



משבר הגירושין: הסתגלות רגשית וחברתית של מתבגרים להורים גרושים

עידית פינקלשטיין* וצפירה גרבלסקי-ליכטמן**

תקציר

משבר הגירושין הוא תופעה חברתית בעלת השפעות מרחיקות לכת, המושכת תשומת לב מחקרית וייעונית-טיפולית רבה. מטרת המחקר הנוכחי להציג מודל אינטגרטיבי החושף את המשאבים המשפחתיים המשפיעים על הסתגלותם הרגשית והחברתית של מתבגרים. המחקר בחן שלושה מדדי משאבים משפחתיים – לכידות ושינוי משפחתי, קונפליקט בין-הורי ויחסי הורה-ילד – והעריך את מדדי ההסתגלות הרגשית והחברתית בקרב 230 מתבגרים, מחציתם ממשפחות גרושות ומחציתם ממשפחות שלמות. הממצאים חשפו כי רמת ההסתגלות החברתית של מתבגרים ממשפחות שלמות גבוהה באופן מובהק מזו של מתבגרים ממשפחות גרושות, וכי הקונפליקט הבין-הורי נמוך יותר ויחסי הורה-ילד טובים יותר ככל שהלכידות והשינוי המשפחתי גבוהים יותר. במשפחות שלמות נמצא שככל שמערכת היחסים של המתבגר עם אחד ההורים טובה יותר, כך גם יחסיו עם ההורה האחר טובים יותר. קשר זה לא נמצא בקרב מתבגרים ממשפחות גרושות, כלומר אצלם אין קשר בין מערכת היחסים של המתבגר עם אחד מההורים ובין מערכת היחסים שלו עם ההורה האחר. עוד נמצא שככל שהמשאבים המשפחתיים (הלכידות והשינוי המשפחתי, הקונפליקט הבין-הורי ויחסי הורה-ילד) של המתבגר טובים יותר, כך הסתגלותו הרגשית והחברתית טובה יותר. מסקנות המחקר מציגות הסברים תאורטיים החושפים את הקשר בין גורמי הסיכון וגורמי החוסן בהתמודדותם של המתבגרים עם משבר הגירושין, וכן אימפליקציות תאורטיות וייעוניות באשר לאפשרות של צמיחה מתוך המשבר.

מילות מפתח: משבר הגירושין, מתבגרים, הסתגלות רגשית וחברתית, קונפליקט בין-הורי, לכידות ושינוי משפחתי, יחסי הורה-ילד

* ד"ר עידית פינקלשטיין, הפקולטה למדעי הרוח והחברה, הקריה האקדמית אונו.

** פרופ' צפירה גרבלסקי-ליכטמן, הפקולטה למדעי הרוח והחברה, הקריה האקדמית אונו.

מבוא

תופעת הגירושין היא מהמשפיעות ביותר על החברה וחיי המשפחה בעולם המערבי. על פי נתונים של הארגון לשיתוף פעולה ולפיתוח כלכלי, שיעור הגירושין בעולם המערבי נמצא בשנים האחרונות בעלייה מתמדת (OECD, 2019). התופעה לא פסחה גם על ישראל, בה שיעור הגירושין עומד על אחד מכל שלושה זוגות (הנהלת בתי הדיון הרבניים, 2019). אלא שגירושין הם לא רק סיום קשר בין בני זוג. לניתוק הקשר יש השלכות חברתיות ורגשיות על כל בני המשפחה, ובעיקר על ילדים בגיל ההתבגרות, ולכן גירושין מוגדרים לא אחת כחווית משבר ואובדן (Auersperg et al., 2019). לאורך השנים תוארו במחקרים ההשלכות השליליות של משבר הגירושין על ילדים והמחיר הכבד שהוא גובה מהם (Hetherington & Kelly, 2002). מטרת המחקר הנוכחי היא לזהות את גורמי הסיכון והחוסן בהתמודדותם של מתבגרים להורים גרושים. המחקר מציג מודל תאורטי ואנליטי בנוגע לאפשרות של צמיחה מתוך משבר.

גיל ההתבגרות הוא שלב של התפתחות אישית בעל אפיונים ייחודיים, הדורש מהפרט הסתגלות לשינויים פיזיולוגיים, קוגניטיביים ורגשיים ולהגדרה מחודשת של העצמי (Meeus et al., 2005). אצל המתבגרים ממשפחות גרושות נוספים גורמי לחץ הקשורים לשינויים במבנה משפחתם ובקשריהם עם כל אחד מהוריהם. הגירושין מפירים את שיווי המשקל שאפיין את המערכות האישיות והבין-אישיות של המתבגרים עד למשבר, ומחייבים לפיכך התארגנות מחדש והסתגלות רגשית וחברתית.

מחקרים לא מעטים ניסו להתחקות אחר ההשפעה של משתנים שונים על הסתגלותם של ילדים להורים גרושים, אך רבים מהם ביקשו לבדוד בין המשתנים ובחנו בעיקר את הקשרים בין משתנים קונקרטיים ובין הסתגלותם של המתבגרים. רק מעט מהמחקרים בחנו את הקשר בין המשאבים המשפחתיים ובין ההסתגלות הרגשית והחברתית של מתבגרים.

ייחודו של המחקר הנוכחי ותרומתו התאורטית הם בהצגת מודל החושף את קשרי הגומלין המורכבים בין שלושה משאבים משפחתיים חשובים: הלכידות והשינוי המשפחתי, יחסי הורה-ילד והקונפליקט בין ההורים. המודל גם מציג את השפעתם של המשאבים המשפחתיים על ההסתגלות החברתית והרגשית של מתבגרים למשבר הגירושין. **לממצאי המחקר עשויות להיות השלכות יישומיות, הקשורות לפיתוח תוכניות להתערבות במסגרות חינוכיות וטיפוליות.**

הסתגלות רגשית וחברתית של מתבגרים להורים גרושים

הסתגלות רגשית מתבטאת ברווחתו הנפשית של האדם ובהיעדרם של סימפטומים נזיריים העלולים לגרום סבל רב לפרט. הסתגלות חברתית היא היכולת ליצור ולנהל מערכות יחסים בשלות עם קבוצת השווים והיכולת למצוא קבוצה חברתית שאליה חשים שייכות וקרבה. הדברים מקבלים משנה תוקף כאשר מדובר במתבגרים. גיל ההתבגרות הוא גיל של שינויים הדורשים הסתגלות מחודשת – שינויי אישיות, כגון גיבוש זהות האני, ושינויים משפחתיים, כגון היחסים של המתבגר עם הוריו (Meeus et al., 2005). תהליך ההתבגרות מחייב משא ומתן מחודש בין המתבגר והוריו על מערכת היחסים שלהם, במעבר מדפוס יחסים המאופיין בסמכותיות חד-צדדית לדפוס המאופיין בהדדיות. בהסתמך על תאוריית המשפחה כמערכת, אין המתבגר עובר תהליכי שינוי בנפרד ממשפחתו, ועל כן קיים צורך ליצירת שיווי משקל משפחתי חדש (McGoldrick & Carter, 2003).

ממצאי מחקרים אשר בחנו את השלכות משבר הגירושין על הילדים מלמדים על מורכבות התופעה. אומנם ברבים מהמחקרים מתוארות בהרחבה מגוון ההשפעות השליליות של הגירושין על ילדים (Lansford, 2009), אך מאחרים עולה כי הסתגלות רגשית של ילדים להורים גרושים איננה נופלת מהסתגלותם של ילדים ממשפחות שלמות (Auersperg et al., 2019). במחקרי אורך שבחנו את ההשפעות של מגוון גורמים על הסתגלותם של ילדים להורים גרושים נמצא שההסתגלות נגזרת בין היתר מהמשאבים המשפחתיים של המתבגר (Hetherington & Kelly, 2002; Wallerstein et al., 2000). לפיכך ישנה חשיבות לבחינת הקשרים בין המשאבים המשפחתיים השונים. זו תרומתו הייחודית של המחקר הנוכחי.

