

למדינת ישראל, מדינת ישראל, תשנ"ב, כ"ג טבת, תשנ"ב

ב"מ (מנהל), הדואר הפנימי

TM-14.5138

Sys-3459429

1

## הפרופיל הנפשי של ניצולי השואה

מי שעבר "סורים" נשאר מיוסר... מי שסבל עיניים אינו יכול עוד למצוא את מקומו בעולם האמונה באנושות - שנסדקה עם הסטירה הראשונה בפנים, ואחר נמחקה בעיניים - אינה ניתנת לשיקום.

ד"ר אמרי

כדי להבין את בני ניצולי השואה, שומה עלינו, ראשית כל, להכיר את תגובות ההורים להתנסויותיהם בתקופה הזו. השלכות הנפשות המאוחרות של הטראומה שעברה על הניצולים משתקפות לעתים קרובות בעמדות, בתפישות ובפחדים של צאצאיהם, רבים מבני הניצולים מצפים להופעה מחודשת של הדיכוי שחוו הוריהם. עננים מאיימים מאפילים על בתיהם ורחות ושרים השתכנו בהם.

ניצולי השואה, ובמיוחד היהודים, נתפשים לעתים קרובות כתופעה אחידה בעיני העוסקים בבריאות הנפש והציבור הרחב כאחד. אבל ההתנסויות של היהודים כפרטים במלחמת העולם השנייה היו מגוונות ביותר. מקצתם שהו ברוב התקופה במסתור. אחרים חשקו מן הכובשים בהתחפשם ללא-יהודים, מצויים בתעודות מזויפות. אחרים היו תקופות שונות בגישאות ובמחנות ויכוח, ואילו רבות הוגלו ונכלאו במחנות עבודה בבריט-המועצות. קומץ יהודים לחמו כפרטיזנים ביערות.

רוב הניצולים (במיוחד אלה ממזרח אירופה) חוו את רצח בני משפחתם הקרובים והיותר רחוקים. רבים מהם איבדו בן זוג או בת זוג או ילד. אבל אחרים היו בני זוג ולא רק הם אלא גם אמם, אביהם או אחיהם נותרו בחיים בתום המלחמה. מובן מאליו, כי היו הבדלי אישיות גדולים ביניהם, ככלל

אחרון תאם

לו מוחת לפני השטח וטרם הבהרתיו לעצמי כראוי. למדתי הרבה מאוד על עצמי מתוך מה שחשפו לפני המדעאים. סבלות הרינו לא תמו עם שחרורם בתום מלחמת העולם השנייה. למשענם הנפשי רויי הכאב ולאישיותם ששונתה ללא תקנה היתה השלכה דרמטית על בני הדור הבא, שלא ראו מעולם את פלוגות הסער של ה"אס-אס". הספר הזה מבטא מאמץ להבהיר את השפעות המורשה הזאת על ילדיהם, שחקנים שנגרפו בעל-כורחם לפרק השפל ביותר בתולדות ההרס האנושי.

דיווחיהם של נירדלנד ואיישינגר מיקרו את תשובות-הלך בקבוצת בני-אדם, שיגורו, באופן זה או אחר, לשכחה. יתר על כן, שני החוקרים הרגישו, כי הדיכוי היתר בניצולים רשמים ממושכים, ואולי מתמידים. לסיום המלחמה, לשחרור אסירי המחתות וליישובם מחדש כפליטים לא היתה משמעות של רוב המהפצות של זוועות הנאצים. מחקרים אלה התקבלו כנקודות המוצא של רוב ההבחנות הפסיכיאטריות על אודות ניצולים.

במאמרים מקצועיים מאוחרים יותר דווח על מגוון של תסמינים נוספים והוצאו תיאוריות דומות המסבירות את ההתנהגות הניצולים. נאמר שם, כי הריכאון העמוק הפוקד את הניצולים גרם להימנעותם מכל מגע עם החברה, להסתגרות ולאפאטיה עמוקה. תמונת גרוטסקיות של מוות ואובדן, שאין ביכולתם למחוק מזיכרונם, מציפות את מחשבתם. הניצולים בודדו את עצמם, משום שהאמינו כי איש לא יוכל להבין או להעריך את הזוויות שפקדו אותם, ומכאן צמחה תחושת הניכור.

חוקרים אלה טענו, כי ניצולים יהקשו תמיד ליצור יחסים קרובים. הניצולים איבדו את אמונתם הבסיסית בבני-אדם כתוצאה מרדיפים וכתוצאה מכך שהיו עדים להתפוררות הנפשת והנפשית של הוריהם. באופן לא-מודע אגרו זעם אומנם על כך שהוריהם לא יכלו להצילם מחורבן כה גדול. יתר על כן, טענו החוקרים, הניצולים התקשו להשקיע מחדש בחיים וגילו הסכנות עמוקות כלפי הקמת משפחות חדשות. הם לא החירו לעצמם ליצור קשרים רגשיים מחדש לניתוק פתאומי נוסף.

מחקרים אחרים דיווחו, כי התגובותיהם הרגשיות של הניצולים התאפיינו ברדידות. חוקרים השתמשו במונחים כדוגמת 'אטימות נפשית' או 'סגירות נפשית' כדי לתאר את ניתוקם של הניצולים מרגשות. בתקופת השואה, כאשר התנסו באובדן ובפליטים העצומים ואגרו את הזעם או את הפחד הפלתי-נסבל, חסמו הניצולים בפני עצמם כל יכולת לחוות רגשות במסגרת מאמציהם להתאים את עצמם לסביבתם העוינת והמשתנה לבקרים. לסוג זה של מנגנון הגנה היה ערך בזמנו, אך מובן כי השימוש הממושך בו הקשה על הסתגלותם אחרי השואה.<sup>5</sup>

כיבי קינה, יתר לחץ דם, חודקנות מוקדמת ותסמינים פסיכוסומטיים אחרים הופיעו אצל ניצולים רבים שלא החירו לעצמם פורקן רגשי. חוקרים מסוימים הסיקו, כי הקהירון המאפיין את יכולתם של הניצולים לחוות רגשות, נבע מהרחקה חזקה של הזיכרונות מתקופת המלחמה. בניגוד להשערות אלו, דיווחו קלינאים אחרים, כי הפציינטים שלהם עסקו ללא הרף בחוויותיהם מתקופת השואה, היו טרודים תמיד באבלם, ובדרך כלל הגיעו לסביבתם, ברגשות יתר. מקצתם היו עלולים להתפרץ באלימות, ולהפגין את זעמם האגור, שהבעתו היתה מסכנת אותם בתקופת דיכויים.

