

תפיסותיהם של הורים לילדים עם אוטיזם לגבי התמודדותם

בזמן מלחמת חרבות ברזל

ענבל בכר-כץ, איילת גור, שלומית שניצר-מאירוביץ', טל אריאל

תקציר

חווית ההורות לילדים עם אוטיזם בזמן שגרה מלווה לרוב בהתמודדויות מורכבות, המשפיעות על האקלים המשפחתי כולו. במצבי משבר בינלאומיים הורים לילדים עם אוטיזם חווים רמות דחק גבוהות הן ברמה המשפחתית הן ברמה הקהילתית.

מחקר זה עוסק בשאלה: מהן תפיסותיהם של הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך לגבי התמודדותם בזמן מלחמה? במחקר השתתפו 12 הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך. ניתוח הנתונים התבצע לאורך כל המחקר כאחד המאפיינים של המחקר האיכותני. תמלילי הראיונות נותחו באופן תמטי תוך כדי העלאת נושאים מרכזיים בהתאם לשאלת המחקר ובהתאם לבחינת עמדות הנבדקים, רגשותיהם, התמודדותם ואמונתם. מתוך קולם של ההורים עולה כי מלחמת חרבות ברזל השפיעה באופן משמעותי על הורים לילדים בגיל הרך שאובחן אצלם אוטיזם.

תוצאות המחקר העלו חמש תמות מרכזיות: (א) המצב הרגשי של ההורים – דחק וחרדה; (ב) תמיכה מהסביבה ומהקהילה; (ג) מסוגלות הורית; (ד) היבטים רפלקטיביים של הורות ודרכי ההתמודדות עם הקושי; (ה) הקשר בין מצב דאגה לבין הצורך לגונן על פי תפיסתם. המסקנות העיקריות מצביעות על הצורך במתן מענה מותאם לצרכים הפסיכולוגיים במשפחות שבהן יש ילד עם אוטיזם בגיל הרך, שכן מצב הדחק המשמעותי של ההורים גורם לאפקט הדומינו מבחינת תחושת המסוגלות ההורית, החוסן הקהילתי ואף מבחינת היכולת הרפלקטיבית של ההורים.

מילות מפתח: אוטיזם, מלחמה, דחק, מסוגלות הורית, גישה אקולוגית, תפקוד רפלקטיבי הורי, הגיל הרך.

מבוא

התפתחות האדם היא תוצאה של אינטראקציה בין הסביבה לאדם החי בה. ברונפנברנר (Bronfenbrenner, 1979) מתאר התפתחות זאת כמודל של מבנים מקושרים ושלובים זה בזה של אינטראקציות בין הספציפי לכללי, כאשר המשפחה מהווה את הסביבה הקרובה של הילד (Mike, 2019 ; Rusli & Varga Nagy, 2023).

לידתו של ילד חדש במשפחה, ובעיקר במקרים שבהם לילד יש צרכים מיוחדים, משנה את האיזון המשפחתי ומשפיעה הן על ההורים הן על חברי המשפחה האחרים (איפלח, 2003; גילת ובורנשטיין, 2018; כצנלסון, 2005). כאשר מדובר בילד עם אוטיזם, מצב הדחק הופך למשמעותי מאוד לנוכח מאפייני הלקות (ברלב ואחרים, 2023). אוטיזם הוא לקות תקשורתית, הכוללת התנהגויות וקשיים התפתחותיים נרחבים בשלושה תחומים עיקריים – אינטראקציה חברתית, תקשורת מילולית ולא-מילולית, והתנהגות טיפוסית (APA, 2013).

הורות לילדים עם אוטיזם מאופיינת לרוב במצבי דחק הן מבחינת ההורים הן מבחינת המשפחה כולה (Yilmaz et al., 2021). תקופות משבר דוגמת מגפת קורונה, מצוקה כלשהי או מלחמה מעמידות את המשפחה במבחן החוסן האישי והמשפחתי ולעיתים אף משפיעות על תחושת המסוגלות ההורית. החשיפה לאירועים קיצוניים ולא מוכרים מסוג זה מערערת את הביטחון של ההורים ביכולתם לספק את צוריהם של ילדם בפרט ושל המשפחה בכלל, ובמיוחד כאשר מדובר במשפחה שיש בה ילד עם צרכים מיוחדים (Pagorek-Eshel & Dekel, 2015).

מלחמת חרבות ברזל שינתה באחת את המציאות הישראלית. ההפתעה המוחלטת, כמו גם עוצמת האסון, הפגיעה הרבה בנפש וחוסר הוודאות שאפיין את השבועות הראשונים של המלחמה, הובילו את תושבי המדינה למצב דחק קיצוני. משפחות רבות, ובמיוחד ההורים, נאלצו להתמודד עם מצב שבו הם עצמם, או חלק מבני משפחתם, גויסו לשירות מילואים. מערכת החינוך בכל הארץ נסגרה לתקופה ארוכה, דבר שהשפיע רבות על התפקוד ההורי, שהאיזון בו הופר. זאת ועוד, מאות אלפי אנשים פונו מבתיהם בצפון הארץ ובדרומה – פעולה שהשפיעה אף היא על מצב הדחק במשפחה. מגורים חלופיים בחדרי מלון, מעברים רבים בין

מקומות לינה שונים, וניתוק מהיר משגרת החיים הובילו את ההורים להתמודדות שלא הכירו עד אותה עת. הורים לילדים עם אוטיזם נאלצו להתמודד עם מצב הדחק, בדומה לכל המשפחות האחרות. אך נוסף על כך, לנוכח מאפייני הלקות של ילדם, נאלצו ההורים להתמודד גם עם תגובותיו למצב שנגרם לעיתים מפאת השינויים הרבים וחוסר הוודאות שאפיין את התקופה. מכאן עלתה מטרת המחקר: להשמיע את קולם של הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך וללמוד מהתמודדותם בזמן מלחמת חרבות ברזל.

סקירת ספרות

המשפחה כסביבה אקולוגית

הגישה האקולוגית מסבירה את האינטראקציה שבין האדם לסביבה ואת יחסי הגומלין ביניהם כתנאי להתפתחות האדם. ברונפנברנר (Bronfenbrenner, 1979) מתאר התפתחות זאת כמודל של מעגלים מקושרים ושלובים זה בזה של אינטראקציות בין הפרט לכלל, כאשר העיקרון המנחה בא לידי ביטוי ביחסי הגומלין בין המעגלים מיקרו, מקרו, מזו, אקסו ומקרו, והשפעתם על החוסן המשפחתי (Guntz, 2021; Gur et al., in press). האקולוגיה של ההתפתחות האנושית מתמקדת במחקר מדעי הבודק את הקשר בין אדם פעיל ומתפתח, לבין השינויים בסביבתו הקרובה כתנאי קריטי להתפתחותו (Bronfenbrenner, 1979; Saracho, 2021). המעגל הקרוב, הכולל לרוב את המשפחה, כולל את הסביבה הקרובה ביותר של הילד, וככל שמתרחקים במעגלים, קיימות סביבות חברתיות, תרבותיות ועולמיות (Mike, 2019; Rusli & Varga Nagy, 2023).

המשפחה, במעגל הראשון, היא קבוצה חברתית הקיימת בכל החברות האנושיות, אך אורח חייה והרכבה תלויים בתרבות המוסרית של כל חברה. הסבר האוניברסליות של המשפחה מוטמע בתפקידי המשפחה הנוגעים לחבריה (כץ-אופנהיימר, 2021; פסטרנק, 2002; Khalifa Aleghfeli & Hunt, 2022). ברוב המקרים, המשפחה היא הקבוצה הראשונה שמקבלת את הילד המגיע לעולם כאשר אין לו כל ידע או ניסיון חברתי ותקשורתי. לרוב, זוהי מסגרת של שייכות המחזקת את הפרט, מספקת את צרכיו הפיזיים ומהווה ישות מוצקה

המספקת לילד עקביות ובטיחות (Collins et al., 2000; Cox et al., 2003). מבנה המשפחה, הכוחות הפנימיים הפועלים בה והסגנון המאפיין אותה, מעצבים את מהלך ההתפתחות של החברים האחרים במשפחה. היכולת של המשפחה לעמוד במצבים משתנים ולהסתגל לשינויים מבפנים ומבחוץ, תלויה במבנה הארגוני שלה. כאשר מבנה זה גמיש ויכול להתאים עצמו לשינויים, המשפחה תוכל לתפקד בשגרה ללא פגיעה ועם קשיים מינימליים (קויפמן, 2008; Verté et al., 2003; Collins et al., 2000).

משמעות המשפחה כמערכת אקולוגית מהווה בסיס ליחסי הגומלין בתוך המשפחה. כל אחד מבני המשפחה מושפע מהמכלול המשפחתי ומשפיע עליו באותה המידה (Dia & Harrington, 2006). כדי להשיג את עיקרון ההתפתחות על פי ברונפנברנר (Bronfenbrenner, 1979), על הפרט להיות שותף באינטראקציות מסוגים שונים בין בני המשפחה ואף מחוצה לה (Bempechat & Shernoff, 2012).

