

@ כל הזכויות שמורות להוצאת "אח"

הותר לפרסום באתר פסיכולוגיה עברית www.hebpsy.net

פרק שלישי

ואילו את אינך¹

מקומה-תפקידה (role) של האם
במשפחה בה מתרחש גילוי-עריות.

"רק על עצמי לספר ידעתי..." - 4.4.2004

אני קוראת את הודעות ה-"אינאמא" בפורומים שלנו, את הכעס, את הכאב, אתהאבל על אי-היותן ואת הניסיון להבין איך אפשר? אני קוראת ורואה את עצמי של פעם - בעבר הלא רחוק - מסובכת איתה ומנסה לחלץ עצמי מנפתולי הרגשות כלפיה, וחושבת שאולי, אם הכאב שלנו כל-כך דומה, אולי גם מה שבא אחריו יכול להוות ציון דרך קיים, נראה, מוחשי - מעבר לאישי שלי?

מצד שני - אני זו רק אני ומה זה אומר לגבי הכלל? אולי כלום? אולי חלק? אולי הרבה ואולי מעט?
אז אני לא יודעת ולא רוצה לחטוא בציור מפת דרכים מתעתעת, אבל כן רוצה לספר עלי, להרחיב קצת...

¹ משפט הסיום של הספר "יופי לי, יופי לי" מאת עופרה עופר, ידיעות-אחרונות, 2006.

הבור. מתישהו שנראה לי כמו אי-שם בימי עידן הקרח למרות שחלפו רק כמה? שנתיים, שלוש? שיגרתי עוד ועוד הודעות על בור האינאמא הפעור בתוכי. ושואב... לא היה רגע נטול בור. והרגשה שהדבר היחיד שיכול למלא אותו הוא רק חיבוק אמיתי - לא שום "במקום" כמו מילים או מבט או מה שלא יהיה, לאיזשהו תחליף אמא. רדיפה של שנים ללא שמץ תחושת התמלאות. אפילו לא טיפונת.

והמטפלת האחרונה, הטובה - רק מלראות אותה או לחשוב עליה בא הכאב החותר, והכמיהה שנדמה שלעולם לא יהיה לה סוף.

ומשהו מופלא קרה - אין לי מושג איך ומתי בדיוק - אין בי כבר הצורך הנואש, ההזדקקות, ההשתוקקות, התחושה שהחיים שלי תלויים במישהו שיעטוף, ושאיני עלולה למות אם הצורך לא יסופק.

אני נפגשת מדי פעם עם האקס-מטפלת שלי, מפגשים מזדמנים של קולגות, ואני רואה אותה כאדם בגובה העיניים. יש שם בינינו הרבה הערכה - הדדית, ואהבה - הדדית, וכבוד - הדדי, אבל הלב לא נקרע לי יותר במחיצתה, סתם שמחת מפגש בין שני אנשים שעשו יחד כבדת דרך ארוכה.

לא האמנתי שהרגע הזה יגיע.

נכון, הבור עדיין קיים ומזכיר את עצמו מדי פעם - בִּצְבִיטה של מלפפון-הים, או בדמעות של החליל בניו-יורק, אבל זו כבר לא תחושה של רק בור.

נ.מ.מ. מתרחש בתוך מערכת משפחתית בה שני ההורים נכשלים במילוי תפקידם - ליצור עבור הילדה סביבה מוגנת ובטוחה, לטפח אותה ולספק לה את צרכיה, וסביר להניח שהפגיעה יכולה להתקיים רק כל עוד איש בסביבת הקורבן "אינו רואה, אינו שומע ואינו יודע". בין אם המתעלל הוא בן זוגה של האם ובין אם הוא בעל סמכות אחר כלפי הילדה, הסביבה המיידית והקרובה ביותר שלה היא אימה. כשתפקודה של זו לקוי - יהיו הסיבות אשר יהיו - הילדה אינה יכולה להיחלץ מהמלכודת.

בנקודה זו חשוב לחזור ולציין שדבריי מנוסחים בהתאם למשולש אחד שצלעותיו: אב מתעלל, אם "עומדת מהצד", ילדה קורבן. זה המשולש שאפיינ את ילדותי בבית הורי, אבל אני מכוונת לכלל ההורכים של מערכות יחסים מתעללות ומאפשרות נ.מ.מ.; לא מעטים המקרים בהם אם מתעללת בבנה או בבתה, ילד/ה או נער/ה מתעללים באחיהם או אחותם הצעירים מהם ומקרים בהם המתעלל אינו בן משפחה אבל נמצא בעמדת כוח וסמכות כלפי הילד או הילדה.

הצעדים שהקורבן-השורדת עושה לקראת חיים מעבר להישרדות, מובילים אותה בשלב מוקדם או מאוחר למפגש עם רגשותיה כלפי אימה. מגיע רגע בו מוקד ההתמודדות מוסט מהאב ומההתעללות עצמה לעבר האם, אל מה שעשתה ואל מה שלא עשתה. זו התמודדות קשה מנשוא, ואחד מהנושאים המועלים בתדירות גבוהה בפורומי התמיכה לנפגעי/ות נ.מ.מ.י. של אתר "מקום" הוא ה-"אֵינאימא" - מונח שטבעה אחת המשתתפות לפני שנים, ומאז משמש שם קוד לשלל הרגשות, הקונפליקטים, המאבקים וההתמודדויות עם הדמות הנוכחת-נפקדת וייצוגיה הפנימיים.

יכול היה להיות ככה: - 6.10.2002

יום ראשון של כיתה א'.

כבר לפני חודש אבא סיפר לי שהוא מכין לי הפתעה לכבוד היום הגדול, ואני מצפה ומתרגשת. מנסה לנחש אבל הוא אינו מוכן לגלות לי, וגם אמא רק מחייכת אלי את חיוכה האוהב ואומרת: מתוקה שלי, אם נגלה זו כבר לא תהיה הפתעה, נכון?

אני אוהבת את ההפתעות שלהם, שתמיד משמחות אותי.

והנה סופסוף הצלול שמבשר סיומו של יום הלימודים הראשון, אבא בא לקחת אותי ואנחנו הולכים הביתה יד ביד. בדרך הוא שואל איך היה ואיך המורה, ואני מושכת אותו קדימה, מנסה לרוץ ולהגיע כבר הביתה, והוא אומר לי: סבלנות ילדונת, שום דבר לא בורח.

אמא פותחת לנו את הדלת ומחבקת אותי. גם היא מתרגשת מהיום הזה ומהילדה הגדולה שלה שכבר הולכת לבית-ספר. השולחן ערוך וחגיגי, עם כל המאכלים שאני הכי הכי אוהבת, ועל הצלחת שלי מונחת ברכה שהיא כתבה בעצמה, עם ציור של לב גדול ופרח צבעוני, ומתחתיה אריזת מתנה.

אבא כורך ידו ברוך סביב כתפה של אמא ויחדיו הם מביטים בי בזמן שאני מתירה את הסרט הזהוב. אני רואה בעיניים שלהם כמה הם אוהבים אותי.

יש!!!!!!! בדיק מה שרציתי!!!!!!!

בתוך הקופסה נח לו שעון עם ציורי מיקי מאוס כמו שיש לנעמי ולבטי, ומחר בבוקר אראה אותו לכל הילדים בכיתה...

תודה אבאלה. תודה אמאלה. אני כל-כך אוהבת אותכם...

יכול היה להיות גם ככה:

אותו יום ראשון של כיתה א', אותה התרגשות לקראת ההפתעה, אותה ריצה הביתה, אבל אמא לא שם. ואבא רוצה לתת לי את "ההפתעה" שלו וללמד אותי את "המשחקים של הגדולים".

הוא רק מתחיל, אבל לפני שהוא מספיק להכאיב לי אפילו קצת, אמא מגיעה פתאום בריצה. היא הרגישה שמשוהו לא בסדר ובאה להציל אותי. היא צורחת עליו ומקללת אותו ואומרת לו: שלא תעיז לגעת בילדה, ותעוף מהבית ואל תעיז לחזור יותר. והיא מחבקת אותי ואני מספרת לה על ה"משחקים של הקטנים" והיא מודיעה למשטרה ומכניסים אותו לבית-סוהר.

יכול היה להיות ככה או ככה, אבל היה לגמרי אחרת...

הספרות שעוסקת בטרואומה והחלמה מניצול מיני מתמשך בילדות מתמקדת ברובה המכריע בניצול עצמו, ביחסים המורכבים עם האב המתעלל, בהשלכות הטרואומה המתמשכת על הקורבנות ובדרכי הטיפול בשורדות - ילדות ובוגרות. תשומת-לב פחותה מוקדשת לחלקה של האם, וגם אם כן - נקודת המוצא וזווית הראייה של מרבית המחקרים הפסיכולוגיים והסוציולוגיים, המאמרים וניתוחי המקרה, היא האם עצמה. הספרות נוהגת לתייג אותה כהורה ה-"לא פוגע", ה-"לא מעורב", או ה-"עומד מהצד", ומנתחת את ההיסטוריה שלה, מצבה הרגשי-התפתחותי, תפקודה, הרגשותיה, מעורבותה, משאביה בזמן הפגיעה ולאחריה, מקומה במערכת הזוגית ומידת השפעתה עליה. כמו כן מנסה להבין ולמצוא הסבר לשאלה המטרידה כיצד לא ידעה, ואם ידעה - מדוע לא עשתה דבר כדי למנוע מראש או לשים קץ להתעללות בבתה לאחר שהחלה. כל אלה בהתאם לתפישות החברתיות השולטות בכל תקופת זמן נתונה, ובהסתמך על גישות תיאורטיות אלה או אחרות.

א. הצלע האימהית במשולש

נ.מ.מ.י.:

גישות תיאורטיות

ההתייחסות לבעיה של ניצול מיני של ילדים אינה קבועה והיא משתנה לאורך השנים, בד בבד עם שינויים שחלים בכוחן היחסי של קבוצות אינטרסנטיות ותנועות חברתיות.

רוב הגישות בנות זמננו שמות דגש על ממשות החוויה של הילד, על המציאות החיצונית הבין-אישית בה גדל ועל ניתוח המשפחה הדיספונקציונלית או הפתולוגית בה התרחש נ.מ.מ.י.; זה המכנה המשותף ביניהן, אבל נקודות המוצא שלהן שונות והן אינן אחידות בזווית ראייתן ובתפישתן את אותה מציאות חיצונית. אחד ממוקדי המחלוקת כבדי המשקל הוא מידת הדגש שיש לשים על חלקה של המשפחה כיחידה מערכתית ועל מקומן של האימהות בגילוי עריות אב-בת: האם יש לייחס לאימהות תפקיד כלשהו בהתעללות המינית, ואיזו אחריות - אם בכלל - הן נושאות לגביה.

פינקלהור (1982) מצא שתנועות הנשים נוטות להדגיש את חלקן ואחריותן הבלעדית של הגבר הפוגע, שלתפישתן יש להרחיקן מהמשפחה ולהענישו. לעומתן, הסוכנויות שאמונות על רוחת הילדים והגנתם, נוטות לראות במערכת המשפחתית את הסיבה והגורם לבעיה ומטרתן לשמור עליה מאוחדת ככל שאפשר.

הראייה הפמיניסטית ממקמת את בעיית הניצול המיני של ילדים בתוך בעיה כלל חברתית רחבה של אלימות גברים כנגד נשים וילדים, וטוענת שהיא נעוצה בראש ובראשונה במבנה ההירארכי של החברה הפאטריאכלית בה אנו חיים.

עם השנים חלו התפתחויות והבדלים בין קבוצות בתוך הזרם הפמיניסטי, אבל הבסיס המשותף שנשאר מחוץ למחלוקת הוא תפישת הניצול המיני של ילדים ונשים כביטוי קיצוני ליחסי כוחות מובנים של מגדר וגיל במשפחות בחברה בה שולט הגבר. ילדים ונשים הם אובייקט שמוגדר בהתאם לצרכים הגבריים וניצולם המיני הוא רק ביטוי אחד מיני רבים של אלימות הפאטריארך כלפי הכפופים לו.

חולשתה העיקרית של התיאוריה הפמיניסטית עד כה, בכך שאינה מתייחסת לא לשונות שקיימת בין גברים ולא לניצול מיני שמתבצע בידי נשים.

תפישת המשפחה כמערכת מערבת את כל בני המשפחה ומתמקדת בדפוסי האינטראקציה ביניהם ובתפקידים הפסיכולוגים שאימצו. מודל זה תופש את הניצול המיני של הבת כתגובה אישית של אחד מבני המשפחה לבעיות משותפות של המערכת המשפחתית כולה.

משמעות הדבר היא, שכל התנהגות של כל בן משפחה מהווה - מעצם ההגדרה - חלק מהבעיה הכללית של המשפחה.

בהתאם לניתוח זה, אימהות ממלאות תפקיד בהתעללות, בין אם אינן יודעות עליה דבר - ואז הבעיה נעוצה בכישלון בתקשורת בינן לבין ילדיהן - ובין אם הן חושדות ואינן נוקטות בצעדים הנחוצים להפסקת הניצול, מה שיכול להיחיות ולהתפרש כקנוניה בינן לבין הפוגעים (אלטון, 1998).

בפעמים הראשונות זה מוטט אותי לגמרי - 8.6.2003

ההיא שלי, בשנה האחרונה לחייה היתה בדרך לאלצהיימר, אני חושבת, ומדי שבוע כשבאתי אליה עם גיטתי, חזרה באוזנינו בדיוק על אותם משפטים ואותן שאלות, אבל ממש בדיוק: "שמעתי ב-בי.בי.סי. על אבות שאנסו את הבנות שלהם. יכול להיות דבר כזה?" שבוע אחרי שבוע היא תקעה אותי מול המשפט הזה, ומול השאלה: "ומה עם האמהות? יכול להיות שהן לא ידעו?!!!"

