

”להילחם כמו גברים ולא כמו כוסיות”: מגדר וצבאיות בקרב רצים ורצות למרחקים ארוכים ובקרב מתאמנים ומתאמנות במכוני כושר

אסף לב ואסתר הרצוג

המאמר בוחן את הקשר בין דימויי גבריות לבין עבר של שירות צבאי ועיסוק מאומץ בספורט בהווה ואת ההבניה החברתית של גבריות בחברה הישראלית, בשתי זירות ספורט: ריצה למרחקים ארוכים ואימון במכון כושר. המאמר מתבסס על מחקר אתנוגרפי של אנתרופולוג ואנתרופולוגית, שנערך באמצעות תצפיות משתתפות וראיונות מובנים למחצה. המחקר על קבוצת רצי ורצות מרתון חובבים, שבה השתתף האנתרופולוג, ממחיש את השפעתם של החוויות מן השירות הצבאי ואת השימוש בסמלי הכוח הצבאיים בהתמודדות עם אתגרי הריצה למרחקים ארוכים ובחזוקה הדימוי הגברי. המחקר על מכוני כושר, שעשו שני החוקרים, מצביע על הבדלים בין מכוני כושר במטרופולין של תל אביב לבין מכון כושר באזור כפרי. ניתוח השיח וההתנהגות בשני הקשרים אלו של פעילות גופנית מלמד שהשתלבות של נשים בתחומי ספורט הנתפסים כגבריים עשויה לאיים על הדומיננטיות הגברית ולייצר תגובות של גברים לאיום נתפס זה. אמצעים כגון פעילות ספורט מאומצת, שימוש בשיח סקסיסטי ואגרסיבי, התבלטות קולנית ועטיית סמלים ולבוש צבאיים, משמשים אותם להתמודדות עם האיום. אמצעים אלו תורמים לשימור הדומיננטיות הגברית במרחבים הנחקרים ולעתים אף מעניקים מעין חוויה מתקנת לגברים בעלי דימוי חלש. תפיסת העליונות הגברית, כך נטען, מבוססת על בידול מדימויי הנשיות. בחינת האקלים החברתי במכוני כושר בתל אביב לעומת זה שבאזור הכפרי מערערת על תפיסות של דומיננטיות גברית כטבועה במרחבים שנחקרו, ועל הזיהוי הרווח בספרות המחקר של צבאיות עם הקולקטיב הישראלי.

מילות מפתח: מכוני כושר, ריצה למרחקים ארוכים, דימויי גבריות/נשיות, שירות צבאי, שיח סקסיסטי

המאמר עוסק בקשר בין תפיסות של גבריות ונשיות לבין שירות צבאי ועיסוק בספורט בישראל. הוא בוחן אינטראקציות חברתיות בשני הקשרים חברתיים שבהם מטופחת גבריות כהיפוכה של נשיות: בקרב רצים ורצות למרחקים ארוכים ובקרב מתאמנים ומתאמנות בחדרי כושר. ניתוח האתנוגרפיה המוצע במאמר מצביע על קשר בין תפיסות וביטויים של גבריות ונשיות בשני ענפי הספורט הללו לבין עיסוק בספורט ושירות צבאי. במאמר ייבחן מקומה של הפעילות הגופנית המאומצת בשימור הדומיננטיות הגברית ובהשפעתה על התנהגותן של נשים. עם זאת, דיון משווה בין שני מכוני כושר בתל אביב לבין מכון כושר בעמק חפר מציג תמונה מורכבת המערערת על התפיסה הרווחת באשר למרכזיותה של התרבות הצבאית בישראל כ”אומה במדים” (בן-אליעזר, 1995).

ד”ר אסף לב, החוג לספורטתרפיה, הקריה האקדמית אונו, ובית הספר לתקשורת, המרכז הבינתחומי הרצליה.

דואר אלקטרוני: anthropolev@gmail.com

פרופ’ אסתר הרצוג, החוג למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית צפת.

דואר אלקטרוני: bental4@gmail.com

אף שספרות המחקר על צבא וצבאיות בישראל היא נרחבת, המחקר הקושר ביניהם לבין פעילות ספורטיבית חובבנית הוא רק בתחילת הדרך. מאמר זה שואף לתרום בכיוון זה. במאמר זה נבחנת נוכחותה של הצבאיות והשפעתה על פעילות חברתית בתחומי ספורט. המאמר אף שואף לתרום לדיון, שכמעט אינו קיים, על הקשר בין צבאיות לבין מגדר בהקשר של פעילות ספורט בישראל. כמו כן, בוחן המאמר את הרלוונטיות של ההקשר המקומי, החברתי-גאוגרפי, ובייחוד את הקשר בין ביטויי צבאיות לבין ביטויי גבריות בזירות של פעילות גופנית במטרופולין. בדיון על היבט זה מוצע כיוון פרשני הרואה בשיח ובמחוות גבריות, ובייחוד בביטויים התוקפניים והוולגריים שלהם, אמצעי לשימור ולשיקום הדומיננטיות הגברית במציאות שבה השתלבותן של נשים בתחומי פעילות שהיו בעבר מעוזם של גברים הולכת ומתרחבת.

ספורט והבניית זהויות מגדריות

מקומו של הספורט בהבניית זהויות מגדריות ובהדגשת העליונות הגברית נחקר רבות. סוגיית ההגמוניה הגברית מקבלת בולטות בעולם הספורט, שבו, כדברי פייגין (2004), "... בגלל הקשר הברור בין ממדי הגוף, כוח השרירים וההישגים הספורטיביים. ההבדלים בהקשר זה נראים טבעיים ולכן קל מאוד לעשות העברה מן העליונות הגופנית הגברית להכרה בעליונות הגברית בכלל" (עמ' 164). כלומר, שליטתם של גברים בעולם הספורט קשורה הדוקות לשליטתם בכל תחומי החיים האחרים ו"ההגמוניה הדומיננטית שלהם היא שעיצבה את מעמדן של הנשים במשך כל ההיסטוריה של יחסייהן עם הספורט" (בן-פורת, 2009, עמ' 187). עבודתה של קונל (2009) חיזקה את הטענה בדבר מקומה של הפעילות הגופנית בביסוס ובמיסוד השליטה הגברית: "הארגון המוסדי של הספורט מכתוב יחסים חברתיים מוגדרים: תחרות והיררכיה בקרב גברים, הדרה או הכפפה ביחס לנשים... יתרון זה [בביצועים הגופניים] משמש כהוכחה סימבולית לעליונותם של הגברים ולזכותם לשלוט" (עמ' 77).

חוקרים של פעילות גופנית (למשל, Hargreaves, 1994; Johansson, 1996; Young, 1990) דוחים זה זמן את "הדטרמיניזם הביולוגי" (Hargreaves, 1994, p. 7), כלומר את הזיהוי בין ביולוגיה לבין הבדלים באופייה של הפעילות הגופנית של נשים וגברים ושל קטגוריות אחרות (טלסניק וגלילי, 2014; Pitsiladis et al., 2010). הם הצביעו על הקשר העמוק בין ההקשרים ההיסטורי, החברתי והפוליטי לבין מאפייני פעילות הספורט. חוקרים העוסקים בסוגיות של מגדר הקשורות לפעילות ספורט שותפים לדעה על כוחם המוגבל של הבדלים פיזיים-מולדים להסביר את ההבדלים בין נשים לבין גברים בעולם הספורט (ראו פייגין, 2004). יאנג (Young, 1990), שחקרה את ההתנסות של הגוף הנשי, טענה כי מקור היכולות של התנהגות הגוף הנשי הוא "במצב המסוים של נשים המותנה על-ידי הדיכוי הסקסיסטי שלהן בחברה העכשווית" (עמ' 42). גם בורדייה (1998/2007) גרס שהעולם החברתי אחראי לעיצוב התפיסה החברתית על הבדלים ביולוגיים בין גברים לנשים.

היבט מפתיע, הקשור לעיצוב ולהבניית הזהות הגברית במרחב הציבורי, בכלל, ולפעילות ספורט, בפרט, הוא תפיסת הכאב והצגתו. ואקארו (Vaccaro, 2011), טען שמוסדות וארגוני ספורט הם אתרים שבהם מופעי גבריות נלמדים בעיקר באמצעות טכניקות של הדחקת תגובת הכאב, תוך כדי הכפשתם של אלו המפרים את הנורמות ומבטאים כאב במרחב הציבורי. במציאות זאת "בחורים צעירים לומדים דרך הספורט שלל טכניקות גופניות על מנת שיוכלו להפגין חזות אלימה כלפי הסובבים אותם ובכך לא רק להדגים את גבריותם אלא להוכיח לעצמם שהם שייכים לקטגוריה של גברים" (עמ' 71). מצופה מגברים לקחת חלק פעיל בפעילויות ספורטיביות שבהן יש סיכוי גבוה לחוות כאב גופני ולהפגין את חוסנם הנפשי והגופני. אלו הממשיכים בפעילות הספורטיבית למרות הכאב עשויים לגרוף מחמאות ולהיתפס על-ידי

הסובבים אותם כגבריים. לעומתם, אלו שאינם צולחים את הכאב מתויגים כרכרוכיים, נשיים או ילדותיים. טענותיו של ווקארו עולות בקנה אחד עם טענתו של בורדייה (1998/2007) כי "הגבריות חייבת לקבל תוקף מִיְדֵי הגברים האחרים... ולקבל אישור על-ידי ההכרה בהשתייכות לקבוצת 'הגברים האמתיים' " (עמ' 79).

ספורט ומגדר בישראל

המחקר העוסק בספורט ומגדר בישראל מתמקד בעיקר ביחסי הכוח המגדריים ובאופן שבו הוא מבנה את זהויות השותפים בשדה. כך, למשל, קאופמן ואורן (2015) טענו כי על רקע חדירתן של נשים רבות לתחומי עיסוק ולמקצועות גבריים, היה הספורט לתחום מרכזי של מאבק מגדרי. מחקרים שונים עוסקים בספורטאיות הנמצאות בטריטוריה גברית ובמגוון האפשרויות המשמשות אותן שם לניהול זהויותיהן כנשים (גלילי ועמיתיו, 2011; להב רו, 2013). בצר-תייר (Betzer-Tayar, 2013) טענה כי החסמים הנובעים מן השיח החברתי-תרבותי הדומיננטי, המוכתב על-ידי גברים בעמדות מפתח ומפחית מערכן של הספורטאיות ושל ספורט נשי, אילצו נשים רבות לאמץ דפוסי התנהגות גבריים. הם אף מנעו מן הנשים לפתח סולידריות מתמשכת כלפי נשים אחרות בשדה. בצר-תייר הראתה כיצד נשים בספורט נטו לפתח הזדהות עם קבוצות גבריות כדי להיתפס חזקות יותר. לטענתה, רבים מארגוני הספורט ומגופי הספורט המובילים בישראל הקוראים לקדם נשים בספורט אינם מיישמים בפועל תפיסות שוויוניות. כך, למשל, במחקרם של תמיר וברנשטיין (2013) על עבודתן של עיתונאיות ספורט בישראל, הראו החוקרים כיצד נשים במערכות של חדשות הספורט בישראל אימצו זהות מקצועית המבוססת על קודים גבריים ופרקטיקות של הזדהות עם הגבריות הדומיננטית.

