

גורמי לחץ במערכת עבודה-משפחה ומצוקה נפשית: ניתוח משווה לפי מגזר ולפי מגדר

ליאת קוליקי

מטרת המחקר היתה לבחון את הקשר בין לחצים במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית, ולהשוות בין עוצמתו במגזרים המסורתיים (חרדים וערבים) בחברה הישראלית לבין עוצמתו במגזר המודרני (יהודים שאינם חרדים). הלחצים במערכת העבודה-משפחה כללו עומס אובייקטיבי בבית ובעבודה, עומס סובייקטיבי בעבודה וקונפליקט תפקידי בין המשפחה לעבודה. מדגם המחקר כלל 817 משתתפים, והנתונים נאספו באמצעות קישור מקוון מתוך מאגר החברים של מכון המחקר פאנלס. בבסיס המחקר עמדה ההנחה ולפיה במגזרים שתרבותם מסורתית-קולקטיביסטית, פגיעתם של הלחצים הנחווים במערכת העבודה-משפחה ברווחת הפרט תהיה נמוכה מפגיעתם במגזרים שתרבותם מתאפיינת באוריינטציה מודרנית-אינדיבידואליסטית. הממצאים מצביעים על הבדלים בין המגזרים ובין המגדרים בחוויית הלחצים במערכת העבודה-משפחה: עוצמת קונפליקט התפקידיים משפחה-עבודה בקרב גברים חרדים גבוהה מזו שנמצאה בקרב נשים חרדיות, ובקרב גברים ערבים המצוקה הנפשית גבוהה מזו שנמצאה בקרב נשים ערביות. הבדלים נמצאו גם בקשר שבין לחצים במערכת העבודה-משפחה למצוקה נפשית: הקשר בין קונפליקט התפקידיים לבין מצוקה נפשית חלש יותר בקרב נשים מהמגזרים המסורתיים (בעיקר מהמגזר הערבי) מאשר בקרב הגברים. מסקנת המחקר היא כי הלחצים במערכת העבודה-משפחה פוגעים ברווחה הנפשית בכל המגזרים בישראל, ואולם נשים ערביות, ובמידה מסוימת נשים חרדיות, מכילות את המתח יותר מהגברים במגזרים אלה. בניגוד למוסכמה המקובלת ולפיה נשים הן הנפגעות העיקריות מלחצי מערכת העבודה-משפחה, הממצאים מראים כי הגברים במגזרים המסורתיים הם הנפגעים העיקריים, ובפרט הגברים הערבים, והסיכון שיחוו מצוקה נפשית

המחקר מומן על ידי המוסד לביטוח לאומי.

1 פרופסור (אמריטה), אוניברסיטת בר-אילן והמכללה האקדמית נתניה

הוא הגבוה ביותר. אשר להמלצות לפרקטיקה, על ארגוני עבודה לאמץ מדיניות ידידותית למשפחה, ומומלץ כי אנשי מקצוע יפתחו שיטות התערבות תואמות מגזר ומגדר.

מילות מפתח: לחץ סובייקטיבי בעבודה, קונפליקט תפקידים, מצוקה נפשית, ערבים, חרדים, יהודים שאינם חרדים

הקשר בין חויית לחץ במערכת העבודה – משפחה לבין מצוקה נפשית: רקע תאורטי

העבודה והמשפחה, שבעבר נחקרו כמערכות נפרדות, נחקרות כיום על ידי חלק מהחוקרים כמערכת אחת: מערכת העבודה-משפחה (Bianchi et al., 2022), הכוללת שתי תת-מערכות: תת-מערכת המשפחה ותת-מערכת העבודה. בשל קשרי הגומלין בין שתי תת-המערכות, לחצים באחת מהן גולשים אל תוך האחרת, ונוצרים לחצים בממשק ביניהן (Bakker & Demerouti, 2013). לאורך זמן, חויית הלחץ עשויה לערער את תחושת הביטחון ולפגוע ברווחה הנפשית (למחקר מטא-אנליזה ראו Sojo et al., 2016). ואולם סוגיית הקשר בין לחצים במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית נחקרה בעיקר בחברות מודרניות, המתאפיינות באוריינטציה אינדיבידואליסטית ושמות דגש על רווחת הפרט, ופחות במגזרים המסורתיים של החברות המודרניות. ישראל היא חברה רב-תרבותית הכוללת זה לצד זה מגזרים מודרניים ומסורתיים, ולכן ההקשר החברתי בה מתאים לבחינת השאלה אם תרומתם של הלחצים במערכת העבודה-משפחה להסבר מצוקה נפשית היא תלוית מגזר תרבותי. בהסתמך על מחקרים שעסקו בתרומת התרבות להסבר הקשר בין חויית לחץ לבין מצוקה נפשית (Aycan, 2008; Rego & Cunha, 2009), בבסיס המחקר עמדה ההנחה ולפיה המגזרים המסורתיים בישראל (חרדים וערבים), המתאפיינים באוריינטציה מסורתית-קולקטיביסטית, יכילו לחצים אלו במידה רבה יותר מהמגזר המודרני (יהודים שאינם חרדים), המתאפיין באוריינטציה אינדיבידואליסטית יותר, וכי פגיעת הלחצים במערכת העבודה-משפחה ברווחתם הנפשית של הראשונים (המגזרים המסורתיים), תהיה נמוכה מפגיעתם באחרונים (המגזר המודרני).

הגישה התאורטית שעמדה בבסיס המחקר היא גישת **שימור המשאבים** (Hobfoll, 1989), ולפיה אנשים שואפים לשמר ככל האפשר את המשאבים העומדים לרשותם. הגדרתו של הובפול למושג **משאב** היא רחבה, והוא כולל בה תכונות אישיות, נכסים, אנרגיות, אמונות ועמדות. משאבים עשויים להגן על הפרט ולתרום להסתגלותו. גישת שימור המשאבים גורסת כי חויית הלחץ מתרחשת עקב אובדן משאבים, או כאשר הפרט אינו מצליח לחדש את מאגר המשאבים שאבדו. הנחת היסוד של המחקר היתה כי הצורך ללחטט בין העבודה לבין

המשפחה מביא לאובדן של משאבים חיוניים עבור אנשים עובדים (כגון אנרגיות פיזיות, אנרגיות נפשיות, זמן, בריאות), ובעקבות זאת יתפתחו חוויות לחץ ומצוקה נפשית. מוקדי הלחץ במערכת העבודה-משפחה אשר עשויים לגרום לאובדן משאבים נבדקו במחקר זה משלושה היבטים: עומס אובייקטיבי במערכת העבודה-משפחה, עומס סובייקטיבי בעבודה, וקונפליקט תפקידים בין העבודה למשפחה.

עומס אובייקטיבי: עומס זה הוערך באמצעות שני מדדים: מספר השעות המוקדשות מדי יום לביצוע מטלות משק הבית והטיפול בילדים (להלן **עומס אובייקטיבי בבית**), ומספר השעות המוקדשות בשבוע לעבודה בשכר (להלן **עומס אובייקטיבי בעבודה**). מדדים אלו מקובלים בספרות המחקר להערכת העומס האובייקטיבי במערכת העבודה-משפחה (למשל, Skinner & Pocock, 2008), וככל שמספר השעות המוקדשות לאחת מהזירות או לשתייהן רב יותר, רמת העומס האובייקטיבי גבוהה יותר.

העובדים והעובדות בישראל מקדישים לעבודה בשכר שעות רבות יותר מעובדים במדינות מערביות רבות אחרות. בישראל עובדים בממוצע בשבוע 40.5 שעות, לעומת 36.8 במדינות ה-OECD, והיא ממוקמת חמישית מבין מדינות ה-OECD במספר שעות העבודה במשרה מלאה – אחרי קולומביה, מקסיקו, טורקיה וצ'ילה (פוקס ואפשטיין, 2019). אין בידינו נתונים בין-לאומיים באשר למספר השעות ששני המינים במשותף מקדישים לבית, אולם נמצא כי הקדשת שעות רבות לעבודות הבית קשורה למצוקה נפשית (למשל, Seymour & Floro, 2016).

עומס סובייקטיבי בעבודה: אחד מגורמי הלחץ המובהקים בקרב עובדים נגרם עקב הערכתם כי הם אינם יכולים להיענות לכמות או לאיכות הדרישות העומדות בפניהם (Skinner & Pocock, 2008), והוא נמצא קשור למצוקה נפשית (Kelly & Moen, 2021). בשל קשרי הגומלין בין העבודה למשפחה, העומס הסובייקטיבי בעבודה גולש אל הזירה הביתית, ובתגובה שרשרת הוא קשור למצוקה נפשית (למשל, Tsukerman et al., 2020).

קונפליקט תפקידים בין המשפחה לעבודה: קונפליקט מסוג זה גורם לחוויית לחץ בממשק בין העבודה לבין המשפחה, בשל הצורך של הפרט להיענות בד בבד לדרישות שמציבות שתי המערכות, אף שמשאביו מוגבלים. חוקרים טוענים כי אנשים עובדים עשויים לחוות שני סוגים של קונפליקט תפקידים: האחד נוצר כאשר דרישות המשפחה מפריעות לתחום העבודה – להלן **קונפליקט תפקידים משפחה-עבודה**; והאחר נוצר כאשר דרישות העבודה מפריעות לתחום המשפחה – להלן **קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה** (Greenhaus & Powell, 2006). חוויית קונפליקט התפקידים פוגעת באיזון בין זירת העבודה לבין זירת המשפחה, וקשורה בקרב עובדים למצוקה נפשית (למחקרי מטא-אנליזה ראו Nohe et al., 2014; Schmidt et al., 2015). בסקר שערך ה-OECD (2016) נמצא כי ישראל ממוקמת במקום הרביעי מלמטה בדירוג שביעות הרצון של עובדים מהאיזון בין הבית לעבודה. בהקשר

זה עולה השאלה אם תרומת הלחצים הנחווים במערכת העבודה-משפחה להסבר של מצוקה נפשית היא תלוית מגזר תרבותי.

לחץ במערכת העבודה-משפחה: היבט תרבותי

בעשורים האחרונים הדגישו חוקרים את תרומת התרבות להסבר הקשר בין לחצים שונים במערכת העבודה-משפחה לבין בריאות נפשית של עובדים, והתייחסו הן לחברות מודרניות, הן לחברות מסורתיות העוברות תהליכי מודרניזציה (Shaffer et al., 2011). מוסכמה מקובלת בקרב חוקרים היא שהנורמות והערכים התרבותיים מעצבים את חוויית הלחצים, מהווים מעין משקפיים לראיית המציאות, ותורמים להסבר מצוקה נפשית. בתאוריית שימור המשאבים שהוזכרה קודם לכן, הדגיש הובפול (Hobfoll, 2001) את תרומתן של הנורמות התרבותיות לעיצוב חוויית הלחץ. למשל, בחברות מסורתיות המתאפיינות בערכים קולקטיביסטיים, הלחץ הנחוה בעבודה ובמשפחה נתפס כחלק טבעי מהחיים וכהקרבה חיונית עבור שלומם ורווחתם של בני המשפחה, ומתקיימת הכלה תרבותית של חוויית הלחץ (Aycan, 2008). חברות אלו מתאפיינות במידה רבה יותר של סובלנות לקושי הנובע מהדרישות התובעניות של שתי המערכות (Peng & Nisbett, 1999). לעומת זאת, חברות מודרניות שערכיהן אינדיבידואליסטיים מתמקדות ברווחה האישית של הפרט, ומתאפיינות ברמה נמוכה של סובלנות לחוויית לחצים במערכת העבודה-משפחה. כיוון שכך, בחברות אלו גם הנטייה לחוות מצוקה נפשית בעקבות לחצים במערכת העבודה-משפחה גדולה יותר מאשר בחברות מודרניות (Spector et al., 2005). ביטוי למגמה זו עלה במחקר שנערך בישראל והראה כי בקרב נשים חרדיות המלהטטות בין הבית לעבודה שביעות הרצון מהחיים גבוהה מזו של עמיתותיהן, יהודיות שאינן חרדיות (קוליק, 2014). עוד עלה ממחקר זה כי נשים חרדיות הנושאות בנטל כפול של פרנסת המשפחה ותחזוקת הבית מתמודדות עם לחצי מערכת העבודה-משפחה באופן התואם את ערכי התרבות הקולקטיביסטית. הן מאמצות תפיסה של "אשת חיל" המזכה אותן בהערכה ובהוקרה חברתית על יכולותיהן, מיומנויותיהן ונכונותן להקרבה הנדרשת כדי לשמר את הסדר החברתי הרצוי בקהילתן. תרומת ערכי התרבות להפגת המתח העשוי לפגוע ברווחה הנפשית ניכרת אף בהבדלים שנמצאו בין נשים יהודיות לבין נשים ערביות בשיטות ההתמודדות שלהן עם מתחים בין המשפחה לעבודה, שיטות התואמות את תרבותן (קוליק, 2010).

