

## מה מצחיק קשישים וקשישות ערבים בשפרעם - הומור בקרב קשישות וקשישים - בשפרעם

ד"ר ג'נאן פלאח\* חסון ראניה\*\*

### תקציר

מאמר זה בא לבחון את מקומם של ההומור והצחוק בקרב קשישים וקשישות ערביות. המחקר בוצע בבית הקשיש בשפרעם. מאמר זה מסתמך על מאמר קודם שפרסמתי בכתב העת הומור מקוון מספר 9 (דצמבר 2017) "זה מצחיק אותי: מה מצחיק קשישות ערביות החברות במועדון הקשיש בעכו". כמו כן נבדק ההבדל המגדרי ביחס להומור ולצחוק. ממצאי המחקר מלמדים על חשיבותו של ההומור ולצחוק יש מקום חשוב בחוויה החיובית שיש לקשישים ולקשישות בהקשר החברתי. כמו כן נמצאו העדפות שונות בין הקשישים והקשישות לגבי הגורמים שבזכותם הם צוחקים. ממצא נוסף מעניין שהתגלה במחקר הוא שחשיבות הקשר המשפחתי פחת בהקשר של הצחוק לעומת הקשר החברתי במעון לקשישים.

**מלות מפתח:** קשישות, קשישים, חברה ערבית, מועדון יום לקשיש, הומור.

### מבוא

מעמדו של הזקן בחברה הערבית מושפע ממבנה המשפחה המסורתית. במשך השנים היה מקובל כי המשפחה מהווה יחידה חברתית מלוכדת, יחידת מגורים ויחידה כלכלית. בני המשפחה המורחבת גרו תחת קורת גג אחת או בבתים סמוכים, ונכסי המשפחה המורחבת, ובעיקר האדמות, שהיו יסוד הכלכלה בחברה החקלאית, היו בבעלותו של האב ונרשמו על שמו. כל בני המשפחה עבדו יחד במשק בפיקוחו של האב ובניהולו, והוא אף שלט בהכנסות המשפחה. עם נישואי הבנים היה האב מעביר לידיהם חלק מאדמות המשפחה, על מנת שיבנו עליהן את בתיהם. כך נוצרה תלות כלכלית של כל בני המשפחה, כולל הבנים הנשואים וילדיהם, בזוג ההורים הקשישים, ואלה נהנו מעמדת כוח כלכלית וחברתית משמעותית. עקב מעמדם של הקשישים וקרבתם הפיזית לבניהם ולנכדיהם הוטל הטיפול בקשישים על בני המשפחה, שנהגו לסעוד את ההורים הזקנים בעת הצורך. העובדה כי המשפחה הערבית (בעיקר המוסלמית) מרובת ילדים, הקלה על המלאכה, שכן עול הטיפול בקשישים התחלק בין מספר רב של צאצאים. הקשישים נותרו מטופלים בבתיהם, ולא היה מקובל להעבירם לבית אבות או למוסדות סיעודיים אחרים. העברת קשיש למוסד סיעודי נתפסה כהזנחתו וכבגידה במסורת, המקדשת את ערך המשפחה (פראג' פלאח, 2017).

בשנים האחרונות חלו תמורות בתפיסת הטיפול בקשיש. מקובלת פחות התפיסה שבני המשפחה הם המטפלים הבלעדיים בקשישים בכלל, ובקשישים מוגבלים בפרט, ובה בעת הולכת וגדלה המוכנות והיכולת להיעזר בשירותים פורמאליים לטיפול בקשישים אלה. שינוי תפיסה זה מתבטא בין היתר בהקמתם של מועדונים לקשישים בתוך הישובים הערביים.

### סקירת ספרות

ההומור הוא דרך אוניברסלית ויעילה ליצירת תקשורת בין בני אדם. ההומור בבסיסו הוא תופעה חברתית והדבר מקבל ביטוי מכך שאנו מתבדחים וצוחקים בתדירות רבה כאשר אנו בקבוצה מאשר

\* ד"ר ג'נאן פלאח, ראש המחלקה למגדר, המכללה הערבית האקדמית לחינוך, חיפה.

\*\* חסון ראניה, אסיסטנטית של ד"ר גנאן פלאח.

בהיותנו לבד (Martin & Kuiper, 1999). דרך משחק נוצר הקשר החברתי של ההומור והדבר מתבטא ביצירת תקשורת בצורה משחקית, כאשר הצחוק מבטא את רגש העליצות. לדוגמא, אי ההלימה הלא רצינית המעוררת הומור, מאפיינת דברים מצחיקים שאנשים אומרים או עושים (Martin).2007)

להגדיר הומור זו משימה לא קלה, יש הטוענים כי כל ניסיון להגדירו הופך אותו ממילא לרציני דבר שלא מאפיין את המושג הומור. הומור יכול להיות מוגדר כבדיחות הדעת, היתול (זמיר, 2007). המעניין בהומור הוא שניתן לזהות אותו באופן אינטואיטיבי. ההומור תפס מקום חשוב בתחומים מדעיים רבים כגון הפסיכולוגי, החברתי והאישיותי (רימור, 2010). ההומור מהווה חלק אינטגרלי מתהליך ההתפתחות של הילד והוא משמש את הילדים, כאמצעי לפורקן דחפים ורגשות תוקפניים מודחקים. הילדים נהנים מהומור הקשור בפעולות שכבר שולטים עליהן וכך הילד חווה שוב את חוויית ההתגברות וההשתלטות על קשיים שליוו אותו בשלבים התפתחותיים קודמים. במלים אחרות, תפקיד הצחוק הוא לשחרר עודפי אנרגיה ומתח שהצטברו בגוף עקב תחושות קשות של מתח ומבוכה. הצחוק מספק הקלה נפשית מאותן תחושות. בראיית ההתפתחות הקוגניטיבית ההומור מתפתח במקביל להתפתחות הקוגניטיבית של הילד כך ילדים בגילאי 4-2 שנים יכולים לצחוק במשחק שבו חפץ מסוים ממלא מקום של חפץ אחר (קראוס, 2014).

סובר (2011) מתייחס לשני סוגי הומור, ההומור המילולי וההומור הוויזואלי. ההומור המילולי הינו פונקציה של התפתחות השפה המדוברת, וביחס להומור הוויזואלי נחשב יחסית צעיר. גם בקרב תינוקות מקדים ההומור הוויזואלי את ההומור המילולי. ההומור הוויזואלי מופיע בגיל שישה עד שמונה חודשים לערך ולאחריו, בפער של מספר חודשים, מופיע ההומור המילולי. לויין ויעקובי (2013) מתייחסים במאמרם למספר סוגים של הומור: ההומור המקרב, אשר יוצר משיכה והזדהות במערכת זוגיות ובאותה מידה יכול לגרום תוצאה הפוכה. הומור עצמי מאפשר התמודדות סובלנית עם התכונות הקשות של עצמנו וכך הוא מונע מהאדם להגיע לקונפליקט והטחת אשמה. סוג נוסף הוא ההומור הרע והמרחיק, דרכו אנו מרחיקים את בן הזוג, דבר שמשפיע לרעה על מערכת הזוגיות. הומור מעליב משמש אותנו לעקוץ את האחר והוא משאיר השפעה עמוקה ושליטת במערכת יחסים. ההומור המילולי דורש מיומנויות קוגניטיביות ואינטלקטואליות גבוהות יותר מאשר ההומור הוויזואלי, אם כי יש לציין שההומור המילולי אינו עשוי מקשה אחת ויש בו שכבות רבות של אפשרויות שמתבדלות זו מזו. הבידול הוא במאמץ האינטלקטואלי שהאדם צריך להשקיע כדי לפענח את מורכבותו של ההומור. הבנת הומור מילולי תלויה ברמת הידע המילולי (ידיעת השפה), ברמת הידע הכללי וביכולות הקוגניטיביות של כל אחד ואחת. הערכה של הומור מילולי תלויה גם בגורמים אישיותיים וסביבתיים (סובר, 2011).

ההומור משמש את האדם במצבים רבים. להומור יש תפקיד חשוב במצבי לחץ נפשיים ופיזיים כך שהוא מאפשר התמודדות ע"י לקיחת "מרחק נפשי" שמשמש כהסחה מהלחץ. ההומור מעורר לעיתים תפיסה חדשה של מצבים חברתיים ומשפר את אותם או מאפשר לראות אותם בראייה שונה מראייה מקובעת ונוקשה (רימור, 2010). תחום נוסף שבו נעשה שימוש בהומור הוא טיפול בבני נוער מנותק. ההומור מסייע למטופל להכיר בסתירות במחשבות שלו ולראותם בראייה אחרת שמאפשרת לו לשלוט בחרדות ומחזקת את היכולת לבטא רגשות. השימוש בהומור, בטיפול בקבוצות נוער מנותק, מציג את המטפל באור אנושי יותר ופחות נוקשה ומרוחק. בנוסף, ההומור משפר את האמון בין מטפל למטופל, דבר שמסייע למטופל לראות הבטים נוספים בבעיותיו ומאפשר

לו לפרוק רגשות באופן בטוח (שמש, 1996). התגובה הפיזית להומור הינם החיוך והצחוק. חיוך הוא למעשה צחוק מונמדך. חיוך הוא תחילתו של הצחוק וגם סופו (סובר, 2009, עמ' 39). ההומור הוא תוצר של תהליכים ופעולות ביולוגיים המתרחשים במוח כאשר התוצר לפעילות זו הוא תחושת חיובית של עליצות (Mirth) שמעודדת תגובות הבעה של חיוך וצחוק. ההומור יש בו מרכיב קוגניטיבי ורגשי (Martin 2007).

