

פגיעה מינית בילדים ונוער

כאשר רוב האנשים רואים מה קורה בבתים שלהם, כמה דאגה, חוס והשקעה יש בילדים שלנו, בנכדים שלנו ובאיזה עדינות והתחשבות אנו מתייחסים לכל צעד וצעד שלהם בחיים, קשה להאמין שמתקיים בקרבנו עולם אחר. עולם של יצרים אפלים, של רוע ושל אנוכיות מוחלטת וילדנו ונערנו חשופים לעולם הזה במקביל לעולם האהבה והדאגה שמתקיים בבתיים.

הילדים והנערים של היום חיים בעולמות מפוצלים, העולמות העליונים של השכלה, של סקרנות, של דאגה לזולת ולסביבה, של שירה ושל שמחה מחד גיסא, אך מאידך עולמות מקבילים של חשיפה לזוהמה, לסמים, לסטיות שונות ומשונות ולעיתים גם נפגעים מהעולמות המקבילים.

ילד ונער מופעל באינסטינקטים של סקרנות, הדחף למקובלות, לעיתים דחפי המרד, אשר עוזר בבניית זהותו האוטונומי והנבדלת מהדור הקודם. הנער לכוד בין נאמנותו להוריו, למשפחתו ולמסורות בהן גודל, לבין הדחף לחיפוש והגדרה עצמיים. מתח זה מקדם את האנשות ומהווה מקור בלתי נדלה של התחדשות ורעננות בהיסטוריה. במסגרת המאבק הפנימי הזה נחשפים ילדים ונערים לעיתים לטכסי מעבר חברתיים או מחתרתיים, מבחני אומץ ונאמנות, אשר משתלבים בבלבול הזהות האופייני לתהליך הגדילה.

במצב נתון זה ילדים ונערים נופלים קורבן לדמויות סמכותיות, כריזמטיות ומיוחדות, אשר מפעילות את קסמיהם עליהם. דמויות אלו יכולים להיות דודים, קרובי משפחה, מורים נערצים, דמויות מתחום הספורט והבידור ולעיתים אפילו ההורים עצמם. דמויות חזקות אלו מופעלות לעיתים בצרכים אפלים ומנצלות את המשיכה של הילדים והנערים כלפיהם, מה שעלול להפך לכך לניצול מיני.

ילד או נער אשר נופל קורבן לדמות חזקה כזאת נקלע למשבר נורא של אמון בעולם ושל הבנת העצמי. אותם הדמויות אשר מנצלות את כוחם על הילדים והנערים, טוות סביבם רשת הממלכת אותם. רשת זאת מתבססת בראש וראשונה על רגשי האשמה של הילדים והנערים, אשר לרוב חשים בלבול בין ההערצה לאותה הדמות, לבין ההבנה שמהו לא טוב קרה כאן, נוטים להאשים את עצמם. מנגנון האשמה העצמי מאפשר לשמור אל סדר כלשהו בסביבה המתפרקת ומאידך נתון את התקווה ש"אם אני אתקן את דרכי ואהיה בסדר.... אז הכול יסתדר". על בסיס האשמה הדמויות הנצלניות מפעילות:

- או איומים לספר להורים ולחשוף את מעשה של כביכול פיתוי של הילדים כלפיהם או שקרים אחרים. לפעמים האיומים יכולים להיות איומי פגיעה ישירים בילד או במשפחתו.
- או מה שקורה לעיתים קרובות יותר: מלכודת הדבש הנוראית. המסר שמה שקורה ביניהם הוא מאד מיוחד ומהווה סוד השייך רק להם. במקרים לא מעטים, כאשר הקשר מתמשך לאורך זמן תוך כדי מלכודת הדבש והילד או הנער מנסה להשתחרר ממנה, התוקף עלול להשתמש בתכסיס איום ההתאבדות הממלכד עוד יותר את הילד או הנער הקורבן.

מצב זה של קורבן אשר מבולבל מכל הסיטואציה מוחמר מאד כאשר הסביבה משתפת פעולה, ביודעין או שלא ביודעין בתקיפה המינית. ההורים והקרובים האחרים יכולים לשתף פעולה מתוך חוסר אמונה שדבר כזה יכול לקרות או מהפחד שמה זה יעשה למשפחה אם הסיפור יתגלה. הפנטזיה המודעת או הלא מודעת שאם לא נעשה כלום "הכול יסתדר", עלולה למלכד את הקורבן באופן סופי במצב של בדידות איומה ובלבול נוראי. קורבנות של טראומה מפתחים מפה קוגניטיבית של העולם האומרת "אני לא בסדר". "העולם הוא מקום מסוכן" ו-"אני חסר אונים".



כאשר ילדים ונערים נקלעים למצבים מורכבים כאלה ייצוב אישיותם נפגע ביותר, נוצרות "סכמות" של פגימות (אני לא בסדר, אני מופקר, אני סוטה מין, בגללי המשפחה תתפרק) ושל חוסר אונים. מצב שעלול להביא את הילד למכלול של סימפטומים: חוסר תפקוד, דיכאון, התקפי חרדה, שימוש בסמים, הגברת ההתנהגות המתירנית, אלימות וירידה בתפקוד ובלמודים.

