחות להיות ברורות אך לא נוקשות.

קוקס והיק העלו את הרעיון שניתן להשיג מטרה זו אם נציג מגוון הגדרות של רוחניות ודת ולאחר מכן נחפש את הדמיון המשפחתי ביניהן (Cox, 1996; Hick, 1990). במילים אחרות, גם בהינתן ההבדלים והמחלוקות אפשר לגלות רעיונות ודפוסים משותפים. בדיון הבא נשלב תובנות מדיסציפלינות רבות כדי להשיג תוצאה זו. נבנה המשגה מקיפה של רוחניות ומונחים נלווים. נשווה המשגה זו עם ממצאים מסקרים לאומיים ובין-לאומיים של עובדים סוציאליים כדי לשקול עד כמה היא משקפת את הנעשה בפועל בשדה.

הגדרות ומודלים קונצפטואליים אלה מיועדים בעיקר לשיח המקצועי. הם מספקים מערך ראשוני של מונחים ומשמעויות להבנה משותפת בין אנשי מקצוע, מחנכים וחוקרים. הם נותנים הכוונה איך ניתן לגשת לנושא הרוחניות בעבודה עם קליינטים. אבל חשוב שעובדים סוציאליים ישתמשו בהם מתוך גמישות. עלינו להתאים את המונחים ואת המשמעויות שלנו להקשרים ספציפיים. למען האמת, אין צורך אפילו להשתמש במילים "רוחניות" או "דת"

כדי לגעת במשמעויות שמאחוריהן. בכל מקרה שבו המונחים או המשמעויות אינם משרתים את העבודה, נא לזרוק אותם לפח.

## **המושג "רוחניות" במקצועות העזרה**

*הגדרות של רוחניות ודת בעבודה סוציאלית*

היות שעבודה סוציאלית מקצועית בצפון אמריקה התפתחה באופן חלקי מתוך ארגונים דתיים לצדקה ושירות לקהילה, הדיונים המוקדמים התבססו על מונחים ואמונות תאולוגיות ספציפיים, בעיקר נוצריות ויהודיות. אולם עובדים סוציאליים מכירים יותר ויותר בעובדה שיש לעסוק ברוחניות באופן המכליל ביטויים דתיים ולא דתיים מגוונים. הסיבות לכך הן הגידול העצום בגיוון הדתי ובחילון, העיקרון החוקי של הפרדה בין דת למדינה, הסטנדרטים המקצועיים האתיים בדבר הגדרתו העצמית של הקליינט, כבוד למגוון הדעות וכן כשירות תרבותית ( Bullis, 1996; Canda, 2008a, 2008b; Crompton, 1998; Derezotes, 2006; Ellor, Netting, & Thibault, 1999; Nash & Stewart, 2002; Van Hook, Hugen, & Aguilar, 2001).

את הניסיונות הפורמליים הראשונים עשו חוקרים נוצריים בעבודה סוציאלית שהרגישו כי ניתן להפוך ערכים נוצריים בסיסיים לאוניברסליים באמצעות הצגתם באופן שאינו קשור לדת זו או אחרת. למשל: בשנת 1945 אמרה שרלוט טאול שכדי להגיע להבנה מלאה של האדם יש לכלול בה את ההיבטים החומריים, הפסיכולוגיים, החברתיים והרוחניים ( Towle, 1965). לשיטתה, צרכים רוחניים כוללים שימוש במשאבי הכנסייה, פיתוח תחושת משמעות וייעוד בחיים, יצירת מערכות ערכים, אחריות חברתית. ספנסר הרגישה שערכים נוצריים כגון חופש, אהבה ושירות התאימו לגמרי לגישת העבודה הסוציאלית שאינה קשורה לדת ספציפית (Spencer, 1956). מאוחר יותר (1961) היא הגדירה רוחניות כמאפיינים של רגשות, שאיפות וצרכים אישיים הקשורים לחיפוש אחר משמעות וייעוד בחיים, ואינם קשורים בהכרח לכנסייה מסוימת או לאמונות או להתנהגויות שיטתיות (זאת אומרת, לדת).

אנשי המקצוע בשנות השבעים והשמונים של המאה העשרים – למעט מסגרות שירות דתיות – הזניחו על פי רוב תחומי הכשרה או מחקר הקשורים לדת או לרוחניות. עם זאת, באותה תקופה ביקשו חוקרים בכירים להפנות את תשומת הלב המקצועית לרוחניות. נוסף על נקודות המבט הנוצריות והיהודיות, תורות אקזיסטנציאליסטיות, הומניסטיות, זן-בודהיסטיות ושמאניסטיות תרמו למאמץ להגדיר את הרוחניות באופן מכליל ( Canda, 1988a, 1988b). למשל: מקס סיפורין אמר שהרוחני הוא מאפיין מוסרי של האדם, מאפיין הנקרא "נשמה", שואף לקשר עם אנשים אחרים ועם כוחות עליונים, מבקש לדעת על המציאות ויוצר מסגרות ערכים (Siporin, 1985). הוא הדגיש שרוחניות ניתנת לביטוי גם



בתוך מסגרות דתיות ממוסדות וגם מחוצה להן. עוד הבהיר הוא שאין להגביל את הרוחניות לרעיונות של אלוהים או של הנשמה, היות שאלה אינם חלק מכל השקפות העולם הרוחניות (Siporin, 1990). פייבר קראה לכך שעבודה סוציאלית תכלול דרכים מרובות לידיעה במחקר ובפרקטיקה כדי להביא בחשבון את תפקידי הדת והאמונה בחוויה האנושית (Favor, 1986). היא הגדירה דת כמסורות שהצטברו במוסדות של אמונה. היא השתמשה בהגדרתו של פאולר (Fowler), שהנה אישית, ובדומה לתפיסת הרוחניות של סיפורין דנה במאפיין האוניברסלי של בני אנוש, שבאמצעותו אנו ממקמים את עצמנו ביחס לעצמנו וליקום. באופן דומה, ג'וזף הגדיר את הרוחניות כ"היבט העומד בבסיס התודעה ושואף למשמעות, להתאחדות עם היקום ועם כל דבר; הוא מתרחב לחוויית הטרנסצנדנטלי או לכוח שהוא מחוצה לנו" (Joseph, 1987, p. 14).

בשנת 1986 סיימתי מחקר על ההגדרות המגוונות של רוחניות שהוצגו באותה עת בפרסומים בתחום העבודה הסוציאלית בארצות הברית (Canda, 1986, 1988a, 1988b, ). עוד ראיינתי 18 מחברים (הכותבים הבולטים ביותר שיכולתי למצוא) כדי לברור תובנות אישיות מפורטות יותר בנושא רוחניות ועבודה סוציאלית. בריאיונות אלה השתתפו אנשים שהזדהו עם תורות אתאיסטיות, נוצריות, אקזיסטנציאליסטיות, יהודיות, שמאניות חן-בודיהיסטיות, וחלקם הזדהו עם יותר מאחת מהן. מטרתו העיקרית של מחקר איכותני פילוסופי זה הייתה לפתח המשגה מקיפה ומכלילה של רוחניות, חאת על בסיס כל העבודה שכבר נעשתה. סיכמתי את המשגה באופן הבא:

רוחניות היא הגשטלט של התהליך השלם של החיים האנושיים וההתפתחות האנושית, הכולל את הצדדים הביולוגיים, הנפשיים, החברתיים והרוחניים. אי-אפשר לצמצמה לאף אחד ממרכיבים אלה; זאת המשמעות הרחבה ביותר של המונח. כמוכן, רוחניות האדם קשורה באופן משמעותי למרכיב הרוחני של החוויה. המונח "רוחניות" במובנו הצר דן במרכיב הרוחני של חוויית האדם או הקבוצה. *הרוחני* עוסק בחיפוש של האדם אחר תחושת משמעות ואחר קשרים שיש בהם הגשמה מוסרית בינו לבין אנשים אחרים, היקום המקיף והבסיס האונטולוגי של הקיום, ואחת היא אם האדם מבין אותו במונחים שהם תאיסטיים, אתאיסטיים, לא תאיסטיים, או כל שילוב בין אלה (Canda, 1990b).

בהגדרה זו רוחניות מובחנת מדת בכך שדת כרוכה בדפוסים של אמונות ופרקטיקות רוחניות אשר נוצרו במוסדות חברתיים ובמסורות שבהם מחזיקה קהילה לאורך זמן.

קארול סקר את הגדרותיה השונות של רוחניות בספרות מקצועית של עבודה סוציאלית וזיהה שלושה מאפיינים משותפים: *איכות מהותית או הוליסטית של האדם שלא ניתן לצמצמה לחלק זה או אחר של האדם; מאפיין של האדם המעורב בפיתוח משמעות ומוסריות וקשר עם האלוהי או עם המציאות; חוויית טרנס-פרסונליות*, שבהן התודעה

מתעלה אל מעבר לגבולות הרגילים של ה"אני" והגוף, כמו בחוויות מיסטיות (Carroll, 1988).

חוקרים מסוימים מדגישים שבניגוד לדת, אשר היא תופעה המבוססת על קהילה, הרוחניות נוגעת בעיקר לחוויות פנימיות של היחיד (Hugen, 2001). אחרים מציינים שהרוחניות כוללת הן את ההיבט הפרטי הן את ההיבט הקולקטיבי, זאת מכמה סיבות (Brenner & Homonoff, 2004; Canda, 2008a, 2008b; Canda & Furman, 1999; Coates, 2007; Derezotes, 2006; Nash & Stewart, 2002). ראשית, הדחף ההתפתחותי של הרוחניות הוא בכיוון החיבור עם ה"אני", עם אנשים אחרים, עם ישויות לא אנושיות, עם היקום ועם (עבור רבים) המקודש או האלוהי. שנית, ייתכן שאנשים מדברים על חוויותיהם הרוחניות עם חברים, קרובי משפחה ומאמנים. נוסף על כך, רוב האנשים בארצות הברית ורבים ברחבי העולם חווים את רוחניותם באופן חלקי או בעיקר במסגרת קהילות דתיות או קבוצות תמיכה רוחניות לא פורמליות. זאת ועוד, בתרבויות מסורתיות רבות, וכן במסורות מיסטיות, הרוחניות נוכחת לאורך חיי היומיום ובקשרים הבין-אישיים. יתרה מזו, לעניין הקשר המסייע בעבודה סוציאלית חשובה במיוחד המודעות לאיכותה הבין-אישית של הרוחניות, היות שהיא יכולה להביא לקשר אמפתי, להבנת נקודות המבט של אחרים, לשותפות, לחיבור המתעלה על חילוקי הדעות ולשאיפה לצדק עבור אנשים וקהילות. אכן, זו כוונתנו במונח "פרקטיקה רגישת רוחניות".

#### *כיצד אנשי מקצוע מגדירים רוחניות, דת ואמונה*

בסדרת הסקרים הארציים שלנו בארצות הברית, בבריטניה, בנורווגיה ובאוסטרוואה (האי הצפוני של ניו זילנד, להלן: צנ"ז) חקרנו כיצד עובדים סוציאליים שהנם חברים באגודות מקצועיות ארציות מבינים את המונחים "רוחניות", "דת" ו"אמונה". ביקשנו מאנשים לזהות אילו תיאורים מתוך 16 תיאורים ("משמעות", "ייעוד", "אמונה", "פולחן", "מדיטציה", "ארגון", "קהילה", "אישי", "מוסר", "ערכים", "אתיקה", "נסים", "תפילה", "קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון", "כתבי הקודש" ו"תנ"ך") הם משייכים לשלושת המונחים הנ"ל. ממצאים אלה מספקים תובנות על מידת ההתאמה בין השימוש שלנו במונחים ובין השימוש של אנשי מקצוע אחרים.

מבין התיאורים שנבחרו בשכיחות הגבוהה ביותר בכל המדינות, לרוחניות נקשרו במיוחד "משמעות", "אישי", "ייעוד", "ערכים", "אמונה" ו"אתיקה". בכל המדינות – 60% או יותר מבין המגיבים בחרו בתיאורים "משמעות", "אישי" ו"ערכים". ששת הבחירות הנפוצות ביותר (לפי סדר יורד) של המגיבים בארצות הברית נשארו עקיבות משנת 1997 ועד שנת 2008: "משמעות", "אישי", "ייעוד", "ערכים", "אמונה" ו"קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון". "מדיטציה" ו"אתיקה" הם התיאורים השביעי והשמיני (בהתאמה) בתדירותם בשתי השנים

בארצות הברית. תדירויותיהן של כל שמונה הבחירות נשארו בטווח שינוי של 5% במשך שנים אלו. מעניין שארצות הברית, המדינה הפחות חילונית מבין המדינות האלה, היא המדינה היחידה שבה התיאור "קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון" נמנה עם ששת התיאורים הנפוצים ביותר.

מבין שמונת התיאורים שנבחרו בכל מדינה, *לת* נקשרו בתדירות הגבוהה ביותר "אמונה", "פולחן", "קהילה", "ערכים", "תפילה" ו"תנ"ך". בכל המדינות – 60% או יותר מתוך המגיבים בחרו בתיאורים "אמונה", "פולחן", "ערכים", "תפילה" ו"תנ"ך", ובתיאור "קהילה" בחרו לפחות 59%. אשר למגיבים בארצות הברית, ששת הבחירות הראשונות (לפי סדר יורד בסקר של שנת 2008) שנשארו בטווח שינוי של 5% משנת 1997 ועד שנת 2008 היו "פולחן", "אמונה", "ארגון", "תנ"ך", "תפילה" ו"קהילה".

מבין שמונת התיאורים השכיחים ביותר שנבחרו בכל המדינות (חוץ מצנ"ז), *לאמונה* נקשרו בתדירות הגבוהה ביותר התיאורים "משמעות", "אמונה", "אישי", "ערכים", "תפילה" ו"קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון". בכל המדינות בחרו 60% או יותר בתיאור "אמונה". מעניין שהמונח *אמונה* הושמט מהסקר בצנ"ז לפי עצותיהם של יועצים מקומיים, שסברו כי המונח אינו רלוונטי לעבודה סוציאלית ומוטה בכיוון תפיסת העולם היהודי-נוצרי שאינה משקפת את תפיסותיהם של הילידים (Blair Stirlig, University of Otago, תקשורת אישית). אשר למגיבים בארצות הברית, אלה הן שמונה הבחירות השכיחות (לפי סדר יורד), שנשארו עקיבות משנת 1997 ועד שנת 2008: "אמונה", "קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון", "אישי", "משמעות", "ייעוד", "תפילה", "ערכים" ו"אתיקה". שכיחות הבחירה בתיאורים "אמונה", "אישי" ו"קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון" נשארה בטווח שינוי של 5% בשנים אלו.

מן הממצאים האלה ניתן להסיק שאנשי מקצוע בתחום העבודה הסוציאלית בכל ארבע המדינות יכולים לעסוק הן בהבדלים הן בחפיפה שבין המונחים רוחניות ודת כפי שהם מופיעים בספרות וכפי שהם קיימים בהגדרות שלנו. עוד נוכל להסיק שיש שונות בין אנשי מקצוע בבואם להגדיר מונחים אלה, אף שישנם דפוסים משותפים. לדת ולרוחניות היו הדגשים שונים. התיאורים "משמעות" ו"אישי" היו שכיחים יותר בהקשר המונח רוחניות (מעל 67%) ונדירים יותר בהקשר המונח דת (פחות מ-56%). התיאורים "פולחן", "תנ"ך" ו"תפילה" היו שכיחים יותר בהקשר המונח דת (מעל 66%) ושכיחים פחות בהקשר המונח רוחניות (פחות מ-47%). בכל המדינות חוץ מצנ"ז מספר המגיבים שקישרו בין התיאור "קהילה" ובין המונח דת עלה לפחות ב-24% על מספר המגיבים שקישרו בין התיאור "קהילה" ובין המונח רוחניות. ייתכן שהדבר משקף את תפיסת העולם המאורי הילידי –

שיש בינה לבין העבודה הסוציאלית בצנ"ז מידה רבה של שילוב – הרואה את הרוחניות כנוכחת מאוד בתרבות ובחיי קהילה.

בכל הארצות הייתה רמה גבוהה של הסכמה בדבר הקשר בין דת ובין אמונה (מעל 81% מן המגיבים). זאת, חוץ מצנ"ז (שם הומלץ לנו שלא לכלול את המונח בסקר). חמישים וארבעה אחוזים או יותר בכל הארצות שנסקרו קישרו גם בין המונח אמונה ובין התיאור "אישי", וכן קישרו בין המונח אמונה ובין התיאור "קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון". לכן הייתה חפיפה בין המונח אמונה ובין המונח רוחניות, זאת בעניין השיוך לתיאורים "אמונה" ו"קשר אישי עם כוח אלוהי או כוח עליון". הייתה חפיפה בין המונח אמונה ובין המונח רוחניות בעניין השיוך לתיאור "אמונה" בכל הארצות. עוד מן הראוי לציין שדפוסי ההבחנה והחפיפה בין שלושת המונחים – רוחניות, דת ואמונה – נשארו עקיבים בסקר הארצי בארצות הברית בשנת 1997 ובשנת 2008.

מעניין ששלושת המונחים קשורים לתיאור "אמונה", שבו בחרו לפחות 39% מתוך המגיבים בכל הארצות (חוץ מצנ"ז). נוסף על כך, חלק מהמגיבים בכל הארצות שייכו תיאורים רבים לכל שלושת המונחים. למשל, לפחות 4% מתוך המגיבים בכל מדינה קישרו בין כל התיאורים ובין המונחים רוחניות ודת (וכן אמונה, חוץ מצנ"ז). ממצאים אלה מראים שאנשי מקצוע בתחום העבודה הסוציאלית בארצות הברית, בבריטניה, בנוורווגיה ובצנ"ז עשויים לגלות הבנה להגדרות שלנו ולהבחנותינו ולקשר בין רוחניות לדת, הגם שיש הבדלים משמעותיים בהיסטוריה, בשפה ובתרבות.

דבר זה מאפיין עוד יותר עובדים סוציאליים בארצות הברית, היות שמגמת המשמעויות שם נשארה עקיבה במשך 11 שנה. הבחנה זו נתמכת בתוצאות סקר ארצי קטן יותר (303 מגיבים) שעשו סטודנטים לתואר שני בתכניות הקשורות לאגודה האמריקנית לעבודה סוציאלית, סקר שגם בו קיימות הן הבחנה הן חפיפה בין התיאורים של רוחניות ושל דת (Hodge, 2006). המגיבים הרבו לקשר בין רוחניות ובין "תפיסה בהבניה עצמית ללא ייחוס לטרנסצנדנטלי" (33%) וכן בין רוחניות ובין "אמונה בכוח עליון או חוויה של כוח עליון" (23%). לעומת זאת הם הרבו לקשר בין דת ובין "אמונות מאורגנות או דוקטרינות" (25%) וכן בין דת ובין "פרקטיקה של רוחניות או פרקטיקה של אמונה" (23%). אחד עשר אחוזים או יותר מבין המגיבים קישרו בין "תפיסה בהבניה עצמית" ו"אמונה באלוהים או חוויה של אלוהים" ו"אמונה בכוח עליון או חוויה של כוח עליון" ובין שני המונחים דת ורוחניות.

