

מכגש

לעבודה חינוכית-סוציאלית

גיליון מיוחד בנושא

**נוער לסבי, הומוסקסואלי, טרנסג'נדרי
וביסקסואלי (להט"ב): התבגרות, זהות וסיכון
בתוך חברה הטרוסקסואלית**

עורך-אורח: ד"ר גידי רובינשטיין

כתב עת • גיליון 33

סיוון, תשע"א – יוני 2011

ניתוח תהליך הגיבוש של זהות מינית לסביבת דרך סיפוריהן של חמש נשים

חן מייק

תקציר

תהליך גיבוש הזהות המינית נחקר רבות לאורך השנים וקיבל מגוון המשגות תאורטיות. תאוריות מוקדמות טוענות לתהליך המורכב משלבים התפתחותיים, שסופם בזהות מינית הומוסקסואלית אינטגרטיבית. בהמשך הופיעו תאוריות הטוענות לנרטיבים מרכזיים שאינם מתחוללים בסדר קבוע. המחקר הנוכחי מתחקה אחר גיבוש של זהות מינית לסביבת בקרב חמש נשים בוגרות, וזאת באמצעות שיטת מחקר איכותנית נרטיבית. סיפורי החיים של הנשים נותחו, ומתוכם עלו שלושה תתי-תהליכים אשר מהווים אפשרות להבנת תהליך גיבוש הזהות: הראשון – התאהבות בגיל צעיר המובילה לתקופה ארוכה של הימנעות מעיסוק בנושא; השני – תהליך של חיפוש, בלבול והתנסויות הכולל מערכות יחסים עם גברים, משברים נפשיים וקונפליקטים מול הסביבה; השלישי – קבלה עצמית והשלמה עם הנטייה המינית הלסבית. מרבית הנושאים אשר הובאו בסיפורי הנשים הוזכרו בספרות הנוכחית. עם זאת, תת-התהליך הראשון, הכולל התעוררות רגשית מוקדמת ובעקבותיה תקופת ניתוק, מהווה חידוש ומאתגר כאפשרות למחקר עתידי.

מילות מפתח: זהות, זהות מינית, תהליך גיבוש זהות מינית, לסביות, מחקר איכותני, סיפורי חיים

התפיסה הפסיכואנליטית הקלסית של פרויד טוענת כי הנפש מתפתחת כתוצאה מהצורך לנתב דחפים גופניים, וכי החברה היא הרחבה של ה"אני" במסעו לווסת את הדחפים. אריקסון, לעומתו, האמין כי לתרבות ולחברה משמעות מעצבת על אישיותו של הפרט (מיטשל ובלאק, 1995, עמ' 207–218). לפי התאוריה של אריקסון, התפתחות ה"אני" נבנית במהלך רצף של שלבים לאורך החיים, וכל שלב מאופיין בקונפליקט שאותו ניתן לראות גם כמשימה התפתחותית (אריקסון, 1950). אריקסון האמין כי הקונפליקט העיקרי בגיל ההתבגרות הוא של זהות לעומת בלבול תפקידים, וכי המשימה העיקרית שניצבת בפני מתבגרים היא לפתח תחושה של זהות (Hilgard, 1996). הוא סבר כי מתבגרים נתונים למאבק בניסיון לבסס את זהותם האישית, מאבק שאותו כינה בשם "משבר זהות". המאבק מתרחש בשתי מערכות: האחת היא הביולוגית, המעוררת דחפים מיניים חדשים ומשנה את דרכי החשיבה; השנייה היא החברתית, והמתבגר נתון בה במצב ביניים שבין ילד למבוגר. תהליך יצירת הזהות לפי אריקסון כולל בחירה של כיוון מקצועי, הערכה מחדש של ערכים מוסריים ודתיים, גיבוש אידאולוגיה פוליטית ושילוב בתפקידים חברתיים הקשורים במיניות, נישואים והורות. אידאליה, משבר הזהות צריך להיפתר עד תחילת-אמצע שנות העשרים, כך

שהאינדיווידואל יוכל להתפנות למשימות הבאות. פתרון מוצלח של המשבר הוא מצב שבו אדם הגיע לתחושה קוהרנטית בזהותו המינית, בכיוון מקצועי ובתפיסת עולם אידאולוגית. אי-פתירה של משבר הזהות מכונה על ידי אריקסון "בלבול בזהות".

מרסיה (Hilgard, 1996) האמין כי מתבגרים שונים אלו מאלו במידת הקלות שבה הם מבססים את זהותם האישית. הוא פיתח ארבע קטגוריות לאפיון מצב התפתחות הזהות של בני אדם, בהתבסס על השאלות, האם האדם עבר תקופה של חקירת זהות, והאם התחייב לזהות של מבוגר. הקטגוריות הן: (א) השגת זהות – האדם עבר תקופה של משבר זהות, שאילת שאלות פעילה והגדרה עצמית. הוא התחייב לעמדה ערכית ומצא כיוון תעסוקתי וכן בחן מחדש את תפיסת הדת של משפחתו ואמונתם הפוליטית וסינן את מה שלא התאים לזהותו שלו; (ב) גיבוש זהות בטרם עת – האדם התחייב לכיוון תעסוקתי וערכי, אבל לא הראה סימנים שעבר משבר זהות. הוא קיבל את עמדות משפחתו מבלי לבחון אותן; (ג) מורטוריום – הצעיר נמצא בעיצומו של משבר זהות. הוא מחפש תשובות באופן פעיל, אולם עדיין נמצא בקונפליקט בין התכניות שהיו להוריו עבורו ובין רצונותיו שלו. זהו מצב הזהות המתאים מבחינה התפתחותית לתקופת ההתבגרות התיכונה, אך עלול להיעשות בעייתי אם הוא נמשך מעבר לתקופה זו; (ד) ערפול זהות – זהו מונח של מרסיה לקטגוריית "בלבול הזהות" של אריקסון. בין אם הצעיר עבר משבר זהות או לא עבר אותו, הוא לא השיג תחושת זהות אינטגרטיבית.

דיונים מאוחרים יותר המתייחסים ליצירת זהות מדגישים את חשיבות ההקשר בתהליך זה. בעוד אריקסון דיבר על זהות כאינטגרציה בין מטרות אישיות לציפיות מהסביבה, תאוריות מאוחרות יותר מוסיפות למושג הזהות גם את התרבות, הדור, התקופה ההיסטורית ונסיבות החיים (Galatzer-Levy & Cohler, 2002). הסתכלות זו על מושג הזהות מאפשרת להתייחס לזהות עצמית כאל תהליך דינמי; כלומר אדם עתיד לעבור במהלך חייו שינויים בתפיסת הזהות שלו בהתאם לחוויות החיים. הבנה זו משמעותית ביותר, בפרט כשמדובר בחקירה של זהות מינית.

מחקרים מוקדמים במדעי החברה על מתבגרים בעלי נטיות הומוסקסואליות הדגישו את הגיל ואת השלב ההתפתחותי על מנת להסביר את תהליך גיבוש הזהות המינית. התהליך הובן כתהליך לינארי, שבו עובר האדם כמה שלבים התפתחותיים בדרך לגיבוש זהותו המינית. דוגמה לחשיבה שכזו ניתן למצוא במודל של קאס (Cass, 1979), אשר הוצג בשנות השבעים של המאה העשרים ומצוטט רבות עד היום. המודל הוא בן שישה שלבים התפתחותיים, אשר תחילתם בהנחה של האדם שהוא הטרוסקסואל. לפי קאס, בכל אחד מהשלבים האדם נוקט אסטרטגיות להתמודדות, אשר בהצליחן, התהליך נפסק, אך בהיכשלן, הוא עובר לשלב הבא. תחילת התהליך היא בשלב שאותו היא מכנה "בלבול בזהות". בשלב זה מרגיש האדם (לרוב מדובר במתבגר) כי מידע הנוגע להומוסקסואליות רלוונטי לו באופן אישי. הוא נוקט אסטרטגיות מסוגים שונים, למשל דחייה מוחלטת של תחושות אלו או מתן הסברים חלופיים לתחושותיו. בשלב השני, "השוואת זהויות", האדם מתחיל לבחון את האפשרות שהוא הומוסקסואל ואת ההשלכות של הדבר על חייו. בשלב השלישי, "סובלנות בזהות", הוא מקבל את

האפשרות שהוא הומוסקסואל ומכיר בצרכיו המיניים, החברתיים והרגשיים הקשורים לאפשרות זו. בשלב הבא, "קבלת הזהות", האדם מקבל את היותו הומוסקסואל ומרחיב את קשריו עם הקהילה ההומוסקסואלית. בשלב ה"גאווה בזהות", הוא מאמץ פילוסופיית חיים שלפיה הומוסקסואליות היא לגיטימית לחלוטין, ומוצא עניין פחות בחברה ההטרוסקסואלית. בשלב האחרון, "סינתזה בזהות", הוא מוצא את האיזון שבין ראיית כל ההומוסקסואלים כחיוביים וכל ההטרוסקסואלים כשליליים, ויכול לחוות את האחרים באופן אינטגרטיבי יותר.