תמיר ועמיתיו (2015) טענו כי אף שבעשור האחרון חל שיפור מסוים בסיקור דמות האישה בתקשורת הספורט, הוא עדיין נגוע בשוביניזם. לטענתם, ההסבר העיקרי למיעוט הסיקור של נשים בתקשורת הספורט בישראל קשור לכך שעורכי מדורי הספורט משמשים כשומרי סף ומייחסים לקוראי המדור חוסר עניין בספורט נשים. היחס המזלזל של תקשורת הספורט לנשים מתגלה גם בכתבי-עת ובמגזינים העוסקים בריצה למרחקים ארוכים. אלו מרבים להדגיש את הגוף הגברי החטוב ומתייחסים רק בצמצום לענפי ספורט של נשים. גברים מצולמים בפעילות ובתנועה, כגון במהלך ריצה, ואילו נשים מוצגות לרוב כמי שעומדות, יושבות או מדגמנות את הופעתן (Abbas, 2004).

השיח בעולם הספורט הישראלי, כמו בתחומים אחרים, מגדיר לעתים פעילות של נשים כמשנית לזאת של גברים. למשל, בשיח המבחין והמְדַרְג בין סוגי הפעילות וחשיבותם, עולים מונחים כגון "פוליטיקה" לעומת "פוליטיקה נשית", "העצמה" לעומת "העצמה נשית", "מנהיגות" לעומת "מנהיגות נשית". שימוש בניסוחים מבחינים מעין אלו נמצא גם בזירת הספורט, והוא קושר לעתים גם בין הלאומי לבין גברים. למשל, כאשר מציינים את נבחרות ישראל בכדורסל, בכדורעף, בכדור-יד או בכדורגל, מתכוונים לנבחרות הגברים בענף המסוים, אך כאשר מתייחסים לנבחרות הנשים בענפים האלו, מוסיפים את הציון "נשים", לדוגמה, כדורסל נשים או כדורגל נשים. כך משתמר הזיהוי של הספורט עם ההגמוניה הגברית וכך מורחקות נשים רבות מן העיסוק בספורט הממוסד ומעמדות הנהגה בו.

משמעותו של השירות הצבאי לגברים ישראלים חורגת מאורך תקופת השירות. עצם השירות הוא גורם משמעותי בהתבגרותם של צעירים ישראלים, בעיצוב תודעתם ובטשטוש הגבולות בין יחיד, משפחה, חברה, אומה ומדינה (בן-אליעזר, 1995; ששון-לוי, 2006; Weiss, 2005). במאמרים קודמים של החוקרים (הרצוג ולב, 2015; לב והרצוג, 2016; Lev & Hertzog, 2017; Hertzog & Lev, 2019) נטען כי נצפו גברים המשתתפים בפעילות ספורט במכוני כושר המאמצים את הישראליות הצבאית כמטפורה מעצבת ומעצימה.

הלשון הצבאית והלבוש הצבאי שבהם הם משתמשים לעתים, מזכירים להם ריצות ואימונים מפרכים. בדבריהם, הם בחנו את הפעילות הגופנית לעומת מסעות שערכו במסגרת השירות הצבאי. עוד נטען (שם) כי חזרתם של גברים לכשירות גופנית שנים לאחר שירותם הצבאי, כשהם בגיל מבוגר יותר, מושפעת אף היא מתפיסת תקופת השירות הצבאי כאידאלית ומזיכרון החוויות מאותה תקופה, ומתבררת כניסיון להחיות את הזיכרון באמצעות פעילות גופנית קיצונית. בקרב המבוגרים העוסקים בספורט, מקומם של הרקע האישי הצבאי, ולעתים של העבר הקרבי, בולט במיוחד. ברוח דומה טענה ספקטור-מרזל (2008) כי כאסטרטגיית התנגדות לתהליך ההתדרדרות בתפקוד הגופני ולהזדקנות, אנשי צבא לשעבר מנסים לכוון זהות גברית המטופחת ונשמרת באמצעות ייצוגי הגוף והפגנה של שליטה בו ובאמצעות סיפורי חוויות צבאיות מעברם.

השיח הצבאי והחברה הישראלית

השיח הלאומי-צבאי קשור להווייה הביטחונית-פוליטית ולרקע ההיסטורי של מדינת ישראל, שבה יש לצבא השפעה נרחבת על מערכות החיים. למשל, ששון-לוי (2006) הצביעה על הצבאיות כשיח דומיננטי בחברה הישראלית ועל השירות הצבאי כאחת מאבני היסוד של השייכות החברתית-תרבותית בה. במציאות זאת מתקיים סדר חברתי היררכי, אף כי לא מוצהר, המדרג את המיקום החברתי לפי סוג השירות ולפי היחידה שבה הפרט שירת. לפי גרוסוירט-קחטן (2018), "החייל הקרבי נתפס כמשקף את הגבריות ההגמונית, וככזה הוא מנוגד לדימוי של 'האחר', זה שאינו גבר 'אמתי' " (עמ' 123). על-אף שינויים ניכרים בצבא בשילוב נשים במקצועות לחימה, נוכחותן ביחידות הלוחמות עדיין קטנה מזאת של הגברים. לפי ששון-לוי (2018), ההסבר להשתמרות אי-השוויון קשור לאתוס בציבור על גופו הפיזי של הלוחם וכן לחשש כי "כניסה שוויונית של נשים לצבא מערערת על הגדרות הגמוניות של גבריות ועל השליטה הגברית על אמצעי הכוח במדינה" (עמ' 45). בפועל, נשים (וגם מקצת הגברים), אינן יכולות להיות חלק מן האתוס של ה"צבר הישראלי" המושרש כה חזק בחברה הישראלית (יזרעאלי, 1999). בהמשך לכך, כאשר אנשי צבא משתחררים וממשיכים לתפקידים בכירים בחברה האזרחית, הדבר מתקבל כדבר טבעי ואף מועיל לארגון שמגייסם. כך ניתן להבין גם את קיומה של הגמוניה גברית בהנהגת ארגוני הספורט בישראל ובזירה הפוליטית והעסקית. האחוה הגברית מייצרת תחושת שונות וזרות למי שאינה מאותו רקע חברתי-מגדרי ואינה שולטת בשיח ובזיכרון הצבאי הלוחם.

מטרת המאמר

מטרת המאמר היא לבחון את נוכחותה של הצבאיות ואת השפעתה על פעילות חברתית בתחומי ספורט ואת הקשר בין צבאיות לבין הניסיון לשמר דומיננטיות גברית בהקשר של פעילות ספורט בישראל.

שיטה

הניתוח האתנוגרפי המוצע במאמר מתייחס למושגים ולגישות התאורטיות שנסקרו עד כה ומבוסס על גישת התאוריה המעוגנת בשדה (grounded theory), שעל-פיה תהליך איסוף הנתונים האיכותניים משתלב עם תהליך ניתוחם ועם עיצוב מערך המחקר. במאמר נבחנות סוגיות של זהות מגדרית וצבאיות בקרב אנשים העוסקים בשני ענפי ספורט: רצים ורצות למרחקים ארוכים (מרתון) ומתאמנות ומתאמנים במכוני כושר. חומרי המחקר נאספו באמצעות תצפיות, ראיונות, ניתוח מסמכים וניתוח חפצים, שכטענת מרשל ורוסמן (Marshall & Rossman, 1989) משמשים את האתנוגרף בסביבה החברתית שהוא מבקש לחקור.

האתנוגרפיה על רצים למרחקים ארוכים, משנת 2013 עד שנת 2016, נגזרה מעבודת הדוקטורט של המחבר. הנתונים האתנוגרפיים על שני מכוני הכושר בתל אביב נאספו אף הם בידי המחבר משנת 2014 ועד כתיבת המאמר, ואת הנתונים על מכוון הכושר בעמק חפר אספה המחברת במהלך שנת 2013. ניתוח האתנוגרפיה נעשה על-ידי שני החוקרים בשיתוף פעולה, בהמשך לעבודה משותפת במשך חמש שנים. כלל המרואיינים והמרואיינות שהשתתפו במחקר נתנו לכך את הסכמתם מדעת. הקבוצות והמשתתפים בפעילויות הספורט מוזכרים במאמר בשמות בדויים.

רצים למרחקים ארוכים

במחקר נכללו גברים ונשים שהשתתפו בשתי קבוצות ריצה למרחקים ארוכים "רקפת" ו"לוטוס" (כאמור, שמות בדויים), הממוקמות בצפון תל אביב ובמרכזה, והשתתפו בקביעות באירועי מרתון בארץ וברחבי העולם.

תצפית משתתפת: במסגרת המחקר על רצי המרתון הצטרף החוקר לשתי הקבוצות כרץ מן המניין, והתחקה אחר הרצים והרצות במשך כ-3.5 שנים. הוא צפה באינטראקציות ביניהם, הצטרף לשיחותיהם, לקח חלק פעיל במגוון הפעילויות והחוויות שלהם ועקב אחר פרסומים שונים. כחבר בקבוצות הריצה, השתתף החוקר באימוני הריצה השבועיים ולקח חלק בפגישות בבתי קפה ובאירועים חברתיים. התצפית המשתתפת אפשרה לו להכיר את התופעה הנחקרת מבפנים, להיות נוכח באופנים שונים באירועים ובמפגשים של הקבוצות, להצטרף לשיחות הרצים, להשתמש בחפצים ובטכנולוגיות שלהם ולהיות שותף להתרחשויות ולדינמיקה הקבוצתית. לנתונים הנאספים במסגרת תצפיות משתתפות באתרים המאופיינים בפעילות גופנית אינטנסיבית יש פוטנציאל רב להבנת יחסי הגומלין בין טכניקות גופניות לבין התרחשויות של התופעה הנחקרת בהקשר חברתי רחב יותר (Atkinson, 2008).

ראיונות: נוסף על התצפית המשתתפת, החוקר השתמש בראיונות מובנים למחצה כדי להגיע להבנה עמוקה יותר של חוויית הריצה ושל המשמעות שהרצים מייחסים לה. בראיונות השתתפו 20 רצים משתי קבוצות הריצה שנחקרו לפי תדריך כתוב, שבו נוסחו הנושאים הנחקרים בנושאים כלליים ולא כשאלות סגורות. ראיונות אלו היו בסיס לבנייה של היסטוריית חיים כפי שהיא מובנית באמצעות נרטיבים שהמשתתפים בחרו להאיר בהם את חייהם.

