

התרומה של גמישות פסיכולוגית ושל תפקוד רפלקטיבי למסוגלות ההורית

של הורים לילדים עם אוטיזם בעתות שגרה ומלחמה

איילת אלמוג, שלומית שניצר-מאירוביץ¹, ארי רייך, חפציבה בתיה ליפשיץ ואיילת גור

תקציר

הורים לילדים עם אוטיזם הם אוכלוסייה פגיעה המדווחת על תחושת מסוגלות הורית נמוכה ביחס לשאר האוכלוסייה. בזמני משבר, דוגמת מלחמה, שבהם רמת הדחק ההורי עולה באופן משמעותי, חשוב להבין אילו משאבים עשויים לתרום לתחושת המסוגלות ההורית. ממחקרים עולה, כי משאבי הגמישות הפסיכולוגית והתפקוד הרפלקטיבי תורמים בצורה מהותית למסוגלות ההורית. עם זאת, המחקר על אודות היבטים הוריים בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בעת מלחמה מוגבל. מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון את ההבדלים במסוגלות ההורית, בגמישות הפסיכולוגית ובתפקוד הרפלקטיבי בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בשגרה ובמלחמה. כמו כן, המטרה הייתה לבחון את הקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב ההורים בשגרה ובמלחמה ולבחון אם זמן המדידה (שגרה לעומת מלחמה) ממתן קשרים אלו. במחקר השתתפו 140 הורים לילדים עם אוטיזם, 86 בזמן שגרה ו-54 בזמן מלחמה. ההורים ענו על ארבעה שאלונים: (1) שאלון דמוגרפי; (2) שאלון גמישות פסיכולוגית (Psy-Flex); (3) שאלון גמישות פסיכולוגית (PRFQ); (4) שאלון מסוגלות הורית (PSOC). ממצאי המחקר מעידים על כך שבעת מלחמה משאבי התפקוד ההוריים – מידת התפקוד הרפלקטיבי ההורי ומידת המסוגלות ההורית – גבוהים יותר בהשוואה לשגרה, בעוד משאב החוסן – גמישות פסיכולוגית – אינו שונה בין שני זמנים אלו. קשר חיובי נמצא בין מידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם הן בזמן שגרה

¹ לשתי הכתובות הראשונות תרומה שווה.

הן במלחמה, בעוד הגמישות הפסיכולוגית נמצאה קשורה עם המסוגלות רק בזמן שגרה. לבסוף, זמן המדידה מהווה משתנה הממתן את הקשר שבין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית. ממצאי המחקר מעלים צורך בהרחבת הידע באשר לצרכים הפסיכולוגיים והתפקודיים של הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה. לנוכח הפגיעות שבה שרירות משפחות לילדים עם אוטיזם קיים צורך בפיתוח התערבויות קצרות-מועד לחיזוק התפקוד הרפלקטיבי של הורים לילדים עם אוטיזם בחירום.

מילות מפתח: מסוגלות הורית, גמישות פסיכולוגית, תפקוד רפלקטיבי, אוטיזם, מלחמה

מבוא

הורים לילדים עם אוטיזם חווים אתגרים רבים ומגוונים (Shattnawi et al., 2021) שעשויים להוביל לתסכול הורי, לרמות דחק גבוהות, כלומר תחושה של דאגה ומתח גבוה (Miranda et al., 2019) ולאינטראקציות ואסטרטגיות הוריות לא אפקטיביות, כלומר, הורות שבין היתר מתאפיינת בחוסר כבוד ובעוינות כלפי הילד (Baker, 2010). עם זאת, הורות לילד אוטיסט עשויה להביא עימה גם הזדמנויות ייחודיות לצמיחה ולחוסן (Meleady, 2020).

רמות גבוהות יותר של מסוגלות הורית קשורות למערכת יחסים טובה יותר בין הורים וילדים, לרמות דחק הוריות נמוכות יותר, לאסטרטגיות חינוכיות יעילות ולחוסן רב יותר בהתמודדות עם אתגרי ההורות (Bloomfield et al., 2012). בקרב הורים לילדים עם אוטיזם נמצא שתחושת המסוגלות ההורית נמוכה ביחס לשאר האוכלוסייה (Benedetto et al., 2021; Karst & Van Hecke, 2012).

כיוון שהורים לילדים עם מוגבלויות הם אוכלוסייה פגיעה, ובעיקר בזמני משבר דוגמת מלחמה, שבהם רמת הדחק ההורי עולה באופן משמעותי (ברלב ואחרים, 2023), עולה השאלה: אילו משאבים תורמים לתחושת המסוגלות ההורית בזמן שגרה ובזמן מלחמה? מהספרות עולה, כי למשאבי הגמישות הפסיכולוגית והתפקוד הרפלקטיבי עשויה להיות תרומה מהותית למסוגלות

ההורית. עם זאת, המחקר על אודות היבטים הוריים בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בעת מלחמה מוגבל (Enav et al., 2020; Amini Naghani et al., 2020).

מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את ההבדלים במסוגלות ההורית, בגמישות הפסיכולוגית ובתפקוד הרפלקטיבי בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בשגרה ובמלחמה. כמו כן, נבחנו הקשרים בין מידת הגמישות הפסיכולוגית (כמשאב חוסן) ומידת התפקוד הרפלקטיבי (כמשאב לתפקוד ההורי) לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בשגרה ובמלחמה. לבסוף, נבחנה השאלה: האם זמן המדידה (שגרה לעומת מלחמה) ממתן קשרים אלו?

סקירת ספרות

אוטיזם בשגרה ובמלחמה

הספקטרום האוטיסטי (Autism Spectrum Disorder – ASD) הוא מצב נוירו-התפתחותי המוגדר על ידי Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V) כספקטרום של אתגרים בתקשורת ובאינטראקציה חברתית, המלווים בנוכחות של התנהגות ותחומי עניין חזרתיים ומצומצמים (American Psychiatric Association, 2013). מאפיינים אלו נוכחים כבר בתקופת הילדות המוקדמת. עם זאת, הם עשויים שלא לבוא לידי ביטוי עד אשר הדרישות החברתיות גוברות על היכולות המוגבלות, או עשויות להיות ממוסכות באמצעות אסטרטגיות למידה בשלב מאוחר יותר בחיים (Hus & Segal, 2021).

שכיחותו של אוטיזם בעולם עומדת על כ-1% בקרב ילדים, כאשר בקרב בנים שכיחות ההופעה היא פי 4 מאשר בקרב בנות (Zeidan et al., 2022). בישראל ישנם לפחות 46 אלף מאובחנים על הרצף האוטיסטי. בקרב ילדים ובני נוער שכיחות האוטיזם עומדת בקירוב על 1 ל-88. בשנים האחרונות נרשם גידול מתמיד ומשמעותי במספרי המאובחנים באוטיזם עם שיעורי גידול שנתי ממוצעים אשר נעים בין 16% ל-23% (אלו"ט, 2023).

בעתות חירום ודחק ילדים עם מוגבלויות מתמודדים עם אתגרים ייחודיים, העשויים להשפיע באופן משמעותי על רווחתם והתפתחותם. שפיגלמן ועמיתיה (Shpigelman & Gelkopf, 2017) מצאו, כי אנשים עם מוגבלויות שנחשפו לאזורי מלחמה וטרור בישראל, הציגו רמות חרדה ומצוקה גבוהות, ששויכו בחלקן לפגיעה בסביבתם העקבית והמובנית, כמו גם בפגיעה בגישתם לשירותי תמיכה החיוניים להם. נמצא, כי חשיפה למלחמה משפיעה על הילד באופן ישיר בשל החשיפה למאורעות קשים ולמצוקה קיצונית. נוסף על כך, קיימת השפעה בלתי־ישירה, דרך ההורות והאופן שבו ההורה מעניק תמיכה רגשית, סוציאלית וקוגניטיבית לילדיו (Baumrind, 1996). מחקרים שנערכו בזמן מגפת קורונה מצאו, שילדים עם אוטיזם היו פגיעים במיוחד. הפרעה בשגרת היומיום, קושי בגישה לשירותי בריאות, חוסר יכולת לגשת לטיפול פרטי והחרדה המוגברת של ההורים החמירו את מצבם הנפשי של ילדים אלו ואף הגבירה בעיות התנהגות (Asbury, 2021; Evans et al., 2020).

הורות לילדים עם אוטיזם

הורים לילדים עם אוטיזם מתמודדים עם אתגרים במגוון תחומים, כגון קשיים בהתנהלות עם תסמיני האוטיזם והתחלואה הנלווית לאוטיזם (Miranda et al., 2019) תוך ניווט במערכות סוציאליות ובריאותיות מורכבות (Rosenthal et al., 2022), מאבק בסטיגמות חברתיות, ולחץ כספי עקב העלויות של התערבויות מיוחדות (Gobrial et al., 2018). כמו כן, קיים קושי רגשי הטמון בליווי ילדיהם לנוכח ההבנה של הקשיים הרבים שהילדים חווים (Cuzzocrea et al., 2016). לפיכך, הורות לילד עם אוטיזם עשויה להיות מלחיצה ומאתגרת מאוד (Shattnawi et al., 2021). נוסף על כך, ייתכנו השפעות על היבטים שונים בחייהם, כגון בריאות לקויה, הפרעות נפשיות כמו חרדה ודיכאון (Peters-Scheffer et al., 2012), הפרעה בתפקוד המשפחה (Rao & Beidel, 2009) ובידוד חברתי (Dunn et al., 2001).

הורות בזמן מלחמה

למלחמה השפעה משמעותית על היכולת ההורית בכמה רבדים. בעתות מלחמה רמת הדחק ההורית עולה בצורה משמעותית, עובדה שעשויה לסכן את יכולתם של ההורים לספק את צורכיהם הרגשיים של ילדיהם. הפינוי מביתם, כמו גם המחסור הכלכלי, שנכפים על משפחות בעקבות המלחמה, משפיעים לרעה על מצבם הנפשי של ההורים, מה שבתורו עשוי להוביל להגברת העוינות, ולירידה בהפגנת חום ורכות באינטראקציות ילד-הורה (Eltanamy et al., 2021). יתרה מכך, הורים שחיים ללא הרף תחת הפחד שילדיהם עלולים להיפגע או להיחשף לטראומה עשויים להיות מגוננים מאוד ולהגביל את ילדיהם יתר על המידה, בצורה שאינה תומכת בהתפתחותם התקינה (Sriskandarajah et al., 2015). במטה-אנליזה שערכו אלטנמלי ועמיתיו (Eltanamy et al., 2021) נמצא כי לאסטרטגיה ולגישה ההורית ישנה חשיבות קריטית מבחינת אופן ההסתגלות וההתמודדות של ילדיהם עם מצבי הדחק והמלחמה, וכי השינוי בהורות כמתואר לעיל, נקשר באופן עקיף לעלייה בפוסט-טראומה, בדיכאון, בחרדה ובבעיות התנהגותיות אצל ילדיהם.

