

ילדים לפני הכל

להבין הורים דתיים
בתהליך היציאה מהארון של הבן
חוברת המשך ל"הורים לפני הכל"

כתיבה: יוסף אלישביץ, 052-6274234
פסיכולוג קליני מומחה, מטפל בקהילת הלהט"ב
עריכה לשונית: אורית נבנצאל

צוות ערב קהילה: רחלי פרץ, נדב שוורץ

erev.kehila@gmail.com

ErevKehila.org.il

© כל הזכויות שמורות 2025

החוברת יצאה בתמיכת האירגונים: בת קול, חברותא, שב"ל ותהל"ה

הקדמה ... 3

מבוא ... 3

החלום ושברו ... 4

מה עשיתי לא בסדר? ... 5

העולם שבחוץ ... 7

מה אם הוא יתחרט? ... 8

הקושי מול הדת וההלכה ... 9

הבדידות של ההורים ... 10

אני בזוגיות ... 13

מה עוזר להורים? ... 14

הקדמה

חוברת זו נכתבה עבור להט"ב שהוריהם דתיים ונמצאים לקראת יציאה מהארון או בשלבים הראשונים של אחריה, בשלבים אלו ההורים עדיין מעכלים ולומדים על הנטייה המינית או הזהות המגדרית של ילדם. מטרת החוברת היא להנגיש ללהט"ב את הקשיים שהוריהם חווים, ולסייע להם לראות את היציאה שלהם מהארון כפי שהיא נחווית על ידי הוריהם. כך אנו מקווים לקדם ולשפר את התקשורת הפנים משפחתית ולהקל על ההתמודדות עם השינוי שהמשפחה כולה עוברת.

בתהליך כתיבת החוברת נעזרנו בחוויותיהם של הורים דתיים ללהט"ב. הציטוטים המשולבים בה לקוחים משאלון שהעברנו להורים ומראיונות טלפוניים שנערכו עימם. אנו רואים ערך רב בקריאת החוברת, מאחר ואנו יודעים שהורים רבים אינם משתפים את ילדיהם בכל הקשיים שהם חווים. אחת מהסיבות, שעלתה מהראיונות בתהליך כתיבת החוברת לכך שהורים אינם משתפים את ילדיהם, היא הרצון להגן על הילד ולא להוסיף לו קשיים מעבר לאלו שהוא מתמודד עמם סביב יציאתו מהארון.

כפי שאמרה אמא דתייה לבן להט"ב:

לא הייתי מביעה בצורה אותנטית את מה שאני מרגישה ... לא יכולנו להגיד לו כמה זה כואב לנו כי הרגשנו שזה מאוד מכאיב לו, כי אכפת לו מאיתנו, וזה הכאיב לו עוד יותר, הוא לא רצה להכאיב לנו, כשדיברנו על כמה קשה לנו זה שיגע אותו

לשון הפנייה בחוברת זו "הוא/אתה". קיימת חוברת נוספת בלשון "היא/את" לנוחות הקוראות.

מבוא

אין לנו יומרה להקיף את כלל הקשיים שהוריק חווים, וגם אין בכוונתנו לרמוז שהתכנים בחוברת זו הם החשובים ביותר. תקוותנו היא שהחוברת תסייע לך להבין טוב יותר, ומזווית ראייה חדשה, את מגוון הקשיים שחווים הורים דתיים ללהט"ב. החוברת מופנית ומיועדת אליך, אך לא נכתבה ישירות אליך, מאחר והחוברת נוגעת בחוויות ובקשיים מגוונים שנוגעים להורים שונים. חלק מהקשיים בחוברת עשויים להיות רלוונטיים לך או/ו להוריק, וחלקם לא. במהלך הקריאה, לבד או יחד עם הוריק, תוכלו לשוחח ולבדוק האם מדובר בקשיים שגם הם מתמודדים עמם.

בדיקה זו יכולה לעורר ולעודד שיח פתוח וכנה בינך לבין הוריק, ולאפשר לך לשמוע מהם על הקשיים עמם הם מתמודדים. שיח כזה עשוי לאפשר לכם לחשוב כיצד להתמודד עם הקשיים הללו ביחד, כיחידה משפחתית אחת המתמודדת עם אתגר משותף, ולא בנפרד.

בזמן קריאת החוברת, אנו מזמינים אותך להיזכר בתחושות שחשת סביב הנטייה המינית או הזהות המגדרית שלך, ולנסות לזהות את קווי הדמיון וההבדלים בינך לבין התחושות שהוריק חווים. חלק מהתיאורים בחוברת עשויים להדהד אצלך קשיים דומים שאף אתה מתמודד עמם, ולסייע לך לחוש אמפתיה והזדהות עם קשייהם של הוריק. אחרים עשויים להיראות לך זרים ואף לא מובנים. אנו מזמינים אותך להתעכב דווקא על המקומות הללו, ולנסות להרחיב את נקודת המבט שלך באופן שעשוי לקרב בינך לבין החוויה של הוריק.