קבוצה גדולה של בני-אדם, ויש לזכור כי המלחמה והרדיפות שבאו עמה מצאו אותם בגילים שונים ובתקופות שונות בהתפתחותם.

מגוון התחומים הוח עיצב לא רק את תגובות הניצולים במהלך השואה ואת אופן הסתגלותם אחרי המלחמה, אלא גם, בהשלכה, את אופי הפקודם בעתיד כחורים. בין הניצולים מתגלה שוני באופן ובמידה שבהם הנכיתו את השואה במשפחות שהקימו אחרי המלחמה. אחרים מהחורים סיפרו לילדיהם על התנאים והרגישו את חשיבות הזיכרון. אחרים נמנעו מלדבר על שנות השואה וניסו ככל יכולתם למחוק את השפעתן על המשך חייהם. ניצולים אחרים הפנו עורף ליהדותם מתוך פחד או כעס. אצל אחרים התקשרה יהדותם

אחרים.

התמשכת אל הזוויות שעברו עליהם. במחקר חלוצי שפרסם בשנת 1964 סיכם הפסיכיאטר ויליאם נירדלנד טען שנות ניסיונו הקליני באבחון ניצולי מחנות הריכוז ובטיפול בהם. נירדלנד טען לקיומה של 'תסמונת ניצולים' וערך רשימה ארוכה של תסמינים האמורים לאפיין את אלה ששרדו מן הדיכוי הנאצי: חרדה כרונית, ראגה מחורש, דיכוי, ריכאון, טישים חוזרים ונשנים, הפרעות פסיכוסומטיות, אנהדוניה (א-יכולת להנות מכל דבר שהוא), הימנעות מכל מגע חברתי, עייפות, חוסר ריכוז, נרגנות, עוינות וחשדנות כלפי העולם, שינוי עמוק והפוכהדרגתי, חוסר ריכוז, נרגנות, עוינות וחשדנות כלפי העולם, שינוי בתפישת בוחות האישיות, וכן, במקרים רבים, הליציניציות ופטרנליזציה (שינוי בתפישת הזהות העצמית, כך שהואם מאבד ומנח את תחושתו כיצור מצאצא).<sup>6</sup>

הזהות העצמית, כך שהואם מאבד ומנח את תחושתו כיצור מצאצא, טיפל במקרים קליניים פסיכיאטר בשם לייא איטינגר, בעצמו ניצול השואה, טיפל במקרים קליניים רבים של ניצולי מחנות הריכוז בנורווגיה ובישראל וגילה חופעה דומה של תסמונת ניצולים:

נראה כי הסוג השכיח ביותר של התנהגות בעקבות ההתרחשויות במחנה הריכוז מתבטא בשינויים העמוקים באישיות: פגיעה מנטלית המשפיעה על כל היבט בחייה הנפשיים של האישיות, הן בתפקודיה השכליים והן, ובמיוחד, בחיי הרגש והדיון, כחוספת תופעות רבות של קשיי הסתגלות ומגוון הסיבוכים הנובעים מהם בחיי הניצול. התסמינים האופייניים ביותר להתנהגות הזאת מתבטאים במצבי חרדה כרונית, המתעוררים לעתים קרובות בהשפעת סיטו, ו/או אי-יכולת להירדם בלילה, או מייכרונות ומאסטיאציות טורדניות, העולים במחשבה במשך היום; בטרגים שונים של דיכאון כרוני, המתמקדים במשמעות החיים; באי-יכולת להנות ממשות, לצחוק עם אחרים, ליצור קשרים בין-אישיים חזקים נאותים, ליהנות מעבודה ולמלא תפקיד – בקצור, אי-יכולת לחיות באופן נורמלי.<sup>7</sup>

ממבט פסיכיאטרי יתר, ייתכן שההאשמה העצמית של הניצול משקפת את תלוצים המונעים את ביטוי זעמו כלפי מחוללי האסון שפקד אותו – הנאצים ומשפטי הפעולה – וכלפי הוריו, שאולי לא עשו די כדי להצילו מן הוורעות. במקום לבטא את הזעם החוצה, מפנה אותו הניצול כלפי עצמו. מלבד אלה, ייתכן שההאשמה העצמית משמשת כדי להניע את הניצול להיעיד על השואה ולזכור תמיד את קורבנותיה.

חוקרים קליניים מטוימים סבורים, כי ההאשמה העצמית של הניצול נעשית גורם מרכזי בהתפתחות התסמינים של דיכאון, הימנעות ממועצ חברה, התעסקות תמידית בעבר וחשש מפני דיכוי חורו. חוקרים אלה מבססים את טענתם על העובדה, שניצולים אחרי שחרורם היו חופשיים יחסית מן התסמינים האמורים כל עוד האמינו שקרוביהם חיים. אחרים אף התנסו בתחושת ניצחון נוכח הצלתם לשרוד. התכונות האמורות של חוס עצמי הופיעו רק אחרי שהתברר להם בודאות שקרוביהם מתו. הסבר אחר שהוצע לתקופה זו של חופש מתסמינים הוא, שבתקופה ראשונה זו הפנו הניצולים את כל כוחותיהם ותשומת-לבם לבניית חייהם החדשים. אבל הזלזל ילדיהם עורדה מחדש את הקונפליקטים שהתרחקו, ובמיוחד את אלה הכרוכים באובדן יקרים ובהכרעת תקופות, עצמאות ושליטה.<sup>12</sup>

רוב הניצולים, כאשר הם נשאלים, "איך הצלתם לשרוד?" עונים: "מזל". שכן מלבד הודאתם שרבים שהיו חזקים ועדומניים מהם לא שרדו, הרי אלה שהצליחו לשרוד נמלטו אינפור פעמים בעור שניהם, קיבלו החלטות בזק על יסוד מידע מינימלי והיו עדים למותם של אחרים שלא האיר להם המזל. אבל ייתום התישרדות לגורל עשוי לגרור השלכות מסוימות. אם אדם מאמין כי הוא בחיים אך ורק או בעיקר הודות למזל, הוא עלול להמשיך את חייו באי-ביטחון ובחששנות. אם חייו ניתנו לו במקרה, הרי כל איזה מידע מקרי ושרירותי עלול גם לקחתם ממנו.