### הזקנים בישראל

בסוף שנת 2014 מנתה האוכלוסייה בישראל 8.3 מיליון נפש. הזקנים מנו באותה עת 900 אלף נפש והיו 11% מן האוכלוסייה. באחד מתוך כל ארבעה משקי בית בישראל חי אדם שגילו 65 ויותר. הזקנים (הערבים) מוסלמים, נוצרים-ערבים ודרוזים (מהווים 8% מאוכלוסיית הזקנים). האוכלוסייה הערבית היא צעירה יחסית ואחוז הזקנים בה עומד על 4%, לעומת 13% בקרב אוכלוסיית היהודים והאחרים (יהודים, נוצרים שאינם ערבים ובלתי מסווגים לפי דת). לפי תחזית האוכלוסייה של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (הלמ"ס), צפוי מספרם של הזקנים להגיע ל-1.66 מיליון נפש בשנת 2035. פירוש הדבר, שאוכלוסיית הזקנים תגדל ב-84% תוך 21 שנה, וקצב הגידול שלה יהיה מהיר פי 2.3 מזה של האוכלוסייה הכללית בתקופה זו. חלקם של הערבים מתוך אוכלוסיית הזקנים צפוי לעלות מ-8% היום ל-14% בשנת \*2035.

### תפיסת הזקנה

גיק וגיני (2000), טוענים שהעולם המפותח צועד לקראת מצב שבו בשנת 2050 כ-25% מהאוכלוסייה יהיו מעל גיל 65, במדינות מסוימות אחוז האוכלוסייה מעל גיל 65 יהיה למעלה מ-30%, ובישראל הוא יגיע ל-20%. נתונים אלה מחייבים שינוי יסודי בתפיסת הזקן והזקנה.

בתקופה האחרונה מתחילים להתרחש ארבעה שינויים מרכזיים בתפיסת הזקנה, והם:

1. מעבר לתפיסה הרואה את איכות החיים בזקנה כמעוצבת על-ידי התנהגות האדם עצמו ובאמצעות ההסדרים החברתיים ולא כדבר שנקבע על-ידי הגורל. המשמעות של תפיסה זו היא ההכרה שיש לאדם ולחברה הזדמנויות רבות לקחת אחריות, להוסיף איכות לחיים ולשמור על העצמאות בתפקיד הקשיש.
2. מעבר לתפיסת הזקן כצרכן פעיל ולא כצרכן פסיבי. מעבר מתפיסה של צרכן שיש רק לדאוג לו, לצרכן שיש לשתף אותו, ליידע אותו ולאפשר לו בחירה.
3. מעבר לתפיסה הרואה את הצורך להגמיש ולהתאים את השירותים לצורכי הקשיש ולא להתאים את הקשיש לנוחיות ולמבנה השירותים. לתפיסה זו מתלווה השינוי בקשר בין הקשיש לשירותים שמסופקים לו.
4. מעבר לראיית הזקנה כתקופה של המשך עשייה, מעורבות והתחלות חדשות ולא כתקופת התנתקות. תפיסה זו ניכרת במישורים רבים:

- **בקשרים עם הדור הצעיר** – במקום לראות את הזקנה כתקופת התרחקות מהדור הצעיר, ניתן לראות את הזקנה כתקופה של התקרבות מחדש. היום תפקידי הסבים והסבות מקבלים משמעות חדשה לאור העומס המוטל על המשפחה, שבה גם הבעל וגם האישה עובדים בהיקף מלא בתפקידים מחייבים.

<sup>1</sup> זקנים בישראל – שנתון סטטיסטי 2015, מאגר מידע ארצי לתכנון בתחום הזקנה, אשל – האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן בישראל.

- באזרחות פעילה – תקופת הזקנה היא התקופה הפעילה ביותר של האדם בכל הקשור לאזרחות פעילה ואכפתיות, והיא מתבטאת בהשתתפות בעמותות ציבוריות ובפעילות התנדבותית.
- בשוק העבודה – בעשור האחרון אנו עדים לאחת המהפכות החשובות ביותר במדיניות הציבורית ובהסדרים המשקיים והחברתיים הקשורים לזקנה. תפיסת העובד המבוגר משתנה מתפיסת העובד כנטל שיש להרחיקו משוקי העבודה בפרישה מוקדמת, לתפיסה שיש לקרבו לשוק העבודה ולאפשר לו המשך תעסוקה (OECD, 1997)

### החברה הערבית בישראל

הערבים בישראל מהווים כחמישית מאוכלוסיית המדינה, והינם מיעוט אתני-לאומי שהוא בעל מאפיינים ייחודיים. זו קבוצה אתנית-לאומית שהפכה למיעוט בארץ מושבה, ואין מדובר במהגרים מרצון או בפליטים שהתאזרחו בארץ אחרת. מבחינת זהותו האתנית-לאומית המיעוט הערבי קרוע בין רצונו להיטמע ולהתערות בחברה הישראלית, לבין נאמנותו הלאומית והאתנית. מצב זה מוסיף קושי על קושי בכל מה שנוגע להתערות בחברה הישראלית (עזאיזה ואחרים, 2009). הערבים חיים בתוך מדינה שתרבותה, מנהגיה, הנורמות שבה, שפתה וזהותה הלאומית שונה מהם. האוכלוסייה הזו ידעה שינויים מרחיקי לכת בתחומי החיים השונים לרבות ההרכב החברתי והמשפחתי שלה, הכלכלה, התעסוקה, ההשכלה ורמת החיים (מסארווה, 2008). הערכים והנורמות המסורתיים אשר שלטו בחברה הערבית פינו את דרכם למודרניזציה בהשפעת המפגש והמגע עם החברה היהודית וכך האוכלוסייה הערבית שהורכבה בעיקר מאיכרים ומבדווים בעלי תודעה לאומית וחברתית נמוכה הפכה לאוכלוסייה מודרנית, מגובשת מבחינה לאומית בעקבות רכישת השכלה וכתוצאה מתהליכי גיבוש חברתי מהירים. חשיפת החברה הכפרית המסורתית לאמצעי תקשורת ההמוניים ויצירת קשרים אינטנסיביים עם החברה העירונית הם שני גורמים מכריעים ביצירת תהליכי שינוי בתחומי החיים השונים של חברה זו (מסארווה, 2008; עזאיזה ואחרים, 2009).

תהליכי המודרניזציה אשר עברה החברה הערבית בישראל השפיעו על הרכבה החברתי כך שחל שינוי ברובד החברתי, וזה התבטא ביצירת מבנה ריבודי חדש בעל מאפיינים וקריטריונים חדשים כגון עושר כלכלי, השכלה, יוקרה חברתית וסמלי סטאטוס ייחודיים כאשר ישנה אפשרות לניעות מרובד לרובד בגין החיים בתוך מדינה דמוקרטית שעקרונותיה תרמו לניעות ממעמד למעמד בחברה הערבית (עזאיזה ואחרים, 2009). שינויים אלו השפיעו על הפיכת המשפחה המורחבת שהייתה הדפוס העיקרי של המשפחה הערבית, לפני קום המדינה, למשפחה גרעינית שמתבטאת בצורות חיים בלתי אחידות אשר השפיעו במישרין על מעמד הזקן הערבי (מסארווה, 2008; עזאיזה ואחרים, 2009).

### מעמדו של הזקן בחברה הערבית המסורתית

הקשיש הערבי שימש ציר כלכלי, חברתי ופוליטי מרכזי בתוך החברה הערבית הכפרית, המסורתית והפטריארכלית. לפני קום המדינה, החברה הערבית נשאה אופי של משפחה מורחבת כאשר החמולה היוותה את היחידה החברתית הבסיסית ושימשה הן כיחידה כלכלית והן כיחידת רכוש ומגורים (עזאיזה; קרויטורו, 2010). הזקנים היו ראשי החמולה ובעלי הנכסים והקרקעות, כאשר כל כפר היה מורכב מחמולה אחת או ממספר חמולות, ושאר בני המשפחה עבדו תחת פיקוחם. במשך מאות שנים שלטו בכפרים זקנים אשר ביתם (דיוואן), שימש מקום מפגש לזקנים ולאורחים.

