

**הקשר בין דפוסי חשיבה רציונליים ואירציונליים,
ורמת הסתגלות רגשית: דמיון בין הורים לילדם
בשלב היציאה מהבית והגיוס לצבא**

חיבור לשם קבלת התואר "דוקטור לפילוסופיה"

מאת:

נירה שמואלי

היחידה ללימודים בין תחומיים

התוכנית ללימודי מגדר

הוגש לסנט של אוניברסיטת בר-אילן

אב, תשפ"א

רמת גן

עבודה זו נעשתה בהדרכתה של פרופ' רבקה תובל-משיח
המחלקה לפסיכולוגיה, ראשת התוכנית ללימודי מגדר
אוניברסיטת בר-אילן

בלדה הצמון, הסתיים תהליך רכישת השכלה בצדק פחות שלפתיים - היפלאטות מבית הספר
בשיל 15, תחילת השכלה שבוהרה בשיל 40 וסיום הצוקטורט בשיל 36. ובין לבין חיים
שלמים.

אני רוצה להודות בלב מלא הערכה לאנשים היקרות והיקרים שנתנו מעצמם, שזכו.
עוד, איוו, תמכו, וסייעו להביא את עבודת הצוקטורט אל סיומה:

המשפחות שהשתתפו במחקר ותמכו מצמון, במעקב מחקר מורכב בו מילאו שאלונים
רבים הסתייגו וקודות צמון ובכך אפשרו למחקר להיערך.

פרופ' רבקה תובל-משיח שהנחתה אותי בגישות הנחישות ובמסירות לאורך כל
השנים, והייתה עם לכל התלבטות תהייה, וחידוד הצברים בצדק מקצועית ורחבת
אופקים.

צ'ר פות מאקינסון, האם הפוחנית המורה, המצריכה והחברה, שבזכותה התמחיתי
ה - REBT ויחד איתה בנינו את השילוב הייחודי של מחקר בהיבטים קולטניביים
והיבטים מערכתיים-משפחתיים.

צ'ר שחר ביטון שעשה איתי את הצדק הארוכה של איסוף הנבצקים במעקב מחקר
מאתגר ויחד יכולנו לו.

שבי אופית קנצל מפכילת התוכנית אלימודי מעצה, שזיוותה לאורך השנים והייתה
אמונה על מציאת הצדק בסביבי הביורוקרטיה.

צ'ר אמיר חפץ וצ'ר שבי ליברמן, שיזעו לתפלט את מטרת המחקר שלי למערכים
סוציולוגיים, ולימדו אותי בסבלנות רבה סטטיסטיקה למתקדמות.

לבסוף, לשתי ילדיי, בן וזוטי, חבתי וחברותי הקרובות שתימיז כאן לצידי מלונות
ומלווים אותי בצדק הפתלתלה של חוויות הצלחה לצד חוויות מתסכלות נחומות
ונחומים לא לתת לי לזכות בצדק אל היעד.

תודה לכובלכם

תוכן עניינים

א	תקציר	א
1	מבוא	1
3	רקע תיאורטי	2
3	2.1 דפוסי חשיבה על פי תיאוריית REBT	2.1
4	2.1.1 מאפייני האמונות הרציונליות והאירציונליות	2.1.1
5	2.1.2 אמונות רציונליות ואירציונליות והסתגלות רגשית	2.1.2
6	2.2 המשפחה כמערכת	2.2
7	2.2.1 תיאוריית המערכות והמשפחה	2.2.1
7	2.2.2 אמונות במשפחה לפי התיאוריה המערכתית והקוגניטיבית	2.2.2
8	2.2.3 אמונות משפחתיות והסתגלות רגשית של הורים וילדיהם	2.2.3
10	2.3 היציאה מהבית והגיוס לצבא	2.3
11	2.3.1 המשפחה הישראלית בשלב היציאה מהבית והגיוס לצבא	2.3.1
11	2.3.2 הסתגלות הצעירות והצעירים ליציאה מהבית והגיוס לצבא	2.3.2
13	2.3.3 הסתגלות ההורים ליציאת ילדיהם מהבית וגיוסם לצבא	2.3.3
15	3. שיטת המחקר	3
15	3.1 אוכלוסיית המחקר	3.1
16	3.2 הליך המחקר	3.2
16	3.3 כלי המחקר	3.3
18	3.4 מודל המדידה	3.4
21	4. מחקר ראשון	4
21	Similarities and Differences Across Family Members: Belief System, Family Support, Well-Being, and Distress	
22	Abstract	
22	Introduction	
25	Method	
28	Results	
34	Discussion	
38	5. מחקר שני	5
38	Familial Thinking Patterns: Rational and Irrational Beliefs During a Life Transition	
39	Abstract	
39	Introduction	
43	Method	
44	Results	
54	Discussion	
60	6. מחקר שלישי	6

	The Family Interpretive System, Psychological Adjustment Before and After the
60.....	Leaving-Home Transition, and Gender Differences
61.....	Abstract
61.....	Introduction
64.....	Method
68.....	Results
77.....	Discussion
83.....	7. דיון כללי
83.....	7.1 דפוסי חשיבה משפחתיים והסתגלות רגשית משפחתית
86.....	7.2 פרשנות משפחתית והסתגלות רגשית בשלב היציאה מהבית
87.....	7.3 הבדלים מגדריים
88.....	7.4 השלכות תיאורטיות
89.....	7.5 השלכות פרקטיות
90.....	7.6 מגבלות המחקר
91.....	7.7 מסקנות
92.....	8. מקורות
111.....	9. נספחים
I.....	Abstract

20.....	טבלה 1
31 Cross-triadic members' comparison of key research indicators	טבלה 2
Modeling results for depression symptoms and well-being, effects, and ranked marginal 32means	טבלה 3
33 Modeling results for symptoms and anxiety symptoms, effects, and ranked marginal means .	טבלה 4
51 Standardized model coefficients of rational and irrational beliefs	טבלה 5
51 Structural model correlations between rational and irrational beliefs	טבלה 6
53 Invariance test across time and family members, triadic and dyadic models.....	טבלה 7
73 Rational beliefs change score modeling results	טבלה 8
73 Irrational beliefs change score modeling results	טבלה 9
74 Well-being over time and cross-member, estimated mean and variance	טבלה 10
74 Results for the three well-being indicators: RBs/IBs, gender, mother's education	טבלה 11
74 IBs and RBs as predictors of family members' well-being	טבלה 12
75 Depression overtime and ceoss-member, estimated mean and variance.....	טבלה 13
75 Results for the three depression indicators: RBs/IBs, gender, mothers education	טבלה 14
75 IBs and RBs as predictors of family members' depression	טבלה 15
76 Over time and cross-members correlations, anxiety	טבלה 16
76 Results for the three anxiety indicators: RBs/IBs, gender, mothers education	טבלה 17
76 IBs and RBs as predictors of family members' anxiety.....	טבלה 18
50 Correlation within the triad between Time 1 and Time 2	איור 1
52 The final two-time structural model, standardied coefficients	איור 2
67 Conceptual unconditional latent change modeling for two-timepoint observed items	איור 3
68 Clustering results for RBs and IBs	איור 4
68 A schematic model of latent beliefs explaining latent stress outcomes across family members	איור 5

רשימת קיצורים

Rational emotive behavior therapy – REBT

Rational-emotive behavior consultation/Coaching – REBC

Rational-emotive education – REE

א"ר – אמונות רציונליות

אא"ר – אמונות אירציונליות

Activating events, beliefs/cognitions, consequences – ABC

אמ"ת – אירוע מפעיל, מחשבה, תוצאה

The Abbreviated Version of the Attitudes and Belief Scale 2 - ABS2-AV

World Health Organization - WHO

State-Trait Anxiety Inventory – STAI

Patient Health Questionnaire - PHQ

Perceived Stress Scale – PSS

Multidimensional Scale of Perceiver Social Support - MSPSS

generalized estimating equation – GEE

Full information maximum likelihood - FIML

Latent Change Score - LCS

confirmatory factor analysis – CFA

Exploratory Factor Analysis - EFA

Lower Irrational Beliefs – LIBs

Higher Irrational Beliefs – HIBs

תקציר

תיאוריית המערכות המשפחתית וגישת הטיפול הקוגניטיבית-התנהגותית משפחתית, מספקות נקודת מבט אינטראקטיבית על תהליכים משפחתיים. בתוך כך נבחנות סיבתיות והדדיות באינטראקציות המשפחתיות וכיצד כל אחת ואחד מבני המשפחה משפיעים ומושפעים מבני המשפחה האחרים. דרך פרספקטיבה זו, המשפחה הנה המקור להעברה, הבניה, שימור ותחזוקה של מערכת האמונות והמערכת הרגשית במשפחה במהלך הדורות. אמונות רציונליות ואירציונליות, שהן הליבה של מערכת פרשנות זו לפי תיאוריית REBT (Ellis, 1994, Rational Emotive - Cognitive Behavioral Therapy) משפיעות על ההסתגלות הרגשית של כל פרט ושל המשפחה כולה בחיי היומיום כמו גם במצבים מעוררי לחץ. דפוסי חשיבה רציונליים, כלומר גמישים ולא קיצוניים, יתרמו למערכת פרשנות גמישה יותר ויאפשרו הסתגלות טובה יותר של בני המשפחה בכל שלב ואילו דפוסי חשיבה אירציונליים, כלומר נוקשים וקיצוניים, יגבירו מצוקה נפשית ויפגמו בהסתגלות. היציאה מהבית של ילדי המשפחה וגיוסם לצבא מפגישה הן את ההורים והן את ילדיהם עם הצורך להסתגל למורכבות המעבר והשינוי בחייהם, ולכן, במחקר הנוכחי נבדקו הורים וילדתם או ילדם הבוגרים (+18) כטריאדה משפחתית, בשתי נקודות זמן, לפני ואחרי הגיוס לצבא.

מטרת המחקר המרכזית הייתה לבחון האם קיימת מערכת פרשנות משפחתית וכיצד מערכת זו תורמת למדדים של הסתגלות רגשית טובה יותר, כלומר, לרמות נמוכות יותר של מדדי מצוקה ולרמות גבוהות יותר של מדדי רווחה או לחילופין להסתגלות פחות טובה, של שלושת בני המשפחה. כל זאת בשלב בו חל שינוי משמעותי בחייהם. מטרות נוספות היו לבחון הבדלים ודמיון תוך משפחתיים בדפוסי הפרשנות, האם דפוסי אלו משתנים כשמבנה המשפחה עובר שינוי, כלומר בשלב היציאה מהבית והגיוס לצבא של הצעירות והצעירים, והאם קיימים הבדלים מגדריים הן בדפוסי החשיבה והן במדדי ההסתגלות הרגשית. המשתנים התבססו על התיאוריה הקוגניטיבית-התנהגותית ועל ממצאי מחקרים קודמים שהוכיחו קשר בין דפוסי חשיבה ורמות של מדדי הסתגלות שונים ברמת היחיד. המחקר הנוכחי ביקש ללכת צעד נוסף, ולבחון הבנות אלו כמתקיימות במערכת המשפחתית, ובתוך כך לבחון השתנות בדפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית.

במחקר השתתפו 402 משפחות שכללו אם, אב וילדם בזמן 1 של המחקר שהתקיים עד 4 חודשים לפני היציאה מהבית ו - 207 משפחות בזמן 2 שנערך חצי שנה אחרי הגיוס לצבא. איסוף הנתונים נמשך שלוש וחצי שנים, בין 2016 ל - 2019. השאלונים היו כולם בדיווח עצמי והופצו באינטרנט למילוי ממוחשב. השאלונים כללו פרטים סוציו-דמוגרפיים ובחנו דפוסי חשיבה, סימפטומים של דיכאון, חרדה, לחץ נתפס, רווחה נפשית ומדדים של תמיכה משפחתית. נערכו מספר מודלים של מדידה על מנת להתמודד עם מורכבותו

של המחקר, שבחן שלושה בני משפחה בשתי נקודות זמן. ממצאי המחקרים מובאים דרך שלושה מחקרים, בשלושה מאמרים.

המחקר הראשון, בחן מה הם ההיבטים הדומים והשונים בין בני המשפחה בדפוסי החשיבה ומדדי ההסתגלות הרגשית, וכיצד דפוסי החשיבה, תמיכה משפחתית כפי שנתפסת בעיני הילד, מגדר ומצב משפחתי תורמים להסתגלות הרגשית המשפחתית. ההורים וילדם או ילדתם מילאו את השאלונים בזמן 1 של המחקר. במחקר נעשה שימוש באומדן כוללני רב משוואות (generalized estimating equation GEE) על מנת לבחון התנהגות טריאדית כפי שנמדדה באשכולות המשפחתיים. הממצאים לימדו על דמיון בין בני המשפחה במדדים השונים, עם הבדלים דקים ביניהם. כמו כן נמצאה תגובה מערכתית של שלושת בני המשפחה כאשר הסתגלותה של המשפחה נמצאה קשורה לסטטוס המשפחתי ולתפיסת הילד את תמיכת משפחתו. תסמיני המצוקה של האימהות נמצאו הגבוהים מבין בני המשפחה. כמו כן מדדי המצוקה של הבנות היו גבוהים מאלו של הבנים. מסקנתנו ממחקר זה הייתה כי ישנם דפוסי חשיבה והסתגלות רגשית דומה בין בני המשפחה בשלב בו הם גרים תחת קורת גג אחת וכי הנשים נמצאות במצוקה רגשית גבוהה יותר מהגברים.

המחקר השני בחן קשרים בין דפוסי החשיבה של שלושה בני משפחה, אבא, אבא וילדם או ילדתם המייצגים 390 משפחות בזמן 1 ו 207 משפחות בזמן 2. בשל ריבוי המשתנים (שלושה בני משפחה, שתי נקודות זמן, 24 פריטים של שאלון דפוסי החשיבה) ועל מנת שניתן יהיה להשוות בין בני המשפחה ולהעריך עקביות במדדים אלו, נבנה מבחן מקדים ניתוח גורמים מאשש (parceling technique) בהתבסס על גורם הטעינות של ילדי המשפחות. הממצאים העלו מבנה חשיבה משותף לאם ולילדיה (האופן בו הם תופסים את החשיבה הרציונלית והאירציונלית וייצוג משותף של המציאות) שנשמר בשתי נקודות הזמן. בנוסף, נמצאו רמות משפחתיות משותפות של דפוסי החשיבה. רמות אלו עברו שינוי עם יציאת הצעירים והצעירות מהבית אך הקשרים בין בני המשפחה נשמרו.

המחקר השלישי בחן את המודל המלא של דפוסי חשיבה משפחתיים והסתגלות רגשית של שלושת בני המשפחה בזמן 1 והשינוי שחל בהם בזמן 2. האם, האב וילדם או ילדתם ייצגו 390 משפחות בזמן 1 ו 207 משפחות בזמן 2. בהתבסס על הנתונים שנאספו נבנה מודל סטטיסטי ששילב ציון שינוי לטנטי (Latent Change Score LCS) במסגרת טריאדית. הממצאים הראו שבני המשפחה חלקו מערכת פרשנות משפחתית והסתגלות רגשית בזמן 1. נמצאו שני סוגי משפחות שנחלקו למשפחות נמוכות באירציונליות ומשפחות גבוהות באירציונליות. המשפחות נמצאו דומות ברמות החשיבה הרציונלית. בזמן 2 חלו שינויים ברמות של דפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית כאשר המצוקה הרגשית של המתגייסים עלתה משמעותית. הדפוסים המשפחתיים נמצאו קשורים לדפוסים של ההסתגלות הרגשית בזמן 1 אך לא נבאו הסתגלות רגשית בזמן 2.

ממצאי המחקרים מאששים את התיאוריה המערכתית המשפחתית והקוגניטיבית-משפחתית, ומלמדים אותנו כי קיימת במשפחה מערכת פרשנות משפחתית הקשורה להסתגלות הרגשית המשפחתית. הומוגניות זו פוחתת חצי שנה לאחר יציאת הילד מהבית וגיוסו לצבא. הדמות הדומיננטית במערכת הפרשנות והוויסות הרגשי המשפחתי היא האם.

1. מבוא

תני לה גורל / חלי ראובן

הגורל של בתך
בידיך
היא רואה אותך
ולומדת להיות כמוך
היי טובה עם עצמך בשבילה
תני לה גורל
של
חופש
מגיע לה להוריד את העולם
שאמא שלך הניחה על ראשך
ואת הנחת לה על הראש
זה יגיע גם לראשן של נכדותייך... ולבנותיהן
היא ילדה
גם את
תני לה
את
שמחתך
תניחי את מה שלא שייך לך
תקדי
מגיע לה
היא ילדה.

בעבודה שלפנינו נבקש לבחון, בשלושה מחקרים שונים, את הדומה והשונה בדפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית של שלושה בני משפחה, הורים וילדם או ילדתם הבוגרים בשתי נקודות זמן. האחת טרם יציאתם מהבית והשנייה חצי שנה לאחר שיתגייסו לצבא. שלב זה של יציאה מהבית הנו שלב התפתחותי משפחתי וככזה מעורר לחץ ודורש התמודדות של כל בני המשפחה. התמודדות זו תאפשר לנו לחקור בתוך מצב חיים מאתגר את דפוסי החשיבה הפרטניים והמשפחתיים, כיצד הם קשורים להסתגלות הרגשית של כל פרט במשפחה ושל המשפחה כשלם וכיצד הם ישתנו עם היציאה של הצעירים מהבית.

המסגרת התיאורטית במחקר זה תשען על: (1) התיאוריה הקוגניטיבית-התנהגותית Rational Emotive - Cognitive Behavioral Therapy (REBT) (Ellis, 1994; Ellis, David & Lynn, 2010). הרציונל להכנסת מודל זה למחקר נובע מההבנה שמערכת אמונות ופרשנות למצבי חיים, ובכלל, קשורות להסתגלות הרגשית של כל אדם. נקודת מבט זו תאפשר לבחון את הקשר בין דפוסי חשיבה רציונליים ואירציונליים להסתגלות הרגשית של שלושת בני המשפחה, הן כיחידים והן כמערכת משפחתית בשלב של מעבר חיים משמעותי בכלל, עזיבת הבית, ושלב הגיוס לצבא בישראל בפרט. (2) תיאוריית המערכות כפי שבאה לביטוי בהבנה ובטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי במשפחה (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010; Minuchin, 1974). תיאוריית המערכות מבוססת על תפיסת מערכת כזו

הנקבעת על ידי פעולת הגומלין ההדדית של רכיביה. תיאוריה זו בהקשר המשפחתי מסבירה את התנהגות היחיד במשפחה כמגיב להתנהגויות של שאר בני המשפחה ואילו הם מגיבים להתנהגותו. מערכת מעגלית תמידית בה כל אחד מושפע מהאחר ומשפיע עליו. באופן זה ניתן יהיה להסביר את הדמיון במערכת האמונות המשפחתית ובהסתגלות הרגשית של שלושת בני המשפחה.

מחקר זה הנו חלק ממחקר רחב, שבחן את הסתגלותם הרגשית של מתגייסים והוריהם בשלב היציאה מהבית והגיוס לצבא, ואת ההשפעות ההדדיות בין המתגייסים וההורים. תרומתו הייחודית של המחקר היא בהיותו המחקר הראשון שיבחן את הדמיון המשפחתי בדפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים של שלושה בני משפחה. בנוסף יבחן הקשר של דפוסי חשיבה אלו להסתגלות הרגשית של בני המשפחה בשתי נקודות זמן, אשר במהלכן התרחש אירוע משמעותי בו הילדות והילדים יצאו מבית ההורים והתגייסו לשירותם הצבאי.

2. רקע תיאורטי

2.1 דפוסי חשיבה על פי תיאוריית REBT

אחת התיאוריות דרכן ניתן לבחון דפוסי חשיבה משפחתיים היא התיאוריה הרציונלית אמוטיבית התנהגותית REBT (Ellis, 1994). הצומחת מהזרם הקוגניטיבי-התנהגותי ומציעה גישה פילוסופית לחיי האדם ולהוויית העולם. בעוד שהסוגייה של חשיבה אירציונלית זוכה לתשומת לב על ידי חוקרים כמו אריאלי (2009), וכהנמן (2013), העוסקים בחקר כלכלה התנהגותית ותהליך קבלת החלטות, התיאוריה הקוגניטיבית-התנהגותית עוסקת ברווחה או מצוקה נפשית ובפסיכופתולוגיה.

התיאוריה והיישום של REBT מקיפים מגוון תחומי חיים ומתייחסים לרווחה והסתגלות רגשית ולטיפול פרטני, קבוצתי ומשפחתי. התיאוריה אף משמשת לקיום מערכים למניעה ולשמירה על בריאות נפשית ותפקודית, לחינוך ולייעוץ (Caserta, Dowd, David & Ellis, 2010). כך ישנם מודלים למניעה של מצוקה רגשית ותפקודית במקומות עבודה, בצבא ובארגונים שונים (Rational-emotive behavior (REBC) consultation/Coaching (David, Ionicioiu, Imbarus & Sava, 2016; Jarrett, 2013; Popov & Popov, 2013), חינוך ללמידה רגשית וחברתית (Rational-emotive education (REE) בבתי הספר (Vernon & Bernard, 2006), לקידום בריאות נפשית של ספורטאים (Turner, 2016), לאורח חיים רציונלי (Bernard & David, 2018) וכפרקטיקה לבניית חוסן במצבי חיים שונים (Caserta et al, 2010).

הפילוסופיה של REBT מדגישה אלמנטים של קבלה ובתוך כך שלושה מרכיבים מרכזיים: (1) קבלה עצמית ללא תנאי, כלומר היכולת של הפרט לקבל עצמו ללא קשר להצלחות, כישלונות, הישגים או אישור מאחרים; (2) קבלה של האחר ללא תנאי, משמע היכולת לקבל את האחר ללא הכללות ושיפוטיות; (3) קבלה ללא תנאי של החיים, היינו קבלה של מצבי החיים השונים, הנעימים והמכאיבים כאחד. אליס ועמיתיו מדגישים את השינוי הפילוסופי שהפרט יכול לעשות בחייו על מנת שיייע לו להרגיש ולתפקד באופן הרמוני ויעיל יותר (David, Lynn & Das, 2013; Szentagotai & David, 2013).

מונחי המפתח של התיאוריה הם אמונות רציונליות (א"ר) ואמונות אירציונליות (אא"ר) כלפי העצמי, אחרים והעולם. א"ר הן מרכזיות בתפקוד מסתגל ואילו אא"ר מובילות למצוקה נפשית ואף להפרעות נפשיות ומקשות על ההסתגלות והתפקוד התקין (Ellis, 1994). אמונות רציונליות מבטאות העדפות ורצונות (preference) של הפרט ואילו אמונות אירציונליות מבטאות הערכה מוחלטת של הצורך (absolutist needs) ותובענות (demandingness). אליס פיתח את מודל ABC (activating events, beliefs/cognitions, consequences), (אמ"ת – אירוע מפעיל, מחשבה/אמונה, תוצאה). בתיאוריה מושם דגש על ההערכה והפרשנות שעושה הפרט למצבי חיים שונים כמשפיעה על התוצאה הרגשית, כאשר שתי מערכות האמונות מתקיימות זו לצד זו (Diguseppe, Doyle, Dryden, Backx, 2014; Ellis, David & Lynn, 2010; Malkinson, 2007; Shmueli, Bitton, Malkinson & tuval-Mashiach, 2021). לפי מודל אמ"ת, כשאדם

עומד בפני אירוע (א), יש לו אמונות (מ) לגבי עצמו, אחרים והעולם, המשפיעות על התוצאה (ת) הרגשית, ההתנהגותית והגופנית שלו. כשמערכת האמונות הדומיננטית היא רציונלית התוצאה תהיה מסתגלת ואילו דומיננטיות של מערכת אמונות אירציונלית, תוביל לתוצאה בלתי מסתגלת. האמונות עצמן, כמו גם התוצאה, יכולות להוות אירוע חדש, שגם עליו יש לפרט אמונות שהן מטה-אמונות המייצרות רגש משני או מטה-רגש. כך, מרכיבי מודל אמ"ת מתקיימים באינטראקציה מעגלית והאחד אינו מתקיים ללא האחרים (Ellis, David & Lynn, 2010; Malkinson, 2007).

2.1.1 מאפייני האמונות הרציונליות והאירציונליות

לפי REBT ישנן שלוש רמות קוגניציה הקשורות להיבטים פסיכולוגיים: (1) תפיסה. מחשבות אוטומטיות לגבי המציאות; (2) הערכה. קוגניציות שהן הערכת המחשבות האוטומטיות הנגזרות מהרמה השלישית והעמוקה ביותר; (3) תובענות-העדפה/סכמות. החלוקה בשלבים 2 ו-3 היא לא"ר וא"ר (Rational/Irrational Beliefs) (Ellis, David & Lynn, 2010; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2017). האמונות, המושפעות מנטייה מולדת, מושפעות גם מלמידה חברתית, היסטוריה אישית ודפוסים נרכשים (Turner, 2016). אא"ר וא"ר אינן מבנה דו-קוטבי אלא מבנים קוגניטיביים שונים ולפיכך מיעוט בחשיבה אירציונלית אינו מלמד על חשיבה רציונלית ולהפך (Ellis, David & Lynn, 2010; Shmueli et al., 2021). עם זאת נראה כי הפחתה בערך עצמי (אא"ר) וקבלה עצמית (א"ר) נמצאות בקצוות נפרדים של אותו תהליך פסיכולוגי (Hyland et al., 2017).

אמונה רציונלית מרכזית היא "העדפה" המבטאת קבלה של המציאות כפי שהיא. מאפייניה: (1) גמישה, כלומר הכרה בכך שיש הרבה אפשרויות בין שני קצוות; (2) לוגית ועקבית עם המציאות, משמע הכרה בכך שישנם מצבים שאינם לרוחנו אך הנם חלק מהאנושיות ומדרכי העולם; (3) מובילה לרגשות חיוביים (למשל: שמחה, גאווה) או שליליים בריאים (למשל: עצב ודאגה לעומת דיכאון וחרדה) ולהתנהגות מסתגלת, ובכך (4) מסייעת להשיג מטרות. אמונות רציונליות נוספות, הנגזרות מ"העדפה" הן (1) לא נורא (not awful) – המבטאת הערכה שהאירוע קשה אך לא נורא; (2) סף תסכול גבוה (frustration tolerance) – המבטאת הערכה לגבי היכולת לשאת מצבים לא נעימים; (3) קבלה של עצמי/אחרים/העולם (self/other/world acceptance) – המבטאת קבלה של המגבלות האנושיות ושל העולם כפי שהוא (Ellis, 2017; David & Lynn, 2010; Oltean et al., 2017).

אמונה אירציונלית מרכזית היא "תובענות" המבטאת דרישה שדברים יהיו כפי שהפרט חושב שהם צריכים להיות. מאפייניה: (1) נוקשה, קיצונית, מוחלטת ודיכוטומית, כלומר אין מצבי ביניים והכל חייב להיות בדרך אחת מסוימת; (2) אינה לוגית ואינה עקבית עם המציאות, כלומר אין קבלה של מצבי החיים השונים; (3) מובילה לרגשות שליליים מזיקים (למשל: חרדה לעומת דאגה) ולהתנהגות בלתי מסתגלת ובכך (4) אינה מסייעת להשגת מטרות (David, Matu, Pinte, Cotet & Nagy, 2014). אמונות אירציונליות

נוספות, הנגזרות מ"תובענות" הן (1) נוראיות (Awfulizing) - הקצנה בהערכת התוצאה השלילית של המצב; (2) סף תסכול נמוך (frustration intolerance) - אמונה שאי אפשר לשאת את המצב; (3) הערכה כוללת של הערך האנושי/הפחתה בערך עצמי ו/או אחרים והעולם (global evaluation-self/other/world-downing) - נטייה להעריך את עצמי, ו/או אחרים ו/או העולם בצורה ביקורתית מוגזמת, כשליליים (David et al., 2014; Diguseppe et al., 2014; Oltean et al., 2017).

2.1.2 אמונות רציונליות ואירציונליות והסתגלות רגשית

לפי REBT אנשים נבדלים ברמת המצוקה הנפשית שלהם על פי הפרשנות שלהם את המצב. א"ר יובילו לרגשות חיוביים ורגשות שליליים שאינם פוגעים בתפקוד, לרמות מצוקה נמוכות יותר, ולהתנהגות יעילה ואילו א"ר יובילו למצוקה רגשית גבוהה יותר, לתפקוד לא יעיל ולפסיכופתולוגיה (David et al., 2014; Ellis, David & Lynn, 2010; Hyland, Shevlin, Adamson & Boduszek, 2014a; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2018; Oltean et al., 2017). למרות מאפייני רקע של הפרט ומורכבות האירוע, האמונות שהאדם מביא עמו לסיטואציה, יכולות לפגוע או לתרום להסתגלותו למצבי חיים שונים ובתוך כך הגמישות המחשבתית הנה לב הבריאות הפסיכולוגית (Caserta et al., 2010; Oltean et al., 2017; Olten et al., 2018).

מחקרים העלו כי א"ר מנבאות רמות נמוכות יותר של מצוקה רגשית וממתנות השפעת א"ר. הפעלתן בזמן מצבי לחץ, מאפשרת תגובות רגשיות, התנהגותיות ופיזיולוגיות פונקציונליות יותר (Hyland, 2016; Shevlin, & Adamson, 2014; Turner, 2016). הן מובילות ליותר רווחה נפשית, ירידה ברגשות השליליים, פחות סימפטומים פוסט טראומטיים (David et al., 2013; Hyland, Maguire, Shevlin, & Boduszek, 2013; Szentagotai & David, 2014c; Oltean et al., 2017; Olten et al., 2018). ויותר שמחה ואופטימיות (David, Ghinea, Macavei, & Kallay, 2005). א"ר מסייעות להתמודד טוב יותר עם מצבי חיים יומיומיים (Dilorenzo, David & Montgomery, 2011; Popov & Addis, 2013; Popov, 2013). בביטוי עמדות ניהוליות אפקטיביות יותר (Criddle, 2007) מול בעיות בחיי הנישואין (David, Montgomery, & Bernard, 2002), בהתמודדות עם אובדן (Malkinson, 2007), בהמתנה לניתוח (Macavei, & Bovbjerg, 2005) ואף בהסתגלות לתנאי מאסר (Ireland, Boustead & Ireland, 2005).

ישנן עדויות מחקריות רבות המצביעות על כך שא"ר הן משתנה קוגניטיבי משמעותי בקשיים בהסתגלות הרגשית ובהתהוות פסיכופתולוגיה והתמשכותה. ביניהן, הפרעות מצב רוח, דיכאון, חרדה, כעס, אשמה ובעיות הסתגלות (Nieuwenhuijsen, Verbeek, Boer, Blonk & van Dijk, 2010; Oltean et al., 2016; Vıslä, Flückiger, Holtforth & David, 2017); סימפטומים פוסט-טראומטיים ודיכאון מגורי (Popov & Hyland et al., 2013; Hyland et al., 2014a). כמו כן נמצא שא"ר קשורות לשחיקה בעבודה (Popov, 2013); לפחות מיומנויות חברתיות-רגשיות (Malhotra & Kaur, 2016); לפחות אסרטיבית

ויצירתיות ויותר כעסים ודחיינות (Criddle, 2007); ולמצב רוח ירוד (David & Cobeanu, 2016). ניתן לשפר את תגובות הלחץ והמצוקה הרגשית על ידי מיתון ושינוי האמונות האירציונליות ופיתוח חשיבה רציונלית יותר (Malkinson, 2007).

הבדלים מגדריים בהסתגלות הרגשית מתחילים בגיל ההתבגרות בשל גורמי פגיעות ספציפיים המתעצמים בתקופת ההתפתחות הקריטית של גיל זה, ביניהם פגיעות קוגניטיבית (Hankin & Abramson, 2002) וסגנון קוגניטיבי שלילי המתעצם עקב רמות לחץ גבוהות יותר וסבירות גבוהה יותר לאירועי חיים שליליים של נשים לעומת גברים (Hyde, Mezulis & Abramson, 2008). בנוסף, אמונות מגדריים המייצרות אינטראקציות שונות על פי מגדר וסוציאליזציה של רגשות, מייצרים תהליכים שבאמצעותם נורמות, תפקידים וציפיות מגדריים מועברים לילדות ולילדים מגיל צעיר ביותר (Gansen, 2019; Miller-Slough & Dunsmore, 2020). תפיסות עולם אלו מייצרות באופן מעגלי אמונות שונות אצל בנים ובנות העוברות מדור לדור כמורשת תרבותית ומעוצבות כתפקידים מגדריים. הבדלים אלו בדפוסי החשיבה השליליים בולטים יותר במדינות בהן אי השוויון בין נשים לגברים גדול יותר (Salk, Hyde & Abramson, 2017). ישנם מחקרים שלא מצאו הבדלים מגדריים בדפוסי החשיבה (Macsinga & Dobrita, 2010; Stanciu et al., 2014), ואילו מחקרים אחרים מצאו שנשים נוטות יותר לחשיבה שלילית, צורך בהצלחה וצורך באישור (Calvete & Cardeñoso, 2005; Salk, Hyde & Abramson, 2017) ותובענות בשילוב הערכה כוללת של העצמי המובילים לדיכאון (Balkis & Duru, 2020). גברים לעומת זאת נוטים יותר למחשבות המצדיקות אלימות ואימפולסיביות (Calvete & Cardeñoso, 2005) ומשלבים תובענות עם סף תסכול נמוך שמובילים לדיכאון (Balkis & Duru, 2020).

טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במשפחה, ובתוך כך טיפול לפי REBT, נמצאים בכפיפה אחת עם הגישה המערכתית-משפחתית. מודל אמ"ת מפרספקטיבה זו מדבר על סיבתיות במערכת מעגלית אישית בה כל תוצאה יכולה להוות את האירוע הבא של הפרט, ומשפחתית בה כל תוצאה של היחיד יכולה להוות את האירוע עבור האחר (Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2016; Huber & Baruth, 1989). בתהליך זה נבנית מערכת האמונות של הפרט המשפיעה על הסתגלותו הרגשית במהלך חייו. לפיכך המחקר יבדוק האם יש קשרים בין דפוסי החשיבה של האב, האם וילדם או ילדתם וכיצד דפוסי אלו קשורים להסתגלותם הרגשית האישית והמשפחתית בשתי נקודות זמן, עד ארבעה חודשים לפני עזיבת הבית (זמן 1) וחצי שנה לאחר הגיוס לצבא (זמן 2).

2.2 המשפחה כמערכת

תיאוריית המערכות הנה תיאוריה רב-תחומית משולבת, המבוססת על תפיסת מערכת כזו הנקבעת על ידי פעולת הגומלין ההדדית של מרכיביה. מרכיבים אלו מתקשרים ביניהם ומשפיעים זה על זה, תוך

שנוצרים דפוסים ניתנים לזיהוי החוזרים על עצמם. דפוסים המתקיימים לאורך זמן במערכת מופנמים ומאפשרים לשמר בה את האיזון (Drack, 2009). תיאורית המערכות במשפחה רואה את היחיד כחלק מהשלם כך שהתנהגותו מוסברת במונחים של קשרים עם החלקים האחרים במשפחה והתפקיד שלהם בשלם, כלומר המשפחה והחברה (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010; Dallos & Draper, 2015).

