

"עמק החולה"



קיבוץ כפר בלום, מיקוד 12150. 04-6941381.

"אומרים אהבה יש בעולם, מה זאת אהבה?"

חיים נחמן ביאליק

הקשר בין מין וגיל לבין תפיסת זוגיות

שם המנחה: לילך רביב תורג'מן

שם: תהילה וולסטר

מקום מגורים: מושב גילון

ישוב: מושב דישון

מקום עבודה: בי"ס עינות ירדן

ת.ז.: 200996106

טלפון: 0522921025

טלפון: 04-6940747

תאריך הגשת העבודה: 12.12.07

הקדמה

בהתחלה, כשהתחלתי לכתוב את העבודה לא תיארתי לעצמי עד כמה חזקה תהיה עוצמת החוויה שאעבור. חקירת נושא הנבחר על ידי היה בשבילי כזכות ולכן, ככל שהתקדמתי בשלבי כתיבת העבודה, הדחף לדעת יותר ויותר על הנושא הלך וגבר והרגשתי שהעבודה תורמת לי, מרחיבה את השכלתי ומעשירה את ידיעתי. מהרגע שנדרשתי לבחור נושא ידעתי מיד כי לבטח אבחר בנושא הקשור לזוגיות. הזוגיות קיימת משחר ההיסטוריה והיא עולה בקנה אחד עם הטבע האנושי, נושא זה מעסיק כל אדם באשר הוא ולעיתים אף מכתוב את מהלך חייו ואופן התנהגותו. בנערה מתבגרת, זכיתי כבר להיחשף בחיי לפרפרי האהבה הראשוניים ולכן, כמו כל אדם, נושא זה משך אותי וסיקרן אותי לדלות עליו פרטים נוספים ולחבר את הפאזל המרכיב את הערך זוגיות. עניין אותי לדעת האם יש שוני בין בנים לבנות באופן שבו הם תופסים את הזוגיות והאם התפיסה הזוגית משתנה ביחס לזמן, ובמילים אחרות האם יש שוני בין מתבגרים למבוגרים.

תהליך כתיבת העבודה היה חדש וקשה. זוהי היתה הפעם הראשונה שנתקלתי בכתיבה כה רצינית שדרשה כוח, זמן והתמדה. לא פעם התייאשתי אך בסופו של דבר המכשולים בדרך, כגון חיפוש חומר תיאורטי ומציאת זמן הדרוש לכתיבה, רק חיזקו אותי ומהם צמחתי ובגרתי. ניתן לומר כי תהליך כתיבת העבודה הסב לי מהנה מרובה כיוון שהנושא באמת ריתק אותי וככל שנכנסתי לעומק הנושא הרגשתי נתרמת יותר.

לסיכום, אני רוצה להודות ללילך רביב תורג'מן שהנחתה אותי במהלך כתיבת העבודה. שברגעים הקשים ביותר לא נתנה לי לוותר לעצמי, השקיעה את מירב כוחותיה, השרתה אווירה של ביטחון וידעתי שאוכל לסמוך עליה.

תוכן העניינים

מבוא _____ 5

חלק א': חלק תיאורטי:

פרק 1: הבדלים בין המינים _____ 7

1.1 הבדלים פסיכולוגיים _____ 7

1.2 הבדלים ביכולת ובהתנהגויות _____ 11

1.3 סטריאוטיפים מיניים _____ 13

פרק 2: גיל _____ 17

2.1 גיל ההתבגרות _____ 17

2.1.1 התפתחות ביולוגית _____ 17

2.1.2 תהליכים פסיכולוגיים _____ 19

2.1.3 שינויים קוגניטיביים _____ 23

2.2 גיל המעבר _____ 24

1.2.2 שינויים פיזיולוגיים _____ 24

2.2.2 שינויים פסיכולגיים _____ 26

פרק 3: תפיסת זוגיות _____ 29

3.1 זוגיות מהי? _____ 29

3.1.1 הגישה הביולוגית- אבולוציונית _____ 32

3.2 תהליך הבחירה הזוגית _____ 34

37	3.2.1 הבדלים בין נשים וגברים בבחירה הזוגית
37	3.3 תהליך ההתאהבות
39	3.4 הפיזיולוגיה של ההתאהבות
40	3.5 בעיות בזוגיות
42	פרק 4: הסבר הסוגיה על פי תיאוריה ומחקר
43	4.1 התיאוריה הפסיכו-סוציאלית
43	4.1.1 שלבי ההתפתחות
46	4.2 מחקרו של הטקוף
47	4.3 הסבר הסוגיה על פי התיאוריה והמחקר
49	סכום החלק התיאורטי
	<u>חלק ב':מחקר שדה:</u>
52	מבוא למחקר שדה
55	ממצאים
67	דיון ומסקנות
71	סכום העבודה
72	ביבליוגרפיה
73	חלק ג: נספחים

מבוא

זוגיות רומנטית היא נושא מרכזי באמנות, בקולנוע, בספרות, במוזיקה ובאופן כללי, בכל תחומי התרבות. יש הרואים בזוגיות תופעה אנושית ייחודית והיא היכולת של האדם להתעלות מעבר לעצמו ולהיפתח למשהו מחוצה לו.

לעבודה זו חשיבות רבה כיוון שהיא עוסקת בנושא אוניברסאלי שאני מניחה שמעניין כל אדם. אני בטוחה כי העבודה יכולה לענות על שאלות רבות כגון: "מה זו אהבה?", "ממה היא מורכבת?", "מה הן צורותיה השונות?", "האם יש הבדל בין אוכלוסיות שונות בתפיסתם את הזוגיות?" ועוד.

מטרת העבודה היא לבדוק האם קיים קשר בין מין וגיל לבין תפיסת זוגיות. בחרתי להתמקד בשאלה זו, כאשר השערותיי הן:

א. קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

ב. קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב נשים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב גברים.

את שאלת המחקר ואת ההשערות אבדוק באמצעות שאלון היגדים. את השאלונים אחלק לאוכלוסיית מחקר של 25 בנים ו-25 בנות, 25 מבוגרים ו-25 מתבגרים. השאלון ינסה לבדוק את מידת ההסכמה של הנבדקים לגבי תפיסת הזוגיות שלהם המורכבת משלושה מרכיבים: אינטימיות, תשוקה ומחויבות. כולי תקווה כי הנבדקים ישתפו פעולה, יענו בכנות ולא יתקלו בקושי כלשהו לענות על נושאים אישיים אלה. כמו כן אני מקווה כי השאלון אכן מהימן ובודק האם ישנם הבדלים בין גיל ומין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות שלו.

את ממצאי המחקר אציג בפרק הממצאים, על פי גרפים וטבלאות המציגים את המרכיבים של המשתנה התלוי (תפיסת זוגיות) וכיצד הם מושפעים מהמשתנים הבלתי תלויים (מין- בנים בנות וגיל- מתבגרים ומבוגרים).

את ניתוח הממצאים אציג בפרק נפרד אשר בו אדון בממצאים השונים ואבדוק האם השערות המחקר שלי אוששו או הופרכו.

אני מקווה שבעבודתי אצליח לענות הצורה הטובה ביותר על שאלת המחקר המוצגת ולא אתקל בקשיים של איסוף החומר התיאורטי ועיבודו.

חלק א':

החלק התיאורטי

פרק 1: הבדלים בין המינים

"ויברא אלוהים את האדם בצלמו, בצלם אלוהים

ברא אותו, זכר ונקבה ברא אותם..."

(בראשית, פרק א')

אחת האבחנות העתיקות הטבועות בתודעתו של האדם היא האבחנה בין זכר לנקבה, אבחנה זו מהווה אחת מאבני היסוד בהתנהגות האנושית. חוקרים העוסקים בהתפתחות התנהגות בני האדם העידו על גיבושה המהיר של האבחנה בין זכר ונקבה אצל ילדים ותיעדו את זריזותם של ההורים להגיב לאבחנה אצל ילדיהם (גבע, 1985).

מילר (2002) טוענת כי האבחנה בין זכר לנקבה היא מגדר ומפרטת: מגדר, מינו של האדם, מהווה כוח מרכזי בכינונה של האישיות, עיצובה ומקומה בחברה. כלומר על פי מילר למגדר יש השפעה רבה על תחומי חיים שונים לא רק ברמת הפרט אלא גם ברמת החברה, המגדר משפיע על האופן בו תופסים אנשים פרטיים, קבוצות, ארגונים וחברות את המציאות, מפרשים אותה ופועלים במסגרתה. אצל הפרט המגדר בא לידי ביטוי החל בפעולות פשוטות כדוגמא בחירת בגד, צורת דיבור, ותחומי עניין וכלה בפעולות בעלות השלכה משמעותית כגון הישגים לימודיים, בחירת מקצוע, קריירה והקמת משפחה. השפעת המגדר באה לידי ביטוי באופן בו מתייחסים לפרט, בציפיות החברתיות המופנות אליו ובתפיסתו את עצמו והתנהגותו. בחברה, למגדר יש השפעה על היבטים פוליטיים, כלכליים וחברתיים (קרניאלי-מילר, 2002).

1.1 הבדלים פסיכולוגיים בין המינים:

למראית עין נראה כי התכונות המאפיינות את בני כל אחד משני המינים קיימות מלידה, אך המחנכים של האדם בילדותו הם אלו שישפיעו על הבלטתם של תכונות מאפיינות אלו או לחלופין ישפיעו על טשטושם או ביטולם, בסופו של דבר מתגבשות ברוב התרבויות דרכי התנהגות של בנים ושל בנות, שהן שונות זו מזו,

ומעניין להבחין בציפיות הקשורות במין של הילד שנמצאות בכל תרבות ותרבות. בכל התרבויות שואפים לטפח בבנות דאגה לזולת, ציות והרגשת אחריות ואילו אצל הבנים מטפחים שאיפות להישגים ואימון בביטחון עצמי. דרכי התנהגות אלו תואמים את תפקידי המין אצל מבוגרים, תפקידים המוטלים על נשים כגון טיפול בילד ואחריות למשפחה, ועל גברים מוטלת התמיכה הבטוחה והפעלת החסות על האישה והמשפחה (אורמיאן, 1975).

בהשוואה לנשים, הגברים גבוהים וכבדים יותר, מבנה גופם ארוך יותר והם מסוגלים לבצע פעולות הדורשות כוח פיזי רב יותר. האם משום כך נקראים הזכרים "המין החזק"? והאם "המין החזק" הוא באמת כזה, מעבר ליכולות הפיזיות? מחקרים רבים מצביעים על חולשות רבות בקרב המין הגברי. למשל, גברים סובלים ממחלות בלעדיות למינם- המופיליה (אי קרישת דם), עיוורון צבעים, חירשות וקרחת ועוד. עוד נמצא כי אחוז מקרי המוות בגילאים שונים גבוה יותר אצל גברים מאשר אצל נשים בנות אותו הגיל. מקובל לקשור את ההבדלים בתוחלת החיים בין גברים לנשים במתח הגבוה בהם שרויים הגברים, מתח שנוצר מאחריות כלכלית, תחרות מתמדת ולחץ תרבותי (זיו, 1984).

נמצא גם שבנים הם יותר תוקפניים מבנות, אורמיאן (1975) מוסיף ואומר כי ההבדלים הפיזיולוגיים, אשר בגללם מצפים שבנים יהיו יותר תוקפניים מבנות, גורמים לחברה להתייחס לתוקפנות בסבלנות ומכאן מסתברת הנטייה ליציבות מרובה של התנהגות תוקפנית בקרב גברים בכל הגילאים. בקרב בנות הנטייה היחידה לתוקפנות שהתגלתה היתה לשון תוקפנית של בנות כלפי הורים. קיימים סיכויים רבים יותר שמשפחות משכילות ינהגו באותה הדרך כלפי בנים ובנות, ומשום כך יעניקו לבנות חינוך דמוקרטי, יתירו להן להיות מעורבות בקבלת החלטות ויעודדו אותן להפגין סמכות וביטחון. בנות שחונכו כך, עשויות להרגיש את עצמן חופשיות להביע את דעתן בגילוי לב ולהזדקק פחות לתפקיד הנשי, שיש בו מין הסבילה ומין ההיענות.

בנות הנחשבות בתקופת ההתבגרות שלהן כ"אמיצות ונועזות" עתידות להיות נשים המכוונות לפעילות אינטלקטואלית כיוון שבשמות התואר "אמיצות ונועזות" דבקות השתמעויות גבריות, כך נוהגים להעריך נטייה אינטלקטואלית בשנות הבגרות כתכונה, שהיא גברית יותר מנשית. מכיוון שכך, אפשר שרק בנות שתכונותיהן נוטות להיות גבריות ייטלו על עצמן פעילות אינטלקטואלית בעתיד ואילו בנות סבילות,

לא מתחרות ותלותיות, יקבלו עליהן את התפקידים המסורתיים של אישה ושל אם ויתרחקו ממומחיות אינטלקטואלית ופעילה. מנגד, בנים ובנות חייבים להתפשר עם ההיבטים הריאליים של גופם, לדוגמא בת מחויבת להסתגל למחזור הוסת ולמה שמשתמע ממנו לגבי נשיות תקינה, כלומר לתמורות בגוף האישה ולפעולתן המסעירה של ההרגשות המיניות. עליה לשנות את היחס התוקפני או התחרותי שהייתה נוהגת כלפי בנים ולהפעיל תכונות נשיות המתקבלות אצל הגברים כמו הסתגלות והיענות על מנת לקיים נשיות תקינה המושפעת ממחזור הוסת.

ממש כשם שבין בני שני המינים קיימים הבדלים בגורמים הקובעים את האישיות, שניתן לזהות אותם, כך קיימים הבדלים ברורים בינם בגורמים חברתיים, בהתעניינות ובסיפוק צרכים. ישנו רושם כי חיי החברה של הבן כפופים פחות לחוקים מאשר חיי החברה של הבת, כי הבנים נתונים פחות להשגחה ושמבוגרים מתייחסים ביתר סובלנות לקולניותם, לתוקפנותם ולנמהרותם, אולם רושם זה עלול להטעות. לאמיתו של דבר מאחר שציפיות המבוגרים להתנהגות נשית מוגדרות בברירות והן עקביות, הן מבטיחות לבנות כל הגילאים יתר הדרכה ותמיכה, משום כך מסוגלת בת לחזות ביתר ביטחון את תוצאות התנהגותה, ואילו לבן מניחים במצבים מסוימים להיות פעיל, תוקפן, ובכך כופים עליו להעריך הזדמנויות סגוליות ביתר דיוק וביתר ברירות ולשנות לפי זה את התנהגותו. לבן מותר להיות גס וחפוז במגרש המשחקים אך עליו לשנות ולרסן את התנהגותו בחדר- הכיתה, הבת מלכתחילה מצופה להיות מרוסנת ולכן אין היא משנה את התנהגותה. (אורמיאן, 1975).

על פי אריקסון אישיות האדם ותפקודו החברתי קשורים קשר הדוק למאפיינים הפיזיים והפיזיולוגיים של הזכר והנקבה. הבדלים בהתנהגות גברים ונשים הם ההשלכה או הביטוי החברתי של ההבדלים הביולוגיים והוא מתמקד בעיקר סביב איברי המין והרבייה של הזכר ונקבה והתפקיד הרפרודוקטי שלהם. הנקבה מאופיינת באופן ביולוגי בחלל פנימי אשר אותו עליה למלא, או במילים אחרות, תפקידה הוא להרות וללדת. כלומר המהות המרכזית של האישה היא סביב גורם האימהות. אי לכך, חייבת האישה לפתח התנהגויות באמצעותן תמצא את הגבר למימוש מטרותיה הביולוגיות וחובה זו מתבטאת בין היתר בגיבוש תכונות אישיות בעלות אוריינטציה בין אישית, חברתית, חום, תמיכה, רגישות. זהותה תמומש באמצעות אינטראקציה עם הגברים בחייה, ומאחר שקשה לחזות מי יהיה הגבר

איתנו תתחתן על האישה לשמור על גמישות אישיותה כדי להתאים את עצמה לגבר אותו תפגוש.

על פי התיזה של אריקסון איבר מינו של הזכר מופנה לפעילות עם העולם החיצון ועקב האוריינטציה לפעולה כלפי חוץ חייב הגבר לסגל לעצמו שליטה ובקרה, בנוסף לכך הגבר אינו תלוי בבני אדם אחרים ולכן יטפח תכונות של עצמאות ואינדיבידואליות (גבע, 1985).

הבדלים בדימוי העצמי ובהתמודדות עם לחץ:

מחקרים מראים על הבדלים בתכונות מסוימות בין בנים לבנות. אך האם המתבגרים תופסים את עצמם באופן שונה? האם הם מעריכים את תכונותיהם הפסיכולוגיות בדרך שונה? כדי לברר נקודה זו, זיו ועמיתיו ערכו מחקר של דימוי עצמי בקרב מתבגרים ומתבגרות בישראל.

שאלון הדימוי העצמי כלל 16 זוגות של תכונות והוער ל-1,229 מתבגרים בני כיתות ז'-יב' מבתי ספר תיכוניים שונים בסביבות תל אביב, כמחצית מהנבדקים היו בנים והחצי השני היו בנות, במחקר נמצא כי הבנים תופסים עצמם כקשוחים, חזקים ואמיצים, בעלי ביטחון עצמי גבוה, הבנות תופסות את עצמם כגמישות ומסודרות. ממחקר זה ניתן להסיק שהדרך שבה המתבגרים רואים את עצמם שונה וזהו עוד הבדל פסיכולוגי חשוב בין המינים.

הבדל נוסף מוצג על ידי ד"ר ג'ון גריי (1994) בספרו "גברים ממאדים ובנות מנוגה" שמדבר על ההבדל בין התמודדות במצבי לחץ בין המינים. הוא טוען כי הבנים במצבי לחץ אוהבים לברוח, נעשים יותר ויותר מרוכזים בעצמם ומסוגלים, בעוד שהנשים אוהבות לדבר על מקור הבעיה והלחץ וכתוצאה מכך האישה עורמת על עצמה יותר ויותר לחצים ובסופו של דבר קורסת תחת כל הלחצים ומעורבותה הרגשית הולכת וגוברת.

1.2 הבדלים ביכולות ובהתנהגויות בין המינים:

טרמן ומיילס היו הראשונים שערכו מחקר פסיכולוגי שיטתי העוסק בהבדלי אישיות בין גברים לנשים, המחקר נערך בשנות השלושים של המאה. במחקר נמצא כי גברים שתלטניים ותוקפנים יותר, והנשים רגשניות, ביישניות ובעלות רגישות אסתטית מפותחת יותר. (זיו 1984).

