



24.19x28.01	1/3	34	עמוד	הארץ - הזמן הורוד	16/06/2021	77678420-1
עמותת ער"ן - עזרה ראשונה נפשית ד"ר שירי דניאלס - 28190						

כך לא
תצעדו לבד

בלי כף יד מלטפת, ללא שכנם ידיד

מגפת הקורונה החריפה את גילויי הבדידות בקרב להט"בים, שסובלים גם כן מסיכון מוגבר לדיכאון ולאובדנות ונוטים לעתים להתמכר לסמים ולאלכוהול. כמה יוזמות ותתי-קבוצות מנסות להפיג את המצוקה, לספק תחושת שייכות למי שמתקשים למצוא את מקומם בזרם המרכזי של הקהילה ולהציע מודל אחר של קיום גאה

הילו גלור

ימי מגפת הקורונה הציבו אתגר לקהילה הצעירה, שהתקהלות היא לחם חוקה. כדי לת" חוק אותה יזמו מחלב ופולצ'ק את ה"פוטלק אק-דמי", מפגשים בוים שכללו פעילות ספורטיבית מודרכת והרצאות מתחלפות. היום, לא זו בל- בד שהמפגשים חודשו, אלא שגם התפצלו מהם תתי-קבוצות. המייסדים גם מציינים ששבעה זוגות הכירו בפוטלק, לצד מי יודע כמה היכ- ריוות מודמנות ללילה, שהן בהחלט מוטיבציה לגיטימית בהגעה לאירועים האלה. "המפגשים האלה הם קודם כל חברתיים, אבל בכל זאת מדובר בסיטואציה שבה נוכחים 100 גברים", אומר מחלב, "לכן לפני כל אירוע אנחנו מודגי- שים את המחויבות שלנו ליצירת מרחב בטוח". ככל מקרה, מגע פיזי על מופעיו השונים הוא רק מרכיב אחד ברשת המתפרשת של פוטלק. "שמונה אנשים מצאו דרכנו עבודה, שני מיד- מים עסקיים נולדו אצלנו", מתגאה מחלב, "זה לא רק נטוורקינג. הרעיון הוא לקחת את המר- שג' קהילה ולהפוך אותו לקהילה אמיתית. קח את החברה החרדית, לדוגמה: כשלמישהו שם מתקלקל המקרה, מיד פותחים גמ"ח ואחר רבע שעה מתקיימים אצלו מוקרר חלופי. שם מכינים את המהות של קהילה, בעדו אצלנו אף פעם לא היתה התבססות כזאת. אנחנו עשינו את זה בקר- רונה, למשל. כשפוטלקיסט נכנס לכיידה, הח- ברים שלחו לו מוזן חבילות".

תחליף להווי הקהילתי החסר

בדידות נחשבת למגפה החריפה ביותר של המאה ה-21, אפילו לפני בוא המגפה הימיתית שגורה בבדידות מתמשכת על חלקים גדולים באוכלוסייה. הבדידות אופיינית לצעירים, כמו גם לקשישים, והשלכותיה האפשריות ידועות: קשיים רגשיים שונים, פגיעה קוגניטיבית, מצב גופני ירוד, תחושת מצוקה, דיכאון, מחשבות אובדניות ולעתים אף מעשים אובדניים.

כשמדובר בלהט"בים, ישנם גורמי סיכון נר- ספים לחוות בדידות כגון גילויים של להט"בפוביה, החיים בארון (שלעתים מותירים משקעים גם אחרי היציאה ממנו), הפנמת סטי- גמות שמביאה לתפישה עצמית שלילית ואייג'וז. דיכאון אצל להט"בים יכול להוביל לשימוש מוגזם בסמים, להתמכרות למין או לפיי- תוח תלות בשניהם גם יחד (כמסקס - סקס בשי- לוב כמיקלים). מחקרים שנעשו במדינות שונות בעשור האחרון העלו כי חברי קהילת הלהט"ב נמצאים בסיכון גבוה משמעותית לבצע ניסיונות