מחקרים נרטיביים רחבי היקף טוענים כי המודלים ההתפתחותיים של גיבוש הזהות המינית הם מופרכים, וזאת מכמה סיבות: (א) שינויים חברתיים דרמטיים פתחו לבני נוער אפשרויות רבות להיחשף לנושא ההומוסקסואליות ולדבר עליו; (ב) הנראות של הקהילה ההומו-לסבית גרמה למשפחות של הומוסקסואלים ולסביות להבין כי הנטייה המינית אינה פוגעת בקשרים המשפחתיים, ואפילו לא באפשרות להביא לעולם ילדים, הבנה אשר מפחיתה את חשיבותו של מודל מסוג זה כמרגיע; (ג) המחקר עבר מחקירה פורמלית, ראליסטית ורחוקה מהחויה להדגשת הסיפור והגורמים להבניית החוויה החברתית (Galatzer-Levy & Cohler, 2002).

בעייתיות נוספת במודלים ההתפתחותיים היא בכך שמרביתם התבססו על נחקרים גברים בלבד (Savin-Williams & Diamond, 2000). מתברר כי קיימים הבדלים משמעותיים בתהליכי גיבוש הזהות המינית של גברים ונשים. לעומת גברים, שעבורם המוקד בתהליך גיבוש הזהות המינית הוא מיני, אצל נשים המוקד הוא רגשי. בזיכרונות מוקדמים של נשים תוארו התאהבויות בחברות, חברויות הדוקות והיקשרויות קיצוניות לדמויות סמכות, בניגוד לזיכרונות של גברים, אשר התמקדו בתחושות של משיכה מינית. בדומה, נשים לרוב קיימו מגע מיני ראשון עם אישה במסגרת מערכת יחסים רומנטית, לעומת גברים שקיימו מגע מיני ראשון עם זר. ההבדלים בין המינים היו משמעותיים עד כדי כך, שטענת החוקרים היא כי מגדר הוא מנבא חזק יותר להתנהגות מינית מאשר נטייה מינית. במילים אחרות, דפוסי ההתנהגות המינית של נשים לסביות ידמו לדפוסי התנהגות של נשים הטרוסקסואליות יותר מאשר לדפוסי התנהגות מינית של גברים הומוסקסואלים.

ממצא זה סותר את ההנחה שעמדה ביסודה של הכתיבה הפסיכואנליטית המוקדמת על אודות לסביות. על פי הגישה הפסיכואנליטית, התקיים קשר ישיר בין לסביות לבין גבריות, כלומר ההנחה הייתה כי לסביות היא הזדהות פנימית של אישה עם דמות האב בפרט ודמויות גבריות בכלל, אשר גורמת לה לרצות לקיים יחסים עם אישה מתוך רצון להתנהג כגבר. מנקודת מבט זו, לסביות איננה ביטוי של קשר בין אישה לאישה כלל וכלל; כלומר הומוסקסואליות "אמתית" אינה קיימת, אלא רק הפרעה בהטרוסקסואליות. אולם ראיות מתחום הפסיכולוגיה החברתית מצביעות על כך שהשוואת תפקידי מגדר והזדהויות של לסביות לעומת הטרוסקסואליות מוכיחה כי לסביות נוטות להיות אנדרוגיניות יותר מאשר גבריות. למשל, באחד המחקרים נמצא כי בקרב לסביות הייתה גבריות גבוהה יותר מאשר בקרב הטרוסקסואליות, אולם דווקא שיעור ההתנהגויות הנשיות היה זהה בשתי הקבוצות (Burch, 1993).

במחקר שבוצע בשנת 2006 וכלל נשים לסביות בלבד, החוקרת יצאה כנגד שלוש הנחות העומדות בבסיס המודלים ומצאה להן הוכחות סותרות (Diamond 2006). ההנחה הראשונה גורסת כי הומוסקסואלים ולסביות נמשכים רק לבני מינם. במחקרה, מחקר אורך שנמשך כשמונה שנים, היא מצאה כי מרבית הנשים דיווחו לאורך שנות המחקר על משיכה מינית לגבר ואף על קיום יחסי מין עם גברים; ההנחה השנייה הייתה כי תהליך גיבוש הזהות מתרחש פעם אחת בלבד לאורך החיים. במחקרה היא מצאה כי מרבית הנשים שינו את הגדרת הזהות שלהן לפחות פעם אחת במהלך המחקר, ובפרט כאשר הרגישו נוח יותר; ההנחה המוטעית השלישית היא כי זהות מינית הומוסקסואלית היא התוצאה הבריאה והרצויה של תהליך גיבוש זהות מינית; במילים אחרות, עדיף שתהיה זהות מינית מאשר שלא תהיה כזו. במחקרה היא מצאה כי דיווחי הנשים הצביעו דווקא על כך שככל שהשנים עוברות והן חשות נוח יותר עם נטייתן המינית, כך הן מטילות ספק רב יותר בחשיבות של אימוץ זהות לסבית.

מחקר אחר (Rosario, Schrimshaw & Hunter, 2008) גרס כי התפתחות של זהות מינית צריכה להיות מומשגת באופן שאינו לינארי, אלא מורכב משני חלקים מרכזיים – תצורת זהות ואינטגרציה בזהות: תצורת הזהות היא הגילוי הראשוני, החקירה וקיום של מגע מיני עם בני אותו המין; אינטגרציה בזהות כוללת קבלה עצמית ומחויבות לזהות מינית הומוסקסואלית. המחקר ניסה לחפש תבניות שונות בשני מרכיבים אלו ואכן מצא. תוצאות המחקר הראו חלוקה של הנבדקים לשלוש רמות של אינטגרציה: (א) רמת אינטגרציה גבוהה; (ב) רמת אינטגרציה נמוכה; (ג) רמת אינטגרציה מעורבת, כלומר נבדקים שבמשנתים מסוימים דיווחו על אינטגרציה נמוכה ובמשנתים אחרים – על גבוהה. הרמות נשמרו לאורך זמן, ובכך למעשה קיימת סתירה של המודל הלינארי אשר מציע כי סוף תהליך גיבוש הזהות הוא באינטגרציה גבוהה. עוד מצאו החוקרים כי בקבוצת הצעירים אשר דיווחו על רמות אינטגרציה גבוהות, הייתה תמיכה רבה יותר מצד בני המשפחה, והם חוו מתח פחות בקשר לזהותם המינית. משמעות הממצאים היא כי תהליך גיבוש הזהות המינית אינו מסתיים בהכרח בקבלה עצמית, וכי לתמיכה מצד הסביבה ישנה השפעה על התהליך.

ניסיון נוסף להבין את התפתחות הזהות בקרב מיעוטים מיניים בתקופתנו הוא לבחון את התהליך המכונה "מחויבות לנרטיב" (Cohler & Hammack, 2006). הטענה היא כי צעירים מתמודדים עם שני נרטיבים מרכזיים בתהליך גיבוש הזהות המינית – מאבק והצלחה: נרטיב המאבק נוגע באתגרים הפנימיים והחיצוניים העומדים בפני המתבגר בדרך לקבלה עצמית, ונרטיב ההצלחה מדבר על המעבר מסבל ל"יציאה מהארון", עד הפיכת הצעיר לחלק מהחברה ההומו-לסבית. אריקסון אמנם טען כי יצירת זהות בהכרח כרוכה במשבר, אולם כאשר מדובר בזהות המערבת נטייה מינית הומוסקסואלית, מחקרים מצביעים על סיכון למצוקה נפשית של ממש. למשל, בקרב מתבגרים שדיווחו על משיכה לבני מינם נמצאו קשיים רבים יותר בתפקוד פסיכולוגי, בתפקוד חברתי וביחסים עם ההורים וכן סבירות גבוהה יותר להפוך קרבנות לאלימות (Busseri, Chalmers, Willoughby & Bogaert, 2006). בקרב נשים לסביות נמצא סיכון גבוה יותר לצריכה מוגזמת של אלכוהול ולקיום של מחשבות אבדניות מאשר בקרב

נשים הטרוסקסואליות (Hughes, Wilsnack & Johnson, 2006). בקרב בני נוער נמצא כי הומוסקסואליות מהווה גורם סיכון להתנהגויות אבדניות (טיאנו, 1997). ממצאים אלו מעלים את האפשרות כי קשיים נפשיים הם חלק אינהרנטי בתהליך גיבוש הזהות ההומוסקסואלית. בשל כך חיוני לבדוק ממה נובעת המצוקה, ובעיקר, מהי משמעות התמיכה מצד הסביבה או היעדר תמיכה כזו.

