

דיפרנציאציה של העצמי , דיפרנציאציה ממשפחת המוצא , חרדה והסתגלות לנישואין-
השפעת תוכנית התערבות להעשרת הזוגיות על פי גישת PAIRS , בקרב אסירים.

תקציר

חלק גדול מהאסירים בישראל חוזרים אחרי ריצוי עונשם אל זרועות הפשע . מחקרים רבים
רואים בשילובם מחדש במשפחתם תרו מה להצלחת שיקומם . ברוח זו מועברת בבתי כלא
בארץ סדנה להעשרת הזוגיות בגישת PAIRS. למרות חשיבות הנושא לא נערך בישראל
מחקר הערכה על סדנאות להעשרת הזוגיות של אסירים . המחקר הנוכחי בוחן את השפעות
הסדנה על 50 אסירים. בתחילת הסדנה ובסיומה הם מילאו שאלונים שבדקו : דיפרנציאציה
של העצמי, דיפרנציאציה ממשפחת המוצא , חרדה והסתגלות לנישואין . אשר לדיפרנציאציה
של העצמי התברר, כי בתחום זה אוכלוסיית האסירים אינה שונה מהאוכלוסייה הנורמטיבית .
בעקבות הסדנה חלה עלייה עקבית ברמת הדיפרנציאציה , תוך דגש על שיפור היכולת
להאזין לזולת ולכבד את דעתו, לשתף אותו ברגשותיו ולדאוג לשלומו . לא נמצא שינוי מובהק
ברמת הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא . אשר לחרדה נמצאה ירידה מובהקת ברמת החרדה
התכונתית, וכן ירידה ברמת החרדה המצבית . נמצאה עלייה מובהקת בהסתגלות לנישואין,
בעיקר ברכיבים "הבעת חיבה" ו- "לכידות". ממצאי המחקר מעידים על תרומת הסדנה
לשיפור מערכת היחסים הזוגית של האסיר.

מבוא

מחקרים בעולם מעידים על השפעת המערכת הזוגית של האסיר על סיכויי שיקומו . נמצא
שמערכת זוגית יציבה מקטינה את סיכויי החזרה לעולם הפשע (Accordino & Guerny ,
1998 ; Piquero et al.,2002). המאסר, על הנתק, הסטיגמה ושינוי מתכונת החיים
הכרוכה בו, הוא חוויה קשה ולעיתים טראומטית המשפיעה מאוד על היחסים בין האסיר לבין
בת הזוג

(אפל ושלסקי, 2004 ; Rabin & Appel, 2004). בצד קשיים אלו מתאפשרת שמירה על

הקשר הזוגי בדרכים הבאות : ביקורים של בנות הזוג , מפגשי התייחדות , קשר טלפוני וחופשות. חשיבותו של הקשר הזוגי מחד , והקשיים הנובעים ממצואות של זוגיות בתנאי נתק מאידך , עומדים בבסיס מטרת המחקר הנוכחי : בדיקת השפעת התוכנית להעשרת הזוגיות על פי שיטת PAIRS על הדיפרנציאציה של העצמי , הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא , החרדה וההסתגלות לנישואין של האסירים (אפל, רבין ואהרן, אוקטובר 2002).

תוכניות התערבות עם אסירים

מאסר הבעל יוצר לעיתים קרובות נזקים חמורים לאיכות מערכת היחסים הזוגית : בתחום הפיסי הקשר מוגבל לשיחות מהטלפון הציבורי ולביקורים מפוקחים ומוגבלים ; בתחום הרגשי חווים בני הזוג רגשות של אובדן , בושה ואות הקלון . מן הצד האחד קיים הרצון להעניש את אלה שדרכיהם סרו , ומן הצד השני עומדת המשאלה לשקם את העברייני ולהביאו לידי התנהגות על פי הנורמות המקובלות בחברה . (ווזנר , גולן וחובב , 1994 ; פרייברג וחובב , 1994 ; ילין , 1991).

ספרות מצביעה על כך שתכניות המספקות לימוד מיומנויות ביחסי משפחה מצליחות לתת מענה לבעיות הנגרמות ממאסרו של הבעל (אפל ושלסקי, 2004; Rabin & Appel, 2004). הרציונאל העומד מאחורי תכניות התערבות אלה מבוסס על ההנחה כי שיפור איכות מערכת היחסים הזוגית בין אסירים לנשותיהם מ גביר את סיכויי השיקום ומפחית את הסבירות לחזרה לעולם הפשע (Piquero et al., 2002). אקורדינו וגורני העבירו לאסירים ולנשותיהם שאלוני משוב והתרשמו כי התוכנית להעשרת הזוגיות תרמה לזוגות . ממצא בולט ביותר במחקרם היתה הבקשה של משתתפי הסדנה להגדיל את כמות הפגישות בתוכנית (Accordino, & Guerney , 1998) . פישמן (Fishman, 1988) מציינת במחקרה אף את עוצמת חשיבות הקשר הטלפוני למערכת הזוגית של האסיר. לטענתה, המערכת הזוגית של האסיר ובת זוגו התחזקה דרך שיחות טלפון אלו.

מחקרים שהעריכו את התרומה של תוכניות התערבות לה עשרת הנישואין מצאו שיפור באינטימיות בקרב זוגות שהשתתפו במחקר (Hickmon, Protinsky & Singh, 1997) .

מרקמן סטנלי ובלומברג (Markman, Stanley & Blumberg, 1994) מצאו כי לימוד מיומנויות תקשורת במסגרת תכניות להעשרת הנישואין וטיפול משפחתי, מגבירים את איכות הקשר הזוגי.

תכנית ההתערבות להעשרת הזוגיות על פי גישת PAIRS

תוכנית PAIRS (Practical Application of Intimate Relationship Skills) להעשרת הנישואין פותחה על ידי גורדון (Gordon 1989, 1988). היא משלבת גישות מתחום הטיפול הקוגניטיבי-רגשי-התנהגותי במסגרת פסיכולוגית-חינוכית. התכנית מבוססת על פיתוח כישורים בחמישה תחומים עיקריים: כישורי תקשורת, ניהול קונפליקטים, הבנה עצמית, מיניות וחושניות, בירור משא ומתן של הסכמים. תכנית ההתערבות הספציפית - מושא מחקרנו - עוסקת במערכות יחסיו של האסיר עם משפחתו ובת זוגו במטרה לשפרן תוך למידה ופיתוח כישורים בחמשת התחומים.

טרנר (Turner, 1993) במחקר המעריך את השפעת תכנית PAIRS, מצאה עלייה בהסתגלות לנישואין בקרב המשתתפים. מחקר של דורנה (Durana, 1997) בדק אינטימיות והסתגלות לנישואין בקרב 137 משתתפים בתכנית P.A.I.R.S. אצל 76% מהמשתתפים נמצאה עלייה מובהקת באינטימיות בבדיקות שנערכו חצי שנה לאחר תום התכנית. על פי ממצאי מחקר זה, כמו גם של חוקרים אחרים (Ladd, Durana, 1996, Gordon, 1993), אינטימיות הנה מיומנות אשר ניתן ללמוד אותה ולהעצימה בעזרת תכניות פסיכולוגיות-חינוכיות, תוך לימוד מיומנויות כגון הקשבה, הבעת רגשות ופתרון קונפליקטים.

