

”אהבה פוגענית אינה אהבה: ”The Silent Abuse

יום עיון לרגל הוצאתו לאור של הספר: ”ילדות של נסיכה:
סיפורי חיים של ילדים להורים מרעילים” מאת דנית בר



מתוך הסרטון של המרכז הקליני הבין תחומי - הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה

בתאריך 21 ביוני 2019 התקיים באוניברסיטת חיפה, בהובלת המרכז הקליני הבין-תחומי, יום עיון תחת הכותרת: ”אהבה פוגענית אינה אהבה: The Silent Abuse”. יום העיון הוקדש להוצאתו לאור של ספרה החשוב והמרתק של דנית בר, פסיכותרפיסטית ומגשרת: ”ילדות של נסיכה: סיפורי חיים של ילדים להורים מרעילים - The Silent Abuse”, העוסק בהרעלה הורית (בר, 2018).

יום העיון התמקד בילדים החשופים להתנכלות רגשית מתמשכת, נסתרת מהעין, מושקתת ושקטה, שפצעהם ניכרים על לבם ולא על גופם. אלה ילדים בסיכון שהוא בעיקר נפשי. המושג ”ילדים בסיכון” רווח בתיאוריה ובפרקטיקה, אולם הקריטריונים להגדרת המושג אינם אחידים ולעתים נקבעים על ידי הגורם המטפל או החוקר, הבוחן תופעה זו. כתוצאה מכך, מושג זה מכיל בתוכו הגדרות שונות ומגוונות (גרופר, סלקובסקי ורומי, 2014).

ילדים בסיכון הם ילדים החיים במצבים המסכנים אותם בסביבות השונות שהם חיים בהן: המשפחה, בית הספר, השכונה, הקהילה ועוד. עובדים סוציאליים עוסקים רבות בהתעללות, הזנחה, אלימות ופגיעות מיניות בילדים, אך ההרעלה, שאינה התעללות פיזית, היא לעתים קרובות שקופה ולא תמיד מקבלת את תשומת הלב הראויה, על אף שפגיעתה של מלה לפעמים כואבת לא פחות מפגיעתה של מכה והשלכותיה הן ארוכות טווח. אייגן, פסיכואנליטיקאי אמריקאי מפורסם, התייחס בספרו ”הזנה רעילה” לילדים ובוגרים שסבלו מהזנה רעילה וסיפוריהם רלוונטיים במיוחד גם ליום עיון זה (Eigen, 1999).

האווירה ביום העיון הייתה אינטימית, למרות כמות האנשים הרבה. היום היה מרגש, נוגע ומעשיר הן ברמה התיאורטית והן ברמה האישית והרגשית. סיפוריהן האישיים של הנשים הרטיטו את לבבות השומעים. ההרצאות והפאנלים היו רבי-ממדים ואפשרו נקודות הסתכלות וחיבור שונות לתופעה חשובה וקשה זו. נדמה שכל אלה אפשרו השתתפות מחוברת רגשית, העלולה להזמין גם מנגנוני ניתוק וריחוק.

פרופ' רבקה יהב, ראש המרכז הקליני הבין-תחומי באוניברסיטת חיפה, הציגה את דנית בר, סקרה וניתחה את ספרה. בין היתר, פרופ' יהב ציינה כי בספר מוצגים הפרופיל של הילד המורעל, הפרופיל של ההורה המרעיל

והאפיונים של האינטראקציה ביניהם. אינטראקציות אלה מלוות בהתעללות רגשית סמויה או גלויה כגון ניכור, דחייה, האשמה, העלבה, הקנטות, ביקורתיות, הימנעות ממתן אהבה במסווה של עקרונות, שתיקה עוינת, התבטאויות ארסיות, תקיפות נבזיות, היעדר מוחלט של ביטויי חמלה, אמפתיה וחום ולעתים גם אפליה בין אחים, המחבלת ביחסי אחים תקינים ומשאירה את הילד הנפגע שותת דם לכל מהלך חייו.

