

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית בעקבות חשיפה לקרב

אוהד גילבר, גבריאלה ספקטור-מרזל, אופיר לוי ורחל דקל

רקע: הספרות הדנה בגברים נפגעי פוסט-טראומה על רקע חשיפה לקרב, מצביעה על פגיעה בזהותם הגברית, שמקורה בפער בין תפיסת אידיאל הגבריות כמושתת על אתוס הלוחם, לחוויה של אי-עמידה בציפיות הגבריות בשדה הקרב ואחריו. על-אף מרכזיות הצבא בכלל והלחימה בפרט במודלים של גבריות ישראלית, עד כה לא נבחנו ההשלכות האפשריות של מצוקה פוסט-טראומטית בעקבות השתתפות בקרב על הזהות הגברית של גברים ישראלים.

מטרת המחקר: לבחון את הזהות הגברית של חיילים ישראלים לשעבר שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב.

שיטת המחקר: על בסיס הגישה האיכותנית-פנומנולוגית, נערכו ראיונות-עומק עם 14 חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית, באשר לחוויותיהם ותפיסותיהם בנוגע לגבריות ולזהותם הגברית. הראיונות נותחו על-פי עקרונות הגישה הפנומנולוגית של מוסטקס.

ממצאים עיקריים: ניתוח הראיונות העלה שתי תימות עיקריות: (א) שבר בזהות הגברית, תימה הכוללת אובדן שליטה וחוסר אונים ואי-עמידה בתפיסת הגבריות במהלך אירוע הקרב ולאחריו; (ב) שינוי בתפיסת הגבריות לאחר האירוע הטראומטי, תימה הכוללת ביקורת על מודל הגבריות ההגמונית, היבדלות ממנו והגדרה עצמית במונחי הגבריות החדשה.

מסקנות והשלכות לפרקטיקה: בתהליך הטיפול והשיקום של חיילים שנפגעו בפוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב יש לקחת בחשבון את מרכזיות הזהות הגברית ואת השבר שחל בה. ההבניה של זהות גברית חדשה, הכוללת שילוב בין ערכים מסורתיים לגבריות וערכים של מודל הגבריות החדשה, עשויה לשמש משאב מרכזי בתהליך הריפוי, ואף לצמיחה, של גברים אלה.

מילות מפתח: גבריות, זהות, גבריות חדשה, פוסט-טראומה, צבא, מלחמה

מבוא

במהלך השתתפות בקרב נחשף החייל לאיום על חייו, ולפיכך יש בו פוטנציאל לחוויה טראומטית. חוויה זו עלולה להביא למצוקה נפשית בטווח הקצר ולהתפתחות

התקבל במערכת: 1.2017; נוסח סופי: 1.2018; אושר לפרסום: 1.2018

של הפרעות נפשיות המתמשכות אף שנים רבות לאחר סיומה של המלחמה. מחקרים רבים התמקדו בהבנת מצוקה זו, בעיקר בהבנת ההפרעה הפוסט-טראומטית (Post-Traumatic Stress Disorder — P.T.S.D.) תסמונת זו הופכת לכרונית אצל כ-17% מבין אלו שנחשפו לקרב (Creamer, Wade, Fletcher, & Forbes, 2011; Richardson, Frueh, & Acierno, 2010; Solomon & Horesh, 2007). ואילו רבים אחרים סובלים מתסמונות תת-קליניות (בלייך וסולומון, 2002). המחקרים הקיימים מתמקדים, בין השאר, בתסמינים של ההפרעה ובהשלכותיהם על מגוון תחומי חיים, כמו עבודה (Thomas, Britt, Odle-Dusseau, & Bliese, 2011) והיבטים חברתיים וזוגיים (Dekel & Monson, 2010). מחקרים אחרים מתמקדים בהשלכות של הפגיעה הטראומטית על הזהות ועל חוויית העצמי של הפרט (הרמן, 1992; Silverstein, 1992; Wilson, 1994, 1996). אף שמרבית הלוחמים הם גברים, יש ספרות מועטה על ההשלכות של חשיפה לאירוע טראומטי ושל הפרעה פוסט-טראומטית על רקע השתתפות בקרב על זהותם הגברית של הלוחמים (Caddik, Smith, & Phoenix, 2015; Fox & Pease, 2012; Higate, 2003; Hockey, 2003; Karner, 1994; Smith, 2002). העדר מחקר אמפירי בנושא ההשלכות האפשריות של השתתפות בקרב ושל הפרעה פוסט-טראומטית בעקבותיה על הזהות הגברית בולט בישראל, שבה צבאיות בכלל ולחימה בפרט הן היבטים מרכזיים במודלים של גבריות. המחקר הנוכחי מבקש למלא פער זה ולבחון את תפיסת הזהות הגברית של חיילים לשעבר בישראל שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב. יתרה מזאת, הוא מבקש להעמיד למבחן את התפיסה הרווחת בספרות המעטה על גבריותם של חיילים לשעבר הסובלים מפוסט-טראומה, שלפיה הזהות הגברית נפגעת (Brooks, 2005; Cox & O'Loughlin, 2016; Fox & Pease, 2012). כמו כן, מול המודל הגברי המסורתי, מודל המושחת על אתוס הלוחם (קינן, 2012), מוצב בשנים האחרונות מודל חלופי — מודל הגבריות החדשה (אלמוג, 2004; נרדי ונרדי, 1992). על רקע התפתחות זו, מבקש המחקר הנוכחי לבחון אילו אפשרויות טמונות במתכונת החדשה של גבריות להבניית הזהות הגברית לאחר התפתחות ההפרעה הפוסט-טראומטית.

האירוע הטראומטי על רקע השתתפות בקרב: שבר באתוס הגבר הלוחם

חשיפה לאירוע קרב עלולה להשפיע על הזהות ועל חוויית העצמי של הלוחם ולהיווצרות של תסמינים פוסט-טראומטיים (הרמן, 1992; נוי, 2000; Lifton, 1988; Parson, 1988, 1993; Ulman & Brothers, 1988; Wilson, 1980, 2006). הטראומה מנפצת את הדעות, האמונות וההנחות הבסיסיות על העולם וחוקיו ועל העצמי, ומערערת את הייצוגים הבטוחים לכאורה. פגיעה מסוג זה עלולה לעורר תחושת איום על הקיום וליצור תפיסה שהעצמי פגום וחסר ערך. רגשות אלו עלולים לפגוע בתפקוד

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

הנפגע (Janoff-Bulman, 1992). כיוון שהפגיעה בקרב מתרחשת בדרך כלל בגיל 21-28, בתקופה ההתפתחותית של גיבוש זהות, עלולה הפגיעה הטראומטית עלולה ליצור שבר בשני מרכיבים חשובים של הזהות: ההמשכיות והדומות – כלומר הזהות המבשלת דרך מתן תשובה שהאדם עונה לעצמו על השאלה מה מאחד אותו מעבר למצבים וזמנים משתנים (Erikson, 1968). שבר זה עלול לקטוע את רצף הזהות של האדם לאובדן תחושת ההמשכיות והיציבות בתמונת העצמי (Wilson, 1980, 2006). האפשרות של פגיעה בזהות הגברית עולה מן הרעיון שגבריות היא הבניה חברתית המושרשת בערכים, בתפיסות ובאידיאולוגיות בזמן ובחברה נתונים (Connell, 1995). כדי לגייס גברים להשתתף בצבא ולהילחם, חברות רבות יצרו הלימה בין זהות לאומית למודלים של גבריות, וביססו מודלים אלו על דמות הלוחם (קינן, 2012). מודל הגבריות הלוחמת מדגיש שליטה בגוף, המתבטאת בכוח גופני וביכולת לבטא אגרסיביות, ובשליטה ברגשות, שמשמעותה איפוק רגשי וקור רוח (שיאון, 1997; שיאון ובן-ארי, 2007; Ben-Ari, 1998). מודל זה מחזק בתהליך חברות (סוציאליזציה) לגבריות המסורתית, שהינו חלק מההכשרה של חיילים קרביים (Green, Emslie, 2003; Hocky, 2003; O'Neill, Hunt, & Walker, 2010), וביטוי המובהק הוא גבורה בקרב (קינן, 2012; Hocky, 2003; Higate, 2003). בחברה הישראלית מודל הגבריות הלוחמת בולט במיוחד. מודל זה גובש עוד בתקופת היישוב וזוהה עם דמותו של היהודי החדש – הצבר (אלמוג, 1997; ספקטור-מרזל, 2008), כיוון שהלם את היעד הלאומי העיקרי דאז – כינון המדינה ושמירה על ביטחונה (הולנדר, 2007; לומסקי-פדר, 1998; ליבליך, 1990; שיאון, 1997), ומילא תפקיד מרכזי בתהליך בניין האומה (Ben-Ari, 2001; Levy-Schreiber & Ben-Ari, 2000). אם כך, מאז ימי היישוב ועד היום, האתוס הישראלי שלפיו "גברי הוא ביטחוני" (קפלן, 1999) חורג מגבולות הארגון הצבאי ומכונן את הגבריות הישראלית בכללותה (לומסקי-פדר, 1998; ליבליך, 1990). יתרה מזו, אין הוא מוגבל לאנשים צעירים – הוא מרכזי גם בזהויותיהם של גברים ישראלים זקנים (נוטמן-שורץ, 2006; ספקטור-מרזל, 2008). אין ספק שבחברה הישראלית אתוס הלוחם מגלם מודל של הגבריות ההגמונית: צורה של גבריות נעלה מצורות גבריות אחרות (Connell, 1995). כיוון שגבר מפנים את ציפיות החברה באשר לגבריות הולמת, אם הוא חווה כישלון לממש את ציפיותיו מעצמו, מתעורר קונפליקט בין העצמי ובין העצמי הגברי האידיאלי, והדבר עלול לגרום לו מצוקה נפשית (O'Neil, 2015; O'Neil, Good, & Holmes, 1995). ואכן, עדויות מחקריות מצביעות על קושי להפר בגלוי את הגבריות ההגמונית הצבאית, המגולמת בדמות הלוחם. כך, לדוגמה, במלחמת העולם הראשונה חיילים רבים סבלו מתסמינים גופניים כמו שיתוק וקיפאון כביטוי לחוסר יכולתם לעמוד בציפיות החברתיות ולהיות לוחמים על פי הדימוי הגברי הקלסי הנפוץ בתרבותם

(Showalter, 1987). גם במחקרים על ותיקי קרב אמריקנים הסובלים מהפרעה פוסט-טראומטית נמצא כי המשתתפים חוו פגיעה בתפיסת הגבריות שלהם משהופרו ההבניות ההגמוניות של גבריות (Karner, 1994; Smith, 2002). אשר לגברים ישראלים, מחקרים שבחנו לוחמים בעקבות מלחמת לבנון הראשונה (Solomon, 1993) ומלחמת המפרץ (Solomon, 1995) מצאו שאלה שחוו שתיארו אי-עמידה בציפיות החברתיות מהם כגברים – חוו מצוקה. על רקע זה, נראה כי אי-תפקוד בשדה הקרב בהתאם לאתוס הלוחם עלול לפגוע בזהות הגברית של כל חייל, ובייחוד בזהותו של חייל ישראלי.

