

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

ליאת קוליק ומאור חדר

במחקר זה נערכה השוואה של תחושת לחץ יום-יומי בין 135 משתתפים בקבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומו-לסבית, על פי מין ומידת דתיות. המשתתפים חולקו לארבע קבוצות: גברים חילונים, גברים חרדים, נשים חילוניות ונשים חרדיות. מטרה נוספת של המחקר הייתה לבדוק אם משאבים אישיים (הערכה עצמית ומובחנות עצמית) ומשאבים סביבתיים (תמיכה חברתית) תורמים תרומה שונה להסבר תחושת לחץ יום-יומי בקרב חילונים לעומת חרדים ובקרב גברים לעומת נשים. כצפוי, מידת הדתיות תרמה תרומה ניכרת להסבר תחושת לחץ יום-יומי, ואילו תרומת המשאבים הייתה קטנה יותר. נמצאו הבדלים אחדים בין המינים במידת הלחץ היומיומי ובמשתנים המסבירים ללא קשר למידת דתיות; בקרב נשים תחושת לחץ יום-יומי ורמת הומופוביה מופנמת נמוכות מאשר בקרב גברים, אולם התמיכה החברתית שמקבלות נשים רבה יותר.

מילות מפתח: קבוצות תמיכה להומוסקסואלים, חרדים, הערכה עצמית, הומופוביה מופנמת, מובחנות עצמית

מבוא

על אף התמורות שחלו בזמננו בתפיסת הנטייה ההומוסקסואלית והנטייה הביסקסואלית, מחקרים מלמדים שהשפעה המצטברת של הטרסקסיזם עלולה לחשוף גברים הומוסקסואלים, נשים לסביות וביסקסואלים למערכת לחצים שעשויה להעמידם בסיכון גבוה לחוש מצוקה יום-יומית (Meyer, Schwartz, & Forest, 2008). קביעה זו נכונה בפרט כאשר הם משתייכים למיעוט חברתי (אתני או דתי), מלבד זה הנובע מנטייתם המינית. הומוסקסואלים חרדים הם דוגמה לתופעת "מיעוט בתוך מיעוט" (Levy, 2005),

מעצם היותם מיעוט בשל האוריינטציה הדתית שלהם יחסית לכלל האוכלוסייה החילונית, ומעצם היותם מיעוט על פי נטייה מינית בתוך האוכלוסייה החרדית ההטרוסקסואלית. אם נוסיף לכל אלו את העמדה השלילית שיש לציבור החרדי כלפי משיכה מינית לבני אותו מין, הרי שיש לצפות שתחושת הלחץ אצל גברים ונשים הומוסקסואלים חרדים תהיה חזקה יותר מאשר אצל גברים ונשים הומוסקסואלים חילונים. הידע המחקרי שהצטבר על הומוסקסואליות בציבור החרדי מועט למדי, כיוון שקשה לחקור אוכלוסייה זו בשל היותה קהילה סגורה, ובייחוד כאשר מדובר בנטייה מינית האסורה בה. מהמחקרים המעטים שנערכו בנושא זה עולות תחושות של ניכור, פחד מחשיפת סוד הנטייה המינית החריגה ותחושת מצוקה יום-יומית (Grossman, 2008; Zeidman, 1997). תרומתו הייחודית של מחקר זה בכך שהוא מאמץ נקודת ראות משווה ומתמקד בבחינת תחושת לחץ יום-יומי ומקורותיה אצל גברים הומוסקסואלים ונשים לסביות המשתייכים לציבור החרדי, לעומת עמיתיהם החילונים.

כדי להתמודד עם מערכת הלחצים החברתית והאישית שבה נתונים אנשים בעלי נטייה מינית השונה מהרוב ההטרוסקסואלי בכלל האוכלוסייה, מצטרפים מקצתם לקבוצות תמיכה שמטרתן לספק אוזן קשבת, סיוע והכוונה בתהליך בניית זהות מינית הומוסקסואלית או ביסקסואלית (Slusher, Mayer, & Dunkle, 1996). בקהילות ההומוסקסואלית והביסקסואלית החילונית קיימות קבוצות תמיכה זה מכבר, וכיום בישראל פועלות גם מעט קבוצות תמיכה בקהילות מסוג זה עבור המגזר הדתי והחרדי.

קבוצות התמיכה בקהילות ההומוסקסואלים והביסקסואלים הדתיים והחרדים נוסדו ביוזמת ארגוני הומוסקסואלים כדי לתת מענה חברתי הולם למי שמבקשים לשמור על זהות דתית הנאמנה להלכה, ועם זאת לתת ביטוי לנטייתם המינית. מקצת משתתפי קבוצות תמיכה אלה גיבשו זהות הומוסקסואלית או ביסקסואלית וחושפים בגלוי את נטייתם המינית, ואילו אחרים מצויים בשלבים ראשונים של תהליך בניית זהות מינית הומו-לסבית או ביסקסואלית, ומבטאים "זהות מינית מבולבלת", אם מתוך מניע לא מודע של הכחשה, ואם מתוך רצון להסתיר את נטייתם המינית. לפיכך, ממשיכים משתתפי קבוצות תמיכה אלה לא פעם להגדיר את עצמם בעלי זהות מינית הטרוסקסואלית גברית או נשית. הדבר נכון בעיקר אצל אנשים המשתייכים למגזר החרדי, בייחוד אם הם נשואים.

מכיוון שהמאפיין המשותף למשתתפי המחקר היה עצם השתתפותם בקבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומו-לסבית, ולא בהכרח זהותם המינית (הומוסקסואלים או ביסקסואלים), נכנה אותם בגוף המאמר בשם המקובץ "משתתפים בקבוצות תמיכה בהומוסקסואלים וביסקסואלים".

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

הציבור החרדי ויחסו להומוסקסואליות

סביבה חברתית עם ערכים תרבותיים המתייגת התנהגות הומוסקסואלית תיוג שלילי, יכולה להוסיף לחצים על אלו שחווה הפרט ממילא בשל החריגות בנטייתו המינית, ולהצר את צעדיו באמצעות בידוד חברתי כפוי, הגבלת נגישות לרכישת משאבים, איום במערכת עונשים וכדומה (Bowleg, Craig, & Burkholder, 2004).

גברים הומוסקסואלים חרדים ונשים לסביות חרדיות בישראל, סביר שיסבלו ממצוקה נפשית גדולה, כיוון שהם משתייכים לקהילה סגורה הנתונה לפיקוח חברתי מקיף ותמידי, אך בפרט בגלל חומרתה של תפיסת ההומוסקסואליות בהלכה הדתית, שעל פיה, המקיים יחסים הומוסקסואליים נידון לא רק כבעל עבירה כמו עבריינים אחרים, אלא כמי שפועל נגד הטבע. האיסור על שני זכרים לקיים יחסי מין זה עם זה הוא איסור מהתורה, ונכלל באיסורי העריות, כנאמר: "ואת זכר לא תשכב משכבי אשה תועבה הוא" (ויקרא, יח 22). על פי ההלכה, העובר עבירה זו בנוכחות עדים חייב מיתה. האיסור על יחסים הומוסקסואליים בין נשים נלמד מן הפסוק "כמעשה ארץ מצרים לא תעשה" (ויקרא, יח 3). לפי ההלכה, יחסים של אישה עם אישה אחרת אינם נתפסים באותה חומרה כמו יחסים בין גברים, והדבר מתבטא בכך שאין אישה אסורה על בעלה בגינם.

לעומת העמדות התקיפות נגד נטייה מינית הומו־לסבית המוזכרות במקורות ומאפיינות את הזרם הדתי-אורתודוקסי, החלו להישמע לאחרונה קולות בקרב המגזר החרדי המבקשים לשנות את הגישה היהודית-דתית להומוסקסואליות. קולות אלו נשענים על התפתחויות חברתיות ומדעיות בולטות בעשורים האחרונים, וביניהן נטייה לליברליזציה כללית והרחבת חירות הפרט, ותמורות חברתיות בקבלת השונה והחריג. בשל תמורות אלו, שמקצתן מתבטאות בלגיטימציה חברתית לנטייה מינית הומוסקסואלית בכלל החברה, ואת ביטויין רואים לעתים גם בזרמים דתיים אחדים, התפיסות הקיימות לגבי תחושת הלחץ והעמדות של האוכלוסייה ההומו־לסבית עצמה כלפי התנהגות הומוסקסואלית צריכות לעבור בדיקה מחודשת.

הבסיס התיאורטי למחקר

חוקרים מדגישים את השפעה הרבה שיש לסביבה החברתית על עיצוב חוויית הלחץ היום־יומי, השפעה הנובעת ממערכת ערכים, מגורמות ומאיסורים אשר מקורם בתרבות הסביבה שבה מתנהלים חיי הפרט. בהקשר זה מדגיש פרלין (Pearlin, 1999),

בגישתו להסבר לחצים יום-יומיים, את חשיבות ההסדרים החברתיים במניעת תוצאותיו השליליות של מצב הדחק.

השפעת ההקשר החברתי על הקשר בין משאבים ובין השגת תוצאות רצויות עבור הפרט במגוון אוכלוסיות אוששה במחקרים שנעשו בארץ החל משנות ה-70 (כץ, Kulik, 1999 ; 1980) ובעולם (Rodman, 1972). במחקר עדכני שנערך בארץ (קוליק, 2010) נמצא שאופיו המסורתי או המודרני של ההקשר החברתי הוא בעל השפעה מכרעת לא רק על חוויית לחץ יום-יומי של הפרט, אלא גם על השימוש במשאבים זמינים והסבתם לאסטרטגיות התמודדות יעילות.

עיקרו של המחקר הנוכחי בהשוואת תחושת לחץ יום-יומי ומשאבי ההתמודדות בין משתתפי קבוצות תמיכה הנבדלים זה מזה מהותית במידת הדתיות. בנוסף, מתוך אימוץ גישתו התיאורטית של פרלין (Pearlin, 1999) שהוזכרה לעיל, המדגישה את ההשפעה הרבה שיש להקשר החברתי הרחב על תחושותיו של הפרט ועל התמודדותו עם מצבי דחק, ייבחנו במחקר הנוכחי ההבדלים בתרומת משאבי ההתמודדות של משתתפי קבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומוסקסואלית, חילונים מול חרדים, להסבר תחושת לחץ יום-יומי. לפיכך, אחת השאלות העיקריות העומדות בבסיס המחקר היא: האם משאבי ההתמודדות של המשתתפים בקבוצות תמיכה באוכלוסייה הומו-לסבית וביסקסואלית תורמים להסבר תחושת לחץ יום-יומי אצל חילונים ואצל חרדים במידה שווה? או שהמשתתפים החרדים, שסביבתם מתאפיינת בעמדה נוקשה ושלילית כלפי התנהגות הומו-לסבית, מתקשים יותר לתרגם משאבים אלה להפחתת לחץ?

