

סקירת מושגים

בניית זהות בגיל ההתבגרות

בגיל ההתבגרות מתקיימת בנייה אקטיבית של זהות עצמית, הנובעת מהתפתחות פיזית וקוגניטיבית. מבחינה פיזיולוגית, המתבגרת חווה סוג של יצירת קשר מחודשת עם הגוף שלה. הסיבות לכך הן שינויים גופניים דרמטיים ומהירים שאינם דומים מאדם לאדם, ולכן נוצר בלבול רב. בנוסף, שינויים אלו עומדים במוקד עיסוק חברתי, ויש מוסכמות לגבי פרופורציות ומאפיינים פיזיים ספציפיים הנחשבים לטובים, במיוחד אצל נערות (גוגול-אוסטרובסקי, ט. לזר, א. 2010).

תחום פיזי נוסף המשפיע על הזהות, הוא העיסוק במיניות, שמחזק את ההכרה בגוף כמקור להנאה מצד אחד, אך גם לבושה, לחץ וחששות, בעיקר אצל נערות. בתרבות המערבית היחס למיניות מבולבל, שכן מצד אחד מכירים בה כדבר דיסקרטי, אך מצד שני דוחפים אותה לכל נושא, אפילו לפרסומות בשלטי חוצות (גוגול-אוסטרובסקי, ט. לזר, א. 2010).

ישנן רמות שונות של זהות אישית, וממתבגרת מצופה כבר להגיע לרמה של מובחנות עצמית ביחס לאחרים, הבנה כי לאחרים יש ייחודיות אישית ולכן זהות שונה, הכרה בהעדפות ויחסים עם אחרים כמענה על סיפוק חברתי, והתבוננות חברתית-סמלית על הזולת, הכוללת דעות והבנה של אחרים וסיטואציות חברתיות (סרוף, א. קופר, ר. דהארט, ו. 2004).

הזהות היא הבסיס לצמיחה האישית בגיל ההתבגרות וגם בשלבים מאוחרים יותר, והיא מציינת את המעבר מאחריות ומחויבויות של ילד, לאחריות ומחויבויות של מבוגר. נמצאו קשרים חיוביים בין זהות קוהרנטית לבין משתנים כמו הערכה עצמית ומסוגלות (סרוף, א. קופר, ר. דהארט, ו. 2004), וגם דימוי גוף חיובי (פישרמן, ש. 2013). לכן, בזהות טמון פוטנציאל צמיחה אישית להפיכת הנערה מילדה למבוגרת, להשתלבותה באופן בוגר בחברה, וביחס טוב כלפי גופה.

בכדי לפתח זהות באופן מיטבי, צריכה הנערה להביא עמה מגיל הילדות מרכיבים רבים: בטחון פנימי ביכולות ובכשירות, תחושה של אמון בסיסי, אוטונומיה ויוזמה. בנוסף, יש צורך בהתנסות רבה בתפקידים חדשים בגיל הילדות, ביחס חם ותמיכה מההורים מצד אחד, אך גם במתן עצמאות ואחריות מצד שני (סרוף, א. קופר, ר. דהארט, ו. 2004).

פיתוח הזהות בגיל ההתבגרות כרוך בסיכונים שונים. ראשית, היות והוא מבוסס על מרכיבים שונים מגיל הילדות, בפרט כאלו הקשורים ליחס ההורים, לכן יש פוטנציאל רב שמשקעים מהעבר יפריעו לכך. בנוסף, כיוון שהזהות נבנית בין היתר על ידי שינויים פיזיים שחווה הנערה, ישנו סיכון שערכים בשינויים אלו יגרור קשיים בגיבוש הזהות.

התייחסות מגדרית-תרבותית לבניית הזהות של מתבגרות

המגזר הערבי בישראל מהווה מיעוט, שכמו כל מיעוט ניצב לעתים קרובות מול סתירה בין שתי מערכות תרבותיות: זו של הקהילה שלהם וזו של הקבוצה הרחבה ביותר. בשל כך, מתבגרות ערביות אשר בונות את הזהות שלהן, צריכות לבחור לעתים קרובות אילו מאפיינים לקחת לזהות שלהן – של החברה הערבית או של החברה הכללית בישראל. מחקרים אף מצאו כי מתבגרות מקבוצות מיעוטים ממעטות לחקור את זהותן, או שהן מקצרות את החקירה הזו (סרוף, א. קופר, ר. דהארט, ו. 2004). כיום מורגש כי החברה הערבית בישראל משתלבת יותר בחברה הכללית, ולכן בפני בנות מתבגרות, שמהוות חלק מתהליך זה, ניצבות הרבה סתירות שמקשות על בניית זהות עצמית. סתירות אלו יכולות להיות בתחושת השייכות לכלל המדינה והציבור, על כל הסמלים והמשתמע מכך. מבחינה זו, ישנה הכבדה של ההשתייכות החברתית-תרבותית על גיבוש הזהות.

החברה הערבית בישראל מסורתית יותר, וגם כאלו שאינם מגדירים עצמם כדתיים, משמרים זיקה עם המסורת והדת. לכן, מלבד העובדה שמתבגרות ערביות נאלצות לבנות את זהותן תוך היותן חלק ממיעוט אתני, הן גם נאלצות לעשות זאת תוך התחשבות באילוצים דתיים שונים. השינויים הפיזיים שמהווים מניע בולט ליצירת הזהות האישית בגיל ההתבגרות, נתפסים שונה בחברה המדגישה ערכים של צניעות והסתרת מיניות. כך למשל, תפיסת הגוף כמקור להנאה עשויה להיות שונה בתכלית בעקבות ערכי צניעות.

נושא בניית הזהות הוא מודרני, ויוצא מתוך השקפת עולם שהאני העצמי שונה מאחרים, ולכן צריך לבנות זהות עצמית שתייחד אך ורק אותי. בחברות מסורתיות יותר, בהן הקולקטיב משמעותי יותר בחיי הציבור כולו, החשיבות והיכולת של יחידים לבנות לעצמם זהות – נמוכה יותר (חוג'יראת, מ. 2013). החברה הערבית בישראל נחשבת למסורתית, למרות שבשנים האחרונות מורגשת חדירה גוברת של המודרנה. מתבגרות ערביות עשויות למצוא את עצמן חצויות בין עולמות מסורתיים שמדגישים את ההשתייכות לקולקטיב, לבין עולמות מודרניים המדגישים את החשיבות שבבניית הזהות האישית, והדבר מקשה עוד יותר על כך.

בחברה הערבית ישנם ערכי משפחה, ועד גיל מאוחר רוב המתבגרות הערביות אינן יוצאות מבית הוריהן. לכן, מתבגרת ערבית חווה שינויים פיזיים שמעוררים אותה לבנות את זהותה העצמית, אך עדיין נמצאת בבית הוריה, שמפקחים עליה ומקנים לה ערכים משפחתיים וזהות אישית בהתאם לנורמה החברתית. מתבגרות רבות ניצבות בפני איסור על קיום קשר עם בני המין השני, ולכן יכולות לחוות את השינויים ההורמונאליים שהן חשות כמשהו אסור ובעייתי.