

אז איך יתכן שאשה נכנסת לקשר בעל אופי מיני עם גורם סמכות, בפרט סמכות תורנית, ולא
?שמה לב

שאלה שמן הסתם הסתובבה לה בראשנו כבר מספר פעמים סביב פרשיות עצובות שנחשפו

מנסה לפרוש עקרונות וסימנים המצריכים תשומת לב חשדנית ויותר

- לשירות וזהירות הציבור -

מדובר בשיטה (!) המתוכננת היטב ומורכבת ממספר אלמנטים

ניצול חולשה/משבר/כאב או יצירתם (ע"י עבודה מכוונת הפחתת ערך)

• ריסוק מערכות הגנה

• יצירת תלות בגורם הסמכות

• טשטוש גבולות, תוך הזזתם

• מניפולציות והתניות באופן מעורר רגשות אשם

רכיבים אלו משמשים בעירבוביה בתמהיל מר שיוצר קוקטייל מסוכן מאוד

.ימים ארוכים שאני מנסה לעשות סדר

לשרטט את השיטה שלב אחר שלב, אך הערבוב הוא חלק מהותי מהדרך, ולכן אם תרגישו
מעט מבולבלים, זה לא במקרה, זה חלק מהמהות

נכתב בלשון נקבה, אך רלוונטי לכולם

:ניצול חולשה או יצירת משבר -

אם את נתקלת באמירות נחרצות או שאלות רטוריות (לכאורה) אודותיך, בעיקר סביב
נקודות תורפה, כגון

"את חסומה ברגשות שלך"

"את אוטיסטית? לא יודעת להביע"

"בעלך מסתדר איתך"

"את מתנהגת כמו גבר"

שימי לב! יש כאן ניצול חולשה באופן מנמיך או שיקוף מפחית ערך (כלומר שמטרתו -
להעצים חולשה)

התוצאה - הרהור וערעור המטופלת

...נותן לך הרגשה שמהו אצלך "דפוק". את כנראה חייבת עזרה דחוף

:אמירות מטילות ספק -

"לא יודע אם תצליחי להיפתח רגשית בפני"

"לא יודע אם תצליחי להביע את עצמך בכתב"

זוהי מניפולציה! הטלת ספק ביכולות ובערך של המטופלת

:יש כאן החלשת המטופלת מתוך כוונה מגמתית

שליטת בחירה מהמטופלת – את נדחקת לפינה, מוכרחה להוכיח את עצמך, הרי את 1.
רוצה את התוצאות

2. חיזוק התלות – לעורר את המוטיבציה לנסות, להתמסר. קשה להתנגד או לסרב.

3. הפעלת רגשות אשם – בכל מקרה תצאי לא בסדר.

אם לא תצליחי – את כישלון

אם תנסי ותצליחי – תהיי אחראית לתוצאות (אשמה)

יצירת תלות -

לאחר שה"בעיות" שלך על השולחן, מתברר שיש מי שיודע לפתור אותן

"אם את רוצה – אני מוכן לעזור בזה"

!זוהי התניה עם מניפולציה

לחדר הטיפולים מגיעים על מנת לקבל עזרה. ממש אין צורך להרבות באמירות שמטרתן תהייה ובחינת רצון ורצינות המטופלת

בהתניות מעין אלה יש נסיון לגלגל אחריות אל המטופלת – הכנת הקרקע וזריעת רגשות אשמה אצלה

"הרי "את רצית", "את הסכמת

:שבירת מנגנוני הגנה -

"אם לא תיפתחי, לא אוכל לעזור"

יש פה מעין איום סמוי המבוסס על ריסוק מנגנוני הגנה

במהלך הטיפול התקין עולים הרבה קשיים. אם יש קושי, מחסום להיפתח, אנחנו בוחנים אותו.