לאחר החזרה הביתה: פגיעה מתמשכת בזהות הגברית בקרב חיילים לשעבר שפיתחו פוסט-טראומה

פגיעה בזהות הגברית של חייל אינה תחומה לתקופה של השירות הצבאי. בקרב גברים שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב בעת שירותם הצבאי, הפגיעה נמשכת גם בחיים האזרחיים. לצד תחושת הכישלון בשדה הקרב, גברים אלה חווים פגיעה מאי-יכולתם לעמוד באמות המידה של גבריות, לנוכח המצוקה הנפשית והקשיים בתפקוד שהם חווים בחייהם האזרחיים (Karner, 1994; Smith, 2002). כך למשל נמצא שממוצע הלחץ מתפקידי מגדר גבריים היה גבוה יותר בקרב גברים עם פוסט-טראומה מאשר בקרב כלל הגברים באוכלוסייה (Jakupcak, Osborne, Michael, Cook, & McFall, 2006). על הקשר שבין מצוקה מסוג זה לפגיעה בזהות הגברית מעיד גם הקשר שבין מצוקה פוסט-טראומטית למנגנוני התמודדות המזוהים עם גבריות. נמצאו קשרים חיוביים בין עוצמת התסמינים של הימנעות ועוררות-יתר למדדים המאפיינים התנהגות גברית מסורתית, כמו צמצום רגשי, עכבות בביטויי חיבה, שליטה וביטחון עצמי מוגזם (Garcia, Finley, Lorber, & Jakupcak, 2011).

הקושי להסתגל לאורח חיים אזרחי על רקע ההפרעה הפוסט-טראומטית יוצר פגיעה נוספת בעצמי הגברי של החייל המשוחרר (Brooks, 1990, 2005; Parson, 1988, 1993; Ulman & Brothers, 1988). פגיעה זו מלווה בחוויות של חוסר אונים, חולשה, נחיתות וחוסר יכולת (Fox & Pease, 2012; Parson, 1988, 1993; Ulman & Brothers, 1988). חוויית האובדן וחוסר האונים עלולה לנפץ את תחושת הגרנדיוזיות הגברית ("אני גבר כול יכול"), לפגוע בתפיסה העצמית של החיילים ולהביא לאובדן השליטה הגברית, וכך עלולה להיווצר פגיעה נרקיססטית גברית (Parson, 1988, 1993; Ulman & Brothers, 1988). פגיעה זו מתוארת בספרות גם בהקשר של טראומה מינית בקרב גברים (Lisak, 1994). חיזוק אמפירי לטענה זו נמצא במחקר שעניינו ותיקי מלחמת וייטנאם, ובו נמצאו הבדלים בין חיילים שסבלו מפוסט-טראומה לחיילים שלא סבלו ממנה במדדים הנדרשים להתפתחות נפשית בשלב גיבוש הזהות על פי אריקסון. נפגעי הפוסט-טראומה חוו פגיעות רבה יותר ביכולת לאינטימיות, בתחושת הזמן,

ביצרנות ובשקדנות, ונוצרה אצלם זהות שלילית יותר מאשר בקרב ותיקי המלחמה שלא סבלו מפוסט-טראומה (Silverstein, 1994, 1996).

האם בהכרח פגיעה בגבריות?

כפי שהראינו, מרבית המחקרים שבחנו גברים הסובלים מפוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב, מצביעים על פגיעה בזהותם הגברית, מפני שלא עמדו בציפיות החברתיות של הגבריות ההגמונית, המושתתת על דמות הלוחם. אולם יש לשאול: האם תיתכנה אפשרויות אחרות להבניית זהות גברית בקרב לוחמים לשעבר נפגעי פוסט-טראומה, שלא תכלול פגיעה בגבריותם?

אפשרות אחת כזו היא המשכיות של הזהות הגברית המסורתית תוך מתן משמעות של גבריות כזו לחוויית הקרב הטראומטית. מחקרים מראים כי לוחמים ישראלים לשעבר מספרים על לחימה בשדה הקרב כמקור לאישוש של זהותם הגברית, ואף לחיזוקה. ספקטור-מרזל (2008) מצאה שקצינים בכירים מדור תש"ח בעשור השמיני לחייהם תיארו את הקרבות הרבים, שבהם השתתפו, על פי מודל של גבריות מסורתית. הם חידדו תכונות גבריות הגמוניות כמו שליטה רגשית וגופנית, קומפוטנטיות ועמידה מוצלחת במשימות (ניצחון בקרב) בתוך התגברות על קשיים רבים, והשתיקו קשיים רגשיים שהם חוו בעקבות הקרבות. ממצא דומה עולה ממחקרה של לומסקי-פדר (1998) בנוגע לסיפורי חיים של לוחמים שהשתתפו במלחמת יום הכיפורים. נמצא כי השפעת המלחמה על המשתתפים הייתה קשורה לאופן פירושם את תפקודם כגברים בקרבות. חיילים שהרגישו שלחמתם תאמה את אתוס הלוחם נרמלו את המלחמה למהלך חייהם. להבדיל, חיילים שסברו שלא עמדו בציפיות הגבריות תיארו את המלחמה כאירוע חיים יוצא דופן או משברי. שני מחקרים אלה בחנו גברים ישראלים שלא אובחנו כסובלים מפוסט-טראומה. מחקר שנערך לאחרונה על יוצאי צבא בבריטניה מצביע על כיוון דומה גם בקרב גברים נפגעי פוסט-טראומה. במחקר זה נמצא שנרטיבים של גבריות מסורתית היוו מקור לחיזוק הבריאות הנפשית של המשתתפים (Caddick et al., 2015). ממצאים אלה מעלים את האפשרות כי בריאותם הנפשית של נפגעי פוסט-טראומה והערך העצמי שלהם יכולים להיתרם מהיצמדות לערכים מסורתיים של גבריות.

אפשרות אחרת להבניה של זהות גברית בקרב אוכלוסייה זו צומחת מהשינויים שהתחוללו בתפיסות של גבריות. בעשורים האחרונים החלו להישמע בחברה המערבית ביקורות בגנות האידיאולוגיה של הגבריות המסורתית (Pleck, 1995) והצעות לגבריות חדשה, שייצוגיה הם רגישות, חמלה, העדר סמכותיות ואמפתיה (אלמוג, 2004; נרדי ונרדי, 1992; קפלן, 2009). גם בישראל מודל הגבריות החדשה מוצע כחלופה למודל הגבריות הלוחמת (אלמוג, 2004). עם זאת, מחקרים שנעשו בשני העשורים האחרונים מראים שהמודל הגברי המתמקד בהירואיזם צבאי ומדגיש הקרבה למען הקולקטיב,

עדיין דומיננטי בקרב קבוצות רחבות בחברה הישראלית (הולנדר, 2007; נוטמן-שורץ, 2006; ספקטור-מרזל, 2008; ששון-לוי, 2006). ובכל זאת, האם ייתכן שמודל הגבריות החדשה אשר נכנס לשדה הזהויות הגבריות בישראל, מציע לגברים הסובלים מפוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב עוגן להגדרה עצמית, המתיר ביטוי של חולשה וקושי, מבלי לוותר על עצמי גברי? במחקר הנוכחי נבקש להעמיד למבחן אמפירי את שלוש האפשרויות האלה להבניית זהות גברית. באופן ספציפי, נרצה לחשוף אילו מודלים של גבריות יציגו חיילים לשעבר הסובלים מפוסט-טראומה עקב השתתפות בקרב.

המחקר הנוכחי

אף על פי שצבאיות בכלל ולחימה בפרט הן מרכיבים חשובים במודלים ההגמוניים של גבריות בישראל, כמעט אין מחקר על זהותם הגברית של חיילים ישראלים לשעבר שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב. המחקר הנוכחי מבקש לשפוך אור על הדרך שבה חיילים ישראלים לשעבר שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב מכוננים את זהותם הגברית. באופן ספציפי, הוא מבקש לבחון כיצד הם ממקמים את עצמם מול המודלים המשתנים של גבריות ישראלית: המודל ההגמוני של דמות הלוחם, ומודלים של גבריות חדשה.

פרדיגמה וגישת המחקר

המחקר הנוכחי מתבסס על הפרדיגמה הקונסטרוקטיביסטית (שלסקי ואלפרט, 2007). פרדיגמה זו מושתתת על אונטולוגיה רלטיביסטית, המדגישה ריבוי מציאויות, ועל אפיסטמולוגיה פרשנית, שלפיה אנשים מבינים את עצמם ואת עולמם באמצעות תהליכים של ייחוס משמעות. כיוון שמשמעות אלה הן תמיד סובייקטיביות, מסתמך מחקר קונסטרוקטיביסטי על התפיסות של המשתתפים את מצבם (Creswell, 2013) ומאמץ רציונל אינדוקטיבי. החוקרים המחזיקים בהנחות קונסטרוקטיביסטיות אינם ניגשים לשדה המחקר עם השערות מונחות תיאוריות אלא מבקשים להצמיח ידע פנימי (emic). במקרה זה, מדובר בתפיסות של המשתתפים בנוגע לגבריות וחוויותיהם בנוגע לגבריותם לנוכח מצוקת הפוסט-טראומה. בתוך הפרדיגמה הקונסטרוקטיביסטית, מאמץ המחקר הנוכחי את גישת המחקר הפנומנולוגית. גישה זו מבקשת לזהות את המשמעות שהמשתתפים מקנים ל"חוויה הנחוות" (lived experience) אודות תופעה מסוימת (Creswell, 2013). במקרה הנוכחי, מדובר בחוויה הנחוות אודות הגבריות על רקע פגיעה פוסט-טראומטית בקרב.

