



# נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית ודפוסי התנהגויות סיכון בקרב בני נוער בישראל

Health Behaviors in School-Aged Children (HBSC)  
A World Health Organization Cross-National Study

סיכום ממצאי מחקר HBSC ישראל לשנת 2023  
ניתוח מגמות בין השנים 1994-2023  
והשוואה בין-לאומית

יוסי הראל-פיש  
לילך בן-מאיר, אריאלה גלעדי,  
מירב מנור, ריקי טסלר, סופי וולש

תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער  
הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן



World Health  
Organization

במימון, בחסות ובשיתוף:  
משרד הבריאות ומשרד החינוך

**נוער בישראל:  
בריאות, רווחה נפשית וחברתית  
ודפוסי התנהגויות סיכון  
בקרוב בני נוער בישראל**

Health Behaviors in School-Aged Children (HBSC)  
A World Health Organization Cross-National Study

**סיכום ממצאי מחקר HBSC ישראל לשנת 2023  
ניתוח מגמות בין השנים 1994-2023  
והשוואה בין-לאומית**

תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער  
הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן  
ומכון מדגם

במימון, בחסות ובשיתוף:  
משרד הבריאות ומשרד החינוך

## צוות המחקר המלא

**פרופ' יוסי הראל-פיש**, חוקר ראשי HBSC ישראל, ראש תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

**פרופ' סופי וולש**, עמיתה לחוקר ראשי, המחלקה לקרימינולוגיה, הפקולטה למדעי החברה, אוניברסיטת בר-אילן.

**פרופ' האלד אבו-עסבה**, עמית מחקר, מנהל מכון "מסאר" למחקר חברתי ואחראי על המחקר באוכלוסיית התלמידים הערביים.

**פרופ' ריקי טסלר**, עמיתת מחקר, המחלקה לניהול מערכות בריאות, בית הספר לבריאות הציבור, אוניברסיטת אריאל.

**ד"ר אריאלה גלעדי**, מנהלת מחקר של HBSC ישראל, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

**ד"ר לילך בן-מאיר**, מנהלת מדעית ה-HBSC, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

**ד"ר תגריד זועבי**, רכזת המחקר האיכותני לחברה הערבית, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

**ד"ר מירן בוניאל-נסים**, עמיתת מחקר, החוג לייעוץ חינוכי, המכללה האקדמית עמק יזרעאל.

**גב' שאי אוקרופ**, סטטיסטיקאית, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

**גב' מירב מנור** רכזת המחקר האיכותני, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני הנוער, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

## תודות

דו"ח זה הנו פרסום מקיף של ממצאי המחקר ה-HBSC הארצי האחד עשר על התנהגויות סיכון והיפגעות בקרב בני נוער בישראל. הסקר בוצע כחלק ממחקר רב-לאומי של ארגון הבריאות העולמי על התנהגויות בריאות בקרב תלמידים (World Health Organization - Health Behavior in School-Aged Children; WHO-HBSC). פיתוח וביצוע המחקר הישראלי, ניתוח נתוניו והכנת הממצאים לפרסום, הנם פרי ידע, מאמצים ותמיכה של גופים ואנשים רבים בארץ ובאירופה. חובה נעימה היא לנו להודות להם על האמון שנתנו בנו ועל הסיוע הרב לו זכינו בשלבים השונים של העבודה.

סקר ה-HBSC של ארגון הבריאות העולמי נערך בישראל משנת 1994 ועד היום על ידי צוות מחקר בראשותו של פרופ' יוסי הראל-פיש באוניברסיטת בר אילן במימון, בחסות ובשיתוף משרד הבריאות ומשרד החינוך. תודה שלוחה לצוות המחלקה לקידום וחינוך לבריאות בראשותם של ד"ר אפרת אפללו, מנהלת המחלקה ומ"מ הגב' נדא אליען, הגב' ניבה בסודו מנור, מנהלת תחום קידום בריאות - סקרים והערכה, ד"ר אלי רוזנברג, לירי פינדלינג אנדי, שרון לוי, שולי ברס, ונדא עליאן. ולצוות אגף התזונה פרופ' רונית אנדוולט, וד"ר מורן בלייכפלד מגנזי.

תודה מיוחדת לאנשי לשכת המדען הראשי במשרד החינוך, ובמיוחד לד"ר אודט סלע המדענית הראשית, למר רוני אמיתי, מנהל תחום רגולציה על המחקרים שהערותיהם על טיוטת השאלון תרמו רבות לאיכותו הסופית, ולדקלה אליאס בדאני על הטיפול המסור במשך שנים. תודה נוספת לכל אנשי המקצוע בשרות הפסיכולוגי הייעוצי (שפ"י) ובראשם למנהלת אגף בכיר שפ"י גב' עינב לוק על המעורבות והתרומה המשמעותית בכל שלבי המחקר, החל מדיוק טיוטות השאלונים, דרך בחינה מעמיקה ומציאת פתרונות לחסמים ואתגרים שנתגלו בתהליך עבודת השדה, וכמובן בחיבור הישיר שבין המחקר המדעי לתרגום ממצאיו למדיניות ויישום תוכניות. אנו מוקירים תודה לפרופ' האלד אבו-עסבה מנהל מכון "מסאר" על מעורבותו רבת השנים במחקר בתרגום השאלון והמדדים לערבית, ביצוע מבחנים טרומיים באוכלוסייה הערבית וליווי המחקר לכל אורכו במגזר זה.

את איסוף הנתונים בשדה ביצע עבורנו מכון מדגם. אנו מוקירי תודה למכון מדגם ולעומד בראשו מר מנו גבע על העבודה המקצועית והיעילה בביצוע המחקר בשדה. במיוחד אנו מודים לגב' עדי גבע שניהלה בצורה מקצועית וברגישות רבה את הקשר עם בתי הספר והמנהלים ואת עבודת השדה של צוות המראיינים בפריסה הארצית. ולעדי סידי סמנכ"ל מחקר וחברי הצוות הנוספים שטיפלו בהכנת קבצי הנתונים לעיבוד וניתוח סטטיסטי.

לבסוף, אנו מודים לכל המפקחים, המנהלים והמורים על שיתוף הפעולה שאפשר את ביצוע המחקר. בעיקר אנו אסירי תודה לכל אותם אלפי תלמידים שהשתתפו במחקר ובכך תרמו לקבלת המידע החיוני המוצג בפרסום זה. אנו מקווים שהממצאים המפורסמים כאן יהוו בסיס לקרש קפיצה לפיתוח והטמעה של מדיניות ואסטרטגיות התערבות יעילות ומבוססות על נתונים מדעיים עדכניים לקידום רווחתם ובריאותם של בני הנוער בישראל.

## תוכן עניינים

3	צוות המחקר המלא
4	תודות
8	תקציר מנהלים
19	מבוא
22	שיטת המחקר
22	האוכלוסייה הנחקרת והמדגם
25	שאלון המחקר
26	איסוף הנתונים
26	ניקוי ועיבוד הנתונים
26	מחקר איכותני
27	רשימת מקורות
29	בית ומשפחה
29	מבוא
30	מדדי בית ומשפחה
31	ממצאים עיקריים
57	סיכום ומסקנות
58	רשימת מקורות
62	בית הספר
62	מבוא
63	מדדי בית ספר
64	ממצאים עיקריים
92	סיכום ומסקנות
93	רשימת מקורות
95	מעורבות והתנדבות בקהילה
95	מבוא
96	מדדי מעורבות והתנדבות בקהילה
97	ממצאים עיקריים
104	סיכום ומסקנות
105	רשימת מקורות
107	דפוסי בילוי ואינטראקציה עם חברים
107	מבוא
108	מדדי בילוי ואינטראקציה עם חברים
109	ממצאים עיקריים
121	סיכום ומסקנות

122.....	רשימת מקורות
124.....	תקשורת במדיה אלקטרונית
124.....	מבוא
125.....	מדדי תקשורת במדיה אלקטרונית
126.....	ממצאים עיקריים
133.....	סיכום ומסקנות
134.....	רשימת מקורות
137.....	פעילות פנאי
137.....	מבוא
137.....	מדדי פעילות פנאי
138.....	ממצאים עיקריים
144.....	סיכום ומסקנות
145.....	רשימת מקורות
148.....	הרגלי אכילה ודיאטה
148.....	מבוא
149.....	מדדי הרגלי אכילה ודיאטה
150.....	ממצאים עיקריים
183.....	סיכום ומסקנות
184.....	רשימת מקורות
187.....	פעילות גופנית
187.....	מבוא
188.....	מדדי פעילות גופנית ויושבנות
189.....	ממצאים עיקריים
201.....	סיכום ומסקנות
202.....	רשימת מקורות
204.....	התנהגויות מין
204.....	מבוא
206.....	ממצאים עיקריים
218.....	סיכום ומסקנות
219.....	רשימת מקורות
222.....	שימוש בחומרים ממכרים
222.....	שימוש במוצרי טבק
222.....	מבוא
224.....	ממצאים עיקריים
247.....	סיכום ומסקנות
248.....	רשימת מקורות
251.....	צריכת אלכוהול

251.....	מבוא
252.....	ממצאים עיקריים
263.....	סיכום ומסקנות
264.....	רשימת מקורות
266.....	צריכת סמים
266.....	מבוא
266.....	מדדי צריכת סמים
278.....	סיכום ומסקנות
279.....	רשימת מקורות
281.....	הימורים
282.....	מעורבות באלימות
282.....	מבוא
283.....	מדדי מעורבות באלימות
284.....	ממצאים עיקריים
304.....	סיכום ומסקנות
306.....	רשימת מקורות
309.....	אלימות ברשת
309.....	מבוא
311.....	ממצאים עיקריים
321.....	סיכום ומסקנות
322.....	מקורות
324.....	דפוסי היפגעות
324.....	מבוא
326.....	ממצאים עיקריים
332.....	סיכום ומסקנות
333.....	רשימת מקורות
336.....	בריאות נפשית וגופנית
337.....	מדדי בריאות נפשית וגופנית
339.....	ממצאים עיקריים
376.....	סיכום ומסקנות
377.....	רשימת מקורות
381.....	מחקר איכותני: ראיונות עומק וקבוצות מיקוד
381.....	מבוא
382.....	ממצאים עיקריים
393.....	סיכום

## תקציר מנהלים

דו"ח זה מהווה סיכום של ממצאי המחקר הארצי האחד עשר על בריאות, רווחה, התנהגויות סיכון והיפגעות של בני נוער בישראל. מנתוני מחקר ה-HBSC ניתן ללמוד רבות על חיי היום-יום של בני הנוער בישראל בתחומים שונים: דפוסי התנהגויות סיכון לבריאות, סימפטומים פסיכוסומטיים, מצוקות נפשיות, פציעות, מעורבות באלימות, תפיסות אקלים בית ספרי, מעורבות הורים, דפוסי בילוי, פעילויות פנאי, מעורבות קהילתית ועוד. כמו כן, המחקר מספק דוחות תקופתיים והשוואה למדינות שונות וכן תמונת מצב בקרב תת-אוכלוסיות מסוימות.

מחקר ה-HBSC תורם בראש ובראשונה לקידום המחקר העוסק בבריאות וברוחה של בני נוער ומהווה תשתית מבוססת לפיתוח אסטרטגיות התערבות ומדיניות במטרה לקדם את רווחתם, בריאותם ובטיחותם של בני נוער בישראל. המחקר מאפשר יצירת בסיס לקידום הרווחה בכמה מישורים:

- מחקר זה מאפשר לזהות בעיות וסיכונים מרכזיים בחיי בני הנוער, להשוות נתונים למדינות שונות ובכך ללמוד על רמת החומרה באופן יחסי ובהקשר נרחב. בהתאם לכך, ישנה אפשרות לפתח סדרי עדיפויות להתערבות, שכן המחקר מעלה מגוון רחב של נושאים מרכזיים בנוגע להתנהגויות סיכון ומדדי בריאות והיפגעות.
- המחקר מאפשר הכוונת משאבים להתערבות בהתאם לאוכלוסיות סיכון שונות הניתנות לאיתור.
- המחקר מאפשר להגביר מודעות בקרב הציבור בנוגע לנושאים עיקריים בבריאות וברוחה של בני נוער. העלאת המודעות תאפשר קבלת תמיכה בפעילויות המקדמות בריאות ורווחה בקרב הציבור ובקרב ארגונים שונים בחברה.
- מחקר זה מהווה בסיס משמעותי לעבודות מחקר הבוחנות את ההשפעות החברתיות והפסיכולוגיות על דפוסי התנהגות והיפגעות של בני נוער בישראל. מידע מחקרי מהימן מאפשר פיתוח תוכניות התערבות ומניעה המבוססות על נתונים, באופן המשפר את יעילותן.
- בסיס הנתונים מאפשר מעקב אחר מגמות ושינויים לאורך זמן, ובכך הוא מאפשר גם להעריך את יעילות התוכניות ברמת המאקרו ובקרב קבוצות אוכלוסייה מסוימות.

כפי שצויין, המידע העולה ממחקר זה הוא רב-היקף ונוגע לתחומים רבים ברווחת הנוער. לכן, ממצאיו משמשים אנפים רבים במשרד הבריאות ובמשרד החינוך העוסקים בהיבטים השונים. כמו כן, המידע משמש פורומים בין-משרדיים וארגונים רבים. מעבר לכך, תוצאות המחקר מוצגות גם לאנשי מקצוע העוסקים בתחום הנוער במסגרת פורומים מקצועיים רבים, כנסים מקצועיים וכן מפגשים וסדנאות בהשתתפות מנהלים, מפקחים, יועצים, מדריכים ואנשי מקצוע בארגונים ארציים וברשויות מקומיות.



## להלן סיכום הממצאים המרכזיים:

### **בית ומשפחה**

- קלות תקשורת עם הורים: אחוז גבוה של תלמידים (כ-90%) מדווחים כי קל להם לשוחח עם הורה אחד לפחות.
- אחוז התלמידים המדווחים על תמיכה משפחתית גבוהה הוא כ- 68%. עם זאת, ישנם הבדלים מגזריים במדד זה, כאשר שכיחות התמיכה במגזר הערבי נמוכה בכ- 12% מזו המדווחת בקרב המגזר היהודי.
- השגחה הורית: ישנה ירידה עם הגיל באחוזי הדיווח על השגחה הורית גבוהה בתחומים שונים. ישנם הבדלים מגזריים ומגדריים משמעותיים במדד זה, כאשר יותר תלמידים במגזר הערבי מדווחים על השגחה הורית גבוהה לעומת תלמידים במגזר היהודי. כמו כן, יותר בנות מדווחות על השגחה הורית גבוהה לעומת בנים.
- פעילות משפחתיות: הפעילות המשפחתית הנפוצה ביותר היא אכילת ארוחות משותפות (כ- 75% מהתלמידים). לעומת זאת, רק כ- 19% מהתלמידים מדווחים כי הם עושים פעילות ספורטיבית משותפת עם המשפחה. שכיחות הפעילויות המשפחתיות בקרב המגזר הערבי גבוהה יותר בהשוואה למגזר היהודי.
- מעורבות הורים בחיי בית הספר: ישנה רמת מעורבות גבוהה של ההורים בהיבטים השונים של חיי בית הספר (כ- 83%). אחוז גבוה במיוחד של תלמידים מעיד כי הוריהם מוכנים לעזור להם אם יש להם בעיות בבית הספר (כ- 92%) ומעודדים אותם להצליח בלימודיהם (כ- 93%).
- הערכה סובייקטיבית של מצב כלכלי: כ- 74% מהתלמידים מעריכים את המצב הכלכלי של משפחתם כטוב או טוב מאוד. החל משנת 1998 חלה עליה הדרגתית בהערכת המצב הכלכלי של המשפחה כטוב יותר. עם זאת, בשנת 2023 חלה ירידה קלה בדיווח במדד זה, בייחוד בקרב תלמידי המגזר הערבי.
- מדד FAS לרווחה סוציאקונומית: ישנם הבדלים ניכרים בין תלמידים במגזר היהודי לבין תלמידים במגזר הערבי במדד זה. כך למשל, כ- 31% מהתלמידים במגזר הערבי בעלי רמה סוציאקונומית נמוכה לעומת כ- 12% מהמגזר היהודי. יתר על כן, במגזר היהודי כ- 51% תלמידים בעלי רמה סוציאקונומית גבוהה, וזאת לעומת 30% בקרב המגזר הערבי.
- מדד הביטחון התזונתי: כ- 8% מהתלמידים מדווחים כי הם הולכים לישון רעבים וכ- 6% מדווחים כי הם הולכים רעבים לבית הספר. אחוזים אלה גבוהים יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת תלמידים במגזר היהודי. עם זאת, ניכר כי פער זה בין תלמידים במגזר הערבי לבין תלמידים במגזר היהודי הולך ומצטמצם במשך השנים.

### **בית הספר**

- תחושת אהבה כלפי בית הספר: אחוז התלמידים שחשים תחושות חיוביות כלפי בית הספר (אוהבים או אוהבים מאוד את בית הספר) עומד על 67%, מתוכם כ- 26% אוהבים מאוד את בית הספר. המדד האחרון גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי, בייחוד בקרב הבנות (31%). עם העלייה בשכבת הגיל חלה ירידה בתחושת האהבה לבי"ס. בשנת 2023 חלה ירידה משמעותית באחוז התלמידים המדווחים כי הם אוהבים מאוד את בי"ס לעומת שנים 2019-2011. במקביל, בשנת הסקר הנוכחית חלה עליה באחוז התלמידים המדווחים כי הם כלל לא אוהבים את בי"ס.

- תחושת שייכות לבית הספר: כ- 70% מהתלמידים מרגישים שייכים לבית הספר. עם העלייה בשכבות הגיל חלה ירידה בתחושת השייכות. בנים חשים יותר שייכות לעומת בנות, ותלמידים במגזר הערבי חשים יותר שייכות לעומת תלמידים במגזר היהודי.
- תחושת ביטחון בבית ספר: אחוז התלמידים שמדווחים כי הם מרגישים בטוחים בבית הספר הוא 72%. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 78%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (70%). בשנת 2023 חלה ירידה של כ- 6% בתחושת הביטחון בבי"ס לעומת שנת 2019.
- תמיכת תלמידים: כ- 54% תלמידים מדווחים על תמיכת תלמידים גבוהה. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים לעומת בנות (כ- 59% לעומת כ- 49% בהתאמה), ובקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת היהודי (כ- 68% לעומת כ- 48%).
- תמיכת מורים: כ- 41% תלמידים מדווחים על תמיכת מורים גבוהה. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 52%) לעומת בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 37%). כמו כן, אחוז הבנים המדווחים על תמיכת מורים גבוהה יותר (כ- 44%) לעומת אחוז הבנות (כ- 38%).
- תחושת לחץ מהלימודים: כ- 87% מהתלמידים חשים לחץ כלשהו מהלימודים, נתון הגבוה יותר בקרב הבנות (כ- 92%) לעומת הבנים (כ- 82%). אחוז גבוה יותר בקרב תלמידי כיתות י' מדווח תחושת לחץ מהלימודים (כ- 92%) לעומת הכיתות האחרות. שנת 2023 רושמת את אחוז הדיווח הגבוה ביותר על תחושת לחץ מהלימודים (כ- 87%) מאז שנת 1998.
- הישגים לימודיים: אחוז התלמידים שמעריכים כי המחנכת/ שלהם חושבת/ שהם תלמידים טובים מאוד גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 44%) לעומת המגזר היהודי (כ- 34%). עם זאת, אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה גבוה הרבה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 63%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ- 49%).

### **מעורבות והתנדבות בקהילה**

- אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה, שלא במסגרת בית הספרית, עומד על כ- 43%, ואילו אחוז התלמידים שמעורבים בפעילות התנדבותית במסגרת בית הספר עומד על כ- 49%.
- כ- 26% מהתלמידים מעורבים בפעילות התנדבותית בקהילה שלא במסגרת בית הספר, בתדירות של לפחות אחת לשבוע.
- האחוז הגבוה ביותר של תלמידים המעורבים בהתנדבות בקהילה נרשם בקרב בנים במגזר הערבי ואילו האחוז הנמוך ביותר נרשם בקרב בנים במגזר היהודי.

### **דפוסי בילוי ומחברות חברתית**

- מחברות חברתית: כ- 52% תלמידים בעלי מחברות חברתית גבוהה, נתון הגבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 54%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ- 47%). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים בעלי מחברות חברתית מדווח בקרב בנות במגזר היהודי (כ- 56%).
- בדידות חברתית: כ- 43% מהתלמידים מדווחים שקרה להם לפחות פעם אחת שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם והם מצאו עצמם לבד. ישנו פער משמעותי במדד זה בין המגזר היהודי (47%) לערבי (כ- 33%), וכן בין

הבנות (כ- 46%) לבין הבנים (כ- 40%). ניכרת ירידה מתונה בדיווח במדד זה עם העלייה בשכבת הגיל. בשנת 2023 חלה עלייה של כ- 7% במדד בדידות חברתית לעומת שנת 2019, בייחוד בקרב בנות ובקרב המגזר היהודי.

- בילוי עם חברים בשעות אחר הצהריים והערב: כ- 39% תלמידים פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חבריהם אחר הצהריים, וכ- 22% פוגשים כל יום את כמעט כל יום את חבריהם אחרי השעה 20:00. מדדים אלה גבוהים יותר באופן משמעותי יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות. התדירות הנמוכה ביותר של מפגשים עם חברים בשעות אחה"צ והערב נרשמת בקרב בנות במגזר הערבי. בשנת 2023 חל זינוק של פי-2 בקירוב, בשכיחות הבילוי היומיומי עם חברים בשעות אחה"צ בהשוואה לשנים 2019-2014.

### תקשורת במדיה אלקטרונית

- אחוז התלמידים שמדברים דרך האינטרנט כמעט כל היום עם לפחות אדם אחד עומד על כ- 38%. ניכר פער משמעותי בין תלמידים במגזר היהודי (כ-42%) לבין תלמידים במגזר הערבי במדד זה (כ-27%). כמו כן, במגזר היהודי אחוז הבנות שמדברות באופן אינטנסיבי דרך האינטרנט גבוה מאחוז הבנים (כ-47% לעומת כ-38%), ואילו במגזר הערבי יש מגמה הפוכה: אחוז הבנים שמדברים באופן אינטנסיבי דרך האינטרנט גבוה מאחוז הבנות (כ-30% לעומת 24%).
- אחוז התלמידים שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה החברתית הינו כ-15%, כאשר השכיחות הגבוהה ביותר הנה בקרב בנות במגזר היהודי (כ-18%) ובקרב בנים במגזר הערבי (כ-18%), וכן בקרב גילאי חטיבות הביניים (כ-17%). בנוסף, ישנה עליה ניכרת באחוז התלמידים המסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה החברתית, מכ-4% בשנת 2019 לכ-15% בשנת 2023 (לפי הנתונים הבינלאומיים).

### פעילות פנאי

- בילוי מול מסכים: כ- 56% תלמידים מבליים מול מסכים 4 שעות או יותר מחוץ לשעות בית הספר, כאשר האחוז גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-60%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ-45%), וכן גבוה יותר בקרב בנות (כ-62%) לעומת בנים (כ-50%). אחוז התלמידים שמבליים מול מסכים 4 שעות או יותר עולה עם הגיל.
- השתתפות בחוגי ספורט: כ- 73% תלמידים משתתפים באופן קבוע בחוגי ספורט בשעות הפנאי. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים (כ-79%) לעומת בנות (כ-66%), וכן מעט גבוה יותר בקרב בנים במגזר היהודי (כ-80%) לעומת בנים במגזר הערבי (כ-76%). ישנה ירידה בהשתתפות בחוגי ספורט עם העלייה בגיל.
- השתתפות בחוגים אחרים: כ-39% תלמידים משתתפים באופן קבוע בחוגים אחרים. אחוז ההשתתפות גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-41%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ-38%), וכן בקרב בנים (כ-40%) לעומת בנות (כ-38%). אחוז המשתתפים בחוגים אחרים יורד עם העלייה בגיל.
- אי השתתפות בחוגים: כ- 22% מהתלמידים אינם משתתפים באף חוג. אחוז אי השתתפות גבוה במיוחד בקרב בנות ובקרב תלמידי תיכון.

## הרגלי אכילה ודיאטה

- **אכילת ארוחות בוקר:** כ- 24% תלמידים אינם נוהגים לאכול ארוחות בוקר באמצע השבוע. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת הערבי (כ-25% לעומת כ- 21% בהתאמה), וכן גבוה יותר בקרב בנות לעומת בנים (27% לעומת כ-21% בהתאמה).
- **אכילת ארוחות משפחתיות:** כ- 73% תלמידים נוהגים לאכול ארוחות עם משפחותיהם כל יום או ברוב ימות השבוע. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר הערבי (94%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 68%). בהשוואה בינלאומית, ישראל ממוקמת בשליש התחתון במדד זה מבין המדינות השותפות.
- **אכילה במסעדות מזון מהיר:** כ- 12% תלמידים אוכלים לפחות פעמיים בשבוע במסעדות מזון מהיר, כאשר אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 19% לעומת כ- 10% בהתאמה), וגבוה בייחוד בקרב בנים במגזר הערבי (כ- 22%).
- **צריכת פירות וירקות:** כ- 24% תלמידים צורכים פירות, וכ- 31% צורכים ירקות יותר מפעם ביום, וכ- 20% צורכים פירות וירקות גם יחד באופן יומיומי. בהשוואה בין-לאומית, ישראל ממוקמת בעשירייה הראשונה במדדי אכילת פירות וירקות מבין המשתתפות. עם זאת, חלה ירידה קלה בדירוג של ישראל וכן באחוז התלמידים שאוכלים ירקות ופירות לעומת הסקר הקודם (2019).
- **צריכת מזונות לא בריאים:** כ- 37% תלמידים צורכים מאכלים מתוקים, כ- 20% תלמידים צורכים משקאות ממותקים, וכ- 20% תלמידים צורכים חטיפים מלוחים באופן יומיומי. ישנו הבדל מגזרי בצריכת מזונות לא בריאים: אחוז גבוה יותר באופן משמעותי של תלמידים במגזר הערבי צורך מזונות לא בריאים בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי. כמו כן, ניתן להבחין בירידה קלה בצריכת מזונות לא בריאים בין גילאי חטיבת הביניים לגילאי התיכון בקרב תלמידים במגזר היהודי, אך לא בקרב המגזר הערבי. בהשוואה בין-לאומית עולה כי ישראל מדורגת בעשירייה הראשונה מבין המדינות המשתתפות במדדי צריכת מזונות ומשקאות מתוקים.
- **הרגלי דיאטה:** כ- 19% תלמידים מדווחים שהם עושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרות כדי להוריד במשקל, אחוז זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 21%) לעומת בנים (כ- 17%). בהשוואה בין-לאומית עולה כי הבנים בישראל מדורגים במקום הראשון ואילו הבנות במקום החמישי במדד זה. עם זאת, ניכרת ירידה קלה באחוז הבנים והבנות שעושים דיאטה כיום לעומת 2019.
- **פעולות אחרות לשם ירידה במשקל:** כ- 4% השתמשו כיום או בעבר או בכדורים או משקאות מיוחדים כדי להוריד במשקל. כמו כן, כ- 6% גורמים לעצמם מידי פעם להקיא לאחר שאכלו כדי לא להעלות במשקל. שני מדדים אלה גבוהים יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי.
- **השמנת יתר:** כ- 7% תלמידים מסווגים כבעלי השמנת יתר לפי הגדרת ארגון הבריאות העולמי (אחוזון 98%). נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 9%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 6%), וכן גבוה יותר בקרב בנים (כ- 9%) לעומת בנות (כ- 6%). נרשמת מגמת עליה באחוז התלמידים בעלי השמנת יתר (לפי אחוזון 95%) בקרב בנים בגילאי 13 ובקרב בנות בגילאי 13 ו- 15 לעומת שנים קודמות. בהשוואה בין-לאומית עולה כי התלמידים הישראלים מדורגים בעשירייה הראשונה במדד השמנת יתר, מבין המדינות השותפות בסקר.

- אוריינות בריאות: כ- 24% תלמידים מסווגים כבעלי תפיסת אוריינות בריאות גבוהה. אחוז זה גבוה יותר בקרב בנים (כ- 27%) לעומת בנות (כ- 22%), וכן מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 26%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 24%). עם העלייה בגיל חלה ישנה עלייה באחוז התלמידים בעלי תפיסת אוריינות בריאות גבוהה.

## פעילות גופנית

- אי פעילות גופנית ב- 7 הימים האחרונים: אחוז התלמידים שלא עסק בפעילות גופנית שנמשכת לפחות 60 דקות באף יום ב 7 הימים האחרונים עומד על 17%. נתון זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 23%) בהשוואה לבנים (כ- 11%), וכן בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 22%) בהשוואה למגזר היהודי (כ- 16%). בשנת 2023 חלה עליה קלה במספר התלמידים שלא עסקו בפעילות גופנית שנמשכה לפחות שעה במהלך 7 הימים האחרונים בהשוואה לשנים קודמות, בייחוד בקרב בנות. בהשוואה בין-לאומית עולה כי התלמידים הישראליים מדורגים המקום השני מבין המדינות המשתתפות בדיווח על אי עשיית פעילות גופנית בשבוע החולף.
- פעילות גופנית יומיומית: כ- 11% תלמידים עוסקים בפעילות גופנית שנמשכת מעל 60 דקות באופן יומיומי. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב בנים (כ- 16%) בהשוואה לבנות (כ- 7%), ומעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 13%) לעומת היהודי (כ- 11%). השוואה בין-לאומית מעלה כי ישראל מדורגת במקום הרביעי לפני האחרון מבין המדינות המשתתפות במקר, בדיווח על פעילות גופנית יומיומית.
- פעילות גופנית אינטנסיבית: כ- 49% תלמידים עוסקים לפחות 3 פעמים בשבוע בפעילות גופנית אינטנסיבית בשעות הפנאי. אחוז זה גבוה יותר באופן ניכר בקרב בנים (כ- 60%) בהשוואה לבנות (כ- 37%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 51%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 42%). השוואה בין-לאומית מלמדת שגם בפעילות גופנית אינטנסיבית ישראל מדורגת בין המקומות האחרונים (מקום 3 לפני האחרון) מבין המדינות המשתתפות.

## התנהגויות מין

- חשיפה לתכנים מיניים: הנתונים מלמדים כי כ- 33% תלמידי כיתות ה-ו נחשפו לתכנים מיניים שלא הולמים את גילם, וכ- 30% תלמידי כיתות ז' ומעלה נחשפו לתכנים פורנוגרפיים אי פעם. נתונים אלו גבוהים באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי, ובקרב בנים בהשוואה לבנות.
- צפייה בתכנים פורנוגרפיים באופן יומיומי: כ- 9% תלמידים נוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים באופן יומיומי. גם במדד זה נרשם אחוז גבוה יותר של בנים (כ- 15%) בהשוואה לבנות (כ- 2%), וכן אחוז גבוה יותר של תלמידים במגזר היהודי (כ- 10%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 4%). בקרב הבנים בלבד ישנה עליה עם הגיל באחוז הנוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים באופן יומיומי.
- קיום יחסי מין מלאים אי פעם: כ- 19% תלמידים קיימו אי פעם יחסי מין מלאים. נתון הגבוה באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (כ- 21%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 5%), וכן בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ- 23%) בהשוואה לתלמידי כיתות י (כ- 9%).

- גיל התנסות לראשונה ביחסי מין: מרבית התלמידים שהתנסו בקיום יחסי מין עשו זאת בגיל 16 או מאוחר יותר (כ-58%). כ-17% נוספים מדווחים כי הם התנסו לראשונה בגיל 15. כ-10% תלמידים מדווחים כי הם התנסו לראשונה בגיל 11 או קודם לכן, ביניהם אחוז גבוה יחסית של בנות במגזר הערבי (כ-30%).
- שימוש בקונדום: כ-62% תלמידים השתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (כ-66%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ-28%), וכן בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ-64%) בהשוואה לתלמידי כיתות י' (כ-55%). השוואה בין-לאומית מלמדת כי התלמידים הישראלים מדורגים במקום ה-11 במדד זה, מבין המדינות המשתתפות במחקר.
- שימוש בגלולה: כ-41% תלמידים מדווחים על שימוש בגלולה בעת קיום יחסי מין בפעם האחרונה. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (43%) בהשוואה למגזר הערבי (כ-16%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ-44%) בהשוואה לתלמידי כיתות י' (כ-27%).

## שימוש בחומרים ממכרים:

### שימוש במוצרי טבק

- אחוז התלמידים המדווחים על התנסות בעישון סיגריות אי פעם במהלך חייהם (כ-14%) דומה לאחוז התלמידים המדווחים על התנסות בעישון נרגילה אי פעם במהלך חייהם (כ-13%), לעומת זאת אחוז התלמידים המדווחים על התנסות בסיגריה אלקטרונית אי פעם גבוה יותר ועומד על כ-16%.
- בנים מדווחים בשיעור גבוה יותר באופן משמעותי מבנות הן על עישון סיגריות רגילות ואלקטרוניות, והן על עישון נרגילה. כמו כן, עישון סיגריות רגילות ואלקטרוניות, ונרגילה שכיח יותר במגזר הערבי לעומת המגזר היהודי.
- קיימת מגמת ירידה משמעותית באחוז המדווחים על התנסות אי פעם בעישון סיגריות ובעישון נרגילה בין השנים 2014 ל-2023.
- בקרב תלמידי המגזר הערבי ישנה מגמת ירידה ניכרת באחוז התלמידים המדווחים על עישון נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע בהשוואה לשנים קודמות.

## אלכוהול

- שתיית אביסה: (שתייה מופרזת), כ-13% מהתלמידים דיווחו כי הם שתו חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים. בנים מדווחים על שתייה מופרזת בשכיחות גבוהה יותר מבנות: כ-17% וכ-10%, בהתאמה. תלמידים במגזר היהודי מדווחים על שתייה מופרזת בשכיחות גבוהה יותר ממקביליהם במגזר הערבי (כ-17% לעומת כ-6%, בהתאמה).
- השתכרות: כ-16% מהתלמידים דיווחו כי הם השתכרו אי פעם. וכ-10% מהתלמידים דיווחו כי הם השתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון. הדיווח על כך עולה עם הגיל בהתאמה, ובנים מדווחים על השתכרות אי פעם ולפחות פעם אחת בחודש האחרון יותר מבנות. תלמידים מהמגזר היהודי מדווחים על השתכרות אי פעם ועל השתכרות לפחות פעם בחודש האחרון בשכיחות גבוהה מתלמידים במגזר הערבי.

- גיל התנסות ראשונה בשתיית אלכוהול: מבין התלמידים שהתנסו בשתיית אלכוהול, כ-14% עשו זאת לראשונה בגיל 11 או לפני כן. תלמידים במגזר הערבי דיווחו בשכיחות גבוהה יותר על התנסות מוקדמת (גיל 11 או קודם לכן) בשתיית אלכוהול בהשוואה למגזר היהודי (כ-32% לעומת כ-12%, בהתאמה). מרבית התלמידים (כ-63%) התנסו לראשונה בשתיית אלכוהול בגיל 14 או לאחר מכן.

## סמים

- שימוש בקנאביס: כ-8% מהתלמידים דיווחו שהשתמשו בקנאביס אי פעם, וכ-6% מהתלמידים דיווחו שהשתמשו בקנאביס בחודש האחרון. שכיחות השימוש גבוהה יותר בקרב בנים.
- בהשוואה לשנת 2019, בסקר הנוכחי ישנה עלייה קלה בהתנסות בקנאביס אי פעם ושימוש בקנאביס בחודש האחרון בקרב הבנות, בעוד שבקרב הבנים חלה ירידה קלה במדדים אלה.
- שימוש בחומרים ממכרים: בקרב תלמידי כיתות י-יב, שכיחות השימוש במשככי כאבים (אופיאטים) היא הגבוהה ביותר מבין החומרים הממכרים שנבדקו בסקר, ועומדת על כ-20% בקרב הבנות, וכ-17% בקרב הבנים. למעט משככי כאבים, שכיחות השימוש בחומרים הממכרים (קנאביס, סמי פיצוציות, הרחת חומרים, ריטלין, אקסטזי או LSD; קראק, קוקאין, אופיום, הירואין, או קוק פרסי), גבוהה יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות, וגבוהה באופן משמעותי בקרב בנים במגזר הערבי.
- גיל התנסות ראשונה בחומרים ממכרים: מבין התלמידים אשר התנסו בקנאביס, כ-35% התנסו לראשונה בגיל 13 או לפני כן, כמו כן כמחצית מהתלמידים אשר התנסו בסמי פיצוציות, עשו זאת בגיל 12 או קודם לכן. גיל ההתנסות לראשונה בקנאביס בקרב תלמידי המגזר הערבי נמוך משמעותית מגיל ההתנסות לראשונה בקרב תלמידי המגזר היהודי.

## הימורים

- כ-11% מהתלמידים דיווחו כי הם שיחקו במשחקי הגרלות או משחקי מזל אחרים, 10% דיווחו ששיחקו במשחקי הגרלות של מפעל הפיס וכ-7% דיווחו שביצעו הימורים באמצעות האינטרנט. שכיחות ההימורים גבוהה יותר באופן משמעותי בקרב הבנים בהשוואה לבנות.

## מעורבות באלימות

- בריונות בשטח בית הספר: כ-20% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת, וכ- מהתלמידים דיווחו כי השתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים. שכיחות הבריונות גבוהה יותר באופן משמעותי בקרב בנים בהשוואה לבנות, ובקרב המגזר הערבי בהשוואה למגזר היהודי. עם הגיל חלה ירידה בדיווח על בריונות.
- בהשוואה לשנת 2019, בסקר הנוכחי חלה עלייה של כ-2% בשכיחות הדיווח על בריונות במגזר היהודי, בעוד שבמגזר הערבי נרשמה ירידה של כ-6%.

- השתתפות בהטרדות ספציפיות בשטח בית הספר: סוג ההטרדה הנפוץ ביותר שתלמידים השתתפו בו הינו קריאה בשמות גנאי או לעג לתלמידים אחרים (כ-19%). במגזר הערבי אחוז גבוה יותר של תלמידים דיווחו על הטרדה מסוג חרם, התעלמות והוצאה מחבורה מאשר במגזר היהודי (כ-14% לעומת כ-6% בהתאמה).
- קורבנות בשטח בית הספר: כ-25% מהתלמידים היו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת, ו-10% מהתלמידים היו קורבנות לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים. שכיחות הקורבנות גבוהה יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות, ובקרב המגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי. עם הגיל חלה ירידה בדיווח על קורבנות.
- בהשוואה לשנת 2019, בסקר הנוכחי חלה עליה של כ-4% בשכיחות הדיווח על קורבנות למעשי בריונות במגזר היהודי, בעוד שבמגזר הערבי חלה ירידה של כ-8%.
- קורבנות להטרדות ספציפיות בשטח בית הספר: סוג ההטרדה הנפוץ ביותר שתלמידים דיווחו שהיו קורבן לו הינו קריאה בשמות גנאי או לעג (כ-26%) והפצת שקרים ושמועות (20%).
- קטטות פיזיות: כ-30% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות פעם אחת וכ-10% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים. שכיחות הדיווח בקרב הבנים גבוהה באופן משמעותי בהשוואה לבנות, וגבוהה יותר במגזר הערבי גבוהה בהשוואה למגזר היהודי. עם הגיל חלה ירידה בדיווח על קטטות פיזיות.
- נשיאת נשק בתוך שטח בית הספר: כ-9% מהתלמידים דיווחו כי נשאו עמם נשק, כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדח בתוך שטח בית הספר, ו-11% - נשאו נשק מחוץ לשטח בית הספר, ב-30 הימים האחרונים.
- בהשוואה לשנת 2019, חלה ירידה של כ-10% בדיווח על נשיאת נשק בשטח בית הספר במגזר הערבי לעומת עלייה של כ-4% במגזר היהודי.
- סוגי הנשק: סוג הנשק הנפוץ ביותר בקרב התלמידים הינו סכין או אולר (כ-28%) ולאחריו גז מדמיע או גז פלפל (כ-21%). שכיחות נשיאת גז מדמיע או גז פלפל גבוהה יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים (39% לעומת 13% בהתאמה).
- אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי: מבין תלמידי כיתות י' - יב' אשר התנסו בקשר זוגי בשנה החולפת, כ-13% דיווחו כי חוו אלימות פיזית או מילולית לפחות פעם אחת במסגרת הקשר. אחוזי הדיווח הגבוהים ביותר במדד זה נרשמים בקרב בנים במגזר הערבי (כ-17%).

## **אלימות ברשת**

- בריונות ברשת: כ-9% תלמידים מדווחים כי הם השתתפו לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים בבריונות ברשת כלפי ילד אחר. שכיחות הדיווח גבוהה יותר בקרב בנים (כ-13%) בהשוואה לבנות (כ-5%), וגבוהה מעט יותר בקרב המגזר הערבי (כ-11%) בהשוואה למגזר היהודי (8%). עם העלייה בגיל חלה ירידה קלה בדיווח על בריונות ברשת.
- קורבנות לבריונות ברשת: כ-11% תלמידים מדווחים כי הם היו קורבנות לבריונות ברשת לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. שכיחות הדיווח גבוהה יותר בקרב בנים (כ-14%) בהשוואה לבנות (כ-9%). ישנה ירידה בדיווח על קורבנות לבריונות ברשת עם העלייה בגיל. קיימים הבדלים מגדריים ומגזריים באחוזי הדיווח על סוגי הקורבנות השונים.



- בהשוואה לשנת 2019, ממצאי הסקר הנוכחי מעלים כי במגזר הערבי חלה ירידה של כ- 8% בשכיחות של בריונות ברשת, וירידה של כ- 4% בשכיחות קורבנות ברשת, ואילו במגזר היהודי חלה עלייה של כ- 3% בשכיחות בריונות ברשת, ועלייה של כ- 4% בשכיחות קורבנות ברשת.

### דפוסי היפגעות

- כ- 40% תלמידים דיווחו כי הם נפצעו בשנה החולפת ונזקקו לטיפול רפואי. אחוז הדיווח על הפציעות שטופלו רפואית גבוה יותר באופן משמעותי בקרב בנים (כ- 45%) בהשוואה לבנות (33%), וכן גבוה משמעותית יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 43%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 30%). עם הגיל חלה ירידה ניכרת באחוז הדיווח.
- בשנת הסקר הנוכחית חלה ירידה באחוז הפציעות המדווחות בהשוואה לשנים קודמות, כאשר הירידה גבוהה בקרב תלמידי המגזר הערבי בהשוואה למגזר היהודי.
- כ- 47% מהתלמידים שנפצעו נזקקו לטיפול רפואי שכלל גבס, תפרים, ניתוח או אשפוז ללילה אחד לפחות. אחוז זה גבוה יותר בקרב בנים (כ- 52%) לעומת בנות (כ- 38%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי (כ- 56%) בהשוואה למגזר היהודי (כ- 43%).

### בריאות נפשית וגופנית

- דיווח על בריאות: כ- 53% תלמידים מדווחים כי מצב הבריאות שלהם מצוין, נתון הגבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת היהודי ובקרב בנים לעומת בנות. בשנת 2023 חלה ירידה באחוז התלמידים שמדווחים שמצב בריאותם מצוין לעומת שנים קודמות, בייחוד בקרב בנות ובקרב תלמידי המגזר הערבי.
- שביעות רצון מהחיים: כ- 84% תלמידים שבעי רצון מהחיים. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות. בדומה למדד דיווח בריאות עצמי, גם במדד שביעות הרצון חלה ירידה עם העלייה בגיל, בייחוד בקרב הבנות.
- תחושת אושר: כ- 11% תלמידים מדווחים כי הם אינם מאושרים. נתון זה מעט גבוה יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים. בנוסף, עם הגיל חלה עליה באחוז התלמידים שמדווחים כי הם אינם מאושרים.
- סימפטומים גופניים ונפשיים: אחוז התלמידים שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים או גופניים יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים עומד על כ- 57%. נתון זה גבוה הרבה יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים. בהשוואה בין-לאומית, עולה שישראל מדורגת במקום השלישי מבין 42 מדינות במדד זה.
- סימפטומים נפשיים: כ- 30% תלמידים מדווחים כי הם חשים לפחות סימפטום נפשי אחד כמעט כל יום, נתון הגבוה יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים, וכן גבוה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי בהשוואה ליהודי. בשנת 2023 חלה עליה משמעותית באחוז התלמידות שמדווחות על סימפטומים נפשיים בהשוואה לשנות הסקר הדומות. כמו כן, העלייה בולטת יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי.
- סימפטומים גופניים: כ- 64% תלמידים מדווחים על סימפטום גופני אחד לפחות פעם בשבוע. גם במדד זה אחוז הבנות גבוה משמעותית מאחוז הבנים. כן, חלה עליה בדיווח על סימפטומים גופניים עם העלייה בגיל. בשנת 2023 חלה עליה בשכיחות הדיווח על סימפטומים גופניים בייחוד בקרב הבנות.

- רווחה נפשית ירודה וסיכון לדיכאון: אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה עומד על כ- 31%. נתון זה גבוה משמעותית יותר בקרב בנות לעומת בנים, וכן בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת המגזר הערבי. עם הגיל חלה עליה משמעותית באחוזי הדיווח על רווחה נפשית ירודה. כ- 12% תלמידים מדווחים על רווחה נפשית ירודה מאוד ונמצאים בסיכון לדיכאון. אחוזי הדיווח גבוהים יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים.
- תחושת חרדה ומתח: 20% תלמידים מדווחים על חרדה גבוהה. נתון זה גבוה משמעותית יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים ובקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי. עם הגיל חלה עלייה באחוז התלמידים המדווחים על חרדה.
- תחושת חששות ועצב: כ-35% תלמידים מדווחים שהיו להם חששות שהלימודים שלהם יפגעו, 27% תלמידים מדווחים שהרגישו עצב עמוק, כ- 21% תלמידים מדווחים שהם הרגישו שהם הולכים ומתנתקים מהחברים שלהם, ועוד כ- 12% דיווחו שהיו להם חששות לגבי המצב הכלכלי של משפחתם הדיווח על התחושות הללו גבוה יותר באופן בקרב בנות בהשוואה לבנים. כמו כן, למעט החששות לגבי המצב הכלכלי, שכיחות הדיווח גבוהה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת תלמידים במגזר הערבי.
- תחושת בדידות: כ-12% תלמידים מדווחים על תחושת בדידות רוב או כל הזמן. שכיחות הדיווח בקרב בנות גבוהה יותר בהשוואה לבנים. עם הגיל חלה עליה בדיווח על תחושת בדידות.
- תחושת ערך עצמי: כ- 75% תלמידים בעלי תחושת ערך עצמי גבוה. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי עם השנים חלה ירידה באחוזי הדיווח על תחושת ערך עצמי גבוה.
- מסוגלות עצמית: כ- 75% תלמידים מדווחים שהם רוב הזמן או תמיד מצליחים למצוא פתרון לבעיה אם הם מנסים חזק מספיק, וכ- 65% תלמידים מדווחים שהם רוב הזמן או תמיד מצליחים לעשות את הדברים שהחליטו לעשות. בשני המדדים הללו אחוז הדיווח בקרב תלמידי המגזר היהודי גבוה יותר בהשוואה לתלמידי המגזר הערבי.
- שינה ותחושת ישנוניות: כ- 55% תלמידים מדווחים כי הם מרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע, נתון הגבוה בקרב בנות בהשוואה לבנים ובקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת המגזר הערבי. ישנה עליה בדיווח על תחושת ישנוניות עם הגיל. כמו כן, כ-34% תלמידים מדווחים כי תחושת הישנוניות שלהם פוגעת בתפקודם הלימודי יותר מפעם בשבוע, וגם במדד זה ניכרת עלייה הדרגתית עם הגיל.
- דימוי גוף: כ- 8% תלמידים חושבים שגופם רזה מדי. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי. עם הגיל, ישנה ירידה באחוז התלמידים שסבורים שגופם רזה מדי. כ- 4% תלמידים סבורים שגופם שמן מדי, ואחוז זה מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי.

## מבוא

קידום בריאותם, רווחתם ובטיחותם של בני נוער בישראל מהווה אתגר חשוב ומורכב הניצב בפני החברה. הבריאות והרווחה נושאות בחובן היבטים גופניים, נפשיים, רגשיים, רוחניים וחברתיים, ומושפעות מן המעגלים החברתיים והסביבתיים המקיפים אותנו. ילדים ובני נוער מהווים אוכלוסייה בעלת מאפייני גיל ייחודיים, אשר עלולים לתרום לפגיעותם והיחשפותם לסיכונים ולמחלות. ראשית, אוכלוסיית הצעירים נתונה לסיכונים בריאותיים שעלולים לגרום להשלכות לטווח הרחוק וגם לאובדן שנות חיים פוטנציאליות בכלל ושנות בריאות בפרט. סיכונים אלו כוללים עישון, שתיית אלכוהול, שימוש בסמים, היפגעות, אלימות בין-אישית, אובדנות, תאונות דרכים, והתנהגות מינית מסוכנת. שנית, בשלב המעבר מילדות לבגרות נרכשים התנהגויות והרגלי חיים הקשורים לבריאות, כגון הרגלי אכילה ותזונה, פעילות גופנית ועישון, שעתידיים להשפיע על סגנון החיים כמבוגר.

מחקרים מראים כי סגנון חיים המשלב תזונה לקויה והיעדר פעילות גופנית וכן התנהגויות סיכון, כגון שימוש בחומרים ממכרים, הוא בעל השפעה על הבריאות והרווחה וכן על גורמי תמותה מרכזיים, כגון מחלות לב וכלי דם ומחלות ממאירות. המשותף לתופעות הללו הוא כי בהרבה מקרים הן ניתנות למניעה.

אוכלוסיית הילדים ובני הנוער מהווה יעד חשוב להתערבות במישור הלאומי. לתקופת הנעורים שני מאפיינים עיקריים; ראשית, בתקופת הנעורים ההתנהגות מצויה בתהליך של עיצוב והשתנות טרם תהפוך לדפוס קבוע ויציב. לכן, בגילאים אלו קל יותר להביא לידי שיפור התנהגויות בריאות וכן למנוע ולשנות התנהגויות מזיקות, מאשר בגילאים מבוגרים יותר (Park et al., 2014). שנית, בתקופת חיים זו, האוכלוסייה זמינה ונגישה לניטור ולפעילות מניעה עקב השתתפותם במערכת החינוך. הגישה לאוכלוסייה מבוגרת יותר, לעומת זאת, דורשת השקעה רבה יותר.

בעשורים האחרונים נערכים מחקרים לאומיים ובין-לאומיים רבים, שנועדו לפתח כלים ותוכניות התערבות כוללניות למניעה וצמצום של היפגעות ולקידום בריאות בקרב ילדים, בני נוער ומבוגרים צעירים. ארגון הבריאות העולמי (WHO) משחק תפקיד מרכזי בהאצת תוכניות לקידום בריאות באוכלוסיות אלו ברחבי העולם. מודעות לחשיבות קידום הבריאות קיימת גם בישראל. מ-1994 ישראל משתתפת במחקר רב-לאומי בחסות ארגון הבריאות העולמי (WHO-HBSC- Health Behavior in School-aged Children). במחקר שותפות כיום למעלה מ-50 מדינות באירופה וצפון אמריקה הפועלות בשיתוף פעולה מלא, תוך שימוש בפרוטוקולים מתודולוגיים משותפים.

בישראל המחקר נערך כאחת לארבע שנים והתבצע עד היום בשנים 1986, 1994, 1998, 2002, 2004, 2006, 2011, 2014, 2018-2019, 2021 (דוח קורונה), 2022-2023. מטרת המחקר היא להציג תמונת מצב עדכנית בנוגע לבריאות בני הנוער ורווחתם. נתונים אלו, בהמשך לנתונים מסקרים שהועברו בשנים קודמות, מאפשרים לבחון מגמות שינוי בהתנהגויות הבריאות, הרווחה, הסיכון לבריאות וההיפגעות של בני נוער ישראלים לאורך שני עשורים. תכנית המחקר מהווה מערכת מקיפה לניטור ולחקר רווחה חברתית, בריאות והתנהגויות סיכון של בני נוער ומשמשת בסיס ייחודי לפיתוח מדיניות ואסטרטגיות לאומיות ולישיפור גישות התערבות ותוכניות מניעה.

דוח המחקר הנוכחי מתייחס לממצאים לשנת הלימודים 2022-2023. הדוח מציג את עיקרי ממצאי המחקר בתחומים השונים ומשווה בין מגזרים, מגדרים ושכבות גיל, יחד עם ניתוח מגמות משנת 1994 עד 2023.

במחקר HBSC הבין-לאומי ב- 2023 השתתפו 42 מדינות מאירופה וצפון אמריקה:

צרפת	מלטה	גרינלנד	אוסטריה
קזחסטן	מקדוניה	דנמרק	איטליה
קירגיסטן	נורבגיה	הולנד	איסלנד
קנדה	סלובניה	הונגריה	אירלנד
קפריסין	סלובקיה	טג'יקיסטן	אלבניה
קרואטיה	ספרד	יוון	אסטוניה
רומניה	סרביה	ישראל	ארמניה
שוודיה	פולין	לוקסמבורג	בולגריה
שווייץ	פורטוגל	לטביה	בלגיה
	פינלנד	ליטא	בריטניה
	צ'כיה	מולדובה	גרמניה

# חלק א': שיטת המחקר

## שיטת המחקר

המחקר נערך כחלק בלתי נפרד מהמחקר הרב-לאומי של ארגון הבריאות העולמי - World Health Organization- Health Behavior in School-aged Children (WHO-HBSC). אחת לארבע שנים מתבצע סקר בכל המדינות השותפות למחקר, במקביל, תוך שימוש בפרוטוקול מדעי מתודולוגי משותף המחייב את כל השותפים במחקר (Inchley et al, 2021/22). המחקר מתבצע על ידי העברת שאלונים מפורטים למדגם מייצג בכל מדינה. פרוטוקול המחקר הבין-לאומי המחייב של שנת 2022 מתאר את התנאים המתודולוגיים של המחקר, המחייבים כל מדינה השותפה בפרויקט בשלושה מישורים מרכזיים: שאלון המחקר, המדגם ושיטת הדגימה.

### האוכלוסייה הנחקרת והמדגם

#### פרוטוקול הדגימה הבין-לאומי – WHO - HBSC

המחקר הבין-לאומי מתמקד בתלמידי בית הספר בשלוש קבוצות גיל. במטרה להבטיח השוואה בין מדגמי המדינות ובין מחקרים קודמים בתוך המדינות, הומלץ ש-90% מהנבדקים בכל קבוצת גיל יהיו בטווח של חצי שנה סביב הגיל הממוצע של שלוש קבוצות הגיל: 11.5, 13.5 ו-15.5. גילאים אלו מקבילים פחות או יותר לכיתות ו', ח' ו-י' ברוב המדינות הנחקרות. נבדקים שגילם גבוה יותר או נמוך יותר ב-12 חודשים מהגיל הממוצע לא נכללו במדגם הבינלאומי.

המחקר מועבר במערכת החינוך הכללית, אולם בין המדינות יש הבדלים שחשוב להביאם בחשבון בהשוואה זו, כגון סוג בתי הספר שנכללו במסגרת הדגימה והאחוז המשוער של בני הנוער בגילאים הנחקרים המשתייכים לבתי הספר שבמסגרת הדגימה. בישראל נכללו במסגרת הדגימה רק בתי ספר שבפיקוח משרד החינוך השייכים לחינוך הממלכתי, הממלכתי דתי והערבי. בתי הספר בפיקוח משרד הכלכלה ובתי ספר של הזרם העצמאי לא נכללו בדגימה בשל חוסר שיתוף פעולה, עם זאת, יש לציין כי נעשה מאמץ לשיתוף פעולה עתידי על מנת לכלול אותם בסקרים הבאים.

המדגם בכל המדינות שהשתתפו נבנה בשיטה זהה כדי לאפשר עריכת השוואות בין המדינות. שיטת הדגימה רב-שלבית, ויחידת הדגימה היא כיתה בשכבה בתוך בית הספר. בכל אזור גיאוגרפי נדגמו בתי ספר מתוך רשימת בתי הספר שבפיקוח משרד החינוך באותה מדינה; בכל בתי הספר נדגמו הכיתות בצורה אקראית; כל התלמידים השייכים לכיתה הנדגמת, אשר נכחו ביום העברת השאלונים, נכללו במדגם כנבדקים. שיטת דגימה זו יוצרת תלות בין נבדקים השייכים לאותה כיתה או לאותו בית ספר, המתבטאת בהומוגניות מסוימת בדפוסי ההתנהגות והעמדות. כדי להתגבר על הטיה זו היה צורך לדגום מספר רב יותר של נבדקים בכל שכבת גיל.

ניתוח העוצמה הסטטיסטית (power analysis), תוך התחשבות באשכולות המדגם בתוך כיתות האם, הוביל להחלטה להשתמש בנתונייהם של מינימום 1500 תלמידים בכל שכבת גיל, כדי להתגבר על התלות הסטטיסטית של ילדים השייכים לאותה כיתה. כמו כן, גודל מדגם שכזה מבטיח כי ברווח בר-סמך של 95% תהיה סטייה מקסימלית של  $\pm 3\%$ .

#### פרוטוקול הדגימה – ישראל

רשימת כלל הכיתות שהשתתפו במחקר נלקחה מרשומות מעודכנות של משרד החינוך. הקובץ כלל מידע מפורט על בתי הספר, מספר הכיתות בשכבה, מספר התלמידים בכל כיתה וסוג בית הספר: ממלכתי, ממלכתי-דתי או ערבי. הסקר בשנת 2022-23 נערך בקרב מדגם ארצי מייצג של תלמידי החינוך הממלכתי, הממלכתי-דתי והערבי הלומדים בכיתות ה', ו', ז', ח', ט', י', י"א, י"ב. כאשר קבוצות הגיל הנכללות בסקר הבינלאומי מיוצגות בכיתות ה-ו (11-12), ז-ח (13-14) ו-ט-י (15-16).

יחידת הדגימה הייתה כיתת האם. לאחר שנדגמה כיתה אחת בבית ספר נדגמה כלל השכבה בדגימה שיטתית. ההסתברות של כיתה ליפול במדגם הושפעה ממספר הכיתות הכשירות למחקר המצויות באותו בית ספר. לאחר בחירת הכיתות שהוכללו במדגם, כל התלמידים השייכים לכיתות שנדגמו והיו נוכחים בבית הספר ביום העברת הסקר, ואשר הם או הוריהם לא התנגדו להשתתף במחקר, נכללו כנבדקים במחקר.

בשנים 2022-23, בנוסף לסקר הראשי (טור א), המחקר כלל שלוש הרחבות (טורים) בנושאים של החברה הערבית (טור ב), ביטחון פנים (טור ג) וספורט ופעילות גופנית (טור ד). הממצאים המובאים לפניכם בדו"ח זה כוללים נתונים על מדדי הליכה המרכזיים שנאספו בשנה"ל תשפ"ב ותשפ"ג (2022 ו-2023) במסגרת הסקר הראשי ושלוש ההרחבות. לפיכך, דו"ח זה כולל 22,818 נבדקים (14,275 תלמידים בחינוך הממלכתי והממלכתי-דתי, ו-8,543 תלמידים בחינוך הממלכתי-ערבי) שנאספו מ-195 בתי ספר (104 בתי ספר בחינוך הממלכתי והממלכתי-דתי, ו-91 בתי ספר בחינוך הממלכתי-ערבי), ומתוכם נדגמו 371 שכבות כיתות ה-יב (205 שכבות בחינוך הממלכתי והממלכתי-דתי, ו-166 שכבות בחינוך הממלכתי-ערבי). התפלגות המדגם לפי שכבת גיל, מגדר ומגזר מוצגת בלוח 1.

לוח 1 מציג את התפלגות התלמידים על פי הכיתה (ה', ו', ז, ח', ט', י', י"א, י"ב), המגזר (ממלכתי-יהודי וממלכתי-ערבי) והמגדר (בנים, בנות).

**לוח 1: התפלגות המדגם לפי כיתה, מגזר ומגדר – לפני שקלול**

שכבת גיל	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כלל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	861	786	1,647	753	1,084	1,837	1,614	1,870	3,484
ז	1,110	1,171	2,281	394	530	924	1,504	1,701	3,205
ח	1,644	1,498	3,142	565	731	1,296	2,209	2,229	4,438
ט	1,370	1,525	2,895	464	582	1,046	1,834	2,107	3,941
י	1,268	1,487	2,755	559	905	1,464	1,827	2,392	4,219
יא-יב	691	864	1,555	564	1,412	1,976	1,255	2,276	3,531
סה"כ	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

כדי לוודא ייצוגיות יחסית מדויקת של תתי-האוכלוסייה במדגם חושבו משקולות כלהלן:

(1) המשקולות חושבו תוך שימוש בקובץ המלא של משרד החינוך, הכולל את כל אוכלוסיית היעד. זהו הקובץ שנדגם לצורך המחקר.

(2) קובץ משרד החינוך לא כלל אוכלוסיות תלמידים (כגון חרדים) שאינן באוכלוסיות היעד.

(3) השקלול בוצע על פי שלושה משתנים: שכבות (stratum) של מנהל חינוך (יהודי וערבי), שכבת גיל, ומגדר.

לוח 2 מציג את המשקולות שחושבו לצורך ייצוגיות יחסית מדויקת של תתי-האוכלוסייה במדגם:

לוח 2: משקולות הדגימה לפי מגזר, שכבת גיל ומגדר

שכבת גיל	מגזר יהודי		מגזר ערבי	
	בנים	בנות	בנים	בנות
ה	2.64	2.85	1.16	0.87
ו	2.33	2.58	1.14	0.74
ז	0.96	0.91	1.08	0.80
ח	0.63	0.69	0.75	0.58
ט	0.76	0.68	0.90	0.72
י	0.64	0.76	0.69	0.42
יא	2.72	2.17	1.37	0.55
יב	3.93	3.25	3.27	1.35

לוח 3 מציג את התפלגות המדגם לאחר השקלול:

לוח 3: התפלגות המדגם לפי כיתה, מגזר ומגדר (לאחר שקלול)

שכבת גיל	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כלל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	2132	2129	4,262	866	867	1,733	2,998	2,996	5,995
ז	1,066	1,066	2,131	426	424	850	1,491	1,490	2,981
ח	1,036	1,034	2,069	424	424	848	1,460	1,458	2,917
ט	1,041	1,037	2,078	418	419	837	1,459	1,456	2,915
י	964	967	1,930	386	380	766	1,349	1,347	2,696
יא-יב	1,875	1,877	3,751	774	773	1,547	2,649	2,649	5,299
סה"כ	8,113	8,109	16,222	3,293	3,287	6,580	11,406	11,396	22,802

כלל הממצאים המוצגים בטבלאות ובגרפים הם נתונים משוקללים, עם זאת, גודל המדגם המדווח בכל מדד כולל את מספר המשיבים בפועל ולא את המדגם המשוקלל.



השאלון הבין-לאומי פותח במהלך עבודה בת עשרות שנים, על ידי קבוצת החוקרים של הפרויקט, המהווים את הליבה של החוקרים העוסקים בתחום זה בעולם. שאלון HBSC מקיף מדדים במגוון רחב של תחומים המרכיבים את חיי היום יום של בני הנוער: החל ברקע סוציו-דמוגרפי, המבנה והתרבות של המשפחה, תפיסות וחוויות בחיי היום יום בבית הספר, מעורבות קהילתית, דפוסי בילוי, תקשורת במדיה אלקטרונית, רווחה נפשית, קורבנות, קורבנות ברשת, היפגעות מפציעות ותאונות; וכלה בדפוסי התנהגויות סיכון כגון עישון, שתיית אלכוהול, שימוש בסמים, פעילות מינית ופעילות גופנית.

השאלון הסטנדרטי הבין-לאומי כולל שלושה רבדים: (א) שאלון הליבה המנדטורי (core questionnaire); (ב) תחומי הרחבה של שאלונים אופציונליים לבחירה (optional packages); (ג) תחומי עניין ומדדים ייחודיים של כל מדינה ומדינה (country-specific items). שאלון הליבה בנוי מהמדדים החשובים ביותר ברוב תחומי התוכן המוזכרים לעיל, ובכך הוא מאפשר מעקב אחר מגמות וניתוחן לאורך זמן. שאלוני הבחירה מהווים הרחבה והעמקה של תחומים אלו. את שאלוני הבחירה פיתחו קבוצות מומחים, בהתאם לתחומי העניין המרכזיים של חוקרים השותפים במחקר.

השאלון הבין-לאומי על חלקיו השונים פותח בשפה האנגלית. כל מדינה אחראית לתרגם אותו לשפה המקומית בשיטת התרגום-תרגום-חוזר. כלומר, הצוות המקומי של כל מדינה שותפה תרגם את השאלון לשפה המקומית ולאחר מכן תרגם את השאלון בחזרה לאנגלית בעזרת מתרגמים אחרים. ההשוואה בין התרגום החוזר לבין המקור מהווה תיקוף של השאלון המתורגם. תהליך זה נועד לוודא יכולת השוואה בין-לאומית של הנתונים ברמת תקפות גבוהה. המחקר הנוכחי שנערך בין אפריל 2022 ליוני 2023 (בחודשים בהם התקיימו לימודים) כלל את השאלות והמדדים הבאים:

1. שאלות ליבה מנדטוריות: מכיל שאלות סוציו-דמוגרפיות נבחרות (מגדר, כיתה, שנת לידה, ארץ לידה, תעסוקת הורים, מבנה משפחתי ומצב כלכלי), שאלות התנהגויות הקשורות לבריאות (הרגלי עישון, שימוש באלכוהול, שימוש בסמים, בריונות, התנהגויות מין, הרגלי אכילה ודיאטה, פעילות גופנית ופציעות), שאלות על היבטים פסיכו-חברתיים של בריאות, רווחה נפשית, וסימפטומים נפשיים וגופניים, שאלות על תפיסה ודימוי הגוף, שאלות על יחסים חברתיים בתוך המשפחה, בקבוצות השווים ובבית הספר וכן שאלות על התנהגויות בילוי, פעילות פנאי, תקשורת במדיה אלקטרונית, שימוש בעייתי במדיה חברתית ובריונות ברשת.
2. מדדי בחירה: מתייחסים לתחומים רבים: יחסים במשפחה, פעילויות משפחתיות, יחסים עם קבוצות השווים ותפיסות שונות של בית הספר. יש בהם גם שאלות על דימוי עצמי וסביבת מגורים, שימוש בסמים, אלימות, והיפגעות מפציעות ואובדנות.
3. תחומי עניין ומדדים הייחודיים לישראל: מדדים אלה נבחרו על ידי צוות המחקר על בסיס הצרכים והנושאים הרלוונטיים לאוכלוסיית בני הנוער בישראל של שנת 2022. בנוסף, כל טור כלל שאלות הרחבה ומדדים ייחודיים בנושאים רלוונטיים (חברה ערבית, ביטחון פנים, וספורט), אשר יוצגו בדו"חות נפרדים.

איסוף הנתונים במהלך שנת 2022-23. התלמידים ענו על שאלון אינטרנטי באמצעות מחשב, טאבלט או הטלפון הנייד, במסגרת שיעור כיתתי, ובנוכחות מורה וסוקר מוסמך מטעם חברת מדגם. טרם העברת השאלון, הודגש לתלמידים כי הסקר הוא אנונימי (התלמידים התבקשו שלא לציין את שמם) וכי אין חובת השתתפות. שאלון המחקר הוא שאלון למילוי עצמי, המזוהה רק בקוד נבדק הכולל את קוד בית הספר, קוד הכיתה וקוד התלמיד. המידע על זהות בית הספר והכיתות הופרד ממאגר הנתונים, כך שלא ניתן יהיה לזהות את המוסדות או את הכיתות שהשתתפו במחקר לפי הקידוד הקיים במאגר, בהתאם להיתר לשכת המדען הראשי במשרד החינוך.

### ניקוי ועיבוד הנתונים

ניקוי הנתונים התבצע בשני שלבים עיקריים. ראשית, קובצי הנתונים שנאספו בשדה על ידי מכון מדגם הועברו לצוות המחקר הישראלי לאחר ניקוי ובדיקת ההקלדה. שנית, נערכה בדיקה לוגית לנתונים. כלומר, נבדקו תשובות לשאלות שצריך להתקיים ביניהן קשר לוגי כדי לוודא שאין פער משמעותי (מעל 0.5%) בין התשובות. כמו כן, הוצאו מהקובץ שאלונים שבהם חסר היה מגדר הנבדק או שאלונים שבהם שאלות רבות לא נענו.

יש לציין כי דוח המחקר הנוכחי מדווח על נתונים בקרב תלמידים ישראלים נוסף על השוואה בין-לאומית. במקביל, המדגם הבין-לאומי הוא קובץ בין-לאומי שמשווה בין מדינות HBSC בגמר ניקוי השאלון, המדגם הישראלי כלל נתונים של 22,818 תלמידים, ואילו המדגם לצורך המחקר הבין-לאומי כלל נתונים של 8,272 תלמידים ישראלים. הסיבה לפערים אלו כפולה: (1) החלוקה בארץ מבוססת על השתייכות לכיתות הרלוונטיות (ה עד י"ב) ואילו החלוקה הבין-לאומית מבוססת גיל כרונולוגי (11-12, 13-14 ו-15-16), (2) המדגם הישראלי הורחב אף לכיתות ה', ו', ז', ח', ט', י"א-י"ב, הרחבה שהגדילה משמעותית את המדגם. שוני זה יתבטא בהבדלים קלים בהשוואה בין התוצאות הישראליות של מאגר הנתונים הישראלי בלבד, לבין הנתונים בישראל במאגר הבין-לאומי.

נוסף על כך, יתכנו הבדלים קטנים בנתוני 2023 המוצגים בתרשימי ניתוחי המגמות לעומת נתוני 2023 המוצגים בדו"ח. זאת כיוון, שניתוחי המגמות מבוססים על מדגם קטן יותר של כיתות ו', ח', ו-י' בלבד, בדומה למדגמים בסקרים הקודמים, ואילו הנתונים המוצגים בדו"ח מבוססים על המדגם המלא הכולל את תלמידי כיתות ה עד יב'. זאת ועוד, מספר המשיבים בפועל על המדדים אשר מוצגים בדו"ח עשוי להשתנות ממדד למדד, כיוון שחלק מן השאלות לא נשאלו בקרב קבוצות גיל מסוימות, בזרם חינוך מסוים או בטור מסוים. כמו כן, יש לציין כי המשתנים בסקר חולקו במקומות רבים למשתנים דיכוטומיים (למשל, תלמידים שמאוד אוהבים את בית הספר, לעומת כאלו שאינם אוהבים את בית הספר) לצורך הצגת ממצאים בולטים ובהתאמה לדוח HBSC הבין-לאומי.

### מחקר איכותני

על מנת להשלים את תמונת הממצאים הכמותיים, נערך מחקר איכותני שכלל סדרה של ראיונות עומק עם מנהלים וקבוצות מיקוד עם תלמידים. נערכו 14 קבוצות מיקוד שבהם השתתפו בראיונות עומק חצי מובנים 57 תלמידים בגילאי 11-17 מאזורים שונים בארץ מרמת הגולן, גליל תחתון, מרכז הארץ ועד הנגב מכל סוג יישוב (קיבוץ, כפר, יישוב קהילתי, עיר) ומקשת זרמי החינוך השונים: פנימיות, בתי ספר חקלאיים, ממלכתיים וממלכתי דתי. בנוסף, נערכו ראיונות עומק חצי מובנים

ל- 10 מנהלים ומנהלות (4 מנהלים ו- 6 מנהלות) אשר מנהלים בין 4 ל- 9 שנים, מבתי ספר יסודיים, חטיבות ביניים ותיכונים ומזרמי חינוך שונים: ממלכתיים, ממלכתי-דתי, חקלאי- התיישבותי, ומונטסורי.

#### רשימת מקורות

Inchley J, Currie D, Piper A, Jåstad A, Cosma A, Nic Gabhainn S & Samdal O (Eds.) (2021/22) Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study Protocol: Background, Methodology, mandatory questions and optional packages for the 2021/22 survey. MRC/CSO Social and Public Health Sciences Unit, The University of Glasgow.

Park, M. J., Scott, J. T., Adams, S. H., Brindis, C. D., & Irwin Jr, C. E. (2014). Adolescent and young adult health in the United States in the past decade: little improvement and young adults remain worse off than adolescents. *Journal of Adolescent Health, 55*(1), 3-16.

# חלק ב': הנוער בהקשרים החברתיים

## בית ומשפחה

### מבוא

בני נוער גדלים בתוך רשת מורכבת של משפחה, חברים, קהילה, חברה ותרבות, המשפיעה על בריאותם ועל תחושת הרווחה שלהם. המרכיב המשפחתי בתרבויות שונות בוסס היטב בספרות כגורם התורם לבריאות במהלך החיים. המשפחה מהווה את אחת ההשפעות המרכזיות על התפתחות הילד, כך שהורות תומכת ומעורבת נמצאה במחקרים כבעלת השפעה חיובית על ההתפתחות בילדות ובגיל ההתבגרות (Irwin et al., 2007; Viner et al., 2012; Fire et al., 2023). עם זאת, בני נוער מתחילים לבלות זמן רב יותר הרחק מן הבית, ודבר זה מקשה על ההורים לתמוך בהם ולהיות מעורבים בחייהם (Margaret et al., 2012).

הורות כוללת טווח רחב של פעולות, בהתאם לתרבות ולמשימות ההתפתחותיות שבפניהן עומדים ילדים ובני נוער. פעולות אלו כוללות מערכת יחסים חיובית, תקשורת פתוחה, תמיכה רגשית, מתן עצות וידע, מעורבות גבוהה בחיי הילדים, השגחה וניטור ("monitoring"), תמיכה בהתנהגויות המקדמות הסתגלות טובה (למשל בבית הספר) ומניעת התנהגויות הפוגעות בהסתגלות (למשל התרועעות עם קבוצות שוליים) (Sandler et al., 2011). מספר מטה-אנליזות מראות את הקשר ההדוק בין יחסים הורה-ילד למעורבות של בני נוער בהתנהגויות סיכון בכלל ובשימוש באלכוהול וחומרים מסוכנים אחרים (Carver et al., 2017; Ryan, et al., 2010).

כמו כן, תמיכת הורים נמצאה קשורה לבריאות הנפש, כך שככל שתמיכת ההורים הייתה גבוהה יותר, רמות החרדה והדיכאון בקרב ילדים ובני נוער היו נמוכות יותר (Shapiro et al., 2022a; Vazsonyi & Belliston, 2006; Viner et al., 2012). גם מחקרי אורך מצביעים על הקשר בין תחושת קבלה על ידי ההורים וידע של ההורים עם סימפטומים של דכאון וחרדה (Cosma et al., 2020; Garthe et al., 2015). בנוסף, נמצא כי ככל שרמות הפיקוח וההשגחה מצד ההורים עולות, ההערכה העצמית ושביעות הרצון מן החיים גבוהות יותר בקרב בני נוער (Milevsky et al., 2007; Smokowski et al., 2010).

חיבור משפחתי משמש אחד מגורמי המגן המרכזיים ביותר לבני נוער מפני תוצאות בריאותיות שליליות. בני נוער המדווחים על חיבור חזק למשפחתם מדווחים גם על תחילת קיום יחסי מין בגיל מבוגר יותר וכן על רמות נמוכות יותר של עישון, שתיית אלכוהול ושימוש במריחואנה (Blum et al., 2000). כמו כן, יש סבירות נמוכה יותר שבני נוער בעלי קשר חזק למשפחתם יתדרדרו לאלימות (Borowsky et al., 2002). ממצאים אלו ניכרים הן בישראל והן במדינות שונות ברחבי העולם (Anteghini et al., 2001; Blum et al., 2000; Erbaydar et al., 2005; Viner et al., 2012). בנוסף, במחקרים קודמים של ה-HBSC נמצא כי יחסים חיוביים עם ההורים (תמיכה והשגחה) קשורים לרמות נמוכות יותר של שימוש באלכוהול, רווחה נפשית גבוהה יותר ומעורבות נמוכה יותר באלימות (Shapiro et al., 2022b; Walsh et al., 2014; Walsh et al., 2010). זאת ועוד, נמצא כי תמיכה והשגחת הורים יכולים למתן את ההשפעה של תחושת לחץ, כמו חשיפה לאירועים טראומטיים (Harel-Fisch et al., 2010) ולגזענות (Walsh et al., 2018).

לעיתים קרובות בני נוער ומשפחותיהם חיים במציאות מורכבת מבחינה פוליטית-חברתית, למשל במדינות הנמצאות תחת מלחמה או טרור (Becker-Blease et al., 2010). במצבים אלו, הורים לעתים קרובות משמשים מתווכים במצוקות

שילדים ובני נוער חווים. בקרב ילדים ובני נוער אשר חיים במדינות תחת מצב ביטחוני לא יציב נמצא כי הסתגלות ההורים, כמו גם האווירה בקרב המשפחה כולה (כגון אלימות, עצבנות, מצב רוח ירוד ותמיכה הדדית נמוכה) קשורות לסימפטומים של מתח וחרדה (Masten & Narayan, 2012) והתנהגויות סיכון (Harel-Fisch et al., 2010).

ניכר כי הבדלים בין משפחות בעלות רקע תרבותי-חברתי וכלכלי שונה מהווים גורם אשר משפיע אף הוא על התפתחותם של ילדים ובני נוער. מעמד סוציו-אקונומי מורכב ממדדים שונים, כגון רמת הכנסה והשכלה, ומשמש מנבא חשוב לבריאות פיזית ונפשית בכל הגילאים (Boyce & Dallago, 2004). אולם, מדדים מסורתיים אלו אינם מבטאים היבטים אשר נוגעים באופן ייחודי לבני נוער. על כן, במסגרת מחקר ה-HBSC פותח מדד ה-FAS (Family Affluence Scale), הכולל שש שאלות הנוגעות במיוחד לבני נוער, כגון מספר חדרי אמבטיה, מחשבים ורכבים בבית, האם יש לנער/ה חדר לבד והאם המשפחה יצאה לחופשה בחו"ל בשנה האחרונה (Currie et al., 2008; Hartley et al., 2016).

## מדדי בית ומשפחה

מדדי בית ומשפחה נוגעים בשני נושאים עיקריים: יחסיהם של התלמידים עם בני משפחתם והמצב הסוציו אקונומי של משפחתם.

### 1. מדדי יחסים בין משפחתיים:

- א. קלות התקשורת עם ההורים
- ב. קבלת תמיכה מהמשפחה
- ג. השגחה הורית (מעורבות ההורים בחיי היומיום)
- ד. חינוך וענישה
- ה. פעילות משפחתית משותפת
- ו. מעורבות ההורים בחיי בית הספר

### 2. מדדים חברתיים-כלכליים:

- א. הערכה כלכלית סובייקטיבית
- ב. הערכת מצב כלכלי-חברתי לפי FAS
- ג. מדדי ביטחון תזונתי- תלמידים שהולכים לישון רעבים/תלמידים שהולכים רעבים לבי"ס

**קלות התקשורת עם ההורים:**

התלמידים נשאלו עד כמה קל להם לשוחח עם אביהם, עם אמם, עם בן הזוג של האם, ועם בת הזוג של האב על עניינים שמאוד מטרידים אותם. סולם המענה כלל את התשובות הבאות: קל מאוד, קל, קשה, קשה מאוד, או אין לי או לא בקשר עם ההורה הזה.

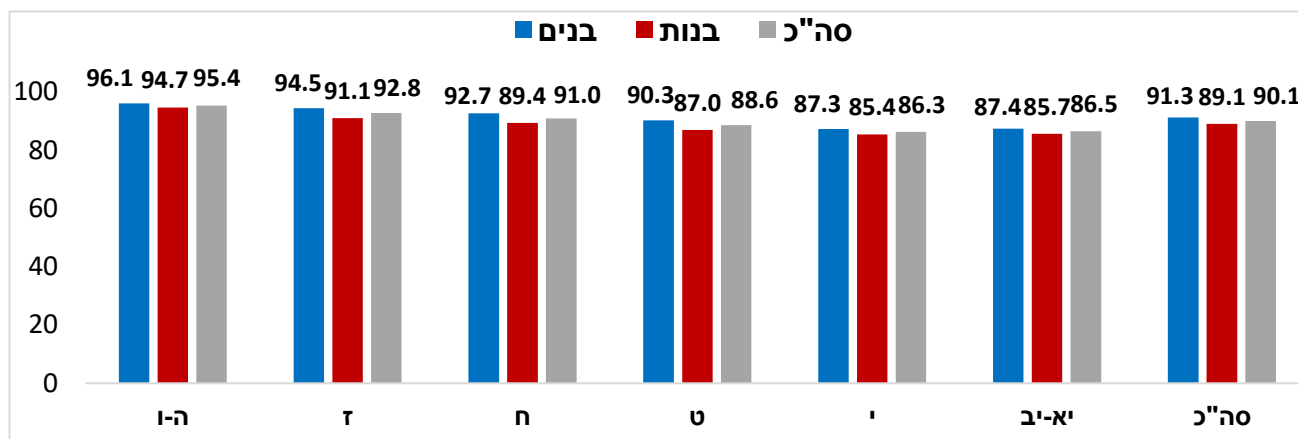
המצאים שיוצגו תחת מדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו שיש להם לפחות הורה אחד (אב, אם, בן זוג של האם או בת זוג של האב) שקל להם (קל + קל מאוד) לשוחח עמם על עניינים שמאוד מטרידים אותם.

מלוח 1 ניתן לראות כי אחוז גבוה מהתלמידים (כ-91% בנים וכ-89% בנות) דיווחו כי קל להם לשוחח עם ההורה אחד לפחות. השוואה בין המגזרים מראה כי כ-93% תלמידים מהמגזר הערבי מדווחים שקל להם לשוחח עם ההורה אחד לפחות, לעומת 89% מהמגזר היהודי. הפער בין תלמידים מהמגזר הערבי לתלמידים מהמגזר היהודי נשמר בכל שכבות הגיל, וכמו כן בנים מדווחים בשיעור גבוה יותר מבנות שקל להם לדבר עם ההורה אחד לפחות.

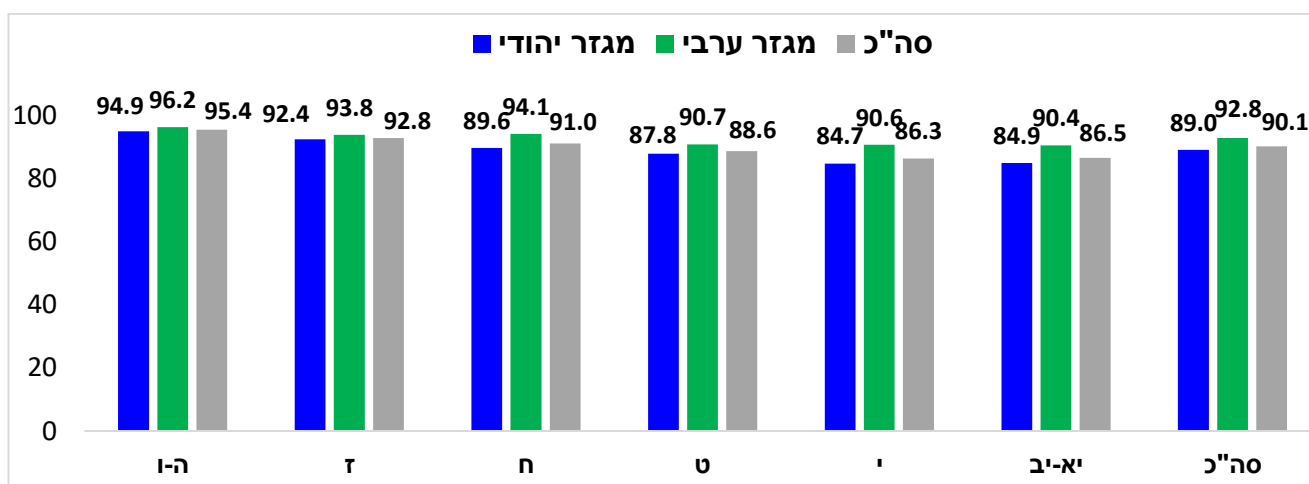
לוח 1: אחוז התלמידים שקל להם לשוחח עם ההורה אחד לפחות על עניינים שמאוד מטרידים אותם, לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	96.2%	93.8%	94.9%	96.0%	96.3%	96.2%	96.1%	94.7%	95.4%
ז	94.4%	90.4%	92.4%	94.7%	93.0%	93.8%	94.5%	91.1%	92.8%
ח	91.4%	87.8%	89.6%	95.6%	92.6%	94.1%	92.7%	89.4%	91.0%
ט	90.1%	85.4%	87.8%	90.5%	90.9%	90.7%	90.3%	87.0%	88.6%
י	85.8%	83.7%	84.7%	91.8%	89.7%	90.6%	87.3%	85.4%	86.3%
יא-יב	85.8%	84.0%	84.9%	91.1%	89.8%	90.4%	87.4%	85.7%	86.5%
סה"כ	90.4%	87.6%	89.0%	93.3%	92.4%	92.8%	91.3%	89.1%	90.1%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 1.1: אחוז התלמידים שקל להם לשוחח עם הורה אחד לפחות על עניינים שמאוד מטרידים אותם, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2: אחוז התלמידים שקל להם לשוחח עם הורה אחד לפחות על עניינים שמאוד מטרידים אותם, לפי מגדר וכיתה:



### מדדי קבלת תמיכה מהמשפחה:

מדד תמיכה משפחתית: התלמידים נשאלו עד כמה במשפחה שלהם: באמת מנסים לעזור להם; הם מקבלים תמיכה רגשית כשהם צריכים; הם יכולים לדבר על הבעיות שלהם; מוכנים לעזור להם לקבל החלטות: ההורים שלהם תמיד נמצאים שם בשבילם כשהם צריכים אותם. סולם המענה נע מ-1 (לא מסכים בהחלט) ל-7 (מסכים בהחלט).

הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה (ממוצע של 5.5 ומעלה בסולם הכולל את כל 5 ההיגדים).

מלוח 2 ניתן לראות כי אחוז התלמידים המדווחים על תמיכה משפחתית גבוהה הוא כ-68%. עם זאת, ניכר הבדל משמעותי באחוז התלמידים המדווחים על תמיכה משפחתית גבוהה בין המגזר היהודי (כ-72%) לבין הערבי (כ-60%). כמו כן, קיים הבדל בין בנים לבנות, כאשר אחוז הבנים המדווחים על תמיכה משפחתית גבוהה מעט גבוה יותר מאחוז הבנות בשני המגזרים.

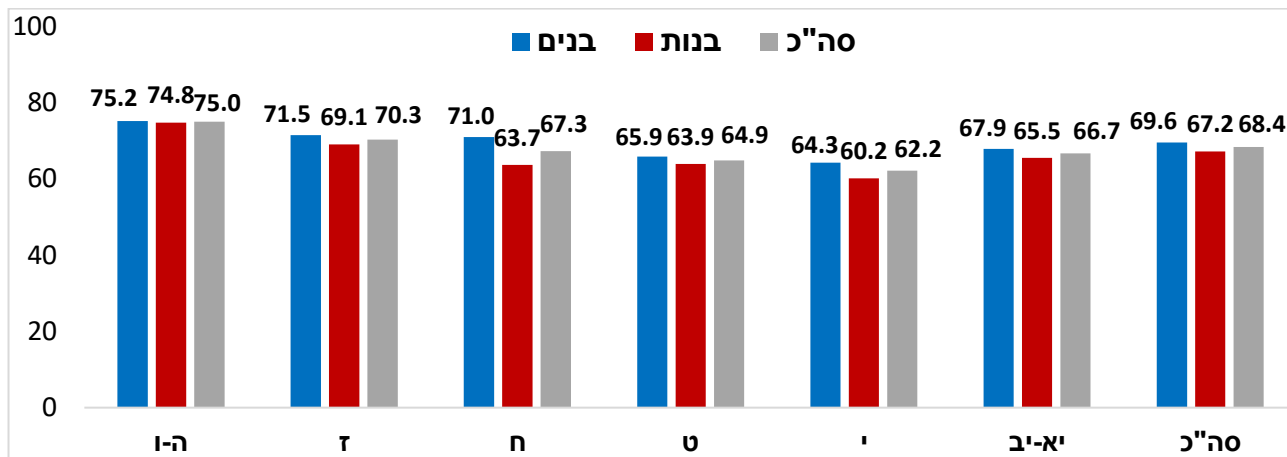


קיימת מגמת ירידה עם העלייה בגיל באחוז התלמידים המדווחים על תמיכה משפחתית גבוהה, עם זאת ניכרת מגמת התאוששות בשכבות יא-יב, בייחוד במגזר הערבי.

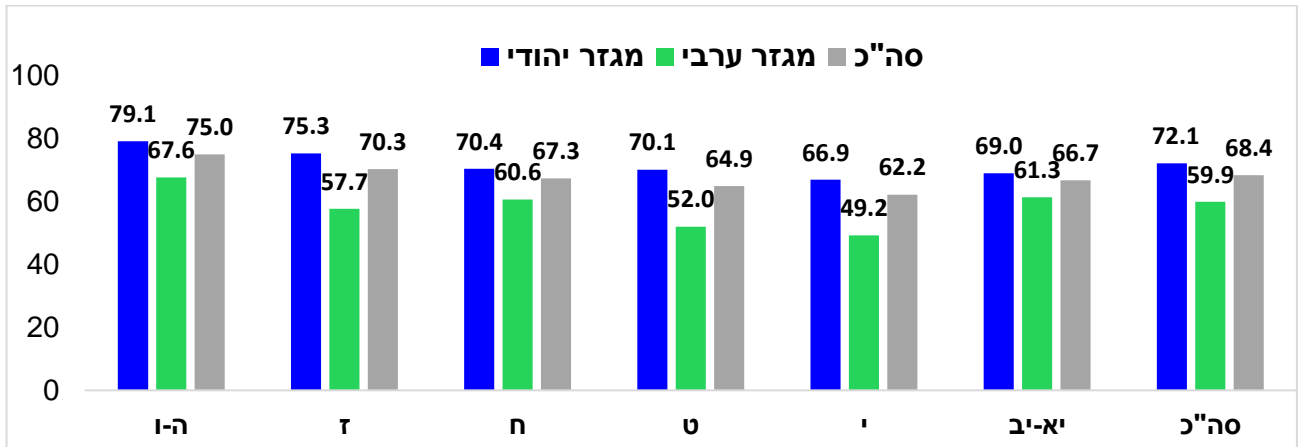
לוח 2: אחוז התלמידים שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה (בעלי ממוצע גבוה בסולם תמיכה משפחתית), לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	80.5%	78.0%	79.1%	66.2%	68.9%	67.6%	75.2%	74.8%	75.0%
ז	75.4%	75.2%	75.3%	61.7%	53.8%	57.7%	71.5%	69.1%	70.3%
ח	75.5%	65.3%	70.4%	61.0%	60.3%	60.6%	71.0%	63.7%	67.3%
ט	70.9%	69.2%	70.1%	53.2%	50.7%	52.0%	65.9%	63.9%	64.9%
י	68.9%	64.9%	66.9%	50.8%	47.9%	49.2%	64.3%	60.2%	62.2%
יא-יב	69.5%	68.4%	69.0%	64.0%	58.5%	61.3%	67.9%	65.5%	66.7%
סה"כ	73.3%	70.9%	72.1%	61.3%	58.6%	59.9%	69.6%	67.2%	68.4%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 2.1: אחוז התלמידים שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה (בעלי ממוצע גבוה בסולם תמיכה משפחתית), לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה (בעלי ממוצע גבוה בסולם תמיכה משפחתית), לפי מגזר וכיתה

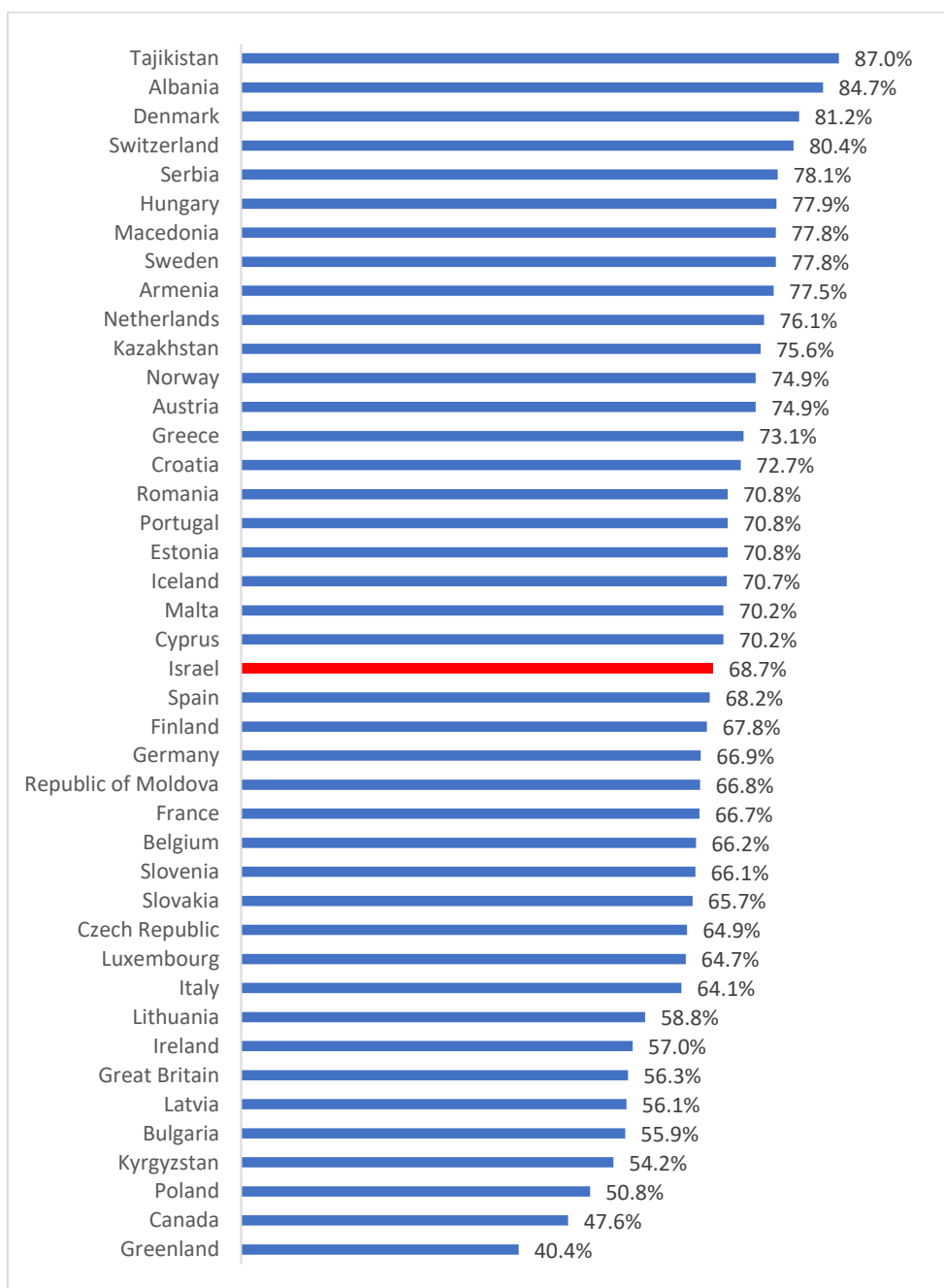


**השוואה בין-לאומית**

תרשים 2.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר שהם בעלי תמיכה משפחתית גבוהה. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-22, עם כ-69% מהתלמידים המדווחים שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה.

