



19.22x30.08	1/4	עמוד 14	הארץ - מוסף הארץ	14/02/2025	93126341-9
אוניברסיטת תל אביב מחקרים של אוניברסיטת תל אביב - 24634					

הלוחמים חזרו הביתה, וכל פיפס מקפיץ אותם.  
 כך משפיעה המלחמה על אלימות במשפחה  
 איילת שני עמוד 14



אני בשיחה איילת שני  
 צילום: תומר אפלבוים

## "חיילים חוזרים הביתה, והאמהות שלהם מפחדות מהם"

איך משפיעה המלחמה על האלימות במשפחה?  
 שיחה עם העובדת הסוציאלית ד"ר דניאלה שבאר שפירא

**ס**פרי קצת על עצמך, על מה שאת עושה. אני עובדת סוציאלית. אני מטפלת בנשים נפגעות אלימות בווגיות ובנשים ובגברים נפגעי טראומה מינית וטראומה מורכבת. אני מלמדת על התחום באוניברסיטת תל אביב, ועו"ס קת גם בהכשרת צוותים ובהדרכת עובדות סוציאליות שעוסקות בו. אולי נתחיל מהקשר המתבקש והידוע בין מלחמה בחוץ לבין אלימות בבית.

קשר הדוק ומגובה במחקרים, בישראל ובעו"ל. חיים בצל מלחמה מגבירים את האלימות בווגיות וכמשפחה. מלחמה מייצרת חוסר ודאות, מצוקה, סטרס וחרדות. היא מערערת את התפקוד הגברי, וכמוכן – גברים ונשים שסובלים מפוסט טראומה, שמתבטאת בעוררות יתר וקשיים בוויסות, תופעות שנקשרות לעלייה באלימות בווגיות.

אנחנו למודי מלחמות, אבל המלחמה הזאת שונה. מכל הבחינות. היא החלה בטראומה מחרידה, ואנחנו עדיין בעיצומה. ככל שהמלחמה נמשכת, וההטופים לא שבים, הטרואומה on going טראומה.

כאשר האירוע הוא חד-פעמי, גם אם הוא קשה מאוד, כל הכוחות הנפשיים מופנים כדי לשאת את האירוע הטרואומטי, ואחריו הנפש יכולה להירגע ואפשר לעשות עבודה משמעותית לריפוי. כשהטרואומה מתמשכת, הכוחות הנפשיים הולכים ומיילדלים, והטרואומה בעצם הופכת למכנה שסביבו הנפש מתארגנת. זה כבר לא אירוע, זה מצב. בהקשר של אלימות במשפחה, מחקרים מראים שגם כמצבי שגרה, הפרה של מאזן הכוחות במשפחה וחוסר ביטחון תעסוקתי כרוכים בעלייה באלימות. אנחנו במצב כזה, כבר זמן ממושך. אי הוודאות גדולה יותר, המצוקה הנפשית גדולה יותר, גברים רבים יוצאים שוב ושוב למילואים והביטחון התעסוקתי שלהם מתערער. מקומות העבודה כבר לא סבלניים כמו בתחילת המלחמה, וזה מייצר המון

סטרס. בעצם, ככל שהמלחמה הזאת נמשכת, יותר ויותר גברים נקלעים למצבים ולקבוצות סיכון שמוכרים לנו כמגברי אלימות. אני מרגישה שהמלחמה הזאת שונה גם משום שנפרצו כל הגבולות. האלימות הוכשרה. שיאים של רציחות, ולאף אחד לא אכפת. נשק מחולק בחופשיות. זה נורמל לגמרי שאזרחים נושאי נשק מחסלים מחבלים – ואזרח תמים – באמצע הרחוב. פיגועים הם בכלל כבר סוג של בייסליין. אף אחד לא מתרגש מזה בכלל. אנחנו טובעים באלימות ובמוות. את יודעת שהאלימות גאתה גם בחודשים של ההפיכה המשטרית שקדמו למלחמה? היה שיא בפניות של נשים למרכזי טיפול באלימות. המק"לטים היו מפוצצים כפי שלא היו מעולם. למה את מייחסת את זה?

