

מדריך הישרדות להורים

כיצד לפעול בעקבות פגיעה מינית בילדכם

זהפוך הישרדות אצלנו

מאת הליס פולק, MSW

מדריך הישרדות להורים

כיצד לפעול בעקבות פגיעה מינית בילדכם

אחפוק הישרדות אצמיכה

מאת הליס פולק, MSW

© 2014 כל הזכויות שמורות להליס פולק
עריכה: ליבא מרקסון
עיצוב גרפי: אביבה פרידמן
תרגום: אריאל סמואל

תוכן

7	פתיחה	עמוד 7
7	ידע מיני בקרב ילדים	עמוד 7
7	תהליך החלמה	עמוד 7
8	מדועילדכםאינםמספרים?.....	עמוד 8
8	במה טעית? או, מניעה אינה חסינה מפני תקלות	עמוד 8
9	מה לומר לילדכם?	עמוד 9
11	הבנת ההתמודדות של ילדים וכיצד לסייע להם	עמוד 11
13	כיצד יש להגיב על התנהגות מינית או על פגיעה מינית בין ילדים? ...	עמוד 13
14	כיצד להגיב לפגיעה מינית בין אחים?	עמוד 14
14	מה הדבר הבא שיש לעשות?	עמוד 14
16	תכנית בטיחות	עמוד 16
16	האם הילד שלי יכול לפגוע מינית	עמוד 16
17	בקשת עזרה ותמיכה מחוץ למשפחה	עמוד 17
18	מילות סיום	עמוד 18
19	מסר מהורים להורים	עמוד 19

הגילוי שילדכם חווה פגיעה מינית הוא גילוי טראומטי.

ייתכן שתחושותיכם יכללו כעס, הלם, בלבול ואף פחד. פגיעה מינית משפיעה על המשפחה כולה. אבל בעזרת התערבות מתאימה, ההתאוששות והריפוי הם בהחלט אפשריים.

חוברת זו נועדה לתת הדרכה שתוביל אתכם בשלבים המעשיים, המשפטיים, הפסיכולוגיים והרגשיים, שכבר סייעו למשפחות רבות בתהליך שעברו לשם החלמה וריפוי. ניתן לשלוף מתוך חוברת זו קטעי סיפורים אמיתיים שנכתבו ע"י בני נוער וילדים לבני גילם, הגם שהפרטים המזהים שונו.

במהלך יותר מ-25 שנות עבודה עם קורבנות פגיעה מינית, עם עברייני מין ועם בני משפחותיהם, כותבת החוברת כבר ראתה משפחות רבות שהצליחו לשרוד ואף לצמוח לאחר שמישהו מאהוביהם הפך קורבן לפגיעה מינית. אני מקווה שחוברת זו תהא מקור להנחיה ולנחמה.

ידע מיני בקרב ילדים

אין לשכוח שהידע בקרב ילדים על המיניות האנושית, שונה מן הידע שיש למבוגרים, ורק לעתים נדירות הוא בכלל נושא לדיון. לכן, יש ילדים שעברו ניצול מיני, ואין להם בסיס ידע כדי להגיע להבנה מה בכלל קרה להם. מצד אחד, הם חשים כי מה שקרה הוא לא בסדר, אבל לעתים קרובות הם אינם יכולים להבין מדוע אין זה בסדר, או שהם חשים אשמה. המודעות שלהם לכך שמשהו רע התרחש, מגיעה בדרך כלל בעקבות התגובה הרגשית של המבוגרים שסביבם, עובדה שגם עלולה ליצור אצלם בלבול ופחד. מסיבה זו, ילדים זקוקים להדרכה ולמידע כדי להבין מהו ניצול מיני ולדעת כיצד להתמודד עמו.

תהליך ההחלמה

כאשר מגלים שהילד שלכם היה קורבן לניצול מיני, התחושה הנורמלית היא שאתם הרוסים. בזמן שלאחר הגילוי, הורים רבים מתקשים לתפקד, ואינם יכולים לאכול או לישון. הם מבלים את רוב שעות היום כשהם עסוקים בפגיעה. התמודדות עם הטראומה של הניצול המיני של ילדכם דורשת את כל הכוחות. תסמינים הדומים לתסמיני שפעת אף הם בגדר תגובה נורמלית. עליכם לאכול ולנוח היטב, כדי להישאר חזקים הן מבחינה פיזית והן מבחינה רגשית. אם תתפרקו, לא תוכלו לעזור לילד שלכם, או לבני המשפחה, להתמודד עם המשבר הזה.

בסופו של דבר, העיסוק בניצול יתפוגג. החזרה לשגרת היום-יום עם הבעיות והמתחים הרגילים היא בעצם סימן לריפוי. מנקודת המבט החדשה הזו, הפגיעה הופכת לחלק מהעבר של המשפחה ולא מה שמגדיר אותה.

אי-אפשר לשכוח את הפגיעה. זיכרונות יעלו ויצוצו מדי פעם. למידה כיצד להתמודד איתם תאפשר למשפחות להמשיך ולצמוח ואף לשגשג. הורים רבים מדווחים כי בעקבות הירפאות מניצול מיני שעבר ילד, השתפרו התקשורת הפנים-משפחתית והיכולת לעבוד יחד כמשפחה.

מדוע ילדים אינם מספרים?

בדרך כלל, השאלה הראשונה ששואלים ההורים את הילד שלהם לאחר שגילו שהוא נפגע מינית היא "למה לא סיפרת לי?" הורים אחראיים שואפים להגן על ילדיהם, לעזור להם ולתמוך בהם. לעומת זאת, ילדים בדרך כלל אינם מודעים למאמצי הוריהם להגן עליהם. במצבים קיצוניים, כגון מצבי התעללות מינית, לעתים קרובות ילדים מבולבלים ומפוחדים. ילדים שנפגעו, נוצלו או עברו התעללות, אינם יודעים תמיד למי מספיק בטוח לספר על מה שעברו, ומה עשויות להיות ההשלכות שיש לחשיפת הפגיעה. לעיתים הילדים רוצים לספר, אך אין להם את המילים כדי לתאר מה קרה.

להלן כמה חששות המונעים מילדים לדווח:

- האם זו אשמתי בדרך כלשהי?
- מה יקרה אם ההורים שלי לא יאמינו לי?
- מה יקרה אם ההורים שלי יכעסו עליי?
- האם הפוגע יכעס עליי על שסיפרתי?
- האם הפוגע יפגע בי, אם אספר?

ילדים יודעים אינטואיטיבית כי מה שקרה להם אינו בסדר, אבל יתכן שאינם יודעים מה בדיוק לא בסדר, מדוע זה לא בסדר, ומי אחראי לכך.

ילדים לומדים לתת אמון ולכבד את המבוגרים שבסביבתם ובתמורה הם מצפים להגנה. פגיעה ובגידה מצד מבוגר או מצד ילד גדול יותר – במיוחד כאשר מדובר במישהו שהם מכירים – מבבלבלות אותם. ילדים עשויים להטיל ספק באשמתו של הפוגע ולהאשים במקומו את עצמם. ללא התערבות, רגשות אשמה אלה עלולים להשפיע על הילדים במשך שנים רבות.

במה טעיתי? - מניעה אינה חסינה מפני תקלות

כאשר ההורים מגלים שהילד שלהם היה קורבן לפגיעה מינית, מטבע הדברים הם שואלים את עצמם שאלות למשל:

- במה טעיתי?
- האם היה עליי לדבר יותר עם הילדים שלי על הסכנה שינוצלו?
- האם יכולתי למנוע זאת?
- מדוע הילד שלי לא סיפר לי כלום?