מניסיוני בהוראה, בשותפויות מחקר ובהצגות בכנסים בלמעלה מ-15 מדינות ברחבי העולם, למדתי שרוב העובדים הסוציאליים יכולים לעסוק באופן מועיל בהבחנה בין רוחניות ובין דת, גם אם היא חדשה יחסית עבורם. ביפן, למשל, עובדים סוציאליים, מחנכים ואנשי מקצוע בתחום בריאות הנפש מתחילים לאמץ את המונח "spirituality" באנגלית –

המתורגם ל-*katagana* – כדי לעשות הבחנה זו (Yoshiharu Nakagawa & Sachiko Gomi, תקשורת אישית). עמיתיי היפנים אומרים שהדבר מועיל, היות שלרוב האנשים ביפן אין השתייכות פורמלית לדת מסוימת, אבל רבים מהם משתמשים ברעיונות ובפרקטיקות של בודהיזם ונצרות וקונפוציאניזם וטאואיזם ושינטו, ומחברים ביניהם למטרות שונות. גם ברפובליקה של דרום קוריאה יש עובדים סוציאליים העושים הבחנה זו. חלקם מתרגמים את המונח רוחניות לקוריאנית באמצעות המילה *hangeul*. אחרים מתרגמים אותה באמצעות הצירוף *yeong seong* (שמשמעותו המילולית היא "איכות מקודשת או רוחנית"), שמרבים להנגיד אותו עם *jonggyo* (שמשמעותו המילולית היא "למידה מרכזית", פעמים רבות בהקשר דתי). חוקר אחד המציא מילה חדשה, *eulal* (שמשמעותה המילולית היא "מהות רוחנית", וראו Canda & Furman, 1999, translation by Seung-Hee Park, Sungkyunkwan University Press, 2003). זאת, כדי להימנע מהקונוטציות של דת ספציפית. הדבר חשוב לדרום קוריאנים היות שרק 53% מהאוכלוסייה זיהו את עצמם כמשתייכים לדת. בין אלה, בערך 55% הם נוצרים ו-43% – בודהיסטים. אחרים הם קונפוציאנים או מתרגלים דתות ילידיות כגון שמאניזם, ורבים מערבבים דתות שונות. עמיתיי הסינים בהונג קונג, מקום שבו האנגלית היא שפה נפוצה, מבחינים אף הם בין דת לרוחניות (למשל Lee et al., 2009). הבחנה זו מועילה בכך שהיא נותנת מקום לגיוון הדתי בסין וגם לאתאיזם ולאגנוסטיציזם הנפוצים שם.

אני מאמין שמגמות בין-לאומיות אלו תומכות במסקנה בדבר התועלת שיש בהבחנות בין המושגים רוחניות ודת בעבודה סוציאלית. מצד שני, השונות בשימושם בספרות ובין אנשי המקצוע עצמם מדגישה את הצורך בהבהרת המושגים.

## הגדרות ומודלים הקשורים לרוחניות

### רוחניות כמאפיין של האדם

כפי שראינו, לרוב מגדירים את הרוחניות כמאפיין אנושי מיוחד של האדם: החיפוש אחר תחושת משמעות, ייעוד, חיבור ומוסר, במיוחד מתוך עיסוק בקדושה, בטרנסצנדנטלי ובמוחלט. אנו מסכימים עם רוב ההגדרות במקצועות העזרה הרואות ברוחניות מושג שהנו רחב יותר ממושג הדת ויכול לבוא לידי ביטוי באופנים דתיים ולא דתיים. על בסיס שיקולים אלה אנו מציעים את ההגדרות הבאות של רוחניות ושל דת.

רוחניות היא תהליך של חיים והתפתחות אנושיים שהוא:

- מתמקד בחיפוש אחר תחושת משמעות, ייעוד, מוסר ואיכות חיים
- בקשר עם ה"אני", עם אנשים אחרים, עם ישויות אחרות, עם היקום ועם המציאות כפי שהיא מובנת (למשל אנימיזם, תאיזם, אתאיזם, פוליתאיזם וכו')

- מתארגן לפי עדיפויות משמעותיות מרכזיות
- מזדהה עם תחושת התעלות (הנחוות כעמוקה מאוד, קדושה או טרנס-פרסונלית).

יחידים וקבוצות יכולים לבטא רוחניות בדרכים דתיות ולא דתיות. נקודת מבט רוחנית, דתית או לא דתית, היא תפיסת העולם והאידאולוגיה של היחיד – או של הקבוצה – המעוגנת ברוחניות. לרוחניות תמיד יש ביטוי פרטי ואינדיבידואלי בחיי האדם. אנשים יכולים לזהות או שלא לזהות את רוחניותם עם ביטוי פומבי מובהק או עם השתתפות בקבוצות (כגון דתות או קבוצות תמיכה רוחניות לא פורמליות). עם זאת, לרוחניותו של האדם יש תמיד השפעות על יחסים. רוחניות יכולה לחדור או שלא לחדור לחיי היומיום של היחיד ולתרבות הקבוצה. התעלות חושבת חוויות ופירושים על חוויות לעמוקים, לפורצים אל מחוץ לבנליות ולגבולות ממדי הזמן והמרחב. למשל: התעלות יכולה לכלול תחושת התגלות אלוהית, מודעות לקדושה האימננטית ב"אני" או בטבע, פריצת גבול הגוף או ה"אני" באמצעות תודעה מורחבת, תחושת בהירות גדולה ופליאה בעיצומן של פעילויות רגילות, קשר אינטימי עמוק עם אנשים ועם עולם הטבע או מחויבות חזקה לאידאלים של שלום וצדק ללא ייחוס לאלוהי או למקודש. בהיותה מאפיין אוניברסלי של אנשים ותרבויות, לכל אחד יש רוחניות. אך יש שונות בין אנשים במידת התמקדותם בה.

*רוחניות בריאה* מעודדת אנשים לפתח תחושת משמעות, ייעוד, ישרה אישית, שלמות, שמחה, שלוה, סיפוק, תפיסת עולם עקיבה ואיכות חיים כללית. היא מקדמת חוויות טרנס-פרסונליות, צמיחת מישורים טרנס-פרסונליים בתודעה ותחושה מורחבת של זהות וחיבור. רוחניות בריאה מטפחת את סגולות האדם, כגון חמלה וצדק, וכן מערכות של יחסים המבוססים על אכפתיות, כבוד ותמיכה המושטת כלפי חוץ לאנשים אחרים ולישויות אחרות (Canda, 2008b). היא מעודדת קבוצות לפתח תמיכה הדדית, עשייה פילנתרופית, כיבוד מגוון הדעות ופעולות לטובת כלל החברה והעולם. תחושות לא נעימות אך אותנטיות (כמו ייאוש קיומי, אָבל או נקיפות מצפון), משברים או מצבי חירום התפתחותיים (כמו חוויות טרנס-פרסונליות משבשות) ודינמיקות קבוצתיות קשות (כמו פעולה להשגת הבנה משותפת ופיוס בזמני קונפליקט) יכולים להיות מרכיבים משמעותיים ובעלי ערך של רוחניות בריאה. למרבה הצער, רוחניות – כמו כל מאפיין של התנהגות אנושית – אינה מתגלה תמיד בדרכים בריאות (Moss, 2005). רוחניות ניתנת לעיוות ולהטעיה המביאה לידי אמונות, עמדות והתנהגויות הפוגעות ב"אני" או באחרים, כמו רגשות אשמה בלתי הולמים, בושה, חוסר תקווה, אפליה ודיכוי. במישור הקולקטיבי ייתכן שדתות וקבוצות תמיכה רוחניות בלתי פורמליות לא תעזרנה לחבריהן להגשים את הפוטנציאל הרוחני שלהם. ייתכן שהן תהיינה עוינות כלפי חבריהן או כלפי אחרים מחוצה להן שאינם מתאימים את עצמם לתפיסת עולמן.

הגדרתנו לרוחניות אינה מניחה (או שוללת) אמונה במציאות לא גשמית ועל-טבעית או בישויות רוחניות כלשהן. מתוקף תפקידנו כעובדים סוציאליים אין לנו אמירות בעניין זה. עם זאת, אנו מקדמים את מתן הכבוד ואת הידע של אנשי מקצוע במקצועות העזרה בדבר האמונות המטפיזיות המגוונות הקיימות אצל הקליינטים שלנו ובתוך קהילותיהם. המילה "spirit" גם אינה מניחה זאת בהכרח. מקורה של המילה "spirit", בלטינית *spiritus*, עניינו הנשימה, הרוח וכוח החיים. היא דומה למילה היוונית *pneuma*, בעברית *רוח*, בסנסקריט *prana* ובסינית *qi* או *ch'i*. באנגלית עכשווית אנשים יכולים להיות "inspired" ("לקבל השראה") או להיות עם "team spirit" ("רוח צוות"), ואין הכוונה כלל שרוח של ממש השתלטה עליהם. אנשים יכולים להבין את המילה "רוח" באופן מילולי או באופן מטפורי כדי לעסוק במה שנותן להם חיות ושאיפה למשמעות ולהתעלות.

דת היא דפוס של ערכים, אמונות, סמלים, התנהגויות וחוויית שהנו ממוסד (שיטתי ומאורגן) וכרוך בכל אלה:

- רוחניות
- קהילת מאמינים
- העברת מסורות לאורך זמן
- פונקציות לתמיכה קהילתית (דוגמת מבנה ארגוני, סיוע חומרי, תמיכה רגשית או סגור פוליטי) הקשורות באופן ישיר או בלתי ישיר לרוחניות.

דת כרוכה תמיד במידה מסוימת של התנסות פרטית עבור חברים יחידים בתוך קבוצה דתית וגם התנסות קהילתית עבור הקבוצה כמכלול. דת יכולה לפעול עם או בלי מבנים ארגוניים ריכוזיים או ביורוקרטיים. היא יכולה לחדור – או שלא לחדור – לחיי היומיום של הפרט ולתרבות הקבוצה. לא כל האנשים והחברות הם דתיים. דתיות עוסקת במידת המעורבות הדתית של האדם ובסגנונה. דתיות בריאה כביטוי של רוחניות מעודדת באדם הדתי ובקבוצה הדתית איכות חיים, תפיסת עולם עקיבה, התפתחות טרנס-פרסונלית, מידות טובות ומערכות קשרים של אכפתיות, כבוד ותמיכה עם מאמינים אחרים, הקהילה, החברה והעולם. הרגשות אותנטיות לא נוחות (כמו אשמה במקומה או בושה), משברים או מצבי חירום התפתחותיים (כמו ספק חמור או מצוקה בזמן גיור) ודינמיקות קשות בתוך הקבוצה הדתית (כמו עמידה מול מנהיגים דתיים המשתמשים בסמכותם להשגת מטרות לא מוסריות או פוגעניות) – כל אלה יכולים להיות מרכיבים משמעותיים של דתיות בריאה. עם זאת, כפי שראינו בעניין הרוחניות, גם דתיות אינה באה תמיד לידי ביטוי בדרכים חיוביות. למשל: דלחיות והלוצינציות המבוססות על דת, הערכה עצמית נמוכה, התעללות, דיכוי ואלימות הם ביטויים מצערים של דתיות שאיננה בריאה.

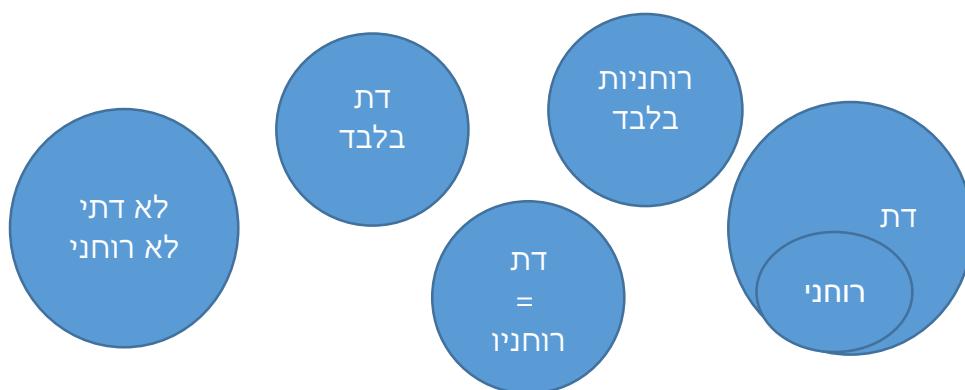
בהינתן הגדרות אלו, הרוחניות היא המקור לדת, אך היא אינה מוגבלת לדת. הרוחניות כוללת את הדת וגם מטמיעה אותה. (ראו תרשים 3.1).



**תרשים 3.1:** הרוחניות כוללת את הדת ומטמיעה אותה

*תפיסות אלטרנטיביות של רוחניות ודת*

מובן שקליינטים (ועמיתים וחברי קהילה) מגדירים את הדת ואת הרוחניות באופנים שונים. הגדרות מקצועיות מעלות נושאים לחקר אפשרי עם קליינטים, אך התקשורת בקשר המסייע חייבת להתבסס קודם כול על המונחים, ההגדרות והעניין של הקליינט. אין צורך להשתמש במונחים "דת" או "רוחניות" כדי לעסוק בנושאים שתוארו לעיל. להלן נציג מספר משמעויות אלטרנטיביות של רוחניות ודת שעשויות להתגלות אצל קליינטים. (ראו תרשים 3.2).



**תרשים 3.2:** יחסים מושגיים אלטרנטיביים בין רוחניות לדת

*רק רוחניות*

- "אני רוחני אבל לא דתי". אדם זה כנראה אינו משתתף בקבוצה דתית, אבל חשובות לו סוגיות של משמעות, ייעוד ומוסר. דפוס זה נפוץ במיוחד בין אנשים המסתייגים מצורותיה המסורתיות של הדת, או שהם אתאיסטים או אגנוסטים. בארצות הברית עמדה זו היא השכיחה ביותר בין אלה שנולדו בתקופה שלאחר מלחמת העולם השנייה, שבה הייתה עלייה חדה בילודה – ואחריה (Roof, 1993). לאנשים מסוימים היו חוויות שליליות



הקשורות לדת, ולכן הם שוללים אותה. אחרים רואים את הדת כרעה במהותה ואת הרוחניות כטובה במהותה.

- "רוחניות היא כל החיים שלי". עבור אדם זה, הרוחניות חודרת לחלוטין לחיי היומיום. עמדה זו עשויה להיות שכיחה במיוחד בין אלה שיש להם מחויבות נלהבת להתפתחות רוחנית, כמו אותם מבוגרים הרואים את כל החיים, לרבות ההתמודדות עם מכשולים, כמסע רוחני (למשל Canda, 2001, 2009).
- "רוחניות היא התרבות שלי". תפיסה זו שכיחה במיוחד בתרבויות מסורתיות וילידיות הרואות קדושה בכל החיים. למשל: אצל המאורים באי הצפוני של ניו זילנד אי-אפשר להפריד בין ההיבט הרוחני (*wairuatanga*) ובין התודעה היומיומית הקולקטיבית והתרבות, היות שהרוח נמצאת בכל דבר (Nash & Stewart, 2002).

#### רקדת

- "אני דתי אך לא רוחני". אדם זה עשוי להשתתף בפעילויות דתיות (כגון תפילה בכנסייה), אך זאת בעיקר בגלל התועלות האישיות והחברתיות הכרוכות בהן וללא עיסוק בסוגיות כמו משמעות, ייעוד או חוויית הקדושה. לחלופין, אדם דתי מסורתי עשוי לראות את הרוחניות כמשהו לא מוכר, מחוץ לגבול או מעורפל. תפיסה זו שכיחה במיוחד בין המבוגרים האמריקנים הקשישים יותר (Nelson-Becker, 2003).
- "הדת היא כל חיי". אדם זה עשוי להזדהות באינטנסיביות עם מסורת דתית מסוימת ולהשתתף לעתים קרובות בפעילויותיה, כגון תפילה יומית, קריאה בכתבי הקודש ותפילות שבת וחג. ייתכן שאדם זה רואה את החיים כמסע רוחני, אבל הוא דן במסע זה במונחים המתאימים לדתו הספציפית.

#### דת כוללת רוחניות

- "אני מתרגל תפילות רוחניות או מדיטציה כחלק מהדת שלי". תפיסה זו כנראה משקפת את הרעיון שפעילויות המכוונות לאלוהי או להשגת הארה הנן רוחניות, והן מתפקדות בדת מסוימת.
- "הדת היא כל החיים שלי ורוחניות היא חלק ממנה". אדם זה עשוי להזדהות עם מסורת דתית ספציפית החודרת לחיי היומיום. פעילויות כמו תפילה, עבודה או מדיטציה יכולות להיחשב כרוחניות בהקשר הדתי.
- "הדת היא התרבות שלי ורוחניות היא חלק ממנה". תפיסה זו שכיחה במיוחד בתרבויות מסורתיות או ילידיות הרואות את כל החיים כקדושים, ובהן יש קשר בין הקדוש ובין המושג דת. פעילויות כמו עבודה, תפילה, מדיטציה או פולחן עשויות להיתפס כרוחניות באותו הקשר דתי ותרבותי.

## דת ורוחניות הן אותו הדבר

- "אני מבטא את הרוחניות שלי במלואה באמצעות הדת שלי, כך שאין הבדל ביניהן". אדם זה עשוי להכיר במשמעויותיהן השונות של רוחניות ודת, אך דתו היא אמצעי כולל ומספק לביטוי אותה רוחניות.
- "הדת היא כל חיי, כך שרוחניות אינה שונה ממנה". אדם זה עשוי להזדהות עם מסורת דתית מסוימת, ומסורת זו מוחדרת לגמרי לתוך חיי היומיום. הוא רואה את כל הפעילויות הנלוות כדתיות, כך שאין תועלת בהבחנה בין דת לרוחניות.
- "רוחניות ודת חד הן בתרבות שלי". תפיסה זו שכיחה במיוחד בתרבויות מסורתיות או ילידיות שבהן כל החיים נתפסים כקדושים ויש קשר בין מה שקדוש ובין המושגים דת ורוחניות.

# תהליך הליווי הרוחני: תיאוריה כללית למתן ליווי רוחני עם טיפול תומך כפרדיגמה

ג'ורג' הנדזו

## המקור:

Handzo, G., *Professional Spiritual and Pastoral Care*, pp. 21–27

העדות המחקרית על הפרקטיקה הטובה ביותר עבור ליווי רוחני במערכת הבריאות המקצועית (professional health care chaplaincy) הייתה ונשארה חלקית ומפולגת. למרות זאת בעשור הראשון של מאה זו, ובקצב הולך וגובר, מתמלאים הפערים ב"מפה" המצביעה על עשייה נכונה בתחום זה. סקירת הפרסומים בתחום מגלה מספר משמעותי של עבודות מקוריות שפורסמו בשנים 2009–2010. כמעט כל הסטנדרטים להסמכה של מלווי רוחניים במערכת הבריאות פורסמו מאז שנת 2000. בשנת 2009 הופיעו הקווים המנחים הראשונים שקראו לכלול מלווי מוסמכים בצוותי בריאות ספציפיים.

הפרדיגמה בדבר עיסוקו של הטיפול הרפואי בצרכים רוחניים ודתיים ממשיכה להשתנות. שינוי זה הוא תוצאה הן של ההכרה ההולכת וגוברת שרוחניות ודת חשובות לבריאות – ובכלל זה טיפול במחלות אקוטיות – הן של ההכרה הגוברת בתרומתם הפוטנציאלית של מלווי רוחניים מקצועיים ומוסמכים. עם הזמן, בסטנדרטים הטיפוליים וגם בתכניות ההכשרה רואים את המלווה הרוחני המשולב בצוות הטיפולי כאיש המקצוע בליווי רוחני. לפי המודל, המלווה האינדיבידואלי אמור להתמקד בהתמחויות רפואיות ספציפיות במקום בדתות ספציפיות. מודל זה דורש אחריות רבה יותר וכן יותר התמקדות בתוצאות בהשוואה למה שציפו בעבר מן המלוויים. אחריות זו מצריכה גם מערך מיומנויות איתן יותר, הכולל הערכה, תכנון טיפול, הבנת מושגים כמו "התמודדות רוחנית" והבנה איך הם משפיעים על התמודדות הפציית ועל קבלת ההחלטות שלו. שינויים אלה כשלעצמם מחייבים את המלוויים הרוחניים להיות ממוקדים ומכוונים בעשייתם הרבה יותר מבעבר.

