

”מילים הורגות” – כשדו-שיח יום-יומי הופך לנשק קטלני

ניני גוטספלד-מנוח

lashon1000@gmail.com

א. הקדמה

העיסוק בשפה, במילים ובהשפעתן על חיינו עובר כחוט השני לאורכו של ספרי ”מילים הורגות” (גוטספלד-מנוח, 2006) ויוצר למעשה את עמוד השדרה הרעיוני המאחד את כל פרקי הספר. הדיון בשפה ובשימוש הלא-מקרי במילים תופס מקום מרכזי בספר, לא רק בשל העיסוק באלימות המילולית על סוגיה וגווייה, עיסוק המצריך מעצם טבעו עיון מדוקדק במשמעותן של מילים ובמה שביניהן, אלא גם בשל פיתוח המודעות לתופעת האלימות הנפשית בכלל והאלימות המילולית כחלק ממנה בעזרת הדיון הלשוני.

הספר אמנם עוסק באלימות נפשית כלפי נשים במערכות הזוגיות, שכן אלה היו הטקסטים שבחנתי, אולם לאורך הספר הדגשתי כי אלימות נפשית אינה מופנית רק כלפי נשים, והיא מתרחשת בכל מערכת יחסים היררכית שבה יש מישהו החש בצורך להפעיל אותה ומישהו חלש ממנו הסופג אותה. עם זאת, אין להתעלם מכך שלתופעה יש בהחלט ממד מגדרי הקשור במעמד האישה וביחסי הכוחות בין המינים.

אלימות מילולית היא אפוא תופעה חברתית כללית, וככזו סובלים ממנה אנשים במערכות זוגיות, בעבודה, ילדים במשפחה, תלמידים בבתי ספר ובפנימיות, בצבא ובכל מסגרת חברתית מוכרת. מכיוון שאלימות על כל סוגיה תהיה לעולם מופעלת בידי החזק כלפי החלש ממנו, הרי שבמערכות זוגיות היא אכן נפוצה בהתרחשותה בעיקר כלפי נשים, אך כאמור יש בהחלט גם גברים הסובלים מהתעללות בידי נשותיהם, גם אם מספרם, על-פי מחקרים, קטן לאין שיעור ולאין ערוך ממספר הנשים הסובלות מכך.

לטענתי, האלימות הנפשית (שהאלימות המילולית היא זרוע מרכזית שלה) איננה תופסת את מקומה הראוי בסדר היום הציבורי, באולמות בית המשפט, במקומות העבודה, במסגרות החברתיות השונות ובבית פנימה גם בגלל השפה. היא מתרחשת בבתי רבים ונפוצה במערכות יחסים רבות, אך איננה מזוהה ומוגדרת כזו, כי אנשים מעדיפים להעניק לה שמות אחרים. מכנים אותה ויכוחים קולניים, צעקות, ריבים, ביקורת, ”לומר אמת בפנים”, ”לפתוח פה”, אך נמנעים מלכנות התנהגויות אלה בשמן האמתי: ”אלימות מילולית”, וכשהיא שיטתית ומתמשכת – ”התעללות נפשית”.

השפה עשויה לרכז התנהגויות קשות ואלימות, וכך אנו מוצאים אדם גס רוח ופוגעני, המכונה ”מחוספס”, האחר אטום לרגשות הזולת ואינו מסוגל להביע אמפטיה ומוגדר ”קשוח” (הגדרה המוסיפה לו נופך של ”גבריות”). אדם המרבה לשלוח חצים מורעלים ומעליבים כלפי הזולת יכונה לא אחת ”ציני”. התוקפן, שדרכו היא להתפרץ במתקפות שלוחות רסן אכזריות, מכונה לעתים ”חם מזג” או ”אימפולסיבי”, והתעללות נפשית מכונה פשוט ”מריבות”. אלה הן הטעויות לשוניות המטשטשות את המציאות ופוגמות למעשה ביכולת להבין ולפרש את הסביבה החיצונית והפנימית כאחד, ומתוך כך הן גם חוסמות את דרכי ההתמודדות עמה ומונעות למעשה פעולה בונה ומתאימה.