2.2.1 תיאוריית המערכות והמשפחה

תיאוריית המערכות בהקשר המשפחתי באה ללמד על תהליכים משפחתיים הדדיים והיא מהווה בסיס להבנה וטיפול בבעיות משפחתיות (Dallos & Draper, 2015). התיאוריה מדגישה מערכות יחסים בהן אנשים מבנים פעולות ומשמעויות דרך יחסיהם עם אחרים ובתוך כך קיימת תלות הדדית בתפקודם כשכל פרט משפיע על האחרים. מעגליות זו מתארת את הדפוסים החוזרים ונשנים ביסודם של יחסי הגומלין (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010). התיאוריה שמה דגש על יציבות, איזון והתנגדות לשינוי משולבים בגמישות המאפשרת למשפחה להסתגל ולהתפתח בהתמודדות עם אתגרים שונים ומעברי חיים (Becvar & Becvar, 2018). כמערכת אקו-סיסטמית, נדרשת המשפחה להסתגל ולהתמזג גם עם מערכות אחרות במעגלים סביבה. גישה זו מאפשרת להסתכל על המשפחה כמי שעוברת שינוי והתפתחות מתמשכים ובו זמנית נשמרת בה היציבות (Dallos, 1991).

המשפחה הנה המערכת החברתית הבסיסית והמשפיעה ביותר על ההיבטים ההתפתחותיים של צאצאיה ובתוך כך היא מקיפה את כל המערכת הרגשית של שלושה דורות לפחות (Becvar & Becvar, 2018), כאשר היבטים תרבותיים, זמן ומקום, היסטוריה של המשפחה ושל האומה, לכולם תפקיד מרכזי באופן בו המשפחה עוברת במעגלי החיים (McGoldrick & Shibusawa, 2012). המשפחה, כמערכת חברתית המאופיינת ביחסים מתמשכים, המתייצבים על ידי חוקים משותפים, מהווה את המקור ללמידה של צאצאיה כיצד לחשוב על עצמם, על האחרים ועל העולם (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010; Huber & Baruth, 1989). בני המשפחה מבנים מציאות חברתית בתהליך דיאלקטי המשפיע עליהם ומושפע מהם כאשר המערכת המשפחתית הגרעינית מושפעת מהמשפחה המורחבת, הקהילה והתרבות (Dattilio, 2010). ההשפעות ההדדיות נמשכות ונשמרות על אף השינויים וההבדלים בהתנהגותם של בני המשפחה, זאת על מנת לשמור על האיזון של המערכת המשפחתית. כך, מערכת זו מסתגלת שוב ושוב להקשר האקולוגי שלה תוך שמעגליות זו מעוצבת גם על ידי תפקידי מגדר תרבותיים דומיננטיים (Dallos & Draper, 2015).

2.2.2 אמונות במשפחה לפי התיאוריה המערכתית והקוגניטיבית

תיאוריית המערכות וגישת הטיפול הקוגניטיבית-התנהגותית במשפחה, מספקות נקודת מבט אינטראקטיבית על התהליכים המשפחתיים, תוך התבוננות על תהליכים מעגליים של סיבתיות והדדיות באינטראקציות המשפחתיות וכיצד כל אחד ואחת מבני המשפחה משפיעים ומושפעים מבני המשפחה

האחרים (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010). דרך פרספקטיבה זו, המשפחה הנה המקור להעברה, הבניה, שימור ותחזוקה של האמונות במשפחה, כאשר בני המשפחה לומדים את השפה המילולית והבלתי מילולית, ומפנימים את הנורמות, הערכים והאידיאולוגיה של המשפחה (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010). המערכת הפרשנית של המשפחה נבנית מאלמנטים של המערכות הפרשניות שבני הזוג מביאים ממשפחות המקור שלהם כאשר מיזוג פרשנויות זה מאופיין בתהליך של לקיחת חלקים מכל משפחה ויצירת מסגרת חדשה בשינויים קלים בלבד (Becvar & Becvar, 2018). האמונות המשפחתיות, הנטועות בהיסטוריה המשפחתית, זכו לאישורים וחיזוקים מתמידים והופנמו בתקופה משמעותית בה עוצבה האישיות. אמונות יסוד אלו, המוטמעות מילדות על ידי המשפחה משתנות בחלקן לאורך השנים בעוד אחרות נשארות יציבות (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010). אמונות אלו אינן רק העדפות משפחתיות אלא הן מעוצבות גם על ידי נורמות וערכים חברתיים משותפים (Dattilio, 1989; Huber & Baruth, 2010). בהליך זה המשפחה נותנת מקום לאמונות המקובלות ודוחה את האחרות, כשלובר לפרט החזק יותר במערכת היחסים יש יכולת רבה יותר לאכוף את השקפותיו/ה גם בדרכים סמויות (Azar, Nix & Makin-Byrd, 2005; Dallos & Draper, 2015). כאשר מבנה המשפחה משתנה במעברי חיים משפחתיים, הדבר משפיע על כל בני המשפחה המתאמצים לשמר את האיזון בין יציבות ושינוי בכדי להשיג תפקוד משפחתי טוב יותר (Walsh, 2012; Minuchin, 1974; Becvar & Becvar, 2018).

2.2.3 אמונות משפחתיות והסתגלות רגשית של הורים וילדיהם

חברי המשפחה משפיעים ומושפעים בו זמנית אחד מהשני בתחום המחשבתי, הרגשי וההתנהגותי. התפיסות וההערכות משפיעות על האופן בו בני המשפחה יוצרים ומפרשים אירועים ואינטראקציות, הליך שבאופן הדדי מעצב את התפתחות הסכמות שלהם ומשפיע על הסתגלותם הרגשית (Becvar & Becvar, 2010; Dattilio, 2018). פרשנויות אלו של כל בן או בת משפחה תורמות לתגובות רגשיות חיוביות או שליליות ולאופן ההסתגלות של כל בני המשפחה (Dallos & Draper, 2015). מערכת פרשנית משפחתית גמישה ורציונלית מאפשרת להתמודד טוב יותר עם תהליכים יומיומיים, להסתגל טוב יותר למעברים התפתחותיים כמו גם למשברים במהלך מעגל החיים המשפחתי. מערכת פרשנית משפחתית נוקשה ואירציונלית גורמת למצוקה נפשית, מקשה על ניהול לחצים ויוצרת בעיות בהסתגלות (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010).

המחקר על היבטים קוגניטיביים-התנהגותיים משפחתיים והסתגלות רגשית העלה שההורות תורמת לסימפטומים רגשיים ולהפרעות נפשיות של הילדים דרך השפעת ההורים על התפתחות הפגיעות הקוגניטיבית של ילדם. הילד מפנים אמונות ביחס לעצמו, לעתידו ו/או לדרך בה הוא מפרש את אירועי החיים והעולם, מה שמשפיע על הסתגלותו הרגשית (Alloy, Abramson, Smith, Gibb, & Neeren, 2006). כך נמצא למשל שרמות גבוהות יותר של דיכאון הורי נבאו רמות גבוהות יותר של פסימיות אצל ילדם

Alloy) ; להורים עם בעיות מצב רוח כגון דיכאון וחרדה יש ילדים עם אותן בעיות (Sutherland et al., 2019);
; דיכאון וחרדה אימהיים נבאו סימפטומים אלו בילדיהן (et al., 2006; McLeod, Weisz & Wood, 2007);
המתבגרים מה שניבא בהמשך דיכאון וחרדה אימהיים (Hughes & Gullone, 2010; Mennen, Negriff,)
Schneiderman & Trickett, 2018). מחקרים על מאפיינים של בריאות נפשית מצאו למשל כי לחוסן
ולתקווה ההורית יש השפעה על מאפיינים אלו אצל ילדיהם (Regin, Gadecka, Kowalski, Kowalski,)
Gałkowski, 2016). התנהגות חיובית של ההורים, מתן אוטונומיה, תקשורת אפקטיבית ולכידות משפחתית
נמצאו קשורים לפחות דיכאון וחרדה ולהסתגלות טובה יותר של ילדיהם (Cheung, Leung, Chan & Lam,)
Johnson, Gans, Kerr & LaValle, 2010; 2019).

מחקרים על מאפיינים קוגניטיביים משותפים העלו כי סכמות אימהיות לא מסתגלות נבאו סכמות
כאלו אצל בנותיהן (Gibson & Francis, 2019; Mącik, chodkiewicz & Bielicka, 2016); ציפיות אימהיות
למידת המצוקה של ילדיהן נבאו את הדרך בה ילדיהן פרשו איום (Creswell, O'Connor & Brewin, 2006);
סגנון אימהי, משוב והטיות קוגניטיביות השפיעו על הטיות קוגניטיביות ויחוס של ילדיהן (Alloy et al.,)
Bruce et al., 2006; Lester, Field & Cartwright-Hatton, 2012; Remmerswaal, Muris &
2006; Huijding, 2016; Sutherland et al., 2019); וחשיבה דיספונקציונלית ופרקטיקות של שליטה, דחיה
ומשמעת נוקשה נמצאו קשורות לחרדה ודיכאון של הילדים (Rapee, 1997).

מחקרים בהם השתתפו שני ההורים העלו שקבלה אימהית נבאה מתבגרים פחות פסימיים בעוד שסגנון
ההורות האבהי לא ניבא (Vélez and colleagues, 2015); חודרנות הורית נמצאה קשורה לעוינות המתבגר
שגרמה ליותר חודרנות הורית (Weymouth & Buehler, 2016). כמו כן נמצא שדחק טראומטי משני של
האימהות, אך לא פוסט טראומה אבהית, היו קשורים ישירות לדחק משני של ילדיהם הבוגרים (Bachem,)
Levin, Zhou, Zerach & Solomon, 2018). אמונות מגדריות של ההורים נמצאו כמשפיעות על התפיסות
המגדריות של ילדיהם בהינתן ציפיות שונות מבנים ובנות בתחום האקדמי (Šimunović & Babarović,)
2020), המשחקי (Boe & Woods, 2018) המוסרי, החברתי (Crocetti et al., 2019) והרגשי (Miller-Slough
& Dunsmore, 2020), כל אלו נמצאו כמשפיעים על ההסתגלות הרגשית השונה בין בנים לבנות (Hyde,)
2008). (Mezulis & Abramson, 2008).

רק קומץ מחקרים עסקו בהיבטים משפחתיים של חשיבה רציונלית ואירציונלית. למשל, במחקר על
זוגות נמצא שאא"ר מובילות לרגשות לא יעילים אשר משפיעים בהמשך על ההסתגלות לנישואים
(Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2016) וציפיות אירציונליות הוריות מילדיהם מובילות
לתגובה רגשית שלילית (Hamamci & Bağci, 2017). חיפוש בספרות ובמאגרי המידע לא העלה מחקרים
שעסקו בדפוסי חשיבה של שלושה בני משפחה בכלל ושל דפוסי חשיבה רציונלית ואירציונלית בפרט.

2.3 היציאה מהבית והגיוס לצבא

המשפחה עוברת תהליכים של התפתחות והשתנות במהלך החיים כאשר בכל שלב התפתחותי נדרשת הסתגלות מחודשת. דפוסים שהתפתחו במהלך השנים ושימרו את יציבות המערכת, מופרעים על ידי מעברים בחיי המשפחה, המפעילים לחץ על חברה ודיסאורגניזציה של המערכת. מערכת אמונות גמישה, המתעדכנת בשלבים השונים, תאפשר התפתחות תקינה והסתגלות של חברה (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010). אחד המעברים המשמעותיים הוא המעבר מהתבגרות לבגרות של ילדי המשפחה שהוגדר בעבר על ידי משימות התפתחותיות כגון נפרדות מההורים, נישואין והורות (Shulman & Ben-Artzi, 2003). שינויים דמוגרפיים וסוציולוגיים בתרבות המערבית בעשורים האחרונים הובילו לתופעה של עיכוב בשלב זה ויציאה הדרגתית מהבית, כאשר הילדים יוצאים וחוזרים עד ליציאה הסופית (סטטוס בומרנג) (Akin, 2017; Breeman, Meeus & Branje, 2020; Sørensen & Nielsen, 2020; Houle & Warner, 2017). מעבר זה הפך עבור הצעירים לתקופה המתמקדת בזהות עצמית בה הפרט מתנסה במגוון אפשרויות לפני שהוא מגיע להחלטות קבועות (Arnett, 2000). אמונות קודמות מוערכות מחדש, עוברות שינוי או ננטשות, תהליך הדורש הסתגלות ולכן יכול לעורר מצוקה (Shulman & Ben-Artzi, 2003). בהקשר למחקר הנוכחי, יציאת הילדים לצבא, והחזרה לחופשות בסופי שבוע מהווה חלק מהתהליך המתמשך של עזיבת הבית (Scharf, 2011; Maysseless, & Kivenson-Baron, 2011).

מחקרים על הסתגלות רגשית בשלב עזיבת הבית של הצעירים, העלו כי ההורים חווים תגובות סותרות, כאשר הם רואים את העזיבה הן כמצב מעורר לחץ של פרידה והן כשלב חיובי המאפשר צמיחה והזדמנויות חדשות להתפתחות (Mitchell & Lovegreen, 2009). ההורים מצפים להמשיך ולהיות מעורבים בחיי ילדיהם (Sørensen & Nielsen, 2020), יש להם יחסים יותר טובים עמם (Scharf, Maysseless, & Kivenson-Baron, 2011) כאשר רוב ההורים חווים רווחה נפשית לאחר עזיבת הילדים (Mitchell & Lovegreen, 2009). מבחינת הצעירות והצעירים היוצאים מביתם, פרקטיקות הוריות שונות ומעורבותם הרגשית משפיעות על הסתגלותם. למשל, חום הורי ומתן אוטונומיה נבאו הסתגלות טובה יותר של בנים (Maysseless & Hai, 1998) ובנות הקשורות יותר לאימהותיהן חוו פחות מצוקה (Sher-Censor & Oppenheim, 2010). עזיבת הבית קשה במיוחד לצעירים ממשפחות מרוחקות, עם התקשרות לא בטוחה והורים שאינם מעורבים בחיי ילדיהם (Sørensen & Scharf, Maysseless, & Kivenson-Baron, 2011; Nielsen, 2020). גברים ונשים סובלים כאחד ממצוקה נפשית בשלב היציאה מהבית ותחילת הלימודים. אולם נמצא כי בשלב זה בנות סובלות מרמות גבוהות יותר של חרדה ודיכאון (McLean & Anderson, 2009; Salk, Hyde & Abramson, 2017; Wenjuan, Siqing & Xinqiao, 2020). (Bjørnsen et al., 2019; Branson, Palmer, Dry & Turnbull, 2019).

ישראל מאופיינת בשונות תרבותית עם דפוסים משפחתיים מסורתיים לצד סגנון חיים מודרני. הישראלים דוגלים בערכים אינדיבידואליים אך שמים דגש על פרקטיקות וערכים משותפים, מוכוונות כלפי הילדים, ושמירה על קשר משפחתי הדוק ותדיר לאורך כל החיים (Bar-tur, Ifran, Moore, Kamin & Lang, 2018; Lavee & Katz, 2003; Scharf, 2014). כאשר הצעירים יוצאים מהבית ומתגייסים לצבא מתקיים רצון הדדי בקרבה של ההורים וילדיהם ובכך נשמר התפקיד המרכזי של הקשרים ביניהם בשלבי המעבר לבגרות (Scharf, 2014).

2.3.1 המשפחה הישראלית בשלב היציאה מהבית והגיוס לצבא

היציאה מהבית וההסתגלות לשירות הצבאי הנם תקופה מאתגרת למתגייסים והוריהם המכירים לרוב את המאפיינים החיוביים והשליליים של השירות, הן כחוויה אישית והן כפי שהועברו כנרטיב משפחתי, חברתי ולאומי. ההורות בישראל מאופיינת בהקשר הצבאי כאשר במהלך השירות מתרחשים שינויים משמעותיים הן במבנה המשפחתי עם יציאת המתגייסים מהבית וחזרתם לפרקים, והן בהליך המעבר מהתבגרות לבגרות של המתגייסים עצמם (Dekel, Tuval-Mashiach & Sadeh, 2016). מאפיינים אלו, הייחודיים לישראל, מבנים את סגנון ההורות כבר במהלך הינקות ועד לזמן היציאה מהבית (מן-שלו, 2016). למרות התמודדותן של משפחות רבות עם גיוס ילדיהן, מעטים המחקרים שבחנו את חוויית ההורים והסתגלותם הרגשית בשלב זה (Dekel et al., 2016). נראה כי המעבר לצבא נלקח כמובן מאליו בהתאם לאתוס החברתי (ששון-לוי, 2006), ונדמה שקיים סביב חוויית ההורים קשר של שתיקה (מצר, 2009). שלב המעבר לשירות הצבאי דורש משני הצדדים להסתגל למציאות החדשה ולשינויים המתרחשים (Dekel et al., 2016), מצב המפגיש את ההורים, המלווים לרוב מספר ילדים לשירות צבאי, עם תקופת חיים ממושכת בה הם לקראת ובמהלך שירותם הצבאי של ילדיהם.

2.3.2 הסתגלות הצעירות והצעירים ליציאה מהבית והגיוס לצבא

שלב היציאה מהבית והגיוס לצבא מהווה פרק זמן משמעותי במעבר לבגרות בחיי הצעירים בישראל ובתוך כך אינו מתחשב בבשלות אישית אלא נקבע על פי גיל (Mayseless & Scharf, 2003). בצד הנכונות להתגייס ותפיסת השירות כאתגר ישנם גם קשיים של פרידה מהבית, מהחברים ומהרגלי חיים קודמים. המתגייסות והמתגייסים מגיעים למרחב תובעני ונוקשה, ללא פרטיות, בו הם מאבדים את החופש האישי והזהות כנבדלים. עליהם להישמע לפקודות ולבצע מטלות שלעיתים נמצאות בקונפליקט עם דעותיהם האישיות, זאת בצד חשיפה למרחבים חדשים של דרישות פיזיות ופסיכולוגיות (Dar & Kimhi, 2001; Mayseless, 2002; Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2004, 2011). חיי הצבא עשויים אף להגביל את ההזדמנויות לתחזק מערכות יחסים קודמות בשל לוח הזמנים הנוקשה, כאשר תחילת השירות זוהתה כזמן הקריטי להסתגלות (Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011).

למרות שהשירות מאתגר, ואף כולל סכנות, זוהי גם תקופה של צמיחה אישית ובגרות עבור רוב המתגייסות והמתגייסים (Dar & Kimhi, 2001; Mayselless & Scharf, 2003). היציאה מהבית והשירות הצבאי מאפשרים פיתוח היכולת להתמודד עם קשיים, מציאת פתרונות לבעיות שונות והרחבת אופקים במפגש עם מוסדות ואוכלוסייה מגוונת (Lieblich, 1989). בתוך כך השירות נחשב לשלב המהווה מקפצה למעמד של בוגר שווה זכויות בחברה הישראלית וככזה, מזמן הזדמנויות לגיבוש הזהות ופיתוח העצמאות יחד עם שמירה על יחסים עם ההורים (Mayselless, 2002; Mayselless & Hai, 1998). בנוסף, בחברה הישראלית ישנו אתוס משותף המסליל לקונפורמיות, לנורמות חברתיות ולמשפחתיות במיוחד בהקשר הלאומי והצבאי, כך שהגיוס מאפשר לצעירים להיות 'אזרחים ראויים' (ששון-לוי, 2006; Mayselless & Scharf, 2003).

מחקרים הצביעו על חשיבות היחסים עם ההורים להסתגלות לשירות ובתוך כך ההורים הן הדמויות החשובות בחייהם של הצעירים (Scharf, 2014). נמצא כי הורות סמכותית המציבה גבולות, ציפיות מותאמות ותקשורת ברורה יחד עם מתן חום בצד אוטונומיה תרמה להסתגלות המתגייסים (Mayselless, 2003; Hai, 1998; Mayselless, Scharf, & Sholt, 2003). חוקרים אחרים טענו כי מתגייסים להורים סמכותניים שהנם תובעניים ופחות תקשורתיים חוו פחות מצוקה ממתגייסים להורים סמכותיים בתחילת השירות (Wintre & Ben-Knaz, 2000). יתכן שהרקע התובעני בבית סייע להסתגלות בטירונות, המאופיינת בתובענות ושליטה רבה של מפקדים ואילו בהמשך, כשנדרשו כישורים אחרים כגון תקשורת ברורה ומיומנויות בין אישיות, דווקא הרקע הסמכותי בבית תרם להסתגלות טובה (Dekel et al., 2016).

מתגייסים להם אימהות עם ייצוגי הורות חיוביים השיגו חלק מהמשימות ההתפתחותיות של המעבר לבגרות, כולל עזיבת הבית והסתגלות לסביבה החדשה, שימור רווחה נפשית במהלך תקופה זו, פיתוח יכולת לאינטימיות רומנטית, ביסוס מידה של אינדיבידואליזם, ואיזון בין אוטונומיה לשייכות. בנוסף, כאשר האימהות חשו מגוון של רגשות שליליים ויכלו להכילם, ילדיהן התמודדו טוב יותר בפרידה ובמעבר לצבא. גבולות לקויים של האימהות נבאו מצוקה אצל הבנים בשלב הטירונות אך לא נבאו אף חלק בהסתגלות של הבנות (Scharf, Mayselless & Kivenson-Baron, 2015).

למרות הקשיים שהגיוס מציב, רוב המתגייסים הסתגלו וראו בשירות פרק משמעותי בחייהם. השירות תרם לתפיסה עצמית של בגרות, עצמאות, ביטחון עצמי, שליטה, יעילות, רגישות חברתית, מודעות, ויכולת לקשר אינטימי (Dar & Kimhi, 2001). במהלך השירות נוצרו עם ההורים יחסים מאוזנים יותר מאשר טרום הגיוס (Shulman et al., 2014), תחושת הקרבה עלתה וכך גם תחושת האוטונומיה. היחסים במשפחה לפני הגיוס ושיפור היחסים במהלך השירות, תרמו משמעותית להסתגלותו והתמודדותו של החייל בצבא (Mayselless & Hai, 1998).

2.3.3. הסתגלות ההורים ליציאת ילדיהם מהבית וגיוסם לצבא

היציאה מהבית והגיוס לצבא יוצר סביבה ייחודית בה כל חברי המשפחה שותפים ללחצים הקשורים לתהליך. ההורים מתמודדים עם הסתגלות המתגייס לצבא ועם שלב המעבר המשפחתי בו הילד יוצא מהבית אך גם נשאר חלק משמעותי ממנו בהיבטים פיזיים, כלכליים ורגשיים. ההורים, שלרוב שרתו אף הם בצבא, מודעים לאתגרים הפיזיים והרגשיים העומדים בפני ילדיהם. מודעות זו יכולה להגביר את הלחץ אותו הם חווים אך יכולה גם להקל עליהם (Dekel et al., 2016).

עזיבת הבית הנה חלק אינהרנטי מהגיוס לצבא ובתוך כך ההורים חשים לחץ מהנפרדות יחד עם רווחה מתחושת צמיחה והזדמנויות חדשות עבורם ועבור ילדיהם. החוקרים מצאו כי האימהות, שנטו להיות יותר רגשיות חוו לחץ גבוה יותר מהאבות שראו בשלב זה חלק המקדם את הבגרות של ילדם (Lomranz, Shmotkin, Eyal, & Zohar, 1996). חוקרות נוספות העלו כי הורים לחיילים התמודדו עם מספר קונפליקטים: תלות-עצמאות, גאווה-פחד מפגיעה, ערכי-חברתי ושינוי בתפקידים במשפחה (סופר, קטן ושוחט, 1993); מחוייבות חברתית-תרבותית ולאומית בצד שאלות על הכרח וצווים פנימיים; שימור הקרבה עם המתגייס ואפשרו למימוש עצמי, נפרדות וצמיחה (אלאור, 2001; מצר, 2009; תובל-משיח וקורב, 2018); עידוד להומניות ושמירה על חייו למול ציות למפקדים ושירות בכל מקום אליו ישלח (מצר, 2009); גידול הבן בביטחון אך עם אפשרות לאמץ זהות גברית נפרדת, והקניית ערכים של הגנה על המדינה כאשר אותם ערכים מסכנים אותו (מן-שלו, 2016). מאפיינים אלו ביטאו את הקושי לבחור בין האחריות לחיי הבן לבין האחריות והמחויבות למדינה (אלאור, 2001; תובל-משיח וקורב, 2018).

גיוס הילדים הפגיש את ההורים עם רגשות עזים, דילמות, ואסטרטגיות התנהגותיות סמויות בחלקן, ובתוך כך החרדה שחוו השפיעה על דפוסי ההורות שלהם (מן-שלו, 2016). ההורים חשו פחד, בלבול, ייאוש וחוסר אונים למול גאווה, תקווה ובטחון (מצר, 2009; תובל-משיח וקורב, 2018), שלוו בסימפטומים של קשיי ריכוז, אי-שקט ועצבנות, בכי, קשיי שינה וכאבי בטן (תובל-משיח וקורב, 2018). בעוד שהאימהות דיברו על רגשותיהן והציפו את הקונפליקטים, האבות מיעטו להתבטא ואף השתתקו כשעלה נושא הגיוס (מן-שלו, 2016). האימהות חשבו שאינן יכולות להתערב בחיי בן, שאין להן שפה מתאימה מולו, שסדר יומן נדחק בפני סדר יומו ושהפרקטיקות האימהיות כלפיו הצטמצמו לבישולים וכביסות (מצר, 2009).

מחקרים בהולנד ובארצות הברית מצאו שהורי חיילים חוו עייפות, חרדה (Dirkzwager, Bramsen, Adèr & van der Ploeg, 2005), ודאגה לרווחתם האישית. עלו קשיים מהעדר תקשורת עם הילדים, תחושת חוסר אונים, וצורך בתמיכה מגורמים רשמיים. ההורים דיווחו גם על השפעות השירות על נישואיהם (Crow & Myers-Bowman, 2011). האימהות חוו מצוקה רגשית וסיכנו את בריאותן בחוסר פעילות גופנית, השמנה ועישון. אימהות לחיילים קרביים, לעומת אימהות לחיילים לא קרביים, חוו יותר מצוקה רגשית והיו להן יותר בעיות בריאות (Slaven-Lee, Padden, Andrews, & Fitzpatrick, 2011).

המחקר הנוכחי

מהאמור בסעיפים הקודמים ניתן ללמוד על מורכבות התהליכים התוך משפחתיים כאשר כל אחד מחברי המשפחה משפיע על חברי המשפחה ומושפע מהם. כמו כן ניתן ללמוד על חשיבות הפרשנות הקוגניטיבית כמשפיעה על ההסתגלות הרגשית. בעוד שהקשר בין מצב רגשי ופרשנות קוגניטיבית הוכח במחקרים רבים (למשל: Vīslā et al., 2016), לא נמצאו מחקרים המלמדים על מערכת פרשנות משפחתית והשפעותיה על ההסתגלות הרגשית של שלושה בני משפחה. בהינתן שכך, מטרתו המרכזית של המחקר הנוכחי הנה לבחון דפוסי חשיבה והסתגלות רגשית בהיבט המשפחתי, של אם, אב וילדם או ילדתם, בשלב היציאה מהבית והכניסה לשירות הצבאי.

דפוסי החשיבה יבחנו על פי מחשבות רציונליות ואירציונליות, לפי תיאוריית REBT (Ellis, David & Lynn, 2010) כאשר ההיבט המשפחתי-מערכתי נשען על תיאוריית המערכות והגישה הקוגניטיבית-התנהגותית-משפחתית (Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010; Dallos & Draper, 2015). ההסתגלות הרגשית תבחן לפי רמות גבוהות יותר או נמוכות יותר של תסמיני מצוקה נפשית ורווחה נפשית. המחקר הראשון יערך בנקודת זמן אחת עד ארבע חודשים לפני הגיוס. במחקר זה יבחנו דמיון והבדלים בין בני המשפחה בדפוסי החשיבה ומדדי ההסתגלות הרגשית, וכיצד דפוסי החשיבה, תמיכה משפחתית כפי שנתפסת בעיני הילד, מגדר ומצב משפחתי תורמים להסתגלות הרגשית המשפחתית. המחקר השני יערך בשתי נקודות זמן, לפני הגיוס וחצי שנה אחריו, ויבחן קשרים בין דפוסי החשיבה של שלושה בני משפחה, הורים וילדם. המחקר השלישי יערך אף הוא בשתי נקודות הזמן ויבחן את המודל המלא של דפוסי חשיבה משפחתיים והסתגלות רגשית של שלושת בני המשפחה בזמן 1 והשינוי שחל בהם בזמן 2.

ההשערות המרכזיות במחקר הן:

1. ימצאו קשרים בין בני המשפחה בדפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים ובמדדי המצוקה והרווחה הנפשיים (מחקר ראשון שני ושלישי).
2. הקשר בין דפוסי החשיבה של בני המשפחה ישמר גם לאחר היציאה מהבית (מחקר שני).
3. מערכת הפרשנות המשפחתית תמצא קשורה להסתגלות הרגשית המשפחתית. כלומר, דפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים המשפחתיים יהיו קשורים למדדי המצוקה והרווחה הנפשיים של המשפחה כולה (מחקר שלישי).
4. ימצאו הבדלים מגדריים בדפוסי החשיבה ובהסתגלות הרגשית. ימצאו הבדלים בין האבות לאימהות, בין הילדים והילדות ובין אבות ובנים למול אימהות ובנות (מחקרים ראשון ושלישי).

3. שיטת המחקר

השערות המחקר יבדקו בשלושה מחקרים שישענו על אוכלוסיית מחקר שכללה משפחות בהן אימהות, אבות, בנים או בנות. *מחקר ראשון* – יבדוק דמיון והבדלים בין שלושת בני המשפחה. במחקר ימדדו אמונות רציונליות ואירציונליות ותמיכה משפחתית כתורמות לרווחה נפשית ותסמינים של דיכאון, חרדה ולחץ נתפס עד ארבעה חודשים לפני עזיבת הבית והגיוס לצבא. *מחקר שני* – יבדוק דפוסי חשיבה משפחתיים בשתי נקודות זמן, עד ארבעה חודשים לפני היציאה מהבית וחצי שנה אחרי הגיוס. דפוסי החשיבה ימדדו בהיבט של חשיבה רציונלית ואירציונלית בשני מובנים, מבנה חשיבה משותף, אשר ילמד על התפיסה של בני המשפחה את החשיבה וייצוג משותף של המציאות, ורמות חשיבה משותפות. *מחקר שלישי* – יבדוק את המערכת הפרשנית האישית והמשפחתית, את הקשר שלה להסתגלות הרגשית האישית והמשפחתית, וההשתנות של אלו בין שתי נקודות זמן, עד ארבעה חודשים לפני היציאה מהבית וחצי שנה אחרי הגיוס. מערכת הפרשנות המשפחתית תימדד על פי בחינת רמות גבוהות ו/או נמוכות של חשיבה רציונלית ואירציונלית וההסתגלות הרגשית המשפחתית תימדד במדדים של רווחה נפשית ותסמינים של חרדה ודיכאון.

3.1 אוכלוסיית המחקר

אוכלוסיית המחקר כללה משפחות לפני ובמהלך שינוי משמעותי בחייהם כפרטים וכמשפחה, כאשר בכל משפחה משתתף ילד או ילדה אחת ולפחות אחד ההורים. נעשה שימוש במודלים סטטיסטיים, Full information maximum likelihood, FIML (Chuong & Serafim, 2008), המאפשרים השלמת נתונים חסרים בהתאם לאומדנים כללים וכך לייצר באמצעות אומדנים אלו מדדים עבור תא משפחתי שלם גם כאשר מי מבני המשפחה לא השלים את כל פרטי השאלון.

אוכלוסיית המחקר בזמן 1 (עד 4 חודשים לפני היציאה מהבית), כללה במחקר הראשון טריאדה (אם, אב וילדם) המייצגת 402 משפחות ובמחקרים השני והשלישי כללה טריאדה המייצגת 390 משפחות. הפער במספר המשתתפים (12 משתתפים יותר במחקר הראשון) עלה מכך שבמחקר השני והשלישי השתתפו רק אלו שמלאו את השאלונים על דפוסי החשיבה במלואם. מתוך 390 המשפחות בזמן 1, השתתפו 215 בנים (55.1%) ו- 175 בנות (44.9%) והוריהם. הגיל הממוצע של האימהות היה 47.89 (SD=4.75), של האבות 51.07 (SD=6.09) ו- 18.53 (SD=0.72) לילדות ולילדים. השכלת ההורים הייתה דומה עם ממוצע של 14.97 (SD=3.27) לאבות ו- 15.16 (SD=3.27) לאימהות. בזמן 2 (חצי שנה אחרי הגיוס) השתתפו במחקר 207 משפחות, נשירה של 47%.

3.2 הליך המחקר

נתוני המחקר נאספו בין פברואר 2016 ל – ספטמבר 2019. גיוס הנחקרים נעשה דרך פניות ליועצות של כיתות י"ב בבתי הספר, מכינות קדם-צבאיות, שנות-שירות, פייסבוק, קבוצות הכנה לשירות, ודרך קשרים חברתיים של החוקרות והחוקרים (דגימת נוחות). בפרסומים על קיום המחקר הופצו שמות החוקרים, מספרי הטלפון, דואר אלקטרוני וכתובת אינטרנט בה יכלו המתעניינים להשאיר את פרטיהם. המשתתפים התבקשו להפיץ את המחקר בין חבריהם (דגימת כדור-שלג). על מנת לעודד את ההשתתפות במחקר של כל בני המשפחה, ולצמצם את אחוז הנשירה, משפחה שכל חברה סיימו למלא את השאלונים בזמן 1 קיבלה תלושי שי לרכישה במספר חנויות ותלושים נוספים, בסכום גבוהה יותר, הוגרלו בין המשתתפים שסיימו את השאלונים בזמן 2.

המשתתפים מילאו את השאלונים עד ארבעה חודשים לפני עזיבת הבית והגיוס לצבא (זמן 1) ושישה חודשים לאחר הגיוס (זמן 2). כל השאלונים היו בדיווח עצמי, דרך פלטפורמת QUALTRICS באינטרנט. בשלב הראשון כל משתתף מילא טופס הסכמה להשתתפות במחקר ובו תיאור מטרות המחקר. בזמן 1, המשתתפים התבקשו לצרף פרטי התקשרות, זאת על מנת שנוכל להתקשר אליהם למילוי השאלונים של זמן 2. מסמך זה לא היה חלק מכלל השאלונים ונשמר בנפרד, כך שהיה נגיש רק לחוקרים. על מנת לשמור על אנונימיות, כל משתתף ומשתתפת התבקשו לציין את ארבע הספרות האחרונות של מספר הטלפון של המתגייס/ת. ארבע ספרות אלו שימשו כקוד שאפשר לצרף את בני המשפחה ליחידה אחת עבור הניתוחים הסטטיסטיים המשפחתיים מבלי שנחשפים פרטים אישיים על הנחקרים.

המחקר אושר על ידי ועדת האתיקה של המחלקה לפסיכולוגיה בבר אילן וועדת סקירה מוסדית של אוניברסיטת בר-אילן. בנוסף המחקר קיבל מימון מחיל הרפואה ואושר על ידי ועדת האתיקה של הצבא.