היא תמיד הזכירה לי מישהו שמשקר ויודע שהוא משקר, ולכן חוזר על הבדיות שלו שוב ושוב. כאילו כך הן יהפכו לאמת.

ההיתממות שלה כל-כך שרפה לי בפצעים, כמעט כתבתי שהכי שרפה לי, כי לפחות תשתקי. כמו שאת יודעת לשתוק. את הרי אלופה בשתיקות.

בפעמים הראשונות זה מוטט אותי לגמרי, אבל אחר כך הצלחתי איכשהו לשים אותה בהסגר, והיא נגמרה לי כמה חודשים לפני שהיא ממש נגמרה.

ובעצם, אולי זו לא היתה היתממות? אולי זו היתה הדרך של המוח החולה והפחות מוגן שלה בימיה האחרונים להגיד לי משהו? להצטער אולי?

בחלום, מאיה, בחלום!!!

התיאוריה של "מעגל הניצול" מתייחסת אף היא לצלע האימהית במשולש וגורסת שקיימת הסתברות גבוהה יותר שילדים יפלו קורבן ל-נ.מ.מ.י. במשפחות בהן האימהות עצמן עברו אירועים דומים בילדותן. התיאוריה מתאימה לגישה המערכתית שלעתים קרובות מתייחסת לניצול מיני כחוזר על עצמו ומועבר מדור לדור.

ההנחה שקיים ברקע גורם סיבתי כלשהו שהשליך על תפקוד האם, הופכת אותה משותפה-לפגיעה לקורבן בעצמה. עם זאת, התפישה הפמיניסטית גורסת שההתמקדות במעגל הניצול וב"משפחות רב-בעייתיות", מונעת התעמתות עם הבעיה המרכזית של הגבריות השלטת.

את שואלת איך הצלחתי להעיף אותה - 8.6.2003

ואני חושבת שמבחינה מסוימת היה לי יותר קל, כי היא עזבה אותי עוד כשהייתי ילדה קטנה בבית שלהם. הוא הכה גם אותה וכל פעם שהפרצוף שלו נעשה אדום, היא ברחה ונעלמה והשאירה אותי בידיים שלו. אותי ואת אחי, שהיה אפילו עוד יותר קטן ממני.

נראה לי שהעזיבות החוזרות ונשנות שלה, ההיעלמויות והנטישות - בגלל שהיו גם פיזיות ולא רק רגשיות, עשו את ה-אין שלה למאד ברור ומוחשי; והחד-משמעיות של התנהלותה הקלה עלי לשלוח אותה לעזאזל. [...]

[...] את יודעת, בדיוק היום דיברתי עם גיסי ושאלנו את עצמנו מה נשאר לילדים שלנו ממנה, מסבתא שלהם. הגענו למסקנה שכלום. שהיא חלפה בחיים שלהם כמו אוויר. באה לראותם פעם בשבועיים בערך, כי צריך, ישבה רבע שעה בפנים קפואות, ידיים שלובות על החזה, אצבעות טופפות על הזרוע - מונות את דקות הסבל שנותרו עד תום הביקור, ותמיד הביאה איתה איזושהי מתנה קטנה. אמרתי לגיסי, שזה פשוט בגלל שלא היה לה שום דבר אחר לתת להם.

שאלת האשמה והאחריות של האם

הגישה הפמיניסטית זכתה להכרה לא מבוטלת עם השנים, אבל שאלת אשמתן ואחריותן של האימהות בהקשר לניצול מיני של ילדיהן, ממשיכה להיות שנויה במחלוקת ובעלת חשיבות מכרעת, גם עבור הקורבנות וגם עבור אנשי המקצוע.

הופר (1992) מבחינה בשני אופנים של הטלת אחריות על האם:

אחריות הרעיה לדפוס ההתנהגות של בעלה. אבות מתעללים מאשימים לא אחת את האימהות על שלא סיפקו את צרכיהם הרגשיים ו/או המיניים, וכך הם מסבירים את פנייתם אל הבת כאל מקור סיפוק חלופי. לא נדירים המקרים בהם משפחתו הרחבה של המתעלל, כמו גם חלקים בחברה, שותפים להאשמת האם על שלא מילאה את המצופה ממנה כבת-זוג.

למרות שתיאורטיקנים מערכתיים מדגישים כיום את אחריותו האישית של המתעלל ומכחישים כל כוונה להאשים את בת זוגו, הם ממשיכים להעביר מסרים שאינם תואמים רוח זו. העבודה הטיפולית דורשת מנשים להכיר בכך שייתכן שהיחסים הזוגיים והשותפות, כמו גם המבנה וארגון המשפחה, תרמו את חלקם לניצול המיני (הילדברנד, 1989).

אחריות האם לרווחת הילד. החברה נוהגת לייחס לאם אחריות שווה לזו של האב - אם לא בלעדית - לרווחת ילדיה ולשלומם. הבעיה היא שתפישה זו נשענת פעמים רבות על ציפייה לא מציאותית. בפועל, נשים לא מעטות נמצאות בעמדת חולשה מול גברים, תלויות בהם כלכלית וחלקן אף מקורבנות על ידם. במקרים רבים מצבן מחמיר אם וכאשר נחשפים מעשי הזוועה: האובדנים שנלווים לגילוי הסוד "מרוקנים את שארית משאביה הנפשיים והחברתיים של האם, דווקא בזמן שהציפיות ממנה גדלות בגלל צרכי הילד ודרישות אנשי המקצוע." (הופר, 1992, עמ' 13).

התפישה הכלל-חברתית והציפיות מהאם משפיעות בהכרח גם על דרך החשיבה וההבנה של מעצבי המדיניות ושל המטפלים בקורבנות נ.מ.מ., ועלולות להטות את העבודה הטיפולית עד כדי גרימת נזק לילד ולאמו גם יחד (ברקנריג' ובלדרי, 1997).

הטלת אחריות, ולו חלקית, על הנשים היא התנערות מאחריותו הבלעדית של האשם האמיתי, שהוא תמיד - יהיה אשר יהיה - אותו אחד שהתעלל, שפגע ושניצל. למרות שהאם אחראית לכך שלא הבחינה במתרחש ולא הגנה על בתה, היא אינה נושאת באחריות להתעללות עצמה. גם אם תפקודה לקוי, אין הוא מעניק רישיון לאף אדם לנצל מינית ילד (בס ודייויס, 1988).

האם ידעה או לא ידעה על הניצול

אחד ממוקדי המחלוקת לגבי מקומה וחלקה של האם בניצול המיני של בתה הוא השאלה האם הייתה מודעת למתרחש.

בעבר הלא רחוק רווחה ההנחה שאימהות תמיד ידעו ברמה כלשהי על קיומו של ניצול מיני בתוך המשפחה, ואם לא ידעו - זה משום שלא רצו לדעת. בניגוד לכך, הגישה הפמיניסטית רומזת שאימהות כמעט אף-פעם אינן יודעות. הגישה המאוזנת יותר והרווחת כיום, אומרת כי בעוד שיתכן ואחדים מהקורבנות אכן "הוגשו" למתעלל בידי האימהות, חלקן באמת ובתמים לא ידעו, מאחר והתעללות התרחשה לרוב בהעדרן, והילדים היו מחוייבים לשתיקה (פלטר, 2004).

הנטייה להניח שהאם ידעה על המתרחש מבוססת על אמונה - אשלייתית בעיקרה - שאם מספיק טובה יודעת כל מה שקורה במשפחתה וביכולתה למונע או לעצור כל פגיעה בילדיה. מכאן התמיהה: כיצד ייתכן שילד יהיה נתון להתעללות מינית מתמשכת מצד בן משפחה או כל אדם קרוב, מבלי שהאם תדע או תחשוד?

באופן כללי אנשים קולטים ומגיבים ברמות שונות של מודעות, ובמקרה המסוים של נ.מ.מ.י., אפשר שתהיה לאם ידיעה על אירועים ללא הבנת משמעותם. במבט לאחור לא תמיד ברור אלו התנהגויות רמזו בזמן אמת על ניצול או על התנהגות חריגה, ואלו מהן קיבלו משמעויות חדשות בעקבות חשיפת הסוד. כמו כן, "מה שנראה לאיש מקצוע כרמז או כהוכחה לניצול, יכול להיות פתוח למגוון פרשנויות מנקודת מבטה של האם." (הופר, שם, עמ' 77).

מחקרים מראים שרוב האימהות הלא-פוגעות של ילדים שנצלו מינית, מספקות לילדיהן מידה מסוימת של תמיכה והגנה (ספולטה וסמנתה, 2002). אם כך, נשאלת השאלה מדוע חלקן יודעות או חושדות, ובכל זאת אינן נוקטות פעולה מיידית להגנת הילד?

יש הבדל בין חשד לידיעה. חשד שאין לו אישור תקף גורם לבלבול ולאמביוולנציה אצל אותן אימהות, והן נעות הלוך ושוב בין חיפוש הוכחות לפגיעה, לבין התעלמות ממה שהן עשויות למצוא, כדי למנוע מעצמן אובדן נוסף (הופר, שם).

תגובת האימהות

ילדים יכולים לשאת מידה רבה של סבל כל עוד יש להם עם מי לחלוק את ההתנסויות הכואבות וכאמור, הגורם החשוב והמכריע ביכולתם להתגבר על טראומה, הוא הימצאותו של מבוגר תומך, מכיל ומאמין, שמשמש עד ומאפשר איורור האימה. מכאן נובעת החשיבות הרבה שיש לתגובת האם על אופן וקצב ההחלמה של בתה, שהייתה קורבן נ.מ.מ.י.: תמיכתה תורמת רבות למיתון ההשפעות קצרות וארוכות-הטווח של הניצול, לעומת זאת, תגובות שליליות שלה מגבירות באופן משמעותי את מצוקת בתה.

המחקר מראה שככל שהאם קרובה יותר למתעלל וככל שהניצול חמור יותר, כך היא נוטה פחות להגן, לתמוך או להאמין לבתה (הריוט, 1996). תגובותיה השליליות כלפי ניסיונות החשיפה - בין אם במהלך ההתרחשויות בילדות ובין אם בבגרות ולאחר שהניצול פסק - יכולות להיות בוטות וישירות ויכולות להיות משודרות בעקיפין, בהתייחסות כללית דוחה, כועסת, חסרת אמון ומבטלת כלפי הילדה. בשורה התחתונה, הבת תקלוט את המסר: אין טעם לדבר, כי אף-אחד לא נמצא שם בשבילה.

תגובות מכחישות כמו "זה לא קרה" או "הכול בדמיון שלך" לא רק משאירות את הילדה בודדה, אלא הן "הצהרות שמגדירות מציאות אלטרנטיבית" (פרייד, 1997), ויש להן השפעה על האופן בו היא זוכרת - או שוכחת - את המציאות של הניצול המיני. כשהאם מטיחה בילדה שזו אשמתה,

היא עלולה לעוות, לשנות או להחליף את הנרטיב שלה וכך להקשות על עיבוד הטראומה.

ולדהוייס ופרייד (1999) מחזקות, אמנם, את ההנחה כי תגובת האם מהווה מרכיב חשוב ביכולת ההתמודדות של בתה, עם זאת, הן סבורות שלא תמיד יעיל למקם את האשמה בהורה הלא-פוגע שמתאמץ, או לא, להגן על הילד. הן רואות בניתוח הפמיניסטי של הקשרים הסבוכים שמשפיעים על האם, חלק מתצרף ששופך אור על תגובתה לחשיפה: "הפוגעים מוכשרים ומיומנים ביותר בהצגת מראית עין של היותם ראויים לאמון, ומרכיב חשוב בדינמיקה של הניצול המתמשך הוא ביטול הילד והעברת בני המשפחה לצדם" (ולדהוייס ופרייד, שם, עמ' 262).

אם וכאשר נחשף הניצול המיני, ניצבות האימהות בפני גרסאות רבות וסותרות - של הקורבן ושל המתעלל - באשר לאירועים ומשמעותם. אלה מהן שאינן מסוגלות לקיים נפרדות-רגשית ואלה שתופשות את תפקידן במשפחה כמתווכות ומפשרות, יעשו הכול כדי להשיג גרסה מוסכמת על כל בני המשפחה, גם אם תהא על חשבון התייצבותן לצד בנותיהן (הופר, 1992). כשם שהפוגעים לוכדים ברשתם ילדים שלא יעזו לדבר, או כאלה שאינן להם עם מי לדבר, ייתכן והם מחפשים תכונות דומות גם אצל בנות זוגן; ובדומה ל"עיוורון הבגידתי" המגן על הילדה, כך גם מנגנוני ההכחשה או האשמת הקורבן מגינים על האם, עוזרים לה ליישב את הדיסוננס הקוגניטיבי שנוצר עם חשיפת הניצול ומאפשרים לה לשמר את הקשר עם הפוגע.

ב. האם בחוויה הסובייקטיבית של בתה

"... מצער שמחקר כה רב עוסק בשאלת האחריות של האם, במקום בהתנסויות של הילדים עם אימהותיהן בזמן הפגיעה ובשנים שלאחר מכן" (פלטר, 2004)

הגישות התיאורטיות שמתמקדות בדינמיקה במשפחה בה התרחש נ.מ.מ.י. ובניתוח תפקידה ומקומה של האם, מציגות זווית חשובה ביותר מהיבט מניעתי וכלל-חברתי, בראש ובראשונה מההיבט הקליני-טיפולני בנפגעות ובאימהותיהן כאחד.