מרבית ההורים מבינים שהם אינם אשמים במה שקרה לילד שלהם. הורים בריאים יימנעו

ניצול מיני או יעצרו אותו, אם רק יוכלו. הורים נורמליים תמיד מנסים לשמור על ביטחון הילדים שלהם, ובכל זאת לא תמיד הם מצליחים. המסקנה המתבקשת היא שאפילו להורים טובים מאד, אין שליטה מלאה על מה שקורה לילד שלהם. זו עובדה שקשה לקבל.

אז מה יכולים ההורים לעשות? כיצד יכולים ההורים לעזור?

התשובה היא להגיב נכון. תגובת ההורים לילד שעבר פגיעה מינית, היא אחד הגורמים הקריטיים ביותר בריפוי. הבנת הילדה או הילד והתמיכה בהם, הן תחילתו של תהליך ההחלמה. זה המקום שבו הורים יכולים להשפיע על גישת הילד לעצמו ולמה שעבר.

עבדתי עם ילד בן תשע שנפגע מינית על ידי המורה שלו. אימו נכחה באחת מהשיחות שהעברתי בנושא זה כשנתיים לפני הפגיעה. כשנפגשנו, היא סיפרה לי כי במהלך אותה הרצאה היא התרגזה עליו כשטענתי כי אין הורה היכול למנוע לחלוטין מן הילד שלו לסבול מפגיעה מינית, במיוחד כאשר הפוגע הוא דמות סמכותית, בן משפחה, חבר או שכן. בנוסף לדיון על מניעה, הדגשתי אז את החשיבות של דיבור גלוי ופתוח עם ילדים על כל ההיבטים של חיי היום-יום שלהם. תקשורת פתוחה כזו מאפשרת לילדים לדון בסוגיות קשות עם הוריהם. הגם שאותה אמה התנגדה לטענה שהיא לא יכולה להגן לחלוטין על ילדיה מפגיעה, היא עבדה על יצירת תקשורת פתוחה במשפחה שלה, זו שבסופו של דבר אפשרה לבנה לשתף אותה בפגיעה המתמשכת שעבר בבית הספר. התוצאה של האמון שנתן הנער האמיץ הזה בהורים שלו, הצילה בניים רבים בכיתתו ובכיתות הבאות אחריו. המורה הפוגע נעצר בסופו של דבר והתיק הגיע לערכאות משפטיות.

מה לומר לילדכם?

אך טבעי הוא שהורים מרגישים הלם וזעם כשהם שומעים שהילד שלהם היה קורבן לניצול מיני. במצבי הלם שכאלה, קשה לדעת מה צריכה להיות התגובה הנכונה. גם כאשר הילדים עצמם מדווחים כי נוצלו ונפגעו, רוב ההורים מגיבים תגובה רגשית, המתבטאת בשאלות כמו: למה לא סיפרת לי קודם? למה שמרת את זה בסוד במשך כל כך הרבה זמן? בדרך כלל, אין לילדים תשובות והם מרגישים אשמים כשהם נשאלים את השאלות האלה. לכן, לא נכון לשאול שאלות כאלה. תגובה מועילה יותר היא אמירה רגועה כגון: "כל הכבוד לך שאתה אומר לי את זה עכשיו. זה בוודאי קשה לך לעשות זאת". הילדים האלה צריכים לקבל מיד שבחים על אומץ לבם לבוא ולספר, וההורים שלהם צריכים לקבל הערכה על יצירת יחסי אמון שהגנו על הילד שלהם, ואולי גם על אחרים, מפני פגיעה נוספת.

כדאי לרשום בדיוק את מה שהילדים מספרים. זה מסייע להם להרגיש נשמעים, ומסייע להורים להימנע מחקירתם שוב ושוב. הורים צריכים להיזהר שלא לחקור את הילד שלהם מפני שזה יכול להשפיע על חקירה משפטית ואף לחבל בה (ראו "מה הדבר הבא שיש לעשות").

גילוי אודות התרחשות פגיעה מינית באמצעות אדם אחר היא דבר נפוץ. רק כ-20% מן

הילדים שעברו פגיעה אי פעם דיווחו על כך, ולא תמיד להוריהם. ילדים מרגישים רע בעקבות מה שקרה וההורים עלולים לגרום להם להרגיש עוד יותר גרוע כשהם משדרים פגיעה או אכזבה מכך שהילד שלהם לא סיפר להם ישירות. זכרו: תגובה אמפתית מצד ההורים היא התחלה של תהליך ריפוי. כאשר ההורים שמעו על הפגיעה ממישהו אחר, הם יכולים לומר לילד: "אני שמח מאוד שאני יודע עכשיו. זה בטוח היה כל כך קשה לך לשמור את הכל בפנים". מילים אלה הן מרגיעות ומעניקות לילדים תחושה חזקה של הקלה.

גם אם התגובה הראשונית של הורים היא תגובת הלם ואימה, ואם הם מבטאים כעס כלפי הילדה או באמצעות שאלות תובעניות או כאלו המביאות לידי ביטוי חוסר אמון, תמיד ישנה הזדמנות לשנות את התגובה. באפשרותם של ההורים לחזור שוב אל השיחה ולבחור את מה שהם רוצים לומר, ולהסביר שבפעם הקודמת הם פשוט לא חשבו בבהירות. ברוב המקרים, הילדים ירגישו הקלה ותחושת קבלה, ויתחילו להיפתח לתהליך ההחלמה. ילדים צריכים להיות בטוחים שעכשיו הכול בסדר ומעתה אין הם צריכים עוד להתמודד לבד. הם צריכים לדעת שהוריהם אוהבים אותם, ותומכים בהם, ועושים את כל מה שביכולתם כדי להגן עליהם. הילדים פורחים כאשר הם חשים הכרה, עידוד, ותמיכה.

ליאורה הייתה ילדה בת 12, כשסבא שלה ליטף אותה באופן מיני בעת ביקור משפחתי. הפגיעה התרחשה בזמן שאחרים היו בחדר, אולם אף אחד לא שם לב. ליאורה לא סיפרה את זה לאף אחד במשך שנה. כאשר ההורים שלה סיפרו לה שהסבא והסבתא שלה חוזרים לביקור, היא נשברה, אך צברה אומץ, וסיפרה מה קרה בפעם הקודמת.

במקרה של ליאורה, ההורים האמינו לה ופעלו באופן מידי. הם עמתו את הסבא, ועשו הכל על מנת להגן על הבת ושאר ילדי המשפחה.

הטיפול בליאורה היה טיפול קצר טווח, שכן האמונה של הוריה בה ופעולתם ההחלטית כבר החלו את תהליך השיקום שלה. ליאורה הרגישה כמו חלק מצוות כאשר בראש עמדו הוריה. בעבודה המשותפת שלנו, היא הייתה מסוגלת לנסח מחדש את המצב ולהבין שהיא מתמודדת, ואפילה גיבורה. היא הפנימה שייתכן שהדווח שלה על הסבא, מנע ממנו לפגוע באחרים. במסגרת הטיפול, ליאורה כתבה מכתב אל הסבא, להתעמת איתו, כשהיא מבהירה לו כמה הוא פגע בה, ולבקש ממנו לטפל בעצמו, בדיוק כמו שהיא מטפלת בעצמה. בסופו של דבר, ליאורה לא חששה שהוא יפגע בה שוב.

