

# האקזיט שעשית היה רגע השיא ורגע השפל שלי

ביום שבו נכנסו לחשבון הבנק שלה מיליוני דולרים ממכירת חברת הקלינטק שהקימה, אקספנד, הציפה אותה דווקא תחושת חידלון. "זאת ריקנות קשה, כי אם את מתכוננת לבחינה שנה שלמה, כל יום תשע שעות, מה את עושה ביום שאחרי הבחינה?". לאחר תהליך נפשי עמוק הבינה סיגל נעים מה יכול למלא את הבור שנפער, והקימה מכון פסיכולוגי המטפל בילדים שסובלים מדחייה חברתית

זיו ביילין :: צילום: רמי זרנגר

ואיפור: קרין שני; סטיילינג: דיאנה מציק; זלע: פאמן ליטע; שרשרת וגגלים: ה. שרון



"כל חיי הייתי בחרדה כלכלית מאוד גדולה. ידעתי שאני צריכה להרוויח מספיק כדי לפרנס את עצמי, ואולי יום אחד גם אצטרך לעזור להוריי. מעולם לא חשבתי שאמכור חברה"

"לא הייתי אדם פופולרי בשום צורה. תמיד עמדתי על שלי, וזאת לא בהכרח תכונה טובה, כי אם היא לא באה עם גמישות זה בעייתי. אני חושבת שחוויות חברתיות לא טובות בילדות מאפשרות לי להיות היום אמפתית יותר לילדים שקשה להם חברתית"



"הבחירה להיות בתוך הכלום הייתה מאוד קשה עבורי"

תשרות: ה. שרון

"הבחירה להיות בתוך הכלום הייתה מאוד קשה בעיניי. אז נסעתי, וכתבתי ספר שלא הוצאתי, והתחלתי לרוץ, אבל מה עכשיו? לפני שמרוקנים את החיים מתוכן צריך לחשוב טוב איך ממלאים אותם. מבלי לשפוט, קשה לי להבין נשים שמוותרות על הקריירה שלהן, כי כשהילדים גדלים, מה קורה איתך?"

### מאסתי בהעמדת הפנים

לפני כשנה וחצי הקימה נעים, 47, את מרכז 'חברים' - מכון פסיכולוגי, המסייע לצעירים וילידים עם קשיים חברתיים. היא עצמה גדלה בבאר שבע בבית דתי, אמצעית בין שישה ילדים. "לא הייתי אדם פופולרי בשום צורה. אם אני הייתי מגיעה לחברים בגיל 12 זה היה עושה לי טוב. לא הייתי הילדה הכי חזקה מבין אחי, וגם לא הייתי חזקה בכיתה. תמיד היה חשוב לי הצדק ותמיד עמדתי על שלי, וזאת לא בהכרח תכונה טובה, כי אם היא לא באה עם גמישות זה בעייתי. חוויות חוויות חברתיות לא טובות בילדות, ואני חושבת שזה מה שמאפשר לי להיות היום אמפתית יותר לילדים שקשה להם חברתית".

גדלת בבית דתי. מה גרם לך לצאת בשאלה? "לא יצאתי בשאלה. מצאתי תשובות טובות יותר מאלו שחונכתי על ברכיהן, תשובות שמבוססות על הזכות לשאול עוד ועוד שאלות בכל עת. כילדה, הרבר שקומם אותי יותר מכל היה האפליה בין הבנים לבנות שהדת מצווה עליה. כעסתי על כך שהבנים מתפללים

אלו תחושות זמניות, כמו החודשים הראשונים של התאהבות. האושר אינסופי, את משוכנעת שככה זה ימשך לנצח, וזה לא ככה. אי אפשר להחזיק שמחה לאורך זמן.

"אז נסעתי עם הבנות שלי לניו יורק, שיפצתי לאמי את הבית, ועזרתי לחברים לקדם את עסקיהם. התחושה שעשיתי כסף בעצמי היא תחושה טובה, אבל להסתובב ברחוב סנט אוונורה בפריז ולקנות חולצת מעצבים ב-2,000 אירו זה משהו שמקטין את עצמי, כי אולי כדאי שאתן את הכסף הזה לחברה שיכולה למתג את העסק שלה ולהתפרנס מזה. גם לא קניתי דירה, כי אני חושבת שהוצאת כסף זה לא לחגוג את החיים.

