



Bar-Ilan University
אוניברסיטת בר-אילן

Faculty of Social Sciences
Department of Psychology

Prof. Eshkol Rafaeli
Adult Clinical Training
Program.
Member, Gonda Multidisciplinary
Brain Research Center.

הפקולטה למדעי החברה
המחלקה לפסיכולוגיה

פרופ' אשכול רפאלי
המגמה לפסיכולוגיה קלינית
של המבוגר.
חבר, המרכז הרב-תחומי לחקר
המח ע"ש גונדה.

"האחד יקים את חברו"

התמודדות זוגית באבטלה ובחיפוש עבודה

פרופ' אשכול רפאלי

הרן סנד

ד"ר רוני פשדצקי-שוחט

דו"ח מחקר סופי

מחקר זה מומן על-יד המוסד לביטוח לאומי



תוכן עניינים

4	תקציר
6	תודות
7	רקע תיאורטי
11	תכנית המחקר
12	מתודולוגיה
12	משתתפים
13	הליך
14	מערך המחקר והמשתנים הכלולים בו
14	משתני רקע
16	משתנים תהליכיים
18	משתני מעקב
19	ניתוח הנתונים
20	תוצאות
20	נתונים תיאוריים
20	משתני רקע
26	משתני יומן
30	משתני מעקב
34	ניבוי מציאת עבודה, שביעות רצון מהקשר הזוגי ובריאות נפשית לפי משתני רקע
34	ניבוי מציאת עבודה לפי משתני רקע
37	ניבוי שביעות רצון מהקשר הזוגי לפי משתני רקע
42	ניבוי בריאות נפשית לפי משתני רקע
46	סיכום – ניבוי לפי משתני רקע
48	ניבוי מציאת עבודה, שביעות רצון מהקשר הזוגי ובריאות נפשית לפי משתני יומן
48	ניבוי מציאת עבודה לפי משתני יומן



50	ניבוי שביעות רצון מהקשר הזוגי לפי משתני יומן
53	ניבוי בריאות נפשית לפי משתני יומן
56	סיכום - ניבוי לפי משתני יומן
58	חוויה זוגית של בני זוג של מחפשי עבודה
58	חוויות של בני זוג לפני ואחרי מציאת עבודה
64	דיון והמלצות
64	השלכות חיפוש עבודה על תהליכים זוגיים
65	השלכות תהליכים זוגיים על חיפוש עבודה
66	המלצות
67	מגבלות המחקר והצעות למחקרי המשך
68	ביבליוגרפיה



תקציר

אבטלה היא תופעה שכיחה בגבולות ישראל ומחוצה לה. האבטלה פוגעת הן בפרט והן בקהילה ובחברה כולה, פגיעה המתבטאת בנזק לתפוקת המשק ולעיתים גם בבריאות הנפשית והפיזית של מחפשי העבודה ושל סביבתם. תמיכה חברתית נמצאה כגורם המסייע לצמצום הפגיעות הללו וחלק מן הממצאים מצביעים שתמיכה זוגית – כלומר, תמיכה מבן או בת הזוג – מובילה לתופעה דומה. אולם, ממצאים אחרים מעידים כי הדבר תלוי במאפייני הזוגיות וכי בקשר הכולל היבטים שליליים עלולה להתבטא מגמה הפוכה ואף פגיעה באיכות ושביעות הרצון מהקשר בעת התמודדות עם אתגר האבטלה. מתוך רצון להעמיק את הבנת הקשר בין התופעות, ובכדי לבסס את הידע על השפעות סוגי תמיכה זוגית שונים על ההתמודדות הזוגית עם אתגר האבטלה, ביקשנו לקיים את המחקר הנוכחי. המחקר נערך בקרב 60 זוגות ברחבי הארץ (מתוכם, 50 מילאו נתונים מלאים), ועשה שימוש ביומנים יומיים המספקים נתונים בזמן אמת. במסגרת המחקר נבחנו תהליכים זוגיים תוך התמקדות בתמיכה זוגית, בדיוק האמפתי, ובהיענות נתפסת. המחקר מצא שלחוויות הזוגיות של מחפשי העבודה ולאישיות של בני זוגם יש השפעה משמעותית על ההצלחה בחיפוש עבודה, על שביעות הרצון של שני המשתתפים מהקשר ועל הבריאות הנפשית שלהם לאחר תקופה של חיפוש עבודה (בין אם מוצלח ובין אם לאו). בפרט, בזוגות בהם בני הזוג שאינם מחפשי עבודה חשו שמחפשי העבודה רואים אותם ונענים לצרכיהם גם בעיצומה של תקופה רווית-לחץ זו, נצפו השלכות חיוביות רבות. לעומת זאת, בזוגות בהם מחפשי העבודה דיווחו כי הם נדרשים לתת תמיכה פרקטית רבה לבני זוגם או נושאים על גבם חלק משמעותי יותר ממטלות הבית והמשפחה, הם התקשו למצוא עבודה, ונצפתה פגיעה בבריאותם הנפשית ובשביעות הרצון שלהם מהקשר הזוגי. בנוסף, מצאנו שדווקא אחרי מציאת עבודה עלולה להיות פגיעה בחוויה הזוגית של בני הזוג שיש לקחת בחשבון. בעקבות זאת, אנו מסיימים דו"ח זה במספר המלצות לגורמי רווחה שמטפלים במחפשי עבודה, שעיקרן חשיבות תשומת הלב להקשר הזוגי של מחפשי העבודה – הן כגורם שיכול לסייע או להכשיל את חיפוש העבודה עצמו ולהשפיע על מדדי רווחה נפשיים של הפרט



Bar-Ilan University
אוניברסיטת בר-אילן

Faculty of Social Sciences
Department of Psychology

הפקולטה למדעי החברה
המחלקה לפסיכולוגיה

ושל בן/בת הזוג ושל המשפחה, והן כזירה משמעותית שמושפעת בעצמה
מחיפוש העבודה.



תודות

המחקר לא היה יכול לקרום עור וגידים ללא העבודה של רכזי המחקר בן שלום כהן ורותם בודגזד-ג'קובסון, ושל עוזרות המחקר יהודית פלר ואוריין משען. בנוסף לכך ברצוננו להודות למנהלי לשכת שירות התעסוקה, ובפרט למנהלת לשכת כפר סבא, הגב' דליה הררי, מנהלת לשכת פתח תקווה, הגב' דורית שינה, ומנהל לשכת בני ברק, מר עזרא דגן שסייעו בפניה לציבור רחב יותר. מעבר לכך, אנו מודים למשתתפי המחקר שהסכימו לאפשר לנו ללוות באופן אינטנסיבי את חייהם בתקופה לא פשוטה זו. לבסוף, אנחנו מודים לקרן המחקרים של הביטוח הלאומי על מימון המחקר, ולקרן עזריאלי על מימון ההשתתפות של הרן סנד בעריכתו.

רקע תיאורטי

אבטלה (מלאה או חלקית) היא תופעה שכיחה בישראל ובעולם, שהפכה דומיננטית ורלוונטית אף יותר עקב המיתון שנבע ממגפת הקורונה. בעת כתיבת דו"ח זה, שיעור האבטלה בישראל עומד על 20.3% (אנדבלד, הלר, כראדי וגוטליב, 2020). לפי מחקר של הביטוח הלאומי (טולידנו וגוטליב, 2015), בשנת 2011 8.1% מבני 20-67 בישראל לא הצליחו למצוא עבודה בהיקף שרצוי¹. לאבטלה השלכות שליליות ברמת הפרט, ברמת הקהילה וברמת החברה (גל ווייס-גל, 2005).

ברמת הפרט, אבטלה קשורה בפגיעה בריאותית, פיזית ונפשית (לסקירות, ראו Mathers & Schofield, 1998; Mckee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005; Norström, Virtanen, Hammarström, Gustafsson & Janlert, 2014). מחקר שנערך ביוון על מעל 20 אלף איש בין השנים 2008 ל-2013 (Drydakis, 2015) הראה שמחוסרי עבודה סבלו ממצב בריאותי כללי נמוך יותר ($r=0.73$) ומסימפטומים רבים יותר של פגיעה נפשית ($r=0.68$). אצל נשים הפגיעה כתוצאה מאבטלה הייתה חמורה אף יותר. תוצאות דומות התקבלו במחקרים בספרד (Gili, Roca, Basu, McKee, Stuckler, 2013) ובשבדיה (Strandh, Winefield, Nilsson & Hammarström, 2014). נמצאה כקשורה בין השאר לדיכאון (Montgomery, Cook, & Bartley, 1999; McGee & Thompson, 2015; Kim, T. J., & von Ferrie, Kivimäki, , למשל, Dem Knesebeck, 2016), מחלות לב (Shipley, Smith & Virtanen, 2013; Lundin, Falkstedt, Nagelhout et al., 2014), שימוש בסמים (Lundberg, & Hemmingsson, 2014), תמותה מטרטן (al., 2017), תמותה מטרטן (Singh, Siahpush, Altekruse, למשל, 2013; Lynge, 1996), ואף לאובדנות (למשל, Laanani, Ghosn, Jouglu, & Rey, 2015).

¹ לפי נתוני הלמ"ס (2016) שיעור האבטלה באותה שנה עמד על 5.5% בלבד, אלא שחישוב זה אינו כולל עובדים במשרה חלקית שהיו רוצים לעבוד במשרה בהיקף רחב יותר, או כאלו שהיו רוצים לעבוד אך לא חיפשו עבודה בארבעת השבועות האחרונים (טולידנו וגוטליב, 2015).

חמישה מחקרים גדולים בנושא, ראה, Milner, Page, Lamontagne, (2014).

השלכותיה של האבטלה מתרחבות מעבר לרמת הפרט גם לרמת הקהילה; כך למשל, במחקרים שבחנו תושבי שכונות בעלות אחוזי אבטלה גבוהים ללא קשר למצב התעסוקה האישי נמצאה פגיעה ברמת הקהילה בבריאות (Stafford, Martikainen, Lahelma, & Marmot, 2004) ועלייה באחוזי התמותה (van Lenthe et al., 2005). בצורה דומה, נמצאה עלייה ברמת הדיכאון לא רק בקהילות שסבלו מאבטלה אלא אף בקהילות שסבלו מאבטלה בשנים קודמות, גם לאחר שחלה התאוששות (Wight et al., 2013). השלכות רחבות מסוג זה עשויות להתרחש דרך מספר מנגנונים, כגון פגיעה שנובעת מניצול יתר של משאבים חברתיים (גל ווייס-גל, 2005), או חרדה של תושבים שאינם מובטלים מכך שיהפכו להיות מובטלים בעצמם (Wight et al., 2013).

לבסוף, לאבטלה השלכות קשות על החברה ככלל (Sen, 1997). מעבר לפגיעה הקשה ביחידים ובקהילות שתוארה לעיל, לאבטלה משמעויות כלכליות נרחבות. אבטלה גוררת עלות ישירה למשק של דמי אבטלה, תמיכה בעניים שהגיעו למצב זה עקב אבטלה, אבדן הכנסות ממסים, ועלויות עקיפות של אבדן תפוקה עקב כך שאנשים בעלי כישורים לעבודה אינם מנצלים אותם, ועם הזמן עלולים לאבד את הכשרתם ואת מיומנויותיהם (Eardley, 2002). בנוסף לכך, כמו לתופעות אחרות בעלות השלכות בריאותיות, לאבטלה עלויות הנובעות מניצול מוגבר של שירותי רווחה ובריאות פיזית ונפשית (Harris & Morrow, 2001).

אשוב לזכור שמחוסרי עבודה נמצאים בתוך מערכת חברתית, ועל פי רוב, אינם חיים לבדם. לתמיכה של המערכת החברתית יש השפעה רבה על בריאות פיזית ונפשית (Uchino, 2009), והיא יכולה לסייע בהתמודדות עם משברים מסוגים שונים. כך למשל, בסקירה של מחקרים במקרים של אי-ספיקת לב, נמצא כי תמיכה חברתית גבוהה יכולה לצמצם ביקורים חוזרים בבית החולים ולמנוע תמותה (Luttik, Jaarsma, Moser, Sanderma, & van Veldhuisen, 2005). באותו אופן, במחקרים על נפגעי תאונות דרכים, נמצא כי תמיכה חברתית יכולה להקטין את הסיכוי להיווצרות PTSD ולהישמרותו לאורך זמן



Ozer, Best, Lipsey, & Weiss, 2003; Robinaugh et al.,)
(2011).

במקרה הספציפי של אבטלה, תמיכה חברתית יכולה לצמצם את הפגיעה הפיזית והנפשית (לסקירה, ראה Norström et al., 2014). במחקר אורך על 300 גברים בארה"ב (Linn, Sandifer & Stein, 1985) נמצא שבקרב הגברים שנעשו מובטלים בתקופת המחקר, תמיכה ממשפחה וחברים הייתה קשורה לרמת ההערכה העצמית (self-esteem) לאחר אבדן עבודה, וזו ניבאה התמודדות טובה יותר עם האבטלה ופגיעה פיזית ונפשית פחותה בעקבותיה. בנוסף, תמיכה חברתית יכולה לסייע גם במציאת עבודה ממש. בסקירה של Wanberg, Kanfer, ו-Kantrowitz (2001) נמצא שתמיכה חברתית הייתה קשורה ליותר התנהגויות חיפוש עבודה, למשך חיפוש עבודה קצר יותר ולסיכויים גבוהים יותר למציאת עבודה.

כיוון שהשפעותיה של תמיכה חברתית על בריאות פיזית ונפשית והתמודדות עם משברים הן חיוביות, ניתן לצפות שקשר זוגי, שהוא הקשר החברתי המשמעותי ביותר בחייהם של רבים ומתאפיין בתמיכה משמעותית, יוביל גם היא לתוצאות דומות. מצד שני, מכיוון שקשר זוגי הוא הדדי, ניתן לצפות גם להשלכות בכיוון הנגדי – אבטלה תשפיע על בני הזוג ועל הקשר עצמו.

הספרות המחקרית בנושא מאשרת הנחות אלו, ובפרט, מראה שמאפיינים של הזוגיות הספציפית יכולים להשפיע על מידת התרומה של הקשר הזוגי. בסקירה מרכזית בנושא (Kiecolt-Glaser & Newton, 2001), מדווחים החוקרים כי לזוגיות השפעות חיוביות על בריאות במדדים רבים, אך תופעות זוגיות שליליות כמו עוינות בתוך הקשר עלולות להוביל לתוצאות הפוכות. גם במחקרים על מחוסרי עבודה נמצאו השלכות שונות לקשר ולתמיכה זוגיים. במחקר של Walsh ו-Jackson (1995) נמצא שאיכות התמיכה של בן או בת הזוג השפיעה לטובה על התחושה הסובייקטיבית של מחוסרי עבודה והפחיתה את הצורך שלהם בעזרה חיצונית. במחקר שנערך בישראל על נשים שפוטרו מעבודתן (Nuttman-Shwartz & Gadot, 2011) נמצא שנשים נשואות הצליחו להסתגל טוב יותר לאבדן עבודה, סבלו פחות מפגיעה בבריאותן הנפשית, והצליחו לראות את החזרה לעבודה כאתגר יותר מאשר אלו שאינן נשואות.

כאמור, לצד השפעות היחסים הזוגיים על ההתמודדות של מחוסרי עבודה, יישנן גם השפעות נגדיות של האבטלה על בני הזוג ועל הקשר הזוגי. מחקר אורך שנערך בגרמניה על כ-3,000 זוגות מצא שאבטלה הורידה את שביעות הרצון מהחיים של בני הזוג (Luhmann, Weiss, Hosoya, & Eid, 2014). גם הבריאות הנפשית של בני ובנות הזוג של מחוסרי עבודה עלולה להיפגע (Howe, Larson,) שביעות הרצון מהקשר עלולה להיפגע אצל בני הזוג (Levy, & Caplan, 2004; Marcus, 2013). מבחינת הקשר הזוגי, שביעות הרצון מהקשר עלולה להיפגע אצל בני הזוג (Larson, 1984; Aubry, Tefft & Kingsbury, 1990; Mckee-Ryan et al., 2005) וקונפליקטים וריבים עלולים לעלות (Wilhelm & Ridley, 1988).

אם כן, הספרות הקיימת מדגימה את ההשלכות ההדדיות של קשר ותמיכה זוגיים מחד ושל אבטלה מאידך. עם זאת, הרוב המוחלט של המחקרים אינם מפרידים בין סוגים שונים של תמיכה זוגית. המחקרים המעטים שכן בוחנים מאפיינים של הזוגיות מעבר לקיומה או אי קיומה (למשל, Walsh & Jackson, 1995) מראים שלקשרים זוגיים עשויות להיות השלכות שונות על ההתמודדות עם אבטלה. בנוסף, גם מחקרים מעטים אלו בוחנים את הזוגיות ע"י העברת שאלונים בנקודות זמן מעטות, ואינם יכולים לעקוב אחרי תהליכים זוגיים בזמן אמת, בעת ההתמודדות עם האבטלה או חיפוש העבודה. המחקר הנוכחי ניסה למלא פער זה על ידי שימוש במתודולוגיית יומנים יומיים (Bolger, Davis, & Rafaeli, 2003) במסגרתה, ממלאים הנבדקים מספר שאלונים מדי יום במשך מספר שבועות. מתודולוגיה זו הינה בעלת תוקף אקולוגי גבוה ומאפשרת גישה לחוויותיהם של הנבדקים בזמן אמת כפי שהן מתרחשות בחיי היומיום שלהם. בנוסף, היא מאפשרת הבנה מדויקת של תהליכים נפשיים מורכבים ומתמשכים. בשל מעלותיה הרבות של מתודולוגיה זו היא זוכה בשנים האחרונות לשימוש נרחב במחקרים העוסקים במערכות יחסים (ראה לדוגמא Bar-Kalifa, Hen-Weissberg, & Rafaeli, 2015) ובפרט במחקרים הבוחנים התמודדות של זוגות עם מצבים שונים (כגון התמודדות עם סרטן השד: Otto, Laurenceau, Siegel, & Belcher, 2015; או גמילה מעישון: Lüscher et al., 2015). הממצאים של מחקרים אלו יכולים לזהות השפעות ישירות של תהליכים זוגיים על ההתמודדות של בני הזוג. בתחום ההחלמה

מחלות לב, למשל, וילצ'ינסקי ועמיתיה (Vilchinsky et al., 2011) מצאו כי בעוד שהמעורבות של בנות זוג של חולי לב יכולה לסייע להם להפסיק לעשן, גוננות-יתר (overprotection) מצידן הייתה קשורה למדדים פיזיולוגיים גרועים יותר (לדוג', שומן בדם); בנוסף, במחקר על בנות זוג של חולי לב (George-Levi et al., 2016) נמצא כי סגנון טיפול כפייתי (Compulsive Care-Giving) במחלת הלב שלי בני זוגן הגביר את רמות החרדה שלהם. בכל הנוגע לתפקידיהן של מערכות יחסים זוגיות בהתמודדות עם חיפוש עבודה, מתודולוגיה זו מאפשרת לחקור באופן אמין ומקיף את הקשרים בין תהליכים זוגיים לבין תהליכים יום-יומיים של חיפוש עבודה, וכן את תוצאותיהם ארוכות הטווח של תהליכים אלו.