מכוני כושר

האתנוגרפיה על מכוני הכושר מבוססת על תצפיות משתתפות בשני מכוני כושר בתל אביב ובמכוון כושר בעמק חפר, וכן על שיחות עם מאמנים ומאמנות ועם מתאמנים ומתאמנות. החוקר הוא ספורטטרפיסט, שהיה בתקופת המחקר באמצע שנות ה-40 לחייו ומתאמן ותיק בשני מכוני הכושר שנחקרו בתל אביב. במהלך המחקר התרכזה פעילותו הגופנית בעיקר במשקולות ובמכשירי התנגדות, ונוסף על כך הוא צפה לעתים קרובות בשיעורי האימון האירובי. במשך כשנתיים התמיד החוקר לתעד את המתרחש בשני המכוונים בשעות שונות במשך היום. החוקרת, שהייתה בתקופת המחקר בשלהי שנות ה-60, החלה להתאמן לצורך המחקר במכוון כושר בעמק חפר. מתחילת האימונים ובמהלך שנה שלמה הקפידה להגיע למכוון 2-4 פעמים בשבוע. כל ביקור במכוון כלל השתתפות בחוג כלשהו (פילטיס, יוגה, זומבה, ספינינג, פיטבול, TRX), ולאחר מכן הליכה של כמחצית השעה על הליכון. במשך כ-3 חודשים היא תיעדה בעקיבות את חוויותיה והתרשמויותיה מן התצפיות ומשיחותיה עם מתאמנות, עם מאמנות ועם בעלת המכוון, ואחר כך המשיכה לתעד אותן באופן אקראי.

מכון הכושר ברמת אביב: המכון נמצא בתוך מרכז ספורט ("קאנטרי קלאב"), בלבה של שכונת מגורים בצפון תל אביב. המתאמנים בו באים בעיקר ממשפחות ממעמד חברתי-כלכלי גבוה. בשעות הבוקר מתנהלים בו שיחות ומפגשים בין אנשי עסקים ובעלי סמכות במשק הישראלי המתאמנים יחד. במכון יש שני אולמות, באחד ממוקמים מכשירי אימון אירובי ובאחר, שבו פעילים בעיקר גברים, ממוקמים מכשירי כוח ומשקולות חופשיות. בשעות הצהריים המוקדמות מתאמנים במכון בעיקר נשים וגברים מבוגרים. בשעות אחר הצהריים והערב מגיע למכון קהל בגילים 16-40.

מכון הכושר במרכז תל אביב: במכון מתאמנים בעיקר גילאי 17-50, והוא מהווה מוקד משיכה לבליינים צעירים המנצלים את המסגרת ליצירת קשרים חברתיים. ידוענים רבים מגיעים אליו ולעתים מתקיימים בו הפקות וצילומים לערוצי מדיה שונים. במכון מתקיימים שיעורי ספורט אירובי, שבהם משתתפות רק נשים. משעות אחר הצהריים מתקיימים שיעורי אמנויות לחימה, ובהם משתתפים בעיקר גברים. באולם המשמש לאומנויות לחימה רוב המתאמנים הם גברים בגילים 18-45, רובם ותיקים ומאומנים.

מכון הכושר בעמק חפר: המכון ממוקם בקומת המרתף בשולי קניון קטן, הרחק מלב הפעילות שלו. שעות הפעילות התוססות בו הן בזמן השיעורים האירוביים, בשעות הבוקר והערב (המכון סגור בשעות הצהריים). בפעילות החוגים משתתפות בעיקר נשים ואילו בפעילות על מכשירי הכוח משתתפים בעיקר גברים. השתתפותן של נשים בפעילויות המכון בולטת, אך האוכלוסייה בו היא הטרוגנית – נשים וגברים, צעירים ומבוגרים, המתאמנים בכל שטחי המכון ובכל סוגי הפעילות. בשלושת מכוני הכושר שנחקרו, נשים וגם גברים מתאמנים בעוצמות שונות בכל המתחמים של מכוני הכושר. עם זאת, נשים מתאמנות בעיקר באזורי הפעילות המוקצים לאימונים אירוביים וגברים מתאמנים בעיקר באזורי הפעילות של מכשירי הכוח והמשקולות.

ממצאים

רצים למרחקים ארוכים: "קשה יש רק בלחם"

סבל וכאב הם יסודות חיוניים לבניית זהותם של רצים למרחקים ארוכים. ההתייחסות אליהם נתפסת בקרב רצים כדבר שבשגרה וכחלק מן המחיר שעליהם לשלם במסגרת אימוץ הזהות של רץ מרתון ושימורה (לב, 2018; Lev, 2019, 2020; Lev & Zach, 2018). במהלך השתתפותן של החוקר בשתי קבוצות הריצה התברר לו מקומן של החוויות מן השירות הצבאי בקרב גברים הרצים למרחקים ארוכים בעת הפעילות הגופנית המאומצת. ברגעי משבר וברגעי כאב וסבל גופני נהגו הגברים בקבוצה לספר חוויות מן השירות הצבאי, להשתמש בעגה צבאית כדי לחזק את הלכידות החברתית בקרב הרצים וכדי לדרבן את עצמם ואת חבריהם לקבוצה. השיתוף בחוויות מן השירות הצבאי שימש אותם בהתמודדות עם הקשיים בריצה, לדוגמה:

יומן השדה [קבוצת רקפת]: באחד האימונים עם קבוצת רקפת, יצאנו לריצת עליות באזור צפון תל אביב. האימון היה קשה מאוד בשל הלחות ששררה בבוקר ורמת הקושי שאפיינה אותו. במהלך האימון, יואל, מפקד לשעבר ביחידה מובחרת שרץ בראש הדבוקה, רץ אחורנית ודרבן את הרצים מאחור "לא להישבר". לחלק מהרצים הוא עזר בעלויות בעזרת הידיים ודרבן בקול רם את אלה שלא הצליחו להגביר את הקצב. נדיה, שרצה בקצב מהיר באותו אימון דרבנה אף היא את הרצות בקבוצה. בסיום הריצה, גרג, בעל עבר קרבי, אמר לנדיה בפנים קפואות, לאחר שזו סיימה את המסלול: "אצלנו ביחידה היו אומרים שמי שמסיים חזק לא התאמץ במהלך האימון!". יואל, בעקבות זאת, בזמן המתיחות לאחר האימון, סיפר על החוויות שלו כמפקד, על הפעילויות שהיה מטיל על פקודיו במהלך המבצעים. השיחה בין חלק מהרצים גלשה לאיכויות הפיקודיות של יואל כמפקד.

התגובה המפתיעה של גרג על ההצלחה של נדיה להגיע ראשונה בריצה הקשה, יכולה ללמד על האיום שמציבות נשים המצליחות להשיג הישגים ספורטיביים דומים לאלו של גברים ואף טובים משלהם. השימוש בעבר הקרבי כדי לגמד את הישגה של נדיה מצביע על תפיסת המובן מאליו של גרג ושל גברים בסביבתו באשר למידת החשיבות של השירות הקרבי בשימור ההכרה בעליונותם. הן גרג והן יואל נשענים על תפיסת העבר הצבאי-קרבי-פיקודי כמה שמקנה להם מעמד ויוקרה מובנים מאליהם. עם זאת, ראוי לציין כי תגובתו של גרג וסיפוריו של יואל על עברו הצבאי אינם מייצגים את כלל הקבוצה. רצים אחרים בחרו להחמיא לרצות על ביצועו הספורטיבי במסגרת האימונים בקבוצה.

חוויות השירות הצבאי משמשות גם אמצעי המייצר קרבה ומחויבות. כך עולה מן הדוגמה הבאה :
יומן השדה [קבוצת רקפת]: דני ביקש את תשומת לבם של כל היושבים בשולחן בבית הקפה שאליו הגיעו הרצים לאחר האימון. הוא הוציא את הטלפון הסלולרי והחל לקרוא מתוכו את הנאום שהכין עבור הקבוצה לכבוד סיום המרתון שלו ושל דוד בפירנצה. הנאום נפתח ב"פרשנות למושג נאמנות". דני סיפר לקבוצה על ציוני דרך קשים שעבר לאורך חייו: "עושר, איבוד הנכסים, עושר מחדש, שירות צבאי קשה ואיבוד חברים בשדה הקרב בצבא". הוא סיפר כי גם במסגרת הצבאית הוא לא פגש הקרבה ונאמנות כה גדולה כמו זו של דוד, שסחב אותו לאורך המרתון לאחר שנפצע. דוד עיסה לו את הרגל באמצע המסלול, והכול על מנת שלא יוותר לעצמו. דני סיפר שלולא ההקרבה של דוד, הוא לא היה יכול לסיים את המרתון עם כאבי התופת שפקדו אותו. באמצע הנאום של דני קם דוד מהשולחן והשניים התחבקו בזמן שכל הקבוצה מוחאת כפיים בהתרגשות.

השירות הצבאי משמש אפוא קנה מידה להערכת קשרים חברתיים בהקשרים שונים, ובמקרה הזה להערכת מושג הנאמנות בהקשר של פעילות ספורטיבית מאומצת. נראה כי הנכחתה של החוויה הצבאית של הגברים במפגשי הקבוצה, מדירה את הנשים מן החברות הגברית. כך נוצר, באופן פיזי מוחצן, מועדון חברים שבו משתתפים רק גברים.

אך מתברר כי סיפורים על אירועים וחוויות מן הצבא, ביטויים צבאיים ומחוות בסגנון צבאי אומצו גם על-ידי הנשים בקבוצה. דבריה של שפרה מבהירים עד כמה השיח, ואפילו סנקציות מחיי הצבא, אומצו על-ידה. את הריאיון עמה ערך החוקר בבית קפה בצפון הישן של תל אביב :

שפרה [קבוצת לוטוס]: שמע, בקבוצה אין דבר כזה לוותר, פה לא מוותרים! [מרימה את הקול]. קבוצת הריצה היא כמו יחידה בצבא, יש פה סלנג צבאי, דבילי כזה. כשקשה באימונים, הרצים משתמשים תמיד בססמאות כמו: "קשה יש רק בלחם", "יחידת לוחמים", "יש חזקים, יותר חזקים והכי חזקים". אתה מבין, אנשים מקטרים אבל עושים, אין דבר כזה לוותר באימון! למשל, אם מישהו מקטר באימונים במהלך "לאנג'ים" [תרגיל לחיזוק שרירי הרגליים], מקבלת כל הקבוצה "עונש" של עוד 20 שניות. זו ההתנהגות של הצבא, מענישים את כולם.

נראה כי בשאיפתה להתקבל כשווה לחבורה שבה השיח הרווח הוא שיח גברי-לוחמני, שפרה התנהגה "כמו גבר". מצד אחד, "להתנהג כמו גבר" מבטא ביטחון עצמי ומידה של שליטה במצב. כך נשים מחקות דפוסי התנהגות הנחשבים "גבריים" ואת דרכם להציג שליטה בחלל. מן הצד האחר, באימוץ של דפוסי התנהגות אלו הנשים תורמות, שלא במתכוון, לשעתוקם של יחסי הכוח המגדריים ושל דפוסי הצגת השליטה של גברים. במחקר על עבודת זהות מגדרית של שחקניות רוגבי שקראו תיגר על הסטראוטיפים הנשיים באמצעות משחק קשוח, הבחין אזל (Ezzell, 2009) שהשחקניות הרחיקו את עצמן מבעלי מעמד נחות והזדהו עם שחקני הקבוצה הדומיננטיים. לדבריו, נשים אלו היו מעורבות ב"אחרות מתגוננת", שכתוצאה ממנה התחזק אי-השוויון המגדרי.

