

## מה קרה לילדה ששמרה על סוד

(ומה השתנה בחייה אחרי שחשפה אותו)

### עופרה עופר אורן

המטופלת, אישה צעירה, בת עשרים ושתיים, ישבה בחדרו של הפסיכיאטר וניסתה להתרכז. מעבר לקיר נשמעו רעשים. שקשוקי כלים, דיבורים, קולותיהם של בני הבית. את פניהם, של אשתו ושל בנו, לא נאלצה לדמיין. מדי פעם פתח לה אחד מהם את דלת הכניסה לבית והחווה בידו לעבר פינת ההמתנה שחיברה בין שני חלקי הדירה, כשחלפו על פניה בדרכם מכאן לשם ויכלו להביט בה והיא בהם. לפעמים, כשהייתה בחדרו בשעת הטיפול, חדרו מבעד לקיר צלילים של מריבה גועשת, התחצפות, קוצר רוח, כעס. באותם רגעים הבחינה שהמטפל קשוב, אבל לא אליה. היא לא ידעה איך להגיב אל הדריכות שלו, המופנית בחשאי אל משפחתו, חשבה שהתנהגותו טבעית. זאת הרי משפחתו ומה שקורה שם חשוב לו יותר ממה שהיא מספרת לו כאן. היא התלבטה אם לומר לו – גש אליהם, אני אחכה. או אלך הביתה. זה בסדר. או שאולי, מפאת הנימוס, עליה להתעלם, להמשיך לדבר, כאילו לא שמה לב. גם כששרר מעבר לקיר שקט, חשבה לא פעם על הנוכחים הנסתרים. הרי כשם שהיא יכולה לשמוע אותם, גם הם יכולים לשמוע אותה. האם הם יושבים שם עכשיו ומצותתים? ואולי גם מתלחשים ביניהם ומגחכים? אף על פי שהרגישה אי-נוחות לא עלה בדעתה בכל חודשי הטיפול להסגיר אפילו ברמז את הרגשתה. היה ברור לה שאין לה שום זכות לעשות זאת. להטריד. לומר שמהו מפריע לה. להטיל ספק בהחלטות של אדם סמכותי.

כמה שנים אחרי כן כבר הייתה בטיפול אחר, אצל פסיכולוגית. פינת ההמתנה אצלה הייתה מבודדת משאר חלקי הבית, ולא היה אפשר לפגוש במטופל הקודם בדרוכו החוצה. שתי דלתות שונות הפרידו בין היוצא לנכנס. בין מי שזה עתה הגיע ומי שכבר סיים. אכן, מעולם לא נתקלה במישהו מהמטופלים האחרים, אבל כן ראתה את בעלה של הפסיכולוגית כי גם בביתה פתח לפעמים הבעל את הדלת. הוא גבוה, רזה ורציני, ציינה לעצמה. פעם אחת שמעה את הפסיכולוגית פונה אליו בבקשה, הוגה את שמו בנימה מתפנקת שעוררה במטופלת תהיות: האם האישה הזאת, שרוב הזמן מקפידה כל כך על ארשת פנים קפואה, כמו מראה, כמו קיר, בוכה לפעמים מעלבון, ממש כמוה? האם גם בעלה מכנה אותה בשמות גנאי כאשר דבר-מה שאמרה או עשתה הכעיס אותו? (או חובט בפניה ושובר לה שיניים, בועט בגופה ומטיח על הקיר עציצים שהיא אוהבת, הופך על הרצפה בחדר הילדים את אמבטיית התינוק המלאה במים, מנפץ צלחות, מרוקן את הארנק שלה ומצית את תכולתו?) יום אחד בשעת ביקור נשמע מהחדר הסמוך קול בכי שלא פסק. "לכי אליו", אמרה לה המטופלת, "אני לא מסוגלת לשמוע תינוק בוכה." המטופלת היססה רגע קצר, קמה, יצאה מהחדר, חזרה עם תינוקת בת כמה חודשים והשכיבה אותה בחיקה, קרוב לשפת השולחן שהפריד תמיד בינה לבין המטופלת. "בדרך כלל היא לא מתעוררת בשעות האלה," התנצלה, והוסיפה: "תמשיכי, תדברי כאילו התינוקת לא כאן."

הפסיכיאטר הקפיד תמיד על המראה המדויק של חדר הטיפול. אצלו המכתבה הגדולה ניצבה בצד, ועליה כמה דפים ועט. הספרים שעל המדפים סודרו על פי נושאים – מחלות של הנפש וגם כאלה של הגוף – שהרי היה גם רופא. בין הכורסאות נשמרה תמיד זווית של תשעים מעלות, והאור עומעם. כשהגיעה אליו פעם בשעות היום, קם וסגר את התריסים, כדי שהאפלולית לא תהיה שונה מהרגיל. הוא הרבה לפמפם במקטרתו. השעות שבין הפמפומים לדיבורים התארכה לפעמים מאוד. המטופלת ישבה וחיכתה למוצא פיו. לפעמים נמשכה השתיקה כמעט לאין קץ. בהתחלה סברה שהוא מהרהר במה שסיפרה לו. אחר כך הבינה שאולי הוא מצפה להמשך דבריה. כל פרק דומייה כזה היה יקר מאוד. שקלים רבים לכל דקה שלא נאמר בה מאומה.

גם אצל הפסיכולוגית התארכו לפעמים השתיקות. המטופלת חיכתה שהמטופלת תפתח את השיחה. מעולם לא שאלה אותה לשלומה או אם היא רוצה להמשיך ולדבר על משהו שנקטע במפגש הקודם. המטופלת הבינה

שזהו צו המקצוע. היא הניחה שיש בחוג לפסיכולוגיה קורס ששמו "השתיקה ככלי טיפולי" או "לשתוק ולרפא", (או אולי "שתיקה שווה זהב"?), ושבהכשרה המקצועית לומדים הפסיכולוגים, ככלל שאין לחרוג ממנו, שאין לזום שום דבר, לעולם, ודאי שלא במעשים, אבל גם לא במילים. לעובדים סוציאליים מותר להתערב בחיים הממשיים של הפונים. לפסיכולוגים מקצועיים אסור בתכלית האיסור להציע למטופליהם עזרה. הם לא יעלו על דעתם, למשל, לטלפן אל מטופלת שהביעה משאלות אוברדניות או תיארה חשש מפני התנהגות מאיימת ואף רצחנית של מישהו כלפיה או כלפי הקרובים לה. השעה הטיפולית היא העולם הקיים היחיד. היא היקום. החשוב ביותר מתרחש במהלכה: הקשר בין המטפלת למטופלת, יחסי ההעברה וההעברה הנגדית, ההכלה, התלות, השחזור, וברבות הימים אולי גם תיקון, ניתוק וההשתחררות. אסור אפוא למטפלת להראות התעניינות החורגת מהשעה הטיפולית. ואסור לה גם להתקיים כאדם אמיתי וחי. היא גם לא תשיב על שאלות ישירות. כשהמטופלת שאלה אותה לגילה, הגיבה בשתיקה ממושכת, ואז השיבה בשאלה: "למה חשוב לך לדעת?" (ובכל זאת: התינוקת. הבית מרובה המפלסים ששכן באחת השכונות היקרות ביותר בישראל. הגינה המשגשגת, המעוצבת, והכלבים שנבחו בפתח, לטשו שיניים והסתערו על הגדר, ובכל זאת – בעלה. אולי יכלה לקבל את מטופליה במקום אחר, נטול סממנים משפחתיים ורמזים להעדפותיה ולטעמה? מקום שהיה מאפשר לה לשמור על הפרדה המוחלטת בין דמותה הפרטית לתפקידה? אבל המטופלת אמרה לעצמה שהיא מבינה את הפסיכולוגית לחלוטין: העבודה מהבית נוחה יותר.)

