

# שעיר-לעזאזל במערכת המשפטית

## הכבשה השחורה - Scapegoat

משפחה היא מערכת שמציבה את חברי המשפחה למלא "תפקידים", מעבר לתפקידים המרכזיים של הורה, ילד, אח, כדי לתרום להישרדות של המערכת או לאינטרס העצמי של ההורים. דוגמאות לתפקידים במשפחה: הליצן, הרכז, המתווך, המטפל וכדו'. המטרות יכולות להיות לכסות/להסתיר משהו, לווסת רגשות, לשמור על הרמוניה, למנוע קונפליקטים, או לתעל כאב, אשמה ו/או בושה על אדם אחד במערכת המשפחתית.

במשפחות דיספונקציונליות/רעילות/מזניחות/נרקסיסטיות ישנם תפקידים מאפיינים ייחודיים כמו: **הרוזן** (הדמות הסמכותית בראש הפירמידה, **הסגן**) המתעלל השני הכפוף להורה הרעיל החזק, **(המאפשר, ילד-הפלא)** הנבחר, **(הרואה-ואינו-נראה)** הנעלם, **(המטפל, והשעיר-לעזאזל)** (שזהו תפקיד משותף שקיים בכל המשפחות הנרקסיסטיות/הרעילות). התפקידים יכולים להיות חופפים. כלומר, אדם אחד יכול לשאת כמה תפקידים בו-זמנית. למשל השעיר-לעזאזל יכול להיות גם "המטפל". משפחות כאלה בנויות במבנה פירמידלי, כאשר יש שליט אחד בראש הפירמידה (בעל הכוח הגדול ביותר במשפחה), וחייב להיות גם מישהו בתחתית, שזה השעיר-לעזאזל.

במאמר זה אתייחס בעיקר לאדם שנושא את התפקיד של השעיר-לעזאזל, מה זה אומר? מה הפונקציה שלו במשפחה? איך תפקיד הזה משפיע עליו בחייו הבוגרים?

אני ממליצה מאוד לקרוא גם את המאמר בנושא [המשפחה הנרקסיסטית ככת](#) "כדי שתוכלי לקבל הבנה רחבה יותר על הדינמיקה במשפחה הרעילה/הנרקסיסטית שבתוכה שבוי השעיר-לעזאזל.

בנוסף, ברצוני להדגיש, כי התוכן של המאמר הנ"ל אינו מגיע מ"ספרי לימוד" אלא מהשטח. ממטפלים העובדים עם ניצולי משפחות נרקסיסטיות/רעילות/דיספונקציונליות שהגיעו לטיפול.

## הגדרה של שעיר-לעזאזל

שעיר-לעזאזל ("Scapegoat") היא פעולה של הטלת אשם באדם, או קבוצת אנשים, והצבעה עליהם כ"שעיר-לעזאזל" - כאשמים ונושאים באחריות למצב שלילי, בין אם הם הגורמים לו ובין אם לא. משמעותו הסוציולוגית והפסיכולוגית של הביטוי, היא "חף מפשע המואשם בפשעי אחרים ונדרש לכפר עליהם".

ביהדות, מקור המונח "שעיר-לעזאזל" הוא בטקס שילוח השעיר (התיש, זכר העז) ביום הכיפורים אל הצוק המכונה "עזאזל". השעיר שנשלח למדבר לקח עמו את כל החטאים של בני-ישראל, ובכך כיפר על חטאיהם ביחד עם השעיר האחר, שהוקרב בבית המקדש. (ויקיפדיה.)

זהו אינדיבידואל, שנגד רצונו, מונה לשאת את כל הבושה, האשמה, החטאים, החסרונות, הטעויות והזעם של אחרים במשפחה. האדם שמוצא עצמו בתפקיד השעיר-לעזאזל במשפחה - אינו באמת אשם בשום דבר.

אף שבמשפחה הנרקסיסטית כל בני המשפחה חווים גזלייטינג אישי, השעיר-לעזאזל יהיה המטרה של רוב הגזלייטינג במשפחה, מה שנקרא "גזלייטינג שבטי". הילדות של השעיר-לעזאזל מאופיינת בזה שהם (השעיר-לעזאזל) הולכים כל הזמן על ביצים, נמצאים 24/7 בדריכות-יתר.