היא קראה מתוך דבריה של יעל האפט ז”ל בהקדמה שכתבה לספרה של בר, ובה הדגישה שכל ילד רואה את דמות ההורה באופן שונה; כל ילד ”צובע” את הוריו בצבע אחר, בצבעים הקיימים בו, על המורכבות העולה מכך ואולי גם מושפעת מהצבעים שהורה צובע בהם את הילד. הגישה המקובלת היום היא התייחסות להרגשה ולפירושים של כל ילד כאל

פרופ' רבקה יהב - ראש המרכז הקליני הבין-תחומי באוניברסיטת חיפה; ראש תכנית לימודי פסיכותרפיה בגישה פסיכואנליטית ומרצה בבית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת חיפה. ryahav@univ.haifa.ac.il
עדי סלם, MA - פסיכולוגית קלינית מתמחה בשירות הפסיכולוגי בטכניון; עוזרת הוראה ומחקר במרכז הקליני הבין-תחומי באוניברסיטת חיפה. adisalem88@gmail.com

האמת האישית שלו. ייב הוסיפה כי בהדגדג לגישה האינטרוסובייקטיבית, מהות הקשר הנרקם בין כל הורה לכל ילד טומנת בחובה אפשרות לאינטראקציה שונה. כל ילד מעורר ומהדהד כנראה רגשות אחרים ומגוונים אצל הוריו (ייב, 2019).

פרופ' ייב ציינה תיאורטיקנים רלוונטיים לנושא, כגון וויניקוט (2004) והפרפרזה המוכרת שלו: "אם טובה דיה", וכן את קוהוט (2005), המדגיש את צרכיו הבסיסיים של הילד לאמפתיה, לתאומות ולהתפעלות; צרכים שאינם מקבלים מענה מהורה מרעיל. היא גם ציינה שתי כותבות מרכזיות הדנות בנושא זה: סוזן פורווארד (עם קרייג באק) (1990) ואליס מילר (1992).

פרופ' ייב הדגישה את הסכנה שבדפוסים חוזרים ומשוחזרים של מערכות יחסים מרעילות ואת הצורך לאתגרם, כמו גם את הסכנה בהעברה בין־דורית (Fraiberg, Adelson & Shapiro, 1975). את דבריה חתמה בציטוט של נורית זרחי, מתוך ספרה: "אם אמא שלי לא יכולה לאהוב אותי, מי כבר בעולם כולו יצליח בזה?" (זרחי, 2011). שאלה קשה זו, שנושאים בלבם ילדים ובוגרים שסבלו מהרעלה הורית, הדהדה בקהל ואתה התחיל יום העיון.

את ההרצאה הראשונה: "הרעלה הורית - התעללות שקטה ומושקטת", נשאה **דנית בר**. היא שיתפה בחוויית הכתיבה של ספרה. קרוב ל-50 שנה שמה לב למוטיב הרעלה ההורית, העולה וחוזר שוב ושוב בעבודתה הטיפולית וכן באגדות ובמעשיות עם דוגמת שלגיה, אל מול הספרות המקצועית הדלה בנושא כגון עבודותיהם של סוזן פורווארד וקרייג באק (1990), שתיארו את התופעה, וכן עבודתה של אליס מילר (1992), שהיטיבה להדגיש כי התעללות לעולם אינה ביטוי לאהבה.

בר שיתפה באופן פתוח וכן גם בסיפורה האישי ובהתמודדותה עם הרעלה ההורית שחוותה. היא הדגישה במיוחד את חשיבות השיום והחקר של התופעה, כך שילדים ובוגרים אלה יוכלו למצוא את עצמם ואת סיפור חייהם בסיפורם של אחרים בספרה ויוכלו להרגיש כי הם אינם "ממציאים", וכי מה שחוו מוכר וידוע. יתרה מכך, לאור התעללות המושקטת והשקטה, יש חשיבות רבה עוד יותר בשיום ובהכרה בתופעה. לדבריה, מדובר בהעמדת פנים: כלפי חוץ, ההורים עלולים להיתפס

כהורים "מושלמים", אולם בבית מתקיים שדה קרב, שצלקותיו אינן ניכרות בגופם של הילדים אלא בלבם ונפשם. לעתים, גם הם עצמם אינם יודעים להסביר את מקור המצוקה והסבל שהם חווים. היא הציעה כי ילדים אלה נוטים להיות ילדים מרצים, אך כאלה שאף פעם אינם מרוצים מעצמם, כפי שהוריהם אף פעם לא היו מרוצים מהם. בהקשר לכך, שיתפה במשפט הנדמה כמעביר את החוויה הזו, שאמרה לה אחת מקוראת הספר: "לעתים אני רוצה לפרוש ממועדון הילד הטוב".