באחת הפגישות נמשכה השתיקה חמישים דקות. בתחילתה עדיין הייתה השתיקה רגילה. מעין הקדמה קלה שיש בה ציפייה להמשך. כזאת שלא מעוררת תהיות, ספקות או מבוכה. אחרי כן התחילה השתיקה להתעבות, להתקשות. נעשתה כבדה מאוד. ומוזרה. היה בה כעס שהלך והתרוקן, הלך ואזל, עד שנהפך ללא כלום. שתי נשים יושבות זו מול זו. לפני האחת מונח בתחתית השולחן, על מדף סמוי מעיני האחרת, שעון שמורה לה כמה זמן כבר חלף וכמה עדיין נותר. על השולחן הייתה קופסה עם ממחטות נייר שלא היה בהן צורך. בתום חמישים הדקות הודיעה הפסיכולוגית, כדרכה, שצריך לסיים. ואז הוסיפה – זאת הייתה פגישה חשובה במיוחד. המטופלת השתדלה להשתכנע שאכן קרה משהו משמעותי, אם כי לא הצליחה להבין מהו. היא המשיכה לשתוק, לא הביעה תמיהה ולא ביקשה הבהרות.

אין להבין מכך שהשתיקות הטיפוליות רעמו תמיד. לא ולא. לרוב נאמרו בפגישות דברים. התנהל שיח שהיה ברובו דיבור מתמשך של המטופלת. האחריות לקיומו הוטלה עליה בלבד. מה שהביאה, מה שהביעה, התקיים. אל הפסיכיאטר הגיעה בשנה השנייה לנישואיה, כשכבר הייתה אמה לתינוק בן כמה חודשים. היא גרה עם בעלה בדירה שנרשמה על שם שניהם, בלי שנאלצו להתחייב למשכנתה, הוריו של הבעל קנו אותה למענם. הכול נראה תקין. שני בני הזוג עבדו והפרנסה הייתה טובה. לפעמים נפגשו עם אנשים שכונו חברים, אם כי ההזדמנויות לכך לא היו רבות, כי בסופי השבוע בילו תמיד עם המשפחות המורחבות: כל ערב שבת הגיעו לארוחה אצל הוריה, כל שבת שהו אצל הוריו, משעות הבוקר המאוחרות ועד הערב. החברים היו מבחינתה של המטופלת אנשים זרים, כאלה שהתוודעה אליהם לאחרונה ולא ממש הכירה, כולם זוגות נשואים. במפגשים איתם לא דובר מעולם על רגשות או על תקוות, ולא נחשפו מצוקות או תהיות. להפך, כולם הקפידו להפגין לראווה את הצלחותיהם והתמקדו בתחרות הסמויה ששררה ביניהם – למי הדירה הכי מעוצבת, הבגדים הכי נאים, התינוק הכי מפותח, מי המארח הכי מרשים. המטופלת סבלה רוב הזמן. תחושות של זיוף, צרימה, ורעשים פנימיים בלתי-נסבלים ליוו אותה כל העת. היא הרגישה שאינה חיה את חייה כמו שנועדו להיות. שאינה נינוחה ואינה אמיתית רוב הזמן, אך לא ידעה מה לשנות וכיצד. אמנם הייתה אישה נשואה ואם, למדה באוניברסיטה, ולכאורה תפקדה כיארת, אבל הרגישה כאילו היא יצור מכוכב לכת אחר שנקלע אל כדור הארץ, שאינה מתמצאת בשפת המקום ובהלכותיו. לא פעם תהתה כיצד בעלה, שהיה מבוגר ממנה בשלוש שנים בלבד, כבר יודע כל כך הרבה על חיי המעשה: איך לקנות מכונית, לחסוך כסף, לתקן תקלות, מה מחיריהם הסבירים של דברים, מה עושה ביטוח ואיך מפעילים אותו בעת הצורך, איך מגיעים למקומות. היא נאבקה בחוסר האונים שלה ויכלה לו. מצאה את מספר הטלפון של התחנה לבריאות הנפש בעיר מגוריה, קבעה פגישה והגיעה. האישה ששוחחה איתה אמרה לה מיד שהמקרה שלה קשה מדי. שהתחנה הציבורית לא תוכל להועיל לה. שהיא זקוקה לטיפול פרטי, כנראה ממושך ואינטנסיבי, ונתנה לה את מספר הטלפון של הפסיכיאטר. אחרי שקבעה איתו את המפגש הראשון, הבינה כי מיום שהיא זוכרת את עצמה ציפתה לרגע שבו תוכל לדבר – עדיין לא ידעה על מה – ולהישמע. מאחר שהמוקד לכאבה, שרק אותו ידעה לנסח במילים, היה הקשר

הלא-מספק עם בעלה, הפצירה בו להצטרף אליה לשיחות הטיפוליות, "כדי לשפר את חיי הנישואים". בעלה נהג לומר לה שהיא הדבר הכי חשוב בחייו, ושיהיה מוכן לחתוך למענה את ידו הימנית (היא השיבה תמיד שאינה רואה בעצמה "דבר", אלא אישה, ושאינן לה שום צורך ביד קטועה, שלו, או של כל אדם אחר). למרות אהבתו המוצהרת, היו לבעלה טענות רבות מאוד כלפיה. הוא מתח ביקורת על מבנה גופה, על האופן שבו שטפה את הכלים, על כך שלא בישלה למענו ברצון ובהתלהבות. "אז מה אם את צמחונית?" טען נגדה. "אם באמת היה אכפת לך ממני, היית נהנית לטגן בשבילי כבד, ולא עושה את זה רק כי צריך." אהבתו לא מנעה ממנו גם לומר לה בכל פעם שכעס עליה, וזה קרה לעתים תכופות, שהיא מתבקשת לעזוב את הבית, או בלשונו, "תשאירי את המפתחות ותעופי מכאן." לא היו לה בעיניו זכויות על הדירה. הרי הוריה סירבו לתרום לקנייתה.