כך למשל, ייתכן שבתהליך הקבלה העצמית שלך חשת בושה, אשמה, או ניסיון להסתיר מהסביבה את החלקים בהם אתה חש שונה. אולי קיווית שמה שאתה מרגיש הוא זמני, ושהשינוי המיוחל יגיע בקרוב. בוודאי עלו אצלך חששות ודאגות לגבי העתיד והאופן בו הסביבה תגיב. ייתכן שצפו גם מחשבות ושאלות על עולמך הרוחני והדתי, ועל האופן בו תשלב, או לא תשלב, את אורח החיים הדתי עם הנטייה המינית או הזהות המגדרית שלך.

סביר להניח שהוריק חוו, ואולי עוד חווים, תחושות ומחשבות דומות. אם יצאת כבר מהארון, ייתכן שהם חוו זאת ממש בעת יציאתך מהארון, או בחודשים והשנים שלאחר מכן. אנו מזמינים אותך להתבונן בנקודות הללו, להזמין את הוריק לשיח, ולבדוק איתם האם ישנן חוויות ותחושות משותפות שאתם מתמודדים איתם יחד.

חוברת זו נועדה כדי לעזור לך ולהם בתהליך הבנת הקשיים שהוריק חווים ויצירת שיח ביניכם בנושא. כמובן שהוריק הם לא היחידים שחווים קשיים, וישנו מקום וחשיבות גם לקשיים שלך ולהבנה של הוריק את החוויה שלך. על מנת לסייע להם בכך, נכתבה בעבר החוברת "הורים לפני הכל" שזמינה אונליין, ואתה מוזמן להציע להם אותה לקריאה משותפת.

החלום ושברו

להורים יש תקוות וחלומות רבים עבור ילדיהם. ציפיות אלו נוצרות עוד לפני לידת התינוק ומתפתחות עם השנים, ככל שהילד גדל, מתינוק לילד, לנער ולבסוף לאדם

מבוגר. ההורים מפתחים תפיסה שלמה לגבי העתיד שהם מצפים ורוצים עבור ילדם, ובהתאם לכך גם את האופן בו הם רואים עצמם כהורים. חלק מהציפיות ההוריות הן מפורשות ומודעות, ואילו אחרות קיימות ברקע. במהלך התבגרות הילד חלק מהציפיות מתנפצות ואחרות נולדות במקומן. הציפיות עשויות לכלול את אופיו של הילד, הקשר שלו עם ההורים, ואת עתידו המקצועי.

חלק מהציפיות הן ציפיות לגבי המשפחה שיקים ילדם ואורח החיים שינהל בבגרותו. חלק מהציפיות נוגעות להיבטים מהותיים ומשמעותיים לעולם הערכים שלהם, ואחרות הן שוליות יותר. ככל שהציפייה נוגעת למאפיינים החשובים יותר עבור ההורים, כך הקושי גדול יותר כאשר היא אינה מתגשמת, וכך גם המאמץ הנדרש מהם כדי להסתגל לפער שבין הזהות של ילדים, כפי שמתגלה להם, לבין הזהות שחשבו שתהיה לו.

**"בנוסף היה לי מאד קשה לחשוב שלא תתחתן באופן "ראגיל" אבל
עם זה אני כבר השלמתי!"**

עבור הורים רבים, המשפחה היא ערך מרכזי. בתפיסה הדתית, אדם ללא משפחה נחשב לחסר, והקמת משפחה נתפסת כהשלמה חיונית וכערך עליון. הורים רבים מאמינים שהשתלבותו של אדם בחברה ומציאת מקומו בה עוברת דרך נישואים והבאת ילדים לעולם. עבור חלקם, גילויי הנטייה המינית או הזהות המגדרית של ילדם הוא בראש ובראשונה התנפצות חלום המשפחה. הם מבינים שילדם לא יקים משפחה הטרו-נורמטיבית (אבא, אמא וילדים), כפי שציפו. בנוסף, עשויים להתעורר אצלם חששות וספקות לגבי הגשמת חלומם האישי, להיות סבים וסבתות.

**"בהתחלה היה בלבול מאוד גדול, מצד אחד פתאום הרבה זכרים
הסתדרו לנו, מצד שני הרבה כאב. הכאב נבע מזדאגה לעתיד,
האם יהיו לנו נכדים?"**

מה עשיתי לא בסדר?

קושי נוסף של הורים דתיים ללהט"ב שיוצאים מהארון הוא תחושות האשמה והכעס שעלולים להתעורר בהם סביב היציאה של בנם מהארון. רבים מההורים מנסים להבין מה עשו "לא בסדר" ומאשימים את עצמם ואת דרך התנהלותם כהורים. הם חשים שהעובדה שבנם להט"ב קשורה אליהם, לדרך שבה חינוכו אותו, גידלו אותו והתייחסו אליו, ותוהים האם מדובר בתוצאה של החלטות חינוכיות שקיבלו.

בנוסף, הורים עלולים לחוש אשמה על האופן שבו הם מגיבים או מרגישים כלפי היציאה מהארון. אצל חלק מההורים האשמה קשורה לרגשות הכעס, התסכול והבושה שעלולים להתעורר בהם.