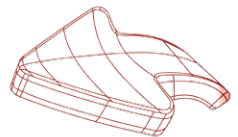
"הצד השני של האקזיט זאת ריקנות קשה, כי אם את מתכוננת לבחינה שנה שלמה, כל יום תשע שעות, מה את עושה ביום שאחרי הבחינה? פתאום היום שלך מתרוקן. למלא את הזמן סתם כולם יכולים, אבל הייתי צריכה עשייה משמעותית, וכשאין את זה, זאת ריקנות.

"הייתה לי תחושה שאין מטרה ואין מושא להגשמה עצמית. ממצב שבו את קמה בבוקר עם התגייסות טוטאלית, כשאני בעבודה כל כולי מבוקר עד לילה, וחולמת על העבודה, ומתעוררת בשתיים בלילה וחושבת על העבודה, ביום אחד זה נחתך. זה לא תהליך, זה בבת אחת. את קמה בבוקר, מתלבשת, מתאפרת, יוצאת מהבית, נכנסת לאוטו, ואין לך לאן להגיע. אם את עושה את זה חודש, זה מצוין, אבל אם אין שום שינוי באופק, זאת תחושת חירולון.

מעמד החתימה על מכירת החברה שהקימה לא התרחש במשרדים מפוארים, ובסיומו לא נפתחו בקבוקי שמפניה. זה היה יום שישי בערב, והיא ישבה עם המחשב הנייד במלון, וכתבה מיילים אחרונים לרוכשים, חברת EDF Énergies Nouvelles הצרפתית. "הייתי צריכה להעביר אליהם את החוזה החתום, או הלכתי לחדר העסקים במלון כדי להדפיס אותו", מספרת סיגל נעים בראיון ל'ליידי גלובס'. "היה שם אדם זר לחלוטין, וברגע ששלחתי את החוזה, אמרתי לו שהרגע מכרתי את החברה שלי ושאני מאוד שמחה על ההצלחה שלה, אבל גם מאוד עצובה שכבר אין לי חברה. הרגשתי צורך להגיד לו את זה, אבל הוא עמד שם ולא הבין למה".

החברה שלה, אקספנדר, עסקה בפיתוח שדות סולאריים, והמכירה, תמורת כמה מיליוני דולרים, מיקמה אותה, לכאורה, במקום בטוח של עצמאות כלכלית, אבל למעשה זו הייתה עבורה בעיקר סטייה מהמסלול הבטוח של חייה. "ידעתי אז, שאם למחרת יהיה לי משהו חדש, המכירה תהיה רק שיא ברצף עשייה, אבל זה לא קרה. העובדה היא שלקח לי כמה שנים להגיע למה שאני באמת רוצה לעשות. בגלל זה האקזיט הוא עבורי גם רגע שיא וגם רגע שפל. מדהים כמה באותו שבריר שנייה החוויה מעורבת. כבר באותה נקודה הבנתי שאני נכנסת לבעיה".

האקזיט לא נתן לך תחושת כוח? "האקזיט מרגש, יש תחושה של חופש, אבל





## שבע שנים של ריצה

נפגשנו ב'חברים', שממוקם באזור שקט בצפון תל אביב. נעים התיישבה מולי אחרי שחלצה את נעליה, וקיפלה את רגליה לשיבה מזרחית נינוחה. כשביקשתי ממנה לבחור את הנקודה שבה החלה הקריירה שלה לנסוק היא חזרה לשנת 2003, אז קיבלה לניהולה את חברת JUMP, שהציעה שירותי תוכן סלולריים במזרח אירופה. "החברה התחילה את הפעילות שלה באוקראינה, ואני פתחתי את הפעילות גם ברוסיה וברומניה. כשהטכנולוגיה השתנתה והטלפונים החכמים החלו לצאת לשוק, המותג נמכר לחברה רוסי, ואני קיבלתי בונוס. אחרי שנתיים שבה הייתי המון בנסיעות ומעט בבית, עם שתי ילדות קטנות בנות חמש ושנתיים, רצייתי להקים משהו עצמאי משלי. רצייתי לקום כבוקר ולהגיד לעצמי שאני עושה משהו עם אידיאלים. להוריד רינגטון זה לא חשוב."