3.3 כלי המחקר

דפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית של ההורים וילדיהם נמדדו באמצעות אותם כלי המחקר, מופרדים ללשון נקבה ולשון זכר. המשתתפים התבקשו למלא את השאלונים בשתי נקודות הזמן של המחקר: עד ארבעה חודשים לפני הגיוס וחצי שנה לאחר הגיוס.

שאלון פרטים דמוגרפיים (נספח 1) - השאלון להורים כלל שאלות סוציו-דמוגרפיות של המשתתפות והמשתתפים, פרטים על שירותם הצבאי, השירות של ילדיהם ואירועים טראומטיים. הילדים קיבלו שאלונים מצומצמים יותר. המשתתפים ציינו ארבע ספרות אחרונות של מספר הטלפון של המתגייס/ת, לשם קידוד משפחות.

שאלון עמדות מקוצר 2 (נספח 2) - (The Abbreviated Version of the Attitudes and Belief Scale 2, ABS2-AV; Hyland et al., 2014a). בשאלון 24 פריטים לדיווח עצמי שמודדים אמונות אירציונליות (תובענות, נוראיות, סף תסכול נמוך והערכה כוללנית/הפחתה בערך עצמי) ואמונות רציונליות

(העדפה, חשיבה לא נוראית, סף תסכול גבוה וקבלה עצמית). הפריטים מצויינים על סקאלה של 5 נקודות, מ-0 (לא מסכים כלל) ועד 4, (מסכים מאוד) עבור חשיבה רציונלית ועבור חשיבה אירציונלית. לשאלון עקביות פנימית $\alpha > .80$ ובתרגום לעברית $\alpha > .70$.

מדד רווחה נפשית – (נספח 3) - (World Health Organization Well-Being Index, WHO-5;) (Topp, østergaard, Søndergaard & Bech, 2015). בשאלון חמישה פריטים לדיווח עצמי המודדים מצב רוח חיובי, חיוניות והבעת עניין בתחומים שונים. השאלון מודד את הרווחה הנפשית בשבועיים האחרונים. הפריטים מצויינים על סקאלה של 5 נקודות מ-0 (אף פעם) ועד 5 (כל הזמן). לשאלון מהימנות פנימית α בין .82 – .95.

שאלון חרדה תכונתית-מצבית (נספח 4) – (State-Trait Anxiety Inventory, STAI; Spielberger,) (1983). השאלון תורגם ועובד על ידי טייכמן ומלניק (1979). הגרסה העברית נמצאה מהימנה, תקפה ותואמת לזו האנגלית. בשאלון 40 פריטים לדיווח עצמי המודדים חרדה. לצורך מחקר זה נבדקה חרדה מצבית בלבד. הכוללת 20 פריטים המצויינים על סקאלה מ-1 (כלל לא) עד 4 (מאד) ומתארות את נכונות המשפט עבורו. מהימנות פנימית $\alpha = .90$.

שאלון בריאות המטופל – 9 (נספח 5) – (Patient Health Questionnaire, PHQ-9; Kroenke,) (Spitzer & Williams, 2001). בשאלון תשעה פריטים לדיווח עצמי המודדים דיכאון, חומרתו ומידת פגיעתו בתפקוד היומיומי במהלך השבועיים האחרונים. הפריטים מצויינים על סקאלה מ-0 (כלל לא) ועד 3 (כמעט כל יום). מהימנות פנימית α בין .86 – .89.

שאלון לחץ נתפס – (נספח 6) – (Perceived Stress Scale, PSS; Cohen, Kamarck &) (Mermelstein, 1983). השאלון תורגם לעברית על ידי דרורי (1989). בשאלון 14 פריטים לדיווח עצמי המודדים את תפיסת הלחץ בהווה למול מצבי חיים המעוררים לחץ במהלך החודש האחרון. הפריטים מצויינים על סקאלה מ-0 (אף פעם) ועד 4 (לעיתים קרובות מאוד). במחקר הנוכחי נעשה שימוש בעשרה פריטים בלבד. מהימנות פנימית $\alpha = .83$.

שאלון תמיכה חברתית – (נספח 7) - (Multidimensional Scale of Perceiver Social Support,) (MSPSS; Zimet, Dahlem, Zimet & Fanley, 1988). בשאלון 12 פריטים לדיווח עצמי הבודקים תמיכה חברתית נתפסת מהמשפחה, מחברים ואחרים משמעותיים. הפריטים מצויינים בין 1 (מאוד לא מסכים) ל-7 (מאוד מסכים). במחקר זה השתמשנו בסקאלת תמיכת המשפחה בלבד (4 פריטים).

3.4 מודל המדידה

שאלות המחקר יבדקו בגישה הכמותית באמצעות מספר מבחנים סטטיסטיים. לבחינה אמפירית של השערות המחקר יבנה מודל משוואות אינטגרטיבי, המבוסס על כלי המחקר. הייחודיות של המודל באמידה של קשרים צולבים בין ההורים לילדם. המשמעות של בניית מודל כזה היא שההשערות נבדקות בו זמנית, כל אחת בנוכחות ההשערות האחרות. במחקר נייצר אינטגרציה של שני ממדים חדשים: ראשית, נבדוק את תשובות הנחקרים משני זמני המחקר, כאשר הם יחשפו לאירוע חיים משמעותי בין זמנים אלו, היציאה מהבית והגיוס לצבא; ושנית, כל הנחקרים יקובצו לשלוש משפחות (אב, אם וילדם/ילדתם המתגייסים). כלומר, נחקר אמונות רציונליות ואירציונליות והסתגלות רגשית מעבר לזמן ובין שלושת בני המשפחה בתוך הקשר של יציאה מהבית לשירות צבאי.

בתהליך בניית מודל המשוואות האינטגרטיבי מובנה שלב של תיקוף כלי המחקר בעזרת ניתוח גורמים מאשש (confirmatory factor analysis (CFA)). המודל הקונפירמטורי מציע גורם סמוי (Latent Factor), כאשר גורם סמוי הוא משתנה שלא ניתן למדידה ישירה בעזרת השאלון, אלא מבוסס על מבנה תיאורטי (construct) שנבדק אמפירית בעזרת כלי מחקר (Survey Instrument) רלוונטי (Brown, 2015). מודל המדידה לוקח בחשבון גם טעויות מדידה של המדידות החוזרות: הורה – ילד; לפני הגיוס – אחרי הגיוס. המודל המלא בוחן קשרים בין דפוסי חשיבה (א"ר ואא"ר) להסתגלות רגשית.

הניתוח האמפירי ישען על שאלון שפותח על ידי חוקרים בתחום האמונות הרציונליות והאירציונליות (Hyland et al., 2014a). המטרה המרכזית של שלב זה הנה להבטיח כי שתי הסקאלות, א"ר ואא"ר, יכוסו על ידי פריטי השאלון הרלוונטיים וכי הם יספקו את מלוא הכיסוי האמפירי הקונטקסטואלי למבנה התיאורטי. גורמים אלו לא ימדדו ישירות, אלא יבנו על בסיס תשובות לפריטים שונים בכלי המחקר הרלוונטיים ויאמדו במודל, קרי, גורמים לטנטיים. גורם לטנטי הוא מערך של פריטים נצפים (Observed), המוסברים על ידי משתנה סמוי (Latent). במודל המדידה שני גורמים מרכזיים: חשיבה רציונלית וחשיבה אירציונלית. כלומר, מודל המדידה המהווה שלד לשלב בדיקת ההשערות, אמור להציג מקדמי טיב התאמה עבור המבנים הללו, כאשר טיב התאמה גבוה בהתאם לדרישות סף מצביע על מבנה תיאורטי שמקבל תוקף אמפירי בעזרת הנתונים שיאספו.

המודל נבנה ונבדק בכמה שיטות. בשיטה הראשונה נבדקו הפריטים השונים כפונקציה של הגורמים הלטנטיים הרלוונטיים. השיטה השנייה התבססה על מספר צירופים של פריטים דומים, כדי להקטין את רמת המורכבות של המודל. השיטה האחרונה שנבדקה התבססה על חלוקה למצרפים או פיצולים (Parcels), על בסיס ניתוח גורמים אקספלורטורי (Exploratory Factor Analysis, EFA) מקדים. מתוך שלוש השיטות שנבדקו, רק בשיטה השלישית הגענו לטיב התאמה סביר, שעומד בדרישות סף מקובלות (Wang & Wang,

(2012): (Chi-Square (df=120)=230.205, $p<.001$; CFI=.924; TLI=.903; RMSEA=.053;) (SRMR=.066).

השיטה השלישית, פיצולים, מבוססת על ניתוח גורמים אקספלורטורי מקדים של כל הפריטים הרלוונטיים לגוף התוכן, למשל, של החשיבה האירציונלית או הרציונלית. כאשר כלי המדידה מכיל פריטים רבים הנמצאים בקורלציה גבוהה, שיטה זו הנה פתרון המפחית את המורכבות אך עדיין מקובל סטטיסטית (Bandalos, 2002; Matsunaga, 2008). ספציפית, פרסל הנו סט של פריטים שחוברו מפריטים עם טעינות גבוהה ונמוכה על גורם לטנטי אחד. החיבור של טעינות נמוכה וגבוהה יוצר שונות כך שנמצא כי לפרסל יש התפלגות קרובה לנורמלי (near normal distribution) (Little, Cunningham & Shahr, 2002).

לאחר ניתוח הגורמים, ולאחר הוצאת שני פריטים, דורגו הטעינויות על הגורם היחיד מהגבוה ביותר לנמוך ביותר והורכבו מדדים משתי רמות הטעינות. כלומר, בכל פיצול שולבו פריטים עם טעינות גבוהה וטעינות נמוכה, על מנת ליצור שונות בין החלוקות או הפיצולים השונים. לדוגמה, ראו טבלה 1 בה ניתן לראות טעינויות ובנייה מחדש של פיצולים בהתאם לטעינויות אלה. בניית הפיצולים נעשתה בנפרד לכל אחד ממשותפי הטריאדה כאשר נמצאו הבדלים דקים בטעינות הפריטים של כל בן משפחה, לפיכך הוחלט לבנות את הפיצול הסופי בהתבסס על גורם הטעינות של הילד. כמו כן הוצאו מגורם האמונות הרציונליות שני פריטים, 15 ו- 20, הראשון כתוצאה מטעינות נמוכה, והשני כתוצאה מאי-אחידות בשאלה במהלך המחקר. ממוצע הטעינות לכל גורם על פני בני המשפחה ומעבר לזמן היה מעל 0.5. אמנם טעינות מתחת ל- 0.35 אינה מתקבלת, במקרה הנוכחי, פריטים עם טעינות נמוכה הוכנסו כאשר לבן משפחה אחר טעינות זו הייתה מעל לסף. שיטה זו העלתה מידת התאמה מתקבלת על הדעת (Time 1: $\chi^2_{120}=230.21$, $p<.001$; CFI=.924; TLI=.903; RMSEA=.053; SRMR=.066; Time 2: $\chi^2_{118}=188.74$, $p<.001$; CFI=.927; TLI=.906; (RMSEA=.065; SRMR=.086; Wang et al., 2017).

לפני מציאת פתרון הפיצולים, הניסיונות לאשש את תתי הסקאלות של האמונות הרציונליות והאירציונליות כפי שהוצע בתיאוריה (באמונות הרציונליות – העדפה, לא נוראי, סף תסכול גבוה, קבלה של עצמי אחרים והעולם, באמונות אירציונליות – תובענות, נוראיות, סף תסכול נמוך, הפחתה בערך עצמי, אחרים והעולם (David et al., 2014; Digiuseppe et al., 2014) נכשלו. לפיכך טכניקת הפיצול נמצאה כזו שהעלתה את טיב ההתאמה הטוב יותר. יש לשים לב שהפיצולים אינם בעלי משמעות ושימושם בא על מנת להבנות גורמים לטנטיים בעקבות המבנה הכללי המקורי, כלומר, סקאלות של אמונות רציונליות ואירציונליות. מודל זה, שבא להבנות את הנושא המרכזי של עבודה זו, דפוסי חשיבה משפחתיים, רציונליים ואירציונליים בשתי נקודות זמן, וכתורמים למדדים של הסתגלות רגשית. המודלים הנוספים מתוארים בכל מאמר בנפרד, לפי השיטות הספציפיות לכל מחקר.

טבלה 1 : ניתוח אקספלורטורי מקדים לקביעת פיצולים בכלי של האמונות האירציונליות והרציונליות

פיצול	ילד/ה טעינות	אם		אב		פריט
		פיצול	טעינות	פיצול	טעינות	
אמונות אירציונליות						
1	0.428	3	0.467	3	0.488	1. זה בלתי נסבל לחוש אי-נוחות, מתח או עצבנות ואני לא יכול לסבול את זה כשאני כך.
3	0.492	1	0.579	3	0.489	11. זה נורא שאנשים שחשובים לי לא אוהבים אותי וזו קטסטרופה אם הם לא אוהבים אותי.
1	0.461	1	0.397	1	0.337	12. אני חייב להצליח בעבודות ומשימות חשובות.
2	0.560	3	0.539	1	0.533	13. לפעמים אני חושב שהטרדות והתסכולים בחיי היומיום הם נוראיים והם החלק הכי גרוע בחיי.
3	0.448	2	0.416	2	0.361	19. כשאנשים שאני אוהב דוחים אותי או לא אוהבים אותי, זה בגלל שאני אדם לא טוב או חסר ערך.
2	0.462	2	0.527	2	0.481	2. אם אנשים חשובים לא אוהבים אותי, זה משום שאני אדם לא טוב.
2	0.444	1	0.478	3	0.386	22. אני חייב להצליח בדברים שאני מאמין שהם חשובים, ואני לא אקבל שום דבר פחות מהצלחה.
3	0.597	2	0.541	1	0.477	23. אם אנשים אוהבים או חברים דוחים אותי, זה לא רק רע, אלא הדבר הגרוע ביותר שיכול לקרות לי.
1	0.627	1	0.668	1	0.683	3. זה בלתי נסבל להיכשל בדברים חשובים, ואני לא יכול לסבול כשאני נכשל.
2	0.614	2	0.651	2	0.633	5. אני חייב להצליח בדברים חשובים, ואני לא אקבל את זה כשאני לא מצליח.
3	0.524	3	0.606	3	0.562	8. אני לא יכול לסבול כשאני עצבני או מתוח ואני חושב שהרגשות כאלו הן בלתי נסבלות.
1	0.593	3	0.537	2	0.517	9. אם אני לא מצליח במשימות חשובות לי, זה אומר שאני לא שווה.
אמונות רציונליות						
1	0.335	2	0.467	2	0.362	10. אני לא רוצה להיכשל במשימות חשובות, אבל אני מבין שאני לא חייב לבצע אותן היטב רק משום שאני רוצה בכך.
3	0.428	1	0.462	3	0.478	14. אני רוצה להצליח בכמה דברים, אבל אני לא חייב להצליח רק בגלל שאני רוצה בכך.
2	0.454	2	0.462	1	0.570	16. אם אני לא מצליח במשימות חשובות אני יכול לשאת את הלחץ של הכישלון.
2	0.602	1	0.644	2	0.515	17. אני רוצה להצליח במשימות חשובות, אבל לא מוכרח להצליח בהן רק בגלל שאני רוצה.
1	0.624	3	0.544	1	0.715	18. זה רק מתסכל לא להצליח במשימות חשובות, אבל אני יודע שאני יכול לשאת את התסכול.
2	0.444	2	0.572	3	0.580	21. גם כשהחיים שלי קשים, אני יודע ומבין שאני טוב כמו כל אחד אחר.
2	0.522	1	0.518	1	0.490	24. כשחיי הופכים ללא נוחים, אני מבין שאני עדיין אדם טוב.
3	0.378	3	0.458	2	0.537	4. זה מאכזב כשאני מתוסכל מטרדות בחיי, אבל אני מבין שזה רק מאכזב ולא נורא.
1	0.443	1	0.418	2	0.604	6. אני לא אוהב להרגיש אי-נוחות, מתח או עצבנות, אבל אני יכול לשאת אותם.
1	0.494	2	0.418	1	0.344	7. כשאני חש אי-נוחות, אני מבין שזה לא נורא להרגיש ככה, זה רק ביש מזל.

* הערה: שני פריטים הוצאו מגורם האמונות הרציונליות בשל טעינות נמוכה (15) וניסוח שלילי (20).

**Similarities and Differences Across Family Members: Belief System,
Family Support, Well-Being, and Distress**

Nira Shmueli · Shahar Bitton · Ruth Malkinson · Rivka Tuval-Mashiach

Abstract

According to systems and cognitive-behavioral family therapy approaches, the family is the source of transmission of the interpretive system that contributes to its members' adjustment. The purpose of this study was to explore similarities and differences across family members in their interpretive system and in their psychological adjustment. In addition, we wished to reveal the contribution of family support, as perceived by the young-adult child, to familial adjustment. Data were collected between February 2016 and September 2019. Parents and young-adult children representing 402 family triads filled out questionnaires up to four months before the young-adult child left home for military service. We tested interpretive system, perceived family support, gender, and family status, as contributors to familial psychological adjustment. We used the generalized estimating equation (GEE) procedure to assess triadic behavior as repeatedly measured within family clusters. The results provide a strong indication of a shared family interpretive system as well as adjustment, although slight differences were found between family members. Nevertheless, across all distress measures, fathers and children scored lower in comparison to mothers, and they scored higher on the well-being measure. Additionally, young-adult females scored higher than did young-adult males on distress measures. We concluded that when family members live together under one roof there is indeed a family pattern in both interpretive system and psychological adjustment.

Introduction

The family, according to family systems theory and cognitive-behavioral family therapy approaches, is the source of family members' interpretive system and emotional states. In other words, family members simultaneously influence, and are influenced by, each other's thoughts, emotions, and behavior (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010). Families develop their own internal norms, expressed through explicit and unspoken relationship rules, with the interpretive system representing shared values and assumptions that

guide family life, provide meaning, and organize family members' experience in the world (Walsh, 2012).

One way to examine the family interpretive system is via rational emotive behavior therapy (REBT) theory (Ellis, 1994). Rational beliefs (RBs) and irrational beliefs (IBs) are the main constructs in this theory, and they serve an evaluative function (Digiuseppe, Doyle, Dryden, & Backx 2014; Ellis, David & Lynn, 2010). Rational beliefs are flexible, logical, consistent with reality, and protective against distress, with higher levels generally leading to better psychological health and adjustment (Oltean, Hyland, Vallières & David, 2017; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2018). Irrational beliefs, on the other hand, are absolute, dichotomous, rigid, illogical, and inconsistent with reality. Higher levels can lead to higher distress and psychopathology (DiLorenzo, David & Montgomery, 2007; Oltean et al., 2017).

Studies on shared cognitive and psychological states between parents and their offspring have indicated shared and reciprocal health and distress components. For example, parents with mood problems tend to have children with mood problem symptoms (Alloy et al., 2006); parents and their young-adult children tend to have shared levels of rational and irrational beliefs (Shmueli, Bitton, Malkinson & Tuval-Mashiach, 2021); and parents' psychological resilience seems to have an effect on these characteristics in their children (Regin et al., 2016).

Social support as perceived by the individual is defined as the individual's perception of family, friends, and others to be available for the provision of social, emotional, and material support in times of need (Zimet, Dahlem, Zimit & Farley, 1988). This kind of support has been found to provide an effective means for coping with and adjusting to difficulties, as well as for coping with ordinary issues of daily life. It has also been found to be vital for good mental health via the reduction of psychological distress, such as depression or anxiety (Chu, Saucier, & Hafner, 2010; Reid et al., 2016; Rueger, et al., 2016).

Family support is a specific type of social support, referring to the individual's perception of the family's ability and willingness to help in making decisions, provide mental support, and

offer the kind of intimacy one can find among family members (Zimet et al., 1988). As such, family support, more than any other type of social support, has predicted adolescent motivation and achievement and lower anxiety (Song, Bong, Lee & Kim, 2015). Family support has also been found to contribute to the existence of more satisfying friendships (Flynn, Felmlee, Shu & Conger, 2018). In addition, higher perceived family support has been found to be related to higher self-efficacy and lower levels of internalizing symptoms (Guerra, Farkas & Moncada, 2018). Along the same lines, family structure has previously been shown to be associated with children's well-being or distress, with single parenthood being found to result in an increased risk of psychological distress and behavior problems (Flouri, Midouhas & Ruddy, 2016; Krueger et al., 2015; Lee & McLanahan, 2015).

The main goal of the current study was to examine similarities and differences across family members in their interpretive system (RBs/IBs) and in their psychological adjustment, and to examine whether family support as perceived by the young-adult family member contributed to the entire family's psychological adjustment. Better psychological adjustment was represented by higher levels of well-being and lower levels of depression, anxiety, and perceived stress symptoms, and vice-versa for poorer psychological adjustment. In order to answer the following research questions, we focused on father, mother, and young-adult child up to four months before the child left home (a period considered to be a stressful transition time in general) (Brooker & Vu, 2020; Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012), and specifically to leave home for the purpose of performing compulsory military service in Israel, when all family members must adjust to new roles and psychological demands (Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011).

The research questions explored in this study were: (1) What are the similarities and differences across family members in their interpretive system? (2) What are the similarities and differences across family members in their psychological adjustment? (3) How does family

support as perceived by the young-adult child contribute to the family's psychological adjustment?

Method

Sample and procedure

The sample included 402 family triads – father, mother, and young-adult child – up to four months prior to the child's leaving home for military service. We used all available data, which included some sort of partially completed questionnaires and incomplete triads, in which either the father or the mother did not respond, (e.g., cases of divorced parents).

Data were collected between February 2016 and September 2019. Convenience sampling was used via different platforms such as Facebook groups dedicated to adolescents before recruitment or parents of adolescents. In addition, the researchers reached out to adolescents participating in pre-military programs, as well as to students in their senior year of high school. Researchers also made use of their social connections (e.g., family, friends, co-workers) to promote the participation of relevant respondents. Finally, participants were asked to try to get others for participation in the study as well (i.e., snowball sampling). To encourage participation, a digital gift card was given to any family that completed the questionnaire. The questionnaires were self-administered, via use of the QUALTRICS online survey platform. A consent form, which described the research goals and requirements, was presented, and was signed prior to the presentation of the questionnaires.

Instruments

The *Attitudes and Belief Scale 2 – Abbreviated Version* (ABS-2-AV: Hyland, Shevlin, Adamson, & Boduszek, 2014) is a 24-item self-report measure of rational and irrational beliefs. All items are scored along a 5-point Likert scale from 1 (*strongly disagree*) to 5 (*strongly agree*). Higher scores indicate greater endorsement of a given belief (Shmueli et al., 2021). Previous psychometric assessments of the ABS-2-AV have suggested that the questionnaire possesses satisfactory factorial validity and internal reliability (Hyland et al., 2014; Oltean et

al., 2018). We used one latent factor per each pattern of thinking based on the parceling technique (Matsunaga, 2008). The consistency of the 12 items per thinking pattern (i.e., per RBs and Ibs) was high, $\alpha > .80$, across the triad members, while subscales resulted in much lower consistency.

The *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS; Zimet et al., 1988) is a 12-item self-report assessment of perceived support from family, friends, and one's significant other. In this study only the family support subscale (4 items) was used. Items are rated on a 7-point Likert scale ranging from 1 (*very strongly disagree*) to 7 (*very strongly agree*) according to the original scale. We divided the young-adult children's perceived family support into three ordinal categories: Low ($n = 111, 29.1\%$), Moderate ($n = 155, 40.7\%$), and High ($n = 115, 30.2\%$). In this research the internal reliability of family support was high (4 items, $\alpha = .898$).

The *Well-Being Index* (WHO-5; Topp, Østergaard, Søndergaard & Bech, 2015) is a self-report assessment of emotional well-being over a 14-day period. The five items assess subjective psychological well-being. Items are answered using a 6-point Likert scale ranging from 0 (*not present*) to 5 (*constantly present*). The raw scores were transformed to a score ranging between 0-100, with a score below 50 suggesting poor emotional well-being and a score below 28 indicating depression.

The *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) (Kroenke, Spitzer, & Williams, 2001) is a self-reported diagnostic tool used to measure the frequency of depression symptoms during the previous two weeks, with nine items on a 4-point Likert scale ranging from 0 (*not at all*) to 3 (*nearly every day*). A total score ranging from 0-27 is obtained by summing all items, with higher scores indicating more depression symptoms.

State-Trait Anxiety Inventory (STAI; Spielberger, 1983). For this study, only state anxiety was estimated (STAI-S). This self-report questionnaire evaluates the current state of anxiety, using 20 items that measure subjective feelings of apprehension, and activation/arousal of the

autonomic nervous system. Items are answered on a 4-point Likert scale ranging from 1 (*not at all*) to 4 (*very much so*). The total score ranges between 20-80.

Perceived Stress Scale (PSS-10; Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983). This self-report questionnaire examines perceived stress in one's present life and has been used in various studies dealing with stressful life events. The questionnaire includes 10 items that measure the participant's emotional state over the past month. The scale of responses ranges from 1 (*to a very limited extent*) to 5 (*to a very great extent*). One score was derived by computing the mean for all 10 items.

Analysis

In this research we used the generalized estimating equation (GEE) procedure as the major statistical framework, to assess triadic behavior repeatedly measured within family clusters. Specifically, distress symptoms and well-being measure were tested across the three family members, in relation to their rational and irrational beliefs. The GEE allowed us to consider the families within a random intercept model; that is, families contributed to the measurement error (Hardin & Hilbe 2013). Thus, it belongs to the family of randomized or mixed regression models (Fitzmaurice et al., 2009). Another advantage of the GEE procedure is that it operates within the full information maximum likelihood (FIML; Enders, 2010), which is a likelihood-based approach that includes all available data. Formally put, outcome (distress or well-being) $y_{ij} = a_{0j} + X_i b + e_i$, where X is a vector of explanatory variables measured for each survey respondent i , b is a vector of unknown fixed regression coefficients, $a_j = a^* + u_j$ labeled as the random intercept, a^* is a fixed constant, and u_i and e_i are random measurement errors varying across families and respondents, respectively. Moreover, the GEE generated predicted subgroup means which further compared between each other to establish a marginal mean ranking. The independent factors included family members indicators, their rational and irrational beliefs; youngster's perceived family support (low, moderate, high); youngster's gender; and family status (married versus otherwise).

Results

Descriptive Statistics: The sample, which included 402 family triads, of whom 16.5 percent were families in which the parents were divorced or separated and 83.5 percent were families in which the parents were married, provided a total of 879 responses (402 young-adult children, of whom 54.2 percent were boys and 45.8 percent were girls; 203 fathers, and 274 mothers), where missing values for fathers or mothers were due, mainly, to family status. Fathers' mean age was 51.2 ($SD = 6.13$), and mothers' mean age was 47.96 ($SD = 4.69$). In Table 1 we show descriptive statistics for the research measures followed by a one-way mean difference test across family members, to which we applied the GEE procedure, which is the reason we used Wald's χ^2 (Wald, 1943) rather than the more common F test. For ranking we used Latin letters starting at a for the lowest marginal mean. Irrational beliefs were higher among the children, whereas the mean values for mothers and fathers were similar. As for RB levels, mothers scored higher, and fathers scored lower. It should be noted that sample sizes varied due to missing values. Across all distress measures, fathers and children scored lower in comparison to mothers, but scored higher on the well-being measure. Mothers were ranked the opposite on these measures, on average.

Model Results: We expanded the comparison across family members to include various potential indicators to explain well-being and types of distress, and we report the GEE estimates in Table 2 and Table 3. For each outcome measure we present the overall effect, as shown by Wald's χ^2 , and the regression coefficient of the effect, whereas in the adjacent column, the ranked marginal means are presented. The sample size for fathers, mothers, and young-adult children is provided at the bottom. As is evident, the data for families were incomplete, yet were resolved within the FIML framework.

Tables 2 and 3 show the contribution of family members' rational and irrational beliefs, child's perceived family support, child's gender, and family status to distress symptoms and well-being. Table 2 shows that the lowest depression symptoms were found among fathers,

whereas among both mothers and children, these levels were similar on average (mothers: mean = 4.16, s.e. = 0.26; children: mean = 4.00, s.e. = 0.20; "b"). Well-being levels were higher for fathers and children alike in comparison to mothers' well-being level. Levels of IBs were found to positively affect the level of depression symptoms ($b = 2.12, p < .001$). Higher RBs were associated with higher well-being, whereas higher IBs were associated with lower well-being ($b = 0.21, p < .01$; $b = -0.29, p < .001$; respectively). However, RBs had no effect on depression, whereas on other distress factors they had a negative effect, and distress levels were lower. Simply put, more intensive IBs were associated with greater distress symptoms and vice versa. Perceived family support was found to be associated with depression symptoms such that lower support was associated with higher depression symptoms (b), and moderate and high support were associated with lower depression symptoms (a). As opposed to depression symptoms, higher family support was associated with higher well-being. In other words, among families in which children perceived the highest support, overall family well-being was higher and vice versa. Gender appeared to be an insignificant factor in the well-being analysis, but girls were found to show higher levels of depression symptoms in comparison to boys ($b = 0.83, p < .01$). Among families in which the parents were married, depression symptoms were lower ($b = -1.56, p < .01$), and well-being level was higher ($b = 0.24, p < .05$).

A similar analysis is presented in Table 3 for the perceived stress and anxiety measures. Mothers were found to score highest on both measures (b), whereas fathers and young-adult children showed lower means of these measures (a). Rational and irrational beliefs displayed the expected direction in their effect on the two measures (perceived stress: $b = -1.74, p < .001$; $b = 3.57, p < .001$; anxiety: $b = -2.75, p < .001$; $b = 6.11, p < .001$). That is, higher RBs were associated with lower perceived stress and anxiety, and higher IBs were associated with higher levels of these measures. Perceived family support had a similar effect on perceived stress and anxiety levels as found in the depression analysis; that is, lower support was associated with higher perceived stress (b) and anxiety (c). This association was clearly negative for anxiety,

showing a constant decline from c to a, whereas for perceived stress, low and moderate support were associated with higher perceived stress together. The highest perceived support was associated with the lowest anxiety and perceived stress, altogether emphasizing the role of perceived family support in positive adjustment. In addition, “married” family status had a negative effect on perceived stress ($b = -1.58, p < .05$); that is, the married couple status contributed to better family adjustment. Gender appeared to be a significant factor, with girls showing higher distress levels (perceived stress: $b = 1.33, p < .01$; anxiety: $b = 1.82, p < .05$).

Table 1: Cross-triadic members' comparison of key research indicators

Tested Outcome	Wald		Father	Mother	Child	Total
Irrational beliefs	22.97***	Mean	1.37 ^a	1.47 ^a	1.61 ^b	1.48
		SE	0.05	0.04	0.03	0.03
		N	192	259	366	817
Rational beliefs	10.13**	Mean	2.40 ^a	2.55 ^b	2.48 ^{ab}	2.48
		SE	.04	.03	.03	.02
		N	192	259	366	817
Well-being	14.07**	Mean	3.32 ^b	3.03 ^a	3.20 ^b	3.18
		SE	0.07	0.03	0.05	0.04
		N	195	264	380	839
Perceived stress	26.84***	Mean	10.88 ^a	13.30 ^b	11.95 ^a	12.04
		SE	0.43	0.38	0.37	0.28
		N	195	264	380	839
Anxiety symptoms	34.31***	Mean	31.97 ^a	36.67 ^b	33.69 ^a	34.11
		SE	0.72	0.68	0.54	0.46
		N	191	259	366	816
Depression symptoms	16.11***	Mean	2.67 ^a	4.04 ^b	4.28 ^b	3.66
		SE	2.93	2.93	2.93	2.93
		N	195	264	380	839

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$; N_{fathers} 187; N_{mothers} 245; N_{children} 361; Latin letters for sub-group mean ranking from the lowest mean “a”, based on multiple pairwise comparisons with the Bonferroni correction

Table 2: Modeling results for depression symptoms and well-being, effects, and ranked marginal means

	Depression		Well-being	
	Wald/ b(SE)	Marginal Means	Wald/ b(SE)	Marginal Means
Triadic membership index	W=17.32***		W=17.69***	
Father		3.03 ^a (0.26)		3.30 ^b (0.07)
Mother		4.16 ^b (0.26)		3.01 ^a (0.06)
Child		4.00 ^b (0.20)		3.25 ^b (0.05)
Rational beliefs	W=0.39 b=-0.16 (0.26)		W=9.73** b=0.21** (0.07)	
Irrational beliefs	W=81.32*** b=2.12*** (0.23)		W=34.11*** b=-0.29*** (0.05)	
Family support	W=10.01**		W=42.00***	
Low		4.54 ^b (0.35)		2.86 ^a (0.08)
Medium		3.51 ^a (0.21)		3.17 ^b (0.06)
High		3.14 ^a (0.28)		3.52 ^c (0.07)
Child's gender	W=6.95** b=0.83** (0.31)		W=3.48 b=-0.14 (0.08)	
Family status	W=9.21** b=-1.56** (0.51)		W=5.70* b=0.24* (0.10)	

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$; $N_{\text{fathers}} 187$; $N_{\text{mothers}} 245$; $N_{\text{children}} 361$; Standard errors in parentheses; Latin letters for marginal mean ranking, "a" for the lowest mean.

* משתנים נוספים שנבדקו במחקר היו: גילאים, ארץ לידה, צורת התיישבות, מספר ילדים וגילם, הגדרת חילוניות או מידת דתיות, הכנסה, שירות צבאי של ההורים ושל ילדים נוספים, טראומות בעבר. משתנים אלו לא נמצאו קשורים למשתנים שנבדקו ולכן לא הוכנסו לעבודה.

Table 3: Modeling results for symptoms and anxiety symptoms, effects, and ranked marginal means

	Perceived stress		Anxiety	
	Wald/ b(SE)	Marginal Means	Wald/ b(SE)	Marginal Means
Triadic membership index	W=33.56***		W=47.08***	
Father		11.32 ^a (0.43)		32.63 ^a (0.67)
Mother		13.58 ^b (0.37)		37.17 ^b (0.64)
Child		11.47 ^a (0.33)		33.07 ^a (0.48)
Rational beliefs	W=20.31*** b=-1.74*** (0.39)		W=17.81*** b=-2.75*** (0.65)	
Irrational beliefs	W=102.31*** b=3.57*** (0.35)		W=128.29*** b=6.11*** (0.54)	
Family support	W=20.61***		W=29.33***	
Low		13.50 ^b (0.53)		37.06 ^c (0.77)
Medium		12.32 ^b (0.37)		34.28 ^b (0.61)
High		10.54 ^a (0.43)		31.54 ^a (0.68)
Child's gender	W=7.17** b=1.33** (0.50)		W=5.61* b=1.82* (0.77)	
Family status	W=4.21* b=-1.58* (0.77)		W=2.45 b=-1.81 (1.15)	

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$; $N_{\text{fathers}} = 187$; $N_{\text{mothers}} = 245$; $N_{\text{children}} = 361$; Standard errors in parentheses; Latin letters for marginal mean ranking, "a" for the lowest mean.

Discussion

The purpose of this study was to explore similarities and differences across three family members – mother, father, and young-adult child – up to four months before the child left home for military service. The tested factors were interpretive system (RBs/IBs), perceived family support, gender, and family status, as contributors to familial psychological adjustment. The results provide a strong indication of a shared family interpretive system and adjustment, although slight differences were found between the three family members.