אומנם הספרות מתארת בהרחבה את השפעת המלחמה על ההורות, אך חסר מידע על ההתמודדות של הורים לילדים עם אוטיזם בעתות מלחמה. האגודה הבינלאומית לילדים עם מוגבלות פרסמה ביוני 2023, שנה מאז פרוץ המלחמה באוקראינה, סקר שכלל יותר מ-500 הורים לילדים עם מוגבלות, לרבות אוטיזם. רוב הנשאלים דיווחו על דחיקה כלכלית וחברתית לשוליים, ועל רמה גבוהה של מצוקה רגשית. כמעט מחצית מהנשאלים דיווחו על חוסר גישה למוסדות חינוך ומעונות-יום, שיקום וטיפול. רבע דיווחו על מחסור באמצעי תחבורה ובתמיכה רפואית בסיסית. נוסף על כך, דיווחו על אובדן עבודה בעקבות המלחמה, ועל חוסר יכולת למצוא עבודה חדשה בשל האחריות השוטפת על הטיפול בילדם (Rosenthal et al., 2022).

מסוגלות הורית של הורים לילדים עם אוטיזם

המושג מסוגלות עצמית (Self-Efficacy), שטבע אלברט בנדורה, המושרש בתיאוריה קוגניטיבית חברתית, נוגע לאמונתו של הפרט ביכולתו לבצע בהצלחה משימות או התנהגויות ספציפיות. מסוגלות עצמית אינה רק החזקת הכישורים הנדרשים, אלא גם הביטחון הנדרש ליישם אותם ביעילות. מסוגלות זו מנבאת את אופן התמודדותו של האדם עם מכשולים ואתגרים בחייו, את מידת הסתגלותו, את מידת השקעתו בהשגת מטרות ואת מידת עמידתו לנוכח אתגרים (Bandura, 2000; Montigny & Lacharite, 2005).

מושג זה משתרע גם לתחום ההורות. מסוגלות הורית מתייחסת לאמונה של ההורה ביכולתו להצליח בתפקידיו ההוריים. הורים התופסים עצמם כמוכשרים ויעילים בתפקידם כהורים, נוטים יותר לעסוק בהתנהגויות חיוביות ומטפחות כלפי ילדיהם (Jacobs & Kelley, 2006; Jones & Prinz, 2005). מערכת יחסים טובה יותר בין הורים וילדים, רמות דחק הוריות נמוכות יותר, אסטרטגיות חינוכיות יעילות יותר וחוסן רב יותר בהתמודדות עם אתגרי ההורות נמצאו קשורים למסוגלות הורית גבוהה יותר (Bloomfield et al., 2012). לעומת זאת, הורים עם תחושת מסוגלות הורית נמוכה מפגינים התנהגויות הוריות שליליות (Hill & Bush, 2001) וחווים רמות גבוהות יותר של חוסר אונים ומתח הורי (Jones & Prinz, 2005). נמצא גם שילדיהם סובלים יותר מקשיים התנהגותיים, חברתיים ולימודיים (Dumka et al., 2010).

המסוגלות ההורית מקבלת משמעות מיוחדת בהקשר של גידול ילד עם אוטיזם. בתחום האוטיזם, שבו לעיתים קרובות טיפול כרוך בניווט של אתגרים ייחודיים ושל צרכים אינדיבידואליים, המסוגלות העצמית של ההורים הופכת לגורם מכריע ברווחת ההורה והמשפחה. בקרב הורים לילדים עם אוטיזם נמצא שתחושת המסוגלות ההורית נמוכה ביחס לשאר האוכלוסייה (Benedetto et al., 2012; Karst & Van Hecke, 2021). מסוגלות הורית מושפעת מניסיונות קודמים ומחוויות של הצלחה או כישלון באינטראקציות הורה-ילד (Wilde & Hsu, 2019). התמודדות ההורה עם הקשיים בתקשורת ועם ההתנהגות הלא-טיפוסית שמציגים ילדים עם אוטיזם מגיל הילדות

המוקדמת, עשויה להוביל לתסכול הורי ולבחירה באינטראקציות ואסטרטגיות הוריות לא אפקטיביות (Baker, 2010). עוד נמצא, שככל שתחושת המסוגלות ההורית גבוהה יותר, כך יש יותר שימוש באסטרטגיות התמודדות פונקציונליות, כגון פתרון בעיות ופרשנות מחודשת (Salas et al., 2017).

המסוגלות ההורית ניצבת בפני אתגרים קשים בתקופת מלחמה. חשיפה למצבי מלחמה ואלימות עלולה לעורר מגוון של רגשות ותגובות בקרב ילדים, שחלקם אינם מוכרים להוריהם. גורמים כמו סכנה מתמדת, שיבושים בשגרת היום, והעומס של הסתגלות למצבים בלתי-צפויים עלולים לערער את הביטחון שיש להורים ביכולתם לספק סביבה בטוחה ומטפחת ונמצא שהם פוגעים במסוגלות הורית (Pagorek Eshel & Dekel, 2015). במחקר שנערך בארצות הברית לאחר מאורעות 11 בספטמבר, התחושה הרווחת ביותר שתוארה על ידי הורים הייתה חוסר-אונים וחוסר-יכולת להגן על ילדיהם (Beauchesne et al., 2002). עם זאת, ישנם מחקרים המראים שבמצבים אלו לא קיימת ירידה במסוגלות ההורית וכי ההורים מצליחים לסגל אסטרטגיות התמודדויות יעילות (Hirsch & Lazar, 2012). למשל, פגורק-אשל ודקל (Pagorek Eshel & Dekel, 2015) מצאו, שאבות ישראליים שהיו חשופים לאזורי מלחמה וטרור דיווחו על רמות גבוהות יותר של מסוגלות הורית בהקשר של תפקוד בזמן מלחמה. למרות השלכות המלחמה על האתגרים הייחודיים העומדים בפני הורים לילדים עם אוטיזם, תשומת לב מועטה הופנתה להבנת הדינמיקה של מסוגלות הורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בהקשר של מלחמה.

גמישות פסיכולוגית

גמישות פסיכולוגית (Psychological Flexibility) מתייחסת ליכולת לגלות פתיחות, נוכחות ומעורבות ברגע הנוכחי, כמו גם ליכולת לנוע לעבר מטרות וערכים מנחים, תוך כדי קבלה של רגשות ומחשבות שליליים, קשיים ואתגרים שעולים כחלק בלתי-נפרד מהדרך. גמישות פסיכולוגית מתארת תהליך של התמודדות עם מקור הקושי באופן מכיל ומודע מתוך הבנה כי פעמים רבות

תחושות מורכבות אלו יעלו דווקא בשל החתירה אל עבר השאיפות שלנו. כמו כן, היא מדברת על היכולת לראות את העצמי כדבר לא־קבוע שיכול להשתנות בין סיטואציות ומרגע לרגע (Hayes, 2019). בכך, גמישות פסיכולוגית מאפשרת לנו לנווט בין רגשות, מחשבות ומצבים קשים בגמישות, בלי להיות מוצפים או נוקשים ותורמת לרווחה רגשית גדולה יותר ולחיים מספקים יותר (Doorley et al., 2020). אדם גמיש מבחינה פסיכולוגית יחזיק במגוון רחב של אסטרטגיות שיכול ליישם בהתאם לדרישות המצב ולערכים שלו.

בהורות משמעות הדבר היא היכולת לקבל את צרכיו המתפתחים של הילד ולהסתגל אליהם, תוך אימוץ קשת הרגשות שההורה והילד עשויים לחוות. קבלת מחשבות, רגשות ודחפים שליליים (כגון כעס, ספק עצמי או רצון לצעוק) ביחס לילד כאשר הם מתעוררים, תוך היכולת לפעול בחמלה וללא שיפוטיות כלפי הילד ולבחור בדרכי פעולה המשמרות את מערכת היחסים בין הורה לילד, כמו הבעת חום וקביעת גבולות (Burke & Moore, 2015). נמצא כי רמות גבוהות יותר של גמישות פסיכולוגית בהורות היו קשורות בעקיפין לרמות נמוכות יותר של בעיות נפשיות דוגמת חרדה ודיכאון, כמו גם לרמות נמוכות יותר של בעיות התנהגות, וכי נעשה שימוש נרחב יותר בפרקטיקות הורות אדפטיביות (Brassell et al., 2016).

גמישות פסיכולוגית מקושרת למסוגלות הורית. נמצא כי רמות המסוגלות ההורית של אימהות לילדים עם בעיות התנהגות עלו לאחר התערבות מסוג תרפיית קבלה ומחויבות, שמתמקדת בגמישות פסיכולוגית (Amini Naghani et al., 2020). המושג גמישות פסיכולוגית עדיין מתפתח בתחום ההורות לילדים עם מוגבלויות ולפיכך המחקר בנושא דל. נמצא כי אימהות לילדים עם אוטיזם שרמת הגמישות הפסיכולוגית שלהן נמוכה, הציגו יותר חרדה, דיכאון ודחק, מאשר אימהות שרמת הגמישות הפסיכולוגית שלהן גבוהה (Kulasinghe et al., 2021).

בהקשר של גורמי דחק ומלחמה, לאנשים עם גמישות פסיכולוגית גבוהה ישנה יכולת טובה יותר להתמודד עם טראומות ועם גורמי לחץ ולקבל תוצאות טובות יותר בהשתלבות מחדש בחברה (Benjamin, 2022). במהלך מגפת קורונה, רמות נמוכות של גמישות פסיכולוגית הורית קושרו

להחמרה בדינמיקה המשפחתית, לעלייה במחשבות וברגשות שליליים ולירידה בתפקוד וברווחה של ההורה והילד (Daks et al., 2020). עם זאת, חסרה בספרות התייחסות לחשיבותה של הגמישות הפסיכולוגית לתפקוד ההורי בעתות מלחמה, ובעיקר בהקשר של הורות לילדים עם מוגבלויות בכלל ועם אוטיזם בפרט.