לידתו של ילד חדש במשפחה גורמת לשינוי באיזון המשפחתי, ובוודאי כאשר נולד ילד עם צרכים מיוחדים. המצב החדש דורש התמודדות שונה ויוצר מערך תפקוד אחר, הכולל עומס בשל חלוקת משאבים לא מאוזנת מצד ההורים, הדאגה לילדה המיוחדת, ומכלול הטיפולים הנדרשים לקידומו (איפלח, 2003; גילת ובורנשטיין, 2018; כצלסון, 2005). בראייה אקולוגית אפשר לבחון שינוי זה באמצעות ההשפעה של הולדת הילד עם הצרכים המיוחדים על המעגל הראשון שלרוב עוטף אותו, המשפחה, הורים ואחאים. בתהליך הפוך אפשר לראות שהתנהגות ההורים והתמודדותם עם מכלול המשימות לשם קידומו של ילדם המיוחד משפיעה הן על האחאים האחרים במשפחה הן על הילד המיוחד בעצמו. המושג "צרכים מיוחדים" הוא רחב וכולל לקויות רבות. מחקר זה עוסק בהורים לילדים עם אוטיזם שבבסיסו הוא לקות תקשורתית.

אוטיזם

אוטיזם הוא לקות תקשורתית הכוללת התנהגויות וקשיים התפתחותיים נרחבים בשלושה תחומים עיקריים: אינטראקציה חברתית, תקשורת מילולית ולא-מילולית, והתנהגות אופיינית (APA, 2013). שכיחותם של ילדים עם אוטיזם באוכלוסייה הכללית הולכת וגדלה משנה לשנה

בכל העולם (Ganouni & Eves, 2023). באופן דומה, בישראל, עלה מספר הילדים עם אבחנה רשמית של אוטיזם עד גיל 17 מ-14,914 בשנת 2017, ל-32,222 בשנת 2021. זאת ועוד, אחוז בני השנתיים-שלוש עם אוטיזם עלה מ-0.27% ל-1.19%, בילדים בגיל 4-6 השכיחות גדלה מ-0.8% ל-1.83% ובילדים בני 8 השכיחות עלתה מ-0.82% ל-1.56%. מגמה זו מדגישה את הצורך בהרחבת הזמינות של שירותים שונים ושל התערבויות טיפוליות שלהם זכאים הילדים עם אוטיזם לפי חוק (Dinstein et al., 2024).

אוטיזם מתאפיין בהתנהגויות אובססיביות, בדיבור חזרתי וחד-צדדי, בקושי בהבנה של סיטואציות חברתיות, בכללן הומור, בקושי בהבנה מופשטת, ועוד. האבחנה בעיקרה נעשית לפי דירוג רמת החומרה של ההפרעה על פי רצף רחב המכונה "ספקטרום" ומסווג את הדרגות השונות של האנשים עם אוטיזם, מתפקוד נמוך לתפקוד גבוה (בן צבי, 2009; הלל לביאן ובכר כץ, 2010; פרוי ואחרים, 2016; Yates & Couteur, 2016). "הרצף האוטיסטי" הוא שם כולל המתייחס להפרעות נוירו-התפתחותיות שמקורן במערכת העצבים המרכזית (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2024). חלק גדול מהאנשים עם אוטיזם מאובחנים עם קומורבידיות (כפל אבחנה), דבר המשפיע על רמת תפקודם (Mannion & Leader, 2013). המאפיינים ודרגת ההפרעה גם יחד משפיעים על יכולתו של אדם עם אוטיזם לקיים קשרים חברתיים מספקים (Hall, 2011; Hus & Segal, 2021).

ילדים עם אוטיזם בגיל הרך עוברים אבחון בשנות חייהם הראשונות. במהלך תקופת ההערכה האבחונית של אוטיזם, משפחותיהם של ילדים אלו נמצאות בסיכון להתמודדויות רבות בכל תחומי החיים מרגע קבלת האבחנה ותוך התארגנות מחדשת עם המשפחה והילד עם האוטיזם (Rivard et al., 2023). במהלך תקופה זו של שנות חייהם הראשונות של ילדים אלו, ההורים נאלצים להתמודד גם עם מחסומים בירוקרטיים, מעבר להתמודדותם הרגשית המשפחתית. קושי משמעותי, המתואר במאמרם של מריאו ואחרים (Mereoiu et al., 2015), בא לידי ביטוי במציאת מסגרות לימודים מותאמות לילדים עם אוטיזם בגיל הרך. מסגרות אלו הן אזוריות ולא קיימות בכל עיר ומכאן לעיתים עולה הקושי בתחום זה.

בזמן מלחמת חרבות ברזל, נראה כי ערעור שגרת חייהם של ילדים עם אוטיזם הוביל לקשיים התנהגותיים כגון התקפי זעם, התנהגות סטריאוטיפית וחרדה, דבר שהשפיע על ההורים בפרט ועל המשפחה כולה (ברלב ואחרים, 2023).

דחק וחרדה ומסוגלות הורית בקרב הורים לילדים עם אוטיזם בשגרה ובחירום

הורים לילדים עם צרכים מיוחדים בכלל, ולילדים עם אוטיזם בפרט, מתמודדים עם קשיים רבים בתחומי החיים, לרבות מתן מענה מותאם לצרכים של ילדם בכל רגע נתון (Falk et al., 2014; Yilmaz et al., 2021). בושוף ואחרים (Boshoff et al., 2019) חקרו יותר מ-1000 הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך וחשפו את המסע הרגשי המשמעותי של ההורים במהלך תהליך האבחון הרשמי, המכונה "מסע ברכבת הרים". תוצאות המחקר מצביעות על ההשפעה המשמעותית שיש לחוויות חיוביות עם אנשי המקצוע כבר מהשלבים הראשונים של האבחון, ועולה מהן שחוויית אלו מניחות את הבסיס לכל הקשרים העתידיים עם אנשי מקצוע נוספים. לאורך השנים ולנוכח ניסיונם של ההורים, הם מסגלים לעצמם סגנון הורות שנע בין פתיחות לסגירות, בין נוקשות לגמישות, בהתאם ליכולותיהם ולתפיסת עולמם. אולם, בכל אחד מסגנונות ההורות ניכר שההורים חווים רמות דחק משמעותיות, שעלולות להשפיע על האופן שבו הם מנהלים את חייהם (Bonis, 2016; Hayes & Watson, 2013; Shattnawi et al., 2021).

טורנג' וקונר (Turnage & Conner, 2022) מציינים שהאתגרים הניצבים בפני ההורים מתפרסים על פני כל תחומי החיים. עם קבלת האבחון של ילדם על ההורים להתמודד עם הלקות המורכבת שלו, ובו בזמן להתמודד בהיבטים נוספים: מערכת סוציאלית ובריאותית, מאבק חברתי בסטיגמות והוצאות כספיות משמעותיות לטיפול בילד. כמו כן, הם מתמודדים עם קשיים רגשיים הבאים לידי ביטוי לעיתים כתחושות אשמה או קושי לחוות את ההתמודדות של ילדם עם האוטיזם בבית ועם החברה כולה (Gobrial, 2018; Miranda et al., 2019; Rosenthal et al., 2022). מצב דחק זה עלול לגרום להורים קשיים בתחום הרגשי, דוגמת

הצפה של חרדה ודיכאון, קושי לתפקד בבית, קושי באינטראקציה עם בני המשפחה האחרים וכן תחושה של חוסר רצון ליצור קשר עם הקהילה (Peters-Scheffer et al., 2012).

מחקר שבדק את איכות החיים המשפחתית של 493 אימהות ואבות לילדים עם אוטיזם בגיל הרך הראה קשר ישיר בין רמת התפקוד של הילד עם האוטיזם לבין ההתמודדות ההורית שהביאה למצבי דחק. ככל שרמת התפקוד נמוכה יותר, כך ההתמודדות ההורית הייתה מורכבת יותר ברוב ההיבטים והביאה למצבי דחק במשפחה. זאת ועוד, משאבים כלכליים הנדרשים לטיפול בילדים עם אוטיזם בגיל הרך מוסיפים למצב הדחק של ההורים (Boshoff et al., 2019; Mello et al., 2019).

התמודדויות אלו, כפי שתוארו, מתקיימות בזמן שגרה. השאלה הנשאלת היא: האם ועד כמה ההורים מרגישים שהם מסוגלים להתמודד עם ילדם עם האוטיזם ועם המורכבות בבית במיוחד בזמן משבר ומלחמה?