המשתתפים במחקר

למדגם נבחרו 14 משתתפים בדגימת קריטריון – אותרו משתתפים אשר יכולים לספק הבנה מעמיקה של הנושא הנלמד (Patton, 2002). אמות המידה להכללה במדגם היו: גברים הסובלים מהפרעה פוסט-טראומטית על רקע השתתפות בקרב, מקבלים טיפול או טופלו בעבר במסגרת המתייחסת לפגיעה הפוסט-טראומטית, בעלי יכולת ורבלית ובמצב נפשי יציב. נערכו 16 ראיונות. מרואיין אחד לא הסכים שהראיון יוקלט וסירב לחתום על טופס הסכמה מדעת ומרואיין אחר דיבר בצורה לא ברורה, והדבר מנע אפשרות לתמלל את הראיון במלואו. נעשה ניסיון לבנות מדגם הטרוגני מבחינת רקע חברתי-כלכלי, גיל, האירוע הטראומטי, התפקיד הצבאי וקיומה או העדרה של פגיעה גופנית.

כל 14 המשתתפים שהראיונות עימם נותחו היו גברים יהודים. שבעה מהם נולדו בישראל, שלושה נולדו בארצות ערב ואחד נולד באירופה. טווח הגילים הוא 27-67 (גיל ממוצע – 44). השונות בגיל קשורה לעיתוי האירוע הטראומטי בחיים: עשרה משתתפים חוו את האירוע בגיל 18, בעת השירות הסדיר, וארבעה חוו אותו בגיל מבוגר יותר (20-30), בעת שירות מילואים. שבעה מהמשתתפים נשואים (שניים מהם בשנית), ארבעה גרושים ושלושה רווקים. לעשרה משתתפים השכלה של 12 שנות לימוד או יותר, ולארבעה משתתפים השכלה פחותה מכך. מבחינת תעסוקה, בעת הראיון חמישה משתתפים עבדו בהיקף מלא, שניים בהיקף חלקי, ושבעה לא עבדו. כולם למעט אחד מסרו כי משרד הביטחון מכיר בהם כבעלי הפרעה פוסט-טראומטית. המרואיין שטרם זכה בהכרה אובחן על רקע זה על ידי הגורמים המטפלים ונמצא בעיצומו של תהליך ההכרה. המשתתפים דיווחו על שונות בעוצמת התסמינים הפוסט-טראומטיים ובתדירות הופעתם וכן בעוצמת הפגיעה בתפקוד.

אשר למאפייני האירוע הטראומטי, 8 משתתפים נפגעו בלחימה באחת ממלחמות ישראל, ו-6 משתתפים נפגעו באירועי קרב אחרים, שלא במסגרת מלחמה. 3 משתתפים דיווחו שחוו כמה אירועי קרב טראומטיים בשירותם הצבאי. בעת האירוע הטראומטי, 11 משתתפים שירתו בתפקידים קרביים, ו-3 שירתו בתפקידים תומכי לחימה ביחידות קרביות. 8 משתתפים נפצעו פיזית בקרב, רובם במצב קל-בינוני.

הליך המחקר

הפנייה למשתתפים פוטנציאליים נעשתה דרך אנשי קשר המוכרים לחוקר הראשי, מתוקף היותו קב"ן בשירות מילואים ביחידה לתגובות קרב. מטפלים אזרחיים או צבאיים התבקשו לפנות למועמדים מתאימים ולהציע להם להשתתף במחקר. החוקר הראשי שוחח בטלפון עם מועמדים שהביעו נכונות להשתתף במחקר, הציג את נושא

המחקר ובדק איתם שוב שהם עומדים בתבחינים שהוזכרו לעיל. עם המועמדים שנמצאו מתאימים נקבעה פגישה במקום ובזמן שהם ביקשו.

את כל הראיונות ערך החוקר הראשי. בתחילת כל פגישה הוצגה מטרת המחקר והוסברו מטרת הראיון ומהלכו. לאחר שהמשתתף הביע נכונות להשתתף במחקר, נמסר לו טופס הסכמה מדעת, והוא התבקש לקרוא אותו ולחתום עליו. הראיונות הוקלטו בהסכמת המשתתפים. הובטח כי אם במשך הראיון יבקש המשתתף לסיים את השיחה, יופסק הראיון מיד. ניכר שהמשתתפים שמחו להזדמנות לספר את סיפור חייהם. תקציר המחקר, כולל הממצאים והמסקנות, נשלח לכל המשתתפים על פי בקשתם.

הראיונות וניתוחם

הנתונים במחקר הופקו מראיונות-עומק (Josselson, 2013). בראיונות אלו ביקשנו להבין את החוויה הנחווית של המשתתפים ואת תפיסות הגבריות שלהם. הראיונות התבססו על מדריך ראיון שנבנה מראש, ובו שאלות על הרקע האישי והצבאי של המרואייין, על מהלך חייו ועל תפיסת הזהות הגברית שלו לפני השירות הצבאי ואחריו. בהתאם לעיקרון האינדוקטיבי, השאלות היו רחבות ופתוחות כדי לאפשר למשתתפים להציג את המשמעות הסובייקטיבית שהם מייחסים לעצמם ולתופעה הנחקרת (Creswell, 2013).

הראיונות תומללו מילה במילה ונותחו על פי הגישה הפנומנולוגית (Moustakas, 1994). בשלב הראשון זוהו חלקים (משפט או אוסף משפטים) שסיפקו הבנה של חוויות המשתתפים. בשלב השני קובצו חלקים אלה לאשכולות לפי נושאים, כדי לתאר בפירוט את חוויות המשתתפים במונחים של זהותם הגברית. לבסוף שימשו תימות אלה לכתובת תיאור חוויות המשתתפים וההקשרים שהשפיעו עליהן ("תיאור מבני"). השלב האחרון בניתוח נועד לספק תיאור מורכב של "תמצית" התופעה הנחקרת: החוויה והתפיסות של זהות גברית בקרב גברים ישראלים עם פוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב.

איכות המחקר והיבטים אתיים

בשאיפה לעמוד בתבחיני האיכות של "יכולת לאשר" (confirmability) ו"יכולת לסמוך" (trustworthiness) (Lincoln & Guba, 1985), תועדו נתוני המחקר וכל שלבי הניתוח בקפדנות באמצעות יומן חוקר (שקדי, 2003). ביומן נרשמו מחשבות החוקר הראשי לאחר כל ראיון ותובנות שעלו בשלבי ניתוח שונים. השימוש ביומן נעשה כדי לצמצם את השפעת הפרשנות של החוקר הראשי על תהליך הניתוח. בהצגת הממצאים הרבינו לצטט מדברי המשתתפים תוך הקפדה על הפרדה בינם ובין הפרשנות שלנו. כדי להגביר את מהימנות המחקר (שקדי, 2003) דנו כותבי המאמר ביניהם על הפרשנות עד שהגיעו

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

להסכמה. כמו כן, בכל אחד משלבי ניתוח הממצאים נעזר החוקר הראשי במשוב של עמיתים מהפורום למחקר איכותני (פל"א: <http://www.pele.org.il>) ומהקורס למחקר איכותני באוניברסיטה.

במחקר איכותני, ההליך העיקרי להשגת אמינות (credibility) (Lincoln & Guba, 1985) הוא רפלקציה של החוקר. המבט הרפלקטיבי במחקר הנוכחי הוא של החוקר הראשי: גבר, בשנות השלושים לחייו, עובד סוציאלי המטפל בנפגעי פוסט-טראומה בצבא, בעל עבר בשירות צבאי קרבי. מאפיינים אלו יכלו להשפיע על מידת הפתיחות של המשתתפים ועל תפיסותיהם בדבר התכנים ה"מתאימים" לראיונות. אפשר להניח כי היותו איש טיפול אפשר למשתתפים לבטא קשיים הקשורים לפגיעה והזמין אותם להתייחס לתהליך הטיפול שעברו. נראה כי העובדה שהחוקר מייצג את הממסד המטפל בנפגעי פוסט-טראומה הבליטה את הכעס שביטאו כמה מהמשתתפים על תהליכי ההכרה של משרד הביטחון. אף על פי כן, זהותו המקצועית של החוקר לא מנעה מהמשתתפים להציג חלקים חיוביים, המתארים שיפור במצבם, והדבר יוצג בהרחבה בפרק הממצאים. כדי לצמצם את ההשפעות של מאפייני החוקר הראשי על פרשנות הממצאים, שותפו בתהליך הניתוח בקביעות גם שתי כותבות נוספות – נשים ישראליות ששירתו שירות צבאי לא קרבי.

המחקר קיבל אישור מוועדת האתיקה של אוניברסיטת בר-אילן. כמו כל ריאיון עומק בנושא רגיש, הראיונות במחקר זה היו עלולים לעורר במשתתפים מצוקה רגשית. החוקר דאג מראש לתת מענה למקרה כזה וסיכם עם המשתתפים שבמידת הצורך יוכלו ליצור עימו קשר טלפוני ואף לחזור ולהיפגש עימו. במקרים שהחוקר העריך כי יש צורך לבדוק את מצב המרואיין בעקבות הריאיון, הוא יזם שיחת טלפון עימו, דרש בשלומו ואף הציע להיפגש פגישה נוספת. אף אחד מהמשתתפים לא חש צורך בכך. היותו של החוקר חלק ממערך הטיפול בנפגעי פוסט-טראומה בבריאות הנפש של צה"ל היה עלול לעורר במשתתפים חשש שהוא יעביר מידע עליהם. כדי למנוע חשש כזה, סוכם עימם מראש כי אם יתעורר צורך ליידע את המטפל שלהם בעניין כלשהו, הדבר ייעשה רק בהסכמתם. בשני מקרים אכן עדכן החוקר את המטפלים, בהסכמת המשתתפים, בתכנים קשים שעלו בריאיון, כדי שיהיו ערים להם במפגשים הטיפוליים. בהצגת הממצאים הוסוו הפרטים המזהים של דמויות, מקומות ואירועים.

ממצאים

שתי תימות עיקריות עלו בראיונות עם המשתתפים: (1) שבר בזהות הגברית; (2) שינוי בתפיסת הגבריות ובוהות הגברית.

שבר בזהות הגברית

כל המשתתפים ביטאו שבר בזהותם הגברית. אצל כמה מהם התבטא שבר זה בחוויה של חוסר אוניס ושל אובדן שליטה, ואצל אחרים בחוויה של אי-עמידה באמות המידה של "להיות גבר". את שני סוגי החוויות ייחסו המשתתפים הן לאירוע שנפגעו בו והן לחייהם לאחר האירוע.

חוויה של אובדן שליטה וחוסר אוניס. שישה משתתפים דיברו על השלכות של חוויית אובדן שליטה ותחושה של חוסר אוניס בגבריותם, הן בהקשר של האירוע הטראומטי והן בהקשר של חיים אחרי האירוע. כך סיפר שמואל על הקרב שנפגע בו:

שמואל: הרגשתי אפס מאופס [...] התחושה של [...] שאני אפס, איך הצלחתי שיפגעו בי מאחורה שזה כל המקור ל [...] לדיכאון, שזה היה מאחורה [...] מילא הייתי רואה משהו שיוורה עליי ואם לא פגעתי בו והוא פגע בי אז מגיע לי [...] אבל ככה לא היה לי אופציה [...] וזה וזה הורג לי מאוד [...] זה שבר אותי [...] גברית.

