

The sexual abuse cycle/ Sandy Lane*

מעגל הפגיעה

פוח על ידי Lane & Zamora.

מעגל ההתעללות המינית מיצג את הגורמים המקדימים, המרכיבים, והמהלך של התנהגויות התעללות, מינית ובכלל. הוא נמצא מתאים לסוגי התעללות שונים, ומעבר לגיל, מין, מוצא.

בכל מקרי הפגיעה נמצאו אלמנטים משותפים של התנהגות, של סיפוק או חיפוש אחר סיפוק, וסגנון חשיבה דומה המחזק או מאפשר התרחשות של התנהגויות אלו.

הדפוסים המוצגים במעגל ההתעללות משקפים תגובת התמודדות, דיספונקציונלית, לא-אדפטיבית למצבים או לאירועים בעיתיים. כך, שנערים פוגעים אלה, נוטים לפרש אירועים או התנהגויות של אחרים בצורה לא נכונה, להסיק מסקנות שגויות לגבי עצמם, ולהיות בעלי תפיסות לקויות לגבי מידת עצמתם ושליטתם. תגובותיהם לתפיסות שגויות אלו, נוטות להיות תגובות פיצוי, רפטיטיביות (חוזרות ונשנות), ודי עקביות.

המעגל הוא מבנה המיצג מהלכים קוגניטיביים, רגשיים והתנהגותיים המתרחשים לפני וכהקדמה לאירוע ההתעללות, במהלכו ובעקבותיו.

מאפייני המעגל –

1. פגיעה מינית - כל התנהגות מינית המתבצעת ללא הסכמת האחר, המערבת חילול, ניצול, מניפולציה, כפייה או הפעלת כוח. התנהגויות אלה נתפסות כביטוי המיני של צרכים לא מיניים על חשבון אדם אחר. לא אקטים אימפולסיביים, אלא מתוך מחשבה מקדימה ותכנון.

*המאמר מופיע בספר: Juvenile Sexual Offending מאת G. Ryan & S. Lane הוצאת Jossey-Bass Publishers, 1997.

2. צורך בשליטה - התעללות מינית נחשבת לביטוי מיני של כוח,

שליטה, dominance.

המעגל מיצג סגנון תגובה מלאדפטיבי, דיספונקציונלי המתבסס על כוח ושליטה באחר. באמצעות השימוש לרעה בכוח, הפוגע חש תחושות פנימיות של עליונות, שליטה, חוזק, כשירות, והתרגשות. גם בזכות תכנון המעשה, הפתעה, הונאה, או פיתוי הקרבן הפוגע חש "שווה", בעל ערך. תפיסות אלו כמובן מבוססות על קוגניציות שגויות. שמי שחזק, או מי ששולט באחרים הוא שווה.

סגנון תגובה זה נהפך להרגל והוא בא במקום מנגנוני תגובה אפקטיביים יותר ומסוגלות חברתית שמערבת תקשורת, פתרון קונפליקטים, אינטראקציה אמפתית או שיוויון.

הצורך בתחושת עוצמה, נובע בדרך-כלל, מתפיסות של העדר עוצמה וחוסר אונים. תחושות אלה, הן לרוב מעוותות ואינן מעוגנות במציאות, מכיוון שבני נוער אלה, הם בפועל בעלי עוצמה, אולם, הם תופסים את עמדת הקרבן, חסר הישע ובעל הלגיטימציה לתקוף ולצבור כוח בכל דרך.

3. היבטים של פיצוי - כל שלב במעגל מפצה על תחושה ראשונית של חוסר אונים וחוסר ערך. כאשר שלב מסויים מפסיק לפצות על תחושה בסיסית זו - עובר המתבגר לשלב הבא.

4. היבטים קוגניטיביים - מעגל הפגיעה המינית מאופיין על ידי מגוון של עיוותים קוגניטיביים. בכל התהליך מתקיימים עיוותי חשיבה או דפוסי חשיבה מוטעים:

א. תפיסות הקשורות בעצמי: תפיסה עצמית של קורבן (אני מסכן),

עמדה של "אני לא מסוגל".

"קשה לי", אינו מסוגל להתאמן.

מסרב לקבל קיומן של חובות.

חוסר במושג "אמון"

ציפיות לא מציאותיות: מעצמי, מאחרים, מהעולם.

כישורי קבלת החלטות לקויים

הגדרה פגומה של הצלחה וכישלון
סרוב לשתף ברגשות, להודות בפחד, בכשלון
דחף לשליטה ולכוח

ב. **תפיסות הקשורות באחר:** חוסר תחושת פגיעה באחר.

אינו מסוגל לשים עצמו במקום האחר.
ראיית האחר ככלי, רכוש, דה פרסונליזציה

1. טעויות חשיבה - טעויות חשיבה ההופכות את הפגיעה למתקבלת על

הדעת: טעויות המאפשרות לפוגע לחשוב שהקורבן רוצה להשתתף
בפעילות הפוגעת, הופכות את הנפגע לאוביקט ועושות לו דה-
פרסונליזציה.

