

ניצולים, פסיכולוגיה

הקדמה

במישרין או בעקיפין הטביעה השואה את חותמה על כולנו. היא היתה טראומה של האנושות כולה וחידה מפלצתית לכל תחומי המחשבה האנושית. כל השוואה עם מצבי דיכוי אחרים היא אפוא בריחה ובנליזציה של ההווה האנושית. השואה גם הרסה במידה ניכרת את הגישה האופטימית לאנושות ולמיתוס של תרבות וקדמה ביחסי אנוש וביחסי עמים. חידה היא, איך אירע שהמחשבה להשמיד בני-אדם הופיעה בצורה שיטתית כביטוי של מערכות מחשבתיות ורגשיות מורכבות אצל בני המאה שלנו. כל המחקרים שנעשו עד כה בפסיכולוגיה, בסוציולוגיה ובפסיכיאטריה משיבים על כך חלקית בלבד.

ואולם, יש משום פרדוקס בכך שהשואה, עם כל הטראומטי שבה, מעלה גם שביבי תקווה לנצחון החיים על המוות ועל החורבן. הדבר מתברר יותר ויותר מחקירת השינויים המאוחרים בקרב הניצולים בארצות שונות באירופה, בישראל ובארצות-הברית, ומתבוננת ביחסיהם בתוך משפחותיהם, במיוחד עם ילדיהם.

המושגים המוקדמים שקבעו פאול פרידמן (1947), א. מינקובסקי (1946) וליאו אייטינגר (1964) הם תוצאת התצפיות המוקדמות בניצולים שנפגעו. ואולם, אין להבין את מלוא השפעתה של השואה רק באמצעות מחקר הניצול היחיד, ויש להתבונן גם ביחסם של הניצולים אל משפחותיהם ובמיוחד אל ילדיהם. יתרה מזו, יש להביא בחשבון את כול ההתנסויות של הניצולים, הן בעת השואה והן אחריה.

גישות שונות לחווית הניצולים

נתפרסמו דעות רבות ומנוגדות על קורבנות השואה וניצוליה, המבוססות על רקע תרבותי שונה של הכותבים, על התנסויות אישיות מגוונות ועל מסורות אינטלקטואליות ודיסציפלינות מדעיות שונות שלהם. כך, למשל, באות לידי ביטוי שתי השקפות מנוגדות בעיקרן בעבודותיהם של בטלהיים ושל טרנס דה פרה (ראה ביבליוגרפיה). השקפתו של בטלהיים על התנהגות אנושית והישרדות במחנות הריכוז השפיעה על החשיבה ועיצבה אותה בכל הנוגע לניצולי השואה באירופה שבשלטון הנאצים.

הנקודה המכרעת אצל בטלהיים, כפי שהיא מובעת בספרו 'The Informed Heart' (ראה ביבליוגרפיה), בפרק 'הגדרה עצמית', היא קיום האידיאל של הגשמת האוטונומיה האישית בכל התנאים, שלדעתו אותה השיג הוא עצמו בהיותו כלוא בשנת 1938 ב*דכאו. נראה שבטלהיים חש צורך באשליה ובמחשבה המנחמת, שגם בעולם המטורף של מחנות הריכוז נשמרה ליחיד יכולת מסויימת של חופש פעולה ואוטונומיה נפשית. בניגוד לתיאור שהוא של עצמו מתאר בטלהיים את הניצולים האחרים כקבוצה גרסיונית של בני-אדם כנועים, שהצלחם נקנתה במחיר של ויתור על האוטונומיה שלהם ועל הביטוי העצמי, וחייהם אחרי שחרורם המשיכו לעמוד בסימן רגרסיה נפשית וחברתית.



דה פרה ניגש אל הניצול מדיסציפלינה שונה. הוא מטיל ספק ברלוונטיות של התיאוריה הפסיכואנאליטית להבנת השואה, ומתאר את האיכות האנושית מאוד של חוויות השואה של הניצול בהיבטיהן המשפיליים והנשגבים ביותר. ואולם, אין הוא עוסק בעברו האישי של הניצול קודם לשואה, במשפחתו ובאישיותו. שתי הגישות כאחת אינן מביאות בחשבון את עברם של הניצולים ואת השפעתו הפסיכולוגית עליהם, הן כיחידים והן כקבוצה בעלת ערכים ומסורות יקרות ללב. ההגנות המסורתיות של היהודים שהועברו מדור לדור, שאיפיינו את חוויית השואה ושהשפיעו על הניצולים ועל הסתגלותם לחיים אחרי השחרור, אינן זוכות לשימת-ליבם של בטלהיים ודה פרה כאחד.