The current research showed that family members were highly similar to each other in their interpretative system (Shmueli et al., 2021), with mothers and fathers having a shared lower level of IBs and children having the highest levels of IBs. The age difference with regard to the level of IBs that was found in our research is consistent with previous studies showing that as an individual gets older, there tends to be a change toward a relatively greater expectation of positive future events (Cabeleira et al., 2014; Tadic et al., 2018). Moreover, these studies report lower negative repetitive thoughts (Emery, Sorel & Miles, 2020), and more positive interpretations of ambiguous situations than those reported by younger adults (Tadic, Wuthrich & Rapee, 2015). No age difference was found in regard to rational beliefs. This finding is in line with previous findings showing no age difference in positive repetitive thoughts (Emery, Sorel & Miles, 2020). With the aim of understanding why higher levels of negative interpretations (IBs) were found in this study among the young-adult children, further research should be conducted. This finding may be attributable to the young adults' particular life stage: ahead of a dramatic change in their lives (i.e., leaving home, enlistment in the army), with greater ambiguity regarding the near future and beyond.

Gender differences were found in RBs but not in IBs; namely, mothers had higher RB levels than did fathers. Regarding IBs, previous studies have shown inconsistent findings. Some studies revealed an absence of gender differences (Stanciu et al., 2014), as was found in the current research, whereas others have indicated that differences do exist (Balkis & Duru, 2018;

Calvete & Cardeñoso, 2005). In contrast to a previous study (Calvete & Cardeñoso, 2005), where female participants had lower scores on positive thoughts, the current research revealed that mothers had higher scores on RBs. This finding is interesting and somewhat mystifying in the context of the mothers' poorer adjustment. On the one hand, it is possible that without the high RBs, their distress level would have been even higher. In this case, RBs are assumed to act as cognitive protective factors (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017), helping to reduce the mothers' distress. On the other hand, and given their poorer well-being and higher distress compared to that of the fathers and children, it seems that mothers' rational beliefs were not effective enough to significantly reduce their distress level. This finding raises the question about the effectiveness of this mechanism as a protective factor. The current finding showing that higher levels of RBs were not related to mothers' better adjustment may indicate, as suggested by REBT theory, that IBs and RBs do not comprise a bipolar cognitive construct (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017). That said, this issue calls for more research to be conducted on the role of rational and irrational beliefs and their complementary association in distressing situations.

The results from the well-being and distress indicators showed that family members were similar in terms of their adjustment characteristics, although there were some differences in level. Mothers and daughters had higher scores on all distress measures, and mothers also scored the lowest on the well-being indicator. Fathers and children shared levels except in regard to depression symptoms, where mothers and children were more similar. Considering both comparisons – that is, mothers vs. fathers, and young adult females vs. young adult males – we would suggest that gender differences do exist. The finding that mothers and their daughters had higher distress was not surprising and is consistent with previous research demonstrating poorer well-being (Branson et al., 2019) and higher rates of psychological distress among female than among male individuals (Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012; Salk, Hyde & Abramson, 2017; Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019).

Irrational beliefs were associated with higher distress symptoms, whereas RBs were related to lower symptoms and better adjustment. This result is in line with previous research (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017) and provides more support for the REBT theory of psychological health and psychological distress (Ellis, David & Lynn, 2010). These findings highlight the importance of learning how to apply rational interpretations to life events and to moderate irrational interpretations. Methods for doing so can be taught in treatment as well as in schools and in community settings. As such, we would argue for the study and practice of REBT by psychologists and psychotherapists.

Family support, as perceived by the young-adult child, showed a meaningful association with family adjustment. When the child perceived high family support, the entire family had lower levels of distress and higher levels of well-being. This result aligns with results from previous studies (Flynn et al., 2018; Guerra, Farkas & Moncada, 2018; Song et al., 2015) demonstrating the contribution of family support to the young-adult child's better adjustment and, in the current study, to the entire family's better adjustment, shedding light on the circular nature of what takes place in families. Another family aspect that was found to contribute to family adjustment in the current study was family status; namely, intact families had better adjustment, meaning that family members presented higher well-being and lower distress than did families in which the parents were separated or divorced. These results are consistent with findings from previous studies regarding the better adjustment of children from intact families (Flouri, Midouhas & Ruddy, 2016; Krueger et al., 2015; Lee & McLanahan, 2015).

These results provide support for family systems theories, the cognitive-behavioral family therapy approach (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010; Walsh, 2012), and REBT theory (Ellis, 1994). That is, the current findings demonstrate shared levels of a family's interpretive system (IBs/RBs), which are then related to shared levels of a family's psychological adjustment. These results are in line with previous research showing shared family cognitive aspects and mood states (e.g., Alloy et al., 2006; Gibson & Francis, 2019).

The study has a few limitations that should be taken into consideration. First, all of the information gathered from the study participants relied on self-report questionnaires. As such, various biases are possible, for example a bias toward a desired self-presentation or unconscious aspects in regard to IBs or RBs (Digiuseppe et al., 2014). Future studies should consider integrating additional assessment methods such as qualitative interviews with each member of the triad, in which expressions of IBs and RBs are explored. An additional limitation of the study concerns the aspect of online participation, in that individuals who have an active online presence are considered to represent a specific sector of respondents who are highly motivated to express their attitudes. Outcomes may therefore not necessarily be representative of the general population (Bethlehem, 2010).

Despite these limitations, the current study highlights the reciprocity between family members and the value of the family environment as contributing to the interpretive system and emotional adjustment of family members. This reciprocity can also be seen in the way that the young-adult child's perception of family support, as well as parents' marital status, contribute to a better adjustment of the family as a whole. It is important to continue exploring reciprocity among family members, and whether and how such reciprocity changes over time and as the family structure changes.

Familial Thinking Patterns: Rational and Irrational Beliefs
During a Life Transition

Nira Shmueli · Shahar Bitton · Ruth Malkinson · Rivka Tuval-Mashiach

מאמר זה פורסם, ראוי,

Shmueli, N., Bitton, S. Malkinson, R. & Tuval-Mashiach, R. (2021). Familial Thinking Patterns: Rational and Irrational Beliefs During a Life Transition. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. doi: 10.1007/s10942-021-00400-8.

Abstract

Despite the increase in research on shared issues among family members, less is known about familial thinking patterns and potential changes when a family undergoes a transition. The present longitudinal study aimed to examine whether family members share common thinking patterns, specifically regarding rational and irrational beliefs, and whether such a style is sustained in the face of a child's leaving home and enlisting in military service. A total of 390 Israeli family triads (mother, father, soldier) participated in this study. Participants filled out the questionnaire four months before and six months after recruitment. Thinking patterns were assessed via use of the Attitudes and Belief Scale 2-Abbreviated Version. Rational and irrational beliefs across family and time dimensions were tested. Structural models were built, applying a multiple group comparison framework to assess the extent to which these dimensions were consistent. Specifically, as this study aimed to establish rational and irrational belief perceptions, measurement models were compared across family members and over time. Results showed a mutual structure between mothers' and children's and common family levels of rational and irrational beliefs was found both before and after enlistment. Yet we cannot suggest a consistent triadic or over time structure in rational and irrational beliefs when the family structure changes. These findings indicate that families have common thinking patterns that change as the family structure changes while the central figures seem to be the mothers. These findings shed light on the contribution of parents to their offspring's rational and irrational beliefs system.

Introduction

Rational emotive behavior therapy (REBT, Ellis, 1994) is a cognitive behavior psychological theory and philosophical approach to human life. Rational beliefs (RBs) and irrational beliefs (IBs) are the main constructs in this theory and are believed to serve an evaluative function relating to external or internal events (Ellis, David & Lynn, 2010).

Rational beliefs are flexible, logical, and consistent with reality. They include preference beliefs (wants, wishes), a realistic evaluation of “badness” beliefs, a high frustration tolerance, and unconditional acceptance/self-acceptance beliefs (DiGiuseppe et al., 2014; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2017). Irrational beliefs, on the other hand, are absolute, dichotomous and rigid, illogical, and not consistent with reality. They include demandingness beliefs (musts, 40ppare), catastrophizing beliefs, frustration intolerance, and global evaluations/self-downing beliefs (Ellis, David & Lynn, 2010; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2018). These beliefs are in part unconscious and reach a stage of automaticity (DiGiuseppe et al., 2014). In addition, RBs and IBs are conceptualized as qualitatively different constructs, meaning that high levels of IBs do not necessarily reflect low levels of RBs, and vice versa (Oltean et al., 2017).

According to Ellis (1994) and successors, there is a congenital biological tendency toward irrational alongside rational thinking (Malkinson, 2007). Nevertheless, people largely learn their values and belief patterns, which are transmitted across generations (David & DiGiuseppe, 2010), from their parents and their cultures (Dallos, 1991).

The family, according to cognitive-behavioral and systems perspective family therapy, is viewed as a transactional system that functions in relation to its broader sociocultural context and evolves over the multigenerational family life cycle (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015). It is through this social construction that the individual learns how to see the world and think about it. Shared values and assumptions guide family life, provide meaning, and organize experience in the social world (Becvar & Becvar, 2018; Dattilo, 2010). When the structure of a family changes as a result of a family life cycle transition, like leaving home transition, all of the family members are affected (Walsh, 2012). Whereas in the past the leaving home transition was more definitive, in recent decades, notwithstanding the socioeconomic, cultural, and demographic differences between countries, the process has generally become more gradual and reversible (“boomerang status”) (Akin, Breeman, Meeus & Branje, 2020; Sørensen & Nielsen, 2020; Houle & Warner, 2017).

The cognitive-behavioral and system approach to families argues that a sense of belonging to the family is achieved in part by a shared biological background but mostly by learning and internalizing cognitive and emotional states (Dallos, 1991). That is, the family is a source of transmission, construction, preservation, and maintenance of family beliefs, while members of the family simultaneously influence and are influenced by each other's thoughts and values, as well as through transgenerational trends (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015).

Studies on shared cognitive and psychological aspects of parents and their children have found that there are correlations between these aspects in the family. For example, it was found that higher levels of a parent's depression predicted higher levels of a child's pessimism (Sutherland et al., 2019); mothers' maladaptive schemas and parenting style predicted their daughters' maladaptive schemas (Gibson & Francis, 2019); mothers' expectations of their children's distress predicted their children's threat interpretation (Creswell, O'Connor & Brewin, 2006); mothers' negative thinking patterns contributed to the ineffective thinking patterns of their children (Alloy, Abramson, Smith, Gibb, & Neeren, 2006); and mothers' parenting style, feedback, depression, and cognitive biases affected their children's cognitive biases and attributional style (Bruce et al., 2006; Lester, Field & Cartwright-Hatton, 2012; Remmerswaal, Muris & Huijding, 2016; Sutherland et al., 2019).

There have been only a few studies examining shared familial aspects of IBs and RBs. For example, in a study on couples, researchers found that IBs led to dysfunctional emotions, which further affected marital adjustment (Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2016), and parents' IBs expectations of their children led to parents' negative emotional responsiveness and adequate attention (Hamamci & Bağci, 2017). A search of the literature failed to reveal studies on investigations of the familial construct of rational and irrational beliefs, or the relationships between family members in this context. In light of the vast majority of studies on various family factors mainly in the mother-child dyad, and the scarcity of studies on father-child dyads as well as on triadic designs, there is a need for more research.

The present study

The main goal of the current study was to examine whether there are shared familial thinking patterns, with a focus on rationality and irrationality, and whether these constructs change when the family undergoes a transition, such as one member's leaving home. In order to answer these questions, we focused on a critical leaving-home stage in the life of Israeli families: the recruitment of young adults, at the age of 18, into military service. For most male youth, military service is compulsory, whereas for female youth there is the option of performing national service instead (Dekel, Tuval-Mashiach, & Sadeh, 2016).

Israeli society is characterized by communal and familial values and is a child-oriented society that maintains close and frequent family contact throughout the life course. This family closeness continues and may even intensify during the child's enlistment in the Israel Defense Forces (IDF) (Bar-Tur, Ifran, Moore, Kamin & Lang, 2018; Mayselless & Hai, 1998; Scharf, 2014). There is a degree of variability in soldiers' returning home during their army service. After the initial period of enlistment, some soldiers return home every day whereas others come home every two weeks or more for the weekend.

As no previous research was found on the structure of familial RBs and IBs or on the level of shared thinking patterns among the family triad (namely, child/mother/father), where structure is related to factor loadings and pattern is related to rational and irrational thinking levels, the following research questions were explored in this study: (1) Is there a shared family (i.e., between parents and their children) thinking pattern structure (IBs and RBs)? (2) Are there shared levels of family thinking patterns? (3) Do these shared thinking patterns and structure persist after a child's enlistment in the army?

Method

Sample and Sampling Procedure

The sample for the current research consisted of family units (mother, father, recruit/soldier), also referred to as "triads" or "family triads," before and after a significant change in their lives as individuals and as a family. The first studied timepoint – up to four months prior to the adolescent's enlistment in the IDF – included a sample of 390 families. At the second studied timepoint, six months after leaving home, the sample included 207 families.

The research was conducted from February 2016 to September 2019. Convenience sampling was used to target potential participants (prior to IDF recruitment) on different platforms. Ads were posted on different Facebook groups dedicated to adolescents before recruitment or parents of adolescents. In addition, the researchers reached out to adolescents participating in pre-military programs, as well as to students in their senior year of high school. Researchers also made use of their social connections (e.g., family, friends, co-workers) to promote the participation of relevant respondents. Finally, participants were asked to try to get others to participate in the study as well (i.e., snowball sampling).

To encourage the participation of all three members of the family triad and to reduce dropout rates, a digital gift card was given to any family that completed the questionnaire at Time 1 (before recruitment), and digital gift cards in larger sums were raffled between families who also completed the questionnaire at Time 2 (after recruitment).

Participants were asked to complete the questionnaire up to four months before the adolescent's recruitment to the army (Time 1) and six months after recruitment (Time 2).

The questionnaire was self-administered, via use of the QUALTRICS online survey platform (www.qualtrics.com). A consent form, which described the research goals and requirements, was presented and signed before completion of the questionnaire. As part of the consent form (filled out and signed prior to Time 1), participants were asked to provide contact information (phone and/or email), which was later used to contact them again before Time 2.

The contact information wasn't part of the research questionnaire and was stored separately in such a way that only the research team had access to it.

Instrument

The Attitudes and Belief Scale 2-Abbreviated Version (ABS-2-AV: Hyland, Shevlin, Adamson, & Boduszek, 2014a) is a 24-item self-report measure of rational and irrational beliefs consistent with contemporary REBT theory. All items are scored along a 5-point Likert scale from 1 (*strongly disagree*) to 5 (*strongly agree*). Higher scores in each case indicate greater endorsement of a given belief process. For this research we translated the questionnaire into Hebrew. Previous psychometric assessments of the ABS-2-AV have suggested that the questionnaire possesses satisfactory factorial validity and internal reliability (Hyland et al., 2014a).

Our first attempt to rely on the original dimensions failed to provide construct validity. Across the three triad members in the first round of the survey, the goodness of fit indices resulted in low values, below any acceptance threshold. Moreover, even when separating the confirmatory analysis into irrational and rational scales by a single member – that is, father, mother, or recruit – fit indices did not improve beyond a common acceptance level, which led to the choice of one latent factor per each pattern of thinking based on the parceling (Matsunaga, 2008) technique. The consistency of the 12 items per thinking pattern was high, $\alpha > .80$ across the triad members, while subscales resulted in much lower consistency. This result provided another justification for the use of the parceling technique over testing the original suggested sub-constructs.

Statistical Methods

To apply the parceling technique (Matsunaga, 2008), we use a preliminary exploratory factor analysis, which resulted in a slight item loading difference between family members. Thus, we built the final parcels based on the adolescent's factor loadings. Note that parcels are supposed to be meaningless, but their uniform composition across triadic members remains the

same, so they became comparable. This confirmatory modeling approach met the required fit quality, that is, by splitting the measurement model into before and after recruitment, models resulted in an acceptable goodness of fit (Before: $\chi^2_{120} = 173.97, p < .001$; CFI = .972; TLI = .965; RMSEA = .034; SRMR = .047; After: $\chi^2_{120} = 145.23, p < .001$; CFI = .980; TLI = .976; RMSEA = .032; SRMR = .052). For this analysis and further analyses, we used the Mplus V.8.3 statistical package (Muthén & Muthén 2018).

Next, we tested if family members shared similar irrational and rational beliefs within a measurement invariance framework. This additional test resulted in mixed indications for difference ($\Delta\chi^2_{30} = 46.812, p < .026$, but not by means of $\Delta\text{CFI} = .005 < .01$). We would suggest that the free model seemed superior to the metric model, meaning that parcels did not load similarly across family members. We also challenged the above structure, that is, latent irrational and rational belief factors for each family member by alternative structure to confirm the suggested structure, namely a common method variance (CMV) test (Podsakoff, MacKenzie, Lee & Podsakoff, 2003). Specifically, we tested alternative time mix and membership mix. Our attempts to test the alternative measurement model by method (e.g., Factor 1 for Parcel 1 recruit, mother, and father) resulted in low fit (pre- and post-model: $\chi^2_{511} = 2072.712, p < .001$; CFI = .574; TLI = .475; RMSEA = .089; SRMR = .119; $N = 390$).

Results

Sample

A sample of 390 families participate at Time 1. Of these families, 215 (55.1%) had a male recruit child, and 175 (44.9%) had a female recruit child. The mean age was 47.89 years ($SD = 4.75$) for mothers, 51.07 years ($SD = 6.09$) for fathers, and 18.53 ($SD = 0.72$) for child. Fathers and mothers had similar years of study with an average of 14.97 ($SD = 3.27$) years for fathers and 15.16 ($SD = 3.27$) years for mothers. At Time 2, the sample included 207 families, a dropout rate of 47%. It is important to note that the data of completed questionnaires may have

included some incomplete items. Additionally, for some families, incomplete triadic questionnaires are available (that is, in the event that some but not all three members responded to the later questionnaire).

Correlations within and between Pre and Post Enlistment Time

Correlations between thinking patterns and across family members were estimated and are shown in Figure 1. Generally, at Time 1, IBs and RBs were correlated within the family triad – that is, mother's IBs with father's IBs was 0.29 ($p < .001$), father's IBs with recruit's IBs was 0.28 ($p < .001$), and mother's IBs with recruit's IBs was 0.37 ($p < .005$). No correlation was found between the two thinking patterns, except a negative correlation between father's IBs and recruit's RBs ($r = -0.26, p < .01$). These correlations provide an indication of independence between the two thinking patterns prior to enlistment. However, at Time 2, correlations were found to be less consistent in comparison with those at Time 1. Father's IBs with mother's IBs was positive ($r = 0.32, p < .001$), mother's IBs with recruit's IBs was positive ($r = 0.36, p < .001$), and mother's RBs with recruit's RBs was positive ($r = 0.52, p < .001$), while the other correlations were lower. A negative correlation was found between mother's IBs and mother's RBs ($r = -0.36, p < .001$) and recruit's RBs ($r = -0.26, p < .01$). Mother's RBs and father's RBs were positively correlated ($r = .21, p < .05$).

Within family actor-partner interdependencies

The actor-partner interdependence model (APIM) was applied in a set of model constraints beyond construct validation (Cook & Kenny, 2005; Fitzpatrick, Gareau, Lafontaine & Gaudreau, 2016). A comprehensive triadic test included controls on factor correlations between the two timepoints and across family members as in the actor-partner interdependence model (APIM). Tables 1a and 1b show the APIM test results. The slightly modified free measurement model for the two timepoints yielded an acceptable goodness of fit ($\chi^2_{511} = 739.22, p < .001$; CFI = .938; TLI = .923; RMSEA = .034; SRMR = .055; $N = 390$), where modifications relaxed the zero-correlation assumption at the core of the covariance structure models; that is, in the

modified model, correlations between independent indicators or parcels were added if they increased the overall model fit.

The additional APIM constraints reduced the fit quality, yet the constrained model was still within acceptance fit level ($\chi^2_{536} = 783.00, p < .001$; CFI = .933; TLI = .921; RMSEA = .034; SRMR = .069; $N = 390$). The free model showed superiority in comparison to the APIM constrained model by the chi-square test, $\Delta\chi^2_{(25)} = 43.79, p = .011$, but not according to the CFI difference, $\Delta\text{CFI} = .005$. This finding may provide additional support for the indications of inconsistency we found in thinking patterns among different triadic members. In other words, family thinking pattern consistency is not completely supported by these tests.

The free structural triadic model and subject to triadic constraints

Following the measurement models, a regression test for the two-time model (Time 1 factors on the Time 2 factors) was applied. Figure 2 and Tables 1a and 1b present modeling results. Along the diagonal of Table 1a, associations are positive or consistent over time: father's IBs before with father's IBs after equaled 0.43 ($p < .001$), mother's IBs before with mother's IBs after equaled 0.78 ($p < .001$), recruit's IBs before with recruit's IBs after equaled 0.36 ($p < .001$). Furthermore, father's RBs before with father's RBs after equaled 0.47 ($p < .001$), mother's RBs before with mother's RBs after equaled 0.57 ($p < .001$), recruit's RBs before with recruit's RBs after equaled 0.49 ($p < .001$). These associations provide convergence validity for the assessment methods.

The highest consistency was found in mothers' thinking patterns over time. However, beyond these consistencies, other cross thinking structures and cross triadic members are aligned in some cases with the hypotheses; that is, mother's IBs before with mother's RBs after was negative -0.19, ($p < .001$) and recruit's RBs with recruit's (i.e., soldier's) IBs after was negative -0.26, ($p < .01$). Our tests for consistencies within the family triads and over time did not yield, as suggested above, a significant drop in the model fit, $p(\Delta\chi^2) < .05$ and $\Delta\text{CFI} > .01$.

Thus, a consistent triadic or over time structure in RBs and IBs when the family structure changes was not supported. These results complemented the earlier test results that were described in the previous section. Figure 2 shows that mothers' RBs at Time 2 were associated with several thinking variables at Time 1: fathers', mothers' and recruits' IBs, and mothers' and recruits' RBs ($R^2 = .53$), whereas other members at Time 2 were not as associated with these thinking patterns at Time 1 except for soldiers' rational beliefs at Time 2. In other word, the model results emphasized the importance of the mother's role in predicting or responding to the family's rational and irrational beliefs.

A division of the triad into dyadic models, free and subject to dyadic constraints

As the triadic relationship could not hold clearly, we continued with two dyadic models for the mother and the recruit, and the father and the recruit. Table 2 provides test results, following the earlier test for triadic APIM consistency. We used similar constraining methods: unconstrained model, loading constrained model, and complete APIM constrained model. We received mixed results for the mother-recruit dyad. Mothers and recruits may share structural loadings ($\Delta\chi^2_{(18)} = 27.31, p = .070$), but the APIM constrained model differed from the free model ($\Delta\chi^2_{(23)} = 45.50, p = .003$), as well as from the loading constrained model ($\Delta\chi^2_{(5)} = 18.19, p = .003$).

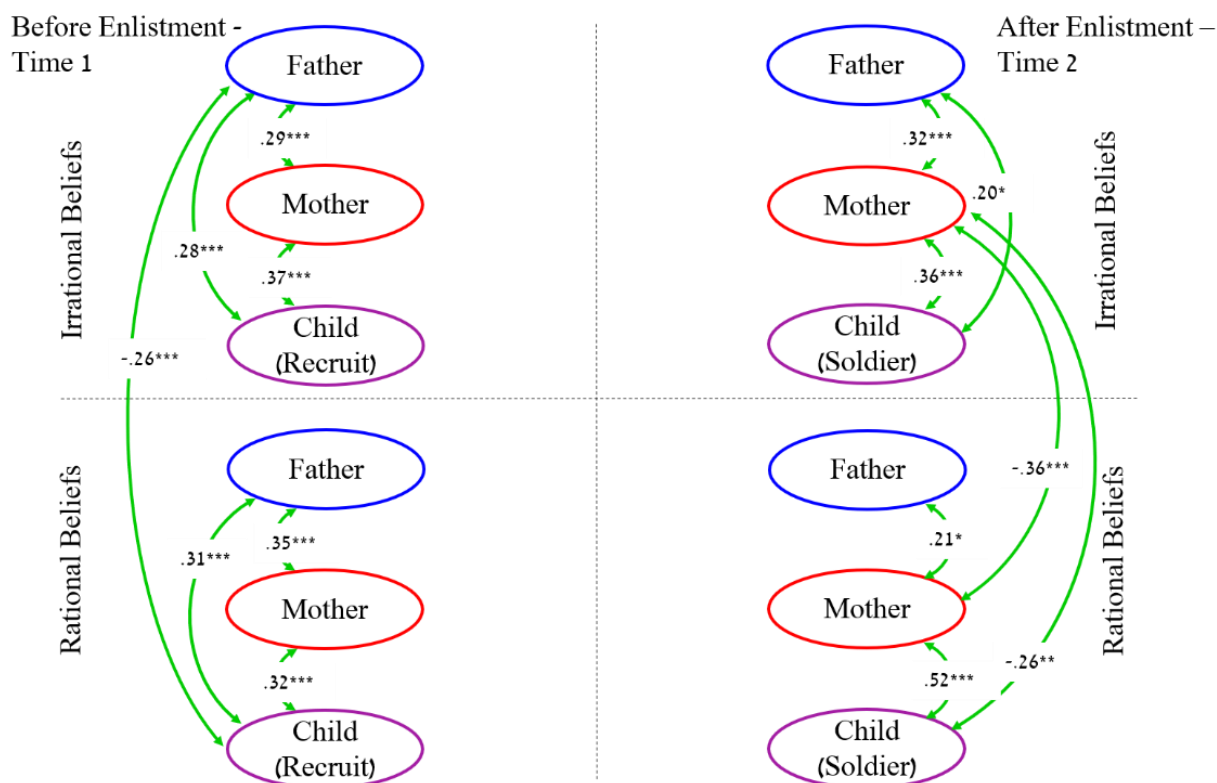
A conclusion may arise from these results as to the sharing of rational and irrational thinking structures, but not shared direct or cross associations. Simply put, the effect of mothers' early thinking patterns on recruits' later thinking patterns differed from this cross effect among the recruits' earlier patterns on the mothers' later patterns. Similarly, the direct effects of mothers' earlier thinking patterns on their later thinking patterns differed in comparison to the recruits' earlier patterns on their later patterns.

As for consistencies between fathers and recruits, we found that these were inconsistent by means of model fit difference. Although the difference between the free model and the APIM

constrained model seemed insignificant ($\Delta\chi^2_{(23)} = 33.61, p = .071$), the low SRMR fit (SRMR>.08) suggested that the constrained models did not meet acceptance model fit levels. In contrast to the mother-recruit dyads, support was not found for shared thinking patterns across fathers and recruits. In a further set of analyses, we included relevant confounders such as recruit's gender, mother's army service, and father's army service. No differences regarding recruit's/soldier's gender were found. We found that combat soldiers' irrational beliefs were positively associated with fathers who served as combat soldiers. The mother's army service provided a positive indication of non-combat soldiers' irrational beliefs, but not of combat soldiers' irrational beliefs.

To summarize the results, in answer to the first research question, only mothers and their offspring had the same RBs and IBs structure. In answer to the second research question, we found mutual family RBs and IBs thinking patterns. The answer to the final research question is complex. The similar structure of IBs and RBs between mothers and their offspring were sustained during the significant change that the family underwent (i.e., the child enlisting in the army), whereas the thinking patterns, although the correlation was maintained, changed during this family transition.

FIGURE 1: Correlation within the triad between Time 1 and Time 2



Sig. *** p<.001, ** p<.01, * p<.05; Oval shapes for latent factors; Single spearhead arrow for regression path; Double spearhead arches for correlations.

TABLE 1a: Standardized model coefficients of rational and irrational beliefs

Time 2: Time 1:	IBs father	IBs mother	IBs soldier	RBs father	RBs mother	RBs soldier
IBs father	.43***	.06	-.09	.09	.24**	.11
IBs mother	.06	.78***	.16	-.10	-.19*	-.20*
IBs recruit	-.05	-.11	.36***	-.15	-.18*	.002
RBs father	-.13	-.17	.14	.47***	.03	.003
RBs mother	-.11	-.10	-.02	.03	.57***	.20*
RBs recruit	.19	.08	-.26**	-.07	.19*	.49***

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$. ; $N=390$, CFI=.948, TLI=.938, RMSEA=.031, Chi-Square=712.79, $df=523$, $p < .001$, SRMR=.055

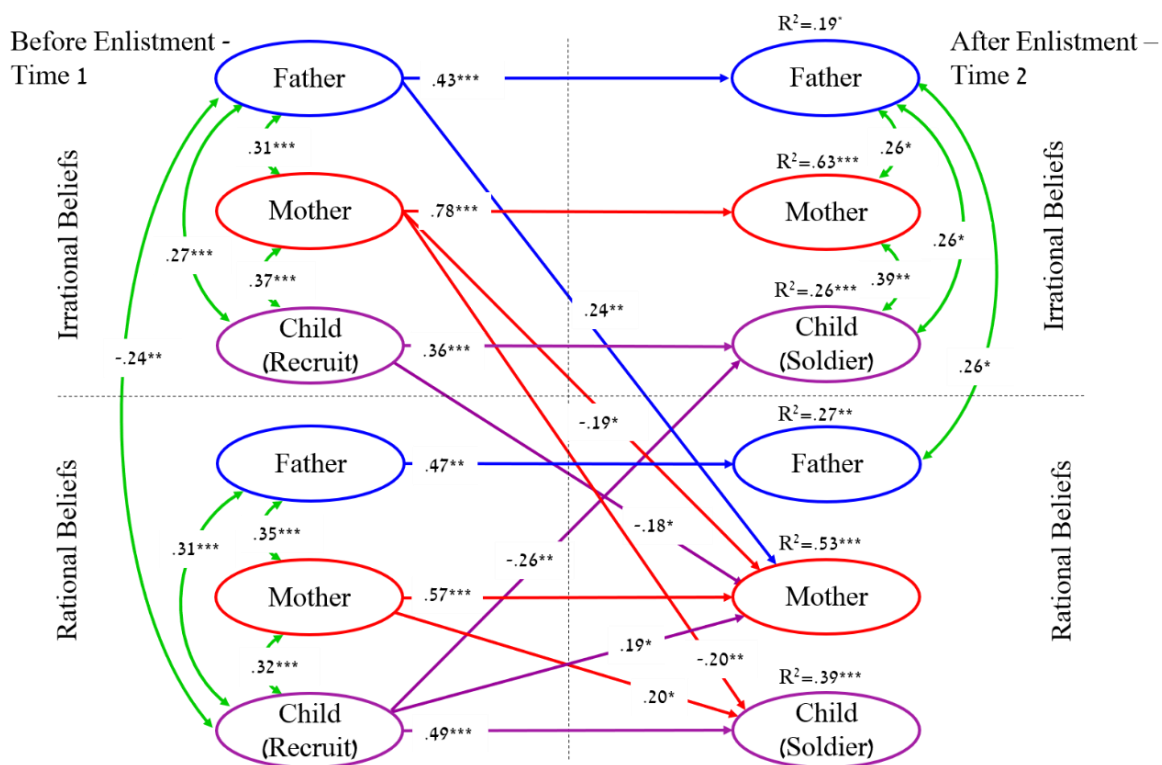
IBs – irrational beliefs, RBs – rational beliefs

TABLE 1b: Structural model correlations between rational and irrational beliefs

Time 2: Time 1:	IBs father	IBs mother	IBs soldier	RBs father	RBs mother	RBs soldier
IBs father	-	.26*	.26*	.26*	-.15	-.05
IBs mother	.31***	-	.39**	-.10	-.22	-.03
IBs recruit	.27***	.37***	-	-.14	-.01	.16
RBs father	.10	-.04	-.13	-	.04	-.08
RBs mother	-.03	-.08	.13	.35***	-	.25
RBs recruit	-.24**	-.13	-.11	.31***	.32***	-

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$. ; IBs – irrational beliefs, RBs – rational beliefs

FIGURE 2: The final two-time structural model, standardized coefficients



Sig. *** p<.001, ** p<.01, * p<.05; Oval shapes for latent factors; Single spearhead arrow for regression path; Double spearhead arches for correlations.

TABLE 2: Invariance test across time and family members, triadic and dyadic models

	1. Free model	2. Equal factor loadings	3. Actor-partner constraints
Triadic Model			
$\chi^2_{(df)}$; p	739.215; <.001	786.027; <.001	821.525; <.001
Df	511	541	556
CFI	.938	.933	.928
TLI	.923	.933	.918
RMSEA	.034	.034	.035
SRMR	.055	.075	.082
Invariance Test			
$\Delta\chi^2_{(df)}$, p		46.812(30), .026	82.31(55); .01
3 TO 2			35.498(5); .080
Dyadic Model: Father and Child			
$\chi^2_{(df)}$; p	333.854; <.001	363.542; <.001	367.468; <.001
Df	224	242	247
CFI	.952	.946	.947
TLI	.940	.939	.941
RMSEA	.036	.036	.036
SRMR	.056	.087	.089
Invariance Test			
$\Delta\chi^2_{(df)}$, p		29.688(18), .041	33.609(23), .071
3 TO 2			3.921(5), .561
Dyadic Model: Mother and Child			
$\chi^2_{(df)}$; p	367.196; <.001	394.502; <.001	412.696; <.001
Df	224	242	247
CFI	.945	.941	.936
TLI	.932	.933	.929
RMSEA	.040	.040	.041
SRMR	.054	.073	.080
Invariance Test			
$\Delta\chi^2_{(df)}$, p		27.306(18), .07	45.50(23), .003
3 TO 2			18.194(5), .003

Discussion

The purpose of this study was to explore whether there is such a thing as a “familial thinking pattern”, focusing on rationality and irrationality. In pursuit of this goal, we studied three family members, the mother, the father, and their recruit/soldier child, before (Time 1) and after (Time 2) the child started serving in the IDF. We used free measurement models versus weakly (factor loadings were set as equal) constrained models to provide construct validity across triadic members and two timepoints. The homogeneous structure challenge, that was mentioned in the Introduction, means that triadic members share similar factor loadings at the two timepoints. In psychological terminology, triadic members perceive RBs and IBs similarly. Moreover, we tested patterns over the two timepoints by constraining the triadic members to share similar association patterns over time – that is, actors' associations (self-effect over time) and partners' associations (cross-effect over time) were similar.

Similar rational and irrational structure

When the constrained models failed to meet the required goodness-of-fit or resulted in lower fit quality in comparison to the unconstrained model, we decomposed the triadic models into dyadic models, and separated the irrational measurement model from the rational measurement model to uncover the sources of dissimilarities (Jung & Yoom, 2017). These multiple comparisons indicated that mothers and their recruit children shared similar rational and irrational factor structures. This construct did not change over the period between the two timepoints. The implication of this shared structure is that mothers and their offspring evaluate rationality and irrationality in a similar way and have common representation concepts of reality (David, Szentagotai, Eva & Macavei, 2005). This finding supports the cognitive-behavioral family therapy theory which argues that the family is a social construction where the individual learns how to see and think about the world (Dallos, 1991; Dattilio, 2010).