חשוב לספר לילדים כי מה שקרה להם ממש לא בסדר, שהפוגע זקוק לעזרה, וכי ייתכן שהוא כבר פוגע בילדים במשך זמן רב, וככל הנראה ימשיך במעשיו אם מישהו לא יעזור בעדו. תבהירו שאתם מתכוונים לנקוט בכל פעולה לצורך כך. חשוב להדגיש שהילד אינו

אשם ושאינו לבד. זהו האינטרס של כולם שהעברייני ייתפס וייעצר. הפגיעה היא אינה חוקית, אנשים חפים מפשע נפגעים ממנה עמוקות, וכי ככל שהפוגע ייעצר מוקדם יותר, כך יהיה בטוח יותר וטוב יותר לכולם.

הבנת ההתמודדות של ילדים וכיצד לסייע להם

כמו אצל מבוגרים, גם לילדים יש דרכים שונות להתמודדות עם מצבי לחץ או טראומה. מבחינה התפתחותית, רוב הילדים אינם מסוגלים להבין את הסיבה להתנהגות של עצמם. הם מרגישים רע ואינם מבינים מדוע, והם לא יודעים כיצד לבקש עזרה. כאשר ילדים צעירים עייפים או רעבים, הם הופכים נרגנים ונוטים לבכי. הם סומכים על הוריהם שיבינו אותם ויטפלו בהם. בדומה לזה, ילדים שעברו פגיעה מינית זקוקים לחמלה מצד הוריהם ולהנחייתם בהבנת הקשר בין ההתנהגות שלהם לבין הפגיעה המינית. בתמיכה כזו גלומה הקלה עצומה לילדים המוצפים רגשית בעקבות הפגיעה המינית וההתנהגות התגובתית שלהם.

ילדים עלולים להיראות סימנים של מתח שלכאורה אינם קשורים לפגיעה, כגון:

- קשיי ריכוז בבית הספר
 - קשיי שינה
 - הרטבת לילה
 - שינוי בתיאבון
 - שינוי באפקט: עצוב יותר, שקט יותר
 - גילויי כעס ואגרסיביות בבית הספר או בבית
- התנהגויות אלה עשויות להיות זעקה של ילד לקבל עזרה.

יונתן בן 13 נפגע מינית בידי חבר המשפחה. הוריו גילו את דבר הפגיעה באמצעות אדם אחר. כשנשאל אם יש אמת בדבר, הוא ענה בחיוב, ובכך החל שינוי עצום בחייו. עד לנקודה זו, יונתן היה ילד כועס. הוריו הניחו שהיה זה חלק מהתנהגותו הטבעית. בטיפול, כמעט מיד היה יונתן מסוגל להביע את הכעס שלו דרך אמנות וכתביבה. משפחתו הבחינה בשינוי מדהים שחל בו. הוא הביע פחות כעס, והשתלב טוב יותר בחיי המשפחה. הוא הצליח להבין היטב שהוא חף מאשמה, ושהאשם האמיתי הוא הפוגע בו. הפעולה המיידית של הוריו שבאה לידי ביטוי בהגשת תלונה במשטרה, תרמה להבראתו הרגשית. כאשר יונתן סיים את הטיפול הוא הרגיש אמיץ וחזק. אותו עברייני מין פגע בילדים רבים נוספים, והפעולות הגורליות שנקטה משפחה זו מנעו בבירור פגיעות נוספות בעתיד. במקרה שבו אנו עוסקים, הפוגע נמצא אשם, והוא מרצה תקופת מאסר בכלא.

לעומת זאת, כשלא מאמינים לסיפורים של הילדים, קיים סיכוי טוב שיפתחו תחושות של בלבול, רגשות אשם, והטלת ספק בעצמם.

יאיר, בן שמונה, סבל פגיעות פיזיות ומיניות על ידי מורה שנחשב אהוד על כולם. כאשר יאיר סיפר להוריו שהוא איננו רוצה ללכת לבית הספר מפני שהמורה שלו היה פוגע בו, הם פשוט לא האמינו לו. ליאיר כבר יצאו מוניטין בתור "עושה צרות" והוריו כבר עבדו בשיתוף עם צוות בית הספר בטיפול בקשייו. כשהתנהגות שלו התדרדרה יותר, והוא נהג לברוח מבית הספר מדי יום, הוריו החלו לתהות האם יכול להיות שמשוה באמת קורה לילד שלהם. הם התחילו להקשיב לו. גם ילדים אחרים בכיתה התחילו לספר על דברים שהמורה עשה להם. לאחר בדיקה, התברר כי המורה פגע גם בהם פיזית ומינית. יאיר כעס על הפגיעות בו, אבל עוד יותר מזה, הוא זעם על כך שלא האמינו לו. על כן, הוא נאלץ לעבור טיפול מסובך וממושך. באמצעות טיפול באמנות, הצליח יאיר בסופו של דבר לעבוד על הכעס ועל הכאב, ולחזור להיות ילד נורמלי ומאושר.

המפתח לשיקום של ילדים שעברו פגיעה מינית, הוא להעניק להם תחושה שמאמינים להם ושהם מוגנים. היה כמובן אידיאלי, אם העברייני יצטער על מעשיו ויתנצל, ויבהיר כי הפגיעה לא הייתה באשמתו של הילד. אולם, מכון שדבר כזה קורה לעתים רחוקות בלבד, ילדים רבים נותרים בתחושה של בלבול, חוסר הגנה, נבגדות ואשמה. הורים ומטפלים צריכים להדריך את הילדים בסבך הרגשות המעורבים, כך שהם יוכלו להבין את מה שעובר עליהם.

אם פגיעה מינית לא נחשפת או אינה מטופלת כראוי, ילדים יכולים "למדור" את הרגשות שלהם, כלומר לחיות רב הזמן בלי לתת מקום לאותם רגשות. התנהגות כזו מאפשרת להם להמשיך כאילו שום דבר לא קרה. לעומת זאת, במהלך גיל ההתבגרות, עם התפתחותה של חשיבה אינטגרטיבית, לעתים קרובות מנגנון ההתמודדות חדל לתפקד. עלולות להתפתח התנהגויות משניות, כלומר התנהגויות סיכון שאינן קשורות ישירות לתגובה לפגיעה, למשל קושי בהתמקדות ובהימצאות בבית הספר, התנהגות אגרסיבית, נסיגה חברתית, בעיות שתייה, שימוש בסמים, או התנסויות מיניות. מסיבה זו, כדאי שכל הילדים שעברו פגיעה מינית, גם אם נראה שהם התגברו לגמרי, יבדקו על ידי איש מקצוע.

שירה תמיד נחשבה מצטיינת הן מבחינה לימודית והן מבחינה חברתית. היא הייתה קורבן לפגיעה מינית במשך שנים רבות על ידי אחיה הגדול, פגיעה שאף אחד לא ידע עליה. כאשר הייתה שירה בת 17, היא נפצעה קל בתאונת דרכים. כמה חודשים לאחר מכן, הפציעות הפיזיות שלה הגלדו, אבל מבחינה רגשית היא הייתה מפורקת. היא לא הבינה מדוע, שכן היא תמיד הייתה כל כך מוצלחת. בסופו של דבר, היא נשרה מבית הספר והיה ברור שמשוה אחר מלבד תאונת הדרכים הוא שמטריד אותה. במהלך הטיפול, הבינה שירה שההתמוטטות הרגשית שלה הייתה קשורה לפגיעה המינית המתמשכת שסבלה מידי אחיה. במשך שנים, היא מידרה

את הפגיעה, וכך תפקדה בהצלחה. למרבה המזל, התאונה עוררה תגובה רגשית, ובעקבות זאת התגלו הפצעים העמוקים שלה. באמצעות טיפול מתאים, החלה שירה את תהליך ההחלמה שלה, ושוב הייתה מסוגלת לקבל מחדש שליטה על החיים שלה.