השיח הצבאי המגדרי עלה בהזדמנויות שונות שהחוקר השתתף בהן. באחד האימונים של קבוצת "פטיש" שהחוקר צפה בו, מאמן הקבוצה, קצין לשעבר ביחידה מובחרת, תידרך את הקבוצה לפני היציאה למסלול. הוא דיבר בסמכותיות על המאבק לצלוח את המסלול ביום חם והסביר ש"אין דבר כזה לוותר". לאחר שאחד הרצים טען כי הוא מקווה שהחום לא ישפיע על הפציעה בברכו, המאמן הגיב ללא היסוס: "תעשה לי טובה ורק אל תהיה פוסית". לפני היציאה לריצה במסלול הארוך הצדיעו שני משתתפים, בחצי חיוך, למאמן הקבוצה. המאמן נראה מרוצה מיחסם של הרצים אליו. מכתבה שפורסמה באתר ספורט על אחת מקבוצות הריצה הבולטות במרכז הארץ עולה שהשיח הצבאי, הרווי בסטראוטיפים מגדריים של גבריות, רווח גם מחוץ למעגלי הרצים. כך נכתב בה על מאמן הקבוצה:

אבנר, בעמידה של מפקד בצבא והמתאמנים כמו חיילים ממושמעים במיוחד עומדים לקבל את הנחיות האימון "אני רוצה ארבעה קילומטר חימום ואחרי זה אני רוצה 400 מטר כפול שתיים עשרה בקצב מהיר. רוצים תרגום ל'מהיר'? זה אומר שכשאתם מסיימים את הארבע מאות ממש בא לכם לקלל אותי ואם לא בא לכם לקלל אותי סימן שלא רצתם מספיק מהר". פה אני יכול להגיד לכם שהחיוכים והצחוקים שהיו לפני כמה דקות הפכו ללהקת שירה בציבור. "אבל אני על אנטיביטיקה" אומר אחד המתאמנים "ממש כואב לי כאן ברגל" טוענת מתאמנת שנייה. "רגע אבל אתמול רצתי חזק זה אומר שגם היום זה בסדר?" טוען ה"חייל" השלישי... אני צופה מהצד כיצד גלעד מקבל את כל הטענות / "הבכיינויות" בגבורה. ממש כמו מפקד אמיתי בצבא הוא יורה את התשובות ומחלק הוראות בצורה שאי אפשר להתווכח איתו והאימון יוצא לדרך (חדד, 2011).

תיאור ריצה אתגרית קשה באתר העוסק בספורט, במושגים השאובים מן ההווי הצבאי, מחדד את הטענה באשר למקומה של התרבות הצבאית בחברה. הוא גם מבהיר בעקיפין את הקשר בין כושר פיזי, תפקיד ומעמד בצבא לבין גבריות, שהרי ה"חיילים" וה"מפקדים" הם גברים שאינם נשברים נוכח מטלות פיזיות קשות במיוחד.

הדיבור הצבאי עלה גם במהלך האימונים של קבוצת "לוטוס". באחד האימונים שבו השתתף החוקר הסביר לו מורן, מאמן הקבוצה, שהקבוצה מגובשת מאוד. הוא חזר על צמד המלים "גאוות יחידה" בכל פעם שרצה להבליט את הסולידריות בקבוצה ואת ביטוייה, כגון עזרה הדדית בהתמודדות עם קשיים, ארוחות משותפות ופעילות ענפה ברשת חברתית. כשדיבר על הקשיים באימונים המפרכים הוא הוסיף בטון סמכותי ש"פה בקבוצה, אחד בשביל כולם וכולם בשביל אחד".

לעתים היטשטש הגבול בין האימונים הקבוצתיים לבין הצבאיות. כך, למשל, קרה כאשר קורן, איש עסקים בן 40 מצפון תל אביב, נקרא למילואים זמן קצר לפני תחרות ריצת המרתון. את ההכנה הגופנית המפרכת לקראת הריצה שאמורה הייתה להתבצע באימוני הקבוצה, הוא עשה במסגרת שירות המילואים. בסיכום שהעלה לפייסבוק של הקבוצה, לאחר סיום המרתון, הוא דיווח כך:

קורן [קבוצת לוטוס]: בהתראה של יום אני מוצא את עצמי עולה על מדים ונעלי צבא ויוצא לשטח. שבועיים מילואים מתישים בלי דקה בבית, בשיא הבלגן של גזרת שכס, בדיוק כשרציתי לרוץ פעם ראשונה 31 קילומטר. וכאילו לא מספיק שאני לא רץ, אני מוצא את עצמי מסתובב על הרים עם תיק על הגב, סלעים מתחת לרגליים ובעיקר הרבה מאוד חוסר ודאות. כאן היו רגעים, בעיקר כשהסתובבתי בכפרים עם תיק גדול מדי על הגב כבד מדי על הבטן, שבאמת חשבתי שהלך המרתון. אבל אימונים צריך לעשות, וככה אני מוצא את עצמי רץ 21 קילומטר בהקפות של 2,011 מטר במוצב הר עיבל, או 31 קילומטר בכניסה לשכס, בארבע וחצי בבוקר. השי"ג ה"אפוף" לא הבין מה עובר לו מול העיניים 21 פעמים, אבל לפחות הצלחתי – תקתקתי ארוכה אחת באמצע הקו – ועוד את השלושים הראשונה שלי!

כמי שלא שירת ביחידה קרבית, החוקר לא לקח חלק בשיחות שנסבו על חוויות צבאיות. בפעמים הבודדות שהוא נשאל על עברו הצבאי, הוא הרגיש צורך להתנצל על ששירת בצבא כ"ספורטאי מצטיין" בקריה בתל

אביב (במלים אחרות, "גיובניק"), בייחוד לעומת רצים דומיננטיים בעלי עבר קרבי מובהק כיואל וכרג. יתרה מכך, בהזדמנויות שונות במהלך האימונים הוא מצא את עצמו מוכיח לרצים האחרים את הזדהותו עם ביטויים של "אחוות לוחמים". לדוגמה, שבוע לפני ריצת מרתון המבורג האריכו דני ודוד את הריצה המסכמת במסלול סוף השבוע עם קבוצת "רקפת", 32 קילומטרים ברחובות צפון ומרכז תל אביב.

תיאור אירוע [קבוצת רקפת]: בשלב שבו הקבוצה הייתה אמורה להסתובב ולחזור אל נקודת הזינוק, החליטו שלושה רצים להמשיך עם דני ודוד, לדבר אותם ולתמוך בהם לאורך כל הריצה המסכמת. דני ודוד ושלושת הרצים הנוספים ביקשו מהחוקר להמשיך אתם. לאחר היסוס הוא החליט ללוותם, אף שלא היה מוכן גופנית לרוץ מרחק כזה. במהלך הריצה החוקר סייע להם לעלות בעליות הארוכות של רחובות מרכזיים ברמת אביב. בקילומטרים האחרונים דני, שרץ כמה מטרים מאחוריו, עבר להליכה בשל כאבים בברכיו. החוקר רץ לאחור וליווה את דני עד לסיום המסלול. בסיום, בדרך אל המקלחות ולאחר מכן בבית הקפה, סיפרו דני ודוד כי הרצים שנשארו אתם היו כמו "במסע אלונקה" וציינו כי הם לא היו יכולים לעבור את הריצה המסכמת בלעדיהם. הם הודו לחוקר על ש"הקריב" את בריאותו כדי ללוותם וציינו ש"הייתה פה ממש הקרבת יחידה". החוקר הרגיש שעמד במבחן ההקרבה ה"קרבי" שהוצב לו.

מאירוע זה אפשר להבין כי הריצה האתגרית עשויה "לפצות" לעתים את הרצים שלא שירתו בצבא או לא שירתו ביחידות קרביות ולא חוו מאמץ גופני במסעות מפרכים. ההשתתפות בקבוצת הריצה מאפשרת לשחזר ואף לאמץ את הכשירות הגופנית ואת אחוות הלוחמים. ההשתתפות בקבוצת ריצה אתגרית אף יכולה להיות פיצוי על כישלון בביצועים הפיזיים בשירות הצבאי או על חולשה בהזדהות עם מטרות צבאיות. במציאות שבה "הזיהוי העמוק בין צבא לגבריות בישראל מכונן את ההימנעות משירות צבאי כפרקטיקה בעלת זיקה בולטת לזהות הגברית של מבצעה" (פרץ, 2018, עמ' 166), הקבוצה סיפקה הזדמנות שנייה להתמודד בהצלחה עם האתגר הגופני הקיצוני הכרוך בריצה למרחקים ארוכים. כך, למשל, באימונים בימים חמים במיוחד, הרצים התגאו בכך שלא ויתרו לעצמם ובחנו את ההתמודדות הזאת עם הקושי הפיזי לעומת ההתנסות שלהם בשירות הצבאי, שבו הם "לא הזיזו את התחת". באחד האימונים אמר אחד הרצים בצחוק שמבחינתו "הקבוצה היא חוויה מתקנת לתקופה של הישיבות והממתקים בצבא".

בסרטון וידאו שהעלו חברי קבוצת "רקפת" לאחר מרתון ניו-יורק לרשת החברתית של הקבוצה, מספר טלמור, בן 60, מנכ"ל חברה מצליחה בישראל, על תחושת ה"פיצוי" שחש לאחר חציית קו הסיום של המרתון **טלמור** [קבוצת רקפת]: אני, טלמור, מדבר אליכם מתחת לבניין ה-CNN. אני רוצה לספר לכם משהו. אני, סא"ל במילי [סגן אלוף במילואים], שהלך לשריון מסיבה אחת ויחידה – לא לרוץ, שבכל בוחן דרגה הבאתי אישור רופא, שבכל מד"ס [אימון גופני] הבאתי אותה בהתחבאות מאחורי השיחים; אני, אני! עומד פה בשדרה החמישית על רחוב 98, ואני סיימתי את ה"פאקינג" ניו יורק מרתון. והדבר המדהים, שבשלושים הקילומטרים הראשונים נהייתי מהריצה והיה לי משא ומתן עם עצמי אם עושים את [מרתון] לונדון או שוב את ניו יורק, והחלטתי שעושים גם את לונדון וגם את ניו יורק. תודה לכם.

