



## גיסות או גייסות? על מערכת היחסים בין הגיסות במשפחה

דר' שרה ברסלרמן, יעוץ זוגי ומשפחתי [www.family.co.il](http://www.family.co.il)

כשאנו מתחתנים, נדמה לנו שכל מה שעלינו לעשות- הוא לבחור את בן/בת הזוג שלנו. אולם, בפועל, כשאנו מתחתנים- אנו מקבלים יותר מאשר בת או בן זוג: אם נרצה בכך, וגם אם לא, אנחנו מקבלים גם את בני משפחת המוצא שלהם, כמשפחה המורחבת שלנו.

לכאורה, אין אנו צריכים להיות מוטרדים במיוחד ממשפחות המוצא, שהרי כל תא משפחתי חי בנפרד, בבית משלו. בפנטזיה שלנו על התנהלות בנישואין, אנו רואים עצמנו בעולם אידיאלי, בו אנו ובן/בת זוגנו מתאחדים כצוות כדי להציב גבולות יעילים סביב התא המשפחתי החדש שהקמנו. אולם, למרבה הצער, אין אנו חיים בעולם מושלם, ובעולם המציאותי, לא תמיד משימה זו מושגת בקלות.

במציאות, היחסים עם משפחות המוצא הינם מורכבים מאוד, ובעלי השלכות רבות על יחסי בני הזוג, ועל הרווחה הנפשית של כל אחד מהם. כאשר היחסים בין גיסים הינם בעייתיים, הם נחשבים בין מערכות היחסים המשפחתיים הגרועות ביותר הידועות. יחסים קונפליקטואליים אלו עלולים לערער את הזוגיות, לקרוע לגזרים משפחות, ולהסית זה מול זה אחים ואחיות אשר היו חברים כל חייהם. הדבר קורה מכיוון שאנשים שלא הכירו משחר ילדותם, וגם לא בחרו זה את זה- הופכים לפתע למשפחה. לא תמיד הם מסוגלים לקבל או לחבב אחד את השני, ויחד עם זאת- קיימות ציפיות הדדיות לכך.

הבעייתיות בין גיסים שכיחה יותר בין הנשים במשפחה, כלומר הגיסות. בעייתיות זו בין נשים במשפחה דומה לקושי הקיים גם ביחסי חמות- כלה: בשני המקרים קיימת מתיחות בין הרעיה ובין אישה ממשפחת המוצא של בעלה.

בשל העובדה שנשים במשפחה הן אלו שחשות אחריות לקשרים המשפחתיים, וכתוצאה מכך הן גם אלו שנקלעות לקונפליקטים משפחתיים, אתייחס במאמר זה ליחסי הגיסות (הרעיה ואחותו של בעלה), אך קיימים, כמובן, גם קשיים ביחסים בין גיסים.

תופעת הבעייתיות ביחסי הנשים במשפחה, נמצאה גם על ידי הפסיכולוגית אוולין דובאל, במחקרה המקיף, שנערך ב- 1954. בשעת לילה מאוחרת, בשידור רדיו מחוץ לחוף בארה"ב, ביקשה דובאל ממאזיניה לכתוב לה "מיהו בן המשפחה הבעייתי ביותר?".

רוב (75%) העונים לשאלה זו (התקבלו למעלה מ-5,000 גלויות), ציינו את החמות כדמות הבעייתית ביותר במשפחה, ואחריה את הגיסה, בעיקר אחותו הבכירה של הבעל.

דובאל שמה לב לעובדה שרוב הגלויות הגיעו ממאזינות (נשים, ובעיקר כלות), וכי מירב התלונות הופנו כלפי נשים אחרות. בכבוד המפוקפק של המקום הראשון בבעייתיות ביחסי המשפחה "זכתה" החמות, ואחריה, במקום השני- ניצבה הגיסה, בעיקר אחותו הגדולה של הבעל. דובאל הסבירה ממצא זה בכך שאחותו הגדולה של הגבר ממלאת לעיתים תפקיד אימהי כלפיו, ובמובן זה היא נתפסת על ידי הכלה (גיסתה) כמעין "חמות" נוספת.