תרשים 2.3: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שיש להם תמיכה משפחתית גבוהה (בעלי ממוצע 5.5 ומעלה

בסולם תמיכה משפחתית), לפי מדינה:



#### מדד השגחה הורית:

התלמידים נשאלו למידה שהוריהם באמת יודעים על התחומים הבאים בחייהם: (א) מי הם חבריהם; (ב) איך הם מבזבזים את כספם; (ג) היכן הם מסתובבים אחרי שעות בית הספר; (ד) לאן הם הולכים בלילה; (ה) מה הם עושים בזמנם הפנוי; (ו) כמה זמן הם גולשים באינטרנט; (ז) באילו אתרים הם גולשים באינטרנט; סולם המענה כלל את התשובות הבאות: 1-יודעים הרבה; 2-

יודעים מעט; 3- לא יודעים כלום; 4- אין לי או לא רלוונטי. תלמידים שדיווחו כי אין להם הורים או כי התחום אינו רלוונטי עבורם לא נכללו בניתוח.

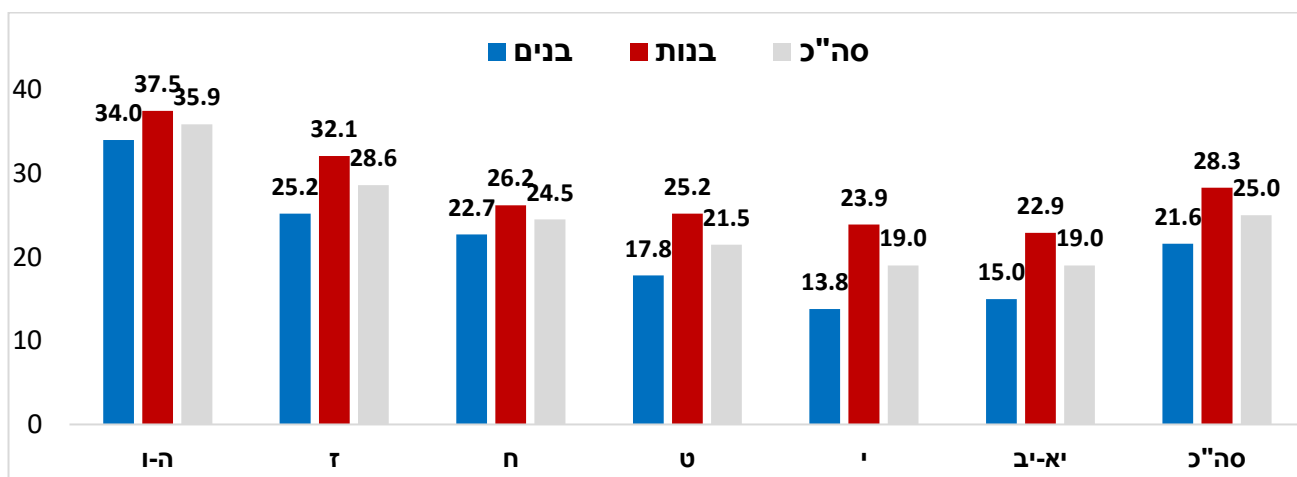
הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הוריהם "יודעים הרבה" על כל שבעת התחומים, לעומת "יודעים מעט" או "לא יודעים כלום". כמו כן, תוצג התפלגות התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל אחד מהתחומים לפי מגזר ומגדר.

מלוח 4 ניתן לראות כי 25% מהתלמידים מדווחים כי הוריהם יודעים הרבה על כל אחד מהתחומים השונים בחייהם. קיימת ירידה עם הגיל באחוזי הדיווח במדד ההשגחה ההורית (כ- 36% בקרב תלמידי ה-1 לעומת 19% בקרב תלמידי י-ב) וכן הבדל משמעותי באחוזי הדיווח במגזר היהודי (כ- 23%) לעומת המגזר הערבי (כ- 30%). נוסף על כך, אחוז גבוה יותר של בנות מדווחות כי הוריהם יודעים הרבה על התחומים השונים בחייהם לעומת בנים (כ- 28% בהשוואה לכ- 22%, בהתאמה).

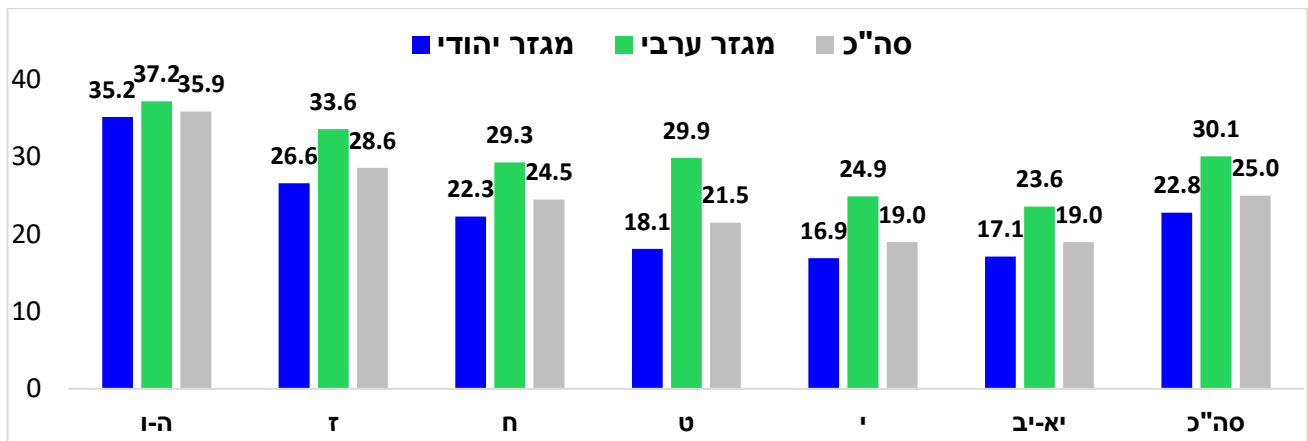
לוח 4: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל שבעת התחומים בחייהם, לפי מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	32.6%	37.3%	35.2%	36.4%	37.9%	37.2%	34.0%	37.5%	35.9%
ז	22.4%	30.8%	26.6%	32.1%	35.1%	33.6%	25.2%	32.1%	28.6%
ח	20.6%	23.9%	22.3%	27.4%	31.1%	29.3%	22.7%	26.2%	24.5%
ט	15.0%	21.3%	18.1%	24.9%	34.8%	29.9%	17.8%	25.2%	21.5%
י	11.3%	22.3%	16.9%	21.3%	27.9%	24.9%	13.8%	23.9%	19.0%
יא-יב	13.4%	20.7%	17.1%	18.9%	28.3%	23.6%	15.0%	22.9%	19.0%
סה"כ	19.1%	26.3%	22.8%	27.1%	32.9%	30.1%	21.6%	28.3%	25.0%
סה"כ משיבים	5,593	6,106	11,699	2,741	4,643	7,384	8,334	10,749	19,083

תרשים 4.1: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל שבעת התחומים בחייהם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 4.2: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל שבעת התחומים בחייהם, לפי מגזר וכיתה:

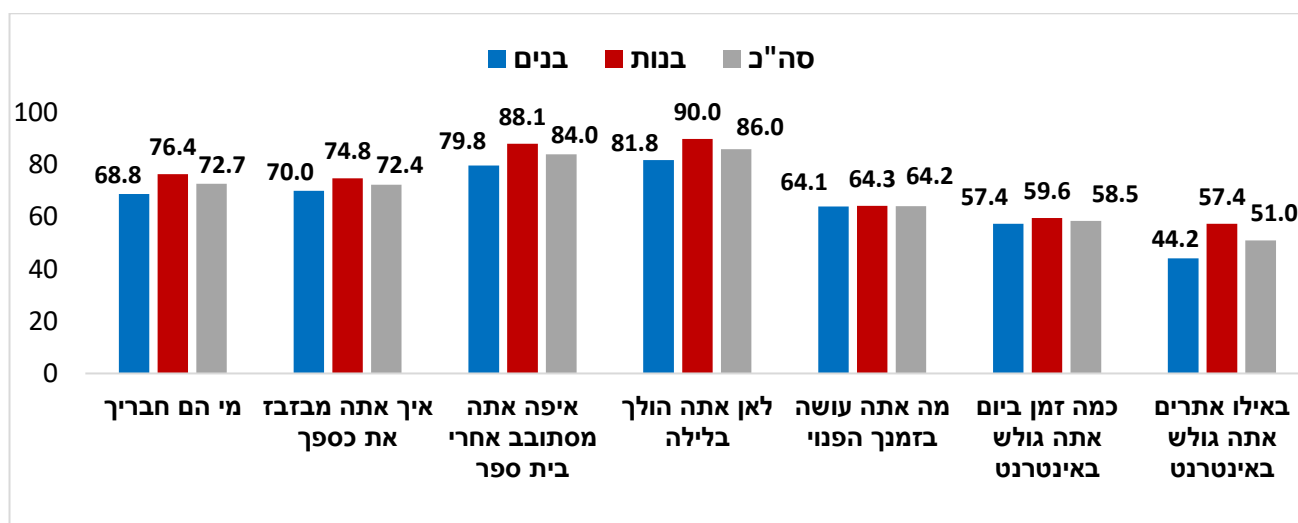


על פי לוח 5, ניתן לראות כי אחוז התלמידים המדווחים כי הוריהם יודעים איפה הם מסתובבים אחרי בית הספר ולאן הם הולכים בלילה הוא הגבוה ביותר (84% ו-86% בהתאמה). לעומת זאת, רק כ-51% מהתלמידים מדווחים כי הוריהם יודעים באילו אתרי אינטרנט הם גולשים. נתון זה נמוך במיוחד בקרב בנים לעומת בנות (כ-44% לעומת כ-57% בהתאמה) ובמגזר היהודי לעומת הערבי (כ-47% לעומת כ-61%).

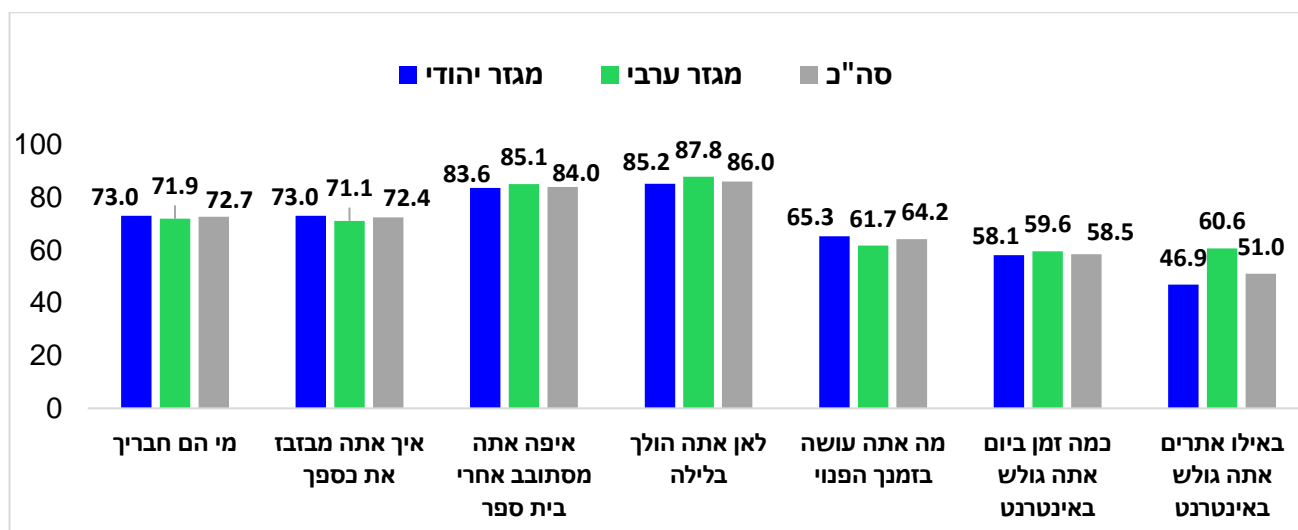
לוח 5: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל אחד מהתחומים הבאים בחייהם, לפי מגזר ומגזר:

סה"כ משיבים	כל המדגם			מגזר ערבי			מגזר יהודי			עד כמה ההורים שלך יודעים הרבה... מי הם חבריך
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	
18,968	72.7%	76.4%	68.8%	71.9%	73.1%	70.6%	73.0%	77.9%	68.0%	מי הם חבריך
18,747	72.4%	74.8%	70.0%	71.1%	75.6%	66.4%	73.0%	74.5%	71.5%	איך אתה מבזבז את כספך
18,744	84.0%	88.1%	79.8%	85.1%	90.9%	79.0%	83.6%	86.8%	80.2%	איפה אתה מסתובב אחרי בית ספר
17,267	86.0%	90.0%	81.8%	87.8%	94.1%	81.6%	85.2%	88.3%	81.9%	לאן אתה הולך בלילה
18,871	64.2%	64.3%	64.1%	61.7%	61.5%	61.9%	65.3%	65.5%	65.1%	מה אתה עושה בזמנך הפנוי
18,562	58.5%	59.6%	57.4%	59.6%	64.6%	54.4%	58.1%	57.5%	58.7%	כמה זמן ביום אתה גולש באינטרנט
18,419	51.0%	57.4%	44.2%	60.6%	66.4%	54.4%	46.9%	53.6%	39.9%	באילו אתרים אתה גולש באינטרנט

תרשים 5.1: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל אחד מהתחומים הבאים בחייהם, לפי מגדר:



תרשים 5.2: אחוז התלמידים שהוריהם יודעים הרבה על כל אחד מהתחומים הבאים בחייהם, לפי מגדר:



### מדד חינוך וענישה:

התלמידים נשאלו כיצד הוריהם נוהגים להגיב על התנהגויות שאינן לרוחם, מבין האפשרויות הבאות: (א) לא מענישים אותם, זה לא מפריע להם; (ב) נזופים בהם אך לא מענישים אותם; (ג) מסבירים להם שלא התנהגו כשורה ולמה נענשים; (ד) מענישים אותם מיד אך לא אומרים להם למה; (ה) נותנים להם מכות.

**הממצאים המוצגים במדד זה כוללים התפלגות תשובות התלמידים באחוזים לפי מגזר ומגדר.**

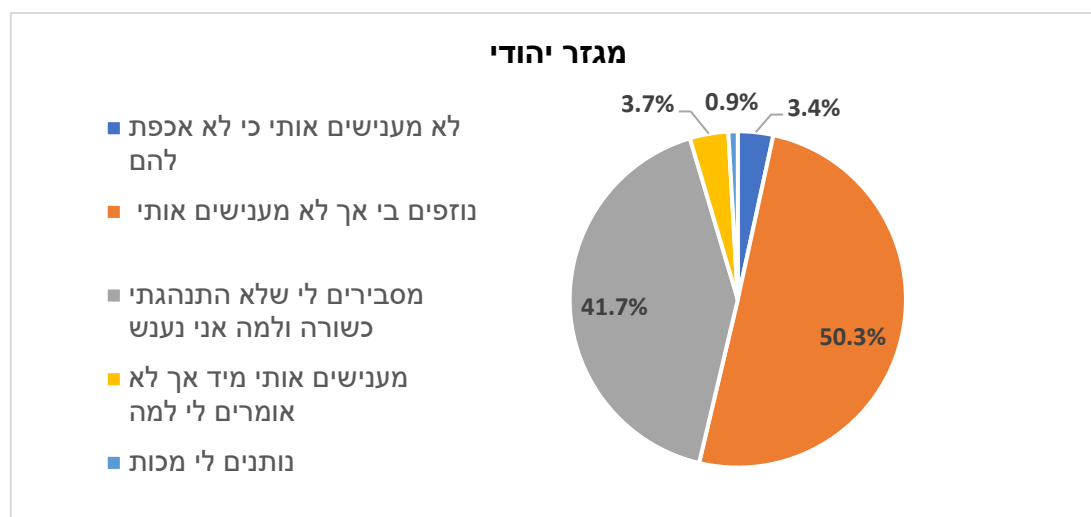
מלוח 6 עולה כי מרבית התלמידים מדווחים כי הוריהם נוהגים להגיב להתנהגויות שאינן לרוחם בניזיפה ללא ענישה (כ- 43%) או בענישה הכוללת התייחסות לסיבה שבגינה נענשו (כ 48%). קיימים הבדלים מגזריים במדד זה. בקרב המגזר הערבי נפוצה יותר תגובת הורים של ענישה הכוללת התייחסות לסיבה שבגינה נענשו (כ- 62%) לעומת נזיפה בלבד (כ- 26%) ואילו

במגזר היהודי תגובת ההורים הנפוצה ביותר היא נזיפה ללא ענישה (כ- 50%) לעומת ענישה הכוללת התייחסות לסיבה שבגינה נענשו (כ- 42%). אחוזים בודדים מדווחים כי הוריהם מכים אותם (1.2%) או לא מענישים אותם כי לא אכפת להם (כ- 4%), כאשר אחוז הדיווח על סגנונות חינוך אלה גבוה פי- 2 במגזר הערבי לעומת המגזר היהודי.

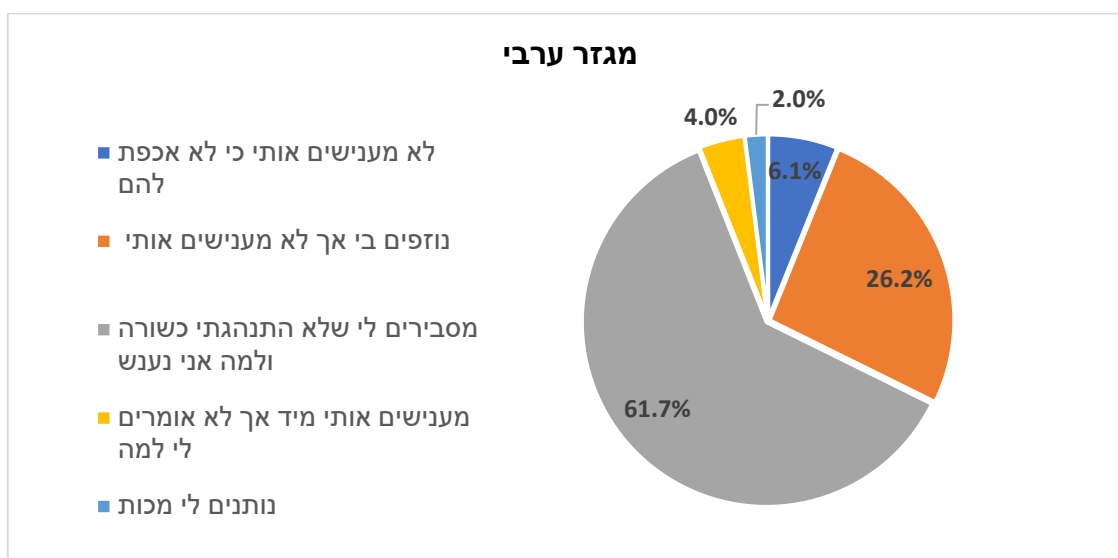
לוח 6: התפלגות תשובות התלמידים בנוגע לתגובות הוריהם, לפי מגזר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי			כאשר אתה עושה משהו שלדעת הוררך לא בסדר, כיצד בדרך כלל הוריך מגיבים...?		
	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ			
4.3%	3.8%	4.7%	6.1%	4.5%	7.8%	3.4%	3.3%	לא מענישים אותי כי לא אכפת להם	
42.9%	45.1%	40.7%	26.2%	28.0%	24.3%	50.3%	47.9%	נזפים בי אך לא מענישים אותי	
47.8%	47.0%	48.7%	61.7%	63.1%	60.2%	41.7%	39.9%	מסבירים לי שלא התנהגתי כשורה ולמה אני נענש	
3.8%	3.3%	4.2%	4.0%	3.0%	4.9%	3.7%	3.4%	מענישים אותי מיד אך לא אומרים לי למה	
1.2%	0.8%	1.7%	2.0%	1.3%	2.7%	0.9%	0.5%	נותנים לי מכות	
<b>19,141</b>	<b>10,763</b>	<b>8,378</b>	<b>7,420</b>	<b>4,651</b>	<b>2,769</b>	<b>11,721</b>	<b>6,112</b>	<b>5,609</b>	<b>סה"כ משיבים</b>

תרשים 6.1: התפלגות תשובות התלמידים בנוגע לתגובות הוריהם כשהם מתנהגים שלא לרוחם, במגזר היהודי:



תרשים 6.2: התפלגות תשובות התלמידים בנוגע לתגובות הוריהם כשהם מתנהגים שלא לרוחם, במגזר הערבי:



#### מדדי פעילות משפחתית משותפת

התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם נוהגים לעשות את הדברים הבאים עם משפחתם על סולם מענה הנע מ (1- כל יום) ל- 5 (אף פעם): (א) צופים בטלוויזיה או משחקים במחשב יחד עם המשפחה; (ב) משחקים יחד בתוך הבית עם המשפחה; (ג) אוכלים ארוחות יחד עם המשפחה; (ד) מבקרים חברים או קרובים יחד עם המשפחה; (ה) עושים ספורט או הולכים לצעידות יחד עם המשפחה; (ו) יושבים ומדברים על כל מיני דברים יחד עם המשפחה.

**הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו על תדירות של "כל יום" - "רוב ימות השבוע" לגבי פעילויות משפחתיות משותפות.**

לוח 7 מציג טבלה מסכמת של הפעילויות השונות שהתלמידים עושים עם משפחתם לפי מגדר ומגזר, ולוחות 7.1 עד 7.6 מציגים התפלגות כל פעילות גם לפי שכבת הגיל. עיון בלוח 7 מעלה כי הפעילות המשפחתית הנפוצה ביותר היא אכילת ארוחות משותפות (כ- 75% מהתלמידים). לעומת זאת, רק כ- 19% מהתלמידים מדווחים כי הם עושים פעילות ספורטיבית משותפת עם המשפחה. עוד עולה מלוח 7 ומתרשים 7.2 כי תלמידים במגזר הערבי עושים באופן גורף יותר פעילויות משותפות עם המשפחה לעומת תלמידים במגזר היהודי. בנוסף, לפי לוחות 7.1-7.6 חלה ירידה באחוז התלמידים אשר עושים פעילויות משותפות עם המשפחה עם העלייה בגיל.



לווח 7: טבלה מסכמת של אחוז התלמידים אשר עושים פעילות שונות יחד עם משפחתם, לפי מגדר ומגדר:

פעילות משפחתית כל יום או רוב ימות השבוע	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
צופים בטלוויזיה או משחקים במחשב יחד עם המשפחה	41.8%	40.6%	41.2%	59.1%	59.5%	59.3%	46.8%	46.1%	46.4%
משחקים יחד בתוך הבית עם המשפחה	27.1%	20.8%	24.0%	51.7%	53.6%	52.6%	34.2%	30.3%	32.3%
אוכלים ארוחות יחד עם המשפחה	71.8%	65.2%	68.5%	90.2%	92.5%	91.3%	77.1%	73.1%	75.1%
מבקרים חברים או קרובים יחד עם המשפחה	22.9%	23.0%	22.9%	47.9%	45.3%	46.6%	30.1%	29.4%	29.8%
עושים ספורט או הולכים לצעידות יחד עם המשפחה	16.0%	12.0%	14.0%	33.3%	30.0%	31.6%	21.0%	17.2%	19.1%
יושבים ומדברים על כל מיני דברים יחד עם המשפחה	57.0%	58.1%	57.6%	76.2%	80.0%	78.1%	62.5%	64.5%	63.5%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

לווח 7.1: אחוז התלמידים אשר צופים בטלוויזיה או משחקים במחשב יחד עם משפחתם, לפי מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	47.6%	42.9%	45.3%	68.0%	66.2%	67.1%	53.5%	49.7%	51.6%
ז	41.8%	39.5%	40.7%	58.4%	55.7%	57.0%	46.5%	44.1%	45.3%
ח	43.4%	41.9%	42.6%	61.1%	59.2%	60.1%	48.5%	47.0%	47.7%
ט	42.8%	39.7%	41.3%	51.3%	56.9%	54.1%	45.2%	44.7%	44.9%
י	37.7%	41.4%	39.5%	54.6%	56.8%	55.7%	42.5%	45.7%	44.1%
יא-יב	35.9%	37.9%	36.9%	55.0%	57.1%	56.0%	41.4%	43.5%	42.5%
סה"כ	41.8%	40.6%	41.2%	59.1%	59.5%	59.3%	46.8%	46.1%	46.4%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

לוח 7.2: אחוז התלמידים אשר משחקים יחד בתוך הבית עם משפחתם, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	43.4%	35.6%	39.5%	63.1%	66.1%	64.6%	49.1%	44.4%	46.8%
ז	31.2%	24.6%	27.9%	61.9%	58.7%	60.3%	39.9%	34.3%	37.1%
ח	29.5%	18.1%	23.8%	52.2%	56.6%	54.4%	36.1%	29.3%	32.7%
ט	22.9%	14.9%	18.9%	46.1%	47.4%	46.8%	29.6%	24.2%	26.9%
י	15.1%	12.8%	14.0%	42.8%	44.2%	43.5%	23.0%	21.7%	22.3%
יא-יב	13.6%	10.8%	12.2%	40.3%	43.0%	41.6%	21.4%	20.2%	20.8%
סה"כ	27.1%	20.8%	24.0%	51.7%	53.6%	52.6%	34.2%	30.3%	32.3%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

לוח 7.3: אחוז התלמידים אשר אוכלים ארוחות משפחתיות ביחד, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	79.9%	73.8%	76.8%	91.0%	93.9%	92.4%	83.1%	79.6%	81.3%
ז	78.3%	71.9%	75.1%	93.9%	94.0%	93.9%	82.7%	78.2%	80.5%
ח	73.5%	67.9%	70.7%	94.3%	94.3%	94.3%	79.5%	75.6%	77.5%
ט	70.7%	64.3%	67.5%	89.4%	91.9%	90.7%	76.0%	72.3%	74.2%
י	67.4%	58.4%	62.9%	91.4%	92.6%	92.0%	74.3%	68.1%	71.2%
יא-יב	61.0%	54.1%	57.5%	84.8%	89.4%	87.1%	67.9%	64.4%	66.2%
סה"כ	71.8%	65.2%	68.5%	90.2%	92.5%	91.3%	77.1%	73.1%	75.1%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

לוח 7.4: אחוז התלמידים אשר מבקרים חברים או קרובים יחד עם המשפחה, לפי מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	32.8%	32.5%	32.6%	58.3%	55.1%	56.7%	40.2%	39.0%	39.6%
ז	26.3%	27.8%	27.0%	49.5%	49.4%	49.5%	32.9%	33.9%	33.4%
ח	24.9%	22.7%	23.8%	49.6%	47.7%	48.6%	32.0%	30.0%	31.0%
ט	20.5%	19.1%	19.8%	40.9%	41.6%	41.3%	26.4%	25.6%	26.0%
י	17.2%	18.1%	17.6%	40.1%	43.1%	41.6%	23.7%	25.1%	24.4%
יא-יב	12.9%	14.2%	13.6%	42.1%	33.7%	37.9%	21.4%	19.9%	20.7%
סה"כ	22.9%	23.0%	22.9%	47.9%	45.3%	46.6%	30.1%	29.4%	29.8%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

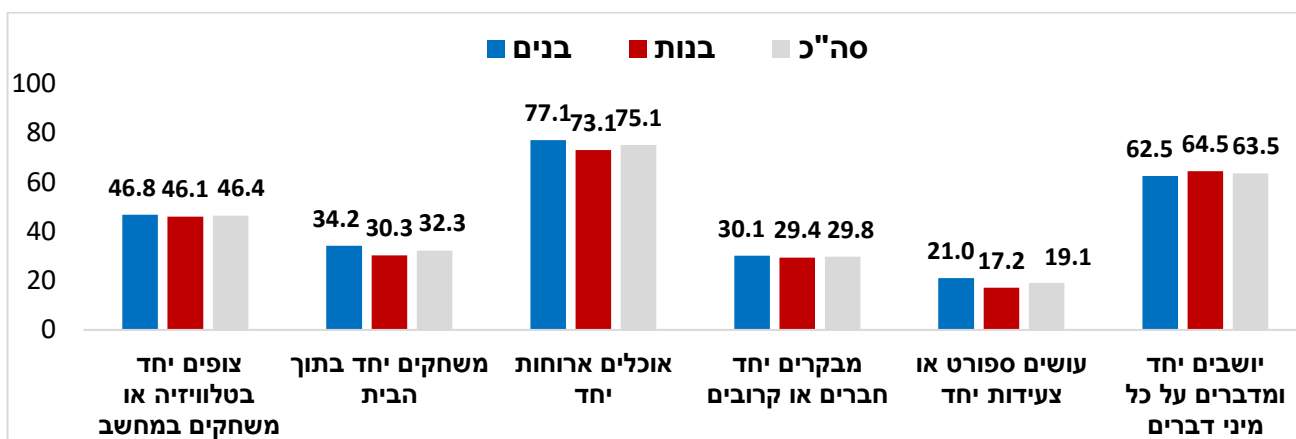
לוח 7.5: אחוז התלמידים אשר עושים ספורט או הולכים לצעידות יחד עם המשפחה, לפי מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	24.5%	20.8%	22.6%	48.5%	46.2%	47.4%	31.4%	28.1%	29.8%
ז	22.7%	12.8%	17.8%	36.3%	32.6%	34.5%	26.6%	18.5%	22.5%
ח	15.0%	10.4%	12.7%	32.9%	26.8%	29.9%	20.2%	15.2%	17.7%
ט	13.7%	8.4%	11.1%	23.3%	24.1%	23.7%	16.5%	12.9%	14.7%
י	9.7%	7.8%	8.7%	30.1%	22.7%	26.4%	15.5%	12.0%	13.8%
יא-יב	7.6%	6.6%	7.1%	21.8%	18.9%	20.3%	11.7%	10.2%	11.0%
סה"כ	16.0%	12.0%	14.0%	33.3%	30.0%	31.6%	21.0%	17.2%	19.1%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

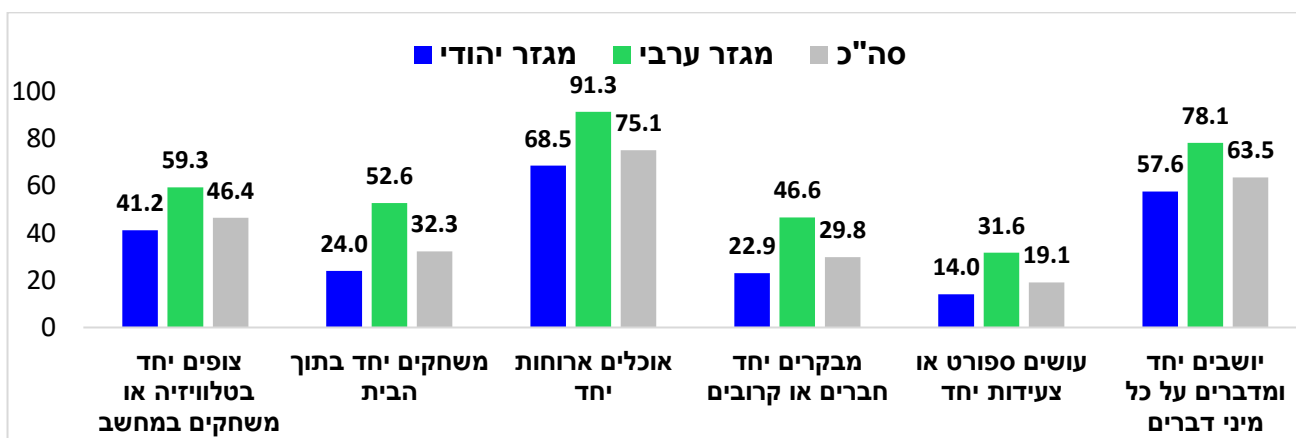
לוח 7.6: אחוז התלמידים אשר יושבים ומדברים על כל מיני דברים יחד עם המשפחה, לפי מגזר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	67.4%	64.6%	66.0%	80.1%	83.6%	81.8%	71.1%	70.1%	70.6%
ז	57.5%	56.1%	56.8%	78.9%	80.0%	79.5%	63.6%	62.9%	63.3%
ח	52.4%	54.5%	53.5%	76.1%	80.7%	78.4%	59.3%	62.2%	60.7%
ט	53.1%	57.0%	55.1%	70.3%	77.5%	73.9%	58.0%	62.9%	60.5%
י	54.7%	56.9%	55.8%	78.0%	76.9%	77.5%	61.4%	62.5%	62.0%
יא-יב	50.7%	55.2%	52.9%	72.8%	78.6%	75.7%	57.2%	62.0%	59.6%
סה"כ	57.0%	58.1%	57.6%	76.2%	80.0%	78.1%	62.5%	64.5%	63.5%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 7.1: התפלגות פעילויות משפחתיות לפי מגזר:



תרשים 7.2: התפלגות פעילויות משפחתיות לפי מגזר:



**מדדי מעורבות ההורים בחיי בית הספר :**

התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים שהוריהם מעורבים בהיבטים הבאים הקשורים בבית הספר: (א) מוכנים לעזור להם כאשר יש בעיות בבית הספר; (ב) מוכנים לבוא לבית הספר ולשוחח עם המורים; (ג) מעודדים אותם להצליח בבית הספר; (ד) מתעניינים במה שקורה להם בבית הספר; (ה) מוכנים לעזור להם בשיעורי הבית. סולם המענה נע מ-1 (מסכים בהחלט) ל-5 (לא מסכים בהחלט). תלמידים שהינם בעלי ממוצע של 4 ומעלה בסולם הכולל את כל ההיגדים דורגו כתלמידים שהוריהם בעלי מעורבות גבוהה בעניינים הקשורים בבית הספר, בהתאם לפרוטוקול הבינלאומי. **הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שהוריהם בעלי מעורבות גבוהה בחיי בית הספר. כמו כן, תוצג טבלה מסכמת של אחוז התלמידים שמסכימים לכל אחד מההיגדים במדד מעורבות הורים בחיי בית הספר.**

מלוח 8 עולה כי ישנה רמת מעורבות גבוהה של ההורים בהיבטים השונים של חיי בית הספר (כ-83%). ישנה ירידה קלה בדיווח על מעורבות ההורים בחיי בית הספר עם העלייה בשכבת הגיל, אך היא נותרת גבוהה גם בשכבות גילאי התיכון (כ-79%). עיון בלוח 9 מעלה כי אחוז גבוה במיוחד של תלמידים מעיד כי הוריהם מוכנים לעזור להם אם יש להם בעיות בבית הספר (כ-92%) ומעודדים אותם להצליח בלימודיהם (כ-93%).

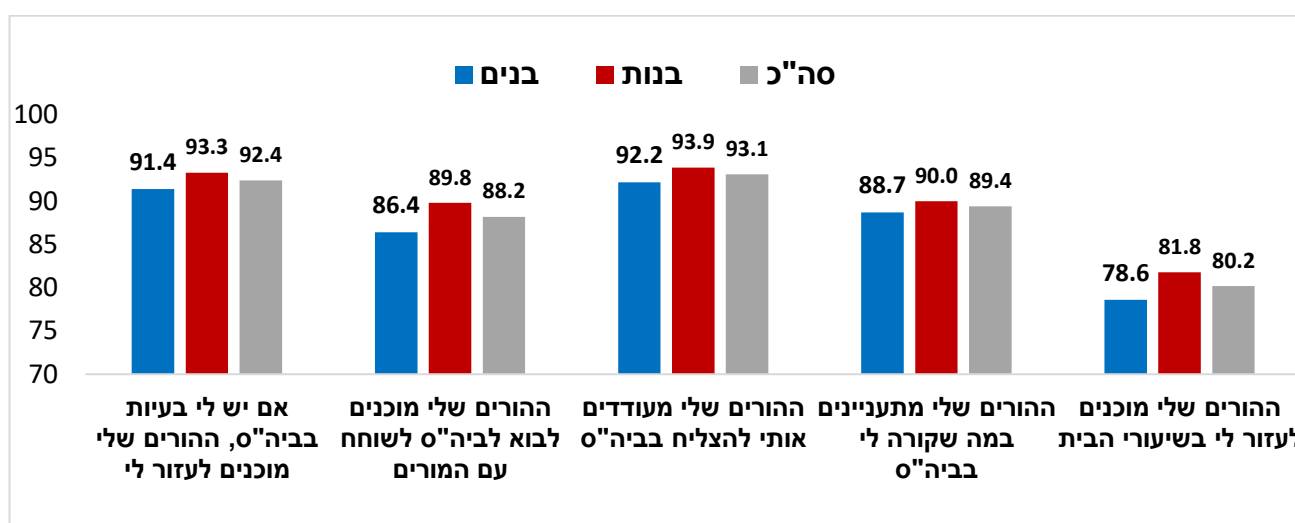
לוח 8: אחוז התלמידים אשר הוריהם בעלי מעורבות גבוהה בחיי בית הספר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	87.0%	89.0%	88.1%	87.0%	88.9%	88.0%	87.0%	89.0%	88.1%
ז	85.0%	86.2%	85.6%	88.6%	89.8%	89.2%	86.1%	87.2%	86.6%
ח	83.0%	84.0%	83.5%	86.0%	88.9%	87.5%	84.0%	85.6%	84.8%
ט	81.1%	82.0%	81.6%	82.5%	85.4%	84.0%	81.5%	83.0%	82.3%
י	76.6%	80.0%	78.3%	82.0%	80.3%	81.1%	78.0%	80.1%	79.1%
יא-יב	77.1%	81.4%	79.3%	74.9%	80.9%	77.9%	76.5%	81.3%	78.9%
סה"כ	81.4%	84.0%	82.7%	82.8%	85.7%	84.3%	81.8%	84.5%	83.2%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

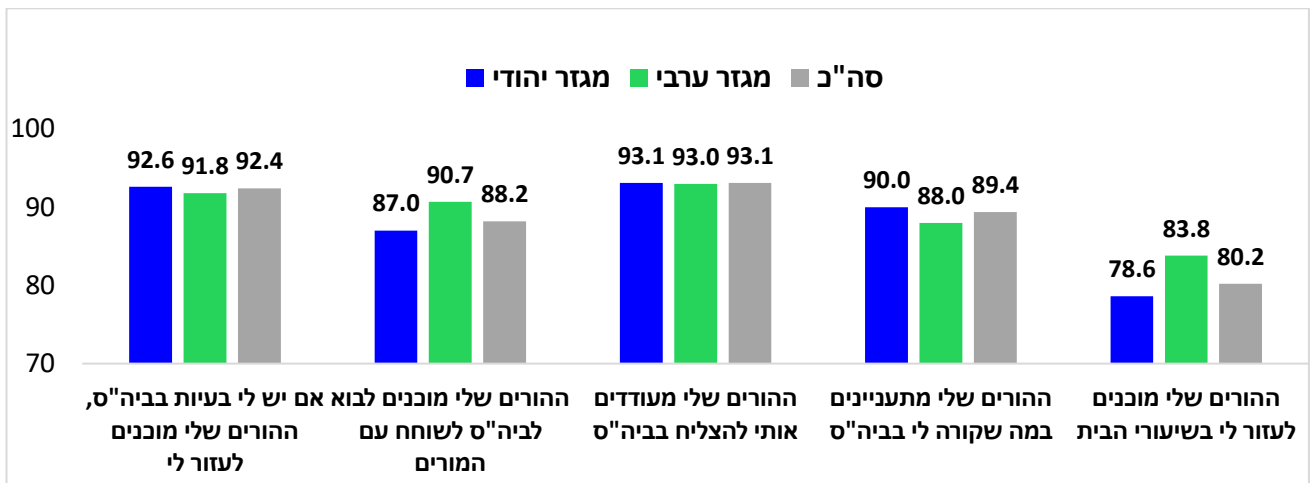
לוח 9: אחוז התלמידים אשר מסכימים כי הוריהם מעורבים בתחומים שונים בחיי בית הספר, לפי מגדר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים			
92.4%	93.3%	91.4%	91.8%	93.8%	89.8%	92.6%	93.0%	92.1%	אם יש לי בעיות בביה"ס, ההורים שלי מוכנים לעזור לי
88.2%	89.8%	86.4%	90.7%	92.6%	88.7%	87.0%	88.6%	85.4%	ההורים שלי מוכנים לבוא לביה"ס לשוחח עם המורים
93.1%	93.9%	92.2%	93.0%	94.5%	91.5%	93.1%	93.6%	92.5%	ההורים שלי מעודדים אותי להצליח בביה"ס
89.4%	90.0%	88.7%	88.0%	89.2%	86.7%	90.0%	90.4%	89.5%	ההורים שלי מתעניינים במה שקורה לי בביה"ס
80.2%	81.8%	78.6%	83.8%	84.0%	83.6%	78.6%	80.8%	76.3%	ההורים שלי מוכנים לעזור לי בשיעורי הבית
<b>19,141</b>	<b>10,763</b>	<b>8,378</b>	<b>7,420</b>	<b>4,651</b>	<b>2,769</b>	<b>11,721</b>	<b>6,112</b>	<b>5,609</b>	סה"כ משיבים

תרשים 9.1: אחוז התלמידים אשר מסכימים כי הוריהם מעורבים בתחומים שונים בחיי בית הספר, לפי מגדר:



תרשים 9.2: אחוז התלמידים אשר מסכימים כי הוריהם מעורבים בתחומים שונים בחיי בית הספר, לפי מגזר:



### מדדים חברתיים-כלכליים:

#### הערכה סובייקטיבית של המצב הכלכלי

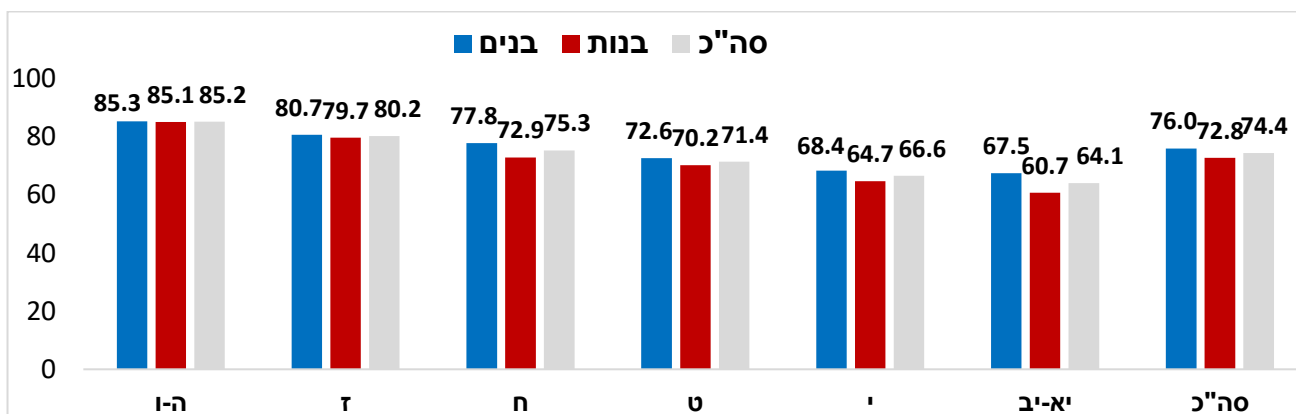
התלמידים נשאלו מה לדעתם הוא המצב הכלכלי של משפחתם, כאשר סולן המענה נע מ-1 (טוב מאוד) עד 5 (בכלל לא טוב). הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי לדעתם המצב הכלכלי של משפחתם טוב או טוב מאוד.

מלוח 10 עולה כי כ-74% מהתלמידים מעריכים את המצב הכלכלי של משפחתם כטוב או טוב מאוד. בניס לעומת בנות, ותלמידים בשכבות הגיל הצעירות יותר לעומת תלמידים בוגרים מעריכים את המצב הכלכלי של משפחתם כטוב יותר. כמו כן, עיון בתרשימים 10.3 ו-10.4 מצביע על עליה הדרגתית משך השנים בהערכת המצב הכלכלי של המשפחה כטוב יותר. כך למשל, בשנת 1998, כ-65% מהתלמידים העריכו את מצבה הכלכלי של משפחתם כטוב או טוב מאוד לעומת 77% בשנת 2019. עם זאת, בשנת 2023 (לאחר הקורונה) ישנה ירידה קלה באחוז התלמידים המעריכים את המצב הכלכלי של משפחתם כטוב או טוב מאוד (כ-75%). ירידה זו בולטת יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי (מ-81% בשנת 2019, ל-77% בשנת 2023).

לוח 10: אחוז התלמידים שמעריכים את המצב הסוציאקונומי של משפחתם כטוב או טוב מאוד, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

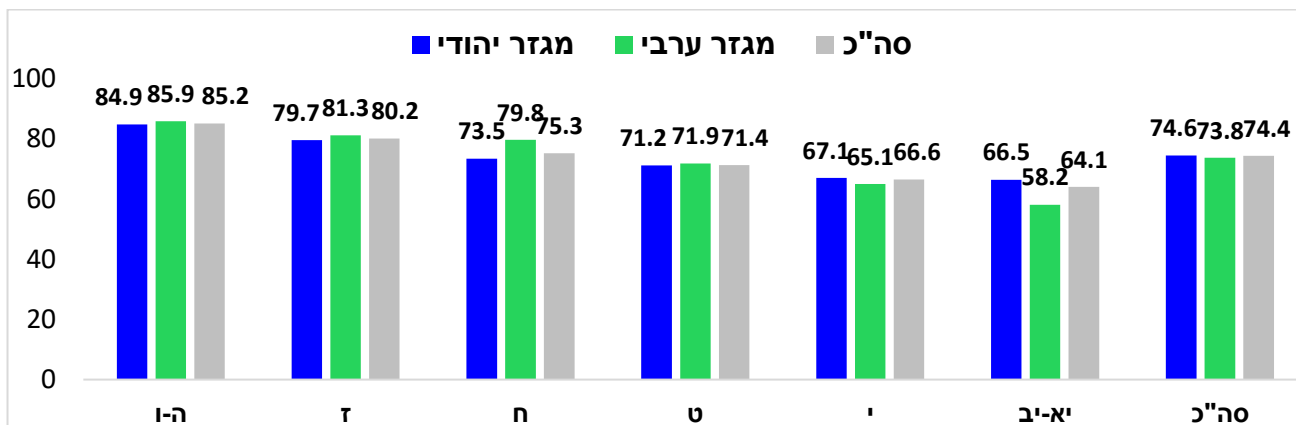
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	84.8%	84.9%	84.9%	86.3%	85.5%	85.9%	85.3%	85.1%	85.2%
ז	79.5%	79.9%	79.7%	83.5%	79.1%	81.3%	80.7%	79.7%	80.2%
ח	75.5%	71.5%	73.5%	83.4%	76.3%	79.8%	77.8%	72.9%	75.3%
ט	72.5%	69.9%	71.2%	73.1%	70.8%	71.9%	72.6%	70.2%	71.4%
י	68.6%	65.6%	67.1%	67.8%	62.4%	65.1%	68.4%	64.7%	66.6%
יא-יב	69.1%	64.0%	66.5%	63.7%	52.8%	58.2%	67.5%	60.7%	64.1%
סה"כ	75.8%	73.5%	74.6%	76.4%	71.2%	73.8%	76.0%	72.8%	74.4%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 10.1: אחוז התלמידים שמעריכים את המצב הסוציאקונומי של משפחתם כטוב או טוב מאוד, לפי מגדר, וכיתה:

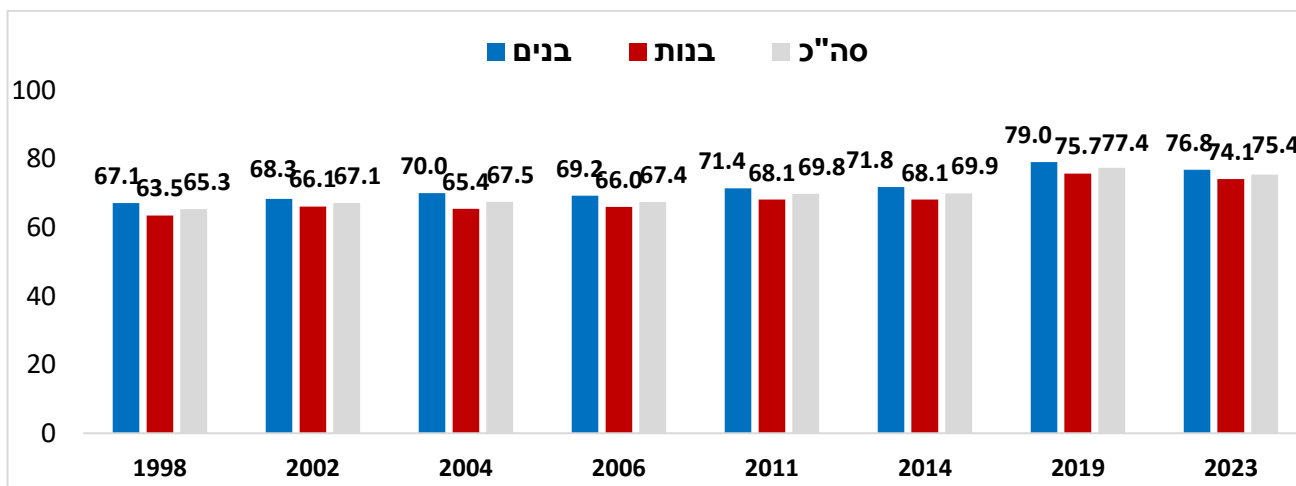




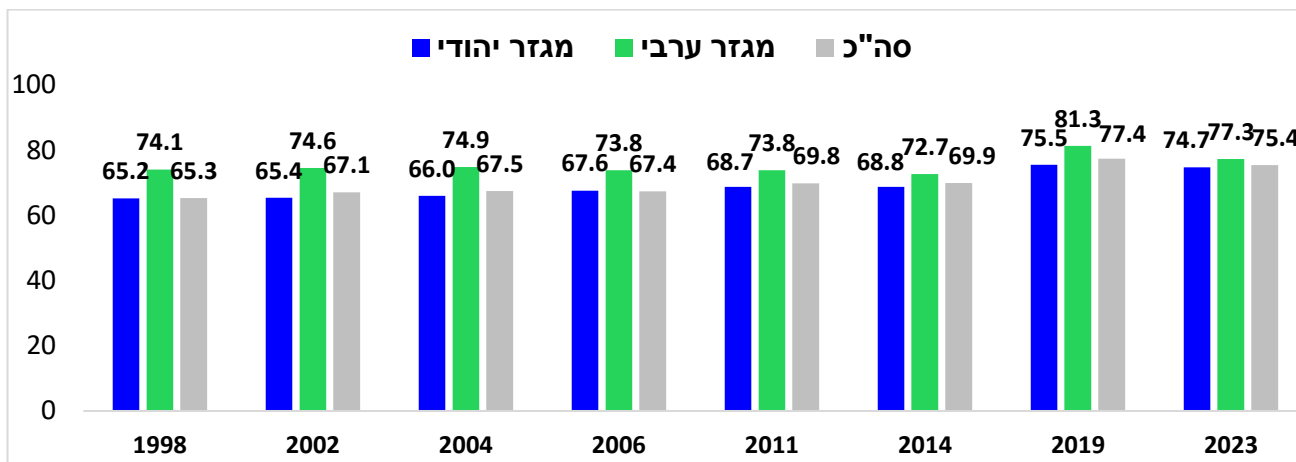
תרשים 10.2: אחוז התלמידים שמעריכים את המצב הסוציאקונומי של משפחתם כטוב או טוב מאוד, לפי מגזר, וכיתה:



תרשים 10.3: אחוז התלמידים שמעריכים את המצב הסוציאקונומי של משפחתם כטוב או טוב מאוד, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ה' ו-י' בלבד):



תרשים 10.4: אחוז התלמידים שמעריכים את המצב הסוציאקונומי של משפחתם כטוב או טוב מאוד, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



### רווחה כלכלית לפי FAS

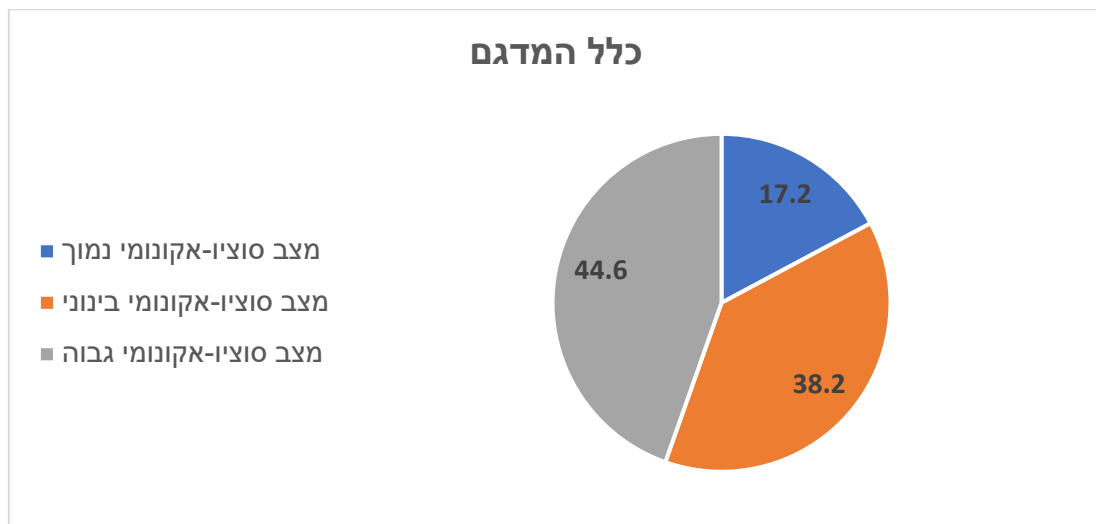
לעומת המדד הסובייקטיבי, אשר בודק את תחושות הנבדק בנוגע למצב הכלכלי של משפחתו ומושפע מקבוצות ההשוואה של הנבדק, מדד FAS (Family Affluence Scale) מהווה מעין מדד "אובייקטיבי" של הרמה הסוציו-אקונומית של המשפחה, ועל כן הוא ניתן להשוואה בין אוכלוסיות שונות. מדד ה FAS פותח על ידי צוות החוקרים הבין-לאומי של תכנית HBSC, ותוקף במספר רב של מדינות, ובכללן ישראל. המדד מורכב משש השאלות שלהלן (א) האם יש למשפחתם מכונית/טנדר/משאית (0 – לא, 1- אחד, 2- שניים או יותר); (ב) האם הם ישנים בחדר לבד? (0- לא; 1- כן); (ג) האם במהלך 12 החודשים האחרונים הם נסעו לחופשה מחוץ לישראל עם משפחתם? (0- אף פעם; 1- פעם אחת; 2- פעמיים; 3- יותר מפעמיים); (ד) מהו מספר המחשבים בבית (0- אין לנו מחשב; 1- אחד; 2- שניים; 3- יותר משניים); (ה) מהו מספר חדרי המקלחת בבית (0- אין בכלל; 1- אחד; 2- שניים; 3- יותר משניים); (ו) האם יש למשפחתם מדיה כלים בבית (0- לא; 1- כן). ציון FAS נע בין 0 ל-13. עבור כל תלמיד חושב ציון על ידי סכימת תשובותיו עבור ששת הפריטים הנ"ל, כך שהתקבלו שלוש רמות: ציון נמוך (0–6), ציון בינוני (7–9) וציון גבוה (10–13). **הממצאים שיוצגו בתחום זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו על רווחה כלכלית נמוכה (בעלי ציון FAS נמוך), וכך תוצג התפלגות רמה סוציאקונומית בחלוקה למגזר ולמגזר.**

הנתונים המופיעים בלוח 11 מצביעים על הבדלים ניכרים בין תלמידים במגזר היהודי לבין תלמידים במגזר הערבי במדד הדיווח על רמה סוציאקונומית לפי FAS. כך למשל, כ 31% מהתלמידים במגזר הערבי בעלי רמה סוציאקונומית נמוכה לעומת כ- 12% מהמגזר היהודי. יתר על כן, במגזר היהודי כ 51% תלמידים בעלי רמה סוציאקונומית גבוהה, וזאת לעומת 30% בקרב המגזר הערבי.

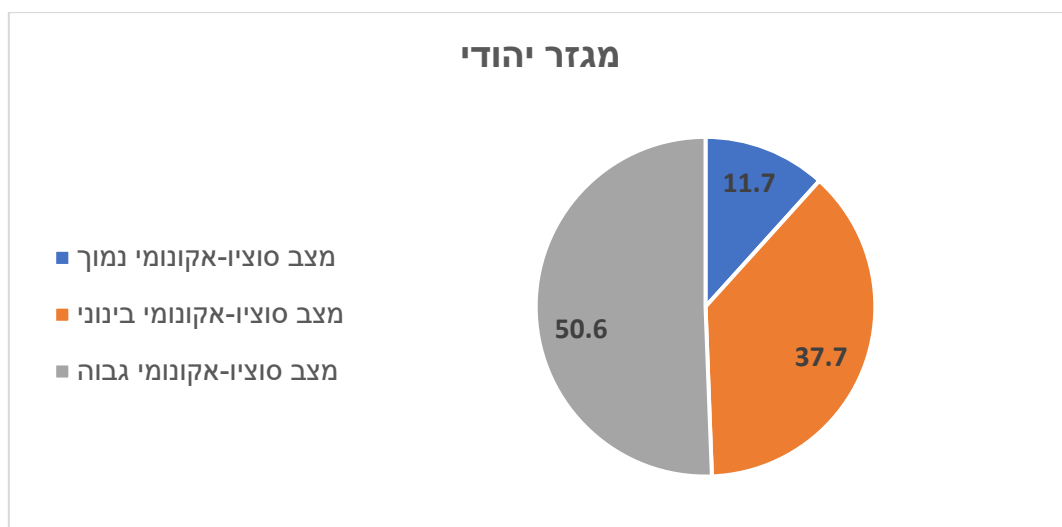
לוח 11: התפלגות אחוז התלמידים לפי רמה סוציאקונומית (FAS) לפי מגזר ומגזר:

רמה סוציאקונומית	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים
נמוכה	11.7%	12.6%	10.8%	30.9%	36.4%	25.4%	17.2%	19.4%	15.0%
בינונית	37.7%	35.8%	39.6%	39.3%	36.7%	41.9%	38.2%	36.1%	40.3%
גבוהה	50.6%	51.6%	49.6%	29.8%	26.9%	32.7%	44.6%	44.5%	44.7%
סה"כ משיבים	14,275	7,331	6,944	8,543	5,244	3,299	22,818	12,575	10,243

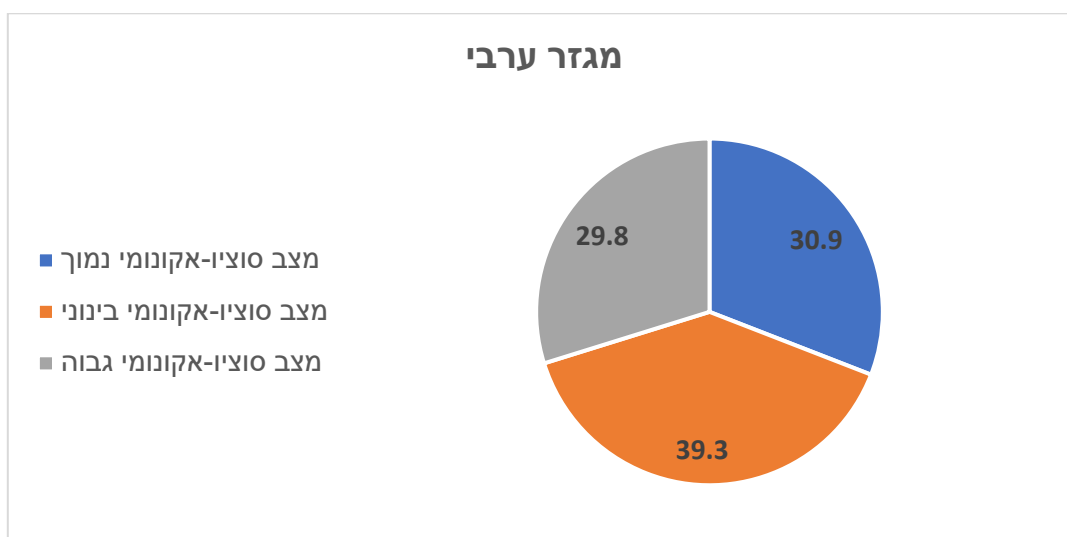
תרשים 11.1: התפלגות רמת רווחה כלכלית: כלל המדגם



תרשים 11.2: התפלגות רמת רווחה כלכלית: מגזר יהודי



תרשים 11.3: התפלגות רמת רווחה כלכלית: מגזר ערבי



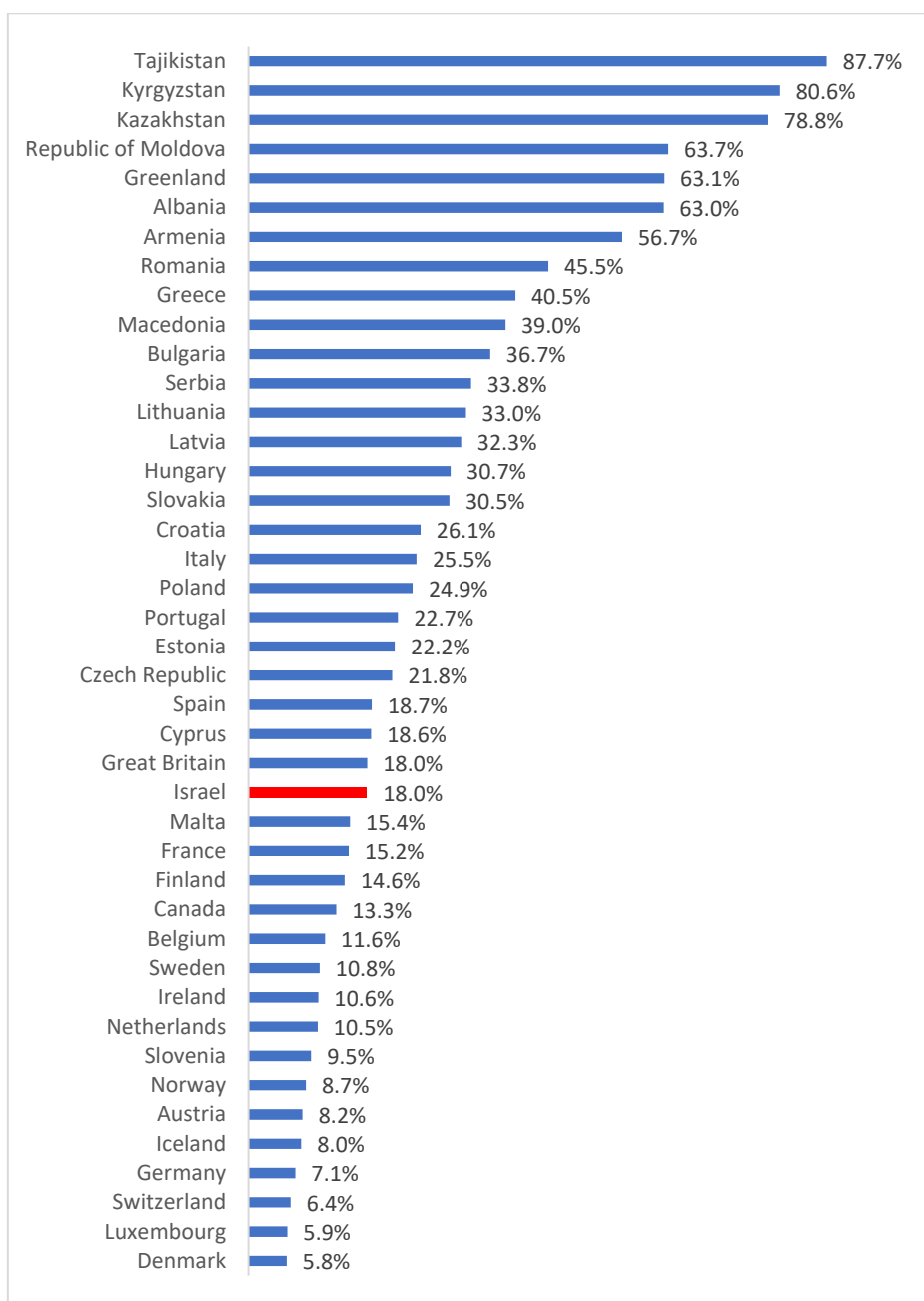
לוח 12: אחוז התלמידים שדיווחו על רמת רווחה כלכלית נמוכה לפי FAS, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	9.9%	10.6%	10.2%	23.3%	24.1%	23.7%	13.7%	14.5%	14.1%
ז	12.4%	12.7%	12.6%	24.9%	32.1%	28.5%	16.0%	18.2%	17.1%
ח	13.0%	14.6%	13.8%	24.2%	34.9%	29.6%	16.3%	20.5%	18.4%
ט	10.7%	11.8%	11.3%	29.3%	43.5%	36.4%	16.0%	20.9%	18.5%
י	11.0%	13.6%	12.3%	24.0%	38.0%	30.9%	14.7%	20.5%	17.6%
יא-יב	9.8%	13.5%	11.7%	27.2%	48.7%	38.0%	14.9%	23.8%	19.3%
סה"כ	10.8%	12.6%	11.7%	25.4%	36.4%	30.9%	15.0%	19.4%	17.2%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

### השוואה בין-לאומית

תרשים 12.1 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד רמת רווחה כלכלית נמוכה לפי FAS. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-26 מבין 42 מדינות, עם 18% תלמידים המדווחים על רווחה כלכלית נמוכה. יש לציין כי בסקר הקודם בשנת 2019, ישראל דורגה במקום ה-23 מתוך 45 מדינות, עם כ-24% תלמידים שדיווחו על רווחה כלכלית נמוכה.

תרשים 12.1: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שדיווחו על רמת רווחה כלכלית נמוכה לפי FAS, לפי מדינה:



מדד ביטחון תזונתי

התלמידים נשאלו האם קורה שהם הולכים לישון רעבים, והאם קורה שהם הולכים רעבים לבית הספר, כי אין מספיק אוכל בבית. סולם המענה נע בין 1 (תמיד) ל- 4 (אף פעם לא).

**הממצאים שיוצגו תחת מדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו "לפעמים"/"לעתים קרובות"/"תמיד".**

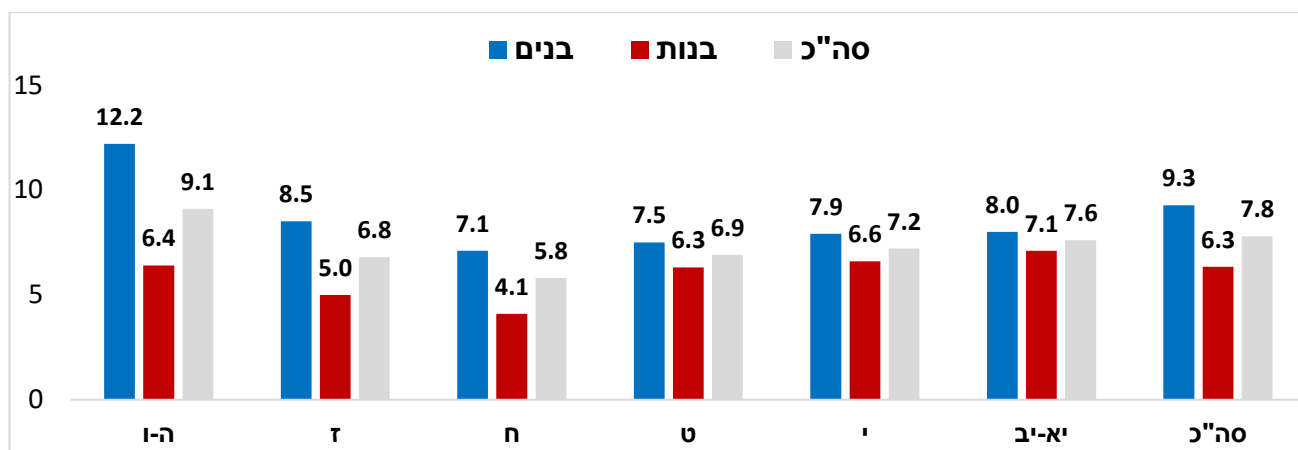
מעיון בלוח 13 עולה כי כ- 8% מהתלמידים מדווחים כי הם הולכים לישון רעבים לפעמים, לעתים קרובות או תמיד. תרשים 13.2 מראה כי אחוז גבוה יותר של תלמידים במגזר הערבי לעומת המגזר היהודי מדווחים כי הם הולכים לישון רעבים (כ

11% לעומת 6% בהתאמה). מתרשים 13.4 עולה כי ההבדל במדד זה בין המגזר היהודי לערבי ניכר לאורך כל השנים החל משנת 2022 ועד 2019, עם זאת, לאורך השנים חלה ירידה בדיווח במדד זה, בייחוד בקרב תלמידים במגזר הערבי, כאשר בשנת 2023 ההבדל בין תלמידים במגזר הערבי לתלמידים במגזר היהודי הצטמצם משמעותית לעומת שנים קודמות. לוח 14 מצביע על הבדל דומה בין המגזר היהודי לערבי גם במדד הדיווח על תלמידים שהולכים רעבים לבית הספר לפעמים, לעיתים קרובות או תמיד, עם כ- 6% דיווח במגזר הערבי לעומת 4% במגזר היהודי.

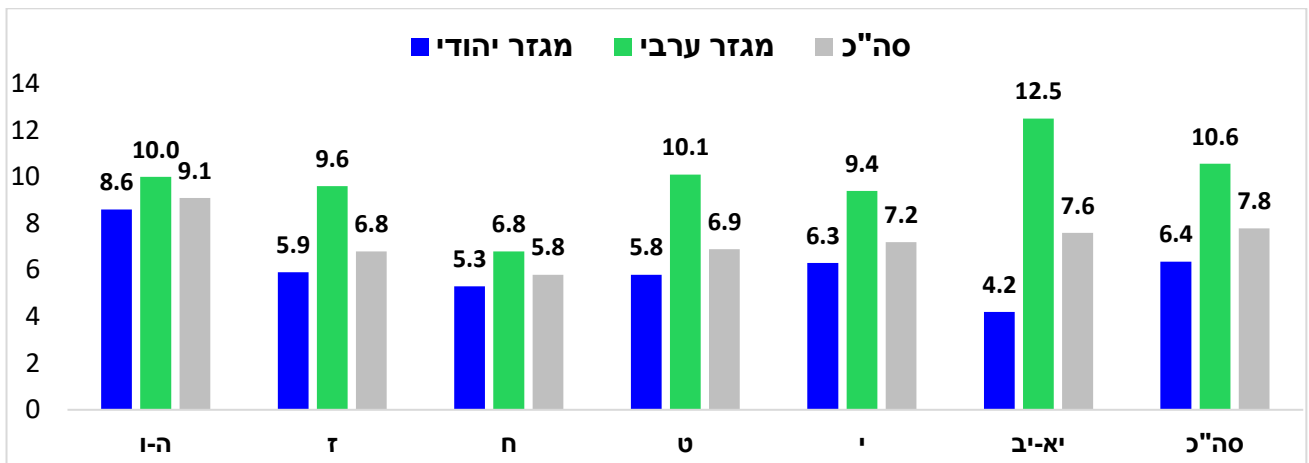
לוח 13: אחוז התלמידים שהולכים לישון רעבים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	11.5%	6.1%	8.6%	13.2%	7.0%	10.0%	12.2%	6.4%	9.1%
ז	7.3%	4.5%	5.9%	12.1%	6.7%	9.6%	8.5%	5.0%	6.8%
ח	7.2%	2.8%	5.3%	6.8%	6.8%	6.8%	7.1%	4.1%	5.8%
ט	7.6%	3.9%	5.8%	7.3%	12.5%	10.1%	7.5%	6.3%	6.9%
י	6.7%	6.0%	6.3%	10.5%	8.0%	9.4%	7.9%	6.6%	7.2%
יא-יב	4.7%	3.7%	4.2%	13.0%	12.1%	12.5%	8.0%	7.1%	7.6%
סה"כ	7.9%	4.9%	6.4%	11.9%	9.2%	10.6%	9.3%	6.3%	7.8%
סה"כ משייבים	2,950	3,147	6,097	1,778	2,967	4,745	4,728	6,114	10,842

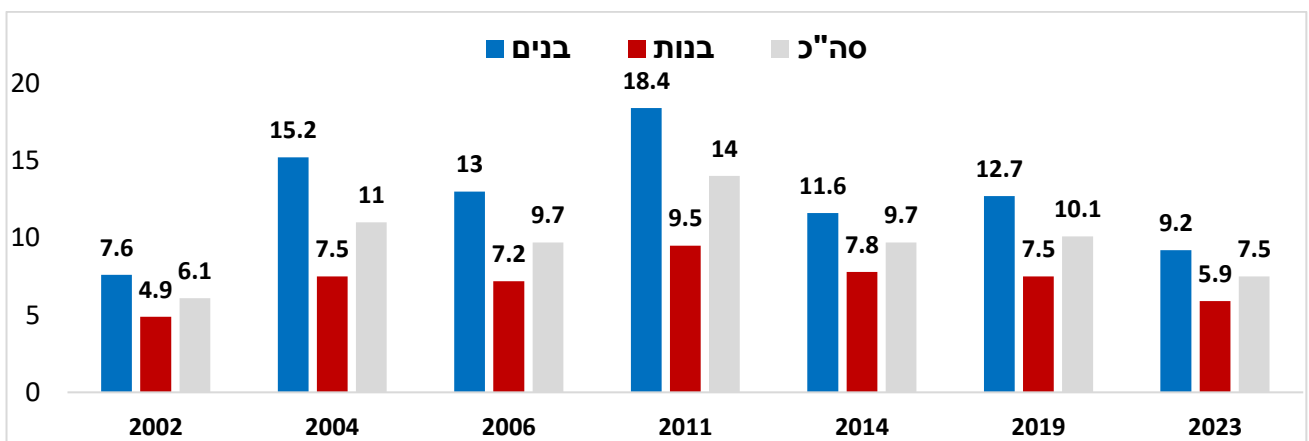
תרשים 13.1: אחוז התלמידים שהולכים לישון רעבים, לפי מגדר וכיתה:



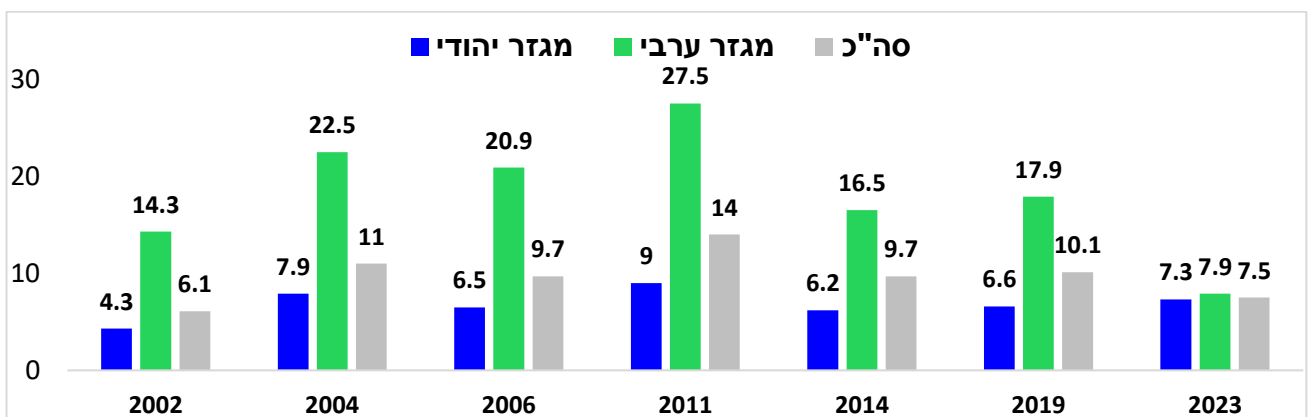
תרשים 13.2: אחוז התלמידים שהולכים לישון רעבים, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 13.1: אחוז התלמידים שהולכים לישון רעבים (לפעמים/ לעתים קרובות/ תמיד), לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו- י' בלבד):



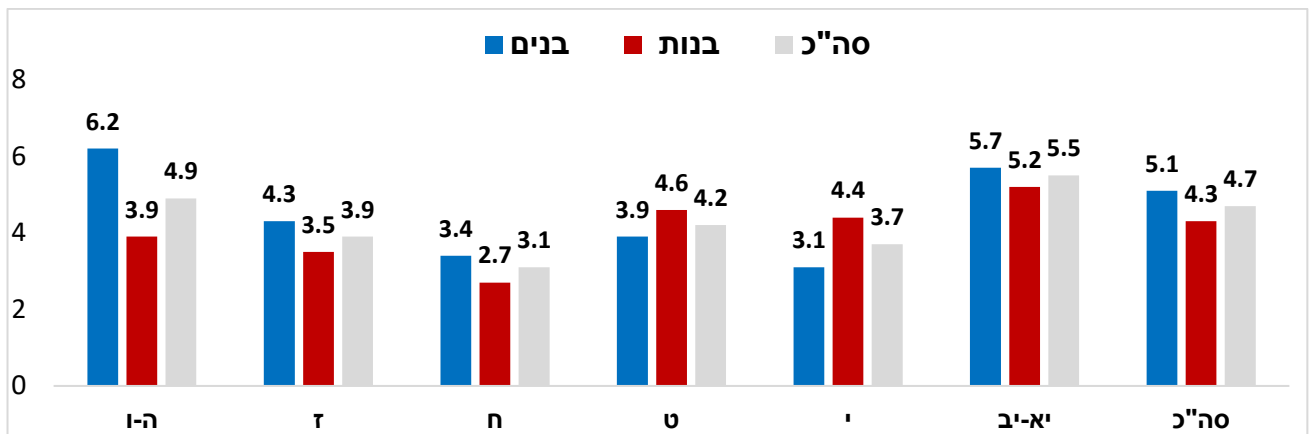
תרשים 13.2: אחוז התלמידים שהולכים לישון רעבים (לפעמים/ לעתים קרובות/ תמיד), לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו- י' בלבד):



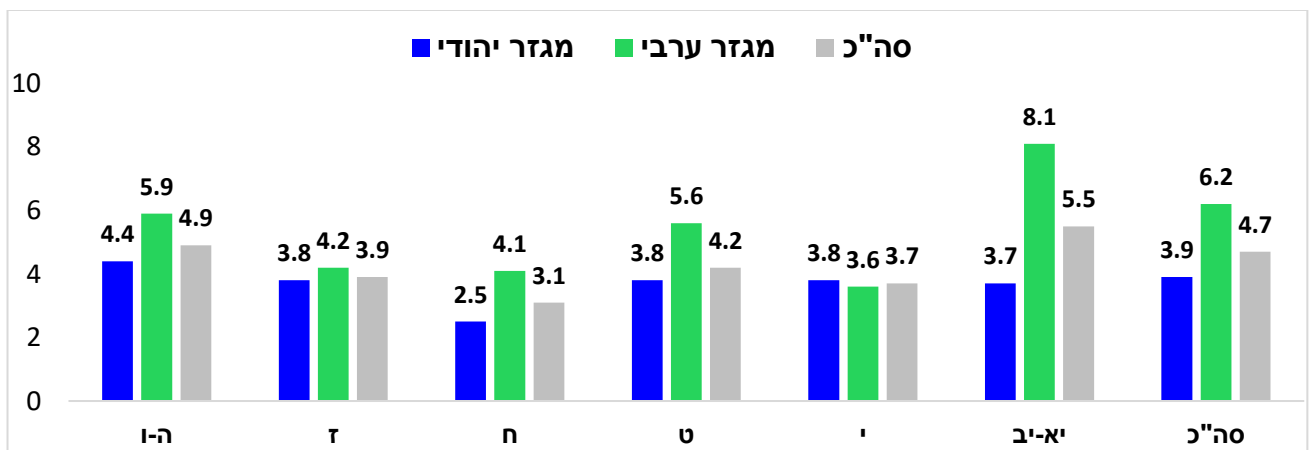
לווח 14: אחוז התלמידים שהולכים רעבים לבית הספר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.2%	3.8%	4.4%	7.8%	4.1%	5.9%	6.2%	3.9%	4.9%
ז	3.7%	3.9%	3.8%	6.1%	2.1%	4.2%	4.3%	3.5%	3.9%
ח	2.6%	2.5%	2.5%	5.0%	3.1%	4.1%	3.4%	2.7%	3.1%
ט	3.7%	3.8%	3.8%	4.5%	6.6%	5.6%	3.9%	4.6%	4.2%
י	2.8%	4.7%	3.8%	3.8%	3.4%	3.6%	3.1%	4.4%	3.7%
יא-יב	3.6%	3.7%	3.7%	8.9%	7.4%	8.1%	5.7%	5.2%	5.5%
סה"כ	4.0%	3.8%	3.9%	7.2%	5.2%	6.2%	5.1%	4.3%	4.7%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	1,778	2,967	4,745	4,728	6,114	10,842

תרשים 14.1: אחוז התלמידים שהולכים רעבים לבית הספר, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 14.2: אחוז התלמידים שהולכים רעבים לבית הספר, לפי מגדר וכיתה:





המשפחה מהווה את אחת ההשפעות המרכזיות על התפתחות הילד. הורות תומכת ומעורבת היא בעלת השפעה חיובית על בריאותו הנפשית והפיזית של הילד, ומשמשת גורם חוסן המגן מפני התנהגויות סיכון. ממצאי הסקר מצביעים על שכיחות גבוהה, יחסית, של תקשורת פתוחה עם ההורים בקרב תלמידים בכל שכבות הגיל ובשני המגזרים. כמו כן, הממצאים מעידים על שכיחות גבוהה של מעורבות הורים בחיי בית הספר, הן בחברה הערבית והן בחברה היהודית. עם הגיל, חלה ירידה בשכיחות הדיווח על השגחה הורית גבוהה בתחומים שונים. ישנם הבדלים מגזריים ומגדריים משמעותיים במדד זה, כאשר שכיחות הדיווח על השגחה הורית גבוהה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי ובקרב בנות. מעניין לראות כי מבין התחומים השונים, ההשגחה ההורית הנמוכה ביותר נוגעת לאינטרנט – רק כ- 51% מהתלמידים דיווחו כי הוריהם יודעים באילו אתרי אינטרנט הם גולשים.

מדד חשוב נוסף של הורות תומכת ומעורבת הוא מדד הפעילויות המשפחתיות. הפעילות המשפחתית הנפוצה ביותר היא אכילת ארוחות משותפות (כ- 75% מהתלמידים), כאשר שכיחות הדיווח על פעילויות משפחתיות משותפות גבוהה יותר באופן עקבי בקרב תלמידים מהמגזר הערבי בהשוואה לתלמידים מהמגזר היהודי. יחד עם זאת, ממצאי הסקר מלמדים, כי שכיחות תמיכה משפחתית גבוהה הינה נמוכה משמעותית במגזר הערבי בהשוואה למגזר היהודי. יתכן ופער זה מעיד על קשיים וחששות מפני דחייה או אי קבלה שמתבגרים החיים בחברה המאופיינת במסורתיות ובשמרנות חווים, ומצביעים על הנחיצות בנוכחות של מבוגרים משמעותיים נוספים בחייהם (כגון מורים ומדריכים).

גורם נוסף בעל השפעה מהותית על התפתחותם, בריאותם ורווחתם של ילדים ובני נוער הוא מצב סוציו-אקונומי. ממצאי הסקר מלמדים כי החל משנת 1998 חלה עליה הדרגתית בשכיחות התלמידים אשר מעריכים את המצב הכלכלי של משפחתם כטוב או טוב מאוד. עם זאת, בשנת 2023 חלה ירידה קלה במדד זה, בייחוד בקרב תלמידי המגזר הערבי. יתכן וירידה זו קשורה להשלכות הכלכליות של מגפת הקורונה בין השנים 2020-2022. פערים אלה בידי ביטוי גם במדד רמה סוציואקונומית לפי FAS ובמדדי הביטחון התזונתי. מבחינת רווחה כלכלית, ניכרים הבדלים מגזריים, כאשר אחוז גבוה יותר של התלמידים במגזר הערבי מסווג ברמה סוציואקונומית נמוכה בהשוואה למגזר היהודי (כ 31% לעומת כ- 12% בהתאמה). שכיחות הדיווח על אי ביטחון תזונתי נעה בין 6% ל- 8% כאשר שכיחות הדיווח גבוהה מעט יותר במגזר הערבי. עם זאת, ניתוח המגמות מלמד כי פער זה בין תלמידים במגזר הערבי לבין תלמידים במגזר היהודי מצטמצם במשך השנים.

- Anteghini, M., Fonseca, H., Ireland, M., & Blum, R. W. (2001). Health risk behaviors and associated risk and protective factors among Brazilian adolescents in Santos, Brazil. *Journal of Adolescent Health, 28*, 295–302.
- Becker-Blease, K. A., Turner, H. A., & Finkelhor, D. (2010). Disasters, victimization, and children's mental health. *Child Development, 81*, 1040-1052.
- Blum, R. W., Beuhring, T., Shew, M. L., Bearinger, L. H., Sieving, R. E., & Resnick, M. D. (2000). The effects of race/ ethnicity, income, and family structure on adolescent risk behaviors. *American Journal of Public Health, 90*, 1879–1884.
- Borowsky, I. W., Ireland, M., & Resnick, M. D. (2002). Violence risk and protective factors among youth held back in school. *Ambulatory Pediatrician, 2*, 475–484.
- Boyce, W., & Dallago, L. (2004). Socioeconomic inequalities. in: C. Currie, C. Roberts, A. Morgan, R. Smith, W. Settertobulte, O. Samdal and V.B. Rasmussen (eds.), *Young People's Health in Context. Health Behaviour in Schoolaged Children (HBSC) Study: International Report from the 2001/2002 Survey. Health Policy for Children and Adolescents, No. 4* (World Health Organization).
- Carver, H., Elliott, L., Kennedy, C., & Hanley, J. (2017). Parent-child connectedness and communication in relation to alcohol, tobacco and drug use in adolescence: An integrative review of the literature. *Drugs: Education, Prevention and Policy, 24*(2), 119-133.
- Cosma A, Stevens G, Martin G, Duinhof EL, Walsh SD, García-Moya I, Költo A, Gobina I, Canale N, Catunda C, Inchley J, & de Looze M (2020) Cross-national time trends in adolescent mental well-being from 2002 to 2018 and the explanatory role of schoolwork pressure. *Journal of Adolescent Health 66*: S50-S58.
- Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B., & Torsheim, T. (2008). Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science and Medicine, 66*, 1429-1436.

- Erbaydar, T., Lawrence, S., Dagli, E., Hayran, O., & Collishaw, N. E. (2005). Influence of social environment in smoking among adolescents in Turkey. *European Journal of Public Health, 15*, 404–410.
- Fire G., Barak S., Hail S., Carmi T., Ben-Meir L., Giladi A., Harel-Fisch Y.& Tesler R., 2023, After School: Volunteering in Community Emergency Services and Substance Use Among Israeli Adolescents. *Psychology in the Schools*, p.1-13. <http://doi.org/10.1002/pits.22878>
- Garthe, R. C., Sullivan, T., & Kliewer, W. (2015). Longitudinal relations between adolescent and parental behaviors, parental knowledge, and internalizing behaviors among urban adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 44*(4), 819-832.
- Harel-Fisch, Y., Radwan, Q., Walsh, S. D., Laufer, A., Amitai, G., Fogel-Grinvald, H. (2010). Psychosocial outcomes related to subjective threat from armed conflict events (STACE): findings from the Israelie-Palestinian cross-cultural HBSC study. *Child Abuse & Neglect, 34*, 623e638.
- Hartley, J. E. K., Levin, K., & Currie, C. (2016). A new version of the HBSC Family Affluence Scale-FAS III: Scottish qualitative findings from the international FAS development study. *Child Indicators Research, 9*(1), 233-245.
- Irwin, L. G., Siddiqi, A., & Hertzman, C. (2007). *Early child development: a powerful equalizer* (final report). Geneva: World Health Organization.
- Margaret, K., Håkan, S., & Metin, O. (2012). Perceived parenting style and adolescent adjustment: Revisiting directions of effects and the role of parental knowledge. *Developmental Psychology, 48*, 1540-1553.
- Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2012). Child Development in the Context of Disaster, War, and Terrorism: Pathways of Risk and Resilience. *Annual Review of Psychology, 63*, 227–257.
- Milevsky, A., Schlechter, M., Netter, S., & Keehn, D. (2007). Maternal and Paternal Parenting Styles in Adolescents: Associations with Self-Esteem, Depression and Life-Satisfaction. *Journal of Child and Family Studies, 16*, 39-47.

- Ryan, S. M., Jorm, A. F., & Lubman, D. I. (2010). Parenting factors associated with reduced adolescent alcohol use: a systematic review of longitudinal studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 44*(9), 774-783.
- Sandler, I., Schoenfelder, E., Wolchik, S., & MacKinnon, D. (2011). Long-term Impact of Prevention Programs to Promote Effective Parenting: Lasting Effects but Uncertain Processes. *Annual Review of Psychology, 62*, 299–329.
- Shapiro, O., Gannot, R. N., Green, G., Zigdon, A., Zwillling, M., Giladi, A., Ben-Meir, L., Adilson, M., Barak, S., Harel-Fisch, Y., & Tesler, R. (2022a). Risk Behaviors, Family Support, and Emotional Health among Adolescents during the COVID-19 Pandemic in Israel. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(7), 3850.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph19073850>
- Shapiro, O., Tesler, R., Barak, S., Ben-Meir, L., Giladi, A., Nissanholtz-Gannot, R., Green, G., Zwillling, M., Zigdon, A., & Harel-Fisch, Y. (2022b). A Biopsychosocial Approach to Examining Alcohol Consumption among Youth during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability, 14*(22), 15035. <https://doi.org/10.3390/su142215035>
- Smokowski, P. R., Rose, R. A., & Bacallao, M. (2010). Influence of risk factors and cultural assets on Latino adolescents' trajectories of self-esteem and internalizing symptoms. *Child Psychiatry & Human Development, 41*, 133-155.
- Vazsonyi, A. T., & Belliston, L. M. (2006). The Cultural and Developmental Significance of Parenting Processes in Adolescent Anxiety and Depression Symptoms. *Journal of Youth and Adolescence, 35*, 15.
- Viner, R. M., Ozer, E. M., Denny, S., Marmot, M., Resnick, M., Fatusi, A., & Currie, C. (2012). Adolescence and the social determinants of health. *The Lancet, 379*, 1641-1652.
- Walsh, S. D., Djalovski, A., Boniel-Nissim, M., & Harel-Fisch, Y. (2014). Parental, peer and school experiences as predictors of alcohol drinking among first and second generation immigrant adolescents in Israel. *Drug and Alcohol Dependence, 138*, 39-47.
- Walsh, S. D., Harel-Fisch, Y., & Fogel-Grinvald, H. (2010). Parents, teachers and peer relations as predictors of risk behaviors and mental well-being among immigrant and Israeli born adolescents. *Social Science & Medicine, 70*, 976-98.

Walsh, S. D., Kolobov, T., & Harel-Fisch, Y. (2018). Social Capital as a Moderator of the Relationship Between Perceived Discrimination and Alcohol and Cannabis Use Among Immigrant and Non-immigrant Adolescents in Israel. *Frontiers in Psychology, 9*.

## בית הספר

### מבוא

בני נוער מבליים את מרבית שעות הערות שלהם במסגרות חיצוניות ולא בבית (Denny et al., 2010). בית הספר מהווה מקום מרכזי המקדם התפתחות תקינה כמעט בכל מקום בעולם וממלא תפקיד ניכר בחייהם של בני נוער (Allen et al., 2022; Lampropoulou, 2018). בתי הספר ממלאים תפקיד מהותי לא רק במובנים של חינוך פורמלי (קריאה, כתיבה וחשבון), אלא גם בהתפתחות האישיות ובעיצוב אמות המידה, מיומנויות חברתיות ורגשיות וכן בקידום תחושת רווחה (Cosma et al., 2020; Eccles & Rosener, 2011).

תחושת המחברות לבית הספר (school connectedness) כוללת בתוכה רגשות חיוביים כלפי בית הספר ואת קיומן של מערכות יחסים חיוביות עם מורים ועם תלמידים אחרים. תחושת מחוברות לבית הספר נמצאה קשורה לבריאות נפשית ובתחושת רווחה במהלך גיל ההתבגרות (Eccles & Rosener, 2011; Löfstedt et al., 2020; Marraccini & Brier, 2017). תלמידים המדווחים על תחושת מחוברות גבוהה אל בית הספר מציגים פחות מצוקה פיזית או נפשית ונוטים לעסוק פחות בפעילות עבריינית או אלימה, לשותת אלכוהול או להשתמש בסמים (García-Moya et al., 2020; Waters et al., 2010). ביחס לתלמידים המדווחים על תחושת מחוברות נמוכה לבית הספר. כמו כן, תלמידים המדווחים על תחושת מחוברות גבוהה לבית הספר הם בעלי תפקוד אקדמי גבוה יותר ובעלי סיכוי גבוה יותר לסיים תיכון (Monahan et al., 2010). תחושת מחוברות גבוהה לבית ספר נמצאה אף קשורה לדיווח נמוך יותר על מחשבות אובדניות בקרב בני נוער (Marraccini & Brier, 2017).

לעומת זאת, תפיסות שליליות של בית הספר וחוויות שליליות במסגרתו עלולות להוות גורם סיכון המשפיע על בריאותם הגופנית והנפשית של התלמידים. מחקרים מראים כי תלמידים בעלי חיבור חלש אל בית הספר יהיו בעלי סיכון מוגבר לשימוש בחומרים ממכרים, לדחייה חברתית ולהשתייכות לכנופיות (Monahan et al., 2010).