תכנית המחקר

המחקר התמקד בשלושה תהליכים זוגיים מרכזיים. ראשית, בחנו את האופן שבו בני הזוג מעניקים זה לזה **תמיכה זוגית** לפי מודל התמיכה המיומנת (Skillful Support) שפותח ע"י החוקר הראשי ועמיתיו (Rafaeli & Gleason, 2009). מודל זה מאפשר להבדיל בין תמיכה שמייצרת אפקטים חיוביים לבין תמיכה שאינה מועילה, ואפילו מזיקה. מחקרים קודמים הראו למשל שתמיכה נראית (כזו שבן הזוג הנתמך מודע אליה) עלולה להוביל להשלכות שליליות בניגוד לתמיכה סמויה שיכולה להוביל להשלכות חיוביות (Bolger, Zuckerman & Kesler, 2000).

שנית, בחנו את **הדיוק האמפתי** - היכולת של בני הזוג לזהות את המחשבות והרגשות זו של זה. דיוק אמפתי גבוה נמצא בעבר קשור להשלכות חיוביות רבות על הזוגיות (Ickes & Hodges, 2013; Sened et al., 2017), אך במצבים של איום על הקשר הוא דווקא עלול להיות גורם מזיק כאשר בני הזוג מזהים בקלות את התחושות והמחשבות השליליות זו של זה (Simpson, Ickes, & Blackstone, 1995).

לבסוף, בחנו את משתנה ה**יענות הנתפסת** (Perceived Partner Responsiveness; PPR, Reis, 2003) המוגדרת כמידה שבה הנבדקים תופסים את בן או בת זוגם כנענים לצרכיהם. היענות נתפסת נחשבת לגורם מפתח בקשרים זוגיים (Reis, 2012) המאפיין איכות של קשרים זוגיים (Reis, 2013). היא נמצאה קשורה להשלכות

בריאותיות רבות של הזוגיות, ובהן מהשלכות נפשיות כמו חרדה (למשל, Selcuk, Stanton, Slatcher & Ong, 2016), השלכות התנהגותיות כמו גמילה מעישון לאחר נישואין (Derrick, Leonard, & Homish, 2013) ואפילו הבדלים בשיעורי תמותה (Selcuk & Ong, 2012).

המחקר התמקד בניסיון לנבא בעזרת שלושת המשתנים הללו וכן משתנים זוגיים נוספים ומאפיינים אישיים ורגשיים של שני בני הזוג, את ההצלחה של מחפשי העבודה במציאת עבודה, את שביעות הרצון שלהם מהזוגיות ואת מצבם הנפשי לאחר מספר חודשים של חיפוש עבודה (בין אם מוצלח ובין אם לא). לאור הממצאים שהדגישו את חשיבות החוויה הזוגית של בני הזוג, הוספנו פרק נוסף בו בדקנו את החוויות של בני הזוג של מחפשי העבודה בקרב זוגות בהם מחפשי העבודה מצאו עבודה לעומת כאלו שלא.

מתודולוגיה

משתתפים

כדי שהמחקר יוכל לגלות אפקטים בעלי גודל בינוני ומעלה ($d=0.4$), שעשויה להיות להם משמעות יישומית, תכננו לגייס 100 נבדקים (50 זוגות) לפי חישובי עוצמה סטטיסטית למודלים זוגיים (Ackerman & Kenny, 2016). בכדי לוודא שהנבדקים נמצאים בזוגיות משמעותית, דרשנו שהזוגות יהיו נשואים או גרים יחד לפחות שלושה חודשים. מבחינת דרישת עבודה, גייסנו זוגות שבהם אחד מבני הזוג, שיוגדר כמחפש העבודה, עובד לא יותר משמונה שעות בשבוע, עבד בעבר לפחות בחצי משרה, והיה מעוניין בתחילת המחקר להגדיל את נפח העבודה שלו לפחות לשלושת רבעי משרה. בנוסף לכך, כדי ליצור עקביות בין הזוגות, גייסנו זוגות בהם בן או בת הזוג האחרים אינם מעוניינים כרגע להגדיל את נפח העבודה שלהם (כדי לשמר את הבהירות לגבי מיהו נותן ומיהו מקבל התמיכה). הזוגות גויסו ע"י הצבת מודעות וחלוקת פליירים בקרבת לשכות התעסוקה ומקומות בהן מתקיימות סדנאות הכשרה לחיפוש עבודה. בנוסף לכך, הופצו פרסומים ברשתות החברתיות ובאינטרנט באופן הממוקד למחפשי עבודה. כל משתתף במחקר קיבל סכום של 50 ש"ח עבור המפגש הראשון, 125 ש"ח עבור מילוי היומנים, ו- 75

ש"ח עבור מילוי שאלון המעקב (כלומר, 250 ש"ח לאדם, 500 ש"ח לזוג).

מכיוון שצפינו שתהיה נשירה של נבדקים, בפועל גויסו 60 זוגות שמילאו שאלונים ראשוניים של המחקר. ארבעה זוגות ביקשו לפרוש לפני הפגישה הראשונה, זוג אחד הוצא מהמחקר אחרי הפגישה הראשונה לאחר שהתברר שלבת הזוג (מחפשת העבודה) הייתה עבודה זמנית, זוג אחד החליט לפרוש מהמחקר לאחר הפגישה הראשונה, ושני זוגות החליטו לפרוש במהלך שלב היומן. סה"כ מילאו את היומן 52 זוגות. שאלוני הסיום של שניים מהזוגות לא התקבלו עד למועד כתיבת הדו"ח, מה שמותיר 50 שאלוני סיום. לאורך המשך הדו"ח יכוננו מחפשי העבודה "מחפשי עבודה", ובני ובנות זוג של מחפשי עבודה יכוננו "בני זוג".

הליך

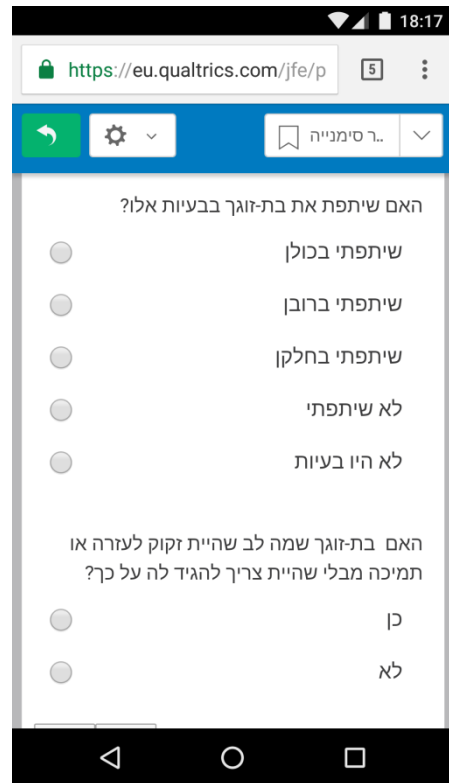
המחקר כלל שלושה שלבים: בשלב הראשון הנבדקים נפגשו עם מראיין בביתם-הם (אלא אם העדיפו להיפגש במעבדתנו באוניברסיטה) לשם מילוי שאלוני רקע². בנוסף, הם קיבלו הדרכה על מילוי היומן האלקטרוני. בשלב השני, מילאו הנבדקים יומן אלקטרוני באמצעות תוכנת Qualtrics. התוכנה מאפשרת מענה מידי במהלך כל שעות היממה באמצעות כל מחשב/סמארטפון בעל חיבור לאינטרנט (ראה איור 1), ואפשרה לצוות המחקר לעקוב בזמן אמת אחר מילוי השאלונים. הנבדקים השתמשו בתוכנה לצורך שלושה דיווחים בכל יום, ולמשך 21 ימים. הדיווחים היומיים כללו שתי גרסאות: גרסת יום מקוצרת אותה מילאו הנבדקים פעמיים (בבוקר ובצהריים), וגרסת ערב מורחבת יותר אותה הם מילאו פעם אחת לפני השינה. בשלב השלישי, שלושה חודשים לאחר סיום מילוי היומן, נשלח לנבדקים שאלון מעקב. שלב המעקב נקבע למועד זה שכן לפי נתוני בנק ישראל (2016) זמן החיפוש הממוצע לעבודה בשנים האחרונות נע סביב ה - 20 שבועות (לדוגמא, הממוצע משנת 2014 ועד 2017 הוא 20.5 שבועות). מכיוון שהגענו לזוגות לכל המוקדם שבועיים לאחר שהתחילו לחפש עבודה, ושלווקח כשבועיים מרגע שהגענו לזוג לתיאום המפגש

² עבור שלושה מהזוגות הפגישה נערכה באופן מקוון בגלל

הגבלות הקשורות למגיפת הקורונה שהיו בתוקף באותו הזמן

הראשון, שלושה שבועות של יומן, ושלושה חודשים (כ-13 שבועות) של המתנה, המעקב נערך לכל המוקדם 20 שבועות לאחר אבדן העבודה, מה שאמור לאפשר למשתתף הממוצע למצוא עבודה. זהו טווח הזמן האידאלי כדי לאפשר למחקר להבדיל בין משתתפים שמצאו עבודה מהר מהממוצע או לאט מהממוצע.

איור 1 - מענה על שאלון בטלפון
סולרי באמצעות תוכנת Qualtrics



מערך המחקר והמשתנים הכלולים בו

המחקר עקב אחרי שלושה סוגי משתנים. אלו מתחלקים למשתני רקע (שנמדדו לפני תחילת היומנים היומיים), משתנים תהליכיים (שנמדדו בכל יום, ולעתים מספר פעמים ביום, לאורך תקופת היומן) ומשתני מעקב (שנמדדו בנקודת המדידה הסופית, שלושה חודשים אחרי סיום תקופת היומן). כל אחד משלושת הסוגים (רקע, תהליך, ומעקב) כלל משתנים הנוגעים לפרט, לחיפוש העבודה, ולזוגיות. כלל המשתנים מרוכזים בטבלה מספר 1.

שלושה משתני מעקב הוגדרו כמשתני תוצאה מרכזיים: מציאת עבודה, בריאות נפשית, ושביעות רצון מהקשר הזוגי.

משתני רקע

משתנים אלו נמדדו פעם אחת בפגישה הראשונה של המחקר.

משתנים אישיים

שאלון דמוגרפי - מידע בסיסי (גיל, היסטוריה חינוכית, מצב מקצועי, דת, מספר ילדים, מצב משפחתי ומשך היחסים, בעיות רפואיות כרוניות, ותרופות הניטלות באופן קבוע).

תפקוד ובריאות - הוערכו באמצעות שאלון ה- Short-Form SF-36; Ware, Kosinski, & Keller, 3636-Item Health Survey (SF-36; 1996). השאלון כולל 36 פריטים הבוחנים את בריאותו הפיזית והנפשית של הנבדק ומתייחס גם למגבלות תפקודיות.

חרדה חברתית - הוערכה באמצעות שאלון ה- Liebowitz social anxiety scale (LSAS; Liebowitz, 1987). השאלון כולל 48 פריטים הבוחנים חרדה והימנעות במצבים חברתיים.

פתולוגיה אישיותית - הוערכה באמצעות שאלון ה- Personality Inventory for DSM-5 (PID-5; Krueger, 2012). השאלון בוחן פתולוגיה אישיותית כפי שהיא מאורגנת בחלק השלישי של DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013).

מיקוד שליטה חיצוני/פנימי - הוערכו באמצעות שאלון ה- Locus Of Control (LOC; Levenson, 1981). השאלון בוחן עד כמה הנבדק מרגיש שליטה על גורלו מול עד כמה הוא מרגיש שגורלו נתון להשפעת גורמים חיצוניים.

סגנון התקשרות - הוערך באמצעות שאלון ה- Experiences in Close Relationships (ECR; Brennan, Clark, & Shaver, 1998). השאלון כולל 36 פריטים הבוחנים את האופן האישיותי שבו הנבדק נוטה ליצור התקשרות רומנטית על פני שני ממדים: חרדת נטישה והימנעות מאינטימיות.

דיכאון - הוערך באמצעות שאלון ה- CESD (Radloff, 1977). השאלון כולל 20 פריטים הבוחנים סימפטומים דיכאוניים.

משתנים זוגיים

שביעות רצון מהקשר - הוערכה באמצעות שאלון ה- Couple Satisfaction Index (CSI; Funk & Rogge, 2007). השאלון כולל 16 פריטים הבוחנים את איכות מערכת היחסים הזוגית.

היענות נתפסת - הוערכה באמצעות שאלון ה- Perceived Partner Responsiveness (PPR; Reis, 2003). השאלון כולל 10

פריטים הבוחנים את מידת ההבנה, התיקוף (validation) והאכפתיות (care) הנתפסים בקשר.

תמיכה - הוערכה באמצעות שאלון ה-Daily Support (Response Inventory (DSRI; Bar-Kalifa & Rafaeli, 2013 שפותח במעבדתנו. השאלון כולל 15 התנהגויות תמיכה לגביהן מציין הנבדק האם רצה אותן, ביקש אותן, הרוויח מהן (כמקבל תמיכה), וכן האם ביצע אותן בעצמו (כנותן תמיכה).

משתני חיפוש עבודה

היסטוריית עבודה - הן מחפשי העבודה והן בני-זוגם נשאלו לגבי ההיסטוריה התעסוקתית שלהם עצמם, באופן אובייקטיבי (משך זמן, תחום היקף ומשכורת בכל עבודה) וסובייקטיבי (שביעות רצון ותחושת משמעות בכל מקום עבודה)

מצב חיפוש עבודה עכשווי - מחפשי העבודה נשאלו לגבי ניסיון העבודה שלהם בעבר ולגבי היקף העבודה שהם מחפשים.

רומינציה לגבי חיפוש העבודה - הוערכה באמצעות שאלון ה-Rumination Responses Scale (Nolen-hoeksma et al., 2003) השאלון כולל 22 פריטים הבוחנים מחשבות חודרניות וחשיבה מכוונת אודות משבר או בעיה.

משתנים תהליכיים

שלוש פעמים ביום, במהלך 21 ימים התבקשו הנבדקים (באמצעות תוכנת ה-Qualtrics) למלא דיווחים שכללו מספר שאלונים. במהלך היום, בשעה קבועה בשעות הבוקר והצהריים מולאו דיווחים מקוצרים, ובשעה הקודמת לשינה מולא דיווח מורחב. ככלל, השאלונים הועברו בגרסאות יומן מקוצרות כדי לצמצם את העומס על הנבדקים.

משתנים אישיים

רגשות בעת מילוי היומן - הוערכו בכל שלושת הדיווחים באמצעות גרסת יומן של Lorr and McNair's Profile of Mood (States (POMS; Cranford et al., 2006) השאלון כולל שישה סולמות: כעס, עצב, חרדה, שביעות רצון, רוגע ונמרצות.

דיכאון - הוערך בשאלון הערב גרסת יומן של שאלון ה-PHQ-2 (Kroenke, Spitzer, & Williams, 2003).

בעיות ומתחים מחוץ לקשר - הוערכו בשאלון הערב בלבד,

באמצעות עשרה פריטים שבוחנים האם הנבדק סבל מגורמי לחץ כלשהם (קשיים במשפחה, ביחסים חברתיים, בריאותיים וכד'). הנבדקים יישאלו גם לגבי בני\בנות זוגם כדי לבחון האם הבחינו בקשיים מהם הם סובלים.

משתנים זוגיים

רגשות בקשר - הוערכו בכל שלושת הדיווחים באמצעות גרסת

יומן של שאלון ה-Emotional Tone Index (ETI; Rafaeli, Cranford, Green, Shrout, & Bolger, 2008). השאלון כולל 15 פריטים הבוחנים רגשות חיוביים ושלייליים כלפי בן/בת הזוג.

קונפליקט זוגי - הוערך בשאלון הערב בלבד, האם היה קונפליקט בין בני הזוג באותו יום, חומרתו והאם הוא נפתר.

תפיסת רגשות בן/בת הזוג - אלו הוערכו בשאלון הערב בלבד

באמצעות גרסה מקבילה של שאלון הרגשות בה התבקש הנבדק להעריך את רגשותיו/ה של בן/בת זוגו. דיוק אמפתי חושב לפי המתאם בין דיווח זה לדיווח העצמי של בן/בת הזוג.

תמיכה זוגית - הוערכה באמצעות גרסת יומן של שאלון הרקע

בנושא זה, בשאלון הערב בלבד

היענות נתפסת - הוערכה בשאלון הערב בלבד באמצעות שאלון

Daily Perceived Partner Responsiveness (PPR; Maisel & Gable, 2009). השאלון כולל 3 פריטים הבוחנים את מידת ההבנה, התיקוף והאכפתיות הנתפסים בקשר באותו היום.

התנהגויות זוגיות שליליות - הוערכו בשאלון הערב באמצעות

אדפטציה של שאלון Overall Negative Interaction Behaviors (Sibley, 2009). השאלון כולל 4 פריטים (שניים לגבי התנהגויות הנבדק ושניים לגבי התנהגויות בן/בת הזוג) הבוחנים התנהגויות מתרחקות ופוגעניות.

משתני חיפוש עבודה

התנהגויות חיפוש עבודה - הוערכו בשאלון הערב. הנבדק מחפש

העבודה יישאל האם עסק בפעילויות שונות הקשורות לחיפוש עבודה כגון השתתפות בראיונות עבודה, מעבר על מודעות דרושים, השתתפות בהכשרות או סדנאות, וכד'.

רומינציה - הוערכה בשאלון הערב באמצעות גרסת יומן של

The Event Related Rumination Inventory (ERRI; -ה -ה -ה)
(Cann et al., 2011).

משתני מעקב

במדידת המעקב נעשה שימוש באותם שאלוני הרקע כדי להעריך את משתני התפקוד, הבריאות, הדיכאון, שביעות הרצון מהקשר, ההיענות הנתפסת בקשר, התמיכה ומצב חיפוש העבודה העכשווי.

