

תוכן עניינים

1	תקציר
2-7	מבוא
8-9	שיטה
10-11	תוצאות
12-13	דיון
14-15	ביבליוגרפיה
- -	נספחים

מבוא

דימוי עצמי

כבר בימים הראשונים של הפסיכולוגיה הניסויית, נמצא הרעיון שלבני אדם יש הנעה לשמור על דימוי עצמי חיובי, והנעה זו נמצאת בבסיס של חלק גדול מההתנהגות האנושית (למשל, Crocker & Wolfe, 2001). המושג של דימוי עצמי מתייחס להערכה של האדם את עצמו, או לעמדה שלו כלפי עצמו (James, 1890). המושג "דימוי עצמי גלובלי" מתייחס להערכה כללית של העצמי, בעוד שקיימים תת תחומים של דימוי עצמי אשר מתייחסים להערכה של האדם תחומים מסוימים כגון היכולת החברתית שלו, היכולת האינטלקטואלית וכדומה. דימוי עצמי הוא שיפוט סובייקטיבי ומכאן שעשוי לשקף את המצב האמיתי של האדם – למשל, את הרמה האינטלקטואלית המציאותית שלו, או לחלופין, להיות מוטה. בדרך כלל מוצאים כי דימוי עצמי קרוב יותר לאופן שבו היחיד תופס את האופן בו אנשים אחרים תופסים אותו, מאשר לתפיסה אובייקטיבית של המאפיינים שלו (Leary & Baumeister, 2000).

כמו כן, נמצא שההערכה עצמית של האדם, או הדימוי העצמי, קשור להערכה רגשית. כלומר, האדם מעריך את עצמו על סקאלה של טוב-רע, בעל ערך-חסר ערך, חיובי-שלילי וכדומה. ישנן הערכות עצמיות שהן ניטרליות וללא תוכן רגשי ממשי, ואילו אחרות הן רגשיות מאוד (Leary & Baumeister, 2000). למשל, אנשים עשויים להעריך את התנהגותם כטובה או רעה, וכתוצאה מכך להרגיש טוב או רע עם התנהגותם. כלומר, הם לא רק יודעים שהם בעלי תכונות טובות או רעות, אלא בדרך כלל גם יש להם רגשות תואמים (Leary & Baumeister, 2000).

רוב החוקרים מתייחסים לדימוי עצמי כתכונה אשר משתנה בין אנשים. כלומר – הם מתייחסים לדימוי עצמי תכונתי, כשהכוונה היא לתכונה של האדם (Leary & Baumeister, 2000). דימוי עצמי במובן של תכונה הוא ההערכה הקוגניטיבית והרגשית שלו את עצמו, אשר מתייחסת גם לאופן שבו האדם מרגיש כלפי עצמו (Leary & Baumeister, 2000). מכיוון שהאדם הוא הסכום של ההערכות העצמיות, דימוי עצמי כתכונה עשוי לא לשקף את הדימוי העצמי של האדם בסיטואציה נתונה (Leary & Baumeister, 2000). דימוי עצמי מצבי לעומת זאת, הוא הדימוי העצמי שיש לאדם ברגע מסוים, בסיטואציה מסוימת והוא עשוי להשתנות ממצב אחד למצב אחר (Leary & Baumeister, 2000).

במשך השנים, תיאוריות שונות הבחינו בין סוגים שונים של דימוי עצמי (למשל, Crocker & Wolfe, 2001). עם זאת, המשותף לכולן הוא שהמושג של דימוי עצמי משקף את ההערכה של בני אדם את עצמם, וכי בני אדם בכלליותם הם בעלי הנעה לשמור על דימוי עצמי גבוה ולהגן עליו מפני איומים.

הבדלים תרבותיים בדימוי עצמי

במחקרים קודמים נמצאו הבדלים בדימוי העצמי בין תרבויות אינדודואליסטיות לתרבויות קולקטיביסטיות. חברה קולקטיביסטית היא חברה ששמה דגש על הצרכים של האחר, מה שמוביל לרגישות חברתית וריצוי אחרים איתם האדם נמצא בקשר, כגון משפחה וקהילה (Triandis, 2018). לעומת זאת, חברה אינדודואליסטית מעריכה עצמאות, ובחברות כאלה האוטונומיה של האדם היא הדבר החשוב ביותר, גם אם הוא בא על חשבון אחרים בסביבה (Triandis, 2018).