כדי לבחון ביסודיות את תרומת מידת הדתיות להסבר תחושת לחץ יום-יומי בקרב משתתפי קבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומוסקסואלית, בחרנו להתמקד בשני קצות הרצף של מידת הדתיות: חילונים מול חרדים.

משאבי התמודדות

משאבי התמודדות הם גורמים אישיותיים, אישיים וסביבתיים העומדים לרשות הפרט ומסייעים לו להתמודד עם מצבי דחק (Lazarus & Folkman, 1984). בהכללה מקובל בקרב חוקרים בתחום לחלק את משאבי ההתמודדות של הפרט למשאבים בעלי אופי אישי ולמשאבים בעלי אופי סביבתי.

משאבים אישיים

המשאבים האישיים שנבחנו במחקר הנוכחי היו תחושת הערכה עצמית ומוכחנות עצמית. משאבים אלו עוררו עניין רב אצל חוקרים בשל תרומתם להסבר ההסתגלות והרווחה הנפשית של האדם הבוגר.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

הערכה העצמית היא תפיסת האדם את מושג העצמי שלו, באור חיובי או שלילי (Schmitt & Allik, 2005). אף על פי שיש שינויים זמניים ברמת ההערכה העצמית של הפרט, נראה שרוב המדדים שנקבעו כדי למדוד הערכה עצמית מניחים שמדובר בתכונה יציבה למדי. אנשים שהערכתם העצמית חיובית נוטים בדרך כלל להיות מאושרים, בריאים, יצרניים ומצליחים. הם נוטים להתמיד במטלות קשות ולתמוך בזולת יותר מאשר אנשים שהערכתם העצמית נמוכה (Smith & Mackie, 1995).

קרגר (Kreger, 1995) מצא קשר שלילי בין הערכה עצמית ובין תחושת לחץ. בהמשך לכך מצא אבל (Abel, 1996), שאנשים שהערכתם העצמית גבוהה יחוו פחות לחץ מכיוון שהם פחות פגיעים, ומכיוון שיש להם יכולת טובה יותר להתאושש ממצבי חיים מלחיצים. עוד נמצא שאנשים שהערכתם העצמית גבוהה יחוו פחות לחץ כיוון שלא יהססו לאמץ מגוון רחב של שיטות התמודדות עם מצבי לחץ, ולפיכך יגבירו את סיכוייהם להפחית את המצוקה (Smith, Walker, Fields, & Brookins, & Seay, 1999).

מובחנות עצמית היא יכולתו של אדם להפריד בין מחשבה ובין רגש. אדם שרמת מובחנותו העצמית גבוהה יכול לחוות רגשות עזים וספונטניים, אך יחד עם זאת לגלות איפוק, לחשוב בתבונה ובהיגיון ולהתנגד לדחפיו (Bowen, 1990). אנשים שרמת מובחנותם העצמית גבוהה יוכלו לשלוט ברגשותיהם ולפתור עימותים בין-אישיים בקלות ובנינוחות. לעומת זאת, אצל אנשים שרמת מובחנותם העצמית נמוכה והמתקשים להכיל את חרדתם, אפשר להבחין בשני טיפוסים במישור הבין-אישי: הנוטים למעורבות-יתר עם הסביבה (fusion), והנוטים לניתוק מהסביבה (cut off). אצל נשים לסביות נמצא קשר בין נטייה למובחנות עצמית גבוהה ובין שביעות רצון במערכת הקשרים הזוגית (Spencer & Brown, 2007).

לדעת החוקרים, תכונת המובחנות העצמית, כמו משתנים התפתחותיים אחרים, מקורה במשפחת המוצא, והיא מתפתחת בעקבות ויסות הקרבה בין בני המשפחה, ותלויה ביכולת של בני המשפחה לחוות פעילות גומלין מהנה תוך כדי גילוי הבנה ואמון הדדי (Anderson & Sabatelli, 1992). במשפחות המטפחות רמת מובחנות עצמית גבוהה, הנטייה היא לעודד אינדיווידואליות ואוטונומיה, ולכוון את בניהן להבעה עצמית. מאפייני המובחנות העצמית מתבטאים ביחסי הגומלין עם הסביבה, והפרט שמובחנותו העצמית גבוהה ישמור על אוטונומיה וחירות, ובה בשעה לא יחשוש מיצירת קשרים אינטימיים עם הסובבים אותו, ובכך הסתגלותו תגבר (Bowen, 1990). עוד נמצא שאנשים שמובחנותם העצמית גבוהה נוטים להיות גמישים יותר מבחינה קוגניטיבית בתגובותיהם לסביבה, ומסוגלים לשלוט היטב בעוררות הרגשית הנובעת ממצבי לחץ (Kerr & Bowen, 1988).

משאבים סביבתיים

המשאב הסביבתי שנבחן במחקר זה הוא תמיכה חברתית בלתי פורמלית, בעלת אופי אמוציונלי.

תמיכה חברתית נתפסת כמשאב סביבתי הנובע ממקורות שונים, ובהם תמיכה אינסטרומנטלית, אמוציונלית, אינפורמטיבית, ומשוב מאחרים (Schulz & Schwarzer, 2004). חוקרים מדגישים שמכל סוגי התמיכה הנזכרים, התמיכה האמוציונלית היא החשובה מכולם לרווחתו הנפשית של הפרט (Thoits, 1985). תמיכה חברתית מאפשרת ליחיד לכוון מבנה וסדר בסביבתו החברתית-תרבותית (Church & Looner, 1998). בייחוד חשובה תרומתה של תמיכה זו לרווחת הפרט כאשר מקבל התמיכה מעריך שהיא מסייעת לו בהתמודדותו היום-יומית (Heller, Swindle, & Dusenbury, 1986), משליטה סביבו אווירה מקבלת, בולמת מתחים ותחושות חרדה, ומקדמת הסתגלות (Dubow, Tisak, Hryshko, Causey, Hryshko, & Reid, 1992). תמיכה בעלת אופי חברתי-אמוציונלי היא מדד לתחושת השתייכות, ומתקשרת להערכה עצמית חיובית (Papini & Roggman, 1991). כמו כן, היא קשורה לתחושת מיקוד פנימי ולמעורבות חברתית פעילה (Chubb & Fertman, 1992). לעומת זאת, חסרי התמיכה החברתית סובלים ממופנמות ונוטים להתנהגות אגרסיבית (Buckley, Winkel, & Leary, 2004). יש הסוברים שהעדר תמיכה חברתית מתאפיין גם במידה זו או אחרת של קהות רגשית (Baumeister, De Wall, Ciarocco, & Twenge, 2007). במודלים תיאורטיים שונים המסבירים את חוויית הלחץ (Lazarus & Folkman, 1984; Pearlin, 1999) מופיעים עוד משתנים לצד משאבי התמודדות של הפרט. שניים מהבולטים בהם הם עמדותיו של הפרט כלפי גורם הלחץ, ומאפייני רקע שלו. לפיכך, פרט לבחינת ההבדלים בתרומת המשאבים האישיים והסביבתיים, נבחנה גם תרומתם של עוד שני משתנים חשובים להסבר תחושת הלחץ היום-יומי בקרב המשתתפים החילונים והחרדים של המחקר: גיל המשתתפים ועמדותיהם כלפי התנהגות הומוסקסואלית כפי שהן מתבטאות בהומופוביה מופנמת.

הומופוביה מופנמת

הומופוביה מופנמת היא תוצאה של הפנמת עמדות ורגשות שליליים כלפי התנהגות הומוסקסואלית. המשמעות של הפנמת הומופוביה אצל הומוסקסואלים וביסקסואלים היא עוינות כלפי הומוסקסואליות וגם כלפי העצמי (Mayfield, 2001). עמדות אלו מאפיינות מיעוטים מיניים, ואצל גברים הומוסקסואלים ונשים לסביות הן קשורות בקשר שלילי הן למשאבי התמודדות כמו הערכה עצמית נמוכה (Frost & Meyer, 2009), והן לתסמיני לחץ כגון דיכאון, שימוש באלכוהול, תסמינים סומטיים ודה-מורליזציה (Rowen & Malcolm, 2002; Szymanski & Chung, 2001), והן ליחסים חברתיים לא תקינים עם הסביבה (Otis, Rostosky, Riggle, & Hamrin, 2006).

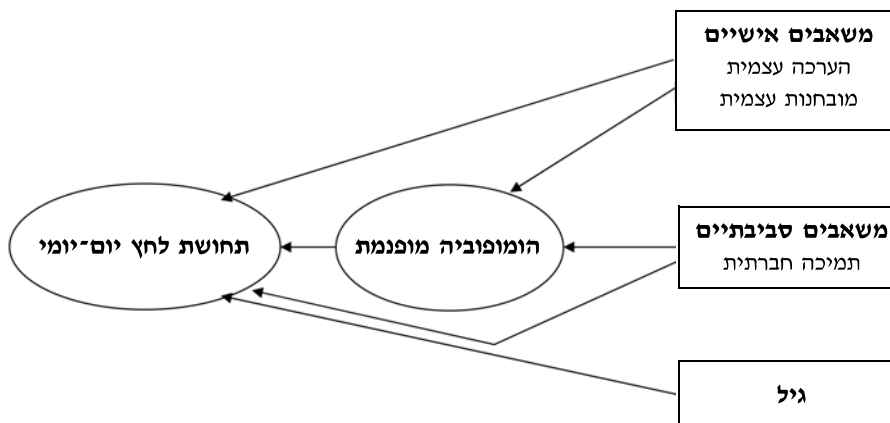
הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

בעקבות ממצאי מחקרים המצביעים על כך שרמת הומופוביה מופנמת קשורה הן למשאבי התמודדות והן למדדי עקה, אפשר לשער שהיא קשורה קשר ישיר לתחושת לחץ יום-יומי (משתנה התוצאה במחקר זה), וכן משמשת משתנה מתווך, כלומר משאבי התמודדות יהיו קשורים לרמת הומופוביה מופנמת בקשר שלילי, ורמת הומופוביה מופנמת תהיה קשורה לתחושת לחץ יום-יומי בקשר חיובי (ראו מודל מחקר, תרשים 1).