מסוגלות הורית מתייחסת לאמונה של הפרט ביכולתו לבצע בהצלחה התנהגויות ומשימות בביטחון וביעילות ולהעריך את יכולתו להיות הורה, והיא מנבאת את הצלחתו של אדם להתמודד עם אתגרים (Bandura, 2000). רמת האמונה ביכולת לבצע בהצלחה משימות בביטחון וביעילות, מאפשרת שימוש מגוון יותר באסטרטגיות התמודדות (Salas et al., 2017). הורים המעידים על עצמם שהם "הורים טובים" יטפחו את ילדיהם ויהיו חיוביים יותר כלפיהם, ולהיפך. מחקרים מראים כי במצב שבו ההורים חשים מסוגלות הורית נמוכה, הם חווים רמת דחק גבוהה יותר. על פי הגישה האקולוגית של בرونפנברנר (Bronfenbrenner, 1979), מאחר שההורים מהווים את המעגל הקרוב ביותר לילד, כל חברי המשפחה חווים קשיים בתחומי חיים רבים: חברתיים, לימודיים רגשיים ועוד (Bloomfield & Kendall, 2012). בבואנו לדון במסוגלות הורית להורים של ילדים עם אוטיזם, שמורכבות לקותם תוארה לעיל, נמצא כי רמת המסוגלות ההורית אשר מדווחת על ידם נמוכה מזו של האוכלוסייה הכללית (Bendetto et al., 2021; Zhou et al., 2019). האם רמת המסוגלות ההורית משפיעה באופן כלשהו על הקשרים הקהילתיים של ההורים מעבר להשפעתה על המשפחה?

בהתייחס לגישה האקולוגית שהוסברה לעיל, אפשר ללמוד כי מעגל רחב יותר מהמשפחה כולל את אנשי הקהילה ברמות השונות שלה. חברי הקהילה נותנים תמיכה חברתית, רגשית ומשפחתית הן במצב שגרה הן במצב חירום. עובדה זו עשויה להשפיע על רמת הדחק, החרדה והדיכאון שחווים ההורים. במקרים שבהם תמיכה זו אינה מספקת, רמת הדחק עולה באופן משמעותי (Falk et al., 2014; Gardiner et al., 2019; Kapp & Brown, 2011).

בין חוסן קהילתי לתפקוד רפלקטיבי ולהורות לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה

כאמור, הורות לילדים עם אוטיזם מאופיינת בהתמודדות עם מצבי דחק רבים. בזמן מלחמה אנשים עם מוגבלויות נמצאים בסיכון משמעותי יותר להיפגע. החוסן בפני מצבי דחק מתאר את יכולתה של משפחה להסתגל למצבה המאתגר תוך שהיא נעזרת במשאבים העומדים לרשותה, לרבות התמיכה במעגליה השונים – המשפחתיים, החברתיים והקהילתיים (McConnell & Savage, 2015).

מלחמה היא תקופת משבר מתמשך שבה כל המערכת האקולוגית, המשפחתית, הקהילתית, המדינית והעולמית מצויה במצב שונה ולא שגרתי המצריך משאבים רבים להתמודדות. מצב זה מוביל לעלייה קיצונית ברמת הדחק בקרב ההורים, דבר המשפיע באופן ישיר על הילדים ועל המשפחה כולה (Eltanamy et al., 2021).

בפני המסוגלות ההורית, כפי שתוארה לעיל, ניצבים אתגרים מורכבים בזמן מלחמה. החשיפה לאירועים קיצוניים ולא מוכרים מסוג זה מערערת את הביטחון של ההורים ביכולתם לספק את צוריהם של חברי המשפחה בכלל ושל הילדים בפרט. זאת, ביתר שאת במקרים שבהם יש ילד עם צרכים מיוחדים במשפחה (Pagorek-Eshel & Dekel, 2015). אתגרים מסוג זה מעמידים את המשפחה במבחן החוסן. אם היא עומדת בו, יהיה פחות לחץ באווירה המשפחתית ואפשר יהיה לתמוך בילדים באופן אפקטיבי יותר (Hiraoka & Tomoda, 2020; McConnell & Savage, 2015). הקושי המרכזי מתקיים כאשר מפאת משבר, כגון מלחמה או מגפה, לא ניתן לצאת מהבית. ההיבט הקהילתי והשפעתו על תפקוד המשפחה, כפי שתואר לעיל, מחריף במצב קיצון זה כך שחוסר היכולת לצאת מהבית נוסף על הדחק שנוצר עקב

המשבר, יוצר לעיתים מתחים בין חברי המשפחה. היכולת להיתמך על ידי הקהילה או לתמוך בה עלולה להיפגע כיוון שהיא מתקיימת רק מרחוק, ובכך נוצר ריחוק חברתי וקהילתי שמקשה על חוסן המשפחה ועל החוסן הקהילתי (Akçay, 2020; Juneja & Gupta, 2020). החוסן הקהילתי מתייחס ליכולתה של קהילה להסתגל ולטפח צמיחה במהלך נסיבות מאתגרות באמצעות החברה, הרשתות והתלות ההדדית (Asadzadeh et al., 2017). מושג זה נתפס כגורם מגן המאפשר לקהילות להתמודד באופן קולקטיבי עם איומים (Hall et al., 2023). כאשר מדובר במשפחות שבהן יש ילד עם אוטיזם מצבי הדחק עלולים להיות אף קיצוניים יותר, מכיוון שהקשיים האובייקטיביים, כגון הפגיעה בסדר-היום, היציאה מהתבנית והמבנה השגרתיים וחוסר היכולת להיפגש עם חברים וליצור קשרים חברתיים, גורמים לילד עם האוטיזם להתפרצויות ולקושי להתמודד עם המצב החדש. במיוחד כאשר מדובר בילדים צעירים עם אוטיזם, או אז רמת הבנתם את המצב נמוכה יותר, ורמת התיווך והתמיכה הנדרשת בהם גבוהה יותר. מצב דחק זה מביא לחוסן קהילתי נמוך יותר בקרב הורים לילדים עם אוטיזם. לא כל שכן, כאשר מדובר בעתות משבר ממושך, כגון מלחמה ארוכה. במקרים אלו תגובת הילד עם האוטיזם מחריפה שכן זוהי הפרעה משמעותית בשגרת יומו ולאורך זמן (Asbury et al., 2021; Evans et al., 2020).

תפקיד ההורות מאופיין, לעיתים באופן מודע ולעיתים באופן לא מודע, בביצוע תהליך רפלקטיבי בנוגע לתפקיד ההורות, הן במצב שגרה הן במצב מלחמה. באיזו מידה ההורים יכולים להבין את ההתנהגויות, את הרגשות ואת האמונות של עצמם ושל ילדם? יכולת זו מוגדרת כתפקוד רפלקטיבי והיא מתבססת על תיאוריית המינד (Slade, 2005). יכולת זו מאפשרת לאדם להבין סיטואציות חברתיות ולפרש אותן. תפקוד רפלקטיבי הורי בא לידי ביטוי בשתי רמות. הרמה הראשונה עוסקת בתהליכים פנימיים ביקורתיים של ההורה עם עצמו, והרמה השנייה עוסקת ביכולת של ההורה להבין את ילדו. מתוך כך, תפקוד רפלקטיבי יציב ואיתן משפיע באופן ישיר על החוסן של הילדים (Menashe-Grinberg et al., 2022). הורים לילדים עם אוטיזם מגלים תפקוד רפלקטיבי גבוה יותר לילדם עם האוטיזם לעומת ילדיהם האחרים עם התפתחות טיפוסית (Enav et al., 2020).

בזמן משבר, מגפה או מלחמה, להורה יש תפקיד משמעותי בתפקוד הרפלקטיבי שלו כך שיוכל להתמודד עם הקשיים המשפחתיים ועם המצוקות בקרב המשפחה (Rutherford et al., 2015; 2013). אין מחקרים רבים העוסקים בניתוח היבטים רפלקטיביים של הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה, והפער בידע הקיים, מחדד את חשיבותו של מחקר זה. לסיכום, המערכת האקולוגית של התפתחות האדם מציגה את מעגלי התמיכה של כל אדם. ילדים עם אוטיזם, הנתמכים בדרך כלל על ידי הוריהם, ובמיוחד בגיל הרך, מושפעים באופן ישיר ממצבי הדחק המשתנים בסביבה הביתית, ובעיקר מהמצב הרגשי של הוריהם. מתוך כך, מטרת המחקר הנוכחי היא להשמיע את קולם של הורים לילדים עם אוטיזם לגבי תפיסותיהם והתמודדותם בזמן מלחמה.

מתודולוגיה

שאלת המחקר

שאלת המחקר היא: מהן תפיסותיהם של הורים לילדים עם אוטיזם כלפי התמודדותם בזמן מלחמה?

משתתפים

במחקר השתתפו 12 אימהות ואב אחד לילדים עם אוטיזם בגילים 2-6. מקום המגורים של כל המשפחות שהשתתפו במחקר הוא צפון הארץ ומרכז, אך אינו כולל אזורי עימות. בלוח 1 להלן מפורטים מאפייני המשתתפים.