השפעת המשאבים המשפחתיים על הסתגלותם של מתבגרים לגירושין

תאוריית המשפחה כמערכת (Family System Theory) טוענת כי הפרט אינו יחידה מבודדת ועל כן יש לפנות אליו בהקשרו המשפחתי (Coe et al., 2020; Minuchin & Fishman, 1981). על פי תאוריה זו, המשפחה היא הסביבה החברתית הראשונה שאלה הילד נחשף, והיא מהווה סוכן סוציאליזציה עיקרי בשנות חייו הראשונות (Walsh, 2003). הראשוניות, האינטימיות והעוצמה שבקשר של הילד עם משפחתו, בעיקר עם הוריו, הופכות את המשפחה כמערכת לגורם בעל חשיבות מכרעת בעיצוב זהותו האישית והסתגלותו הרגשית והחברתית (McGoldrick & Carter, 2003). אשר על כן, שינויים במערכת המשפחתית משפיעים על ההתנהגות של חברי אותה מערכת ועל התהליכים הנפשיים הפנימיים שהם עוברים (Cowan & Cowan, 2003).

לכידות ושינוי משפחתי והסתגלות חברתית ורגשית

לכידות ושינוי משפחתי משמשים ממדים יעילים להערכת תפקוד המשפחה (Olson et al., 2002; Thomas & Ozechowski, 2000), וממלאים תפקיד קריטי בהתפתחות תסמינים של הסתגלות לקויה אצל ילדים (Yahav, 2002). לכידות משפחתית מוגדרת כקשר הרגשי שבין בני המשפחה, והיא מתמקדת באופן שבו המערכת המשפחתית מאזנת את היותו של כל אחד מבני המשפחה ישות נפרדת לעומת היות המשפחה ישות אחת "ביחד" (Olson, 2000). ממדים של לכידות משפחתית נמדדים באמצעות משתנים כגון התקשרות רגשית, גבולות, קואליציות, זמן, מרחב, חברים, קבלת החלטות, תחומי עניין ופעילויות פנאי (Boss, 1999).

שינוי משפחתי מוגדר כיכולת של מערכת המשפחה לבצע שינוי במנהיגות, בקשרים בין התפקידים המשפחתיים ובכללים המווסתים את מערכות היחסים במשפחה ובמסוגלותה להכיל לחצים סביבתיים והתפתחותיים. שינוי משפחתי נמדד באופן שבו המשפחה מאזנת את גורמי היציבות וגורמי השינוי באמצעות משתנים כגון מנהיגות (שליטה, משמעת), סגנונות משא ומתן, אסרטיביות, פיקוח, משמעת, תפקידים וכללים המווסתים את הקשרים בין התפקידים במשפחה (Olson, 2000).

על פי המודל הסירקומפלקסי (Olson & Gorall, 2003), יש רצף של חמש רמות של לכידות משפחתית וחמש רמות של שינוי משפחתי, מהן הרמות שבקצוות מצביעות על לכידות או שינוי משפחתי לא מיטביים ורמות הביניים משקפות נטייה של משפחות לתפקד בצורה תקינה יותר. האיזון בין ממדי הלכידות והשינוי המשפחתי מייצג את התפקוד המשפחתי התקין, המאפשר לפרטים שבמשפחה להתפתח ולתפקד באופן מיטבי, ואילו חוסר האיזון מייצג תפקוד משפחתי לקוי ופגיעה ביכולת ההסתגלות של הפרטים במשפחה. קיימת

חשיבות רבה למידה ולאופי של השינוי בתפקידים במשפחה שלאחר הגירושין. ללכידות ולשינוי המשפחתי יש השפעה מכרעת על הסתגלות חברי המשפחה לשינוי עקב הגירושין ועל תפקידו של כל אחד מהם במבנה המשפחתי החדש.

יחסי הורה-ילד והסתגלות חברתית ורגשית

ליחסי הורה-ילד תפקיד מכריע בעיצוב דרכי פעולתו ואישיותו של הילד (Bowlby, 1980). ספרות רחבה מתעדת את הקשר שבין יחסי הורה-ילד ובין הסתגלות רגשית וחברתית של ילדים (Martin et al., 2019). גיל ההתבגרות הוא תקופה שבה יחסי ההורה-ילד משתנים במידה הרבה ביותר (Wolchik et al., 2002). זוהי תקופה מובהקת של שינוי והתארגנות מחדש, שבה המתבגר חותר לקראת נפרדות מההורים ולעצמאות רגשית, קוגניטיבית וחברתית. המעבר מתלות במשפחה לאוטונומיה ועצמאות מאופיין במעורבות פוחתת של המתבגר בענייני המשפחה ובעלייה ברמת הקונפליקט הבין-אישי שבין חבריה (Erikson, 1950; Martin et al., 2000). כשגירוש ההורים מתרחשים בתקופת התבגרות, ההפרה ביחסי המשפחה מועצמת, ולפיכך ההשפעה על הסתגלותו החברתית והרגשית של המתבגר גדולה שבעתיים (Stocker et al., 2002).

קונפליקט בין-הורי והסתגלות חברתית ורגשית

קונפליקט בין-הורי משפיע על התפתחות הילדים במגוון תחומים, ובכלל זה הערכתם העצמית והישגיהם הלימודיים, יחסיהם עם ההורים, מערכות יחסים אינטימיות עם בני זוג בעתיד והסתגלות רגשית (El-Sheikh, 2019; Sorek, 2019; Fincham & Grych, 2001; Fauchier & Margolin, 2004; et al., 2019). במחקר מטה-אנליזה נמצא שילדים במשפחות שלמות המאופיינות ברמה גבוהה של קונפליקט בין-הורי השיגו ציונים נמוכים ביותר בהתנהגות, בהסתגלות פסיכולוגית ובתפיסה עצמית, הן בהשוואה לילדים ממשפחות שלמות שאופיינו ברמה נמוכה של קונפליקט בין-הורי, הן בהשוואה לילדים ממשפחות שלמות שאופיינו ברמה גבוהה של בעיות רגשיות והתנהגותיות (Grych et al., 2000; Leys et al., 2019). הפרשנות שהילד מייחס לקונפליקט עשויה לעצב את אופן ההשפעה של הקונפליקט עליו (Grych et al., 2000), ואומנם, במחקרים נמצא שתפיסות המתבגרים לגבי קונפליקט בין-הורי מנבאות את רמת התפקוד שלהם טוב יותר מאשר דיווחים של ההורים על הקונפליקט הבין-הורי (Unger et al., 2000).

לאור ספרות המחקר בנושא, ניתן להצביע על חשיבותם של המשאבים המשפחתיים של לכידות ושינוי משפחתי, יחסי הורה ילד וקונפליקט בין-הורי להסתגלות החברתית והרגשית של מתבגרים. מטרת המחקר הנוכחי היא לחשוף את הקשרים הללו כגורמי סיכון וחוסן בהתמודדות עם משבר הגירושין.

השערות המחקר

1. יימצאו הבדלים בין רמת ההסתגלות הרגשית והחברתית של משפחות שלמות ומשפחות גרושות: רמת ההסתגלות של מתבגרים ממשפחות שלמות תהיה גבוהה יותר מזו של מתבגרים ממשפחות גרושות.
2. יימצאו הבדלים בין משפחות שלמות למשפחות גרושות בקשרים שבין מדדי המשאבים המשפחתיים: יחסי הורה-ילד במשפחות שלמות יהיו טובים יותר מאשר במשפחות גרושות ככל שהליכדות והשינוי המשפחתי גבוהים יותר והקונפליקט הבין-הורי נמוך יותר.
3. יימצאו הבדלים בקשר שבין המשאבים המשפחתיים ובין ההסתגלות החברתית והרגשית למשבר הגירושין: ככל שהמשאבים המשפחתיים של המתבגר טובים יותר, כך הסתגלותו הרגשית והחברתית תהיה טובה יותר.