בספר שנערך על ידי מקובי "הפסיכולוגיה של ההבדלים בין המינים" שפורסם ב-1974 מובאת רשימה של 1,042 מחקרים בנושא, בספר נטען על סמך שפע המחקרים כי ההבדלים שיש להם הוכחות מחקריות ברורות הם אלה:

1. בנות יכולות מילולית גבוהה יותר מאשר לבנים והבשלות המילולית מהירה אצלן יותר. אומנם עד גיל 11 אין הבדלים משמעותיים בין המינים אך מגיל זה ואילך ההבדלים הופכים לבולטים יותר, והם עולים וגוברים עד לסיום בית הספר התיכון (זיו, 1984).
2. פינקר (2005) מחזק את דבריו של זיו, בכך שמציין את דבריו של נשיא אוניברסיטת הרווארד, לורנס סאמרס, בכנס שעסק בחוסר איזון מגדרי במדע שבו העלה את האפשרות כי קיימים הבדלים מובנים בין המינים. בכנס זה נאמר כי נשים מתאימות צורות במהירות רבה יותר, טובות יותר בקריאת תווי פנים מאייתות טוב יותר, מאחזרות מילים ביעילות רבה יותר וזוכרות טוב יותר חומרים מילוליים. נאמר גם שגברים נוטלים יותר סיכון ומיחסים חשיבות רבה יותר למעמד.
3. בנים טובים יותר ביכולת של תפיסת שטח וזאת במיוחד בגיל ההתבגרות ובבגרות, בילדות אין הבדלים משמעותיים.
4. בן שושן (2001) מוסיפה כי יש הבדל ביחס ההורים ומהסובבים המשתנה בהתאם למין. ממחקרים עולה כי הורים מקדישים יותר זמן לקשר מילולי עם תינוקות-בנות, בעוד שהבנים זוכים למשחקים יותר נמרצים ולעיתים יותר אלימים ו"גבריים". דרך משחקים בגיל הילדות מפנימים ילדים מיומנויות ודרכי התנהגות שיאפיינו את התנהגותם כבוגרים. בנים משחקים בגנון תחרותי יותר ובוטה, בנות לעומת זאת נוטות להיות יותר אינטימיות

- ביחסיהן , מעודדות זו את זו ונוטות לפתור חילוקי דעות על ידי גישור והסברה מה שמשפיע על התנהגותן כבוגרות בעתיד.
5. שתלטנות והתנהגויות המראות ניסיון להשתלטות מתגלות אצל בנים יותר מאשר אצל בנות. בנים גם מנסים יותר מבנות להשתלט על מבוגרים.
6. חרדה ופחד חזקים יותר אצל בנות (יתכן שתוצאות אלה משקפות את נכונותן הגבוהה יותר של הבנות להשיב באופן גלוי על שאלות במבחני החרדה).
7. בנים תחרותיים יותר מבנות, אך לא בכל הנושאים. יש מחקרים שבהם לא נמצאו הבדלים בין המינים, אך אין מחקרים שמראים שהבנות תחרותיות יותר.
8. בנים טובים יותר ביכולת מתמטית והחל בגיל 12-13 יכולתם המתמטית מתפתחת מהיר יותר מזו של הבנות. (זיו, 1984).
- בן שושן (2001) מחזקת גם היא את דבריו של זיו ומציינת כי ממצאים ממקורות רבים מראים בצורה חד משמעית כי הישגי הבנים עולים על הישגי הבנות בישראל במקצועות המתמטיקה והמדעים. פערים אלו מתבטאים בהישגים השונים של תלמידים ותלמידות החל מבית הספר היסודי, דרך חטיבת הביניים והחטיבה העליונה ועד למוסדות להשכלה גבוהה. העובדה שבנות, בהשוואה לבנים, אינן מפתחות במהלך שנות הלימוד כישורים בולטים במתמטיקה ומדעים יוצרת מצב בו יכולתן לעמוד בתחרות עם בנים בשוק העבודה קטנה וכתוצאה מכך הן נמצאות בעמדה כלכלית נחותה. מסיבה זו נעשים מאמצים גדולים במקומות רבים בעולם לסגירת הפערים המגדריים וישנן הצלחות בתחום.
- בנוסף מפרטת בן שושן (2001) על אחת הסיבות לפערים המגדריים והיא- דפוסי הסוציאליזציה. תהליך הסוציאליזציה שעוברים בנים ובנות שונה מהותית ומשפיע על העדפות של הבנות בתחום המתמטיקה והמדעים. לטענתה, הורים רבים מכל השכבות החברתיות מחנכים את בניהם להיות עצמאיים והישגיים ואילו את הבנות מחנכים להיות ממושמעות, אחראיות, עם אוריינטציה של עזרה לאחרים. לכן, הורים רבים מעודדים את בניהם,

יותר מבנותיהם, לחקור את הסביבה, להיות פעילים מחוץ לבית ולהיות עצמאיים בהתנהגותם. הם גם מעודדים את הבנים לעסוק בפעילויות הקשורות למדעים ובסופו של דבר לפנות לתחומים מדעיים או טכנולוגיים. חשוב לציין שכשהילדים מגיעים לגן ולאחר מכן לבית הספר הם מקבלים יחס דומה ממוריהם. שחר (2000) מציינת כי כבר בבית הספר היסודי, ואולי עוד בגן, המורים מעניקים יחס שונה לבנים מאשר לבנות. בעוד שהבנות זוכות ליחס "מלטף" כדבריה, הבנים נדרשים ליותר מאמץ. כתוצאה מכך, הבנות אינן משקיעות את המאמצים הנדרשים כדי להגיע למיצוי יכולתן. מחקרים הראו כי ספרי לימוד וקריאה רבים, תוכניות טלוויזיה וסרטים, מציגים את הבנים בהקשרים של מתמטיקה ומדעים ואת הבנות בהקשר של משפחה ועזרה לזולת. ניתן להסיק כי יש לכך השפעה על אי מיצוי יכולתן המרבית של הבנות בתחומי המתמטיקה והמדעים. (בן שושן, 2001).

1.3 סטריאוטיפים מיניים:

סטריאוטיפ מיני הוא מבנה אמונות לגבי תכנים שונים המאפיינים אנשים ממין זכר וממין נקבה (גבע, 1985).

דומה שהגורם המשפיע על ההבדלים המגדריים בין המינים מקורו בציפיות החברתיות המגדירות, גם אם באופן בלתי רשמי, מהו "גבר" ומהי "אישה". לציפיות חברתיות אלה ניתן להתייחס כסטריאוטיפים. עם זאת, חשוב לציין כי סטריאוטיפ נוצר כתוצאה מתהליך הכרתי שבו מייחסים לאדם הנמנה עם קבוצה מסוימת תכונות הנחשבות אופייניות לקבוצה (למשל: האנגלים קרי מזג, הסקוטים קמצנים ועוד). בדרך כלל אנו מתייחסים לסטריאוטיפ בשלילה, אך אסור לשכוח כי סטריאוטיפים מבוססים בחלקם על הכללות, שהן תוצאה של מציאות מסוימת ואמיתית, סטריאוטיפ נתפס כגורם שלילי כיוון שהוא מבטא הכללה מוגזמת, מידה לא נכונה, לא עובדתית ונוקשה מדי. יתכן שהקונוטציה השלילית למושג סטריאוטיפ נוצרה כיוון שחלק גדול מהסטריאוטיפים שנחקרו עסקו בתכנים בעלי ערכיות שלילית (מיעוטים אתניים) ולכן לעיתים מתבלבלים בין סטריאוטיפ לדעה קדומה, אך יש לזכור כי קיימים גם תכנים סטריאוטיפים מקצועיים מסוימים (רופא, עורך דין וכדומה) שאינם שונים באופן מבני ותהליכי

מסטריוטיפים שליליים. ניתן לסכן ולומר שהסטריוטיפ כמבנה או כסכימה של ידע, הוא תופעה שכיחה ונורמלית.

לסטריוטיפים המיניים יש היבט חינוכי כיוון שהם מציגים בפנינו מודלים המכוונים את התנהגותנו. הדבר נכון במיוחד לגבי המתבגר שאינו בטוח בזהותו העצמית, שזהותו המינית היא חלק ממנה. קיומם של סטריוטיפים חזקים לגבי התפקידים המיניים משפיע לא מעט על הדימוי העצמי של המתבגר, על התנהגותו ועל ציפיותיו מהתנהגות בני המין האחר. (זיו, 1984).

זיו (1984) מציין כי אם חברה מבקשת לחנך להתנהגות גמישה, המתירה לבנות להתפאר בתכונות הנחשבות גבריות ולהיפך, היא חייבת לעבוד על שינוי הסטריוטיפים המיניים. ייתכן שכדי להתמודד ביעילות עם סטריוטיפים יש להתייחס אליהם כאל נתונים שיש לשנותם, חשוב לציין כי בחברה המערבית נחלשו מעט הסטריוטיפים אצל המבוגרים, אך לא אצל מתבגרים. בישראל, נערך מחקר שבדק סטריוטיפים מיניים בעיני מתבגרים וממנו עולה כי מתבגרים סבורים כי ישנם 18 תכונות "נשיות" מובהקות ו-18 תכונות "גבריות" מובהקות.

כאמור, קיימים סטריוטיפים מיניים מובהקים לגבי מודל ה"גבר" ומודל ה"אישה". גבע (1985) טוען כי כדי לחקור ולהבין את הסטריוטיפ, השפעתו והתפתחותו צריך קודם להתייחס לאלמנטים המשמשים לסיווג האנשים לאחת משתי קטגוריות המין. כבר מיומו הראשון חשוף התינוק למציאות חברתית המבחינה בין המינים. עם היוולדו מוצג התינוק על ידי הצוות הרפואי כבן או כבת. בתי חולים שונים מאמצים מנהגים מגוונים לביטוי אבחנה זו כמו למשל עטיפת התינוק הזכר בשמיכה כחולה, ואילו את הנקבה בשמיכה ורודה. ההורים עצמם מושפעים מימינו של תינוקם בן היום, בתפיסתם ובתיאוריהם.

מחקרים שונים מבטאים תהליכי סוציאליזציה שונים המופעלים על זכרים ונקבות, התנהגויות שונות המצופות מבנים ומבנות ומתוגמלות בהתאם על ידי הסביבה. כל אלה ועוד מחדדים את העברת הידע התרבותי על סיווגם של בני האדם לשני המינים, במילים אחרות מדובר בהקניית הידע החברתי (הסטריוטיפ התרבותי) כידע אישי (הסטריוטיפ). עם הסוציאליזציה לאבחנה בין המינים נבנית גם מערכת האמונות לגבי התכנים השונים המיוחסים לכל מין. ניתן לראות בתהליך בניית הסטריוטיפ אינטראקציה נמשכת בין סוכני

הסוציאליזציה (הורים, מורים) בעלי הסטריאוטיפ לבין הילד המחפש אמצעים (סטריאוטיפים) לבניית עולמו.

בגיל ההתבגרות חלה דיפרנציאציה רבה באלמנטים המהווים בסיס לסיווג המיני. הופעתם של סימני המין המשניים היא הדגשת יתר לתכנים הביולוגיים, ששימשו בדרך כלל רמז לאבחנה המינית. השינויים הביולוגיים מבליטים הן לחברה והן ליחיד עצמו את המימד המיני באבחנה בין אנשים. בנוסף לכך מובלטים ומודגשים התכנים שקשורים לאבחנה זו. הדמיון הביולוגי בין המתבגר לבין הבוגרים מגביר את הרגישות לציפיות חדשות מהמתבגר- ציפיות המבוססות על אבחנות מיניות הקיימות בתרבות. ציפיות אלה, הן של החברה והן של המתבגר כלפי עצמו, מלוות בהתנהגויות התומכות ומחזקות את הסטריאוטיפ. תפיסת המציאות הביולוגית החדשה והרגישות לציפיות הברתיות החדשות מובילות להגדרת העצמי במונחי של סינטיזה של הידע המצטבר. במילים אחרות, ניתן לדון בסטריאוטיפיזציה עצמית כהסבר לגיבוש הזהות המינית.

לסיכום, נשים וגברים, בנות ובנים, ילדות וילדים, אין ספק שהם שונים ושכל מין הגיע מוכב לכת נפרד. השוני בין המינים נובע בין היתר מפרופיל שהוגדר לכל מין:

הפרופיל הנשי מכיל גורמים כמו רכות, אקספרסיביות, כניעה, חולשה, תמיכה, סעד, רגישות לזולת, הקפדה על מוסר, אהבה והבנה לילדים, חוסר בביטחון עצמי, התעניינות בהופעה החיצונית והצלחה במקצועות ההומנים. הפרופיל הגברי כולל מאפיינים כמו קושי, אינסטרומנטאליות, שליטה, רציונאליות, סמכות, עצמאות, שאפתנות, אומץ, קור-רוח, הכשרה לעסקים, התעניינות בפוליטיקה, זריזות, בעלי כשרון טכני, הצלחה במקצועות הריאליים. אין ספק שהפרופילים הללו הוזנו כבר מהילדות המוקדמת. בגילאי שנתיים מבינים הילדים את ההבדל בין בת לבן- הבן מקבל מטוסי ורכבות, ואילו הבת בובות וצבעים.

בגיל ההתבגרות, נוסף לכל ההיבט הביולוגי, הבנית פיזית חזקים יותר, תוקפניים יותר וכבדים מהבנות. במסגרת בית הספר הם מצליחים יותר בשיעורי הספורט ובמקצועות כמו מתמטיקה, בנוסף מספר הבנים הניגשים למבחני בגרות ב-5 יחידות לימוד מתמטיקה כפול ממספר הבנות.

עוד הבדל בין המינים הוא ההבדל בדימוי העצמי- מחקרו של זיו ועמיתיו מראה במדויק כי יש הבדל משמעותי בין בנים לבנות, הבנים יותר קשוחים, אמיצים ובטוחים בעצמם. הבנות מנגד יותר אקטיביות, גמישות ומסודרות.

פרק 2: גיל ההתבגרות וגיל המעבר

התבגרות היא תקופת המעבר שבין הילדות לבגרות. תחילתה של תקופה זו היא בראשית ההתבגרות המינית, כלומר שמופיעים השינויים הגופניים מיניים, אצל הבנות בגיל 11-12 ואצל הבנים בגיל 12-13 בדרך כלל. את סיומה של תקופה זו קשה להגדיר, יש הסבורים שהיא מסתיימת עם בשילת הבגרות המינית בגילאי 15-16, ויש הסבורים כי היא מסתיימת עם הבגרות החברתית בגילאי 18 או 21 במדינות מסוימות, למשל, כשהמתבגר יכול להצביע בבחירות. (בראל, ונוימאיר 1996).

גיל ההתבגרות זו תקופת חיים שעוברת בין תענוג לאימה, העזה לסכנה, הרפתקנות להסתכנות, בין הוודאי לספק, בין התשוקה לאי הידיעה במה חושקים. מתבגרים המבינים תהליכים אלו מצליחים לעבור את התקופה הסוערת הזו וכך היא משמשת להם כקרבן קפיצה לחיים הבוגרים.

תקופת גיל המעבר היא התקופה השלישית בחיי האישה והגבר והיא חלה בסביבות העשור החמישי לחיים. תקופה זו מלווה בשינויים פיזיים נפשיים ומנטאליים. אצל האישה שינויים אלו ברורים ומהירים ונמשכים עד 3 שנים, בעוד שאצל הגבר השינויים איטיים, הדרגתיים ונמשכים לאורך שנים. ראשית אפרט על גיל ההתבגרות ולאחר מכן על תקופת גיל המעבר. (פרץ, 2002).

2.1 גיל ההתבגרות

2.1.1 התפתחות ביולוגית בגיל ההתבגרות

כיום, נערות ונערים מתבגרים מוקדם יותר מאשר לפני מאה שנה. בתחילת המאה הקודמת הגיל הממוצע בו קיבלה הנערה את המחזור החודשי היה 17 שנה ואילו היום הגיל הממוצע הוא 12.5 שנים. השיפור העצום בתנאי המחיה הוא הגורם העיקרי לכך, אך יתכן גם שחופש התנועה שהרחיב את פיזור האוכלוסייה ואת נישואי התערובת, תרמו להשבחת מאגר הגנים של המין האנושי וכתוצאה מכך התפתחות מוקדמת. את מועד ההתחלה של ההתבגרות המינית קובעים הגנים. בנות מתחילות להתבגר

מוקדם יותר מבנים. 11 הוא הגיל הממוצע בו מתחילים השינויים אצל הבנות להופיע, אך כאמור משך הזמן המדויק של תהליך ההתבגרות המינית שונה אצל כל אחת. השינוי הראשון אצל בנות הוא צמיחה מואצת לגובה ולרוחב, בדרך כלל עוד לפני הנצת השדיים או הופעת שיער הערווה. צמיחה זו מלווה בהצטברות הדרגתית של רקמות שומניות בשדיים, באגן, בירכיים ובישבן, רקמות שומן אלו משוות לגוף את הגזרה הנשית העגלגלה.

בדרך כלל, השינויים הראשוניים מופיעים בשדיים. אצל רוב הבנות השדיים מתחילות להתפתח בין גיל תשע ל-14. הפטמות מתכהות, והשד מתמלא ומתעגל. לאחר מכן מתחילות לצמוח שערות הערווה ואגן הירכיים מתחיל להתרחב כדי לפנות מקום לאיברי הרבייה הנשיים שמתפתחים בתוכו. בנוסף צומח שיער בבית השחי והשיער על הזרועות והרגליים מתרבה ולעיתים גם מתכהה. בלוטות הזיעה גם הן משתנות והופכות לפעילות יותר בבית השחי, בכפות הידיים ובאזור איברי המין. כתוצאה מכך ריח הגוף משתנה והופך חריף יותר. הפנים מתארכים ומתמלאים, העורק מתחספס בהשפעת ההורמונים והנקבוביות מתרחבות. בלוטות החלב מאיצות את פעילותן, העור הופך שמן יותר ומתחילים לצוץ בו פצעי בגרות.

בקרב בנים השינויים שונים. תהליך ההתבגרות אצל מרבית הבנים מתחיל בין הגילים תשע ל-14 ונמשך עד שנות העשרה המאוחרות. השינוי הראשון המובחן אצל בנים הוא גדילת האשכים. שק האשכים מתארך ונעשה רפוי יותר, העור מתכהה ושערות הערווה מתחילות לצמוח. כמו כן צומח שיער בבית השחי, בפנים, ואצל חלק מהנערים אף מופיע שיער על החזה ולפעמים על הגב. הצמיחה לגובה, בניגוד לבנות, מתחרשת לאחר תחילת ההתבגרות. הכתפיים מתרחבות והופכות שריריות יותר והרגליים והזרועות מתארכות ומתעבות, צמיחה זו יכולה להימשך עד גיל עשרים. בנוסף גם קולם של הנערים משתנה והופך עמוק יותר, (הדרי-סלומון, 1999).

לשינויים הביולוגיים יש משמעות פסיכולוגית חברתית על המתבגר. בממוצע מקדימות הבנות את הבנים בהתבגרות בערך בשנתיים, ובזה נוצר חוסר איזון בהופעה, בהתעניינות ובמערכת היחסים בין הבנות הנהפכות לנערות לבין הבנים הנשארים עדיין במצב של ילדים. להבדלים אישיים אלו יש השפעות שונות על התפיסה העצמית וההערכה העצמית. מצד אחד, ההרגשה של רוב הבנים המאחרים בהתפתחות היא שהם שלא בסדר, מה שמערער את ביטחונם. המקדימים בהתבגרו

חשים שהם גבוהים ומפותחים ולכן הם בטוחים יותר בגבריותם, הם נראים כיפים ובוגרים יותר לעומת המאחרים שמנסים להתבלט באופן מלאכותי.

אצל בנות התמונה סבוכה יותר. המקדימות בהתבגרות מפתחות גובה, שרירים וחזה ומגלות חרדה מסוימת לגבי דמותן העתידית. המאחרות, בהיותן קטנות, רזות ושטוחות חזה מתאימות יותר למודל הנשי המודרני המבוקש. בנוסף הן הנורמאליות בכיתה, בהשוואה לבנים. לעומת זאת חלק מהמקדימות נהפכו למוקד התעניינות בקרב בנים גדולים יותר מה שמעלה את ביטחונן של הבנות המקדימות. מרכיב ביולוגי חשוב המשפיע על המתבגרים הוא דימוי הגוף. דימוי הגוף הוא המושג שיש לפרט על מבנה גופו מבחינה מינית והוא כולל את שביעות הרצון ממנו. המתבגרים לומדים כיצד עליהם להיראות, ללכת ולדבר כדי להיחפך למקובלים על בני המין השני. המודלים הנורמטיביים של דימוי הגוף הגברי ונשי מושפעים מגורמים חברתיים ותרבותיים. לפרסומת ולאמצעי התקשורת יש חשיבות מכרעת בעיצובם של מודלים אלה. (סמילנסקי, 1989).

2.1.2 תהליכים פסיכולוגיים המתרחשים בגיל ההתבגרות:

גיל ההתבגרות הוא תקופת מעבר להורה ולמתבגר גם יחד, תקופה המאפשרת מגוון של התנסויות וחוויית בעת שהמשימה המרכזית היא גיבוש זהות. המתבגרים מתנהגים בדרך לא עקבית ובלתי צפויה מראש, נלחמים בדחפיהם ומשלימים איתם. מחקים ומזדהים עם אחרים, ומנגד משתוקקים להיות מיוחדים. בכל תקופה חיים אחרת ייחשבו תנודות וניגודים קיצוניים כאלה לבלתי נורמלים אך לא בגיל ההתבגרות. (פרץ 2002).

עיצוב האישיות הבוגרת אורך זמן, ו"האני" עורך ניסיונות ובודק אפשרויות. בתקופת חיים זו המתבגרים נעים בין אגואיזם ותפיסת עצמם מרכז היקום לבין נטיות להתמסר ולהקריב את עצמם, בין חיים חברתיים סוערים לבין שאיפה לבדידות, בין כניעה עיוורת למנהיג לבין מרידה בכל סמכות שהיא, בין פגיעה והעלבת הזולת לבין תחושה עצמית של פגיעות יתר ובדידות. (פרץ 2002).