בנוסף לבחינת הקשרים בין רמת המשאבים האישיים והסביבתיים ורמת ההומופוביה המופנמת לבין לחץ יום-יומי אצל משתתפי המחקר, בחנו גם אם גיל המשתתפים קשור לתחושת לחץ יום-יומי. בחרנו להתייחס למשתנה "גיל" בשל השפעתו הרבה על תפקוד יום-יומי במגוון תחומים.

תרשים 1

מודל המחקר: הקשר בין המשאבים הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ יום-יומי



גיל והסתגלות בקרב הומוסקסואלים

ממצאי מחקרים שבחנו את הקשר בין גיל ובין הסתגלות בקרב הומוסקסואלים אינם עקביים. מחקרים על אוכלוסיות בעלות נטייה מינית הומוסקסואלית מצביעים על כך שהסתגלות פסיכו-חברתית של צעירים קלה יותר מאשר הסתגלות של מבוגרים, מכיוון שבדור זה יש לגיטימציה לאורח חיים הומוסקסואלי יותר מאשר בדור הקודם (Floyd & Bakeman, 2006). נוסף על כך, מבוגרים בעלי נטייה מינית הומוסקסואלית עשויים לגלות קשיים בהסתגלות בשל גילנות (Agism), סטריאוטיפים הקשורים לגיל באופן כללי — ובמיוחד בשל תפיסות הקשורות להומוסקסואלים מתבגרים. על פי

תפיסות סטריאוטיפיות אלו, הומוסקסואלים מבוגרים עשויים לסבול מבדידות, מניתוק חברתי ומחוסר מיניות (Kooden, 2000). לעומת ממצאים אלו, מצביעים מחקרים אחרים דווקא על קושי גדול יותר בהסתגלות של הומוסקסואליים צעירים – גברים ונשים – לעומת עמיתיהם המבוגרים (Huebner, Rebchook, & Kegeles, 2004; Stirrat, 2009). לפי ממצאי מחקרים אלו, הומוסקסואלים צעירים סובלים יותר מבעיות הסתגלות כיוון שבשל גילם הצעיר, רשתות התמיכה החברתית שלהם מועטות יותר, והם צברו פחות הון אנושי (משאבים כלכליים, מעמד חברתי, ניסיון חיים) מהומוסקסואלים מבוגרים (Grossman, 2008; Keys & Waterman, 2003).

מטרות המחקר

1. לבחון אם מידת הדתיות (חילונים לעומת חרדים) של משתתפים בקבוצת תמיכה בהומוסקסואלים וביסקסואלים מבדילה בין משאבי ההתמודדות שברשותם, רמת ההומופוביה המופנמת ורמת לחץ יום-יומי שהם חווים.
2. לבחון אם בשל השונות התרבותית-ערכית של הציבור החרדי לעומת כלל החברה בישראל, יבוטאו ההומופוביה המופנמת והמשאבים העומדים לרשות הפרט החובר לקבוצת תמיכה בהומוסקסואלים וביסקסואלים (משתנים מסבירים) באותה מידה כמו אצל החילונים בתחושת לחץ יום-יומי (משתנה תוצאה).

השערות המחקר

- על בסיס הרקע התיאורטי והאמפירי שהוצג לעיל שיערנו את ההשערות הבאות:
- הבדלים בין משתנה התוצאה ובין המשתנים המסבירים על פי מידת הדתיות*
- 1) רמת ההומופוביה מופנמת ותחושת לחץ יום-יומי בקרב נשים וגברים המשתתפים בקבוצות תמיכה בהומוסקסואלים חרדים יהיו גבוהות יותר מאשר בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה בהומוסקסואלים חילונים.
 - 2) תמצא אינטראקציה של מידת דתיות \times מין המשתתף בהסבר תחושת לחץ יום-יומי ורמת ההומופוביה מופנמת, כלומר: בקרב גברים חרדים תהיינה רמת ההומופוביה מופנמת ותחושת לחץ יום-יומי גבוהות יותר מאשר בקרב נשים חרדיות, ואילו בקרב חילונים ההבדלים בין המינים בתחושת לחץ יום-יומי ובהומופוביה מופנמת יהיו קטנים יותר.
 - 3) רמת המשאבים האישיים (הערכה עצמית) והמשאבים הסביבתיים (תמיכה חברתית) של משתתפים חילונים תהיה גבוהה יותר מזו של חרדים.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

קשרים בין משתנים מסבירים ובין משתנה התוצאה

- 4) ייצאו קשרים בין משאבים ובין מידת הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ יום-יומי, כלומר, ככל שרמת המשאבים תהיה גבוהה יותר, כך יקטנו רמת הומופוביה המופנמת ורמת הלחץ היום-יומי.
- 5) תמצא אינטראקציה של מידת דתיות × משאבים בהסבר תחושת לחץ יום-יומי, כלומר, הקשרים בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי יהיו חזקים יותר אצל חילונים מאשר אצל חרדים.
- 6) הומופוביה מופנמת תתווך בין משאבים אישיים ובין תחושת לחץ יום-יומי, כך שהקשר בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי יעבור דרך רמת הומופוביה מופנמת.

מלבד בחינת ההשערות העיקריות של המחקר, נבדק גם הקשר בין גיל המשתתפים ובין תחושת לחץ יום-יומי. מכיוון שהממצאים המחקריים שהוצגו ברקע התיאורטי לא היו עקביים ביחס לקשר בין גיל ובין מדדי הסתגלות שונים באוכלוסייה ההומוסקסואלית, לא התאפשר לשער השערה ספציפית בנושא זה. לבסוף, נבחנה התרומה הכוללת של כלל משתני המחקר (גיל, משאבים אישיים, משאבים סביבתיים והומופוביה מופנמת) להסבר השונות בתחושת לחץ יום-יומי.

המחקר

מדגם המחקר

במדגם המחקר נכללו 135 גברים ונשים חילונים וחרדים, שהמשתתף להם הוא השתתפותם בקבוצות לתמיכה בהומוסקסואלים ובביסקסואלים. הגברים החרדים נדגמו מתוך קבוצות תמיכה להומוסקסואלים דתיים וחרדים ואילו הנשים החרדיות נדגמו מתוך קבוצות תמיכה לנשים לסביות דתיות וחרדיות. משתתפים מתוך קבוצות אלו, שלא העריכו עצמם על פי דיווח עצמי בשאלון המחקר כחרדים (אלא כדתיים או מסורתיים), לא נכללו במחקר זה.

על פי שני הקריטריונים המרכזיים לדגימת משתתפי המחקר – מידת דתיות ומין – התקבלו ארבע קבוצות מחקר: גברים חילונים – 43 (32%), גברים חרדים – 30 (22%), נשים חילוניות – 31 (23%), נשים חרדיות – 31 (23%). הנטייה המינית נקבעה על פי הגדרה עצמית באמצעות שאלה ישירה: "כיצד היית מגדיר/ה את סגנון חיך הנוכחי באשר לנטייה המינית?" התשובות האפשריות: (1) הטרוסקסואלי; (2) הומוסקסואלי; (3) ביסקסואלי.

ליאת קוליק ומאור חדר

נמצאו הבדלים ניכרים בין חרדים ובין חילונים בהגדרת סגנון חייהם על פי נטייתם המינית. בקרב החילונים ההתפלגות הייתה: הטרנסקסואלי – 0%; הומוסקסואלי – 80%; ביסקסואלי – 20%. בקרב החרדים ההתפלגות הייתה: הטרנסקסואלי 40.9%; הומוסקסואלי 26.4%; ביסקסואלי – 32.7%. גם במצב המשפחתי נמצאו הבדלים ניכרים בין חילונים ובין חרדים: כ-90% מן הגברים החרדים דיווחו שהם נשואים לאישה, לעומת 10% בלבד מן החילונים שדיווחו כי הם נשואים לאישה. בקרב הנשים, כ-20% מן החילוניות ומן החרדיות דיווחו שהן נשואות לגברים.

לוח 1: התפלגות משתתפי המחקר על פי משתני רקע עיקריים (במספרים ובאחוזים)

משתני רקע	n	%
מידת דתיות	74	55
חילונים		
חרדים	61	45
מין	73	54.1
גברים		
נשים	62	45.9
נטייה מינית (על פי הגדרה עצמית)	25	18.5
הטרנסקסואל		
הומוסקסואל	74	54.8
ביסקסואל	36	26.7
גיל	14	10.4
18–20		
21–30	76	56.3
31 ומעלה	45	33.3
השכלה	53	40.5
עד 12 שנות לימוד		
תעודת בגרות תיכונית	34	27.3
על-תיכונית לא-אקדמאית	22	15.8
אקדמאית (או מקבילה לאקדמאית)	26	16.4

כלי המחקר

בשאלון המחקר נכללו כמה שאלוני משנה: *שאלון רקע*. בשאלון הרקע נבחנו משתנים הנוגעים למין, מעמד משפחתי, סגנון חיים על פי נטייה מינית (הטרנסקסואלי, הומוסקסואלי, ביסקסואלי), מידת דתיות (לפי הגדרה עצמית), גיל והשכלה.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

תחושת לחץ יום-יומי (Perceived Stress Scale). תחושת הלחץ היום-יומי נבדקה באמצעות השאלון של כהן, קאמארק ומרמלשטיין (Cohen, Kamark, & Mermelstein, 1983), שתורגם לעברית ותוקף בידי דרווי (1989). השאלון בוחן תחושת לחץ כללית בהווה, ונעשה בו שימוש נרחב, בעיקר כדי לבחון את השפעת הלחץ היום-יומי על הבריאות (לדוגמה: סדן, 1994; קוליק, 1999). בשאלון 14 פריטים הבודקים את מצבו הרגשי של אדם בחודש האחרון, כגון: "בחודש האחרון, באיזה מידה התרגזת בגלל אירועים שהיו מחוץ לשליטתך?". התשובות דורגו על פני סולם בן 5 דרגות: 1 – לעתים קרובות; 5 – אף פעם לא. הציון לשאלון התקבל מחישוב ממוצע התשובות. ככל שהציון גבוה יותר, תחושת הלחץ היום-יומי חזקה יותר. מהימנות השאלון שחושבה בשיטת אלפא של קרוניך היא $\alpha = .88$.