הסקירה שהובאה מראה כי קיים מגוון התייחסויות תאורטיות ומחקריות לתהליכי גיבוש זהות מינית. הגישות המוקדמות מתייחסות לתהליך לינארי שבו האדם עובר שלבים מובחנים אשר בסופם הוא מגיע לתחושת זהות קוהרנטית. לעומתן, תאוריות מאוחרות יותר מדגישות את הנרטיבים האופייניים לתהליך גיבוש זהות מינית, אך מבלי להתחייב לסדר הופעה קבוע או לתוצאה אחת וידועה מראש. כך או כך, קיימים מאפיינים בתהליך גיבוש הזהות המינית אשר מוזכרים בעקיבות בספרות המחקרית, וביניהם: תחושות בלבול, יצירת קשרים בין-אישיים לא שגרתיים בגיל ההתבגרות, בחינה של נושא ההומוסקסואליות, הכרה בצרכים מיניים וקבלה עצמית.

המחקר הנוכחי עסק בתהליך גיבוש הזהות הלסבית דרך סיפוריהן של חמש נשים המגדירות עצמן לסביות. מטרת המחקר הייתה לשפוך אור על תהליך גיבוש הזהות דרך איתור נושאים מרכזיים בסיפורי הנשים. נעשה ניסיון לאתר אבני דרך משמעותיות בתהליך, ובדרך זו לשפר את הבנת ההתמודדות המלווה את תהליך גיבוש הזהות המינית ואת הבנת האתגרים הכרוכים בו.

שיטת המחקר

במחקר הנוכחי נעשה שימוש בשיטת מחקר איכותנית נרטיבית. מחקר נרטיבי הוא מחקר המתייחס לכל חקירה המבוססת על שיח, כלומר על דיווחים מילוליים של אנשים על התנסויותיהם (Josselson & Lieblich, 2001). הבחירה בשיטת המחקר הנרטיבית למחקר זה נובעת מהיות השיטה כלי רב עצמה בבחינת תהליכי הבניית זהות. בבסיס המחקר עומדת הטענה, כי סיפור שאותו מספר אדם על עצמו הוא ערוץ להבנת ה"עצמי" ותהליכי הזהות של המספר (Chase, 2005). העיסוק בסיפור ככלי להבנת זהות נעשה חיוני יותר בעידן הנוכחי, שבו מיטשטשים רכיבי זהות שהיו קבועים ונוקשים מאות שנים. מחקר נרטיבי עורר עניין מיוחד בחקר נשים, כיוון ששימש באופן היסטורי כלי להשמעת קולן של אוכלוסיות מושקקות, כגון נשים ומיעוטים (תובל-משיח וספקטור מרזל, 2010). המחקר הנרטיבי המשקף את זהות המספרת מאפשר לפמיניסטיות לחקור, כיצד נשים בקהילה מסוימת מכוננות את זהותן, ובכך חשיבותו לחקר הזהות.

איסוף הנתונים

המחקר התבסס על חמישה סיפורי חיים של נשים לסביות, אשר נלקחו מתוך הספר "פחד, אהבה", המביא סיפורי חיים של הומוסקסואלים, לסביות והוריהם. הספר נכתב שלא למטרות מחקר, ועל כן הוא מביא את הסיפורים כפשוטם ללא פרשנות תאורטית.

את הראיונות ערכתי לצורך כתיבת הספר, ורק מאוחר יותר הם עובדו למאמר זה. הבחירה להתמקד בסיפורי הנשים בלבד אמנם מצמצמת את מספר הסיפורים, אך עם זאת היא מאפשרת התעמקות בסיפורי חיים של נשים לסביות, אשר מכילים חוויות ייחודיות להן.

שלוש מהנשים המרואיינות התנדבו לריאיון בעקבות מודעה שפרסמתי באתר אינטרנט. אל שתי נשים נוספות הגעתי דרך מכרה משותפת, אך לא הייתה לי היכרות מוקדמת עמן. טרם המפגש הצגתי את מטרת הריאיון וקיבלתי את הסכמתן ושיתוף פעולה מלא מצדן. הראיונות נערכו במהלך פגישה אחת שנמשכה שעות אחדות, במקום שבו בחרו הנשים – בביתן, בבית קפה או בביתי. הריאיון היה פתוח ברובו וכלל שאלה פותחת: "ספרי לי על עצמך". מרבית הריאיון לא הופרע על ידי. לעתים שאלתי שאלות נוספות הנוגעות לילדות, לתכניות לעתיד או לפרט מסוים בסיפור שעליו רציתי להתעכב. כל הראיונות הוקלטו ואחר כך שוקלטו. על מנת לשמור על פרטיותן של המרואיינות, שונו שמותיהן וכן פרטים ביוגרפיים אשר עשויים היו להקל על זיהוין. כמו כן, כל אחת מהמרואיינות קיבלה לידיה את הטקסט לאחר עיבודו ואישרה אותו.

אוכלוסיית המחקר

שירי – בעת הריאיון הייתה לקראת יום הולדתה השלושים. באותה תקופה סיימה קשר זוגי והייתה עסוקה בהשלמה עם זהותה הלבסבית, לאחר שנים רבות של לבטים.

נועה – בעת הריאיון הייתה בת 27 והגדירה עצמה כלסבית שנים אחדות. היא ניהלה אז קשר זוגי שאותו תיארה כבעייתי ומעורר חרדה.

נעמה – בעת הריאיון הייתה בת 25 והגדירה עצמה לסבית כשנה. באותה תקופה לא הייתה בקשר זוגי.

יעל – בעת הריאיון הייתה בסביבות גיל 45 וניהלה כעשר שנים מערכת יחסים זוגית עם קתרין. בעברה הייתה נשואה שנים רבות לגבר, והיא אם לשלושה ילדים מנישואים אלו.

קתרין – בעת הריאיון הייתה כבת 48. בת הזוג של יעל. בעברה הייתה נשואה לגבר, והיא אם לשלושה ילדים מנישואים אלו.

הריאיון עם קתרין לא היה מתוכנן מראש, אלא נעשה בספונטניות לאחר שסיימתי את השיחה עם יעל. למרות הטעניות הרגשית בהיותן זוג, החלטתי בכל זאת לכלול את שני הראיונות בספר ובמחקר, כיוון שליבת הריאיון איננה יחסיהן הזוגיים, כי אם תהליך היווצרות הזהות הלבסבית בתוך היסטוריית החיים של כל אחת מהן והמפגש ביניהן. להנחתי, תוכן הריאיון לא היה משתנה גם אם כל אחת מהן הייתה מתראיינת בנפרד.

ניתוח הנתונים

ניתוח הנתונים נעשה על פי גישת תוכן המתייחסת לחלקי הטקסט (ליבליך, תובל משיח וזילבר, 2010), גישה המניחה כי בטקסט קיימת חזרתיות שיטתית הניתנת

לגילוי. בשיטה זו נעשה פירוק של הטקסט, שמקורו בנחקר אחד או בכמה נחקרים, לקטעי תוכן שאותם מגדיר החוקר כרלוונטיים לעניין שבו הוא עוסק, והקטעים מקובצים לבחינת שאלת המחקר. במחקר הנוכחי נעשה שימוש בטכניקה זו על מנת לאתר תמות מרכזיות בסיפורי הנשים.

תחילה הוצאו מהטקסט תמות אשר חזרו על עצמן בארבעה מתוך חמשת הסיפורים לפחות. ניתוח זה העלה מספר נושאים: זיכרון ראשון של התאהבות בבחורה, ובפרט בדמות סמכות, תקופה של הימנעות מעיסוק בנושא, מערכות יחסים עם גברים, קשיים נפשיים, חשיפה בפני המשפחה, חשיפה בפני הסביבה החברתית, התייחסות לזוגיות ולהורות ומידת הנינוחות עם הזהות המינית הלסבית. לאחר מכן רוכזו הנושאים לשלושה שלבים מרכזיים, ובכל אחד מהם הייתה התייחסות כללית לתהליך גיבוש הזהות המינית והתייחסות פרטנית לנושאים שחזרו על עצמם. השלב הראשון – רגש המתעורר כלפי דמות נשית, אוחד עם תקופה של הימנעות מעיסוק בנושא. בתוך השלב השני, שלב כללי של חיפוש והתמודדות עם גיבוש הזהות המינית, נכללו מערכות יחסים עם גברים, קשיים נפשיים וקונפליקטים עם הסביבה. בשלב השלישי, נקודת הסיום של הסיפור, הובא תיאור של מידת ההשלמה עם הזהות המינית והקונפליקטים שנותרו בהווה. נושא הזוגיות לא קיבל התייחסות כתמה מרכזית, כיוון שהתרשמו שהיא אינו חלק מתהליך גיבוש הזהות, אלא תוצר שלו או גורם לו.