מתוך הכרה בשונות התרבותית בין המגזרים השונים בישראל, מחקר זה ביקש לבחון הבדלים בין מגזרים מסורתיים למגזר המודרני בתרומתם של גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה להסבר מצוקה נפשית. על בסיס המחקרים שצינו, המדגישים את תרומת התרבות, הנחת היסוד של המחקר היתה כי בשל המאפיינים הערכיים-נורמטיביים של שלושת המגזרים הבולטים בישראל – יהודים שאינם חרדים (המגזר המודרני), חרדים וערבים (מגזרים מסורתיים) – תימצא ביניהם שונות בתרומת גורמי הלחץ להסבר מצוקה נפשית בקרב עובדים בעלי משפחות.

מגזרי תרבות בישראל: תמונת מצב

יהודים לא חרדים

לצד אופיה המשפחתי של החברה הישראלית, אחד הביטויים הבולטים של המודרניזציה הוא תהליך מתמשך של הצטרפות נשים לשוק העבודה. הפער בין נשים לגברים בשיעור ההשתתפות בשוק העבודה הצטמצם עם השנים ועומד כיום על כ-6%: בשנת 2021 עמד שיעור התעסוקה של נשים בנות 15 ומעלה על 55.7%, לעומת 61.8% בקרב הגברים (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2022). העלייה בהשתתפות בכוח העבודה מאפיינת את כלל הנשים בישראל וקשורה לשינויים שחלו בהרכב ההון האנושי שלהן, אך גם לשינויים מבניים בשוק העבודה, בארגון משק הבית, במצב הכלכלי ובנורמות באשר לתפקידי המגדר (פוקס ואפשטיין, 2019; קפלן וכרכבי סבאח, 2017). אחד השינויים הבולטים שחלו בחברה הישראלית הוא העלייה ברמת ההשכלה של נשים, ובעיקר כניסתן בשיעורים גבוהים למערכת ההשכלה הגבוהה. בד בבד חלו במבנה המשק שינויים שהעלו את הביקוש לכוח עבודה נשי מיומן: גידול בשירותים החברתיים ובמקצועות הצווארון הלבן, ומעבר לתעשיות עתירות ידע. תהליכים אלו, והעלייה ברמת ההשכלה ובהזדמנויות העומדות לפתחן של נשים, מסבירים את העלייה בהשתתפותן בשוק העבודה ואת דפוסי מעורבותן בו במהלך חייהן (מלאך וכהנר, 2020). עם זאת, דפוסי עבודתן של נשים מושפעים גם כיום מאילוצים הקשורים למשפחה, בעיקר כאלו הקשורים לילדים.

הצטרפותן של הנשים לשוק העבודה הביאה לכך שברוב משקי הבית בישראל יש שני מפרנסים. עם זאת, אף ששיעור משקי הבית בישראל שבהם תרומת הנשים לכלכלת המשפחה שווה לזו של הגברים ואף עולה עליה נמצא בעלייה (Kulik & Ramon, 2021), חלוקת העבודה בבית עדיין מטילה עול כבד על כתפיהן. מאפיין זה הוא אחד החסמים הבולטים בפני שוויון מגדרי בשוק העבודה (קפלן ואח', 2020).

יהודים חרדים

שיעור האוכלוסייה החרדית בישראל עמד בשנת 2020 על כ-12.6% מכלל האוכלוסייה (מלאך וכהנר, 2020). אחד המאפיינים הבולטים של החברה החרדית הוא הפרדה מגדרית, כמעט דיכוטומית, כך שאפשר לזהות בה שתי חברות שונות: חברת הגברים וחברת הנשים. רבים מהגברים החרדים מקדישים את זמנם ללימוד תורה במסגרות שונות ואינם משתתפים בשוק העבודה, וכך נוצר מצב שבו הנשים הן המפרנסות העיקריות. עם זאת, גברים חרדים רבים נוטלים חלק פעיל בגידול הילדים כדי לאפשר לנשים לעבוד מחוץ לבית ולתרום לכלכלת המשפחה.

ואולם, בשל התפתחויות שחלו בחברה החרדית, כמו במשק הישראלי כולו, בעשורים האחרונים חל גיוון בתעסוקתן של חלק מהנשים החרדיות, והן יוצאות לעבודה גם במרחב

החילוני (קוליק, 2014). מגמה זו מזמנת חשיפה יום-יומית לתרבות חילונית, גם אם ערכיה מתנגשים באלה שעל ברכיהם התחנכו. על אף העלייה בשיעור המועסקות בקרב נשים חרדיות, מ-61.5% בשנת 2010 ל-73% בשנת 2017 (מלאך, 2018), בשל חסמים מגוונים – דוגמת מספר רב של ילדים – נשים חרדיות מתקשות לעבוד במשרה מלאה. עלייה בשיעור התעסוקה חלה בשנים האחרונות גם בתעסוקה של גברים חרדים, ובין שנת 2010 לשנת 2017 גדל שיעור השתתפותם בשוק העבודה מ-42.5% ל-51% (מלאך, 2018).

על אף התמורות שחלו בתעסוקת חרדים בקרב שני המינים, היקף העוני והשפעתו על רמת החיים באוכלוסייה החרדית גדולים בהרבה מהיקפו והשפעתו על זו של שאר האוכלוסייה בישראל. שיעור העוני בחברה החרדית עומד על 42%, לעומת 18% בקרב כלל האוכלוסייה בישראל (מלאך וכהנר, 2020).

ערבים

הערבים בישראל (לרבות מזרח ירושלים) מהווים 20.7% מכלל האזרחים, ומשתייכים לשלוש קבוצות הנבדלות זו מזו בדתן: הרוב (83%) מוסלמים (בכללם בדוויים), 9% נוצרים ו-8% דרוזים (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2016). החברה הערבית מאופיינת כחברה קולקטיביסטית, מסורתית, פטריארכלית והיררכית בהקשר של גיל ומין. התרבות הפטריארכלית דוגלת בדומיננטיות של גברים ובנחיתות של נשים, וברמה המבנית והאידיאולוגית רכיבים אלו משמרים את המנהגים והמסורת. ההגמוניה הגברית מתבטאת גם במרחב הציבורי, והתלות ההדדית בין הפרט למשפחתו משתקפת בתחומי החיים השונים (Dwairy, 2006).

לעומת חוקרים הרואים בחברה הערבית חברה בעלת מאפיינים ברורים, אשר הפרט בתוכה נבלע בתוך המבנה הקולקטיביסטי, אחרים גורסים כי כיום אפשר לראות בקרב הערבים שילוב בין קולקטיביות לאינדיבידואליות, וכי יש בה גם פרטים החותרים לחיים עצמאיים שאין בהם מחויבות למסגרות המשפחתיות ולקהילה (Joseph, 2018). כך למשל אפשר לזהות מגמות של מודרניזציה בעלייה בשיעורי התעסוקה בקרב האוכלוסייה הערבית, בשכרה ובמגוון המקצועות שהיא משתלבת בהם. בין שנת 2012 לשנת 2017 עלה שיעור התעסוקה של נשים ערביות בגיל 18 ומעלה מ-26.2% ל-30.7%, ושל גברים ערבים בגילים אלו מ-66.9% ל-69.3%. מגמות נוספות מתבטאות בעלייה ברמת ההשכלה, בהשתתפות בפעילויות פוליטיות ובירידה בשיעור הילודה (זועבי ואנסון, 2018). יתרונם של הגברים בשוק העבודה בולט בקרב האוכלוסייה הערבית יותר מאשר בקרב כלל האוכלוסייה, אולם עיסוקיהן של נשים ערביות היוצאות לשוק העבודה איכותיים יותר מאלו של גברים ערבים, ורמת השכלתן גבוהה משלהם (חדאד חאגי יחיא ואסף, 2017).

על אף תהליכי המודרניזציה בחברה הישראלית, ניכרים בה הבדלים בולטים בין המגזרים, בהרכב התעסוקתי, למשל. ב-51% ממשקי הבית בקרב היהודים שאינם חרדים שני ההורים עובדים במשרה מלאה, לעומת 5% ממשקי הבית בקרב הערבים ו-13% בקרב החרדים (פוקס ואפשטיין, 2019). בקרב חוקרים מקובלת ההנחה ולפיה המגזר היהודי שאינו חרדי (המודרני) מתאפיין באוריינטציה אינדיבידואליסטית יותר מהמגזרים המסורתיים המתאפיינים באוריינטציה קולקטיביסטית (Lapidot-Lefler & Kalagy & Braun-Lewensohn, 2019; Hosri, 2016).

הקשר בין גורמי לחץ לבין מצוקה נפשית על פי מגזר

במחקר זה נבחן הקשר בין גורמי הלחץ (המשתנים הבלתי תלויים) שפורטו מעלה לבין מצוקה נפשית (המשתנה התלוי), בהשוואה בין שלושת המגזרים הגדולים בישראל. המצוקה הנפשית היא חלק מהמבנה התאורטי המורכב של הרווחה הנפשית, המתייחס לאפקט החיובי (דהיינו תגובה רגשית חיובית דוגמת שמחה, שלווה, נינוחות) ולאפקט השלילי (דהיינו תגובה רגשית שלילית דוגמת מתח, דאגה, עצב) (Watson et al., 1988). במחקר זה התייחסתי רק לאפקט השלילי המציין את תחושת המצוקה. כפי שצוין, מחקרים הראו כי בחברות קולקטיביסטיות המתח שהפרט חווה במערכת העבודה-משפחה נתפס כהקרה לטובת הכלל, וכי פגיעתו ברווחה הנפשית של הפרט נמוכה יותר מפגיעתו במגזרים מודרניים (Aycan, 2008; Peng & Nisbett, 1999). מתוך כך ניתן לטעון כי בתרבויות קולקטיביסטיות הפרטים מכילים את הקשיים הנחווים בניסיון לעמוד בדרישות של שתי המערכות התובעניות, העבודה והמשפחה, וכי פגיעתם של קשיים אלו קלה יותר מפגיעתם במגזרים המודרניים. לפיכך השערות המחקר הן כי המשתייכים למגזרים המסורתיים יכולו את הלחץ הנגרם בשל עומס (עומס אובייקטיבי בעבודה, עומס אובייקטיבי בבית ועומס סובייקטיבי בעבודה) וקונפליקט תפקידים יותר מאשר המשתייכים למגזרים המודרניים:

השערה 1: יימצא קשר חיובי בין חוויית עומס (לסוגיו השונים) לבין מצוקה נפשית, ואולם עוצמת קשר זה בקרב המגזרים המסורתיים (חרדים וערבים) תהיה נמוכה מזו שתימצא בקרב המגזר המודרני (היהודי שאינו חרדי).

השערה 2: יימצא קשר חיובי בין קונפליקט תפקידים לבין מצוקה נפשית, ואולם עוצמת קשר זה בקרב המגזרים המסורתיים (חרדים וערבים) תהיה נמוכה מזו שתימצא בקרב המגזר המודרני (היהודי שאינו חרדי).

נוסף על בחינת ההבדלים בעוצמת הקשר בין גורמי הלחץ במערכת המשפחה-עבודה לבין מצוקה נפשית על פי מגזרי תרבות, נבדקה גם השאלה אם הבדלים אלו הם תלויי מגדר, דהיינו אם הקשר בין גורמי לחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית שונה בין נשים לגברים במגזרים השונים של החברה הישראלית.