במקרים בהם האם מוכנה לשתף פעולה בטיפול, בשלב כלשהו של התהליך עליה להיות מסוגלת להביע צער על שלא הייתה ערנית מספיק למתרחש ולקחת אחריות לכך שלא הגנה על בתה. אין ספק כי מנקודת מבטם של אנשי המקצועות הטיפוליים שרואים את התמונה בכללותה, אי-אפשר להשיג מטרה זו מבלי לתת מקום נכבד לאם - לתחושותיה, למניעה, לצרכיה ולמצוקותיה. עם זאת יש לקחת בחשבון שבשלבים הראשונים של תהליך ההחלמה - לעתים גם בשלבי המאוחרים יותר ולעתים אפילו עד עולם - "זה לא מעניין" את השורדת הפגועה והמיוסרת, בפרט במקרים בהם האם מכחישה, דוחה, מנדה ולא משאירה שמץ סיכוי לשלבה בתהליך; "זה לא אכפת" לבת שציפתה - ועדיין מצפה - שאימה תהיה לה למקור נוחם והגנה, ונכזבה - ועדיין נכזבת - חדות לבקרים.

במקרים רבים הנטישה הרגשית ו/או הפיזית של ההורה ה-"לא פוגע" - שתוצאתה תחושת בדידות עזה - נחווית כטראומה הקשה ביותר באירועים של נ.מ.מ.י.; היא מה שהילדה באמת אינה יכולה לשאת (פרנצי, 1933), ומעוררת תרעומת עזה אף יותר מההתעללות עצמה (הרמן, 1992; זליגמן, 2004; מילר, 1990).

כל עוד הבת לא באה במגע עם מגוון רגשותיה המורכבים כלפי האם, כל עוד לא חוותה אותם במלואם ולא עיבדה את התכנים שעומדים מאחורי ביטויים כלליים כמו: "תרעומת קשה" או "לא יכולה לשאת", הציפייה שתרד לשורשי הדינמיקה המפעילה את אימה, עלולה להיחוות על ידה כהמשך ישיר של היפוך התפקידים שאפשר מלכתחילה את הניצול, וכניסיון לשמר אותה בתפקיד הילדה-ההורית, תפקיד שהיא מנסה בכל כוחה להתנער ממנו בתהליך ההחלמה.

בהקשר זה יש להבחין בין נפגעות שחשפו את הניצול בפני האם בשלב מסוים של חייהן, לבין אלה שממשיכות לשמור את הסוד; בין נפגעות שניצולן נחשף במהלכו ובעודן קטינות, לבין אלה שחשפוהו בבגרותן - חודשים או שנים לאחר שהניצול הסתיים; ובין נפגעות שזכו לתמיכה ולשיתוף פעולה של האם, לבין אלה שנתקלו בתגובות שליליות.

כשהניצול נחשף בעוד הנפגעת קטינה, יש לקוות שגורמים במשפחה ובקהילה יתערבו, ישימו לו קץ ויטפלו בקורבן.

כשהנפגעת בוגרת ואימה עומדת לצדה ותומכת, אפשר להניח שהיא גם תשתף פעולה בעיבוד הטראומה ובשלב מסוים תיקח על עצמה את חלקה באחריות.

כששורדת לא מעזה לחשוף את סודה, או חושפת אבל אימה - ובעקבותיה לרוב גם בני משפחה נוספים - מכחישה, מתעלמת, מתנכרת, מאשימה ומנדה,

היא נאלצת לשאת בחשאי את כובד המטען ולהתמודד בבדידות - הן עם ההשלכות הנרחבות של הטראומה, והן עם המערבולת הרגשית, המצוקה והפגיעה הנוספת, תוצאת ה-"עמידה מהצד" של האם ה-"לא פוגעת".

קבוצה אחרונה זו מאפיינת את אוכלוסיית נפגעות נ.מ.מ.י. שמגיעות לפורומי התמיכה של אתר "מקום" - עם חוויותיהן הסובייקטיביות, עם האופן בו הן תופשת את תפקוד האם ואת מקומה בניצול בפרט ובחייהן בכלל ועם המטענים הרגשיים, הגלויים והחבויים, אותם הן נושאות ועמם עליהן להתמודד בתהליך ההחלמה.

אלה רוב רובן של הבנות שזכיתי להכיר מקרוב.

זו אני.

רק סמוך ליום הולדתי ה-50 נגעתי לראשונה במוקד נוסף של כאב, תסכול, תחושות בגידה ונטישה, וזעם שאין לו שיעור. באימא שלי.

מה שנעלם ממני כל חיי, ככל הנראה הזדחל והתקדם לעבר תודעתי במשך שש השנים הראשונות של הטיפול, עד שהגיע אליי בחטף בדמות השאלה: "ואיפה לעזאזל הייתה אימא שלי?!!!"

מוקד נוסף, חדש, טריקי, מוסווה, נחבא מאחורי הפגיעה של אבא שלי, הגלויה והנראית לעין.

נעלם מההכרה כדי לאפשר לי חיים.

תחושות שלא נמצאו להן מילים עד אז, שנותרו ללא פשר וללא מובן, מצאו את מקומן בתצרף חיי. נוכחות עמומה ותמידיית של מוות בתוכי, של בור פעור, של אין שישנו מעולם ועד עולם.

עכשיו שאני יודעת, אני מחפשת אישור, תמיכה, השתתפות, הדהוד, הכרה, שותפות.

מזה שבועות אני נוברת בעשרות - אם לא מאות - ספרים, מאמרים, כתבי-עת מודפסים ווירטואליים. גוגל וקופרניק עובדים שעות נוספות למעני, חברות וקולגות מצטרפות למאמץ - לא כדי לעזור לי להבין את אימא שלי, אלא כדי למצוא אותי.

אני מחפשת, תרה אחר משהו, מישהו שייתן אישור ולגיטימציה לתחושותיי כלפיה.

שיכתוב שחור על גבי לבן: לא, את לא רעה, את לא כפוית טובה, לא את היא המתעלמת מכאבם וסבלם של אחרים.

שיגיד: זה בסדר לא לרצות להבין אותה.

היא הייתה אימא שלי והיא הייתה אמורה להגן עליי!!!

אימא שלי, שמכונה: ההורה העומד מהצד (by-stander), ההורה הלא-מתעלל (non abusive) ההורה הלא-פוגע (non-offending). כאילו לא. כאילו לא פגעה. כאילו לא הייתה שותפה. כאילו הזוועה יכולה הייתה להתרחש ללא שותפותה הכה אקטיבית בפסיביות שלה.

קשה לתת מסגרת מילולית מושגית לתחושת ה-אין. קשה לקשור אותה למשהו שאינו קיים. אולי קשה עוד יותר כשנוכחותה הנפקדת דבקה בחלקים כה רבים ממני ואינה אותם. אין שרוצה להיות. אין שיודע שהיותו תתאפשר רק במחיצת יש נוכח. יודע בהרגשה שאין לה מילים ואין לה מסגרת. יודע פיזית את הצורך הראשוני שלא סופק מעולם ונחוזה כבור אינסופי. קל יותר לתת מילים ל-"יש" שלו, המוחצן, האלים, המשאיר טביעות אצבע על הגוף הרך. קל יותר לפענח את תגובות גופי למגעם שלו, פחות ברורים סימני ההיעדר שלה שהוא משדר. הבור שפערה בתוכי בלתי נראה לעין. האימה - כה חדה וברורה ומתחברת לצעדי הקרבים, והיא, "העומדת מהצד", מה הפחד שלי ממנה, העמום, הקיים ברקע? שתלך שוב, ושוב, ושוב, והפעם לבלי שוב? סודות ואיסורים שכפה עליי - מה דמות להם בהד שמשתקף בפניה, שאסור לספר. ודאי לא לה. ודאי לא עכשיו. וגם לא אחר-כך. הקנאה בחברותיי. זו שעל פני השטח - על שהולכות לישון בשלווה והמיטה אינה מסוכנת להן, וזו שצצה ועולה מאוחר, הרבה יותר מאוחר, כשאני קולפת שכבה נוספת - קנאה על האימהות שנוכחות בחייהן. והאם הפחד מקרבה, מאינטימיות, ממגע, הם שלו או שלה? הכל של שניהם. ומה חרטה בי נפקדותה הנוכחת, הצפייה להגנה אשר נכזבה שוב ושוב, ההכרה בבגידה הנסתרת, החלומות והפנטזיות שלא יתממשו לעולם והגעגועים למה שלא היה מעולם? ואיפה היא, לעזאזל!!!

הלילה קלטתי משהו מוטרף לגמרי על עצמי ... - 29.1.2002

הכל כאילו בסדר לי עכשיו - אין שום זעזועים ולא נפילות, לא פלשבקים ולא זיכרונות. בעצם שום דבר לא רע לי עכשיו וזה הרי מה שרציתי תמיד.

אבל ממש לא. אני כל הזמן בהרגשה של על-סף-בכי, ובא לי לצרוח עד שהגרונן ידמם לי, ומלא-מלא כאב בפנים, כזה שאני כבר לא יכולה לשאת יותר.

ואין שום דבר קונקרטי שאני יכולה לבוא איתו לכאן או למטפלת שלי. חוץ מאשר לבכות לה: אני רוצה אמאאאאאאאאא...

כבר לא כועסת על עצמי שככה, ואפילו הבושה הסתלקה ממני, כי מרוב כאב אין לה מקום בפנים, אבל לא רוצה לבכות את זה יותר למטפלת, כי היא לא יכולה לעזור. כי אף אחד לא יכול. כי היא תגיד שאני מתקדמת, וטוב שאני סוף-סוף מרגישה, וטוב שאני נשארת עם ההרגשה ולא מתנתקת.

והלילה זכיתי ל"הארה" - מוטרפת לחלוטין. לו הייתי במקום נורמלי עם עצמי, הייתי מעיפה אותה ממני בשנייה שנדחפה לי לראש – מובכת על-ידה, סולדת ממנה, מכחישה את קיומה בי, בטח לא מצהירה אותה ברבים:

במילים הכי גלויות - קלטתי פתאום שאני מתגעגעת לזמנים הקשים של הטיפול. כאילו בסדר לי מדי עכשיו, בלי כל הרע.

נשמע דפוק לגמרי, אבל אני רוצה לחזור לימים המפילים של ההצפות והפלשבקים, להיות בתוך הפחדים ולתכנן את המוות שלי.

כי אז היא, המטפלת, היתה הכי-הכי קרובה ל-להיות לי "אמא".

אני רוצה להרגיש שוב כמו ברגעים הכי נואשים של הטיפול, כשאופציית ההתאבדות היתה מילימטר ממני ושנייה לפני. כשהיא באה אלי. ישבה לידי ודיברה איתי, דאגה ושמרה עלי, והרגשתי שאני חשובה לה.

לא כמו פעם. לא כמו האמא ההיא.

אני כל-כך רוצה את החוויה הזו שוב. את ההרגשה של שמורה ומוגנת ועטופה, אבל אין לי שום מחשבות התאבדות כרגע, ו"הכל טוב", ואין לה שום סיבה לבוא אלי.

ואני מתגעגעת לרגעים של למצוא את עצמי זרוקה איפשהו בלילה, בחושך, בלי לדעת איפה אני, ולטלפן אליה - מבועתת מאימה, רועדת, מגמגמת, ולשמע את הקול שלה, ולדעת שעוד מעט היא תעזור לי להתארגן והכל יסתדר והיא תציל אותי. ממש תציל. מילולית.

אבל עכשיו ש"הכל טוב" - אין לי סיבה להתקשר ואין לה ממה להציל אותי. אני לא במצוקה שמבקשת חיבוק עוטף, לא באופל ה-"שם"

שצריכה ידיים שיוציאו אותי, לא זקוקה לקול רחום שיחריש את הקולות האחרים.

ובכל זאת אני רוצה להרגיש שוב את ההרגשה הזו. שאני על סף משהו נוראי ו"אמא" מצילה אותי במקום פעם. במקום האמא ההיא.

ורוצה שהיא שוב תקרא לי את השיר של שנייד או'קונור: "this is to mother you", במבטא שלה, שעושה את המילים אמיתיות וכמו באות לה ישר מהלב:

"for when you need me I will do what your own mother didn't do..." ושהדמעות יזלגו לי חופשי אצלה בחדר. אבל מה פתאום לבקש עכשיו, בלי שום קשר לכלום? ועל מה לבכות?

אני מתגעגעת לתקופות הכי רעות שלי אצלה. כי הן היו הכי טובות. כי הרגשתי פעם אחת בחיים שיש לי אמא.

ועכשיו "הכל טוב" חוץ מהבור הזה בפנים, שלפעמים הוא מצומק ונסבל, ולפעמים - כמו היום - הוא כזה ענקי עד שאין כלום אני מלבדו. ואין מי שיתקשר משם, או יכתוב או ידבר.

כולי בור עטוף בעור...

הצורך המולד בקרבת האם, במגע ובמילה טובה, בהבנה, בהגנה ובקבלה ללא תנאי, מקבל חיזוקים מנורמות חברתיות-תרבותיות. הוא מערב פנטזיות על האם ה"כול-יודעת" וה"כול-יכולה", שנובעות הן מהחוויה המוקדמת של תלות מוחלטת בה, והן מהדמות האימהית הסטריאוטיפית - הלביאה המגנה על גוריה - שמשליכה על הציפיות ממנה.

הגם שהפנטזיות והציפיות בחלקן ולפרקים אינן מציאותיות, יש להן משקל רב בתפישה הסובייקטיבית של הילדה שאביה מתעלל בה. מה שמאפיין ונורמטיבי בילדות המוקדמת, ממשיך להתקיים בעוצמה בחייה של שורדת נ.מ.מ.י., כל עוד חלק ממנה נשאר מקובע במצבו הילדי/התינוקי כתוצאה מהטראומה המתמשכת.