אין כל חידוש בקביעה כי הלשון שבה אנו מדברים מתארת את המציאות שלנו ואת עולמנו הפנימי והחיצוני, אך בד בבד גם מעצבת אותם ומשפיעה על הדרך שבה אנו תופסים אותם (ניר, 1998). המילים נולדות מתוך הצורך לתאר את המציאות, אך כשהן כבר נטועות בתודעתנו ומשרתות את התקשורת בינינו לבין סביבתנו, יש להן יכולת לשנות את המציאות בהתאם לכוונה ולעניין – על ידי חיזוקה וגם על ידי טשטושה והסוואתה. מכאן גם החשיבות הגדולה בטיפול בנושא האלימות המילולית, שכן עימותים אלימים בשפה לא רק משקפים את היחסים בין המוען לנמען אלא גם משפיעים עליהם ומעצבים אותם.

ב. הגדרת האלימות

כל דיון בנושא השתקפות עימותים אלימים בשפה דורש קודם כול ניסיון להגדיר את המושג אלימות, באופן שהגדרתו תחול גם על אלימות המשתקפת בשפה. בתהליך כתיבת ספרי "מילים הורגות", שנמשך כחמש שנים, נדרשתי לסוגיה זו למן הרגע הראשון שבו התחלתי באיסוף החומר, אך לא מקרה הוא שלהגדרה עצמה הגעתי רק לאחר עיסוק מעמיק ונרחב בטקסטים שנקרו בדרכי. מן העובדה הזו יכולתי ללמוד שהתחושות והרגשות שהתכנים שהובאו בפניי עוררו בי קדמו לשלב המשגת הדברים, ורק לאחר בחינה מדוקדקת של הטקסטים, השתמעויותיהם ובדיקת השפעתם הרגשית באמצעות שיחות עם המרואיינות, יכולתי לגבש הגדרה כוללת להתנהגות אלימה. בניסיון לנסח הגדרה כוללת לאלימות בחנתי הגדרות שונות, שחלקן התבססו על כוונת התוקף, חלקן על הביטויים המעשיים ההרסניים המתרחשים בתהליך האינטראקציה בין התוקף לנתקף וחלקן על התוצאות ועל הנוק הנגרם לקרבן (היריגוין, 2002; יסעור-בורכוביץ, 2003).

על-פי הגדרתי, אלימות היא התנהגות פוגענית המופנית כלפי הזולת נגד רצונו, מאופיינת בהסגת גבול ומתבטאת בפלישה למרחב האישי שלו (איני דנה באלימות אדם כלפי עצמו). תחת הגדרה זוכללתי הן אלימות פיזית הן אלימות נפשית על כל ביטוייה ועל כל ענפיה – אלימות מילולית, אלימות רגשית, אלימות פסיכולוגית, אלימות מנטלית, אלימות כלכלית ועוד. האלימות המילולית היא הזרוע המרכזית של האלימות הנפשית, והיא גם הרלוונטית לדיוננו על אודות השתקפות עימותים אלימים בשפה.

נראה לי שגם לאחר ניסיון לנסח הגדרה כוללת להתנהגות אלימה יש קושי לסווג התנהגות מסוימת בקטגוריה של אלימות, והדבר נובע מכמה סיבות. הסיבה הראשונה נובעת מן העובדה שהאלימות המילולית פועלת בשני מישורים – האלימות המילולית הגלויה והאלימות המילולית הסמויה, ולכל סוג מאפיינים משלו (ר' פירוט בהמשך). הסיבה השנייה נעוצה במקומה של הכוונה ושל המודעות לה בהתנהגות האלימה. השאלה הנשאלת היא האם התנהגות שמקורה ב"כוונה טובה", במרכאות או בלעדיהן, שתוצאותיה הרסניות, נחשבת להתנהגות אלימה.

גם להקשר התרבותי שבו מתרחשת האינטראקציה המילולית יש תפקיד נכבד בשיוך המבע לקטגוריה של אלימות מילולית, ויש חברות או אנשים שבסטנדרטים התקשורתיים שלהם קיימת סובלנות רבה כלפי מבעים שבקרב חברות אחרות או אנשים אחרים נתפסים כתוקפניים, פוגעניים ואלימים.

אי הבנות קשות נולדות גם כתוצאה של האופן המיוחד שבו תופס הנמען את המסר הנאמר לו, ולמידת פגיעותה של "אוזנו הפרטית" יש משקל מרכזי בתפיסתו את המסר כתוקפני או כאלים.