דובאל טענה, שהמשימה המרכזית של כל זוג חדש- היא להעביר את הנאמנות האישית ממשפחת המוצא של כל אחד מבני הזוג- לזוגיות ולתא המשפחתי החדש. החלפת הנאמנות מתאפשרת, בין השאר, על ידי קביעת גבולות ברורים בין בני הזוג למשפחות המוצא שלהם. אולם, בעייתיות

עלולה להתעורר אם אחד מבני הזוג אינו מסוגל להמיר את נאמנותו, או שמשפחת המוצא שלו אינה מאפשרת לדבר להתרחש. מכאן ניתן להבין, שהחמות או הגיסה הינן רק "הנציגות" של משפחת המוצא, המסרבת להפנים כי היחסים עם הבן או הבת הנשואים- אמורים להשתנות לאחר נישואיהם.

למרות הדמיון בתפקידי החמות והגיסה, קיים גם הבדל מהותי ביניהן, הנובע בעיקר מכך שבעוד שבין החמות והכלה קיים פער של דורות וגילאים, בהרי ששתי הגיסות הינן, לרוב, בנות אותו דור וקרובות ביניהן בגיל. לכן, נראה כי משימת הפיכת הגיסה לבעלת ברית ולחברה, עשויה להיות קלה יותר, ואף לתרום ליחסים טובים גם עם בני המשפחה האחרים של בן הזוג, ולהביא ליחסים הרמוניים במשפחה המורחבת.

אולם, משימה זו של ידידות עם הגיסה אינה מתבצעת באופן אוטומטי עם הנישואין, ויש בדרך אליה גם מכשולים ומהמורות. לעיתים היחסים מתחילים כבעייתיים, אולם הם משתפרים עם הזמן, ולעיתים זה תהליך הפוך.

### **הגורמים לבעייתיות בקשר בין גיסות:**

- הקונפליקט בין הגיסות עלול לנבוע מתחרות על הזמן ותשומת הלב של הבעל/האח. במצב זה עלול הגבר למצוא את עצמו נתון לאיומים ולצורך "לבחור" למי הוא נאמן יותר.
- לעיתים משפחת הבעל חשה מאוימת על ידי הרעיה (שעלולה להרחיק מהם את בן), במיוחד כאשר לאחותו או הוריו הייתה מערכת יחסים קרובה מאוד איתו, טרם נישואיו.
- אי שביעות רצון של משפחת הבעל מהבחירה שלו בבת הזוג המסוימת הזו לאישה.
- קושי של הגבר להעביר את נאמנותו מהוריו ואחיו לבת הזוג שלו, במיוחד אם משפחת המוצא שלו מנסה לגרום לו לחוש אשמה על כך. יתכן גם מצב בו הוא רוצה להעביר את נאמנותו לאשתו- אך אינו יודע איך לעשות זאת בלי שמשפחת המוצא שלו תיפגע.
- תחרותיות בין הגיסות על הישגים אישיים, חברתיים ומשפחתיים. כאן נכנסים אלמנטים של מוצלחות הילדים, הישגים כלכליים, השכלה ועוד.
- העדפת הורי הבעל את בתם על פני כלתם ואת נכדיהם מהבת על פני הנכדים מהבן.
- שוני באישיות, בערכים ובעמדות של הגיסות: הפערים עלולים להיות כה גדולים, עד שברור לשתיהן שלולא היו קשורות בקשרי משפחה- לא היו בוחרות האחת בשנייה לחברות.

### **היבטים חיוניים בקשר:**

#### **יחס אישי:**

התייחסות אישית לגיסה החדשה שלך, פירושה שאת נותנת לה מקום כפרט בפני עצמו, שאת מזהה אותה כאדם נפרד, ולא רק כאחות או הרעיה של הגבר. יחס אישי יתבטא בכך שתשאלו אותה שאלות על עצמה, ותתענייני בתחומים שונים בחייה. גיסתך תחוש שאת מעריכה אותה כאשר תתייעצי איתי ותשמעי גם מה יש לה לומר.