תפקוד רפלקטיבי

המונח תפקוד רפלקטיבי (Reflective Functioning) מתבסס על תיאוריית המינד, אשר עוסקת בתיאור והמשגה של יכולות או כישורים שונים של ה-Mind האנושי, ומייצג את היכולת להבין את ההתנהגויות של עצמי ושל אחרים במונחים של מצבים מנטליים (מחשבות, רגשות, כוונות, מוטיבציות ואמונות). יכולת זו היא המאפשרת להעניק משמעות ופירוש להתנהגותם של אחרים ושלנו ולנסות לנבא התנהגויות של אחרים (Fonagy & Target, 1997).

בהקשר של הורות, תפקוד רפלקטיבי מתבטא ביכולתו של ההורה לשקף את המחשבות והרגשות שלו, כמו גם להבין את אלו של ילדו, ודורשת מודעות לילד כאדם עם ישות פסיכולוגית וחוויה מנטלית. מתוך התפקוד הרפלקטיבי, ההורה יכול להנגיש לילד את החוויה שהילד עצמו עובר באופן מותאם ליכולותיו, ולהעניק לו מרחב בטוח לחקור ולהביע את רגשותיו ומחשבותיו. נמצא כי תפקוד רפלקטיבי הורי חזק תורם להתפתחותם של ילדים עם חוסן רגשי והתקשרות בטוחה (Menashe Grinberg et al., 2022).

עינב ועמיתיה (Enav et al., 2020) מצאו, שבעת אינטראקציה של ההורים עם ילדם עם אוטיזם ההורים הפגינו תפקוד רפלקטיבי גבוה יותר לעומת בעת אינטראקציה עם אחיהם שהתפתחותם תקינה. עוד נמצא שהבדל זה תווך על ידי המסוגלות ההורית, כך שנמצא הבדל משמעותי יותר בקרב הורים עם מסוגלות הורית נמוכה יותר. ממצאי המחקר אפשר לשער כי ילדים עם אוטיזם זקוקים לתמיכה רבה יותר, וכך הורים נשענים יותר על תפקודם הרפלקטיבי לצורך התפתחותם. נוסף על כך, הורים עם בטחון ביכולותיהם מדגימים תפקוד רפלקטיבי דומה ביחס לכל ילדיהם.

בזמני מלחמה, לתפקוד רפלקטיבי חשיבות מרכזית ביכולת ההורה להכיל את מצוקת הילד (Rutherford et al., 2015). התמודדות הילד עם טראומה, בעיקר אירועי דחק ומלחמה, תלויה באופן משמעותי במערכת היחסים שלהם עם הוריהם. אחרי מאורעות 11 בספטמבר הפקולטה לרפואה בניו יורק ערכה סקר שבמסגרתו הורים נשאלו עד כמה הם מודעים לאופן שבו ילדיהם הגיבו למאורעות. נמצא כי ילדים להורים שהיו חסרי מודעות לתפיסת ילדיהם את המאורעות הטרומטיים, היו מועדים יותר לפתח בעיות התנהגות בהמשך (Schechter et al., 2007). על אף החשיבות הרבה שיש לתפקוד הרפלקטיבי ההורי בזמן מלחמה, בדגש על ילדים עם אוטיזם, חסרים מחקרים הבוחנים זאת. על כן, מחקר זה נועד לבחון את ההבדלים בגמישות הפסיכולוגית, בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה לעומת בזמן מלחמה. כמו כן, המחקר הנוכחי בוחן את התרומה של הגמישות הפסיכולוגית והתפקוד הרפלקטיבי ההורי למסוגלות ההורית בקרב ההורים לילדים עם אוטיזם. לבסוף, מחקר זה מנסה לבחון אם זמן המדידה (בשגרה, במלחמה) מהווה משתנה הממתן את הקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית. בהתאם לשלוש מטרות מחקר אלו נוסחו שלוש שאלות מחקר. שאלות הוצבו במקום השערות מאחר שקיים קומץ של מחקרים אשר השוו בין הורים לילדים עם אוטיזם בשגרה בהשוואה לחירום בגמישות הפסיכולוגית, בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית. להלן השאלות: (1) האם יימצאו הבדלים בגמישות הפסיכולוגית, בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית בין הורים לילדים עם אוטיזם אשר נדגמו בשגרה ובמהלך מלחמת "חרבות ברזל"? (2) האם קיים קשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב כל אחת משתי קבוצות ההורים? (3) האם זמן המדידה (שגרה לעומת חירום) מהווה משתנה ממתן של הקשר הישיר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית?

שיטה

משתתפים

במחקר הנוכחי השתתפו 140 הורים לילדים עם אוטיזם בטווח הגילים 2-22. מתוך המשתתפים במחקר 43 הם אבות (30.7%) ו-97 אימהות (69.3%). ההורים נדגמו בשתי נקודות זמן: בזמן שגרה נדגמו 86 הורים (61.4%) ובזמן מלחמה נדגמו 54 הורים (38.6%). גילם של ההורים נע בין 26 ל-61 ($M = 40.79, SD = 6.25$). התפלגות המגדר בין שתי קבוצות ההורים בשתי נקודות הזמן אינו שונה במובהק, $p = .876, \chi^2(1) = .02$, וכן ממוצע גיל ההורים בזמן שגרה ($M = 41.33, SD = 6.12$) ובזמן מלחמה ($M = 39.94, SD = 7.00$) אינו שונה באופן מובהק, $t(138) = 1.22, p = .221$. כמו כן, ממוצע גילי הילדים אשר נדגמו בזמן שגרה ($M = 9.35, SD = 2.35$) ובזמן המלחמה ($M = 8.74, SD = 5.53$) אינו שונה במובהק, $p = .224, t(138) = .76$.

ההורים במחקר הנוכחי נשאלו באשר לסטטוס הזוגי שלהם, רמת הדתיות, רמת ההשכלה, ההכנסה החודשית והמסגרת של ילדם. ההורים דיווחו על נתונים אלו בדיווח עצמאי. כדי לבחון את ההבדלים בין קבוצת ההורים לילדים עם אוטיזם אשר נדגמו בזמן שגרה ובזמן מלחמה בהתפלגות המאפיינים הדמוגרפיים בסולם שמי (נומינלי) נערכו מבחני חי בריבוע לאי-תלות (χ^2). כדי לבחון את ההבדלים בין קבוצת ההורים בהתפלגות המאפיינים הדמוגרפיים בסולם סדר (אורדינלי) נערכו מבחני מאן-ויטני (Mann-Whitney).

ממצא מבחן מאן-ויטני באשר להבדלים בין שתי קבוצות ההורים באשר להכנסה החודשית העידו כי הכנסתם של ההורים אשר נדגמו במהלך המלחמה גבוהה יותר במובהק מהכנסתם של ההורים אשר נדגמו בשגרה. מעבר למאפיין דמוגרפי זה לא נמצאו הבדלים בין שתי קבוצות ההורים. בשתי הקבוצות שני שליש מהמשיבים הן נשים, מרביתם של המשיבים נשואים, כמחציתם חילונים ולמרביתם השכלה מקצועית או אקדמית. כמו כן, מכיוון שבמחקר הנוכחי נדגמו הורים לילדים עם אוטיזם, מרבית ילדיהם הם בנים וכשני שליש מההורים ציינו כי ילדם לומד במסגרות החינוך המיוחד. לוח 1 מציג את מאפייני ההורים והילדים עם אוטיזם על פי זמן המדידה.

לוח 1: מאפייני ההורים והילדים עם אוטיזם על פי זמן המדידה ($N = 140$)

p	χ^2	זמן מדידה		ערכים	מאפיין דמוגרפי
		מלחמה ($n = 54$)	שגרה ($n = 86$)		
.876	.02	17 (31.5%)	26 (30.2%)	גבר	מגדר
		37 (68.5%)	60 (69.8%)	אישה	ההורה
.949	.00	3 (5.6%)	5 (5.8%)	רווק/רווקה	סטטוס
.937	.01	43 (79.6%)	68 (79.1%)	נשוי/נשואה	זוגי
.385	.75	1 (1.9%)	4 (4.7%)	במערכת יחסים	
.495	.46	7 (13.0%)	8 (9.3%)	גרוש/גרושה	
.426	.63	0 (0.0%)	1 (1.2%)	אלמן/אלמנה	
.080	1948.00	32 (59.3%)	40 (46.5%)	חילוני/חילונית	רמת דתיות ¹
		10 (18.5%)	14 (16.3%)	מסורתי/מסורתית	
		11 (20.4%)	29 (33.7%)	דתי/דתייה	
		1 (1.9%)	3 (3.5%)	חרדי/חרדית	
.561	2193.50	6 (11.1%)	13 (15.1%)	השכלה תיכונית	רמת השכלה ¹
		7 (13.0%)	16 (18.6%)	השכלה מקצועית	
		27 (50.0%)	33 (38.4%)	תואר ראשון	
		14 (25.9%)	24 (27.9%)	תואר שני ויותר	
<.001	1524.50***	2 (3.7%)	14 (16.5%)	הרבה מתחת לממוצע	הכנסה חודשית ¹
		8 (14.8%)	18 (21.2%)	מתחת לממוצע	
		15 (27.8%)	30 (35.3%)	ממוצע	
		20 (37.0%)	18 (21.2%)	מעל הממוצע	
		9 (16.7%)	5 (5.9%)	הרבה מעל הממוצע	
.255	1.29	41 (75.9%)	72 (83.7%)	בן	מגדר הילד
		13 (24.1%)	14 (16.3%)	בת	
.918	.01	35 (64.8%)	55 (64.0%)	חינוך מיוחד	מסגרת חינוכית
		19 (35.2%)	31 (36.0%)	חינוך רגיל	

*** $p < .001$

¹משתנה בסולם סודר-אורדנלי, נערך ניתוח Mann-Whitney.

כלים

שאלון גמישות פסיכולוגית – Psy-Flex (Gloster et al., 2021) מטרת השאלון לבחון את הגמישות הפסיכולוגית. השאלון תורגם ותוקף בעברית (Gur et al., 2024). השאלון כולל שישה היגדים אשר הוצגו להורים בסולם ליקרט בן חמש דרגות מהערך 1 (כמעט שלא) ועד לערך 5 (לעיתים קרובות מאוד), למשל: "גם כשהמחשבות שלי במקום אחר, אני מסוגל להתמקד במה שקורה ברגעים חשובים". חושב מדד סכום לששת היגדי השאלון הנע בין הערך 6 לערך 30, כאשר ציון גבוה מבטא גמישות פסיכולוגית גבוהה יותר של ההורה המשיב. לבסוף, חושבה רמת העקיבות הפנימית אלפא של קרונברך לששת היגדי השאלון. מהימנות ההיגדים גבוהה $\alpha = .77$.