שיטת המחקר

אוכלוסיית המחקר

230 תלמידי תיכון בכיתות י'-יב' בני 16-18 ($M = 16.84, SD = .99$) מאזור המרכז בישראל. מחציתם נבדקים שהוריהם גרושים ומחציתם נבדקים ממשפחות שלמות. לכל נבדקי המחקר לפחות אח אחד: ל-20% מהם אח אחד בלבד; ל-40% שני אחים; ל-40% יותר משני אחים.

ילדי ההורים הגרושים אופיינו גם ביחס למשתנים הקשורים למצבם המשפחתי, למשל גילם בזמן הגירושין (טווח 1-15, $M = 6.89, SD = 4.38$) או נישואים שניים של הוריהם (39% מהאבות לעומת 21.3% מהאימהות). מאפיין נוסף הוא מקום מגוריהם של הילדים הגרושים: 80.5% גרים בבית האם, 7.1% גרים בבית האב, 8.8% גרים לסירוגין בבית האם והאב ו-3.6% הנוותרים גרים בבית קרוב משפחה. התפלגות הנבדקים לשתי הקבוצות על פי מאפיינים אישיים מוצגת בלוח 1.

לוח 1. אוכלוסיית המחקר ($N=230$)

ילדים להורים גרושים		ילדים משפחות שלמות		ערכים	מאפיינים אישיים
%	N	%	N		
35.8	41	34.8	40	בנים	מגדר
64.2	74	65.2	75	בנות	
75.7	87	77.4	89	ישראל	ארץ לידה
24.3	28	22.6	26	חו"ל	
14.5	17	10.3	12	יסודית	השכלת אב
80.7	93	70.1	81	תיכונית	
4.8	5	19.6	22	אקדמית	השכלת אם
12.8	15	13.0	15	יסודית	
77.7	89	69.0	79	תיכונית	סדר לידה
9.6	11	18.0	21	אקדמית	
41.3	47	32.4	38	בכור	
22.9	26	33.3	38	אמצעי	סדר לידה
35.8	42	34.3	39	אחרון	

משתני המחקר ומדידתם

המשתנה התלוי: הסתגלות רגשית וחברתית של המתבגר. משתנה זה כולל שלושה מדדים: רווחה נפשית, נירוטיות ובדידות.

א. רווחה נפשית - מדד להסתגלות רגשית שנבדק באמצעות שאלון לבדיקת תחושת הרווחה הנפשית (Psychological well being) – Bradburn Affect Balance Scale (Bradbourn, 1969). השאלון כולל עשרה היגדים בנוגע לתחושות שונות – חוויות או התנסויות מהנות ובלתי מהנות שעברו על הנבדק לאחרונה (לדוגמה: "הרגשתי מאושר עד השמיים"; "הרגשתי כל כך חסר מנוחה שלא יכולתי לשבת זמן רב בכיסא"), ובכל אחד מהם הנבדק צריך לציין כמה פעמים הרגיש כך במהלך השבוע האחרון בסולם של ארבע דרגות (1 – "לא הרגשתי כך כלל", 4 – "הרגשתי כך לעיתים קרובות מאוד"). מחצית מהתחושות מייצגות רגש חיובי והמחצית האחרת רגש שלילי. מדד הרווחה הנפשית הוא סכום עשרת הפריטים. ציון גבוה יותר מצביע על תחושת רווחה נפשית גבוהה יותר. מדד המהימנות הפנימית במחקר הנוכחי בציון רווחה נפשית כללי: $\alpha=.72$.

ב. נירוטיות - מדד להסתגלות רגשית שנבדק באמצעות שאלון למדידת ההסתגלות הרגשית לסקאלת אישיות (Eysenck Personality Questionnaire – Revised) (EPQ-R; Eysenck et al., 1985). השאלון כולל 24 פריטים שעליהם הנבדק מתבקש להשיב בכך או לא (לדוגמה, "האם אתה סובל מעצבים?"; "האם אתה אדם שנוטה להיות מודאג?"), כלומר השאלון מבוסס על דיווח עצמי של הנבדק. טווח הציונים נע בין 0 ל-24, וכל נבדק קיבל ציון שביטא את מקומו על רצף שבין שני קצוות. ציון גבוה יותר מעיד על רמה גבוהה יותר של נירוטיות. מדד המהימנות הפנימית בין כל הפריטים שחושב במחקר הוא $\alpha=.81$.

ג. תחושת הבדידות - מדד להסתגלות חברתית שנבדק באמצעות שאלון בדידות UCLA Loneliness Scale (Russell et al., 1980). השאלון כולל 20 משפטים המשקפים את רגשות הנבדקים כלפי הסובבים אותם – 10 המתייחסים למידת שביעות רצון של הנבדק מקשריו החברתיים (לדוגמה: "ישנם אנשים שמבינים אותי באמת"), ו-10 המתייחסים למידת חוסר שביעות הרצון של הנבדק מקשריו החברתיים (לדוגמה: "אנשים נמצאים סביבי אך לא איתי"). על הנבדקים לציין עד כמה כל משפט נכון לגביהם בסולם של 1 ("לעולם לא") עד 4 ("לעיתים קרובות"). טווח הציונים במחקר הנוכחי נע מ-20 (ציון בדידות נמוך) ועד 80 (ציון בדידות גבוה). ציון הבדידות של כל נבדק הוא סכום תשובותיו הכולל. מדד המהימנות הפנימית הוא גבוה: $\alpha=.87$.

המשתנים הבלתי תלויים

א. לכידות ושינוי משפחתי - המשתנה נבדק באמצעות שאלון לכידות ושינוי משפחתי (שלו"מ) – Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales (FACES III) (Olson et al., 1985). השאלון כולל 20 פריטים – 10 פריטים למדידת לכידות משפחתית (לדוגמה: "בני המשפחה אוהבים לעשות דברים ביחד") ו-10 פריטים למדידת שינוי משפחתי (לדוגמה: "ישנם חילופי מנהיגות בחיי המשפחה").

כל הפריטים מנוסחים באופן ישיר ומדורגים על ידי המשיב על סולם מ-1 עד 5 (1 – "כמעט אף פעם", 5 – "כמעט תמיד"). הציון המתקבל בכל ממד הוא סכום דירוגי הנבדק בכל הפריטים. טווח הציונים נע בין 10 ל-50. ציון גבוה מעיד על רמת לכידות משפחתית גבוהה ושינוי משפחתי גבוה. ערך אלפא קרונברך ללכידות המשפחתית ולשינוי המשפחתי הוא 0.86 ו-0.69, בהתאמה.

ב. קונפליקט בין-הורי – המשתנה נמדד באמצעות שאלון קונפליקט הורי: Interparental Conflict Questionnaire (ICQ) (Forehand & McCombs, 1989), הבודק את רמת הקונפליקט בין ההורים כפי שהיא נתפסת בעיני המתבגר. המתבגר התבקש להעריך על סולם ליקרט בן חמש דרגות את רמת הקונפליקט בין הוריו. ככל שהציון גבוה יותר, כך רמת הקונפליקט בעיני המתבגר גבוהה יותר. שאלון זה ניתן לכל הנבדקים, אך הילדים ממשפחות גרושות התבקשו להתייחס לארבעת פרטי השאלון בשלוש תקופות זמן: לפני הגירושין, מיד לאחר הגירושין ובהווה, והילדים ממשפחות שלמות נתבקשו להתייחס להווה בלבד (לדוגמה: "האם הוריי רבים?"; "האם הוריי משמיצים זה את זה?"). הציונים של מדדים אלה בעבור המתבגרים ממשפחות גרושות הוא ממוצע הערכות של שלושת הפריטים. המהימנות הפנימית של הערכת הנבדק את הקונפליקט בין הוריו לפני הגירושין: $\alpha = 0.84$; מיד לאחר הגירושין: $\alpha = 0.82$; כיום: $\alpha = 0.77$.

