

הזיקנה, מתוך פירושם את התנסויותיהם, עמדוניהם והמשמעות העמוקה אותם מעניקים בני זוג הומוסקסואלים מזדקנים לחוויית המיניות ביניהם (Patton, 2002). מאמר זה יתמקד בארבעת התמות העיקריות שעלו במחקר.

עם העלייה בגיל, והשינויים הפיזיולוגיים הנלווים לכך, חווים לעתים בני הזוג פערים בתפיסת החוויה המינית בעקבות היחלשות הסקס מצידם או מצד בן זוגם. כך מודגם על ידי המרואיין הבא המתמודד עם ירידה בחשק המיני של בן זוגו:

"מבחינתי זה היה ברצינות כן, אמרתי לו שאני אוהב אותו, אבל הסקס נחלש מאוד וכמעט ולא קיים ולי זה מפרע מאוד ואני רוצה וצריך את זה. אני רוצה עדיין לחוות את המיניות. החשק המיני שלי לא יורד לצער, זה דבר שמטריף אותי כל החיים... זה כל הזמן נמצא שם, לא ניתן לכבות את זה. יש לי חסך, מחסור, לא קיים, אנחנו לא עושים סקס. והרצון, הכמיהה עולה ויורדת כל הזמן. זה כל הזמן נמצא על פני השטח. כל הזמן זה נמצא..." (72, בן זוגו 65, זוגיות 8 שנים).

את התמה הראשונה של החלשות הסקס ופערים בחשק המיני ניתן לראות בדבריו של המרואיין המתאר זוגיות שעוברת שינוי. האיזון שאפיין את הקשר לאורך השנים מתערער בגלל פערים שנוצרו סביב החשק המיני. למרות אהבתו שלו כלפי בן זוגו, המימד של התשוקה בקשר נחלש, ויחד עם זאת הצרכים המיניים שלו נותרו בעינם. המרואיין הנוכחי שהגיע מזוגיות הטרוסקסואלית מרגיש שהוא צריך להשלים את החסך המיני הקיים אצלו. הימצאותו עם בן זוג מזדקן, אשר חי כל חייו כהומוסקסואל והספיק לחוות ככל הנראה את חווייתו המינית, חוסמת ממנו אפשרות זו וממחישה את הפערים המיניים ביניהם.

הפערים בחשק המיני והיחלשות הסקס בין בני הזוג מעוררים קונפליקטים ובמקביל עולים "פתרונות" זוגיים שלא בהכרח מקובלים על ידי שני בני הזוג, ומובילים להסלמה במערכת היחסים. כך מודגם על ידי המרואיין הבא:

"... אני צריך לשים מגן כדי לשמור על עצמי, כדי לא להישבר, לאבד תקווה. פגע בי שהוא לא רואה אותי בכל המצב הזה. אני צריך לשים מגן כדי לשמור על עצמי, כדי לא להישבר, לאבד תקווה, אני לא יודע, אז אני מיד מתחיל לעבד לעצמי איך אני מסתדר בלי, איך אפשר להתארגן כך שהוא לא יהיה איתי. איך שזה נראה ככה זה לא הולך לכיוונים של המשכיות." (72, בן זוגו 65, זוגיות 8 שנים).

התמה השנייה בנוגע לדינמיקה של קונפליקט בעקבות היחלשות הסקס מומחשת על ידי המרואיין הבא שמרגיש שהקונפליקט בניהם לא ניתן לגישור ללא התערבות של אדם חיצוני. התדירות הגוברת להתערבות מסוג זה מגבירה את המתח ומעוררת תחושה של חוסר אמון ביחס למצב הזוגיות. השימוש במטפורה "זאב זאב" מדגישה את ההישנות והאינטנסיביות של המריבות ביניהם ואת העובדה שהם חסרי יכולת להתמודד עם הקונפליקט שתדירותו גוברת, כך שדינמיקת היחסים מוצפת באירועים קטנים כגדולים הדורשים התערבות מבחוץ. כתוצאה מכך, המרואיין מודאג שכאשר הקונפליקט יתעצם, המוטיבציה של המתערב, במקרה זה חברה טובה, תפחת והיא תוותר על תפקידה כ "משכנת שלום". נראה כי זו האסטרטגיה