מדוע, אם כן, השיח המקצועי כה ממעט לעסוק בחלקה של האם - לא ממקום שיפוטי ולא כמי שאשמה או אחראית להתעללות, כי אם בהקשר לסמפטומים, למישור החוויתי-רגשי של הנפגעת ולשלבי התהליך שעליה לעבור עד להשלמה ולסגירה של נושא האם?

בהעדר תשובות בדוקות, השאלות נותרות פתוחות להשערות:

- * החומרים אותם מביאה קורבן ההתעללות לטיפול: ניצול מיני הוא מעשה אקטיבי ולפיכך הוא מוחשי, ניתן להצביע עליו ולקשור בינו לבין שלל ההשלכות והסימפטומים בבגרות. בין אם הנפגעת זוכרת את פרטי האירועים לאורך כל חייה ובין אם היא נזכרת בהם מאוחר יותר, קיימים שרידי זיכרון, תגובות, הרגשות ותחושות גופניות, שבמקום כלשהו בתודעה - גם אם לא במודעות - נקשרות לאב.
- בניגוד לכך, האם-העומדת-מהצד, הפסיכית, נתפשת על ידה במקרים רבים כמי שלא עשתה כל רע, היא פחות מודעת לחלקה בפגיעה ובהשלכותיה, ולפיכך פחות עסוקה בה.
- * הגישה הפמיניסטית רואה את האישה האם כסובייקט מדוכא וקולה חבוי, מודחק ודחוי; גם היא נתפשת כקורבן ומכאן משתמע במובלע שלא נכון ולא הוגן לכעוס עליה, לשנוא אותה, לבטא תחושה שלילית כלשהי כלפיה.
- * הטיפול הפמיניסטי בנפגעות גילוי עריות מבוסס על הנחה שמטפלת אישה לא תעורר בשורדת את אותה אימה מוכרת מפני הגבר הפוגע ואת חוסר האמון בו. "ההנחה או הפנטזיה שלנו כמטפלות וכמטופלות, שמרחב של אישה לאישה הוא מרחב בטוח, שדמיון החוויה המגדרית ייצר נוחות של אחווה, סולידריות וברית אחיות..." (זיו, 2004, עמ' 271).
- הכרה בפגיעה הקשה של האם - בין אם כשותפה אקטיבית ובין אם פסיבית - מערערת את המבנה החשיבתי הזה.
- * ייתכן ובדיאדה מטפלת-מטופלת קשה לשתי הנשים - במודע או שלא במודע - להפנות אצבע מאשימה כלפי האם, קושי שנובע מהזדהות עם התפקיד האימהי וחשש מהמשמעות וההשלכה שיש לביקורת כזו על עצמן, כאימהות בהווה או בעתיד.
- אפשר שגם למטפל גבר קשה להתמודד עם רגשות כה מורכבים וקשים כלפי דמות אם.

ג. שלבים בתפישה ובעיבוד חויית-האם של שורדת ניצול מיני מתמשך בילדות

תהליך התמודדות עם חוויית-האם אינו מתרחש במבודד משאר מרכיבי הטראומה כי אם במקביל להם, וכמותם - הוא אינו ליניארי אלא נמצא בתנועה מתמדת ספיראלית, מאופיינת בהתקדמויות ובנסיגות עד להשלמה ולסגירה המצופות.

תפישת האם כ"הורה הלא-פוגע"

לילדה הנפגעת יש מטרה בסיסית עיקרית: לשרוד את ההתעללות במהלך התרחשותה, ואת השלכותיה לאחר שהפגיעה הפיזית הסתיימה. לשם כך, ובמקביל להפעלת מנגנוני ההגנה, היא מנסה לשמר, ולו רמה מינימלית של קשר עם הדמות ההורית ה"לא פוגעת", במקרה זה - האם. הילדה אינה יכולה להרשות לעצמה לתחום גם אותה במשבצת ה"רעים", לפיכך היא עושה את הבחירה שאימה הייתה אמורה לעשות ומפרידה בין הפוגע ל-לא פוגעת, בין הרע לטובה. הפרדה זו היא סם חיים הכרחי להמשך הקשר שלה - המדומיין או המציאותי - עם אימה.

לעתים קרובות הילדה עושה את החלוקה באופן לא מודע, אבל במקרים לא מעטים הבת, גם בבגרותה, בוחרת במודע לוותר על האמת שלה, לחזור בה מהאשמותיה, או לטאטא את הנושא אל מתחת לשטיח - נוכח דרישות האם והסביבה וכדי לשמר קשרים שאינה מסוגלת רגשית לוותר עליהם. גם כשהכאב על היעדרות האם מתחיל לעלות על פני השטח, קל יותר לילדה "להבין" את האם, למצוא לה צידוקים והצדקות, להשאיר אותה כדמות החיובית ש"רצתה אך לא יכלה".

בנקודה זו חשוב להדגיש שיש הבדל מהותי בין החלוקה ההגנתית ל"רע" ו"טובה", שנובעת מהצורך לשמור על הורה אחד לפחות כדמות חיובית, לבין הבחנה בוגרת ומציאותית שנבנית תוך כדי עיבוד קשת הרגשות כולה; בין חלוקה שהיא תוצאת המאמץ לסיפוק הצורך הילדי בהגנה, ביטחון וטיפוח, לבין תובנות בוגרות שנרכשות במהלך טיפול ועיבוד הטראומה.

אימא שלי נכנסה לטיפול בשלב מאוחר מאוד. שנים התמקדתי בשלושת הגברים שפגעו בי - במטפל שלי, במפקד שלי ובאבא שלי שהחליף פנים ממטפל למפקד וחוזר חלילה - הסתחררתי בין דמויותיי השונות ואבדתי ושבתי על המסלול שבין עבר להווה, בין זיכרונות למציאות.

העבר היה שלהם. של שלושתם. של אלה שעשו. שעשייתם פגעה. והיא - כמו חסרת פונקציה בחיי, נטולת הקשר, בלתי קיימת, מלווה במוטו המנחם: "היא לא עשתה לי כלום."

עכשיו תור הצד האפל של הכלום.

תהליכים - 16.12.2002

[...] אני כבר מצליחה לזהות דפוס חדש ודי עקבי אצלי: הנפילות מתחילות כל פעם ממנו ומהזוועות המוחשיות שיש להן צורה וקול, ואחר-כך, בתפנית בלתי מתוכננת ובלתי רצונית לחלוטין, אני מגיעה אליה - לפעמים לכאב על ה-אין שלה, ולפעמים לכעס על אותו אין.

לא שמתי לי למטרה לשנוא אותה, או לכעוס ולחפש נקמה, אבל אלה רגשות שבכל זאת באים מדי פעם בעוצמות אדירות, כשהיא פתאום נדחפת אלי משום מקום. זה דפוס שהתפתח בטיפול, ונראה לי שאיתה אני עוברת קטעים הרבה יותר מסובכים מאשר איתו.

היום אני כבר מכירה אותה קצת, ומכירה ויודעת אותה בתוכי, אבל אני עדיין מתרוצצת כמו עכבר במלכודת בין הרגשות המעורבבים שיש לי ביחס אליה.

שוטטתי קודם במרחבי הרשת וחיפשתי תמונות שיגידו אותי, כי אני די חסרת מילים היום. התחלתי מתמונות של חריש, ואחר-כך לא הספיק לי החריש והלכתי למערות. כי כך אני מרגישה עכשיו: חופרת והופכת כל אבן, משתלשלת מטה על חבלי סנפלינג, תלויה ומתנדנדת בדרך אל עצמי - עוד מרתף ועוד מרתף בתוך מערה שאין לה סוף. ויודעת שאני קשורה, מחוברת ומחזיקה היטב בחבל הצלה, ושאני לא לבד. אז מעיזה.

ונראה לי שגם מתקדמת בדרכי שלי. והמון בעזרתכם.

הכרה במשמעות הנוכחות-הנעדרת של האם

רק כשהוא-הם הרפו מעט מאחיזתם בי, נכנסה אימא שלי אל חדר הטיפול, מאיימת באינותה הנוכחת, מקפיאה בכפור הנודף ממנה, ממיתה, מצמיתה, מאיינת.

ה"כלום" שלה תפס נפח ונהפך לעיקר.

ה"אינאמא" שלי - 5.8.2002

אמא שלי מלכתחילה לא רצתה אותי. היא היתה ציפור דרור חופשיה ומשוחררת, ופתאום מצאה עצמה עם תינוקת בבטן. אחרי ששום מסרגות וקפיצות על חבל ובמדרגות לא עזרו (מאוצר סיפורי ה-"לילה טוב" של אבי, זכרונו-לא-לברכה), היא התחתנה וילדה ובכך סיימה את תפקידה בחיים שלי.

אלה תולדותי בקיצור, ובעיקר אני רוצה לספר מה ה-"בקיצור" הזה עשה לי בהמשך החיים, דברים שהתחלתי לקלוט רק בשלב מאוד מאוחר של הקשר עם המטפלת שלי.

עד שהגעתי אליה, אפילו לא פינטזתי על אמא, ובטח שלא חיפשתי אחת חלופית. לא היה לי בכלל בראש שאמא-אישה יכולה לאהוב, לחבק, ולהיות. והיא - לא רק שלא הרגתי אותה בחלומותי ובדמיונותי כילדה, אני אפילו לא זוכרת שהיא היתה לי אי פעם בדמיונות בכלל. רציתי אותה בבית רק כדי שהחברות שלי לא יצחקו עלי שאמא שלי ברחה, וזהו.

לכן גם הגעתי תמיד רק למטפלים גברים ושילבתי אותם בכל החלומות שלי על להיות עטופה ומוגנת בידי "הורה". ככל שהם דאגו לנפץ את החלומות האלה, כך המשכתי לחפש ולהאמין שבסוף אמצא את האבא הטוב שיפצה על הכול, כי הוא חייב להיות שם, כי פעם גם אבא שלי היה טוב. (כאילו... אבל ככה הראש שלי עבד לפני שתיקנתי אותו).

אחרי המטפל הבן-זונה התפרקתי לגמרי ומרוב יאוש הגעתי למטפלת אישה.

עם הזמן גיליתי עולם חדש, חצי חדש של האנושות שלא היה קיים לי קודם - נשים. טובות ואוהבות, שאפשר לסמוך עליהן, שנשארות איתי ולא נוטשות, שיודעות לחבק כשצריך. רק לאחרונה קלטתי עד כמה ההיכרות עם המטפלת פתחה אותי, ואיך הקשר איתה והאמון שנבנה בינינו, הועתק לקשרים נוספים שיצרתי לי. בלי לחשוב ובלי לתכנן מראש, יש לי היום חברות חדשות שאיתן אני יכולה לדבר על עצמי ולהיות חלשה, והקשרים הם אמיתיים והדדיים, וזה פשוט גדול.

אבל יחד עם שמחת הגילוי, בא גם כאב נוראי נוראי, ועכשיו לא רק על האכזריות של אבא שלי, אלא גם על ה-אינאמא שלי. לפעמים אני תוהה ביני לבין עצמי מה עדיף? קודם או עכשיו?

עם כל הכאב שהתווסף - התשובה ברורה לי. עדיף לי ה-עכשיו כי הוא יותר. אני יותר, והעולם שלי יותר. והכאב הוא רק חלק אחד מ-היותר.

האם היא אובייקט ההיקשרות הראשון של הילד ואין עוררין על חשיבות הקשר אם-ילד לתהליך גיבוש עצמיותו וזהותו ועל מידת מרכזיותה בהתפתחות עולמו הרגשי והבין-אישי. מה קורה כשהאם - כמו האימהות של רבות מבנות הפורום - היא אינאימא? כשהיא "נעדרת רגשית" (תודר-גולדין, 2004)? כשהיא נוכחת-נעדרת? כשהיא "אם מתה" (גריין, 1986)?

מייללים ועוטפים במקביל - 20.8.2004

מיקי, אולי אני שוב מערבבת בין החוויה שלך לשלי, אבל עוברות לי המון מחשבות בראש, וזיכרונות שמתקשרים לי להודעה שלך.

יש רגעי חסד בטיפול, רגעים שבאים כל-כך במשורה, ואני מנסה לחשוב מה נחוה בהם כה עוצמתי, מה עושה אותם למה שהם.

אני מרגישה שבשבילי אלה הרגעים הכי קרובים למימוש הפנטזיה להיות ילדה קטנה של מישהו. היכולת לתת לחלק החסוך שלי את מה שתיארת, כ-"חופש בתוך המקום הכי מוגן".

החופש בעיני הוא לא רק שמר פ. שלך או גב'אקסית שלי אפשרו והיו שם בשבילנו, אלא סוג של **חופש שאנחנו נתנו לעצמנו** - לא הגבלנו את החלק הנזקק, הרחקנו לרגעים את הבושה, את המבוכה, את המבט השופט והמבקר שלנו שנמצא שם כדי לנזוף: "מה הפתטיות הזו - אישה בוגרת, אמא-סבתא, יושבת על הרצפה ומשחקת, או מציירת, או בכלל מעלה על דעתה לבקש כאלה מין דברים 'לא הולמים'".

כשרגע כזה חולף וכשפגישה כזו מסתיימת, בא עצב ענקי וכאב עוד יותר ענקי, בגלל הידיעה שהיה שם משהו חד-פעמי - אולי כמה וכמה חד-פעמיים כאלה, אבל יש להם סוף. והסוף הוא לא כמו בנורמלי בין ילדים והורים, כשילד מגיע בעצמו ל: "די, אני גדול!". זה סוף אכזרי וכואב כי הוא קורע אותנו בבת אחת מחוויה שהיא כמו אוויר לנשימה בשבילנו.