הקשר בין גורמי לחץ לבין מצוקה נפשית על פי מגזר ומגדר

מעמדן החברתי של הנשים בכלל מגזריה של החברה הישראלית נמוך מזה של הגברים, אך יש הבדלים בין המגזרים השונים. כאמור, בחברה הערבית התרבות הפטריארכלית דוגלת בדומיננטיות של גברים, וגם בחברה החרדית מעמדן של נשים נמוך מזה של גברים. במגזר המודרני, בקרב יהודים שאינם חרדים, בעשורים האחרונים ההבדלים בין המינים מצטמצמים בחלק מהתחומים, אולם גם כיום הנשים מופלות לרעה בזירה הביתית והציבורית (קפלן ואח', 2020). שטיר ולוין-אפשטיין (Stier & Lewin-Epstein, 2007) הציגו נתונים מסקר שנערך בשנת 2002 והשווה בין מספר השעות שנשים מקדישות לעבודות הבית לבין מספר השעות שגברים מקדישים להן, ב-25 מדינות. מהסקר עולה כי אף שבכל המדינות נשים מקדישות שעות רבות יותר מגברים לעבודות הבית, יש שונות רבה בין המדינות. למשל, בישראל נשים מקדישות לעבודות הבית 17 שעות בממוצע בשבוע לעומת 34 שעות בצ'ילה, אך 12 שעות בגרמניה. הבדלים בין חברות נמצאו גם במספר הממוצע של השעות השבועיות שגברים מקדישים לעבודות הבית: בישראל גברים מקדישים לעבודות הבית 6 שעות בממוצע בשבוע, לעומת 15 שעות בשבוע בפורטוגל ובמקסיקו ו-3 שעות בשבוע ביפן.

על פי גישת הבניית תפקידי המינים (Lorber & Farrell, 1991), תכתיבים חברתיים קובעים את אופי תפקידיהם של גברים ונשים, והציפיות החברתיות בהקשר זה מועברות בתהליכי סוציאליזציה ומוטמעות באוכלוסייה, בפרט במגזרים המסורתיים. על בסיס גישה זו אפשר להניח שתפקידים המזוהים עם אחד המינים – בפרט במגזרים המסורתיים, שבהם הסוציאליזציה לתפקידי המינים נוקשה וזוכה לדגש רב – יופנמו ויוערכו כחיוניים והכרחיים לשמירת הסדר החברתי. מתוך כך, גם אם המילוי של התפקידים הללו יהווה עומס על משאבי הנשים או הגברים, העומס לא יתבטא בהכרח בפגיעה ברווחתם הנפשית, בשל ההכרה בחשיבותם של תפקידים אלו (Korabik et al., 2008). אפשר אפוא להניח את קיומו של עיקרון של הכלה מגדרית, דהיינו ראיית לחצים הנובעים מתפקידי המינים (לחצים תואמי מגדר) כדבר שבשגרה, לחצים שיש לשאתם למען שמירת הסדר החברתי. כיוון שפרנסת המשפחה נחשבת לתפקיד גברי, בפרט במגזר הערבי, נוסחה השערה 3 שלהלן:

השערה 3: עוצמת הקשר בין עומס אובייקטיבי בעבודה ועומס סובייקטיבי בעבודה לבין מצוקה נפשית בקרב גברים תהיה נמוכה יותר מזו שתימצא בקרב נשים. נטייה זו תהיה בולטת יותר במגזר הערבי מאשר במגזר היהודי הלא-חרדי.

המגזר החרדי נחשב למגזר מסורתי וקולקטיביסטי באופיו, ומתוך כך הציפייה היא למצוא דמיון למגזר הערבי בנוגע לתרומת העומס האובייקטיבי בעבודה להסבר של מצוקה נפשית. ואולם המגזר החרדי הוא ייחודי, ושלא כמו במגזר הערבי, ברוב המקרים הנשים הן המפרנסות העיקריות, ומקדישות שעות רבות יותר מגברים לעבודה בשכר. משום כך, על אף המאפיינים המסורתיים של החברה החרדית, הקשר בין עומס אובייקטיבי ועומס סובייקטיבי בעבודה לבין מצוקה נפשית במגזר זה נבחן בצורה אקספלורטיבית, ללא השערות מוקדמות.

אשר לעומס אובייקטיבי בבית, וכיוון שעבודות הבית הן בתחום אחריותן של הנשים, ההשערה היא כי ההבדלים בין המינים בעוצמת הקשר בין עומס אובייקטיבי בבית לבין מצוקה נפשית יהיו שונים במגזרים השונים. אומנם, כפי שצוין, הגברים החרדים נוהגים לקחת חלק פעיל למדי בטיפול בילדים כדי לאפשר לנשים לעבוד ולפרנס, אך הנשים הן שאחראיות לניהול משק הבית. לפיכך, בנוגע לקשר בין עומס אובייקטיבי בבית לבין מצוקה נפשית, נוסחה השערה דומה עבור שני המגזרים המסורתיים, ערבים וחרדים.

השערה 4: עוצמת הקשר בין עומס אובייקטיבי בבית לבין מצוקה נפשית בקרב נשים תהיה נמוכה מעוצמתו בקרב גברים. בקרב המגזר הערבי והמגזר החרדי נטייה זו תהיה בולטת יותר מאשר בקרב המגזר היהודי שאינו חרדי (המגזר המודרני).

באשר לגורם הלחץ הנוסף, קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה, בקרב נשים בלבד נמצא קשר בינו לבין מצוקה נפשית (Kulik et al., 2016), ואפשר להסביר גם ממצא זה על בסיס עקרון ההכלה המגדרית. כיוון שהפרנסה היא לכאורה תחום גברי, מצופה כי גברים יחוו הפרעות של העבודה לזירת המשפחה (קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה) יותר מנשים; וכיוון שחוויה זו נחשבת למקובלת יותר בקרב הגברים, פגיעתה ברווחתם הנפשית תהיה פחותה מפגיעתה בנשים. לפיכך נוסחה השערה 5 שלהלן:

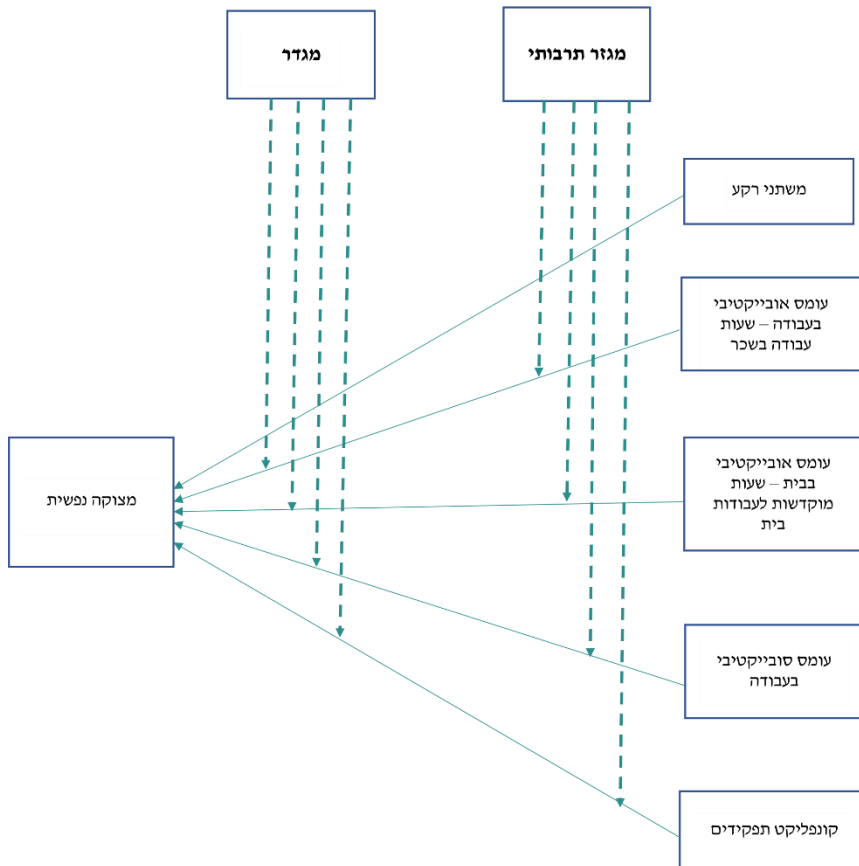
השערה 5: בקרב גברים, עוצמת הקשר בין קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה למצוקה נפשית תהיה נמוכה מזו שתימצא בקרב נשים. ממצא זה יהיה בולט יותר בקרב הערבים מאשר בקרב היהודים שאינם חרדים.

כמו בעומס האובייקטיבי בעבודה, גם סוגיית קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה במגזר החרדי נבחנה בצורה אקספלורטיבית וללא השערות מוקדמות, בשל הניגודיות המאפיינת את החברה החרדית: מחד גיסא היא נושאת אופי מסורתי מובהק, ומאידך גיסא הנשים הן המפרנסות העיקריות בה.

באשר לקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה, גברים חרדים נוטלים, כאמור, חלק פעיל בטיפול בילדים, אולם תחום הבית נחשב לאחריות הנשים. לכן נוסחה השערה דומה עבור שני המגזרים המסורתיים, הערבים והחרדים, לעומת היהודים שאינם חרדים:

השערה 6: בקרב נשים, עוצמת הקשר בין קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה לבין מצוקה נפשית תהיה נמוכה מזו שבקרב גברים. במגזר החרדי ובמגזר הערבי נטייה זו תהיה בולטת יותר מאשר בקרב היהודים שאינם חרדים.

תרשים 1: מודל המחקר



תרומת המחקר

לממצאי המחקר עשויה להיות תרומה תאורטית ומעשית כאחד. בהיבט התאורטי התרומה מתבטאת בכך שהוא מציע נדבך נוסף למודלים קיימים המסבירים את הקשר בין חויית לחצים במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית – ההיבט התרבותי, דהיינו המגזר החברתי שמשותפי המחקר משתייכים אליו. בהיבט המעשי, מהממצאים ניתן יהיה לגזור עבור אנשי מקצוע העוסקים בהכוון ובייעוץ תעסוקתי ומשפחתי המלצות מעשיות ההולמות את הנורמות החברתיות בכל אחד מהמגזרים שאנשים עובדים בעלי משפחות משתייכים אליהם.

שיטת המחקר

מדגם המחקר ואיסוף הנתונים

מדגם המחקר כלל 817 משתתפים: 401 יהודים שאינם חרדים, 147 יהודים חרדים ו-269 ערבים, מהם 531 נשים ו-286 גברים. נתוני המחקר נאספו בשנים 2019–2020 על ידי מכון המחקר פאנלס (Panels), באמצעות קישור מקוון שנשלח לחברים בפאנל האינטרנטי של המכון. מכיוון שנתוני המחקר נאספו באופן מקוון, אנשים שאינם נוהגים להשתמש באינטרנט לא נכללו באוכלוסייה שממנה נדגמו משתתפי המחקר, ולכן אי-אפשר לטעון כי המדגם מייצג את כלל אוכלוסיית ישראל. הקריטריונים להכללה במדגם היו גברים ונשים עובדים ונשואים אשר גם בני זוגם עובדים, והקריטריון להוצאה מהמדגם היה היעדר שליטה מספקת בשפה העברית למילוי שאלון המחקר (להתפלגות שלושת המגזרים על פי משתני הרקע ראו לוח 1). כפי שאפשר לראות בלוח 1, בין המגזרים נמצאו הבדלים אחדים בהתפלגות משתני הרקע הבסיסיים: המשתתפים הערבים משכילים יותר מהמשתתפים בשני המגזרים האחרים; לחרדים מספר רב יותר של ילדים והם עניים יותר משני המגזרים האחרים; היהודים שאינם חרדים מבוגרים מעט משתי הקבוצות האחרות.

לוח 1: משתני הרקע המרכזיים: התפלגות המדגם על פי מגזר (N=817)

משתנה	ערכים	יהודים שאינם חרדים (n=401)	חרדים (n=147)	ערבים (n=269)	χ^2/F
מין	גברים	145/36%	55/37%	96/35%	-----
	נשים	236/64%	92/63%	173/65%	-----
רמת השכלה	עד תיכונית	217/54.1%	33/22.4%	43/16.0%	$\chi^2=190.55^*$
	על-תיכונית	74/18.5%	70/47.6%	44/16.4%	
	אקדמית	110/27.4%	44/29.9%	182/67.7%	
מצב כלכלי	מתחת למוצע	197/49.1%	104/70.8%	175/65.0%	$\chi^2=45.38^*$
	ממוצע	121/30.2%	27/18.4%	69/25.7%	
	מעל הממוצע	83/20.7%	16/10.8%	25/9.3%	
סטטוס הורות	הורים	367/91.5%	141/95.9%	238/88.5%	-----
	אינם הורים	34/8.5%	6/4.1%	31/11.5%	-----
גיל		(9.60) 42.19	(7.92) 34.97	(9.02) 37.13	F=19.16*
מספר ילדים		(1.44) 3.42	(2.15) 4.90	(1.41) 3.28	F=52.17*

* p<0.001

כלי המחקר והמשתנים

מצוקה נפשית (Negative Affect Schedule-PANAS) – נבדקה באמצעות גורם האפקט השלילי מתוך שאלון הרווחה הנפשית (Watson et al., 1988). הגורם כולל עשרה פריטים ומשקף מצוקה נפשית, לדוגמה: "עצוב/ה", "מבוהלת", "עצבנית". משתתפי המחקר התבקשו לציין באיזו מידה חוו את התחושות המוצגות בשאלון בארבעת השבועות שקדמו למילוי, בסולם בן חמש דרגות, מ-1 (בכלל לא) ועד 5 (תמיד). הציין חושב באמצעות ממוצע של כל הפריטים. ככל שהציין היה גבוה יותר, המצוקה הנפשית היתה גבוהה יותר (מהימנות פנימית $\alpha=0.93$).