במשפחה זה יהיה בדרך-כלל **מישהו ששונה מכל האחרים**. אם זהו משפחה של בריונים הם יתלבשו על הילד העדין שלא לוקח חלק בבריונות, או במשפחה עם ערכים חומריים יתלבשו על ילד שיש לו אינטרסים אחרים כמו אמנות, מוסיקה וכדו' והוא יוצא דופן במשפחה, או הילד האמפטי שיש בו חמלה. הילד הזה באופן טבעי יהיה במיעוט במשפחה.

מה שקורה, שהם **מצביעים עליו כעל "הרע" או "האשם" או "הלא בסדר**, "כי בכל פעם שהם מסתכלים עליו הוא למעשה "חושף" את מי שהם באמת, חושף שלא כולם כמוהם או רואים דברים כמוהם, הוא חושף את הדיספונקציונליות של המשפחה, והם לא אוהבים את זה. זה מפחיד אותם. בין אם זו התעללות אקטיבית או התעללות בצורה של הזנחה, ההורים במשפחה הזאת בוודאי לא רוצים לחשוף את זה.

כל אי-נוחות רגשית או מנטלית שנחווית על-ידי הקבוצה כולה (המשפחה) מושלכת על השעיר-לעזאזל והוא מצופה לשאת את זה, כדי שחברי הקבוצה אחרים לא יצטרכו להתמודד עם חוסר-הנוחות בתוך עצמם.

**הוא האדם שנבחר לסבול כדי שהאחרים לא יצטרכו לסבול, והנרטיב המשפחתי הוא שהוא הסיבה לבעיות ולסבל של המשפחה. בכך, הוא הופך להיות האדם "בעייתי" במשפחה ובטיפול משפחתי הוא יהיה "הפציינט המזוהה" (I P)**

אספקט נוסף של השעיר-לעזאזל במשפחה הרעילה, הוא שבמיינדסט הגרנדיוזי שלהם, שבו יש במשפחה **היררכיה**, אם יש מישהו למעלה חייב גם להיות מישהו בתחתית כדי שהם יכלו להיות למעלה. במשפחה הזאת יש מעמדות וסדר חשיבות, וכך כולם יכולים להרגיש טוב כשיש מישהו שהוא התחתית בהיררכיה.

משפחה כזאת אינה יכולה להתקיים ללא שיעיר-לעזאזל, ואם האדם שממלא את תפקיד השיעיר-לעזאזל יתנתק מן המשפחה באופן מוחלט, הם ימצאו שיעיר-לעזאזל אחר, והם בדרך-כלל יפנו אחד נגד השני כי הם כל הזמן "נלחמים על הדומיננטיות בהיררכיה". כדי שיהיה גיבור צריך להיות נבל, כדי שיהיה צודק צריך להיות אשם.

השיעיר-לעזאזל הוא גם **כלי קיבול לכל הרגשות השליליים** של המשפחה. **שק אגרוף** לשחרור לחץ.

השיעיר-לעזאזל הוא "אויב משותף". הוא האדם שאחראי לכל הבעיות, ומעצם היותו "אויב משותף" הוא מייצר במשפחה **אחדות** לכאורה. אבל, כדי שאפשר יהיה להפוך אותו לאויב, צריך **להכפיש** אותו. וזה הופך להיות חלק מהגרטיב של המשפחה. הוא הופך להיות מוגדר כאדם הבעייתי במשפחה, קוראים לו אגואיסט, שקרן ואשם על כל מה שקורה לא בסדר, ואז יש להם היתר-פנימי וגם שבטי-חברתי להעניש אותו ולהתעלל בו.

או שהשיעיר-לעזאזל יכול להיות **ילד הורי** שמטפל באחיו במקום ההורים שלא מתפקדים, שיכולים להיות עסוקים מאוד בקריירה או אלכוהוליסטים וכדו'. המבוגר משתמש בדרמות שהוא יוצר על גבו וסבלו של השיעיר-לעזאזל כדי להסיח את הדעת מהמציאות שהוא או הם באמת הורים מאוד מזניחים (רגשית ו/או פיזית) או מאוד מתעללים (רגשית ו/או פיזית).

הילד מואשם בכך שיש לו בכלל צרכים בסיסיים, וההורה עושה לו שיימינג ומבייש אותו על כך. המסר הוא "ראה מה קורה כאשר מישהו מנסה להחזיק אותי אחראי על משהו. אני עושה ממנו דוגמא" וההורה עושה מניפולציה של היפוך בין הקורבן לתוקפן, ומעמיד עצמו בעמדת הקורבן אל מול הילד, בשעה שהוא או הם לגמרי מזניחים את החובות ההוריות שלהם. ההורה האגרסיבי נעשה "צדקני" ומאשים את הילד הנורמלי בן הארבע או חמש או שש באי-הנוחות הרגשית שלו, בבחירות החיים האומללות שלו, ברגשות הרעילים שלו, בבעיות של הילדים האחרים, בחוסר האושר שלו. ילד אחד הופך להיות "הגורם" לכל כך הרבה דברים...