רוב הילדים או המתבגרים, שפוגעים פגיעה מינית באחרים, סבלו גם הם טראומה פיזית, רגשית או מינית. מיעוט הפוגעים נחשפו לתכנים מיניים שאינם הולמים. בכל מקרה, לעתים קרובות הצעירים הפוגעים לוקים בחוסר גבולות פנימיים, ובחרים להתמודד עם הבלבול או עם הכאב באמצעות פגיעה באחרים. גם אותם צריך לאבחן ולהעריך מבחינה מקצועית, הן כדי לקבוע את רמת הסיכון שלהם כלפי החברה והן כדי לקבוע כיצד הם צריכים להיות מטופלים, במסגרת הקהילה או במסגרת החוק. ללא התערבות מתאימה, כזו הכוללת טיפול והצבת גבולות ברורים, יש סיכון שהפוגעים יחזרו על מעשיהם ויפגעו בילדים נוספים.

כיצד יש להגיב על התנהגות מינית או על פגיעה מינית בין ילדים?

כאשר מתקיימת התנהגות מינית בין ילדים, המבוגרים הם אלה אשר צריכים לקבוע אם זו רק התנהגות בלתי הולמת או שיש בה פגיעה של ממש. ישנה התנהגות מינית בין ילדים שהיא טבעית, הגם שאין לקבל אותה. במצב כזה, התגובה הנכונה היא לחנך את הילדים להתנהגות נאותה.

לעומת זאת, פגיעה מינית מחייבת התערבות. התגובה הטבעית המידית היא לשאול שאלות, ולמצוא את הצד ה"אשם". אמנם חשוב להבין מה קרה, אך מטרת עריכת התחקיר צריכה להיות מכוונת לכך שתהיה התערבות יעילה. במידה והילדים, הן הקורבנות והן התוקפים, יחוו תחושת הלם או כעס בתגובות המבוגרים החוקרים אותם, הם אוטומטית ירגישו מבולבלים ועלולים להסגר.

האינסטינקט הטבעי של ילדים הוא להגן על עצמם. לכן, כאשר הם מרגישים מבוהלים, הם אינם מהססים לשקר.

לפיכך, יש להישאר רגועים, מבינים, חומלים ולא שיפוטיים הן כלפי הקורבן והן כלפי התוקפן. גישה תומכת תעודד את הילדים לספר את האמת על מה שקרה.

רב הילדים שעושים מעשים אסורים אינם מסוגלים לשלוט בעצמם, ולעיתים אינם מבינים שמעשיהם פוגעניים. כפי שנכתב עוד קודם, חלק מהילדים האלה נחשפו לתכנים מיניים, למשל, באינטרנט או דרך חברים, והם פעלו כפי שפעלו, בגלל שלא היו מסוגלים לעבד את המידע. ילדים אחרים מתנהגים באגרסיביות מפני שהם במצוקה. לעתים קרובות הם עצמם נפלו קורבן לפגיעה רגשית, פיזית או מינית, וגם הם זקוקים לרגישות ואמפתיה.

כיצד להגיב לפגיעה מינית בין אחים?

פגיעה מינית בתוך המשפחה היא הרסנית. במקרים של פגיעה בין אחים, למרות אהבת ההורים הטבעית כלפי שניהם, הקורבן והתוקפן, הם נוטים בטבעיות להגן על אחד הילדים. כדי להרפא, שני הילדים זקוקים לאהבה, להבנה, ולתמיכה מצד ההורים. ההורים חייבים ללמוד כיצד לספק את הצורך הזה תוך כדי שהם מתמודדים עם הטראומה שלהם עצמם. מסיבה זו, מומלץ להם מאוד לפנות ליועץ וטיפול כדי שיוכלו לעזור ולמלא את הצרכים של שני ילדיהם.

שני הבנים המתבגרים של משפחת כהן עשו מעשים מגונים באחותם בת התשע. כאשר הפגיעה התגלתה, הגנו ההורים על בניהם, מחשש שהנערים יועמדו לדין ויישלחו הרחק מן הבית. הם טענו כי הבת שלהם בסדר גמור ואינה זקוקה לשום טיפול. בסופו של דבר, כאשר ההורים הסכימו ללכת לטיפול, הם היו מסוגלים להכיר גם בצרכים של הבת שלהם, ולאחר מכן הצליחו אף להזדהות עמה. בעקבות זאת, הם פיתחו כעס כלפי בניהם. בחלוף זמן, באמצעות הבנת הדינמיקה המשפחתית שלהם והבנת הסיבות לכך שהפגיעה בכלל התרחשה, הם הצליחו לחוש חמלה ואמפתיה כלפי כל ילדיהם, כמו גם כלפי עצמם. הנערים הוצאו מן הבית ושובצו בסביבה בריאה שבה הם יכלו לקבל טיפול מתמשך. אין ספק שלמרות האתגרים הכרוכים במסע הייסורים של המשפחה הזו, התהליך הטיפולי עזר לכל אחד מהם להירפא ובסופו של דבר לשוב ולהתאחד כמשפחה.

מה הדבר הבא שיש לעשות?

הצעד החשוב הבא בתהליך ההחלמה של ילדים הוא לנקוט פעולה. פעולות שהורים נוקטים בשם הילד שלהם נותנת לגיטימציה להרגשה שלו ומעניקה לו תחושת ביטחון.

במקרים מסוימים של התעללות, ישנו חוק חובת דיווח למשטרה או לפקידת סעד לחוק הנוער בלשכת הרווחה. זה תמיד דבר שקשה לבצע אותו מבחינה רגשית, במיוחד כשמדובר בבן משפחה. מסיבה זאת, הורים יכולים לפנות ולהתייעץ עם מרכז הגנה או עם ארגון מתאים אחר.

ישנו חובת דיווח במקרים הבאים:

- פגיעה מינית או פיזית ע"י הורה
- פגיעה מינית ע"י אח או אחות
- פגיעה מינית או פיזית ע"י מי שאחראי על הילד כגון: קרוב משפחה, מורה, שמרטף וכיוצא באלה.
- פגיעה מינית בין ילדים במסגרת ביה"ס.

מהו "מרכז הגנה"?

מרכז הגנה הוא תכנית לאומית שמשרדיה נמצאים בארבעה מקומות מרכזים ברחבי הארץ: ירושלים, באר שבע, חיפה, ובית החולים תל השומר. במרכז הגנה פועלים עובדים סוציאליים מיומנים, חוקרים, רופא, ונציג פרקליטות המדינה. הם עובדים עם ילדים שנפגעו עד גיל 18 ועם ילדים שפוגעים עד לגיל 12, הגיל שמעליו חלה אחריות פלילית.

כל ההתערבויות הראשוניות מתרחשות תחת קורת גג אחת, בסביבה מאד תומכת, כדי שילדים ומשפחות לא יהיו חשופים לראיונות חוזרים במשרדים שונים. צוות מקצועי נותן המלצות לגבי התהליך החוקי והתהליך הטיפולי, ובמידת הצורך הם גם מדווחים למשטרה במקום המשפחה.