"הסקס נחלש": מיניות כמקור לקונפליקטים בין בני זוג הומוסקסואלים מזדקנים

הפערים בחשק המיני והיחלשות הסקס בין בני הזוג מעוררים קונפליקטים ובמקביל עולים "פתרונות" זוגיים שלא בהכרח מקובלים על ידי שני בני הזוג, ומובילים להסלמה במערכת היחסים

עם בעיות בריאותיות ופיזיות מוגברות, מצב המשפיע על תפקודם המיני ומעורר קונפליקטים. קונפליקטים סביב חוויית המיניות בקרב הומוסקסואלים מזדקנים זכו לחשיפה ולמחקרים מועטים לאורך השנים. הספרות בהקשר זה שמה דגש רב בעיקר על חוויית המיניות על הומוסקסואלים בגילאים צעירים. מאמר זה המסכם מחקר שערכנו (גיל ברבי בהנחיית פרופ' בנד וינטרשטיין) בנושא "יחסים קונפליקטואליים בין בני זוג הומוסקסואלים בגיל הזיקנה" ביקש למלא את החסר בתחום ידע זה. מכאן עלתה שאלת המחקר: מהם הקונפליקטים סביב נושא המיניות מולם מתמודדים הומוסקסואלים מזדקנים במערכת היחסים הזוגי שלהם?

שאלה זו נבחנה במסגרת מחקר איכותני-פנומנולוגי המאפשר לחשוף, לתאר ולהבין את חוויית המיניות של הומוסקסואלים בגיל

אינטימיות ומיניות הן בעלות חשיבות בכל הנוגע לאישור והערכת הזהות ההומוסקסואלית, במיוחד אצל הומוסקסואלים מזדקנים אשר חוו בעברם דיכוי, השפלה ונידוי על רקע נטיית המינית

מעוניין לפתוח את הקשר הזוגי, מבחינת הוא "לא מכיר חיה כזאת", אך מצד שני הוא פוחד לאבד את בן זוגו בעקבות תפיסתו שלו את מערכת היחסים כ"לא שלמה" (Kurdek, 1994). לסיכום, אינטימיות ומיניות הן בעלות חשיבות בכל הנוגע לאישור והערכת הזהות ההומוסקסואלית, במיוחד אצל הומוסקסואלים מזדקנים אשר חוו בעברם דיכוי, השפלה ונידוי על רקע נטיית המינית. בעקבות כך, זוגיות הומוסקסואלית נחוות על ידי בני הזוג באופן מועצם יותר מבחינה אותנטית, ריגשית, חיבור לצרכים, לרגשות ולמאווים של הזהות ההומוסקסואלית. המיניות בין בני הזוג מנווטת את זהותם הנובעת מהתמודדותם המשותפת אל מול דחיית העולם החיצוני וההשפעה על רווחתם הנפשית (Ben-Ari et al., 2006). לצד חשיבות המיניות בקשר הזוגי, הומוסקסואלים בגיל הזיקנה מתמודדים

גיל ברבי וטובה בנד וינטרשטיין

חוויית מהעבר ולחצים הקשורים לסטיגמות ולדעות קדומות הובילו לכך שהומוסקסואלים מזדקנים מתמודדים עם סיכון מוגבר למוגבלות פיזית וללחץ דם גבוה ולמוגבלות פיזית ונפשית אשר עלולה להשפיע בין היתר על תפקודים מיניים. Shmotkin, Ifrah, 2021 בנוסף לכך, לעתים מלווה הזיקנה בירידה בזקפה או בחשק המיני של אחד מבני הזוג (Kurdek, 1994). במערכת יחסים זוגית כאשר צד אחד פעיל יותר מינית, ההרגשה הנלוות לקשר היא של אי סיפוק מיני, במיוחד של בן הזוג הצעיר או הפעיל יותר. מצב זה עלול לעורר לחץ, חרדה ולפגוע ברווחתו הנפשית של בן הזוג שמתמודד עם ירידה בחשק המיני (Westman & Etzioni, 2006), ולעורר קונפליקטים סביב רצונו של בן זוגו לפתוח את הקשר המיני לפרטנרים אחרים על מנת לספק את דרישותיו המיניות. לעתים בני זוג הומוסקסואלים בגיל הזיקנה מתמודדים מול חוסר היכרות או הבנה של מבנה מערכת יחסים פתוחה, כך שכן הזוג שחווה את הירידה בחשק המיני נאלץ להתמודד עם מצב שבו מצד אחד הוא אינו