Whereas mothers and their offspring were found to share the same structure, fathers and their offspring were not. This finding may be attributed to differences in the way fathers and

mothers raise their children. Although in the last decades a slow change has occurred in which fathers have become more involved in raising their children, and the gender gap is closing, mothers are still the more dominant caregivers in most cultures; there are overall differences in the amount of involvement that mothers and fathers have, and there are important stylistic or qualitative differences as well (Craig, 2006; Murray, Richards & Nihouarn-Sigurdardottir, 2019; Parke & Cookston, 2019). Mothers' behaviors starting from infancy, such as facial and vocal displays and mirroring behaviors during interactions with the infant, and later on via facilitating an exploration of the world (by providing appropriate support) have an effect on, among other things, the child's social understanding and cognitive functioning (Murray et al., 2019). Although fathers may be active contributors to childcare, mothers still do more than fathers do in terms of caregiving (such as providing day-to-day care) and assuming more managerial responsibility, such as arranging social contacts, organizing schedules, and monitoring homework and school-related tasks (Parke & Cookston, 2019). As such, children seem to learn how to see and think about different issues and assimilate the rational or irrational structures of their mothers. As was suggested previously, there is an innate tendency toward rational and irrational thinking patterns (David & DiGiuseppe, 2010; Ellis, 1994), but this tendency does not develop in a vacuum; rather it develops primarily via communication with significant others and with one's social-cultural environment (Dallos, 1991; David & DiGiuseppe, 2010).

Familial thinking patterns

The second and third goals of assessing the association of the two scales (RBs and IBs) across the triadic family members and over time showed that the two types of cognitions – RBs and IBs – were distinct thinking patterns at Time 1, indicating independence between the two thinking patterns. Even though initially both RBs and IBs were conceptualized as two ends in a row, recent research tends to provide evidence that they are indeed distinct and qualitatively different constructs representing two separate axes (Hyland, Shevlin, Adamson & Boduszek,

2014b). Our finding at Time 1 is in line with recent research findings that RBs and IBs are not bipolar cognitive constructs; that is, if people report high levels of IBs, they do not necessarily have low levels of RBs (ibid).

Yet at Time 2, in contrast to Time 1, our finding challenges the theoretical notion of two distinct constructs (Hyland et al., 2014b). Mothers' IBs and RBs were found to be negatively correlated – for example, "I am only cleaning and cooking; he/she must spend more time with me; otherwise, it means I am not important" (IBs) and "even though he/she is not spending time with me, I know I am important" (RBs) – indicating a dependence between the two thinking patterns after the child's enlistment. This finding can perhaps be attributed to self-downing and self-acceptance, two factors of the IBs and RBs, respectively. Hyland et al., (2017) found a relationship between self-downing beliefs (IBs) and self-acceptance beliefs (RBs), suggesting that the association between these beliefs indicates that they likely reflect two ends of the same underlying psychological process. If so, this association might be due to some of the changes that mothers undergo when their child leaves home.

In other words, mothers may experience changes in their self-acceptance perceptions during this transitional phase. As children leave home, mothers generally have more independence, more time for themselves, less involvement with domestic duties, and can be engaged in activities outside the home that allow them the option of expanding their self-definition (Bouchard, 2014; Mitchell & Lovegreen, 2009). At the same time, when an Israeli family enters the military via their child's induction into the IDF, while leaving home is only partial and the soldiers are coming and going, a mother's role may become even more pronounced. That is, parental practices during this transitional period often focus on supporting the soldier's material and emotional well-being, and as such support is almost exclusively provided by mothers. Thus, preserving traditional motherhood roles and delaying self-focused choices and activities (Herzog, 2004), whereas self-acceptance options are limited. Further

research is recommended to shed lights on mothers' self-acceptance during children's leaving home and the finding that indicated a relation between RBs and IBs at Time 2.

The family triad shared correlated RBs and IBs both before and after enlistment. This correlation, which lasted at least ten months, suggests a familial thinking pattern. This finding is in line with the cognitive-behavioral family therapy approach (Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010) and with several studies that have examined family cognitive aspects, although none of these studies dealt with cognitive relations among a family triad (Gibson & Francis, 2019; Sutherland et al., 2019). The correlations were not consistent over time, a finding suggesting that actual exposure to the child's leaving home and joining the army affected family members differently and created a higher unexplained variability.

The shared familial thinking pattern that was observed in the family triad could be attributed to several factors. First, it could be attributed to the biological tendency to think rationally or irrationally (Elis, 1974) and to the genetic components of thinking patterns (Hettema, Neale & Kendler, 2001), which are beyond the scope of our research. Second, it is reasonable to suggest that husbands and wives who have lived together for at least eighteen years and who have had years of interactions together are likely to develop similar thinking patterns (Becvar & Becvar, 2018). In addition, the socialization of particular types of cognitions is shaped by parents' selection of neighborhoods, schools, sports clubs, and youth movements. As such, offspring who grow up in this cognitive environment will presumably adopt similar thinking patterns (Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010). Third, the rational or irrational thinking patterns that each member of the triad holds will present themselves in the members' behaviors as well; that is, they can also assimilate thinking patterns about the cause of life events from the others' behaviors (Bruce et al., 2006, Murray et al., 2019).

When we look at the two timepoints, we can see the important role that mothers play in predicting or responding to the family RBs and IBs. The fathers, by contrast, seem almost not to take part in this process. It may be that mothers are the ones who work to maintain familial

stability and balance when the family is transitioning to a new stage or going through a significant change (Dallos & Draper, 2015).

The triadic and over time structure of IBs and RBs was not consistent; specifically, familial thinking patterns changed through the period between the two timepoints. These findings are in line with the cognitive-behavioral family therapy approach, which claims that families attempt to maintain a level of equilibrium in their relationships. As the family moves from one developmental stage to the next, the equilibrium established during the former stage is often disrupted by changes in one or more family members, or in the context in which the family lives; as such, the whole family as a functional unit is affected (Steinberg & Silk 2002; Walsh, 2012).

On the one hand, families struggling to maintain balance and stability will naturally resist change; on the other hand, they must be able to accommodate and adapt to new challenges brought by transitions (Dallos & Draper, 2015). For instance, when children enlist in the army, they become busy and preoccupied with very intensive peer relations. In this process, children will likely move their attention away from their parents and toward their peers (Mayseless, 2004), and in order to integrate into and become part of the group, they might adopt thinking patterns that diverge somewhat from those of their parents (Blunt-Bugental & Johnston, 2000). At the same time, however, they still view their parents (in particular their mothers) as highly central in their lives and as their major source of a secure base (Mayseless, 2004; Scharf, 2014).

As with most research endeavors, the current study has a number of limitations that need to be considered. First, although the transition of leaving home is a universal phenomenon in the life of the family, including returning home and leaving again (boomerang, Bouchard, 2014), the uniqueness of a “partial-leaving home” combined with the young adult’s enlistment in the military is unique to the Israeli culture (Bar-Tur et al., 2018; Mayseless & Hai, 1998).

As such, further research comparing the "partial-leaving home" transition in other cultures is needed. Another limitation relates to the current study's sampling method. Specifically, this study utilized convenience sampling: It targeted potential recruits and the parents of these recruits who were willing to answer the questionnaire at two timepoints, the second timepoint of which was an extremely busy time for the soldiers. Such convenience sampling limits the generalizability of the results, given that those who agreed to participate may have been those with strong motivation and with communicative families, who felt able to participate together in such a complex research study. Therefore, our findings should be interpreted cautiously and replicated in further studies. An additional limitation of the study concerns the aspect of online participation, in that individuals who participate online are considered to represent a specific sector of respondents who are highly motivated in terms of expressing their attitudes; as such, outcomes may not necessarily be representative of the general population (Bethlehem, 2010). Finally, the current study relied on participants' self-reports as to their rational and irrational beliefs; given the inherent subjectivity of self-reports and unconscious aspects that may have come into play (Digiuseppe et al., 2014), potential biases must be assumed. Future studies should include alternative measures such as qualitative interviews with each member of the triad exploring expressions of IBs and RBs.

Despite these limitations, the current study's importance lies in its being the first study, to the best of our knowledge, to examine the family construct of thinking patterns, IBs and RBs, in a triadic paradigm and longitudinally. Our findings suggest that family members have shared thinking patterns that begin to diverge when the family structure undergoes a leaving home transition. Mothers play a central role in modeling and maintaining these thinking patterns.

**The Family Interpretive System, Psychological Adjustment
Before and After the Leaving-Home Transition, and Gender Differences**

Nira Shmueli · Shahar Bitton · Ruth Malkinson · Rivka Tuval-Mashiach

Abstract

According to systems and cognitive-behavioral family therapy approaches, the family is the source of transmission of the interpretive system that contributes to its members' adjustment. The present longitudinal study aimed to enhance the understanding of the family interpretive system (rational/irrational beliefs) and psychological adjustment before and after an offspring leaves home. We examined whether the family interpretive system and adjustment were maintained post-transition, and whether there were gender differences. Parents and young-adult children representing 390 Israeli families participated at Time 1, and 207 participated at Time 2. Participants filled out questionnaires four months before and six months after the young-adult family member left home and enlisted to the army. The interpretive system was assessed via use of the Attitudes and Belief Scale 2 - Abbreviated Version. Based on data collected, we built a unique statistical modeling approach that integrated the Latent Change Score (LCS) model within a triadic framework. This modeling strategy was a response to the threefold research challenges: similarities across family members (triadic model); changes over time (latent change score); and associations between personal psychological adjustment and interpretive system, the core focus of this research. Family members shared an interpretive system and psychological states when they lived together. This homogeneity diminished six months after the child left home. The relations between the family interpretive system and adjustment, and the gender differences that had been identified pre-transition, changed after the child left home.

Introduction

The family is the most basic social institution, encompasses the entire emotional system of at least three generations (Becvar & Becvar, 2018). Systems theory and cognitive-behavioral family therapy approaches provide an interactional view of family processes, looking at how family members affect and are affected by each other. According to these perspectives, the family is the source of transmission, construction, and maintenance of the family's interpretive system and emotional adjustment. Flexible rather than rigid interpretive systems better enable people to deal with day-to-day issues and adjust to different developmental stages (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010). In this study, we will examine the

interpretive system as contribute to better emotional adjustment of each family member and the family as a whole. Another aspect that will be examine as contribute to the emotional adjustment, is the gender factor.

One way to look at the family interpretive system is through the lens of the rational emotive behavior therapy (REBT, Ellis, 1994) approach. Rational beliefs (RBs) and irrational beliefs (IBs) are the main constructs in this theory (Ellis, David & Lynn, 2010). Rational beliefs are flexible, logical, consistent with reality, and protective against distress; higher RB levels ("I would prefer if it were not so, but I can stand the way it is") are associated with psychological health and better adjustment (Oltean, Hyland, Vallières & David, 2017; Oltean, Hyland, Vallières & David, 2018). By contrast, IBs are absolute, dichotomous, rigid, illogical, and inconsistent with reality; higher IB levels are associated with higher distress and psychopathology ("it must be this way; if it is not, it is awful and I can't stand it") (DiLorenzo, David & Montgomery, 2007; Oltean et al., 2017). Additionally, RBs and IBs are conceptualized as qualitatively exclusive constructs, meaning that high levels of IBs do not necessarily reflect low levels of RBs, and vice versa (Hyland, Shelvin & Adamson, 2014; Shmueli, Bitton, Malkinson & Tuval-Mashiach, 2021).

Families proceed through developmental stages (e.g., leaving home stage) that require adjustment. A flexible interpretive system enables its members' normal development (Becvar & Becvar, 2018). In the past, the leaving-home transition was more definitive/final; today this process is more gradual and reversible (Sørensen & Nielsen, 2020). Research on adjustment to the leaving-home stage, from parents' perspectives, has revealed that they have more positive relationships with their children, and most report positive psychological consequences at this stage (Mitchell & Lovegreen, 2009; Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011). As for the children, parental practices, attachment style, emotional involvement, and the relation with parents affect their adjustment to leaving home transition (Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011; Sørensen & Nielsen, 2020). The present research deal with leaving home

transition in Israel, were offspring leave to army service and returning home for the weekend approximately every two weeks.

Research on family cognitive aspects and psychological adjustment has found that parenting contributes to children's moods through its effects on children's beliefs about themselves, their futures, or their ways of interpreting life experiences (Alloy, Abramson, Smith, Gibb, & Neeren, 2006). Specifically, shared thinking patterns were found between parents and offspring (Shmueli et al., 2021); shared maladaptive schemas were found between mothers and daughters (Gibson & Francis, 2019); shared psychological distress was found between parents and their children (Mennen, Negriff, Schneiderman & Trickett, 2018); and characteristics of psychological health were also shared between them (Regin, Gadecka, Kowalski, Kowalski, Gałkowski, 2016). Studies on IBs and RBs found that IBs lead to dysfunctional emotions, affecting marital adjustment (Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2016), and parents' IB expectations of their children lead to negative emotions in the family (Hamamci & Bağci, 2017).

Thinking patterns are also related to gender differences in emotional adjustment since male and female present a different cognitive profile. For example, it was found that female scored lower on positive thoughts and higher on negative thoughts which are linked to internalizing problems (Calvete & Cardenoso, 2005) and in the relation with depression, ego disturbance beliefs were essential for women, while discomfort disturbance beliefs were effective for men (Balkis & Duru, 2018). Evidence for gender differences in emotional adjustment was found across a broad range of relevant factors. Females suffer generally a higher level of psychological distress (for more detail see: McLean & Anderson, 2009) and are likely to develop more depressive (Salk, Hyde & Abramson, 2017) and anxiety symptoms (Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019) and poorer well-being (Branson, Palmer, Dry & Turnbull, 2019). The gender differences are also reflected in the transfer of mental distress from parents to their

children. Thus, it was found that maternal depressive symptoms predicted adolescent depressive symptoms for girls but not for boys (Mason, Chmelka, Trudeau & Spoth, 2017).

A review of the literature failed to reveal studies on the association between the family interpretive system and familial adjustment to the leaving-home transition. Therefore, the main goal of the current study was to examine whether the family interpretive system relates to familial psychological adjustment before and after the leaving-home transition. We focused on the leaving-home stage in the Israeli context, which occurs when young adults enter compulsory military service at the age of eighteen. All family members must adjust to new roles and psychological demands; in addition, the youngster must contend with a new, rigid environment and a diverse peer group (Scharf, Mayselless, & Kivenson-Baron, 2004).

The following research questions were explored in this study: (1) Is there a shared family interpretive system and does it change when families undergo a leaving-home transition? (2) Does this shared interpretive system relate to the family's psychological adjustment before and after the youngster leaves home? (3) Are there gender differences in the youngster's emotional adjustment?

Method

Sample and Procedure

Of the 390 families participating at Time 1 (T1), 215 (55.1%) had a male child, and 175 (44.9%) had a female child. The mean age was 47.89 years ($SD = 4.75$) for mothers, 51.07 years ($SD = 6.09$) for fathers, and 18.53 ($SD = 0.72$) for children. Fathers and mothers had similar education levels, with an average of 14.97 ($SD = 3.27$) years for fathers and 15.16 ($SD = 3.27$) years for mothers. At Time 2 (T2), the sample included 207 families, a dropout rate of 47%. It is important to note that the questionnaires, in some cases, were incomplete. Data were collected between February 2016 and September 2019. Recruitment was done via Facebook, pre-military programs, contact with high school counselors, and researchers' social connections

(i.e., convenience sampling). Finally, participants were asked to refer others to participate (i.e., snowball sampling). A digital gift card was given to any family that completed the questionnaire at T1. Digital gift cards were raffled between families who also completed the questionnaire at T2.

The questionnaires were self-administered, via QUALTRICS. A consent form, which described the research goals, was signed prior to T1. As part of the consent form, participants were asked to provide contact information which was later used to contact them again before T2, and which was stored separately so that only the research team could access it. The research was approved by the university's psychology department's ethics board.

Instruments

The Attitudes and Belief Scale 2 - Abbreviated Version (ABS-2-AV; Hyland, Shevlin, Adamson, & Boduszek, 2014) is a 24-item self-report measure of rational and irrational beliefs. All items are scored along a 5-point Likert-scale from 1 (*strongly disagree*) to 5 (*strongly agree*). Higher scores indicate greater endorsement of a given belief (Shmueli et al., 2021). Previous psychometric assessments of the ABS-2-AV have suggested that the questionnaire possesses satisfactory factorial validity and internal reliability (Hyland et al., 2014). We used one latent factor per each pattern of thinking based on the parceling technique (Matsunaga, 2008). The consistency of the 12 items per thinking pattern was high, $\alpha > .80$ across the triad members, while subscales resulted in much lower consistency.

Well-Being Index (WHO-5); Topp, Østergaard, Søndergaard & Bech, 2015) is a self-report assessment of emotional well-being over a 14-day period. The five items assess subjective psychological well-being. Items are answered using a 6-point Likert-scale ranging from 0 (*not present*) to 5 (*constantly present*). The raw scores are transformed to a score from 0-100, with a score below 50 suggesting poor emotional well-being and a score below 28 indicating depression.

Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) (Kroenke, Spitzer, & Williams, 2001) is a self-reported diagnostic tool used to measure the frequency of depression symptoms during the previous two weeks, with nine items on a 4-point Likert-scale ranging from 0 (*not at all*) to 3 (*nearly every day*). A total score ranging from 0-27 is obtained by summing all items, with higher scores indicating more depression symptoms.

State-Trait Anxiety Inventory (STAI; Spielberger, 1983). For this study, only state anxiety was estimated (STAI-S). This self-report questionnaire evaluates the current state of anxiety, using 20 items that measure subjective feelings of apprehension, and activation/arousal of the autonomic nervous system. Items are answered on a 4-point Likert-scale ranging from 1 (*not at all*) to 4 (*very much so*). The total score ranges from 20-80. Internal consistency coefficients (Cronbach's alpha) were quite high, ranging from 0.86 for high school students to 0.95 for military recruits.

Analysis

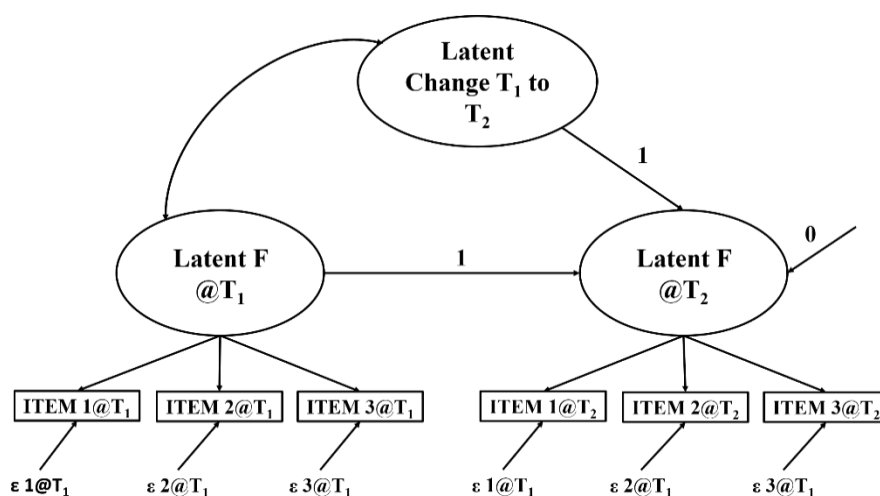
In this research we used the latent change score (LCS) modeling framework to assess adjustment among the family triad. The LCS model is an application of structural equation modeling (SEM) in which the change is latent (unobserved) and built of the difference between latent factors from earlier and later timepoints (McArdle & Prindle 2008) (see Figure 1). From two sets of manifested emotion measures, one per each timepoint, pre- and post-leaving home, we built two latent factors for each family member. However, instead of simply calculating time difference, the integrative LCS model is set to estimate the difference as an additional latent score. The association between T1 and the difference factor was set to 1, simultaneously, thus returning the difference between times. In this study we tested alternative models within the LCS modeling framework, all of which were focused on the association between the family members' RBs, IBs, and psychological adjustment to the leaving-home transition. All models were run within the full information maximum likelihood framework (FIML, Enders 2010), which was based on a preliminary missing at random (MAR) analysis for each model. We used

a threefold methodology. First, we applied the LCS to the RBs and IBs, and to the measures of well-being, depression, and anxiety symptoms. Second, these measures were controlled by family type based on a preliminary classification analysis of the family's IBs and RBs (non-hierarchical k-means cluster analysis; see Figure 2 for clustering results) (Everitt, Landau, Leese & Stahl 2011). Lastly, the effects of the more sensitive latent IB and RB factors were regressed on the three adjustment measures. The following results section is divided into subsections for the adjustment outcomes, where each presentation includes all three parts of the modeling framework.

Figure 3 illustrates the LCS model across family members and as a response to RBs and IBs prior to the youngster leaving home. In each box, the LCS mechanism is presented for one of the family members. All adjustment factors were latent and based on relevant items. To generate the difference, associations between the latent factors were set to 1, such that the difference factor expressed the unobserved difference between the two latent factors at T1 and T2.

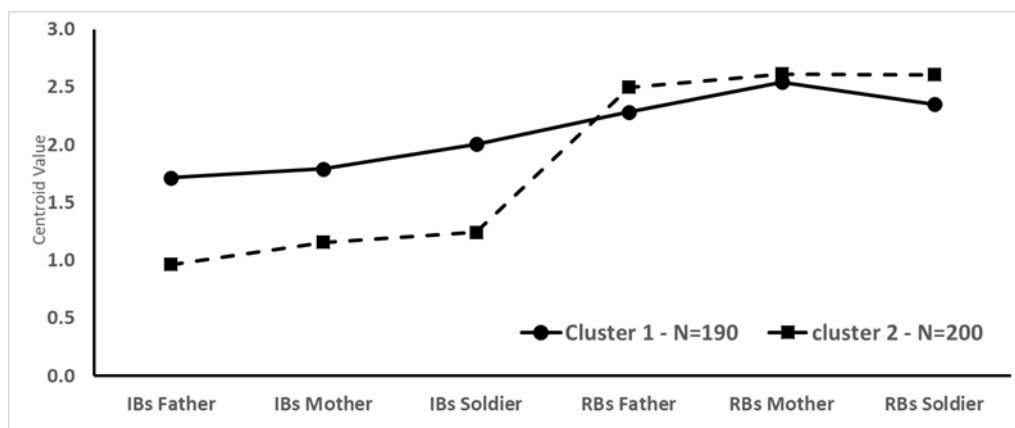
איור 3

Figure 1: Conceptual unconditional latent change modeling for two-timepoint observed items



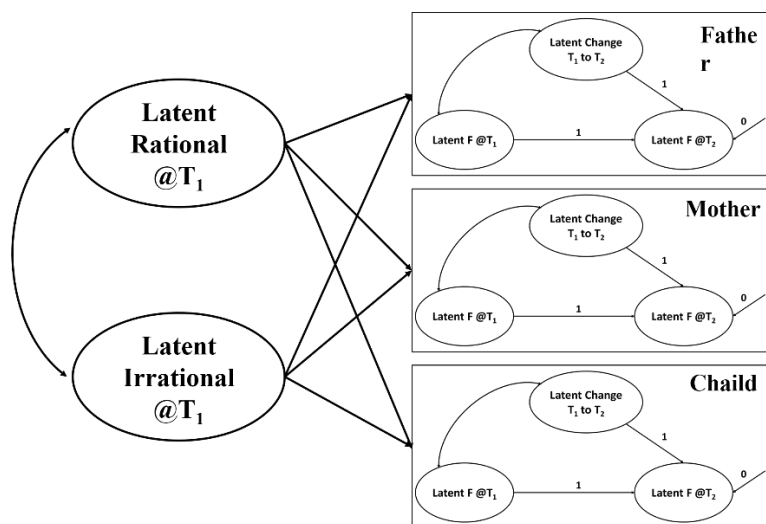
Before =T₁, After=T₂; ε for residual of the observed item

Figure 2: Clustering results for RBs and IBs



IBs – Irrational beliefs; RBs – Rational beliefs

Figure 3: A schematic model of latent beliefs explaining latent stress outcomes across family members



Results

Family interpretive system – rational and irrational beliefs

To demonstrate the LCS methodology, we present change modeling results for the RBs and IBs in Tables 1 and 2. Each table is divided into two sections. The upper section (unstandardized coefficients) shows triadic members' latent T1 and difference mean scores and their variance. For RBs, the mean difference (i.e., the change in the RB level) did not differ from zero, or no change over time was estimated on average. However, the variability, which was significant for all three members, indicated that the difference scores varied across families. For some families, this change could be negative (a decrease in these beliefs) whereas for others it could be positive. Table 2 shows that on average, mothers' IB change scores were positive ($mean = 0.10, p < .05$). For the fathers and offspring, although on average the score did not differ from zero, the significant variation indicated increases or decreases in the post-leaving home IBs.

The second section of Tables 1 and 2 (labeled: standardized correlations) presents cross-triadic and cross-time correlations. At T1, all three members were positively correlated to each other in their RB levels (fathers and mothers: $r = .38, p < .001$; fathers and child: $r = .32, p < .001$; mothers and child: $r = .33, p < .001$). The correlation between T1 scores and difference scores was negative for the same family members (rational, fathers: $-.36, p < .001$; mothers: $r = -.34$; children: $r = -.33, p < .001$; and irrational, fathers: $-.45, p < .001$; mothers: $r = -.41$; children: $r = -.52, p < .001$). A negative correlation indicates that the change was lower if the baseline level was higher, and vice versa. How members changed with respect to other members' change is presented on the right side of the second section. In RBs we found no correlation across family members in their change scores. In contrast, regarding IBs, mothers' change scores were positively correlated with fathers' and child's change scores; that is, mother's higher change in IBs was correlated with father's and child's higher change, and vice

versa (with fathers: $r = .28, p < .05$; with child: $r = .32, p < .01$). No correlation was shown between fathers and children in their IBs.

Family interpretive system – rational and irrational beliefs and well-being

The cross-triadic and cross-time sections, for all three adjustment measures (well-being, depression, and anxiety symptoms below) were dropped to save space yet are available in the supplementary section (Appendix). The cross-triadic correlations were positive at T1, but this consistent pattern did not continue at T2.

Table 3a presents measurement model results for well-being across family members and over two timepoints. On average, the three members' change scores (labeled difference mean) did not differ from zero. However, the variance of these scores may be meaningful; namely, higher variation means that for some parents, well-being increased over time, whereas for other parents it declined over time. As for the child, the change score over time was negative on average (*mean difference* = -48, $p < .001$). Table 3b shows effects of the three indicators on the well-being level. As for T1 well-being, cluster affiliation (more rational equals 1) was associated with children's and fathers' higher well-being level ($b = 0.22, p < .01$; $b = 0.27, p < .05$); however, this affiliation did not affect their well-being change. Young-adult females had lower well-being levels at T1 than did young-adult males ($b = -0.28, p < .001$). The final test of rationality is presented in Table 3c. Due to the model's high complexity, we tested the rationality effect (irrational/rational) of each family member separately, where the response variables were all family members' well-being and change scores. At T1, all family members' well-being was positively correlated with their RBs and negatively correlated with their IBs (e.g., fathers' well-being at T1: RBs effect = 0.19, $p < .01$; IBs effect = -0.27, $p < .001$). Additionally, father's irrationality was negatively associated with child's well-being at T1 ($b = -0.16, p < .01$), and father's rationality was positively associated with mother's ($b = 0.17, p < .01$) and child's ($b = 0.13, p < .01$) well-being, and negatively associated with child's change score ($b = -0.18, p < .05$), at T2. In other words, father's higher irrationality indicated child's lower

well-being and vice versa, and father's rationality indicated children's lower change in well-being from pre- to post-leaving home. Among mothers, more irrational mothers were associated with their children's lower well-being at T1 ($b = -.12, p < .05$). This presentation format repeated for the next two adjustment indicators.

Family interpretive system – rational and irrational beliefs and depression symptoms

Table 4a emphasizes the increase in depression symptoms, on average, across children ($mean = 0.19, p < .001$), whereas among mothers and fathers, the mean change score did not differ from zero. This finding obscured the high change variation. Next, as can be seen in Table 4b at T1, more rational families were related to lower depression across their members (fathers: $b = -0.23, p < .001$; mothers: $b = -0.18, p < .001$; children: $b = -0.19, p < .001$). Young-adult females were found to experience higher depression in comparison to young-adult males at T1 ($b = 0.21, p < .001$). In Table 4c, at T1, the results show that triad IBs were correlated positively with members' own depression levels (fathers: $b = 0.14, p < .001$; mothers: $b = 0.21, p < .001$; child: $b = 0.16, p < .001$), and triad RBs were negatively correlated only with fathers' depression (fathers: $b = -0.11, p < .001$; mothers: $b = 0.09, p < .01$; child: $b = 0.06, p < .05$). Higher child's IB levels were positively associated with higher depression among fathers ($b = 0.07, p < .01$) and mothers ($b = 0.08, p < .01$). That is, children with higher IBs were associated with parents who scored higher on depression symptoms and vice versa. More rational fathers were positively associated with higher change scores of their own ($b = 0.11, p < .05$), and their children ($b = 0.11, p < .05$), and more rational mothers were positively correlated with fathers' change scores ($b = 0.10, p < .05$).

Family interpretive system – rational and irrational beliefs and anxiety symptoms

Anxiety results of the triad are presented in Table 5 (a, b, and c). Beyond the mean score at T1, Table 5a shows that the anxiety change score mean was positive among children ($mean = 0.22, p < .001$), but did not differ from zero among fathers and mothers. Similar to the other adjustment measurements, the variation was high across all three members. More rational

families were less likely to experience anxiety symptoms than were less rational families (fathers: $b = -0.32, p < .001$; mothers: $b = -0.29, p < .001$; children: $b = -0.23, p < .001$), and young-adult females were more likely to experience anxiety at T1 than were young-adult males ($b = 0.24, p < .001$) (see Table 5b). Irrationality had a consistent effect on anxiety symptoms across the triad (see Table 5c): in response to more irrational fathers (mothers: $b = 0.12, p < .01$; children: $b = 0.08, p < .05$), more irrational mothers (fathers: $b = 0.09, p < .05$; children: $b = 0.08, p < .05$), and more irrational children (fathers: $b = 0.11, p < .01$; mothers: $b = 0.08, p < .001$). In response to more rational fathers, anxiety symptoms among themselves, mothers, and children were lower at T1 ($b = -0.16, p < .001, b = -0.14, p < .01; b = -0.08, p < .05$; respectively). Neither rationality or irrationality levels affected the change score from T1 to T2, except that more irrational fathers and children experienced a lower change than did lesser irrational fathers and children ($b = -0.10, p < .05, b = -0.12, p < .05$; respectively).