דיפרנציאציה של העצמי

בוהן (Bowen, 1978) מגדיר את "הדיפרנציאציה של העצמי" כמושג מרכזי בטיפול משפחתי ובבחינת תפקודם של המשפחה והיחיד. לטענתו, דיפרנציאציה בין בני זוג היא היכולת למעורבות רגשית מאוזנת בין בני אדם, שאין בה התמזגות עם בן הזוג תוך איבוד העצמיות (מעורבות-יתר) ו/או התנתקות ממנו (מעורבות-חסר). בוהן טוען כי רמת

דיפרנציאציה נמוכה אצל בני זוג משתקפת בתפקוד לקוי בחיי הנישואין , ואילו רמת דיפרנציאציה גבוהה תורמת להסתגלות לנישואין ולשיווי משקל השומר על קיומה של המערכת הזוגית.

הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא

בוהן (Bowen, 1978) מדגיש גם את חשיבות הקשרים הבין- דוריים. לטענתו, רמת הדיפרנציאציה בין בני המשפחה הגרעינית מושפעת מרמתה במשפחות המוצא ומהווה תוצר של מערכות גומלין במשפחות בני הזוג בדורות הקודמים . בחינת הדיפרנציאציה מהווה לכן כלי משמעותי להבנת השפעת סדנת הזוגיות על משתתפיה. מטפלים משפחתיים נוספים (Boszormenyi-Nagi & Spark, 1984; Keith & Whitaker, 1981; Napier & Whitaker, (1978) הדגישו את התועלת הטיפולית שהיחיד מפיק בשחרור מההשפעה העצומה של משפחת המוצא . ולכן חלק מתוכני הסדנה מתמקדים בתהליכים שמטרתם פיתוח מודעות למשפחת המוצא והשפעותיה על היחיד.

חרדה

ספילברגר (Spielberger, 1975) טוען כי החרדה הנה תולדה של תפיסת עולמו הפנימי או החיצוני של האדם . כאשר האדם נפגש עם גירוי מאיים או מסוכן , עולמו הפנימי פועל מתוך רגשות ותחושות העולים מתוך הווייתו הפנימית הסובייקטיבית. כך גם העולם החיצוני פועל מתוך תגובות גירויים שקלט מהסביבה בה מצויים האחרים המשמעותיים לו . בהתאם לכך רואה ספילברגר בחרדה מבנה דו ממדי : ממד אחד הנו חרדה כתכונה , והממד השני חרדת מצב.

בוהן (שם, 1978) טוען כי התנהגות האדם מושפעת הן מרמת החרדה בה הוא נתון , והן מרמת הדיפרנציאציה . לבעלי דיפרנציאציה נמוכה קשה להסתגל לחרדה והם יחפשו הקלה על ידי התמזגות עם בן הזוג . בטווח המיידית המיזוג אמנם עשוי להעניק הרגשת הקלה , אך מאוחר יותר ייהפך לתחושת חנק אשר תטלטל את האדם חזרה אל השאיפה ליתר אוטונומיה - וחוזר חלילה. לעומת זאת, בעלי רמה גבוהה של דיפרנציאציה יהיו פחות חרדים

נוכח קירבה או היעדר קירבה בנישואין , וכשימצאו עצמם במצבי חרדה הם יתמודדו עמה ביתר איזון.

גם במחקרם של גריפין ואפוסטל (Griffin & Apostal, 1993) נמצא כי עליו ה ברמת הדיפרנציאציה של העצמי מביאה לירידה ברמת החרדה . אישוש נוסף לכך נמצא במחקר של פלג-פופקו (Peleg-Popko, 2002) שבדק את הקשר בין רמת הדיפרנציאציה לבין חרדה חברתית וסימפטומים פסיכולוגיים בקרב סטודנטים . נמצא כי ככל שהנבדקים דיווחו פחות על מצבים מסוג של מעורבות-חסר ו/או של מעורבות-יתר עם הזולת (רמת דיפרנציאציה נמוכה) ודיווחו על יכולת להיות במצב של "הגדי אני" (I-position) במערכות יחסים (רמת דיפרנציאציה גבוהה) , כך הם גילו רמות נמוכות יותר של חרדה חברתית וסימפטומים סומטיים.

הסתגלות לנישואין

הסתגלות זוגית הנה תהליך מתמשך אשר איכותו ניתנת למדידה בכל רגע נתון . תוצאותיו של תהליך ההסתגלות הזוגית נקבעות על פי הממדים הבאים : שביעות הרצון מן הנישואין , לכידות זוגית , גילויי חיבה , ומידת הקונצנזוס לגבי עניינים שיש להם חשיבות בחיי הנישואין . משתנה ההסתגלות הזוגית מאפשר בדיקה נרחבת וכוללת של איכות הנישואין כפי שהיא נתפסת בעיני בני הזוג (Spanier, 1976) . בוחן (Bowen, 1976) טוען כי זוגות ברמת דיפרנציאציה נמוכה יסתגלו פחות טוב לנישואין . לטענתו, ככל שהדיפרנציאציה נמוכה יותר , כן יגדל הפוטנציאל למשברים שמגבירים חרדה ולחץ, ובני הזוג יתקשו להסתגל לנישואין. זוגות ברמת דיפרנציאציה גבוהה יסתגלו טוב יותר לנישואין . מחקרים (אפל, 1977; Skowron, 2000) שבדקו את הקשר בין רמת הדיפרנציאציה הזוגית לבין הסתגלות לנישואין איששו את טענתו של בוחן .

השערות המחקר

על יסוד המחקרים שהובאו לעיל שיערנו את ההשערות האלה:

(1) הדיפרנציאציה של העצמי לאחר ההתערבות תהיה גבוהה מזו שלפני ההתערבות.

(2) הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא שלאחר ההתערבות תהיה גבוהה מזו שלפני

ההתערבות.

- (3) רמת החרדה לאחר ההתערבות תהיה נמוכה מזו שלפני ההתערבות.
- (4) ההסתגלות לנישואין לאחר ההתערבות תהיה גבוהה מזו שלפני ההתערבות.

אוכלוסיית המחקר

50 אסירים השתתפו בסדנאות זוגיות שהתקיימו בחמשה בתי כלא בארץ בשנים 2002 – 2003 ומילאו שאלונים בתחילת התוכנית ובסיומה. הנבדקים הנם אסירים גברים, יהודים, בעלי מערכת זוגית עקבית (משנה ומעלה) אשר הביעו רצון להשתתף בסדנאות ועברו ראיון קבלה על ידי מנחי הסדנאות. אוכלוסיית המחקר הטרוגנית בתחומים הבאים: סוג העבירה, גיל המשתתפים, רקע עדתי ותרבותי, דתיים וחילוניים. המדגם אינו מייצג בהכרח את כלל האסירים בארץ.

כלי מחקר

1. שאלון פרטים אישיים: בשאלון זה מתבקש כל אחד מהנבדקים לדווח על נתונים אישיים אחדים כגון: מין, מוצא, מצב משפחתי, מספר שנות נישואין, מספר ילדים, מצב כלכלי, דת, סוג מגורים.