טבלה 1. ריכוז משתני המחקר

משתני מעקב	משתנים תהליכיים	משתני רקע
		שאלון דמוגרפי
בריאות (SF-36)		תפקוד ובריאות (36SF-)
		התקשרות (ECR), חרדה חברתית (LSAS), פתולוגיה אישיותית (PID-5), מיקוד שליטה
	דיכאון יומי (PHQ-2)	דיכאון (CESD)
שביעות רצון בקשר (CSI)	רגשות בקשר (ETI)	שביעות רצון בקשר (CSI)
היענות נתפסת (PPR)	היענות נתפסת (PPR)*	היענות נתפסת (PPR)
תמיכה זוגית (DSRI)	תמיכה זוגית (DSRI)	תמיכה זוגית (DSRI)
מצב חיפוש עבודה עכשווי	התנהגויות חיפוש עבודה	מצב חיפוש עבודה עכשווי
	רומינציה לגבי חיפוש העבודה (ERRI) מותאם*)	רומינציה לגבי חיפוש העבודה (RRS)
	קונפליקט זוגי	
	רגשות (POMS)**	
	בעיות ומתחים מחוץ לקשר**	



* גרסת יומן

** כולל בנוסף תפיסה בנוגע לבן/בת בזוג

ניתוח הנתונים

הנתונים שנאספו הינם זוגיים ומקוננים באופן היררכי (נבדקים בתוך זוגות) ולכן לא ניתן לנתחם בשיטות קונבנציונליות. לפיכך, הניתוחים נערכו בהתאם להמלצות ה- Actor-Partner Interdependence Model (APIM) לטיפול באי-תלות בתוך זוגות (Kenny, Kashy & Cook, 2006). ניתוחי מיתון ותיווך נערכו בהתאם להמלצותיהם של Garcia, Kenny ו-Ledermann (2015) ו-Ledermann, Macho ו-Kenny (2011) להתאמת ניתוחי מיתון ותיווך ל-APIM.

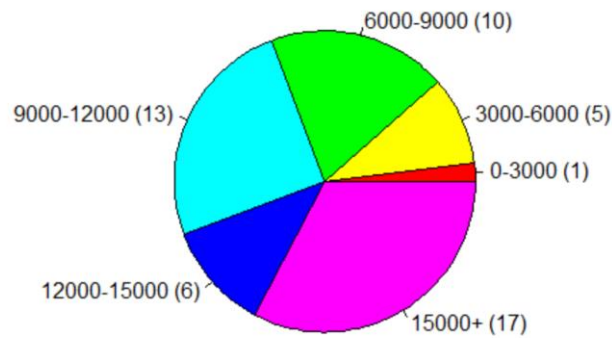
נתוני היומנים נותחו בהתאם להמלצות ה-APIM למידול נתונים רבי-רמות היררכיים-ליניאריים (Hierarchical linear modeling) (HLM; Kenny et al., 2006). ניתוחים אלה מתחשבים במבנה הנתונים המקונן (רשומות בתוך נבדקים בתוך זוגות) של נתוני יומן זוגיים, ויכולים להתמודד עם נתונים חסרים. ניתוחי מיתון ותיווך עבור נתוני היומן נערכו בהתאם להמלצותיהם של Preacher, Curran ו-Bauer (2006) ו-Bauer, Preacher ו-Gill (2006), בהתאמה. ניתוח נתוני המעקב נערך בהתאם למודל ה-APIM לניתוח נתונים אורכיים (Kenny et al., 2006; longitudinal).

תוצאות

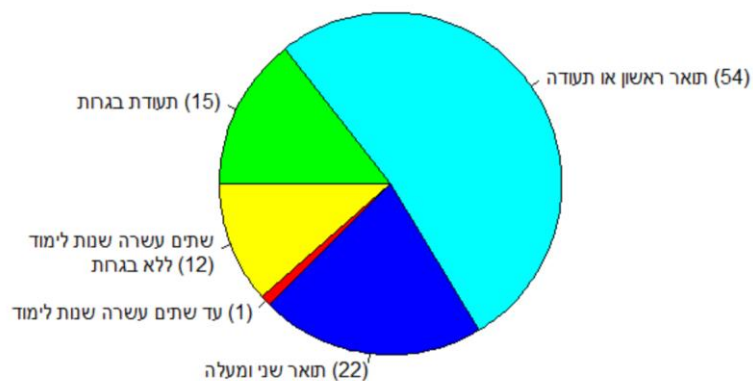
נתונים תיאוריים

משתני רקע

רמת ההכנסות של הזוגות מתוארת בתרשים 1:
תרשים 1 - רמות הכנסה לזוג, שם בחודש



רמות ההשכלה של הנבדקים מתוארות בתרשים 2:
תרשים 2 - רמת השכלה





נתונים תיאוריים על כלל משתני הרקע נתונים בטבלה 2 לצד מובהקות ההבדל בין מחפשי עבודה לבני/בנות זוגם, כפי שנבדקה במבחני רגרסיה ליניארית הירארכית (HLM). מכיוון שרבים מהמשתנים שנבדקו ידועים כתלויי מגדר, הניתוחים בוצעו תוך שליטה במשתנה המגדר. נתונים בהם נמצאו הבדלים מובהקים מודגשים.

טבלה 2. ריכוז נתונים תיאוריים על משתני הרקע
א2. משתנים דמוגרפיים

		מחפשי עבודה				בני/בנות זוג של מחפשי עבודה			
		ממוצע מינימום		ממוצע מינימום		ממוצע מינימום		ממוצע מינימום	
		ן	סטיים	ן	סטיים	ן	סטיים	ן	סטיים
		ת	(תקן)	ת	(תקן)	ת	(תקן)	ת	(תקן)
גיל		21	34.5	58	32.5	24	34.77	32	59
			(8.39)		(8.34)				
משך הקשר		1.42	7.57	33.42	5.92	1.42	7.57	6	33.33
			(6.46)		(6.37)				

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

2.ב. משתני אישיות

מחפשי עבודה				מחפשי עבודה				מחפשי עבודה					
ממוצע מינימום חציון מקסימום הבדל בין				ממוצע מינימום חציון מקסימום				ממוצע מינימום חציון מקסימום					
בני הזוג				בני הזוג				בני הזוג					
(p)				(תקן)				(תקן)					
.567	4.83	1.67	1	1.91	51.67	1	1.94	1	1.94	התקשרות			
				(.93)			(.98)			נמנעת			
.994	6	1.17	1	1.75	6.33	1	1.83	1	1.83	התקשרות			
				(1.12)			(1.35			חרדתית			
)						
.707	3.6	2.2	1	2.17	3.4	2.2	1.2	2.32	2.32	אפקט			
				(.65)			(.55)			שלילי			
										אישיותי			
.209	3.2	1.6	1	1.74	3.6	1.6	1	1.58	1.58	אנטגוניזם			
				(.57)			(.5)			אישיותי			
.438	3.2	1.6	1	1.69	2.6	1.6	1	1.64	1.64	ניתוק			
				(.51)			(.47)			אישיותי			
.904	3.2	1.8	1	1.7	3.2	1.6	1	1.66	1.66	דיסאינהיב			
				(.49)			(.49)			יציה			
										אישיותית			
*.040	3.4	1.6	1	1.67	2.6	1.4	1	1.52	1.52	נטייה			
				(.57)			(.45)			אישיותית			
										לפסיכוטיו			
										ת			
.938	2.5	1.31	- .75	1.23	2.75	1.25	- .38	1.24	1.24	מיקוד			
				(.62)			(.71)			שליטה			
										פנימי			

מחפשי עבודה בני/בנות זוג של מחפשי

עבודה

ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום		בני הזוג		p	ת	מיקוד שליטה (באנשים)
ממוצע	מינימום	חציון	מקסימום	ממוצע	מינימום			
1.88	-.75	-2.75	-.68	1.88	-.75	.104	1.22	מיקוד שליטה (באנשים)
1.75	-.75	-2.88	-.72	1.75	-.75	.530	1.05	מיקוד שליטה (בגורל)

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

ג. משתני בריאות

מחפשי עבודה בני/בנות זוג של מחפשי

עבודה

ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום		בני הזוג		p	ת	מיקוד שליטה (באנשים)
ממוצע	מינימום	חציון	מקסימום	ממוצע	מינימום			
3.05	1.23	.4	1.28	3.05	1.23	.001**	1.22	מיקוד שליטה (באנשים)
3.64	1.86	1	2.01	3.64	1.86	.016*	1.05	מיקוד שליטה (בגורל)
2.15	.59	0	.68	2.15	.59	.653	.48	מיקוד שליטה (בגורל)

מחפשי עבודה בני/בנות זוג של מחפשי

עבודה

ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום		בני		בנות		p) הזוג	תקן	תקן	פיזיות
ממוצע	מינימום	חציון	מקסימום	ממוצע	מינימום	חציון	מקסימום				
91.92	70	95	100	89.23	40	95	100	.146	(9.19)	(16.01)	בריאות פיזית
32.08	-10	35	80	36.83	-15	40	70	.188	(19.4)	(18.97)	חיוניות פיזית
73.31	20	77	100	79.13	10	82	100	.233	(21.8)	(18.04)	בריאות כללית
62.38	8	68	100	72.31	40	72	92	.006**	(22.0)	(12.96)	בריאות נפשית
67.63	10	72	100	73.02	0	74	100	.269	(24.9)	(24.09)	יכולת תפקוד למרות כאב
79.81	25	75	100	80.77	25	87.5	100	.971	(21.1)	(21.65)	תפקוד חברתי
87.02	0	100	100	90.87	0	100	100	.395	(22.4)	(22.7)	יכולת תפקוד למרות קושי פיזי
69.23	0	66.6	100	78.85	0	100	100	.175	(34.8)	(32.36)	יכולת תפקוד למרות קושי רגשי

ד.2. משתני קשר

מחפשי עבודה		בני/בנות זוג של מחפשי עבודה		ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום		ממוצע מינימום חציון מקסימום	
ת	ט	ט	ת	ט	ת	ט	ת	ט	ת	ט	ת
(תקן)	(תקן)	(p)	(p)	(תקן)	(תקן)	(p)	(p)	(תקן)	(תקן)	(p)	(p)
שביעות רצון מהקשר	4.69	3.4	4.77	5.44	4.59	2.47	4.83	5.38	4.69	3.4	4.77
	(.57)			(.68)							
תחושת היענות נתפסת	6.4	2.9	6.75	6.23	1.5	6.55	8	6.4	6.4	2.9	6.75
	(1.31)			(1.52)							
מתן תמיכה כללית	2.7	.07	2.73	2.86	.73	2.9	4	2.7	2.7	.07	2.73
	(.75)			(.66)							
קבלת תמיכה כללית	2.5	.47	2.5	2.45	.2	2.6	4	2.5	2.5	.47	2.5
	(.95)			(.98)							
מתן תמיכה רגשית	2.82	0	2.88	2.96	.88	3	4	2.82	2.82	0	2.88
	(.8)			(.78)							
קבלת תמיכה רגשית	2.67	.38	2.62	2.56	0	2.75	4	2.67	2.67	.38	2.62
	(1.02)			(1.11)							
מתן תמיכה פרקטית	2.62	.17	2.5	2.78	.5	2.83	4	2.62	2.62	.17	2.5
	(.94)			(.71)							
קבלת תמיכה פרקטית	2.33	.17	2.33	2.35	.33	2.5	4	2.33	2.33	.17	2.33
	(1.07)			(.98)							

מנתוני הרקע עולה שלמרות שמחפשי העבודה ובני/בנות זוגם לא נבדלים אלו מאלו במובנים רבים, מחפשי עבודה נמצאים ברמת בריאות נפשית ירודה יחסית לבני ובנות זוגם – וחווים יותר דיכאון ויותר רומינציה. מעניין שמבחינה אישיותית נמצא הבדל



בנטייה לפסיכוטיות. בפרט, תכונה זו הייתה חזקה יותר אצל בני\בנות הזוג מאשר אצל מחפשי\מחפשות עבודה.

משתני יומן

נתונים תיאוריים על כלל משתני היומן מופיעים בטבלה 3 לצד מובהקות ההבדל בין מחפשי עבודה לבני\בנות זוגם, כפי שנבדק במבחני רגרסיה היררכית (HLM). נתוני הפיזור מתייחסים לממוצעים ברמת הפרט – כך למשל, הדיכאון המקסימלי המופיע בטבלה אינו הדיכאון המקסימלי שנמדד ביום ספציפי אלא הדיכאון של הנבדק בעל הדיכאון הממוצע הגבוה ביותר. פעילויות חיפוש עבודה ורומינציה נבדקו רק אצל בני הזוג שחיפשו עבודה.

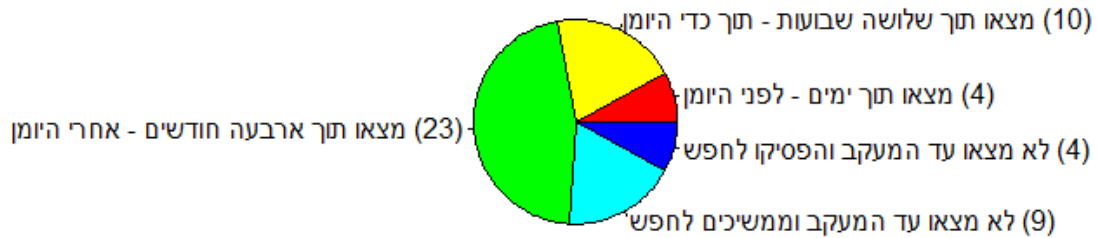
	מחפשי עבודה				בני/בנות זוג של מחפשי עבודה				
	ממוצע		מינימום		ממוצע		מינימום		הבדל
			(סטטיית				(סטטיית		בין בני
			תקן)				תקן)		הזוג
									(p)
רגשות	2.7	(.79)	2.6	(.86)	2.7	3.97	0.35	0.26	< .001***
חיוביים	2.7	(.79)	2.6	(.86)	2.7	3.97	0.35	0.26	< .001***
בקשר	2.7	(.79)	2.6	(.86)	2.7	3.97	0.35	0.26	< .001***
רגשות	0.29	(.3)	0.42	(.43)	0.24	1.61	0	0.42	< .001***
שליליים	0.29	(.3)	0.42	(.43)	0.24	1.61	0	0.42	< .001***
בקשר	0.29	(.3)	0.42	(.43)	0.24	1.61	0	0.42	< .001***
קונפליקט	0.24	(.16)	0.26	(.2)	0.21	.78	0	0.26	.718
דיוק	1.07	(.42)	0.97	(.46)	0.95	2.19	0.19	0.97	< .001***
אמפתי	1.07	(.42)	0.97	(.46)	0.95	2.19	0.19	0.97	< .001***

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

בנתוני היומן ניתן לראות שוב שמחפשי העבודה חווים רמות גבוהות יותר של דיכאון ורמות נמוכות יותר של רגשות חיוביים. עם זאת, מבחינת הקשר הזוגי, התמונה מורכבת יותר. מחפשי העבודה מדווחים שהם נותנים פחות תמיכה, אבל לא מדווחים שהם מקבלים פחות תמיכה. במלים אחרות, נראה שמחפשי עבודה מקבלים תמיכה סמויה, שנמצאה במחקרים קודמים כמועילה ביותר מכיוון שהיא לא גורמת לנמען להרגיש "נתמך" ולא פוגעת בביטחון העצמי שלו. עם זאת, ייתכן שמתן תמיכה רבה סמויה לאורך זמן פוגע בחוויית הקשר של בני ובנות זוגם של מחפשי העבודה; אלו מדווחים על פחות רגשות חיוביים ויותר רגשות שליליים בקשר, ואפילו על יותר התנהגויות שליליות מאשר מחפשי העבודה. בנוסף לכך, למחפשי העבודה היה דיוק אמפתי גבוה יותר, כלומר היכולת שלהם לזהות את הרגשות של בני זוגם הייתה טובה יותר מהיכולת של בני זוגם לזהות את רגשותיהם.

משתני מעקב

בתרשים 3 ניתן לראות את התפלגות מציאת העבודה בין הנבדקים במדידת המעקב. 74% מהנבדקים מצאו עבודה תוך ארבעה חודשים.



נתונים תיאוריים על כלל משתני המעקב נתונים בטבלה 4. הנתונים מחולקים בין זוגות בהם מחפשי העבודה מצאו עבודה לכאלו שלא.

