

**לומר זאת אחרת
לדבר על גילוי עריות בשפת הספרות**

אפרת הברון

Saying it Differently
The Use of Bibliotherapy in Treating Incest Victims
Ephrat Havron

כתבה: אפרת הברון, המכללה האקדמית לחינוך ע"ש דוד ילין

הוצאת הספרים של מכון מופ"ת:

עורך ראשי: דודו רוטמן

עורכת אקדמית: יהודית שטיימן

עורכת טקסט ולשון: מירב כהן-דר

עורכת גרפית ומעצבת העטיפה: בלה טאובר

צילום תמונת הכריכה: אלון שדה

חברי הוועדה האקדמית של הוצאת הספרים:

פרימה אלבז-לוביש, אילנה אלקד-להמן, חנוך בן-פזי, יעל דר, יורם הרפז,
נצה מובשוביץ-הדר, אייל נווה, דורון נידרלנד, יעל פישר, שי פרוגל

עשינו כמיטב יכולתנו לאתר את בעלי הזכויות של כל חומר
ששולב בספר ממקורות חיצוניים. אנו מתנצלים על כל
השמטה או טעות. אם יובאו אלה לידיעתנו, נפעל לתקן
במהירות הבאות.

מסת"ב: 978-965-530-165-6

© כל הזכויות לשירים שמורות לאקו"ם

© כל הזכויות ליצירות שמורות למחברים

© כל הזכויות שמורות למכון מופ"ת, תש"ף/2019

טל': 03-6901406 <http://www.mofet.macam.ac.il>

דפוס: אופסט טל בע"מ

תודות

ספר זה מבוסס על עבודת דוקטורט שהוגשה באוניברסיטת חיפה בשנת 2009. אני מבקשת להודות לד"ר רחל צורן שזיהתה בתחילת הדרך ניצן של סקרנות וציוותה "לא להתעכב ולכתוב עכשיו!". אני מלאת הוקרת תודה למנחי עבודת הדוקטורט פרופ' גבריאל צורן ופרופ' עמנואל ברמן אשר ליוו, תמכו, העירו, תיקנו, הרחיבו, העשירו ועודדו לכל אורך הדרך באופן שלא ניתן היה לבקש מדויק ומגדל ממנו. תודתי גם לצוות המורות של התוכנית "יוצרים כתיבה" בבית הספר ללימודי התמחות מקצועית של מכון מופ"ת, אשר ליוו במסירות את תהליך עיבוד הטקסט מעבודה אקדמית לספר.

אני מבקשת להודות להוצאת הספרים של מכון מופ"ת: לד"ר יהודית שטיימן, ראשת ההוצאה לשעבר והעורכת הראשית, ולד"ר דודו רוטמן, ראש ההוצאה, על שאימצו במהירות ובחום את כתב היד. תודה לפרופ' רחל לב-ויזל ולד"ר שלומית ברסלר על הקריאה הנאמנה, המעודדת והמכוונת של כתב היד. תודה גדולה לעושות במלאכת התקנת הספר: לעורכת הלשון מירב כהן-דר ולמעצבת הגרפית בלה טאובר, על הדיאלוג הפורה ועל העבודה היסודית.

כתיבה על גילוי עריות - טוב כי תתרחש בסביבה אוהבת, עוטפת ומחבקת. תודה לחברותיי אורית ליבוביץ', אילנה רודשבסקי, אפרת יסיף (פלב), בלה שגיא, גלית לוי, יעל עידן, יעל שפירא, יפעת שדה (בובו), מיכל זמל-אוליצור, מיכל שרון, נעמה תמרי-לפיד, ענת פריאור ורוני מרושק, ולחבריי אורי רונן, ארווינד מהטה, דני ליבוביץ', יובל צורן, יניב פרקש, עודד גורני, צבי זמל וצחי גולן, על הליווי המגוון בקריאה, הגהה, הערות, חשיבה משותפת, בישול, אפייה, שמרטפות, אירוח, ניחום, צחוק, עידוד ושיחות מוטיבציה. אין מילים לתאר עד כמה חברויות אלה היו בעבורי חלק משמעותי מן הדרך. תודה מיוחדת לחברי אלון שדה (לולו) על תמונת השער.

תודה לסבא סני, הוא אריאל גינזבורג, על האהבה, הנוכחות, ההאכלה וההשקיה הנחוצות כל כך לכתיבה. תודה לרותי גינזבורג, החמות המושלמת ביותר שניתן היה להעלות על הדעת לצורך כתיבת הספר, וגם באופן כללי, על הליווי - תמהיל של אקדמי-תאורטי שהוא בה בעת אינטימי וקרוב, והיה בדיוק הדבר שהייתי זקוקה לו מעת לעת כדי להמשיך לחשוב ולכתוב.

תודה אין סופית לאבי ולאימי שמקבלים באהבה כבר שנים ארוכות את הרפתקאותיי האקדמיות בלי להטיל ספק בערכן - אף שלא תמיד אפשר לראותו מיד (אם בכלל). תודה לסבתי, אושי רוזנברג, על מבטה האופטימי מלא התבונה והחן על החיים, פרספקטיבה איתנה שעומדת גם במבחן השנתיים האחרונות של הפרידה מסבא פרץ. פרספקטיבה זו מהווה לי מגדלור במפגש עם החומרים המורכבים של טיפול בפגיעה מינית. תודה גדולה לאחותי שלומית הברון ולאחי עומר הברון על האפשרות לצחוק על הכול, על תמיכתם ועל החברות לאורך השנים של כתיבת הספר, ובכלל, שלא תסולא בפז. תודה לנדב רותם ולשני לביא על היותכם, על הנדיבות המאפשרת לחברות זו בין האחים להתקיים ועל הרחבת המשפחה שלנו באופן שחילץ לא פעם מן השגרה האפורה של הכתיבה.