ההתעללות מספקת עוד פונקציה אצל ההורה הנרקיסטי. מטבעו של הנרקיסט הוא זקוק כל הזמן להזנה נרקיסטית. הזנה נרקיסטית מכל מיני סוגים: הוא זקוק להאדרה והערצה, הוא זקוק ל"שירותים" (שיעשו בשבילו דברים), הוא זקוק לאישור ואהבה כל הזמן (תאהבי אותי ללא-תנאי גם אם אני מתעלל) והוא זקוק גם להזנה שנקראת "דלק שחור" Durk fuel "שזוהי הזנה **סדיסטית**, שאותה מספק בשפע השיעיר-לעזאזל.

## מהי הזנה סדיסטית?

לפני שאחזור לנושא של שיעיר לעזאזל, אני רוצה רגע להסביר את נושא **ההזנה הסדיסטית** מאחר שיש לה השפעה על מידת ההתעללות בילד השיעיר-לעזאזל, מצד ההורה הנרקיסט, ובעקבותיו גם ההורה השני, וגם האחים והאחיות שרואים את האב כמודל התנהגותי ומקבלים מסר מנרמל לגבי ההתעללות בו: "מגיע לו", "בגללו אנחנו...", "הוא אשם ב...". ועל כן "צריך" להעניש אותו.

ההסבר מתוך ערוץ היוטיוב של סם וקנין: [Prof.SamVaknin](#)

הזנה נרקיסטית זוהי כל אינפורמציה או דאטה שבאה מבחוץ ומחזקת את הגרנדיוזיות של הנרקיסט. הנרקיסט אינו עושה הבחנה בין מקורות האספקה שלו. כל תגובה חיובית, כל הערצה מתקבלת בברכה. ואם הנרקיסט אינו יכול לקבל הערצה, הוא מסתפק בלהיות אחד שמפחדים ממנו או אחד שמקנאים בו. אפילו העלבות והתקפות עדיפות על פני התעלמות ממנו. הנרקיסט צריך שיראו אותו. לא במיוחד חשוב לו אם הוא אהוב או שנא, כל זמן שרואים אותו.

הזנה סדיסטית היא להשפיל, לבייש, לדחות, לבוז, להנמיך, לרמוס. גם היא קשורה לגרנדיוזיות של הנרקיסט. כאשר אני יכול לגרום כאב לאדם אחר, זה מרמז על כך שיש לי את **הכוח לגרום כאב** לאדם אחר. והכוח הזה הוא חלק בלתי נפרד מהתפיסה העצמית הגרנדיוזית של הנרקיסט.

## ישנם שלושה מרכיבים לאספקה סדיסטית:

### 1. בוז

הבוז מאיין (מלשון אין) את הקורבן. הבוז משפיל ורומס את כבודו הבסיסי של הקורבן. "אני לא צריך אותך, אני לא זקוק לך כמקור אספקה אפילו. אני כל כך נעלה עלייך שאין שום דבר שאתה יכולה לומר או לעשות שהוא רלוונטי לחיי, ושיש לו איזושהי משמעות או השלכות בעבורי. אתה לגמרי חסרת משמעות, פירור אבק."

### 2. יש לי את הכוח להכאיב לך, יש לי שליטה עליך

"אני יכול לגרום לך שתשתגע, אני יכול לגרום שיאשפז אותך, אני יכול לגרום לך לבכות, אני יכול לגרום לך שלא תכירי את עצמך, אני יכול להוציא ממך רגשות שליליים קיצוניים". "אני יכול ליצור שינוי במצב המנטאלי שלך והרגשי שלך". זה הכוח האולטימטיבי. אין כוח גדול יותר מזה. אדם יכול לקחת למישהו הכל, הבית, העבודה, החברים, אבל עדיין המיינד שלו והמצב הנפשי שלו הם שלו. אבל הנרקיסט הסדיסטי משנה לקורבן שלו את המיינד, מתערב לו במיינד, משתיל וירוס שמאפשר לו לשלוט במיינד אפילו בשלט-רחוק (אפילו כשאני לא בסביבה). זה כוח כמעט אלוהי.