לא היה למעשה שום תחום בחייהם המשותפים שאחד מהם היה שבע רצון ממנו. המריבות היו קולניות מאוד, והמטופלת הרגישה לא פעם שאינה מסוגלת לשלוט בכעס שלה או לבלום אותו. היא ביטאה אותו לעתים מזומנות בצעקות רמות, שהטרידו מאוד את בעלה. לכן, כנראה, נעתר בעלה והסכים להצטרף אליה לשיחות הטיפוליות. אחדות מהן התקיימו בצוותא, והאחרות בנפרד.

כבר במפגש הנפרד הראשון שלה עם הפסיכיאטר, כשסיפקה לו עובדות על עצמה – מתי נולדה, היכן גדלה, מה עשתה – הוסיפה, כמו שעשתה בשיחה היחידה שלה בתחנה לבריאות הנפש, פרט ביוגרפי שלא נראה בעיניה מהותי: היא עברה גילוי עריות. אביה, ציינה בענייניות ובלתי שום מעורבות רגשית, פגע בה במשך שנים, בילדותה, בנעוריה. היא לא סיפרה פרטים על האמירות והדיבורים, על ההצצות המלוות בלעג, על החדירה אל רשות הפרט שלה, החקרנות והסקרנות הפרוצה, אחרי כן גם הנגיעות. לא הזכירה את הידיים שפלשו אל גופה בשנתה, את האצבעות שחדרו, את הגוף שהצמיד אותה אליו, את הנשיפות, הריח, צמרמורות הגועל, הקיפאון, הבעתה והבחילה. גם לא ציינה כיצד התרחק ממנה אביה בחטף כששמע צעדים קרבים, ואיך הבהילות שלו הבהירה לה שהוא מגן על עצמו, שמעשיו אסורים ושהוא יודע זאת. לא סיפרה על ההסברים שהשמיע באוזניה: שהוא אוהב אותה. ששאלותיו האינטימיות נשאלות לטובתה, כדי ללמד אותה, ולכן הוא גם נוגע בה. לא אמרה לפסיכיאטר מדוע לא סיפרה על כך בילדותה לאיש. לא הסבירה שלא

היה למי לספר. לאמא שלה היו עיניים מרוקנות. עיניים שהסתכלו רק פנימה, לתוך עצמן. שבהו בה ולא ראו אותה. לה לא יכלה לומר שום דבר כי הסכנה הייתה מוחלטת. קיומית. כי ידעה שאמה לא תאמין לה. ושום תאמין, תתפרק, תיהרס. מאז ומעולם ידעה שעליה לשתוק. להגן על אמא שלה. לשמור על הסודות. כי מה יקרה אם תדע לא רק מה אבא עושה לבתה בחשאי, אלא גם מה הוא מספר לה. בתוך כל משפט הסותר משפט אחר שצריך היה לשמור עליו סגור, נעול, עטוף, אם אחד מהם ישתחרר, אם הוא יפרוץ, הוא ימוטט, יפוצץ, יחריב הכול. אבא כתב למטופלת, שהייתה אז ילדה, בדף האחרון של יומן בית הספר שלה, ליד הנוסחאות, מספר טלפון של אישה שכבר סיפר לה עליה. "אם יקרה לי משהו," אמר, "אם פתאום אני אמות, תטלפני אליה ותודיעי לה. רק עלייך אני סומך. את החברה הכי טובה שלי." היא רצתה ולא רצתה להיות החברה הכי טובה שלו. זאת שהוא חולק איתה סודות שאסור לאמא לדעת. הוא אמר למטופלת, שהייתה עדיין ילדה, שהוא אוהב אותה הכי בעולם. יותר מאשר את אמא. היא רצתה ולא רצתה שהוא יאהב אותה הכי בעולם, יותר מאשר את אמא. ובכלל לא רצתה שיספר לה מה האישה היא, ואישה אחרת, ועוד אחת, אומרות לו, לוחשות לו, צועקות לו. הוא חיקה אותן בלעג. בגועל. בכוז. גם היא נגעלה. ופחדה. והתגאתה. והייתה חשובה מאוד, לרגעים. ואז בזויה. ושוב חזקה מאוד לרגעים, ואז עלובה. הכי חכמה והכי יפה, ואז מיותרת, אשמה. היא חשבה שהוא באמת אוהב אותה, הכי בעולם, אבל רק כשהיא לבדה איתו. ואז הוא מחייך (חיוך מפחיד) ושואל שאלות, ולוחש. ולא הבינה איך אם הוא אוהב אותה הכי בעולם, הוא יכול פתאום לזרוק עליה חפצים, לסטור לה, לבעוט בה, לשפוך עליה דלי מים בשנתה כדי להעיר אותה, כי הכוסות ששטפה נשאר מלוכלכות. ואחר כך שוב לאהוב אותה הכי בעולם. הוא לא היה צריך לבקש ממנה שלא תספר שום דבר אף פעם, לאף אחד. היא ידעה שאסור. שהיא לא רוצה ולא יכולה להרע לאמא ולאבא, ואם תדבר, תפגע בכולם וגם תסכן את עצמה. רק פעם אחת שגתה: כתבה ביומן הסודי שלה, שכל דף חדש בו התחיל במילים "קיטי היקרה", כמו אצל אנה פרנק, על משהו שאבא עשה בה. אולי גם על הבלבול. אולי גם לכך עדיין מצאה מילים. ולמחרת כשאף אחד לא היה בבית הוא נזף בה. "יש דברים שלא כותבים," אמר. "אמא קראה את זה וזה מאוד הכאיב לה." הוא שלח אליה מבט כועס, מאשים, הסביר לה איך תוכל להתנקות, מה עליה לעשות כדי להקל על המבוכה שחשה, שלא תסור ממנה עוד שנים רבות. תחושת החרפה, כי לא חשבה עד הסוף, לא הבינה מה היא

מעוללת, ביישה את עצמה. איך העזה לכתוב את הדברים. איך טעתה. והיא צייתה, לקחה את המחברת למקום מבודד ושרפה אותה שם. שום דבר מכל אלה לא סיפרה לפסיכיאטר.

היא גם לא ציינה שהיא בקשר רגיל, סדיר, מובן מאליו, עם הוריה. אפשרות אחרת לא עלתה כלל בדעתה. אמנם, התרחשו לאחורונה כל מיני אירועים קשים, המריבות שפרצו לפני החתונה בין הוריה לבעלה – הם סירבו בכל תוקף לעזור בקניית הדירה, הוא לא העלה בדעתו לוותר על דרישותיו. תגידי לו שלא ייכנס לנו לכיס. תגידי להם שלא ייתכן שאין להם שום דבר לתת. תגידי לו שזכותנו לעשות בכסף שלנו מה שאנחנו רוצים. הם לא יודעים להתנהג. אנחנו לא סובלים אותו. הם מגעילים אותי. הוא חצוף. הם קמצנים. הוא גס רוח. הם בכלל לא אוהבים אותך. בבוקר חתונתה, לפני שיצאה אל סלון הכלות, אמרה לה אמה: "כל אחד בונה לעצמו את הגיהנום שלו."