להביא מנה. בתוך זמן קצר התגכשו המפגשים למסורת ומעגל המשתתפים התרחב, עד שכי- תם כבר היה צר מהכילו. כיום מתקיים האירוע מדי שישי ראשון בכל חודש ונודד בין חללים משתנים, תלוי במזג האוויר ובאופי המפגש. הקהילה מונה 300 פוטלקיסטים רשומים וכל אירוע מושך אליו לפחות 100 משתתפים. טוח הגילים רחב וגם הומואים בווגיות אינם מודרים, אבל המאסה הקריטית היא רווקים בני 30-45. גם התמהיל האנושי מגוון, ומנקו הומואים קרחניסטים לצד אנשים בעלי אוריינטציה יותר גיקית או קווירית. "הרעיון המרכזי הוא לייצר חיבורים", מסביר מחלב, "נר- רא קשה ללכת למסיבה, לבר או לכל מקום אחר ולגשת לאנשים כי יש חשש בסיסי מפני דחייה או שלא יהיה על מה לדבר. באמצעות המשחק וכלים אחרים שמעודדים אינטראקציה אנחנו מנסים לפוגג את החסם הזה".

חשה מחלב מקהילת "פוטלק": "נורא קשה ללכת למסיבה ולגשת לאנשים כי יש חשש בסיסי מפני דחייה. באמצעות משחק וכלים אחרים שמעודדים אינטראקציה אנחנו מנסים לפוגג את החסם הזה"

כך גם מנסים המארגנים לחתור תחת תר- בות השיח הנפוצה בגריינדר ובשאר האפליק- ציות. "כשאתה פונה למישהו והוא לא עונה לך, ואו עד אחד ועוד אחד, זו יכולה להיות חוויה טראומטית", אומר פולצ'ק, "אבל במציאות סי- טואציה כזאת לא יכולה להתרחש. כשתשאל מישהו לשלומו, הוא לא יטובב לך את הגב". הרעיון הוא גם לייצר מרחב אלטרנטיבי למעודנים. "כבודם של חי' הלילה במקומם מר- נת, זאת תרבות ענפה שממנה צמחה הקהילה, אבל מסגרות כמו פוטלק הן נדבך נוסף בבנייה שלה", מסביר מחלב. "אני מכיר אנשים שפוג- שים מישהו לסטוך ולא אומרים לו שלום בר- חוב, או שנייה אחרי שהם יצאו ממסיבה לא מדברים יותר אחד עם השני. אצלנו, מאחר שא- תה יודע שעוד חודש תפגוש שוב את הבנאדם, התעלמות היא לא אופציה".

ג' בעומר האחרון, נקודה אקראית חשוכה בין תל אביב ליפו. גברים חברי- רות קטנות צועדים אלה בעקבות אלה, מנווטים בחול לעבר להבת האש שמתחמת כסטיקלייטים צבעוניים ובכך נבדלת ממדורות אחרות בסביבה. בתוך זמן מתקצבים סביב תאורתה המחמיאה כ-150 אנשים, חברי קהילת "פוטלק". כל אחד מהם הביא עמו מא- כל או משקה (ומכאן שמו של האירוע - "סיר מול" בתרגום מילולי) שמתלכדים לשולחן עמוס במיני סלטים, בשרים ומאפים.

אוכל, כידוע, מחבר בין אנשים אבל כשמ- דובר בהומואים, אולי לא כדאי לבנות על זה. לכן בפוטלק מקפידים שכל אירוע יעמוד כסי- מן פעילות להמצאת הדינמיקה הקבוצתית. הפי- עם, בטופס הרישום, התבקש כל משתתף לציין מבעוד מועד מה מדליק בו ניצוץ. התשובה לכך הופיעה מתחת להג שמו, שחולק בכניסה לאירוע יחד עם כוס שעליה הודבקה מדבקה עם שלושה "ניצוצות" של משתתפים אחרים. המ- שימה של כל פוטלקיסט, כך הם מכנים עצמם, היתה אפוא לאתר את האנשים שמאחורי הני- צוץ. מבלבל? בהחלט. מביך? לא פחות. אבל במהרה נראה שההפעלה היוזמה מוכיחה את עצמה. כמו במנגל מוצלח, כשאוסף בערות מקר- מיות מתלכד למרכז רציף של גחלים לחשות, גם פיזור החום באירוע נעשה אחד ונעים.