### 3. הנאה מסבל של הזולת - זוהי הנאה ממכרת

כאשר הנרקיסט מצליח להוציא ממישהו רגשות שליליים קיצוניים, רגשות של כאב, סבל, ייאוש, חוסר-אונים, לטרלל ולהטריף אותו, הוא נהנה מזה.

**הנרקסיסט חווה את האספקה הסדיסטית כהתעלות**, כמו היי על סמים. זה מאפיין במיוחד נרקסיסט ממאיר או נרקסיסט פסיכופתי. העניין הוא שגם נרקסיסט גרנדיוזי (סמוי או גלוי), שבתחילת היחסים חיפש בעיקר אספקה מסוג של הערצה, שירותים, אהבה ללא-תנאי, בשלב "הפחתת-ערך" ו-"ההשלכה", מתחיל שינוי בסוג האספקה שהוא "צריך". הוא עובר ממצב של "הפצצת אהבה ואידאליזציה" אל שנהא, בוז ודחייה, משתמש בגזלייטינג, ובהדרגה מעצים את דרגת הרוע וההתעללות. האספקה הסדיסטית היא מאוד ממכרת. היא הרבה יותר חזקה מאספקה נרקסיסטית (של הערצה). לעיתים קרובות, הנרקסיסט יקריב את האספקה הנרקסיסטית כדי לייצר אספקה סדיסטית. ברגע שהנרקסיסט נחשף לאספקה סדיסטית, רוב הנרקסיסט יעשו המרה לדת החדשה, ויעדיפו אספקה סדיסטית על פני אספקה נרקסיסטית. מרגע שנחשפו לאספקה סדיסטית הם נעשים מכורים לסם הרבה יותר חזק. הדרך להמיר נרקסיסט רגיל לנרקסיסט-סדיסטי זה לתת לו את הכוח לפגוע ולהשפיל אחרים. זוהי חוויה שתשנה אותו. זוהי התגלות, ממש חוויה דתית, שממנה הנרקסיסט לעולם לא ייגמל. אז אחרי שסגרתי את הפינה הזאת, אני חוזרת אל הילד השעיר-לעזאזל במשפחה.

## איך נראית ההתעללות בשעיר לעזאזל?

- האשמה קבועה באמצעות קומבינציה של הערות עוקצניות/שנונות, הלצות אקראיות על חשבוננו והגחכה.
- התקפות משפחתיות על דברים גדולים וקטנים שמשבשים בחיים בלי שום קשר אליו. לדוגמא: נוסעים לטייל ויש בדרך תקר בגלגל: "בגללך יש לנו פנצ'ר כי ביקשת שנעצור בתחנת הדלק לשירותים. אם לא היינו עוצרים כאן לא היה קורה הפנצ'ר. הכל בגללך". "אם לא היינו צריכים לאסוף אותך מ... לא היינו נתקעים שעות בפקק."
- הילד מואשם ומבוש בגלל צרכים לגיטימיים של ילד או חוויות לגיטימיות של ילד או על עצם קיומו. לדוגמא: "אם לא הייתי הולכת לאספת הורים שלך בביה"ס, הייתי זמינה לאחותך הקטנה שנשארה לבד ונפצעה/בכתה/פחדה"... או "החיים שלי היו מושלמים עם שני ילדים, ואז אתה נולדת והחיים שלי נחרבו". (כאילו שביקשת מהם להיוולד). (א) אתה מואשם בכך שאתה בכלל קיים. (ב) לתת לך הרגשה שאתה נטל על המשפחה. או "אני לא מאמינה שעזבתי את העבודה בשביל לקחת אותך לרופא". להאשים את הילד שהוא זקוק לטיפול ודאגה.
- האשמה של הילד על דברים שקרו כשהוא בכלל לא היה בסביבה. לדוגמא: "מי השאיר את האורות דולקים? אתה השארת את האורות דולקים!" בשעה שבכלל לא היה בבית, או להאשים אותו בדברים שבכלל לא היית מעורב בהם.
- האחים "מפילים" אחריות ואשמה על האח השעיר לעזאזל עבור דברים שהם עשו. (מי לקח את... מי שבר את... מי נגע לי ב... הוא התחיל/לקח לי/הפריע לי/לא עשה... אחרים עושים והשעיר-לעזאזל אשם).
- ההורים דורשים מהילד, באופן קבוע, לעמוד בסטנדרטיים שאינם מותאמים לגילו. לדוגמא: לשמור על אחותו הקטנה, להחליף לה חיתול, להאכיל וכדו' כשהוא רק בן 5 או 6. או דורשים מהילד להתמודד עם ילד בריון שמתעלל בו. "אתה כבר בן 8, אתה אמור לדעת להתמודד עם הילד הבריון הזה."
- להאשים את הילד שהוא לא מספיק... מתחשב/מסור/חכם, לא מספיק דומה לי, כדי שתתאים למשפחה הזאת. "אבל תמשיך לנסות..."
- להשתמש בילד כשק אגרוף להתקפי זעם ולוויסות רגשי של ההורים, ואפילו של אחים ואחיות, חלקם או כולם.
- מניפולציות רגשיות תוך שימוש בהטלת אשמה ובושה.
- ביקורת בלתי-פוסקת, בוז ודחייה (גועל).
- התעללות פיזית לעיתים.
- גזלייטינג ([ראה מאמר נרחב בנושא](#)).
- מניעת אהבה, הימנעות מקשר והתעלמות, עונשים של שתיקות, כתף קרה, זעם עצור, אי-מתן מענה לצרכים לגיטימיים של ילד (הזנחה פיזית ו/או רגשית, ילד שמגדל את עצמו).
- חוסר תיקוף לרגשות ולצרכים של הילד.