בר אומרת כי יש חשיבות להבנת המצב של האדם את עצמו ואת מה שעבר, כדי שאותם דפוסים לא ישוחזרו בעתיד. למעשה, היא מזהירה מהעברה בין־דורית, כאשר ילדים אלה הופכים להורים הדוברים את אותה "שפת האבה". לסיים, הציעה דרכי התמודדות ואפשרויות ההחלמה. לדידה, ישנה חשיבות רבה להבנת האדם את מצבו שלו, לאו דווקא של ההורה המרעיל. היא מציעה "להקיא את התפוח המורעל" ולצאת לחיים על ידי ביצוע תהליך של פרידה מדמותו המופנמת של ההורה; תהליך שלעיתים

גורר באין ברירה גם פרידה מההורה עצמו. ההרצאה השנייה: "שיחות עם ילדים מורעלים", ניתנה על ידי **יובב כץ**, עורך ומנחה תכנית הרדיו: "שנינו יחד וכל אחד לחוד", שהועברה בשידור חי. כץ הציג את היכרותו עם בר, שהייתה חלק מצוות התכנית. לאור הסתייגויות שעלו ממתן ייעוץ ברדיו, כץ הדגיש שמטרת התכנית לא הייתה להציע טיפול או ריפוי. זה היה ניסיון אמפתי וצנוע לסייע לפונה לראות את מצבו בפרופורציה ובפרספקטיבה ולבחון חלופות להתמודדות. בהמשך לכך, כץ השמיע קטע קצר מאחת התכניות, שהציג פונה אשר חוותה הרעלה הורית וכן את התערבותה של בר.

ההרצאה השלישית: "הורות מתפתחת ומפתחת - נקודת מבט פסיכואנליטית", ניתנה על ידי **שמואל גרזי**, פסיכולוג קליני ופסיכואנליטיקאי, מנחה בחברה הפסיכואנליטית בישראל, מורה ומדריך בבית הספר לפסיכותרפיה באוניברסיטת חיפה. גרזי נשא הרצאה מרתקת ומרחיבת אופקים על נושא ההרעלה בגישה הפסיכואנליטית ושטח מצע תיאורטי להבנת התופעה. הוא הציג את מושגיו של ביון ודן במיוחד במושג "הדהיטוקסיפיקציה" (Bion, 1967), שבו יש לאם פונקציה של עיבוד ועיכול רגשי והיא מחזירה לילד חומרים רגשיים מעוכלים, או לפחות כאלה הניתנים לעיכול. באופן יצירתי, גרזי השווה זאת למעין דיאליזה שהאם עושה עבור הילד. הוא שב והדגיש דרך דוגמאות שונות כי מדובר בתהליך שבו ההורים מפתחים את ילדיהם אבל גם מתפתחים בעצמם, ודן בשני תהליכים המתרחשים במקביל: הורות מיטיבה והורות מגדלת.

ניתן לתאר את שני התהליכים שמדגיש גרזי מתוך גישות התפתחותיות שונות, כגון תיאוריית ההתקשרות שפיתח בולבי (Bowlby, 1988), שבה האם משמשת בסיס בטוח לחזרה מחקירה של העולם, והתהליך של ספרציה־אינדיבידואציה, שזיהתה מרגרט מאהלר (Mahler, 1994). גרזי הדגיש את הצורך של האדם בפנטזיה המוזהבת (Golden Fantasy) - חוויה רחמית שבה כל צרכינו מסופקים וממולאים מבלי שנצטרך לעשות דבר (Smith, 1977); פנטזיה הבאה לידי ביטוי ברצון שכן הזוג יבין ללא מלים ויוכל לספק את כל הצרכים. יש האומרים שרעיון הנופש של "הכול כלול" בנוי

