

תוכן עניינים

3.....	מבוא.....
4.....	סקירת ספרות.....
9.....	שיטה.....
12.....	תוצאות.....
13.....	דיון.....
16.....	ביבליוגרפיה.....
19.....	נספחים.....

מבוא

המחקר הנוכחי מבקש לחדד את ההבנה הקיימת בספרות המקצועית אודות מערכות יחסים זוגיות וכיצד אלו קשורות לתפיסות ולהתנהגויות שהאדם מבטא. לפיכך, מחקר זה בחן את הקשר בין תפיסת האדם כמספק בסיס בטוח בזוגיות לבין תחושות של השתקה עצמית בזוגיות וכן, בחן את הקשר בין תפיסת האדם כמספק בסיס בטוח בזוגיות לבין תפיסתו לגבי יכולתו לטפל בילדים.

במחקר השתתפו 116 זוגות הטרוסקסואלים הנמצאים במערכת יחסים מעל כ-3 חודשים והתבקשו להשיב על שאלוני דיווח עצמי. ניתוחי ותוצאות המחקר מצאו כי קיים קשר בין תפיסת האדם כמספק בסיס בטוח בזוגיות לבין השתקה עצמית וכן לבין תפיסתו לטפל בילדים. מעבר להשערות המחקר, נמצא גם קשר בין השתקה עצמית בזוגיות לבין תפיסת היכולת לטפל בילדים.

ממצאי המחקר מסייעים בהבנת הידע הקיים אודות התנהגויות מעשיות שונות שהאדם מביע במערכת היחסים הזוגית. נראה כי ההתנהגויות קשורות אלו באלו וייתכן והן בעלות בסיס ראשוני זהה, קרי יחסי ההתקשרות שהאדם חווה בילדותו. ניתן להמשיג תובנות אלו לכלים ותהליכים טיפוליים, אשר באמצעות הבנת ההתנהגויות השונות של האדם, יהיה ניתן לסייע לו בשיפור תפיסת העצמי שלו ושביעות הרצון במערכת היחסים הזוגית.

סקירת ספרות

בסיס בטוח בזוגיות

על פי תאוריית ההתקשרות, בשנה הראשונה לחיים- מתפתחת מערכת יחסים בין התינוק לדמות המטפלת. טיב התקשרות התינוק תלויה במידת היכולת של התינוק לראות בדמות חוף מבטחים אליה יוכל לפנות בעת מצוקה והן ביכולת לראות בה כבסיס בטוח ממנה ניתן להתרחק ולחקור את העולם באופן עצמאי. הדמות המטפלת יכולה להוות עבור הילד שתי הפונקציות הללו, בכך שתגיב ברגישות למצבי מצוקה של הילד וכן, תחזק אותו ואת מאמציו לחקור. כאשר התינוק יודע כי הדמות המטפלת הינה נגישה וזמינה לנחמו בעת צרה, מתפתחת בו תחושת ביטחון שבזכותה הוא ירגיש כי הוא מסוגל לחקור את העולם, במרחק מן הדמות המטפלת (Ainsworth & Bowlby, 1991 ; Ainsworth, 1989).

בהתבסס על תיאוריית ההתקשרות בילדות, פותחה תיאוריה לגבי יצירת קשרים בעתיד הבוחנת את מודל ההתקשרות גם בבגרות ובפרט, ביחסים רומנטיים. ניתן לבחון את המודל ההתקשרות בבגרות באמצעות שני מדדים- מימד החרדה ומימד הימנעות. מימד ההימנעות משקף את המידה שבה האדם אינו בוטח בזולת וברצונו הטוב ומרגיש צורך להגן על עצמו, על עצמאותו וכן, לשמור מרחק רגשי מהאחר עימו הוא במערכת היחסים. מימד החרדה משקף את מידת הדאגה שהאדם חש כלפי בן הזוג כי הוא לא יהיה זמין בעת הצורך לצרכים שלו. התקשרות בטוחה בזוגיות, תהיה כאשר לאינדיבידואל יהיה ניקוד נמוך בשני המימדים הללו (Mikulincer & Shaver, 2013). במחקר שביקש לבחון את מודל ההתקשרות בזוגיות, נמצא כי על מנת שתהיה התקשרות בטוחה בין בני הזוג, חשוב כי בני הזוג ישמשו אחד עבור השני בסיס טוב המאפשר לאחר לחקור ולהתפתח באופן אישי, מעבר לזוגיות. במקרה של התקשרות בטוחה, בן הזוג מהווה בסיס בטוח לחקירה ומהווה גם קרקע פורייה לעידוד האוטונומיה והצמיחה של האחר בזוגיות. במקרים בהם בן הזוג אינו מהווה בסיס בטוח בזוגיות, הוא עלול להגיב בציניות ובזלזול כלפי רצונות האחר בזוגיות ובכך, לדכא ולבטל את הרצונות של האחר לחקור (Mikulincer, Shaver, Bar-On) (& Sahdra, 2014).

מחקרם של Feeney and Thrush (2010), ביקש להתמקד במאפיינים הייחודיים של הפונקציה בסיס בטוח בזוגיות וכן, לעמוד את האיכויות החיוניות לפונקציה זו. במחקרם עלה כי בסיס בטוח בזוגיות מורכב משלוש איכויות עיקריות. ראשית, זמינות. לשמש כבסיס בטוח עבור האחר משמעותו להיות זמין כאשר האחר יצטרך, לדוגמא- לסייע בהתמודדות עם מכשולים, להביע רגישות בעת מצוקה, לתמוך בעת הצורך וכו'. כפי שבתיאורית ההתקשרות בילדות, התינוק זקוק לזמינות של דמות ההתקשרות כדי להרגיש בטוח לחקור, כך גם צריך להרגיש האדם בזוגיות בבגרות. הרציונאל הינו שקל יותר לבני האדם לחקור, לעסוק או לחפש אחר דברים