ממצאים

מתוך ניתוח סיפורי הנשים עלו שלושה תתי-תהליכים מרכזיים בהתפתחותה של זהות מינית לסבית. מטרת הארגון לפי תתי-תהליכים היא יצירת סכמה כללית ולא מחייבת, אשר ניתן להיעזר בה על מנת להבין את תהליך גיבוש הזהות. אמנם תיאור תתי-תהליכים מזכיר רצף כרונולוגי, אך ייתכן, ואף סביר, כי התהליכים יחפפו זה לזה, יתערבבו זה בזה ויגיעו לאורך מסלול החיים. תת-תהליך הראשון מתחיל בהיודעות ראשוניות לרגש רומנטי כלפי אישה, אשר בקרב ארבע מתוך חמש הנשים התחוללה בגיל הילדות או ההתבגרות. אצל כל הארבע, השנים שבאו לאחר מכן אופיינו בהימנעות מוחלטת מהנושא. בשנים אלו ניהלו חלק מהנשים מערכות יחסים רומנטיות עם גברים, וחלקן לא ניהלו מערכות יחסים רומנטיות כלל. בשלב מסוים בחיים, התעורר מחדש (או התעורר לראשונה) רגש לאישה, ואז התחיל תת-תהליך של התמודדות. תקופה זו אופיינה בניסיונות לקיים מערכות יחסים עם גברים, בקשיים נפשיים ולעיתים בהתחלה של חשיפה בפני הסביבה. סוף הסיפור היה בנקודת ההווה, שאלה אטייחס גם כן כאל תת-תהליך. תת-תהליך זה, השלמת גיבוש הזהות המינית, תואר אצל חלק מהנשים כתחושת הקלה וכהשלמה עם זהותן המינית, ואילו אחרות נשאו עמן דילמות ותחושות מעורבות.

להלן יפורטו השלבים עם דוגמאות מתוך הסיפורים.¹

1 כל הציטוטים בפרק הממצאים הם מתוך ספרי, "פחד, אהבה: הומוסקסואלים, לסביות והוריהם מספרים על גילוי הנטייה המינית ותהליך ההתמודדות עמה" (מייק, 2009).

תת-תהליך ראשון – התאהבות, חרדה וניתוק

פרט ליעל, ארבעת הנשים תיארו זיכרון מוקדם שבו הן חשות רגש עז כלפי דמות נשית בסביבתן. אותו רגש הופיע בגיל הילדות או ההתבגרות והביא עמו חרדה עזה. התקופה שבאה לאחר מכן תוארה כהימנעות מכל אפשרות של רגש כלפי בחורה. אחת הנשים אף סיפרה בהערת סוגריים כי אותה התאהבות פרח מזיכרונה לחלוטין, והיא נזכרה בה רק שנים רבות לאחר מכן. כך תיארה נעמה את אותו זיכרון התאהבות ראשון:

הפעם הראשונה שרגש כלפי בחורה הכה בי הייתה בכיתה י'. ביום הראשון ללימודים הגיעה לכיתה שלי תלמידה חדשה. מהרגע הראשון שהבחנתי בה הרגשתי כלפיה משהו אחר. הייתי מודעת לנוכחות שלה כל הזמן. גם כשהיא לא הייתה בסביבה, ניסיתי לדמיין מה היא הייתה חושבת אם היא הייתה אתי. הבנתי שהרגש שיש לי כלפיה הוא רומנטי, וזה הפחיד אותי עד מוות. בשלב מסוים היא ניסתה להתקרב אליי, אבל הדפתי אותה מרוב פחד. במשך כל אותה שנה הייתי מדוכדכת בגללה...

קתרין סיפרה על קשר עם בחורה בגיל תיכון, אשר נקטע מתוך קונפורמיות לנורמות החברתיות. בהמשך נישאה לגבר ושנים ארוכות לא העלתה בדעתה שוב את המחשבה על מערכת יחסים רומנטית עם אישה:

גדלתי בקיבוץ. בכיתה י' התוודעתי בפעם הראשונה לנשים ואהבתי את ההרגשה. אף על פי שחשתי שזה הדבר הנכון בשבילי, נאלצתי לנתק את הקשר הראשון שהיה לי עם בחורה. במסגרת הקיבוצית היה לחץ חברתי כבד להיות כמו כולם...

שירי סיפרה על תחושות מוקדמות ביותר של רצון בקרבה פיזית עם ילדה בגילה. אלו גם המילים שהיא בחרה להתחיל בהן את סיפורה, אשר הוצג באופן כרונולוגי וקוהרנטי:

בזיכרון הראשון שלי, מגיל שש או שבע, אני והשכנה מהבניין משחקות באבא ואימא. המשחק היה שאבא הולך לעבודה, חוזר הביתה, ישן עם אימא במיטה ועושה אתה דברים. אני זוכרת את עצמי מחכה לשחק את המשחק הזה...

במקרה של שירי, ניתן לומר כי השלב הראשון בתהליך חזר על עצמו פעמיים. היא לא ציינה אירועים אשר היו קשורים לזהותה המינית בין הגילים 6–14, אולם בגיל 14 שוב התעורר רגש עצמתי אשר הוביל למשבר:

הפעם הראשונה שהתאהבתי הייתה בגיל 14, במורה שלי לאנגלית. זה היה סיפור מטורף, חיפשתי את קרבתה בכל דרך אפשרית. השקעתי את כל כולי במקצוע שהיא מלמדת כדי למצוא חן בעיניה. ביררתי עליה פרטים, כמו בת כמה היא ואיפה היא גרה, זכרתי בעל פה את מספר הרכב שלה, ידעתי מתי היא יוצאת, מה מערכת השעות שלה, התחלתי להסתובב באזור שהיא גרה בו. בחופש הגדול שלפני המעבר לתיכון התקשרתי אליה. היא איחלה לי בהצלחה וביקשה ממני לא להתקשר יותר. התגובה שלה הכאיבה לי מאוד ושם זה נגמר.

בסיפור של נועה, אירוע שבו נערה צעירה ממנה חזרה אחריה בתיכון גרם לה להבין תחושות שלמעשה תמיד היו לה:

היא גרמה לי להבין על עצמי משהו חזק מאוד, פתאום הצלחתי לתת לקושי שלי שם. התחברו לי הרבה דברים, למשל, הבנתי שהייתי מאוהבת בחברה שהייתה לי ביסודי. נזכרתי שבכל פעם שישנתי אצל חברות הסתכלתי עליהן אחרת. כשבנות נגעו אחת בשנייה הייתי מובכת, אף פעם לא הרגשתי ככה עם בנים, גם לא כשהיה לי חבר.

תת-תהליך שני – חיפוש, בלבול, מצוקה והתנסויות

לאחר שנים של הימנעות מעיסוק בזהות המינית, החל אצל כל הנשים, כתוצאה מהתעוררות מחודשת של רגש, תהליך של התמודדות. המילה "התמודדות" משמשת על מנת לתאר מגוון של קשיים, מצוקות, מערכות יחסים סבוכות ואיומים מצד הסביבה. כל אחת מהנשים התמודדה עם מכשולים בתוך מציאות החיים שלה עצמה, אולם כמה נושאים חזרו על עצמם והיוו חלק מתהליך ההתמודדות של כל הנשים. הנושא הראשון הוא מערכות יחסים עם גברים. קשרים אלו נעו בין מערכות יחסים בנות שבועות ספורים לבין נישואים של שנים ארוכות. כך או כך, נראה כי לכל אחת מהנשים היה צורך לבדוק את האפשרות לקיים זוגיות עם גבר בטרם הייתה מסוגלת להשלים את תהליך החיפוש.