התיאורים הללו ממחישים כיצד הישראליות הצבאית משמשת את הרצים כמטפורה מארגנת ואת הקשר שהם עושים בין קבוצת הריצה לבין הצבא, אם בנקיטת לשון צבאית, כגון "קשה יש רק בלחם" ו"קשה באימונים, קל בקרב", או בהעמדת האימונים והריצות המפרכות לעומת ריצות ומסעות שערכו במסגרת השירות הצבאי, כגון "מי שמסיים חזק לא התאמץ במהלך האימון!". סמימיאן-דרש (2006) טענה כי היכולות הגופניות של החיילים אינן זמניות אלא מוטמעות בגופם ובנפשם ונותרות שם גם לאחר השחרור, עד כי נראה שאותו תהליך חקק בתוכם מעין טבע שני. ששון-לוי (2006) קשרה בין תפיסת המרכזיות של מלחמות לבין משטר הזהויות בישראל וטענה כי "בחברה שמלחמות נתפסות בה כמהותיות וכהכרחיות,

הצבא הוא אחד מן הסמלים המרכזיים של הקולקטיב והוא נתפס כמגלם את הפטריוטיזם הצרופי" (עמ' 38-39). בדומה לכך סבר קימרלינג (2000) כי המציאות החברתית-תרבותית בישראל מתאפיינת במיליטריזם שחלחל לשדה האזרחי והתרבותי. הטענה של השפעת השירות הצבאי על התנהלותם של רצי המרתון במהלך הריצות הארוכות ועל התמודדותם עם קשיים גופניים במהלך, שואבת מכיוון פרשני זה. דבריהם של הרצים מדגימים כיצד חוויות השירות הצבאי (או זיכרונות ממנו) משפיעות על ראיית ריצת המרתון כמעין קרב. המושג "רוח לחימה" מנוכס לצורך העמידה באתגר של חציית קו הסיום, והקבוצה נתפסת כיחידה לוחמת. על יסוד גילם המבוגר של רבים מן הרצים למרחקים ארוכים, והעובדה שרובם חוו היסטוריה צבאית ולמקצתם יש עבר קרבי, אפשר להבין את המחוות והדיבור הצבאיים כסוג של אסטרטגיה לעיכוב תהליכי ההתדרדרות בתפקוד הגופני (ספקטור-מרזל, 2008). הסיפורים שהשמיע גרג במהלך הריצה על חוויותיו מהאימונים שעבר בצבא וסיפוריו של יואל על שירותו כמפקד ביחידה מובחרת וכמי שפיקד במהלך מבצעים צבאיים, נתפסים ככאלו המאפשרים לגברים הרצים לדחות את הקץ ולזכותם בהון חברתי וגופני בקבוצה. עם זאת, בחינה של זיכרונות העבר שהרצים העלו חושפת תמונה של השירות הצבאי שיש בה לא רק מצבי התמודדות הנחשבים "גבריים", עם קשיים חריגים וביטויי מסירות ונאמנות ברוח היחידה. אמירות כגון "לא מזיזים את התחת", "הקבוצה היא חוויה מתקנת לתקופה של הישיבות והמתקנים בצבא" או התגייסות לשריון "מסיבה אחת ויחידה – לא לרוץ", מעוצבות ומותאמות לצורכי הרצים לשם ההצגה העצמית כ"לוחם", כ"חייל" – כ"גבר", בעבר, אך גם כדי להאדיר את גודל ההישג הגופני בהווה. השימוש הרווח בביטויים צבאיים המקושרים לגבריות מחדדים את הצורך העמוק של הרצים הגברים בזהות גברית. יתר על כן, השימוש הרב בכינוי "פוסית" מתיישב עם הטענה כי הגבריות נתפסת בתרבות המאצ'ואיסטית כהיפוכה של המיניות הנשית, כפי שעולה מטענתה של דה-בובואר (בתוך: ינאי ואחרות, 2007), כי "ביסודו של דבר היא [האישה]... נקבעת ונבדלת יחסית לגבר... הוא הסובייקט, הוא המוחלט; היא 'האחר' " (עמ' 11-12). רצות העומדות באתגרים פיזיים בדומה לרצים מאיימות על תפיסת הזהות הגברית וזכות לגינוי. עם זאת, בהמשך המאמר נראה כי התנהגות ושיח של צבאיות גברית אינם זהים במרחבים שונים של פעילות גופנית.

מופעי גבריות וצבאיות במכון הכושר

מכוני הכושר בתל אביב

המחקר האנתונוגרפי שערכו שני מחברי המאמר במכוני כושר (הרצוג ולב, 2015; לב והרצוג, 2016; Hertzog & Lev, 2019; Lev & Hertzog, 2019) חשף ביטויי גבריות וצבאיות בולטים בשני מכוני בתל אביב ובמידה מצומצמת במכון בעמק חפר. אף שחלפו שנים מאז סיום שירותם, רבים מן המתאמנים הגברים במכוני הכושר בתל אביב נוהגים להופיע עם סמלים צבאיים. הם לובשים חולצות צבאיות קצרות וגופיות דהויות שעליהן ססמאות ואיורים צבאיים וחלקם משתמשים במגבות עם לוגו של יחידה צבאית. אלו, כך נטען, משמשים את הנראות הצבאית של המתאמנים ואת הצגת העצמי (Goffman, 1959) שלהם. גופמן טען כי אף ש"הניב הגופני" (body idiom) יכול להתבטא באמצעות מחוות גופניות, לבוש ותנוחות, הוא אינו מתאים להעברת תכנים מורכבים כפי שניתן לעשות באמצעות הדיבור. לעומת זאת, הגוף עשוי לספק מידע מרתק על תפיסתו של הפרט את עצמו ואת האחרים בסביבתו ואת האופן שבו הוא מבקש שאחרים יתפסו אותו. בדרך אל הבניה של דימוי עצמי מבוקש, הגוף מופעל כמשאב וכהישג הניתנים לניהול בדרכים מגוונות (Shilling, 2009). לטענת הוגס ועמיתיה (Hughes et al., 2019), ותק והון גופני משמשים מתאמנים במסגרת התחרות על אמצעים, כגון מכשירי התנגדות ומכשירים לאימון אירובי במכוני כושר. מתאמנים בעלי כוח סימבולי נמוך נוטים להגיב בפסיביות יחסית במהלך מצבים חברתיים שבהם מתקיים משא ומתן

על משאבים במרחב. תפיסה זאת מתיישבת עם הסברם של מתאמנים במכונים בתל אביב, באשר לשימוש בביגוד צבאי בחדר הכושר. לדבריהם, הוא מעניק להם תחושה של חזרה לצבא ואל מסלול המכשולים הצבאי.

יפתח [גבר מוצק כבן 30]: תשמע, כולם זוכרים ומתגעגעים לאהבה הראשונה שלהם! אתה לא מתגעגע? אין מה לעשות אחי [מחייך חיוך רחב]. חדר הכושר הוא כמו לחזור לאהבה המתוקה והישנה שלך מבית הספר. מה אני אגיד לך, נראה לי שאתה כאילו חוזר ליחידה, לאימונים לכל הנוסטלגיה הזאת.

מתאמן [כבן 38]: זה בשבילי המצב האידיאלי, לבוא עם זה (חולצה מתקופת השירות הצבאי), תכל'ס עם מה אתה רוצה שאבוא? זאת חולצת ה"רבאק" שלי. היא נותנת לי מוטיבציה חבל על הזמן.

תיאור אירוע: מדריך שנהג להגיע לחדר הכושר בקביעות בחולצת טריקו צבאית שעליה מתנוסס סמלה של יחידה מובחרת נשאל על-ידי החוקר אם יש לכך הסבר. המדריך ענה: "אין סיבה אמיתית, זה מה שיש לי בבית... אני לא חושב על זה בכלל". אך החוקר הבחין שהוא נהנה מהערות שהופנו אליו מצד מתאמנים בנוגע לעברו הצבאי.

שיחות מסוג זה מזמנות היכרות עם מנויים חדשים ומטפחות את ההון החברתי של המדריך בעזרת סיפוריו על עברו הצבאי והזהותו עם גאוות היחידה. השמעת קולות מאומצים במהלך הרמת משקולות ולבישת גופייה של יחידה צבאית, מייצרים, במילים של אחד מהם, תחושה של: "מורעלות". נראה שהם גם מכוונים להשגת תשומת לב והכרה של הסביבה בגבריות שלהם. דיאלוג בין מתאמנים, לבושים בחולצות צבאיות ישנות שהחוקר תיעד, נשמע כשיח מאצ'ואיסטי בעל גוון צבאי מובהק.

תיאור אירוע: מתאמן שהיה לבוש בגופייה צבאית עודד את חברו בזמן אימון משקולות: "תן, אחי, תתפוצץ! תוציא הכול!". בכל פעם שהמתאמן התקשה, חברו הקניט אותו בקריאות גנאי: "כוסית" ו"קוקסינל". בסיום התרגיל הם התרפקו זה על זה וצחקו על ש"הפכנו לכוסיות, ואיפה הימים שהיינו שועלים בצבא". השניים שיתפו זיכרונות מן היחידה הצבאית ודיברו על הכושר הגופני והחוסן הפיזי שלהם בתקופת השירות הצבאי, וציינו שחדר הכושר הוא המקום "לחזור לכושר של הצבא".

תיאור אירוע: שני מתאמנים, אחד מהם לבוש בחולצה צבאית ישנה, התאמנו ביחד באזור המשקולות החופשיות. האחד השמיע קולות רמים בזמן הרמת המשקולות, ואילו חברו לאימון התאמן בדממה מוחלטת. לאחר שהאחרון סיים את הסט [מחזור האימון] פנה אליו חברו ואמר: "תגיד מה אתה דופק חשבון? תוציא אוויר בזמן מאמץ עם צעקה, מה אתה כוסית? אחי אתה מבין כמה כוח זה יוסיף לך?". בסט הבא, המתאמן ה"שקט" שחרר צעקות בזמן מאמץ, וחברו דרבן אותו לצעוק חזק יותר: "תן חזק אחי, תתפוצץ", ובכל הנפה במהלך הסט החבר צעק לו "בוס". שתי מתאמנות שהיו בקרבת מקום לא הסתירו את מורת רוחן מן הצעקות ויצאו מאזור המשקולות לכיוון האולם המרכזי.