חויית העומס נבדקה באמצעות שני מדדים:

1. **עומס אובייקטיבי** – בעקבות חוקרים אחרים (Gray et al., 2004), גורם זה נבדק בשני היבטים באמצעות שתי שאלות: מספר השעות השבועיות המוקדשות לעבודה בשכר (עומס אובייקטיבי בעבודה); מספר השעות היומיות המוקדשות לעבודות הבית ולטיפול בילדים (עומס אובייקטיבי בבית).

2. **עומס סובייקטיבי בעבודה** – התבסס על שאלון שפיתחה רבנו (2012), ובו היגדים הנוגעים לחויית לחץ בעבודה בתחומים שונים. במחקר זה נעשה שימוש בגורם העומס הסובייקטיבי, הכולל חמישה פריטים, לדוגמה "אני נדרשת לעשות עבודה רבה יותר משאני יכולה לבצע". משתתפי המחקר התבקשו לדרג את תשובותיהם בסולם בן חמש דרגות, מ-1 (לא נכון בכלל) ועד 5 (נכון מאוד). לגורם ניתן ציון אחד באמצעות חישוב הממוצע של כל הפריטים. ככל שהציין היה גבוה יותר, רמת העומס הסובייקטיבי בעבודה היתה גבוהה יותר (מהימנות פנימית $\alpha=0.85$).

שאלון קונפליקט תפקידים (Role Conflict Questionnaire) – השאלון מתבסס על שאלון שפיתחו נטמייר ואח' (Netemeyer et al., 1996), והוא כולל עשרה פריטים. חמישה פריטים עוסקים בקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה, לדוגמה "דברים שאני רוצה לעשות בעבודה לא נעשים בגלל דרישות המשפחה"; וחמישה פריטים עוסקים בקונפליקט התפקידים עבודה-משפחה, לדוגמה "בשל דרישות העבודה אני נאלצת לשנות בהרבה מקרים תוכניות במסגרת המשפחה". משתתפי המחקר התבקשו לדרג את תשובותיהם בסולם בן חמש דרגות, מ-1 (כלל לא נכון) ועד 5 (נכון מאוד). לכל אחד מהגורמים הופק ציון נפרד באמצעות חישוב ממוצע של כל הפריטים שהוא כולל, וככל שהציין היה גבוה יותר, עוצמת קונפליקט התפקידים בגורם המסוים היתה גבוהה יותר. המהימנות הפנימית שנמצאה לקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה היתה $\alpha=0.81$, ולקונפליקט התפקידים עבודה-משפחה $\alpha=0.89$. נוסף על כך, לשאלון נבנה ציון כולל (להלן **קונפליקט תפקידים כללי**), וגם לו נמצאה מהימנות טובה, $\alpha=0.87$.

המצב הכלכלי – נבדק באמצעות שאלה אחת, שבה התבקשו המשתתפים לדרג את מצבם הכלכלי בסולם בן חמש דרגות, מ-1 (הרבה מתחת לממוצע) ועד 5 (הרבה מעל הממוצע).

שאלון רקע – כלל מאפייני רקע בסיסיים כגון מגדר, השכלה, סטטוס הורות (הורים לילדים, ללא ילדים), מספר הילדים ומשך הזוגיות בשנים.

המחקר קיבל אישור מוועדת האתיקה של בית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בר-אילן, המוסד האקדמי שבו הוא נערך.

עיבוד הנתונים

כיוון שמשותפי המחקר נדגמו כיחידים, ולא כבני זוג, יחידת הניתוח במחקר היתה הפרט ולא היחידה הזוגית. לכן, כל הניתוחים בוצעו בהשוואה בין גברים לנשים, ולא בתוך היחידה הזוגית. כדי לקבל תמונה כללית על ההבדלים במשתני המחקר התלויים והבלתי תלויים על פי מגזר ומגדר, בוצעו תחילה ניתוחי שונות דו-כיווניים (3×2 , מגזר \times מגדר). כמו כן, כדי לבחון את תרומת משתני הלחץ במערכת העבודה-משפחה להסבר המצוקה הנפשית בהתאם להשערות המחקר השונות, בוצעו רגרסיות היררכיות בצעדים עבור כל אחד מהמגזרים בנפרד.

ממצאים

טרם בדיקת השערות המחקר, ובמטרה לספק סטטיסטיקה תיאורית של המגזרים השונים, נבחנו הבדלים על פי מגזר ומגדר במשתנה התלוי – מצוקה נפשית, ובמשתנים הבלתי תלויים – מדדי הלחץ במערכת העבודה-משפחה. הבדלים אלו נבחנו בין המגזרים ובין המגדרים באמצעות ניתוחי שונות דו-כיווניים (3×2 , מגזר \times מגדר; ראו לוח 2).

נמצאו הבדלים על פי מגזר, וממבחן בונפרוני עולה כי מקור ההבדל הוא בין המשתתפים הערבים לבין שתי הקבוצות האחרות. כך, רמת המצוקה הנפשית בקרב המשתתפים הערבים גבוהה מזו שנמצאה בקרב החרדים ובקרב היהודים שאינם חרדים. עם זאת, לא נמצאו הבדלים בין מגדרים ברמת המצוקה הנפשית ואף לא נמצאה אינטראקציה בין מגזר למגדר. ממצא זה מלמד על כך שההבדלים בין שלושת המגזרים דומים עבור שני המינים.

לוח 2: ממוצעים, סטיות תקן וערכי F: הבדלים במשתני המחקר על פי מגזר ומגדר (N=817)

F(2,811)	F(1,811)	F(2,811)	מגזר		מגזר			M	משתנים
			נשים (n=521)	גברים (n=296)	ערבים (n=269)	חרדים (n=147)	יהודים שאינם חרדים (n=401)		
מגזר x מגדר	מגזר	מגזר							
2.88 (Eta ² =.00)	0.06 (Eta ² =.00)	24.74** (Eta ² =.06)	2.00 (.78)	1.96 (.83)	2.26 (.88)	1.81 (.69)	1.87 (.73)	(SD)	מצוקה נפשית
.13 (Eta ² =.00)	2.53 (Eta ² =.00)	2.40 (Eta ² =.00)	2.31 (.96)	2.44 (.97)	2.46 (.96)	2.37 (.99)	2.28 (.95)	M (SD)	עומס סובייקטיבי
4.14** (Eta ² =.01)	9.74** (Eta ² =.02)	10.10** (Eta ² =.03)	2.40 (.90)	2.50 (.94)	2.64 (.96)	2.58 (.94)	2.31 (.86)	M (SD)	קונפליקט תפקידים כללי
2.13 (Eta ² =.00)	8.24* (Eta ² =.01)	7.05** (Eta ² =.02)	2.54 (1.03)	2.78 (1.08)	2.79 (1.09)	2.78 (1.08)	2.47 (1.04)	M (SD)	קונפליקט עבודה- משפחה
6.73** (Eta ² =.02)	7.91* (Eta ² =.01)	10.24** (Eta ² =.03)	2.26 (.93)	2.39 (.96)	2.50 (.93)	2.37 (.98)	2.15 (.87)	M (SD)	קונפליקט משפחה- עבודה
.13 (Eta ² =.00)	2.53 (Eta ² =.00)	2.40 (Eta ² =.00)	2.31 (.96)	2.44 (.97)	2.46 (.96)	2.37 (.99)	2.28 (.95)	M (SD)	עומס סובייקטיבי
1.72 (Eta ² =.00)	49.92** (Eta ² =.06)	2.88 (Eta ² =.00)	35.99 (12.81)	43.07 (13.42)	37.94 (14.38)	37.30 (12.81)	39.90 (12.95)	M (SD)	עומס אובייקטיבי בעבודה
1.88 (Eta ² =.00)	14.12** (Eta ² =.03)	50.16** (Eta ² =.06)	4.89 (2.98)	3.40 (2.87)	4.94 (3.13)	4.97 (3.60)	3.73 (2.57)	M (SD)	עומס אובייקטיבי בבית

p<.01 *
p<.001 **

הערה: למעט מספר השעות המוקדשות לעבודה בשכר ולבית, סולם התשובות בכל המדדים נע

גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה

גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה כללו שני מדדים של עומס אובייקטיבי (שעות המוקדשות לעבודה בשכר ושעות המוקדשות לבית), עומס סובייקטיבי בעבודה וקונפליקט תפקידים.

עומס אובייקטיבי בעבודה: לא נמצאו הבדלים מובהקים בין המגזרים, אולם נמצא אפקט מובהק למגדר, וכך מספר השעות המוקדשות לעבודה בשכר בקרב גברים רב מזה שנמצא בקרב נשים. עם זאת, לא נמצאה אינטראקציה מובהקת בין מגזר למגדר.

עומס אובייקטיבי בבית: מספר השעות המוקדשות לעבודות הבית בקרב חרדים וערבים רב מזה שנמצא בקרב היהודים שאינם חרדים. כן נמצא אפקט מובהק למגדר, ובקרב נשים מספר השעות המוקדשות לבית רב מזה שנמצא בקרב גברים, בכל המגזרים. לא נמצאה אינטראקציה בין מגזר למגדר.

עומס סובייקטיבי בעבודה: לא נמצאו הבדלים מובהקים על פי מגזר או מגדר, ואף לא נמצאה אינטראקציה מובהקת בין מגזר למגדר.

קונפליקט תפקידים משפחה-עבודה: נמצא אפקט מובהק למגזר, ומקור ההבדל הוא בין היהודים שאינם חרדים לבין החרדים והערבים. כך, עוצמת קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה בקרב היהודים שאינם חרדים, נמוכה מזו שנמצאה בשני המגזרים האחרים. עוד נמצא אפקט מובהק למגדר, וכך עוצמת קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה בקרב גברים גבוהה מזו שנמצאה בקרב נשים. אולם האינטראקציה המובהקת מגדר x מגזר מגבילה אפקט זה רק לגברים החרדים. כך, בקרב הערבים (גברים: $M=2.43$, $SD=0.99$; נשים: $M=2.54$, $SD=0.89$) והיהודים שאינם חרדים (גברים: $M=2.27$, $SD=0.84$; נשים: $M=2.12$, $SD=0.88$) לא נמצאו הבדלים בין מגזרים, אך בקרב החרדים, הגברים ($M=2.76$, $SD=1.04$) חווים את הקונפליקט משפחה-עבודה בעוצמה גבוהה יותר מנשים ($M=2.15$, $SD=0.84$).

קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה: נמצאו אפקטים מובהקים למגזר ולמגדר, וכך עוצמת קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה בקרב היהודים שאינם חרדים נמוכה מזו שנמצאה בקרב החרדים והערבים, ועוצמתו בקרב גברים גבוהה מזו שנמצאה בקרב נשים. עם זאת, לא נמצאה אינטראקציה מובהקת בין מגזר למגדר.

המצוקה הנפשית על פי קבוצת המחקר

כדי לבחון אם מערך המשתנים המייצגים את גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה מסביר בצורה שונה או דומה מצוקה נפשית בקרב משתתפי המחקר בשלושת המגזרים (השערות 1, 2), בוצעו רגרסיות היררכיות עבור כל מגזר בנפרד (ראו לוח 3). סדר הכנסת המשתנים לכל אחת

ממשוואות הרגרסיה היה זהה. בצעד הראשון הוכנסו משתני רקע עיקריים, אשר באמצעותם פיקחנו על ההבדלים שנמצאו במדגם המחקר בין המגזרים השונים (ראו תיאור המדגם): מין (0=גברים; 1=נשים), גיל, השכלה, מצב כלכלי ומספר הילדים. בצעד השני הוכנסו מדדי העומס האובייקטיבי (שעות המוקדשות לבית ושעות המוקדשות לעבודה בשכר) והמשתנה עומס סובייקטיבי בעבודה. בצעד השלישי הוכנס המשתנה קונפליקט תפקידים. בשל המתאמים הגבוהים (יותר מ-0.70) בין שני מדדי קונפליקט התפקידים (קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה וקונפליקט תפקידים משפחה-עבודה), הוכנס בצעד זה של הרגרסיה קונפליקט התפקידים הכללי. ההשערות הספציפיות באשר לכל אחד ממדדי קונפליקט התפקידים (השערות 5, 6) נבחנו בנפרד, מחוץ למשוואת הרגרסיה.