משה מחלב - שייסד את הקהילה עם בן זר- גו, ערן פולצ'ק - פתח את האירוע כנאום נר- גש שבו הוכיח כי ההבנה כיצד להשתלט על האש ולשמר אותה היתה נקודת מפנה באנר- שות, בכך שאיפשרה לה להתאגד לשבטים. העי- רב הזה, אמר, הוא הודמנות נהדרת להרחיב גם את הישגים של פוטלק, שקיימה כבר כ-30 מפ- גשים. לאחר מכן, כשמחלב ופולצ'ק נשאלו מה גרם להם לייסד אותה, הם השיבו: "בדידות, בדידות ועוד פעם בדידות". השניים, שהכירו בקבוצת ריצה גאה לפני כשלוש שנים, חשו שיש צורך בפלטפורמה רחבה יותר להיכרותיות, שגם תעודד שיח בין המשתתפים. "חשבנו איך מפיגים את הבדידות הזאת", מרחיב פולצ'ק, "כי בכל מקום שמענו אנשים מדברים על כמה הקהילה נעשתה מנוכרת, איך הכל מתבסס על אפליקציות, על התחושה הקשה שנלווית לשי- מוש בזה, וכמה מסוכן לפגוש אנשים".

ניסוי הכלים נערך לפני כשנתיים וחצי. מה- לך ופולצ'ק הומינו 17 חברים ומכרים לארוחת ערב בביתם, שבה כל אחד מהמוזמנים התבקש

אובדניים - עד פי שבעה יותר מאשר באוכלוסייה הכללית. את המחקר המקיף ביותר בארץ בהקשר הזה ביצע ב-2018 פרופ' יוסי לוי בלז, ראש המרכז לחקר האובדנות והכאב הנ- פשי ע"ש ליאור צפתי במרכז האקדמי רופין, יחד עם חוקרים נוספים במכללה. במחקר הש- תתפו 501 להט"בים שגילם הממוצע היה 28. ניתוח השאלונים שמילאו העלה כי חברי הקהילה מצויים בסיכון מוגבר לאובדנות וכי שיעור המתאבדים הלהט"בים גבוה משיעורם באוכלוסייה. 16% מההומואים ו-30% מהלס- ביות שהשתתפו במחקר דיווחו על ניסיון התא- בדות. מצבם של הטרנסג'נדרים הוא החמור ביותר - 40% מהם ביצעו מעשה אובדני. מתוך כל המשתתפים, 42% מההומואים ו-50%



24.74x27.66	2/3	עמוד 35	הארץ - הזמן הורוד	16/06/2021	77678421-2
עמותת ער"ן - עזרה ראשונה נפשית ד"ר שירי דניאלס - 28190					

הדוגמה הכוללת לכך היא קהילת הדובים הצומחת בעקביות. קבוצות פייסבוק ייעודיות לדובים ישראלים נפתחו בשנים האחרונות והפעילות בהן הולכת ומתעצמת. פיז'ר מרכזי בהן הוא פוסט שמעלים המנהלים ובו הם מציגים בכל פעם את אחד החברים – תחומי העניין שלו, תחביביו, העדפותיו בגברים ושאר פרטים שמוצגים באופן שנון וזמין – כדי לעודד את השאר ליצור עמו קשר. לדברי תומו חן, ממנהלי קבוצת הפייסבוק "דובי ישראל ללא גבולות", תשומת הלב הוירטואלית נפרטת במקרים רבים לשדרוג חיי החברה כמציאות. "פתאום אותו אדם מקבל הפצה של נויטיפיקיישן, נוספים לו עוד חברים, וזה מעורר אותו להיות פעיל יותר ולהגיע למפגשים", אומר חן, "זה פותח ומשחרר".

בשנים האחרונות מורגשת דריסת רגל דר בית גם בתרבות הפנאי והסצנה הגאה. מאז 2016 נערכת בארץ תחרות "מר דוב" השנתית ולפני כשנתיים הושק ליין המסיבות "דובי", שפעילותו נקטעה בשל המגפה וחודשה לאחר רונה. הליין הסלידי הוותיק ב"פ, הראשון שהציג את הדובים, הוא כבר מומן מוסד בחיי הלילה של הקהילה. כינוסי דובים אינטימיים יותר נערכים בימי חמישי בחוף הדתיים בתל אביב. מדי פעם מועתק המפגש לגעש ומקבל גוון מיני יותר, בהתאם לאופי הנודיסטי של החוף. כמה פעמים בשנה מתארגנים גם פיקניקים דוביים.