רב הילדים חווים את המפגש במרכז הגנה כחוויה מרפה. לאחר פגיעה, ילדים זקוקים ללגיטימציה, תמיכה, וביטחון שאכן ננקטות פעולות משמעותיות בעניינם.

לחוקרים הללו יש מנדט להעיד במקום הילדים הנפגעים במקרה שיוחלט על הליכים משפטיים, כדי למנוע חשיפה לטראומה נוספת.

מאשר בתחנת המשטרה, ואנשי לשכת הרווחה מלווים משפחות בתהליך החוקי והטיפולי. כשהמקרה עובר דרך פקידת הסעד, כל קטין רשאי לקבל טיפול חינם. לפקידת הסעד יש אפשרות במקרים מסוימים מאד לפנות לועדת פטור בפרקליטות, המורכבת מאנשי מקצוע שונים. לוועדה, שנמצאת תחת הפיקוח של פרקליטות המדינה, יש את האפשרות לאשר פטור מדיווח למשטרה בכפוף לתוכנית טיפולית. הועדה עשויה להתאים במקרים של פגיעה מינית בין אחים.

אחרי הכול, המטרה הניצבת מאחורי כל פעולה היא לדאוג להתערבות ולטיפול שיתאימו לכל הצדדים המעורבים. יש לשקול ולבדוק אינדיבידואלית מה הם הצרכים של כל צד, מבלי להקריב אחד בעבור האחר. בדרך כלל לקורבנות נדרש טיפול כדי שילמדו כיצד להתמודד עם הפגיעה. הפוגעים צריכים להיות מאובחנים, כדי לקבוע את רמת המסוכנות שלהם ומהו הטיפול המתאים עבורם.

ישנם כמה אפשרויות להגשת תלונה:

1. להורים שמורה הזכות להגיש תלונה ישירות בתחנת המשטרה. כאשר הילד המעורב הוא מתחת לגיל 14, המשפחה תוזמן למרכז הגנה לשם ראיון וחקירה, מכיוון שהמשטרה לא חוקרת ילדים בגיל זה. היתרון שיש להורים שמדווחים ישירות למשטרה הוא שניתנת להם הזכות לקבל מידע ועדכונים בתהליך של החקירה ובתהליך המשפטי.

2. במידה והורים מעדיפים שלא להגיש תלונה במשטרה, אבל כן מעוניינים שהילד שלהם יתושאל, הם יכולים ליצור קשר ישירות עם מרכז הגנה. ראיון מקצועי יכול לעזור להורים לוודא אם אכן הילד שלהם היה קורבן לפגיעה, ולבנות דרכי טיפול. במקרים בהם יש חובת דיווח, מרכז הגנה יכול להגיש תלונה במקום ההורים.

3. במקרים של פגיעה בתוך המשפחה, או כאשר הפוגע הוא קטין, הורים יכולים להגיש תלונה לפקידת הסעד, שנמצא במשרדי לשכת הרווחה במקום מגוריהם. היתרון בהגשת דיווח לפקידת הסעד הוא שההתערבות הראשונית היא יותר תומכת

בקרב הורים קיימת הנטייה להסתיר מידע משפטי מעיני ילדיהם, מתוך אמונה שבכך הם מגנים עליהם. לעומת זאת, רוב הילדים מבטאים את רצונם לדעת את פרטי המקרה מבחינה משפטית. בעבור הילדים ההרגשה שהם חלק מצוות, שבראשותו ניצבים ההורים, נותנת להם תחושת נוחות, רוגע והעצמה. הרגשה זו מרגיעה, ואף מהווה חלק מתהליך ההחלמה שלהם.

תכנית בטיחות

לעתים קרובות, ילדים שעברו פגיעה מינית חשים פגיעים ויש בהם פחד מפני פגיעה חוזרת. הם מפחדים שהפוגע יכעס עליהם מפני שהלשינו עליו ולכן יבקש לפגוע בהם. לפעמים הפחדים האלה באים לידי ביטוי בהתנהגות שאינה הולמת (ראו הבנת ההתמודדות של ילדים וכיצד לסייע להם). הורים יכולים לעזור לילד שלהם להבין את פחדיו ולתת להם לגיטימציה באמצעות יצירת תכנית בטיחות.

תכנית בטיחות כוללת בדרך כלל שני מרכיבים:

1. העלאת רמת הפיקוח וההגנה על ילדים שנמצאים בסכנה ממשית או שפשוט מרגישים פחד.
2. הכנה לפגישה עתידית עם הפוגע.

יצירת תכנית בטיחות ייחודית, המבוססת על המצב הספציפי של הילד, תסייע להפחית חרדה ולהגביר את תחושת הרווחה.

את דניאל, נער בן 12, הטריד אחד משכניו. השכן נשפט בבית המשפט לקטינים ונשלח למרכז טיפולי. כאשר תאריך השחרור של הפוגע התקרב, דניאל נעשה יותר ויותר מודאג. הוא בא אליי לטיפול לטווח קצר, שבמהלכו דמיינו את כל המקומות שבהם הוא יכול היה לפגוש את הילד המבוגר יותר ממנו לאחר שחרורו. לאחר מכן, הכנו רשימה מפורטת של פעולות ספציפיות שדניאל יכול לנקוט בכל מצב שיכולנו לדמיין. הוא עזב את המשרד שלי כשהוא מרגיש חרדה פחותה, מפני שהוא הרגיש מוכן להתמודדות.

האם הילד שלי יכול לפגוע מינית?

מחקרים מראים שרוב הילדים שעברו פגיעה מינית לא יפגעו לאחר מכן באחרים. עם זאת, לעתים קרובות הם מרגישים מושפלים, כועסים ואשמים, ועלולים להביא לידי ביטוי את הרגשות הללו באמצעות פגיעה, פיזית או רגשית, באחרים.

צבי, ילד בן שמונה, נפל קורבן לפגיעה מינית בידי שכן בן 15. הוא היה בהלם והיה לו קשה לבטא את רגשותיו כראוי. הוא כעס בקלות ולעתים קרובות היכה את אחיו. כללית הוא לא היה יכול לשלוט בעצמו. בטיפול, הוא למד שהאובייקט האמיתי שאליו יש לנתב את הכעס שלו הוא הפוגע, וכמו כן הוא למד לבטא את הרגשות האמיתיים שלו ולא לפגוע עוד באחיו.

ללא התערבות מתאימה, יש להניח כי צבי היה ממשיך לפגוע באחרים. באמצעות למידה כיצד להביא את עצמו לידי ביטוי, הוא היה מסוגל לבלום את ההתנהגויות הפוגעניות שלו.

לעומת זאת, חלק מהילדים מפנים את הכעס פנימה.

על, בת שש, נפלה קורבן לפגיעה מינית בידי אחיה גדול. היא הפכה לאלימה וניסתה לפגוע בעצמה באמצעות חפיצים חדים. בטיפול, היא למדה להפנות את הכעס שלה כלפי אחיה, לעבד את הרגשות שלה, ובסופו של דבר להכניס מחדש את המצב למסגרת הנאותה כדי שתוכל לחדש את הקשר עמו.

בעזרת התערבות מתאימה, ילדים יכולים לרכוש מיומנויות חדשות ולהפסיק לפגוע בעצמם או באחרים. מכיוון שילדים ובני נוער עדיין נמצאים בשלבים המוקדמים של התפתחות האישיים שלהם, הם יכולים לקבל עזרה מתאימה ולשנות את ההתנהגות ההרסנית שלהם. הסיכוי שמבוגרים פוגעים ישובו ויפגעו – אפילו לאחר שכבר נתפסו – הרבה יותר גדול מאשר בקרב פוגעים צעירים.

