

## ממספר למספר וממספר למספר – תהליך הבניית הזהות האישית של ניצולי שואה שהשתתפו בפרויקט 'תיאטרון עדות'

**מאת:** מירי פלג, MA דרמה-תרפיסטית, בית הספר לטיפול באמצעות אמנויות, אוניברסיטת חיפה  
ד"ר דני יניב, מרצה בבית הספר לטיפול באמנויות, אוניברסיטת חיפה  
פרופ' רחל לב-ויזל, ראש בית הספר לטיפול באמצעות אמנויות, אוניברסיטת חיפה

האישית של הניצולים שילדותם נעדרה את רצף ההתפתחות הטבעי. הטראומה מלווה את הניצולים גם היום, 70 שנה אחרי, כצל שאי אפשר להיפטר ממנו. השואה ניתקה את הניצולים באכזריות מחיי משפחה וילדות נורמאליים, שנים שלא ניתן היה לפצות על אבדנם גם עם סיום המלחמה. כשהתברר גודל ההרס והאסון, הניצולים בחרו להשאיר את השואה מאחור ולהתמקד בעתיד – בעזרה בהקמת מדינת ישראל וביצירת דור המשך. העלייה ארצה ותקומתה של מדינת ישראל היוותה אירוע מכונן עבור הניצולים, אולם היחס מצד האוכלוסייה הקולטת הביא לכך שחוויות היותם מספר בשואה ליוותה אותם גם במשך שנים רבות בארץ, עת חיו בצל ה'צברים' אשר לא רצו להקשיב להם, לא התעניינו בחוויות הקשות שעברו וכיצד שרדו, וגרמו להם להתנצל על שהלכו 'כצאן לטבח'.

החל משנות השמונים החלו ניצולי שואה החיים בישראל לשבור את שתיקתם ולספר את סיפורם האישי בדרכים שונות: מסירת עדות במסגרות שונות, ליווי מסעות לפולין, כתיבת ביוגרפיות, סרטים תיעודיים ואמצעי אומנות אחרים (פלדמן, 2007; Mazor, Gampel, Enright & Orenstein, 1990). עד אז בחרו רובם לשמור על שתיקה שנבעה מסיבות רבות (בר-און, 1994; דניאלי, 1996; Dasberg, 2001). דרך נוספת להעברת הסיפור של הניצול היא באמצעות "תיאטרון עדות", מודל עבודה שטרם נבחן בספרות. "תיאטרון עדות" מפגיש קבוצה של ניצולי שואה ובני נוער מאותו יישוב בתהליך של דרמה תרפיה קבוצתית, שבסופו מועלית הצגה משותפת המביאה את סיפורם של הניצולים. בהתאם לכך התמקד המחקר בשאלה מהי חוויית ההשתתפות בתיאטרון עדות עבור ניצולי שואה שהיו ילדים בתקופת השואה, כמו גם בשאלות המשנה: מה משמעות מתן עדות ב'תיאטרון עדות' להבדיל מעדות בדרך

### תקציר

מאמר זה מציג מחקר שביקש לבחון את חוויתם של ניצולי שואה שהיו ילדים בתקופת השואה החיים בישראל והמעלים את סיפור הישרדותם במסגרת פרויקט "תיאטרון עדות". ממצאי המחקר מדגישים את חוויות השואה כמרכיב מרכזי ומשמעותי בזהותם של הניצולים שהביאה לכינונה של זהות קולקטיבית של יהודי נרדף. עם עלייתם לארץ, זהותם הקולקטיבית כ'ניצולי שואה', המקושרת עם יהודי גלותי חלש וחולה, הותירה אותם עם רגשות של בושה ונחיתות, שהקשו על כינונה של זהות אישית. ואולם, תפקיד המספר בתיאטרון עדות מסייע לניצולים להבנות מחדש את זהותם האישית ולמצוא בה תפקיד חיובי, אישי וייחודי. זהו מעבר מזהות קולקטיבית לזהות אישית, מעבר ממספר למספר.

בעקבות כך, עולה המסקנה כי הבנייה מחדש של הזהות האישית יכולה להתרחש על ידי לקיחת תפקיד חיובי ומעצים בתוך הקשר של יחסים עם זולת שמקשיב הקשבה מלאה, אמפאטית ונטולת שיפוטיים. בכך תומך מחקר זה בתיאוריה של מורנו (1953) ושל הרמן (2008) כי החלמה מתנהלת בתוך הקשר של יחסים, ואפשר לשקם את ה'עצמי' שהתנפץ בעקבות הטראומה רק בדרך שבה נבנה בראשית דרכו – בקשר עם הזולת.

**מילות מפתח:** ניצולי שואה, טראומה, תיאטרון עדות, זהות אישית, זהות קולקטיבית.

### מבוא

החשיפה לטראומה המאסיבית רבת האירועים של השואה נמצאה כבעלת השלכות ארוכות טווח על נפשם וזהותם

אחרת? מה משמעות הגילום הדרמטי עבור הניצולים? מה משמעות הגילום הדרמטי באמצעות בני נוער עבור הניצולים?

### סקירת ספרות

#### ילדות אבודה – השלכות לטווח ארוך

השמדתו של העם היהודי באירופה על ידי המשטר הנאצי במלחמת העולם השנייה הינה אירוע ייחודי בהיסטוריה האנושית המודרנית. היום, 70 שנה אחרי, ניצולי השואה הינם דור הולך ונכחד ומרבית הניצולים שנותרו עברו את השואה כילדים. ילדים ניצולים מוגדרים כילדים יהודים אשר שרדו את הכיבוש הנאצי באירופה בכל דרך שהיא ואשר היו בסוף המלחמה (שנת 1945) לא יותר מבני 16 (Krell, 1985). הניצולים שהיו ילדים סבלו במהלך שנות המלחמה מטראומה מתמשכת שכללה התעללות פיזית ונפשית, מחסור בצרכים בסיסיים (מזון, לבוש, קורת גג, היגיינה) ומאבדנים רבים (Dasberg, 2001; Valent, 1995). מילדים אלה נלקחה הילדות באכזריות ולכן חוויות ילדותם רוויות באירועים כגון חוסר בהזנה הורית, תחושות אי שייכות ועקירה, חוסר ביטחון וחוסר בהגנה (Krell, 1985, 1990), פרידה מדמויות משמעותיות ונטישה (ורדי, 1990; Lev-Wiesel & Amir, 2006).

סיום המלחמה הביא עימו שחרור והקלה אמנם, אך עמו התברר גם גודל האסון והאבדנים, והניצולים נותרו עם תחושת בדידות קשה וחוסר יכולת לחוש ביטחון, שייכות והמשכיות (ורדי, 1990). ניצולים שאוחדו עם הוריהם לאחר המלחמה לא בהכרח קיבלו מענה לצורכיהם הרגשיים משום שהוריהם היו עסוקים באבל ובשיקום של עצמם (Dasberg, 2001), ולכן סגנון התמודדות אחד היה על ידי שימוש בהתמקדות בעשייה ופעילות, בין אם על ידי השתייכות לארגונים ציוניים, והתגייסות לעזרה בהקמתה של מדינת ישראל ברמת הלאום, ובין אם על ידי הקמת משפחה ברמת הפרט (ורדי, 1990; Mazor, Gampel, Enright & Orenstein, 1990).

החשיפה לטראומה המאסיבית רבת האירועים של השואה נמצאה כבעלת השלכות ארוכות טווח על נפשם וזהותם האישית של הניצולים שילדותם נעדרה את רצף ההתפתחות הטבעי. הפרידה מן המשפחה ובמיוחד מההורים בימי הילדות או הנעורים, חוסר האונים ומעשי ההשפלה של ההורים בפני ילדיהם, גרמה ל"שבר הזהות" וכתוצאה מכך פגעה ביכולתם של הניצולים לשמר את זהות העצמי (self) כשהיא עצמאית ומגובשת (ורדי, 1990).

על אף העובדה שמרבית הניצולים הצליחו לפתח קרירה, להקים משפחה ולשמור על נישואים יציבים (Krell, 1993;

Mazor et al, 1990), נמצא כי אחוז גבוה מהם סובל מרמות גבוהות של מצוקה, חרדה, סימפטומים פוסט טראומטיים ומפגיעה ממשית בזהות העצמית ובתחושת השייכות בהשוואה לאוכלוסיות שלא היו באירופה בתקופת השואה (כהן, דקל וסולומון, 2007; Dasberg, 2001), ומסימפטומים השייכים לסינדרום הניצול, מושג שטבע נידרלנד (Niederland) בשנות השישים (אצל: Lev-Wiesel & Weinger, 2011): הם סובלים מקהות רגשית, דיכאון, חוויית אובדן מתמשך, פוביות, דימוי עצמי מעוות, תחושת חוסר ערך ואובדן זהות (Amir & Lev-Wiesel, 2001) חשוב לציין כי במחקר נוסף נמצא כי (Lev-Wiesel & Amir, 2006) רמת המצוקה הנפשית אותה חווים ניצולים תלויה במידת המשאבים האישיים הכוללים העומדים לרשות הניצול כגון תחושת היכולת (potency) (המוגדרת כמידת ההערכה העצמית והשליטה שיש לאדם על חייו, מחויבות לחברה ותפיסת החברה כישות משמעותית), ומידת התמיכה החברתית העומדת לרשות הניצול.

#### שבירתה של חומת השתיקה

בשנים הראשונות לקום מדינת ישראל שמרו הניצולים על שתיקה שנבעה בחלקה מתגובת החברה בישראל (דניאלי, 1996). עד לשנות ה-70, לעומת שימוש נרחב באירועי השואה על ידי מנהיגות הישוב היהודי ומנהיגי ישראל כלגיטימציה להקמתה של מדינת ישראל, לסיפוריהם האישיים הפרטיים של הניצולים (למעט סיפורי הגבורה של פרטיזנים, או מרד גטו ורשה למשל) לא ניתן הרבה מקום (מילנר, 2003). השתיקה נבעה בחלקה גם מבחירה של הניצולים עצמם, אם בניסיון לשכוח את מה שהיה 'שם', אם כיון שחשו שמי שלא היה 'שם' לא יבין את הזוועה (Dasberg, 2001), ואם מתוך הרצון לגדל דור חדש "בריא" (בר-און, 1994; Pennebaker, Barger 1989; Tiebout, & ואולם, בעקבות משפט אייכמן ושינויים שהתחוללו בחברה הישראלית לאחר מכן, לרבות תחילת הקשר בין הדור הראשון לדור השלישי, החלה להיסדק חומת השתיקה, וילדים ניצולים ששתקו בצעירותם, עם התבגרותם וזקנתם, החלו לספר את סיפורם בכתב (ביוגרפיות), במתן עדות ל"יד ושם" ובמתן עדות לתלמידים בימי זיכרון או בליווי בתי ספר בנסיעות למחנות ההשמדה (Mazor et al, 1990).

לנשיאת העדות תפקידים שונים ביניהם הציווי של הניצולים לדורות הבאים - 'לזכור ולא לשכוח' את שואת יהודי אירופה (בר-און, 1994), הצורך להזהיר אחרים, הפחד משכחה וניסיון למצוא משמעות נסבלת לכל מה שקרה בעבר. נשיאת העדות וסקירת השואה משמשים מנגנון הסתגלות החיוני לניצול בהתמודדות עם אתגרי הזקנה, ויכולים לסייע לניצול

בשנת 2005 ושמה לה למטרה "לקדם, לפתח ולהפיץ פרויקטים חינוכיים המפגישים ניצולי שואה עם דור שני ושלישי, דרך טיפול ביצירה והבעה אומנותית ודרמה תרפיה" (מתוך אתר 'תיאטרון עדות': לספר כדי לחיות' www.edut.org.il, 30.5.09).

המודל החינוכי טיפולי מפגיש ניצולי שואה עם בני נוער מאותו יישוב (לעיתים בני הנוער הם נכדיהם של הניצולים) למפגשים של פעם בשבוע במשך כשנה (דגן ודגן, 2008). בחודשים הראשונים מושם דגש על היכרות וגיבוש במטרה להפוך את הקבוצה למקום בטוח ומכיל שמאפשר העלאת סיפורי ההישרדות של הניצולים. השלב השני, הוא שלב גביית העדויות מהניצולים, מתבצע בהדרגה, תוך התנסויות דרמטיות שונות כמו: אימפרוביזציה, משחקי תפקידים, תיאטרון-סיפור, תיאטרון פלייבק והתנסויות מתחום הדרמה תרפיה. תוך כדי התיעוד נכתב מחזה, המורכב מקטעים מסיפור חייהם של הניצולים, אותו מגלמים בני הנוער בעוד הניצולים יושבים על הבמה ומקריאים משפטים המשתלבים בהצגה. לאורך ההצגה מוקרנות תמונות מהשואה, חלקם של הניצולים וחלקם תמונות כלליות. בסיום כל סיפור, מוקרנות תמונות של הניצול כיום עם משפחתו המורחבת. ההצגה מועלית בממוצע ארבע פעמים בפני קהל מתוך אותו יישוב, בני משפחתו של הניצול, מוזמנים, ניצולים מפרויקטים אחרים של תיאטרון עדות ולעיתים בפני נכדי ציבור.

במטרה לבחון את המשמעות של סוג זה של עדות עבור הניצולים בוצע המחקר המוצג על פי המסורת האיכותנית המבוססת על הגישה הקונסטרוקטיביסטית שרואה את המציאות כרבת פנים ותלויה בקונטקסט בו היא מתקיימת ובפירושה הניתן לה על ידי האנשים שחווים אותה (Guba & Lincoln, 1994).