תולדה אחת של השואה הזוכה באחרונה לתשומת-לב מסוימת מתבטאת בנישואים הכושלים האופייניים לניצולים מטוימים. רוב ההתקשרויות הללו נעשו זמן קצר אחרי השחרור מן המחתות, ואולי מהר מדי. נראה, כי היוזמה לנישואים אלה נבעה מרצונם של הניצולים להימנע מהחליך האבל ו/או למלא מיד את מקום קרוביהם האבודים (שיעור הילודה במחתות העקורים, שהוקמו בגרמניה אחרי המלחמה היה גבוה במיוחד). אחרים מן הנישואים החפוזים ביותר התרחשו בין בני זוג שאחד מהם או שניהם התאלמנו או איבדו ילד בשנים הקודמות.

במקרים רבים מדי האהבה לא היתה המניע העיקרי לנישואים הללו. ההתאמה החברתית של בני הזוג היתה לעתים קרובות רעועה.<sup>13</sup> הניצולים התעלמו מן הקריטריונים המקובלים לשידוך (רמת ההשכלה, סגנון החיים, המעמד החברתי

במחקרים הפסיכיאטריים על הניצולים רוחמים אפוא קמצאים סותרים. ייתכן שהכעס והדיכאון המתיריים הקיימים אצל הניצולים נובעים מכישלונם להתמסר לתהליך המכונה "מלאכת האבל" – כלומר, האבל הנחוץ לאדם אחרי תוויית אובדן. בימי המלחמה הם לא יכלו להרשות לעצמם את הורפיה הרגשית הזאת, ואחרי המלחמה היה על הניצולים לעמוד בלחצי ההתמודדות עם ארץ חדשה, שפה חדשה, מנהגים חדשים ואחריות חדשות. רבים מהם ביקשו, מעל הכל, רק להמשיך את חייהם מחדש והאמינו, כי "אחרים" אינם מתעניינים בהתנסויות ובטראומות שפקדו אותם בתקופת השואה. אחד החוקרים העלה את האפשרות, שניצולים רבים נחשפו לכל-כך הרבה מוות ואובדן, עד שלא יכלו בשום אופן למצוא את האבל על אובדנם. הוא כינה את התופעה "טפילה כמות".<sup>14</sup>

בקרב ניצולים קיימת תופעה מסוימת המצוינת לעיתים קרובות במחקר הקליני. מרעני החברה מכנים אותה "אשמת ההישרדות" והם מציעים הסברים שונים למקורה ולתפקודה. ניצולים עשויים להאשים את עצמם כאילו לא עשו די כדי להציל את הקרובים להם. חוקר מטויס כתב, כי "יש להם צורך תמיד לבקש כפורה על פחדנותם או על 'מחדלים' אחרים. נטייה זו מתבטאת בבושה אישית או בקבלת האחריות לבושה קבוצתית על כך שהיהודים לא התגברו לנאצים".<sup>15</sup> דוברי הסופר פרימו לוי, ששרד ממתנה אושוויץ: "כאשר הכל הסתיים, התחלנו להכיר בעובדה שלא עשינו כלום או שלא פעלנו די נגד המערכת שאל תוכה נקלענו... באופן מודע או בלתי-מודע, הניצול חש נאשם ושפוט ועל כן הוא חייב להתעסק ולהתגונן".<sup>16</sup>

"איוז רכות היתה לי להישאר בחיים בעוד אנשים טובים ממני מתו?" – זו מחשבה העלולה לדרוך את הניצול. יתר על כן, הוא עשוי להאמין, כי הישרדותו התאפשרה על-ידי מותם של אחרים. "האם אתה מתבייש על כי נשארת בחיים במקום וולתר?" כותב פרימו לוי, "ובמיוחד במקום מישור נריב ורגיש יותר, מועיל ומשכיל יותר, שוכאי לחיות יותר ממך?... אין זו אלא תנחה, כעין צל של חשד, שאדם הוא קין לאחיו וכל אחד ואחד מאיתנו... הסיג את גבול שכנו וחי במקומו. והיו לא יותר מתנחה, אבל היא מכרסמת בנו, גוברת בתוכנו כתולעת עץ עיקשת; אינה נראית מבחוץ אבל היא נוכרת וחורקת".<sup>17</sup>

ניצולים עלולים להאשים את עצמם שבתקופת המלחמה נהגו שלא כראוי כדי להתקיים. כדברי לוי, "כשיצאנו מהאפלה, סבלנו מהתחדשות מודעותנו ליידיה ערכנו. לא מוצאן ולא דווקא מפתח או מאשמה, חיינו במשך חודשים ושנים ברמה של חיות".<sup>18</sup> ייתכן שההתנהגות הזאת חזקה את התפישה כי הניצול הוא אדם חסר ערך וראוי למוות – הפנמה לכאורה של דמות היהודי בעיני הנאצים.

הניצול לפני השואה ואופי הדיכוי שחווה בשנים שקדמו למלחמה העולים השנייה עשויים להשפיע על בעיותיו הנפשיות בתקופה מאוחרת יותר. ניצולים שהיו ילדים בתקופת המלחמה סובלים מעכבות פנימיות, המונעות יצירת קשרים רגשיים עם אחיהם יותר מניצולים שעברו את המלחמה כמבוגרים או שהיו בשנים האחרונות להתבגרותם. לא רק שאישיות הילד היתה פחות מפותחת שדיו בשנים האחרונות מוגבלותם נאותים להתמודדות, אלא היסודות העיקריים במוכן הכוללני והסדר מנגנונים נאותים להתמודדות, אלא היסודות העיקריים של האמון בחולת, החייבים להיווצר בשנותיו הראשונות והקדושות לחייו – עוכבו. אנשים אלה הם כנראה תקבוצה הפגיעה ביותר של ניצולים, במיוחד בתקופה לגיל הצעירה.<sup>15</sup> לפי עדויות מסוימות, הסיכון שניצול יסבול מהפרעות באישיותו בשנותיו המאוחרות גבוה יותר ככל שהיה צעיר יותר בעת דיכוי וניתוק מהוריו. נראה, כי ניצולים שהם שרידים יחידים במשפחותיהם סובלים מקשיים יותר מאלה שמלבדם שרדו עוד בני משפחה קרובים. ניצולים עולה אלמות מינית נוטים לסבול מהפרעות נפשיות יותר חמורות.<sup>16</sup> ולבסוף עולה מכמה מחקרים, כי נשים ניצולות סובלות מהפרעות חמורות בעקבות השואה יותר מגברים ניצולים.<sup>16</sup>