"הרבה רגשי אשמה, חושבים איפה טעינו, למה זה קרה לנו, איפה בילדות שלו התייחסנו אליו בצורה לא נכונה ובגלל זה זה קרה. האם היינו עסוקים מדי? פחות מדי קשובים? אולי בגלל שנתנו טלפון בגיל מוקדם מדי בלי חסימות? אולי בגלל זה הוא ראה תכנים שעוררו דברים שאם הוא לא היה רואה אותם זה לא היה מתפתח? קושי מאוד גדול לקבל את זה שיש נטייה כזאת שנולדים איתה."

תחושת האשמה של ההורים עלולה להתעצם ביחס למשפחה המורחבת ולקהילה שבה הם חיים. מעבר לתחושת האשמה האישית, הורים עלולים לחשוש מביקורת והאשמה מצד אנשים נוספים במשפחה ובקהילה, מה שעלול לגרום להם להרגיש שנכשלו בתפקידם כהורים, לגדל את ילדיהם על פי עולם הערכים שחשוב להם.

מכיוון אחר תחושות אשמה וכעס עלולות להתעורר סביב ההבנה שהילד שלהם שעליו הם רוצים להגן ובו לתמוך, התמודד לבד עם זהותו תקופה ארוכה, והם לא היו שם עבורו. המחשבה על הקשיים שחוה מבלי ששיתף אותם עלולה להיות מכאיבה מאוד. חלק מההורים שואלים את עצמם כיצד ייתכן שהם לא שמו לב, או מדוע לא דאגו ליצור סביבה מספיק בטוחה שתאפשר לילדם לשותף אותם. תחושות אלו מתווספות לתחושת אשמה שעלולה לנבוע מהאופן שבו התנהלו לפני שידעו על זהותו של ילדם, למשל אמירות פוגעות כלפי קהילת הלהט"ב שאמרו בעבר, או על המסגרות הלימודים שבהן שיבצו אותו והדברים הפוגעניים ששמע בהן.

"כעס על בן הזוג ... עדיין נצרבו אצל הילד דברים שאמר לפני שידע."

היעדר מודל לחיקוי לקבלה הוא קושי נוסף. רבים מההורים הדתיים אינם מכירים הורים דתיים אחרים שילדיהם יצאו מהארון, ואינם יודעים כיצד לנהוג בסיטואציה הזו. הם תוהים מה "נורמלי" להרגיש, ואיך "נורמלי" להגיב. ההורים לא יודעים כמה זמן מותר להם להתאבל על החלום שחלמו לגבי עתידו של בנם, ועל השבר שנוצר. כמה זמן מותר להם לכעוס, לחוש בושה, והאם בכלל מותר להם להרגיש כך. חלק מההורים חוששים שכבר עבר יותר מדי זמן ושעליהם להרגיש אחרת. הורים אלו עלולים להימנע מלשתף את תחושותיהם עם אחרים, מתוך פחד לצאת מהארון

או מתוך מחשבה כי רגשות אלו אינם לגיטימיים, ושבשלב זה הרגשות הקשים היו אמורים לחלוף.

"יש דברים שהוא עדיין לא מקבל, במיוחד את העובדה שאני מסתירה בעבודה את עובדת היותו הומו ואת הזוגיות שלו"

העולם שבחוץ

"פחד מאוד מאוד גדול מהידרדרות, זה יכול להיות מבחינה מינית, אם הוא התחיל בנטייות הימשכות למישהו מהמין שלו, לא יודעת לאן עוד זה יכול להגיע."

היציאה מהארון של הילד מעוררת קשיים גם אל מול העולם שבחוץ, ישנם חששות רבים שנוגעים לאופן בו הילד יתנהל בעולם ולאופן בו העולם יתייחס אל הילד עם המאפיינים החדשים בזהות שלו. עבור הורים דתיים רבים, הרגע שבו הילד שלהם יוצא מהארון הוא המפגש הראשון שלהם עם הקהילה הגאה פנים מול פנים. עבור הורים אלו, מדובר בעולם זר, אליו הם נחשפו מהתקשורת המגזרית או הכללית או ממקורות תורניים כאלה ואחרים, ומטבע הדברים גם מעורר חששות רבים. אחד החששות הוא שההתנהלות המינית של ילדם תהיה שונה מהציפיות שלהם, מעבר לנטייה המינית או לזהות המגדרית עצמה, וכן ההשלכות של התנהגות מינית כזו. הורים עלולים להיות מודאגים ממגוון השלכות אפשריות, כגון: ניצול מיני, פגיעה מינית, מחלות מין, הפקרות מינית, מערכת יחסים פוגענית ועוד.

"חרדות מניצול מיני של אנשים ... יתפסו את הילד שלנו במצבים של חולשה, במצבים של דחייה של המשפחה והחברה והוא יחפש את החוס אצל אנשים שינצלו אותו. יכולים להיות אנשים שינצלו את הכוח שלהם ואת המצוקה של הבן שלי ... החשש הוא עוד יותר גדול כשמדובר בילד שמשוה בעולם שלו התערער, והוא חש דחייה, חשש מאוד גדול."