אני חושבת שהיתה תחושה של שמיטת הקרקע. שהכל מותר. שהאלימות מותרת במרחב הציבורי. ששוטרים לא באמת מגנים על אזרחים. אין דין ואין דיין. אגב, מעניין שבתקופה הזאת, גם אנשים שתמכו בהפיכה המשפטית דיווחו שהם מדוכאים יותר. במצב של אי שקט חברתי גדול, יש אי ודאות ושפה אלימה. כשזו המציאות בחוץ היא תמיד תולוג לתוך המשפחה. אחד הדברים שהמלחמה הזאת יצרה, ובוה אני מסכימה איתך, זו האדרה של האלימות והתוקפנות, לא רק כאקט שהוא מותר אלא אפילו כדבר שאנחנו זקוקים לו כחברה. מוכן שהחיילים צריכים להילחם ולהגן עלינו, ובכל זאת יש לשפה הזאת השפעה ניכרת על התפיסה של עד כמה האלימות מותרת, אולי אפילו רצויה. ומובן שזה גם משפיע על אלימות במשפחה.

בואי נדבר בנתונים. מציעה שנתמקד בדוח המדאיג שהוציאה שדולת הנשים. דוח שבודק את השפעת המלחמה על מצבם הנפשי של חיילים וחיילות, בסדיר ובמילואים.

במחקר הזה הן התמקדו באוכלוסייה ספציפית של משרתי מילואים בתפקידי לחימה, תורמכיות/ות לחימה ועובדי כוחות ההצלחה והביטחון.

הם בדקו את הקשר בין הקבוצות הללו לבין אלימות בווגיות. נבדקו כמה סוגי אלימות – אלימות מילולית ורגשית, אלימות כלכלית, אלימות פיזית ואלימות מינית. נערכה השוואה בין שלוש קבוצות: בתים שבהם אף אחד מבני הזוג לא היה בשירות פעיל במלחמה, בתים שבהם רק אחד מבני הזוג שירת, ובתים שבהם שני בני הזוג משרתים. הממצאים מדאיגים ביותר.

בהפשטה גסה אומר שהמחקר הזה מראה, למעשה, ששיעורים ניכרים מקרב המשרתים במלחמה התנהגו באלימות בבית.

את שואלת אם הגורם המסביר לאלימות במחקר הזה זו המלחמה? כן. במחקר נבדק מצב האלימות מות אצל הזוגות טרום המלחמה כדי להבין אם ועד כמה המלחמה היא הגורם המסביר, ונמצא שכן. בעקבות ההשתתפות במלחמה אנשים מפגינים התנהגויות אלימות – קושי בוויסות, צורך בהחזרת השליטה, פוסט טראומה. בשורה התחתונה, אצל 30% מהזוגות שבהם אחד מבני הזוג שירת, וכרגע יש אלימות בבית, היא החלה בעקבות המלחמה. בקבוצת הזוגות שבה שני בני הזוג שירתו, זה כבר 45%. זה חדש לגמרי. האלימות בביתם האלו החלה אחרי המלחמה. אלו מספרים קשים מאוד.

צריך לפתוח סוגריים ולהעיר שלא כל טראומה מובילה לפוסט טראומה.

הנתונים ממלחמות קודמות ומהעולם הם שכ-10% מהלוחמים יפתחו פוסט טראומה. היתר יצליחו להימנע מזה באמצעות מנגנוני החלמה טבעיים. אנחנו לא יודעות להגיד מה יהיה דין החיילים במלחמה הזאת, כי נתוני העבר פחות רלוונטיים לגביה. משך המלחמה, אופן הלחימה, סיטואציית החטופים ועוד – גורמים לכך שהסיכון לפוסט טראומה עולה משמעותית. גם לתכנים בדיגיטל, לצערנו, יש תרומה משמעותית. גם אם אתה לא נמצא באירוע, אתה צופה בו, ומעצם הצפייה אתה עלול לפתח פוסט טראומה. כן. מחקר באוניברסיטת תל אביב כבר מצא



23.42x30.59	2/4	15 עמוד	הארץ - מוסף הארץ	14/02/2025	93126340-8
אוניברסיטת תל אביב מחקרים של אוניברסיטת תל אביב - 24634					





20.23x27.19	3/4	עמוד 16	הארץ - מוסף הארץ	14/02/2025	93126342-0
אוניברסיטת תל אביב מחקרים של אוניברסיטת תל אביב - 24634					



חיילים של חטיבת הנח"ל בעקבות ההשתתפות במלחמה אנשים טובלים מקושי בוויסות, צורך בהחזרת השליטה ופוסט טראומה צילם דובר צה"ל

## "פנתה אליי אישה צעירה. בן הזוג שלה חזר מהמלחמה אחרי 300 יום. והיא אומרת לי — תשמעי, זה לא אותו בן אדם. כל פיפס גורם לו להתפרץ. חברה שלי אמרה לי להתלונן במשטרה. מה פתאום. בחיים לא. הוא האהוב שלי, הוא יצא להילחם בעזה, ואני אתלונן עליו במשטרה?"