שאר זקני החמולה היו מעין מועצת זקנים, שהתכנסה אצל הזקן שהיה ראש החמולה וכך הייתה מועצת הזקנים גוף שפסק בעניינים שונים (עזאיזה וברודסקי, 1995). זקן החמולה הגיע לתפקידו על ידי בחירה טבעית ולא דרך בחירה פורמאלית. הגיל היה מעין יתרון ולא השפיע לרעה על מעמדו של הזקן, וכך ככל שהזקין גדלה השפעתו וקביעתו בנושאים שונים. לזקנים הייתה השפעה רבה בתחומי החיים השונים והם היו אחראים על ההחלטות בכל שטחי החיים של המשפחה המורחבת: הן על קשרי החוץ וענייני הציבור של החמולה עם השלטונות ועם חמולות אחרות והן על ניהול החיים. הזקן בחברה הערבית המסורתית היה איש פעיל עד סוף ימיו: הוא התמצא במערכת הקשרים החברתיים והפוליטיים, היה נציג משפחתו ובעל המעמד הרם אשר העניק נופך של מהימנות לכל הבטחה או התחייבות בשם החמולה. בני משפחתו היו תלויים בו ותמיד פנו אליו כדי לקבל עצה ולהיעזר בניסיון חייו החיוני. לצד הכוח הכלכלי, החברתי והמשפחתי שהיה לזקן חשוב לומר שהתרבות הערבית והדת גם כן תרמו להעלאת כבודו בגין הדגשת העניין של מתן כבוד לזקן (לבינשטיין ועמיתים, 1976 בתוך עזאיזה וקרויטרו, 2010).

תהליכי העיור והמודרניזציה בחברה הישראלית הביאו לשינויים מרחיקי לכת במבנה המשפחתי והחברתי של היישוב הערבי.

### תנאי החיים של הזקן הערבי

הנתונים מראים, כי הזקנים הערבים עניים יותר מהזקנים היהודים. 13.3% מהקשישים הערבים בלבד מקבלים פנסיה (בהשוואה ל-45.4% מהזקנים בקרב יהודים ותיקים), כאשר רמת הפנסיה הממוצעת מהווה 70% מרמת הפנסיה הממוצעת של יהודים (אנדבלד, 2008). מצב זה משקף גם את יכולת ההשתכרות במהלך ההשתתפות בכוח העבודה, כך שהכנסות שכיר ערבי הן 69% מהכנסת שכיר יהודי וההכנסה ברוטו למשק בית ערבי היא 65% מהכנסתו של משק בית יהודי. זאת, על אף שבראשונה מספר הנפשות במשק הבית הערבי גבוה יותר (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2005). אם כך, אין זה מפתיע שבשנת 2007 51.4% מהאוכלוסייה הערבית נמצאה מתחת לקו העוני גם לאחר תשלומי העברה ומיסים בהשוואה ל-15% מהאוכלוסייה היהודית (אנדבלד; גוטליב; פרומן, 2008). במחקר שהתמקד בהשפעת המצוקה הכלכלית על תנאי חייהם של הזקנים נמצא כי בקרב זקנים ערבים איכות תנאי הדיוור נמוכה, אחוז גדול יחסית של משקי בית של נמצא באי-בטחון תזונתי בהשוואה לזקנים יהודים. כמו כן נמצא שהשלכותיה של המצוקה הכלכלית משפיעה על הבריאות הפיזית. בנוסף נמצא שיש קושי לזקנים הערבים לקיים קשרים משפחתיים וחברתיים כרצונם.

### השימוש בשירותים פורמאליים

הולדתה של מערכת השירותים הפורמאליים בארץ-ישראל העות'מאנית המנדטורית, ומאוחר יותר במדינת ישראל הינה פרי כוחות פוליטיים, מסורתיים, היסטוריים וחברתיים אשר קשורים אחד בשני ואינה פועל יוצא של מדיניות שנקבעה על ידי רשויות השלטון, והעמידה מול מציאות שחייבה לתת מענה לצרכים דחופים ומידיים הם אלה שיצקו את היסודות להתוויית מדיניות בחלוף השנים (עזאיזה וקרויטרו, 2010).

בעבר, גורמים אחדים הגבילו את פיתוח השירותים במגזר הערבי. אחד מהם הוא עמדותיהם של הזקנים עצמם ובני משפחתם כלפי השירותים הפורמאליים, שכן על פי המסורת האחריות לטיפול בזקנים מוטלת על המשפחה (עזאיזה; קרויטרו, 2010). סיבה נוספת לעמדה שלילת כלפי

השירותים הפורמאליים הינה בשל התנסות שלילית בעבר, לעתים בגין המתנה לשירות שלא היה קיים ולא מפותח דיו, או בגין שירות שנמצא בלתי מתאים בשל מגבלות הקשורות לשפה, לדת ולתרבות (עזאיזה; ברודסקי, 1995). גישת הזקנים הערבים ומשפחותיהם לשירותים הניתנים על ידי הרשויות היא התערבות של השקפות מסורתיות ומודרניות (Azaiza; Brodsky, 1996; 2003). ישנן שתי נקודות מרכזיות אשר יש לתת את הדעת עליהן בעיצוב שירותים פורמאליים לזקנים ערבים: הראשונה, הצורך לוודא שקיימת התאמה תרבותית של השירותים הניתנים, כך שגם המשפחות וגם הזקנים יסכימו לקבלם. למשל, כפי שקורה בחוק ביטוח סיעוד, שבו סיוע פורמאלי המוצע על ידי המדינה מתבצע על ידי בני המשפחה המורחבת, שמועסקים על ידי סוכנות למתן שירותים. כך שישנה התגברות על חסמים תרבותיים, כגון אי-רצון להכניס זר הביתה שאינו בן משפחה (Katz; Lowenstein, 2000). הנקודה השנייה, הדורשת התייחסות, הינה האיזון בין האחריות המשפחתית לבין הסיוע הפורמאלי. חשוב לציין, שמצד אחד, הסיוע הפורמאלי לא יפטור את המשפחה מאחריותה, ומצד שני לא נשאר את הזקנים שמוזנחים ללא כל טיפול ותמיכה ממשפחתם בטענה שהמסורת מחייבת את המשפחה לטפל בהם (Azaiza; Brodsky, 2003).

במהלך השנים האחרונות הוקמו ופותחו שירותים קהילתיים לזקנים ערבים ביוזמת אשל, הארגון לתכנון ופיתוח שירותים לזקנים בישראל, בשיתוף עם מספר סוכנויות ממשלה כמשרד הרווחה והרשויות המקומיות (Azaiza; Brodsky, 2003). מערכת השירותים הקהילתיים לקשישים כוללת שירותים לקשישים בריאים ועצמאיים מבחינה תפקודית וכן שירותים לזקנים מוגבלים. השירותים לזקנים עצמאיים כוללים בעיקר רשת של מועדונים חברתיים ומרכזים רב-שירותיים, בעוד שהשירותים לזקנים מוגבלים כוללים מרכזי יום (יקוביץ, 2003). המועדון משמש מקום מפגש חברתי שמתקיימת בו פעילויות חברתיות, תרבותיות, בילוי פנאי ולימודים, והמרכז הרב-שירותי לעומת זאת מציע מגוון של שירותים אשר נותנים מענה הולם לצרכים שונים של זקנים שגרים באותה קהילה- כמו שירותים רפואיים, שירותים חברתיים, שירותי הזנה, לימודים ופעילויות פנאי (יקוביץ, 2003). מרכזי היום לקשישים מוגבלים התפתחו בעשור האחרון ויש להם מספר מטרות עיקריות: ראשית, הם מהווים מעין מסגרת חברתית וטיפולית לזקן ונועדו כדי לספק מגוון רחב של צרכים על מנת לשמר את תפקודו ועצמאותו של הזקן; שנית, הם נועדו כדי להוציא את הזקן מהבית וכך לאפשר למטפלים בו להתפנות לעיסוקיהם האחרים ולנוח משגרת הטיפול היום-יומי (Goldstein, 1986). כל קשיש תושב ישראל המוגבל בתפקודו והעומד במבחן הכנסות ובמבחן תלות בעזרת הזולת בפעולות היומיום וגר בקהילה זכאי לגמלה (אנדבלד, 2008). חוק ביטוח סיעוד אשר נחקק בשנת 1986 ונכנס לתוקף בשנת 1988 מעניק גמלאות לזקנים הזקוקים לעזרה בפעילויות היום-יום. הוא נועד לספק שירותי סיעוד לזקנים מוגבלים בתפקודם, הזקוקים לעזרה בטיפול אישי, ניהול משק הבית או השגחה (יקוביץ וניר, 2001). אחוז מקבלי גמלת הסיעוד בקרב זקנים ערבים גבוה יותר מאשר בקרב האוכלוסייה היהודית, אולי משום ששיעור המוגבלים בקרב הקשישים הערבים גבוה יותר ושיעור המיסוד נמוך יותר (Azaiza; Brodsky, 1996). חוק זה הינו פריצת דרך עבור הזקן הערבי, מפני שקיומו ויישומו הגבירו את המודעות לצורכי הזקנים הערבים, לבעיותיהם ולזכויותיהם, הן בקרב המשפחה והן בקרב השירותים המקומיים. מודעות זו עודדה את הזקן ומשפחתו לדרוש את מימוש זכויותיו בתוקף החוק והקלה עליו ועל המדינה במתן שירותים אלה (פורטוגלי, 2006).