חלק מההורים מתמודדים עם הדאגה לרווחה הנפשית והרגשית של ילדם. ההורים חוששים מהסטיגמה, להט"בופוביה, ומהדעות הקדומות שהילד שלהם עלול לחוות ולהתמודד איתם, ומהשפעת הדחייה החברית. הם חוששים שהיציאה מהארון תוביל לבדידות ולדחייה, במשפחה הגרעינית, במשפחה המורחבת, בקהילה ובבית הספר.

"בעיקר הפחד ממה שהיא תצטרך להתמודד איתו, ההבנה שהחברה לא מוכנה לזה, כאב הלב על כל הקשיים בדרך."

אם היציאה מהארון נוגעת לזהות המגדרית, ההורים עלולים לחוות חששות רבים שנובעים מחוסר ידע והיכרות עם תהליכי התאמה מגדרית. הם נחשפים לעולם חדש וזר ועשויים להתמודד עם אי-וודאות רבה לגבי התהליך שהילד שלהם עשוי לעבור. חלק מההורים חוששים מהשלכות הפיזיות והנפשיות של התאמה מגדרית, כמו גם מההשלכות החברתיות, במשפחה ובקהילה.

"היינו צריכים לשנות לה מסגרת לימודית, ללכת לאיכילוב להבין את התהליך של הורמונים, הייתי צריכה להתמודד עם רגשות חזקות של בושה, אשמה וחרדה"

מה אם הוא יתחרט?

כשילד יוצא מהארון מול הוריו, הורים רבים מקווים שהוא מבולבל, לא מבין נכון את רגשותיו ותחושותיו, ואולי בעתיד ירגיש אחרת. המחשבות הללו יכולות להתעצם במצבים מסוימים, למשל אם הילד עדיין בגיל ההתבגרות או אם הוא כבר נשוי לאישה. התקווה שמדובר בטעות, בבלבול, או במשהו חולף מתחברת לחשש של ההורים שהילד יתחרט בעתיד. הורים רבים חוששים שהיציאה מהארון עלולה להקשות עליו בעתיד, אם ירגיש אחרת וירצה להתחתן עם אישה. מספיקה כתבה אחת בעיתון על אדם שהתחרט, אפילו בעילום שם, כדי להפיח תקווה או לעורר חשש.

החשש שהילד יתחרט משתלב גם עם החשש שההורים עצמם יעשו משהו שיתחרטו עליו בעתיד, ולא תהיה להם דרך חזרה. כך למשל, חלק מההורים חוששים שאם יספרו לשאר בני המשפחה, או לקהילה או לחברים, הם עלולים להתחרט על כך בעתיד. חשש זה עשוי למנוע מהם מלספר מלכתחילה.

החשש מהחרטה מתעצם אף יותר כאשר מדובר על ילד שיוצא מהארון הטרנסגי. הורים רבים חוששים שאם ילדם יבצע פרוצדורות של התאמה מגדרית, הוא עלול להתחרט עליהן בהמשך.

"ברוך ה' הילדה שלי פורחת, שמחה במסגרת החדשה (מעורב בינם ובנות), היא פונה אלי לכל בקשה, סומכת עלי והצלחנו להישאר קרובים. החלטנו לא לתת לה את ההורמונים שהיא

ביקשה כי פחדנו שזה יעשה נזק לגוף שלה והיא הבינה את זה. אני אבל מרגישה ראשית אשמה שלא אפשרנו לה. היא לא סובלת, היא שמחה, אז זה נותן הרגשה נעימה."

הקושי מול הדת וההלכה

"למה הקב"ה הביא עליו ועלינו את הניסיון הזה?"

עבור הורים דתיים רבים, הדת מאוד חשובה ומרכזית בחיים שלהם. עבורם, הפער בין התפיסה הדתית לבין היציאה מהארון יכולה לעורר קונפליקט עמוק בין אהבתם לילדם לבין המחויבות לערכים הדתיים שבהם הם מאמינים. מתעוררות בהם שאלות רבות, כמו האם וכיצד הנטייה המינית יכולה להשתלב עם אורח חיים דתי, ואיך לשמור על העולם הדתי יציב מבלי לדחות את הבן ואת אורח חייו. נוסף על כך, עשוי להתעורר קונפליקט הנוגע לאיסורים מהתורה שהבן עלול לעבור עליהם. הורים עלולים למצוא את עצמם שואלים כיצד להתנהל כאשר הבן שהם אוהבים בוחר בדרך שמובילה אותו לעבור על איסורים הלכתיים.

"זה הפחד הזה, קשה להגיד אותו אפילו במילים, הנושא הזה של משכב זכר מאוד מאוד קשה. זה הכניס אותי לחיות במצב של קונפליקט מאוד קשה, של מלחמה בין ערכים. ערך אחד זה שאני אוהבת את הילד שלי, בכל מצב, אני לא מוותרת עליו. וערך שני זה מצוות התורה. זה מצב של קונפליקט, של התנגשות בין ערכים שאני מאמינה בהם. הקונפליקט העצום הזה בין הערכים האלה שאני מאמינה בהם, זה כאילו לאחז בשני הקצוות ולהמשיך ללכת."