לאור התעללות המושקטת והשקטה, יש חשיבות רבה עוד יותר בשיום ובהכרה בתופעה. לדבריה, מדובר בהעמדת פנים: כלפי חוץ, ההורים עלולים להיתפס כהורים "מושלמים", אולם בבית מתקיים שדה קרב, שצלקותיו אינן ניכרות בגופם של הילדים אלא בלבם ונפשם

אם האכילו אותו באוכל רגשי מקולקל ומורעל, האדם, בחושים מחודדים ולא מודעים, יחפש את אותו מזון מורעל ואף יתקשה להישאר במקום שבו ייתנו לו אוכל מזין וטוב, מכיוון שמערכת העיכול שלו מתקשה לעכל אוכל מעין זה

על הגשמת פנטזיה זו. גרזי ציין גם את לאקאן (2006), שהדגיש את חשיבות הפונקציה האבהית. ישנה חשיבות הן לפונקציה האימהית והן לפונקציה האבהית, לאו דווקא בהקשר של חלוקה מגדרית אלא בהקשר של הכלה וגבולות. כשאין לילד בסיס בטוח לחזור אליו, הוא נאלץ להפוך למספק עצמי של צרכיו, למעין "משק אוטרקי", והופך לילד בעל חיישנים לצורכיהם של אחרים אך לא לאלה שלו. לדעתנו, אחת הטרגדיות הגדולות ביותר היא שהילד אינו יכול לזהות את קולו הייחודי ונאלץ לאמץ מעין תפקיד ומסכה, ולכן הופך למרצה ומאבד את רצונותיו ואת עצמו. כפי שוויניקוט כבר היטיב לתאר, הילד נאלץ לאמץ "עצמי כוזב" (2009).

יהודה אטלס, סופר וחוקר ספרות ילדים, סחף את הקהל כשהקריא משיריו, המעבירים באופן בלתי אמצעי את חווייתם של ילדים החווים הורות מרעילה. הוא סיפר כי בחמש השנים האחרונות הוא עסוק במחקר ובכתיבת שירים על ילדים בסיכון. כל שיר נכתב בעקבות סיפור אמיתי



ששמע. לדבריו, אחת ממטרותיו כמשורר היא לחבר ילדים ומבוגרים שעברו חוויות קשות להרגשה כי זו אינה אשמם. בסיום דבריו, פרופ' יהב ציינה כי היה זה פרויד שאמר כי מקדמת דנא, משוררים וסופרים היטיבו להבין את נפש האדם ולתארה.

לאחר מכן התקיים פאנל: "הורות פוגענית מזווית ראייה אישית", בהשתתפות של **עופרה עופר אורן** - מחברת הספר "יופי לי, יופי לי" (2006); **מאיה ריד** (שם עט) - עו"ס וסופרת, מחברת הספרים "שבוייה" (2002), ו"עכשיו אני" (2008); ו**איה קניוק** - מחברת הספר "ממלכת האי" רצון" (2017). נשים אמיצות אלה שיתפו בסיפור חייהן, שיתוף שלעתיים נדמה כמעין מתן עדות על כמה; עדות הזועקת את זעקתם של ילדים שקולם אינו נשמע. אורן שיתפה באופן חשוף ונוגע בסיפורה האישי, באמירות המרעילות שספגה ובקושי של הסביבה להבין את הצורך שלה להתרחק מהוריה. היא סיפרה שהתחנתה עם בעל אלים ושיתפה בקושי להאמין כי הגיע לה יחס טוב יותר.

נוסיף לדבריה כי היה זה אייגן שטען כי קיימת "הזנה רעילה" ביחסים המוקדמים בין ההורה לילד, שהיא מעין "מערכת העיכול" שמפתח האדם. בפשטות, אם האכילו אותו באוכל רגשי מזין וטוב דיו, הוא יחפש את אותו המזון וירגיש כי מגיע לו. אם האכילו אותו באוכל רגשי מקולקל ומורעל, האדם, בחושים מחודדים ולא מודעים, יחפש את אותו מזון מורעל ואף יתקשה להישאר במקום שבו ייתנו לו אוכל מזין וטוב, מכיוון שמערכת העיכול שלו מתקשה לעכל אוכל מעין זה. ייתכן שהריפוי מתאפשר דרך דיאליזה ארוכה, שבה חומרי הנפש יוחלפו שוב ושוב במנות קטנות ומדודות של מזון מזין, כדי ששפת הנפש תוכל להתחלף משפת האלימות לשפת האהבה (Eigen, 1999).