לוח 3: הסבר המצוקה הנפשית בעלושת המגזרים: מקדמי רגרסיה היררכית בצעדים

צעדים	משתנים	יהודים שאינם חרדים			חרדים			ערבים			
		B	Std. Error	β	B	Std. Error	β	B	Std. Error	β	
1	מגדר	.15	.07	.10*	-.16	.11	-.11	-.33	.12	-.18**	
	גיל	-.01	.01	-.11*	-.01	.01	-.04	-.03	.01	-.34***	
	השכלה	.05	.03	.04	-.08	.05	-.12	.08	.05	.10	
	מספר ילדים	-.02	.03	-.04	.03	.03	.10	.01	.04	.02	
	מצב כלכלי	-.10	.03	-.16**	-.17	.01	-.27***	-.19	.06	-.21***	
	R ²	.06			.11			.14			
	ΔR^2	.06			.11			.14			
2	עומס סובייקטיבי	.18	.03	.24***	.15	.06	.22**	.30	.05	.33***	
	עומס אובייקטיבי בעבודה	-.01	.00	-.02	-.01	.01	-.08	.01	.01	.01	
	עומס אובייקטיבי בבית	.01	.01	.04	-.01	.02	-.01	.00	.01	.01	
	R ²	.11			.16			.24			
	ΔR^2	.05			.05			.10			
	3	קונפליקט תפקידים	-.33	.05	-.37***	-.26	.06	-.37***	-.33	.05	-.37***
		R ²	.20			.26			.35		
ΔR^2		.09			.10			.10			

צעדים	משתנים	יהודים שאינם חרדים			חרדים			ערבים		
		B	Std. Error	β	B	Std. Error	β	B	Std. Error	β
4	מין	.21	.07	.14**	.02	.12	.01	-.20	.11	-.11
	גיל	-.01	.00	-.05	.01	.01	.04	-.02	.01	-.22***
	השכלה	-.01	.03	-.02	-.13	.06	-.18*	-.01	.05	-.02
	מספר ילדים	-.04	.02	-.09	-.01	.03	-.03	-.01	.04	-.01
	מצב כלכלי	-.08	.03	-.13*	-.12	.05	-.20**	-.14	.05	-.16**
	עומס סובייקטיבי	.11	.06	.15	.19	.10	.28*	.07	.09	.08
	עומס אובייקטיבי בעבודה	.01	.01	.02	.01	.01	.05	-.10	.01	-.16*
	עומס אובייקטיבי בבית	.02	.02	.07	.01	.02	.02	-.05	.03	-.19
	קונפליקט תפקידים	.25	.07	.30***	.34	.09	.48***	.56	.08	.61***
	מגדר X עומס סובייקטיבי	-.04	.08	-.04	-.14	.12	-.17	.07	.09	.08
	מגדר X עומס אובייקטיבי בבית	-.02	.03	-.07	-.01	.03	-.02	.06	.03	.15
	מגדר X עומס אובייקטיבי בעבודה	-.01	.01	-.07	-.01	.01	-.13	-.06	.01	.18**
	מגדר X קונפליקט תפקידים	.06	.08	.06	-.14	.12	-.14	-.33	.10	-.29**
	R ²	.21			.29			.39		
ΔR^2	.01			.03			.04			

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

לבסוף, כדי לבחון אם בכל אחד מהמגזרים תרומתם של גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה להסבר המצוקה הנפשית היא תלויה מגדר (השערות 2-6), בכל אחת מהגרסיות להסבר מצוקה נפשית בקרב שלושת המגזרים, הוכנסו בצעד הרביעי אינטראקציות בין מגדר לבין כל אחד ממדדי הלחץ במערכת זו (ראו לוח 3).

כהשלמה לניתוח הרגרסיה בצעדים שבוצע עבור כל אחד מהמגזרים בנפרד, השווינו בין הקבוצות (Multiple Group Comparison; Liao, 2004). ההשוואה נערכה בשני שלבים. בשלב הראשון בדקנו אם יש בין המגזרים הבדל בגובהם של שלושת מקדמי הרגרסיה

שנמדדו. במקרה שבו לא נמצא הבדל בין המגזרים, המסקנה היא כי אין ביניהם הבדל באפקט של המשתנה התלוי על משתנה התוצאה – מצוקה נפשית. במקרה שבו נמצא הבדל בין המגזרים, וכדי לאתר את מקור ההבדלים בין המגזרים במקדמי הרגרסיה בהשוואה רב-קבוצתית, בוצע מבחן המשך ולד (Wald, 1943), ובו נערכה בכל פעם השוואה בין שתי קבוצות: יהודים שאינם חרדים לעומת ערבים, חרדים לעומת ערבים, יהודים שאינם חרדים לעומת חרדים. נוסף על בחינת ההבדלים באפקטים העיקריים, וכדי לבדוק את השערות 3, 4, 5 ו-6 המתייחסות לאינטראקציה בין גורם הלחץ x מגדר x רמת הכנסה (המצוקה הנפשית), נערכה בצעד הרביעי בכל אחת מהרגרסיות גם השוואה בין מקדמי האפקטים של האינטראקציה בין שלוש הקבוצות (ראו לוח 4).

לוח 4: מבחני השוואה ולד (Wald) בין שלושת המגזרים בין מקדמי רגרסיה להסבר מצוקה נפשית

משתנים	השוואה בין שלושת המגזרים Wald's χ^2 , p	השוואה בין ערבים ליהודים לא חרדים	השוואה בין ערבים לחרדים	השוואה בין יהודים לא חרדים לחרדים
מספר ילדים	1.86, p=.40			
רמת הכנסה	2.43, p=.30			
מגדר (גבר=0)	14.09, p<.001	12.20, p<.001	1.11, p=.29	5.40, p=.02
גיל	10.26, p=.006	8.94, p=.003	7.04, p=.008	0.23, p=.63
השכלה	5.01, p=.08	0.32, p=.57	4.46, p=.03	3.57, p=.06
עומס סובייקטיבי	4.94, p=.08	4.22, p=.04	4.45, p=.03	0.18, p=.67
עומס אובייקטיבי בעבודה	0.17, p=.92			
עומס אובייקטיבי בבית	0.38, p=.83			
קונפליקט תפקידים	0.79, p=.68			
מגדר x עומס סובייקטיבי בעבודה	4.06, p=.13			
מגדר x קונפליקט תפקידים	9.07, p=.01	8.98, p=.003	1.60, p=.21	2.06, p=.15
מגדר x עומס אובייקטיבי בעבודה	8.13, p=.02	6.38, p=.01	5.27, p=.02	0.13, p=.72

כפי שעולה מלוח 4, בקרב משתתפי המחקר הערבים כלל משתני המחקר מסבירים שיעורי שונות משמעותיים יותר מאשר בשתי קבוצות המחקר האחרות: 39% בקרב הערבים, 29% בקרב החרדים, ו-21% בקרב יהודים שאינם חרדים.

תרומת משתני הרקע למצוקה הנפשית

ממבחן השוואתי על פי ולד עולה כי האפקטים של המשתנים מספר הילדים והכנסת המשפחה על המצוקה הנפשית דומים בכל המגזרים. לעומת זאת, האפקטים של המשתנים מגדר וגיל הם שונים במגזרים השונים. מניתוחי מבחן ולד עולה כי המשתנה מגדר אינו תורם להסבר המצוקה הנפשית בקרב החרדים, אך בקרב היהודים שאינם חרדים והערבים תרומתו מובהקת. עם זאת, כיווני הביתא מצביעים על קשר שונה בין מגדר לבין מצוקה נפשית בשני מגזרים אלו. בקרב היהודים שאינם חרדים, נשים חוות מצוקה נפשית רבה יותר מגברים, ואילו בקרב הערבים המצב הפוך, וגברים חווים מצוקה נפשית רבה יותר מנשים. הבדלים אלו בין המגזרים נמצאו מובהקים במבחן ההשוואה. יש לציין כי בעוד בניתוחי השוואת שהוצגו קודם לכן (בסעיף הסטטיסטיקה התיאורית) לא נמצאו בין המגדרים בשלושת המגזרים הבדלים במצוקה הנפשית, הרי לאחר פיקוח על משתני הרקע במשוואת הרגרסיה, ההבדלים בין המגדרים במגזר היהודי שאינו חרדי ובמגזר הערבי הפכו למובהקים.

באשר לאפקט הגיל על המצוקה הנפשית – האפקט שנמדד נמצא שלילי, כלומר ככל שהגיל עולה המצוקה הנפשית פוחתת. עם זאת, מקדם הקשר שנמצא גבוה יותר בקרב הערבים מאשר בקרב יהודים שאינם חרדים ובקרב חרדים. באשר למשתנה השכלה, בשום מגזר לא נמצא קשר בינו לבין המצוקה הנפשית, אך ההשוואה מצביעה על הבדלים בעוצמת הקשר בין השכלה למצוקה נפשית בין ערבים לבין חרדים, ובין יהודים שאינם חרדים לבין חרדים.

במבט כללי, משתני הרקע תורמים באופן משמעותי יותר להסבר המצוקה הנפשית בקרב הערבים (14%) והחרדים (11%), ואילו תרומתם בקרב היהודים שאינם חרדים נמצאה פחותה (6%). עוד ניתן לטעון כי בקרב היהודים שאינם חרדים ובקרב הערבים, המצוקה הנפשית מוסברת על ידי משתני רקע רבים יותר מאשר בקרב החרדים.

הקשר בין גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית

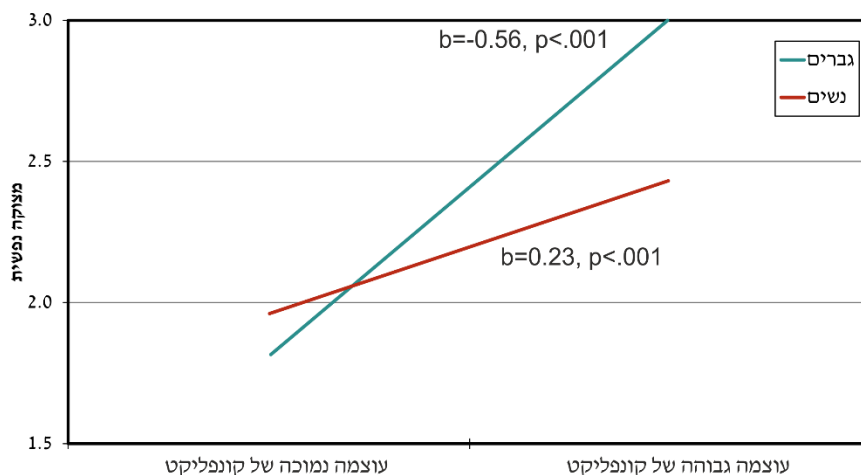
מדדי העומס האובייקטיבי (מספר השעות המוקדשות לבית ולעבודה בשכר) אינם תורמים להסבר המצוקה הנפשית בכל שלושת המגזרים. העומס הסובייקטיבי, לעומת זאת, מסביר מצוקה נפשית בקרב שלושת המגזרים, אך תרומתו לה אינה דומה בשלושתם. מניתוח ההמשך על פי ולד עולה כי לא נמצא הבדל בין חרדים לבין יהודים שאינם חרדים, וכי מקור ההבדל הוא בין ערבים לבין יהודים שאינם חרדים ולבין חרדים. הבדלים אלו עולים מלוח 4, המראה כי האפקט החיובי של המשתנה עומס סובייקטיבי בעבודה על המצוקה הנפשית נמוך יותר במגזרים היהודיים מאשר במגזר הערבי (אישוש חלקי להשערה 1).