אבל דומה שהפרויקט החשוב ביותר של קהילת הדובים בארץ הוא קמפיין "BodyPride", שמציג לראווה גברים "אמי תיים" במטרה לעורר מודעות למבנה גוף טבעי, כזה שלא משועבד לנורמות נוקשות של שרירים וחיטובים. עם השקתו ב-2015 ביקש הקמפיין למחות על מודל היופי המלוטש והמרוטש שרווח בחיי הלילה, אך מאז הוא קיבל חיים משל עצמו והפך לתנועה של ממש. למעשה, לא מעט בזכות "באדיפרייז" קהילת הדובים אינה מוזהה עוד רק עם תכונות גופניות כגון גוף עבה ושעיר, אלא נוסף לה ממד אקטיביסטי. היום היא פועלת כמרחב זמין בעבור כל מי שסולדים מחדרי כושר או פשוט הרפו מהמרדף אחר אידיאל יופי מדומיין, בין שהם שומנים, רזים, מבוגרים או קוויריים.

כנאות, קהילת הדובים ממשיכה לנקוט אליה לא מעט קריאות מצוקה של הומואים שמתקשים למצוא את מקומם בורם המרכזי של הקהילה. חן מציין כי "אין ספק שההדרה הברתית היא חלק גדול ממה שהביא אותנו להתייחס לקבוצה. אנחנו בונים גאווה ואהבה עצמית, ומשם בעצם הכל התחיל". לצד זאת, חן מודגיש שעברנו מזמן את שלב קבוצת התייחסות. אנחנו כבר לא במקום המרחם. נכון, עדיין מתפרסמים אצלנו לא מעט פוסטים של אנשים שמתאפיינים חוויות על היחס המשפיל שהם קיבלו באפליקציות, וזה כאילו עדיין ממקם אותם בשוליים. אבל בפועל, קהילת הדובים בחייל, וגם בארץ, צומחת בקצב גבוה יותר ויותר אנשים מכינים שההתעסקות הבלתי פורטת כגוף היא לא בריאה ולא הגיונית. מה גם שהאוכלוסייה מתבגרת באופן טבעי. לבני 40 יותר קשה להעלים את הבטן מבני 20, אבל זה לא אומר שהם פחות אוהבים את עצמם".

העמקת תחושות הורות, הריקנות הניכור גם שטטוש הגבולות בין פיזיות אינטימיות גובה מחיה. חלק ממרואיניו של קרומהולץ חוו בלבול ומתח סביב מערכות יחסים חבריות שפיתחו עם גברים הומואים. הם תיארו כיצד המיתח המיני או הרומנטי נתפש אצלם כאינהרנטי למערכת היחסים ולכן כאיום עליה. כך, חברויות כעלות פוטנציאל הומוצו או גווע, חוויית הבדידות העמיקה. תכנים אלה מקבלים ביטוי מר חשי גם בסדנאות. "הרבה גברים מגיעים אליהן סביב שאלות של יחסים, היעדר זוגיות והיעדר

בכל חודש ב-2020 התקבלו בעמותת ער"ן כ-450 פניות הנוגעות לזהות מינית ולקשיים ייחודיים ללהט"ב ועוד אלפי פניות הנוגעות למצוקה רגשית, דיכאון, בדידות ואובדנות. זו עלייה של כ-35% לעומת 2019

אינטימיות. הקבוצה מאפשרת להם לראות איך האחר חווה אותם וזהות דפוסים שמונעים מהם לבסס זוגיות או מקשים על כך", אומר קרומהולץ. הוא מדגיש שהשתתפות בסדנה אינה ערובה להפגת הבדידות: "יש אנשים שמגיעים עם משאלה גלויה או סמריה למצוא בה זוגיות או חברויות. הנרשא הזה מדובר. מוכן שלפעמים זה קורה ולפעמים לא".

לשקם את הסולידריות

עם התנסות קהילה הגאה בארץ התרבו המסגרות והארגונים שמציעים מענה סוציאלי ונפשי ללהט"בים. כך, למשל, ארגון כמו איג'י שפרוש היום מאילת עד קרית שמונה ומפעיל עשרות קבוצות לבני נוער, לא היה קיים לפני 20 שנה. כמשך השנים היתוספו עוד ועוד תוכניות והתארגנויות שנותנות מענה ייחודי לצרכים של תתי-קבוצות בקהילה. דוגמאות יש למכביר: מפגשים של משפחות גאות, חוגים לקשישים, פעילויות ללהט"בים דוברי רוסית, קבוצה להעצמה נשית טרנסית, ארגונים ללהט"בים דתיים ועוד. שוק העבודה נעשה מרחב נוסף לחיבורים פנים-קהילתיים, החל מכ"נסים ל"סכיות בהייטק" ועד סדנאות תעסוקה לקהילה הטרנסית. לכל אחת מהזיומות האלה, מן הסתם, יש תרומה חשובה להפגת הבדידות ולחיוק המארג החברתי בין משתתפיה. אבל נראה שבד בבד עם יצירת האיים המבורכים האלה, נפרמה אט אט הלכידות הקהילתית, עד כי לפעמים נראה שהאותיות המרכיבות את ראשי התיבות להט"ב הן לא יותר מארבעה לויינים תועים שאיבדו קשר עם חללית האם. לאחרונה יש מי שפועלים לשנות זאת ולשקם את הסולידריות שנדמה כי אבדה. לא על ידי יוזמות נקדחתיות והיפר-מותאמות כמו מפגשי אבות גרושים שיצאו מהארון (יוזמות שכ"כ בודן במקומם מונח), אלא דרך ניסיון להציע אלטרנטיבה רעיונות מקיפה לחיים הלהט"ביים. להט"בים רבים מוצאים תחושת שייכות בתתי-קהילות שמאפייניהן מובחנים וברורים, המציעות מודל אחר של קיום להט"ב.