בנוסף על חששות אלו, הורים רבים חוששים שבעקבות היציאה מהארון, הילד שלהם יבחר לנהל אורח חיים שאינו נאמן להלכה. עבור אנשים שההלכה והדת הן מרכיב מהותי ובעל חשיבות עליונה בחייהם, הבחירה של הילד לעזוב את אורח החיים הדתי מהווה שבר עמוק ומעוררת כאב גדול, לעיתים גדול אף יותר מהיציאה מהארון עצמה.

"הבעיה העיקרית שלי היתה פריקת עול מצוות. חיים בנאמנות להלכה, ובעיקר שבעקבות ההגדרה כלהט"ב עזב את הדת לגמרי. ניסיתי לחשוב אם החינוך לא היה מספיק שורשי, מה עוד יכולתי לעשות ולא עשיתי."

הורים דתיים רבים חיים בקהילה שמונהגת על ידי רב ופועלים לרוב על פי הנחייתו ובהתאם לדרכו התורנית והרוחנית. ישנה חשיבות רבה לעמדתו של הרב כלפי להט"ב ולשאלות של קבלה והתנהלות מול הילד. כך למשל, ישנו הבדל גדול בין הורים שהרב שלהם תומך בקבלה של הילד כפי שהוא ומעודד אותם לאפשר לו לבטא את אורח חייו, גם אם יש בו מרכיבים שאינם תואמים את דרכם ההלכתית, לבי הורים שהרב שלהם סבור שאסור להם לקבל את הילד ואת אורח חייו. במקרים מסוימים, ההורים עצמם חושבים אחרת מהרב, אך מוצאים עצמם קרועים בין עמדותיהם האישיות לבין הציפיות מהם להתנהל על פי הסמכות הרבנית.

בנוסף על העמדה של הרב כלפי היציאה מהארון עצמה, ישנו חשש שהרב יפסוק בשאלות שנוגעות לילד שלהם, באופן שעלול לפגוע בו או בכל המשפחה. למשל, שאסור לו להיות חזן, לעלות לתורה, לציין את השמחות שלו בקהילה או כאשר ישנה סוגיה של התאמה מגדרית, בנוגע למקום שלו בבית הכנסת.

"קושי מאוד גדול שהילד לא הולך בדרך שלי, זה כמו שהייתי נותן לילד שלי כסף לקנות דירה והוא היה משתמש בזה לטיול מסביב לעולם, זה מעשה מאוד לא אחראי."

הבדידות של ההורים

"שנים שיתפנו רק אנשי טיפול, ואז לאט לאט את האחים של ילדינו, את האחים שלנו, הורים, מספר מצומצם של חברים טובים, לאט לאט"

הורים רבים, שבסיטואציות מורכבות אחרות היו פונים למעגלי תמיכה, כגון חברים, משפחה מורחבת או חברי קהילה, חשים בושה סביב הנטייה המינית או הזהות המגדרית של ילדם ואינם משתפים בכך את הסביבה. כך למשל, רב הקהילה, דמות שבמצבים אחרים נתפס כדמות תומכת שאפשר לפנות אליה, נחוזה אחרת בהקשר זה.

חלק מההורים אף חוששים להיחשף מול הורים בסיטואציה דומה לשלהם, מה שמונע מהם לפגוש הורים נוספים שילדיהם יצאו מהארון, לשמוע כיצד הם אחרים מתמודדים, לשתף על החוויות שלהם, ולהתמודד יחד. חלק מההורים נשארים מבודדים למשך שנים, חוששים לשתף ולגלות לסביבתם הקרובה או הרחוקה. בחלק מהמקרים מההורים מרגישים בנוח לשתף במידע היבש, אך נשארים לבד

עם מכלול התחושות והרגשות הקשים

"הילד שלנו יצא בפנינו מהארון, ומייד נכנסנו אנחנו לארון."

במובנים רבים, היציאה של הילד מהארון היא הכניסה של ההורים לארון. עד עכשיו הוא נשא את הסוד והתמודד עם המידע, ועכשיו הם אלו שמתמודדים עם תחושות דומות של בושה, אשמה והסתרה.

"אחרי כמה חדשים הצלחתי להגיד להורים שלי, למרות שממש פחדתי, הם הבינו והיו מאוד סימפטיים וקראו לה ישר בשם שהיא בחרה לעצמה. אולי שנה לאחר מכן סיפרנו להורים של בעלי, הם היו פחות סימפטיים ועדיין קוראים לה בשם הקודם."

הורים רבים חוששים מתגובת הסביבה "מה יקרה אם יגלו ש...". מעבר לבדידות, ולחוסר הנוחות בשיתוף, חלק מההורים חוששים מהשלכות של הגילוי. הם חוששים שאנשים בסביבתם יגיבו בדרכים של דחייה והתנכרות כלפי הילד שלהם כלפיהם או כלפי המשפחה כולה.