לא זו בלבד שהתחום לא תפקד בצורה זו בעבר, אלא מלוויים רבים גם מאמינים בלהט שאסור לו לתפקד כך לקראת העתיד. הם מאמינים שצורה זו של עשייה מכוונת וממוקדת תוצאות נוגדת כמה מהנחות היסוד בדבר מהותם של המלוויים – לרבות חוסר האג'נדה והיותו של המלווה האדם היחיד בצוות הטיפול שיכול פשוט להיות עם הפציית כאדם שאכפת לו, מבלי להיות מודאג בדבר התוצאות. אף שזו טענה חזקה ובעלת ערך, פרק זה וספר זה יוצאים מנקודת ההנחה שרק אם יצליחו המלוויים להוכיח שנכחותם והתערבותם

משפיעות לטובה על התמודדות הפצינט ומשפחתו עם מצבם וכן על ריפוי של הפצינט, יוכלו המלווים להצדיק את כפיית עצמם על פצינטים חולים וסובלים, ואת טענתם שעל המערכת לממן את עבודתם כחלק מהצוות הרפואי.

## רקע

ישנה הכרה הולכת וגוברת בתחום הבריאות בדבר הרלוונטיות של ההבנה והטיפול באדם השלם, גוף ורוח. המושג "טיפול הוליסטי" זוכה להכרה רחבה. מחקרים הראו כי המודל הטיפולי ההוליסטי מגדיל הן את שביעות הרצון של הפצינט הן את הכדאיות הכלכלית של הטיפול. במקביל מקדמים יותר ויותר את הטיפול הרוחני כמרכיב חיוני בטיפול הוליסטי. זאת ועוד, מחקרים מצאו שאמונות ופרקטיקות רוחניות ודתיות הן מרכיב מרכזי בדרכי ההתמודדות של פצינטים עם מחלות קשות.

טיפול הוליסטי הוא פילוסופיה טיפולית המביעה ציפיות שונות וגבוהות יותר בעניין סטנדרטים של טיפול, הן ממרכזי טיפול בריאותי הן מכל חברי הצוות הטיפולי. מחקרים מראים שטיפול הכולל את ההיבט הרוחני מגדיל את שביעות רצונם של הפצינט ובני משפחתו, ותורם להפחתה בעלויות המופלגות של התערבויות רפואיות בסוף החיים.

אנשים רבים שהיו שמחים לקבל ליווי רוחני מקצועי בזמן משברים רפואיים והיו נעזרים בו אינם מקבלים את הסיוע שכה נחוץ להם – לא מהקהילה הדתית ולא מהמערכת הרפואית. צורכיהם הרוחניים של פצינטים רבים במוסדות הבריאות אינם מקבלים מענה. פעמים רבות מדי אנשי המקצוע בתחום הבריאות אינם נותנים עדיפות לצורכיהם הרוחניים של הפצינטים שלהם. מחקר אחד תיעד שרק 42% מתוך הפצינטים המאושפזים יכלו לזהות מדריך רוחני שאליו יכלו לפנות. מחקר אחר מצא שרופאים – הדמויות המרכזיות בהחלטות טיפוליות – הם הנוטים פחות, יחסית לכל אנשי המקצוע האחרים בבית החולים, להאמין בחשיבותה של הפניית הפצינטים למלווים רוחניים. מחקר נוסף מצא כי 72% מחולי הסרטן שנסקרו אמרו שהמערכת הרפואית נתנה מענה מינימלי – אם אכן נתנה – לצורכיהם הרוחניים.

מחקרים מצביעים שהביקוש מצד פצינטים לליווי רוחני הוא גבוה ובמגמת עלייה. מחקר אחד מצא כי 88% מתוך הפצינטים ביחידה לטיפול תומך ביטאו את רצונם לעבוד עם מלווה רוחני. המחקר גם מצא שבערך 50% מהפצינטים ציינו כי היו רוצים שהמלווים יספקו תחושת "נוכחות", יקשיבו להם, יבקרו אותם או ילוו אותם במסעם זה.

ממצאים אלה מטרידים במיוחד היות שהדת ממלאת תפקיד מרכזי בחייהם של אמריקנים רבים, ואנשים נוטים במיוחד לפנות לדת בתגובה לאירועי חיים מלחיצים – גם אם אינם תופסים את עצמם כאנשים דתיים. לפי סקר "גאלופ" של שנת 1999, 60% מתוך המבוגרים

האמריקנים אומרים שהדת "חשובה מאוד". נתון זה גבוה באופן משמעותי (88%) בקרב אנשים מעל גיל 65. נראה כי מחקרים שונים מצביעים שאף כי האמריקנים משתייכים פחות מבעבר למוסדות דתיים, יש רק ירידה מועטה – אם אכן ישנה – באמונה ובעשייה דתית. השימוש הנפוץ בהתמודדות דתית תועד בקשר לתגובה ללחץ רגשי כללי, למחלות נפש ולמחלות גופניות (ובמיוחד סרטן). מחקרים על קשישים שאושפזו בעקבות בעיות רפואיות – אוכלוסייה שמלווים רוחניים מרבים לשרת – מדווחים כי דת היא מנגנון ההתמודדות החשוב ביותר שלהם, וכי תפילה היא אחת הפעילויות הדתיות השכיחות ביותר אצלם. באופן דומה, מחקר אחר מצא שהשימוש במקורות תמיכה דתיים להתמודדות עם לחץ הקשור לניתוח קשור לתועלות סובייקטיביות מובחנות נוסף על תרומתם של מקורות לא דתיים. ולבסוף, מתבססים והולכים ממצאי המחקר בתחום של מאבק רוחני (spiritual struggle) שמצביעים כי בזמני לחץ כגון מחלה תופעה זו חשובה ונפוצה.

## הגדרות

אחד המחסומים לקידום הפרקטיקה של ליווי רוחני הוא חוסר הבהירות של ההגדרות בין אנשי המקצוע עצמם. באופן ספציפי, משתמשים במונחים "pastoral care", "spiritual care", "chaplaincy care", ללא הבחנה וללא הגדרות ספציפיות. בבואו לכתוב את הסטנדרטים לפרקטיקה, ארגון APC (Association for Professional Chaplains) יצר מילון מונחים שהציע להפריד בין המונחים האלה. להלן ההגדרות ממילון מונחים זה:

**Chaplaincy Care**: ליווי שנותן מלווה רוחני או סטודנט בתכנית הכשרה מוכרת. למשל:

בארצות הברית – Association for Clinical Pastoral Education (ACPE)

בקנדה – Canadian Association for Spiritual Care (CASC) (Association – Canadienne de Soins Spirituels [ACSS])

הדוגמאות של סוגי הליווי כוללות ליווי רגשי, רוחני, דתי, פסטורלי, אתי, קיומי – כולם או חלקם.

**Pastoral Care**: תולדה של המסורת הנוצרית, "ליווי פסטורלי התפתח במסגרת החוזה החברתי של קהילה דתית או אמונית שבה ה'pastor' או המנהיג הדתי הוא המנהיג הנבחר של הקהילה אשר משגיח על האמונה ועל הרווחה של הקהילה, במקביל לכך שהקהילה מקבלת את מרותו או מכירה בהשגחתו. ה'אמונה' שהם חולקים היא מערך מוסכם של אמונות, פעולות וערכים. האופן שבו המנהיג האמוני מטפל בקהילתו מתפתח בתוך קשר דיאלקטי בין הצרכים הייחודיים של הפרט, מצד אחד, והנורמות הקבועות של הקהילה – כפי שהן מיוצגות על ידי הפסטור – מצד שני". ליווי פסטורלי יכול להיות מרכיב בטיפול שנותן chaplain.

**Spiritual Care**: "התערבויות פרטניות או קהילתיות, אשר מטפחות את היכולת לבטא את השילוב בין גוף, נפש ורוח כדי להשיג שלמות, בריאות וכן תחושת חיבור ל'אני' ולאחרים ולכוח עליון או לחלק מאלה". ליווי רוחני הוא מרכיב בתוך הטיפול שנותן צ'פלין.

לסיכום, ליווי רוחני הוא הקטגוריה הכוללת המייצגת תחום טיפולי, בדומה ל"טיפול רגשי", שיכול וצריך להיות מבוצע במידה זו או אחרת על ידי כל אנשי המקצוע בתחום הבריאות. Chaplaincy care הוא המרכיב שאותו מבצעים מלווים רוחניים מקצועיים במסגרת הטיפול הזה. Pastoral care מבוצע על ידי צ'פלנים ואנשי מקצוע דתיים אחרים, בדרך כלל עבור אנשים החולקים אתם מסורת דתית משותפת.

פעילות אחרת של מלווים רוחניים רבים היא ביצוע הערכה רוחנית ויצירת תכנית טיפול רוחנית. פיצ'ט וקאנדה (Fitchett & Canda) הציעו הבחנה מועילה בין סינון רוחני ובין היסטוריה רוחנית ובין הערכה רוחנית. סינון רוחני מוגדר כ"אבחנה מהירה אם האדם חווה משבר רוחני או דתי חריף, ולכן זקוק להפניה מיידית למלווה רוחני מקצועי. מודלים טובים של סינון רוחני משתמשים במספר קטן של שאלות פשוטות, שאותן כל איש מקצוע יכול לשאול במסגרת סינון כללי". לקיחת היסטוריה רוחנית מוגדרת כ"תהליך של ריאיון פציינטים מתוך שאלת שאלות על חייהם כדי להגיע להבנה טובה יותר של צורכיהם ומשאביהם. שאלות על העבר נשאלות בדרך כלל בהקשר של הבדיקה המקיפה של איש הטיפול בעל האחריות העיקרית למתן טיפול ישיר או להפניה למומחים כגון מלווים רוחניים מקצועיים". לבסוף, הערכה רוחנית מוגדרת כ"תהליך נרחב יותר [מעמיק, מתמשך] של הקשבה פעילה לסיפור הפציינט המתגלה בתהליך הקשר עם המלווה הרוחני המקצועי, וסיכום הצרכים והמשאבים המתגלים בתהליך זה. הסיכום כולל תכנית לטיפול רוחני עם תוצרים צפויים, שמועברת לשאר הצוות הטיפולי". ההערכה הרוחנית מצריכה הכשרה של מלווים רוחניים מקצועיים, ורק מי שעבר הכשרה זו מורשה לבצע את ההערכה.

### **צוותים בין-מקצועיים וטרנס-מקצועיים**

מלווים רוחניים מתפקדים יותר ויותר כחלק מצוותים המאופיינים כבין-מקצועיים או כטרנס-מקצועיים. אף שיש שונות מסוימת בהגדרות ובהבנות, בשני האפיונים אנשי המקצוע בדיסציפלינות השונות המטפלים בפציינט אמורים לתפקד מתוך תיאום הדדי, שיתוף במידע ויצירת תכנית טיפול מסונכרנת השואפת למטרות מוסכמות. יש ציפייה שחברי הצוות יהיו מחויבים לתת דין וחשבון זה לזה בדבר תחומי אחריותם. טיפול בין-מקצועי מובחן בעיקר בכך שיש גבולות חדירים בין הפרקטיקות של הדיסציפלינות השונות. זאת אומרת, נוסף על העשייה בתחומם אמורים אנשי כל דיסציפלינה לתת דין וחשבון על חלק מסוים בתחום עשייתם של אחרים. למשל: ממלווים רוחניים שעורכים ביקורים בהוספיס ביתי מצפים בדרך כלל שיבצעו הערכת מצב על כאבו הפיזי של הפציינט וידווחו

לצוות; מכל חברי הצוות שאינם מלווים רוחניים מצפים שישתתפו בדרך כלשהי בליווי הרוחני של הפציינט.

## טיפול רוחני אצל מתבגרים

רחל קסלר

### המקור:

Kessler, R., *Holistic Learning*, pp. 101–107

כיצד מחנכים יכולים לפנות מקום בכיתה לנשמה? איך נראית כיתה שבה הנשמה היא חיונית לעשייה החינוכית? מהן החוויות המטפחות את התפתחותם הרוחנית של מתבגרים בבתי ספר חילוניים? ולמה בעצם צריך לדון בסוגיות אלו?

תכנית המעברים (Passages Program) היא תכנית לימודים למתבגרים המשלבת יחד לב, רוח, קהילה ותכנית אקדמית איכותית. תכנית לימודים זו של הלב היא מענה למסתורין של המתבגרים: במרכזו נמצאות שאלותיהם ודאגותיהם, שלרוב אין להן מקום לביטוי.

בדומה לתכניות למידה אחרות הכוללות גם את תחומי הבריאות, החברה והרגשות, תכנית המעברים דנה בטווח רחב של נושאים: חברות, מיומנויות תקשורת, ניהול לחצים, כיבוד מגוון הדעות, מיומנויות למידה, פתרון בעיות, בריאות ואחריות אישית וחברתית. אך שלא כתכניות אחרות, היא גם נוגעת להתפתחות רוחנית.

### למה צריך לעסוק בהתפתחות רוחנית בבתי ספר?

יש החושבים כי יש סיכון בכך שמחנכים יעסקו בהתפתחות הרוחנית של תלמידיהם. למרות החשש, אנו בתכנית המעברים העזנו להיכנס לתחום זה כי אף לאחר כמה עשורים של כותרות על "דור בסיכון", החסר בהכוונה רוחנית ובהזדמנות להתפתחות רוחנית בחיי מתבגרים נשאר גורם כמעט בלתי נראה התורם למגפת האלימות וההרס העצמי הפוקדת אותם. עבור מתבגרים מסוימים סמים, מין, אלימות קבוצתית ואפילו התאבדות יכולים להיות הן חיפוש של חיבור, מסתורין ומשמעות, הן אמצעי בריחה מהכאב בהיעדר גישה למקורות אמתיים של הגשמה רוחנית.

אבל לא רק אלימותה של תרבות המתבגרים קוראת לנו לדון בהתפתחותם הרוחנית. הפתיחות המעודנת לרוח שנמצאת בלב חוויית ההתבגרות הייתה אף היא מקור השראה לתכנית המעברים. בתקופת ההתבגרות מתעוררות בעוצמה אנרגיות שרבים מייחסים ל"הורמונים". במצבי בדידות השאלות הגדולות על משמעות ויעוד ועל התחלות וסיומים מוחלטים מתחילות ללחוץ ולהיות דחופות.



## כיתות המקבלות בברכה את הנשמה

התלמידים ואני עובדים יחד בהקפדה במשך שבועות וחודשים כדי לבנות את הביטחון ואת הפתיחות הנחוצים לחקר משמעותי של התפתחות רוחנית. אנו קובעים את כללי ההתנהגות – אותם תנאים שהתלמידים מזהים כחיוניים כדי שיוכלו לדבר על מה שחשוב להם באמת (Elias et al., 1997). משחקים עוזרים לתלמידים להתמקד ולהירגע, ובאמצעות צחוק ושיתוף פעולה להפוך לצוות. סמלים שהתלמידים יוצרים או מביאים לכיתה מאפשרים למתבגרים לדבר בעקיפין על רגשות ומחשבות שהדיון הישיר בהם מעורר מבוכה. אנו עובדים בתוך שיח מובנה מאוד שנקרא "מועצה (Council)". כאשר הכול יושבים במעגל כך שכל אחד יכול לראות ולהיראות, מהלך המועצה מאפשר לכל אדם לדבר ללא הפרעה וללא תגובות מיידיות. תלמידים לומדים להקשיב באופן מעמיק, ומגלים את ההרגשה שנוצרת כשאדם נשמע באמת על ידי אחר. השקט הופך לבן ברית נוח כאשר אנו שוהים כדי לעכל סיפור אחד ומחכים שהבא בתור יסופר, כשמורים קוראים לרגעי התבוננות או כשהחדר מתמלא רגש בסופו של שיעור.

היות שאנו "מלמדים את מי שאנחנו", מורים המזמינים את הלב ואת הרוח לתוך הכיתה יגלו שהם חייבים גם לטפח את התפתחותם הרוחנית שלהם. הדבר יכול להיות כרוך בפרקטיקות אישיות לפיתוח מודעות, שלוה וחמלה, וגם בעבודה משותפת עם מורים אחרים כדי לתת ולקבל תמיכה בדבר אתגרים והנאות הנובעים מהכניסה למרחב זה עם תלמידיהם. נוסף על כך, פיתוח צוות יכול להגביר את יכולתנו לפתוח את סגור לבנו, ובו-זמנית לספק גבולות ברורים ומיומנויות לפתרון בעיות שצירופם יספק לנו ולתלמידינו הגנה. כשאנו מצליחים ליצור עם תלמידינו אווירה זו של כבוד הדדי, עולים סיפורים על מה שחשוב במיוחד למתבגרים, על מה שנוגע עד לבם באופן עמוק, על מה שמזין את רוחם. הקשבתי לסיפורים אלה במשך שנים. עם הזמן צמח לפניי דפוס – מפה לשטחה של הנשמה.

## מפה להתפתחות רוחנית אצל מתבגרים

על בסיס הסיפורים והשאלות של התלמידים, מיפיתי את ההתפתחות הרוחנית של מתבגרים, בין שיש להם ובין שאין להם מסורת דתית או אמונות אחרות על טבעה האמתית של רוחניות. מיפוי זה מורכב משבעה כמיהות, צרכים ורעבים הקשורים זה בזה. כשם שגוף הילד צומח כאשר מסופק הרעב למזון ולאוויר והחיים הרגשיים של הילד צומחים כאשר יש מענה לצורך באהבה ובהכוונה, כך מתן מענה לכמיהות רוחניות אלו תומך בהתפתחותה של נשמת האדם הצעיר, מחזקה ומטפחה.

להלן התחומים של התפתחות רוחנית אצל מתבגרים.

1. *חיפוש אחר משמעות וייעוד*. תחום זה, עניינו חקר השאלות הקיומיות הפורצות החוצה בשנות ההתבגרות. "למה אני כאן?" "האם לחיים שלי יש ייעוד? איך אגלה מהו?" "האם יש משמעות לחיים?" "למה לי לחיות?" "בשביל מה החיים האלה?" "איך ייראה העתיד שלי?" "מהו גורלי?" "האם יש חיים אחרי המוות?" "האם יש אלוהים?" קראתי את השאלות האלה פעם אחר פעם כאשר תלמידים כתבו באופן אנונימי על התעלומות האישיות שהיו להם – מתוך תהיות, דאגות, סקרנות, פחדים והתרגשות.

תחום זה של משמעות וייעוד הוא לא רק חיוני למוטיבציה וללמידה של התלמידים, אלא התמודדותם של המורים אתו היא באופן פרדוקסלי גם פשוטה וגם מעוררת אי-נוחות. בתכנית הלימודים בדרך כלל דנים בייעוד באמצעות הצבת מטרות וקבלת החלטות, לרוב בטכניקות רציונליות בלבד. אבל אם היבט רוחני זה נשמט או אם אין מטפחים את החיים הפנימיים של המתבגרים כחלק מחיפוש אחר מטרות או קריירות, החלטותיהם ינבעו בעיקר מלחצים חיצוניים – מחברים, הורים ומורים. וכך כתב תלמיד אחד:

לכל כך הרבה מהחברים שלי אין מושג. הם לא יודעים מה הם רוצים לעשות; הם יודעים מה הם אמורים לעשות. הם לא יודעים איך הם מרגישים; הם יודעים איך הם אמורים להרגיש. וכאן אני מוצא את עצמי בתוך קבוצת אנשים שעוברים את אותם דברים כמוני, ולמרות שאין לי את התשובות לכל השאלות, אני מוצא את עצמי מרגיש שהכול הוא כפי שהוא צריך להיות... יש לי את ה"קהילה" הזו המקנה לי בית ותחושת ביטחון.