דיווחו שהם סובלים מדיכאון או חרדה בעקבות המגפה. חלק ניכר מהנשאלים דיווחו שהם מתקשים בתחזוק קשרים חברתיים (45%) או ביצירת קשרים זוגיים (38%). 15% העידו על שימוש מוגבר באלכוהול, סמים וסיגריות. השלכותיה השליליות של המגפה על חברי הקהילה קיבלו ביטוי גם בפניות למוקדי הסיוע. ד"ר שירי דניאלס, מנהלת מקצועית ארצית בעמותת ער"ן, מסרה ל"הארץ" כי במהלך 2020 התקבלו אצלם בכל חודש כ-450 פניות הנוגעות לתכנים של זהות מינית וקשיים ייחודיים לקהילת הלהט"ב, ועוד אלפי פניות שנוגעות למצוקה רגשית חריפה, דיכאון, בדידות ואובדנות. דניאלס מציינת כי מדובר בעלייה של כ-35% לעומת 2019. על פי נתונים שנמסרו מעמותת סה"ר המפעילה מוקד חם מקוון לתימיכה נפשית, בחודשים מארס-נובמבר 2020 נותרה אצלם כמות כפולה של פוסטים ברשת והודעות מצוקה על רקע זהות מינית. בצ"ט האנונימי שמפעילה העמותה חל גידול בפניות על רקע זהות מינית בין אוקטובר 2020 למארס 2021 (67 פניות כממוצע בחודש לעומת 40 פניות חודשיות כממוצע בתקופה שקדמה לכך). קבוצות וירטואליות מותאמות למגבלות הריחוק החברתי ניסו לתת תחליף חלקי להווי הקהילתי החסר. דפי פייסבוק כמו "להט"בים צופים", "הומואיות מבשלות ביחד" ו"לסביות מבשלות יחד" נעשו פופולריים כימי המגפה. אמנם אין לזלול בנחמה שמכיאים מתכוון מרצלח לחלה וגילוי משותף של הפינות האפלות בגטפליקס, אך ברור שהאפקט שלהם מוגבל. בימי הקורונה גם חלה נסיקה בפעילות של קבוצות "וידיים" ובהם "מדברים על זה", שהפכה לזירה רוחשת שבה להט"בים שוטחים (כאופן אנונימי) חוויות של תלישות, אכזבה וצורך נואש בקרבה. גם במקרה הזה, הודעות תמיכה וצורך לייקים יכולים לתת מענה זמני למצוקה, אם בכלל.

זה ששנים מעביר גולן קרומהולץ, עובד סוציאלי קליני, סדנת העצמה מגדרית לגברים הומואים וביסקסואלים. מדובר בטיפול קבוצתי המשלב תרגילים חווייתיים, כשרוב המשתתפים הם בני 30-40. קרומהולץ אומר כי בדידות היא החומר המוליך של רבים מהמפגשים: "גם אם הגברים האלה אינם בהכרח בודדים היום, הם סוחרים איוושהי בדידות וטרנספסקטיבית מהילדות, הנעורים או הבגרות המוקדמת. הם נושאים עמם כמיהה לא ממומשת לקהילה שתכניס אותם פנימה. בפועל, להיות חלק מקהילה זה לא דבר פסיבי. בשביל להשתייך אליה אתה צריך לקחת חלק בפעילויות מסוימות והפלטפורמות האלה אינן מתאימות לכולם. למשל, באפליקציות קשה ליצור קשר יש בהן הרבה שיפוט, המבט מופנה לדימוי גוף והשפה לעתים דלה ולקונית. למשתמשים רבים הן מזמנות חוויות של דחייה ובדידות".