"קושי מאוד גדול מול קרובי משפחה, איך משתפים קרובי משפחה, סבא וסבתא, משפחה שעשויה להחרים אותו, לא להתייחס אליו, להחרים את המשפחה כולה, ניתוק קשרים ממנו. מה עושים עם זה? יש פה מישוה שדוחה את הבן שלי, מה אני עושה עם זה? איך אני יכולה לנהל איתו קשר משפחתי כשהוא דוחה מישוה שהוא כל כך חלק ממני."

גם כאשר הורים מחליטים שהם רוצים לשתף את הסביבה, הם נתקלים בקשיים נוספים. הם אינם בטוחים האם היציאה מהארון היא סוד של הילד, שהוא זה שצריך להחליט מתי ומול מי לשתף, או שזה משהו שהם עצמם יכולים לדבר עליו. במצבים רבים הילד מבקש לשמור זאת בסוד, מה שמונע מהם להיעזר במעגלי תמיכה ויוצר ריחוק בינם לבין הקרובים להם. כך למשל יכול להיווצר מצב בו אם שהבן שלה יוצאת מולה מהארון ולא מרגישה בנוח שסבא וסבתא שלה ידעו, נאלצת לשמור סוד מהוריה, על אף שהאם רוצה לשתף אותם ולהיעזר בהם.

"מאוד מאוד קשה לי שאני לא יכולה לשתף את המצב שלה, אפילו לא עם אח שלה"

קושי נוסף מתעורר כאשר הילד יוצא מהארון רק מול אחד מההורים. לעיתים, הילד מרגיש יותר בנוח לשתף הורה אחד ומבקש ממנו לשמור על הסוד מההורה השני.

במקרים כאלו, הבדידות מתעצמת וחודרת אף לתוך התא המשפחתי. ההורה שנושא את הסוד עלול לסבול ממצוקה ואף לחוש אשמה, מצד אחד כלפי בן הזוג, ומצד שני כלפי הילד. במקרים מסוימים, ההורה עצמו חושש מתגובת ההורה השני ובוחר שלא לשתף אותו. גם במצבים אלו, על אף שההורה הוא זה שקיבל את ההחלטה לשמור סוד, הוא נשאר בבדידותו, ועלול לחוש קושי רב בעקבות זה.

"בשוק הראשוני היינו ביחד, אבל בשלבי הקבלה היינו ממש לא מסונכרנים וזה היה מאתגר... היה לי קשה לתמוך בבן הזוג שלי."

מעבר לידיעה עצמה, הרגשות שמתעוררים אצל כל אחד מההורים עשויים להיות שונים משמעותית. ייתכן מצב שבו אחד ההורים מגיב ברגשות עזים יותר של כעס או בושה מההורה השני. פער זה יכול להעצים את מגוון התחושות של ההורה אשר מתעוררות בו אל מול המציאות ואף להוביל לבדידות רגשית בתוך הקשר הזוגי.

מעבר לתגובה הרגשית, דרך ההתנהלות של ההורים מול הילד עשויה להיות שונה, ולגרום לחיכוכים ביניהם. בעוד הורה אחד יעדיף לנהל שיח פתוח ולתמוך באופן מלא, השני עשוי להעדיף גישה של הסתרה או הכחשה. פער זה עלול לגרום למתחים בתוך המשפחה.

"לא פתחנו את זה כי רצינו בעיקר להיות שם בשבילה ולא להערים עליה עוד"

בנוסף לבדידות מול החברים והמשפחה, הורים רבים חווים בדידות גם מול הילד עצמו. כשהילד יוצא מהארון, ההורים מגלים עליו משהו חדש וצריכים לעכל את המציאות הזו. עם זאת, גם הילד עצמו עובר תהליך מורכב של גילוי עצמי וקבלה. ההורים רוצים לשאול, לשמוע ולהבין, אך במקביל הם רואים את המצוקה של הילד ולא רוצים להוסיף לו קושי נוסף. לכן, הם נמנעים מלשתף אותו בתחושותיהם. מסיבות אלו ונוספות, הורים רבים מגייסים את כל כוחותיהם לתמוך בילד סביב היציאה מהארון, ומפנים את המשאבים שלהם לסייע לו עם מצוקתו מה שמונע מהם לקבל מענה לשאלות ולצרכים שלהם.

"שיתפנו, אבל במידה ובזהירות כי לא רצינו להכאיב לה עוד יותר ולהוסיף לה על הקשיים שלה."

בנוסף, חלק מההורים אינם הראשונים שהילד יצא לפניהם מהארון. ייתכן והוא כבר שיתף חברים, בני משפחה, חלק מהאחים ואולי אפילו את ההורה השני. ייתכן וההורה נעלב מכך שהילד בחר לספר לאחרים לפניו. הוא עלול להרגיש שהילד

הרגיש בטוח או קרוב יותר לאחרים מאשר אליו עצמו, וייתכן שיפגע מכך וירגיש דחוי.

הורים שכן רוצים לשתף את הילד, לא תמיד יודעים איך. לא ברור להם כיצד לפתוח את השיחה, מה מתאים לשאול, מה כדאי להגיד ואיך אפשר לנהל שיחה פתוחה וכנה בנושא לא מוכר. יש מצבים שבהם הילדים עצמם אינם מעוניינים בשיחות עומק בנושא, במיוחד בשלבים הראשונים לאחר היציאה מהארון, בהם חלק מההורים דווקא מאוד מעוניינים בשיחות עומק.