הספרות המקצועית, הדנה בזקן הערבי השוהה במוסדות לטיפול ממושך, דלה בשל מיעוט הנזקקים (סולימאן, 1998). שיעור המיסוד של הקשישים הערבים בישראל נמוך משמעותית מאשר בקרב

קשישים יהודים (4.1% לעומת 0.7%) (באר וברודסקי, 2001). הספרות מצביעה על מספר גורמים לשיעור המיסוד הנמוך בחברה הערבית. הגורם הראשון מתייחס לכך שבחברה הערבית קיימת אוריינטציה קולקטיביסטית, הן ברמה החברתית והן ברמה המשפחתית, ואשפוז הורה בבית אבות נחשב לבושה בעיני החברה ומנוגד לנורמות החברתיות. היעדר שירותים פורמאליים מתאימים לתרבות הערבית נחשב לעוד גורם לאי השימוש בשירותים פורמאליים בכלל. גורם שלישי חשוב הוא הדת, על פי הדת האסלאמית, חובת הילדים לטפל ולדאוג ואף לשרת את הוריהם בעת זקנתם. בהתאמה, קיימת אצל האוכלוסייה הערבית המוסלמית רשת משפחתית רחבה התומכת בזקן במסגרת הביתית שלו (חלאילה, 2008). עם זאת, בשל השינויים החלים בחברה הערבית, הן במערכת המשפחתית, הן במעמד האישה אשר מתבטא ביציאת הנשים שבאופן מסורתי היו המטפלות העיקריות בזקנים לעבודה מחוץ לבית והן במעמד הזקן, גובר הצורך בפיתוח מסגרות מוסדיות לקשישים ערבים (סולימאן, 1998). מקובל לטעון, שבית האבות הראשון לאוכלוסייה הערבית הוקם בשנת 1992 על ידי אשל ביישוב דבוריה. נכון ל-2006 קיימים מעל 10 בתי אבות לאוכלוסייה הערבית, כאשר כולם, למעט זה הקיים בדבוריה, נמצאים בבעלות פרטית (פורטוגלי, 2006). מערכת התמיכה המשפחתית הבלתי פורמאלית הייתה במשך שנים מערכת התמיכה היחידה הזמינה לקשיש וזו עדיין המערכת התומכת העיקרית והמרכזית (חלאילה, 2008).

#### מאפיינים וצרכים של קשישות ערביות

ישנה דומיננטיות מספרית לנשים ערביות בישראל, בשנת 2007 החלוקה בין הזקנים הערבים על פי מין הייתה: 46.8% גברים ו-53.2% נשים. רובם המכריע של הגברים נשואים 87.2% לעומת 38.6% מהקשישות הערביות (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2008), הבדל זה נובע בעיקר מכך שתוחלת החיים של הנשים גבוהה מזו של הגברים ומהנטייה החברתית של נשים להינשא לגברים מבוגרים מהן (ברודסקי; שנור ובאר, 2008). אותה מגמה נמצאה גם בשנת 2015 כך 53% מהקשישים בחברה הערבית הן קשישות והיתר, 47% הן קשישים. הדבר דומה בכל הקשור לסטאטוס המשפחתי של הקשישים (למ"ס, 2015).

מירו וחאג' יחיא (2006) מציינים כי הקשיש הערבי בכלל והקשישות בפרט סובלים מבעיות רבות שהעיקריות שבהן הן בעיית העוני, בעיית הבריאות ובעיית היחסים החברתיים. אליהן נספחים מאפיינים נוספים כגון בדידות, שעמום ורמת השכלה נמוכה אשר תורמים לדימוי עצמי נמוך. קשישות ערביות פגיעות יותר לחסך הכלכלי בשל פערים בדפוסי ההשתתפות בכוח העבודה בגילאים המוקדמים יותר (בנטור; סיטרון; צ'חמיר, 2006). למרות שהתפיסה לפיה ניתן לשלב בין משפחה לבין עבודה הינה מקובלת בחברה הישראלית, אי-השוויון בין המינים בולט מאוד בשוק העבודה באופנים שונים. אחד המאפיינים הבולטים הוא שיעורי ההשתתפות הנמוכים של נשים בכוח העבודה על אף הגידול שחל בעקבות רכישת השכלה והשנוי אשר חל במעמדה של האישה הערבייה בישראל. יתר על כן, רבות מהנשים עובדות מספר קטן יותר של שעות, לפחות בתקופת גידול הילדים. אי-השוויון הבולט ביותר הינו בתחום העבודה בתחום השכר. הפער נובע בין היתר בשל העובדה שנשים מתרכזות במגוון מצומצם של מקצועות בעלי הכנסה נמוכה יחסית. רמת הכנסתן הנמוכה משפיעה על מארג חייהן לא פחות מהשפעת מצב בריאותן, תנאי מגוריהן ותמיכת בני משפחתן (בנטור; סיטרון; צ'חמיר, 2006). כתוצאה מדפוסי ההשתתפות הנמוכים של נשים לעומת גברים בשוק התעסוקה, ניתן לראות את ההשלכות של השתתפות נמוכה זו על רמת ההכנסה הנמוכה שלהן בתקופה שלאחר היציאה לגמלאות ואת תשומת הלב המועטה לפרישתן מהעבודה

ולבעיות הנלוות לכך (בנטור ; סיטרון ; צ'חמיר, 2006). גורם זה שמעיד על הבדלים בולטים במצבם של זקנים ערבים לעומת קשישות ערביות.

בנושא המודעות לבריאותן נמצא שקשישות ערביות יודעות פחות על מחלתן, בין היתר משום שהרופאים שלהן לא מקפידים להנחות אותן בנושאי בריאות כמו למשל בריאות השלד. (אוסטיאופורוזיס, מחלות שלד אחרות, שבר ירך, ונפילות). יש חוסר מודעות, כמעט מוחלט, לגורמי סיכון למחלות בקרב קשישות ערביות בעלות השכלה נמוכה (Werner et al., 2005). בנטור, סיטרון וצ'חמיר, (2006) מצאו אחוז נמוך בקרב קשישות ערביות אשר מטפלות בליקויים בראייה ובשמיעה, כאשר הסיבות העיקריות לכך לדבריהן, הן מגבלות כלכליות ומוגבלות פיזיות המקשה עליהן להגיע לטיפול. במחקרה של בולוס (2013) שבחן את חווייתן הסובייקטיבית של נשים קשישות ערביות-ישראליות המתגוררות בבתי אבות ובקהילה ביחס לחרדה ממוות וגסיסה, נמצא שקיימים הבדלים ברמות חרדת המוות וחרדת הגסיסה בין שתי קבוצות, כך שנשים המתגוררות בקהילה מדווחות על חרדה גבוהה יותר ממוות וגסיסה בהשוואה לנשים המתגוררות בבתי האבות. חלאילה (2008) מציין כי קשישות ערביות, אימהות וחמות קשישות, יש להן סיכוי גבוה יותר לקבל טיפול רפואי ותמיכה חברתית מילדיהם מאשר אבות קשישים.

במקביל לשינויים אלה, החלו להגיע לראשונה דיווחים על אלימות במשפחה אשר מופנית כלפי זקנים ערבים ובמיוחד כלפי קשישות ערביות שהן קבוצת האוכלוסייה הפגיעה ביותר להתעללות ולהזנחה. קשישות ערביות חוות שיעורים גבוהים יותר של אלימות פיזית ומינית לצד הגבלת חופש, איסור השימוש בטלפון, נעילה בבית והגבלת השימוש בכסף. בנוסף לכך, נמצא כי הן פגיעות פי שתיים מנשים יהודיות (איזיקוביץ ; וינטר שטיין ולבנשטיין, 2005). קשישות בעלות השכלה נמוכה מועדות יותר להיפגעות.

### פנאי בזקנה

גיל הזקנה יכול להיות מלא במשמעות, בדומה לתקופות גיל אחרות, אך בה בעת עלולות ללוות את הזקן תחושות של החמצה, ריקנות וחוסר טעם. אמנם עם ההזדקנות מופיעות מגבלות שצריך להשלים עמן, אך יש מגבלות רבות שניתן להילחם בהן. הזקנה כיום נתפסת כחיובית ורצויה למרות מגבלותיה וחסרונותיה (דהן ונמרוד, 2014).