בעת תכנית הלימודים מורים יכולים ליצור סביבה בטוחה שבה תלמידים יכולים להעלות לדיון ולחקור שאלות קיומיות. היות שהמקצוע שלנו מקנה סמכות בעיקר על בסיס יכולתנו "לדעת" את "התשובה הנכונה" או "להחזיק" בה, מורים רבים חשים אי-נוחות עמוקה לנוכח שאלות שלכאורה אין להן תשובות.

אך מחנכים יכולים לספק חוויות המכבדות את השאלות. הם יכולים לאפשר לתלמידים להעניק את מתנותיהם לעולם באמצעות שירות בבית הספר ובקהילה, באמצעות ביטוי יצירתי או באמצעות הישגים אקדמיים או אתלטיים. באופן שבו אנו מלמדים, אנו יכולים לסייע לתלמידים לראות וליצור חיבורים בין הלמידה ובין חייהם האישיים.

2. *הכמיהה לשקט ולבדידות*. כמיהה זו יכולה להביא לידי עיצוב זהות והצבת גבולות, נכונות ללמידה ושקט נפשי. פעמים רבות יש למתבגרים יחס אמביוולנטי לכמיהה זו, צורך דחוף המלווה בפחד. השקט יכול להיות מקלט מפני השתלטות עיסוק היתר והרעש המתמיד המייסרים אפילו את ילדינו הצעירים. הוא מאפשר מרחב להתבוננות, לרוגע, או אף לתוהו ובוהו מפרה. עבור חלק השקט פותח מרחב לדממה ולמנוחה; עבור אחרים הוא מזמין תפילה ומדיטציה. סטודנט אחד כתב בזו הלשון:

לפעמים אני אוהב לקחת את הזמן כדי להתכנס בתוך עצמי. וכשאני עושה זאת, אני מנסה לקחת לשם ריקנות מסוימת. אני חושב שכל אחד נאבק כדי למצוא את דרכו אל נשמתו, והמאבק הוא הדרך שבה הנשמה עולה וצומחת.

3. *דחף להתעלות*. דחף זה מתאר את רצונם של אנשים צעירים ללכת אל מחוץ לגבולות המוצבים לפנייהם. הדבר כולל לא רק את המרחב המיסטי, אלא גם חוויות חילוניות של היוצא מן הכלל באמנויות, בספורט, באקדמיה או ביחסי אנוש. באמצעות מתן שם לצורך אנושי זה המתפרש על כל התרבויות, מחנכים יכולים לסייע לתלמידיהם לתעל את הדחף הזה באופן בונה ולאטגר את עצמם באופנים שיש בהם כדי להניב חוויית שיא זו.

4. *רעב לאושר ולשמחה*. את הרעב הזה ניתן לספק באמצעות חוויות של פשטות רבה, כגון משחק, חגיגה או הודיה. מחנכים יכולים גם לסייע לתלמידים לבטא את התרוממות הרוח שהם מרגישים כשהם חווים יופי, עוצמה, חן, זוהר, אהבה או את השמחה המוחלטת של עצם החיים.

5. *דחף ליצור*. אולי זהו התחום המוכר ביותר לטיפוח רוחם של תלמידים בבתי ספר חילוניים. במפגש עם תהליך היצירה אנשים מרבים לגלות עומק, משמעות ומסתורין:

יש משהו שקורה לי בשיעור הקדרות – אני מאבד את עצמי בתחושת החומר הרטוב המתגלגל ברכות תחת ידי בזמן שהגלגל מסתובב. זה השיעור האחרון שלי, אז לא משנה כמה קשה היה היום, בגלל הקדרות כל יום הוא יום טוב. זה כמעט קסם, להרגיש כל כך טוב, כל כך שליו.

6. *קריאה לחניכה*. תחום זה, עניינו הרעב שקיבל מענה אצל הקדמונים בטקסי חניכה לצעיריהם. כמחנכים, יש ביכולתנו ליצור תכניות המכוונות את המתבגרים להיות מודעים למעבר הבלתי הפיך מילדות לבגרות. אנחנו יכולים לתת להם כלים למעברים ולפרידות, לאטגר אותם לגלות את היכולות לעשות את הצעד הבא. יחד עם הורים ומורים אחרים המכירים אותם נוכל ליצור טקסים לציון קבלתם לקהילת המבוגרים.

7. *חיבור עמוק*. החיבור הוא החוט המקשר את כל הסיפורים ששמעתי מתלמידים לאורך השנים. רון מילר, היסטוריון של חינוך הוליסטי, מציין:

הרוחניות אינה מטופחת באמצעות טקסים פורמליים שתלמידים עורכים בבית הספר, אלא באמצעות איכות הקשר המתפתח בינם לבין העולם. אנו יכולים וחייבים לטפח עמדה של אכפתיות, כבוד והתבוננות כדי להחליף את התפיסה הצרה המודרניסטית שהעולם הוא משאב שיש לנצל (Miller, 1995, p. 96).

לא משנה אם תלמידים מתארים חיבור עמוק לעצמם, לאחרים, לטבע או לכוח עליון – התחום השביעי הזה מתאר את איכות הקשר של אכפתיות עמוקה. קשר זה מזוהה עם משמעות, ומעורבות בו תחושות של השתייכות ושל היראות אמתית.

*באמצעות הקשר העמוק עם ה"אני"* חווים תלמידים תחושות כוח ועושר פנימי שהן הבסיס לפיתוח אוטונומיה, שחשיבותה מרכזית במסע ההתבגרות, בגילוי ייעוד ובשחרור היצירתיות. כמורים, נוכל לטפח חיבור מסוג זה אם ניתן לתלמידים שלנו זמן להתבוננות בבידודות. תרגילים בכיתה המעודדים התבוננות וביטוי באמצעות כתיבה או אמנות יכולים לאפשר לתלמידים גישה ל"אני" הפנימי גם כשהם נמצאים עם אנשים אחרים. תלמידים המרוכזים לגמרי בתוך פעילויות יצירתיות כאלה מקבלים עידוד לגלות ולבטא את רגשותיהם, ערכיהם ואמונותיהם.

באמצעות חיבור עמוק לאדם אחר או לקבוצה משמעותית הם מגלים את הנחמה שיש בהשתייכות, המביאה מרפא לניכור העמוק העומד בבסיס השבר בזהותם של בני הנוער ומונע מהם לתרום לקהילותינו. כדי לחוש השתייכות בבית הספר תלמידים חייבים להיות חלק מקהילה אותנטית בכיתתם – קהילה שבה תלמידים מרגישים שרואים ושומעים אותם כפי שהם באמת. מורים רבים יוצרים הזדמנות זו באמצעות מפגשי בוקר, מועצות שבועיות או מעגלי שיתוף המתבצעים בכפוף לכללים בסיסיים המקנים את הביטחון המאפשר לספוג פגיעות. המורה חייב לתמוך לאורך זמן באוטונומיה ובייחודיות של כל פרט, חאת מתוך טיפוח תחושת השתייכות ואחדות בתוך הקבוצה. ככל שמעודדים את האנשים הצעירים לחזק את גבולותיהם ולפתח את זהותם, הם יהיו מסוגלים יותר לחבור לקבוצה בדרך בריאה ולאורך זמן.

באמצעות חיבור עמוק לטבע, לשלשלת היוחסין או לכוח עליון הם משתתפים במסגרת משמעותית רחבה ומתמשכת, חוויה משמחת המעניקה להם השקפת עולם, חכמה ואמונה. "האם יש חיים אחרי המוות?" "כיצד נוצרו החיים?" "האם יש אלוהים?" "מה גורם לאנשים להיות רעים?" "מהי משמעות החיים?"

כשתלמידים יודעים שיש זמן בחיי בית הספר שבו יוכלו לבטא את הנחמה הגדולה או השמחה שהם מוצאים בקשר שלהם לאלוהים או לטבע, חופש ביטוי זה מזין את רוחם. התלמידים שלי ביטאו את עצמם באמצעות חופש זה בדרכים רבות:

"כאשר אני נהיית מדוכאת", גילתה קיישה לחברי קבוצתה בבית ספר במנהטן, "אני הולכת לפארק ליד הבית שלי שבו יש עץ ממש ענק. אני הולכת אליו ויושבת אתו כי אני מרגישה שהוא כל כך חזק".

"המורה למדעים הוא שעורר את רוחי", אמר מורה על ימי התיכון שלו במסצ'וסטס. "הוא העביר אלינו תחושה של יראה בדבר עולם הטבע ששינתה אותי לעד".

"אני משתדל לתרגל נוכחות – זה מה שקיבלתי מהבודהיזם, זה ממש יקר לי. זה באמת הדבר החשוב לי ביותר כעת".

"נעשיתי נוצרי לפני כמה שנים. זה הפך לדבר הנפלא ביותר בחיים שלי. אני לא יכול לתאר לך את ההרגשה, לדעת שאני כה אהוב. תמיד אהוב ומכוון. על ידי ישו. זה קירב מאוד בין בני המשפחה".

### **חינוך לשלמות (Wholeness)**

בהגדרתו את "המשמעות המוסרית" של הדמוקרטיה כתב ג'ון דיאוי ש"משימת-העל של כל המוסדות הפוליטיים... תהיה תרומתם להתפתחות הכוללת של כל חבר בחברה" (Dewey, 1957, p. 186). אם אנו מחנכים לשלמות, לאזרחות ולמנהיגות בדמוקרטיה, מקומה של התפתחות רוחנית הוא בבתי הספר. אבל בעקבות דאגותינו בקשר להפרדה בין דת למדינה, ומפני שאנו מבלבלים בין התפתחות רוחנית ובין דת, ובשל הפחד מהתקפת נגד של "הצד השני" בעידן של מלחמות תרבות – מחנכים הסתייגו מפיתוח מתודולוגיה ותכנית לימודים הדנות באופן ישיר בהיבט זה של התפתחות אנושית.

בחברה פלורליסטית מחנכים יכולים לתת לתלמידיהם הצצה אל המגוון העשיר של החוויות המזינות את הנשמה. נוכל לספק להם פורום המכבד את הדרכים שבהן תלמידים שונים מטפחים את רוחניותם. נוכל להציע פעילויות המאפשרות להם לחוות חיבור עמוק.

ואולי החשוב מכול: כמורים, נוכל לכבד את שאיפתם של כל התלמידים למצוא את מה שמקנה לחייהם משמעות ויושרה ואת מה שמאפשר להם לחוש חיבור למה שיקר להם ביותר. באמצעות החיפוש עצמו, באמצעות אהבת השאלות, אנשים צעירים יגלו את הקדוש בחיים, את הקדוש בחייהם, ונאפשר להם להביא לטובתו של העולם את המתנה הקדושה ביותר.

## מהי רוחניות?

בת' ר' קריספ

### המקור:

Crisp, B. R., *Spirituality and Social Work: Contemporary Social Work Practice*, pp. 7–13

"כשאני משתמש במילה... אני מתכוון בה רק למשמעות שאני בוחר – לא יותר ולא פחות", הצהיר המפטי דמפטי לפני אליס הצעירה באחת מהרפתקאותיה בארץ הפלאות (Carroll, 2001, p. 188). אף שהדבר נכתב בסיפור ילדים מהמאה התשע עשרה, המפטי מתאר נכונה את המצב כיום, שבו "רוחניות" היא מילה שרבים משתמשים בה, וכל אחד מייחס לה את הבנתו (Rose, 2001). משמעותה תוארה כבלתי ברורה ("obscure") (Hood et al., 1996, p. 115) ומעורפלת ("fuzzy") (Zinnbauer et al., 1997, p. 549). אולי לא מפתיע שקשה להגדיר רוחניות, היות שהיא דנה במרכיבים הלא מוחשיים של החיים וביכולת ללכת אל מחוץ לרציונלי. יתרה מזו, רוחניות היא מושג רב-ממדי. לכן בין ניסיונותיהם של מחברים שונים להגדיר רוחניות קיימת שונות רבה ביחסם למרכיבים הנבחרים ובעדיפויות שניתנות למרכיבים השונים. בעצם, כל הגדרה תהיה חסרה וניתנת לערעור (Ranson, 2002). לכן קל יותר להסביר את משמעותה של רוחניות מאשר להגדיר אותה (Konz & Ryan, 1999). הסבר אחד שמכיר ברב-ממדיות של הרוחניות הוא כדלקמן:

רוחניות היא –

חוויה של האחר המקודש

המלווה בתחושות של פליאה, שמחה, אהבה, אמון ותקווה.

רוחניות מחזקת את החיבורים

בתוך ה"אני", עם אחרים ועם העולם.

רוחניות –

מאירה על החוויה הנחוות

הרוחניות ניתנת לביטוי –

באמצעות קשרים, תפילה, פולחנים אישיים וקהילתיים, ערכים, שירות, פעילות למען צדק, חיבור לכדור הארץ.

לרוחניות ניתן לתת שם –

בדרכים חדשות ומוגדרות מחדש באמצעות אמונות, טקסים, סמלים, ערכים, סיפורים על מסורות דתיות (Engebretson, 2004, p. 269).

אבל מה הקשר בין כל זה ובין עבודה סוציאלית? אף על פי שלרוב אנחנו מכירים את המשתמשים בשירותים בעקבות בעיה ספציפית המזוהה בהיבט מובחן (או בהיבטים מובחנים) בחייהם, המשתמשים עצמם הם אנשים שלמים, וככאלה הם רוחניים בטבעם. רוחניות כרוכה במודעות לאחר – אם זה אלוהים, ישויות אנושיות או אלוהיות אחרות, אם זה משהו אחר – המספקת את הבסיס לקביעת הצרכים והרצונות שלנו, להבנת החוויות שלנו ולשאלת שאלותינו בדבר משמעות (Meaning), זהות (Identity), חיבור (Connectedness), טרנספורמציה (Transformation) והתעלות (Transcendence). אמנם עבור חלק מהאנשים יהיו עניינים אלה קשורים לגמרי לאמונותיהם הדתיות ובלתי ניתנים להבנה מחוץ למסגרת דתית ספציפית, אך כולם – משמעות, זהות, חיבור, טרנספורמציה והתעלות – אינהרנטיים לחוויה האנושית, בין שאנשים מייחסים אותם לתחום הרוחניות ובין שאינם עושים זאת. רוב העניינים האלה, אם לא כולם, רלוונטיים (או לכל הפחות צריכים להיות רלוונטיים) לעבודה סוציאלית, וכעת נדון בהם אחד אחד.

#### *התעלות*

המונח "התעלות" נמצא תדיר בכתיבה דתית, אבל הוא נדיר בעבודה סוציאלית, ועבור אנשים מסוימים הוא מילה נרדפת לרוחניות (Hyde, 1990). התעלות דנה באותם רגעים שבהם אנו חווים בעוצמה ובאופן שלא ניתן לתארם במילים "חוויה והערכה של היבט שמחוץ ל'אני'" (Martsof & Mickley, 1998, p. 294), וה"אחר" כולל אנשים אחרים, קבוצות, סביבה, אלוהות דתית (Robinson, 2008). לעתים במקום במונח "התעלות" או "טרנסצנדנטלי" משתמשים במונחים כמו "חוויה דתית", "חוויה מיסטית" ו"חויית שיא" כדי לתאר רגעי אקסטזה או רגשות חיוביים כמו התאהבות או אורגזמה (Hyde, 1990). התעלות מתוארת כ"חויית הקדושה המלווה בתחושות של פליאה, שמחה, אהבה, אמון ותקווה" (Engebretson, 2006, p. 330).

אחת הבעיות בקישור בין רוחניות ובין חוויות חיוביות בעיקרן היא שהדבר עלול לגרום לתפיסת הרוחניות כתחומם של האליטה ושל החברים הפחות מקופחים בחברה (Hay & Nye, 2006). מה גם שהפסיכולוג אברהם מסלו, המוכר במיוחד בזכות מודל "הייררכיית הצרכים", הזהיר לפני כמה עשורים כנגד האידאליזציה של חוויות אקסטטיות טרנסצנדנטליות בתארו אותן במונחים של התמכרות פוטנציאלית, אף שהוא הכיר בחיוניות הטרנסצנדנטלית עבור מימושם העצמי של בני אדם (Maslow, 1970).

על רוחניות אותנטית להתמודד גם עם הקשיים ועם הנטייה לאי-סדר שבחיים האנושיים (Chater, 2000), דברים שעובדים סוציאליים מכירים היטב מניסיונם. לכן אולי עדיף לחשוב על התעלות כחוויה המתרחשת באותם רגעים של הארה הצומחים ממפגש עם אחר בנסותנו להקנות משמעות לחוויות שלנו ולהגשים את צרכינו ואת רצונותינו בדבר חיבור, זהות, משמעות וטרנספורמציה. אם כך, התעלות עוסקת בכל אלה:

יכולתם של בני אדם להתפלא על מה שאולי מסתתר מאחורי המציאות המוחשית הנראית לעין, לחוות אותו או להרהר בו; להתעניין בטבעם ובמקורם של דברים; לשקול כיצד להתייחס לאחרים, לעצמם ולעולם הסובב אותנו (Trousdale, 2005, p. 63).

#### חיבור

ללא קשר לכך שעובדים סוציאליים לעתים שופטים מקבלי שירות מסוימים כלא רצויים לכאורה, מטרה משותפת של יזמות קבוצתיות וקהילתיות רבות היא להגביר את תחושת החיבור של המשתתפים. חיבור הוא גם היבט עיקרי של רוחניות (Hyde, 2008), כך שלא ניתן לכנות חוויה בשם "רוחנית" אם אין בה תחושת חיבור (Renz, 2007). לפיכך:

ה"רוחני" נוגע למסע חווייתי של מפגש וקשר עם השונה, עם כוחות, עוצמות וישויות שהם מעבר לטווח של חיי היומיום. היות רוחני הוא להיות פתוח ל"מעבר" הזה בחיים, לפגוש אותו ולצפות להתקשר אליו (Bouma, 2006, p. 12).

החיבור יכול להיות לאנשים אמתיים ומוכרים, לכלל האנושות, לאלוהים או לכוח עליון אחר, לעמדה או לתפיסה משותפת על העולם. אף שהחיבור יכול להיות כרוך בחברות בארגון או בתנועה חברתית, אין צורך בפורמליות. מה גם שחיבור זה אינו חייב להתרחש במרחבים דתיים מסורתיים כדי להיחשב רוחני. למשל: שיעור אירובי שבו אנשים חשים חיות וחיבור לאחרים, ייתכן שאנשים מסוימים יחלקו בו תחושות רוחניות הדומות לאלו שמעוררת כנסייה (Bouma, 2006). עבור אחרים החיבור יכול להיות מעורפל יותר, בדומה למה שקרה באוסטרליה במפקד האוכלוסין בשנת 2001, כאשר בתגובה לשאלה על דתם בשאלונים שהופצו בקהילה ציינו בערך 71,000 אוסטרלים את חיבורם לדמויות בסרטי "מלחמת הכוכבים", אף שלא הייתה זו אחת הקטגוריות שהוכנו מראש לצורך שאלה זו. פרשנים ציינו שרעיון רוחני מרכזי בסרטים אלה הוא "בטח ברגשותיך" (Bouma, 2006, p. 93), וניתן לטעון שמסר זה קשור לחיבור.