" ובהתחלה ממש - הרצון שלנו לחפור ולהבין מול הרצון שלה שיעזבו אותה בשקט"

אני בזוגיות

"בסדר שהוא הומו, אבל למה הוא צריך זוגיות? למה הם צריכים ילדים?"

גם בקרב הורים שמקבלים את הנטייה או הזהות המגדרית של ילדם, עולות שאלות רבות לגבי בחירותיו והחלטותיו. כך למשל, הורים שמקבלים את העובדה שהילד שלהם הוא הומו, יכולים לחוות קשיים סביב הבחירה שלו להיות בזוגיות עם גבר, לעומת האפשרות שהוא יהיה הומו ורווק.

באופן דומה, הורים לילד שיצא מהארון כביסקסואל, אשר בוחר לחיות בזוגיות עם גבר, עשויים להרגיש בלבול או חוסר הבנה כלפי הבחירה שלו, מאחר והוא נמשך גם לנשים ויכול להתחתן עם אישה. בחלק מהמקרים, הבחירה הזו סותרת את תפיסת עולמם ואת הדרך בה הם עצמם גדלו וחונכו, כמו גם את המסלול שהם דמינו לילדיהם.

"יש לנו בת שיצאה מהארון כבי. מהרבה בחינות יותר פשוט, אולי בגלל שאצלה עדיין לא הבנו עד הסוף שלא בהכרח תהיה זוגיות עם גבר..."

לעיתים, הילד מחכה להיות בזוגיות לפני שהוא יוצא מהארון. במקרים כאלה, ההודעה להורים היא למעשה כפולה, גם על הנטייה המינית או הזהות המגדרית שלו, וגם על כך שהוא בזוגיות. עבור הורים רבים, יש הבדל משמעותי בין לדעת שהן הומו, לבין הידיעה שהוא בזוגיות עם גבר.

"עדיין לא הביא בן זוג הביתה כך שבינתיים זה עדיין לא פגש אותנו מול העיניים אבל זה בוודאי יהיה שלב מאתגר."

עבור חלק מההורים, בן זוג הוא כמו חותמת, כמו אישור רשמי לכך שהמציאות היא בלתי הפיכה. במיוחד בקרב הורים מרקע דתי, עצם קיומו של בן זוג עשוי להגביר את תחושת הקונפליקט שלהם. פתאום, לא רק הילד שלהם הומו, אלא יש עוד אדם שמביא את הזהות הזו אל תוך חייהם, בן הזוג שלו.

בנוסף, קיימות אצל הורים רבים סטיגמות על מה זה להיות "הומו". כאשר מדובר בילד שלהם, הסטיגמות עשויות להיחלש, משום שהם מכירים אותו ואת עולמו. עם זאת, כאשר מדובר על בן הזוג שלו, הסטיגמות יכולות להתעצם ולהופיע במלוא העוצמה. מנגד, יש הורים שהידיעה שהילד נמצא בזוגיות דווקא מרגיעה אותם. עבורם עצם העובדה שהוא נמצא בקשר יציב ומחייב מספקת תחושת ביטחון. הם עשויים לראות בזוגיות גורם שומר ומגן.

"הבן שלי חי עם בן זוג, וזה יציב, ואני מקווה שזה שומר עליו ושהוא לא יאגרר למקומות לא טובים, לחפש בהם חוס ואהבה."

מה עוזר להורים?

"עזר לנו שיחות עם אנשים שעברו את הניסיון הזה, הורים דתיים לילדים להט"בים, לשמוע מהם איך הם התמודדו, כאלה שמתמודדים כבר כמה שנים."

כפי שהקשיים שמשפחות שונות והורים חווים שונים אחד מהשני, כך גם הדברים שמסייעים להורים מסוימים יכולים להיות שונים מהדברים שמסייעים להורים אחרים. אנו מציגים כאן מספר אפשרויות שיכולות לסייע להורים דתיים ללהט"ב, על מנת לעורר שיח פתוח וכנה, להרחיב את האפשרויות ולחשוב יחד מה יכול לסייע לקרב ולשפר את הקשר במשפחות שונות.

לצד כל הקשיים, כדאי גם להכיר ולדעת מה יכול לסייע להורים. אחד הדברים שמרגיעים הורים לאחר שהילד שלהם יוצא מהארון הוא להכיר ולראות שאמנם יש לו נטייה מינית וזהות מגדרית, אבל מעבר לכך יש אדם שלם עם תכונות ומאפיינים רבים.

"הנטייה המינית היא רק חלק מהאישיות שלהם, ובסופו של דבר גם אם ההורים לא ישמחו מהנטייה, הם יכולים לשמוח בחלקים

אחרים של האישיות, של העשייה. וכשהם יראו תמונה שלמה יותר
אז גם הכאב יקבל פרופורציות אחרות."