2. שאלון דיפרנציאציה של העצמי: שאלון זה פותח על ידי אפל (1997) כדי לבדוק את הדיפרנציאציה הבין-זוגית. זהו שאלון דיווח עצמי המורכב מ-54 היגדים, כאשר כל אחד מהם מתאר התנהגות כלפי בן/בת הזוג במצב נתון. הנבדק מתבקש לדרג את מידת התאמת ההיגד להתנהגותו הוא על גבי סולם ליקרט בן 5 דרגות. ההיגדים מתייחסים לעולם הבין-אישי: טיב המעורבות של הפרט בחוויות ובריגושים של בן/בת הזוג.

השאלון מכיל 3 סולמות, כאשר לכל אחד מהם שני היבטים, כדלקמן:

(א): מעורבות יתר:

(1) מעורבות יתר דאגנית: התנהגות פייסנית, דאגה ותלות יתר בזולת.

(2) מעורבות יתר חדירתית: התנהגות מאשימה כלפי בן הזוג.

(ב) מעורבות חסר:

(1) מעורבות חסר מוחצנת: נטייה להתרחקות פיסית.

(2) מעורבות חסר מופנמת: נטייה להסתגרות פסיבית של הפרט בעולמו.

(ג) מעורבות מאוזנת:

(1) מעורבות מאוזנת מכבדת: התנהגות המכבדת את האוטונומיה של בן/בת הזוג.

(2) מעורבות מאוזנת משתפת: התנהגות של דיאלוג והשתתפות הדדיות בחייו.

ורגשות.

כל סולם מורכב מ- 9 היגדים המתארים תפיסת הנבדק את עצמו, ו- 9 היגדים המתארים

את תפיסת הנבדק את בן הזוג.

מהימנות: מקדם אלפא קרונברך של שלושת הסולמות נע בין 0.7514 לבין 0.8468.

3. שאלון דיפרנציאציה ממשפחת המוצא: שאלון זה (PAFS, Personal Authority in the

Family System) פותח על ידי בריי, ויליאמסון ומאלון (Bray, Williamson & Malone,

1984), כדי לבדוק את מערכת היחסים של הנבדק עם משפחתו בעבר ובהווה. זהו שאלון

דיווח עצמי המורכב מ- 132 פריטים, אותו מתבקש הנבדק לדרג על פי סולם ליקרט. השאלון

מכיל 8 תת-סולמות, מהן נעשה שימוש במחקר הנוכחי בשני תת- סולמות: (א) תת-סולם

מעורבות יתר/חסר בין-דורית ובו 7 פריטים המודדים את מידת מעורבותו של הנבדק עם

הוריו (מקדם מהימנות אלפא קרונברך 0.73). (ב) תת-סולם איום בין-דורי ובו 18 פריטים

המודדים את הפחד של הנבדק ביחסיו עם הוריו (מקדם מהימנות אלפא קרונברך 0.91).

4. שאלון רמת חרדה: שאלון STAI : State-Trait Anxiety Inventory של ספילברגר

(תורגם לעברית ע"י דר' יונה טייכמן וחיים מלינק, 1984). המבחן מכיל 40 משפטים

המתארים הרגשות. מחציתם מתייחסים להרגשה ברגע זה, ומחציתם מתייחסים להרגשה

בדרך כלל. ליד כל משפט מתבקש הנבדק לסמן באיזו תדירות הוא מרגיש את המתואר

במשפט. בדיקת מהימנות ע"י ספילברגר (Spielberger, 1975) העלתה מקדמים של 83.
 ו- 94.

5. שאלון הסתגלות זוגית: שאלון זה פותח על ידי ספנייר (Spanier, 1976), כדי להעריך איכות חיי הנישואין. זהו שאלון דיווח עצמי המורכב מ- 32 היגדים, אותם מתבקש הנבדק לדרג על פי סולם ליקרט. מלבד ציון כללי להערכת ההסתגלות הכללית מספק השאלון ציונים בארבעה תת-סולמות: (1) קונסנזוס זוגי – מידת ההסכמה בין בני הזוג בנושאים חשובים; (2) לכידות זוגית – תדירות של פעילויות משותפות; (3) שביעות רצון זוגית – מידת שביעות הרצון של בני הזוג ומידת האחריות להמשך הנישואין; (4) ביטויי חיבה – מידת שביעות הרצון של בני הזוג מביטויי חיבה ביחסיהם. מקדמי אלפא קרונברך של הסולמות נעים בין 73 ל- 96.

ממצאים - בדיקת ההשערות

לבדיקת השערה מספר 1, שלפיה הדיפרנציאציה של העצמי לאחר ההתערבות תהיה גבוהה מזו שלפני ההתערבות, נעשה ניתוח שונות (מדדים חוזרים, anova repeated measures). הטבלה הבאה תפרט את ממצאי ניתוח השונות.

טבלה מס' 1:
 דיפרנציאציה של העצמי לפני ההתערבות ואחריה, לפי סוגי המעורבות - ממוצעים מקדמי מתאם וערכי ניתוח שונות.

ניתוח שונות			מתאם פירסון r	ממוצע אחרי ההתערבות	ממוצע לפני ההתערבות	סוג המעורבות
מובהקות p	Df	ערך F				
643.	1/47	0.230	643.**	19.19	19.58	מעורבות יתר חדירתית
150.	1/47	2.161	600.**	29.44	28.42	מעורבות יתר דאגנית
.158	1/47	2.045	.567**	38.09	37.04	מעורבות מאוזנת משתפת
.013	1/47	6.656	.608**	35.50	33.84	מעורבות מאוזנת מכבדת
.955	1/47	0.004	.584**	20.77	20.73	מעורבות

						חסר מופנמת
						מעורבות חסר מוחצנת
.473	1/47	0.518	.642**	19.55	20.10	

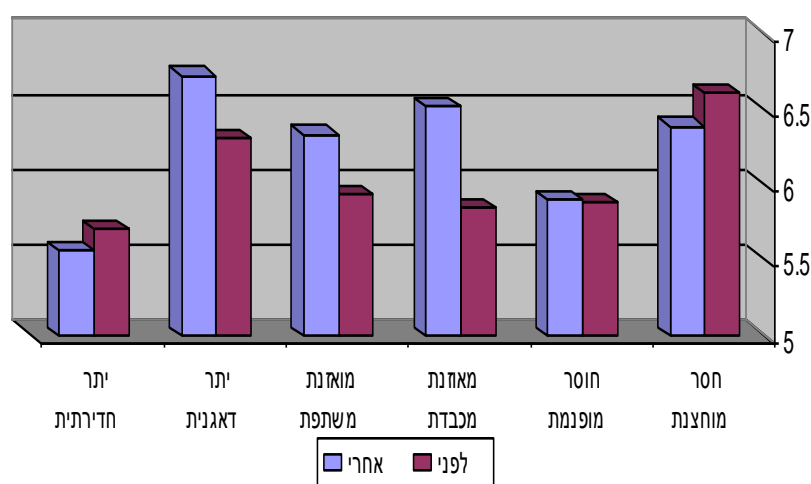
** $p > .01$

ציון גבוה , פירוש מעורבות גבוהה.

