

שרגא פישרמן

זהות האני ודימוי גוף בקרב מתבגרות דתיות

זהות האני

קיימות זוויות ראייה שונות למושג "זהות"; חלקן יוצאות מתחום הפילוסופיה, חלקן מתחום הסוציולוגיה וחלקן מתחום הפסיכולוגיה (להרחבה, ראו בית הלחמי, 1991). זהות האני הוגדרה על ידי אריקסון (1958) באופן תיאורי כאינטגרציה של הזדהויות מהילדות עם התנסויות והתמחויות שהתפתחו במשך החיים. אוסף ההזדהויות שיש ליחיד הוא ישות אובייקטיבית עצמאית, מחד גיסא, ותחושה סובייקטיבית פנימית הכוללת ידיעת עצמו ומטרותיו בחיים, מאידך גיסא. גיבוש הזהות הוא תהליך הקשור ליחסי גומלין עם החברה. תחושת הזהות כוללת שליטה בבעיות הילדות ומוכנות אמתית להתייצב בפני אתגרי הבגרות.

גיבוש זהות האני היא המשימה המרכזית והחשובה ביותר של גיל ההתבגרות (אריקסון, 1968). מתבגרים רבים עסוקים במשימה זו וטרודים מקצב אטי של השלמתה (פישרמן, 1995).

חוקרים רבים חקרו את זהות האני (מההיבט הפסיכולוגי) דרך זוויות ראייה רבות: קיומיות (פרנקל, 1968; ושותר וגרגן, 1989; Frankel; Shoter & Gergen), מודעות עצמית (בוגנטל, 1965) (Bugental), תהליכיות (גיוסלסון, 1987) (Josselson), חברתיות (ברייקול, 1986; רוזמן, זלצמן ופרנקל, 1990) (Breakwell; Frankel) וקוגניטיבית הרואה בזהות האני ובפרט בתהליכי גיבוש הזהות תהליכים של איסוף מידע, ארגונו והפנמתו לתוך אישיות האדם (ארצ'ר, 1982; גרוטוונט, 1992) (Archer; Grotevant).

מרסיה (1980) (Marcia), בהתבססו על תאוריית אריקסון, טען כי זהות האני מורכבת משני ממדים עיקריים: מחויבות ומשבר. מאוחר יותר (1986), בשל משמעויות הלוואי השלילית של מושג המשבר, החליף מרסיה את הממד משבר במושג "אקספלורציה" – חיפוש של חלופות. משני ממדים אלה יצר מרסיה טיפולוגיה של ארבעה מיצבי זהות האני: משיגי זהות, פזורי הזהות, סגירות מוקדמת ומורטוריום.

משיגי הזהות עברו תהליכי חיפוש, התלבטות ואקספלורציה; הם מרגישים מחויבים והגיעו להחלטות בעלות משמעות לטווח ארוך בנושאים מקצועיים ואידאולוגיים.

פזורי הזהות אינם עוסקים, כמעט, בשאלות זהותם וטרם קיבלו החלטות כלשהן הנוגעות לתחום המקצועי והאידיאולוגי. מתבגרים בסטטוס הנסגרים מוקדם מבטאים החלטות, אך הם לא הגיעו להחלטות אלו דרך תהליכי בדיקה וספקות. בדרך כלל החלטותיהם מבוססות על היענות לציפיות ההורים או החברה. מתבגרים אלה מעדיפים שסמכות גבוהה תכתיב להם את כיוון חייהם, והם נוטים להיות נוקשים ובלתי גמישים (פלום, 1995). לדעת מרסיה (1994), מתבגרים אלה מרגישים שהם הסתגלו "לחיים" ומסוגלים לתפקד כל עוד מאומה לא השתנה בתנאי חייהם, אך אם משתנה הקונטקסט של חייהם הם מרגישים אובדי עצות. לדעתו, רובם יחוו בעתיד תהליכי ספקות עד למשברים.

לדעת מרסיה (1986), קיימים שלושה תנאים הכרחיים לתהליך האקספלורציה החיובי של המתבגר: ביטחון בתמיכת ההורים, יצרנות ותחושה של שליטה בחידושים הטכנולוגיים וגישה עצמאית ורפלקטיבית. חוקרים רבים עסקו בשאלה מהו תהליך ההתפתחות המסתגל. וטרמן וויטבורן (1982) (Waterman & Whitbourne), ארצ'ר וטרמן (1983) (Archer & Waterman) וכן צוריאל (1990) רואים את המתבגרים כמתקדמים ממיצב הזהות הפזורה כלפי הסגירות המוקדמת, ממנה למורטוריום וממנה למיצב מגובשי הזהות. לדעתם, תהליך זה הוא התפתחותי, וחלים עליו כללי הפסיכולוגיה ההתפתחותית, וביניהם רצף השלבים קבוע ואוניברסלי, אך קצב השלבים אינדיבידואלי.