אדגים זאת בהמשך ביחסי אימהות ובנות, מערכת יחסים טעונה ומורכבת ביותר, שבה באה לידי ביטוי תופעה זו בצורה קיצונית, אבל הדברים תקפים גם בסוגים אחרים של אינטראקציות בין-אישיות.

כשבוחנים את הסיבה הראשונה, דהיינו את קיומם של שני מישורי פעולתה של האלימות המילולית, בולטת וקלה לזיהוי האלימות המילולית הגלויה. זו באה לידי ביטוי בכינויי גנאי, בקללות, בגידופים ובצעקות, והיא נחוות כהתנהגות פוגענית שהשפעתה עשויה להימצא על הרצף שבין הערכת האווירה בלבד לבין פגיעה והשפלה קשות, שנזקיהן הרסניים וארוכי טווח, וכשהם מתרחשים בתוך המשפחה, הם אף חוצי דורות.

מן הראוי להזכיר כאן כי השפלה נחשבת להתנהגות שמידת הפגיעה שלה היא בעוצמות הגבוהות ביותר, והסבל שהיא גורמת לאדם משמעותי ביותר. לדברי סוזן רטזינגר ותומס שף (Retzinger & Scheff, 2001), השפלה וגרימת בושה הן משורשיהן העמוקים ביותר של המחלוקות הקשות בין בני אדם, וייחודן הוא בכך שהן בלתי נסלחות, ומכאן משקלן הרב בעיצוב מערכות היחסים. רטזינגר ושף מדגישים גם את משמעותן הרבה לא רק במערכות יחסים בין-אישיות אלא גם במערכות חברתיות בעלות היקף רחב יותר, כמו בין חמולות, בין שבטים, בין עמים, בין מדינות וכו'.

האלימות הגלויה קלה כאמור לזיהוי, היא בעלת מאפיינים לשוניים מוסכמים, ויש לה כוח רב בהרס הקרבן, בפגיעה בכבודו, בדימוי העצמי שלו ובערכו העצמי, ועצמת הפגיעה תלויה רבות במשמעותו של התוקף בחייו של הנתקף. כך לא ידמה גידוף של נהג בכביש המהיר להשפעת גידופו של אב את בנו או להשפעתם של עימותים אלימים בין בני זוג על חיי כל אחד מהם בנפרד ועל זוגיותם ככלל.

אולם לא כל אלימות מילולית היא גלויה, ולא תמיד אוצר המילים ומשמעותן הדנוטטיבית מצביעים על התרחשותה בפועל. יש שמשמעות המילים אמנם אינה מצביעה על התנהגות אלימה, אך ההשתמעות של הנאמר עשויה להיות מסוכנת והרסנית אף יותר מזו הגלויה, וזוהי האלימות המילולית הסמויה.

האלימות המילולית הסמויה קשה לזיהוי בשל שלל התחפושות שהיא עוטה על עצמה ובשל העובדה שהגדרתה וההשתייכות לקטגוריה שלה תלויות בתדירות התרחשותה. במילים אחרות: אותה התנהגות, כשהיא חד-פעמית, היא עשויה להיחשב לשולית וזניחה, לעתים גם טריוויאלית ואפילו נורמטיבית, אך כשהיא מתרחשת בתכיפות גבוהה היא מוגדרת כאלימה, על-פי תוצאותיה ועל-פי אופן הפגיעה ועצמתה.

אם הגדרנו אלימות כהתנהגות פוגענית המופעלת כלפי הזולת נגד רצונו ומתבטאת בפלישה למרחב האישי שלו, הרי שהתנהגויות כגון נזיפה, הטחת ביקורת נוקבת, לעג, השפלה, קנטור מרובה, הצגת הזולת באור מביך, הפחתה בערכו – כאשר כל אלה מופעלים בתדירות גבוהה, הם בבחינת התנהגויות אלימות, שכן הן פולשות למרחב הרגשי של הנמען או למרחב המנטלי שלו ועושות בו הרס רב. כאשר אדם שואל את בת זוגו (או להפך) "למה את תמיד שורפת את האוכל?" או בוס מתעניין אצל עובדת: "למה אי אפשר למצוא אצלך אף פעם שום דבר מסודר?", קשה אולי לזהות אמירה כזו כאלימה. היא אמנם לא נעימה לאוזן, אבל אי אפשר להגדירה כמבע אלים. כאשר אמירה כזו היא חד-פעמית ואינה משקפת סגנון דיבור או דפוס תקשורתי קבוע, היא בעלת

משמעות שונה מאשר אותה אמירה או דומה לה, החוזרת ונשנית באינטראקציות שונות. במקרים אלה היא אכן תיכלל בקטגוריה של אלימות מילולית.

