

# ממודל האבל למודל רמות מודעות הורית - סיוע להורים בתהליך התמודדותם עם נטייתם המינית הגאה של ילדיהם

## רועי ליס

על פי בקשתה בדלתיים סגורות, נערכה למחרת בבית הספר. כבר בתחילתה ביקשה ממני האם, בעיניים דומעות ובמבט מבויש, לאבחן את בנה אבחון, אבל לא מהסוג שהפסיכולוגים בשטח מכירים, "אני רוצה שתעשה לו אבחון ותגיד לי אם הוא הומו", אמרה.

**באין כתובת מוכרת ונגישה אחרת,  
מתדפקים הורים לבני נוער שזה עתה יצאו  
מהארון על דלתות בית הספר, בחפשמ  
אחר תשובות, הקלה ומזור לפצעייהם  
בתהליך התמודדותם עם המציאות החדשה**

"האם ראית או שמעת משהו שגרם לך לחשוב שאולי הבן שלך הומו?" ניסיתי לגשש, אבל היא ענתה בחדות: "מתי אתה עושה לו ת'אבחון, מחר?"

כשהסברתי שלא קיים אבחון כזה, ועוד לפני שהספקתי להזמין אותה להמשיך ולתאר את סערת הרגשות שבה היא נמצאה, קמה אמו של התלמיד על שתי רגליה, אספה את תיקה בתנועה מהירה, ובעודה יוצאת מן החדר הודיעה לי שתתלונן עלי למנהלת בית הספר, לעירייה ולמשרד החינוך.

נשארתי יושב בחדרה של היועצת, מופתע מן הדרישה הלא שגרתית.

## "רציתי לנסוע לכלבו שלום ולקפוץ"

נדמה כי החברה הישראלית הפכה בשנים האחרונות למקבלת ולסובלנית יותר כלפי הקהילה הלהט"בית, והנראות הגבוהה של חברי הקהילה כ"גיבורי תרבות" בתרבות היומיומית מחזקת זאת. אף על פי כן, החברה הישראלית עדיין מתאפיינת ברמה גבוהה של שמרנות, והמגמה החברתית הכללית איננה מחלחלת לרמת הפרט (קמה, 2004). במילים אחרות - גם כיום, כאשר נראה כי

עבור הורים רבים, גילוי הנטייה המינית הלהט"בית של ילדיהם יוצר חוויה רגשית רבת עוצמה, המטלטלת אותם לתוך תהליך התמודדות ממושך ומאתגר. המחקר בתחום אינו מציע מודל עבודה ברור מלבד מודל עיבוד האבל, שאף הוא לא נחקר אמפירית מעולם בהקשר זה (שילה, 2007, עמ' 98). באמצעות ניתוח תוכן של עשרים סיפורי הורים אשר נאספו מתוך הספרים "פחד, אהבה" ו"אמא, יש לי משהו לספר לך", מדגים מאמר זה את הרלוונטיות של מודל עיבוד האבל לתהליך ההתמודדות ההורי, ומצביע על האפשרויות הקליניות הטמונות ביישום מודל רמות המודעות ההורית (כהן, 1996) לתהליך זה, כששני המודלים משלימים זה את זה. השילוב ביניהם מאפשר לנו הבנה והמשגה של התהליך שעובר ההורה כאשר ילדו<sup>1</sup> יוצא מהארון, לצד מודל עבודה קונקרטי.

באחד מימי הראשונים כפסיכולוג מתמחה בפסיכולוגיה חינוכית, הפנתה אלי יועצת בית הספר גם של תלמיד כיתה ה' אשר הכרתי מתצפית שערכתי בכיתתו, ושאת שמו שמעתי בהקשר של קשיים רגשיים וחברתיים בבית הספר. הפגישה, שהתקיימה



רועי ליס הוא פסיכולוג בשנת ההתמחות האחרונה בפסיכולוגיה חינוכית ומרצה מן החוץ באוניברסיטת תל אביב ובמכללה האקדמית קריית אונו. חבר בצוות הטיפול בבית הפתוח בירושלים ומטפל קוגניטיבי - התנהגותי בילדים ובני נוער.

<sup>1</sup> לשם נוחות הקריאה בלבד ועל מנת לנהוג בכבוד ובשיוויון הראוי, במסגרת המאמר "אדלג" בין המינים ואתיחס בכל פעם למין אחר.



הידע והכלים של הצוותים החינוכיים לסייע ראשוני להורים אלו יכול להיות לעתים עניין של חיים ומוות.

## בעוד ש"הכרה במציאות" היא זיהוי או הבנה של עובדה, "קבלה" מכילה בתוכה גם מרכיב רגשי. אפשר להכיר במציאות מבלי לקבל, אך בלתי אפשרי לקבל מבלי להכיר במציאות

למרבה הצער, המחקר בתחום זה נמצא עדיין בחיתוליו, ואינו מציג מודל עבודה ברור. כמעט כל הספרות העוסקת בתהליך התגובה של הורים לנטיית המינית של ילדיהם, משווה את התהליך שעוברים ההורים לתהליך המוכר של עיבוד אבל (שילה, 2007, עמ' 98), כפי הנראה, בעקבות מאמרו של אנדרסון (Anderson, 1987) אשר בנה מודל של תגובות הורים הכולל תהליך בן שלבים אחדים, הדומה מאוד לשלבים שאותם עובר אדם אבל. יחד עם זאת, כותב שילה, "לצערנו, אין עדיין מחקרים אמפיריים שיאששו ויתקפו את מודל האבל... הן מהסיפורים האישיים שעולים בספרות המחקרית והן בקרב תיאורטיקנים בתחום, אנו לומדים כי הקשר בין ההורים לילדים מורכב הרבה יותר מעיבוד אבל הדומה לזה שחווים כאשר אדם נפטר" (שם, עמ' 102). במאמר זה אני מבקש לבחון את הרלוונטיות של מודל עיבוד האבל לתהליך ההתמודדות של הורים עם נטיית המינית של ילדיהם, ובמקביל להצביע על הרלוונטיות ועל היתרונות הרבים שביישום מודל רמות המודעות ההורית אשר הוצע במאמרה הקלאסי של אסתר כהן (כהן, 1996) לתהליך זה. כפי שאציג בהמשך, שני המודלים משלימים זה את זה, וההיכרות עם שניהם, מאפשרים לנו הבנה והמשגה של התהליך שאותו עובר ההורה כאשר ילדו יוצא מהארון, לצד מודל עבודה קונקרטי.