המונח "גילוי עריות" היה מטבע לשון נוח לשימוש. הוא כלל בתוכו סיכום של כל מה שאי-אפשר ואין צורך לומר. וזה הספיק. "עברתי גילוי עריות." הפסיכיאטר שמע, פמפם במקטרתו, ולא אמר מאומה. לא שאל אף שאלה, לא בירר אף בירור. השיחות המשותפות עם הבעל, והנפרדות בלעדיו, נמשכו. הפסיכיאטר התאמץ מאוד להוביל את המטופלת לעבר חיים נורמטיביים. כאלה שיש בהם שני המרכיבים ההכרחיים, שמעידים על אורח חיים נאות: עבודה מסודרת וזוגיות יציבה. המטופלת עבדה כמורה, אבל חלמה להיות שחקנית. ביטוי אמנותי משך את לבה. בעלה והפסיכיאטר התנגדו בכל תוקף. באחד המפגשים הנפרדים, כשנואש מהמאמצים לשכנע אותה שעליה להסתפק בחיים שיש לה, ניגש הפסיכיאטר אל הכוננית, שלף משם ספר של פרויד, עלעל, עד שמצא את העמוד שחיפש, ואז סימן לה באצבע את הפסקה שעליה לקרוא: משהו על כך ששפיות מוגדרת באמצעות אהבה ועבודה. היא לא הצליחה בעבודה, ולא אהבה את בעלה.

המריבות איתו לא שכחו. היא צעקה חזק והוא היה אלים. אלים מאוד. הפסיכיאטר המשיך במאמצים להצמיד את שברי הנישואים. להדביק אותם באמצעות שכנועים. באחת הפגישות הנפרדות, לאחר שנודע לו כי סיפרה גם לבעלה שעברה גילוי עריות, נזף בה קשות. "בשביל מה היית צריכה לעשות את זה?" שאל, וחזר והוסיף, "בשביל מה?" השאלה לא ציפתה לתשובה, היא הייתה רק תוכחה, הייתה בה מורת רוח, גינוי, ובעיקר – האשמה. וגם מידה

לא מעטה של רתיעה. את אחת שמדברת יותר מדי, אמר לה מבטו. שחושפת את מה שמיותר לחשוף. את ילדותית, פטפטנית והיסטרית. את לא יודעת לשמור סודות!

שנים התהלכה עם ההבנה המביכה, המפחידה, שהיא לא יודעת לשמור על סודות. שהיא אדם מופקר ולא אחראי. שהיא לא אמינה. שמוטב שלא לסמוך עליה. לימים, כשפתחה בהליכי גירושין, עשתה הכול כדי שבעלה לא יוכל להפעיל נגדה את הסוד שהפקידה בידיה בטעות, ברגע של פזיזות. אם יגיעו לבית המשפט, הוא עלול לספר באחד הדיונים את מה שהוא יודע עליה: שהיא נפגעת גילוי עריות. היא הסכימה להתפשר וויתרה על חלק מזכויותיה, רק בשל אימת הסכנה המרחפת מעליה שסודה ייוודע ברבים.

והיה עוד מישהו שחשד בה מדי פעם וטען נגדה שאינה שומרת על הסוד. בכל פעם שמישהו מבני המשפחה כעס על אביה, מכל סיבה שהיא, נהג להאשים אותה: ודאי סיפרת לו, אמר. תקף. הוכיח. הצליף במילותיו. והיא התמידה בהכחשות: לא, אמרה. לא סיפרתי לו, נבהלה. נשמעה לעצמה תמיד מתנצלת על משהו שלא עשתה. לא כועסים עליך בגללי, התאמצה לשכנע אותו. באמת שלא. לא גיליתי. לאף אחד. אף פעם. וידעה שהיא אשמה. שהיא משקרת. כי דווקא כן גילתה, לאנשים זרים. לבעלה. לפסיכיאטר.

גם הפסיכולוגית שאליה הגיעה כעבור כמה שנים לא שאלה דבר. גם היא הסתפקה בכותרת "אני נפגעת גילוי עריות", ומשם הפליגה הלאה, אל מה שאבחנה כעבור זמן-מה כבעייתה העיקרית: הרסנות עצמית. וגם – הניתוק הרגשי שלה מאמה. שתי בעיות שנוצרו לכאורה מאליהן. בלי סיבה חיצונית המצריכה בדיקה. כדי להגיע לכך נדרשה הגרסיה (בתנאים מפוקחים). תלות מוחלטת שתפתח במטופלת, עד שתזדקק למטפלת שלה כמו תינוקת שתמות בלי טיפול. (שעה בשבוע, ואחרי כן גם שעתיים, היה בכך הכרח, המטופלת נזקקה להכלה גוברת, שעה אחת לא הספיקה עוד. "וזה חשוב מכל דבר אחר", אמרה הפסיכולוגית. "אם צריך למכור את המקרר כדי לממן את הטיפול, אז זה מה שצריך לעשות. מה יותר חשוב מבריאות הנפש?").

המטופלת, שסבלה העמיק ונעשה אינסופי, פחדה לפעמים שאם תתחיל לבכות, לא תוכל להפסיק, שתמשיך לנזול עד שתאזל, עד שגופה יימס כולו בדמעות וייעלם, יישטף אל הביוב. הייסורים, כך הבינה, נובעים מתוכה, מבחירה, או בשל ליקוי מולד. היא זאת שאחראית לכך שאין לה עור מגן, שכולה קצות עצבים חשופים, לכך שכל נגיעה מסכה לה כאב לא סביר, לכך



שאינה מסוגלת לשלוט ברגשותיה. ככל שהטיפול התמשך, חשה שדעתה הולכת ומשתכשת, אבל העדיפה להמשיך ולכעוס על עצמה. רק על עצמה. כי אם היא זאת שאשמה, זאת שגורמת לכל הסבל הזה – האחריות למצבה נתונה בידיה בלבד. וזה קל יותר. כי אז יש סיכויים לשיפור. כי רק את עצמה היא יכולה להתאמץ ולשנות. כן, היא העדיפה להיות מטורפת ולא קורבן. להילחם נגד עצמה ולא בהוריה. לשנוא את עצמה ולא אותם. למות, ולא להיות יתומה. היא המשיכה לשמור על הסוד.