תודה למלווים אותי בדרכי המקצועית שהיא אישית ביותר: לכל מטופלותיי ומטופליי שהם המורים הגדולים ביותר שלי. לרותי. לעמיתותיי ולמנהליי במכללה האקדמית ע"ש דוד ילין, על הבית האקדמי שנתן לי שוב ושוב מקום לדיאלוג בין חומרי הספר לבין השטח. תודה למורי ולחבריי ב"רוח אדם", ביתי החדש, על הרחבת הרשות לדבר חמלה, רוח ונדיבות במסגרת חיי המקצועיים, רשות שחלחלה לשמחתי גם לכתיבת הספר. לשלומית הבר-מושיב, מורת זו שנים ארוכות, המחזיקה עימי לא פחות מן המורכבות והקושי גם את התקווה שטמונה בתהליך הפסיכואנליטי. למתי, שמבטו האוהב והחכם ידע מי אוכל להיות עוד לפני שאני-עצמי הבנתי, ושמתוך מפגשנו ארוך השנים למדתי שאני יודעת לשיר.

תודה לילדיי המופלאים מתן, איילת ואורי. אתם מאירים את ימי ונותנים משמעות לכול.

מעל לכול, תודה לעידו, אוהב ליבי וחברי. מי ידע שיש כזה טוב.

תוכן העניינים

9.....	מבוא
19.....	פרק ראשון: מדוע אי אפשר לדבר על גילוי עריות?
20.....	הטאבו גילוי עריות
21.....	הטאבו גילוי עריות כערש התרבות - פרויד
23.....	בין הטאבו לשפה - לאקאן
26.....	התפקוד בפועל של השפה - בליג
30.....	מעמדו הלשוני של גילוי עריות
פרק שני: העצמי הכוזב והדיאלוג הכוזב - החיים הלשוניים של	
35.....	נפגעות גילוי עריות
35.....	משמעות הדרת הפגיעה המינית מהדיאלוג החברתי עבור הנפגעת
הבניית "העצמי הכוזב" דרך דיבור ב"דיאלוג כוזב" במסגרת	
36.....	הסדר חברתי
38.....	תסמינים של פגיעה מינית כפגיעה בקול וביכולת הדיאלוגית
40.....	1. ניסיונות להשתייך לדיאלוג החברתי
44.....	2. ניסיונות להימנע מן הדיאלוג החברתי
48.....	3. ניסיונות לדבר באופן אותנטי בדיאלוג החברתי
49.....	4. השתתפות בדיאלוג החברתי באופנים שונים
52.....	בחיפוש אינטואיטיבי אחר שפה אחרת
פרק שלישי: הפוטנציאל התרפויטי של הספרות בטיפול ביבליותרפי	
61.....	בנפגעות גילוי עריות
61.....	מאפייני הטיפול הביבליותרפי והתאמתו לטיפול בגילוי עריות
הביבליותרפיה מזמנת מפגש עם שרידי העצמי שנשתמרו	
62.....	על אף הפגיעה
68.....	הביבליותרפיה מאפשרת "התנעה מחדש" של העצמי והרחבתו
הביבליותרפיה מאפשרת עיבוד של תסמינים מרכזיים שהופיעו	
70.....	בעקבות הפגיעה

79.....	עם הפנים להחלמה: דיבור מחוץ לשדה הקרב.....
82.....	הביבליותרפיה כמענה לצורך במגע עם החברתי-ציבורי לשם שיקום.....
82.....	"העברה ספרותית" כאמצעי לשינוי פסיכולוגי ותרבותי.....
84.....	מגע עם טקסט המאפשר רב-דיבוריות בחדר הטיפולים.....
89.....	פרק רביעי: תיאור מקרה.....
90.....	רקע.....
91.....	על העיוורון: הכרה בתשתית האידיאולוגית של המציאות החברתית.....
	יכולתי לגמגם: הקושי להשתתף בדיאלוג החברתי, השפעתו על הזהות
94.....	וביטוי ביחסי ההעברה הנגדית של קורבן ותוקפן.....
96.....	לומר זאת אחרת: הטקסט המציל מאפשר דיאלוג על הפגיעה.....
	"אז מי אני? צעק מיץ פטל": שימוש בביבליותרפיה כמעוררת מפגש
101.....	עם זיכרון לא מודע/סמוך למודע שהושתק בעקבות הפגיעה.....
101.....	הטקסט המפתה.....
	מילים (של אחרים) כדי לומר זאת: טקסט כמאפשר הדרת האמת
104.....	ההיסטורית וחשיבותה.....
108.....	מישהו אחר שר מגרונך: הטקסטים המייצרים רב-דיבוריות בחדר.....
	הדיאלוג דרך כתיבה שאינו מוגבל על ידי אשמה ובושה, והפצעת
109.....	העצמי.....
	סיום הטיפול: רחלי מספרת להורים - מפגש ממשי עם קולות
110.....	חברתיים שונים אשר תיקף את הפגיעה.....
112.....	סיכום.....
117.....	אחרית דבר.....
127.....	רשימת מקורות.....
135.....	תקציר באנגלית.....

לומר זאת אחרת / נתן זך

שירה מבררת דברים מבררים, בזהירות היא בוחרת
דברים נבחרים, היא מסדרת
להפליא דברים מסדרים. לומר זאת אחרת
קשה, אם לא בלתי-אפשרי.