ג. יחסי הורה-ילד – משתנה זה נבדק באמצעות שאלון תפיסה של דפוסי תקשורת עם ההורים: Parental Adolescent Communication (Barnes & Olson, 1982). השאלון כולל 20 פריטים המתארים אספקטים שונים של יחסי המתבגר עם כל אחד מהוריו (קיימים נוסחים מקבילים של תקשורת של המתבגר עם כל אחד מהוריו). הנבדק מתבקש לסמן את מידת הסכמתו עם כל משפט בסולם מ-1 עד 5. בניתוח גורמים נחלקות השאלות לשני גורמים עיקריים בנוגע ליחסי אב-ילד ויחסי אם-ילד: תקשורת פתוחה במשפחה (לדוגמה: "אני יכול לדבר עם אבי על אמונתי ומחשבותי מבלי להרגיש עצור/ה או נבוך/ה") ובעיות בתקשורת במשפחה (לדוגמה: "לפעמים יש לי קושי להאמין לכל מה שאבי אומר לי"). המהימנות הפנימית שנמצאה היא $\alpha = 0.84$. הציון הסופי הוא סכום התשובות של הפריטים הבודקים תקשורת פתוחה במשפחה לאחר היפוך התשובות של הפריטים הבודקים בעיות בתקשורת. ככל שהציון של הממד גבוה יותר כך המתבגר תופס את יחסיו עם הוריו כטובים יותר.

משתנים סוציו-דמוגרפיים

המשתנים הסוציו-דמוגרפיים שנבדקו הם גיל, מגדר, כיתה, מקום מגורים, סטטוס משפחתי (משפחה שלמה/גרושה), מספר הילדים במשפחה, סדר הלידה ומידת דתיות. נבדקים שהוריהם התגרשו התבקשו לענות גם על השאלות הבאות: גיל הילד בזמן גירושיו והוריו ומגדר הורה משמורן.

מהלך המחקר

השאלונים הועברו בשמונה בתי ספר תיכוניים בקרב תלמידי כיתות י'-י"ב במחוז תל אביב. התלמידים נבחרו על פי מדגם אקראי ומייצג. מפאת רגישות הנושא וההשלכות שעשויות להיות להשתתפות במחקר, הקשר

עם התיכונים נעשה באמצעות היועצות החינוכיות של בתי הספר. לשם כך נערכו שבעה מפגשי היועצות עם היועצות החינוכיות והצוות הניהולי והחינוכי בבתי הספר. העברת השאלונים בבתי הספר התיכוניים אושרה על ידי הממונה לעריכת מחקרים במחוז תל אביב במשרד החינוך ועל ידי מנהלת המחוז וכן על ידי ועדת האתיקה של אוניברסיטת בר-אילן.

השאלונים הועברו בכל אחת מהכיתות על ידי החוקרת בזמן שיעור שהוקדש לצורך המחקר. שאלוני המחקר מולאו על ידי למעלה מ-600 תלמידים. לאחר ריכוז השאלונים ובדיקה ראשונית נופו כ-150 שאלונים אשר לא היה ניתן לעשות בהם שימוש לצורך המחקר. מבין השאלונים הנותרים אותרו 115 שאלונים שמולאו בידי מתבגרים להורים גרושים. בשלב הבא, לצורך בחירת קבוצת השוואה שתהיה דומה לנבדקי המחקר ככל שניתן מבחינת מאפיינים אישיים, נבחרו 115 מתבגרים ממשפחות שלמות על פי המשתנים: גיל, מגדר וארץ לידה, כך שלכל אחד מהנבדקים מהמשפחות הגרושות הותאם נבדק הדומה לו מבין 335 הנבדקים מהמשפחות השלמות.

ניתוח הנתונים

לבדיקת הבדלים בין מתבגרים להורים גרושים ומתבגרים ממשפחות שלמות נערכו מבחנים לבדיקת השערות, כולל ניתוחי שונות לאישוש השערות המחקר. עוד נערכו מבחנים לבחינת מערכות הקשרים בין מדדי המשאבים המשפחתיים השונים: הקונפליקט הבין-הורי, יחסי הורה-ילד ולכידות ושינוי משפחתי במטריצות מרובות משתנים.

ממצאים

1. הסתגלות רגשית וחברתית

הממצאים המוצגים בלוח 2 מלמדים על הבדל מובהק בין ההסתגלות הרגשית והחברתית של מתבגרים ממשפחות שלמות למתבגרים ממשפחות גרושות [$F(3,220) = 2.61, p < .05, \eta^2 = .03$]. התוצאות מראות כי רמת הבדידות של מתבגרים ממשפחות גרושות ($M = 38.62, SD = 11.07$) גבוהה מזו של נבדקים ממשפחות שלמות ($M = 34.96, SD = 11.07$). ממצאים אלו תומכים בהשערת המחקר מס' 1. עם זאת, לא נמצא הבדל מובהק בין ההסתגלות הרגשית של מתבגרים ממשפחות גרושות להסתגלות הרגשית של מתבגרים ממשפחות שלמות.

2. מדדי המשאבים המשפחתיים

תוצאות הניתוח שמוצגות בלוח 2 מראות כי קיים דמיון בין מתבגרים ממשפחות שלמות לאלו ממשפחות גרושות בשלושת מדדי המשאבים המשפחתיים שנבדקו (לכידות ושינוי משפחתי, קונפליקט בין-הורי ויחסי הורה-ילד). בשתי הקבוצות נמצא קשר חיובי מובהק ($p < .001$) בין הלכידות המשפחתית לשינוי המשפחתי (משפחות שלמות: $r = .59$; משפחות גרושות: $r = .53$). קשר חיובי מובהק נמצא גם בין הלכידות המשפחתית

והשינוי המשפחתי ובין יחסי אב-ילד (משפחות שלמות - לכידות: $r = .55, p < .001$; שינוי: $r = .30, p < .001$; משפחות גרושות - לכידות: $r = .41, p < .001$; שינוי: $r = .23, p < .05$). קשר זה נמצא גם עבור יחסי אם-ילד (משפחות שלמות - לכידות: $r = .53, p < .001$; שינוי: $r = .35, p < .001$; משפחות גרושות - לכידות: $r = .22, p < .05$; שינוי: $r = .21, p < .05$). לעומת זאת, נמצא קשר שלילי מובהק בין קונפליקט בין-הורי ויחסי הורה-ילד: ככל שרמת הקונפליקט הבין-הורי הייתה גבוהה יותר, כך היחסים בין ההורה לילד היו טובים פחות. ממצאים אלה נמצאו הן ביחסי אב-ילד במשפחות שלמות ($r = -.33, p < .05$) ובמשפחות גרושות ($r = -.40, p < .001$), הן ביחסי אם-ילד במשפחות שלמות ($r = -.26, p < .05$) ובמשפחות גרושות ($r = -.39, p < .001$). נוסף על כך במשפחות שלמות נמצא קשר שלילי מובהק בין הלכידות המשפחתית לקונפליקט הבין-הורי ($r = -.22, p < .05$).

ממצאי המחקר איששו את השערה 2. נמצא שבמשפחות שבהן רמות הלכידות המשפחתית או השינוי המשפחתי גבוהים יותר, היחסים בין ההורים לילדים טובים יותר והקונפליקט בין ההורים נמוך יותר. כמו כן, במשפחות שלמות נמצאו גם מתאמים שליליים מובהקים בין קונפליקט בין-הורי ליחסי הורה-ילד: במשפחות שבהן רמת הקונפליקט הבין-הורי הייתה גבוהה יותר, היחסים בין ההורים למתבגרים היו טובים פחות. ממצאים אלו תומכים בהשערה מס' 2.