ההבדלים בתנאים שבהם החזקו הניצולים בימי המלחמה ובהתנהויותיהם הספציפיות (צפייה ברצח הורה או ילד, לדוגמה) עשויים להיות הגורם להבדלים בהסתגלותם אחר-כך. מחקרים מסוימים מנסים (בנאיביות, לדעתני) לכמת את רמות הלחץ השונות במקומות השונים ולהראות שהבדלים אלה מואמים את התסמינים של הניצולים. אבל כל השפעה כזו של אישיות לחץ, על כל אדם שהוא, תלויה תמיד באופי תפישתו את הלחץ, בכשירו להתמודד עמו ובמנגנוני ההגנה שלו. לכן אין זה מפתיע לקרוא, כי אחד המחקרים האחרונים, שנערך על מדגם ניצולים שאינם בטיפול קליני, מראה כי תסמינים מאוחרים לא כהרבה קשורים במצב הספציפי שבו היה הניצול נתון.<sup>17</sup>

בהכרח קשורים במצב הספציפי שבו היה הניצול נתון. הראשון מתבטא בדרכים שבהן חופש הניצול או מפרש את סבלו. האם הוא עסוק, למשל, בהאשמת עצמו על גורל משפחתו? האם הוא מרגיש אשם על שזנח את הוריו? הגורם השני מתבטא באורך תקופת סבלו – שנראה במקרים רבים ללא קץ – בהבדל מסבלם של קורבנות אחרים של טראומה קשה (ניצולי היורשימה, לדוגמה). הגורם השלישי הוא אופיו החריג של דיכוי היהודים בשואה, כאשר המדכאים התאמצו להשפיל בלי הרף את קורבנותיהם. שיטותיהם יצרו הלך-רוח של חוסר ערך עצמי אצל ניצולים מסוימים, ונראה שהרגשה זו תומה לזעם ו/או לשנאה העצמית הנמשכת שלהם.

סביר להניח, כי שיחות על ההתנסויות בשואה התקיימו במשפחות שבהן שני ההורים ניצולים, ופחות כאשר אחד ההורים אינו ניצול השואה. הורים שהיתה להם חודמנות להשיב מלחמה לאויב – לוחמי הפרטיזנים, למשל – נטו

והכלכלי הקודם, מידת האדיקות בדת וכיו"ב. במקום זה בחזו בני זוג שעברו התנסויות דומות לשלהם בתקופת השואה (שהיה במחנה ריכוז, או בניסון, במחנה עבודה בריית-המועצות או בגורד פרטיזנים), או כנראה שגור באותה צד או באותו אזור לפני המלחמה. הניצולים האמינו, כי בני זוג כאלה היו היחידים שיוכלו להבין את מה שעבר עליהם בתקופת הסיט הארוך. (אבל עובדה מעניינת היא שחתחת ההכנה מצד הכעל הניצול, או אדרבה, בנישואים רבים אינה מיוסדת בהכרח על סיפור אידיעי השואה זה לזה. אדרבה, בנישואים רבים בין ניצולים, יודע כל אחד מבני הזוג רק פרטים מעטים יחסית על מה שאירע לצד השני.) לעתים קרובות חזקו בני הזוג בנישואים כאלה את רגשי הדיכוי והרדיפה אצל השותף וכתוצאה מכך נוצרה אצל שניהם תלות הדדית והתנחלות.

במידת יוצאת דופן.

זכרם של בעל קודם או של רעה קודמת, ואולי של ילד שנספה, העיב בלי הרף על המשפחה החדשה והגביר את המודעות לטיבים המיוחד או החריג של הנישואים הנוכחיים ("אם לא היתה שואה, לא הייתי נישא/ת למישהו כמורך"). במקרים רבים, התאפיינו נישואים אלה בתעד קרבה, במקרה הטוב ביותר, או בקיפאון עוזן במקרה הגרוע. בני הזוג נטו לרכז את תשומת-לכם כלדיהם ולשאוב מהם, ולא זה מזה, את כל הנאת חייהם.

גורל דומה, או אף גרוע יותר, פקד במקרים רבים את הנישואים בין ניצולים לבין אלה שלא נחשפו ישירות לאימי השואה. הלא-ניצולים ציפו, שהתסמינים שאפיינו את התקופה שאחרי השחרור (ובמיוחד אלה שהשפיעו על מערכת היחסים) יתפוגגו בהדרגה, והופתעו כאשר הם המשיכו להתקיים. הניצולים נטו להאמין, כי אלה שלא היו בתנאי השואה לא יוכלו בשום אופן להבין את מצבאיתם או את השלכותיה על התנהגות הניצול, ולכן חשו כי בני זוגם, שלא התנסו בכך, לא יוכלו לעולם להביןם. התוצאה היתה הסתגרות והעדר תקשורת.

כמובן, נישואים רבים בין ניצולים ובין לא-ניצולים היו כהחלט מוצלחים. הלא-ניצולי סיפקו במקרים רבים תמיכה והגנה יוצאות דופן, ובין בני הזוג נוצרה קרבה יתרה, שניזונה מן האמפתיה של הלא-ניצולי ומצרכיו הרגשיים של הניצול.

על-פי מחקרים אחרים, ניצולים שהיכו כמה שנים לפני שנישאו פיתחו שותפויות מספקות ומהנות יותר, לעומת אלו שנישאו מיד אחרי השואה. בחדרת כן/בת זוגם היתה פחות תפוח נטות יותר להתבסס על תכונות חיוביות, שיכלו לספק את היסוד לעתיד מאושר יותר. ייתכן גם, שניצולים אלו נתנו לעצמם די זמן להתאבל לפני שניסו לייסד מסגרת משפחתית חדשה. בשנים האחרונות זמינו למחקרים מחנכים ומבוקרים יותר, המזהים את מגוון הגורמים המשפיעים על הסתגלות הניצולים אחרי המלחמה. אישיותו של

**בראש ומחלות מידבקנות כרוניות שישו מנוהגים של תכונות האישיות של רוב המחקרים גם נמצאו מלהחשב בתרומתן של מחלקה או להסמכות אחר**

באורחיהם הכללית באותה תקופה?