שאלון תפקוד רפלקטיבי הורי – Parental Reflective Functioning Questionnaire – PRFQ (Luyten et al., 2017) מטרת השאלון לבחון את התפקוד הרפלקטיבי של ההורים. השאלון כולל 18 היגדים. שאלון זה תוקף בשפה העברית על ידי הינדי ואחרים (2021), בקרב הורים של ילדים עם מוגבלויות. היגדי השאלון משתייכים לשלושה גורמים: גורם מצבי פרה־מנטליזציה (גורם הפוך, דוגמה: "ילדי בוכה בנוכחות זרים כדי להביך אותי"), גורם רמת הוודאות של ההורה לגבי מצבו המנטלי של הילד (לדוגמה: "אני תמיד יודע מה הילד שלי רוצה") וגורם העניין והסקרנות של ההורה במצבו המנטלי של הילד (לדוגמה: "אני תוהה רבות על מה ילדי חושב ומרגיש"). ההיגדים הוצגו להורים במחקר בסולם בן שבע דרגות מהערך 1 (מאוד לא מסכים) ועד הערך 7 (מסכים מאוד). חושב ממוצע לכלל היגדי השאלון ולכל אחד משלושת גורמיו אשר נע בין הערך 1 לערך 7, כך שציון גבוה מעיד על יכולת תפקוד רפלקטיבי הורי גבוהה יותר. לבסוף, חושבה רמת העקיבות הפנימית אלפא של קרונברך לכלל היגדי השאלון ולגורמיו השונים. מהימנותם של 18 ההיגדים נמצאה גבוהה במדגם הנוכחי של ההורים $\alpha = .78$. כמו כן, מהימנות עקיבות פנימית אלפא של קרונברך של הגורמים פרה־מנטליזציה, רמת הוודאות לגבי המצב המנטלי של הילד וגורם העניין והסקרנות נמצאו ברמות בינוניות־גבוהות ($\alpha = .63$, $\alpha = .82$ וכן $\alpha = .69$, בהתאמה).

שאלון מסוגלות הורית – PSOC – Parenting Sense Of Competence (Gibaud-Wallston & Wandersman, 1978) מטרת השאלון לבחון את מידת תחושת המסוגלות ההורית. היגדי שאלון זה תורגמו לעברית על ידי גולדשטיין-פרבר (1998). בשאלון כלולים 17 היגדים אשר הוצגו להורים בסולם ליקרט בן שש דרגות מהערך 1 (מתנגד מאוד) ועד הערך 6 (מסכים מאוד). נעשה שימוש בשאלון זה בעבר בקרב האוכלוסייה הישראלית (דגן, 2011). היגדי השאלון נחלקים לשני גורמים. הגורם הראשון בוחן סיפוק מההורות ובו ציון גבוה מעיד על סיפוק גבוה יותר מההורות (דוגמה: "למרות שלהיות הורה יכול להיות דבר מתגמל, אני מתוסכל כרגע מהמצב ההתנהגותי של הילד" (היגד הפוך). הגורם השני בוחן את תפיסת החוללות ההורית ובו ציון גבוה מעיד על חוללות הורית נתפסת גבוהה יותר (לדוגמה: "אמי/אבי היו מוכנים טוב יותר ממני להיות הורה טוב" (היגד הפוך). חושב סכום לכלל היגדי השאלון ולכל אחד משני גורמיו, אשר נע בין הערך 9 לערך 54, כך שציון גבוה מעיד על מסוגלות הורית גבוהה יותר. לבסוף, חושבה רמת העקיבות הפנימית אלפא של קרונבך לכלל היגדי השאלון ולגורמיו השונים. מהימנותם של 17 ההיגדים נמצאה גבוהה $\alpha = .87$ כמו גם מהימנותם של שני גורמי השאלון: סיפוק מההורות והחוללות ההורית ($\alpha = .77$ וכן $\alpha = .85$, בהתאמה).

שאלון דמוגרפי קצר – נוסף על שלושת השאלונים המפורטים מעלה, נשאלו ההורים כמה שאלות דמוגרפיות באשר למגדר ההורה, מגדר הילד, הסטטוס הזוגי של ההורים, גיל ההורה, גיל הילד, רמת הדתיות, רמת ההשכלה, רמת ההכנסה החודשית והמסגרת שבה נמצא הילד.

הליך

הצעת המחקר הוגשה לשם קבלת אישור אתיקה של הפקולטה לחינוך באוניברסיטת בר-אילן ושל עדת האתיקה המוסדית של המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט. לאחר קבלת אישור, הנתונים נאספו באמצעות שאלון מקוון שנבנה באמצעות תוכנת קוואלטרקס (Qualtrics). שיטת הדגימה של ההורים במחקר הנוכחי הייתה דגימה ממוקדת מטרה (Purposive Sampling). בדגימה זו

בנחרים במכוון משתתפים עם מאפיינים המתאימים למחקר, החוקר קובע את מטרת המחקר ומאתר אנשים היכולים ומוכנים לספק מידע באשר לשאלות המחקר (Etikan et al., 2015). השאלון הופץ באמצעות הרשתות החברתיות ובפורומים של הורים לילדים עם אוטיזם. ההורים אשר השתתפו במחקר קיבלו הסבר לגביו וחתמו על הסכמה מדעת. הודגש כי השאלון אנונימי וכי באפשרותם להפסיק את השתתפותם בכל עת.

ממצאים

1. ההבדלים בגמישות הפסיכולוגית, בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית בין הורים

לילדים עם אוטיזם אשר נדגמו בשגרה ובמלחמה

מטרת המחקר הראשונה הייתה לבחון את ההבדלים בגמישות הפסיכולוגית, בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית בין הורים לילדים עם אוטיזם אשר נדגמו בשגרה ובמהלך מלחמת "חרבות ברזל". כדי לבחון אם קיימים הבדלים בין קבוצת ההורים לילדים עם אוטיזם אשר נדגמה בשגרה לבין קבוצת ההורים אשר נדגמה במהלך המלחמה במידת הגמישות הפסיכולוגית, התפקוד הרפלקטיבי והמסוגלות ההורית, נערכו ניתוחי שונות חד-כיווניים מסוג ANOVA (one-way ANOVA). ממצאי המחקר מעידים כי בעוד לא קיימים הבדלים מובהקים בין שתי קבוצות ההורים במידת הגמישות הפסיכולוגית [$F(1,138)=.80, p=.372, \eta_p^2=.01$], קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית ביניהן במידת התפקוד הרפלקטיבי: מדד כללי ותת-מדד ודאות באשר למצב המנטלי של הילד ועניין וסקרנות במצבו המנטלי [$F(1,138)=19.09, p<.001, \eta_p^2=.12$], ובמידת המסוגלות ההורית: כללי ותת-מדד סיפוק מההורות וחוללות הורית [$F(1,138)=22.87, p<.001, \eta_p^2=.14$], ומידת ההתבוננות על ממוצעי שתי הקבוצות ניכר כי מידת התפקוד הרפלקטיבי ומידת המסוגלות ההורית גבוהה יותר בקרב הורים לילדים עם אוטיזם במהלך המלחמה בהשוואה לנקודת הזמן בשגרה.

לבסוף, לא קיימים הבדלים מובהקים מבחינה סטטיסטית בין שתי קבוצות ההורים בתת-מדד שאלון התפקוד הרפלקטיבי: פרה-מנטליזציה. לוח 2 מציג את הממוצעים, את סטיות התקן ואת ערכי ניתוחי השונות של מידת הגמישות ההורית, התפקוד הרפלקטיבי, והמסוגלות ההורית על פי זמן המדידה.

לוח 2: ממוצעים, סטיות תקן וערכי ניתוחי השונות של מידת הגמישות ההורית, התפקוד הרפלקטיבי, והמסוגלות ההורית על פי זמן המדידה ($N = 140$)

ערכי ניתוח השונות			מלחמה		שגרה		
			(n = 54)		(n = 86)		
η_p^2	p	F	SD	M	SD	M	
גמישות פסיכולוגית (טווח 6-30)							
.01	.372	.80	4.14	22.72	3.45	23.30	מידת הגמישות הפסיכולוגית
תפקוד רפלקטיבי (טווח 1-7)							
.12	<.001	19.09***	0.70	5.61	0.65	5.10	מדד כללי
.01	.413	.67	1.00	1.115	0.85	1.02	פרה-מנטליזציה
.14	<.001	21.49***	1.21	4.73	1.13	3.79	ודאות באשר למצב המנטלי
.16	<.001	25.49***	0.58	6.31	0.91	5.61	עניין וסקרנות במצב המנטלי
מסוגלות הורית							
.14	<.001	22.87***	11.31	76.74	11.72	67.14	מדד כללי
.10	<.001	14.97***	6.82	37.94	7.13	33.23	סיפוק מההורות (טווח 9-54)
.16	<.001	25.57***	6.53	43.72	7.04	37.71	חוללות הורית (טווח 9-54)

*** $p < .001$

2. הקשר בין הגמישות הפסיכולוגית, התפקוד הרפלקטיבי והמסוגלות ההורית

מטרת המחקר השנייה הייתה לבחון את הקשרים בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב כל אחת משתי קבוצות ההורים. כדי לבחון קשרים אלו נערכו מבחני מתאם פירסון (Pearson Correlation), הן בקרב כלל המדגם הן בקרב כל אחת מקבוצות ההורים בנפרד.

מקדמי מתאם הפירסון מעידים כי קיים קשר חיובי מובהק מבחינה סטטיסטית בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי במדד הכללי ובתת-מדד פרה-מנטליזציה ומידת הוודאות והבטחון במצב המנטלי של הילד לבין המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה [$r(84)=.66, p<.001$, $r(84)=.31, p<.01$ וכן $r(84)=.45, p<.001$]. כלומר, ככל שמידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי גבוהה יותר, כך המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה גבוהה יותר. כמו כן, ממצאי מבחני המתאם מעידים כי קיים קשר חיובי מובהק סטטיסטית בין מידת התפקוד הרפלקטיבי מדד כללי ותת-מדד פרה-מנטליזציה, מידת הוודאות והבטחון במצב המנטלי של הילד ותת-מדד עניין וסקרנות במצב המנטלי לבין המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה [$r(52)=.81, p<.001$, $r(52)=.46, p<.001$, $r(52)=.78, p<.001$ וכן $r(52)=.38, p<.01$]. כלומר, ככל שמידת התפקוד הרפלקטיבי גבוהה יותר, כך המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה גבוהה יותר. לבסוף, הקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית לבין מידת המסוגלות ההורית לא הגיע לכדי מובהקות סטטיסטית בקרב מדגם ההורים לילדים עם אוטיזם בזמן המלחמה.