זה געגוע שיושב כל-כך עמוק בפנים. ונראה לי שהחוויה העוצמתית של מענה לו, מדגישה את החסר עד שכואב נורא, באותה מידה של עוצמתיות.

והכי גרוע - כל פעם אחרי פגישות כאלה היה נוחת עלי מבול נזיפות שבאו מהחלק הבוגר כביכול, המתוכנת, המתבונן מהצד, השופט לחומרה: "יללות", "רחמים עצמיים" - כל המילים שמשמשות את ההלקאה העצמית.

אבל מאיפה הן באות? מה רע בליילל כשכואב? מה רע בלחמול על ילדה קטנה שלא ידעה בחייה טיפת חמלה? אני מאמינה שאפשר לנקות את המיילים האלה מהמשמעויות השליליות שלהן, מהגנאי שדבק בהן. ילדים קטנים, כמו גורי חיות - מייללים כשכואב. וגדולים עוטפים ברחמים את הקטנים הכואבים. רק אנחנו מייללים ועוטפים במקביל.

באין התייחסות ספציפית וממוקדת בספרות ל-אינאימא של ילדות שעברו נ.מ.מ.י., יחד עם הצורך העצום שלי להרגיש נראית ולדעת שיש שם בחוץ מי שמבין, שמרגיש ומזדהה, אני מאתרת אותי במאמרים שדנים ב-אינאימא בהקשרים אחרים, שואלת מהם את הטרמינולוגיה - גם אם לא הייתה זו מראש כוונת הכותבים.

גריין, במאמרו על "האם המתה" (1986), מתאר מצב שבו האם אינה מתה פיזית כי אם נפשית: היא אינה נגישה בגלל ש'כול/דיכאון שלה עצמה, היא חסרת יכולת נפשית להכיר בצרכיו של ילדה, להגיב ולהיענות להם. הילד חווה זאת כקטסטרופה ש"נושאת עמה לא רק אובדן אהבה אלא גם אובדן משמעות" (עמ' 150), הוא מזדהה באופן לא מודע עם החידלון ו"החור הנפשי" של אמו "המתה" ונשאב לתוך עולם של א. יון וריקנות.

נגד כלום אפשר לעשות רק כלום

"[...] היא והוא - יש להם משהו במשותף. שניהם בחיים לא אהבו אף אחד. אף אחד ושום דבר. הם גמרו את החיים שלהם ולא נשארה בכל העולם הזה אף טיפת אהבה שלהם.

אבל בכל זאת יש ביניהם הבדל:

הוא לא אהב אף אחד, אבל הוא שנא וקיטר והשמיץ והכאיב.

הוא איים לרצוח, והפחיד, והשתולל והתעלל.

מתאים לו לתלוש כנפיים לזבובים בשביל הפרנסה, או לתפוס חתולים בזנב ולטלטל אותם באוויר ולהגיע לאורגזמה מיללות הפחד והכאב שלהם. וזהו. אבל הוא לא הרג אף אחד.

היא כלום. וכלום זה הכי גרוע. כי מי שהרג באמת, היתה היא.

היא עשתה ממני אוויר, והכפור שלה ייבש אותי והשאיר אותי ריקה וחלולה.

והכלום הזה משתק.

נגדו אפשר היה להשתמש בכל מיני תכסיסים ושיטות, להתגונן מפני האכזריות שלו, לצחוק לו בפנים ולהרגיז אותו, להתחבא בחדר או לתכנן דרכי בריחה מהחלון. כל מיני.

נגדה את לא יכולה לעשות כלום. נגד כלום אפשר לעשות רק כלום.

את רוצה שהיא תאהב אותך - והיא לא אוהבת. את רוצה שלפחות תשנא אותך, תכעס עלייך, אולי תכאיב לך - כלום אחד גדול. היא בכלל לא מרגישה בך. את טובה או רעה וזה לא משנה.

אז איך אפשר להתגונן מפניה?

רק למלא את הכלום הזה בכל מיני...מה?

לא יודעת. בשיגעונות ובמופרעות..."

מאיה (1999)

אשל (1997) מתארת את "צל היעדרותה (הנפשית) של האם" כ"חור שחור" שקיים במרחב החוויה הנפשית הבינאישית והאינטרסובייקטיבית של אדם שגדל עם "אם מתה". לדבריה, בחרה במונח "חור שחור" "כדי להדגיש שאין זה חור סטטי בגלל חוסר-חיים של האם, אלא חור לופת, שואב, מפעיל, מעוות ובוֹלֵע את הילד..." (עמ' 198).

מתוך מכתב למטפלת שלי - מרץ, 2000:

"[...] אמרת שבפעם הבאה נדבר על אמא שלי וכבר ימים אחדים, מאז שחזרתי ממך, הראש שלי ריק. אני מנסה להעלות תמונות או אירועים או הרגשות, ואין כלום.

אולי אני הולכת בכיוון הלא נכון ומחפשת זיכרונות כמו שאני מדמינת לי שאמא צריכה להיות, שאפשר לעצום איתה את העיניים ולהשקיע את הראש בתוך שדיים גדולים, כשידיים חזקות מחבקות את הילדה הקטנה. זאת אמא.

ומה עוד? אמא זו מישהי שתמיד נמצאת שם בשבילך, בלי חשבון.

והכי להרגיש שיש אמא, אני חושבת ובה לי לבכות פתאום, זה להתעורר בלילה מחלום זוועות - או ממצייאות זוועות - ולפחד, ולצעוק "אמא" והיא באה ומחבקת, ומנגבת את הזיעה הקרה, ויושבת לידך עד שאת נרדמת.

אמא זה עוד משהו. אמא זו מישהי שרואה על הפנים שלך שקרה משהו ולא משנה עד כמה את מנסה להסתיר. והיא תלחם בשבילך כמו חיה ולא תיתן לפגוע בך.

אני מחפשת בכיוון הזה ולכן הראש שלי ריק כל-כך ואין כלום. אני חושבת על שתי המילים האלה: "ריק" ו"אין כלום", ואני קולטת שזה מה שיש לי ממנה. ופתאום נעשה לי קר, ואני מכבה את המזגן ומתכרבלת מתחת לפוך, ואני מרגישה שלא בא לי לחשוב יותר. אולי רק לחשוב, אבל לא להרגיש..."

בפרק על "היעדרות רגשית של ההורה החי" מבחינה תודר-גולדין (2004) בין אובדן - של מה שהיה ואיננו עוד, לבין היעדרות - אי היות. היא מתארת את המטופלים שסובלים מהיעדרות מוקדמת, כמי שמביאים לטיפול ריקנות ודיכאון שאינם יודעים לתארם ולעתים קרובות אף אינם מודעים לקיומם.

האומנם יתמות? - 15.12.2002

בימים האחרונים, בעקבות אלבום התמונות-בלי-אמא שנמצא לי פתאום, חשבתי על המונח "יתמות" שחוזר ועולה כאן שוב ושוב, גם בהודעות שלי.

חשבתי לי שהלוואי שהייתי מתייתמת, אבל ממש מתייתמת, ביום שנולדתי; שהלוואי שאמא שלי היתה מתה בלידתה אותי.

ואז האינאמא היה ברור ומוחלט וסופי.

ואז האבל היה מתחיל ומסתיים מתישהו, או לפחות הכאב היה נחלש עם הזמן וההשלמה היתה מגיעה.

אולי אפילו הייתי כועסת עליה זמן מה על שנטשה אותי, באותו כעס לא רציונלי שקיים כלפי יקרים שמתו ועזבו, כעס שהוא שלב באבל נורמלי, ועובר ונגמר.

אבל ככה? על איזו יתמות אני מדברת?

אמא שלי לא מתה. לא אז.

ואני מרגישה שהמילה "יתמות", בהקשר אל ההיא הפרטית שלי לפחות, עושה איתה חסד שלא מגיע לה. כי לא מדובר במוות שקרה לה בלי שליטה, אלא בהתנהגות שבחרה בה.

היא לא מתה! עד לפני שש שנים היא חיה, והיותה בחיים הוא שפגע בי כל-כך.

ואני לא הייתי יתומה! הייתי ילדה של אמא נוכחת-נפקדת. וזה הכאב הגדול. כי ראיתי אותה חיה ונושמת לי מול העיניים, במציאות, אמיתית, אבל היא לא ראתה אותי. והנוכחות הפיזית שלה היא שבנתה לי את התקוות והציפיות והכמיהה והרעב.

ההתעלמות הנוכחת שלה היא שגרמה לי להאמין שהיא צודקת ואני כולם, ולהתנדף, או בימים אחרים - ללכת לכיוון ההפוך: לשבור ולהרוס ולצעוק ולבעוט ולנשוך - רק כדי שתבחין בי.

ההיאחזות שלי בדמותה המעורפלת היא תוצאת היותה ישות בשר ודם. כי איך אפשר להרפות מחלומות ותקוות כשהיא מראה את עצמה מדי פעם?

ואיך אפשר להשלים עם אינאמא כשהיא שולחת גלויות מכל מיני חוצלארצים ומזכירה את עצמה מחדש שוב ושוב?

ואיך אפשר לקבל שאין בה כלום בשבילי, ושכולה רק בשר ודם?

אני לא הייתי יתומה, וחבל שלא, כי בטוח שתחושת האין והחסר היתה שונה לחלוטין. בטוח.

לו אמא שלי מתה כשהייתי, נאמר, בת שנתיים או שלוש או ארבע - כולם היו יודעים. ואנשים טובים היו מתגייסים לעזרה ומנסים להעניק ליתומה הקטנה משהו במקום - אולי את האהבה והערסול החסר, ואולי את החיבוק של לפני השנה, את ההתפעלות ממילה חדשה שלמדתי ו... ו...!

אבל היא לא מתה והייתי ילדה עם שני הורים שלא חסר לה כלום...

לו אמא שלי מתה אז, היו לוקחים אותי ללוויה ומראים לי את הקבר - כדי שאפרד ממנה, ומתישהו הייתי מבינה שזה לתמיד. אולי הייתי כותבת לה מכתב פרידה או מציירת לה ציור שילווה אותה בשמים, או מניחה לידה זר פרחים...

והייתי עצובה לא לבד ובוכה לא בסתר.

ואם לא הייתי מצליחה להתמודד עם האובדן שלה - היו מבינים אותי ושולחים אותי לטיפול, כי "זה באמת נורא שילדה קטנה מתייתמת מאמה..."

אבל היא לא מתה, רק סתם לא היתה, וההתמודדות היחידה שהכרתי הפחידה את כולם. כי מה פתאום? איזו סיבה יש לילדה שיש לה הכל להיות מופרעת כזו?

אני מרגישה שלהגיד על עצמי "יתומה" זה להגיד את החוסר והחלל והאין, אבל זה לא להגיד את היש הנראי שהיא נתנה לי בַּמִּקוּם. ולא רוצה לפטור אותה מה-יש הזה ולשכוח לה אותו.

היתה לי אמא חיה.

אמא משפדת.

אשל (1997) מציינת כי מתוך חשיבותה של האם והיותה דמות מפתח להתפתחות הילד, נוצרת אצלו כמיהה עצומה לנסות "להחזיר אותה לחיים ולהפיח בה רוח אחרת - לגרום לה להירגע, לחייך, לשמוח, להתעניין בו ולא להיות עם החור הזה של הריק, הבדידות והאיון שפעור בו [...] לתקן את הקשר הראשוני והמרכזי הזה של חייו, ודרכו - את עצמו ואת עצמיותו." (שם, עמ' 198).

מותה הפיזי לא שינה לי כלום - 18.3.2003

לא העלה ולא הוריד.

על ההיא שלי וויתרתי-גמרת-הרגתי-הכחדתי-מחקתי כבר מזמן, והרבה לפני שממש מתה היא כבר היתה מתה בשבילי. זה לא היה פשוט ואפשרתי לה לגסוס לי בנשמה הרבה זמן, הרבה יותר מדי שנים. וכמו עם כל גוסס - ניסיתי להחיות, להתחשב, לכפר על כל הרע ש-"אני עשיתי לה", לשכוח את עוולות ההתעלמות והנטישה שלה, ולהתפלל ולקוות שתחלים. אבל בסופו של דבר הגיע לי רגע קביעת מותה: כשבעלי נפצע קשה במלחמה וסעדתי אותו בבי"ח, ולה היה "משעמם" להיות שמרטפית של בני הפעוט, של הנכד שלה בן השנה, ושוב הפקירה אותי ונעלמה. הייתי כבר מספיק בוגרת כדי לראות אותה בעיניים פקוחות, ולהבין ולקבל שהיא זו היא זו היא ולעולם לא תשתנה. אז כמו בכל סדרות החדרי-מיון למיניהן - "השעה... ואני מכריזה על מות החולה".

אבל הויתור הסופי עליה, לא היה אף פעם ויתור על הכמיהה שלי ל-ישאמא. כמושג, כחוויה רגשית, כמילוי הבור שהיא פערה בי. מחיקתה מחיי לא פרקה ממני את הכאב ולא הקטינה את הצורך ב-ישאמא.

בשורה התחתונה - רציתי להגיד שבהרגשה שלי ולפי הניסיון שלי אני לא בטוחה שמותן הפיזי של האינאמהות הוא איזשהו נ"צ מאוד משמעותי. לפחות בשבילי הוא לא היה. כי כמו שכתבתי פעם - כשאחי טלפן להודיע לי שהיא נפחה את נשמתה, שאלתי על איזו נשמה בדיוק הוא מדבר...