Table 1: Rational beliefs change score modeling results

Unstandardized	Time 1		Difference				
	Mean	Variance	Mean	Variance			
Father	2.65*** (0.05)	0.41*** (0.06)	-0.07 (0.07)	0.45*** (0.08)			
Mother	2.71*** (0.04)	0.28*** (0.04)	0.04 (0.05)	0.26*** (0.05)			
Child	2.50*** (0.03)	0.22*** (0.03)	-0.05 (0.05)	0.30*** (0.05)			
Standardized Correlations	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff	
Father – T1	-						
Mother – T1	.38*** (.08)	-					
Child – T1	.32*** (.08)	.33*** (.07)	-				
Father – diff	-.36*** (.10)	-.14 (.12)	-.19 (.11)	-			
Mother – diff	.03 (.11)	-.34*** (.09)	.09 (.10)	.08 (.13)	-		
Child – diff	.01 (.10)	.11 (.09)	-.33*** (.09)	-.03 (.13)	.18 (.11)	-	

CFI=.973, TLI=.967, RMSEA=.027, $\chi^2=163.15$, $df=126$, $p=.01$, SRMR=.057, N=390

Table 2: Irrational beliefs change score modeling results

Unstandardized	T1		Difference				
	Mean	Variance	Mean	Variance			
Father	1.51*** (0.05)	0.46*** (0.06)	0.04 (0.07)	0.61*** (0.11)			
Mother	1.99*** (0.05)	0.42*** (0.06)	0.10* (0.05)	0.21*** (0.05)			
Child	2.02*** (0.04)	0.36*** (0.04)	0.08 (0.05)	0.43*** (0.07)			
Standardized Correlations	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff	
Father – T1	-						
Mother – T1	.33*** (.08)	-					
Child – T1	.27*** (.08)	.37*** (.07)	-				
Father – diff	-.45*** (.08)	-.11 (.11)	-.17 (.10)	-			
Mother – diff	-.12 (.12)	-.41*** (.10)	-.22* (.11)	.28* (.13)	-		
Child – diff	-.14 (.09)	-.04 (.09)	-.52*** (.06)	.22 (.11)	.32** (.12)	-	

CFI=.930, TLI=.915, RMSEA=.048, $\chi^2=241.13$, $df=126$, $p=.60$, SRMR=.062, N=390

Table 3a: Well-being over time and cross-member, estimated mean and variance

Unstandardized	Time 1		Difference	
	Mean	Variance	Mean	Variance
Father	3.27*** (0.08)	0.88*** (0.12)	0.05 (0.08)	0.75*** (0.13)
Mother	3.08*** (0.07)	0.90*** (0.11)	0.08 (0.07)	0.86*** (0.13)
Child	3.52*** (0.05)	0.58*** (0.06)	-0.48*** (0.08)	0.85*** (0.12)

CFI=.939, TLI=.934, RMSEA=.041, $\chi^2=659.17$, df=402, p<.001, SRMR=.064, N=390

Table 3b: Results for the three well-being indicators: RBs/IBs, gender, mother's education

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Cluster beliefs IBs-0, RBs-1	0.27* (0.13)	0.22~ (0.12)	0.22** (0.08)	0.04 (0.16)	-0.08 (0.15)	-0.16 (0.14)
Gender M-0, F-1	0.01 (0.14)	0.08 (0.12)	-0.28** (0.08)	0.08 (0.17)	-0.14 (0.15)	0.16 (0.14)
Mother's education	-0.002 (0.01)	-0.003 (0.01)	-0.003 (0.004)	0.02* (0.01)	0.001 (0.01)	-0.001 (0.01)

CFI=.953, TLI=.947, RMSEA=.033, $\chi^2=660.23$, df=463, p<.001, SRMR=.059

Table 3c: IBs and RBs as predictors of family members' well-being

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Father – IBs	-0.27*** (0.07)	-0.05 (0.08)	-0.16** (0.06)	0.04 (0.09)	0.03 (0.09)	0.07 (0.09)
Father – RBs	0.19** (0.08)	0.17* (0.08)	0.13* (0.06)	-0.08 (0.09)	-0.11 (0.09)	-0.18* (0.09)
CFI=.955, TLI=.950, RMSEA=.031, $\chi^2=775.38$, df=567, p<.001, SRMR=.063						
Mother – IBs	-0.12 (0.08)	-0.36*** (0.07)	-0.12* (0.06)	-0.13 (0.09)	0.09 (0.09)	0.03 (0.09)
Mother – RBs	0.14 (0.16)	0.43** (0.15)	0.10 (0.12)	0.15 (0.18)	-0.13 (0.17)	-0.20 (0.17)
CFI=.958, TLI=.954, RMSEA=.032, $\chi^2=757.34$, df=567, p<.001, SRMR=.062						
Child – IBs	-0.13~ (0.07)	-0.05 (0.07)	-0.14** (0.05)	0.06 (0.09)	0.02 (0.08)	0.13 (0.08)
Child – RBs	-0.08 (0.07)	0.11 (0.07)	0.11* (0.05)	0.15 (0.09)	0.04 (0.08)	0.03 (0.08)
CFI=.952, TLI=.947, RMSEA=.032, $\chi^2=799.30$, df=567, p<.001, SRMR=.061						

Table 4a: Depression over time and cross-member, estimated mean and variance

Unstandardized	Time 1		Difference	
	Mean	Variance	Mean	Variance
Father	0.21*** (0.03)	0.11*** (0.02)	0.01 (0.03)	0.14*** (0.02)
Mother	0.35*** (0.03)	0.17*** (0.02)	0.04 (0.03)	0.15*** (0.02)
Child	0.39*** (0.03)	0.17*** (0.02)	0.19*** (0.04)	0.30*** (0.04)

CFI=.997, TLI=.997, RMSEA=.011, $\chi^2=132.12$, df=126, p=.34, SRMR=.044, N=390**Table 4b: Results for the three depression indicators: RBs/IBs, gender, mother's education**

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Cluster beliefs	-0.23*** (0.05)	-0.18*** (0.05)	-0.19*** (0.05)	0.12~ (0.07)	0.02 (0.07)	0.16~ (0.09)
IBs-0, RBs-1						
Gender	-0.03 (0.05)	0.01 (0.05)	0.21*** (0.05)	0.08 (0.07)	-0.03 (0.07)	-0.05 (0.09)
M-0, F-1						
Mother's education	0.01 (0.01)	0.01 (0.01)	0.003 (0.01)	-0.02 (0.01)	-0.02 (0.01)	-0.02 (0.02)

CFI=.999 TLI=.998, RMSEA=.007, $\chi^2=165.33$, df=162, p=41, SRMR=.041**Table 4c: IBs and RBs as predictors of family members' depression**

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Father – IBs	0.14*** (0.03)	0.07* (0.04)	0.04 (0.04)	-0.07~ (0.04)	-0.01 (0.04)	0.004 (0.05)
Father – RBs	-0.11*** (0.03)	-0.07~ (0.04)	-0.07~ (0.04)	0.11** (0.04)	0.01 (0.04)	0.11* (0.05)
Mother – IBs	0.02 (0.03)	0.21*** (0.03)	0.06 (0.03)	-0.01 (0.04)	-0.002 (0.04)	0.02 (0.05)
Mother – RBs	-0.09** (0.03)	-0.05~ (0.03)	0.01~ (0.03)	0.10* (0.04)	-0.01 (0.04)	0.07 (0.05)
Child – IBs	0.07** (0.03)	0.08** (0.03)	0.16*** (0.03)	-0.03 (0.04)	0.02 (0.04)	-0.06 (0.05)
Child – RBs	-0.06* (0.03)	-0.04 (0.03)	0.02 (0.03)	0.04 (0.04)	0.02 (0.04)	-0.04 (0.05)

CFI=.989, TLI=.986, RMSEA=.020, $\chi^2=259.32$, df=224, p<.001, SRMR=.046

Table 5a: Over time and cross-member correlations, anxiety

Unstandardized	Time 1		Difference	
	Mean	Variance	Mean	Variance
Father	1.54*** (0.04)	0.24*** (0.03)	0.04 (0.04)	0.19*** (0.03)
Mother	1.75*** (0.04)	0.30*** (0.03)	-0.01 (0.04)	0.24*** (0.03)
Child	1.64*** (0.03)	0.24*** (0.02)	0.22*** (0.05)	0.39*** (0.05)

CFI=.991, TLI=.989, RMSEA=.028, $\chi^2=165.16$, $df=126$, $p=.01$, SRMR=.033, N=390

Table 5b: Results for the three anxiety indicators: RBs/IBs, gender, mother's education

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Cluster beliefs	-0.32*** (0.07)	-0.29*** (0.07)	-0.23*** (0.05)	0.07 (0.08)	0.09 (0.08)	0.09 (0.09)
IBs-0, RBs-1						
Gender	-0.06 (0.07)	-0.07 (0.07)	0.24*** (0.05)	0.001 (0.08)	-0.01 (0.08)	-0.08 (0.09)
M-0, F-1						
Mother's education	0.01 (0.01)	0.00 (0.01)	0.001 (0.01)	-0.01 (0.01)	-0.01 (0.01)	-0.02 (0.02)

CFI=.993, TLI=.991, RMSEA=.021, $\chi^2=190.94$, $df=162$, $p=.06$, SRMR=.031

Table 5c: IBs and RBs as predictors of family members' anxiety

Unstandardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff
Father – IBs	0.22*** (0.04)	0.12** (0.04)	0.08* (0.04)	-0.10* (0.04)	-0.06 (0.05)	0.01 (0.06)
Father – RBs	-0.16*** (0.04)	-0.14** (0.04)	-0.08* (0.04)	0.04 (0.04)	0.04 (0.05)	0.03 (0.06)
CFI=.986, TLI=.983, RMSEA=.027, $\chi^2=295.88$, $df=230$, $p<.001$, SRMR=.049						
Mother – IBs	0.09* (0.04)	0.29*** (0.04)	0.08* (0.04)	0.02 (0.05)	-0.07 (0.05)	0.05 (0.06)
Mother – RBs	-0.05 (0.04)	-0.14*** (0.04)	-0.01 (0.04)	-0.04 (0.05)	-0.02 (0.04)	0.05 (0.05)
CFI=.972, TLI=.967, RMSEA=.039, $\chi^2=365.71$, $df=230$, $p<.001$, SRMR=.049						
Child – IBs	0.11** (0.04)	0.08* (0.04)	0.20*** (0.03)	-0.03 (0.04)	-0.07 (0.04)	-0.12* (0.05)
Child – RBs	-0.05 (0.04)	-0.05 (0.04)	-0.05 (0.03)	-0.01 (0.05)	-0.04 (0.04)	-0.05 (0.05)
CFI=.981, TLI=.978, RMSEA=.032, $\chi^2=322.22$, $df=230$, $p<.001$, SRMR=.041						

Discussion

This study's goal was to advance the understanding of shared family interpretive systems (IBs and RBs) and adjustment. We wished to explore (1) shared family interpretive systems and whether they endure when families undergo a leaving-home transition, and (2) whether this shared family system relates to family's adjustment before and after the child leaves home. Additionally, (3) we aimed to explore gender differences in the young adult's adjustment. As such, we studied three family members (mother, father, offspring), before (T1) and after (T2) the child left home for army enlistment.

The results showed, first, that family members were highly correlated with each other at T1, providing a strong indication of a shared family interpretive system and adjustment. Two main family types were found: lower irrationality-oriented families (families with higher RB levels and lower IB levels - LIBs) and higher irrationality-oriented families (families with lower RB levels and higher IB levels - HIBs). This division was more dependent on irrationality than rationality levels, as rationality to some extent was similar across families. The division was relatively symmetric, with 190 families LIBs and 200 HIBs. This orientation was found to highly associate with T1 adjustment but rarely predicted T2 adjustment.

A shared family interpretive system

Prior to leaving home, families held a shared family interpretive system (RBs/IBs). When the child left home, the family structure changed, such that all three family members' interpretive system changed. This change may have enabled family members a personal and familial adjustment to the new stage. Such findings add support to family systems and cognitive theories which suggest an interdependence between family members' interpretive system that changes when the family undergoes a life transition (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010).

The finding of two family types, with different IB levels but similar RB levels, lends support to REBT theory which argues that these two interpretive systems are different

constructs and unrelated to each other (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017). Our research extends this understanding to a familial context (Shmueli et al., 2021). Moreover, although at T1 the family members were homogeneous in their rationality, this was not the case at T2. In contrast, the IBs changed in a similar way in the family from T1 to T2.

The major change in all family members' interpretation system might demonstrate that this transition has, apparently, a massive impact on family members, similar to the leaving-home transition in other cultures (Mitchell & Lovegreen, 2009; Sørensen & Nielsen, 2020). It may be that the new stage of leaving home increased the irrationality of all family members' interpretive system (Ellis, David & Lynn, 2010), perhaps demonstrating that negative interpretations (IBs), such as maladaptive schemes (Riso et al., 2006), are more ingrained and stable than flexible interpretations (RBs).

Shared interpretive system and family adjustment

The family's adjustment to the leaving-home transition was measured in the context of family, their interpretive system, and how this system related to their adjustment (i.e., well-being, depression, and anxiety symptoms).

At T1, family members shared distress and well-being levels. These findings are in accordance with family system and cognitive approaches (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010) that suggest that psychological adjustment in families is interrelated. Levels of well-being were higher in LIBs families; levels of depression and anxiety symptoms were higher in HIBs families. This finding of better adjustment when IBs are lower is in line with REBT theory and previous findings (e.g., DiLorenzo, David & Montgomery, 2007; Hamamci & Bağcı, 2017). In this research, for the first time, we expanded this understanding to three family members prior to a child leaving home and demonstrated that when a family has a less rigid attitude (LIBs), its adjustment is better (e.g., Becvar & Becvar, 2018). Nevertheless, contrary to REBT theory, familial RB patterns had limited effect on the distress and well-being levels, which were related primarily to high or low level of IBs.

In addition to the above, we found reciprocity between each family member's interpretive system and other members' adjustment at T1: Namely, parents' IB interpretation system contributed to children's poorer well-being; all family members' IBs contributed to all family members' higher anxiety symptom levels; and children's IBs contributed to parents' greater depression symptoms. Additionally, fathers' RBs contributed to mothers' and children's higher well-being and lower anxiety symptoms, and mothers' and children's RBs contributed to fathers' lower depression symptoms. In short, each family member's rational or irrational interpretations related to other family members' adjustment. These findings add a significant contribution to family system and cognitive-behavioral theories (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010) by demonstrating the reciprocity between family members.

Family homogeneity at T1 disappeared at T2. The family members underwent a significant change in their adjustment parameters and were no longer in synch with each other. Contrary to what one might expect, adjustment at T2 was no longer correlated with the IBs and RBs that were measured at T1. Fathers' depression symptoms were found to increase at T2 in accordance with their own and the mothers' RBs at T1, whereas their anxiety decreased in accordance with their own IBs. The young adults' well-being decreased and their depression increased at T2 in accordance with fathers' pre-transition RBs. These findings differ from findings stemming from longitudinal studies which found that IBs were directly related to distress levels at both timepoints (Allen, El-Cheikh & Turner, 2017; DiLorenzo, David & Montgomery, 2007). Opposing findings between one family member's RBs/IBs and other members' adjustment features in the long term, raise the question of the possibility of predicting a long-term family adjustment according to the family's interpretation system when offspring leave home. Further research is needed to understand the relation between each family member's interpretation system and each family member's long-term adjustment.

The family change to a more negative interpretation (IBs) suggests that all family members interpreted the leaving-home transition more negatively six months after the transition, although this change was not always significant. Although we could not find a specific relation between T1 IBs/RBs and adjustment characteristics at T2, it seems reasonable to suggest that the family as a whole and each member were affected negatively (IBs) for the long term, as was found in previous research conducted on a single-family participant (Allen, El-Cheikh & Turner, 2017; DiLorenzo, David & Montgomery, 2007).

Young adults' adjustment pre- and post-transition, and gender differences

The young adults were the ones most negatively affected by the transition, and their adjustment was the poorest among family members. In all adjustment parameters, the mean changed significantly between T1 and T2; specifically, their well-being mean decreased and their distress symptoms mean increased. Although previous studies have indicated benefits in this transition, like higher well-being (Brooker & Vu, 2020), better relations with their parents (Mayseless, 2004) and personal growth (Dar & Kimhi, 2001), this research indicated that after this major life transition, their distress increased. The decrease in well-being and increase in distress symptoms are in line with findings of elevated distress when young adults leaving home in other countries (Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012) and specific with elevated distress during the initial period (Pitt, Oprescu, Tapia & Gray, 2018; Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011).

We would suggest that this increased distress, beyond the universality of leaving home, could be partially attributed to the nature of the transition. The stressors inherent in the military, such as the demandingness and the obligation to perform duties that often conflict with young adults' personal viewpoints (Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2004) likely increase their distress. It is possible that beyond having to adjust to the new environment, these young adults must also modify their interpretive system (Becvar & Becvar, 2018; Parker & McDowell, 2016). This effort may cause extra stress and can explain, in part, the elevated distress.

Regarding gender differences, young-adult females had significantly higher anxiety and depression symptoms and lower well-being prior to leaving home, compared to their male counterparts. This finding is consistent with previous research demonstrating poorer well-being (Branson et al., 2019) and higher rates of psychological distress among young-adult females (Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012; Salk, Hyde & Abramson, 2017) as well as heightened sensitivity to uncertainty (Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019), potentially indicative of females' poorer adjustment to the unknown (i.e., leaving home).

The pre-leaving-home gender gap was found to diminish six months after the transition, a finding that differs from previous research (Salk, Hyde & Abramson, 2017), showing that although the gender difference declines from the age of sixteen to early adulthood, the gap remains relatively stable (Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019). We conducted a complementary two-way analysis to explore whether the disappearance of the gender difference at T2 was due to increased male distress or decreased female distress over time. Results did not indicate possible interaction effects nor significant differences in adjustment indicators.

There is a possibility that females' greater anticipatory anxiety played a role (Behnke & Sawyer, 2000). That is, once they were on their permanent bases (Scharf, Mayselless, & Kivenson-Baron, 2011) it is reasonable to suggest that their anticipatory anxiety decreased. In addition, females' soldiers have a relatively less stressful and challenging service (Scharf, Mayselless, & Kivenson-Baron, 2011), potentially decreasing their overall distress. The lack of significant post-leaving-home gender differences calls for more research.

The current study had several limitations. First, although the leaving-home transition is a universal phenomenon, leaving home, in conjunction with the reason for leaving (i.e., to enlist in the military), is unique to the Israeli culture. As such, further research comparing the leaving home transition in other cultures and circumstances (e.g., students who come home every weekend) is needed in order to generalize the findings. Another limitation relates to the current

study's sampling method. Convenience sampling targeted potential families who were willing to answer the questionnaire at two timepoints, with the second timepoint being an extremely busy time for the youngsters. This method limits the generalizability of the results, as those who agreed to participate may have been strongly motivated. Therefore, our findings should be interpreted cautiously and replicated in further studies. Finally, the aspect of online participation limits the representativeness of the study (Bethlehem, 2010).

Despite these limitations, the current study's importance lies in its being the first, to the best of our knowledge, to examine the family interpretive system and family adjustment via a real-life stressful situation. Our findings suggest that family members share an interpretive system and psychological adjustment when they live under one roof. This homogeneity, however, diminishes six months after the leaving-home transition, with only the negative interpretation system (IBs) remaining shared.

The understanding that children's interpretive systems are similar to those of their parents can contribute to clinical and educational interventions with children and adolescents. Principles of cognitive-behavior therapy can help parents strengthen their rational thinking and reduce the impact of their irrational thinking patterns. This could further help their children learn adaptive interpretation and contribute to their emotional well-being.

7. דיון כללי

מטרת המחקר המרכזית הייתה לבחון האם קיימת מערכת פרשנות משפחתית, כפי שבאה לביטוי בדמיון בדפוס החשיבה של חברי משפחה, והאם ישנה הסתגלות רגשית משפחתית כפי שבאה לביטוי ברמות של מדדי ברווחה והמצוקה הנפשית. הבסיס התיאורטי למחקר זה היו התיאוריות הקוגניטיביות – משפחתיות – מערכתיות (Ellis, 2010; Dattilio, 2010; Dallos & Draper, 2015; Becvar & Becvar, 2018; David & Lynn, 2010; Minuchin, 1974). כלומר, בדקנו האם קיימת מערכת פרשנית משפחתית כפי שהתיאוריה מציעה, האם היא תורמת להסתגלות הרגשית של חברי המשפחה והאם היא נשמרת לאורך זמן כאשר הילדים יוצאים מהבית ומתגייסים לצבא.

במחקר הראשון, שהתקיים בנקודת הזמן הראשונה, מצאנו דמיון בדפוס החשיבה וההסתגלות הרגשית ובתוך כך נמצאו גם הבדלים בין בני המשפחה. כמו כן מצאנו כי דפוס חשיבה רציונליים או אירציונליים, תפיסת הילדים את תמיכת משפחתם, מגדר הילדים וסטטוס משפחתי הורי תרמו להסתגלות הרגשית המשפחתית. במחקר השני מצאנו מבנה משותף של דפוס חשיבה בין האם וילדיה וכן רמות משפחתיות משותפות של חשיבה רציונלית ואירציונלית בזמן 1. בזמן 2, לאחר היציאה מהבית, חלו שינויים בדפוס חשיבה המשפחתיים אך בני המשפחה שמרו על מערך פרשני משפחתי כאשר מבנה החשיבה נשאר יציב בין האם וילדיה ונשמרו קשרים תוך משפחתיים ברמות החשיבה. במחקר השלישי, שכינס לתוכו את הידע שנצבר בשני המחקרים הקודמים בדקנו את המודל המלא של מערכת פרשנות משפחתית והסתגלות רגשית בשתי נקודות הזמן. מצאנו כי בזמן 1 היו למשפחה דפוס חשיבה משותפים ורמות משותפות של הסתגלות רגשית. ממדים אלו השתנו בזמן 2 ואף לא נבאו את הסתגלות המשפחה. כמו כן נמצאו שתי קבוצות של משפחות: משפחות עם רמות גבוהות יותר של חשיבה אירציונליות ורמות נמוכות יותר של חשיבה רציונלית (להלן גבוהות-אירציונלית), ומשפחות עם רמות נמוכות יותר של חשיבה אירציונלית ורמות גבוהות יותר של חשיבה רציונלית (להלן נמוכות-אירציונלית). בסך הכל רמות החשיבה הרציונלית של שתי הקבוצות היו דומות. הסתגלותן הרגשית של המשפחות הנמוכות-אירציונלית הייתה טובה יותר מזו של המשפחות הגבוהות-אירציונלית שחוו רמות גבוהות יותר של מצוקה רגשית ורמות נמוכות יותר של רווחה נפשית.

7.1 דפוס חשיבה משפחתיים והסתגלות רגשית משפחתית

הממצאים במחקר מאששים את התיאוריה הקוגניטיבית משפחתית והמערכתית הטוענות כי בחיי המשפחה מתקיימים תהליכים מעגליים והדדיים וכי המשפחה היא המקור להעברה, הבניה, שימור ותחזוקה של האמונות במשפחה (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010). מהממצאים עולה כי בני הזוג וילדם או ילדתם הבוגרים תופסים את עצמם, את האחרים ואת העולם באופן

דומה. כלומר ההנחה שבני הזוג יוצרים, בבניית המשפחה החדשה, מערכת אמונות משפחתית משותפת, בה הילדים לומדים מהוריהם כיצד לראות את העולם ולחשוב עליו, עולה בקנה אחד עם ממצאי המחקר, כאשר נמצאו דפוסי חשיבה משפחתיים שנמשכו גם לאחר שהילד יצא מהבית והתגייס לצבא.

רמות דפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים נמצאו בקורלציה בין שלושת בני המשפחה. הקשרים התוך משפחתיים והרמות הדומות מלמדים אותנו על מבנה משותף של מערכת פרשנות משפחתית. ממצאים אלו תואמים לתיאוריה המערכתית קוגניטיבית-משפחתית (Dallos & Draper, 2018; Becvar & Becvar, 2018; Dattilio, 2010; 2015) ומתאימים למחקרים קודמים שבדקו הדדיות של היבטים קוגניטיביים במשפחה (Gibson & Francis, 2019; Sutherland et al., 2019). עם זאת המחקר שלנו הנו הראשון, למיטב ידיעתנו, שבדק הדדיות בדפוסי החשיבה על פי הגישה הקוגניטיבית-התנהגותית בין הורים לילדיהם ובשתי נקודות זמן. למרות שיש נטייה ביולוגית וגנטית לדפוסי חשיבה רציונליים ואירציונליים (Elis, 1974; Hettema, 2001; Neale & Kendler, 2001), התרומה של דפוסי החשיבה ההוריים לדפוסי החשיבה של ילדיהם באה לביטוי במחקר הנוכחי, אם כי המידה של תרומה זו ביחס לנטייה הטבעית אינה ידועה.

ממצאים אלו ראינו במחקר הראשון כאשר נמצא דמיון רב ברמות החשיבה הרציונלית והאירציונלית של בני המשפחה, במחקר השני כאשר נמצאו מבני חשיבה משותפים בין האם לילדיה ורמות חשיבה דומות בין כל בני המשפחה, הן כשהם גרו יחד והן לאחר יציאת הילדים מהבית, ובמחקר השלישי כאשר נמצאו קשרים טריאדים תוך משפחתיים, עם הבדלים משמעותיים בין משפחות עם רמות גבוהות יותר של חשיבה אירציונלית לעומת משפחות עם רמות נמוכות יותר של חשיבה זו. הקשרים המשמעותיים ברמות דפוסי החשיבה של בני הזוג, יכולים ללמד על הסוציאליזציה של תהליך הפנמת הערכים ודרכי החשיבה בעולם, זאת ככל הנראה לעומת הגנטיקה. כפי שנטען (Becvar & Becvar, 2018), הורים לילדים בוגרים, שקרוב לוודאי חיים יחד תקופת חיים ממושכת, פיתחו ביניהם שפה משותפת, הן מילולית והן התנהגותית (Bruce et al., 2006, Murray, Richards & Nihouarn-Sigurdardottir, 2019), אותה הנחילו לילדיהם. הם עשו זאת גם באמצעות מערכי חיים שלמים בהם בחרו, החל ממקום המגורים, דרך בתי הספר, החוגים ותנועות הנוער אותן בחרו עבור ילדיהן (Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010).

בעוד שבמחקר הראשון, נמצא דמיון רב יותר ברמות החשיבה בין הילדים לאבות, הרי שבמחקר השני נמצא כי לאימהות ולילדים דמיון רב יותר כאשר הם חלקו, בנוסף לרמה משותפת, גם מבנה משותף. כלומר, תפיסת המציאות שלהם נמצאה משמעותית קשורה לזו של האימהות והמשיכה להתקיים גם כאשר הילדים יצאו מביתם והתגייסו לצבא (David et al., 2005). למרות נטייה טבעית לדפוסי חשיבה רציונליים ואירציונליים (David & DiGiuseppe, 2010; Ellis, 1994), תפיסות עולם אינן מתפתחות בוואקום אלא הן מתהוות במיוחד דרך תקשורת מילולית ובלתי מילולית עם דמויות משמעותיות (Becvar & Becvar, 2018; Dallos, 1991; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010; David & DiGiuseppe, 2010). לפיכך נראה כי

ההבדלים שעלו במחקר, לפיהם הילדים יותר דומים לאימהותיהם בתפיסות העולם שלהם נובעים מתהליכים שונים בגידול הילדים ובחיברות.

למרות שהאבות מעורבים כיום יותר בגידול הילדים, והם מעניקים חום ואהבה בדומה לאימהות, הרי שהפעילויות שהם עושים עם ילדיהם, האיכות של פעילויות אלו ומשך הזמן שהם נמצאים עמם שונה מזה של האימהות (Craig, 2006; Murray et al., 2019; Parke & Cookston, 2019). האימהות מטפלות בצרכי הילדים באופן יומיומי, נמצאות איתם זמן ממושך יותר, לוקחות אחריות ניהולית בארגון קשרים חברתיים, לוחות זמנים, בדיקות רפואיות, פיקוח על שיעורי הבית ומשימות בית ספריות וביתיות (Murray et al., 2019). האבות נמצאים פחות זמן עם ילדיהם ולוקחים חלק קטן יותר בפעילויות אלו, במיוחד במהלך השבוע. הם נוטים לפעילויות משחקיות פיזיות בעוד שהאימהות נוטות ליותר משחקים דידיקטיים ובתוך כך הן נוטות לתווך את המתרחש מילולית כבר מינקות. גם בגיל ההתבגרות האימהות ממשיכות לשמור על קרבה מילולית ורגשית גדולה יותר עם ילדיהן (Parke & Cookston, 2019). היבטים אלו יכולים להסביר את מבנה החשיבה המשותף לילדים ולאימהותיהם. חשוב להמשיך ולחקור את המערכת הפרשנית המשפחתית על מנת לבדוק את האופן בו מועברות תפיסות עולם אירציונליות ולנסות לתווך ולהבנות מערכת אמונות מאוזנת ורציונלית יותר.

בני המשפחה נמצאו דומים בהסתגלותם הרגשית במאמר הראשון והשלישי הן במדדי הרווחה הנפשית והן במדדי המצוקה (סימפטומים של חרדה, דיכאון, לחץ נתפס, ורווחה נפשית). ממצאים אלו תקפים כל עוד המשפחה גרה יחד, כלומר בזמן 1 של המחקר. בנוסף לדמיון נמצאו גם השפעות הדדיות בין דפוסי חשיבה של מי מבני המשפחה על הסתגלותו הרגשית של האחר. ההדדיות המשפחתית באה לביטוי גם בהסתגלות משפחתית טובה יותר כאשר הילד תופס את משפחתו כתומכת יותר. ממצאים אלו מחזקים את התיאוריה המערכתית והקוגניטיבית-משפחתית על כך שהמשפחה היא המקור להעברה ושימור של דפוסי חשיבה והסתגלות רגשית משפחתית הדדית (Becvar & Becvar, 2018; Dallos & Draper, 2015; Dattilio, 2010).

משפחות גבוהות יותר בפרשנות רציונלית ונמוכות יותר בפרשנות אירציונלית חוו רמות גבוהות יותר של רווחה נפשית ורמות נמוכות יותר של סימפטומים של מצוקה. כלומר, המשפחות הנמוכות-אירציונליות, הסתגלו רגשית טוב יותר ממשפחות גבוהות-אירציונליות. ממצאים אלו כי רמות גבוהות יותר של חשיבה אירציונלית גורמות למצוקה רגשית גבוהה יותר ולהסתגלות פחות טובה עולים בקנה אחד עם תיאוריית REBT (למשל: Hamamci & Bağci, 2017; DiLorenzo, David & Montgomery, 2007) ועם ההבנה שמערכת פרשנית משפחתית גמישה יותר (למשל: Becvar & Becvar) תוביל להסתגלות רגשית טובה יותר. המחקר הנוכחי, לראשונה, הרחיב את תיאוריית REBT למערך המשפחתי ונתן תוקף לתיאוריה המערכתית

המשפחתית. ממצא זה חשוב בהיבט הטיפולי והחינוכי עם ילדים והוריהם. ההבנה כי הילדים חולקים עם הוריהם דפוסי חשיבה והסתגלות יכולים להוות בסיס לתכנון וביצוע של דרכי חינוך וטיפול יעילות יותר בילדים.

7.2 פרשנות משפחתית והסתגלות רגשית בשלב היציאה מהבית

במחקר השני שלושת בני המשפחה חלקו דפוסי חשיבה משותפים גם חצי שנה אחרי שהילדים יצאו מהבית אל השירות הצבאי. אמנם חלו שינויים במידת הקשרים, מה שיכול להצביע על כך שבני המשפחה הגיבו באופן שונה למעבר חיים זה, אך עם זאת מלמד על דפוסי חשיבה משפחתיים הנמשכים לאורך זמן. כפי שהוצע על ידי התיאוריות המערכתיות קוגניטיביות-משפחתיות (Dallos & Becvar, 2018; Dattilio, 2010; Draper, 2015) הילדים יוצאים לחייהם העצמאיים עם דפוסי חשיבה שרכשו בביתם. השינויים שחלו בדפוסי החשיבה של כל בני המשפחה, יכולים לבטא את השינוי הדרמטי שחל בחייהם כאשר הגיעו לשלב ההתפתחותי של היציאה מהבית (Walsh, 2012; Steinberg & Silk 2002) ואת המאמצים הקוגניטיביים שהם עשו על מנת להסתגל לשלב זה ולשמור על האיזון האישי והמשפחתי (Becvar & Dattilio, 2010; Dallos & Draper, 2015; Becvar, 2018).

במחקר השלישי, הפרשנות המשפחתית המשותפת שנמצאה בזמן 1, ואשר תרמה להסתגלות הרגשית המשפחתית באותו שלב, לא תרמה להסתגלות הרגשית בזמן 2, זאת למרות שבני המשפחה המשיכו לחלוק את דפוסי החשיבה האירציונלית אשר רמתם עלתה. בעוד שמחקרים קודמים מצאו כי ניתן לנבא הסתגלות רגשית במחקר אורך פרטני (Allen, El-Cheikh & Turner, 2017; DiLorenzo, David & Montgomery, 2007), הרי שבמערך המשפחתי כפי שנעשה במחקר זה, לא ניתן לנבא את ההסתגלות המשפחתית לטווח הארוך. לפיכך חשוב להמשיך ולחקור את ההשפעה שיש לדפוסי החשיבה של כל פרט במשפחה על ההסתגלות הרגשית של בני המשפחה לאורך זמן. עם זאת, העלייה ברמת המחשבות האירציונליות בזמן 2 מעלה את ההשערה שבני המשפחה חוו את שלב היציאה מהבית באופן שלילי יותר ויש לשער, גם אם לא נמצאו קשרים מובהקים, שבני המשפחה חוו מצוקה רגשית גבוהה יותר לאורך זמן.

במערך המשפחתי כפי שעלה במחקר השני, ניתן לראות את התפקיד החשוב שהאימהות מלאו בניבוי התגובה המשפחתית או בתגובה אליה. האבות לעומת זאת, כמעט ולא לקחו חלק במערך זה, מה שמלמד שלמרות השינוי שחל בתפקידים ההוריים במהלך השנים, הדפוסים המגדריים נשארו מסורתיים. ייתכן, שכפי שהאימהות הבנו באופן משמעותי יותר את ההבנה של ילדיהן את העולם במהלך גידולם, ואף טיפלו באופן אינטנסיבי יותר בניהול המערכת התוך משפחתית (מטלות הילדים, חינוך, בריאות ועוד) (Murray et

(al., 2019), הן המשיכו לשמר את היציבות של המערך המשפחתי גם בשלב יציאת הילדים מהבית וגיוס לצבא (Dallos & Draper, 2015).

ילדי המשפחה הושפעו באופן הכי שלילי ממעבר חיים זה כאשר מצוקתם הרגשית עלתה ורווחתם ירדה באופן משמעותי בין זמן 1 לזמן 2. למרות שמחקרים קודמים העלו יתרונות בשלב מעבר זה של יציאה מהבית, כמו רווחה נפשית (Brooker & Vu, 2020), יחסים טובים יותר עם ההורים וצמיחה אישית (Dar & Kimhi, 2001; Maysless, 2004), המחקר הנוכחי כמו מחקרים על אוכלוסיות אחרות, במיוחד של סטודנטים, מדגים עלייה דרמטית במצוקה הנפשית של הילדים בשלב היציאה מהבית, במיוחד בתקופה הראשונה (Brooker & Vu, 2020; Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012; Pitt et al., 2018). ייתכן שבנוסף לקושי האוניברסלי בשלב זה של יציאה מהבית, הקושי של המתגייסים והמתגייסות נבע גם מהמסגרת הנוקשה והתובענית אליה עברו (Scharf, Maysless, & Kivenson-Baron, 2011), מסגרת בה הם נדרשו לביצוע מטלות שלעיתים לא עלו בקנה אחד עם תפיסות עולמם (Scharf, Maysless, & Kivenson-Baron, 2004), כמו גם שנדרשו לעשות התאמות של מערכת הפרשנות הרציונלית והאירציונלית שלהם (Becvar & Becvar, 2018; Parker & McDowell, 2016). בנוסף לאלו, הנגישות של הצעירים לאמצעי התקשורת האלקטרוניים כפי שהכירו באזרחות, טרם הגיוס, הצטמצמה ביותר, מה שקרוב לוודאי פגע בדפוסי התקשורת הרגילים שלהם במרחבי הרשתות החברתיות ועם בני משפחתם וחבריהם, במיוחד בשלבי השירות הראשונים (רוזנברג, 2018). סיבות אלו יכולות להסביר את העלייה המשמעותית במצוקה של המתגייסים והמתגייסות והירידה ברווחתם הרגשית.

7.3 הבדלים מגדריים

במחקר הנוכחי נמצאו מספר הבדלים מגדריים הן בדפוסי החשיבה והן בהסתגלות הרגשית. האימהות ובנותיהן הסתגלו רגשית פחות טוב מהאבות והבנים. הן ביטאו רמה גבוהה יותר של מצוקה נפשית והאימהות אף נמצאו ברווחה הנפשית הנמוכה ביותר. ממצא זה אינו מפתיע ומתאים למחקרים קודמים שמצאו אצל נשים פחות רווחה נפשית (Branson et al., 2019) ורמות גבוהות יותר של מצוקה נפשית (Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012; Salk, Hyde & Abramson, 2017; Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019). לאימהות היו דפוסי חשיבה רציונליים ברמה גבוהה יותר מאשר לאבות וילדים. ממצא זה שונה ממחקרים קודמים (Calvete & Cardenoso, 2005) שמצאו שלנשים רמה נמוכה יותר של חשיבה חיובית. ממצא זה מפתיע וסותר את תיאורית REBT בהתייחס לכך שהאימהות סבלו ממצוקה נפשית גבוהה יותר ורווחה נפשית נמוכה יותר.

רוב המחקרים שבדקו אמונות רציונליות ומצוקה נפשית לא היו אל מול מצבי לחץ במציאות (Olten & David, 2018). ייתכן כי אירוע מעורר לחץ מציאותי, כמו יציאת הילדים מהבית בכלל ויציאתם לשירות הצבאי בפרט, מבטל את האפקט שיש לחשיבה רציונלית על הרווחה והמצוקה הנפשית. ייתכן גם שככל שהאימהות תופסות את האירוע כמלחיץ הן מגייסות חשיבה רציונלית על מנת לשמור על עצמן נפשית ועדיין רמת המצוקה שלהן תהיה גבוהה מזו של האבות משום שבמצב של הצפה נפשית החשיבה הרציונלית אולי פחות אפקטיבית. היבטים אלו מעלים את הצורך להמשיך ולחקור את התפקיד של מחשבות רציונליות בשעה של התמודדות עם מעברי חיים בפרט ובזמנים של לחץ מתמשך בכלל.

הבנות, ביטאו רמת מצוקה גבוהה ורמת רווחה נמוכה באופן משמעותי יותר מהבנים בזמן 1. ממצא זה עקבי עם מחקרים קודמים שהראו רווחה נפשית נמוכה יותר לבנות (Branson et al., 2019) ומצוקה רגשית גבוהה יותר (Leadbeater, Thompson & Gruppuso, 2012; Salk, Hyde & Abramson, 2017; Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019). היבט זה יכול להיות מוסבר בהקשר ליציאה מהבית בכך שנשים פגיעות יותר גם להתמודדות עם מצבים של אי-וודאות (Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019). הבדל מגדרי זה בהסתגלות הרגשית טרם היציאה מהבית, נעלם חצי שנה אחר-כך. ממצא זה שונה ממצאים קודמים המדברים על הבדלי מגדר בהסתגלות הרגשית המגיעים לשיאם בגיל ההתבגרות, מתמתנים בהמשך, אך ממשיכים להיות יציבים גם בהמשך החיים (Sweeny, Kwan & Falkenstein, 2019). ייתכן שרמת החרדה מאי-הוודאות וחרדת הציפיה שנשים סובלות ממנה יותר (Behnke & Sawyer, 2000) ירדה כאשר הבנות בזמן 2 היו ברובן כבר בבסיסן הקבוע, או שההבדל נובע מתפקידיהם השונים של גברים ונשים בצבא (Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2011). חשוב להמשיך ולחקור הבדלים מגדריים ברמות ההסתגלות הרגשית ולראות האם, ובמה, דפוסי החשיבה של הנשים והגברים דומים ו/או שונים, מהי תרומתם להבדלים בהסתגלות הרגשית, ומה תרומת הסוציאליזציה המגדרית לכל אלו.