שירה היא כחוש. בנקל היא נשברת
תחת משאם של שירים. בידי משורר היא משוררת. בידי אחרים
היא אפלו לא משוררת, היא בלתי-אפשרית.

"לומר זאת אחרת" (זך, 1966, עמ' 77)



מבוא

שִׁירָה מְבֻרָחַת דְּבָרִים מְבֻרָחִים, בְּזֵהִירוֹת הַיָּא בּוֹחֶרֶת
 דְּבָרִים נְבָחָרִים, הַיָּא מְסַדֶּרֶת
 לְהַפְלִיא דְּבָרִים מְסַדְרִים. לּוֹמֵר זֹאת אַחֶרֶת
 קֶשֶׁה, אִם לֹא בְּלִתִּי אֶפְשָׁרִי.

מתוך השיר "לומר זאת אחרת" (זך, 1966, עמ' 77)

ספר זה נולד בחדר הטיפולים. במסגרת עבודתי כביבליותרפיסטית וכפסיכותרפיסטית המטפלת בנשים¹ נפגעות גילוי עריות,² נתקלתי לא אחת בתופעה של קושי ממשי של מטופלות לדבר, שבא לידי ביטוי בדקות ארוכות של שתיקה ובאמירות כמו: "אי-אפשר להגיד את זה", "שוב יצאתי מהפגישה בהרגשה שלא אמרתי את מה שרציתי". אלה הן דוגמאות מייצגות של תופעה רחבה שמכירים כל מטפלת ומטפל בנפגעות גילוי עריות. רשות הדיבור היא נושא מורכב. אומנם, שתיקות וקושי לדבר הם חלק בלתי נפרד מתהליך טיפולי באשר הוא. אולם קושי זה מאפיין מאוד את אוכלוסיית המטופלות והמטופלים שנפגעו בעבר מגילוי עריות, ואין זה מקרי.

זווית ההתבוננות של ספר זה היא לשונית: אנו מתקיימים בעולם לשוני, עולם של שפה. שפה זו נושאת מטען אידיאולוגי. מנקודת המבט הלשונית, השפה איננה רק כלי לתקשורת. היא גם - ואולי בעיקר - צורה של פעילות חברתית מרכזית, המהווה תשתית להתהוותנו כפרטים בתוך חברה ולקיומנו בתוך הסדר החברתי. דרך השפה ובתוכה, וליתר דיוק דרך השתתפות בדיאלוג הלשוני, אנו גדלים, מתפתחים ומעצבים את אישיותנו ואת זהותנו. להיות חלק מהמין האנושי משמעו לדבר.

1 גם גברים נפגעים מינית בילדותם, וכל האמור בספר חל גם עליהם. מכיוון שרוב הנפגעות הן נשים ורוב הפוגעים גברים, אני משתמשת בדרך כלל בלשון נקבה לנפגעות/שורדות ובלשון זכר לפוגעים. לעיתים בחרתי להתייחס במפורש לשני המגדרים. אשר למטפל/ת - בחרתי להשתמש לסירוגין בלשון נקבה ובלשון זכר.

2 אני מתייחסת לגילוי עריות, אך הדברים נכונים למעשה גם לפגיעה מינית בילדות שאינה מוגדרת גילוי עריות על פי חוק.

גילוי עריות הוא טאבו תרבותי מרכזי, אולי הדומיננטי ביותר בתרבות המערבית. אולם הטאבו הוא כפול: האיסור אינו רק על המעשה, אלא גם על הדיבור-על-המעשה. דיבור זה הוא מוקצה, ואין לו מקום בסדר החברתי-לשוני. הדיבור הכרחי כמובן על מנת לקיים טיפול, והטאבו המגביל דיבור-על-גילוי-עריות מחלחל גם למסגרת השיח, או היעדרו, בתוך חדר הטיפול. במיטבו, טיפול משמעותי יאפשר שיקום של הזהות, או "התנעה" מחדש של התפתחות העצמי שנפגע והתעכב בשל הפגיעה. לשם כך על טיפול כזה לכלול אפשרות לדיבור - אותו דיבור שהוא טאבו, איסור. זהו מעגל פרדוקסלי המייצר קושי מרכזי בטיפול בנפגעות גילוי עריות: מחד גיסא, פעולת הדיבור - על הפגיעה ובכלל - כלומר הכלי שבאמצעותו מתקיים הטיפול, לעיתים אינו זמין עבור האישה השורדת. מאידך גיסא, היא זקוקה לטיפול זה על מנת להחזיר לעצמה את המילים וכדי להמשיך במלאכת בניית הזהות ששובשה בשל הפגיעה. תהליך מרכזי בטיפול ובשיקום יהיה אפוא מציאת שפה כלשהי לדבר בה בטיפול ולאחר מכן גם מחוצה לו.