בין כעס לכמיהה

ביום שאחרי ליל חלום ומנוחה - 6.7.2004

קרה לי משהו מוזר אתמול. לא שמתי לב שככה, אבל כנראה התישה אותי ההתעסקות ב-"ההיא" שלי וב-"ההן" בכלל.

כנראה, כי בלילה לפני השינה, במקום סיור הפורום והמייל הרגיל שלי, הרגשתי שאני לא מסוגלת לגשת בכלל למחשב. אפילו לא להביט עליו. רק רוצה להתחפר במיטה.

אז היה לי כמו בשיר "לילה טוב" - של יהונתן גפן נדמה לי - אבל בהפוך: קודם בא החלום ואחריו המנוחה.

כבר מזמן לא חלמתי חלומות שנראים לי משמעותיים. והלילה - חלמתי על עכבר שמתרוצץ לי בבית. מה-זה עכבר, חולדה גדולה ומגעילה יהיה תיאור הולם יותר. ואני, שפחדת להרוג אפילו מקק קטן, הייתי לבד בבית ורדפתי אחריה עם איזשהו מוט כבד. אני רודפת והיא בורחת ומסתתרת, היא בורחת ואני רודפת - עד שבסופו של דבר הצלחתי למחוץ אותה למוות. הַחַיְתִי עליה את המוט בכל הכוח שוב ושוב ושוב, אולי חמישים הטחות, עד שנמעכה לחלוטין.

בלי הרבה פירושים - אחרי שחיסלתי אותה נרדמתי וישנתי שנת ישרים עד הבוקר.

כבר אין מוות בתוכי. אני מרגישה שעכשיו, רק עכשיו, האין והמוות מתחילים ללבוש איזשהם ביטויים של יש. כלפי ההיא שלי. כאילו רוח הרפאים שהיתה נעשתה לי מוחשית יותר, והמוחשיות מאפשרת לכעוס, למשל, או לשנוא, ואולי מתישהו גם להתגעגע?

הייתי רוצה להיות אישה שהיתה ילדה שמתגעגעת לאמא שלה. ואולי הייתי ילדה כזו? אולי כמו שכתוב ב"שיחות"² - הדרך היחידה של הילדה היא לשאת את חטא היעדרותה של אמה היתה "לבטל את חלקה הרואה את אותו חטא..."?

הוא כבר לא מבוטל, החלק ההוא. הילדה היא.

כשמשמעות האינאימא עולה אל פני השטח וחודרת להכרה, היא הופכת להיות מרכז ההתמודדות והעבודה הטיפולית.

השורדת הנאבקת על שיקום ומימוש חייה, מיטלטלת בין שני צירים, נעה לסירוגין בין הרגשת תסכול, זעם ושנאה, לבין געגועים וכמיהה לחום שלא היה. שניהם קשים מנשוא. שניהם דורשים ויתור על פנטזיה. הראשון משמעותו הוספת האם לרשימת הפוגעים, והשני -א. בל נוסף. כאב בלתי נסבל.

² גנט (1983) אצל: תודר-גולדין (2004). שיחות, י"ח (3) עמ' 263.

האימהות הן המודל-התפקודי הנשי של בנותיהן, ובמקרים של נ.מ.מ.י., לרוב הן לא משמשות מודל ראוי במיוחד לחיקוי - בין אם פגעו בבנותיהם בגלוי ובאופן ישיר, בין אם עמדו מהצד ובין אם אפשרו לבנותיהן לראותן סופגות התעללות בעצמן. מעבר לתגובה הטבעית על הפגיעה, כעס על האימהות מאפשר לבנות, בין השאר, לשבור באופן חלקי את הזדהותן עם אימהותיהן וכך גם עם חוסר האונים של עצמן, ולהרגיש ראויות להגנה. ככזה, הכעס משחק תפקיד זמני מעצים בהחלמתן מהניצול, קודם להתפתחות הבנה מציאותית יותר של עמדת אימהותיהן.

תודה לכולכם - 19.6.2003

[...] הימים הם כאלה שאיני מצליחה לתת לעצמי דין וחשבון אמיתי, מבוסס, ושלי מהיום. ישר מורידה על עצמי מבול גידופים כאילו היו תורה מסיני.

במיוחד במיוחד השבוע, שאני אכולת ייסורי מצפון. שבוע של אמא/סבתא במשרה מלאה, בקושי יש לי דקה לעצמי ובא לי לצרוח: די! תעזבו אותי כבר בשקט!

בדרך כלל אני אוהבת ושמחה על תורנויות-הנכדים אבל לפעמים אני בנפילות וקשה, ויותר מדי לי, ואני מפחדת להגיד להם "לא". מתה מפחד להיות כמו אמא שלי. אני מרגישה רעה ואשמה רק מלהרגיש שאני לא רוצה. ועוד יותר - מהפחד שאם אסרב להם, אצטרך להבין אותה ואת ה-"לא" שלה.

לא רוצה להבין אותה!!! לא!!! לא מגיע לה!!!

כל אימת שאני נקראת לדגל ובאה למרות הקושי - אני מרגישה שאני יותר בסדר ממנה. כי גם היא יכלה לעשות מאמץ ומדי פעם לשים קצת בצד את הצרכים והרצונות שלה. כאילו, אני מוכיחה לעצמי שאני לא כמוה. ושאיני צודקת בשנאה שלי ובכעס שלי. וכנראה שאני עדיין זקוקה לשכנועים העצמיים האלה. לרשות הפנימית לכעוס עליה.

אני חושבת עכשיו כמה כוח עדיין יש לה עלי. כאילו בהפוך על הפוך - הפחד מלהיות כמוה הוא שמכתיב רבות מההתנהגויות שלי. אז זה לא נקרא להיות משוחררת ממנה. 😞

הנה עוד משהו שאני צריכה ללמוד. למצוא את האיזון גם כאן.

הכעס על אימא שלי הגיע אליי לראשונה בחלום, בתמונה שסימלה את הקור שלה ואת העמדת הפנים של אם מושלמת: תוך כדי דיבור בטלפון היא מגישה לי לחם קפוא שאין סיכוי שיפשיר בעתיד הקרוב, ואומרת לי - ובעיקר לאוזניו

של בן-שיחה מעברו השני של הקו: "בואי, אכין לך אוכל חם וטעים". היה בחלום גם מרזב סתום במרפסת שלה שאותו הייתי צריכה לפתוח בכריעה על ארבע במים העכורים. חלום טעון סימליות שבסיומו הנפתי סכין לעברה:

"[...] ואחרי שנעצתי בך את הסכין בפעם החמישית ומזרקות דמך פרצו אל-על, ירד עלי גשם ברכה אדום [...]" (ריד, 2002, עמ' 175).

היכולת להרגיש כעס כלפיה, להכיר בו ולקחת בעלות עליו, היה ביטוי לתזוזה שחלה במקום שתפסה בתוכי. לסוג של יש שהחל לנבוט, כאילו שורשיה שהיו בי תמיד - שתולים נסתרים בעומק ובאפלה - חיכו לשעת כושר ומשהגיעה, הבקיע אל פני השטח ענף מלא חיים וכוח: הכעס. כעס מוחשי, כמעט ניתן למישוש, וישנו. והיא, האובייקט אליו כוון - גם היא קבלה חיים. היכולת להישאר עם הכעס ולא להתכחש לו, סימנה עבורי את תחילת ההכרה שהגיע לי יותר ממה שנתנה לי. הרבה הרבה יותר. זמן ממושך חוויתי רק את הזעם הרצחני שחשתי בחלום ובעקבותיו, ועדיין הייתי עיוורת לחלוטין לתחושות נוספות שגילמה עבורי תמונת הביתור של גופה:

"[...] ואספתי כפתיי כגיבי פרחים המלקטים אגלי טל להרוות צימאונם ולגמתי מלוא חופניים זחלתי בינות ביתרי גופך מגיב לידי וחומך חדר אל תוכי והנחתי ראשי על שדייך המשוספים שופעי חלב ארגמני. והיה לי חם." (ריד, שם).

רק לאחר חודשים ארוכים הגעתי ונגעתי בגעגועים לחום אימהי שלא הכרתי מעודי, לכמיהה הכי ראשונית, לחיבור הפיזי - לינוק, לשבוע, לנוח בבטחה על שֵׁי די האם הגדולה. החלום היה תחילתו של מסע ארוך אל מעמקי ה"בור", הפנימי, הנוכח מאז ומעולם, הכואב, השואב. עד שנמלא.

מה קרה לבור שלי? - 13.1.2004

"[...] כשקראתי את ההודעות החדשות בפורום, במין אוטומטיות כזאת רציתי להצטרף, כי בטח - אם מדברים על בורות בבטן, בנשמה, אני מיד מתחברת לשיחה. זה הריהפּאָב שלי."

ופתאום ראיתי שאין לי מה לכתוב. שאני לא מוצאת את הבור שלי [...]
ואני מסתובבת לי כאן ומנסה להבין מה קרה לו. לא שחלילה מצטערת
על שאבד, פשוט מנסה להבין.

אני לא חושבת שהוא התמלא, כי לא נראה לי שאפשר להחזיר את מה
שלא היה בזמן הנכון; כי הביטחון של היום לא יכול להחזיר את הביטחון
ל-אז; וכי כל הסיפוקים של היום לא משנים בכלום את החסרים של אז.

ובכל זאת - הבור לא כאן לי יותר. אני כבר לא מתרוצצת בעולם הזה כמו
כלבלב עזוב שמחפש ליטוף מכל מי שעושה לו פרצוף נחמד ומבטיח.

אולי זו ההשלמה?

לא רק השלמה עם המציאות, שמה שלא היה לא יהיה לי לעולם, אלא
קודם כל - **השלמה עם הצורך בהשלמה**. עם העובדה שאני חייבת
ליותר על הפנטזיה, אחרת הלכו לי החיים לגמרי...

איתרתי עכשיו משפט שכתבתי ב"שבועה", ש-"לומר לעצמי: 'זה משהו
שלעולם לא יהיה לך', או: 'את תהיי זקנה ותמותי בלי להיות אף פעם
תינוקת של מישהו', זה להפסיק לחיות."

לא עבר המון זמן מאז כתבתי את המילים האלה, מאז הרגשתי ככה,
והבוקר מול ההודעה שלכן, אני פתאום קולטת שאני כבר לא שם.

שנכון, אני אמות בלי להיות אף פעם תינוקת של מישהו, אבל זה לא
להפסיק לחיות.

כי אני מרגישה שרק עכשיו אני ממש ממש מתחילה לחיות!!!

בין יגון להשלמה

לאהוב את עצמי זה טוב, אבל לא תמיד מספיק - 23.7.2004

הבוקר, כבכל יום שישי, האזנתי ל-FM88, ואחרי החדשות של תשע הם
הגישו רבע שעה של מוסיקה דרום אמריקאית. התחילו במרסדס סוסה
והמשיכו בחלילים בוליוויאנים.

הגברתי ונצמדתי לרדיו כאילו שאין לי מגירה מלאה בדיסקים כאלה, ורק
התפללתי שהאנשים שהיו אמורים להגיע אלי יאחרו.

ועכשיו, כשהבוקר העמוס נרגע, חשבתי לעצמי - מה הקטע? הרי אני
יכולה לשים לי דיסקים עם איזו מוסיקה שאני רוצה, מתי שאני רוצה, אז
מה ההתרגשות הגדולה מכמה קטעים ברדיו?

אבל זה לא אותו הדבר.
הכל שונה כשמישהו אחר עושה בשבילי.
כמו ששונה כשמישהו אחר קונה לי מתנה.
כמו ששונה כשמישהו אחר אוהב אותי ומחבק אותי.
שונה לגמרי.

למה?

ככה!

ורוצה קצת מישהו אחר.

למה?

ככה!

כי אני רוצה.

כי "אני אוהבת את עצמי" אמור להיות פרק ההתחלה שלי ולא פרק הסיום.

תהליך ההחלמה מטראומה של נ.מ.מ.י. כרוך בהתמודדות עם אובדנים רבים. מגיע יום בהחלמה של כל שורדת, שבו היא קולטת במלואו את כל מה שנלקח ממנה באכזריות כה רבה (פראולי-או'דאה, 2002).

"אולי זה רק משבר קטן וזה חולף" - 1.12.2002

לקראת המעבר-דירה אני עושה לאט לאט סדר - במגירות, במכתבים, בניירות, בתמונות, ואני מגלה ילדה-נערה-אישה שהיא אני ולא אני. חיים שלמים שהחמצתי. איזה ביזבוז. הייתי שם, אבל לא הייתי. לא כולי. לא כמו שאני עכשיו. חיים שלמים שלא אוכל להחזיר לעצמי לעולם. חיים שלמים שלא הייתי. פעלתי כמו רובוט שיודע מה ואיך צריך לעשות, אבל הכל עבר לידי ולא הרגשתי כלום.

ועכשיו מאוחר מדי - מה שלא היה כבר לא יהיה, ומה שיהיה לא מפצה ולא מפתה.

ואני מזהה קשר בין הטוב שאני חווה עכשיו לעצב שמשתלט. זה הפער שאני מרגישה כשטוב, בין איך שאני היום לבין איך שהייתי עד לא מזמן.

פער שמדגיש לי את העוול הגדול, את הפגיעה, את שלילת תמצית החיים שלי והאישיות שלי למשך שנים רבות כל-כך. פער ששם לי מול העיניים את הביזבוז של שנות-נצח בהן הנשמה שלי היתה משותקת ובלי יכולת בחירה.

פער שמעלה על פני השטח את כל ה-"אילו רק..." שכה מכאיבים לי. אני מרגישה שנוכח השמחה על הטוב מתעורר העצב של האבל על כל אלה.

