

"דבר שמתחפש לאהבה" (גליה עוז/ 2021, כנרת זמורה ביתן), טראומה מורכבת וצמיחה פוסט טראומתית

יכולת הכתיבה של גליה עוז המלווה בתעוזה רבה מצידה ושיתוף ברבדים רגשיים וקוגניטיביים שחוותה, ייצרו להערכתי בקרבה **תהליכי ריפוי** (כפי שג'ודי הרמן ביטאה זאת בספרה "טראומה והחלמה" [1992]). בדומה למוזיקה, אליה התייחסתי בפוסט קודם, כתיבה יוצרת מעצם טבעה 'קונטקסט חיובי' העוזר לטפל בזיכרון הטראומתי, זיכרון שממנו הנחשפים מנסים להימנע על רקע הרגשות השליליים המתלווים אליו.

אקדים ואומר כי נקודת המוצא שלי ביחס לספר היא שהספר ומלאכת הכתיבה שהתלוותה אליו, קשורים בעבותות בהבנת תהליכים רגשיים, קוגניטיביים ובלתי מודעים, שקשורים לרוב לדמויות מופנמות משמעותיות (כמו ההורים), ולצמיחה פוסט טראומתית (Post Traumatic Growth-PTG), כפי שהיטיבו לבטא ולנסח טדשי וקלאהון בשנת 1996 (Tedeschi & Calhoun, 1996). במילים אחרות, מערכות היחסים שגליה עוז מתארת עם אביה, אימה וכיום גם עם אחיה (ואני מסתמך פה רק על תיאורה תוך התעלמות מכוונת מהתגובות של בני המשפחה שנלוו לפרסום הספר), עשויות להוות תשתית להתפתחות טראומה מורכבת בקרבה של גליה עוז. לכן אני רואה בהחלטה שלה לעבד את רגשותיה ומחשבותיה באמצעות הספר, כחלק מתהליך התמודדותה עם הטראומה וכחלק מתהליך מובנה ונלוו לטראומה מורכבת, של צמיחה פוסט טראומתית. מדוע צמיחה? כיוון שגליה עוז הסבירה בראיונות שנתנה, שמלאכת הכתיבה אפשרה לה לעבד ולהבין תהליכים ששינו עמדות ותפיסות ביחס לעצמה, אחד מתוצריה החשובים של הצמיחה הפוסט טראומתית.

כפי שגליה עוז כתבה, בספר ישנן עדויות למעשים ולאווירה רגשית המתרחשים וקיימים בבתים רבים – אולי רבים מידי. לכן, ואני מסכים עם כך, הספר אומנם מתאר את סיפורה האישי של גליה עוז, אבל הוא מייצג בתים שמסתירים בחוכמה רבה סודות של התעללות והתעמרות, הגורמים לנזקים נפשיים משמעותיים לחברי המשפחה ובמיוחד לילדים שגדלו והתבגרו בתוכה. ילדים זקוקים לביטחון, הכלה, תמיכה, קבלה, ליווי והכוונה, למרות ובגלל תהליכים של ניסוי וטעייה שעליהם לחוות כחלק מהתפתחותם. לצורך תהליך התפתחות תקין, נדרשים הורים קשובים, רגישים, מכילים ונחוושים להתמסר לגידול ילדיהם. עמוס ונילי עוז, אשתו - לא היו לכאורה בשלים לכך, בהסתמך על מה שגליה עוז כותבת בספרה.

אדגיש בהקשר זה שגליה עוז מתבססת בספרה על ניסיונה האישי (ועליו אני מסתמך), דבר המייצג נדבך משמעותי בפנומנולוגיה של הטראומה קרי, העמדות והתפיסות הסובייקטיביות ביחס לאירועים, הם המגבשים את דרכי ההתמודדות עם האירועים. במילים אחרות, טראומה אינה מתבטאת רק ברשימת סימפטומים הצצים לאחר חשיפה לאירוע טראומתי שעל הנחשף לעמוד בהם, כפי שזה מנוסח ב- DSM-5 (2013), ומכאן חשיבותו של הספר. מדובר במסמך אישי המתאר זיכרון אישי קשה שנחרט עמוק במעמקי ההיפוקמפוס ו/או בשני צידי ההמיספרות, המזמין אנשים שחוו התעללות בתוך המשפחה להישיר מבט אל הצללים שבחייהם (כלומר להכיר בכך שהבית אינו תמיד מקום בטוח), ולהתמודד עם התוצאות, גם אם במרחק גדול של זמן. כל זאת על רקע מה שנראה דרך טענותיה של גליה עוז, כניסיונות השתקה ושיתוף פעולה של הסביבה

הקרובה לסופר עמוס עוז, המסרבת להכיר בעובדות הקשות שגליה עוז מתארת, תוך העדפה להאשים אותה.