4.ב. משתני קשר

		מחפשי עבודה בני/בנות זוג של					
		מחפשי עבודה					
	אפקט אפקט	זוג אפקט	בני	זוג בני	לא	מצאו	
	להבדל אינטראקציה	להבדל	לא	מצאו	עבודה	מצאו	
	(p)	בין	עבודה - לפי	עבודה	עבודה	-	
	בני	מציאת	ממוצע ממוצע	-	-	ממוצע	
	זוג	עבודה	(סטיית	(סטיית	עבודה	(סטיית	
	(p)	(p)	תקן)	תקן)	תקן)	תקן)	
						תקן)	
שביעות	.690	.655	.535	4.4	4.54	4.59	4.56
רצון				(.68)	(.79)	(.58)	(.75)
מהקשר							
תחושת	.819	.459	.864	6.33	5.92	6.48	6.3
היענות				(1.68)	(1.82)	(1.91)	(1.63)
נתפסת							
מתן	.864	.361	.381	2.93	2.57	2.78	2.6
תמיכה				(.97)	(.86)	(.72)	(.8)
כללית							
קבלת	.880	.753	.568	2.89	2.26	2.85	2.28
תמיכה				(.88)	(1.08)	(1.05)	(.9)
כללית							
מתן	.897	.526	.557	3.04	2.64	2.96	2.68
תמיכה				(1.1)	(.94)	(.79)	(.94)
רגשית							
קבלת	.833	.887	.843	2.92	2.35	2.98	2.4
תמיכה				(.9)	(1.18)	(1.14)	(1.08)
רגשית							
מתן	.624	.569	.512	2.81	2.49	2.65	2.57
תמיכה				(1.06)	(.87)	(.75)	(.79)
פרקטית							

טבלה 5. ניבוי מציאת עבודה לפי משתני רקע

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
משתנים דמוגרפיים			
.564	.58(46)	.87(1.51)	Intercept
.010**	2.58(46)	2.94(1.14)	מגדר בן/בת זוג
.114	-1.58(46)	-.25(.16)	גיל
.102	1.64(46)	.27(.17)	גיל בן/בת זוג
משתני אישיות מחפשי עבודה			
.133	1.5(47)	2.89(1.93)	Intercept
.012*	-2.51(47)	-1.8(.72)	אפקט שלילי אישיותי
.089	1.7(47)	1.57(.92)	דיסאינהיביציה אישיותית
משתני אישיות בני זוג			
.059	1.89(46)	6.58(3.48)	Intercept
.021*	-2.3(46)	-3(1.3)	אנטגוניזם אישיותי של בן/בת זוג
.010**	-2.58(46)	-5.58(2.16)	דיסאינהיביציה אישיותית של בן/בת זוג
.002**	3.14(46)	6.51(2.07)	נטייה אישיותית לפסיכוטיות של בן/בת זוג
משתני בריאות מחפשי עבודה			
.783	-.28(45)	-1.05(3.81)	Intercept
.023*	-2.27(45)	-2.56(1.13)	דיכאון
.035*	2.1(45)	.11(.05)	בריאות פיזית
.083	-1.73(45)	-.04(.02)	יכולת תפקוד למרות כאב
.083	-1.73(45)	-.03(.02)	יכולת תפקוד למרות קושי רגשי
משתני בריאות בני זוג			
.275	-1.09(45)	-2.68(2.46)	Intercept
.043*	2.02(45)	2.17(1.08)	רומינציה של בן/בת זוג
.113	1.58(45)	.04(.03)	חיוניות פיזית של בן/בת זוג
.124	-1.54(45)	-.04(.03)	בריאות כללית של בן/בת זוג
.071	1.8(45)	.03(.02)	יכולת תפקוד למרות כאב של בן/בת זוג

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
משתני קשר מחפשי עבודה			
.866	-.17(45)	-.55(3.24)	Intercept
.105	1.62(45)	1.4(.86)	שביעות רצון מהקשר
.011*	-2.56(45)	-1.9(.74)	קבלת תמיכה רגשית
.039*	-2.07(45)	-.87(.42)	מתן תמיכה פרקטית
.033*	2.13(45)	1.14(.53)	קבלת תמיכה פרקטית
משתני קשר בני זוג			
.010*	2.57(48)	5.03(1.96)	Intercept
.031*	-2.16(48)	-1.27(.59)	מתן תמיכה רגשית של בן/בת זוג

משתנים דמוגרפיים (מגדר, גיל, הכנסה והשכלה) ניבאו 17% מהשונות במציאת עבודה. בני ובנות זוג של נשים מצאו עבודה בסיכוי טוב יותר מאשר בנות זוג של גברים (יש לשים לב שהמדגם כלל שלושה זוגות חד-מיניים של נשים, כך שהמגדר של בן/בת הזוג אינו קובע בהכרח את המגדר של מחפשי העבודה). מתוך הגברים במדגם, שכולם בני זוג של נשים, 89% מצאו עבודה (17/19). מתוך הנשים שהן בנות זוג של נשים, 100% מצאו עבודה (3/3). לעומת זאת, בקרב הנשים שהן בנות זוג של גברים, רק 60% מצאו עבודה (17/28). אם כך, למרות שיש לסייג את הממצא בכך שנחקרו מעט זוגות חד מיניים, נראה שלפחות חלק מהקושי של נשים למצוא עבודה קשור למגדר של הבן-זוג. בניתוחי המשך, מצאנו שכשמסתכלים יחד על משתנים דמוגרפיים ומשתנים אישיותיים של בן/בת הזוג, האפקט של מגדר בן/בת הזוג נעלם. אם כך, נראה שבני זוג עם מאפיינים אישיותיים שנפוצים אצל גברים הקשו על מחפשי העבודה למצוא עבודה.

משתנים אישיותיים של מחפשי העבודה (משתני התקשרות, הפרעות אישיות ומיקוד שליטה) ניבאו 16% מהשונות במציאת עבודה. משתתפים עם נטייה אישיותית גבוהה לאפקט שלילי מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר מאשר משתתפים עם נטייה נמוכה יותר. משתנים אישיותיים של בן/בת הזוג הסבירו 53% מהשונות במציאת עבודה. מחפשי עבודה שלבני ובנות זוגם נטייה אישיותית

לאנטגוניזם או לדיסאינהיביציה התקשו יותר במציאת עבודה. עם זאת, מחפשי עבודה שלבני ובנות זוגם נטייה אישיותית לפסיכוטיות מצאו עבודה יותר בקלות.

משתני בריאות אישיים של מחפשי העבודה (מדדי תפקוד ובריאות, דיכאון, חרדה חברתית, רומינציה) הסבירו 17% מהשונות במציאת עבודה. מחפשי עבודה עם דיכאון התקשו למצוא עבודה, בעוד שאלו עם בריאות פיזית טובה מצאו עבודה יותר בקלות.

משתני בריאות של בן\בת הזוג הסבירו 14% מהשונות במציאת עבודה. מחפשי עבודה שלבני\בנות זוגם נטייה לרומינציה מצאו עבודה יותר בקלות.

משתני קשר זוגי של מחפשי העבודה (שביעות רצון מהקשר, תחושת היענות נתפסת, משתני תמיכה) הסבירו 20% מהשונות במציאת עבודה. מבחינת קבלת תמיכה, אלו שקיבלו תמיכה רגשית רבה מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר מאלו שקיבלו פחות תמיכה רגשית. לעומת זאת, אלו שקיבלו תמיכה פרקטית רבה יותר מצאו עבודה בסיכוי גבוה יותר מאלו שקיבלו פחות תמיכה פרקטית. נראה שבעוד שתמיכה רגשית הפריעה למשתתפים למצוא עבודה, תמיכה פרקטית עזרה להם. עם זאת, ייתכן שבמקרה זה קבלת תמיכה רגשית מאפיינת משתתפים בעלי רמות דיכאון גבוהות, כך שהתמיכה הרגשית היא סממן לבעיה ולא הגורם לה.

מבחינת מתן תמיכה, מחפשי עבודה שנתנו תמיכה פרקטית רבה יותר לבני/בנות זוגם התקשו יותר למצוא עבודה. נראה שמתן תמיכה גזל משאבים שהיו יכולים לשמש את המשתתפים למצוא עבודה.

משתני קשר זוגי של בני\בנות הזוג הסבירו 10% מהשונות. משתתפים שבני\בנות זוגם דיווחו על מתן יותר תמיכה רגשית מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר מאשר אלו שבני\בנות זוגם נתנו להם פחות תמיכה רגשית, באופן שתואם את הממצאים לגבי משתנים אישיים.

ניבוי שביעות רצון מהקשר הזוגי לפי משתני רקע

בכדי לבחון את ההשפעה של משתנים שונים על שביעות הרצון מהקשר הזוגי בסוף המחקר, ערכנו ניתוחי רגרסיה רב שלביים. מספר נתונים נמצאו כמנבאים של שביעות רצון זוגית. משוואות רגרסיה מלאות נתונות בטבלה 6. המשתנה של מציאת עבודה נכנס כמשתנה ביקורת לכלל הניתוחים. בהתאם להמלצות מודל APIM, המשתנים של

שני בני הזוג הוכנסו יחד לכל הניתוחים. כדי לזהות לאילו משתנים הייתה תרומה משמעותית יותר, לאחר שנמצאו המשתנים המשמעותיים ביותר חישבנו בנפרד את התרומה של המשתנים של מחפשי העבודה ושל בני הזוג.

טבלה 6. ניבוי שביעות רצון מהקשר לפי משתני רקע

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי שביעות רצון מהקשר של מחפשי העבודה לפי משתנים דמוגרפיים			
<.001***	11.29(47)	3.99(.35)	Intercept
.070	1.85(47)	.37(.2)	מגדר
.125	1.56(47)	.15(.1)	השכלת בן/בת זוג
ניבוי שביעות הרצון מהקשר של בני הזוג לפי משתנים דמוגרפיים			
<.001***	6.7(46)	4.22(.63)	Intercept
.024*	-2.34(46)	-.08(.03)	גיל
.045*	2.06(46)	.07(.03)	גיל בן/בת זוג
.102	1.67(46)	.17(.1)	השכלת בן/בת זוג
ניבוי שביעות רצון מהקשר של מחפשי העבודה לפי משתני אישיות			
<.001***	18.73(45)	5.9(.32)	Intercept
.001***	-3.56(45)	-.2(.06)	התקשרות חרדתית
.014*	2.56(45)	.26(.1)	מיקוד שליטה פנימי
<.001***	-4.35(45)	-.34(.08)	התקשרות נמנעת של בן/בת זוג
.013*	-2.58(45)	-.3(.11)	אפקט שלילי אישיותי של בן/בת זוג
ניבוי שביעות רצון מהקשר של בני הזוג לפי משתני אישיות			
<.001***	16.46(45)	5.52(.34)	Intercept

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
.022*	-2.37(45)	-.15(.07)	מיקוד שליטה חיצוני (באנשים)
< .001***	-6.79(45)	-.59(.09)	התקשרות נמנעת של בן/בת זוג
.064	-1.9(45)	-.24(.13)	אפקט שלילי אישיותי של בן/בת זוג
.063	1.91(45)	.32(.17)	ניתוק אישיותי של בן/בת זוג
ניבוי שביעות הרצון מהקשר של			
מחפשי העבודה לפי משתני			
בריאות			
< .001***	5.64(38)	7.19(1.28)	Intercept
.116	-1.61(38)	-.39(.25)	דיכאון
.007**	-2.87(38)	-.54(.19)	רומינציה
.028*	2.29(38)	.47(.2)	חרדה חברתית
.104	1.66(38)	.01(0)	בריאות כללית
.026*	-2.31(38)	-.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי פיזי
.008**	-2.8(38)	-.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי רגשי
.103	-1.67(38)	-.62(.37)	דיכאון של בן/בת זוג
.003**	-3.21(38)	-.02(.01)	חיוניות פיזית של בן/בת זוג
.077	1.82(38)	.02(.01)	בריאות נפשית של בן/בת זוג
.027*	-2.31(38)	-.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי פיזי של בן/בת זוג
.009**	2.74(38)	.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי רגשי של בן/בת זוג
ניבוי שביעות הרצון מהקשר של			
בני הזוג לפי משתני בריאות			
< .001***	4.92(41)	4.95(1.01)	Intercept
.024*	-2.35(41)	-.65(.28)	דיכאון
.086	-1.76(41)	-.36(.2)	רומינציה
.041*	2.11(41)	.47(.22)	חרדה חברתית
.022*	2.38(41)	.01(0)	בריאות כללית
.018*	-2.47(41)	-.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי רגשי

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
.025*	-2.33(41)	-.02(.01)	חיוניות פיזית של בן/בת זוג
.002**	3.38(41)	.03(.01)	בריאות נפשית של בן/בת זוג
.014*	-2.58(41)	-.01(0)	יכולת תפקוד למרות קושי פיזי של בן/בת זוג
ניבוי שביעות רצון מהקשר של מחפשי העבודה לפי משתני קשר			
.058	1.95(45)	.94(.49)	Intercept
<.001***	4.87(45)	.56(.11)	שביעות רצון מהקשר
.016*	2.49(45)	.16(.06)	קבלת תמיכה רגשית
.006**	-2.86(45)	-.17(.06)	מתן תמיכה פרקטית
<.001***	4.17(45)	.16(.04)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
ניבוי שביעות רצון מהקשר של בני הזוג לפי משתני קשר			
.513	-.66(43)	-.37(.56)	Intercept
.100	-1.68(44)	-.14(.08)	מתן תמיכה רגשית
.076	1.82(44)	.1(.06)	קבלת תמיכה פרקטית
<.001***	5.56(44)	.77(.14)	שביעות רצון מהקשר של בן/בת זוג
.053	1.99(44)	.12(.06)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.045*	2.06(44)	.27(.13)	מציאת עבודה

משתנים דמוגרפיים ניבאו 7% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של מחפשי העבודה בסוף המחקר, אך לאף משתנה לא היה אפקט מובהק. אותם משתנים ניבאו 9% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של בן/בת הזוג בסוף המחקר. בזוגות בהם מחפשי העבודה היו צעירים יותר ובני הזוג היו מבוגרים יותר, שביעות הרצון של בן/בת הזוג בסוף המחקר הייתה גבוהה יותר.

משתני אישיות ניבאו 47% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של מחפשי העבודה בסוף המחקר. למחפשי עבודה עם התקשרות חרדה הייתה פחות שביעות רצון מהקשר הזוגי, בעוד שלמחפשי עבודה עם מיקוד שליטה פנימי הייתה שביעות רצון גבוהה יותר. למחפשי עבודה שלבני זוגם הייתה התקשרות נמנעת, או אפקט שלילי

אישיותי, הייתה שביעות רצון נמוכה יותר מהקשר הזוגי. משתני מחפש העבודה עצמו הסבירו לבדם 16% מהשונות, ומשתני בני זוג הסבירו לבדם 30% מהשונות.

אותם משתני אישיות ניבאו 51% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של בני הזוג בסוף המחקר. לבני זוג עם התקשרות נמנעת הייתה שביעות רצון נמוכה יותר מהקשר הזוגי. גם כאשר למחפשי העבודה הייתה נטייה אישיותית לאנטגוניזם, שביעות הרצון של בני הזוג מהקשר הזוגי הייתה נמוכה יותר. משתנים אישיותיים של בני הזוג הסבירו לבדם 42% מהשונות, בעוד שמשתנים אישיותיים של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 5% מהשונות.

משתני בריאות ניבאו 35% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של מחפשי העבודה בסוף המחקר. נטייה לרומינציה של מחפשי העבודה, ובאופן מפתיע גם היכולת של מחפשי העבודה לתפקד למרות קשיים פיזיים ורגשיים, החיוניות של בני הזוג והיכולת שלהם לתפקד למרות קשיים פיזיים היו קשורות **לפחות** שביעות רצון של מחפשי העבודה מהקשר הזוגי. היכולת של בני הזוג לתפקד למרות קשיים רגשיים, ובאופן מפתיע גם החרדה החברתית של מחפשי העבודה, היו קשורים **ליותר** שביעות רצון מהקשר הזוגי. משתני בריאות של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 8% מהשונות, בעוד שמשתני בריאות של בני הזוג הסבירו לבדם 9% מהשונות.

אותם משתני בריאות הסבירו 29% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של בני הזוג בסוף המחקר. דיכאון של מחפשי העבודה, ובאופן מפתיע גם היכולת של מחפשי העבודה לתפקד למרות קשיים רגשיים, החיוניות של בני הזוג והיכולת שלהם לתפקד למרות קשיים פיזיים היו קשורות **לפחות** שביעות רצון של בני הזוג מהקשר הזוגי. הבריאות הנפשית של בני הזוג, הבריאות הכללית של מחפשי העבודה, ובאופן מפתיע גם החרדה החברתית של מחפשי העבודה, היו קשורים **ליותר** שביעות רצון מהקשר הזוגי. משתני בריאות של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 11% מהשונות, בעוד שמשתני בריאות של בני הזוג הסבירו לבדם 9% מהשונות.

משתני קשר הסבירו 71% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של מחפשי העבודה בסוף המחקר. שביעות הרצון שלהם מהזוגיות בתחילת המחקר, קבלת תמיכה רגשית ע"י מחפשי העבודה ותחושת היענות נתפסת של בני הזוג היו קשורים ליותר שביעות רצון



מהזוגיות. עם זאת, מתן תמיכה פרקטית ע"י מחפשי העבודה היה קשור לפחות שביעות רצון מהזוגיות. משתני מחפשי העבודה הסבירו לבדם 60% מהשונות, בעוד שמשותני בני הזוג הסבירו 38% מהשונות. אותם משתני קשר הסבירו 73% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של בני הזוג בסוף המחקר. שביעות הרצון שלהם בתחילת המחקר הייתה קשורה ליותר שביעות רצון מהקשר. בנוסף לכך, בזוגות בהם בני הזוג מצאו עבודה שביעות הרצון הייתה גבוהה יותר. משתני מחפשי העבודה לבדם (מציאת עבודה, במקרה זה) הסבירו 9% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר הזוגי של בני הזוג ככלל, בעוד שמשותני בני הזוג לבדם הסבירו 68% מהשונות.

ניבוי בריאות נפשית לפי משתני רקע

בכדי לבחון את ההשפעה של משתנים שונים על רמת הבריאות הנפשית בסוף המחקר, ערכנו ניתוחי רגרסיה רב שלביים. מספר נתונים נמצאו כמנבאים של בריאות נפשית. משוואות רגרסיה מלאות נתונות בטבלה 7. המשתנה של מציאת עבודה נכנס כמשתנה ביקורת לכלל הניתוחים. בהתאם להמלצות מודל APIM, המשתנים של שני בני הזוג הוכנסו יחד לכלל הניתוחים. כדי לזהות לאילו משתנים הייתה תרומה משמעותית יותר, לאחר שנמצאו המשתנים המשמעותיים ביותר חישבנו בנפרד את התרומה של המשתנים של מחפשי העבודה ושל בני הזוג.