מעניין לראות, כי גם השפה המשפטית מתחבטת בהגדרת האלימות הנפשית, וגם היא מתבססת באבחנה המבדלת על תדירות התרחשות הפעילות האלימה. כך, לדוגמה: "המדובר בסדרה מתמשכת של מעשים או מחדלים, כאשר ייתכן שכל מעשה (או מחדל) בשרשרת ההתעללות, לא ישא אופי אכזרי או משפיל. עם זאת הצטברות המעשים או המחדלים והימשכותם על פני זמן הם שיביאו לדרגת חומרה, לאכזריות, להשפלה ולביזוי או להטלת אימה שיקימו התעללות (השופט ש' אלבו, אלימות במשפחה – התעללות נפשית מתמשכת מס' 69ד). בהמשך מדגיש הפוסק כי: "תכונות אלה של התאכזרות, הטלת אימה ופחד, השפלה או ביזוי יכולות להתקיים גם במעשה חד-פעמי". המינון עומד אפוא בבסיס הגדרת האלימות הנפשית, ועמה האלימות המילולית – כאשר עצמה ותכיפות הם שני הפרמטרים שעליהם נשענת ההגדרה. כדאי גם לתת את הדעת לקושי נוסף, והוא "אוזנו" של הנמען. בספרה "ככה את יוצאת מהבית?" (טאנן, 2007) עוסקת טאנן ביחסי אימהות ובנות וטוענת שבשל האופי המיוחד של יחסים אלה, כשכל אחת רואה בזולתה כמי שמייצגת אותה בעולם, סף הרגישות גבוה במיוחד, והאוזן הפגיעה היא הקובעת במידה רבה מאוד את מידת התוקפנות הנקלטת במסר. התגובה, טוענת טאנן, היא לעתים לא למילים עצמן אלא למשקל הרב של דעתה של האם על חייה של הבת בעבר ובהווה.

באינטראקציות שבהן האם רואה הפגנה של אכפתיות ורצון טוב מצדה, רואה הבת ביקורת והנמכה, במצבים שבהם פועלת האם מתוך תחושת מעורבות כנה והרגשת שייכות – הבת חווה פלישה ושתלטנות. ביחסי אימהות ובנות הפגיעות היא קיצונית והססמוגרף הרגשי חד ועדין מאוד בגלל הקרבה המיוחדת, בשל האינטימיות הרבה ובשל היותה של האם דמות מעצבת שדרכה רואה הבת את עצמה. אולם נראה כי לרגישות ולפגיעות האישית יש תפקיד בכל אינטראקציה, כאשר "צלוקת" קדומה או עכשווית של הנמען קולטת מסרים דרך פריזמה של אלימות ותוקפנות גם כשהם לעצמם חסרים משקל סגולי של אלימות על-פי הגדרתה.

ג. אלימות מילולית סמויה

העיסוק באלימות המילולית הסמויה היה הבסיס לספרי, וייחדתי לה מקום נכבד וחשוב. הפרק "מילים מתחפשות", שהוא הפרק החמישי בספר, היה למעשה הפרק הראשון שכתבתי, וכתבתו ארכה כשנה ומחצה. בחינת הטקסטים על אפיוניהם הלשוניים, הסקת המסקנות ומיון המודלים הלשוניים לקטגוריות תוכן היו למסד של הספר, שממנו התעוררו שאלות רבות שהתשובות להן הצמיחו בעצם את שאר פרקי הספר.

הטרידו אותי שאלות מעין אלו: מהו הפרופיל של האדם ה"מכה נפשית"? על אילו צרכים אישיותיים עונה השפלת הזולת והטחת ביקורת שיטתית בו? מה "מרוויח" הדובר מעמדת המבקר, הלעגן והמשפיל? מה הוא מפסיד? מי הם האנשים המוכנים לספוג סוג כזה של דיבור ולהמשיך ולקיים אינטראקציה עם אותו תוקף? מהן הסיבות להתנהגות המוען והנמען במפגש האנושי הזה? ואם מדובר בנשים, מהן הסיבות המשאירות אותן במערכות זוגיות ספוגות אלימות מילולית, ומה "מושך" אותן לשם בצורה בלתי מודעת? מה קורה לילדים החשופים ליחסים מתעללים בין ההורים, ואילו נזקים חוצי דורות מותירה האלימות הנפשית? מה אפשר לעשות