הסגירות המוקדמת נתפסת כשלב קרוב יותר לזהות הפזורה מאשר המורטוריום. בסגירות מוקדמת יש יתרון של ביטחון יחסי בהחלטות, על אף העובדה שהוא עלול להתגלות כ"משענת קנה רצוף" בהמשך (צוריאל, 1990).

הורים ומורים עלולים ללחוץ על המתבגר לבחור במיצב הסגירות המוקדמת. לאור ביקורות על תיאוריית מרסיה הציע צוריאל (1984, 1990) גישה רב-גורמית ורציפה לזהות האני. הסולם שיצר צוריאל המשיך את גישתם של קונסטנטינופול (1960) (Constantinople), גרואן (1961) (Gruen) וסימונס (1970) (Simmons). גישה זו הניבה שבעה מרכיבים אשר תוקפו בניתוח גורמים: א. התחייבות ומטרותיות: מרכיב זה מתייחס לתחושת הפרט לגבי מידת התחייבותו המקצועית והאידיאולוגית;

- ב. סולידיות והמשכיות: מרכיב זה מבטא את הכרת הזהות העצמית, תחושת יציבות ואיזון פנימי ותחושה פנימית של המשכיות למרות השינויים החלים בפרט או במצבי חייו החברתיים;
- ג. הכרה חברתית: מרכיב זה מצביע על המידה שבה הפרט תופס את החברה כמעריכה את כישוריו ואת יכולתו;
- ד. משמעותיות-ניכור: מרכיב זה בא לידי ביטוי בשאלות כגון אם הפרט תופס את חייו כבעלי משמעות, אם הוא חש מעורבות ועניין בחיים, או שהוא חש זר ומנוכר להם;
- ה. זהות פיזית: מרכיב זה מתייחס למידה שבה הפרט שלם עם הופעתו החיצונית והתנהגותו או שהוא היה רוצה לשנותם;
- ו. טבעיות ואמתיות: מרכיב זה מצביע על המידה שבה הפרט תופס את עצמו כמתנהג בטבעיות, או שהוא מעמיד פנים כלפי חוץ. תחושת טבעיות ואמתיות קשורה גם לתחושת פער בין החוויה הפנימית ובין ההתנהגות החיצונית;
- ז. שליטה עצמית: מרכיב זה מביע את המידה שבה הפרט תופס את עצמו כמסוגל לשלוט בעצמו גם במצבי רוגז או לחץ.

דימוי גוף

ריבוי ההגדרות והשימוש במושגים נרדפים משקף את המורכבות של המושג דימוי גוף. תיאוריות פסיכולוגיות שונות בתחום האישיות מתייחסות למושג דימוי גוף באופן שונה. פרויד (1927) אינו משתמש ישירות במושג דימוי גוף. לפי תפיסתו, הגוף משמש מקור ותשתית לבניית האגו. גם אדלר (1930) איננו משתמש ישירות במושג דימוי גוף, אך חלק מההנחות התיאורטיות שלו לגבי התפתחות האישיות קשורות בהיבטים של דימוי הגוף. אחרים רואים בדימוי גוף את "התמונה הכוללת" שיש לאדם כלפי גופו, באופן מודע ובאופן לא מודע (שילדר 1935, ויתקין 1965) (Witkin ; Schilder) או כסך ההרגשות והחוויות שיש לאדם כלפי גופו (פישר, 1973, קאש, 1994) (Cach ;Fisher).

גל אור (1983) מגדיר את המושג דימוי גוף כייצוג של הגוף בתודעתנו כשהייצוג הוא תוצר של השתקפות מודעת ולא מודעת של מכלול התחושות, הרגשות, הציפיות והערכים הקשורים לגוף במקרה סטטי או בתנועה. ראוואלדי וחובי (2003) (Ravaldi, Vannacci, Zucci, Mannocci, Cabars, Bolderini,) (Rotella, & Ricca) הגדירו דימוי גוף כתמונה הסובייקטיבית לגבי הגודל והצורה

של הגוף ומערכת הרגשות של האדם ביחס למאפיינים המרכיבים את חלקי הגוף השונים ואת הגוף כשלם.