אקלים בית ספרי חיובי מתואר בספרות ככזה הכולל מעורבות הורית בבית הספר, תמיכה וחוסר שיפוטיות מצד מורים ויחסים חיוביים עם קבוצת השווים. נמצא שאקלים בית ספרי חיובי הוא מנבא משמעותי לתוצאות בריאותיות, נפשיות והתנהגותיות חיוביות (Franco et al., 2022; Walsh et al., 2010). החוויות שתלמידים חווים בבית הספר משפיעות על התפתחות הדימוי העצמי והצורה שהם תופסים את עצמם (Bradshaw & Keung, 2011). החוויה היום יומית בבית הספר זוהתה כאחד מארבעת מחוללי הרווחה הנפשית והחברתית של בני נוער (well-being), המשפיעה גם על הימנעות ממעורבות בהתנהגויות סיכון (הראל-פיש, 2009/2014).

מחקרים מראים כי בבתי ספר שבהם תלמידים דיווחו על אווירה חיובית, השכיחות של בעיות הקשורות בשתיית אלכוהול ואלימות הייתה נמוכה (Fagan et al., 2022; Waters et al., 2010). כמו כן, בבתי ספר שבהם המורים דיווחו על שירותי בריאות ורווחה טובים לתלמידים היו פחות תלמידים שעסקו בהתנהגויות מיניות מסוכנות ופחות דיווחים על סימפטומים דיכאוניים (Denny et al., 2010). גם לפעילות גופנית ולהתנהגות יושבנית יש קשר לסביבה הבית-ספרית בקרב בני נוער (Fagan et al., 2022; Morton et al., 2016).

## מדדי בית ספר

התלמידים נשאלו לגבי מגוון תפיסות ועמדות שלהם כלפי בית הספר. מתוך שאלות אלו נבנו מדדים דיכוטומיים המקובצים תחת שלוש קטגוריות המייצגות שלושה תחומים מרכזיים: האחד, תפיסות כלליות של התלמידים את בית הספר, כגון הרגשה כללית ותחושת שייכות; השני, תפיסות ממוקדות יותר, כגון יחס המורים לתלמידים וקשרים חברתיים; והשלישי, מדדים הקשורים לתפקוד לימודי, הגעה סדירה ולנשירה סמויה מבית הספר.

### 1. מדדים בנוגע להרגשה הכללית של התלמידים כלפי בית הספר ובכללם:

- א. תחושת אהבה לבית הספר
- ב. תחושת שייכות לבית הספר
- ג. תחושת ביטחון בבית הספר
- ד. תחושת שעמום בבית הספר

### 2. מדדים בנוגע לתפיסות הספציפיות של התלמידים את בית הספר :

- א. יחסים מורים/ יועצת-תלמידים
- ב. יחסים בין תלמידים בבית הספר

### 3. מדדים בנוגע לתפקוד לימודי:

- א. תחושת לחץ מהלימודים בבית הספר
- ב. הישגים אקדמיים - תפיסת הערכת המורה את הביצועים האקדמיים ומספר נכשלים בתעודה האחרונה
- ג. נסיגה מבית ספר – "הברזות" משיעורים והיעדרויות מימי לימודים

**אהבת בית הספר:**

התלמידים נשאלו מה הם מרגישים כלפי בית הספר שלהם כיום. הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שציינו כי הם חשים תחושה חיובית כלפי בית הספר (אוהבים או אוהבים מאוד), אחוז התלמידים שאוהבים מאוד את בית הספר, וכן אחוז התלמידים שציינו כי הם כלל אינם אוהבים את בית הספר.

מלוח 1 עולה כי אחוז גבוה של תלמידים (כ- 67%) מדווחים כי הם אוהבים או אוהבים מאוד את בית הספר. בקרב המגזר היהודי ישנם אחוז גבוה יותר של תלמידים בעלי תחושות חיוביות כלפי בי"ס (68%) לעומת המגזר הערבי (כ- 65%). כ- 26% תלמידים אוהבים מאוד בית הספר. עיון בלוח 2 מעלה כי יותר תלמידים ערבים מדווחים שהם אוהבים מאוד את בי"ס לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 30% לעומת כ- 24%). נתון זה גבוה יותר בקרב בנות במגזר הערבי (31%). עוד עולה מתרשימים 2.1 ו- 2.3 כי עם העלייה בשכבות הגיל ישנה ירידה באחוז התלמידים שמדווחים כי הם אוהבים מאוד את בית הספר (כ- 33% בכיתות ה-ו לעומת כ- 20% בכיתות ט), כאשר בכיתות התיכון חל שינוי במגמה, בייחוד בקרב הבנים. מתרשימים 2.3 ו- 2.4 ניכר כי בשנת 2023 חלה ירידה משמעותית באחוז התלמידים המדווחים כי הם אוהבים מאוד את בי"ס לעומת שנים 2011-2019, הן במגזר היהודי והן במגזר הערבי. תרשים 2.5 מלמד שישראל מדורגת במדד זה במקום 15 כפי שדורגה בשנת 2019 על אף הירידה באחוז התלמידים המדווחים שהם אוהבים מאוד את בית הספר, נתון המצביע על כך כי זו מגמה בינלאומית.

לוח 1: אחוז התלמידים שחשים תחושה חיובית (אוהבים מאוד או אוהבים) את בית הספר לפי מגזר, מגזר וכיתה:

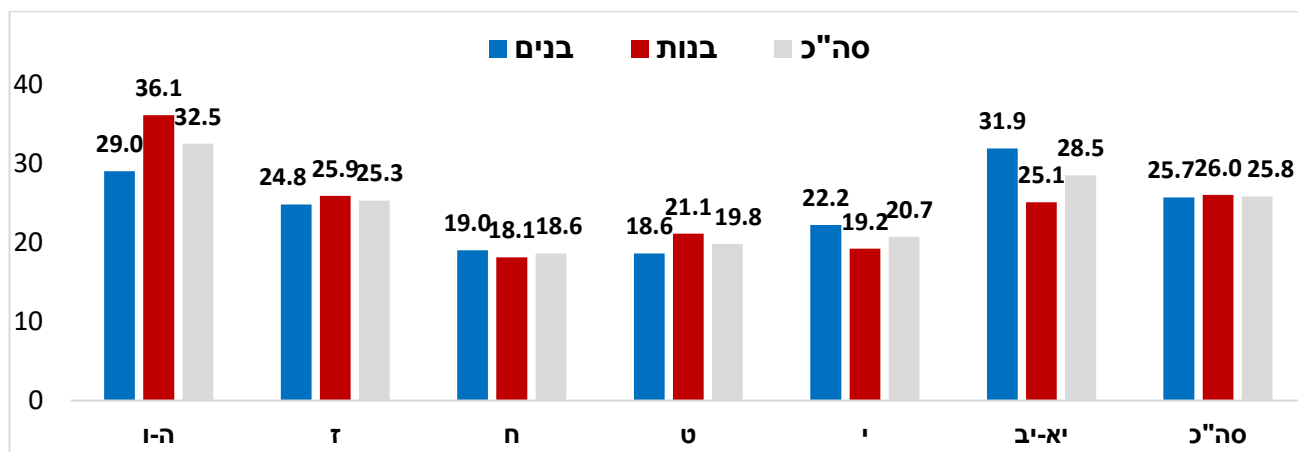
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	64.5%	77.1%	70.8%	66.5%	74.9%	70.7%	65.1%	76.4%	70.8%
ז	72.4%	67.4%	69.9%	71.8%	72.5%	72.1%	72.3%	68.8%	70.5%
ח	63.9%	56.3%	60.1%	62.7%	68.1%	65.4%	63.5%	59.7%	61.6%
ט	65.9%	62.3%	64.1%	64.0%	70.6%	67.3%	65.4%	64.7%	65.0%
י	71.5%	62.2%	66.9%	64.2%	57.1%	60.7%	69.4%	60.8%	65.1%
יא-יב	74.8%	67.1%	70.9%	58.7%	50.9%	54.8%	70.1%	62.4%	66.2%
סה"כ	68.8%	67.2%	68.0%	64.3%	65.5%	64.9%	67.5%	66.7%	67.1%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818



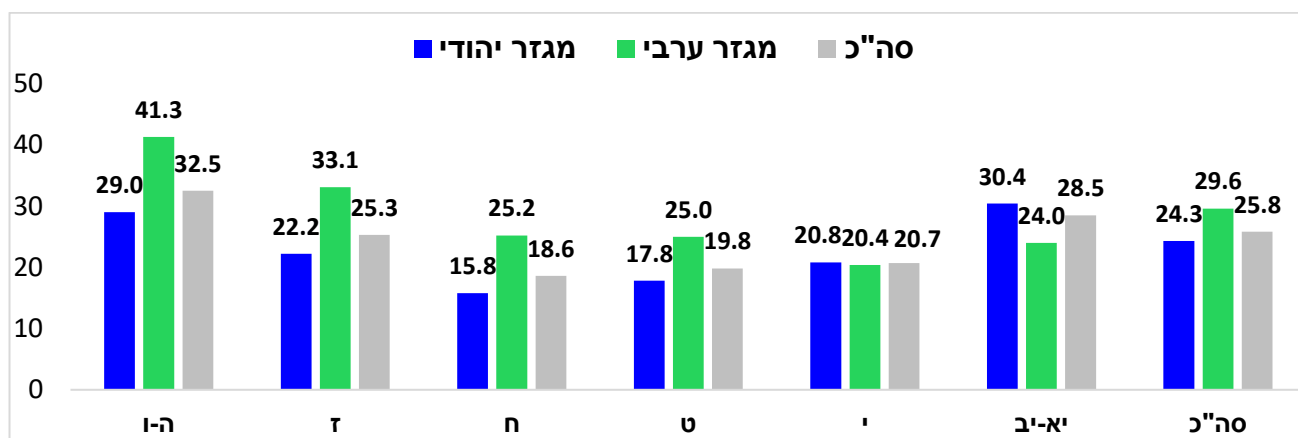
לוח 2: אחוז התלמידים שמאוד אוהבים את בית ספרם לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	25.6%	32.3%	29.0%	37.3%	45.2%	41.3%	29.0%	36.1%	32.5%
ז	23.1%	21.4%	22.2%	29.2%	37.0%	33.1%	24.8%	25.9%	25.3%
ח	17.6%	14.0%	15.8%	22.3%	28.2%	25.2%	19.0%	18.1%	18.6%
ט	18.0%	17.5%	17.8%	20.0%	29.9%	25.0%	18.6%	21.1%	19.8%
י	22.3%	19.4%	20.8%	21.8%	18.9%	20.4%	22.2%	19.2%	20.7%
יא-יב	33.3%	27.4%	30.4%	28.3%	19.6%	24.0%	31.9%	25.1%	28.5%
סה"כ	24.7%	24.0%	24.3%	28.2%	30.9%	29.6%	25.7%	26.0%	25.8%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

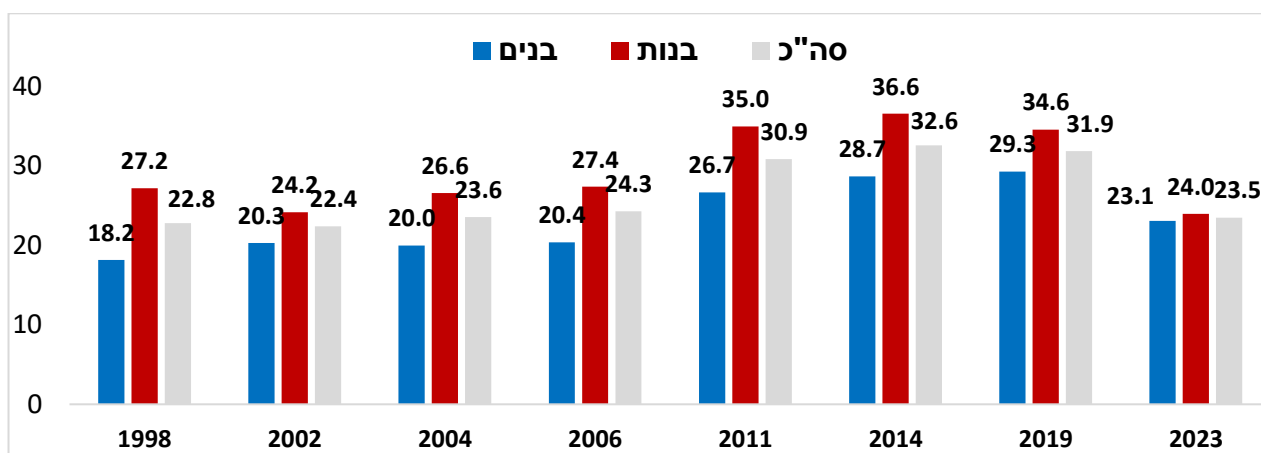
תרשים 2.1: אחוז התלמידים שמאוד אוהבים את בית ספרם לפי מגזר וכיתה:



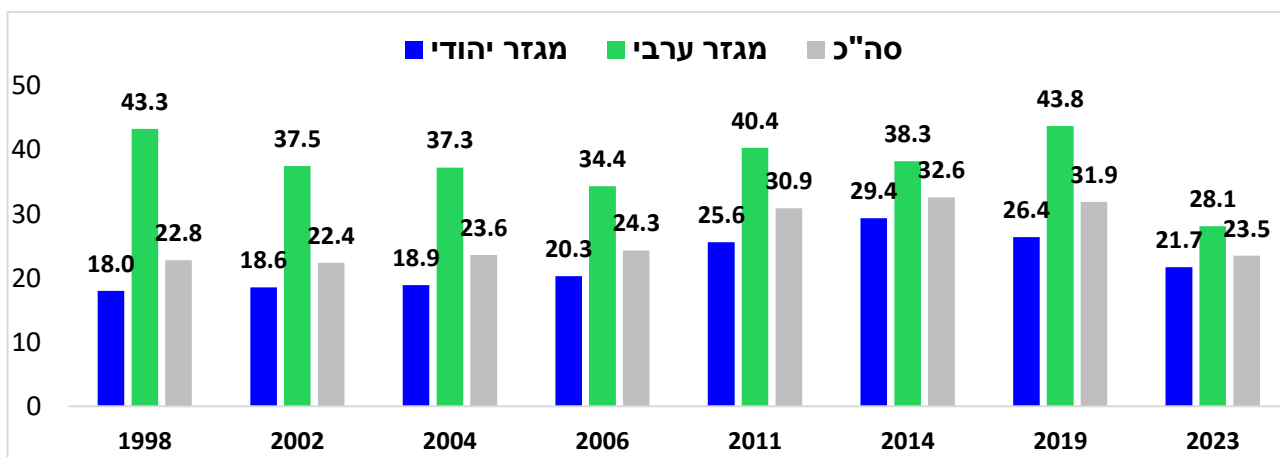
תרשים 2.2: אחוז התלמידים שמאוד אוהבים את בית ספרם לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.3: אחוז התלמידים שמאוד אוהבים את בית ספרם לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



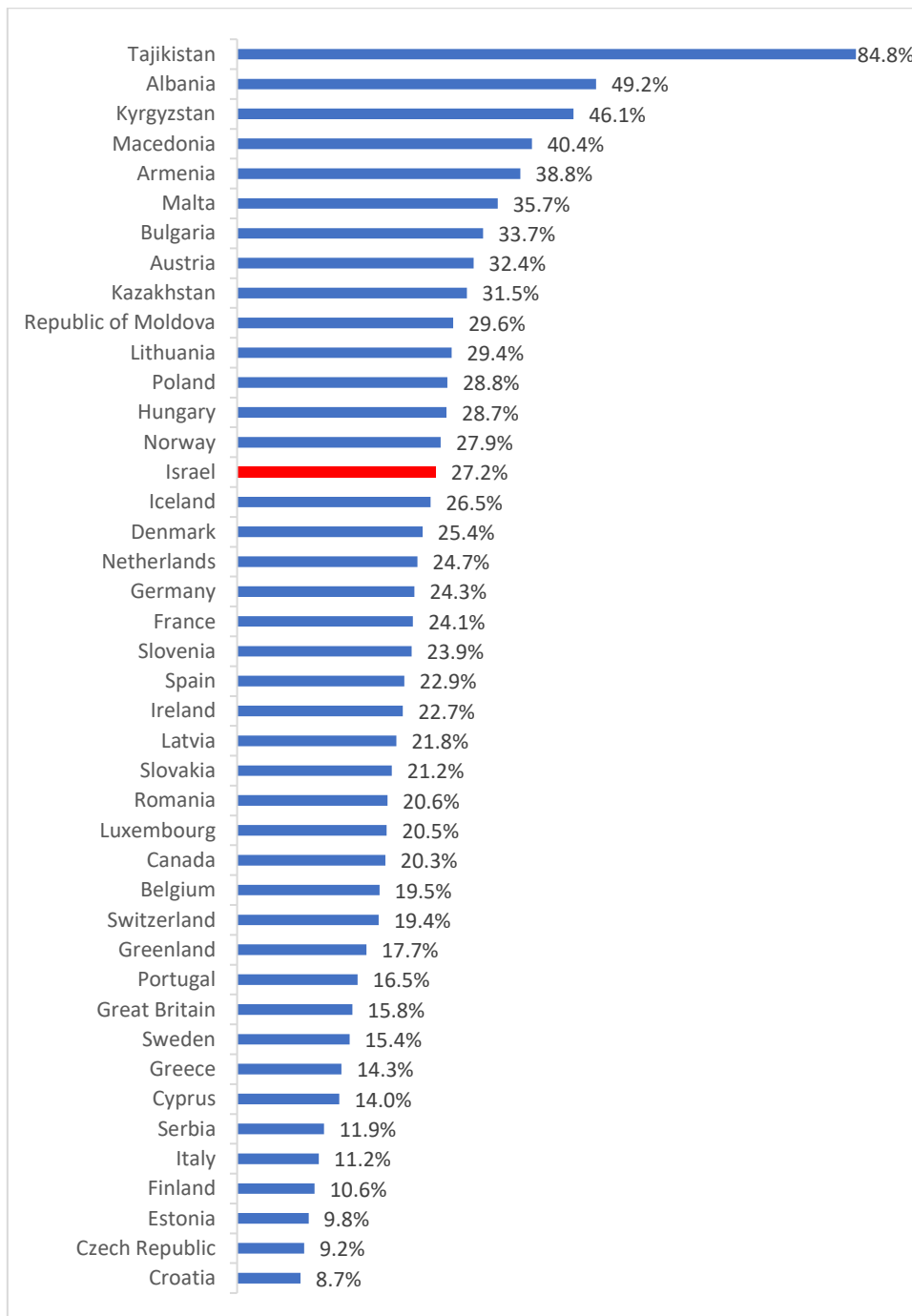
תרשים 2.4: אחוז התלמידים שמאוד אוהבים את בית ספרם לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 2.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר ביחס לאהבתם את בית הספר. הממצאים מראים שהתלמידים הישראלים בכיתות ו', ח' ו-י' מדורגים במקום ה-15 כאשר 27.2% מהתלמידים מדווחים כי הם מאוד אוהבים את בית ספרם. יש לציין כי בסקר הקודם (שנת 2019) ישראל דורגה גם כן במקום ה-15, עם זאת, אחוז התלמידים שדיווחו אז כי הם מאוד אוהבים את בית ספרם היה 31.8%.

תרשים 2.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שמאוד אוהבים את בית הספר, לפי מדינה:



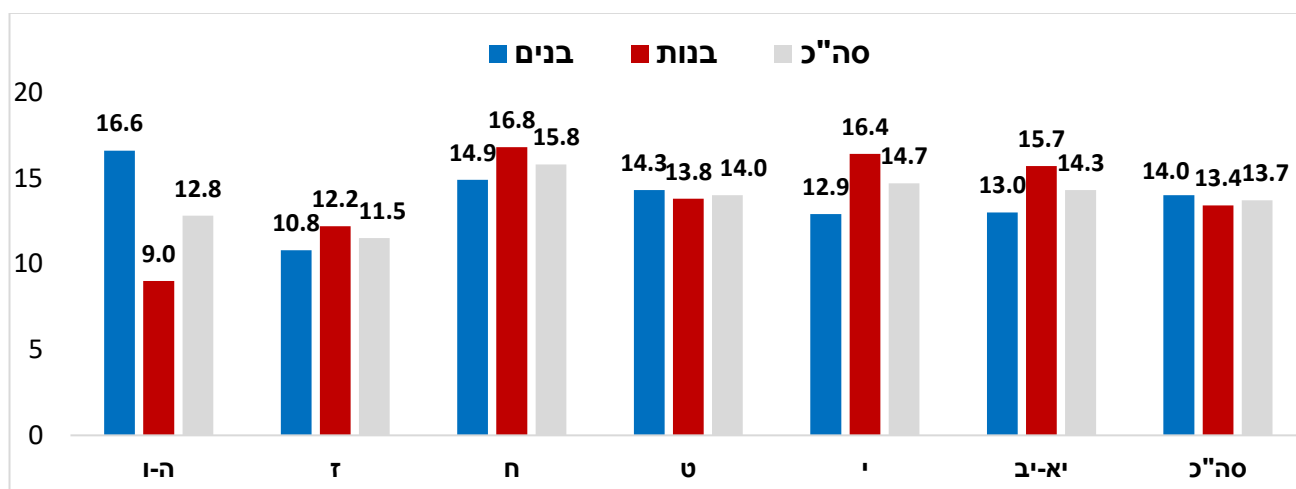
לוּחַ 3 מצביע על כך שכ-14% תלמידים כלל אינם אוהבים את בית הספר. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-17%) לעומת המגזר היהודי (כ-13%). ניכר כי ישנה מגמה הפוכה בין בנים לבנות במדד זה עם העלייה בשכבות הגיל: בקרב בנות ישנה עליה באחוזי הדיווח על אי אהבת בית ספר עם העלייה בשכבת הגיל (מ-9% בכיתות ה-ו לכ-16% בכיתות התיכון), בייחוד בקרב בנות במגזר הערבי (מ-8% בכיתות ה-ו לכ-26% בכיתות יא-יב). לעומת זאת, בקרב בנים במגזר היהודי נרשמת ירידה באחוז המדווחים על אי אהבת בית ספר (מכ-17% בכיתות ה-ו לכ-10% בכיתות יא-יב). עיון

בתרשימים 3.3 ו- 3.4 מלמד גם כי במקביל לירידה המדווחת באחוז התלמידים שאוהבים מאוד את בית הספר ישנה עליה באחוז התלמידים שאינם אוהבים כלל את בית הספר לעומת שנים 2011-2019.

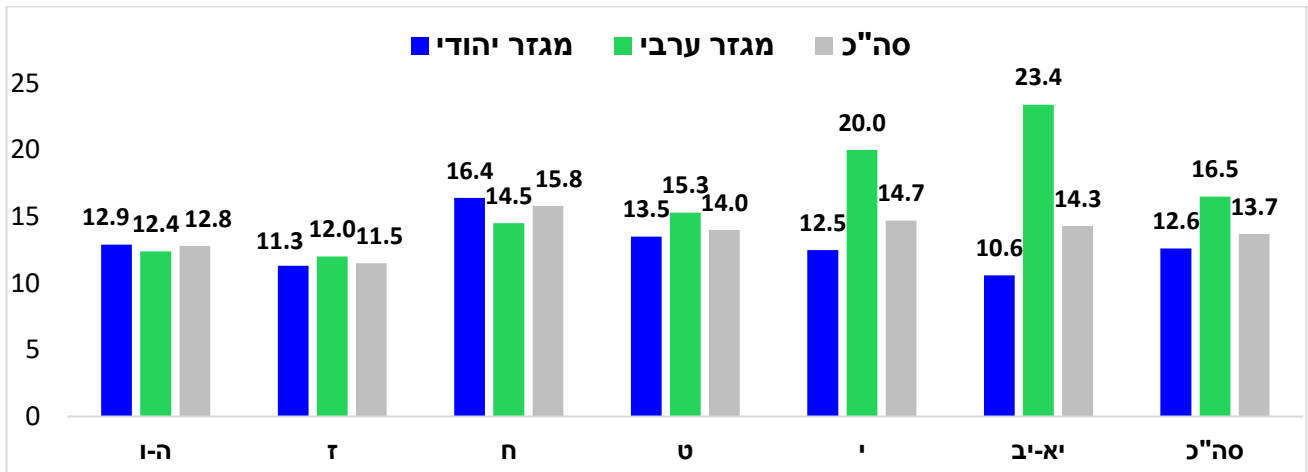
לוח 3: אחוז התלמידים שכלל לא אוהבים את בית הספר לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	16.5%	9.4%	12.9%	16.7%	8.0%	12.4%	16.6%	9.0%	12.8%
ז	10.3%	12.3%	11.3%	12.2%	11.9%	12.0%	10.8%	12.2%	11.5%
ח	13.9%	18.9%	16.4%	17.3%	11.6%	14.5%	14.9%	16.8%	15.8%
ט	12.6%	14.4%	13.5%	18.3%	12.4%	15.3%	14.3%	13.8%	14.0%
י	11.0%	14.1%	12.5%	17.9%	22.2%	20.0%	12.9%	16.4%	14.7%
יא-יב	9.7%	11.4%	10.6%	20.9%	25.9%	23.4%	13.0%	15.7%	14.3%
סה"כ	12.6%	12.7%	12.6%	17.5%	15.4%	16.5%	14.0%	13.4%	13.7%
סה"כ משיבים	6944	7331	14275	3299	5244	8543	10243	12575	22818

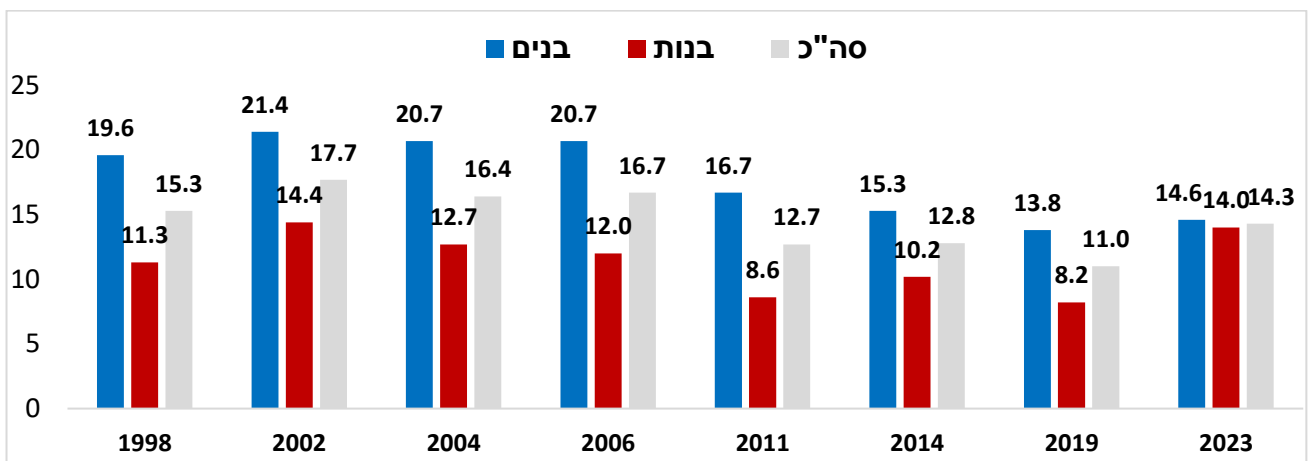
תרשים 3.1: אחוז התלמידים שכלל לא אוהבים את בית הספר, לפי מגדר וכיתה:



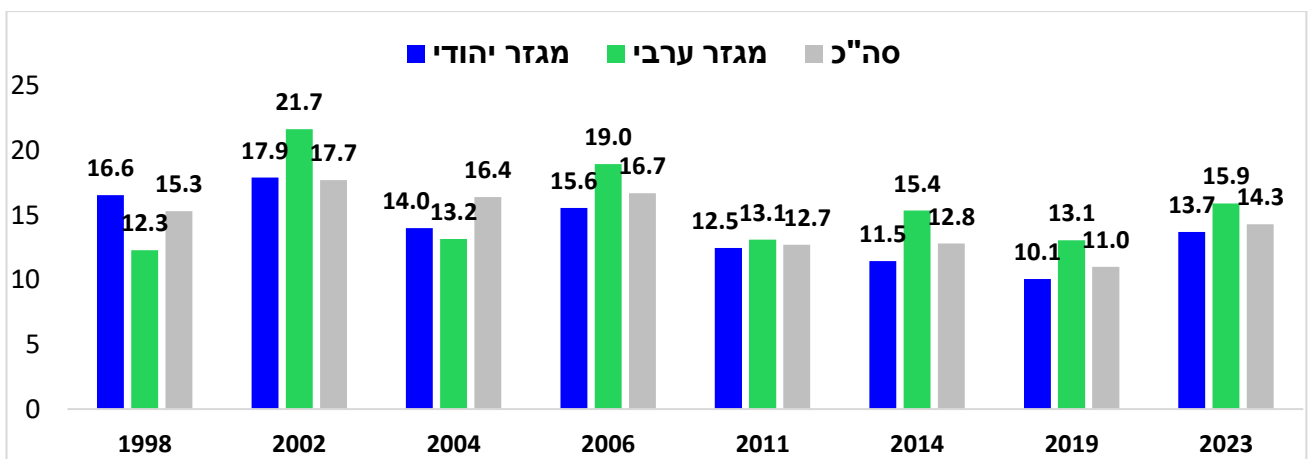
תרשים 3.2: אחוז התלמידים שכלל לא אוהבים את בית ספרם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 3.3: אחוז התלמידים שכלל לא אוהבים את בית ספרם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):

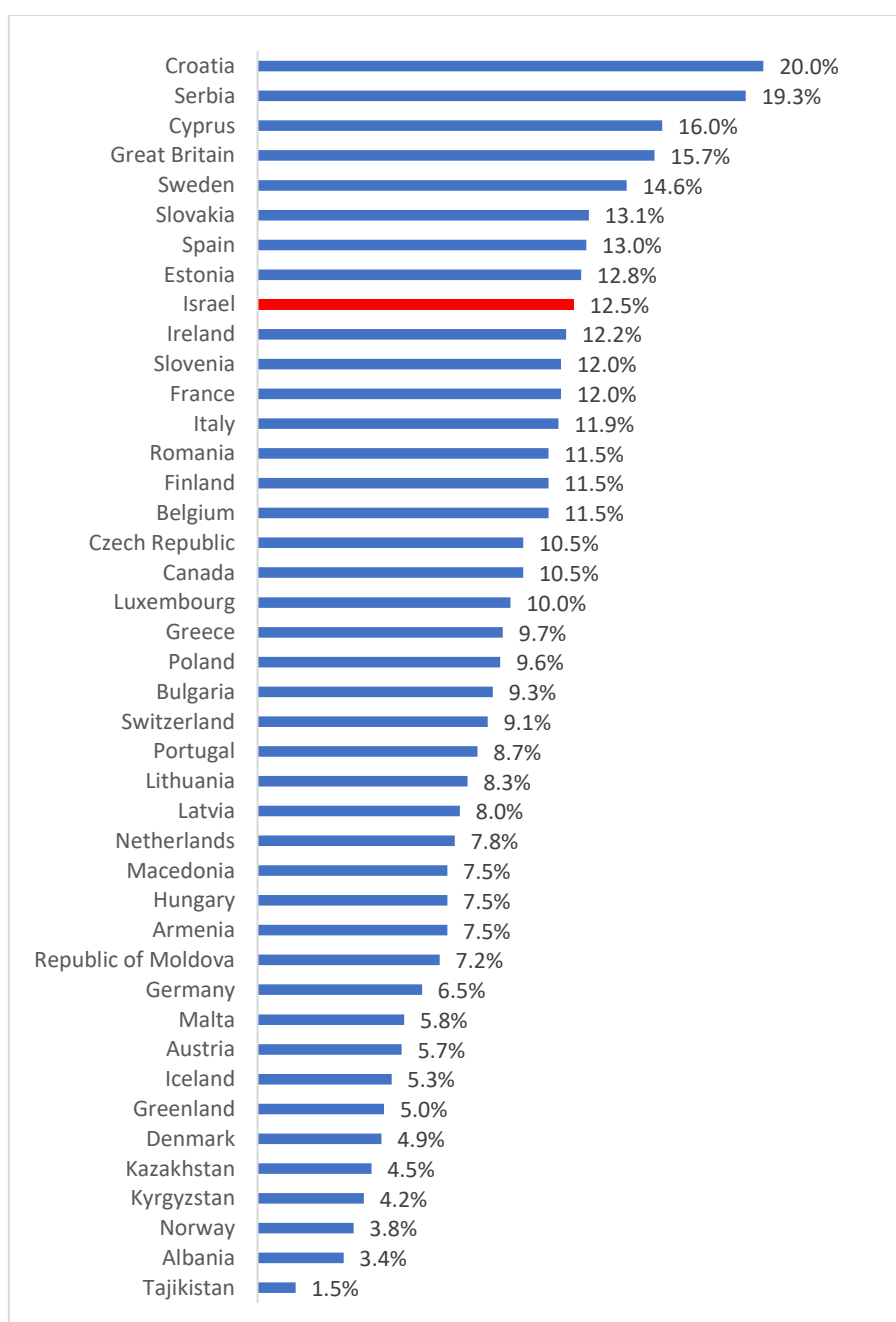


תרשים 3.4: אחוז התלמידים שכלל לא אוהבים את בית ספרם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 3.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר ביחס למידת אהבתם את בית הספר. הממצאים מראים שהתלמידים הישראלים בכיתות ו', ח' ו- י' מדורגים במקום ה-9 עם כ-13% תלמידים המדווחים כי הם כלל אינם אוהבים את בית ספרם. יש לציין כי בסקר הקודם (שנת 2019) ישראל דורגה במקום ה-12, כאשר 11% מהתלמידים דיווחו כי הם כלל לא אוהבים את בית ספרם.

תרשים 3.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שכלל לא אוהבים את בית ספרם, לפי מדינה:



**תחושת שייכות לבית הספר:**

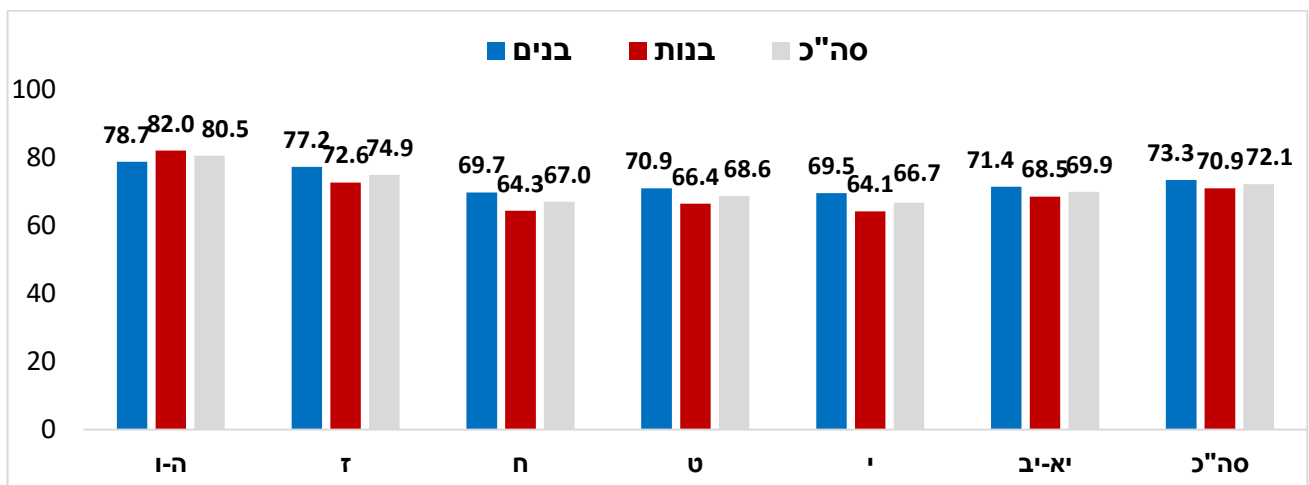
התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם ההיגד כי הם מרגישים שייכים לבית הספר. סולם המענה כלל 5 תשובות ונע מ 1 (כלל לא מסכים) ל- 5 (מסכים מאוד). **הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שציינו כי הם מסכימים או מסכימים מאוד עם ההיגד כי הם מרגישים שייכים לבית הספר.**

עיון בלוח 4 ובתרשימים 4.1-4.2 מעלה כי כ- 70% מהתלמידים מרגישים שייכים לבית הספר. עם העלייה בשכבות הגיל חלה ירידה בתחושת השייכות (מכ- 81% בכיתות ה-לכ - 68% בכיתות י). כמו כן, בנים חשים יותר שייכות לעומת בנות (כ- 73% לעומת כ- 71%) ותלמידים במגזר הערבי חשים יותר שייכות לעומת תלמידים במגזר היהודי (75% לעומת כ- 71%). כמו כן, תרשימים 4.3-4.4 מלמדים כי חלה ירידה קלה בתחושת השייכות לבית הספר בשנת 2023 (כ- 71%) לעומת 2019 (כ- 75%). ממת ירידה זו בולטת בעיקר בקרב הבנות (מכ- 76% בשנת 2019 לכ- 70% בשנת 2023).

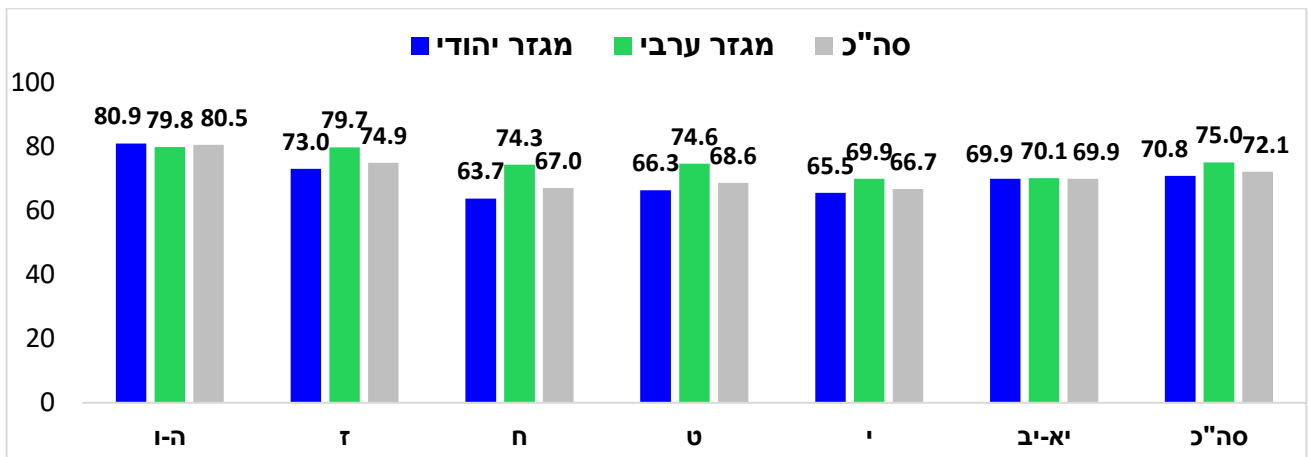
לוח 4: אחוז התלמידים שמרגישים שייכים לבית הספר, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	79.3%	82.2%	80.9%	77.7%	81.8%	79.8%	78.7%	82.0%	80.5%
ז	76.8%	69.3%	73.0%	78.4%	80.9%	79.7%	77.2%	72.6%	74.9%
ח	69.6%	57.7%	63.7%	70.1%	78.5%	74.3%	69.7%	64.3%	67.0%
ט	70.0%	62.5%	66.3%	73.1%	76.1%	74.6%	70.9%	66.4%	68.6%
י	68.4%	62.8%	65.5%	72.9%	67.4%	69.9%	69.5%	64.1%	66.7%
יא-יב	71.5%	68.3%	69.9%	71.0%	69.2%	70.1%	71.4%	68.5%	69.9%
סה"כ	73.0%	68.7%	70.8%	74.1%	75.9%	75.0%	73.3%	70.9%	72.1%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

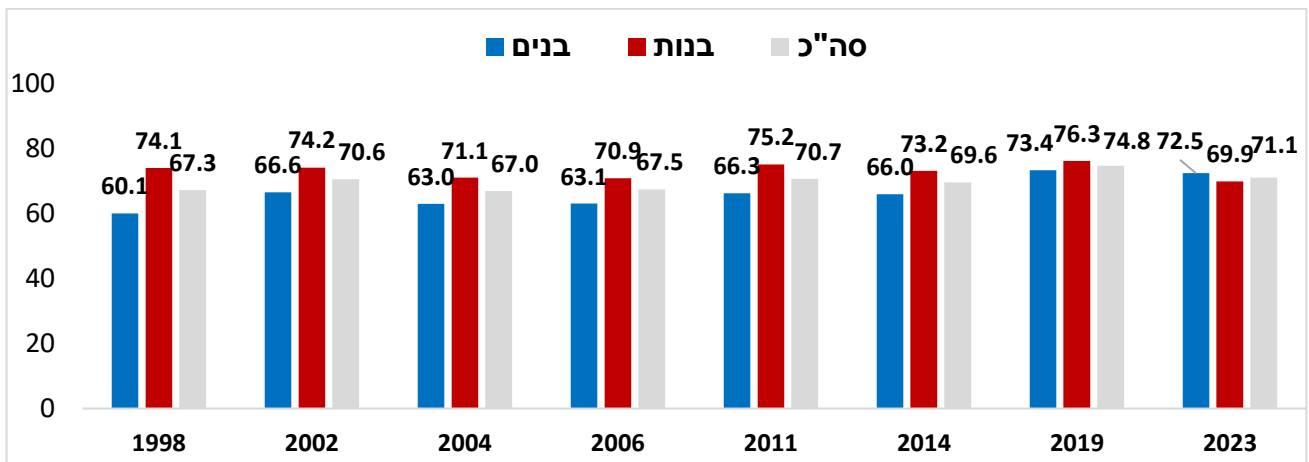
תרשים 4.1: אחוז התלמידים אשר מרגישים שייכים לבית הספר, לפי מגזר וכיתה:



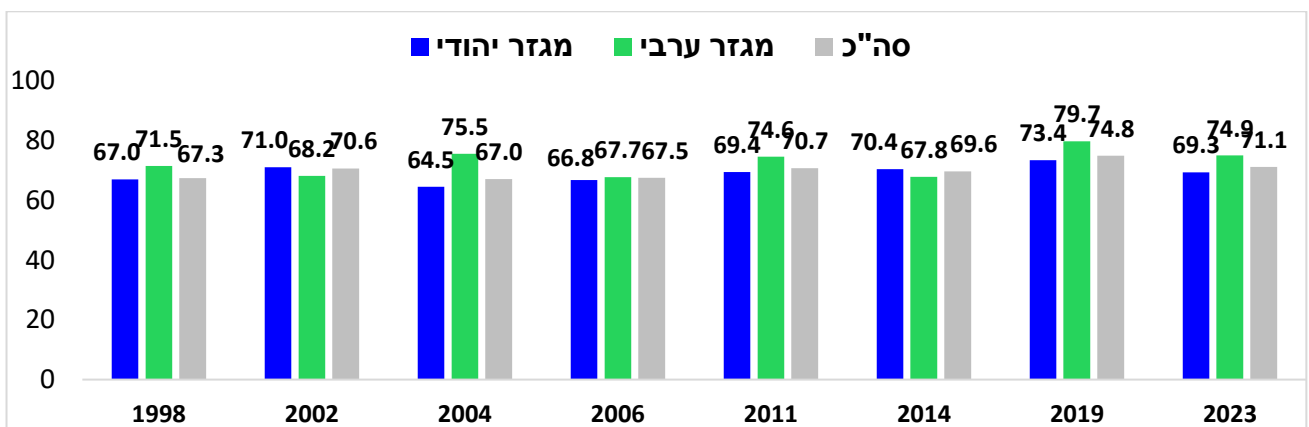
תרשים 4.2: אחוז התלמידים אשר מרגישים שייכים לבית ספרם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 4.3: אחוז התלמידים אשר מרגישים שייכים לבית ספרם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 4.4: אחוז התלמידים אשר מרגישים שייכים לבית ספרם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):





### תחושת בטחון בבית הספר

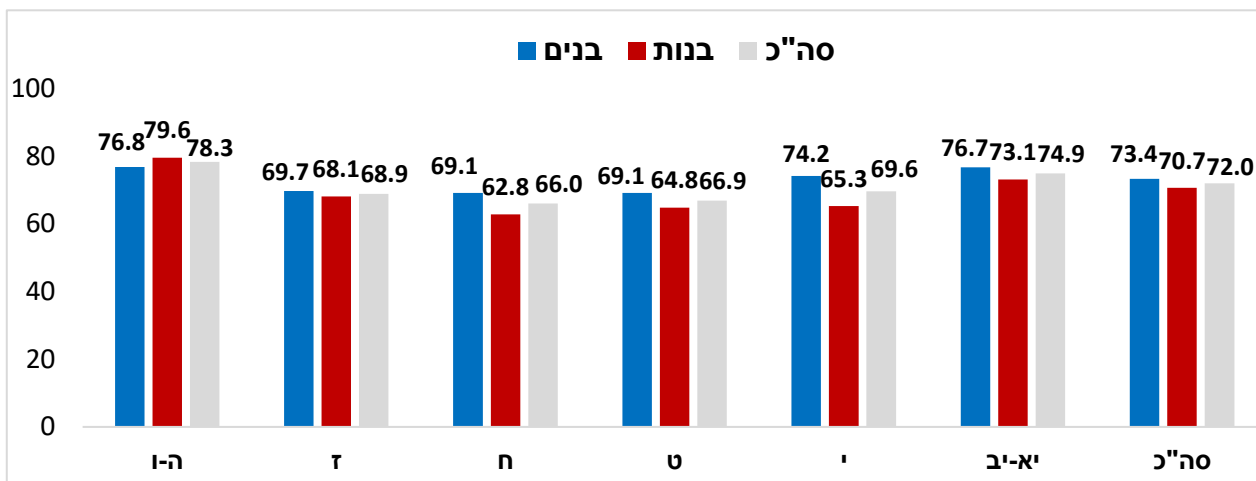
התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם ההיגד כי הם מרגישים בטוחים בבית הספר. סולם המענה כלל 5 תשובות ונע מ-1 (כלל לא מסכים) ל-5 (מסכים מאוד). הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שציינו כי הם מסכימים או מסכימים מאוד עם ההיגד כי הם מרגישים בטוחים בבית הספר.

מלוח 5 עולה כי אחוז התלמידים שמדווחים כי הם מרגישים בטוחים בבית הספר הוא 72%. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-78%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (70%). עוד עולה כי הדיווח על תחושת ביטחון בבי"ס בקרב בנות במגזר היהודי הוא הנמוך ביותר (כ-67%) בעוד שהדיווח על תחושת ביטחון בבי"ס בקרב בנות במגזר הערבי הוא הגבוה ביותר (כ-80%). עוד עולה מתרשימים 5.3 ו-5.4 כי שנת 2023 מסמנת ירידה בתחושות הביטחון בבי"ס (71%) לעומת שנת 2019 (כ-77%) הן בקרב המגזר היהודי והן בקרב המגזר הערבי. ירידה זו בולטת בייחוד בקרב בנות מכ-80% דיווח על תחושת ביטחון בבי"ס בשנת 2019 לכ-69% בשנת 2023.

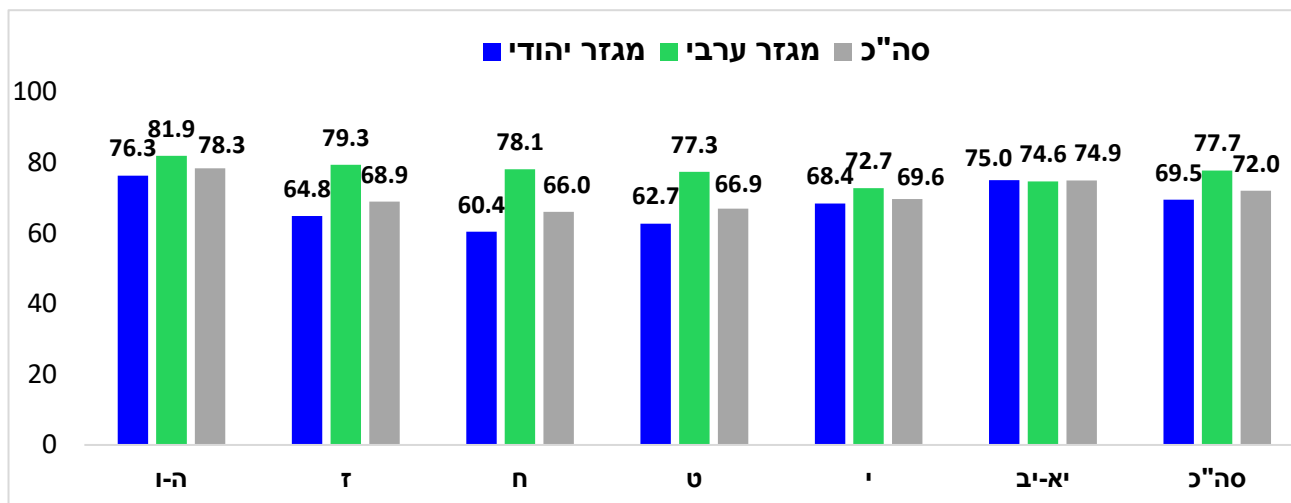
לוח 5: אחוז התלמידים שמרגישים בטוחים בבית ספרם, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	75.6%	76.8%	76.3%	78.9%	84.6%	81.9%	76.8%	79.6%	78.3%
ז	67.5%	62.1%	64.8%	75.4%	83.2%	79.3%	69.7%	68.1%	68.9%
ח	66.2%	54.6%	60.4%	75.7%	80.4%	78.1%	69.1%	62.8%	66.0%
ט	67.2%	58.3%	62.7%	73.9%	80.8%	77.3%	69.1%	64.8%	66.9%
י	73.6%	63.4%	68.4%	75.7%	70.2%	72.7%	74.2%	65.3%	69.6%
יא-יב	77.6%	72.5%	75.0%	74.4%	74.7%	74.6%	76.7%	73.1%	74.9%
סה"כ	72.3%	66.8%	69.5%	75.8%	79.5%	77.7%	73.4%	70.7%	72.0%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

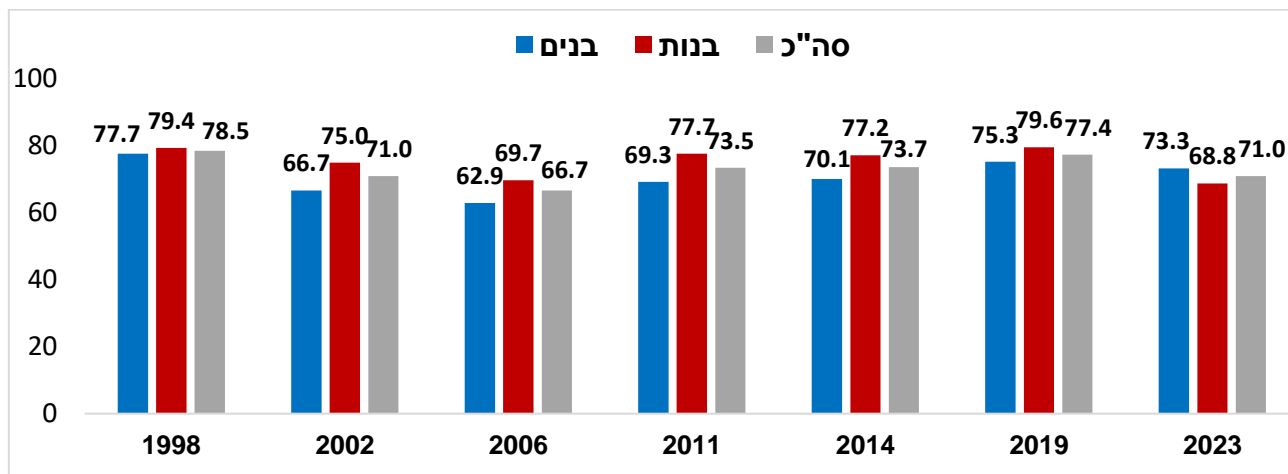
תרשים 5.1: אחוז התלמידים אשר מרגישים בטוחים בבית ספרם, לפי מגדר וכיתה:



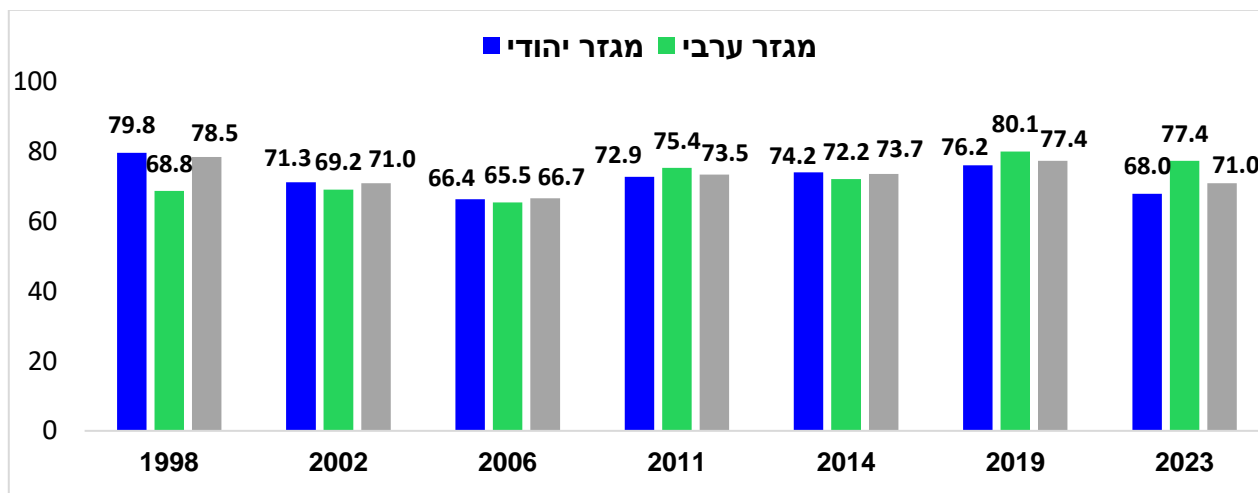
תרשים 5.2: אחוז התלמידים אשר מרגישים בטוחים בבית ספרם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 5.3: אחוז התלמידים אשר מרגישים בטוחים בבית ספרם, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 5.4: אחוז התלמידים אשר מרגישים בטוחים בבית ספרם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### תחושת שעמום בבית הספר

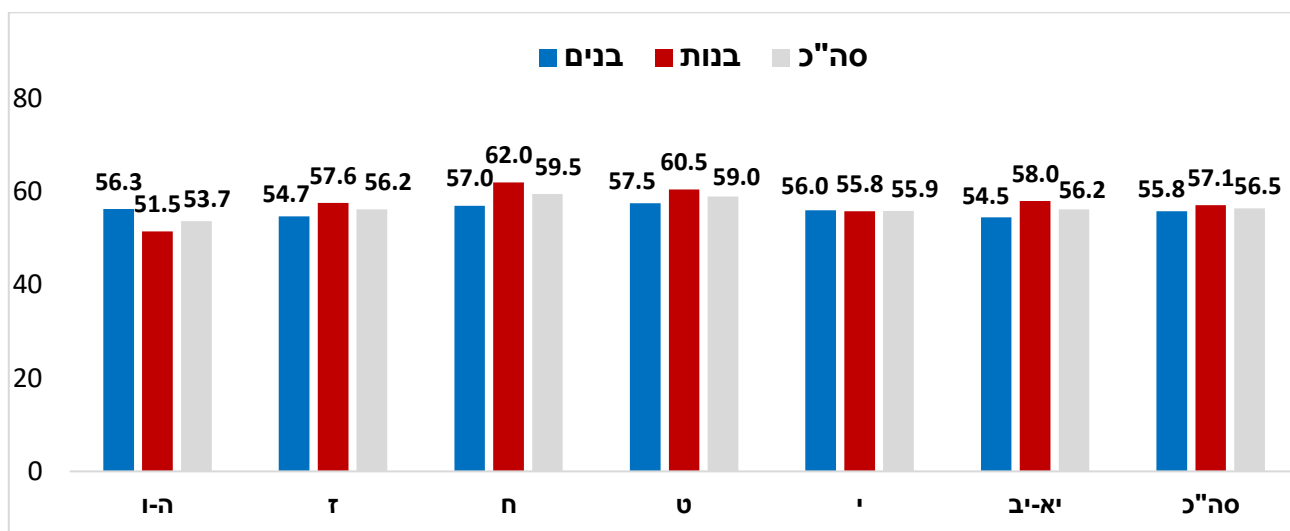
התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם ההיגד כי הם מרגישים שמשעמם להם בבית הספר. סולם המענה כלל 5 תשובות ונע מ-1 (כלל לא מסכים) ל-5 (מסכים מאוד). הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שציינו כי הם מסכימים או מסכימים מאוד עם ההיגד כי הם מרגישים שמשעמם להם בבית הספר.

לוח 6 מעלה כי כ-57% מהתלמידים חשים שעמום בבית הספר. אחוז זה גבוה בייחוד בקרב המגזר היהודי (כ-59%) לעומת המגזר הערבי (כ-50%). עוד עולה כי במגזר היהודי תלמידי חטיבת הביניים וכיתה י' חשים יותר שעמום לעומת כיתות ה-ו וכיתות יא-יב. במגזר הערבי המגמה הפוכה: תלמידי חטיבת הביניים וכיתה י' חשים פחות שעמום לעומת תלמידי כיתות ה-ו וכיתות יא-יב.

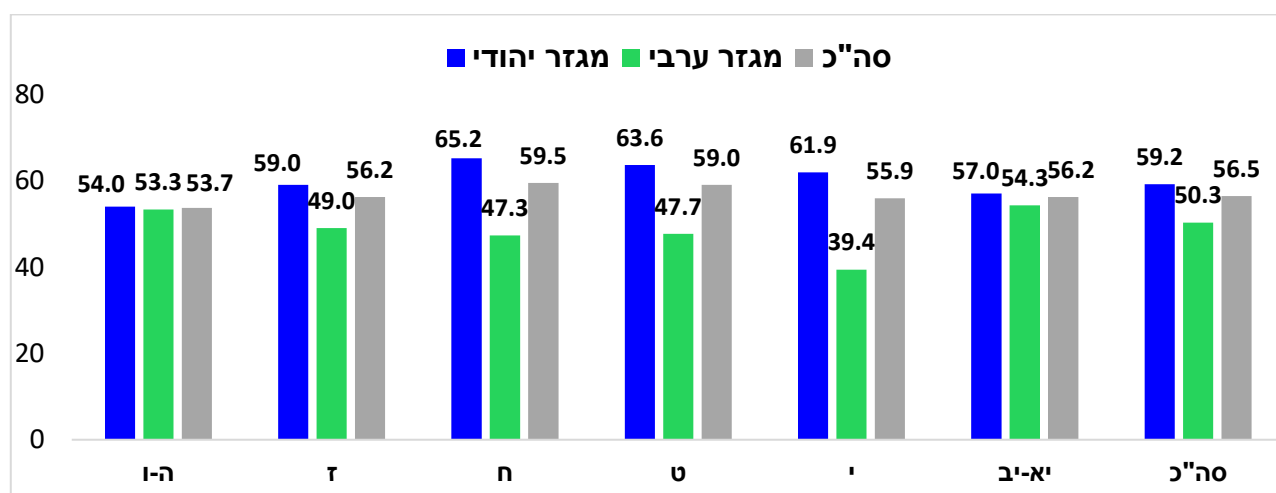
לוח 6: אחוז התלמידים שמרגישים שמשעמם להם בבית ספרם, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	57.6%	51.0%	54.0%	54.2%	52.4%	53.3%	56.3%	51.5%	53.7%
ז	57.2%	60.9%	59.0%	48.5%	49.4%	49.0%	54.7%	57.6%	56.2%
ח	60.3%	70.1%	65.2%	49.8%	44.8%	47.3%	57.0%	62.0%	59.5%
ט	61.6%	65.6%	63.6%	47.4%	47.9%	47.7%	57.5%	60.5%	59.0%
י	59.6%	64.2%	61.9%	45.4%	34.4%	39.4%	56.0%	55.8%	55.9%
יא-יב	54.9%	59.2%	57.0%	53.5%	55.1%	54.3%	54.5%	58.0%	56.2%
סה"כ	57.9%	60.4%	59.2%	51.0%	49.6%	50.3%	55.8%	57.1%	56.5%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 6.1: אחוז התלמידים שמרגישים שמשעמם להם בבית ספרם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים שמרגישים שמשעמם להם בבית ספרם, לפי מגזר וכיתה:



### יחסים בין תלמידים

התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם ההיגדים הבאים: (א) התלמידים בכיתתי נהנים להיות ביחד, (ב) רוב התלמידים בכיתתי ידידותיים ומכירים זה את זה, (ג) התלמידים האחרים מקבלים אותי כפי שאני. סולם המענה נע מ 1 (לא מסכים בהחלט) ל- 5 (מסכים בהחלט). מסולם זה חושב מדד של תמיכת תלמידים גבוהה הכולל את כל התלמידים שיש להם ממוצע 4 ומעלה בסולם, וזאת בהתאם לפרוטוקול הבינלאומי. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שיש להם תמיכת תלמידים גבוהה, וכן טבלה מסכמת של אחוז התלמידים המסכימים (מסכים + מסכים בהחלט) עם כל היגד בסולם זה.

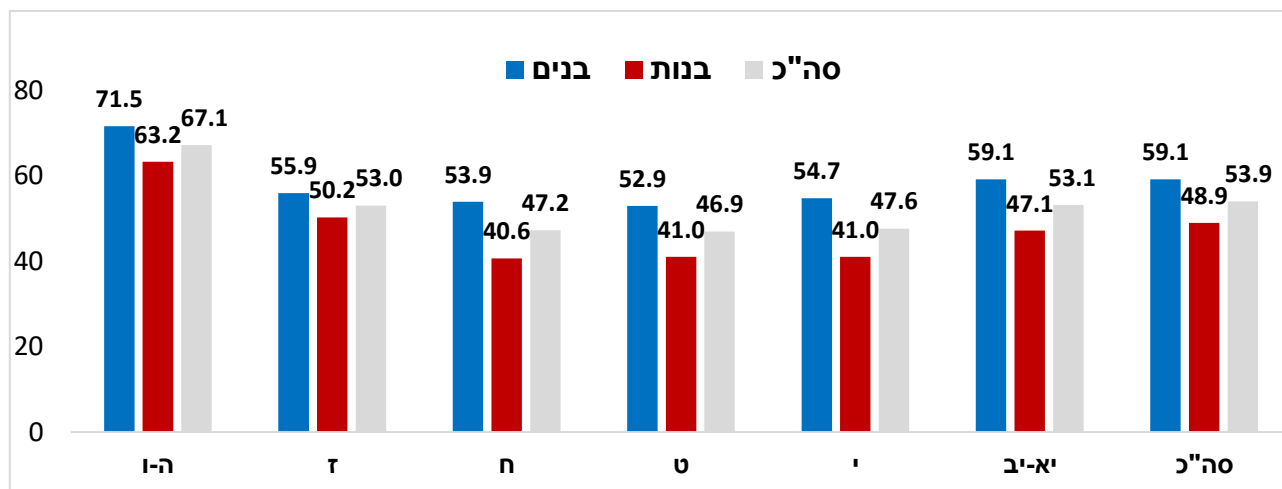
עיון בלוח 7 ובתרשימים 7.1-7.2 מעלה כי כ- 54% תלמידים מדווחים על תמיכת תלמידים גבוהה. נתון זה גבוה יותר בקרב בנינים לעומת בנות (כ- 59% לעומת כ- 49% בהתאמה), ובקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת היהודי (כ- 68% לעומת כ- 48%). כמו כן ניכר כי עם העלייה בשכבת הגיל, חלה ירידה באחוז התלמידים המדווחים על תמיכת חברים (מכ- 67% בכיתות ה-ו לכ-

48% בכיתה י). מלוח 8 ניתן לראות כי אחוז גבוה יותר של תלמידים מדווחים כי התלמידים האחרים מקבלים אותם כפי שהם (כ- 73%) ואילו אחוז נמוך יותר של תלמידים מדווחים כי התלמידים בכיתתם אדיבים ומוכנים לעזור (כ- 62%).

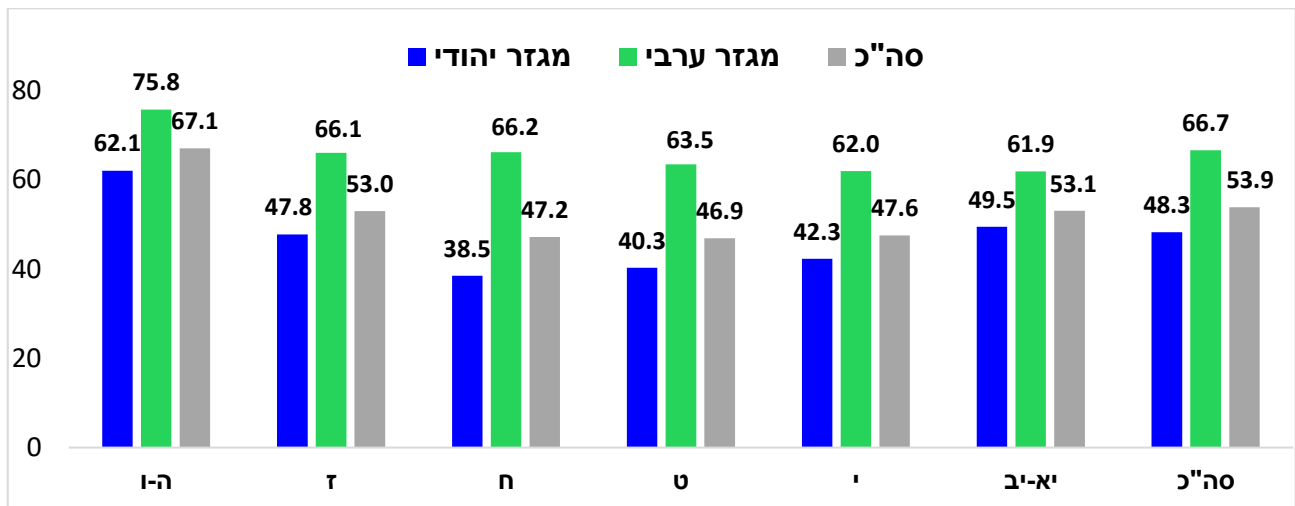
לוח 7 : אחוז התלמידים בעלי תמיכת תלמידים גבוהה, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	66.9%	58.1%	62.1%	79.2%	72.6%	75.8%	71.5%	63.2%	67.1%
ז	52.1%	43.6%	47.8%	65.5%	66.8%	66.1%	55.9%	50.2%	53.0%
ח	47.5%	29.5%	38.5%	68.0%	64.4%	66.2%	53.9%	40.6%	47.2%
ט	48.3%	32.2%	40.3%	64.2%	62.7%	63.5%	52.9%	41.0%	46.9%
י	50.0%	34.9%	42.3%	68.5%	56.6%	62.0%	54.7%	41.0%	47.6%
יא-יב	56.2%	42.8%	49.5%	66.3%	57.5%	61.9%	59.1%	47.1%	53.1%
סה"כ	54.6%	42.2%	48.3%	69.4%	64.1%	66.7%	59.1%	48.9%	53.9%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 7.1 : אחוז התלמידים בעלי תמיכת תלמידים גבוהה, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 7.2: אחוז התלמידים בעלי תמיכת תלמידים גבוהה, לפי מגזר וכיתה:



לוח 8: אחוז התלמידים שמסכימים עם ההיגדים הבאים בסולם תמיכת חברים, לפי מגזר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ			
68.2%	63.0%	73.5%	80.3%	78.3%	82.4%	62.8%	56.3%	69.6%	התלמידים בכיתתי נהנים להיות יחד
61.8%	59.5%	64.1%	71.7%	71.6%	71.9%	57.4%	54.3%	60.7%	רוב התלמידים בכיתתי אדיבים ומוכנים לעזור
72.5%	69.2%	75.8%	79.5%	78.3%	80.7%	69.4%	65.2%	73.7%	התלמידים האחרים מקבלים אותי כפי שאני

### יחסי מורים/ יועצת-תלמידים

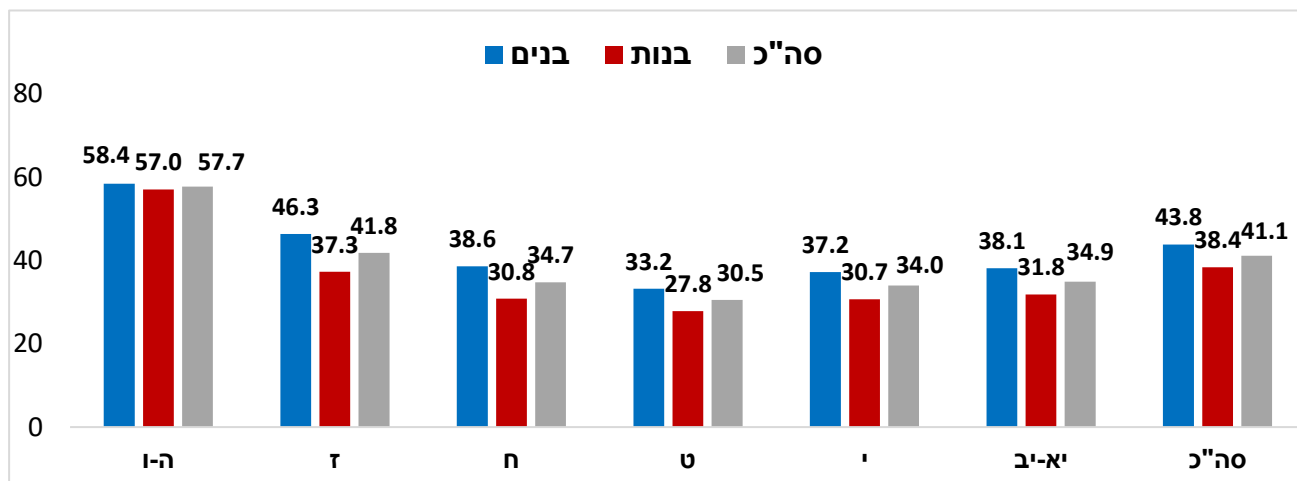
התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם ההיגדים הבאים: (א) אני מרגיש שהמורים שלי מקבלים אותי כמו שאני; (ב) אני מרגיש שלמורים שלי אכפת ממני כאדם; (ג) יש לי אמון רב במורים שלי; (ד) אני יכול לשוחח עם המורה שלי על דברים שמציקים לי; (ה) אני יכול לשוחח עם יועצת בית הספר על דברים שמציקים לי. סולם המענה בן 5 התשובות נע מ 1 (לא מסכים בהחלט) ל- 5 (מסכים בהחלט). מסולם זה חושב מדד של תמיכת מורים גבוהה הכולל את כל התלמידים שיש להם ממוצע 4 ומעלה בסולם, וזאת בהתאם לפרוטוקול הבינלאומי. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שיש להם תמיכת מורים גבוהה, וכן טבלה מסכמת של אחוז התלמידים המסכימים (מסכים+מסכים בהחלט) עם כל היגד בסולם זה.

מלוח 9 עולה כי כ- 41% תלמידים מדווחים על תמיכת מורים גבוהה. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-52%) לעומת בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-37%). כמו כן, אחוז הבנים המדווחים על תמיכת מורים גבוהה גבוה יותר (כ-44%) לעומת אחוז הבנות (כ-38%). לוח 10 מעלה כי האחוזים הגבוהים ביותר של תלמידים מרגישים שהמורים מקבלים אותם כפי שהם (76%) בעוד שהאחוזים הנמוכים ביותר של תלמידים מרגישים שהם יכולים לשוחח עם היועצת של בית הספר על דברים שמציקים להם (כ-44%).

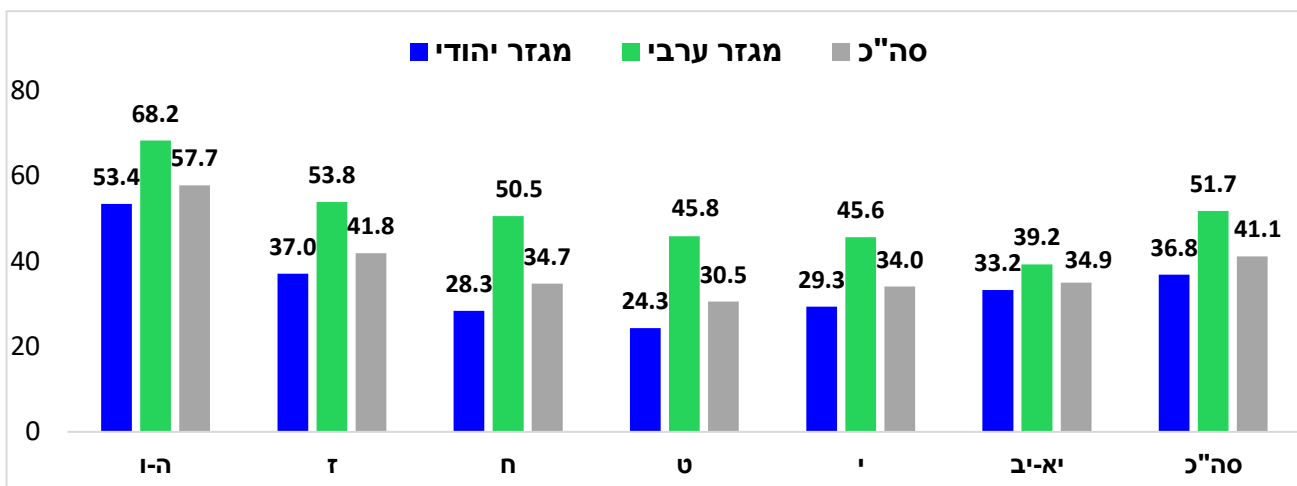
לוח 9: אחוז התלמידים בעלי תמיכת מורים גבוהה, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	53.3%	53.6%	53.4%	71.0%	65.3%	68.2%	58.4%	57.0%	57.7%
ז	41.6%	32.3%	37.0%	57.9%	49.8%	53.8%	46.3%	37.3%	41.8%
ח	33.7%	22.8%	28.3%	50.6%	50.3%	50.5%	38.6%	30.8%	34.7%
ט	27.9%	20.8%	24.3%	46.3%	45.2%	45.8%	33.2%	27.8%	30.5%
י	32.0%	26.7%	29.3%	50.1%	41.0%	45.6%	37.2%	30.7%	34.0%
יא-יב	35.6%	30.8%	33.2%	44.1%	34.2%	39.2%	38.1%	31.8%	34.9%
סה"כ	39.4%	34.2%	36.8%	54.8%	48.7%	51.7%	43.8%	38.4%	41.1%
סה"כ משיבים	6,934	7,328	14,262	3,298	5,243	8,541	10,232	12,571	22,803

תרשים 9.1: אחוז התלמידים בעלי תמיכת מורים גבוהה, לפי מגדר וכיתה:



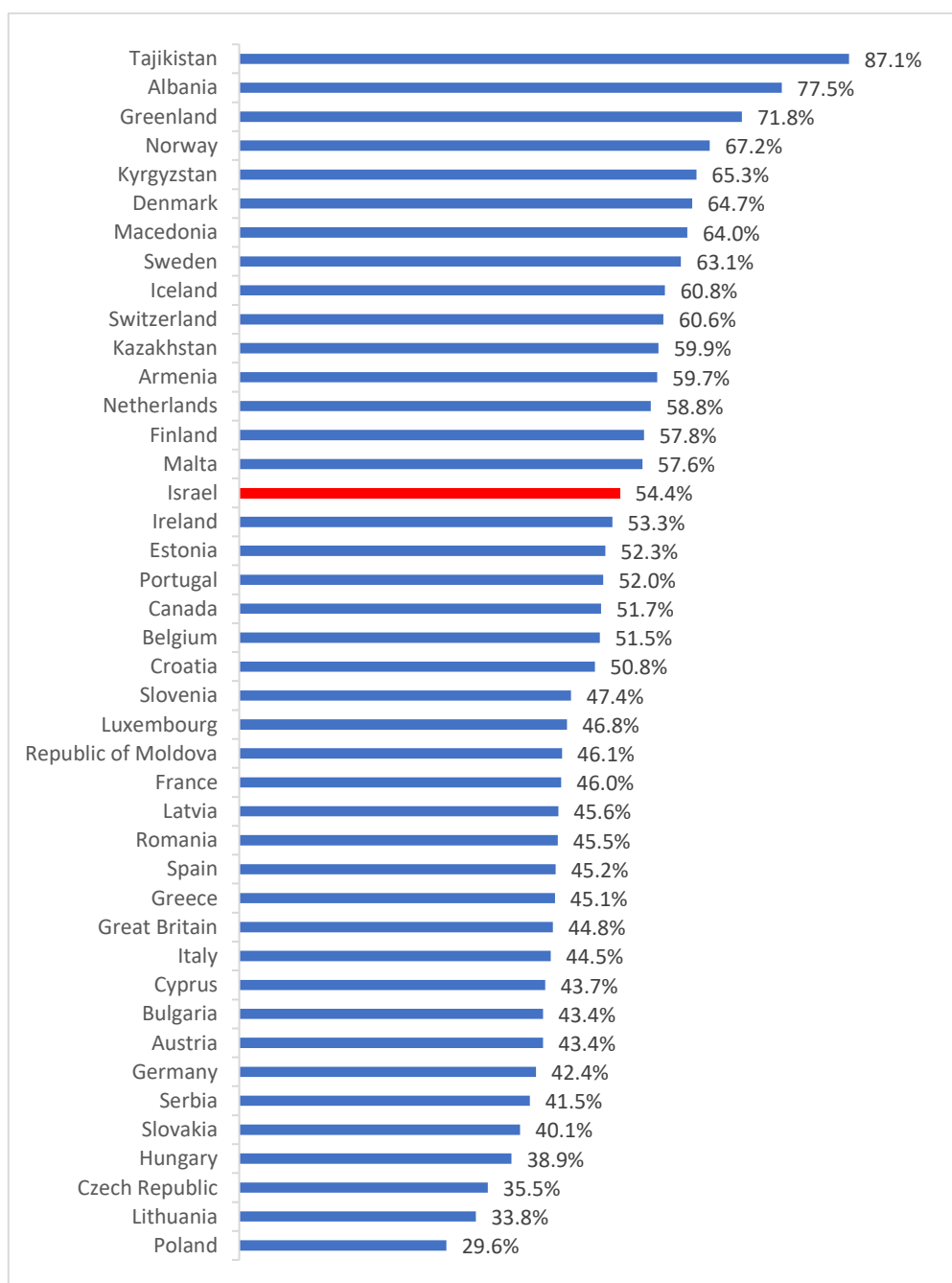
תרשים 9.2: אחוז התלמידים בעלי תמיכת מורים גבוהה, לפי מגזר וכיתה:



## השוואה בין-לאומית

תרשים 9.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר ביחס לתמיכת מורים גבוהה (ממוצע 4 ומעלה בשלושת הפריטים הבאים: אני מרגיש שהמורים מקבלים אותי כפי שאני; אני מרגיש שלמורים שלי אכפת ממני כאדם; יש לי אמון רב במורים שלי). הממצאים מראים שהתלמידים הישראלים בכיתות ו', ח' ו- י' מדורגים במקום ה-16 כאשר 54.4% מהתלמידים מדווחים על תמיכת מורים גבוהה.

תרשים 9.3 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שיש להם תמיכת מורים גבוהה, לפי מדינה:





לוח 10: אחוז התלמידים שמסכימים עם ההיגדים הבאים בסולם תמיכת מורים, לפי מגדר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים			
76.0%	74.1%	77.9%	81.8%	81.9%	81.6%	73.7%	70.9%	76.5%	אני מרגיש שהמורים מקבלים אותי כפי שאני
69.4%	67.9%	71.0%	79.4%	79.8%	79.0%	65.4%	63.1%	67.7%	אני מרגיש שלמורים שלי אכפת ממני כאדם
54.0%	50.4%	57.6%	67.2%	65.7%	68.6%	48.7%	44.2%	53.2%	יש לי אמון רב במורים שלי
48.4%	46.9%	49.9%	53.2%	50.7%	55.8%	46.2%	45.2%	47.3%	אני יכול לשוחח עם המורה שלי על דברים שמציקים לי
44.2%	42.9%	45.6%	53.8%	52.3%	55.3%	40.0%	38.7%	41.3%	אני יכול לשוחח עם היועצת של ביה"ס על דברים שמציקים לי

### תחושת לחץ מהלימודים

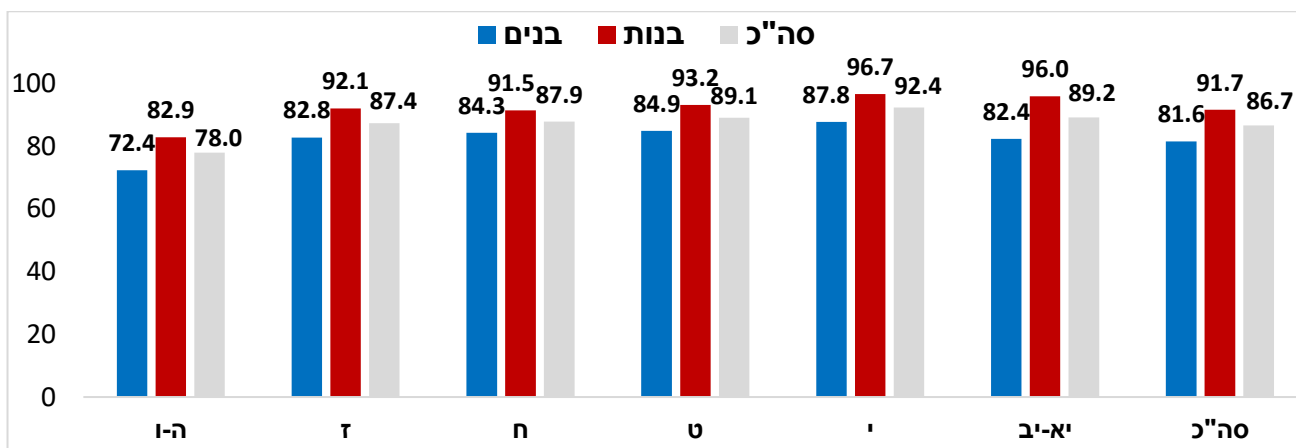
התלמידים נשאלו עד כמה הם מרגישים לחץ מהלימודים בבית הספר. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים המרגישים לחוצים במידה כלשהי (מעט לחוצים/ די לחוצים/ לחוצים מאוד) מהלימודים בבית הספר.

מלוח 11 עולה כי כ- 87% מהתלמידים מדווחים על תחושת לחץ כלשהי מהלימודים. ניתן לראות בתרשימים 11.1 ו 11.2 כי נתון זה הוא גבוה יותר בקרב הבנות (כ- 92%) לעומת הבנים (כ- 82%). עוד עולה מהתרשימים כי האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שחשים לחץ מהלימודים הוא בקרב תלמידי כיתות י (כ- 92%). תרשימים 11.3 ו- 11.4 מלמדים כי שנת 2023 מסמנת את אחוז הדיווח הגבוה ביותר על תחושת לחץ מהלימודים (כ- 87%) מאז שנת 1998 שם 77% תלמידים דיווחו על תחושת לחץ מהלימודים.

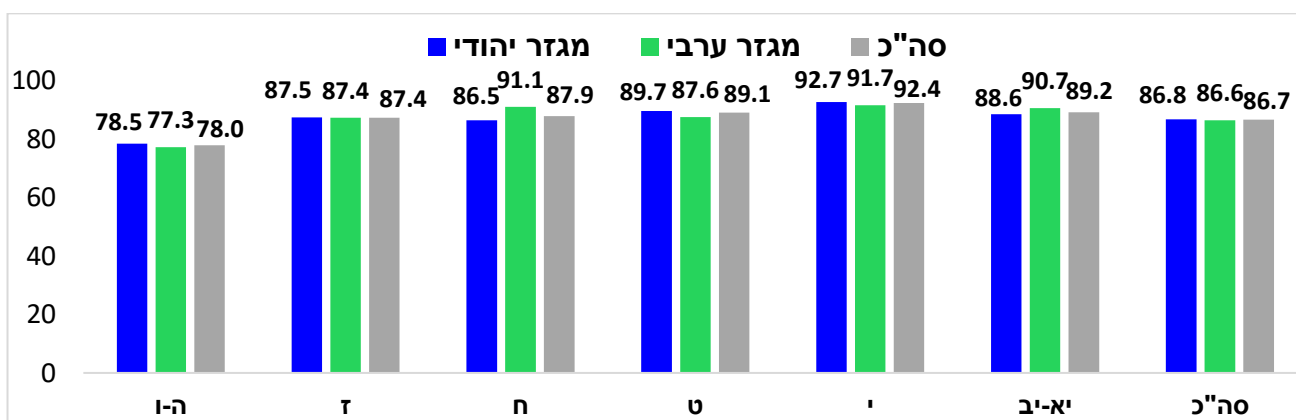
לוח 11 : אחוז התלמידים המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	69.0%	86.4%	78.5%	78.1%	76.6%	77.3%	72.4%	82.9%	78.0%
ז	82.3%	92.7%	87.5%	84.0%	90.8%	87.4%	82.8%	92.1%	87.4%
ח	81.8%	91.2%	86.5%	90.0%	92.2%	91.1%	84.3%	91.5%	87.9%
ט	85.3%	94.1%	89.7%	84.1%	91.1%	87.6%	84.9%	93.2%	89.1%
י	88.7%	96.6%	92.7%	85.2%	97.1%	91.7%	87.8%	96.7%	92.4%
יא-יב	81.3%	95.8%	88.6%	85.1%	96.2%	90.7%	82.4%	96.0%	89.2%
סה"כ	80.7%	92.7%	86.8%	83.6%	89.4%	86.6%	81.6%	91.7%	86.7%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

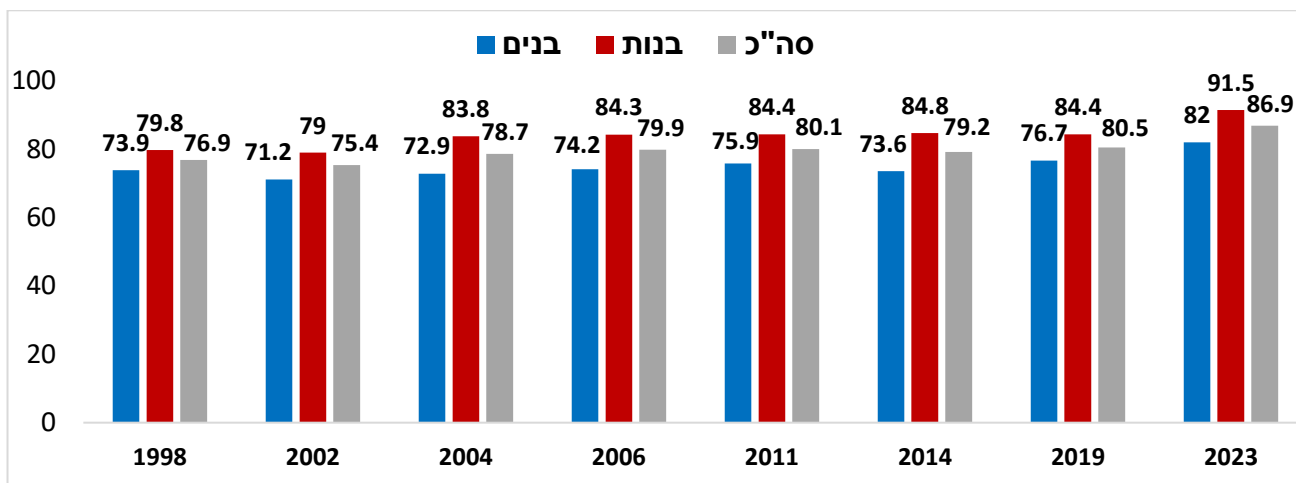
תרשים 11.1: אחוז התלמידים המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מגזר וכיתה:



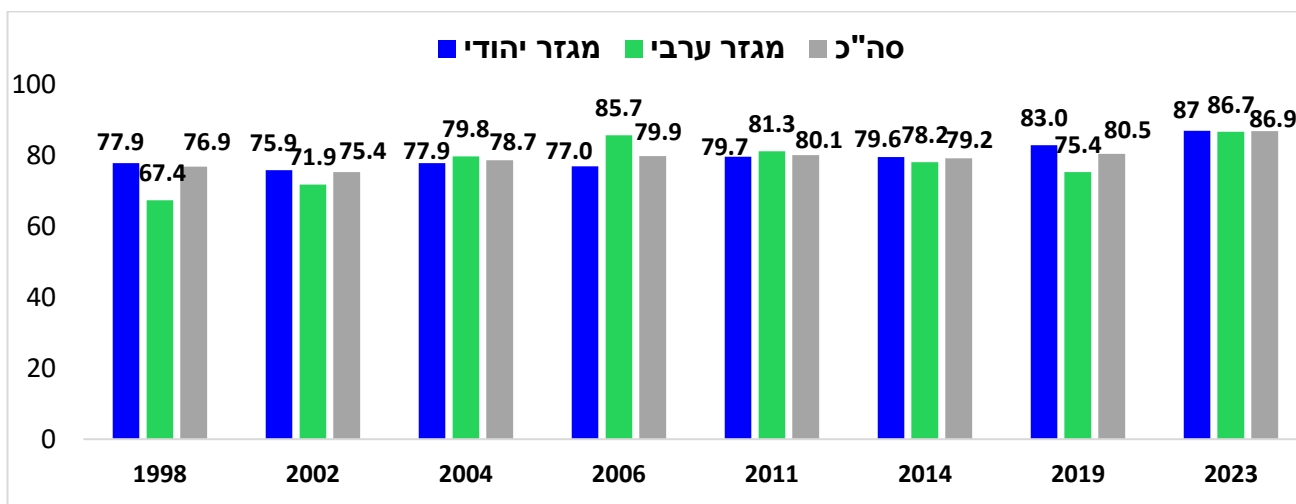
תרשים 11.2: אחוז התלמידים המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 11.3: אחוז התלמידים המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



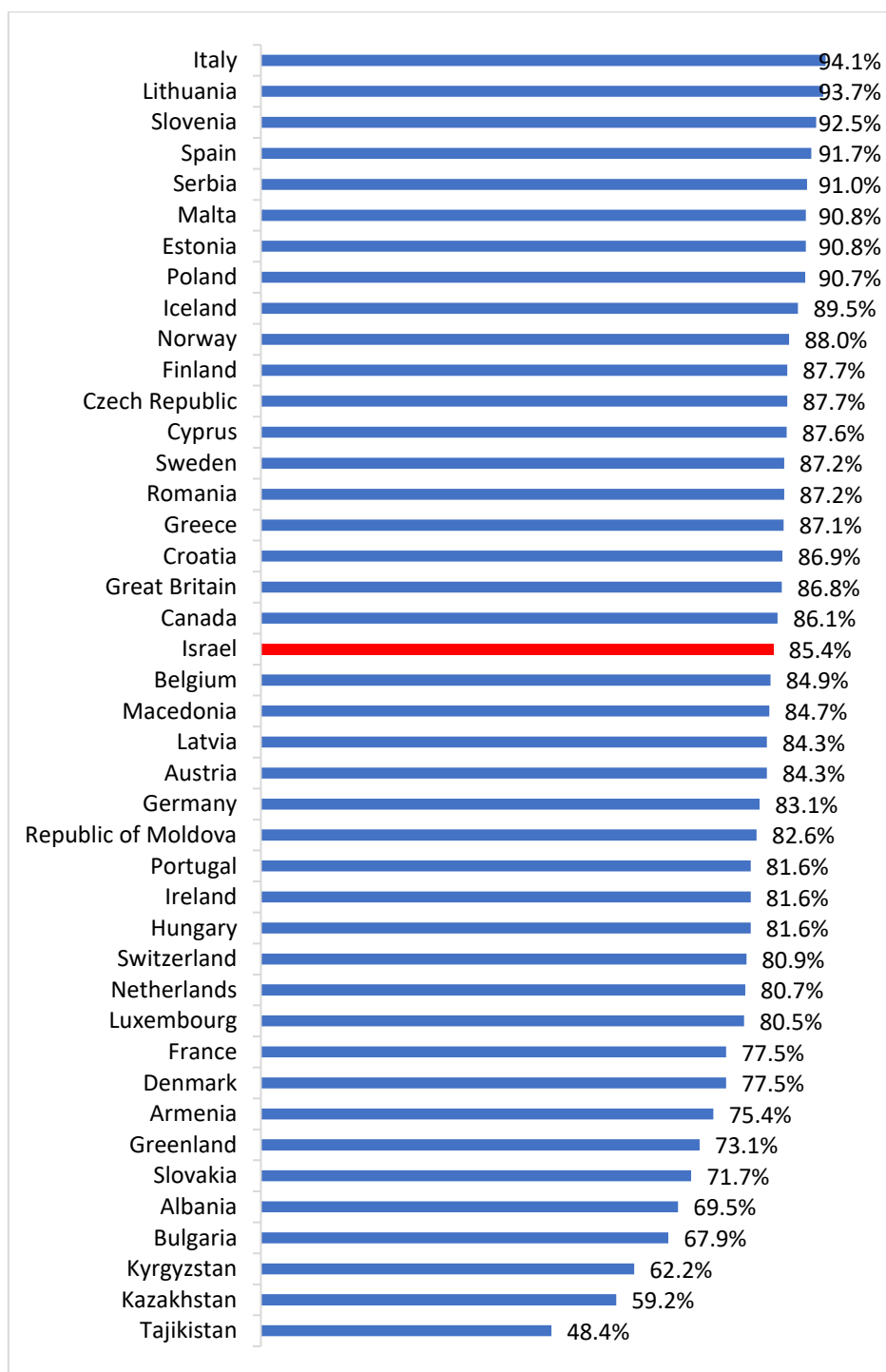
תרשים 11.4: אחוז התלמידים המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 11.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר ביחס לתחושת לחץ מהלימודים. הממצאים מראים שהתלמידים הישראלים בכיתות ו', ח' ו-י' מדורגים במקום ה-20 כאשר 85.4% מהתלמידים הישראלים מדווחים על תחושת לחץ מהלימודים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) התלמידים הישראלים דורגו במקום ה-22 עם כ-81% תלמידים המדווחים על תחושת לחץ מהלימודים.