המשך הצמיחה האישי וההחלמה דורשים שהשורדת תתאבל על הילדות וההתבגרות שמעולם לא היו, על הדמויות המטפלות שמעולם לא היו קיימות אלא בפנטזיות, ובצורה הכי חדה אולי, על העצמי שנופץ באכזריות כזו (פראולי-או'דאה, שם).

24.11.2004 - אני קצת מערבת את עצמי עכשיו -

ומקווה שאצליח להיות לא פיל אלא מאיה בחנות חרסיה.
 אני מרגישה שמצד אחד משתחזר לי היום האַבּל שלי "על מה שלא היה ומה שלא יהיה לעולם", ומצד שני - אני רואה איך הוא בא לי בקטן עכשיו. לא שהוא הסתיים לגמרי, ולא שבחיים לא אהיה אבּל יותר, אבל הוא רק לרגעים. ואחריהם אני חוזרת להווה ולשמחת היש.
 נראה לי שחלק מהתקיעות שלי בעבר, מחוסר היכולת להנות עד הסוף מה-יש - לפעמים אפילו לא להבחין בו - קשור לעובדה שלא התאבלתי עד הסוף. שפחדתי להרגיש את מלוא עוצמת הכאב. שהפרדתי בין מי שחיה ותיפקדה לבין מי שחווה את האובדן, את האובדנים.
 אולי בגלל זה כתבתי לך שרק ממקום חזק אפשר להתאבל.
 כתבת על הבחירות שלך, ואני חושבת על שלי ועל ההבדל בין החלטה מודעת והחלטה בלתי מודעת. על "הופ" ויש טבעת, ועוד "הופ" ויש תינוק, ועוד "הופ" ועוד "הופ"... שלושת רבעי חיים עברו עלי בהופ'ים כאלה - בלי טיפול אמיתי, בלי להבין, בלי באמת לקבל החלטה, אלא רק ללכת אחרי גחמות ושריטות אלה ואחרות, שהכתיבו לי מה ואיך ומתי.
 זה היה האַבּל הגדול שלי. כשקלטתי. אחד מהאבּלים, ליתר דיוק. זה המחיר - אחד מהם - שנאלצתי לשלם על החטאים שלהם.
 אבל היום אני כבר אדונה להחלטותיי.

עיבוד כל קשת הרגשות העוצמתיים שקשורים לאימהות, גם הוא סוג של תהליך אַבּל, וכולל מרכיבים דומים לאלה של תהליך ההתמודדות עם אובדן ושכול: הכחשה, כעס וזעם, מיקוח, עצב ויגון ולבסוף - השלמה והסתגלות.

[...] ואם אני חוזרת למילה "יתומה" - 16.12.2002

אז כן, גם אני רוצה להגיד על עצמי "יתומה" ולגמור איתה אחת ולתמיד, אבל לשם כך אני צריכה קודם להרגיש אותה, וכדי להתאבל ולהיפרד אני צריכה קודם להתחבר.
 ואני חושבת שזה מה שאני עושה עכשיו.

ברוח דבריו של בולבי, הרי רק כאשר הבת תכיר בעובדה שאינה יכולה לשנות את המצב, שהוא אמיתי ובלתי הפיך, רק אז תבוא ההכרה במציאות - עם הכאב, הדיכאון, הייאוש וחוסר הארגון שהיא נושאת בחובה; ורק לאחר שתימוג התקווה להתקרבות של האם ואל האם, תוכל הבת לעבור דרך כאב האובדן אל ההתארגנות מחדש.

אני זוכרת את שלב ההצטרפות שלי לחיים - 14.12.2003

ככה אני קוראת לו - ביני לביני ועם המטפלת שעזרה לי להכניס רגל ועוד רגל למציאות ולהיות חלק ממנה.

הוא לווה בבהלה ובעיקר בעצב תהומי. עצב ואי-בל - על בערך חמישים שנה שהלכו לי לאיבוד, ועל כל החמצות והפיספוסים של החיים. ועל הידיעה הברורה שזהו. זה סופי ואי אפשר לחזור לאחור ולהחזיר את השנים האבודות הן.

את אולי זוכרת את הודעות ה-"אילו" שלי, עם כל התסכול והעצב והכאב. כאב שהיה אולי השכבה הכי עמוקה שלי, נחבאת ומכוסה בשכבות אחרות: כעס ופחד והשפלה וגועל וכל מיני. וכולן איך שהוא היו יותר קלות לי מאשר הכאב הנורא.

אני חושבת שבגדול קיבלתי את העובדה שככה. משהו בי השלים עם האובדן. ועדיין, כשאני מאפשרת לעצמי, אני לא יכולה שלא לִבְכּות את הנתק ביני לבין המציאות - כל-כך הרבה שנים, כל-כך הרבה חיים...

אני נורא משתדלת לא ליפול לתהום ה"אילו רק..." ויש לי הרגשה של התנפלות עכשווית על החיים. כאילו רצון לפצות. כאילו עשרים וארבע שעות ביממה אינן מספיקות לי, ואני חוטפת מכאן ומכאן במין תאוות חיים שלא הכרתי מעודי. ומשתדלת להיות באלה ולא בהחמצות.

נראה לי שכמו בכל קטע בתהליך שלנו, ההתחברות כואבת, מבהילה, אבל גם נותנת כל-כך הרבה...

אני אוהבת את הדמעות שלי - 13.11.2003

אוהבת להרגיש אותן חמות על הלחיים.

זולגות חופשי, מגיעות לִפִּי ה.

המליחות שלהן מתוקה לי

מבשרת: את חיה, מרגישה, לא עוד הזומבי שהיית.

אני אוהבת את הבכי שלי
 שפורץ ממערת הקבורה של החיים.
 שכבר לא נאגר קפוא בפנים -
 מעיק, חוסם, ממית.

אני לא מבקשת לעצמי את הכאב. אבל כל עוד הוא שם -
 שיֵראה עצמו
 באור, בלתי מחופש - כמו שהוא.
 שלא ירשה לי להשלות את עצמי:
 לא נגמר סיפור ה-אינאמא.
 הבור עדיין בתוכי -
 מלכודת מכוסה עלים וענפים -
 ממתין שאפסע שאננות
 אפול לתוכו
 אכאב
 מול תמונה של אמא מחבקת את ילדתה
 אומרת: אני אוהבת אותך.
 ואבכה.
 ואחייה.

מסיפורי ניו יורק (שלי, לא של וודי אלן) 😊 - 22.3.2004

כבר ערב ואני יושבת באינטרנט-קפה בוילאג', אזבעותי מקרטעות על
 מקלדת וירטואלית במהירות של צב קטוע רגל, כי מה-זה בא לי לשתף
 אתכם, והנה הסיפור בתמצית:

היה קר מאד הבוקר, אבל יום שטוף שמש מפתיעה ושמים כחולים.
 אחרי קפה מפנק של בוקר טוב (כן, ליאתי, ב- COSI המומלץ שלך),
 התעטפתי בדובון ובשאר אבזרי חימום ויצאתי לשיטוטי. אני מקצרת
 ומגיעה ישר לחווייה שחיכתה לי בדרכי חזרה:

אתם מכירים אותי עם שגעון המוזיקה הדרום-אמריקאית, אז כבר
 ממרחק קלטו אוזני את צלילי הגעגועים של הסמפניה, ואלה הובילו אותי
 בצעדי ריצה אל קבוצה של חמישה בוליביאנים שעמדו שם עטופי פונצ'וס
 וניגנו, והחלילים האלה - נכנסו לי ישר לנשמה. כמו תמיד. אולי קשור
 לאיזה גילגול קודם שלי, לא יודעת.

פילסתי לעצמי דרך בתוך הקהל הרב שנקבץ סביבם. עד שהגעתי קרוב
 קרוב לחבורה, עד שיכולתי לראות את העיניים שלהם שהיו מוכרות לי.
 כמו המנגינה. אשה נמוכה ומלאת גוף, שיערה ארוך, חלק ושחור כעורב,

עיניה נוגות כשל חבריה - למרות צבעיו העליזים של הפונצ'ו שלה - עברה בין מוחאי-הכפיים עם מגבעת שחורה הפוכה בידה ואספה כסף. לא חיכיתי שתגיע אלי, לא יכולתי לחכות. ניגשתי אליה עם דמעות - שבשלב ההוא עדיין לא יצאו מהעיניים - נתתי לה שטר של דולר וגמגמתי משהו על המוזיקה שלהם שכל-כך מרגשת אותי. ו... בבת אחת פרץ ממני שטף דמעות שלא הצלחתי לעצור. וגם לא רציתי. מה אכפת לי. ניו יורק מלאה משוגעים, ומי מכיר אותי כאן בכלל...

והאישה - שאלה אם היא יכולה לחבק אותי. לא יודעת מאיפה וממי, עניתי שכן והיא חיבקה ואני בכיתי לה בידיים והבחורים ניגנו והמוזיקה עטפה...

דמיינו את סבתא מאיה עומדת באמצע ה-"טיימס סקווייר", מתיפחת כמו תינוקת בידיים של אינדיאנית עם פונצ'ו. סוריאליסטי למדי, הייתי אומרת, אבל היה משהו כל-כך אמיתי ומחייה בספונטניות ששבה ונמצאה לי לרגע, ב-לא-לחשוב-יותר-מדי, ב-לעשות מה שהכי בפנים שלי, הרגיש ורצה באותו רגע. עד הסוף. משהו מאד מחובר ושייך - לעצמי, לעולם, פנימה והחוצה - זו תמצית ההרגשה שמלווה אותי בערב זה. אני - שאוהבת ומתגעגעת נורא.

גם למבוגרים מותר להתגעגע לאמא טובה - 6.5.2004

לקח לי זמן להבין מה עובר עלי בימים האחרונים, ולקח לי עוד יותר זמן להעז ולכתוב. אני חושבת שחיכיתי שיגיע לי ה-**מותר**.

"הודעות-המטפלת" שהיו כאן הזכירו לי רגעי חסד עם המטפלת שלי. תחושת אהבה של ראשית-ראשיתם של החיים, כזו שלא מצפים ממני לכלום תמורתה. רק נותנים ועוטפים ושומרים.

בהתחלה הזיכרון היה מחוייך כשל תינוק שבע, ולאט לאט בא הגעגוע. ההרגשה של "רוצה עוד פעם ככה".

לא צריכה, לא נזקקת, סתם רוצה. רק עוד פעם אחת ודי.

הגעגוע אחר עכשיו, חדש, שונה כל-כך - געגוע למשהו אמיתי שחוויתי בטיפול. **געגוע למה שהיה** בניגוד לגעגוע למה שלא היה.

אולי הוא כמו געגוע לאמא טובה שהיתה ומתה, כמו שחברה שלי מספרת - שמדי פעם פתאום מתגעגעת לאמא שלה, לאו דווקא ברגעים קשים. סתם כך רוצה את אמא לידה. סתם כך רוצה להיות קצת ילדה של אמא.

אז אני אומרת לעצמי שאלה החיים ודרך של אמהות טובות למות ולהשאיר את בנותיהן עם כאב של געגוע לתמיד, כי הן לא חוזרות מהמתים - בפרט לא הטובות שבהן. ייתכן שההרגשה של עכשיו קשורה להצטרפתי לעולם ה"נורמלי", שבו אחרי ה-יש צריך ללמוד לחיות גם עם ה-אין.

ואולי אני בכלל צריכה לשמוח שאני מרגישה ככה? כי כשאמא שלי מתה אמרתי שאני מקנאה באלה שעצובים כשהאמהות שלהם מתות, כי זה אומר שהיא היתה להם.

לקראת השלמה וסגירה

העיניים שלה - 4.5.2004

מאתמול אני מנסה לראות את העיניים שלה, של אמא שלי.

ולא מצליחה לראות, להיזכר איזה מין עיניים היו לה.

זוכרת כל פרט בה - כולל הגבות אפילו, והציפורניים, אבל לא מצליחה בשום אופן לשחזר את העיניים שלה. זוכרת לגמרי את אלה שלו, את הצבע ואת הצורה ואת המבט, ובשום אופן לא את שלה. שום כלום.

כל-כך מנסה מאתמול, כנראה כל-כך עד שהגיעה לי הלילה גם לחלום - משהו מוזר עם בית-ספר ויום הורים. ראיתי אותה אבל גם בחלום לא זוכרת שראיתי עיניים.

לא מצליחה בשום אופן.

אולי באמת בכלל לא היו לה עיניים?

מה הנושא - אמא שלי או אני? (תקציר מסעות הימים האחרונים) -

5.5.2004

הנגיעות של ההודעות האחרונות באמהות יחד עם הישיבה הכפויה, החולה והחצי-מסוממת בבית, לקחו אותי אליה, אל אמא שלי.

"איזה מזל יש לי!" - היתה המחשבה הראשונה שחלפה בראשי. מזל שהיתה ברורה כזו מההתחלה, לא כמו אלה שלכן. מזל שהיתה חד-משמעית לי וחסכה ממני חיים שלמים של נפילות מול תקוות שמתנפצות.

מזל, כי ככה היתה מחוקה לי כל השנים, בלי ציפיות ממנה - הפרטית שלי - בלי תקוות, בלי האשמה עצמית או ייסורי חרטה, בלי ניסיונות

להתקרב אליה ובלי כאבי דחייה וכישלון. לא הייתי רוצה אותה חיה, מכאיבה, מבטיחה וחוזרת ומכאיבה. לא חושבת שהייתי עומדת בזה, כי אני מכירה אותי - הייתי נופלת בפח. מאמינה ונופלת ומצטלקת ולא לומדת.

מזל שמתה כמו שבחרה למות ולא אילצה אותי לראות אותה או לטפל בה בזקנתה.