#### **תקשורת:**

אל תסמכי על בן זוגך שיהיה המתווך בינך ובין גיסתך. באופן טבעי אנו מבקשים מכן הזוג להזמין את בני משפחת המוצא שלו לארוחה או לאירוח אצלנו. אולם, רצוי להשתמש בהזדמנות זו כדי לחזק את הקשר הישיר, הבלתי אמצעי, בינינו ובין הגיסה או הורי הבעל. לכן, כאשר את מזמינה אותה לארוחת ערב, הזמיני אותה בעצמך ואל תשלחי את ההודעה עם בן הזוג. הקפידי לבנות אפיקי תקשורת ישירה שיאפשרו לך להגיב באירועים חשובים, כמו יום ההולדת שלה, הריון,

לידה, קבלה לעבודה וכו'. במידה ויש לך טענות- אל תעבירי אותן באמצעות בן זוגך- היי מנומסת אך אמרי מה שעל ליבך, אחרת תצברי תסכול וכעס.

#### **מרחב:**

כאשר אחד האחים מתחתן, עלולים, לעתים קרובות, האחים האחרים לחוש קצת קנאה או תחושה שהם כבר לא נחוצים. כאשר את מגלה רגישות לתחושות אלו, את נותנת להם זמן להתרגל לרעיון. זכרי שכפי שהנישואין הינם שינוי גדול עבורך- הם גם שינוי עצום עבורה. ספקי לגיסתך את המרחב לשינוי, והמתיני בסבלנות כדי שהיא תתרגל אליו. אולי לא תהיו החברות הכי טובות מהרגע הראשון, אבל במשך הזמן, עם הגישה הנכונה, אתן יכולות להיות קרובות מאוד.

#### **זמן:**

זמן הינו מרכיב חשוב בביסוס קשרי ידידות. קשר חברות מיידי- הינו נדיר. בניית קשרים בינאישיים נעשית על ידי השקעת זמן בשהייה משותפת ובליוי משותף. במידה ויש לך תחומי עניין משותפים עם גיסתך- השתמשי בהם כדי לבלות יחד. במידה ולא- מצאו את המכנה המשותף שלכן. בניית מערכת היחסים שלכן בנפרד מבן הזוג שלך וללא תלות בו- עשויה להביא לקשרי חברות עם הגישה.

#### **גבולות:**

גבולות הינם אחד הנושאים הטעונים ביותר ביחסים. לכל צד בקשר יש צרכים וציפיות שונים: האם אפשר להגיע לבקר באופן ספונטני או צריך לתאם מראש? מה מותר להגיד מבלי שיתפרש כחטטנות או כביקורת? מה מותר לשאול מבלי שהצד השני יחוש חדירה לחיים הפרטיים? יש לכבד את האינדיווידואליות ולתת לשנייה את המקום הפרטי לה. ואין לשכוח כי בו בזמן שהגישה עשויה להיות חברה, היא גם אחותו של בעלך, ואין מקום לתלונות עליו בפניה. הגישה עשויה בעצמה להתלונן על אחיה, אבל תצא להגנתו אם הוא יותקף.

#### **חוסר שיפוטיות:**

נסי לא להיות שיפוטית. איש אינו אוהב להרגיש שבוחנים אותו ושופטים אותו. השיפוטיות עלולה להיות מופנית גם כלפי הילדים של הגישה, ואז הדבר מעורר רגשות שליליים עזים. אל תשוו את הישגי ילדיכן.