מדד קונפליקט התפקידים הכללי מסביר מצוקה נפשית בקרב שלושת המגזרים, וככל שעוצמת קונפליקט התפקידים הכללי גבוהה יותר, גם רמת המצוקה הנפשית גבוהה יותר. ואולם, שלא כצפוי, לא נמצאו הבדלים בין שלושת המגזרים (אישוש חלקי להשערה 2).

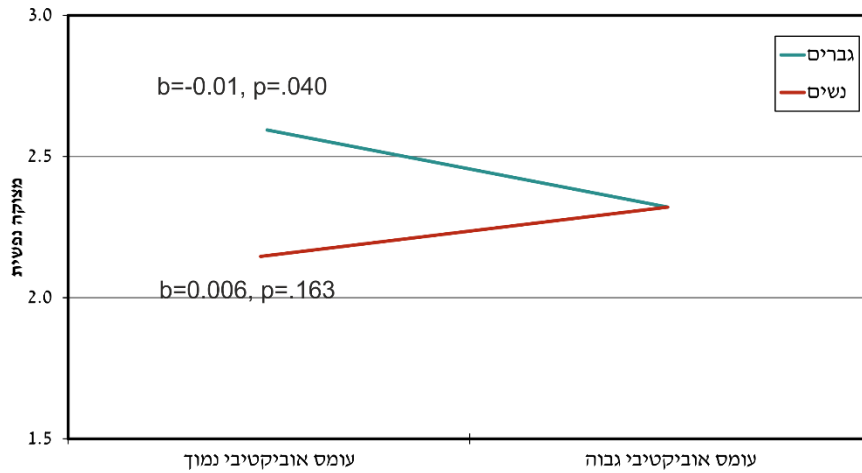
הקשר בין גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית, לפי מגדר

בצעד הרביעי והאחרון נמצאו שתי אינטראקציות מובהקות בין מגדר לבין גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה בקרב הערבים בלבד. האחת – בין קונפליקט התפקידים הכללי לבין מגדר: בקרב גברים ערבים נמצא קשר חיובי בין קונפליקט תפקידים כללי לבין מצוקה נפשית (ראו תרשים 2); והאחרת – בין עומס אובייקטיבי בעבודה (מספר השעות המוקדשות לעבודה בשכר) לבין מצוקה נפשית: בקרב גברים ערבים נמצא קשר שלילי בין מדד זה לבין מצוקה נפשית (ראו תרשים 3), $(B=.18, t=-2.47, p<.01)$, אולם בקרב נשים לא נמצא קשר בין המשתנים (ראו תרשים 3). בשני המגזרים האחרים (יהודים שאינם חרדים וחרדים) לא נמצאו אינטראקציות מובהקות בין עומס אובייקטיבי בעבודה לבין מגדר (אישוש חלקי של השערה 3), ובשלושת המגזרים לא נמצאה אינטראקציה בין עומס אובייקטיבי בבית לבין מגדר (השערה 4 לא אוששה).

תרשים 2: האינטראקציה בין מגדר לבין קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה: ערבים



תרשים 3: האינטראקציה בין מגדר לבין עומס אובייקטיבי בעבודה: ערבים



ההבדלים בקשרים בין שני מדדי קונפליקט התפקידים לבין מצוקה נפשית, על פי מגזר ומגדר

כאמור, בשל המתאמים הגבוהים שנמצאו בין שני מדדי קונפליקט התפקידים (קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה וקונפליקט התפקידים עבודה-משפחה), הוכנס למשוואות הרגרסיה מדד כללי של קונפליקט התפקידים אשר נמצא קשור למצוקה נפשית בכל המגזרים. ואולם כדי לבחון את ההשערות שהתייחסו באופן ספציפי להבדלים בקשר בין כל אחד ממדדי קונפליקט התפקידים בנפרד לבין מצוקה נפשית על פי מגדר בכל אחד מהמגזרים, חושבו ביניהם מתאמי פירסון. כל המתאמים נמצאו מובהקים בכלל המגזרים ובקרב שני המינים, כפי שעולה מלוח 5.

לוח 5: הבדלים בגובה המתאמים בין קונפליקט תפקידים משפחה-עבודה ועבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית, על פי מגזר ומגדר

	ערבים		חרדים			יהודים שאינם חרדים			n	
	U test	גברים	נשים	U test	גברים	נשים	U test	גברים		נשים
קונפליקט משפחה-עבודה	-2.87*	.64**	.37**	-1.08	.46**	.30**	-0.43	.36**	.32**	256
קונפליקט עבודה-משפחה	-3.35**	.63**	.30**	-1.53	.43**	.19**	-0.33	.39**	.36**	145

* p<.01
** p<.001

להערכת ההבדלים בעוצמת המתאמים בין המינים בשלושת המגזרים, בוצעו מבחני Z של פישר באמצעות מחשבון U test (Lenhard & Lenhard, 2014; ראו לוח 5). בקרב היהודים שאינם חרדים לא נמצאו הבדלים מגדריים בעוצמת הקשר בין שני מדדי קונפליקט התפקידים לבין מצוקה נפשית (נמצאו מתאמים גבוהה בינוני $r=.30$). בקרב המגזר החרדי, עוצמת הקשר בין גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין המצוקה הנפשית גבוהה מעט בקרב הגברים מזו שנמצאה בקרב הנשים, וההבדלים שנמצאו בין המינים היו על גבול המובהקות.

לעומת זאת, בהשוואה בין נשים לגברים בקרב הערבים נמצאו במבחן Z של פישר הבדלים מובהקים. בקרב הגברים, המתאמים בין קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה וקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה לבין מצוקה נפשית גבוהים מ- $r=.60$, ואילו המתאמים בקרב נשים היו נמוכים באופן משמעותי, סביב $r=.30$. מתוך כך אפשר לטעון כי בקרב הערבים ההבדלים בין גברים לנשים בעוצמת הקשר בין קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה לבין מצוקה הנפשית מאששים חלקית את השערה 6, ואילו הממצא המצביע על כך שהקשר בין קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית בקרב הגברים הערבים חזק יותר מזה שבקרב הנשים הערביות אינו מאשש את השערה 5.

דיון

אף שמדגם המחקר גדול בהיקפו, הוא אינו מייצג את המגזרים השונים בישראל. כאמור, איסוף הנתונים בוצע באמצעות קישור מקוון שנשלח לחברי הפאנל האינטרנטי של מכון מחקר המתמחה בביצוע סקרים חברתיים וכולל כמה עשרות אלפי חברים. ואולם חברי הפאנל שממנו בוצעה הדגימה מייצגים את תושבי ישראל הצורכים תקשורת באינטרנט. כיוון שצריכת תקשורת זו על ידי ערבים (חדאד חאגי יחא ואסף, 2017) וחרדים (מלאך וכהנר, 2020) נמוכה מזו של יהודים שאינם חרדים, מסגרת הדגימה אינה מייצגת כהלכה את אוכלוסיית המטרה של המגזרים המסורתיים בקרב ערביי ישראל, ויש להניח שמדגם המחקר מייצג בחברה הערבית אוכלוסייה משכילה במיוחד. גנאים (2018) מצאה כי בקרב הערבים השכלה גבוהה קשורה בצורה מובהקת לשימוש באינטרנט. כמעט כל מי שמחזיק בתואר ראשון משתמש באינטרנט, לעומת כ-60% בלבד בקרב בוגרי תיכון שאינם בעלי תעודה בגרות. ואכן, כפי שהוצג בסעיף תיאור המדגם, בקרב משתתפי המחקר הערבים שיעור האקדמאים הוא הגדול ביותר בהשוואה למגזרים האחרים, ורמת ההשכלה גבוהה בהרבה מזו של המשתתפים היהודים – מצב שאינו משקף את המציאות. מתוך כך נוכל לטעון שהמשתתפים הערבים מייצגים את האוכלוסייה המשכילה מבין ערביי ישראל – הבנה שהיא חיונית לדיון בממצאי המחקר. טרם הדיון בהשערות הנוגעות לקשר שבין גורמי הלחץ לבין מצוקה נפשית, נציג הבדלים בין המגזרים בעוצמת המצוקה הנפשית ובמשתתנים הבלתי תלויים.

המצוקה הנפשית וגורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה: הבדלים בין המגזרים

באופן כללי, המשתתפים הערבים (ובפרט הגברים, שמצוקתם הנפשית רבה מזו של נשים) חווים מצוקה נפשית רבה יותר משתי קבוצות המחקר האחרות: החרדים והיהודים שאינם חרדים. ואכן מספרות המחקר עולה כי הרווחה נפשית בקרב מיעוטים אתניים נמוכה מזו שבקרב קבוצת הרוב (Chae & Foley, 2010; Nielsen & Krasnik, 2010). מיעוטים אתניים סובלים ברוב המקרים מדעות קדומות המתבטאות בעמדות שליליות כלפיהם, בסטראוטיפים חברתיים ובהפליה במרבית תחומי החיים, וגורמים אלו מביאים לתחושת קיפוח (למחקר מטא-אנליזה ראו, Koh et al., 2016). בהתאם לכך, גם ערביי ישראל חווים חסמים מגוונים, למשל חלוקה לא שוויונית של משאבים ציבוריים, אי שוויון בהזדמנויות, מחסור בתשתיות ראויות וקשיים בכניסה לשוק העבודה (חדאד חאגי יחיא ואחי, 2021). חסמים אחרים קשורים לחברה הערבית עצמה, למשל מיעוט נשים היוצאות לעבודה מחוץ לאזור מגוריהן, או רמת השכלה נמוכה יחסית בהשוואה לאוכלוסייה היהודית (חדאד חאגי יחיא ואסף, 2017). אף שמשתתפי המחקר הערבים היו, כאמור, משכילים במיוחד, ולכן רמת ההשכלה וחסמי תעסוקה היו רלוונטיים פחות עבורם, יש להניח שהרוח הכללית השוררת במגזר הערבי ותחושת הקיפוח חלחלו גם אליהם, והן מתבטאות ברמה גבוהה יחסית של מצוקה נפשית בהשוואה למגזר היהודי.

הבדלים בין המגזרים נמצאו גם בגורמי הלחץ השונים במערכת העבודה-משפחה. במדדי העומס האובייקטיבי המגזרים המסורתיים (חרדים וערבים) מקדישים לעבודות הבית שעות רבות יותר מהמגזר המודרני, היהודי שאינו חרדי. אפשר להסביר ממצא זה במרכזיות המיוחסת למשפחה, שבמגזרים המסורתיים היא רבה יותר מאשר במגזרים המודרניים (Katz & Lavee, 2005). בתגובת שרשרת, בשל דרישות המשפחה, התובעות השקעה של שעות רבות, במגזריה המסורתיים של ישראל עוצמת קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה גבוהה יותר מאשר במגזר המודרני, בקרב היהודים שאינם חרדים. לעומת זאת, במדד העומס האובייקטיבי בעבודה לא נמצאו הבדלים בין המגזרים.

תרומת גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה למצוקה הנפשית

בצד הבדלים אלו נמצא דמיון מסוים בין שלושת המגזרים בפגיעת גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה ברווחתם הנפשית של משתתפי המחקר. כך למשל, בשלושת המגזרים לא נמצא קשר בין מדדי העומס האובייקטיבי לבין מצוקה נפשית. אף שמדדים אובייקטיביים המשקפים גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה מקובלים בספרות המקצועית (למשל, Greiner et al., 1997), חוקרים אחדים מתחו ביקורת על גישה זו וטענו כי הלחץ הוא תופעה סובייקטיבית, ויש להעריכו במדדים של תפיסה והערכה (למשל, Lazarus, 1990). הסבר זה

מקבל תוקף בממצא המראה כי כאשר העומס בעבודה הוערך באמצעות מדד סובייקטיבי, הוא נמצא קשור בצורה מובהקת למצוקה נפשית בכל מגזריה של החברה הישראלית. עם זאת, תרומתו אינה זהה בשלושת המגזרים, ופגיעתו ברווחה הנפשית בקרב הערבים רבה יותר מאשר בקרב שני המגזרים היהודיים. נראה כי חוויית העומס במגזר זה כבדה יותר משום שהיא מתווספת ללחצים הנובעים מעצם היותם של הערבים בישראל מיעוט לעומת הרוב היהודי, ועל כן העומס הסובייקטיבי פוגע ברווחתם הנפשית יותר משהוא פוגע בשני המגזרים היהודיים. ניתן אפוא להסיק כי מידת הקולקטיביזם של המגזר אינה בהכרח הגורם המכריע בתרגום חוויית העומס הסובייקטיבי למצוקה נפשית, אלא הסטטוס החברתי – מיעוט לעומת רוב. חוויית העומס בעבודה תפגע במיעוט המוחלש יותר מאשר ברוב.