הפסיכולוגית ביקשה לזמן אליה את אמה של המטופלת לשיחה משותפת, שהתנהלה כשני מונולוגים עם מאזינה אחת. בשיחה תיארה באוזניה את חומרת מצבה של הבת. "ייתכן שניאלץ לאשפו אותה, כדי לשמור עליה," אמרה. ואז הפצירה, "תעזרי לה. תשמרי עליה." בתגובה, פצחה האם בנאום ארוך, פירטה בזעם גלוי את כל חסרונותיה של הבת. "לא," היא ענתה לשאלה, "אין לי שום דבר טוב להגיד עליה." אחר כך, בחוץ, המשיכה להוכיח את בתה: "בשביל מה הבאת אותי לכאן? כדי שאישה זרה וצעירה תלמד אותי איך להיות אמא?"

הסוד, כמו גידול ממאיר, לא נעלם מאליו. צמיחתו לא נבלמה רק משום שהתעלמו ממנו. הוא המשיך להיות "תהליך תופש מקום" גם אחרי שהפסיכולוגית קבעה פתאום שהטיפול הסתיים. ההעברה, הרגרסיה, התלות, נקטעו באחת. למטופלת היה נדמה שהיא רוצה אולי להמשיך, אבל האמינה שהפסיכולוגית מיטיבה לדעת למה באמת זקוקה המטופלת שלה. והפסיכולוגית הייתה נחושה. "הגיעה העת לסיים," אמרה, "עכשיו את ובעלך זקוקים לטיפול משותף." המטופלת חשדה שהסיבה האמיתית היא שהטיפול בה מכביד על הפסיכולוגית. והבינה אותה. הזדהתה איתה לחלוטין. גם היא לא הייתה רוצה לטפל בעצמה!

בספרה "טראומה והחלמה"<sup>1</sup>, מקדישה ג'ודית לואיס-הרמן פרק לטראומה בילדות: "התעללות בילדים". אחת התופעות המאפיינות ילדים כאלה בבגרותם היא "תחושה כובשת של חוסר ישע". כותבת לואיס-הרמן: "בסביבת משפחה מתעללת, ההורה משתמש בכוח באופן שרירותי גחמני ומוחלט. הכללים הפכפכים, לא-עקביים, או לא-הוגנים בעליל."<sup>2</sup> אם כן, אפשר להבין את חוסר האונים שחשה המטופלת ואת חוסר היכולת שלה להתמודד עם שני המטפלים שפנתה אליהם כדי לקבל עזרה, והם מעלו באמונה שהרי לא עשו את המוטל עליהם: לגעת בסוד, לחשוף אותו לאור

היום ולמגר את קיומו. לא רק שהמטפל הראשון הנציח את הסוד ("בשביל מה היית צריכה לספר לוי?"), הוא אף קיבע במטופלת את תחושת הבושה, במקום לסלקה. במקום להחזיר את האשמה אל האשם, אל הפוגע, השאיר אותה המטפל אצל הנפגעת ובכך הצטרף בעקיפין אל הפוגע ואיחד איתו כוחות. חומרת מעשיו מקבלת משנה תוקף בספר Secret Survivors מאת א' סו בלום.<sup>3</sup> המחברת, עובדת סוציאלית שהתמחתה בטיפול בנפגעות גילוי עריות, מתארת את תחושת הגועל העצמי שחשות נפגעות: "ילדה שהייתה קורבן לגילוי עריות מרגישה מזוהמת ומקולקלת."<sup>4</sup> וכן, "היא מרגישה מזוהמת בשל המעשה המטונף של גילוי העריות שאותו 'התירה'. היא מרגישה שמהו בתוכה מצחין. מגעיל."<sup>5</sup>

גם הפסיכולוגית לא נגעה בסוד ולא הוציאה אותו מהמחשכים. יתר על כן, היא לא השכילה לעזור למטופלת להתחבר אל מקורות של כוח פנימי. הטיפול התמקד בכאן ובעכשיו, במה שקורה בין שתיהן, בתלות, והמטופלת חשה שבריאותה הנפשית מתדרדרת והולכת. בספרה של בלום, בפרק שכותרתו "האם אני מטורפת? – לא, את מתמודדת", מתארת המחברת נפגעות המרגישות שדעתן נטרפת כאשר הסביבה מעמידה פנים ששום דבר לא קרה להן, שהן "מרגישות דברים שלא קרו", שהן אומללות בלי סיבה – "הרי הוא אמר שהוא אוהב אותך"...

לפי בלום, לא היה אפשר לצפות שהמטופלת תביע את הכעס שחשה: "הילדה הפגועה אינה יכולה שלא לכעוס על מי שפגע בה, ואינה יכולה להרשות לעצמה להתלונן."<sup>6</sup> וכן: "קרוב לוודאי שמי ששרדה גילוי עריות אינה יודעת מדוע היא כועסת. למעשה, ייתכן שאינה יודעת כלל שהיא כועסת (גם אם כך היא מרגישה). היא מזמן ניתקה את עצמה מהכעס שלה על האירועים שגרמו לו, ולא למדה את הכישורים הנחוצים להתמודדות איתו."<sup>7</sup> כמו כן טוענת בלום כי "השִׁבְתָּה רגשית היא תהליך פנימי שבו המודעות לרגשות – למעשה היכולת לחוות אותם – מתעמעמת. יש כאלה שאינן מרגישות את החוויה, אחרות אינן חשות ברגשות עצמם. כשאני שואלת את מי ששרדו גילוי עריות 'מה את מרגישה?' והן עונות 'שום דבר', הן לא מתלוצצות, מתחמקות מתשובה או מפגינות 'התנגדות'. הן לא מרגישות."<sup>8</sup>

הפסיכולוגית, בעצם התעלמותה מהפשע, ובכך שמעולם לא דיברה עליו, יצרה מציאות שבה הפגיעה לא התקיימה לכאורה, מציאות שלא הייתה בה שום חשיבות לבריאות הנפשית של המטופלת. בנסיבות שבהן למטופלת

היסטוריה קשה כל כך, עם פגיעה כה אנושה, אין למטפלת זכות להתעלם מכך. עליה לדעת שהמטופלת אינה מסוגלת לעשות זאת בכוחות עצמה. מנגנון ההכחשה חיוני לילדה הרוצה לשרוד, אך הרסני לבוגרת הרוצה לחיות. ג'ודית לואיס הרמן, בספרה "טראומה והחלמה", כתבה על נפגעי טראומה: "נוח להם להאמין שההתעללות לא התרחשה. בשירות המשאלה הזאת הם משתדלים לשמור את ההתעללות בסוד מפני עצמם."<sup>9</sup> בשתיקתה הצטרפה גם הפסיכולוגית לפוגעים. אפשר לראות התייחסות לכך בספר המקבץ מאמרים שעוסקים כולם בגילוי עריות ובסוד האופף את הפגיעה: "גילוי העריות משבש סדרי עולם ומערער את חוויית המציאות של הילדה... כאשר חוויית הנוראה נשללת ממנה על ידי אלה שמכחישים את עצם קיומה."<sup>10</sup>