### מתודולוגיה

שני המודלים, מודל עיבוד האבל ומודל רמות המודעות ההורית, נבחנו באמצעות סיפורי מקרה וראיונות אישיים עם הורים של חברי הקהילה הלהט"בית, כפי שפורסמו בשני ספרים: "אמא, יש לי משהו לספר לך: הורים וילדיהם על היציאה מהארון" מאת לוז ואבני ו"פחד, אהבה. הומוסקסואלים, לסביות והורים מספרים על גילוי הנטייה המינית ותהליך ההתמודדות עמה" של מייק. הספר הראשון, "אמא, יש לי משהו לספר לך: הורים וילדיהם על היציאה מהארון" (לוז ואבני, 2000), משלב בין סיפורי הורים וילדים שאספה דבורה לוז, מראשוני החברים בעמותת תהל"ה (תמיכה להורים של לסביות, הומוסקסואלים, טרנסג'נדרים וביסקסואלים) לבין פרק עיוני על מהות הנטייה החד מינית שכתבה שרה אבני. הספר השני, "פחד, אהבה. הומוסקסואלים, לסביות והורים מספרים על גילוי הנטייה המינית ותהליך ההתמודדות עמה" (מייק, 2009), מכיל שמונה ראיונות עם הורים ושמונה ראיונות עם הומוסקסואלים ולסביות המתארים את סיפור ההתמודדות האישי שלהם.

החברה הישראלית מקבלת את חברי הקהילה הלהט"בית, אין להקל ראש בפצע שנפער בנפשם של הורים עם יציאת ילדם מהארון.

בספרה "פחד, אהבה" ראינה הפסיכולוגית חן מייק הורים של הומוסקסואלים ולסביות בנוגע לתהליך שעברו בעקבות יציאת ילדיהם מהארון. "רציתי לנסוע לכלבו שלום ולקפוץ", במילים אלה, מתארת שולה (כל השמות בספר זה בדויים) את הרגשתה בעת שגילתה כי בנה יובל הומוסקסואל; "ניסיתי לדמיין מאיפה אקפוץ כך שלא אשבור רק רגל או יד, אלא בטוח אמות... רציתי למות. למות" (מייק, 2009, עמ' 69). שני הורים נוספים מתארים את התקופה שלאחר יציאת בנם מהארון באופן חשוף ומרגש. שרית מספרת: "שבוע שלם לא הפסקתי לבכות, זה היה סבל נוראי" (שם, עמ' 42), ואילו רמי מספר: "בתקופה שאחרי היציאה של גיא מהארון הסתובבתי בתחושה שנפלו עלי השמיים" (שם, עמ' 51). עדויותיהם של שלושת ההורים הללו חושפות בפנינו את קצה החוויה המטלטלת שעוברים הורים בעת גילוי הנטייה המינית הלהט"בית של בנם או בתם. שילה (2007, עמ' 95) מציין כי הקשר



עם ההורים והחשש מפני תגובתם הם הנושאים המרכזיים המעסיקים נוער הומו-לסבי המגיע לקבוצות תמיכה וסיוע, וכי מחקרים הצביעו על כך שבין 19%-43% מבני הנוער שסיפרו להוריהם על נטיית המינית חשופים להתעללות מילולית ופיזית מקרב בני משפחתם.

כפי שנוכחתי לדעת, באין כתובת מוכרת ונגישה אחרת, מתדפקים הורים לבני נוער שזה עתה יצאו מהארון על דלתות בתי הספר, בחפשם אחר תשובות, הקלה ומזור לפצעייהם בתהליך התמודדותם עם המציאות החדשה. בהינתן כי שיעור הניסיונות האובדניים בקרב בני נוער להט"בי גבוה פי 3-4 יחסית לנוער שאינו נמנה עם מגזר זה (רובינשטיין, 2011), הרי שהיעדר

בסך הכול נסקרו במסגרת עבודה זאת עשרים סיפורי מקרה, ראיונות אישיים ורשומים של הורים. סיפורים של בני אותו זוג נספרו כשני סיפורים שונים, כשתיארו שני תהליכים אישיים ונפרדים. כפי שאדגים בהמשך, אף על פי שהסיפורים והראיונות נאספו ללא קשר לשני המודלים שבהם אני עוסק במאמר זה, אפשר למצוא בהם עדויות התומכות באופן חד משמעי ברלוונטיות הגבוהה של המודלים הללו בהקשר של התמודדות הורית עם יציאת ילדיהם מהארון.

## בתהליך יצירת הקשר עם ההורה המתמודד עם הידיעה כי בנו הומוסקסואל, עלינו ליצור איתו קשר במקום שבו הוא נמצא

### מודל שלבי האבל של קובלר-רוס

מודל חמשת השלבים להתמודדות עם אבל ואובדן פורסם לראשונה על ידי הפסיכיאטרית השוויצרית אליזבת קובלר-רוס בשנת 1969. המודל מתאר את תהליך התמודדותם של חולים סופניים מרגע קבלת הבשורה ועד השלמתם עמה. המודל זכה לפרסום רב ויש המשתמשים בו גם לתיאור התמודדות עם כל אובדן קשה דוגמת גירושין, פיטורים ומוות של אדם קרוב. אף על פי שהמודל מנוסח כשלבים, ציינה קובלר-רוס כי אין הכרח שהשלבים יתקיימו על פי סדרם, וכן אין הכרח כי כל השלבים יתקיימו אצל כל בני האדם בכל התמודדות שכזו (Kübler-Ross, 1969).

כאמור, כמעט כל הספרות המחקרית העוסקת בתהליך התמודדותם של הורים עם יציאת ילדיהם מהארון משווה את התהליך למודל חמשת שלבי האבל (שילה, 2007, עמ' 98), ומכאן הרלוונטיות הרבה לענייננו. להלן חמשת שלבי המודל, לצד ביטויים של הורים אשר אפשר לשייך אותם לכל אחד מן השלבים:

1. **הכחשה** - "אני חושבת שבמובן מסוים, עד היום לא קלטתי. בשבילי נושא הומוסקסואליות לא קיים וזהו זה. כיוון שאני לא מצליחה להבין ולקלוט, אני פשוט לא חושבת על הבעיה... מאז החיים ממשיכים אותו הדבר ואני פשוט מתעלמת מהנושא". במילים אלה ממש מתארת חנה (שם בדוי), את חוויתה, שנים לאחר יציאת בנה מהארון (מייק, 2009, עמ' 64-65). על פי קובלר-רוס, ההכחשה הנה הגנה זמנית המאפשרת לאדם מעין פסק זמן לאסוף את עצמו, לגייס כוחות, ולהתחיל להתמודד בהדרגה עם המצב החדש עם מעבר למנגנוני הגנה מסתגלים יותר. תגובה אופיינית נוספת בשלב זה היא הטלת ספק באוריינטציה המינית של הילד והתייחסות אליה כאל סממן למשבר או אפיוזדה חולפת. שילה (2007, עמ' 98) מציין כי כאשר מדובר בבני נוער, להורים קל יותר לפרש את אמירת ילדיהם כשלב שבוודאי יעבור או כחלק ממרד גיל הנעורים.