תרשים 11.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 המרגישים לחוצים מהלימודים בבית הספר, לפי מדינה:



#### הערכת מחנך את ההישגים הלימודיים

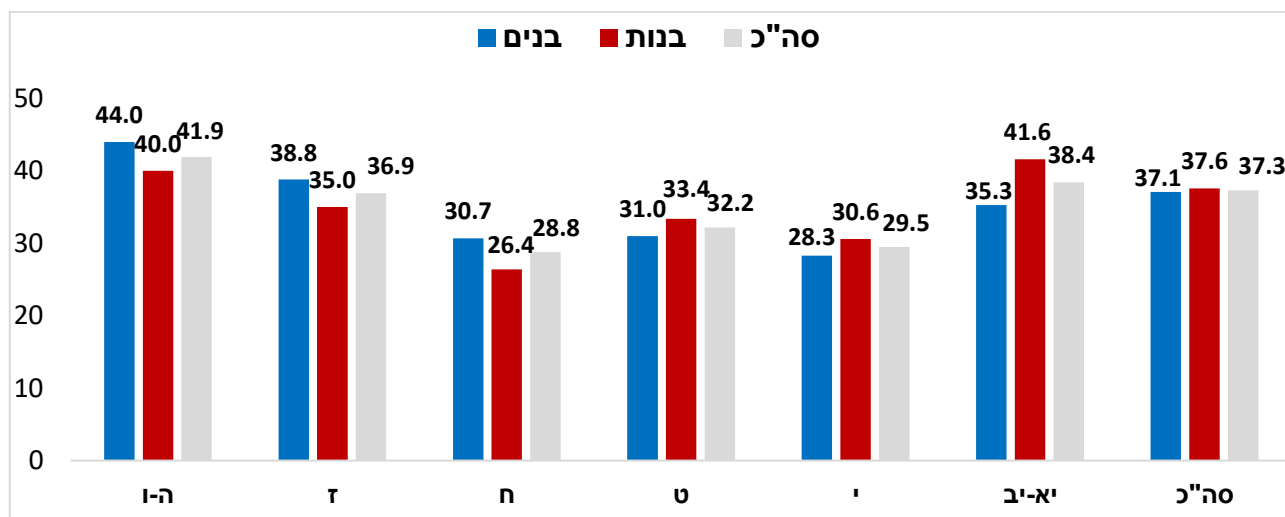
התלמידים נשאלו מה לדעתם חושב/ת המחנכ/ת שלהם על הישגיהם הלימודים בהשוואה לתלמידים אחרים בכיתתם. **הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שלפי דעתם המחנכ/ת חושב שהם תלמידים טובים מאוד בהשוואה לתלמידים האחרים בכיתתם.**

מלוח 12 עולה שאחוז התלמידים שחושבים כי המחנכ/ת שלהם חושב/ת שהם תלמידים טובים מאוד עומד על כ- 38%. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 44%) לעומת המגזר היהודי (כ-34%). כמו כן, מתרשימים 12.3 ו- 12.4 עולה כי חלה ירידה במדד זה בין שנת 2019 לשנת 2023, בייחוד בקרב תלמידים במגזר הערבי (מכ- 57% בשנת 2019 ל- 46% בשנת 2023).

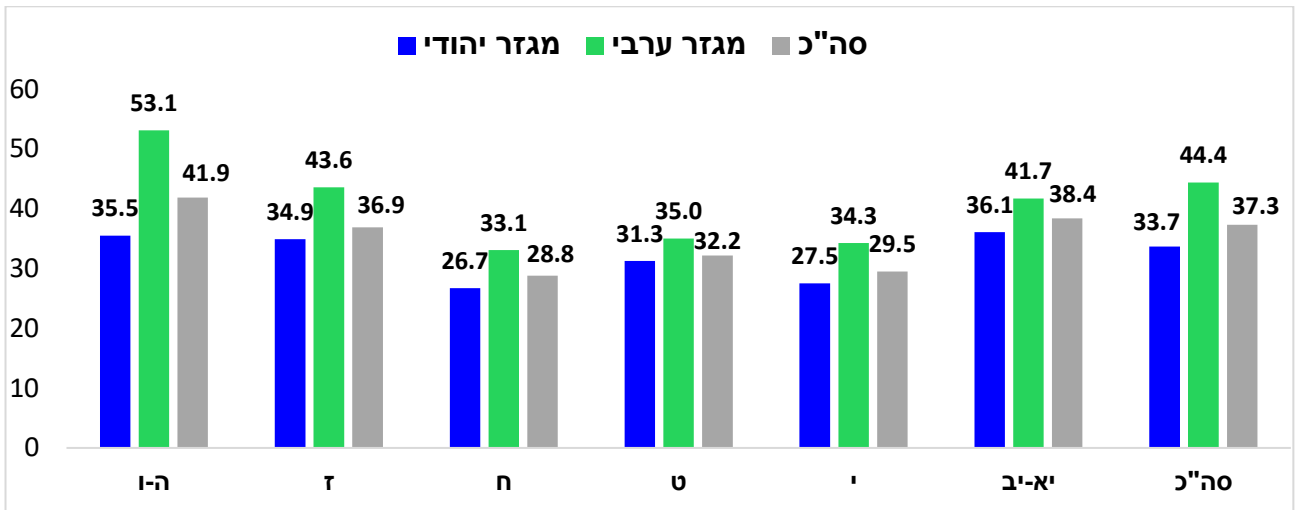
לוח 12 : אחוז התלמידים שלפי דעתם המחנכ/ת שלהם חושב/ת שהם תלמידים טובים מאוד, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	38.6%	32.8%	35.5%	53.0%	53.2%	53.1%	44.0%	40.0%	41.9%
ז	35.8%	34.0%	34.9%	47.9%	38.7%	43.6%	38.8%	35.0%	36.9%
ח	29.6%	23.2%	26.7%	32.9%	33.3%	33.1%	30.7%	26.4%	28.8%
ט	30.3%	32.3%	31.3%	33.5%	36.3%	35.0%	31.0%	33.4%	32.2%
י	25.8%	29.0%	27.5%	33.6%	35.2%	34.3%	28.3%	30.6%	29.5%
יא-יב	32.4%	40.0%	36.1%	39.6%	43.8%	41.7%	35.3%	41.6%	38.4%
סה"כ	33.7%	33.7%	33.7%	43.6%	45.1%	44.4%	37.1%	37.6%	37.3%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	1,778	2,967	4,745	4,728	6,114	10,842

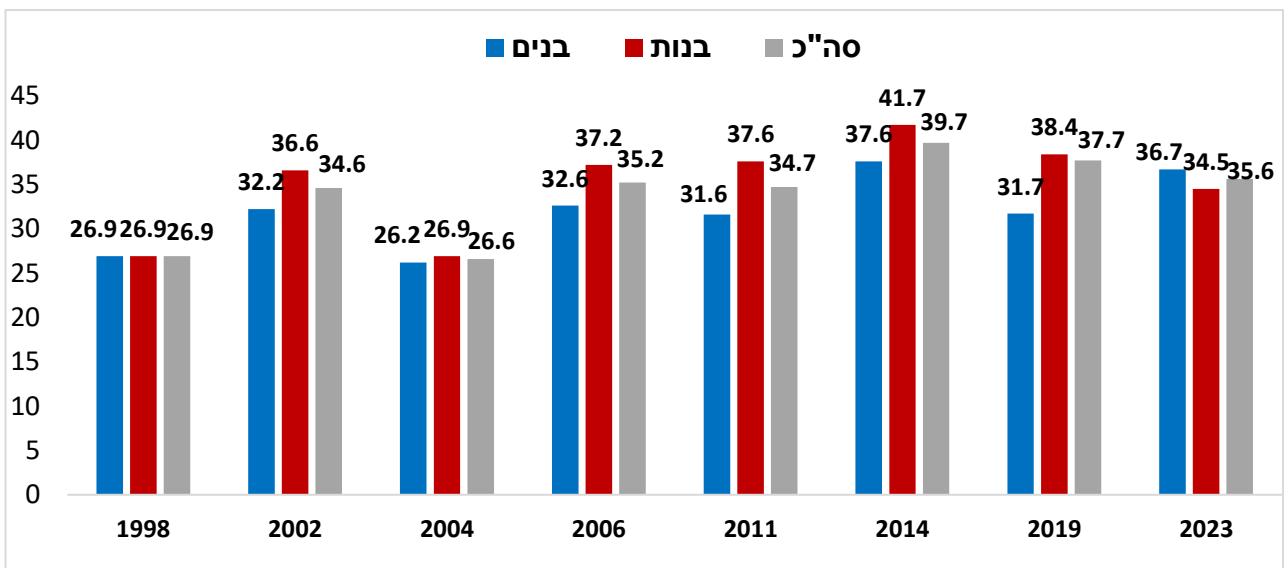
תרשים 12.1: אחוז התלמידים שלפי דעתם המחנכ/ת שלהם חושב/ת שהם תלמידים טובים מאוד, לפי מגדר וכיתה:



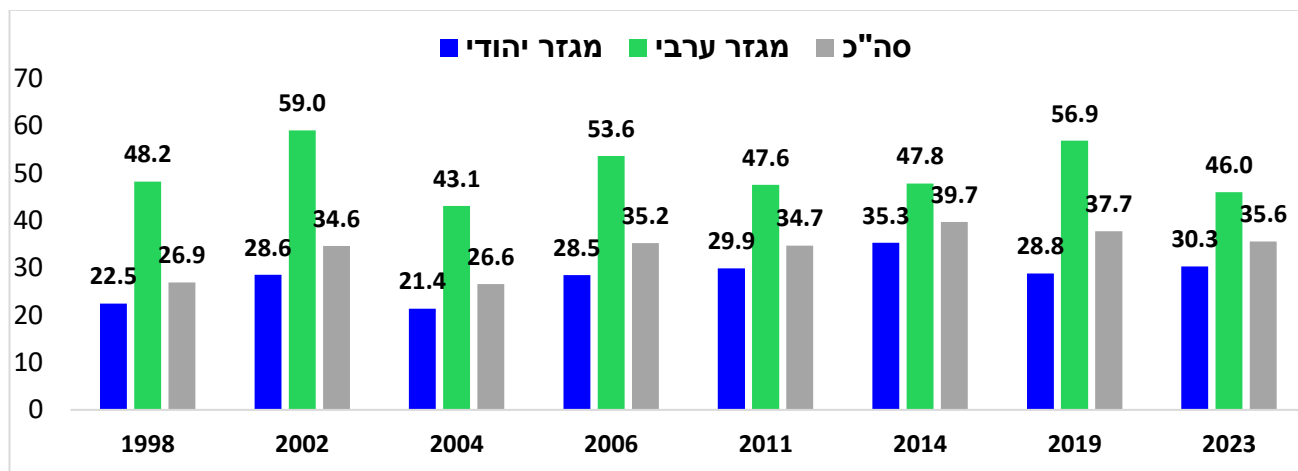
תרשים 12.2: אחוז התלמידים שלפני דעתם המחנכת/ שלהם חושבת/ שהם תלמידים טובים מאוד, לפי מגזר כיתה



תרשים 12.3: אחוז התלמידים שלפני דעתם המחנכת/ שלהם חושבת/ שהם תלמידים טובים מאוד, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 12.4: אחוז התלמידים שלפי דעתם המחנכת/ שלהם חושבת/ שהם תלמידים טובים מאוד, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### נכשלים בתעודה האחרונה

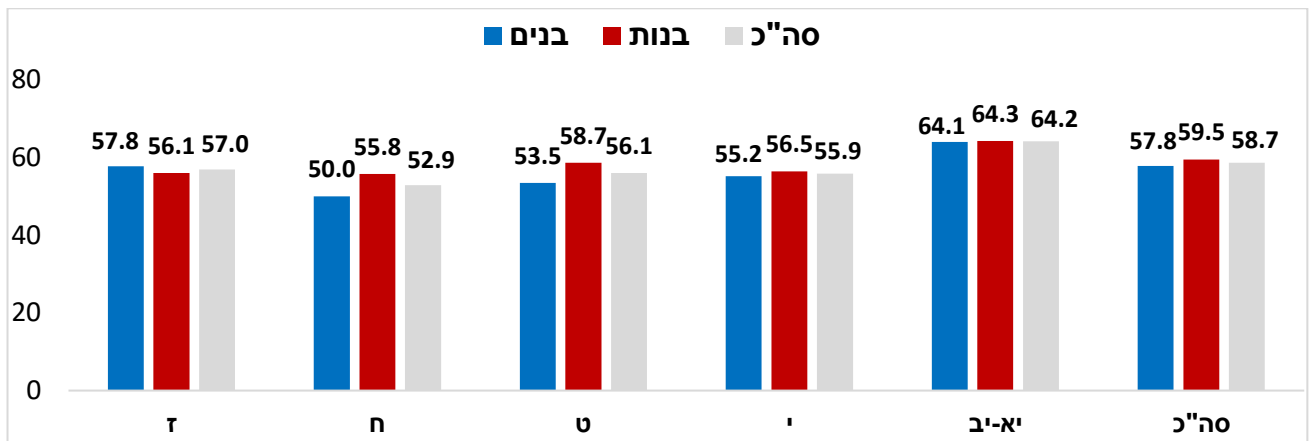
התלמידים נשאלו בכמה מקצועות הם נכשלו בתעודה האחרונה (כיתות ז' ומעלה). הממצאים שיוצגו להלך כוללים את אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה.

מלוח 13 עולה כי אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה עומד על כ- 59%. נתון זה גבוה הרבה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 63%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ- 49%), וכן גבוה מעט יותר בקרב בנות (כ- 60%) לעומת בנים (כ- 58%).

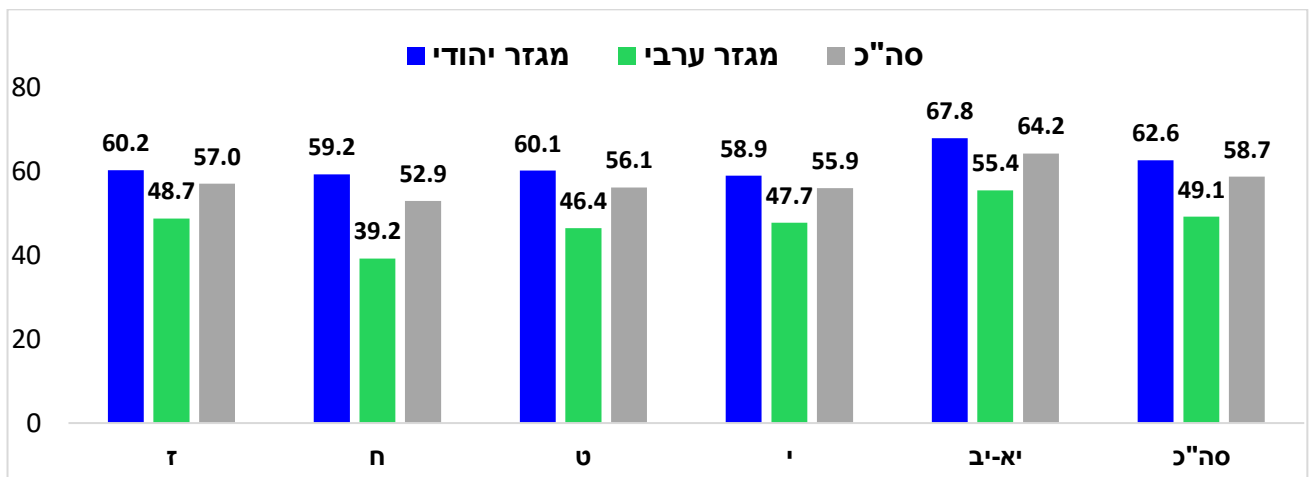
לוח 13 : אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	61.0%	59.4%	60.2%	49.7%	47.7%	48.7%	57.8%	56.1%	57.0%
ח	56.0%	62.5%	59.2%	36.9%	41.4%	39.2%	50.0%	55.8%	52.9%
ט	57.3%	62.8%	60.1%	44.2%	48.6%	46.4%	53.5%	58.7%	56.1%
י	58.4%	59.4%	58.9%	46.1%	49.0%	47.7%	55.2%	56.5%	55.9%
יא-יב	67.7%	68.0%	67.8%	55.4%	55.4%	55.4%	64.1%	64.3%	64.2%
סה"כ	61.7%	63.5%	62.6%	48.4%	49.8%	49.1%	57.8%	59.5%	58.7%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,167	3,711	5,878	7,307	9,315	16,622

תרשים 13.1 : אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 13.2 : אחוז התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה האחרונה, לפי מגזר וכיתה:



### הסתלקות משיעורים ("הברזות") והיעדרות מבית הספר

התלמידים נשאלו בכמה ימים במהלך 30 הימים האחרונים שבהם התקיימו לימודים, הם הסתלקו או "הברזו" מהשיעורים, או נעדרו מבית הספר למשך יום שלם ולא בגלל מחלה או חופש. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי ב- 30 ימים האחרונים הם "הברזו" משיעורים לפחות פעם אחת, ואת אחוז התלמידים שדיווחו כי הם נעדרו מבית הספר ליום שלם לפחות פעם אחת.

נתוני לוח 14 מצביעים על כך כי כ- 49% תלמידים הברזו משיעורים לפחות פעם אחת בחודש האחרון, נתון זה גבוה יותר בקרב המגזר הערבי לעומת היהודי (כ- 56% לעומת 47% בהתאמה). כמו כן, עם העלייה בשכבת הגיל חלה עלייה משמעותית באחוז התלמידים אשר מברזים משיעורים. מגמת עלייה זו בולטת בייחוד בקרב תלמידים במגזר היהודי (מכ- 24% בקרב תלמידי ה-ו לכ- 61% בקרב תלמידי יא-יב). מלוח 15 עולה כי כ- 41% תלמידים נעדרו מבית הספר לפחות פעם אחת בחודש האחרון (לא בגלל מחלה). עוד עולה כי בנות במגזר היהודי נעדרו הכי הרבה בעוד שבנות במגזר הערבי נעדרו הכי פחות (כ- 45% לעומת כ-

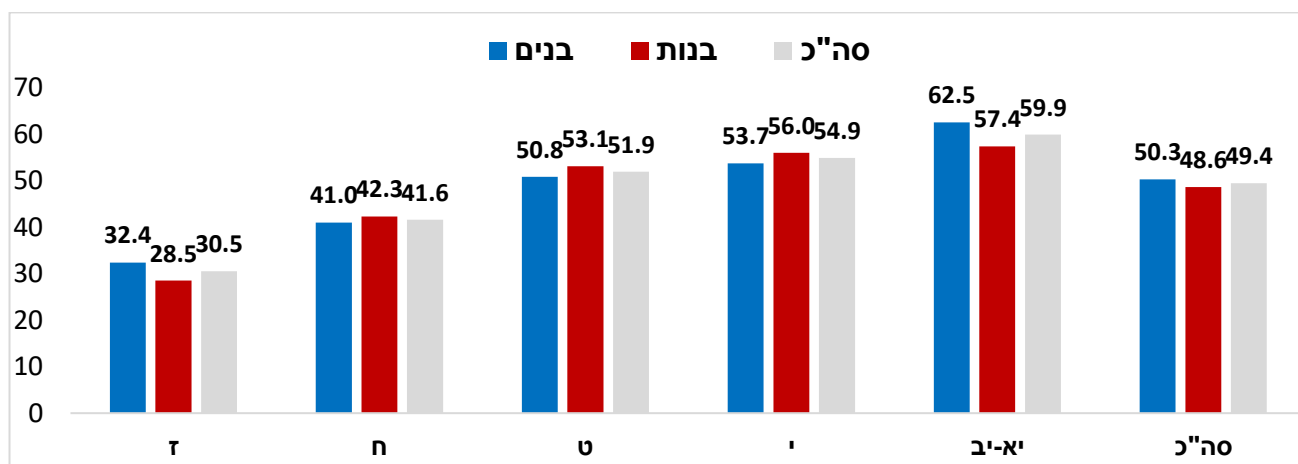


33% בהתאמה). כמו כן, ישנה עליה באחוז ההיעדרויות מבית הספר עם העלייה בשכבת הגיל, כאשר אחוז ההיעדרויות הגבוה ביותר נרשם בקרב בנים במגזר הערבי בכיתות יא-יב (כ- 53%).

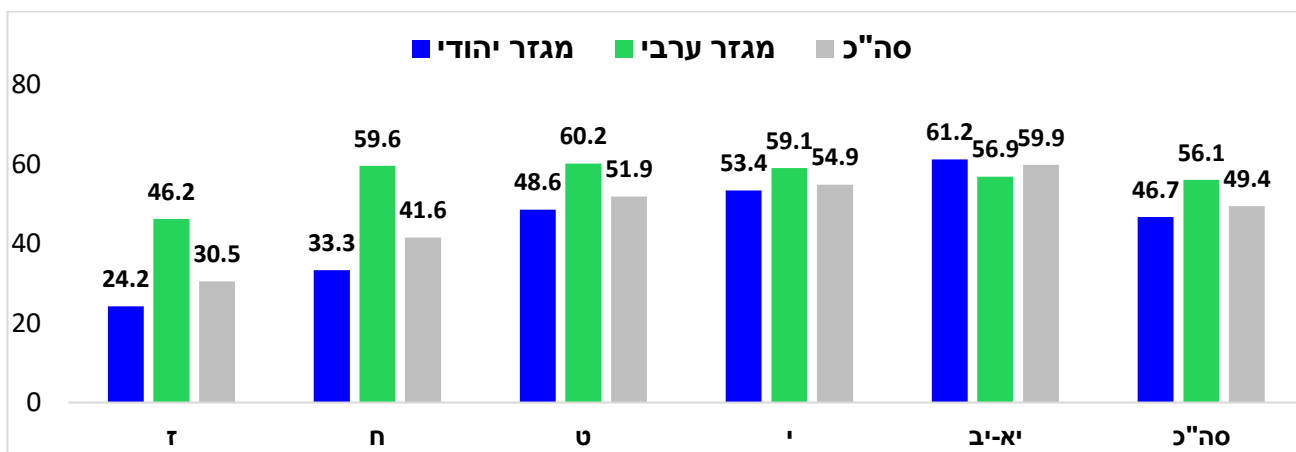
לוח 14: אחוז התלמידים שהסתלקו או "הבריזו" משיעורים לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	26.6%	21.8%	24.2%	47.0%	45.5%	46.2%	32.4%	28.5%	30.5%
ח	33.8%	32.8%	33.3%	56.8%	62.4%	59.6%	41.0%	42.3%	41.6%
ט	48.0%	49.3%	48.6%	57.8%	62.5%	60.2%	50.8%	53.1%	51.9%
י	51.2%	55.5%	53.4%	61.2%	57.4%	59.1%	53.7%	56.0%	54.9%
יא-יב	62.3%	60.1%	61.2%	63.0%	50.9%	56.9%	62.5%	57.4%	59.9%
סה"כ	47.2%	46.2%	46.7%	57.7%	54.5%	56.1%	50.3%	48.6%	49.4%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,167	3,711	5,878	7,307	9,315	16,622

תרשים 14.1: אחוז התלמידים שהסתלקו או "הבריזו" משיעורים לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



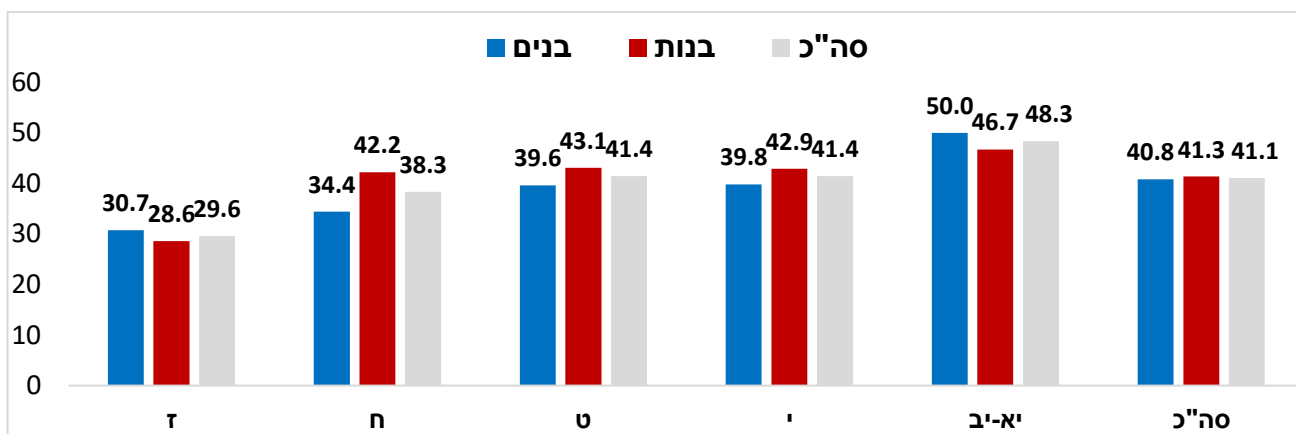
תרשים 14.2: אחוז התלמידים שהסתלקו או "הבריזו" משיעורים לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



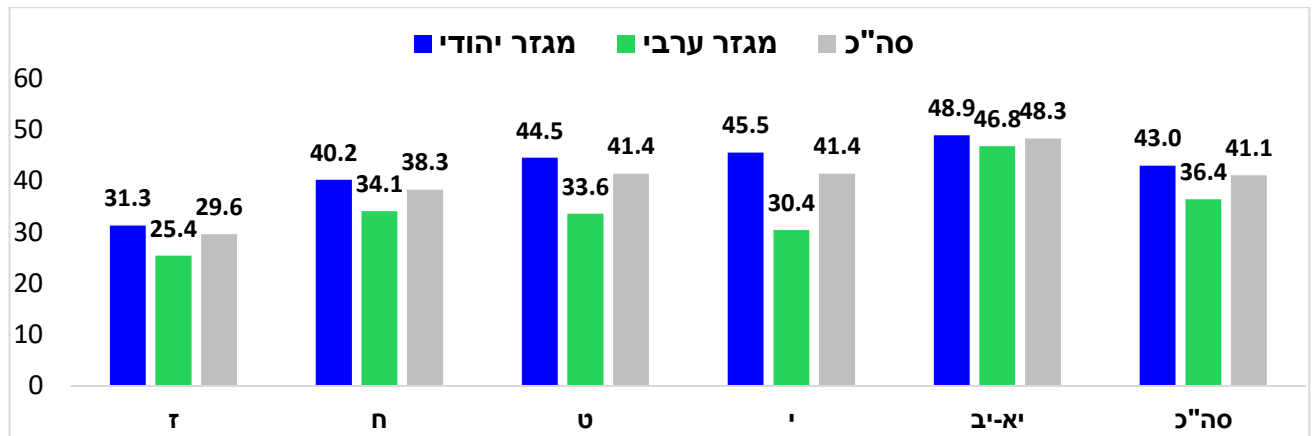
לוח 15: אחוז התלמידים שנעדרו מבית הספר ליום שלם (לא בגלל מחלה או חופש) לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	31.3%	31.3%	31.3%	29.2%	21.7%	25.4%	30.7%	28.6%	29.6%
ח	34.9%	45.6%	40.2%	33.2%	35.1%	34.1%	34.4%	42.2%	38.3%
ט	41.3%	47.6%	44.5%	35.3%	32.0%	33.6%	39.6%	43.1%	41.4%
י	41.9%	48.9%	45.5%	33.8%	27.6%	30.4%	39.8%	42.9%	41.4%
יא-יב	48.6%	49.3%	48.9%	53.2%	40.3%	46.8%	50.0%	46.7%	48.3%
סה"כ	41.1%	44.8%	43.0%	40.1%	32.9%	36.4%	40.8%	41.3%	41.1%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,167	3,711	5,878	7,307	9,315	16,622

תרשים 15.1: אחוז התלמידים שנעדרו מבית הספר ליום שלם (לא בגלל מחלה או חופש) לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 15.2: אחוז התלמידים שנעדרו מבית הספר ליום שלם (לא בגלל מחלה או חופש) לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



## סיכום ומסקנות

כאמור, מסגרת בית הספר מהווה מקום מרכזי בחייהם של ילדים ובני הנוער וממלאת תפקיד מרכזי הן בחינוך הפורמלי והן בחינוך הבלתי פורמלי. חוויות חיוביות בבית הספר קשורות לרווחה נפשית וחברתית של בני הנוער, ומשפיעות גם על הימנעות מהתנהגויות סיכון. ממצאי הסקר מצביעים על שכיחות גבוהה, יחסית, של תחושות חיוביות כלפי ב"ס (כ- 67%), תחושת ביטחון בב"ס (כ- 72%) ותחושת שייכות לב"ס (כ- 70%). בקרב המגזר הערבי, ישנה שכיחות גבוהה יותר של תלמידים אשר אוהבים מאוד את ב"ס, מרגישים תחושת ביטחון ושייכות לב"ס כמו גם שכיחות נמוכה יותר של תחושת שעמום בב"ס, בהשוואה למגזר היהודי. יחד עם זאת, ניתוחי המגמות מצביעים על ירידה משמעותית בשנת 2023 בשכיחות התלמידים המדווחים כי הם אוהבים מאוד את ב"ס ועליה בשכיחות התלמידים שאינם אוהבים כלל את ב"ס, לעומת שנים 2011-2019. עוד עולה, כי מגמה זו בולטת יותר בקרב המגזר הערבי ובקרב בנות. יתרה מזאת, גם בתחושות השייכות לב"ס ובתחושת הביטחון בב"ס חלה ירידה לעומת שנת 2019, בייחוד בקרב הבנות, הן במגזר היהודי והן במגזר הערבי.

ניתוח המדדים על יחסים בין מורים לתלמידים, ובין התלמידים בכיתה, מעלה כי אחוז התלמידים המדווחים על תמיכת מורים גבוהה עומד על כ- 41%, ואחוז התלמידים המדווחים על תמיכת תלמידים גבוהה עומד על כ- 54%. גם בהיבטים הללו ניכרים הבדלים מגזריים ומגדריים משמעותיים: שכיחות הדיווח על תמיכת מורים ותמיכת תלמידים גבוהה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי בהשוואה למגזר היהודי, ובקרב בנים בהשוואה לבנות. ניכר כי, תלמידים בחברה הערבית, ובנים יותר מבנות, תופסים את היחסים בינם לבין חבריהם לכיתה, ובינם לבין הצוותים החינוכיים בבית ספרם, באופן חיובי יותר.

בהיבט התפקוד הלימודי, ממצאי הסקר מלמדים כי כ- 87% מהתלמידים חשים לחץ כלשהו מהלימודים, כאשר שכיחות הדיווח גבוהה יותר בקרב בנות. מניתוח המגמות עולה כי שכיחות התופעה בשנת הסקר הנוכחית היא הגבוהה ביותר מאז שנת 1998, נתון הבא לידי ביטוי גם בהשוואה בין-לאומית. העלייה בדיווח על תחושות הלחץ מהלימודים, יחד עם הירידה הבולטת בתפיסות החיוביות כלפי ב"ס מצביעות על צורך במתן מענה מערכתית הולם, הן בהיבט הלימודי והן בהיבט הנפשי, תוך התייחסות לפערים המגדריים והמגזריים בהיבטים הללו.

ממצאי הסקר גם מעלים כי קיימים פערים מגזריים באופן בו התלמידים תופסים את הישגיהם הלימודיים לבין הישגיהם בפועל: אחוז התלמידים שמעריכים כי המחנכ/ת שלהם חושב/ת שהם תלמידים טובים מאוד גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 44%) לעומת המגזר היהודי (כ- 34%). עם זאת, שכיחות התלמידים שלא נכשלו כלל בתעודה גבוהה יותר במגזר היהודי (כ- 63%) לעומת המגזר הערבי (כ- 49%). יתכן ופער זה קשור לנורמות תרבותיות שונות בין המגזרים ביחס לחינוך ומשמעותו.

היזמה למחקר יישומי בחינוך- האקדמיה הלאומית הישראלית למדעים. (2013). *חינוך לחברה של תרבות ודעת: תמורות במאה ה-21 והשלכותיהן. המלצות להתאמת מערכת החינוך בישראל למאה ה-21*. עורכים: עפרה ברנדס ועמנואל שטראוס. ירושלים: האקדמיה הלאומית הישראלית למדעים.

הראל-פיש, י' (2009). *חוסן נעורים: מודל אסטרטגי לצמצום אלימות והתנהגויות סיכון של בני נוער על ידי העצמת מנהלים, מורים והורים*. מכון (Well-Being International) WBI.

הראל-פיש, י' (2014). *חוסן נעורים: הטמעת אסטרטגיה יעילה למניעת התנהגויות סיכון ולקידום רווחתם של ילדים ובני נוער, בתוך: צימר, ר. ובוני-נח, ח. (עורכות), מגיעת השימוש בסמים ובאלכוהול (עמ' 69-85)*. הוצאת מוסד ביאליק, ירושלים.

Allen, K. A., Jamshidi, N., Berger, E., Reupert, A., Wurf, G., & May, F. (2022). Impact of school-based interventions for building school belonging in adolescence: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 34(1), 229-257.

Bradshaw, J., & Keung, A. (2011). Trends in child subjective well-being in the UK. *Journal of Children's Services*, 6, 4-17.

Cosma A, Stevens G, Martin G, Duinhof EL, Walsh SD, García-Moya I, Költo A, Gobina I, Canale N, Catunda C, Inchley J, de Looze M (2020) Cross-national time trends in adolescent mental well-being from 2002 to 2018 and the explanatory role of schoolwork pressure. *Journal of Adolescent Health*. 66, pp. 50-58.

Denny, S. J. et al. (2010). Do Schools Influence Student Risk-taking Behaviors and Emotional Health Symptoms? *Journal of Adolescent Health*, 48(3), 259-267.

Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools as Developmental Contexts during Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 225-241.

Fagan, M. J., Duncan, M. J., Bedi, R. P., Puterman, E., Leatherdale, S. T., & Faulkner, G. (2022). Physical activity and substance use among Canadian adolescents: Examining the moderating role of school connectedness. *Frontiers in public health*, 10, 889987.

Franco, K., Baumler, E., Torres, E. D., Lu, Y., Wood, L., & Temple, J. R. (2022). The link between school climate and mental health among an ethnically diverse sample of middle school youth. *Current psychology*, 1-11.

- García-Moya I, Brooks F, Moreno C (2020) Humanizing and conducive to learning. An adolescent students' perspective on the central attributes of positive relationships with teachers. *European Journal of Psychology of Education*. 35, pp. 1-20.
- Lampropoulou, A. (2018). Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being. *Journal of Adolescence*, 67, 12-21.
- Löfstedt P, García-Moya I, Corell M, Paniagua C, Samdal O, Välimaa R, Lyyra N, Currie D, Rasmussen M (2020) School satisfaction and school pressure in the WHO European Region and North America: an analysis of time trends (2002–2018) and patterns of cooccurrence in 32 countries. *Journal of Adolescent Health*. 66, pp. 59-S69.
- Marraccini, M. E., & Brier, Z. M. (2017). School connectedness and suicidal thoughts and behaviors: A systematic meta-analysis. *School Psychology Quarterly*, 32(1), 5.
- Monahan, K., Oesterle, S., & Hawkins, J. D. (2010). Predictors and consequences of school connectedness: the case for prevention. *The Prevention Researcher*, 17(3), 3–6.
- Morton, K. L., Atkin, A. J., Corder, K., Suhrcke, M., & Van Sluijs, E. M. F. (2016). The school environment and adolescent physical activity and sedentary behaviour: a mixed-studies systematic review. *Obesity reviews*, 17(2), 142-158.
- Walsh, S., Harel-Fisch, Y., & Fogel-Grinvald, H. (2010). Parents, teachers and peer relations as predictors of risk behaviors and mental well-being among immigrant and Israeli born adolescents. *Social Science and Medicine*, 70, 976-984.
- Waters, S., Cross, D., & Shaw, T. (2010). Does the nature of schools matter? An exploration of selected school ecology factors on adolescent perceptions of school connectedness. *British Journal of Educational Psychology*, 80, 381–402.

## מעורבות והתנדבות בקהילה

### מבוא

למעורבות והתנדבות של בני הנוער בקהילה השפעה רבה על התפתחותם הרגשית ועל עיצוב זהותם ( Fire et al., 2023; McIntosh et al., 2005). מעורבות קהילתית כוללת בתוכה מגוון פעילויות בנושאים שונים, כגון עבודה ישירה עם אנשים במצוקה (ילדים, חסרי דיור, קשישים ועוד); פעילות בעלת חשיבות לרווחה הנפשית והפיזית של האחר (סיוע במזון, דיור ומתן תמיכה); ועבודה ישירה מול גורמים שונים בשירותים הקהילתיים (Van Goethem et al., 2014). מחקרים מראים כי פעילויות והתנדבותיות בקהילה הן בעלות השפעה חזקה חיובית על התפתחותם של בני נוער המעורבים בהן (Borraccino et al., 2020; Hart et al., 2014).

זאת ועוד, ניכר כי קהילת המתנדבים היוותה מודל לחיקוי עבור בני הנוער האחרים והיא תורמת בבחינת העלאת הדימוי, המודעות והביטחון העצמי, מסייעת בהכנה לקריירה ובפיתוח קשרים חברתיים ועוד (Hardy et al., 2015). התנדבות ופעילות קהילתית מחוץ למסגרת הלימודים הפורמלית שונות מהנעשה בבית הספר, במקום העבודה או במשפחה, מכיוון שהן מאפשרות חופש ועצמאות (Blomfield & Barber, 2011). מעורבות קהילתית ממקמת בני נוער במצבים לא מוכרים וחדשים וכן בהקשרים חברתיים שמהם הם יכולים ללמוד וליישם התנהגויות ומיומנויות חיים שונות. הספרות המחקרית בנוגע למעורבות בני נוער בקהילה מראה שלהשתתפות בפעילויות חברתיות והתנדבות בקהילה יש השפעות חיוביות רבות, הן על הבריאות הפיזית והן על הבריאות הנפשית (Badura et al., 2017; Celio et al., 2011; Conway et al., 2009).

כמו כן, פעילות התנדבותית וקהילתית מנבאת הישגים לימודיים גבוהים יותר, פחות בעיות התנהגות וקשרים קהילתיים וחברתיים חזקים יותר (Haghighat et al., 2019; Kleppang & Skille, 2022). פעילות והתנדבות בקהילה מלמדת את בני הנוער להיות אחראים לעצמם ולאחרים, ועל כן נמצא שמעורבות קהילתית קשורה לתוצאות חיוביות בנוגע לתחושת מסוגלות, תפיסה עצמית חיובית ומודעות עצמית (Hart et al., 2008). מעורבות והתנדבות בקהילה תורמות לתחושת אחריות חברתית, והספרות מראה הלימה בין אחריות חברתית לבין מגוון מאפיינים, כגון התפתחות מוסרית, אמפתיה, אלטרואיזם וערכים פרו-חברתיים (Wray-Lake & Syvertsen, 2011). בדומה לכך, גם לפעילות והתנדבות במסגרת בית הספר יש השלכות חיוביות על תפקודם החברתי והאקדמי של התלמידים. פעילות קהילתית המשולבת במסגרת בית הספר מאפשרת חוויית למידה אותנטית ועצמאית יותר, המפתחת מוטיבציה והנאה מן הלימודים בקרב בני נוער (Van Goethem et al., 2014).

## מדדי מעורבות והתנדבות בקהילה

1. מדדים בנוגע למעורבות בקהילה שלא במסגרת בית ספרית:
  - א. התנדבות בקהילה שלא במסגרת בית ספרית
  - ב. סוג הפעילות ההתנדבותית שבה התלמידים מעורבים שלא במסגרת בית ספרית
  - ג. תדירות הפעילות ההתנדבותית בקהילה שלא במסגרת בית ספרית
2. תלמידים שחברים בתנועת נוער באופן קבוע כחניך או כמדריך (כגון בני עקיבא, הצופים והנוער העובד).
3. מעורבות בקהילה במסגרת בית ספרית.



**מעורבות בקהילה שלא במסגרת בית ספרית:**

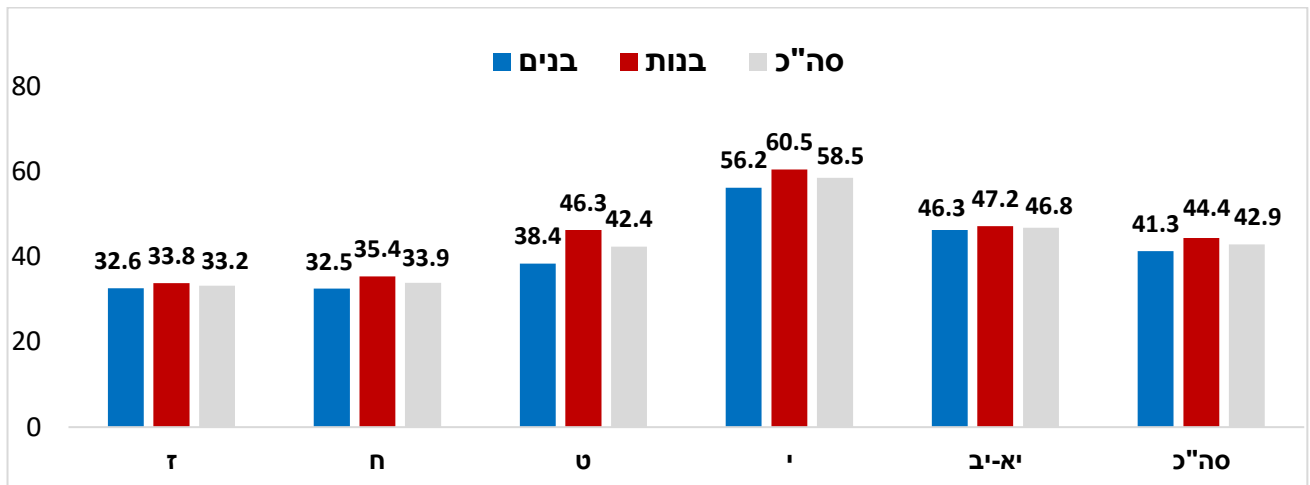
התלמידים נשאלו האם הם מעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה שלא במסגרת בית ספרית, ואם כן באיזו פעילות התנדבותית הם מעורבים, ומה התדירות בה הם עושים זאת. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שמתנדבים בקהילה שלא במסגרת מחויבות בית ספרית באופן קבוע. כמו כן, יוצגו אחוז התלמידים שמתנדבים לפחות פעם בשבוע והתפלגות סוגי הפעילות ההתנדבותית.

מלוח 1 ניתן לראות כי אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה, שלא במסגרת בית הספרית, עומד על כ- 43%. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (47%) לעומת המגזר היהודי (כ- 41%). כמו כן, במגזר הערבי, אחוז המעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה מעט גבוה בקרב הבנים לעומת הבנות (כ- 49% לעומת כ- 46%), ואילו במגזר היהודי אחוז זה גבוה יותר בקרב הבנות לעומת הבנים (44% לעומת כ- 38%). אחוז ההתנדבות בקהילה הגבוה ביותר נרשם בקרב בנים במגזר הערבי (כ- 49%) ואילו אחוז ההתנדבות בקהילה הנמוך ביותר נרשם בקרב בנים במגזר היהודי (כ- 38%).

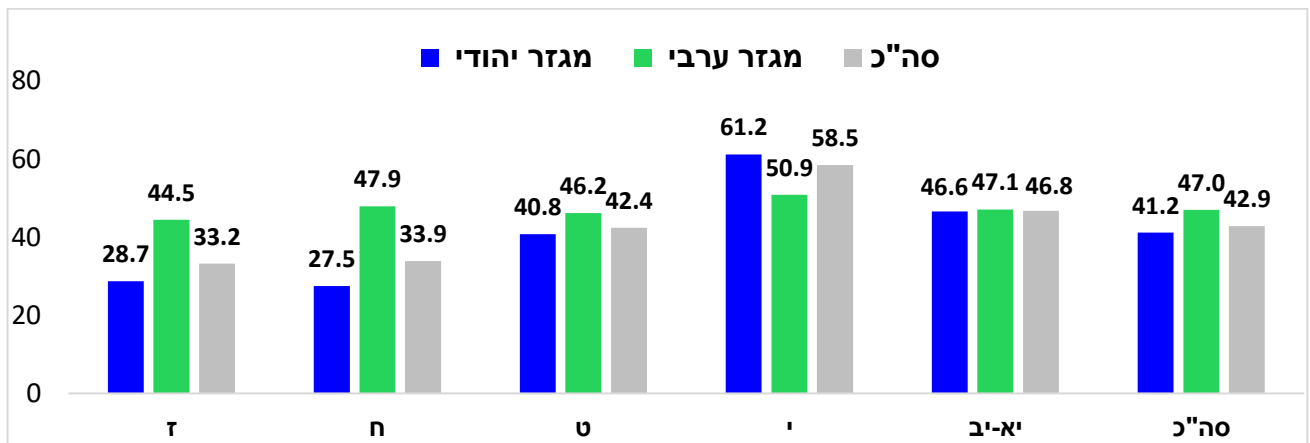
לוח 1: אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בהתנדבות בקהילה שלא במסגרת מחויבות בית ספרית, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	27.1%	30.2%	28.7%	46.2%	42.8%	44.5%	32.6%	33.8%	33.2%
ח	25.9%	29.1%	27.5%	47.0%	48.9%	47.9%	32.5%	35.4%	33.9%
ט	34.0%	47.6%	40.8%	49.4%	43.1%	46.2%	38.4%	46.3%	42.4%
י	57.9%	64.5%	61.2%	51.4%	50.5%	50.9%	56.2%	60.5%	58.5%
יא-יב	45.2%	48.1%	46.6%	49.0%	45.3%	47.1%	46.3%	47.2%	46.8%
סה"כ	38.4%	44.0%	41.2%	48.5%	45.5%	47.0%	41.3%	44.4%	42.9%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,169	3,711	5,880	7,309	9,315	16,624

תרשים 1.1: אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בהתנדבות בקהילה שלא במסגרת מחויבות בית ספרית, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2: אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בהתנדבות בקהילה שלא במסגרת מחויבות בית ספרית, לפי מגדר וכיתה:



מלוח 2 עולה כי מבין התלמידים המתנדבים בקהילה באופן קבוע שלא במסגרת בית ספרית, כ- 26% עושים זאת לפחות פעם אחת בשבוע. אחוז זה גבוה מעט יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-28%) לעומת המגזר היהודי (כ-25%).

לווח 2: אחוז התלמידים שמעורבים בהתנדבות בקהילה שלא במסגרת מחויבות בית ספרית לפחות אחת לשבוע, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	10.8%	12.9%	11.9%	23.6%	26.2%	24.9%	14.5%	16.7%	15.6%
ח	11.7%	16.9%	14.3%	29.2%	29.8%	29.5%	17.2%	21.0%	19.1%
ט	20.3%	32.1%	26.2%	26.7%	27.8%	27.3%	22.1%	30.9%	26.5%
י	42.1%	50.5%	46.4%	30.3%	33.9%	32.2%	39.1%	45.8%	42.6%
יא-יב	28.0%	29.1%	28.6%	29.5%	24.9%	27.2%	28.4%	27.9%	28.2%
סה"כ	22.6%	27.5%	25.1%	27.8%	27.5%	27.7%	24.1%	27.5%	25.8%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,169	3,711	5,880	7,309	9,315	16,624

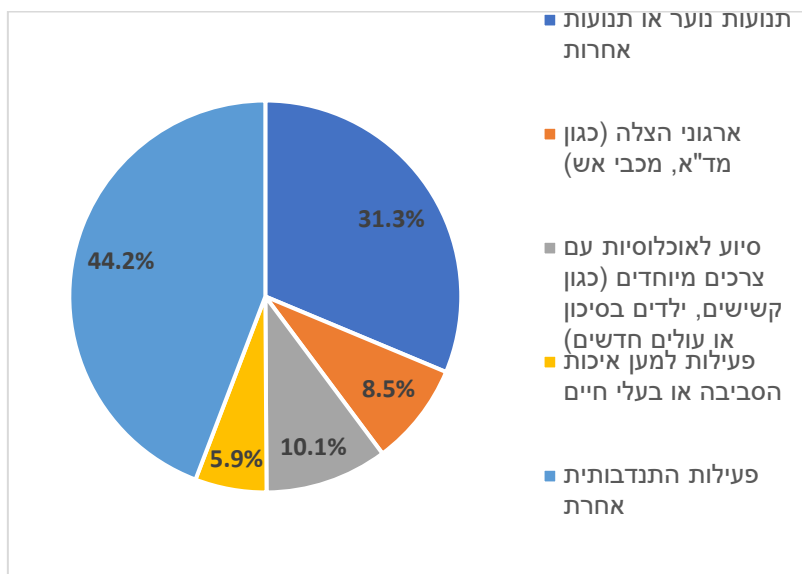
על פי לוח 3 עולה כי מרבית התלמידים המתנדבים בקהילה עושים זאת במסגרת תנועות נוער (כ- 31%) ובמסגרות התנדבותיות אחרות (כ-44%). מתרשימים 3.1 ו- 3.2 עולה כי אחוז המתנדבים במסגרת תנועות נוער גבוה משמעותית יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ- 36% לעומת כ- 21%).

לווח 3: התפלגות (באחוזים) של סוגי הפעילות ההתנדבותית שהתלמידים מעורבים בה (מבין התלמידים המתנדבים), לפי מגדר ומגזר:

סוג פעילות	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
תנועות נוער או תנועות אחרות	33.8%	37.8%	35.9%	21.4%	21.0%	21.2%	29.6%	32.7%	31.3%
ארגוני הצלה (כגון מד"א, מכבי אש)	8.5%	10.2%	9.4%	9.0%	4.2%	6.6%	8.7%	8.4%	8.5%
סיוע לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים	11.4%	10.1%	10.7%	10.7%	7.1%	8.9%	11.1%	9.2%	10.1%
פעילות למען איכות הסביבה או בעלי חיים	5.3%	4.4%	4.8%	8.8%	7.8%	8.3%	6.5%	5.4%	5.9%
פעילות התנדבותית אחרת	41.0%	37.5%	39.2%	50.1%	60.0%	54.9%	44.1%	44.2%	44.2%
סה"כ משיבים	1,878	2,467	4,345	1,065	1,726	2,791	2,943	4,193	7,136

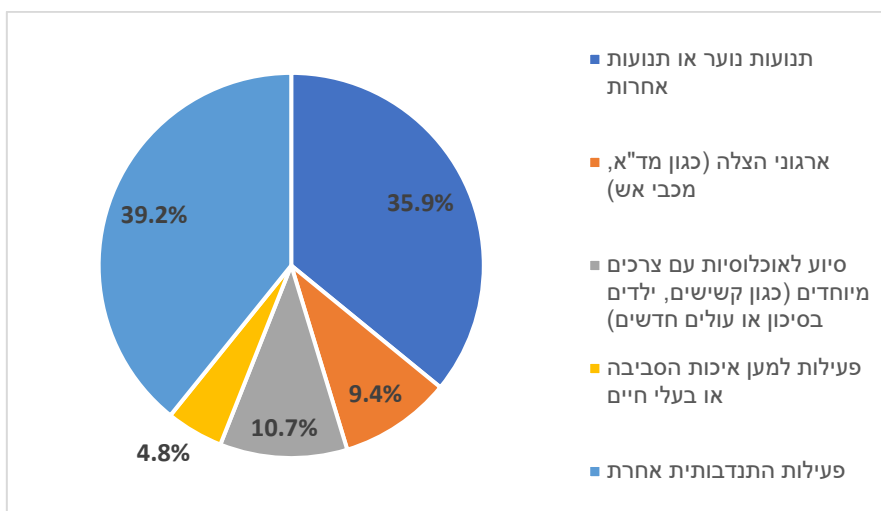
תרשים 3.1: התפלגות (באחוזים) של סוגי הפעילות ההתנדבותית שהתלמידים מעורבים בה (מבין התלמידים המתנדבים):

כלל המדגם



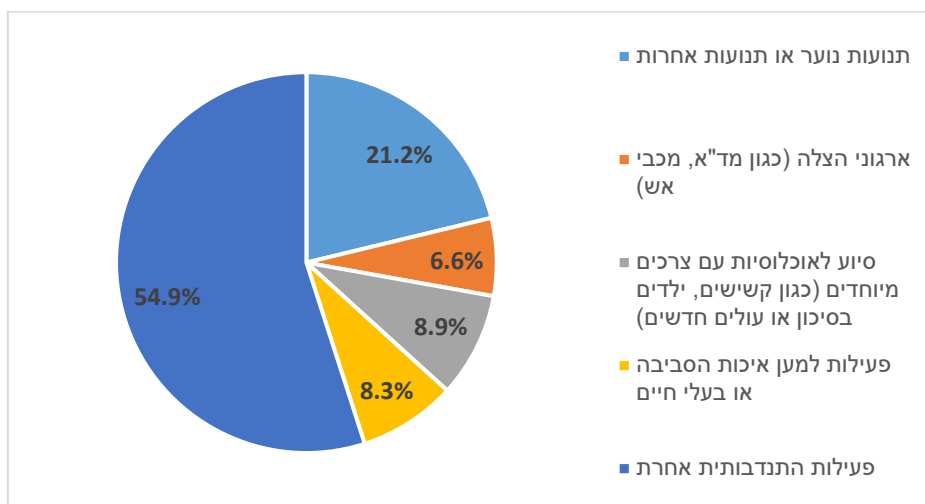
תרשים 3.2: התפלגות (באחוזים) של סוגי הפעילות ההתנדבותית שהתלמידים מעורבים בה (מבין התלמידים המתנדבים),

בקרבת המגזר היהודי:



תרשים 3.3: התפלגות (באחוזים) של סוגי הפעילות ההתנדבותית שהתלמידים מעורבים בה (מבין התלמידים המתנדבים),

**בקרב המגזר הערבי:**



**מעורבות בתנועות נוער**

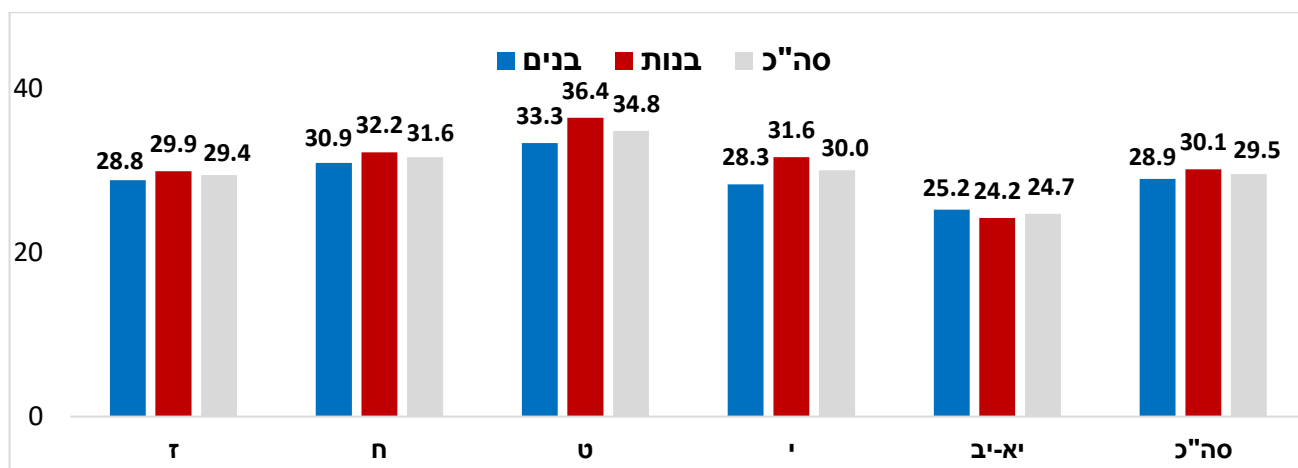
התלמידים נשאלו האם הם פעילים באופן קבוע כחניכים או מדריכים בתנועות נוער כגון בני עקיבא, הצופים והנוער העובד). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר מעורבים כחניכים או כמדריכים בתנועות הנוער.

מלוח 4 עולה כי אחוז התלמידים שפעילים כחניכים או מדריכים בתנועות נוער עומד על כ- 30%. אחוז זה גבוה מעט יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-31%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ-29%). כמו כן, בקרב תלמידים במגזר הערבי, אחוז הבנים הפעילים בתנועות נוער מעט גבוה יותר מאחוז הבנות (כ- 32% לעומת כ- 30% בהתאמה) ואילו במגזר היהודי אחוז הבנות הפעילות בתנועות הנוער מעט גבוה יותר מאחוז הבנים (כ- 30% לעומת כ- 28%).

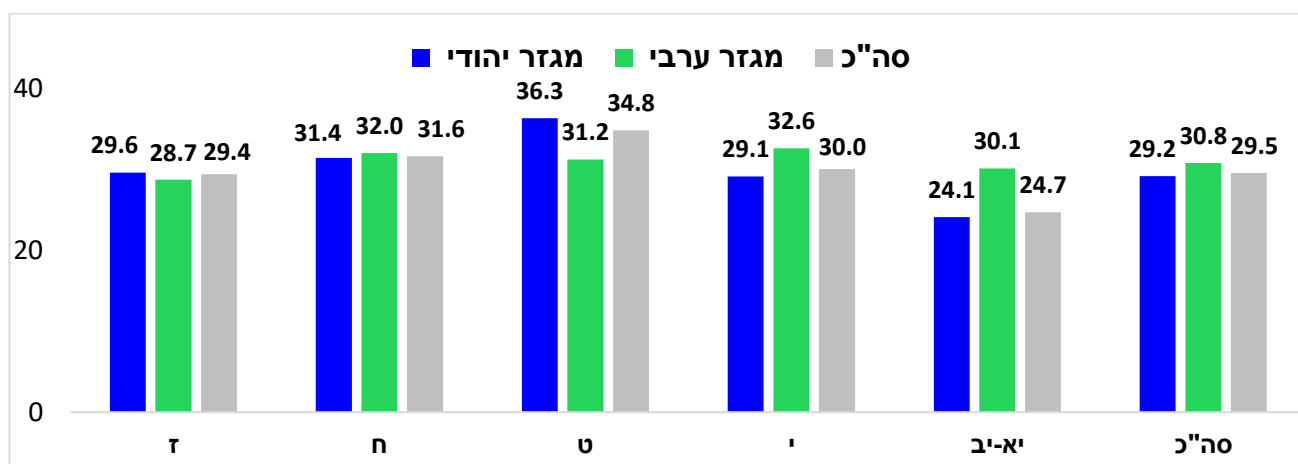
לוח 4: אחוז התלמידים שפעילים באופן קבוע כחניכים או כמדריכים בתנועות נוער לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	28.7%	30.5%	29.6%	28.9%	28.5%	28.7%	28.8%	29.9%	29.4%
ח	30.9%	31.9%	31.4%	31.1%	33.0%	32.0%	30.9%	32.2%	31.6%
ט	33.8%	38.9%	36.3%	31.9%	30.4%	31.2%	33.3%	36.4%	34.8%
י	26.9%	31.2%	29.1%	32.5%	32.7%	32.6%	28.3%	31.6%	30.0%
יא-יב	23.9%	24.3%	24.1%	38.2%	23.9%	30.1%	25.2%	24.2%	24.7%
סה"כ	28.1%	30.2%	29.2%	31.8%	29.8%	30.8%	28.9%	30.1%	29.5%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	1,926	3,397	5,323	7,535	9,509	17,044

תרשים 4.1: אחוז התלמידים שפעילים באופן קבוע כחניכים או כמדריכים בתנועות נוער, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 4.2: אחוז התלמידים שפעילים באופן קבוע כחניכים או כמדריכים בתנועות נוער, לפי מגזר וכיתה:



#### מעורבות בקהילה במסגרת בית ספרית:

התלמידים נשאלו באם הם מעורבים בפעילות התנדבותית בקהילה במסגרת בית ספרית (במסגרת מחויבות אישית/מעורבות חברתית). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר השיבו בחיוב במדד זה.

עיון בלוח 5 מעלה כי אחוז התלמידים שמעורבים בפעילות במסגרת בית הספר עומד על כ- 49%. נתון זה גבוה מעט יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 53%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ-48%). כמו כן, במגזר הערבי, אחוז הבנים שמתנדבים במסגרת בית ספרית מעט גבוה מאחוז הבנות (54% לעומת כ- בהתאמה 51%) ואילו במגזר היהודי, אחוז הבנים שמתנדבים במסגרת בית ספרית נמוך מאחוז הבנות (כ- 46% לעומת כ-50% בהתאמה).

לווח 5: אחוז התלמידים שמעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה במסגרת בית ספרית לפי מגדר, מגזר

וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	45.2%	47.7%	46.3%	73.0%	70.4%	72.0%	50.4%	49.2%	49.9%
ז	33.5%	34.6%	34.1%	51.8%	59.2%	55.5%	38.8%	41.6%	40.2%
ח	30.9%	32.1%	31.5%	55.9%	56.9%	56.4%	38.1%	39.4%	38.8%
ט	33.0%	42.7%	37.8%	50.4%	49.3%	49.9%	38.0%	44.6%	41.3%
י	66.5%	73.3%	69.9%	53.3%	52.9%	53.1%	62.7%	67.5%	65.1%
יא-יב	57.9%	60.5%	59.2%	52.2%	40.5%	46.4%	56.2%	54.6%	55.4%
סה"כ	45.8%	49.7%	47.7%	54.0%	51.1%	52.6%	48.1%	50.1%	49.1%
סה"כ משיבים	6,437	6,783	13,220	2,691	4,287	6,978	9,128	11,070	20,198

## סיכום ומסקנות

התנדבות בקהילה משמשת גורם חוסן המגן מפני התנהגויות סיכון ותורם להעלאת הדימוי והביטחון העצמי של בני הנוער, ומכאן החשיבות הרבה שבעידוד תלמידים להשתלב ולתרום לקהילה בה הם חיים. ממצאי הסקר מלמדים כי שכיחות התלמידים שפעילים כחניכים או מדריכים בתנועות נוער עומדת על כ- 30%, ושכיחות התלמידים שמעורבים באופן קבוע בפעילות התנדבותית בקהילה נעה בין כ- 43% לכ- 49%. עוד עולה, שאחוז ההתנדבות גבוה במיוחד בקרב בנים מהמגזר הערבי בהשוואה לבנים מהמגזר היהודי. כמו כן, אחוז המתנדבים במסגרת של תנועות נוער גבוה משמעותית יותר בקרב המגזר היהודי לעומת המגזר הערבי, ואילו במגזר הערבי ישנה שכיחות גבוהה יותר של התנדבות במסגרות התנדבותיות שאינן ספציפיות. הבדלים אלה יכולים אולי להעיד על פערים מגזריים בתפיסה של מחויבות ומעורבות בקהילה. יחד עם זאת, הנתונים מלמדים כי רק כ- 26% מהתלמידים המתנדבים, עושים זאת בתדירות של לפחות אחת לשבוע. בהינתן ההשפעה החיובית של מעורבות קהילתית על רווחת בני הנוער, הממצאים מצביעים על הנחיצות לעודד פעילות התנדבותית, הן במסגרת בית ספרית והן מחוצה לו, בייחוד בקרב בנים מהמגזר היהודי.



- Badura P, Sigmundova D, Sigmund E, Geckova AM, van Dijk JP, Reijneveld SA (2017) Participation in organized leisure-time activities and risk behaviors in Czech adolescents. *International Journal of Public Health*. 62(3), pp. 387-396.
- Blomfield, C. J., & Barber, B. L. (2011). Developmental Experiences During Extracurricular Activities and Australian Adolescents' Self-Concept: Particularly Important for Youth from Disadvantaged Schools. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(5), 582-594.
- Borraccino A, Lazzeri G, Kakaa O, Badura P, Bottigliengo D, Dalmaso P, Lemma P (2020) The contribution of organised leisure-time activities in shaping positive community health practices among 13-and 15-year-old adolescents: Results from the Health Behaviours in School-Aged Children study in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(18), pp. 1-12.
- Celio, C. I., Durlak, J., & Dymnicki, A. (2011). A meta-analysis of the impact of service-learning on students. *Journal of Experiential Education*, 34, 164–181.
- Conway, J. M., Amel, E. L., & Gerwien, D. P. (2009). Teaching and learning in the social context: A meta-analysis of service-learning's effects on academic, personal, social, and citizenship outcomes. *Teaching of Psychology*, 36, 233–245.
- Fire G., Barak S., Hail S., Carmi T., Ben-Meir L., Giladi A., Harel-Fisch Y.& Tesler R., 2023, After School: Volunteering in Community Emergency Services and Substance Use Among Israeli Adolescents. *Psychology in the Schools*, p.1-13. <http://doi.org/10.1002/pits.22878>
- Haghighat MD, Knifsend CA (2019) The longitudinal influence of 10th grade extracurricular activity involvement: Implications for 12th grade academic practices and future educational attainment. *Journal of Youth and Adolescence*. 48(3), pp. 609-619.
- Hardy, S. A., Dollahite, D. C., Johnson, N., & Christensen, J. B. (2015). Adolescent motivations to engage in pro-social behaviors and abstain from health-risk behaviors: A self-determination theory approach. *Journal of Personality*, 83(5), 479-490.

- Hart, D., Matsuba, M. K., & Atkins, R. (2008). The moral and civic effects of learning to learning. In L. P. Nucci & D. Narvaez (Eds.), *Handbook of moral and character education* (pp. 484–499). New York: Routledge.
- Hart, D., Matsuba, M. K., & Atkins, R. (2014). Civic engagement and child and adolescent well-being. In: A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frones, & J. E. Korbin (Eds.), *Handbook of child well-being: Vol. 2. Theories, methods and policies in a global perspective* (pp. 957–976). Dordrecht, Netherlands: Springer.
- Kleppang, A. L., & Skille, E. Å. (2022). Leisure-Time Activities in Different Contexts and Depressive Symptoms in Norwegian Adolescents: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10769.
- McIntosh, H., Metz, E., & Youniss, J.(2005). *Community Service and Identity Formation in Adolescents*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, pp. 550.
- Van Goethem, A., Van Hoof, A., Orobio de Castro, B., Van Aken, M., & Hart, D. (2014). The Role of Reflection in the Effects of Community Service on Adolescent Development: A Meta-Analysis. *Child Development*, 85, 2114–2130.
- Wray-Lake, L., & Syvertsen, A. K. (2011). The developmental roots of social responsibility in childhood and adolescence. In: C. A. Flanagan & B. D. Christens (Eds.), *Youth civic development: Work at the cutting edge. New Directions for Child and Adolescent Development*, 134, 11–25.

## דפוסי בילוי ואינטראקציה עם חברים

### מבוא

הדרך שבה חווים בני הנוער את גיל ההתבגרות מושפעת מהסביבה שבה הם חיים ומתפתחים בה. גורמים משמעותיים כגון משפחה, בית הספר, קבוצת השווים וסביבת המגורים, מסייעים בעיצוב ההתפתחות של בני הנוער. על מנת לפתח זהות חברתית, במיוחד בתקופת גיל הנעורים, תחושת שייכות, קבלה ורווחה, ההשתלבות החברתית חשובה ומשמעותית ביותר (Schwartz-Mette et al., 2020; Wentzel et al., 2012). על פי מחקרים, בין הגילאים 13-15, מתבגרים עוברים תהליכים נוירו-פסיכולוגיים משמעותיים, אשר משפיעים על דרך קבלת ההחלטות שלהם. לקבוצת השווים ישנה משמעות רבה בחייהם והם מפלסים את דרכם בין הרצון להשתייך לבין הרצון להיות ייחודיים. בנוסף, אל מול ההורים נעשית בחינה מתמדת של גבולות (בוניאל-נסים, 2018; Kidron & Rudkin, 2017).

קיומם או היעדרם של חברים עלול להוות גורם מכריע בהסתגלות החברתית. צעירים עם מספר רב של חברים מפגינים הסתגלות רבה יותר ומסוגלות חברתית גבוהה יותר מאשר צעירים ללא חברים. נוסף על כך, בני נוער המדווחים על מספר רב של חברים מדווחים גם על רמות גבוהות יותר של הערכה עצמית ושביעות רצון מהחיים (Litwack et al., 2012). לעומת זאת, מחקרים מצאו סבירות גבוהה יותר שבני נוער החשים בודדים, יפתחו התנהגויות סיכון לבריאות, כגון עישון ושתיית אלכוהול, הפרעות אכילה, עבריינות ובריונות (Laursen & Hartl, 2013; Shapiro et al., 2022).

בני נוער הנהנים מאינטראקציות חיוביות עם חברים, חווים רווחה רגשית גבוהה וכן הסתגלות רגשית, אקדמית וחברתית, גבוהה יותר מאלו שאין להם אינטראקציות חברתיות חיוביות (Wentzel et al., 2012). בדומה לכך, להשתתפות במסגרות חברתיות שונות (כמו חוגים, תנועת נוער) יש השלכות חיוביות על הבריאות והרווחה הנפשית של צעירים (Zambon et al., 2010). אמנם, אינטראקציה חברתית נמצאה בספרות המחקר כקשורה לתפקוד אקדמי והסתגלות פסיכולוגית (Lonardo et al., 2009), אך אופייה הייחודי של קבוצת השווים ותת-התרבות הנוצרת בתוכה הן שיכריעו אם תהווה הקבוצה גורם חוסן או סיכון.

על כן, לצד היותה של קבוצת השווים מקור לתמיכה חברתית וגורם המגן מפני בדידות, היא עלולה להשפיע לרעה ולהביא לידי התנהגויות שלעתיים חותרות תחת ההתפתחות התקינה (Wentzel et al., 2012). התנהגויות אלו כוללות בין השאר בריונות, נשיאת נשק, שימוש בחומרים ממכרים ועד הפרעות נפשיות (Kirsch & Lippard, 2022). תהליך ההשפעה אינו בהכרח מודע; חברי הקבוצה אינם מתכוונים להשפיע לרעה על חבריהם, אך הם עוסקים בפעילויות ובהתנהגויות מסוכנות שמעודדות לכך את חברי הקבוצה האחרים (Dishion & Tipsord, 2011).

ניכר כי בכוחה של קבוצת השווים להשפיע על התנהגויות שונות של סיכון לבריאות, מעבר להשפעה ההורית או להשפעתם של מאפיינים אחרים כמו דימוי עצמי והערכה עצמית. כך, למשל, נמצא כי בקרב בני נוער קבוצת השווים משחקת תפקיד משמעותי ביותר בצריכת אלכוהול, כך שהכמות והתדירות של שתיית אלכוהול נוטה להיות דומה בקרב חברי הקבוצה (Chaput-Langlois et al., 2022; Mercken et al., 2012). ניתן לומר, כי מתקיימת השפעה הדדית בין היחיד לקבוצה:

מצד אחד, בני נוער בעלי נטייה לחיפוש ריגושים ולאמפולסיביות יתחברו עם בני נוער בעלי מרכיבי אישיות דומים לשלהם ויעסקו יחד בהתנהגויות לשם סיפוק הריגושים (Romer & Hennessy, 2007). מצד שני, פעילויות הפנאי שבהן מעורבים חברי קבוצת השווים משפיעות על היחסים בתוך הקבוצה, על ההסתגלות הפסיכולוגית של החברים בה ועל התוצאות ההתפתחותיות שלהם (Dishion & Tipsord, 2011; Longmore et al., 2022).

### **מדדי בילוי ואינטראקציה עם חברים**

1. **מדדי מחוברות חברתית:** תמיכת חברים.

2. **תחושת בדידות חברתית**

3. **תדירות בילוי עם חברים:**

א. בילוי עם חברים בשעות אחה"צ

ב. בילוי עם חברים בשעות הערב

## ממצאים עיקריים

### מחברות חברתית

התלמידים התבקשו לסמן עד כמה הם מסכימים להיגדים הבאים: א) חבריי באמת מנסים לעזור לי ; ב) אני יכול לסמוך על חבריי כשדברים משתבשים; ג) יש לי חברים איתם אני יכול לחלוק את רגעי השמחה והעצב שלי; קל לי לשוחח עם חבריי על דברים שמטרידים אותי. סולם המענה נע מ-1 (בהחלט לא מסכים) ל-7 (מסכים בהחלט). לכל תלמיד חושב ממוצע של ארבע השאלות, כאשר ממוצע 5.5 ומעלה מעיד על מחוברות חברתית גבוהה (בהתאם לפרוטוקול הבינלאומי).

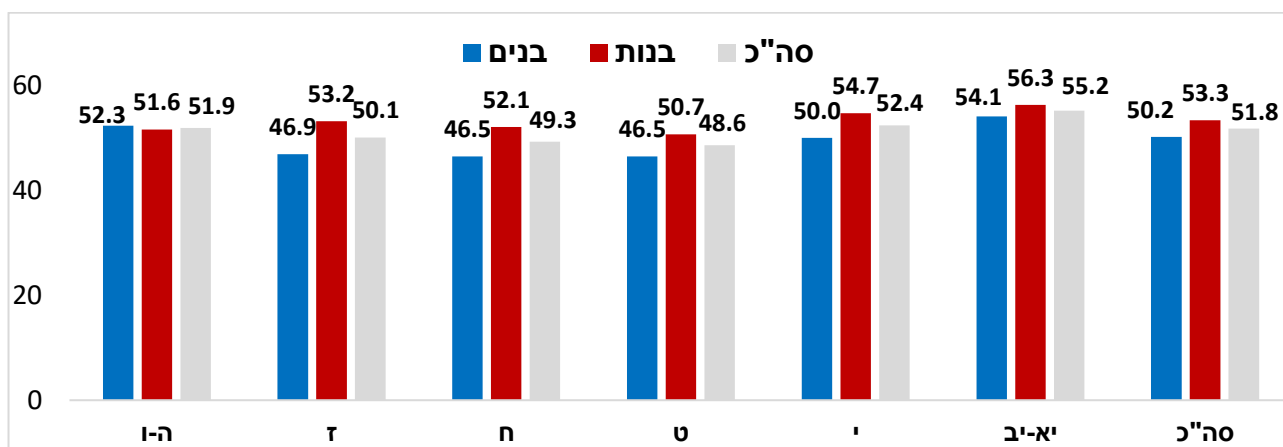
הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים בעלי מחוברות חברתית גבוהה, וכן טבלת מסכמת הכוללת את אחוז התלמידים שסימנו כי הם מסכימים (מסכים, מסכים במידה רבה, מסכים בהחלט) בכל היגד.

נתוני לוח 1 מלמדים שכ-52% תלמידים בעלי מחוברות חברתית גבוהה. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-54%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ-47%). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים בעלי מחוברות חברתית מדווח בקרב בנות במגזר היהודי (כ-56%). עוד עולה כי בקרב תלמידי כיתות יא-יב במגזר היהודי נרשם האחוז הגבוה ביותר של בעלי מחוברות חברתית (כ-59%).

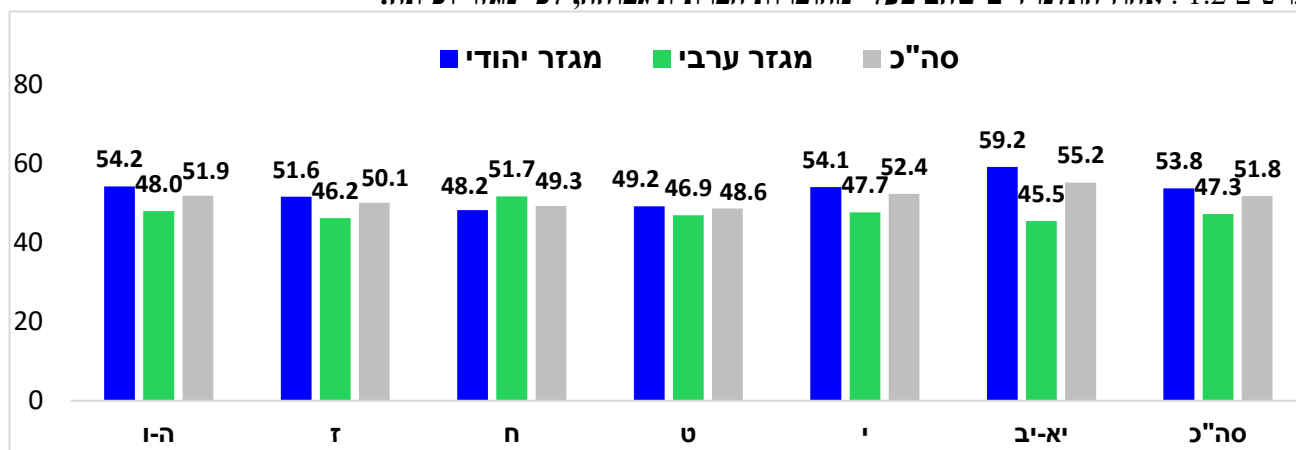
לוח 1 : אחוז התלמידים שהם בעלי מחוברות חברתית גבוהה, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	53.2%	54.9%	54.2%	50.8%	45.4%	48.0%	52.3%	51.6%	51.9%
ז	47.9%	55.3%	51.6%	44.4%	47.9%	46.2%	46.9%	53.2%	50.1%
ח	45.2%	51.3%	48.2%	49.5%	53.8%	51.7%	46.5%	52.1%	49.3%
ט	46.0%	52.5%	49.2%	47.6%	46.2%	46.9%	46.5%	50.7%	48.6%
י	50.1%	58.0%	54.1%	49.5%	46.1%	47.7%	50.0%	54.7%	52.4%
יא-יב	57.7%	60.7%	59.2%	45.4%	45.6%	45.5%	54.1%	56.3%	55.2%
סה"כ	51.3%	56.2%	53.8%	47.7%	46.9%	47.3%	50.2%	53.3%	51.8%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 1.1: אחוז התלמידים שהם בעלי מחוברות חברתית גבוהה, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2: אחוז התלמידים שהם בעלי מחוברות חברתית גבוהה, לפי מגזר וכיתה:

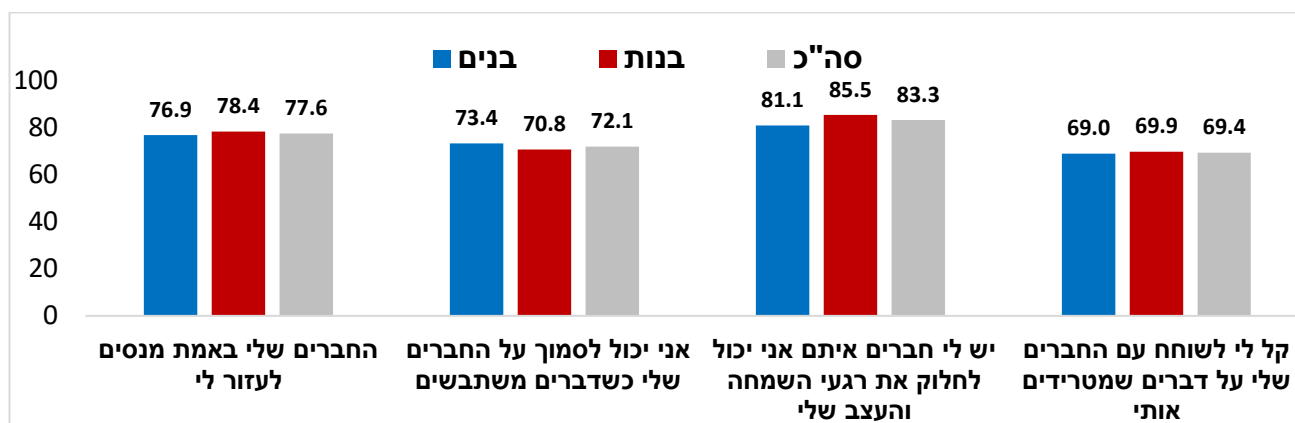


מלוח 2 עולה כי אחוז גבוה יותר של התלמידים שמסכימים כי יש להם חברים שהם יכולים לחלוק עמם את רגעי השמחה והעצב גבוה יותר (כ- 83%) לעומת אחוז התלמידים שמסכימים כי קל להם לשוחח עם החברים שלהם על דברים שמטרידים אותם (70%). עוד עולה כי אחוז התלמידים המסכימים כי הם יכולים לסמוך על החברים שלהם כשדברים משתבשים גבוה יותר בקרב המגזר היהודי (כ- 75%) לעומת המגזר הערבי (כ- 65%).

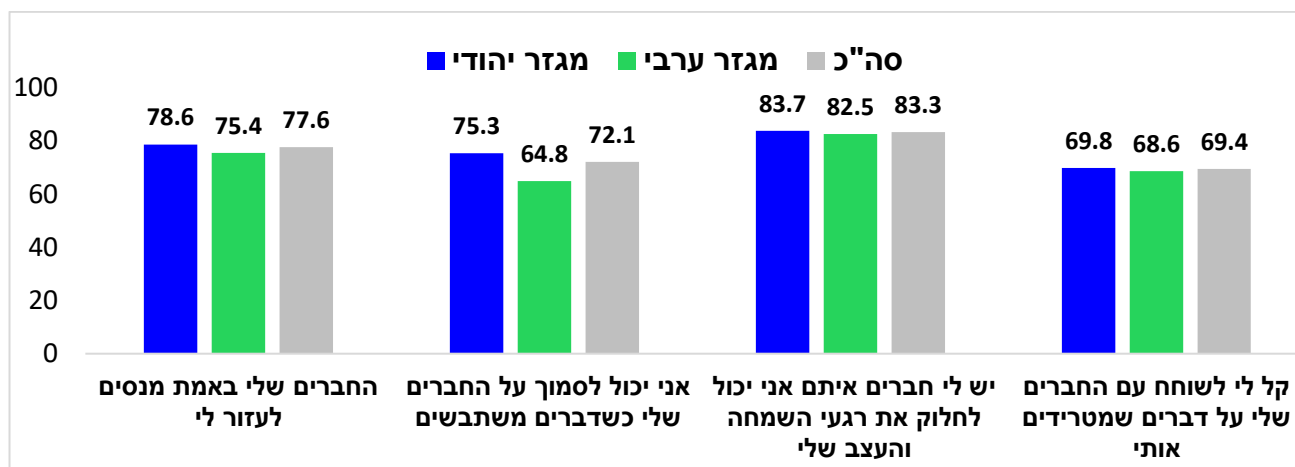
לוח 2 : אחוז התלמידים שדיווחו כי הם מסכימים בכל היגד במדד מחוברות חברתית, לפי מגדר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ			
77.6%	78.4%	76.9%	75.4%	74.8%	76.1%	78.6%	80.0%	77.2%	החברים שלי באמת מנסים לעזור לי
72.1%	70.8%	73.4%	64.8%	61.9%	67.7%	75.3%	74.7%	75.8%	אני יכול לסמוך על החברים שלי כשדברים משתבשים
83.3%	85.5%	81.1%	82.5%	84.3%	80.7%	83.7%	86.1%	81.2%	יש לי חברים איתם אני יכול לחלוק את רגעי השמחה והעצב שלי
69.4%	69.9%	69.0%	68.6%	68.4%	68.7%	69.8%	70.5%	69.1%	קל לי לשוחח עם החברים שלי על דברים שמטרידים אותי

תרשים 2.1 : התפלגות התלמידים שהסכימו לכל ההיגדים של תמיכת חברים, לפי מגדר:



תרשים 2.2 : התפלגות התלמידים שהסכימו לכל ההיגדים של תמיכת חברים, לפי מגזר:



**תחושת בדידות חברתית:**

התלמידים נשאלו אם קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד. הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי זה קרה להם לפחות פעם אחת.

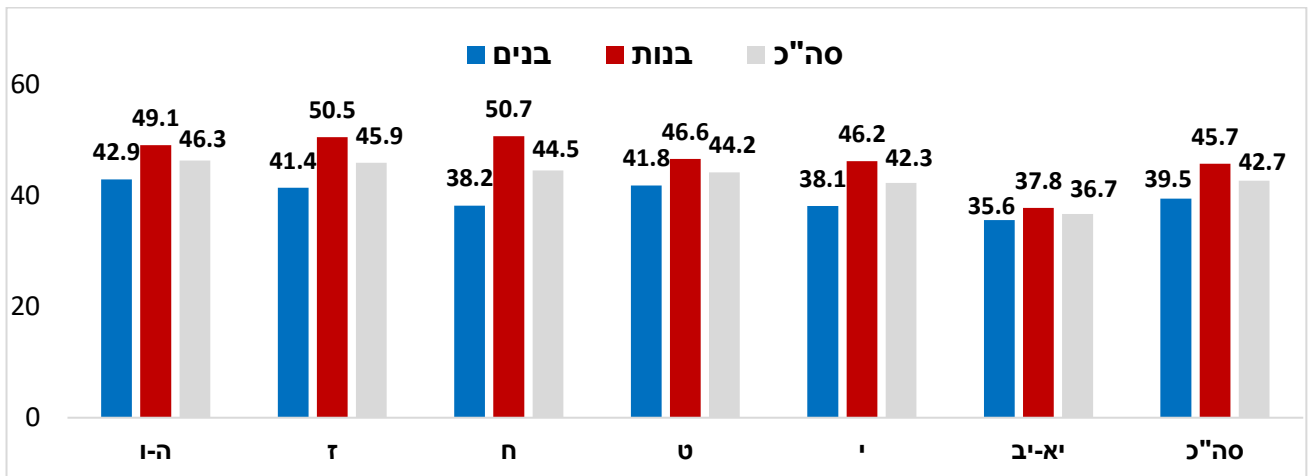
לוח 3 מלמד כי כ- 43% מהתלמידים מדווחים שקרה להם לפחות פעם אחת שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם והם מצאו עצמם לבד. ישנו פער משמעותי במדד זה בין המגזר היהודי לערבי: 47% תלמידים במגזר היהודי מדווחים כי הדבר קרה להם, לעומת כ- 33% תלמידים במגזר הערבי. נתון זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 46%) לעומת בנים (כ- 40%), וגבוה בייחוד בקרב בנות במגזר היהודי (כ- 50%). ניכרת ירידה מתונה בדיווח במדד זה עם העלייה בשכבת הגיל מכ- 46% בכיתות ה-ו לכ- 37% בכיתות יא-יב. תרשימים 3.3 ו- 3.4 מלמדים כי שנת 2023 רושמת עלייה בדיווח במדד זה (כ- 43%) לעומת שנת 2019 (כ- 36%). עוד עולה כי עלייה זו ניכרת במיוחד בקרב בנות (מכ- 37% לכ- 48%) ובמגזר היהודי (מכ- 39% לכ- 48%).

לוח 3: אחוז התלמידים שדיווחו כי קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

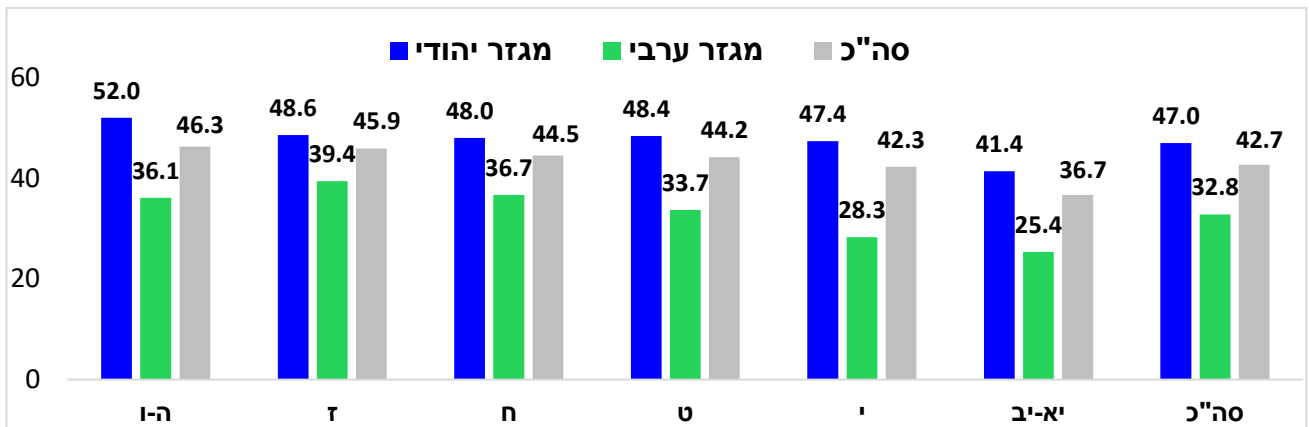
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	48.8%	54.7%	52.0%	33.1%	39.0%	36.1%	42.9%	49.1%	46.3%
ז	44.6%	52.5%	48.6%	33.5%	45.3%	39.4%	41.4%	50.5%	45.9%
ח	41.8%	54.3%	48.0%	30.4%	42.9%	36.7%	38.2%	50.7%	44.5%
ט	46.8%	50.0%	48.4%	29.3%	38.1%	33.7%	41.8%	46.6%	44.2%
י	43.5%	51.2%	47.4%	22.1%	33.5%	28.3%	38.1%	46.2%	42.3%
יא-יב	40.0%	42.8%	41.4%	25.0%	25.8%	25.4%	35.6%	37.8%	36.7%
סה"כ	44.0%	49.9%	47.0%	29.3%	36.3%	32.8%	39.5%	45.7%	42.7%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141



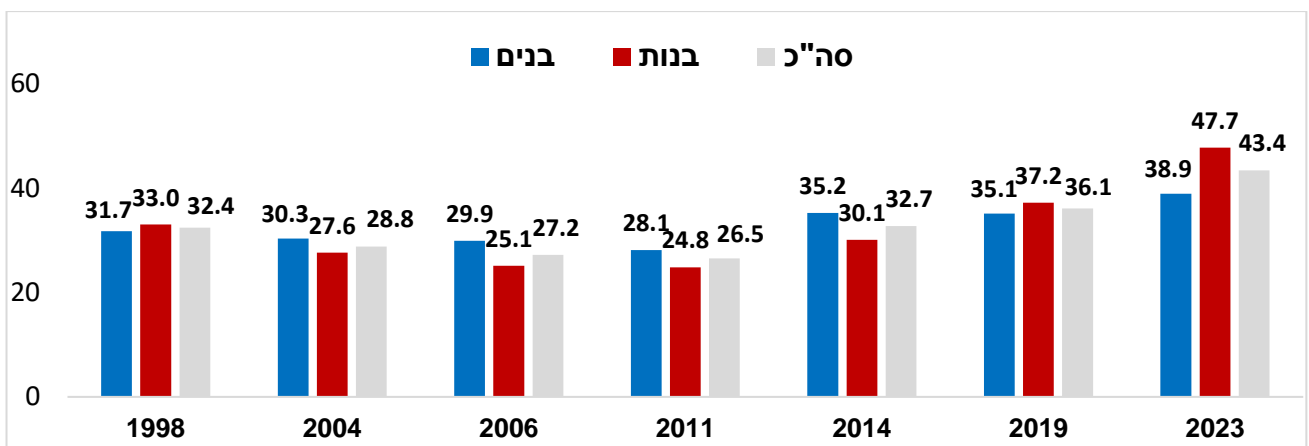
תרשים 3.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד, לפי מגדר וכיתה:



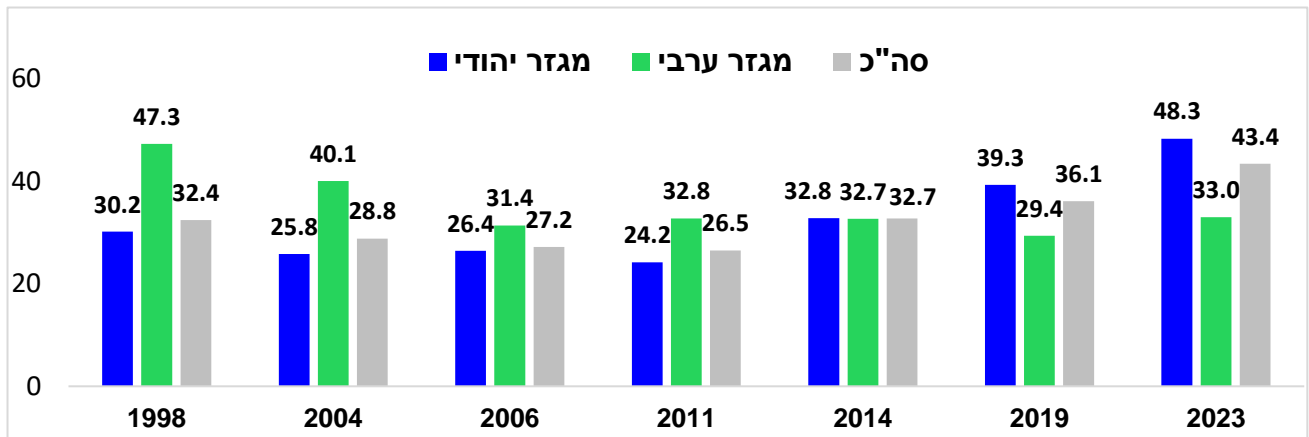
תרשים 3.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 3.3: אחוז התלמידים שדיווחו כי קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 3.4: אחוז התלמידים שדיווחו כי קרה להם שתלמידים אחרים לא רצו לבלות אתם בבית הספר או בשכונה והם מצאו את עצמם לבד, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



**תדירות בילוי עם חברים (אחר הצהריים):**

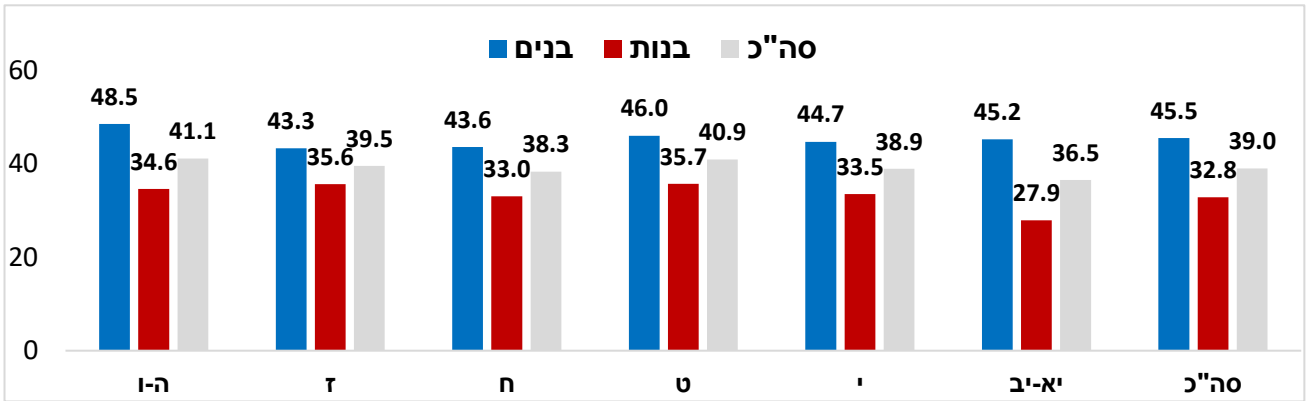
התלמידים נשאלו אם הם פוגשים את חברים אחה"צ לאחר שעות בית הספר. הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חברים אחה"צ כל יום או כמעט כל יום, וכן את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חברים אחה"צ פחות מפעם בשבוע או לעיתים נדירות בלבד.

מלוח 3 עולה כי 39% תלמידים מדווחים כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חברים אחרי הצהריים. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-43%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ-31%), וכן גבוה יותר בקרב בנים (כ-46%) לעומת בנות (כ-33%). עוד עולה כי אחוז הבנות במגזר הערבי שפוגשות את חברותיהם כל יום או כמעט כל יום אחרי הצהריים הוא נמוך באופן משמעותי בהשוואה לבנים במגזר הערבי (כ-20% לעומת כ-43%) וכן בהשוואה לבנים ולבנות במגזר היהודי. עיון בתרשימים 3.3 ו 3.4 מעלה כי אחוז התלמידים שפוגשים את חברים אחרי הצהריים באופן יומיומי עלה משמעותית בשנת 2023 לעומת שנים 2014-2019 (כ-39% לעומת כ-21%-22% בהתאמה).