כאשר נפגעת גילוי עריות מגיעה לטיפול, המטפל הוא שאחראי לפתיחת הסוד. זאת לא רק אחריותו, אלא גם חובתו. "שבירת הסוד עוזרת לשורדת להכיר בכך שפגעו בה בצורה לא הוגנת, ושאינה אדם רע."<sup>11</sup> המטופלת אינה יכולה להיות שותפה ליוזמה, ואינה מסוגלת להביע רצון או צורך בה. "שורדות גילוי עריות אינן מסוגלות להיות אסרטיביות. הן חשות שאינן ראיות אפילו למחווה הקטנה ביותר של רצון טוב."<sup>12</sup> כמו כן, "הבושה והאשמה שהשורדת חשה הורסות את הערכתה העצמית. בעיניה היא אינה ראויה ליחס נאות, ולכן היא מוכנה לשאת הזנחה ופגיעה גם בבגרותה. היא אינה מסוגלת לדאוג לעצמה כי מעולם לא דאגו לה."<sup>13</sup> עליה ללמוד שלא להאשים את עצמה. אכן, הפסיכולוגית ניסתה לפרק את תחושת האשם המתמדת של המטופלת. פעם אחת אפילו אמרה, והייתה בדבריה נימה מסוימת של התלוצצות שגבלה בלגלוג: "אם השמש לא תזרח מחר, גם אז תהיי אשמה?" השאלה נועדה לחשוף את האבסורד שבתחושות האשם המופרכות של המטופלת, אבל איזה ערך היה יכול להיות לה, אם השיח כולו נותק מהעיקר, מהגורם לסימפטומים, מהמעשה הנפשע?

את חומרתה של פגיעת גילוי עריות ואת עוצמת הבלבול וההרס אפשר להבין כשחושבים על כך שבפגיעה כזאת הרע מתחפש לטוב, המזיק מעמיד פני אוהב, ומי שהורס ומכאיב הוא זה שמתיימר לחנך ולגדל. אין לנפגעת גילוי עריות לאן לברוח. היא אפילו לא מבינה שעליה לעשות זאת. היא גדלה בתוך עולם הפוך: "כאשר התעללות מתרחשת במסגרת המשפחה, כרוכה בכך גם בגידה חמורה במערכת התפקידים והיחסים הפנים-משפחתיים. באופן פרדוקסלי, המתעלל הוא גם מקור הביטחון וגם מקור הסכנה לקורבן, התלוי דווקא באדם הפוגע בן."<sup>14</sup>

בספרות העוסקת בגילוי עריות מתועדות תופעות רבות האופייניות והמשותפות לפוגעים ולנפגעות. כל נפגעת, בחשאייות האופפת אותה, סבורה מן הסתם שמה שקרה לה ייחודי רק לה. מדהים ומחריר להיווכח עד כמה רבים קווי הדמיון המוכרים למי שחוקרים את הנושא.

למשל הצורך שהיה למטופלת בילדותה – ולמעשה גם בהמשך חייה – לשמור על הסוד ובכך בעצם להגן על הפוגע: "היא נושאת עליה את נטל המשימה לשמור על ביטחונה וקדושתה של המשפחה. אם הפוגע והאיום שהוא מציג בא מתוך המשפחה, היא נאלצת לחבור אליו כדי להרחיק את העולם החיצון... מאחר שהילדה תלויה בסביבתה ואינה מסוגלת לדאוג לעצמה, כל איום על סביבתה מהווה פגיעה ישירה בה עצמה."<sup>15</sup>

כמו אביה של המטופלת, פוגעים רבים משכנעים את הילדה שהם עושים הכול למענה, "כדי ללמד אותה."<sup>16</sup>

במקרים רבים פוגעים הופכים את בתם לאשת סודם ומעמיסים עליה לא רק את נטל ההתעללות בה, אלא גם סודות נוספים שלהם, כמו שעשה אביה, שסיפר לה על הרפתקאות האהבים שלו ואפילו הטיל עליה את המשימה המבעיתה, להודיע לאחת הנשים, "אם יקרה לו משהו."<sup>17</sup>

את אחד המאפיינים המשותפים לכל המשפחות שמתרחש בהן גילוי עריות, תופעה הרסנית ומבלבלת שמערערת את יציבותם של הקורבנות, מתארת בלום בספרה: "בלי תחושה של סיבה ותוצאה – הקשר בין מעשיה לתוצאותיהם – היא חווה את העולם לא כמקום של סדר, אלא של כאוס, והיא עצמה מסתחררת בו חסרת אונים."<sup>18</sup> כך בדיוק נהג אביה של המטופלת: רגע אחד אוהב, רגע אחר מתעב, מלטף ותוקף, מתלחש ומכאיב. שופך עליה באמצע הלילה דלי מים כדי שתקום ותשטוף כוסות ולמחרת משתף אותה בסודות. לא צפוי, מבהיל תמיד, הן בעליזותו והן בכעסו.

דוגמה נוספת היא ההאשמה העצמית האופיינית לנפגעי טראומה, "שבמאמציהם להבין מה קרה להם מחפשים פגמים בהתנהגותם שלהם."<sup>19</sup> ילד שהמבוגרים האחראים עליו גורמים לו לסבל, משתכנע שהפגם מצוי בו. שכן הוא "רחף את האנשים החזקים ביותר בעולמו לעשות דברים איומים. מכאן שהוא רע מעצם טבעו."<sup>20</sup> לפיכך – בלי חשיפת הסוד והדיבור עליו, לא היה בעצם שום ערך ממשי בשיחות הטיפוליות.

ושוב, ומאותה סיבה, גם ניסיונה של הפסיכולוגית להביא לפיוס רגשי בין המטופלת לאמה נועד לכישלון ולפורענות. בלי חשיפת הסוד ובלי שום דיבור

אמיתי וגלוי עליו, נהפכה השיחה עם האם למופע נוסף של פגיעה. "ברגע שהאמא אומרת לבת שהיא [הבת] אינה אשמה, מתחיל תהליך התיקון", מסבירה ג'ודית לואיס-הרמן.<sup>21</sup> כמו נפגעות אחרות, גם המטופלת נזקקה יותר מכול להכרה במה שנעשה לה, ולהתנצלות.<sup>22</sup> לא זו בלבד שלא קרה כך, אלא ההפך הגמור התרחש בחדר הטיפולים. שוב תקפה האם את הבת, מנתה את חטאיה, מחדליה, חסרונותיה, ולא מצאה בתוכה את היכולת לומר לה אפילו משפט אחד של אהבה או של חום אנושי. מובן שגם באותה פגישה הסוד נשמר היטב. המטפלת לא הזכירה אותו והמטופלת לא אמרה מאום, על שום דבר. היא הייתה שקועה מדי במאמצים לנשום.