אריקסון (1950) רואה בתופעות קיצוניות אלו, המתרחשות אצל המתבגר כתהליך אחר חיפוש זהותו. חלק מהתיאוריה של אריקסון על התפתחות הזהות מורכבת משמונה שלבים בחייו של האדם המתארים את התפתחותו הפסיכולוגית של האדם משלב הינקות ועד לשלב הזקנה. ישנו שלב בשמונת

השלבים הנקרא- "זהות לעומת חוסר גיבוש תפקידי", שבו אריקסון עומד על ההיבטים של פיתוח זהות בגיל ההתבגרות. בשלב זה אפיין אריקסון את גיל ההתבגרות כתקופה מכרעת שבה חייב היחיד לגבש לעצמו תחושה של זהות אישית ולהימנע מסכנות של חוסר גיבוש התפקיד ובלבול הזהות. זהות פירושה שהיחיד מסוגל להעריך את כוחותיו ואת חולשותיו ולהחליט כיצד ברצונו לטפל בהם. עליו לענות לעצמו מהיכן בא, מיהו ומה רצונו להיות. זהות או תחושה של אחדות ושל המשכיות אינה נרכשת- יש לחפש אותה ולרכוש אותה במאמץ עקבי של היחיד.

אי רצון לפעול למען יצירת זהות מכיל בתוכו את הסכנה של חוסר הגיבוש של התפקיד, שעלול להסתיים בניכור ובתחושה מתמדת של בידוד ובלבול. חיפוש הזהות מכיל את התמסדותו של מושג עצמי בר משמעות שבו מאוחדים העבר, ההווה והעתיד לכדי אחדות אחת, כך מאופיין ההווה על ידי שינויים חברתיים והעתיד נעשה הרבה פחות ניתן לניבוי.

לקבוצת השווים יש חשיבות רבה בתהליך זה כיוון שהיא מתרשמת מהיחיד ומעריכה אותו, זו הסיבה לכך שהמבגרים "מחטטים", לעיתים באופן חולני, לעינים מתוך סקרנות, באופן שבו הם נתפסים בעיניי זולתם בהשוואה למה שהם חשים כלפי עצמם תוך התחבטות בשאלה כיצד יש לקשר בין תפקידים ומיומנויות שכבר רכשו בעבר לבין הציפיות שיש מהם כיום.

כיוון שהדרך הנוחה ביותר לרכוש זהות היא תוך מגע עם דמות משמעותית, עשוי המתבגר לעבור תקופה שבה הוא מעורב כמעט באופן כפייתי בפעילות של בני גילו. המילוי אחר ציפיות בני הגיל עוזר למתבגרים לגלות כיצד מתאימים להם תפקידים שונים.

קבוצת בני הגיל, החבורה, הכנופיה, אפילו האהובה, כולם עוזרים ליחיד בחיפושיו אחרי זהות אישית, כיוון שהם מספקים לו גם את המודל וגם את המשוב החברתי המיוחד. כל עוד תלוי המתבגר במודלים ובמשוב תחושת השייכות שמספקת קבוצת גילו תישאר חזקה למדי. במשך הזמן יהיה על המתבגרים לשחרר עצמם מהתלות בבני גילם, אשר החליפה את התלות בהוריהם, על מנת להיהפך לעצמם כלומר לגבש לעצמם זהות בוגרת הנותנת למבוגר הצעיר "תחושה" של ידיעה לאן הוא הולך וביטחון פנימי מהערכה המצופה מאלה החשובים בעיניו. עוד טוען אריקסון (1950) שלאחר

ההשתחררות מתלות בבני גילם ועל מנת לגבש את זהותם ותפקידם בחיים, מתפתחת חשיבות רבה לפיתוח זהות מקצועית בעיני המתבגר. הניסיונות הראשונים עלולים להיות הססנים ובלתי מגובשים. הבעיה היא, כפי שמתגלה במחקרים אמפיריים רבים, שבשלב זה יש למתבגר מושגים מאוד זוהרים, אידיאליים ולעיתים בלתי מציאותיים על התפקיד המקצועי שהוא חולם עליו. בנוסף, לעיתים קרובות עולות השאיפות על הכישרונות ועל ההתמדה.

לעיתים קרובות יבחר המתבגר במטרות מקצועיות שרק מעטים מגיעים אליהם- דוגמנות, משחק, אלופי ספורט או שאר "גיבורי הזוהר". בתוך תהליך זה מזדהים המתבגרים הזדהות יתר ומאלילים את הגיבורים נושאי החיקוי עד כדי כך שהם מוותרים על זהותם ומחקים את הגיבורים.

שניידר (1992) טוען כי אחד האמצעים המרכזיים ביותר כיום כמקור הזדהות והערצה וכמקור שבו המתבגרים יכולים לראות בבירור את התנהגותו ואפיונו של מודל ההערצה שלהם הוא הטלוויזיה, בעיקר הסרטים. לסרטים נודעת השפעה חברתית רבת עוצמה על המתבגרים, יותר מעל כל קבוצת גיל אחרת. סרטים רבים מנצלים את קלות התפיסה של הייצוגים על גבי המסך לרגשות בסיסיים של המתבגר, בכוונה לעורר הזדהות ולהגדיל את קהל הצופים. הצופה מזדהה עם הגיבור הדומה לו ועם זה שהיה רוצה להיות כמוהו. המתבגר, העסוק בחיפוש זהות, נחשף למודלים חיוביים ושלייליים והוא מתייחס אליהם כמקור לחיקוי דרך למידה חברתית.

סרטים כמו "רמבו" עשויים לפתח הזדהות בקרב מתבגרים, הנאבקים עם נושא כמו כוח, סמכות ולחץ חברתי. או למשל, מתבגרים יכולים לחקות תכונות נרקסיסטיות של גיבורי סרטים ולהכליל אותם באישיותם המתעצבת. (שניידר, 1992).

החיפוש של המתבגר אחרי זהות אישית מכיל גם יצירת אידיאולוגיה אישית או השקפת עולם, המעניקה לו מסגרת התייחסות כדי להעריך דרכה את המאורעות. מסגרת זו עוזרת לו בהכרעותיו ומנחה את התנהגותו, כלומר זהותו האישית המבוססת על השקפת עולם עשויה להשפיע רבות על היחיד. בחברה שבה אידיאולוגיות רבות ושונות אשר מתחרות זו בזו על קהל המאמינים ובנוסף צצות כל הזמן אידיאולוגיות חדשות הולך וגובר הקושי לבנות אידיאולוגיה אישית, שתהיה גם עקבית וגם משכנעת. רק לעיתים רחוקות

תיהפך האידיאולוגיה המאומצת לחלק בלתי נפרד מהאישיות, ועל כן היא עלולה לגרום לעיכוב בתהליך התפתחות הזהות.

המוצא החיובי של משבר הזהות תלוי ברצונו של הצעיר להכיר בעברו ולכונן המשכיות רצופה עם חוויות העבר שלו, כלומר למצוא מענה לשאלה "מי אני?", בנוסף עליו ליצור אוריינטציה כלשהי לגבי העתיד ולהתמודד עם השאלה "לאן פני ומה ברצוני להיות?". על המתבגר לפתח מחויבות כלפי מערכת כלשהי של ערכים, אמונות, מטרות מקצועיות, השקפת עולם ולהסכים עם המיניות שלו. רק בעקבות התפתחות היבטים אלה, תתאפשר האינטימיות של אהבה מינית ורגשית ויתאפשרו יחסי רעות עמוקים וחופש ההפקה העצמית בלי לאבד את זהות האני. כך תיסלל הדרך להתקדמות לקראת השלב הבא במעגל החיים- "אינטימיות לעומת בידוד"- השלב הבא בשמונת השלבים של אריקסון. (אריקסון, 1959).

המתבגר שניכשל בחיפוש אחר זהותו ייקלע לחוסר גיבוש תפקידו בחיים ולבלבול תפקידים. אדם כזה עלול לפתח התעסקות יתר בפעילות חד צדדית מרה והרסנית כלפי עצמו. הוא ימשיך לחטט באופן מוגזם בדעתם של אחרים עליו, או שיעבור לקיצוניות שנייה של אדישות לדעת הזולת עליו תוך כדי התכנסות אל תוך עצמו, ובריחה מהחברה על מנת לשכך את החרדה שיוצר בו חוסר הגיבוש שלו. חוסר גיבוש זהות האני ומבוכה אישית שהפכו לקבועים מצויים אצל עבריינים כרוניים ואצל פסיכופטים בעלי אישיות מפורקת. במקרים קשים יותר עלולה התמונה הקלינית להוביל לקראת התאבדות או ניסיונות התאבדות.

"רבים מין המתבגרים בשלב המאוחר של ההתבגרות, הסובלים מחוסר גיבוש מתמשך, יעדיפו להיות שום אדם, אדם רע או אדם מת... מאשר להיות מישהו שהוא לא משהו" (אריקסון 1959). בעשור האחרון מספרם של ניסיונות ההתאבדות בקרב מתבגרים הולך וגדל. (מוס, 1988).

2.1.3 שינויים קוגניטיביים בגיל ההתבגרות:

תקופת ההתבגרות מציינת את המעבר מהחשיבה המוחשית של הילדות לחשיבה המופשטת והביקורתית של הבגרות, ניתן להצביע על חמש תכונות אופייניות של צורת חשיבה בגיל ההתבגרות:

1. היכולת לחשוב על אפשרויות שונות- אצל הילד ממרכזת בדרך כלל החשיבה בנתונים קונקרטיים שנמצאים ממש לנגד עיניו, כלומר הוא חי בעולם המיידי של כאן ועכשיו. לעומת זאת בגיל ההתבגרות למתבגר יכולת להתרחק מהגבולות של אותו עולם מיידי והמצב מאפשר לו לחשוב לא רק על מצבים נתונים אלא גם על מצבים אפשריים.
2. חשיבה המבוססת על השערות- אצל מתבגרים קיימת היכולת גם לנסח השערות ולחשוב גם על הבלתי סביר והבלתי אפשרי ומכאן נובעת יכולתו להגיע לטווח רחב מאד של מצבים שונים שמחינה תיאורטית יכולים להתרחש במציאות מסוימת.
3. חשיבה מראש- ילדים צעירים חיים במידה רבה בהווה ולעיתים להם לצפות מה יהיה בעתיד לעומת זאת בגיל ההתבגרות קיימת יכולת לחשיבה על תכנון העתיד, הכוונה כאן היא בעיקר לאותם תחומים שבהם המתבגר מוכן להתמודד על מטלה אינטלקטואלית שדורשת ממנו תחזית לקראת העתיד על סמך הנתונים שבידיו.
4. יכולתו של האדם לחשוב על מחשבותיו- תכונה קוגניטיבית זו מתבטאת בכך שהמתבגר הופך יותר ויותר מודע לפעילותו המחשבתית ולכן הוא יכול לפתח שיטות שונות כדי לשפר את יכולתו ולעשותה יעילה יותר.
5. חשיבה מעבר למגבלות העבר- ביחד עם יכולתו של המתבגר לחשוב בצורה הגיונית יותר מתגלית גם נטייה בולטת לחשוב על נושאים שעד כה היו רחוקים ממנו וככל הנראה הוא גם לא היה מודע להם, האופקים נעשים רחבים יותר והוא מתחיל לחשוב על נושאים כמו חברה, פוליטיקה השקפת עולם ועוד נושאים שלפני כן לא יכול היה לגשת אליהם במישור המחשבתי (סולברג, 1944)

2.2 גיל המעבר

2.2.1 שינויים פיזיולוגיים בגיל המעבר:

גיל המעבר הוא התקופה השלישית בחיי האישה והגבר והוא חל בסביבות העשור החמישי לחיים. תקופה זו מלווה בשינויים פיזיים נפשיים ומנטאליים. אצל האישה שינויים אלו ברורים ומהירים ונמשכים עד 3 שנים, בעוד שאצל הגבר השינויים איטיים, הדרגתיים ונמשכים לאורך שנים. (מיליצ'ר, 2006) מתוך האתר: נובו נורדיסק).

בגיל המעבר מתרחשים סימפטומים פיסיולוגיים רבים. הסימפטום השכיח ביותר הוא הופעתם של גלי חום והוא מופיע בקרב 70-80 אחוזים עוברי גיל המעבר. גלי החום יכולים להיות קלים מאוד אך גם עלולים להיות חמורים עד כדי גרימת דיכאון. הם מתחילים כתחושת חום פתאומית וחולפת ולעיתים מלווה בפעימות לב מואצות, עקצוצים בידיים, ובחילה. בחלק מהמקרים מופיעה לאחר גל החום תחושת קור. בקרב נשים הגלי החום נעלמים שנה או שנתיים לאחר הופעת המנופאוזה (הפסקת קבלת הווסת). גלי החום מופיעים עקב צניחה ברמת האסטרוגן שצונח עם הכניסה לגיל המעבר. בעקבות גלי החום מופיע זיעת לילה שבאה ברצף אחד עם גלי החום.

כמו גלי החום, גם פעימות לב מואצות יכולות להיות בטווח שבין האצה קלה לחמורה. פעימות לב מואצות נגרמות בשל אי איזון בין מערכת העצבים הסימפתטית למערכת העצבים הפאראסימפתטית ולעיתים קרובות הן קשורות לפחד ולחרדה. בנוסף מופיעות מיגרנות עקב רמת ההורמונים הבלתי מאוזנת.

בגיל המעבר מופיעות גם דלקות בדרכי השתן, העור נהפך יבש ומחוספס, במיוחד סביב העיניים, ומתרחשת הידלדלות בעצם. תהליך זה ידוע בשם אוסטיאופורוזיס והוא נגרם בשל דיאטות תמידיות, אכילה לא מספקת, פעילות גופנית מופרזת או אנורקסיה. בשל כך אנשים רבים לא מגיעים לצפיפות העצם המרבית ולכן בגיל המעבר, כאשר רמות ההורמונים משתנות צפיפות העצם נפגעת וכתוצאה מכך נעשים נמוכים וכפופים יותר. יחד עם זאת חלה ירידה בשמיעה, בראייה ומחלות ריאה חסימתיות כרוניות, סרטן הריאה וסרטן הערמונית הינם המחלות השכיחות ביותר בגיל זה.

החשק המיני, ההתעוררות המינית, הביצוע המיני והפעילות המינית יורדים כולם במידה ניכרת עם הכניסה לשלב המעבר. הסיבות לפעילות המינית המופחתת כוללת את אובדן הליבידו (חלקית, בגלל ייצור מופחת של אנדרוגן), מחלות כרוניות וגורמים חברתיים סביבתיים, כמו גם הפרעה בזקפה. התדירות, המשך והדרגה של זקפת הפין יורדים בצורה ניכרת עם הגיל. במקביל, בקרב הנשים, חלה ירידה בתשוקה המינית. אצל חלק מהנשים איבוד התשוקה המינית קשור למחסור באסטרוגן או בהידלדלות רקמת הנרתיק (נורתרפ, 2002).

בחברה המערבית המנופאזה (הפסקת מחזור הוסת) נחשבת כמחלת חסר. ישנו תהליך פיזיולוגי שלא מוטל בספק שמעורב במנופאזה, אבל מנופאזה היא יותר מאשר אירוע ביולוגי פשוט. פקטורים חברתיים תרבותיים תורמים רבות באיך שהאישה מגיבה למנופאזה. החברה המערבית מיחסת ערך גבוה להארכת הנעורים וזה כתוצאה מירידה בערך האישה המבוגרת, חוסר ההערכה הזה חודר עמוק למוחנו ע"י תוכניות טלביזיה, סיפורי אגדות וסרטים. לעומת זאת בחברות מסורתיות רבות בעולם האישה מצפה למנופאזה משום שהיא מביאה איתה כבוד גדול ומנוחה מלידות.

מחקרים שנעשו בתרבויות מסורתיות מצביעים על כך שרוב הנשים בחברות אלה עוברות את המנופאזה ללא גלי חום, וסימפטומים אחרים השכיחים במנופאזה בנשים במדינות מתפתחות. אוסטיאופורוזיס כמעט ולא קיים למרות העובדה שאישה ממוצעת בהרבה חברות מסורתיות חיה לפחות 30 שנים לאחר המנופאזה.

מחקר חוצה תרבויות מדגים בבירור שהשקפה תרבותית של המנופאזה מקושרת ישירות לסימפטומים של המנופאזה. אם ההשקפה התרבותית לגבי המנופאזה שלילית, כפי שזה בארה"ב, הסימפטומים שכיחים למדי, לעומת זאת אם המנופאזה נצפית באור חיובי, הסימפטומים פחות שכיחים. במחקר שנעשה על נשים אינדיאניות משבט המאיין, במטרה לבדוק את ההשפעה התרבותית על המנופאזה, בדקו רמות הורמונים, צפיפות עצם והיסטוריה רפואית ב-52 נשים לאחר גיל המעבר.

המחקר הראה כי אף אישה לא חוותה סימפטומים כמו: גלי חום או סימפטומים אחרים של גיל המעבר, לא היתה עדות לאוסטיאופורוזיס באף אישה, למרות

העובדה שהפרופיל ההורמונאלי שלהן היה זהה לנשים אמריקאיות לאחר גיל המעבר.

החוקרים במחקר זה חשו שהגישה של נשות המאיון כלפי המנופאזה היתה הגורם למעבר ללא סימפטומים, הן רואות את המנופאזה כאירוע חיובי אשר ייתן להן כבוד ומנוחה מהבאת ילדים לעולם. (נהרי, 2006) מתוך האתר: טבע הריפוי).

2.2.2 שינויים פסיכולוגיים בגיל המעבר:

השינויים הביולוגיים משפיעים באופן ישיר על נפש האדם וגורמים לשינויים פסיכולוגיים רגשיים. למנופאזה ולירידה ברמות האסטרוגן בגוף, ישנה השפעה רבה על הבריאות הנפשית בקרב נשים. ישנם נשים שחשות הקלה על שאינן צריכות לדאוג עוד למניעת הריון, יש נשים שסולדות מדימום הוסת ולנשים אלה המנופאזה היא אירוע חיובי משום שהדימום יפסק. בנוסף המנופאזה מסמלת את קץ התקופה שבה הנשים קשורות לדאגות המשפחה והן מרגישות חופשיות להתפנות לנושאים ולפעילויות שמעניינות אותן, במילים אחרות הפסקת מחזור הוסת מעניקה להן תחושה של עצמאות ושל חופש ממחויבויות כובלות.

נשים אחרות מדברות על חופש מציפיותיהם של האחרים ומרגישות בגיל המעבר צורך מופחת להתאים עצמם לציפיות החברה, הכרה זו מאפשרת להן להעריך מחדש את רצונותיהן ואת דרך הפעולה הרצויה להן.

אף כי נשים רבות מרגישות רגשות חיוביים למנופאזה, יש מיתוסים רבים המעידים ההפך. המיתוס הנפוץ הוא שהמנופאזה גורמת לתנודות במצבי הרוח, אי שקט, חרדה והתקפי פאניקה ודיכאון עמוק. בפועל רוב הנשים אינן מגיעות לדיכאון עמוק בתקופת המעבר אם כי יתכן שיחוו שינויים רגשיים שונים שלעיתים יכללו דיכאון וחרדה. סיבה נוספת להישרדותו של מיתוס הדיכאון היא תרבותית. בימינו תקופת הנעורים היא הרצויה ותקופת המעבר רצויה פחות, הצעיר הוא היפה והמבוגר- מכוער. התרבות שלנו עמוסה בסטריאוטיפים שמציגים את הנשים המבוגרות כבלויות וחסרות חן.

מיתוס נוסף של המנופאזה הוא הרעיון שתסמיני גיל המעבר קיימים רק במחשבה, כלומר אם את סובלת מגלי חום קשים או מחוסר שינה הסיבה היא פסיכולוגית ולא פיזיולוגית, כלומר הבעיה יותר חמורה ואישית כיוון שהיא תלויה בהתייחסות הנפשית שלך ואין לה פיתרון מדעי ופשוט.

התסמינים הרגשיים ונפשיים שנשים אכן חוות בתקופה זו הם אי נוחות רגשית עם עצמן וסביבתן. אי הנוחות כוללת נרגזות, נטייה לבכי ללא סיבה ממשית, דאגה מופרזת, ירידה באנרגיה, קשיי ריכוז ואיבוד הזיכרון. (מינקין, רייט, 2001).

השינויים בגיל המעבר משפיעים רבות על הזוגיות הבוגרת. במערכת יחסים טובה מצטיינים בני הזוג ביכולת להסתגלות, ברצון להתפשרות ובהתייחסות כנה ואוהבת אחד כלפי השני. התכונות האלה יוצרות את האווירה החיובית שעוזרת לבני הזוג לקבל את השינויים ולהתמודד איתם.