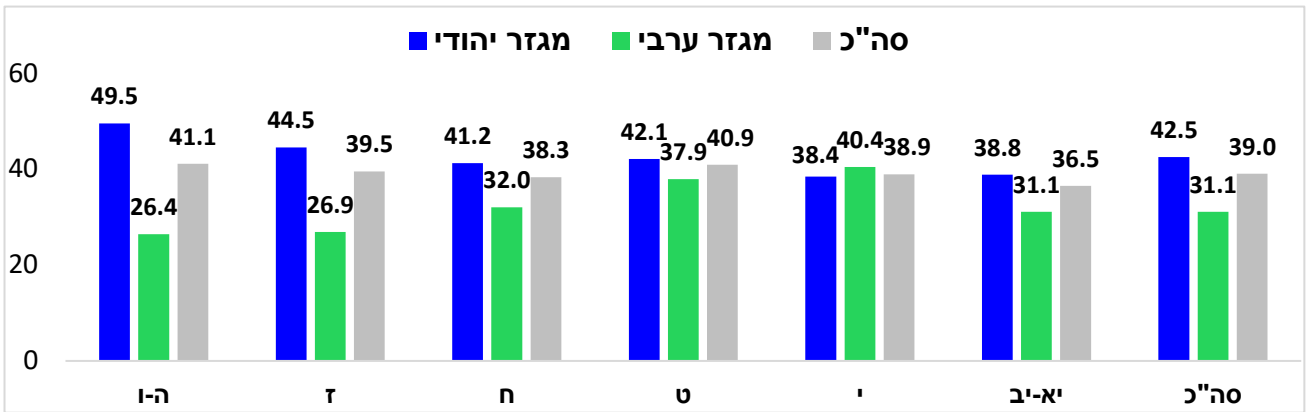
לוח 3: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חברים אחה"צ, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	56.3%	43.7%	49.5%	35.5%	17.9%	26.4%	48.5%	34.6%	41.1%
ז	45.1%	43.8%	44.5%	38.8%	14.9%	26.9%	43.3%	35.6%	39.5%
ח	43.4%	39.0%	41.2%	44.2%	20.1%	32.0%	43.6%	33.0%	38.3%
ט	43.6%	40.5%	42.1%	52.2%	23.7%	37.9%	46.0%	35.7%	40.9%
י	42.1%	34.8%	38.4%	52.4%	30.3%	40.4%	44.7%	33.5%	38.9%
יא-יב	45.6%	31.9%	38.8%	44.1%	18.0%	31.1%	45.2%	27.9%	36.5%
סה"כ	46.5%	38.6%	42.5%	43.1%	19.7%	31.1%	45.5%	32.8%	39.0%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

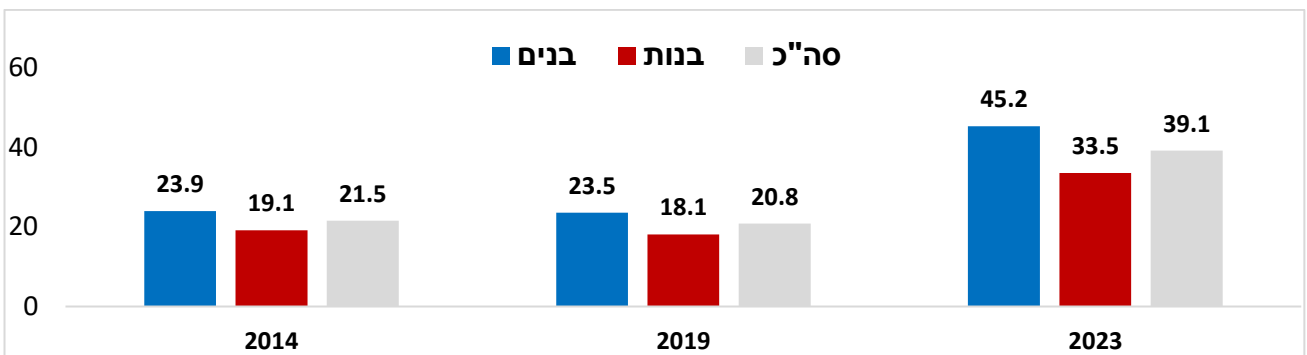
תרשים 3.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חבריהם אחה"צ, לפי מגדר וכיתה:



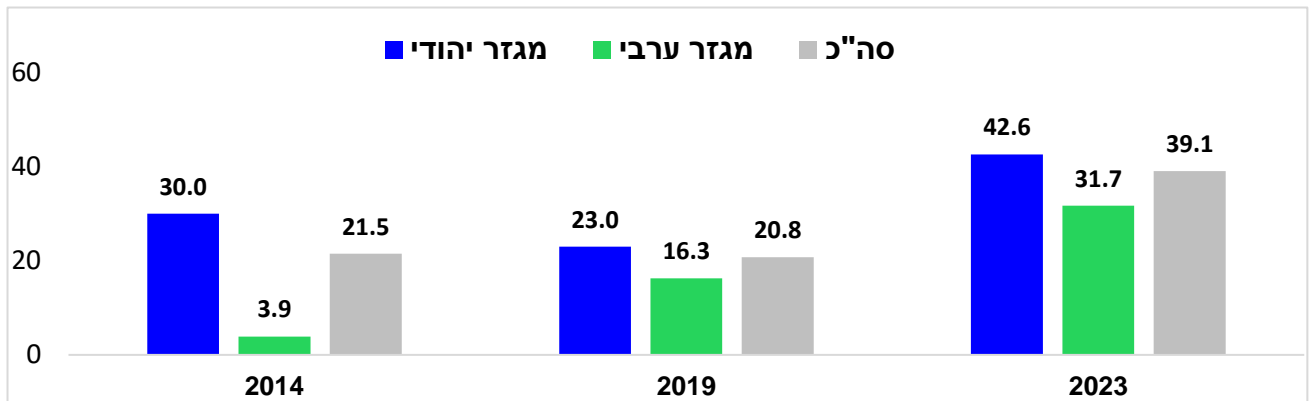
תרשים 3.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חבריהם אחה"צ, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 3.3: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חבריהם אחה"צ, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 3.4: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חבריהם אחה"צ, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):

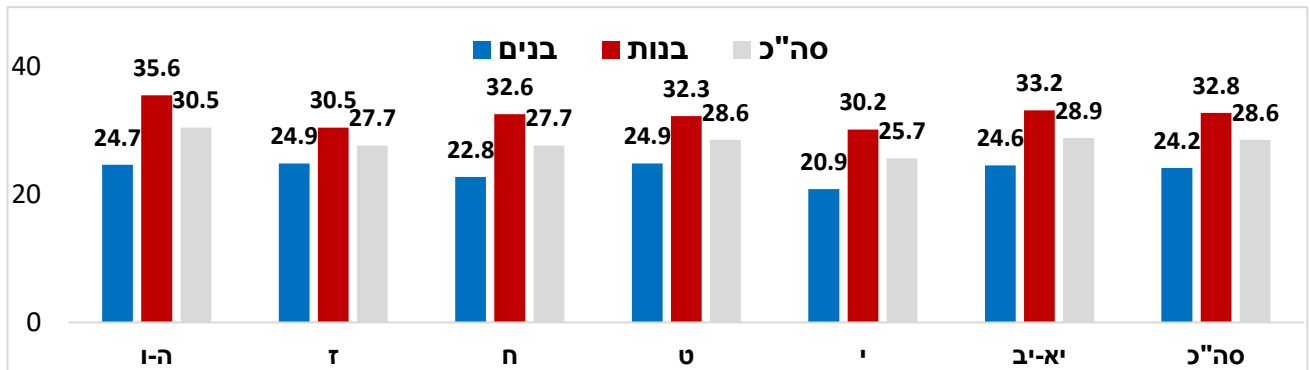


מנתוני לוח 4 עולה כי כ- 29% תלמידים כי הם פחות מפעם בשבוע לעיתים נדירות בלבד פוגשים את חבריהם אחר הצהריים. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-43%) לעומת המגזר היהודי (כ-22%), וגבוה במיוחד בקרב בנות במגזר הערבי (כ-55%).

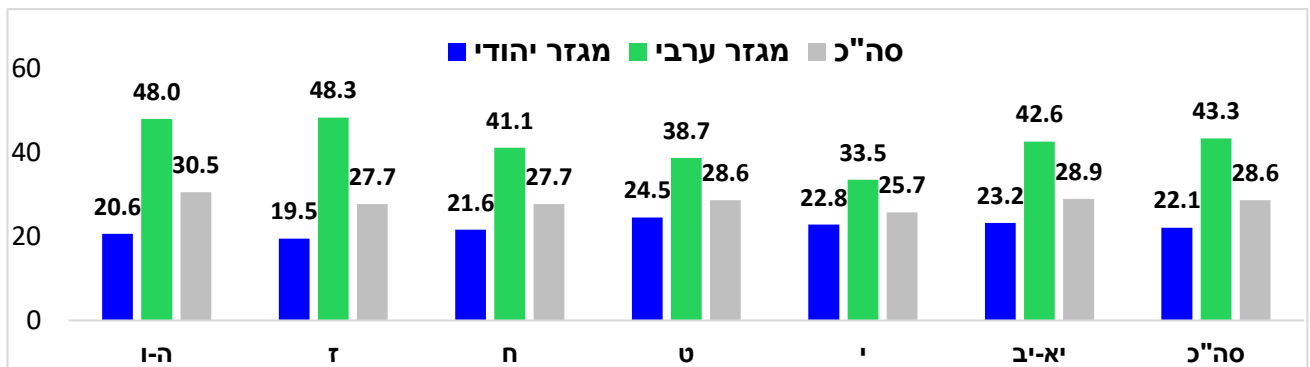
לוח 4: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים חברים אחה"צ פחות מפעם בשבוע, לפי מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	17.2%	23.4%	20.6%	37.2%	58.0%	48.0%	24.7%	35.6%	30.5%
ז	19.8%	19.1%	19.5%	37.6%	59.1%	48.3%	24.9%	30.5%	27.7%
ח	19.8%	23.3%	21.6%	29.4%	52.6%	41.1%	22.8%	32.6%	27.7%
ט	24.1%	25.0%	24.5%	26.9%	50.3%	38.7%	24.9%	32.3%	28.6%
י	20.5%	25.1%	22.8%	22.1%	43.1%	33.5%	20.9%	30.2%	25.7%
יא-יב	22.7%	23.8%	23.2%	29.2%	56.0%	42.6%	24.6%	33.2%	28.9%
סה"כ	20.9%	23.2%	22.1%	31.6%	54.6%	43.3%	24.2%	32.8%	28.6%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 4.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחה"צ פחות מפעם בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 4.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחה"צ פחות מפעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



#### תדירות בילוי עם חברים (אחרי 20:00):

התלמידים נשאלו אם הם פוגשים את חברים בערב אחרי השעה 20:00 (כיתות ז' ומעלה). הממצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 בערב כל יום או כמעט כל יום, וכן את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פחות פעם בשבוע פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 בערב.

הנתונים בלוח 5 מלמדים כי כ- 22% תלמידים פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 באופן יומיומי, כאשר נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 24%) לעומת המגזר הערבי (כ- 17%) וכן גבוה יותר בקרב בנים (כ- 27%) לעומת בנות (כ- 18%). בנות במגזר הערבי רושמות את אחוז הנמוך ביותר במדד זה (כ- 6%) בהשוואה לבנים במגזר הערבי (כ- 28%), וכן בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי. עוד עולה, כי עם העלייה בשכבת הגיל חלה עלייה באחוז התלמידים שפוגשים את חבריהם אחרי 20:00 באופן יומיומי.

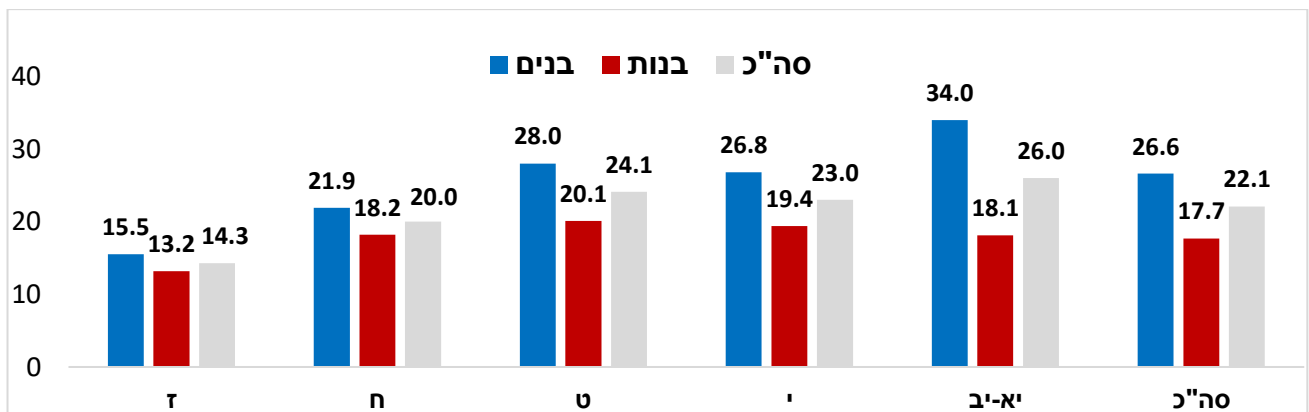
לוח 5: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום את חברים בערב אחרי השעה 20:00, לפי

מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	16.4%	16.7%	16.5%	13.2%	4.5%	8.9%	15.5%	13.2%	14.3%
ח	21.6%	24.9%	23.3%	22.4%	3.9%	13.0%	21.9%	18.2%	20.0%
ט	27.6%	25.2%	26.4%	29.1%	7.4%	18.2%	28.0%	20.1%	24.1%
י	24.0%	23.6%	23.8%	35.0%	8.7%	20.7%	26.8%	19.4%	23.0%
יא-יב	32.7%	22.6%	27.7%	37.0%	7.0%	22.0%	34.0%	18.1%	26.0%
סה"כ	25.9%	22.4%	24.1%	28.4%	6.3%	17.3%	26.6%	17.7%	22.1%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,167	3,711	5,878	7,307	9,315	16,622

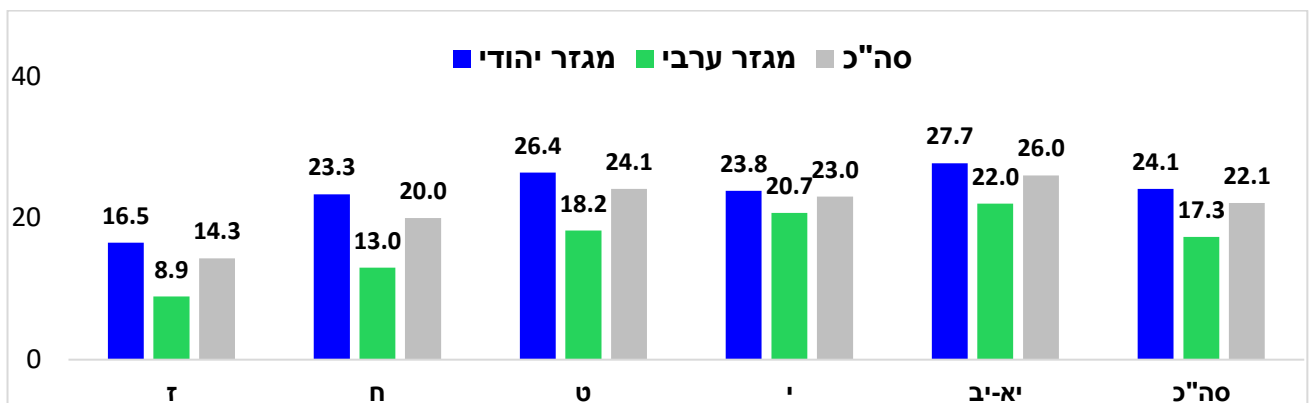
תרשים 5.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום חברים בערב אחרי השעה 20:00, לפי

מגדר וכיתה:



תרשים 5.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים כל יום או כמעט כל יום חברים בערב אחרי השעה 20:00, לפי

מגזר וכיתה:

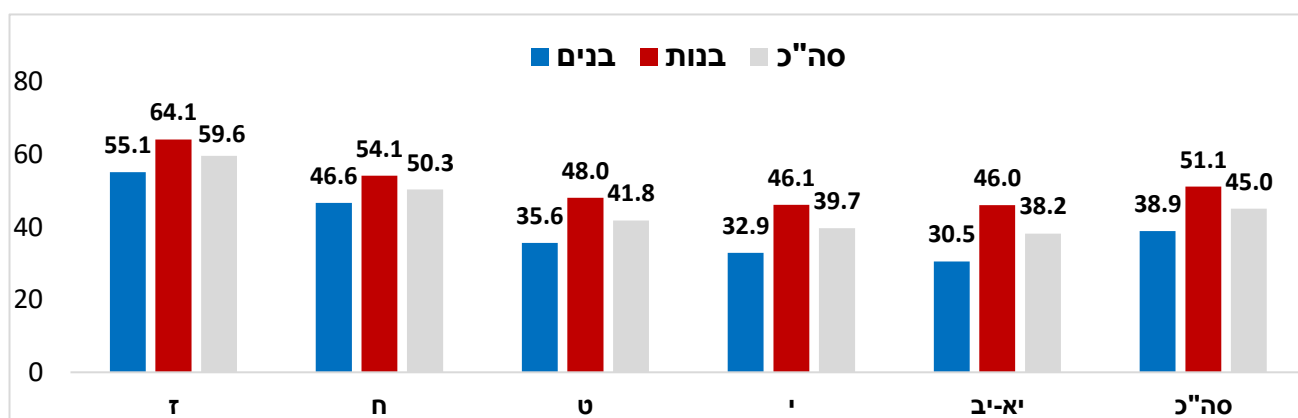


מלווה 6 עולה כי כ- 45% תלמידים מדווחים כי הם פחות מפעם בשבוע לעיתים נדירות בלבד פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-63%) לעומת המגזר היהודי (כ-38%), ובקרב בנות (כ-51%) לעומת בנים (כ-39%). כ-81% בנות במגזר הערבי מדווחות כי הן פחות מפעם בשבוע או לעיתים נדירות בלבד פוגשות חברות אחרי השעה 20:00, נתון הגבוה משמעותית מקבוצות ההשוואה של בנים במגזר הערבי (כ-45%) ושל בנות במגזר היהודי (כ-39%).

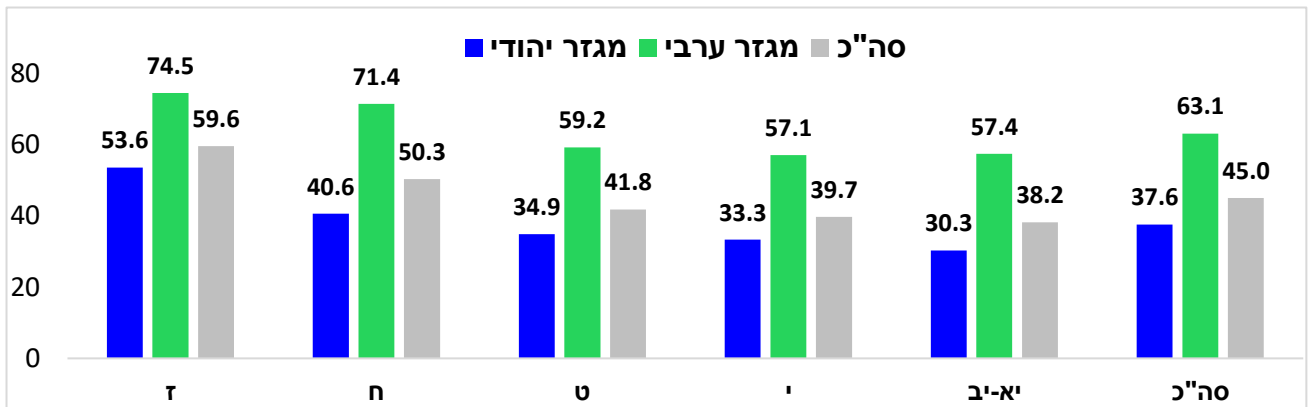
לוח 6: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 פחות מפעם בשבוע, לפי מגדר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	51.8%	55.5%	53.6%	63.5%	85.7%	74.5%	55.1%	64.1%	59.6%
ח	41.8%	39.5%	40.6%	57.2%	85.2%	71.4%	46.6%	54.1%	50.3%
ט	33.9%	35.9%	34.9%	40.1%	78.2%	59.2%	35.6%	48.0%	41.8%
י	31.2%	35.4%	33.3%	37.9%	73.2%	57.1%	32.9%	46.1%	39.7%
יא-יב	28.5%	32.2%	30.3%	35.3%	79.5%	57.4%	30.5%	46.0%	38.2%
סה"כ	36.3%	38.9%	37.6%	45.3%	80.5%	63.1%	38.9%	51.1%	45.0%
סה"כ משיבים	5,140	5,604	10,744	2,167	3,711	5,878	7,307	9,315	16,622

תרשים 6.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 פחות מפעם בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי הם פוגשים את חבריהם אחרי השעה 20:00 פחות מפעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:





כאמור, אינטראקציות חברתיות הן בעלות השלכות חיוביות על הבריאות והרווחה הנפשית של בני הנוער, וההשתלבות החברתית שלהם מהווה גורם חשוב ומשמעותי לפיתוח זהותם החברתית ותחושת שייכות וקבלה. ממצאי הסקר מלמדים שכ-52% תלמידים מדווחים על מחוברות חברתית גבוהה, כאשר השכיחות הגבוהה ביותר מדווחת בקרב בנות מהמגזר היהודי. כמו כן, שכיחות הבילוי היומיומי עם חברים בשעות אחר הצהריים עומדת על כ-39% ובשעות הערב על 22%. שכיחות המפגשים עם חברים בשעות אחר הצהריים והערב גבוהה יותר בקרב בנים, ונמוכה באופן משמעותי בקרב בנות מהמגזר הערבי. עם זאת, יש לציין, כי לעומת שנים קודמות חלה עלייה משמעותית של כ-18%, בשכיחות התלמידים שפוגשים את חבריהם אחרי הצהריים באופן יומיומי.

במדד הדיווח על בדידות חברתית עולה כי התופעה נפוצה יותר בקרב תלמידי המגזר היהודי, ובקרב בנות. ניתוח המגמות מעלה, כי בשנת 2023 חלה עלייה בדיווח במדד זה (כ-43%) לעומת שנת 2019 (כ-36%), בייחוד בקרב בנות, ובקרב המגזר היהודי. ממצאי הסקר מעלים, כי לצד העלייה המדווחת באינטראקציות החברתיות בהשוואה לשנים קודמות, חלה במקביל גם עלייה בהשתוקקות לאינטראקציות חברתיות, בייחוד בקרב בנות. יתכן כי העלייה בתדירות האינטראקציות החברתיות מחד, ובהשתוקקות להן מאידך, היא פועל יוצא של תקופת הסגרים החברתיים שנכפו על ילדים ובני הנוער בשנים 2020-2022, בעת מגפת הקורונה. מכאן עולה, כי ישנה נחיצות בפיתוח מסגרות לבנות המאפשרות אינטראקציות חברתיות בשעות אחר הצהריים והערב, תוך שימת דגש על התאמתן לבנות הן במגזר היהודי והן במגזר הערבי.

- בוניאל-נסים, מ' (2018). שימוש באינטרנט בקרב צעירים: הבחנה בין פעילות פנאי לגיטימית לבין התמכרות. מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית, 49, 109-116.
- Chaput-Langlois, S., Parent, S., Ryan, N. C., Vitaro, F., & Séguin, J. R. (2022). Friends, attachment and substance use in adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 83, 101457.
- Dishion, T. J., & Tipsord, J. M. (2011). Peer Contagion in Child and Adolescent Social and Emotional Development. *Annual review of psychology*, 62, 189-214.
- Kidron, B., & Rudkin, A. (2017). *Digital childhood: Addressing childhood development milestones in the digital environment*. Available at <https://eprints.soton.ac.uk/416911/>
- Kirsch, D. E., & Lippard, E. T. (2022). Early life stress and substance use disorders: the critical role of adolescent substance use. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 215, 173360.
- Laursen, B., & Hartl, A. C. (2013). Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of Adolescence*, 36, 1261–1268.
- Litwack, S. D., Aikins, J. W., & Cillessen, A. H. N. (2012). The Distinct Roles of Sociometric and Perceived Popularity in Friendship: Implications for Adolescent Depressive Affect and Self-Esteem. *Journal of Early Adolescence*, 32(2), 226–251.
- Lonardo, R. A., Giordano, P. C., Longmore, M. A., & Manning, W. D. (2009). Parents, friends, and romantic partners: Enmeshment in deviant networks and adolescent delinquency involvement. *Journal of Youth and Adolescence*, 38, 367-383.
- Longmore, M. A., Severeid, E. E., Manning, W. D., Giordano, P. C., Clemens, W., & Taylor, H. (2022). Adolescents' frequency of alcohol use and problems from alcohol abuse: Integrating dating partners with parent and peer influences. *Journal of youth and adolescence*, 1-15.
- Mercken, L., Steglich, C., Knibbe, R., & De Vries, H. (2012). Dynamics of friendship networks and alcohol use in early and mid-adolescence. *Journal of Studies on Alcohol & Drugs*, 73, 99-110.

- Romer, D., & Hennessy, M. A. (2007). biosocial-affect model for adolescent sensation seeking: the role of affect evaluation and peer group influence in adolescent drug use. *Society for Prevention Research, 8*, 89-101.
- Shapiro, O., Tesler, R., Barak, S., Ben-Meir, L., Giladi, A., Nissanholtz-Gannot, R., Green, G., Zwilling, M., Zigdon, A., & Harel-Fisch, Y. (2022). A Biopsychosocial Approach to Examining Alcohol Consumption among Youth during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability, 14*(22), 15035. <https://doi.org/10.3390/su142215035>
- Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of friendship experiences with depressive symptoms and loneliness in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 146*(8), 664.
- Wentzel, K. R., Donlan, A., & Morrison, D. (2012). Peer relationships and social motivational processes. In: A.M. Ryan, G.W. Ladd (Eds.), *Peer relationships and adjustment at school* (pp. 79–107). Charlotte, NC.
- Zambon, A., Morgan, A., Vereecken, C., Colombini, S., Boyce, W., Mazur, J., Lemma, P., & Cavallo, F. (2010) The contribution of club participation to adolescent health: evidence from six countries. *Journal of Epidemiology & Community Health, 64*(1), 89–95.

## תקשורת במדיה אלקטרונית

### מבוא

תופעת התקשורת האינטרנטית במדיה האלקטרונית בקרב בני נוער הינה תופעה רווחת ההולכת וגדלה (Shannon et al., 2022). זמינותם של הטלפונים החכמים והימצאותן של הרשתות החברתיות במכשירים הניידים מאפשרת זמינות גישה בלתי מוגבלת אל המדיה החברתית (בוניאל-נסים, 2018; Margo et al., 2013; Anderson & Jiang, 2018). הזמן שבני נוער מבליים הן מול מחשב והן מול טלוויזיה בא לעתים על חשבון פעילויות אחרות, כמו פעילות גופנית, וכן על חשבון דפוסי תזונה תקינים (Alonzo et al., 2021; Cox et al., 2012). השימוש הגובר של בני נוער במחשב לצרכים שונים (משחקי מחשב, גלישה באינטרנט, שיעורי בית וכו') מעלה שאלות בנוגע להשפעה על חייהם ועל התפתחותם הפיזית, הקוגניטיבית והחברתית (Parkes et al., 2013; Senekal et al., 2023). כך, למשל, עולה שאלה האם השימוש (היושבני בעיקר) המרובה במסכים מגביר את הסיכון להשמנת יתר (Arora et al., 2013; de Jong et al., 2013), לכאבי ראש וגב (Torsheim et al., 2010) ולבעיות פסיכולוגיות כגון חרדה, עצבנות, הפרעות קשב וריכוז, דיכאון ואף מחשבות וכוונות אובדניות (Arrivillaga et al., 2022; Martin, 2011; Ray & Jat, 2010).

מחקרים עדכניים בתחום מצביעים על קשרים בין שימוש כפייתי במדיה החברתית, המכונה גם התמכרות למדיה החברתית, ובין דיכאון (Arrivillaga et al., 2022; De Cock et al., 2014), ירידה באיכות השינה (Vernon et al., 2015), נדודי שינה (Cheung & Wong, 2011), שביעות רצון נמוכה מהחיים (Boniel-Nissim et al., 2015), ADHD, חרדה (Ko et al., 2009) והתנהגות אגרסיבית (Salehi & Zarei, 2016).

אחת הדאגות בקרב אנשי חינוך, טיפול ובריאות, קשורה בהיות המרחבים הווירטואליים ממכרים. בעשור האחרון, שיעור ההתמכרות לשימוש ברשת מצוי במגמת עלייה. בין הפגיעים ביותר להתמכרות מצויים מתבגרים (Brand et al., 2010; van den Eijnden et al., 2010; Lam, 2015; Kelleci & Inal, 2010; Cheever et al., 2018). באשר להתמכרות לרשתות חברתיות, ניכר כי ישנו צורך מתמיד בתחזוק הרשת החברתית באמצעות תגובה לאחרים והעלאת תכנים ותמונות. כמו כן, ככל שפעולות אלו עונות יותר על צרכים רגשיים של השתייכות, ריצוי וקבלה, כך המחויבות אליהן גוברת עד כדי תלות וחוסר יכולת להתנתק (בוניאל-נסים, 2018). למעשה, השאיפה לפופולריות גבוהה עשויה להביא את המשתמש למצב בו הוא מבלה שעות רבות ברשת וכן חושף את עצמו באופן אישי יותר ויותר (עמיחי-המבורגר, 2013).

יש המקבילים את הימצאותם של בני נוער בשעות הפנאי ברשתות חברתיות עם חברים להימצאות פיזית עם חברים בבית או במקום פומבי, ואף מצאו שתקשורת זו אפשרה להם להתחבר בצורה טובה יותר לרגשות של חבריהם (בוניאל-נסים, 2018; Lenhart et al., 2015). לפיכך, המרחב הפיזי וזה הווירטואלי מזמנים להם הזדמנות להנאה, שיח ותמיכה כמו גם בדיקת גבולות והתנסות בהתנהגויות סיכון. יחד עם זאת, בדומה להתנהגויות סיכון המתקיימות בקרב בני נוער בזמן הימצאותם במרחב הפיזי (שתיית אלכוהול, צריכת סיגריות, אלימות וכדומה), גם פעילות ברשת עלולה להיות מנוצלת לצורך התנהגות סיכון, כמו מעורבות בריונות ברשת (Smith, 2015) או כניסה יזומה לתכנים מיניים מקוונים (בוניאל-נסים, 2018; Lim et al., 2016).

עם זאת, לא ניתן לקשר את החשיפה למסכים רק עם התנהגויות שליליות, שכן מחקרים מצביעים על קשר חיובי בין שימושי מחשב, ובפרט משחקי מחשב, לבין פיתוח אוריינות מחשב והישגים לימודיים טובים (Romer et al., 2013). פעילות הפנאי באינטרנט בקרב בני נוער מהווה חלק בלתי נפרד מחייהם, היא גורמת להם להנאה ומאפשרת תיאום ויצירת קשר, תקשורת ותמיכה. כמו כן, האינטראקציה הבינאישית אשר מתקיימת ברשתות החברתיות עונה על הצורך בשייכות (אלמוג ואלמוג, 2016). פעילות פנאי באינטרנט בקרב בני הנוער מהווה מרחב נוח לביסוס הזהות שלהם באמצעות קבלת משוב תדיר והשתייכות לקבוצות חברתיות (עמיחי-המבורגר, 2013). על כן, יש למצוא דרכים לנצל את יתרונות הטכנולוגיות ולצמצם את האפקט השלילי, במטרה להביא להתפתחות רגשית ופיזית תקינה בגיל ההתבגרות (Ray & Jat, 2010).

### **מדדי תקשורת במדיה אלקטרונית**

1. **תקשורת אינטנסיבית במדיה אלקטרונית**
2. **שימוש בעייתי במדיה חברתית ("התמכרות" למסכים)**

**תקשורת אינטנסיבית במדיה אלקטרונית**

התלמידים נשאלו מה התדירות בה הם מדברים באמצעות האינטרנט עם האנשים הבאים (א) חברים קרובים, (ב) חברים ממעגל חברתי גדול יותר, (ג) חברים שהכירו באינטרנט אך לא הכירו קודם, (ד) אנשים אחרים שאינם חברים (למשל: הורים, אחים, חברים לכיתה, מורים).

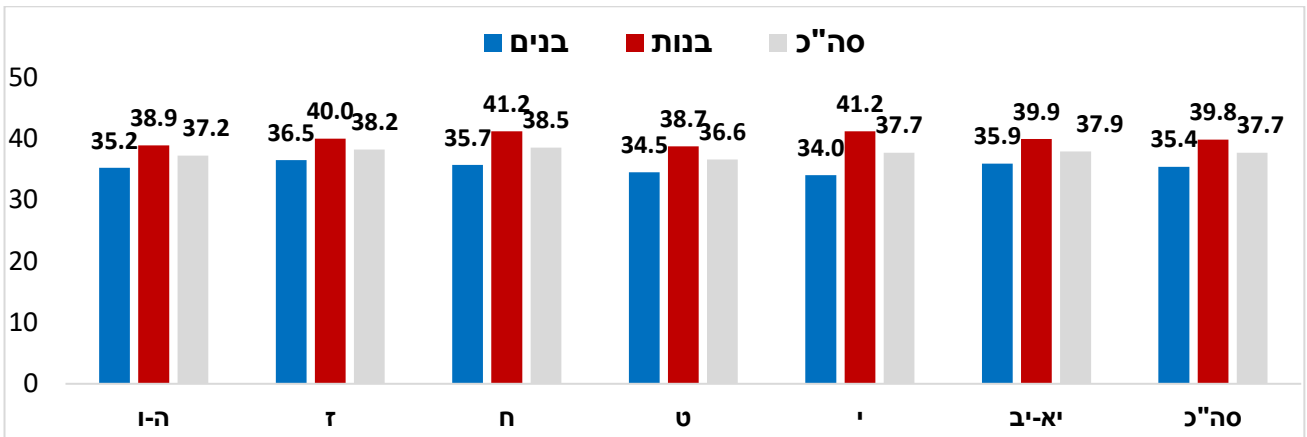
המצאים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שמדברים באמצעות האינטרנט עם לפחות אחד מהאנשים הנ"ל (, כמעט כל הזמן במהלך היום מדד תקשורת אינטנסיבית). כמו כן תוצג טבלה מסכמת עם אחוז התלמידים שמדברים באמצעות האינטרנט כמעט כל הזמן עם כל אחד מהאנשים הנ"ל.

מלוח 1 עולה כי כ- 38% תלמידים מדברים באמצעות האינטרנט כמעט כל היום עם לפחות אדם אחד. ניכר פער משמעותי בין תלמידים במגזר היהודי לבין תלמידים במגזר הערבי במדד זה: כ- 42% תלמידים במגזר היהודי מדברים באופן אינטנסיבי באינטרנט עם לפחות אדם אחד לעומת כ- 27% תלמידים במגזר הערבי. עוד עולה כי במגזר היהודי אחוז הבנות שמדברות באופן אינטנסיבי באמצעות האינטרנט גבוה מאחוז הבנים (כ- 47% לעומת כ 38%), ואילו במגזר הערבי יש מגמה הפוכה: אחוז הבנים שמדברים באופן אינטנסיבי באמצעות האינטרנט גבוה מאחוז הבנות (כ-30% לעומת 24%).

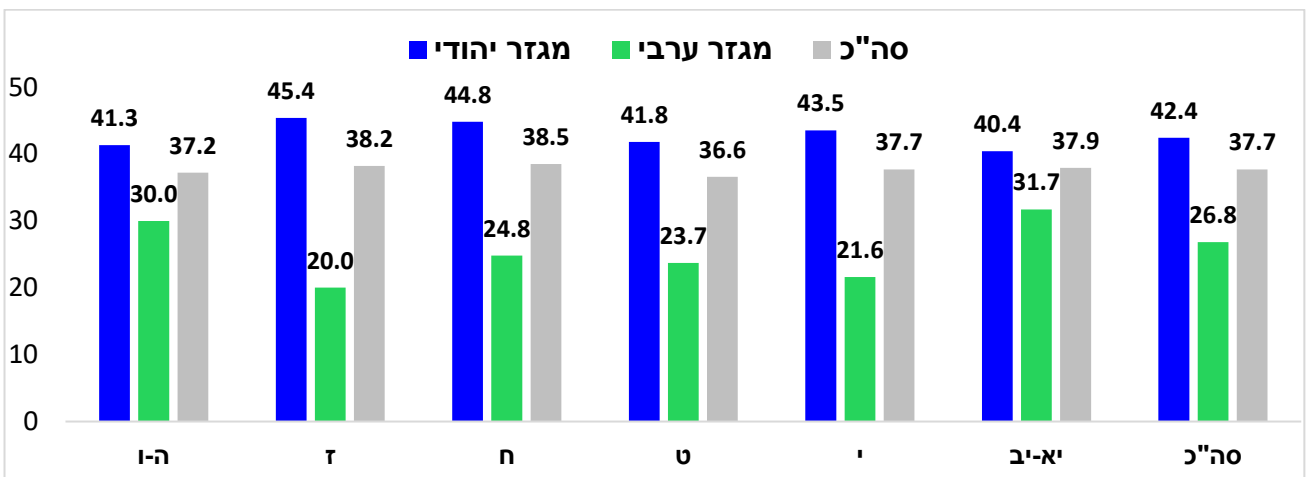
לוח 1 : אחוז התלמידים שמדברים דרך האינטרנט עם לפחות אדם אחד, כמעט כל הזמן במהלך היום (מדד תקשורת אינטנסיבית), לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	36.2%	45.6%	41.3%	33.6%	26.7%	30.0%	35.2%	38.9%	37.2%
ז	42.3%	48.6%	45.4%	21.8%	18.2%	20.0%	36.5%	40.0%	38.2%
ח	39.9%	49.7%	44.8%	26.4%	23.1%	24.8%	35.7%	41.2%	38.5%
ט	37.9%	45.7%	41.8%	26.1%	21.3%	23.7%	34.5%	38.7%	36.6%
י	37.6%	49.2%	43.5%	22.9%	20.6%	21.6%	34.0%	41.2%	37.7%
יא-יב	35.6%	45.3%	40.4%	36.6%	26.9%	31.7%	35.9%	39.9%	37.9%
סה"כ	37.9%	46.8%	42.4%	29.9%	23.8%	26.8%	35.4%	39.8%	37.7%
סה"כ משיבים	5,597	6,084	4,613	11,681	2,751	7,364	8,348	10,697	19,045

תרשים 1.1 : אחוז התלמידים שמדברים דרך האינטרנט עם לפחות אדם אחד כמעט כל הזמן במהלך היום, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2 : אחוז התלמידים שמדברים דרך האינטרנט עם לפחות אדם אחד כמעט כל הזמן במהלך היום, לפי מגזר וכיתה:

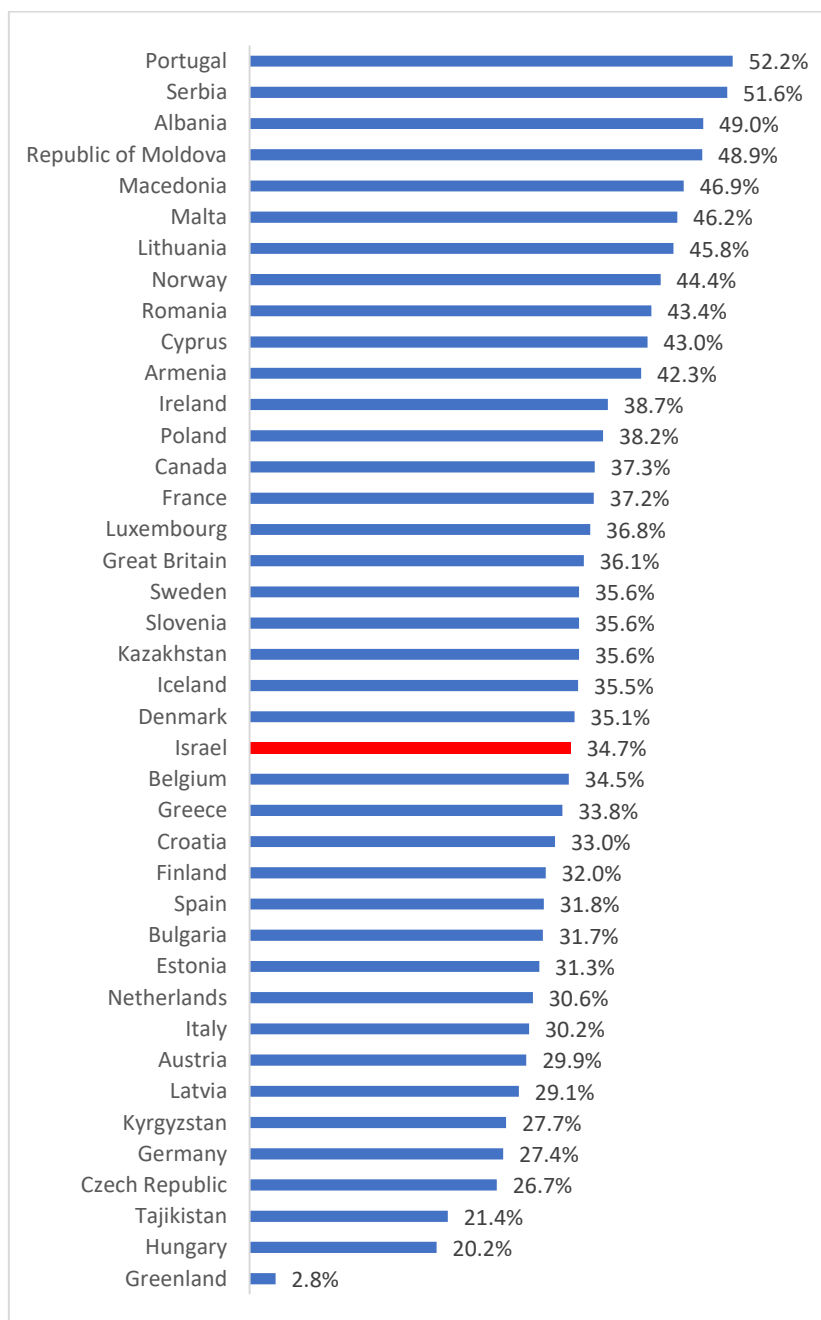


השוואה בין-לאומית

תרשים 1.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר המאופיינים בתקשורת אינטנסיבית באינטרנט. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-23 מבין 40 מדינות, עם כ-35% תלמידים המדווחים על תקשורת אינטנסיבית באינטרנט. יש לציין, כי בסקר הקודם (2019) ישראל דורגה במקום ה-20 עם אחוזי דיווח דומים (36%).

תרשים 1.3 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שמדברים דרך האינטרנט עם לפחות אדם אחד כמעט כל הזמן במהלך

היום, לפי מדינה:



מלוח 2 עולה שכ- 29% מהתלמידים מדברים כמעט כל הזמן עם חברים קרובים. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-33%) לעומת תלמידים במגזר הערבי (כ-19%), וכן הגבוה ביותר (37%) בקרב בנות במגזר היהודי. אחוז נמוך של תלמידים (כ-6%) מדווחים כי הם מדברים באופן אינטנסיבי עם חברים שהכירו באינטרנט אך לא הכירו קודם.



לוח 2: אחוז התלמידים שמדברים דרך האינטרנט כמעט כל הזמן במהלך היום עם האנשים הבאים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

מזדברים כמעט כל הזמן במהלך היום עם...	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
חברים קרובים	28.6%	37.0%	32.9%	20.7%	17.0%	18.8%	26.2%	30.9%	28.6%
חברים ממעגל חברתי גדול יותר	13.9%	13.4%	13.6%	10.2%	4.2%	7.1%	12.7%	10.6%	11.6%
חברים שהכירו באינטרנט ולא הכירו	7.4%	6.2%	6.8%	7.5%	2.5%	4.9%	7.4%	5.0%	6.2%
אנשים אחרים שאינם חברים (למשל: הורים, אחים, חברים לכיתה, מורים)	17.5%	20.4%	19.0%	14.3%	9.8%	12.0%	16.5%	17.1%	16.8%
סה"כ משיבים	5,597	6,084	4,613	11,681	2,751	7,364	8,348	10,697	19,045

### שימוש בעייתי במדיה החברתית

התלמידים נשאלו אם במהלך השנה האחרונה הם חוו את החוויות הבאות במדיה החברתית (אינסטגרם, ווטסאפ, טיקטוק וכו'):

- גילו לעתים קרובות שהם לא יכולים לחשוב על שום דבר חוץ מעל הרגע שבו יוכלו שוב להשתמש במדיה החברתית
- הרגישו לעתים קרובות לא מרוצים כי רצו לבלות יותר זמן במדיה החברתית
- הרגישו לעתים קרובות רע כשלא יכלו להשתמש במדיה החברתית
- ניסו לבלות פחות זמן במדיה החברתית אבל לא הצליחו
- הזניחו לעתים קרובות פעילויות אחרות (למשל: תחביבים, ספורט) כי רצו להשתמש במדיה החברתית
- היו להם לעתים קרובות ויכוחים עם אחרים בגלל השימוש שלהם במדיה החברתית
- שיקרו לעתים קרובות להוריהם או לחבריהם על כמות הזמן שהם מבליים במדיה החברתית
- השתמשו לעתים קרובות במדיה החברתית כדי לברוח מתחושות שליליות
- היה להם ריב חמור עם ההורים, האח(ים) או האחיות(ות) שלהם בגלל השימוש שלהם במדיה החברתית.

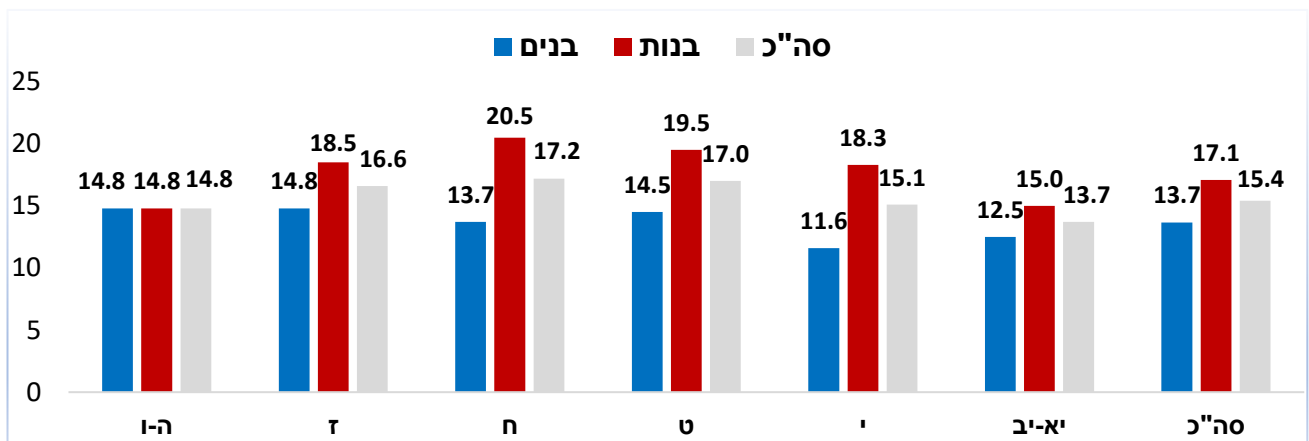
הממצאים שיוצגו במדד שימוש בעייתי במדיה החברתית כוללים את אחוז התלמידים שענו באופן חיובי על לפחות 6 מבין 9 החוויות הנ"ל. כמו כן, תוצג טבלה מסכמת עם אחוז התלמידים אשר ענה בחיוב על כל אחד מההיגדים.

נתוני לוח 3 מלמדים כי כ-15% תלמידים מסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה החברתית. במגזר היהודי אחוז הבנות שמסווגות כבעלות שימוש בעייתי במדיה החברתית גבוה מאחוז הבנים (כ-18% לעומת כ-12% בהתאמה) ואילו במגזר הערבי אחוז זה מעט גבוה יותר בקרב הבנים לעומת הבנות (כ-18% לעומת כ-16%). עוד עולה כי אחוז השימוש הבעייתי במדיה החברתית גבוה יותר בגילאי חטיבות הביניים (כ-17%) לעומת גילאי כיתות ה-ו ו-י-יב (כ-14%-15%).

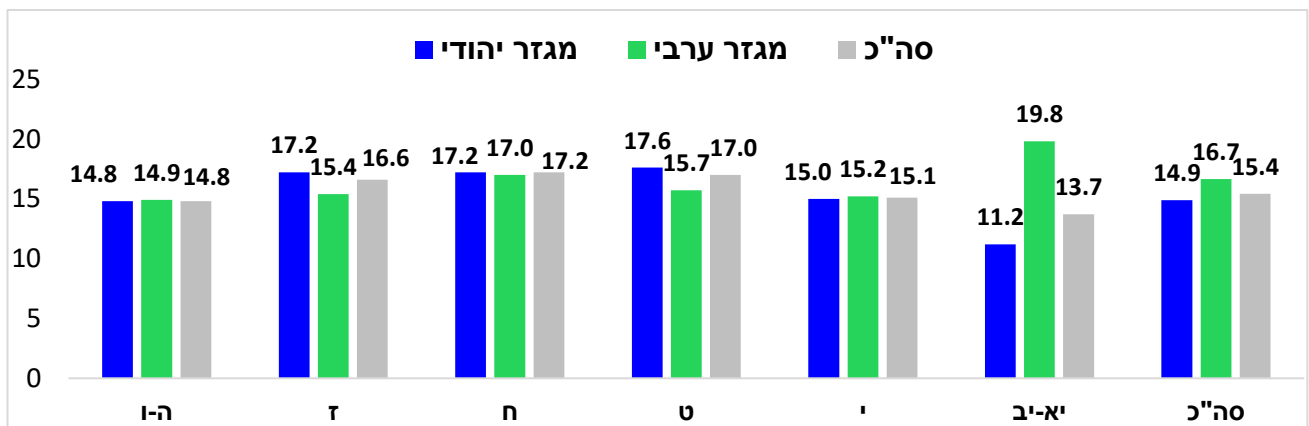
לווח 3 : אחוז התלמידים שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה חברתית, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	12.7%	16.6%	14.8%	18.7%	11.5%	14.9%	14.8%	14.8%	14.8%
ז	14.6%	19.8%	17.2%	15.3%	15.4%	15.4%	14.8%	18.5%	16.6%
ח	13.0%	21.3%	17.2%	15.2%	18.8%	17.0%	13.7%	20.5%	17.2%
ט	13.8%	21.3%	17.6%	16.4%	14.9%	15.7%	14.5%	19.5%	17.0%
י	11.1%	18.8%	15.0%	13.0%	17.0%	15.2%	11.6%	18.3%	15.1%
יא-יב	8.9%	13.6%	11.2%	21.3%	18.3%	19.8%	12.5%	15.0%	13.7%
סה"כ	11.9%	17.7%	14.9%	17.7%	15.7%	16.7%	13.7%	17.1%	15.4%
סה"כ משיבים	5,340	5,879	11,219	2,590	4,444	7,034	7,930	10,323	18,253

תרשים 13 : אחוז התלמידים שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה חברתית, לפי מגדר וכיתה:

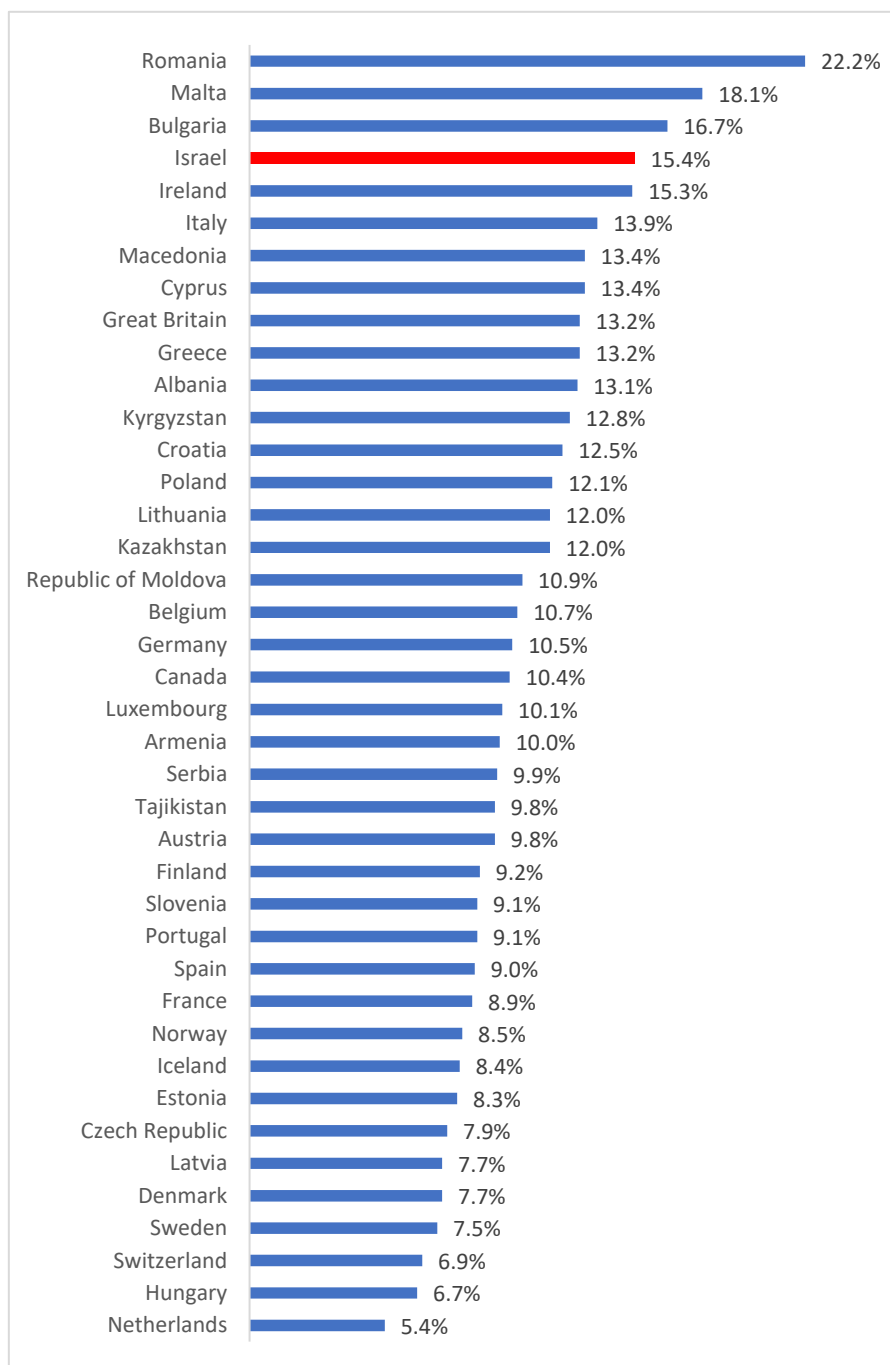


תרשים 3.2 : אחוז התלמידים שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה חברתית, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 3.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד שימוש בעייתי במדיה החברתית. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-4 מבין 40 מדינות, עם כ-15% תלמידים המאופיינים כבעלי שימוש בעייתי במדיה החברתית. יש לציין, כי בסקר הקודם (2019) ישראל דורגה במקום ה-4 לפני האחרון עם 4% דיווח בלבד.

תרשים 3.3: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה חברתית, לפי מדינה:



מלוח 4 עולה כי כ- 50% תלמידים השתמשו לעיתים קרובות במדיה החברתית כדי לברוח מתחושות שליליות. עוד עולה כי כ- 38% ניסו לבלות פחות במדיה החברתית אבל לא הצליחו, וכ- 30% הרגישו לעיתים קרובות רע כאשר לא יכלו להשתמש במדיה החברתית.

לוח 4 : אחוז התלמידים שהשיבו בחיוב על היגדים הבאים בנוגע לשימוש במדיה החברתית, לפי מגדר ומגזר:

תלמידים אשר...	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
גילו עתים קרובות שהם לא יכולים לחשוב על שום דבר חוץ מעל הרגע שבו יוכלו שוב להשתמש במדיה החברתית	22.6%	31.1%	26.9%	33.2%	30.2%	31.7%	25.8%	30.8%	28.4%
הרגישו לעיתים קרובות לא מרוצה כי רצו לבלות יותר זמן במדיה החברתית	26.8%	33.6%	30.3%	34.3%	33.5%	33.9%	29.1%	33.6%	31.4%
הרגישו לעתים קרובות רע כשלא יכלו להשתמש במדיה החברתית	23.9%	34.9%	29.5%	30.7%	28.6%	29.6%	26.0%	33.0%	29.6%
ניסו לבלות פחות זמן במדיה החברתית, אבל לא הצליחו	30.1%	44.2%	37.3%	38.2%	43.4%	40.9%	32.5%	43.9%	38.4%
הזניחו לעיתים קרובות פעילויות אחרות (למשל, תחביבים ספורט) כי רצו להשתמש במדיה החברתית	24.9%	36.2%	30.7%	27.5%	25.7%	26.6%	25.7%	33.0%	29.4%
היו להם לעיתים קרובות ויכוחים עם אחרים בגלל השימוש שלהם במדיה החברתית	31.6%	33.9%	32.8%	40.7%	36.7%	38.7%	34.3%	34.7%	34.5%
שיקרו לעתים קרובות להוריהם או לחבריהם על כמות הזמן מבלים במדיה החברתית	18.6%	18.5%	18.5%	26.6%	20.7%	23.5%	21.0%	19.1%	20.0%
השתמשו לעתים קרובות במדיה החברתית כדי לברוח מתחושות שליליות	42.1%	65.4%	54.0%	33.8%	39.5%	36.8%	39.6%	57.5%	48.7%
היה להם ריב חמור עם ההורים, האחים(ים) או האחיות(יות) שלהם בגלל השימוש שלהם במדיה החברתית	16.1%	16.5%	16.3%	26.5%	25.7%	26.1%	19.3%	19.3%	19.3%
סה"כ משיבים	5,340	5,879	11,219	2,590	4,444	7,034	7,930	10,323	18,253

## סיכום ומסקנות

העלייה הגוברת בשכיחות השימוש של בני נוער במדיה החברתית עלולה להיות בעלת השלכות שליליות על בריאות ורווחת הילדים ובני הנוער. ממצאי הסקר מלמדים, כי שכיחות השימוש האינטנסיבי במדיה החברתית בקרב בני הנוער עומד על כ- 38%, כאשר השימוש נפוץ משמעותית יותר בקרב תלמידי המגזר היהודי. מעניין לראות, כי ישנה מגמה הפוכה בין המגזרים: במגזר היהודי אחוז הבנות שמדברות באופן אינטנסיבי באמצעות האינטרנט גבוה מאחוז הבנים ואילו במגזר הערבי אחוז הבנים שמדברים באופן אינטנסיבי באמצעות האינטרנט גבוה מאחוז הבנות.

אחוז התלמידים שמסווגים כבעלי שימוש בעייתי במדיה החברתית הינו כ- 15%, כאשר גם במדד זה השכיחות גבוהה יותר בקרב בנות במגזר היהודי ובקרב בנים במגזר הערבי (כ- 18%). ניתוח המגמות בהשוואה הבין-לאומית מצביע על עלייה ניכרת בשכיחות התופעה מ- 4% בשנת 2019 לכ- 15% בשנת 2023. העלייה החדה בהיקף התופעה, מעלה את הצורך בפיתוח תוכניות התערבות ייעודיות על מנת לצמצם את ההשלכות השליליות הפוטנציאליות, הן הישירות והן העקיפות, הקשורות בשימוש גובר ברשתות החברתיות, ולהבטיח כי מרחבים אלה יישארו בטוחים וינוצלו לטיפוח היבטים חיוביים של זהות ותמיכה חברתית.

- אלמוג, ע' ואלמוג, ת' (2016). דור ה Y -כאילו אין מחר. בן שמן: מודן.
- בוניאל-נסים, מ' (2018). שימוש באינטרנט בקרב צעירים: הבחנה בין פעילות פנאי לגיטימית לבין התמכרות. מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית, 49, 109-116.
- עמיחי-המבורגר, י' (2013). הטוב, הרע והמכוער באינטרנט: הפסיכולוגיה של החיים ברשת. תל אביב: מטר.
- Alonzo, R., Hussain, J., Stranges, S., & Anderson, K. K. (2021). Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. *Sleep medicine reviews*, 56, 101414.
- Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2022). A mediated path from emotional intelligence to problematic social media use in adolescents: The serial mediation of perceived stress and depressive symptoms. *Addictive Behaviors*, 124, 107095.
- Arora, T., Hosseini-Araghi, M., Bishop, J., Yao, G. L., Thomas, G. N., & Taheri, S. (2013). The complexity of obesity in UK adolescents: relationships with quantity and type of technology, sleep duration and quality, academic performance and aspiration. *Pediatric obesity*, 8(5), 358-366.
- Boniell-Nissim, M., Tabak, I., Mazur, J., Borraccino, A., Brooks, F., Gommans, R., et al. (2015). Life satisfaction among high users of electronic media: The role of parents as moderators. *International Journal on Public Health*, 60, 189-198.
- Brand, M., Laier, C., & Young, K. (2014). Internet addiction: Coping styles, expectancies and treatment implications. *Frontiers in Psychology*, 5, 1256.
- Cheever, N. A., Moreno, M. A., & Rosen L. D. (2018) When does internet and smartphone use become a problem? In M. Moreno & A. Radovic (Eds.), *Technology and adolescent mental health* (pp.121-131). Cham, Switzerland: Springer.
- Cheung, L. M., & Wong, W. S. (2011). The effects of insomnia and internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: An exploratory cross-sectional analysis. *Journal of Sleep Research*, 20, 311-317.

- Cox, R., Skouteris, H., Rutherford, L., Fuller-Tyszkiewicz, M., Dell'Aquila, D., & Hardy, L. (2012). Television viewing, television content, food intake, physical activity and body mass index: A cross-sectional study of preschool children aged 2–6 years. *Health Promotion Journal of Australia, 23*, 58–62.
- De Cock, R., Vangeel, J., Klein, A., Minotte, P., Rosas, O., & Meerkerk, G. (2014). Compulsive use of social networking sites in Belgium: Prevalence, profile, and the role of attitude toward work and school. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking, 17*(3), 166-171.
- de Jong, E., Visscher, T. L. S., HiraSing, R. A., Heymans, M. W., Seidell, J. C., & Renders, C. M. (2013). Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4- to 13-year-old children. *International Journal of Obesity, 37*, 47–53.
- Kelleci, M., & Inal, S. (2010). Psychiatric symptoms in adolescents with Internet use: Comparison without internet use. *Cyberpsychology, Behavior & Social Networking, 13*, 191-194.
- Ko, C. H., Yen, Y., Chen, C. S., Yeh, Y. C., & Yen, C. F. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for Internet addiction in adolescents: A 2-year prospective study. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 163*, 937-943.
- Lam, L. T. (2015). Parental mental health and Internet addiction in adolescents. *Addictive Behaviors, 42*, 20-23.
- Lenhart, A., Smith, A., Anderson, M., Duggan, M., & Perrin, A. (2015). *Teens, technology & friendships: Video games, social media and phones play an integral role in how teens meet and interact with friends*. PEW Research Center. Available at <http://www.pewInternet.org/2015/08/06/teens-technology-and-friendships/>
- Margo, M. J., Ryan, S., & Prybutok, V. R. (2013). The Social Network Application Post-Adoptive Use Model (SNAPUM): A model examining social capital and other critical factors affecting the post-adoptive use of Facebook. *Informing Science: The International Journal of an Emerging Transdiscipline, 16*, 37–69.
- Martin, K. (2011). *Electronic overload: The impact of excessive screen use on child and adolescent health and wellbeing*. Perth, Western Australia: Department of Sport and Recreation.

- Parkes, A., Sweeting, H., Wight, D., & Henderson, M. (2013). Do Television and Electronic Games Predict Children's Psychosocial Adjustment? Longitudinal Research using the UK Millennium Cohort Study. *Archives of Disease in Childhood*, 98(5), 341-348.
- Ray, M., & Jat, K. R. (2010). Effect of electronic media on children. *Indian Pediatrics*, 47, 561–568.
- Romer, D., Bagdasarov, Z., & More, E. (2013). Older versus newer media and the well-being of United States youth: Results From a national longitudinal panel. *Journal of Adolescent Health*, 52(5), 613–619.
- Salehi, K., & Zarei, M. (2016). A pathological survey on the manner and the amount of using the Internet in male senior high school students: A phenomenological study. *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS) ISSN 2356-5926*, 354-370.
- Senekal, J. S., Ruth Groenewald, G., Wolfaardt, L., Jansen, C., & Williams, K. (2023). Social media and adolescent psychosocial development: a systematic review. *South African Journal of Psychology*, 53(2), 157-171.
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis. *JMIR mental health*, 9(4), e33450.
- Torsheim, T., Eriksson, L., Schnohr, C. W., Hansen, F., Bjarnason, T., & Välimaa, R. (2010). Screen-based activities and physical complaints among adolescents from the Nordic countries. *BMC Public Health*, 10, 324–331.
- van den Eijnden, R. J., Spijkerman, R., Vermulst, A. A., van Rooij, T. J., & Engels, R. C. (2010). Compulsive internet use among adolescents: Bidirectional parent–child relationships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 77-89.
- Vernon, L., Barber, B., & Modecki, K. (2015). Adolescent Problematic Social Networking and School Experiences: The Mediating Effects of Sleep Disruptions and Sleep Quality. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 18(7), 386-392.



## פעילות פנאי

### מבוא

פעילות פנאי היא תחום רבגוני הכולל מגוון סוגי פעילויות. זו יכולה להתקיים בין כותלי הבית או מחוצה לו; באופן אישי או בקבוצה; במסגרת מובנית (לדוגמה חוג, פעילות התנדבותית ממוסדת, או פעילות במתנ"ס) או שלא במסגרת מובנית (לדוגמה בילוי בקניון או במועדון חברתי) (וייסבלאי, 2011). מתבגרים מבליים את מרבית זמנם הפנוי בעיסוק בפעילויות פנאי שונות, החל בפעילויות ספורט וכלה במשחקי מחשב וצפייה בטלוויזיה (Sauerwein & Rees, 2020). פעילות הפנאי פותחת הזדמנויות להיכרויות והגשמה, מגבירה את שביעות הרצון מהחיים ותורמת לרווחה נפשית, גופנית וחברתית. בעת זמן הפנאי, מתאפשר זמן לחשיבה והרהור החשובים להתפתחות וגיבוש העצמי ולמיצוי יכולות ומאווים פנימיים (היוש, 2018). בני נוער מתארים את חוויתם ביחס לעיסוק בפעילויות פנאי כמקושרת לצמיחה אישית, מסוגלות עצמית והזדמנות להתנסות בחקירה של תפקידים חברתיים, לחוות אינטימיות, בחירה, אחריות ושליטה וכן לפתח ידע ומיומנויות (Passmore & French, 2003). בני נוער העוסקים בפעילות גופנית, חוגים ומסגרות שונות מחוץ לשעות בית הספר, מפגינים תפקוד אקדמי ובריאות נפשית טובים יותר מאשר בני נוער שאינם עוסקים בפעילויות פנאי (Biddle & Asare, 2011; Borracino et al., 2020; Fox et al., 2010). במחקר נוסף נמצא קשר חיובי בין השתתפות בני נוער בפעילויות פנאי ובין תחושת מסוגלות עצמית וערך עצמי, וכן השפעה חיובית על ההתפתחות הנפשית (Passmore, 2003). כיום, המרחב הווירטואלי משמש יותר ויותר למקור בילוי, לתקשורת עם אחרים, לחיפוש מידע, למידה ועוד (Lenhart et al., 2015; Nesi, 2020). בני הנוער מאמצים את הטכנולוגיה ביותר קלות וטבעיות, ללא החשש והרתיעה הניכרים בקרב שכבות גיל גבוהות יותר (עמיחי-המבורגר, 2013; 2014; Andreassen & Pallesen).

### מדדי פעילות פנאי

1. מדדי צפייה במסכים
2. השתתפות בחוגי ספורט בשעות הפנאי
3. השתתפות בחוגים אחרים
4. אי השתתפות בחוגים

**מדדי צפייה במסכים**

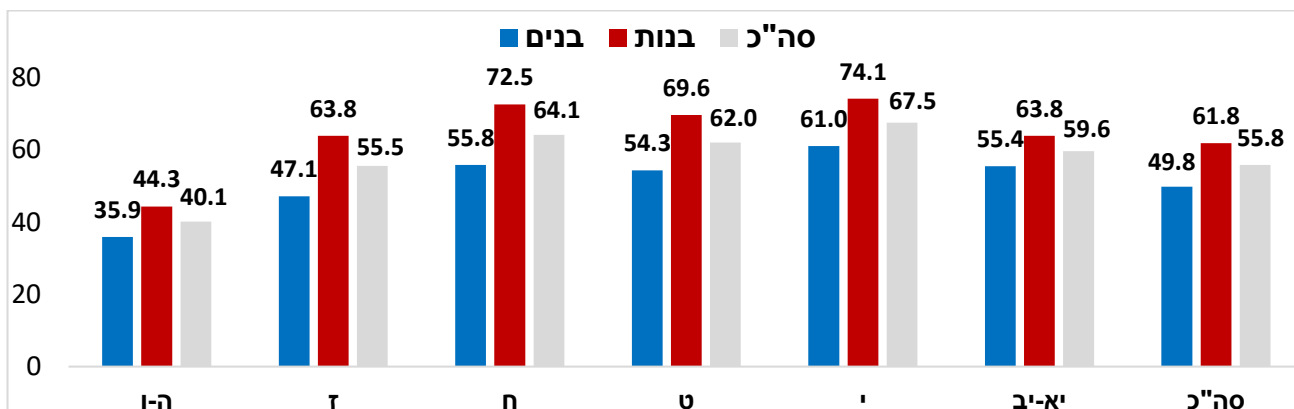
התלמידים נשאלו כמה שעות ביום הם מבליים מול מסכים (כגון טלוויזיה, מחשב או טלפון נייד) מחוץ לשעות בית הספר. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם מבליים מול מסכים ארבע שעות ביום או יותר בזמנם החופשי.

מלוח 1 עולה כי כ- 56% תלמידים מבליים מול מסכים 4 שעות או יותר מחוץ לשעות בית הספר. ישנם הבדלים מגזריים ומגדריים במדד זה: אחוז גבוה יותר של תלמידים במגזר היהודי מבלה מול מסכים לפחות 4 שעות בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 60% מול כ- 45% בהתאמה). כמו כן, נתון זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 62%) לעומת בנים (כ- 50%). ניכרת עליה בדיווח במדד זה עם העלייה בשכבת הגיל מכ- 40% בשכבות ה-ו לכ- 68% בשכבת י', כאשר מסתמנת ירידה קלה בגילאי כיתות יא-יב.

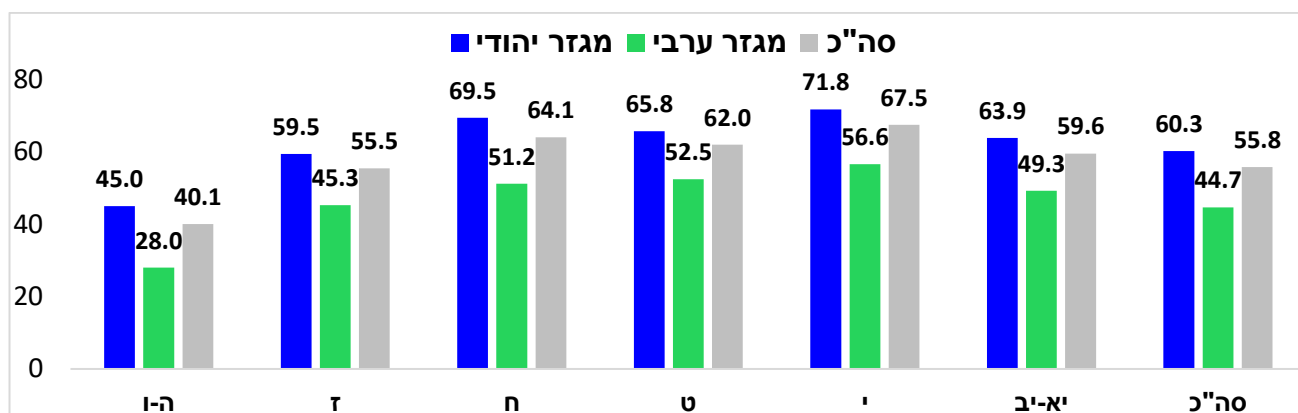
לוח 1 : אחוז התלמידים שמבליים מול מסכים לפחות ארבע שעות ביום בזמן החופשי, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	38.5%	51.6%	45.0%	29.3%	26.6%	28.0%	35.9%	44.3%	40.1%
ז	49.9%	69.1%	59.5%	40.1%	50.6%	45.3%	47.1%	63.8%	55.5%
ח	60.0%	79.0%	69.5%	45.7%	56.6%	51.2%	55.8%	72.5%	64.1%
ט	58.8%	72.8%	65.8%	43.3%	61.7%	52.5%	54.3%	69.6%	62.0%
י	66.0%	77.7%	71.8%	48.5%	64.9%	56.6%	61.0%	74.1%	67.5%
יא-יב	59.7%	68.0%	63.9%	44.9%	53.7%	49.3%	55.4%	63.8%	59.6%
סה"כ	53.5%	67.0%	60.3%	40.5%	48.9%	44.7%	49.8%	61.8%	55.8%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 1.1 : אחוז התלמידים שמבליים מול מסכים לפחות ארבע שעות ביום בזמן החופשי, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2 : אחוז התלמידים שמבלים מול מסכים לפחות ארבע שעות ביום בזמן החופשי, לפי מגזר וכיתה:



### השתתפות בחוגי ספורט בשעות הפנאי

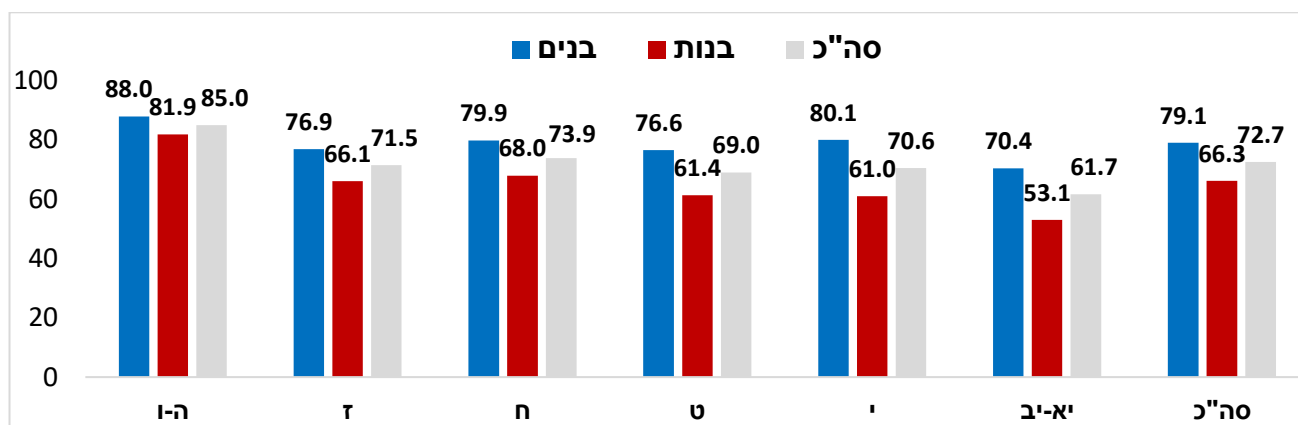
התלמידים נשאלו בכמה ימים בשבוע הם משתתפים בפעילות או חוגים הכוללים ספורט, תנועה ופעילות גופנית. **הממצאים** שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם משתתפים בחוגים ספורט או תנועה באופן קבוע (לפחות יום אחד בשבוע).

לוח 2 מלמד כי כ- 73% תלמידים משתתפים בחוגי ספורט בשעות הפנאי לפחות פעם בשבוע. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים (כ- 79%) לעומת בנות (כ- 66%), וכן מעט גבוה יותר בקרב בנים במגזר היהודי (כ- 80%) לעומת בנים במגזר הערבי (כ- 76%). בנוסף, ישנה ירידה בהשתתפות בחוגי ספורט עם העלייה בגיל, כאשר 85% תלמידים בשכבות ה-ו משתתפים בחוגי ספורט לעומת כ- 62% תלמידים בשכבות יא-יב.

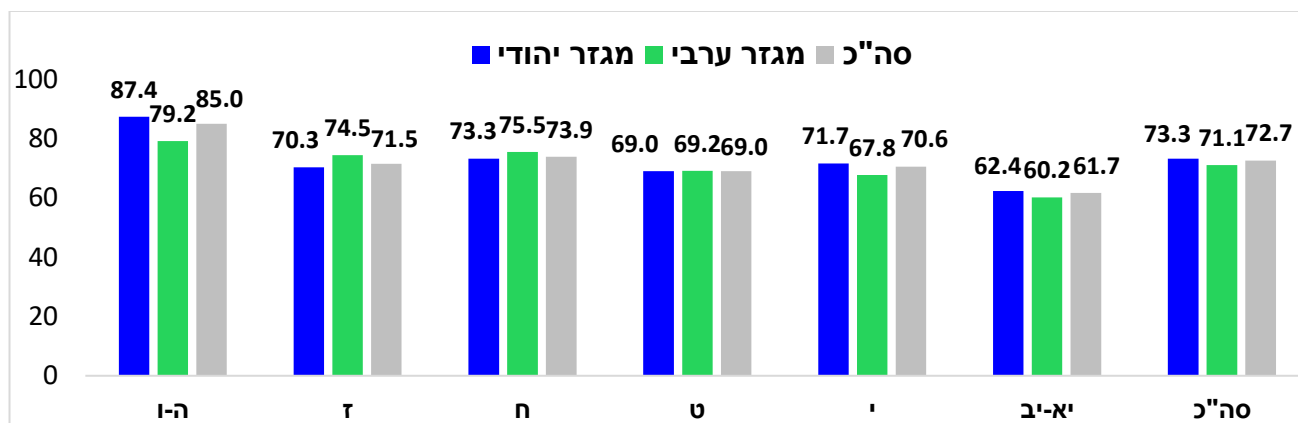
לוח 2 : אחוז התלמידים שמשותפים בחוגי ספורט או תנועה באופן קבוע, לפי מגזר, לפי מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	90.8%	83.9%	87.4%	81.2%	77.2%	79.2%	88.0%	81.9%	85.0%
ז	77.0%	63.6%	70.3%	76.6%	72.3%	74.5%	76.9%	66.1%	71.5%
ח	80.5%	66.1%	73.3%	78.6%	72.5%	75.5%	79.9%	68.0%	73.9%
ט	78.2%	59.7%	69.0%	72.8%	65.6%	69.2%	76.6%	61.4%	69.0%
י	81.2%	62.2%	71.7%	77.6%	57.9%	67.8%	80.1%	61.0%	70.6%
יא-יב	70.0%	54.7%	62.4%	71.2%	49.1%	60.2%	70.4%	53.1%	61.7%
סה"כ	80.1%	66.5%	73.3%	76.4%	65.6%	71.1%	79.1%	66.3%	72.7%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 2.1: אחוז התלמידים שמתפתים בחוגי ספורט או תנועה באופן קבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שמתפתים בחוגי ספורט או תנועה באופן קבוע, לפי מגזר וכיתה:



### השתתפות בחוגים אחרים

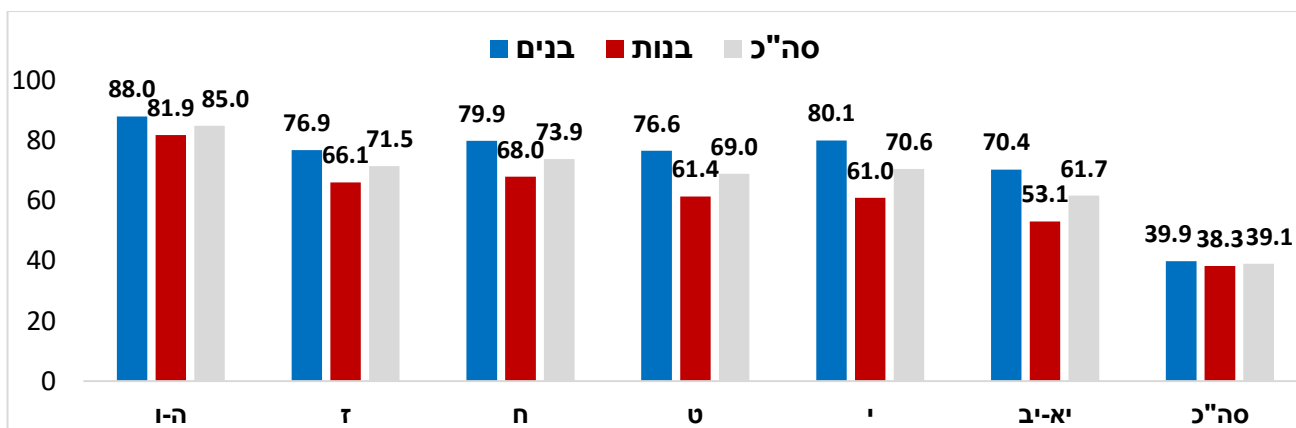
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם משתתפים בחוגים כגון מוזיקה, אומנויות, מדעים בשעות הפנאי. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שמתפתים בחוגים אחרים באופן קבוע (לפחות יום אחד בשבוע).

מלוח 3 ניתן ללמוד כי כ- 39% תלמידים משתתפים בחוגים אחרים שאינם כוללים פעילות גופנית לפחות אחת לשבוע. נתון זה מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 41% לעומת כ- 38% בהתאמה), וכן בקרב בנים (כ- 40%) לעומת בנות (כ- 38%). ניכרת ירידה משמעותית באחוז המשתתפים בחוגים אחרים עם העלייה בשכבת הגיל, מכ- 57% משתתפים בכיתות ה-ו, לכ- 24% משתתפים בכיתות יא-יב.

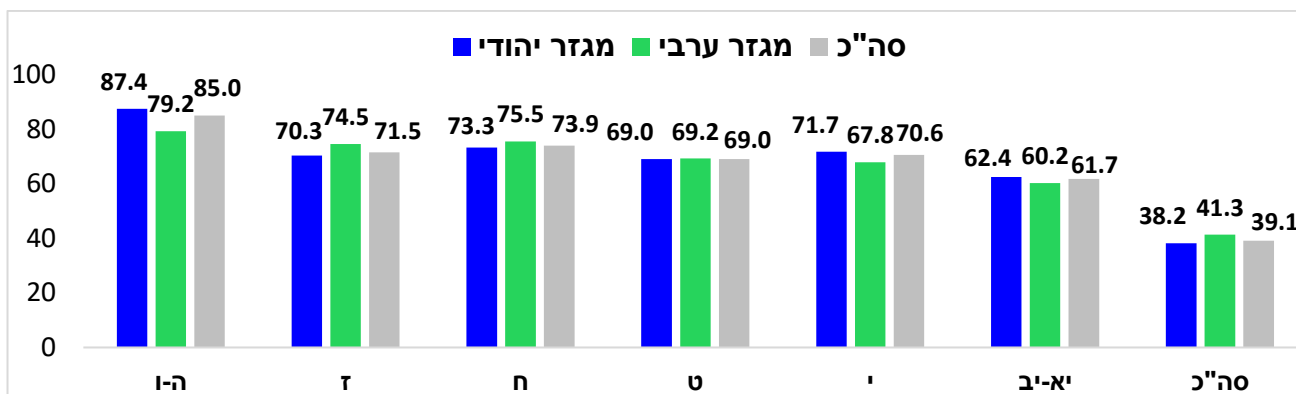
לווח 3 : אחוז התלמידים שמשותפים בחוגים אחרים (שאינם כוללים פעילות גופנית) באופן קבוע, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	57.9%	56.6%	57.2%	51.2%	58.4%	54.8%	55.9%	57.1%	56.5%
ז	40.1%	40.2%	40.2%	49.7%	53.6%	51.7%	42.8%	44.0%	43.4%
ח	39.3%	35.1%	37.2%	39.3%	38.2%	38.7%	39.3%	36.0%	37.6%
ט	36.4%	31.0%	33.7%	33.0%	34.0%	33.5%	35.4%	31.9%	33.6%
י	30.6%	28.2%	29.4%	37.9%	39.1%	38.5%	32.7%	31.3%	32.0%
יא-יב	25.4%	20.6%	23.0%	29.3%	26.0%	27.7%	26.5%	22.2%	24.3%
סה"כ	39.7%	36.7%	38.2%	40.5%	42.2%	41.3%	39.9%	38.3%	39.1%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 3.1 : אחוז התלמידים שמשותפים בחוגים אחרים (שאינם כוללים פעילות גופנית) באופן קבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 3.2 : אחוז התלמידים שמשותפים בחוגים אחרים (שאינם כוללים פעילות גופנית) באופן קבוע, לפי מגדר וכיתה:



## אי השתתפות בחוגים

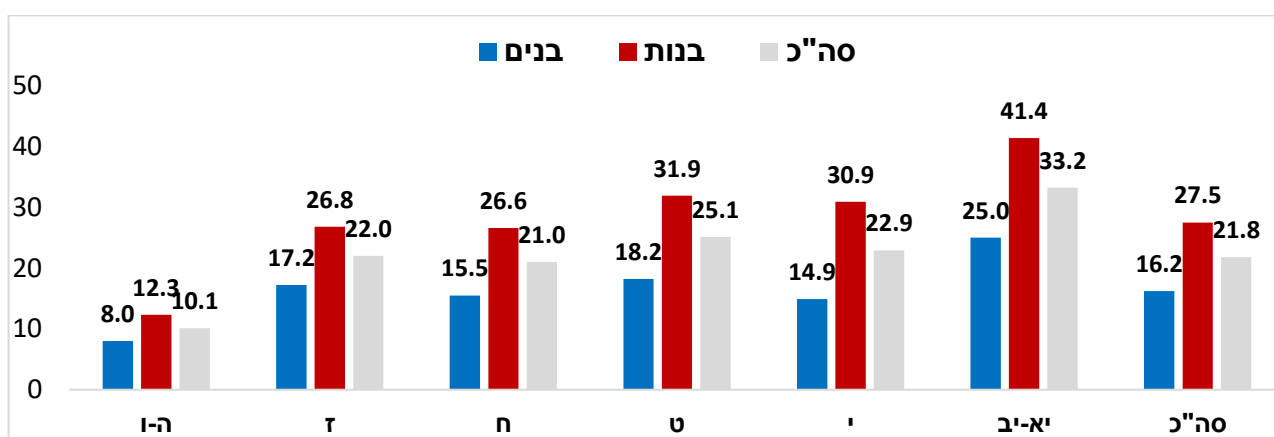
מתוך המדדים של השתתפות בחוגי ספורט/תנועה או חוגים אחרים, חושב מדד אי השתתפות בחוגים. הממצאים להלן כוללים את אחוז התלמידים שאינם משתתפים כלל בחוגי ספורט/תנועה או בחוגים אחרים.

לוח 4 מלמד כי כ- 22% תלמידים אינם משתתפים כלל בחוגים. אחוז אי השתתפות עולה עם השנים וגבוה במיוחד בקרב תלמידי התיכון (כ- 33% לעומת כ 10% בקרב תלמידי כיתות ה-ו), הן בקרב תלמידי המגזר היהודי והן בקרב תלמידי המגזר הערבי. אחוז הבנות שאינן משתתפות בחוגים גבוה משמעותית (כ- 28%) מאחוז הבנים (כ- 16%), בשני המגזרים.

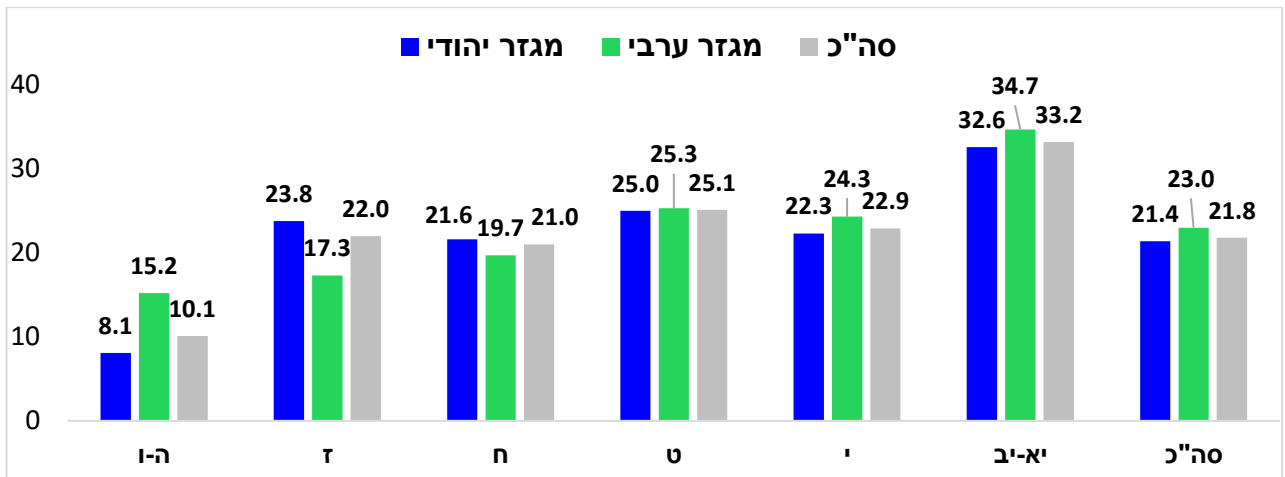
לוח 4 : אחוז התלמידים שאינם משתתפים כלל בחוגים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.4%	10.7%	8.1%	14.3%	16.2%	15.2%	8.0%	12.3%	10.1%
ז	17.7%	30.0%	23.8%	16.0%	18.7%	17.3%	17.2%	26.8%	22.0%
ח	15.0%	28.1%	21.6%	16.6%	22.8%	19.7%	15.5%	26.6%	21.0%
ט	16.8%	33.2%	25.0%	21.8%	28.9%	25.3%	18.2%	31.9%	25.1%
י	14.0%	30.7%	22.3%	17.4%	31.4%	24.3%	14.9%	30.9%	22.9%
יא-יב	25.0%	40.2%	32.6%	25.1%	44.3%	34.7%	25.0%	41.4%	33.2%
סה"כ	15.2%	27.5%	21.4%	18.7%	27.4%	23.0%	16.2%	27.5%	21.8%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	3,299	5,244	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 4.1 : אחוז התלמידים שאינם משתתפים כלל בחוגים, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 4.2 : אחוז התלמידים שאינם משתתפים כלל בחוגים, לפי מגזר וכיתה:



## סיכום ומסקנות

פעילות הפנאי מהווה הזדמנויות לאינטראקציות חברתיות ולהגשמה עצמית, ותורמת לרווחה הנפשית, הגופנית והחברתית של בני הנוער. ממצאי הסקר מעלים, כי ישנה שכיחות גבוהה (כ- 56%) של תלמידים אשר מבלים שעות רבות מול מסכים בשעות אחר הצהריים, כאשר נתונים אלה גבוהים יותר בקרב המגזר היהודי, ובקרב בנות. במקביל, הנתונים מראים כי אחוז ההשתתפות בחוגים בגילאי חטיבות הביניים והתיכון הולכים וקטנים, כאשר למעלה מ- 40% מהבנות בגילאי כיתות יא-יב אינן משתתפות כלל בחוגים. ניכר כי עם העלייה בשכבת הגיל, פעילות הפנאי מאופיינת בשכיחות גוברת של בילוי מול מסכים, ובשכיחות הולכת וקטנה של השתתפות בחוגים, בייחוד בקרב בנות. נתונים אלו עולים בקנה אחד עם הממצאים והמסקנות שדווחו בהקשר של אינטראקציות חברתיות ושימוש גובר ברשתות החברתיות, ומצביעות על צורך עולה במסגרות פורמליות ובלתי פורמליות אשר יכולות לתת מענה הולם לצרכים הרגשיים והחברתיים של בני הנוער, בדגש על בנות.



היוש, ט' (2018). פנאי רציני: על תרבות וצריכה אחרת בימנו. תל אביב: רסלינג.

וייסבלאי, א' (2011). נתונים על השתתפות בני-נוער בפעילויות פנאי מחוץ לבית ובמסגרות לחינוך בלתי פורמלי. ירושלים: הכנסת.

עמיחי-המבורגר, י' (2013). הטוב, הרע והמכוער באינטרנט: הפסיכולוגיה של החיים ברשת. תל אביב: מטר.

Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction: An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20, 4053-4061.

Biddle, S. J., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. *British journal of sports medicine*. 10.

Borraccino A, Lazzeri G, Kakaa O, Badura P, Bottigliengo D, Dalmaso P, Lemma P (2020) The contribution of organised leisure-time activities in shaping positive community health practices among 13-and 15-year-old adolescents: Results from the Health Behaviours in School-Aged Children study in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(18), pp. 1-12.

Fox, C. K., Barr-Anderson, D., Neumark-Sztainer, D., & Wall, M. (2010). Physical Activity and Sports Team Participation: Associations with Academic Outcomes in Middle School and High School Students. *Journal of School Health*, 80, 31–37.

Lenhart, A., Smith, A., Anderson, M., Duggan, M., & Perrin, A. (2015). *Teens, technology & friendships: Video games, social media and phones play an integral role in how teens meet and interact with friends*. PEW Research Center. Available at <http://www.pewInternet.org/2015/08/06/teens-technology-and-friendships/>

Nesi, J. (2020). The impact of social media on youth mental health: challenges and opportunities. *North Carolina medical journal*, 81(2), 116-121.

Passmore, A. (2003). The occupation of leisure: Three typologies and their influence on mental health in adolescence. *British Journal of Occupational Therapy*, 23(2), 76-83.

Passmore, A., & French, D. (2003). The nature of leisure in adolescence: A focus group study. *British Journal of Occupational Therapy*, 66, 419-426.

Sauerwein MN, Rees G (2020) How children spend their out-of-school time - A comparative view across 14 countries. *Children and Youth Services Review*. 112(2019), p. 104935.