## השיטה

### נדבקים

המדגם כלל 17 ניצולי שואה (8 נשים ו-9 גברים) שהיו ילדים בתקופת השואה ושנולדו בין השנים 1930-1939 באזורים שהיו תחת הכיבוש הנאצי (7 מפולין, 1 מגרמניה, 5 מהונגריה, 3 מרומניה, 1 מצ'כיה), ועלו לארץ בין השנים 1947-1957. 8 נשים, מתוכן 6 אלמנות, 9 גברים, שהשתתפו בפרויקטים שונים של העמותה בארץ שהתקיימו בין השנים 2001-2010. בהתאם לבקשתם של מנהלי פרויקט תיאטרון עדות, לא נעשתה פנייה למשתתפים שמאז סיום הפרויקט בו השתתפו עברה פחות משנה. הפניות נענו ברצון רב, למעט כאלה שהצהירו על קשיים פיזיים. עבור חמישה ניצולים תיאטרון עדות היתה הפעם

להגיע לתחושת סיפוק, תחושה שתאפשר לו להיפרד מהעולם (בר-טור, 1995; לומרנץ, 1996; Krystal, 1982; Erikson, 1982). אולם, יש לשים לב שאנו עדים גם למקרים כמו פרימו לוי, פאול צלאן, ז'אן אמרי וברונו בטלהיים, בהם דווקא עם הגיע מסע העדות לסימו, תסכול וחדלון מאפיינים את מצבם ומביאים אותם לכדי חידלון של ממש.

עם תחילת הקלטת עדויותיהם של ניצולים בשלהי שנות ה-70 התגלה הפוטנציאל התרפויטי שבמתן עדות (Krell, 1985), וילדים ניצולים חוו רווחה אישית ותחושת השלמה (closure) (Krell, 1985). מחקרים רבים מצאו שחשיפה של חוויות רגשיות עמוקות בדרך של כתיבה או דיבור (בתנאי מעבדה עם קבוצות ביקורת) הביאו להשפעות קוגניטיביות, לשיפור מיידי בבריאות הפיזית ולעליה במצב הרוח (Pennebaker & Chung, 2007). יחד עם זאת, גדרון ועמיתים (Gidron, Peri, Connolly, 1996) מצאו ששיתוף החוויות הטראומטיות בקבוצה לאחר תהליך כתיבתם עלול להיות בעל השפעות שליליות על המתח והבריאות. בנוסף, חשיפה רגשית של הטראומה לבדה (בתנועה למשל) אינה מספיקה, אלא נחוץ תרגום החוויה לשפה ושיתוף החוויות צריך להיות מלווה ברגשות הקשורים לחוויה (Krell, 1989; Letzter-Pouw, 2007; Pennebaker & Chung, 2007).

השוואה בין זיכרונות ששותפו לבין זיכרונות שלא שותפו עם אחרים מגלה שאלה האחרונים מקושרים עם חיפוש גדול יותר אחר משמעות, מאמץ רב בניסיון להבין מה קרה בחוויה, ומאמץ רב יותר בניסיון למצוא סדר והגיון במה שקרה (Rime', Corsini & Herbert, 2002). עוד נמצא קשר חיובי בין חשיפה עצמית במסגרת ראיונות עם ניצולי שואה לבין שיפור עקבי בבריאות הפיזית (Barger & Tiebout, 1989; Pennebaker, 2008). נטען כי העדות מהווה הזדמנות לניצול לביטוי עצמי והעצמה וככזו משפרת את היעצמי הפגוע של הניצול (Greenwald, Ben-Ari, Strous & Laub, 2008).

ניצולי שואה שמסוגלים באופן עצמאי וחופשי, במסגרת מתן עדות, לספר את סיפורם בשלמותו, תוך שילוב סיפור הרדיפות בסיפור כל חייו, הסתגלו טוב ובצורה אופטימית יחסית לזקנה והיו מסוגלים למצוא משמעות רטרוספקטיבית לכל חייהם (יחזקאל אצל מעוז, 2000).

### "תיאטרון עדות"

דרך ייחודית למתן עדות, אשר טרם נחקרה בספרות, היא בדרך של הצגה המועלית במסגרת פרויקט 'תיאטרון עדות'. עמותת 'תיאטרון עדות' – לספר כדי לחיות' הוקמה בישראל

**ממספר למספר****היות מספר**

תמה מרכזית העולה מתוך הראיונות היא החוויה של הניצול את היותו מספר, ללא שם, ללא ייחוד, לא בן אנוש כי אם יצור חי עליו מוטבע מספר על הזרוע הנספרת מדי יום, מספר פעמים ביום. חווית היות מספר בולטת אמנם אצל הניצולים ממחנות ההשמדה שהמספר שהוטבע להם על הזרוע יישאר חקוק לעד, אך כל הניצולים זוכרים את החוויה הקשה של מסדרים ללא הרף בטרם סלקציה ובמטרה לוודא שאיש לא ברח. מסות היהודים שהושמו במחנות לסוגיהם ומראם האחד הקשו על היהודים עצמם לקרוא לאחר בשמו ולעיתים אף לזהותו. כלומר, בסיפור ההישרדות של הניצולים, מעבר למספרים עומדת גם חוויה קשה של היות מספר, להבדיל מאדם עם זהות אנושית.

המאמץ הפיזי שנדרש מהניצולים בספירות התמידיות, בשעות שונות, בתנאי מזג אוויר קשים ובדרכים שונות לבצוע הספירה, חקוקים בזיכרונם ולו בתחושת פחד ממה שיקרה אם יתגלה שמישהו חסר. צחי מתאר כיצד הוציאו לפתע בחצות את כל הילדים בבית היתומים בו היה עם אחיו וספרו אותם בכזרית בטרם הוצעו לכיוון נהר הדנובה כדי להרוג אותם:

*"וכשהוציאו אותנו, אז עמד איש מצלב החץ עם רימון יד הונגרי בפתח. רימון יד הונגרי זה לא רימון כמו שלנו, זה רימון עם קצה עגול בזה, אבל יש לו ידית. הוא היה עומד עם הידית וכל מי שיצא, נתן לו מכה בראש, ככה הוא ספר את כולם".*

במילה 'זהות' יש גם את המילה 'זיהוי' והניצולים, שהולבשו בבגדי אסירים, שסבלו מתת תנאים אנושיים, התקשו לזהות אחד את רעהו אפילו בן את אביו ואת אימו. לאון מתאר את הרגע בו חבר מהמחנה בישר לו על השחרור, אך אף אחד מהם לא יודע אפילו את שם רעהו:

*"היה לי איזה חבר מישהו על ידי נדמה לי גם נתתי לו משהו. אני לא זוכר איך פתחתי את הקופסאות, את מבינה. הצלחתי ככה לשמור עליו איכשהו. והחבר הזה אומר לי, לא יודע אם הוא קרא לי בשם, מי ידע בכלל איך קוראים לי אני גם לא ידעתי איך קוראים לו".*

יש ניצולים שלא הוטבע להם מספר על היד ואף לא היו חלק מההמון בגטאות ובמחנות, אך חווית היותם מספר התבטאה בהמרת שמם ודתם, בהחלפת הזהות שלהם לנוצרית והסתרת הזהות היהודית שלהם. בניגוד לתהליך רגיל בו אדם משנה את זהותו מרצון, בין על ידי החלפת שמו ובין על ידי המרת דתו, הניצולים אשר הצליחו לשרוד בזכות החלפת זהותם, היו צריכים להסתיר את זהותם היהודית, ולהמשיך להסתתר גם תחת זהותם הנוצרית, משום שהפחד שזהותם היהודית תיחשף היוותה איום ממשי על חייהם. כלומר, לא

הראשונה בה נתנו עדות. על מנת לשמור על חיסיונם של המרואינים, שונו שמם ופרטים מזהים.

**כלי המחקר**

שני סוגי כלים שימשו במחקר זה: ראיון פתוח וראיון חצי מובנה.

**ראיון פתוח** – ראיון נרטיבי/ביוגרפי (Rosental,

1993) בו הניצולים התבקשו "לספר את סיפור חייהם". מדובר בראיון פתוח שבו התאפשר לניצולים לדבר על כל מה שרלוונטי בעיניהם לסיפור חייהם, מתוך מטרה לאפשר להם לדבר על הנושאים אשר להם הם מייחסים חשיבות בחייהם, מבלי להגבילם בשאלות שהוכנו מראש. בסיום הסיפור, התבקשו הניצולים לתת שם לסיפור שסיפר ולהסביר מדוע בחר באותו שם.

**ראיון חצי מובנה** – הניצולים התבקשו לספר על חוויותיהם מהשתתפותם בפרויקט 'תיאטרון עדות', נסיבות הצטרפותם לפרויקט והתהליך האישי שעברו. השאלות עסקו בתיאור החוויה ובתהליך החוויה במטרה להבטיח מיצוי של הנושא על כל היבטיו, יחד עם זאת, מבנה הראיון הסופי היה מפורט ורחב היקף ביחס למבנה הראיון הראשוני ונוספו בו שאלות שונות כגון: כיצד תופס הניצול את הקשר עם בני הנוער ועם הניצולים האחרים בקבוצה; משמעות הרכב הקבוצה; האם נתן עדות בעבר ואם כן מה ההבדלים בין סוגי העדויות.

**ניתוח הנתונים**

ניתוח הנתונים בוצע בהתאם למתודולוגיה של "תיאוריה מעוגנת בשדה" (grounded theory) (Glaser & Strauss, 1967; Strauss & Corbin, 1990). ההתמקדות בניתוח הנתונים היתה בתוכן הדברים שנאמרו, ואולם בתוך תהליך הניתוח של סיפור החיים, שהינו באופיו ראיון נרטיבי, הוספו ממדים נוספים לניתוח שנבעו מתוך החומר עצמו (Glaser & Strauss, 1967). גישה זו אומצה מתוך המודל של ליבליך, תובל-משיח וזילבר (2010) שמזמין קריאה של תוכן לא רק ברמה של הפשט קרי- ברמה הגלויה, אלא גם ברמה הסמויה של סיפור החיים. במחקר זה, אף שהממדים הצורניים והלשוניים שנמצאו משמעותיים ותרמו תרומה רבה לניתוח, הם שימשו בעיקר לחיזוק הניתוח התמטי של הראיונות ולא עמדו כשיטת ניתוח בפני עצמה.

**ממצאים**

התמות המרכזיות שעלו מניתוח שני חלקי הראיון נעות על ציר שבקצהו האחד - ממספר למספר, ובקצהו האחר - ממספר למספר כפי שיפורט להלן.

הניצולים הגיעו לארץ עם תקופת הצנע אך חוו גם **ניצול** מצד הצברים ויחס של אפליה והשפלה. הניצולים התביישו בהיותם ניצולי שואה **והתנצלו** על שהלכו כצאן לטבח. הם היו מספר בשואה וכשעלו לארץ שבו להיות מספר ביחסם של הצברים כלפיהם. הצברים לא ספרו אותם, לא התענינו בניצולים ובעברם והניצולים נאלצו לשתוק כ-40 שנה, מה שהותיר אותם חיים **בצל** השואה, לבד עם הזיכרונות והמראות, **ובצל** ילידי הארץ. המסר הברור שקיבלו מהצברים הוא לנטוש את זהותם הקודמת, ללמוד את השפה העברית ולעזור בהקמת המדינה.

#### חוויות השואה כמרכיב דומיננטי בזהות

במילה 'ניצול' מסתתרת המילה 'צלי' – בחייהם של הניצולים מסתתר הצל השחור של חוויות השואה, ולמרות שרובם הצליחו לממש את הרצון והתשוקה לחיות חיים נורמאליים ככל האפשר, הטראומה המתמשכת מהווה מרכיב משמעותי בזהותם, כשם שצילו של אדם מלווה אותו כל חייו. כך, **אצל מרבית המרואיינים סיפור השואה תופס את החלק המרכזי של סיפור החיים, ומרביתם התחילו את סיפור חייהם באירוע השואה, על אף שהבקשה בחלק הראשון של הראיון היתה "ספרי לי את סיפור חייך"**. לנה לדוגמה מתחילה את סיפור חייה במשפט "אני הייתי בת שבע כשפרצה המלחמה ובת שמונה כשגירשו אותנו למחנות טרנסניסטריה".

עבור מנחם, היותו ניצול שואה מתקשר לכאב שבאובדן המשפחה שמועצם היום אולי אף יותר מתמיד. נראה שכל עוד היה איש צבא ובריא היה עסוק. כיום, כשהילדים יצאו מהבית ומסביבו אבדנים, חוזרת ואף מועצמת תחושת הלבד ואובדן המשפחה הגרעינית:

*"ניצול שואה יושב עם עצמו, הוא עושה קצת חושבים למשפחה, מה היה, מה עברנו, מה נשאר, למי מגיעים כשמגיע החגים. ואתה רואה, שומע מידידים, מכרים, אני הולך לזה, הולך לפה, הולך לשם, היינו ככה וככה, 20 איש, 30 איש, 40 איש, וכשאינ דודים ואין דודות ואין בני דודים, כן, הכול נלקח..אף אחד איננו.. כשמגיעים לאירועים כאלה אז..הכאב חוזר אלינו חזק-חזק מאוד, כואב".*

'צלי' יכול לרמוז גם על היות הניצול חי בין המתים, משום שהצל הוא של החי אך אין לו קיום משל עצמו. 'צלי' יכול לכוון גם לרצון להסתתר ולהראות כצל כי הבושה היא רגש שליווה אותם מתחילת השואה; הבושה להיות יהודים חשופים לאנטישמיות ופגיעות מצד הגויים, וגם הבושה בעודם ניצבים מול האכזריות של מעשי הנאצים והתנאים התת-אנושיים אליהם הגיעו, כדוגמת מקלחות המוניות, עשיית צרכים אחד ליד השני והתעללויות מיניות, בושה שאת חלקם ליוותה כל חייהם בהיותם 'ניצולי שואה'. עבור צדוק להיות ניצול שואה

זאת בלבד שסגרו במגירה את זהותם היהודית, בלא שהבינו כילדים מדוע ומה המשמעות האמיתית של היות יהודי, אלא גם תחת זהותם הנוצרית נאלצו כל הזמן להסתתר ולא להתבלט.