2. **כעס** - במונחים קוגניטיביים-התנהגותיים, אם שלב ההכחשה הוא תגובת ה-Flight או ה-Freeze של הורים נוכח רמת

החרדה הגבוהה הנוצרת בעקבות יציאת ילדם מהארון, אפשר לראות את שלב הכעס כמקביל לתגובת ה-Fight. רגשות קשים של כעס, זעם ושנאה מובילים לאגרסיביות של ההורה, אשר יכולה להיות מופנית כלפי הילד או כלפי אחרים, דוגמת כעסה של האם שאת בנה ביקשה שאאבחן. כמו כן, כפי שעולה מן הנתון המצער והמדאיג אשר הוזכר לעיל, בין 19%-43% מבני הנוער שסיפרו להוריהם על נטייתם המינית חשופים להתעללות מילולית ופיזית מקרב בני משפחתם (שילה, 2007, עמ' 95).

3. **מיקוח** - כאשר הרגשות התוקפניים שוכחים, מנסים ההורים לחזור לאיזון שהיה קודם ליציאה מהארון על ידי רכיחת עסקה כלשהי עם ילדיהם, לעתים על ידי שליחתם לאנשי דת או למטפלים, כאשר הנטייה המינית נתפסת כמחלה שאפשר לרפא או כשלב חולף. ההתמקחות עם הבן יכולה להיות גם בנוגע לשמירת הסוד מפני בני משפחה אחרים או מפני חברים (שילה, 2007, עמ' 99-100). דוגמא מובהקת לשלב זה אפשר למצוא בתיאורם של חנה ושלמה: "קבענו פגישה עם פסיכולוג שהוא ידיד של המשפחה... רצינו לדעת מה אפשר לעשות כדי להחזיר את אייל להיות סטרייט. הוא הסביר לנו שזה לא נורא... הוא גם נתן לנו שלושה מספרי טלפון של פסיכולוגים מומחים בתחום. נפגשנו עם כל אחד ואחד מהם וביקשנו שיעזרו לנו להחזיר את אייל להיות סטרייט. רק אחד מהם הסכים לנסות לטפל באייל, והם נפגשו במשך שלושה חודשים. די מהר הבנו שלא יצא מזה כלום בסוף וחבל על הכסף" (מייק, 2009, עמ' 64-65). כמו כן, ייתכן כי המשא ומתן יתנהל כדיאלוג פנימי של ההורה בינו לבין עצמו, או עם האל, הגורל או דמויות של קדושים מסוימים.

4. **דיכאון** - שלב זה מתאפיין בתחושת אובדן חריפה, רגשות אשמה, בושה, כישלון והחמצה, אשר מחליפים את הכעס ואת ניסיונות המיקוח. כך, למשל, דבריה של שרית: "היו לי רגשות אשם נוראיים. הרגשתי שהייתי אמא לא טובה, ייסרתי את עצמי על כל מיני החלטות שקיבלתי לגביו. למשל, שהוצאתי אותו מהכדורגל. האשמתי את עצמי גם בכך שגידלתי אותם לבד. התחושה היתה נוראית. נוסף לכל זה הרגשתי שאיבדתי ילד. כמו שכול, כאילו ילד אחד הלך" (מייק, 2009, עמ' 42-43).

5. **קבלה** - אם ההורה הצליח לעבור את שלבי התהליך הקודמים, יגיע סיומו של התהליך בדמות שלב הקבלה. בשלב זה נראה ויתור על המאבק נגד יציאת הבן מהארון והפסקה של תהליכי המשא ומתן וניסיונות השינוי. קובלר-רוס הדגישה כי חשוב להבחין בשלב זה בין ייאוש וכניעה לבין השלמה וקבלה, ואילו בן-ארי (Ben-Ari, 1995) מדגישה בהקשר זה את ההבדל שבין הכרה במציאות (acknowledgment) לבין קבלה (acceptance). היא מציבה את שני המושגים הללו בתוך רצף של קבלת הומוסקסואליות של הבן. בעוד ש"הכרה במציאות" היא זיהוי או הבנה של עובדה, "קבלה" מכילה בתוכה גם מרכיב רגשי. אפשר להכיר במציאות מבלי לקבל, אך בלתי אפשרי לקבל מבלי להכיר במציאות.

סיפורה של דורותי קושנר, המופיע בספר "אמא, יש לי משהו לספר לך", מתאר את תהליך התמודדותה עם יציאת בתה



מהארון. סיפור זה מהווה הדגמה מצוינת לרלוונטיות של מודל האבל בהקשר זה. אפשר לזהות בו את השלבים השונים, גם אם סדרם מתערבל מדי פעם, כפי שקובל-רוס עצמה ציינה שייטכן (הציטוטים להלן הם מתוך לוז ואבני, 2000, עמ' 126-131): "תגובתי הראשונה הייתה כעס ובושה: חשבתי שהיא עושה זאת כדי להרגיז אותי, והתביישתי שגתי מתמרדת באופן קיצוני ומוחצן כל כך... ביני-לביני עשיתי איתה הסכם סודי שהיה קיים רק במוחי והיא לא ידעה עליו דבר: אם היא תתקשר רגשית עם אשה ראויה בעלת סגולות ייחודיות, מישהי שאני אוכל להבין ולהעריך, ותשרור ביניהן אהבת אמת, אקבל את הודעתה ברצינות... ובנתיים המשכתי בהכחשותי...". כאשר זנחתי את ההכחשה התחלתי בדרך הארוכה של ראיית המציאות. זה לא היה קל. חשתי אובדן גדול, כאילו אני באבל. הרגשתי מובסת".

## ההכרה כי ההורה חווה פגיעה מסייעת למטפל לעבוד מתוך תחושה אמפתית תחת האפשרות של הגדרת ההורה כנרקיסיסט או כמתעלל

"התבוננתי באנשים האמיצים האלה", כתבה קושנר על חבריה לקבוצת התמיכה להורים של ילדים להט"בים, "והרגשתי שאני רוצה להשתנות". בהמשך מתארת קושנר את הקבלה שחוותה מצד משפחתה, ולאחר חתונת בתה בארצות הברית כתבה: "חזרתי ארצה עם זכרונות נפלאים מן החתונה. עכשיו, כשאני נזכרת איך לא רציתי שכל הדברים הללו יקרו, אני רואה מה הייתי עלולה להפסיד" (לוז ואבני, 2000, עמ' 126-131).

כותבים נוספים הציגו חלוקות שונות או שלבים נוספים. כך, למשל, דה-וין (DeVine, 1984) אשר פיתחה מודל מפורט אף יותר שבו מספר רב יותר של שלבים שאותם עוברים ההורים, טענה כי השלב הראשון שאותו חווים ההורים הוא מודעות תת-הכרתית (subliminal awareness). ואכן, גם בסיפורים שנסקרו לעבודה זאת, הורים ציינו כי חשו כבר מגיל צעיר מאוד כי ילדם הוא בעל נטייה הומוסקסואלית על פי מגוון סימנים כגון משחקי הילדות, התנהגות עם בני המין השני וכדומה. שלב משמעותי נוסף אשר אפשר למצוא במחקר הוא ההלם הראשוני המאפיין את תגובת ההורה עם גילוי דבר נטייתו המינית הלהט"בית של ילדו (שילה, 2007, עמ' 95-97).