הממוצעים תורגמו לציוני תקן (עשרוניות- ממוצע 5.5, סטית תקן 2.0). ציוני תקן אלה חושבו על בסיס אוכלוסייה נורמטיבית (לא אסירים) של כ- 400 נבדקים ממאגר נתונים של מחקרים שונים.

תרשים מס' 1:

דיפרנציאציה של העצמי לפני ואחרי ההתערבות , לפי סוג המעורבות , לפני המעורבות ואחריה - ממוצאים, (ציוני תקן עשרוניות).



השווינו את תוצאות המבחן המוקדם עם תוצאות האוכלוסייה הנורמטיבית (נבדקים שאינם אסירים). מתברר שכל הערכים של הנבדקים האסירים חלים בתחום שבין הממוצע לבין חצי סטית תקן מעל הממוצע. הממצא הבולט הוא, שאוכלוסיית המחקר אינה שונה מהאוכלוסייה הנורמטיבית.

כל המתאמים בין הערכים לפני ההתערבות ואחריה היו גבוהות ומובהקות . פירוש הדבר שהשינוי שחל הוא אחיד (במידה וחל שינוי בעקבות ההתערבות, כל הנבדקים השתנו באותו כיוון).

שינוי בולט חל בעלייה של המעורבות המאוזנת המכבדת (מ- 33.8 ל- 35.5). גם במעורבות מאוזנת משתפת וכן במעורבות יתר דאגנית ה ייתה עלייה , אם כי לא הגיעה למובהקות הסטטיסטית הדרושה . לעומת זאת חלה ירידה מסוימת במעורבות חסר מוחצנת וכן במעורבות יתר חדירתית.

ניתן לסכם שבעקבות תכנית ההתערבות , חלה עלייה עקבית ברמת הדיפרנציאציה של העצמי, תוך דגש על שיפור היכולת להאזין לזולת ולכבד את דעתו , לשתף אותו ברגשותיו ולדאוג לשלומו.

בכך התקבלה ההשערה הראשונה, לפחות באופן חלקי.

לבדיקת השערה מספר 2 , כי הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא תהיה גבוהה לאחר ההתערבות מזו שלפני ההתערבות , נערך ניתוח שונות (מדדים חוזרים repeated measures). הטבלה הבאה תפרט את ממצאי ניתוח השונות.

טבלה מס' 2:
דיפרנציאציה ממשפחת המוצא לפי רכיביה , לפני ואחרי ההתערבות : ממוצעים, מקדמי מתאם, ערכי ניתוח שונות

ניתוח שונות			מתאם פירסון R	ממוצע לפני ההתערבות	ממוצע אחרי ההתערבות	רכיב דיפרנציאציה בין-דורית
P	DF	ערך F				
.776	1/42	.084	** .524	21.79	21.98	דיפרנציאציה
.664	1/39	.194	** .711	27.71	28.13	איום האב
.397	1/39	.740	** .645	24.71	25.56	איום האם
.572	1/38	.325	** .620	59.70	60.87	איום ההורים

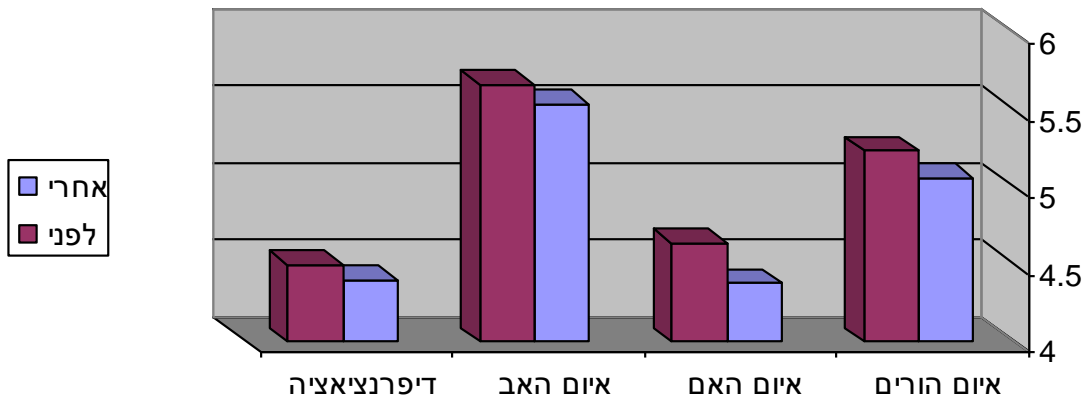
**p>.01

כל המתאמים בין הערכים לפני ההתערבות ואחריה , גבוהות ומובהקות . פירוש הדבר שהשינוי שחל הוא אחיד (במידה וחל שינוי בעקבות ההתערבות , כל הנבדקים השתנו באותו כיוון).

אף אחד מן ההבדלים בין הממוצעים שלפני ההתערבות ואחריה הוא בעל מובהקות סטטיסטית.

תרשים מס' 2:

דיפרנציאציה ממשפחת המוצא לפני ואחרי ההתערבות, לפי רכיבי הדיפרנציאציה - עשונות.



השווינו את תוצאות המבחן המקדים עם תוצאות האוכלוסייה הנורמטיבית. מתברר שהממוצעים של הנבדקים האסירים חלים בתחום שבין הממוצע הנורמטיבי (5.5) לבין כ- 1/2 סטיית תקן מתחת לממוצע.

לבדיקת השערה מספר 3, שלפיה רמת החרדה לאחר ההתערבות תהיה נמוכה מזו שלפני ההתערבות, נערך ניתוח שונות (מדדים חוזרים repeated measures). הטבלה הבאה תפרט את ממצאי ניתוח השונות.

טבלה מס' 3 :
 רמת החרדה המצבית והתכונתית לפני ואחרי ההתערבות - ממוצעים, מקדמי מתאם,
 ערכי ניתוח שונות.

ניתוח שונות			מתאם פירסון R	ממוצע אחרי ההתערבות	ממוצע לפני ההתערבות	רכיב החרדה
P	DF	ערך F				
511.	1/42	.436	.425**	58.46	57.15	מצבית
047.	1/42	4.162	.764**	61.12	58.87	תכונתית

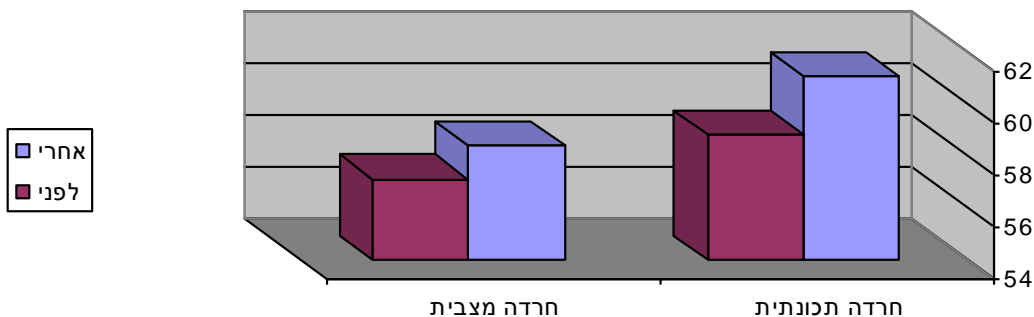
01.>p**

הערה: ציון גבוה יותר פירושו רמת חרדה נמוכה יותר.