החשיבות הנוספת של הספר נובעת גם מעמדתם השונה של אחיה של גליה, פניה, האחות הגדולה וסופרת בפני עצמה, ודניאל – אחיה הצעיר. בעיניהם אביהם היווה דמות מיטיבה, תומכת ומעוררת השראה, דבר המדגים וממחיש עד כמה אירועים וחוויות טראומטיים הינם סובייקטיביים (אין בדברים אלה ניסיון לקבוע שפניה ודניאל חיים בניתוק (דיסוציאציה) או בהכחשה, וכמובן שאין ברצוני להיכנס לטיעוניהם שמחלקם משתמע שהבעיה מתחילה ונגמרת בגליה, שלכאורה סבלה מבעיות נפשיות בילדותה). פניה (שטענה כי כנראה "מדובר ביקומים מקבילים"), ודניאל מספרים (בתוכנית "עובדה" ששודרה ב- 3/2/22), שגליה מתארת אירועים חד פעמיים, בתוך מציאות של משפחה מאושרת בקיבוץ. אולי אמרתו של דניאל עוז "פתאום אני אומר לעצמי שאולי כל מה שאני זוכר לא נכון, זה דבר שאוכל לך את כל הזכרונות, והזיכרון הוא הזהות שלך", מדגים את העמדה שאני מנסה להמחיש בפוסט זה, בדבר ייחודה של החוויה הטראומטית על רקע ממדיה הסובייקטיביים (שמשפיעים על אופן הפנמתה בזיכרון).

לא ניתן להתעלם מתפקודה של נילי עוז אימה של גליה, שעל פי עדותה של גליה, – היא עצמה הוכתה בידי עמוס עוז, (בספר הדיגטלי בעמוד 0), שהטיחה כלפי גליה "את נולדת מריה, ואני לא היחידה במשפחה שחושבת ככה" (שם, עמוד 28) וניתקה איתה את הקשר לתמיד. מבלי לשפוט את עמדתה ותפקודה של נילי עוז (שלטענת גליה עוז "ביטלה את עצמה בפניו", שם, עמוד 0), אציין כי במקרים רבים, הסימפטומים הנלווים לטראומה מורכבת קשורים בקשר עבותות לתפקוד ההורה השני, זה שמתעלם מהמציאות ומשתף פעולה עם הדמות המתעללת (ראו למשל, West, 2013).

עמוס עוז נחשב ליסופר של מדינה, מועמד טבעי לפרס נובל, התגלמות הישראלי היפה - בן קיבוץ - וייתכן שהוא עצמו האמין שהוא אדם טוב, ערכי ומוסרי. דווקא על הרקע הזה, טענתה של גליה עוז, לפיה עמוס עוז הפך אותה לשק חבטות ודאג להזכיר לה לעתים קרובות שהיא אשמה והיא זו שנטשה אותו בדומה לאימו - שהתאבדותה מתוארת ב"סיפור על אהבה וחושך" (2002) - מייצגים את יחסי המתעלל-קורבן אותם ביטא היטב שנדור פרנצי (2013) בכתביו.