נקודת המוצא - יש לנו כבוד גדול למנגנוני ההגנה. הם נמצאים שם לטובתנו. כשם כן הם – נבנו כדי להגן עלינו

לכן, מתקרבים אליהם בעדינות ובכבוד. בודקים היכן משלמים עליהם מחיר גבוה מדי והאם אפשר בזהירות לקלף קצת. שכבה אחר שכבה

בוודאי לא מאיימים ולא משתמשים בפטיש 5 ק"ג

:טשטוש גבולות -

המרחב הטיפולי חייב לכבד את הגבולות של המטופלת

לא רק לכבד, אלא לעודד, ללמד ולעמוד על זכויות המטופלת לגבול המאפשר לה ביטחון ונוחות

:להלן מספר דוגמאות

"לא נעים לי" -

"אנחנו יושבים קרוב מדי"

"הסגנון הזה לא נעים לי"

"למטופלת הזכות והחובה להגיד את עצמה. בשום אופן זה לא הופך אותה להיות "לא בסדר

אם התגובה שאת מקבלת היא: "את עדינה/סגורה/חסומה/דוסית מדי" - זה בלתי חוקי! בעליל!

זו אמירה שיפוטית, מניפולטיבית, מאשימה ולחלוטין לא מקצועית

"איזה יופי של עבודה את עושה! הצלחנו לייצר שיח ברמה גבוהה" -

"איך את מתקדמת יפה! צריך לתת מקום לעבודה שלנו "

מעברים וטשטוש גבולות בין המטפל והמטופל תוך שימוש במחמאות וסופרלטיבים

רגע את לבד (אחריות עלייך), רגע אנחנו באותו הצד (תלות, חיבור, קרבה)

"האמת היא – את עושה תהליך. המטפל מלווה אותך בדרך. אפשר לומר "אני איתך

!!!!....." אבל אין, לא קיים "אנחנו", "שלנו", "עשינו", "התקדמנו

(setting) סטינג -

המסגרת הטיפולית המעגנת את זמני ומשך הפגישות, המקום וההתארגנות במרחב, (* (הסדרי התשלום וכו' למערך מסודר

להוציא שיטות טיפול מאוד ספציפיות (כמו 12 הצעדים, שיטת טיפול בהתמכרויות) שבהן יש קשר טיפולי רציף גם בין המפגשים, בטיפול הסטנדרטי יש גבולות – מקום – זמן מאוד ברורים!

אם המטפל מציע את עצמו ואת שירותיו בשלל דרכי התקשרות (טלפון, מייל, וואטסאפ) ללא סייג וללא הגבלות – תחשדי

!!אם הוא מאפשר שיחות, באופן מלא או חלקי, ללא תמורה כספית – תחשדי מאוד

.בפרט אם הוא "צדיק" ומניעו "לגמול חסדים" או "לתת מעשר כספים" ישירות אלייך

הסטינג הטיפולי מציב גבולות ברורים מתוך אמון ביכולות ובכוחות של המטופל להתנהל בין המפגשים. במידת הצורך אפשר להציע קצב מפגשים צפוף יותר, אך לא בלי גבול

זמינות ללא הגבלה מחפה על חוסר אמון במטופלת ורצון מסוכן לייצר זיקה ותלות חזקים עד שיהיה לך בלתי אפשרי להתנתק מהמטפל. לא אחראי ולא מקצועי

היכרות אישית מדי -

גבולות מסייעים לתכנים להיות ממוקדי מטרה ותהליך

.המטופלת במוקד הטיפול

אין כל צורך לשמוע סיפורים אישיים של המטפל, לדעת את קורות חייו ואת שמות בני משפחתו

זו קרבה מיותרת, זה חוסר גבולות, זה מייצר אינטימיות שאינה במקומה, ושוב – זה לא מקצועי

!התייחסות לגוף של המטופלת. לנראות שלך – אור ניאון בזהק -

!!!חציית גבולות

גם אם מדובר במחמאות. גם אם זה לכאורה אמור להיות נעים (תאמיני לעצמך! אם זה לא נעים לך, זה לא נעים לך!). זה חמור מאוד

דיבור על חדר המיטות שלך הוא חלק מהטיפול רק אם הוגדר כך במטרות ובבקשה הטיפולית שלך. לא מגיעים לשם כבדרך אגב

רמיזות מיניות -

.חדר הטיפולים הוא מרחב בטוח ומוגן

.אין שום צורך להשתמש בו במילים כפלי משמעות שעלולים לרמז על כיוון מיני

"אפשר להגיד: "את רוצה לשתף אותי

"אין צורך ב – "תכניסי אותי

"אפשר להגיד: "אני איתך. בקצב שלך

"אין צורך ב – "את לא מספיק נפתחת"/" את לובשת יותר מדי שכבות. כמטפורה כמובן

במחילה מכבודכם, סליחה אם עוררתי בחילה, אך נראה לי חשוב לשים על השולחן דברים (בהירים. האמינו לי, אלו דוגמאות עדינות