לוח 2. מתאמי פירסון בין מדדי המשאבים המשפחתיים בקרב שתי קבוצות המחקר (N=230)

משפחות שלמות				משפחות גרושות			
לכידות משפחתית	שינוי משפחתי	קונפליקט בין-הורי	יחסי אב-ילד	לכידות משפחתית	שינוי משפחתי	קונפליקט בין-הורי	יחסי אב-ילד
שינוי משפחתי	.59***			.53***			
קונפליקט בין-הורי	-.22*	-.12		-.11	.05		
יחסי אב-ילד	.55***	.30***	-.40***	.41***	.23*	-.33**	
יחסי אם-ילד	.53***	.35***	-.39***	.22*	.21*	-.26*	-.01

$p < .001$ *** $p < .01$ ** $p < .05$ *

תוצאות המחקר מלמדות כי קיים הבדל מובהק רק בהתייחס לקשר שבין יחסי אב-ילד ליחסי אם-ילד ($z = 4.10, p < .001$). בקרב מתבגרים ממשפחות שלמות נמצא שככל שיחסי הילד עם אחד ההורים טובים יותר כך היחסים שלו עם ההורה האחר טובים יותר ($r = .51, p < .001$). בקרב מתבגרים ממשפחות גרושות קשר זה לא היה מובהק.

3. הקשר בין מדדי המשאבים המשפחתיים למדדי ההסתגלות הרגשית והחברתית של המתבגרים

בדיקת הקשרים בין מדדי המשאבים המשפחתיים ומדדי ההסתגלות והרווחה הנפשית של המתבגרים בוצעה באמצעות ניתוח שונות. תוצאות הניתוח מוצגות בלוח 3. התוצאות מעידות על קשרים מובהקים בין הרווחה הנפשית של מתבגרים ובין כל מדדי המשאבים המשפחתיים. נמצא שככל שרמות הלכידות והשינוי המשפחתי גבוהים יותר כך הרווחה הנפשית גבוהה יותר (לכידות: $r = .38, p < .001$; שינוי: $r = .17, p < .05$). כמו כן נמצא שהרווחה הנפשית של המתבגר גבוהה יותר ככל שהקונפליקט הבין-הורי נמוך יותר ($r = -.30, p < .001$) וככל שיחסי הורה-ילד טובים יותר (יחסי אב-ילד: $r = .33, p < .001$; יחסי אם-ילד: $r = .35, p < .001$). קשרים אלה נמצאו במשפחות גרושות ושלמות גם יחד, כפי שמוצג בלוח 3.

לוח 3. מתאמי פירסון בין מדדי המשאבים המשפחתיים ומדדי ההסתגלות רגשית וחברתית (N=230)

מדדי האווירה המשפחתית	מדדי ההסתגלות		
	רווחה נפשית	בדידות	נוירוטיות
לכידות משפחתית	.38***	-.29***	-.19**
שינוי משפחתי	.17*	-.11	-.16*
קונפליקט בין-הורי	-.30***	.26***	.11
יחסי אב-ילד	.33***	-.34***	-.24***
יחסי אם-ילד	.35***	-.20**	-.33***

$p < .05^*$ $p < .01^{**}$ $p < .001^{***}$

בבדיקת הקשר בין ההסתגלות הרגשית על פי מדד הנוירוטיות של המתבגרים ובין המשאבים המשפחתיים נמצא שרמות הנוירוטיות של המתבגר נמוכות יותר ככל שהלכידות המשפחתית גבוהה יותר ($r = -.19, p < .05$). וככל שהשינוי המשפחתי גבוה יותר ($r = -.16, p < .05$). כמו כן, ככל שיחסי הורה-ילד טובים יותר, רמת הנוירוטיות נמוכה יותר (אב-ילד: $r = -.24, p < .001$; אם-ילד: $r = -.33, p < .001$).

בהתאם להשערת המחקר, נמצא קשר שלילי בין לכידות משפחתית ובין מדד הבדידות של המתבגרים: ככל שהלכידות המשפחתית גבוהה יותר כך מדד הבדידות הוא נמוך יותר ($r = -.29, p < .001$). כמו כן נמצא שרמות הבדידות נמוכות יותר ככל שיחסי הורה-ילד טובים יותר (יחסי אב-ילד: $r = -.34, p < .001$; יחסי אם-ילד: $r = -.20, p < .01$). לעומת זאת, נמצא קשר חיובי מובהק בין הקונפליקט הבין-הורי ובין מדד הבדידות של המתבגרים ($r = .26, p < .001$).

דיון ומסקנות

המחקר הנוכחי מספק נקודת מבט מעניינת וחשובה על הקשרים שבין המשאבים המשפחתיים בקרב משפחות גרושות לעומת משפחות שלמות ומאפשר לנבא את הסתגלותם החברתית והרגשית של מתבגרים למשבר הגירושין.

הסתגלותם החברתית של מתבגרים ממשפחות גרושות בהשוואה למשפחות שלמות

המחקר הנוכחי מצביע על כך שהסתגלותם החברתית של מתבגרים ממשפחות שלמות טובה מזו של מתבגרים ממשפחות גרושות. ממצא זה תואם לממצאים של מחקרים אחרים שמעידים על קשר בין סביבה משפחתית מפולגת (disruptive) ובין תפקוד חברתי לקוי של מתבגרים (Rhoades & Wood, 2014; Solomon, 2000). אחד ההסברים לתופעה הוא פגיעה ביחסי אב-ילד עקב הגירושין. להורים תפקיד מרכזי בתהליך החיבור של מתבגרים, וכל אחד מההורים ממלא תפקיד ייחודי בהקשר זה. ברוח זו, בעוד שמערכת היחסים הקשובה והתומכת של אימהות תורמת בעיקר לתחושת ביטחון ולהכלה של מצוקה פסיכולוגית, הרי שהאוטונומיה והעצמאות שאבות מעודדים תורמות בעיקר להתפתחותם של כישורים חברתיים ותחומי עניין מחוץ למשפחה (Hannum & Dvorak, 2004). **מכאן שפגיעה ביחסי אב-ילד עקב הגירושין עשויה לפגוע ביכולת ההסתגלות החברתית של המתבגר.**

ניתן להסביר את ההבדלים בין משפחות שלמות למשפחות גרושות ביחס ליחסי אב-ילד בכמה אופנים. ראשית, **טיב היחסים בין ההורים הגרושים** משליך גם על איכות היחסים בין מתבגרים לאביהם. כאשר ההורים מתגרשים לאחד ההורים יש שליטה והשפעה על היחסים בין הילד להורה האחר ויש ביכולתו לפגוע בקשר, למשל על ידי הגבלת המפגשים עם ההורה האחר או מניעתם כליל (O'Hara et al., 2019; Suh et al., 2019). נוסף על כך, משבר הגירושין גורר עימו **שינוי בתפקיד ההורי של האב**. בעקבות השינוי בשגרת היום-יום האב הופך לא אחת להיות יותר "חבר" עם המתבגר ופחות "הורה", ומשום כך יחסי האב-ילד נפגעים (Hannum & Dvorak, 2004).

מאפיין נוסף נעוץ **בקשיי הסתגלות של האב לגירושין**. לא אחת אבות גרושים מתמודדים עם הכאב שנלווה לתהליך ולשינוי ביחסיהם עם ילדיהם דרך הימנעות מקשר עימם והתרחקות. לעיתים עזיבת האב את בית המשפחה נקשרת לחוויה של דחייה אבהית. הדבר נכון גם לגבי הילדים: ייתכן שתהליך ההתרחקות והניתוק שלהם מאביהם נובע ממנגנון הגנה של הכחשה או הדחקה (Wallerstein et al., 2000).