אף על פי שמקובל מאוד להאמין כי לרוחניות יש הפוטנציאל להרים תרומה מרכזית לאיכות החיים, הפוטנציאל הזה מוגבל ככל שהרוחניות נתפסת כדרך לסיפוק עצמי מתוך התמקדות בלעדית פנימה ללא פיתוח חיבורים אל מחוץ ל"אני" (למשל Tacey, 2000). לכן, כדי



שביטויה של הרוחניות יהיה אותנטי הוא צריך לכל הפחות לטפח חיבורים אנושיים ( Perrin, 2007).

נוסף על החיבור לאחרים, ייתכן שרוחניות תהיה כרוכה בהשלמה עם תחושת ניתוק מגופנו. כחבר בארגון Queer Asian Pacific-Islander American (QAPA) טען פטריק צ'נג ש"משימה מרכזית של רוחניות ה-QAPA היא להביא להחלמתנו מחוסר הבית המטפורי ומהניכור הגופני שאנו חווים" (Cheng, 2006, p. 236). תחושה עמוקה של ניכור מגופם היא גם חווייתם של אנשים רבים שעברו התעללות מינית (Crisp, 2004a) ושל אנשים החווים הפרעות אכילה, בין השאר. לחוויות אלה כשלעצמן יכולות להיות השפעות עמוקות על הזהות.

#### *זהות*

מי שאנחנו, או אולי נכון יותר לומר: האנשים שאותם אנחנו רואים כעצמנו, אינם בהכרח מי שאחרים מכירים. לחלופין, גם אם יש הסכמה כללית בדבר זהותנו, ייתכן שישנם צדדים של זהותנו שאין לנו אוהבים או שלא נוח לנו אתם. לכן, ללא קשר לסיבה, הדאגה בעניין זהותנו יכולה להיות מקור לעגמת נפש ולמתח משמעותיים. שאלות בקשר לזהות הנן גם רוחניות בטבען:

רוח האדם היא החתימה האולטימטיבית והאינטימית של ייחודיותו. היא המקור שממנו התודעה, החוויה והזיכרון מתגלים, והמקום שבו הם חוזרים ומתאספים ( O'Donohue, 1998, p. 86).

מזכרות מהעבר האישי – אף אם הן תצלומים, חפצים, קשרים או זיכרונות בלבד – הן לעתים קרובות תזכורות סמליות המחזקות היבטים שונים של הזהות. אף כי מזכרות כאלו יכולות להביא לידי כך שאנשים מסוימים כביכול "נתקעים בעברם", פעמים רבות הן משמשות כיסודות חיינו. היסודות הבלתי נראים של מבנים הם חיוניים לחלוטין, גם אם לכאורה אין קשר בינם לבין המבנה שמעל פני הקרקע, הגלוי לעיני כול. למשל: אנשים המאבדים את כל רכושם בגין שרפה או מבול או אסון טבע, או בורחים מביתם בעת מלחמה או דיכוי פוליטי, מרבים להעיר כי האבדן שהם חשים הוא לאו דווקא של הדברים יקרי הערך, אלא של אותם דברים שאין להם תחליף גם אם שוויים הכספי מועט, כגון תמונות, מתנות מחברים או מבני משפחה, או חפצים שנמסרו מדור לדור. הסיבה לכך היא שאותם חפצים אישיים הם שמזכירים להם מי הם ומאיפה הם באו.

החיפוש אחר פיתוחה ו"תחזוקתה" של תחושת זהות מוביל אנשים לתוך עולמות שהנם שונים מאלה שבהם חיו, עבדו והתערו, כך שאנשים מסוימים מבינים את עצמם באמצעות המפגש עם האקזוטי. לעומת זאת אחרים מבינים את זהותם שלהם מתוך מפגש עם אחרים

שיש להם מכנה משותף עמם. סיפור ילדים אוסטרלי ששמו "The Bunyip of Berkeley's Creek" (Wagner, 1975) ממחיש איך ניתן לגלות זהות באמצעות המפגש עם ישות אחרת דומה. מסופר שם על יצור העולה מתוך נחל ואינו יודע מי הוא או מה הוא. במפגשיו עם היצורים השונים שבהם הוא נתקל שואל אותם היצור מי הוא. רובם אינם יודעים, אף שמישהו מעלה רעיון שהוא בוניפ, אבל מדען שהוא פוגש בדרך מצביע שבוניפים אינם קיימים כלל. בלא יכולת לקבוע את זהותו שלו, הוא נהיה מדוכדך עד שבסופו של דבר הוא מכיר יצור אחר המוכר לו כבוניפ, ובאמצעות מפגש זה הוא מבין מי הוא.

אמנם מדובר בסיפור ילדים, אבל חוויה זו של גילוי עצמי באמצעות מפגש עם הדומה לנו מתרחשת לא מעט. אף שמעטים אנשים כאלה בחיינו, בשלב מסוים רבים מאתנו פוגשים באנשים הדומים לנו להדהים ומבינים אותנו כאילו הם אנחנו. לפעמים קוראים לאנשים כאלה "נפש תאומה", ויש להם יכולת נדירה לאשש את תחושת הזהות שלנו. יתרה מזו, נוכחותם בעולם גורמת לנו לחוש בודדים פחות. ואם יש להם, כמו לנו, מאפיין או דרך מחשבה נדירים במיוחד, הדבר עוזר לנו להרגיש אפילו חריגים פחות.

הפופולריות העכשווית של אמצעי התקשורת החברתית כגון פייסבוק משקפת במידה מסוימת את הצורך האנושי לחפש ו"לתחזק" את הזהות. אמנם ניתן להשתמש באפליקציות האלה כדי להתעדכן ברשתות חברתיות ולשחזר קשרים עם אנשים שהקשר אתם ניתק במשך השנים, אבל ישנה גם אפשרות להצטרף לקבוצות וירטואליות או לרשתות של אנשים עם חשיבה הדומה לזו שלנו או אנשים שחוו חוויות דומות לאלו שחווינו בעצמנו. לדוגמה, ניתן להצטרף לקבוצות רבות בפייסבוק כגון בתי ספר שלמדנו בהם וקבוצות או ארגונים החשובים לנו, וכן לאנשים שיש להם ולנו מאפיין משותף כמו מחלה או מוגבלות, או אפילו לאנשים עם אותו דפוס אישיות על בסיס מבחן מאיירס בריגס. כמו כן, יש קבוצות של אנשים החולקים עמנו השקפה או שאיפה דתית או פוליטית משותפות. אם עבור אנשים רבים אפליקציות כמו פייסבוק מספקות בעיקר קצת הנאה, אין ספק שעבור אחרים היכולת להזדהות עם בני אדם הדומים להם נותנת תוקף להיבטים שונים של זהותם, וייתכן שהדבר אף תורם לתחושת משמעות בחייהם.

#### *משמעות*

מייקל קרני (Kearney) התבקש לשאול פציינטים חדשים על הרקע הדתי שלהם ולבחון את משמעותו עבורם. תחילה הוא מצא שרוב האנשים תיארו את עצמם כמשתייכים "לכנסייה האנגליקנית", אלא שקשר זה לא היה בעל חשיבות בחייהם היומיומיים. עם זאת, הוא שם לב שרוחניות הייתה חשובה מאוד:

אף כי אני עדיין רואה שלרוב האנשים בשכונה עירונית אנגלית זו אין השקפות דתיות חזקות, אינני רואה עוד תחום זה כלא רלוונטי. ההפך הוא הנכון, אני מאמין שהוא מרכזי לטיפול, לאיכות חייו ולצמיחתו של הפציינט האינדיבידואלי. תובנה זו צמחה במידת מה עם הבנת ההבחנה בין הרוחני ובין הדתי. ה"רוחני" עבורי הוא המהות של משמעות היותנו בני אנוש. סוגיות רוחניות הן סוגיות של הנשמה הנוגעות לערכים ולמשמעויות העמוקים ביותר (Kearney, 1990, pp. 47–48).

עובדים סוציאליים בהכרח עובדים עם אנשים שתנאי חייהם, גם אם באופן זמני בלבד ורק בכמה היבטים של החיים, רחוקים מלהיות אופטימליים והם מתאמצים להבין את המצבים שאליהם נקלעו. ייתכן כי אלה שעבורם החיים נראים עגומים במיוחד (בעקבות מחלה קשה, מוגבלות הגורמת להגבלות מהותיות בחיי היומיום, אבטלה ללא סיכוי נראה לעין למצוא עבודה מתאימה, אבדן קשרים משמעותיים), ומסיבה כלשהי הם חשים רצון להתאבד – מבקשים לדעת אם יש טעם לקיומם, ומחפשים טעם להמשיך לחיות.

אף על פי שייתכן כי שאלות על משמעות נראות יותר לעין במצבים של חסך, "כמיהה נסתרת" (Howard, 2002, p. 231) למשמעות ולייעוד היא מאפיין אנושי אוניברסלי. ייתכן שהשאיפה למשמעות ממלאת תפקיד בניסיונותיו של היחיד לבחון או לפתח את הפוטנציאל שלו בתחום אחד או יותר של חייו. חשוב לשים לב שהשאיפה לפתח משמעות או להחזיק בדבר בעל משמעות שמאיים היא שמניעה אנשים (Honner, 2007; Ranson, 2002). כפי שגילו עובדים סוציאליים רבים, קשה ביותר לעבוד עם משתמשי שירות שאינם תופסים את התערבותנו כמשמעותית או שזו אינה מקדמת משהו שהנו משמעותי עבורם או אף מאיימת עבורם על דבר שהם תופסים כמשמעותי בחייהם. לא משנה עד כמה רצויים המשאבים שאנו יכולים לספק למשתמשי השירות, עלינו לזכור שעבור אנשים רבים ההגשמה תלויה פחות במוצרים חומריים (בתנאי שאלה קיימים לפחות ברמה מינימלית הכרחית) ויותר בערכים, יחסים ודברים לא מוחשיים אחרים התורמים להתפתחות המשמעות בחייו של אדם (Jewell, 1999).

### *טרנספורמציה*

התעלות, חיבור, זהות ומשמעות הם כשלעצמם סוגיות שיש בהן עניין עבור עובדים סוציאליים, אבל הם חשובים במיוחד מפני שעבור משתמשי השירותים הנם הסוגיות שיש לדון בהן כדי שהתערבותינו יהיו טרנספורמטיביות באמת. ובלשונו של עובד סוציאלי צפון אמריקני:

רוחניות היא תהליך טרנספורמטיבי שבאמצעותו משולבים הצדדים השונים של החיים (הפיזי, הרגשי, התעסוקתי, האינטלקטואלי והרציונלי). היא כרוכה בחיבור ל"אני", לאחרים,

לטבע ולמשמעות או לנוכחות רחבה יותר. יש קשר חזק בינה לבין יצירתיות, משחק, אהבה, מחילה, חמלה, אמון, יראה, חכמה, אמונה ותחושת אחדות (Staudde, 2005, p. 256).

בטרנספורמציה מדובר ב"התפתחות" או ב"התהוות" (Swinton, 2001) שיכולות לגרום לשחרור מן "ההבניות הדכאניות של ה'אני' שנאכפות על ידי משפחות דיספונקציונליות וחברות מקולקלות" (McIntosh, 1998, p. 6). אבל את הטרנספורמציה אי-אפשר לכפות על הזולת (Tacey, 2003). עובדים סוציאליים יכולים ליצור את התנאים שבהם טרנספורמציה יכולה להתרחש, אבל בסופו של דבר היא "התגלות של החיים הדורשת התבוננות והתנסות" (Martsolf & Mickley, 1998, pp. 294–295). זאת ועוד, גם בהינתן הידע הספציפי הנחוץ לשם טרנספורמציה, ידע בלבד אינו מספיק (Singleton et al., 2005). בדרך כלל בכתיבה על רוחניות מדובר בטרנספורמציה של שינויים חיוביים ביחידים או בהקשרים שבהם הם חיים. על כך כתב התאולוג האנגלי גורדון לינץ' כדלהלן:

באתי לידי אמונה שלא מן המועיל להעריך את החיים הרוחניים שלנו על פי המידה שבה הם עולים בקנה אחד עם סוג כלשהו של רשימת מטלות תאולוגית או תורתית-אבסטרקטית. במקום זאת, נראה לי מועיל יותר להתמקד בפירות שמסע רוחני זה מניב. האם הוא מאפשר לי מידה מסוימת של שלוה, שביעות רצון ואוטנטיות בחיי? האם באמצעותו אני מרגיש שאני באמת אני? איך הוא משפיע על היחסים שלי עם אחרים? האם הוא מאפשר לי לחוש כבוד, סובלנות ואכפתיות ראויים כלפי אחרים? האם הוא מאתגר אותי להמשיך לדרוש עקרונות כמו אמת וצדק בעולם של היום? האם הוא מספק לי תחושה של חיבור למסתורין הגדול של החיים שאליהם הזמנתי כדי לקחת בהם חלק? אם על כל השאלות האלה תוכל לענות בחיוב בביטחון גמור, אז מצבך בוודאי טוב משלי... אך נראה לי שעבור רובנו השאיפה להיות מסוגלים לומר "כן" בתשובה לשאלות האלה מעניקה לנו את המוטיבציה להמשיך עד סוף ימינו במסעות הרוחניים העומדים לפנינו (Lynch, 2003, pp. 51–52).

לינץ' מבליט דבר שלעתיים מזהים אותו עם חובת ה"אחריות" (Ranson, 2002, p. 16) בחיים הרוחניים. ייתכן שלרבים נראה רעיון זה בלתי מתקבל על הדעת, אבל הוא שיקול חשוב בהתמודדות עם השאלה האם ניתן להבין רוחניות ככוללת טרנספורמציות שהן הרסניות או פוגעניות. אכן יש הטוענים שיש בנמצא דוגמאות של "רוחניות בלתי הולמת" (Rose, 2001, p. 198) המנוגדות לקידומה של טרנספורמציה חיובית. האשמות כלפי כתות וארגונים דתיים קיצוניים כוללות למשל טענות על שטיפת מוח המביאה לאבדן היכולת לחשוב באופן עצמאי, דבר שבדרך כלל נתפס כבלתי רצוי. דוגמאות כמו הטבח בג'יימסטאון או המצור בוואקו, ששניהם גרמו לאבדן חיים של חברים רבים בקהילות דתיות, הן דוגמאות קיצוניות שיש בהן כדי לבסס טענות כי לרוחניות יש השפעות שליליות (Zinnbauer et al., 1999). אולם במקרים רבים קשה מאוד להבחין בין מה שיגרום לטרנספורמציה חיובית ובין

מה שיביא להרס. במבט לאחור רובנו ודאי יכולים לזכור מקרים בחיינו שתחילה נראו חיוביים אבל לאחר מכן התגלו השפעות שליליות שלהם, ולעומתם אירועים שתחילה נראו שליליים מאוד וחסרי תקווה, אבל בסופו של דבר צמחו מהם דברים טובים.

## נקודות מפגש בין רוחניות ובין עבודה סוציאלית

בת' ר' קריספ

### המקור:

Crisp, B. R., *Spirituality and Social Work: Contemporary Social Work Practice*, pp. 21–31

אלה הן שלוש טענות עיקריות בעד הכללת תוכן רוחני בעבודה סוציאלית: שורשי המקצוע בארגוני צדקה דתיים; מהותו ההוליסטית והאקולוגית של המקצוע העוסק בכל ההיבטים הקשורים למשתמשים בשירות ומערכותיהם; מחויבות המקצוע לקידום רבגוניות. בארצות הברית התבססו גם על השיעורים הגבוהים של דתיות באוכלוסייה (Dezerotes & Evans, 1995), אך באותה מידה תמכו בלימוד תפקיד הרוחניות בפרקטיקה בעבודה סוציאלית בטיעון שרק מיעוט מתוך קבוצות האוכלוסייה המקבלות שירות מסוכנויות רווחה מזהה עם הדתות המסורתיות. נדון בכל אחת משלוש טענות אלה כשלעצמה.

### שורשי הדתיים של המקצוע

ברוב העולם המערבי, עד תחילת המאה העשרים, רוב רובם של שירותי הרווחה ניתנו על ידי ארגוני דת. חוקי העניים – שהסדירו את מתן שירותי הרווחה בבריטניה למן המאה השבע עשרה ועד המאה התשע עשרה – הפקידו את האחריות למתן שירותים לעניים בידי הכנסייה המקומית, ולעתים קרובות הותנתה קבלת שירותי הרווחה בהשתתפות בשיעורי דת (Cage, 1987). ההבחנה בין עניים שמגיע להם סיוע ובין עניים שלא מגיע להם סיוע בסוכנויות רווחה במאה התשע עשרה – שצמחו מתוך ארגונים דתיים או היו חלק מהם (למשל בתי חולים, בתי יתומים, בתי ספר, סיוע חומרי) – התבססה בדרך כלל על פרשנותם של טקסטים דתיים (Graham, 2007) שייתכן כי מקורה בהשראת מטיפים רבי השפעה (Gilbert, 2000). בדומה לכך, רבות מן הרפורמות בתחום הרווחה בצפון אמריקה ובבריטניה בערך בתחילת המאה העשרים – כגון תנועת ה-Settlement (Manthorpe, 2002; Todd, 2007) וה-Charity Organization Societies (Bowpitt, 1998; Canda & Furman, 1999) – המשיכו להתבסס על פירושים נוצריים. למרות זאת "מורשת זו הנה השלד בארון, משהו שכדאי לשכוח ועדיף להתעלם ממנו" (Bowpitt, 1998, p. 676).

התפתחות העבודה הסוציאלית כמקצוע במאה העשרים התלוותה לצמיחת שירותי רווחה בהקשרים לא דתיים, כך שבמקומות רבים שירותי עבודה סוציאלית ניתנים בעיקר בסוכנויות חילוניות. עם זאת, במקומות רבים סוכנויות המנוהלות על ידי קבוצות דתיות ממשיכות למלא תפקיד משמעותי במתן שירותי עבודה סוציאלית, ונתבצר להן מקום בתוך מערכת הרווחה (Vanderwoerd, 2006). בסוכנויות כאלה, עבודה סוציאלית וארגונים דתיים חיים בצוותא ועובדים מתוך שותפות במקום מתוך תחרות, עד כדי כך שכפי שהוצע, ארגוני רווחה רבים עם שורשים דתיים "עברו שילוב מלא בקהילה עד כדי כך שנוטים לראות את עבודתם כלא יותר ממרכיב נוסף ברצף הטיפול" (Ebear et al., 2006). למשל: השוואה בין תורות חברתיות קתוליות ובין הקוד האתי של העובדים הסוציאליים הקנדיים גילתה שיש להם הרבה מן המשותף, הגם שהם צמחו מתוך פילוסופיות שונות מאוד (Ebear et al., 2006).