מחקרים רבים נערכו על דימוי גוף, ומהם נראה כי דימוי הגוף מתגבש באמצעות הקשר עם הסביבה, ומתפתח תוך כדי יחסי גומלין בין האדם והחברה שבה הוא חי. אולם החוקרים חלוקים בשאלה אם דימוי הגוף עובר תהליך דינמי המשתנה ומתפתח עם השנים (פישר וקלוונט, 1968) או אם דימוי הגוף מתפתח בשלב כלשהו ולאחר מכן נשאר סטטי לאורך השנים (ויתקין, 1965). גישה שלישית טוענת כי יש סכמות גופניות המשתנות בקצב מהיר ויש סכמות יציבות יותר. השינויים חלים בהתאם לסביבה, לנסיבות וללמידה (ופנר וורנר, 1965) (Warner & Wapner).

מרכיבי דימוי הגוף מתחלקים לשלושה ממדים מרכזיים (בניפלד ומק-קב, 2002; שני-סלע, 1999) (McCabe & Banfiel):

א. מרכיב תפיסתי: מתייחס לתפיסת האדם את גודל גופו, חלקיו והפרופורציה ביניהם;

ב. מרכיב עמדת-התנהגותי: מתייחס לרגשות ולקוגניציות שיש לאדם כלפי גופו וכלפי הופעתו החיצונית (לדוגמה: שביעות רצון מהגוף, עד כמה הגוף מושך פיזית) וכן להתנהגויות הקשורות בגוף (שמירה, טיפול, מגע);

ג. מרכיב חווייתי-תחושתי: מתייחס לתחושות ולחווייות גופניות שהן בסיסיות וראשוניות בקשר של האדם לגופו (לדוגמה: מידת הביטחון בגבולות הגוף, תחושת הבעלות על הגוף, מידת האינטגרציה בין חלקי הגוף ותחושת השליטה בגוף).

ההיבטים ההתפתחותיים של דימוי גוף נידונו, בדרך כלל, דרך זווית הראייה של הפרעות אכילה או היבטים פתולוגיים אחרים הקשורים בדימוי גוף. כך למשל נידונה בהרחבה סוגיית התפתחות הפרעות אכילה בהקשרה לגורמים ביולוגיים-גנטיים כגון מסת גוף (Ricciardelli,) (Lowes & Tiggenmann, 2003; Mccable, Holt & Finemore, 2003).

יחד עם זאת, קיימים מחקרים המצביעים על היבטים התפתחותיים של דימוי גוף ללא היבטים פתולוגיים. (Packard & Krogstad (2002) מצביעים על כך שככל שהילדות שחקרו התבגרו, כך הן חשבו שהן זקוקות לדיאטת הרזיה בלי קשר למידת גופן. (Davison, Markey & Birch (2002) מציינים כי אי שביעות

רצון ממראה הגוף וממשקלו מתפתח בקרב ילדות מגיל שלוש, וככל שהילדה מתבגרת דאגתה ממשקלה וממראה גופה עולה. בגיל ההתבגרות חלים שינויים גופניים, לעתים קיצוניים, המטרידים את המתבגר. שינויים אלה כמו שינויים במישורים נוספים (במישור הרגשי, הקוגניטיבי והחברתי) הם בעלי השפעה רבה מבחינה פסיכולוגית (זיו, 1985), ומשפיעים על זהותו של המתבגר הכוללת בתוכה את הדימוי הגופני. לקטלוג חברתי השפעה רבה על גיבוש הדימוי העצמי ביחס להופעה ולמראה. סטייה ממה שנחווה כנורמטיבי מבחינת המראה גורמת לחוסר שביעות רצון מהגוף, ובהמשך להשפעה שלילית על ה"אני" בכלל (Fisher & Cleveland, 1968). תפיסה גופנית שלילית מערערת את היחיד וגורמת לו לפגיעה קשה בהערכתו העצמית (Cach, 1994). בדומה לכך טוען פישר (Fisher, 1990) שעמדות חיוביות כלפי הגוף קשורות לביטחון העצמי ולמיומנויות חברתיות. עמדות שליליות כלפי הגוף קשורות לנסיגה חברתית. במקרי קיצון עמדות שליליות של דימוי גוף יכולות להוביל להימנעות ממגע פיזי אינטימי. לא רק המעגל החברתי משפיע על דימוי הגוף של המתבגר. קיימים גורמים נוספים המשפיעים על כך, כמו טלוויזיה, סרטים, פרסומות, עיתונים וכדומה. ערוצי המדיה השונים מגבשים תרבות מודרנית המקדשת את אידיאל היופי העכשווי של רזון, פיתוח שרירי גוף ועוד, ויוצרת סטריאוטיפים שליליים על מבנה גוף שמן (Wertheim, Paxton, Shultz, & Muir, 1997). מטרת המחקר הייתה להשוות בין מתבגרות צעירות ומתבגרות בשלהי גיל ההתבגרות ביחס לדימוי הגוף, לזהות האני ולקשר ביניהם. שיערנו כי ציוני המתבגרות בשלהי גיל ההתבגרות יהיו גבוהים באופן מובהק מציוני המתבגרות הצעירות בדימוי הגוף ובזהות האני. לא הועלתה השערה ביחס להבדלים בין הקבוצות ביחס לקשר בין המשתנים.