השלב הבא בקריירה שלה היה הקמת אקספנדר, שהציעה ייעוץ לחברות ישראליות שרוצות לעבוד במזרח אירופה. "תוך זמן קצר הבנתי שאני לא באמת מעוניינת להמשיך לטוס לקייב. תחום הקלינטק התחיל להתפתח באותה תקופה, ואז נתקלתי בשני דברים: הראשון הוא חברה גרמנית שהייתה לה טכנולוגיה מיוחדת לייצור חשמל סולארי, והשני הוא דוד קורשיה, מנכ"ל חברת האנרגיות המתחדשות של חברת החשמל הצרפתית. הצעתי לו לפתח כאן שדות סולאריים, והתחלנו לעבוד יחד."

"זאת הייתה הרפתקה לא פשוטה, בגלל הרגולציה הישראלית שדוחקת את היומים לקצה. הכשל החמור ביותר הוא שיד ימין לא יודעת מה יד שמאל עושה, ואם היא יודעת, לא אכפת לה במקרה הטוב, והיא תעשה דווקא את ההיפך במקרה הרע. מעבר לזה, היחס של פקידים רשות החשמל ואנשי רשות מקרקעי ישראל היה מחפיר. עבר כי ימלוך. סחבת אינסופית של שנים, וטרטור שרירותי של יזמים."

יחד עם קורשיה מכרה את החברה שלה, והתפתחה לתואר שני במינהל עסקים בתוכנית קלוג רקנאטי. "ואז הרגשתי שאני מעשירה את עצמי, אבל לא תורמת ולא בונה שום דבר. הציק לי שאני לא יוצרת כלום. את לא יכולה להסתכל אחורה שבוע, חודש ושנה, ולשאול את עצמך מה עשית. היפשתי עסק בתחומים שאני מכירה, ושום דבר לא קרם עור וגידים. עד שיום אחד הכוכבים הסתדרו, והבנתי מה אני רוצה לעשות."

זה היה כשהתארחתי אצל חברים, "והיו שם שתי בנות שאחת מהן עברה חרם חברתי, והחליטה לקפוץ כיתה ומאוחר יותר לעבור בית ספר. היא סיפרה על כך לחברתה, ותגובת החברה הייתה קיצונית, היא בכתה בלי פרופורציות. סיבת

**"פתאום היום שלך מתרוקן. למלא את הזמן סתם כולם יכולים, אבל הייתי צריכה עשייה משמעותית, ואם אין את זה, זאת ריקנות. אז נסעתי, וכתבתי ספר שלא הוצאתי, והתחלתי לרוץ, אבל מה עכשיו?"**

**"בפנים הייתה לי תחושה שאין מטרה ואין מושא להגשמה עצמית. ממקום שבו את קמה בבוקר עם התגייסות טוטאלית, כשאני בעבודה כל כולי מבוקר עד לילה, וחולמת על העבודה, ומתעוררת בשתיים בלילה וחושבת על העבודה, ביום אחד זה נחתך. זה לא תהליך, זה בבת אחת. את קמה בבוקר, מתלבשת, מתאפרת, יוצאת מהבית, נכנסת לאוטו, ואין לך לאן להגיע"**

### תפיסת הכוח

"כוח, בעיניי, הוא היכולת לראות את הטוב בכל אדם ובכל מצב, ומתוך זה לקום שוב ושוב ולעשות דברים חיוביים. הכוח הרב ביותר נמצא בידי אלה שיכולים לראות את האחר, להבין אותו לעומק ולקרוא את הסיטואציה רבת המשתתפים כהווייתה. יכולת כזאת, שברמתה הגבוהה היא נדירה, יחסית, מאפשרת ניווט בתוך שלל אינטרסים ואת הרווח הרגשי המקסימלי."

בבית הכנסת של בית הספר, והבנות בכיתה. כשהלכתי עם אבי לבית הכנסת, קוממה אותי עזרת הנשים הצרה והמרוחקת, שממנה אפשר רק להציץ מבעד לוויילון באלו שעושים את הדבר האמיתי.

"חוץ מזה, לא הבנתי למה אין מקום לשאול שאלות שמערערות על הנחות היסוד של הדת, ומדוע צריך לקיים אין סוף טקסים ולמלא מדי יום מילים חסרות פשר. בכיתה כ' או ג' ביקשתי מהמורה שתסביר מה בעצם אנחנו אומרות בתפילת שחרית. היא אמרה לי: 'אין צורך להבין עכשיו'. זה השלב שבו התחלתי לקרוא ספר מתחת לשולחן בזמן התפילה."