טבלה 7. ניבוי בריאות נפשית לפי משתני רקע

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה לפי משתנים דמוגרפיים			
< .001***	5.01(48)	68.24(13.63)	Intercept
.012*	2.62(48)	.79(.3)	גיל בן/בת זוג
.069	-1.86(48)	-3.08(1.65)	הכנסה
.089	-1.74(48)	-3.89(2.24)	השכלת בן/בת זוג
ניבוי הבריאות הנפשית של בני הזוג לפי משתנים דמוגרפיים			
< .001***	9.27(48)	88.29(9.53)	Intercept
.035*	-2.17(48)	-9.33(4.3)	מגדר בן/בת זוג
.020*	-2.42(48)	-.76(.31)	גיל
.126	1.56(48)	.64(.41)	משך הקשר
ניבוי הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה לפי משתני אישיות			
< .001***	9.47(46)	80.5(8.5)	Intercept
.001**	-3.41(46)	-5.35(1.57)	התקשרות חרדתית
.084	-1.77(46)	-5.59(3.17)	אפקט שלילי אישיותי של בן/בת זוג
.004**	2.99(46)	13.73(4.58)	מציאת עבודה
ניבוי הבריאות הנפשית של בני הזוג לפי משתני אישיות			
< .001***	21.52(50)	79.95(3.71)	Intercept
< .001***	-3.89(50)	-6.96(1.79)	התקשרות חרדתית של בן/בת זוג

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה לפי משתני בריאות			
.713	-.37(40)	-12.29(33.21)	Intercept
.047*	2.05(40)	11.97(5.83)	דיכאון
.056	-1.96(40)	-.45(.23)	בריאות פיזית
< .001***	3.8(40)	.62(.16)	בריאות נפשית
.002**	3.25(40)	.29(.09)	יכולת תפקוד למרות קושי פיזי
.070	1.86(40)	13.85(7.44)	דיכאון של בן/בת זוג
.107	-1.65(40)	-.21(.12)	בריאות כללית של בן/בת זוג
.070	1.86(40)	.38(.2)	בריאות נפשית של בן/בת זוג
.047*	2.05(40)	.19(.09)	יכולת תפקוד למרות כאב של בן/בת זוג
.112	1.63(40)	7.48(4.6)	מציאת עבודה
ניבוי הבריאות הנפשית של בני הזוג לפי משתני בריאות			
.002**	3.34(45)	45.74(13.68)	Intercept
.008**	-2.78(45)	-12.34(4.44)	דיכאון
.003**	-3.18(45)	-.45(.14)	חיוניות פיזית
.003**	-3.13(45)	-13.3(4.24)	חרדה חברתית של בן/בת זוג
.038*	-2.14(45)	-.27(.13)	חיוניות פיזית של בן/בת זוג
.001***	3.73(45)	.65(.17)	בריאות נפשית של בן/בת זוג
< .001***	3.9(45)	.32(.08)	יכולת תפקוד למרות כאב של בן/בת זוג
ניבוי הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה לפי משתני קשר			
< .001***	3.82(44)	74.33(19.44)	Intercept
.046*	-2.06(44)	-12.98(6.31)	שביעות רצון מהקשר

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
.114	1.61(44)	4.05(2.51)	תחושת היענות נתפסת
.038*	2.14(44)	8.84(4.13)	מתן תמיכה רגשית של בן/בת זוג
.075	-1.82(44)	-4.68(2.57)	קבלת תמיכה פרקטית של בן/בת זוג
.001**	3.46(44)	18.89(5.45)	מציאת עבודה
ניבוי הבריאות הנפשית של בני הזוג לפי משתני קשר			
<.001***	4.07(48)	39.6(9.72)	Intercept
.077	1.8(48)	3.55(1.97)	קבלת תמיכה פרקטית
.004**	3.03(48)	4.77(1.57)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.097	-1.69(48)	-4.17(2.46)	קבלת תמיכה פרקטית של בן/בת זוג

משתנים דמוגרפיים ניבאו 13% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה בסוף המחקר. למחפשי עבודה שבני זוגם היו מבוגרים יותר הייתה בריאות נפשית גבוהה יותר בסוף המחקר. אותם משתנים דמוגרפיים ניבאו 14% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג בסוף המחקר. כאשר בני הזוג היו גברים, וכאשר מחפשי העבודה היו צעירים יותר, הבריאות הנפשית של בני הזוג הייתה גבוהה יותר.

משתני אישיות ניבאו 30% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה בסוף המחקר. למחפשי עבודה עם התקשרות חרדתית הייתה בריאות נפשית נמוכה יותר. בנוסף, למחפשי עבודה שמצאו עבודה הייתה בריאות נפשית גבוהה יותר. משתני מחפשי העבודה הסבירו לבדם 27% מהשונות, בעוד שמשתני בני הזוג הסבירו 3% מהשונות. אותם משתני אישיות ניבאו 22% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג בסוף המחקר. לבני זוג עם התקשרות חרדה יותר הייתה בריאות נפשית נמוכה יותר. משתני מחפשי העבודה לא הסבירו כלל את הבריאות הנפשית של בני הזוג.

משתני בריאות ניבאו 44% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה בסוף המחקר. למחפשי עבודה עם בריאות נפשית גבוהה בשאלון הרקע, ויכולת גבוהה לתפקד למרות קשיים פיזיים, ושלבני זוגם הייתה יכולת גבוהה לתפקד למרות כאב הייתה בריאות נפשית

גבוהה יותר בסוף המחקר. באופן מפתיע, למחפשי עבודה עם רמות דיכאון גבוהות יותר בשאלון הרקע הייתה בריאות נפשית גבוהה יותר בסוף המחקר, אך זה כנראה אפקט שנובע מכך שמשתנה זה מקוזז אפקטים של משתנים אחרים. משתני מחפשי העבודה הסבירו לבדם 35% מהשונות, ומשתני בני הזוג הסבירו 6% מהשונות. אותם משתני בריאות הסבירו 48% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג. לבני זוג עם בריאות נפשית גבוהה יותר בשאלון הרקע, ויכולת טובה יותר לתפקד למרות כאב, הייתה בריאות נפשית גבוהה יותר בסוף המחקר. לצד זאת, כאשר לבני הזוג הייתה יותר חרדה חברתית, וכאשר רמות הדיכאון של מחפשי העבודה היו גבוהות יותר, הבריאות הנפשית של בני הזוג בסוף המחקר הייתה נמוכה יותר. באופן מפתיע, כאשר החיוניות של בני הזוג או של מחפשי העבודה הייתה גבוהה יותר, הבריאות הנפשית של בני הזוג בסוף המחקר הייתה נמוכה יותר. משתני מחפשי העבודה לא הסבירו את הבריאות הנפשית של בני הזוג כלל לבדם, ומשתני בני הזוג הסבירו לבדם 39% מהשונות. משתני הקשר ניבאו 18% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה בסוף המחקר. למחפשי עבודה שהייתה להם שביעות רצון גבוהה יותר מהקשר בתחילת המחקר, שבני הזוג שלהם נתנו להם יותר תמיכה רגשית, ושמצאו עבודה הייתה בריאות נפשית טובה יותר. משתני הקשר של מחפשי העבודה ניבאו לבדם 12% מהשונות. משתני הקשר של בני הזוג לא ניבאו כלל שונות זו. אותם משתני קשר ניבאו 15% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג. בני זוג שהרגישו יותר היענות נתפסת במדידת הרקע היו בריאים יותר נפשית במדידת המעקב. משתני הקשר של מחפשי העבודה ניבאו לבדם 3% מהשונות, בעוד שמשתני הקשר של בני הזוג ניבאו לבדם 12% מהשונות.

סיכום – ניבוי לפי משתני רקע

יכולת הניבוי של משתני המעקב ע"י קבוצות שונות של משתני רקע נתונה בטבלה 8. המנבאים הטובים ביותר למציאת עבודה היו האישיות של בני הזוג (53%), ומשתני הקשר של מחפשי העבודה (20%).

המנבאים הטובים ביותר לשביעות רצון מהקשר היו משתני הקשר של אותו משתתף (מעל 60%), והאישיות של בני הזוג (מעל 30%). המנבאים הטובים ביותר לבריאות נפשית היו הבריאות של אותו משתתף (מעל 35%) והאישיות של אותו משתתף (מעל 22%). עם זאת, יש לשים לב שעבור מחפשי העבודה, מציאת עבודה הייתה אחד המשתנים המשמעותיים בכל קבוצות המשתנים.

טבלה 8. ניבוי משתני מעקב ע"י קבוצות שונות של משתני רקע

		שביעות רצון מהקשר		מציאת עבודה	
		מחפשי עבודה	בני זוג	מחפשי עבודה	בני זוג
משתנים דמוגרפיים					
משתני אישיות					
קבוצת מנבאים	מחפשי עבודה	16%	5%	16%	0%
משתנים	בני זוג	53%	42%	30%	22%
	משולב	--	51%	47%	22%
משתני בריאות					
מחפשי עבודה	מחפשי עבודה	17%	11%	8%	0%
בני זוג	בני זוג	14%	9%	9%	39%
משולב	משולב	--	29%	35%	48%
משתני קשר					
מחפשי עבודה	מחפשי עבודה	20%	9%	60%	3%
בני זוג	בני זוג	10%	68%	38%	12%
משולב	משולב	--	73%	71%	15%

ניבוי מציאת עבודה, שביעות רצון מהקשר הזוגי ובריאות נפשית לפי

משתני יומן

באופן דומה לניתוחים שדווחו לעיל, שעשו שימוש בשאלוני הרקע כדי לנבא את משתני התוצאה השונים, ערכנו סדרת ניתוחים בהם הנבאים היו ממוצעי המשתנים שדווחו ביומנים היומיים.

ניבוי מציאת עבודה לפי משתני יומן

בכדי לבחון את ההשפעה של משתנים שונים על מציאת עבודה עד סוף תקופת המחקר, ערכנו ניתוחי רגרסיה רב שלביים. לניתוחים אלו לא הוכנסו נבדקים שמצאו עבודה לפני היומן או במהלכו. מספר נתונים נמצאו כמנבאים של מציאת (או אי-מציאת עבודה). הניתוחים המלאים נתונים בטבלה 9. למרות שלפי המלצות מודל APIM יש להכניס את המשתנים של שני בני הזוג יחד למודל, שונות נמוכה במשתנה התלוי (מציאת עבודה) הובילה לכך שהיה צורך להכניס למודלים פחות משתנים, ולכן המשתנים של כל בן זוג נבדקו בנפרד.

טבלה 9. ניבוי מציאת עבודה לפי משתני יומן

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
משתנים רגש מחפשי עבודה			
.001***	3.47(48)	1.94(.56)	Intercept
.033*	-2.14(48)	-1.71(.8)	רגשות שליליים
משתני רגש בני זוג			
.501	.67(47)	1.03(1.52)	Intercept
.517	.65(47)	.74(1.15)	דיכאון של בן/בת זוג
.109	-1.6(47)	-1.18(.73)	קשיים חיצוניים של בן/בת זוג
משתני חיפוש עבודה			
.072	1.8(47)	1.44(.8)	Intercept
.089	-1.7(47)	-.77(.45)	רומינציה טורדנית על חיפוש עבודה
.763	.3(47)	.14(.45)	פעולות חיפוש עבודה
משתני קשר מחפשי עבודה			

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
.016*	2.41(46)	3.26(1.35)	Intercept
.112	-1.59(46)	-.42(.26)	קבלת תמיכה פרקטית
.408	-.83(46)	-.47(.57)	קבלת תמיכה סמויה רגשית
.059	-1.89(46)	-2.21(1.17)	רגשות שליליים בקשר
משתני קשר בני זוג			
.048*	1.98(44)	5.04(2.55)	Intercept
.010**	-2.58(44)	-7.01(2.72)	קונפליקט של בן/בת זוג
.022*	2.28(44)	1.97(.86)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.096	-1.66(44)	-.59(.35)	מתן תמיכה פרקטית של בן/בת זוג
.208	1.26(44)	.38(.3)	קבלת תמיכה פרקטית של בן/בת זוג
.005**	-2.84(44)	-3.94(1.39)	רגשות חיוביים בקשר של בן/בת זוג

משתנים רגשיים אישיים (רגשות שליליים, רגשות חיוביים, דיכאון, קשיים חיצוניים) הסבירו 19% מהשונות במציאת עבודה. משתתפים שהרגישו יותר רגשות שליליים מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר ממשתתפים שהרגישו פחות רגשות שליליים.

משתנים רגשיים של בן\בת הזוג הסבירו 11% מהשונות במציאת עבודה. לאף משתנה לא נמצא אפקט מובהק.

משתני חיפוש עבודה (רומינציה לגבי חיפוש עבודה, ביצוע פעולות הקשורות לחיפוש עבודה) הסבירו 8% מהשונות במציאת עבודה, אך האפקט של אף אחד מהמשתנים לא היה מובהק. משתנים אלו לא נמדדו עבור בני\בנות זוג.

משתני קשר של מחפשי העבודה (תחושת היענות נתפסת, משתני תמיכה, התנהגויות שליליות ורגשות בקשר) הסבירו 13% מהשונות במציאת עבודה, אך האפקט של אף אחד מהמשתנים לא היה מובהק.

משתני קשר של בן\בת הזוג הסבירו 51% מהשונות במציאת עבודה. משתתפים שבני\בנות זוגם חוו יותר קונפליקטים איתם מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר מאחרים. משתתפים שבני\בנות זוגם חוו היענות נתפסת גבוהה יותר מצאו עבודה בסיכוי גבוה יותר מאחרים.

לבסוף, משתתפים שבני\בנות זוגם הרגישו יותר רגשות חיוביים בזוגיות מצאו עבודה בסיכוי נמוך יותר מאחרים.

ניבוי שביעות רצון מהקשר הזוגי לפי משתני יומן

בכדי לבחון את ההשפעה של משתנים שונים על שביעות הרצון מהקשר הזוגי בסוף המחקר, ערכנו ניתוחי רגרסיה רב שלביים. מספר נתונים נמצאו כמנבאים של שביעות רצון. משוואות רגרסיה מלאות נתונות בטבלה 10. המשתנה של מציאת עבודה ומשתנה נוסף של מציאת עבודה מוקדמת (בתקופת היומן) נכנסו כמשתני ביקורת לכל הניתוחים. בהתאם להמלצות מודל APIM, המשתנים של שני בני הזוג הוכנסו יחד לכל הניתוחים. כדי לזהות לאילו משתנים הייתה תרומה משמעותית יותר, לאחר שנמצאו המשתנים המשמעותיים ביותר חישבנו בנפרד את התרומה של המשתנים של מחפשי העבודה ושל בני הזוג.

טבלה 10. ניבוי שביעות רצון מהקשר הזוגי לפי משתני יומן

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי שביעות רצון מהקשר של מחפשי העבודה לפי משתנים רגשיים			
		4.42(.47)	Intercept
<.001***	9.41(44)		
.100	1.68(44)	.28(.17)	רגשות חיוביים
.094	1.71(44)	.47(.28)	רגשות שליליים
.058	-1.94(44)	-.44(.23)	קשיים חיצוניים
.100	-1.68(44)	-.45(.27)	רגשות שליליים של בן/בת זוג
.075	-1.82(44)	-.39(.22)	מציאת עבודה עד סוף היומן
ניבוי שביעות הרצון מהקשר של בני הזוג לפי משתנים רגשיים			
		4.94(.59)	Intercept
<.001***	8.4(43)		
.147	-1.48(43)	-.47(.32)	דיכאון
.030*	2.24(43)	.36(.16)	רגשות חיוביים
.045*	2.07(43)	.64(.31)	רגשות שליליים

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
.077	-1.81(43)	-.4(.22)	קשיים חיצוניים
.003**	-3.19(43)	-.81(.26)	רגשות שליליים של בן/בת זוג
.062	-1.92(43)	-.39(.2)	מציאת עבודה עד סוף היומן
			ניבוי שביעות רצון
			מהקשר של מחפשי העבודה
			לפי משתני חיפוש עבודה
< .001***	46.11(49)	4.57(.1)	Intercept
			ניבוי שביעות הרצון
			מהקשר של בני הזוג לפי
			משתני חיפוש עבודה
< .001***	30.55(47)	4.58(.15)	Intercept
.029*	-2.25(47)	-.35(.15)	רומינציה טורדנית על חיפוש עבודה
.069	1.86(47)	.41(.22)	רומינציה יזומה על חיפוש עבודה
			ניבוי שביעות רצון
			מהקשר של מחפשי העבודה
			לפי משתני קשר
< .001***	6.81(37)	3.1(.46)	Intercept
.024*	-2.36(37)	-.51(.22)	דיוק אמפתי
.029*	2.28(37)	1.4(.61)	קונפליקט
< .001***	5.64(37)	.63(.11)	תחושת היענות נתפסת
.001***	3.67(37)	.24(.07)	מתן תמיכה רגשית
< .001***	-5.54(37)	-.55(.1)	מתן תמיכה פרקטית
.006**	2.9(37)	.17(.06)	קבלת תמיכה פרקטית
.052	-2.01(37)	-.18(.09)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.052	-2.01(37)	-.13(.07)	מתן תמיכה פרקטית של בן/בת זוג
.001***	-3.65(37)	-.48(.13)	קבלת תמיכה סמויה רגשית של בן/בת זוג
.038*	2.15(37)	.36(.17)	מציאת עבודה עד סוף המחקר
.005**	-2.97(37)	-.5(.17)	מציאת עבודה עד סוף היומן

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
			ניבוי שביעות הרצון
			מהקשר של בני הזוג לפי
			משתני קשר
<.001***	8.25(42)	4.33(.52)	Intercept
.005**	-2.95(42)	-.72(.25)	דיוק אמפתי
.003**	-3.2(42)	-1.48(.46)	קונפליקט
.033*	2.21(42)	.11(.05)	קבלת תמיכה פרקטית
.010*	2.68(42)	.24(.09)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.038*	2.14(42)	.08(.04)	קבלת תמיכה רגשית של בן/בת זוג
.006**	-2.88(42)	-.72(.25)	רגשות שליליים בקשר של בן/בת זוג

משתני רגש הסבירו 13% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר של מחפשי העבודה בסוף המחקר. האפקט של אף משתנה לא היה מובהק כשלעצמו. משתני הרגש של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 10% מהשונות, ואילו משתני הרגש של בני הזוג הסבירו 4% מהשונות. אותם משתני רגש הסבירו 33% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר של בני הזוג בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה הרגישו יותר רגשות חיוביים, ובאופן מפתיע גם כאשר הם הרגישו יותר רגשות שליליים, שביעות הרצון של בני הזוג מהקשר בסוף המחקר הייתה גבוהה יותר. כאשר בני הזוג הרגישו פחות רגשות שליליים, שביעות הקצון שלהם מהקשר בסוף המחקר הייתה גבוהה יותר. משתני הרגש של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 20% מהשונות, ואילו משתני הרגש של בני הזוג הסבירו לבדם 19% מהשונות.

משתני חיפוש העבודה של מחפשי העבודה לא הסבירו כלל את שביעות הרצון של מחפשי העבודה מהקשר בסוף המחקר. אותם משתני חיפוש עבודה הסבירו 7% משביעות הרצון של בני הזוג מהקשר בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה חוו מחשבות טורדניות על חיפוש העבודה בתקופת היום, שביעות הרצון של בני הזוג מהקשר הייתה נמוכה יותר בסוף המחקר.