מכיוון שמטרת המחקר השלישית הייתה לבחון אם משתנה זמן המדידה (שגרה, מלחמה) מהווה משתנה ממתן של הקשר הישיר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית, נוסף על עריכת מבחני מתאם פירסון, נערכו מבחני פישר (Fisher r-) (to-z Transformation) כדי לבחון אם קיים פער מובהק מבחינה סטטיסטית בין מקדמי המתאמים של שתי קבוצות ההורים השונות. לוח 3 מציג את מקדמי מתאם פירסון וממצאי מבחן פישר בין

מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב כלל המדגם ההורים ובקרב מדגם ההורים בכל נקודת זמן בנפרד.

לוח 3: מקדמי מתאם פירסון וממצאי מבחן פישר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב כלל מדגם ההורים ובקרב מדגם ההורים בכל נקודת זמן בנפרד

מידת המסוגלות ההורית					
		מלחמה	שגרה	כלל המדגם	
p	Fisher	($n = 54$)	($n = 86$)	($N = 140$)	
גמישות פסיכולוגית					
<.001	3.49***	.17	.66***	.39***	מידת הגמישות הפסיכולוגית
תפקוד רפלקטיבי					
<.001	3.25***	.81***	.50***	.67***	תפקוד רפלקטיבי – מדד כללי
.322	0.99	.46***	.31**	.32***	פרה-מנטליזציה
.001	3.15***	.78***	.45***	.64***	ודאות באשר למצב המנטלי
.103	1.63	.38**	.11	.31***	עניין וסקרנות במצב המנטלי

*** $p < .001$

מהתבוננות בלוח 3 אפשר לראות כי ממצאי מבחן פישר מצביעים על הבדל מובהק מבחינה סטטיסטית בין שתי קבוצות ההורים השונות בעוצמת המתאם שבין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית. כמו כן, קיים הבדל מובהק סטטיסטית בין שתי קבוצות ההורים בעוצמת המתאם שבין תת־מדד התפקוד הרפלקטיבי: ודאות באשר למצב המנטלי של הילד לבין מידת המסוגלות ההורית. מהתבוננות במקדמי המתאמים אפשר לראות כי בזמן מלחמה נחלש הקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית לבין מידת המסוגלות ההורית בעוד

הקשר שבין מידת התפקוד הרפלקטיבי ההורי לבין מידת המסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם מתחזק.

3. זמן המדידה כמשתנה ממתן של הקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת

התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית

מטרת המחקר השלישית הייתה לבחון אם משתנה זמן המדידה (שגרה, מלחמה) מהווה משתנה ממתן של הקשר הישיר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית. הממצאים בחלק השני של פרק זה כבר הציגו את ההבדלים המובהקים במקדמי המתאמים בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה לעומת חירום. עם זאת, לפני הבחינה של מובהקות המיתון של משתנה הזמן, נערך ניתוח רגרסיה היררכית (Hierarchical Regression) עבור מידת המסוגלות ההורית על ידי המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים והילדים, מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי בכל נקודת זמן בנפרד. ניתוח זה נועד לבחון אם קיימת תרומה ייחודית של מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי להסברת השונות של מידת המסוגלות ההורית, תוך שליטה על המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים ושל הילדים הקשורים עם המסוגלות. בבלוק הראשון הוכנסו המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים והילדים כדי לפקח על מאפיינים אשר משפיעים על מידת המסוגלות ההורית. המאפיינים הדמוגרפיים הוכנסו למודל הרגרסיה באמצעות שימוש במתודת "הצעדים" (Stepwise Manner). על פי מתודה זו רק משתנים אשר תרומתם מובהקת להסברת השונות של מידת המסוגלות ההורית הוכנסו למודל. סדר הכנסת המשתנים למודל על פי מתודה זו הוא על פי רמת המובהקות של תרומתם. בצעד השני של מודל הרגרסיה הוכנסו שני משתני המחקר: מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי גם באמצעות מתודת הצעדים כדי לבחון אילו מתוך מדדים אלו תורמים באופן ייחודי להסברת השונות של מידת המסוגלות ההורית בכל נקודת זמן בנפרד.

ממצאי הרגרסיה מעידים על כך שבעוד קיימת תרומה של המאפיין הדמוגרפי של הילד "גיל הילד" ($R^2 = 6.2\%$, $p = .021$) בזמן שגרה, לא קיימת תרומה מובהקת של המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים והילדים עם אוטיזם בזמן המלחמה. מקדם ה- β השלילי מעיד כי הורים לילדים צעירים יותר עם אוטיזם מציינים מסוגלות הורית גבוהה יותר בזמן שגרה.

מעבר למאפיינים הדמוגרפיים, נמצאה תרומה ייחודית מובהקת הן של מידת הגמישות הפסיכולוגית הן של מידת התפקוד הרפלקטיבי בזמן שגרה להסברת השונות של מידת המסוגלות ההורית ($\Delta R^2 = 44\%$, $p < .001$). מקדמי ה- β החיוביים מעידים על כך שככל שמידת הגמישות הפסיכולוגית והתפקוד הרפלקטיבי של הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה גבוהה יותר, כך מידת המסוגלות ההורית שלהם גבוהה יותר. ראוי לציין כי את מירב אחוזי השונות מסביר מדד הגמישות הפסיכולוגית (39.1% שונות מתוך 44% שונות). לעומת ממצאים אלו, בזמן מלחמה נמצאה תרומה גבוהה מאוד של מידת התפקוד הרפלקטיבי להסברת השונות של מידת המסוגלות ההורית של הורים לילדים עם אוטיזם ($R^2 = 65.9\%$, $p < .001$). מקדם ה- β החיובי מעיד על כך שככל שמידת התפקוד הרפלקטיבי ההורים בזמן מלחמה גבוה יותר, כך מידת המסוגלות העצמית ההורית גבוהה יותר. תרומתו של התפקוד הרפלקטיבי בעת מלחמה גבוה מאוד, כך שמדד זה לבדו מסביר יותר שונות מאשר שלושת המדדים אשר נמצאו כמסבירים את מידת המסוגלות ההורית של הורים לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה (65.9% לעומת 50.2%, בהתאמה). לוח 4 מציג את ממצאי הרגרסיה ההיררכית עבור מידת המסוגלות ההורית על ידי המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים והילדים, מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי בכל נקודת זמן בנפרד.

לוח 4: ממצאי רגרסיה היררכית עבור מידת המסוגלות ההורית על ידי המאפיינים הדמוגרפיים של ההורים והילדים, מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי בכל נקודת זמן

בנפרד

צעד	משתנה מסביר	B	SE.B	β	R^2	ΔR^2
שגרה (n = 86)						
1	גיל הילד	-1.24	.53	-.25*	.062*	----
2	גיל הילד	-.57	.40	-.11		
	מידת הגמישות הפסיכולוגית	1.80	.30	.53***	.453***	.391***
	מידת התפקוד הרפלקטיבי	4.46	1.58	.25**	.502***	.049**
מלחמה (n = 54)						
1		----	----	----	----	----
2	מידת תפקוד רפלקטיבי	13.11	1.31	.81***	.659***	----

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

לאחר עריכת ניתוחי הרגרסיות, כדי לבחון אם אכן המשתנה זמן המדידה מהווה משתנה ממתן של הקשר הישיר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית, נערך שימוש בתוכנת PROCESS (Hayes, 2018) מודל מיתון מספר 1. מודל מיתון נבחן גם באשר לתת־מדד התפקוד הרפלקטיבי: ודאות באשר למצב המנטלי של הילד. בחינת תת־מדד זה נוסף על המדד הכללי של התפקוד הרפלקטיבי נעשתה לאור הממצאים של מבחן פישר, אשר הוצגו בלוח 3.

ממצאי מודל המיתון הראו כי משתנה זמן המדידה הוא משתנה הממתן את הקשר הישיר שבין מידת הגמישות הפסיכולוגית לבין מידת המסוגלות ההורית. כמו כן, משתנה זמן המדידה הוא

משתנה הממתן את הקשר הישיר שבין תת־מדד התפקוד הרפלקטיבי: ודאות באשר למצב המנטלי של הילד לבין מידת המסוגלות ההורית. עם זאת, ראוי לציין כי מודל המיתון לא הגיע למובהקות סטטיסטית באשר למדד הכללי של התפקוד הרפלקטיבי ($p = .078$), אלא רק באשר לתת־מדד אחד שלו. לוח 5 מציג את ממצאי מודל המיתון באשר לקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית על ידי זמן המדידה.

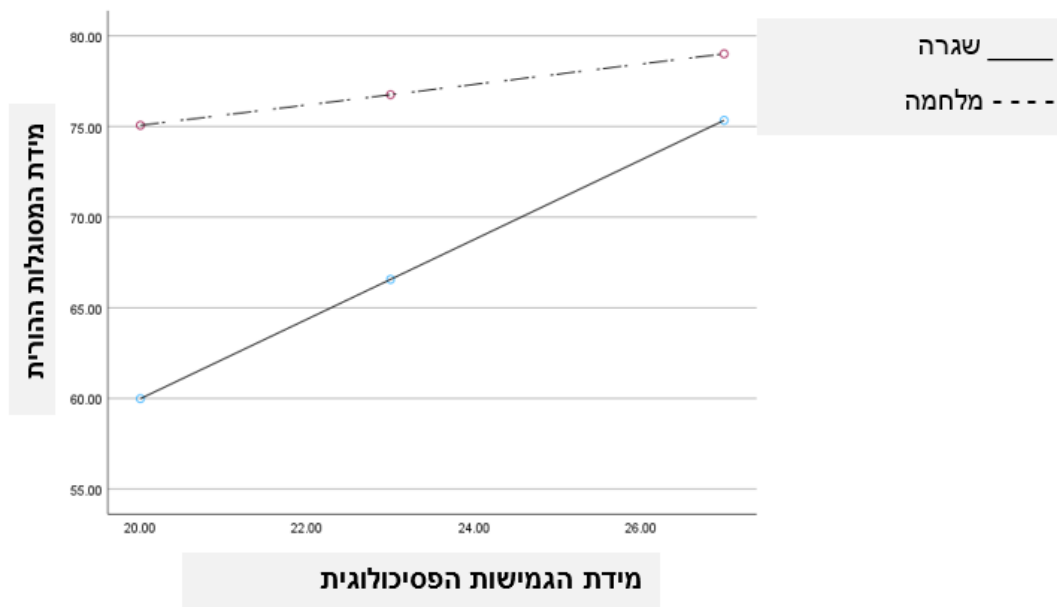
לוח 5: ממצאי מודל מיתון באשר לקשר בין מידת הגמישות הפסיכולוגית ומידת התפקוד