לאחר מכן עלתה מאיה ריד, שהציגה עצמה כשורדת גילוי עריות וכעוסקת רבות בעזרה לנפגעות התעללות מינית. היא סיפרה את סיפורה האישי בפתיחות ובאומץ והחזיקה גם היא, כמו אורן, את התקווה כי ניתן להתפתח, לגדול ואף להצליח לחוות קשרים אוהבים באמת. היא שיתפה כי מצאה טיפול מיטיב לעבור בו את תהליך הדיאליזה הנפשית שלה. ריד שיתפה בחומרים שכתבה בזמן הטיפול הנפשי שעברה, בהם על חלום הקשור לנושא, ואפשרה הצצה לתהליך הרגשי שעברה, בעיקר בהתייחס לאימה, שהייתה עדה שותקת לקורה לה. היא הדגישה את התהליך שעברה מול אימה ודיברה על ההבנה שגם היא לא נהגה כשורה, ואולי אף עמדה מנגד ושיתפה פעולה עם האב בתגובתה הפסיבית. ריד חלקה עם הקהל את הכעס והזעם, שארך זמן רב עד שהכירה בהם, לצד העצב אל מול ההכרה בחוסר של אם מיטיבה. לאחר מכן שיתפה בתובנתה המרגשת כי עליה להיות אימא לעצמה; אימא אחרת.

לבסוף עלתה איה קניוק, שהוציאה לאחרונה לאור את ספרה הראשון. איה הדגישה כי אין מדובר בסיפור אמיתי אלא בבדיה, אך עם זאת ספרה מתקשר לנושא המדובר. היא שיתפה במערכת היחסים שרקמה עם אחת המאושפזות בבית חולים לחולי נפש שבו אושפזה, ושחזרה מכתב שכתבה לה החברה. החברה סיפרה על הקושי הרב לגדול לצד אח שנפטר, ועל האובדן של הוריה לאחר מכן, משום שהתקשו להיות נוכחים בחיים. פרופ' יהב, כמנחת יום העיון, הוסיפה כי השכול והשלכותיו על אחים שכולים הוא נושא עצוב בפני עצמו. האחים מאבדים את האח, אך גם את ההורים, העסוקים באבלם ובאובדן ולעיתים מנחילים לאח החי תחושות אשמה ויתמות נוספות. היא ציינה כי לאחרונה גם משרד הביטחון הכיר בקשייהם של האחים השכולים.

את יום העיון חתמה **פרופ' ניצה בן-דב**, בהרצאתה: "ארס ותרעלה בהורות ביצירות ש"י עגנון". פרופ' בן-דב התרכזת בעיקר בסיפורו הקצר של ש"י עגנון: "בדמי ימיה" (1923), וניתחה כיצד מערכת היחסים בין תרצה לבין גב' מנטשי הייתה ביטוי להרעלה על ידי דמות אם חורגת. דרך קריאת פסקאות מהספר הדגימה פרופ' בן-דב עד כמה מתעתעת היא ההרעלה ההורית. בתחילה היא נראית כרצון לעזור, אך בהמשך מתגלה כי גב' מנטשי אינה באמת רוצה בטובתה של תרצה, אינה באמת רואה אותה, ולמעשה בעיקר מנסה לכוון את חייה.

לסיום, לדעתנו, יום העיון והעיסוק בתופעה מעלים תמרוך אזהרה עבורנו, המטפלים העובדים עם מטופלים להורים מרעילים. עלינו לזכור

שלעתיים אותו אדם אינו מסוגל לבצע את הדהיטוקסיפיקציה בעצמו, אינו יכול או יודע כיצד להראות שהוא זקוק לקשר המיטיב ועלול לעזוב במהירות את הטיפול. ההזמנה לטיפול מזין ו"טוב דיו" יכולה להיות מאיימת עבורם, והם עלולים להתקשות להישאר בקשר שבחילוף החומרים שלו יש גם חומרים טובים. עלינו, כמטפלים, להחזיק בתוכנו את ההבנה שלעתיים גם האהבה שלנו עלולה להיות מציפה ומרעילה, וגם ממנה יש לתת תחילה מנות קטנות ומדודות - עד שנפשו של האדם תהיה מסוגלת לעכל ולהכיל את חומרי האהבה. עלינו גם לשים לב לא ליפול למהמורה שמציב לנו המטופל ולא להיענות לתפקיד שהוא מזמין באופן לא מודע, ובכך לשחזר עבורו את פצעי חייו. כמו כן, בלבבל בין אמפתיה להזדהות יתר.