משתני הקשר הסבירו 62% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר של מחפשי העבודה בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה חוו יותר היענות

נתפסת, שהיה להם יותר דיוק אמפתי, שהם חווים פחות קונפליקט, שהם נותנים יותר תמיכה רגשית, אך נותנים פחות תמיכה פרקטית, ושהם מקבלים יותר תמיכה פרקטית, הם הרגישו יותר שביעות רצון מהקשר בסוף המחקר. נבדקים שמצאו עבודה נטו להרגיש יותר שביעות רצון מהקשר בסוף המחקר, אך מציאת עבודה מוקדם הייתה קשורה לפחות שביעות רצון מהקשר (כך שעבור מי שמצא עבודה מוקדם שתי ההשפעות התקזזו). כאשר בני הזוג קיבלו יותר תמיכה רגשית סמויה, שביעות הרצון מהקשר של מחפשי העבודה בסוף המחקר הייתה נמוכה יותר. משתני הקשר של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 51% מהשונות, בעוד שמשתני הקשר של בני הזוג הסבירו 7% מהשונות. אותם משתני קשר הסבירו 61% מהשונות בשביעות הרצון מהקשר של בני הזוג בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה חוו יותר קבלה של תמיכה פרקטית, וכאשר בני הזוג חוו יותר היענות נתפסת וקיבלו יותר תמיכה רגשית, שביעות הרצון של בני הזוג מהקשר הייתה גבוהה יותר בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה חוו יותר קונפליקטים, כאשר בני הזוג חוו יותר רגשות שליליים, ובאופן מפתיע – כאשר למחפשי העבודה היה יותר דיוק אמפתי, בני הזוג הרגישו פחות שביעות רצון רבה מהקשר. משתני מחפשי העבודה הסבירו 16% מהשונות, בעוד שמשתני בני הזוג הסבירו 49% מהשונות.

ניבוי בריאות נפשית לפי משתני יומן

בכדי לבחון את ההשפעה של משתנים שונים על בריאות נפשית בסוף המחקר, ערכנו ניתוחי רגרסיה רב שלביים. מספר נתונים נמצאו כמנבאים של בריאות נפשית. משוואות רגרסיה מלאות נתונות בטבלה 11. המשתנה של מציאת עבודה ומשתנה נוסף של מציאת עבודה מוקדמת (בתקופת היומן) נכנסו כמשתני ביקורת לכל הניתוחים. בהתאם להמלצות מודל APIM, המשתנים של שני בני הזוג הוכנסו יחד לכל הניתוחים. כדי לזהות לאילו משתנים הייתה תרומה משמעותית יותר, לאחר שנמצאו המשתנים המשמעותיים ביותר חישבנו בנפרד את התרומה של המשתנים של מחפשי העבודה ושל בני הזוג.

טבלה 11. ניבוי בריאות נפשית לפי משתני יומן

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי בריאות נפשית של מחפשי העבודה לפי משתנים רגשיים			
< .001***	12.55(48)	87.75(6.99)	Intercept
.077	-1.81(48)	-8.07(4.47)	דיכאון
.014*	-2.56(48)	-10.92(4.26)	קשיים חיצוניים של בן/בת זוג
.071	1.85(48)	8.43(4.56)	מציאת עבודה עד סוף היומן
ניבוי בריאות נפשית של בני הזוג לפי משתנים רגשיים			
< .001***	5.71(49)	77.29(13.55)	Intercept
.017*	-2.47(49)	-16.68(6.77)	דיכאון של בן/בת זוג
.038*	2.13(49)	6.56(3.08)	רגשות חיוביים של בן/בת זוג
ניבוי בריאות נפשית של מחפשי העבודה לפי משתני חיפוש עבודה			
< .001***	7.57(46)	51.82(6.85)	Intercept
.213	1.26(46)	3.59(2.84)	פעולות חיפוש עבודה
.045*	2.06(46)	11.33(5.5)	מציאת עבודה עד סוף המחקר
.151	1.46(46)	8.16(5.59)	מציאת עבודה עד סוף היומן
ניבוי בריאות נפשית של בני הזוג לפי משתני חיפוש עבודה			
< .001***	21.47(49)	68.44(3.19)	Intercept
.163	-1.42(49)	-4.8(3.39)	רומינציה טורדנית על חיפוש עבודה
.155	1.45(49)	6.34(4.39)	רומינציה יזומה על חיפוש עבודה

p	t(DF)	אפקט ממוצע (סטיית תקן)	
ניבוי בריאות נפשית של			
מחפשי העבודה לפי משתני			
קשר			
< .001***	5.42(41)	72.66(13.41)	Intercept
.015*	2.55(41)	13.73(5.39)	דיוק אמפתי
.007**	2.81(41)	42.11(14.96)	קונפליקט
.010*	-2.69(41)	-6.82(2.53)	מתן תמיכה פרקטית
.047*	-2.05(41)	-10.4(5.08)	התנהגויות שליליות בקשר
.037*	2.16(41)	6.61(3.06)	רגשות חיוביים בקשר
.003**	-3.13(41)	-6.47(2.07)	תחושת היענות נתפסת של בן/בת זוג
.001***	3.75(41)	15.94(4.26)	מציאת עבודה עד סוף המחקר
ניבוי בריאות נפשית של			
בני הזוג לפי משתני קשר			
< .001***	6.42(44)	71.61(11.15)	Intercept
.084	1.77(44)	24.78(14.02)	קונפליקט
.142	-1.5(44)	-4.44(2.97)	קבלת תמיכה סמויה רגשית
.043*	2.09(44)	6.26(3)	רגשות חיוביים בקשר
.117	-1.6(44)	-2.35(1.47)	קבלת תמיכה פרקטית של בן/בת זוג
.020*	-2.41(44)	-8.79(3.64)	קבלת תמיכה סמויה רגשית של בן/בת זוג
.014*	-2.56(44)	-13.83(5.4)	רגשות שליליים בקשר של בן/בת זוג
.127	-1.56(44)	-7.77(4.99)	מציאת עבודה עד סוף היומן

משתני רגש הסבירו 24% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה בסוף המחקר. כאשר בני הזוג חוו קשיים חיצוניים בתקופת היומן, הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה הייתה נמוכה יותר. משתני הרגש של מחפשי העבודה הסבירו לבדם 16% מהשונות, ואילו משתני הרגש של בני הזוג הסבירו 17% מהשונות.

אותם משתני רגש הסבירו 22% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג בסוף המחקר. כאשר מחפשי העבודה הרגישו יותר רגשות

חיוביים ופחות דיכאון בתקופת היומן, הבריאות הנפשית שלהם בסוף המחקר הייתה גבוהה יותר. משתני הרגש של מחפשי העבודה לא הסבירו כלל שונות זו.

משתני חיפוש העבודה של מחפשי העבודה הסבירו 13% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה, אך האפקט המובהק היחיד היה למציאת עבודה – הבריאות הנפשית של מחפשי עבודה שמצאו עבודה הייתה גבוהה יותר.

משתנים אלו הסבירו רק 1% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג. לא נמצאו אפקטים מובהקים.

משתני הקשר הסבירו 44% מהשונות בבריאות הנפשית של מחפשי העבודה. מחפשי עבודה שהיו יותר מדויקים אמפתית והרגישו יותר רגשות חיוביים כלפי הקשר, וכאלו שמצאו עבודה, היו יותר בריאים נפשית בסוף המחקר. באופן מפתיע, גם מחפשי עבודה שחוו יותר קונפליקטים היו יותר בריאים נפשית בסוף המחקר. לעומת זאת, מחפשי עבודה שנתנו יותר תמיכה פרקטית והתנהגו באופן יותר שלילי היו פחות בריאים נפשית בסוף המחקר. באופן מפתיע, גם מחפשי עבודה שבני זוגם הרגישו מהם יותר היענות נתפסת היו פחות בריאים נפשית בסוף המחקר. משתני מחפשי העבודה הסבירו לבדם 32% מהשונות, בעוד שמשנתני בני הזוג לא הסבירו אף חלק מהשונות לבדם.

אותם משתני קשר הסבירו 20% מהשונות בבריאות הנפשית של בני הזוג. כאשר מחפשי העבודה חוו יותר רגשות חיוביים בקשר, בני הזוג היו יותר בריאים נפשית בסוף המחקר. לעומת זאת, כאשר בני הזוג חוו יותר רגשות שליליים בקשר הם היו פחות בריאים נפשית בסוף המחקר. באופן מפתיע, גם כאשר בני הזוג חוו יותר תמיכה סמויה רגשית הם היו פחות בריאים נפשית בסוף המחקר. משתני מחפשי העבודה הסבירו לבדם 3% מהשונות, בעוד שמשנתני בני הזוג הסבירו לבדם 13% מהשונות.

סיכום – ניבוי לפי משתני יומן

יכולת הניבוי של משתני המעקב ע"י קבוצות שונות של משתני יומן נתונה בטבלה 12. המנבאים הטובים ביותר למציאת עבודה היו משתני הקשר של בני הזוג (51% מהשונות) והרגשות של מחפשי העבודה (19% מהשונות).

המנבאים הטובים ביותר לשביעות הרצון מהקשר היו משתני הקשר של כל משתתף (מעל 49% מהשונות). משתני הרגשות של שני המשתתפים ניבאו בצורה טובה את שביעות הרצון מהקשר של בני הזוג (מעל 19% מהשונות).

המנבאים הטובים ביותר של הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה היו משתני הקשר שלהם (32%) ומשתני הרגשות של שני המשתתפים (מעל 16%). המנבאים הטובים ביותר של הבריאות הנפשית של בני הזוג היו משתני הקשר שלהם (13%) ומשתני הרגשות שלהם (22%).

טבלה 12. ניבוי משתני מעקב ע"י קבוצות שונות של משתני רקע

		שביעות רצון מהקשר		מציאת עבודה	
		מחפשי עבודה	בני זוג	מחפשי עבודה	בני זוג
משתני רגשות					
מחפשי עבודה	19%	10%	20%	16%	0%
בני זוג	11%	4%	19%	17%	22%
משולב	--	13%	33%	24%	22%
משתני חיפוש עבודה					
מחפשי עבודה	8%	0%	7%	13%	1%
משתני קשר					
מחפשי עבודה	13%	51%	16%	32%	3%
בני זוג	51%	7%	49%	0%	13%
משולב	--	62%	61%	44%	20%

חוויה זוגית של בני זוג של מחפשי עבודה

מהנתונים התיאוריים עולה שמבחינה זוגית הקושי המרכזי בתקופת חיפוש עבודה נמצא דווקא אצל בני הזוג, שחווים יותר רגשות שליליים ופחות חיוביים, מרגישים שהם נותנים יותר תמיכה ומקבלים פחות, ומתקשים להיות מדויקים אמפתית כלפי בני/בנות זוגם. בני ובנות הזוג דיווחו גם על יותר התנהגויות שליליות כלפי מחפשי העבודה. מניתוחי הניבוי עולה שמעבר להשפעה על החוויה שלהם עצמם בקשר וכן על הבריאות הנפשית שלהם עצמם, לחוויות של בני הזוג בקשר יש השלכות משמעותיות על מציאת עבודה, ולה בתורה יש השפעה משמעותיות על הבריאות הנפשית של מחפשי העבודה.

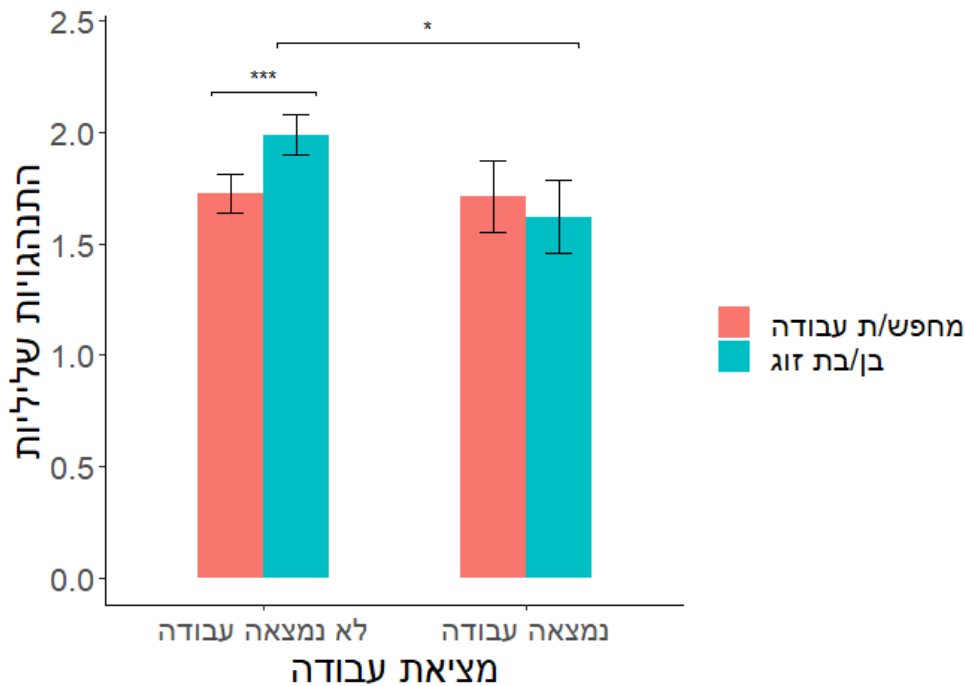
חוויות של בני זוג לפני ואחרי מציאת עבודה

כדי להעמיק בהבנת החוויה של בני ובנות זוג של מחפשי עבודה, השווינו בין זוגות בהן מחפשי העבודה לא מצאו עבודה בכל תקופת היומן לאלו בהן מחפשי העבודה מצאו עבודה לפני או במהלך תקופת היומן, ובדקנו האם חוויות בני ובנות הזוג (וכן חוויות מחפשי העבודה) השתנתה עם מציאת העבודה. לצורך כך, ערכנו ניתוח רגרסיה היררכית (HLM) ובדקנו אם קיימת אינטראקציה בין זהות הנבדק (כלומר, האם מדובר במחפש\ת עבודה או בבן\בת זוג) לבין משתנה מציאת העבודה (האם מחפש העבודה מאותו זוג כבר מצא עבודה). ניתוח זה נעשה לגבי כל אחד ממדדי הקשר הזוגי.

מבחינת התנהגויות שליליות בקשר, נמצא אפקט אינטראקציה המתואר בתרשים 4. בני/בנות הזוג של מחפשי עבודה שעוד לא מצאו עבודה התנהגו באופן שלילי יותר בקשר מאשר מחפשי העבודה שעוד לא מצאו עבודה, וכן מאשר בני/בנות זוג של מחפשי עבודה שכבר מצאו עבודה. ממצא זה מראה שניתן ככל הנראה לייחס את ההתנהגויות השליליות הללו למצב הספציפי בו בני זוגם מחפשים עבודה.

תרשים 4. התנהגויות שליליות בקשר לפי זהות בן הזוג

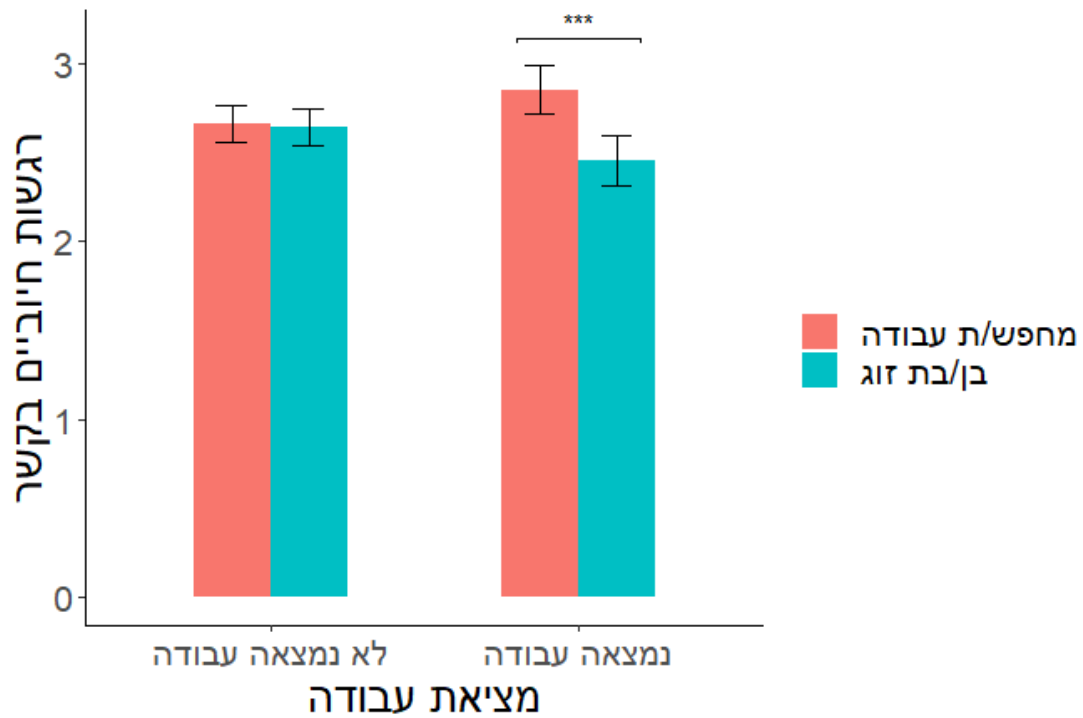
ומציאת עבודה



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

מבחינת רגשות חיוביים בקשר, נמצא אפקט אינטראקציה המתואר בתרשים 5. לאחר מציאת עבודה, בני/בנות הזוג הרגישו פחות רגשות חיוביים ממחפשי העבודה. ממצא זה יכול להסביר את הממצא הקודם לפיו רגשות חיוביים של בני הזוג במהלך היומן היו קשורים לפחות סיכוי למציאת עבודה – למרות שבניתוח הקודם זוגות שמצאו עבודה במהלך היומן הוצאו מהמדגם, ייתכן שהאפקט המתואר התחיל עוד לפני מציאת העבודה בפועל (לדוגמא, לאחר קבלה עקרונית אך לפני חתימת חוזה), כך שירידה ברגשות החיוביים הייתה סימן לקבלת עבודה.