הרפלקטיבי לבין מידת המסוגלות ההורית על ידי זמן המדידה

משתנה מסביר	B	p	95% CI	R ²
גיל הילד (מפוקח)	-.38	.085	-.81, .05,	
מידת הגמישות הפסיכולוגית (בלתי־תלוי)	2.19	<.001	1.58, 2.80,	
זמן המדידה (ממתן)	47.71	<.001	26.77, 68.65,	
גמישות פסיכולוגית X זמן	-1.63	<.001	-2.53, -.73,	.057***
גיל הילד (מפוקח)	-.25	.211	-.64, .14,	
מידת התפקוד הרפלקטיבי (בלתי־תלוי)	8.88	<.001	5.91, 11.85,	
זמן המדידה (ממתן)	-18.11	.152	-42.99, 6.78,	
תפקוד רפלקטיבי X זמן	4.11	.078	-.46, 8.68,	.012
גיל הילד (מפוקח)	-.47	.055	-.96, .01,	
ודאות באשר למצב המנטלי (בלתי תלוי)	1.27	.344	-1.37, 3.91,	
זמן המדידה (ממתן)	-32.07	.083	-68.40, 4.25,	
ודאות באשר למצב המנטלי X זמן	6.42	.032	.57, 12.27,	.027*

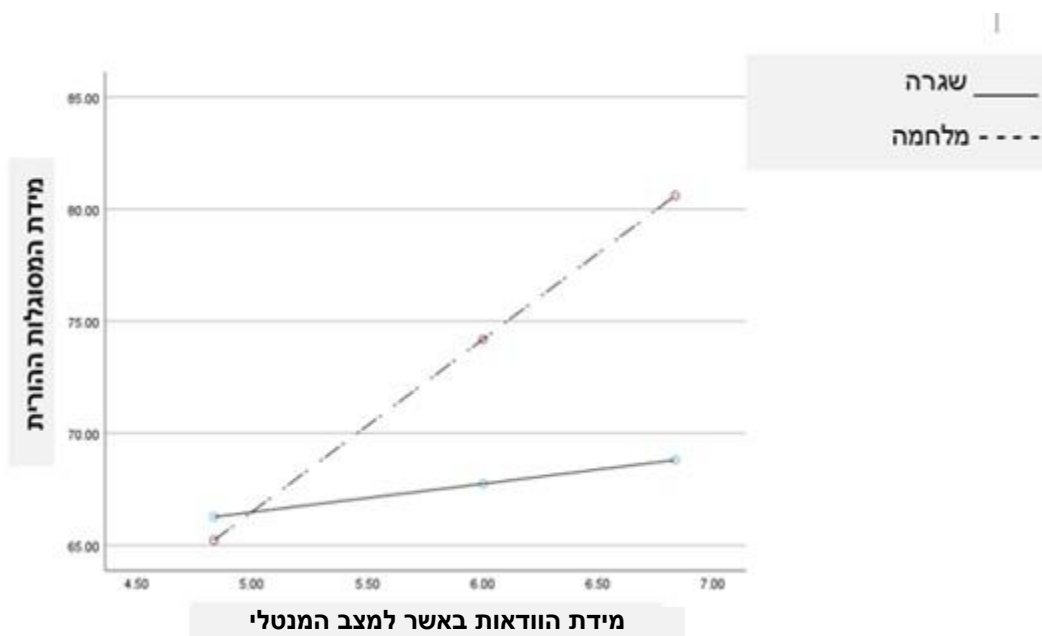
* $p < .05$, *** $p < .001$

תרשים 1 מציג את ממצאי מודל המיתון של זמן המדידה של הקשר הישיר בין הגמישות הפסיכולוגית לבין מידת המסוגלות ההורית.



תרשים 1: ממצאי מודל המיתון של זמן המדידה של הקשר הישיר בין הגמישות הפסיכולוגית לבין מידת המסוגלות ההורית

תרשים 2 מציג את ממצאי מודל המיתון של זמן המדידה של הקשר הישיר בין מידת הוודאות באשר למצב המנטלי של הילד לבין מידת המסוגלות ההורית.



תרשים 2: מודל המיתון של זמן המדידה של הקשר הישיר בין מידת הוודאות באשר למצב המנטלי של הילד לבין מידת המסוגלות ההורית

דיון

ילדים עם אוטיזם נמצאים בסיכון מוגבר להשפעות המלחמה. שגרת יומם מופרת בעקבות שינויים במסגרות הלימודים והתעסוקה, גיוס של קרובי משפחה, חברים ומטפלים, ואווירה של אי-ודאות, לחץ וחרדה. הורים וילדים עם אוטיזם שפונם מבתיהם במהלך המלחמה נותקו מהמסגרת היומיומית שלהם, נאלצו להיפרד מאנשי הטיפול המוכרים להם והתמודדו עם סביבה חדשה. חלקם פונו לדיור חלופי שאינו מותאם לצורכי הוויסות החושי שלהם (ברלב ואחרים, Rosenthal et al., 2022; 2023). שינויים אלו עשויים להחמיר את מצבם הנפשי ואף להעמיד אותם בסיכון מוגבר לבעיות התנהגות (Asbury, 2021; Evans et al., 2020; Shpigelman & Gelkopf, 2017).

למיטב ידיעתנו, המחקר על אודות היבטים הוריים בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בעת מלחמה מוגבל. עם זאת, מחקרים שנערכו בקרב אוכלוסייה זו בשגרת החירום המתמשכת בזמן מגפת

קורונה הצביעו על רמות גבוהות של נטל הורי, דחק, חרדה וקשיי התמודדות (Yilmaz et al., 2021; Werner et al., 2022). בסקר שהתפרסם על ידי האגודה הבינלאומית לילדים עם מוגבלות, שנה מפרוץ המלחמה באוקראינה, רוב ההורים דיווחו על דחיקה כלכלית וחברתית לשוליים, ועל רמה גבוהה של מצוקה רגשית (Rosenthal et al., 2023). בהקשר זה, מסוגלות הורית בולטת כרכיב מפתח לתוצאות חיוביות הן עבור הורים הן עבור ילדים, במיוחד במונחים של בריאות ורווחה נפשית. הורים עם רמות גבוהות יותר של מסוגלות עצמית נוטים להפגין מנגנוני התמודדות טובים יותר, רמות נמוכות יותר של דחק ורווחה נפשית גבוהה יותר, כל אלו יחד תורמים לסביבה משפחתית בריאה יותר. יתר על כן, התוצאות החיוביות נוגעות גם לרווחתם של ילדים, החל מהתפתחות רגשית וחברתית ועד להישגים לימודיים (Albanese et al., 2019; Andrea et al., 2017; Bloomfield et al., 2012; Salas et al., 2020). כדי לבחון משאבים התורמים לתחושת מסוגלות של הורים לילדים עם אוטיזם בעת חירום בכלל ובעת מלחמה בפרט, במחקר הנוכחי נבחנו הקשרים בין גמישות פסיכולוגית (כמשאב חוסן) ותפקוד רפלקטיבי (כמשאב לתפקוד ההורי) לתחושת המסוגלות ההורית בשגרה ובעת מלחמה.

נמצא כי בתנאי מלחמה הורים לילדים עם אוטיזם דיווחו על רמות גבוהות יותר של תפקוד רפלקטיבי ומסוגלות הורית בהשוואה להורים לילדים עם אוטיזם בתקופה שלפני המלחמה. ההמשגה של צמיחה פוסט־טראומטית (Posttraumatic Growth) ותאוריית ניהול האימה (Terror Management Theory) עשויות לשפוך אור על ממצאים אלו. ההמשגה של צמיחה פוסט־טראומטית מדגישה כי לצד ההשפעות השליליות הקשורות לעיתים קרובות לטראומה, אנשים יכולים גם לעבור טרנספורמציות פסיכולוגיות ותפקודיות חיוביות בתגובה להתמודדות עם משברי חיים (Tedeschi & Calhoun, 1995). התמודדות עם טראומה עשויה לזרז שינויים אישיים, חברתיים, פילוסופיים ורוחניים, ובסופו של דבר לטפח צמיחה (Lawrence & Lee, 2014). אפשר להסביר את הנטייה לצמיחה בהקשרים הוריים, כפי שהיא באה לידי ביטוי בתפקוד הרפלקטיבי ובמסוגלות ההורית, לאור תיאוריית ניהול האימה. תיאוריה זו טוענת כי הבולטות של

המוות מגבירה את המודעות הקיומית, וכי תודעה מוגברת זו מדגישה את חשיבותם של אלמנטים בחיים העשירים במשמעות, כאשר משמעות זו מעוצבת על ידי ההקשר התרבותי (Greenberg et al., 1986). ייתכן שבשל החשיבות הרבה שמוענקת בחברה הישראלית להגנה על המשפחה והילדים (פוגל-ביז'אוי ובכר, 2003), בתקופת מלחמה, שבה ההורים מתמודדים עם תחושת חרדה קיומית, הם פונים לגורם הנותן להם משמעות לחיים. הם משקיעים את משאביהם הפנימיים בילדיהם, מה שמגביר את התפקוד הרפלקטיבי ואת המסוגלות ההורית שלהם.

בבחינת גמישות פסיכולוגית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם, ראוי לציין כי לא נמצאו הבדלים בין אלו החווים תנאי שגרה לבין אלו החווים את אתגרי המלחמה. בעוד ניתן היה לצפות שינויים בגמישות הפסיכולוגית בהתחשב בגורמי הלחץ וחוסר הוודאות הנוספים בזמן מלחמה, נראה כי הורים לילדים עם אוטיזם שומרים על רמה עקבית יחסית של גמישות פסיכולוגית, ללא קשר לנסיבות הקיימות.