כלים

שאלון דימוי גוף (Gray, 1977) Modified Gray's Questionnaire בעיבוד פלגי (1995) סולם זה בנוי מ-12 היגדים העוסקים בהרגשה כלפי הגוף השלם. הנבדק מתבקש להתייחס לכל משפט, באיזו מידה הוא נכון לגביו על פני סולם בן חמש דרגות. הציון שמתקבל הוא סך כל הנקודות שצבר הנבדק. ככל שהציון גבוה יותר, דימוי הגוף של הנחקר חיובי יותר. השאלון תוקף באמצעות שאלון אחר של דימוי עצמי (ASCS-Adolescent Self Concept Scale), על פי הגרסה העברית

שחברה על ידי הופמן, בית הלחמי והרץ-לזרוביץ' (Hofman, Beit Hallahmi & Hertz-Lazarowirz, 1982) ונתקבל מתאם בינוני, חיובי ומובהק ($r=.60$, $p<.000$). מהימנות פנימית על פי נוסחת קרוננבך אלפא במחקר הנוכחי הייתה $\alpha=.82$.

שאלון זהות האני (צוריאל, 1974)

בשאלון 38 היגדים המתייחסים להתפתחות זהות האני אצל המתבגרים. חלק מההיגדים מנוסחים על דרך השלילה וחלקם על דרך החיוב. סולם התשובות הוא מטיפוס ליקרט בן 5 דרגות החל מ"לגמרי לא נכון" (1) ועד ל"לגמרי מתאים" (5).

הגורם	ציון המהימנות הפנימית
התחייבותיות ומטרתיות	$\alpha=.79$
סולידיות והמשכיות	$\alpha=.78$
הכרה חברתית	$\alpha=.64$
משמעותיות וניכור	$\alpha=.62$
זהות פיסית	$\alpha=.76$
טבעיות ואמתיות	$\alpha=.64$
שליטה עצמית	$\alpha=.65$
ציון זהות האני הכולל	$\alpha=.89$

מדגם

60 מתבגרות דתיות נכללו במדגם. 30 נבדקות לומדות בכיתה ח' ו-30 מתבגרות עמדו לפני סיום לימודיהן בכיתה י"ב. הנבדקות לומדות בשתי אולפנות במרכז הארץ ובאות מרקע סוציאקונומי בינוני-גבוה.

תוצאות

מטרת המחקר הנוכחי הייתה להשוות בין שתי קבוצות של מתבגרות דתיות ביחס לדימוי גוף ולזהות האני.

מתוך מטרה לבחון אם קיימים הבדלים מובהקים בין שתי קבוצות המדגם (מתבגרות צעירות ומתבגרות בשלהי ההתבגרות) ביחס לדימוי גוף ולזהות האני נערך מבחן t למדגמים בלתי תלויים. להלן בלוח מס' 1 תיאור ממצאי המבחן.

לוח מס' 1: ממוצעים, סטיית תקן ומבחן t להשוואה בין שתי הקבוצות

t	מתבגרות בשלהי ההתבגרות (n=30)		מתבגרות צעירות (n=28)		
	ממוצע	סטיית תקן	ממוצע	סטיית תקן	
**2.81	70.	3.52	58.	3.04	דימוי גוף
1.47	75.	3.52	93.	3.20	התחייבותיות
*2.18	69.	3.83	71.	3.43	סולידיות
*2.51	55.	3.35	74.	2.92	משמעותיות
***5.34	84.	3.84	75.	2.73	זהות פיזית
.95	66.	3.68	61.	3.52	הכרה חברתית
*2.14	64.	4.16	68.	3.79	טבעיות
1.68	75.	3.43	89.	3.07	שליטה עצמית
**3.28	47.	3.62	53.	3.19	זהות האני

*p<.05

**p<.01

***p<.001

מלוח 1 ניתן לראות כי ציוני המתבגרות בשלהי גיל ההתבגרות נמצאו גבוהים, באופן מובהק, מציוני המתבגרות הצעירות בדימוי גוף, בציון זהות האני הכולל ובממדי הזהות: סולידיות והמשכיות, משמעותיות-ניכור, זהות פיזית ובממד טבעיות ואמתיות. לא נמצאו הבדלים מובהקים בין שתי הקבוצות בממדים: התחייבותיות ומטריות, הכרה חברתית ושליטה עצמית.