מראיין: גברית?

שמואל: כן [...] החוסר אוניס הזה, המילת מפתח היא חוסר אוניס [...] אין לך מה לעשות [...] אני לא בן אדם שבשליטה כל הזמן אבל [...] כשאתה לא בשליטה וקורה לך משהו ש... ש... שהוא טרגי, מסוכן [...] ושאת לך שליטה על זה אז אתה [...] אתה לא גבר וזה פוגע בגבריות אין ספק.

גם דניאל מזהה גבריות עם שליטה ורומז שחוסר האוניס שאפיין אותו באירוע ונמשך אחריו הפחית מגבריותו:

דניאל: יש אירועים שעושים ממך גבר, ויש... יש אירועים שלא עושים ממך גבר [...] התפיסה הזאת של, של אני רוצה להיות גבר יותר, אני רוצה להיות חזק יותר, אני רוצה להיות שולט יותר, ברובה, ברובה מושפעת מהמצב של חוסר אוניס שממנו רוצים להימנע, לדעתי [...] אתה מבין?

אי-עמידה באמות המידה של "להיות גבר". החוויה של פגיעה בזהות הגברית עולה גם מהתייחסויות המשתתפים לאי-יכולתם למלא את מה שהחברה תופסת כגברי, תפיסה שהם הפנימו, הן כאשר לאירוע הטראומטי והן בנוגע לתקופה שאחריו. יורם מתאר את הקרב שנפגע בו:

אני לא תפקדתי כמו שבדמיון שלי כילד בכיתה ב' שהיה קורא בשקיקה את הספרים של אבא שלי על ששת הימים או על יום כיפור [...] על סיפורי הגבורה ובונקרים מבוצרים וכאלה. אז לא תפקדתי, לא קיבלתי שם צל"ש והיה לי מתאים לאללה לגבריות שלי שיהיה לי פה צל"ש, אתה מבין? זאת אומרת, שזה

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

[...] בהתחלה, בהתחלה, בהתחלה, כשהייתי בתוך ואקום רק עם עצמי אז זה, אז זה פגע.

יורם מדגיש שאי-העמידה באמות המידה של גבריות קרבית פגעה בו. אלי מפורש יותר, ומשתמש במילה "שבירה". הוא מתאר בפירוט את הרגע שהכתה בו ההכרה שהוא אינו הגבר שחונך להיות, שהדימוי העצמי שלו כגבר התפרק, ואת התגובה הרגשית החריפה בעקבות זאת:

נכנסתי לתוך האוטובוס [...] ופתאום [...] והייתה לי שם שבירה [...] שאני עד היום זוכר אותה, אני חושב שפשוט ישבתי בספסל האחורי [...] בצורה הזאת בפניה גם מאחורה שאף אחד לא יראה ופשוט אני חושב שבכיתי [...] בטוח שיותר מ-24 שעות. לא קמתי, לא שתיתי מים, לא השתנתי, לא אכלתי, לא דיברתי עם אף אחד. מדי פעם עלה מישהו שאמרתי, עניתי איזה מן כן כזה וזה, אבל פשוט בכיתי [...] אני לא יודע אם, אם מרחמים על עצמי, אם מרחמים על ה... על... על ה... על הסטריאוטיפ ש... שלי שבעיניי נשבר, אם... אם... אם על החברים שנהרגו, על הסיטואציה, על זה ש... איך החולירות האלה בכלל יכלו להמשיך אותנו הגיבורים הגברים בסיטואציה, איך בכלל יכולנו להיפגע, הרי אנחנו לא, לא יכולים להיפגע. מאיפה בכלל יש להם את ה... ל... ל... לחארות האלה שכל מלחמה הם מורידים את הנעליים ובורחים, איפה היה להם בכלל את האומץ להילחם מולנו, אנחנו הכי טובים בעולם, אף אחד לא יכול עלינו. We are the champions.

הפגיעה בגבריות בעקבות אי-העמידה באמות המידה שהמשתתפים תופסים כגבריות מתבטאת גם בתאורם את חייהם לאחר האירוע הטראומטי ואת חוסר התפקוד במגוון מישורי חיים הנתפסים כקשורים למערך התפקידים הגברי. כמה משתתפים מבטאים דיאלוג פנימי וחיצוני עם הסביבה על תחומים (כגון עבודה, משפחה, יחסי מין) שנפגעו והשפיעו על תפיסת הזהות הגברית שלהם.

פגיעה בתפקיד המפרנס. כמה משתתפים מתארים פגיעה ביכולתם לעבוד, או כישלון להתמיד בעבודה מסודרת וקבועה. כיוון שהם והחברה תופסים יכולת זו כתפקיד גברי מובהק (Tuval-Mashiach, 2006), הם רואים בכך כישלון במילוי הדרישה מהם כגברים למלא את אחד התפקידים המרכזיים כאבות במשפחותיהם. הפגיעה ביכולת זו פוגעת איפוא בתפיסת הזהות הגברית. יחזקאל אומר:

אם אתה לא... לא מסוגל ללכת לעבוד ולפרנס את המשפחה שלך, אז זה... זה... זה... זה אלף-בית של גבריות אני חושב, כן? אז אתה כאילו לא ממלא את תפקידך כגבר בכלל בתא המשפחתי [...] אתה צריך לתת לאישה ללכת לעבוד לפרנס בית ודברים כאלה ואתה צריך לריב עם משרד הביטחון, זה לא, זה לא נתפס טוב בתא משפחתי. וזה פגיעה ב... ב... בגבריות.

לאחר מכן הוא מתייחס לדיאלוג שלו עם עצמו בנושא העמדה של החברה כלפי מצב זה:

אני הרבה שנים השתדלתי לא ללכת לאספות הורים [...] הייתי למשל חושב מה אני עונה אם ישאלו אותי במה אתה עובד. סתם יורקו לי לחלל את השאלה הזאת. הילדה תשמע ששואלים אותי כזה דבר, מה אני עונה? אני לא נראה בלי ידיים, בלי רגליים, כן? אתה נראה שלם ומה יגידו אם אתה [...] לא עובד. מה אני אמור להגיד? אז הנה הדימוי, הנה הגבריות שלך נמחקת בשנייה בלי שתדע.

פגיעה בתפקוד הזוגי והמיני. הפגיעה בתפקוד המיני יוצרת אצל המשתתפים תחושת נחיתות ופגיעה בתפיסת זהותם הגברית. צבי מתאר זאת כך:

אני לא הייתי טוב במיטה. הרגשתי פגיעה ב... ב... בגבריות. לא הבנתי ש... אני לא טוב במיטה בגלל הטראומה. לא הייתי מודע לזה [...] הממ [...] הממ... אני לא יכולתי להחזיק קשרים. לא יכולתי להחזיק. אני לא הבנתי למה [...] הביטויים שנתתי לקשר הגברי, מדברים על גבריות אנחנו מדברים על ה... ה... היחסים בזוג, הלוא מה זה גבר כלפי המין השני? הוא בתור זוג כלפי העולם, מול העולם. לא ידעתי. לא ידעתי שיש שם משהו.

גיל מתאר את משמעות הפגיעה בקשריו עם בת-זוג בכלל וביחסי המין בפרט על תפיסת הזהות הגברית שלו:

כשאני חושב על זה שאני אוטוטו בן 34 ואתה יודע, עוד אין לי, אין לי מישהי [...] אני יודע מה היכולות שלי ואני יודע שמהו חוסם אותי מלהגיע אליהן. אז אני אומר לעצמי, כמה אני כבר יכול למכור את עצמי כגבר לבחורה [שתיקה]. ויש כמובן את ה [...] העניין של התפקוד המיני, שעל זה אני, אני לא יכול אף פעם לצפות מראש איך יהיו הביצועים שלי. לפעמים רק מהפחד שהמחשבות יתחילו לבוא וזה כבר מביא אותם [שתיקה]. אז אם יש פגיעה בתדמית הגברית שלי? יש, וואחד פגיעה.

פגיעה בקשרים עם אנשים. מקצת המשתתפים מייחסים גם לקושי ביחסים חברתיים, שמקורו בפוסט-טראומה, פגיעה בגבריותם. כך אהרון:

הפוסט-טראומה כאילו יכולה לפגוע מאוד בגבריות כי היא שואבת ממך המון דברים. ה... ה... הפתיחות שלך לאנשים, הדיבור שלך עם אנשים [...] ברגע שאתה לא יוצא מהבית וברגע שאתה לא מ... מתקשר עם אנשים, אז התחושות, כאילו העצמיות שלך נמוכות שאו-קיי, אני אפס, אני לוזר, אני א... מה אני עושה פה בכלל, לא מתאים לי החיים האלה.

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

תפקיד העובד-מפרנס, קיום מערכת זוגית ותפקוד מיני הם מאפיינים מובהקים של גבריות מסורתית, אך לא כך היכולת לקיים תקשורת עם אחרים. הקשר שאהרון קושר בין אי-יכולתו לנהוג בפתיחות בדיבור ובתקשורת עם אחרים לפגיעה בגבריות מזכיר שהגבריות איננה "עוד" ממד בזהותו של הגבר — היא-היא הזהות. כאשר "העצמיות שלך" נמוכה, אומר אהרון, זוהי פגיעה בגבריות.

לסיכום, המשתתפים מתארים שבר בתפיסת זהותם הגברית, המתחיל באירוע הטראומטי ונמשך אחריו, לתוך חייהם בהווה. השבר מתבטא באובדן שליטה, בחוויה של חוסר אונים ובתחושה של אי-עמידה בציפיות מהם כגברים.

שינוי בתפיסת הגבריות ובהזדהות הגברית

התימה השנייה שעלתה בכמה ראיונות היא שינוי בתפיסה "מיהו גבר", ולעתים גם בזהות הגברית האישית, בעקבות האירוע הטראומטי והמצוקה שהתפתחה לאחר מכן. השינוי בהתייחסות לגבריות בא לידי ביטוי בשתי תת-תימות: האחת — ביקורת על הגבריות המסורתית ההגמונית והיבדלות ממנה, האחרת — פירוק הקטגוריה החברתית 'גבריות' והכללת תכנים מהגבריות החדשה.