לעומת הבדלים אלו בין המגזרים, תרומתו של קונפליקט התפקידים (המדד הכללי) להסבר של המצוקה הנפשית היא מובהקת, ודומה בשלושת המגזרים. נראה כי את הדמיון בין שלושת המגזרים בפגיעתה של חוויית קונפליקט התפקידים ברווחה הנפשית, כפי שעולה מהממצאים, ניתן לתלות במגע המתמיד המתקיים בחברה הישראלית בין המגזרים המסורתיים לבין מגזר המודרני. כך למשל, כאשר הראשונים עובדים מחוץ לגבולות קהילתם, הם נחשפים לערכים המודרניים של החברה הישראלית, המתייחסים בין היתר לצורך לאזן בין עבודה לבין משפחה. רעיונות אלו, על אף הערכים הקולקטיביסטיים המאפיינים את המגזרים המסורתיים, מחלחלים אל תודעתם. וכאשר האיזון נפגע, המצוקה הנפשית עולה.

הבדלים בין גברים לנשים

בין המגדרים נמצאו הבדלים אחדים בין משתני המחקר, אולם רובם תלויי מגזר. אשר למצוקה הנפשית, נמצאו כמה הבדלים כאלה בין שלושת המגזרים. לאחר בקרה על משתני הרקע באמצעות משוואת הרגרסיה בקרב המגזר היהודי שאינו חרדי, המצוקה הנפשית בקרב נשים רבה יותר מאשר בקרב גברים, כפי שמעידים מחקרים שנערכו בחברות מערביות (למשל, Stevenson & Wolfers, 2009) ובישראל (Carmel & Bernstein, 2003). ממצאים אלו מוסברים בכך שבהשוואה לגברים, הנשים מוחלשות בזירה הציבורית והפרטית: הן חוות חסמים רבים יותר בעבודה, עניות יותר – עד כדי כך שהתופעה מכונה **פמיניזציה של העוני** (Pearce, 1990), מעמדן בעבודה נמוך יותר (Heilman & Caleo, 2018) ועול הטיפול בבני המשפחה מוטל בכבדות על כתפיהן לאורך כל מעגל החיים (Ophir & Polos, 2022). ואולם בקרב המגזר החרדי, על אף העומס המוטל על כתפי הנשים בשל תפקידן הכפול כמפרנסות וכמנהלות משק הבית, לא נמצאו בין המגדרים הבדלים במצוקה הנפשית. ממצא זה מעיד על הפנמת נורמות באשר לתפקידיהם של גברים ונשים, ועל ראייתן ככונות והכרחיות לשמירת הסדר החברתי. בשל מערכת הערכים המקדשת את דמותה של אשת החיל, נשים חרדיות ממלאות את התפקידים התובעניים, אך כיוון שהן רואות מצב זה כטבעי, עוצמת המצוקה הנפשית שהן חוות אינה עולה על זו של הגברים החרדים.

לעומת המגזרים היהודיים בישראל, המצוקה שנמצאה בקרב הגברים הערבים רבה מזו שנמצאה בקרב הנשים הערביות. נראה כי ניתן לתלות ממצא זה בכך שהגברים הערבים, החיים בחברה פטריארכלית, נושאים על כתפיהם את עול פרנסת המשפחה, אך בהיותם מיעוט הם נתקלים בחסמים תעסוקתיים, חברתיים ופוליטיים. חסמים אלו פוגעים בהערכתם העצמית ובתחושת ההגמוניה הגברית, ומונעים מהם לבטא עצמם כפי שהיו רוצים (הווארי, 2011).

הבדלים בין מגדרים נמצאו כאמור גם בעוצמתם של גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה. כצפוי, בכל המגזרים נשים משקיעות שעות רבות יותר בבית, וגברים משקיעים שעות רבות יותר בעבודה בשכר. זאת ועוד, ללא קשר למגזר, גברים חווים את קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה בעוצמה גבוהה יותר מנשים, ואולם בעוצמת קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה ההבדלים בין המגדרים הם תלויי מגזר. כך, הגברים החרדים חווים קונפליקט זה בעוצמה גבוהה יותר מנשים, אך בקרב הערבים והיהודים שאינם חרדים לא נמצאו הבדלים מגדריים בעוצמתו של קונפליקט זה. הגברים החרדים שהשתתפו במחקר עובדים ולומדים תורה, ובד בבד מסייעים לנשותיהן בטיפול בילדים כדי לאפשר להן לעבוד ולפרנס את המשפחה. ניתן להניח כי המתח הרב שנוצר בקרבם בין הטיפול בילדים לבין עבודה בשכר ולימוד תורה מתנקז לתוך חוויית קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה, ולפיכך הם חווים את הקונפליקט הזה בעוצמה גבוהה יותר מנשים. אלה האחרונות, בשל תהליכי סוציאליזציה לתפקידי מגדר מסורתיים ולביטוי דפוסי התנהגות של אשת חיל, חוות את קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה בעוצמה נמוכה יותר.

אשר לסוגיה המרכזית שעסקנו בה במחקר – האם ההבדלים בין המגזרים בקשר שבין עוצמת גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית הם תלויי מגדר – הממצאים מראים שאכן כך הדבר. בקרב הגברים הערבים, עוצמת הקשר בין קונפליקט התפקידים הכללי לבין מצוקה נפשית גבוהה מזו שנמצאה בקרב נשים ערביות. כאמור, שיעור הנשים הערביות בשוק העבודה נמוך מזה של עמיתותיהן היהודיות. ייתכן שנשים ערביות ומשכילות (דוגמת המשתתפות במחקר זה), השואפות להמשיך לעבוד כדי להבטיח את עצמאותן הכלכלית, מאדירות את המציאות ומכילות יותר מהגברים את חוויית הקונפליקט. לכן הפגיעה ברווחתן הנפשית נמוכה מהפגיעה ברווחתם של הגברים.

הבדלים מגדריים תלויי מגזר עולים גם מבחינת ההבדלים בקשר בין כל אחד ממדדי קונפליקט התפקידים (קונפליקט תפקידים משפחה-עבודה; קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה) לבין מצוקה נפשית. בקרב הערבים (ובמידה מסוימת גם במגזר החרדי), עוצמת הקשר בין שני מדדי קונפליקט התפקידים לבין המצוקה הנפשית בקרב נשים נמוכה מזו שנמצאה בקרב גברים. נראה כי לעומת גברים, נשים במגזרים המסורתיים, ובפרט במגזר הערבי, מכילות יותר את שני סוגי קונפליקט התפקידים – בין שהוא תואם מגדר (קונפליקט תפקידים משפחה-עבודה) בין שלא (קונפליקט תפקידים עבודה-משפחה). עמיתותיהן

היהודיות המודרניות, לעומת זאת, אינן מגלות נטייה דומה, וקונפליקט התפקידים פוגע ברווחתן הנפשית בעוצמה זהה לעוצמה שבה הוא פוגע בגברים.

עוד נמצא כי בקרב גברים ערבים בלבד, עומס אובייקטיבי בעבודה (מספר רב של שעות המוקדשות לעבודה בשכר) קשור בקשר שלילי למצוקה נפשית. ממצא זה מבטא את עקרון ההכלה המגדרית של לחצים תואמי מגדר, שכן גברים ערבים, שמצופה מהם למלא את תפקיד המפרנסים הראשיים, מרגישים בטוחים ומסופקים כאשר הם מקדישים שעות רבות לעבודה בשכר. תחושה זו יש בה כדי להפחית את מצוקתם הנפשית.

לסיכום, בליבו של המחקר עמדה ההנחה ולפיה הקשר בין עוצמת גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית מוסבר באמצעות שני עקרונות יסודיים: העיקרון האחד – הכלת הלחץ בשל מאפייני מגדר, כלומר נכונות להכיל לחצים במערכת העבודה-משפחה בשל נורמות מסורתיות קולקטיביסטיות. בקרב המגזרים המסורתיים, יותר מאשר בקרב המגזר המודרני, הכלה זו מונעת פגיעה של גורמי הלחץ ברווחה הנפשית. העיקרון האחר – הכלת הלחץ על פי מאפייני מגדר, כלומר נכונות להכיל גורמי לחץ שהעמידה בהם תואמת את הנורמות המגדריות. ממצאי המחקר תומכים בעקרונות אלו בצורה חלקית בלבד, וניתן להסביר זאת בכך שהחשיפה של המגזרים המסורתיים לערכי החברה המודרנית מחוללת בהם תהליכי מודרניזציה. לפיכך, בעת תרגום חוויית הלחץ למצוקה נפשית, הערכים המסורתיים מופעלים בצורה סלקטיבית. בקרב הגברים הערבים, למשל, העבודה בשכר – המעידה על מילוי התפקיד של מפרנס ראשי – מיטיבה עם רווחתם הנפשית. ממצא זה משתקף בקשר השלילי בין עומס אובייקטיבי בעבודה (שעות המוקדשות לעבודה בשכר) לבין המצוקה הנפשית.

זאת ועוד, נשים במגזרים המסורתיים – ערביות, ובמידה מסוימת גם חרדיות – מכילות את הלחצים הנובעים מקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה, ופגיעתו ברווחתן הנפשית נמוכה מפגיעתו ברווחתן הנפשית של נשים במגזר המודרני. גם קונפליקט התפקידים עבודה-משפחה, שלכאורה אינו תואם את המגדר הנשי, פוגע פחות ברווחתן הנפשית של נשים במגזרים המסורתיים. לפיכך ניתן לטעון בהכללה כי בשל תהליכי סוציאליזציה מגדריים, נשים במגזרים המסורתיים מכילות יותר מגברים את הלחצים שגורמות הדרישות המתנגשות בממשק עבודה-משפחה, בין שמדובר בקונפליקט התפקידים משפחה-עבודה בין שמדובר בקונפליקט התפקידים עבודה-משפחה.

במבט כללי, המחקר חושף את עוצמתן של הנשים במגזרים המסורתיים של החברה הישראלית. באופן פרדוקסלי, הנשים במגזרים הללו מוחלשות אומנם, שכן מעמדן במבנה החברתי נמוך מזה של הגברים, ובה בעת הן נושאות בעול הטיפול בבית ועובדות בשכר – ובקרב החרדים הן גם מפרנסות ראשיות. אולם הן מכילות טוב יותר מגברים את חוויית קונפליקט התפקידים, בין שהוא תואם מגדר בין שלא, ומצליחות למזער את תרגומו למצוקה.

מגבלות המחקר

המגבלה העיקרית של המחקר קשורה להרכב של מדגם המחקר בקרב המשתתפים הערבים. מדגם זה איננו מייצג, שכן הוא מתאפיין בשיעור גבוה במיוחד של משתתפים שהשכלתם גבוהה. במדגם המחקר הנוכחי שיעור בעלי ההשכלה בקרב המשתתפים הערבים גבוה מזה שבקרב המשתתפים היהודים, אולם בחברה הכללית השכלתה של האוכלוסייה היהודית בישראל גבוהה מזה של האוכלוסייה הערבית. עם זאת, נוכל לטעון שהממצאים משקפים את המציאות בקרב ערבים משכילים בישראל. מגבלה נוספת קשורה למדידת המשתנים באותה נקודת זמן ולא לאורך זמן – שיטת מחקר שמנעה הסקת קשרים סיבתיים בין משתני המחקר.

המלצות מעשיות

בניגוד למוסכמה המקובלת, ולפיה נשים הן הנפגעות העיקריות מגורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה, ממצאי המחקר מראים כי הגברים במגזרים המסורתיים – ובפרט הגברים הערבים – הם הנפגעים העיקריים, ופוטנציאל הסיכון שהם נתונים בו גבוה מזה של אחרים. על כן, רוב ההמלצות הפרקטיות מכוונות כלפיהם. בשל פגיעותם הרבה יחסית של הגברים הערבים (מצוקה נפשית גבוהה; פגיעה גדולה של קונפליקט התפקידים ברווחתם הנפשית), והגברים החרדים (עוצמה גבוהה של קונפליקט התפקידים משפחה-עבודה), יש להפנות את הזרקור אליהם. יש להעצימם במסגרות העבודה באמצעות התערבויות מותאמות מגזר שיסייעו בידם לפתח מיומנויות להתמודדות טובה יותר עם הלחץ במערכת העבודה-משפחה. זאת ועוד, עקב הקשר שנמצא בין גורמי הלחץ במערכת העבודה-משפחה לבין מצוקה נפשית בקרב גברים ונשים בכלל המגזרים (כאמור, עם שונות מגדרית), על קובעי המדיניות לאמץ סדר יום המקדם איזון בין המשפחה לעבודה, איזון העשוי להפחית את המצוקה הנפשית בקרב גברים ונשים כאחד. בשל הערכים, הנורמות ואורח החיים השונה בכלל מגזר, ארגון הכלים להתמודדות עם הלחצים במערכת העבודה-משפחה צריך להיות תואם מגזר ומגדר. יש לערוך מחקר מתמשך שיעקוב אחר יעילותה של המדיניות שאומצה, ויאפשר לגבש אסטרטגיות שיהיו אפקטיביות עבור אנשים עובדים ובעלי משפחות בכלל מגזריה של החברה בישראל.