כפי שאפשר לראות, ניתוח תוכן של הנרטיבים של הורים לילדים להט"בים בנוגע לתהליך התמודדותם עם יציאת ילדיהם מהארון מעלה את הרלוונטיות של מודל עיבוד האבל כמודל המתאר את התהליך בכללותו, ברמת המאקרו. עם זאת, המודל אינו מציע מתווה ברור לאופני התערבויות של אנשי טיפול, בני משפחה וחברים ברמת המיקרו, ובכך חסרונו.

## עבודה עם הורים על פי מודל רמות המודעות ההורית

במאמרה של אסתר כהן "גישות לתפקיד ההורים ומעורבותם בתהליך הטיפול בבעיות ילדם" (1996) נתקלתי במהלך שנת טרום

ההתמחות שלי בפסיכולוגיה חינוכית במסגרת אחד מקורסי ההסבה. כפסיכולוג בתחילת דרכי, שמחתי לגלות מודל שמציע אופני התערבות קונקרטיים מלבד המשגה תיאורטית ורעיונות עמומים. נוסף על כך, המודל עצמו קל ללמידה וליישום, כפי שנוכחתי לגלות בסדנאות שהעברתי בנושא קשר בין הורים לבין חדר המורים בבית הספר שבו עבדתי, שם תרגלנו את המודל באמצעות משחקי תפקידים וסימולציות.

בעבודתה שואלת כהן את המדד הקוגניטיבי של "רמת מודעות הורית" מתוך עבודת המחקר של ניוברגר (Newberger, 1980), ומתאימה אותו לשימוש קליני בעבודה עם הורים. המושג "רמת מודעות הורית" מציג את הדרך הטיפוסית שבה ההורה חושב על הילד ומבין את התנהגותו, וכן את הדרך הטיפוסית שבה הוא מבין את תפקידו כהורה ואת מערכת היחסים בינו לבין הילד. דרך טיפוסית זאת קשורה למערכות של ידע, אמונות ודרכי חשיבה, המופעלות כאשר על ההורה לקבל החלטות בקשר לילדו, לפי כהן (1996), ואני מבקש להוסיף - דרך המאפיינת את המוטיבציה הבסיסית של ההורה בהקשר של תהליך התמודדותו עם יציאת בנו מהארון.

זיהוי המוטיבציה ההורית הוא קריטי, שכן בנקודה זאת מתרחשת ההצטרפות (Joining) של המטפל להורים, מושג הלוקח מן הגישה המבנית לטיפול משפחתי. מינושין ופישמן (Minuchin & Fishman, 1981) רואים במושג "הצטרפות למשפחה" אבן יסוד לכל ההתערבויות הטיפוליות, ופירושה, לדעתם, היכולת להעניק למטופל את התחושה שהמטפל מבין אותו ועובד עמו ולמענו.

בעיני, הצטרפות היא אבן הבניין הראשונה בכל תהליך של יצירת קשר תקין, והיא באה לידי ביטוי באופן הברור ביותר כאשר אנו ניהשים לפעוטות. נניח שעלינו להאכיל כרגע פעוט שעסוק בענייניו: שרבוט, משחק או צפייה באדיקות בפעם העשירית היום בתוכנית הילדים האהובה עליו. כדי לעשות זאת באופן היעיל והנעים ביותר, זאת יודע כל מבוגר מנוסה, עליו להביע עניין בעיסוקו של הילד, להיות איתו במקום שבו הוא נמצא. הווה אומר, להצטרף אליו, ומשם להוביל אותו בעדינות אל העשייה הנדרשת. מבוגר שלא יצטרף לפעוט באופן טוב מספיק, יזכה לסירוב ולביטויים שונים של התנגדות וחוסר שיתוף פעולה. הדבר נכון, בעיני, לכל תהליך יצירת קשר אנושי, וכאמור, נחשב כאבן יסוד לכל התערבות טיפולית (Minuchin & Fishman, 1981). כך גם בתהליך יצירת הקשר עם ההורה המתמודד עם הידיעה כי בנו הומוסקסואל, עלינו ליצור איתו קשר במקום שבו הוא נמצא.

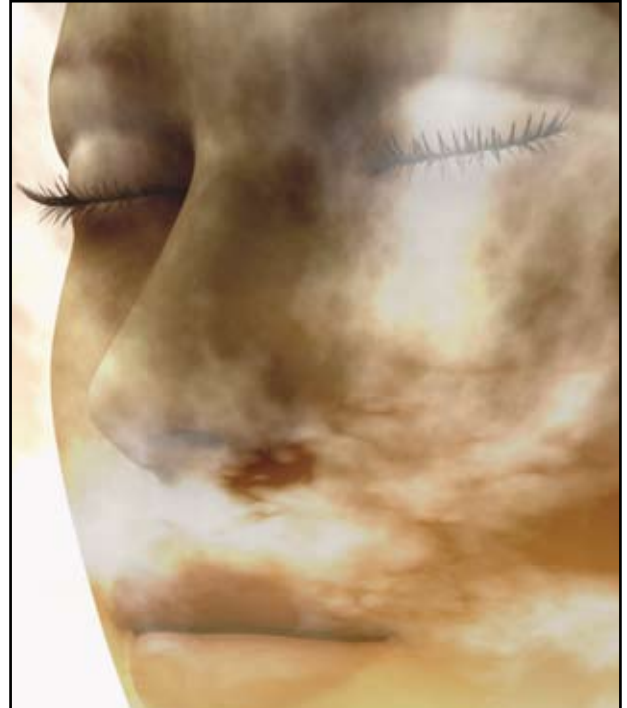
מודל המודעות ההורית הוא התפתחותי-מבני וכולל ארבע רמות של מודעות הורית. כל רמה גבוהה יותר כוללת את הרמות הקודמות, אך מכילה יסודות חדשים השונים באיכותם מאלה של הרמה הקודמת, ולהם מוטיבציה הורית שונה. באמצעות הראיונות אדגים את רמות המודעות ואת המוטיבציה ההורית המאפיינת כל רמה בתהליך זה, וכן את אופן ההצטרפות התואם כל רמת מודעות הורית. מניסיוני, עיקר כוחו של השימוש במודל זה ביכולת לזהות את המוטיבציות ההוריות האופייניות לכל רמה וכך לאפשר עבודה מדויקת ביחס אליהן.

על פי כהן (1996), יש לנסות להרחיב את מערכת החשיבה במסגרת אותה רמה תוך שאיפה להגיע לחשיבה ברמה אחת גבוהה יותר. מובן שאין שני הורים הנמצאים תמיד באותה רמה, ויש להיעזר בהורה הנמצא ברמה הגבוהה יותר לשם קידום בן זוגו



לחשיבה זאת או לגייס את ההורה המתקדם ללקיחת אחריות רבה יותר על תהליך השינוי.