יש לציין שגם סובלנותה המופלגת של המטופלת כלפי התנהגויות לא ראויות של שני המטפלים – חשיפתה הפוגענית לחיי המשפחה שלהם, תחושתה שפרטיותה אינה נשמרת כראוי – אופיינית לנפגעות גילוי עריות. "הקורבן חונך לראות את צורכי האחר כקודמים לצרכיו שלו."<sup>23</sup> מטופל בעל כוחות נפש רבים יותר היה מתקומם ומסרב לשבת בחדר טיפולים שבו הוא חושד או חושש שמצותתים לו, והיה מן הסתם עוזב ומחפש מטפל שיוכל לחוש אצלו בטוח. לא כך המטופלת שהייתה קורבן לגילוי עריות. היא לא העלתה בדעתה לעשות זאת. לא היו לה בעיניה זכויות כאלה. תפקידה היה להתאים את עצמה. לכן נשארה ושילמה עבור שעה טיפולית שבה עסקה הפסיכולוגית בטיפול בתינוקת שלה, וגם עבור שעה שלא נאמר בה מאומה.

מהקריאה בספרות העוסקת בתחום של גילוי עריות אפשר ללמוד על הסכנות הרבות הנשקפות לנפגעות. בספר "מופקרות – נשים בזנות", מראה ענת גור, עובדת סוציאלית שעוסקת שנים רבות בטיפול בנשים במצוקה, כי רובן של הנשים בזנות (אם לא כולן!) היו בילדותן קורבנות לניצול מיני, לרוב בתוך המשפחה.<sup>24</sup> בספר Secret Survivors<sup>25</sup> ובספר "הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות"<sup>26</sup> מתואר מגוון של תופעות אופייניות לנפגעות, ובהן הפרעות אכילה, התמכרויות, נטייה להתנהג בפזיזות ולהסתכן, נקיטת סוגים שונים של "אקטינג אאוט" מיני. נפגעות רבות אינן קשובות לגופן ולצרכיו, עד כדי התעלמות מטיפוח עצמי ואפילו הזנחה קיצונית של בריאותן. הן מתעלמות מסימפטומים ומכאבים, עד כדי סיכון חייהן. (נשים שעברו גילוי עריות חשות שגופן הוא מקור לסכנה, ולכן הן מתכחשות לו.) בספר Father Daughter Incest מתארת לואיס-הרמן דפוסים של קורבנות חוזרות: נטייתן של נפגעות לקשור קשרים עם אנשים נצלנים, אלימים, הרסניים, ואת הקושי

שלהן להינתק ולהתרחק מאלה שפוגעים בהן שוב ושוב בבגרותן.<sup>27</sup> כן מוזכרים מקרים רבים של דיכאון ושל התאבדות. "הנשים הללו חשות שיש במוות שחרור."<sup>28</sup>

אבל המטופלת המתוארת במאמר זה לא ויתרה. היא אספה בתוכה את הכוחות ללכת שוב לטיפול. הפסיכולוג האחרון עזר לה במשימה הקשה מאוד: להכיר במה שעוללו לה. ולכעוס. על הפוגעים. לא על עצמה. הוא שאל והיא השיבה. הוא ביקש והיא פירטה. הוא התמקד והיא נענתה. בשיחות טיפוליות רבות מאוד תיארה באוזניו תמונות מילדותה. הזעזוע ששיקף לה, הכעס שהביע, הכאב שביטא למענה, עזרו לה לגלות את כל אלה גם בתוכה. אחרי שהסוד נחשף בתוך חדר הטיפולים, מצאה בתוכה את הכוחות לצאת אל העולם. תחילה אל בני משפחתה, שהגיבו בדיוק כמתואר בספרות המחקרית: "מרבית הפוגעים מעדיפים להילחם עד הסוף המר, ולא להודות בפשעיהם. הם, שלא היו מסוגלים לחוס על בנותיהם, אינם מסוגלים להבחין בחמלה שחשות הבנות כלפיהם. נדמה להם שהנשים-הקורבנות מבקשות נקמה, באותה מידה של אכזריות שהן למדו בבית. כשמאשימים את הפוגעים, הם נוטים להציג את עצמם כקורבנותיהם הנרדפים של נשים נקמניות."<sup>29</sup> אכן, כל חייה חסה הבת על אביה, שהיה ניצול שואה ויתום. מאז ומעולם חשה אחריות לשלומה ולאושרו. הבינה שמוטל עליה למלא את מקום כל בני משפחתו שנספו. גם בימים הראשונים לאחר שחשפה את הסוד, כשחשבה לרגעים שאמה, אחותה ואחיה יתייצבו לצדה, עוד המשיכה לחמול על האב, לדאוג לשלומה, וביקשה מהם שלא יפקירו אותה. הוא, לעומתה, עשה הכול כדי לגייס את כל בני המשפחה לצדו ולשכנע אותם שהבת, האחות, הדודה, האחיינית, הנכדה, שקרנית ומטורפת, שהיא סחטנית שמנסה לגזול את כספו (אף על פי שמעולם לא ציפתה אפילו שישתתף בעלות היקרה של הטיפולים שנאלצה לעבור במהלך עשרות שנים).

תגובותיה של האם תאמו אף הן את המתואר בספרים, ולמעשה גם את ציפיותיה של המטופלת עצמה. שהרי כבר בהיותה ילדה, שלא שיתפה ולא סיפרה, חשדה במעמקי לבה שכך יהיה. תחילה הביעה האם זעזוע, אבל די מהר, אחרי הפצרות ושכנועים של בעלה, חברה אליו, אפשרה לו להשמיע את הכחשותיו הנמרצות, וכעבור זמן לא רב החליטה להתנכר לבתה. הרמן כותבת על כך: "מרבית האבות מאמצים עמדה של הכחשה זועמת. האב עושה הכול כדי להטיל ספק באמינותה של הבת, ולגייס את אשתו לצדו. לעתים תכופות

מדי האסטרטגיה הזאת מצליחה. אמנם, מיד בהתחלה האמא מאמינה לבת, אבל עד מהרה היא נעתרת למכול התחנונים, האיומים ותשומת הלב שאינה מורגלת בה, שמעתיר עליה בעלה... כשהבת הפרה את איסור הסודיות, היא הפכה את האב לאויבה. אמה מעולם לא עמדה באמת לצדה, ואי-אפשר לסמוך עליה בשעת משבר. אם לא יינקטו צעדים להגנה על הבת, רבים הסיכויים שזוג ההורים יתאחדו נגדה ויסלקו אותה מהמשפחה.<sup>30</sup> כמה מדויק!