במה שמכונה לעתים סוכנויות "מבוססות דת (faith-based)", סוכנויות ותכניות רבות המנוהלות על ידי כנסיות או ארגונים דתיים מתרחקות מן ההיבטים הדתיים הגלויים של גופים אלה, ויש מקום להטיל ספק אם אכן הן סוכנויות מבוססות דת (Melville & McDonald, 2006). בפרט נכון הדבר כאשר המדינה היא המממן העיקרי, היות שבדרך כלל נדרש כי השירותים הממומנים יינתנו גם לאנשים שאינם חולקים את אותן האמונות הדתיות עם ספק השירות, וכי המימון לא ישמש לקידום אמונות אלו. בסוכנויות כאלה ייתכן שלא יהיו בנמצא דימויים דתיים גלויים, ורבים מהעובדים הסוציאליים או מאנשי הצוות האחרים לא יזדהו בהכרח עם דתו של המעסיק. יתרה מזו, יכול להיות שסוכנויות בעלות בסיס דתי המקבלות מימון ציבורי יירתעו במיוחד מכל אזכור של דת או רוחניות מתוך החשש מהאשמות שכספי הרווחה שימשו לקידום דתן (Gozkiak, 2002). סוכנויות הפועלות על בסיס דתי בגלוי ובחלק מתכניותיהן יש מיקוד דתי בוחרות לרוב שלא לקבל מימון ציבורי אשר יותנה בהגבלת פעילויות כאלה (Tangenberg, 2005).

ובכל זאת בבסיס המטרות והיעדים של סוכנויות המנוהלות בתוך ארגונים דתיים עומד בדרך כלל אתוס דתי, אף שלא כל הסוכנויות מבוססות הדת מזדהות בסעיף המטרה עם צורה ספציפית של רוחניות (Konz & Ryan, 1999). במקום זאת מרבים להשתמש בשפה המדגישה את "הציווי לטפל" (Moss, 2002, p. 39), המשמש הן כבסיס למסורות דתיות רבות הן כבסיס של תכניות רווחה רבות.

#### מקצוע הוליסטי

אף על פי שעובדים סוציאליים רבים שמחו להתעלם מן השורשים הדתיים של המקצוע, סיבה משכנעת יותר מהכבוד להיסטוריה להכליל רוחניות בעבודה סוציאלית היא שעובדים סוציאליים אינם יכולים לטעון שהם עוסקים באדם כמכלול אם הם מתעלמים מדתו ומרוחניותו (Canda & Furman, 1999; Furman, 1994; Furness & Gilligan, 2010).

בשנים האחרונות יצאו ציוויים חוקיים בבריטניה (Moss, 2005a) ובאוסטרליה המחייבים את אנשי המקצוע בשירותי האנוש לעסוק בצורכיהם הדתיים והרוחניים של משתמשי שירות. אף נטען כי חוסר עיסוק בהיבטים הדתיים הנו פרקטיקה לא אתית לפי קוד האתיקה של עובדים סוציאליים בארצות הברית (Amato von-Hemert, 1994; Hodge, 2005a), אך יש הדוחים טענה זו (Clark, 1994).

חלק מהעניין בן זמננו ברוחניות בעבודה סוציאלית נובע כנראה מהבנה ההולכת וגדלה שקיימת סינרגיה בין התיאוריה בעבודה הסוציאלית ובין הבנות מסוימות של רוחניות (Gray, 2008). כך למשל הועלה רעיון:

... רצונה של עבודה סוציאלית הוא לשפר את חייהם של אחרים באמצעות פרקטיקה אתית. רואים את העבודה הסוציאלית כפעילות פרקטית-מוסרית שבה הייעוד והשליחות – משמעות וערכים – חשובים בשווה. עבודה סוציאלית היא מקצוע עם ייעוד, והספרות העוסקת ברוחניות משקפת את השאיפה הטלאולוגית הזאת (Gray, 2008, p. 176).

סינרגיה זו אינה נוגעת רק להבנות הכלליות של עבודה סוציאלית ושל רוחניות, אלא דנה גם בתיאוריות הרלוונטיות בשני התחומים, כגון תיאוריה התפתחותית:

היות שסיוע מקצועי הוא תיאוריה התפתחותית יישומית, טיפוח ההתפתחות הרוחנית נמצא בתחום הפרקטיקה של עבודה סוציאלית. במישור המקרו המערכתי, ידע בעבודה סוציאלית כולל מודעות לדתות אזוריות ולדרכי השפעתן על תרבויות, מוסדות ומדיניות מקומיות (Dezerotes, 2006, p. 9).

ברנד מוס (Moss, 2005a) הוא שהוסיף את ההיבט הרוחני למודל התיאורטי (Personal) PCS cultural structural של טומפסון (Thompson, 2002) על הפרקטיקה בעבודה סוציאלית המכירה בהשפעתם של גורמים אישיים, תרבותיים ומבניים. הרציונל של מוס הוא שבדומה להיבטים האחרים במודל ה-PCS, הבנת הגורמים הרוחניים תאפשר לעובדים סוציאליים להבין את מקורות הדיכוי המשפיעים על משתמשי השירותים או להגביר את פוטנציאל הצמיחה או שתי הפעולות כאחת. באופן זה הצליח מוס להמחיש את הקשר הקרוב בין מושגים דתיים רבים ובין ערכי העבודה הסוציאלית. אלה כוללים צדק וחמלה (Lips-Wiersma & Mills, 2002), חשיבותה של עשייה מתוך התבוננות (Coghlan, 2004); ועבודה עם אנשים במקום שבו הם נמצאים (Gumz et al., 2003).

אחד המאפיינים המשותפים שיש לו פוטנציאל לאחד בין עבודה סוציאלית לרוחניות הוא ששתיהן עוסקות ב"אי-הסדר" שבחיים האנושיים. וכפי שציין הסופר הקנדי הרוחני רונלד רולהייסר:



החיים יכולים להיות בלתי מסודרים, אבל הם אמתיים, לא עשויים מפלסטיק. אין אנו שעונים שוויצריים המסודרים ללא רבב ועשויים לתקתק בדקדקנות באופן מדויק ואנטיספטי. במקום זאת, חיינו רחוקים מלהיות מסודרים כמו שעון. איננו יכולים לחיות ללא אי-סדר, הסתבכויות וכאב רגשי ופיזי רב.

הדבר מתחיל כשאנו נולדים. לידה היא תהליך בלתי מסודר הגורם לכאב, מצריך מעורבות ומסבך את חייהם של אנשים באופן בלתי הפיך. וכך גם החיים עצמם!

עבודה, קשרים בין-אישיים, אהבה, מין, חברות, הזדקנות – כל אלה הם עניינים מורכבים ובלתי מסודרים שתמיד מלאים – לפחות באופן חלקי – כאב, קטנוניות, מגבלה, פשרה ומוות. נוסף על כך הם מלאי שמחה ומשמעות, אבל אלה ניתנים רק לעתים רחוקות בטהרתם. יתרה מזו, אין אדם שעובר דרך החיים מבלי שכבודו, חירותו וחלומותיו נשללו או נפגעו. אין מסלול אנטיספטי דרך החיים (Rolheiser, 2005, pp. 217–218).

אולי לא מפתיע כי אחד התחומים שבהם הרוחניות בולטת יותר בעבודה סוציאלית הוא עבודה הקשורה למוות. כשהם עומדים לפני המוות, הן של עצמם הן של אחרים קרובים, אנשים מקווים שיש משמעות לחייהם, שחייהם אינם חסרי תכלית (Lloyd, 1997). לכן הועלה רעיון:

תפיסותיהם הרוחניות של הקליינטיים קשורות בקשר בל יינתק להבנותיהם בדבר סבל ותקווה, וכן ליכולתם להשיג מטרות אישיות וקולקטיביות. צריך תמיד להכיר בכך שצרכיו הרוחניים של האדם קשורים בקשר בל יינתק לצמיחתו ולהתפתחותו. עלינו להכיר בכך ולפעול מתוך מודעות וכבוד לחיבור הבלתי נפרד שבין הצרכים הרוחניים ובין צמיחה והתפתחות (Jacobs, 1997, p. 173).

באופן ספציפי יותר, זוהי משמעות הדבר:

כדי למצוא מודל מכליל של "פרקטיקה רוחנית" עבור כלל העובדים הסוציאליים, אנו חייבים קודם כולל למוד לזהות ולהזדהות עם הצורך הרוחני שאתו האדם מזדהה. יש לו ביטויים הן כלליים והן ספציפיים. ציינתי במקום אחר שעל עובדים סוציאליים להכיר בחשיבות "השמירה על הרוח" בעבודתם עם אנשים שחווים קשיים ולחצים מתמשכים, הנובעים למשל מקיפוח סוציו-אקונומי, כאב, אפליה ודיכוי, כי רק בעזרתה יש סיכוי שאנשים ייחלצו ממצבם.

#### *פרקטיקה בין-תרבותית*

מצפים מעובדים סוציאליים להיות מסוגלים להיפגש ולעבוד עם אנשים הבאים מהקשרים תרבותיים מגוונים, כך שלפעמים הרגישות לאנשים שיש להם מסורות דתיות ורוחניות שונות נכללת במושג הכשירות בעבודה בין-תרבותית (Furness & Gilligan, 2010; Hodge, )

2004a). ייתכן שיהיו השפעות מעשיות ליחס הכבוד כלפי מסורות דתיות של משתמשי השירות, כגון דרישות שלא לצפות ממשתמשי שירות להשתתף בפעילויות כאשר הן עומדות בניגוד למצוות החג של דתם, לספק מזון מתאים, ובמקרה של קליינטים מוסלמים – להבין את חובות הצום ברמדאן (Sheridan et al., 1992). עם זאת, העניין מורכב הרבה יותר מלמידה פשוטה של אמונות היסוד, קוד הלבוש וכללי הכשרות של הדתות העיקריות. זו ודאי הייתה חווייתה של מרי גרופטה (Gruppetta) כשהיא חקרה זהויות דתיות באוסטרליה. כאשר היא ניסתה לערוך ריאיונות היא מצאה שהסיכון הגדול ביותר לפגיעה לא מכוונת במשתתפים היה בהקשר של סוגיות שבהן הייתה שונות רבה בהבנתן בקרב שומרי הדת, ולמרות זאת אנשים מסוימים האמינו שאסור לשנות מעמדתם. עבור שניים ממשתתפי המחקר של גרופטה – מוסלמית אחת והינדי אחד – העובדה שהיא גרה עם כלבים הייתה בעיה חמורה. מתוך היזכרות במפגשה עם האישה המוסלמית היא כותבת:

אף על פי שלקראת פגישות ראשונות אני חוקרת באופן ביקורתי היבטים של לבוש מתאים, מנהגים והתנהגות, כשפגשתי לראשונה את "זרה", אישה מוסלמית אינדונזית, היה ברור שהיא במצוקה והיא ממש נרתעה ממני כשניגשתי אליה. "זרה" הסבירה: "לפי ההלכה האסלאמית, כל דבר שכלב נוגע בו חייבים לרחוץ שבע פעמים, והפעם האחרונה באבק". לא הכרתי היבט זה של אמונה אסלאמית קודם לכן, ואף בסוכנות האסלאמית שהפנתה אליי את המשתתפת לא הזכירו אותו בזמן שהכינו אותי לפגישות. אמונה זו הצריכה משא ומתן ארוך כדי להכין ריאיון נוסף. לכן קבענו שאתקלח ואלבש בגדים "נטולי כלב" לקראת הפגישה הבאה בינינו, ובהגיעי ארחץ את ידיי שבע פעמים כנדרש, והפעם האחרונה ב"אבק". משמעות הדבר שערכתי את הריאיון בידיים מלוכלכות משום ש"זרה" דרשה ציות עד לפרט האחרון (Gruppetta, 2008).

אמנם גרופטה מצאה לאחר מכן עדות שמוסלמים נוספים ייחסו לכלבים טומאה לפי ההלכה המוסלמית, אבל היא גם מצאה שיש מוסלמים אחרים שהתנגדו בחריפות לתפיסות אלו. עוד מצאה גרופטה ש"זרה" טענה טענות אחרות שהיא ייחסה לאסלאם, אבל היו בעצם פירושים שלה ולא הבנות אוניברסליות, כמו טענותיה שאסורה כל גישה לעיתונות או לטלוויזיה במשך הרמדאן. אנשים כמו "זרה" ממחישים כמה קל לפגוע באחר גם כשמדובר באדם שאפשר לייחס לו מידה גבוהה של כשירות תרבותית. יתרה מזו, הם מזכירים לנו שכאשר אנחנו מניחים כי אנו מכירים את עמדתו של האדם על בסיס הידיעה שהוא משתייך לדת מסוימת, אנו עלולים למעשה להנציח את האפליה כלפיו בכך שאין אנו דנים בהבדלים בין-אישיים ואיננו מכירים במשתמש השירות כאדם ייחודי המנסה לנווט את דרכו כאדם דתי בהקשר החברתי והתרבותי שבו הוא מוצא את עצמו (Lloyd, 1997).

## רוחניות אישית של עובדים סוציאליים

כבר לפני זמן רב הכירו בכך שאמונות דתיות (Ashencaen Crabtree & Baba, 2001; Cree, 1996) וערכים רוחניים (Sacco, 1996) משפיעים על סטודנטים רבים ללמוד עבודה סוציאלית במקומות מגוונים כמו מלזיה, שבה רוב הסטודנטים הם מוסלמים (Ashencaen Crabtree & Baba, 2001), ארצות הברית ובריטניה, שבהן רוב הסטודנטים עשויים להיות נוצרים (לפחות באופן רשמי אם לא באופן פעיל) (Canda & Furman, 1999; Cree, 1996) ודרום אפריקה, שבה הושפעו סטודנטים רבים מסוג מסוים של רוחניות אפריקנית (Sacco, 1996). לכן:

ניתן לחשוב על עבודה סוציאלית במובנה הטוב ביותר כיעוד רוחני. אין הכוונה שכל העובדים הסוציאליים... דתיים. אלא הכוונה היא שיש להם מודעות לסבל ולאפשרות של טרנספורמציה. משמעות הדבר היא שיש מניע של חמלה, של עבודה יחד עם אנשים אחרים כדי לסייע לנו להתגבר על מכשולים... (Canda & Furman, 1999, p. 9).

למרות זאת, סקר שבדק 123 סטודנטים לתואר שני בעבודה סוציאלית באוניברסיטה ציבורית במערב התיכון של ארצות הברית גילה שמעל ארבע חמישיות (82.9%) הסכימו כי רוחניותם רלוונטית לחייהם המקצועיים, אך הדבר לא בא לידי ביטוי בעבודתם עם משתמשי השירותים. זאת, למרות העובדה שעבור שלושה רבעים (74.8%) ממשנתפי המדגם הייתה רוחניותם או דתם גורם שהשפיע על החלטתם לבחור בעבודה סוציאלית כקריירה (Rizer & McColley, 1996). נראה כי כשם שבמשך רוב ההיסטוריה שלו מקצוע העבודה הסוציאלית לא הכיר בחשיבותה של הרוחניות בחייהם של משתמשי השירותים, כך הוא לא הכיר בצורכיהם הרוחניים של העובדים המקצועיים שלו (Lindsay, 2002; Murdock, 2005).

ברובם המכריע של מוסדות ההכשרה בעבודה סוציאלית, כמעט לכל אורכה של המאה העשרים, התכנים הקשורים לדת ולרוחניות בחינוך לעבודה סוציאלית היו מוגבלים ביותר אם אכן התקיימו (Gilligan & Furness, 2006; Lindsay, 2002; Marty, 1980; Wagler, 2005). אם היה יחס לדת או לרוחניות, היחס היה לרוב שלילי, זאת כדי שהסטודנטים ילמדו להפריד בין חייהם הרוחניים ובין עבודתם המקצועית (Crisp, 2008; Lindsay, 2002). אולם כיום קיימת הכרה ההולכת וגוברת שעובדים סוציאליים צריכים לבחון את רוחניותם כדי להיות יעילים בסיועם למשתמשים בשירותים שיש להם שאלות דתיות ורוחניות. באופן כללי יותר הוצע שבשל טבעה התובעני של הפרקטיקה בעבודה סוציאלית, חיוני שעובדים סוציאליים יחברו באופן קבוע לגורם שמחוץ לעצמם (Gumz et al., 2003). הועלה אפילו הרעיון ש"עבודתנו לקראת שלמות עם הקליינט מחייבת אותנו לעסוק בהתבוננות במסע הרוחני והפסיכולוגי שלנו עצמנו" (Jacobs, 1997, p. 173).

ייתכן שנקודות המבט הדתיות של עובדים סוציאליים משתקפות בגישתם לעבודה המקצועית (Canda, 1988). אף שסטודנטים לעבודה סוציאלית ואנשי מקצוע מרבים לטעון שדתם ורוחניותם משפיעות על עבודתם, מעטים טוענים שהיו מעודדים משתמש בשירות לקבל על עצמו או לעזוב דת כלשהי (Rizer & McColley, 1996). מצד שני, ישנם עובדים סוציאליים המצטרפים בגלוי לקליינטים בפולחן דתי כגון תפילה, אף על פי שעובדים סוציאליים רבים וארגוני שירות רבים יתפסו מעשים כאלה כבלתי הולמים מבחינה מקצועית (Doel et al., 2009).

חשוב שעובדים סוציאליים יבינו את רוחניותם, אך עוד עליהם לוודא שהם אינם משליכים הבנות אלו על משתמשי השירותים (Gollnick, 2005). אזהרה זו ראויה במיוחד לציון לאור העובדה שעובדים סוציאליים אינם משקפים באמונות ובפרקטיקות הדתיות והרוחניות שלהם את האוכלוסיות שאותן הם משרתים (Hodge, 2005a). לא זו בלבד שעובדים סוציאליים נוטים פחות להזדהות עם מסורת דתית, אלא בין העובדים הסוציאליים בצפון אמריקה מעטים מבין אלה המזדהים עם מסורת דתית באים ממסורות דתיות שעמן משתמשי השירותים נוטים להזדהות, ובמקרים מסוימים אלה המסורות שהיו פעילות בייסודה של עבודה סוציאלית כמקצוע (Hodge, 2003b). ממצאים מחקריים מעידים שייתכן כי לעובדים סוציאליים יש השקפות ליברליות יותר מאלו של הציבור הכללי בסוגיות הקשורות לחיי משפחה, גידול ילדים ומיניות (Hodge, 2003a), ושהם ליברליים יותר באופן משמעותי בהשקפותיהם אף מאנשים עם אותה השתייכות דתית (Hodge, 2002b). לכן כה חשוב שהעובדים הסוציאליים ייזהרו מלהשליך על הקליינטים הנחות שאין להן בסיס במציאות חייהם של רוב משתמשי השירותים (Hodge, 2003b).

## **סיכום**

כפי שהמחיש פרק זה, קיימת מחלוקת מתמשכת בדבר הצורך בקשר בין רוחניות ובין עבודה סוציאלית, ואפילו כשהוכרה חיוניותו של קשר זה, לא הובהר מה צריך להיות אופיו. סיבה עיקרית לכך הייתה הנטייה שלא להבחין בין דת ובין רוחניות, ולרוב הדת – ולא הרוחניות כשלעצמה – היא שנתגלתה כבעייתית. העיקר הוא שהרוחניות עוסקת במה שחשוב לאנשים, והדבר יכול לכלול או שלא לכלול דת.

## הקדמה: מציאת קול לרוח

ג'יליאן וייט

### המקור:

White, G., *Talking about Spirituality in Health Care Practice – A resource for the multi-professional health care team*, pp. 11–23

זה מאות בשנים מבינים שההיבטים הטכניים של רפואה וכירורגיה הם רק חלק מהטיפול הבריאותי. גם בימינו נשארה תחושת מסתורין, אף שיש לנו המתודולוגיות המדעיות הטובות ביותר, ולמרות ההתפתחויות הטכנולוגיות המרשימות. שלא כפי שעשו ציביליזציות קדומות יותר, אין אנו לוחשים עוד לזקני השבט שהלכו לעולמם או לרוחות מעולם הטבע. אך עדיין אנו מופתעים מהבלתי צפוי, ונשארים עם התחושה שהצלחה אינה תלויה רק בתרופות או בכירורגיה.