הגמלאים לעתיד אינם לומדים איך לצרוך נכון את הפנאי, לכן מתרחש אצל חלק ניכר תהליך מזוהז של הזדקנות. אלה הן תופעות אשר נלוות אל אבדן הערך וגורמות לאדם לאבד עניין, סקרנות, גירוי ובטחון (נחשתן, 1992 מתוך דהן ונמרוד, 2014).

ממחקרים שעוסקים בפנאי בעת זקנה אנו למדים על שלושה מרכיבים שמשפיעים על פעילויות הפנאי: השכלה, הכנסה ובריאות. כך שמימושם של שלושה מוביל לפעילות גבוהה, בעוד שירידה באחד הגורמים הופך את הפעילות האקטיבית לפעילות פסיבית באופן יחסי (נחשתן, 1980).

הדעה הרווחת היא שתהליך ההזדקנות קשור, לפחות מבחינה תיאורטית, בהפחתת התדירות והיקף שעות הפנאי שאותם מנצלים הזקנים. אירועי החיים השונים כגון: פרישה, מות בן/בת הזוג, הגבלה בכושר הניידות, צמצום בהכנסות – כל אלה מונעים מהזקן לנצל חלק פעיל בשעות הפנאי (ברזילי, 1995). לכן, אנו מוצאים שמרבית הזקנים נוטים לעסוק בפעילויות הקושרות אותם לביתם כמו: צפייה בטלוויזיה, קריאה ועבודות בית מזדמנות. אך בחירה זו אינה נובעת בהכרח מהעדפתם של הזקנים. דווקא פעילויות הכרוכות במגע חברתי עשויות להביא לתחושת סיפוק גדולה יותר, אבל במקביל המציאות מציבה קשיים של ממש במידת נגישותן של הפעילויות הללו (ניקרוג, 1996).



הורביץ (1992) קובע שאנשים לעת פרישתם נוטים לערוך לעצמם "תקצוב" של הזמן העומד לרשותם אשר בו נקבעים מקומות לעיסוקי פנאי מתוכננים ומאורגנים כגון: חוג חברתי קבוע, מועדון, למידה והתנדבות ולעיסוקי פנאי חופשיים: קריאה, צפייה בטלוויזיה, עסוק בתחביב וכו'. במידה ומאגר הפנאי ינוצל באופן פעיל, זה יאפשר לפתח מערכת קשרים חיובית עם החברה. מחקרים שבדקו את מהות ניצול שעות הפנאי בקרב אנשים מבוגרים, מחזקים את המשמעות העקרונית שייחוסו לפעילויות אלה (הפקת הנאה, הזדמנות למפגשים חברתיים, יצירה וכד'). גרוניי (Gronoy אצל ברזילי, 1995) מצא קשר משמעותי בין השתתפות בפעילות הפנאי לבין תחושת האושר בקרב זקנים. מחקרו התבסס על נתונים שנאספו במשך ארבע שנים בקרב שישים נשים מבוגרות. ממצאי המחקר הראו כי השתתפות בפעילויות הקשורות במגעים חברתיים כמו: ביקור אצל חברים, שימוש בטלפון והתנדבות הם התורמים לתחושת שביעות רצון. במחקר אחר אשר בדק הבדלים בין גברים לנשים בחוויית הזקנה נמצא שנשים פעילות יותר בעיקר בתחומי הפעילות הקיומית וההתנדבותית, ומידת המעורבות שלהן בקשרים חברתיים רבה יותר (אופנהיימר, 1996). גמלאי המגזר הערבי הם בעלי הרמה הגבוהה ביותר של צרכי פנאי לא מסופקים. יחסית לקבוצות אוכלוסייה אחרות, הם בעלי המוטיבציה הגבוהה ביותר להשתתף בפעילויות פנאי, אך נראה שדווקא במקרה שלהם יש בעיה בהיצע הפעילויות. הדברים אמורים בעיקר ביחס לנגישות לאינטרנט ולמחשבים, וביחס לפעילויות תרבות, תחביבים והתנדבות (דהן ונמרוד, 2014). מהממצאים העולים מהסקירה התיאורטית נראה שהחברה הערבית בישראל עברה, ועודנה עוברת, שינויים במישורי החיים השונים שמשפיעים על מבנה המשפחה ובתוך כך גם היחס אל הקשישים והקשישות. הנורמה שהייתה מקובלת מאז ומתמיד ומקובלת גם היום הנה שמקומו של הזקן בביתו ובחיק משפחתו שעליה מוטלת החובה העיקרית לדאוג למכלול צרכיו. אולם בגין השינויים אשר חלים בהרכב החברה, המדינה באמצעות מערכת השירותים הפורמאליים משלימה את הפער שנוצר על מנת להקל על המשפחות בנטל זה. תהליכי השינוי והמודרניזציה העוברים על החברה הערבית מטביעים את חותמם גם על הערכים החברתיים. התפיסה שבני המשפחה הם המטפלים היחידים בקשישים מוגבלים משתנה ומאבדת את חשיבותה, ובמקביל המוכנות והיכולת להיעזר שירותים פורמליים לטיפול בקשישים מוגבלים נתפסות באור חיובי יותר מבעבר (פראג' פלאח 2017). המשמעות היא ששינוי תפיסה במעמד הקשיש מתבטא בין היתר בהקמתם של מועדונים לקשישים בתוך היישובים הערביים, שמספרם נאמד כיום בכ-50 מועדונים המשרתים כ-3500 קשישים עצמאיים (כעשירית מאוכלוסיית הקשישים הערבים בארץ), ובהקמתם של 12 מרכזי יום לקשישים מוגבלים המשרתים כ-900 קשישים.

### ההומור בזקנה

יחיאל (Yecheiel, 2000), טוען שההומור הוא אמצעי אוניברסלי יעיל ליצירת תקשורת בין בני אדם. ההומור נתפס כתורם להפחתת מתחים ולשיפור מצב הרוח, שביעות הרצון ואיכות החיים. הומור פירושו, לא להתייחס לעצמנו ברצינות רבה מדי; היכולת לדחות סיפוקים וחשיבה לעתיד. בשנים האחרונות מצביעים מחקרים על קשר בין החלמה ממחלות לבין קשרים חברתיים ובתוך כך ניכר מקומם של ההומור והצחוק בתהליך ההחלמה בקרב האוכלוסייה המבוגרת. סדנאות צחוק מסייעות מאד (בר-טור 2005).

### הבדלי מגדר ביחס להומור

מבחינה פורמלית, מגדר הוא תרגום חברתי-תרבותי של המין הביולוגי, המגדיר כיצד על נשים או גברים להתנהג בכל חברה נתונה. בהתאם לכך, נשים אמורות להתנהג על-פי קודים חברתיים ולהיות נשיות בהתאם לסטריאוטיפים ומאפיינים מקובלים של נשיות. למשל, נשים נתפסות בחברה כאמורות לדאוג למרחב הפרטי והגברים למרחב הציבורי. משמע, נשים אמורות מבחינת הסטריאוטיפ המקובל, לדאוג לבית, למשפחה ולילדים, ולהיות פחות אסרטיביות ויותר רגשניות מגברים.

לנדיס ורוס (2010 Landis & Ross) מעלים את האפשרות שהבדלים מיניים משפיעים על הערכת ההומור. הם מוצאים שאצל בני אותו הגיל, הגברים נהנים מעט יותר מהבדיחות שהוצגו בפניהם מאשר הנשים. את זה הם מסבירים על בסיס התנהגויות חברתיות למיניהן. לטענתם אילו נכתבו הבדיחות וסווגו על ידי נשים ולא על ידי גברים 22 כפי שאמנם היה, יכלו התוצאות להיות הפוכות. אויקונל (2010 O'Connell) מוצא שגברים נהנים מבדיחה תוקפנית יותר מנשים. לעומת זאת נשים נהנות מבדיחות שטותיות יותר מן הגברים. זיו טוען שנשים נוטות ליהנות יותר מהומור מאשר גברים ואילו גברים נוטים יותר מנשים ליצור הומור. כן עולה כי נשים מעוניינות שלגבר המועדף עליהן יהיה חוש הומור ואילו הגברים אינם מייחסים לתכונה זו אצל האישה משקל רב. ייתכן שעצם הדבר שהנשים מעדיפות גברים בעלי חוש הומור הוא סיבה נוספת לכך שגברים נוטים לייצר הומור בחברת נשים. הפסיכותרפיסטית שירלי פלדמן (Feildman) טוענת שהומור הוא סמן עתידי ליחסים בין גברים לנשים.

### מתודולוגיה

#### נושא המחקר

הומור בקרב קשישות וקשישים ערבים - (שפרעם)

#### שאלת המחקר

מה מצחיק את הקשישים והקשישות הערבים בשפרעם (החברים במעון יום לקשיש).