הרמה הראשונה היא **הרמה האגוצנטרית**, כלומר זאת הממוקדת בהורה. בדומה לאדם שקיבל מכה, גם ההורה שזה עתה גילה על אודות נטייתה המינית של בתו מתכווץ לתוך עצמו ונסגר. כפי שעלה מחקירת מודל האבל, החוויה הרגשית של ההורה עם היוודע הבשורה היא רבת צוממה. גואים בו רגשות של אכזבה, בושה, אשמה וכעס לצד התמודדות עם הפגיעה הנרקסיסטית



שחווה ועם התרסקות הפנטזיות שלו לגבי עתידו של הילד ותמונת המשפחה העתידית שיקים. תפקודם של הורים המתפקדים ברמה זאת מאורגן סביב צרכיו ורצונותיו של ההורה בלבד. התייחסותם של ההורים לילד תיבצע כולה בנטייתו המינית, והם יתקשו לזהות בו את אותן איכויות ומאפיינים שעד לפני זמן קצר היו מקור לגאווה עבורם.

המניע של הורים המתפקדים ברמה האגוצנטרית להגעה לטיפול יהיה הצרכים שלהם עצמם, בין אם בגלל הרצון לטפל בבנם או בבתם ולהחזירם "למוטב" ובין אם לקבלת סיוע בהתמודדות שבמובן מסוים נכפתה עליהם. מקצתם יביעו אשמה וחרטה על כך שבהשתקעות שלהם בתהליך שהם עצמם עוברים הם אינם ממלאים את תפקידם כהורים בעבור ילדיהם בשעה שאלו נצרכים להם יותר מתמיד.

דוגמא לתפקוד ברמה האגוצנטרית אפשר למצוא בראיון שנערך עם שולה: "לא היה לי כעס על יובל, לא עברו לי בראש מחשבות כמו 'אני אהרוג אותך, אני אזרוק אותך מהבית'. כל מה שחשבתי היה 'מה עשיתי? אני אשמה'. האשמתי את עצמי, כעסתי על עצמי... המחשבות הטרפו אותי, איך לא הסתכלתי? איך לא ידעתי? חיפשתי מה בי היה לא בסדר... זו היתה תקופה ארוכה מאוד, קשה מאוד, שחלקים גדולים ממנה אני לא זוכרת בדיעבד אני יודעת שכולם חששו שאני אתאבד. הייתי מתחת לאדמה. זה, כמובן, לא עזר לקשר שלי עם יובל, אני חושבת

שהוא הרגיש שנתתי לו סטירה" (מייק, 2009, עמ' 69-71). בהשאלה מהמודל של כהן (1996), ההצטרפות להורה ברמת תפקוד זאת תיעשה על ידי הכרה בצרכיו, באישור ובמתן לגיטימציה לכאב, לאובדן ולאבל שהוא חווה לאחר יציאת בתו מהארון, כמו גם קבלה של רגשות הכעס והתסכול המתעוררים בו, גם כאשר התנהגויות ההורה כלפי הילד הן בלתי אחראיות ופוגעות. ההכרה כי ההורה חווה פגיעה מסייעת למטפל לעבוד מתוך תחושה אמפתית תחת האפשרות של הגדרת ההורה כנרקסיסט או כמתעלל. על מנת שתחושת האמפתיה של המטפל כלפי ההורה תהיה כנה, אפשר לבקש ממנו לספר את סיפור הולדתם וחייהם של הבת או הבן שיצאו מהארון. העלאת הזיכרונות תאפשר חיבור מחודש עם זיכרונות שמחים ועם איכויות ומאפיינים של ילדיהם לצד ביטוי למשאלות הלב של ההורה בנוגע לעתידם.

## ההכרה בתהליך המקביל העובר על ילדם, וייתכן שגם על בני משפחה נוספים, והראייה של התהליך כהתמודדות משפחתית, יכולות לסייע להורים לחזור לתפקידם כמבוגר האחראי

שינוי המיקוד של הגדרת הבעיה מתגובת ההורה למתח שנוצר במשפחה בעקבות היציאה מהארון יאפשר להפחית את תחושת האשם ולהעלות בהדרגה את הצרכים של הבן או הבת, את עובדת היותם חשופים ופגיעים וברוב המקרים חרדים ומבוהלים לא פחות מהוריהם. ההכרה בתהליך המקביל העובר על ילדם, וייתכן שגם על בני משפחה נוספים, והראייה של התהליך כהתמודדות משפחתית, יכולות לסייע להורים לחזור לתפקידם כמבוגר האחראי. בדרך כלל הורים הנמצאים בשלב מוקדם של ההתמודדות שלהם יתקשו להיכנס לתהליך טיפולי מלווה, אולם אפשר לחשוב ביחד עמם על רשת תמיכה חברתית בדמות חברים קרובים או בני משפחה אשר איתם אפשר לחלוק בשלב זה את הסוד בדבר הנטייה המינית של בנם או של בתם. אם לא ניתן לשכך את סערת הרגשות שבה שרוי ההורה, יש לנסות ולהגיע להסכמה בנוגע להסדר שיאפשר את המשך החיים המשותפים תחת קורת גג אחת, או אם הדבר אינו אפשרי, מעבר זמני של הבן או של הבת לקרובי משפחה. במקרים קיצוניים הילד יכול לעבור לארגונים המספקים קורת גג זמנית דוגמת "בית דרור".

רמת המודעות ההורית השנייה היא **הרמה הקונבנציונלית**. על פי כהן (1996), הורה המתפקד ברמה זאת מבין את ילדו במונחים של הסברים והגדרות של גורמים חיצוניים כגון מסורת, תרבות ודת, ובהשאלה לעניינינו - הורה המתפקד ברמת המודעות הקונבנציונלית יחווה את העובדה שבנו הומוסקסואל כסטייה חברתית או מינית, כאקט המתנגש בערכים משפחתיים ודתיים. הורה זה יוטרד מסוגיות כמו הקמת משפחה, גיוס לצבא ומהלך החיים הנורמטיבי. העניין בתחומים אלה ייעשה לא מתוך דאגה הורית לבן, אלא מתוך העיסוק בשאלת הנורמליות שלו. באופן טבעי, ככל שהמשפחה תגיע מרקע מסורתי יותר וככל



לפרט את הדרך שעברה הקהילה הגאה מקבוצה מופלית ונרמסת אל לב המיינסטרים של החברה המערבית, אולם ברצוני לציין ציוני דרך חשובים אחדים: דו"ח קינסי היה זה שדיווח, בין השאר, על מספר רב של גברים ונשים שהתנסו בפעילות מינית הומוסקסואלית הן בזמן ההתבררות והן לאחר מכן, אם בצורה בלעדית (כ-10% מהאוכלוסייה) ואם באופן מקרי ומקביל לפעילות מינית הטרוסקסואלית (כ-37% מהאוכלוסייה). מחקר נוסף, שדיווח על הימצאות התנהגות הומוסקסואלית כמעט בכל התרבויות של הגזע האנושי, הפריך את הטענה כי הומוסקסואליות היא התנהגות בלתי טבעית (Ford & Beach, 1951).