• הילד מואשם שיש לו צרכים בסיסיים.

• להשתמש בילד השעיר-לעזאזל כמודל לאחרים וחינוך איך עליהם לשמור על תדמית המשפחה, להסתיר את השקר המשפחתי, לדעת מה המחיר של לא לקחת את "הצד הנכון" (של המתעלל) ולגרום להם להיות משתפי פעולה ומאפשרים מתוך פחד שגם הם יהיה קורבנות להתעללות אם לא "יישרו קו" עם המתעלל.

כאשר ילד מוזנח, מאוין (לא רואים אותו) ו/או נפגע התעללות הוא יכול לעשות אחת משתי הנחות (לא מודעות, כמובן):  
(1) משהו לא בסדר בעולם, ההורים שלי חסרי מסוגלות, הם לא מכירים אותי ובגלל זה כל זה קורה. אני ראוי לאהבה ומגיע לי שיתייחסו אלי טוב. אבל אנשים האלה לא מסוגלים ולא אכפת להם.  
(2) משהו בי לא בסדר.

הרבה יותר בטוח לילד להניח ש"משהו לא בסדר איתי", כי אם אתה ילד בן ארבע אתה בסכנה כאשר הוריק לא מתפקדים או אם הם אולי שונאים אותך. איך ילד יכול לסבול את זה? אפילו לא לדקא. אז הילד אומר: "זה קורה לי כי אני ראוי לזה". וכאן הוא נכנס לחוויה של בושה ואשמה כרוניים.

סיפרה של גליה עוז "הוא עודת מצמררת, לדעתי, ששופכת אור על החוויה מנקודת מבטו של השעיר-לעזאזל במשפחה כולל האלמנט הסדיסטי של ההתעללות. באופן עקיף ניתן להבין מהסיפור, על בעלי התפקידים האחרים במשפחה. הסיפור חושף, ללא הסתרה וניסיון "לכבס" את החוויות הקשות, את המציאות שבה חי ילד שהוא שעיר-לעזאזל. אני מרשה לעצמי כאן את החופש של פרשנות ספרותית שלי את הכתוב, כולל מתוך דברים שנאמרו בתקשורת הציבורית, שלעניות דעתי, אפשר לראות בסיפור את בעלי התפקידים האחרים במשפחה: האם "המאפשרת" ["ראה מאמר על ההורה המאפשר"](#), (האחות שהיא "הנבחרת" או "ילדת הפלא" והאח שהוא "הרואה ואינו נראה". ואני מציינת כאן שוב, שכל זה פרשנות שלי, ולא נכתב כלל בספר, אך משמש לי כדוגמה מתוך יצירה ספרותית, מבלי לפגוע באנשים שבהם מדובר או להאשים, כי אינני מכירה אותם כלל. ובקשר לזה גם אוסיף, שבמערכת משפחתית מתעללת, למעשה כל חברי המשפחה הם קורבנות, ואת זה חשוב לזכור, כי גם להם מגיעה אמפטיה וחמלה.