7.4 השלכות תיאורטיות

המחקר תורם משמעותית לתיאוריות המערכתית-משפחתית והקוגניטיבית-משפחתית ולתיאוריות REBT (Walsh, 1994; Dattilio, 2010; Dallos & Draper, 2015; Becvar & Becvar, 2018), בכך שמצא היבטים משפחתיים משותפים בדפוסי החשיבה ובהסתגלות הרגשית בין בני המשפחה. ההיבטים ההדדיים שנמצאו בין שלושת בני משפחה, אם אב וילד/ילדתם, ובשתי נקודות זמן, מחזק את התיאוריה שהורים מפתחים שפה משותפת במהלך חייהם ומעבירים את אותם דפוסי החשיבה לילדיהם.

המחקר הנוכחי הדגים, בדומה למחקרים קודמים (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017), כי דפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים הנם שני דפוסי חשיבה שונים הפועלים זה לצד זה. ועוד יותר מכך, המחקר הרחיב הבנה זו גם למערכת הפרשנות המשפחתית (Shmueli et al., 2021). ממצא זה בא לביטוי במחקר השני, כאשר לא נמצאו קשרים בין דפוסי החשיבה בזמן 1, ובזמן 2, עלה קשר שלילי בין דפוסי החשיבה הרציונליים והאירציונליים. הדבר בא לביטוי גם במחקר השלישי כאשר המשפחות נמצאו דומות בדפוסי החשיבה הרציונליים שלהן ואילו בדפוסי החשיבה האירציונלית היו פערים משמעותיים בין המשפחות. ממצאים אלו מזמינים לחקירה נוספת של דפוסי החשיבה ובחינה האם בחלקיהם נמצאים על רצף בעוד חלקים אחרים נמצאים בשני ערוצי חשיבה שונים ונפרדים ומה מביא לשוניו בדפוסים אלו.

השאלה לגבי תפקיד דפוסי החשיבה הרציונליות המשפחתיות נשארה פתוחה כאשר שתי קבוצות המשפחות ביטאו רמות דומות של חשיבה זו. מהמחקר עלה שההבדלים בהסתגלות הרגשית המשפחתית נבעו בעיקר מרמות גבוהות או נמוכות של חשיבה אירציונלית. בנוסף, עולה שאלה לגבי תפקיד החשיבה הרציונלית כאשר נמצא במחקר הראשון שלאימהות רמות גבוהות יותר של חשיבה רציונלית אך הסתגלותן הרגשית הייתה נמוכה יותר. לפיכך יש להמשיך ולחקור מה הוא תפקידו של דפוס החשיבה הרציונלית בהתמודדות בכלל ועם מעברי חיים משפחתיים בפרט.

במחקר הנוכחי, כמו במחקרים קודמים ובתיאוריה (Hyland, Shevlin & Adamson, 2014; Oltean et al., 2017) ראינו כי רמות גבוהות יותר של חשיבה אירציונלית תורמות למצוקה נפשית גבוהה יותר ולרמות רווחה נפשית נמוכות יותר. ממצאים אלו תורמים לתיאורית REBT המתייחסת לבריאות ומצוקה נפשית כתולדה של דפוסי חשיבה רציונליים או אירציונליים (Ellis, David & Lynn, 2010). הממצאים במחקר הנוכחי הרחיבו הבנות אלו גם למערכת הפרשנות וההסתגלות הרגשית המשפחתית. משפחות עם דפוסי חשיבה אירציונליים ברמות גבוהות יותר חוו מצוקה נפשית גבוהה יותר ורווחה נפשית נמוכה יותר.

7.5 השלכות פרקטיות

הממצאים מהמחקר הנוכחי מלמדים על תפקידם של דפוסי החשיבה, רציונליים ואירציונליים, בהסתגלות הרגשית. היבט זה מדגיש את החשיבות של הטמעת חשיבה רציונלית, כלומר, חשיבה גמישה, הגיונית ועקבית עם המציאות, ומיתון החשיבה האירציונלית בקרב הורים וילדיהם. ישנן מדינות כמו אוסטרליה, בה נבנתה תוכנית הכשרה אותה מעבירים און-ליין בבתי הספר, ללימוד והפנמה של דרכי חשיבה רציונליות ("Bernard, M.E, "You can do it"). לימוד כזה יכול לצמצם ולמתן מצוקה רגשית ולהעלות את

הרווחה הנפשית עבור אוכלוסיות מגוונות, כגון סטודנטים, חיילים, אסירים ועוד, אך המשמעותי ביותר יהיה להטמיע חשיבה זו בין ילדי הגן, בתי הספר וקבוצות למידה של הורים.

היבט נוסף שעלה מהמחקר הוא המשפחה כמערכת הדדית של דפוסי חשיבה והסתגלות רגשית. ממצא זה מעלה את השאלה על התרומה של טיפול רגשי בילדים ונוער ללא טיפול בהוריהם. אמנם בגיל הרך מתקיימים טיפולים דיאדיים וטיפולים עם הדרכת הורים למתבגרים, אולם המחקר מאיר את החשיבות של התמקדות בטיפול בהורים הן עבור הצעירים והן עבור המתבגרים. כלומר, טיפול בשינוי דפוסי החשיבה של ההורים, שבעבודה יומיומית מול ילדיהם, יוכלו להטמיע בהם דפוסים אלו ולהוביל אותם לשינוי רגשי והתנהגותי. מערך טיפולי כזה הנו גם כלכלי יותר, הן בשל היומיומיות של השיח והפנמת דפוסי החשיבה בחיי המשפחה והן בשל היכולת להטמיע חשיבה זו אצל מספר ילדי משפחה בו זמנית.

7.6 מגבלות המחקר

כמו בכל מחקר, גם במחקר זה ישנן מספר מגבלות. ראשית, למרות שיציאת הצעירים מבית ההורים היא מצב אוניברסלי, ולמרות שדפוס היציאה והחזרה לבית ההורים הולך ומתרחב בעשורים האחרונים (Boomerang, Bouchard, 2014), הרי שהיציאה מהבית לשירות צבאי בגיל זה היא ייחודית לישראל (Bar-Tur et al., 2018). לפי כך יש לבחון השלכות לעזיבת הבית במדינות שונות באופן זהיר. שנית, שיטת הדגימה של המחקר הייתה דגימת נוחות וכדור שלג. ייתכן שהמשתתפים שהסכימו להתחייב למחקר זה, שהתקיים בשתי נקודות זמן, כאשר הזמן השני הנו בעת שירותם הצבאי, היו משתתפים עם מוטיבציה גבוהה להשתתפות במחקר. לפיכך דגימה כזו מגבילה את יכולת ההכללה של המחקר. שלישית, המערך המשפחתי של המחקר הציב בפני המשתתפים צורך בתקשורת תוך משפחתית והענות של שלושת בני המשפחה להשתתף, מאפיין היכול ללמד על קרבה הקיימת מלכתחילה בין בני המשפחה, מה שעלול היה בתורו לתרום לדמיון בדפוסי החשיבה. בהתחשב בנתונים אלו, הממצאים צריכים להבחן בזהירות המתבקשת. רביעית, אחוז הנשירה בזמן 2 היה כמעט מחצית הנבדקים (47%). יש לשער שנשירה גבוהה זו קשורה למערך המחקר המורכב, בו נבדקו שלושה בני משפחה בשתי נקודות זמן כאשר בזמן 2 הצעירים מחויבים כבר לשירותם הצבאי. מצב עניינים זה הוביל אותנו להשתמש במערך סטטיסטי של השלמת נתונים. מצב זה מחייב התייחסות זהירה וקפדנית לממצאים. חמישית, שימוש בשאלונים אינטרנטיים מייצג אוכלוסייה ספציפית של משתתפים הנחשבת לבעלת מוטיבציה להביע את עצמה (Bethlehem, 2010) ולפיכך אינם יכולים לייצג את כלל האוכלוסייה. שישית, השאלונים לדיווח עצמי דרכם נאספו הנתונים למחקר, עלולים להטות את הממצאים לכל כיוון, בין אם התכנים אינם מודעים ובין אם יש רצון להצגת עצמי באופן מסוים. לפיכך מומלץ במחקר עתידי להוסיף דרכים נוספות להערכה, כמו למשל ראיונות פתוחים והערכת עמיתים, בהם יבואו לביטוי דפוסי החשיבה והמצב הרגשי. לבסוף, במחקר הנוכחי השתתפו משפחות מהאוכלוסייה

הכללית. במחקר עתידי מומלץ לבחון את המאפיינים שנבדקו במחקר זה גם על משפחות הנמצאות בטיפול משפחתי. מחקר כזה יוכל ללמד על הבדלים אפשריים בדפוסי החשיבה בין משפחות המגיעות לטיפול לכאלו שאינן בטיפול ויאפשר פיתוח מודל טיפולי מתקדם שייקח בחשבון את דפוסי החשיבה המכשילים וייתן מענה מקיף יותר למשפחות במצוקה.

7.7 מסקנות

למרות מגבלות אלו, חשיבות המחקר הנוכחי היא בהיותו המחקר הראשון, למיטב ידיעתנו, שאתגר את התיאוריה המערכתית-המשפחתית והקוגניטיבית-משפחתית אצל שלושה בני משפחה. חשוב שאישוש תיאוריות אלו יוביל להטמעתן באופן נרחב יותר בתחום ההכשרה הטיפולית בכלל והטיפול המשפחתי בפרט. המחקר מצא שכאשר בני המשפחה חיו תחת קורת גג אחת, הם חלקו דפוסי חשיבה והסתגלות רגשית משותפים. במאפיינים אלו חל שינוי כאשר המשפחות התמודדו עם היציאה מהבית והגיוס לצבא. ההומוגניות המשפחתית הצטמצמה חצי שנה אחרי יציאת הילדים מהבית וגיוסם לצבא אולם דפוסי החשיבה המשפחתיים נשארו משותפים. בעוד שהחשיבה הרציונלית נמצאה דומה ברמתה בין המשפחות הרי שהדפוס האירציונלי, הנוקשה והתובעני, נבדל משמעותית בין סוגי המשפחות (נמוכות אירציונליות וגבוהות אירציונליות), נשאר היציב מבניהם לאורך זמן ותרם למצוקה הנפשית המשפחתית. ניתן להסיק מכך שדפוס החשיבה האירציונלית, המנציח את המצוקה הנפשית, הנו היציב יותר במערכת הפרשנות המשפחתית והנו דפוס החשיבה המשמעותי יותר בו יש להתמקד בטיפול על מנת להוביל לשינוי ולהסתגלות רגשית משפחתית.

ממצאי המחקר מלמדים שלהורים תפקיד מרכזי בהבניה של המערכת הפרשנית והוויסות הרגשי של ילדיהם בעודם גרים במשותף כמו גם לאחר יציאת הילדים מהבית. חשוב אם כך לקחת בחשבון את דפוסי החשיבה ההוריים בכל מערך טיפולי, כלומר, בטיפול בילדים, בטיפול במתבגרים ובטיפול בבוגרים צעירים. האימהות נמצאו כמשמעותיות יותר במערכת המשפחתית בהיותן 'מרכז הבקרה' המווסת את התנועה הרגשית במשפחה, כלומר הן מושפעות ומשפיעות על דפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית המשפחתית. ניתן ללמוד מכך שלמרות השינוי שחל במהלך השנים בתפקידים המגדריים, האימהות עדיין נושאות על כתפיהן את האחריות הכבדה להסתגלות הרגשית של משפחתן. לפיכך חשוב שדפוסי החשיבה וההסתגלות הרגשית של האימהות יקבלו מקום מרכזי בתהליך הטיפול.

על מנת להיתרם באופן נרחב יותר ממצאי מחקר זה ולשפר משמעותית את הרווחה הנפשית בכלל האוכלוסייה, חשוב למצוא ערוצים נוספים להפנמת דפוסי חשיבה יעילים יותר. ניתן לעשות זאת על ידי הטמעת התיאוריה וכלים לשינוי דפוסי החשיבה בקרב סוכני חיברות מתחומים שונים. לשם כך יש לבנות מערך הכשרה שיתאים להורים, לאנשי חינוך, יעוץ וטיפול, למדריכי ספורט ולמנהיגים בקהילה. באותו אופן ניתן לפתח תוכנית למידה כזו גם לתלמידים בכל הגילאים.

8. מקורות

- אלאור, ת. (2001). תנאים של אהבה: עבודת האמהות מסביב למחנה. תיאוריה וביקורת 19, עמ' 79-114.
- אריאלי, ד. (2008). לא רציונלי ולא במקרה: הכוחות הסמויים שמעצבים את ההחלטות שלנו. תל אביב: מטר.
- דרורי, י., (1989). תרגום שאלון להערכת דחק (Perceived Stress Scale (PSS). המחלקה לשיקום לב, בית החולים תל השומר.
- טייכמן, י., מלינק, ח. (1979). שחמ"ת – שאלון להערכת חרדה מצבית ותכונת חרדה: מדריך עברי לבוחן. אוניברסיטת תל – אביב.
- כהנמן, ד. (2013). לחשוב מהר לחשוב לאט. אור יהודה: כנרת, מטר.
- מן-שלוי, ח' (2016). מהאולטה-סאונד לצבא: המסלול הלא-מודע של הגבריות הישראלית. חולון: רסלינג.
- מצר, ש. (2009). קולן השותק של אמהות לחיילים קרביים. בתוך: אמיליה, פ. (עורכת), מבט מהפסיכואנליזה וממקום אחר, עמ' 257-268. רעננה: מכון ון ליר בירושלים הקיבוץ המאוחד.
- סופר, ג., קטן, ל. ושוחט, ת. (1993). המשפחה כ"כך שיגור" – משמעות גיוס הבן הבכור לצבא במשפחה הישראלית של שנות התשעים. *חברה ורווחה*, י"ג 351-365.
- רוזנברג, ח. (2018). מוסדות טוטליים והטלפון הסלולרי. מסגרות מדיה, 17.
- ששון-לוי, א. (2006). *זהויות במדים: גבריות ונשייות בצבא הישראלי*. תל אביב: הוצאת הקיבוץ המאוחד יחד עם מאגנס האוניברסיטה העברית.
- תובל-משיח, ר. וקורב, ע. (2018). בין גאווה לאשמה: התמודדות אימהות ישראליות לקראת גיוס בניהן הבכורים לשירות צבאי קרבי. *חברה ורווחה*, ל"ח, עמ' 509-536.

Addis, J. & Benard, M.E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3-13.

<https://doi.org/10.1023/A:1015199803099>

Akın, R. I., Breeman, L. D., Meeus, W. & Branje, S. (2020). Parent-adolescent relationship quality as a predictor of leaving home. *Journal of Adolescence*, 79, 81-90.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.017>

Allen, M. S., EL-Cheikh, S. & Turner, M. J. (2017). A longitudinal investigation of irrational beliefs, hedonic balance and academic achievement. *Learning and Individual Differences*, 58, 41-45. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.07.003>

Alloy, L.B., Abramson, L.Y., Smith, J.M., Gibb, B.E., & Neeren, A.M. (2006). Role of

- parenting and maltreatment histories in unipolar and bipolar mood disorders: Mediation by cognitive vulnerability to depression. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9, 23–64. <https://doi.org/10.1007/s10567-006-0002-4>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Azar, S.T., Nix, R.L. & Makin-Byrd, K.N. (2005). Parenting schemas and the process of change. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(1), 45-58. doi:10.1111/j.1752-0606.2005.tb01542.x.
- Balkis, M. & Duru, E. (2018). The protective role of rational beliefs on the relationship between irrational beliefs, emotional states of stress, depression and anxiety. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37, 96–112. <https://doi.org/10.1007/s10942-018-0305-7>
- Bar-Tur, L., Ifrah, K., Moore, D., Kamin, S. T. & Lang, F. R. (2018). How do emotional closeness and support from parents relate to Israeli and German students' life satisfaction? *Journal of Family Issues*, 39(11), 3096- 3123. <https://doi.org/10.1177/0192513X18770213>
- Becvar, R. J. & Becvar, D. S. (2018). *Systems theory and family therapy*. New York: Hamilton Books. (3rd ed.). [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- Behnke, R. R. & Sawyer, C. R. (2000). Anticipatory anxiety patterns for male and female public speakers, *Communication Education*, 49(2), 187-195, <https://doi.org/10.1080/03634520009379205>
- Bernard, M.E., & David, O. (Eds.). (2018). *Coaching for Rational Living: Theory, Techniques and Applications*. New York: Springer.
- Bethlehem, J. (2010). Selection bias in web surveys. *International Statistical Review*, 78, 161-188. <https://doi.org/10.1111/j.1751-5823.2010.00112.x>

- Blunt-Bugental, D. & Johnston, C. (2000). Parental and child cognitions in the context of the family. *Annual Review of Psychology, 51*, 315-344.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.315>
- Boe, J. L. & Woods, R. J. (2018). Parents' influence on infants' gender-typed toy preferences. *Sex Roles, 79*, 358-373. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0858-4>
- Bouchard, G. (2014). How do parents react when their children leave home? An integrative review. *Journal of Adult Development, 21*, 69–79.
<https://doi.org/10.1007/s10804-013-9180-8>
- Branson, V., Palmer, E., Dry, M. J. & Turnbull, D. (2019). A holistic understanding of the effect of stress on adolescent well-being: A conditional process analysis. *Stress and Health, 35*, 626–641. <https://doi.org/10.1002/smi.2896>
- Brooker, A. & Vu, C. (2020). How do university experiences contribute to students' psychological wellbeing? *Student Success, 11*(2), 99-108.
<https://doi.org/10.5204/ssj.1676>
- Brown, Timothy A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. 2nd Edition, The Guilford Press, New York.
- Bruce, A. E., Cole, D. A., Dallaire, D. H., Jacquez, F. M., Pineda, A. Q., & LaGrange, B. (2006). Relations of parenting and negative life events to cognitive diatheses for depression in children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 34*, 321–333.
<https://doi.org/10.1007/s10802-006-9019-x>
- Cabeleira, C. M., Steinman, S. A., Burgess, M. M., Bucks, R. S., MacLeod, C., Melo, W., & Teachman, B. A. (2014). Expectancy bias in anxious samples. *Emotion, 14*(3), 588–601. <https://doi.org/10.1037/a0035899>
- Calvete, E. & Cardenoso, O. (2005). Gender differences in cognitive vulnerability to depression and behavior problems in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology, 33*(2), 179-192. <https://doi.org/10.1007/s10802-005-1826-y>

- Caserta, D. A., Dowd, E. T., David, D., & Ellis, A. (2010). Rational and irrational beliefs in primary prevention and mental health. In D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis (Eds.), *Rational and irrational beliefs: Research, theory and clinical practice* (pp. 173–194). New York: Oxford University Press.
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-Analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(6), 624–645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Cook, W. L. & Kenny, D. A. (2005). The actor-partner interdependence model: A model of bidirectional effects in developmental studies. *International Journal of Behavioral Development, 29*(2), 101 – 109.
<https://doi.org/10.1080/01650250444000405>
- Cohen, S., Kamarck, J., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385-396.
<https://doi.org/10.2307/2136404>
- Craig, L. (2006). Does father care mean fathers share? A comparison of how mothers and fathers in intact families spend time with children. *Gender and Society, 20*(2), 259–281. <https://doi.org/10.1177/0891243205285212>
- Creswell, C., O'Connor, T. G. & Brewin, C. R. (2006). A longitudinal investigation of maternal and Child ‘anxious cognitions’. *Cognitive Therapy and Research, 30*(2), 135-147. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9021-1>
- Criddle, W.D. (2007). Adapting REBT to the world of business. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 25*(2), 87-106. <https://doi.org/10.1007/s10942-006-0035-0>
- Crocetti, E., Moscatelli, S. Kaniušonytė, G., Meeus, W., Žukauskienė, R. & Rubini, M. (2019).

- Developing morality, competence, and sociability in adolescence: A longitudinal study of gender differences. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 1009-1021.
<https://doi.org/10.1007/s10964-019-00996-2>
- Crow, J. R., & Myers-Bowman, K. S. (2011). "A Fear Like I've Never Felt": Experiences of Parents Whose Adult Children Deployed to Combat Zones. *Marriage & Family Review*, 47(3), 164–195. <https://doi.org/10.1080/01494929.2011.577660>
- Dallos, R. (1991). *Family belief systems, therapy and change*. Buckingham: Open University Press.
- Dallos, R. & Draper, R. (2015). *An introduction to family therapy: Systemic theory and practice, (4th ed.)*. Open University Press. [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- Dar, Y. & Kimhi, S. (2001). Military service and self-perceived maturation among Israeli youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(4), 427-447.
<https://doi.org/10.1023/A:1010493116011>
- Dattilio, F. M. (2010). *Cognitive-Behavioral therapy with couples and families: A comprehensive guide for clinicians*. New York: Guilford Publications. [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- David, D. & DiGiuseppe, R. (2010). Social and cultural aspects of rational and irrational beliefs: a brief reconceptualization. In D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis (Eds.), *Rational and Irrational Beliefs: Research, theory and clinical practice* (pp. 49-61). New York: Oxford University Press.
- David, A., Ghinea, C., Macavei, B. & Kallay, E. (2005). A search for "hot" cognitions in a clinical and a non-clinical context: Appraisal, attributions, core relational themes, irrational beliefs, and their relations to emotion. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 5(1), 1-42.
- David, O.A., Ionicioiu, I., Imbarus, A.C. & Sava, F.A. (2016). Coaching banking managers

- through the financial crisis: Effects on stress, resilience, and performance. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 34, 267-281.
<https://doi.org/10.1007/s10942-016-0244-0>
- David, D. & Lynn, S. J. (2010). A summary and new research agenda for Rational-Emotive and Cognitive-Behavior therapy. In D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis (Eds.), *Rational and Irrational Beliefs: Research, theory and clinical practice* (pp. 339-348). New York: Oxford University Press.
- David, O.A., Matu, S.A., Pinteá, S., Cotet, C.D. & Nagy, D. (2014). Cognitive-Behavioral processes based on using the ABC analysis trainees' for their personal development. *Journal of Rational-Emotional Cognitive-Behavior Therapy*, 32(3) 198–215.
<https://doi.org/10.1007/s10942-014-0189-0>
- David, D., Montgomery, G.H., Macavei, B. & Bovbjerg, D.H. (2005). An empirical investigation of Albert Ellis binary model of distress. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 499-516. <https://doi.org/10.1002/jclp.20058>
- David, D., Szentagotai, A., Eva, K. & Macavei B. (2005). A synopsis of rational-emotive behavior therapy (REBT): fundamental and applied research. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 23(3), 175–221.
<https://doi.org/10.1007/s10942-005-0011-0>
- Dekel, R., Tuval-Mashiach, R. & Sadeh, Y. (2016). Parenting and the military: The case of Israel. In A. H. Gewirtz & A. M. Youssef (Eds.), *Parenting and Children's Resilience in Military Families* (pp. 175-194). Switzerland: Springer.
- DiGiuseppe, A. R., Doyle, A. K., Dryden, W. & Backx, W. (2014). *A practitioner's guide to rational emotive behavior therapy*, (3rd ed.). New York: Oxford University Press.
- DiLorenzo, T. A., David, D. & Montgomery, G. H. (2007). The interrelations between

- irrational cognitive processes and distress in stressful academic settings. *Personality and Individual Differences*, 42(4), 765–776. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.08.022>
- Dilorenzo, T., David, D., & Montgomery, G.H. (2011). The impact of general and specific rational and irrational beliefs on exam distress: A further investigation of the binary model of distress as an emotional regulation model. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 11(2), 121-142.
- Dirkzwager, A. J. E., Bramsen, I., Ader, H., & van der Ploeg, H. M. (2005). Secondary traumatization in partners and parents of Dutch peacekeeping soldiers. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 217–26. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.2.217>
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy*. Revised edition. Secaucus, N. J: lyle Stewart and Citadel Press.
- Ellis, A., David, D., & Lynn, S. J. (2010). Rational and irrational beliefs: A historical and conceptual perspective. In D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis, (Eds.), *Rational and Irrational Beliefs: Research, theory and clinical practice* (pp. 3-22). N.Y: Oxford University Press.
- Emery, l., Sorrell, A. & Miles, C. (2020). Age differences in negative, but not positive, rumination, *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 75(1), 80-84. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbz109>
- Enders, C. K. (2010). *Applied Missing Data Analysis*. Guilford, New York.
- Fitzmaurice, G., Davidian, M., Verbeke, G. & Molenberghs, G. (2009). *Longitudinal Data Analysis*. CRC-Press Taylor & Francis Group, London.
- Filipović, s., Vukosavljević-Gvozden, T., & Opačić, G. (2016). Irrational beliefs, dysfunctional emotions, and marital adjustment: A structural model. *Journal of Family Issues*, 37(16), 2333-2350. <https://doi.org/10.1177/0192513X15572384>
- Fitzpatrick, J., Gareau, A., Lafontaine, M. F. & Gaudreau, P. (2016). How to use the

- Actor-Partner Interdependence Model (APIM) to estimate different dyadic patterns in Mplus: A step-by-step tutorial. *The Quantitative Methods for Psychology*, 12(1), 74 – 86. <https://doi.org/10.20982/tqmp.12.1.p074>
- Flouri, E. Midouhas, E. & Ruddy, A. (2016). Socio-economic status and family structure differences in early trajectories of child adjustment: individual and neighbourhood effects. *Health Place*, 37, 8–15. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2015.11.005>
- Flynn, H. K., Felmlee, D. H., Shu, X. & Conger, R. D. (2018). Mothers and fathers matter: The Influence of parental support, hostility, and problem solving on adolescent friendships. *Journal of Family Issues*, 39(8), 2389-2412. <https://doi.org/10.1177/0192513X18755423>
- Gansen, H. M. (2019). Push-Ups versus Clean-Up: Preschool teachers' gendered beliefs, expectations for behavior, and disciplinary practices. *Sex Roles*, 80, 393-408. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0944-2>
- Gibson, M. & Francis, A. J. P. (2019). Intergenerational transfer of early maladaptive schemas in mother–daughter dyads, and the role of parenting. *Cognitive Therapy and Research*, 43(4), 737–747. <https://doi.org/10.1007/s10608-018-09994-3>
- Guerra, C., Farkas, C. & Moncada, L. (2018). Depression, anxiety and PTSD in sexually abused adolescents: Association with self-efficacy, coping and family support. *Child Abuse & Neglect*, 76, 310–320. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.11.013>
- Hamamci, Z. & Bağcı, C. (2017). Analyzing the relationship between parent's Irrational beliefs and their children's behavioral problems and family function. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 16(3), 733-740. <https://doi.org/10.21547/jss.292722>
- Hankin, B. L., & Abramson, L. (2002). Measuring cognitive vulnerability to depression in adolescence: Reliability, validity, and gender differences. *Journal of Clinical Child*

and *Adolescent Psychology*, 31(4), 491–504.

<https://doi.org/10.1207/153744202320802160>

Hardin, J. W., & J. M. Hilbe. (2013). *Generalized Estimating Equations*. 2nd ed. Boca Raton, FL: Chapman and Hall/CRC.

Herzog, H. (2004). Family-Military relations in Israel as genderizing social mechanism. *Armed Forces & Society*, 31(1), 5-30.

<https://doi.org/10.1177/0095327X0403100102>

Hettema, J. M., Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2001). A review and meta-analysis of the genetic epidemiology of anxiety disorders. *American Journal of Psychiatry*, 158(10), 1568–1578.

<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.10.1568>

Houle, J. N. & Warner, C. (2017). Into the red and back to the nest? Student debt, college completion, and returning to the parental home among young adults. *Sociology of Education*, 90(1), 89-108.

<https://doi.org/10.1177/0038040716685873>

Huber, C.H. & Baruth, L.G. (1989). *Rational-Emotive family therapy: A Systems perspective*. N.Y: Springer Publishing Company.

Hyde, J. S., Mezulis, A. & Abramson, (2008). The ABCs of depression: integrating affective, biological, and cognitive models to explain the emergence of the gender difference in depression. *Psychological Review*, 115(2), 291-313.

<https://doi.org/10.1037/0033-295X.115.2.291>

Hyland, P., Fox, R., Treacy, G., Maguire, P., Boduszek, D. & Vallie`res, F. (2017).

Assessing the factorial validity of the Attitudes and Belief Scale 2-Abbreviated Version: A call for the development a gold standard method of measuring rational and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 35, 111-124.

<https://doi.org/10.1007/s10942-016-0243-1>

Hyland, P., Shevlin, M., & Adamson, G. (2014). The Moderating Role of Rational Beliefs in

the Relationship between Irrational Beliefs and Posttraumatic Stress Symptomology. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42(3), 312–326.

<https://doi.org/10.1017/S1352465813000064>

Hyland, P., Shevlin, M., Adamson, G., & Boduszek, D. (2014a). Modelling the structure of the Attitudes and Belief Scale 2: Toward the development of an abbreviated version. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43(1), 60–71.

<https://doi.org/10.1080/16506073.2013.777467>

Hyland, P., Shevlin, M., Adamson, G. & Boduszek, D. (2014b). The moderating role of rational beliefs in the relationship between irrational beliefs and Posttraumatic Stress symptomology. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42(3), 312–326.

<https://doi.org/10.1017/S1352465813000064>

Hyland, p., Maguire, R., Shevlin, M., & Boduszek, D. (2014c). Rational beliefs as cognitive protective factors against posttraumatic stress symptoms. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 32, 297-312. <https://doi.org/10.1007/s10942-014-0195-2>

Ireland, J., Boustead, R., & Ireland, C. (2005). Coping style and psychological health among adolescent prisoners: a study of young and juvenile offenders. *Journal of Adolescence* 28(3), 411–423. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.11.002>

Jarrett, T.A. (2013). Warrior Resilience and Thriving (WRT): Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) as a resiliency and thriving foundation to prepare warriors and their families for combat deployment and posttraumatic growth in operation Iraqi Freedom, 2005–2009. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 31, 93–107 <https://doi.org/10.1007/s10942-013-0163-2>

Jung, E., & Yoon, M. (2017). Two-step approach to partial factorial invariance:

- Selecting a reference variable and identifying the source of non-invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 24(1), 65 – 79.
<https://doi.org/10.1080/10705511.2016.1251845>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. W. (2001). The PHQ-9 Validity of a Brief Depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16, 606–613. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>
- Krueger, P. M., Jutte, D. P., Franzini, L., Elo, I., Hayward, M. D. (2015). Family structure and multiple domains of child well-being in the United States: a cross-sectional study. *Population Health Metrics*, 13(6).
<https://doi.org/10.1186/s12963-015-0038-0>
- Leadbeater, B., Thompson, K. & Gruppuso, V. (2012). Co-occurring trajectories of symptoms of anxiety, depression, and oppositional defiance from adolescence to young adulthood. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(6), 719–730. <https://doi.org/10.1080/15374416.2012.694608>
- Lee, D. & McLanahan, S., (2015). Family structure transitions and child development: Instability, selection, and population heterogeneity. *American Sociological Review*, 80(4), 738-763. <https://doi.org/10.1177/0003122415592129>
- Lester, K.J., Field, A.P., & Cartwright-Hatton, S. (2012). Maternal anxiety and cognitive biases towards threat in their own and their child's environment. *Journal of Family Psychology*, 26(5), 756–766. <https://doi.org/10.1037/a0029711>
- Lieblich, A. (1989). *Transition to adulthood during military service: The Israeli case*. SUNY Press.
- Lomranz, J., Shmotkin, D., Eyal, N., & Zohar, Y. (1996). Launching themes in Israeli fathers and mothers. *Journal of Adult Development*, 3(3), 159–170.
<https://doi.org/10.1007/BF02285776>
- Maćik, D., Chodkiewicz, J. & Bielicka, D. (2016). Trans-generational transfer of early

- maladaptive schemas – a preliminary study performed on a non-clinical group. *Current Issues in Personality Psychology*, 4(3), 1-14.
<https://doi.org/10.5114/cipp.2016.60411>
- Malhotra, N. & Kaur, R. (2016). Examining the relationship of irrational beliefs with social-emotional skills. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(7), 714-716.
- Malkinson, R. (2007). *Cognitive grief therapy: constructing a rational meaning to life following loss*. New York: Norton & Company.
- Macsinga, I., & Dobrita, O. (2010). More educated, less irrational: gender and educational differences in perfectionism and irrationality. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 12(2), 79–85.
- Mason, W.A., Chmelka, M.B., Trudeau, L. & Spoth, R.L. (2017). Gender moderation of the intergenerational transmission and stability of depressive symptoms from early adolescence to early adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 248-260.
<https://doi.org/10.1007/s10964-016-0480-8>
- Matsunaga, M. (2008). Item parceling in structural equation modeling: A primer. *Communication Methods and Measures*, 2(4), 260-293.
<https://doi.org/10.1080/19312450802458935>
- Mayseless, O. (2004). Home leaving to military service: attachment concerns, transfer of attachment functions from parents to peers, and adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 19, 533-558. <https://doi.org/10.1177/0743558403260000>
- Mayseless, O., & Hai, O. M. I. (1998). Leaving home transition in Israel: Changes in parent-adolescent relationships and adolescents' adaptation to military service. *International Journal of Behavioral Development*, 22(3), 589-609.
<https://doi.org/10.1080/016502598384289>
- Mayseless, O., Scharf, M. (2003). What does it mean to be an adult? The Israeli experience.

New Directions for Child and Adolescent Development, 2003(100), 5–20.