ביקורת על הגבריות המסורתית והיבדלות ממנה. שישה משתתפים תיארו שינוי בתפיסת הגבריות שלהם בעקבות האירוע ובעקבות ההתמודדות עם המצוקה הפוסט-טראומטית, ודחייה מלאה או חלקית של התפיסות המסורתיות של גבריות, תפיסות שהיו שלהם עד הפגיעה. בתחילת הראיון יורם מכנה את מפקדיו, המגלמים את הגבריות הצבאית הלוחמת, "ילדותיים". בהמשך הוא מספר:

ב"חומת מגן" נאלצתי להתמודד עם בדיוק עם הסוג הזה של המפקדים [...] אנשים שהם פשוט מתייחסים אליך כמו [...] איזה חייל על לוח שחמט שלהם [...] אנשים בעיניי חסרי ביטחון עצמי ושהם מוצאים את הגבריות שלהם ב [...] בפיקוד.

אומנם יורם מבקר את הגבריות המסורתית בהקשר של מפקדיו, אך כאשר הוא מתאר את תפקודו בשעת הקרב, לאחר שנפצע, הביקורת על מודל זה אינה חד-משמעית. במקומה מוצג דיאלוג פנימי על האופן שבו הוא היה אמור לפעול על פי מודל הגבריות הלוחמת:

אם הייתי גיבור, אתה יודע, גיבור [...] גיבור ישראל, אני משער שהייתי חוזר אחורה, סוחב את שניהם על הכתפיים ומוציא אותם החוצה. [...] אבל אתה יודע, בהקשר של הגבריות וזה [...] בתפיסה הרומנטית נניח של ילד בן [...] בכיתה ב' ש... ש... היה עומד ביום הזיכרון ולא יודע מה, ומתרגש [...] ולא מבין מה זה מלחמה באמת, ושומע סיפורי גבורה וכו' וכו'. כמו שככה

מנחילים [...] לילדים פה ו, וזה, זה הרי כל כך רחוק מהאמת. הרי בשטח אתה יודע, נכון שיש באמת אנשים שהתנהגו בגבורה עילאית, אבל בסך הכול מלחמה זה דבר די... שאין בו שום דבר הירואי, ורוב הזמן זה... זה גברים גדולים וחזקים בוכים ו... [...] ומדממים ו... [...] וצועקים אימא-אימא, אתה מבין?

מצד אחד, יורם משמיע ביקורת עצמית על שלא תפקד כ"גיבור" בעת הקרב, כמו אחרים ש"התנהגו בגבורה עילאית". אך בה בעת הוא מפרק את דימוי הגיבור ומייחס אותו לתפיסה ילדותית – תפיסה שיכול להחזיק בה רק מי שאינו מבין מלחמה מהי. דו-ערכיות זו עשויה לרמז שמודל הגבריות ההגמונית מופנם עמוק אצל יורם ומדריך אותו, גם כאשר יורם מבקר אותו. מכל מקום, בסוף הסיפור יורם מכריע באופן ברור בין שתי התפיסות בכך שהוא ממקם את גבריותו אל מול הגבריות ההגמונית, המגולמת בדמותו של רפול:

מישהו סיפר לי על ריאיון שעשו עם אשתו של רפול, שהיא סיפרה שהוא היה גבר-גבר רפול, אבל הוא היה צורח כמו... כל לילה כמו תינוק. אז אני מעדיף לא להיות במצב הזה. מעדיף לטפל, לטפל בדבר הזה ולשמור אותו כל הזמן נמוך ולא לחכות שלוש שנים כמו גבר ובסוף להתחיל להשתין במ... בפיג'מה בגיל חמישים. כאילו אני במצב טוב, אני נולדו לי [מתאר את ילדיו].

באמצעות ההתייחסות לרפול יורם לועג לגבריות הצבאית המסורתית, מצביע על המחיר הכרוך בה ומנגיד את עצמו ביחס אליה. משתתפים אחרים מבקרים את האלימות כמאפיין גברי, ולעתים אף קובעים מפורשות שהתנהגויות אלימות אינן התנהגות גברית. כך, למשל, כאשר שרון נשאל מהי גבריות בעיניו, הוא מתייחס לאלימות בביקורתיות:

בגלל שיש מישהו שהוא מרביץ לאנשים אז הוא גבר. אני חושב שהוא אהבל, הוא לא גבר, אתה מבין?

לצד המבקרים היבטים מסוימים של הגבריות המסורתית, כמה משתתפים מתנערים ממנה כמכלול, בהדגישם שהיא כבר אינה רלוונטית להם. יורם, אורן ואהרון מתארים את התפיסה המסורתית שהחזיקו בעבר כ"ילדותית". ויוסי מספר:

רק עכשיו אחרי המשבר של חומת מגן היה לי את האומץ לבוא ולהגיד אהה אני מוותר על ה... אני מוותר על הגבורה הזאת, על הגבריות הזאת.

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

פירוק הקטגוריה "גבריות" והכללת תכנים של "הגבריות החדשה" בזהות הגברית

כמה משתתפים קוראים תיגר על עצם הקטגוריה החברתית "גבריות". כאשר שרון נשאל אם חל שינוי בגבריותו בעקבות האירוע הטראומטי, הוא מערער על השאלה:

יש משפט שאומר: תהיה גבר תן לה יד. תן לה יד תהיה גבר. מה זה תהיה גבר, אתה מבין? זאת אומרת, זה הכללה. גבר, יש לי בולבול — אני גבר. אבל [...] זה גם עניין תרבותי איפה זה בדיוק מתחלק למה זה גבר, אתה מבין? עכשיו, אני צריך לדעת את ההגדרה שלך מה זה גבר. תבוא תגיד לי, תשמע גבר זה [...] אני אגיד לך, מה פתאום אני ב-Y בכלל. אני לא, לא בחשיבה שלך בכלל, בסדר?

כמו שרון, גם אורן מבחין בין מין — הגוף הגברי, למגדר — קטגוריה תרבותית. הוא אינו מגדיר את עצמו במונח גבריות. הוא מעדיף את המונח אנושי:

אנושי [...] לא יודע, היום אני לא רואה שום דבר שבאמת מגדיר אותי כגבר [צחק] מלבד ה... אתה יודע, הפיזיולוגיה והאנטומיה שלי והצרכים ההורמונליים או יכולות כאילו ש [...] שיש לי [...] אני לא אלבש ורוד אבל [צחק] עם זה למשל יש לי בעיה [...] כי זה באמת, אתה יודע, תמיד שאני רואה גבר לבוש ורוד זה נראה לי מגוחך [צחק] לא יודע למה. פשוט ככה.

בתחילת הדברים אורן דוחה את הקטגוריה "גבריות" ומסרב להגדיר את עצמו במונחיה. ובכל זאת הוא מציין שהוא לא ילבש ורוד. ההסתייגות הזאת חשובה, מפני שהיא מלמדת כי גם כאשר הוא מתנער מהגבריות המסורתית ההגמונית ומבקר אותה, הוא כולל היבטים שלה.

אם כן, משתתפים אלו מבטאים התייחסות דו-ערכית למודלים של גבריות מסורתית ולמודלים של גבריות בכלל שאפיינו אותם לפני הפגיעה. משתתפים אחרים מאמצים מודל חדש של גבריות, המזוהה עם "הגבריות החדשה" (נרדי ונרדי, 1992). הם מתארים מעבר ברור מגבריות אחת לאחרת. כאשר יגאל נשאל אם חלו שינויים בתפיסת הגבריות שלו במשך השנים, הוא משיב:

בטח [...] אמרתי לך עכשיו את המקרה האחרון של [...] התפרצתי עד שהגעתי למצב שאני נעצר במשטרה ואני סופר את זה כשפל. והיום, שאני מטופל, אז קודם כול [...] אתה רואה פה את הטישויים, זה לגיטימי לבכות בסרט, מה שפעם לא היה. זה לגיטימי לשמוע שקרה משהו מצער לבכות [...] זה גם לגיטימי שרואים אותי כזה. כי קודם יכול להיות שזה היה לגיטימי אבל כדאי שזה יהיה בהיחבא. לגיטימי מבחינתי, אבל זה גם לגביי, במרחב הציבורי זה גם לגיטימי מבחינתי, אני לא מתבייש בזה [...] נהייתי הרבה יותר רגיש [...] וחציתי את הקווים במובן של אני עושה את זה.

"חציית קווים" כזאת ממודל אחד של גבריות לפני הפגיעה למודל אחר של גבריות היום, מופיעה לעיתים אצל אותו מרואיין עצמו. לדוגמה אצל אורן:

מהצד שלי היום להיות גבר זה להיות בן אדם, להיות [...] גבר כמו שאני רואה את זה היום זה אדם שיודע להתייחס לעצמו יפה, לאהוב את עצמו, לעשות את מה שטוב לו. ובאמצעות זה באמת יכול להעניק לסביבה שלו את כל מה שהוא חושב שהוא יכול וצריך ורוצה להעניק לסביבה שלו [...] יכול להיות הרבה יותר קשוב לסביבה שלו [...] היום זה בעיניי גבר, שיודע להקשיב לעצמו, שיודע להקשיב לסביבה [...] שיודע לבכות, שלא מתבייש בזה [...] תוך כדי זה יש גם את האבהות [...] נתפס אצלי קצת שונה היום העניין של הגבריות. לא אכפת לי שאם אני שם קרם פנים ואני אומר לחברים שאני שם קרם פנים, אז הם אומרים לי כאילו, מה אתה נקבה [...] זה עושה לי טוב, מה אכפת לי. זה לא נתפס כגברי [...] לפני כן הייתי, אתה יודע, מסתכל על זה כ... [...] גבר הוא זה שמגיע הביתה מהעבודה... לא משנה שגם האשה עבדה, אבל רבאק, למה אין לי כוס קפה על השולחן ואני לא יכול להרים את הרגליים שלי על השולחן. אתה יודע, זה הגבר כאילו [צחוק]. שש בבוקר קם בכיף, עושה כמה עבודות בית תחזוקה שצריך לעשות וזהו, אתה יודע [צחוק], חי את החיים [...] קצת יותר שולט בבית כביכול גם, אתה יודע [משמעל].

תכנים של הגבריות החדשה בולטים גם אצל שלושת המשתתפים המתארים יציאה מהמשבר להצלחה. מודל החיים המוצלחים שהם מציגים בהקשר של חייהם בהווה משלב בין אמות המידה של הגבריות המסורתית – הצלחה בעבודה, בזוגיות ובלימודים – למאפיינים של הגבריות החדשה: אבהות מעורבת וחשיפה רגשית. לדוגמה, אורן מבסס את הצלחתו בהווה הן על קריירה משגשגת והן על אבהות המדגישה טיפול בילדיו, ושהייה במחיצתם. ולא זו בלבד, אלא שהוא קושר ישירות בין אבהות טובה לגבריות:

[הילדים] היום בני 2 ו-4 [...] ילדים מקסימים, מדהימים, באמת [...] בשנתיים האחרונות ככה אני מגלה אותם [צחוק]. לפני זה – לא, לא כל כך יצא לי לגלות אותם, לא כל כך יצא לי להיות באמת אבא [...] אם אתה מתעסק בתפיסה הגברית, לא באמת יצא לי להיות גבר כאילו בבית הזה.