לוח 1: מאפייני המשתתפים במחקר הנוכחי ($N = 12$)

מספר מרואיין	מגדר	גיל	מצב משפחתי	גילו של הילד עם האוטיזם	רמת התפקוד של הילד	מקום המגורים
1	גבר	40	נשוי	2.5	נמוך	מרכז
2	אישה	35	נשואה	6	גבוה	מרכז
3	אישה	45	נשואה	6	בינוני-נמוך	צפון
4	אישה	45	נשואה	6	בינוני-גבוה	מרכז
5	אישה	41	בזוגיות	5	בינוני-גבוה	מרכז
6	אישה	40	נשואה	4	נמוך	מרכז
7	אישה	34	נשואה	4.5	בינוני-נמוך	מרכז
8	אישה	45	יחידנית	4.5	בינוני-גבוה	מרכז
9	אישה	29	נשואה	4	נמוך	צפון
10	אישה	35	גרופה	5	בינוני-נמוך	צפון
11	אישה	36	נשואה	3	בינוני	מרכז
12	אישה	32	נשואה	4	בינוני	צפון

הליך המחקר

בקשה להשתתפות במחקר פורסמה בקבוצות שונות בפייסבוק ובווטסאפ בשיטת "כדור שלג". לאחר הפנייה להורים והצגת נושא המחקר, הם נתנו את אישורם לביצוע הריאיון, שנערך בזום. כל ריאיון עבר תמלול מדויק. בתום איסוף הנתונים באמצעות הראיונות, נערך ניתוח תמטי ובוצעה טריאנגולציה עם שני כלים נוספים: חבר ביקורתי שקרא את הממצאים והביע דעתו, ותיאוריה שעוסקת בנושא (שקדי 2003; Schwartz, 2018). בתום התהליך נכתבו מסקנות והשלכות המחקר.

כלי המחקר

נערך ריאיון חצי-מובנה. הריאיון נפתח בשאלה כללית: ספרי לי על עצמך באופן כללי, תארי את חווית ההורות שלך עם א. לאחר מכן נשאלו שאלות ממוקדות יותר, כגון מאז פרוץ מלחמת חרבות ברזל, מהן התחושות העיקריות שמציפות אותך? עד כמה את רואה את עצמך כמודל עבור א? ספרי על הדינמיקה שלך עם א, ספרי על הקהילה ועל הקשר איתה בזמן המלחמה.

שיטת הניתוח

ניתוח הנתונים התבצע לאורך כל המחקר כאחד המאפיינים של המחקר האיכותני (שקדי, 2003). תמלילי הראיונות נותחו באופן תמטי תוך כדי העלאת נושאים מרכזיים בהתאם לשאלת המחקר ובחינת עמדות הנבדקים, רגשותיהם, התמודדותם ואמונתם. לאחר שהועלו תמות מרכזיות, נערכה סקירת ספרות לשם דיון, אימות ועימות עם ממצאי המחקר על פי שיטת התיאוריה מעוגנת-השדה (דושניק, 2011).

אתיקה

מחקר זה קיבל את אישור ועדת האתיקה של המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט. מספר אישור: 2023101802. למשתתפי המחקר הוצגה מטרת המחקר וחשיבותו. פרטי המשתתפים נשמרו חסויים. במהלך הראיונות השתדלו המראיינות לגלות רגישות מרבית, במיוחד בשל היערכותם בזמן מלחמה, להכיל את הדברים הקשים שעלו ולא לגלות שיפוטיות. למשתתפים הובהר כי בכל רגע שירגישו לא נוח הם יוכלו לוותר על השאלה או על השתתפותם במחקר.

ממצאים

ניתוח הראיונות העלה את תפיסותיהם של הורים לילדים בגיל הרך עם אוטיזם בנוגע להתמודדותם עם ילדם בזמן מלחמת חרבות ברזל. מתוך קולם עולים היבטים שונים של החיים כפי שאפשר לראות בחמש התמות המרכזיות: (א) המצב הרגשי של ההורים – דחק וחרדה;

(ב) תמיכת הסביבה והקהילה; (ג) מסוגלות הורית; (ד) היבטים רפלקטיביים על ההורות ודרכי התמודדות עם הקושי; (ה) הקשר בין מצב דאגה לבין הצורך לגונן על פי תפיסתם.

א. המצב הרגשי של ההורים – דחק וחרדה: "מכל רעש קטן אני קופצת"

ניתוח הראיונות הראה כי כל ההורים, ללא יוצא מהכלל, תיארו מצב רגשי מורכב בזמן מלחמה. כך אפשר לראות בדוגמאות הבאות:

"לא הייתי מוכן למלחמה. תחושה של חרדה גדולה, לחץ גדול" (ריאיון 1); "זה סיט, פחדתי ממש, מצאתי את עצמי צמודה לטלפון..." (ריאיון 2); "עישנתי הרבה, מרגישה חרדה גדולה. לחץ מטורף. כל רעש אני בחרדה – זה משתלט" (ריאיון 3); "אני מפוחדת. מרגישה חרדה. מתחבאת בחדר לראות קצת חדשות" (ריאיון 4); "קשה לי לראות את הדברים הקשים, הזוועות. מתכנסת לתוך עצמי. שומעת ומזדעזעת" (ריאיון 5); "המלחמה הזאת גורמת לי לפחד מאוד גדול. מרגישה שזה גדול עליי. פחד מאוד גדול ודאגה" (ריאיון 6); "מאז תחילת המלחמה מאוד קשה לי לגדל שני ילדים אוטיסטים... אני חוששת, חרדה ומיואשת" (ריאיון 10); "אני בחרדה קשה מאוד" (ריאיון 11).

הדוגמאות ממחישות את המצוקה הרגשית הקשה שבה נתונים ההורים בזמן המלחמה. רוב ההורים תיארו תחושות של חרדה משמעותית ולחץ שמשתלט עליהם. מאחר שהמראיינים הם הורים לילדים צעירים ועם אוטיזם, ייתכן שמצב רגשי זה נובע משילוב של היותם הורים לילדים צעירים עם אוטיזם, וכן למצב הקיצון של מלחמה קשה שבה שרויה מדינת ישראל. נוסף על המצב הרגשי המורכב שעליו העידו ההורים, הם תיארו את חווית האינטראקציה שלהם עם הסביבה בזמן המלחמה.

ב. תמיכה הסביבה והקהילה – "אנשים מבחוץ לא יבינו את העוצמה ואת התסכול"

כל ההורים תיארו באופן גורף מצב של חוסר עזרה מהקהילה בכלל ומהמשפחה הקרובה בפרט, למעט שני הורים שבראיונות איתם עלה כי צוות הגן סייע מאוד, אך יתר הסביבה (משפחה וחברים) לא הביעו כל תמיכה.

"בזמן המלחמה לא היה במי להיעזר" (ריאיון 1); "לא מרגישה בכלל שיש מעורבות ועזרה של הקהילה. לפעמים עזרו כי הוריי מהדרום אבל שום דבר שקשור אליי" (ריאיון 2); "צוות הגן

תומר, אבל אין לי חברים וחברות... מרגיש לי שכל אחד בעולם שלו כזה" (ריאיון 3); "לא מרגישה מעורבות של אף אחד ולא מרגישה שאני נתמכת בקהילה" (ריאיון 4); "הקהילה לא מעורבת בכלל. קצת חברות אבל לא יותר מדי. אני ובעלי מתמודדים לבד" (ריאיון 6); "קהילה? רק האימהות מהגן... אנשים מבחוץ לא מבינים את זה ולא יבינו את העוצמה ואת התסכול" (ריאיון 8); "איך בכלל אני יכולה להיחשף למשהו, לעשות משהו, להיפגש עם מישהו, כשאני בעצמי בכזה מצב חרדתי?" (ריאיון 11); "אני במצב של קיפאון. לא חברים ולא נעליים" (ריאיון 12).

מהדוגמאות עולה הניכור שחשים ההורים ותחושת הניתוק שלהם מהסביבה בזמן המלחמה. האם תחושות אלו נובעות ממצב המלחמה שפרצה בהפתעה ופגעה ברבים באופן ישיר ועקיף? בריאיון 2 ציינה המשתתפת שהקהילה עזרה בשל היותם של הוריה תושבי דרום הארץ, אבל לדבריה, לא קיבלה ערה שקשורה אליה ולצרכים הפרטניים שלה. עם זאת, שלושה משתתפים (ריאיון 3, ריאיון 11 וריאיון 12) תלו את הניתוק מהסביבה ואת חוסר התקשורת הקהילתית במצב הרגשי שהם עצמם שרויים בו.

ג. מסוגלות הורית – "בא לי למות כי אני רואה דרכי איך אני מתנהגת"

ההורים העידו על כך שרמת המסוגלות ההורית שלהם ירדה בזמן המלחמה. ההורים מתארים את הקושי שכרוך מראש בהורות לילד עם אוטיזם, ומבטאים מצב שבו המלחמה העצימה את הקושי הזה.