הומופוביה מופנמת (Internalized Homonegativity Inventory). כלי שפיתח מאיפלד (Mayfield, 2001), ועורכי המחקר הנוכחי תרגמו לעברית. בשאלון 27 פריטים המודדים את תגובת המשתתפים כלפי הומוסקסואליות, לדוגמה: "לדעתי הומוסקסואליות פוגעת בסדר החברתי". התשובות דורגו על פני סולם בן 7 דרגות: 1 – לחלוטין לא מסכים; 7 – מסכים לחלוטין. כל אחד מן המשתתפים קיבל נוסח שאלון המותאם למינו, כגון: "אני מאמין כי קיום יחסי מין בין גברים אינו מוסרי"; "אני מאמינה שקיום יחסי מין בין נשים אינו מוסרי". פרטי השאלון קשורים לשלושה עולמות תוכן המתארים עמדות כלפי נטייה הומוסקסואלית: (1) רגשות שליליים כלפי נטייה הומוסקסואלית; (2) מידת קבלה עצמית של נטייה הומוסקסואלית; (3) השלכות מוסריות של נטייה הומוסקסואלית. פריטים שניסוחם היה מנוגד לכיוון הסולם עברו היפוך בשלב עיבוד הנתונים. הציון לשאלון התקבל מחישוב ממוצע התשובות. ככל שהציון גבוה יותר, רמת ההומופוביה המופנמת גבוהה יותר. המהימנות בשיטת אלפא של קרוניך היא $\alpha = .90$.

הערכה עצמית (Rosenberg Self-Esteem Scale). כלי שפיתח רוזנברג (Rosenberg, 1965), ותרגמו לעברית הובפול וולפיש (Hobfoll & Walfisch, 1984). הוא תוקף במחקרים רבים בארץ (לדוגמה: Hobfoll & Walfisch, 1984) ובמחקרים בין-תרבותיים (לדוגמה: Schmilt & Allik, 2005). בכלי עשרה פריטים, והוא אחד הכלים הנפוצים למדידת הערכה עצמית של אדם כמושג גלובלי. לדוגמה: "אני מרגיש אדם בעל ערך לפחות ברמה שווה לאחרים". התשובות דורגו על פני סולם בן 7 דרגות: 1 – כלל לא נכון לגביי; 7 – נכון מאוד לגביי. הציון לשאלון של כל נבדק התקבל מחישוב ממוצע התשובות. ככל שהציון גבוה יותר,

כך ההערכה העצמית גבוהה יותר. מהימנות השאלון על פי שיטת אלפא של קרונבך היא $\alpha = 0.88$.

מובחנות עצמית (Level of Differentiation of Self Scale). כלי שפיתח הבר (Haber, 1984) ובו 31 פריטים. הכלי תורגם לעברית ותוקף בארץ בידי באום (2002). הגורם הראשון, בגרות רגשית, בוחן את הבגרות הרגשית של הפרט כפי שהיא מתבטאת באמונות, בערכים ובתהליכים קוגניטיביים המתייחסים לציפיות כלפי העצמי וכלפי הזולת. הגורם השני, תלות רגשית, בוחן את התלות הרגשית כפי שהיא מתבטאת באופן קבלת החלטות, בצורך באישור חברתי, בצורך בביטחון, בתגובה ללחץ קבוצתי, ברגשות כלפי העצמי וביכולת לפתור בעיות. התשובות דורגו על פני סולם בן ארבע דרגות: 1 – לא מסכים בהחלט; 4 – מסכים בהחלט. ציון השאלון התקבל מחישוב ממוצע התשובות. ככל שהציון גבוה יותר, למשתתף המחקר יש מובחנות עצמית גבוהה יותר, כלומר הוא בעל בגרות רגשית גבוהה ובעל תלות רגשית נמוכה. מהימנות השאלון שחושבה בשיטת אלפא של קרונבך היא $\alpha = .87$.

תמיכה חברתית (Social Support Scale). השאלון המקורי להערכת תמיכה חברתית הוא השאלון של זימט, דאהלם, זימט ופארלי (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988). את השאלון תרגם לעברית דרורי (1989) והוא תוקף במחקרים רבים בארץ (לדוגמה: קוליק וקרונפלד, 2003). בשאלון 12 פריטים, והוא בוחן את התמיכה החברתית הרגשית המתקבלת משלושה מקורות: משפחה, חברים ואחר משמעותי. לדוגמה: "יש לי אדם קרוב שאני יכול לשתף בצער ובשמחה". התשובות דורגו על פני סולם בן שבע דרגות: 1 – כלל לא מתאים להרגשתי; 7 – מתאים להרגשתי במידה רבה. ציון השאלון של כל משתתף התקבל מחישוב ממוצע התשובות. ככל שהציון גבוה, התמיכה החברתית שחש המשתתף רבה יותר. מהימנות השאלון שחושבה בשיטת אלפא של קרונבך היא $\alpha = .88$.

איסוף הנתונים

נתוני המחקר נאספו מקבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומו־לסבית והביסקסואלית. השאלונים חולקו למשתתפים במקומות המפגש בתחילת הפעילות של הקבוצה. על פי רוב חילק את השאלונים מארגן הקבוצה או אחד ממשתתפי הקבוצה שעמד בקשר עם החוקרים. למשתתפים הוסבר שאיסוף הנתונים הוא לצורכי מחקר בלבד, והובטחה סודיות ואנונימיות. מילוי השאלון נמשך כעשר דקות, ושיעור החזרת השאלונים היה כ-80%.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

שיטות עיבוד הנתונים

כדי לבחון את ההשערות באשר לקשר שבין משתני המחקר המסבירים (גיל, משאבים אישיים וסביבתיים והומופוביה מופנמת) ובין משתנה התוצאה (תחושת לחץ יום-יומי), בוצעו מתאמי פירסון. כדי לבחון הבדלים במשתני המחקר השונים לפי מידת דתיות (חילוני, חרדי) ולפי מין (גברים, נשים) בוצעו ניתוחי Manova וניתוחי Anova. השערת התיווך בין משאבים אישיים וסביבתיים ובין תחושת לחץ יום-יומי באמצעות הומופוביה מופנמת נבחנה באמצעות ניתוחי רגרסיה ומבחן Sobel.

ממצאים

הבדלים במשתני המחקר על פי מידת דתיות ועל פי מין המשתתף (בחינת ההשערות 3-1)

כדי לבחון אם יש הבדלים במשתני המחקר על פי מידת דתיות (חילוני, חרדי) ועל פי מין, נערכו ניתוחי Anova דו-כיווניים, מידת דתיות \times מין המשתתף במשתנה התוצאה (תחושת לחץ יום-יומי) ובמשתנים המסבירים (משאבים והומופוביה מופנמת) (לוח 2).

תחושת לחץ יום-יומי

נמצאו הבדלים בתחושת לחץ יום-יומי גם על פי מידת דתיות וגם על פי מין. אשר למידת הדתיות, נמצא שחרדים מבטאים תחושת לחץ יום-יומי חזקה יותר מאשר חילונים ($F(1,131) = 32.82, p < .001$). אשר למין, נמצא שגברים מבטאים תחושת לחץ יום-יומי חזקה יותר מאשר נשים ($F(1,131) = 4.50, p < .05$). ההבדלים על פי מידת הדתיות בתחושת לחץ יום-יומי גדולים יותר מההבדלים על פי מין המשתתף, וזאת לפי גודל ה-F וה- η^2 (לוח 2).

הומופוביה מופנמת

נמצאו הבדלים מובהקים בין משתתפי המחקר החילונים ובין המשתתפים החרדים מאשר אצל החילונים (לוח 2), אולם בניתוח לא נמצא הבדל מובהק בהומופוביה המופנמת על פי מין המשתתפים.

יש לציין כי לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של מידת הדתיות \times מין המשתתף בתחושת לחץ יום-יומי ובהומופוביה המופנמת. ממצאים אלו מראים שההבדלים

ליאת קוליק ומאור חדר

שנמצאו במשתנים אלו על פי מידת הדתיות אינם תלויים במין המשתתף, כלומר ההבדלים בין גברים לנשים במשתנים אלו דומים אצל חרדים ואצל חילונים.

משאבים

הערכה עצמית. נמצאו הבדלים מובהקים על פי מידת דתיות במשתנה הערכה עצמית ($F(1,131) = 20.20, p < .001$), אך לא על פי מין המשתתף: חילונים מתאפיינים בהערכה עצמית גבוהה מאשר חרדים, אולם לא נמצאו הבדלים בין המינים.

לוח 2: הבדלים בין משתני המחקר העיקריים על פי מידת דתיות ועל פי מין

η^2	F(1,131)	מידת דתיות				משתנים
		חרדי		חילוני		
		SD	M	SD	M	
.34	68.50***	1.24	3.38	.71	1.95	הומופוביה מופנמת
.20	32.82***	.54	3.08	.70	2.37	תחושת לחץ יום-יומי
.13	20.20***	.81	5.28	.84	6.22	הערכה עצמית
.33	68.15***	.48	2.54	.37	3.13	מובחנות עצמית
.35	72.72***	1.37	4.16	1.10	5.83	תמיכה חברתית

η^2	F(1,131)	מין				משתנים
		נשים		גברים		
		SD	M	SD	M	
.00	.07	1.36	2.63	1.10	2.56	הומופוביה מופנמת
.03	4.50*	.71	2.83	.70	2.54	תחושת לחץ יום-יומי
.01	1.40	.76	5.92	.93	5.83	הערכה עצמית
.05	.47	.51	2.93	.53	2.83	מובחנות עצמית
.10	14.95**	1.30	5.44	1.60	4.85	תמיכה חברתית

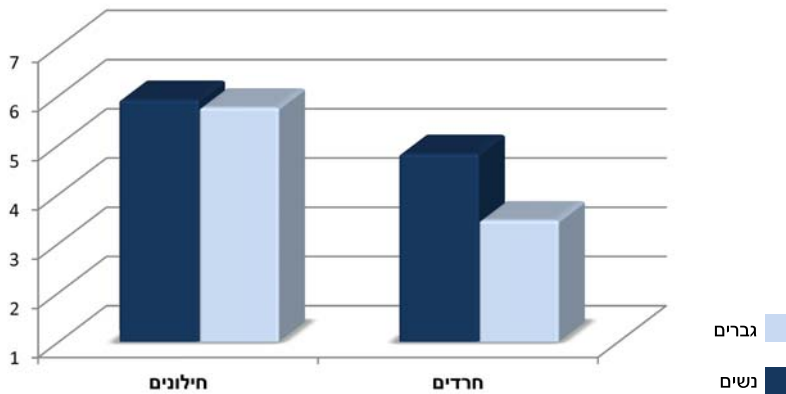
* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

מובחנות עצמית. נמצאו הבדלים מובהקים במשתנה מובחנות עצמית על פי מידת דתיות ($F(1,131) = 68.15, p < .001$), אך לא על פי מין המשתתפים. כפי שאפשר לראות בלוח 2, חילונים נוטים למובחנות עצמית גבוהה יותר מאשר חרדים. יש לציין שבשני המשאבים האישיים (הערכה עצמית ומובחנות עצמית) לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של מידת דתיות \times מין המשתתף. ממצא זה מראה שההבדלים שנמצאו בין חילונים לחרדים אינם תלויים במינם של המשתתפים, כלומר

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים
ההבדלים בין המינים במידת הערכה עצמית ובמובחנות עצמית דומים אצל חרדים
ואצל חילונים.