בקשת עזרה ותמיכה מחוץ למשפחה

במצבים טראומטיים ביותר, כמו למשל תאונות, מחלות, או מוות, משפחות מקבלות תמיכה רגשית וטכנית נרחבות מהקהילה. הפגיעה המינית בילד היא טראומטית. עם זאת, אנו יודעים כי התגובות לפגיעה מינית עשויות להיות בטווח שבין הבנה ותמיכה לבין האשמת הקורבן והגנה על העבריין. ההורים מוכרחים לחפש בזירות מי יכולים להיות תומכים. הפגיעות המיניות הן טראומטיות שלעצמן, גם בלי המתח הנוסף של לחצים חיצוניים.

עם זאת, ישנם מצבים שבהם הורים פונים לדמות סמכותית כדי שתעזור ותייעץ. אולם הם מוכרחים לקחת בחשבון שגם מי שבאמת רוצה לעזור, ייתכן שתפיסת העולם אינה עולה בקנה אחד עם זו של משפחתם. לעיתים, האנשים האלה מכירים את העבריין והם מגלים רצון למנוע את הדיווח על הפגיעה לגורמי אכיפת החוק, מפני שהם מאמינים בטעות כי הפוגעים יקבלו טיפול טוב יותר ונכון יותר במסגרת הקהילה.

דוד הוטרד מינית בידי מורה בבית הספר שלו. כשסיפר להוריו על הפגיעה, הם פנו מיד למנהל בית הספר. המנהל נראה מאד מודאג ואכפתי, והוא ביקש את רשות ההורים לטפל בעניין בעצמו. ההורים הסכימו. מיד לאחר מכן המנהל התעמת עם אותו מורה, וזה הכחיש את ההאשמות. המנהל מצא את עצמו בדילמה ולא ידע למי עליו להאמין. לאחר מכן הוא ביקש מההורים של דוד לקחת אותו לאיש

מקצוע במסגרת הקהילה כדי לקבוע אם הילד דובר אמת. אותו מטפל שראיין את הילד, לא קיבל שום הכשרה בתחום זה וכאשר הילד חש כי הוא אינו מאמין לו, הוא סירב לדבר בראיון. המנהל החליט להגן על המורה, וחש הקלה על כך ששום הטרדה מינית לא התרחשה בין כותלי בית הספר שלו. הוריו של דוד החליטו לבקש עזרה מחוץ לקהילת בית הספר. בסופו של דבר, נשלח דוד לתשאל ב"מרכז הגנה", ונמצא כי הוא דובר אמת. הוגשה תלונה במשטרה, ודוד הופנה לטיפול באמצעות לשכת הרווחה. אף כי בסופו של דבר בית הספר פיטר את המורה הפוגע, המנהל נותר כועס על דוד ועל הוריו מפני שחשפו את הפגיעה והשמיצו את בית הספר שלו. למרבה הצער, במקום לקבל את התמיכה שהוא היה זקוק לה נואשות, דוד נאלץ לעזוב את בית הספר.

מלבד ההורים, אין לילדים אף אחד שאמור לשמור ולהגן עליהם. הורים חייבים למצוא לעצמם תמיכה מספקת, כדי שיוכלו לתמוך בילד שלהם. למרות שלחצים חיצוניים יכולים להיות גדולים ביותר, הורים צריכים לסמוך על האינסטינקטים שלהם ולעשות את מה שהם חושבים לנכון בעבור הילד.

גם אם ההורים פעלו בדרך מסוימת, בעקבות עצה לא טובה שנתנה להם דמות סמכותית, הם צריכים לדעת שאף פעם אין זה מאוחר מדי לשנות את צורת התערבות. אין צורך להרגיש רע בגלל האפשרות שנעשתה טעות. התחושות הרעות מסיטות את ההורים מלהתרכז במה שנדרש בהווה, כלומר בטיפול בצורכי ילדיהם כיום. באהבה ובתמיכה, ולפעמים תוך כדי קבלת אחריות על טעות, הורים יכולים לעזור לילדיהם להחלים ולצמוח.

מילות סיום

המסר שלי אליכם הוא שאין זה משנה מה קרה, אם הילד שלכם נפל קורבן להתעללות בידי אדם זר, מורה, חבר, או בן משפחה, יש בידיכם הזדמנות ויכולת להשפיע על תהליך ההחלמה של ילדכם, ועל ההתפתחות הבריאה שלכם כמשפחה חזקה. תמיכה הורית היא המרכיב החשוב ביותר בתהליך ההחלמה של הילד. כדי לשאוב את הכוחות הדרושים לתמוך בילד שלכם בצורה מיטבית, עליכם להטיב עם עצמכם, לטפל בעצמכם ולהרפות מן ההאשמה העצמית. נסו להיצמד להווה במקום להתעכב על כל האמירות בנוסח "אילו רק" ו"הייתי צריך לעשות". במקום זאת, כדאי למקד את האנרגיה בחיזוק היחסים עם ילדיכם. אין שום סיבה שילדכם יעבור את חייו בתחושת קורבנות. טיפול ותמיכה הורית עשויים לעזור לילד להבין את מה שקרה בדרך מעצימה, אשר יכולה אף ליצור דימוי עצמי טוב. הלוואי שאפשר היה להבטיח לכם שלאחר שהטיפול יסתיים, הכול יהיה בסדר. אבל העובדה היא שבדומה לכל טראומה, בעיות עשויות לצוף מדי פעם מעל פני השטח. לעומת זאת, באמצעות ההבנה והתמיכה המתמשכות שלכם, יכולים ילדים לצלוח את הכישלונות האלה, לגדול ולהיות למבוגרים בריאים ומאושרים.

מסר מהורים להורים

מאת אמא לילדה בת שש:

"אני זוכרת שהרגשתי הלם, חוסר שליטה וזעם, יחד עם חוסר אמונה, והרבה אשמה שאולי יכולתי למנוע את הפגיעה. הפנייה למטפלת ועבודה על התכנים הקשורים, עזרו לילד שלי להחלים, ועזרו לי להיות אדם, והורה, חזק יותר".

מאת אמא לילד בן שמונה שנפגע בידי מורה:

"כששמעתי את הידיעה הנוראית שבני נפגע מינית, חוויתי רגשות עזים יחד עם תגובות פיזיות. הרגשתי פחד, הלם, שיתוק, אנרגיה מטורפת, כעס, רגשי אשם ובדידות. נכנסתי ויצאתי מהכחשה והיה לי קשה להירדם.

הדברים שעזרו לי לעבור את התקופה הזאת הם אמונה בה', תפילה, חיוביות, הרבה סבלנות, והומור. מצאתי שגישה זו השפיע על בני ועזרה לו להרגיש בטוח יותר. כשהעבר מאחורנו, אנחנו נמצאים היום במקום הרבה טוב יותר. אנו שמחים ורגועים עם תחושה של ביטחון עצמי. התחושה של אובדן וכאב לא נשתכח מאיתנו, אך אנחנו לא נותנים לזה להשתלט עלינו. אנחנו ממשיכים את חיינו היום יומיים ונהנים מהם ללא הגבלה.

אנו רוצים לנצל הזדמנות זאת להודות למטפלת מעומק ליבנו- למקצועיות והאמפתיה לאורך כל התהליך.

