לרעיון של העברה בינדורית של טראומה נוכחות משמעותית לא רק בכתיבה המקצועית אלא גם בתרבות שלנו, בעיתונות הפופולארית, ובכתיבה לקהל הרחב. דוגמא מהעת האחרונה הינה מאמר שהתפרסם במוסף גלריה של הארץ ב23.6.22 שעסק בספרה של ד"ר גלית אטלס, "ירושה רגשית". אטלס הינה פסיכואנליטיקאית ישראלית הפועלת בניו יורק, ובראיון איתה שזורים תיאורי מקרה דרמטיים וסוחפים המתארים את הדרך בה טראומות של דור ההורים מחלחלות לדור הילדים. אלה מוצאים עצמם סובלים מקשיים וחרדות שהועברו אליהם, לעיתים קרובות באופן לא מודע, מהוריהם. הכתבה גם מתארת כיצד העלאה למודעות של תהליכי העברה אלו, והבנה של הרגשות הכרוכים בהם, עשויים להביא מזור. כמו שכתבה הפסיכואנליטיקאית הנודעת סלמה פרייברג בדרכה המטפורית והעוצמתית, בחדרי הילדים שוכנות רוחות רפאים – אלו הן החוויות הבלתי מעובדות של ההורים, והילד, לימים בוגר, מוצא עצמו משחק תפקיד בדרמה שאת מקורותיה אינו מכיר. הכרות ואף התיידדות עם הרוחות המבהילות עוזרת למטופל לנטרל לפחות חלק מההשפעה הפוגענית שלהם. אין ספק כי רעיון זה הינה בעל תוקף קליני רב, וסייע למטפלים רבים לעזור למטופליהם להבין את מקור המצוקה שלהם, לקחת בעלות על סיפור חייהם, ולפתח תחושות שליטה ואוטונומיה רבות יותר. מטופלים רבים אף יחוו כתוצאה מתהליך זה שיפור ניכר ביחסים הקרובים עם בני/בנות זוג, ילדים, הורים, ובני משפחה נוספים.

אבל – וזהו אבל גדול מאד – למרות שההעברה הבינדורית המתוארת של טראומה אכן מתרחשת לעיתים, היא אינה מחויבת המציאות. יש לזכור כי התאוריה נשענת בעיקר על עבודה קלינית רטרוספקטיבית, שבה המטפל והמטופל מתבוננים אחורה ושוזרים נרטיב קוהרנטי הקושר את טראומת ההורה למהלך חייו ומצוקותיו של הילד והמבוגר. אין לבלבל בין אמת נרטיבית זו לבין המציאות, עם זאת. ראשית, מדובר על הבנייה של המציאות המושפעת לא רק ממה ש"קרה" אלא במידה לא פחותה גם ממצבו הנפשי הנוכחי של המטופל. בנוסף, חסרה לנו "קבוצת הביקורת": אנשים שחוו חוויות דומות ואף גרועות מאלה של המטופל שאינם מראים תסמינים, קשיים, ומצוקות, ואף מראים well being, יצירתיות, ויחסים בינאישיים מתגמלים וחיוביים. רוב הסיכויים שאלה לא ירגישו צורך להגיע לחדר הטיפולים, ולכן התיאוריות המבוססות על ניסיון קליני מוטות לכוון של מציאת קשר בין קשיי ההווה להתנסויות העבר, ובמיוחד לטראומות ילדות. אבל, מצבים של חוסן בבגרות למרות עבר טראומתי קיימים ואף נתמכים על ידי מחקרים רבים. למשל, מחקרי אורך פרוספקטיביים רבים מראים שלא בכל תנאי טראומות ההורה מועברות. גורמי מגן וחוסן בהורה שחווה את הטראומה (למשל, יכולות רפלקטיביות או קשר זוגי טוב), בילד (למשל, אינטיליגנציה, מאפיינים מזגיים, וכישורים חברתיים), ובסביבה (למשל, מערכות יחסים קרובות המעניקות התנסויות חיוביות) יכולים כולם לסייע ב"שבירת" מחזור ההעברה הבינדורית.

במקום לדמיין חץ שלוח מטראומת העבר של ההורה למצוקות הילד ובהמשך המבוגר המודלים ההתפתחותיים העדכניים מדמים את ההתפתחות לcascade – סדרה של מפלים, מעין נקודות צומת התפתחותיות. בכל צומת כזו התפתחות הילד יכולה לפנות לכוון המיטיב או לכוון שאינו מיטיב. הפניה כמובן אינה רק עניין של רצונו של הילד או האדם אלא תוצר של התלכדות של גורמים רבים, חלקם

מחוץ לשליטתו של האדם (במיוחד כאשר מדובר בילדים). ככל שמצטברות פניות לכוונים שאינן מיטיבים לאורך ההתפתחות קשה יותר לחזור לדרך המלך, אך זה לעולם לא בלתי אפשרי. חשוב לציין שמודל זה, על ההיגיון הרב שבו, אינו רק תאורטי. הוא נתמך על ידי מחקרי אורך מרשימים ביותר כגון זה של Dodge ועמיתיו (2008). במחקרים אלה רואים איך מצד אחד דרגות החופש ההתפתחותיות מצטמצמות עם כל פניה שאינה מיטיבה, אך מצד שני העבר אינו גורל: בכל נקודת צומת התפתחותית יהיה אחוז מסויים של ילדים שימשיכו לכוון המיטיב אף אם ההיסטוריה שלהם עד נקודה זו כללה רצף של צמתים בהם החיים הובילו אותם לכוונים שאינן מיטיבים.

לתובנות הנגזרות מתפיסה זו חשיבות לא רק מנקודת המבט של התוקף המחקרי אלא גם לחשיבה הטיפולית שלנו. תפיסה דטרמיניסטית וליניארית של העברה בינדורית מעניקה מקום קטן לשינוי עבור האדם הסובל: הרי טראומות ההורה הינה מציאות היסטורית אותה לא ניתן לשנות. זו אמנם תחושה סובייקטיבית של מטופלים מסויימים: טראומות העבר היו כה קשות שהסבל הינו עז ואין מוצא ממנו. אך כאמור, המחקר אינו תומך בתמונה דטרמיניסטית זו וחשוב שהמטפלים יהיו מודעים לכך. בנוסף, תפיסה זו גם מגלמת בתוכה "כתב האשמה" לא הוגן כלפי ההורים: לא רק שהם חוו טראומות קשות, אלא שלמרות מאמציהם להיות הורים מיטיבים ולגונן על ילדיהם מפני החוויות הקשות אותם חוו מנגנון ההעברה ה"ערמומי" חזק יותר. כאמור, הנתונים אינם תומכים בכך, ולכן למרות החשיבות הרבה ברעיון ההעברה הבינדורית לגבי *חלק* מהמקרים, הדטרמיניזם המוצג אינו כורח המציאות.

פרופ' דוד אופנהיים, בית הספר למדעי הפסיכולוגיה, אוניברסיטת חיפה

Dodge, K.A., Greenberg, M.T., Malone, P.S. and …. (2008), Testing an Idealized Dynamic Cascade Model of the Development of Serious Violence in Adolescence. *Child Development, 79,* 1907-1927. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01233.x