האידיאולוגיה הגזענית הנאצית ומעשי הרדיפות התייחסו לא רק ליחיד ולקהילה הנרדפים, אלא גם, ובעיקר, לתרבות הספציפית שהיתה חלק מאישיותו של כל יחיד במיעוט הנרדף. ומכיוון שהטראומה היתה אינדיווידואלית וקולקטיבית כאחת, עשו הרוב מאמצים רבים ליצור מעין 'משפחה חדשה', שתמלא את מקומה של המשפחה הגרעינית שאבדה. קבוצת החברים הקטנה ההיא פעלה בשנות השואה בצוותה, התחלקה בכל המשאבים הבסיסיים והיתה מאוחדת אף בעמדותיה כלפי הנוגשים הנאצים, שאותם נטו להפוך מדמויות של רוצחים כול-יכולים ליצורים נלעגים. חוויות משותפות שבהן התחלקו חברי הקבוצה, סיפורים על העבר, דמיונות לגבי העתיד, תפילות משותפות וכן שירה וביטוי של השאיפות האנושיות והאישיות לתקווה ולאהבה, סייעו לקורבנות נגד הדה-הומניזציה והרגרסיה המוחלטת, והיו גורם תומך.

אחדות מן ההגנות היו מסורתיות. עמהן נמנו הומור קודר או אירוניה חריפה כלפי עצמם וכלפי התוקפן; הזדהות עם קדושים-מעונים מן העבר שמתו על קידוש השם; הזדהות עם אידיאולוגיות, בין דתיות ובין פוליטיות, כגון אותן הדוגלות בסוציאליזם אוניוורסלי; כינון מערכות תמיכה חברתית בעלות אופי מיוחד ויצירת דמיונות. הדמיון היה אמצעי חשוב להשתחרר מן המציאות המתסכלת, בפתחו פתח לתוכניות לעתיד הרחוק ובדרבנו לפעילות מיידית. הדמיון גם איפשר להפוך את הדימוי האישי מקורבן לגיבור. יכולתנו להבין את דמותם של הניצולים נפגמת אם נתעלם ממערכות ההגנות והן ומגורמים כגון מבנה המשפחה הקודמת, החוויה האישית על תהפוכותיה לפני השואה וכן אישיותו של היחיד ושלב ההתפתחות שבו היה בשעת הטראומה.

תכופות עברו הניצולים כמה שלבים של תגובות פסיכופיסיולוגיות, ובכללן שלב ראשון של ניסיון לשלוט על מה שניתן לשליטה ולהצלה בדרך של הגברת הקשרים הרגשיים אל המשפחה והחברים, מלווה, בגטאות, בהגברת ההתנגדות לכובש הנאצי ולנציגיו, עד לשלב האחרון של צייתנות סבילה לרודפים. אפשר להבין את השלבים הללו כתקופות ניסיון שכרוכות בהן הסתגלות והתפתחות של מנגנונים מיוחדים להתמודדות עם המתחים והסכנות של המציאות המחרידה של השואה.

התמונה האחידה, שלפיה מצטיירים ניצולי השואה כסובלים מתסמונת מחנה ריכוז סטטית (כפי שתואר הדבר סמוך לשחרור), אינה סטטית כלל.

מטרת המחקרים שנערכו מיד לאחר השחרור היתה לקבוע מה הן תוצאות החוויות שעברו על הניצולים (כפי שנתגלו ב'תסמונת מחנה הריכוז', שהוכרה כדפוס פסיכו-פתולוגי של הניצולים). לפיכך התמקד המחקר הקליני והתיאורטי בפסיכופתולוגיה יותר מאשר בשאלת ההתמודדות וההתפתחות של דרכי



הסתגלות מסויימת בעת השואה ואחרי השחרור. תיאור תסמונת הניצול בסוף שנות ה-50 וה-60 יצר קטיגוריה חדשה של אבחנה בפסיכולוגיה ובמדעי ההתנהגות, והיה למודל שמאז ואילך הוא מושג מרכזי לבדיקת התוצאות של מצבי לחץ 'קטסטרופיים'.