# חלק ג': התנהגויות בריאות

## הרגלי אכילה ודיאטה

### מבוא

הילדות וההתבגרות נחשבות לתקופות מכריעות מבחינה תזונתית. גורמים רבים משפיעים על הצרכים התזונתיים בגיל ההתבגרות, בהם קצב גדילה מואץ, הבשלה מינית, שינויים במבנה ובהרכב של הגוף, פעילות גופנית ותחילת הווסת אצל הנערות (Hargreaves et al., 2022; Story et al., 2002). תהליך הגדילה המואץ מאופיין בתחושת רעב מוגברת ומצריך אספקת רכיבי תזונה בהתאם להמלצות לגילאים אלו. בתקופת ההתבגרות הדרישה לאספקת אנרגיה (קלוריות) וחלבון גדלה, כיוון שמשקלם של הנערים עולה בכ- 9 ק"ג לשנה והצמיחה לגובה היא בכ- 10 ס"מ לשנה, ומשקלן של הנערות עולה בכ- 8 ק"ג לשנה וצמיחתן לגובה היא בכ- 9 ס"מ לשנה. הדרישה לחלבון נקבעת על ידי הכמות הדרושה לקיום וכמות נוספת הדרושה לגדילה (וורמן, 2015).

על התזונה בגיל ההתבגרות להבטיח גדילה והתפתחות בריאות ותקינות. הרגלי אכילה משפיעים על הסיכון לפתח בעיות בריאותיות, כמו מחסור בברזל, הפרעות אכילה, השמנת יתר, תת-תזונה וכן בעיות בריאות בעצמות ובשיניים. לשם כך נדרשת צריכת תזונה בריאה ומאוזנת, הכוללת את רכיבי התזונה העיקריים: פחמימות, חלבונים ושומנים ביחסים המקובלים המתאימים לגיל, מים, סיבים תזונתיים, ויטמינים ומינרלים בכמות המומלצת. חוסר מאזן בצריכת רכיבי תזונה עלול לגרום לצמיחה איטית לגובה ולעיכוב בהתפתחות המינית (וורמן, 2015; Neumark-Sztainer et al., 2002; Rampersaud et al., 2005; Videon & Manning, 2003). אחד המאפיינים של הרגלי תזונה בקרב מתבגרים הוא הנטייה לוותר על אכילת ארוחת הבוקר. להרגל זה השלכות על יכולות הריכוז, הלמידה והתפקוד בבית הספר וזאת מכיוון שארוחה זו מכילה אחוז גבוה יותר של מאקרונוטרינטים ביחס לארוחות האחרות הנצרכות (Affenito, 2007; Hassan et al., 2022). מאפיין נוסף בקרב מתבגרים הינה הנטייה לאכול חטיפים אשר הינם מאכלים בעלי צפיפות קלורית גבוהה ועשירים בשומן, סוכר ומלח ואינם תורמים לתחושת השובע (Pearson et al., 2014). זאת, לצד צריכת משקאות ממותקים המכילים מספר רב של קלוריות אשר אינם גורמים לתחושת שובע ועל כן מקושרים לצריכת אנרגיה עודפת ולפיכך, השמנה (He et al., 2008).

גם צורת האכילה וסביבת האכילה משפיעות על הצריכה התזונתית. לדוגמה, אכילה מחוץ לבית נמצאה כתורמת לעודף משקל ולהשמנה וכן לבעיות מטבוליות נוספות בקרב מתבגרים. דוגמה נוספת לכך היא הגדלת הצריכה האנרגטית באכילה מול טלוויזיה לעומת אכילה משפחתית סביב שולחן (Fulkerson et al., 2011; Moitra & Madan, 2022). נמצא כי כל שעה נוספת של צפייה בטלוויזיה או שהייה מול מסך מעלה את הסיכוי להשמנת יתר בילדים בכ- 13%, ולכן ההמלצה היא לא לאכול מול מסך טלוויזיה או מחשב (Zhang et al., 2016). לעומת זאת, תדירות ארוחות משפחתיות נמצאה כבעלת קשר ישיר להרגלי תזונה בריאים יותר של המתבגר, כגון אכילת מספר גדול יותר של ירקות ופירות ומאכלים עתירי שומן וקלוריות. כמו כן, נמצא קשר הפוך למשקל בהווה וגם בעתיד בבגרותו (Berge et al., 2015; Hammons & Fiese, 2011).

הרגלים אלו אשר נמצאו כמעלים סיכון להשמנה בגילאי הילדות והבגרות עלולים לגרום לדימוי עצמי נמוך ולהתמודדות עם בעיות חברתיות כמו בדידות והתפתחות של דיכאון (Medeiros et al., 2022; Sahoo et al., 2015). מעבר לכך, תזונה לקויה נמצאה קשורה לחסך בפעילות גופנית וכן לסבירות לפתח התנהגויות סיכון לבריאות, כמו עישון סיגריות ושתיית אלכוהול (Affenito, 2007; Moitra & Madan, 2022). מנגד, הרגלי תזונה נכונים תורמים לתפקוד תקין של מערכות הגוף ולמניעה של מחלות ושל התפתחות הפרעות אכילה, גם בגילאים מבוגרים יותר (הראל ועמיתיו, 2002; משרד הבריאות, 2006).

ממדי עודף משקל והשמנה בקרב ילדים נמצאים בעלייה מתמדת לאורך השנים ואף הוגדרו כמגפה בעלת השלכות בריאותיות וכלכליות חמורות (Keya et al., 2019). הידע המצטבר הרב בתחום קושר בין הפרעות אכילה והתנהגויות סיכון לבין גיל ההתבגרות (McKnight Investigators, 2003; Suarez-Albor et al., 2022).

### מדדי הרגלי אכילה ודיאטה

1. הרגלי היגינה: צחצוח שיניים
2. הרגלי אכילה:
  - א. אכילת ארוחת בוקר באמצע השבוע
  - ב. אכילת ארוחות עם המשפחה
  - ג. אכילה במסעדות מזון מהיר
3. אכילה ושתייה של מזונות שונים:
  - א. פירות
  - ב. ירקות
  - ג. משקאות ממותקים
  - ד. משקאות אנרגיה או קפאין
  - ה. משקאות דיאטטיים
  - ו. עוגות, עוגיות וממתקים
  - ז. חטיפים מלוחים
4. הרגלי דיאטה:
  1. עשיית דיאטה להורדה במשקל
  2. פעולות אחרות להורדה במשקל נטילת כדורים או משקאות מיוחדים והקאה
5. מסת גוף – BMI : השמנת יתר
6. אוריינות בריאות

**הרגלי היגינת שיניים**

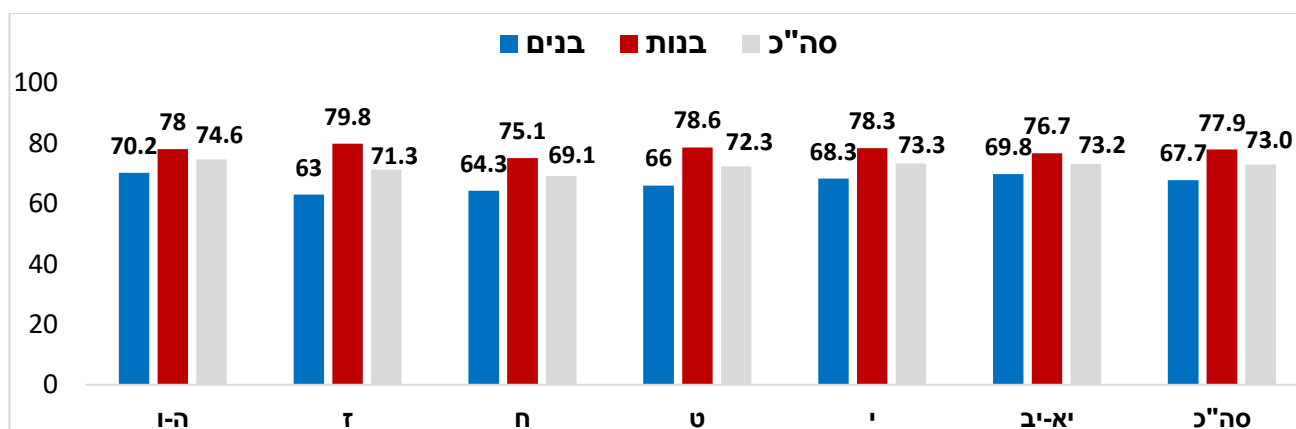
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם נוהגים לצחצח את שיניהם. הממצאים שיוצגו להלן מציגים את אחוז התלמידים שמצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום.

מלוח 1 עולה כי 73% תלמידים מצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום. קיימים הבדלים מגזריים ומגדריים במדד זה: אחוז גבוה יותר של תלמידים במגזר היהודי מצחצח שיניים יותר מפעם אחת ביום לעומת המגזר הערבי (כ-76% לעומת כ-63% בהתאמה). כמו כן, אחוז גבוה יותר של בנות מצחצח שיניים יותר מפעם ביום לעומת בנים (כ-78% לעומת כ-68% בהתאמה). האחוז הנמוך ביותר במדד זה נרשם בקרב בנים במגזר הערבי (56%), ביחוד בכיתות יא-יב (כ-51%).

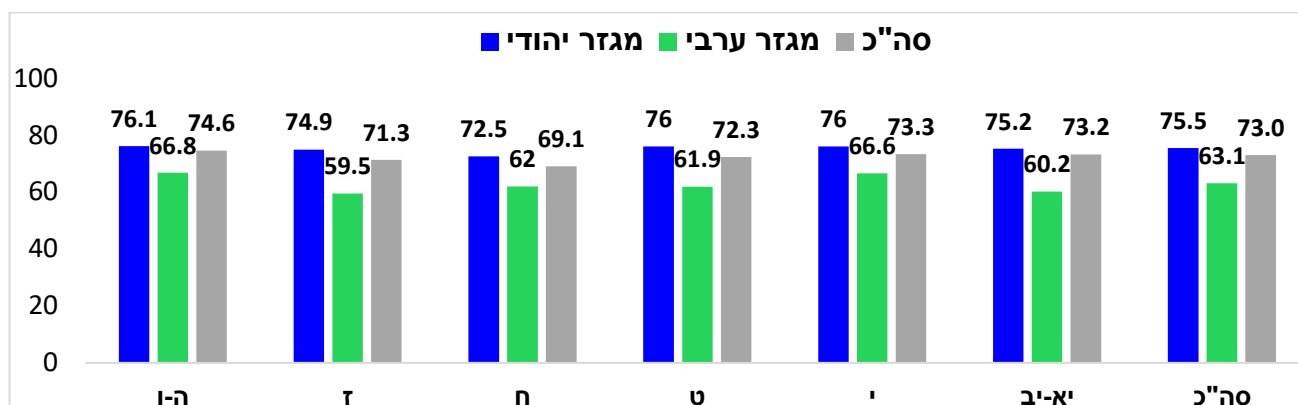
לוח 1: אחוז התלמידים שמצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	71.8%	79.7%	76.1%	56.8%	70.8%	66.8%	70.2%	78.0%	74.6%
ז	66.0%	83.8%	74.9%	53.9%	66.0%	59.5%	63.0%	79.8%	71.3%
ח	66.2%	80.4%	72.5%	60.2%	64.2%	62.0%	64.3%	75.1%	69.1%
ט	69.4%	82.9%	76.0%	54.7%	67.8%	61.9%	66.0%	78.6%	72.3%
י	72.9%	78.9%	76.0%	58.4%	76.5%	66.6%	68.3%	78.3%	73.3%
יא-יב	71.7%	79.1%	75.2%	51.4%	64.9%	60.2%	69.8%	76.7%	73.2%
סה"כ	70.4%	80.5%	75.5%	56.0%	68.7%	63.1%	67.7%	77.9%	73.0%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	935	1,713	2,648	3,885	4,860	8,745

תרשים 1.1: אחוז התלמידים שמצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום, לפי מגדר וכיתה:



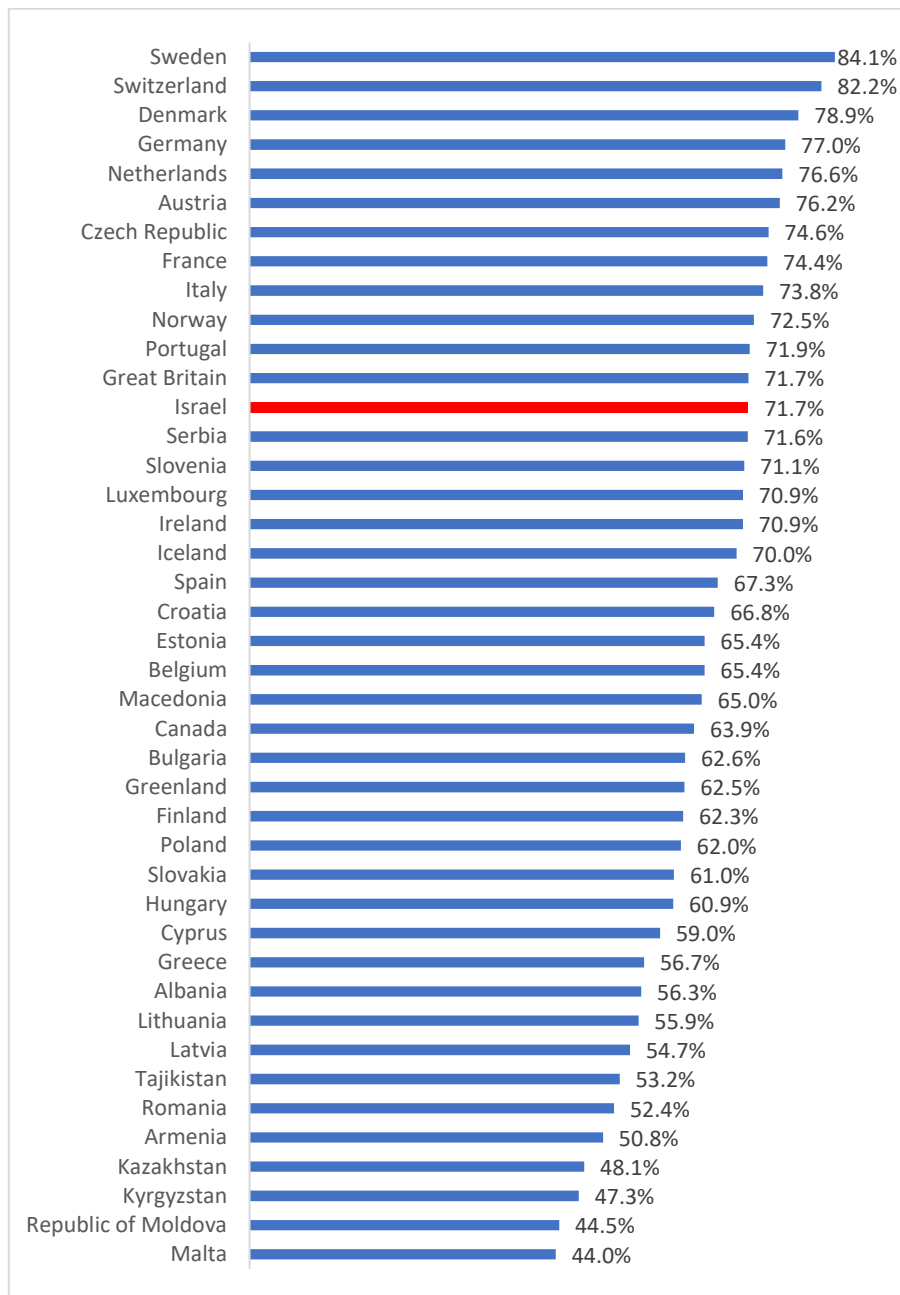
תרשים 1.2: אחוז התלמידים שמצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר וכיתה:



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד צחצוח שיניים. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-13 מבין 42 מדינות, כאשר כ-72% מהתלמידים מדווחים על צחצוח שיניים יותר מפעם אחת ביום.

תרשים 1.3: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שמצחצחים שיניים יותר מפעם אחת ביום, לפי מדינה:



### אכילת ארוחת בוקר באמצע שבוע

התלמידים נשאלו האם הם נוהגים לאכול ארוחת בוקר באמצע השבוע. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז תלמידים שאף פעם לא אוכלים ארוחת בוקר באמצע השבוע, ואחוז התלמידים שאוכלים ארוחת בוקר בכל יום באמצע השבוע.

מלוח 2 עולה כי כ- 24% תלמידים אינם נוהגים לאכול ארוחות בוקר באמצע השבוע. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת הערבי (כ-25% לעומת כ- 21% בהתאמה), וכן גבוה יותר בקרב בנות לעומת בנינים (27% לעומת כ- 21% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שלא נוהגים לאכול ארוחות בוקר באמצע השבוע נרשם בקרב בנות במגזר

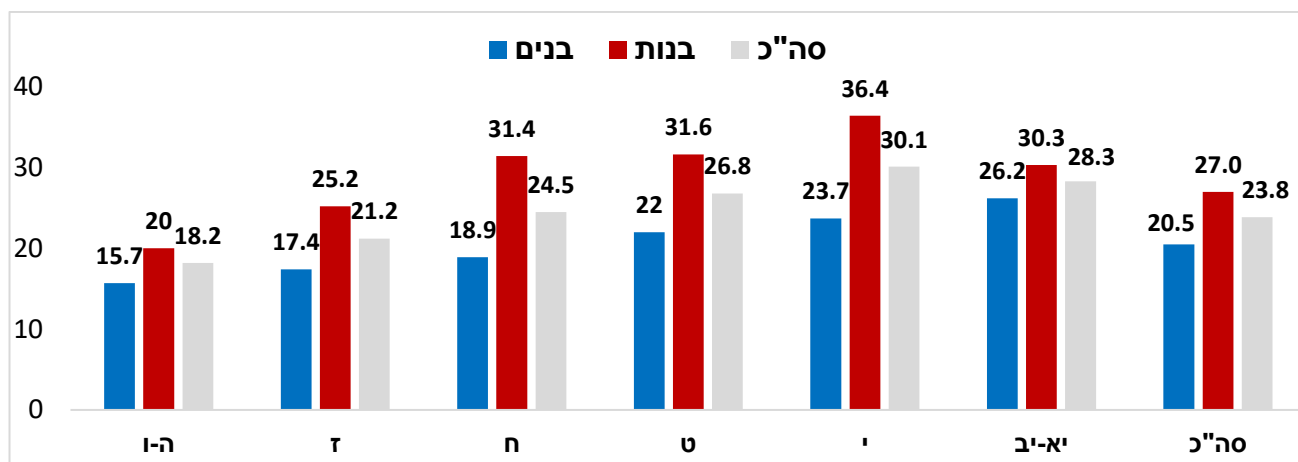


היהודי (כ- 28%) ואילו האחוז הנמוך ביותר נרשם בקרב בנים במגזר הערבי (16%). עם העלייה בגיל, אחוז גבוה יותר של תלמידים לא אוכל ארוחות בוקר באמצע שבוע, מכ- 18% בכיתות ה-ו לכ- 28% בכיתות יא-יב.

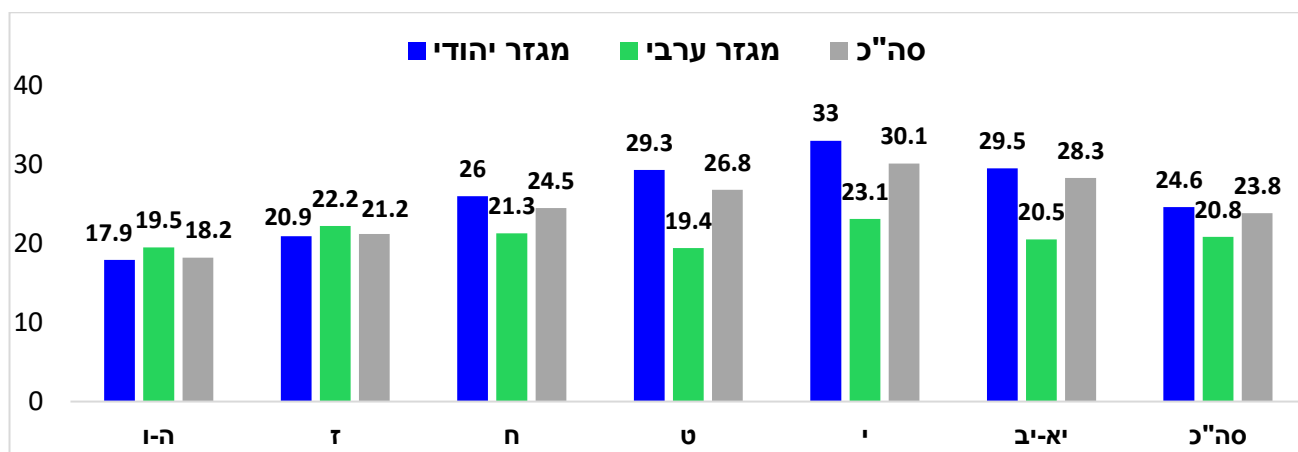
לוח 2 : אחוז התלמידים שאף פעם לא אוכלים ארוחת בוקר באמצע השבוע, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	16.0%	19.5%	17.9%	12.7%	22.2%	19.5%	15.7%	20.0%	18.2%
ז	17.7%	24.1%	20.9%	16.4%	28.9%	22.2%	17.4%	25.2%	21.2%
ח	20.9%	32.3%	26.0%	14.9%	29.6%	21.3%	18.9%	31.4%	24.5%
ט	23.5%	35.5%	29.3%	16.8%	21.6%	19.4%	22.0%	31.6%	26.8%
י	27.7%	37.8%	33.0%	15.1%	32.7%	23.1%	23.7%	36.4%	30.1%
יא-יב	26.7%	32.5%	29.5%	21.6%	19.9%	20.5%	26.2%	30.3%	28.3%
סה"כ	21.5%	27.7%	24.6%	16.0%	24.6%	20.8%	20.5%	27.0%	23.8%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	935	1,713	2,648	3,885	4,860	8,745

תרשים 2.1 : אחוז התלמידים שאף פעם לא אוכלים ארוחת בוקר באמצע השבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2 : אחוז התלמידים שאף פעם לא אוכלים ארוחת בוקר באמצע השבוע, לפי מגזר וכיתה:

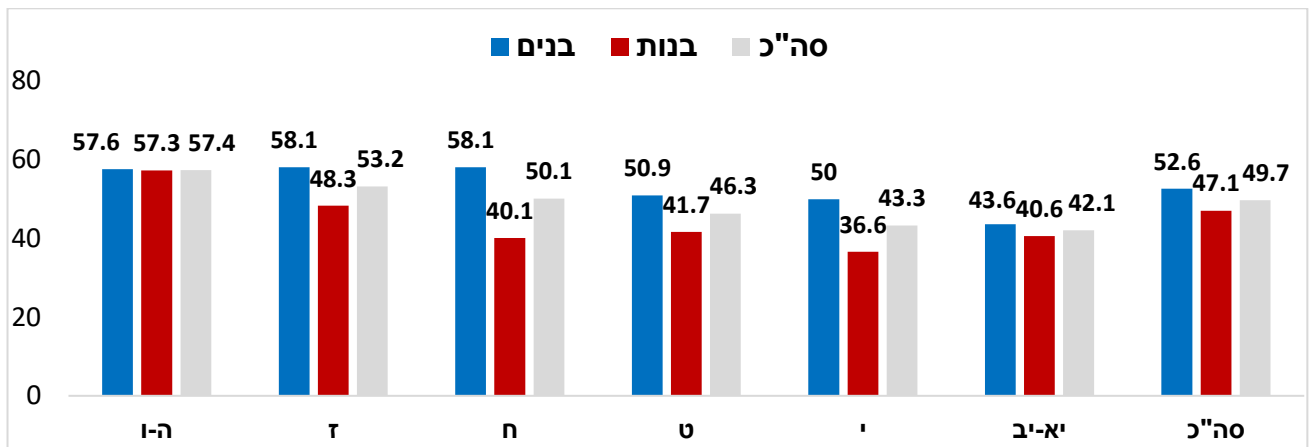


על פי לוח 3, ניתן לראות שכ-50% תלמידים אוכלים ארוחות בוקר בכל יום באמצע השבוע. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים (כ-53%) לעומת בנות (כ-47%). כמו כן, ישנה ירידה עם הגיל באחוז התלמידים שאוכלים ארוחות בוקר כל יום באמצע השבוע, מכ-57% בכיתות ה-ו, לכ-42% בכיתות יא-יב.

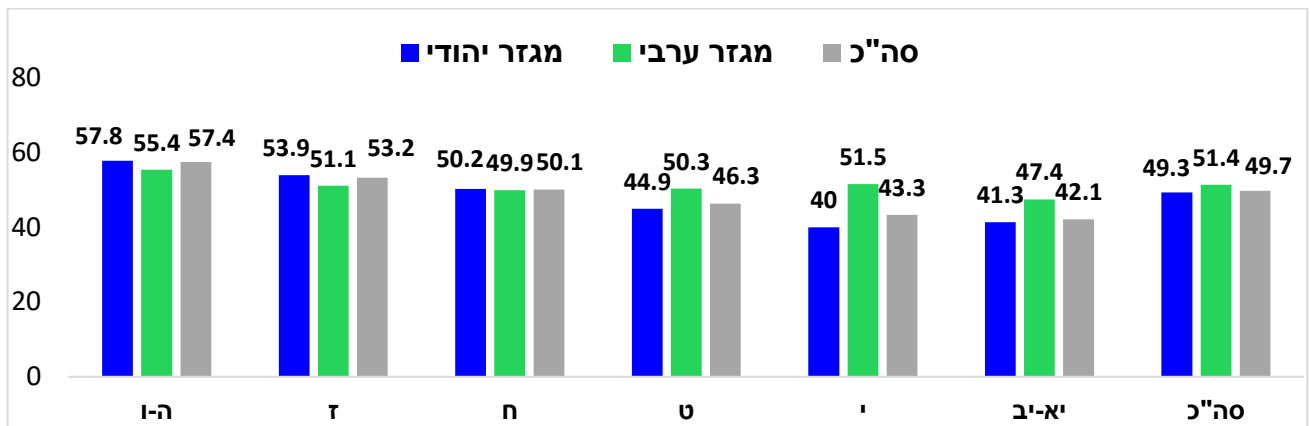
לוח 3 : אחוז התלמידים שאוכלים ארוחת בוקר בכל יום באמצע השבוע, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	57.1%	58.5%	57.8%	62.7%	52.4%	55.4%	57.6%	57.3%	57.4%
ז	58.4%	49.4%	53.9%	57.0%	44.3%	51.1%	58.1%	48.3%	53.2%
ח	56.7%	42.1%	50.2%	60.9%	35.8%	49.9%	58.1%	40.1%	50.1%
ט	50.8%	38.7%	44.9%	51.4%	49.5%	50.3%	50.9%	41.7%	46.3%
י	45.4%	35.1%	40.0%	60.1%	41.0%	51.5%	50.0%	36.6%	43.3%
יא-יב	43.3%	39.1%	41.3%	45.9%	48.2%	47.4%	43.6%	40.6%	42.1%
סה"כ	51.7%	47.0%	49.3%	56.7%	47.2%	51.4%	52.6%	47.1%	49.7%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	935	1,713	2,648	3,885	4,860	8,745

תרשים 3.1 : אחוז התלמידים שאוכלים ארוחת בוקר בכל יום באמצע השבוע, לפי מגדר וכיתה:



לוח 3.2 : אחוז התלמידים שאוכלים ארוחת בוקר בכל יום באמצע השבוע, לפי מגזר וכיתה:



### אכילת ארוחות עם המשפחה

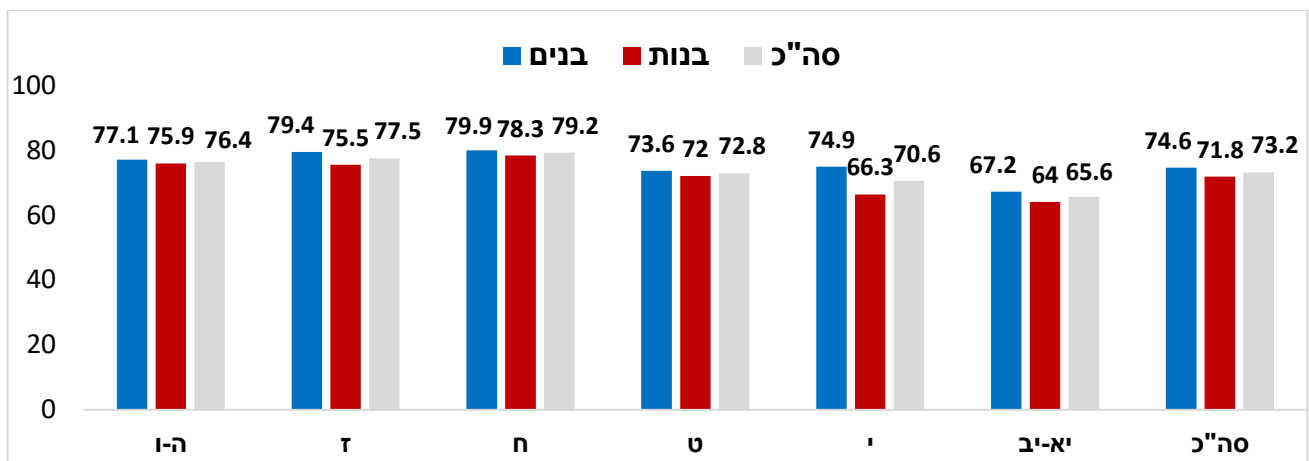
התלמידים נשאלו האם הם נוהגים לאכול עם משפחותיהם ארוחות יחד. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר נוהגים לאכול ארוחות יחד עם משפחותיהם ברוב הימים בשבוע או כל יום.

מלוח 4 עולה כי כ- 73% תלמידים נוהגים לאכול ארוחות עם משפחותיהם כל יום או ברוב ימות השבוע. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר הערבי (94%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 68%). אחוז זה גבוה יותר בקרב הבנים (כ- 70%) לעומת הבנות (כ- 66%). כמו כן, במגזר היהודי ניכרת ירידה עם הגיל באחוז התלמידים שנוהגים לאכול ארוחות עם משפחותיהם מכ- 73% בכיתות ה-ו, לכ- 62% בכיתות יא-יב.

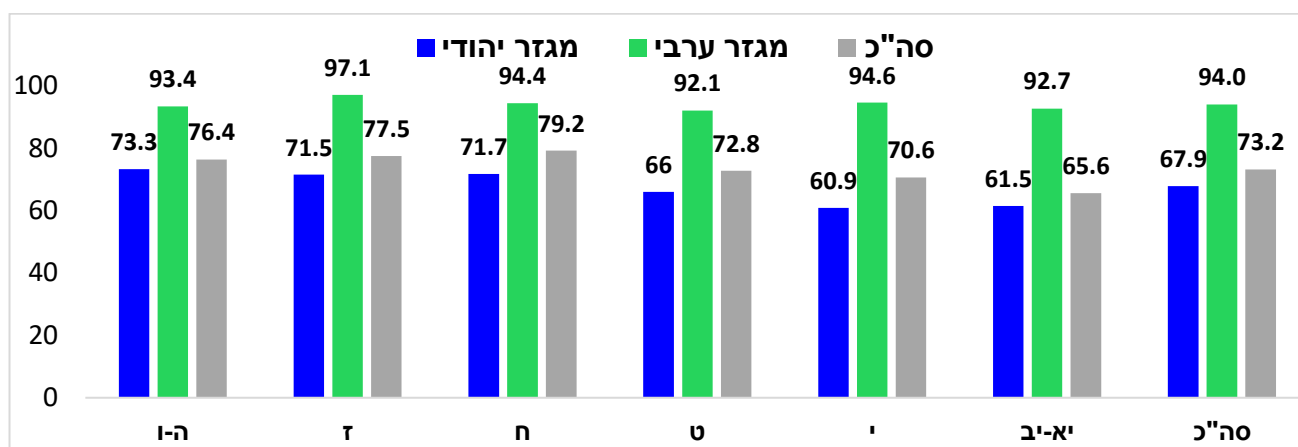
לווח 4 : אחוז התלמידים שבדרך כלל אוכלים עם משפחותיהם ארוחות יחד ברוב הימים בשבוע או כל יום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	75.2%	71.7%	73.3%	93.2%	93.5%	93.4%	77.1%	75.9%	76.4%
ז	73.3%	69.7%	71.5%	98.2%	95.9%	97.1%	79.4%	75.5%	77.5%
ח	72.7%	70.5%	71.7%	94.4%	94.4%	94.4%	79.9%	78.3%	79.2%
ט	67.6%	64.4%	66.0%	93.3%	91.2%	92.1%	73.6%	72.0%	72.8%
י	65.6%	56.5%	60.9%	95.0%	94.1%	94.6%	74.9%	66.3%	70.6%
יא-יב	65.1%	57.6%	61.5%	87.8%	95.3%	92.7%	67.2%	64.0%	65.6%
סה"כ	70.2%	65.6%	67.9%	94.1%	93.9%	94.0%	74.6%	71.8%	73.2%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	935	1,713	2,648	3,885	4,860	8,745

תרשים 4.1 : אחוז התלמידים שבדרך כלל אוכלים עם משפחותיהם ארוחות יחד ברוב הימים בשבוע או כל יום, לפי מגדר וכיתה:



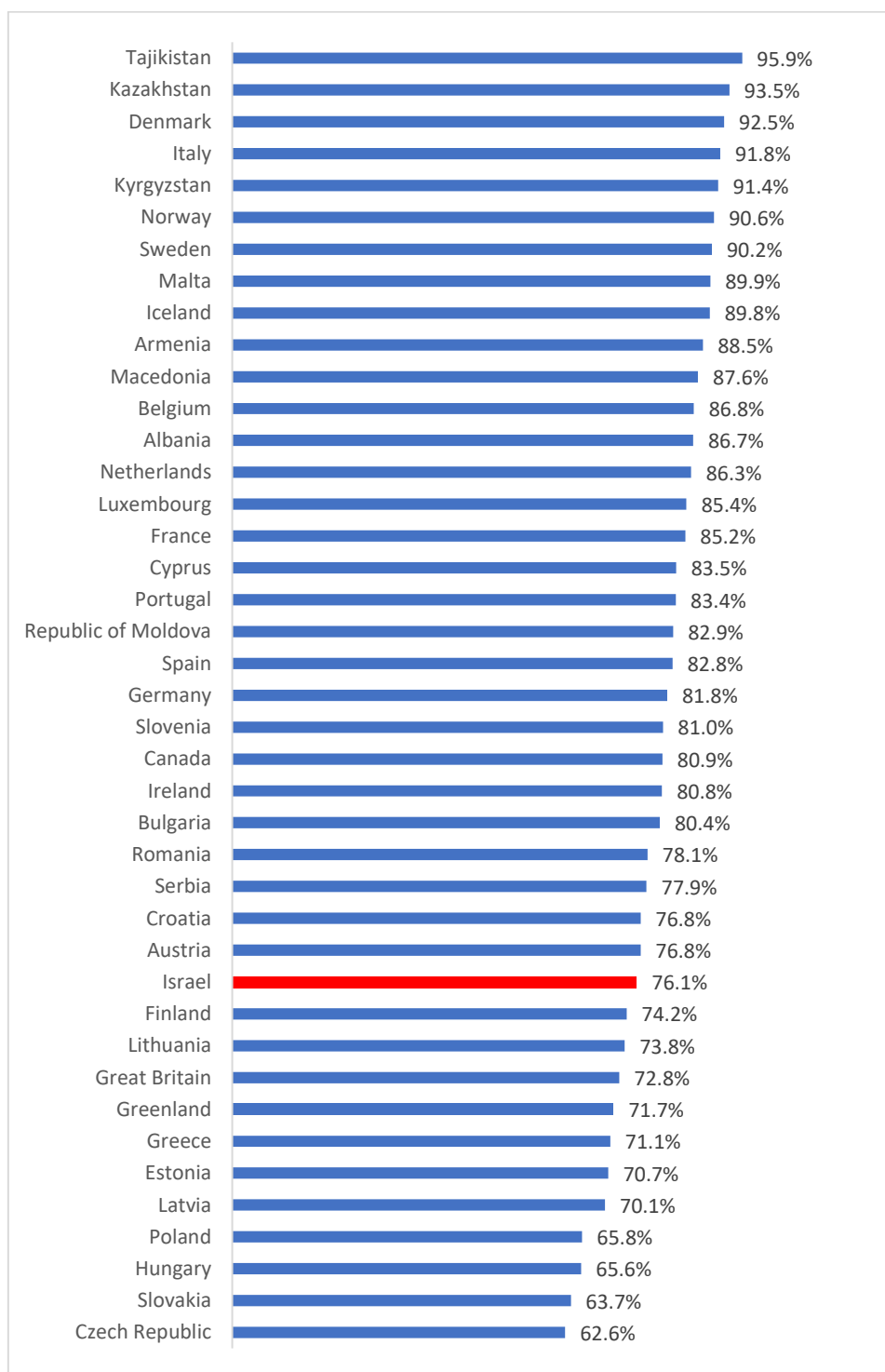
תרשים 4.2 : אחוז התלמידים שבדרך כלל אוכלים עם משפחותיהם ארוחות יחד ברוב הימים בשבוע או כל יום, לפי מגזר וכיתה:



השוואה בין-לאומית

תרשים 4.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד אכילת ארוחות משפחתיות. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-30 מבין 41 מדינות, עם כ-76% תלמידים אשר מדווחים על אכילת ארוחות יחד עם משפחותיהם ברוב ימות השבוע או כל יום.

תרשים 4.3: אחוז התלמידים אשר אוכלים עם משפחותיהם ארוחות יחד ברוב הימים בשבוע או כל יום, לפי מדינה:



#### אכילה במסעדות מזון מהיר

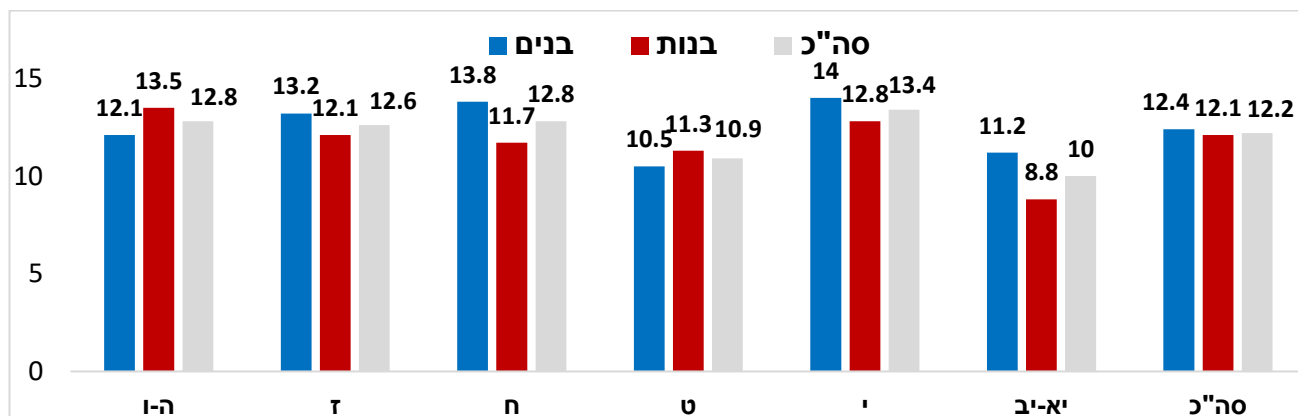
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם אוכלים במסעדות מזון מהיר (כגון: מקדונלד'ס, בורגר קינג, פיצרייה, חומוסייה, דוכן פלאפל וכו'). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר נוהגים לאכול במסעדות מזון מהיר לפחות פעמים בשבוע או יותר.

מלווה 5 ניתן ללמוד שכ 12% תלמידים אוכלים לפחות פעמיים בשבוע במסעדות מזון מהיר. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 19% לעומת כ- 10% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שאוכלים במסעדות מזון מהיר לפחות פעמיים בשבוע נרשם בקרב בניו במגזר הערבי (כ 22%).

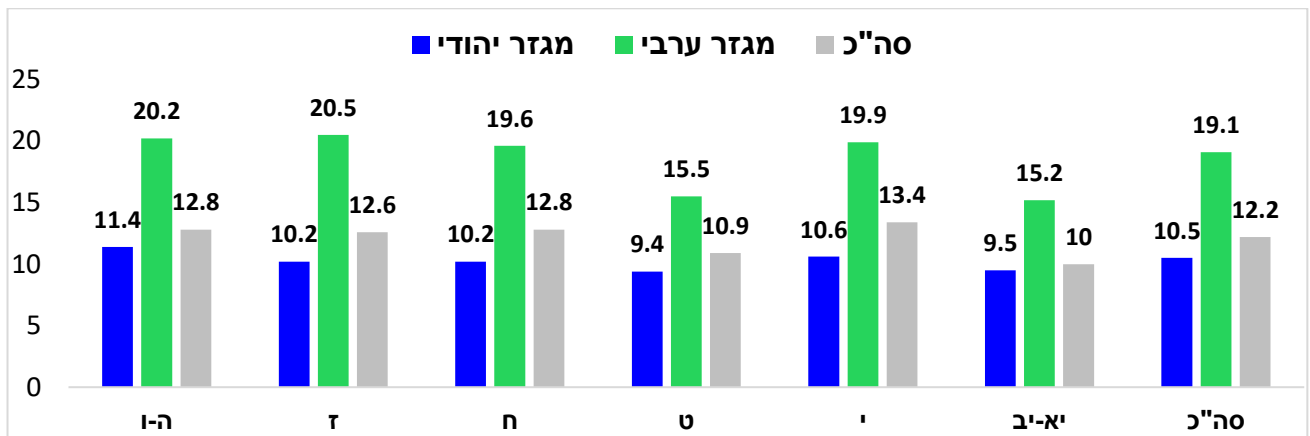
לוח 5 : אחוז התלמידים שאוכלים במסעדות מזון מהיר לפחות פעמיים בשבוע או יותר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	10.7%	12.2%	11.4%	21.6%	19.3%	20.2%	12.1%	13.5%	12.8%
ז	9.9%	10.6%	10.2%	23.0%	17.5%	20.5%	13.2%	12.1%	12.6%
ח	9.9%	10.4%	10.2%	23.5%	15.0%	19.6%	13.8%	11.7%	12.8%
ט	8.3%	10.5%	9.4%	17.9%	13.6%	15.5%	10.5%	11.3%	10.9%
י	10.0%	11.2%	10.6%	21.9%	17.2%	19.9%	14.0%	12.8%	13.4%
יא-יב	10.5%	8.5%	9.5%	21.6%	11.8%	15.2%	11.2%	8.8%	10.0%
סה"כ	10.2%	10.9%	10.5%	21.8%	16.6%	19.1%	12.4%	12.1%	12.2%
סה"כ משיבים	4,264	4,352	8,616	1,463	2,303	3,766	5,727	6,655	12,382

תרשים 5.1 : אחוז התלמידים שאוכלים במסעדות מזון מהיר לפחות פעמיים בשבוע או יותר, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 5.2 : אחוז התלמידים שאוכלים במסעדות מזון מהיר לפחות פעמים בשבוע או יותר, לפי מגזר וכיתה:



### אכילה ושתייה של מזונות שונים:

התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם אוכלים או שותים את הדברים הבאים: (א) פירות; (ב) ירקות; (ג) עוגות; עוגיות וממתקים; (ד) קולה או משקאות קלים המכילים סוכר; (ה) דיאט קולה או משקאות דיאט אחרים; (ו) משקאות אנרגיה; (ז) חטיפים מלוחים.

הממצאים שיוצגו להלן כוללים לוח מסכם של אחוז התלמידים אשר אוכלים פירות וירקות יותר מפעם ביום לפי מגזר ומגזר, וכן לוח מסכם של אחוז התלמידים אשר אוכלים סוגי מזונות שונים לפחות פעם ביום לפי מגזר ומגזר. בנוסף, פירוט של אכילת סוגי מזונות שונים לפי מגזר, מגזר כיתה.

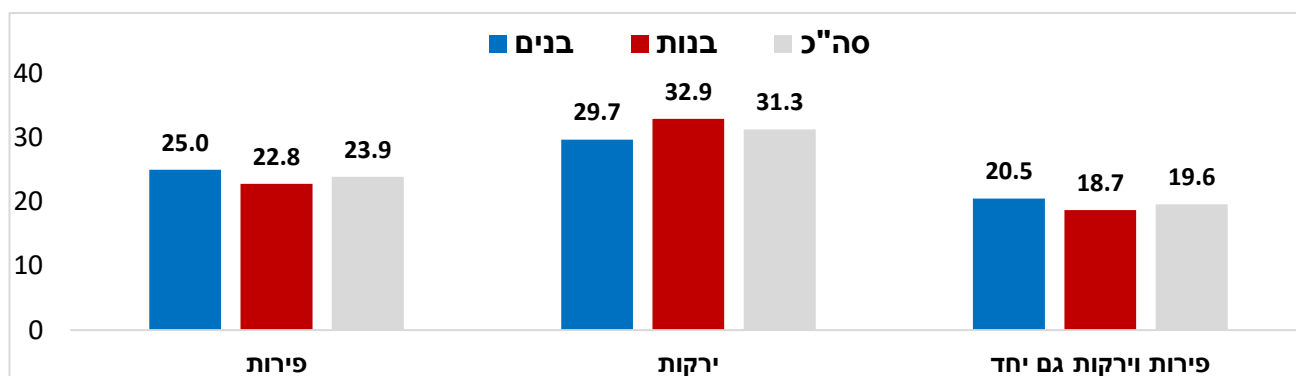
עיון בלוח 6 ובתרשימים 6.1 ו-6.2 מלמדים כי כ-24% תלמידים צורכים פירות, וכ-31% צורכים ירקות יותר מפעם ביום. אחוז התלמידים שצורכים פירות וירקות גם יחד יותר מפעם ביום עומד על כ-20%. ישנם הבדלים מגזריים ומגדריים בצריכת פירות וירקות. אחוז התלמידים במגזר הערבי שצורכים פירות יותר מפעם ביום מעט גבוה מאחוז זה בקרב התלמידים במגזר היהודי (כ-26% לעומת כ-23% בהתאמה), ואילו אחוז התלמידים במגזר היהודי שצורכים ירקות יותר מפעם ביום גבוה מאחוז זה בקרב התלמידים במגזר הערבי (כ-33% לעומת כ-26% בהתאמה). כמו כן, במגזר היהודי אך לא בערבי, אחוז הבנים שצורכים פירות יותר מפעם ביום מעט גבוה מאחוז הבנות (כ-25% לעומת כ-22% בהתאמה). בנוסף, בשני המגזרים אחוז מעט גבוה יותר של בנות לעומת בנים צורך ירקות יותר מפעם ביום (כ-33% לעומת כ-30%). מלוחות 7-9 ניתן ללמוד שעם העלייה בשכבת הגיל, חלה ירידה חוצה מגזר ומגזר בצריכה יומיומית של פירות וירקות.



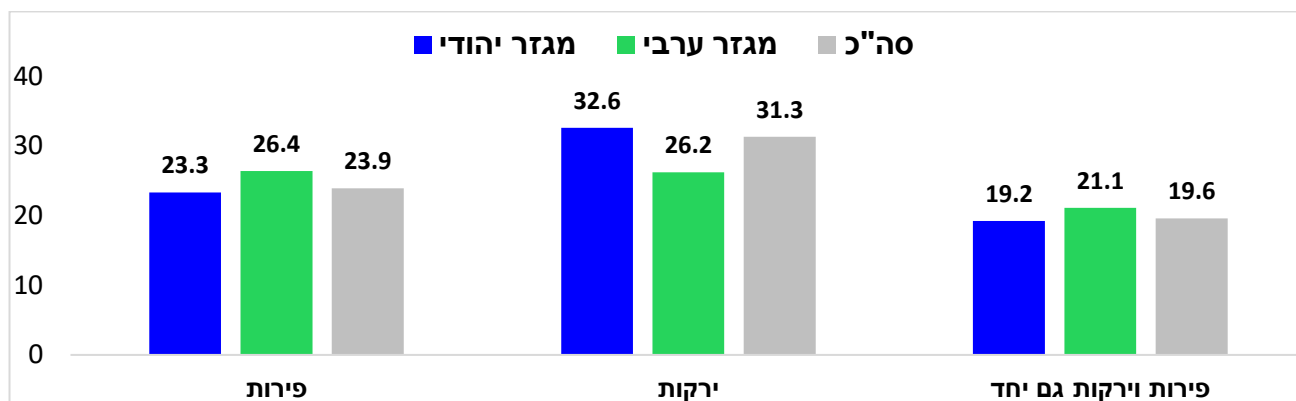
לוח 6: לוח מסכם של אחוז התלמידים אשר אוכלים פירות וירקות יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים			
23.9%	22.8%	25.0%	26.4%	26.2%	26.7%	23.3%	21.9%	24.6%	פירות
31.3%	32.9%	29.7%	26.2%	32.6%	27.5%	32.6%	34.4%	30.8%	ירקות
19.6%	18.7%	20.5%	21.1%	21.2%	21.1%	19.2%	18.0%	20.3%	פירות וירקות גם יחד

תרשים 6.1: אחוז התלמידים אשר אוכלים פירות וירקות יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים אשר אוכלים פירות וירקות יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר:



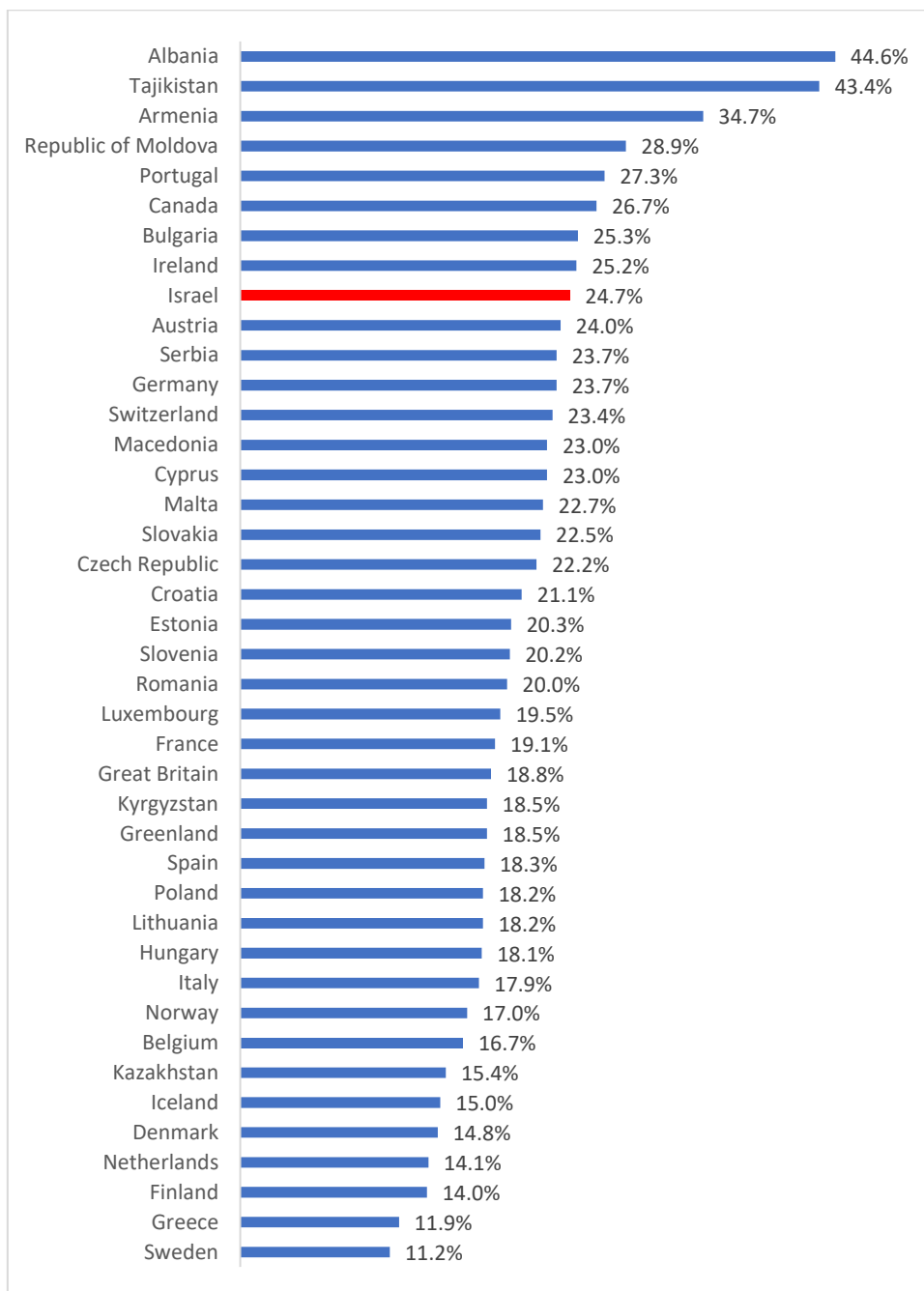
לוח 7 : אחוז התלמידים שאוכלים פירות יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	33.5%	28.9%	31.2%	33.6%	37.0%	35.6%	33.5%	30.3%	31.8%
ז	25.7%	20.9%	23.3%	33.3%	24.7%	29.3%	27.6%	21.8%	24.7%
ח	20.5%	16.6%	18.7%	26.5%	23.3%	25.0%	22.2%	18.4%	20.4%
ט	19.9%	16.6%	18.3%	23.5%	19.0%	21.0%	20.8%	17.3%	19.0%
י	17.7%	17.0%	17.3%	20.7%	20.9%	20.8%	18.7%	18.1%	18.4%
יא-יב	15.0%	16.0%	15.5%	18.9%	18.7%	18.8%	15.3%	16.5%	15.9%
סה"כ	24.6%	21.9%	23.3%	26.7%	26.2%	26.4%	25.0%	22.8%	23.9%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

#### השוואה בין-לאומית

תרשים 7.1 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד אכילת פירות יותר מפעם ביום. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-9 מבין 42 מדינות, עם כ-25% תלמידים אשר מדווחים על אכילת פירות יותר מפעם ביום. יש לציין, כי בסקר הקודם (2019) ישראל דורגה במקום השביעי עם 29% אחוזי דיווח במדד זה.

תרשים 7.1 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שאוכלים פירות יותר מפעם אחת ביום, לפי מדינה:



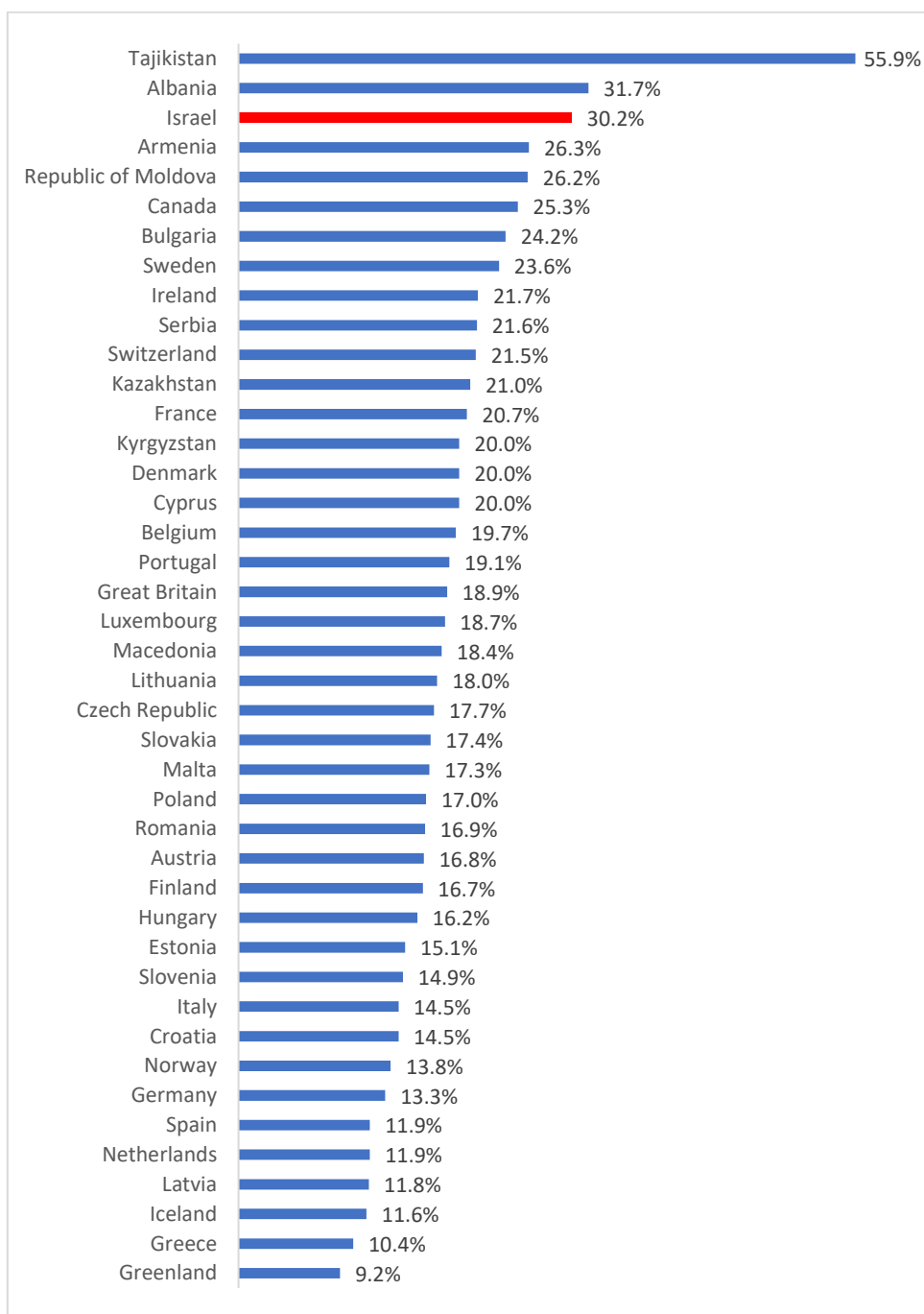
לוה 8 : אחוז התלמידים שאוכלים ירקות יותר מפעם אחת ביום, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	38.2%	37.4%	29.5%	32.7%	37.8%	31.4%	37.1%	36.6%	36.9%
ז	32.0%	33.0%	29.1%	26.3%	32.5%	27.8%	31.3%	31.5%	31.4%
ח	25.8%	27.6%	26.5%	25.5%	26.6%	26.0%	26.0%	27.0%	26.5%
ט	24.8%	32.9%	19.6%	27.5%	28.7%	23.9%	23.6%	31.4%	27.5%
י	24.1%	30.3%	20.9%	23.2%	27.3%	21.9%	23.1%	28.4%	25.6%
יא-יב	25.1%	35.8%	20.3%	23.7%	30.2%	22.5%	24.6%	33.7%	29.2%
סה"כ	30.8%	34.4%	24.8%	27.5%	32.6%	26.2%	29.7%	32.9%	31.3%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

#### השוואה בין-לאומית

תרשים 8.1 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד אכילת ירקות יותר מפעם ביום. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-3 מבין 42 מדינות, עם כ-30% תלמידים אשר מדווחים על אכילת פירות יותר מפעם ביום. יש לציין, כי בסקר הקודם (2019) ישראל דורגה במקום הראשון עם 33% אחוזי דיווח במדד זה.

תרשים 8.1 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שאוכלים ירקות יותר מפעם אחת ביום, לפי מדינה:



לוח 9 : אחוז התלמידים שאוכלים ירקות ופירות גם יחד יותר מפעם אחת ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

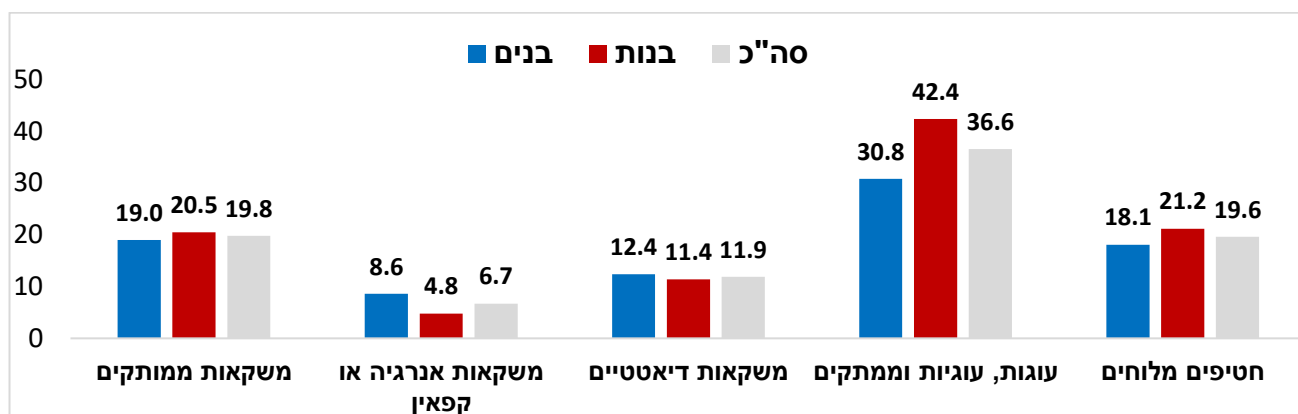
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	27.4%	23.8%	25.6%	25.4%	29.2%	27.6%	27.1%	24.7%	25.9%
ז	21.8%	16.9%	19.3%	26.1%	20.6%	23.5%	22.8%	17.7%	20.3%
ח	16.4%	13.3%	14.9%	22.5%	18.4%	20.6%	18.1%	14.7%	16.5%
ט	15.6%	13.0%	14.4%	15.6%	17.2%	16.5%	15.6%	14.2%	14.9%
י	15.0%	14.4%	14.7%	16.9%	16.5%	16.7%	15.7%	15.0%	15.3%
יא-יב	12.8%	13.6%	13.2%	18.9%	15.8%	16.9%	13.4%	14.0%	13.7%
סה"כ	20.3%	18.0%	19.2%	21.1%	21.2%	21.1%	20.5%	18.7%	19.6%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

על פי לוח 10 ניתן לראות כי אחוז התלמידים שצורכים מאכלים מתוקים (עוגות, עוגיות וממתקים) לפחות פעם ביום עומד על כ- 37%. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 47%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (34%), וכן גבוה יותר בקרב בנות (כ- 42%) לעומת בנים (כ- 31%). כ- 20% תלמידים צורכים משקאות ממותקים לפחות פעם ביום, כאשר אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 40%) לעומת המגזר היהודי (כ- 15%). כמו כן, כ- 20% תלמידים צורכים חטיפים מלוחים באופן יומיומי, גם במדד זה אחוז התלמידים במגזר הערבי (כ- 40%) גבוה מאחוז התלמידים במגזר היהודי (כ- 15%). עוד עולה כי בקרב המגזר היהודי, אך לא הערבי, חלה ירידה קלה בצריכת מזונות לא בריאים (שתיה ממותקת, עוגות ועוגיות, וחטיפים) בין גילאי חטיבת הביניים לגילאי התיכון.

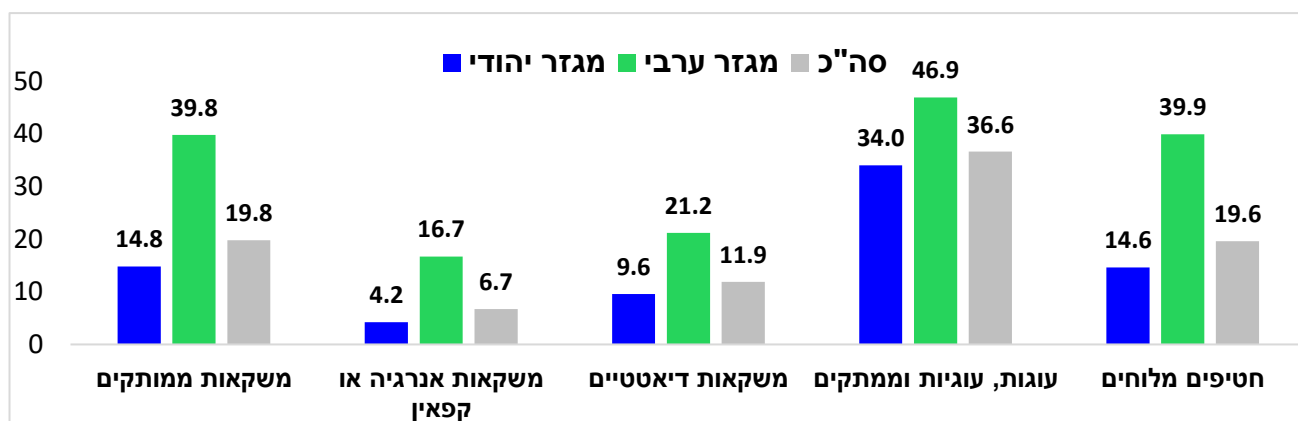
לוח 10 : טבלה מסכמת של אכילת סוגי מזונות שונים לפחות פעם ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
משקאות ממותקים	13.6%	16.0%	14.8%	41.8%	38.1%	39.8%	19.0%	20.5%	19.8%
משקאות אנרגיה או קפאין	5.6%	2.8%	4.2%	21.4%	12.3%	16.7%	8.6%	4.8%	6.7%
משקאות דיאטטיים	9.4%	9.7%	9.6%	25.2%	17.5%	21.2%	12.4%	11.4%	11.9%
עוגות, עוגיות וממתקים	28.0%	40.1%	34.0%	42.4%	51.1%	46.9%	30.8%	42.4%	36.6%
חטיפים מלוחים	13.3%	15.9%	14.6%	38.2%	41.4%	39.9%	18.1%	21.2%	19.6%

תרשים 10.1 : טבלה מסכמת של אכילת סוגי מזונות שונים לפחות פעם ביום, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 10.2 : טבלה מסכמת של אכילת סוגי מזונות שונים לפחות פעם ביום, לפי מגזר וכיתה:

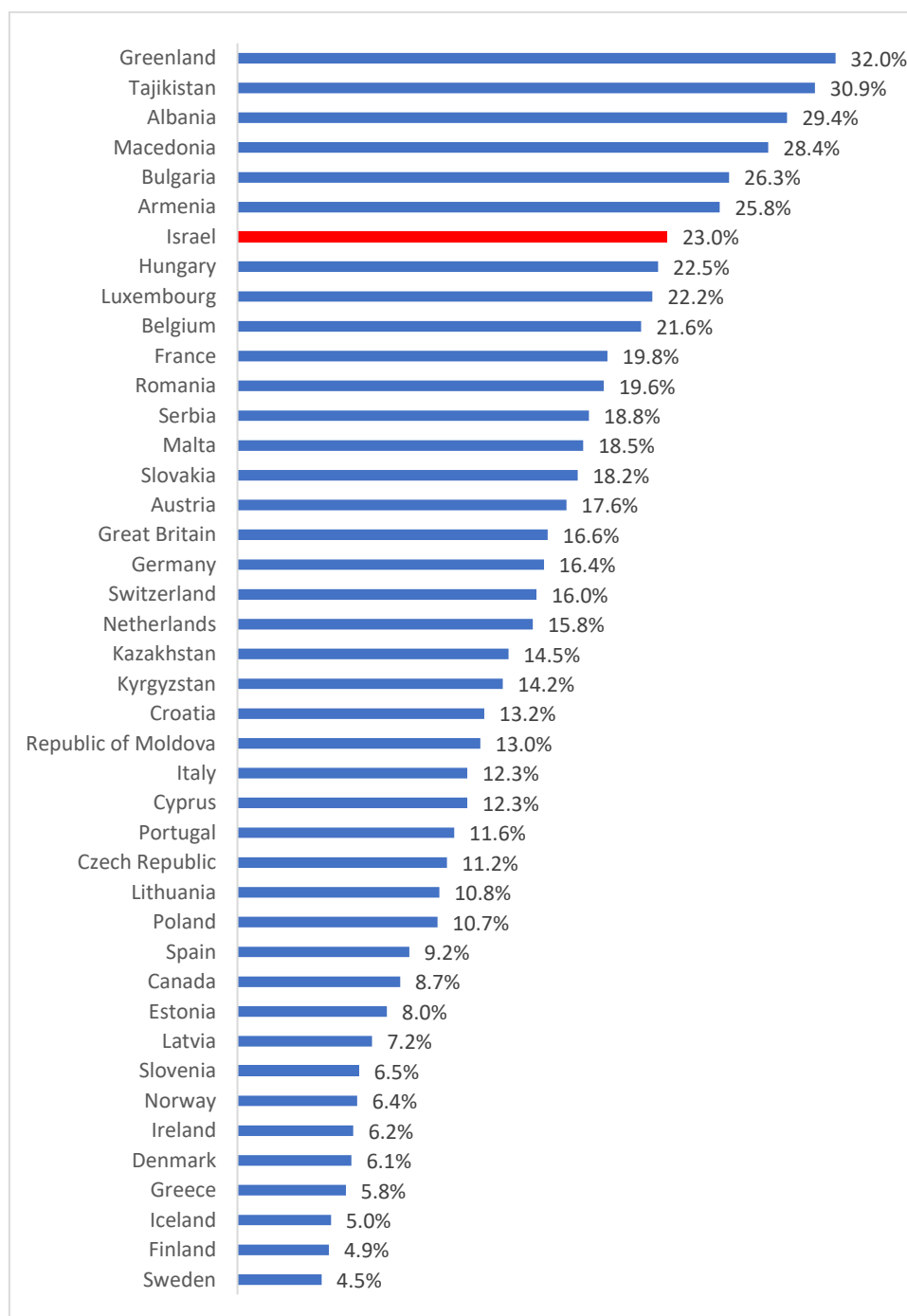


לוח 11 : אחוז התלמידים ששותים משקאות ממותקים לפחות פעם ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	13.5%	16.8%	15.2%	33.9%	33.1%	33.4%	16.1%	19.7%	18.0%
ז	20.2%	20.1%	20.1%	48.5%	49.0%	48.7%	27.2%	26.5%	26.9%
ח	16.3%	19.2%	17.7%	46.3%	42.3%	44.5%	24.7%	25.3%	25.0%
ט	12.8%	13.3%	13.0%	45.3%	41.0%	42.9%	20.3%	21.1%	20.7%
י	13.6%	18.2%	15.9%	38.8%	33.9%	36.7%	21.9%	22.4%	22.2%
יא-יב	9.2%	9.5%	9.3%	51.4%	40.3%	44.1%	11.8%	13.1%	12.5%
<b>סה"כ</b>	<b>13.6%</b>	<b>16.0%</b>	<b>14.8%</b>	<b>41.8%</b>	<b>38.1%</b>	<b>39.8%</b>	<b>19.0%</b>	<b>20.5%</b>	<b>19.8%</b>
<b>סה"כ משיבים</b>	<b>4,270</b>	<b>4,354</b>	<b>8,624</b>	<b>1,463</b>	<b>2,304</b>	<b>3,767</b>	<b>5,733</b>	<b>6,658</b>	<b>12,391</b>

תרשים 11.1 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר בממד שתיית משקאות ממותקים. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-7 מבין 42 מדינות, עם 23% תלמידים אשר מדווחים על שתיית משקאות ממותקים לפחות פעם ביום.

תרשים 11.1 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 ששותים משקאות ממותקים לפחות פעם ביום, לפי מדינה:





לווח 12 : אחוז התלמידים ששותים משקאות אנרגיה או משקאות המכילים קפאין לפחות פעם ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.6%	2.5%	4.1%	15.0%	4.8%	8.9%	6.8%	2.9%	4.8%
ז	5.7%	2.7%	4.2%	15.8%	11.3%	13.7%	8.2%	4.6%	6.4%
ח	7.7%	3.4%	5.7%	25.5%	14.4%	20.4%	12.7%	6.4%	9.7%
ט	4.3%	2.9%	3.6%	23.5%	20.9%	22.0%	8.8%	7.9%	8.4%
י	6.5%	4.3%	5.4%	24.2%	14.0%	19.8%	12.4%	6.9%	9.7%
יא-יב	4.4%	2.3%	3.4%	35.1%	21.0%	25.9%	6.3%	4.5%	5.4%
סה"כ	5.6%	2.8%	4.2%	21.4%	12.3%	16.7%	8.6%	4.8%	6.7%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

לווח 13 : אחוז התלמידים ששותים משקאות דיאטטיים לפחות פעם ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	8.5%	8.9%	8.7%	25.4%	15.0%	19.2%	10.7%	10.0%	10.3%
ז	11.3%	12.2%	11.8%	29.7%	22.7%	26.4%	15.9%	14.6%	15.2%
ח	12.8%	11.2%	12.0%	24.5%	19.3%	22.1%	16.1%	13.4%	14.8%
ט	8.3%	9.6%	9.0%	20.7%	20.1%	20.4%	11.2%	12.6%	11.9%
י	12.1%	12.4%	12.2%	21.9%	16.5%	19.5%	15.3%	13.5%	14.4%
יא-יב	7.2%	7.4%	7.3%	43.2%	16.0%	25.3%	9.4%	8.4%	8.9%
סה"כ	9.4%	9.7%	9.6%	25.2%	17.5%	21.2%	12.4%	11.4%	11.9%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

לוה 14 : אחוז התלמידים שאוכלים עוגות, עוגיות וממתקים לפחות פעם ביום, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

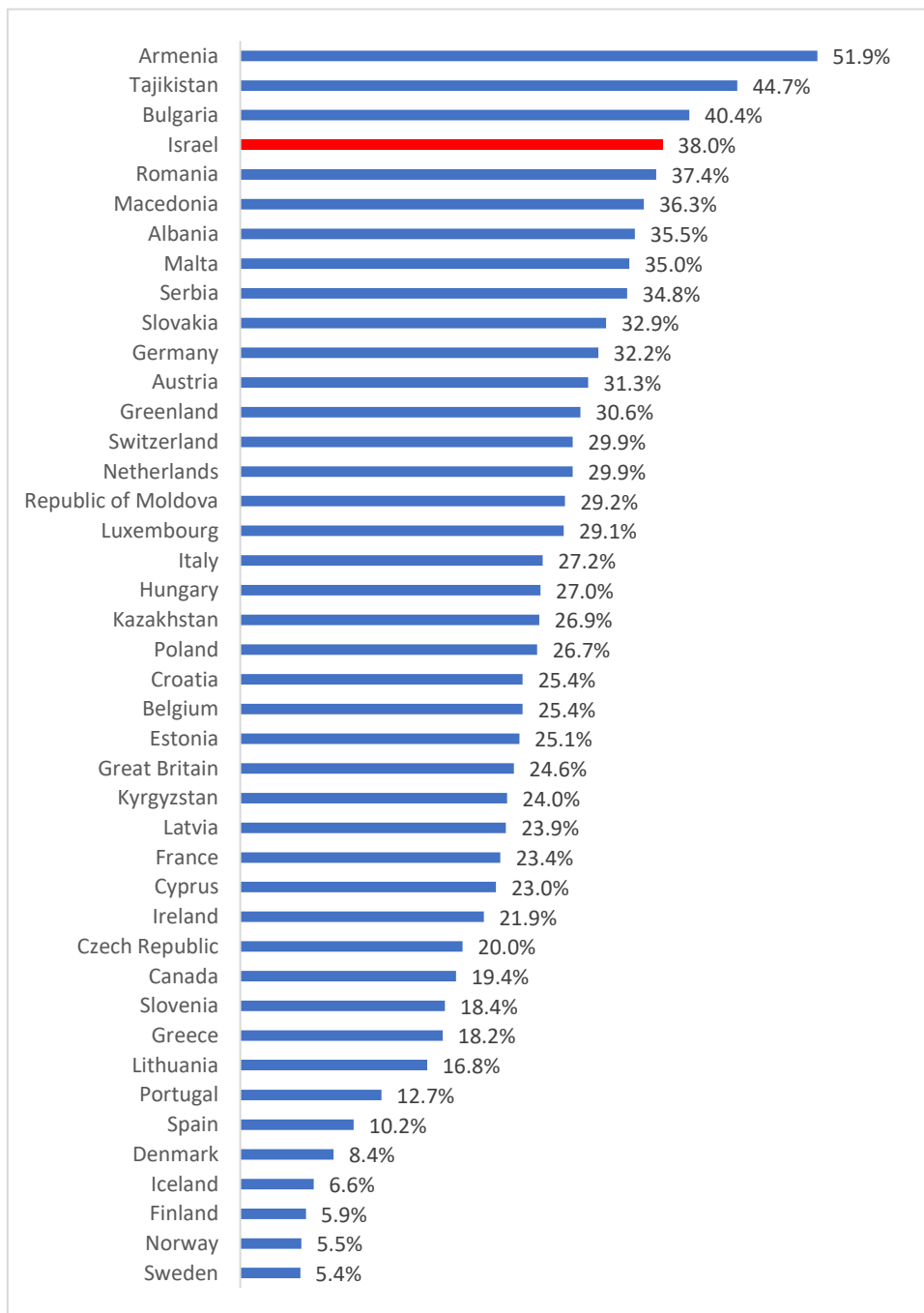
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	29.6%	42.8%	36.2%	37.3%	54.6%	47.6%	30.6%	44.9%	37.9%
ז	35.0%	42.2%	38.6%	50.9%	50.5%	50.7%	39.0%	44.1%	41.5%
ח	27.5%	36.1%	31.6%	44.0%	50.6%	47.0%	32.1%	39.9%	35.8%
ט	24.5%	40.8%	32.4%	49.2%	49.5%	49.3%	30.3%	43.2%	36.8%
י	25.2%	38.4%	31.9%	36.1%	45.6%	40.3%	28.8%	40.3%	34.4%
יא-יב	24.8%	35.8%	30.1%	48.6%	52.9%	51.4%	27.0%	38.7%	32.9%
סה"כ	28.0%	40.1%	34.0%	42.4%	51.1%	46.9%	30.8%	42.4%	36.6%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

#### השוואה בין-לאומית

תרשים 14.1 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד אכילת מאכלים ממותקים לפחות פעם אחת ביום. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-4 מבין 42 מדינות, עם כ-38% אחוזי דיווח במדד זה.

תרשים 14.1: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, אשר אוכלים עוגות, עוגיות וממתקים לפחות פעם ביום, לפי

מדינה:



לוח 15 : אחוז התלמידים שאוכלים הטיפפים מלוחים לפחות פעם ביום, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	15.7%	20.3%	18.0%	40.0%	47.4%	44.4%	18.8%	25.2%	22.1%
ז	18.6%	18.3%	18.4%	41.8%	43.8%	42.7%	24.3%	23.9%	24.1%
ח	15.6%	15.7%	15.7%	43.3%	40.8%	42.1%	23.4%	22.4%	22.9%
ט	8.3%	12.5%	10.4%	38.0%	40.3%	39.3%	15.2%	20.3%	17.8%
י	11.3%	11.8%	11.6%	30.7%	30.5%	30.6%	17.7%	16.9%	17.3%
יא-יב	8.1%	9.5%	8.8%	41.9%	41.7%	41.8%	10.2%	13.3%	11.7%
סה"כ	13.3%	15.9%	14.6%	38.2%	41.4%	39.9%	18.1%	21.2%	19.6%
סה"כ משיבים	4,270	4,354	8,624	1,463	2,304	3,767	5,733	6,658	12,391

### הרגלי דיאטה

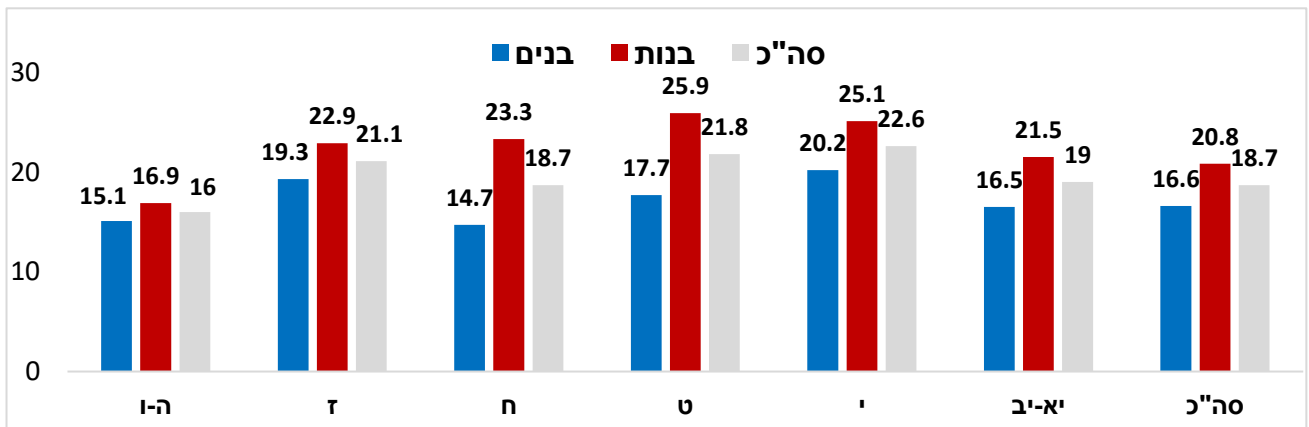
דיאטה כיום: התלמידים נשאלו האם הם עושים היום דיאטה או כל פעילות אחרת כדי להוריד במשקלם. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר עושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרת בכדי להוריד במשקל.

מלוח 16 עולה כ- 19% תלמידים מדווחים שהם עושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרת כדי להוריד במשקל. אחוז זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 21%) לעומת בנים (כ- 17%). אין הבדל בין המגזרים במדד זה, עם זאת, הפער בין בנות לבנים גבוה יותר במגזר היהודי (22% לעומת 16% בהתאמה).

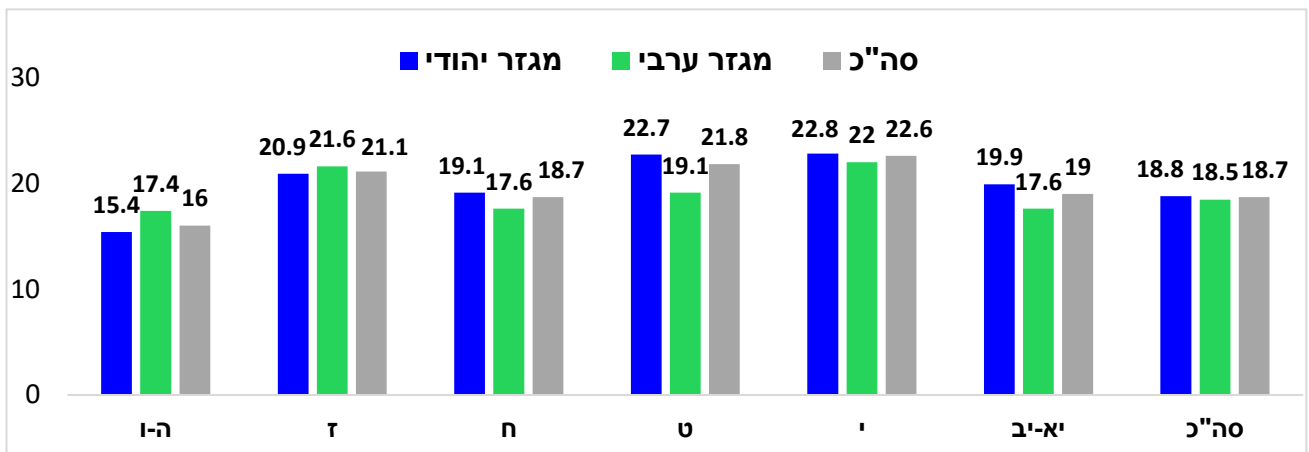
לוח 16 : אחוז התלמידים שעושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרת כדי להוריד במשקל, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	13.6%	17.2%	15.4%	18.6%	16.1%	17.4%	15.1%	16.9%	16.0%
ז	19.8%	21.9%	20.9%	17.6%	26.3%	21.6%	19.3%	22.9%	21.1%
ח	13.9%	24.9%	19.1%	16.6%	18.8%	17.6%	14.7%	23.3%	18.7%
ט	17.8%	28.0%	22.7%	17.3%	20.5%	19.1%	17.7%	25.9%	21.8%
י	20.5%	25.1%	22.8%	19.7%	25.1%	22.0%	20.2%	25.1%	22.6%
יא-יב	16.9%	23.1%	19.9%	15.9%	19.3%	17.6%	16.5%	21.5%	19.0%
סה"כ	16.1%	21.5%	18.8%	17.7%	19.3%	18.5%	16.6%	20.8%	18.7%
סה"כ משיבים	4,248	4,330	8,578	2,301	3,547	5,848	6,549	7,877	14,426

תרשים 16.1 : אחוז התלמידים שעושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרת כדי להוריד במשקל, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 16.2 : אחוז התלמידים שעושים כיום דיאטה או כל פעילות אחרת כדי להוריד במשקל, לפי מגזר וכיתה:

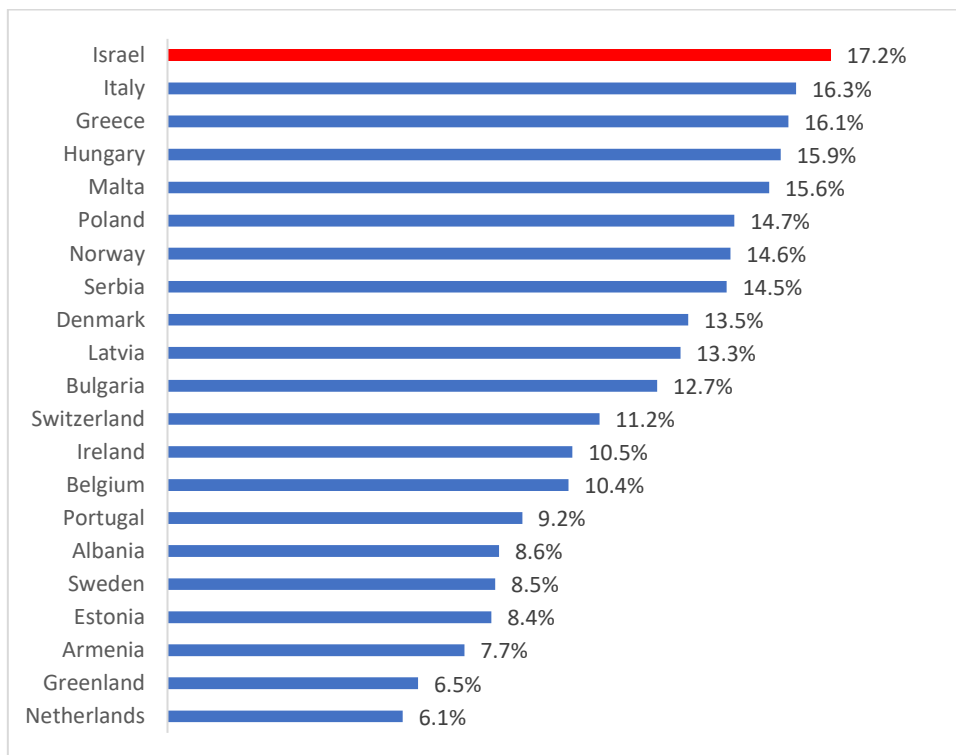


#### השוואה בין-לאומית

תרשימים 16.3 ו-16.4 מציגים השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין תלמידי שאר המדינות המשתתפות במחקר בחלוקה למגדר, במדד הדיווח על עשיית דיאטה כיום כדי להוריד במשקל. הממצאים מראים שהתלמידים הישראלים (הבנים) מדורגים במקום הראשון מתוך 21 מדינות במדד זה עם כ-17% המדווחים על עשיית דיאטה כיום או פעילות אחרת כיום לשם הורדה במשקל. לעומת זאת, התלמידות הישראליות (הבנות) מדורגות במקום החמישי, עם כ-21% דיווח. יש לציין שבסקר הקודם (2019), התלמידים הישראלים דורגו גם כן במקום הראשון (בנים) ובמקום החמישי (בנות) במדד זה, כאשר אז כ-20% בנים ישראלים וכ-25% בנות הישראליות דיווחו על עשיית דיאטה או פעילות אחרת להורדה במשקל כיום.

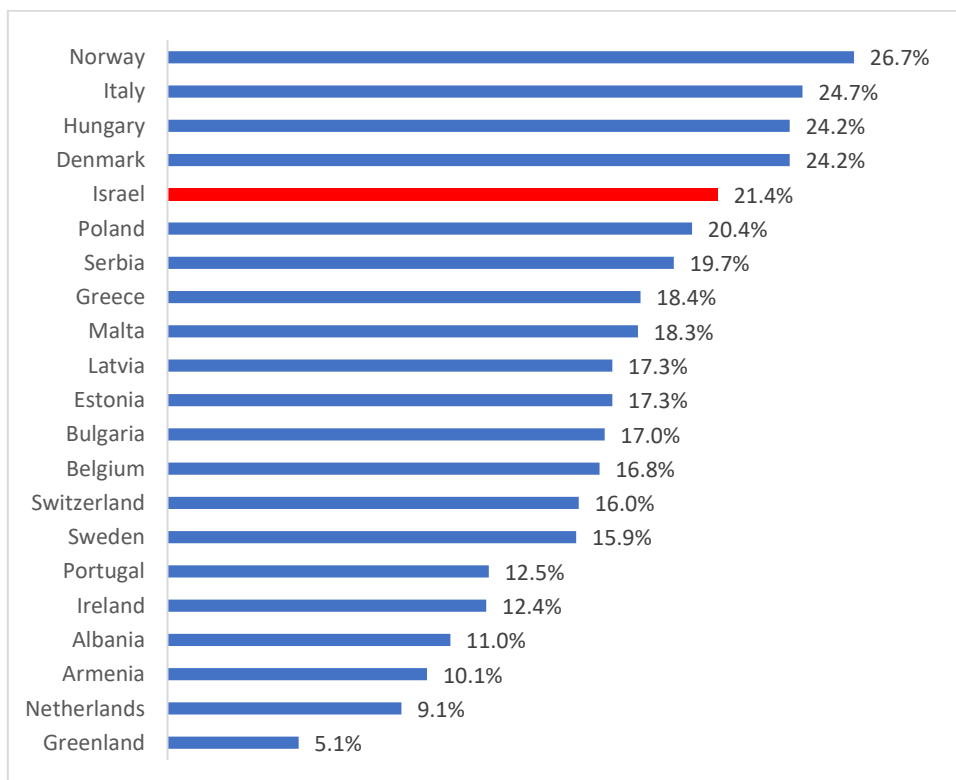
תרשים 16.3: אחוז התלמידים (בנים) בגילאי 11, 13 ו-15 שעושים דיאטה או פעילות אחרת כדי להוריד במשקל, לפי

מדינה:



תרשים 16.4: אחוז התלמידות (בנות) בגילאי 11, 13 ו-15 שעושות דיאטה או פעילות אחרת כדי להוריד במשקל, לפי

מדינה:



### עשיית דיאטה בשנה האחרונה

התלמידים נשאלו כמה פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים הם ניסו לעשות דיאטה בכדי להוריד במשקל. **הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שעשו דיאטה על מנת לרדת במשקל לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים. כמו כן, יוצג אחוז התלמידים אשר ניסו לעשות דיאטה על מנת לרדת במשקל לפחות 5 פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים (כיתות ז-יב).**

מלוח 17 עולה כי כ- 42% תלמידים ניסו לפחות פעם אחת בשנה האחרונה לעשות דיאטה במטרה להוריד במשקל. אחוז זה גבוה יותר באופן ניכר בקרב הבנות (כ- 52%) לעומת הבנים (כ- 32%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 46%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 39%).

לוח 17 : אחוז התלמידים שעשו דיאטה על מנת לרדת במשקל לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	34.9%	45.2%	40.1%	43.6%	56.7%	49.7%	37.1%	47.8%	42.4%
ח	27.1%	49.8%	37.2%	42.9%	54.9%	48.1%	32.3%	51.5%	40.8%
ט	27.8%	55.3%	41.2%	36.9%	55.7%	47.2%	29.9%	55.4%	42.7%
י	32.7%	58.1%	46.0%	33.2%	56.5%	43.7%	32.8%	57.6%	45.3%
יא-יב	30.2%	48.9%	39.3%	32.4%	44.5%	40.4%	30.3%	48.4%	39.4%
סה"כ	30.7%	50.8%	40.6%	38.4%	54.0%	46.3%	32.3%	51.5%	41.8%
סה"כ	2,481	2,639	5,120	817	1,295	2,112	3,298	3,934	7,232

נתוני לוח 18 מצביעים על כך ש כ- 12% תלמידים מדווחים כי הם עשו דיאטה לפחות 5 פעמים בשנה האחרונה במטרה להוריד במשקל. גם במדד זה אחוזי הדיווח בקרב הבנות גבוהים יותר משמעותית לעומת הבנים (כ- 17% לעומת 5% בהתאמה). אין הבדל משמעותי בין המגזר היהודי והערבי במדד זה.

לוה 18 : אחוז התלמידים שעשו דיאטה על מנת לרדת במשקל לפחות 5 פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	7.8%	13.7%	10.8%	13.9%	14.4%	14.2%	9.3%	13.9%	11.6%
ח	6.7%	18.2%	11.8%	9.9%	14.2%	11.8%	7.8%	16.9%	11.8%
ט	5.3%	19.3%	12.1%	8.9%	17.2%	13.5%	6.2%	18.7%	12.5%
י	7.5%	20.5%	14.3%	8.4%	20.1%	13.7%	7.8%	20.4%	14.1%
יא-יב	4.9%	16.1%	10.4%	6.8%	12.3%	10.4%	5.0%	15.6%	10.4%
סה"כ	6.1%	17.0%	11.5%	10.1%	15.9%	13.0%	6.9%	16.8%	11.8%
סה"כ	2,481	2,639	5,120	817	1,295	2,112	3,298	3,934	7,232

#### נטילת כדורים או משקאות להורדה במשקל

התלמידים נשאלו אם הם נטלו או נוטלים כדורים או משקאות מיוחדים להורדה במשקל. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שהשיב בחיוב על מדד זה (כיתות ז-יב).

לוה 19 מלמד שכ- 4% תלמידים מדווחים כי הם נטל בעבר או נוטלים כיום כדורים או משקאות מיוחדים כדי להוריד במשקל. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת המגזר היהודי (כ- 9% לעומת כ- 3% בהתאמה). אחוזי הדיווח גבוהים יותר בקרב תלמידים בכיתות חטיבות הביניים לעומת גילאי התיכון. אין הבדל משמעותי בין בנים לבנות.

לוה 19: אחוז התלמידים שנטלו או נוטלים כדורים או משקאות מיוחדים להורדה במשקל, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	4.4%	2.8%	3.6%	12.1%	12.9%	12.5%	6.3%	5.1%	5.7%
ח	3.6%	2.5%	3.1%	10.6%	9.9%	10.3%	5.9%	4.9%	5.4%
ט	2.9%	3.0%	2.9%	10.6%	8.1%	9.2%	4.7%	4.4%	4.5%
י	2.6%	2.3%	2.5%	6.3%	5.2%	5.8%	3.8%	3.1%	3.4%
יא-יב	3.0%	2.1%	2.5%	8.1%	6.7%	7.2%	3.3%	2.7%	3.0%
סה"כ	3.3%	2.5%	2.9%	9.7%	8.6%	9.2%	4.6%	3.8%	4.2%
סה"כ	2,481	2,639	5,120	817	1,295	2,112	3,298	3,934	7,232



## הקאות לאחר אכילה

התלמידים נשאלו אם הם גורמים לעצמם מידי פעם להקיא לאחר שאכלו בכדי לא להעלות במשקל. **הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שהשיב בחיוב על מדד זה (כיתות ז-יב).**

מלוח 20 עולה כי כ- 6% תלמידים מדווחים שהם גורמים לעצמם מידי פעם להקיא לאחר שאכלו כדי לא להעלות במשקל. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 10%) לעומת המגזר היהודי (כ-5%). בקרב תלמידים במגזר היהודי קיים הבדל מגדרי במדד זה, כאשר אחוז הבנות שמדווחות כי הן גורמות לעצמן להקיא מדי פעם לאחר ארוחה גבוה יותר מאחוז הבנים (כ- 7% לעומת כ- 3% בהתאמה). בקרב תלמידים במגזר הערבי אין הבדל משמעותי במדד זה בין בנים לבנות.