נראה, אפוא, שההתנהגות הנחשבת "גברית" במכון הכושר מתיישבת עם מאמץ פיזי מוגבר, עם הרמת משקולות ועם לבוש צבאי, והיא מתבררת כהיפוכה של מה שנחשב ל"עדינות נשית" (כלומר, "להיות שקטה ולא לצעוק"). העליונות הגברית בחלק של פעילות הכוח במכון הכושר מתממשת בעזרת שימור ההיפוך המיני בין "גבר" לבין "כוסית" ו"קוקסינל". בדוגמה שתוארה מתברר כי הלחץ החברתי-פסיכולוגי, שגברים מפעילים על גברים אחרים משמש לגיבוש אחוות גברים. יתר על כן, הביטויים "תתפוצץ" ו"בוס" מתקשרים לאסוציאציות של צבאיות, ובעיקר של זירת קרב, והם מצביעים על הגוף ככלי נשק שעלול להתפוצץ בכל רגע. אך לא רק גברים מפעילים לחץ על גברים כדי שיתנהגו כ"גברים". גם נשים עשויות להפעיל לחץ דומה. כך אירע כאשר מאמנת ליוותה מתאמן שרירי כבן 30 בעודו מניף מעל ראשו משקולות של 20 ק"ג וצעקה

לעברו: "הלאה, חיה רעה תמשיך! לא לוותר!". דוגמה זאת מלמדת על האווירה הרווחת במכונני הכושר שנחקרו בתל אביב. היא משפיעה גם על נשים ומייצרת אצלן התבטאויות והתנהגויות דומות לאלו של גברים. הן עשויות לאמץ ביטויים רוויי כוחנות ותוקפנות, אם משום שספגו את השיח הגברי בחיי היום-יום שלהן מחוץ לחדר הכושר, או משום שהשיח הזה מקנה הכרה ויוקרה בסביבה הגברית במכון הכושר. תופעה דומה של חיקוי שיח ומחוות גבריות ואימוצם על-ידי נשים מתוארת בעבודתה של ששון-לוי (2006). לטענתה, כאשר חיילות ישראליות מחקות מחוות ועגה של חיילים גברים, הן מפנימות שיח והתנהגות מיליטריסטיים, וכך תומכות למעשה בתרבות המצ'ואיסטית ובמבנה הכוח הבינרי-מגדרי. בהיות הצבא ארגון בולט בחברה המבנה דיכוטומיה והבדלי כוח מגדריים, הוא משרת את שעתוק הדומיננטיות הגברית בתוך הארגון ומחוצה לו. בצר-תייר (Betzer-Tayar, 2013) טענה שתרבות ה"מצ'ואי" בצבא משמרת את המיתוס של "עליונות גברית" ואת התלות של נשים בגברים, ומשעתקת אותם.

השיח הגברי-צבאי נשמע גם בסגנון הפנייה הטיפוסי של מתאמן אחד אל זולתו שהתאמן על מכשיר: "עוד כמה נשאר לך אחי?" או: "גבר, עוד כמה סטים נשארו לך?". לרוב, המתאמנים חולקים ביניהם את המכשיר ועובדים עליו לפי תור. כאשר החוקר שאל את אחד המתאמנים עוד כמה סטים נשארו לו, הוא ענה: "[הי]כנס אתי אחי, אין בעיה נעבוד ביחד". כמו כן נצפו גברים שאפשרו למתאמן אחר להשתמש במגבת המיוזעת האישית שלהם שהייתה מונחת על המכשיר.

תיאור אירוע: כשהחוקר ביקש ממתאמן אחר שייקח את המגבת המיוזעת מן המכשיר שעליו הוא התאמן כדי שיוכל להניח את המגבת האישית שלו, ענה המתאמן "עזוב אותך אחי, אתה יכול להזיע על [המגבת] שלי, אין שום בעיה [תוך שהוא טופח לחוקר על הכתף]".

השליטה הגברית במרחב מתחדדת באזור של מכשירי הכוח. כאשר מתאמנת מבקשת להשתמש במכשיר המאויש על-ידי מתאמן, לרוב היא אינה שואלת אותו מתי הוא מסיים, אלא מוותרת או חוזרת מאוחר יותר, כשהמכשיר מתפנה. כאשר מתאמן שואל מתאמנת, המשתמשת במכשיר, מתי היא מפנה אותו, היא עשויה לענות בהתנצלות "אני או-טו-טו מסיימת", גם אם טרם השלימה את מחזור האימון.

תיאור אירוע: באחת הפעמים שבהן החוקר ביקש להשתמש במוטות ובמשקולות החופשיים, התאמנה במקום בחורה כבת 30. היא התאמנה על תרגיל לחיצת חזה כנגד מוט חופשי. כשהחוקר התקרב למכשיר שהיא התאמנה בו, היא שאלה אותו "אני לא מפריעה לך, נכון?". הוא ענה במבוכה "אם כבר, אז אני זה שמפריע לך". המתאמנת הגיבה בחיך מבוש "האמת, זה נכון", אך אחרי זמן קצר היא פנתה אליו ואמרה: "בכל זאת אזוז הצדה, גם ככה לא נשאר לי עוד הרבה על המכשיר הזה".

דו-שיח זה משקף תופעה. מתאמנות משלימות עם זכותם של מתאמנים לקדימות בשימוש במכשירים, ונראה שהן חשות כמי שחדרו לטריטוריה לא להן.

תיאור אירוע: בפעם אחרת, ניגש החוקר לאחד המכשירים בזמן שאחת המתאמנות הגיעה אליו. ללא כל היסוס פנתה המתאמנת אל החוקר במבט מתנצל ואמרה "תעשה אתה, אני אעשה משהו אחר". החוקר השיב לה "למה את מוותרת? אפשר לעבוד על המכשיר במשותף". המתאמנת ענתה "שטויות, אני יכולה לעשות מלא דברים אחרים, גם ככה אני לא ממש סובלת את המכשיר הזה". לאחר שהחוקר סיים להתאמן על המכשיר, הוא שם לב שהמתאמנת חיכתה עד שהוא יעבור למכשיר מרוחק יותר ואז צעדה אל המכשיר על מנת לבצע את האימון.

נראה כי המדים הישנים מסמלים גבריות, כוח וצבאיות. הצגת הגוף משמשת לתיווך בין הפרט לבין זהותו החברתית באינטראקציות ובמערכות יחסים חברתיות. התנהגות של "גבר" בחדר הכושר מחייבת את המתאמנים לעמוד על המשמר ולהפגין שליטה כדי לשמר את מעמדם ואת כוחם. הסמלים וההתבטאויות

המדמים את חדר הכושר לזירה צבאית מחדדים את ההבחנה וההפרדה המגדריות, הנתפסות בהקשר כוחני זה כמובנות מאליהן. נראה אפוא כי ערכם של המשאבים החברתיים הנצברים בצבא משרתים היטב את הדומיננטיות של גברים במכוני הכושר שנחקרו בתל אביב.

בשני מכוני הכושר שנחקרו בתל אביב מתקיימים גם שיעורים של אומנויות לחימה. במסגרת אימונים קבוצתיים אלו מתרגלים גברים בגילים 18-45 קרבות של לוחמה ומאבק פנים-אל-פנים. במהלך האימון דלת החדר סגורה והשמשות בחלקן, מכוסות באדים, תוצאת ההזעה המרובה הניגרת מן המתאמנים. במהלך האימון ניתן לראות ולשמוע את המאמן מבעד לחלונות כשהוא גוער במתאמנים שאינם מבצעים את התנועות בטכניקה הנכונה ומדרבן אותם במשפטים כגון "להילחם כמו גברים ולא כמו כוסיות", "לדעת לספוג כאב כמו גבר" ו"לא ליילל כמו נקבות אם קצת כואב". במסגרת האימון מתרגלים המתאמנים בעיטות, שליחת אגרופים וסוגים שונים של נעילת מפרקים ("ברייח") על המזרן. בזמן הפסקת השתייה יוצאים המתאמנים מן האולם וחוצים את חדר הכושר לכיוון הברזייה, בעודם לובשים את מגני השוקיים ונוטפים זיעה.

בתום האימון מגיעים רובם אל המלתחות, ושם הם מנתחים בקולי קולות את הקרבות שניהלו בעת האימון. הם אף מדברים בהערצה על קרבות שהוקרנו בערוצי הטלוויזיה ובהם נראו לוחמים מקצוענים, ש"פירקו" את יריבם בזמן קצר. עוד במלתחות, המתאמנים נשקלים, מודדים את אחוזי השומן בגופם השרירי ומדגמנים אותו מול המראה. לרוב הם בוחרים להבליט את שרירי הזרועות והבטן תוך כדי דיבור על הביצועים שלהם בחדר המשקולות החופשיות. הגברים החטובים והשריריים גורפים מתמאות ואילו המתאמנים שגופם רופס ומלא יותר נכנסים הישר אל המקלחות.

הסאונה בחדר הכושר משותפת לגברים ולנשים, אך את המקום פוקדים בעיקר גברים והם מפיגינים שליטה במרחב:

תיאור אירוע: מתאמן סיפר לחברו, בפרץ צחוק גדול, על מפגש של מתאמנים בסאונה אחרי האימון, כאשר הייתה במקום גם אישה. לדבריו, היא הייתה "מסכנה" כאשר אחד המתאמנים "הפליץ" בעוד כולם ישבו וסיפרו בדיחות, ו"היא לא ידעה מה לעשות עם עצמה". החבר הגיב בצחוק ונראה מרוצה מן הסיפור.

אפילו פעולה גופנית הנתפסת כדוחה ומבזה כאשר היא מתרחשת בפרהסיה, עשויה לשמש ביטוי של שליטה במרחב וסממן של גבריות.

ווקארו ואחרים (Vaccaro et.al, 2011) הראו כיצד אסטרטגיות של "אחרות" (othering), כגון דיבור קולני, הפגנת כאב כדבר שבשגרה וחשיפת גוף שרירי וחסון מול היריב, עשויים לזרוע פחד אצל היריב ולהציב את הלוחמים בעמדת עליונות ואף לפגום בערך העצמי של היריבים בעיני הסובבים אותם ובעיני עצמם. לטענתם, שימוש באסטרטגיות אלו "מטפח ומפתח את היכולת להביע תגובות ורגשות במסגרת הנורמות המגדריות, ובכך מאפשר להפגין הצגה דרמטורגית של זהות גברית" (שם, עמ' 428). נראה אפוא כי פעולות מופגנות, כגון דיבור קולני בחדר הכושר, "שחרור" צעקות של מאמץ, הפגנת גוף שרירי, הצגת יכולת עמידה בכאב ובמאמץ מיוחדים, הזעה בעצימות גבוהה ואפילו נפיחה בפרהסיה, הם מערך אסטרטגיות של ניהול רושם גברי. נראה כי המדים והשיח הצבאיים ופעילויות הלחימה מנכיחים במכוני הכושר שנחקרו בתל אביב את היסודות האגרסיביים הנטועים בחשיבה הצבאית (לוי, 2008) ומטפחים גבריות תוקפנית.

באופן פרדוקסלי, הפגנת הכוחנות והוולגריות של גברים במכוני כושר, ביחוד כפי שהדבר התגלה בשיעורי אומנויות לחימה, יכולות להתפרש כתגובה לאיום הגובר על העליונות של גברים בתחומי הספורט, עם נוכחותן ההולכת ומתרחבת של נשים לתחומים שמהם הן היו מודרות בעבר. ברייס-גובאן (Brace-Govan, 2004), במחקרה על 16 נשים המרימות משקולות, מצאה שהפיקוח החברתי בשטח המכון ומחוצה לו היה "הדוק

בייחוד במקום שנשים הוכרו כחזקות פיזית" (עמ' 526). ברייס-גובבאן הסיקה שהחיבור בין עמדה המובנית חברתית כעליונה וחזקה פיזית, משמרת את הקשרים בין גבריות לבין שליטה פיזית. קנדיוטי (Kandiyoti, 2013) סברה, בגישה דומה, כי האיום על הפטריארכיה נענה בשיקום של גבריות, שיקום הדורש רמות גבוהות יותר של כפייה והפעלת מנגנונים אידאולוגיים מדינתיים מגוונים כדי להבטיח את השעתוק שלה.