ברוריה ברחה מגטו ורשה בהיותה בת שמונה לבדה ובמשך שלוש וחצי שנים שרדה את השואה לבדה, כשהיא עוברת מכפר לכפר בפולין תחת שם נוצרי וסיפור חיים חדש. ברוריה היתה צריכה ללמוד להתפלל כקתולית, אך גם נאלצה להדחיק ולנסות לשכוח את זהותה הקודמת, לרבות השפה בה דיברה:

*"אני הלכתי לישון יותר מוקדם כיון שהייתי ילדה שהעירו אותה בחמש בבוקר, אז הם עוד לא ישנו ואני נפלתי בשעה מוקדמת יותר ואז אני חלמתי חלום ודיברתי עם אבא שלי בידיש, והם שמעו אותי מדברת יידיש. הם לא ידעו מה אני אומרת אבל הם ידעו שזה יידיש. וככה זה התגלגל שהיה ויכוח ביניהם ואז אני הדחקתי את היידיש, כל כך הדחקתי וזה אפשרי, שוכחים ולא יודעים, כי לא רוצים לדעת, זה משוה שאני לא יכולה להבין עד היום. לקחתי את היידיש שזה היה שפת אם שלי וזרקתי אותה לים".*

המרואיינים מתארים את חוסר האנושיות, ההתעללות הפיזית והמינית והרוע שבמעשי הנאצים ועוזריהם שהביאו את הניצולים לאיבוד צלם אנוש, להפיכתם לחיות לא מתורבתות הנלחמות על פירור לחם, חיות ולא בני אנוש, מספר ולא שם. עבור המרואיינים שהיו ילדים, בין אם חוו על בשרם את האכזריות ובין אם היו עדים לה, המלחמה מהווה טראומה מתמשכת ועל אף שחלפו שבעים שנה, הם מעידים כי היא לא יכולה להישכח כדוגמת מנשה, יליד הונגריה 1934, שמציין רגעים של העדר בושה כתוצאה מתת תנאים שהיו שרויים בהם, וגם הוא במבט לאחור מבין שהתנהגו כחיות ולא כבני אדם. הוא מתאר את חוויות הנסיעה ברכבת עם דלי אחד המיועד לצרכים לכולם:

*"ופעם ראשונה אחרי שפתחו לנו את הרכבת, אחרי כעשרה ימים, היה איזה פס צדדי ו... קפצנו כולנו החוצה ואני לא אשכח את התמונה הזאת, שזה כבר קרוב לשבעים שנה, שכולם עשו צרכים כמו חיות, אחד על יד השני. כשבן אדם מאבד את הרגש האנושי שלו, ונהפכו לחיות. אז אולי לא תפסתי, אבל אחר כך תפסתי את זה. אנחנו מבני אדם נהפכנו לחיות".*

חוויות היות הניצול מספר עולה גם בחיים בארץ כתוצאה מהיחס של האוכלוסייה הקולטת. המושג 'ניצול שואה' טומן בחובו לא רק את השורש 'צלי' מלשון **ההצלה וההינצלות** מאכזריות הנאצים ועוזריהם, אלא גם משמעות נוספת הקשורות לחווייתם של הניצולים מרגע עלייתם לישראל: **ניצול, התנצלות, צל**. עבור כל המרואיינים רגע עלייתם לישראל הוא אירוע מכונן, הרגע לו חיכו מאז סיום המלחמה, ואולם החיים בארץ לא בהכרח פיצו על השנים של הסבל המתמשך.

הניצולים מתארים כי גיוסם לפרויקט היה תחת מטרתה המוצהרת של העמותה - "לספר כדי לחיות", ועל מנת להעביר את הסיפור לדורות הבאים, רצון שמתחדד לאור גילם והעובדה שאין להם עוד הרבה שנים למילוי משימה זו. אצל חלק מהמרוואיינים העברת הסיפור לדורות הבאים היא משימת חיים שהם מבצעים מתוקף צוואה שניתנה להם, משימה שעליהם להמשיך ולמלא כל עוד הם חיים, ועל כן זו היתה המטרה המרכזית בהצטרפותם לפרויקט. חסיה מקיימת את צוואת הילדים שלא שרדו "זאת משימה קדושה כי הם אמרו לנו לא לשכוח [...] אני מרגישה אותם בתוכי. אני מרגישה אותם שהם אמרו "לא לשכוח"."

לאון, לעומת זאת, ממלא את צוואת אביו אשר ניתנה לו בסמוך למות האב באושוויץ "אבא שלי אומר "בנים יקרים, כנראה הגענו פה לנהלם וצוואה לי אליכם: אתם חייבים לעשות כל דבר, אתם חייבים לשרוד, חייבים להישאר בחיים, חייבים לחזור הביתה, לעלות לארץ ישראל ולספר לכל העולם ובכל העולם מה שהנאצים עוללו לעם ישראל". וזה מה שאני עושה". צוואתו של אביו מלווה אותו עד היום - חלקה הראשון זה שקורא לשרוד ולהישאר בחיים, להמשיך לספר את הסיפור בכל הזדמנות, משמעה גם לחיות בצל השואה, ועל אף שניכר שזוהי משמעות קיומו והוא מייטיב להצליח לממשה, לאורך הראיון היו הצפות רגשיות בכל פעם כשהוא סטה מסיפור העדות הידוע והמסודר היטב.

אצל חלק מהמרוואיינים, לצורך להעביר הלאה מתלווה גם החשש מהישנותו של אסון כזה, חשש שאינו מנותק מהמציאות, ועל כן חשוב להם שסיפורם נשמע כדי לוודא ששואה כזו לא תחזור לעולם. מסכמת את הדברים ברוריה מתוך הקטע שכתבה והקריאה בהצגה "אתם היושבים איתנו כאן היום, אתם התקווה, אתם הניצחון, אתם ההמשך ואתם הלפיד. אנא העבירו אותו לבאים אחרים שלא תשכחו אתם, ושלא ישכחו הבאים אחרים. שלא יהיו יותר ילדים נעזבים, נשכחים, רעבים ומיותמים בעולם, לעולם".

#### יתראו אותי

המניע 'לזכור ולא לשכוח' הוא מניע גלוי ומרכזי עבור הניצולים, העברת הסיפור הלאה היא משימת חיים שמחברת בין הניצולים ומגייסת אותם למען מטרה משותפת, להצליח במשימה, אך יש גם מניע סמוי - הבמה עונה על הצורך הרב שיש לניצולים בנראות, צורך שבולט לאור היותם מספר בשואה על משמעותו הרחבה, ולאחר שנים של שתיקה והשתקה במהלך החיים בארץ. נושא הנראות, כפי שהוא מבטא בקריאה 'יתראו אותי', הלקוחה מכותרת ספרה של ליבליך (2010), יוצר אצל אחדים תחרות בין הקטעים המועלים, בעוד שעבור אחרים הוא

זה לא כבוד גדול, הוא לא בחר להיות ניצול שואה ובכך הוא אולי קורבן של סיטואציה. לעומת זאת, הוא מרבה לספר על הכבוד שרוחשים לו בגרמניה, שם הוא מעדיף כיום לספר את סיפורו:

"כשמציגים אותי "צדוק \_\_ ניצול שואה", ולא יודע למה תמיד אני מוכרח להגיב. אני אומר "רבותיי... זה נשמע כמו צדוק \_\_ פרופ' למתמטיקה" כאילו שזה תואר אקדמאי. רבותיי, זה שזה לא תואר אקדמאי כולנו יודעים, זה שזה לא כבוד גדול להיות ניצול שואה זה אולי לא כולם יודעים את זה, אני יודע וזה שלא לקחתי את עצמי, לא בחרתי להיות ניצול שואה, זה כולם מבינים... אני במשך השנים למדתי לחיות עם זה, אין לי ברירה, אבל לא, לא שאני רוצה להיות ניצול שואה".

יהודה ברח מגטו ורשה, התחזה לגוי והצליח לשרוד בעזרת עבודה פיזית קשה, אותה נדרש לעשות אצל הכפריים שהעסיקו אותו, אך בתקופות החורף, כשסירבו לתת לו עבודה, ישן ביערות עם העצים יעץ, אני ישנתי על עץ, ישנתי מתחת לעץ, תמיד הייתי עם עץ. גם היה צריך שמה לחתוך ולהכין לבעלת הבית לבישול". יהודה מנסה לברוח מזיכרונות השואה, על ידי בחירה מודעת לחבור אליהם בדרכים עקיפות מצמיחות של עשייה אומנותית בעץ; כלים מעץ לא מעובד, ציפורים ופרחים מעץ מגולף, תמיד מאוחדים כמשפחה, אולי אותה משפחה שמעולם לא היתה לו. את הספר שהוציא על סיפור הישרדותו הוא מסיים כך: "העשייה הזאת, היצירה הבלתי פוסקת, משכיחה ומדחיקה את העבר. אני עושה זאת במודע. יודע שאסור לי להביט אחורה, לשקוע בזיכרונות חסרי תוחלת. אני כאן, והמבט מופנה תמיד אל העתיד!" (עמ' 70).

#### המעבר למספר – "לזכור ולא לשכוח"

המעבר מהיות מספר למספר של נוראות השואה וסיפור ההישרדות מתרחש בראש ובראשונה דרך משימת החיים שעומדת בפני הניצולים "לזכור ולא לשכוח". הרצון לשרוד והרצון להעיד מזינים למעשה זה את זה, ושניהם מהווים משימה קולקטיבית, לצד או בהמשך למשימה להשתקם ולקיים את מצוות 'פרו ורבו' כהוכחה להיטלר על שלא הצליח להשמיד את כל העם היהודי.

המשימה 'לזכור ולא לשכוח' מחייבת את הניצול לקחת תפקיד של מספר ולצאת עם סיפורו למסגרות שונות בהם ייתן את עדותו. המעבר אינו קל, שכן הוא מלווה בתחושות בושה ואשם, והרצון להסתתר והפחד להתבלט שהוטבעו אצל הניצולים מחוויות השואה, משפיעים גם הם על המעבר הזה. אבל זהו הכרח, כי הדרך היחידה להבין את העבר היא על ידי הבנייתו.

"זה עושה טוב מפני שבשנים הראשונות כשכל אחד היה אומר למה לא נלחמתם? למה הלכתם ככה? אז זה לא עשה טוב וזה לא עזר. יורדים למחתרת... זה עשה טוב... תראי כל אחד רוצה שישתתפו איתו... שמקשיבים. שמקשיבים. זה מגיע. זה נוגע."

### ממספר למספר

"לא רק את סבלת באושוץ, גם אחרים סבלו" – היררכיה של

### סבל

המעבר ממספר למספר, הוא מעבר מאנונימיות למספר הניצב מול קהל עם סיפור אישי וייחודי. זהו מעבר מאוד משמעותי עבור כל המרואיינים אך לא לכולם הוא מעבר קל. תיאטרון עדות מפגיש אנשים, לכאורה בעלי עבר משותף, ואולם ההטרונגויות בקבוצה ניכרת במובנים רבים כגון: כיצד והיכן העבירו את שנות המלחמה, מידת הוותק כעד, אופי ההישרדות, הביטחון שלהם בקבוצה וכיוצא ב. מהראיונות עולה שהשיתוף בקבוצה בעלת רקע משותף מעורר התעסקות בנושא מידת הסבל של הניצול ביחס לאחר, מה שניתן לכנות 'היררכיה של סבל', כשהחלוקה הבולטת היא לאלה ששרדו את מחנות הריכוז וההשמדה לעומת אלה שלא.

בראיון עם ברוריה, אף היא עדה ותיקה ועם יכולת רטורית מרשימה, הסוגיה מי סבל יותר בולטת מאוד לכל אורך סיפור החיים. הערות כמו "אני לא הייתי באושוץ אבל חוויתי כל רגע סכנה" מופיעות מספר פעמים לאורך הראיון עימה והיא מדגישה:

"היו סיפורים מאוד קשים, בנוסף לזה שהאוכל מעט ודרגש קשה, כל הדברים אבל זה אפילו לא להשוות לשלי, שלא היו דברים כאלה נוראים, אבל עצם להיות תלושה בין שמים וארץ ואת אף פעם לא יודעת איפה תשני ואת לא יודעת איפה תקבלי את הפרוסה הבאה".

ניצולים אחדים דווקא ממעיטים מהסבל שעברו ביחס לאחרים, כמו למשל אילנה, ילידת הונגריה:

"אני תמיד אמרתי בתיאטרון עדות שבעצם אני לעומתם הייתי בבית הבראה. זה לא צחוק. הם כולם היו בלי הורים. היו לבד. הרגישו רע, אז אני מה? אני הרגשתי שאני רוצה מתוק?... תראי איך את לא משתווה אליהם".

אחרים מתארים חיכוכים בקבוצה שעלו בשל כאלה שתפסו את הבמה ועוררו בכך התנגדות בקרב שאר החברים וגם בשל חילוקי דעות בדבר אמיתות חלקים עובדתיים מהסיפור. לעיתים, הדבר כרוך בעזיבת חלק מחברי הקבוצה בעוד שאצל מנשה, לדוגמה, באופן יוצא דופן, דווקא הקול הקבוצתי, אותו ביטאה בגלוי אחת המשתתפות, ששם גבול כנגד ההיררכיה של הסבל, הוא זה שגרם לו סופית להישאר בקבוצה שגרמה לו בתחילה להתנגדות וחוסר שקט:

מאיים ומלווה בהרבה פחד. עבור מי שברח כל תקופת ההישרדות שלו, ניסה להסתתר ולא להתבלט, ושתק מרבית שנותיו, היציאה מהאנונימיות מהווה אתגר לא קל כי הבמה היא המקום של הכי הרבה 'תראו אותי'. יחד עם זאת, הבמה מהווה פוטנציאל לטרנספורמציה, להתפתחות בהיותה מציינת את המעבר מחוסר ביטחון לביטחון שבנראות.