תמיכה חברתית. נמצאו הבדלים במשתנה תמיכה חברתית על פי מידת הדתיות
 $F(1,131)=14.59$,) וגם על פי מין המשתתפים ($F(1,131)=72.72$, $p < .001$)
, חילונים מעריכים את מידת התמיכה המתקבלת מהסביבה כרבה יותר
 $(p < .001)$, ונשים יותר מאשר גברים (לוח 2). כמו כן נמצאה אינטראקציה
מובהקת של מידת דתיות \times מין המשתתפים. כפי שאפשר לראות בתרשים 2, מקור
האינטראקציה נובע מכך שהן אצל חילונים והן אצל חרדים ההבדלים בין
המינים במשאב התמיכה החברתית הם לטובת הנשים, אולם אצל חרדים הפערים בין
המינים גדולים במידה ניכרת מאשר אצל חילונים. להלן פירוט הממצאים המתייחסים
לתמיכה חברתית על פי מידת דתיות ומין המשתתפים. אצל חילונים:
גברים — $M=5.76$, $SD=1.24$; נשים — $M=5.92$, $SD=.88$. אצל חרדים:
גברים — $M=3.47$, $SD=.98$; נשים — $M=4.82$, $SD=1.38$.

תרשים 2: ממוצעי תמיכה חברתית של גברים ונשים — הבדלים בין חילונים לחרדים



הבדלים בתחושת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת על פי מין המשתתפים ונטייתם
המינית (לפי הגדרה עצמית)

כדי לבדוק אם יש הבדלים בתחושת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת על פי נטייה
מינית לפי הגדרה עצמית, בוצעו ניתוח Manova וניתוח Anova חד-כיווניים. כפי
שתואר בסעיף המדגם, היו הבדלים בין משתתפי המחקר החילונים והחרדים בהגדרה
העצמית של נטייתם המינית, ובקרב החילונים כלל לא היו משתתפים שהגדירו עצמם

הטרנסקסואלים. לכן לא היה אפשר להשוות בכל קבוצת מחקר (גברים חילונים, גברים חרדים, נשים חילוניות ונשים חרדיות) בין תחושת לחץ והומופוביה מופנמת לפי שלוש הצורות של נטייה מינית, כלומר הומוסקסואלית, הטרנסקסואלית וביסקסואלית.

הבדלים בקרב משתתפים חילונים בקרב גברים חילונים הייתה ההתפלגות על פי הגדרה עצמית של נטייתם המינית 85.1% הומוסקסואלים (n=36), 0% הטרנסקסואלים, ו-14.9% ביסקסואלים (n=7). בקרב נשים חילוניות הייתה ההתפלגות 72.7% לסביות (n=22), 0% הטרנסקסואליות ו-27.3% ביסקסואליות (n=9).

מכיוון שאף אחד מהגברים החילונים ומהנשים החילוניות לא הגדיר עצמו בעל נטייה מינית הטרנסקסואלית, אפשר היה להשוות בכל אחד מהמינים רק בין שתי קבוצות מחקר: המגדירים עצמם בעלי נטייה הומוסקסואלית, לעומת המגדירים עצמם בעלי נטייה ביסקסואלית. בניתוח Manova דו-כיווני (נטייה מינית × מין) לא נמצאו הבדלים מובהקים על פי נטייה מינית ($F(2,75) = 2.63, p > .05$). כמו כן לא נמצאה אינטראקציה מובהקת של נטייה מינית × מין ($F(2,75) = 1.73, p > .05$). ממצא זה מלמד שהן בקרב גברים והן בקרב נשים לא נמצאו הבדלים מובהקים בתחושת לחץ יום-יומי וברמת הומופוביה מופנמת בין משתתפים המגדירים עצמם בעלי נטייה מינית הומוסקסואלית ובין בעלי נטייה מינית ביסקסואלית.

הבדלים בקרב משתתפים חרדים בקרב גברים חרדים 10.0% (n=3) הגדירו עצמם הומוסקסואלים, 56.7% (n=17) הטרנסקסואלים, ו-33.3% (n=10) ביסקסואלים. בקרב נשים חרדיות 46.4% (n=13) הגדירו עצמן לסביות, 21.4% (n=8) הטרנסקסואליות, ו-32.2% (n=10) ביסקסואליות. בשל מספרם הקטן של משתתפים בעלי נטייה מינית הומוסקסואלית וביסקסואלית בקרב הגברים החרדים, מוזגו לקבוצה אחת כל בעלי נטייה מינית שאינה הטרנסקסואלית, וזאת כדי שאפשר יהיה לבצע ניתוחי שונות בין שתי הקבוצות. בקרב המשתתפים החרדים נערך ניתוח Manova חד-כיווני בין שתי קבוצות הגברים על פי מידת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת. לא נמצאו הבדלים מובהקים בין שתי הקבוצות ($F(2,25) = .32, p > .05$). בניתוחי שונות שבוצעו בנפרד על תחושת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת לא נמצאו הבדלים באף אחד מהמשתתפים בין שלוש קבוצות המחקר.

בקרב המשתתפות החרדיות נערך ניתוח Manova חד-כיווני בין שלוש קבוצות הנשים על פי מידת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת. בניתוח זה נמצאו הבדלים מובהקים בין שלוש קבוצות הנשים ($F(4,48) = 7.52, p < .001, \eta^2 = .39$), ואולם

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

בניתוח השונות נמצאו הבדלים מובהקים רק ברמת ההומופוביה המופנמת $(F(1,131) = 13.47, \eta^2 = .52)$ אך לא נמצאו הבדלים מובהקים בתחושת לחץ יום-יומי. כדי למצוא את מקור ההבדל בין שלוש קבוצות הנשים בנטייה מינית ברמת ההומופוביה מופנמת בוצע ניתוח Sheffe. בניתוח זה נמצאו הבדלים מובהקים בין נשים המגדירות עצמן ביסקסואליות, לבין נשים המגדירות עצמן לסביות ולבין נשים המגדירות עצמן הטרוסקסואליות (בקרב נשים לסביות: $M = 2.36, SD = .96$, בקרב נשים ביסקסואליות $M = 3.83, SD = .90$ ובקרב נשים הטרוסקסואליות $M = 5.11, SD = 0.73$). בקרב נשים לסביות רמת ההומופוביה מופנמת נמוכה יותר מאשר בקרב נשים ביסקסואליות ונשים הטרוסקסואליות.

לאור הממצאים אפשר להסיק שהמשתתפים החילונים, גברים ונשים, והמשתתפים החרדים, גברים בלבד, לא נבדלים על פי נטייתם המינית (לפי הגדרה עצמית) בתחושת לחץ יום-יומי ובהומופוביה מופנמת. רק בקרב המשתתפות החרדיות נמצאו הבדלים על פי נטייה מינית בין נשים לסביות ובין נשים המגדירות עצמן בעלות נטייה הטרוסקסואלית או ביסקסואלית. אצל הלסביות רמת ההומופוביה המופנמת נמוכה יותר מאשר בשתי קבוצות הנשים האחרות.

קשרים בין משתני המחקר (בחינת השערה 4)

נמצא שתחושת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת קשורות קשר שלילי הן למשאבים אישיים והן למשאבים סביבתיים (לוח 3); ככל שהערכה עצמית, מובחנות עצמית והערכת התמיכה החברתית גבוהות, כך גם תחושת הלחץ היום-יומי וההומופוביה המופנמת פוחתות. נמצא קשר חיובי בין תחושת לחץ יום-יומי ובין רמת ההומופוביה מופנמת; ככל שתחושת הלחץ היום-יומי חזקה, כך רמת ההומופוביה המופנמת גבוהה. יש לציין את הקשר השלילי שנמצא בין גיל המשתתפים ובין תמיכה חברתית: ככל שאנשים מבוגרים יותר, כך התמיכה החברתית פוחתת.

לוח 3: מתאמי פירסון בין משתני המחקר

משתני המחקר	1	2	3	4	5	6
1 גיל	—					
2 תחושת לחץ יום-יומי	.02	—				
3 הערכה עצמית	-.26	-.56***	—			
4 הומופוביה מופנמת	.15	.52***	-.57***	—		
5 מובחנות עצמית	.12	-.57***	-.58***	-.73***	—	
6 תמיכה חברתית	-.30**	-.56***	.54***	-.69***	.57***	—

** $p < .01$ *** $p < .001$

התרומה הכוללת של משתני המחקר הבלתי תלויים להסבר תחושת לחץ יום-יומי
(בחנית השערות 5, 6)

כדי לבחון את התרומה הכוללת של משתני המחקר הבלתי תלויים להסבר תחושת לחץ יום-יומי נערכו ניתוחי רגרסיה היררכית (לוח 4). באמצעות ניתוח הרגרסיה נבחנו גם ההשערה החמישית של המחקר בדבר התרומה השונה של המשאבים להסבר תחושת לחץ בקרב חילונים לעומת חרדים, והשערה השישית בדבר הקשר בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי, קשר המתווך על ידי הומופוביה מופנמת. בצעד הראשון במשוואת הרגרסיה הוכנסו משתני הרקע גיל, מין ($1 = \text{נקבה}$, $2 = \text{זכר}$) ומידת דתיות ($1 = \text{חילוני}$, $2 = \text{חרדי}$), וזאת כדי לנכות את השפעתם מהשפעת המשתנים שהוכנסו בצעדים הבאים למשוואת הרגרסיה. בצעד השני צורפו המשאבים האישיים: הערכה עצמית ומובחנות עצמית. בצעד השלישי הוספו המשאבים הסביבתיים: מידת התמיכה החברתית. בצעד הרביעי צורף המשתנה הומופוביה מופנמת. הכנסת משתנה זה אחרי משתנה המשאבים נועדה לבחון אם הומופוביה מופנמת מתווכת בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי. בשלב החמישי הוספו אינטראקציות של משאבים \times מין המשתתפים ואינטראקציות של משאבים \times מידת דתיות. נקטנו גישה זו כדי לבחון אם תרומת המשאבים האישיים והסביבתיים להסבר תחושת לחץ יום-יומי שונה אצל גברים ונשים, ואם היא שונה אצל חילונים וחרדים.