מול מצב זה מה ניתן לעשות:

- 1) לא להתכחש לעובדה שזה עלול לקרות ובמחיר של אי בניית אשליה שהעולם הוא מקום שכולו טוב, יש לדבר עם הילדים על כך שאפשרויות כאלה עלולות להתרחש בעולם. בוודאי שלא נדבר על כך עם ילדים רכים, אך ילדים בני 10 ומעלה יש מקום להזהיר.
- 2) להחזיק באידיאולוגיה מוחלטת ובלתי מתפשרת האומרת שהילד בכל מקרה הוא הקורבן. ללא קשר למה הוא עשה או לא עשה, מתוך בלבול או מסיבה אחרת, הילד תמיד ייחשב לקורבן והמבוגר לתוקף.
- 3) לתת גיבוי מוחלט לילד ללא ספקות מכל סוג.
- 4) לעודד את הילדים לספר, לדבר, תוך כדי מוכנות לתת להם תמיכה ללא קשר למחיר האישי או המשפחתי שאנו נצטרך לשלם על תמיכה זאת. המחויבות המוחלטת לילד היא זאת שתיתן אפשרות לספר סיפורים אשר עלולים לפרק משפחות או אפילו להכניס לכלא דמויות נערצות, כולל פגיעות קשות ביותר בפרנסת המשפחה.
- 5) יש להיות ער לסימנים אשר עלולים להצביע על טראומות, כגון שינויים התנהגותיים חריפים, ירידה בתפקוד, התרחקות מחברה, שינה מרובה או חוסר שינה, הרטבה פחד לצאת מהבית, אי רצון לבקר בבית של קרובי משפחה (לבית של התוקף) וכדומה.
- 6) אם מזהים סימנים, לעודד את הילד לספר מה קורה, מבלי לחוץ. יש זכות או חובה מוחלטת לפלוש לפרטיות של הילד, בחיפוש אחר סימנים של קורבן, לחפש במגירות, להיכנס למחשב של הילד, לפייסבוק שלו ולמייל שלו. לא כדי לחטט או להתערב במרחב הפרטיות החשוב לגדילתו, אלא כדי לגלות סימנים של תקיפה ושל דילמות של שתיקה. אם מה שמגלים בבלשות זאת זה דברים רגילים של גיל התבגרות, או מעשי קונדס שמהווים ביטוי לצורך להתנסות, יש להתאפק ולא לחשוף את מקורות המידע. רק עם מתגלים סימנים מדאיגים הקשורים לקורבנות, סמים או התחברות לגורמים מסוכנים יש לפעול.
- 7) אם הילד מספר על מקרה של תקיפה מינית יש לאפשר לו לספר, מבלי לעורר כל אשמה אצלו.
- 8) יש לשדר אופטימיות ומסר של התמודדות והחלמה מוחלטת ולא להעביר מסר ש"אתה נפגעת נורא", "זה לכל החיים", הזמן רק מחמיר את הפגיעה" וכדומה. מסרים שלעיתים מועברים במדיה ובבתי משפט כדרך נקמה, זכייה בפיצוי או המחשת הרוע שבמקרה. יש להזהר מאד לא להכניס את הילד או הנער למלכודת תפיסתית בה הוא כביכול "פגוע לכל החיים", אלא לשדר שעם טיפול נכון הוא יחלים וימשיך את חיו "כמו כולם".



המפתח להחלמה של כל טראומה הוא משולש :

1. יש לדבר על הטראומה כדי לבנות סיפור מאורגן ושלם, בעל משמעויות סבירות, כדי לאפשר את אחסון הזיכרון בזיכרון לטווח הארוך. זיכרונות של טראומה הן עמוסי רגשות בתחילה. אנו מגיבים לזיכרון של טראומה כאילו שאנו חווים את הטראומה שוב ושוב. רק כאשר הזיכרון מעובד כסיפור שלם עם התחלה, אמצע וסוף ואנו לא מדביקים לסיפור משמעויות שליליות כלפי עצמנו, ניתן לשחרר את הזיכרון מהעוצמה הרגשית הראשונית ולאחסנו כזיכרון "לא נעים", אך שאינו בעל עומס ריגושי כה רב.
2. אין להימנע מלעשות דברים רגילים של חיי יומיום בגלל הפחד שהן יזכירו לנו את הטראומה.
3. אין להימנע מלהפסיק לעשות את אותם הדברים שמהם אנו שואבים שמחה, דימוי עצמי והנאה.

באופן מעשי הטיפול מתבסס על שלושת העקרונות האלה : לעודד את החשיפה לסיפור עד שהעוצמה הרגשית תדהה, להיחשף לאותם המצבים ומקומות (הלא מסוכנים) שמזכירים את הטראומה ולהרבות בפעילויות חיוביות אשר מהווים מקור של משמעות ושמחה.

חשוב שההורים יינקטו במדיניות של חשיפת האמת, המשדרת לילד ולנער את הביטחון שהם לא עשו שום דבר רע שיש להתבייש בו ושהתוקף הוא האשם האבסולוטי במקרה. במסגרת הפניה לגורמים חיצוניים לבקשת עזרה אפשר לפנות :

- למשטרה אשר תחקור את המקרים ותרחיק ותעניש את התוקף.
 - ליועצות חינוכיות, אשר להן ההכשרה לזיהוי מצוקות, מתן טיפול ראשוני וידעיה על מקורות להפניה.
 - לארגונים המטפלים בקורבנות לתקיפה מינית, אשר פרוסים בכל הארץ ומפעילים קווי חירום בכל ערוצי התקשורת : טלפון, מייל, פייסבוק וכדומה.
 - לאנשי מקצוע ספציפיים כגון פסיכולוגים, עובדים סוציאליים ופסיכותרפיסטים. אם פונים לאיש מקצוע כזה חשוב לברר האם יש לו הכשרה וידע ספציפיים בטיפול בטרומה.
- חשוב לדעת שטיפול נכות בקורבנות טראומה יכול להבטיח החלמה באחוז ניכר מאד של המקרים.

נשמח לעמוד לרשותכם לשאלות והתייעצות דרך הפורם של מרפאת היבטים :

www.hebetim.co.il