כשמודעים לטיב היחסים ועדיין לא מוכנים לוותר על הקשר? האם אפשר להירפא מכך וכיצד?
לאיזה מטפל יש לפנות, ומאיזה מטפל צריך להיזהר בטיפול במצבי אלימות נפשית?
שאלות אלה ואחרות עלו תוך כדי העיסוק בטקסטים, משום שאלימות מילולית היא התנהגות
לשונית, ומתוך כך מצאתי לנכון לבחון את הטקסטים מנקודת מבט של שתי דיסציפלינות:
הלשונית והפסיכולוגית, תוך שאני מסתייעת בשתי פסיכותרפיסטיות מנוסות לאורך כל המחקר.

ד. "משתיקי קול"

את המודלים הלשוניים שאותם אבחנתי ככלי קיבול פוטנציאליים לאלימות מילולית סמויה
פירטתי בפרק "מילים מתחפשות" וכיניתי "משתיקי קול", כי המסרים הקשים והפוגעניים
מוסווים תחת מסכות שונות: שאלות תמימות, מבעי השתוממות ופליאה, התעניינות מעושה,
הכללות באופנים שונים, הכחשות ועוד. מתוך למעלה מעשרים מודלים אדגים כמה קטגוריות
אופייניות. האמירות עשויות להישמע בכל אינטראקציה אנושית: בין בני זוג, בין הורים לילדים,
בין מעביד לעובד וכו'. להלן אדגים חמישה סוגים של "משתיקי קול".

משתיק קול מס' 1

I. מסרים שליליים ותוקפניים בתחפושת של שאלות התעניינות

"תגידי לי, אתה לא מסוגל לשים משהו במקום?"
"למה לא שילמת את חשבון החשמל?"
"למה לא קנית חלב?"
"למה אין כלום במקרר? זה מחנה ריכוז כאן?"
"למה המקרר מפוצץ? את מתכוונת למלחמה?"
"למה שברת את הצלחת הלבנה?"
"למה דווקא אתה תמיד שוכח את הספרים שלך?" (משולב עם צייני השיח "דווקא", "תמיד")
"למה לא קנית נורות? לא ראית ששתיים נשרפו?"

II. נזיפה בתחפושת של סקרנות ופליאה

"מי תולה ככה כביסה?"
"מי שבר את הצלחת הירוקה?"
"מי הטמבל ששפך כאן מים?" (המילה "טמבל" משולבת כמסיטה את המבע לאלימות גלויה)
"מי מחנה ככה מכונית?"
"מי מתכוון ככה לשיבה?"

משתיק קול מס' 2

השלילה כנתון שאין עליו עוררין

I. שימוש רב במשפטי "אם היית..." (תנאי בטל)

במשפטים המנוסחים על דרך השלילה, דוגמת "אם היית אישה טובה, הייתי עוזר לך...", נוכל
להבחין בכמה השתמעויות:

1. קביעה – זוהי ביקורת המנוסחת כקביעה "אובייקטיבית" לכאורה, ומסתתרת בה אמירה שאין כל אפשרות לוויכוח עליה – את לא אישה טובה!
2. הצדקה – יש סיבה "מוצדקת" לכאורה לעובדה שאני לא עוזר לך.
3. הסרת אחריות – הסיבה לכך אינה קשורה בי. כלומר, אני לא עוזר לך לא מפני שאני עצלן, נצלן, "פרזיט" או כל סיבה אחרת העשויה להיות אמתית.
4. האשמה – הסיבה שאני לא עוזר לך קשורה בך ולא בי. את אשמה בהתנהגותי.
5. הענשה – בשל ההתנהגות השלילית שלך, אני מעניש אותך.

גם אמירות כלפי ילדים, דוגמת "אם היית לומד כמו שצריך, לא היית נכשל תמיד" או "אם לא היית רב עם כולם, היו לך חברים", נושאות עמן השתמעויות ביקורתיות קשות, ותוצאותיהן הן פגיעה בתחושת הערך ובהערכה העצמית של הילד. במשפט הראשון בולטת הסמכת הכישלון לילד, קישור הנצרב בתודעתו במשך הזמן כעובדה מוגמרת וכתרון בעולמו האישי ובמציאות בכלל. גם הצגתו ככישלון וקישור הדימוי שלו בעיני עצמו כאדם הנכשל באופן קבוע בגלל הישגים לימודיים נמוכים, הוא מסר הרסני לתחושת הערך העצמי של הילד. הדבר נעשה בעזרת כוחו של המבנה התחבירי של תנאי בטל והשימוש בציין השיח "תמיד".