במחקרים שנערכו אחר כך התברר, כי מנגנוני ההתמודדות של הניצולים עוצבו באופן ייחודי על-פי חוויות הילדות שלהם, אופני התפתחותם, הקונסטלציות המשפחתיות והקשרים הריגושיים בתוך המשפחה. העבודה הטיפולית בניצולים לימדה לשאול שאלות ספציפיות שעניינן הבדלים אלה: כמה זמן נמשך תהליך הטראומה שעבר היחיד? האם היה בעת השואה לבדו או בחברת בני משפחתו וידידים? האם היה במחנה או במקום מחבוא? האם השתמש במסמכים 'אריים' מזוייפים? האם היה עד לרצח המונים בגטו או במחנה? מה היו מערכות התמיכה שלו – ידידים ומשפחה – ואילו קשרים חברתיים היו לו? התברר כי נסיונותיהם של אותם שהיו מסוגלים להתנגד באופן פעיל למדכאיהם, אם במחתרת ואם בקרב הפרטיזנים, היו שונים בכל המובנים מנסיונותיהם של אותם שהיו קורבנות סבילים במחנות ההשמדה.

הניצולים עוררו רגשות מעורבים של פחד, השתוממות, אשמה, חמלה וחרדה בכל חברה שבה הקימו את ביתם החדש, והדבר הקשה את תהליך החלמתם והשתלבותם בחברה שבקרבה התיישבו. יחסי הגומלין המיוחדים שבין הניצול לחברה שבה הקים את ביתו החדש היו טבועים ברגשות דו-ערכיים. הכרת גורלם של הניצול ומשפחתו בחברות שונות (בישראל, בארצות-הברית, בערים, בקיבוצים), חיונית להבנת האופן שבו מעצבת הסביבה את המבנים והזהויות של משפחות הניצולים. ואולם, עשרות שנים אחרי השואה דומה שמותר לומר בוודאות כי רוב הניצולים הצליחו לשקם את כוחות ה'אני' שלהם, וחזרו ועלו לפסים שבהם היו חיייהם יכולים להתנהל לפני השואה. דבר זה נכון במיוחד לגבי אותם שבימי השואה היו מתבגרים או צעירים.

משפחות הניצולים פיתחו חיים בעלי מבנה משפחתי מגובש וסגנון משפחתי והתייחסות מיוחדים לנושאים כגון המשכיות פסיכו-ביולוגית, פחדים מפני פירוד, פחד מפני מחלה ממושכת ומוות. את המגעים בין הדורות איפיינה תלות-גומלין עזה שבאה לידי ביטוי במעורבות יתרה, בקשיי פרידה, בדרישות להישגים חברתיים וכלכליים ובציות לערכים חיצוניים ולסטנדרטים פנימיים. מחקרים הראו כי שוב איננו יכולים לדבר על העברה של פסיכופתולוגיה מדור לדור, אלא על העברת מוטיווים משותפים, מיתולוגיות, נושאים ורגישויות משותפים בתוך המשפחות בין הדורות.

נסיון השואה מלמד, שיכולים בני-אדם לעבור חוויות טראומטיות קיצוניות מבלי שיסבלו מנסיגה מוחלטת ומבלי שיאבדו את יכולתם לשקם את כוחות ה'אני' שלהם. למדנו שלעיתים קרובות התעלמה החברה, בגלל בעיותיה היא, מצורכי הניצולים בביטחון, במתן אהבה ובקבלתה, ושהניצולים, שניצבו זמן רב מול מציאות זו, הבינו שעליהם לוותר על משאלותיהם המודעות והלא-מודעות. הם למדו קוגניטיביות ורגשית שעליהם להתאים את חלומותיהם האוטופיים למציאות הפסיכו-חברתית בחברה שהיתה מוכת רגשות אשמה על אי-יכולתה לסייע ולהציל, ולפיכך השתמשה במנגנוני הכחשה והימנעות ביחסה לניצולים, חברה שהתייסרה בעצמה בחרדות מפני מלחמה ובפחדים מפני הרס עצמי וחוסר-אונים בהתמודדות עם הסביבה העויינת ועם התוקפן החבוי בכל אדם. בתהליך ההסתגלות לחיים גילו הניצולים את הכוחות



הנפשיים הטמונים בהם, שבאו לידי ביטוי בשלבים השונים של חייהם לאחר המלחמה, במחנות העקורים, בעת ההגירה, ובתהליך בניית חייהם במולדתם החדשה.