"כשהייתי בדרך בת 10 הלכתי לבקר ביום שישי חברה שגרה בבית דירות. חדר המדרגות היה חשוך, ואני החלטתי ללחוץ על הכפתור ולראות מה יקרה. הברק לא היכה בי, אבל האור שנדלק איפשר לי לעלות מבלי לגשש דרכי באפלה. בסוף כיתה י' כבר ביקשתי מהוריי לעבור לתיכון כללי. רצייתי ללמוד מתמטיקה ופיזיקה, מקצועות שלא טרחה ללמד אותנו, לצד סריגת כיפות בהפסקות. מאסתי בהעמדת הפנים. לא הסכמתי לקבל משפטים סתומים, לפיהם אני צריכה לסמוך על כוחות גדולים ממני שסגולותיהם נעלמות. סירבתי לשתף פעולה עם אי השוויון המוזעזע בין המינים, ועם הגזענות שהתנ"ך מציע כמוכח מאליו. אמא שלי הייתה מעדיפה שאשאר דתייה, אבל זה לא שינה את רמת הקשר בינינו."

אחרי הצבא עשתה תואר במשפטים באוניברסיטת חיפה. "כל חיי הייתי בחרדה כלכלית מאוד גדולה. עבדתי מגיל 16 כי הייתי חייבת לפרנס את עצמי במשך כל חיי. אותנו חינכו שכל עבודה מכבדת את בעליה, ובתיכון התחלתי לשטוף חדרים מדרגות. גם בתור סטודנטית היה לי ברור שלא אוכל להתקשר להוריי בסוף החודש כדי לבקש כסף, ידעתי שאני צריכה להרוויח מספיק כדי שאפרנס את עצמי, ואולי יום אחד אצטרך לעזור להוריי."

בתום הלימודים עבדה מספר חודשים במשרד עורכי דין, אבל הבינה שהמקצוע לא בשבילה וחיפשה כיוונים חדשים. "רצייתי להרוויח 15 אלף שקל בחודש, וכשבאתי לשיחות שכר לא ידעתי לנהל אותן, כמו הרבה נשים. מעולם לא חשבתי שאמכור חברה. אגב, אם היה לי כסף בלתי מוגבל, הייתי מקימה רשת גני ילדים חינוכית שבה היו מלמדים בנות כבר מגיל גן לשים את עצמן במקום גבוה יותר."

"אני חושבת שהיה לי הרבה מזל. פעם מישחו אמר לי, שכל הזמן נפתחות בפנינו המון הזדמנויות שאת רובן אי אפשר לממש, אבל צריך לבחור את הדרך שיש בה כמה שיותר הזדמנויות, כדי שאחת מהן תתממש."



"לפני שמרוקנים את החיים מתוכן, צריך לחשוב טוב איך ממלאים אותם"

חליפה: H&M; עגילים: השרון

הספר הוא מתאר את קוצר ידו כסופר לחולל שינוי משמעותי, למרות ניסיונות רבים וכנים. הוא כאב לכל אורך הדרך את ההחמצה. אני תוהה מה צוויג היה כותב היום, איך הוא היה רואה את הקושי של נערים לחוש אמפטיה כשהם שולחים מסר אלים ופוגעני. אני מרגישה חובה לנסות לצמצם את הרוע שלידי, ולתת לדור הבא כלים להיות טובים מאתנו."

מה ייחשב בעינייך להצלחה?

"חשוב לי שלכל ילד יהיו שני חברים טובים לפחות. עד היום עברו פה למעלה מ-200 ילדים, והשאיפה שלי היא שלא יהיו ילדים שישבו לבד בהפסקה. אני רוצה שיהיה 'חברים' בלונדון וניו יורק, שיהיו פסיכולוגים מעולים שיחשבו שטיפול קבוצתי זה נפלא, וירצו לעשות מזה קריירה. אני מקווה שאצליח למנף את הדבר הזה לשינוי חברתי גדול ומשמעותי, הרבה מעבר לטיפול בילדים."

"תסתכלי על קבוצת ה-NBA גולדן סטייט. הקבוצה רשמה את מספר המסירות הגבוה ביותר בין השחקנים, שמובילות למסירה לסל - כלומר שפעולות לקידום כלל הקבוצה ממקמות אותה בצמרת ליגת הכדורסל הטובה בעולם. זה עובד אותו דבר עם בני אדם - ככל שאני מכירה את עצמי טוב יותר, יהיה לי אינטרס להכיר את האחר, להתחבר אלי, ולעשות פעולות כדי שיהיה לו טוב. בסוף זה יוביל לכך שהסביבה שלי תהיה טובה ונעימה יותר."