במחקרים רבים, מוצאים שתרבויות קולקטיביסטיות, כגון תרבויות מאסיה ומזרח, מקבלות ציונים נמוכים יותר במדדים של דימוי עצמי מאשר תרבויות מערביות ואינדודואליסטיות (Schmitt & Allik, 2005). כמו כן, נמצא כי בני אדם מתרבויות קולקטיביסטיות מתארים את עצמם במונחים פחות חיוביים מאשר בני אדם מתרבויות מערביות ואינדודואליסטיות (Sedikides, Gaertner, & Vevea, 2005). במחקר של מרקוס וקיטימה (1991), החוקרים התמקדו בשני היבטים של דימוי עצמי: חיבה עצמית וכשירות עצמית. חיבה עצמית מתפרשת ע"פ מודל זה כאלמנט חברתי של דימוי עצמי. כלומר, האופן בו אדם מעריך את עצמו, קשור לאופן בו הוא נתפס בעיני האחר. בניגוד לכך, כשירות עצמית, מורכבת מהיסטוריה של התנסויות קודמות כגון הצלחות וכשלונות. במחקרם, נמצא כי אנשים אנשים מתרבויות קולקטיביסטיות, מקדמות דימוי עצמי המבוסס על חיבה עצמית, אבל מדכא כישירות עצמית. בתרבויות אינדודואליסטיות הדפוס הוא הפוך.

באחד המחקרים, החוקרים ערכו השוואה בדימוי עצמי בין 53 מדינות שונות (Schmitt & Allik, 2005). מחקר זה הגיע למספר מסקנות: ראשית, כל המדינות התאפיינו בדימוי עצמי חיובי יחסית. שנית, נמצא הבדל בין תרבויות אינדודואליסטיות לקולקטיביסטיות, כך שהתרבויות הקולקטיביסטיות התאפיינו בדימוי עצמי נמוך יותר מאשר תרבויות אינדודואליסטיות. בנוסף, הם שיחזרו את הממצאים של מרקוס וקיטימה (1991) לגבי הבדלים בדימוי עצמי מבוסס על חיבה ועל כשירות. כלומר, נמצא כי תרבויות קולקטיביסטיות מתאפיינות בדימוי עצמי המבוסס על חיבה עצמית בעוד שתרבויות אינדודואליסטיות מתאפיינות בדימוי עצמי המבוסס על כשירות.

נטייה לבוגדנות

בהקשר של מערכת יחסים רומנטית, בוגדנות או נטייה לבוגדנות הוא מושג חשוב אשר משפיע באופן שלילי על איכות היחסים עם בן או בת הזוג מבחינה רגישת ופיזית (Weil, 1975). בני אדם אשר מגלים כי בגדו בהם, פעמים רבות חווים בלבול רגשי ומחשבות, קנאה וחוסר יציבות בנוגע לעתיד (Thompson, 1982). ממצאים מגלים כי 60%-65% מהזוגות אשר פונים לטיפול זוגי בארצות הברית, מדווחים כי בוגדנות היא הסיבה המובילה לכך שפנו לטיפול (Atkins, Baucom & Jacobson, 2001). בנוסף, במחקר אשר ערך השוואה בין 160 תרבויות רבות, התגלה כי בוגדנות היא הסיבה העיקרית לגירושים בין בני זוג (Betzig, 1989).

במדינות מערביות, מחקרים משערים כי בין 25%-50% מהגירושים הם כתוצאה מבוגדנות של אחד מבני הזוג (Kelly & Conley, 1987). מחקרים מוקדמים אשר התבצעו על זוגות הטרנסקסואליים מציע כי כשליש מהגברים ורבע מהנשים התנסו במערכת יחסים מחוץ למערכת היחסים העיקרית שלהם, לפחות פעם אחת במהלך חייהם (Kinsey, Pomeroy, & Martin, 1948). במחקרים עדכניים יותר, נמצא כי 20%-25%