מעצם הגדרתה גמישות פסיכולוגית טומנת בחובה את היכולת לשמור על יציבות פנימית לנוכח אתגרי החיים. היכולת להיות גמיש ולהסתגל למקורות הדחק הם חלק מהמאפיינים של גמישות פסיכולוגית (Hayes, 2019; Kashdan, 2010). דרישות הטיפול שבשגרה בהקשר של אוטיזם עשויות לבסס רמה גבוהה של גמישות פסיכולוגית, שכן ההורים נדרשים להסתגל ללא הרף לנסיבות דינמיות ובלתי-צפויות. התוצאה היא, שכאשר הם מתמודדים עם גורמי הדחק הנוספים של המלחמה, הורים אלו עשויים להיעזר במנגנוני התמודדות קיימים, ובכך לשמור על רמה יציבה של גמישות פסיכולוגית. כמו כן, ייתכן שרשתות התמיכה ואסטרטגיות ההתמודדות שהתבססו בתנאי שגרה ממלאות תפקיד במיתון ההשפעה של דחק בזמן מלחמה על גמישות פסיכולוגית. החוויות המשותפות בקהילה של הורים לילדים עם אוטיזם עשויות אף הן לתרום לחוסן קולקטיבי, לטפח תמיכה הדדית ומנגנוני התמודדות יציבים, הן בשגרה הן בזמן מלחמה.

במחקר הנוכחי נמצא קשר חיובי בין התפקוד הרפלקטיבי והמסוגלות ההורית של הורים לילדים עם אוטיזם, הן בתקופה שגרה הן בתקופת מלחמה. ממצא זה תואם את הספרות המחקרית,

המצביעה על כך שתפקוד רפלקטיבי גבוה תורם לתפקוד הורי. לדוגמה, הורים עם תפקוד רפלקטיבי גבוה מצליחים באופן מיטבי לזהות ולהכיל את המצוקה של ילדיהם (Rutherford et al., 2013, 2015). בקרב הורים לילדים עם אוטיזם, תפקוד רפלקטיבי תואר ככלי קריטי בתפקוד ההורי, ותווק על ידי מסוגלות הורית (Enav et al., 2020). כך, המחקר הנוכחי מחזק את הממצאים בספרות ומוסיף נדבך חשוב להבנה של הקשר בין התפקוד ההורי למסוגלות ההורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם.

כמו כן, נמצא כי זמן המדידה ממתן את הקשר שבין מידת הוודאות לגבי המצב המנטלי לבין מסוגלות הורית, כך שבזמן מלחמה, הקשר חזק יותר. בזמנים של מצוקה מוגברת, הורים עשויים להסתמך יותר על יכולות התפקוד הרפלקטיביות שלהם כדי להתמודד עם הדרישות המורכבות של הורות לילד עם אוטיזם. במהלך מלחמה, הורים עלולים להתמודד עם גורמי דחק נוספים, כגון שיבושים בשגרה, חששות ביטחוניים ומחסור במשאבים. בתגובה לאתגרים אלה, היכולת לחשוב ולהבין את המצב הנפשי שלהם ושל ילדם הופכת להיות קריטית להורות יעילה. תנאי מלחמה עשויים להגביר את ההשפעה של תפקוד רפלקטיבי על המסוגלות ההורית, שכן הורים משתמשים במיומנויות קוגניטיביות ורגשיות אלו כדי לספק יציבות ותמיכה לנוכח מצוקה מוגברת.

עוד נמצא, כי זמן המדידה ממתן את הקשר שבין גמישות פסיכולוגית למסוגלות הורית. בעוד בזמן שגרה נמצא כי גמישות פסיכולוגית תורמת למסוגלות ההורית, לא נמצאה לה תרומה משמעותית בזמן המלחמה. זאת, בסתירה למחקרים קודמים שנערכו בזמני דחק מתמשך. למשל, נמצא שגמישות פסיכולוגית של הורים מהאוכלוסייה הכללית בתקופת קורונה הייתה קשורה להורות תומכת וחיובית (Daks et al., 2020; Feldman et al., 2023). ייתכן שהקשר בין גמישות פסיכולוגית למסוגלות הורית בשגרת חירום ממותן באופן מלא באמצעות גורם אחר (Fang et al., 2021; Wei et al., 2015).

מגבלות המחקר והמלצות למחקרי המשך

את תוצאות המחקר יש לפרש בזהירות, תוך התחשבות בכמה מגבלות. ראשית, המדגמים לא היו מזווגים, כלומר, המדגם שנבדק לפני המלחמה לא היה זהה למדגם שנבדק במהלכה. מגבלה נוספת היא שהמדגם לא היה רנדומלי, אלא גויס בדגימת נוחות, כך שיייתכן שהוא אינו מייצג את האוכלוסייה הכללית של הורים לילדים עם אוטיזם. מגבלה נוספת היא שאין במחקר קבוצת ביקורת, כלומר, לא ניתן להשוות את התוצאות להורים לילדים ללא מוגבלויות.

עולה צורך בהרחבת המחקר על הצרכים הפסיכולוגיים והתפקודיים של הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה, כולל בחינה של התמודדותם לאחר המלחמה ובתקופה ממושכת אחריה. ממצאי המחקר מעלים כי גמישות פסיכולוגית קשורה באופן חיובי למסוגלות הורית בשגרה, אך לא בתקופת מלחמה. מחקרי המשך נדרשים כדי לבחון לעומק קשר זה בתקופת מלחמה, באמצעות בחינת גורמים מתווכים, כגון חוסן ותמיכה חברתית. נוסף על כך, ראוי שמחקרי המשך יתמקדו בתפקוד ההורי בחירום בקרב הורים לילדים עם מוגבלויות שונות, כגון מוגבלות שכלית התפתחותית וניוון שרירים.

השלכות יישומיות לפרקטיקה ולמדיניות

לאור הספרות, המראה כי התערבויות הממוקדות בתפקוד הרפלקטיבי מועילות להתמודדות ההורית של הורים לילדים עם מוגבלויות מורכבות (Gur et al., 2023), יש לערוך התאמות להתערבויות להורים לילדים עם אוטיזם ולקדם את התחום בשגרה. נוסף על כך, לנוכח הפגיעות של משפחות לילדים עם אוטיזם בחירום (Rosenthal et al., 2022; Yilmaz et al., 2021) יש לפתח התערבויות קצרות-מועד לחיזוק התפקוד הרפלקטיבי של הורים לילדים עם אוטיזם בחירום. נוסף על כך, יש צורך להעלות את המודעות לפגיעות המיוחדת של משפחות לילדים עם אוטיזם בפרט ולהורים לילדים עם מוגבלויות בכלל בקרב אנשי חינוך ואנשי מקצוע פסיכו-סוציאליים. כך גם על קובעי המדיניות לאסוף נתונים על אודות צרכים של משפחות לילדים עם אוטיזם ומוגבלויות

בכלל ולגבש מדיניות והקצאת משאבים לתמיכה באוכלוסייה זו ולחיזוק התפקוד ההורי והחוסן המשפחתי של הורים לילדים עם אוטיזם.

רשימת מקורות

ברלב, ל', גדג', נ', יאבו, מ', נגר אידלמן, ר' ורימון גרינשפן, ה' (2023). *אנשים עם מוגבלות בישראל במלחמת "חרבות ברזל": עובדות ומספרים*. מאיירס ג'וינט ברוקדייל.

גולדשטיין-פרבר, ש' (1998). *אינטראקציה ראשונית בין אם לפג*. [חיבור לשם קבלת התואר דוקטור בפילוסופיה, אוניברסיטת בר-אילן].

דגן, א' (2011). *הקשר בין מערכת ה-Caregiving ותפיסת מסוגלות הורית למעורבות האב המגדל את ילדיו בעצמו בעקבות גירושין*. [חיבור כעבודת גמר לקראת תואר מוסמך, בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל-אביב].

הינדי, ט', גור, א', רוט, ד' וקרן, מ' (2021). *הערכת מודל התערבות אינטגרטיבית ביו-פסיכו-סוציאלית במעונות יום שיקומיים לילדים עם מוגבלות התפתחותית*. בית איזי שפירא.

פוגל-ביז'אוי, ס' ובכר, ש' (2003). *אוטופיה רומנטית, משפחתיות ושינוי חברתי: עמדות של סטודנטיות וסטודנטים יהודיות/יהודים וערביות/ערבים המכשירים/מכשירות את עצמן/עצמם למקצועות ההוראה ביחס למוסד המשפחה*. בית ברל, היחידה למחקר והערכה ואלו"ט - אגודה לאומית לילדים ובוגרים עם אוטיזם.

אלו"ט – אגודה לאומית לילדים ובוגרים עם אוטיזם. (2023). *אוטיזם בישראל תמונת מצב: דוח אלו"ט לשנים 2021-2022*.

https://alut.org.il/wp-content/uploads/2023/05/alt_354_dig_b.pdf

- Albanese, A. M., Russo, G. R., & Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child: Care, Health and Development*, 45(3), 333–363.
- American Psychiatric Association. (2013). Autism Spectrum Disorder. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.)
- Amini Naghani, S., Najarpourian, S., & Samavi, S. A. (2020). Comparing the effectiveness of the triple p-positive parenting program and parenting program of acceptance and commitment therapy on parent-child relationship and self-efficacy of mothers with oppositional defiant disorder children. *Journal of Research and Health*, 10(2), 111-122.
- Andrea, K., Dr. Törő, K., Hadházi, É., Takács, S., Rózsa, S., Csikos, G., & Rita, F. (2020). The protective role of self-efficacy for resilience in the COVID-19 period. *Acta Scientific Neurology*, 3(11), 87-91.
<https://doi.org/10.31080/ASNE.2020.03.0276>
- Asbury, K., Fox, L., Deniz, E., Code, A., & Toseeb, U. (2021). How is COVID-19 affecting the mental health of children with special educational needs and disabilities and their families. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(5), 1772-1780.
- Baker, J. K., Messinger, D. S., Lyons, K. K., & Grantz, C. J. (2010). A pilot study of maternal sensitivity in the context of emergent autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 40(8), 988-999.

- Bandura, A. (2000). Self-efficacy: The foundation of agency¹. In W. J. Perrig & A. Grob (Eds.), *Control of human behavior, mental processes, and consciousness: Essays in honor of the 60th birthday of August Flammer* (pp. 16). Erlbaum.
- Baumrind, D. (1996). The discipline controversy revisited. *Family Relations*, 45(4), 405-414.
- Beauchesne, M. A., Kelley, B. R., Patsdaughter, C. A., & Pickard, J. (2002). Attack on America: Children's reactions and parents' responses. *Journal of Pediatric Health Care*, 16(5), 213-221.
- Benedetto, L., Calderone, C., & Ingrassia, M. (2021). Parental self-efficacy in children with Autism Spectrum Disorders: Preliminary findings by the Italian version of the CAPES-DD. *International Journal of Autism & Related Disabilities*, 2021(01), 1-10.
- Benjamin, M. C. (2022). Growing up in a time of war: Exploring the psychological flexibility of adults raised in the military community. *Doctoral Dissertations and Projects*. 3882. <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/3882>
- Bloomfield, L., & Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary Health Care Research & Development*, 13(4), 364-372.
- Brassell, A. A., Rosenberg, E., Parent, J., Rough, J. N., Fondacaro, K., & Seehuus, M. (2016). Parent's psychological flexibility: Associations with parenting and child psychosocial well-being. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5(2), 111–120.