מחקרו של קרומהולץ עסק ב"חוויות הבדידות של גברים הומואים בגילאי תחילת ואמצע החיים הבוגרים". הוא עמד, בין השאר, על הקשר המובהק בין שימוש כפייטי באפליקציות היכרות לכדידות. הגברים שהוא ראיין תיארו את מפגשיהם התכופים עם גברים אחרים לצורך מין מזדמן ואת ההשלכות של שגרת חיים זו: מחד גיטא, תחושות אינטימיות וקרבה שמפיגה כדידות, גם אם לטווח קצר, ומאידך גיסא,



ציור: francescoch/iStockphoto via Getty Images

מהלסביות סיפרו כי היו להם מחשבות אובדניות במשך חייהם, לרבות מחשבה קונקרטית על הדרך שבה ישימו קץ לחייהם. פגיעותה היתרה של הקהילה הטרנסגנדרית ניכרת גם כאן: 77% מהנשאלים הטרנסים דיווחו על כך. מבין כל הנשאלים, נמצא כי 57% סובלים מדיכאון בינוני עד מוזר. שיעורים אלה גבוהים לאין ערוך משיעורים בכלל האוכלוסייה.

הקורונה רק החריפה את המצב, בין השאר בשל ריבוי הרווקים בקהילה וסגירת מקומות הבילוי שבעבור להט"בים רבים היו זירה כמעט יחידה לאינטראקציות חברתיות. על פי נתוני סקר שערכה השנה האגודה למען הלהט"ב בהשתתפות 620 חברי וחברות הקהילה הגאה, כ-54% דיווחו שהם סובלים מבדידות וכ-42%

24.5x27.77	3/3	עמוד 36	הארץ - הזמן הורוד	16/06/2021	77678422-3
עמותת ער"ן - עזרה ראשונה נפשית ד"ר שירי דניאלס - 28190					

המשך מהעמוד הקודם

השפעות הקורונה על הקהילה הגאה



מקור: סקר האגודה למען הלהט"ב בהשתתפות 620 נשאלים מהקהילה הגאה, 2021

בעצת המטפלת שלו הופנה אלון לקבוצת טיפול שמפעילות עיריית תל אביב והאגודה למען הלהט"ב ונותנת שירות ייעודי להתמכר-ריות. הוא מצא שם שישה אנשים שמתמודדים עם משבר דומה. לדבריו, "יש בזה הרבה עוצ"מה. כל משתתף שם מציב מראה לפנימיות שלה. זה מפעיל הרבה טריגרים ומעורר אמוציות. היתה לנו לפעמים דינמיקה של כאסה בקבוצה, על סף האלימות. התהליך הוא הדרגתי. עוס"קים יותר בטראומות ופחות בשימוש עצמו. אגב, בקבוצה אנחנו נמנעים מהכינוי החמוד 'טינה' וקוראים לסם הזה בשמו: קריסטלי".

בתום התהליך הטיפולי ופיזור הקבוצה המ"שיכו ארבעה מחבריה לשמור על קשר. עד היום הם נפגשים באותו יום ובאותה שעה שהוקדשו לסשן, באווירה פחות פורמלית. "מותר לנו לה"תפרץ אחד לדברי השני ואנחנו לא מסתובבים בחדר במעגל", צחק אלון, "זנבלל, החברות הע"מיקה למקומות אחרים. אנחנו יכולים גם סתם לשתות, לעשן, להזמין משהו לאכול ולראות טלוויזיה. אבל המקום הזה של ההתמכרות תמיד נוכח. זה שיח שונה, משמעותי, שלא יכול להיות ל"י עם חברים אחרים. הצל הזה של ההתמכרות תמיד יהיה איתי והם מכינים אותי הכי טוב. גם אני דואג להם, אוהב אותם".

קהילה גדולה וממוסדת יותר שחבריה נפ"גשו בנסיבות דומות היא "מכורים להטי"בים". גם אצלם קבוצת התמיכה הפכה למעטפת חר בקת"כל. "זו דוגמה לקהילה אמיתית", אומר כפיר שמגר, חבר בקבוצה זו (לצד פועלו כאמור בקהילת הדוכים), שמדבר בפתירות על מאבקו היום-יומי בהתמכרות לסמים ואלכוהול. "זה בא לידי ביטוי בהתגייסות של החברים, בתחזוקה שוטפת של קשרים חברתיים, במחויבות אחד לשני. אנחנו כל הזמן ביחד – כשמישהו במצ"קה, באירועים משותפים, בטוילים – ועכשיו אנחנו מנסים לארגן כנס של מכורים להטי"בים".