### **כיצד ניתן (בכל זאת) ליצור קשר תקין בין גיסות:**

- **התחלת הקשר:** חשוב לזכור כי הגישה הינה, לרוב, רק פרט אחד במערכת המשפחתית החדשה המתרחבת עם הנישואין. בעוד ההתנהלות עם קבוצה שלמה של קרובי משפחה חדשים נראית, אולי, מורכבת מדי עבור הרעייה החדשה, אפשר להתחיל את יצירת מארג הקשרים ביתר קלות בבניית יחסים תקינים ומכבדים עם הגישה, שתהיה הגשר ליחסי המשפחה האחרים.
- **רמת הקשר:** מומלץ לבסס את היחסים ברמת קשר נמוכה יותר מאשר אליה שואפים להגיע בהמשך, באינטראקציה שאינה אינטימית מדי, ולטפח את מערכת היחסים בהדרגה. בתחילת הקשר, כדאי להיות מנומסים אך לא אינטימיים מדי, ולא לגלות את כל הסודות. מפתיע לגלות כמה מערכות יחסים התחילו כקרובות מדי, והתדרדרו תוך שימוש בסודות שהתגלו בתקופה הראשונה. חשוב, לכן, לנהוג בתבונה ולא להאיץ ביחסים.
- **בלי אולטימטומים:** בכל מקרה, לעולם אל תעמידו את האח/ הבעל בפני או מצב בו עליו לבחור ביניכן. במצב בו הרעיה מתנה את הקשר הטוב עם בעלה בניתוק קשריו עם אחותו, יהיה זה ניצחון מר מאוד, מכיוון שתמיד הוא יאשים אותו באובדן הקשר עם משפחת

המוצא שלו. ואילו אחות שתדבר סרה באוזני אחיה על אשתו- עלולה לגרום לקלקול הזוגיות שלו, וכעס שלו עליה עצמה.

- **תפקידו של הגבר** (הבעל/ האח) במערכת היחסים של רעייתו ואחותו הינו מרכזי ומשמעותי ביותר: ברוב המקרים הגבר חש שהוא נמצא בין הפטיש לסדן. הוא מנסה לרצות את שתי הנשים- אך בכך רק מחריף את הבעיה. עליו להפנים את העובדה שהמשפחה החדשה שיצר עם רעייתו היא בראש סדרי העדיפויות שלו, וליצור נפרדות אמיתית ממשפחת המוצא שלו. כאשר היחסים בין הנשים הופכים לבעייתיים, על פי רוב הגבר נוטה להתעלם מכך, בתקווה שהדברים יסתדרו מאליהם. למרבה הצער, הדבר אינו קורה כך, ועליו לקחת אחריות לגבי הצבת גבולות והעברת המסר הנכון למשפחת המוצא שלו.

- **תפקידה של אחות הבעל**: אחותו של הבעל הינה חלק ממשפחת המוצא שלו, והיא למעשה אמורה (יחד עם שאר חברי המשפחה) לקבל ולקלוט אליה את חברת המשפחה החדשה- הרעיה של אחיה. לכן, עליה לנסות להרגיש איך זה להיות במקומה של גיסתה. עליה לזכור כי הסביבה המשפחתית (המוכרת לה כל כך) היא חדשה עבור הגיסה, ולהשתדל לגרום לה לחוש נוח בתוכה. עליה להשתדל להראות לה חיבה וקבלה, ולהתייחס אליה כאל בת משפחה. עליה לנסות לראות את הדברים החיוביים בגיסה (שבעטיין התאהב בה אחיה, ונשא אותה לאישה), ולא את המגרעות. יתר על כן, אסור לה לנסות לשנות את הגיסה, אלא עליה לקבל אותה כפי שהיא.

- **תפקידה של הרעיה**: על הרעיה לנהוג ברגישות עם משפחת בעלה, ולזכור כי מעבר לשמחתם על נישואי בנם, יתכן שהם חשים גם תחושת עצב על אובדן היחסים שהיו להם קודם עם הבן או האח (בעלה). לא תמיד קל לאנשים לקבל את השינוי הזה, ולפעמים הם עוברים תהליך של עיבוד אבל. כתוצאה מכך, במקום להבין שהשינוי ביחסים הינו טבעי לאחר שהבן/ האח התחתן, הם מפנים את האשמה כלפי האישה ש"לקחה" מהם את יקירם, על לא עוול בכפה. במידה והרעיה תבין את הרגשות הסותרים הללו כטבעיים, ולא תחוש עלבון וכעס, אלא אמפטיה, היחסים יוכלו להתייצב עם הזמן ולהפוך לטובים.