כאשר הילדים בוגרים והעבודה מתמעטת מתחולל תהליך של התקרבות ובני הזוג מתחילים לחזור זה לזה. המציאות החדשה לעיתים קשה כיוון שהיא ממחישה את עקרון הבחירה. המעורבות המוגברת מביאה על פני השטח את הערך האמיתי של הקשר ומעמידה במבחן את חוסנו וחשיבותו.

גיל המעבר הוא תקופה של למידה עצמית וקבלת שינויים. אם בני הזוג פתוחים לקראת השינויים כך משתנה גם הקשר הזוגי ביניהם. השינויים יתקבלו והקשר יתחזק רק כאשר בני הזוג יגיעו להסכמה בנקודות עקרוניות אלה:

- א. לכל אחד מבני הזוג הזכות לפרטיות וחופש בעיסוקים שהוא בוחר לעצמו.
- ב. לכל אחד הזכות לנצל את זמנו לפי בחירתו, האחד לא יכפה את הסטנדרטים שלו על השני.
- ג. יש לחלק מחדש את חובות הבית בדרך של משא ומתן וברגע שנעשתה החלוקה אין האחד מפעיל סמכות של ביקורת ושיפוט על מעשי השני.
- ד. שני בני הזוג עוזרים אחד לשני על פי רצונותיהם ובהתאם לצרכים שלהם. אחרי הכל הם צוות.

נישואים של אנשים מבוגרים נתפסים באופן סטריאוטיפי כזירת מאבק בין גבר שאיבד מעוצמתו כראש וכמפרנס והאישה הקשה והשתלטנית. במציאות הזוגות מצליחים להגיע לדו קיום דמוקרטי. היחסים ביניהם מושתתים על ידידות וקשר רגשי עמוק, קשרים שלא מעט מבין הזוגות הצעירים מצליחים לבנות ולגבש. (רובינשטיין, 1999).

בניגוד לתפיסות הסטריאוטיפיות על הגיל המבוגר והזקנה, אנשים מבוגרים מסוגלים בהחלט להגיע לדרגה גבוהה של קשרים אינטימיים ביניהם. אינטימיות מתבטאת במידה הרגשית שהם מסוגלים לחוש אחד כלפי השני ולבטאה בפועל. אדם מבוגר צמא לקשר רגשי אך רבים מהמבוגרים שבויים באמונה שהם אינם זקוקים עוד לבטא אינטימיות. ממחקרים על מיניות האדם המבוגר עולה כי אם בן הזוג המבוגר משתף פעולה, ההרגשה הכללית שלו שבירה וקיימת משיכה מינית לבן הזוג הזוגיות אכן מהנה ובריאה למרות השינויים הפיסיולוגיים.

נשים רבות מאמינות כי השינויים הפיזיולוגיים מפחיתים או מפסיקים לגמרי את הנאתן המינית. מחקרים מוכיחים באופן חד משמעי שאין סיבה שהאישה לא תהיה פעילה מבחינה מינית אפילו עד לזקנה המופלגת. במילים אחרות התייחסותה הפסיכולוגית של האישה כלפי מין קובעת את מידת ההנאה שלה מיחסי המין. אישה שעד גיל הבלות נהנתה ממערכת יחסים טובה יכולה להמשיך ללא הפרעות באיכות ובתדירות פעילותה המינית גם אחרי תקופת הבלות. אישה שחיי האישות שלה היו בעיתיים והמערכת האינטימית שלה היתה לא מספקת עלולה למצוא תירוץ נוח להפסקת הפעילות המינית בשינויים ההורמונאליים הנגזרים מתהליכי הבלות.

ייתכן שהקשר הרגשי בין שני אנשים מבוגרים יהיה חסר עוצמות התשוקה שהיו אופייניות בשנים הקודמות אך דווקא בגלל זה ניתן לפתח ולקיים קשר המושתת על חיבה ושותפות אמיתית. בני הזוג יכולים ליהנות מאינטימיות שאין בה הגבהים הארוטיים אך אין בה גם הלחץ, הנמהרות והמוגבלויות המלוות לעיתים קרובות אינטימיות של צעירים. יש זמן, יש עומק, יש ביטחון רגשי ואלה הן ההנאות הרגשיות הבאות עם הבשלות של הגיל המבוגר. (רובינשטיין, 1999).

פרק 3: תפיסת זוגיות

הזוגיות היא נושא מרכזי ומשמעותי בכל הזמנים ובכל התרבויות, עסקו בו פילוסופים, אנשי דת, סופרים, משוררים ואומנים לסוגיהם. הזוגיות היא רבת משמעויות, תחושות ורגשות מגוונות. בחברה המודרנית, נחשבת האהבה הרומנטית ליסוד מכריע בבחירת בן הזוג ובהיווצרותה של הזוגיות. אהבה רומנטית מוגדרת כצורך עז בקרבה גופנית ונפשית עם אדם אחר, צורך שמלווה במשיכה מינית. היא מאופיינת בגעגועים, חיפוש אחר קרבת הנאהב, בדאגה לו ובבקשת טובתו. (סמילנסקי, 1993). ראשית האהבה הרומנטית היא בתקופת ההתאהבות, תקופה סוחפת שעלולה להתגלות בכל פרק בחיים, מילדות ועד זקנה, אך לרוב מופיעה זמן קצר לאחר הבגרות המינית ונעה בין 18 חודשים לשלוש שנים. תהליך ההתאהבות הוא תהליך הדרגתי המתפתח בשלבים שונים הבונים את מערכת היחסים הזוגית ומושפע מגורמים ומרכיבים שונים (דמיון, יופי, משיכה, מוכנות לקשר ועוד) המשפיעים על ביסוס הקשר ואיכותו. תיאוריות רבות מסבירות את תהליך בחירת בן הזוג שבמהלכו מתמסר האדם להיבטיו החיוביים, השליליים, הגופניים ונפשיים של האישיות האהובה. (מלאך פיינס, 2003).

למרות שהזוגיות מהווה חלק מרכזי בהווה האנושית היא כמעט ולא הוזכרה בעולם המדע הפסיכולוגי והביולוגי עד לפני כמאה שנה, ובמילים אחרות המדע התעלם מן הזוגיות ורק לאחרונה החלו לצוץ תובנות ותיאוריות המנסות להגדיר מהי. (יובל, 2005).

3.1 מהי זוגיות?

זוגיות מוגדרת כקשר בוגר בין שני אנשים, המבוסס על אינטימיות, מחויבות ותשוקה. מרכיבים אלו קיימים בכל מערכת יחסים והם יכולים להשתנות בשלבים השונים בקשר הזוגי, במינונם ובחשיבותם אצל כל זוג ואצל כל פרט בתוך הזוג.

אינטימיות היא המרכיב המשפיע והמרכזי ביותר בקשר הזוגי והיא מתבטאת באופן רגשי ופיזי. האינטימיות הרגשית כוללת בתוכה קרבה, חמימות, פתיחות, דאגה, שיתוף, רצון לתת ולקבל, אמון והבנה הדדיים.

האינטימיות הפיזית מתייחסת לקרבה ממשית, למגע, לחיבוק וכדומה. המגע הגופני מכיל מוכרות והבנת גופו של האחר (קורן, 2002)

סטרנברג (2003) ערך מחקר ומצא שהמושג אינטימיות כולל שבעה היבטים שונים:

1. דאגה לרווחתו של האהוב: הרצון לגרום אושר לאדם האהוב. לעיים מקריב האהוב את אושרו שלו למען האושר של אהובו, אך בדרך כלל הוא גם מצפה לגמול ביום מין הימים.

2. תחושת שמחה מעצם נוכחותו של האהוב: הנאה מקרבתו של האדם האהוב. כשבני הזוג מבליים יחד, הם לא רק נהנים, אלא גם צוברים מאגר משותף של זיכרונות, שמהם יוכלו להבנות ולשאוב נחמה בזמנים קשים. הבילוי וההנאה מזינים את הזוגיות ומשפרים אותה.

3. הוקרת האהוב: רחשי הערכה וכבוד לאדם האהוב. גם אם מכירים בחולשותיו ובחסרונותיו של בן הזוג, הדבר אינו פוגע בכבוד שרוחשים לו.

4. היכולת לסמוך על האהוב בעיתות מצוקה: הביטחון שהאדם האהוב יחלץ לעזרה כאשר העזרה תידרש. היבט זה של אינטימיות מצוי בעידוד ותמיכה במצבים של עלבון, מצבי לחץ ומשברים.

5. הבנה הדדית בין אוהבים: היכרות עמוקה עם האדם האהוב. האהוב מכיר במעלותיו ובחסרונותיו של בן הזוג, יודע כיצד הוא מרגיש ויכול להגיב באמפתיה כנה למצבו הרגשי.

6. היכולת לחלוק הכל עם האהוב, נפשית וחומרית: הנכונות של האהוב לשתף את בן הזוג בכל ולהעניק לו מעצמו, מזמנו, וגם מנכסיו.

7. הכרה בחשיבותו של בן הזוג עבורנו: הכרה בערכו של האדם האהוב עבורנו והידיעה כי הוא חלק בלתי נפרד מחיינו.

ההיבטים הנ"ל מגדירים בעצם מהי האינטימיות ואיזה חלק מרכזי היא תופסת בבניית הקשר הזוגי. ניתן לראות כי האינטימיות היא תולדה של קשרים הדדיים חזקים ויציבים ומקורה בחשיפה עצמית, כלומר הסרה של העטיפות, הקליפות והתחפושות שחוצצות בין אנשים ומסתירות את ה"עצמי". רבים מהאנשים חוששים שייפגעו אם ייחשפו מדי בקשר הזוגי ומאמינים כי אם יחשפו חולשה או חסרון בפני בני זוגם תיפגע מערכת היחסים ותינזק. אינטימיות גבוהה מדי יכולה להוביל גם לאיבוד קיומו העצמאי של האדם בנפרד מבן זוגו, ומעטים האנשים שמוכנים להיבלע בתוך הקשר הזוגי ולאבד את עצמאותם וייחודם. בתחילת הקשר רוב הזוגות אינם מצליחים להגיע לאיזון יציב בין האינטימיות לעצמאות והייחודיות וכך, במשך הזמן, הם בונים את האינטימיות בהדרגה והיא מספקת חלק ניכר מהריגוש שממלא אהבות רבות.

למרכיב **המחויבות** בזוגיות יש שני היבטים: קצר טווח וארוך טווח. ההיבט קצר-הטווח הוא ההחלטה לאהוב מישהו, ואילו ההיבט ארוך-הטווח הוא המחויבות לקשר. ההחלטה לאהוב והמחויבות לקשר לא בהכרח קורות במקביל וההחלטה לאהוב אינה תמיד מרמזת על מחויבות לאותה האהבה. מוסד הנישואין מהווה מעין חותמת חוקית לשני ההיבטים הנ"ל.

במרכיב המחויבות אמנם לא קיים הלהט או הגירוי שישנם באינטימיות ובתשוקה, אך בתקופות שפל, מרכיב המחויבות הוא זה ששומר על הזוגיות ועוזר להתגבר על הקשיים.

קשה להגדיר מהי בעצם המחויבות לקשר אך ידוע שהיא מתייחסת למימד הקביעות ההמשכיות והבלעדיות של הקשר הזוגי. היא משקפת את הרצון ההדדי של בני הזוג להישאר בתוך הקשר שבו הם חשים שותפים רצויים ומקובלים.

מרכיב **התשוקה** הוא הכמיהה העזה לאיחוד מלא ככל האפשר עם האדם האהוב. תשוקה היא בעיקר ביטוי של מאווים וצרכים כמו הערכה עצמית, טיפוח, שייכות, שליטה, סיפוק מיני ועוד והיא מתבטאת בעוררות פסיכולוגית ופיזיולוגית.

במערכת היחסים הזוגית התשוקה מתחברת לעיתים קרובות עם האינטימיות והן משלימות זו את זו, תשוקה היא מה שגורם לאנשים להימשך זה אל זה בתחילת הקשר והאינטימיות היא שעוזרת לטפח ולשמר את הקרבה שנוצרה.

מקורה של התשוקה בדפוס התנהגות ראשוניים והיא בדרך כלל מתייחסת לתחושה הקלאסית של הגירוי המיני- המשיכה לגעת, להתקרב ולקיים יחסי מין. בנוסף תשוקה יכולה להיות גם תשוקה לשהייה במחיצת בן הזוג, להנאה מחשיבתו, מדבריו ומרגשותיו. שאדם חש תשוקה הוא כמה לאיחוד מלא ומיזוג עם האדם האהוב, הן ברמה הפיזית והן בנפשית.

שלושת מרכיבים אלו יכולים להיכלל במערכת זוגית במינונים משתנים, המשפיעים על אופי הקשר ועל שביעות הרצון מהקשר מה שמעצב ויוצר סגנונות זוגיים שונים:

זוגיות לפי המודל ה"קלאסי"- זוגות שאצלם הקשר בנוי על מחויבות וביטחון. יש ביניהם משיכה והם דואגים זה לזה, אך הזוגיות שלהם אינה כוללת חברות ואינטימיות רגשית. זוגות רבים המקיימים סגנון זוגי כזה מרוחקים נפשית ואינם נהנים משיתוף, מקבלה מלאה של האחר ומהיכרות עמוקה.

זוגיות שמהותה "מסגרת"- זוגות המקיימים מסגרת נישואים ריקה מתוכן רגשי ובעצם הם קשורים על ידי המסגרת הם מקיימים ביניהם מחויבות מלאה, למרות הריקנות הרגשית וחוסר האהבה והעניין ההדדיים.

זוגיות של "צוות לעניין"- זוגות שהם ידידים או שותפים שבקשר שלהם יש אינטימיות ומחויבות אך אין תשוקה ומשיכה. אלה הם זוגות שיש ביניהם אהבה, אינטימיות נפשית, אמון, ביטחון, מחויבות ודאגה להתפתחות הדדית אך המשיכה המינית נעדרת מיחסיהם. לעיתים התשוקה לא היתה מתחיל הקשר הזוגי ולעיתים היא מתפוגגת ונשחקת במהלך השנים.

המודל נבנה מלכתחילה בהתאם לצרכים ולחרדות של בני הזוג וכדי לשנות את המודל ואת הדפוסים הקבועים של הקשר הזוגי מוכרחים בני הזוג לחולל שינוי בכיוון זה, בזמן זה ובעוצמה זהה. (קורן, 2002).

3.1.1 הגישה הביולוגית- אבולוציונית לזוגיות:

על פי תורת האבולוציה, האנושות נוצרה בתהליך של ברירה טבעית. אורגניזמים שהצליחו להסתגל לסביבתם שרדו והתרבו, ואילו אלה שלא הסתגלו נכחדו עוד לפני שהצליחו להתרבות. חוקרים מתחומי הביולוגיה, הפסיכולוגיה והתרבות

טוענים כי את הזוגיות הבוגרת מניעים גורמים אבולוציוניים והיא תוצאה טבעית של שלושה צרכים בסיסיים. הראשון הוא הצורך בהגנה, כלומר בני אדם מחפשים את קרבתם של אחרים קודם כל למטרת הגנה מפני איום חיצוני. בן הזוג מחויב (מרכיב בסיסי של הזוגיות) להגן מגורמים מסוכנים ולספק ביטחון לאדם אליו נקשר.

הצורך הבסיסי השני הוא הצד השני של המטבע, הצורך להגן. חוקרים מתחום הפסיכולוגיה האבולוציונית טוענים שאנשים רוצים לא רק שבני זוגם יגוננו עליהם, אלא גם לגונן על בני זוגם. משום כך נוטים גברים רבים להימשך לנשים שבמובנים רבים מזכירות להם פעוטות חסרות אונים, הנשים מצידן אוהבות את "הילד הקטן" שחבוי בגברים שלהן ומשתמשות בכינויי חיבה מזעריים וילדותיים (חמודי, מתוקי וכדומה).

הצורך השלישי הוא הצורך במין, והא מתקשר בעיקר למרכיב התשוקה. גברים יכולים להפיץ את הגנים שלהם בקלות רבה והם פוריים שנים רבות יותר מנשים, לכן מבחינה אבולוציונית לגברים נטייה חזקה יותר לקשרים מיניים רבים, מלאי תשוקה וקצרי-טווח. הם פחות בירניים מנשים בבחירת בנות הזוג אבל הם מעדיפים בעיקר נשים יפות וצעירות, תכונות שבטבע מעידות על בריאות ופוריות.

מנקודת מבטה של תורת האבולוציה התפקיד האולטימטיבי של הזוגיות הוא למלא את מצוות "פרו ורבו ומלאו את הארץ", כלומר אנשים מתשרים אחד לשני כדי להתרבות ולהפיץ את הגנים שלהם. (סטרנברג, 2003).

בוס (1988) הציע מסגרת המציגה את הזוגיות כקטגוריה טבעית של מערך תחושות והתנהגויות. התנהגויות אלו נוצרו כדי לשרת פונקציות, להתמודד עם מטלות ולהשיג יעדים הקשורים בתהליך הבטחת המשכיות בין דורית חיובית. הקריטריון המרכזי בתרבויות השונות הוא בחירה נכונה שלבן הזוג והולדת צאצאים איכותיים. לשם כך מתפתח תהליך אבולוציוני שיעדיו הם: למשוך את בן הזוג, לשמור על בן הזוג ולהביא ילדים לעולם.

גם הקריטריון של בלעדיות ונאמנות בזוגיות מתבסס על הביולוגיה. מטרות הבלעדיות הן להבטיח לגבר שהיילוד יהיה בנו הביולוגיה ולתת לשני בני הזוג

ביטחון במחויבות ההדדית להמשכיות הקשר ובעיקר לאחריות קיומם והתפתחותם של הצאצאים (סמילנסקי, 1993).

3.2 תהליך הבחירה הזוגית

איך נעשית הבחירה הזוגית, שכוחות כה רבים, חרדות וכמיהות פועלים עליה? מדוע אנו בוחרים אדם מסוים ולא אחר? האם הבחירה היא הורמונאלית, רציונאלית, חברתית, או שהיא נובעת ממקומות מורכבים ועמוקים יותר? תיאוריות וגישות פסיכולוגיות וסוציולוגיות מנסות להסביר את מסתורי הבחירה הזוגית.

הגישה הראשונה היא הגישה החברתית-תיאורית החילופים, גישה זו מתייחסת למכלול התכונות של בן הזוג המיועד. לפי הגישה אנו נוטים להעריך את בן הזוג המעומד באופן כולל- לשקול אותו/אותה על פי ערך/שיווי מקובלים: הופעה חיצונית, השכלה, מעמד כלכלי-חברתי, רגישות, חוש הומור, חברתיות, אינטליגנציה ועוד. אנו מחשבים את סך כל נקודות הזיכוי של המועמד/ת ואם ניקוד זה מתאים למה שאנו מעריכים את עצמנו- ניתן לבצע את השידוך. כלומר לפי גישה זו מזווגים דומה בדומה תוך שאיפה למקסימום התאמה ולכך ששני בני הזוג יהיו מסופקים, שיקבלו את השווה להם בערכם.

תיאוריה נוספת היא תיאורית ה"פרסונה", בדומה לתיאורית החילופים גם היא טוענת כי אנו מחפשים בת/בן זוג שיעניקו לנו תמורה הולמת ורצויה. התמורה המבוקשת בזיווג היא קבלת חיזוק להערכה העצמית שלנו, כלומר בן הזוג הנבחר נועד להתאים ולהשלים את הדימוי שלנו, ואפילו רצוי שישפר אותו, גם בפני עצמנו וגם בפני הסביבה החיצונית.

לפי תיאוריות אלו דרך הבחירה הזוגית אנו משתדלים לקבלת תמורה הולמת לערכנו שלנו- מראה, התפתחות רגשית, רמת הכנסה והשכלה, כישורינו החברתיים ועוד, ושואפים שה"נוצות" של בן זוגנו יוסיפו לערכנו ולדימוי העצמי שלנו. תהליך זה הוא תהליך מעשי ופרקטי ביותר אך הוא עונה, בעצם, גם על צרכים עמוקים, שאינם בהכרח מודעים ובמילים אחרות הבחירה הזוגית מושפעת מכוחות מן התת מודע בדמות חרדות וצרכים הנובעים ממידת הערך

העצמי והדימוי העצמי. הם קשורים לחוסר הביטחון של ה"אני" הזקוק לחיזוקים מבחוץ, לקישוט ב"נוצות" של בן הזוג (קורן, 2002).