משתני המחקר הבלתי תלויים מסבירים 48% מן השונות בתחושת לחץ יום-יומי (לוח 4). משתני הרקע שהוספו למשוואת הרגרסיה בצעד הראשון מסבירים במשולב 23% מן השונות בתחושת לחץ יום-יומי. ואולם, משלושת משתני הרקע רק לשניים – מידת דתיות ומין המשתתפים – נמצאה תרומה מובהקת, ואילו תרומת הגיל לא נמצאה מובהקת. השוואת גודל ה- β מראה שהשפעת מידת הדתיות על הסבר תחושת לחץ יום-יומי גדולה יותר מהשפעת מין המשתתפים. המשאבים האישיים שהוכנסו בצעד השני מסבירים עוד 24%, מלבד אלו שהוסברו באמצעות משתני הרקע. כיווני ה- β מראים שככל שהמובחנות העצמית רבה יותר, וככל שההערכה העצמית גבוהה יותר, כך גם תחושת הלחץ היום-יומי נמוכה יותר.

יש לציין שבצעד השני, עם הוספת המשאבים האישיים למשוואת הרגרסיה, תרומת המין ממשיכה להיות מובהקת, אך תרומת מידת הדתיות חדלה להיות מובהקת. ממצא זה מלמד שהמשאבים האישיים מתווכים בין מידת דתיות ובין תחושת לחץ יום-יומי. כלומר, בהסבר תחושת לחץ יום-יומי מתקיים תהליך שבו מידת הדתיות משפיעה על מלאי המשאבים שבידי משתתפי המחקר, ואילו המשאבים משפיעים על תחושת לחץ יום-יומי.

בצעד השלישי לא תרמו המשאבים הסביבתיים, שהוערכו על פי מידת התמיכה

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

לוח 4: ניתוח רגרסיה היררכית להסבר תחושת לחץ

מנבאים	β	B	SE.B	R	ΔR^2	F
צעד 1						
מין	.16*	.09	.24	.23***	.23***	13.82***
מידת דתיות	.44***	.45	.64			
גיל	.01	.01	.00			
צעד 2						
מין	.23**	.18	.33	.47***	.24***	24.89***
מידת דתיות	.11	.60	.16			
גיל	.06	.05	.00			
מובחנות עצמית	-.33***	-.46	.60			
הערכה עצמית	-.35***	-.28	.29			
צעד 3						
מין	.22**	.32	.32	.47***	.00	17.62***
מידת דתיות	.14	.07	.21			
גיל	-.04	.14	.00			
מובחנות עצמית	-.37***	-.72	.52			
הערכה עצמית	-.35**	-.09	.28			
תמיכה חברתית	-.06	-.25	.03			
צעד 4						
מין	.20**	.35	.30	.48***	.00	15.0***
מידת דתיות	.12	.42	.17			
גיל	.03	.00	.00			
מובחנות עצמית	-.32**	-.60	.45			
הערכה עצמית	-.33***	-.26	.26			
תמיכה חברתית	-.11	-.29	.05			
הומופוביה מופנמת	-.16	-.30	.09			

החברתית, להסבר שיעורים נוספים של שונות מתחושת לחץ יום-יומי על שיעורי השונות שהוסברו באמצעות המשתנים שנכנסו למשוואת הרגרסיה בצעדים הקודמים.

בצעד הרביעי לא תרמה ההומופוביה המופנמת להסבר שיעורי שונות מובהקים נוספים על אלה שהוסברו בצעדים הקודמים באמצעות שאר משתני המחקר. עם הוספת המשתנה הומופוביה מופנמת למשוואת הרגרסיה לא חל שינוי משמעותי בתרומת המשאבים שצורפו בצעדים הקודמים. השערת התיווך (השערה 6) של רמת

ההומופוביה המופנמת בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי נבחנה באמצעות מבחן Sobel. ניתוח זה לא אושש את השערת התיווך, כלומר, בניגוד למצופה, ההומופוביה המופנמת לא מתווכת בין משאבים ובין תחושת לחץ יום-יומי, ולמשאבים האישיים יש תרומה ישירה בלבד להסבר לחץ יום-יומי. יש לציין שמבין האינטראקציות בין משאבים אישיים וסביבתיים \times מידת דתיות, ומבין האינטראקציות בין משאבים אישיים וסביבתיים \times מין המשתתפים, לא נמצאה תרומה מובהקת להסבר תחושת לחץ יום-יומי לאף אחת מהאינטראקציות. ממצא זה מלמד שתרומת המשאבים האישיים והסביבתיים להסבר תחושת לחץ יום-יומי אינה שונה בין גברים לנשים, ואינה שונה בין חילונים לחרדים. במבט כולל על תוצאות ניתוח הרגרסיה עבור הסבר תחושת לחץ יום-יומי, אפשר לומר שתרומת מידת הדתיות היא הגדולה ביותר, והיא עולה על זו של מין המשתתפים. כמו כן, תרומת המשאבים האישיים גדולה מתרומת המשאבים הסביבתיים. משתני המחקר המסבירים (משאבים והומופוביה מופנימת) אינם קשורים לתחושת לחץ יום-יומי באופן שונה בקרב דתיים לעומת חילונים ובקרב גברים לעומת נשים.

דיון

עיקרו של מחקר זה בהשוואת מקורותיה של תחושת לחץ יום-יומי בקרב גברים ונשים חילונים וחרדים המשתתפים בקבוצות תמיכה בהומוסקסואלים וביסקסואלים. בבסיס המחקר עמדה תפיסה אקולוגית רחבה הגורסת שלסביבה החברתית-תרבותית של אדם יש השפעה על הפרשנויות של המפגשים המלחיצים ועל ההתנסויות בהם. על פי גישה זו, יתגלו הביטויים של השונות בסביבה החברתית-תרבותית הן ברווחתו הנפשית של אדם מול חוויית הדחק, הן בגיוס משאבי התמודדות, והן בשימוש במלאי המשאבים שברשותו, כדי להפחית את תחושת המצוקה. לפני הדיון בממצאי המחקר ובהשלכותיו התיאורטיות והיישומיות יש להדגיש שאף על פי שרוב משתתפי המחקר הגדירו את סגנון חייהם כשונה מסגנון חיים הטרוסקסואלי, אי אפשר לטעון שמדגם המחקר מייצג את האוכלוסייה ההומו-לסבית והביסקסואלית בישראל. ראשית, משתתפי המחקר הם אנשים שבחרו להסתייע בקבוצות התמיכה. יתר על כן, לפי ממצאי המחקר, מקצת משתתפי הקבוצות הללו, ובפרט המשתתפים החרדים, מצויים בשלבים שונים של בניית זהותם המינית או בשלבים שונים של חשיפה עצמית, ואינם מגדירים את עצמם בהכרח הומוסקסואלים או ביסקסואלים, ואחדים אף מגדירים עצמם הטרוסקסואלים. על כן המאפיין

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

המשותף למשתתפי המחקר אינו בהכרח סגנון חיים המתאפייין בנטייה מינית מסוימת וברורה. יהיה נכון יותר לומר שתחושת הדחק בשל היותם שונים מהרוב, הצורך בחיפוש הדרך, אי הבהירות באשר לנטייתם המינית – כל אלו גרמו תחושת מצוקה למשתתפים, חילונים וחרדים כאחד, ובעקבות זאת להצטרפותם לקבוצות תמיכה. אפשר להניח שמשתתפי המחקר המשתייכים לקבוצת תמיכה מקבלים תמיכה חברתית מהמטפלים המלווים את הקבוצה ומהמשתתפים עצמם, ובכך טמון עוד ייחוד של משתתפי המחקר לעומת כלל האוכלוסייה ההומו־לסבית בישראל. על כן יש לזכור בהכללת ממצאי המחקר שכל מסקנותיו מתייחסות למשתתפי קבוצות תמיכה, לאנשים בעלי נטיות מיניות הומוסקסואליות, ביסקסואליות או הטרוסקסואליות, חלקם מבולבלים בנוגע לנטייתם המינית, ואי אפשר בוודאות להכליל את הממצאים על כלל האוכלוסייה ההומו־לסבית בישראל.

חשיבות השפעת הסביבה החברתית־תרבותית באה לידי ביטוי בכך שמכל המשתנים שנבחנו (משתני רקע, משאבים אישיים וסביבתיים) התרומה הרבה ביותר להסבר משתני התוצאה היא של המשתנה מידת הדתיות של המשתתף. יתר על כן, בקרב משתתפי המחקר החרדים, רמת ההומופוביה המופנמת ותחושת הלחץ היום־יומי חזקים מאשר בקרב החילונים (אישוש השערה 1). עם זאת, שלא כמצופה, רמת ההומופוביה ותחושת הלחץ היום־יומי לא היו גבוהות יותר בקרב גברים חרדים מאשר בקרב נשים חרדיות (דחיית השערה 2). נראה שהאוריינטציה המשפחתית החזקה של הציבור החרדי, והאיסור ההלכתי והנורמטיבי על משיכה מינית לבני אותו המין בחברה החרדית, בשל מניעת קיום מצוות פרו ורבו באופן טבעי, מטשטשים ככל הנראה, את ההבדלים המגדריים בין גברים ובין נשים חרדים בקשר לתחושת לחץ יום־יומי ולהומופוביה מופנמת. כמשוער, מידת הדתיות לא זו בלבד שנמצאה קשורה ישירות למשתנה התוצאה של מחקר זה, אלא גם למשתני המחקר המסבירים: אצל משתתפים חרדים רמתם של רוב המשאבים האישיים והסביבתיים נמוכה מאשר אצל החילונים (אישוש השערה 3). נראה שתחושת הסטייה החברתית, השוני והדחייה של החריג בשל נטייה מינית בציבור החרדי מפחיתה את צבירתם של משאבים אישיים וסביבתיים. עוד נמצא שמובחנות עצמית של החרדים נמוכה יותר מאשר של החילונים, וזאת ללא קשר למינם. נראה שאת ההסבר להבדלים ברמות המובחנות העצמית בין שתי קבוצות המחקר אפשר לתלות גם באופייה של המשפחה החרדית וגם בנטייה ההומוסקסואלית (הגלויה או המוסתרת) של משתתפי המחקר החרדים. הכללים המנחים את החיים החברתיים במשפחה החרדית בנוגע לקשרים בין בני משפחה ולתפקידיהם בתוך המשפחה מתאפיינים בהיררכיה בין בני משפחה ונותנים פחות מקום לחופש ולמרחב עצמי של כל אחד מילדיה. סביר שריסון החוויה האישית מקבל משנה תוקף כשמדובר בחרדים בעלי נטייה

הומוסקסואלית, הנוהגים להתרחק מבני המשפחה כדי לא לחשוף את סודם. ייתכן שהשילוב בין מאפייני המשפחה החרדית ובין המשמעות של להיות בעל נטיות הומוסקסואליות בחברה זו, מביא למובחנות עצמית נמוכה בקרב החרדים, כפי שמתבטא בממצאי המחקר.