בדומה לכך, יורם משתית את הצלחתו בהווה על שילוב בין קריירה פורחת להקמת משפחה. כמו כן, הוא מתאר את ה"שליחות" שקיבל על עצמו לספר על הפגיעה ולשתף במצוקה – התנהגות שהיא חלק מהערכים המאפיינים את הגבריות החדשה:

כאילו אני במצב טוב. אני, נולדו לי שני בנים ויש לי קריירה מצליחה [...] אהה מתפקד מכל הבחינות ואולי גם עוד דברים שאני עושה עוזרים לאנשים אחרים

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

להיות מודעים לדבר הזה. אז זה הפך להיות אצלי איזה שהוא סוג של [...] שליחות מסוימת, אתה יודע, כאילו לחשוף את הסיפור הזה, ולא סתם עשיתי ארבע כתבות על פוסט-טראומה, על פגיעה, על פציעה, על שיקום ממנה, על העצמה מתוך הדבר הזה.

לסיכום, כמה משתתפים מתארים מעבר חד מהגבריות המסורתית ההגמונית לגבריות החדשה, אך רובם מבטאים תמונה מורכבת יותר. הם מקבלים היבטים מסוימים של הגבריות המסורתית ההגמונית, כמו הצלחה בעולם העבודה ובמשפחה, אך דוחים את ההיבטים הקיצוניים שלה וכוללים לתוך ההגדרה החדשה של גבריות מוטיבים הלקוחים ממודלים חדשים של גבריות – אבהות קרובה, ביטוי רגשי ואף היבטים הנחשבים נשיים, כמו טיפוח גוף באמצעות קוסמטיקה.

דיון

אף שצבאיות בכלל ולחימה בפרט הן מרכיבים מרכזיים במודל הגבריות ההגמונית (Connell, 1995) בישראל, המחקר על זהותם הגברית של חיילים ישראלים לשעבר שלקו בפוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב מועט ביותר. המחקר הנוכחי ביקש לתרום למילוי פער זה. המחקר מתבסס על ניתוח תימטי של 14 ראיונות עם חיילים ישראלים לשעבר שפיתחו פוסט-טראומה בעקבות חשיפה לקרב. כך ביקשנו ללמוד על הדרך שבה המשתתפים מכוננים את זהותם הגברית בין המודל הישראלי ההגמוני של הגבריות הלוחמת (ספקטור-מרזל, 2008) ובין מודלים של הגבריות החדשה (נרדי ונרדי, 1992), שנכנסו לשדה הזהויות הגבריות בישראל בשנים האחרונות.

טראומה ומצוקה פוסט-טראומטית – שבר בתפיסת הזהות הגברית המסורתית

כל המשתתפים ציינו שחוויית של חוסר אונים ושל אובדן שליטה שחוו הן באירוע שהם נפגעו בו והן בחייהם לאחריו, יצרו שבר בזהותם הגברית. עדויות אלו עולות בקנה אחד עם ממצאי מחקרים שבחנו חיילים לשעבר הסובלים מהפרעה פוסט-טראומטית ותיארו פגיעה בגבריותם (Solomon, 1993; Smith, 2002; Karner, 1994). כיוון ששליטה עצמית היא ערך חשוב בגבריות, וכיוון שחוסר אונים פוגע באוטונומיה – היבט מרכזי בהתפתחות הנרקסיזם הבריא של גברים (Meissner, 2005) – עלולים רגשות חוסר האונים, חוסר התקווה, ואובדן השליטה לפגוע בגרעין הנרקסיסטי של העצמי (Parson, 1988, 1993) ולפגיעה נרקסיסטית גברית (lifeline-wounded masculine narcissism).

את השבר בגבריותם ייחסו המשתתפים לאי-יכולתם לעמוד בציפיות מהם כגברים הן מהחברה (Eagan Chamberlin, 2012) והן מעצמם: לבטא גבורה, אומץ, כוח ושליטה עצמית — מאפיינים מוכרים של הגבריות ההגמונית בכלל ובחברה הישראלית בפרט (הולנדר, 2007; שיאון ובן-ארי, 2007; ששון-לוי, 2006). כישלון זה מנפץ את תחושת הגרנדיוזיות הגברית ("אני כול-יכול") ומעצים את חוויית אובדן השליטה הגברית (Ulman & Brothers, 1988). ככל הנראה, הפגיעה נובעת מהפער בין הפנטזיה הנערית של החיילים לשעבר בנוגע לגבריות, פנטזיה המבוססת על המודל ההגמוני, ובין מה שהתחולל בקרב. ממצאים אלו תואמים את ממצאי מחקרה של קרנר (Karner, 1994), שלפיהם האימונים הצבאיים מציעים לגברים הבטחה של גבריות והמלחמה מציעה להם מבחן לגבריות. ממצאי מחקר זה מעלים את האפשרות שהחשיפה לאירוע הטראומטי עצמו בעת הלחימה היא שעוררה בהם תחושות של חוסר אונים, חוסר כוחות ופגיעה בעצמיות הגברית שלהם. על פי המשתתפים, השבר בזהות הגברית לאחר הטראומה והתסמינים של הפוסט-טראומה פגעו בתפקודם בנושאים שונים: יכולת לעבוד ולדאוג למשפחה, זוגיות והורות, מעורבות בתחומים חברתיים וכלכליים. פגיעה זו בתפקוד, המדווחת גם במחקרים אחרים על נפגעי פוסט-טראומה (Creamer et al., 2010; Richardson et al., 2011), מתבטאת בין השאר בתפקידים ובמטלות המגדירים גבריות בכלל ובישראל במיוחד, ולפיכך פוגעת גם בגבריות (אלמוג, 2004). ממצאים אלו עולים בקנה אחד עם ממצאי מחקרו של סמית (Smith, 2002) על חיילי מלחמת וייטנאם שאובחנו כסובלים מפוסט-טראומה, ולפיהם חיילים אלו חוו מצוקה עם שובם לחיים האזרחיים מפני שלא עמדו במה שהם פירשו כציפיות של החברה מהם כגברים. המחקר הנוכחי מחזק איפוא את המסקנה שהפגיעה הנרקיסטית הגברית (Parson, 1993), שהיא במהותה תהליך פסיכולוגי, קשורה הדוקות להקשר תרבותי-חברתי, דהיינו לאופן שהגבריות מוגדרת בחברה נתונה. בישראל הגבריות ההגמונית מגולמת עדיין בדמות הלוחם (קין, 2012), ותפקוד בשדה הקרב נחשב אמת מידה חשובה להגדרת הגבריות (Ben-Ari, 2001), ולכן מוצב בה אתגר מורכב במיוחד לחיילים לשעבר הסובלים מפוסט-טראומה בעקבות ההשתתפות בקרב. כישלון לתפקד כ"גבר" בקרב — כלומר כישלון במבחן האולטימטיבי לגבריות הישראלית — מהדהד בזהותם של המשתתפים.

שינוי בזהות הגברית לאחר הטראומה

כפי שהראינו, כמה משתתפים בחנו את גבריותם לא רק לנגד מודל הגבריות המסורתי ההגמוני אלא גם לנגד המודל של הגבריות החדשה. המשתתפים ערכו דיאלוג פנימי דו-ערכי עם מודלים של גבריות הגמונית וביקרו ערכים מסורתיים של גבריות — שימוש בכוח ואלימות והחצנה של שליטה (הולנדר, 2007; שיאון ובן-ארי, 2007;

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

ששון-לוי, 2006). אפשר שביקורת זו משקפת תובנה של המשתתפים כי מצוקתם נובעת מחברות לערכים גבריים מסורתיים, תובנה אשר יכולה להיות חלק מרכזי מתהליך הריפוי והצמיחה שלהם, כפי שמוצע בספרות על נפגעי פוסט-טראומה עקב אירוע קרב (Brooks, 2005).

המשתתפים ניהלו דיאלוג פנימי על מהי גבריות גם דרך הגדרה עצמית השונה מהגבריות המסורתית שאפיינה אותם לפני האירוע הטראומטי. הם ביטאו לגיטימציה להנהגות שלדבריהם בעבר תפסו כנשיות: טיפוח, רגישות, ביטוי רגשי, קשב לסביבה, דאגה לבת-הזוג ותמיכה בה והשקעה באבהות, וביטאו ערכים הנכללים ב"גבריות החדשה" – שוויון, שיתוף, סולידריות, צמיחה ופיתוח אישי (אלמוג, 2004; נרדי ונרדי, 1992). כ"גברים חדשים" הם מטפחים גישה הומניסטית לעצמם ולסביבה, מבטאים רגשות מילולית – תכונה שנתפסה בעבר כחולשה, מאזנים בין עבודה לחיי בית ומשפחה, מגשימים אבהות ומבטאים את רגשותיהם כלפי ילדיהם, רגישים לצורכיהם ומשתתפים באופן פעיל בגידולם, מפתחים מודעות לרגשותיהם ולצורכיהם האישיים (נרדי ונרדי, 1992; Coltrane, 1996).