#### מדגם - אוכלוסיית המחקר

אוכלוסיית המחקר כללה 7 קשישים ו-7 קשישות ערבים בשפרעם מגיל +65.

| קריטריון        | קשישים       | קשישות      |
|-----------------|--------------|-------------|
| עיר             | שפרעם        | שפרעם       |
| גיל             | +65          | +65         |
| השכלת הורים     | יסודי, תיכון | יסודי       |
| מצב סוציאקונומי | נמוך-בינוני  | נמוך-בינוני |

\*\* הערה: נתונים אלה נאספו ממנהל העמותה למען הקשיש בשפרעם מר עליאן נאיף.

#### מטרת המחקר

לבדוק את ההבדל בין מה מצחיק קשישים וקשישות ערבים בשפרעם והאם יש הבדל?

### כלי המחקר

במחקר נעשה שימוש בשאלון מובנה המורכב ממספר כלים. השאלון כלל כלים למדידת רמת התחושה הפנימית בקשר להומור. כלים אחרים בדקו את מה שמצחיק קשישים הינו הצפייה תוך כדי פעילות במועדון הקשיש בשפרעם.

### תיאור הליך המחקר

המחקר נעשה במועדון יום לקשישים בשפרעם, תוך שמירה על סודיות לגבי הנבדקים והפרטיות שלהם, כנאמר לעיל, אוכלוסיית המחקר כללה 7 קשיש ו7 קשישות. בוצעה צפייה למשך כשבועיים במועדון יום בקשישים ובקשישות על מנת לגלות מה מצחיק אותם. מתוך הצפייה נגזרו רעיונות לשאלון.

במהלך הצפייה במועדון יום לקשישים בשפרעם התגלו סיבות רבות הגורמות לקשישים לצחוק. קיימים גורמים משותפים המצחיקים את שני המינים ואחרים שמצחיקים רק מין אחד. נאספו כל הפרטים שהצחיקו את הקשישים ונרשמו בשאלון שהופנה למדגם המחקר.

### מה מצחיק קשישות?

- לשמוע או לספר סיפורים ישנים
- להסתכל על נשים בחתונות
- בדיחות
- לשבת עם קשישות אחרות
- שיתוף כאבים ומחלות (מרוב כאבים ומחלות הם צוחקים כדי לשחרר לחץ ועצבים)
- לדבר עם הנכדים
- פעילויות במועדון
- דאווניים
- רכילות
- לשבת עם המשפחה והנכדים
- אנשים בעלי חוש הומור
- מתנדבים במועדון
- אופן ההליכה של אנשים שמינים
- העובדים במועדון אנשים טובים ומצחיקים
- השוואת דור הנכדים עם דור הסבים
- אירועים משפחתיים
- דאגות

### מה מצחיק קשישים?

- לשמוע/לספר סיפורים ישנים
- בדיחות
- לשבת עם קשישים אחרים

- לדבר עם הנכדים
- פעילויות במועדון
- לשבת עם המשפחה והנכדים
- אנשים בעלי חוש הומור
- לשחק קלפים עם קשישים במועדון לנצח אותם
- מתנדבים במועדון
- העובדים במועדון אנשים טובים ומצחקים
- השוואת דור הנכדים עם דור הסבים
- אירועים משפחתיים
- צפייה בהצגות קומיות ישנות בטלוויזיה

מן הראוי לציין שסיפורים מצחיקים - הצחיקו את שני המינים כמו גם בדיחות משותפות לשני המינים.

היה חוסר בהירות בקרב הקשישים והקשישות ביחס למשגים צחוק ואושר. שני המינים ציינו שלשבת עם הנכדים גורם להם לצחוק כמו כן האירועים המשפחתיים גורמים להם לצחוק.

למועדון עצמו יש תפקיד חשוב במתן חיוך לשני המינים במיוחד כשיש פעילות ובעיקר עם מתנדבים שבאים לתת מזמנם לזקנים ולזקנות.

השוואת דור הסבים עם דור הנכדים גרמה לשני המינים לצחוק בקול רם. אצל הקשישות ישנם מספר מאפיינים שלא הופיעו אצל הגברים כמו למשל נושא הרכילות שגורם להן לצחוק, צפייה בנשים בחתונות, הליכתם של אנשים שמנים, וצחוק מדאגות ומכאבים פיזיים.

בקרב הקשישים, צפייה בסרטים קומיים ישנים גורמת להם לצחוק כמו גם זכייה במשחקי קלפים. ענייני החברה והמשפחה משותפים לשני המינים וענייני ההתנהלות היומיומית המגדרית כגברים ונשים בחברה הערבית היא סיבה חשובה להבדלים.

### השאלונים

בנוסף לצפייה מולאו שאלונים המורכבים משלושים היגדים הקשורים להומור. חלק ראשון בנושא ההומור באופן כללי, חלק שני הקשור לפעילות במועדון הקשישים וחלק שלישי קשור במשפחה.

### ממצאים

רואיינו 7 קשישות ו7 קשישים. גיל הנשים נע בין 65 ל-81 בעוד שגיל הגברים נע בין 69 ל-78. שש נשים היו אלמנות ואחת גרושה כולן גרות לבד בבית ומספר הילדים בין 7-14. לגרושה לא היו ילדים וזו סיבת הגירושין שלה. רק שתי נשים עובדות מתוך קבוצת המרואיינות. אחת התנדבה במעון יום.

בין הגברים היו 3 אלמנים 2 גרושים ו1 נשואים. האלמנים והגרושים גרים לבד. מס הילדים נע בין ילד אחד ועד לשבעה ילדים. רק קשיש אחד לא עובד או מתנדב היתר עובדים ואחת מתנדב בבית ספר תיכון.

השאלון מורכב מ 30 היגדים המחולקים ל 3 קטיגוריות 1- הומור וצחוק באופן כללי-2 הומור במועדון לקשישים 3- הבית והסביבה. ה הצחוק גורם לי לחוש רגוע ופחות מתוח תשובות דורגו מ-1 5. כשאחד מסכים מאד ו 5 לא מסכים בכלל (ראו נספח).

בחלק הראשון ההיגד: הצחוק גורם לי לחוש רגוע ופחות מתוח כל הנשים הסכימו והוא היחיד שקבל הסכמה מלאה. שש מתוך שבע הנשים דירגו בדירוג גבוה כמסכימות להיגדים הבאים:

הצחוק הוא אחד המרכיבים החשובים בחיינו

הצחוק משחרר רגשות מודחקים

הצחוק משחרר לחץ

הצחוק מחבר בין אנשים

הצחוק מושך אנשים.

ההיגד: שיתוף כאבים ומחלות ודאגות, קיבל את הדירוג הנמוך ביותר בכך שכל הנשים הסכימו שזה בכלל לא נושא להומור.

החלק השני של השאלון הקשור למועדון כל הנשים הסכימו שהמתנדבים במעון מכניסים הומור לחייהם. כולן דגלו בהומור מאחורי צפייה בהצגות קומיות או להיות בקרבת אנשים בעלי חוש הומור. הרוב המוחלט נתנו דירוג נמוך לרכילות ולאופן ההליכה של אנשים שמנים.

בחלק השלישי הקשור למשפחה אף אישה לא נתנה דירוג גבוה לשיחה עם הנכדים.

בשאלה הכללית מה הסיטואציות אתה צוחק או איפה אתה צוחק? שניים ענו בשיחות עם חברים במועדון אחת ענתה שפעילות במועדון. ויתר אמרו שאין סיטואציה או מקום שמצחקים אותן.

לגבי הקשישים כולם נתנו מקום ראשון להיגד: "הצחוק מאריך חיים". היגדים:

הצחוק מושך אנשים

הצחוק טוב לבריאות הגוף והנפש

צחוק בלי סיבה נובע מחוסר כבוד

קיבלו הסכמה מלאה בקרב 5 משבעת הגברים

ואילו ההיגד: שיחות על כאבים ומחלות קיבל הדירוג הנמוך ביותר כלומר כל המרואיינים שזה בכלל לא גורם להומור או לא נושא להומור.

בחלק השני של השאלון הקשור למועדון: הבדיחות והמתנדבים במועדון קיבלו הסכמה מלאה בקרב הקשישים. בחלק האחרון הקשור למשפחה בדומה לנשים השיחה עם הנכדים קיבלה דירוג נמוך. וזה מפתיע. ההיגדים: לספר סיפורים ישנים-אנשים בעלי חוש הומור, קיבלו את הסכמה מלאה בדירוג הגבוה ביותר.

לגבי הסיטואציות המצחיקות ביותר מחצית הגברים ציינו שהפעיות במועדון והשיחות הם הסיטואציות המצחיקות ביותר והחצי השני אמר שאין סיטואציות מצחיקות.

## סיכום

הקשיש בחברה הערבית נהנה בעבר ממעמד חברתי גבוה, וזאת על רקע התפיסות המסורתיות של המשפחה והמבנה ההירארכי והכלכלי שלה. למרות שינויים שחלו בשנים האחרונות בתפיסות החברתיות של המגזר הערבי כלפי אכלוס הקשישים במסגרות מוגנות, עדיין נמוך שיעור הקשישים הערביים (ובעיקר המוסלמים) הפונה למסגרות אלה בהשוואה לאוכלוסייה היהודית.