הארכאולוגיה הכללית באותה תקופה,

המסכים לגמד את התנהגותם והתעללותם. היתה של השואה הגורם לטרואומות נפשיות. בשנת 1954 אישרה ממשלת מערב גרמניה חקיקה המאפשרת תשלום פצויים לנפגעי השואה. אבל כדי לזכות בפצויים נאלצו הנציולים לעבור אבחונים מפורטים, פסיכיים ונפשיים, בידי רופאים שבדרך כלל היו גרמנים. נטל ההוכחה הוטל על הנציולים בידי היו חייבים להוכיח שיש קשר ישיר בין תסמיניהם הנוכחים ובין דפויים בידי הנאצים. לשכת הפצויים של מערב גרמניה פסלה במקרים רבים את תביעות הנאצים. חקיקה זו נותרה שנויה ביד המסד הרפואי הגרמני: תסמיני הנציולים בגין סעיף נוח ביותר שנוסח בידי המסד הרפואי הגרמני: כי הנציולים תהיו לזכות בבעיות אלמלא הקשק של נורויות וזילות שגורם אצלם לפגיעות לא היו לזכות בבעיות אלמלא הקשק של נורויות וזילות שגורם אצלם לפגיעות

לא היו קוים בבני אדם:

האישיותולגותיה של חסמינים אלה יוחסה לעתים קרובות מדי למה שמכונה "המבנה", לאירועים שאינם קשורים לשואה, לגורמים תורשתיים... למשהו שהתרחש בין הניצולים לתוריהם בשנה הראשונה או השנייה לחייהם. קשה להאמין, לכאורה, כי תקופה של ארבע עד חמש שנים באשוריות, תכרוכה באובדן המוחלט, או הכמעט מוחלט, של משפחת הניצול,

**ייתכן שאין זה אלא חזון?**

בכך ובהם ייתנה להם להכיר.

[illegible]

העצמה. רמינוני בני אשכנזים לספרדים, שיהודי

[illegible]

נתונים לו רק תמורת עבודתו וציתו העיוור לפקודות, כלי הפגנת כל התעניינות או יומה מצדו.<sup>23</sup>

מניסיוני קיבלתי את הרושם, כי רק ניצולים מעטים מאוד יחסית מבקשים לקבל צורה כלשהי של פסיכותרפיה. לכן ייתכן שאלה שפנו מהווים מדרג חריג בקבוצה. כמה חוקרים ערכו השוואה בין ניצולים שלא טופלו בפסיכותרפיה לבין אנשים מגיל ומרקע גיאוגרפי דומים שלא נחשפו במישרין לשואה. הממצאים הראו, כי ניצולים אלו חשו פחות בנוח, היו שריוניים בהלך-רוח פסימסטי יותר כלפי החיים ובאוריינטציה כבדה יותר כלפי העבר.<sup>24</sup> אבל תסמינים אלו לא היו כה תמורים כמו אלה שנרשמו בדיווחי מרגמים קליניים על ניצולים. ניצולים שהסתגלו באופן סביר לחייהם החדשים אחרי הטראומה שחוו לא היו זוכים לתשומת-לבם של אלה הטורים תיאורים על הסתגלותם הפסיכולוגית בעקבות המלחמה.

לצערנו, מומחים שנפגשו עם ניצולים מאוחר יותר אימצו את רעיונות קודמיהם. ההנחות הללו שוננו כמבי קודש ותיאוריות מאוחרות יותר גבנו על יסודות תיאורטיים מוקדמים ורעועים. אחת הדוגמות הבולטות ביותר היא רעיונותיו של ברזנו בסלהיים שהוא אולי המחבר המפורסם והמצוטט ביותר בתחום זה. בסלהיים נכלא בגרמניה בשנת 1938 ושוחרר לפני המלחמה. בסגנון כמעט מתנשא תיאר את ניצולי השואה באופן כוללני (בניגוד לעצמו) כקבוצה אחידה כנועים ומעוכבים בהתמחותם שכליתם גולה מהם את הכבוד העצמי, האנושיות והיכולת לעמוד על שלהם, ושחיהם המאוחרים פגועים בצלקות הגיוון הנפשי, המלווה אותם מימי מחנות הריכוז. בסלהיים ביקר בתרופות את תלותם ופיגורם של הניצולים, שלשענתו הביאו אותם להזדהותם ההדרגתית עם שוריהם הנאציים.<sup>25</sup>

בסלהיים דיבר על הדינמיקה המכונה 'זהדהות עם התקופה' כדי להסביר את התנהגותם האכזרית של הקאפו (היהודי) כלפי שאר האסירים. לפי בסלהיים, הקאפו נכנע לדרישות שובדי. אורית המתנה גרמה לאסיר להידרדר נפשית ולפתח תלות לדרושה בשוביו, ועל-כן שאר הקאפו להדמות לקציני האס-אס, ויקבל את התפילה הנאצית של היהודים, ושלו בתוכם, כיצורים שפלים וריוויים לבתו.<sup>26</sup>

אבל ראיות רבות מצביעות שההיפך הוא הנכון. מסתבר, שהקאפואים הנפשיים ביותר התמנו מבין האסירים שנשאו תגים 'ירוקים', אלה שנכלאו בגין היותם עבריינים בעבר. הקאפואים האדומים, בעלי העבר הפוליטי, היו בדרך כלל, אנשיים יותר בהתייחסותם לאסירים. מכאן עולה, שהקאפואים היירוקים, רק הפגינו את האכזריות והתוקפנות שאפיינו אותם לפני כליאתם במחנה ולא תכונות שהתעדרו בהם כתוצאה מסביבתם החדשה.

בהשפלה מוחלטת עד כדי מחיקת הצלם האנושי, בהרעבה תמידית, ובמניעת כל צורכי אנוש מן האסיר - נחשבת לגורם מקרי, כדבריהם, כחולות-דעת רפואיות ופסיכיאטריות מפורסות, המופנות לערכאות.<sup>27</sup>

כבר בשנת 1947 דווח על קשיים נפשיים שהתגלו בראיונות עם פליטים שנמנע מהם לעלות לישראל והם הוחזקו במחנות בקפריסין. אבל התיעוד הראשון של תסמיני הניצולים נעשה ברובו בשנות החמישים והשישים במהלך בדיקות להערכת זכאותם של חובעי פיצויים מממשלת גרמניה. ייתכן שהניצולים היו בררנים בפרטים שבהם לספר מאוחר שרוב הרופאים קיבלו הניצולים פחות על בעיות היו גרמנים. לדוגמה, לפני הרופאים הגרמנים קיבלו הניצולים שינו את הדגשותיהם נפשיות ויותר על בעיות גופניות. אבל אותם נבדקים שינו את הדגשותיהם בראיונות נייטרליים ומדעיים יותר, שנערכו בידי מדעני החברה. תסמינים גופניים היו יותר מוחשיים ופחות ניתנים להכחשה בידי האויב. בראיונות עם חוקרים נייטרליים יותר דיברו הניצולים לעתים קרובות יותר על רגשי החשנות, השנאה והבדידות שלהם.