מטבע הדברים, החרדה המצבית (בעת ביצוע מבחן, מילוי שאלון וכד') גבוהה יותר מהחרדה התכונתית.

הן החרדה המצבית והן החרדה התכונתית ירדו במבחן החוזר . יש לצייין כי החרדה התכונתית ירדה באופן מובהק (05.>p).

תרשים מס' 3:
 רמת חרדה תכונתית ומצבית לפני ואחרי ההתערבות.



מאחר ואין נורמות לגבי מבחן זה , הציונים מוצגים בציונים גולמיים . בעקבות תכנית ההתערבות חלה ירידה מובהקת ברמת החרדה התכונתית . ההשערה השלישית אוששה ביחס לחרדה התכונתית. גם החרדה המצבית ירדה, אך לא באופן מובהק.

לבדיקת השערה מספר 4 , כי ההסתגלות לנישואין לאחר ההתערבות תהיה גבוהה מזו

שלפני ההתערבות , נערך ניתוח שונות (מדדים חוזרים repeated measures). הטבלה

הבאה תפרט את ממצאי ניתוח השונות.

**טבלה מס' 4 :
הסתגלות לנישואין לפני ההתערבות ואחריה: ממוצעים, מתאם, ערכי ניתוח שונות**

P	ניתוח שונות		מתאם פירסון R	ממוצע אחרי ההתערבות	ממוצע לפני ההתערבות	רכיב הסתגלות לנישואין
	DF	ערך F				
.007	1/48	7.896	.661**	116.14	109.07	כללית
.074	1/48	3.349	.496**	51.76	49.30	קונצנזוס
.020	1/48	5.760	.403**	13.83	12.72	חיבה
.547	1/48	0.372	.513**	33.71	32.93	שביעות רצון
.006	1/48	8.294	.582**	16.30	13.40	לכידות

01.>p**

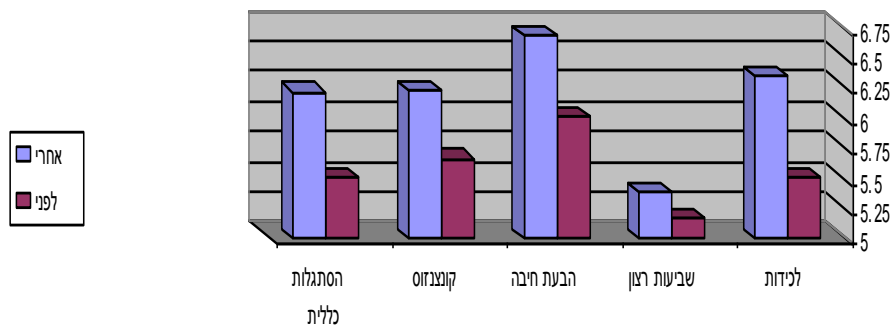
בהסתגלות לנישואין באופן כללי ובכל ארבעת רכיביה , נרשמה עלייה אחרי ההתערבות .
העלייה הייתה מובהקת הן באופן כללי (הסתגלות לנישואין) והן בשניים מתוך ארבעת רכיבי ההסתגלות: הבעת חיבה ולכידות.

ניתן לומר שההשערה אוששה ברובה.

התרשים הבא יציג את הממצאים בציוני תקן (עשרוניות) של אוכלוסייה נורמטיבית.

תרשים מס' 4:

הסתגלות לנישואין לפני ההתערבות ואחריה לפי רכיבי ההסתגלות - עשרוניות.



ההסתגלות לנישואין לפני ההתערבות בהשוואה לנורמה , מראה שאוכלוסיית האסירים שנבדקה דומה לאוכלוסייה הנורמטיבית.

בעקבות ההתערבות חלה עלייה בהסתגלות הכללית של כ- 1/2 סטיית תקן. השינוי לא חל באופן שווה בכל הרכיבים: נראה כי התכנית השפיעה בעיקר על לכידות ועל הבעת חיבה . גם

בקונצנזוס ה ייתה עלייה משמעותית , אולם לא הגיעה למובהקות הדרושה . לעומת זאת ,
בשביעות רצון מחיי הנישואין כמעט ולא חלה עלייה בעקבות ההתערבות .
לסיכום, ההשערה בדבר שינוי לטובה בהסתגלות לנישואין אוששה ברובה .

דיון

בתחילת דיוננו בממצאים , נראה לנו חשוב לציין , שהאסירים בחרו להשתתף בסדנה מרצונם
החופשי , והדבר לא נכפה עליהם . בראיונות הקבלה הם הביעו את כמיהתם להתחיל דרך
חדשה בקשר עם בנות הזוג . עם הזמן הם גילו נכונות ללמוד כלים שיסייעו להם בדרכם
למערכת יחסים חדשה עם בנות זוגם .

1. הדיפרנציאציה של העצמי

בדיקת השינוי ב יחסים הבין-זוגיים נעשתה על ידי הערכת הדיפרנציאציה של העצמי . בחרנו
בשאלון שלא רק מפיק מדד לרמה הכללית של הדיפרנציאציה (רצף גבוה- נמוך), אלא
במדדים המפרטים את רמת הדיפרנציאציה להיבטיה השונים (פרופיל של 6 סוגים של
מעורבות). כך התאפשר לנו להעריך , באלו סוגים של מעורבות חוללה הסדנה שינוי
בהתנהגות אצל המשתתפים בה ולאמוד את תרומתה להיבטים שונים של חיי הזוג .

הממצא המרכזי בהקשר זה ה ייתה העלייה המובהקת ברמת המעורבות המאוזנת המכבדת .
רכיב זה בודק את יכולת האדם להתייחס לבן זוגו בכבוד . "התייחסות בכבוד" טומנת בחובה
מכלול של התנהגויות , כמו: היכולת להתייחס ברצינות לרצונות ולשאיפות הזולת , היכולת

להקשיב ולהאזין להם , לדון בהם , ליישב מחלוקות במשותף , לראות בפרטנר אדם שיש לו "כבוד" כמוך. נראה שבתחום זה הסדנה זכתה להישג משמעותי.

נביא כאן התבטאויות אחדות של משתתפי הסדנה שנגעו לנקודה זו.

נ.כ-"למדתי לפרגן ולעודד . למשל בעסק שלנו שהיא מנהלת , פעם הייתי כועס עליה אם היא הייתה עושה טעויות בעסק . ישר הייתי חושב מה היא לא הייתה עושה בסדר, ואיך אני הייתי עושה את זה . היום למדתי להעריך את היכולת שלה . למדתי לקבל את היכולת שלה , שלא בהשוואה ליכולות שלי . יש דברים שהיא עושה יותר טוב, ויש דברים שאני עושה יותר טוב . הסדנא שינתה אותי בכך שתמיד חשבתי שאני יכול לפרגן, שאני מפרגן לאשתי. אם אשתי הייתה צריכה להגיע לאירוע אז היא חייבת להגיע עם תכשיטים יפים ויקרים . הפרגון שלי בעבר היה דרך נתינה לה , אבל המטרה של הנתינה הייתה למעמד שלי . חשוב היה לי שיראו איך אשתי מופיעה , חשוב היה לי מה אנשים חושבים עלי . היום אני מפרגן בשבילה , מפרגן לה , לא בשביל מטרה שלי . זה בשבילי הבדל גדול שאני יכול לראות אותה בשבילה . לא חשבתי עליה אף פעם כאילו היא אדם נפרד רק איך היא משרתת אותי , איך נותנת לי כבוד".