קיימות גם גישות לבחירת בני הזוג, המתייחסות לעיתוי ולמצב הנפשי שאנו שרויים בו בזמן ההיכרות. קורן (2002) מפרט על אינסטינקט הקינון לפיו בגיל מסוים, או בשלב מסוים בחיים, נשמע ה"אות הפנימי" הקורא להקמת קן זוגי, להולדת צאצאים ולבניית משפחה ואנו בוחרים בחבר או בחברה שנמצאים לצדנו באותו הזמן, גם אם הם לא בהכרח מתאימים, אהובים או מספקים. הם פשוט אלה שהיו שם, לצדנו, שהתעורר האינסטינקט ולחץ עלינו. לעיתים מתעורר האינסטינקט בעקבות ציון גיל ויום הולדת שנחשבים כמתאימים להתחלת הקינון ולעיתים כתוצאה מציפיות ולחץ שמפעילה הסביבה.

השפעה רבה על הבחירה הזוגית מיוחסת גם למצב הנפשי שאנו נתונים בו בזמן ההיכרות. לרוב המצב הנפשי הוא מצב של הזדקקות, חולשה ומצוקה השייכת לתחום הרגשי, כמו בזמן של אבל, מועקה או אהבה נכזבת. ההצלה ממצב פגיע זה מהוו שיקוי אהבה טבעי לשני הצדדים: למציל ולמוצל. כשהאדם מיטלטל ברגשות עזים של חרדה, חשש, חוסר אונים, כאב וכ"ו הוא פגיע וחשוף לחוש רגשות חזקים נוספים- התפעמות, התאהבות והמראות רגשיות עזות ורבות עוצמה. בשגרה, בתפקוד הרגיל והאוטומטי שלנו, אנו פועלים ברמה רגשית שמאפיינת אותנו באופן כללי. אבל שאנו חווים אירוע או מצב מסעיר, לחיוב או לשלילה, "שק" הרגשות שלנו נפתח ועוצמות בלתי מוכרות ובלתי רגילות ממלאות את רגשותינו. על רקע זה מוסברת התאהבות עזה, סוערת ומיידית בזמן מלחמה או בעקבות חילוך ממצב של מצוקה חמורה.

כאמור, הבחירה הזוגית יכולה להיעשות על פי צרכים פסיכולוגיים פנימיים ובלתי מודעים. זיגמונד פרויד היה הראשון שתיאר את שורשיה הלא מודעים של הזוגיות וטען כי גבר מתאהב באישה המזכירה לו את אמו ואישה מתאהבת בגבר המזכיר לה את אביה. פרויד האמין כי המשיכה לאדם המזכיר לנו את ההורה בן המין המנוגד לשלנו היא תופעה אוניברסאלית בעלת בסיס ביולוגי והסיבה לכך היא שהמשיכה קשורה לאותם שלבי התפתחות שכולנו עוברים בינקותנו. לדבריו, אהבה ומשיכה רומנטית היא ביטוי חברתי של היצר המיני "הליבידו"- האנרגיה היצרית- מינית שאיתה האדם נולד. בראשית חייו הליבידו של התינוק מופנה כלפי עצמו, הוא אוהב את עצמו ונהנה מגופו הנאה עצמית. מאוחר יותר, אם התפתחותו תקינה ובריאה, התינוק יכול להפנות את הליבידו החוצה

ולאהוב אנשים מחוץ לעצמו. אנשים אלה הופכים להיות "האובייקטים של האהבה" שלו. האובייקט הראשון של התינוק הוא כמובן האם, הוא יונק ממנה ומצוי בחיקה ובין השניים מתפתחת מערכת יחסים אינטימית. בשלב מאוחר יותר, המתרחש בין גיל שלוש לארבע המיניות מתמקדת בתפקוד של איברי המין המרתקים את הבן ואת הבת. הם מאוננים ומגלים עניין באיברי המין של האחרים. בשל "המשיכה הטבעית" אל המין השני הבן נמשך אל אמו והבת נמשכת אל אביה. פתרון משיכה זו הכרחי כדי שהילד יפתח זהות מינית גברית (על ידי הזדהות עם אביו) וכדי שהילדה תפתח זהות מינית נשית (תזדהה עם אמה). אם אכן גם הבן וגם הבת מחפשים את אובייקט האהבה הליבידו שלהם היה "מקובע" עליו בינקות, נשאלת השאלה מדוע הם אינם בוחרים באותו הורה כאובייקט של אהבתם הבוגרת? התשובה, על פי פרויד היא האיסור החמור על גילוי עריות, איסור המוטבע גנטית. כתוצאה מכך האדם לומד ל"התיק" את אהבתו ולהשקיע את הליבידו שלו באובייקטים אחרים של אהבה מחוץ למשפחה.

מחקרים מראים כי גם הדמיון בין בני הזוג הינו גורם מכריע בהתאהבות ובחירה הזוגית. הדמיון מתבטא בדמיון בתכונות האישיות, דמיון בגישה לדברים, דמיון במבנה הגוף והפנים, דמיון בתחומי העניין, דמיון באורח החיים ודמיון בהעדפה של צורות הבילוי. אנשים עשויים לבחור להם למאהבים ולבני זוג אנשים בעלי אפיונים ותכונות הדומים לשלהם. יתר על כן, ככל שבני הזוג דומים יותר באישיותם ובאפיוני הרקע שלהם כך גדלים נוחותם, תחושת התאמתם וסיפוקם מהקשר הרומנטי ביניהם. למרות שרוב המחקרים מראים כי אנו נוטים להימשך לדומה לנו, ישנם מחקרים המוכיחים כי קיימת גם משיכה אל השונה ושהפכים נמשכים. ניגודים יכולים להיות מסעירים יותר מדמיון. אחד המחקרים הראשונים של דרוייר והורביץ (1997) הראה כי זוגות מדווחים על סיפוק גדול יותר מהקשר מאשר בני זוג הדומים זה לזה. הסיבה היא שמלהיב לגלות שאנחנו מוצאים חן בעיני אדם שדעותיו מנוגדות לשלנו. אם אדם שדעותיו מנוגדות לשלנו מחבב אותנו אנחנו עשויים להסיק כי יש בנו עצמנו משהו, לאו דווקא בדעותינו, שמוצא חן בעיניו. ניגודים גם יכולים לספק תגמולים נוספים: כשאנחנו נמצאים בקשר עם אדם בעל עמדות שונות משלנו, או תחומי עניין שונים, גדלה הסבירות שנלמד משהו חדש ובעל ערך (מלאך פינס, 2003)

3.2.1 הבדלים בין גברים ונשים בבחירת בן הזוג

מלאך פינס (2003), מפרטת גם על ההבדלים בין המינים בבחירת בן הזוג. ברוב המשתנים המשפיעים על בחירת בן הזוג לא נמצאו הבדלים משמעותיים בין המינים. גברים ונשים מושפעים במידה דומה מתכונות אישיות, מדמיון, מסיפוק צרכים ומשוני. המשתנה היחיד שבו נמצא הבדל היה השפעת ההופעה החיצונית. רוב הגברים, לעומת פחות מהנשים מזכירים במחקרים את היופי כאחד מהגורמים המכריעים ביותר בבחירת בת זוגם. בנדגם שכלל למעלה מ-13.000 רווקים ורווקות בגילים 19-35 נמצא כי גיל צעיר ויופי חשובים לגברים יותר מלנשים. מחקר נוסף השתמש בתמונות של דוגמנים ודוגמניות בבגדי ים. ממצאי המחקר הראו כי שלגבי גברים די ב"סריקה" של "הנתונים הגופניים" של מועמדת כדי לכלול אותה בקבוצה המתאימה לקשר זוגי. לעומת זאת, "נתונים אישיים", כמו שאפתנות ומעמד היו נחוצים לנשים כדי שהגבר ייכלל בקבוצה המתאימה לקשר זוגי. נשים הדגישו את חשיבות המעמד וההצלחה הכלכלית של בן הזוג לעומת הגברים ששמו דגש על היופי והנתונים החיצוניים.

בנוסף התגלה הבדל בין גברים ונשים גם בהעדפת הגובה של בן הזוג. בעוד מרבית הנשים מעדיפות בן זוג הגבוה מהן, גברים מעדיפים נשים נמוכות מהם. גברים ונשים נמשכים גם לתכונות אישיות שונות. תכונות אישיות משמעותיות במיוחד במשיכתן של נשים היא דומיננטיות. גברים המתנהגים בצורה דומיננטית מושכים נשים יותר מאשר גברים המתנהגים בצורה כנועה. לעומת זאת ביטויי דומיננטיות אצל נשים אינם מושכים גברים.

3.3 תהליך ההתאהבות:

לאורך כל ההיסטוריה האנושית ניסו בני האדם להבין את מסתרי ההתאהבות ולשלוט בה באמצעות שיקויי אהבה, כשפים, תפילות ועוד אמונות תפלות. רבים רואים בה חוויה מיסטית, אחת מהחוויות המסעירות, המרגשות והמשמעותיות ביותר בחיים. רק לעיתים רחוקות ההתאהבות היא ממבט ראשון, לעיתים קרובות יותר היא מגיעה בעקבות היכרות מסוימת ואולי ידידות עמוקה. לפעמים המשיכה הראשונית היא להופעה החיצונית, לפעמים לתכונות אישיות

המתגלים רק בשלב מאוחר יותר ולפעמים היא תוצאה של חוויה רגשית משותפת.

ניתוח מחקרים מגלה כי בשליש מהמקרים ההתאהבות מתוארת כתהליך הדרגתי. כבר מילדותנו ניטעות בנו ציפיות ביחס להתאהבות ובחברה המודרנית החילונית כיום, נתפסת ההתאהבות כחלק חשוב מאד ואף הכרחי, בבחירת בני-זוג והקמת משפחה.

תיאוריות פסיכולוגיות מתארות את התהליך בשלבים מסוימים המתרחשים בסדר מסוים. למשל על פי תיאורית הדו שלביות, כרוכה ההתאהבות בסינון כפול: בשלב הראשון אנחנו מסננים את מי שנתפסים בעינינו "כלא מתאימים" ובשלב השני אנו בוררים בין מי שעברו את הסינון הראשוני את מי שנראה לנו כמועמד המתאים ביותר. הסינון הראשוני הוא אוטומטי ומושפע מאד מנורמות חברתיות המגדירות עבורנו את קטגוריית האנשים המותרים להתקשרות רומנטית. במילים אחרות, שלב הסינון הראשוני, המתרחש לפני שהפעלנו את מסנני האהבה האישיים שלנו, הוא שלב שהוגדר על ידי החברה, או תת התרבות בה אנו חיים. רק לאחר מעבר מוצלח של המסננת החברתית יכולה להתרחש ההתאהבות.

על פי תיאוריה מפורסמת נוספת ישנם שלושה שלבים להתאהבות: גירוי, ערך ותפקיד. בשלב הגירוי יודעים בני הזוג רק את המידע המינימאלי אחד על השני. המידע המינימאלי הוא ההופעה החיצונית, השנינות, הערך החברתי ועוד. מועמדים מעריכים את ערכו הכללי של בן הזוג ומשווים אותו לערכם. רק אם שני בני הזוג תופסים את משיכתם ההדדית כשווה פחות או יותר, יוכל הקשר להתקדם לשלב הערך. בשלב הערך מתחילים בני הזוג לצאת ביחד ולדבר עם האופן שבו הם תופסים דברים שונים. כשהם מגלים שדעותיהם דומות, המשיכה ביניהם גדלה והם יכולים לעבור לשלב התפקיד. בשלב זה הם בוחנים את יכולתם לתפקד היטב בצוותא בתפקידים שונים הקשורים לזהותם כזוג: אוהבים, שותפים, בעל ואישה. כאשר שני בני הזוג מגלים כי האחר מתנהג בצורה ההולמת את ציפיותיהם, ושהצרכים הבסיסיים שלהם משלימים, מערכת היחסים מעמיקה ונחוות כמספק במיוחד.

כשאנחנו מאוהבים אנו נוטים לעשות אידיאליזציה של האהוב. אנחנו רואים בו דברים נפלאים שלא בהכרח יש בו ולא רואים חסרונות ברורים לעין שיש בו.

פרויד כינה עיוורון אהבה זה כ"הערכה מינית מוגזמת". לדבריו, האהוב הופך לתחליף ל"אני האידיאלי". האני האידיאלי הוא חלק מ"האני העליון" הכולל את התכונות והערכים שההורים העריכו ותיגמלו. האדם המאוהב משליך את האני האידיאלי שלו על הנאהב. באופן זה תכונות וערכים הנמצאים בחלק זה של האני העליון, שאותם רואה האדם כאידיאלים נעלים ושואף להגיע אליהם, מושלכים על האהוב ונתפסים כקיימים אצלו. כל אחד מבני הזוג לא רק משליך על השני את החלקים המוכחשים הלא מודעים של עצמו אלא מזדהה עם ההשלכות שבן הזוג השליך עליו ומפנים אותן. למשל גבר שאשתו משליכה עליו את החלק התוקפני, השתלטני שבה, מפנים את ההשלכה, מזדהה עימה ורואה את עצמו כפי שאשתו רואה אותו. ארבע דפוסי הצרכים המשלימים השכיחים ביותר בין בני הזוג הם:

- אחד מבני הזוג דומיננטי ותוקפני, והשני כנוע ומזוכיסטי.
- אחד מבני הזוג מרוחק רגשית והשני זקוק לרגש וחיבה.
- אחד מבני הזוג חסר אונים וזקוק לטיפול ועזרה, והשני כל יכול.
- שני בני הזוג נמצאים במאבק מתמיד ותוקפני לשליטה.

מכך ניתן ללמוד כי ההתאהבות אינה מקרית או סתמית. אנשים בוחרים בחוכמה רבה, גם אם לא תמיד נראה כך, את בן זוגם, הבחירה מעוררת התרגשות עצומה, שימחה ותקווה הנחוות כהתאהבות.

3.4 הפיזיולוגיה של ההתאהבות:

בתהליך ההתאהבות מופעל תהליך כימי מסוים הכולל מספר הורמונים וחומרים אחרים הגורמים, בין היתר, לתשוקה מינית עזה. די בראיית האהוב, במחשבה עליו או אפילו בחלום עליו כדי להפעיל את החומרים. הכימיה של ההתאהבות מתחילה במולקולה קטנה, מולקולת pean המכונה "מולקולת האהבה". היא תמריץ טבעי הנוצר במוח ואחראי לתחושות של התרגשות, שימחה גדולה והתרוממות רוח. כאשר כמות pean עולה היא יוצרת תחושה של ריגוש מיני והתעלות, זוהי הסיבה

לכך שזוגות נוטים להיות פזורי נפש, מגורים מאד מינית, אופטימיים ומלאי חיים וחיוניות.

מולקולה זה כוללת גם פרמונים אחדים. פרמונים הם חומרים כימיים היכולים לשמש לאיתות מיני המועבר באמצעות ריח. כל אחד מאיתנו מריח טיפה אחרת ומשום כך יש לכל אחד מאיתנו מעין "חותמת ריח אישית". ריחות גורמים לתגובה באותו חלק במוח השולט ברגשות עזים כגון אקסטאזה ותשוקה.

חוקר המוח פול מקליין מזהה בעבודתו את המיקום המדויק שבו נחוות ההתאהבות במוח האנושי. במוחנו ישנה המערכת הלימבית שהיא השכבה המקיפה את גזע המוח ומשותפת לאדם וליונקים. היא אחראית לרגשות עזים כמו פחד, שנאה, שימחה, עצב ותשוקה.

3.5 בעיות בזוגיות:

אף על פי שנערכו מאות מחקרים במטרה לענות על השאלה מדוע אנשים מתאהבים וכן נערכו עשרות מחקרים במטרה לענות על השאלה מדוע אנשים מתגרשים, כמעט שאין מחקרים המנסים לבחון האם יש קשר בין השניים. אחד מהמחקרים הבודדים הראה כי קיים קשר בין התכונות המושכות ביותר והמעצבנות ביותר. התגלה כי התכונה שתוארה כמעצבנת ביותר היתה לעיתים קרובות הגזמה, השלכה של תכונה שתוארה כגורם העיקרי למשיכה הראשונית. פלמלי (1995) מצאה כי התכונות הגורמות לחוסר סיפוק מבן הזוג הן תרגום שלילי של אותן תכונות שגרמו מלכתחילה למשיכה הראשונית. פלמלי מכנה את התופעה "משיכה קטלנית" והיא מתארת שלושה תנאים עיקריים שעלולים להביא להופעת התופעה. התנאי הראשון הוא מצב של התאהבות הגורמת לעיוורון, שבהשפעתו אנשים עלולים שלא לתת את המשקל הראוי לתכונה המעצבנת. התנאי השני הוא היות התכונה המסוימת קיצונית ובולטת. לדוגמא, אם בן הזוג מושך משום שהוא מצליח מאד, בהמשך הוא עלול להיתפס כמכור לעבודה משום שדרך כלל קשה להצליח ללא השקעה רבה בעבודה. התנאי השלישי הוא שהתכונות המסעירות עלולות להפוך לבעייתיות במערכת יחסים ארוכת טווח.

ישנם אנשים שמתאהבים, מתחתנים עם האדם שבו התאהבו, וחיים באושר עד סוף ימיהם. ישנם אנשים החוזרים שוב ושוב על אותו דפוס של מערכות יחסים

מתסכלות. הם עלולים לעזוב בן זוג אחד משום שהוא חונק מדי או מרוחק מדי ולשוב ולהתאהב בבן זוג הדומה עד מאד לראשון. אנשים אחרים, המודעים להשפעת חסכי הילדות עליהם ונחויים בדעתם שלא לחזור עליהם מנסים לרפא את אותם הפצעים דרך הקשר הרומנטי. הם מעדיפים לבחור בן זוג שהוא "ידיד נפש", כלומר חבר טוב, שבא מרקע דומה ויש לו דעות דומות ותחומי עניין דומים, אדם נעים, טוב לב ומתחשב שאפשר לסמוך עליו. למרבה הצער במקרים רבים אדם זה אינו מסעיר מינית ואותם אנשים מעדיפים לוותר על התשוקה חסרת הגבולות למען ההבנה והתמיכה שתורפא את פצעייהם. כל בחירה ויתרונותיה, כל בחירה וחסרונותיה. בחירה רומנטית המוכתבת כל ידי כוחות לא מודעים, המונעת על ידי דחף להתגבר על חסך מוקדם, מאופיינת במשיכה גופנית מחשמלת, התרגשות עצומה ואהבה כפייתית. בחירה רומנטית מודעת, המונעת על ידי הדחף להתעלם מהעבר ולבנות קשר עם חבר קרוב ומבין, מבטיחה קשר נוח, נעים וקל אך מסעיר פחות, מה שמהווה סיבה עיקרית לבעיות בהמשך. (מלאך פינס, 2003).

פרק 4. הסבר הסוגיה על פי תיאוריה ומחקר מתחום הפסיכולוגיה:

4.1 התפתחות האישיות לפי אריק אריקסון (התיאוריה הפסיכו-סוציאלית):

התיאוריה של אריקסון על האישיות שייכת לזרם המכונה פסיכולוגיית "האני", הוא מדגיש את תפקידי האני כישות עצמאית ולא רק כישות המשרתת את צורכי הסתמי, כפי שפרויד טוען.

אריקסון הדגיש את חשיבות הקשר ההדדי שבין הפרט לסביבתו ואת השפעתו המכרעת על התפתחות האדם, לכן קרויה תורתו של אריקסון התיאוריה הפסיכו-סוציאלית כלומר- פסיכו= נפש וסוציאל= חברתי, משמע השפעת החברה על התפתחות הנפש.

בנוסף, אריקסון לא קיבל את גישתו של פרויד בדבר חלקות חיי האדם לשלבים לפי קריטריונים גופניים-ביולוגיים והוא הציע קריטריון אחר: קריטריון אישי-חברתי המתמקד ביחסי הגומלין של הפרט עם סביבתו. הוא טען שהאדם ממשיך בהתפתחות הפסיכולוגית גם בהתבגרותו ובגרותו, כל עוד נמשכים יחסי הגומלין בינו לבין הסביבה, אף שמבחינה מינית דומה מתבגר בן 15 לבוגר בן 25 או 55. אריקסון טוען למעשה כי האדם, נפש האדם מתפתחת כל חייו.

אריקסון הציע שמונה שלבים בחייו של האדם, המתייחסים גם לתקופת הבגרות והזיקנה. הוא אימץ את הרעיון של תקופה מכריעה, קריטית, מהתיאוריה של פרויד: כל שלב מתאים ללמידת רכיב חשוב כלשהו באישיות- תכונה או נטייה להתנהגות מסוימת (כמו אמון, עצמאות, יוזמה וכו') ואם אין האדם לומד רכיב מסוים בשלב המתאים, יהיה לו קשה לרכוש אותו מאוחר יותר.