מאת אמא לילד בן 11 שנפגע מינית במעון יום:

אני אם לילד שבגיל שנתיים למד בגן ילדים שבו, יחד עם ילדים רבים אחרים, סבל מפגיעות פיזיות ומיניות על ידי איש צוות. הפגיעות נמשכו לאורך שנת הלימודים כולה. רק שנה מאוחר יותר, כאשר ספקולציות בדבר הפגיעות התפרסמו בקהילה והורים רבים העזו לדווח למשטרה על המעשים, רק אז סיפר לי בני על מה שקרה לו. עכשיו, כשהוא בן 10 ואותם אירועים טראומטיים הם כבר מזמן מאחורינו, יש דבר-מה שהייתי רוצה לחלוק עם אנשים אחרים שייתכן שהם נתונים במצב דומה לזה שאנו היינו בו.

ראשית, אין לנו יכולת או האפשרות לבחור מה יהיו האתגרים שנעמוד מולם בחיים. כל אדם ניצב מול אתגרים שונים, שנתפרו במיוחד בעבורו; זה לא משהו שאנחנו יכולים לבחור. כולנו רוצים להגן על הילדים שלנו, אבל המציאות היא שדברים כאלה יכולים לקרות לכל אחד מאיתנו ואין זה חשוב כמה ערניים ומעורבים אנחנו.

שנית, אתגר הוא תמיד גם הזדמנות ללמוד. אף אחד ולו אי-פעם במיליון שנים, לא היה

בוחר שהוא או הילד שלו ייפגעו, אבל כאשר זה כבר קרה, צריך להתייחס לזה כאל הזדמנות לעזור לאותו ילד.

לאורך המסע הזה, ישנם דברים שלמדתי על עצמי, על בעלי ועל הילד שלי, דברים שלעולם לא היו נחשפים אלמלא מה שעבר עלינו. באמצעות הדרכתה של מטפלת מקצועית ומנוסה מאוד, הצלחנו לעבוד יחד, ולעזור לבן שלנו להתאושש מהטראומה, ולבנות את עולמו הפנימי מחדש כדי שיהיה בריא וחזק. באמצעות הבנת חוויותיו ורגשותיו, עם הרבה הקשבה ואמונה, יכולנו לתמוך בו ובתהליך ההחלמה שעבר. ובדרך זו גם אנו החלמנו.

ככל שעוברות השנים, הכאב של הפגיעה נמוג, אבל זה לעולם לא נעלם לגמרי. הכאב יישאר תמיד, אבל אני מקווה שהמקרה יחשב רק תקלה בדרך המלאה בחיים נפלאים ובדברים חיוביים ויפים ולא כמסגרת שדרכה אנו רואים את חיינו.

מאת אמא לילד בן 11 שנפגע על יד מורה:

אנחנו שורדי התעללות במשפחתנו. הבן שלי היה הקרבן האמיתי, אבל המשפחה כאבה עמוקות והיתה מלאת רגשות סוערים וכעס כלפי הפוגע. למרות הזעם, היה עלינו להסתובב סביב בני עם תמיכה ואהבה ללא תנאי, כדי לסייע לו בהתחלת התהליך הטיפולי ולהשתלב חזרה במהלך חייו הצעירים. שוחחנו רבות וגם התווכחנו, אך תמיד עבדנו יחד כדי לתת לו גיבוי.

הרגע שבו נודע לי על דבר ההתעללות תמיד יהיה נצור בראשי. ההרגשה הייתה שהעולם מתנהל בהילוך איטי, כאילו ראשי מוחזק מתחת למים וישנו קושי תמידי לשאוף אוויר. המחשבות רצו וכל רצוני היה להיות עם בני, ולאחוז בו בחוזקה. זה לקח לי עוד מספר שעות שנדמו לנצח עד ששוב ראיתי אותו.

לבסוף לכשהגעתי הביתה, נתתי לו ממתק. הוא הביט בי ושאל למה זה מגיע לי. התיישבתי לידו על הספה והסתכלתי לתוך עיניו התמימות ונחנקתי מדמעות. אמרתי לו שזה בשביל ילד מיוחד שהיה לו סוד גדול ושהוא לא יצטרך להחזיק אותו יותר בפנים. סיפרתי לו שאני יודעת על הסוד ועל האיש הרע בבית הספר. הוא הסתכל עלי עם פה פעור והעניים פקוחות לרווחה, ושאל אותי איך אני יודעת ומי סיפר לי. באותו רגע ידעתי שהסיפור אמיתי. זה היה הרגע שבו נשמתי נשימה ארוכה לאחר שעות.

ידעתי שהרע ביותר מאחורי, למרות שלא יכולתי לדעת מה צופן לנו העתיד. ניסיתי לא לשאול אותו הרבה שאלות וכל שרציתי היה לגונן עליו ולדאוג לו שירגיש בטוח, דבר שלא הצלחתי לעשות עד אז.

המקרה ארע לפני שלש שנים ותהליך ההחלמה מאחורנו. אנחנו מדברים בפתיחות על מה שקרה ולפעמים בני שואל על הפוגע. לאחרונה הוא ביקש לראות תמונה שלו, ואני מודה על כך שאין לי.

היום בני הוא ילד חזק ונבון אך יחד עם זאת, צעיר ותמים ששואל המון שאלות. הדבר החשוב ביותר שעשיתי בזמנו היה לתת בו אמון, לתמוך בו ללא תנאי ולקבל אותו כפי שהוא עם החוויות, הפחדים, והצרכים שלו. בני עדין עובד על שיקום האמון והקשר בבעלי תפקידים שהם גברים. אך יחד עם זאת, הוא יודע שבכל מקום שהוא ימצא, הוא יוכל לסמוך על הוריו ואחיו שאוהבים אותו, ותומכים בו בכל מצב שהוא ימצא בו. ועל כן, אנו מודים על חיזוק הקשר שבינינו.

מאת אבא של שתי בנות שנפגעו על ידי הסבא:

חשבתי שהסיפור שלי הוא משהו שקורה רק לאנשים אחרים, לא לי ולא למשפחתי. ההרגשה שהרגשתי, הבכי והדמעות, ההחלטות שהייתי צריך לקבל- לא חשבתי שאלו דברים שאדם נורמלי צריך להתמודד איתם. אך כפי שלמדתי, כל הדברים האלה אכן קורים במציאות והם קרו לי.

הורי גרים בנתניה, ובאופן קבוע אנו מבלים איתם שבתות. במשך אחת מהשבתות האלה, קראה לי אשתי לחדר השינה שלנו באחר הצהריים של אותה שבת, מצאתי את בנותי, בנות התשע וה-13 ממתנינות לי יחד איתה שם. אשתי סגרה את הדלת אחרי והודיע לי "לילדות שלך יש משהו לספר" בשום מצב לא הייתי מוכן למה ששמעתי, ובוודאי לא הייתה לי הכנה להתמודד עם הדברים הללו. אך ברוך ה' הגבתי באופן רגוע למה ששמעתי.

ביתי הצעירה דיברה תחילה. היא אמרה "אתמול סבא קרה לי למשרד שלו ושאל אותי אם אני אוהבת מסג'". היא המשיכה לתאר איך סבא שלה, אבא שלי, פגע בה מינית. הייתי בשוק ופשוט הייתי משותק. רציתי לדעת יותר, לזהות אם זוהי האמת. שאלתי אותה אם יש עוד פרטים. בשלב זה, אחותה הגדולה המשיכה לספר סיפור דומה שהתרחש גם הוא במשך השבת.