אצל יעל, מערכת היחסים עם גבר שהייתה נשואה לו שנים רבות לא לוותה כלל בהתלבטויות, ורק במבט לאחור היא הצליחה לראות בה דבר לא שלם:

לפני שהכרתי את קתרין, הייתי נשואה לגבר קרוב ל-15 שנה. התחתנתי בלי יותר מדי מחשבה או תכנון, כזאת אני, מישהי שרגילה לפעול מתוך תחושות. הייתי צעירה, בת עשרים, לפני כן לא היו לי אהבות או התנסויות. מצאתי את עצמי נזרקת לתוך מערכת של נישואים. עם הזמן, בניתי וסידרתי אותה כמו שחשבתי שאני רוצה. החיים ביחד לא היו קלים, בעיקר מבחינה כלכלית, אבל הייתה בינינו אהבה גדולה. חייתי אתו בלי להעלות על דעתי שנכוננו לי בעתיד חיים אחרים. לא היה משהו שהפריע לי או גרם לי לבחון את עצמי בתוך הקשר. היום, כשאני נמצאת במערכת יחסים אחרת, אני יודעת להגיד שזה לא היה זה. אז, לא יכולתי לדעת...

בסיפור של שירי, היא זכרה משיכה לנשים כבר מגיל בית הספר היסודי, והתאהבויות חוזרות ונשנות בנשים היו חלק בלתי נפרד מחייה. אולם כל אותן שנים, היא קיימה במקביל גם מערכות יחסים קצרצרות עם גברים, מתוך תקווה להתאהב בגבר. אחד מרגעי השיא בסיפורה של שירי, היה תיאור הרגע שבו החליטה לקיים יחסי מין עם גבר, בתקופה שבה הייתה במערכת יחסים סבוכה ומפותלת עם אחת החיילות שעליהן פיקדה:

[ביני לבניה] זו הייתה מערכת יחסים של שנתיים פחות חודש, במהלכה המשכתי לצאת עם גברים כדי לבדוק את עצמי. הייתי מבולבלת מאוד. היו לי בני זוג במקביל אליה, לא בדיקו בהסכמתה, אבל בידיעתה המלאה. אחרי חודשיים אתה, כשהיה לי בן זוג, הייתי סקרנית מאוד לדעת, איך זה לשכב עם גבר. אמנם הייתי

עם גברים לפני כן, אבל אף פעם לא קיימנו יחסים מלאים. אני זוכרת שאחרי ששכבנו ליווייתי אותו למטה, וכשחזרתי הסתכלתי על עצמי בראי במעלית וחשבתי: "טוב, עשיתי את זה, זה לא עשה לי הרבה". אפילו תוך כדי המעשה, הטלוויזיה הייתה פתוחה ובהיתי בה...

את תיאור כל מערכות היחסים שאותן ניהלה עם גברים, שירי חתמה במשפט: "יצאתי עם הרבה גברים, ביליתי, פינקו אותי והשקיעו בי, אבל באף אחד מהם לא התאהבתי".

במקרה של נעמה, תהליך גיבוש הזהות המינית התחיל מאוחר. קדמה לו הדחקה של המיניות שנמשכה שנים ארוכות, אשר במהלכן לא קיימה קשרים רומנטיים כלל. עם תחילת תהליך החקירה וחיפוש אחר זהות מינית, הגיעו גם מערכות יחסים עם גברים:

עד גיל עשרים ושתיים לא התעורר בי רגש דומה [משיכה לאישה]. התנהלתי בעולם בצורה א-מינית. הרגשתי שאני מעל זה, שהדברים האלה לא נוגעים בי. היה לי נוח לראות את עצמי כמישהי שלא זקוקה לאינטימיות. עם זאת, להדחקה של המיניות שלי היו השלכות על האופן שבו התנהלתי מול אנשים. לא אפשרתי לעצמי לחוות את מה שאני באמת מרגישה, שמתי לעצמי גבולות. למשל, לא אהבתי שמחבקים אותי. כנראה לא סמכתי על עצמי, לא ידעתי מהו המרחק הפיזי הנכון שעלי לשמור מאחרים. אם הייתי מאפשרת לעצמי את המרחק שבאמת רציתי, הייתי מגלה דברים שלא רציתי לגלות...

לאחר שנים ארוכות של הימנעות מקשרים רומנטיים, נעמה גילתה כי היא מאוהבת בבחורה. דווקא לאחר ההתאהבות הזו, היא ניהלה קשר עם גבר:

בהמשך התפתח קשר ביני לבין גבר שעבד אתי והפך לרומן חוצה יבשות. הקשר אתו עזר לי להתגבר על הרגש כלפיה. ככה לפחות חשבתי.

בסיפור של נועה, קשרים עם גברים קדמו לקשרים עם נשים, ונמשכו גם לאחר שחוותה יחסים עם בחורות. היא תיארה תקופה של תנודות בין מערכות יחסים עם נשים ועם גברים. אחד מאותם קשרים, היא תיארה כך:

הוא היה בחור מאוד נשי, עדין ורגיש, בהחלט לא גבר טיפוסי, כנראה זה מה שאפשר לי להיות אתו. באופן כללי, מערכות היחסים שהיו לי עם בנים דמו יותר לקשר עם חבר טוב. הסקס היה סביר, אבל תמיד ידעתי שזה לא זה. אני לא מסוגלת להיות מסופקת בקשר עם גבר. הקשר נגמר כשבגדתי בו עם בחורה. תמיד צחקו עליו בבסיס שהחברה שלו היא לסבית, והוא סירב להאמין, עד שיום אחד הוא עשה לי הפתעה, בא ל"אפטר" ומצא אותי עם מישהי במיטה...

מרכיב נוסף שנמצא משותף להתמודדות של כל הנשים, היה מצוקה נפשית. מתחים נפשיים ותחושות דיכאוניות חזרו ועלו בסיפורי הנשים. כחלק מתהליך החיפוש וגיבוש הנטייה המינית, הנשים תיארו תחושות שנעו בין מתח ודכדוך לבין משבר נפשי של ממש. נראה כי הקושי הנפשי בתוך תהליך ההתמודדות היה בלתי נמנע, והוא היווה חלק משמעותי בכל אחד מהסיפורים.

המשבר הנפשי שאליו נקלעה נעמה החל במקביל לתחילתו של קשר אינטימי עם חברתה ללימודים:

הרגשתי בודדה מאוד. רציתי להיות לבד. לא רציתי ליפול למעמסה על אף אחד. היה לי צורך להעניש את עצמי. כשהסתכלתי פנימה הרגשתי שאין שם כלום. זו הייתה התקופה שבה הרגשתי הכי רע עם עצמי מאז ומעולם. כעסתי על כל השנים שבהן נמנעתי מהתמודדות. חוויתי דיכאון שהיה בו אלמנט חזק של הענשה עצמית, הרגשתי שמגיע לי להיות בדיכאון. זה אף פעם לא קרה לי לפני כן. עד לאותה תקופה ראיתי את עצמי כאדם חזק, כמישהי שיודעת להתמודד, שמודעת לעצמה. זו הייתה מכה קשה לדימוי העצמי שלי. עד היום אני כועסת על עצמי שחייתי בשקר כל כך הרבה זמן...

בסיפור של שירי, כל תהליך גיבוש הזהות המינית לווה במאבק, בניסיונות להימנע מקשרים עם נשים ובתחושות קשות של חרדה ומתח. היא תיארה את הקשר הראשון שהיה לה עם בחורה כקשר "סדיסטי-מזוכיסטי", כיוון שבניסיון להתמודד עם הבלבול, שתיהן התרועעו במקביל גם עם גברים, מה שהסב להן צער רב. לכל אורך הסיפור התחושות החיוביות שהוזכרו היו מעטות, ושברון הלב הוזכר פעם אחר פעם:

יום אחד הגעתי אליה הביתה אחרי שרבנו בטלפון וראיתי אותה נכנסת לאוטו עם החברה ההיא... מהמקום שבו עמדתי היה נראה שהן מתנשקות. המשכתי לעמוד שם עוד כמה שניות... אחרי שהן נסעו התמוטטתי על המדרכה, לא יכולתי לזוז, התקשרתי לחברה טובה שלי, היא באה לשם ואספה אותי. לקח לי שנה וחצי להתגבר. יצאתי עם אנשים, אבל רגשית לא הייתי שם. אלה היו הימים הכי חשוכים בחיי...