חשוב לציין שמערכת היחסים שבין המתבגר לאימו במשפחה הגרושה אינה נופלת ממערכת היחסים המקבילה במשפחה השלמה. ייתכן שיש בכך משום הפעלת מנגנון פיצוי של אימהות על התסכול ועל חוסר שביעות הרצון מהמערכת הזוגית על ידי השקעה במערכת היחסים עם הילדים (Cummins et al., 2010). לעומת זאת, תאוריות חיברות ותאוריות סוציו-ביוולוגיות מציעות כי אצל גברים קיים קשר חזק יותר בין מערכת היחסים הזוגית ובין מערכת היחסים עם הילד, כלומר שינוי המבנה המשפחתי בעקבות משבר הגירושין משפיע על יחסי אב-ילד יותר מאשר על יחסי אם-ילד. נוסף על כך, התנהגויות הוריות מצד האב מושפעות במידה רבה יותר מגורמים חיצוניים כגון קונפליקט במשפחה או גירושין (Bi et al., 2019). זאת ועוד, אבות זקוקים לסיוע ולתיווך של נשים בהגדרת תפקידם כהורים (Bernier et al., 2014).

קשרים בין המשאבים המשפחתיים

המחקר הנוכחי חושף כי קיימים קשרים מובהקים בין מדדי המשאבים המשפחתיים (לכידות ושינוי משפחתי, יחסי הורה-ילד, קונפליקט בין-הורי) למדדי ההסתגלות והרווחה הנפשית של המתבגרים, במשפחות שלמות ומשפחות גרושות כאחת. על פי תוצאות המחקר, ככל שרמות הלכידות והשינוי המשפחתי גבוהות יותר כך הרווחה הנפשית של המתבגרים גבוהה יותר. כמו כן נמצא שככל שהקונפליקט הבין-הורי נמוך יותר כך הרווחה הנפשית גבוהה יותר. ההסבר לממצאים אלו הוא כי העקרונות של התפתחות הילד זהים בכל המשפחות, כלומר מהלך התפתחותם של המתבגרים ממשפחות גרושות אינו שונה ממהלך התפתחותם של מתבגרים ממשפחות שלמות (Larson et al., 2001; Van Eldik et al., 2020), ועל כן לא ניכרים הבדלים בין שתי הקבוצות.

ממצאי המחקר תומכים בתאוריית המשפחה כמערכת, הטוענת כי הלחצים המופעלים על תת-מערכת אחת במשפחה משפיעים על תת-מערכות אחרות בה (Bowen, 1975; Minuchin, 1974). לפי תאוריית המשפחה כמערכת, עוצמת הקשר של הילד עם משפחתו, בעיקר עם הוריו, הופכת את המשפחה כמערכת לגורם בעל חשיבות מכרעת בעיצוב הסתגלותו החברתית והרגשית (McGoldrick & Carter, 2003). שינויים במערכת המשפחתית בעקבות משבר הגירושין גוררים עימם גם שינויים בהתנהגות של חברי אותה המערכת ובתהליכים הנפשיים שהם חווים (Cowan & Cowan, 2003). הסבר נוסף מבוסס על אפקט הגלישה או ההעברה (spillover or transmission effect), היינו מנגנון השפעה החוצה תת-מערכות משפחתיות של בעיות במערכת היחסים הזוגית אל התנהגויות הוריות (Erel & burman, 1995).

עם זאת, במחקר הנוכחי נמצא שבמשפחות השלמות, אך לא במשפחות הגרושות, יש קשר בין טיב היחסים של המתבגר עם הורה אחד ובין טיב היחסים שיש לו עם ההורה האחר. במשפחות הגרושות קשר קרוב ותומך עם אחד ההורים עשוי להוביל דווקא להתרחקות מההורה האחר או לקונפליקט בקשר עימו (O'Hara et al., 2019). אפשר להסביר ממצאים אלה על בסיס דיפרנציאליות בקבלת תמיכה מההורים וקיומן של נאמנויות מתנגשות ביחסים בין הורים וילדים אחרי הגירושין (Emery, 1994). וכך, כאשר חל מפנה לטובת הקשר עם ההורה המרוחק, הדבר מביא להיחלשות היחסים עם ההורה התומך (סבר, 2000).

הקשר בין משאבים משפחתיים להסתגלותם של המתבגרים

לכידות משפחתית טובה מבטאת את האיזון העדין שבין לכידות יתר משפחתית (המכונה: המשפחה הסבוכה) ובין היעדר לכידות משפחתית (המכונה: המשפחה המנותקת), וכתוצאה מכך מתאפשר סנכרון מיטבי בין צורכי המשפחה כמערכת ובין צורכיהם האינדיווידואליים של הפרטים במשפחה. במשפחה מלוכדת התקשורת בין החברים מפותחת. המתבגרים נתפסים כפרטנרים במשפחה והם מעורבים בתהליכי פתרון בעיות משפחתיות, והכול תוך עידוד לפיתוח הייחודיות האינדיווידואלית שלהם.

שינוי משפחתי מבטא את יכולת המשפחה להשתנות. משפחות זקוקות לא רק ליציבות אלא גם לגמישות. ניתן להבחין בין משפחות בעלות תפקוד תקין לבין אלה שתפקידן לקוי באמצעות יכולתן להשתנות ולהתגמש כאשר המצב מחייב זאת (Walsh, 2003).

רמת הלכידות והשינוי המשפחתי הגבוהים יותר בקרב מתבגרים ממשפחות שלמות ניתנת להסבר על ידי התמקדות בממדים השונים בין המשפחות (Olson et al., 2019). הממד הראשון מתייחס ל**גבולות בין המשפחה לסביבה החיצונית**: כדי לאפשר תפקוד תקין של המשפחה גבולותיה של המשפחה עם העולם שמחוץ לה צריכים להיות יציבים ומוגדרים היטב. בגירושין המשפחה חווה שינוי מבני אשר מטשטש את גבולותיה עם הסביבה. עמימות הגבולות במשפחה הגרושה יכולה להסביר את ההבדל בתחושת הלכידות בין מתבגרים ממשפחות שלמות ומתבגרים ממשפחות גרושות.

הממד השני מתייחס ל**קואליציות ונאמנויות בין בני משפחה**. מבנה הנאמנות במשפחה נקבע על ידי ההיסטוריה של המשפחה, אופן תפקודה ומבנה מערכות היחסים הרגשיות והדינאמיות של כל אחד מחברי המשפחה. כתוצאה מהגירושין המשפחה החדשה מגבשת נורמות וערכי נאמנות חדשים. הגירושין מתירים את הנאמנות החוזית הבסיסית בין שני בני הזוג, דבר הגורם לעיתים לילדים לבחון את נאמנות הוריהם אליהם ולחוות קושי לקיים נאמנות לשני ההורים גם יחד. מצב זה מוחרף בעקבות יצירת קואליציות בין חברי המשפחה. כפל הנאמנויות מביא עימו לרוב גם רגשות אשמה מצד הילדים, המצטרפים לרגשות אשמה על גירושיו ההורים, לנאמנות הסמויה ולרצון הילדים שההורים יתלכדו מחדש (Lindahl & Malik, 2011).

הממד השלישי מתייחס למנהיגות במסגרת משפחתית הכוללת אופן קבלת החלטות במשפחה, מידת הפתיחות והטיפול בחילוקי דעות, התייחסות להשתתפות הילדים בקבלת החלטות ותפקידים במשפחה (Olson, 2000; Olson & Gorall, 2003). הגירושין מאופיינים בתהליכי חילופי מנהיגות במשפחה אשר באים לידי ביטוי בשינוי משפחתי במידת הגמישות של המשפחה, באופן הטיפול בחילוקי דעות בין חברי המשפחה, בנוסף לשינוי בתהליך קבלת ההחלטות משפחתיות.

ממחקרנו עולה כי בשני סוגי המשפחות קיים קשר בין חשיפה גבוהה לקונפליקט הורי ובעיות הסתגלות חברתית ורגשית בקרב מתבגרים. בעיות ההסתגלות עשויות להיות תוצאה של כעס ושל נאמנויות מתנגשות הנובעות מחשיפה מוגברת לרמות גבוהות של קונפליקט בין-הורי ולבעיות פסיכו-חברתיות בהתבגרות ובשלבים מאוחרים יותר בחייהם של ילדים (Rhoades & Wood, 2014). נוסף על כך, על פי תאוריית הלמידה החברתית, כשאין ההורים מהווים מודל נאמן ומתאים ליחסים קרובים, עלול המתבגר להעתיק וליישם מודלים אלו ביחסיו עם קבוצת השווים (Cui et al., 2002). כתוצאה מכך הסתגלותו החברתית עלולה להיפגע.