כל שלב בתורתו של אריקסון מאופיין במשבר או קונפליקט המתבטאים בשמו של השלב, למשל אחד השלבים מכונה "אמון לעומת חשד", שם זה בא לציין שבשלב זה האדם נתון במשבר או קונפליקט בין תחושת אמון מצד אחד לבין תחושת אי אמון

מצד אחר. בנוסף אריקסון העמיד במרכזו של כל שלב משימה שעל הפרט לבצע, לדוגמה בשלב הראשון המשימה היא לרכוש אמון בסיסי. אריקסון התייחס לכל "משבר" או "קונפליקט" כחלק, חיובי, חלק בלתי נפרד בהתפתחות שכן המשבר, לדעתו, הוא אתגר התמודדות העשוי לגרום לבנייה ולצמיחה אישיותית, בתנאי שהוא נפתר על הצד הטוב. הוא האמין ששמונת השלבים הם אוניברסאליים, אבל שבני תרבויות שונות נבדלים זה מזה בהתמודדותם עם הקונפליקטים של כל שלב ובפתרונות שהם מיישמים (בר- אל ונוימאיר, 1996).

4.1.1 שלבי ההתפתחות:

בר-אל ונוימאיר מוסיפים עוד על התיאוריה של אריקסון ומפרטים את שלביה:

שלב 1- אמון לעומת חשד

בשנת החיים הראשונה התינוק תלוי בהוריו, גישתם אליו ואופן הטיפול שלהם, בעיקר הדמות המטפלת (בדרך כלל האם) משפיעה על רכיב אישיותי חשוב- אמון בסיסי שפירושו לתפוס את העולם כמקום בטוח ויציב שטוב לחיות בו ואת בני האדם כאנשים שאפשר לסמוך עליהם.

כל תינוק חווה למעשה חוויות חיוביות וחוויות שליליות לכן התינוק מצוי בקונפליקט בין אמון לבין חשד בסביבתו, מידה מסוימת של חשד היא אף חיונית לקיומו.

שלב 2- אוטונומיה לעומת בושה

בשנות החיים השנייה והשלישית חל מפנה חשוב בהתפתחות המוטורית והשכלית של הילד המאפשר לו להיות פחות תלוי בהוריו ולעשות בעצמו דברים שקודם לכן היו עושים עבורו. כל ילד בשלב זה מצוי בקונפליקט בין תחושת האוטונומיה שהוא חווה כאשר הוא מבצע דברים בעצמו לבין תחושות של ספק ביכולות, תלות ובושה כאשר מגבילים מדי את עצמאותו כאשר מענישים אותו על התנהגו עוצמאית או כשאינו מצליח לבצע דברים שנדרשים ממנו.

שלב 3- יוזמה לעומת אשמה

ילדים בשלב זה, בגילאי 4-6 מגלים סקרנות רבה כלפי העולם וסביבתו. סקרנותם מתבטאת בין השאר ביוזמות שהם מפעילים על סביבתם במטרה לבדוק את הסביבה ולחקור אותה.

כאשר הורים מעודדים את יוזמותיו של הילד הם יוצרים אצלו הרגשה של ערך עצמי ומעודדים אותו להמשיך להיות אדם סקרן, פתוח לסביבה ויוזם רעיונות ופעולות. הטלת מגבלות רבות מדי על הילד עלולים לגרום להתפתחות מצפון נוקשה מדי שמעורר בקלות רגשי אשמה על "מעשיו הרעים".

שלב 4- חריצות לעומת נחיתות

בשלב זה, בשנות הלימוד בבית הספר היסודי, מתרחב המעגל החברתי של הילד והוא כולל בנוסף על ההורים והאחים גם חברים, מורים ומדריכים בתנועות נוער. בתקופת חיים זו מבקש כל ילד לעשות דברים, לקחת חלק יחד עם אחרים ביצירת דברים שהחברה מעריכה ולהגיע להישגים. אם נער מצליח במילוי משימותיו החדשות תחושות הערך העצמי והמסוגלות העצמית שלו עולה. לעומת זאת אם ילד מרבה להיכשל ואינו זוכה להכרה והוקרה מצד החברה, הוא מפתח תחושה של נחיתות וכישלון, הוא אינו מאמין ביכולותיו ובטוח כי לעולם לא יגיע להישגים.

שלב 5- זהות לעומת טשטוש זהות

בגיל ההתבגרות המטרה העיקרית של המתבגר היא לבנות זהות אישית. אריקסון הקדיש את עיקר מאמציו להבנת התהליך של יצירת הזהות וההשלכות של הפתרון (שלילי או חיובי) של הקונפליקט המרכזי בשלב. השלב החמישי הוא השלב שבו מתמודדים עם המשימה הקשה וחשובה ביותר- יצירת זהות אישית.

ילדים מזדהים עם דמויות משמעותיות בחייהם ומפנימים את ערכיהן, דעותיהן והתנהגותן. לכן, עם תחילת גיל ההתבגרות משולה אישיותו של כל מתבגר למעין "פאזל" שכל חלק מחלקיו מייצג את הרישומים שהשאירה דמותו שהשפיעה עליו

בעבר. שינויים רבים, גופניים, מיניים, שכליים וחברתיים המתחוללים בתקופת ההתבגרות גורמים למתבגר להתלבט בשאלות: "מי אני?", "מהיכן אני בא?", "מה אני רוצה?". זהות פרושה יכולת הפרט להעריך את תכונותיו, או כוחותיו, ואת חולשותיו, לקבלם ולהחליט כיצד הוא רוצה לטפל בהם. זהות אינה מתפתחת מתהליכים ביולוגיים ואינה נרכשת מאליה, אלא יש לחפש אותה. מתבגרים מתרחקים מהוריהם ומחפשים אחר קבוצת הגיל (חברים) כדי, בין היתר, לענות על השאלה "מי אני?". התשובה לשאלה זו תלויה במידה רבה בחברים: הם מספקים למתבגר דגם לחיקוי המסייע לו בהגדרה עצמית. הם גם נותנים לו משוב על התנהגותו, המשוב מאפשר לו לדעת מה דעתם עליו וכך הוא לומד על עצמו. לכן מתבגרים מושפעים מאד מחבריהם ומחשיבים את תדמיתם בעיני הזולת. חוסר הסבלנות של הקבוצה כלפי כל דבר שונה מבטא את שיפם של המתבגרים לבנות זהות שונה מזו של דור ההורים. בשלב מאוחר יותר בתהליך ההתבגרות המתבגר אמור להשתחרר מתלותו בקבוצה כדי להיות הוא עצמו ולגבש זהות בוגרת וייחודית.

הזהות מתגבשת לא רק תוך הזדהות עם הקבוצה וקבלת משוב ממנה, אלא גם על ידי התנסויות שונות שהמתבגר חווה כשהוא נוטל על עצמו תפקידים שונים. החברה מעניקה למתבגר תקופה של "שמיטת חובות", כלומר אדם שלא גיבש זהות, חווה טשטוש זהות ובלבול תפקידים- הוא אינו יודע מי הוא, מה מתאים לו ומה אינו מתאים לו ולכן בעצם פניו מועדות. כתוצאה מכך הוא עלול לעסוק באופן כפייתי בפעילויות חד צדדיות ולחטט תכופות בדעת הזולת עליו ולחלופין להגיע לקיצוניות השנייה, להיות אדיש לסביבה ולהתכנס לתוך עצמו.

שלב 6- אינטימיות לעומת בדידות

הקונפליקט שמאפיין את השלב הבא הוא חיפוש אחר קשר אינטימי מול בריחה מקשר קרוב וקבוע. בשלב זה הפרט משתחרר מן ההשפעה העצומה שהיתה לקבוצה עליו בשלב הקודם.

אינטימיות פירושה קשר רגשי קבוע עם אדם אחר, קשר הדורש לעיתים קורבנות ופשרות משמעותיות. אין מקום לאינטימיות בקבוצת בני הגיל אלא רק בחברת בן זוג קבוע. קשר אינטימי מוביל ליחסי אהבה, מין, אחראיות הדדית, חיי שיתוף

וזוגיות. התנאי ההכרחי ליצירת קשר אינטימי הוא שלכל אחד מבני הזוג תהיה זהות אישית.

האינטימיות מרחיבה את האני הפרטי ויוצרת תחושה של חום, קירבה וביטחון. קשר אינטימי מאפשר המשך תקין של התפתחות האדם בשלב הבא, מי שחסר לו המאפיינים החיוביים שאמורים להירכש בשלבים הקודמים לא יצליח ליצור אינטימיות ויחוש בדידות.

שלב 7- פוריות לעומת קיפאון

שלב ההורות מציין שלב חדש של יצירה. היצירה בחיי המשפחה מתבטאת בחיי הנישואין שמטפחים בני הזוג, בדאגה ובחינוך שהם מעניקים לילדיהם. האדם יוצר לא רק במשפחתו אלא גם בעבודתו ותרומתו לחברה. הוא מעריך את עצמו בשלב זה לפי יצירותיו. כישלון בשלב זה מוביל להרגשת "קיפאון" - מעין קפיאה, הפסקת, עצירת ההתפתחות. אדם "קפוא" מבצע פעולות מקצועיות וחברתיות מתוך שגרה וחדגוניות ולא מתוך יצירה והרגשת התחדשות והתקדמות.

שלב 8- שלמות לעומת ייאוש

הקונפליקט האופייני בגיל הזקנה הוא בין הרגשת שלמות לבין הרגשת ייאוש. השלמות מורגשת כאשר האדם משלים עם היותו זקן ועם התקרבותו לסוף הדרך ומתבונן בחייו בהרגשת סיפוק ונחת, תוך כדי קבלת עצמו וחייו ללא מרידות וחרטה. לעומת זאת, אדם שאינו מצליח במימוש המשימה ההתפתחותית בשלב זה חש מרידות ועוינות ומרגיש שחייו בוזבזו לחינם.

4.2 מחקרו של הטקוף (1980):

המחקר של הטקוף (1980) מצא כי בני הזוג נוטים לסגנונות אהבה שונים, סגנונות האהבה השונים מבטאים את הציפיות של בני הזוג ממערכת היחסים ואת ההתנהגות שלהם בתוכה ולפי ציפיות אלה תפיסת הזוגיות מתגלה וניתן למדוד אותה. במחקר נמצא כי לנשים יש נטייה לשני סגנונות אהבה שונים - הסגנון הפרגנטי והסגנון המאני. לפי הסגנון הפרגנטי הקשר משרת את האינטרסים של האישה ומספק את צרכיה. נשים פרגנטיות אינן משקיעות בקשר שלא מפיך להן

תועלת וממלא את ציפיותיהן. בסגנון המאני, לעומת זאת, הנשים מאופיינות ברמת חרדה גבוהה ופחד מפני ניתוק והפסקת הקשר עם בן הזוג. הן קנאיות, רכושניות וחסרות אונים ללא האהוב. עוד נמצא כי גברים נוטים לסגנון הרומנטי והסגנון "הלודי", הארוטי. בסגנון הרומנטי הגברים מאמינים באהבה ממבט ראשון, מייחסים תשומת לב רבה למושא אהבתם ורוצים לדעת עליו כל פרט. הגברים הרומנטיים מוכנים למחויבות מלאה ולקשר אינטימי. הגברים המאופיינים בסגנון הלודי הארוטי מרוכזים בעצמם ונוטים לשחק באהוביהם. הם אינם דואגים לסיפוק של בנות זוגם ומעדיפים את ההנאה והבילוי על פני הקשר המחייב.

4.3 הסבר הסוגיה על פי התיאוריה הפסיכו סוציאלית של אריקסון

ומחקרו של הטקוף (1980):

עבודה זו בודקת את הקשר בין מין, גיל (בני נוער ומבוגרים) ותפיסת זוגיות. השערות המחקר שלי הן:

השערה 1:

קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

את השערה זו ניתן לבסס על התיאוריה הפסיכו סוציאלית של אריקסון.

התיאוריה של אריקסון מתארת את שלבי ההתפתחות של האדם ובניהם את שלב ההתבגרות, שבו מתמקד אריקסון בתחום גיבוש הזהות של המתבגר, שעדיין מטושטשת. אריקסון אפיין את השלב השמיני- "זהות לעומת טשטוש זהות", כתקופה מכרעת במעגל חייו של האדם, תקופה בה חייב היחיד לגבש לעצמו תחושה של זהות אישית ולהינע מסכנות של חוסר גיבוש התפקיד ובלבול תפקידי.

בנוסף טוען אריקסון כי האינטימיות מגיעה למימוש רק בשלב השישי, לאחר תקופת גיל ההתבגרות. לדבריו, זהו הישג מאוחר, בוגר, שמתבסס על יכולת האגו להיות משוחרר ולהפקיד את עצמו ביד האחר, בידידות נפש, ביחסי מין ובהדדיות עם בן הזוג האהוב מן המין השני. כלומר, מכאן ניתן להבין כי קשר זוגי אינטימי איכותי נבנה רק בתום גיל ההתבגרות ולכן **הסקתי כי הבנת מערכת היחסים הזוגית והציפיות מבני הזוג של המתבגרים תהייה שונות מאשר בקרב בני גיל המעבר.**

בנוסף התיאוריה של אריקסון אינה מסיימת את ההתפתחות של האישיות בתום גיל ההתבגרות אלא מדגישה שהאדם ממשיך להתפתח מבחינה רגשית-חברתית גם בהמשך חייו, כלומר היא ממחישה את העובדה שישנו שוני בחשיבה, בהבנה ובאישיות בין שני תקופות החיים.

השערה 2:

קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב נשים תפיסת הזוגיות תהיינה רומנטית יותר מאשר בקרב גברים.

השערה זו ניתן לבסס על מחקרו של הטקוף (1980)

מחקר זה ממחיש את העובדה כי גברים ונשים מייחסים משמעות שונה לקשר הזוגי וישנם הבדלים ברורים בתפיסה ובציפיות שלהם ממערכת היחסים, ומכאן הסקתי כי בקרב נשים הציפיות מהקשר תהיינה שונות.

סיכום החלק התיאורטי

עבודתי עוסקת בקשר בין מין, גיל (בני נוער לעומת מבוגרים) לבין תפיסת זוגיות.

מין (sex) מתאר אנשים כזכר או נקבה על-פי מאפיינים פיזיולוגיים בסיסיים, ברורים ואוניברסאליים. בין נשים וגברים ישנם גם הבדלים התנהגותיים ופסיכולוגיים שאינם ביולוגיים ומתבטאים בכל חברה ובכל תחומי החיים. הידע, הערכים, הרגש וההתנהגות הנשים והגברים מגיעים לעולם כלוח חלק. עיצוב הזהות שלהם הוא בגדר תפקיד הנרכש באמצעות למידה, למידה שהחברה מכתובה. הסביבה החברתית אינה קובעת את ההתנהגות אך היא בכל זאת משפיעה עליה על ידי עידוד או הטלת סנקציה. השפעה זו יוצרת את ההבדלים הפסיכולוגיים וההתנהגותיים בין הנשים לגברים. מחקרים מוכחים כי קיימים שני מודלים- המודל "הגברי" המבוסס על צרכים פנימיים של האדם להגיע להצטיינות והמודל "הנשי" המבוסס על צורך בקבלה. הגבר הוא יותר פעיל והישגי, יש בו את הכוח והרצון להשפיע. האישה מתאפיינת בהענקה, דחף לאהבה והבעת רגשות.

בעבודתי אבחן שני תקופות חיים שונות- גיל ההתבגרות וגיל המעבר. תקופת "גיל ההתבגרות" מאופיינת בשינויים דרמטיים המתרחשים בגופו, בחשיבתו, בזהותו וביחסיו החברתיים של המתבגר. החברה והתרבות שבהם מתרחש תהליך ההתבגרות מספקות את היציבות החיונית למתבגרים ואת סימני הדרך לחיפוש עצמי.

בגרות הוא מושג רחב מאוד כיון שהוא כולל את כל החיים- מתקופת גיל ההתבגרות ועד המוות תקופת הבגרות המאוחרת מתייחסת לגיל הזיקנה המכונה גם "הגיל השלישי" כלומר שנות החיים המאוחרות והשלב הסופי בחיים. אריקסון עומד על ההיבטים של פיתוח זהות בגיל ההתבגרות. בשלב זה אפיין אריקסון את גיל ההתבגרות כתקופה מכרעת שבה חייב היחיד לגבש לעצמו תחושה של זהות אישית ולהימנע מסכנות של חוסר גיבוש התפקיד ובלבול הזהות. ללא זהות מגובשת לא יכול המתבגר לחוות זוגיות בוגרת וקשר אינטימי עם בני המין השני.

הזוגיות היא נושא מרכזי ומשמעותי בכל הזמנים ובכל התרבויות, נושא שעסקו ועוסקים בו פילוסופים, אנשי דת, סופרים ומשוררים. בחברה המודרנית, נחשבת האהבה הרומנטית ליסוד מכריע בבחירת בן הזוג ובהיווצרותה של הזוגיות. אהבה רומנטית מוגדרת כצורך עז בקרבה גופנית ונפשית עם אדם אחר, צורך שמלווה

במשיכה מינית. היא מאופיינת בגעגועים, חיפוש אחר קרבת הנאהב, בדאגה לו ובבקשת טובתו. תהליך ההתאהבות הוא תהליך הדרגתי המתפתח בשלבים שונים הבונים את מערכת היחסים הזוגית ומושפע מגורמים ומרכיבים שונים (דמיון, יופי, משיכה, מוכנות לקשר ועוד) המשפיעים על ביסוס הקשר ואיכותו. תיאוריות רבות מסבירות את תהליך בחירת בן הזוג שבמהלכו מתמסר האדם להיבטיו החיוביים, השליליים, הגופניים ונפשיים של האישיות האהובה. (מלאך פיינס, 2003). שטרנברג (1988) הציג את האהבה והזוגיות במשולש המורכב מ-3 מרכיבים: אינטימיות, תשוקה ומחויבות. העוצמה של שלושה מרכיבים אלו אינה קבועה ושונה אצל כל זוג, היא משפיעה על אופי הקשר וכך נוצרים סגנונות של זוגיות ודפוסי תקשורת משתנים (המודל "הקלאסי", מודל "המסגרת", אהבת רעים וכ"ו). מחקרים רבים בחנו את ההבדלים בין המינים והגישות השונות של נשים וגברים למערכת היחסים הזוגית. המחקר של הטקוף (1980) מצא כי בני הזוג נוטים לסגנונות אהבה שונים, סגנונות האהבה השונים מבטאים את הציפיות של בני הזוג ממערכת היחסים ואת ההתנהגות שלהם בתוכה ולפי ציפיות אלה תפיסת הזוגיות מתגלה וניתן למדוד אותה. במחקר נמצא כי לנשים יש נטייה לשני סגנונות אהבה שונים.

חלקה השני של העבודה, מחקר השדה, יציג את ההבדלים שבתפיסת הזוגיות בין מתבגרים/מתבגרות לבין מבוגרים/מבוגרות באמצעות שאלון היגדים אשר יחולק ל

100 נבדקים-50 בני נוער: 25 נשים, 25 גברים, 50 מבוגרים בגיל המעבר: 25 נשים, 25 גברים.

בהמשך, בפרק המבוא למחקר השדה יפורט המשתנים והגדרותיהם הנומינליות והאופרטיביות וכן יפורט מהלך המחקר.

חלק ב':

מחקר שדה

מבוא למחקר שדה

מטרת המחקר: לבדוק האם קיים קשר בין המשתנים גיל, מין ותפיסת הזוגיות ואם ואם אכן קיים הקשר מהי עוצמתו והשפעתו על האדם.

השערות המחקר:

א. קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות : בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

ב. קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות : בקרב נשים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב גברים.

הרציונל להשערת המחקר: השערתנו היא הגיונית על סמך מסקנות ממחקרים רבים שנערכו בנושא, ביניהם המחקר של הטקוף על סגנונות של נשים וגברים בקשר הזוגי.

דוגמא למחקר שנערך בנושא: המחקר של הטקוף (1980).

הגדרות המשתנים:

משתנים בלתי תלויים:

גיל: מבוגר (40-50), צעיר (12-18).

מין: נשים, גברים.

משתנים תלויים: תפיסת הזוגיות.

הגדרה נומינלית של המשתנים בלתי תלויים:

גיל- פרק הזמן מן הלידה ועד תקופה מסוימת בחיים, תקופת חיים (מילון אבן שושן, 1993).