צחי עלה לארץ לבד ומתאר חוויות של ניכור, בושה ובדידות קשים בארץ, בין היתר בשל היותו חייל בודד. במשך מרבית שנותיו היה לו צורך להסתתר ולא לספר את חוויות השואה, ולכן אין זה מפתיע שסירב בהתחלה להופיע על הבמה:

"אני אף פעם לא רציתי להתבלט [...] לא רציתי שיראו אותי. כשישבתי בבי"ס... תמיד להסתתר אחרי משהו. וזה באמת היתה המגמה לאורך כל השנים. כל השנים לא רציתי ש... להיראות, לא רציתי להתבלט, לא רציתי שידעו ממני, כמה שפחות ידעו ממני, זה יותר טוב... זה מצב שאולי נוצר מהתקופה שהוציאו אותי בחמישיות והייתי צריך להסתתר שלא יראו אותי".

יהודה ברח כל תקופת המלחמה מכפר לכפר בפולין, וסיפור הישרדותו מלווה בהרבה פחד שיגלו שהוא יהודי בכל מקום אליו הגיע. כשהוא מתאר את סירובו הראשוני להופיע על הבמה הוא משתמש גם כן במילה 'פחד' 'לא הסכמתי אבל היא לא עזבה אותי [...] אמרתי תעזבו אותי אני לא רוצה להופיע יש לי פחד קהל. פחד קהל איום וזה לא סתם. אני מפחד, אני לא מופיע כמעט כי אני מפחד".

המעבר מהיות מספר להיות מספר מתאפשר הודות לקשר עם בני נוער, שמהווה עבור הניצולים את החוויה המשמעותית בפרויקט. הניצולים, שילדותם נקטעה, פוגשים בני נוער שזכו לגדול באופן נורמאלי במדינה שהניצולים לחמו על הקמתה. במובן זה, זהו קשר לא רק כמו בין סב לנכדו, אלא גם בין הניצולים לדור ההמשך של ילידי הארץ, כפי שמבטא לאון "הקשר הזה בין המבוגרים לבין ה... עם ישראל הקשר בעצם, הסבא הזה מספר לנכדים, ההתחברות הזאת היפה, הקשר". זהו קשר שמביא עימו איכויות ייחודיות, הנובעות הן מאופי הקשר שנוצר והן מהעובדה שבני הנוער מגלמים את הניצולים על הבמה. במפגשים נוצר קשר מיוחד ועמוק שממשיך עוד שנים לאחר הפרויקט, קשר אישי בו הניצולים יכולים להיות מספרים, ולא מספרים.

המרואיינים חוזרים על המילה 'הקשבה' לה זכו בפרויקט, הקשבה אותה הם מדגישים בניגוד לחוסר הרצון להקשיב מצד הצברים. הקשבה דורשת נוכחות פעילה מצד המקשיב, פניות אמיתית וחוסר שיפוטי, ובכך שזכו לה מבני הנוער, ילידי הארץ, דור ההמשך של הצברים, ומהקהל היושב באולם, יש בכך כדי לפצות על השנים בהם הושתקו, כפי שמבטא גבראל

הוא קטוע ומהוסס, ללא התלהבות ומשמעות מיוחדת, רק דגש על כך שזו הצגה שחוזרת על עצמה ושזמן ממושך מהתהליך לא הבינה מה רוצים ממנה. נדמה כאילו הנרטיב האישי שלה התערער, שלנוכח השיתוף של אחרים היתה צריכה להתאמץ לחשוב מחדש על הסיפור שלה ועל הסבל שעברה. לכן היא לא רוצה את הסיפור הקולקטיבי, שהיא מדגישה חוזר על עצמו בכל ההצגות, אלא רוצה את הנרטיב האישי:

*"כל אחד יש לו קצת סיפור אחר, כן? ויש לו דברים אחרים. אבל איכשהו זה נראה לי שזה... חוזר על עצמו. למשל, הם היו שואלים: "מה היה לכם הכי גרוע ב... בשואה, בתקופה?" אז זה אמר שהרעב. אמרתי "אבל אני אף פעם לא הייתי רעבה". גם בשואה, לא... לא שהיה לנו הרבה מה... אבל לא, לא הייתי רעבה. אחד אמר "לא היה לנו מה לכסות, גשם". כל הדברים האלה זה... אמרתי "אז מה אני יכולה להגיד? אין לי דברים האלה [...] או למשל אני אומרת לך באותו רגע שאלו "מה היה הכי קשה?" לא היה לחם ולא היה מה לאכול, ריבוננו של עולם, אני לי היה מה לאכול [...]עד שהגיעו לתורי אז היה לי קצת זמן. אמרתי "ריבוננו של עולם, מה אני אגיד? מה אני אגיד?" ואחר כך "הרי מה זאת אומרת יהודית מה תגיד? שאת היית בודדה. זה באמת נכון".*

היבט נוסף על התנודות בין סיפור אישי לקולקטיבי ניתן למצוא בתהליך העבודה בפרויקט, כפי שעולה מדברי המרואיינים; המנחה מחליטה, עם או בלי הניצול, אילו קטעים יבחרו ויעובדו לתוך מחזה הנכתב עבור ההצגה, כשהקטעים עוברים שינויים קלים על מנת להתאים למחזה השלם. העובדה שתהליך הבחירה אינו בידי הניצול ועולה ביקורת על כך, מעוררת אסוציאציה עם המונח 'סלקציה' שהוא כל כך מרכזי בסיפורם של הניצולים, אסוציאציה שמחזירה אותם להיותם מספר.

התהליך, שבו מספר מצומצם של קטעים מתוך הסיפור השלם נבחרים להיות מועלים, מתקשר להיררכיה של הסבל ומביא עימו גם תחרות כמעט בלתי נמנעת בין הניצולים – מי הציג יותר קטעים, קטע של מי פתח וסגר את ההצגה וכד'. התחרות, שלא תמיד מדוברת, מעלה רגשות כמו כעס, אכזבה והיעלבות, רגשות שיש בהם כדי להחזירם מתפקיד המספר, הנוכח במלואו בעדותו מול קהל, להיותם מספר.

העובדה שהיום קטעי הניצולים שזורים זה בזה, להבדיל מבעבר שכל ניצול הציג את הקטע שלו ולאחריו ניצול אחר, עבור הצופה נראית טבעית ומרגשת דיה. אולם מספר מרואיינים מדווחים דווקא על תחושת בלבול וחוסר הבנה כשהמחזה בנוי בצורה כזו, כפי שברוריה למשל מצינת "שלנו זה היה סיפור, מחיאות כפיים ומתחיל סיפור אחר, ושמה הוא מכניס אחד בתוך השני אז זה די קשה מי שלא מתמצא". יתכן

*"ואלה שבאשויון תמיד אמרו שהם סבלו יותר ולא ראיתי את הסבל שלהם יותר גרוע מאלה שהיו ילדים [...] החלטתי סופית להישאר כשהיא אמרה לאחד האנשים שתדעי לך שלא רק את סבלת באשויון, גם אחרים סבלו".*

### בין סיפור אישי לקולקטיבי

פרויקט 'תיאטרון עדות' הוא ניצוץ אנושי בחייהם של הניצולים בזכות היותם מספר של סיפורם. הם זוכים להקשבה מלאה וקשר מיוחד עם בני הנוער, המתרגשים מסיפורם ומפצים בכך על שנים של שתיקה והשתקה. בעומדם על במה מול קהל רב ומגוון, הם צופים בבני הנוער המגלמים אותם וזוכים להכרה והתרגשות מסיפורם. השיתוף בקבוצה בעלי עבר משותף מהווה מקור תמיכה ויוצר אצל המרואיינים הרגשת אחדות וקירבה. ההשתתפות בפרויקט היא אקט חברתי, והמרואיינים הנמצאים בשלב הזקנה בחייהם מחפשים מפגשים ופעילויות חברתיות. על כן, במפגש המשותף, עם עבר וכאב משותפים יש משהו מנחם, מלכד היוצר תחושת שותפות והזדהות.

העבר הדומה מחזק את החוויה הקולקטיבית, כפי שבאה לידי ביטוי כשהמרואיינים, כדוגמת חנה, נוקטים בגוף ראשון רבים "בכינו כולנו". המפגש מזמן גם הקשבה, הקשבה לאחר, שעבור צדוק למשל היתה למידה "אחת ההערות שהעירה לי עירית דגן שלמדתי לשמוע...אני לא יודע אם זה נכון, יכול להיות שחלקית, והם אמרו לי ש...למדתי לשמוע. אני..נדמה לי שאני טוב בלספר".

מחד, אם כן, השיתוף יוצר חוויה קולקטיבית, אולם מאידך, השיתוף בפני קבוצה עם עבר משותף יוצר גם קשיים ויש לכך השפעה על חווית המספר בתיאטרון עדות' ובמקומות האחרים בהם הניצול בתפקיד המספר; הסיפור של הניצול, אותו שינן לעצמו שנים כה רבות, עשוי להתערער אל מול הערות של ניצולים אחרים מאותו איזור או כאלה שהתעמקו בעובדות ההיסטוריות. באופן כמעט בלתי נמנע מתעוררת תחרות סמויה על היכולות של הניצול כמספר, וההכרח הנדרש מהניצולים להקשיב לניצולים אחרים מעורר גם אנטגוניזם כלפי אלה שתופסים את הבמה. לפיכך, הנרטיב האישי והייחודי של המספר מועמד בסכנה, סכנה בהפיכתו של הניצול חזרה ממספר למספר.

אצל יהודית, עדה ותיקה שסיפרה את סיפורה בפני ניצולי שואה כבר בשנות ה-50 כחלק מפרויקט שבעלה ארגן, ניתן להבחין בבירור בהבדל בין היותה מספרת של סיפורה האישי במלואו כעדה, לבין היותה מספרת חלקים מסיפורה על פי הנחיית המנחה. סיפור הישרדותה כעדה רציף וקוהרנטי ויש בו אלמנטים של הישרדות וגבורה, ואילו בחלק של תיאטרון עדות



זוכרת ש... חבל שלא... היינו מדברים חבל שזה לא נמשך עוד, לפחות עוד קצת".

אילנה שלא דיברה כל השנים ולא גידלה את ילדיה בצל סיפורי השואה, השתתפה בפרויקט בו הועלו הכי הרבה הצגות, והיא משתפת בקושי הנפשי מצד הילדים שהיה כרוך בכך ושהם אלו שהכריעו את מספר ההצגות. היא משתפת גם בקושי לקראת הסוף להתמודד עם אבדנים של חברי הקבוצה או בני זוגם, כשהיא בעצמה התאלמנה לאחר ההצגה. אך כמי שנהגה כל השנים לא להתעסק עם הזיכרונות ולהשאירם במזוודה אותה היא שומרת עוד מילדותה בגטו, היא ממשיכה הלאה, שמה את החוויות במזוודה 'עכשיו בתוך המזוודה יש התיאטרון עדות' ובכך מוודאת שזיכרונות העבר אינם נמסכים עם חיי ההווה.

לנה, בדומה לאילנה, הגיעה אף היא לתחושת רוויה, מילה שהיא חוזרת עליה פעמיים 'לא מוכנה לגרד כל פעם את הקליפה מהפצע'. יש קושי עם זיכרון שעולה מול הבחירה הברורה להיות כל הזמן בהווה ולא בעבר, רתיעה מעצם הפעולה המנטאלית של זכירה, ואולי זאת הסיבה שבראיון היא מסיימת משפטים רבים במילה 'וזהו', ואומרת שעליה 'ללמוד להילחם באויב הכי גדול שלי – בעצמי'. היא מצהירה בכנות שסימה את תפקידה כמספרת 'יאני חושבת שאני הגעתי לרוויה... היה לי חשוב לספר, אבל סיפרתי. אם זה להרבה או למעט, זה... אני לא יודעת אם זה מספיק אבל אני הגעתי לרוויה ואמרתי לא עוד".

## דיון

התמות המרכזיות שעלו במחקר נבחנו דרך מושג ה'זהות', תוך אימוץ הגישות האיכותניות/ פנומנולוגיות/ אקזיסטנציאליסטיות, המבוססות על ההנחה ש'זהות מתגבשת ומעוצבת בתהליך מתמשך של שינויים לאורך כל החיים, בדגש על השפעות היצונית שמקורן בהקשר ההיסטורי, תרבותי והחברתי המוגדר, ובנסיבות ובתנאים של כל תקופה ותקופה (ליטבק הירש, בר און וצייטין, 2010; שובל, 2009). הדיון מתמקד ברצף ובקשר שבין הזהות הקולקטיבית מול ועם הזהות האישית, ובהקשר למשמעות ומשקל טראומה קיצונית על הזהות האישית של ניצולים. העדות באמצעות תיאטרון עדות נבחנה אף היא מהיבט של זהות וטראומה, בהקשר לאפשרות של תיקון במובן של צמיחה, כפי שבאה לידי ביטוי בתפקיד המספר ובקשר של הניצולים עם בני הנוער והקהל.

### 'ניצולי השואה' - זהות קולקטיבית אל מול זהות אישית

התמות העולות במחקר זה משקפות מעין תנועת מטוטלת בין זהות קולקטיבית לזהות אישית, כשבולט הרצון של

שהקושי הוא בכך ששירת הסיפורים גורמת לכך שהסיפור האישי שלהם מתערבב עם אחרים, ובכך בעצם הסיפור חוזר להיות קולקטיבי והם חוזרים להיות מספר.

### סיום ההצגה – החזרה להיות מספר

ההצגה מסתימת בניצחון החיים – תמונה של הניצול עם משפחתו המורחבת שזכה להקים, ודברי סיכום של הניצולים ובני הנוער על התהליך המשמעותי אשר עברו בפרויקט. הניצולים, אשר במשך שנה שלמה זכו להקשבה, ובהצגות על הבמה זכו להיות נראים קבל עם ועדה בפני קהל רב אשר הקשיב, ראה והתרגש, יורדים מהבמה.