"בנסיעות שלי אני מאזינה לספר Start With Why של סימון סינק. לכאורה זה טריוויאלי, כל עסק או אדם צריך לשאול את עצמו למה הוא עושה את מה שהוא עושה. סינק אומר שסדר הדברים הנכון הוא קודם לשאול למה, אחר כך מה, ובסוף איך. שאלתי די הרבה אנשים סביבי למה החברה שהם עובדים בה עושה את מה שהיא עושה, ורובם לא הבינו בכלל את השאלה."

"התקשרתי לאלון השותף שלי, ושאלתי אותו למה 'חברים'. בלי לחשוב לרגע, הוא ענה לי: 'כי אני רוצה לעזור לכל ילד באשר הוא לשפר את יכולתו החברתית'. כששאלתי את עצמי אותה שאלה, ידעתי מיד לענות: 'כי יש לי דקירה בלב בכל פעם שאני מדמינת ילדה או ילד יושבים לבד בהפסקה'. אפשר היה להחליט ש'חברים' יעשו סדנאות בבתי ספר, ותכניות טלוויזיה, סרטונים ברשת או 100 דברים אחרים. זה כבר לשלב האיך, אבל עדיף להתחיל מהלמה. זה מייצר קוהרנטיות בעשייה, וגורם למי שחולק אותם ערכים לרצות להתחבר לחברה. זה רגש, לא החלטה רציונלית." □

## "בגילאים הצעירים מגיעים אלינו הרבה יותר בנים מבנות. זה בגלל שהבנות לא מפריעות לסביבה כשהן לא מסתדרות חברתית. הסבל הוא אותו סבל, אבל המורה לא מתקשרת לומר שהילד כל הזמן מפריע וכבר אף אחד לא רוצה להיות חבר שלו, אז יש צורך בהורים רגישים שייזמו טיפול כזה"

טיפול כזה. בגילאים מתקדמים התמונה מאוזנת יותר, והיא זוה לכיוון הבנים שוב בסוף התיכון ובגיל הצבא."

לדברי נעים, ההתפתחות המואצת של הרשתות החברתיות הביאה את הבעיות החברתיות וההרמות לקיצוניות. "כמו בכל מדורת שבט, הרשתות החברתיות והווטסאפ יכולים להיות מאוד מקום עוטף, חם ומלטף, אבל כשזה חם מדי זה שורף."

"קראתי לאחרונה את 'העולם של אתמול' של סטפן צוויג. הוא מספר על אוסטריה ואירופה של לפני המלחמות, בתוכן וביניהן. לכל אורך

הבכי הייתה שעכשיו, כשחברתה עוזבת, היא 'הבאה בתור' לחרם. זה היה הרגע המכונן שבו החלטתי להקים את 'חברים'. חשבתי לעצמי, איך יכול להיות שליידה בגיל כל כך צעיר יש הבנה כל כך חדה של הסיטואציה החברתית, היא הבינה שמחר היא הופכת להיות הקורבן."

נשארת יומית, רק בתחום החברתי."

"יום צריך אופי של יום, כזה שרוצה לשנות משהו בעולם, שקם בבוקר ורוצה להפוך את העולם למשהו אחר שלא קיים. דרושה יכולת טובה להתבוננות - לראות מה אין לי, ולהשלים את זה עם מישהו אחר. אני לא מבינה דבר בפסיכולוגיה, אז התחברתי לד"ר אלון וסרמן, השותף שלי. יום צריך גם יכולת לרוץ למרחקים ארוכים, צריך לקחת בחשבון שלושים שבע שנים של ריצה. צריך עמוד שדרה לעמוד על שלך מול הרוחות המנסבות, אבל לא להיות אטום למה שקורה מסביב."

במרכז יש 16 קבוצות לגילאי 7-21. הסיבות לקשיים החברתיים שלהם נעות בין ביישנות, שינוי נסיבות חיים, מצוקות רגשיות וגם הפרעת קשב וריכוז המקשה על קריאת הסיטואציה החברתית. "בגילאים הצעירים אנחנו רואים הרבה יותר בנים מבנות. אני מנחשת שזה בגלל שבנות שלא מסתדרות חברתית לא מפריעות לסביבה. המורה לא מתקשרת לומר שהילד כל הזמן מפריע, ואף אחד לא רוצה להיות חבר שלו. הסבל הוא אותו סבל, אבל יש צורך בהורים רגישים שייזמו