## ככל שהמשפחה תגיע מרקע מסורתי יותר וככל שתהיה מוטמעת ברשת חברתית צפופה, דוגמת חברי קיבוץ, נצפה להתמודדות מורכבת יותר של ההורים עם נטייתם המינית ההומוסקסואלית של בנם

בעקבות המחקר השתנה היחס של הממסד הרפואי להומוסקסואליות. בשנת 1973 הוצאה ההומוסקסואליות מספר ההפרעות הפסיכיאטרי האמריקאי, ה-DSM. מבחינת החוק בישראל, בשנת 1988 בוטל האיסור על קיום יחסי מין בין שני אנשים מאותו המין, וחוקים נוספים לטובת הקהילה הגאה נחקקו מאז, אם כי בספר החוקים של מדינת ישראל עדיין קיימת אפליה כלפי הקהילה הגאה. שינוי משמעותי נוסף הנו הנראות הגבוהה של ההומוסקסואליות בציבוריות הישראלית, וקיומם של גיבורי תרבות להט"בים, המקבעים את הלגיטימיות ואת הנורמטיביות של הזהות ההומוסקסואלית, החל באסי עזר וגל אוחובסקי, דרך יהודית רביץ, קורין אלאל ויהודה פוליקר, וכלה בחבר הכנסת לשעבר פרופסור עוזי אבן.

עם זאת, כפי שטען קמה (2004), השינוי הכללי בחברה אינו מחלחל לרמת הפרט. כפי שאפשר לקרוא בדבריו של רמן, ההתמודדות של ההורים איננה עם הייצוגים העכשוויים הנורמטיביים של ההומוסקסואליות, אלא עם הייצוגים הפנימיים שרכשו בתקופה שבה ההומוסקסואליות נתפסה כסטייה: "החיבור בין ההומוסקסואליות לעולם התחתון היה מאוד חי אצלי בראש. בנוסף לזה, מהתדמית הציבורית שיש להומוסקסואליות עולות אסוציאציות של גן העצמות, זנות, סמים, אנשים ששוודים הומוסקסואלים ויודעים שהם לא ילכו להתלונן כדי לא להישפך" (מייק, 2009, עמ' 51).

העבודה עם הורים ברמת המודעות הקונבנציונלית, תיעשה אפוא על ידי פירוק של ההבניה החברתית לגבי הנורמליות של הנטייה המינית ובנייתה מחדש כהתנהגות אנושית נורמטיבית, וכן על ידי פסיכו-אדיקציה בנושאים כגון ההיסטוריה והאטיולוגיה של ההומוסקסואליות, ומעמדה של הקהילה הגאה כיום.

רמת המודעות ההורית השלישית, היא הרמה הממוקדת בילד. על פי כהן (1996), הורים ברמה זאת משקיעים מאמצים רבים בניסיון להבין את ילדם ולעזור לו להתמודד עם מצוקות, ואינם

שתהיה מוטמעת ברשת חברתית צפופה, דוגמת חברי קיבוץ, נצפה להתמודדות מורכבת יותר של ההורים עם נטייתם המינית ההומוסקסואלית של בנם. דוגמאות לרמת המודעות הקונבנציונלית ההורית אפשר למצוא בדבריה של שרית: "אני משתדלת לומר לעצמי שכמו שאנשים נולדים עם עיניים כחולות או חומות, ככה נולדים עם נטייה מינית שונה. אבל הרבה פעמים התגובות מסביבי מחזירות אותי למחשבות שזה לא באמת נורמאלי ושאיני מסכנה. לא פשוט לחיות לבד מול כל זה" (מייק, 2009, עמ' 44), וכן בדבריה של נדיה: "כל הזמן קיוותי שאולי הוא יפגוש אישה שעברה נסיון קשה עם גבר ותוכל להעריך את התכונות היפות שלו ושתפתח ביניהם מערכת יחסים שתוביל אותו לעולמם של האנשים הנורמאליים. אז עוד הייתי בטוחה שהומוסקסואליות היא תופעה לא נורמאלית" (אבני ולוז, 2000, עמ' 107).

כיוון שהתפקוד ההורי המאפיין את רמת המודעות השנייה נקבע על פי התפיסה של התנהגותם של הבן או של הבת כחורגת מהנורמה ומהקונבנציה, הרי שהמוטיבציה ההורית העיקרית תתארן סביב הפנטזיה לגבי החזרתו של הבן "למוטב". ההצטרפות להורים תיעשה על ידי מתן לגיטימציה למשאלה של ההורים ועל ידי הרחבת התפיסה של הנורמה כך שתוכל לכלול בתוכה אוריינטציה מינית הומוסקסואלית.

הניסויים הקלאסיים בפסיכולוגיה חברתית שנערכו בשני העשורים שלאחר מלחמת העולם השנייה איששו את התובנות שהיו קיימות אלפי שנים בתורות המסורתיות. האדם הוא חיה עדרית, המוכנה לשלם מחיר ניכר על מנת שלא לחרוג מן הנורמה ולהימצא לבד, מחוץ לעדר. מכאן שהמשאלה של ההורים "להיות כמו כולם", שיציאת בנם מהארון תיגה אותם באופן ישיר כשונים ואת משפחתם כאחרת, הנה אנושית ולגיטימית.

אך האם ההומוסקסואליות היא נורמלית? ברב המכר "קיצור תולדות האנושות" כותב יובל נוח הררי שכמו תכונות אנושיות רבות אחרות, גם המיניות האנושית היא מגוונת, כאשר כל אחת מהאפשרויות שאותן היא מציעה טבעית בהגדרה, מעצם היותה. הביולוגיה מאפשרת, אך התרבות טוענת שהיא אוסרת רק את מה שהוא "לא טבעי", אך אין דבר כזה, "לא טבעי". כל מה שאפשרי הוא טבעי, ולפיכך, כשבני אדם אוסרים התנהגות אנושית מסוימת בטענה שהיא לא טבעית, תמיד מדובר על כלל תרבותי ולא על חוק ביולוגי (נוח הררי, 2011, עמ' 153).

עדיין כתובות מסין, פרס והאימפריות של יוון ורומי מצביעות על כך שבמשך אלפי שנים הייתה ההומוסקסואליות חלק טבעי ומקובל מהמיניות האנושית. התפנית החלה כאשר בשלהי המאה הרביעית לספירת הנוצרים התקבלה הנצרות, אשר אימצה את האיסור על משכב זכר מתוך היהדות, כדתה הרשמית של האימפריה הרומית.

עם זאת, אנו רואים בימים אלה ממש כי השינויים החברתיים מחלחלים לתוך הדתות המגלות יחס סובלני ומקבל יותר כלפי הקהילה הלהט"בית. האפיפיור הנוכחי פרנסיסקו הראשון הדהים את העולם בסדרת התבטאויות ליברליות, ואילו ביהדות אפשר לראות כי ישנם רבנים אמיצים בארץ שהחלו להתמודד עם הנושא בפתיחות. ביהדות ארצות הברית, שאיננה נשלטת על ידי הממסד האורתודוקסי, חלה התקדמות רבה עוד יותר.