נדגיש כי גם משתתפים המציגים ערכים של גבריות חדשה ביטאו ערכים מסורתיים של גבריות והציגו את עצמם על פי אמות המידה של הצלחה סטריאוטיפית גברית: קריירה ובנייה של תא משפחתי, כמו גברים רבים בישראל (ראו לדוגמה: Tuval-Mashiach, 2006). דו-ערכיות זו עשויה להיות שלב ביניים בתהליך הקוגניטיבי והרגשי הכרוך במעבר מתפיסה של גבריות מסורתית למודלים של גבריות חדשה, אשר דומה כי הם מתאימים יותר לסיטואציה העכשווית של המשתתפים. השינוי בהגדרה העצמית הגברית עולה בקנה אחד עם אחד התהליכים העיקריים בתהליך הצמיחה שעוברים נפגעי פוסט-טראומה – עריכת שינויים חיוביים בהשקפת עולמם, כלומר בנייה מחדש של אמונות, מטרות ועמדות כלפי העולם ושל תפיסות כיצד יש להיות בו (Joseph, 2009; Tedeschi & Calhoun, 1996, 2004). תהליך זה כולל הרהור פנימי של הנפגע על הנחות, מטרות ואמונות שאינן תואמות את המצב החדש ואינן משרתות אותו עוד, ורכישה של השקפות עולם חדשות (Joseph, 2009; Janoff-Bulman, 2006; Tedeschi & Calhoun, 1996, 2004). כחלק מתהליך הצמיחה, מקצת המשתתפים הגמישו את הקטגוריה "גבריות" והבנו אותה בהתאם לצורכיהם ולהעדפותיהם היום. ביקורתם על הגבריות ההגמונית, ההיבדלות ממנה והכללת תכנים של הגבריות החדשה בתפיסת הגבריות שלהם מלמדים על שינוי בסדרי העדיפויות הערכיים ובהשקפות העולם בתחום זהות בסיסי. השינוי בתפיסת הגבריות תואם גם את מה שקונל (Connell, 1995) תיאר כתהליכי צמיחה תוך-אישיים משמעותיים, כגון מודעות והצבת מטרה להתפתחות, ובכלל זה יצירת גבריות חדשה. השינוי בזהות הגברית כחלק מתהליך השיקום מהפוסט-טראומה נתמך במחקרים שנעשו בארצות-הברית, אשר מצאו כי

היכולת לשנות את ההתייחסות לעמדות המסורתיות של גבריות ולקבל מודלים גבריים חדשים היא מרכיב חשוב בתהליכי השינוי והשיקום של חיילים שלחמו בווייטנאם ולקו בפוסט-טראומה (Karner, 1994; Smith, 2002). ההבניה מחדש של הזהות לאחר הטראומה, ובכלל זה צמצום הפער בין תפיסת הזהות של הנפגע לתפיסות החברה, יכולה לצמצם את מצוקתו של הנפגע ולסייע לו ליצור עצמי מגובש יותר, וכך לסייע בשיקום לאחר הטראומה (Laufer, 1988). בהקשר זה נזכיר כי כל המשתתפים היו בטיפול נפשי בזמן המחקר או לפניו. ייתכן מאוד כי תהליך הטיפול עודד אותם לחפש מודלים של זהות, ובכללם מודלים של זהות גברית, המשרתים את הסיטואציה שלהם בהווה, וכך עורר שינוי בזהותם הגברית.

ככל הידוע לנו, עד כה לא דווח בספרות המחקר העוסקת בנרטיבים של נפגעי פוסט-טראומה (כגון עומר ואלון, 1997; Wigren, 1994; Neimeyer, 2005) על הבניית גבריות על בסיס ערכים של הגבריות החדשה. אף על פי כן, כמה חוקרים הציעו שכניסה של ערכים חדשים של גבריות עלולה להגביר את הלחץ על גברים מפני שהיא תחייב אותם לעמוד בציפיות חברתיות נוספות (Morgan, 2006). במחקר הנוכחי מוצע שמודל הגבריות החדשה עשוי לשמש משאב, ולא רועץ, לגברים שנפגעו בפוסט-טראומה בעקבות השתתפות בקרב. ההתאמה שעשו הנפגעים עצמם בזהותם לשינויים שחלו במודלים הגבריים בישראל (אלמוג, 2004; הולנדר, 2007) יכולה לשפר את ההתאמה בין ציפיותיהם מעצמם לציפיות מגברים בחברה הישראלית בימינו (קינן, 2012). מבחינה זו, המחקר הנוכחי מאיר לא רק את מקומה החשוב של הזהות הגברית בקרב חיילים שנפגעו בפוסט-טראומה אלא גם את חשיבותה של הבניית זהות גברית חדשה כחלק מתהליך השיקום לאחר הטראומה. הוא מדגיש את החשיבות שבעיצוב של תפיסות ואמונות חדשות בשאלה מהי גבריות, לשם הגדרה מחדש של הזהות הגברית ולצמצום הפער בין הדימויים החברתיים לדימוי העצמי הגברי, לעלייה באינטגרציה של הזהות הגברית ולהשפעה על מכלול זהותו של הנפגע ועל תפקודו.

מגבלות המחקר:

1. המשתתפים במחקר הנוכחי גויסו באמצעות גורם שלישי, אנשי מקצוע, ולכן חסר לחוקרים תיעוד של אבחון והערכה רשמיים בנוגע להפרעה הפוסט-טראומטית. אף על פי כן, אגף השיקום של משרד הביטחון הכיר בכל המשתתפים כנכי צה"ל על רקע הפרעה פוסט-טראומטית.
2. אחד ממאפייני אוכלוסיית המחקר, שהיה אמת מידה חיונית להשתתפות במחקר, היה הימצאותו של המשתתף בקשר עם גורם טיפולי בעבר או בהווה. לפיכך, ייתכן שהממצאים משקפים תפיסת זהות גברית המושפעת מטיפול, ולכן אינם יכולים ללמד על הזהות הגברית של נפגעי פוסט-טראומה שלא עברו תהליך דומה.

בין שבר לשינוי: זהות גברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית

3. מרבית המשתתפים מוכרים על ידי אגף השיקום כנכי צה"ל הסובלים מהפרעה פוסט-טראומטית. אפשר שעובדה זו גרמה להם, במודע או שלא במודע, להעצים את תיאורי הפגיעה והמצוקה כדי להצדיק את מעמדם כנכי צה"ל. אפשרות זו סבירה פחות לאור התימה השנייה שתוארה במאמר זה – שיפור במצבם הנפשי בפרט ובחייהם בכלל.

לסיכום, המחקר הנוכחי דן לראשונה בזהות הגברית של נפגעי פוסט-טראומה על רקע השתתפות בקרב בישראל. חשיבותו נובעת ממקומם המרכזי של הצבא בכלל ושל לחימה בקרב בפרט בהגדרת הגבריות הישראלית ההגמונית. ממצאי המחקר מאירים את מרכזיותה של הזהות הגברית בקרב הנפגעים ואת השבר העמוק שחל בה בעקבות כישלון בקרב – המבחן האולטימטיבי של הגבריות הישראלית (Ben-Ari, 2001). כמו כן, המחקר מאיר את השינויים בזהותם הגברית של נפגעי פוסט-טראומה – שילוב בין ערכים של הגבריות ההגמונית לערכים של הגבריות החדשה כחלק מתהליך השיקום. כדי להעמיק את ההבנה של הזהות הגברית של נפגעי פוסט-טראומה בעקבות אירוע קרב בישראל, יש צורך במחקרים נוספים, איכותניים וכמותניים, לבחינה של מגוון קבוצות אוכלוסייה, לפי גיל, מלחמות, עיתוי הפגיעה ומשתנים אחרים.

נקודות מפתח

- המחקר בוחן לראשונה את הזהות הגברית של חיילים לשעבר הסובלים ממצוקה פוסט-טראומטית על רקע השתתפות בקרב בישראל.
- המחקר מאיר את מרכזיותה של הזהות הגברית בקרב הנפגעים ואת השבר העמוק שחל בה בעקבות תחושה של חוסר אונים וכישלון בעמידה בציפיות הגבריות.
- המחקר מצביע על שינויים בזהות הגברית של חלק מהנפגעים, הכוללים ערכים של הגבריות החדשה.
- המחקר מצביע על החשיבות בשילוב ערכים של הגבריות ההגמונית עם ערכים של הגבריות החדשה בתהליך השיקום של נפגעי פוסט-טראומה על רקע השתתפות בקרב.

מקורות

- אלמוג, ע. (1997). הצבר: דיוקן. תל-אביב: עם עובד.
- אלמוג, ע. (2004). פרידה משרוליק: שינוי ערכים באליטה הישראלית. אור-יהודה: הוצאת הספרים של אוניברסיטת חיפה, זמורה ביתן.
- בלייך, א. וסולומון, ז. (2002). נכות נפשית: היבטים רפואיים, חברתיים ושיקומיים: משרד הביטחון. הולנדר, ע. (2007). הגבר הישראלי החדש? שינויים בהכנות של גבריות בראיה בין דורית. עבודת גמר לקבלת התואר דוקטור. אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.
- הרמן, ג. (1992). טראומה והחלמה. תל-אביב: עם עובד.
- לומסקי-פדר, ע. (1998). כאילו לא הייתה מלחמה: סיפורי חיים של גברים ישראלים. ירושלים: מאגנס.
- ליבליך, ע. (1990). הכניסה לבגרות במהלך השרות הסדיר בצה"ל. בתוך: ק. בנימיני, ע. דולב, ע. כהן וי. מ. שלזינגר (עורכים), עיון ויישום בפסיכולוגיה (עמ' 271-282). ירושלים: מאגנס.
- נוטמן-שורק, א. (2006). גלגולו של מיתוס: "סיפורי חיים" ו"תסריטי חיים" של גברים ישראלים ערב פרישה מהעבודה. מגמות, מד(3), 531-555.
- נרי, ש. (2000). מצבי לחץ טראומטיים. תל-אביב: שוקן.
- נרדי, ח. ונרדי, ר. (1992). גברים בשינוי: בדרך לגבריות אחרת. תל-אביב: מודן.
- ספקטור-מרזל, ג. (2008). צברים לא מזדקנים. ירושלים: מאגנס.
- עומר, ח. ואלון, נ. (1997). מעשה הסיפור הטיפולי. תל-אביב: מודן.
- קינן, ע. (2012). כאילו היא פצע נסתר: טראומת מלחמה בחברה הישראלית. תל-אביב: עם עובד.
- קפלן, ד. (1999). דוד, יהונתן וחיילים אחרים: על זהות, גבריות ומיניות ביחידות קרבניות בצה"ל. תל-אביב: הקיבוץ המאוחד.
- קפלן, ד. (2009). הקדמה למהדורה העברית. בתוך: ר. קונל (עורך), גבריות (עמ' 11-18). חיפה: פרדס.
- שיאון, ל. (1997). דימויי גבריות אצל לוחמים: השרות בחטיבת חיל הרגלים כטקס מעבר מנעורות לבגרות. ירושלים: המרכז על שם שיין, האוניברסיטה העברית בירושלים.
- שיאון, ל. ובן-ארי, א. (2007). גוף, מיניות ומשפחה בקרב חיילי מילואים קרביים בישראל: על דמיון והומור. סוציולוגיה ישראלית, ט, 149-171.
- שלסקי, ש. ואלפרט, ב. (2007). דרכים בכתובת מחקר איכותני: מפירוק המציאות להבניית כטקסט. תל-אביב: מכון מופ"ת.
- שקדי, א. (2003). מילים המנסות לגעת: מחקר איכותני — תיאוריה ויישום. תל-אביב: רמות, אוניברסיטת תל-אביב.
- ששון-לוי, א. (2006). זהויות במדים: גבריות ונשיות בצבא הישראלי. ירושלים: מאגנס והקיבוץ המאוחד.