במשפט השני יש ניסיון חינוכי "להסביר" לילד את מידת אחריותו ליחסיו עם הסובב אותו, מסר שבבסיסו הוא חיוני וחיובי, אך האופן שבו הוא מועבר מחליש את הילד ומתייג אותו בעיניו כאדם המתאפייין במריבות עם חבריו שהוא האחראי להן. האם זו אלימות? תשובתי חיובית, שכן השפעתן המזיקה של אמירות אלה על תחושת הערך של הילד ועל ביטחונו בעצמו וביכולותיו היא רבה, והכאב שהוא חווה למשמע אמירות כאלה מפי האנשים המשמעותיים לו אינו נופל מכאבם של סטירת לחי משפילה והוא אף גרוע ממנה.

II. שימוש רב במשפטי "את/אתה הרי..."

תפקידה של המילה "הרי" הוא לציין שהאינפורמציה המוצגת היא בבחינת נתון ידוע לכול, מעין אקסיומה. למילה "הרי" יש כוח המעצים את המסר, ואם המסר שלילי, הוא הופך אותו לעובדה קיימת. שימוש מרובה בסוג זה של מבעים בעלי השתמעויות שליליות – עניינית או אירונית – אינו מקרי, והוא מחליש את הנמען ופוגע בערכו. להלן דוגמות אחדות:

"את הרי מבזבזת כספים בלי הכרה".

"החברים שלך הרי תמיד היו יותר חשובים לך מאשר המשפחה שלך".

"אתה הרי תמיד מתחבר עם ילדים שעושים בעיות".

"אתה הרי תמיד חולם בשיעורים, אז מה הפלא שאתה לא שומע מה שהמורה אמרה?"

"את הרי אף פעם לא מכינה שיעורים".

משתיק קול מס' 3

קיבוע והנצחה של השלילה באמצעות הכללות

שימוש רב במשפטי "את/אתה תמיד...", "כל...", "שום דבר", "אף פעם"

"כל מה שאתה נוגע בו, מתקלקל".

"אתה אף פעם לא מסדר את הילקוט".

"את לא יודעת להעריך שום דבר שאני עושה".

"עוד לא קרה שהחומר לישיבה יהיה מוכן בזמן".

שימוש רב בצייני שיח מכלילים בהקשרים שליליים מעניק ממד של קביעות ומנציח את ההערכה השלילית בעיני האדם שאליו מופנות האמירות, ולכן כשמילים אלה חוזרות בהקשרים שליליים, הן מעצימות את המסר השלילי והופכות אותו ל"אמתי" בעיני הנמען/הנתקף. במשך הזמן זו תהיה תמונת המראה שבה יראה הנתקף את עצמו, וזו תהא תפיסתו את עצמו. הכללות עשויות להתבטא בעימותים שבהם שולטת האלימות הסמויה אפילו בשימוש נרחב בפתגמים ובניבים, שתפקידם לאשר את דברי התוקף ולתת להם תוקף של אמת אוניברסלית שאין לחלוק עליה.

משתיק קול מס' 4

הכחשה או מזעור ה"מכה"

אלימות מנטלית עלולה להתרחש תחת מסווים תמימים לכאורה, המתבטאים במבעים נפוצים, טריוויאליים, המוכרים לנו בשיח היום-יומי, שתפקידם להכחיש את האירוע או את האמירה. כאשר הם חוזרים ונשנים, הם בעלי אפקט הרסני ומחליש ביותר. הנה דוגמות:

"אני אמרתי דבר כזה? בחיים לא".

"אני עשיתי את זה? אתה חולם".

"מאין את ממציאה את הכול?"

"מאיפה את מביאה את כל הדברים האלה?"

"זה לא דומה אפילו למה שאמרתי".