בחצי המאה האחרונה עבר היחס של החברה בחצי העולם המערבי כלפי הקהילה הגאה מהפכה עצומה. לא זה המקום



שאינן בכוחותיהם לשנות את העולם החברתי, עליהם להכין לקראת מצבים בעתיד שבהם יזדקקו ליכולות של הסתגלות עצמאית לאנשים שונים. כך מקרבים את ההורים מהתמקדות בילד בלבד לרמה האנליטית, המביאה בחשבון השפעות גומלין בין אישיות ונקודת מבט של תהליך.

הרמה הרביעית והאחרונה על פי מודל המודעות ההורית היא **רמת יחסי הגומלין**. הורים הפועלים ברמה זאת מבינים את הילד כמערכת פסיכולוגית מורכבת ומשתנה, שבה ההורה והילד גדלים ומתפתחים כבני אדם. הם ערים יותר לצורכיהם שלהם ולצורכי המשפחה, ומוכנים לקבל את חיי המשפחה כתהליך חוזר ואחראי של התפשרויות ומציאת איזון בין צורכי הילד וצורכיהם. הורים שכאלה תופסים את בנם כאדם שלם, אשר אינו מוגדר על ידי נטייתו המינית בלבד, בדומה לסיפורו של רמי: "הפסקתי ללכת למפגשי תמיכה. הרגשתי שאנחנו ממזערים את הילדים שלנו לנטיות המיניות שלהם בלבד... הרגשתי שאנחנו עושים עוול לילדים שלנו כשאנחנו יושבים שם ומדברים רק על פן מסוים בִּאישיות שלהם, אישיות המלאה בכל-כך הרבה פנים נוספים" (מייק, 2009, עמ' 52).

הורים ברמה זאת פונים לעזרה בשכיחות נמוכה, מכיוון שיש ביכולתם להתמודד בגמישות וביצירתיות עם טווח רחב של בעיות ילדיהם. אם הם יגיעו, יהיה זה לאחר טראומה או אירוע יוצא דופן אשר יזעזע את המערכת המשפחתית ויצריך ארגון מחדש שלה. הורים אלה זקוקים בעיקר לתמיכה ולחיזוק תחושת היכולת. המטפל עשוי לעזור להם בידע על תגובות ילדים במצבי בעיה או לחץ דומים ובהדרכה לגבי טכניקות מסוימות שבכוחן להקל את התמודדותם עם הבעיה. יותר מכול, חשוב שהמטפל יחזק את ההורה ואת ביטחונו ביכולת ההתמודדות והתאוששות של ילדו או של משפחתו, ויודא עם ההורה שהוא עושה את הטוב ביותר שהוא מסוגל בעבור הילדים במצב הנתון (כהן, 1996).

בהקשר של מאמר זה, אפשר לראות את רמת יחסי הגומלין גם במופעים יומיומיים של הקשר הורה-ילד, דוגמת דיאלוג המתקיים סביב שאלות כגון האם אפשר להביא את בן הזוג לחגים או לאירועים משפחתיים כחלק מתהליך התפשרות בין צורכי ההורים וצורכי הילד.

---

## כל מה שאפשרי הוא טבעי, ולפיכך, כשבני אדם אוסרים התנהגות אנושית מסוימת בטענה שהיא לא טבעית, תמיד מדובר על כלל תרבותי ולא על חוק ביולוגי

---

קבלת הבן כהומוסקסואל בשלב זה נגזרת מתוך הגדרת רמת המודעות הרביעית כזו שבה מתקיימת הבנה של הילד כמערכת פסיכולוגית מורכבת. אחד הממצאים העקביים והמעניינים במחקר, מתאר את התהליך אשר עוברים הורים במסגרת התמודדותם עם יציאת ילדיהם מהארון. עם יציאת הבן מהארון, עלולים להתרחש הידרדרות ביחסים ואף נתק זמני, אך במהלך

חוסכים מעצמם מאמץ כדי להיענות לצרכיו גם במחיר של התשה עצמית או פגיעה בזוגיות. ההתמקדות בילד מייצרת חרדות ושאלות הנוגעות לרווחתו של הילד ולעתידו, וההורים אינם מבינים את המשמעויות של הגנת היתר בהקשר הרחב. בהשאלה לעיסוק בתהליך ההתמודדות של הורים עם יציאת ילדם מהארון, אפשר לזהות רמת חרדה גבוהה סביב הקושי הצפוי לבנם בחייו כהומוסקסואל. כך, למשל, סיפרה נורית: "עברו לי בראש חששות בקצב מסחרר, שהוא יהיה מסכן, בודד, שהחיים שלו יהיו קשים, שלא יהיה לו עם מי לדבר. חשבתי, איך הוא יחיה כאן, בקיבוץ? אולי המסגרת הזאת תקיא אותו?... בימים שבאו לאחר מכן התרכזתי רק באבנר. היה לי חשוב לחבק אותו כל הזמן ולהגיד לו שאני אוהבת אותו" (מייק, 2009, עמ' 80).

החרדה ההורית היא נגזרת של הייצוגים השליליים שהורים מחזיקים לגבי הומוסקסואליות, כפי שהוזכר בהקשר של התמודדותם עם סוגיית הנורמליות. אולם בניגוד לחרדה בשלב השני, בשלב זה המוטרדות אינה נובעת מעיסוק בשאלת הנורמליות, אלא מתוך דאגה אמיתית לבנם. כפי שאפשר לראות בדבריה של אלונה: "באותו רגע הסטריאוטיפים שטבועים בי ובבני הדור שלי גררו את המחשבות למקומות רעים, לדימויים שראינו בסרטים, הדעות הקדומות, הבורות, חוסר הפתיחות, הפחדים - הכול הפך לערבוביה אחת גדולה" (מייק, 2009, עמ' 33).

הצטרפותו של מטפל להורים ברמה זאת סביב המוטיבציה של דאגה לילד, לרווחתו ולעתידו, כותבת כהן, עשויה להיות קלה יותר, אולם קיימת סכנה של הישאבות, באופן לא מודע, לתוך הדפוס ההורי של דאגה וחרדה (כהן, 1996).

אפשר להבין את שאיפתם הכנה של ההורים להגן על ילדם מן הכאבים והפגיעות שמזמן המפגש עם העולם, בייחוד על רקע הייצוגים השליליים של הומוסקסואליות בעבורם. על רקע הדאגה ורמת החרדה הגבוהה אפשר גם להבין מדוע המשמיה ההורית לאפשר לילדם לעבור את תהליך ההיפרדות וההתבדלות (Separation-individualization) קשה יותר עבורם בסיטואציה כזו.