אלו שטובלים מפוסט טראומה, ואילו חיילת שנמצאת בתפקיד מודיעיני, לצורך העניין, ונחשפה לתכנים קשים, או שירתה בתפקיד שכפה עליה מתח עצום לאורך זמן, פחות ראויה לקבל עזרה. יש מדרג בטראומה.

יש מדרג בטראומה, וככל שהמלחמה הזאת נמשכת, המדרג הזה מתחזק, כי יש יותר ויותר לוחמים שנכנסו למעגל הטראומה, וזה רק מחזק אצל נשים את התחושה שהטראומה שלהן שולית.

בואי נדבר רגע על נשות הלוחמים שיש להן ילדים קטנים בבית.

אתן לך דוגמה שאולי ממחישה את המורכבות שהן מתמודדות איתה. פנתה אליי אישה צעירה, להתייעץ. בן הזוג שלה חזר מהמלחמה אחרי 300 יום. והיא אומרת לי — תשמעי, זה לא אותו בן אדם. אני חייתי איתו בווגיות מיטיבה

לי לטפל בחיילים רבים, אני שומעת את זה גם מהצד השני. החיילים מספרים שהם צועקים, שהם כועסים, שהם מאבדים את זה. שהם לא מכירים את עצמם ככה.

מה עם הבנות?

זה נכון כמובן גם לגבי בנות. במלחמה הזאת יש באמת גם הרבה חיילות שהיו לוחמות או תורכות לחימה, או שנחשפו לחומרים קשים — וגם הן מפתחות פוסט טראומה.

ככלל, יש מעט נתונים על פוסט טראומה אצל חיילות, והמעטים שיש עוסקים בחיילות שלחמו באפגניסטן או בעיראק.

זו תופעה מושתקת, מכל מיני סיבות. אחת הסיבות העיקריות היא שחיילות מרגישות שאם הן ידברו על הפוסט טראומה שלהן, הן יקלקלו את תהליכי השוויון וקידום הנשים בצה"ל. הסיבה הנרספת היא שיש מין תחושה שהלוחמים בחזית הם

שיש קשר בין הצפייה לבין פוסט טראומה. זה ממש מפחיד, כי המשמעות היא שהנתונים החמורים כשלעצמם מהמחקר מייצגים רק חלק מהתמונה. שאלו מי שירת, לא שאלו מי ישב כל היום על הטלגרם וצפה בוועות.

כן, אני מכירה את זה מהעבודה בקליניקה. אגב, יש גם חיילים וחיילות שנאלצו לצפות בתכנים הללו מתוקף תפקידם, וזה גבה מהם מחיר שוב, אין ספק שהמלחמה הזאת שונה. אני פעילה בחזית בריאות הנפש של "אמהות בחזית". אלפי אמהות ללוחמים. התמונה שעולה ממה שהן מספרות היא תמונה מדאיגה להחריף, שמתיישרת עם הנתונים שדיברנו עליהם. מצבם של הלוחמים לא טוב. הם שחוקים. הם מותשים. הם פוסט טראומטיים.

הילד סוף־סוף חוזר הביתה, אחרי שכל המשפחה לא ידעה את נפשה. מה קורה אז? מה האמהות מספרות?

הבנים חוזרים הביתה מכוונסים בעצמם. הבנים, כן? בחורים בני 20 פלוס. עצבניים. מתורחים. דרוכים. סופר תגובתיים. כל דבר מקפיץ אותם. הם צועקים. טורקים דלתות. מסתגרים. האמהות רוצות לעזור, אבל הילד סגור בחדר. הוא מגרש אותן ולא נותן להתקרב, כי הוא מפחד שאת זה כהצקה או כחפירה. אם הן מנסות בכל זאת, הוא מתפרץ עליהן. הן מתארות ממש פחד מהבן, פחד מהתגובות שלו. הן מרגישות שהוא ממש מסוגל להרים עליהן יד. מאחר שיצא

21.03x27.14	4/4	18	עמוד	הארץ - מוסף הארץ	14/02/2025	93126339-6
אוניברסיטת תל אביב מחקרים של אוניברסיטת תל אביב - 24634						



שבניגוד למשבר, אלימות כרוכה גם בכושה, הס' תרה, התרחקות ממקורות התמיכה. איזה פער בין הדימוי של הגבר שחוזר מהמל' חמה לזרועות אהובתו לבין המציאות הקשה הזאת.