לכל זה יש טווח נרחב של השפעות אצל האדם הבוגר כולל סימפטומים של פוסט-טראומה-מורכבת כמו חרדה, דיכאון, חיים במיינדסט כרוני של ספק-עצמי, האשמה עצמית, קשיים בקבלת החלטות, חוויה מתמדת יומיומית של "אני לא מספיק טובה", חיים בדריכות-יתר כרונית, ופגיעה ברמות שונות של תחושת ערך-עצמי.

יכולות להיות גם תוצאות ארוכות טווח מהתמודדות לא אדפטיבית כמו שימוש והתמכרות לחומרים, הפרעות אכילה, הימורים, מחלות פיזיות כמו מחלות אוטואימוניות, סרטן מסוגים שונים ועוד.

יכולים להיות להם קשיים במערכות יחסים. הם עשויים לבחור בני זוג שמשחזרים את חוסר-התיקוף של הרגשות והחוויות והצרכים שלהם, שמשחזרים ומעצימים את המנטרה "אני לא מספיק טובה". ניתן לראות לעיתים קרובות אצל השעיר לעזאזל הבוגר מעגל חוזר ונשנה של יחסים לא-בריאים.

בנוסף, אנשים מבוגרים שהיו השעיר-לעזאזל במשפחתם, עשויים "למכור את עצמם בזול" לאורך החיים. אם זה במקום עבודה, אם זה על-ידי כך שלא יתאמצו להשיג מטרות של השכלה או מקצוע - בתוכם הם שומעים את הקול של ההורה הנרקיסטיט: "מי אתה חושב שאתה?", "האם את באמת חושבת שתוכלי לעשות את זה?", "אוקי, בואי ונראה איך את מתמודדת עם זה!" - הבוז וחוסר ההתייחסות המתמשכים למטרות שלו.

לטרואמה יש התגלמויות רבות...

לעיתים קרובות האנשים הבוגרים, הניצולים של מערכת משפחתית שבה היו שעיר-לעזאזל כילדים, מנהלים על-ידי מערכת ההתניות שלמדו בילדות, לאורך שנים רבות לאחר שיצאו מהבית המתעלל. האשמה האינטנסיבית והביוש הופכים להיות העולם הפנימי של הילד. הוא הולך בעולם עם תחושה של בושה רעילה כרונית ואשמה כרונית, גם אם הם מודחקים במעמקי התודעה. לרוב, רגשות אלו יוצרים אצל הילד תחושה של בדידות קיומית. לעיתים הם תקועים בתוך המשפחה ולא עוזבים וממשיכים להיות השעיר-לעזאזל של כולם. המשפחה אינה מעוניינת "לשחרר" אותם מתפקידם.

האדם הבוגר לא תמיד מכיר בכך שהמערכת המשפחתית שבה גדל היא רעילה ושאינו הוא צריך לשאת בושה או אשמה. ושהאנשים האלה לא ישתנו ושמגיע לו טוב יותר. רבים נשארים תקועים בנרטיב של "תקווה" שהמשפחה תשתנה, ש"הם" - ההורים ו/או האחים - יפנימו, שיכירו בכאב שלי, שיראו את המניפולציות שלהם. זה לוקח שנים, לעיתים, עד שהאסימון נופל בשלב יותר מאוחר בחיים אחרי שכבר שרדו מערכות יחסים איומות, מתעללות פיזית/נפשית, מערכות גירושין יקרות והרסניות והאשמה עצמית מתמדת, הם עשויים לחפש עזרה ולהגיע להבנה שהם גדלו במשפחה רעילה. ולעיתים האסימון אף פעם אינו נופל והם יכולים להרגיש אחראיים לעולמי-עד על המערכת המשפחתית המניפולטיבית הזאת.

**בדרך כלל השעיר-לעזאזל במשפחה בוחר באחת מתוך שתי אסטרטגיות להתמודד עם הבריונות:**

**המורד**

**והכנוע.**

יהיו כאלה שישתמשו בשתי האסטרטגיות האלה לסירוגין, תלוי בסיטואציות, אך לרוב תהייה נטייה לכיוון אחד יותר.

## מאפיינים של שעיר לעזאזל "מורד":

Acting out, התנגדותי - נוקט עמדות או פעולות המנוגדות למגמה הרווחת (במשפחה), דריכות-יתר, עירני, אגרסיבי, מזלזל, לא מייחס חשיבות, לא הולך בתלם, לא משתלב במשפחה (נונקונפורמיסט), עשוי להתנקם או לחבל בדברים. יכול להיות אדם שבבגרותו יגן על חלשים וידבר להגנת אדם אחר.