הומור מאפשר לצלוח את החיים עם חיוך ושמחה. ההומור מאפשר לקבל את אירועי היום יום בצורה נכונה ועם מעט משקעים. ההומור היא שפה בינלאומית המאפשרת העברת מסרים ללא

דחיה והתנגדות! בגיל הזהב, לרוב זקנים, חולים, קשישים, סניליים, מוגבלים, ההומור הופך להיות חיוני ביותר היות והקשיים גדולים: הבריאות הנשחקת, הצער על אבדן קרובים, הירידה בחיוניות, הקרבה לסוף החיים וכל אלה גורמים לעצב, דיכאון, ציניות ואילו ההומור יכול להפוך את המצב לקל יותר. ההומור מושך אנשים שמחים, מחזק את המצב המנטלי, משפר את יכולת ההתמודדות, מחזק את המערכת החיסונית, מגביר את החיוניות, משפר את חיי החברה. גם אלו שחוש ההומור אינו מפותח אצלם במיוחד, יכולים לעבוד על הנושא ולפתח חוש הומור שיוכל לסייע לחיות באיכות חיים טובה לעין ערוך.

באמצעות ההומור מגדירה החברה את גבולות הסובלנות שלה כלפי הערכים שהיא מתקיימת בתוכם, כגון אסתטיקה, שפה, ידע והתנהגות. כדי להיות מקובל בקבוצה על כל חבר בה להתאים את עצמו לנורמות שלה. מי שחורג מן הנורמות החברתיות, החברה מענישה אותו על ידי כך שהיא מציבה אותו במרכזו של מצב הומוריסטי ביקורתי, כדי שיתקן את דרכיו (כהן, 1994).

ניכר כי הקשישות והקשישים מצליחים למצוא בכל אירוע או שיח הזדמנות לצחוק וכבר בגילם רואים בהומור סוג של כלי אשר מפיג מתח ולחץ מחייהן היומיומיים. בנוסף, השימוש בהומור מסייע להם במישור החברתי, תוקפני, אסטטי ובסיפוק צרכים. המשמעות היא חשיבות רבה להומור בעבורנו, ועל הצורך שלנו להשתתף באירועי הומור מקצועיים שתמורתם אנחנו משלמים במיטב כספנו, וראינו שההומור והצחוק הם דרכים לחשוף את המתרחש בנפשם של הזקנים, להעלות את ניסיונותיהם האישיים, להתייחס לדמות המיוחדת שלהם ולבטא את תפישתם, וההליכה היזומה למקום מסוים, שבו אתה שם את עצמך לצחוק מלמדת עד כמה אנחנו מחפשים מצבי הומור. (פראג' פלאח 2017).

מהנתונים העולים מהמחקר הנ"ל שני המינים הסכימו שרוב ההומור שלהם מתממש במועדון לקשיש, כלומר בחברה שבא מגיעים אנשים בני גילם. במענה לשאלות הם לא ידעו להבחין בין הומור צחוק ואושר.

הקשישות טענו באופן חד-משמעי שהצחוק גורם להן לחוש רוגע ופחות מתח. עניין הרוגע חשוב משום שהוא קשור לעניין הדחקת הרגשות בקרב נשים במגזר הערבי. הקשישים הסכימו הסכמה מלאה שהצחוק מאריך חיים. ידוע כי תוחלת החיים של הגברים נמוכה מתוחלת החיים של הנשים והעובדות בשטח ברורות במיוחד במועדון הקשיש כשמספר הקשישות כפול ממספר הקשישים וממוצע הגיל של הקשישות הינו 79 בעוד שממוצע הגיל של הגברים הוא 71.

הייתה הסכמה מלאה בקרב הקשישים והקשישות שהסיטואציות המצחיקות ביותר היו במועדון והאנשים שגורמים להם לצחוק אלו המתנדבים במעון היום.

ההפתעה במחקר זה שעניין המשפחה והקשר המשפחתי כולל עם הנכדים, לא קיבל מקום גבוה אצל הנבדקים. תוצאה זו קשורה בשינוי של מבנה המשפחה בחברה הערבית כשהזקן חדל להיות מרכז המשפחה ואת מקומו תפס הדור הצעיר בדומה למשפחות המערביות. משום שרוב הנשים בחברה הערבית יצאו לעבוד, הן חדלו להיות המטפלות העיקריות בזקני המשפחה. בנוסף, כתוצאה מהמודרניזציה והתעסקותם של הילדים בטכנולוגיה ככלי לבידור ופנאי - במקום הישיבה בקרב המשפחה ובמיוחד עם הסבא והסבתא - גרמה להחלשת הקשר בין הסבים והסבתות עם והנכדים וזה בא לידי ביטוי בתשובות הקשישים והקשישות.

סוף דבר. מחקר זה משקף שינויים בחברה הערבית המודרנית ובשינוי מעמדו החברתי של הקשיש בחברה. גורם זה בא לידי ביטוי בתשובות הקשישים והקשישות באשר לקשר שלהם להומור.

## מקורות

- איזיקוביץ, צ., וינטרשטיין, ט., לבנשטיין, א. (2005). סקר התעללות והזנחה של זקנים בישראל – דו"ח מסכם שלב א'. דו"ח מחקר מוגש לאשל, האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן בישראל ולמוסד לביטוח לאומי. חיפה: אוניברסיטת חיפה, המרכז לחקר ולימוד הזיקנה. אופנהיימר, א. (1996). היבטים בחוויות הזקנה: הבדלים בין גברים לנשים, סקרים וסקירות בגרונטולוגיה: 99: 26-27.
- אנדבלד, מ. (2008). סקירה לשנת 2007. ירושלים: המוסד לביטוח לאומי.
- אנדבלד, מ., גוטליב, ד. ופרומן, א. (2008). ממדי העוני והפערים החברתיים- 2007: דו"ח שנתי. המוסד לביטוח לאומי.
- באר, ש. וברודסקי, ג. (2001). הקשישים בישראל- אוכלוסייה, שיעורי מוגבלות ואומדני צרכים לשירותים נבחרים: 1999-2010. ירושלים: ג'וינט מכון ברוקדייל.
- בולוס, ר. (2013). הסובייקטיבית של קשישות ערביות המתגוררות בקהילה ובבית אבות בהקשר לחרדת מוות בשאלונים ובציור הגשר. טיפול באמנויות: מחקר ויצירה במעשה הטיפולי, 3 (1), 317-325.
- ברגסון, הנרי (1988), הצחוק, ירושלים: ראובן מס.
- ברג-ורמן, א. וברודסקי, ג. (2004). השפעת המצוקה הכלכלית של הזקנים על תנאי חיים. ירושלים: ג'וינט מכון ברוקדייל.
- ברודסקי, ג., שנוור, י. ובאר, ש. (2008). קשישים בישראל – שנתון סטטיסטי 2007. ירושלים: ג'וינט מכון ברוקדייל.
- ברזילי, ע. (1995). בילוי שעות הפנאי במסגרת בית אבות, סקרים וסקירות בגרונטולוגיה: 95: 1-7. בריק, י., גרינשטיין, מ. (2011). העמותות המקומיות למען הזקן בישראל: מאפיינים עיקריים, גיוס תרומות והפעלת מתנדבים. גרונטולוגיה כרך (4), 11-34.8.
- בר-טור, ל'. (2005). בריאות נפשית חיובית בהזדקנות ובזיקנה. גרונטולוגיה כרך לב (2), 113-127. דהן, ד' ונמרוד, ג'. (2014). דפוסי פנאי בקרב אזרחים וותיקים בישראל- מוגש למשרד לאזרחים וותיקים מרכז הידע לחקר הזדקנות האוכלוסייה בישראל. האוניברסיטה העברית. הורביץ, מ. (1992). כל גיל וגילו, ת"א דביר כצמן.
- זמיר, ש'. (2007). הומור ושילובו בהוראה האקדמית. על הגובה 6, המסלול האקדמי המכללה למנהל.
- חלאילה, ר. (2008). מודרניזציה ומסירות ילדים להורים קשישים בחברה הערבית בישראל. עבודה לתואר דוקטור. ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- יקוביץ, א. (2003). מערכת השירותים הקהילתיים והמוסדיים לזקנים. בתוך: א. רוזין (עורך). הזדקנות וזקנה בישראל. ירושלים: אשל.
- יקוביץ, א., ניר, מ'. (2001). תפיסת הזדקנות לעזרה בניהול משק הבית בקרב קשישים יהודים וערבים מקבלי גמלת סיעוד. בטחון סוציאלי, 60. עמ': 171-190.
- כהן, א' (1994). חיים בצחוק, הומור תרפיה הלכה למעשה. חיפה: אמציה.
- לוי, יעקובי, ע' (2013). מצחיק מאוד: השפעת ההומור על הזוגיות שלנו מתוך 09.02.2013 Ynet
- מירו, א' וחאג'י יחיא, א' (2006). "עלה של זית" שילוב בין ערבים ליהודים בגיל השלישי. המוסד לביטוח לאומי, ירושלים.