דומיננטיות מגדרית במכון הכושר בעמק חפר

התצפיות והשיחות של החוקרת בעמק חפר העלו תמונה שונה. התברר מהן כי ביטויי השליטה המגדרית אינם זהים לאלו שנצפו בשני מכוני הכושר בתל אביב. נמצא כי ביטויים של יחסי כוח מגדריים במכון הכושר הם תלויי הקשר ומושפעים מגורמים שונים, כגון אזור המגורים שבו הם נמצאים, האוכלוסייה הפועלת בהם והאופי המגדרי של הניהול שלהם. כאמור, ההוויה במכוני הכושר בתל אביב מאופיינת בדומיננטיות גברית, המשעתקת אי-שוויון מגדרי כלפי נשים באמצעות מה שבורדייה (2007/1998) כינה "אלימות סימבולית". המשמעות היא שעל נשים השואפות לשמר דימוי של נשיות "להימנע מכל התכונות ומכל העשיות העשויות לתפקד כסימנים של גבריות". כך, לטענתו, נשללת מן האישה "הזכות לתואר הגברי האופייני הזה שהוא הכוח" (שם, עמ' 127). מכון הכושר בעמק חפר, שאוכלוסייתו מגוונת מבחינת גיל ומעמד ושבתקופת המחקר ניהלה אותו אישה, פעל כמסגרת חברתית המשקפת מרחב מגדרי שבו נשיות וגבריות מתקיימות זו לצד זו מתוך הדדיות של קבלה או של התעלמות. במסגרת הזאת אף התגלתה דומיננטיות נשית. לא נצפו שם פריטי לבוש הקשורים לשירות צבאי וההתנהגות המגדרית נראתה מקוטבת פחות. אומנם, גם במכון בעמק חפר נצפו גברים שהתאמנו במכשירי כוח והשמיעו גניחות מאמץ, אך גם נשים השמיעו קולות דומים. כך, למשל, נהגה איריס, בעלת המכון והמנהלת שלו, להתאמן בהליכות ובריכות מאומצות וממושכות על ההליכון ואף השתתפה בשיעורים אירוביים, שבמהלכם השמיעה לעתים קרובות גניחות של סבל ושל קושי. נשים, בעיקר צעירות, במכון הכושר בעמק חפר עסקו בפעילויות שבמכוני בתל אביב היו בשליטה גברית, כגון הרמת משקולות ואימוני כוח, ואילו גברים, אמנם מעטים, עסקו בפעילויות שבמכוני בתל אביב היו בשליטה נשית, כגון אירוביקה ושיעורי פילאטיס, יוגה ופיטבול. לרוב, בכל אחד מן השיעורים הללו השתתפו גבר אחד או שניים ו-5-15 נשים. ההזעה אצל נשים במכון בעמק חפר לא נראתה חריגה. אפילו החוקרת העידה על עצמה שהיא מזיעה "כמו בהמה" בזמן השיעורים. כדי לברר אם היא יוצאת דופן היא שוחחה על הנושא עם אחת המתאמנות בת גילה, תוך כדי שהן הולכות זו לצד זו על ההליכונים:

יומן השדה [עמק חפר, 13 בספטמבר, 2013]: שאלתי את רותי אם היא לא מזיעה באימונים. רותי השיבה שהיא כן מזיעה והסבירה שזה מעולה, כי כאשר מזיעים הגוף מפריש החוצה את הרעלים המצטברים בו, כמו בהטלת שתן. כמו כן הוסיפה, שנראה לה שיש הבדל בין הזעה בחוץ מהלחות והזעה מהאימונים. אמרתי שאני בדרך כלל לא מזיעה במיוחד אבל באימונים אני נוטפת זיעה. היא הגיבה: זה יופי. אמרתי [ברוח טענתה של המתאמנת במכון בתל אביב, שפרשה על רקע תחושת האי-נוחות הקשורה להזעה ולאסתטיקה הנשית ה"נפגמת" במכון] "אבל זה לא אסתטי...." אך רותי לא הסכימה לאמירה זו.

נראה שגם הנשים במכון הכושר בעמק חפר הפנימו את חשיבותו של הכאב לצורך חיזוק הגוף, והסביבה מעודדת אותן לכך. לדוגמה, מנהלת המכון שאלה את החוקרת איך היא חוותה את השיעור. החוקרת השיבה שהיה לה קשה, והמנהלת אמרה "אם זה לא קשה אז לא שווה". ודוגמה נוספת, בשיחה עם מתאמנת, החוקרת התלוננה שקשה לה וכי אינה נהנית מן האימונים. כדי לעודדה, המתאמנת סיפרה לה שהיא מבקרת במכון כבר הרבה שנים והדבר עוזר לה לשמור על איזון נפשי.

מיומן השדה עולה הדומיננטיות הנשית במכון הכושר בעמק חפר. נוכחותה של איריס, מנהלת המכון, בולטת בפנינת הקבלה ובתוך אולם האימון האירובי. בשיעורים שהיא משתתפת בהם היא נוהגת לדבר בקול, בעיקר עם המדריכה, במהלך השיעור. מתוך דברים אלו עולה אווירה נשית המודגמת על-ידי שיחות על "ענייני נשים", על תוכניות טלוויזיה, על קניות, על בגדים וכדומה. לרוב, השיעורים מתנהלים בשקט ובריכוז והמשתתפות מאזינות בדריכות לדברי המדריכה. אך ניתן להבין כי ההתרחשות באולם האימון האירובי ומחוצה לו מתקשרת למרחב שהוא "נשי" בעיקרו, לא רק בגלל הרוב הנשי הנמצא בו, אלא גם בגלל הנושאים העולים בו. לא פחות מכך, נוכחותה הבולטת של איריס מחדדת את הדומיננטיות הנשית, שיש בה תחושה של ערך עצמי ומסר של מנהיגות.

מיומני השדה עולה שוני בולט בין האקלים הסביבתי במכוני הכושר בתל אביב לבין האקלים במכון הכושר בעמק חפר. גם ג'והנסן (Johansson, 1996) הכיר בכך שמכוני כושר שונים נבדלים זה מזה. לדבריו, יש מכוני כושר ש"כמה מהם נשלטים על-ידי אסטרטגיות גבריות של הדרה, יותר ממכוני אחרים, הרגישים לצורכי האימון והאסטרטגיות של נשים" (עמ' 35). עם זאת, הוא אינו מודע לאפשרות של דומיננטיות נשית במכוני כושר. במכון הכושר בעמק חפר יש דומיננטיות בולטת לנשים ולפעילות הנתפסת כ"נשית", לעומת מכוני הכושר בתל אביב, שבהם יש דומיננטיות לגברים, לפעילות ולטריטוריה הנתפסות כ"גבריות".

דיון וסיכום

הישראליות הקשורה לצבאיות משתמעת כמטפורה שיש לה משמעות לעוסקים בספורט במהלך אימוניהם. כך התברר בשני תחומי הספורט שנחקרו, ריצה למרחקים ארוכים ואימונים במכון כושר. המתאמנים נקטו לשון צבאית, הזכירו אימונים מפרכים בצבא וערכו השוואות בין הפעילות הספורטיבית המאומצת לבין שירותם הצבאי. קבוצת הריצה שימשה לרצים המבוגרים בעלי העבר הקרבי מעין חזרה ליחידה הצבאית. החזרה לכשירות גופנית אצל הרצים, וגם אצל מתאמנים בחדר הכושר, הייתה כרוכה בהיזכרות בתקופת הצבא כאידאלית, וההתרפקות על זיכרון החוויות מתקופת הצבא והדיבור הצבאי שימשו כאסטרטגיית התנגדות לתהליך ההתדרדרות בתפקוד הגופני וההזדקנות (ספקטור-מרזל, 2008).

אך בחינה השוואתית של מכוני הכושר העלתה שיש הבדל בין המתאמנים הגברים במכוני הכושר בעיר לבין מתאמנים במכון כושר בפרבר. מתאמנים רבים (גברים) במכוני הכושר בתל אביב אימצו את הישראליות הצבאית, בעיקר בעזרת שיח ולבוש צבאיים, כדרך ל"ניהול הרושם" (Goffman, 1959) ולהצגת עצמם לפני אחרים ולעומתם. נראה כי בראייתם, כשירות גופנית קשורה לחוויות מתקופת הצבא, חוויות שהם ביקשו להחיות או לשמר באמצעות פעילות גופנית, הן בריצות מאתגרות והן באימוני כושר מפרכים. נוכחות הסמלים הצבאיים בחדר הכושר ובקבוצות הריצה עשויה לטפח את ה"גבריות" של המתאמנים, לחדד את המרחק מן ה"נשיות" ולתרום לדימויי הכוח והיוקרה של עצמם.

ההבדלים שנמצאו בין מכוני הכושר בתל אביב לבין מכון הכושר בעמק חפר משקפים הווייה גברית, כוחנית באופייה, בעיר, לעומת הווייה נשית יותר, כוחנית פחות, באזור המרוחק ממנה. השוואה זאת מעלה את האפשרות שמקומם של הכוח והשליטה ביחסים בין גברים לנשים בחדר הכושר, כמו בחברה הישראלית כולה, משתנים ותלויים בנסיבות, במצבים ובמסגרות שבתוכן הם מתרחשים. יתר על כן, ההבדל בין מכוני הכושר בתל אביב לבין המכון בעמק חפר עשוי ללמד שדווקא בתל אביב, שנוכחות של נשים חזקות המנהלות קריירה וחיים חופשיים ניכרת בה יותר מביישובים שמחוץ למטרופולין, עולה הצורך לשקם את הגבריות, כטענת קנדיוטי (Kandiyoti, 2013). אפשר שמכוני ספורט הם אחד המקומות שגברים מנסים לשקם בהם את העליונות הגברית המאוימת.

רצוי וגם חשוב שכיוון הניתוח שהוצג במאמר זה ייחקר בהקשרים נוספים של הבדלי מגדר, כגון ביישובים ובמגזרים שונים, בנתוני שכר, בריבוד מקצועי ובתפקידי הנהגה וניהול. מכל מקום, תפיסת החברה הישראלית במושגים כגון "אומה במדים" (כפי שמציע בן-אליעזר, 1995), ושל המציאות החברתית-תרבותית בישראל כמתאפיינת במיליטריזם (קימרלינג, 2000), וזיהוי הצבא כסמל מרכזי של הקולקטיב וכמגלם הפטריאטיזם הצרוף (ששון-לוי, 2006), מציגים תמונה מכלילה מדי, ואפשר שיש מקום לבחון אותה באופן מורכב יותר.