לוח 20 : אחוז התלמידים שגורמים לעצמם מדי פעם להקיא על מנת לא להעלות במשקל, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	2.7%	6.2%	4.4%	13.9%	10.8%	12.5%	5.5%	7.2%	6.3%
ח	2.3%	4.6%	3.3%	14.3%	6.2%	10.7%	6.3%	5.1%	5.7%
ט	2.9%	8.7%	5.7%	9.5%	10.6%	10.1%	4.4%	9.2%	6.8%
י	3.2%	7.4%	5.4%	4.2%	9.9%	6.8%	3.5%	8.0%	5.8%
יא-יב	2.4%	6.5%	4.4%	6.8%	7.6%	7.3%	2.6%	6.6%	4.7%
סה"כ	2.6%	6.9%	4.7%	10.0%	9.4%	9.7%	4.2%	7.4%	5.8%
סה"כ משיבים	2,481	2,639	5,120	817	1,295	2,112	3,298	3,934	7,232

## מסת גוף – BMI

התלמידים התבקשו לציין את הגובה (בס"מ) ואת המשקל שלהם (בק"ג). מתוך נתונים אלו חושב מדד מסת גוף (BMI) לפי ממוצע גיל בנים וממוצע גיל בנות בכל שכבת גיל. הקריטריונים להכללה כללו מדד BMI בטווח של 11-45. **הממצאים שיוצגו בלוח 21 ובתרשימים 21.1 ו-21.2 כוללים את אחוז התלמידים שאינדקס מסת הגוף שלהם מראה על השמנת יתר לפי הגדרות ארגון הבריאות העולמי (אחוזון 98% - ציון תקן 2).** נתוני המגמות (תרשימים 21.3 ו-21.4) מוצגים לפי אחוזון 95%.

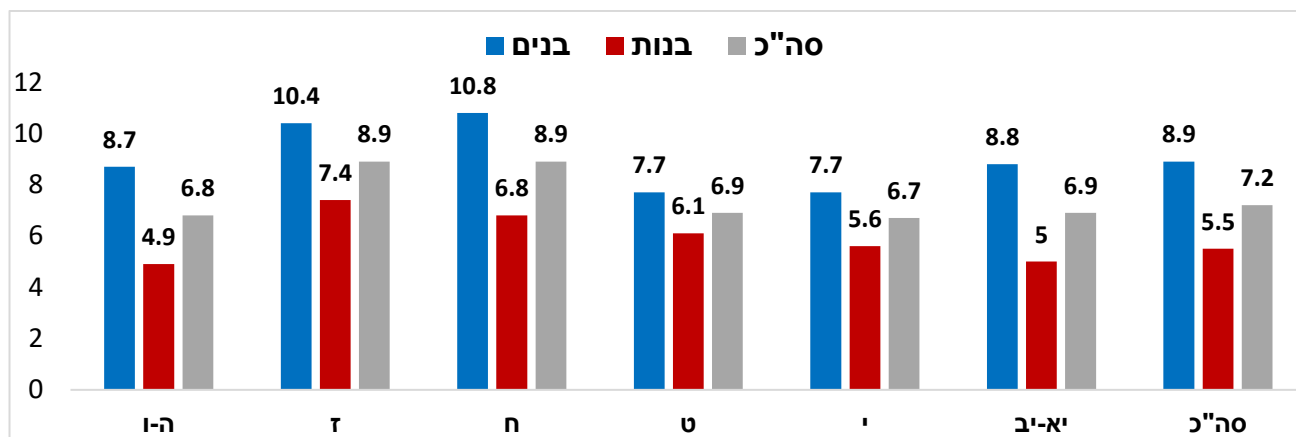
מלוח 21 עולה כי כ- 7% תלמידים מסווגים כבעלי השמנת יתר. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 9%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 6%), וכן גבוה יותר בקרב בנים (כ- 9%) לעומת בנות (כ- 6%). האחוז הגבוה ביותר של השמנת יתר נרשם בקרב בנים במגזר הערבי (כ- 13%). עוד עולה מתרשים 21.3 שבקרב בנים בגילאי 13 חלה עליה משמעותית באחוז התלמידים בעלי השמנת יתר (לפי אחוזון 95%) לעומת שנים קודמות (כ- 14% לעומת כ- 7% בשנת 2019). תרשים 21.4 מלמד שגם בקרב הבנות בגילאי 13 ו-15 חלה עליה בהשמנת יתר (לפי אחוזון 95%), לעומת שנים

קודמות, מכ- 5% בשנת 2019 ל- כ 9% כיום בקרב בנות בגילאי 13, ומכ-4% בשנת 2019 לכ- 7% כיום בקרב בנות בגילאי 15.

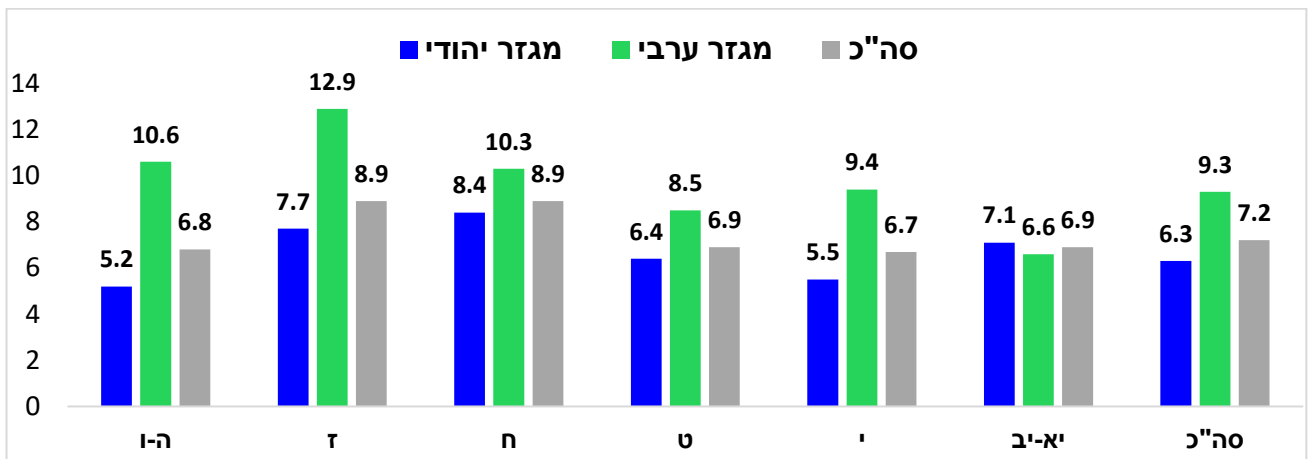
לוח 21 : אחוז התלמידים שאינדקס מסת הגוף שלהם מראה על השמנת יתר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים
ה-ו	5.2%	4.1%	6.2%	10.6%	6.6%	14.7%	6.8%	4.9%	8.7%
ז	7.7%	7.0%	8.4%	12.9%	8.9%	16.5%	8.9%	7.4%	10.4%
ח	8.4%	8.1%	8.7%	10.3%	3.5%	16.3%	8.9%	6.8%	10.8%
ט	6.4%	6.5%	6.3%	8.5%	5.2%	12.5%	6.9%	6.1%	7.7%
י	5.5%	5.7%	5.4%	9.4%	5.6%	12.3%	6.7%	5.6%	7.7%
יא-יב	7.1%	6.1%	8.2%	6.6%	3.5%	9.7%	6.9%	5.0%	8.8%
סה"כ	6.3%	5.6%	7.0%	9.3%	5.4%	13.1%	7.2%	5.5%	8.9%
סה"כ	8,307	4,205	4,102	5,714	3,479	2,235	14,021	7,684	6,337

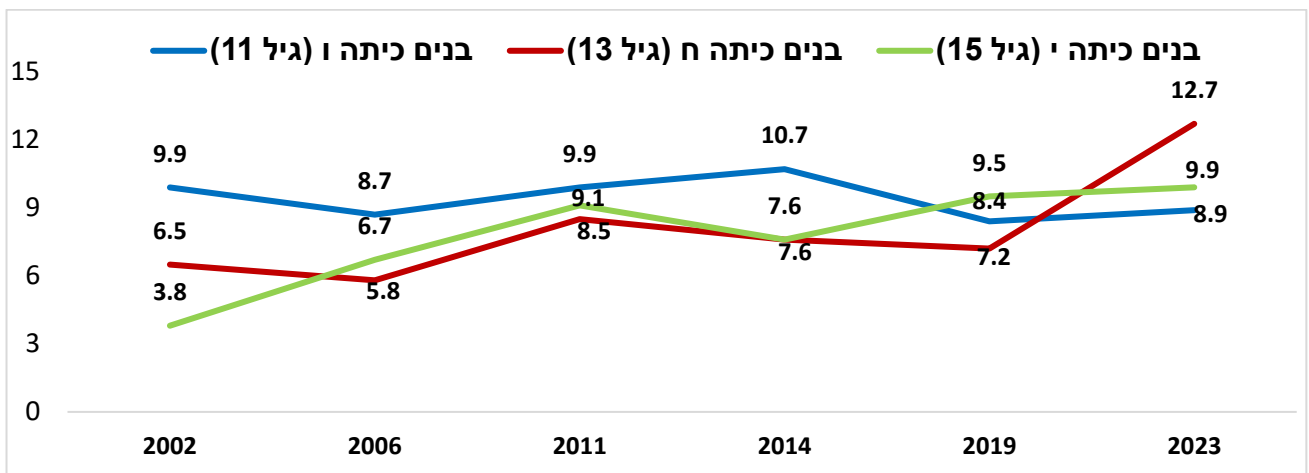
תרשים 21.1 : אחוז התלמידים שאינדקס מסת הגוף שלהם מראה על השמנת יתר, לפי מגדר וכיתה:



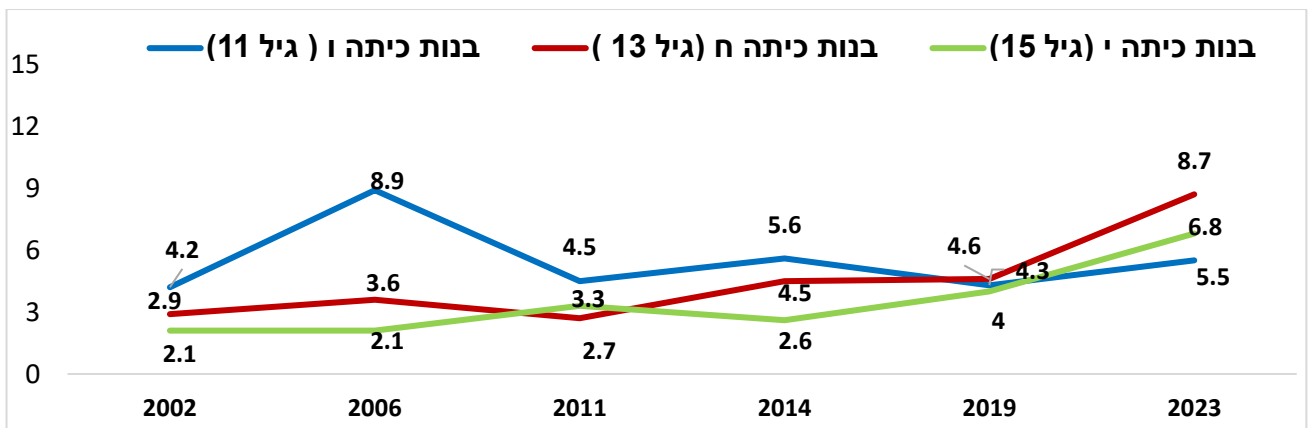
תרשים 21.2 : אחוז התלמידים שאינדקס מסת הגוף שלהם מראה על השמנת יתר, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 21.3 : אחוז התלמידים (בנים) שאינדקס מסת הגוף שלהם מראה על השמנת יתר (לפי אחוזון 95%), לפי שכבת גיל ושנת הסקר:



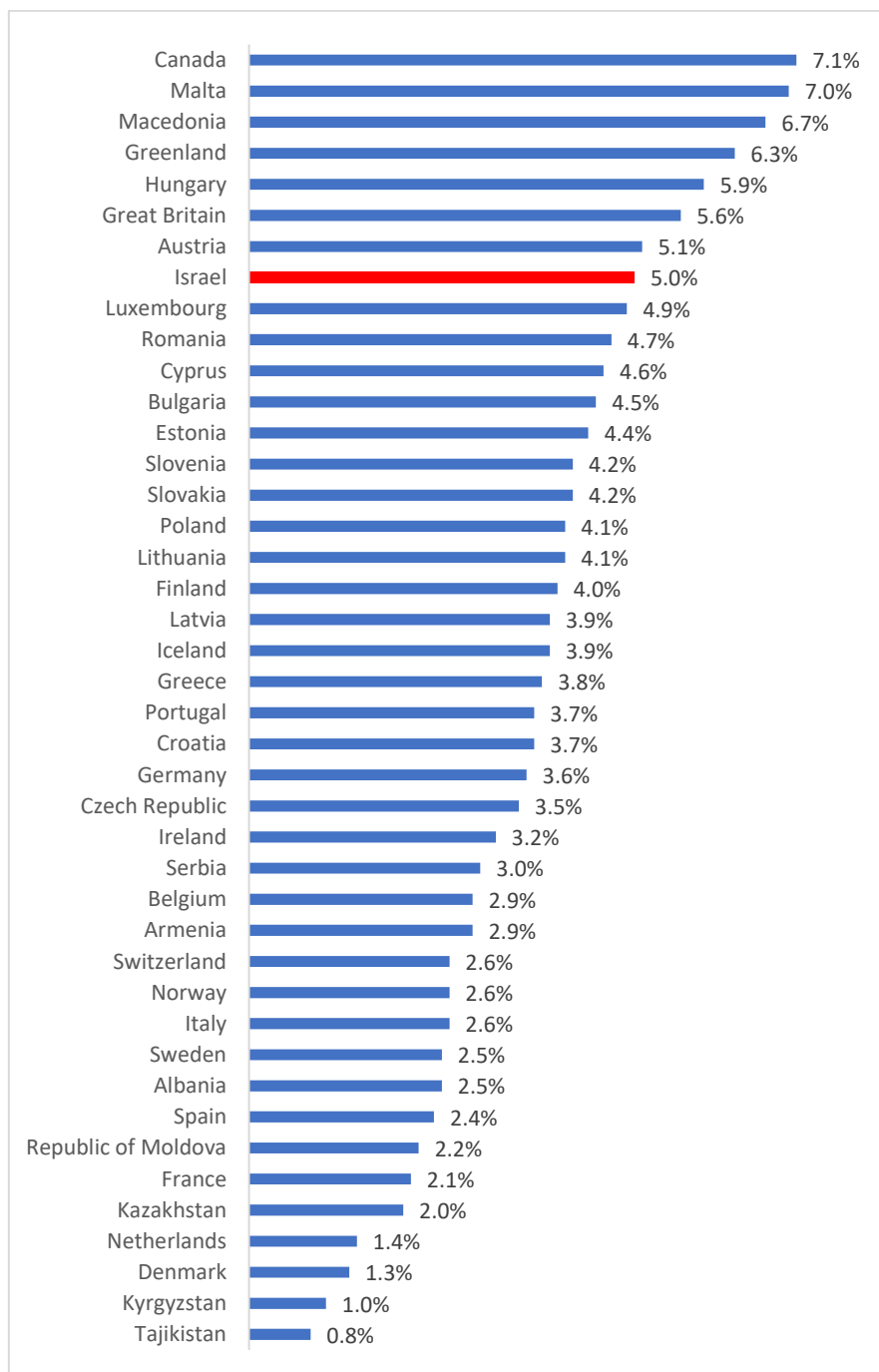
תרשים 21.4 : אחוז התלמידות (בנות) שאינדקס מסת הגוף שלהן מראה על השמנת יתר (לפי אחוזון 95%), לפי שכבת גיל ושנת הסקר:



## השוואה בין-לאומית

תרשים 21.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר בממד השמנת יתר (לפי אחוזון 98% - ציון תקן 2). ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום ה-8 מבין 42 מדינות, עם 5% תלמידים שאינדקס מסת הגוף שלהם מצביע על השמנת יתר.

תרשים 21.5: אחוז התלמידים בגילאים 11, 13, ו-15, שאינדקס מסת הגוף שלהם מצביע על השמנת יתר, לפי מדינה:



## אוריינות בריאות

התלמידים התבקשו לציין עד כמה הם מסכימים בסולם שנע בין 1 (כלל לא נכון) ל- 4 (נכון לגמרי) להיגדים הבאים: (א) המידע שיש לי בנושאי בריאות הוא טוב; (ב) אני יכול להשוות מידע בנושא בריאות שהושג ממקורות שונים, (ג) לרוב אני יכול להבין אם מידע מסוים בנושא בריאות הוא נכון או לא נכון, (ד) כשיש צורך אני מוצא מידע בנושאי בריאות שקל לי להבין. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים אשר מסכימים (ענו נכון לגמרי) עם כל ההיגדים והם בעלי תפיסת אוריינות בריאות גבוהה. כמו כן, יוצג אחוז התלמידים שמסכימים (ענו נכון לגמרי) לכל אחד מההיגדים.

לוח 22 מלמד כי כ- 24% תלמידים מסכימים לגמרי עם כל ארבעת ההיגדים של אוריינות בריאות ומסווגים כבעלי אוריינות בריאות גבוהה. אחוז זה גבוה יותר בקרב בנים (כ- 27%) לעומת בנות (כ- 22%), וכן מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 26%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ- 24%). ישנה עלייה באחוז התלמידים בעלי אוריינות בריאות גבוהה עם העלייה בגיל מכ- 19% בכיתה ז' לכ- 30% בכיתות יא-יב).

לוח 22 : אחוז התלמידים אשר מסכימים עם כל ההיגדים (בעלי תפיסת אוריינות בריאות גבוהה), לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	20.4%	14.9%	17.6%	26.1%	22.2%	24.2%	21.8%	16.5%	19.2%
ח	18.3%	16.8%	17.6%	23.6%	24.1%	23.8%	20.1%	19.2%	19.7%
ט	24.1%	16.2%	20.2%	28.5%	27.1%	27.7%	25.1%	19.3%	22.2%
י	30.3%	20.8%	25.3%	30.7%	26.5%	28.8%	30.4%	22.3%	26.3%
יא-יב	32.7%	28.2%	30.5%	37.8%	20.4%	26.4%	33.0%	27.3%	30.1%
סה"כ	26.8%	21.0%	23.9%	28.4%	24.4%	26.3%	27.1%	21.7%	24.4%
סה"כ משיבים	2,481	2,639	5,120	817	1,295	2,112	3,298	3,934	7,232

מלוח 23 עולה כי קרוב למחצית מהתלמידים (כ- 48%) מסכימים עם ההיגדים "המידע שיש לי בנושאי בריאות הוא טוב" ו- "כשיש צורך אני מוצא מידע בנושאי בריאות שקל לי להבין". כ- 39% מסכימים עם ההיגד "אני יכול להשוות מידע בנושא בריאות שהושג ממקורות שונים" וכ- 44% מסכימים כי "לרוב אני יכול להבין אם מידע מסוים בנושא בריאות הוא נכון או לא נכון".

לוה 23 : אחוז התלמידים שמסכימים (ענו נכון לגמרי) עם ההיגדים הבאים לפי מגדר ומגזר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים			
48.1%	45.7%	50.5%	47.8%	44.5%	51.2%	48.2%	46.0%	50.3%	המידע שיש לי בנושאי בריאות הוא טוב
38.9%	36.8%	41.0%	40.9%	41.2%	40.6%	38.4%	35.6%	41.1%	אני יכול להשוות מידע בנושא בריאות שהושג ממקורות שונים
44.3%	41.6%	46.8%	52.1%	54.1%	55.0%	46.1%	38.2%	44.7%	לרוב אני יכול להבין אם מידע מסוים בנושא בריאות הוא נכון או לא נכון
48.1%	46.6%	49.6%	53.1%	52.1%	54.0%	46.8%	45.1%	48.4%	כשיש צורך אני מוצא מידע בנושאי בריאות שקל לי להבין
<b>7,232</b>	<b>3,934</b>	<b>3,298</b>	<b>2,112</b>	<b>1,295</b>	<b>817</b>	<b>5,120</b>	<b>2,639</b>	<b>2,481</b>	סה"כ משיבים

להרגלי בריאות ותזונה יש השפעה קריטית על גדילה והתפתחות בריאה ותקינה של ילדים ובני נוער, והם בעלי השלכות מיידיות כמו גם ארוכות טווח על הבריאות הפיזית הרווחה הנפשית. הממצאים מלמדים כי שכיחות צריכה יומיומית של מזונות לא בריאים (חטיפים מלוחים ומתוקים, ומשקאות ממותקים) נעה בין 20% ל- 37% וגבוהה יותר באופן משמעותי בקרב המגזר הערבי. יתרה מזאת, בהשוואה בין-לאומית עולה כי ישראל מדורגת בעשירייה הראשונה מבין המדינות המשתתפות במדדי צריכת מזונות ומשקאות מתוקים. במקביל, חלה ירידה קלה באחוז התלמידים שאוכלים ירקות ופירות באופן יומיומי לעומת הסקר הקודם.

בהיבט של הרגלי ארוחות, ניכר כי שכיחות אכילת ארוחות משפחתיות נמוכה משמעותית בקרב המגזר היהודי לעומת הערבי (כ-68% לעומת כ-95%, בהתאמה). נתונים אלו ממקמים את ישראל בשליש התחתון במדד אכילת ארוחות משפחתיות מבין המדינות השותפות. יתרה מזאת, כ-24% תלמידים אינם נוהגים לאכול ארוחות בוקר באמצע השבוע, ואחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי, וכן גבוה יותר בקרב בנות לעומת בנים. עם זאת, במדד אכילה במסעדות מזון מהיר עולה מגמה הפוכה, לפיה שכיחות האכילה במסעדות אלו גבוהה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי. ממצאים אלו עולים בקנה אחד עם הנתונים על צריכת מזונות לא בריאים במגזר הערבי. בנוסף, גם הרגלי היגיינת השיניים במגזר הערבי נופלים מאלה של מקביליהם במגזר היהודי: שכיחות צחצוח שיניים יותר מפעם אחת ביום נמוכה יותר במגזר הערבי לעומת היהודי (כ-63% לעומת כ-76% בהתאמה), ונמוכה יותר בקרב בנים (כ-68%) בהשוואה לבנות (כ-78%).

במקביל להרגלי התזונה, בדיווח על הרגלי דיאטה עולה, כי כ-19% תלמידים מדווחים שהם עושים כיום דיאטה או פעילות אחרת במטרה לרדת במשקל. שכיחות הדיאטה גבוהה יותר בקרב בנות ובקרב תלמידים מהמגזר הערבי. עוד עולה כי שכיחות ההקאה העצמית, והשימוש בכדורים או במשקאות משלשלים גבוהה יותר בקרב תלמידים מהמגזר הערבי. יש לציין, כי בהשוואה בין-לאומית עולה כי הבנים בישראל מדורגים במקום הראשון ואילו הבנות במקום החמישי בשכיחות הדיווח על דיאטה. עם זאת, ניכרת ירידה קלה באחוז הבנים והבנות שעושים דיאטה כיום לעומת 2019.

הנתונים המובאים לעיל תואמים את נתוני ההשמנה המצביעים על שכיחות גבוהה יותר של השמנת יתר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-9%) לעומת תלמידים במגזר היהודי (כ-6%). יתרה מזאת, ישנה מגמת עליה באחוז התלמידים בעלי השמנת יתר (לפי אחוזון 95%) בקרב בנים בגילאי 13 ובקרב בנות בגילאי 13 ו-15, בהשוואה לשנים קודמות. גם ההשוואה הבין-לאומית מעלה, כי התלמידים בישראל מדורגים בעשירייה הראשונה במדד השמנת יתר, מבין המדינות השותפות בסקר. ממצאים אלה מצביעים על חשיבות גוברת בפיתוחן של תוכניות הסברה, התערבות ומניעה בדגש על החברה הערבית.

וורמן, ד. (2015). בריאות ותזונה בגיל הנעורים. יסודות, 25.

משרד הבריאות. (2006). מב"ט צעיר: סקר מצב בריאות ותזונה לאומי ראשון לתלמידי ז'-י"ב 2003-2004.

שירותי המזון והתזונה, המרכז הלאומי לבקרת מחלות, פרסום 240.

Affenito, S. G. (2007). Breakfast: A Missed Opportunity. *Journal of the American Dietetic Association, 107*(4), 565–569.

Berge, J. M., Wall, M., Hsueh, T. F., Fulkerson, J. A., Larson, N., & Neumark-Sztainer, D. (2015). The protective role of family meals for youth obesity: 10-year longitudinal associations. *The Journal of pediatrics, 166*(2), 296-301.

Fulkerson, J. A., Farbakhsh, K., Lytle, L., Hearst, M. O., Dengel, D. R., Pasch, K. E., & Kubik, M. Y. (2011). Away-from-home family dinner sources and associations with weight status, body composition, and related biomarkers of chronic disease among adolescents and their parents. *Journal of the American Dietetic Association, 111*(12), 1892-1897.

Hammons, A. J., & Fiese, B. H. (2011). Is frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents?. *Pediatrics, 127*(6), e1565-e1574.

Hargreaves, D., Mates, E., Menon, P., Alderman, H., Devakumar, D., Fawzi, W., ... & Patton, G. C. (2022). Strategies and interventions for healthy adolescent growth, nutrition, and development. *The Lancet, 399*(10320), 198-210.

Hassan, B. K., Cunha, D. B., de Oliveira Santos, R., & Baltar, V. T. (2022). Breakfast patterns and weight status among adolescents: A study on the Brazilian National Dietary Survey 2008–2009. *B*

*ritish Journal of Nutrition, 127*(10), 1549-1556.



- He, F. J., Marrero, N. M., & MacGregor, G. A. (2008). Salt Intake, Hypertension, and Obesity in Children. *Hypertension*, 51, 629-34.
- Keya, T. A., Leela, A., Habib, N., & Rashid, M. (2019). *Childhood Obesity: Role of Population-based Preventive Approaches*.
- McKnight Investigators. (2003). Risk factors for the onset of eating disorders in adolescent girls: Result of the McKnight Longitudinal Risk Factor Study. *The American Journal of Psychiatry*, 160, 248-254.
- Medeiros, S. S., Enes, C. C., & Nucci, L. B. (2022). Association of Weight Perception, Body Satisfaction, and Weight Loss Intention with Patterns of Health Risk Behaviors in Adolescents with Overweight and Obesity. *Behavioral Medicine*, 1-10.
- Moitra, P., & Madan, J. (2022). Impact of screen time during COVID-19 on eating habits, physical activity, sleep, and depression symptoms: A cross-sectional study in Indian adolescents. *PLoS one*, 17(3), e0264951.
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., Hannan, P. J., & Croll, J. (2002). Overweight status and eating patterns among adolescents: where do youths stand in comparison with the healthy people 2010 objectives?. *American Journal of Public Health*, 92(5), 844-851.
- Omland, T., Drazner, M. H., Ueland, T., Abedin, M., Murphy, S. A., Aukrust, P., & de Lemos, J. A. (2007). Plasma osteoprotegerin levels in the general population: relation to indices of left ventricular structure and function. *Hypertension*, 49(6), 1392-1398.
- Pearson, N., Biddle, S. J., Williams, L., Worsley, A., Crawford, D., & Ball, K. (2014). Adolescent television viewing and unhealthy snack food consumption: the mediating role of home availability of unhealthy snack foods. *Public health nutrition*, 17(2), 317-323.
- Rampersaud, G. C., Pereira, M. A., Girard, B. L., Adams, J., & Metz, J. D. (2005). Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(5), 743-760.

- Sahoo, K., Sahoo, B., Choudhury, A. K., Sofi, N. Y., Kumar, R., & Bhadoria, A. S. (2015). Childhood obesity: causes and consequences. *Journal of family medicine and primary care*, 4(2), 187.
- Story, M., Neumark-Sztainer, D., & French, S. (2002). Individual and environmental influences on adolescent eating behaviors. *Journal of the American Dietetic Association*, 102(3), S40–S51.
- Suarez-Albor, C. L., Galletta, M., & Gómez-Bustamante, E. M. (2022). Factors associated with eating disorders in adolescents: A systematic review. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, 93(3).
- Videon, T. M., & Manning, C. K. (2003). Influences on adolescent eating patterns: the importance of family meals. *Journal of adolescent health*, 32(5), 365-373.
- Zhang, G., Wu, L., Zhou, L., Lu, W., & Mao, C. (2016). Television watching and risk of childhood obesity: a meta-analysis. *The European Journal of Public Health*, 26(1), 13-18.

## פעילות גופנית

### מבוא

לפעילות הגופנית יתרונות רבים וישנו קשר הדוק בין ביצוע פעילות גופנית בקרב ילדים ובני נוער ובין שיפור בריאות השלד, צמצום השמנה והגברת הערכה עצמית ורווחה נפשית (Marques et al., 2019a; 2020b). פעילות גופנית נמצאה קשורה להפחתת סיכון למחלות לב, סרטן, בריחת סידן, סוכרת, השמנת-יתר ולחץ דם גבוה. כמו כן, נמצא שפעילות גופנית היא בעלת יתרונות רבים במצבים של דיכאון, לחץ וחרדה (Warburton et al., 2010). הספרות מדגישה את חשיבות הפעילות הגופנית, במיוחד בקרב בני נוער וילדים בכל המגזרים, כבסיס לבניית אורח חיים המשלב פעילות גופנית גם בבגרות (Ng et al., 2020; Tesler et al., 2019).

השתתפות בספורט מהווה גורם חוסן מפני התנהגויות סיכון שונות כגון עישון ושימוש בסמים. מחקרים מראים כי בני נוער העוסקים בפעילות גופנית, נוטים פחות לעסוק בהתנהגויות הללו לעומת בני נוער שאינם עוסקים בפעילות גופנית (Lisha & Sussman, 2010). כמו כן, הספרות מראה כי פעילות גופנית מסייעת בתפקוד הקוגניטיבי, מגבירה את הדימוי העצמי ואת תחושת המסוגלות העצמית (Sebire et al., 2014). עוד נמצא כי פעילות גופנית תורמת לשיפור הישגים אקדמיים (Singh et al., 2012). לפיכך, עידוד למעבר מאורח חיים "יושבני" (Sedentary behavior) לכוזה המשלב פעילות גופנית הוא מועיל וחיוני (Chaput et al., 2020).

בהתחשב ביתרונות הבריאותיים הרבים שניתן להפיק מפעילות גופנית, ישנן הנחיות הניתנות על ידי ארגונים שונים של בריאות הציבור לעסוק בפעילות גופנית יום-יומית ולשלב אותה בחיי היום-יום. ההמלצות הבינלאומיות לפעילות גופנית בקרב ילדים ובני נוער בגילאי 5-17 הן לבצע פעילות גופנית בזמן מצטבר של שעה ביום, בעצימות בינונית-גבוהה. בנוסף יש לשלב פעילות לחיזוק העצמות והשרירים לפחות שלוש פעמים בשבוע (WHO, 2020). עם זאת, ילדים ובני נוער אינם עוסקים בפעילות גופנית בצורה מספקת כך שיוכלו להפיק ממנה את היתרונות הבריאותיים (Brownson, Boehmer & Luke, 2005). חסמים שונים מגבילים ילדים ובני נוער לשלב פעילות גופנית בחיי היום-יום. החסמים הללו כוללים: מרחקים גדולים בין בתי הספר למקום המגורים שלא מאפשרים הליכה או רכיבה על אופניים, או סכנות מפני תאונות דרכים שאינן מאפשרות הליכה בטוחה ברחוב (Barnett et al., 2019; Center for disease and control prevention, 2003).

לסביבה הפיזית והחברתית יש השפעה רבה על התנהגות ספורטיבית בקרב בני נוער. לחברים ולבני משפחה תרומה רבה לנורמות ולאמונות ביחס לבריאות ולהתנהגויות בריאות (Birch & Davison, 2001). בני נוער המדווחים על נוכחות גבוהה יותר של חברים בחייהם, מדווחים גם על מעורבות רבה יותר בפעילות גופנית (Salvy et al., 2009). כמו כן, בני נוער אשר מדווחים על עידוד מהוריהם ודוגמה אישית מהם, נוטים להיות יותר פעילים גופנית, לעומת ילדים ובני נוער אשר אינם זוכים לתמיכה ועידוד מהוריהם. בדומה לכך, נמצא כי לבני נוער העוסקים בפעילות גופנית קשרים משפחתיים חזקים וחיוניים יותר (Aubert et al., 2022; Davison & Jago, 2009).

## מדדי פעילות גופנית ויושבנות

1. פעילות גופנית:

א. פעילות גופנית ב- 7 הימים האחרונים

ב. פעילות גופנית אינטנסיבית

2. דרכי הגעה לבית הספר

**פעילות גופנית**

פעילות גופנית ב- 7 הימים האחרונים: התלמידים נשאלו בכמה ימים במהלך 7 הימים האחרונים הם עסקו בפעילות גופנית שנמשכה בסיכום כולל לפחות 60 דקות ביום. סולם המענה נע מ-0 (אף יום) ועד 7 (כל יום). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו באף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות, ואת אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסק בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות.

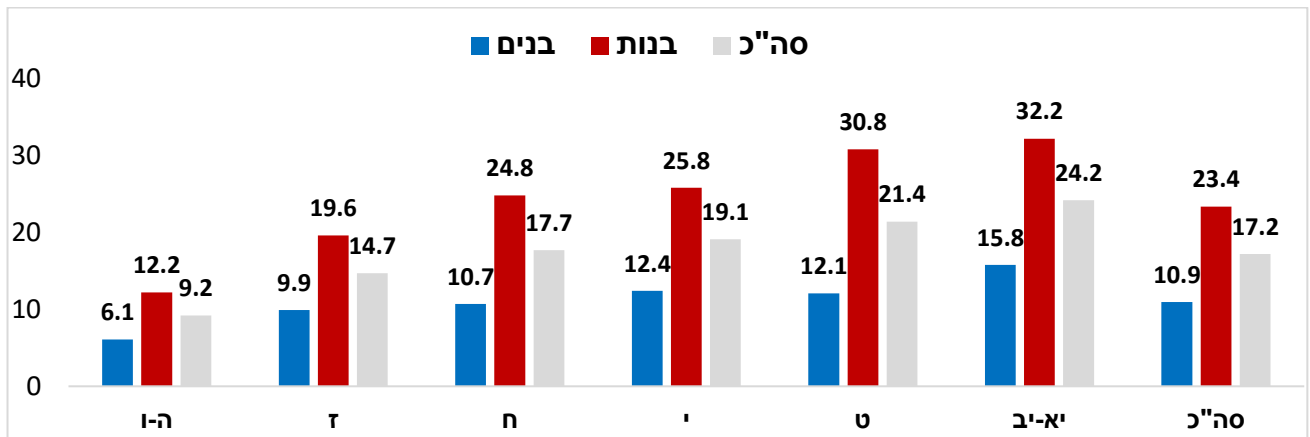
מלוח 1 עולה כי כ- 17% תלמידים לא עסקו בפעילות גופנית שנמשכה לפחות שעה אחת במהלך השבוע האחרון. נתון זה גבוה יותר בקרב בנות (כ- 23%) בהשוואה לבנים (כ-11%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-22%) בהשוואה למגזר היהודי (כ 16%). כמו כן, ניכרת עליה באי עשיית פעילות גופנית עם העלייה בגיל, מכ- 9% בקרב תלמידי כיתות ה-ו לכ- 24% בקרב תלמידי כיתות יא-יב.

מתרשימים 1.3 ו-1.4 ניתן ללמוד כי בשנת 2023 חלה עליה קלה במספר התלמידים שלא עסקו בפעילות גופנית שנמשכה לפחות שעה במהלך 7 הימים האחרונים לעומת שנים קודמות מכ- 15% לכ- 17% , עליה זו בולטת יותר בקרב הבנות (מכ- 17% בשנת 2019 לכ- 23%).

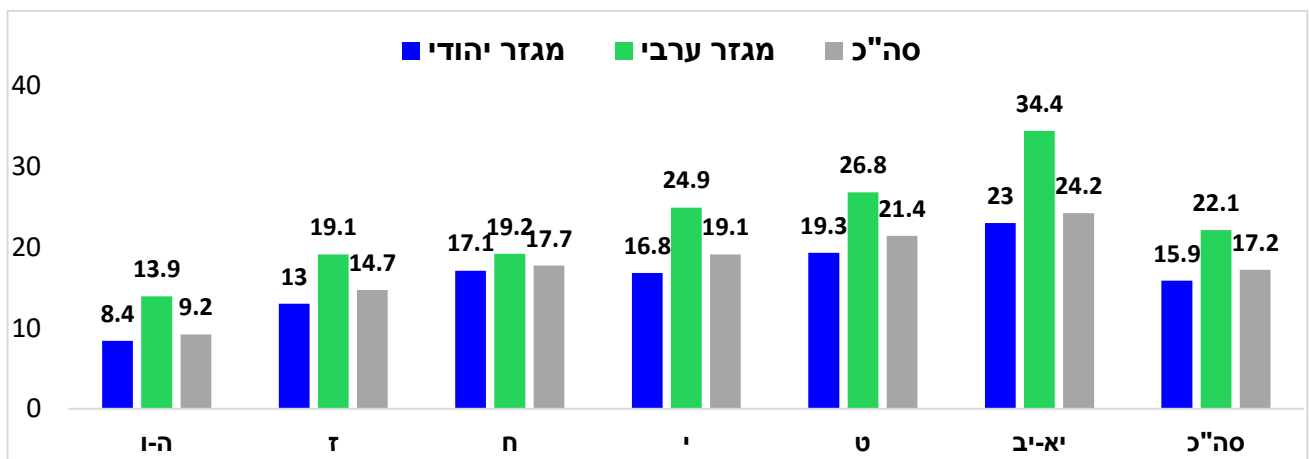
לוח 1: אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.7%	11.0%	8.4%	8.5%	17.5%	13.9%	6.1%	12.2%	9.2%
ז	7.7%	18.4%	13.0%	15.5%	22.6%	19.1%	9.9%	19.6%	14.7%
ח	10.3%	24.0%	17.1%	11.7%	26.8%	19.2%	10.7%	24.8%	17.7%
ט	10.3%	23.3%	16.8%	17.7%	32.1%	24.9%	12.4%	25.8%	19.1%
י	10.5%	28.1%	19.3%	16.1%	37.7%	26.8%	12.1%	30.8%	21.4%
יא-יב	15.6%	30.3%	23.0%	17.8%	46.9%	34.4%	15.8%	32.2%	24.2%
סה"כ	10.0%	21.7%	15.9%	14.5%	29.1%	22.1%	10.9%	23.4%	17.2%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	2,456	3,990	6,446	9,400	11,321	20,721

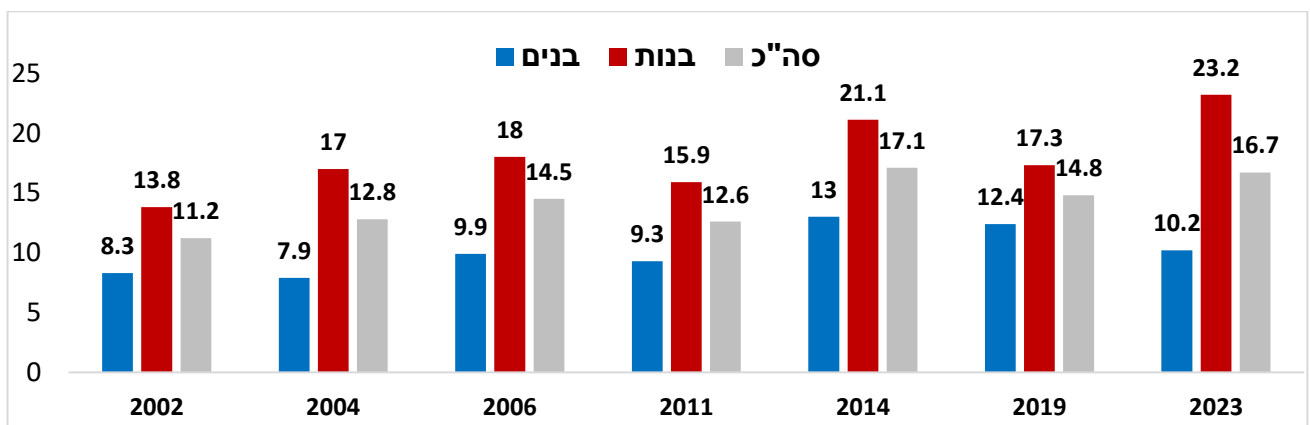
תרשים 1.1 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגדר וכיתה:



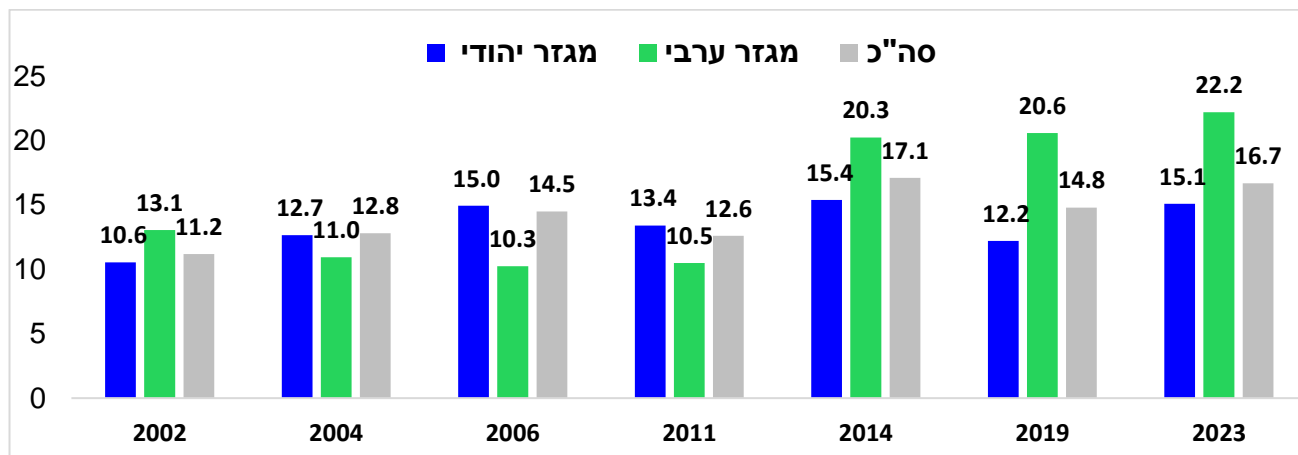
תרשים 1.2 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 1.3 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



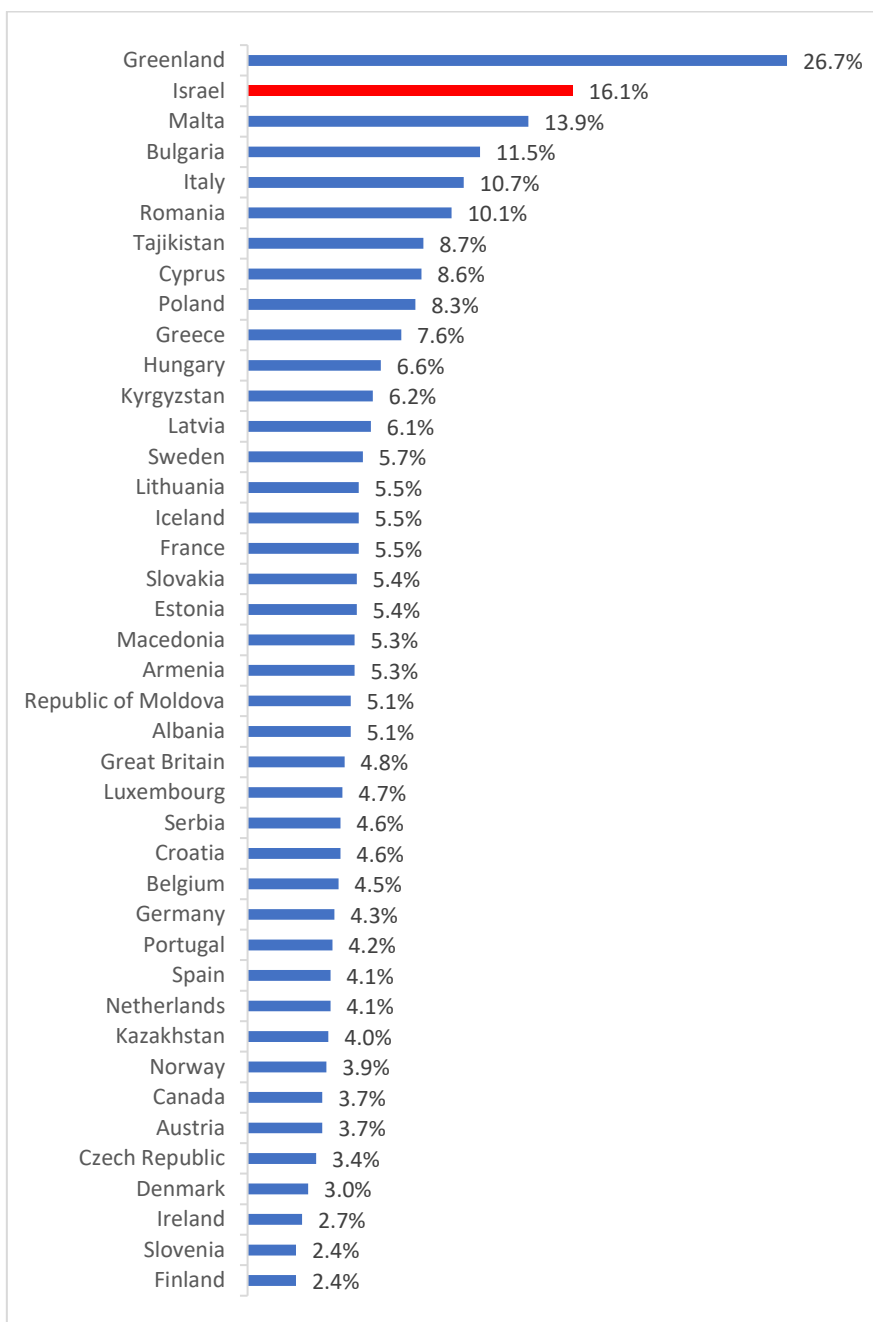
תרשים 1.4 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ה' ו-י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר בממד הדיווח על אי פעילות גופנית. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום השני מבין 41 מדינות, עם כ-16% תלמידים המדווחים כי במהלך 7 הימים האחרונים הם לא עסקו בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) התלמידים הישראלים דורגו במקום הראשון עם כ-15% דיווח על אי ביצוע פעילות גופנית.

תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שבמהלך 7 הימים האחרונים לא עסקו אף יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מדינה:



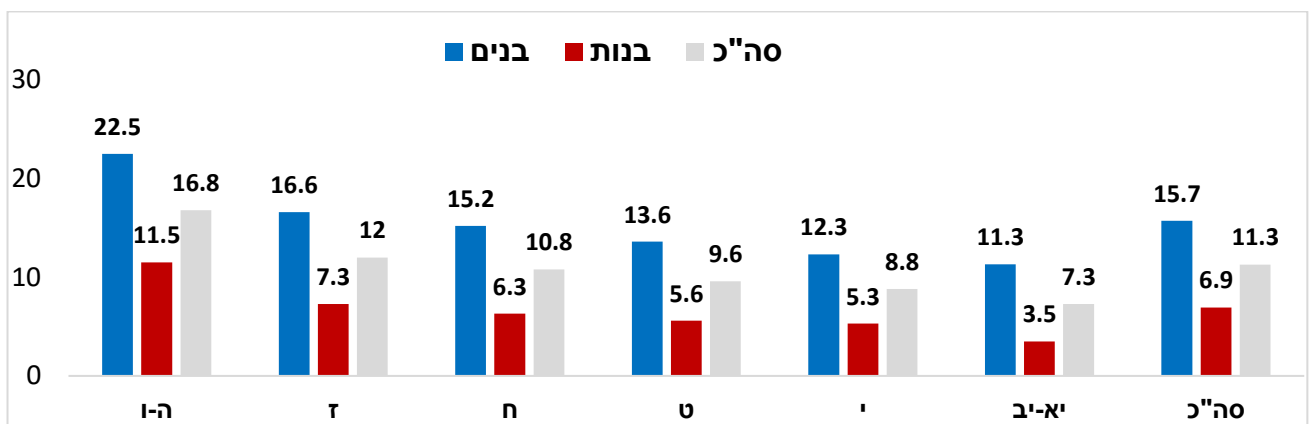
מלוח 2 עולה כי כ- 11% תלמידים עוסקים בפעילות גופנית שנמשכת מעל 60 דקות באופן יומיומי. נתון זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב בנים (כ- 16%) לעומת בנות (כ- 7%), ומעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 13%) לעומת היהודי (כ- 11%). עוד עולה מלוח 2, כי חלה ירידה באחוז התלמידים שעוסקים בפעילות גופנית יומיומית עם העלייה בגיל. תרשימים 2.3 ו- 2.4 מלמדים כי לא חל הבדל משמעותי במדד זה בשנת הסקר הנוכחית בהשוואה לשנת 2019. עם זאת, ניכרת ירידה קלה בין השנים באחוז התלמידים במגזר הערבי שעוסק בפעילות גופנית יומיומית מכ- 15% ב 2019 לכ- 13% כיום.



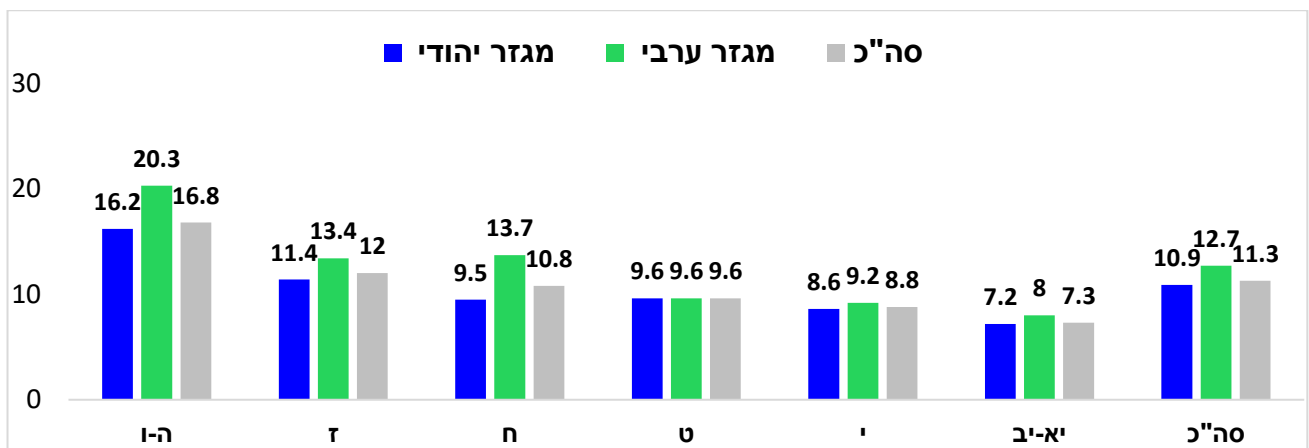
לווח 2 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:  
 לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	22.0%	10.5%	16.2%	26.0%	16.4%	20.3%	22.5%	11.5%	16.8%
ז	16.4%	6.3%	11.4%	17.3%	9.6%	13.4%	16.6%	7.3%	12.0%
ח	13.5%	5.5%	9.5%	19.3%	8.2%	13.7%	15.2%	6.3%	10.8%
ט	14.5%	4.7%	9.6%	11.2%	8.1%	9.6%	13.6%	5.6%	9.6%
י	12.3%	4.9%	8.6%	12.2%	6.2%	9.2%	12.3%	5.3%	8.8%
יא-יב	11.2%	3.3%	7.2%	11.8%	5.1%	8.0%	11.3%	3.5%	7.3%
סה"כ	15.6%	6.2%	10.9%	16.4%	9.4%	12.7%	15.7%	6.9%	11.3%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	14,275	2,456	3,990	6,446	9,400	11,321	20,721

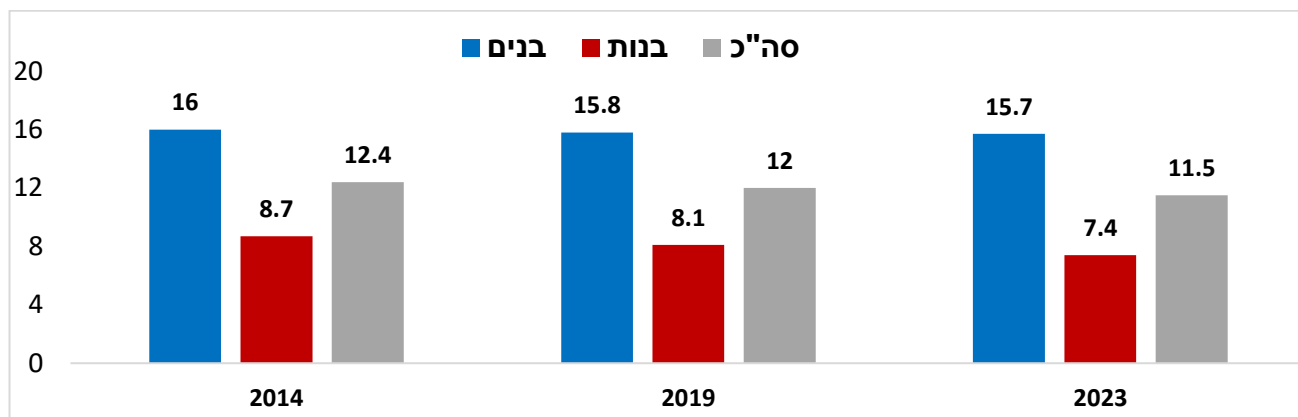
תרשים 2.1 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגדר וכיתה:



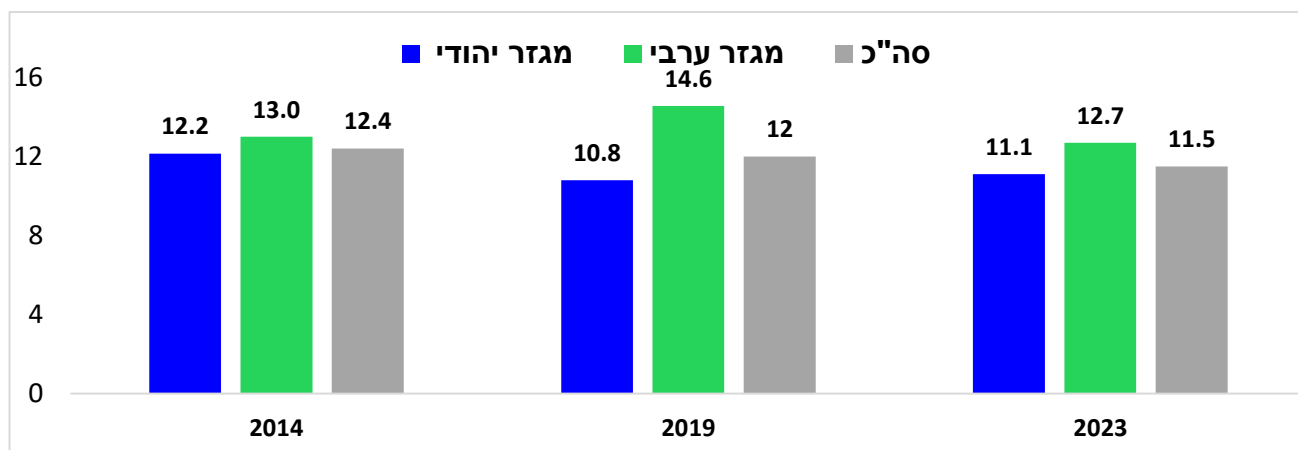
תרשים 2.2 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.3 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



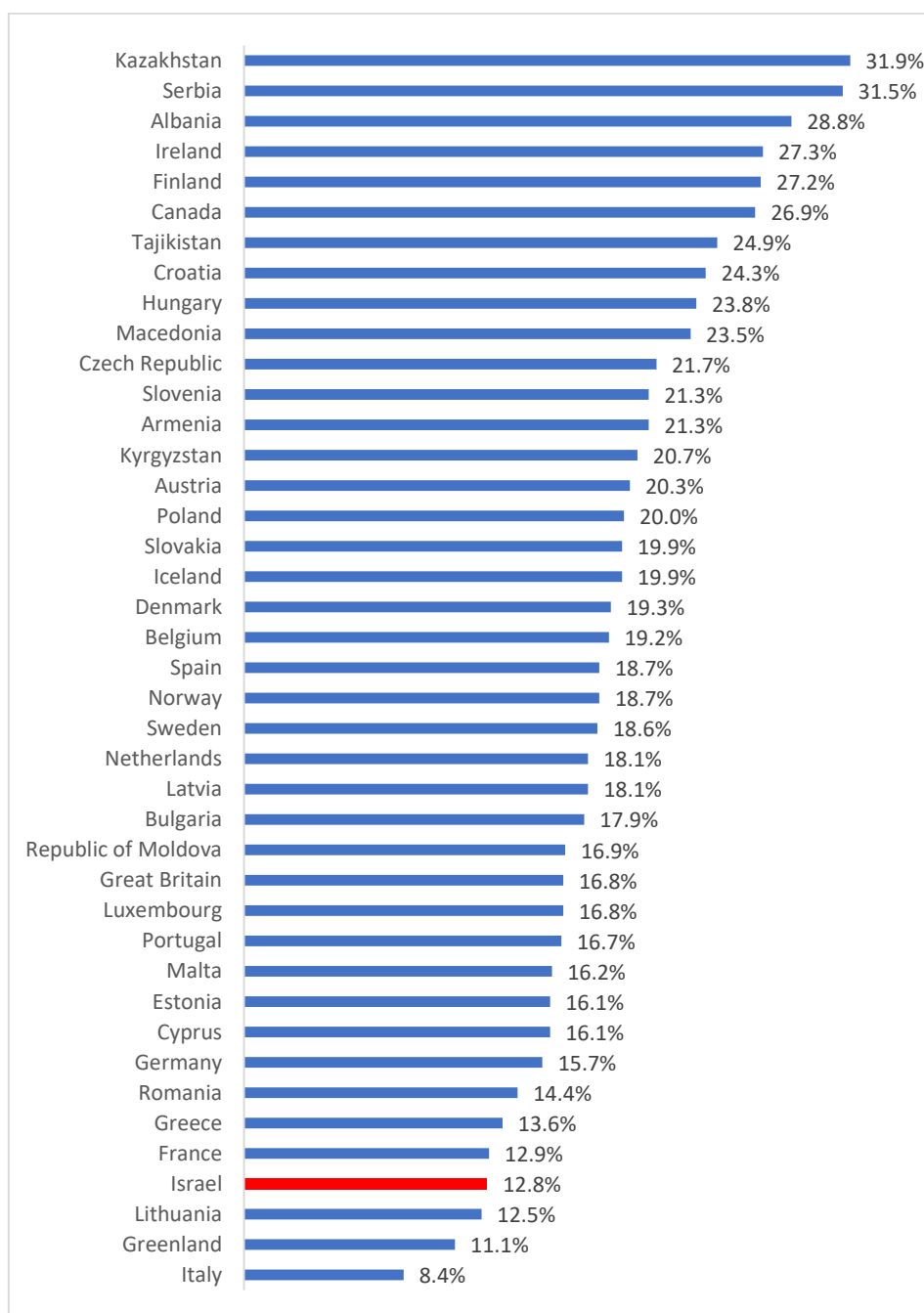
תרשים 2.4 : אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 2.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו- 15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד הדיווח על פעילות גופנית. ניתן לראות כי ישראל מדורגת במקום הרביעי לפני הסוף מבין 41 מדינות, עם כ- 13% תלמידים המדווחים כי במהלך 7 הימים האחרונים הם עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) התלמידים הישראלים דורגו במקום החמישי לפני האחרון עם 12% דיווח במדד זה.

תרשים 2.5: אחוז התלמידים שבמהלך 7 הימים האחרונים עסקו בכל יום בפעילות גופנית שנמשכה לפחות 60 דקות ביום בשבוע האחרון, לפי מדינה:



#### פעילות גופנית אינטנסיבית

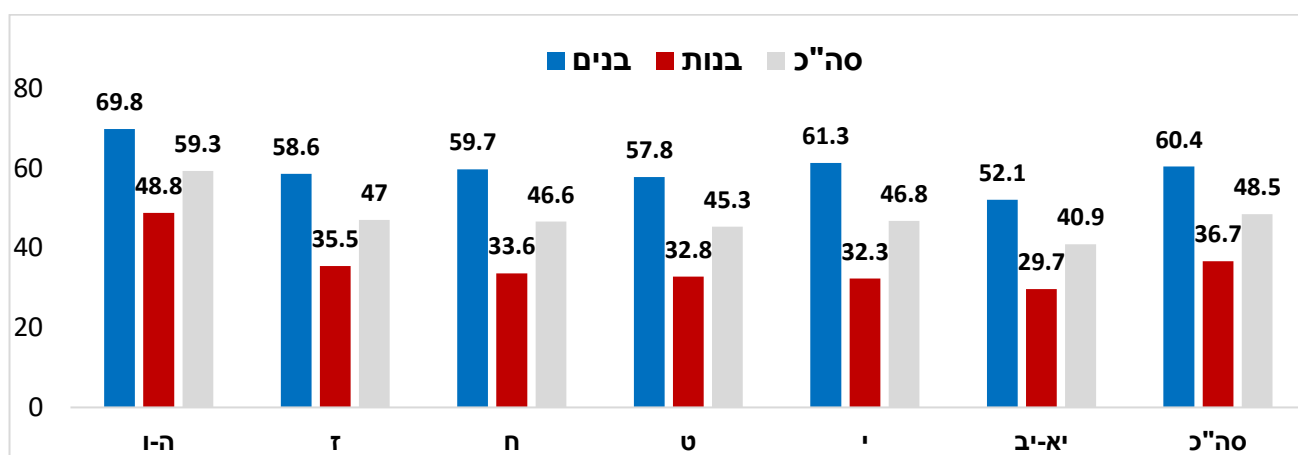
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם עוסקים בפעילות גופנית שגורמת להם להתנשם בכבדות או להזיע, בשעות הפנאי. סולם המענה נע מכל יום ועד ל- אף פעם. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שעוסקים לפחות שלוש פעמים בשבוע בפעילות גופנית אינטנסיבית אחרי שעות הלימודים.

מלוח 3 עולה כי כ- 49% תלמידים מדווחים כי הם עוסקים לפחות 3 פעמים בשבוע בפעילות גופנית אינטנסיבית בשעות הפנאי. אחוז זה גבוה יותר באופן ניכר בקרב בנים (כ- 60%) בהשוואה לבנות (כ- 37%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 51%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 42%). בנוסף, ניכרת מגמת ירידה באחוז התלמידים שעוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית עם העלייה בגיל.

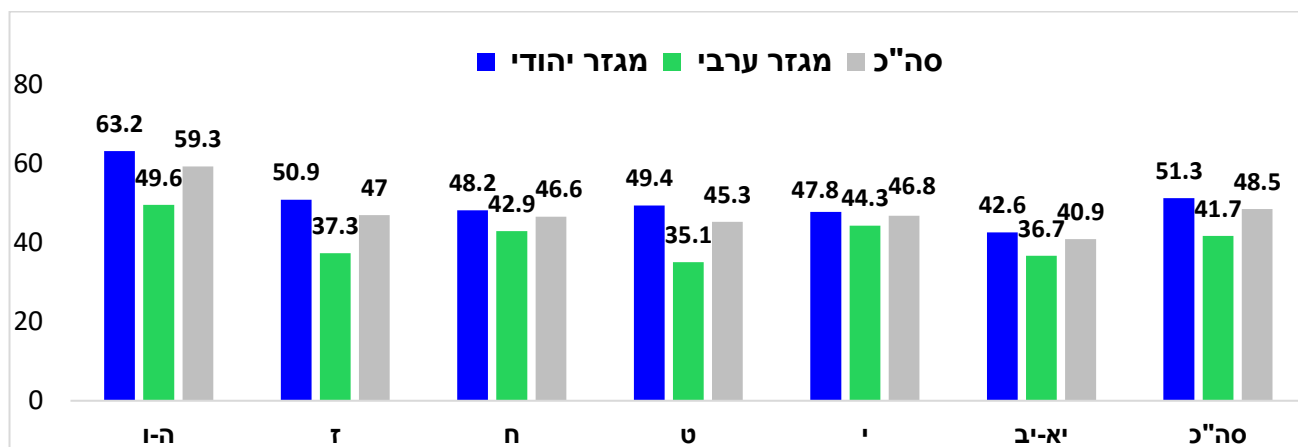
לוח 3 : אחוז התלמידים העוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית מחוץ לשעות הלימודים, לפחות שלוש פעמים בשבוע, לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	74.9%	51.5%	63.2%	57.2%	42.0%	49.6%	69.8%	48.8%	59.3%
ז	63.7%	38.1%	50.9%	45.7%	28.9%	37.3%	58.6%	35.5%	47.0%
ח	62.7%	33.6%	48.2%	52.4%	33.4%	42.9%	59.7%	33.6%	46.6%
ט	62.8%	35.9%	49.4%	45.3%	24.9%	35.1%	57.8%	32.8%	45.3%
י	62.5%	33.2%	47.8%	58.5%	29.9%	44.3%	61.3%	32.3%	46.8%
יא-יב	54.9%	30.3%	42.6%	45.3%	28.1%	36.7%	52.1%	29.7%	40.9%
סה"כ	64.2%	38.4%	51.3%	50.9%	32.4%	41.7%	60.4%	36.7%	48.5%
סה"כ משיבים	6,944	7,331	5,244	14,275	3,299	8,543	10,243	12,575	22,818

תרשים 3.1 : אחוז התלמידים העוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית מחוץ לשעות הלימודים, לפחות שלוש פעמים בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 3.2 : אחוז התלמידים העוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית מחוץ לשעות הלימודים, לפחות שלוש פעמים בשבוע, לפי מגזר וכיתה:

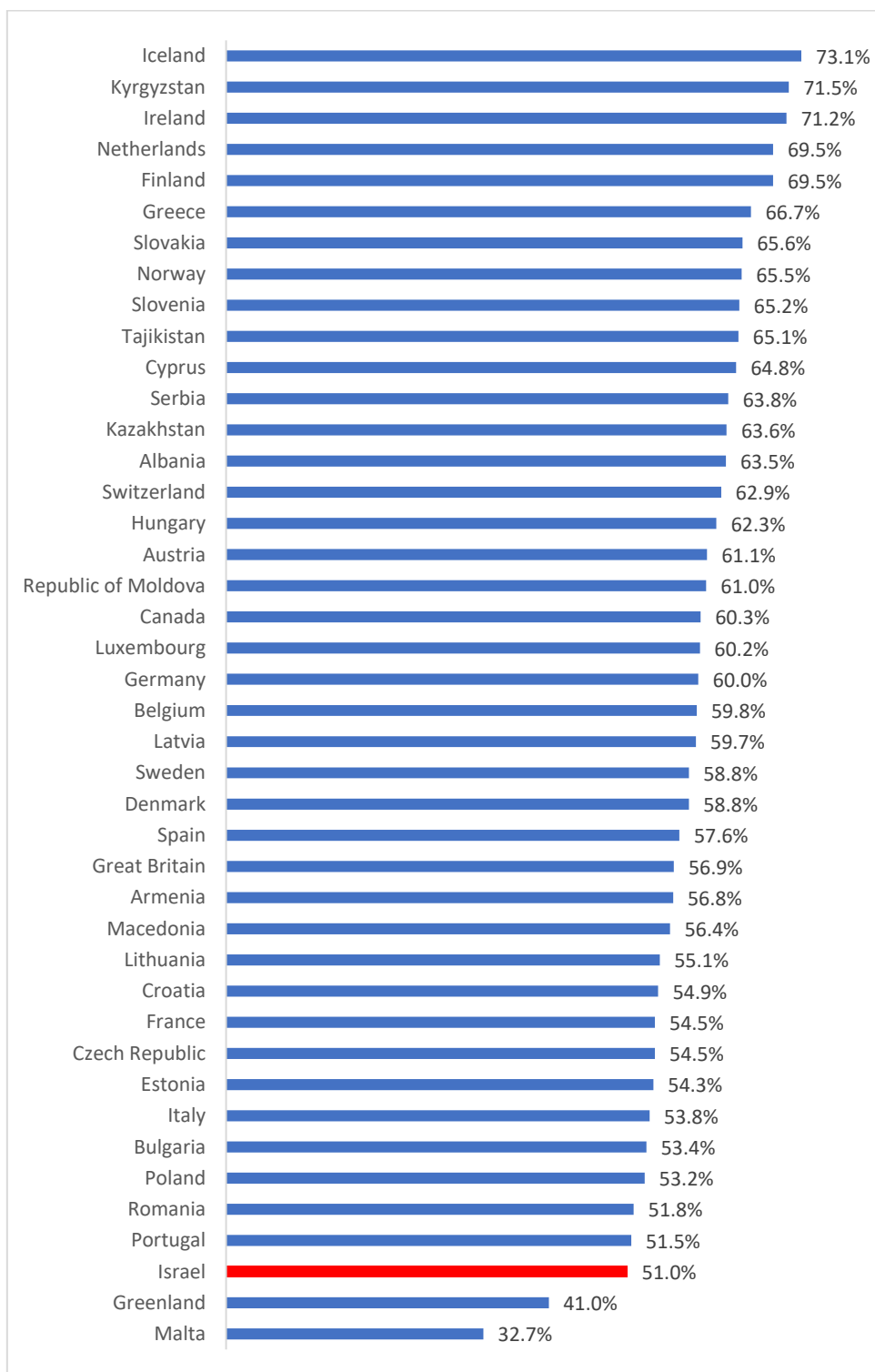


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 3.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל בגילאי 11, 13 ו-15 לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר במדד הדיווח על פעילות גופנית אינטנסיבית. ניתן לראות כי גם במדד זה התלמידים הישראלים מדורגים בין האחרונים - במקום השלישי לפני הסוף מבין 42 מדינות - עם 51% תלמידים המדווחים כי הם עוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית מחוץ לשעות הלימודים לפחות 3 פעמים בשבוע.

תרשים 3.3: אחוז התלמידים העוסקים בפעילות גופנית אינטנסיבית מחוץ לשעות הלימודים לפחות 3 פעמים בשבוע, לפי

מדינה:



## דרכי הגעה לבית הספר

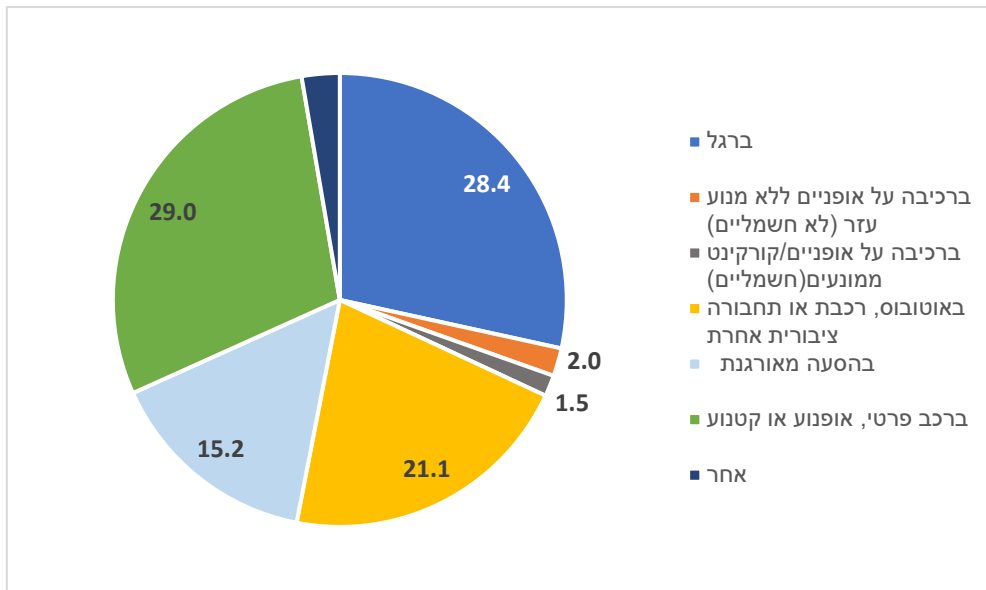
התלמידים נשאלו באיזה אופן הם מגיעים אל בית הספר ביום לימודים רגיל. אפשרויות התשובה כללו: ברגל; הרכיבה על אופניים רגילים; הרכיבה על אופניים/קורקינט חשמליים; בתחבורה ציבורית, ההסעה מאורגנת; הרכב פרטי; באופן אחר. **הממצאים שיוצגו להלן כוללים את התפלגות דרכי ההגעה לבית הספר.**

מלוח 4 ותרשים 4.1 עולה כי כ- 28% תלמידים מגיעים לבית הספר ברגל ו- 29% מגיעים לבית ספר ברכב פרטי. בשני מזדים אלו, אחוז גבוה יותר מדווח בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 33%-32%) בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי (כ- 27%). אחוז התלמידים שמגיע לבית הספר בתחבורה ציבורית עומד על כ- 21%, ללא הבדל בין המגזרים. עוד עולה כי כ- 15% תלמידים מדווחים שהם מגיעים לבית הספר בהסעה מאורגנת, נתון הגבוה יותר משמעותית בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 19%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 7%).

לוח 4 : התפלגות דרכי ההגעה לבית הספר (באחוזים) ביום רגיל לפי מגזר ומגזר:

דרכי הגעה אל בית הספר	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ברגל	27.1%	26.6%	26.8%	32.7%	31.1%	31.9%	28.8%	28.0%	28.4%
רכיבה על אופניים ללא מנוע עזר (לא חשמליים)	3.0%	1.1%	2.0%	2.9%	0.9%	1.8%	3.0%	1.0%	2.0%
רכיבה על אופניים/קורקינט ממנועים(חשמליים)	2.2%	0.4%	1.3%	3.7%	0.6%	2.1%	2.6%	0.5%	1.5%
באוטובוס, רכבת או תחבורה ציבורית אחרת	21.5%	20.6%	21.1%	20.3%	22.3%	21.3%	21.2%	21.1%	21.1%
בהסעה מאורגנת	19.6%	18.3%	18.9%	7.1%	6.5%	6.8%	15.8%	14.7%	15.2%
ברכב פרטי, אופנוע או קטנוע	24.0%	30.7%	27.4%	30.1%	35.2%	32.7%	25.9%	32.1%	29.0%
אחר	2.5%	2.2%	2.4%	3.3%	3.5%	3.4%	2.8%	2.6%	2.7%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 4.1: התפלגות באחוזים של דרכי ההגעה אל בית הספר ביום רגיל, כלל המדגם:





כאמור, פעילות הגופנית היא בעלת יתרונות רבים לבריאות הפיזית והנפשית, ומכאן החשיבות הרבה בעידוד ילדים ובני נוער לעסוק באופן יומיומי בפעילות גופנית. המלצות ארגון הבריאות העולמי לפעילות גופנית בקרב ילדים ובני נוער בגילאי 5-17 הן לבצע פעילות גופנית בזמן מצטבר של שעה ביום, בעצימות בינונית-גבוהה. ממצאי הסקר מצביעים על שכיחות גבוהה, יחסית, של תלמידים (כ- 17%) אשר לא עסקו בפעילות גופנית עפ"י ההמלצות, בייחוד בקרב בנות (כ- 23%), ובקרב המגזר הערבי (כ-22%). בשנת 2023 חלה עליה קלה במספר התלמידים שלא עסקו בפעילות גופנית לפי ההמלצות בהשוואה לשנים קודמות, בייחוד בקרב בנות. בהשוואה בין-לאומית עולה כי התלמידים הישראלים מדורגים במקום השני מבין המדינות המשתתפות בסקר בדיווח על אי עשיית פעילות גופנית, ובמקום הרביעי לפני האחרון מבין המדינות המשתתפות, בדיווח על פעילות גופנית יומיומית, נתונים הדומים לשנת הסקר הקודמת (2019).

במדד הפעילות הגופנית האינטנסיבית, עולה כי כ- 49% תלמידים עוסקים לפחות שלוש פעמים בשבוע בפעילות גופנית אינטנסיבית בשעות הפנאי. אחוז זה גבוה באופן ניכר בקרב בנים (כ- 60%) בהשוואה לבנות (כ- 37%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 51%) בהשוואה למגזר הערבי (כ-42%). השוואה הבין-לאומית מלמדת שגם בפעילות גופנית אינטנסיבית ישראל מדורגת במקומות האחרונים (מקום 3 לפני האחרון) מבין המדינות המשתתפות. בנוסף, ניכרת מגמת ירידה באחוז התלמידים שעוסקים בפעילות גופנית עם העלייה בשכבת הגיל. ממצאים מדאיגים אלה, בשילוב עם הנתונים על השמנה שהובאו לעיל, מצביעים על צורך משמעותי בתוכניות התערבות ומסגרות מתאימות לעידוד פעילות גופנית בקרב בני נוער, תוך שימת דגש על בנות, ותלמידים בגילאי חטיבה ותיכון.

- Aubert, S., Barnes, J. D., Demchenko, I., Hawthorne, M., Abdeta, C., Abi Nader, P., ... & Tremblay, M. S. (2022). Global Matrix 4.0 Physical Activity Report Card grades for children and adolescents: Results and analyses from 57 countries. *Journal of Physical Activity and Health*, 19(11), 700-728.
- Barnett A, Akram M, Sit CH-P, Mellecker R, Carver A, Cerin E (2019) Predictors of healthier and more sustainable school travel mode profiles among Hong Kong adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 16(1), 48.
- Birch, L. L., & Davison, K. K. (2001). Family environmental factors influencing the developing behavioral controls of food intake and childhood overweight. *Pediatric Clinics*, 48, 893–907.
- Brownson, R. C, Boehmer, T. K, & Luke, D. A. (2005). Declining rates of physical activity in the United States: what are the contributors? *Annual Review of Public Health*, 26, 421-443.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2003). Physical activity levels among children aged 9-13 years--United States, 2002. *MMWR. Morbidity and mortality weekly report*, 52(33), 785.
- Chaput, J. P., Willumsen, J., Bull, F., Chou, R., Ekelund, U., Firth, J., ... & Katzmarzyk, P. T. (2020). 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour for children and adolescents aged 5–17 years: summary of the evidence. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 1-9.
- Davison, K., & Jago, R. (2009). Change in parent and peer support across ages 9 to 15 years and adolescent girls' physical activity. *Medical Science of Sports & Exercise*, 41, 1816–1825.
- Lisha, N. A. & Sussman, S. (2010). Relationship of high school and college sports participation with alcohol, tobacco, and illicit drug use: A review. *Addictive Behaviors*, 35(5), 399–407.
- Marques, A., Demetriou, Y., Tesler, R., Gouveia, É. R., Peralta, M., & Matos, M. G. D. (2019a). Healthy Lifestyle in Children and Adolescents and Its Association with Subjective Health Complaints: Findings from 37 Countries and Regions from the HBSC Study. *International journal of environmental research and public health*, 16(18), 3292.

- Marques, A., Bordado, J., Peralta, M., Gouveia, E. R., Tesler, R., Demetriou, Y., & Gomez Baya, D. (2020b). Cross-sectional and prospective relationship between physical activity and depression symptoms. *Scientific reports*, 10(1), 16114.
- Ng K, Kokko S, Tammelin T, Kallio J, Belton S, O'Brien W, Murphy M, Powell C, Woods C (2020) Clusters of adolescent physical activity tracker patterns and their associations with physical activity behaviors in Finland and Ireland: Cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research*. 22(9), e18509. DOI: <https://doi.org/10.2196/18509>.
- Salvy, S. J., Roemmich, J. N., Bowker, J. C., Romero, N. D., Stadler, P. J., & Epstein, L. H. (2009). Effect of peers and friends on youth physical activity and motivation to be physically active. *Journal of Pediatric Psychology*, 34, 217–25.
- Sebire, S. J., Haase, A. M., Montgomery, A. A., McNeill, J., & Jago, R. (2014). Associations between physical activity parenting practices and adolescent girls' self perceptions and physical activity intentions. *Journal of Physical Activity and Health*, 11(4), 734-740.
- Singh, A., et al. (2012). Physical Activity and Performance at School A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. *Archives of Pediatric Adolescents Medicine*, 166(1), 49-55.
- Tesler, R., Kolobov, T., Ng, K. W., Shapiro, E., Walsh, S. D., Shuval, K., & Harel-Fisch, Y. (2019). Ethnic Disparities in Physical Activity among Adolescents in Israel. *American journal of health behavior*, 43(2), 337-348.
- Warburton, D. E. R., Charlesworth, S., Ivey, A., Nettlefold, L., & Bredin, S. S. D. (2010). A systematic review of the evidence for Canada's Physical Activity Guidelines for Adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 39(7).
- World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.

## התנהגויות מין

### מבוא

לפי ההגדרה של ה-WHO, מיניות בריאה היא מצב של רווחה פיזית, רגשית, נפשית וחברתית המכוונת למיניות ולא רק היעדר של מחלה, תפקוד לקוי או חולשה. מיניות בריאה דורשת גישה חיובית ומכבדת כלפי מיניות האדם ויחסי מין, ומאפשרת לחוות חוויות מיניות מהנות ובטוחות, ללא כפייה, אפליה ואלומות (WHO, 2002). בריאות מינית היא מרכיב חשוב בבריאותם הכללית וברוחותם הנפשית והחברתית של בני נוער. תחילת קיום יחסי מין במהלך גיל ההתבגרות נחשבת לנורמטיבית בקרב מדינות מפותחות, וניכר כי עם השנים קיימת עלייה בשכיחות בני הנוער המקיימים יחסי מין בגיל ההתבגרות. מגמה זו ניכרת במדינות מערביות רבות ברחבי העולם כגון אירלנד, צרפת, אנגליה ועוד (Moreau et al., 2019).

במקביל לעיסוק ההולך וגובר של בני נוער בפעילות מינית, בשנים האחרונות ניכר כי ישנה ירידה בגיל ההתנסות הראשונה ביחסי מין (Kushal et al., 2022). בנוסף, מספר בני/בנות הזוג לפני גיל 18 נמצא אף הוא בעלייה מתמדת (Rouche, et al., 2019). על אף כי מיניות היא חלק מן ההתפתחות הנורמאלית ועל אף כי היא נחשבת לחלק חשוב ומשמעותי מן הבריאות, בני נוער חווים שינויים התפתחותיים מבחינה רגשית וקוגניטיבית, מה שעלול להוביל להתנסות מינית באופן שאינו בטוח. תחילת קיום יחסי מין בגיל צעיר קשורה במגוון של השלכות בריאותיות שליליות, כגון מחלות מדבקות, בריאות נפשית ירודה (Lu et al., 2023; Rouche, et al., 2019), הישגים אקדמיים נמוכים (Sabia, 2007), מספר גדול יותר של שותפים למין (Kann et al., 2018), והריונות בלתי רצויים (Davis & Friel, 2001). הריון בגיל צעיר קשור אף הוא בהשלכות אקדמיות ותעסוקתיות שליליות (Lammers et al., 2000).

בנוסף, גורמים אשר קשורים לתחילת קיום יחסי מין בגיל צעיר הם קשרי משפחה רופפים, שליטה הורית נמוכה, חברים רבים מבני המין השני, התנהגויות אנטיסוציאליות (Boislard & Poulin, 2011; Lammers et al., 2000), חיבור נמוך לבית הספר ושימוש בחומרים ממכרים כגון אלכוהול וסמים וכן רקע אתני (Gajos et al., 2023; Madkour et al., 2010; Kaplan et al., 2013). עוד עולה, כי לרשת החברתית השפעה על התנהגותם המינית של בני הנוער. בחירות ההתנהגות שבני הנוער בוחרים בהן, קשורות לעתים במידה רבה למידה בה הן מקובלות בקרב הרשת החברתית אליה הם שייכים. כך, למשל, עמדותיהם של בני הנוער לגבי ההתנהגות המינית של חבריהם זוהו בתור גורם מנבא חזק לתחילת קיום יחסי מין בגיל ההתבגרות (Ali & Dwyer, 2011).

בהקשר זה, ניכרת מאוד השפעת ההורים על התנהגות מינית בקרב בני נוער. השגחה וניטור יכולים להוביל עד כדי חייבת התחלת קיום יחסים לגיל מאוחר יותר. כמו כן, נמצא כי תקשורת בנושא טוביל להתנהגות מינית בטוחה יותר כגון שימוש באמצעי מניעה (Epstein et al., 2014).

## מדדי חשיפה לתכנים מיניים והתנהגויות מין:

### 1. חשיפה לתכנים מיניים:

א. צפייה בסרטים בעלי אופי מיני אי פעם (כיתות ה-ו)

ב. חשיפה לתכנים פורנוגרפיים (כיתות ז' ומעלה)

ג. צפייה בתכנים פורנוגרפיים (כיתות ז' ומעלה)

### 2. קשר רומנטי (כיתות י' ומעלה)

### 3. התנהגויות מין (כיתות י' ומעלה מגזר יהודי-חילוני ומגזר ערבי):

א. קיום יחסי מין אי פעם

ב. גיל התנסות לראשונה בקיום יחסי מין מלאים

ג. שימוש בקונדום

ד. שימוש בגלולה

**חשיפה לתכנים מיניים**

צפייה בסרטים בעלי אופי מיני (כיתות ה-1): התלמידים נשאלו אם יצא להם לצפות בסרטים בעלי אופי מיני שאינם מתאימים לגילם. סולם המענה כלל את התשובות: אף פעם; פעם אחת או פעמיים מדי פעם. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שיצא להם לצפות בסרטים מיניים שלא הולמים את גילם לפחות פעם אחת.

מלוח 1 עולה כי כ-33% תלמידי כיתות ה-1 נחשפו לתכנים מיניים שלא הולמים את גילם. נתון זה גבוה יותר משמעותית בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי (כ-36% לעומת כ-12% בהתאמה). כמו כן, אחוז גבוה יותר של בנים, בייחוד במגזר הערבי, נחשף לתכנים מיניים לא הולמים בהשוואה לבנות (כ-36% לעומת כ-30% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של חשיפה לתכנים מיניים לא הולמים בכיתות ה-1 נרשם בקרב בנים במגזר היהודי (כ-38%), ואילו האחוז הנמוך ביותר במדד זה נרשם בקרב בנות במגזר הערבי (כ-10%).

לוח 1: אחוז התלמידים שיצא להם לצפות בסרטים מיניים שאינם הולמים לגילם, לפי מגזר ומגזר (כיתות ה-1 בלבד):

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	38.2%	35.0%	36.4%	19.1%	9.5%	12.2%	36.2%	29.9%	32.6%
סה"כ משיבים	462	498	960	115	410	525	577	908	1,485

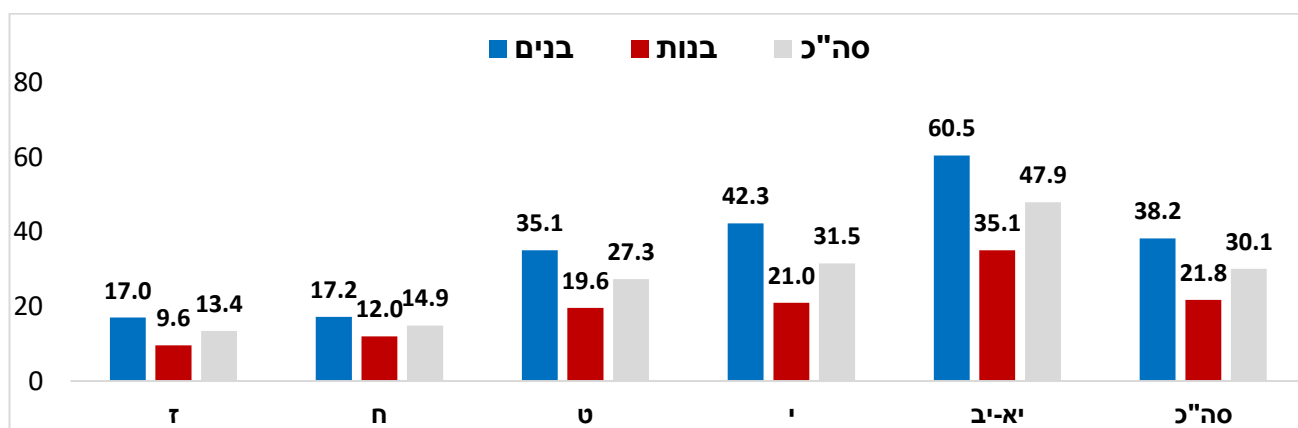
חשיפה לתכנים פורנוגרפיים (כיתות ז' ומעלה): התלמידים נשאלו אם הם נוהגים לצפות בסרטים פורנוגרפיים. סולם המענה נע מאף פעם לכמעט כל יום. הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שיצא להם אי פעם לצפות בתכנים פורנוגרפיים, וכן את אחוז התלמידים שנוהג לצפות בתכנים פורנוגרפיים כמעט כל יום.

מלוח 2 עולה כי כ-30% תלמידים נחשפו לתכנים פורנוגרפיים אי פעם. אחוז זה גבוה משמעותית יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-36% בהשוואה למגזר הערבי (9%), וכן גבוה יותר בקרב בנים (כ-38%) בהשוואה לבנות (כ-22%). אחוז הדיווח הגבוה ביותר במדד זה נרשם בקרב בנים במגזר היהודי (כ-45%) ואילו אחוז הדיווח הנמוך ביותר נרשם בקרב בנות במגזר הערבי (5%). עוד עולה כי חלה עלייה משמעותית בחשיפה לתכנים פורנוגרפיים עם העלייה בגיל מכ-13% בקרב תלמידי כיתות ז' לכ-48% בקרב תלמידי כיתות יא-יב.

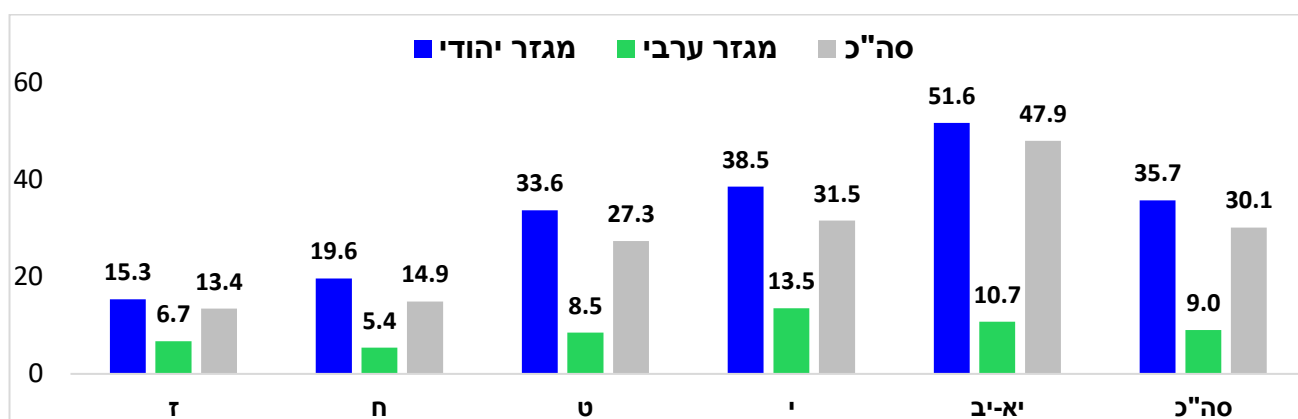
לווח 2: אחוז התלמידים שיצא להם לצפות בתכנים פורנוגרפיים, לפי מגזר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	19.8%	10.8%	15.3%	7.9%	5.3%	6.7%	17.0%	9.6%	13.4%
ח	21.8%	16.8%	19.6%	7.8%	2.5%	5.4%	17.2%	12.0%	14.9%
ט	41.3%	25.5%	33.6%	13.7%	4.6%	8.5%	35.1%	19.6%	27.3%
י	52.4%	26.1%	38.5%	19.5%	6.3%	13.5%	42.3%	21.0%	31.5%
יא-יב	63.1%	39.1%	51.6%	20.0%	5.9%	10.7%	60.5%	35.1%	47.9%
סה"כ	44.5%	26.5%	35.7%	13.1%	5.0%	9.0%	38.2%	21.8%	30.1%
סה"כ משיבים	2,355	2,495	4,850	751	1,218	1,969	3,106	3,713	6,819

תרשים 2.1: אחוז התלמידים שיצא להם לצפות בתכנים פורנוגרפיים, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שיצא להם לצפות בתכנים פורנוגרפיים, לפי מגזר וכיתה:



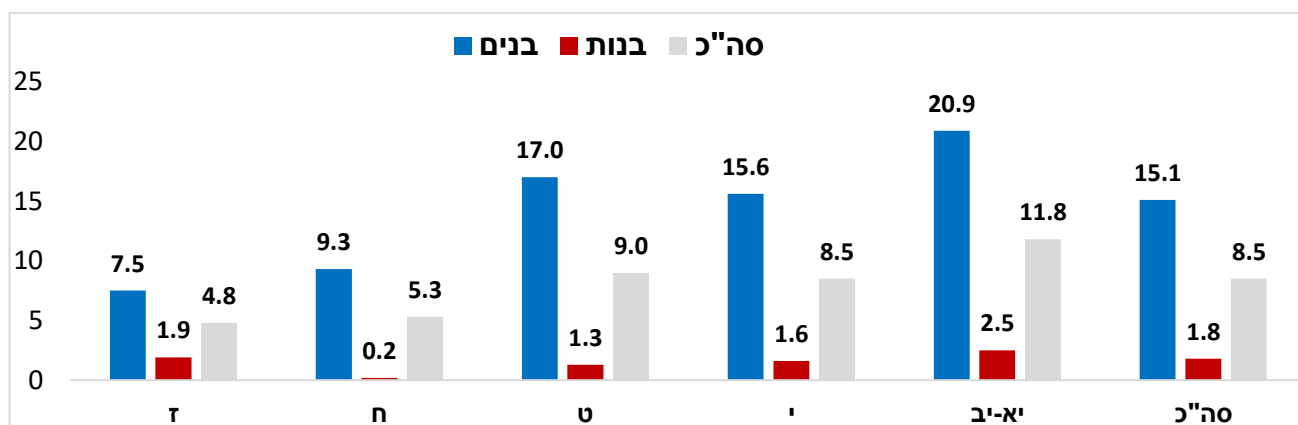
לפי לווח 3 ניתן לראות שכ 9% תלמידים נוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים באופן יומיומי. גם במדד זה נרשם אחוז גבוה יותר של בנים בהשוואה לבנות (כ- 15% לעומת כ- 2% בהתאמה), וכן אחוז גבוה יותר של תלמידים במגזר היהודי (כ- 9%

10%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 4%). בקרב הבנים חלה עליה עם הגיל במדד זה מכ- 8% בכיתות ז' לכ- 21% בכיתות יא-יב.