מקורות

גנאים, א"נ (2018). האינטרנט בחברה הערבית בישראל: תמונת מצב ראשונית והמלצות למדיניות. איגוד האינטרנט הישראלי.

- הווארי, ע' (2011). **התהוות הזהות הגברית אצל גברים פלסטינים אזרחי מדינת ישראל, בהקשר של הפרקטיקות הפוליטיות, המשפטיות וה"ביטחוניות" בתקופת הממשל הצבאי**. (חיבור לשם קבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת בר-אילן)
- זועבי, ח' ואנסון, י' (2018). ההתמקחות המרובה עם הפטריארכיה: פירון הילודה בעיני נשים ערביות בישראל. **סוציולוגיה ישראלית**, יט(1), 67–91.
- חדאד חאגי יחיא, נ' ואסף, ר' (2017) **החברה הערבית בישראל: תמונת מצב חברתית-כלכלית ומבט לעתיד**. המשרד לשוויון חברתי.
- חדאד חאגי יחיא, נ', חלאילה, מ' ורודניצקי, א' (2022). **שנתון החברה הערבית בישראל 2021**. המכון הישראלי לדמוקרטיה.
- חדאד חאגי יחיא, נ', סייף, א', קסיר (קליינר), נ' ופרגיון, ב' (2021). **תוכנית לקידום ההשתלבות של החברה הערבית בשוק העבודה: מחקר מדיניות 161**. המכון הישראלי לדמוקרטיה ו-The Portland Trust.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. (2016). **שנתון סטטיסטי**.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. (2022). **לקט נתונים ליום האישה הבין-לאומי**.
- מלאך, ג' (2018). **שילוב חרדים בתעסוקה יעדים ותוכניות לשנת 2030**. גיונט ישראל.
- מלאך, ג' וכהנר, ל' (2020) **שנתון החברה החרדית**. המכון הישראלי לדמוקרטיה.
- פוקס, ה' ואפשטיין, ג' (2019). **שוק העבודה: מבט-על**. בתוך א' וייס (עורך), **דוח מצב המדינה: חברה, כלכלה ומדיניות 2019** (עמ' 125–146). מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל.
- קוליק, ל' (2010). **אסטרטגיות התמודדות עם קונפליקט בית-עבודה בראי תרבותי**. בתוך ו' מילבאואר ולי' קוליק (עורכות), **משפחות עובדות** (עמ' 15–42). פלס.
- קוליק, ל' (2014). **תחושת העצמה, ערכי חיים ומרכזיות חיי העבודה בקרב נשים חרדיות המצויות בשוק העבודה**. דוח מחקר. הביטוח הלאומי.
- קפלן, ע' וכרכבי סבאח, מ' (2017). **עבודות שקופות בישראל: דוח מחקר למוסד לביטוח לאומי**. מכון ון ליר ושוות – המרכז לקידום נשים בזירה הציבורית.
- קפלן, ע', פפרמן, ט', סלונים, ש', בן אליהו, ה', הרצוג, ח', ברייר-גארב, ר' וליפשיץ, ג' (2020). **להפוך עובדות שקופות לנראות: חסמים להשתלבות נשים בשוק העבודה בישראל**. מכון ון ליר.
- רבנו, ע' (2012). **הקשר בין הון פסיכולוגי, דרכי התמודדות עם לחץ בעבודה שלומות וביצועים**. (חיבור לשם קבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה", אוניברסיטת בר-אילן)
- Aycan, Z. (2008). Cross-cultural approaches to work-family conflict. In *Handbook of work-family integration* (pp. 353–370). Academic Press.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2013). The spillover-crossover model. In J. G. Grzywacz & E. Demerouti (Eds.), *New frontiers in work and family research* (pp. 55–70). Psychology Press.

- Bianchi, F., Martínez Núñez, M. T. D. J., Nájera, E. V., & Calderón Garza, O. C. (2022). Effects on and adaptation of the family context during the COVID-19 pandemic: Some remarks from Italy and Mexico. *International Review of Sociology*, 32(1), 1–19.
<https://doi.org/10.1080/03906701.2022.2028401>
- Carmel, S., & Bernstein, J. H. (2003). Gender differences in physical health and psychosocial well being among four age-groups of elderly people in Israel. *The International Journal of Aging and Human Development*, 56(2), 113–131. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2190/87YH-45QN-48TY-9HN8>
- Chae, M. H., & Foley, P. F. (2010). Relationship of ethnic identity, acculturation, and psychological well-being among Chinese, Japanese, and Korean Americans. *Journal of Counseling & Development*, 88(4), 466–476.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/j.1556-6678.2010.tb00047.x>
- Dwairy, M. (2006). *Counseling and psychotherapy with Arabs and Muslims: A culturally sensitive approach*. Teachers College Press.
- Gray, M., Qu, L., Stanton, D., & Weston, R. (2004). Long work hours and the wellbeing of fathers and their families. *Australian Journal of Labour Economics*, 7(2), 255–273.
<http://www.aifs.gov.au/institute/pubs/respaper/rp35.html>
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work–family enrichment. *The Academy of Management Review*, 31(1), 72–92. <https://doi.org/10.5465/AMR.2006.19379625>
- Greiner, B. A., Ragland, D. R., Krause, N., Syme, S. L., & Fisher, J. M. (1997). Objective measurement of occupational stress factors: An example with San Francisco urban transit operators. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2(4), 325–342. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.2.4.325>
- Heilman, M. E., & Caleo, S. (2018). Gender discrimination in the workplace. In A. Colella & E. King (Eds.), *The Oxford handbook of workplace discrimination* (pp. 73–88). Oxford University Press.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *The American Psychologist*, 4(3), 513–524.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology*, 50(3), 337–421.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1464-0597.00062>
- Joseph, S. (2018). *Arab family studies: Critical reviews*. Syracuse University press.

- Kalagy, T., & Braun-Lewensohn, O. (2019). Agency of preservation or change: Ultra-Orthodox educated women in the field of employment. *Community, Work & Family*, 22(2), 229–250.
<http://dx.doi.org/10.1080/13668803.2018.1428175>
- Katz, R., & Lavee, Y. (2005). Families in Israel. In B. N. Adams & J. Trost (Eds.), *Handbook of world families* (pp. 486–506). Sage Publications.
- Kelly, E. L., & Moen, P. (2021). *Overload: How good jobs went bad and what we can do about it*. Princeton University Press.
- Koh, C. W., Shen, W., & Lee, T. (2016). Black–white mean differences in job satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 131–143.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.02.009>
- Korabik, K., McElwain, A., & Chappell, D. B. (2008). Integrating gender-related issues into research on work and family. In K. Korabik, D. S. Lero, & D. L. Whitehead (Eds.), *Handbook of work-family integration* (pp. 215–232). Elsevier.
- Kulik, L., & Ramon, D. (2021). When mom earns more than dad: The parenting experience in light of new earning patterns. *Journal of Family Issues*, 42(6), 1166–1194. <http://dx.doi.org/10.1177/0192513X20940380>
- Kulik, L., Shilo-Levin, S., & Liberman, G. (2016). Work–family role conflict and well-being among women and men. *Journal of Career Assessment*, 24(4), 651–668. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1069072715616067>
- Lapidot-Lefler, N., & Hosri, H. (2016). Cyberbullying in a diverse society: Comparing Jewish and Arab adolescents in Israel through the lenses of individualistic versus collectivist cultures. *Social Psychology of Education*, 19(3), 569–585.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-016-9339-9>
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological Inquiry*, 1(1), 3–13. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0101_1
- Lenhard, W., & Lenhard, A. (2014). *Hypothesis tests for comparing correlations*. <https://www.psychometrica.de/correlation.html>.
- Liao, T. F. (2004). Comparing social groups: Wald statistics for testing equality among multiple logit models. *International Journal of Comparative Sociology*, 45(1–2), 3–16. <https://doi.org/10.1177/0020715204048308>
- Lorber, J. E., & Farrell, S. A. (1991). *The social construction of gender*. Sage Publications.

- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrin, R. (1996). Development and validation of work–family conflict and family–work conflict scales. *Journal of Applied Psychology, 81*(4), 400–410.
<https://doi.apa.org/doi/10.1037/0021-9010.81.4.400>
- Nielsen, S. S., & Krasnik, A. (2010). Poorer self-perceived health among migrants and ethnic minorities versus the majority population in Europe: A systematic review. *International Journal of Public Health, 55*(5), 357–371.
<https://doi.org/10.1007/s00038-010-0145-4>
- Nohe, C., Meier, L. L., Sonntag, K., & Michel, A. (2015). The chicken or the egg? A meta-analysis of panel studies of the relationship between work–family conflict and strain. *Journal of Applied Psychology, 100*(2), 522–536.
<https://doi.org/10.1037/a0038012>
- OECD. (2016). *Measuring and assessing well-being in Israel*. OECD Publishing.
- Ophir, A., & Polos, J. (2022). Care life expectancy: Gender and unpaid work in the context of population aging. *Population Research and Policy Review, 41*(1), 197–227. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11113-021-09640-z>
- Pearce, D. (1990). The feminization of poverty. *Journal for Peace and Justice Studies, 2*(1), 1–20. <https://doi.org/10.5840/peacejustice19902113>
- Peng, K., & Nisbett, R. E. (1999). Culture, dialectics, and reasoning about contradiction. *American Psychologist, 54*(9), 741–754.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.54.9.741>
- Rego, A., & Cunha, M. P. (2009). How individualism–collectivism orientations predict happiness in a collectivistic context. *Journal of Happiness Studies, 10*(1), 19–35. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10902-007-9059-0>
- Schmidt, S., Roesler, U., Kusserow, T., & Rau, R. (2014). Uncertainty in the workplace: Examining role ambiguity and role conflict, and their link to depression: A meta-analysis. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 23*(1), 91–106.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/1359432X.2012.711523>
- Seymour, G., & Floro, M. S. (2016). *Identity, household work, and subjective well-being among rural women in Bangladesh*. IFPRI Discussion Paper 1580. International Food Policy Research Institute.
- Shaffer, M. A., Joplin, J. R., & Hsu, Y. S. (2011). Expanding the boundaries of work–family research: A review and agenda for future research. *International Journal of Cross Cultural Management, 11*(2), 221–268.
<http://dx.doi.org/10.1177/1470595811398800>

- Skinner, N., & Pocock, B. (2008). Work-life conflict: Is work time or work overload more important? *Asia Pacific Journal of Human Resources*, 46(3), 303–315. <https://doi.org/10.1177/1038411108095761>
- Sojo, V. E., Wood, R. E., & Genat, A. E. (2016). Harmful workplace experiences and women's occupational well-being: A meta-analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 40(1), 10–40. <https://doi.org/10.1177%2F0361684315599346>
- Spector, P., Allen, T., Poelmans, S., Cooper, C., Bernin, P., Hart, P., & Yu, S. (2005). An international comparative study of work/family stress and occupational strain. In S. Poelmans (Ed.), *Work and family: An international research perspective* (pp. 71–84). Lawrence Erlbaum.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1(2), 190–225. <https://eml.berkeley.edu/~cle/laborlunch/stevenson.pdf>
- Stier, H., & Lewin-Epstein, N. (2007). Policy effects on the division of housework. *Journal of Comparative Policy Analysis*, 9(3), 235–259. doi.org/10.1080/13876980701494657
- Tsukerman, D., Leger, K. A., & Charles, S. T. (2020). Work-family spillover stress predicts health outcomes across two decades. *Social Science & Medicine*, 265, 113516. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113516>
- 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>
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.54.6.1063>