י.מ- "אם אני הייתי אומר לאישתי משהו , היא הייתה צריכה להבין אותי . גם אם לא אמרתי היא צריכה להבין. לא לקחתי בחשבון שזה אדם אחר, ראש אחר, גוף אחר".

ד.י- "פעם צורת הדיבור שלי הייתה בקלילות , בעיקר כלפי אשתי....אני מרגיש שאני מכבד יותר את אשתי, והיחס שאני נותן לה עכשיו הוא עם יותר כבוד".

ב. דיפרנציאציה ממשפחת המוצא

לבדיקת הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא השתמשנו בחלקים הרלוונטיים שבשאלוני PAFS

הממצאים לא הצביעו על הבדל מובהק ברמת הדיפרנציאציה ממשפחת המוצא . נראה שלא חל שינוי ביחסים בין האסירים לבין משפחת המוצא יחד עם זאת נמצאו עדויות , הן במהלך הסדנאות והן בראיונות שערכנו עם המשתתפים , לחשיבות הדפוסים שרכשו במשפחת המוצא והשפעתם על חיי הזוגיות . לדוגמא:

י.מ- " אני הבנתי ... שמה שהבאתי ממשפחת המוצא שלי גרם לנו הרבה בעיות . התחלתי לשים לב למה שקורה . קודם לא הבנתי מה זה משפחת המוצא ומה הבאתי מהבית . חשבתי שאני ככה וזהו זה . שמתי לב שכשאני אומר לה משהו , זה כמו שאבא שלי אומר . כל המריבות בין אבא לאימא עברו אלי , בלי שום סיבה . בשנה הראשונה לנישואין שלנו, השתמשתי באלימות, שבאה גם מהבית".

י.כ- " הסדנא לימדה אותי להבין שלא רק אני אשם בהתנהגות שלי . זה בא גם מהבית, מהאימא ומהאבא . בסדנא, אתה לומד לנפות , לזהות מה לא שלך והבאת מהבית...למדתי איזו השפעה הייתה להורים שלי על ההתנהגות שלי . אני לא מאשים אותם ואומר שכל מה שקרה לי הוא רק בגללם . אבל גם בגללם . ראיתי מה מההתנהגות שלי לקחתי מהבית . למדתי דרך ההתנהגות של ההורים שלי . היום אני מנסה לחשוב ולהבין מה בהתנהגות שלי הוא שלי , ומה בא מהבית . לחלק הזה אני מנסה להתייחס כמו ליבלת ולהיפטר ממנה".

ג חרדה

לשם הערכת רמת ה חרדה בחרנו בשאלון המבחין בין חרדה מצבית, כלומר מה ההרגשה ברגע זה (קרי בעת מילוי השאלון), לבין חרדה תכונתית, כלומר מה ההרגשה בדרך כלל. נמצאה ירידה בחרדה , הן במצבית והן בתכונתית , כאשר החרדה התכונתית ירדה באופן מובהק. נראה, שהחרדה המצבית מתייחסת ל "חרדת בחינות" השוררת בעת מילוי השאלון, וכידוע חרדה זו יורדת עם החזרה על מצב מוכר . שונה הוא המצב לגבי החרדה התכונתית, שזכתה לירידה יתרה . נראה, כי התהליך הקבוצתי שהמשתתפים עברו במשך הסדנא נתן לגיטימציה לדיבור ישיר על קשיים במערכת הזוגית , לתחושות כגון כעס ותסכול. השיתוף ההדדי בסיפורים האישיים תורם להקלה בתחושה של "משהו לא בסדר אצלי" ובכך פוחתת החרדה התכונתית. וכך בטא זאת ר', אחד המשתתפים:

"הידע הזה תורם לי בכך שזה קורה אצל כולם . אתה שומע בקבוצה את הבעיות של האחרים ואז אתה פחות חושש מזה. אני פחות חושש שהזוגיות שלי לא נורמלית".

יתר על כן : רוב האסירים מגיעים לסדנא בהכרה שנכשלו בבניית הקשר הזוגי . רכישת מימוניות וכלים במסגרת הסדנא מאפשרת להם תחושה של מסוגלות להתמודד בהצלחה

עם האתגר של שמירה על המערכת הזוגית והמשפחתית בכלל , ובתנאי הנתק בפרט .
תחושת מסוגלות זו מסיי עת להפחתת החרדה התכונתית . כך, למשל, אומר י' , כאשר פניו
מאירות בשמחה :

"לא ידעתי מה ואיך לכתוב לה את מה שעובר עלי , לא ידעתי איך לדבר , עכשיו אני
יודע"

י' משתף את הקבוצה בשינוי שחל בו. בעבר לא היה מסוגל להביע את עצמו, והנה הוא חווה
יחד עם חבריו לקבוצה את מסוגלותו להביע את עצמו לבת זוגו.

ד. הסתגלות לנישואין

לשם מדידת ההסתגלות לנישואין בחרנו בשאלון שמחלק את ההערכה הכללית של
ההסתגלות לארבעה רכיבים: קונצנזוס, הבעת חיבה, שביעות רצון ולכידות. בכל אלה נמצאה
עלייה בבדיקה שלאחרי הסדנה , אם כי לא בכלום העלייה ה ייתה מ ובהקת מבחינה
סטטיסטית. עלייה מובהקת נרשמה בציון הכולל , וכן בשניים מן הרכיבים - הבעת חיבה
ולכידות. ממצא זה יכול להעלות תמיהה. הרי, על פי הגדרה, ממד הלכידות מתייחס "לדברים
שעושים ביחד" וכולל היגדים כמו "באיזו תדירות אנו עוסקים בפעילות משותפת מחוץ לבית",
היגדים שלכאורה אינם רלוונטיים לאוכלוסייה של אסירים. אולם, לכידות לאו דווקא באה לידי
ביטוי בהימצאות פיסית ביחד , אלא מקבלת ביטוי גם בדברים עליהם משוחחים ודנים ביחד ,
גם אם מדובר בשיחות טלפון המהוות אמצעי הקשר העיקרי בתקשורת הזוגית.
אכן, תכני הסדנא מדגישים את ה תקשורת הזוגית , כגון אופן ניהול קונפליקטים ומריבות ,
הבעת עמדה באופן בהיר ומובן תוך הבעות של מתן כבוד ושל חיבה לבת הזוג . הפנמת
תכנים אלה עשויים להגביר את הרגשת הלכידות.
וכך התבטאו האסירים:

מ.ה.: "מה שכן השתנה הוא שיחות הטלפון שלנו . יש שיפור בשיחות הטלפון ...הן
רגועות יותר. יש הקשבה הדדית של שנינו אחד לדברי השני . זה לא תמיד היה כך .
עכשיו יש שיפור. יש הרבה דו שיח בטלפון".