יש לציין שרמת ההערכה העצמית של משתתפי המחקר (גם אם נמצאו כמצופה הבדלים בין חרדים לחילונים) נמצאה גבוהה ללא קשר למידת דתיותם או למינם. בהבנת ממצאים אלו יש להתחשב בנתוני המחקר שנאספו בקבוצות גברים ונשים המשתתפים בקבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומו-לסבית, כלומר מצויים בשלב זה או אחר של חשיפת נטייתם המינית, ועוברים תהליך העצמה בקבוצות התמיכה. הסבר זה עולה בקנה אחד עם ממצאי מחקרים אחרים המקשרים בין תהליך החשיפה העצמית, שאחד מביטוייו הוא השתתפות בפעילויות חברתיות של האוכלוסייה ההומו-לסבית, ובין מדדים שונים של רווחה נפשית באוכלוסייה ההומו-לסבית (Hershberger & D'Augelli, 1995; Rosario, Hunter, Maguen, Gwadz, & Smith, 2001). על פי הסבר אחר, אפשר לייחס את הרמה הגבוהה של הערכה עצמית אצל משתתפי המחקר לכך, שרק בעלי הערכה עצמית גבוהה מרהיבים עוז בנפשם ומצטרפים לקבוצות תמיכה. על פי הסבר זה, אילו נערך המחקר בקרב האוכלוסייה ההומו-לסבית הכללית בישראל, היו התוצאות באשר לרמת הערכה העצמית שונות מאלו שהתקבלו במחקר זה.

כצפוי, נמצא קשר שלילי בין רמת המשאבים שבידי משתתפי המחקר ובין מדד הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ יום-יומי (אישוש השערה 4). משתתפים עתירי משאבים מפתחים עמדות פחות שליליות כלפי נטייה הומוסקסואלית וגם חשים תחושת לחץ יום-יומי חלשה יותר בגלל העוצמה הטמונה במשאבים שברשותם.

כפי שהוזכר בתחילת הדיון, למרות ההבדלים הניכרים במשתני המחקר המרכזיים על פי מידת דתיות, לא נמצאו הבדלים בקשרים בין המשתתפים המסבירים ובין משתנה התוצאה על פי מידת דתיות, כלומר, תרומתם של המשאבים להסבר משתנה התוצאה נשארה דומה ללא קשר למידת הדתיות של המשתתף (דחיית השערה 5). יתר על כן, תרומת המשאבים להסבר משתנה התוצאה לא נמצאה שונה עבור גברים ונשים. תרומת המשאבים להסבר משתנה התוצאה במחקר נמצאה ישירה ולא מתווכת באמצעות המשתנה הומופוביה (דחיית השערה 6), כלומר יש בכוחם של המשאבים הסביבתיים והחברתיים שנבחנו להשפיע ישירות על תחושת לחץ יום-יומי ולא דרך התיווך של המשתנה הומופוביה מופנמת דווקא.

יש לציין שאצל רוב משתתפי המחקר (למעט נשים חרדיות) לא נמצאו הבדלים בתחושת לחץ יום-יומי והומופוביה מופנמת על פי הגדרה עצמית של נטייתם המינית,

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

ונמצא שתחושות המצוקה של המשתתפים בקבוצות התמיכה דומות ללא קשר להגדרה העצמית של זהותם המינית. ממצא זה מלמד שהגדרת הנטייה המינית חשובה פחות בקביעת רמת המצוקה שחווים משתתפי המחקר, ועצם תחושת החריגות, המביאה אותם להצטרף לקבוצות התמיכה, היא זו הגורמת לתחושת לחץ ולעוינות המופנית כלפי הומוסקסואליות. ואולם יש לקבל ממצאים אלו בזהירות, משום שמספר המשתתפים בקבוצות המחקר השונות על פי נטייה מינית היה קטן למדי. עובדה זו מגבילה את היכולת להסיק מסקנות חדות וברורות על פי ממצאי המחקר הקשורים להבדלים לפי הנטייה המינית.

לסיכום, אחת המסקנות של המחקר היא אפוא שהסביבה החברתית-תרבותית משפיעה על רמתם של מדדים שונים הקשורים לרווחה נפשית אצל הפרט, הדבר בא לידי ביטוי בתחושת לחץ יום-יומי, רמת משאבים ותחושת הומופוביה מופנמת, אולם אין היא משפיעה על הסבת המשאבים לרווחה נפשית. טיעון זה בא לידי ביטוי בדמיון שנמצא במערך של משתני המחקר המסבירים את תחושת הלחץ היום-יומי בקרב חילונים וחרדים כאחד. על כן אפשר לטעון שאף על פי שמצבם של משתתפי המחקר החילונים טוב מזה של החרדים בכל הקשור למלאי המשאבים שברשותם ולתחושת עוינות עצמית, מצב המתבטא בהומופוביה מופנמת, שונה המצב באשר להפקת תועלת מן המשאבים ומן העמדות כלפי הומוסקסואליות להפחתת הלחץ, ותרומתם של אלו אחת היא ללא קשר למידת הדתיות של המשתתף.

ממצא אחרון זה אינו עולה בקנה אחד עם עמדותיהם של חוקרים המדגישים את תרומתה של הסביבה החברתית-תרבותית של הפרט בחוויית לחץ, בתהליכי התמודדות (Lazarus & Folkman, 1984; Pearlin, 1999) ובהסבת המשאבים והעמדות של הפרט לידי התמודדות (קוליק, 2010). למרות זאת, בגלל ההבדלים הרבים שנמצאו הן במשתנה התוצאה והן במשתנים המסבירים על פי מידת הדתיות, מסקנת המחקר אינה מצביעה על העדר השפעה סביבתית בכל הקשור לסוגיות שנדונו בנושא זה. ליתר דיוק, אפשר להסיק שבמחקר הנוכחי לא השפיע אופייה של הסביבה החברתית מבחינת רמת הדתיות על מימוש משאבים למניעת מצוקה נפשית בקרב אוכלוסיות בעלות נטיות מיניות שונות מנטיות מיניות הטרנסקסואליות. נראה שהקשרים המורכבים בין משאבים ואמונות המאפיינים סביבות חברתיות-תרבותיות שונות זו מזו, ובין מצוקה נפשית, אינם מובנים דיים. בפני החוקרים, השואפים לגבש תיאוריה מוצקה בנושא השפעת ההקשר החברתי-תרבותי על הסבת משאבים למדדי רווחה, ניצבים אתגרים מקצועיים להעמיק את הבנת התנאים החברתיים, אשר מצד אחד מעודדים את הפרט להשתמש ביעילות במשאבים שברשותו, כדי להעצים את רווחתו הנפשית, או מצד אחר, חוסמים אותו מכך.

מגבלות המחקר והמלצות למחקרים עתידיים

כפי שצויין, רוב משתתפי המחקר נדגמו מתוך קבוצות תמיכה באוכלוסייה ההומו-לסבית והביסקסואלית, ועל כן הם מצויים בשלב זה או אחר של חשיפת נטייתם המינית. מומלץ במחקרים עתידיים לדגום גם הומוסקסואלים שאינם משתתפים בפעילויות למען העצמתם, כדי להגיע להכללה של המסקנות הנוגעות לסוגיות שבהן עסק המחקר הנוכחי. עוד מגבלה של המחקר טמונה בכך שבעוד רוב המשתתפים הגברים החילונים אינם נשואים, רוב המשתתפים החרדים הם נשואים, בגלל עצם העובדה שבציבור החרדי מקובלת הנורמה של נישואין כבר בגיל צעיר, ורווקות אינה מקובלת כלל. לפיכך גם אם נמצאו הבדלים בין גברים חרדים לחילונים אי אפשר לדעת בוודאות אם הם נובעים מדתיותם או ממעמד המשפחה. על כן כדי לגלות את התרומה הנקייה של מידת הדתיות, ללא תרומת המעמד המשפחתי, מומלץ במחקרים עתידיים להשוות בין משתתפים חרדים נשואים בעלי נטייה מינית הומוסקסואלית ובין משתתפים חילונים נשואים בעלי נטייה זו, ולבדוק אם ימצאו הבדלים בין שתי הקבוצות בתחושת לחץ יום-יומי, הומופוביה מופנמת ומשאבים. מלבד זאת, מערך המחקר היה קורלטיבי, וכדי למצוא הסברים שיכולים להתפרש כסיבתיים בדבר הקשר בין משתני המחקר המסבירים ובין תחושת לחץ יום-יומי, יש לחקור את הסוגיות שבהן עסק המחקר הנוכחי באמצעות מערך של מחקר-אורך.

המלצות יישומיות

על סמך ממצאי המחקר אפשר להמליץ למטפלים ולאנשי מקצוע כמה המלצות שיסייעו לפתח גישה טיפולית הולמת ורגישות תרבותית עבור משתתפים בקבוצות התמיכה באוכלוסייה ההומו-לסבית. המלצות אלו ישימות הן לאבחון מידת המצוקה של משתתפי קבוצות התמיכה עם הגעתם לקבוצה והן למטרות טיפוליות שוטפות. בתחום האבחון, פרופיל המשתתף בקבוצת תמיכה, המועד לחוש לחץ יום-יומי מרבי הוא גבר חרדי שאינו מקבל תמיכה חברתית נרחבת, בעל הערכה עצמית נמוכה ורמת הומופוביה מופנמת גבוהה. גם אנשים בעלי מובחנות עצמית נמוכה מועדים לחוש לחץ בשל בחירתם בסגנון חיים הומוסקסואלי.