<https://doi.org/10.1002/cd.71>

Maysless, O., Scharf, M., & Sholt, M. (2003). From authoritative parenting practices to an authoritarian context: Exploring the person-environment fit. *Journal of Research on Adolescence*, 13(4), 427–456. <https://doi.org/10.1046/j.1532-7795.2003.01304002.x>

McArdle, John J. and Prindle, John J. (2008). A Latent Change Score Analysis of a Randomized Clinical Trial in Reasoning Training. *Psychology and Aging*, 23(4), 702–719. <https://doi.org/10.1037/a0014349>

McLean, C. P. & Anderson, E. R. (2009). Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 496–505. <https://doi:10.1016/j.cpr.2009.05.003>

McLeod, B.D., Weisz, J.R. & Wood, J.J. (2007). Examining the association between parenting and childhood depression: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(8), 986–1003. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.03.001>

Mennen, F. E., Negri, S., Schneiderman, J. U. & Trickett, P. K. (2018). Longitudinal associations of Maternal Depression and Adolescents' Depression and Behaviors: Moderation by Maltreatment and Sex. *Journal of Family Psychology*, 32(2), 240-250. <https://doi.org/10.1037/fam0000394>

Miller-Slough, R. L. & Dunsmore, J. C. (2020). Emotion socialization by parents and friends: Links with adolescent emotional adjustment. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 71. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101197>

Mitchell, B. A., & Lovegreen, L. D. (2009). The empty nest syndrome in midlife families: A multimethod exploration of parental gender differences and cultural dynamics. *Journal of Family*, 30(12), 1651–1670. <https://doi.org/10.1177/0192513X09339020>

Murray, L., Richards, M. P. M. & Nihouarn-Sigurdardottir, J. (2019). Mothering. In

- M. H. Bornstein (ed) *Handbook of parenting, volume 3: Being and becoming 105pparent*. (3rd ed.). (pp. 36-63). New York: Tailor & Francis. [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- Muthén, L. K. & Muthén, B. O. (2018). *Mplus User's Guide*. Eighth Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.
- Nieuwenhuijsen, K, Verbeek, J.H.M., Boer, A.G.E.M., Blonk, R.W.B. & Van Dijk, F.J.H. (2010). Irrational beliefs in employees with an adjustment, a depressive, or an anxiety disorder: a prospective cohort study. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 28, 57–72. <https://doi.org/10.1007/s10942-007-0075-0>
- Oltean, H. R. & David, D. O. (2018). A meta-analysis of the relationship between rational beliefs and psychological distress. *Journal of Clinical Psychology*, 74, 883–895. <https://doi.org/10.1002/jclp.22562>.
- Oltean, H. R., Hyland, P., Vallières, F. & David, D. O. (2017). An empirical assessment of REBT models of psychopathology and psychological health in the prediction of anxiety and depression symptoms. *Behavioural and cognitive Psychotherapy*, 45(6), 600-615. <https://doi.org/10.1017/S1352465817000133>.
- Oltean, H. R., Hyland, P., Vallières, F. & David, D. O. (2018). Rational beliefs, happiness and optimism: An empirical assessment of REBT's model of psychological health. *International Journal of Psychology*, 54(4), 495-500. <https://doi.org/10.1002/ijop.12492>
- Parke, R. D. & Cookston, T. (2019). Fathers and families. In M. H. Bornstein (ed) *Handbook of parenting, volume 3: Being and becoming a parent*. (3rd ed.). (pp. 64-136). New York: Tailor & Francis. [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- Parker, E. O., & McDowell, T. (2016). Integrating social justice into the practice of CBFT: A critical look at family schemas. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(3), 502–513. <https://doi.org/10.1111/jmft.12205>

- Pitt, A., Oprescu, F., Tapia, G., Gray, M. (2018). An exploratory study of students' weekly stress levels and sources of stress during the semester. *Active Learning in Higher Education*, 19(1), 61–75. <https://doi.org/10.1177/1469787417731194>
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B. Lee, J. Y. & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879–903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Popov, B. & Popov, S. (2013). Adverse working conditions, job insecurity and occupational stress: The role of (Ir)rational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 31, 27-38. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0157-5>
- Rapee, R. M. (1997). Potential role of childrearing practices in the development of anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 17(1), 47–67. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(96\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(96)00040-2)
- Regin, K. G., Gadecka, W., Kowalski, P. M., Kowalski, I. M. & Gałkowski, T. (2016). Generational transfer of psychological resilience. *Polish Annals of Medicine*, 23(2), 102-107. <https://doi.org/10.1016/j.poamed.2016.02.001>
- Reid, G. M., Holt, M. K., Bowman, C. E., Espelage, D. L. & Green, J. G. (2016). Perceived social support and mental health among first-year college students with histories of bullying victimization. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 3331–3341. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0477-7>
- Remmerswaal, D., Muris, P. & Huijding, J. (2016). Transmission of cognitive bias and fear from parents to children: an experimental study. *Journal of Clinical Child Adolescent Psychology*, 45(5), 642–654. <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.987378>
- Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N.,

- Penna, S., Blandino, J. A., Jacobs, C. H. & Cherry, M. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 515–529.
<https://doi.org/10.1007/s10608-006-9015-z>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycock, C., & Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 142(10) 1017–1067.
<https://doi.org/10.1037/bul0000058>
- Salk, R. H., Hyde, J. S., Abramson, L. Y. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, 143(8). 783–822. <https://doi.org/10.1037/bul0000102>
- Scharf, M. (2014). Parenting in Israel: Together hand in hand, you are mine and I am yours. In H. Selin (ed) *Parenting Across Cultures: Childrearing, Motherhood and Fatherhood in Non-Western Cultures*. (pp. 193-206). New York: Springer.
[doi:10.1007/978-94-007-7503-9](https://doi.org/10.1007/978-94-007-7503-9)
- Scharf, M., Mayseless, O., & Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescents' attachment representations and developmental tasks in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 40(3), 430–444. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.3.430>
- Scharf, M., Mayseless, o., & Kivenson-Baron, I. (2011). Leaving the parental nest: Adjustment problems, attachment representations, and social support during the transition from high school to military service. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(3), 411–423. <https://doi.org/10.1080/15374416.2011.563464>
- Scharf, M. Mayseless, O. & Kivenson-Baron, I. (2015) The viability of the Parenting Representations Interview for assessing and measuring change in parents of adolescents. *Attachment & Human Development*, 17(2), 199-219.
<https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1006387>
- Shmueli, N., Bitton, S. Malkinson, R. & Tuval-Mashiach, R. (2021). Familial

- Thinking Patterns: Rational and Irrational Beliefs During a Life Transition. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. <https://doi.org/10.1007/s10942-021-00400-8>
- Šimunović, M. & Šimunović, T. (2020). The role of parents' beliefs in students' motivation, achievement, and choices in the STEM domain: a review and directions for future research. *Social Psychology of Education*, 23, 701-719. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09555-1>
- Sørensen, N. U. & Nielsen, M. L. (2020): 'In a way, you'd like to move with them': young people, moving away from home, and the roles of parents. *Journal of Youth Studies*, 24(4), 547-561. <https://doi.org/10.1080/13676261.2020.1747603>
- Song, J., Bong, M., Lee, K. & Kim, S. (2015). Longitudinal investigation into the role of perceived social support in adolescents' academic motivation and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 107(3), 821-841. <https://doi.org/10.1037/edu0000016>
- Spielberger, C. D. (1983). State-trait anxiety inventory for adults.
- Stanciu, M. M., Dumitru, H., Mocanu, D., Mihoc, A., Gradinaru, B. G., & Panescu, C. (2014). The connection between gender, academic performance, irrational beliefs, depression, and anxiety among teenagers and young adults. *Romanian Journal of Cognitive Behavioral Therapy and Hypnosis*, 1(2), 1–13.
- Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 1: Children and parenting* (2nd ed., pp. 103–133). Ahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Shulman, S. & Ben-Artzi, E. (2003). Age-Related Differences in the Transition from Adolescence to Adulthood and Links with Family Relationships. *Journal of Adult Development*, 10(4), 217-226. <https://doi.org/10.1023/A:1026006025155>
- Shulman, S., Vasalampi, K., Barr, T., Livne, Y., Nurmi, J. & Pratt, M. W. (2014). Typologies

- and precursors of career adaptability patterns among emerging adults: A seven-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 37(8), 1505-1515.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.06.003>
- Sutherland, S., Brunwasser, S. M., Nestor, B. A., McCauley, E., Diamond, G., Schloedt, K. & Garber, J. (2019). Prospective relations between parents' depressive symptoms and children's attributional style. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 50(1), 77-87. <https://doi.org/10.1080/15374416.2019.1567346>
- Sweeny, K., Kwan, V. & Falkenstein, A. (2019). The role of gender in worry and efforts to cope during stressful waiting periods. *Sex Roles*, 81, 765–778.
<https://doi.org/10.1007/s11199-019-01023-1>
- Szentagotai, A. & David, D. (2013). Self-Acceptance and happiness. In M.E. Bernard (ed) *The strength of Self-Acceptance: Theory, practice and research* (pp. 121-137). New York: Springer.
- Tadic, D., MacLeod, C., Cabeleira, C. M., Wuthrich, V. M., Rapee R. M. & Bucks, R. S. (2018). Age differences in negative and positive expectancy bias in comorbid depression and anxiety. *Cognition & Emotion*, 32(8), 1531–1544.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1414688>
- Tadic, D., Wuthrich, V. M. & Rapee, R. M. (2015). Age differences in interpretation bias in community and comorbid depressed and anxious samples. *Cognitive Therapy and Research*, 39, 459-472. <https://doi.org/10.1007/s10608-015-9676-6>
- Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S. & Bech, P. (2015). The WHO-5 well-being index: A Systematic Review of the Literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84, 167-176. <https://doi.org/10.1159/000376585>
- Turner, M.J. (2016). Rational emotive behavior therapy (REBT), irrational and rational beliefs, and the mental health of athletes. *Frontiers in Psychology*, 7, 1423.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01423>

- Vernon, A. & Bernard, M.E. (2006). Applications of REBT in schools: prevention, promotion, intervention. In A. Ellis & M.E. Bernard (eds), *Rational emotive behavioral approaches to childhood disorders: Theory, practice and research* (pp. 415-460). USA: Springer.
- Vislă, A., Fluckiger, C., Holtforth, M.G. & David, D. (2016). Irrational beliefs and psychological distress: A meta-analysis. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 85, 8-15. <https://doi.org/10.1159/000441231>
- Wald, A. (1943). Tests of statistical hypotheses concerning several parameters when the number of observations is large. *Transactions of the American Mathematical Society*, 54(3), 426 – 482. <https://doi.org/10.2307/1990256>
- Walsh, F. (2012). The new normal: Diversity and complexity in 21st century families. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity*, 4th Edition (pp. 3-27). New York, NY: Guilford Press. [Kindle version]. Retrieved from amazon.com.
- Wang, J. & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling, applications using mplus*. UK: Wiley.
- Wenjuan, G., Siqing, P. & Xinqiao, L. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263, 292-300. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>
- Wintre, M. G., & Ben-Knaz, R. (2000). It's not academic, you're in the army now: Adjustment to the army as a comparative context for adjustment to university. *Journal of Adolescent Research*, 15(1), 145-172. <https://doi.org/10.1177/0743558400151008>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimit, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

9. נספחים

לפניך סדרת שאלות המתייחסות לשירותו המתקרב של בנך, ולתחושותיך. אין בשאלונים תשובות נכונות או לא נכונות, ואנו מבקשים שתעני באופן הנכון ביותר מבחינתך. אנו ערים לכך שהשאלון מעט ארוך, ומבקשים שתעני לכל השאלות ותתייחסי לכל הסעיפים כמיטב יכולתך.

נספח 1: שאלון פרטים דמוגרפיים

1. לצרכי קידוד השאלון, אנא הזיני את 4 הספרות האחרונות של מספר הסלולרי של בנך: _____
2. תאריך: _____
3. גיל: _____ ארץ לידה: _____
4. באיזה שנה עלית לארץ: _____
5. מה מקום המגורים שלך? _____
6. מצב משפחתי: 1. רווקה 2. נשואה 3. גרושה 4. אלמנה 5. אחר: _____
7. מספר ילדים: _____
8. שנות לימוד: _____
9. כיצד היית מגדירה את עצמך: 1. חילונית 2. מסורתית 3. דתיה 4. חרדית
10. תחום עיסוק: _____
11. אם ממוצע ההכנסה נטו של משפחה בישראל עומד על 8500 ש"ח לחודש. כיצד היית מגדירה את הכנסתך? 1. הרבה מתחת לממוצע 2. מעט מתחת לממוצע 3. ממוצע 4. מעט מעל לממוצע 5. הרבה מעל לממוצע
12. אנא מלאי עבור כל אחד מילדיך ששירתו/משרתים בצבא את הפרטים הבאים לגבי שירותם הצבאי:

גיל	מין	משך השירות בצבא	מסגרת שירות (קרבי/תומך/לחימה/עורפי/אחר (פרטי))	האם השתתף/ה בלחימה בזמן מבצע או מלחמה? (במידה וכן, איזה?)	האם התמודד/ה עם אירוע טראומתי במהלך השירות? (פרטי בקצרה)

13. האם היית בעצמך בשירות צבאי? 1. כן 2. לא

14. אם כן, מה הייתה מסגרת השירות?: 1. קרבית 2. תומכת לחימה 3. יחידה עורפית 4. אחר (פרטי): _____
15. האם השתתפת בלחימה במבצע או מלחמה? 1. כן, פרטי: _____ 2. לא
16. האם במהלך שירותך התמודדת עם אובדן או פציעה של חברים לשירות?
1. כן, פרטי: _____ 2. לא
17. האם שרתת במילואים: 1. כן, שרתי בעבר 2. לא עשיתי מילואים 3. כן, עדיין משרתת
18. האם אובחנת כיום או בעבר כסובלת מהפרעת דחק פוסט טראומתי (PTSD): 1. כן 2. לא
19. האם חווית במסגרת משפחתך שכול הקשור למסגרת צבאית? 1. כן 2. לא
20. במידה וכן, מה הייתה קרבתך לנפטר/ת: _____
21. האם מי מבני משפחתך חווה פציעה משמעותית (שדרשה שיקום או התמודדות עם נכות) במסגרת שירותו הצבאי? 1. כן 2. לא
22. במידה וכן, מהי קרבתך לאותו אדם שנפצע? _____
23. במהלך החיים אנשים עוברים אירועים קשים, לדוגמא מוות פתאומי של אנשים קרובים, תאונת דרכים, גירושין. האם התנסית בעבר באירועים כגון אלו, ואם כן מתי הם התרחשו?

רמת המצוקה שנגרמה בעקבותיו (הקיפי בעיגול)	באיזו שנה קרה האירוע	סוג האירוע שעברת
נמוכה / בינונית / קשה		
נמוכה / בינונית / קשה		
נמוכה / בינונית / קשה		

24. האם במהלך חיך, חווית אירוע שהיה כה מפחיד, איום או מטריד, כך שבמהלך החודש האחרון: (PTSD שאלון סינון)
1. היו לך סיוטים בלילה או מחשבות שלא רצית לחשוב בהקשר לאותו אירוע? כן / לא
2. התאמצת מאוד לא לחשוב על האירוע או התאמצת בצורה יוצאת דופן על מנת להימנע ממצבים שמזכירים לך את אותו אירוע? כן / לא
3. היית "על קוצים" דרוכה או נטית להיבהל בקלות? כן / לא
4. חשת אפאטי, מנותקת מאנשים, מפעילויות או מסביבתך? כן / לא
5. אנא צייני לאיזה אירוע התייחסת בתשובותיך: _____
25. מהו תאריך הגיוס של בנך? _____
26. האם את יודעת לאיזו יחידה בנך מיועד להתגייס?
1. לא 2. כן, יחידה קרבית (פרטי איזו: _____) 3. כן, יחידה עורפית (פרטי: _____)
27. בחרי באפשרות המתאימה:
1. בני לקח חלק במכינה או שנת שירות 2. בני השתתף במכינה קדם צבאית
3. בני עשה שנת שירות

עבור כל אחד פריט להלן, אנא הקיפי את התשובה המתאימה ביותר עבורך :

מסכימה מאוד	מסכימה במידה מסויימת	ניטרלית	לא מסכימה במידה מסויימת	לא כלל מסכימה	
4	3	2	1	0	1. זה בלתי נסבל לחוש אי-נוחות, מתח או עצבנות ואני לא יכולה לסבול את זה כשאני כך.
4	3	2	1	0	2. אם אנשים חשובים לא אוהבים אותי, זה משום שאני אדם לא טוב.
4	3	2	1	0	3. זה בלתי נסבל להכשל בדברים חשובים, ואני לא יכולה לסבול כשאני נכשלת.
4	3	2	1	0	4. זה מאכזב כשאני מתוסכלת מטרדות בחיי, אבל אני מבינה שזה רק מאכזב ולא נורא.
4	3	2	1	0	5. אני חייבת להצליח בדברים חשובים, ואני לא אקבל את זה כשאני לא מצליחה.
4	3	2	1	0	6. אני לא אוהבת להרגיש אי-נוחות, מתח או עצבנות, אבל אני יכולה לשאת אותם.
4	3	2	1	0	7. כשאני חשה אי-נוחות, אני מבינה שזה לא נורא להרגיש ככה, זה רק ביש מזל.
4	3	2	1	0	8. אני יכולה לסבול כשאני עצבנית או מתוחה ואני חושבת שהרגשות כאלו הן בלתי נסבלות.
4	3	2	1	0	9. אם אני לא מצליחה במשימות חשובות לי, זה אומר שאני לא שווה.
4	3	2	1	0	10. אני לא רוצה להיכשל במשימות חשובות, אבל אני מבינה שאני לא חייבת לבצע אותן היטב רק משום שאני רוצה בכך.
4	3	2	1	0	11. זה נורא שאנשים שחשובים לי לא אוהבים אותי וזו קטסטרופה אם הם לא אוהבים אותי.
4	3	2	1	0	12. אני חייבת להצליח בעבודות ומשימות חשובות.
4	3	2	1	0	13. לפעמים אני חושבת שהטרדות והתסכולים בחיי היומיום הם נוראיים והם החלק הכי גרוע בחיי.
4	3	2	1	0	14. אני רוצה להצליח בכמה דברים, אבל אני לא חייבת להצליח רק בגלל שאני רוצה בכך.
4	3	2	1	0	15. זה גרוע שאנשים מסויימים לא אוהבים אותי, אבל אני מבינה שזה רק ביש מזל לא להיות נאהבת על ידם.
4	3	2	1	0	16. אם אני לא מצליחה במשימות חשובות אני יכולה לשאת את הלחץ של הכשלון.
4	3	2	1	0	17. אני רוצה להצליח במשימות חשובות, אבל לא מוכרחה להצליח בהן רק בגלל שאני רוצה.
4	3	2	1	0	18. זה רק מתסכל לא להצליח במשימות חשובות, אבל אני יודעת שאני יכולה לשאת את התסכול של ביצוע פחות טוב.
4	3	2	1	0	19. כשאנשים שאני אוהבת דוחים אותי או לא אוהבים אותי, זה בגלל שאני אדם לא טוב או חסר ערך.
4	3	2	1	0	20. כשאנשים שאני רוצה שיאהבו אותי לא מסכימים איתי, אני לא יכולה לשאת את זה שהם לא אוהבים אותי.
4	3	2	1	0	21. גם כשהחיים שלי קשים, אני יודעת ומבינה שאני טובה כמו כל אחד אחר.
4	3	2	1	0	22. אני חייבת להצליח בדברים שאני מאמינה שהם חשובים, ואני לא אקבל שום דבר פחות מהצלחה.
4	3	2	1	0	23. אם אנשים אוהבים או חברים דוחים אותי, זה לא רק רע, אלא הדבר הגרוע ביותר שיכול לקרות לי.
4	3	2	1	0	24. כשחיי הופכים ללא נוחים, אני מבינה שאני עדיין אדם טוב.

נספח 3: מדד רווחה נפשית (WHO-5)

ההיגדים הבאים מתייחסים להרגשתך בשבועיים האחרונים. עבור כל היגד, אנא הקיפי את התשובה המציינת כמה חשת את התחושות המתוארות.

כל הזמן	רוב הזמן	יותר ממהצית מהזמן	פחות ממהצית מהזמן	חלק מהזמן	אף פעם	
5	4	3	2	1	0	1. הרגשתי עליזה ובמצב רוח טוב
5	4	3	2	1	0	2. הרגשתי רגועה
5	4	3	2	1	0	3. הרגשתי פעילה ומלאת מרץ
5	4	3	2	1	0	4. קמתי רעננה ובהרגשה שנחתי
5	4	3	2	1	0	5. חיי היומיום שלי היו מלאים בדברים שמעניינים אותי

נספח 4: שאלון חרדה מצבית (STAI)

להלן משפטים בהם אנשים משתמשים לתאר את עצמם. עבור כל היגד, אנא הקיפי את התשובה המתאימה לתיאור הרגשתך ברגע זה.

מאד	במידה בינונית	במקצת	כלל לא	
4	3	2	1	1. אני מרגישה שלוח
4	3	2	1	2. אני מרגישה בטוחה
4	3	2	1	3. אני מתוחה
4	3	2	1	4. יש לי רגשי חרטה
4	3	2	1	5. אני מרגישה רגועה
4	3	2	1	6. אני מרגישה נרגזת
4	3	2	1	7. אני חוששת כעת מאסונות שעלולים לקרות
4	3	2	1	8. אני מרגישה נינוחה
4	3	2	1	9. אני חרדה
4	3	2	1	10. אני חשה בנוח
4	3	2	1	11. יש לי הרגשה של ביטחון עצמי
4	3	2	1	12. אני מרגישה עצבנית
4	3	2	1	13. אני נפחדת
4	3	2	1	14. אני מרגישה מתיחות רבה
4	3	2	1	15. אני משוחררת ממתח
4	3	2	1	16. אני מרגישה מרוצה
4	3	2	1	17. אני מודאגת
4	3	2	1	18. אני חשה התרגשות יתר ומבוכה
4	3	2	1	19. אני שמחה
4	3	2	1	20. יש לי הרגשה נעימה

במהלך השבועיים האחרונים, באיזו תדירות היית מוטרדת מכל אחת מן הבעיות הבאות:

כלל לא	מספר ימים	ביותר ממחצית מן הימים	כמעט כל יום	
0	1	2	3	1. עניין או הנאה מועטים מעשיית דברים
0	1	2	3	2. תחושת דכדוך, דיכאון או חוסר תקווה
0	1	2	3	3. קשיים בהירדמות או בשינה רציפה, או עודף שינה
0	1	2	3	4. תחושה של עייפות או אנרגיה מועטה
0	1	2	3	5. תיאבון מועט או אכילת יתר
0	1	2	3	6. מרגישה רע לגבי עצמך – מרגישה שאת כישלון או שאכזבת את עצמך או את משפחתך
0	1	2	3	7. קושי להתרכז בדברים, כמו קריאה בעיתון או צפייה בטלוויזיה
0	1	2	3	8. היית חסרת אנרגיה ואיטית בתנועותיך או בדיבורך עד כי אחרים הבחינו בכך? או להיפך – חסרת שקט ומנוחה כך שהיית צריכה לזוז יותר מהרגיל
0	1	2	3	9. מחשבות שהיה עדיף לו היית מתה או רצון לפגוע בעצמך בדרך

אם סימנת בעיות כלשהן, עד כמה בעיות אלה הקשו עליך לבצע את עבודתך, לטפל בדברים בבית, או להסתדר עם אנשים:

לא הקשו כלל	הקשו במידת מה	הקשו מאוד	הקשו באופן קיצוני
0	1	2	3

השאלות הבאות מתייחסות לרגשות ומחשבות שעלו אצלך במהלך החודש האחרון. לגבי כל שאלה אנא צייני באיזו עוצמה/תדירות הרגשת או חשבת בנוגע למה שמצוין בשאלה.

לעיתים קרובות מאוד	לעיתים קרובות	לפעמים	לעיתים רחוקות	אף פעם	
4	3	2	1	0	1. במהלך החודש האחרון, עד כמה היית מודאגת בשל משהו שקרה באופן בלתי צפוי?
4	3	2	1	0	2. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת שלא היית מסוגלת לשלוט על הדברים החשובים בחיך?
4	3	2	1	0	3. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת עצבנית ומתוחה (לחוצה)?
4	3	2	1	0	4. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת בטוחה ביכולת שלך לטפל בבעיות האישיות שלך?
4	3	2	1	0	5. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת שמצליח לך (שדברים הולכים בדרך שלך)?
4	3	2	1	0	6. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת שאינך יכולה להתמודד עם כל הדברים עימם היית צריכה להתמודד?
4	3	2	1	0	7. במהלך החודש האחרון, עד כמה יכולת לשלוט על דברים שהציקו לך בחיים?
4	3	2	1	0	8. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת שאת שולטת בעניינים?
4	3	2	1	0	9. במהלך החודש האחרון, עד כמה כעסת בשל עניינים אשר לא היו בשליטתך?
4	3	2	1	0	10. במהלך החודש האחרון, עד כמה הרגשת שהקשיים הינם רבים כל כך עד כי אינך יכולה להתגבר עליהם?

אנו מבקשים לדעת מהי הרגשתך לגבי המשפטים הבאים. אנא צייני באיזו מידה הוא מתאים להרגשתך
ברגע זה

מתאים במידה רבה מאוד						בכלל לא מתאים	
7	6	5	4	3	2	1	1. בן/בת זוגי נמצא בקרבתו כאשר אני נזקקת לו/ה
7	6	5	4	3	2	1	2. אני יכולה לשתף בצער ובשמחה את בן/בת זוגי
7	6	5	4	3	2	1	3. משפחתי מנסה באמת לעזור לי
7	6	5	4	3	2	1	4. אני מקבלת ממשפחתי את העזרה והתמיכה הרגשית שאני זקוקה לה
7	6	5	4	3	2	1	5. בן/בת זוגי מהווה לגבי מקור עידוד ממש
7	6	5	4	3	2	1	6. חברי מנסים באמת לעזור לי
7	6	5	4	3	2	1	7. אני יכולה לסמוך על חברי/חברותי כאשר מתעוררות בעיות
7	6	5	4	3	2	1	8. אני יכולה לשוחח על בעיותיי עם משפחתי
7	6	5	4	3	2	1	9. יש לי חברים/חברות שאותם אני יכולה לשתף בשמחתי ובצערי
7	6	5	4	3	2	1	10. רגשותיי חשובים לבן/בת זוגי
7	6	5	4	3	2	1	11. משפחתי מוכנה לעזור לי לקבל החלטות

Appendix: cross-triadic and cross-time sections, for all three adjustment measures

Table 3a: Well-being overtime and cross-member, estimated mean and variance

Unstandardized	Time 1		Difference				
	Mean	Variance	Mean	Variance			
Father	3.27*** (0.08)	0.88*** (0.12)	0.05 (0.08)	0.75*** (0.13)			
Mother	3.08*** (0.07)	0.90*** (0.11)	0.08 (0.07)	0.86*** (0.13)			
Child	3.52*** (0.05)	0.58*** (0.06)	-0.48*** (0.08)	0.85*** (0.12)			
standardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff	
Father – T1	-						
Mother – T1	.38*** (.07)	-					
Child – T1	.41*** (.07)	.30*** (.06)	-				
Father – diff	-.52*** (.07)	-.10 (.10)	-.07 (.09)	-			
Mother – diff	-.27*** (.08)	-.59*** (.06)	-.14 (.08)	.23* (.09)	-		
Child – diff	-.21* (.08)	-.13 (.08)	-.38*** (.07)	.07 (.11)	.25** (.08)	-	

CFI=.939, TLI=.934, RMSEA=.041, $\chi^2=659.17$, $df=402$, $p<.001$, SRMR=.064, N=390

Table 4a: Depression overtime and cross-member, estimated mean and variance

Unstandardized	Time 1		Difference				
	Mean	Variance	Mean	Variance			
Father	0.21*** (0.03)	0.11*** (0.02)	0.01 (0.03)	0.14*** (0.02)			
Mother	0.35*** (0.03)	0.17*** (0.02)	0.04 (0.03)	0.15*** (0.02)			
Child	0.39*** (0.03)	0.17*** (0.02)	0.19*** (0.04)	0.30*** (0.04)			
Standardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff	
Father – T1	-						
Mother – T1	.45*** (.07)	-					
Child – T1	.27** (.08)	.30*** (.07)	-				
Father – diff	-.60*** (.06)	-.22* (.10)	-.10 (.10)	-			
Mother – diff	-.09 (.10)	-.39*** (.08)	-.12 (.09)	.12 (.10)	-		
Child - diff	-.23* (.09)	-.17~ (.10)	-.19* (.09)	.17~ (.10)	.31*** (.09)	-	

CFI=.997, TLI=.997, RMSEA=.011, $\chi^2=132.12$, $df=126$, $p=.34$, SRMR=.044, N=390

Table 5a: overtime and cross-member correlations, anxiety

Unstandardized	Time 1		Difference				
	Mean	Variance	Mean	Variance			
Father	1.54*** (0.04)	0.24*** (0.03)	0.04 (0.04)	0.19*** (0.03)			
Mother	1.75*** (0.04)	0.30*** (0.03)	-0.01 (0.04)	0.24*** (0.03)			
Child	1.64*** (0.03)	0.24*** (0.02)	0.22*** (0.05)	0.39*** (0.05)			
Standardized	Father T1	Mother T1	Child T1	Father diff	Mother diff	Child diff	
Father – T1	-						
Mother – T1	.37*** (.07)	-					
Child – T1	.28*** (.07)	.30*** (.06)	-				
Father – diff	-.47*** (.08)	-.05 (.09)	-.11 (.09)	-			
Mother – diff	-.12 (.09)	-.44*** (.07)	-.12 (.08)	.15~ (.09)	-		
Child – diff	-.11 (.08)	-.09 (.08)	-.45*** (.06)	.18~ (.09)	.21* (.08)	-	

CFI=.991, TLI=.989, RMSEA=.028, $\chi^2=165.16$, $df=126$, $p=.01$, SRMR=.033, N=390

Abstract

The family systems theory and the cognitive behavioral family therapy approach provide an interactional view of family processes, viewing the way in which family members affect and are affected by each other. According to these perspectives, the family is the source of transmission, construction, and maintenance of the family's interpretive system, which contributes to the positive or negative adjustment of each family member. Rational and irrational beliefs, which are the main constructs in this interpretive system according to rational emotive behavior therapy (REBT) theory, affect the emotional adjustment of each individual and the family as a whole in daily life as well as in stressful situations. During the transitional life stage of leaving home and the recruitment of young adults into military service, parents and children alike must adjust to transition-related complexities and the changes that take place in their lives. A flexible interpretive system will lead to family members' better adjustment.

In this research we investigated parents and their young-adult children as a familial triad at two timepoints in order to understand the family interpretive system and the way it contributes to better adjustment. Better adjustment was indicated by higher levels of well-being and lower levels of depression and anxiety symptoms, and vice-versa for poorer adjustment. The variables were based on cognitive behavioral theory and on previous findings that have shown a relation between thinking patterns and adjustment variables. In the present study, we extended these understandings to a family systems context by examining changes in thinking patterns and emotional adjustment at the two timepoints.

The main goal of the present research was to explore whether a family interpretive system exists and how this system relates to the individual's and the family's emotional adjustment. Other goals were to explore similarities and differences across family members, and whether these similarities and differences change when a young-adult family member

leaves home for the army; in addition, we explored whether there are gender differences in thinking patterns and emotional adjustment.

The total sample included 402 family triads – father, mother, and young-adult child – at Time 1 (i.e., up to four months prior to the child’s leaving home for military service) and 207 families at Time 2 (i.e., six months after the child joined the army). Data collection took place over the course of three years, between 2016 and 2019. The questionnaires were all self-administered and were distributed via the internet. The questionnaires examined thinking patterns, depression, anxiety, perceived stress symptoms, well-being, and perceived family support. Several measurement models were conducted to address the complexity of the study (i.e., examining three family members at two timepoints). The research findings are presented in three papers.

In the first study, we explored similarities and differences across family members in their belief system and in their emotional adjustment. Additionally, we wished to reveal the contribution of family support (as perceived by the young-adult child), gender, and family status to familial adjustment. Parents and young-adult children representing 402 family triads filled out questionnaires up to four months before the young-adult child left home. We used the generalized estimating equation (GEE) procedure to assess triadic behavior as repeatedly measured within family clusters. The results provide a strong indication of a shared family interpretive system and adjustment, although slight differences were found between family members. Additionally, we found the family’s adjustment to be related to family status and to the child’s perception of family support. The mothers' distress symptoms were found to be the highest among the family members, and young-adult females had higher distress symptoms than did young-adult males. We concluded from this study that there are similarities that exist across family members in their interpretive system and emotional adjustment when they live under the same roof and that women experience higher emotional distress than do men.

In the second study we examined whether three family members (i.e., mother, father, and young-adult child), representing 390 families at Time 1 and 207 families at Time 2, shared common thinking patterns. Due to the multiple variables (three family members, two timepoints, 24 thinking pattern items on the questionnaire), and in order to be able to compare family members, we used a parceling technique applying a multiple group comparison framework to assess the extent to which these dimensions were consistent. The findings suggested that mothers and their young-adult children shared similar rational and irrational factor structures (i.e., they evaluated rationality and irrationality in a similar way and had common representational concepts of reality). This construct did not change between the two timepoints. Additionally, we found shared levels of thinking patterns that began to diverge when the family structure underwent a leaving-home transition (Time 2).

The third study examined the full model of the three members' family thinking patterns and emotional adjustment at Times 1 and 2 and relied in part on the preliminary tests conducted for the second study. Mothers, fathers, and young-adult children, represent 390 families at Time 1 and 207 at Time 2. Based on the data collected, we built a unique statistical modeling approach that integrated the Latent Change Score (LCS) model within a triadic framework. The results showed, first, that family members were highly correlated with each other at T1. Two main family types were found: rationality-oriented families (families with higher rational belief levels and lower irrational belief levels) and irrationality-oriented families (vice-versa). This orientation was found to be highly associated with Time 1 adjustment but rarely predicted Time 2 adjustment. The emotional distress of the recruits increased significantly.

The research findings, as revealed in these three studies, validate the family systems theory and the family cognitive behavioral therapy approach, and teach us that when family members live together, and prior to the child's leaving home for the military, families seem to have a shared interpretive system that contributes to familial adjustment. This homogeneity diminishes six months after the leaving-home transition.

Table of Contents

Hebrew Abstract	N
1. Introduction.....	1
2. Literature review	3
2.1 Thinking patterns according to REBT theory.....	3
2.1.1 Characteristics of rational and irrational beliefs	4
2.1.2 Rational and irrational beliefs and adjustment.....	5
2.2 The family as a system	6
2.2.1 System theory and the family	7
2.2.2 Beliefs in the family according to system and cognitive theory	8
2.2.3 Family beliefs and emotional adjustment of parents and their children	7
2.3 Leaving home and enlisting to the army	10
2.3.1 The Israeli family in the leaving home phase and enlisting to the army ..	11
2.3.2 Young-adult adjustment to leaving home and to military service	11
2.3.3 Parents adjustment to their young-adult leaving home and recruit to the army service	13
3. Method	15
3.1 Sample.....	15
3.2 Sampling procedure	16
3.3 Instruments	16
3.4 The measurement model.....	18
4. First study.....	21
Similarities and Differences Across Family Members: Belief System, Family Support, Well-Being, and Distress	21
Abstract.....	22
Introduction.....	22
Method	25
Results.....	28
Discussion	34
5. Second study	38
Familial Thinking Patterns: Rational and Irrational Beliefs During a Life Transition.....	38
Abstract.....	39

	Introduction.....	39
	Method	43
	Result	45
	Discussion	54
6.	Third study	60
	The Family Interpretive System, Psychological Adjustment Before and After the Leaving-Home Transition, and Gender Differences	60
	Abstract.....	61
	Introduction.....	61
	Method	64
	Results.....	69
	Discussion	77
7.	General discussion	83
	7.1 Thinking patterns and family emotional adjustment	83
	7.2 family interpretive and emotional adjustmet at the stage of leaving home ...	86
	7.3 gender diffrencies	87
	7.4 Theoretical implications.....	88
	7.5 Practical implications	89
	7.6 Limitation	90
	7.7 Conclusion	91
8.	References.....	92
9.	Appendixes	111
	Abstract.....	I

This work was carried out under the supervision of Prof. Rivka Tuval-Mashiach

Department of Psychology, Head of Gender Studies Program

Bar-Ilan University

**Relationship Between Thinking Patterns,
Rational and Irrational Beliefs,
and Level of Emotional Adjustment:
Similarities Between Parents and Their Child at the Stage
of Leaving Home and Enlistment to the Military**

Nira Shmueli

Interdisciplinary Studies Unit

Gender Studies Program

Ph.D. Thesis

Submitted to the Senate of Bar-Ilan University

Ramat-Gan, Israel

August, 2021