כדי לבחון אם קיימים הבדלים מובהקים בין שתי קבוצות המדגם ביחס לקשר שבין דימוי גוף וזהות האני, נערכו ניתוחי רגרסיות בצעדים, כאשר דימוי גוף היה המשתנה התלוי וממדי זהות האני היו המשתנים הבלתי תלויים. הניתוחים נערכו בנפרד לקבוצת המתבגרות הצעירות ולקבוצת אלו שבשלהי ההתבגרות.

צעירות

נמצאו שני מודלים מובהקים המסבירים כ-35% וכ-44% מהשונוות. הוחלט לבחור בשני (F(2,25)=9.93, P<.001). הגורמים המנבאים: הכרה חברתית (β=-.42) וזהות פיזית (β=-.35).

לוח 2: תוצאות רגרסיה בצעדים בעבור דימוי גוף על פי ממדי זהות האני בקרב מתבגרות בגיל 13

משתנים	B	SE B	β	R ²	ΔR ²	F
צעד 1 הכרה חברתית	-.40	.16	-.42	0.348	0.348	13.85**
צעד 2 זהות פיזית	-.27	.13	-.35	0.443	0.095	9.93**

* p<0.05 ** p<0.01 ***p<0.001

מתבגרות בשלהי ההתבגרות

נמצאו שני מודלים מובהקים המסבירים כ-40% וכ-54% מהשונוות. הוחלט לבחור בשני (F(2,27)=15.83, P<.000). הגורמים המנבאים: זהות פיזית (β=.07) ומשמעותיות-ניכור (β=.15).

לוח 3: תוצאות רגרסיה בצעדים בעבור דימוי גוף עפ"י ממדי זהות האני בקרב מתבגרות בגיל 18

משתנים	B	SE B	β	R ²	ΔR ²	F
צעד 1 זהות פיזית	.34	.15	.07	.38	0.38	28.92***
צעד 2 סולידיות	.40	.15	.15	.46	0.08	19.85***

* p<0.05 ** p<0.01 ***p<0.001

דיון

בהתאם להשערה הראשונה, ציוני הבנות בשלהי גיל ההתבגרות היו גבוהים באופן מובהק מציוני המתבגרות הצעירות בדימוי גוף, בציון הכולל של זהות האני ובארבעה מממדי זהות האני: סולידיות והמשכיות, משמעותיות-ניכור, זהות פיזית ובממד טבעיות ואמתיות. ממצאים אלה מחזקים את התיאוריה ההתפתחותית הן של זהות האני הן של דימוי הגוף.

כדי לבחון את ההבדלים בין שתי קבוצות הגיל ביחס לקשר בין זהות האני ודימוי גוף נערכו ניתוחי רגרסיה בצעדים לניבוי דימוי גוף על פי ממדי זהות האני בכל קבוצה בנפרד. נמצאו מודלים שונים משמעותית. בקרב המתבגרות בכיתה ח' הכרה חברתית וזהות פיזית נמצאו קשורים באופן שלילי לדימוי גוף, בעוד שבקרב מתבגרות בכיתה י"ב זהות פיזית וממד סולידיות והמשכיות נמצאו קשורים באופן חיובי לדימוי גוף.

בקרב המתבגרות הצעירות נמצא קשר שלילי בין ההכרה החברתית והזהות הפיזית ובין דימוי גוף. ניתן אולי להסביר ממצא זה על ידי התבוננות בתהליך ההתפתחותי של הבנות הדתיות בגיל זה. גיל 13 הוא גיל תחילת ההתבגרות הפיזית. הבנות הדתיות מתחנכות על גדרי הצניעות העלולים להיתפס בעיניהן כהצנעת העיסוק בגוף, במראהו ובכל הקשור להתפתחות הגופנית. עם זאת, גופן מתפתח באופן מואץ ומבליט את נשיותן. העיסוק בנשיות עלול להיתפס אצלן כנושא לא צנוע וכהבלטת יתר של הופעה חיצונית. חלק מהבנות מתפתחות באופן מואץ ונראות כמעט נשים בעוד שחלק נראות עדיין כילדות. ייתכן שבשל המתח הנוצר בין הסקרנות המלווה את ההתפתחות ובין הפרשנות שלהן לצניעות נוצר קשר שלילי בין ההכרה החברתית ודימוי הגוף. דימוי גוף חיובי עלול להיתפס אצלן כעיסוק יתר במראה החיצוני ולכן כהתנהגות לא צנועה. העובדה שחלק מחברותיהן מתפתחות באופן פחות מואץ עלולה לחזק תפיסה זו ועלולה לתרום לקשר השלילי שבין ההכרה החברתית לדימוי הגוף.