שמגר מבדיל בין הקהילה הלהט"בית ובין מה שהוא מכנה "קהילה שלי". לדבריו, הפער ביניהן התחורר לו סביב התאבדותו אשתקד של אדם מוכר בקהילה, כנראה על רקע התמודדות עם התמכרות לסמים: "התחברו לזה כל מיני פרשיות עמומות שקשורות למין עם קטינים, והשיח בקהילה ה'כללית' היה בוטה מאוד. הוא עסק מצד אחד בחיפוש אשמים ומצד שני בני"סיון להצביע על הפגמים בקהילה. הרבה אנ"שים דאגו גם לאיך אנחנו מצטיירים והיו כאלה שאמרו שאנחנו לא צריכים לכבס את הכביסה המלוכלכת בפומבי. את הקהילה שלנו כל הד"ברים האלה לא העסיקו. עשינו פגישות של איך להתמודד עם האבל, איך לעבד את האובדן. פשוט להיות אחד עם השני".



מתוך לוח השנה "Bears of Israel 2021". קהילת הדוכים צומחת בעקבות צילום: אלי בוחבוט

אלון, בן 36, שבעקבות משבר אישי התמכר לסמים קשים והפסיק לעבוד: "מצאתי את עצמי בכל מיני מאורות סמים. מעבר לסקס ולסמים לא היו לי חיים. לא נשאר לי חברים, ועד היום לא תיקנתי את הקשרים איתם"

סוכריות, שתיים-שלוש ביום. ואז התחלתי עם הקריסטל מת', עד שבאיושהו שלב הבנתי שאני באובדן שליטה מוחלט". כשאלון נשאל מה הנקודה הנמוכה ביותר שאליה דירדר אותו השימוש, הוא משיב ש"מצאתי את עצמי בכל מיני מאורות סמים. אנשים מזריקים בכל מקום, מישוהו זרוק בצד ואומרים לך שהוא בסדר. הגעתי לסיטואציות האלה לא כי רציתי להיפגש עם האנשים האלה, אלא רק כי ידעתי שיש להם סמים מסוימים. שכבתי עם אנשים שלא רציתי לשכב איתם". באותו זמן אלון לא עבד וקשריו החברתיים ניתקו. "החוקתי את עצמי עם הכסף מביטוח לאומי אבל מעבר ל"ס"קס ולסמים לא היו לי חיים. לא יכולתי לע"שות שום דבר אחר. אתה מרחיק ממך כל דבר נורמלי. לא נשאר לי חברים, ולמעשה עד היום לא תיקנתי את הקשרים איתם".

מהמצטרפים החדשים הם הומאים שעד לא מז"מן השתתפו באופן עקבי באותה תרבות מועד"נים רועשת וממוסכת, שהתנועה חותרת תחתיה. "אנחנו בתהליך של גדילה שמאפשר לנו בין השאר להביא לכינוסים גם את התרבות שממנה ברחנר", אומר אחד מוותיקי הקבוצה בארץ, "אנ"חנו מרגישים שאנחנו יכולים להראות את הד"רך לאנשים שחשים מיצוי או מיאוס מאותה צורת בילוי ומחפשים יותר תוכן".

אבל בעבור לא מעט להטי"בים שמגששים את דרכם מחוץ לסצינה בחיפוש אחר קהילה חלופית, אין מדובר במוטרות אלא בצורך קיומי. כך למשל אלון (שם בדוי), בן 36 מתל אביב, שעוסק באמנות: עד לפני כשנה חצי ההתנ"סריות שלו בסמים היו מועטות וכללו עישון וריד מפעם לפעם. נקודת המפנה היתה משבר אישי חריף, שבו התלפפו דיכאון עמוק וסיום מערכת יחסים ממושכת. "עד אז הכל היה בסדר על פניר", מספר אלון, "הייתי סטודנט, עבדתי בע"בחות טובות, גרתי עם בן זוג. אחרי הפרידה לא יצאתי מהחדר כמה חודשים וחשבתי שכדי לצאת מהדיכאון הארוך אני צריך איזה בוסט לאנגריות. ואז הגיעו חוויות קיצוניות".