"כמה תסכול. קשה לקבל אותו [את הילד], תחושה של חוסר אונים, הרבה כעס והמון אתגרים" (ריאיון 1);

קשה לי להכיל את הילד. המלחמה מאוד מקשה על הקשר שגם ככה קשה... עכשיו זו תקופה קשה אז התשובות יהיו בהתאם. תסלחי לי שאולי אני לא האימא מכילה סופר הזו. עדיף שאני לא אהיה במודל של יו"ד. בזמן האחרון [במלחמה], יש הידרדרות בהתנהגות שלו ואני לוקחת את זה ממש קשה (ריאיון 2).

"אני מנסה לחמול על עצמי. אני כועסת מאוד ואז מתבאסת. לפעמים הוא מחקה אותי ואז בא לי למות כי אני רואה דרכו איך אני מתנהגת" (ריאיון 5); "הייתי רוצה להיות אימא טובה יותר, סבלנית יותר אבל אני לא ממש מסוגלת" (ריאיון 8); "אני לא יודעת אם אני מודל עבורו. אני מסורה, מחבקת ויש ימים קשים שאני לא יודעת איך אימא אחרת עומדת בזה" (ריאיון 9); "במצב רגשי כזה אני מתאמצת אבל זה לא הולך לי. מנסה כל הזמן להרים את עצמי" (ריאיון 11).

המסוגלות ההורית מתוארת על ידי ההורים כמצויה ברמה נמוכה מאוד בזמן המלחמה. בדוגמאות לדברי המרואיינים אפשר לראות שחלק מההורים משווים את הקשר שלהם עם ילדיהם טרם המלחמה, לקשר איתם בימי המלחמה. אחת המשתתפות (ריאיון 9) אף מבצעת "הרחקה" לקושי שלה. היא משתמשת בגוף שלישי כשהיא מסבירה שהימים קשים ומציינת שהיא לא יודעת איך "אימא אחרת עומדת בקושי הזה". האם הרחקה זו מסייעת לה להתמודד עם הקושי והיא מציגה אותו באופן כזה כדי לא "להכניס" אותו לתחושתיה? שני מרואיינים (ריאיון 2 וריאיון 11) משתפים בחיבור מעניין לתפיסתם. הם מחברים בין המצב הרגשי שלהם לבין המסוגלות ההורית הנמוכה כפי שהם מעידים על עצמם.

ייתכן שאת ההסבר לרמת המסוגלות ההורית הנמוכה כפי שהציגו אותה ההורים, אפשר לראות בתמה הבאה, העוסקת בהיבטים רפלקטיביים של האופן שבו ההורים תופסים את תפקיד ההורות שלהם.

ד. היבטים רפלקטיביים של ההורות ודרכי התמודדות עם הקושי – "שבעה באוקטובר

זו קללה"

בקרב דבריהם של רוב ההורים עלו היבטים רפלקטיביים של ההורות שלהם לילד עם אוטיזם בזמן המלחמה. מרביתם הביעו כעס וחוסר אונים, למעט שלושה הורים, שהביעו כיוון חיובי מבחינת הלמידה בתקופה מאתגרת זו.

"קשה במלחמה. יש בגן קפסולות, [כי] אין מקום בממ"ד. אני אוהב תפניות, אני חושב שצריך ליהנות מהתהליך ולא רק מהתוצאה. אוהב ללמוד מהטעויות שלי ולהתקדם" (ריאיון 1); "הרבה פעמים אני מאוד כועסת עליו. לפעמים אני מסתכלת על דברים שהוא עושה וממש בא לי לבכות

מזה" (ריאיון 2); "לא יודעת מה עובר עליו. מאז המלחמה אני פחות פנויה לילדים. לפעמים בחוץ אני מתביישת בה. אבל בזכותה למדתי לקבל את האחר" (ריאיון 3); "קשה, לא מבינה מה עובר עליו, המלחמה מאוד מקשה עלינו" (ריאיון 4); "המלחמה הביאה אותי לשבעים אחוז תפקוד. לא חושבת שאני יודעת מה עובר עליו. אנחנו מוותרים לו יותר" (ריאיון 5); "הרבה קושי, כעסים. חוויה מאוד לא פשוטה. אני מרגישה שממש קשה לי" (ריאיון 8); "הכול קשה... אני לא יודעת מה עובר עליו. מרגישה דינמיקה טיפולית. קשה לי וכואב לי" (ריאיון 9); "מאוד קשה. הרבה אלימות מצד הילד. מתסכל ומביך אותי בסביבה. בטח חושבים שאני אימא גרועה" (ריאיון 10); "אני מתייסרת שאני לא יכולה להרים את עצמי אבל אני בטח אימא לא מספיק טובה" (ריאיון 12).

על אף שרוב ההורים מעלים תסכול וקושי בחוויה ההורית שלהם, הם מעלים גם כמה דרכי התמודדות עם המצב. שתי דרכים שחזרו בקרב משתתפים רבים הן הימנעות והסחת דעת, ושמירה על שגרה.

"אני לא אוהב שינויים. שומר על שגרה, הימנעות והדחקה" (ריאיון 1); "אני לא רואה חדשות" (ריאיון 2); "אני מנסה להסיח את הדעת עם ניקיון וטלוויזיה אבל נמנעת מחדשות" (ריאיון 3); "אני טומנת את הראש בחול ושומרת על שגרה" (ריאיון 6); "אני מדחיקה, מתעלמת..." (ריאיון 7); "ניתוק. הכי טוב. אני לא רואה חדשות" (ריאיון 8); "אני פועלת על אוטומט ושומרת על שגרה" (ריאיון 9).

נוסף על כך, ההורים העלו דרכים נוספות להתמודדות עם מצב הדחק ועם השלכותיו: "אני מסדר הכול לפי תבניות. להיות ב־doing. זה עוזר לי" (ריאיון 1); "מזל שיש לי את הספורט, אחרת לא הייתי יכולה לצאת מהדלת... תפילות, חברות טובות" (ריאיון 2); "אני מתנדבת, זה עוזר לי. איזון על ידי בכי ובמלחמה אני גמישה יותר" (ריאיון 5); "אני מטופלת תרופתית. אני אומרת לעצמי אני סוחבת מספיק, ואני לא יכולה להרשות לעצמי אחרת לא היינו מוכנים לזה... במצב מלחמה את לא יכולה לדעת. אם עכשיו יש אזעקה, וואלה הילדים שלי יתפלפו – מאיפה זה הגיע?" (ריאיון 7); "הרבה הומור. אין ברירה, אני חושבת. אני פשוט צוחקת ברגעים הכי קשים" (ריאיון 10).

מתוך הדוגמאות עולה לרוב תסכול וקושי רב של ההורים בהתמודדותם עם ילדם הצעיר בזמן המלחמה. עם זאת, מרואיין 3 ומרואיין 1 העלו גם מעט "נקודות אור" על אף הקושי והתסכול שהם חווים. מרואינים 2, 3, 4, 5, מעלים את הקשר לתפיסתם בין המצב הרגשי שלהם לבין יכולתם להבין את הילד ואת מה שעובר עליו.

נוסף על כך, כל ההורים שיתפו בדרכים שעוזרות להם להתמודד. חלקם עוסקים בהיבטים אישיים, כגון הימנעות, עשייה, שגרה, חברויות ועוד. מרואינת 7 קשרה את מצבה הרגשי, שבגינה היא זקוקה לטיפול תרופתי, לצורך שלה להיות בשליטה ולתפקד כרגיל כדי לגונן על ילדיה. פירוט נרחב והסבר על כך אפשר לראות בתמה הבאה.

ניתוח תמטי של הראיונות העלה כמה נושאים חוזרים בקרב כל המרואינים. על פניו נראה, כי בזמן מלחמה ההורים חווים קשיים ברמות שונות ובתחומי חיים רבים. עם זאת, ניתוח עומק של הראיונות העלה תמה נוספת, העוסקת כולה בקשר בין מצב הדאגה של ההורים, כפי שהם עצמם מתארים אותו, לבין הצורך שלהם לגונן על ילדם הצעיר עם האוטיזם.

ה. הצורך לגונן על הילד עם האוטיזם – "אם היו מתחילים לדבר על זה הייתי אומרת:

'אוזניים קטנות'..."

החיבור בין מצב של דאגה, שמתארים ההורים, לבין הצורך שלהם לגונן על ילדיהם מפאת גילם ולקותם עולה מהדוגמאות הבאות.