מעניין הוא הקשר השלילי בין הזהות הפיזית ודימוי הגוף בקבוצה זו. Kim (2007) הבחינה בין דימוי גוף תפיסתי ובין דימוי גוף עמדת. בכך היא ממשיכה את דרכם של Keeton, Cash ו-Brown (1990) שהבחינו בין רכיבים תפיסתיים ועמדתיים שבדימוי גוף. דימוי גוף תפיסתי דומה, לדבריה, לדימוי גוף הערכתי והוא קשור להפרעות אכילה, בעיקר לאנורקסיה. דימוי גוף תפיסתי נמדד בדרך

כלל על ידי ההערכה הכוללת של האדם את גופו או רכיבים מסוימים של גופו. הסובלים מהפרעות אכילה מערכים את גופם כגדול יותר מאשר הוא.

דימוי גוף עמדתי הוא תוצאה של דימוי הגוף התפיסתי; הוא מתייחס לאי שביעות רצון מהגוף או למה שהיא מכנה "זלזול" (disparagement). דימוי הגוף העמדתי הוא רב ממדי וכולל רכיבים קוגניטיביים, רגשיים והתנהגותיים. שאלון דימוי הגוף שהשתמשו בו במחקר זה כולל 12 היגדים, כשניתן לשייך את רובם לדימוי גוף תפיסתי. היגדים כגון: "אני מתביישת בצורת החיצונית", "כשאני מביטה בגופי בראי הרגשתי גרועה", "אני אוהבת את ההופעה החיצונית שלי" (היפוך), "אני תופסת את עצמי כבעלת הופעה נאה" (היפוך), מבטאים היטב הבנה זו. עם זאת, השאלות העוסקות בזהות פיזית שבשאלון זהות האני נראות קשורות יותר לדימוי הגוף העמדתי: "אני חושבת שהייתי מתקדמת יותר טוב בחיים אם הייתי נראית טוב יותר" או "לעיתים קרובות אני חשה צורך לשנות את ההופעה החיצונית שלי ולהיראות אחרת".

אם הבנה זו נכונה, הרי שבתחילת גיל ההתבגרות קיים קשר שלילי בין דימוי גוף תפיסתי ובין דימוי גוף עמדתי בקרב מתבגרות דתיות. ככל שהבת הצעירה הדתית תופסת את גופה באופן שלילי עמדתה כלפי גופה היא חיובית. בהמשך להסברנו באשר לקשר השלילי שבין ההכרה החברתית לדימוי גוף ניתן לטעון שבשל המבוכה כלפי התפתחותה הגופנית והחינוך לצניעות, ככל שהמתבגרת הדתית הצעירה תופסת את גופה באופן חיובי, היא חוששת שמא תפיסה זו היא פחות צנועה ולכן דימוי הגוף העמדתי שלה נמוך.

בקרב המתבגרות בגיל 18 נמצא קשר חיובי ומובהק בין הממד זהות פיזית וממד סולידיות והמשכיות ובין דימוי גוף. בהמשך להסברנו, ייתכן שבגיל 18 המבוכה פחתה והעוצמה של החשש מפני בעיות צניעות בעצם העיסוק בגוף פחת. הזהות הדתית של המתבגרת מתגבשת והולכת ויחד אתה גם ההבנה שצניעות איננה "אי עיסוק" בגוף או הערכה שלילית של ההיבטים הגופניים. המתבגרת בגיל 18 מצליחה להבחין בין עיסוק שלילי בנושאים של דימוי גוף ובין עיסוק חיובי בהם. ייתכן שבשל סיבה זו דימוי הגוף התפיסתי קשור באופן חיובי לדימוי הגוף העמדתי.