להכחשת אירוע של פגיעה ועלבון כדפוס תגובה לעימות או לבירור הבאים בעקבותיהם יש תוצאות קשות ומזיקות לקרבן מן הפן הרגשי ומן הפן המנטלי. מן ההיבט הרגשי ההכחשה מוחקת למעשה את כאבו של הנתקף ואת עלבונו הצורב מן הפרוטוקול הרגשי העומד בין שני הדוברים, וכך למעשה מוחקת את עצם קיומו. מן ההיבט המנטלי כוחה רב בערעור תפיסת המציאות של הנתקף. בראיונות שהתבססתי עליהם במחקר ובתגובות הרבות שאני מקבלת לאחר קריאת הספר נשים רבות מעידות שבמשך הזמן הן עצמן החלו לפקפק בזיכרוןן ובמידת ביטחונן בקיומן של התרחשויות אלה. אמירות אלה, הפוגעות בשיקול הדעת, בכושר השיפוט ובקשר של הקרבן עם עצמו, עם חוויותיו ועם זיכרוניתו, הן אמירות פולשניות ואלימות.

משתיק קול מס' 5

מסרים שליליים והטלת מרות בתחפושת ניטרלית – משפטי אימפליקטורה

סוג זה של משפטים תלויים מאוד בהשתמעות (אימפליקציה) שלהם, וזו תלויה במערכת היחסים ובנורמות ההתנהגויות הקיימות באינטראקציות הספציפיות, אבל בהקשרים מסוימים הם תוקפניים, ביקורתיים ומטילים מרות.

משפט כמו "יש כאן לכלוך" נושא עמו השתמעויות שונות (Grice, 1975):

1. קביעה – מלוכלך כאן ואמור להיות נקי.

2. שיפוט – זה למורת רוחי.

3. האשמה – את/ה אחראיים לכך.
4. נזיפה – את/ה לא ממלאים את חובותיכם.
5. מסקנה מעשית – את/ה צריכים לנקות את זה.
6. הוראה וציווי – נקיה את הלכלוך.

במסגרת יחסים שבהם ברור מי אחראי לשינוי המצב יש לסוג זה של משפטים השתמעות של ביקורת, נזיפה, האשמה, הטלת דופי בזולת והטלת מרות. הדוגמות הבאות הוצגו בפניי על-ידי נשים שטענו כי במערכות היחסים הזוגיות שבהן הן מצויות, הן חוות אמירות אלה כתוקפניות וכפוגעניות:

"הכיור מלא".

"יש כביסה במכונה וצריך לתלות".

"החיתול של הילד מלא".

"המקרר ריק".

"יש שם קורי עכביש".

ה. סיכום

מתוך למעלה מעשרים מודלים לשוניים המשמשים כלי קיבול לאלימות מילולית סמויה הדגמתי חמישה בלבד, כי קצרה היריעה, אך יש "משתיקי קול" נוספים שכוחם רב בפגיעה בזולת בעצמות שונות עד לדיכוי, לרמיסה ולהרס הדימוי העצמי והערך העצמי. מיינתי אותם על-פי קטגוריות תוכן – אלה שעניינם נזיפות, הטחת ביקורת והטלת אשמה, אלה העוסקים בהנחתת הוראות ופקודות, אלה היוצרים הטעיה ובלבול, אלה המציגים הכחשה, אלה המבטאים זלזול ובוז בתחפושות שונות. את המודלים עצמם השתדלתי לסווג על-פי אפיונים לשוניים שונים. זיהוי המודלים הללו הם בבחינת מתן ריח לגז, שכן הגז כידוע ממית גם ללא הריח, אבל הריח מאפשר לנו לזהות את הסכנה, להתגונן מפני הדליפה, להימלט ולהציל את חיינו.

"התחפשות" המילים היא אפוא קושי אחד בזיהוי האלימות המילולית הסמויה. הקושי השני שציינתי כאן קשור בכוונת הדובר ובסוגיה האם כוונה היא מרכיב רלוונטי בהגדרת אלימות בכלל. המציאות מוכיחה כי מעשי אלימות רבים מתרחשים לא מתוך כוונה תחילה. גם תאונות דרכים קשות, הנוטלות חייהם של בני אדם או מותירות אותם נכים לכל ימי חייהם, מתרחשות בלי כוונה להרע לזולת. הנהג האשם בדרך כלל לא רצה לפגוע בזולתו, אבל הוא גרם לתאונה בשל הפרה של כללים מסוימים הנוגעים לשמירה על שלומו של הזולת. וכשאנו מדברים על השתקפות עימותים אלימים בשפה, גם כאן יש כללי תקשורת המופרים, כללים שבבסיסם מונח כבוד הזולת ושמירה על שלומו ועל ערכו.