בסיפור של נועה, תואר דיכאון מתמשך עד כדי ניסיון אבדני. נועה אמנם לא שייכה את הקשיים הנפשיים הרבים שאותם חוותה לכל אורך חייה לנטייתה המינית, אולם ניתן להניח כי עובדת היותה לסבית הקשתה על שנות ילדותה והתבגרותה והחמירה את התסמינים הנפשיים:

אני לא זוכרת הרבה מהילדות. אני יודעת שהייתי מאוד חסרת ביטחון. הייתי חוזרת מהגן או מבית הספר ובוכה על כך שכולם צוחקים עליי כי אני מכוערת. גם היום אני כזאת, חסרת ביטחון בצורה קיצונית. מול אנשים אני תמיד מצחיקה, כיף לעבוד אתי ולהיות אתי, אבל בתוכי אני מרגישה בדיוק את ההפך. אני אדם עצוב מאוד... לילה אחד, כשהייתי בסוף כיתה י', נשארתי לבד בבית. התיישבתי לכתוב, ותוך כדי הרגשתי שאני נכנסת לפלונטר שממנו לא הצלחתי לצאת. החלטתי להתאבד. לפנות בוקר בלעתי כמות גדולה של כדורי שינה. כשהבוקר הגיע ראיתי שלא קורה כלום והלכתי לבית ספר. בזתי לעצמי על כך שאפילו להתאבד לא הצלחתי. התיישבתי בפרוזדור בקומה הראשונה, שבו נהגתי לשבת לבד בהפסקות. פתאום הרגשתי שאני עומדת להתעלף, התכופפתי להוציא משהו מהתיק וקיבלתי מכה בראש. הדבר הבא שאני זוכרת הוא את הנסיעה לבית החולים. עשו לי שטיפת קיבה, הייתי מחוסרת הכרה למעלה מיממה. אשפזו אותי בבית החולים למשך כמה שבועות...

אצל יעל, ההתמודדות התרחשה בשתי חזיתות: האחת – הקושי לקבל את עצמה לנוכח התחושות העזות שהתעוררו בה לאחר שהכירה את קטרין, והשנייה – ההתמודדות עם הגירושים, התהליך המשפטי שהסתבך והמצוקה הכלכלית שאליה נקלעה:

ראיתי את עצמי עד אז כאימא טובה, מסורה, וכאישה נאמנה, וזה לא הסתדר עם הדברים שקרו בינינו. כשהכול התחיל, החלטתי להרשות לעצמי חודש או חודשיים של שיכרון חושים אתה ואחר כך לחזור לעצמי, לשגרה, אבל לא הצלחתי. הקשר בינינו היה מטלטל ועצמתי, לא יכולתי לברוח ממנו. ברגע שהבנתי שזה לא סתם בילוי, אלא משהו עמוק יותר, נבהלתי מאוד וניתקתי את הקשר. במשך חצי שנה לא דיברתי אתה. כעסתי על כך שהיא הביאה אותי למצב של איבוד שליטה, של סחרחורת, מבלי שאני מבינה מה קורה אתי.

נושא נוסף המהווה חלק משמעותי משלב זה של גיבוש הזהות הוא קונפליקטים בחשיפה בפני הסביבה. כל אחת מהנשים בחרה להיחשף בפני סביבתה בזמן אחר על פני הרצף שבין גילוי ראשוני של נטייתה המינית לבין השלמה ברמה כזו או אחרת עמה. בסיפורים של שירי ונועה, החשיפה בפני ההורים נעשתה בשלב מוקדם בתהליך גיבוש הזהות המינית, ואולי מתוך כך עוררה תגובות קשות.

נועה פתחה את השיחה ביום שבו החליטה לעזוב את הבית, כיוון שאמה לא קיבלה את נטייתה המינית:

עזבתי את הבית בסוף התיכון, ארבעה חודשים לפני הגיוס. אימא שלי לא קיבלה את הרעיון שיש לי חברה, וקבעה שהחברה שלי לא יכולה לבוא אליי הביתה, ובטח שלא לישון אצלי. היא הודיעה שאם אני רוצה לעשות את מה שאני עושה, שזה יהיה מחוץ לבית...

בסיפור של שירי הוזכרו תגובות שליליות מצד משפחתה למערכות היחסים שלה עם נשים. אמה התקשתה לקבל את נטייתה המינית, הפנתה אותה לטיפול וחזרה על משאלתה לראות את שירי מתחתנת עם גבר וחייה חיים נורמטיביים. גם אחותה הגבירה אצלה את עצמת המצוקה:

עם אחותי היה קשה יותר. כשסיפרתי לה נפלו פניה. הדבר הראשון שהיא אמרה היה: "מה יהיה מבחינה כלכלית". קשה לי מולה עד היום, היא כזו מצטיינת, יש לה שלושה ילדים, בית מדהים. היא חושבת שכל עוד אין לי בעל ומשפחה אז אני לא מסודרת בחיים, צועדת בלי דרך. אחד הדברים שהכי קשים לי אתה זה שהיא לא מסכימה בשום פנים ואופן לדבר על הנושא ליד הבת שלה, שהיא כבר בת שמונה עשרה, כדי שלא תושפע לרעה. פגע בי שמתוך ניסיון לא נחוץ להגן על הסביבה הקרובה שלה, על המשפחה שלה, היא לא מקבלת אותי. כלפי חוץ היא מתנהגת כאילו הכול כשורה, קונה לי מתנות, מתקשרת, מתעניינת, אבל היא לא באמת רוצה לדעת מה אני מרגישה. כשהבן שלה מתפרע בבית הספר, אני לא מדביקה לו תווית כמו שהיא עושה לי, ולא אוהבת אותו פחות. אני חיה בתחושה שאני זו שצריכה לקבל אותה, להתאים את עצמי אליה ולא להפך, וזה קשה לי...

נעמה סיפרה כי שיתוף אמה בתחושותיה גרם לה הקלה מסוימת. בסיפור שלה, החשיפה בפני הסביבה חפפה לתת-התהליך השלישי, שהוא השלמה וקבלת הזהות המינית:

לקראת סוף הקשר, שיתפתי את אימא שלי. התגובה שלה הייתה מקבלת. כנראה שהיא הרגישה כל הזמן שמהו שונה אצלי, והוקל לה שאפשר סוף סוף לתת לזה שם. היא סיפרה לי כמה קשה היה לה לראות אותי עצובה תקופה ארוכה מבלי לדעת למה, היא דיברה על תחושת חוסר האונים שבאי-הידיעה...

מן ההתמודדות עם האב היא חששה יותר והעדיפה לדחותה. בסופו של דבר, שני הוריה תוארו כמי שקיבלו אותה ללא סייג:

את ההתמודדות עם אבא שלי דחיתי לסוף. היה לי קשה להתייבב מולו, פחדתי שגם אם הוא יקבל ויבין, הוא יתחיל להסתכל עליי אחרת... ההורים שלי הם אנשים פתוחים, הם מאמינים שכל אחד זכאי לחיות לפי ראות עיניו. ידעתי שלפי האידאולוגיה המוצהרת שלהם הם אמורים לקבל אותי. היה טוב לגלות שזה אכן קורה גם במציאות...

יעל, אשר שיתפה את סביבתה בהיותה לסבית לאחר ההחלטה להתגרש ולהקים בית עם קטרין, סיפרה על תגובה מכילה ותומכת מצד משפחתה. לצד זה, היא תיארה גם תקרית קשה במקום העבודה שלה ואת תגובתה ליחס שקיבלה:

ברור לי שיש אנשים שלא מקבלים בהבנה את אורח החיים שלי, אבל אני מרגישה בו נוח מאוד. כשרק עברנו לגור יחד, הבנו שהאופן שבו נתנהג כלפי חוץ יקבע איך הסביבה תקבל אותנו. עבדתי ביישוב סמוך, בקהילה של דתיים יוצאי קווקז. קרה שבאתי לעבודה והיו כתובות גרפיטי על הקיר, "לסבית לכי הביתה". ברגעים האלה הרגשתי כאילו נעצו בי סכין, אבל באופן כללי זה לא הזיז אותי מהדרך או גרם לי להתלבט. להפך, זה נתן לי יותר כוח...

מתוך הסיפור של יעל התברר שוב כי ההקשר הסביבתי ממשיך להתקיים בצורה כזו או אחרת לכל אורך החיים, ולא דווקא נגמר כאשר מתהווה תחושת השלמה וקבלה עצמית.

תת-התהליך השלישי הוא השלמה של הנשים עם זהותן המינית וקבלתה. כפי שמרמזת ההגדרה "תת-תהליך", מידת ההשלמה יכולה להשתנות לאורך החיים, כמו גם להיות ברמה לא אחידה בתחומים שונים של הזהות המינית, כגון: קבלה עצמית, קשרים זוגיים וקבלה עצמית בתוך המסגרת החברתית והמשפחתית. חלק מהנשים חשו כי "סוף הסיפור", או סוף תהליך גיבוש הזהות, היה אופטימי וחיובי, ואילו אצל אחרות הוא נותר סבך במידת-מה.