בכל זאת העיוותים השכיחים ביותר בתמונה הכללית שהתקבלה מן הניצולים לא נוצרו בשל חששותיהם מפני עיוותהם של המראיינים; עיוותהם נבעו מכך שכמעט כל העוסקים בבראיות הנפש ניהלו את תהליך הפסיכותרפיה מתוך הגישה הפסיכואנליטית, הידועה, ולא דווקא לשבת, בהדגשת הפסיכופולוגיה ובהנחה שתמיד היא קיימת אצל המראיינים. לעתים קרובות פרסמו התרופיסטים הללו הכללות מטעות לגבי הניצולים כקבוצה על יסוד מקרים דומתיים בודדים, או לאחר מגע עם מספר קטן מאוד של פסיכיאטרים. עיוותים סלקטיבי להבדלים האנושית מחייבות בדרך כלל הכללות, עיוותים סלקטיבי של הממצאים אנטיקורואליים, השוואת תמונים להשגת מכנה משותף ופישוט יתר של הממצאים פסיכותרפויטיים אחד כתב: "הניצולים האלה מגלים הלך-רוח כנוע, צייתני ותמיד מופחד היות שעודם פוחדים מעונש ומנקמה מיד נציגי השלטון." ייתכן שהתיאור הזה תקף לגבי פציניס מסוים, אבל אסור לייחס אותו לכל הניצולים, או לרובם. פסיכיאטר מפורסם מלוס-אנג'לס תיאר את התנהגותם של היהודים, מתנה הריכוז כ"דגרטיה סולומוניסטית". צורכיהם המוחשיים של היהודים, כתב, ומינתו את יצום הסדיסטי של קלסי הנאצים: משוואה פתולוגית טיפוסית, תפורה לצורכי הפסיכואנליזה. פסיכואנליסט אחד קבע:

ההיענות לקבל את תפקיד העבד עשויה ליהפך למאפיין קבוע בניצולים, מקצתם מתנהגים כאילו שדם שוחרר. בכמה מקרים מצאנו ריכוז זמור של התפקוד השכלי, הויתרון וההתעניינות בכל נושא החורג משגרת העבודה והטיפול בבית... התאמה מוחלטת לתיאור העבד שחייז

אישית, וכתוצאה מכך מבטלת גם את תחושות האשמה והאחריות המוטעות. תמונה מבוססת וקונסטרוקטיבית של אירועי הדיכוי עשויה לשחרר את הניצול מנטייתו להגדיר את עצמו ואת האנושות על יסוד האירועים והם בלבד. העובדה שהיה חסר אוניס, לדוגמה, אינה מגדירה אותו כאישיות חסרת אוניס. העובדה שהיה עד למעשי רשע או שחוזה אותה על בשרו אינה מלמדת כי העולם כולו מרושע. העובדה שנבגר אינה מציגת כי התגידה מאפיינת את ההתנהגות האנושית. העובדה שהיה קורבן אינה מלמדת בהכרח, כי עליו לחיות את חייו תוך עירנות מתמדת מפני חידוש הדיכוי. העובדה שהושפל כחוק בווי אינה מלמדת כי הוא חסר ערך. וקבלת הסיכון הכואב של מסירת עדות אינה מבטיחה כי העולם יקשיב, ילמד, ישתנה ויחפץ למקום טוב יותר.<sup>26</sup>

בכל זאת רק ניצולים בודדים בקישו סעד פסכולוגי. ההתנגדות לטיפול נפשי נובעת מגורמים שונים. ייתכן שניצולים אחדים חוששים משינוי דמותם העצמית, המבוססת על תחושת המיוחדות של היותם ניצולים ומנצחי המוות, ומהגדרתם מחש כחולי נפש; שינוי דמותם מחזקים במיוחד לפגמים. אנשים אלה עשויים לעיתים להרחיב את תחושת המיוחדות הזאת לתחושת עליונות בהשוואת את עצמם לאלה שלא סבלו מאימי השואה, או לאלה שסבלו אבל כתנאים 'קלים' יותר.<sup>27</sup>

לניצולים מסוימים יש צורך חיוני לשכוח את השפלות העבר והם מגיבים עליו בהפגנת חוסר סובלנות כלפי כל חולשה אנושית. הם מאמינים, כי רק החלשים או המתנוונים וקוים לעוה נפשיית. ייתכן גם שבאופן לא-מודע הם חוששים מכך שהפסיכותרפיסטים יאשים אותם במעשים מסוימים שעשו ובהתמלצות ממעשים מסוימים בתקופת המלחמה. דמויות סמכותיות מעוררות חרדה גם בסביבה ידידותית. ניצולים הוכרחו לקבל הרבה החלטות קשות ומייסרות ולעשות בכוח הנסיבות מעשים רבים שהיו מעוררים אצלם דילמות מוסריות בתקופה נורמלית. ייתכן שהתנגוד הפנימי הזה, בצד אי-האמון וחוסר העניין שבהם נתקלו כאשר ניסו לספר על התנסויותיהם, תרמו בחלקם לשכנוע הניצולים כי שום אדם נאף לא פסיכותרפיסט לא יוכל להבין את מניעי ההתנהגותם במצב ההוא, או את ההשלכות הנפשיות של התנסויות אלו.

כל ניצול המודה כי נגרם לו נזק נפשי רציני וממושך מוכרח להכיר באפשרות שהשפעות השואה הועברו באמצעותו לדור הבא, לילדיו שנוצרו לו אחרי המלחמה, ופירוש הדבר עוד ניצחון לנאצים ועוד אברה לעצמו. לא מומן, כאשר אחת הניצולות דיברה בכיתה לימוד שלי, שאלה אחת הסטודנטיות: "זאם את חושבת שחוויותייך השפיעו באיזשהו אופן על המשפחה שהקמת

מי נבחר להיות קאפז? שוב דרושה הבחנה. הראשונים שהוצעה להם האפשרות הזאת – כלומר, אותם אסירים שראו למפקד המחנה או לממוניו ושהיו לעיתים קרובות פסיכולוגים טובים) כמשתפי פעולה בכוח – היו העבריינים הרגילים שנקלחו מבחי-הכלא. קריירה חדשה של מטילי משמעת וייסורים היהם בעבורם חלופה מצוינת לכליתאם כאסירים רגילים במחנה. הנאים בתור היו אסירים פוליטיים, שבורים אחרי חמש או עשר שנות ייסורים או, בכל מקרה, מודורדים מבחינה מוסרית. בשלב מאוחר יותר נבחרו יהודים שראו במעט הסמכות המוצעת להם את האפשרות היחידה לחמוק מן הפתרון הסופי. אבל כפי שהוכרנו, אסירים רבים שאפו לכוון באופן ספונטני: מדיטטים, לדוגמה – שבוודאי לא היו נפוצים אבל ששאר האסירים הודיעו מאוחרים – נהנו מעמדת הפריביליגיה שהתאימה לאפשרות להשפיל את הנחותים מהם ולהטיל עליהם ייסורים.<sup>28</sup>

בניגוד לחיבור הציני של בטלהיים, יש עדויות רבות לכך שהעוהה ההדדית היתה שכוחה בין אסירי המחנות. ניצולים רבים מן המחנות מורים כפה מלא כי לא היו חיים כיום אלמלא עצמם, המיכחם והגשית או עורחם הפיטית של עמיתיהם. אין ספק שאסירים רבים הציגו חיקוי של שוביהם כדי למצוא חן בעיניהם, אבל כלי כוונה לפגוע דווקא בתכניהם. מלבד זאת נטייה נפשוית אמינית במחנה הריכוז היתה גורדת למוות בטוח. ההישרדות דרשה עירנות מוגברת למצבים משתנים, מניפולציה פעילה של הסביבה והפעלת כל הכישור

והתחכום במערכות החיים.