תודות מעומק הלב לרחל שחורי, המנהלת האדמיניסטרטיבית של המרכז הקליני, ההופכת רעיונות למציאות.

לינק לצפייה ביום העיון:

<https://drive.google.com/open?id=1b5CvUtQicFj3o28dODk2ZzAeBmwr92qy>

רשימת המקורות

אורן, ע' א' (2006). יופי לי, יופי לי. תל אביב: משכל.
בר, ד' (2018). ילדות של נסיכה: סיפורי חיים של ילדים להורים מרעילים - *The Silent Abuse*. תל-אביב: הוצאת הקיבוץ המאוחד.

גרופר, ע', סלוקובסקי, מ', ורומי, ש' (2014). ילדים ומתבגרים במצבי סיכון: הגדרות, התפתחויות ודרכי התערבות. בתוך ע' גרופר וש' רומי (עורכים), ילדים ומתבגרים במצבי סיכון בישראל (עמ' 19). תל-אביב: כותר, מכון מופ"ת.

וויניקוט, ד' ר' (2004). *משחק ומציאות*. תל-אביב: עם עובד.

וויניקוט, ד' ר' (2009). *עצמי אמיתי, עצמי כוזב*. תל-אביב: הוצאת עם עובד.

זרחי, נ' (2011). *אם אמא שלי לא יכולה לאהוב אותי - מי כבר בעולם כולו יצליח כזה? קריית-גת: הוצאת דני ספרים*.

יהב, ר' (2019). ילדות של נסיכה: סיפורי חיים של ילדים להורים מרעילים (מאמר ביקורת). *שיחות: כתבת ישראל לפסיכותרפיה*, 2(33), עמ' 187-190.

לאקאן, ד' (2006). *על שמות האב*. תל-אביב: רסלינג.

מילר, א' (1992). *הדרמה של הילד המחונן והחיפוש אחר העצמי האמיתי*. תל-אביב: דביר.

עגנון, ש"י (1991). *בדמי ימיה ועוד סיפורים*. ירושלים: שוקן.

קוהוט, ה' (2005). *כיצד מרפאת האנליזה? תל-אביב: עם עובד*.

פרוורארד, ס', ובאק, ק' (1990). *הורים מרעילים: על הנזקים שהם גורמים וכיצד לתקן אותם*. תל-אביב: מטר.

קניוק, א' (2017). *ממלכת האי-רצון*. תל-אביב: הקיבוץ המאוחד.

ריד, מ' (2002). *שבוייה: כרוניקה של גילוי עריות מקצועי - סיפור אוטוביוגרפי*. תל-אביב: תמוז.

ריד, מ' (2008). *עכשיו אני: זה לא נצח: מסע ההחלמה מטרומה מינית מתמשכת בילדות*. קריית-ביאליק: אח.

Bion, W. R. (1967). *Second thought*. New York: Aronson.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Eigen, M. (1999). *Toxic nourishment*. Karnac Books.

Fraiberg, S., Adelson, E., & Shapiro, V. (1975). Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problem of impaired infant-mother relationships. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14, pp. 4-387.

Mahler, M. S. (1994). *Separation-individuation: The selected papers of Margaret S. Mahler*. Northvale, New Jersey: J. Aronson.

Smith, S. (1977). The golden fantasy: A regressive reaction to separation anxiety. *International Journal of Psycho-Analysis*, 58, pp. 311-324.

Spector, J. J. (1973). *The aesthetics of Freud: A study in psychoanalysis and art*. London: Allen Lane, the Penguin Press.