המרואיינים היו ילדים בשואה, אך איבדו את ילדותם והתבגרו בטרם עת, נותרו עם חסך רב בנראות. הם לא יכלו לדרוש שהוריהם יראו אותם, בין כי איבדו אותם ובין כי הוריהם לא היו פנויים רגשית לכך. יתירה מזאת, כל עוד הניצולים תפקדו, עבדו, היו בריאים, העובדה שהסכימו לשתוק כל השנים הפריעה להם אבל נדחקה הצידה בשל עומס החיים. ואולם, מהראיונות עולה כי כיום יש צורך בהרבה יותר 'תראו אותי' ובהרבה יותר פידבק מהקהל שהסיפור שלהם ריגש או הרשים אותם. ביטוי לצורך זה ניתן לראות בהתבטאויותיהם של המרואיינים בדבר אכזבתם מהמספר המועט, כדבריהם, של הצגות ואת רצונם בעוד הצגות.

יתכן שהרצון בעוד הצגות נובע מהמאמץ הרב שהושקע בהעלאת ההצגה, אך נראה שזהו גם ניסיון לפצות על השנים שלא ראו אותם בארץ, על השנים שהיו מספר, ומבטא את חוסר הרצון שלהם לחזור להיות אנונימיים, להיות מספר. סיום הפרויקט לאחר שנה של מפגשים שבועיים כשבסופה חזרות אינטנסיביות, משאיר אחריו ריק, שבגילם של הניצולים, היו ריק משמעותי ביותר. עבור המרואיינים שמתקשים להתמודד בשלב זה בחייהם הריק היה קשה יותר, בעוד שעבור אלה שעדיין פעילים, או כאלה שמאמינים שאין צורך להתעסק בעבר, אין זמן להרגיש את הריק והוא מתמלא בנקל, בדיוק כפי ששמו לעצמם מטרה עם סיום המלחמה להמשיך הלאה ולא להביט לאחור.

יהודית, בניגוד למלכה, מדברת בלשון רבים, ומבטאת בכך אולי את הכמיהה לחזור לקולקטיב. אולי זה לא תמיד קל להיות בקבוצה עם עבר משותף, אך קשה יותר לחזור להיות לבד עם הזיכרונות 'עבדנו כל כך הרבה... עבדנו, זה לא עבודה. אבל בכל זאת, הקדשנו לזה המון זמן. המון זמן. [...] אז חשבתי שזה... היה צריך לפחות עוד כמה פעמים להיות [...] אני זוכרת שאחרי ההצגה, זאת אומרת שנגמר ההצגה, זה היה חסר לנו. זה היה חסר לנו. זה אני זוכרת. היום כבר... זה אבל אז אני

ארצה, במקום להשלים לימודיהם הצטרפו לעזור בהקמת מדינת ישראל וצבאה שחייב אותם לעבודה פיזית מאומצת מעבר לגילם, כמו שצחי מסביר *"רצייתי להוכיח את עצמי שאני בתור ילד שואה יכול לעשות יותר מהצברים"*. ממצא זה תומך בהגדרתה של גרץ (2004) את המפעל הציוני כ'גאולה' האפשרית היחידה שהוצגה עבור היהודי הגלותי, ואת תהליך הפיכתו של 'היהודי הישן' (נשי, פסיבי, חלש, עדין) ל'יהודי חדש' (גברי, אקטיבי, חזק, עובד אדמה).

ניתוח הממצאים מעיד גם על צורך עז אצל הניצולים **בחיזוק הזהות החברתית המתבטא ברצון לשייכות**, שהחל עם סיום המלחמה דרך השתייכות לתנועות נוער במטרה לעלות לארץ ישראל. תקומתה של מדינת ישראל היא אירוע מכונן ומרכזי, על אף הקשיים הנלווים לכך, ואצל חלקם מתבטא בשם שבחרו לסיפור חייהם, כדוגמת מנחם שהכתרת לסיפורו היא *"ילד שעבר שואה וזכה למדינה ולמשפחה"*. צורך זה עלה במחקר קודם (Kestenberg & Kestenberg, 1988) שמצא שהשאיפה לנורמליזציה היתה השאיפה הראשונית של הניצולים שסייעה להם לחזור לאורח חיים תקין ולתפקד בהווה בצורה תקינה. כחלק משאיפה זו, הם בחרו להשאיר את העבר מאחור, ואלה שבחרו לעלות לישראל השאירו את זהותם 'שם' ובנו לעצמם זהות חדשה. לאחר המלחמה ניסו הניצולים להשיב את תחושת השייכות דרך השתייכות לארגונים ציוניים ולאחר מכן בעזרה בהקמת מדינת ישראל. מנחם, איש צבא לשעבר מתאר בהתרגשות את השתתפותו במצעד הראשון של צה"ל *"יואני לבוש במדי צה"ל עם נשק אישי, צועד בתל אביב, סך הכול כשלוש שנים אחרי שאני השתחררתי מהנאצים. זה היה אחד הימים הגדולים והמאושרים והניצחון שלי על כל אלה שרצו להשמידני"*. תחושת השייכות מתבטאת גם באופן בו בוחרים הניצולים לסיים את סיפור חייהם, השתייכותם למשפחה רחבה הכוללת ילדים, נכדים ונינים אותה הצליחו להקים, מסמלת את ניצחון החיים ומהווה את מקור גאוותם כיום.

יחד עם זאת, **הרצון לשייכות והשתייכות הקשו על פיתוחה של זהות אישית והותירו במרכז את הזהות הקולקטיבית של היותם 'ניצולי שואה'**. כיום, מביעים הניצולים את אכזבתם הרבה מהאוכלוסייה הקולטת בארץ שהתייחסה אליהם גם כן **כמספר** - זהותם, שמם וחוויותיהם הקשות לא ענינו את הצברים, ניתן להם שם עברי ודרשו מהם לדבר בעברית, כוח עבודתם **נוצל** לבניית מדינת ישראל ללא התחשבות בגילם, הם חיו **בצל** הצברים, **מתנצלים** על שהלכו כצאן לטבח ומנסים לרצותם ולהשתייך אליהם אפילו במחיר זהותם ומנהגייהם מבית. כמו שמתאר צחי בכאב *"אתה גם עולה חדש, אתה גם נמצא בארץ של יהודים וגם נמצא בין הספרס שבדרך כלל לא*

הניצולים לארגן ולהבנות מחדש את הזהות האישית, הנסמכת בתודעתם על הזהות הקולקטיבית כשייכים ללאום היהודי, כך שתהיה בעלת משמעות חיובית בזיכרון הקולקטיבי. תיאוריות פסיכולוגיות חברתיות מבחינות בין **עצמי אישי** (תפיסת עצמי המבדילה מאחרים), לבין **עצמי חברתי** (תפיסת העצמי המבטאת דמיון לאחרים או לקבוצות משמעותיות). ברמה החברתית יש הבחנה נוספת בין **זהות בין אישית** הנובעת מיחסים בין אישיים ויחסי תלות הדדית עם אחרים מוגדרים, לבין **זהות קולקטיבית** הנובעת מהשתייכות לקבוצות גדולות, בהן אין קשר אישי של היחיד עם הרוב המכריע של חברי הקבוצה אליה הוא משתייך. לצורך הבסיסי של השתייכות ושייכות יש השפעה מרכזית בגיבוש העצמי, משום שבני אדם מחפשים להגדיר עצמם דרך יחסיהם עם אחרים ועם קולקטיב, ותפיסתם והערכתם העצמית צומחת מתוך זהויות חברתיות כאלה (Brewer & Gardner, 1996). זהות קולקטיבית מושפעת מתודעת שייכות, זיכרון היסטורי, תחושת גורל, תפיסות, אמונות וערכים, דפוסי התנהגות וכיוצא באלה (שובל, Brewer & Gardner, 1996; 2009).

ניתוח הממצאים ממחיש את תהליך כינון הזהות במהלך השואה, שהחל מהזיהוי שהוטל עליהם מבחוץ על ידי המשטר הנאצי, היינו זיהויים על ידי טלאי צהוב שהפריד בין יהודי ללא יהודי, ובהמשך על ידי זיהויים על פי מספרים שניתנו לאלה שעברו את השואה במחנות. עבור הנאצים לא היה מקום ליהודים כפרט אלא כחלק מקולקטיב, העם היהודי, ואותו יש להשמיד, כפי שמתאר לאון, ניצול אושוץ, *"שמה ראיתי בפעם הראשונה איך משחקים כדורגל עם יהודי. לוקחים יהודי, איש SS אחד זורק אותו לשני, שלישי, רביעי, חמישי, עד שהוא מתפרק. כשהוא כבר במצב קשה מוציאים אקדח יורים בו. "בוא הנה" לוקחים יהודי אחר וזה ממשיך"*. עם עלייתם ארצה, הובחנו הניצולים מיתר האוכלוסייה על ידי זיהויים כיניצולי שואה, ובכך הוכללו בתוך קולקטיב המזוהה עם תחושות נחיתות, ניכור ובושה, כפי שמבטא אליהו: *"אנחנו באים חצי מתים ואלה בינתיים מתחילים לחלק אותנו "משלנו, לא משלנו, כן סבון, לא סבון"*. ממצא זה תומך בטענתה של יבלונקה (בר און, 1994) שהשיפוטיות החזקה של האוכלוסייה הקולטת היוותה מעין סכנה של "טלאי כחול לבן" במקום "הטלאי הצהוב".

ממצאי המחקר מעידים על ניסיון אקטיבי **להזדהות** עם הקבוצה המוערכת של חלוצים ילידי הארץ דרך החלפת שמם לשם עברי ומאמץ לדבר בשפה העברית. בנוסף, הזדהו עם ערכי הציונות ובעיקר ערכי הקולקטיביזם, ההקרבה של הפרט למען הכלל ועבודת האדמה, ועל אף שהיו בגיל העשרה עם עלייתם

1963) משבר האמון הותיר את הניצולים עם תחושות של בושה ונחיתות אותן ממשיכים חלקם לבטא עד היום כחלק מזהות 'הקורבן' ומדימוי הניצול שהם סוחבים עימם, כפי שאומר פנחס "מה זה בשבילי להיות ניצול שואה? מסכן אחד, נו מה אני אגיד לך? זה לא כבוד גדול!". זיכרונות הטראומה מלווים אותם כיצלי שאי אפשר להיפטר ממנו; בשעות היום, באור השמש, קל לזהות את הצל העוקב, ובלילה כשנדמה שאיננו, הצל מופיע בצורת סיוטים וחלומות, או כפי שמסבירה חסיה את השם שנתנה לסיפור שלה "גחלת" "גחלת זה כמו אוד שעוד קיים... זה כמו משהו מהשריפה הנוראה שהיתה שהוא עוד קיים וחי, עדין חי מפיך אור וחום".

השפעתה של טראומת השואה על הניצולים מתבטאת באמצעות מאפיינים פסיכולוגיים של 'פיצול' (split), העולים מניתוח סיפור חייהם וחוויות השתתפותם בפרויקט. אחד המאפיינים הבולטים של הסובלים מטראומה מאסיבית הוא אמנם הפיצול, היינו צד אחד מתקשר לתחושת ניתוק, בעוד שהצד האחר מתקשר לזיכרונות עם זמן ומימד אנושיים (Auerhahn & Laub, 1998). טראומה מחלקת את החיים, שהתבססו עד הטראומה על הנחות, עמדות ורגשות מסוימים, לילפני ויאחרי הטראומה, ומכאן שקו-מורבידיות של טראומה יכולה להביא להכללה של פיצול במימדים שונים של החיים. דסברג מציין מאפיינים של פיצול אצל ניצולים שהיו ילדים (Dasberg, 2001); בשנים הראשונות היה זה פיצול בנאמנות בין ההורים המתים לבין הדמויות הטיפוליות החדשות, בין ההורים שעימם נפגשו לאחר המלחמה לבין הדמויות שטיפלו בהם בזמן המלחמה, או בין המציאות בה גדלו לפני המלחמה לבין המציאות אחרי המלחמה. בנוסף, מדובר בפיצול בין מעטפת חיצונית של הסתגלות פסיכו חברתית והמהות הפנימית של ילד לא בוגר, כי התבגר בטרם זמנו (Dasberg, 2001). במטרה להבין את הפיצול הזה, פותח המושג compound personality המציין קיום מורכב מזהות של ילד פוסט-טראומטי, הסוחב עימו את הזיכרונות שלעיתים חודרניים ולעיתים מודחקים מחד, יחד עם זהות מבוגר מסתגל הממשיך להתפתח, מאידך (Tauber & Van der Hal, 1996; Tauber, 1997).

מהמחקר הנוכחי עולה כי אוסף של טראומות הביאו אף לפיצול עמוק יותר המתבטא בממדים שונים בחוויה ובהוויה של הניצולים: (1) הפיצול בין החיים האידיאליים לפני השואה לבין החיים בשואה; אל מול החושך הגדול של השואה, החיים לפני, לרבות היחסים במשפחה, מתוארים אצל כל המורואיינים, למעט אחד, ביצבע לבן, לעיתים אף לבן בוהק, כמו שאילנה

מעוניינים לשמוע וגם לא מעוניינים לשמוע שפה זרה, אתה צריך לדבר עברית. אתה צריך להתבולל בין כולם [...] ואנחנו נפגענו, מה זה פגיעה".

ממצאים אלה מחזקים מחקרים קודמים שמצאו שעם הגעתם לישראל, הופעל על הניצולים לחץ לשנות את שמותיהם, לדבר רק עברית ולהימנע מהבעת רגשות בקשר לשואה, אך מתוך רצונם העז להשתייך הגיבו בקונפורמיות (Kestenberg & Dasberg, 2001; Kestenberg, 1988).