ש' מספר על השיחות המשותפות עם אשתו על תכנון ההוצאות , על מכירת הרכב.
ר', אשת אסיר, מספרת לנו על השיחות הארוכות של בעלה עם הילדים על שיעורי
בית, שיחות שבהן הוא מכין עם הבן שיעורים בתנ"ך.
ד.י.: "פעם צורת הדיבור שלי הייתה בקלילות , בעיקר כלפי אשתי...אני מרגיש שאני
מכבד יותר את אשתי, וביחס שאני נותן לה עכשיו יש יותר מילים של חיבה."

בהקשר זה אין לשכוח גם את החופשות של האסירים . דווקא הריחוק הפיסי הי ומיומי יכול
להביא לידי קירבת חיבה בעת החופשות המעטות.
בממד שביעות הרצון מחיי הזוגיות לא נמצא שינוי ממשי . ההיגדים בשאלון המתייחסים
לממד זה אינם מתארים מצב קונקרטי אלא מצב מופשט של מידת האושר בחיי הזוגיות , כגון
"ציין את דרגת האושר ביחסים ביניכם ." . נראה שחוסר שביעות הרצון של האסיר מעצם
המאסר משליך על הדיווחים שלו על אושר בזוגיות . לדוגמא: "איך אני יכול להיות מאושר ,
כאשר למשפחתי כל כך קשה כשאני לא איתם ." , ביטוי ששמענו שוב ושוב אצל משתתפי
הסדנה.

סיכום ומסקנות

מטרת המחקר שלפנינו היתה להעריך באיזו מידה השתתפות האסירים בסדנה קרבה אותם
(א) אל שינוי בהתייחסותם אל בנות זוגם , (ב) אל שינוי בהתייחסותם אל משפחות מוצאם ,
(ג) אל הפחתת חרדותיהם ו-(ד) אל שיפור הסתגלותם לנישואין.

כלי המחקר היו משני סוגים: (א) שאלונים לדיווח עצמי שהועברו בתחילת תכנית ההתערבות
ובסיומה, ו- (ב) פרוטוקולים של התבטאויות האסירים במהלך הסדנאות.
(א) שאלונים לדיווח עצמי מעריכים - בטבע הדברים - הצהרות וכוונות לגבי התנהגויות של
המדווחים. הבדלים בין הדיווחים לפני ההתערבות ובין אלה שאחריה עשויים להצביע על
היווצרות פערים בין העמדות החדשות שנחשפו להם בק בוצות הסדנה ובין דפוסי ההתנהגות

שהיו רגילים להן בעבר . פערים אלו מזרזים שנויים בהתנהגות , והתהליך הקבוצתי מעודד את המשתתפים לקראת התנסות בלמידה החדשה עם בנות הזוג.

(ב) התבטאויות של המשתתפים בסדנאות עשויות לשקף תובנות שהם רכשו תוך כדי

הפעילויות בסדנה ושינויים שחלו בהתנהגותם.

המאסר, על הנתק, הסטיגמה ושינוי מתכונת החיים הכרוכה בו , הוא חוויה קשה וטראומטית המשפיעה מאוד על היחסים בין האסיר לבת הזוג . המצב הוא מורכב בין היתר בשל העובדה שהנתק אינו מלא : מתקיימים ביקורים של בנות הזוג בבית הסוהר , נערכים מפגשי התייחדות, מתנהלות שיחות טלפון ולעיתים אף יוצאים האסירים לחופשות . קשר לא סדיר זה עם בנות הזוג, כרוך בחרדות ותהיות לגבי שאלות כגון נאמנות , אמון ודימוי עצמי מצד אחד , ודרכי הידברות והבטחת הימשכות הקשר מצד שני . מאידך, יציבות המערכת הזוגית חיונית לסיכויי שיקומו של האסיר . לפיכך, העיסוק במערכת הזוגית הוא צורך אשר יש לתת עליו מענה.

ממצאי מחקר זה מצביעים על כך , שתכנית העשרת הזוגיות על פי שיטת PAIRS המתקיימת בין כתלי הכלא, נותנת בחלקה מענה להתמודדות עם הקשיים במערכת היחסים בין האסיר לבין בת זוגו. השיח הקבוצתי בסדנאות, כמו גם האמון המתפתח לאורך התהליך, מאפשרים הידברות על נושאים אישיים ואינטימיים אשר אינם באים לידי ביטוי בדרך כלל בחיי היום-יום בכלא. השיתוף והפתיחות במפגשים ודברי המשתתפים בסדנאות ובראיונות - ודוגמאות אחדות הוצגו כאן - מחזקים את משמעות החוויה אותה חווה האסיר המשתתף בתכנית ואת השפעתה על המערכת הזוגית.

המחקר הנוכחי הינו חלוצי בניסיון להעריך את תרומת התכנית להעשרת הזוגיות המועברת בבתי הכלא. בעקבות הממצאים אנו מציעים לתת את הדעת על הנקודות הבאות:

1. משתתפי הסדנאות הביעו לא אחת את חשיבות שיתוף בנות הזוג . יש לשקול שיתוף בנות הזוג בסדנאות, או לחילופין עריכת סדנה מקבילה לנשות האסירים.

2. במחקר זה הועברו שאלונים רק לאחד מבני הזוג . על מנת לקבל תובנות נוספות על השפעת הסדנה על המערכת הזוגית , ניתן לערוך מחקר נוסף שיכלול העברת שאלונים גם לבנות הזוג.

3. תקופת המאסר שנתרה עד לשחרורו של האסיר לא היוותה קריטריון לקבלתו לתכנית . יש לשקול העברת התכנית לקבוצות האסירים אשר נמצאים סמוך לתום תקופת מאסרם כחלק אינטגרלי לתהליך השיקום של האסיר לקראת שחרורם.

ביבליוגרפיה

אפל, ז. רבין, ק. אהרן, א., (2002, אוקטובר) השפעת תוכנית להעשרת הזוגיות על דיפרנציאציה של העצמי, משפחת המוצא והסתגלות לנישואין. מאמר שהוצג בכנס איל"ה ה-13, אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.

אפל, ז. (1997). דיפרנציאציה של העצמי, מדידתה ותרומתה להסתגלות לנישואין. עבודת מחקר לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה, אונ' בר-אילן.

אפל, ז., שלסקי ש. (2004, יוני). סדנת זוגיות בתנאי נתק – אסירים (גברים) מדברים על זוגיות. מאמר שהוצג בכנס הנרטיבי הראשון בישראל "שותפות בחיבור סיפורים מועדפים", מכללת תל-חי.

ווזנר, י., גולן, מ. וחובב, מ. (1994). מארג המשתנים של עבודת התקון בחברה המודרנית. בתוך י. ווזנר, מ. גולן ומ. חובב (עורכים), עבריינות ועבודה סוציאלית: ידע והתערבויות (עמ' 7 – 15). אונ' תל-אביב: רמות.

טייכמן י., ומלניק ח. (עורכים) (1984). שחמ"ת (STAI, STAIC) שאלון להערכת חרדה מצבית ותכונת חרדה, מדריך עברי לבוחן. הוצאת רמות, אוניברסיטת תל – אביב, מהדורה שניה.

ילין, נ. (1991). מקומה של העבודה הסוציאלית בבית הסוהר בישראל. צוהר לבית הסוהר – 1. הוצאת שרות בתי הסוהר.