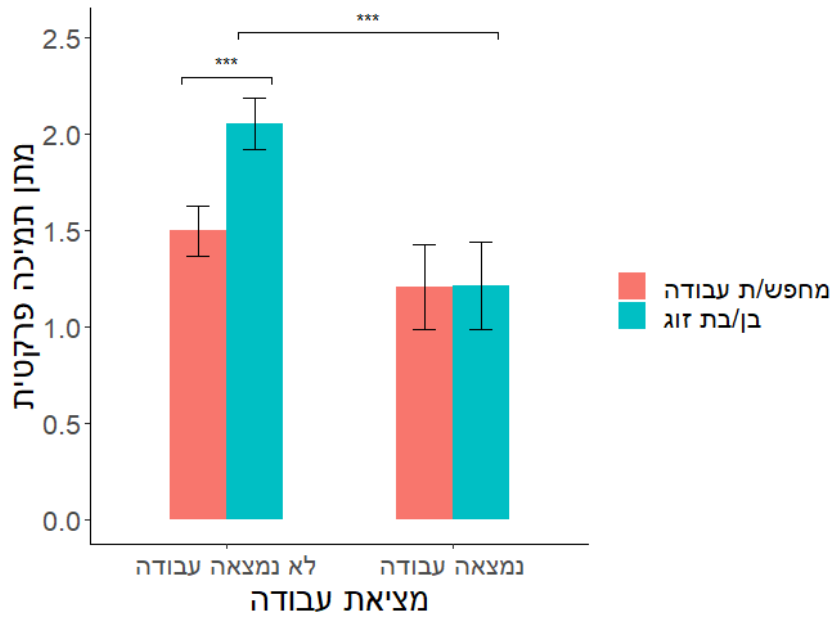
תרשים 5. רגשות חיוביים בקשר לפי זהות בן הזוג ומציאת עבודה



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

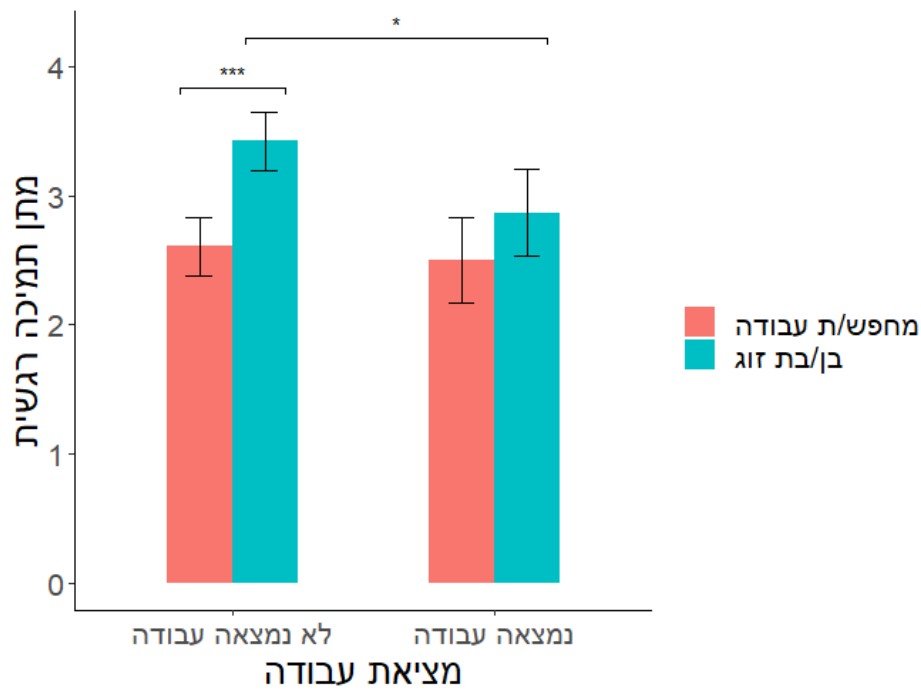
מבחינת מתן תמיכה פרקטית ותמיכה רגשית, נמצאו אפקטים דומים של אינטראקציות, ואלו מתוארים בתרשים 6 ובתרשים 6ב. בני\בנות זוג של מחפשי עבודה שעוד לא מצאו עבודה נתנו יותר תמיכה פרקטית ורגשית ממחפשי העבודה עצמם ומבני\בנות זוג של מחפשי עבודה שכבר מצאו עבודה.

תרשים 6א. מתן תמיכה פרקטית לפי זהות בן הזוג ומציאת עבודה



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

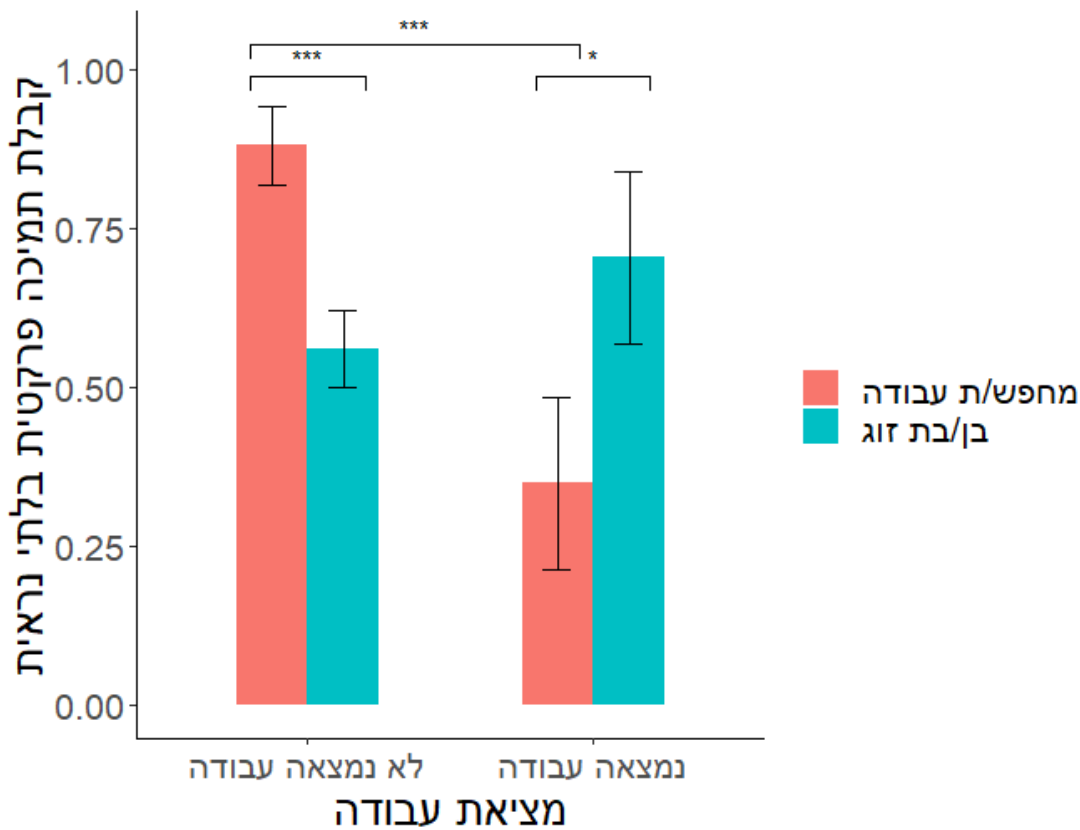
תרשים 6ב. מתן תמיכה רגשית לפי זהות בן הזוג ומציאת עבודה



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

מבחינת קבלת תמיכה פרקטית סמויה, נמצא אפקט אינטראקציה המתואר בתרשים 7. בני/בנות זוג של מחפשי עבודה שעוד לא מצאו עבודה קיבלו פחות תמיכה פרקטית סמויה ממחפשי העבודה עצמם; לאחר מציאת העבודה, המצב התהפך.

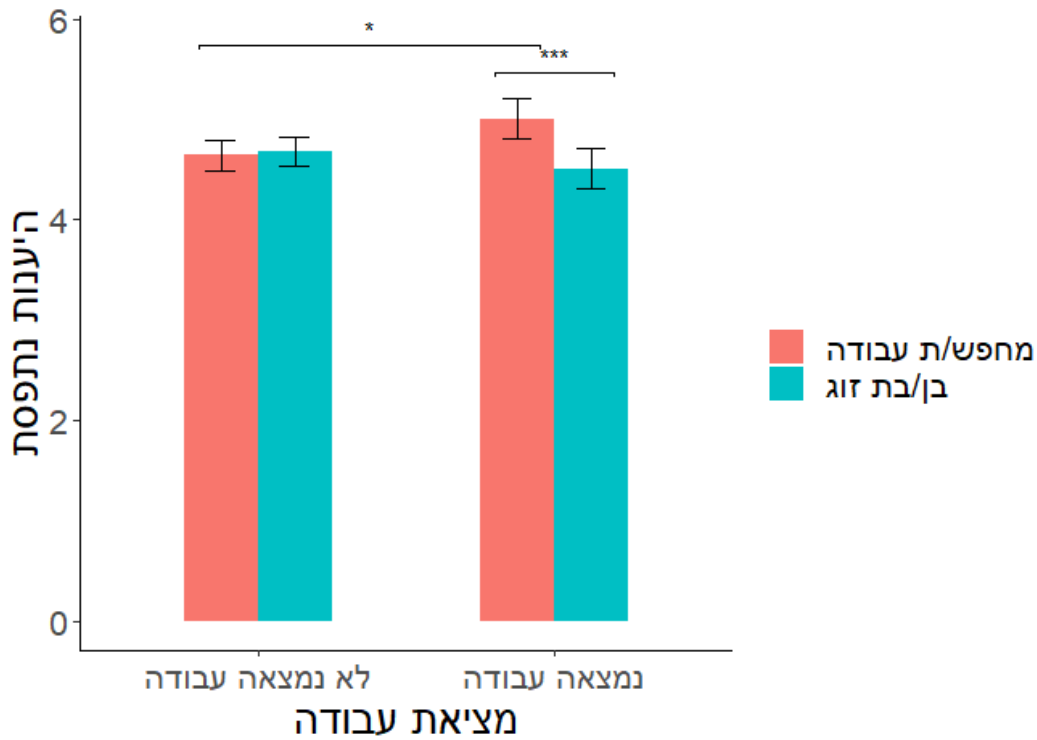
תרשים 7. קבלת תמיכה פרקטית סמויה לפי זהות בן הזוג ומציאת עבודה



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

מבחינת היענות נתפסת, נמצא אפקט אינטראקציה המתואר בתרשים 8. מחפשי עבודה שמצאו עבודה חוו יותר היענות נתפסת מבני/בנות זוג וממחפשי עבודה שלא מצאו עבודה.

תרשים 8. היענות נתפסת לפי זהות בן הזוג ומציאת עבודה



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

עבור דיכאון, רגשות שליליים בקשר, דיוק אמפתי, קונפליקט, קבלת תמיכה רגשית או פרקטית וקבלת תמיכה רגשית סמויה לא נמצאו אינטראקציות.

לסיכום, נראה שאחרי מציאת העבודה יש ירידה ברגשות החיוביים של בן הזוג כלפי מחפש/ת העבודה, לצד ירידה במתן תמיכה. עם זאת, במקביל יש פחות התנהגויות שליליות בזוגיות.

דיון והמלצות

המחקר הנוכחי בחן לעומק את התהליכים הזוגיים המתרחשים בקרב זוגות בהם אחד מבני הזוג מחפש עבודה, ע"י שימוש במתודולוגיה של יומנים יומיים. למחקר היו שתי מטרות עיקריות – זיהוי ההשלכות של חיפוש עבודה על תהליכים זוגיים, וזיהוי האופן בו תהליכים זוגיים משפיעים על בני הזוג בתקופת חיפוש העבודה.

השלכות חיפוש עבודה על תהליכים זוגיים

באופן כללי, נמצא ששיקרה השפעות של חיפוש העבודה על תהליכים זוגיים היו ברמה היומית (בתקופת היומן) ולא ברמה הכללית (בשאלוני הרקע). בקרב הזוגות שלקחו חלק במחקר, זוגות שאורך הקשר החציוני שלהם היה של כשש שנים, תקופת אבטלה של כחצי שנה לא השפיעה על הרושם הכללי מהזוגיות. עם זאת, ברמה היומית ניכרו השלכות משמעותיות, בעיקר על בני ובנות הזוג של מחפשי העבודה, והשלכות אלו לא נעלמו כולן עם מציאת עבודה. מעבר לכך, בקרב זוגות שבהם מחפשי העבודה לא מצאו עבודה, נמצאה "זליגה" של קשיים בריאותיים, פיזיים ונפשיים אל בני הזוג.

ברמה היומית, בני זוג של מחפשי עבודה שלא מצאו עבודה דיווחו על מתן תמיכה פרקטית ורגשית רבה. עם זאת, הם גם דיווחו על ריבוי של התנהגויות שליליות. למרות שמחקר זה לא עסק בהתנהגויות אלימות של ממש, ממצא זה הנוגע להתנהגויות שליליות תואם את ממצאיהם של מחקרים קודמים שמצאו ריבוי מקרי אלימות מצד בני זוג, לפחות כלפי נשים מחפשות עבודה (Coker et al., 2000; Kimerling et al., 2009).

יש לשים לב לכך שלמרות ההפחתה בהתנהגויות שליליות שחלה לאחר מציאת עבודה, שינוי זה לווה בפגיעה במאפיינים זוגיים אחרים. בפרט, מציאת עבודה לוותה בירידה ברגשות החיוביים של בני הזוג כלפי מחפשי העבודה, וכן בירידה במידת התמיכה הסמויה הפרקטית במחפשי העבודה. ממצא זה עשוי להעיד על כך שלאחר מציאת העבודה, בני הזוג התחילו למשוך תשומת לב רבה יותר לתמיכה הפרקטית שהם נתנו, ולהופכה לתמיכה נראית; שינוי זה עלול לפגוע במחפשי העבודה ובקשר הזוגי, שכן תמיכה סמויה נמצאה כמועילה

בהרבה מתמיכה נראית, במיוחד במצבי לחץ (Bolger & Kessler, 2000). השינויים שנמצאו בחוויה הזוגית של בני הזוג לאחר מציאת העבודה עשויים לשקף מעין "ירידת מתח" מצד נותני התמיכה, ובכך ללמד על גודל המתח עצמו בעת חיפוש העבודה ועל המחירים הזוגיים שהיו ואולי נותרו למתח זה.

לבסוף, למרות שבמידת המעקב לא נמצאו השלכות של אי מציאת עבודה על הקשר הזוגי, נמצאה תופעה זוגית בעייתית אחרת והיא "זליגה" של קשיים בריאותיים, פיזיים ונפשיים, אל בני הזוג. המחקר מאשש ממצאים קודמים (Marcus, 2013) לפיהם במשתנים רבים – ובפרט ההשפעה של קשיים פיזיים ורגשיים על התפקוד – בני זוג של מחפשי עבודה נפגעים לא פחות מהלחץ שמאפיין תקופה זו ממחפשי העבודה עצמם.

השלכות תהליכיים זוגיים על חיפוש עבודה

ממצאי המחקר הראו שלבני הזוג ולתהליכים זוגיים השפעה דרמטית על הסיכוי למציאת עבודה. בפרט, הן משתני האישיים של בני הזוג, והן משתני הקשר של שני המשתתפים, נמצאו כמנבאים חזקים של מציאת עבודה.

מבחינת האישיים של בני הזוג, נטייה אישיותית לאנטגוניזם או דיסאינהיביציה הייתה קשורה לקושי במציאת עבודה, והתקשרות נמנעת וכן אפקט שלילי אישיותי של בני הזוג היו קשורים לשביעות רצון נמוכה של מחפשי העבודה מהקשר בסוף המחקר. התקשרות נמנעת הייתה קשורה גם לשביעות רצון נמוכה של בני הזוג מהקשר, והתקשרות חרדתית של בני הזוג הייתה קשורה לבריאות נפשית נמוכה של בני הזוג.

מבחינת משתני קשר, לשני משתנים היו השפעות עקביות על כלל התהליכים. ראשית, תחושת ההיענות הנתפסת של בני הזוג שנמדדה בשאלוני הרקע הייתה קשורה לשביעות רצון גבוהה יותר של מחפשי העבודה מהקשר, ולבריאות נפשית גבוהה יותר של בני הזוג עצמם. תחושת ההיענות הנתפסת שנמדדה ביומן הייתה קשורה להצלחה במציאת עבודה, ולשביעות רצון מהקשר של שני הצדדים. למרות שבאותו מודל, תחושת ההיענות הנתפסת הייתה קשורה גם לבריאות נפשית נמוכה יותר של מחפשי העבודה, קשר זה נמצא כלא מובהק כשבדקנו

את המודל עם משתנה זה בלבד, ולכן נראה שמדובר באפקט שנוצר בגלל קיזוז סטטיסטי של משתנים אחרים.

בנוסף לחשיבות של ההיענות הנתפסת, מתן תמיכה פרקטית ע"י מחפשי העבודה חזר על עצמו כגורם בעייתי. דיווח בשאלון הרקע על מתן תמיכה פרקטית ע"י מחפשי העבודה היה קשור לסיכוי נמוך למציאת עבודה, ולשביעות רצון נמוכה של מחפשי העבודה מהקשר. דיווח ביומן על מתן תמיכה פרקטית ע"י מחפשי העבודה היה קשור לשביעות רצון נמוכה יותר מהקשר של מחפשי העבודה ולבריאות נפשית ירודה שלהם.

המלצות

במודל של גל ווייס-גל (2005) להתמודדות של עבודה סוציאלית עם אבטלה ועם מובטלים, הם מציינים שיש להתמודד עם האבטלה בשלוש רמות (פרט ומשפחה, קהילה\ארגון וחברה) בכדי לקדם שתי מטרות עיקריות – קידום שילוב המובטלים בעבודה, ושיפור איכות החיים של הנמצאים מחוץ לשוק העבודה. המחקר הנוכחי התמקד ברמת המשפחה והראה איך בני הזוג של מחפשי העבודה יכולים להשפיע על שתי המטרות האלו – הן לסייע במציאת עבודה והן לעזור לקדם את איכות החיים של מחפשי העבודה. בנוסף לכך, בהמשך למחקרים קודמים, המחקר הראה שגם בני הזוג מושפעים מתהליך חיפוש העבודה – השפעה שלא מסתיימת עם מציאת העבודה – ושגם את טובתם יש לקחת בחשבון.

1. בטיפול במחפשי עבודה, יש מקום לבחון דינמיקות זוגיות ונטיות אישיות של בני הזוג. בפרט יש לשים לב לבני זוג שמרגישים שבתקופת חיפוש העבודה, מחפשי העבודה לא נענים לצרכיהם, ולזוגות בהם נוצרת דינמיקה של מתן תמיכה פרקטית רבה מצד מחפשי העבודה (למשל, ניצול מופרז של הזמן שהתפנה להם לעבודות בית). בזוגות אלו ישנה סכנה לקושי במציאת עבודה, קשיים בזוגיות, ופגיעה בבריאות הנפשית של בני הזוג. בפרט, יש לשים לב להתנהגויות שליליות מצד בני הזוג בתקופה זו.