בעת החיפוש המשותף של מטופלותי ושלי אחר שפה לדבר בה למרות הקושי, החלה להסתמן תופעה בולטת נוספת: רבות מאוד ממי שנפגעו מינית בעבר נהגו לכתוב בעת שנפגעו טקסטים שנסבים על הפגיעה והשלכותיה. הן המשיכו לכתוב גם בבגרותן, כשכבר לא נפגעו עוד. חלקן כתבו יומן, אחרות כתבו מכתבים שלא נשלחו מעולם, חלק - בעיקר נשים צעירות יותר - כתבו בלוגים, ולעיתים אף פרסמו ספרים. כתיבה זו מנהלת דיאלוג עם הביבליותרפיה המניחה כי למגע עם טקסט, בכתיבה או בקריאה ובתיווך של מטפל ביבליותרפיסט, יש פוטנציאל תרפויטי. הביבליותרפיה מתייחסת לטקסט כאל "קול שלישי", עצמאי, המשתתף בדיאלוג הטיפולי (ראו צורן, 2000). לכאורה, ברור שדווקא אני, ביבליותרפיסטית, אפגוש מטופלים שנוהגים לכתוב ושפונים לטיפול ביבליותרפי, מפני שכלי זה זמין ונוח להם. אולם במסגרת עיסוקי המקצועיים כפסיכותרפיסטית - מנחת קבוצות ומטפלת במסגרות שונות שאינן ביבליותרפיות - פגשתי נפגעות גילוי עריות שלא ביקשו להגיע דווקא לטיפול ביבליותרפי, ובכל זאת הכתיבה שירתה אותן היטב ובאופן ייחודי לאורך השנים. ממפגשים רבים עם נשים וגם מהחלפת רשמים עם מטפלים מדיסציפלינות שונות העובדים עם נפגעי גילוי עריות - פסיכולוגים, עובדים סוציאליים קליניים, פסיכיאטרים, מטפלים בהבעה וביצירה - התקבל הרושם כי מדובר באוכלוסייה שנוהגת לכתוב על אודות הטראומה.

הקושי של נפגעות ושורדות לדבר בטיפול ומחוץ לו מחד גיסא, ופנייתן האינטואיטיבית אל הכתיבה מאידך גיסא, סימנו עבורי מענה אפשרי לקושי הלשוני. בספר עדות מתייחסים שושנה פלמן ודורי לאוב (2008) למה שהם מכנים "חוק השתיקה" ששרר סביב טראומת השואה, שהיא סוד תרבותי מוכחש באופן קולקטיבי - דרך "קאנוניזציה תרבותית", ואישי - ב"התנגדות פסיכולוגית". לדידם, האומנות היא מענה לשתיקה זו: "[הסרט 'שואה'] מבקש לבטל את חוק השתיקה, להסיר את מעטה הקדושה מעל העד ובתוך כך לחלן את העדות, להביא לשחרור העדות מכבלי הסוד... האומנות הצליחה אפוא להציל ולאשש את כוחו של הקול האנושי לשדר ולהעביר מסר לאחר אובדן הקול בהיסטוריה" (פלמן ולאוב, 2008, עמ' 17-18). בפרפראזה על הדברים האלה, ומתוך ההתבוננות בשימוש התכוף של נפגעות בשפה פואטית, עלה בדעתי כי ייתכן שזאת השפה המסמנת פוטנציאל לחזרת קולו של הטאבו התרבותי, של המוכחש קולקטיבית ואישית. כך אולי יוסר חוק השתיקה, ונפגעות יוכלו להשתחרר מכבלי הסוד. ייתכן כי ניתן לדבר על גילוי עריות בשפת הספרות.

בספר זה מתוארים יחסי הגומלין בין ארבעה מרכיבים: (1) קיומה של פגיעה מינית בילדות; (2) חוסר האפשרות לדבר עליה ולתת לה ביטוי בתוך מסגרת הסדר החברתי ובכלל זה בתוך הטיפול הפסיכודינמי; (3) השברים בבניית הזהות, בהתפתחות העצמי, אשר מתרחשים בעקבות גילוי עריות ובעקבות האיסור לדבר עליו; (4) הפוטנציאל של הספרות, קול שלישי אומנותי - כפי שנעשה בו שימוש במסגרת הטיפול הביבליותרפי - בשיקום ובעידוד תהליכי החלמה של נפגעות גילוי עריות. אבחן את שפת הספרות המשמשת בטיפול הביבליותרפי, כבעלת פוטנציאל תרפויטי ייחודי עבור נפגעות גילוי עריות. זאת מתוך נקודת המוצא המניחה שהתשתית שבה מתקיימת הפגיעה וכן התסמינים והנזקים שמהם סובלות נפגעות גילוי עריות הם תוצאה של קונפליקט לשוני שהנפגעות נתונות בו, קונפליקט האוסר ייצוג לשוני של הטאבו.

הספר מבקש להצטרף לתאוריה רבת ערך ומוכרת שנכתבה, וממשיכה להיכתב גם היום, בתחום הטיפול בפגיעה מינית. וכדי לסבר את האוזן, רק בישראל נכתבות בשנים הארוכות תאוריה שממשיכה ומבססת את הבנת הטראומה באופן כללי (ראו למשל אמיר, 2019; להב וסלומון, 2019) ותאוריה שמתבוננת לעומק בגילוי עריות באופן ספציפי (למשל אשל וזליגמן, 2017). ספר זה מתבונן מזווית אחרת על מקור הנזקים של פגיעה מינית. הוא מציע, למעשה, אטיולוגיה נוספת - מנקודת מבט לשונית - של הפגיעה, נזקיה ודרכי ההחלמה ממנה. הספר גם

מצרף את קולו אל הקורפוס ההולך ונבנה של התאוריה של הביבליותרפיה בכלל. התחום הוא צעיר יחסית, ומדף הספרים הולך ומתמלא עם הזמן. ממילא הכתיבה ההגותית-תאורטית שהיא ספציפית בנושא טיפול ביבליותרפי בפגיעה מינית מועטה אף יותר, כפי שיפורט בעמודים הבאים, שבהם אתחקה מעט אחר הכתיבה המקצועית בתחום.