במאה השבע עשרה "הומלץ לחולה לטפח מצב נפשי רגוע ולהימנע מכעס או מעצב; עליו להרגיש ביטחון ברופא" (Tomalin, 2003, p. 62). בשנים האחרונות מתעורר מחדש עניין במה שמכנים בשם "רפואה הוליסטית", היבט של בריאות שנמצא מחוץ למדידה ולטכניקה וחובק מספר קשרים מורכבים. ראשית, ישנו הקשר של האדם לעצמו: האם למשל יש לאדם תחושת ייעוד או משמעות, קוד שעל פיו הוא חי וגישה חיובית או שלילית כלפי העולם. שנית, ישנו הקשר שבין האדם לעולם הטבע: תחושת פליאה או אחדות עם ריתמוס הבריאה ונפלאותיה. עוד ישנם קשרים בין-אישיים ותרפויטיים הכוללים גם קשרים עם אנשי מקצוע בתחום הבריאות, נותנים לפציינט ביטחון ומגדילים את יעילותו של הטיפול.

בתוך הגישה ההוליסטית ניתן למצוא קשר בין מארג מורכב זה של קשרים ובין המרכיב הרוחני של הטיפול. אנשי מקצוע בתחום הבריאות המנסים לעבוד באופן הוליסטי עומדים לפני מספר שאלות דחופות בדבר מרכיב זה של הטיפול. שאלות, כמובן, על מהות הרוחניות, אבל גם על התהליך שבאמצעותו ניתן לפתח הבנה משותפת בעניין הנושא המורכב הזה; על שילוב הבנה זו בפרקטיקה; על עיסוק בטוח יותר במרכיב ספציפי זה של בריאות ואיכות חיים. הצוות הטיפולי הרפואי הרב-מקצועי יכול לספק מסגרת בטוחה אך מאתגרת של חקר הרוחניות, לטובתם של קליינטים, מטפליהם ואנשי המקצוע בתחום הבריאות עצמם.

אני כותבת כדיאטנית שעבדה יותר מעשרים שנה במגוון מסגרות בריאות של טיפול אשפוזי וקהילתי. לפני יותר מעשור, לאחר שכבר עבדתי במשך מספר שנים בבית חולים אונקולוגי,

התחלתי לעבוד גם במרכז חדש לטיפול תומך (palliative care). כאשר התחלתי בעבודה זו חשבתי שאני מודעת לגישה ההוליסטית והייתי בטוחה שאני פועלת מתוכה. הרוחניות שלי הושפעה מאמונתי הנוצרית. ידעתי שאחרים הושפעו מחוויות אחרות, אך דמיינתי שיש לנו הרבה מן המשותף. ביטחון זה אותגר באופן הדרגתי בעקבות עבודתי במרכז. קליינטים דיברו אליי כדיאטנית לא רק על תיאבונם אלא גם על הרגשתם שהם יורדים לטמיון; מטפלים דיברו לא רק על הקשיים בהאכלה אלא גם על אבדן המשמעות והתקווה אצל אותו אדם. לא חוויתי את הדברים כשאלות דתיות או דיאטטיות, אבל היה ברור שהם קשורים לתפקידי במרכז. הכשרתי המקצועית לא סיפקה לי מענות לשאלות כאלה. אכן, מעולם לא דנו בהן בהקשר מקצועי, אך חשתי שעליי לעסוק בהן. אמנם אמונתי הנוצרית רואה ברוחניות ערך, אך כאשר קליינטים ועמיתים חיו לפי מערכות אמונה השונות משלי – ואפילו כשחיו לפי אותן אמונות – היא לא עזרה לי לעבוד אתם בדרך ההוליסטית. הקשבתי מקרוב לקליינטים והתחלתי לקרוא יותר ולחשוב יותר על טיפול הוליסטי, ובמיוחד על רוחניות. האם ייתכן שאלו שאלות רוחניות? מתוך מה שקראתי הבנתי שזו אכן אפשרות, אבל עדיין לא היה ברור לי מה משמעות הדבר וכיצד עליי להגיב.

כאשר העליתי סוגיות אלו באופן ניסיוני לפני עמיתים בתחום הבריאות, מצאתי שבעקבות עבודתם בטיפול תומך התעורר גם אצלם עניין חדש או מוגבר ברוחניות. למרות עניין זה ותמיכת ההנהלה בגישה ההוליסטית במרכז, היינו מודעים לפער בין ההבנה והפרקטיקה בטיפול רוחני ובין היבטים אחרים של עבודתנו. שמנו לב כמה קשה לנו לעמוד לצדם של קליינטים שנאבקו בעצמם עם שאלות על חייהם כמכלול. הרוחניות העלתה שאלות אישיות וגם מקצועיות, ועוררה בנו שאלות על משמעות החיים שלנו וגם של הקליינטים.

בהקשר זה התחלתי לחפש הזדמנות להתמודד עם השפעות התחושה המהוססת שלי שבכל אדם יש פוטנציאל רוחני מולד, פוטנציאל שכעת בדרך כלל אינו מובן או שהנו מזנח. הייתה זו התחלה של שלב חדש במסע חיפוש לקראת הבנה ברורה יותר ומכלילה יותר של רוחניות. עדיין לא הרגשתי מומחית – רחוק מכך – אבל הייתי מודעת לדרכים שבהן השתנו תפיסותיי לאורך הזמן וכיצד השפיע הדבר על הפרקטיקה שלי בעבודה ואף על חיי באופן כללי. חלק חשוב במסע זה היה יצירתן של הזדמנויות לחקור רוחניות עם קבוצות אנשים, ובמיוחד עם עמיתיי אנשי המקצוע בתחום הבריאות, ובכלל זה הקבוצות הבאות:

- **קבוצת מחקר** המורכבת ממשתתפים בצוות הרב-מקצועי במרכז לטיפול תומך; הקבוצה נפגשה בקביעות לאורך קצת יותר משנה כדי "לחקור רוחניות במטרה לראות איך היא תשפיע על עבודתנו".
- **שתי קבוצות חינוכיות** עם משתתפים ממסגרות טיפול אשפוזי וקהילתי, שעברו הליך שפותח בעקבות החוויה בקבוצת המחקר; כל קבוצה נפגשה לאורך ארבעה עד שישה

שבועות כדי לחקור רוחניות בטיפול תומך; קורסים אלה נמשכו גם לאחר שעקרתי מהאזור ותמה השתתפותי.

- **קבוצת מסע לתוך האמונה**, שהייתה מורכבת ממשתתפים מן הכנסייה האנגליקנית; הקבוצה נפגשה אחת לחודש כדי לחקור חוויות של אמונה ורוחניות.

אנשים בקבוצות התחילו, בביישנות מסוימת, לבטא את רעיונותיהם ודאגותיהם בדבר תחום זה בחייהם; לרוב היינו מודעים עד כאב לחוסר הוודאות שלנו. כאשר שמענו אחרים הנאבקים באותו אופן, גברה בנו המודעות לקושי העצום שהיה כרוך בביטוי הרעיונות הניסיוניים על רוחניות במילים שכולנו יכולנו להבין. למדנו לבטוח זה בזה והתחלנו לדבר לא רק על העבודה אלא גם על חיינו שלנו, והתחלנו לראות רוחניות גם שם וגם שם ולקשר בין התחומים. לאט לאט יכולנו לפתח הבנה משותפת של רוחניות שעזרה לנו להתגבר על מחסומים בינינו, אף שרעיונותינו וחוויותינו נשארו שונים מאוד. חוויות אלו השפיעו על עבודתנו המשותפת כחברים בצוותים רב-מקצועיים; לא זו בלבד שהייתה לנו הבנה תיאורטית טובה יותר של הרוחניות, אלא הבנה זו אף הייתה מעוגנת בחוויותינו היומיומיות. בעת התהליך פיתחנו גם מקום שבו נוכל להמשיך לחקור את הסוגיות הרלוונטיות לאורך זמן. כמנחה בחלק מקבוצות אלו היה מעודד לראות עד כמה השפיע התהליך הזה על יחידים ועל צוותים; ספר זה מספק הזדמנות לחלוק חוויות אלו באופן רחב יותר כתרומה לתחום.

### **גלות מחדש את הרוח במקצועות הבריאות**

תחילת המילניום החדש הייתה רגע מתאים לשים לב למעברה של הרוחניות בעולם המערבי מלב לבם של חיי היומיום למקום לא ברור בשולי החיים. הנצרות, במשך דורות הגורם הדתי הדומיננטי באירופה, נהפכה לדת אחת בין רבות בעולם שלרבים בו אין כלל דת. הולך וגדל הפער בין העניין הגובר ברוחניות ובין העניין הפוחת בדת. חיי היומיום ממשיכים כמעט ללא עיסוק בדת – דבר שהיה בלתי נתפס רק לפני מאה שנה – למרות סקרים, כמו סקר "נשמתה של בריטניה" (Heald, 2000), המצביעים שאנשים רבים עדיין מאמינים בכוח עליון או בישות אלוהית. פרויקט קנדל המרתק (Heelas & Woodhead, 2005), שנערך כדי לבחון את הטענה שאנו בעיצומה של מהפכה רוחנית, גילה איך התפצלות זו נראית במציאות. הפרויקט מראה חפיפה מעטה בין המרחב הקהילתי (או הכנסייתי) ובין הסביבה ההוליסטית; הגישה ההוליסטית מדגישה התפתחות סובייקטיבית אישית, ונראית במגמת עלייה כי היא תואמת את הדאגות והתפיסות של הזמנים העכשוויים. לעומת זאת הדגש הסמכותי-חיצוני, שהנו חלק מרכזי של רוב התורות הדתיות, זוכה לפחות ופחות עניין.

המונח "רוחניות" הפך להיות כה רחב עד שיש ביכולתו לכלול כמעט כל דבר המקנה הרגשה של חמימות. מצב זה מעודד גישה פתוחה וטווח רחב, אבל עם זאת מלמד על הבנה ובהירות

הלוקות בחסר. רעיונות על רוחניות נשארים חשופים למניפולציה ולהתמקדות פנימית מוגזמת, מצב שבו "הכול הולך" ולא משנה מה חושבים אחרים! בחברה המודרנית הפלורליסטית שלנו, כפיית מסגרת נוצרית או אפילו רב-דתית אינה מקובלת על הרוב, אבל עדיין לא התהוותה מסגרת אלטרנטיבית שמתוכה נוכל להבין מהי רוחניות. פרויקט קנדל מצביע שהגישה ההוליסטית היא חלק בלתי נפרד של מסגרת מתהווה הכוללת ערבוביה לא ברורה של מיסטיקה ואורח חיים, הורוסקופים וטיפולים משלימים. מצב זה משאיר פער שבגיניו קשה לדבר מתוך הבנה משותפת על רוחניות, וקשה עוד יותר לפתח מידה כלשהי של הבחנה בדבר תערובת מבלבלת זו.

פעילויות הוליסטיות רוחניות רבות מדגישות את חשיבותן של בריאות ואיכות חיים, והשינויים שתוארו לעיל השפיעו כל אחד כשלעצמו על תחום הבריאות. הרוחניות נמצאת מבודדת מצורות אחרות של ידע והבנה שהנן חשובות בתחום הבריאות. דגש הולך וגובר בפיתוח ידע עובדתי מתוך אינדוקציה מהתנסויות ובמיוחד מניסויים מדעיים הביא להפרדה הדרגתית בין האמנויות ובין המדעים. אם דת (ורוחניות) קשורות בדרך כלל לאמנויות, מערכת הבריאות המערבית בחרה להתבסס על המדעים הפיזיים, שחשיבותם הולכת וגוברת. אכן, טיפול בריאותי מודרני נשלט על ידי המודל המדעי הרפואי, שהוא עצמו אינו אלא מורשת של ההשכלה. למרות חיוניותה לפתרון בעיות טכניות, גישה זו מועילה פחות כאשר היא מיושמת בסוגיות מוחשיות פחות כמו משמעות או תקווה, או כנגד המחלות של גיל הביניים והזיקנה המתפשטות יותר ויותר. התפכחות מהמודל הרפואי גרמה להתחדשות העניין ברעיון שטיפול בריאותי הוא גם אמנות וגם מדע. גם בתוך הרפואה האורתודוקסית מתעורר עניין בגישה ההוליסטית, ולרוחניות יש תפקיד חשוב בתופעה זו.

כאשר אנשים מחפשים גישה הוליסטית יותר לבריאות ואיכות חיים, שאלות קיומיות על משמעות, תקווה וייעוד חזרות לסדר היום הבריאותי. נראה שתרפיות אלטרנטיביות, דיאטות מזרחיות ומדיטציה מזהות עם סוגיות אלו יותר מאשר דאגותיה של הרפואה הקונבנציונלית. למען האמת, שורשה של המילה health (בריאות) הוא whole (שלם), ועל כן ברור שבריאות צריכה לכלול את הפיזי, הרוחני, המוסרי והנפשי. במקום להתנגד להולזים, הרפואה הקונבנציונלית צריכה לגלות מחדש גישה הוליסטית באמת שבה כל אדם מוכר כשלם ייחודי (גוף, נפש, נשמה) החי בקהילה מסוימת ומסוגל להשיג טיפול רפואי באיכות גבוהה המבוסס על עדות מחקרית כאשר הדבר נדרש. היערכות מחדש זו מכוונת לבריאות אופטימלית, מתוך הכרה שבריאות ואיכות חיים מושפעות מדברים רבים. פעילות פנאי, קשרים בין-אישיים וחוויות רוחניות, נוסף על טיפול פיזי – כולם עשויים למלא תפקיד. הרוחניות נמצאת בלב התהליך הזה, והיא מזכירה הן לאנשי המקצוע הן לקליניטים שהחיים כוללים יותר מהפיזי והחומרי.



הטיפול התומך סלל את הדרך לקידום הגישה ההוליסטית ברפואה, בדונו בתובנותיהן של הגישות המשלימות והאלטרנטיביות בצד החידושים המדעיים והטכנולוגיים המתקדמים ביותר. אך גם בטיפול התומך מונעת לעתים אי-בהירות בדבר הרחניות את שילוב המרכיב הזה של הגישה ההוליסטית בעשייה בפועל. העיסוק ברוח האדם, גם בבריאות וגם בחולי, הוא חיוני לגישה. לדוגמה, מתברר שרוחניות היא כוח התמודדות רב עוצמה עבור אנשים ששרדו לאחר סרטן; מדיטציה והרפיה הפכו למרכיבים מוערכים של טיפול בריאותי המאששים הן את הרוח הן את הגוף; מוטיבציה, הערכה עצמית ואישיות מוכרות כגורמים המשפיעים על הבריאות נוסף על הגורמים הפיזיים; בתחומים מסוימים נמצא קשר חיובי בין פרקטיקה דתית ובין בריאות.

קשרים אלה בין רוחניות לבריאות הנם תזכורת רבת עוצמה שאסור לצוות הרב-מקצועי להתעלם מההיבטים הלא מוחשיים של החיים. אמנם בריאות לקויה עלולה להביא את האדם להטלת ספק בערכים ואמונות, אך הרוחניות רלוונטית בשווה כאשר הבריאות היא טובה או לקויה. הרוחניות היא מרכיב בקידום בריאות ובטיפול עצמי לא פחות מאשר תוספת לטיפול. אכן, הרופא האמריקני בנסון השווה את הבריאות ואת איכות החיים לשרפרף בעל שלוש רגליים: תרופות; כירורגיה וטיפולים אחרים; טיפול עצמי. בהיעדר אחת מן הרגליים – השרפרף לא יוכל להתאזן (Benson & Stark, 1996, pp. 22–23). הגישה ההוליסטית מאשרת כי כל מקום שבו מזניחים את הרוחניות (חלק מטיפול עצמי לפי דימויו של בנסון) יש פגיעה בבריאות ובאיכות החיים. אם בטיפול בריאותי אנו שואפים לשלמות (wholeness) ולאיכות חיים עבור קליינטים והמטפלים בהם, אנו חייבים לעסוק בהיבט הרוחני. זאת, גם אם בשל הבלבול העכשווי בנושא הרוחניות הקליינטים ואנשי המקצוע אינם מוכנים היטב להתמודדות עמה. שאיפתנו צריכה להיות שהרוחניות תהיה משולבת בכל טיפולי הבריאות במקום המצב כעת, שבו לעתים היא תהיה תוספת.

### **ללמוד לדבר על רוחניות**

גם אם נקבל את הטענה שכאנשי מקצוע בתחום הבריאות אנחנו צריכים לגלות מחדש את הרוחניות, למה אנו חייבים לדבר עליה? הרוחניות יכולה "ללכת לאיבוד" בתוך מטר המילים המסיחות את הדעת ממה שצריך לחוות ולחיות. למרות זאת, צוותים רב-מקצועיים הרוצים לשלב את הרוחניות בעבודתם צריכים להיות מסוגלים לדבר עליה בנוחות במונחים שהם, עמיתיהם והקליינטים שלהם יכירו ויבינו. הבנה בסיסית משותפת זו הנה תנאי קודם למתן תמיכה רוחנית ויסוד חיוני לכל הערכה ופעולה.

עבור רוב האנשים שאינם משתייכים לקבוצה דתית או פילוסופית, נדירות מאוד הן ההזדמנויות שבהן ניתן לדבר בפתיחות על רוחניות ברמה שאינה השטחית ביותר. השיח על רוחניות נסב בעבר על תפילה או פולחן; כעת אנשים מדברים במקום זאת על גינון או

מדיטציה. ייתכן שכל אלה הם רק דרכים מוחשיות לתת ביטוי לנושא שאינו מוחשי. הרוחניות אינה נכנסת בקלות למסגרות מילוליות, והקושי הכללי בביטוי מושגים לא רציונליים מחריף בעקבות הנטייה להתייחס בלעג לסוגיות רוחניות. סוגיות אלו נחשבות אינדיבידואליות מאוד ואישיות מאוד, וכל אתגור לרעיונות רוחניים יכול להיתפס כהתקפה מצד הדובר או השומע, וכל אחד מהם עלול להסתייג משיחה כזו. הקשר המתמשך עם הדת מסבך את המצב עוד יותר ביצרו אווירה מקוטבת שבה כמעט בלתי אפשרי לחקור את הרוחניות בפתיחות עם אנשים אחרים. אדם אחד תיאר זאת כך:

אני מאמין שהרבה אנשים מרגישים שזה קשה ומבלבל מדי: "אין לי מושג איפה להתחיל, קראתי ספר על הבודהיזם ודבר אחד או שניים חהו זה". אז הם סוגרים את הדלת. אבל אז חולים במחלה מסכנת חיים ועולה המחשבה: "החיים נגמרו או מאוימים, ואף פעם לא הקדשתי את הזמן כדי לחשוב עליהם או לעבד דברים". ויש חרטה עצומה.

היות שרבים שבויים כך בידי דעות קדומות ואי-הבנות, לא פלא שמעטים מאוד הם הניסיונות לחקור רוחניות יחד עם אחרים. אבל לקליינטים המנסים בגבורה לבטא את רעיונותיהם על מרכיבי חייהם שהנם יותר מפיזיים ושכליים מגיע לזכות לתגובה טובה יותר מביטול או מהתעלמות. אם כאשת מקצוע בתחום הבריאות המתיימרת לעבוד לפי גישה הוליסטית איני מכירה קולות אלה או איני מגיבה להם, בפועל אינני מגשימה את המנדט שלי.