- Ben-Ari, E. (1998). *Mastering soldiers: Conflict, emotions, and the enemy in an Israeli military unit*. New York, NY: Berghahn Books.
- Ben-Ari, E. (2001). Tests of soldierhood, trials of manhood: Military service and male ideals in Israel. In D. Maman, E. Ben-Ari, & Z. Rosenhek (Eds.), *Military, state and society in Israel: Theoretical and comparative perspectives* (pp. 239-267). New Brunswick, NJ: Transaction Press.
- Brooks, G. (1990). Post-Vietnam gender role strain: A need concept? *Professional Psychology: Research and Practice*, 21, 18-25. doi: 10.1037/0735-7028.21.1.18
- Brooks, G. (2005). Counseling and psychotherapy for male military veterans. In G. R. Brooks & G. E. Good (Eds.), *The new handbook of psychotherapy and counseling with men: A comprehensive guide to settings, problems, and treatment approaches* (pp. 104-118). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Caddick, N., Smith, B., & Phoenix, C. (2015). Male combat veterans' narratives of PTSD, masculinity, and health. *Sociology of Health & Illness*, 37, 97-111. doi:10.1111/1467-9566.12183
- Coltrane, S. L. (1996). *Family man: Fatherhood, housework, and gender equity*. New York, NY: Oxford University Press.
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. Cambridge, England: Polity Press.
- Cox, D. W., & O'Loughlin, J. (2016). Posttraumatic stress mediates traditional masculinity ideology and romantic relationship satisfaction in veteran men. *Psychology of Men & Masculinity*, 18, 382-389. doi: 10.1037/men0000067
- Creamer, M., Wade, D., Fletcher, S., & Forbes, D. (2011). PTSD among military personnel. *International Review of Psychiatry*, 23, 160-165. doi: 10.3109/09540261.2011.559456
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dekel, R., & Monson, M. C. (2010). Military-related post-traumatic stress disorder and family relations: Current knowledge and future directions. *Aggression and Violent Behavior*, 15, 303-309. doi: 10.1016/j.avb.2010.03.001
- Eagan Chamberlin, S. M. (2012). Emasculated by trauma: A social history of post-traumatic stress disorder, stigma, and masculinity. *The Journal of American Culture*, 35, 358-365. doi: 10.1111/jacc.12005
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton.
- Fox, J., & Pease, B. (2012). Military deployment, masculinity and trauma: Reviewing the connections. *The Journal of Men's Studies*, 20, 16-31. doi: 10.3149/jms.2001.16

- Garcia, H. A., Finley, E. P., Lorber, W., & Jakupcak, M. (2011). A preliminary study of the association between traditional masculine behavioral norms and PTSD symptoms in Iraq and Afghanistan veterans. *Psychology of Men & Masculinity*, 12, 55-63. doi: 10.1037/a0020577
- Green, G., Emslie, C., O'Neill, D., Hunt, K., & Walker, S. (2010). Exploring the ambiguities of masculinity in accounts of emotional distress in the military among young ex-servicemen. *Social Science & Medicine*, 71, 1480-1488. doi: 10.1016/j.socscimed.2010.07.015
- Higate, P. (2003). Soft clerks' and "hard civvies": Pluralizing military masculinities. In P. R. Higate (Ed.), *Military masculinities: Identity and the state* (pp. 27-42). Westport, CT: Praeger.
- Hockey, J. (2003). No more heroes: Masculinity in the infantry. In P. R. Higate (Ed.), *Military masculinities: Identity and the state* (pp. 15-25). Westport, CT: Praeger.
- Jakupcak, M., Osborne T. L., Michael, S., Cook, J. W., & McFall, M. (2006). Implications of masculine gender role stress in male veterans with post-traumatic stress disorder. *Psychology of Men & Masculinity*, 7, 203-211. doi: 10.1037/1524-9220.7.4.203
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Toward a new psychology of trauma*. New York, NY: The Free Press.
- Janoff-Bulman, R. (2006). Schema-change perspectives on posttraumatic growth. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 81-99). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Joseph, S. (2009). Growth following adversity: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress. *Psychological Topics*, 18, 335-344.
- Josselson, R. (2013). *Interviewing for qualitative inquiry: A relational approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Karner, T. X. (1994). *Masculinity, trauma, and identity: Life narratives of Vietnam veterans with post-traumatic stress disorder*. Unpublished doctoral dissertation. University of Kansas.
- Laufer, R. S. (1988). The serial self: War trauma, identity and adult development. In J. P. Wilson (Ed.), *Human adaptation to extreme stress* (pp. 33-53). New York, NY: Springer.
- Levy-Schreiber, E., & Ben-Ari, E. (2000). Body-building, character-building and nation-building: Gender and military service in Israel. *Studies in Contemporary Jewry*, 16, 171-190.
- Lifton, R. (1988). Understanding the traumatized self: Imagery, symbolization and transformation. In J. P. Wilson (Ed.), *Human adaptation to extreme stress* (pp. 35-54). New York, NY: Springer.

- Lincoln, Y., & Guba, E. (1985). *Naturalistic inquiry*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Lisak, D. (1994). The psychological impact of sexual abuse: Content analysis of interviews with male survivors. *Journal of Traumatic Stress*, 7, 525-548. doi: 10.1002/jts.2490070403
- Meissner, W. W. (2005). Gender identity and the self: Gender formation in general and in masculinity. *Psychoanalytic Review*, 92, 1-27. doi: 10.1521/prev.92.1.1.58709
- Morgan, D. (2006). The crisis in masculinity. In K. Davis, M. Evans, & J. Lorber (Eds.), *Handbook of gender and women's studies* (pp. 109-123). London, England: Sage.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Neimeyer, R. A. (2005). Re-storing loss: Fostering growth in the posttraumatic narrative. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 68-80). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- O'Neil, J. M. (2015). *Men's gender role conflict*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- O'Neil, J. M., Good, G. E., & Holmes, S. (1995). Fifteen years of theory and research on men's gender role conflict. In R. F. Levant & W. S. Pollack (Eds.), *The new psychology of men* (pp. 164-206). New York, NY: Basic Books.
- Parson, E. R. (1988). Post-traumatic self disorder, theoretical and practical consideration in psychotherapy of Vietnam war veterans. In J. P. Wilson, Z. Harzel, & B. Kahana (Eds.), *Human adaptation to extreme stress: From the holocaust to Vietnam* (pp. 245-283). New York, NY: Plenum.
- Parson, E. R. (1993). Posttraumatic narcissism: Healing traumatic alterations in the self through curvilinear group psychotherapy. In J. P. Wilson & B. Raphael (Eds.), *International handbook & traumatic stress syndrome* (pp. 821-840). New York, NY: Plenum.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative evaluation and research methods* (3rd ed.). Newbury Park, CA: Sage.
- Pleck, J. H. (1995). The gender role strain paradigm: An update. In R. F. Levant & W. S. Pollack (Eds.), *A new psychology of men* (pp. 11-32). New York, NY: Basic Books.
- Richardson, L. K., Frueh, B. C., & Acierno, R. (2010). Prevalence estimates of combat-related post-traumatic stress disorder: Critical review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44, 4-19. doi:10.3109/00048670903393597

Garcia, H.
of th
symp
12, 5
Green, G.
ambi
amor
10.10
Higate, P.
In P.
West
Hockey, J.
Mili
Jakupcak
Imp
trau
doi:
Janoff-Bu
trau
Janoff-Bu
In L
Res
Joseph, S
on p
Josselson
New
Karner, T
vete
Uni
Laufer, R
In J
New
Levy-Sch
nati
Jew
Lifton, R
tran
(pp

- Showalter, E. (1987). Rivers and sassoon: The inscription of male gender anxieties. In M. R. Higonnet, J. Jenson, S. Michel, & M. C. Weitz (Eds.), *Behind the lines: Gender and the two world wars* (pp. 61-69). New Haven, CT: Yale University Press.
- Silverstein, R. (1994). Chronic identity diffusion in traumatized combat veterans. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 22, 69-80. doi: 10.2224/sbp.1994.22.1.69
- Silverstein, R. (1996). Combat-related trauma as measured by ego developmental indices of defenses and identity achievement. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 157, 169-179. doi: 10.1080/00221325.1996.9914855
- Smith, M. M. (2002). *For god, country, and manhood: The social construction of posttraumatic stress disorder among Vietnam veterans*. Unpublished doctoral dissertation. University of California, San Diego.
- Solomon, Z. (1993). *Combat stress reaction: The enduring toll of war*. Boston, MA: Springer.
- Solomon, Z. (1995). *Coping with war-induced stress: The Gulf War and the Israeli response*. New York, NY: Plenum Press.
- Solomon, Z., & Horesh, D. (2007). Changes in diagnostic criteria for PTSD: Implications from two prospective longitudinal studies. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77, 182-188. doi: 10.1037/0002-9432.77.2.182
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundation and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18. doi: 10.1207/s15327965pli1501_01
- Thomas, J. L., Britt, T. W., Odle-Dusseau, H., & Bliese, P. D. (2011). Dispositional optimism buffers combat veterans from the negative effects of warzone stress on mental health symptoms and work impairment. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 866-880. doi: 10.1002/jclp.20809
- Tuval-Mashiach, R. (2006). "Where is the story going?" Narrative forms and identity construction in the life stories of Israeli men and women. In D. P. McAdams, R. Josselson, & A. Lieblich (Eds.), *Identity and story: Creating self in narrative*. (pp. 249-268). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Ulman, R. B., & Brothers, D. (1988). *The shattered self: A psychoanalytic study of trauma*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.

- Wigren, J. (1994). Narrative completion in the treatment of trauma. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 31, 415-423. doi: 10.1207/s15327965pli1501_01
- Wilson, J. P. (1980). Conflict, stress and growth: The effect of war on psychosocial development among Vietnam veterans. In C. Figley & S. Leventman (Eds.), *Strangers at home: Vietnam since the war* (pp. 123-165). New York, NY: Brunner/Mazel.
- Wilson, J. P. (Ed.). (2006). *The posttraumatic self: Restoring meaning and wholeness to personality*. New York, NY: Routledge.

Showa
In
G
P
Silverst
S
do
Silverst
in
Ps
do
Smith, M
po
dis
Solomon
MA
Solomon
res
Solomon
Imp
Ort
Tedeschi,
Me
455
Tedeschi,
foun
doi:
Thomas, J
optim
men
67, 8
Tuval-Ma
cons
R. Jo
(pp.
Ulman, R.
traun