נעמה, למשל, תיארה בסיפורה תהליך מאוחר של גיבוש זהותה המינית, תהליך רווי דיכאון, האשמה עצמית וחרדה מפני תגובות משפחתה. עם זאת, בנקודת המפגש עמה, היא תיארה תחושות של קבלה עצמית והשלמה עם זהותה המינית יחד עם הכרה בקושי מסוים שנותר בחשיפה העצמית:

את ההתמודדות עם הזהות המינית שלי התחלתי בשלב מאוחר יחסית בחיי, לפני שנתיים, בגיל עשרים ושלוש. היום אני מופתעת מהקלות שבה אני מרשה לעצמי לומר שאני נמשכת לנשים. ככה זה קרה למשל במסגרת לימודי המוזיקה שלי. בין כל המטלות, אני אמורה גם לכתוב שיר כל שבוע. אני אמנם לא הולכת ברחוב עם דגל גאווה, אבל כתבתי שיר על מישהי, ואחרי התלבטות קצרה שרתי אותו לפני הכיתה. זה משהו שפעם לא הייתי עושה. בכל זאת, החשיפה לא פשוטה, זה לא כמו להגיד שאני אוהבת גלית וניל...

בדומה לה, גם יעל פתחה את סיפורה דווקא בנקודת הסיום שלו, בנימה אופטימית, פשוטה ונעימה. היא בחרה להתחיל מסוף הסיפור, סיפור אשר מתברר אחר כך כמלא ייסורים, מאבקים משפטיים, קונפליקטים עם הילדים והתמודדות עם מחלה קשה. בעת הריאיון, היא חוותה את חייה כפשוטים ואת הייסורים שבתהליך גיבוש הזהות המינית כנחלת העבר:

אני אתחיל מהסוף. החיים מאוד פשוטים בעיניי. אני לא רואה בבחירה הזוגית שלי שוני או ייחודיות, אלא דבר טבעי ופשוט...

סיום אופטימי פחות היה בסיפורים של נועה ושירי. שם נראה כי תהליך גיבוש הזהות המינית לא נגמר בתחושת הקלה והשלמה, אלא היה קונפליקטואלי וסבוך. אצל נועה, הקושי התמקד במערכות יחסים עם בחורות, קושי שהיא האמינה שלא הייתה נאלצת להתמודד עמו אילולא הייתה לסבית:

בכל הקשרים שהיו לי עם נשים, ההתחלה הייתה מהירה ועצמתית, אבל אחרי כמה חודשים הבנתי פתאום שזה לא הקשר שאני מחפשת. לפעמים נדמה לי שאם לא הייתי לסבית, היום כבר הייתי במערכת יחסים ארוכה עם חבר, אולי אפילו לקראת חתונה...

שירי תיארה מערכות יחסים רבות עם נשים ועם גברים, וקושי להחליט כיצד לבנות את חייה. היא ציטטה את דברי אמה: "עד היום האחרון שלי אקווה שתהיי עם גבר", וניתן היה להרגיש כי הייתה שמחה להגשים את משאלתה של האם. עם זאת, בסיום הסיפור שלה היא הביעה תקווה להפסיק "להתנדנד" ולוותר על האפשרות של חיים עם גבר:

התקופה האחרונה משמעותית מאוד בשבילי. אני מרגישה שהיום אני יודעת טוב יותר מה אני רוצה. אני מחפשת להכיר אישה, לחיות יחד, ובעתיד להקים משפחה. אני מרגישה שחוץ מהפרידה מאביטל, אני עוברת סוג נוסף של פרידה, פרידה מהמחשבה שאחיה עם גבר...

עבור שירי, "סוף הסיפור" היה כרוך בתחושות של ויתור ואף אבדן כמחיר שעליה לשלם על קבלת היותה לסבית.

דיון

המחקר הנוכחי העלה בתוך תהליך גיבוש הזהות המינית הלסבית שלושה תתי-תהליכים, המתקיימים בסדר כרונולוגי, במקביל או לסירוגין. ניתן להתייחס אליהם כאל שלושה

צירים בתהליך גיבוש הזהות. תת-התהליך הראשון התחיל אצל מרבית הנשים בהתעוררות של רגש רומנטי כלפי דמות נשית בגיל הילדות או ההתבגרות. ארבע מתוך חמש הנשים ציינו התאהבות זו כזיכרון ראשון הקשור לזהותן הלהטבית. הזיכרון תואר כמכאיב ומעורר חרדה, והתקופה שאחרי ההתאהבות התאפיינה בהימנעות וניתוק מרגשות דומים. על פי הספרות, תהליך גיבוש הזהות המינית הלהטבית מתחיל אצל נשים מההתאבחויות בדמויות נשיות, ולא ממשיכה מינית, אשר אופיינית לגיבוש זהות מינית הומוסקסואלית בקרב גברים (Savin-Williams & Diamond, 2000). המחקר מראה כי קיימים מקרים רבים של התאהבות נערות בדמויות סמכות נשיות, ממצא אשר חזר על עצמו באופן גורף במחקר הנוכחי. שירי ונעמה התאהבו במורותיהן, נועה התאהבה במנהלת שלה במסגרת העבודה, וקתרין התאהבה ביעל, שראיינה אותה לעבודה. התאהבויות אלו הביאו עמן חרדה כה עזה, עד שתקופה ארוכה לאחר מכן העידו הנשים על ניתוק מכל הקשור לנושא. עבור נעמה, הייתה זו תקופה "א-מינית" שנמשכה משנות התיכון ועד גיל 22. עבור שירי, ההתאהבות במורה בגיל 14 נחווה כטראומטית ביותר, והיא לא חוותה אחריה תחושות דומות עד לתקופת שירותה בצבא. אצל נועה, קשר יוצא דופן עם נערה צעירה ממנה בבית הספר גרם לה אמנם לחשוב על אפשרות היותה לסבית, אך למשך שלוש שנים בתיכון אפשרות זו לא עלתה שוב. אצל קתרין, קשר משמעותי עם בחורה נקטע בשנות ההתבגרות, לאחר מכן נישאה לגבר ולא חשבה על הנושא שנים ארוכות. ממצא זה אינו מופיע בספרות וכן אינו עולה בקנה אחד אף עם אחד ממצבי הזהות שהגדיר מרסיה. נראה כי ההגדרה המתאימה ביותר היא "השהיה של הזהות", מעין דחייה של תהליך גיבוש הזהות המינית הלהטבית והימצאות במרחב ביניים. מן הראוי שתופעת ההימנעות הרגשית מאהבת נשים עד כדי אבדן הזיכרון הראשון שלה, תשוב להיחקר בעתיד.

תת-התהליך השני היה חיפוש, בלבול, מצוקה והתנסויות. בניגוד לציר הראשון, שבו חלה תקופה ארוכה של ניתוק, בתת-התהליך השני התקשו הנשים לחמוק מתחושותיהן. תקופה זו תוארה כסערת רגשות של ממש, אשר עשויה הייתה להזכיר את מצב הזהות שאותו מכנה מרסיה "מורטוריום" ואשר מהותו התמודדות עם משבר זהות תוך חיפוש תשובות. בקרב כל הנשים כלל תת-התהליך מערכות יחסים עם גברים, מצוקה נפשית וקונפליקטים רבים. קאס (Cass, 1979) אמנם לא תיארה התנסויות עם בני או בנות המין השני כחלק מתהליך גיבוש הזהות ההומוסקסואלית, אך המחקרים מצאו כי מרבית הנשים דיווחו על משיכה לגברים והתנסויות מיניות עמו. לא ברור, האם המניעים לאותן מערכות יחסים היו משיכה ורצון להתנסות, או שמא היו אלה התמודדות עם חרדה וניסיון להתנהג באופן נורמטיבי.

כמו כן, כחלק מההתמודדות בתת-התהליך השני תיארו כל הנשים משברים נפשיים. אצל יעל, המשבר היה סביב התפוררות תפיסתה העצמית כאם ורעה נאמנה, שהתרחשה בשל התאהבותה בקתרין. אצל נעמה היה זה משבר דיכאוני שלווה בחרדות ושנאה עצמית. נועה חוותה דיכאון חריף עד כדי ניסיון אבדני ושירי סבלה משנים ארוכות של מצוקה. בהיבט זה, המחקר הנוכחי אינו מוסיף כל חדש לספרות הקיימת (טיאנו, 1997; Busseri et al., 2006), אולם הוא מדגיש את המצוקה הנפשית ואת הפגיעות

הרבה לפסיכופתולוגיה בקרב נשים לסביות בכלל ונערות בשלבי גיבוש זהותן המינית בפרט.