המבוכה באשר לרוחניות הנה מורשתה של ההיסטוריה המערבית לא פחות מאשר של המודל הרפואי. בתקופת ההשכלה יוחס לרציונליות האנושית ערך כה גבוה עד שהיא הפכה להיות הדרך העיקרית להבנת העולם, דבר שהביא כשלעצמו לפיחות בערכן של צורות ידיעה אחרות. אנשי מקצוע בתחום הבריאות מכירים את שפתן הרציונלית של יעילות ושל עדות מחקרית, אבל מילים אלו לא כל כך משתלבות עם רעיונות על רוחניות המתאימים יותר למטפורה, סמל וסיפור. יש ללמוד שפה חדשה, והדרך הטובה ביותר לעשות זאת היא בוודאי להשתמש בעצמנו בשפה זו כאשר אנו מדברים עם עמיתינו על רוחניות.

לאחר שאנשי מקצוע בתחום הבריאות ידברו על רוחניות בינם לבין עצמם, הם ירגישו יותר בנוח לדבר על סוגיות רוחניות עם קליינטים. אמנם הרצאה קצרה במסגרת השתלמות לפיתוח מקצועי יכולה להגביר את המודעות לרוחניות, אבל מעטים הם הסיכויים שהיא תספק את ההזדמנות הנחוצה להתבוננות משותפת שבה ניתן לחקור סוגיות כאלה באופן טבעי וקונסטרוקטיבי. אפילו הטיפול התומך, המקדם באופן משמעותי מאוד את הגישה ההוליסטית, מספק הזדמנויות מועטות בלבד לאנשי צוות לחקור רוחניות יחד עם אחרים מתוך שילוב בין חוויה אישית לתיאוריה אקדמית. אם רוחניות היא אכן מרכיב בלתי נפרד

בטיפול הוליסטי, כל מי שעובד במערכת הבריאות צריך להיות מודע לסוגיות הרלוונטיות, לחיות מספיק בנוח אתן כדי לאפשר את ביטוין ולהגיב באופן מועיל כשהקליינט מעלה אותן. כדי שתהליך זה יתרחש בפועל, יש צורך הן בהכשרה ראשונית הן בהכשרה המשכית. מניסיוני נוכחתי שלמידה כזו מצריכה מרחב בטוח שבו ניתן להכיר ולשקול רעיונות שקודם היו בגדר מובנים מאליהם – למשל: הרעיון שרוחניות קשורה תמיד לדת או שהיא הופכת להיות חשובה רק לקראת סוף החיים. העלאת הנחות אלו לדיון מאפשרת את שקילתן מחדש ואתגורן לאור הניסיון. התבוננות כזו יכולה להביא לשינוי (או לאישוש) כך שהשפעתן של הנחות היסוד על הפרקטיקה נהיית פתוחה ושקופה יותר. ההתבוננות עם קבוצת אנשים מספקת הזדמנות לשאוב ממגוון חוויות ורעיונות, ועל בסיסם אפשר לצייר תמונה מעמיקה ורחבה יותר של רוחניות. ההתבוננות גם מצריכה, לפחות במידה מסוימת, שאנשי הצוות המשתתפים יתנו ביטוי לרעיונותיהם על רוחניות. כאשר אנשים נפגשים עם רעיונותיהם של האחרים ומנסים להסביר את אלו שלהם, אמונות סמויות והנחות שבקושי הכירו בקיומן נעשות ברורות וגלויות יותר.

ההזדמנות להתבוננות עם אנשים שאתה מרגיש אתם בטוח ובנוח, ולהוסיף קטעים כמו "כן, אני לא מאמין בזה", "אהה, זה לא נראה לי נכון" – זה משהו, לא? עכשיו אני יודע שאני לא מאמין בזה, זה מדהים כמה עוצמה יש בזה.

דרוש פורום שבו ניתן לעגן את הלמידה על רוחניות בניסיון פרקטי, שבו יוכלו אנשי הצוות המשתתפים לשקול את השפעותיהם של הרעיונות החדשים על חייהם ועבודתם. השימוש בהתבוננות בתהליך זה מוודא שמושגים תיאורטיים אכן קשורים לפרקטיקה המעשית, שכשלעצמה מאותגרת באמצעות מושגים תיאורטיים. בדרך זו ניתן לגשר על הפער שבין התיאוריה לפרקטיקה.

איזה מקום לתרגול השיח על רוחניות הנו טוב יותר מצוותים רב-מקצועיים? אדם שהשתתף בפורום כזה ביטא זאת כך:

אני לקראת סוף הקריירה שלי כעת, וכמעט שכחתי למה נכנסתי לתחום מלכתחילה; הקורס הזה הזכיר לי. כל כך הרבה קרה, הביורוקרטיה והפוליטיקה לאורך השנים, והכול השתנה כל כך. אתה נהיה מוסט ונשחק מכל הזבל שיש. הדבר הזכיר לי שלבה של הרפואה הוא האנשים ומהותה של הרפואה היא הרוחניות.

הבילוי המשותף לאורך זמן עם עמיתים בניסיון להבין את הרעיונות החמקמקים האלה יכול לקרב בין אנשי הצוות מתוך תהליך של גיבוש הבנה ברורה ומשותפת מהי רוחניות. הצוות הרב-מקצועי הוא הקשר עשיר במיוחד שבו למידה זו יכולה להתרחש. כאשר אנשי הצוות המשתתפים מהרהרים יחד, ביטחונם והבנתם בנושא צומחים ומעמיקים. צוותי בריאות רב-

מקצועיים, אשר באמצעות תהליך זה פיתחו הבנה משותפת של רוחניות, יוכלו לתמוך יותר בגישה פרו-אקטיבית לליווי רוחני, שבה מוודאים שקליינטים ומטפליהם יוכלו לדבר על עניינים רוחניים אם ירצו בכך. בהירות גדולה יותר מפחיתה את הסיכון שהצעת טיפול רוחני תיתפס כהטפה, ומוודאת כי יש מקום לדבר בטבעיות על מגוון רחב של סוגיות רלוונטיות – החל בטיפולים משלימים, פעילות פנאי וקשרים בין-אישיים, וכלה בשאלות מטפיזיות על משמעות החיים או על החיבור לכדור הארץ. אפשר יהיה להעלות לדיון פרקטיקות שונות ולאטגר אותן בעדינות במקום להשאירן סמויות.

רוחניות היא סוגיה רגישה, ולכן תהליך זה של חקר מצריך תמיד בניית מרחב בטוח שבו יוכלו אנשים לשתף ללא פחד ברעיונות וחוויות. כל מפגש קבוצתי של חקר רוחניות חייב לספק מסגרת שהנה גם מאתגרת וגם תומכת, ובה אנשים מכבדים זה את זה ומוכנים להקשיב לתפיסות שונות במקום לכפות את אלו שלהם.

### **הבנה משותפת של רוחניות**

באופן מסורתי המילה "spirit" קשורה לנשימה או לעיקרון המחיה של החיים, כמו במילה *respiration*, פוטנציאל מולד בכל אדם שניתן לטפחו (או אולי להתעלם ממנו) לאורך כל החיים. הבנה אחרת של רוחניות דנה באותם מרכיבים של החיים המתעלים על הפיזי והאינטלקטואלי, מובחנים מהם אך אינם נפרדים מהם. לדוגמה, רנצקי, עובד סוציאלי אמריקני, מתאר את הרוחניות כ"ממד רביעי" של בני אנוש שעניינו "הכוח בחיי האדם הנותן משמעות, ייעוד והתגשמות; הרצון לחיות; האמונה שיש לאדם בעצמו ובאחרים ובכוח שהוא מעל ל'אני' " (Renetzky, 1979, p. 215).

למשל: תקווה, אהבה וחברות נמצאות בזירה זו ותורמות לתחושת המשמעות או הייעוד המעניקים השראה לאנשים רבים. משמעות יכולה להיתפס הן כחיצונית ואבסטרקטית – למשל: כקשורה לישות אלוהית – הן כפנימית ותכליתית, הקשורה לתחושת הערך של האדם או להערכתו העצמית. שני המובנים יכולים להיות חשובים בהבנת הרוחניות. ססילי סונדרס (Cecily Saunders), מייסדת התנועה המודרנית לטיפול בהוספיס, ראתה קשר מובהק בין רוחניות ובין החיפוש אחר משמעות. היא שאבה השראה מעבודתו של ויקטור פרנקל, שחוויותיו במחנות הריכוז של הנאצים גרמו לו להעלות לא רק את הרעיון שאנשים מחפשים משמעות אפילו בתנאים המחרדים ביותר, אלא אף את הרעיון שתחושה ברורה של משמעות גם מביאה להתמודדות טובה יותר (Frankl, 1964). מתברר שהחיפוש אחר משמעות בדברים קטנים כגדולים הוא גורם מוטיבציוני בעל עוצמה בכל שלבי החיים, אף כי ייתכן שהוא נהיה לוחץ יותר לקראת המוות. תחושת החיבור – עם אנשים, עם כדור הארץ או עם כוח עליון – יכולה להיות דרך אלטרנטיבית ומעשית להבין את הרוחניות. כאשר היא

מתוארת במונחים כאלה, רוחניות הופכת להיות חלק בלתי נפרד של היבטים רבים בחיים, אולי לא רחוקים כל כך מפעילויות כמו גינון וספורט.

בניגוד לראייה רחבה זו, פעמים רבות מדי תופסים את הליווי הרוחני במובנים דתיים. גם כאשר מרחיבים אותו אל מחוץ לנצרות כדי לכלול בו את כל הדתות, ראייה זו מדירה אנשים רבים שאינם משתייכים כלל לדת כלשהי או משתייכים באופן רשמי בלבד. ראייה זו גם אינה מכירה בכך שקשרים עם אחרים, שירות לציבור, חוויית עולם הטבע, אמנות או מחיקה משפיעים על רוחניות האדם אצל אנשים עם אמונות דתיות ספציפיות ובלעדיהן. תפיסה שלמה יותר של רוחניות כוללת הן איכות חיים רוחנית הן התמודדות רוחנית, והופכת להיות חלק מחיי היומיום במקום להתמקד רק בבריאות לקויה. גישה זו לרוחניות הנה רלוונטית לכל ההיבטים של טיפול בריאותי: בטיפול תומך למשל אנשים יכולים לחיות חיים מלאי משמעות, אפילו אושר, כשהם מכירים באינטנסיביות חדשה כמה יקרים הם החיים.

הפסיכולוגית הצרפתייה מארי דה הנזאל מתארת בספרה *מוות אינטימי* (De Henezal, 1997) איך היא נעשתה מודעת יותר לרוחניות כשדיברה עם אנשים שקיבלו טיפול תומך. אורחות החיים המודרניים, גם אלו של אנשי מקצוע בתחום הבריאות, מנותקים מרוחניות ורק לעתים רחוקות יש בהם מקום לטיפוח רוחני שהיה יכול לחדש את החיבור. הבנה ברורה יותר של רוחניות מבליטה את חשיבותה של גישה מאוזנת לחיים ולעבודה, ומזכירה לאנשים מה חשוב באמת. היא גם מציעה דרכים רבות, לרבות דרכים לא דתיות, שבהן ניתן לחקור את הרוחניות – ובכלל זה מגע עם הטבע, מדיטציה, פעילויות יצירתיות וקשרים, כולם פעילויות התומכות ברוחניות אך אינן כוללות אותה בשלמותה.

ייתכן שאנשי מקצוע בתחום הבריאות יבטאו את רוחניותם באופן שונה מאוד מזה של הקליינטים שלהם; התפקיד המקצועי בליווי רוחני אינו להיות בעל התשובות או לתת עצה, אלא לסייע לקליינט בחקר רוחניותו שלו. אף שהנחת היסוד שלי היא כי השיח על רוחניות הוא חלק חיוני של כל ניסיון להבין אותה טוב יותר, חשוב להכיר בכך שהגדרת הרוחניות נשארת תמיד חמקמקה. אין תשובות קלות וחד-משמעיות לשאלות שעולות, גם אם הדבר מעורר אי-נוחות רבה. הכרה באי-ודאות וקבלתה מערערות את הגבולות המקצועיים; אנשי המקצוע עוברים מקשר שבו הם המומחים בעלי הידע לקשר אחר שבו הם והקליינטים הנם בני אדם שווים.

אי-ודאות זו מזכירה לאנשי המקצוע כי בטיפול בריאותי מהותם כבני אדם אינה חשובה פחות מעשייתם. פיתוחם של קשרים תרפויטיים בטיפול בריאותי בצירוף המיומנויות הטכניות מספק הקשר אידאלי של חקר הרוחניות. ההתמודדות עם שאלות שאין להן מענה בעניין משמעות היותנו בני אנוש מרחיבה את המפגש בין איש המקצוע ובין הקליינט. התזכורת בדבר פלא החיים ושבריריותם בוודאי משפיעה על הכרתנו בערך החיים. אכן,

למידה אישית ומקצועית שזורות זו בזו בתחום זה של התפתחות מקצועית מתמשכת, ובצדה רווח פוטנציאלי רב הן עבור אנשי המקצוע הן עבור הפציינטים שלהם. משתתף אחד ביטא זאת כך:

נהייתי מאוד מהקורס, הוא אישש חלק מדרכי החשיבה שלי על רוחניות ועזר לי להבהיר הבחנות מסוימות. אך ללא ספק העזרה הגדולה ביותר הייתה שהקורס הכריח אותי לבחון את הדברים במישור האישי.

ניסיוני תואם את האמור ותומך ברעיון, המרומז בספרות, שליווי רוחני כמעט תמיד צריך להיות משולב בחקר אישי של רוחניות.

כאשר יש בצוות רב-מקצועי הבנה משותפת של רוחניות, כל חברי הצוות מעורבים בליווי הרוחני גם אם חלקם יפתחו מעורבות גדולה יותר מזו של אחרים. הבנה משותפת מבטיחה שתהיה הסכמה לגבי השאלה מהי רוחניות (ומה אינו רוחניות) ואיך ניתן לתת ליווי רוחני. במצב זה ניתן לשלב את הרוחניות בהערכות שגרתיות, זאת מתוך הבהרה שכל אחד בצוות רשאי לחקור סוגיות רוחניות אם רצונו בכך. לאנשי הצוות יהיה הביטחון שהם אינם מקדמים רק את תפיסותיהם שלהם, אלא מבטאים את ההבנה המוסכמת של הצוות הטיפולי הרחב יותר. ביטחון זה יאפשר לכל אנשי המקצוע בצוות להקשיב לקליינטים שבעצמם נאבקים כדי לדבר על רוחניות. הבנה זו כוללת גם הסכמה בסוגיות כגון העיתוי שבו צריך עזרה נוספת וזהות הגורם שאליו כדאי להפנות. נתינת ליווי רוחני יכולה להיות מקור לחץ עבור אנשי הצוות, אבל כך גם מניעתו כאשר הוא נחוץ. תהליך החקר המשותף של רוחניות מסייע ליצור עבור הצוותים זירה תומכת שבה יוכלו לעבוד מתוך למידה מתמשכת בתחום זה.

### **יציאה משותפת למסע**

אף על פי שבמשך מאות שנים שימשה המילה "מסע" כמטפורה לחיפוש רוחני, הופתעתי לגלות שהמסע ממשיך להיות נושא החזר על עצמו הן בכתיבה דתית הן בכתיבה חילונית על רוחניות. פעם אחר פעם אנשים בקבוצות שאתן עבדתי חזרו לרעיון של המסע: מסעות שלהם עצמם ושל הקליינטים שאתם הם עובדים. אולי מעל הכול, נסיעה מעניקה תחושת תנועה, ממהירות מסחררת ועד דשדוש במקום, המאפיינים שניהם את החיים הרוחניים. באופן מסורתי העלייה לרגל הפיזית מובנת כמשקפת וכמעוררת את המסע הפנימי. הסופרת ג'ניפר לאש (Jennifer Lash), בתארה את הדחף שלה לעלייה לרגל, כותבת בזו הלשון:

כמה מוזר הוא הדחף למסע. המפה החיצונית שאת מרגישה שאת מוכרחה לצייר, עם תנועות גופניות מוחשיות ממקום למקום, אולי זהו ניסיון להתעלות קצת על אשליית המרכזיות שנוטה לצמוח על אודות הזמן, המקום והאישיות שלך. ייתכן שתהיה במסע

הרגשה של טאטוא הרקיע, אבל קולו תמיד יהיה בתוכך. הטראנספורמציה מתרחשת בפנים (Lash, 1998, p. 158).

אף על פי שהוא אינו ממופה היטב ואין לו סוף הנראה לעין, תחושה זו של גילוי אישי נשאר היבט חשוב של כל מסע רוחני. ככל שתחושה זו של חקר היא חלק מחייהם, אנשי המקצוע בתחום הבריאות יהיו בטוחים יותר ביכולתם לזהותה אצל אחרים. המחויבות המשותפת לרוחניות אישית יוצרת חיבור בין איש המקצוע ובין הקליינט, כך שטיפול הוליסטי לעולם אינו יכול להיות פעילות טכנית בלבד. קרני מתאר את המסע למעמקי עצמנו, שהופך להיות חשוב יותר ככל שהחיים מתקרבים לסופם:

משימה זו מצריכה חיים שלמים של מחויבות ומאמץ, עם התחלות ללא המשך ואכזבות רבות לאורך הדרך. מה לכל הרוחות יכול לתת לנו את המוטיבציה להמשיך במה שנראה לפעמים כמשימה שאינה נושאת פרי? זו תחושת הידיעה, חרישית כמו הקרקע שעליה אנו הולכים, שזו הדרך ללב לבם של החיים עצמם. לא משנה מהי עבודת חיינו במובן החומרי, מסע זה למעמקים, קשר זה עם הנשמה, יהיה המשימה הפנימית של חיינו (Kearney, 1996, p. 143).

לאנשי מקצוע בתחום הבריאות יש הפריבילגיה העצומה לגלות שלפעמים מסלול מסעם נפגש עם זה של אנשים אחרים בדרך מיוחדת. ספר זה הוא הזדמנות לשתף במשהו מתוך מה שלמדתי במסע החקר על רוחניות שהתבצע יחד עם עמיתי, אנשי מקצוע בתחום הבריאות. אני שואבת מניסיוני בהדרכת מספר קבוצות, שרובן פעלו במערכת הבריאות וקיבלו על עצמן לחקור את נושא הרוחניות. אני משוכנעת שהשיח עם אחרים על רוחניות בדרך זו יאפשר לצוותים רב-מקצועיים בתחום הבריאות לעבוד באופן הוליסטי.

נראה שהעניין ברוחניות לא יפחת בעתיד הקרוב, אך אני כמהה לזמן שבו אנשים מכל הסוגים יתחילו לשים לב לרוחניות לא רק לעתים קרובות יותר אלא גם באופן מעמיק יותר ובהבנה רבה יותר. ספר זה מציע מסלול מסוים למסע גילוי זה, מסע שנעשה בחברתם של אחרים, ובו השותפים לדרך מדברים תוך כדי הליכה ומשתפים זה את זה בלקחים שלמדו. תקוותי היא שהיוצאים למסע זה ימצאו קול שבו יוכלו לדבר בפתיחות ובביטחון על רוחניות. קול זה ידבר בשפה המשותפת להם ולאחרים, בוררת את משמעות המילים והשקט, ומרגישה בנוח עם שירה, עם תפילה ועם ידע מעשי. זהו קול המחבר אותנו עם אלה שמסביבנו, ותוך כדי כך יוצר מרחב שבו משתפים במשמעויות; לתוך מרחב זה החכמה צומחת, והנשמה – וגם הגוף – מטופחים.