המחקר הנוכחי מורה כי גם בגיל ההתבגרות המתבגר זקוק לסיוע ההורי, ועל כן קיימת חשיבות לנגישותם המתמשכת ולתמיכתם בו כדי להביא לידי הסתגלות רגשית וחברתית טובה. קיומו של קשר חזק עם ההורה בתקופת גיל ההתבגרות אינו מהווה מכשול לפיתוח מתבגר עצמאי ובעל קשרים חברתיים טובים (Steinberg, 1999), אלא להיפך – אינדיווידואציה ופיתוח זהות אישית בגיל ההתבגרות מתרחשים עם ההורים ולא בניתוק מהם. לפי 'היפותזת הקשר' (connection hypothesis), מתבגר המקבל תמיכה הורית תקינה ומקיים יחסים טובים עם ההורים, יצליח ביתר קלות להיפרד מהם, לפנות לבני גילו ולהתפתח כאינדיווידואל עצמאי. מהיפותזת הקשר נובע מודל המכונה 'מודל מתגבר' (Reinforcement Model) (Helsen et al., 2000), לפיו מתבגר הגדל בסביבה הורית תומכת יהיה מסוגל לבנות מערכת יחסים תומכת עם חבריו. לעומת זאת, מתבגר שקשריו עם ההורים לא טובים או לא מספקים יתקשה להתרחק מהם ולפנות לחבריו, והסתגלותו החברתית תהיה פחות טובה (Helsen et al., 2000).

סיכום, אימפליקציות תאורטיות ויישומיות והצעות למחקר נוסף

המחקר הנוכחי תורם להסבר הגורמים המאפשרים למתבגרים להתמודד בצורה טובה עם משבר הגירושין של הוריהם, לצד הגורמים המעכבים הסתגלות זו והופכים מתבגרים לפגיעים מאוד. המחקר מספק תמונה אינטגרטיבית המקשרת בין המשאבים המשפחתיים של המתבגר ובין משתני ההסתגלות הרגשית והחברתית, ומספק הסבר מגובש וקוהרנטי לקשר ביניהם. בכך המחקר חושף את גורמי הסיכון והחוסן בהתמודדותם של המתבגרים להורים גרושים ואת האפשרות של צמיחה מתוך המשבר.

ממצאי המחקר תורמים להרחבת התאוריה המערכתית-משפחתית (Coe et al., 2020) באיתור גורמי החוסן המקדמים את הסתגלותו הרגשית והחברתית של המתבגר למשבר הגירושין וגורמי הסיכון המעכבים אותה. המחקר מרחיב את תאוריית המשפחה כמערכת בחשיפת קשרי הגומלין בין המשאבים המשפחתיים המערכתיים, כולל מערכת היחסים בין המתבגר להוריו, השפעת הקונפליקט הבין-הורי והלכידות והשינוי המשפחתיים, ובין ההסתגלות החברתית והרגשית של מתבגרים ואת חשיבותם בהתמודדות עם משבר הגירושין.

המחקר הנוכחי מבוסס על מכלול רחב של משתנים בעלי חשיבות בהתמודדותם של מתבגרים עם משבר הגירושין. עם זאת, הוא בחן רק את ההשפעה בגיל ההתבגרות ודגם רק משפחות ישראליות-יהודיות. מחקרים עתידיים עשויים להרחיב את היריעה שהתווה המחקר לבחינת תקופות נוספות בהתפתחות הילד, ובהן הילדות והגיל הרך. במחקרי המשך מוצע גם לבחון על התשתית המוצעת תרבויות נוספות ולהתחקות אחר הבדלים בין-תרבותיים. כמו כן, מחקרים עתידיים יוכלו לבצע מחקרי אורך לבחינת ההשלכות של משבר הגירושין לאורך שנים, מילדות והגיל הרך ועד לבגרות. מומלץ גם שמחקרים עתידיים ישלבו שיטות מחקר איכותניות, אשר יכללו ראיונות ויספקו תמונה משלימה להסבר נוסף של ממצאי המחקר הנוכחי. השילוב בין שתי המתודולוגיות ירחיב את הבסיס להבנת השלכות משבר הגירושין על הסתגלותם החברתית והרגשית של מתבגרים.

למחקר גם השלכות יישומיות, הקשורות לפיתוח תוכניות התערבות במסגרות חינוכיות וטיפוליות. תוכניות אלו יסייעו לשיפור הסתגלות המתבגר על בסיס שרשרת ההשפעות, שבראשה עומדים הלכידות והשינוי המשפחתי והקונפליקט הבין-הורי, כולל השפעתם של יחסי הורה-ילד ובאופן מיוחד יחסי אב-ילד. התוכנית תכלול את פעולות ההתערבות הנדרשות לשם סיוע ושיפור הסתגלותם של מתבגרים למשבר הגירושין וטיפול במערכות היחסים במשפחה באופן כולל, שיש בו גם התערבות בשיקום תת-המערכת ההורית (coparenting), הממשיכה להתקיים חרף התפרקותה של תת-המערכת הזוגית. בתוכנית המוצעת על איש החינוך או המטפל לחזק את המשאבים המשפחתיים ולהעצים אותם ולהכיר בפוטנציאל הצמיחה של מתבגרים לאחר משבר הגירושין.

מקורות

- abhttps://www.gov.il/BlobFolder/reports/ סיכום שנת 2018. data2018/he/%D7%93%D7%95%D7%97 %D7%A9%D7%A0%D7%AA%D7%99 2018.pdf
- סבר, א' (2002). גירושיו הורים: הזדמנות לצמיחה ופיתוח כישורי חיים עבור מבוגרים צעירים (עבודה לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה). אוניברסיטת חיפה, חיפה.
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26–46. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.110.1.26>
- Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health – A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 119, 107–115. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.09.011>
- Barnes, H., & Olson, D. H. (1982). Parent-adolescent communication scale. In D. H. Olson (Ed.), *Family inventories: Inventories used in a national survey of families across the family cycle* (pp. 33–48). Family Social Science, University of Minnesota.
- Bernier, A., Jarry-Boileau, V., & Lacharité, C. (2014). Marital satisfaction and quality of father-child interactions: The moderating role of child gender. *Journal of Genetic Psychology*, 175(2), 105–117. <https://doi.org/10.1080/00221325.2013.799059>
- Bi, S., Haak, E. A., Gilbert, L. R., El-Sheikh, M., & Keller, P. S. (2018). Father attachment, father emotion expression, and children's attachment to fathers: The role of marital conflict. *Journal of Family Psychology*, 32(4), 456–465. <https://doi.org/10.1037/fam0000395>
- Boss, P. (1999). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief*. Harvard University Press.
- Bowen, M. (1975). Family therapy after twenty years. In S. Ariet, D. X. Freedman, & J. E. Dyrnd (Eds.), *American handbook of psychiatry*, Vol. V: Treatment. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*, Vol. 3: Loss, sadness and depression. Basic Books.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Aldine.
- Coe, J. L., Davies, P. T., Hentges, R. F., & Sturge-Apple, M. L. (2020). Detouring in the family system as an antecedent of children's adjustment problems. *Journal of Family Psychology*. <https://doi.org/10.1037/fam0000727>

Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2003). Normative family transitions, normal family process, and healthy child development. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 424–459). Guilford Press.