## מאפיינים של שעיר לעזאזל "כנוע" (צייתן, מרצה):

"Cave in מתחפר",

לוקח על עצמו אשמה יתר על המידה,

נחמד יותר מידי, נעים, נענה, משתף פעולה,

כנוע,

עירנות-יתר לגבי החסרונות והפגמים שלו,

חרד,

הולך בתלם, מתאים את עצמו, מסתגל, משתלב,

יכול בבגרותו להשליך את ההתעללות ההורית על כל אדם סמוכותי או סמוכות בכלל ויהיה צבוע כלפי הבוס, או מצב של התנצלות-יתר, או ריצוי ונחמדות, מאוד זהיר בלעשות טעויות, סינדרום המתחזה.

אפשר לראות שהאחד מסרב לתת או לוותר על הכוח שלו, והשני נותן את הכוח שלו יותר מידי בחופשיות. שניהם בוישו וננטשו בילדותם. שניהם משליכים באופן קבוע את דמויות ההורים שלהם על אנשים אחרים בסביבה (למשל, בן-זוג, בוס). **המורד** משליך על אנשים את הציפיה שהם "יתגרו" בו, בצורה כזו או אחרת. **הכנוע** משליך על אנשים את הציפיה שתמיד יהיו מאוכזבים ממנו. שניהם **מוכוונים לזהירות-יתר** לגבי השלכות שתהיינה בעתיד (למה שעומד לקרות). הטראומה של להיות שעיר-לעזאזל עדיין חיה ומניעה אותם בהווה. שניהם גדלו בבית שבו האשימו אותם, ביישו אותם והתעללו בהם רק בגלל שהם מי שהם, או פשוט בגלל שהם ילדים.

## מהם הנושאים שעולים אצל ניצולי "טראומת שעיר לעזאזל" בבגרותם?

טעויות

לטעויות יש מטען כבד בעבורם. כי הם מוכוונים לחשש ממה שיבוא אחרי הטעות: עונש, בוז, דחייה כפי שחוו מן ההורים. לכם הם מאוד דרוכים לא לעשות שגיאות ומאוד רגישים בעניין של עשיית טעויות.

האשמות (קטנות וגדולות)

כאשר מטילים עליהם אשמה לגבי משהו, זה טריגר מאוד חזק בעבורם. ביקורת בכלל היא טריגר חזק.

כישלונות ואסונות בעתיד

ילדים שהיו שעיר-לעזאזל מחפשים או חושבים באופן חרדתי אחרי דברים שיכולים להיות "לא בסדר", "לא להצליח", להיכשל (גם בדברים שלא בשליטה שלהם).

שייכות לקבוצה חברתית

הקבוצה החברתית הראשונה שלנו היא המשפחה. בתוך קבוצות הילד הפנימי מצפה "לחטוף" (האשמה, השפלה, נידוי). לכן השתייכות לקבוצות היא טריגר בעבור השעיר-לעזאזל. לכן קבוצות ריפוי עושות עבודה טובה מאוד "בתיקון" החוויה המשפחתית.

משובים

מאחר והמשובים שקיבלנו במשפחה היו מעוותים וכואבים, משוב מאוד מאתגר את השעיר-לעזאזל הבוגר ועליו לבחון מה המשוב הזה אומר בניגוד למה שאני "מרגיש" שזה אומר.

## תקלות שקורות בחיים (באופן טבעי)

השעיר-לעזאזל הבוגר יכול לשנוא את עצמו על כל מיני דברים שקורים שהם חלק מהחוויה האנושית ואינם באשמתו. אם רוצים ללכת לאכול במסעדה ויש תור המתנה ארוך - הוא כל כך רגיל שמאשמים אותו על כל דבר, או שתמיד חייב להיות מישהו שאשם, שהוא יאשים את עצמו (לא בדקתי קודם, למה לא הזמנתי מראש וכו').

חשוב להבהיר ולזכור שלהיות ילד שעיר-לעזאזל זה לא בעניין מי שאתה היית. זה בעניין לך הורים לא-בריאים, בעניין השגיאות שלהם והבחירות שלהם, והם שהפכו את זה להיות. **A b o u t y o u**

בנוסף, לעיתים שעיר-לעזאזל במשפחה לא חייב להיות דווקא ילד. גם בן/בת זוג יכולים למלא את התפקיד של שעיר לעזאזל.

ובכל זאת, **לשעיר-לעזאזל יש גם "מתנות"**.