יש רומנטיזציה של הסיטואציה הזאת. שוכ' חים שכשהוא מגיע הביתה הוא מגיע לאישה רצוצה, לילדים שכבר לא יכולים יותר. הוא זקוק לה תומכת ואוהבת. היא זקוקה לתמיכה שלו, לחום ולביטחון. ואין. להפך קורים בבית דברים שלא קרו קודם. פתאום הוא צועק עליה, ליד הילדים. פתאום הוא לוקח לה את הטלפון מהיד וזורק אותו על הקיר. פתאום הוא מפגין התנה' גות מאיימת, תובענית, במקומות הכי רגשיים ואינטימיים.

זה כבר הרס, לא סיטואציה משברית. זה יכול להגיע לנקודות אל חזור.

זה ממש מסוכן, כי קורים דברים שקשה לח' זור מהם אחר כך. קשה לסלוח עליהם אחר כך. דברים שמשאירים חותם בתוך היחסים. לפעמים קשה לחזור ולהרגיש את אותה האהבה, הביטחון והחום שהרגיש קודם.

אין סוף לאדוות הרעילות של המלחמה הזאת. זו טראומה שתרוץ איתנו כמה דורות קדימה.

כמה חודשים אחרי פרוץ המלחמה, פנתה אליי אישה צעירה שהיתה מודאגת ממה שקורה אצלה בבית, אבל לא ידעה להגיד מה זה בדיוק. היא סיפרה על התנהגויות שהיו קיימות גם לפני המלחמה, לעתים נדירות, אבל התרבו מאוד והח' מירו. למשל, בעבר בן הזוג היה מעיר לה על ההוצאות, ועכשיו הוא פשוט לקח לה את כרטיס האשראי. היא אומרת שהיא מבינה שהוא דרוך, ולחוק, וקשה לו, ושהיא מרגישה שהתפקיד שלה הוא להיות זהירה ומתחשבת. זה נכון. אבל מה הבעיה? שבשיחה היא מעלה כמה וכמה דוגמאות שמבחינתי הן נורה אדומה לאלימות, אבל היא מפרשת את זה כמשבר חולף. היא חושבת שזה יעבור אחרי שהוא יסיים את המילואים ויידע שלא צפוי צו נוסף. מה קורה בינתיים? היא מת' נהלת כמו שהיא חושבת שהוא רוצה. הולכת על ביצים. וכך, בלי להבין, ומתוך כוונה טובה, היא נכנסת למעגל האלימות. כי היא עסוקה במניעת הפעם הבאה. כי היא מרגישה שהפעם הבאה תלויה בהתנהגות שלה. קריטי שנצליח לעזור לנ' שים הללו לזהות מה הן עוברות. כמוכן שגם גב' רים מוצאים את עצמם בסיטואציות דומות, כשהאישה היא זו שמתנהגת באלימות כלפי הג' בר, ואת זה עוד יותר קשה לזהות.

מה תאמרי לנשים ולגברים שקוראים את זה ואולי מזהים ומזדהים?

אני מאמינה שזה תפקיד שלנו, כחברה, ושל גורמי טיפול שעוסקים בתחום הזה – למסגר את התופעה הזאת בצורה נכונה ולהציף אותה. לא להשתיק ולא להתבייש. להזמין חיילים להכיר בעובדה שהם נקלעים למצבים שבהם הם מתנה' גים לא כפי שהתנהגו בעבר. לעודד אותם לזהות, לעזור ולקבל עזרה מותאמת. במקרים שבהם המ' לחמה היא הטריגר להתפרצויות האלימות, לגור' מים מטפלים יש יותר יכולת למנוע מהסיטואציה להפוך למצב קבוע. כל כך חשוב להבין שזה מה שקורה, לדבר על זה, לפנות לקבלת עזרה. גם ככה מחירי המלחמה הזאת קשים מנשוא, בכל מובן. אם נצליח לצמצם את הנוקיים ארוכי הטווח שלה, לפחות בזירה הזאת, כבר עשינו משהו. ■

אלימה או למדו אלימות ברחוב. אני מתנגדת לסי' מון הזה שלהם כרעים. אבל מה עושים עכשיו עם הבחורים שיצאו להילחם וחזרו עם סימפטומים פוסט טראומטיים שמיתרגמים לאלימות? נשתיק את זה שהם אלימים, כדי שהם לא יסבלו מהסט' ריאואטיפי? ואגב, הלוחמים יודעים ומבינים שהם אלימים. הם מדווחים על זה במחקרים. יש, למשל, מחקר שערך פורום נשות המילואימניקים, ובו עלה ש-25% מהלוחמים יודעים שהילדים שלהם פוחדים מהם. את מבינה? הם נבוכים מזה וכואבים את זה, ומי שמטפל בהם חייב להשקיל ולעשות את החיבור בין שני הדברים.