בספרות המחקרית העולמית המונח "ביבליותרפיה" מכוון לפרקטיקות שונות (Gladding & Gladding, 1991). לעיתים נעשה שימוש במושגים מקבילים כגון "שירה-תרפיה" או "טיפול בקריאה". אלה נבדלים זו מזו באוכלוסיית היעד, במטפל/מנחה ובמטרות האינטראקציה (Rubin, 1979). לעיתים מפרשים את המונח "ביבליותרפיה" כמסמן קריאה בספרי עזרה עצמית או קריאה לצורכי רגיעה ומנוחה של הנפש (McCulliss, 2012). פעמים אחרות הוא מכוון לקריאה מתווכת של איש מקצוע לצרכים חינוכיים או לצורכי תמיכה בטיפול רפואי. יש הרואים בביבליותרפיה חלק מפרוטוקול של טיפול קוגניטיבי, ולעיתים הכוונה היא למגע תרפויטי עם טקסט במסגרת של טיפול המבוסס על עקרונות פסיכותרפיים-דינמיים (McKenna, Hevey, & Martin, 2010). חלק מהסיבה למיעוט ההתייחסות הכתובה לתחום נוגע להגדרות השונות הללו - הרבה פעמים מי שכותב מתייחס לפרקטיקה שאינה רלוונטית לקוראים רבים בגלל ההגדרה הדיפוזית והלא-אחידה.

חלוקה כללית מקובלת שמנסה "לעשות סדר" בים ההגדרות, ממפה את התחום לשלוש קטגוריות (כהן, 1990): האחת, **ביבליותרפיה התפתחותית**, הנעזרת בתהליכי קריאה וכתיבה מתווכים לשם עבודה עם ילדים ומתבגרים בריאים, כליווי לתהליכים התפתחותיים או למשברים. מורים וגננות משתמשים בסוג זה של ביבליותרפיה. השנייה, **ביבליותרפיה קלינית**, המתייחסת לטיפול פרטני או קבוצתי הנשען על עקרונות דינמיים ומיועד לאנשים עם בעיות רגשיות שונות. השלישית היא **ביבליותרפיה מוסדית**, שהיא למעשה טיפול ביבליותרפי קליני במסגרת מוסדות לבריאות נפש, בתי חולים, בתי כלא ומוסדות אחרים, המתקיים כחלק ממערך טיפול רב-מקצועי. אחת התאורטיקניות החשובות בתחום הטיפול הביבליותרפי הקליני-דינמי - סוג הטיפול שספר זה מתמקד בו - היא רחל צורן, המגדירה את הביבליותרפיה כ"אחת מן התרפיות באומנות... נעשה [בה] שימוש בקריאה של טקסט ותגובה אליו בכתב או בעל-פה, ובכתיבה, לצרכים תרפויטיים. הקול השלישי הוא קולו של הטקסט הספרותי, קול אוטונומי המצטרף אל קולם של המטפל והמטופל בתהליך הטיפול ונושא עמו

איכויות תרפויטיות משל עצמו" (צורן, 2000, עמ' 9). לפי צורן, שלושה גורמים משתתפים בטיפול הביבליותרפי: מטופל, טקסט ספרותי ואיש מקצוע המתווך את התהליך הטיפולי, שנשען על עקרונות תאורטיים וקליניים פסיכו-דינמיים. אף על פי שההתעניינות בפגיעה מינית, תסמיניה ונזקיה גדלה והולכת, קיימת כתיבה מועטה יחסית על הנושא הספציפי של טיפול ביבליותרפי בפגיעה מינית. המבט התאורטי מתמקד הרבה פעמים בטיפול במתבגרים ובילדים, ואינו מרבה לעסוק במבוגרים (Bowman & Halfcare, 1994). הוא נוטה להיות תיאורי ו"שימושי" תוך שהוא מגדיר קורפוס של טקסטים המתאימים לעבודה עם נפגעי אלימות מינית ועוסק פחות בניסוח תשתית תאורטית המגדירה את היחסים בין הטיפול הביבליותרפי לפגיעה המינית. כך למשל, במאמר בעל זווית חינוכית בוחנים פרג וקני (Pregg & Kenny, 1999) את האפשרות להציע קריאה מתווכת או בלתי מתווכת בטיפול ובכיתת הלימוד בארבעה רומנים לבני הנעורים, לשם התמודדות עם אונס של נערות מתבגרות. חלק מהעיסוק המחקרי הוא אמפירי, מתמקד במדידת היעילות של הטיפול הביבליותרפי בנפגעות, אך נוטה פחות לחשיבה תאורטית הגותית. כאלה למשל הם מאמרם של ייטר, נאגל, או'דונהיו וברדלי (Yeater, Naugle, O'Donohue, & Bradley, 2004) וכן ספרה המקיף של שכטמן (Shechtman, 2009), העוסק בילדים ובמתבגרים אלימים שאינם בהכרח נפגעי אלימות מינית.

המחקרים שהתייחסו בכל זאת להתאמה הייחודית של טיפולים בהבעה וביצירה לנפגעי גילוי עריות מדגישים בעיקר את היתרונות של הביבליותרפיה כמאפשרת התחלה של טיפול, ופחות את מהלך הטיפול השוטף. כותבים אחרים מדגישים את העמדה הרגשית של אלה המגיעים לטיפול בעקבות הפגיעה (למשל Rastatter, 2015; Hiney, 2001; Gray, 2010; Brooke, 2007). מאמרים אלה מוקדשים לקושי של נפגעות להתחיל בטיפול מתוך תפיסתן את הטיפול ה"מסורתי" כמאיים (Naitove, 1982). תפיסה זו מגיבה ליחסי הכוחות בטיפול, העלולים לשחזר את הפגיעה המבטאת יחסי כוח לא שוויוניים בעלי פוטנציאל פוגעני. בנוסף לכך, יחסים תרפויטיים קשים למתבגרים שעברו התעללות מינית, בשל התנסותם הקודמת באלימות ובדחייה (Green, 1978). הספרות המחקרית עוסקת גם בכך שהציפייה בטיפול המסורתי לדיבור ישיר על מה שמעורר בושה, אשמה ושחל עליו טאבו לשוני, מקשה על נפגעים להשתמש בטיפול מסוג זה. טיפול "מסורתי פחות", כמו הטיפול בהבעה וביצירה, יכול לענות על קשיים אלה. טיפול כזה במתבגרים שעברו פגיעה מינית עונה גם על הסכנה שבהצפה רגשית. הוא מתאים לאוכלוסייה זו הנותנת אמון מועט במבוגרים ובעלת סבלנות