ילדות של נסיכה - סיפורי חיים של ילדים להורים מרעילים

מאת דנית בר
הוצאת הקיבוץ המאוחד,
קו אדום 2018



שמו של הספר, שמשך את תשומת לבי, מתכתב עם שמו של ספר אחר שסקרתי כאן לא מזמן - "נסיכה של אבא" מאת עדי ליניאל. יותר מדי נסיכות שסבלן זועק לשמים.

הורים מרעילים = התעללות שקטה (The silent abuse), כפי שמגדירה כותבת הספר דנית בר. הם אינם חשים חום כלפי ילדיהם, אינם מביעים עידוד ואהבה. יש רק ביקורת - צפויה או בלתי צפויה, שלילה של מעשים ותכונות. "הילד המורעל" גדל עם תחושות של חוסר ביטחון בעצמו וביכולותיו, ערך עצמי נמוך ולא יציב ותלות בהורה השולט ומתעלל.

דנית בר היא עובדת סוציאלית ופסיכותרפיסטית, שעסקה במשך שנים רבות בנושא שלא הרבה מדובר בו: התעללות שקטה ומושקת של הורים בילדיהם. היא ניהלה את הצוות הסוציאלי בבית החולים הדסה הר הצופים ובמשך 26 שנים הייתה חברה בצוות המקצועי של תכנית הרדיו "שנינו ביחד וכל אחד לחוד". בפרקי הספר שזורים סיפורי מטופלים שאספה לאורך הקריירה הטיפולית הארוכה שלה.

במבוא לספר מתארת בר כיצד הצטברות של משפטים רביעוצמה ששמעה ממטופליה הביאה אותה להכרה בקיומה של "הורות מרעילה" כתופעה. הספר נועד להפר את השתיקה.

כותבת בר: "אחת הבעיות הקשות של התופעה היא בכך שרוב ההורים המרעילים נתפסים כאנשים נורמטיביים... בעיני הסביבה, בעודם מטפטים לילדיהם את הרעל באופן שקשה לזהותו" (עמ' 39). וגם: "כמעט כל ילד מורעל שמדבר על היחסים עם ההורה, מבטא... היסוס וחשש שמא יתפס כלא אמין" (עמ' 40). בר מגדירה: "נאמני מניפולציות רגשיות, הורים מרעילים יתרוצו יחס שהילד תופס כשלילי בנסיבות חיים קשות או בתירוץ 'מוצדק' אחר שקשה להתווכח אתו... הילדים לעולם ינסו להבין את ההורה... נוטים לעשות אידיאליזציה של ההורה... מדברים על בדידות ההורה, קשיים כלכליים... ילדות קשה ועוד" (עמ' 51). "ילדות של נסיכה" הייתה תשובתה של אם מרעילה לתלונות בתה ולחשיפת הכאב שלה. מי שגדלה כ"נסיכה" - איך תוכל להתלונן על אמה, שחייה היו כה קשים?

אגדת שלגיה היא הבסיס העממי האוניברסלי להבנת תהליך ההרעלה ההורית. הבת האידיאלית ביופייה ובתכונותיה מעוררת באם קנאה. גישתה האנוכית והנרקסיסטית אינה מאפשרת לה להיות אם טובה והיא הופכת לאם מרעילה (בהקשר לכך, אסוציאציית התפוח האדום הרעיל). כשהאם הרעילה דומיננטית, האב הוא פסיבי ולא נוכח. זו תרומתו שלו לרעילות. הורים מרעילים לוקים בהיעדר חמלה לילדיהם, אומרת דנית בר, וככל שהילד צייתן, מרצה, מוצלח ו"חיובי" יותר, כך הוא נדחה יותר. הילד המורעל אינו יכול להבין מה מצופה ממנו, מה מעורר את תגובת הדחייה, מה מוביל לשיפוט שלילי.

נזקי ההרעלה ההורית מורכבים ועמוקים. אחת ההשלכות הקשות היא התנהלות מיוסרת לכל אורך החיים. דמות ההורה המופנמת בתוכם היא שלילית, ולעתים הם ממשיכים להזין את ההתנהלות המרעילה של ההורה כלפי עצמם (הרעלה עצמית). התעללות הרגשית נספגת בילד ומעצבת את דמותו, ואין לו כל אפשרות לראות את עצמו באור חיובי.