היחידה לפתרון קונפליקטים בתוך מערכת היחסים, והסתלקותה מעמידה את הקשר בסימן שאלה. בנוסף על כך, דינמיקת הקונפליקט מאופיינת בשתיקות של בן הזוג, המכבידות ומעיקות ומובילות לתגובה של אדישות מצד המרוויין. כך קורה שכל מריבה לא מאפשרת פתרון. האמירה, "הוא לא מתנהג בשביל לפתור משהו, הוא פשוט שותק לשם השתיקה שלא מביאה פתרון לכלום" מבטאת את התסכול ותחושת המבוי הסתום המובילה להרהורים בדבר עתיד הקשר הזוגי. בעקבות זאת, המרוויין מפתח תסריטי פרידה מכן הזוג. הוא מתחיל לתרגל את רגשותיו, מחשבותיו והתנהגותיו של "להסתדר בלי" כחלק מהתסריט.

חלק מבני הזוג מחפשים פתרונות על מנת לנסות ולהרגיע את הקונפליקט המיני ביניהם. כך למשל המרוויין הבא ובן זוגו המעוניינים לשמר את חווית המיניות ולמנוע את הקונפליקט המקושר לחוויה זו מחליטים לפתוח את הקשר הזוגי ביניהם:

"דיברנו על זה שאין לנו כמעט סקס וזה חסר. אז החלטנו לפתוח את הזוגיות בתנאי שנעשה את זה ביחד. אתה יודע שלישיה. אם אנחנו מכירים מישהו באפליקציה, אנחנו צריכים להראות אותו אחד לשני ואם הוא מתאים לשנינו אנחנו נגשים. היה מקרה שהיינו עם מישהו, ובמפגש עצמו ראיתי שבן זוגי מתלהב יותר ממני, כאילו החיזור הזה שלו מול האדם שהכרנו היה מוגזם. גם בקטע המיני הרגשתי שהוא ממש דלוק עליו. זה היה קשה, הרגשתי כאילו שפכו עלי דלי קרח. לא יכולתי להמשיך, הרגשתי קיפאון. כאילו גנב נכנס אלי לבילה הביתה ואני משותק ולא עושה כלום, לא יכול לעשות כלום (68, בן זוגו 70, זוגיות 8 שנים).

התמה השלישית העוסקת בפתיחת הזוגיות בניסיון לפתור את הקונפליקט שנוצר בעקבות המחסור בסקס הנובע מירידה בחשק המיני, הביאו את המרוויין הבא ובן זוגו לפתוח את הקשר הזוגי ביניהם, כאשר הבחירה להכנסת צד השלישי לקשר היא של שניהם ותותר את השליטה ביניהם. למרות זאת, בני הזוג לא לקחו בחשבון את הדינמיקה שתפתח כתוצאה מהשינוי. הכנסת פרטנר נוסף לקשר הזוגי שיבשה את האיזון הרגשי בין בני הזוג. המרוויין הרגיש שהוא נמצא בתחרות על תשומת ליבו של בן זוגו. המטפורה "כאילו שפכו עלי דלי קרח" ממחישה את תגובתו הקשה למצב החדש ותחושת חוסר האונים אל מול סכנת הפגיעה במערכת היחסים הזוגית שלהם. תגובת הקיפאון מותירה את המצב כמו שהוא ללא כל יכולת שליטה מציודו. נראה כי המרוויין מתמודד עם תחושות של עלבון ופגיעות הנובעים מעוצמת הרגשות שבן זוגו חווה בדינמיקה המינית מול הפרטנר הנוסף. יתרה מכך, השימוש במטפורה הנוספת "כאילו גנב נכנס אלי הביתה לבילה ואני משותק", ממחישה את תחושות הפחד, חוסר אונים ואפילו שיתוק פסי ורגשי שהוא חווה בהקשר הזוגי. במילים אחרות הכנסת הצד השלישי היא בבחינת לקיחת חלק חשוב מהזוגיות הקיימת. נראה כי הפתרון שהם בחרו לשיפור הזוגיות האידיאלית טפח על פניו ונחווה כגנבת אהבתו של בן זוגו מול מישהו אחר.