### השפעתה של טראומת השואה על הזהות האישית והקולקטיבית

טראומת השואה היא טראומה יוצאת דופן מבחינת משך הזמן (שש שנים), אופייה (אירועים טראומטיים רבים ומגוונים, השמדה אינטנסיבית ומאורגנת) והיקפה (מספר המדינות המעורבות, מספר הקורבנות) וככזו, הינה בעלת השפעה ארוכת טווח על ניצולים שהיו ילדים. השפעתו של אירוע טראומטי ניכרת בתפיסת היחיד על העולם, על עצמו ועל אחרים; עצם האירוע מנפץ את תחושת הביטחון ויכולת הצפי, פוגע בהערכת העצמי כבעל יכולת התמודדות ובאימון בסדר וצדק בעולם (Janoff-Bulman, 1992). האירוע הטראומטי מערער את הרגשת הקשר בין היחיד לקהילה, מחולל משבר אמונה ומנפץ את מבנה העצמי, שמגובש ומקוים מתוך יחס אל הזולת (הרמן, 2008).

ממצאי המחקר ממחישים את הקו-מורבידיות של טראומת השואה, ומעידים כי חוויות השואה מהוות מרכיב מרכזי בזהות הניצולים, ואלה השפיעו וממשיכות להשפיע על התפקידים שהם ממלאים בחייהם. טענה זו עולה בראש ובראשונה מהיות סיפור השואה החלק המרכזי בסיפור חייהם של הניצולים; על אף הפנייה אליהם בחלק הראשון של הראיון "ספרי לי את סיפור חיך", כולם החלו את סיפור חייהם מהשואה, כדוגמת פנחס, שפתח את סיפורו באמירה "סיפור חיי מגיל 7 זה מתחיל, אז התחילה השואה", ואצל רובם המכריע סיפור השואה מהווה את עיקר סיפור החיים. זהו סיפור של חוסר אנושיות הכולל תיאורים של השפלה, התעללות, אכזריות, ניצול פיזי ומיני, מעשים שעוררו אצלם רגשות קשים של בושה ואבדן צלם אנוש. השואה התרחשה בתקופת הילדות או תחילת גיל ההתבגרות של המורואיינים במחקר הנוכחי (המבוגר ביותר יליד 1930), שהן תקופות בעלות משקל מכריע בהתפתחות וגיבוש הזהות (Perez-Sales, 2010; ורדי, 1990). אריק אריקסון טען כי בשנים הראשונות נרכש האמון בסיסי היוצר את הרגשת הביטחון בעולם ומאפשר לבני האדם לצייר לעצמם עולם שהם שייכים בתוכו ובהמשך ליצור קשר עם הזולת (Erikson, 1950).

מחיים את העבר בעוד הניצולים יושבים על הבמה ומסמלים את ההווה; המתים קמים לתחייה בזכות עדותם של הניצולים החיים; על המסך באולם מוקרנות שקופיות העבר עם תמונות המתים לצד תמונות ההווה של הניצול ומשפחתו שזכה להקים; הניצולים שבקרוב יהיו חלק מהעבר יושבים על במה אחת עם בני הנוער שמסמלים את ההווה.

(4) **פיצול בין תחושת ביטחון לתחושת איום** - היה ניכר שהניצולים מספרים את סיפור חייהם באופן שנדמה שסופר עשרות פעמים, חלקם אף הגדירו מראש את הזמן בו לוקח להם לספר את סיפורם. יתכן שרק כך הם מרגישים ב'רקע של ביטחון', בעוד שכל סטייה מהסיפור, שכחה של פרט בו, או רגש שעולה במהלכו מעורר 'רקע של זרות מאיימת' ולכן הם מגיבים לו בבהלה. מושגים אלו לקוחים מעבודתה הקלינית של גמפל (2010) עם ניצולים שהיו ילדים בשואה, שהבחינה אצלם בדו-קיום בין שתי תמונות רקע: האחת 'רקע של ביטחון', והאחרת 'רקע של זרות מאיימת' - 'רקע של זרות מאיימת' משמעו תוקפנותו של עולם חיצוני אליהם ואכזרי שחדר אליהם, בעוד ש'רקע של ביטחון' הוא תחושת השליטה של האדם כנגד הצפה של גירויים, המתחזקת בעקבות יכולתו הנרכשת לשלוט בהיבטים שונים בחייו. את תחושת הביטחון ממחישה הדוגמא של לנה שאומרת "את לא נפטרת מזה וזה נמצא חקוק בתוך הנשמה, רק לא חיים את זה. עבר הוא עבר, העתיד אנחנו לא יודעים, וחיים את ההווה". זאת ועוד, הקשבה לסיפורי ניצולים אחרים בקבוצה עוררה תגובות שונות, החל מהצפה רגשית וקושי, כלומר שה'רקע של זרות מאיימת' בלט, וכלה בחסינות רגשית, דהיינו 'רקע של ביטחון', אותה ניתן לתמצת באמירתו של פנחס "אם התגברתי על השואה, איך לא אתגבר על סיפור השואה?".

לצד ההתמודדות עם הטראומה בדרך של פיצול, מחקר זה ממחיש גם התמודדות סתגלנית של הניצולים ואת השפעתה על הזהות. **היבט אחד** של ההתמודדות עולה מהממצא שהניצולים שלבו בסיפור חייהם רגעים של 'ניצוץ אנושי' - התנהגויות או מעשים חיוביים מצד הנאצים או האוכלוסייה המקומית, שבלטו מאוד על רקע היחס העוין מצד הסביבה. הבחירה לכלול רגעים בהם נחשפו לניצוץ אנושי בתוך אירועי האימה והסבל המתמשך על פני שנים, מדגישה את משמעות האור בתוך החושך עבור הניצול. יתכן וזיכרונות חיוביים אלו הפכו למשאב אישי עליו נסמך הניצול בבניית החיים שאחרי, בצמיחה פוסט טראומטית (Lev-Wiesel & Amir, 2006; Calhoun & Tedeschi, 2006). דורנונד ואח' (Dohrenwend et al, 2004) בדקו את מידת ההשפעה של השירות הצבאי על חייהם של ותיקי מלחמת וייטנאם, במה שהם כינו 'הערכה שלישונית'

מצהירה 'עד גיל 6 חיי משפחה נהדרים [...] אז גדלנו והיה הכול טוב [...] וזהו, הכול הלך טוב'. ממצא זה מחזק את ממצאיהם של קסטנברג (Kestenberg & Kestenberg, 1988), שניצולים שהיו ילדים בשואה נזכרים בהרבה חיבה במסירות ובדאגה של הוריהם לפני השואה, וחלקם מתארים את החיים כאידיליה לעומת מה שקרה לאחר מכן.

(2) **פיצול בין הרע לטוב**, כפי שבא לידי ביטוי בדיווח על רגעים אנושיים מצד הנאצים או האוכלוסייה המקומית לצד תיאורי האכזריות. צחי לדוגמא מתאר התעללות פיזית על ידי חברת נערים שתפסה אותו באמצע הרחוב, כשלתע קצין SS הפתיע אותו כשניגש אליו, הרים אותו, ניקה לו את רגליו ולא נתן לנערים להתקרב אליו 'הוא אמר לי "לך הביתה"', הייתי לגמרי המום לא תיארתי לי ש... קצין אס.אס הם הכי גרועים מכולם, הוא היה כזה אנושי [...] זה היה אחד הפעמים שאני זוכר שהיה להם איזה שהוא מצב אנושי גם בכל, כל המערכת הזאת". הסבר אפשרי לפיצול זה ניתן לאמץ מטענתו של ויניקוט (2009), כי אצל ילד הגדל בסביבה שאינה מקבלת תוקפנות ולכן הוא נאלץ להסתיר אותה, נוצר הצורך לפצל בין הטוב והרע, והרי הניצולים כילדים בשואה נאלצו לכבוש כל רגש, כל שכן תוקפנות.

(3) **פיצול בין החיים למוות**, בין עבר להווה שבא לידי ביטוי בכמה מישורים: הניצולים מתארים פרידות חדות ומהירות מהוריהם ומשפחתם כשמיד לאחריהן נאלצו להמשיך לשרוד ולחיות, כמו שמתאר לאון את המאבק בין הרצון למוות לבין הציווי לחיות 'אמרתי לעצמי "לאון, בשביל מה לך כל החיים? תקפוץ על הגדר החשמלית ותיפטר מהחיים. אבל יש לי צוואה מאבא שלי. אבא שלי ביקש "תשרוד, תישרד, אתה חייב להישאר בחיים"'. השחרור הביא אות של חיים אבל עימו התברר עוד יותר גודל האסון והאבדנים שחוו; החלוקה הצורנית שאפינה את סיפור חייהם של הניצולים - פתחו במשפט קצר על החיים האידיאליים לפני השואה, המשיכו לסיפור השואה והאבדנים שהינו עיקר הסיפור, וסיימו בתקומתה של מדינת ישראל וההמשכיות כאות להמשך החיים; היותם על הבמה כעדים במסגרת תיאטרון עדות מזכירה להם את היותם חיים לעומת המתים, כמו שאומר לאון 'אנחנו באים להראות למתים שאנחנו לא סתם עם ישראל חי, ממשכים לחיות'; סיום הפרויקט, ניתן לטעון, הוא סוג של אבדן, והכמיהה לחיים היא הסיבה לכך שהרוב המכריע הביע רצון בעוד הצגות, בדומה לסיום טיפול שנמצא אצל ניצולים כמסמל את האבדנים שחוו בתקופת השואה (ליון מגד, 2003). בנוסף לכל אלה, בהצגה המועלית בסיום הפרויקט מתגלים הדים להשתרגותם של העבר וההווה, של החיים והמוות: בני הנוער

**תפקיד המספר בהבניה מחדש של הזהות האישית**

הבלטת הסיפור האישי מחייב לקיחת תפקיד – תפקיד המספר – שיש בו כדי להשפיע על הזהות האישית, בהתאם לתפיסתו של יעקב לוי מורנו (Moreno, 1961). 'תפקיד' פירושו הצורות המוחשיות והממשיות של העצמי, שבהן מגיב היחיד לסיטואציה מסוימת בה אנשים או אובייקטים אחרים מעורבים (Moreno, 1961). מורנו מייצג את ההיבט הדרמטורגי של 'תיאוריית התפקיד' שחובקת פרספקטיבות תיאורטיות נוספות, ביניהן עבודתו של מיד (Mead), שניסה להבין את טבע האדם במונחים של קבוצה וחברה, והתבונן על לקיחת תפקיד בו אחרים יכולים להשפיע גם על היחיד וגם על התנהגותם שלהם (Brookes, Davidson, Daly & Halcomb, 2007). מורנו האמין כי תפקידים לא נובעים מתוך העצמי, אלא העצמי נובע מתוך התפקידים, וכי תפקיד הוא הגיבוש הסופי של כל הפעולות של היחיד בסיטואציה מסוימת, והוא נוצר על ידי ניסיונות עבר ומאפייני תרבות של החברה בה היחיד חי (Moreno, 1987).

הכמיהה ליצירת תפקיד חיובי עולה ממידת העיסוק בהשוואה של מידת הסבל ולמעשה בניסיון ליצירת היררכיה של סבל. ההשוואה בהקשר למידת הסבל עולה גם במחקרו של בר-און (1994), שמצא כי יצירת היררכיה היא תוצר של ניסיון ליצור אמות מידה אובייקטיביות למדידת הסבל מחד, ומאידך, היא מהווה אמת מידה סובייקטיבית למה שאדם הרגיש. ההגדרות הנוצרות קשורות בין השאר לתחושת הלגיטימציה שהאדם מרגיש כלפי מה שעשה או עבר, יחד עם תחושת הלגיטימציה שנתנה לו סביבתו הקרובה. ההיררכיה אותה מבטאים הניצולים, בעיקר סביב מידת הסבל בשואה, מועלית לעיתים ישירות ולעיתים דרך התחרות על הקטעים שנבחרו להצגה, וחלקם ביטאו את ההיררכיה במפורש, בעוד שאחרים דיברו על כך במרומז. נראה כי יצירת היררכיה מבטאת את הכמיהה לארגון והגדרה מחדש של הזהות האישית, טענה המתחזקת לאור הממצא שהניצולים לא ביטאו את ההיררכיה בחלק העוסק בסיפור חייהם, אלא בחלק העוסק בפרויקט. כלומר, הנטייה להשוואה הועצמה במפגש של הניצולים עם חלק מהקולקטיב של 'ניצולי שואה', אשר מחד מאפשר שיתוף והכרה בכך שאני לא לבד ולא נחות, ומאידך מעורר את הרצון לקחת את תפקיד המספר של סיפור אישי וייחודי.

נראה כי הבחירה בתפקיד המספר במסגרת תיאטרון עדות נתנה מענה לניצולים לכמיהה להבניה מחדש של הזהות האישית ובכך סייעה לשיקום הקשר עם הקהילה, תוך השבת האמון הבסיסי שנפגע כתוצאה משנים של חוסר התעניינות והקשבה. מרבית הניצולים במחקר זה הינם עדים ותיקים

(tertiary appraisals) המציינת את ההערכה המתמשכת, לאורך השנים, של האירוע הטראומטי. המחקר בדק עד כמה השפיעה המלחמה על חייו של האדם וגם איזו השפעה היתה לה, ונמצא שהערכות חיוביות מתקיימות לצד הערכות שליליות, אך הערכות שלישוניות חיוביות מהוות את האישור העיקרי להסתגלות מוצלחת. בהתבסס על כך נראה כי רגעי הניצוץ האנושי הם חלק מהערכות שלישוניות חיוביות וכי יש להם תרומה להסתגלות של הניצולים.