הקשר שבין ממד הסולידיות וההמשכיות לדימוי הגוף עשוי לתמוך, חלקית, בהסבר זה. ממד הסולידיות וההמשכיות מתייחס לתחושת המתבגר שעל אף השינויים הרבים שהוא עובר, "הבריה התיכון" נשאר. ייתכן שהבת הדתית

בשלהי גיל ההתבגרות, החשה שזהותה יציבה על אף השינויים הגופניים שעברה, היא הבת שדימוי הגוף שלה חיובי. היא משלימה עם השינויים הגופניים, היא הצליחה לקבל את גופה ולשבצו בזהותה הכוללת (כולל בזהותה הדתית), ולכן גם תחושת ההמשכיות שלה חיובית.

מובן שדרושים מחקרים נוספים במתודות ממוקדות כדי לבחון הסבר זה. לדעתנו, חשוב לבחון את המשמעויות שמעניקות המתבגרות, בגילאים השונים, לשינויים הגופניים שהן עוברות. מחקר כזה ראוי שישלב מתודות איכותניות עם כמותיות.

אם הסברנו נכון, הרי שלחינוך המתבגרת הדתית הצעירה נוסף אתגר רב משמעות. יש צורך לחשוב מחדש על הרכיבים, על המשמעות ועל מתודות החינוך לצניעות בגיל זה. מחנכות הבנות הצעירות חייבות, לדעתי, להתאים את החינוך לצניעות להתפתחויות הגופניות הן בהיבט התפיסתי הן בהיבט העמדתו.

מקורות

- גל-אור, י', שובל, א', ולנצר, ר' (1983). **דימוי גוף – טיפוח מודעות לגוף באמצעות תנועה, להיות בתנועה חלק ב'.** נתניה: הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל במכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט בסיוע רשות הספורט והחינוך הגופני במשרד החינוך והתרבות.
- זיו, א' (1985). **התבגרות.** תל אביב: מסדה.
- פישרמן, ש' (1995). התפתחות זהות אמונית. **טללי אורות ו**, עמ' 443–465.
- פלגי, י' (1995). תפקוד רגשי התנהגותי ודימוי גוף בקרב מתבגרים: השוואה בין עולים מאתיופיה, ילידי הארץ ממוצא אתיופי וילידי הארץ שאינם ממוצא אתיופי. חיבור לשם קבלת התואר "דוקטור לפילוסופיה", אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.
- צוריאל, ד' (1974). זהות האני כפונקציה של מורכבות קוגניטיבית, אתנוצנטריות וזהות לאומית בקרב מתבגרים ממוצא מזרחי ומערבי. חיבור לשם קבלת התואר מוסמך, אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.
- צוריאל, ד' (1990). זהות האני לעומת פזירות הזהות בגיל ההתבגרות: היבטים התפתחותיים והשלכות חינוכיות. **מגמות**, 4, עמ' 484–509.
- רוזמן, מ', זלצמן, נ' ופרנקל, ר' (1990). **זהות אישית.** תל אביב: הוצאת רמות - אוניברסיטת תל אביב.
- שני-סלע, מ' (1999). דימוי גוף וחווית הגוף בקרב בני נוער בעלי נטיות התאבדות. חיבור לשם קבלת התואר "דוקטור לפילוסופיה", אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.
- Adler, A. (1930). *Problems Of Neurosis*. New York: Cosmo-Politian book.
- Archer, S. L. (1982). The lower age boundaries of identity development perspective. *Journal of Early Adolescence*, 7, pp. 223–225.
- Archer, S. L. & Waterman, A.S. (1983). Identity in early adolescence: A developmental perspective. *Journal of Early Adolescence*, 7, pp. 223–251.
- Banfield, S. & McCabe, M. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*. N.Y.: Roslyn Heights.

- Beit Hallahmi, B. (1991). Religion and identity: concepts, data, questions. *Social Science Information*, 30, pp. 81–95.
- Breakwell, G. M. (1986). *Coping with Threatened Identities*. London: Methuen.
- Bugental, J. F. T. (1965). *The Search for Authenticity*. New York: Holt, Rinehart, Winston.
- Cach, T. F. (1994). Body Image Attitudes: Evaluation and Effect. *perceptual and Motor Skills*, 78, pp. 1168–1170.
- Constantinople, A. (1960). An Eriksonian measure of personality development in college students. *Developmental Psychology*, 1, pp. 357–372.
- Davison, K. K., Markey, C. N. & Birch, L. L. (2002). A longitudinal examination of patterns in girls' weight concerns and body dissatisfaction from ages 5 to 0 years. *International journal of eating disorder*, 33, pp. 320–332.
- Erikson, E. H. (1958) *Young man Luther :A study in psychoanalysis and history*. London: Faber & Faber.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Fisher, S. (1973). *Body Consciousness*. London: Colder and Boyars.
- Fisher, S. (1990). The evolution of psychological concepts about the body. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: Development, deviance, and change* (pp. 3–20). New York: Guilford Press.
- Fisher, S. & Cleveland, S.E. (1968). *Body Image and Personality*. N.Y.: Van Nostrand Inc.
- Frankel, V.E. (1968). *Psychotherapy and existentialism*. New-York: Simon and Schuster Inc.
- Freud, S. (1927). *The Ego and Id*. Translated: Riviers. London: Hogarth press.
- Gray, S. H. (1977). Social aspects of body image: Perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 45, pp. 1035–1040.