פנים רבות להורים מרעילים, פנים רבות לילדים מרעילים. הספר מפתח את הנושא ומבסס אותו על הניסיון הקליני של הכותבת, על ניסיונם של אחרים ועל עמדות תיאורטיות של מטפלים נוספים. בר מצטטת מחקרים, שירים, פרזות ועוד. היא מרבה להסתמך על הספר "הורים מרעילים" של ד"ר סוזן פורווארד (הוצאת מטר, 1990). מלבד ההתייחסות להתנהלות המרעילה "הרגילה", מתייחסת בר למצבים ייחודיים, כמו מצבי גירושים שבהם ההורים מרעילים את ילדיהם זה כנגד זה ולהפך. זו שכבה נוספת של טראומה, הנוספת על טראומת הגירושין. התניית האהבה בהתרחקות מההורה האחר, הדרישה לבחור באחד ההורים ובכך לאבד את האחר, ההזדהות דווקא עם ההורה המרעיל, משפיעים על עתידו הרגשי של הילד.

מצב ייחודי אחר הוא הלינה המשותפת שהייתה נהוגה בחברה הקיבוצית. היא הייתה נחלת כולם, אבל יש הזוכרים אותה לטובה ויש שזוכרים אותה לרעה. כך גם ההורים, היו שהצליחו לבטא את אהבתם לילדיהם למרות הנוקשות האידיאולוגית של החינוך המשותף, והיו שניצלו את ה"לגיטימציה" האידיאולוגית להצדקת הניכור האישי שלהם. והיה גורם מרעיל מוסף - מטפלות מנוכרות ששימשו תחליף הורי, והאינטראקציה המרובה אתן הייתה "כר נרחב" לאפשרויות הרעלה.

עוד דוגמה למצב ייחודי היא החברה החרדית, שגם לה דפוסי התנהלות נוקשים. בר עוסקת ב"חוזרים בתשובה" וב"יוצאים בשאלה" וטוענת כי רוב ההורים של צעירים החוזרים בתשובה עמלים קשות על שימור הקשר עם ילדיהם. לעומת זאת, הוריהם של היוצאים בשאלה, במשפחות בהן התקיימו דפוסי של "הרעלה הורית" עוד לפני היציאה בשאלה, לרוב ההורים מנדים את ילדיהם, מנתקים קשר עמו ואף קורעים עליהם קריעה. בר טוענת שבמקרים בהם ההרעלה ההורית לא הייתה הבסיס ליחסים, ההורים מוצאים דרך לעקוף את הנידוי החברתי. כותבת בר: "בחברה סגורה בעלת אופי נוקשה כדוגמת החברה החרדית, קשה למצוא הורים שיצליחו להתעלות על הקונפליקט הערכי ולתמוך בילדיהן" (עמ' 184).

זה המקום להתייחס לעוד אגדה מוכרת, הממחישה את הלחץ הרעיל למציאות - "היפהפייה הנרדמת". הנסיכה המושלמת והפיה ה'13, שלא הזמנה למשתה (למספר 13 יש משמעות שלילית בתרבויות שונות, 13 הוא חריג). הפיה חשה דחוויה, ולכן היא נוקמת. נגיעת הנסיכה בפלך מרדימה הן אותה והן את הממלכה כולה. חוסר המושלמות של הפיה הדחוויה פוגע בסביבה כולה, ואילו המושלמות של הנסיכה מדגישה את חריגות הפיה. "קיים הבדל עקרוני בין דחיפת הילד להיות הכי טוב לבין להגיע למיטב של עצמו" (עמ' 193). הפרק האחרון בספר מוקדש לטיפול בנזקי ההרעלה, לדרכים לפוגג את השפעתה ולצאת לתפקוד עצמאי. הוא מסתיים בנימה אישית.

עוצמתו של הספר המיוחד הזה הוא עיסוקו לעומק בנושא מורכב, "כבד" ורלוונטי. אין קורא שלא יזהה בו רסיסים של "מופנמת" - מעצמו או מסובביו. כל אלה הם סיבה טובה לקרוא אותו.

אהובה אוברשטיין, MSW - עו"ס
ahuvao@walla.co.il מומחית.