לעיתים קרובות אנשים ש"נבחרו" להיות השעיר-לעזאזל הם מאוד אמפתיים. ישנם מקרים שאישיות שלהם עוצבה לרעה בגלל הטראומה הכרונית במשפחה הנרקיסטית והם יכולים לפתח מאפיינים של נרקיסיסט סמוי. נתייחס לזה **כתת-סוג של השעיר-לעזאזל שהופך להיות נרקיסט**. אבל לרוב, יש אצל השעיר-לעזאזל יכולת אמפטית גבוהה, לרוב יותר-מידי. אולי זה משהו שהילד נולד אתו ולכן הוא "נבחר" לתפקיד הזה, כי זה הפך אותו למטרה קלה. כי הילד האמפתי כשעיר-לעזאזל, סביר שפחות יילחם חזרה.

חלק מהילדים שהיו "שעיר-לעזאזל" היו גם "מטפלים" שדואגים לצרכים של אחרים. יכול להיות שזוהי התנהגות נלמדת בניסיון להרגיש "בטוח" במשפחה. זה שעיר-לעזאזל מהסוג "הכנוע", כפי שציינתי לעיל. כמבוגרים נוכל לראות אצלם את הנטייה **לקודיפונדנסי** - בילדות היו משרתים או נענים לצרכים של ההורה הנרקיסט, ושמים את הצרכים של אנשים אחרים לפני הצרכים שלהם כדי למנוע התעללות ולשמור על המערכת המשפחתית מעט יותר שקטנה, ובבגרותם עושים את אותו הדבר במערכת היחסים הזוגית.

**בטיפול**, המטרה של העבודה עם השעיר-לעזאזל זה שיבין כיצד עובדת המערכת המשפחתית, שהיא לעולם לא תשתנה וזכותו המלאה לנער אותם מכתפיו ולעשות "מטור ללא ממגע". "להבין שהוא או היא "יותר מבסדר" שהם "מספיק טובים" ושהמניפולציות הבלתי-פוסקות בילדות הן השלכה של הורים שמבחינה פסיכולוגית אינם בריאים, שהשליכו את חוסר הביטחון שלהם וחוסר היכולת שלהם על הילדים שלהם.

וכאן אני מגיעה אל "המתנות". ברגע שהשעיר-לעזאזל מצליח לנער את המשפחה מכתפיו, והוא מצליח לבנות מערכת יחסים בריאה עם בן-זוג תומך, ולומד מה זאת אהבה, הם יכולים להפוך לכוכבים. הם יכולים להיות מצטיינים בכל תחום, הם מביאים חום, אמפתיה ומודעות לכל מקום, והם הופכים גם להיות הגלאים הטובים ביותר שיש לדגלים-אדומים ויכולים לשים גבולות. הם יכולים להפוך להיות הורים נהדרים כאשר הם מחליטים שהם לעולם לא יעשו לילדים שלהם את מה שעשו להם. פגשתי אנשים שהיו שעיר-לעזאזל מסוג "מתנגד" שהפכו להיות אנשים מאוד חזקים מבחינה נפשית, שמעזים ללכת בדרך שלהם שלא תמיד היא קונפורמיסטית ומקובלת. הגישה האנטגוניסטית, המרדנית, שלהם מהילדות ממשיכה גם לבגרות. לפעמים היא באה לידי ביטוי במקומות שאין בה צורך, אך לפעמים היא דווקא מאפשרת להם לשים גבולות בצורה ברורה ולעמוד על שלהם ללא פחד מ"מה יגידו". חשוב מאוד שהשעיר-לעזאזל ילך לטיפול, או יעשה איזשהו סוג של עבודת-מודעות, כדי לא לשחזר את הדיספונקציונליות במשפחה החדשה שלו או שלה וכדי שיוכל להוציא לאור את האיכויות שיש בו שצמחו דווקא מתוך היותו השעיר-לעזאזל.

לבסוף, שעיר-לעזאזל יכול להיות גם בעבודה וגם בקבוצת חברים. וגם קבוצה של אנשים שנבחרת על רקע עדתי, דתי, מעמד, יכולה להיות שעיר-לעזאזל - כמו שהאשימו את היהודים בכל מיני עלילות שווא.

לקריאת המאמר על [גזלייטינג](#)

לקריאת המאמר על [המשפחה הנרקיסטית ככת](#)

מקורות:

Patrick Teahan LICSW - [The Family Scapegoat Childhood Trauma](#)  
Doctor Ramani - [What happens to the scapegoat in adulthood](#)