זה לא רק עניין של סטריאוטיפ, לא? נוצרה פה בעצם קטגוריה חדשה. שמצריכה מענה חדש.

הטיפול במרכזי אלימות במשפחה לא מתאים להם, כי אלו לא אותם מאפיינים ולא אותם צר' כים. זה משהו אחר לגמרי. זה טרי. הפוסט טראומה מתגבשת, ועכשיו אנחנו ברגע המכריע לעזור לגברים ולמשפחות האלה, עם הידע שיש לנו על האופן שבו הדינמיקה הזאת נוצרת, כדי למנוע מהם להיכנס למעגל שבו הם יהפכו להיות משפחה במעגל האלימות. אנחנו כרגע בדיוק ברגע שבו אפשר לעצור את זה.

## "הלוחמים יודעים ומבינים שהם אלימים. הם מדווחים על זה במחקרים. יש מחקר שערך פורום נשות המילואימניקים, שלפיו 25% מהלוחמים יודעים שהילדים שלהם פוחדים מהם. זה טרי. הפוסט טראומה מתגבשת, ועכשיו זה הרגע המכריע לעזור לגברים ולמשפחות האלה"

פה באוניברסיטה, בשיתוף עם פרופ' דפנה הקר, שלחנו את הסטודנטיות לבחון את השירותים שעובדים עם חיילים ומטפלים בפוסט טראומה בעקבות המלחמה הנוכחית. רצינו לבדוק עד כמה הם מודעים לקשר בין פוסט טראומה לא' לימות בוגיות, ואם הפן הזה מקבל מענה בטי' פול. אף אחד מהמקומות שנבדקו לא השיב שהסוגיה מטופלת. הם מטפלים בסימפטומים של עוררות היתר והקהות הרגשית כעומדים בפני עצמם, ולא כמנבאים של אלימות בוגיות. חלק השיבו שאלימות זו תופעה אחרת, והם מט' פלים בפוסט טראומה. אני מבינה מזה משהו אחר – שאנחנו, כחברה, מתייחסים בשיפוטיות לגברים שנוקטים אלימות בוגיות. הם מתויגים כלא גורמטיביים.

ועכשיו טובי בנינו הם האלימים. הם אלו שמ' פגינים התנהגות לא גורמטיבית.

נכון. אז מה, ניקח את הצעירים האלה, שהק' ריבו את עצמם ואת בריאותם הנפשית כדי להגן עלינו, ונחבר אותם לגברים אלימים כלפי בנות הזוג שלהם? הגברים המאוסים ביותר בחברה? זה נורא, משום שזה ממש קורא להשתקה של התופעה.

חשוב לומר שאנחנו, כמטפלות, רוצות לטפל ולעזור לגברים אלימים. גם הם עברו ילדות

ספוילר – זה לא יטופל. לא יוקצו או יוסטו משאבים לכך. ואם המרכזים לטיפול בפוסט טראומה בעצמם לא מבינים את הקשר, למה בכלל אפשר לצפות?

לכן זה כל כך חשוב שהתופעה הזאת תמוסגר כתופעה ייחודית. אנחנו צריכים לאפשר לאישה לבקש עזרה כי בן הזוג שלה אלים, בלי לקשור אותו לתופעה מבוזה חברתית. אם לא נעשה את המהלך הזה, שהוא קשה אבל חשוב, אנחנו נדון את הגברים הללו להפוך לגברים אלימים. בעוד חמש או עשר שנים הבית והמשפחה שלהם יתפ' רק, והם ישלמו כל החיים את מחיר הפוסט טראומה שלא טופלה, או שטופלה בלי לתת מע' נה לאלימות. במקום להסתיר, אנחנו צריכים לחשוף. להגיד שזו תופעה נורמלית ולתת לה שם. אחד הדברים הקשים בתחום של מניעת אלימות וטיפול בוגיות, בטח ובטח בהקשר של אלימות פוסט טראומטית, הוא שמצד אחד זו מציאות בלתי נסבלת לחיות בתוכה, ומצד שני ההתנהגות הזאת מתרחשת ביחסים שיש בהם גם אהבה וקירבה. לכן קשה גם לזהות שמה שקורה כאן זו אלימות, ולקרוא לזה בשם ולפעול, לא בצד הפוגע ולא בצד הנפגע. ובגלל שהנטייה היא, בטח בהתחלה, לשמר או לתקן את הקשר, או קוראים לזה משבר, קונפליקט, קושי. רק