מגע כחלק מהטיפול -

- ישנם היום סוגים שונים של טיפולים. חלקם יכולים לכלול מגע. אבל

* בשום אופן ובשום מצב אין כל מגע ללא שאלה ובקשת רשות ברורה + המתנה לאישור *

גם טיפול שבהגדרתו הינו "טיפול במגע", כגון עיסוי, מצריך בקשת רשות מהמטופלת (בתפיסה שלי היינו הך לגבי כל בדיקה רפואית)

"?בקשה ברורה היא, למשל – "מתאים שאניח עלייך יד?", " זה בסדר שנתחיל בעיסוי

, "ולא "אם היית רוצה/מסכימה/מתקדמת מספיק בטיפול – הייתי מניח עלייך יד

"אם היית יותר בטוחה בעצמך – לא היית נרתעת כל כך מהמגע שלי"

אלו מניפולציות מהסוג המרושע ביותר! זוהי מלכודת –

!אגב, אם המטפל נוטה להיות מאוכזב ממך או מקצב ההתקדמות שלך – נורה אדומה

ככל הנראה נחשף פה תסכול שלו, אך יתכן ואת לא שמה לב כי את מנוהלת על ידו ועל ידי רגשות האשמה שלך

ותוספת מיוחדת למי שמגיעה לטיפול/יעוץ/אימון/הדרכה אצל אדם דתי

!ברוך ה' יש לנו הלכה והיא עצמה מהווה כללים, גדרות וגבולות מאוד מאוד ברורים

יש הלכות צניעות (כללי לבוש, דיבור, התנהגות בין גבר ואישה שאינם נשואים) ויש הלכות ייחוד

!את יודעת אותם

ואם לא, תלמדי

כל אדם דתי, מחוייב להלכה *

"בפרט אם הוא "רב גדול"/"ירא שמים"/"מקובל

* !לכן דיבוריו ומעשיו לא יכולים בשום אופן לסתור את ההלכה

אל תתבלבלי לחשוב שאם "פרקו נאה וזקנו מגודל" הרי שהוא מעל ההלכה הפשוטה

!כל חריגה מכללי ההלכה הינה בבחינת קו בורדו זועק המעיד שמהו כאן לא תקין

תסמכי על עצמך ועל ההלכה הפשוטה. בלי פירושים ופרשנויות

ולסיום, אך מכאן גם ראוי להתחיל – אינטואיציה -

לכי עם תחושות הבטן שלך! האמיני לעצמך! את יודעת טוב יותר מכל אחד אחר

ואם את מבולבלת – תתייעצי עם מישהו קרוב. אל תשמרי את הבלבול לעצמך בלבד

אם יש מבט שלא נעים לך, שמרגיש לך חודרני מדי

טון דיבור שמתנגן לך אינטימי ועושה לך לא טוב
מרחק פיזי קרוב מדי, שפולש לגבולות שלך ולא נח לך איתו
מימיקה ושפת גוף שגורמים לך לאי נוחות
!כל אלו ועוד – שימי לב ותני משקל רב למה הם מעוררים בך
אל תטילי ספק בעצמך ותספרי לך שהמטפל חכם יותר/יודע יותר/מקצועי יותר
!הגוף שלך והתחושות שלך הם המורים הטובים ביותר עבורך
!השתמשי בהם
הייתי שמחה לכתוב שיש מטפלים לא טובים, או ללא הכשרות מספקות, אך לצערי יש מכל
הסוגים
יש גם "מטפלים טובים מדי". טובים וחכמים להרע
מטפלים חכמים, אפילו גאונים
הם מדברים ברכות (זה לא דומה לקריאת הדברים כרשימה)
"הם" מניפולטיביים על
"הם" מבינים בנפש ומשחקים בה כ"חומר ביד היוצר
.הם גם אומרים הרבה דברי חכמה ואמת ולכן הם מתעתעים ומבלבלים כל כך
הם מכירים את הטכניקה ושלה הדוגמאות שהבאתי כאן, ולכן היה לי חשוב לחשוף את
השיטה
.שימו לב והיו זהירים
!ותתפללו על זה
"אהבי ה' שנאו רע, שומר נפשות חסידיו מיד רשעים יצילם"