רוב הפסיכיאטרים המתעניינים בתופעת 'הלחץ הפוסט-טראומתי' אצל ניצולי הריכוז מניחים, כי לניצולי השואה חוויה פסיכותרפוטית מתקנת. רוב הניצולים התרכזו כמעט מרגע שחרורם בחידוש ובשיקום חיים שנהרסו מיד לאחר שחרורם. לכן יכלה הפסיכותרפיה לתת לאנשים אלה את ההזדמנות להמסר לתהליך האבל, שהם נמנעו ממנו לפני כן ולהוות מעין זירה להפגנת הבטחה של עצמם האנוני.

כשכתבה על אודות השינויים הקוגניטיביים הדרושים במהלך הפסיכותרפיה טענה הפסיכותרפיסטית הידועה יעל דינאלי:

שיקום קוגניטיבי כרוך ביכולת לפתח תפישה מציאותית של מה שקרה, מי שעולל את ההרבים ולמי הם קר, ובקבלת המציאות שהתבריי קר כפי שקרו. מה, לדוגמה, היה ומה לא היה בשליטת הניצול, אילו אירועים לא היו יכולים להיות בשליטתו ומדוע קבלת העובדה שהאירועים לא נבעו מאישיית הניצול גם מבטלת את הצורך לייחס אותם לגרימה



של המקרים לא הניב החיפוש הזה תוצאה והיה למקור נוסף של דיכאון. גם הברחה למערב הייתה לניצולים רבים מאגן מפחיד נטיל להצצים.

אחרי השחרור דמיינו לעצמם הניצולים כי העולם יקלוט אותם בורות פתוחות. במציאות שבו רבים לבתיהם ונתקלו בעינוות התושבים, ראו בהפקעת נכסיהם ביד האוכלוסייה המקומית ובאזורים אחרים (כפולין, למשל) אף הותקפו ביד שכניהם האנטישמיים כפוגרומים ספוגניים. מחנות הפליטים והעקורים שהוקמו בגרמניה סיפקו בדרך כלל רק בקושי את צורכי המחיה. צריפי המגורים וגדרות החיל הוכרו לעקורים רבים את מחנות הריכוז, שאמורים היו להיות נחלת העבר. כשהגרו לארץ חדשה, עם שפתה הורה וסביבתה הכלכלית-מוכרת, נתקלו הניצולים באכזריות נוספת של עולם, אשר לא הבין ולא רצה לדעת על האירועים שקרו באירופה. כתוצאה מכך הרגישו ניצולים רבים, כי עליהם להפגין תחושה כוזבת של חיים טובים, אבל העמדת הפנים חזקה את רגשי הניכור, שהובדילו אותם מן העולם הנורמלי המאוכלס באנשים רגילים. מצד שני, אין להקל ראש בהשפעותיה הטובות של סביבה תומכת. ניצולים נורווגיים שבו למולדתם ומצאו קהילה מסייעת במובן הנפשי והחומרי, ולכן התגלו אצלם פחות תסמינים פוסט-טראומטיים מאשר אצל ניצולים במדינות אחרות.<sup>30</sup>

ניצולים הקימו משפחות בארצות-הברית ובמקומות אחרים, הקימו עסקים, ביקרו בקולנוע, רקדו בחתונות ואימצו תרבות חדשה. בקצרה, הם דמו לשכניהם, לפחות בהיצוניותם וכרוב מישורי חייהם. מקצתם ניסו להפיק משמעות עמוקה יותר מהירשדותם, ותחושת השלילות הניעה אותם להעיר על התנעויותיהם, או לכנות מולדת יהודית חזקה. אבל רוב הניצולים שחשו איזו מחויבות מילא אותה במסירותם להמשיך ולחיות את חייהם באופן נורמלי ככל האפשר, לשוטבם ולטובת ילדיהם.

כדי לקדם את הכנת ההתנהגות האנושית ייתכן שמוטב לנו לחקור את התמודדותם המוצלחת של הניצולים, ולא להתרכז באלה שהידרדרו. בהתחשב בוורעות ובהשפלה שנחשפו אליהן, נשאלת השאלה כיצד המשיכו הניצולים לתפקד, יחסית, בנורמליות? אילו מנגנונים של חיוב החיים התבססו על רקע כה נורא של חרס חומרי ונפשי? איך קרה שרוב הניצולים, ובמיוחד אלה שנחשפו לתופעות הקשות ביותר בשואה, לא נסוגו לעולם פסיכויט סגור שבו יכלו להשליט משמעת פנימית משלהם ולהתכסה לזוועת שראו וטבלו? המפתח לתעלומה הזאת עשוי לפתוח שער לתחומים חדשים של היכולת האנושית.

ניצולים רבים רואים את עצמם ילד-נורמלים, נשאי צלקות נצחיות מהתנסויותיהם במלחמה. הם מתאבלים על אובדן אישיותם וחייהם הקודמים, אבל בדרך כלל אין הניצולים תופשים את עצמם כמגובלים או כמעוכבים ביכולתם לתפקד. סביר להניח שהחיים החדשים והמשפחות שהצליחו להקים

אחרי המלחמה? "היה עננה": "בהחלט לא. בעלי ואני היינו תמיד חוקים מאוד. אחרת, לא היינו יכולים לשודד מלכתחילה. ילדינו היו תמיד מאושרים ובראים. אחר עורך-דין והשני רופא, ושניהם מצליחים מאוד".

מלבד כל אלה נוטים ניצולים מסוימים להמשיך באבלם בדרך של ערות, כאנדרטה אישית לששת המיליונים שלא שרדו. ייתכן גם, שכאבים הממושך מפגין את נאמנותם ומשמש אמצעי לקשריהם עם משפחתם האבודה.