מין- כלל התכונות והשינויים האנטומיים והפיסיולוגיים היוצרים הבדל ברור בין זכר ונקבה בעולם החי או הצומח (מילון אבן שושן, 1993).

הגדרה נומינלית של המשתנה התלוי:

תפיסה- 1. קליטה, הבנה, כשרו של האדם לתפוס דברים בשכלו.

2. השקפה, בחינה, נקודת עיון או נקודת מוצא. (מילון אבן שושן, 1993).

זוגיות- היות זוג. (מילון אבן שושן, 1993).

הגדרה אופרטיבית של המשתנים הבלתי תלויים:

המין ייבדק בשאלה ה-1 בשאלון שתנוסח באופן הבא: " הקף בעיגול את התשובה המתאימה: זכר/נקבה".

הגיל ייבדק בשאלה ה-2 בשאלון שתנוסח באופן הבא: " הקף בעיגול את התשובה המתאימה: מתבגר (12-18) / מבוגר (40-50).

הגדרה אופרטיבית של המשתנה התלוי:

תפיסת הזוגיות תיבדק על ידי שאלון שבו יוצגו 3 התחומים הבאים באמצעות היגדים שונים. התחומים:

1. מחויבות- מידת הנאמנות לקשר ותחושת החובה למערכת היחסים ולבן הזוג. (שאלות 8,9,10,14,19).

2. תשוקה- כמיהה עזה לאיחוד מלא ככל האפשר עם בן הזוג. (שאלות 11,12,13,20).

3. אינטימיות- מידת הקרבה והקשר לאחר. הרצון להיחשף לגמרי לפניו. (שאלות 4,5,6,7,16,17,18,21).

הערה: שאלה 3 מבטיחה כי רק הנבדקים הרלוונטיים לנושא, כלומר שחוו בעבר/או חווים קשר זוגי יענו על השאלון.

אוכלוסיית המחקר:

100 נבדקים: 50 בני נוער: 25 נשים, 25 גברים, 50 מבוגרים בגיל המעבר: 25 נשים, 25 גברים.

אוכלוסיית היעד שלי היא נגישה ואוכל להגיע אליה בקלות.

כלי המחקר: שאלון

מדוע נבחר כלי המחקר?

1. השאלון מאפשר ניתוח ועיבוד מהיר של הממצאים.
2. מאפשר לחקור מספר רב של נחקרים בזמן קצר
3. מהימנות בין אישית ומהימנות שחזור גבוהה, שכן גם אם חוקר אחר יעביר את השאלון, סביר להניח שלא תהיה לכך השפעה מרחיקה לכת, כנ"ל לגבי האפשרות שאותו חוקר יבצע את החקר בסיטואציה אחרת.

מהלך המחקר:

השאלון חולק לבני הנוער בבית הספר שלי ולמבוגרים בסביבתי הקרובה. לנבדקים שאליהם ניגשתי הסברתי על העבודה, בלי לרמוז במדויק על הנושא שלה. הסברתי להם שאינם חייבים לענות על כל שאלה ועניתי על שאלות בנוגע להיגדים, אם משהו היה לא ברור או שהייתה להם הערה כלשהי.

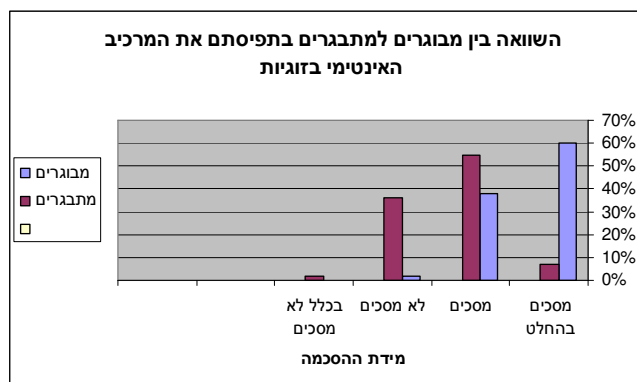
ממצאים

ההשערה הראשונה:בדיקת המשתנה התלוי- גיל ותפיסת הזוגיות

לוח מס' 1- המרכיב האינטימי של תפיסת הזוגיות

ערך שני של המשתנה הבילתי תלוי: מבוגרים					ערך אחד של המשתנה הבילתי תלוי: מבוגרים					
השאלות	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	בכלל לא	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	בכלל לא
4	17	3	0	0	0	3	0	0	0	0
5	18	2	0	0	0	2	0	0	0	0
6	20	0	0	0	0	0	0	16	0	0
7	18	2	0	0	0	2	0	2	0	0
15	4	16	0	0	0	15	4	0	0	0
16	2	16	2	0	0	15	1	1	0	1
17	4	16	0	0	0	14	1	1	0	1
סה"כ	83	55	2	0	140	77	51	2	140	140
סה"כ באחוזים	60%	38%	2%	0		55%	36%	2%		50%

גרף מס' 1- השוואה בין מבוגרים לבני נוער במידת ההסכמה בתחום האינטימי של הזוגיות-



	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
מבוגרים	60%	38%	2%	0%
מתבגרים	7%	55%	36%	2%

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

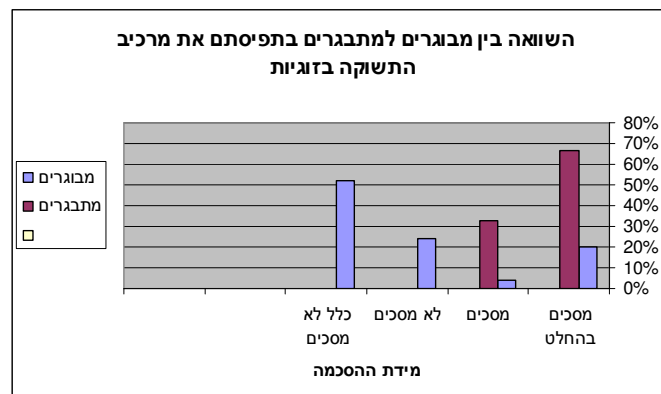
מתוך לוח מס' 1 הבודק את המרכיב הראשון של תפיסת הזוגיות- מרכיב האינטימיות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בני נוער ו20 מבוגרים לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוה יותר בקרב מבוגרים (60% לעומת 7% של בני הנוער). לעומת זאת מידת ההסכמה של בני הנוער ב"מסכים" היתה גבוהה יותר מזו של המבוגרים (55% לעומת 38% של המבוגרים). ב"לא מסכים" מידת ההסכמה של המבוגרים היתה מאד נמוכה ולעומתם ההסכמה בקרב המתבגרים היתה גבוהה מאד, כך גם ב"לא מסכים כלל".

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר כי השערת המחקר אוששה.

לוח מס' 2- מרכיב התשוקה בתפיסת הזוגיות

ערך אחד של המשתנה הביילתי תלוי: מבוגרים					ערך שני של המשתנה הביילתי תלוי: מתבגרים					
השאלות	מסכים בהחלט	לא מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	
11	20	0	0	0	16	4	0	0	0	
12	0	0	2	18	17	3	0	0	0	
13	0	2	5	13	16	4	0	0	0	
19	0	0	2	18	9	11	0	0	0	
21	0	2	15	3	9	11	0	0	0	
ס"ה	20	4	24	52	67	33	0	0	100	
סה"כ באחוזים	20%	4%	24%	52%	67%	33%	0%	0%	40%	

גרף מס' 2 השוואה בין מבוגרים לבני נוער במידת ההסכמה בתחום התשוקה של הזוגיות-



מרכיב התשוקה	מבוגרים (%)	מתבגרים (%)
לא כלל מסכים	52%	0%
לא מסכים	24%	0%
מסכים	4%	33%
מסכים בהחלט	20%	67%

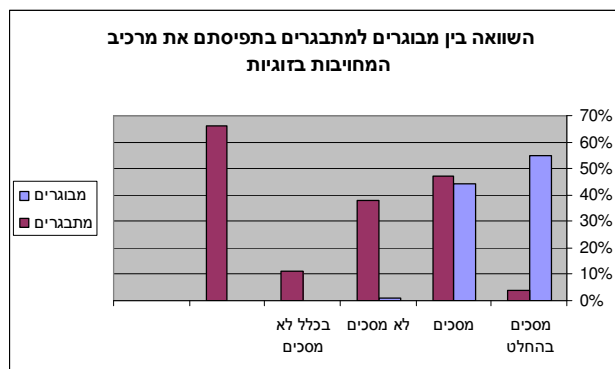
השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

מתוך לוח מס' 2 הבודק את המרכיב השני של תפיסת הזוגיות- מרכיב התשוקה ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בני נוער ו20 מבוגרים לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה הגבוהה היא בקרב המתבגרים (67% לעומת 20% של המבוגרים) וכך גם ב"מסכים" (33% לעומת 4% של המבוגרים). אחוז האי הסכמה בקרב המתבגרים הוא אפסי, כלומר רק המבוגרים הביעו אי הסכמה לגבי מרכיב התשוקה. מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר כי השערת המחקר אוששה.

לוח מס' 3- מרכיב המחויבות בתפיסת הזוגיות

ערך אחד של המשתנה הבילתי תלוי: מבוגרים					ערך שני של המשתנה הבילתי תלוי: מתבגרים					השאלות
מסכים בהחלט	לא מסכים	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים	מסכים בהחלט	לא מסכים	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים	
20	0	0	0	0	2	4	14	0	0	8
18	2	0	0	0	1	6	13	0	0	9
16	4	0	0	0	0	16	4	0	0	10
3	16	1	0	0	1	6	13	0	0	14
4	16	0	0	0	0	17	2	1	0	18
5	15	0	0	0	1	7	1	12	0	20
66	53	1	0	120	5	56	46	13	120	ס"ה
55%	44%	1%	#VALUE!	#VALUE!	4%	47%	38%	11%	66%	סה"כ באחוזים

גרף מס' 3 השוואה בין מבוגרים לבני נוער במידת ההסכמה בתחום המחויבות של הזוגיות-

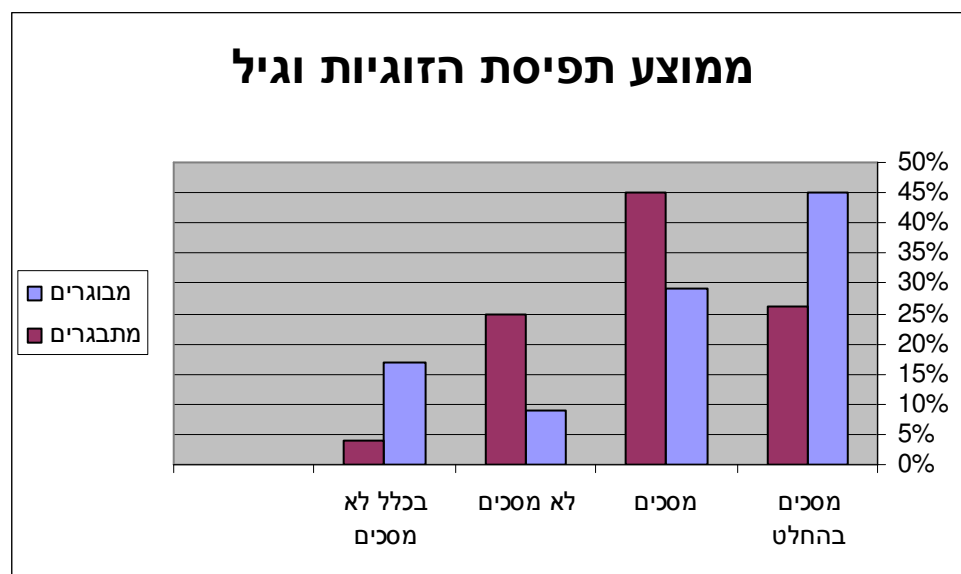


מבוגרים	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
55%	44%	1%	0	
4%	47%	38%	11%	

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים. מתוך לוח מס' 3 הבודק את המרכיב השלישי של תפיסת הזוגיות- מרכיב המחויבות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בני נוער ו-20 מבוגרים לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה הגבוהה הוא בקרב מבוגרים (55% לעומת 4%) ואי ההסכמה גבוהה מאד בקרב מתבגרים (38% לעומת 1% של המבוגרים ו-11% לעומת 0% של המבוגרים). ב"מסכים" הממצאים כמעט זהים.

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר כי השערת המחקר אוששה.

גרף מס' 4- ממוצע תפיסת הזוגיות וגיל



	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
מבוגרים	45%	29%	9%	17%
מתבגרים	26%	45%	25%	4%

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות תהיינה שונה מאשר בקרב מבוגרים.

מתוך גרף מספר 4 המציג את הממוצע של שלושת המרכיבים שהוא תפיסת הזוגיות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בני נוער ו-20 מבוגרים לגבי התפיסה כולה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה בקרב המבוגרים (45% לעומת 26% בקרב בני נוער). לעומת זאת נמצא כי ב"מסכים" ההסכמה גבוהה יותר בקרב המתבגרים (45% לעומת 29% של המבוגרים), וכך גם ב"לא מסכים" (25% לעומת 9% של המבוגרים). ב"בכלל לא מסכים" אחוז ההסכמה הגבוה היה בקרב המבוגרים (17% לעומת 4% של בני הנוער).

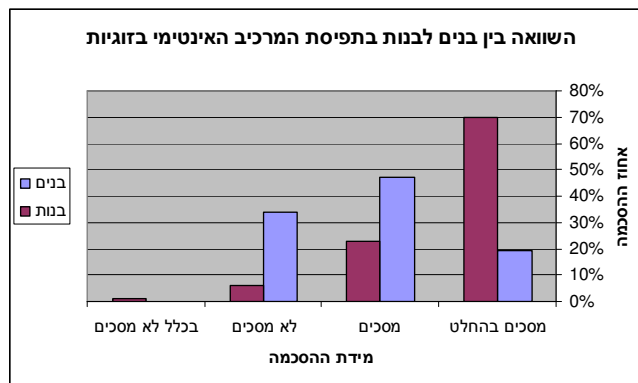
מגרף זה ניתן להסיק שהשערת המחקר אוששה.

ההשערה השנייה: בדיקת המשתנה התלוי- מין ותפיסת זוגיות

לוח מס' 1- המרכיב האינטימי של תפיסת הזוגיות

ערך אחד של המשתנה הבילתי תלוי: בנים					ערך שני של המשתנה הבילתי תלוי: בנות				
השאלות	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	
4	1	5	14	0	14	5	1	0	
5	1	16	3	0	12	7	1	0	
6	2	4	14	0	14	4	2	0	
7	3	17	0	0	12	5	3	0	
15	15	3	2	0	14	5	1	0	
16	3	15	2	0	16	2	1	1	
17	2	6	12	0	16	4	0	0	
סה"כ	27	66	47	0	98	32	9	1	140
סה"כ באחוזים	19%	47%	34%		70%	23%	6%	1%	

גרף מס' 1- השוואה בין בנים לבנות במידת ההסכמה בתחום האינטימי של הזוגיות-



	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
בנים	19%	47%	34%	0%
בנות	70%	23%	6%	1%

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב בנים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב בנות.

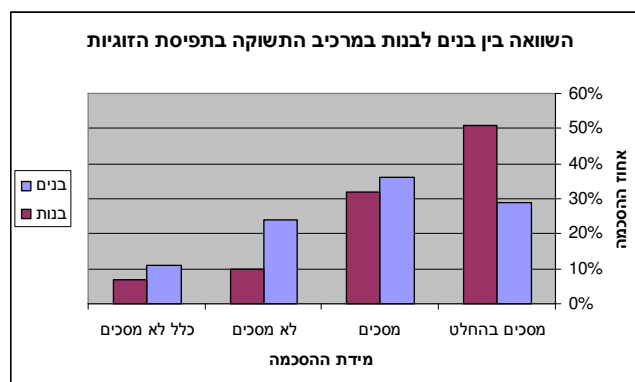
מתוך לוח מס' 1 הבודק את המרכיב הראשון של תפיסת הזוגיות- מרכיב האינטימיות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בנים ו-20 בנות לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוה בקרב הבנות (70% לעומת 19% של הבנים), לעומת זאת ב"מסכים" ההסכמה גבוהה יותר בקרב הבנים (47% לעומת 23% של הבנות), כך גם בלא מסכים (34% של הבנים לעומת 6% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

לוח מס' 2- מרכיב התשוקה בתפיסת הזוגיות

ערך אחד של המשתנה הבילתי תלוי: בנים					ערך שני של המשתנה הבילתי תלוי: בנות				
השאלות	מסכים בהחלט	לא מסכים	לא מסכים כלל		מסכים בהחלט	לא מסכים	לא מסכים כלל		
11	16	4	0		13	5	1	1	
12	6	14	0		10	10	0	0	
13	3	5	12	0	8	4	2	6	
19	2	8	10	0	10	3	7	0	
21	2	5	2	11	10	10	0	0	
ס"ה	29	36	24	11	51	32	10	7	100
סה"כ באחוזים	29%	36%	24%	11%	51%	32%	10%	7%	

גרף מס' 2 השוואה בין בנים לבנות במידת ההסכמה בתחום התשוקה של הזוגיות-



מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	
29%	36%	24%	11%	בנים
51%	32%	10%	7%	בנות

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב בנים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב בנות.

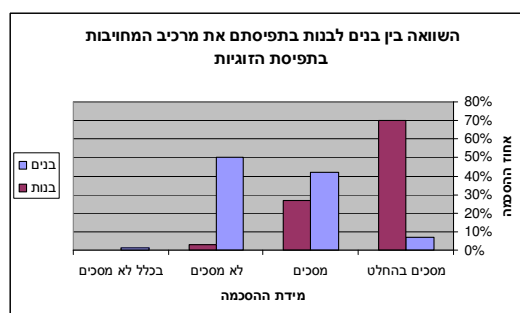
מתוך לוח מס' 2 הבודק את המרכיב השני של תפיסת הזוגיות- מרכיב התשוקה ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בנים ו20 בנות לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה יותר בקרב בנות (51% לעומת 29% של הבנים) לעומת זאת בשאר מידות ההסכמה אחוז ההסכמה גבוה יותר בקרב בנים אך הפערים מאד צמודים- ב"מסכים": 36% לעומת 32% של הבנות, "בלא מסכים": 24% לעומת 10% של הבנות וב"כלל לא מסכים": 11% לעומת 7% של הבנות.

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

לוח מס' 3- מרכיב המחויבות בתפיסת הזוגיות

ערך שני של המשתנה הבילתי תלוי: בנות					ערך אחד של המשתנה הבילתי תלוי: בנים					
השאלות	מסכים בהחלט	לא מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים	מסכים בהחלט	לא מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים		
	2	2	15	1	14	6	0	0	8	
	2	16	2	0	14	6	0	0	9	
	1	4	15	0	15	5	0	0	10	
	1	5	14	0	12	8	0	0	14	
	1	6	13	0	15	3	2	0	18	
	2	17	1	0	14	4	2	0	20	
ס"ה	9	50	60	1	84	32	4	0	120	
סה"כ באחוזים	7%	42%	50%	1%	70%	27%	3%	0%		

גרף מס' 3 השוואה בין בנים לבנות במידת ההסכמה בתחום המחויבות של הזוגיות-



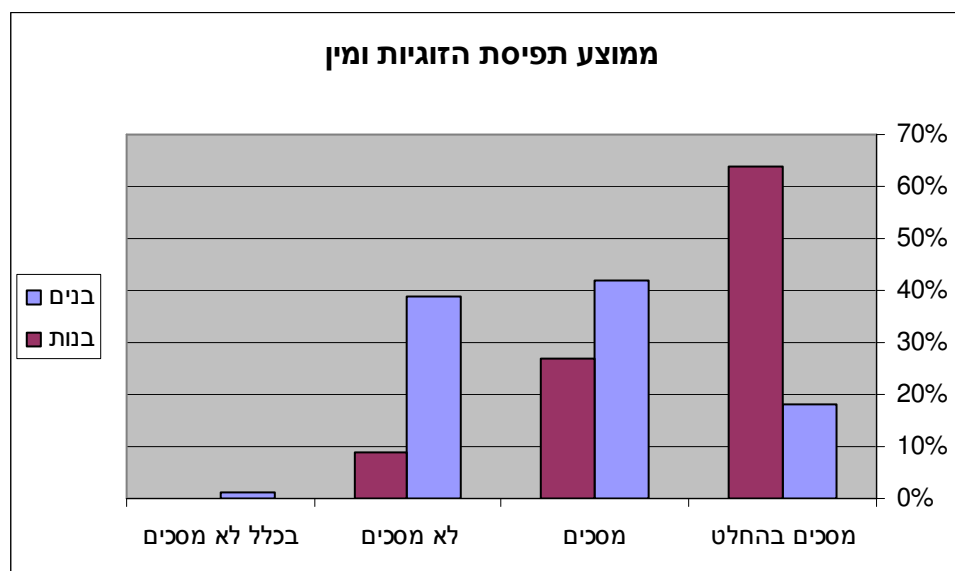
	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
בנים	7%	42%	50%	1%
בנות	70%	27%	3%	0%

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב בנים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב בנות.