ההתמודדות הטיפולית בשלב זה, בדומה להתמודדות הטיפולית בשלב השני, היא מול הייצוג השלילי של הומוסקסואליות. המוקד הפעם אינו סוגיית הנורמליות, אלא הפער בין התפיסה הסטריאוטיפית של הומוסקסואלים לבין רוחתם ואיכות חייהם של הומוסקסואלים כיום. באמצעות פסיכו-אדיוקציה יש להביא את ההורים לכלל ידיעה שהחיים ההומוסקסואליים בישראל בשנת 2015 מאפשרים את אותן ההזדמנויות הפתוחות בפני סטרייטים בכל אחד מתחומי החיים, ובפרט בתחום המשפחתי, שבו ישראל מובילה במספר הממוצע של תהליכי הפונדקאות והילדים בעבור זוגות הומוסקסואלים, ביחס למקומות אחרים בעולם.

ניסוח מחדש של התהליך שעובר הבן כתהליך התבגרות הכרוך בהתמודדות עצמאית עם העולם יתווה את המשמיה ההורית הנוכחית הכהנה מיטבית של הילד לחייו הבוגרים. לשם כך, כותבת כהן (1996), יהיה על ההורים לאפשר לבנם להתמודד בעצמו עם כישלונות, אכזבות ותסכול. כיוון שלא יוכלו להיות תמיד לצד הילד על מנת לזהות ולמלא את כל צרכיו, וכיוון



## סיכום

אף על פי שהראיונות ותיאורי המקרים שבהם עשיתי שימוש בעבודה זאת לא נאספו בהקשר של שני המודלים שבהם ביקשתי להתמקד, אפשר לראות את הרלוונטיות הגבוהה של מודל שלבי האבל לתיאור תהליך ההתמודדות ההורית עם יציאת בן או בת מהארון, וכן את האפשרויות הטמונות ביישום מודל רמות המודעות ההורית בעבודה טיפולית עם הורים בהקשר זה.

השילוב של שני המודלים מאפשר למטפל להצטרף להורה על פי המוטיבציה ורמת המודעות הרלוונטית, ובמקביל, מודל האבל יכול לשמש את המטפל ככלי לנירמול התהליך ההורי, לפסיכו-אדיוקציה ולשיקוף והמשגה של החוויה הרגשית. השילוב של המודלים הללו מקבל משנה חשיבות ותוקף על רקע החיסרון של מודלים לעבודה בהקשר זה.

נוסף על כך, מודל המודעות ההורית מהווה מסגרת תיאורית המסבירה את התרחשות "הסוף הטוב" המחכה להורים ולמשפחות בהמשך התהליך וההתמודדות עם יציאת בנם מהארון, בתקווה שנוכל לסייע בידיהם להגיע לשם.

תהליך הקבלה היחסיים משתפרים (Holtzen & Agresti, 1990). יתרה מזאת, חלק מהמחקרים מצביע על כך שהיחסים בין ההורים לילד אף הופכים לטובים יותר מהתקופה שקדמה ליציאת הבן מהארון (Muller, 1987; Cramer & Roach, 1988). במונחי המודל של רמות המודעות ההורית - ההתמודדות ההורית עם הנטייה המינית של בנם דוחפת אותם קדימה במעלה רמת המודעות ההורית, ומאלצת אותם לעבור תהליך שלא היו עוברים אילו לא היה הבן יוצא מהארון.

מעבר לכך, בציטוטים הבאים אפשר לגלות שההורים מזהים השפעה מיטיבה על עצמם כבני אדם מעצם ההתמודדות עם יציאת ילדיהם מהארון. כך, למשל, מספרת נורית: "בשורה התחתונה, אבנר הפך אותי לאדם טוב יותר, הוא פקח לי את העיניים. הפרופורציות שלי לגבי החיים השתנו, למדתי להבחין בין עיקר לטפל, ליהנות מהדברים היפים, לא לשפוט בני אדם" (מייק, 2009, עמ' 88). גם מלי מתארת תהליך דומה: "במבט לאחור, ההתמודדות עם טל עשתה אותי בן אדם טוב יותר, מבין יותר, מתחשב יותר בזולת. העולם מלא באנשים שונים זה מזה ואנחנו צריכים לקבל אותם כמות שהם" (מייק, 2009, עמ' 25).

## מקורות

1. כהן, א' (1996). גישות לתפקיד ההורה ולמעורבות הורים בתהליך הטיפול בילדם. בתוך: א' לסט וס' זילברמן (עורכים), סוגיות נבחרות בפסיכולוגיה של בית הספר. ירושלים: הוצאת ספרים ע"ש י"ל מאגנס, האוניברסיטה העברית.
2. לוז, ד' ואבני, ש. (2000). אמא, יש לי משהו לספר לך. תל אביב: שופרא.
3. מייק, ח' (2009). פחד, אהבה. הומוסקסואלים, לסביות והוריהם מספרים על גילוי הנטייה המינית ותהליך ההתמודדות עמה. תל אביב: מפגשים.
4. נוח הררי, י' (2011). קיצור תולדות האנושות. אור יהודה: כנרת, זמורה-ביתן, דביר.
5. קובלר-רוס א' (2002). המוות חשוב לחיים. תל-אביב: כתר הוצאה לאור.
6. קמה, ע' (2004). היבטים פסיכו-חברתיים וסיפוק צרכי מתבגרים הומו-לסביים. נמצא בתאריך 01/10/2014, באתר משרד החינוך.
7. רובינשטיין, ג' (2011). הומופוביה מופנמת מנקודת מבט פסיכודינאמית: מקרה פרטי של הזדהות עם התוקפן? מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית, 33, 209-193.
8. שילה, ג' (2007). החיים בוורוד - בני נוער וצעירים הומואים, לסביות ביסקסואליים וטרנסג'נדרים. תל אביב: הוצאת רסלינג.
9. Anderson, D. (1987). Family and peer relation of gay adolescents. *Adolescent Psychiatry: Developmental and Clinical Studies*, 14, 162-178.
10. Ben-Ari, A. (1995). Coming out: A Dialectic of intimacy and privacy. *The Journal of Contemporary Human Services*, 76 (5), 306-314.
11. Cramer, D.W. & Roach, A.J. (1988). Coming out to mom and dad: A study of gay males and their relationships with their parents. *Journal of Homosexuality*, 15, 79-91.
12. DeVine, J.L. (1984). A systemic inspection of affectional preference orientation and the family of origin. *Journal of Social Work and Human Sexuality*, 2, 9-17.
13. Ford, S.C. & Beach, F.A. (1951). *Patterns of Sexual Behavior*. New York: Harper and Brothers.
14. Holtzen, D.W. & Agresti, A.A. (1990). Parental responses to gay and lesbian children: Differences in homophobia, self-esteem, and sex-role stereotyping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 390-399.
15. Kübler-Ross, E. (1969). *On Death & Dying*. Simon & Schuster/Touchstone.
16. Minuchin, S. & Fishman, H.C. (1981). *Family Therapy Techniques*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
17. Muller, A. (1987). *Parents Matter*. New York: The Naiad Press.
18. Newberger, C.M. (1980). The Cognitive structure of parenthood: Designing a descriptive measure. In R.L. Se man & R. Yando (eds.), *New Directions for Child Development*.