האם המילים אמנם הורגות? אלימות מילולית אינה רק מעכירה אווירה, אינה רק משפילה, רומסת, מנמיכה, מגמדת ופוגעת בליבה האנושית הקיומית שלנו. יש בכוחה גם להרוג. כשאדם חי בפחד מתמיד מפני ביקורת נוקבת, נזיפות, התבטאויות שונות של זלזול וחוסר הערכה – ואין זה משנה אם הוא בן זוג, ילד מול הורה, עובד מול מעביד או אדם המצוי בכל קשר משמעותי אחר – הוא מנסה להגן על עצמו באמצעות ציות לזולת וריצויו. הוא לומד שכדי למנוע מתקפות מילוליות צפויות, עליו להיות קשוב לאדם התוקף ולהשביע את רצונו. כך הוא מתרגל להיות מתוכנת על-פי

משאלות הזולת ועל-פי דרישותיו, לפעול דרך עיניו, דרך ראשו של התוקף, דרך רצונותיו, צרכיו ושיגיונותיו, ולהתעלם מן הרצונות של עצמו, מן האינטרסים שלו ומחלומותיו. כך הוא לומד בעצם למחוק את האני שלו ושוכח מיהו באמת, ולא רק במפגשיו עם התוקף. זהו האופן שבו הוא רואה את עצמו, וכך הוא פועל בעולם. הביטול העצמי הופך לחלק מזהותו, והמחיקה הזו היא מוות נפשי, לא פחות מזה.

הדיון בשפה ובשימוש במילים תופס מקום מרכזי בספר מתוך אמונה בכוחן הרב של המילים שבהן אנו משתמשים בשיח היום-יומי שלנו. זהו כוח היכול לשמש להעצמה ולחזיון מצד אחד, ולחבלה בלתי הפיכה ולהרס, מן הצד השני. מתוך כך חשוב לזהות את הגוונים האלימים שבשיח שלנו וגם להגדירו באופן שבאמת ישקף אותו ואת כוחו.

"כשאנו משנים נקודת מבט מושגית או רגשית כתוצאה מפירוש חדש של מצב או מושג", טוענים ואצלאוויק, ויקלנד ופיש (1979), "אנו למעשה מעניקים לאותו עניין משמעות שונה, ובעקבותיה משתנה התנהגותנו". ומכיוון שאין שינוי ללא מודעות, ואין שינוי אמתי ללא תהליך הדורש התערבות מלאכותית, הרי שהתנאי הראשון לניהול תקין של יחסים הוגנים, חיוביים, מתחשבים ובונים הוא שימוש מודע בשפה ופיקוח על ה"טייס האוטומטי" שלנו, שאותו אנו מפעילים במצבי לחץ ומצוקה, והוא מטיל פצצות המותירות אחריהן הרס וחורבן של אנשים ושל מערכות יחסים. שינוי מהותי וארוך טווח, יש לזכור, ייתכן רק כאשר אדם מוותר על התנהגות מסוימת ומחליף אותה בהתנהגות שונה ורצויה, ולכן הימנעות מודעת מדפוסי דיבור ותקשורת אלימים והחלפתם בדפוסיים הוגנים יכולים להשביח לכולנו את איכות חיינו.

ביבליוגרפיה

- גוטספלד-מנוח, ניני (2006). *מילים הורגות*. משכל, ידיעות ספרים.
- היריגוין, מארי-פראנס (2002). *הטרדה נפשית*. כתר.
- ואצלאוויק, פי; ג' ויקלנד ורי פיש (1979). שינוי. ספרית פועלים.
- טאנן, דבורה (2007). *ככה את יוצאת מהבית?* כתר.
- יסעור-בורכוביץ, דלית (2003). *אלימות אינטימית*. רסלינג.
- ניר, רפאל (1998). "תקינות פוליטית, לשון נקייה והזניית השפה". *פנים*, גיליון 7, עמ' 19-26.
- Grice, H.P. (1975). *Logic and conversation*. In P. Cole & J.L. Morgan (eds.). *Syntax and Semantics*. Academic Press, vol. 3, pp. 41-58.
- Restinger, Suzanne & Thomas Scheff (2001). *Emotion, alienation and narratives: Resolving intractable conflict*. *Mediation Quarterly*, vol. 18, pp. 71-85.