מתוך לוח מס' 3 הבודק את המרכיב השלישי של תפיסת הזוגיות- מרכיב המחויבות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בנים ו-20 בנות לגבי מרכיב זה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה יותר בקרב בנות (70% לעומת 7% של הבנים). לעומת זאת ב"מסכים" וגם בלא מסכים אחוז ההסכמה גבוהה בקרב בנים (42% לעומת 27% של הבנות ו-50% לעומת 3% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

גרף מס' 4- ממוצע תפיסת הזוגיות ומין



	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	בכלל לא מסכים
בנים	18%	42%	39%	1%
בנות	64%	27%	9%	0%

השערת המחקר שלי היא כי קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- בקרב בנים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב בנות.

מתוך גרף מספר 4 המציג את הממוצע של שלושת המרכיבים שהוא תפיסת הזוגיות ואת מידת ההסכמה של 40 נבדקים: 20 בנים ו20 בנות לגבי התפיסה כולה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה בקרב הבנות (64% לעומת 18% של הבנים). לעומת זאת ב"מסכים" אחוז ההסכמה גבוה בקרב הבנים (42% לעומת 27% של הבנות), וכך גם ב"לא מסכים" (39% לעומת 9% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

דיון ומסקנות

שאלת המחקר שלי היתה: האם קיים קשר בין מין וגיל לבין תפיסת הזוגיות?

השערות המחקר שלי היו:

א. קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב מתבגרים תפיסת הזוגיות שונה מאשר בקרב מבוגרים.

ב. קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות: בקרב נשים תפיסת הזוגיות תהייה שונה מאשר בקרב גברים.

בדקתי זאת בעזרת שאלון היגדים אשר בדק את תפיסת הזוגיות של הנבדקים בשלושה תחומים: אינטימיות (היגדים 4,5,6,7,15,16,17), תשוקה (היגדים 11,12,13,19,21) ומחויבות (8,9,10,14,18,20). את מין הנבדק בדקתי בשאלה מס' 1 בשאלון ואת גיל הנבדק בדקתי בשאלה מס' 2. את העובדה כי הנבדק חווה בעבר/ חווה בהווה קשר זוגי בדקתי בשאלה 3.

השערות המחקר שלי אוששו בכל התחומים בהם בדקתי את תפיסת הזוגיות אולם, היו תחומים שבהם ההבדלים היו משמעותיים יותר והיו תחומים שבהם ההבדלים היו משמעותיים פחות.

השערת המחקר הראשונה- הקשר בין גיל לתפיסת זוגיות:

בתחום הראשון, המרכיב האינטימי ניכר הבדל במידת ההסכמה המוחלטת, בקרב מבוגרים אחוז ההסכמה היה גבוה יותר (60% לעומת 7% של בני הנוער). לעומת זאת מידת ההסכמה של בני הנוער ב"מסכים" היתה גבוהה יותר מזו של המבוגרים (55% לעומת 38% של המבוגרים). ב"לא מסכים" מידת ההסכמה של המבוגרים היתה מאד נמוכה (2%) לעומת המתבגרים (36%).

מכאן ניתן להסיק כי תפיסת הזוגיות, בתחום האינטימי, הייתה שונה בין שני קבוצות הגיל, כלומר השערת המחקר שלי אוששה.

ממצאים אלה תואמים את החומר התיאורטי שלי, כפי שכתבתי: גיל ההתבגרות הינו גיל מבלבל שבו עסוק המתבגר בגיבוש זהות ואישיות. אינטימיות היא רכיב אישיותי היכול להירכש רק לאחר שהמתבגר מסיים את שלב ההתבגרות, כיוון שהאינטימיות בעצם חושפת את ה"עצמי" הפנימי ואם האדם עדיין לא מכיר את עצמו באמת, הוא אינו יכול להיחשף ולהיפתח לפני בן זוגו. לעומת זאת מבוגרים, אשר עברו את שלב ההתבגרות, מכירים את עצמם ובעלי זהות אחידה ומבוססת, ולכן יש להם את היכולת לרכוש אינטימיות.

תומכת בכך גם הגישה הפסיכו-סוציאלית של אריקסון הגורסת כי האינטימיות מגיעה למימוש רק בשלב השישי, לאחר תקופת גיל ההתבגרות. לדבריו, זהו הישג מאוחר, בוגר, שמתבסס על יכולת האגו להיות משוחרר ולהפקיד את עצמו ביד האחר, בידדות נפש, ביחסי מין ובהדדיות עם בן הזוג האהוב מן המין השני.

בתחום השני, מרכיב התשוקה, נמצא כי אחוז ההסכמה הגבוהה היא בקרב המתבגרים (67% לעומת 20% של המבוגרים) וכך גם ב"מסכים" (33% לעומת 4% של המבוגרים). אחוזי האי הסכמה בקרב המתבגרים הוא אפסי, כלומר רק המבוגרים הביעו אי הסכמה לגבי מרכיב התשוקה.

מכאן ניתן להסיק כי תפיסת הזוגיות, בתחום התשוקה, הייתה שונה בין שני קבוצות הגיל, כלומר השערת המחקר שלי אוששה.

בחלק התיאורטי נאמר כי מבוגרים לעיתים מאמינים כי השינויים הפיזיולוגיים מפחיתים או מפסיקים לגמרי את תשוקתם והנאתם המינית, כלומר ייתכן שהקשר הרגשי בין שני אנשים מבוגרים יהיה חסר עוצמות התשוקה שהיו אופייניות בשנים הקודמות. לעומת זאת מתבגרים נמצאים בתקופת חיים שבה הם רק מתחילים לגלות את דחפיהם המיניים ולהיות מודעים להם, כלומר העוררות המינית והתשוקה אצלם נמצאת בשיאה. מכאן ניתן להסיק כי ישנו שוני ברור בין שני קבוצות הגיל בתפיסתם את מרכיב התשוקה בזוגיות.

בתחום השלישי, מרכיב המחויבות, נמצא כי אחוז ההסכמה הגבוהה הוא בקרב מבוגרים (55% לעומת 4%) ואי ההסכמה גבוהה מאד בקרב מתבגרים (38% לעומת

1% של המבוגרים ו11% לעומת 0% של המבוגרים). ב"מסכים" הממצאים כמעט זהים.

מכאן ניתן להסיק כי תפיסת הזוגיות, בתחום המחויבות, הייתה שונה בין שני קבוצות הגיל, כלומר השערת המחקר שלי אוששה.

ממצאים אלה תואמים את החומר התיאורטי שלי, כפי שכתבתי: ידוע שמחויבות מתייחסת למימד הקביעות ההמשכיות והבלעדיות של הקשר הזוגי, כלומר היא משקפת את הרצון ההדדי של בני הזוג להישאר בתוך הקשר לטווח הארוך. כמובן שרוב האוכלוסייה הבוגרת שנבדקה היה אוכלוסייה הנמצאת בקשר נישואין שמשמעותו בלעדיות מוחלטת והתחייבות לבן זוג אחד ויחיד ולכן מרכיב המחויבות היה חזק וגבוה בקרב האוכלוסייה הבוגרת. המבוגרים מוכנים יותר לקשר רציני ובשל והבגרות הפנימית שלהם מאפשרת להם להתחייב. מנגד, אוכלוסיית המתבגרים אינה מוכנה להתחייבות כה רצינית, כיוון שבשלב ההתבגרות המתבגר עדיין לא מבין את משמעות המחויבות ואת האחריות שמוטלת עליו בהתחייבות לבת זוג אחת ולקשר רציני וארוך טווח.

בממוצע התפיסה הכוללת בתוכו את כל שלושת מרכיבי הזוגיות- אינטימיות, תשוקה ומחויבות נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה בקרב המבוגרים (45% לעומת 26% בקרב בני נוער). לעומת זאת נמצא כי ב"מסכים" ההסכמה גבוהה יותר בקרב המתבגרים (45% לעומת 29% של המבוגרים), וכך גם ב"לא מסכים" (25% לעומת 9% של המבוגרים). ב"בכלל לא מסכים" אחוז ההסכמה הגבוה היה בקרב המבוגרים (17% לעומת 4% של בני הנוער).

מכאן ניתן להסיק כי תפיסת הזוגיות, הייתה שונה בין שני קבוצות הגיל, כלומר השערת המחקר שלי אוששה.

ממצאים אלו תואמים את החומר התיאורטי שכולל את התיאוריה הפסיכו סוציאלית של אריקסון. התיאוריה מתארת את שלבי ההתפתחות של האדם ובניהם את שלב ההתבגרות, שבו מתמקד אריקסון בתחום גיבוש הזהות של המתבגר, שעדיין מטושטשת. אריקסון אפיין את השלב השמיני- "זהות לעומת טשטוש זהות", כתקופה בה חייב היחיד לגבש לעצמו תחושה של זהות אישית ולהינע מסכנות של

חוסר גיבוש התפקיד ובלבול תפקידי. אריקסון טוען כי הזוגיות זהו הישג בוגר שנמנע מאוכלוסיית המתבגרים. בנוסף התיאוריה של אריקסון אינה מסיימת את ההתפתחות של האישיות בתום גיל ההתבגרות אלא מדגישה שהאדם ממשיך להתפתח מבחינה רגשית-חברתית גם בהמשך חייו, כלומר היא ממחישה את העובדה שישנו שוני בחשיבה, בהבנה ובאישיות בין שני תקופות החיים.

השערת המחקר הראשונה- הקשר בין מין לתפיסת זוגיות:

בתחום הראשון, המרכיב האינטימי ניכר הבדל במידת ההסכמה המוחלטת, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוה בקרב הבנות (70% לעומת 19% של הבנים), לעומת זאת ב"מסכים" ההסכמה גבוהה יותר בקרב הבנים (47% לעומת 23% של הבנות), כך גם בלא מסכים (34% של הבנים לעומת 6% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

ממצאים אלה תואמים את החומר התיאורטי שלי, כפי שכתבתי: רוב הנשים, מכילות גורמים כמו רכות, תמיכה, רגישות אהבה והבנה, גורמים המרכיבים את רכיב האינטימיות. לעומת זאת הגברים מאופיינים באינסטרומנטאליות, שליטה, עצמאות וקור-רוח ולכן האינטימיות פחות חזקה אצלם.

בתחום השני, מרכיב התשוקה, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה יותר בקרב בנות (51% לעומת 29% של הבנים) לעומת זאת בשאר מידות ההסכמה אחוז ההסכמה גבוה יותר בקרב בנים אך הפערים מאד צמודים- ב"מסכים": 36% לעומת 32% של הבנות, "בלא מסכים": 24% לעומת 10% של הבנות וב"כלל לא מסכים": 11% לעומת 7% של הבנות.

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר שהשערת המחקר אוששה.

בחלק התיאורטי נאמר כי בניגוד לנשים, רוב מהגברים רואים במשיכה המינית גורם מכריע ובסיסי בבחירת בן הזוג, בנוסף הדחף המיני חזק יותר בקרב בנים, אך ההבדל אינו משמעותי. מכאן ניתן להסיק כי בנים ובנות יתפסו באופן שונה את רכיב התשוקה וייתכנו הבדלים בין שני הקבוצות.

בתחום השלישי, מרכיב המחויבות, נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוהה יותר בקרב בנות (70% לעומת 7% של הבנים). לעומת זאת ב"מסכים" וגם בלא מסכים אחוז ההסכמה גבוהה בקרב בנים (42% לעומת 27% של הבנות ו50% לעומת 3% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר **שהשערת המחקר אוששה**.

תומך בממצאים אלו גם מחקרו של הטקוף (1980), שמצא כי הנשים מאופיינות ברמת חרדה גבוהה ופחד מפני ניתוק והפסקת הקשר עם בן הזוג. לעומתם גברים מעדיפים את ההנאה והבילוי על פני הקשר המחייב ופוחדים ממחויבות לטווח ארוך, כלומר מכאן ניתן להסיק כי רמת המחויבות בין שני הקבוצות תהיה שונה.

בממוצע התפיסה הכוללת בתוכו את כל שלושת מרכיבי הזוגיות- אינטימיות, תשוקה ומחויבות נמצא כי אחוז ההסכמה המוחלטת גבוה יותר בקרב הבנות (64% לעומת 18% של הבנים). לעומת זאת ב"מסכים" אחוז ההסכמה גבוה בקרב הבנים (42% לעומת 27% של הבנות), וכך גם ב"לא מסכים" (39% לעומת 9% של הבנות).

מגרף זה ניתן להסיק כי ישנם הבדלים בין שני הקבוצות ולכן ניתן לומר **שהשערת המחקר אוששה**.

ממצאים אלה תואמים את החומר התיאורטי שלי כפי שכתבתי: בני הזוג נוטים לסגנונות אהבה שונים, סגנונות האהבה השונים מבטאים את הציפיות של בני הזוג ממערכת היחסים ואת ההתנהגות שלהם בתוכה ולפי ציפיות אלה תפיסת הזוגיות מתגלה. הציפיות של בני שני המינים שונות בגלל ההבדלים התנהגותיים והפסיכולוגיים שלהם ולכן ניתן להסיק כי תפיסת הזוגיות שלהם תהיה שונה.

סיכום

עבודתי עסקה בשאלה: האם קיים קשר בין גיל הנבדק (מבוגרים ובני נוער) ומין הנבדק (בנים ובנות) לבין תפיסת הזוגיות?
השערות המחקר שלי: קיים קשר בין גיל הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- שיערתי שתפיסת הזוגיות תהיה שונה בין שני קבוצות הגיל.
קיים קשר בין מין הנבדק לבין תפיסת הזוגיות- שיערתי שתפיסת הזוגיות תהיה שונה בין שני קבוצות המין.

בהשערתי התבססתי על החומר התיאורטי שלי שבו כתבתי, בין היתר, על תפיסת הזוגיות. מצאתי כי על פי התיאוריה של אריקסון מבוגרים אינם בשלים למרכיב האינטימיות, מרכיב בסיסי בזוגיות, כיוון שהם עדיין לא גיבשו זהות פנימית ולכן הם אינם מוכנים לזוגיות בוגרת. לעומת זאת מצאתי כי מבוגרים, בניגוד למתבגרים, הם בעלי זהות מגובשת ומוצקה ולכן הם בשלים יותר לקיום זוגיות ומכאן הסקתי תפיסת הזוגיות תהיה שונה בין שני האוכלוסיות.

בנוסף מצאתי כי על פי מחקרו של הטקוף בנים ובנות נוטים לסגנונות אהבה שונים- בנים עלולים להימנע ממחויבות ובנות, מנגד, חשות חרדה מפרידה וניתוק ההתחייבות לקשר הזוגי. בנוסף נמצא כי הציפיות של שני בני הזוג מהקשר שונות ומכאן הסקתי כי תפיסת הזוגיות תהיה שונה בין שני האוכלוסיות.

את שאלת המחקר שלי בדקתי בעזרת שאלון היגדים שהיה בנוי משלושה מרכיבים, המרכיבים את תפיסת הזוגיות- אינטימיות, תשוקה ומחויבות. השאלון חולק ל-100 נבדקים. 25 בני נוער ו-25 מתבגרים, 25 בנות ו-25 בנים אשר חוו/חווים קשר זוגי. ואכן רואים בממצאים, בשלושת התחומים שנבדקו, כי תפיסת הזוגיות בקרב קבוצות הגיל שונה, וכך גם בקרב קבוצות המין.
מכאן ניתן להסיק כי שתי השערות המחקר שלי אוששו ואכן קיים קשר בין גיל ומין הנבדק לבין תפיסתו את הזוגיות.

ביבליוגרפיה

- אפלבי, ר' (2001). תקופת גיל המעבר. תל אביב: ידיעות ספרים.
- בקר, ס' (1989). לחיות הרבה לחיות טוב- איכות חיים בגיל המבוגר. תל אביב: שיח.
- גורדון, ס' (1996). אהבה זה לא הכל. רמת גן: סירקיס.
- דיאמונד, ג' (2000). גברים בגיל המעבר. תל אביב: מטר.
- ורניק, א' (2002). אהבה למתקדמים: אינטימיות ומיניות בגיל המאוחר. תל אביב : מודן.
- זיידר, י' (1997). סערת גיל ההתבגרות. אבן יהודה: רכס.
- מינקין, מ', רייט, ק' (2001). כל מה שכדאי לדעת על גיל המעבר. ירושלים: כתר.
- מלאך פיינס, א' (1987). שחיקה באהבה ובחיי הנישואין: גורמים ודרכי התמודדות. מושב בן שמן: מודן.
- מלאך- פיינס, א' (2002). התאהבות- איך אנחנו בוחרים במי להתאהב. מושב בן-שמן: מודן.
- מלאך פינס איילה (1998), פסיכולוגיה של המינים, האוניברסיטה הפתוחה, רמת אביב.
- נורת'רפ, כ' (2002). תבונת גיל המעבר. תל אביב: מטר.
- סגן, נ' (1995). מצא מין את שוויונו. ירושלים: משרד החינוך.
- סטרנברג, רוברט ג' (2003). החץ של קופידון. תל אביב: ניראריה.
- סולברג, ש' (1994). פסיכולוגיה של הילד והמתבגר מבוא לפסיכולוגיה התפתחותית. ירושלים: מאגנס.
- סמילנסקי, מ. (1989). "אתגר ההתבגרות – יחסים בין המינים". תל אביב: האוני' הפתוחה.
- רובינשטיין, ד' (1999). מסע לעבר הזקנה. תל אביב: דיונון.

נספחים

שאלון זוגיות (רלוונטי רק למי שחוה קשר זוגי)

שלום, שמי תהילה ואני לומדת בביה"ס "עמק החולה". שאלון זה הוא חלק מעבודת הגמר שלי ואודה לך אם תענה/י עליו בכנות המרבית. שאלון זה הוא אנונימי ויעשה בו שימוש למטרת עבודת הגמר שלי בלבד.

כמו כן, שאלון זה מנוסח בלשון זכר אך מתייחס לשני המינים גם יחד.

אנא הקף את התשובה המתאימה לך ביותר

- 1.מין- זכר / נקבה
2. גיל- מתבגר (12-18) / מבוגר (40-50)
3. חוויתי בעבר קשר זוגי / אני נמצא כעת בתוך קשר זוגי

ההיגד	מסכים בהחלט	מסכים	לא מסכים	ממש לא מסכים
	1	2	3	4
4. אני ובת זוגתי יכולים לשוחח על רגשותינו ומחשבותינו בגלוי, באופן כנה לחלוטין.				
5. אני מעריך ומכבד את בת זוגתי, ומכיר ביתרונותיה וחסרונותיה				
6. אני מוכן לחלוק הכל עם בת זוגתי ולהעניק מעצמי בשבילה, גם באופן חומרי וגם באופן רגשי.				
7. ביני ובין בת זוגתי קיים אמון ואנו מבינים אחד את השני בצורה הדדית.				
8. אני לא חושב על קשר עם בנות זוג אחרות.				

				9. אני רוצה שהקשר הזוגי יהיה ארוך טווח.
				10. אני לא חושב על פרידה וסיום מערכת היחסים עם בת זוגתי.
				11. אני נמשך מינית לבת זוגתי
				12. אני רוצה לשהות במחיצתה של בת הזוג זמן רב ככל האפשר.
				13. לעיתים אני עושה מעשים לא הגיוניים על מנת להיות בקרבת בת זוגתי.
				14. אני לא חושב שאני יכול לבגוד בבת זוגתי.
				15. אני יודע מה מכעיס את בת זוגתי.
				16. אני יודע מה מרגש את בת זוגתי.
				17. אני לא מסתיר את חולשותיי בפני בת זוגתי.
				18. הקשר הזוגי מעניק לי ביטחון ויציבות.
				19. אני חייב לדעת בכל רגע נתון היכן בת זוגתי ומה מעשייה.
				20. לי ולבת זוגתי יש מאגר זיכרונות משותף.
				21. אני מעריך את בת זוגתי.