התמה הרביעית נוגעת בהשלכות של הקונפליקט על מערכת היחסים של בני הזוג כפי שמתאר זאת המרוויין הבא שהסכים אמנם לפתוח

הומוסקסואלים בגיל הזיקנה לרוב נחשפו בעברם לדחייה, ללחץ חברתי, לביטויי אפליה וגזענות, למחסור בהכרה ובקבלת נטייתם המינית מהמשפחה ומהחברה. מבנה מציאותי זה עשוי להשפיע על מערך היחסים הזוגי בקרב הומוסקסואליים מזדקנים בכל הנוגע לאינטימיות, מיניות, דרכי תקשורת ותפיסת הזוגיות



את מערכת היחסים הזוגית ללא נוכחותו במפגש המיני, אך בסתר ליבו ההסדר זה מעורר בו רגשות של בגידה באמון, תחושת נחיתות וכאב, ממחישה ומביאה נוכח את הפער שנוצר ביניהם על רקע היחלשות החשק המיני שלו ופתיחת הקשר הזוגי כפתרון לקונפליקט מול בן זוגו:

"היה איזה פעם שעברתי שהוא התכתב עם מישהו באפליקציית היכרות והוא לא שם לב שאני עובר מאחוריו. לא ידעתי למה. אבל הרגשתי כאילו בגדו בי, כאילו שיש לי מתחרה, מישהו להתמודד מולו שבטוח שאני אפסיד מול בחור צעיר יותר באפליקציה. כעסתי מאוד, הרמתי את הקול, צעקתי עליו, הוא אמר לי שאין לי על מה לכעוס ולצעוק, הרי זאת לא פעם ראשונה ודיברנו והסכמנו בינו על זה, הוא צעק בחזרה. אני יודע ומבין שאני לא יכול למנוע ממנו לעשות זאת בגלל שאני לא מספק זאת. יצאתי מהבית... (76, בן זוגו 49, זוגיות 18 שנים).

המרוויין מבין שהפתרון של קשר פתוח הוא לא אמיתי וכנראה לא יכול להחזיק במציאות שבה הוא חי. יתרה מכך, המצב הלא שוויוני שנוצר מנכיח תפיסות גילניות כלפי עצמו, הרואות אותו כ"מקולקל", פגום ונחות. נראה כי הפנמה של תפיסות גילניות ביחס לעצמו מעידה על חוסר יכולתו לשלוט במערכת היחסים שהתהוותה ובמובנים רבים ירידה בהערכה ובדימוי העצמי שלו. כל אלה מובילים לסוג של "כניעה" בזוגיות וציפייה לכך שבכל רגע נתון עלול בן זוגו לגלות זוגיות אחרת,

טובה יותר. כפי שניתן לראות מדבריו:

"נכון, יש לי פחד שהוא יקום וילך, אני אוהב אותו, אבל אני גם יודע שהוא צריך את הסקס, צריך להתפשר, המצב הזה גורם לי להרגיש בסוג של מבוי סתום, מצד אחד אתה לא יכול להעניק לו את הסקס שהוא צריך, הוא צעיר, זה מין חרב פיפיות כזה... לא דיברתי איתו כמה ימים. הרגשתי כאילו אני לא שווה בקשר, כאילו אין לי כבר מה להציע... זה שם אותי במצב מבלבל שאני לא יודע מה להרגיש. האם יש לי זכות לכעוס או לא. אבל זה חזק ממני... כאילו אני מקולקל באיזה שהוא אופן. זה גורם לי להרגיש לא טוב, להסתגר עם עצמי. בגדול אני מפחד שהקשר יסתיים אני חרד שהוא פתאום יגלה מישהו אחר טוב יותר ומתפקד יותר. אבל אין לי שליטה על זה... גורם לי להרגיש כל פעם מחדש כאילו בוחנים אותי, כאילו אני נמצא במדד תפקודי מסוים" (76, בן זוגו 49, זוגיות 18 שנים).

גיל ברבי, גרונטולוג, חוקר במרכז מינרבה לחקר אוכלוסיות מודרות באוניברסיטת חיפה, מתנדב בקו הקשב ובארגונים המעניקים תמיכה נפשית והכוונה לקהילה הלהט"בית.

פרופ' טובה בנד וינרשטיין, מרצה וחוקרת בחוג לגרונטולוגיה. ראש מכון מינרבה לחקר אוכלוסיות מודרות, אוניברסיטת חיפה.