"אני מאוד דואגת לילדים. לא רוצה שהיא תראה ותדע יותר מדי. צריך לשמור עליה ולא להעמיס יותר מדי" (ריאיון 3); "אני דואג, וגם לילדים. לא חשפתי בפניהם מה קורה. צריך לדאוג לילדים. לעזור להם להתרחק מהסיטואציה" (ריאיון 4); "התכנסתי לעצמי. הילדים שלי צריכים אותי במלחמה" (ריאיון 5); "אחת הסיבות שהחלטנו לא להביא ילדים. המלחמה גרמה לפחד מאוד גדול... כשיש ילדים על הרצף חייבים להתנהל בגמישות" (ריאיון 6); "אנחנו לא מסבירים לו כלום במלחמה. הוא לא חשוף. אם היו מתחילים לדבר על זה הייתי אומרת: 'אוזניים קטנות'..." (ריאיון 7); "אני מתמודדת עם מחשבות קשות. מאוד קשה. אבל אני חייבת את זה בשביל הילדים. אני לא יודעת היכן הוא יהיה כשיגדל ומי יטפל בו" (ריאיון 10).

הדוגמאות ממחישות את החיבור האינטואיטיבי שההורים עשו בין מצבם הרגשי בעקבות המלחמה לבין הדאגה שלהם לילדם הצעיר עם אוטיזם, ואחת המשתתפות (ריאיון 10) אף הביעה את החשש מבחינת העתיד – "היכן יהיה כשיגדל..."

האחריות ההורית, כפי שעולה מהדוגמאות, ובמיוחד כשמדובר בילדים צעירים עם אוטיזם, מעוררת בהורים דאגה רבה וחשש משמעותי לעתידם.

דיון

המחקר הנוכחי עסק בחוויותיהם של הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך במהלך מלחמת חרבות ברזל. בספרות יש הסכמה, כי בעתות שגרה חווית החיים של הורים לילדים עם אוטיזם ייחודית וטומנת בחובה אתגרים מגוונים הפוגעים באיכות החיים (Pagorek-Eshel & Dekel, 2015). מבחינה פיזית, הורים לילדים עם אוטיזם נוטים להתמודד עם ירידה ברמות האנרגיה, תחושת תשישות מתמשכת, וקשיים פיזיים שונים. מבחינה פסיכולוגית, הם חווים עומס רגשי משמעותי המתבטא ברמות גבוהות של חרדה, דיכאון, רגשות של עצב וחוסר תקווה, תחושת אחריות כבדה וקשיי התמודדות. כאשר מדובר בהורות לילדים בגיל הרך, היבטים אלו הולכים והופכים לעוצמתיים יותר בשל הצורך לגונן על ילדם הצעיר. זאת ועוד, מבחינה חברתית, הורים לילדים עם אוטיזם נוטים לבידוד חברתי, המתבטא בקשיים ביצירת קשרים חברתיים ותחושת בדידות. יחסיהם הבין-אישיים מתאפיינים לעיתים קרובות במתיחות ובחוסר הבנה מצד הסביבה. קשיים כלכליים, הנובעים מהצורך לממן טיפולים יקרים ולהתמודד עם הוצאות רפואיות גבוהות, וכן קשיים בגישה לשירותי בריאות, הכוללים זמינות נמוכה של שירותים, תורים ארוכים ועלויות גבוהות, תורמים להחמרת האתגרים שאיתם מתמודדים הורים אלו (Turnage & Conner, 2022). לבסוף, הורים לילדים עם אוטיזם מדווחים על רמות נמוכות יותר של מסוגלות עצמית הורית בהשוואה להורים לילדים עם התפתחות תקינה (Zhou et al., 2019).

במצבי משבר בינלאומיים, דוגמת מגפת קורונה או מלחמת חרבות ברזל, האתגרים שחווים הורים אלו נוטים להעצים ולהעמיק. דוגמה לכך אפשר לראות בהחרפת הקשיים של הורים

לילדים עם אוטיזם במהלך מגפת קורונה. מחקרים ממדינות שונות חשפו את הנטל הנפשי הכבד שהוטל על כתפי ההורים במהלך המגפה, שאופיינה ברמות דחק גבוהות, בחרדה ובמצוקה. הטלת הסגרים וההגבלות הפתאומיות שיבשו את שגרת חייהם של ילדיהם והובילו להפרעות התנהגותיות, שכללו תוקפנות מוגברת והתנגדות לשינויים. המעבר ללמידה מרחוק הטיל עומס נוסף על ההורים, והוביל לתחושות של בדידות, עייפות וחוסר אונים (Yilmaz et al., 2021). ממצאי מחקר זה עולים בקנה אחד עם תוצאותיהם של מחקרים שנערכו בתקופת קורונה. מצב הקיצון שאליו נקלעה החברה הישראלית בשבעה באוקטובר 2023, עורר בהורי הילדים עם האוטיזם תחושות עוצמתיות של דחק, חרדה ודיכאון, שהשפיעו גם על תחומי חיים אחרים.

בהקשר של מלחמה וסכסוכים, אנשים עם מוגבלויות פגיעים במיוחד; מציאות זו אף זכתה להכרה בסעיף 11 של אמנת האו"ם בדבר זכויות אנשים עם מוגבלויות (United Nations, 2006). אמנת האו"ם בדבר זכויות אנשים עם מוגבלויות מגדירה את הזכויות האזרחיות, הפוליטיות, הכלכליות, החברתיות והתרבותיות של אנשים עם מוגבלויות ומחייבת את המדינות החברות להגן עליהן ולקדם אותן. ישראל אשררה את האמנה בשנת 2012, ובכך התחייבה להטמיע את עקרונותיה בחקיקה ובמדיניות הלאומית. סעיף 11 עוסק במצבי חירום ואסונות טבע. הוא קובע כי על המדינות החברות לנקוט צעדים מתאימים כדי להבטיח את הגנתם וביטחונם של אנשים עם מוגבלויות, ובכלל זה ילדים עם אוטיזם, במצבי חירום כמו מלחמה. ההורים זקוקים להבטחת ביטחונם ושלומם של ילדיהם, לגישה למידע ולשירותים חיוניים, ולתמיכה מיוחדת בשל הצרכים המיוחדים של ילדיהם. מלחמת חרבות ברזל, שפרצה בשבעה באוקטובר 2023, הותירה את כל אזרחי ישראל במצב של אי-ודאות ביטחונית, כלכלית, חברתית ואישית. חווייתם של אנשים עם אוטיזם בעת מלחמת חרבות ברזל עברה טלטלה עמוקה. שינויים במסגרות לימודיות ותעסוקתיות, גיוס של קרובים, מטפלים וחברים – כל אלו הובילו לערעור משמעותי בשגרת חייהם. נוסף על כך, האווירה המתוחה והחרדה האופיינית למצבי מלחמה השפיעה רבות על אנשים אלו. ילדים ובוגרים עם אוטיזם שחוו פינוי מבתיהם נאלצו להתמודד עם ניתוק מהמסגרת המוכרת, מאנשי טיפול ומקשרים חברתיים, וכן עם

סביבה חדשה ומאתגרת. במקרים מסוימים, הפינוי היה לדיור שאינו מותאם לצרכים החושיים הייחודיים שלהם. שינויים קיצוניים אלו עלולים להוביל לנסיגה בהתנהגות ולתגובות קשות, כפי שכבר נצפה בחלק מהילדים המפונים (ברלב ואחרים, 2023).

בהלימה לתיאוריית המערכות האקולוגיות של ברונפנברנר (Bronfenbrenner, 1979), ממצאי המחקר הנוכחי מתארים פגיעה רב־ממדית של המלחמה במשאבים הפסיכולוגיים והחברתיים של הורים לילדים צעירים עם אוטיזם. מצטיירת תמונה של מצוקה רגשית עמוקה שחווים הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך, תוצאה של לחץ וחרדה מוגברים, המושפעים מההקשר של המלחמה. הורים אלו מתארים היעדר תמיכה מהקהילה ומהמשפחה הקרובה, למעט חוויות חיוביות מעטות בסיוע שהתקבל מצוות הגן. במהלך מלחמה, תחושת המסוגלות ההורית של הורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך נוטה להיות נמוכה יותר. קשיים מובנים בהורות לילד עם אוטיזם, המועצמים על ידי ההקשר המאתגר של המלחמה, תורמים לתחושה זו. תיאוריית המערכות האקולוגיות שופכת אור על יחסי הגומלין הדינמיים בין משפחות לסביבתן, תוך זיהוי גורמים ברמה המיקרו, המזו, האקסו והמקרו, המשפיעים על החוסן המשפחתי (Guntz, 2021; Gur et al., in press).