- Burke, K., & Moore, S. (2015). Development of the parental psychological flexibility questionnaire. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(4), 548–557.
- Cuzzocrea, F., Murdaca, A. M., Costa, S., Filippello, P., & Larcan, R. (2016). Parental stress, coping strategies and social support in families of children with a disability. *Child Care in Practice*, 22(1), 3-19.
- Daks, J. S., Peltz, J. S., & Rogge, R. D. (2020). Psychological flexibility and inflexibility as sources of resiliency and risk during a pandemic: Modeling the cascade of COVID-19 stress on family systems with a contextual behavioral science lens. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 16-27.
- Doorley, J. D., Goodman, F. R., Kelso, K. C., & Kashdan, T. B. (2020). Psychological flexibility: What we know, what we do not know, and what we think we know. *Social and Personality Psychology Compass*, 14(12), 1-11.
- Dumka, L. E., Gonzales, N. A., Wheeler, L. A., & Millsap, R. E. (2010). Parenting self-efficacy and parenting practices over time in Mexican American families. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 522.
- Dunn, M. E., Burbine, T., Bowers, C. A., & Tantleff-Dunn, S. (2001). Moderators of stress in parents of children with autism. *Community Mental Health Journal*, 37(1), 39–52.
- Eltanamy, H., Leijten, P., Jak, S., & Overbeek, G. (2021). Parenting in times of war: A meta-analysis and qualitative synthesis of war exposure, parenting, and child adjustment. *Trauma, Violence, & Abuse*, 22(1), 147-160.

- Enav, Y., Erhard-Weiss, D., Goldenberg, A., Knudston, M., Hardan, A. Y., & Gross, J. J. (2020). Contextual determinants of parental reflective functioning: Children with autism versus their typically developing siblings. *Autism*, 24(6), 1578-1582.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2015). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), Article 1.
<https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Evans, S., Mikocka-Walus, A., Klas, A., Olive, L., Sciberras, E., Karantzas, G., & Westrupp, E. M. (2020). From “it has stopped our lives” to “spending more time together has strengthened bonds”: The varied experiences of Australian families during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11, 588667.
- Fang, Y., Boelens, M., Windhorst, D. A., Raat, H., & van Grieken, A. (2021). Factors associated with parenting self-efficacy: A systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 77(6), 2641-2661.
- Feldman, G., Martin, S., & Donovan, E. (2023). Psychological flexibility as a predictor of mental health outcomes in parents of pre-school children during the COVID-19 pandemic: A two-year longitudinal study. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 27, 116–119.
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679-700.
- Gibaud-Wallston, J., & Wandersman, L. P. (1978). *Parenting Sense of Competence Scale*. <https://doi.org/10.1037/t01311-000>

- Gloster, A. T., Block, V. J., Klotsche, J., Villanueva, J., Rinner, M. T. B., Benoy, C., Walter, M., Karekla, M., & Bader, K. (2021). Psy-Flex: A contextually sensitive measure of psychological flexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 22, 13–23. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.09.001>
- Gobrial, E. (2018). The lived experiences of mothers of children with the autism spectrum disorders in Egypt. *Sociological Science*, 7, 133.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In R. F. Baumeister (Ed.), *Public Self and Private Self* (pp. 189–212). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9564-5_10
- Gur, A., Hindi, T.-N., Mashiach, S., Roth, D., & Keren, M. (2023). Parental reflective functioning and coping among parents of toddlers with severe developmental disabilities: An early integrative bio-psycho-social rehabilitative intervention in daycare facilities. *Research in Developmental Disabilities*, 139, 104555.
- Gur, A., Mouadeb, D., Reich, A., & Atar, L. (2024). Translation and psychometric evaluation of the Hebrew version of Psy-Flex to assess psychological flexibility. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, 34(1), 100483.
- Hayes, A.F. (2018). Partial, conditional, and moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), pp. 4-40.
- Hayes, S. (2019). *A liberated mind: The essential guide to ACT*. Random House.

- Hill, N. E., & Bush, K. R. (2001). Relationships between parenting environment and children's mental health among African American and European American mothers and children. *Journal of Marriage and Family*, 63(4), 954-966.
- Hirsch, T. L., & Lazar, A. (2012). Experiencing processes of growth: Coping and PTG among mothers who were exposed to rocket attacks. *Traumatology*, 18(2), 50-60.
- Hus, Y., & Segal, O. (2021). Challenges surrounding the diagnosis of autism in children. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 3509-3529.
- Jacobs, J. N., & Kelley, M. L. (2006). Predictors of paternal involvement in childcare in dual-earner families with young children. *Fathering: A Journal of Theory, Research, and Practice about Men as Fathers*, 4(1), 23-47.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25, 341–363.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
- Karst, J. S., & Van Hecke, A. V. (2012). Parent and family impact of autism spectrum disorders: A review and proposed model for intervention evaluation. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15, 247-277.
- Kashdan, T. B. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878.
- Kulasinghe, K., Whittingham, K., & Mitchell, A. E. (2021). Mental health, broad autism phenotype and psychological inflexibility in mothers of young children with autism spectrum disorder in Australia: A cross-sectional survey. *Autism*, 25(5), 1187–1202.

- Lawrence, V. A., & Lee, D. (2014). An exploration of people's experiences of compassion focused therapy for trauma, using interpretative phenomenological analysis. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 21, 495-507.
- Luyten, P., Mayes, L. C., Nijssens, L., & Fonagy, P. (2017). The parental reflective functioning questionnaire: Development and preliminary validation. *PLOS ONE*, 12(5), e0176218. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0176218>
- Meleady, J., Clyne, C., Braham, J., & Carr, A. (2020). Positive contributions among parents of children on the autism spectrum: A Systematic Review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 78, 101635.
- Menashe-Grinberg, A., Shneor, S., Meiri, G., & Atzaba-Poria, N. (2022). Improving the parent-child relationship and child adjustment through parental reflective functioning group intervention. *Attachment & Human Development*, 24(2), 208-228.
- Miranda, A., Mira, A., Berenguer, C., Rosello, B., & Baixauli, I. (2019). Parenting stress in mothers of children with autism without intellectual disability: Mediation of behavioral problems and coping strategies. *Frontiers in Psychology*, 10, 464–476.
- Montigny F., & Lacharite, (2005). Perceived parental efficacy: Concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 49 (4), pp. 387–396.
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2004.03302.x>

- Pagorek-Eshel, S., & Dekel, R. (2015). Parental self-efficacy and paternal involvement in the context of political violence. *Clinical Social Work Journal, 43*, 388-397.
- Peters-Scheffer, N., Didden, R., & Korzilius, H. (2012). Maternal stress predicted by characteristics of children with autism spectrum disorder and intellectual disability. *Research in Autism Spectrum Disorders, 6*(2), 696–06.
- Rao, P. A., & Beidel, D. C. (2009). The impact of children with high functioning autism on parental stress, sibling adjustment, and family functioning. *Behavior Modification, 33*(4), 437–451.
- Rosenthal, E., Kurylo, H., Milovanovic, D. C., Ahern, L., & Rodriguez, P. (2022). Protection and safety of children with disabilities in the residential institutions of war-torn Ukraine. *The International Journal of Disability and Social Justice, 2*(2), 15-22.
- Rutherford, H. J. V., Goldberg, B., Luyten, P., Bridgett, D. J., & Mayes, L. C. (2013). Parental reflective functioning is associated with tolerance of infant distress but not general distress: Evidence for a specific relationship using a simulated baby paradigm. *Infant Behavior and Development, 36*(4), 635–641. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2013.06.008>
- Rutherford, H. J. V., Booth, C. R., Luyten, P., Bridgett, D. J., & Mayes, L. C. (2015). Investigating the association between parental reflective functioning and distress tolerance in motherhood. *Infant Behavior and Development, 40*, 54–63.

- Salas, B. L., Rodríguez, Y. V., & Tabernero, U. C. (2017). The role of coping strategies and self-efficacy as predictors of life satisfaction in a sample of parents of children with autism spectrum disorder. *Psicothema*, 29(1), 55–60. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.96>
- Schechter, D. S., & Davis, B. E. (2007). Parenting in times of crisis. *Pediatric Annals*, 36(4), 216-222.
- Shattnawi, K. K., Bani Saeed, W. A. M., Al-Natour, A., Al-Hammouri, M. M., Al-Azzam, M., & Joseph, R. A. (2021). Parenting a child with autism spectrum disorder: Perspective of Jordanian mothers. *Journal of Transcultural Nursing*, 32(5), 474-483.
- Shpigelman, C. N., & Gelkopf, M. (2017). The experiences and needs of individuals with disabilities exposed to chronic political violence. *Disability and Rehabilitation*, 39(1), 23-35.
- Sriskandarajah, V., Neuner, F., & Catani, C. (2015). Predictors of violence against children in Tamil families in northern Sri Lanka. *Social Science & Medicine*, 146, 257-265.
- Tedeschi, R., & Calhoun, L. (1995). Trauma & transformation: Growing in the aftermath of suffering. <https://doi.org/10.4135/9781483326931>
- Wei, M., Tsai, P.-C., Lannin, D. G., Du, Y., & Tucker, J. R. (2015). Mindfulness, psychological flexibility, and counseling self-efficacy: Hindering self-focused attention as a mediator. *The Counseling Psychologist*, 43(1), 39–63.

- Werner, S., Hochman, Y., Holler, R., & Shpigelman, C.-N. (2022). Burden and Growth during COVID-19: Comparing parents of children with and without disabilities. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 1535–1546.
- Wilde, N., & Hsu, A. (2019). The influence of general self-efficacy on the interpretation of vicarious experience information within online learning. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 16(1), 1-20.
- Yılmaz, B., Azak, M., & Şahin, N. (2021). Mental health of parents of children with autism spectrum disorder during COVID-19 pandemic: A systematic review. *World Journal of Psychiatry*, 11(7), 388–402.
- Zeidan, J., Fombonne, E., Scoriah, J., Ibrahim, A., Durkin, M. S., Saxena, S., ... & Elsabbagh, M. (2022). Global prevalence of autism: A systematic review update. *Autism Research*, 15(5), 778-790