



## זיכרון מודחק בתקיפה מינית הוא דבר אמיתי

מתוך ניסיון ארוך שנים ניתן לומר: פגיעה מינית יכולה לבוא לידי ביטוי גם אחרי שנים ארוכות. זה לא עושה את האירוע פחות טראומטי

עו"ד ליאת קליין | 27/11/2014 14:19

**תגיות:** "הצל שלי ואני יצאנו לדרך" שר יהודה פוליקר. "פעם אני מוביל, ופעם צל על השביל". כמה מדויק. הצל הכבד ההולך עם כל מי שעבר טראומה ממושכת בילדות, ודאי טראומה מינית שהינה מן המורכבות ביותר, תופס מקום מרכזי במבנה הנפש של הקטין הנפגע. לפעמים רואים את הצל, לפעמים הצל נעלם ואינו נראה לעין. אבל הוא שם. והמתח ביניהם, המרחק- וחיבור, מציירים לנו את מסלול ההליכה בדרך הטראומה.

### עוד כותרות ב-nrg:

- כל התכנים הכי מעניינים - בעמוד הפייסבוק שלנו
- לבני התקפלה: משכה את הערר על חוק חנין זועבי
- הותר לפרסום: שב"כ סיכל פיגוע של חמאס באצטדיון טדי

תקיפה מינית, הכוללת בתוכה רמות שונות של פגיעה: אונס, אונס קבוצתי, ניסיון לאונס, אונס מתמשך, גילוי עריות, מעשה מגונה והטרדה מינית, הינה תופעה טראומטית, בהיותה מערערת הנחות יסוד בסיסיות לגבי ביטחון אישי, יוצרת חוויה משפילה ומבישה של פלישה אל המקום האינטימי ביותר וחילולו.

ואכן, עומקה של הפגיעה המינית יוצרת טראומה. טראומה קשה כמו הלם קרב או נפילה בשבי. ואולם בשונה מתופעות אלו, האונס נחוה גם בבדידות קשה, פעמים רבות גם תוך תחושות נטישה והאשמה עצמית, מה שהופך את מנגנון הפגיעה למורכב עוד יותר במקרים כאלו. ייחודיותה של הפגיעה המינית על פני טראומות אחרות, ועוצמתה של הפגיעה, מאפשרת לנו, אולי, להבין את תוצאותיה החמורות ואת ההשלכות הנפשיות הנלוות לפגיעה המינית. כשמדובר בקטינים, ובפרט אם מדובר בהתעללות ממושכת, השלכות הפגיעה עלולות להוליד תסמינים פוסט-טראומטיים מורכבים במיוחד.

### קרע בנפש

מתוך ניסיון ארוך שנים של טיפול בנפגעות ונפגעי תקיפה מינית, אנו יודעות לומר היום כי כל מי שעובר טראומה מינית, נפגע בנפשו. הפגיעה יכולה לבוא לידי ביטוי בצורות שונות ובסימפטומים מגוונים. לעיתים לא קיים ביטוי מידי לפגיעה והתופעות מתעוררות לאחר פרק זמן, קצר או ממושך, עד שנים ארוכות לאחר המקרה הטראומטי.

במקרה של פגיעה מינית ממושכת בילדות נוצר קרע של ממש בנפש. אלימות מינית קשה המופעלת על ילד קטן, על ידי בן משפחה או אדם קרוב אחר בו הוא תלוי ונותן את אמונו המלא, היא דבר שאינו ניתן לעיכול, והילד רך השנים אינו מסוגל להתמודד איתה. הפגיעה, הבלבול, משבר האמון הגדול, המזעזע את כל המבנה האישי, יוצר קרע ומערער כל חלקה פנויה בנפש, עד שהגוף האנושי, המתוחכם כל כך, מפעיל במצבים אלו את מנגנוני ההישרדות החזקים ביותר שלו. מנגנוני ההגנה מול הטראומה, ביניהם מנגנוני ההדחקה והניתוק, הם הדרך היחידה של הגוף להתגונן מפגיעה חזקה כל כך. וכך במקרים אלו בהם מופעל מנגנון ההדחקה החזק ביותר ואיבוד הזיכרון, נחסמת דרכה של ההתעללות אל התודעה והזיכרון, עד שהגוף האנושי יצליח להתמודד עם הטראומה.

כי צריך לזכור שלמנגנוני הגנה אלו, החשובים

כל כך, יש גם מחירים. ולעתים המחיר הוא כבד מאוד. פעולת ההדחקה, העלמת הפגיעה באופן לא מודע שהגוף עושה כדי לגונן על הילד יוצרת ניתוק. ניתוק בתוך ומחוץ לנפש, בין מודע והתת-מודע, בין הזיכרון הרגשי לתודעתי, בין האני ובין הצל. וכך, גם אם התודעה לא זוכרת, הגוף עשוי הוא לזכור, הצל מרחף. אי אפשר באמת להפטר ממנו. הגוף, בלית ברירה, עד הריפוי יצטרך לחזור ולהתמודד עם הקיום שלו בדרך כזו או אחרת. ואכן, בצידה של ההדחקה, ניתן למצוא בקרב נפגעי ניצול מיני ממושך בילדות סימפטומים רבים הקשורים בפגיעה כגון מצבי ניתוק, הפרעות אכילה, שימוש בסמים, הרס עצמי, פגיעה עצמית, דיכאון, חרדה, ניסיונות להתאבד או מחשבות אובדניות, קשיים בקשרים בין אישיים או בקיום יחסי מין.

התופעות הקשות הללו הנלוות לפגיעה המינית, הן מחיר גבוה שניצולי וניצולות הפגיעה משלמים. אבל כדי להתמודד איתן ולנטרל את הפגיעה הגוף יצטרך לפגוש את הצל. אז ורק אז, עשויה הפגיעה לצוף אל הזיכרון ולעורר מחדש את סיפור הפגיעה. ההזכרות המאוחרת, שהינה חלק בלתי נפרד משלב ההתמודדות והריפוי, היא למעשה אותה קריאה של הגוף אל הצל ששר לנו פוליקר: "בוא נעוף רחוק, אתה תהיה לי כנפיים, אל חיבור דמיוני שהיה עד עכשיו בלתי אפשרי. בוא נקפוץ, נמריא, נעוף אל קשר הצל והגוף די להמשיך לברוח אל מה שתמיד רצינו לשכוח".

**הכותבת היא עורכת דין, והיועצת המשפטית של איגוד מרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית**

[היכנסו לעמוד הפייסבוק החדש של nrg](#)