מקורות

- Barrett, C., Whyte, C., Comfort, J., Lyons, A., & Cramer, P. (2015). Social connection, relationships and older lesbian and gay people 1. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 131–142.
- Ben-Ari, A., Lavee, Y., & Gal, Z. (2006). Midlife perspectives on falling in love: The dialectic of unique experiences. *Journal of Adult Development*, 13(3-4), 118-123.
- Deenen, A. A., Gijss, L., & Van Naerssen, A. X. (1994). Intimacy and sexuality in gay male couples. *Archives of Sexual Behavior*, 23(4), 421-431.
- Kurdek, L. A. (1994). Areas of Conflict for Gay, Lesbian, and Heterosexual Couples: What Couples Argue about Influences Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 56(4), 923-934
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3rd ed). Thousand Oaks, Calif.: Sage
- Shenkman, G., Ifrah, K., & Shmotkin, D. (2021). The moderation of socio-demographics in physical and mental health disparities among Israeli gay and heterosexual middle-aged and older men. *Aging and Mental Health*, 1-8.
- Westman, M., & Etzioni, D. (2006). Crossover of stress, strain, and resources from one spouse to another. *Journal of Organizational Behavior*, 16, 169-181.
- Weldon, S.L. (2008). Intersectionality. *Politics, Gender and Concepts. Theory and Methodology*, ed. Gary Goertz and Amt G. Mazur, 193.218.

דין:

במחקר זה עלו היבטים פנומנולוגיים אשר ייצגו את עולמם המיני הישן והנסתר לעומת הגלוי והפרוץ, ואת נוכחות הפרספקטיבה ההצטלכותית והצירים המרובים המתאגרים את המיניות של בני זוג הומוסקסואלים מזדקנים. המיניות כמקור לקונפליקטים מלמד על עולם חיים ייחודי שבו קיים יחסי גומלין בין מערכות שונות של מבנים חברתיים ופוליטיים היוצרים את קטגוריית הדיכווי (Weldon, 2008). כך למשל, הומוסקסואלים בגיל הזיקנה לרוב נחשפו בעברם לדחייה, ללחץ חברתי, לביטויי אפליה וגזענות, למחסור בהכרה ובקבלת נטייתם המינית מהמשפחה ומהחברה. מבנה מציאותי זה עשוי להשפיע על מערך היחסים הזוגי בקרב הומוסקסואליים מזדקנים בכל הנוגע לאינטימיות, מיניות, דרכי תקשורת ותפיסת הזוגיות (Barrett et al., 2015). בנוסף, הומוסקסואלים מזדקנים אשר התמודדו לאורך כל חייהם עם דחייה חברתית וענישה חוקתית הקשורה ליחסי מין הומוסקסואלים גרמו לכך שרוב המפגשים המיניים שאליהם הם הורגלו היו מזדמנים ובסתר וכאשר מערכת יחסים הומוסקסואלית הופכת ברבות השנים להיות מקובלת, אותם הומוסקסואלים מזדקנים נחשפים למסגרת אינטימית ומינית אחרת המעוגנת בתוך מערכת יחסים זוגית, מבנה זר ולא שכיח בקבוצת הגיל שלהם, המקשה על תפיסתם ותפקודם מבחינה רגשית-מינית (Deenen, Gijss, Naerssen, 1994). מבנים אלו משפיעים על דינמיקת היחסים בין בני זוג הומוסקסואלים מזדקנים בתפיסתם את המרחב החיצוני הזר, הפוגעני והמאיים בצורת מערכת יחסים פתוחה, לבין המרחב הפנימי הבטוח והמגן לכאורה, שמוטל בספק אל מול הקונפליקט וההשלכות הנלוות לכך.

בידי מאמר זה לסייע בהבנה בנוגע לדינמיקת הקונפליקט בין בני זוג הומוסקסואלים בגיל הזיקנה המתמודדים עם היחלשות הסקס ביניהם בגיל הזיקנה. לסייע למטפל במפגש ישיר עם בני זוג הומוסקסואלים בגיל הזיקנה להבנת הדינמיקה והרגשות העולים בחוויה זו, את הקונפליקטים ואת השלכותיהם על הקשר הזוגי. מאמר זה נוסף לחאמרים המצומצמים הקיימים בישראל בנושא הומוסקסואלים בגיל הזיקנה ועשוי לסייע לשינוי פרדיגמטי בנוגע לנראות והבנה של מערכות יחסים הומוסקסואליות בגיל הזיקנה והקונפליקטים הנלווים אליה, ובנוסף מצופה שיעורר את המודעות של אנשי המקצוע בתחום הרפואה והטיפול בכלל להרחיב את הידע ואת הנראות מול האוכלוסייה ההומוסקסואלית הזקנה.