נוסף על כך, יש לסייג את המסקנות מאחר שהמחקר הוגבל לשתי קבוצות הריצה ולשלושת מכוני הכושר, ואין אפשרות להחיל את המסקנות מעבר להקשרים שנחקרו. התנהגותן של קבוצות הרצות והרצים שנחקרו אינה משקפת בהכרח את ההתנהגות של כלל הגברים שהיו ביחידות עלית בצבא או ביחידות אחרות. בדומה לכך, אין אפשרות להכליל את התובנות שהועלו במאמר על מכוני כושר בתל אביב ובעמק חפר להתנהגות של גברים ונשים במכוני כושר בערים אחרות (ואף לא בתוך תל אביב עצמה) או ביישובים אחרים, שונים או דומים לאזור עמק חפר. והסתייגות נוספת נוגעת להתמקדות המאמר במידה רבה בזהות הגברית ובמידה מועטה יחסית בזהות הנשית, למעט כהיפוך של גבריות.

כדי להרחיב את המסקנות ממחקר זה ולהכלילן, מומלץ במחקרים בעתיד להעשיר את מגוון זירות הספורט ולהעמיק את העיסוק בזהות הנשית לצד העיסוק בזהות הגברית בקרב העוסקים בספורט מאומץ.

מקורות

בורדייה, פי' (2007). **השליטה הגברית**. (תרגום: א' להב). תל אביב: רסלינג. (נדפס לראשונה ב-1998) בן-אליעזר, א' (1995). אומה במדים. בתוך **דרך הכוונת: מקורות המיליטריזם הישראלי** (עמ' 280-308). תל אביב: דביר.

בן-פורת, א' (2009). גם נשים יכולות: ספורט ומגדר. בתוך י' גלילי, ר' לידור, א' בן-פורת (עורכים), **במגרש המשחקים: ספורט וחברה בתחילת האלף השלישי** (עמ' 185-232). רעננה: האוניברסיטה הפתוחה. גלילי, י', תמיר, א', אליקים, א' ומקל, י' (2011). קום והתהלך בארץ: שינויים בהרגלי הפעילות הגופנית בישראל, 1992-2008. **סוגיות חברתיות בישראל**, 12, 140-161.

גרוסוירט-קחטון, ד' (2018). בשמלה אדומה וכומתה חומה: מגדר, אתניות וצבא. בתוך א' ששון-לוי, ע' לומסקי-פדר (עורכות), **מגדר בבסיס: נשים וגברים בשירות הצבאי** (עמ' 122-147). תל אביב: מכון ון ליר והקיבוץ המאוחד.

הרצוג, א' ולב, א' (2015). "זה גברת או אדון"? ערעור גבולות מגדריים במכון הכושר. בתוך י' גלילי, מ' לוי ו-א' תמיר (עורכים), **ספורט ומגדר בחברה הישראלית: מיניות, זהויות וייצוגים** (עמ' 57-73). הרצליה: המרכז הבינתחומי.

חדד, נ' (2011). דיית על מסלול הריצה – גלעד קובו. **אתר "שוונג"**. <https://www.shvoong.co.il> טלסניק, מ' וגלילי, י' (2014). שחור על גבי לבן: הבניה חברתית ואתלטיקה בפתח המאה ה-21. **בתנועה**, י(1), 453-472.

יזרעאלי, ד' (1999). מגדור בשירות הצבאי בישראל. **תיאוריה וביקורת**, 14, 29-59. ינאי, נ', אלזור, ת', לובין, א', נווה, ח' ועמיאל-האוזר, ת' (עורכות). (2007). **דרכים לחשיבה פמיניסטית – מבוא ללימודי מגדר** (מקראה). רעננה: למדא, האוניברסיטה הפתוחה.

לב, א' (2018). "לרוץ את הכאב": פנומנולוגיה של סבל וקושי בקרב רצים למרחקים ארוכים. **סוגיות חברתיות בישראל**, 25, 96-122.

- לב, א' והרצוג, א' (2016). מי שולטת? פיקוח וטיפוח של מגדר וגיל במכוני כושר בישראל. **סוגיות חברתיות בישראל, 22**, 201-226.
- להב רז, י' (2013). חלוצות: הפועל בנות סחינן – מאזרחיות מודרות לאזרחיות טובות. **סוציולוגיה ישראלית, 2**, 267-289.
- לוי, י' (2008). השילוב הרהוי: הצעה לניתוח רב-ממדי של המאבק נשים-דתיים בצה"ל, **המרחב הציבורי, 2**, 132-159.
- סמימיאן-דרש, ל' (2006). אלימות, שליטה והנאה: היצירה הגופנית המחודשת. **סוציולוגיה ישראלית, ח(1)**, 113-137.
- ספקטור-מרזל, ג' (2008). **צברים לא מזדקנים: סיפורי חיים של קצינים בכירים מדור תש"ח**. ירושלים: מאגנס.
- פייגין, נ' (2004). חיברות באמצעות ספורט. בתוך ר' לידור (עורך), **התנהגות מוטורית: היבטים פסיכולוגיים וסוציולוגיים** (עמ' 147-176). ירושלים: מאגנס.
- פרץ, מ' (2018). הימנעות משירות צבאי בישראל: כרוניקה של התנגדות לגבריות ההגמונית. בתוך א' ששון-לוי ו-ע' לומסקי-פדר (עורכות), **מגדר בבסיס: נשים וגברים בשירות הצבאי** (עמ' 147-173). תל אביב: מכון ון ליר והקיבוץ המאוחד.
- קאופמן, ח' ואורן, ע' (2015). ספורט נשים בישראל: עבר הווה ועתיד. בתוך י' גלילי, מ' לוי ו-א' תמיר (עורכים), **ספורט ומגדר בחברה הישראלית: מיניות, זהויות וייצוגים** (עמ' 21-37). הרצליה: המרכז הבינתחומי.
- קונל, ר' (2009). **גברויות** (תרגום: ע' וולקשטיין). חיפה: פרדס.
- קימרלינג, ב' (2000). **בין מדינה לחברה: סוציולוגיה של הפוליטיקה**. רעננה: האוניברסיטה הפתוחה.
- ששון-לוי, א' (2006). **זהויות במדים: גבריות ונשיות בצבא הישראלי**. ירושלים: מאגנס ותל אביב: הקיבוץ המאוחד.
- ששון-לוי, א' (2018). מארגון ממוגדר למשטרי אי-שוויון: מבט אנליטי על מגדר וצבא במחקר בישראל. בתוך א' ששון-לוי ו-ע' לומסקי-פדר (עורכות), **מגדר בבסיס: נשים וגברים בשירות הצבאי** (עמ' 20-52). תל אביב: מכון ון ליר והקיבוץ המאוחד.
- תמיר, א' וברנשטיין, ע' (2013). ספורט כיחידה קרבית, עבודתן של עיתונאיות הספורט בישראל. **קשר, 44**, 28-20.
- תמיר, א', לוי, מ' וגלילי, י' (2015). סיקור ספורט נשים בישראל: הדמיית המציאות. בתוך י' גלילי, מ' לוי ו-א' תמיר (עורכים), **ספורט ומגדר בחברה הישראלית: מאפיינים, זהויות וייצוגים** (עמ' 103-129). הרצליה: המרכז הבינתחומי.

Abbas, A. (2004). The embodiment of class, gender and age through leisure: A realist analysis of long distance running. *Leisure Studies*, 23(2), 159-175.

Atkinson, M. (2008). Triathlon, suffering and exciting significance. *Leisure Studies*, 27(2), 165-180.

Betzer-Tayar, M. (2013). *The role of women in decision-making positions – The case of Israeli sport organisations* (Doctoral Thesis). Loughborough, England: Loughborough University.

Brace-Govan, J. (2004). Weighty matters: Control of women's access to physical strength. *The Sociological Review*, 52(4), 503-531.

Ezzell, M. B. (2009). "Barbie dolls" on the pitch: Identity work, defensive othering, and inequality in women's Rugby. *Social Problems*, 56(1), 111-131.

- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. New York, NY: Doubleday.
- Hargreaves, J. (1994). *Sporting females: Critical issues in the history and sociology of women's sports*. London, England: Routledge.
- Hertzog, E., & Lev, A. (2019). Male dominance under threat: Machoism confronts female defiance in Israeli gyms. *Journal of Contemporary Ethnography*. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0891241619834662>
- Hughes, H., Hockey, J., & Berry, G. (2019). Power play: The use of space to control and signify power in the workplace. *Culture and Organization*, 26(1), 1-17.
- Johansson, T. (1996). Gendered spaces: The gym culture and the construction of gender. *Young, Nordic Journal of Youth Research*, 4(3), 32-47.
- Kandiyoti, D. (2013). Fear and fury: Women and post-revolutionary violence. Retrieved 2018, September 1 from <https://www.opendemocracy.net/5050/deniz-kandiyoti/fear-and-fury-women-and-post-revolutionary-violence>
- Lev, A. (2019). Becoming a long-distance runner – Deriving pleasure and contentment in times of pain and bodily distress. *Leisure Studies*, 38(6), 790-803. <https://www.tandfonline.com/doi.org/10.1080/02614367.2019.1640776>
- Lev, A. (2020). Distance runners in a dys-appearance state – Revising the perception of pain and suffering in times of bodily distress. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. doi.org/10.1080/2159676X.2020.1734647
- Lev, A., & Hertzog, E. (2017). Typology of gender resistance and defiance in Israeli gyms. *Sport in Society*, 20(11), 1699-1714. doi.org/10.1080/17430437.2017.1310203
- Lev, A., Zach, S. (2018). Running between the raindrops: Running marathons and the potential to put marriage in jeopardy. *International Review for the Sociology of Sport*. <https://journals.sagepub.com/doi.org/10.1177/1012690218813803>
- Marshall, C., & Rossman, G. B. (1989). *Designing qualitative research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pitsiladis, Y. P., Irving, R., Charlton, V., & Scott, R. (2010). "White" men can't run: Where is the scientific evidence? In R. R. Sands & L. R. Sands (Eds.) *The anthropology of sport and human movement* (pp. 243-263). Lanham, MD: Lexington Books.
- Shilling, C. (2009). *The body and social theory*. London, England: Sage.
- Vaccaro, C. A. (2011). Male bodies in manhood acts: The role of body-talk and embodied practice in signifying culturally dominant notions of manhood. *Sociology Compass* 5(1), 65-76.
- Vaccaro, C. A., Douglas P. S., & Janice, M. M. (2011). Managing emotional manhood: Fighting and fostering fear in mixed martial arts. *Social Psychology Quarterly*, 74(4), 414-437.
- Weiss, M. (2005). *The chosen body: The politics of the body in Israeli society*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Young, M. I. (1990). *Throwing like a girl and other essays in feminist philosophy and social theory*. Bloomington, IN: Indiana University Press.