Cui, M., Cogner, R. D., Bryant, C. M., & Elder, G. H. (2002). Parental behavior and the quality of adolescent friendships: A social-contextual perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64(3), 676–689. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00676.x>

Cummings, E. M., Merrilees, C. E., & Ward-George, M. (2010). Fathers, marriages and families. Revisiting and updating the framework for fathering in family context. In M. E. Lamb (Ed.), *The role of the father in child development* (pp. 154–176). Wiley.

El-Sheikh, M., Shimizu, M., Erath, S. A., Philbrook, L. E., & Hinnant, J. B. (2019). Dynamic patterns of marital conflict: Relations to trajectories of adolescent adjustment. *Developmental Psychology*, 55(8), 1720–1732. <https://doi.org/10.1037/dev0000746>

Emery, R. E. (1994). *Renegotiating family relationships: Divorce, child custody, and mediation*. Guilford Press.

Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: A meta-analytical review. *Psychological Bulletin*, 118, 108–132.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. Norton.

Eysenck, S. B., Eysenck, H. J., & Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and Individual Differences*, 6(1), 21–29. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(85\)90026-1](https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90026-1)

Fauchier, A., & Margolin, G. (2004). Affection and conflict in marital and parent-child relationship. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(2), 197–211. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01234.x>

Fincham, F. D., & Grych, J. H. (2001). Advancing understanding of the association between interparental conflict and child development. In J. H. Grych & F. D. Fincham (Eds.), *Interparental conflict and child development: Theory, research and applications* (pp. 443–451). Cambridge University Press.

Forehand, R., & McCombs, A. (1989). The nature of interparental conflict of married and divorced parents: Implications for young adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 17(2), 235–249. <https://doi.org/10.1007/bf00913797>

Grych, J. H., Fincham, F. D., Jouriles, E. N., & McDonald, R. (2000). Interparental conflict and child adjustment: Testing the mediational role of appraisals in the cognitive-contextual framework. *Child Development*, 71(6), 1648–1661. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00255>

Hannum, J. W., & Dvorak, D. M. (2004). The effects of family conflict, divorce, and attachment patterns on the psychological distress and social adjustment of college freshmen. *Journal of College Student Development*, 45, 27–42. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1353/csd.2004.0008>

Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29, 319–335. <https://doi.org/10.1023/A:1005147708827>

Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. Norton.

Hilton, J. M., & Desrochers, S. (2002). Children's behavior problems in single-parent and married-parent families: Development of a predictive model. *Journal of Divorce and Remarriage*, 37(1–2), 13–36. https://psycnet.apa.org/doi/10.1300/J087v37n01_02

Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140–152. <https://doi.org/10.1111%2Fj.1745-6924.2009.01114.x>

Larson, R., Dworkin, J., & Gillman, S. (2001). Facilitating adolescents' constructive use of time in one-parent families. *Applied Developmental Science*, 5, 143–157. https://doi.org/10.1207/S1532480XADS0503_3

Leys, C., Arnal, C., Kotsou, I., Van Hecke, E., & Fossion, P. (2019). Pre-eminence of parental conflicts over parental divorce regarding the evolution of depressive and anxiety symptoms among children during adulthood. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 4(1), 100102. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2019.02.005>

Lindahl, K. M., & Malik, N. M. (2011). Marital conflict typology and children's appraisals: The moderating role of family cohesion. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 194–201. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/a0022888>

Martin, M. J., Sturge-Apple, M. L., Davies, P. T., & Gutierrez, G. (2019). Attachment behavior and hostility as explanatory factors linking parent-adolescent conflict and adolescent adjustment. *Journal of Family Psychology*, 33(5), 586–596. <https://doi.org/10.1037/fam0000529>

Martin, P. D., Martin, D., & Martin, M. (2000). The changing family: Effects on adolescent attitude and behavior. *Family Therapy*, 27(3), 153–163.

McGoldrick, M., & Carter, B. (2003). The family life cycle. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 375–398). Guilford Press.

Meeus, W., Iedema, J., Maassen, G., & Engels, R. (2005). Separation-individuation revisited: On the interplay of parent-adolescent relations, identity and emotional adjustment in adolescence. *Journal of Adolescence*, 28(1), 89–106. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.07.003>

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1981). *Family therapy techniques*. Harvard University Press.

OECD (2019). Marriage and divorce rates. OECD family database.

https://www.oecd.org/els/family/SF_3_1_Marriage_and_divorce_rates.pdf

O'Hara, K. L., Sandler, I. N., Wolchik, S. A., Tein, J.-Y., & Rhodes, C. A. (2019). Parenting time, parenting quality, interparental conflict, and mental health problems of children in high-conflict divorce. *Journal of Family Psychology*, 33(6), 690–703.

<https://doi.apa.org/doi/10.1037/fam0000556>

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

Olson, D. H., & Gorall, D. M. (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 514–548). Guilford Press.

Olson, D. H., Gorall, D., & Tiesel, J. (2002). *Family inventories package*. Life Innovations.

Olson, D. H., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). *Family inventories: Inventories used in a national survey of families across the family cycle* (rev. ed.). University of Minnesota Press.

Olson, D., Waldvogel, L., & Schlieff, M. (2019). Circumplex model of marital and family systems: An Update. *Journal of Family Theory & Review*, 11(2), 199–211.

Rhoades, G. K., & Wood, L. F. (2014). Family conflict and college-student social adjustment: The mediating role of emotional distress about the family. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(3), 156–164. <https://doi.org/10.1037/cfp0000024>

Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.39.3.472>

Solomon, S. M. (2000). Childhood loneliness: Implications and intervention considerations for family therapists. *The Family Journal*, 8(2), 161–164.

<https://doi.org/10.1177%2F1066480700082008>

Sorek, Y. (2019). Children of divorce evaluate their quality of life: The moderating effect of psychological processes. *Children & Youth Services Review*, 107.

<https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2019.104533>

Steinberg, L. (1999). *Adolescence* (5th ed.). McGraw-Hill.

Stocker, C., Burwell, R. A., & Briggs, M. L. (2002). Sibling conflict in middle childhood predicts children's adjustment in early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 16(1), 50–57.

<https://doi.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.16.1.50>

Suh, G. W., Fabricius, W. V., Stevenson, M. M., Parke, R. D., Cookston, J. T., Braver, S. L., & Saenz, D. S. (2019). Effects of the interparental relationship on adolescents' emotional security and adjustment: The important role of fathers. *Developmental Psychology*, 52(10), 1666–1678.

<https://doi.org/10.1037/dev0000204>

Thomas, V., & Ozechowski, T. J. (2000). A test of the circumplex model of marital and family systems using the clinical rating scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26, 523–534.

<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2000.tb00321.x>

Unger, D. G., Brown, M. B., Tressell, P. A., & McLeod, L. E. (2000). Interparental conflict and adolescent depressed mood: The role of family functioning. *Child Psychiatry and Development*, 31(1), 23–41. <https://doi.org/10.1023/A:1001922004459>

Van Eldik, W. M., De Haan, A. D., Parry, L. Q., Davies, P. T., Luijk, M. P. C. M., Arends, L. R., & Prinzie, P. (2020). The interparental relationship: Meta-analytic associations with children's maladjustment and responses to interparental conflict. *Psychological Bulletin*, 146(7), 553–594.

<https://doi.org/10.1037/bul0000233>

Wallerstein, J. S., Blakeslee, S., & Lewis J. M. (2000). *The unexpected legacy of divorce: The 25-year landmark study*. Hyperion.

Walsh, F. (2003). Clinical views of family normality health, and disfunction: From deficit to strengths perspective. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 27–60). Guilford Press.

Wolchik, S. A., Tein, J., Sandler, I. N., & Doyle, K. W. (2002). Fear of abandonment as a mediator of the relations between divorce stressors and mother-child relationship quality and children's adjustment problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30(4), 401-419.

<https://doi.org/10.1023/A:1015722109114>

Yahav, R. (2002). External and internal symptoms in children and characteristics of the family system: A comparison of the linear and circumplex model. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 39-50. <https://doi.org/10.1080/019261802753455633>