2. כפועל יוצא מכך, על גורמי טיפול ורווחה לשקול מתן עזרה גם לבני הזוג של מחפשי העבודה, הן בגלל שבני הזוג סובלים מקשיים המאפיינים תקופה זו כמעט באותה מידה כמו מחפשי

- העבודה, והן בגלל שעזרה כזו יכולה לסייע בסופו של דבר גם לקידום רווחתם של מחפשי העבודה ולמציאת עבודה.
3. רצוי לעודד את מחפשי העבודה לתמוך בבני זוגם ובמשפחתם גם באופן רגשי, למשל ע"י הקשבה או הבעת אמפתיה, ולא רק באופן פרקטי ע"י ביצוע משימות.
4. רצוי להכין את בני הזוג לכך שדווקא אחרי מציאת העבודה עלולות לעלות אצלם תחושות שליליות כלפי הזוגיות.

מגבלות המחקר והצעות למחקרי המשך

למחקר מספר מגבלות עיקריות. ראשית, המדגם היה קטן יחסית ולא נאסף בצורה מייצגת. בפרט, היה משקל יתר לנבדקים משכילים ולזוגות בהם מחפשות העבודה היו נשים. המשקל הנמוך של משתני רקע (הכנסה, השכלה) ככל הנראה נובע מהמדגם המצומצם ואין ללמוד ממנו על כך שמשתנים אלו אינם משפיעים על חיפוש עבודה באוכלוסייה הכללית. מחקר גדול יותר, על טווח רחב יותר של נבדקים, יוכל לבחון את המשקל היחסי של משתני הזוגיות ומשתני הרקע באופן מייצג יותר. בנוסף, למחקר כזה תהיה יותר עצמה סטטיסטית, שתאפשר זיהוי של אפקטים חלשים יותר שייתכן שהמחקר הנוכחי פספס.

שנית, למרות שבחנו את המשתתפים לאורך זמן, הקשרים שנמצאו הם קורלטיביים במהותם. ללא התערבות במשתנים אלה, קשה לקבוע האם דפוסי הזוגיות שהתגלו כמשמעותיים אכן משפיעים על תהליך חיפוש העבודה. מחקרי המשך יוכלו לנסות להשפיע על דפוסי התמיכה של הזוגות באמצעות התערבויות, ולבחון אם שינויים אלו אכן משפרים את מצבם.

לבסוף, המחקר מצא הבדלים במציאת העבודה בין נשים שבנות זוגן הן נשים (שהיוו אמנם מיעוט במדגם) לבין נשים שבני זוגן הם גברים. כדי לתקף ממצאים אלו ולהבין יותר לעומק את משמעות ההבדלים, מחקרי המשך יוכלו לנסות להתמקד בזוגות מאותו מין, הן של גברים והן של נשים, ולהשוות ביניהם לבין זוגות מעורבים.

ביבליוגרפיה

אנדבלד, מ., הלר, א., כראדי, ל., גוטליב, ד. (2020). השפעת המיתון עקב משבר הקורונה על עוני, אי-שוויון ורמת החיים. הורד מכתובת

https://www.btl.gov.il/Publications/more_publications/Documents/mitun.pdf

בתאריך 08.04.2020.

בנק ישראל (2015). בלתי מועסקים - לפי משך חיפוש עבודה - +27 שבועות - שיעור. הורד מכתובת

<http://www.boi.org.il/he/DataAndStatistics/Pages/Series.aspx>

בתאריך 8.12.2016.

גל, ג., ווייס-גל, ע. (2005). עבודה סוציאלית, אבטלה ומובטלים. ביטחון סוציאלי, 25, 485-509.

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2013). בלתי מועסקים, לפי תכונות נבחרות (1) ומי. הורד מכתובת

http://www.cbs.gov.il/publications16/lfs13_1616/pdf/t05_01.pdf

בתאריך 18.12.16.

טולידנו, א. וגוטליב, ד. (2015). שכירים במשרה חלקית ואבטלה מורחבת 2000 - 2011, מחקרים לדיון, 120. הורד מכתובת

https://www.btl.gov.il/Publications/research/Documents/mechkar_120.pdf

בתאריך 18.12.16.

Ackerman, R. A., Ledermann, T., & Kenny, D. A. (2016). Power analysis for the Actor-Partner Interdependence Model. *Manuscript under preparation*.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC.

Aubry, T., Tefft, B., & Kingsbury, N. (1990). Behavioral and psychological consequences of unemployment in blue-collar couples. *Journal of Community Psychology*, 18(2), 99-109.

Bar-Kalifa, E., Bar-Kalifa, L., Rafaeli, E., George-Levi, S., & Vilchinsky, N. (2016). Relational entitlement moderates the associations between support matching and perceived partner responsiveness. *Journal of Research in Personality*, 65, 1-10.

Bar-Kalifa, E., Hen-Weissberg, A., & Rafaeli, E. (2015). Perceived Partner Responsiveness Mediates the Association between Social Anxiety and Relationship Satisfaction in Committed Couples. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34, 587-610.

Bar-Kalifa E., & Rafaeli E. (2013). Disappointment's sting is greater than help's balm: Quasi-signal detection of daily support matching. *Journal of Family Psychology*, 27, 956-967.

Barry, R.A., Bunde, M., Brock, R.L., & Lawrence, E. (2009). Validity and utility of a multidimensional model of received support in intimate relationships. *Journal of Family Psychology*, 23, 48-57.



Bauer, D.J., Preacher, K.J., & Gil, K.M. (2006). Conceptualizing and testing random indirect effects and moderated mediation in MLM: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 11, 142-163.

Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.

Belcher, A. J., Laurenceau, J. P., Graber, E. C., Cohen, L. H., Dasch, K. B., & Siegel, S. D. (2011). Daily support in couples coping with early stage breast cancer: Maintaining intimacy during adversity. *Health Psychology*, 30, 665-673.

Bolger, N., Davis, A., & Rafaeli, E. (2003). Diary methods: Capturing life as it is lived. *Annual review of psychology*, 54, 579-616.

Bolger, N., Zuckerman, A., & Kessler, R. C. (2000). Invisible support and adjustment to stress. *Journal of personality and social psychology*, 79, 953-961.

Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford.

Bryant, R. A., Moulds, M. L., & Guthrie, R. M. (2000). Acute Stress Disorder Scale: a self-report measure of acute stress disorder. *Psychological assessment*, 12, 61-68.

Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24, 137-156.

Coker, A. L., Smith, P. H., McKeown, R. E., & King, M. J. (2000). Frequency and correlates of intimate partner violence by type: physical, sexual, and psychological battering. *American journal of public health*, 90(4), 553.

Cranford, J. A., Shrout, P. E., Iida, M., Rafaeli, E., Yip, T., & Bolger, N. (2006). A procedure for evaluating sensitivity to within-person change: Can mood measures in diary studies detect change reliably? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 917-929.

Derrick, J. L., Leonard, K. E., & Homish, G. G. (2013). Perceived partner responsiveness predicts decreases in smoking during the first nine years of marriage. *Nicotine & Tobacco Research*, 15(9), 1528-1536.

Drydakis, N. (2015). The effect of unemployment on self-reported health and mental health in Greece from 2008 to 2013: a longitudinal study before and during the financial crisis. *Social Science & Medicine*, 128, 43-51.

Eardley, T. (2002). Identifying and quantifying the costs of unemployment. In Saunders & Taylor (Eds.), *The*



price of prosperity: The economic and social costs of unemployment, 44-64.

Ferrie, J. E., Kivimäki, M., Shipley, M. J., Smith, G. D., & Virtanen, M. (2013). Job insecurity and incident coronary heart disease: the Whitehall II prospective cohort study. *Atherosclerosis*, 227(1), 178-181.

Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology*, 21, 572-583.

Garcia, R. L., Kenny, D. A., & Ledermann, T. (2015). Moderation in the actor-partner interdependence model. *Personal Relationships*, 22, 8-29.

George-Levi, S., Vilchinsky, N., Rafaeli, E., Liberman, G., Khaskiaa, A., Mosseri, M., & Hod, H. (2016). Caregiving styles and anxiety among couples: coping versus not coping with cardiac illness. *Anxiety, Stress, & Coping*, Online publication before print.

Gili, M., Roca, M., Basu, S., McKee, M., & Stuckler, D. (2013). The mental health risks of economic crisis in Spain: evidence from primary care centres, 2006 and 2010. *The European Journal of Public Health*, 23(1), 103-108.

Harris, E., & Morrow, M. (2001). Unemployment is a health hazard: the health costs of unemployment. *The Economic and Labour Relations Review*, 12(1), 18-31.

Howe, G. W., Levy, M. L., & Caplan, R. D. (2004). Job loss and depressive symptoms in couples: common stressors, stress transmission, or relationship disruption?. *Journal of Family Psychology*, 18(4), 639.

Ickes, W., & Hodges, S. D. (2013). Empathic accuracy in close relationships. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 116-136). New York, NY: Oxford University Press.

Kanfer, R., Wanberg, C. R., & Kantrowitz, T. M. (2001). Job search and employment: A personality-motivational analysis and meta-analytic review. *Journal of Applied psychology*, 86(5), 837.

Kenny, D.A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *Dyadic data analysis*. NY: Guilford.

Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: his and hers. *Psychological bulletin*, 127, 472-503.

Kim, T. J., & von Dem Knesebeck, O. (2016). Perceived job insecurity, unemployment and depressive symptoms: a systematic review and meta-analysis of prospective observational studies. *International archives of occupational and environmental health*, 89(4), 561-573.

Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2003). The Patient Health Questionnaire-2: validity of a two-item depression screener. *Medical care*, 41, 1284-1292.



Krueger, R. F., Derringer, J., Markon, K. E., Watson, D., & Skodol, A. E. (2012). Initial construction of a maladaptive personality trait model and inventory for DSM-5. *Psychological Medicine*, 42, 1879-1890.

Laanani, M., Ghosn, W., Jouglu, E., & Rey, G. (2015). Impact of unemployment variations on suicide mortality in Western European countries (2000-2010). *Journal of epidemiology and community health*, 69(2), 103-109.

Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement*, 1(3), 385-401.

Kimerling, R., Alvarez, J., Pavao, J., Mack, K. P., Smith, M. W., & Baumrind, N. (2009). Unemployment among women: Examining the relationship of physical and psychological intimate partner violence and posttraumatic stress disorder. *Journal of Interpersonal Violence*, 24(3), 450-463.

Larson, J. H. (1984). The effect of husband's unemployment on marital and family relations in blue-collar families. *Family Relations*, 503-511.

Ledermann, T., Macho, S., & Kenny, D. A. (2011). Assessing mediation in dyadic data using the Actor-Partner Interdependence Model. *Structural Equation Modeling*, 18, 595-612.

Levenson, H. (1981). Differentiating among internality, powerful others, and chance. In H. Lefcourt (Ed.). *Research with the locus of control construct*, Vol. 1 (pp. 15-63). New York: Academic Press.

Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems in Pharmacopsychiatry*, 22, 141-173.

Linn, M. W., Sandifer, R., & Stein, S. (1985). Effects of unemployment on mental and physical health. *American Journal of Public Health*, 75(5), 502-506.

Luhmann, M., Weiss, P., Hosoya, G., & Eid, M. (2014). Honey, I got fired! A longitudinal dyadic analysis of the effect of unemployment on life satisfaction in couples. *Journal of personality and social psychology*, 107(1), 163.

Lundin, A., Falkstedt, D., Lundberg, I., & Hemmingsson, T. (2014). Unemployment and coronary heart disease among middle-aged men in Sweden: 39 243 men followed for 8 years. *Occupational and environmental medicine*, 71(3), 183-8.

Lüscher, J., Stadler, G., Ochsner, S., Rackow, P., Knoll, N., Hornung, R., & Scholz, U. (2015). Daily negative affect and smoking after a self-set quit attempt: The role of dyadic invisible social support in a daily diary study. *British journal of health psychology*, 20(4), 708-723.

Luttik, M. L., Jaarsma, T., Moser, D., Sanderma, R., & van Veldhuisen, D. J. (2005). The importance and impact of social support on outcomes in patients with heart



failure: an overview of the literature. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 20, 162-169.

Lynge, E. (1996). Unemployment and cancer: a literature review. *IARC scientific publications*, (138), 343-351.

Maisel, N. C., & Gable, S. L. (2009). The paradox of received support: The importance of responsiveness. *Psychological Science*, 20, 928-932.

Marcus, J. (2013). The effect of unemployment on the mental health of spouses—Evidence from plant closures in Germany. *Journal of Health Economics*, 32(3), 546-558.

Mathers, C. D., & Schofield, D. J. (1998). The health consequences of unemployment: the evidence. *The Medical Journal of Australia*, 168(4), 178-182.

McGee, R. E., & Thompson, N. J. (2015). Peer Reviewed: Unemployment and Depression Among Emerging Adults in 12 States, Behavioral Risk Factor Surveillance System, 2010. *Preventing chronic disease*, 12.

McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *Journal of applied psychology*, 90(1), 53.

Milner, A., Page, A., & Lamontagne, A. D. (2014). Cause and effect in studies on unemployment, mental health and suicide: a meta-analytic and conceptual review. *Psychological medicine*, 44(05), 909-917.

Montgomery, S. M., Cook, D. G., Bartley, M. J., & Wadsworth, M. E. (1999). Unemployment pre-dates symptoms of depression and anxiety resulting in medical consultation in young men. *International Journal of Epidemiology*, 28(1), 95-100.

Nagelhout, G. E., Hummel, K., de Goeij, M. C., de Vries, H., Kaner, E., & Lemmens, P. (2017). How economic recessions and unemployment affect illegal drug use: a systematic realist literature review. *International Journal of Drug Policy*, 44, 69-83.

Norström, F., Virtanen, P., Hammarström, A., Gustafsson, P. E., & Janlert, U. (2014). How does unemployment affect self-assessed health? A systematic review focusing on subgroup effects. *BMC Public Health*, 14(1), 1.

Nuttman-Shwartz, O., & Gadot, L. (2012). Social factors and mental health symptoms among women who have experienced involuntary job loss. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(3), 275-290.

Otto, A. K., Laurenceau, J. P., Siegel, S. D., & Belcher, A. J. (2015). Capitalizing on everyday positive events uniquely predicts daily intimacy and well-being in couples coping with breast cancer. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 69.



Overall, N. C., & Sibley, C. G. (2009). Attachment and dependence regulation within daily interactions with romantic partners. *Personal Relationships*, 16, 239-261.

Ozer, E. J., Best, S. R., Lipsey, T. L., & Weiss, D. S. (2003). Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 129, 52-73.

Preacher, K. J., Curran, P. J., & Bauer, D. J. (2006). Computational tools for probing interactions in multiple linear regression, multilevel modeling, and latent curve analysis. *Journal of Educational and Behavioral Statistics*, 31, 437-448.

Rafaeli, E., Cranford, J.A., Green, A.S., Shrout, P.E. & Bolger, N. (2008). The Good and Bad of Relationships: How Social Hindrance and Social Support Affect Relationship Moods in Daily Life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1703-1718.

Rafaeli, E., & Gleason, M. E. (2009). Skilled support within intimate relationships. *Journal of Family Theory & Review*, 1, 20-37.

Reis, H.T. (2003). A self-report measure of perceived partner responsiveness. Unpublished manuscript, University of Rochester, Rochester, NY.

Reis, H. T. (2012). Perceived partner responsiveness as an organizing theme for the study of relationships and well-being. In Campbell, L., & Loving, T. J. (Eds) *Interdisciplinary research on close relationships: The case for integration* (pp. 27-52). Washington, DC, US: American Psychological Association.

Reis, H. T. (2013). Relationship well-being: The central role of perceived partner responsiveness. In Hazan, C., & Campa, H. I. (Eds.), *Human bonding*, 283-307. New York, NY: Guilford Press.

Robinaugh, D. J., Marques, L., Traeger, L. N., Marks, E. H., Sung, S. C., Beck, J. G., Pollack, H. M., & Simon, N. M. (2011). Understanding the relationship of perceived social support to post-trauma cognitions and posttraumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 1072-1078.

Selcuk, E., Stanton, S. C., Slatcher, R. B., & Ong, A. D. (2016). Perceived Partner Responsiveness Predicts Better Sleep Quality Through Lower Anxiety. *Social Psychological and Personality Science*, Online publication before print.

Selcuk, E., & Ong, A. D. (2013). Perceived partner responsiveness moderates the association between received emotional support and all-cause mortality. *Health Psychology*, 32(2), 231.

Sen, A. (1997). Inequality, unemployment and contemporary Europe. *International Labour Review*, 136, 155.



Sheehan, D., V. (1983). *The Anxiety Disease*. New York: Bantam Books.

Simpson, J. A., Ickes, W., & Blackstone, T. (1995). When the head protects the heart: Empathic accuracy in dating relationships. *Journal of personality and Social Psychology*, 69(4), 629.

Singh, G. K., Siahpush, M., & Altekruse, S. F. (2013). Time trends in liver cancer mortality, incidence, and risk factors by unemployment level and race/ethnicity, United States, 1969-2011. *Journal of community health*, 38(5), 926-940.

Stafford, M., Martikainen, P., Lahelma, E., & Marmot, M. (2004). Neighbourhoods and self rated health: a comparison of public sector employees in London and Helsinki. *Journal of epidemiology and community health*, 58(9), 772-778.

Strandh, M., Winefield, A., Nilsson, K., & Hammarström, A. (2014). Unemployment and mental health scarring during the life course. *European journal of public health*, 24(3), 440-445.

Uchino, B. N. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A life-span perspective with emphasis on the separability of perceived and received support. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 236-255.

Van Lenthe, F. J., Borrell, L. N., Costa, G., Roux, A. D., Kauppinen, T. M., Marinacci, C., Martikainen, P., Regidor, E., Stafford, M., & Valkonen, T. (2005). Neighbourhood unemployment and all cause mortality: a comparison of six countries. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(3), 231-237.

Vilchinsky, N., Dekel, R., Leibowitz, M., Reges, O., Khaskia, A., & Mosseri, M. (2011). Dynamics of support perceptions among couples coping with cardiac illness: the effect on recovery outcomes. *Health Psychology*, 30, 411-419.

Walsh, S., & Jackson, P. R. (1995). Partner support and gender: Contexts for coping with job loss. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 68(3), 253-268.

Ware Jr, J. E., Kosinski, M., & Keller, S. D. (1996). A 12-Item Short-Form Health Survey: construction of scales and preliminary tests of reliability and validity. *Medical care*, 34, 220-233.

Wight, R. G., Aneshensel, C. S., Barrett, C., Ko, M., Chodosh, J., & Karlamangla, A. S. (2013). Urban neighbourhood unemployment history and depressive symptoms over time among late middle age and older adults. *Journal of epidemiology and community health*, 67(2), 153-158.

Wilhelm, M. S., & Ridley, C. A. (1988). Stress and unemployment in rural nonfarm couples: A study of hardships and coping resources. *Family Relations*, 50-54.