בתת-השלב של ההתמודדות הגיעו גם הקונפליקטים בחשיפה מול הסביבה. הנשים הציגו קונפליקטים בחשיפה בפני ההורים, האחים, החברים והעמיתים לעבודה. חלקן זכו לתמיכה וקבלה ללא סייג (נעמה ויעל), יש מי שזכתה לתמיכה רק לאחר תקופה ארוכה של מתיחות (נועה), ויש מי שקבלתה מצד הסביבה נותרה מוגבלת, והיחס מצד משפחתה מעורר תחושות קשות (שירי). הספרות המחקרית מצביעה על פרמטרים סביבתיים בכלל ותמיכה משפחתית בפרט כעל גורמים רבי משמעות בתהליך גיבוש הזהות המינית. בהיעדר תמיכה משפחתית וסביבתית, התגברו משמעותית תחושות של בושה, אשמה והטרסקסזם מופנם (Pizza & Sheung, 2010). ממצאים אלו תואמים את ההנחה של אריקסון וממשיכיו, שלפיה תהליך גיבוש הזהות הוא שילוב של המוטיבציות הפנימיות של אדם עם הציפיות שיש לחברה ממנו. מתוך כך ניתן להניח כי ככל שהפער בין עולמו הפנימי של האדם לציפיות הסובבים אותו גדול יותר, תהליך גיבוש הזהות יהפוך להיות מורכב יותר. במחקרנו, נשים אשר חוו קשיים ניכרים בחשיפה בפני הסביבה (נועה ושירי) הדגישו קשיים אלו כחלק משמעותי ומייסר בתהליך שאותו עברו, בניגוד ליתר הנשים, אשר התייחסו לנושא כנקודת ציון, אך לא התעמקו בו.

תת-התהליך השלישי נגע להשלמה עם הזהות המינית וקבלה עצמית. במחקרנו ניכרו ההבדלים במידות הקבלה העצמית וההשלמה עם הזהות המינית של הנשים. אצל נעמה ויעל, למשל, הנימה הייתה רגועה, מקבלת ושלמה. מבחינתן, תהליך גיבוש הזהות המינית הגיע לתחושה של הקלה ואיזון, מה שמרסיה אולי היה מכנה "השגת זהות". בלטו תחושות של אינטגרטיביות ואופטימיות, אשר הושגו לאחר תהליך מורכב של חיפוש והתמודדות, כל אחת בנסיבות חייה. לעומתן, אצל שירי תחושת הקבלה העצמית הייתה חלקית בלבד, ובלטו בה גם תחושות של אבדן ואבל על החיים הנורמטיביים שלא יהיו לה. אצל נועה היו קונפליקטים לא פתורים בתחום הזוגיות. היא אמנם קיבלה את זהותה המינית והייתה שלמה עמה, אך גם הצרה על הקושי במערכות יחסים עם נשים. ניכר כי מידת ההשלמה והקבלה העצמית שהתגלתה בקרב הנשים כחלק מגיבוש זהותן המינית לא הייתה אחידה, ונראה שבקרב כל אחת מהן נותרו אזורים פגיעים. קיימות שתי אפשרויות לבחון את נושא הקבלה העצמית: האחת היא כאל תחושה שיכולה לנוע לאורך החיים; השנייה – כאל רמות אינטגרציה שונות שמהוות את סוף תהליך גיבוש הזהות המינית, כפי שהציע מודל החלוקה לרמות אינטגרציה (Rosario et al., 2008). על פי המודל, רמת אינטגרציה גבוהה קשורה ברמה גבוהה של תמיכה משפחתית, כפי שאכן עולה מסיפוריהן של נעמה ויעל.

סיכום ומגבלות המחקר

המחקר הנוכחי בחן את תהליך גיבוש הזהות המינית דרך סיפורי החיים של חמש נשים לסביות. הממצאים העלו אפשרות לבחון את התהליך על פי שלושה תתי-תהליכים. בהתאם לספרות הקיימת, תתי-התהליכים כוללים מצוקות נפשיות, מערכות יחסים

עם גברים, משתנים של תמיכה משפחתית ורמת אינטגרציה שאליה הגיעו נשים כתוצאה מהתהליך שעברו. החידוש במחקרנו הוא התייחסות לזיכרונות מוקדמים ומעוררי חרדה ולתקופה של ניתוק רגשי שמופיעה בעקבותיהם (תת-התהליך הראשון). התרחשות כזו תוארה בארבעה מתוך חמשת הסיפורים במחקרנו, אך היא אינה מזכרת בספרות. מתוך כך מוצעת אפשרות למחקר עתידי.

מגבלת המחקר היא בראש ובראשונה גודלו הקטן, אשר מצמצם משמעותית את יכולת ההכללה. מדגם זה, אשר לא נלקח מלכתחילה לצורכי מחקר, דומה יותר לאוסף של תיאורי מקרה, ולפיכך ההתייחסות לסיפורים לאורך המחקר הייתה פרטנית ואינדיבידואלית. למרות המדגם הקטן, נוצרו מחד גיסא התאמה למשתנים שנמצאו בספרות, ומאידך גיסא – תוספת ייחודית למחשבה על תהליך גיבוש הזהות המינית.

מקורות

- אריקסון, א' (1950). **ילדות וחברה**. תל אביב: ספריית הפועלים.
- טיאנו, ש' (1997). **פסיכיאטריה של הילד והמתבגר**. תל אביב: אוניברסיטת תל-אביב.
- ליבליך, ע', תובל משיח, ר' וזילבר, ת' (2010). בין השלם לחלקיו ובין תוכן לצורה. בתוך ל' קסן ומ' קרומר נבו (עורכות), **ניתוח נתונים במחקר איכותני** (עמ' 21–42). באר שבע: אוניברסיטת בן-גוריון בנגב.
- מיטשל, א' ס' ובלאק, מ' ג' (1995). **פרויד ומעבר לו**. תל אביב: תולעת ספרים.
- מייק, ח' (2009). **פחד, אהבה: הומוסקסואלים, לסביות והוריהם מספרים על גילוי הנטייה המינית ותהליך ההתמודדות עמה**. תל אביב: מפגשים.
- תובל-משיח, ר' וספקטור-מרזל, ג' (2010). מחקר נרטיבי: הגדרות והקשרים. בתוך הנ"ל (עורכות), **מחקר נרטיבי: תיאוריה, יצירה ופרשנות** (עמ' 7–42). ירושלים: מאגנס.
- Burch, B. (1993). Gender identities, lesbianism, and potential space. *Psychoanalytic Psychology*, 10(3), 359–375.
- Busseri, A. M., Chalmers, H., Willoughby, T., & Bogaert, A. R. (2006). Same sex attraction and successful adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 563–575.
- Cass, V. C. (1979). Homosexuality identity formation: A Theoretical model. *Journal of Homosexuality*, 4(3), 219–235.
- Chase, S. E. (2005). Narrative inquiry: Multiple lenses, approaches, voices. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The sage handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 651–680). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Choler, B. J., & hammack, P. L. (2006). The psychological world of the gay teenager: Social change, narrative, and "normality". *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 47–59.
- Diamond, L. (2006). What we got wrong about sexual identity development: Unexpected findings from a longitudinal of youth women. In A. M. Omato & H. S. Kurtzman (Eds.), *Sexual orientation and mental health: Examining identity and development in lesbian, gay and bisexual people, contemporary perspectives on lesbian, gay and bisexual psychology* (pp. 73–94). Washington, DC: American Psychological Association.
- Galatzer-Levy, R., & Cohler, B. J. (2002). Making A gay identity. *Annual of Psychoanalysis*, 30, 255–286.

- Hilgard, E. R. (1996). *Introduction to psychology*. Orlando: Harcourt Brace College Publishers.
- Hughes, T. L., Wilsnack, S. C., & Johnson, T. P. (2006). Investigating lesbians' mental health and alcohol use: What is an appropriate comparison group? In A. M. Omatto & H. S. Kurtzman (Eds.), *Sexual orientation and mental health: Examining identity and development in lesbian, gay and bisexual people, contemporary perspectives on lesbian, gay and bisexual psychology* (pp. 167–184). Washington, DC: American Psychological Association.
- Josselson, R., & Lieblich, A. (2001). Narrative research and humanism. In K. J. Schneider, J. F. T. Bugenthal & J. F. Pierson (Eds.), *The handbook of humanistic psychology* (pp. 275–289). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pizza, K. C., & Sheung, T. C. (2010) Shame, internalized heterosexism lesbian identity and coming out to others: A comparative study of lesbians in Mainland China and Hong Kong. *Journal of Counseling Psychology*, 57(1), 92–104.
- Rosario, M., Schrimshaw, E. W., & Hunter, J. (2008). Predicting different patterns of sexual identity development over time among lesbian, gay, and bisexual youth: A cluster analytic approach. *American Journal of Community Psychology*, 42, 266–282.
- Savin-Williams, R. C., & Diamond, L. M. (2000). Sexual identity trajectories among sexual-minority youths: Gender comparisons. *Archives of Sexual Behavior*, 29(6), 607–627.