באשר לטיפול הסדיר במשתתפי קבוצות התמיכה, יש לכוון את אנשי המקצוע, שערכי התרבות החרדית זרים להם, ואת המטפלים באוכלוסייה ההומו-לסבית המשתייכת למגזר זה, להכיר את הנורמות ואת ערכי הקהילה כדי לייעל את התערבותם כך שתתאים לצורכי הקהילה. יתר על כן, יש להכשיר אנשי מקצוע מהקהילה החרדית עצמה, שמבינים את נורמות ההתנהגות של אוכלוסייה זו ואת המצוקות הייחודיות לה, כך שגברים ונשים חרדים ירגישו מספיק בטוחים לבקש ולקבל את תמיכתם בעת הפעילות הקבוצתית השוטפת.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

עוד מלמדים ממצאי המחקר על הצורך להעשיר את המשתתפים בקבוצות תמיכה במשאבים אישיים וסביבתיים, מכיוון שאלו עשויים להפחית את תחושת הלחץ היום-יומי ואת הנזקים שגורמת הומופוביה מופנמת לרווחתו הנפשית של הפרט. אמנם מקצת המשאבים שנזכרו במחקר ניתנים לרכישה שוטפת בחיים הבוגרים (הערכה עצמית, תמיכה חברתית), אך לא כך המובחנות העצמית המתפתחת במשפחת המוצא בילדות, ומתברר שהיא משאב רב-השפעה ונוגד לחצים בקרב משתתפי קבוצות התמיכה. במובחנות העצמית טמון פוטנציאל הסתגלותי, אך יש סכנה שתתעכב ההתפתחות של מאפיין זה אצל משפחות עם ילדים בעלי נטייה הומוסקסואלית שהוריהם מסרבים לקבל את נטייתם המינית החריגה. עובדה זו מחייבת את המטפלים בקבוצות הטיפול והתמיכה, שנועדו להעצים את הורי הנערים הומוסקסואלים והנערות הלסביות, להדגיש את החשיבות שבקשרים משפחתיים פתוחים וספונטניים שיש בהם אמון וכבוד הדדי, גם כאשר סודם של נערים ונערות אלו נחשף לפני בני המשפחה.

מקורות

באום, נ. (2002). דיפרנציאציה של העצמי, מאפייני אישיות נרקיסיסטית וזיקתם לתפקיד המשותף של הורים גרושים. חיבור לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה, בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל-אביב.

דרורי, י. (1989). שאלון לחץ נתפש. תל-אביב: בית החולים תל השומר.
כץ, ר. (1980). כוח במשפחה: השפעת משאבים ורקע תרבותי על מאזן הכוח בין בני זוג בנישואין. חיבור לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה, אוניברסיטת תל-אביב.
סדן, ק. (1994). גורמים המשפיעים על התפקוד המשפחתי בקרב חולי סכרת נעורים. חיבור לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה, בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר-אילן.
קוליק, ל. (1999). הבדלים בעוצמת חיפוש עבודה ובתגובות לאבטלה בין גברים לנשים – ניתוח משווה. דוח מחקר בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר-אילן.
קוליק, ל. (2010). אסטרטגיות התמודדות עם קונפליקט בית-עבודה בראי תרבותי: ניתוח משווה בין נשים יהודיות לנשים ערביות מוסלמיות. בתוך ו. מילבאור ול. קוליק (עורכות), משפחות עובדות הורים בשוק העבודה בישראל: היבטים חברתיים, כלכליים ומשפטיים (עמ' 247–276). ראשון-לציון: פלס הוצאה לאור, המסלול האקדמי, המכללה למינהל.

קוליק, ל., וקורנפלד, מ. (2003). ניבוי ההסתגלות למחלת סרטן השד: תרומתם של משאבים אישיים ושל יחוס סיבתיות למחלה. חברה ורווחה, כג, 75–100.

Abel, M. H. (1996). Self-esteem: Moderator or mediator between perceived stress and expectancy of success? *Psychological Reports*, 79, 635–641.

Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1992). The differentiation in the family system scale (DIFS). *American Journal of Family Therapy*, 20, 77–89.

Baumeister, R. F., DeWall, L. N., Ciarocco, N. J., & Twenge, J. M. (2007). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 589–604.

- Bowen, M. (1990). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Bowleg, L., Craig, M. L., & Burkholder, G. (2004). Rising and surviving: A conceptual model of active coping among black lesbians. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 10*, 229–240.
- Buckley, K., Winkel, R., & Leary, M. (2004). Reactions to acceptance and rejection: Effects of level and sequence of relational evaluation. *Journal of Experimental Social Psychology, 40*, 14–28.
- Chubb, N. H., & Fertman, C. L. (1992). Adolescents' perceptions of belonging in their families. *Families in Society, 73*, 387–394.
- Church, A. T., & Looner, W. J. (1998). The cross-cultural perspective in the study of personality: Rationale and current research. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 17*, 271–285.
- Cohen, S., Kamark, J., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*, 385–396.
- Dubow, E. F., Tisak, J., Hryshko, A., Causey, & Reid, G. (1992). A two-year longitudinal study of stressful life events, social support and social problem solving skills: Contributions to children's behavioral and academic adjustment. *Child Development, 62*, 583–599.
- Floyd, F., & Bakeman, R. (2006). Coming-out across the life course: Implications of age and historical context. *Archives of Sexual Behavior, 35*, 287–296.
- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2009). Internalized homophobia and relationship quality among lesbians, gay men, and bisexuals. *Journal of Counseling Psychology, 56*, 97–109.
- Grossman, A. H. (2008). The unique experience of older gay and bisexual men. In R. J. Wolitski, R. Stall, & R. O. Valdiserri (Eds.). *Unequal opportunity: Health disparities affecting gay and bisexual men in the United States* (pp. 303–326). New York: Oxford University Press.
- Haber, J. (1984). A construct validity study of a differentiation of self scale. *Research and Theory for Nursing Practice, 3*, 165–178.
- Heller, K., Swindle, R. W., & Dusenbury, L. (1986). Component social support processes: Comments and integration. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 54*, 466–470.
- Hershberger, S. L., & D'Augelli, A. R. (1995). The impact of victimization on the mental health and suicidality of lesbian, gay and bisexual youth. *Developmental Psychology, 31*, 65–74.
- Hobfoll, S. E., & Walfisch, S. (1984). Coping with a threat to life: A longitudinal study of self concept, social support and psychological distress. *American Journal of Community Psychology, 12*, 87–100.
- Huebner, D. M., Rebhook, G. M., & Kegels, S. M. (2004). Experiences of harassment, discrimination, and physical violence among young gay and bisexual men. *American Journal of Public Health, 94*, 1200–1203.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: W. W. Norton.

הומופוביה מופנמת ותחושת לחץ בקרב משתתפים בקבוצות תמיכה להומוסקסואלים: חילונים מול חרדים

- Keys, C. L. M., & Waterman, M. B. (2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. In M. H. Bronstein, L. Davidson, C. L. M. Keyes, & K. A. Moore (Eds.), *Well-being: Positive development across the life course* (pp. 477–498). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kooden, H. (2000). *Golden men: The power of gay midlife*. New York: Avon Books.
- Kreger, D. W. (1995). Self-esteem, stress, and depression among graduate students. *Psychological Reports, 76*, 345–346.
- Kulik, L. (1999). Marital power relations, resources and gender role ideology: A multivariate model for assessing effects. *Journal of Comparative Family Studies, 30*, 189–206.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Levy, J. (2005). Sexual orientation, exit and refuge. In A. Eisenberg, & J. Spinner-Halev (Eds.), *Minorities within minorities: Equality, rights, and diversity* (pp. 178–188). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Mayfield, W. (2001). The development of an internalized homonegativity inventory for gay men. *Journal of Homosexuality, 41*(2), 53–76.
- Meyer, I. M., Schwartz, S., & Frost, D. M. (2008). Social patterning of stress and coping: Does disadvantaged social status confer more stress and fewer coping resources? *Social Science & Medicine, 67*, 368–379.
- Otis, M. D., Rostosky, S. S., Riggle, E. D., & Hamrin, R. (2006). Stress and relationship quality in same-sex couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 23*, 81–99.
- Papini, D. R., & Roggman, L. A. (1991). Adolescent perceived attachment to parents in relation to competence, depression, and anxiety. *Journal of Early Adolescence, 12*, 420–440.
- Pearlin, L. I. (1999). The stress process revisited: Reflections of concepts and their interrelations. In C. S. Aneshensel, & J. C. Phealan (Eds.), *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 395–415). New York: Springer.
- Rodman, H. (1972). Marital power and the theory of resources in cultural context. *Journal of Comparative Family Studies, 3*, 50–67.
- Rosario, M., Hunter, J., Maguen, S., Gwadz, M., & Smith, R. (2001). The coming-out process and its adaptational and health-related associations among gay, lesbian, and bisexual youths: Stipulation and exploration of a model. *American Journal of Community Psychology, 29*, 133–160.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescents' self image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rowen, C. J., & Malcolm J. P. (2002). Correlates of internalized homophobia and homosexuality identity formation in a sample of gay men. *Journal of Homosexuality, 43*, 77–92.
- Schmitt, D., & Allik, J. (2005). Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: Exploring the universal and culture specific features of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*, 623–642.
- Schulz, U., & Schwarzer, R. (2004). Long-term effects of spousal support on coping with cancer after surgery. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*, 716–732.

- Slusher, M. P., Mayer, C. J., & Dunkle, R. E. (1996). Gays and lesbians older and wiser (GLOW): A support group for older gay people. *The Gerontologist, 36*, 118–123.
- Smith, E., & Mackie, D. (1995). *Social psychology*. New York: Worth Publishers.
- Smith, E. P., Walker, K., Fields, L., Brookins, C. C., & Seay, R. C. (1999). Ethnic identity and its relationship to self-esteem, perceived efficacy, and prosocial attitudes in early adolescence. *Journal of Adolescence, 22*, 867–880.
- Spencer, B. B. A., & Brown, J. (2007). Fusion or internalized homophobia? A pilot study of Bowen's differentiation of self hypothesis with lesbian couples. *Family Process, 46*, 257–268.
- Stirrat, M. J. (2009). Social and psychological well being in lesbians, gay men and bisexuals: The effects of race, gender, age, and sexual identity. *American Journal of Orthopsychiatry, 79*, 500–510.
- Szymanski, D. M. & Chung, Y. M. (2001, August). *Internalized homophobia in lesbian relationships*. Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, San Francisco, CA.
- Thoits, P. A. (1985). Self-labeling processes in mental illness: The role of emotional deviance. *American Journal of Sociology, 92*, 221–249
- Zeidman, R. (1997). Marginal discourse: Lesbianism in Jewish law. *Women in Judaism: A Multidisciplinary Journal, 1*, 24–38.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, U. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment, 52*, 30–41.