- מסארווה, ר. (2008). **המעמד הבינוני הערבי בישראל: נשים משכילות כנשאיות של שינוי? עבודת גמר לקראת תואר מוסמך למדעי החברה והרוח במגמה לסוציולוגיה של חינוך, אוניברסיטת תל-אביב.**
- נחשתן, ג. (1980). פנאי כגורם בצמיחת קשישים, **גרונטולוגיה**, 15-16, עמ' 49-63.
- בנטור, נ., סיטרון, ד. וצ'חמיר, ס. (2006). **נשים קשישות: מצבן, צורכיהן וכיוונים לשיפור איכות חייהן**. ירושלים: מאיירס-ג'וינט-מכון ברוקדייל.
- ניקרוג, ש. (1996). **הקשיש בקהילה – ידע ועקרונות עבודה**, ירושלים: החברה למתנסים, מרכזים קהילתיים בישראל.
- סובר, א'. (2011). שפת ההומור המילולי, **הומור מקוון גיליון מס' 1** אוקטובר 2011, עמ' 15-25.
- סובר, אריה (2009). **הומור בדרכו של האדם הצוחק**, ירושלים: כרמל.
- סולימאן, ח. (1998). בית אבות לקשישים ערבים: דיירים סיעודיים לעומת דיירים תשושים. **גרונטולוגיה**, 25 (3-4): 119-126.
- עזאיזה, פ. וברודסקי, ג. (1995). תמורות במשפחה הערבית ופיתוח שירותים לזקנים ערבים בישראל בעשור האחרון. **גרונטולוגיה**, 70: 69-80.
- עזאיזה, פ., אבו-בקר, ח., הרץ-לזרוביץ, ר., גאנס, א. (2009). **נשים ערביות בישראל: תמונת מצב ומבט לעתיד**. תל-אביב: רמות אוניברסיטת תל-אביב.
- עזאיזה, פ., לבנשטיין, א., וברודסקי, ג. (2001). התופעה החדשה של מיסוד בקרב קשישים ערבים בישראל. **גרונטולוגיה**, 28 (1): 77-92.
- צבר - בן יהושע, נ' (עורכת) (2001). **מסורות וזרמים במחקר האיכותי**. תל אביב: דביר.
- עזאיזה, פ., וקרויטורו, ט. (2010). שינוי במעמד הזקן בחברה הערבית. בתוך: י. בריק, ו-א. לבנשטיין (עורכים). **הזקן והמשפחה**. ירושלים: אשל.
- פורטוגלי, א. (2006). בתי אבות לזקנים ערבים בישראל. **גרונטולוגיה**, 33: 63-80.
- פראג' פלאח ג' (2017) "הומור בקרב קשישות ערביות בבית הקשיש בעכו" הומור מקוון דצמבר 2017 גליון 9.
- רוזן קראוס, י'. (2014). **צחוק של תינוק: כיצד מתפתח הומור אצל ילדים**. מתוך 30.12.2014 Ynet
- רימור, מ'. (2010). "הומור – בראי הפסיכולוגיה והחברה". **כוורת**, 18, 25-29.
- שמש, א'. (1996). הומור בטיפול בני נוער מנותק. מתוך, **מניתוק לשילוב** חוברת 7.
- Azaiza, F., & Brodsky, J. (1996). Changes in the Arab world and development of services for the Arab elderly in Israel during the last decade. *Journal of Gerontological Social Work*, 27(1/2), 37 – 53.
- Azaiza, F., & Brodsky, J. (2003). The aging of Israel's Arabs population; Needs, existing responses and dilemmas un the development of services for a society in transition. *The Israel Medical Association journal*, 5, 383- 386 .
- O'Connell A (2010). "An Exploration of Redneck Whiteness in Multicultural Canada *Social Politics: International Studies in Gender, State & Society*, Volume 17, Issue 4, 1 December 2010, Pages 536–563, <https://doi.org/10.1093/sp/jxq019>
- Kubie, L. (1971). The destructive potential of humor in psychotherapy. *Journal of Psychiatry*. 127, 861 – 866.



Landis C & Ross J. (2010). Humor and its Relation to Other Personality Traits, *The Journal of Social Psychology*, Volume 4, 1933 - Issue 2, pp, 156-175 | Published online: 30 Jun 2010.

Lowenstein, A. & Katz, R. (2000). Rural Arab families coping with care giving. *Marriage and Family Review*, 30: 179- 197.

Martin, R. A. (2007) *The psychology of humor: An integrative approach*. Elsevier Academic Press. London.

Martin, R. A., & Kupier, N. A. (1999). Daily occurrence of laughter: Relationships with age, gender, and Type A personality. *Humor: International Journal of Humor Research*, 12(4), 355-384.

Yechiel Nissenholtz (2000) Humour in Aging, *Gerontology*, vol. 1 issue 1, pp. 99-110.

#### נספחים

#### שאלון

קראו כל משפט בתשומת לב ודרגו באיזו מידה אתם מסכימים או אינכם מסכימים.

#### פרטים אישיים:

מין: \* זכר • נקבה      גיל: \_\_\_ עיר מגורים: שפרעם  
 עבודה: \_\_\_\_\_      מצב משפחתי: \_\_\_\_\_  
 מס' ילדים: \_\_\_  
 מי מטפל בך: בת שלה ( למרות שזה לא חוקי)      צורת מגורים: \*גר לבד      o לא גר לבד

#### את המשבצת הנכונה סמן ב- X

| מס' משפט    | מסכים במידה רבה מאוד | מסכים במידה רבה | מסכים במידה בינונית | מסכים במידה מועטה | לא מסכים בכלל                         |
|-------------|----------------------|-----------------|---------------------|-------------------|---------------------------------------|
| <b>בכלל</b> |                      |                 |                     |                   |                                       |
| 1           |                      |                 |                     |                   | הצחוק מאריך חיים                      |
| 2           |                      |                 |                     |                   | הצחוק גורם לי לחוש רגוע ופחות מתוח    |
| 3           |                      |                 |                     |                   | הצחוק הוא אחד המרכיבים החשובים בחיינו |
| 4           |                      |                 |                     |                   | הצחוק משחרר רגשות מודחקים             |
| 5           |                      |                 |                     |                   | הצחוק משחרר לחץ                       |

|                     |  |  |  |  |  |    |
|---------------------|--|--|--|--|--|----|
|                     |  |  |  |  | הצחוק מחבר בין אנשים                   | 6  |
|                     |  |  |  |  | הצחוק מושך אנשים                       | 7  |
|                     |  |  |  |  | הצחוק טוב לבריאות הגוף והנפש           | 8  |
|                     |  |  |  |  | צחוק בלי סיבה נובע מחוסר כבוד          | 9  |
| <b>במועדון יום</b>  |  |  |  |  |  |    |
|                     |  |  |  |  | פעילויות במועדון                       | 10 |
|                     |  |  |  |  | לשבת עם קשישים אחרים                   | 11 |
|                     |  |  |  |  | קשישים בעלי חוש הומור                  | 12 |
|                     |  |  |  |  | שיתוף כאבים ומחלות ודאגות              | 13 |
|                     |  |  |  |  | מתנדבים במועדון                        | 14 |
|                     |  |  |  |  | לשחק קלפים עם קשישים במועדון לנצח אותם | 15 |
|                     |  |  |  |  | העובדים במועדון                        | 16 |
|                     |  |  |  |  | בדיחות                                 | 17 |
|                     |  |  |  |  | השוואת דור הנכדים עם דור הסבים         | 18 |
|                     |  |  |  |  | לשמוע סיפורים ישנים                    | 19 |
| <b>בבית והסביבה</b> |  |  |  |  |  |    |

|                       |  |  |  |  |   |    |
|-----------------------|--|--|--|--|---|----|
|                       |  |  |  |  | לשבת עם המשפחה והנכדים                          | 20 |
|                       |  |  |  |  | ישיבה עם שכנים/חברים/חברות                      | 21 |
|                       |  |  |  |  | רכילות  | 22 |
|                       |  |  |  |  | אופן ההליכה של אנשים שמנים                      | 23 |
|                       |  |  |  |  | נשים בחתונות                                    | 24 |
|                       |  |  |  |  | אירועים משפחתיים                                | 25 |
|                       |  |  |  |  | צפייה בהצגות קומיות ישנות בטלוויזיה             | 26 |
|                       |  |  |  |  | לספר סיפורים ישנים                              | 27 |
|                       |  |  |  |  | אנשים בעלי חוש הומור                            | 28 |
|                       |  |  |  |  | לדבר עם הנכדים                                  | 29 |
| <b>מה מצחיק אותך?</b> |  |  |  |  |   |    |
|                       |  |  |  |  | כתוב על סיטואציות מצחיקות, מה מצחיק אותך ביותר? | 30 |