אפשר אף להסביר פגיעה רב־ממדית זו באמצעות המושג ספירלת האובדנים (Loss Spiral), הנובע מתיאוריית שימור המשאבים (The Conservation of Resources Theory) (Hobfoll, 1991). תיאוריית שימור המשאבים היא מרכזית בהבנת המניעים והתגובות של בני אדם למצבי לחץ ודחק. לפי התיאוריה, בני האדם רואים במשאבים השונים העומדים לרשותם, משאבים פסיכולוגיים, פיזיים, חברתיים, ערך רב, ופועלים כדי לשמר אותם ולהגן עליהם. לפי התיאוריה, אובדן של משאבים או איום על משאבים קיימים מובילים למצב של דחק ולחץ, שכן המשאבים חיוניים להתמודדות יעילה עם דרישות המציאות. במצבים כאלה, בני אדם נוטים להשקיע מאמצים רבים כדי לשמר את המשאבים הנוותרים, למנוע אובדן נוסף של משאבים, ולנסות לרכוש משאבים חדשים שיפצו על האובדן. ספירלת אובדן המשאבים מתארת מצב שבו אובדן משאבים מוביל לאובדן נוסף של משאבים, כך שנוצרת ספירלה יורדת של אובדן מתמשך. זו מתרחשת בשל כמה גורמים. ראשית, משאבים שונים קשורים זה לזה בקשרי

גומלין, כך שאובדן של משאב מסוים עלול לפגוע גם במשאבים אחרים הקשורים אליו. שנית, משאבים הם חיוניים לא רק לתפקוד יומיומי, אלא גם להשגה ולשימור של משאבים נוספים. לבסוף, מצב של חוסר משאבים חושף את הפרט לסיכונים ולאיומים נוספים, אשר עלולים להוביל לאובדן נוסף של משאבים ולהידרדרות נוספת במעגל הספירלה.

המושג ממחיש את ההשפעות המצטברות של גורמי לחץ על המשאבים של הפרט. כאשר אנשים חווים מצבי דחק מתמשכים, הם עשויים לחוות אובדן ראשוני של משאבים יקרי-ערך, כגון רווחה רגשית ותמיכה חברתית. אובדן ראשוני זה עלול לגרום לאובדן של משאבים נוספים, וליצירת אפקט ספירלי של שרשרת דילול משאבים.

בהקשר של הורים לילדים צעירים בגיל הרך עם אוטיזם בזמן מלחמה, ממצאי המחקר מדגימים רשת מורכבת של אובדן משאבים בתחומים פסיכולוגיים, חברתיים וסביבתיים. חווית החיים של הורים לילדים עם אוטיזם עשויה להיתפס כמצב דחק מתמשך, כפי שהודגם בתחילת הדיון. המלחמה מוסיפה נדבך נוסף של קושי, ומעמיסה על ההורים אובדן נוסף, הן ברמה האישית הן ברמה החברתית. הלחץ והחרדה המוגברים שנובעים מהמלחמה או גם מגילם הצעיר של ילדם עם האוטיזם, מובילים למצוקה רגשית עמוקה בקרב הורים אלו. מצוקה זו מדלדלת את משאביהם הפסיכולוגיים, המועטים מלכתחילה בשל הקשיים המובנים הכרוכים בגידול ילד עם אוטיזם. התוצאה היא היווצרותו של אפקט ספירלי, שבו אובדן ראשוני של משאבים פסיכולוגיים מוביל למתח רגשי נוסף, המחריף את המצב. היעדר תמיכה מהקהילה ומהמשפחה הקרובה מחמיר את תחושות הבידוד והניכור שחווים הורים אלו, ומוסיף נדבך נוסף לספירלת האובדן. תחושות אלו גורמות לפגיעה בתחושת המסוגלות ההורית. בשל כך, הורים אלו עשויים להתקשות עוד יותר לגייס את המשאבים הדרושים להם להתמודדות. סביבת המלחמה אף עלולה להגביל את הגישה לשירותים ולטיפולים, ובכך להקשות עוד יותר על ההורים. האחריות הטיפולית התובענית ממילא נופלת כעת על כתפיהם באופן בלעדי כמעט, ועשויה לגרום להם לחוש מוצפים וחסרי אונים.

מגבלות המחקר

למחקר הנוכחי כמה מגבלות שיש להביא בחשבון בעת פרשנות התוצאות. ממצאי המחקר אינם ניתנים להכללה באופן גורף לכלל אוכלוסיית ההורים לילדים עם אוטיזם בגיל הרך. ייתכן שהחוויות המתוארות במחקר ייחודיות לקבוצה ספציפית של הורים, ואינן משקפות את המציאות של כלל ההורים. אופיו האיכותני של המחקר כולל פוטנציאל להטיה. הרקע, הניסיון ונקודות המבט של החוקרות עשויים להשפיע על אופן איסוף הנתונים, על ניתוחם ועל פירושם.

השלכות יישומיות והמלצות למחקרי המשך

למרות מגבלות המחקר, המחקר הנוכחי תורם להבנת ההשפעות של מלחמה על הורים לילדים עם אוטיזם, ובכך נושא השלכות משמעותיות ברמת הפרקטיקה והמדיניות בחינוך ובשירותים חברתיים. ההכרה באתגרים הייחודיים שחווים הורים לילדים עם אוטיזם בזמן מלחמה מדגישה את הצורך בשירותי תמיכה מותאמים במסגרת מערכות החינוך והרווחה. העלאת מודעות בקרב אנשי מקצוע העובדים עם ילדים עם אוטיזם חיונית להבנת המורכבות, ותאפשר לספק התאמות והתערבויות ספציפיות לילדים אלו ולהוריהם. נוסף על כך, יש לספק תמיכה מקיפה שתיתן מענה לצרכים המגוונים של ילדים עם אוטיזם והוריהם. תמיכה זו יכולה לכלול סיוע רגשי, ייעוץ פסיכולוגי, הדרכת הורים ושירותי טיפול.

כמו כן, לחיבור בין משפחות המתמודדות עם גידול ילד עם אוטיזם בזמן מלחמה חשיבות רבה. יצירת קהילה תומכת מאפשרת תחושת שייכות, תמיכה הדדית, חילופי מידע והעצמה. במסגרת קהילה תומכת, משפחות מוצאות קבוצה של אנשים המבינים את הקשיים הייחודיים שלהן וחולקים חוויות דומות. הן יכולות להציע זו לזו עזרה מעשית, עצות רגשיות ותמיכה, וכן לחלוק מידע על שירותים זמינים, על משאבים יעילים ועל אסטרטגיות התמודדות מוצלחות. יצירת קשרים משמעותיים בין משפחות אלו יכולה להקל באופן משמעותי על תחושת הבדידות והלחץ ולחזק את תחושת הקהילה. אפשר ליצור קשרים אלו באמצעות הקמת קבוצות תמיכה, יצירת פורומים מקוונים, ארגון פעילויות משותפות או חיבור אישי בין משפחות המתגוררות באזורים סמוכים (Gur et al., in press).

לבסוף, בהתחשב במחסור בנתונים על חוויותיהם של ילדים עם מוגבלויות ומשפחותיהם בזמן מלחמה (Priddy, 2019), יש צורך במחקרי המשך. מחקרי אורך יעזרו לנטר צרכים אלו לאורך זמן ולסייע בפיתוח מדיניות שתתמוך בצורה יעילה יותר במשפחות המגדלות ילדים עם מוגבלויות בעתות מלחמה או במשברים אחרים. ראשית, חשוב לערוך מחקרי אורך המנטרים היבטים פסיכולוגיים, חברתיים וכלכליים בחייהן של משפחות אלו לאורך זמן, החל מפרוץ המשבר, ובוחנים את ההשלכות ארוכות-הטווח. יש לבחון גורמים כמו רמות חרדה, תמיכה פורמלית ובלתי-פורמלית שהמשפחות מקבלות, ולעקוב אחר הקשר בין מצבן של המשפחות לתוצאות התפתחותיות של הילדים עם המוגבלות.

במקביל, נדרשים גם מחקרים המתמקדים בילדים עם המוגבלויות עצמם ובוחנים את ההיבטים הפסיכולוגיים, החברתיים והחינוכיים המשפיעים עליהם בעתות משבר, ובודקים את האופן שבו חווים מצבי מלחמה ואיום קיומי ומגיבים להם, ואת הצרכים הייחודיים שלהם.

רשימת מקורות

איפלח, ת' (2003). התנהגות היא שפה: מצבים במשפחה המודרנית – על יחסים בין הורים לילדים. רבגון.

בן צבי, מ' (2009). אוטיזם – טיפול באמצעות ניתוח התנהגות. אח. ברלב, ל', גדג', נ', יאבו, מ', נגר אידלמן, ר' ורימון גרינשפן, ה' (2023). אנשים עם מוגבלות

בישראל במלחמת "חרבות ברזל": עובדות ומספרים. מאירס ג'וינט ברוקדייל. גילת, ע' ובורנסטיין, ג' (2018). שנינו יחד – שנינו הם אחד ועוד אחד: אימהות לילדים עם צרכים מיוחדים מתגייסות לשילובם בכיתה הרגילה. סחי"ש: סוגיות בחינוך מיוחד ובשילוב, 29, 5-28.