אלון מספר שמסיבות אף פעם לא עניינו אותו במיוחד. "אצלי השימוש בסמים תמיד היה סביב סקס. הייתי כל הזמן עסוק בזה עד שזה נהפך למרכז החיים שלי. אם אנשים יוצאים למועדון פעם בחודשיים ולוקחים אק"סטה, או אני הייתי בולע אקסטות כמו

כפיר שמגר, פעיל ותיק ומרכזי בקהילת הדוכים, אומר שאופייה ומטרותיה של קהילה זו השתכללו עם הזמן: "הצורך הבסיסי היה לספק תחושת שייכות לאנשים ש'הורחקו' מהקהילה הלהט"בית – אלה שהרגישו דחויים, שהמסיבות הן לא מרחב שיכול לה"כיל אותם, או שבגלל המראה שלהם הם לא מוצאים זוגיות. אבל המטרה שלי היתה גם לאפשר שיח יותר מכבד ופחות הטרר-נורמטי"בי. לערער על הנחות יסוד של מה זה גבר ומה זו אישה, על החלוקה הבינארית של תפקידים מגדריים, על איך שאמור להיראות דוב. הייתי אומר שזו קבוצה יותר פוליטית. לכן אנו מק"פידים להציף דיונים גם בנושאים כמו שימוש בסמים, זנות בקהילה וכמוכן בדידות". לדברי שמגר, בעבור דוכים שדיווחו על בדידות איפ"שר השיח הזה התבוננות מחדשת על מצבם. "בקהילה רוחת התפישה שחייבים זוגיות, ושלשהיג זוגיות או להיכשל בכך זה משהו שמגדיר אותנו", הוא מציין. "אבל אנחנו בק"בוצה מנסים להראות, בעדינות ובצורה מכ"לה, שזוגיות היא לא חוות הכל ואולי גם היא חלק מאותו שיח הטרר-נורמטיבי".

אור פרידמן, מר דוב ל-2019, פועל כעת לבסס קהילה דוכית-קווירית בחיפה. "הוהות הדוכית היא דבר מובחן, אך אנחנו מדברים היום כמנוחים של משפחת הדוכים המורחבת שכוללת את כל מי שמאס בהיצמדות לאידיאל יופי, שדוגל בערכים של סולידריות וקבלה ושואמין כי כל הגופים הם לגיטימיים ויפים", אומר פרידמן, "קהילת הדוכים היא כבר מומן לא גברים מלאים עם זקן ומעילי עור שרוכבים על אופנוע הרלי-דייווידסון". לדבריו, ההתרחבות הזאת הגיעה במקביל לחיזוק המרכיב האקטיביסטי בקהילה: "זה התחיל מתוך רצון לתבוע את מקומו בחברה ולתת ביטוי לנראות אחרת. כי נראות היא כוח. ומרגע שאתה מאמץ את הסטייט אוף מיידן הזה כלפי עצמך, יש לך מקום להיות סובלני ואמפתי כלפי אנשים אחרים שלא נראים כמוך. זה הבסיס לאינטגרציה של קהילת הדוכים עם הקהילה הטרנסנית וקהילת הפטיש, שאת שתיהן אנו מחבקים מאוד".

לקרוא לקריסטל מת' בשמו

תת-קבוצה נוספת בעלת ימרות חתרניות, שהולכת ומתבססת מתחת לרדאר, היא זו של קהילת "הפיות הרדיקליות". מדובר בתנועה בע"לת מסורת ותיקה, שנוסדה בקליפורניה בקהילה קווירית-אקטיביסטית-סביבתנית לפני כ-40 שנה. היא הקמה כתגובת-נגד להטימעות של הקהילה הגאה בחברה הסטרייטית, האימץ הר"וח של קודים הטרר-נורמטיביים (חתונה ויל"דים) והתמסחרות החיים הלהט"ביים המודרניים (תיירות גאה ותרבות המועדונים). התנועה שמה דגש על חקר מרכיבים רוחניים-פוליטיים בזהות הלהט"בית ועל ערכים של קיימות וסביבה. לפי"כ, רוב כינוסיה מתקיימים בטבע. בישראל פר על שבט של "פיות" זה יותר מעשור, אך בחודשים האחרונים מספר החברים בתנועה גדל ונפח פעילותה גובר. אנשי הפיות אינם מעו"ניינים בחשיפה תקשורתית מחשש שזו תוביל לזרם לא מווסת של סקרנים. אגב, לא מעט