לניצולים המעטים הפונים לפסיכותרפיה עשוי החולין להיות כמיוחד. פסיכותרפיה מהיבט נכונה לקחת סיכונים ולהיפתח, וכתוצאה מכך – להיות חשוף לפגיעה. "האמן הכיסי" הזה, שהוא כה חיוני להצלחת התהליך, כבר נהרס במקרים רבים בשל האבדות הנפשיות של ימי המלחמה. ניצולים עשויים להפגין חשש מוגזם מאובדן שליטה ומהחלשת מנגנוני ההגנה הנראים להם חיוניים ליציבותם בתווה. הנטייה השכיחה היא לעוות את הזיכרונות ולעשות אידאליזציה של חיי משפחתם לפני המלחמה. פציינטים מסוימים מראים אי-יכולת לזכור אירועים מן העבר, במיוחד כאלה הכרוכים ברגשי אשמה (וכתוצאה מכך בבושות) או בהשפלה.

פסיכותרפטיסטים עלולים להיתקל בקשיים לשמור על אובייקטיביות נוכח רגשי הזעם או הייאוש המתעוררים בהם למשמע הזוועות, שעד כה האמינו כי הן קיימות רק בספרות. בתגובה הפוכה, הם עלולים להתקשות להעריך במלואן את ההתנסויות המסופרות להם, או להאמין למה שמסופר להם, וספקנותם מועברת לפציינטים. גרוע מכל, ייתכן שהפסיכותרפטיסט יחם את תסמיניו של הפציינט לקונפליקטים בלתי-פתורים מילדותו ולא ירצה להאמין שהם נובעים מהתנהגות בשואה.

העוסקים בבריאות הנפש, וכן סופרים ואמנים, ריכוז עד כה את תשומת-לבם במורשת הפתולוגית של השואה, ורק לעתים רחוקות הכירו או שיכחו את התכונות החזקות המאפיינות ניצולים, שאפשר להם לא רק לאחות את רסיסי חייהם, אלא גם להמשיך ולתפקד אחרי המלחמה מעל הרמה הצפויה. ייתכן שאחד הגורמים לנטייה זו להימנע מציין הסתגלותם החיובית של ניצולים רבים, נעוץ בחשש מפני הכחשת תומרת טראומה. אחרי שראו ניצולים בארצות-הברית ציין אחד החוקרים, באופן טיפוסי, כי מתגרים אלה הם פסימיים, אדישים, רדופי חרדה וחסיי יכולת ריכוז, וכתוצאה מכך, לא האמין כי יוכלו עוד לעבוד ביעילות. אף-על-פי-כן אנו יודעים, כי רוב הניצולים עברו בחריצות, וזו להצלחה כלכלית והתקדמו די מהר לעמדות מכובדות במעמד הבינוני.

ההסתגלות הזאת התרחשה על-אף האכזבות והלחצים שעברו עליהם אחרי השחרור. אחרי קריסת השלטון הנאצי, החלו ניצולים רבים במאמצים לחיפוש קרוביהם, בתקווה שמלטו מן הכובשים או שרדו מן השואה. ברובם המכריע



פגנתים את מברי בעיותיהם הנפשיות, את עוצמת הכיסופים לחייהם שמלפני השואה – הנזמים כאידיליה – ואת מידת שקיעתם בחוויות הנלהמה ובאבודותיהם לתקופות חוזרות ונשנות של דכדוך. גורלם של אחדים שפר לעומת אחרים בצבידת עושר חומרי, בנחת שיש להם מיליהם, בעבודה ובחיים המקצועיים שעיצבו לעצמם ובמערכות היחסים שייסדו.

עלינו לבחון את העתיד הצפוי לניצולים, רובם מגיעים כעת לקנה, שלב החיים המתאפיין באינטגרציה חברתית מחדשת, בפירושים חדשים ובחלואת זיכרונות, וייתכן שהטראומה שהעליהו לקבור, תצוץ מחדש. "אלה שנמנעו מלספר את מה שעברו כדי שהעולם לא ישבח עלולים להתקף עכשיו בחתושה מאיימת של "יאוש וחוסר תועלת. מצפונם עלול להיקרע בספקות כשישאלו את עצמם אם מילאו את מחויבותם כלפי אלה שנרצחו. לחציה הנוספים של הזקנה, הנפשיים והגופניים, יתבעו מהם בוראוי מאמצים חדשים של התמודדות, שעמלם עול כבר מדי על המשאבים שהידלדלו. "ככלל, אנשים יותר מבוגרים נוטים להיות מבורדים יותר. לכן עלינו לעשות מאמצים מודעים כדי להבטיח את תמיכת הקהילה בניצולים בתקופה קשה זו של חייהם.

## 2

### העברה בין-דורית

אינני שוכח אף לרגע את השואה. המעמסה הזאת רובצת תמיד על כתפי. אינני מבין מדוע לא אוכל אף פעם לשכוח אותה. אני יודע כי השכחה אמורה לרפא, אבל אינני יכול אף פעם לעשות זאת באמת.

יש לי מנסליות של ניצול. אני חסין מאוד. אני יודע שאשורד בכל מצב למרות הכל.

(ציטוטים אלה ואחרים, המופיעים בראש הפרקים, נלקחו מדברי המשתתפים במחקר).

צורות הסתגלותם של ניצולי השואה הן רבות ומגוונות. היה אפשר לצפות, כי ילדי הניצולים, המרוחקים מן האסון מרחק שנות דור, יגלו טווח עוד יותר רחב של תגובות הקשורות בשואה. אף-על-פי-כן, כשם שהוצעו הכללות כדי לתאר מעין 'תסמונת ניצולים', אימצו חוקרים רבים, גם את ההנחה כי העברת הפתולוגיה מניצולים לילדיהם היא בלתי-נמנעת.<sup>1</sup> חוקרים אלה קבעו, כי התנסויות השואה פגעו ביכולת הניצולים לקיים מערכות יחסים, וכתוצאה מכך אין הם יכולים להיות הורים יעילים. הפרעה זו גורמת להתפצלת נפשיות מיוקרת אצל הילדים שגודלו בידי אותם הורים. "סביר להניח", ציינו שני חוקרים, "כי מחיר הישרדותם של אנשים אלה עלול להתבטא בהפרעות עמוקות במשפחות שהקימו אחרי שחרורם." פסיכולוג מטרים כתב: "בשל מעורבותם המיוחדת של ילדי ניצולים ברקע של הוריהם מן השואה, עלינו לצפות לכך שיתפתחו אצלם מצבים רגשיים חלופיים ומבט יוצא דופן על חי