בנותי לא ידעו כיצד להגיב לאחר הניסיונות הללו. יכול להיות שהסבא האהוב עליהם, שהן הכירו במשך כל חייהן הוא אדם פוגע? האם אכן הייתה פה פגיעה מינית? האם מדובר בטעות? בתחילה הבנות היו מבולבלות, מפוחדות והרגישו בודדות. ביתי הצעירה שאלה את אחותה הגדולה "האם סבא נוגע כך בצורה מוזרה?" כשהתשובה הייתה כן, הן הבינו שמשהו כאן לא בסדר, והן פנו לאשתי וסיפרו לה.

בהתחלה אשתי לא האמינה. היא חשבה שאולי הן לא הבינו נכון. אך ליתר ביטחון, היא ביקשה מהן להישאר לידה. לרגע הלכה אשתי לשירותים, מיד לאחר מכן אבי קרה לביתי הקטנה למשרד. לאחר שהוא נגע בה ונתן לה מסג', הוא הזהיר אותה לא לספר לאף אחד. כשאשתי יצאה מהשירותים, היא מצאה את ביתנו בוכה, ואז היא הבינה שהסיפור הוא אמיתי, וזה הרגע שבו היא קראה לי.

לאחר ששמעתי את כל הפרטים, חיבקתי את בנותי ואמרתי להן שהן קדושות וטהורות ולא עשו דבר שהוא לא בסדר. אמרתי להן שלסבא שלהן יש בעיה קשה. סיפרתי להן שקשישים לפעמים לא מודעים לעצמם, ועושים דברים מוזרים. אמרתי שאין מה לדאוג יותר, כי אנחנו לשמור עליהן וזה לא יקרה שוב.

המשך השבת היה מתוח בלשון המעטה. המשכנו כאילו שהכל בסדר, אך בפנים פחדנו, והרגשנו שחרב עולמנו. ידענו שהמשפחה הנהדרת שכל כך אהבנו, לעולם לא תשוב להיות מה שהייתה.

כשהגענו הביתה, אשתי ואני שוחחנו שוב על המצב. אבי היה בן 70. אולי הוא התחיל להיות סניילי? אבל נראה כי הוא היה שפוי לגמרי כשהוא הזהיר את ביתי לא לספר, נכון? האם כדאי לנו להתרחק מהורי ולא לבקר אותם שוב? האם בנותי יהיו זקוקות לטיפול? האם אבי למעשה פוגע סדרתי באופן מיני, והאם הוא מסוכן לחברה? ומה עם אמי המסכנה? האם היא ידעה עליו במשך כל השנים? מה יקרה אם אני אתעמת איתם? האם הם יתגרשו? האם אבי יתאבד? אולי הוא יהרוג את אמי ואחר כך יתאבד.

המוח שלי רץ הלאה והלאה. הייתי במצב של בלגן מוחלט. לא יכולתי לאכול, לישון, או לחשוב בברור. לא היה לי מושג מה לעשות או עם מי לדבר. התקשרתי לקו החם של "מגן". סיפרתי להם מה קרה לבנותי. כשהאדם מהצד השני של הקו שאל אותי מי הפוגע, נשברתי ובכיתי ואמרתי לו שזה "אבי".
ב"מגן" עודדו אותי ותמכו בי, והייתי זקוק לזה מאד.

האהבה והמחויבות שלי לבנותי ולאבי קרעו אותי מבפנים. תחושות הכאב, העצב, והאבידה היו בלתי נסבלים. הייתי בקונפליקט אדיר. דמיינתי את אבא שלי מושפל כשעוצרים אותו במקום ציבורי, ובהמשך בתהליך המשפטי. דמיינתי אותו, איש נחמד בן 70 עובר התעללות בבית הסוהר. דמיינתי את אימי בוכה ובוכה ולא מפסיקה, על הטרגדיה שפקדה את משפחתנו.

לאחר התייעצות עם רב, ובדיקה של האפשרויות העומדות בפנינו, היה ברור שהבנות שלנו יצטרכו להיפגש עם איש מקצוע. הן היו זקוקות לטיפול בהקדם האפשרי תוך כדי זה שהן מבינות שהן לא אשמות. כל דבר אחר היה מסכן את בריאותם הנפשית.
בקיצור, כדי לעשות את הדבר הכי נכון עבור בנותינו, היינו חייבים לדווח על דבר הפגיעות. היה עלינו לעבוד במסגרת החוק. יחד עם זאת היה עלינו לדאוג שאבי יקבל את הטיפול הכי טוב עבורו, למרות מה שהוא עשה. לא רציתי שבית המשפט יהפוך את אבי לדוגמא. רק רציתי להשיג עזרה מתאימה לילדיי ולאבי.

הסיפור שלנו עוד לא נגמר, אך התוצאות עד כה היו טובות בהרבה מכל מה שדמיינתי. אנו ממשיכים להרגיש את הכאב, במיוחד באירועים משפחתיים שבהם יש קשיים לוגיסטיים לא פשוטים. בנותי מקבלות היום את הטיפול והתמיכה שהן זקוקות להם. אבי, שהודה במעשיו, ביקש ומקבל את הטיפול המתאים תחת ההשגחה של שרותי הרווחה. אשתי ואני סוף סוף ישנים בלילות בידיעה שעשינו את הדבר הנכון ביותר לטובת כל המעורבים.

אודות הסופרת:

הליס פולק, עובדת סוציאלית ומטפלת, מקדמת את זכויות הילד למעלה מ- 25 שנים. בעלת ניסיון בשרותי הרווחה כפקידת סעד לחוק נוער, ובמועצה הלאומית לשלום הילד. בבית חולים הדסה נמנתה על הצוות העוסק בילדים בסיכון, ושימשה בתפקידים נוספים.

הליס עבדה כפסיכותרפיסטית עם נפגעי התעללות מינית ועם פוגעים מינית, במסגרת מיטל ובתחנה לבריאות הנפש בבית שמש.

בעשר השנים האחרונות היא עובדת בקליניקה פרטית, בעיקר עם משפחות המתמודדות עם פגיעות מיניות. היא יועצת למוסדות חינוך ולעמותת מגן ארגון להגנה על ילדים באמצעות העלאת המודעות, וסיוע ותמיכה למשפחות.

מקורות:

מרכז ההגנה לילדים ובני נוער

ימים א'-ה', בין השעות 8:00-16:00

ניתן לפנות או להתייעץ. פגישות בתיאום טלפוני.

ירושלים: טל: 02-6448844

תל השומר: טל: 03-5353590

באר שבע: טל: 08-6442804

חיפה: טל: 04-6042024

המועצה הלאומית לשלום הילד

ארגון עצמאי הפועל לקידום זכויות הילד בתחומים רבים ומגוונים.

ניתן לפנות לקבלת סיוע או להתייעצות בכל נושא,

ובכלל זה לדווח על ילדים בסיכון.

טל: 02-6780606

אל"י- אגודה להגנת הילד

ניתן לפנות להתייעצות או לדווח על ילדים בסיכון.

באזורים מסוימים ישנם מרכזים טיפוליים.

03-6091920, קו חם- 966-223-800-1

מגן-ארגון להגנת ילדים בבית שמש

ניתן לפנות להתייעצות ולסיוע גם מאזורים אחרים,

כמו כן, לקבלת ייעוץ בבניית ארגונים דומים בקהילות אחרות.

טל: 02-9999678