**היבט נוסף** של ההתמודדות החיובית עם הטראומה עולה מהתיאור של הניצולים את מעשי הגבורה וההישגים שלהם; מידת האחריות שלקחו על עצמם, הבגרות שניחנו בה והאומץ שהפגינו עת עזרו להוריהם ולאחרים לעיתים עד כדי הצלת אחר, כדוגמת ברוריה שהצליחה בהיותה בת שמונה להבריח מהגטו את חמשת אחייניה הצעירים ממנה. על אף היותם ילדים, השכילו לנצל לטובתם תכונות או יכולות שהתברכו בהם כגון יופי, מראה ארי, או יכולת דיבור בניב המקומי שעזרו להם להינצל. תפיסת אירועי השואה כקושי בל יתואר שעמדו בו, על אף גילם הצעיר, משפיעה על הזהות בכך שהיא מפצלת או לפחות מאפשרת קיום זה לצד זה בין הילד היהודי המוכה, חסר ישע וקורבן, לבין הילד החכם והאמיץ כפי שעולה מסיפורו האישי. ההתמודדות המוצלחת ורגעי הניצוץ מעניקים משמעות להישגות, שהחיפוש אחריה היו חלק מ'סינדרום הניצול' שקבע נידרלנד (Lev-Wiesel & Weinger, 2011), ובכך מסייעים במציאת משמעות מחודשת לחיים התורמת להתמודדות חיובית, הסתגלות ושיקום (Janoff-Bulman, 1992). ממצאים אמפיריים בתחום הצמיחה הפוסט טראומטית אכן מצביעים על כך שצמיחה פוסט טראומטית אין בה כדי למחוק ולבטל את הכאב והאובדן או את הסימפטומים הפוסט טראומטיים, היא מתקיימת לצד הכאב והאובדן על בסיס היכולת לזכור גם את ההצלחה שבהתמודדות עם הטראומה (Lev-Wiesel & Dohrenwend et al, 2004). Amir, 2006. זאת ועוד, במחקר שערכו מזור ואחי' בסוף שנות ה-80 עם ניצולי שואה שהיו ילדים (Mazor et al, 1990), כל הנחקרים דיווחו שהראיון השני שבוצע שהתמקד בדרכי ההתמודדות של הניצולים, אפשר להם לבטא את הכוחות שבהישגות ולא רק את הסבל והאבדנים, ובכך שיפר את הערכתם העצמית. מכאן, ניתן לטעון שההתמודדות המוצלחת מעוררת את הרצון לקחת תפקיד חיובי של מספר בתוך הזהות הקולקטיבית; תקומתה של מדינת ישראל והקמת משפחה הן סימן להישגותו של העם היהודי כקולקטיב, אך יש גם רצון להביע את ההישגות על ידי הבלטת הסיפור האישי.

כפי שמורנו טען, בכל תפקיד יש גם מרכיב קולקטיבי וגם מרכיב אישי המכיל את האופן הייחודי בו היחיד פועל בתפקיד (Moreno, 1987). **המרכיב האישי מתבטא אצל הניצולים בכמיהה להיות המספר של סיפורם האישי, בשאיפה שיקשיבו להם, ברצון 'להיראות', בצורך בהכרה כ"אינדיבידואל"**. המעבר לתפקיד המספר הוא מעבר מהחוויה הקשה של היות 'משם', היות מספר, עם צרור זיכרונות טראומטיים ולא מאורגנים, למתן 'שם' – שם לזיכרונות שיתאספו לכדי סיפור שלם עם שם, סיפור שבו יוכל הניצול להשיב לו את השם שנתנו לו הוריו, להשיב את זהותו מבית, כפי שטוענת ליבליך (2010) "מעשה הסיפור הוא דרך לשימור העבר מחד גיסא, ואמצעי מרכזי לכינון הזהות האישית מאידך גיסא" (עמ' 347). יתכן שהצורך לספר הוא חלק מ'ההשפעות הרדיואקטיביות', עליהן מדברת גמפל (2010), כשהיא מבחינה בין דחף ככוח, שראשיתו בתחילת החיים הפועל מבפנים ומניע את האורגניזם לחתור לעבר מטרה, לבין השפעות רדיואקטיביות שמקורן מן החוץ, מן האלימות השלטונית. זהו ניסיון "להקיא" את האלימות השלטונית, ניסיון ליונטילציה וניקוי על ידי תגובה מעודנת ואומנותית.

המשמעות האישית, כפי שהיא עולה מתפקידם במסגרת תיאטרון עדות, צומחת מתוך הצורך בנראות - 'תראו אותי'. הצורך בנראות מהווה מניע סמוי להשתתפותם של הניצולים בפרויקט ולעיתים בלתי מודע גם להם. טראומת השואה מנעה את מימוש הצורך הבסיסי של ילדים בנראות, בעיקר כאלה שהיו בשלב הפאלי בו מודגש הצורך בנראות מצד הדמויות העיקריות. הם נאלצו להסתתר, להיות בשקט, לכבוש כל רגש ולהיות במינימום פעילות. הוריהם, נלקחו מהם או שלא היו פנויים אליהם משום שהיו עסוקים בהישרדות. הניצולים נותרו עם חסך גדול בנראות, אותו היה קשה להשלים עם סיום המלחמה, כשההורים ששרדו היו עסוקים באבל ובכאב של עצמם, והאוכלוסייה בארץ לא רצתה לראות אותם וגרמה להם להמשיך להסתתר ולא להתבלט.

מימוש הצורך בנראות מביא עימו חשש וקושי, או לחילופין תחושת יכולת והעצמה ורצון רב בנראות. עבור ניצולים שמסע הישרדותם לווה בניסיון מתמיד להסתתר, יש חשש גדול מ'תראו אותי', ולכן עדיין עולה הקושי לצאת לתפקיד המספר. בד בבד, עולה גם הכעס והכאב שבשתיקה ובהשתקה מצד הצברים, לאור העובדה שחווית ההשתתפות בפרויקט של חוויה הפוכה, ומבוטא גם קושי רגשי כתוצאה מהצפה של זיכרונות שנראה שמתרבים עם הגיל. מצד שני, עבור רבים מהניצולים הנראות על הבמה העניקה להם תחושת יכולת, הישג וגאווה ובכך שיפרה את תחושות ה'עצמי' שלהם. תחושות אלו ביטאו אחדים מהניצולים בהבליטם את כישורונם

היוצאים בתפקיד המספר למסגרות שונות ובפני קהלים שונים בין היתר, בתי ספר, חברות, צבא, ליווי משלחות לפולין והרצאות בעולם. עבור חלקם זהו תפקיד המעניק להם משמעות, סיפוק ותחושת היותם 'עד מיוחד', ועל כן הם מקפידים להמשיך לספר בכל מסגרת שיידרשו לה. בכך יש לחזק מחקרים קודמים שמצאו כי מתן עדות מהווה ניסיון למצוא משמעות נסבלת לכל מה שקרה בעבר, נותנת מטרה ויוצרת משמעות חיובית חילופית לעיוות הערכים כתוצאה ממעשי הזוועות ושתיקת העולם (Valent, 1995; Lev-Wiesel & Weinger, 2011).

לקיחת תפקיד המספר, כפי שעולה ממחקר זה, נובעת בראש ובראשונה מההיבט הקולקטיבי של 'לזכור ולא לשכוח' את נוראות השואה, ולשמר את זיכרון הקורבנות. מדבריהם עולה כי זהו המניע המגייס אותם יחדיו, מתוך תודעת שייכות עם עבר משותף, למען מטרה מוגדרת ומשותפת של שימור הזיכרון הקולקטיבי. ממצא זה בלט משימושם בגוף ראשון רבים "בהתחלה הגרון נשק, אבל בסוף התגברנו והצלחנו", שנמצא על ידי ליטבק-הירש, בר און וצ'ייטין (2010) כמעיד על הבעת הזדהות של היחיד עם זהות קולקטיבית. המטרה המשותפת של העברת הזיכרון הקולקטיבי היא המשך ישיר למטרה המשותפת - לשרוד את זוועות השואה, להתגבר על האבדנים הכואבים, לעזור בהקמת מדינת ישראל וכך למנוע הישנות הזוועה. זוהי מטרה מוכוונת-עתידי ובכך תואמת את גישתו של התיאורטיקן ויקטור פראנקל, ניצול שואה בעצמו, כפי שמתבטאת בתורתו "לוגו תראפיה" (פראנקל, 2001). **העובדה שהמניע המרכזי והגלוי הוא קולקטיבי מחזקת את הנטען שהזהות הקולקטיבית של הניצולים בהיותם ניצולי שואה' היא ההיבט המרכזי בזהותם.**

ממצאי המחקר מגלים מניע נוסף לרצון להיות בתפקיד המספר שטרם עלה במחקרים קודמים – הידיעה, שבשלב בו נמצאים כיום הניצולים, הם מהווים את שרידי הזיכרון האחרונים, כדברי הלל הזקן: "אם אין אני לי, מי לי? וכשאני לעצמי, מה אני? ואם לא עכשיו, אימתי?" (מסכת אבות, א, פסוק י"ג). במציאות העולמית חווים הניצולים חשש ממשי מהישנותו של מעשה על-אנושי כזה, עובדה שמעניקה להם כוחות ומחזקת את רצונם להיות בתפקיד המספר, על אף שתפקיד המספר אינו קל עבורם וכרוך בקושי רגשי ופיזי. יתרה מזאת, היותם 'עדים' לשואה, והעברת העדות הלאה מקושרים אצל חלק מהניצולים גם עם נושא 'תיעוד' הזיכרון, שעבור חלק מהם זהו צורך משמעותי ומרכזי בחייהם - הידיעה שיש לזיכרונות תיעוד ממשי ומוחשי שישאר לדורות הבאים.

ב"לב" פעמים רבות), מותר רושם כאילו העדות היא אובייקט ממשי גם כשהיא מסופרת בעל פה. נראה כי החזרה על סיפור קבוע מאפשרת להם לחזור לעבר מבלי לפגוע בהווה, כלומר מבלי שרגשות קשים ישתלטו עליהם, ולכן חשוב להם להחזיק בו כאובייקט ממשי מוכר. יתכן גם כי זהו האמצעי שיאפשר היפרדות מסיפור השואה הקולקטיבי, בדומה ל'אובייקט מעברי' המאפשר לילד לעבור ממצב של מיזוג עם האם ליחס של נפרדות ממנה (ויניקוט, 1995). ההקבלה של הסיפור הקבוע ל'אובייקט מעברי' מוחשי נתמך בממצאיה של גמפל (2010) שניצולים שהיו ילדים תמיד שמרו עימם משהו ממשפחתם או מסביבתם הקרובה (אותם היא מכנה 'חפץ שהפך לאוצר' שיכול לכלול חפץ מוחשי, זיכרון של מילה, של מנגינה או של ריח), ואלה העניקו להם תמיכה נפשית ואפשרו להם להתמודד. הרצון לספר את הסיפור המלא מבטא אם כן את הרצון של הניצולים להבליט את התפקיד החיובי שמילאו כילד בשואה – ילד חכם עם כוחות של הישרדות וגבורה, ולא רק את התפקיד של ילד כנוע וחסר אונים. זאת ועוד, רק את הסיפור המלא, בדומה לאובייקט ממשי, אפשר להעביר הלאה.

#### ממספר למספר וממספר למספר

מעבר הניצולים מחוויית היותם מספר לחוויית היותם מספר איננו תנועה חד כיוונית כי אם תנועה מטוטלת מתמדת שלה היבטים אחדים כפי שעולה ממחקר זה: **היבט אחד**, היותם מספר בשואה מתבטא בהיותם חלק מקולקטיב בשואה, חלק מהעם היהודי אותו יש להשמידו, ועם עלייתם ארצה חלק מקולקטיב של 'ניצולי שואה'. השייכות לקולקטיב מתנגשת/מנוגדת לרצון להיות מספר אישי, ייחודי, בעל שם. בהצגה, שזורים סיפורי הניצולים לכדי סיפור אחד, מה שגורם לכך שהסיפור האישי שלהם מתערבב עם אחרים, מחיאות הכפיים מהקהל הן בסיום ההצגה ולא בסיום סיפורו של כל ניצול, ובכך בעצם הסיפור חוזר להיות קולקטיבי והם חוזרים להיות מספר. **היבט שני**, תהליך הבחירה והכתיבה של הקטעים המועלים בהצגה הוא בידי המנחה, זאת בניגוד לעדות בה הניצול שולט על תוכן ומשך סיפורו. שלילת כוח הבחירה מן הניצול מזכירה את היותם מספר. **היבט שלישי**, לניצולים יש צורך עז שיקשיבו לסיפורם, להיות בתפקיד המספר, אך השיתוף של סיפור הניצול בקבוצה הכוללת ניצולים אחרים מביא עימו גם את חוויית היות מספר; האמת הסובייקטיבית וחשיבות היותם מספר מתערערת לנוכח הערות של שאר המשתתפים על אי דיוק בסיפורם והתחרות על תפיסת מקום בקבוצה. **היבט רביעי**, ההצגה מסתימת לקול מחיאות כפיים של הקהל והורדת המסך – הניצולים יורדים מהבמה, נפרדים מתפקיד המספר בחזרה להיות מספר.

המשחקי, התרומה שלהם להצגה, מספר התפקידים ששיחקו, מספר הקטעים שהעלו ואת העובדה שקטעיהם בהצגה זכו לתשואות הרבות ביותר. ממצאים אלה תומכים בטענתו של קרל וחוקרים נוספים, כי העדות מהווה הזדמנות לניצול לביטוי עצמי והעצמה, משפרת את מעמדו כפליט (Krell, 1993; Greenwald & al, 2008), ויכולה להוות מקור כוח והצדקה בכך שהיא מספקת ליחיד תחושה של היותו סופר של חייו (Perez-Sales, 2010). הממצאים מחזקים גם את התיאוריה של הרמן (הרמן, 2008) על החלמה מטראומה, לפיה עקרון ההחלמה הראשון הוא **העצמת** נפגע הטראומה המשיבה לו את השליטה, וכי שום התערבות הנוטלת מן הנפגע כוח אינה יכולה לעודד את החלמתו.