מזל שלא ביקשה סליחה על ערש דווי ולא אמרה שאוהבת אותי, כי מה הייתי עושה עם זה?

מין שמחת עניים שכזאת.

ואחר כך שוב ניסיתי למצוא את העיניים שלה ושוב לא הצלחתי, כי אולי באמת לא היו לה...

אבל מי לקח לה את העיניים?

כבר יומיים שאני עם השאלה הזו בראש. יומיים של סחף בלתי-רצוני למקומות שמעולם לא הייתי בהם - למחשבות, להרגשות, לראייה כל-כך חדשה ומפתיעה לי: **אמא שלי כבן אדם.**

פעם ראשונה בחיים שאני רואה בעיניים הפנימיות-המרגישות שלי את הילדה שהייתה, שהוריה הצטערו שלא מתה במקום תאומתה, שגדלה בבדידות במנסרה ביער, שברחה מהם ארצה בגיל שבע-עשרה, שאיבדה את כולם בשואה, שהכירה את אבי התפלצתי שהתעלל בה פיזית ומילולית.

לא שאני מוצאת לה איזושהי הצדקה. ממש לא. רק שפתאום היא נעשתה לי בן-אדם.

בן-אדם שבטח לא נולדה נטולת עיניים אלא עם סקרנות ורצון לבלוע את העולם כמו כל תינוק.

מה קרה לעיניים האלה? מי לקח לה אותן?

פתאום אני רואה אותה כאישה שעברה בעולם הזה ובטח היו לה חלומות ורצונות ושאיפות ואולי אפילו אהבות, ונגמרה. וקבורה איפשהו וכאילו לא היתה כאן.

פתאום היא נעשתה לי בן-אדם ולא רק שם-תואר.

פתאום יש בי איזו חמלה.

פתאום אני מרגישה שהייתי רוצה להכיר אותה.

פתאום אני מרגישה שאין לי אמא לפני שיש לי אמא, שמתה לי לפני שהייתה לי. ואולי לכן אני לא יכולה ממש לכעוס ולא להתאבל. עליה. לא מכירה אותה בכלל.

פתאום אני מרגישה שהייתי רוצה להכיר אותה.

חשבתי עלייך ועל כולנו כששיגרתי - 25.5.2004

וגם קודם, כשעמדתי מול התמונה שלה שהצטיירה לי בראש. על כולנו שנאבקות כך מולן - שכה שונות הן זו מזו אבל עם משותף עצום ומכאיב ופוגע והורס.

לא הסברים אני מוצאת בשבילה ולא תירוצים, לא מנסה להבין ולא רוצה להבין. את כל אלה ניסיתי ועשיתי פעם מזמן, ולא הועילו לי.

גם חנינה אני לא הולכת לתת לה. לעולם לא. אבל כן יכולה לראות בן-אדם שבטח חלם חלומות על החיים מתישהו, וחירב ונחרב.

לא מצדיקה אותה בכלום כלום כלום. לא מרככת את עוצמת הפגיעה שפגעה בי, הקלקולים שקלקלה אותי, הקללה שהיתה לי, שהייתי לה. רק, אולי, מול העיניים שלה שאינן, העיניים שלי מצליחות לראות משהו אחר. נוסף.

אני עדיין לא לגמרי בטוחה ב-איפה אני, לא בטוחה שזה סוף המחשבות והכניסות שלי למקום הזה. ולא יודעת מה לעשות עם ה-הייתי רוצה להכיר אותה.

נזכרתי עכשיו שיש יומנים שלה אצל אחי במחסן. בפולנית. עד היום לא נגענו בהם, אבל אולי הגיע הזמן למצוא מישהו שיתרגם. מצד שני - זה מפחיד, כי אני לא רוצה להגזים בלראות אותה אנושית. גם כך לא פשוט לי.

יש לי הרגשה שאמשיך במסע הזה עם עצמי. שהוא עוד לא נגמר לי, אולי מבחינות מסויימות הוא רק מתחיל. אבל אני מרגישה שאני יוצאת אליו מצוידת היטב, ובעיקר עם מפה שתוביל אותי חזרה אלי, שלא אלך לאיבוד.

תודה לך יקרה - אני שומרת על עצמי בכל כוחי, וכן יכולה להבטיח שלא אפול לחרטות. לכאבים? לא נראה לי שיכולה להימנע מהם, אבל משום מה לא פוחדת. יודעת שהם אי-שם בתחומי הנסבל שלי.

בא לי לרדת לוואדי - 20.6.2004

עכשיו. בחושך. לאיפה שהתנים מייללים. לצרוח עליה ולבכות אליה

א מ א !!!!!!!

עכשיו עכשיו עכשיו.

אף פעם לא אמרתי

אף פעם לא רציתי

עכשיו אני רוצה 😞

ועכשיו אני כבר יכולה להיות אמא של עצמי - 16.12.2004

קראתי מוקדם בבוקר את ההודעה שלך עם דברי המטפלת על "את אמא של עצמך", והתגובה הראשונה שבאה לי לראש הייתה: אין דבר כזה להיות אמא של עצמך. אין!!! זה סתם מין משפט מדוקלם שהמטפלות למדו על-פה, כי אין להן משהו אחר להגיד לנו. והוא שווה כלום, בדיוק כמו כל ספרי האינסטנט של "עשי זאת בעצמך ב-12 שיעורים".

במזל, רק עכשיו התפנית למחשב ובינתיים כל הבוקר אני מסתובבת עם תהייה בתוכי, והשאלה שלך: מה זה להיות אמא של עצמך - נתנה לי הזדמנות ודחיפה לעשות בדק בית אישי, לראות היכן אני עומדת בהקשר אליה.

אז יש! ועוד איך יש להיות-אמא-של-עצמי. נכון שאני לא יכולה לחבק אותי פיזית, אבל חוץ מזה - אני יכולה להיות לי כל מה שהיא לא היתה.

כי ניסיתי לשאול את עצמי מה המשמעות של להיות אמא. אמא טובה, כמובן. ואת התשובה הכי קרובה ומיידית מצאתי אצל הנכד שלי. שאלתי את הקטנטן הזה, בן השנתיים וחצי, אם הוא רוצה לשתות והוא ענה: "אני לא חייב". אחר-כך שיחקנו על השטיח והסעתי לו מכונית צעצוע קטנה לאורך היד - מה שנראה לי משעשע - אבל הוא הזיז את היד ואמר לי להפסיק כי "לא נעים לי ככה".

מסתבר שיש דברים כל-כך בסיסיים ויומיומיים שבשבילי הם עדיין בגדר פלא עולם שמיני. לא בקטע של נכד-פלא של סבתא-פולנייה, אלא שבכלל, אפשר לדבר ככה. להרגיש ככה.

אבל זו בעצם המשמעות של לגדול עם אמא. עם הורים שונים מאלה שלנו.

ולהיות אמא של עצמי זה להיות מסוגלת להחזיר לי את כל הנכסים האלה שהגיעו לי אז: להגיד לי שאני נהדרת וחכמה ויפה וטובה, ושאני אוהבת אותי תמיד תמיד, ושאני שווה ומגיע לי, ושזכותי לבחור מה טוב לי ומה לא, ושאני שייכת לי ומותר לי להגיד "לא".

יש ביכולת הזאת משהו מאוד "חיבוקי".

ועוד משהו שבשבילי הוא להיות אמא של עצמי: להגיד לעצמי שאני לא אשמה ולהוריד ממני את האחריות על מה שלא היה תלוי בי, ולכעוס איתי ולשנוא איתי את כל מי שפגע בי.

וגם - לקבל את כל מה שיש בתוכי. לקנות לעצמי דובי ובובה בלי להזדקק לתירוץ ש-זה בשביל הילדים/הנכדים וכו'.

וגם - לאפשר לעצמי לזעום ולכעוס את כל מה שאני מרגישה, ולנסות ללמד את מי שבפנים לבטא כעס יותר ויותר "כמו גדולים", אבל לא לבטל ולא להגיד: "אסור לכעוס" או "אין סיבה לכעוס".

וגם - ללמד את עצמי לבכות כשאני נופלת וכואב לי, ולא לפחד או להתבייש ברצון לתשומת-לב. להיפך - לבקש.

אז את רואה למה אני כל-כך אוהבת את השאלה שלך? אף פעם לא חשבת שבעצם, כל הדברים האלה הם להיות אמא של עצמי, ורק עכשיו, כשאירגנתי את הראש כדי לענות לך, הם קיבלו כותרת.

ורק עוד משהו לסיום: אני חושבת שבשלב הראשון, לפני לפני הכל - הייתי חייבת לקלוט את החלק של ה"אמא" היא ב-אז. להבין ולהרגיש איך ה-אין שלה היה הרסני לא פחות מה-יש שלו. רק אחר כך יכולתי להתחיל להיות אמא של עצמי והתהליך עדיין לא הסתיים.

עדיין אני צריכה אותי כאמא שלי - להמשיך ולגדל אותי.

ביבליוגרפיה (פרק שלישי)

אשל, ע', (1997). על 'חורים שחורים', מוות (deadness) והתקיימות אנליטית. שיחות י"א (3): 195-205.

זיו, א', (2004). מאובייקט לסובייקט – טיפול פמיניסטי בנשים שנפגעו מהתעללות מינית במשפחה. מתוך: הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות. עורכות: זליגמן צ., וסולומון, ז., עמ' 257-277, הקבוץ המאוחד/מרכז אדלר, אוניברסיטת תל אביב.

זליגמן צ', (2004). מבוא לגילוי עריות: אין אמת, ואין חסד, ואין רחמים. מתוך: הסוד ושברו: סוגיות בגילוי עריות. עורכות: זליגמן, צ. וסולומון, ז., עמ' 40-15, הקבוץ המאוחד/מרכז אדלר, אוניברסיטת תל אביב.

ריד, מ', (2002). שבויה. הוצאת תמוז, תל-אביב.

תודר-גולדין, מ', (2004). היעדרות וחוסר – תהליך עיבוד אבל בקבוצת יתומים בוגרים. שיחות י"ח (3): 261-269, תל אביב.

- Bass, E. & Davis, L. (1988). *The courage to heal: A guide for women survivors of childhood sexual abuse*. New York: Harper and Row.
- Breckenridge, J. & Baldry, E. (1997). Workers dealing with mother blame in child sexual assault cases. *Journal of Child Sexual Abuse*, 6(1): pp. 65-80.
- Elton, A. (1998). Assessment of families for treatment. In: Bentovim, A. et al. (Eds), *Child Sexual Abuse within the Family*, London: Wright.
- Ferenczi S. (1933). Confusion of tongues between adults and the child: The language of tenderness and passion. In: *Final Contributions to the Problems and Methods of Psycho-Analysis*, ed. Balint, M. (trans. Mosbacher, E.). London: Karnac Books, 1994, pp.156-167.
- Finkelhor D. (1982). Sexual abuse: A sociological perspective, *Child Abuse and Neglect*, 6: pp. 95-102.
- Fletcher, M.L. (2004). *Women Survivors of Childhood Sexual Abuse: Narratives of Relationships with Their Mothers*. A Thesis Submitted to the College of Graduate Studies and Research in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Education in the Department of Educational Psychology and Special Education University of Saskatchewan Saskatoon, Saskatchewan. Retrieved: July 7, 2005 from: http://library2.usask.ca/theses/available/etd-04282004-162440/unrestricted/Mfletcher_Entire_thesis.pdf.
- Frawley-O'Dea, M.G. (2002). "The Experience of the Victim of Sexual Abuse." A Reflection. U.S. Conference of Catholic Bishops, June 14. Retrieved: June 24, 2006, from: <http://www.usccb.org/bishops/frawley.shtml>.
- Freyd, J.J. (1997). Violation of power, adaptive blindness, and betrayal trauma theory. *Feminism & Psychology*, 7(1) pp. 22-32, Sage Publications, London, Thousand Oaks and New-Delhi. Retrieved: January 13, 2006, from: <http://dynamic.uoregon.edu/~jjf/articles/freyd97r.pdf>.
- Green, A. (1986). The dead mother. In: *On Private Madness*. (pp. 142-173). London, Hogarth Press.
- Heriot, J. (1996). Maternal Protectiveness Following the Disclosure of Intra-familial Child Sexual Abuse. *Journal of Interpersonal Violence* 11(2), pp.181-194.
- Herman, J.L. (1992). *Trauma and Recovery. The aftermath of violence – from domestic abuse to political terror*. New York: Basic Books.

- Hildebrand, J. (1989). Group work with mothers of sexually abused children. In: Rogers, W.S. et al. (eds). *Child Abuse and Neglect*, London: Batsford.
- Hooper, C.A. (1992). *Mothers Surviving Child Sexual Abuse*, Tavistock/Routledge, London and New York.
- Miller, A.C. (1990). The mother-daughter relationship and the distortion of reality in childhood sexual abuse, in: Perelberg, R.J. & Miller, A.C. (eds). *Gender and Power in Families*. (pp. 137-148), London: Routledge.
- Suffoletta, M. & Samantha, P.A., (2002). Assigning responsibility to nonoffending mothers in child sexual abuse cases: The effects of a brief educational intervention. *Dissertation Abstracts International: Section B*, 62 (12-B): 5980.
- Veldhuis CB & Freyd JJ. (1999). Groomed for silence, groomed for betrayal. In: Rivera M. (Ed.), *Fragment by Fragment: Feminist Perspectives on Memory and Child Sexual Abuse*. (pp. 253-282). Charlottetown, PEI Canada: Gynergy Books. Retrieved: october 3, 2005, from: <http://dynamic.uoregon.edu/~jjf/articles/vf99.pdf>