פרייברג, ר. וחובב, מ. (1994). מומחיות בעבודה סוציאלית בתחום התקון. בתוך י. ווזנר, מ. גולן, ומ. חובב (עורכים), *עבריינות ועבודה סוציאלית: ידע והתערבויות* (עמ' 57 – 84). אונ' תל-אביב: רמות.

שלסקי, ש., אפל, ז., ("בדפוס"). הנרטיב הקבוצתי בשירות ההבניה- מחדש של העצמי: אסירים מספרים על זוגיותם. בתוך: ר' תובל-משיח, ג' ספקטור-מרזל, "נרטיבים וחקירתם: יצירה, פרשנות וביקורת".

Appel, Z. Elizur, D., and Cohen, A, (2001), Facets of Differentiation of Self in: Elizur, D., (ed.), *Facet Theory: Integrating theory construction with data analysis*.

(pp. 353-365) Prague. Matfyzpress.

Boszormenyi-Nagy, I., & Spark G. M. (1984). *Invisible Loyalties*. New York: Brunner / Mazel.

Bowen, M. (1976). Theory in the practice psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice*. (pp. 42–90). New York: Gardner Press.

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. N.Y.: Jason Aronson.

Bray, J. H., Williamson, D. S., & Malone, P. E. (1984). Personal authority in the family system: Development of questionnaire to measure personal authority in intergenerational family processes. *Journal of Marital and Family Therapy*, 10(2), 167-178.

DeMaria, R. (2003). An overview of PAIRS program. In R. DeMaria & M. T. Hannah, (Eds.), *Building intimate relationship: Bridging Treatment, Education and Enrichment*. N.Y.: Brunner / Mazel.

Durana, C. (1996). Bonding and emotional reeducation of couples in the 269- , (3)PAIRS training: Part 1. *American Journal of Family Therapy*, 24 .280

Durana, C. (1996). Bonding and emotional reeducation of couples in the 315- , (4)PAIRS training: Part 2. *American Journal of Family Therapy*, 24 .328

Durana, C. (1997). Enhancing marital intimacy through psychoeducation: The .204-211 , (3)PAIRS program. *Family Journal*, 5

Fishman, L. T. (1988). Prisoners and their wives: Marital and domestic effects of telephone contacts and home visits. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 32(1), 55-65.

Gordon, L. (1988). *The P.A.I.R.S. Curriculum Guide: A Training Manual for Mental Health Professionals* (rev. ed). Falls Church, VA: The P.A.I.R.S. Foundation, Ltd.

Gordon, L. (1989). *Unpublished proceedings from P.A.I.R.S. Board Retreat*, May, 1989 at Reston, Virginia.

Gordon, L. (1993). Intimacy: The art of working out your relationship. *Psychology Today*, 26(5), 40-49.

Griffin, J., & Apostol, A. (1993). The influence of relationship enhancement training on differentiation of self. *Journal of Marital and Family Therapy*, 19(3), 261-272.

Accordino, M. P & Guerney, B. Jr.,. (1998). An evaluation of the relationship enhancement program with prisoners and their wives. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 42(1), 5-15.

Hickmon, Jr. W. A., Protinsky, H. O., & Singh, K. (1997). Increasing intimacy: Lessons from marital enrichment. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 19(4), 581-589.

Keith, D. V. & Whitaker, C. A. (1981). Symbolic-experiential family therapy. In A. S. Gurman and D. P. Kniskern (Eds.), *Handbook of family therapy* (pp. 187-225). New York: Brunner / Mazel.

Kerr, M. E. (1981). Family system theory and therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *The handbook of family therapy*, (pp. 226-264). New York: Brunner / Mazel.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.

Ladd, A. (1989). *P.A.I.R.S: A Psychoeducational Approach to Marital Intervention*. A thesis for the Degree Master of Science. Washington D.C.

Markman, H., Stanley, S., & Blumberg S. L. (1994). *Fighting for Your Marriage: Preventing Divorce and Preserving Lasting Love*. San Francisco: Jossey-Bass.

Napier, A. Y., & Whitaker, C. A. (1978). *The Family Crucible*. Napier & Whitaker.

Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369.

Piquero, A. R., MacDonald, J. M., & Parker, K. F. (2002). Race, Local Life Circumstances, and Criminal Activity. *Social Science Quarterly*, 83(3), 654-671.

Rabin, C., & Appel, Z. (2004). Psychoeducational treatment of stressed and traumatized couples. In D. Catherall (Ed.), *Handbook of Stress, Trauma and the Family* (pp. 453-471). New-York: Brunner-Routledge Pub.

Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 47*(2), 229-237.

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of marriage and the family, 38*, 15-28.

Spielberger, C. D., Gaudry, E., & Vagg, P. (1975). Validation of the State-Trait distinction in anxiety research. *Multivariate Behavioral Research, 10*(3), 331-341.

Turner, L. (1993). An exploratory study of P.A.I.R.S: An integrative group approach to relationship change. *Paper presented at the Eight Annual Symposium on Group Work*. Ann Arbor, MI.

The Influence of Marital Enrichment Program (PAIRS) on Differentiation of Self, Differentiation of Original Family, Anxiety and Marriage Adjustment, among Prisoners

Abstract

A large number of Israeli prisoners return to criminal activity after serving their sentences. Re-integration in their families is viewed as a key to their successful rehabilitation. In this spirit, a workshop aiming at enriching couple relationships, according to the PAIRS approach, is given in prisons. Despite the importance of this issue, no research has been done in Israel to evaluate workshops in couple enrichment.

This research examines the workshop's effects on 50 prisoners. At the workshop's inception and at its end prisoners filled out questionnaires which checked: differentiation of self, intergenerational differentiation, anxiety and marital adjustment. As a result of the workshop, a consistent rise was found in the level of differentiation, with emphasis on improvement in the ability to listen to others and to share feelings with them. No significant change was found in the level of intergenerational differentiation. A significant decline was found in the levels of both characteristic and situational anxiety. There was a significant increase in marital adjustment, especially in the components of "expression of affection" and "cohesiveness". The findings of the research bear witness to the workshop's contribution to the improvement of the prisoner's married life.

**דיפרנציאציה של העצמי , דיפרנציאציה ממשפחת המוצא , חרדה והסתגלות לנישואין-
השפעת תוכנית התערבות להעשרת הזוגיות על פי גישת PAIRS , בקרב אסירים.**

ד"ר זאב אפל , מרצה במכללת אורות ישראל, אוניברסיטת בר-אילן, בית הספר לחינוך
המסלול לייעוץ חינוכי.

דוא"ל apelsam@netvision.net.il

apelze@mail.biu.ac.il

טלפון נייד 052-8385379

טלפון בעבודה- 03 5318710

פקס באוניברסיטה בר אילן - 03-7384030

חיים שלום. (MA) חוקר מדעי ההתנהגות. לשעבר ראש מדור מחקר בעליית הנוער.

דוא"ל shalom_h@zahav.net.il

טלפון נייד 052-5740087

טלפון בבית 03-5745976

איריס אהרון (MA) – מנחה סדנאות להעשרת הזוגיות ומטפלת זוגית ומשפחתית.

דוא"ל ahron_iris@bezeqint.net

טלפון נייד 052-33533883