2. טעויות חשיבה הקשורות לפרוש הנסיבות (כולם נגדי גם השעון

המעורר שלא צלצל) ו טעויות חשיבה המתייחסות להנחות, מסקנות
ופחדים אודות העולם (אין לי סיכוי, אף פעם לא יהיה לי טוב).

5. היבטים התמכרותיים - מעגל הפגיעה חוזר על עצמו, למרות

החלטה להפסיק עם ההתנהגות המינית הפוגעת. ההתנהגות
מספקת מידה רבה של עונג והקלה למצבים שליליים פנימיים.
דפוסי ההתנהגות נחווים כחיוביים ולכן יש סבירות גבוהה שהם
יחזרו על עצמם, בכל פעם שהמתבגר יתקל במצבים רגשיים
שליליים. חזרה על ההתנהגות הפוגעת היא דרך להחזיר לעצמו את
תחושת ה - well-being .

שלבי המעגל:

השלב הראשון - השלב המאיץ

האירוע – אירוע חיצוני או בעיה בקשר בין אישי. אירוע זה מהווה טריגר
לתפיסות עצמיות שליליות ולתחושות של חוסר אונים, תסכול, יאוש או
תפיסה עצמית שלילית. המאיץ נתפס כאיום על תחושת השליטה.
המתבגר חש שאין לו כישורי התמודדות עם האירוע או המצב ואין הוא

מאמין כי יוכל להתמודד. PMS - **poor me syndrom**. מכאן הוא חש חסר ערך, חסר תקווה לשינוי חיובי.

שלב שני - השלב המפצה

הצעיר המתוסכל הופך להגנתי ולעויין, ומנסה להשתלט על אחרים ולחוש תחושה של מנצח. מתחיל בכעס ובהאשמת אחרים. (האשמת עצמו אינה באה בחשבון מפני שזה ידגיש את תחושת חוסר האונים שלו). כעס וזעם נבנים והוא נוקט בהתנהגויות שונות. מתבגרים פוגעים תיארו התנהגויות הכרוכות בצורך לנצח במשחק, טריקת דלתות, עזיבה דרמטית, שבירת כללים, חוסר ציות, ועוד. מחשבות הקשורות עם התנהגויות כאלה: "הראיתי להם".

תחושת העוצמה היא קצרה באופן יחסי ויכולה להימשך בין מספר דקות עד יום. ככל שההתנהגות חוזרת על עצמה כן קצרים יותר האפקטים החיוביים. אין הבנה כי הישג זה נובע מחוסר במיומנויות תקשורת ופתרון בעיות, וניהול עצמי.

מתחילות פנטזיות של כוח ושליטה, ההופכות לפנטזיות מיניות בהן מופעל כוח. הם מתחילים לחשוב שמין יגרום להם לחוש טוב יותר. תפיסת עצמם כמעורבים בפעילות מינית משפרת את תפיסתם העצמית. הצעיר רואה את עצמו כמסוגל, רצוי, ובשליטה.

בהמשך הצעיר מגלה כי גם פנטזיות אלה אינם ברות מימוש. הוא מתחיל לנוע במחשבתו להתנהגות מינית מעיזה. בשלב הראשון, ערכים ונורמות נייעו אותו מלבצע את ההתנהגות.

אירוע הפגיעה - השתלטנות וההתנהגות הדומיננטית באים לידי ביטוי, בסופו של דבר, בצורת פגיעה מינית. שלב זה כולל תכנון, בחירת הקורבן, תחמוץ, הצדקה, אוביקטיביציה של הקורבן, תחושה עצמית של סופרמן.

השלב האחרון - שלב האינטגרציה

בשלב זה הצעיר מנסה להטמיע ולעשות אינטגרציה של ההתנסות המינית הפוגעת, עם התחושות הפנימיות, התפיסות והפרשנות שלו לאירוע. הוא מטלטל בין אכזבה על כך שהריגוש לא היה כמו בדימיון,

לבין פחד על כך שיתפס, תחושת שליטה בקורבן שלא יסגיר אותו, תחושת גדלות וערך על מה שעה, הפחתה בערך הקורבן. הגדלות והערך העצמי מועמדים מול חרדה וספק. הספקות מחלחלים וממשיכים ליצר חרדה. כשרגשות אלה מצטלבים עם תחושת חוסר אונים וחוסר מסוגלות, ישנה חזרה על הדפוס.

המלצות לטיפול ולשינוי: ככל שנער הופך מודע יותר לתגובות הרגשיות, והקוגניטיביות המוצגות במעגל, כך יותר יוכל להימנע מהן ומן ההתנהגות המתעללת המופיעה בהמשך. כמו כן, הנער לומד לזהות גורמי לחץ (סטרס) אופייניים וסגנונות התמודדות לקויים התורמים להופעת ההתנהגות המתעללת.