מועטה לדיבור (DeMaria, 1991). למרות תרומתם, המאמרים הללו בוחנים פחות את האינטראקציה המדוקדקת בין המטופלות שעברו פגיעה לבין הטקסט ואת התיווך של המטפלת בפעולה זו.

דרך מקובלת לדון בטיפול בהבעה ויצירה בנפגעי גילוי עריות היא באמצעות הצגות מקרה. ראויים לציון שני מאמרים של גוסטבסון וצ'סטנט מתוך קובץ מאמרים על מיניות, ובכלל זה גם על פגיעה מינית (Chestnut, 2013; Gustavson, 2013). לוטון ואדוארדס (1999) מתייחסים לביבליותרפיה כאל דיסציפלינה ספציפית בתוך תחום הטיפול בהבעה וביצירה. דרך תיאורי מקרה הם מדגימים טיפול באמצעות סיפורים בילדים שעברו התעללות, ובכלל זה התעללות מינית. גם מאזה, מאגאז וסקאטורו (Mazza, Magaz, & Scaturro, 1987) דנים בטיפול פרטני וקבוצתי בילדים שעברו פגיעה מינית ומראים כי "שימוש דיפרנציאלי בשירה... הצטייר כטכניקה תומכת-אגו, אשר מתווך את הביטוי העצמי ומעניק תחושה של תיקוף ושליטה" (עמ' 91). ג'ונסן ופורסטר (2004) מרחיבים מעט את היריעה ומלווים את הדוגמאות הקליניות בדיון תאורטי על התהליך היצירתי כאמצעי להתמודדות עם הפגיעה. בהקשר הישראלי, ליאורה זומר (2004) מתארת טיפול בנפגעת גילוי עריות באמצעות אומנות פלסטית. גילה שקד (שקד וצורן, 2005) מתארת טיפול ביבליותרפי נוגע ללב בילדה החיה במציאות משפחתית של גילוי עריות. מיכל מור (2002) כותבת במפורש על ההתאמה הייחודית של טיפול באמצעות סיפורי אגדה לילדים נפגעי גילוי עריות.

בעוד תיאורי המקרה שנזכרו אינם מתייחסים במפורש לפגיעה בשפה, חלק אחר מן התאוריה הרלוונטית אומנם אינו נוגע ישירות לביבליותרפיה, אך מכיר בחשיבותו של נרטיב לשם החלמה מגילוי עריות. גישה זו מזהה צורך בבניית הנרטיב של חוויית הפגיעה ואריגתה בתוך מרקם החיים כאמצעי להתמודדות עם הטראומה. דגש מושם על בניית הסיפור בטיפול מצד אחד, ועל חשיבות העדות לסיפור זה מצד אחר, בהיותו למעשה "אירוע-ללא-עד". זוהי טראומה שמבחינה פסיכולוגית מכחידה את העדים לה, כהגדרתם של פלמן ולאוב (2008), וכפי שמציינת זליגמן (2004) המחילה את המושג "אירוע ללא עד" על טראומה של פגיעה מינית. דשא (2017) אומרת כי "התמוטטות העדות מתרחשת בגילוי עריות בהיעדר עד חיצוני, ובמקביל - בהיעדר ייצוג פנימי של הורה מיטיב, וכך הילדה אינה יכולה לתת מילים ולעבד את החוויה" (עמ' 72). הורביץ (Horvitz, 2000) מדגימה שימושים באומנות, ובעיקר באומנות הסיפור הנרטיבי, כאמצעי או כשיטה לעיבוד ולהחלמה מטראומה. היא מבקשת להבין כיצד זיכרונות טראומטיים אצורים באומנות ועוברים טרנספורמציה "לתוך"

אומנות זו ובעזרתה, בלי לייצר דיכוי חוזר. תוך קריאה של טקסטים והקבלתם לתהליך הפסיכואנליטי טוענת הורביץ כי כל טקסט מתפקד למעשה כמטפל. המבנה הרטורי, או המטפל, מספק לדמות, או למטופל, מסגרת שבתוכה זיכרונות מודחקים יכולים לצוץ לתוך התודעה. המטופל מגלה כי סימפטומים נעלמים כאשר זיכרונות מודחקים ורגשות שמלווים אותם מכונים בשם ומומללים.