אל מול החששות והחרדות של ההורים לגבי החיים של הילד, יכול לעזור להם לראות שטוב לילד, שיש לו חברים, מעגל תמיכה. אצל חלק מההורים, כשהילד נמצא בזוגיות יציבה וארוכה, גם יש בזה משהו מרגיע, שמאפשר להם למצוא דמיון וקרבה בין אורח החיים שלו לבין אורח החיים שהם היו רוצים עבורו.

היכרות איתו עם חברים ועם בן הזוג שלו וחייהם, יכולים לסייע להם לראות את הדמיון בין הזוגיות שלו לבין זוגיות כפי שהם מכירים אותה.

"אם ההורים יראו שטוב להם... שטוב להם בחיי היוס יוס, בעיסוק
שהם מוצאים לעצמם, במקצוע, בחיי החברה שלהם, בחיבור
לאנשים טובים והגונים... זה משהו מאוד מרגיע."

דבר נוסף שמסייע, הוא ההבנה של ההורים שהם מתמודדים עם רגשות ותחושות דומים לאלו שהילד התמודד איתם לפני שיצא מהארון. הדמיון בין החוויות מאפשר להורים להסתייע בילד, להתמודד עם הדברים יחד מתוך מקום של קרבה ויחד ולא מתוך מקום של מאבק בין שני צדדים. שיתוף הדדי ושיח בנושא יכול לעזור, גם אם בתחילה השיח יעורר מבוכה ואי נעימות, ככל שההבנה ההדדית תגבר ישנה תקווה שהמבוכה תפחת ובמקומה תתעצם תחושת אינטימיות וקרבה.

בנוסף, כאשר הילד בוחר לצאת מהארון בחברה ומול המשפחה, וההורים מרגישים בנוח, מתאפשר שיתוף שמוביל למעגלי תמיכה הולכים וגדלים. הורים רבים שיתפו על ההקלה הרבה שחשו כאשר דיברו עם אנשים נוספים. גורם תמיכה חשוב הוא רב תומך ומכיל, שמחזיק באותן תפיסות ואמונות לגבי היחס לילד להט"ב כמו ההורים, והם יכולים לשתף אותו ולהיעזר בו.

"לדבר לדבר לדבר, ולשתף. לא שיתפנו בהתחלה, שמרנו את זה
בסוד כמוס וזה היה קשה".

גורם תמיכה משמעותי מאוד שהורים יכולים להיעזר בו הוא קבוצות תמיכה המיועדות להורים דתיים ללהט"ב. מדובר על קבוצות בהן נפגשים הורים דתיים ללהט"ב. קבוצות אלו מאפשרות להורים מרחב משותף ובטוח עם אנשים נוספים בסיטואציה דומה. במרחב הבטוח מתאפשר להורים לשאול, לשתף, להקשיב, לקבל מידע ולתמוך אחד בשני.

"לכולם יש את אותם בעיות, אתה רואה שאתה לא לבד, אתה יכול

לשתף, לשמוע, לבכות, זה מקום שמאוד עזר לנו

בנוסף, החשיפה וההיכרות עם העולם החדש והלא מוכר של הבן יכולות לסייע להורים להבין ולהכיל את המציאות החדשה. ההיכרות נעשית קודם כל באמצעות התקרבות לילד, קיום קשר קרוב ושיח אמתי ופתוח איתו. כאשר ההורים שומעים מהילד על החיים ועל העולם שלו עם ובלי קשר לעולם הלהט"בי, המחשבות שלו, השאלות שלו, ויש להם מקום לשאול ולשתף בעצמם, העולם המפחיד והלא מוכר הופך עם הזמן להיות פחות ופחות מאיים. דרך נוספת להיחשף לעולם הזה, היא דרך היכרות עם הורים ללהט"ב, ולהט"ב נוספים מלבד הילד שלהם.

"ללכת למצעד בירושלים, עוזר לראות שהם חמודים, שהם ילדים חמודים. אתה הולך לשם ואתה רואה שהם לא יצורים משונים, אלא פשוט ילדים חמודים. אני נורא נהנית, ללכת עם חברותא ובת קול".

גורם תמיכה נוסף משמעותי מאוד הוא טיפול פסיכולוגי. טיפול יכול לסייע בדרכים שונות. ההורים עצמם יכולים לפנות לטיפול על מנת לעבד ולהתמודד עם מגוון התחושות והקשיים שהם מתמודדים איתם. אפשרות נוספת היא לפנות לטיפול משפחתי, בו המשפחה כולה תוכל לתקשר באופן פתוח וחשוף, לעבד את הקונפליקטים והמתחים ביניהם, וליצור קשר פתוח וקרוב יותר.

"טיפול משפחתי שעזר לכל אחד לראות גם את הצד של השני, מאוד עזר, הקל על הקושי של שני הצדדים"

לבסוף, הזמן מסייע גם הוא. הורים רבים זקוקים לזמן, חודשים ואף שנים, לעבד ולעכל את המציאות החדשה ולעבור תהליכים שיובילו לקבלה, הכלה ושיח שמאפשר לקיים קשר וקרבה עם המורכבויות והפערים.

"יש דברים שלא יכולתי לעבד אותם אז, היום אני יכולה לעבד אותם בצורה אחרת."

ערבן
קהילה