השבת השליטה לניצולים מקושרת גם עם רצונם לספר את סיפורם האישי במלואו, כפי שהם רגילים לספר אותו. מרבית הניצולים מביעים ביקורת על הגבלת עדותם במסגרת הפרויקט, על צמצום סיפור השואה שלהם לכדי מספר קטעים המועלים בהצגה והשזורים בקטעים של ניצולים אחרים. יתכן שהסיבה לכך היא שהזיכרונות שהניצולים חוזרים עליהם שוב ושוב מגנים על הניצול (Auerhahn & Laub, 1998) ומקורם בחלק בפיצול שמתקשר עם מימדים אנושיים ששיעו לו להתמודד ולהשתקם. זיכרונות אלה מגנים על הניצול כמו מסך שמאחוריו האירוע האמיתי במלואו שצריך להפך לנרטיב, להבדיל מאוסף זיכרונות קטועים. חוסר היכולת לספר את סיפורם באופן בו הם רגילים לספרו במסגרות עדות אחרות, והעובדה שהעדות שנתנו במהלך הפרויקט קוצרה ועובדה למספר מצומצם של קטעים לצורך התאמתם למחזה השלם, מעוררת אצל הניצולים רגשות של אכזבה, כעס ותוקפנות, כדוגמת צדוק שעושה הבחנה ברורה בין עדות להצגה *'עדות היא הרבה יותר ארוכה, יותר מורכבת... יותר רגשות... יותר קיימת. כל הצגה היא הצגה והיא לא אמיתית והשואה היא היתה אמיתית ובזיכרונותיי היא עדיין אמיתית, היא עדיין קיימת'*. את רגשות הכעס והתוקפנות שעולים ניתן להסביר בעזרת מונחיה של גמפל (2010) - כשהמנחה לא מדייקת, עולה ה'רקע של זרות מאימת' ועימו התוקפנות שחדרה אליהם מהאלימות השלטונית, שהרי המנחה נחוות כחלק מ'רקע של ביטחון' שהוא תוצר של מערכת היחסים איתה. כשעולים כעס ותוקפנות מתקבל הרושם כי מתלווים לכך גם רגשי אשמה, שניתן לראות בהם עדות ל'אשמת הניצול' המלווה את הניצולים (Danieli, 1984; Kestenberg & Kestenberg, 1988; Krell, 1993).

רצונם של הניצולים לשמור על הסיפור המלא והמוכר להם (שנראה על פי אופן הסיפור כי חזר ושונן, בין אם בפועל או

לוי-מגד, א. (2003). החוויה הטיפולית של ניצולי שואה מבוגרים. עבודת גמר לקראת תואר מוסמך. בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת חיפה.

לומרנץ, י. (1996). הישרדות וחיים: השפעות ארוכות טווח של השואה. גרונטולוגיה, 72-73, 93-111.

ליבליך, ע. (2010). תראו אותי. ירושלים ותל-אביב: שוקן.

ליבליך, ע., טובל-משיח, ר., וזילבר, נ. (2010). בין השלם חלקיו, ובין תוכן לצורה. בתוך ל. קסן ומ. קרומר-נבו (עורכות), ניתוח נתונים במחקר איכותני (עמ' 21-42). באר שבע: אוניברסיטת בן-גוריון.

ליטבק הירש, ט., בר-און, ד., וצייטין, גי. (2010). מחד ממדיות למורכבות בתפיסת העצמי וה"אחר". בתוך ל. קסן ומ. קרומר-נבו (עורכות), ניתוח נתונים במחקר איכותני (עמ' 43-62). באר שבע: אוניברסיטת בן-גוריון.

מילנר, א. (2003). קרעי עבר- ביוגרפיה, זהות וזיכרון בסיפורת הדור השני. תל אביב: עם עובד.

מעוז, ב. (2000). מאמר ביקורת על: יחזקאל (פרידלר), א. (1999) לארוג את סיפור החיים: רה-ביוגרפיה של ניצולי שואה. שיחות יד (2), 154-155.

פלדמן, גי. (2007). בין זיכרון אישי לזיכרון קולקטיבי של השואה: "אנשי העדות". בתוך ז. סולומון וגי. צייטין (עורכות), ילדות בצל השואה – ילדים ניצולים ודור שני (עמ' 364-393). תל אביב: הקיבוץ המאוחד.

פראנקל, ו. (2001). האדם מחפש משמעות – מבוא ללוגותרפיה. לוד: דביר.

שובל, ד. (2009). אנחנו והם- דיאלוג פנימי בין מרכיבי זהות: השפעת הקונפליקט הישראלי – פלשתיני על תהליכי הבניית הזהות, כפי שבאה לידי ביטוי בסיפורים של יהודיות ופלשתינאיות אזרחיות ישראל, על מלחמת לבנון השנייה. עבודה לשם קבלת תואר דוקטור, אוניברסיטת חיפה, חיפה.

Amir, M., & Lev-Wiesel, R. (2001). Does everyone have a name? Psychological distress and quality of life among child Holocaust survivors with lost identity. *Journal of Traumatic Stress, 14* (4), 859-869.

Auerhahn, N.C., & Laub, D. (1998). The primal scene of atrocity: The dynamic interplay between knowledge and fantasy of the Holocaust in children of survivors. *Psychoanalytic Psychology, 15*, 360-377.

Brewer, M.B., & Gardner, W. (1996). Who is "We"? Levels of collective identity and self representation. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 83-93.

המחקר תומך בטענתה של הרמן (2008) שפתרון הטראומה לעולם אינו סופי וכי לעולם אין ההחלמה תמה ונשלמת, ובדעתם של גמפל (2010) וקרל (Krell, 1993), שהדרך להתמודד עם העבר הטראומטי, היא להצליח לחיות בין שני קטבים אלה, איזון בין זיכרון העבר לבין חיים בעלי תקווה בהווה כך שהעבר לא יחדור ויפגום בניצול. כלומר מסקנת המחקר היא כי 'תנועת המטוטלת היא חלק משמעותי ואולי חיוני אצל הניצולים, וכי יש לה חלק בגיבוש וחיידוש זהות אישית וקולקטיבית. תהליך זה מתבטא ביכולת לנוע בין מספר למספר, בין עבר להווה, בין ייאוש וריקנות לבין תקווה ומשמעות.

לאור ממצאי המחקר מחד, והמשמעויות הרבות הטמונות במילה 'ניצולי' והקשר שלה לזהות הקולקטיבית (צל, ניצול, התנצלות) מאידך, עולה השאלה, האם יש מקום להמיר את הביטוי 'ניצול שואה' ל'שריד שואה', שמביא עימו גם את כוחות הגבורה שבהישרדות של הניצולים?

#### ביבליוגרפיה

בר-און, ד. (1994). בין פחד לתקווה – סיפורי חיים של חמש משפחות ניצולי שואה שלושה דורות במשפחה. תל-אביב: בית לחמי הגטאות והקיבוץ המאוחד.

בר-טור, ל. (1995). נשיאת עדות ותיעוד השואה כמנגנון הסתגלות בבגרות ובזקנה. שיחות, 3, 235-240.

גמפל, י. (2010). ההורים שחיים דרכי – ילדי המלחמות. ירושלים: כתר.

גרץ, נ. (2004). מקהלה אחרת: ניצולי שואה, זרים ואחרים בקולנוע ובספרות הישראלים. תל אביב: עם עובד.

דגן, ע., ודגן, ע. (2008). תיאטרון עדות – ילספר כדי לחיות. גדיש: ביטאון לחינוך מבוגרים 11, 203-215.

דניאלי, י. (1996). עם הזדקנות הניצולים. גרונטולוגיה 72-73, 25-33.

הרמן, גי. ל. (2008). טראומה והחלמה. תל אביב: עם עובד.

ויניקוט, ד.ו. (1995). משחק ומציאות. תל אביב: עם עובד.

ויניקוט, ד.ו. (2009). עצמי אמיתי, עצמי כוזב. תל אביב: עם עובד.

ורדי, ד. (1990). נושאי החותם: דיאלוג עם בני הדור השני לשואה. ירושלים: כתר.

כהן, א., דקל, ר., וסולומון, ז. (2007). תסמונת פוסט טראומטית וקשיים באינטימיות בקרב ילדים ניצולי שואה. בתוך ז. סולומון וגי. צייטין (עורכות), ילדות בצל השואה – ילדים ניצולים ודור שני (עמ' 152-170). תל אביב: הקיבוץ המאוחד.



- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumption*. New-York: The Free Press.
- Kestenberg, M., & Kestenberg, J.S. (1988). The sense of belonging and altruism in children who survived the Holocaust. *Psychoanalytic Review*, 75, 533-560.
- Krell, R. (1985) Therapeutic value of documenting child survivors. *Journal of American Academy of Child Psychiatry*, 24, 397-400.
- Krell, R. (1989) Alternative therapeutic approaches to holocaust survivors. In P. Marcus & A. Rosenberg (Eds.), *Healing their wounds: psychotherapy with holocaust survivors and their families* (pp. 215-226). N.Y: Praeger
- Krell, R. (1990). Holocaust survivors: a clinical perspective. *Psychiatric Journal of the Univ. of Ottawa*, 15 (1), 18-21.
- Krell, R. (1993). Child survivors of the Holocaust – Strategies of adaptation. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 38 (6), 384-389.
- Krystal, H. (1988). *Integration and self healing*. New-Jersey: The analytic press.
- Letzter-Pouw, S. (2007). *The relationship between intrusive memories and avoidance of memories of the Holocaust and the emotional wellbeing of Holocaust Survivors and their offspring* (Doctorial dissertation). University of Haifa, Haifa.
- Lev-Wiesel, R., & Amir, M. (2006). Growing out of ashes: Posttraumatic growth among holocaust child survivors – is it possible? In L.G. Calhoun & R.G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth – research and practice* (pp. 248-263). New Jersey: LEA.
- Lev-Wiesel, R. & Weinger, S. (2011). *Hell within hell – Sexually abused child Holocaust survivors, The comorbidity of the Trauma*. Lanham, Maryland: University Press of America.
- Mazor, A., Gampel, Y., Enright, R.D., & Orenstein, R. (1990). Holocaust survivors: Coping with post-traumatic memories in childhood and 40 years later. *Journal of Traumatic Stress*, 3, 1-14.
- Brookes, K., Davidson, P.M., Daly, J., & Halcomb, E.J. (2007). Role theory: A framework to investigate the community nurse role in contemporary health care systems. *Contemporary Nurse*, 25 (1-2), 146-11.
- Calhoun, L.G. & Tedeschi, R.G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: an expanded framework. In L.G. Calhoun, & R.G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth – research and practice* (pp. 3-23). New Jersey: LEA.
- Danieli, Y. (1984). Psychotherapists' Participation in the Conspiracy of Silence about the Holocaust. *Psychoanalytic Psychology*, 1, 23-42.
- Dasberg, H. (2001). Adult child survivor syndrome on deprived childhoods of aging Holocaust survivors. *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 38 (1), 13-26.
- Dohrend, B.P., Neria, Y., Turner, J.B., Turse, N., Marshall, R., Lewis-Fernandez, R., & Koenen, K.C. (2004). Positive tertiary appraisals and posttraumatic stress disorder in U.S. male veterans of the war in Vietnam: The roles of positive affirmation, positive reformulation and defensive denial. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 72, 417-433.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New-York: Norton.
- Erikson, E.H. (1982). *The life cycle completed*. New York: Norton.
- Gidron, Y., Peri, T., Connolly, J.F., & Shalev, A.Y. (1996). Written disclosure in posttraumatic stress disorder: Is it beneficial for the patient? *Journal of Nervous and Mental Disease*, 184, 505-507.
- Glaser, B.G., & Strauss, A.L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategy for qualitative research*. Chicago: Aldine.
- Greenwald, B., Ben-Ari, O., Strous, R.D., & Laub, D. (2008) Psychiatry, Testimony, and Shoah: Reconstructing the narratives of the muted. *Social Work in Mental Health*, 7 (1-3), 241-254.
- Guba, E.G., & Lincoln, Y.S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N.J. Denzin, & Y.S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). Thousand Oaks, CA: Sage.

- A. Lieblich (Eds.), *The narrative study of lives (vol. 1)* (pp. 59-91). London: Sage.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. London: Sage.
- Tauber, Y. (1996). The traumatized child and the adult: Compound personality in child survivors of the Holocaust. *Israel Journal of Psychiatry, 33*(4), 228-237.
- Tauber, Y., & Van der Hal, E. (1997). Transformation of perception of trauma by child survivors of the Holocaust in group therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 27*(2), 157-171.
- Valent, P. (1995). Documented childhood trauma (Holocaust): Its sequelae and applications to other trauma. *Psychiatry, Psychology and Law, 2* (1), 81-89.
- Moreno, J.L. (1961). The Role concept – A bridge between psychiatry and sociology. *American Journal of Psychiatry, 118*, 518-523
- Moreno, J.L. (1987). *The essential Moreno* (J. Fox, Ed.). Springer: N.Y.
- Pennebaker, J. W., Barger, S. D., & Tiebout, J. (1989). Disclosure of traumas and health among Holocaust survivors. *Psychosomatic Medicine, 51* (5), 577-589.
- Pennebaker, J.W. & Chung, C.K. (2007) Expressive writing, emotional upheavals and health. In H.S. Friedman & R.C. Silver. (Eds.), *Foundation of health psychology* (pp. 263-285). Oxford: Oxford university press.
- Perez-Sales, P. (2010) Identity and trauma in adolescents within the context of political violence: A psychosocial and communitarian view. *Journal of Clinical Social Work, 38*, 408-417.
- Rime, B., Corsini, S., & Herbette, G. (2002). Emotion, verbal expression, and the social sharing of emotion. In S.R. Fussell, (Ed.) *The verbal communication of emotions. Interdisciplinary perspectives* (pp. 185-208). New Jersey: LEA publishers.
- Rosental, G. (1993). Reconstruction of life stories: Principles of selection in generating stories for narrative biographical interviews. In R. Josselson &

לפניות בנוגע למאמר זה: אל מירי פלג, דוא"ל:  
mpeleg2@univ.haifa.ac.il