גם פלמן ולאוב (2008) מתייחסים לשפה היצירתית כאל האפשרות היחידה למעשה של עדות לאירוע-ללא-עד. מנקודת מבט זו, הספרות התאורטית שנשענת על בניית נרטיב כאמצעי החלמה רואה בסיפורים דרך שמאפשרת לעבד חוויות: "כל אחד מאיתנו מבקש לספק לחוויות שלנו, שהן לעיתים מבלבלות ולא מאורגנות, סדר וקוהרנטיות על ידי ארגון האפיזודות של חיינו לתוך סיפורים" (McAdams, 1993, p. 97). סיפורי החיים משרתים מספר מטרות: הם משמשים כהיסטוריה של העצמי ומספקים הסבר לאופן שבו העבר הפך להיות ההווה. סיפורי החיים מהווים מאגר נתונים אישיים המשרתים תמיכה בדימוי העצמי. עבור אדם שנושא עימו זיכרון של התעללות מינית בילדות, סיפור החיים יכול לספר על עבר רע המוליד הווה טוב, או על עבר רע המוליד הווה רע. העלילה האחרונה נבחרת על ידי אדם שמרגיש חסר ישע וחסר כוחות - קורבן, בעוד העלילה הראשונה נבחרת על ידי אדם שמצליח למצוא כוח בהשרדות. סיפור החיים של אדם הוא, אם כן, הסיפור שהפרט מספר לעצמו ולאחרים כאמצעי להגדיר את זהותו. כאשר המטפל משמש בתפקיד של מעין עורך או סופר-משנה, יחד עם המספר/המטופל, סיפור החיים יכול להיות כלי בעל עוצמה יוצאת דופן לתיווך ולהנחיה של גדילה והתפתחות אישית.

תרומה רלוונטית למחקר, גם אם אינה מתייחסת ישירות לביבליותרפיה, היא של ג'ניס גסקר המתארת כיצד תהליכי כתיבה וקריאה יכולים לסייע בתהליכי שיקום מגילוי עריות (Gasker, 1999). לטענתה, הדבר הנחוץ ביותר לשם החלמה הוא תיקוף של עצם התקיימות הפגיעה והכרה בנזקה. גסקר מגדירה באופן יפהפה את המושג "תיקוף" כהכרתו של אדם בכך שתגובתו לאירוע בחייו נרשמה והדהדה אצל אדם אחר. תיקוף זה חשוב במיוחד לאנשים הנושאים עימם זיכרונות של פגיעה מינית בילדות, וזאת מכמה סיבות: ראשית, מי שזוכרים פגיעה מינית בילדות בדרך כלל מדווחים שאין להם "אחר" שהם סומכים עליו בחייהם, בשל פגיעה אנושה בכל מעגלי האמון ושמירה של סוד ארוך שנים. התיקוף הכרחי לשם יצירה של יחסים בין-אישיים תקינים. שנית, בשל שחזור של יחסים מוקדמים, מי שעברו פגיעה עשויים לייצר לעצמם "אחרים" משמעותיים

אשר דווקא יערערו על התוקף של סיפור הפגיעה, תוך יצירת טראומה נוספת. ההתגלות של סיפור הפגיעה, או "רגע המפנה" כפי שהיא מכנה אותו, אינם יכולים להיות מתועלים לתוך סיפור החיים בלא תיקוף זה. גסקר מנתחת את תהליך הכללת הטראומה לתוך סיפור החיים הפונקציונלי וטוענת כי ראשיתו בזיהוי אירוע כלשהו על ידי המספר כאירוע של תובנה או נקודת מפנה בסיפור החיים. ברגע שאירוע מכאיב מזוהה כמשמעותי, הוא "דוחף את עצמו" לתודעה של המספר ודורש - בדרגות שונות של דחיפות - אינטראקציה חברתית כלשהי שעשויה להוביל לתיקוף. תחושה זו של דחיפות נובעת מכך שהאירוע הוא ב"דיס-אינטגרציה"³, כלומר אינו שייך לרצף של סיפור החיים (Gasker, 1999). הזיכרון של האדם מבקש להשתמש באפשרות החברתית, באינטראקציה עם אחר שניתן לבטוח בו, כדי לזכות בהכרה בתפיסת האירוע כנקודת מפנה או כתובנה. זוהי אבן פינה בתהליך של שילוב הזיכרון-מחדש לתוך סיפור החיים הפונקציונלי. היעדר תיקוף מוליד לולאה אין סופית של דיס-אינטגרציה שבה סיפור החיים לעולם אינו מגיע לאינטגרציה ולהתרה.

על סמך סקירה של המחקר הקיים וניתוח ראיונות עם אנשים שעברו התעללות מינית בילדות, גסקר מפרטת תהליך של תיקוף משמעותי, העושה שימוש למעשה בכלים ביבליותרפיים: הנחות היסוד של תהליך זה הן בראש וראשונה כי המטופל נתפס בתהליך זה כמספר, כמחבר, כבעלים של סיפור החיים המסופר. בנוסף לכך היא מניחה כי לתפיסה של המספר יש תוקף והיא הנכונה. כמו כן, המספר חופשי לבחור אילו פרטים לכלול ואילו להשמיט. לבסוף, המטופל/המספר מגדיר את הזהות של העצמי בסיפור החיים שהוא כותב או מספר. גסקר טוענת כי על מנת שפעולת התיקוף במסגרת של טיפול תהיה מוצלחת, עליה לכלול בין היתר כתיבה וקריאה, דהיינו מגע עם טקסט מהסוג שמתרחש בפועל בטיפול הביבליותרפי. תיקוף יכול להסתייע באופנים שונים של כתיבה - מכתבים שתומכים בסיפור החיים המתגבש, כאלה המבקשים הכרה ותוקף או יומנים פרטיים. נשים רבות מרגישות שניתן לספר בכתיבה מה שקשה לומר במילים. לעיתים כתיבה כאמצעי לתיקוף יכולה להתרחש במקביל לטיפול, למשל דרך כתיבת מכתבים או דואר אלקטרוני במקביל לשיחות תרפויטיות.