- Groeschell, M. H. (2003). The development of body image in preadolescent girls a Qualitative study. Dissertation thesis. Washington: Argosy University.
- Grotevant, H. D. (1992). Assigned and Chosen Identity Components: A Process Perspective on Their Integration. In: G.R. Adams, T.P. Gullotta & R. Montemayor (Eds.), *Adolescent Identity Formation*. N.Y.: Newburg Park & Ca.:Sage.
- Gruen, W. (1961). Rejection of false information about oneself as an indication of ego identity. *Journal of Consulting Psychology*, 24, pp. 231–233.
- Hofman, J. E., Beit – Hallahmi, B. & Hartz – Lazarowitz, R. (1982). Self – concept of Jewish and Arab adolescents in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (4), pp. 786–792.
- Josselson, R. (1987). *Finding Herself: Pathways to Identity Development in Women*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Keeton, W. P., Cash, T. F. & Brown, T. A. (1990). Body image or body images? Comparative, multidimensional assessment among college students. *Journal of Personality Assessment*, 54, pp. 213–230.
- Kim, G. Y. (2007). Consequences of normative body image dissatisfaction: the development of tow scales. Dissertation thesis. Grand Forks: U. of north Dakota.
- Lowes, J. & Tiggemann, M. (2003). Body dissatisfaction, dieting awareness and the impact of parental influence in young children. *British journal of health psychology*, 8, pp. 135–147.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In: J. Adelson (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 159–187). New York: John Wiley.
- Marcia, E. J. (1986). *Doubt and distancing: developmental perspectives on identity formation*. Paper presented at Canadian Psychological Association Meeting. Toronto: Ontario.

- Marcia, J. E. (1994). The empirical study of ego identity. In: H. A. Bosma D. J. de Levita, T. Grafsma, T. & Grotevant, H. D. (Eds.), *Identity and Development: An Interdisciplinary Approach*. Cal.: Sage.
- Packard, P. & Krogstad, K.S.(2002). Half of rural girls aged 8–17 years report weight concerns and dietary changes, with both more prevalent with increased age. *Journal of American dietetic association*, 102 (5), 672–677.
- Ravaldi, C., Vannacci, A., Zucci, T., Mannocci, E., Cabars, P. L., Bolderini, L., Rotella, C.M., & Ricca, V. (2003). Eating Disorders and body image among ballet dancers, gymnasium users and body builders. *Psychopathology*, 36, pp. 244–247.
- Ricciardelli, L.A., Mccable, M.P., Holt, K.E. & Finemore, J. (2003). A biopsychosocial model for understanding body image and body change strategies among children. *Applied developmental psychology*, 24, pp. 475–495.
- Schilder, P. (1935). *Image and Appearance of the Human Body*. London: Kagan, Paul, Trench, Truber & Company.
- Shotter, J. & Gergen, K. J. (1989). *Texts of identity*. Newbury Park, CA.: Sage.
- Simmons, D. D. (1970). Development of an objective measure of identity achievement status. *Journal of Projective Technique and Personality Assessment*, 34, pp. 240–244.
- Tzuriel, D. 1984 . Sex role typing and ego identity in Israeli, oriental and western adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology* 46, pp. 440–457.
- Wapner, A. & Warner, L. (1965). *The Body Percept*. N.Y.: Random House.
- Waterman, A. S. & Whitbourne, S. K. (1982). Androgyny and psychosocial development among college students and adults. *Journal of Personality*, 50, pp. 121–133.
- Wertheim, E, H., Paxton, S. J., Shultz, H. K. & Muir, S. I. (1997). Why do adolescent girls watch their weight? An interview study examining

sociocultural pressures to be thin. *Journal of Psychosomatic Research*, 42, pp. 345–355.

Witkin, H. A. (1965). Development of the body concept and psychological differentiation in wafner and Werner. *The body precept*. New York: Random House.