שנים אחדות אחרי מותו של האב ניאותה המשפחה לחדש את הקשרים עם המטופלת. תחילה, בתנאי שתכחיש כי מה שקרה קרה, אחרי כן, כפשרה, בתנאי שלא ידברו על כך לעולם, ורק אם לא תצפה מאיש מהם להתחבר אליה רגשית, להבין מה עבר עליה ומה היא מרגישה. אך המטופלת לא רצתה עוד במשפחתיות שאין בה קרבה של ממש והיא מבוססת על שקר.

בלום ניסחה זאת היטב: "היא [הנפגעת] יכולה לחיות באשליה של אינטימיות משפחתית, אבל לטובת התווית 'משפחה', עליה להקריב כל תחושה אפשרית של אמון, ביטחון, כנות ויושר. הדפוס ייראה בכל קשריה כאדם בוגר. כדי לשרוד, כדי שיהיו לה יחסים, עליה להקריב את עצמה."<sup>31</sup>

אכן, משנחשף הסוד, איבדה המטופלת את משפחתה הגרעינית ועברה תקופה לא קלה של ויתור, אָבָל והשלמה. את הסוד לא רצתה – בעצם לא יכלה! – לטמון שוב במעמקים, ועם הגילוי לא יכלו בני משפחתה להתמודד. תהליכים נוספים, מפתיעים בעוצמתם, התאפשרו והתרחשו בעקבות חשיפת הסוד: היא מצאה זוגיות אחרת, חמה ומטפחת, קשר אוהב, מצמיח ומאפשר, שמתקיימות בו כנות ותמיכה הדדית. החברויות שפיתחה קרובות וחמות, היא מצליחה בעבודה ונהנית ממנה, והיא יוצרת. נראה שאפילו הפסיכיאטר, שנתן לה לקרוא פסקה מתוך מאמר שכתב פרויד, היה מאשר שהיא שפויה על פי כל אמות המידה.

המטופלת-לשעבר – שכבר אינה בטיפול כי פרשה ממנו, הפעם מרצונה, בתחושה שאין לה עוד צורך בו – חשפה בפומבי את עובדת היותה שורדת גילוי עריות. היא כתבה על כך והתראיינה בגלוי. כותבת ג'ודית הרמן: "ההחלטה לדבר בפומבי מצריכה אומץ לב... הקורבן מציבה את עצמה בעמדה פגיעה כשהיא חושפת את עצמה. אבל העזה כזאת היא עניין מידבק: אישה אחת שמדברת בגלוי, נותנת השראה לנשים אחרות."<sup>32</sup>

למרות הטאבו החברתי, התרבותי, המוסרי והדתי, תופעת גילוי העריות נפוצה הרבה יותר משאפשר לשער. הגיעה העת שהוא יוחל על המעשים

וייסר מעל הדיבור עליהם. מתן הלגיטימציה לדבר על הנושא, לחשוף את הסוד לאורה המטהר של השמש, הוא המפתח להחלמתן של נפגעות. אני מקווה שהמטופלת שתיארתי במאמר העניקה ותמשיך להעניק כוחות והשראה לנפגעות. אני מכירה אותה היטב. זאת אני, וזהו סיפור חיי.

### ביבליוגרפיה

גור, ע' (2008). מופקרות, תל אביב: הקיבוץ המאוחד, סדרת קו אדום.  
 זליגמן, צ' (2004). "מהות הפגיעה והשלכותיה", בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות), הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות, תל אביב: הקיבוץ המאוחד.  
 לואיס-הרמן, ג' (1992). טראומה והחלמה, תרגמה זילבר ע', תל אביב: עם עובד, ספריית אפקים.  
 קורטואה, ק"א (2004). "ריפוי פצע גילוי העריות: מודל טיפולי עדכני ששם דגש על זיכרון משוחזר", מתרגם לא צוין, בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות), הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות, תל אביב: הקיבוץ המאוחד.  
 שוורצברג, ש' וזומר, א' (2004). "חשיפת הסוד: גורמים מעודדים ומעכבים את גילוי סוד הפגיעה בקרב קורבנות התעללות מינית", בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות), הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות, תל אביב: הקיבוץ המאוחד.

Blume, E. Sue, *Secret Survivors*, New York: Ballantine Books, 1985.

Lewis Herman, Judith, *Father Daughter Incest*, Cambridge Mass.: Harvard University Press, 1981.

### הערות

1. לואיס-הרמן, ג'. (1992). טראומה והחלמה, תרגמה: עתליה זילבר. תל אביב: עם עובד.
2. שם, עמ' 124.
3. E. Sue Blume. *Secret Survivors*, New York: Ballantine Books, 1985. הספר לא תורגם לעברית.
4. שם, עמ' 112.
5. שם, עמ' 113.
6. שם, עמ' 132.



7. שם, עמ' 133.
8. שם, עמ' 83.
9. לואיס-הרמן, ג' (1992). *טראומה והחלמה*. עמ' 128.
10. זליגמן, צ'. (2004). "מהות הפגיעה והשלכותיה", בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות). *הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות*. תל אביב: הקיבוץ המאוחד. עמ' 17.
11. Blume, *Secret Survivors*, p. 106.
12. שם, עמ' 114.
13. שם, עמ' 118.
14. קורטואה, ק"א (2004). "ריפוי פצע גילוי העריות: מודל טיפולי עדכני ששם דגש על זיכרון משוחזר", מתרגם לא מצוין. בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות), *הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות*. תל אביב: הקיבוץ המאוחד. עמ' 201.
15. Blume, *Secret Survivors*, p. 65.
16. Judith Lewis Herman. (1981). *Father Daughter Incest*, Cambridge Mass.: Harvard University Press, p. 85.
17. שם, עמ' 80.
18. Blume, *Secret Survivors*, p. 39.
19. לואיס-הרמן, *טראומה והחלמה*, עמ' 130.
20. שם, עמ' 131.
21. Lewis Herman, *Father Daughter Incest*, p. 145.
22. שם, עמ' 232.
23. שוורצברג, ש' וזומר א' (2004). "חשיפת הסוד: גורמים מעודדים ומעכבים את גילוי סוד הפגיעה בקרב קורבנות התעללות מינית", בתוך: זליגמן, צ' וסולומון, ז' (עורכות), *הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות*, תל אביב: הקיבוץ המאוחד, עמ' 89.
24. גור, ע' (2008). *מופקרות*, תל אביב: הקיבוץ המאוחד, סדרת קו אדום. עמ' 28-29, 77-86 ועוד.
25. עמ' 130-191.
26. עמ' 199.
27. Lewis Herman, *Father Daughter Incest*, pp. 99-101.
28. Blume, *Secret Survivors*, p. 92.
29. Lewis Herman, *Father Daughter Incest*, p. 233.
30. שם, עמ' 133.
31. Blume, *Secret Survivors*, p.72.
32. Lewis Herman, *Father Daughter Incest*, p.196.