הספר מתאר שנים רבות בחייה של גליה עוז: החל מהחיים בקיבוץ חולדה (עמוס ונילי עוז היו חברי קיבוץ והילדים התגוררו בבתי הילדים), המעבר והחיים בעיר ערד, וחייה של גליה כאם לילדים וסופרת. לטענתה, אביה המשיך לרדוף אותה לאורך כל חייה. זה החל בילדותה, אז חוותה אלימות פיזית (כפי שזה מתבטא במשפט הפתיחה של הספר: "בילדותי אבא שלי היכה אותי, קילל והשפיל. האלימות הייתה יצירתית: הוא גרר אותי מתוך הבית וזרק אותי על המפתן בחוץ. קרא לי טינופת. לא איבוד עשתונות חולף ולא סטירת לחי פה ושם אלא שגרה של התעללות סדיסטית"), ומילולית בדמות שמות גנאי. היא מתארת בהקשר זה מכתב שאביה כתב לכבוד חגיגות בת-המצווה שלה ושל חברותיה בקיבוץ, ופורסם בעלון הקיבוץ. במכתב נכתב שגליה ילדה קשה ולכן כל הכבוד למטפלות ולמחנכים שמצליחים איכשהו לסבול אותה. ההתעללות נמשכה על פי תיאורה של גליה עוז גם בחייה הבוגרים דרך ביקורת משבחת שעמוס עוז כתב על אחד מספריה בעילום שם בכתב עת מקוון, ונחותה על ידה **כהטרדה**. לכן היא ביקשה להסיר את הביקורת והיא

אכן הוסרה (בדיעבד היא היא הסכימה עם האפשרות שהיה זה ניסיון מצידו של עמוס עוז להתפייס עימה). מעבר לכך היא טוענת כי לאורך כל חייו עמוס עוז הטיל את האשמה עליה, גם כשניסה להתנצל.

ניתן ואולי צריך, להתייחס לספר הזה כעדות של ניצולה ולכן אין לראות בספר נקמנות אישית של אדם הסובל "מבעיה נפשית" אלא פתח לניצולים מסוגה, לחלוק את חוויתם ולקבל טיפול. כניצולה ברור לי כאיש מקצוע, מדוע היא השתמשה במומחים בעלי שם עולמי כמו מארי-פרינס היריגוין (2002) וג'ודית הרמן (1992) מתחום בריאות הנפש, כדי להדגים את עוצמת הפגיעה הרגשית שחוותה (עובדה זו אולי מקבלת משנה חשיבות לאור הניסיונות הרבים על פי עדותה להשתיק אותה).

רבים ממבקרי הספרות טענו שאין להתייחס לספר כרומן אלא כממאר או ספרון, בגלל אורכו, וכיוון שהוא לא נכתב על פי אמות מידה ספרותיות. מבחינתי, הדברים אינם חשובים, ולכן כינתי אותו ואכנה אותו ספר המאפשר לבחון היבטים מקצועיים כמו טראומה מורכבת וצמיחה פוסט טראומתית. יתרה מזאת, לא מצאתי ביקורת על איכות הכתיבה. נהפוך הוא, רוב המבקרים מסכימים כי מדובר ביצירה הכתובה היטב שקשה להניח אותה מהיד.

עיתונאים ועיתונאיות רבות (כמו עלית קרפ, אריאל שנבל, ירון פריד ואילנה דיין) התייחסו לספרה של גליה עוז. עלית קרפ פרסמה ב-1/3/21 כתבה במקור ראשון על הכרותה עם עמוס עוז, הכרות שהתבטאה בתחושה שעמוס עוז "סיפר לי רק מה שרצה לספר והראה לי רק מה שרצה להראות", דבר שהסתדר לה עם התחושה שכאדם הוא לא עורר רגשות קרבה בקרבה. כל זאת בניגוד לרגשות שספריו עוררו. לכן הספר של גליה עוז, הסתדר לכאורה (וזה פרשנות שלי) עם הדיסוננס שהתפתח בקרבה של עלית קרפ, דיסוננס שנוצר גם בקרבי, אחרי קריאת הספר של גליה עוז, והטלתה הרגשית מקריאת הספר של עמוס, "סיפור על אהבה וחושך" (2002).

מקורות בהם נעשה שימוש בפוסט זה

הרמן, ג' (1992). *טראומה והחלמה*. עם עובד, ספריית אופקים.

היריגוין, מ.א. (2002). *הטרדה נפשית*. כתר הוצאה לאור.

פרנצי, ש' (2013). *היומן הקליני*. הוצאת עם עובד.

עוז, ע' (2002). *סיפור על אהבה וחושך*. כתר הוצאה לאור.

APA. (2013). Diagnostic and statistical manual of psychiatric disorders DSM-5TM (5 ed.). Washington: DC: Author.

West, W. (2013). Trauma and the transference countertransference: working with the bad object and the wounded self. *Journal of Analytical Psychology*, 58, 73–98.

doi: 10.1111/j.1468-5922.2013.02018.x

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*(9), 455-471. doi: 10.1002/jts.2490090305