דושניק, ל' (2011). ניתוח נתונים במחקר איכותני: הצעה לארבעה עקרונות מנחים. שבילי מחקר, 17, 137-143.

הלל לביאן, ר' ובכר כץ, ע' (2010). ילדי הבועה בחיי הבבואה – שילוב ילדים עם אוטיזם בחינוך הרגיל. סחי"ש: סוגיות בחינוך מיוחד ובשילוב, 25(1), 43-58.

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. (2024). נתונים על אנשים על הרצף האוטיסטי מתוך מרשם אנשים עם מוגבלות לרגל יום המודעות העולמי לאוטיזם.

https://www.cbs.gov.il/he/mediarelease/DocLib/2024/102/15_24_102b.pdf

כץ-אופנהיימר, ר' (2001). *חברות – מילדות לבגרות*. מעלות.
 כצנלסון, ע' (2005). *הורים וילדים ומה שביניהם: פסיכולוגיה של הורים וילדים*. עמיחי.
 פסטרנק, ר' (2002). *המשפחה המחנכת: חממה או מלכודת? איתאב*.
 פרוי, מ', גל, מ' וארבל, ש' (2016). DSM5 ואוטיזם: שינויים אבחוניים והסתמנויות קליניות בילדות המוקדמת. *הרפואה*, 155(5), 295-291.
 קויפמן, ת' (2008). בצל המחלה: השפעת מחלת נפש על האחים הבריאים. *פסיכולוגיה עברית*.
<https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=1723>

שקדי, א' (2003). מילים המנסות לגעת: מחקר איכותני – תיאוריה ויישום. רמות.

Akçay, E., Başgül ŞS. (2020). Pandemic and children with special needs/at risk. *Turkiye Klinikleri*, 2020, 55-61.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (DSM-5, fifth ed.). American Psychiatric Association.

Asadzadeh, A., Kötter, T., Salehi, P., & Birkmann, J. (2017). Operationalizing a concept: The systematic review of composite indicator building for measuring community disaster resilience. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 25, 147–162.

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.

- Bandura, A. (2000). Self-efficacy: The foundation of agency. 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*. Routledge.
- Bempechat, J., & Shernoff, D. J. (2012). Parental influences on achievement motivation and student engagement. *Handbook of research on student engagement* (pp. 315-342). Springer.
- 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*. <https://doi.org/10.29011/2642-3227.000044>
- 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.
- Bonis, S. (2016). Stress & parents of children with Autism: A review of literature. *Issues in Mental Health Nursing*, 37(3), 153-163.
- Boshoff, K., Gibbs, D., Phillips, R. L., Wiles, L., & Porter, L. (2019). A meta-synthesis of how parents of children with autism describe their experience of advocating for their children during the process of diagnosis. *Health & Social Care in the Community*, 27(4), e143–e157.
- Bronfenbrenner, U. (1979). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513.
- Collins, W. A., Maccoby, E. E., Steinberg, L., Hetherington, E. M., & Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting: The case of nature and nurture. *American Psychologist*, 55, 218-232.

- Cox, A. H., Marshall, E. S., Mandelco, B., & Olsen S. F. (2003). Coping responses to daily life stressors of children who have a sibling with a disability. *Journal of Family Nursing*, 9, 397-413.
- Dia, D. A., & Harrington, D. (2006). What about me? Siblings of children with an anxiety disorder. *Social Work Research*, 30(3), 183-188.
- Dinstein, I., Solomon, S., Zats, M., Shusel, R., Lottner, R., Ben Gershon, B., Meiri, G., Menashe, I., & Shmueli, D. (2024). Large increase in ASD prevalence in Israel between 2017 and 2021. *Autism Research*, 17(2), 410-418.
- Eltanamly, 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.
- 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.
- Falk, N. H., Norris, K., & Quinn, M. G. (2014). The factors predicting stress, anxiety and depression in the parents of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44(12), 3185-3203.

- Gardiner, E., Mâsse, L., & Iarocci, G. (2019). A psychometric study of the family resilience assessment scale among families of children with autism spectrum disorder. *Health and Quality of Life Outcomes*, 17(1), 45.
- Gobrial, E. (2018). The lived experiences of mothers of children with the autism spectrum disorders in Egypt. *Social Sciences*, 7(8), 1-11.
- Gunty, A. L. (2021). Rethinking resilience in families of children with autism spectrum disorders. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 10(2), 87-102.
- Gur, A., Bar Meir, Y., Edelstein, M., Nagar, M., Rokach, O., Reich, A., & Hindi, T. N. (in press). Family resilience in families of children with autism spectrum disorders: Ecological Systems Theory perspective. *Intellectual and Developmental Disabilities*.
- Hall, C. M. (2011). *Social networking and teens with autism spectrum disorder: A case study of online friendship*. [Unpublished doctoral dissertation, Northcentral University (NCU), Arizona].
- Hall, C. E., Wehling, H., Stansfield, J., South, J., Brooks, S. K., Greenberg, N., Amlôt, R., & Weston, D. (2023). Examining the role of community resilience and social capital on mental health in public health emergency and disaster response: A scoping review. *BMC Public Health*, 23(1), 2482. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17242-x>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629-642.

- Hiraoka, D., & Tomoda, A. (2020). Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID-19. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(9), 497-498.
- Hobfoll, S. E. (1991). Traumatic stress: A theory based on rapid loss of resources. *Anxiety Research*, 4(3), 187-197.
- Hus, Y., & Segal, O. (2021). Challenges surrounding the diagnosis of autism in children. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 3509-3529.
- Juneja, M., & Gupta, A. (2020). Managing children with special needs in COVID-19 times. *Indian Pediatrics*, 57(10), 971.
<https://doi.org/10.1007/s13312-020-2009-1>
- Kapp, L., & Brown, O. (2011). Resilience in families adapting to autism spectrum disorder. *Journal of Psychology in Africa*, 21(3), 459-463.
- Khalifa Aleghfeli, Y., & Hunt, L. (2022). Education of unaccompanied refugee minors in high-income countries: Risk and resilience factors. *Educational Research Review*, 35. <http://dx.doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100433>
- Mannion, A., & Leader, G. (2013). Comorbidity in autism spectrum disorder: A literature review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(12), 1595-1616.
- McConnell, D., & Savage, A. (2015). Stress and resilience among families caring for children with intellectual disability: Expanding the research agenda. *Current Developmental Disorders Reports*, 2(2), 100-109.
- Mello, R., Rivard, M., & Terroux, A. (2019). Quality of life in families of young children with autism spectrum disorder. *American Journal of Intellectual and Developmental Disabilities*, 124(6), 535-548.
<https://doi.org/10.1352/1944-7558-124.6.535>

- 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.
- Mereoiu, M., Bland, C., Dobbins, N., & Niemeyer, A. (2015). Exploring perspectives on child care with families of children with autism. *Early Childhood Research & Practice, 17*(1), 1-13.
- Mike, N. Y. (2019). Phenomenological study on social workers with children with special needs. *Walden Dissertations and Doctoral Studies Collection*. Walden University Scholar Works.
- 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.
- 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), 696-706.
- Priddy, A. (2019). *Disability and armed conflict*. The Geneva Academy of International Humanitarian Law and Human Rights.
- Rivard, M., Morin, D., & Coulombe, P. (2023). The diagnostic period for Autism: Risk and protective factors for family quality of life in early

- childhood. *Journal of Autism Developmental Disorders*, 53, 3755–3769.
<https://doi.org/10.1007/s10803-022-05686-w>
- 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.
- Rusli, N. A. B., & Varga Nagy, A. (2023). The Reggio Emilia approach to special needs children. *Special Treatment Interdisciplinary Journal*, 9(3), 149-168.
- 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.
- 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>
- Saracho, O. N. (2021). Theories of child development and their impact on early childhood education and care. *Early Childhood Education Journal*, 51, 15-30.

- Schwartz, D. (2018). Embedded in the crowd: Creative freelancers, crowdsourced work, and occupational community. *Work and Occupations*, 45(3), 247-282.
- Shattnawi, K. K., Bani Saeed, W. 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.
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281.
- Turnage, D., & Conner, N. (2022). Quality of life of parents of children with Autism Spectrum Disorder: An integrative literature review. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 27(4), e12391.
- United Nations. (2006). Convention on the Rights of Persons with Disabilities. <https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-e.pdf>
- Verté, S., Roeyers, H., & Buysse, A. (2003). Behavioural problems, social competence and self-concept in siblings of children with autism. *Child: Care, Health and Development*, 29(3), 193-205.
- Yates, K., & Couteur, A. (2016). Diagnosing autism/autism spectrum disorders. *Paediatrics and Child Health*, 26(12), 513-518.
- Yilmaz, B., Azak, M., & Sahin, 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.
- Zhou, Y., Yin, H., Wang, M., & Wang, J. (2019). The effect of family-focused psychoeducational therapy for autism spectrum disorder children's

parents on parenting self-efficacy and emotion. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33(1), 17-22.