3 דייויס ופראולי (Davis & Frawley, 1994) רואות בחוסר האינטגרציה של האירוע הטראומטי אבן יסוד להבנתו. לטענתן, ובהתבסס על הגדרתו של פייר ז'אנה, כאשר אירוע נחוה כביזרי, מחריד או מעורר תגובת-יתר, הוא מפוצל מן התודעה למערכת נפרדת שאינה נתונה למגע עם שאר החוויה של האדם.

גם בכתיבה של סיפורי חיים שהמחבר אינו מצפה שייקראו בעתיד, ניתן לייצר תיקוף לסיפור. ב"רוח ביבליותרפית" זו גסקר ממשיכה וטוענת כי פעולת התיקוף יכולה לכלול גם קריאת חוויות של אחרים - קריאה של סיפורי חיים שהתפרסמו, ביוגרפיות, מכתבים ממטפלים למטופלים - וזאת במקביל לטיפול הפרטני. קריאות אלה יכולות לעזור למטופל לתת שם לקשייו, למקם אותם מחוץ לעצמי ולסייע לו לקבל אחריות של סופר או של מחבר לסיפור החיים שלו.

גסקר מצביעה אפוא על האופן שבו אפשר להשתמש בנרטיב באופנים שונים על מנת לתת תוקף ואף "סגירה" - חוויה אסופה יותר - לסיפור הפגיעה המינית בילדות. התהליך שכולל ביטוי של הסיפור מצד אחד והקשבה לו מצד אחר הוא תחילת השיקום, שכן ברגע שהטראומה מסופרת, וגם נשמעת, היא הופכת לאמיתית עבור הנפגעת וסביבתה. בהמשך, על הסיפור להיארג לתוך העצמי שהוא, בתורו, תוצר של סיפור חיים רחב יותר אשר הפגיעה היא רק חלק ממנו.

בספר זה אפרוש את הסיבות לתרפויטיות הייחודית של הטקסט הספרותי במסגרת הטיפול הביבליותרפי עבור נפגעות גילוי עריות. הפרק הראשון יתבונן בגילוי עריות מנקודת מבט לשונית. זהו הפרק התאורטי ביותר, המציג לקוראים את התשתית המחקרית שספר זה נסמך עליה - החל בפרויד, לאקאן וקריסטבה, ועד מיכאל ביליג, פסיכולוג דיסקורסיבי שמציע נקודת מבט מרתקת המרכזית לספר זה. הפרק השני מהווה קריאה מחודשת של התסמינים השונים שנפגעות גילוי עריות סובלות מהם, וזאת מתוך עמידה על התשתית הלשונית שבבסיס הפגיעה מנקודת המבט של שפה, קול ודיאלוג. באמצעות דוגמאות קצרות מחדר הטיפולים נתבונן בתסמינים המאפיינים פגיעה מינית בילדות כנובעים מהפגיעה ביכולת הדיאלוגית של הנפגעות. פגיעה זו מייצרת בהכרח "דיאלוג כוזב" בין הנפגעת לסביבתה בנוגע לגילוי העריות, על משקל המושג "עצמי כוזב" שניסח ויניקוט (1995). על פי הבנה זו, התסמינים השונים מבטאים את הפגיעה במיומנות הדיאלוגית. הפרק השלישי דן בפוטנציאל של הביבליותרפיה - שבמרכזה דיאלוג עם טקסט ספרותי - לשם טיפול בנפגעות גילוי עריות. הוא מתבונן בטיפול זה המעמיד במרכזו את השפה, ובאופן שבו טיפול זה עונה על צורכי הנפגעות ששפתן נפגעה. בפרק הרביעי והאחרון מוצג תיאור מקרה של טיפול ביבליותרפי בנפגעת גילוי עריות אשר דרכו ניתן לתרגם את הדיון התאורטי להבנה מעשית.

הספר פונה לקהל יעד מגוון. מטפלות ומטפלים מדיסציפלינות שונות הנתקלים בשתיקה הייחודית לנפגעי גילוי עריות יוכלו - כך אני מקווה - להיעזר

בו כדי לגבש הבנה נוספת על שתיקה זו ועל מקורה. מתוך כך תיווצרנה אולי אפשרויות נוספות לפירוש ולדיאלוג עם המטופלים, גם כאשר השתיקה היא מאפיין מרכזי של דיאלוג זה. נפגעות ונפגעים יוכלו להיעזר בהמשגה שמציע הספר לחוויות מוכרות היטב בתחום השפה והשיח על פגיעתם שלהם, תוך חידוד הקשר בין הקליני-סימפטומטי לבין החברתי-תרבותי. אנשי חינוך יוכלו להסתייע בספר על מנת להבין לעומק את מקומה הנפקד של פגיעה מינית בתוך מערכת החינוך, ומתוך כך גם להרחיב את האפשרות של נפגעות ונפגעים לספר את סיפוריהם בתוך מערכת זו. הקהל הרחב, בלתי מקצועי או בלתי מעורב ישירות, יוכל גם הוא להרחיב את הבנתו בנוגע לתשתית החברתית-אידיאולוגית של פגיעה מינית, לעולם המושגים שלה, לפרקטיקה ולטיפול בה. מלבד נקודת המבט הנוספת על המקור החברתי-קליני של גילוי עריות ונזקיה של פגיעה זו, הספר מאיר את הפוטנציאל התרפויטי של שפת הספרות עבור נפגעות ונפגעים בהקשר של טיפול פסיכודינמי בכלל וביבליותרפי בפרט. אני מקווה שהספר יתווך לקוראים את ייחודיותה של הביבליותרפיה בטיפול בנפגעות גילוי עריות בפרט וביכולתה לאפשר למטופלות ולמטופלים "לומר זאת אחרת".