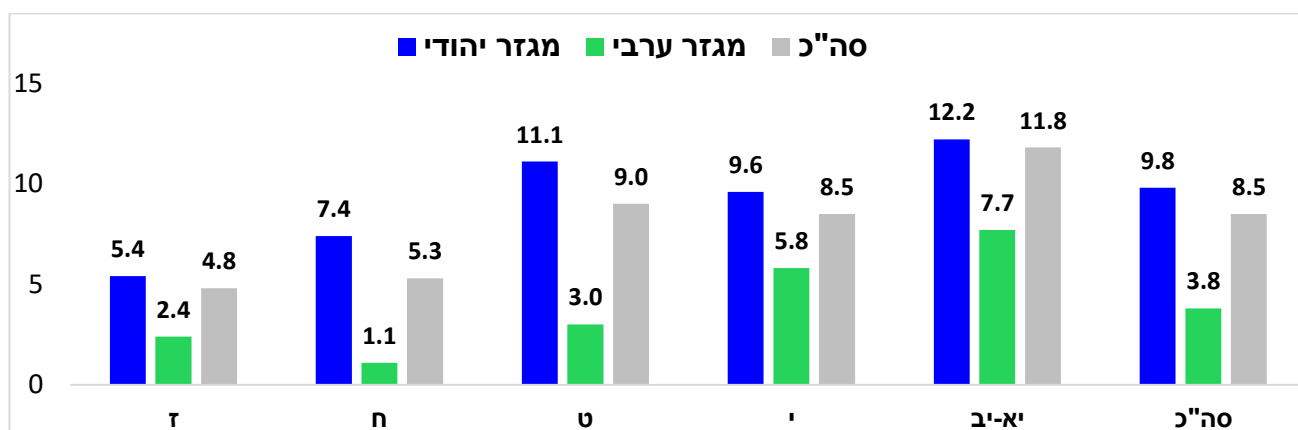
לוה 3: אחוז התלמידים שנוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים כמעט כל יום, לפי מגזר, מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	8.6%	2.3%	5.4%	4.0%	0.6%	2.4%	7.5%	1.9%	4.8%
ח	12.9%	0.4%	7.4%	1.9%	0.0%	1.1%	9.3%	0.2%	5.3%
ט	19.9%	1.8%	11.1%	6.8%	0.0%	3.0%	17.0%	1.3%	9.0%
י	17.8%	2.1%	9.6%	10.7%	0.0%	5.8%	15.6%	1.6%	8.5%
יא-יב	21.0%	2.5%	12.2%	18.6%	2.0%	7.7%	20.9%	2.5%	11.8%
סה"כ	17.1%	2.1%	9.8%	7.2%	0.5%	3.8%	15.1%	1.8%	8.5%
סה"כ משיבים	2,355	2,495	4,850	751	1,218	1,969	3,106	3,713	6,819

תרשים 3.1: אחוז התלמידים שנוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים כמעט כל יום, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 3.2: אחוז התלמידים שנוהגים לצפות בתכנים פורנוגרפיים כמעט כל יום, לפי מגזר וכיתה:





### קשר רומנטי עם בן/בת זוג (כיתות י-יב)

התלמידים נשאלו אם הם היו אי פעם בקשר רומנטי עם בן או בת זוג. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווח כי הוא היה בקשר רומנטי.

מלוח 4 עולה כי 41% תלמידים בכיתות י-יב מדווחים כי הם היו בקשר רומנטי עם בן או בת זוג. אחוז הדיווח גבוה באופן ניכר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 50%) בהשוואה למגזר הערבי (כ-14%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ- 47%) לעומת תלמידי כיתות י' (כ- 30%). אחוז הדיווח הגבוה ביותר במדד זה נרשם בקרב בנות במגזר היהודי (כ- 48%) ואילו אחוז הדיווח הנמוך ביותר נרשם בקרב בנות במגזר הערבי (כ- 8%).

לוח 4: אחוז התלמידים שהיו בקשר זוגי רומנטי עם בן/בת זוג לפחות פעם אחת, לפי מגדר, מגזר וכיתה (כיתות י ומעלה).

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
י	36.8%	36.4%	36.6%	16.3%	7.7%	12.3%	30.5%	29.1%	29.8%
יא-יב	46.1%	53.5%	49.6%	32.9%	7.9%	16.4%	45.3%	47.9%	46.6%
סה"כ	43.7%	48.3%	45.9%	21.1%	7.8%	13.9%	40.4%	41.5%	41.0%
סה"כ משיבים	785	956	1,741	285	626	911	1,070	1,582	2,652

### התנהגויות מין (כיתות י ומעלה במגזר היהודי חילוני והערבי)

#### קיום יחסי מין אי פעם:

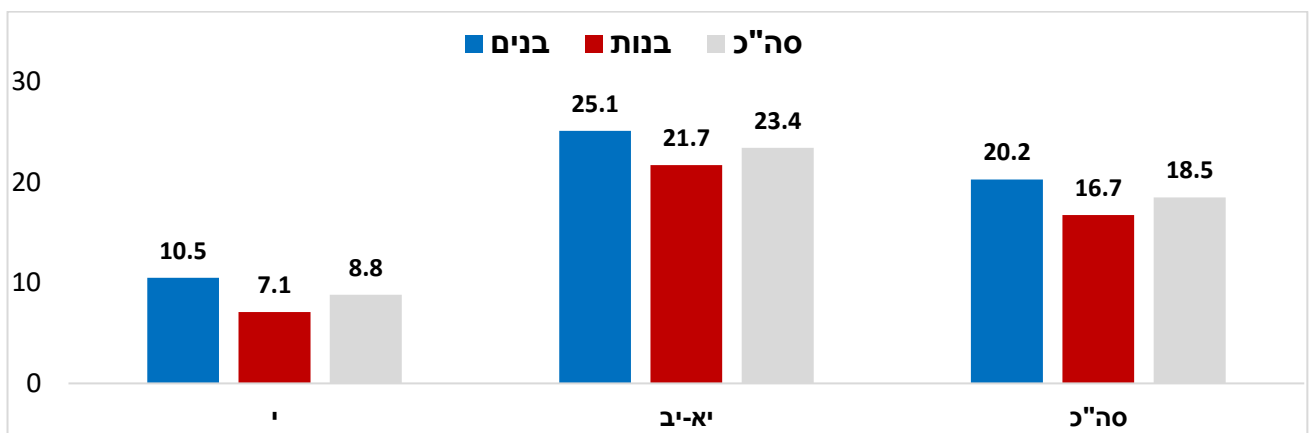
התלמידים נשאלו אם הם אי פעם קיימו יחסי מין מלאים. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שקיימו אי פעם יחסי מין מלאים.

מלוח 5 עולה כי כ- 19% תלמידים קיימו אי פעם יחסי מין מלאים. אחוז הדיווח במדד זה בקרב המגזר היהודי-חילוני גבוה יותר באופן משמעותי מאחוז הדיווח במגזר הערבי (כ- 21% בהשוואה לכ- 5%). אחוז הדיווח הנמוך ביותר נרשם בקרב בנות במגזר הערבי (כ- 1%). עוד עולה, כי אחוז התלמידים שקיימו יחסי מין אי פעם גבוה משמעותית בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ-23%) בהשוואה לתלמידי כיתות י (כ- 9%).

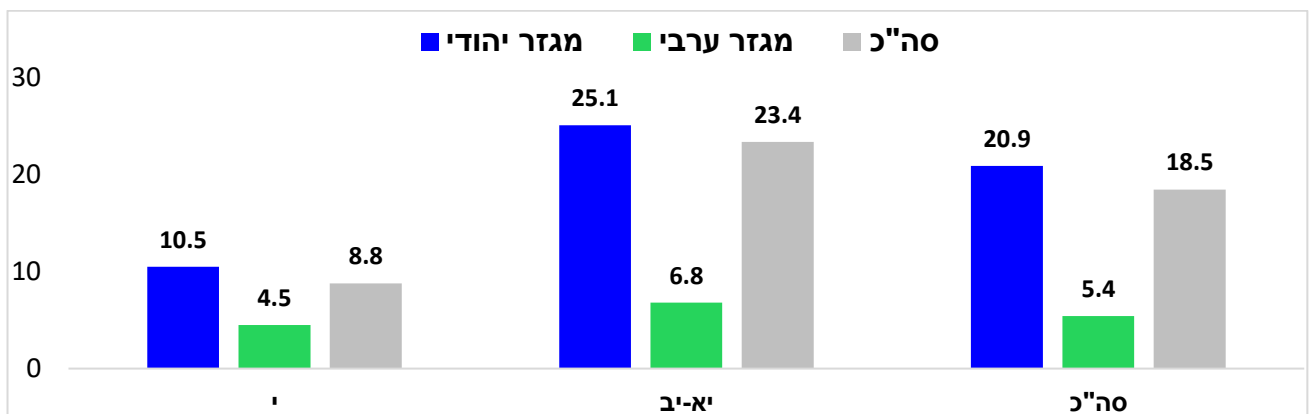
לוח 5: אחוז התלמידים שקיימו יחסי מין מלאים אי פעם, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
י	11.9%	9.2%	10.5%	7.5%	1.0%	4.5%	10.5%	7.1%	8.8%
יא-יב	25.7%	24.5%	25.1%	17.1%	1.5%	6.8%	25.1%	21.7%	23.4%
סה"כ	21.9%	19.8%	20.9%	10.3%	1.2%	5.4%	20.2%	16.7%	18.5%
סה"כ משיבים	776	953	1,729	284	626	910	1,060	1,579	2,639

תרשים 5.1: אחוז התלמידים שקיימו יחסי מין מלאים אי פעם, לפי מגדר וכיתה:



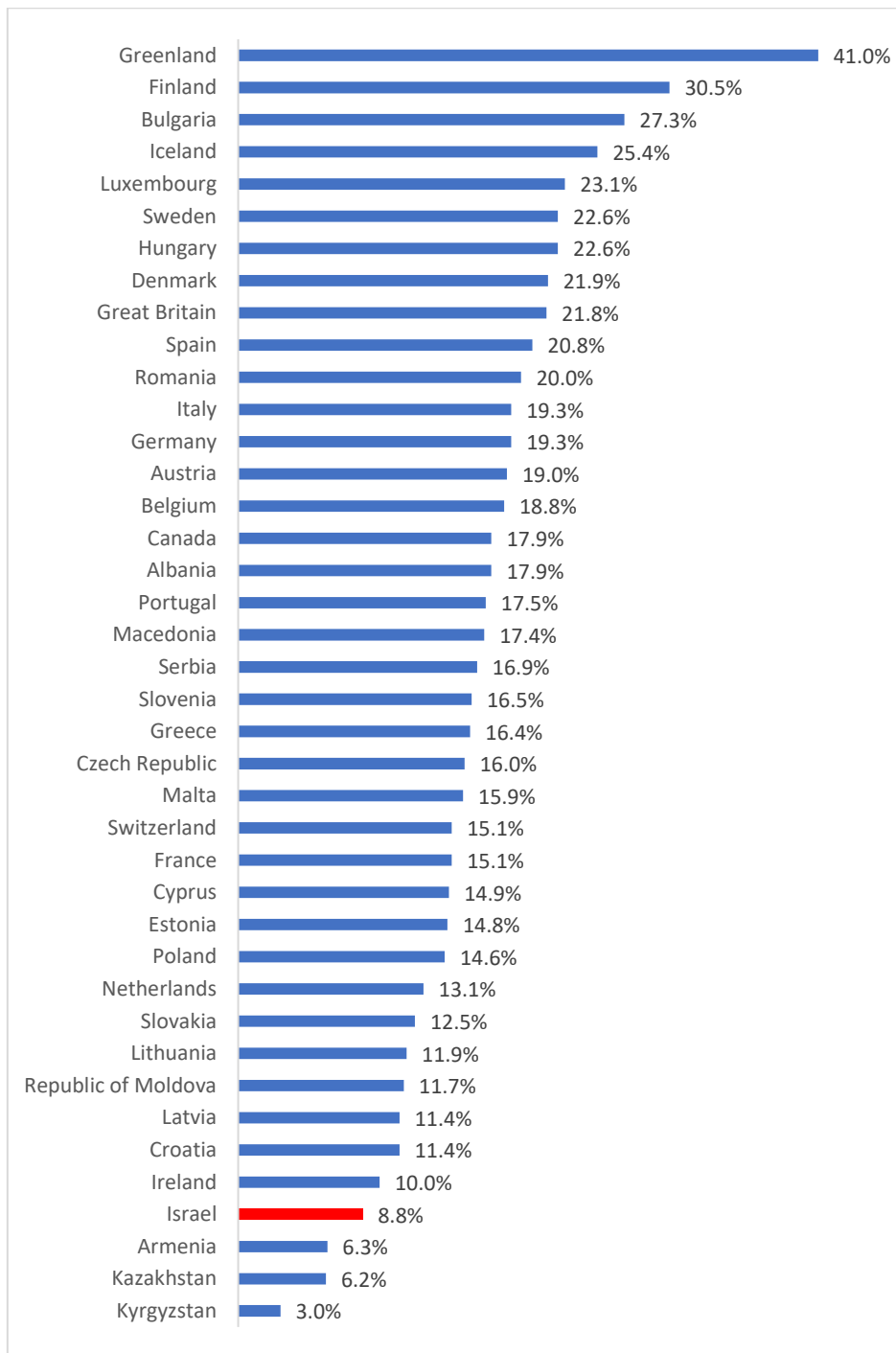
תרשים 5.2: אחוז התלמידים שקיימו יחסי מין מלאים אי פעם, לפי מגזר וכיתה:



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 5.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר בגילאי 15, במדד הדיווח על קיום יחסי מין אי פעם. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל מדורגים במקום הרביעי לפני האחרון, עם כ-9% תלמידים שדיווחו על קיום יחסי מין אי פעם. יש לציין, שבסקר הקודם (2019) ישראל דורגה במקום השביעי לפני האחרון עם כ-14% תלמידים בגילאי 15 שדיווחו על קיום יחסי מין אי פעם.

**תרשים 5.3: אחוז התלמידים בגילאי 15 שקיימו יחסי מין מלאים אי פעם, לפי מדינה :**



**גיל קיום יחסי מין לראשונה**

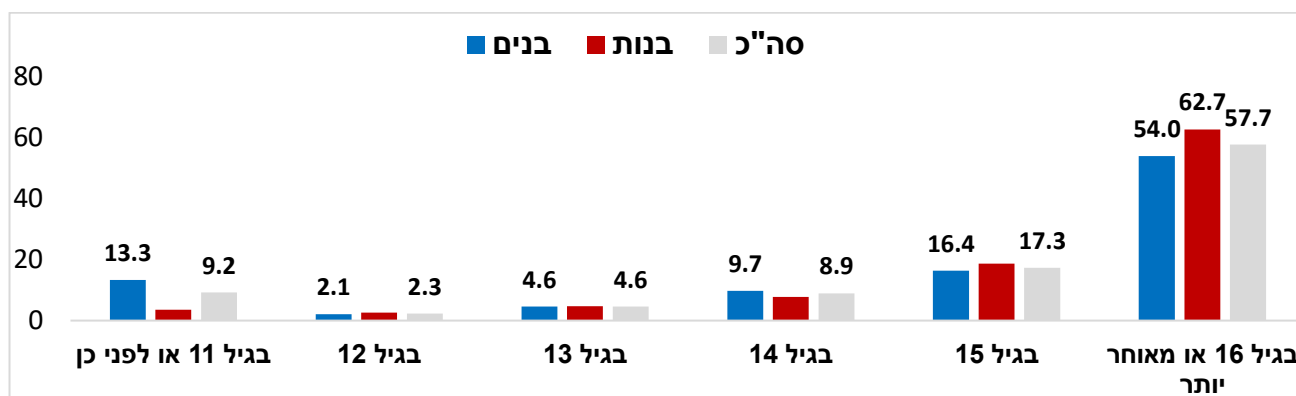
התלמידים נשאלו באיזה גיל הם קיימו יחסי מין מלאים לראשונה (מבין אלו שציינו כי הם התנסו בקיום יחסי מין). סולם המענה נע מגיל 11 ועד לגיל 16 או מאוחר יותר. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את התפלגות גיל קיום יחסי מין לראשונה.

מלווה 6 ניכר כי רוב התלמידים שהתנסו בקיום יחסי מין עשו זאת בגיל 16 או מאוחר יותר (כ- 58%). כ- 17% נוספים מדווחים כי הם התנסו לראשונה בגיל 15. כ- 10% תלמידים מדווחים כי הם התנסו לראשונה בגיל 11 או קודם לכן. הנתון האחרון גבוה בייחוד בקרב בנות במגזר הערבי (כ- 30%).

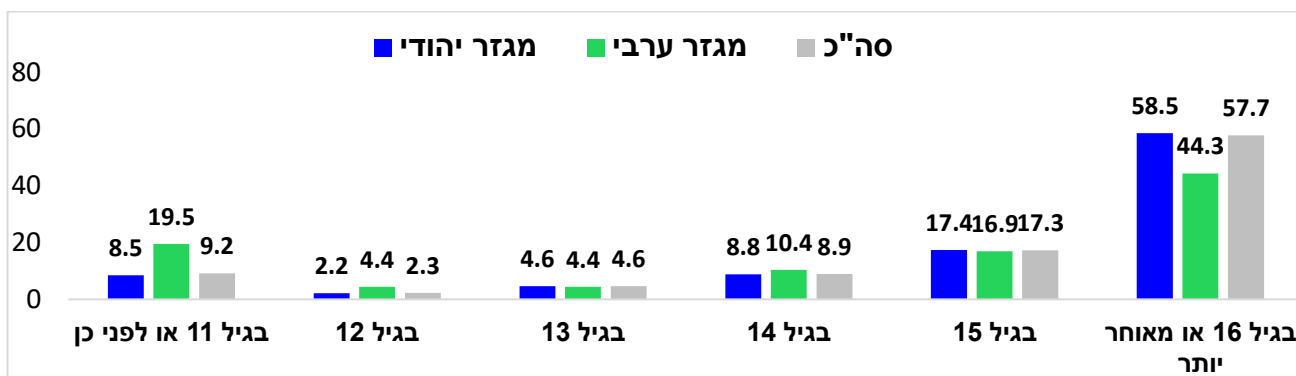
לוח 6 : גיל ההתנסות הראשונה בקיום יחסי מין מלאים באחוזים מתוך התלמידים שדיווחו על קיום יחסי מין, לפי מגדר ומגזר:

גיל	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
בגיל 11 או לפני כן	12.9%	2.9%	8.5%	16.9%	29.7%	19.5%	13.3%	3.6%	9.2%
בגיל 12	2.0%	2.4%	2.2%	3.1%	9.6%	4.4%	2.1%	2.6%	2.3%
בגיל 13	4.8%	4.5%	4.6%	2.5%	11.8%	4.4%	4.6%	4.7%	4.6%
בגיל 14	9.4%	8.0%	8.8%	13.1%	0.0%	10.4%	9.7%	7.8%	8.9%
בגיל 15	15.9%	19.2%	17.4%	21.3%	0.0%	16.9%	16.4%	18.7%	17.3%
בגיל 16 או מאוחר יותר	54.9%	63.1%	58.5%	43.1%	48.9%	44.3%	54.0%	62.7%	57.7%
סה"כ משיבים	167	145	312	36	14	50	203	159	362

תרשים 6.1 : גיל ההתנסות הראשונה בקיום יחסי מין מלאים באחוזים מתוך התלמידים שדיווחו על קיום יחסי מין, לפי מגדר:



תרשים 6.2: גיל ההתנסות הראשונה בקיום יחסי מין מלאים באחוזים מתוך התלמידים שדיווחו על קיום יחסי מין, לפי מגזר:



### שימוש בקונדום

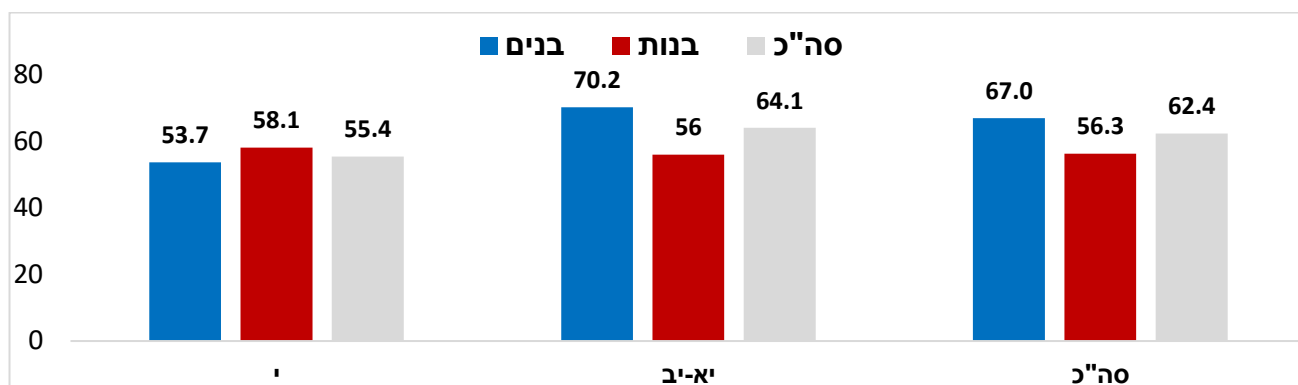
התלמידים נשאלו האם בפעם האחרונה שהם קיימו יחסי מין הם השתמשו בקונדום. סולם המענה כלל את התשובות כן, לא, ולא יודע. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שהשתמשו בקונדום בפעם האחרונה שהם קיימו יחסי מין (מבין התלמידים הפעילים מינית).

מלוח 7 עולה כי כ- 62% תלמידים השתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין. אחוז גבוה יותר מדווח בקרב תלמידים במגזר היהודי- חילוני (כ- 66%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 28%), וכן בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ- 64%) בהשוואה לתלמידי כיתות י' (כ- 55%).

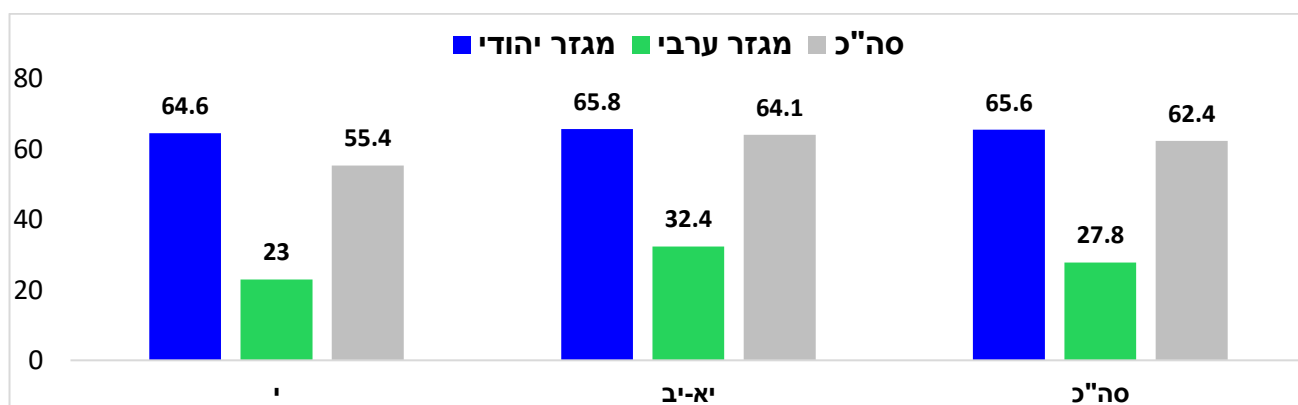
לוח 7: אחוז התלמידים שהשתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים הפעילים מינית), לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
י	62.9%	66.7%	64.6%	30.0%	0.0%	23.0%	53.7%	58.1%	55.4%
יא-יב	71.7%	58.1%	65.8%	45.0%	12.5%	32.4%	70.2%	56.0%	64.1%
סה"כ	70.4%	59.5%	65.6%	36.8%	7.9%	27.8%	67.0%	56.3%	62.4%
סה"כ משיבים	176	158	334	50	38	88	226	196	422

תרשים 7.1: אחוז התלמידים שהשתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים שפעילים מינית), לפי מגדר וכיתה:



תרשים 7.2: אחוז התלמידים שהשתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים שפעילים מינית), לפי מגזר וכיתה:

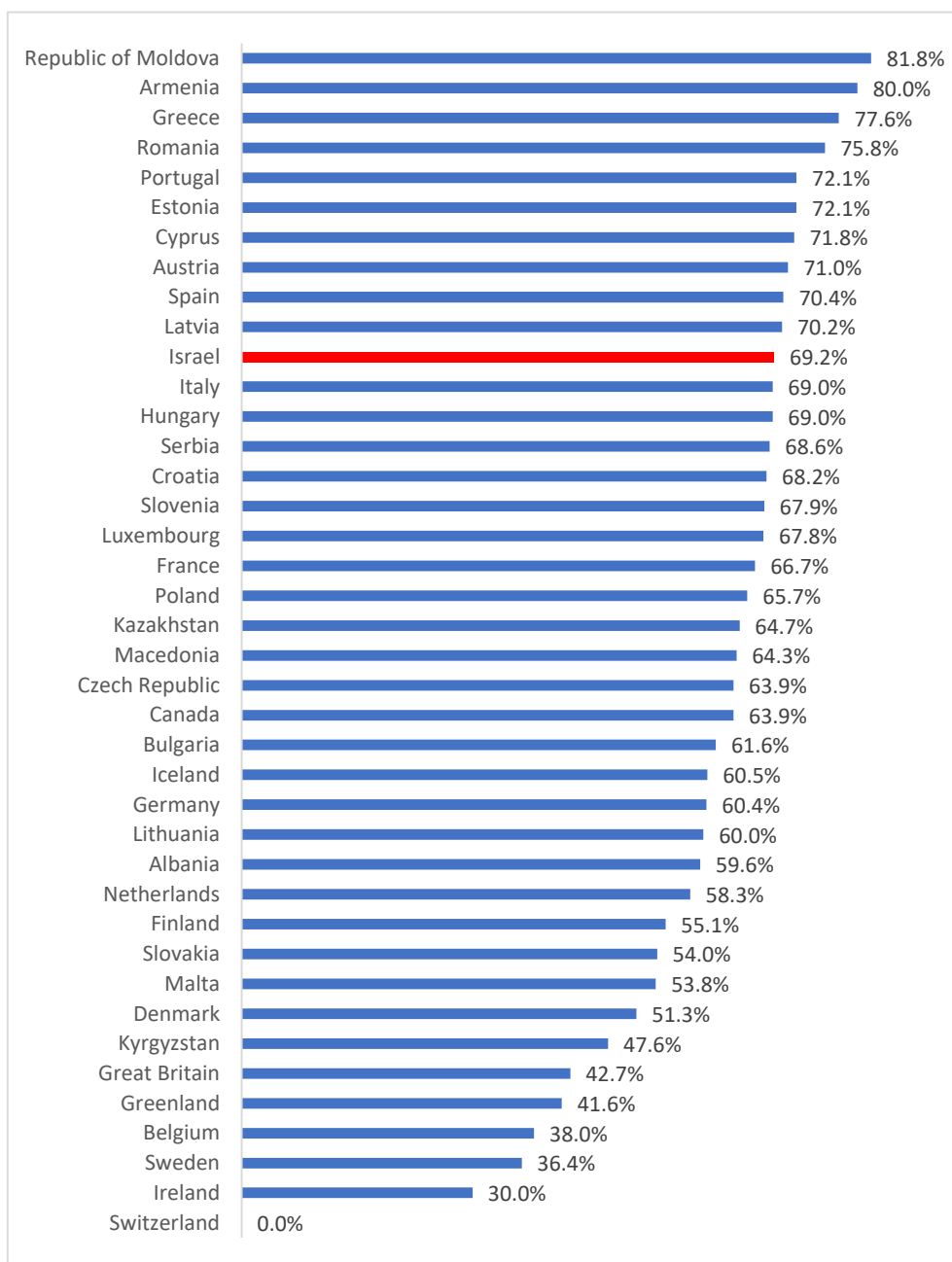


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 7.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על שימוש בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 15 מדורגים במקום ה-11 מבין 40 מדינות עם כ-69% תלמידים שדיווחו כי השתמשו בקונדום בפעם האחרונה בה קיימו יחסי מין. יש לציין כי אחוז זה דומה לנתון שדווח בסקר הבינלאומי הקודם (2019), שם כ-70% מהתלמידים דיווחו על שימוש בקונדום בפעם האחרונה בה קיימו יחסי מין ודורגו במקום הרביעי.

תרשים 7.3 : אחוז התלמידים בגילאי 15, הפעילים מינית, שהשתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין, לפי

מדינה:



### שימוש בגלולה

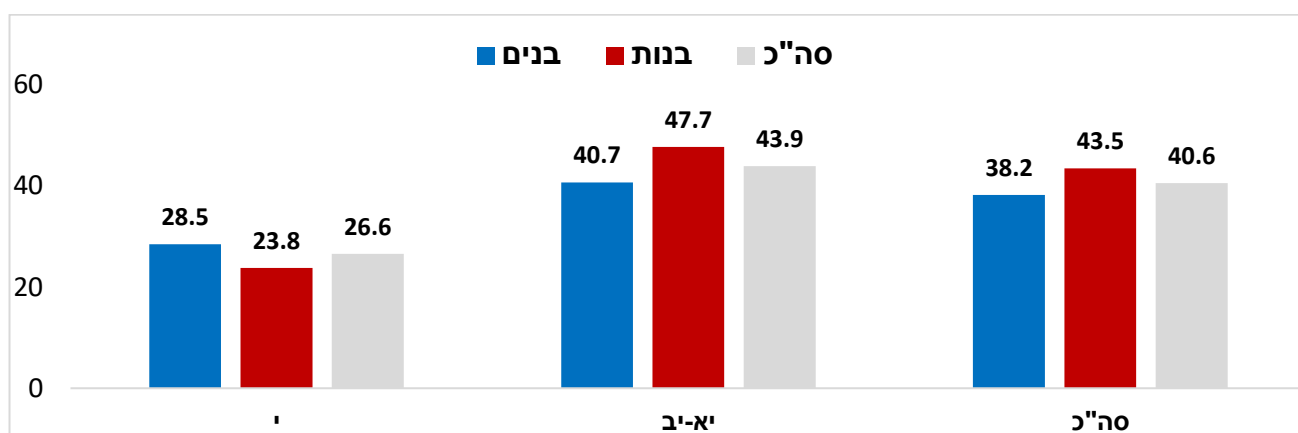
התלמידים נשאלו האם בפעם האחרונה שקיימו יחסי מים הם השתמשו בגלולה למניעת הריון. סולם התשובות כלל כן, לא, ולא יודע. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שהשתמשו בגלולה בפעם האחרונה שהם קיימו יחסי מין (מבין התלמידים הפעילים מינית).

לוח 8 מלמד כי כ 41% תלמידים מדווחים על שימוש בגלולה בעת קיום יחסי מין. אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (43%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 16%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידי כיתות יא-יב (כ- 44%) בהשוואה לתלמידי כיתות י' (כ- 27%).

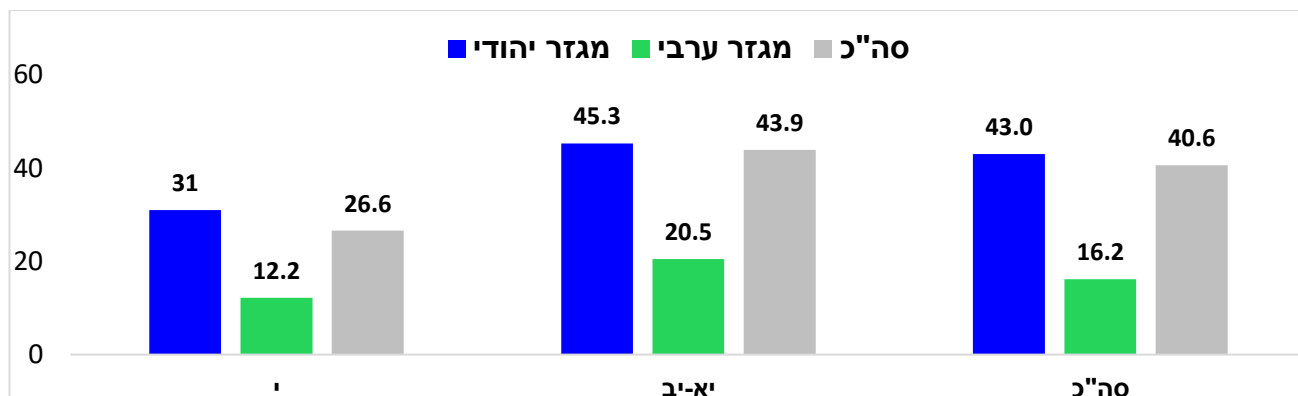
לוח 8: אחוז התלמידים שהשתמשו בגלולה בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים שפעילים מינית), לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
י	34.4%	27.3%	31.0%	15.6%	0.0%	12.2%	28.5%	23.8%	26.6%
יא-יב	42.1%	48.9%	45.3%	20.0%	21.4%	20.5%	40.7%	47.7%	43.9%
סה"כ	40.9%	45.4%	43.0%	17.5%	12.8%	16.2%	38.2%	43.5%	40.6%
סה"כ משיבים	159	157	316	52	37	89	211	194	405

תרשים 8.1: אחוז התלמידים שהשתמשו בגלולה בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים שפעילים מינית), לפי מגדר וכיתה:



תרשים 8.2: אחוז התלמידים שהשתמשו בגלולה בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין (מבין התלמידים שפעילים מינית), לפי מגזר וכיתה:



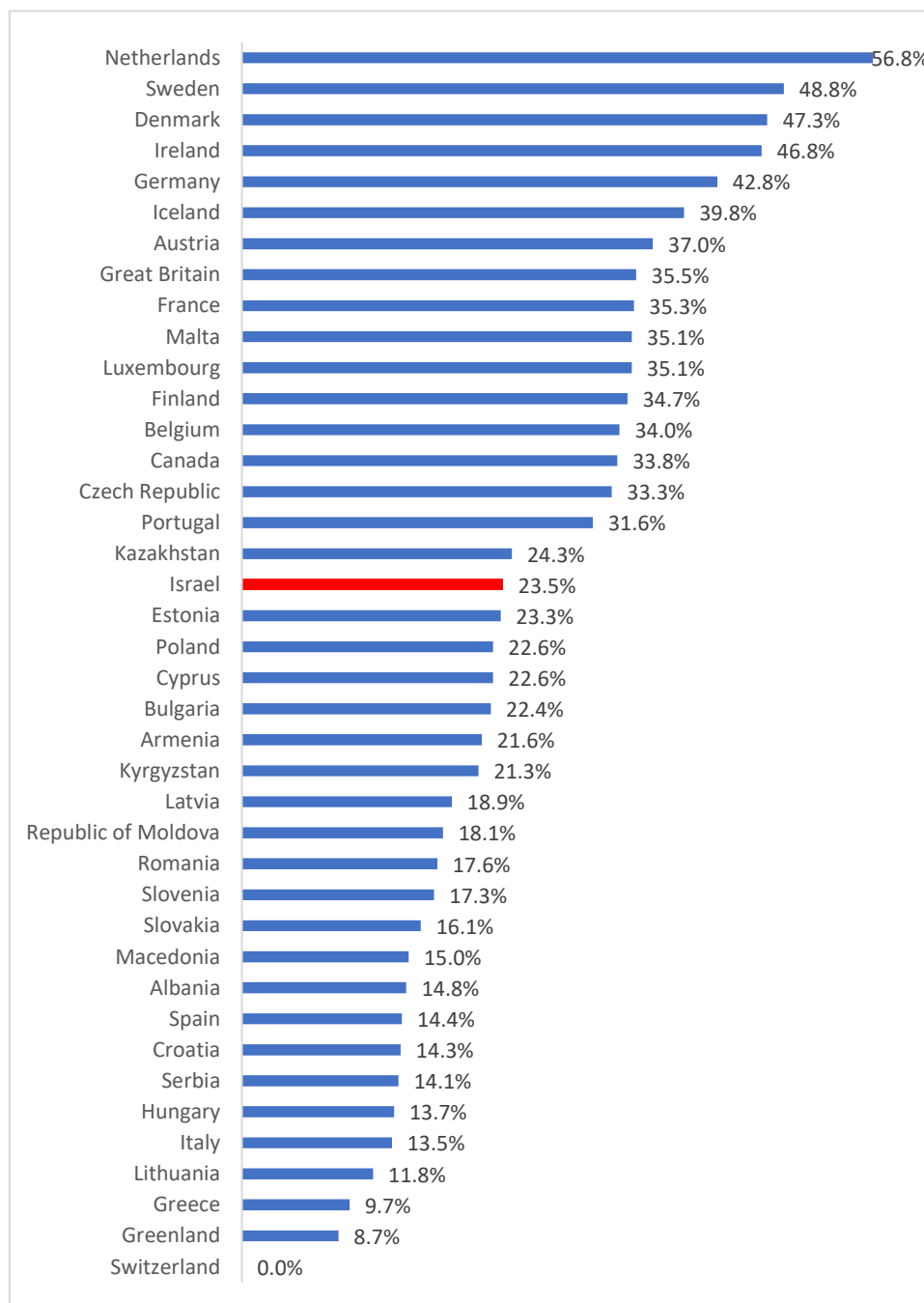


## השוואה בין-לאומית

תרשים 8.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על שימוש בגלולה בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 15 מדורגים במקום ה-18 מבין 40 מדינות עם כ-24% אחוזים תלמידים המדווחים כי השתמשו בגלולה בפעם האחרונה בה קיימו יחסי מין.

תרשים 8.3 : אחוז התלמידים בגילאי 15, הפעילים מינית, שהשתמשו בגלולה בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין, לפי

מדינה:



## סיכום ומסקנות

בריאיות מינית היא מרכיב חשוב בבריאותם הכללית וברווחתם הנפשית והחברתית של בני נוער. עם זאת, התנסות מינית מוקדמת ולא בטוחה, עלולה להיות בעלת השלכות שליליות משמעותיות. הנתונים מלמדים כי כ- 33% תלמידי כיתות ה-10 נחשפו לתכנים מיניים שלא הולמים את גילם, וכ- 30% תלמידי כיתות ז' ומעלה נחשפו לתכנים פורנוגרפיים. נתונים אלו גבוהים באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי, ובקרב בנים בהשוואה לבנות. ישנה עלייה משמעותית בחשיפה לתכנים פורנוגרפיים עם העלייה בשכבת הגיל, כאשר שכיחות צפייה יומיומית בתכנים פורנוגרפיים נעה בין 18% ל-21% בקרב בנים במגזר היהודי בגילאי חטיבת הביניים והתיכון.

שכיחות ההתנסות ביחסי מין בקרב תלמידי התיכון עומדת כ- 19%, נתון הגבוה באופן משמעותי בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (כ- 21%), בהשוואה למגזר הערבי (כ- 5%). במקביל, בקרב תלמידים במגזר היהודי ישנה שכיחות גבוהה יותר של תלמידים אשר התנסו בקשר רומנטי (כ- 50%), בהשוואה למגזר הערבי (כ- 14%). פערים מגזריים אלו קשורים לנורמות תרבותיות שונות. עם זאת, בהשוואה בין-לאומית של תלמידים בגילאי 15 (כיתות י') עולה כי התלמידים מישראל מדורגים במקום הרביעי לפני האחרון מבין המדינות המשתתפות במחקר, במדד ההתנסות בקיום יחסי-מין, עם שכיחות של 9%. יתרה מזאת, נתון זה מציין ירידה בשכיחות התלמידים בגילאי 15 שקיימו יחסי מין אי פעם, בהשוואה לסקר הקודם (2019). נתונים אלה עולים בקנה אחד עם הממצאים לפיהם מרבית התלמידים שהתנסו בקיום יחסי מין עשו זאת בגיל 16 או מאוחר יותר (כ- 58%). כ- 17% נוספים מדווחים כי הם התנסו לראשונה בגיל 15. עוד עולה, כי מבין התלמידים שהתנסו אי פעם בקיום יחסי מין, כ- 10% תלמידים מדווחים כי עשו לראשונה בגיל 11 או קודם לכן, ביניהם אחוז גבוה יחסית של בנות במגזר הערבי (כ- 30%). נתון מפתיע ומדאיג זה מחייב התייחסות של גורמי רווחה מקצועיים ייעודיים בחברה הערבית.

נתוני השימוש באמצעי מניעה מעלים כי כ- 62% תלמידים השתמשו בקונדום בפעם האחרונה שקיימו יחסי מין, כאשר השכיחות גבוהה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (כ- 66%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 28%). השוואה בין-לאומית מלמדת כי התלמידים הישראליים מדורגים במקום ה-11 בשימוש בקונדומים, מבין המדינות המשתתפות במחקר. כמו כן, כ- 41% תלמידים מדווחים על שימוש בגלולה בעת שקיימו יחסי מין בפעם האחרונה, כאשר גם השכיחות גבוהה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי-חילוני (43%) בהשוואה למגזר הערבי (כ- 16%). שכיחות השימוש באמצעי מניעה גבוהה יותר בקרב תלמידי כיתות יא-יב בהשוואה לתלמידי כיתות י', דבר המצביע על מודעות גדולה יותר לחשיבות השימוש. עם זאת, השכיחות הנמוכה של שימוש באמצעי מניעה, יחד עם הנתונים על גיל קיום יחסי מין בקרב המגזר הערבי מלמדת על צורך בקיומן של תוכניות הסברה ייעודיות למגזר זה.

- Ali, M. M., & Dwyer, D. S. (2011). Estimating peer effects in sexual behavior among adolescents. *Journal of adolescence*, 34(1), 183-190.
- Avery, L., & Lazdane, G. (2010). What do we know about sexual and reproductive health of adolescents in Europe? *The European Journal of Contraception and Reproductive Health Care*; 15(S2), S54-S66.
- Boislard, M. A., & Poulin, F. (2011). Individual, familial, friends-related and contextual predictors of early sexual intercourse. *Journal of adolescence*, 34(2), 289-300.
- Davis, E. C., & Friel, L. V. (2001). Adolescent sexuality: disentangling the effects of family structure and family context. *Journal of Marriage and Family*, 63, 669–681.
- Epstein, M., Bailey, J. A., Manhart, L. E., Hill, K. G., & Hawkins, J. D. (2014). Sexual risk behavior in young adulthood: Broadening the scope beyond early sexual initiation. *The Journal of sex research*, 51(7), 721-730.
- Gajos, J. M., Leban, L., Weymouth, B. B., & Cropsey, K. L. (2023). Sex differences in the relationship between early adverse childhood experiences, delinquency, and substance use initiation in high-risk adolescents. *Journal of interpersonal violence*, 38(1-2), 311-335.
- Godeau, E., Vignes, C., Duclos, M., Navarro, F., Cayla, F. & Grandjean, H. (2008). Factors associated with early sexual initiation: French data from the international survey Health Behavior in School-aged Children (HBSC)/WHO. *Gynecol Obstet Fertile*, 36(2), 176-182.
- Kann, L., McManus, T., Harris, W. A., Shanklin, S. L., Flint, K. H., Queen, B., . . . Ethier, K. A. (2018). Youth risk behavior surveillance—United States, 2017. *MMWR Surveillance Summaries*, 67(8), 1-114.
- Kaplan, D. L., Jones, E. J., Olson, E. C., & Yunzal-Butler, C. B. (2013). Early age of first sex and health risk in an urban adolescent population. *Journal of School Health*, 83(5), 350-356.
- Kushal, S. A., Amin, Y. M., Reza, S., Hossain, F. B., & Shawon, M. S. R. (2022). Regional and sex differences in the prevalence and correlates of early sexual initiation among adolescents aged 12–15 years in 50 countries. *Journal of Adolescent Health*, 70(4), 607-616.

- Lu, Z., Sun, Y., Liao, Y., Kang, Z., Feng, X., Zhao, G., ... & Yue, W. (2023). Identifying causal associations between early sexual intercourse or number of sexual partners and major depressive disorders: A bidirectional two-sample Mendelian randomization analysis. *Journal of affective disorders*, 333, 121-129.
- Madkour, A. S. et al., (2010). Early Adolescent Sexual Initiation as a Problem Behavior: A Comparative Study of Five Nations. *Journal of Adolescent Health*, 47, 389–398.
- Moreau, N., Költő, A., Young, H., Maillochon, F., & Godeau, E. (2019). Negative feelings about the timing of first sexual intercourse: findings from the Health Behaviour in School-aged Children study. *International journal of public health*, 64(2), 219-227.
- Rouche, M., Castetbon, K., Dujou, M., Méroc, E., Lebacq, T., Pedroni, C., ... & Moreau, N. (2019). Feelings about the timing of first sexual intercourse and health-related quality of life among adolescents. *BMC public health*, 19(1), 408.
- Sabia, J. J. (2007). Reading, writing, and sex: the effect of losing virginity on adolescent academic performance. *Economic Inquiry*, 45(4), 647–670.
- World Health Organization. (2002). *The world health report 2002: Reducing risks, promoting healthy life*. Geneva: Author.

# חלק ד': התנהגויות סיכון

## שימוש בחומרים ממכרים

### שימוש במוצרי טבק

#### מבוא

עישון סיגריות הוא אחד מדפוסי ההתנהגות המסוכנים ביותר לבריאות, בהיותו הגורם העיקרי למוות מוקדם ולתחלואה (Lariscy, 2019; Ribera-Osca et al., 2023). לעישון תוצאות מזיקות רבות לבריאות, כגון סרטן למיניו השונים, מחלות לב וכלי דם, מחלות במערכת הנשימה ובעיות פריון ורבייה (CDC, 2007). קיימות עדויות רבות לכך שהתנהגויות עישון מתבססות כבר בגיל ההתבגרות. כך, 16% מהילדים מעל גיל 9 עישנו לפחות סיגריה אחת במהלך חייהם, כאשר 6% מתוכם מוגדרים כמעשנים באופן קבוע ושכיחותם עולה עם הגיל (Evans et al., 2018). קיימת סבירות גבוהה יותר כי התנהגות מזיקה זו תימשך אל תוך הבגרות, מאשר אם ההתנסות הייתה מתחילה בגיל מאוחר יותר. על אף שמחקרים מציגים באופן עקבי וברור את ההשלכות השליליות לבריאות של השימוש בטבק, מתבגרים עדיין נמשכים לחומר זה ורואים בעישון התנהגות מקובלת ובוגרת (Moffitt, 2006; Hublet et al., 2006).

עישון סיגריות בקרב בני נוער נמצא קשור להתנהגויות סיכון רבות, כגון צריכת אלכוהול מופרזת (Alikaşifoğlu et al., 2004), בריונות וקורבנות לבריונות (Vieno et al., 2011), קיום יחסי מין בגיל צעיר (Godeau et al., 2008), פעילות מינית מסוכנת (Evans et al., 2018), הפרעות אכילה ושביעות רצון נמוכה מן החיים (Shahab & West, 2012). עישון נמצא קשור גם לתלונות תדירות על בעיות בריאותיות שונות (Botello-Harbaum et al., 2011), פציעות (Pickett et al., 2002) ודימוי עצמי נמוך (Evans et al., 2018). בנוסף, עישון מהווה גורם ניבוי משמעותי לנשירה מבית הספר, להימנעות מרישום ללימודים גבוהים (Cook & Huchinson, 2007) ולתפקוד לקוי בבית הספר (Fuller, 2011).

בשנים האחרונות אנו רואים מגמה גוברת ועולה של חשיפה ושימוש של נוער בסיגריות אלקטרוניות (Office of the Surgeon General, 2018). מחקרים עדכניים מתייחסים למגוון גורמי הסיכון המנבאים שימוש מוקדם בסיגריות אלקטרוניות (Han & Son, 2022; Hartmann et al., 2023). בנוסף, נמצא קשר בין שימוש בסיגריות אלקטרוניות לשימוש בקנאביס בקרב נוער בארה"ב (Sun et al., 2022).

בדומה לכך, מחקרים מדעיים בנושא עישון נרגילה מדווחים על סיכון בריאותי הדומה בחומר זה לזה שבשימוש בסיגריות (Cobb et al., 2010; El-Zaatari et al., 2015; Raad et al., 2011). על אף ההשלכות השליליות, ובשונה מעישון סיגריות, עישון נרגילה נתפס הן על ידי מתבגרים והן על ידי הוריהם כהתנהגות חברתית שנזקיה אינם משמעותיים (El-Zaatari et al., 2015; Raad et al., 2011) ויש הסוברים כי עישון נרגילה פחות מזיק מעישון סיגריות ולעתים אף נתפס כאלטרנטיבה "בריאה יותר" לכך (Martinasek et al., 2011). אולם, הספרות המחקרית מלמדת שאין הדבר נכון. כך, למשל, במחקר שנערך בקרב תלמידים במדינות שונות, נמצא כי שיעור התלמידים המעשנים נרגילה בהווה היה בין 12%-15%. עוד נמצא, כי עישון נרגילה רווח יותר בקרב בנים, בבתי ספר ציבוריים על יסודיים (בגילאי 16-18) וכי עישון נרגילה נפוץ פי 10 מעישון סיגריות (Akl et al., 2011). מחקרים מראים כי עישון נרגילה קשור אל בעיות בריאות קצרות

וארוכות טווח כגון סוגי סרטן, מחלות נשימה, בעיות פריון ובעיות שיניים (Botello-Harbaum et al., 2011). כמו כן, נמצא כי עישון נרגילה מוביל בני נוער להתנסות בהתנהגויות סיכון חמורות יותר (Koren et al., 2008).

#### **מדדי שימוש במוצרי טבק**

1. עישון סיגריות רגילות
2. עישון סיגריות אלקטרוניות (למשל ווייפ, או סיגריה אלקטרונית חד פעמית)
3. עישון נרגילה
4. גיל התנסות לראשונה במוצרי טבק או ניקוטין.

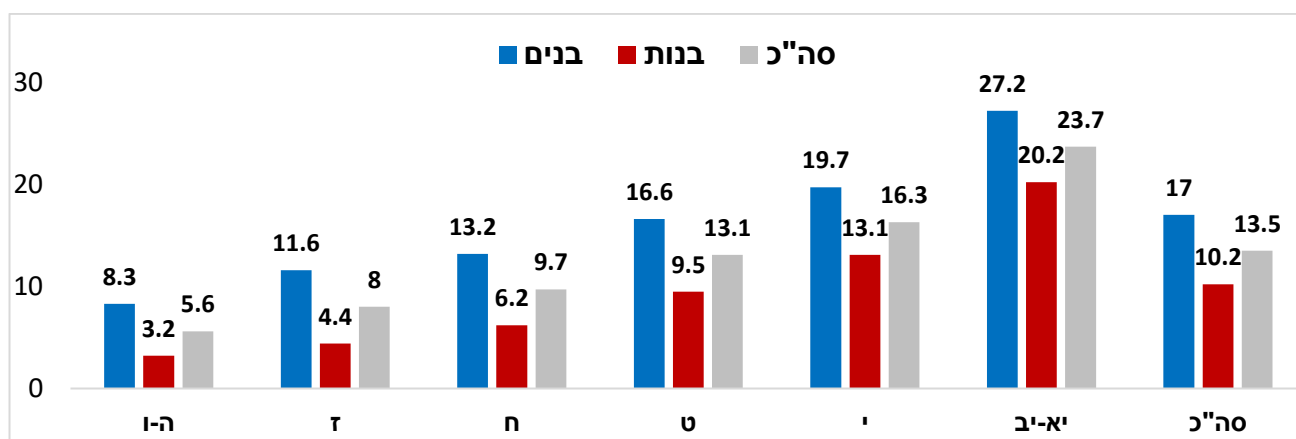
**עישון סיגריות רגילות אי פעם**

התלמידים נשאלו אם הם עישנו אי פעם סיגריות. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "30 ימים או יותר". הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם התנסו לפחות פעם אחת בעישון סיגריות רגילות. על פי לוח 1 כ- 14% מהתלמידים מדווחים כי התנסו אי פעם בעישון סיגריות. ניכר כי עם העלייה בגיל, יש עלייה במדד זה (כ- 6% תלמידים בכיתות ה'-ו', לעומת כ- 24% בכיתות י"א-י"ב). במגזר היהודי העלייה עם הגיל היא משמעותית ביותר (מכ- 4% לכ- 24%), בעוד שבמגזר הערבי העלייה עם הגיל חדה פחות (מכ- 9% לכ- 23%). שכיחות הדיווח על עישון סיגריות גבוהה יותר בקרב בנים (כ- 17%) לעומת בנות (כ- 10%), בכל הגילאים ובשני המגזרי, למעט במגזר היהודי בשכבות י"א-י"ב. מגמה זו ניכרת לאורך השנים בהן נערך הסקר. כמו כן, השוואה בין השנים מראה כי ישנה ירידה עקבית במדד זה מאז 1998.

לוח 1: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות לפי מגדר, מגזר וכיתה:

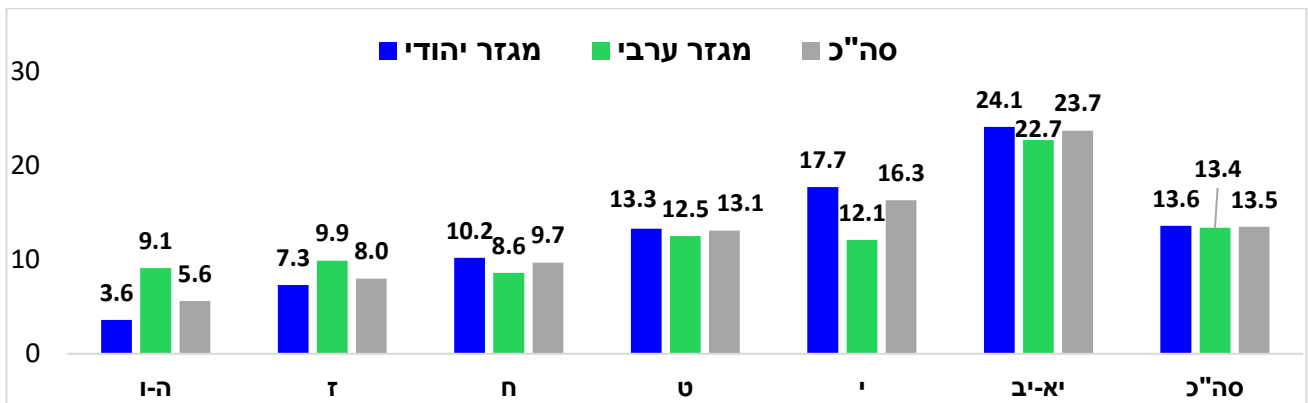
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.3%	2.2%	3.6%	13.3%	5.1%	9.1%	8.3%	3.2%	5.6%
ז	10.4%	4.3%	7.3%	14.8%	4.8%	9.9%	11.6%	4.4%	8.0%
ח	13.2%	7.3%	10.2%	13.4%	4.0%	8.6%	13.2%	6.2%	9.7%
ט	15.3%	11.3%	13.3%	20.1%	5.2%	12.5%	16.6%	9.5%	13.1%
י	19.1%	16.4%	17.7%	21.4%	4.5%	12.1%	19.7%	13.1%	16.3%
יא-יב	23.7%	24.5%	24.1%	35.8%	9.8%	22.7%	27.2%	20.2%	23.7%
סה"כ	15.2%	12.0%	13.6%	21.1%	6.1%	13.4%	17.0%	10.2%	13.5%
סה"כ משיבים	5,434	5,908	11,342	2,632	4,460	7,092	8,066	10,368	18,434

תרשים 1.1: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות לפי מגדר וכיתה:

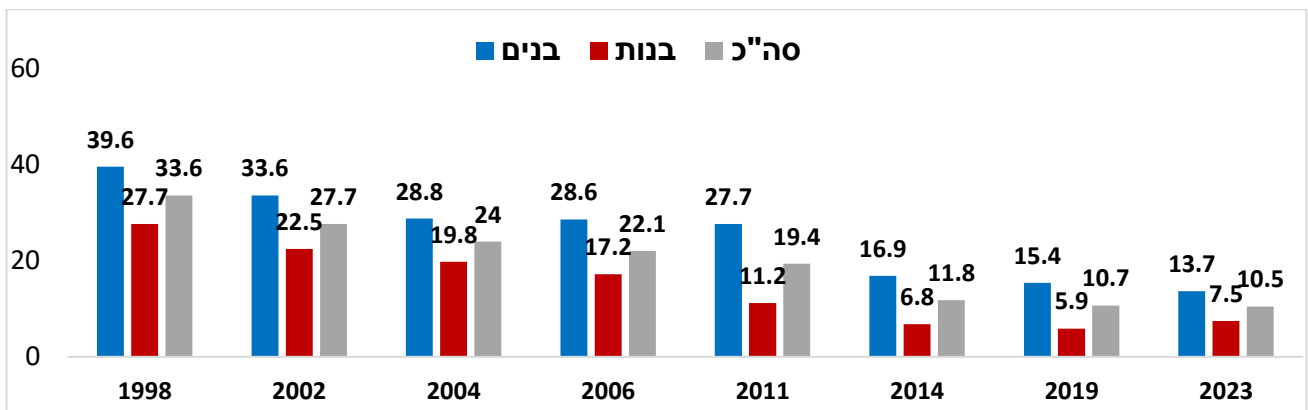




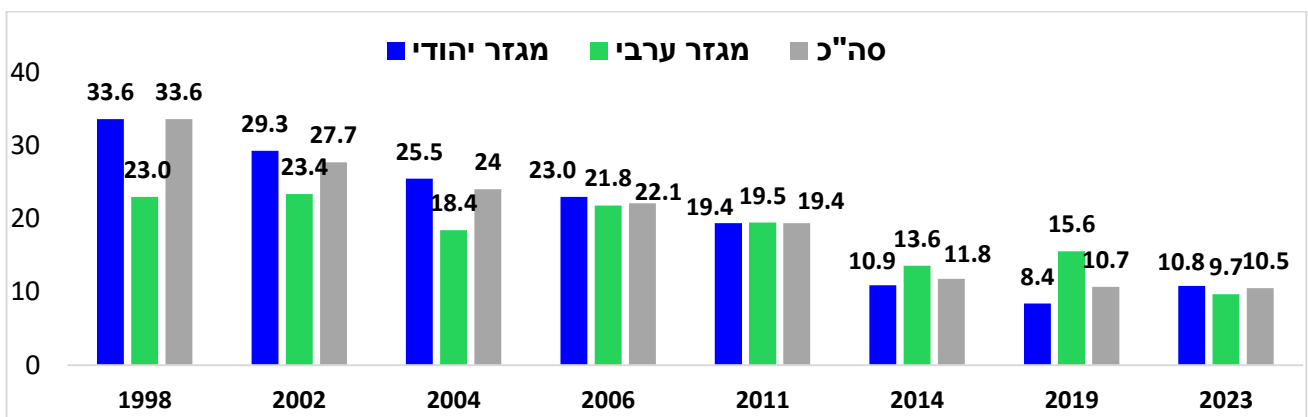
תרשים 1.2: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 1.3: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



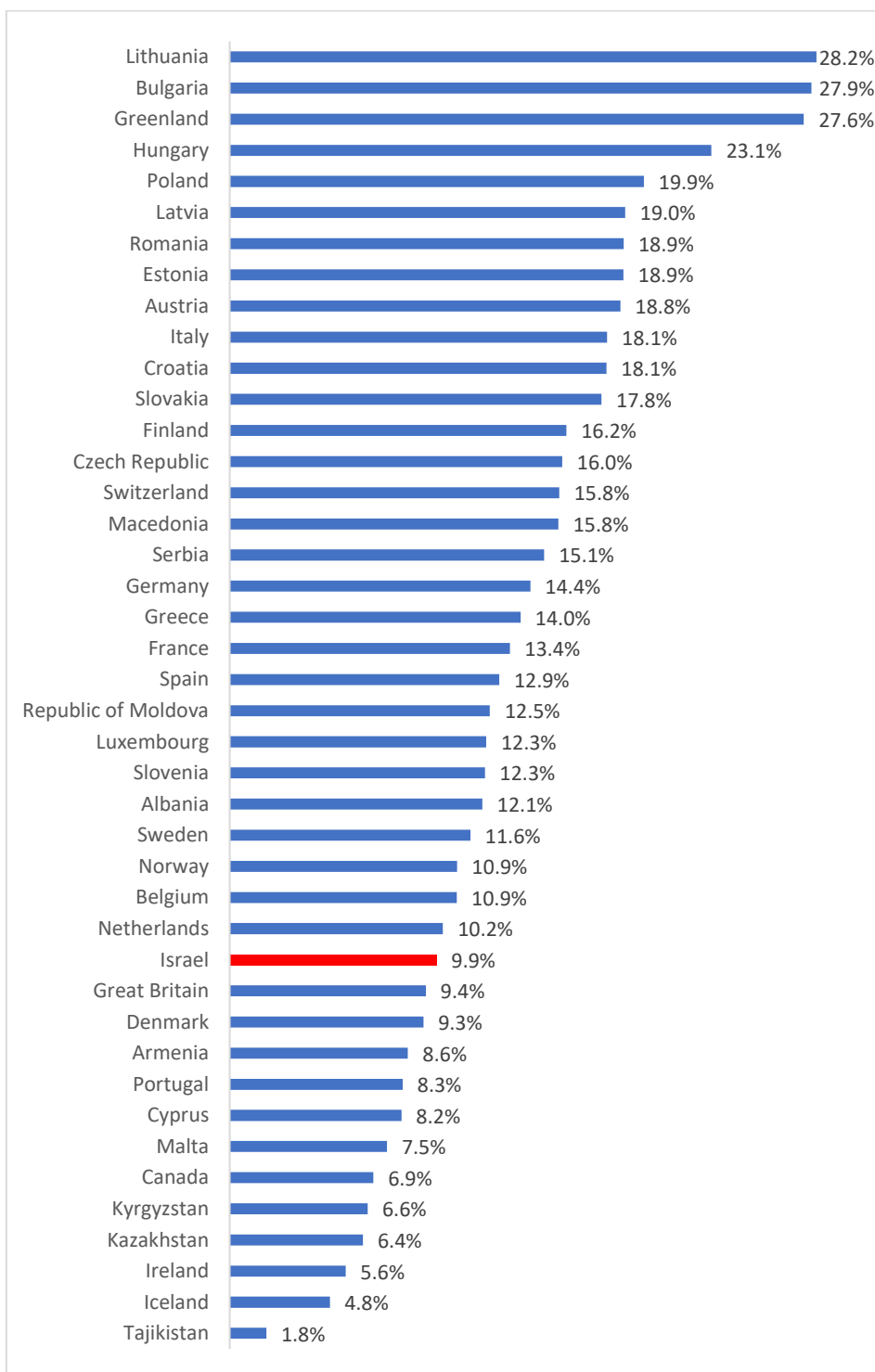
תרשים 1.3: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.4 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על התנסות אי פעם בעישון סיגריות רגילות. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדווחים במקום ה-30 מבין 42 מדינות עם כ-9.9% אחוזים מהתלמידים המדווחים כי התנסו אי פעם בעישון סיגריות רגילות.

תרשים 1.4 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שהתנסו אי פעם בעישון סיגריה רגילה, לפי מדינה:



#### עישון סיגריות רגילות בחודש האחרון

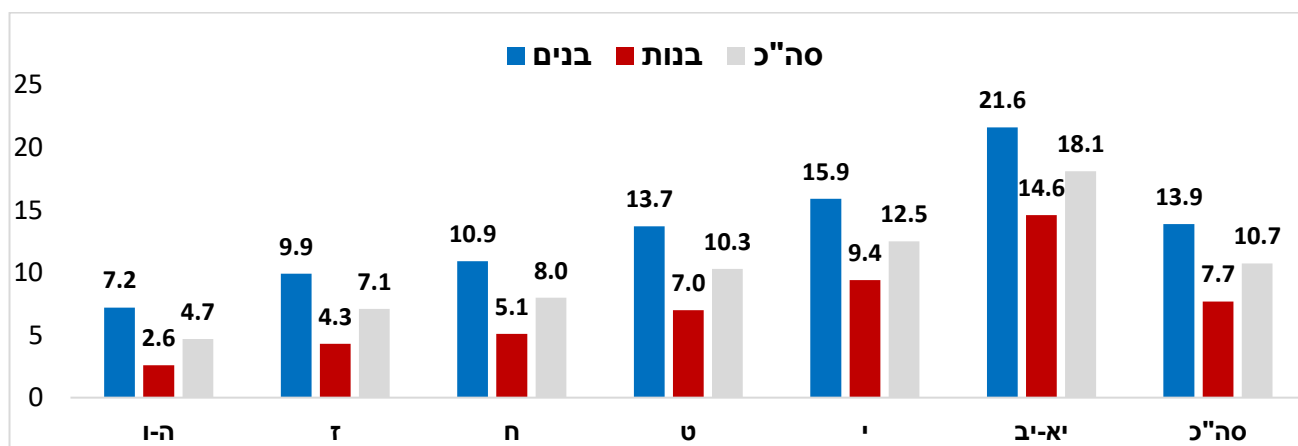
התלמידים נשאלו בכמה ימים ב- 30 הימים האחרונים הם עישנו סיגריות. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "30 ימים או יותר". הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם עישנו סיגריות לפחות פעם אחת.

בלוח 2 מוצג אחוז התלמידים המעשנים סיגריות לפחות פעם אחת בחודש האחרון. ניתן ללמוד כי כ- 11% מהתלמידים מעשנים סיגריות לפחות פעם אחת בחודש האחרון, יותר בנים (כ- 22%) בהשוואה לבנות (כ- 15%). השוואה לפי קבוצות גיל מלמדת כי ככל שעולים בגיל, כך יותר תלמידים מדווחים כי הם מעשנים: כ- 5% בכתה ה' ו' לעומת כ- 18% בכתות י"א-י"ב. העלייה בקבוצות הגיל בולטת בעיקר בקרב בנות מהמגזר היהודי: כ- 1% בכתות ה' ו' לעומת כ- 18% בכתות י"א-י"ב. בהשוואה הבינלאומית עולה כי ישראל ממוקמת במקום ה-14.

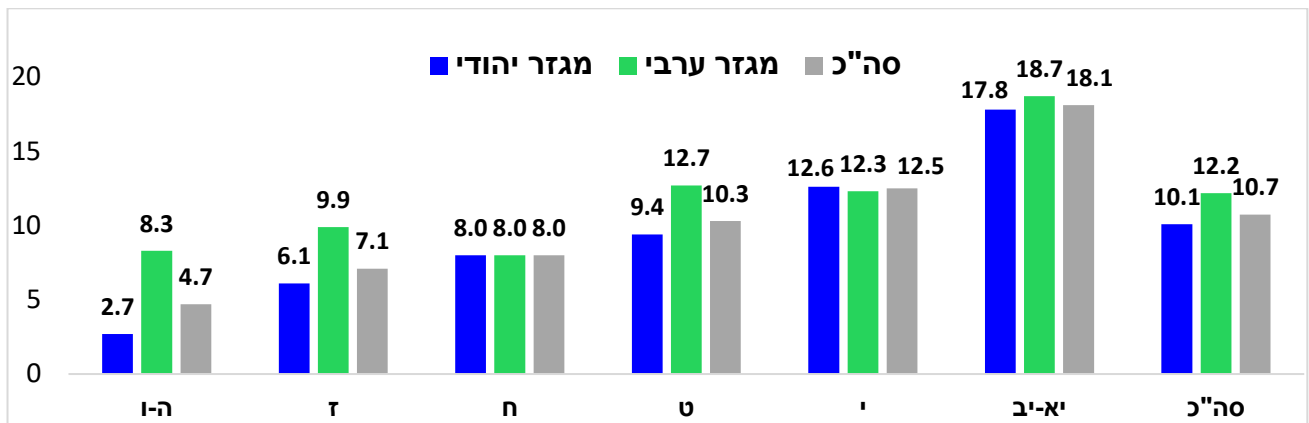
לוח 2: אחוז התלמידים שעישנו סיגריות רגילות לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	4.5%	1.2%	2.7%	11.8%	5.1%	8.3%	7.2%	2.6%	4.7%
ז	8.3%	3.8%	6.1%	14.0%	5.6%	9.9%	9.9%	4.3%	7.1%
ח	10.0%	5.9%	8.0%	12.7%	3.4%	8.0%	10.9%	5.1%	8.0%
ט	11.1%	7.6%	9.4%	20.4%	5.3%	12.7%	13.7%	7.0%	10.3%
י	14.1%	11.2%	12.6%	21.4%	4.9%	12.3%	15.9%	9.4%	12.5%
יא-יב	17.9%	17.8%	17.8%	30.9%	6.9%	18.7%	21.6%	14.6%	18.1%
סה"כ	11.6%	8.7%	10.1%	19.3%	5.4%	12.2%	13.9%	7.7%	10.7%
סה"כ משיבים	5,434	5,908	11,342	2,632	4,460	7,092	8,066	10,368	18,434

תרשים 2.1: אחוז התלמידים שעישנו סיגריות רגילות לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שעישנו סיגריות רגילות לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגזר וכיתה:

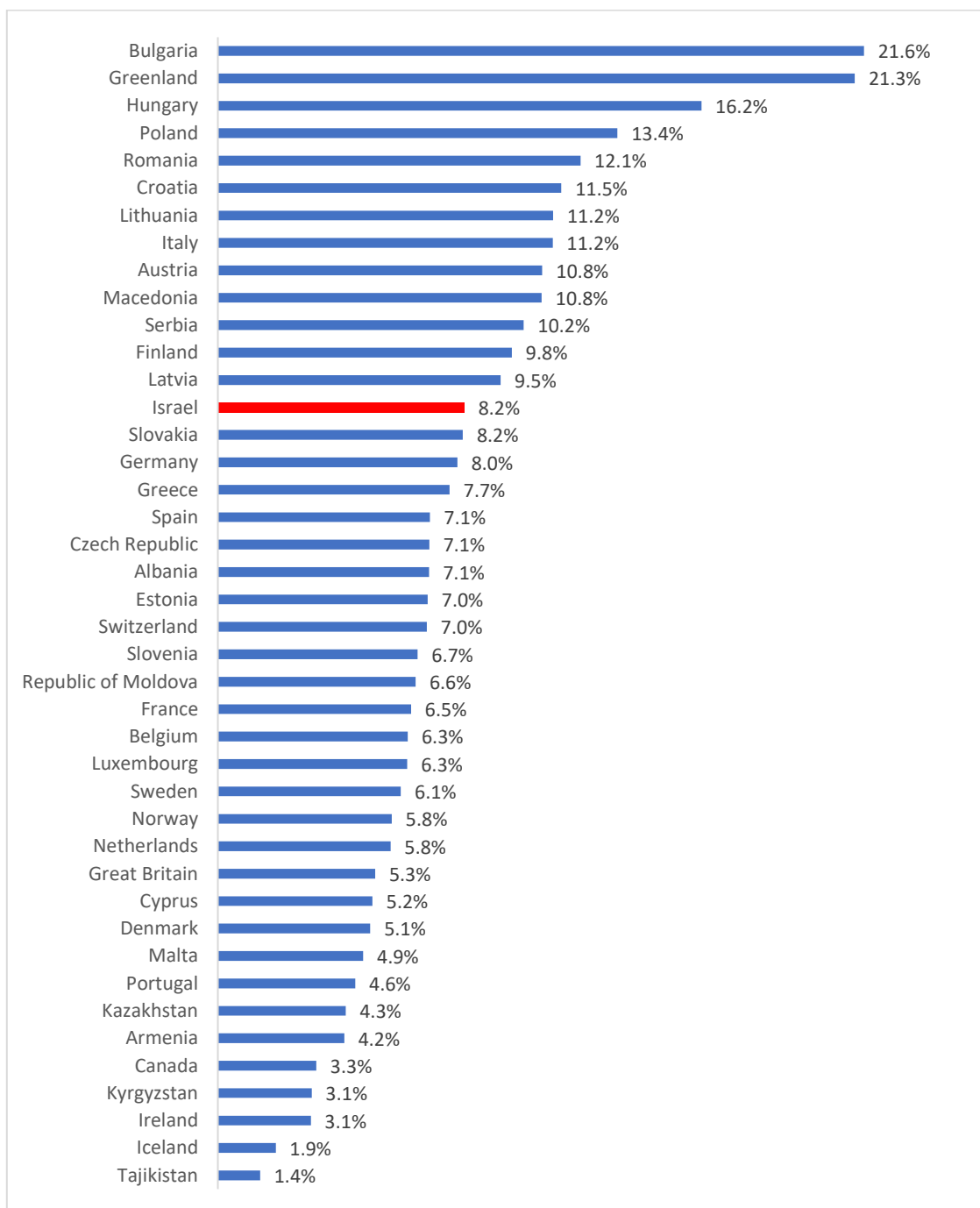


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 2.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על עישון סיגריות רגילות בחודש האחרון. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-14 מבין 42 מדינות עם כ- 8.2% אחוזים מהתלמידים המדווחים כי עישנו סיגריות רגילות בחודש האחרון לפחות פעם אחת.

תרשים 2.3 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שעישנו סיגריות רגילות לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי

מדינה:



### עישון סיגריות רגילות

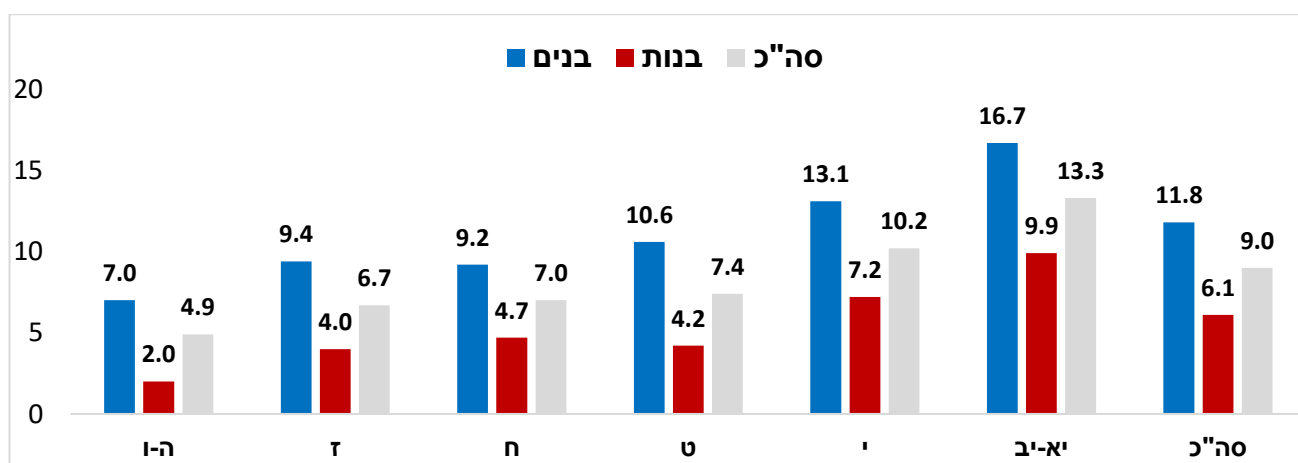
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם מעשנים כיום סיגריות, כאשר אפשרויות המענה כללו "כל יום", לפחות פעם בשבוע", "פחות מפעם בשבוע" ו-"אני לא מעשן". הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם מעשנים סיגריות לפחות פעם בשבוע (לפחות פעם בשבוע + כל יום), וכן את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם מעשנים סיגריות כל יום.

בלוח 3 מוצג אחוז התלמידים המעשנים סיגריות לפחות פעם בשבוע. ניתן ללמוד כי כ- 13% מהתלמידים מעשנים סיגריות לפחות פעם בשבוע, יותר בנים (כ- 17%) בהשוואה לבנות (כ- 10%) בשני המגזרים ובכל קבוצות הגיל. השוואה לפי מגזר מלמדת כי יותר תלמידים במגזר הערבי (כ- 16%) מדווחים על כך בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי (כ- 12%), כאשר הפער בולט בעיקר בקרב בנים במגזר הערבי (כ- 17%) בהשוואה לבנים במגזר היהודי (כ- 10%). כמו כן, ניכרת עליה באחוז התלמידים אשר מעשנים סיגריות לפחות פעם לשבוע מ- 6% בשנת 2019 ל- 8% בשנת 2023. העלייה משמעותית יותר בקרב הבנות (מכ- 3% בשנת 2019 לכ- 6% בשנת 2023). יתרה מזאת, נתון זה בקרב הבנות הוא הגבוה ביותר מאז שנת 2004 שם נרשם נתון של 6% של עישון לפחות אחת לשבוע בקרב הבנות.

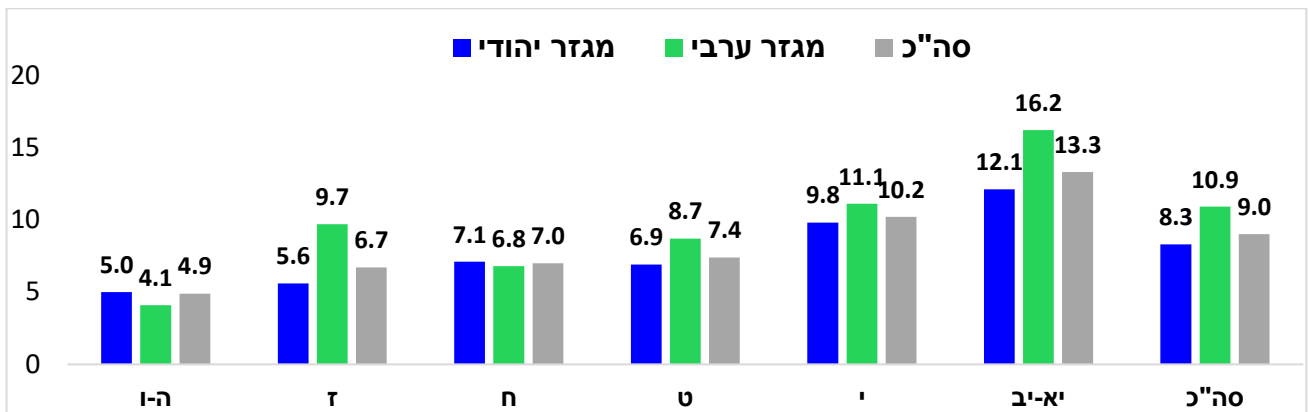
לוח 3: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם בשבוע, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	7.3%	1.9%	5.0%	5.4%	2.2%	4.1%	7.0%	2.0%	4.9%
ז	7.8%	3.4%	5.6%	13.7%	5.6%	9.7%	9.4%	4.0%	6.7%
ח	8.9%	5.2%	7.1%	10.0%	3.6%	6.8%	9.2%	4.7%	7.0%
ט	9.1%	4.7%	6.9%	14.4%	3.2%	8.7%	10.6%	4.2%	7.4%
י	11.6%	8.0%	9.8%	17.1%	5.1%	11.1%	13.1%	7.2%	10.2%
יא-יב	12.9%	11.3%	12.1%	26.3%	6.3%	16.2%	16.7%	9.9%	13.3%
סה"כ	10.0%	6.6%	8.3%	16.8%	4.8%	10.9%	11.8%	6.1%	9.0%
סה"כ משיבים	6,213	6,516	12,729	2,552	4,101	6,653	8,765	10,617	19,382

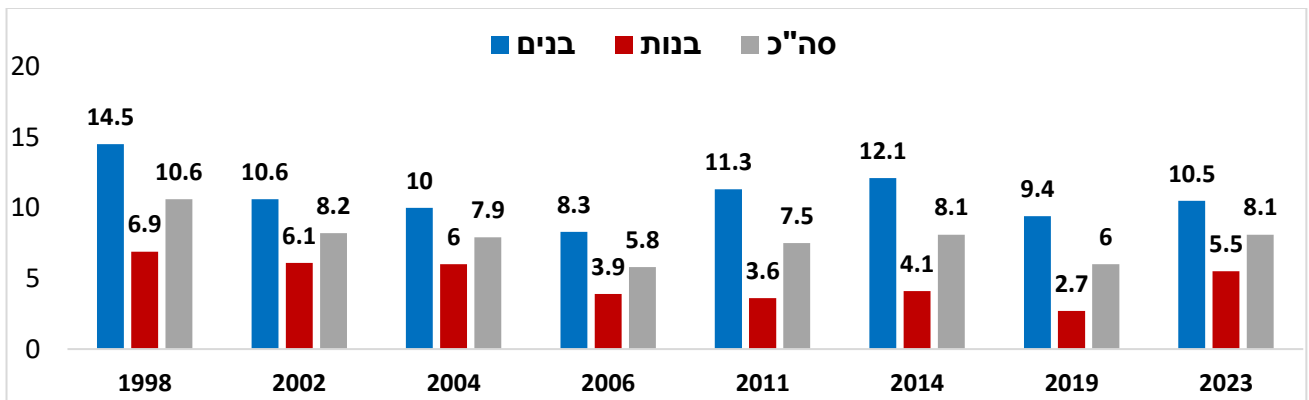
תרשים 3.1: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



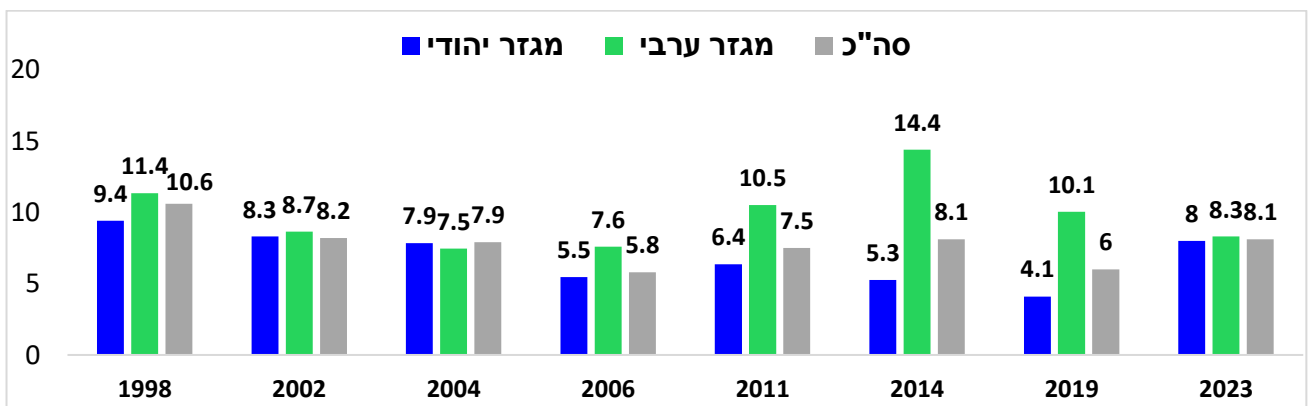
תרשים 3.2: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות לפחות פעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



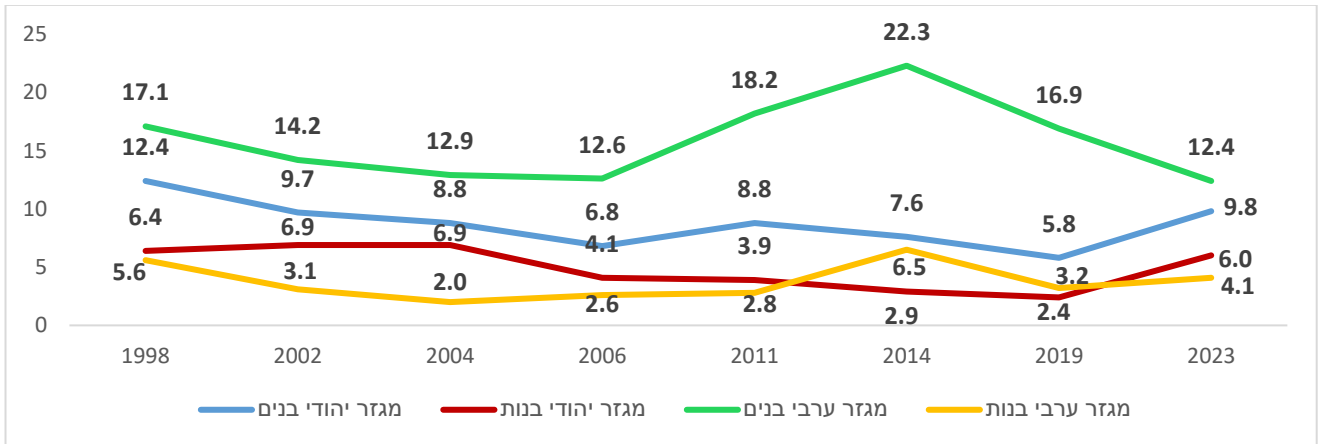
תרשים 3.4: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם בשבוע, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 3.5: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם בשבוע, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



תרשים 3.6: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם בשבוע, לפי מגדר, מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח' ו-י' בלבד):



### עישון סיגריות רגילות לפחות פעם ביום

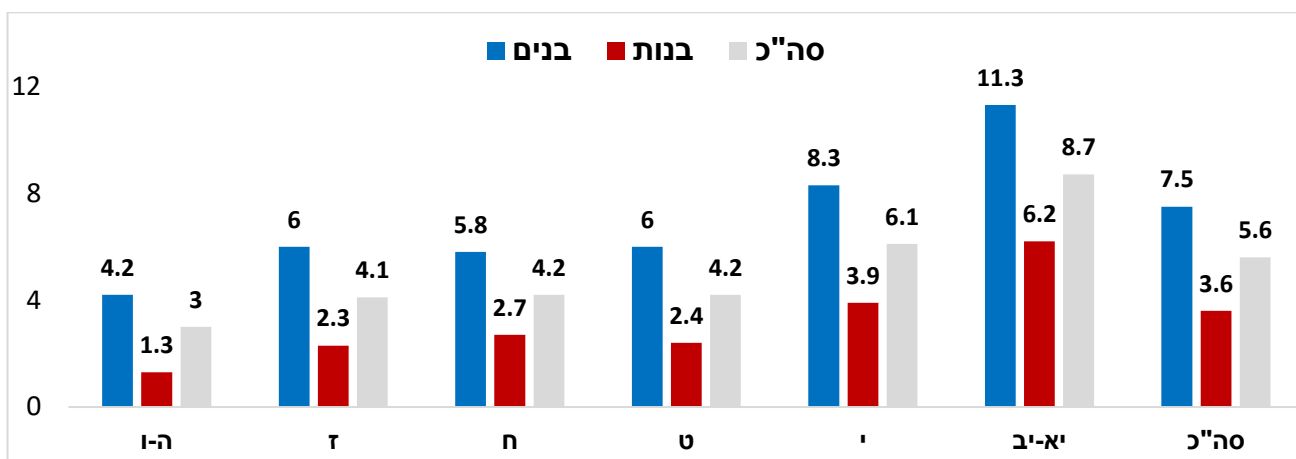
בלוח 4 מוצג כי כ- 6% מכלל התלמידים נוהגים לעשן לפחות פעם אחת ביום. שכבת הגיל בה שכיחות התופעה היא הגבוהה ביותר היא כיתות י"א-י"ב במגזר היהודי (כ- 8%) ובכיתות י"א-י"ב במגזר הערבי (11%). עוד עולה, כי שכיחות הדיווח במדד זה בקרב בנים גבוהה לעומת בנות בשני המגזרים (כ- 11% בנים לעומת כ- 6% בנות) ובכל שכבות הגיל. בנוסף, ישנה עליה קלה באחוז התלמידים במגזר היהודי המדווחים על עישון סיגריות יומיומי (כ- 3% בשנת 2019 לכ- 5% בשנת 2023). עם זאת, בקרב המגזר הערבי חלה ירידה באחוז התלמידים המדווחים על עישון יומיומי (מכ- 7% בשנת 2019 לכ - 6% בשנת 2023).

לוח 4: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

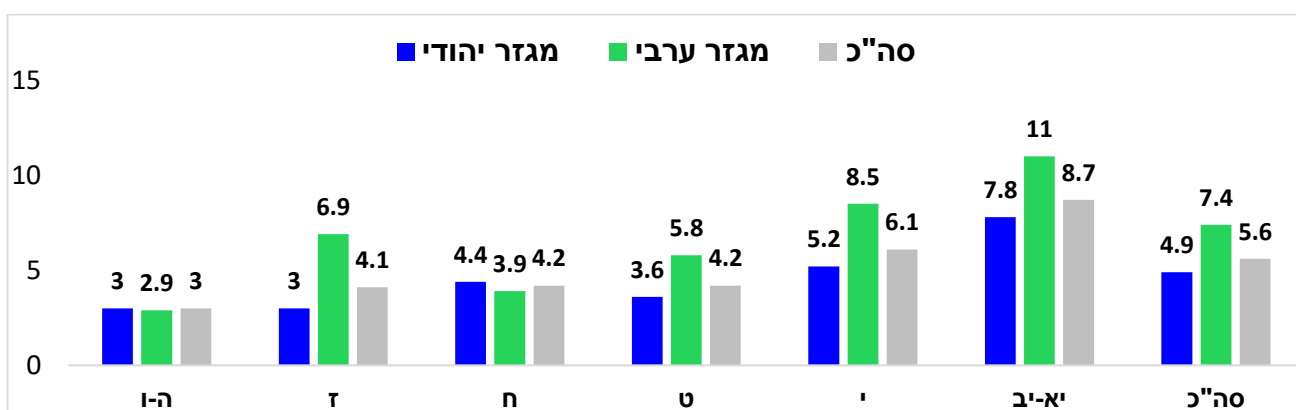
כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	4.4%	1.2%	3.0%	3.4%	2.2%	2.9%	4.2%	1.3%	3.0%
ז	4.4%	1.7%	3.0%	10.0%	3.8%	6.9%	6.0%	2.3%	4.1%
ח	6.0%	2.7%	4.4%	5.2%	2.7%	3.9%	5.8%	2.7%	4.2%
ט	4.8%	2.4%	3.6%	9.2%	2.5%	5.8%	6.0%	2.4%	4.2%
י	6.4%	3.9%	5.2%	13.1%	4.0%	8.5%	8.3%	3.9%	6.1%
יא-יב	8.6%	7.0%	7.8%	17.9%	4.1%	11.0%	11.3%	6.2%	8.7%
סה"כ	6.1%	3.7%	4.9%	11.4%	3.4%	7.4%	7.5%	3.6%	5.6%
סה"כ משיבים	6,213	6,516	12,729	2,552	4,101	6,653	8,765	10,617	19,382



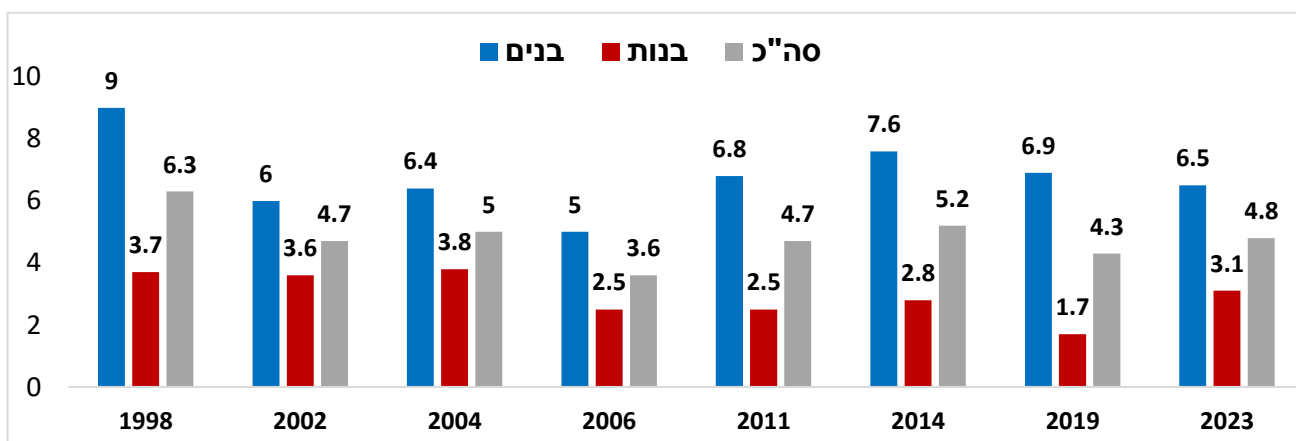
תרשים 4.1: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגדר וכיתה:



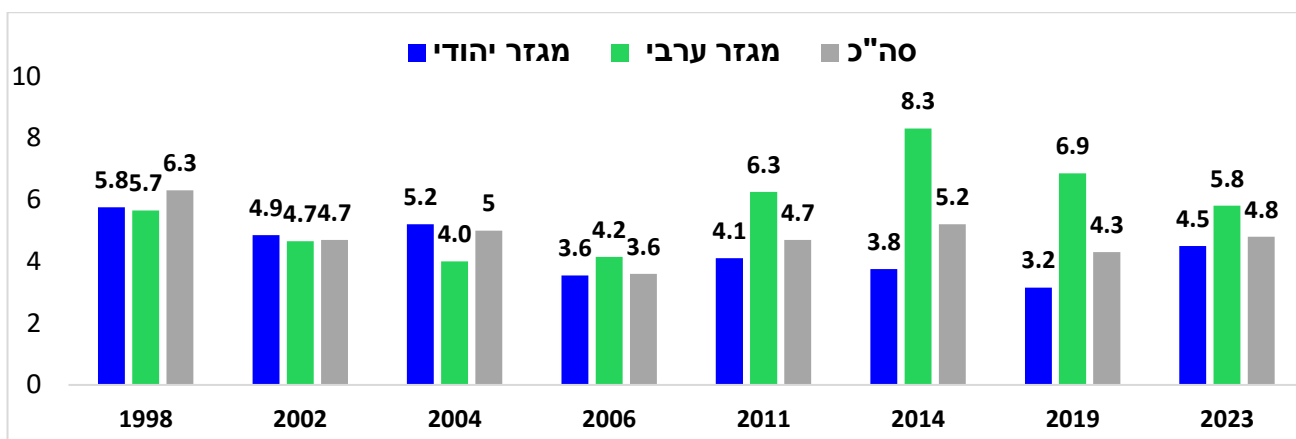
תרשים 4.2: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגדר וכיתה:



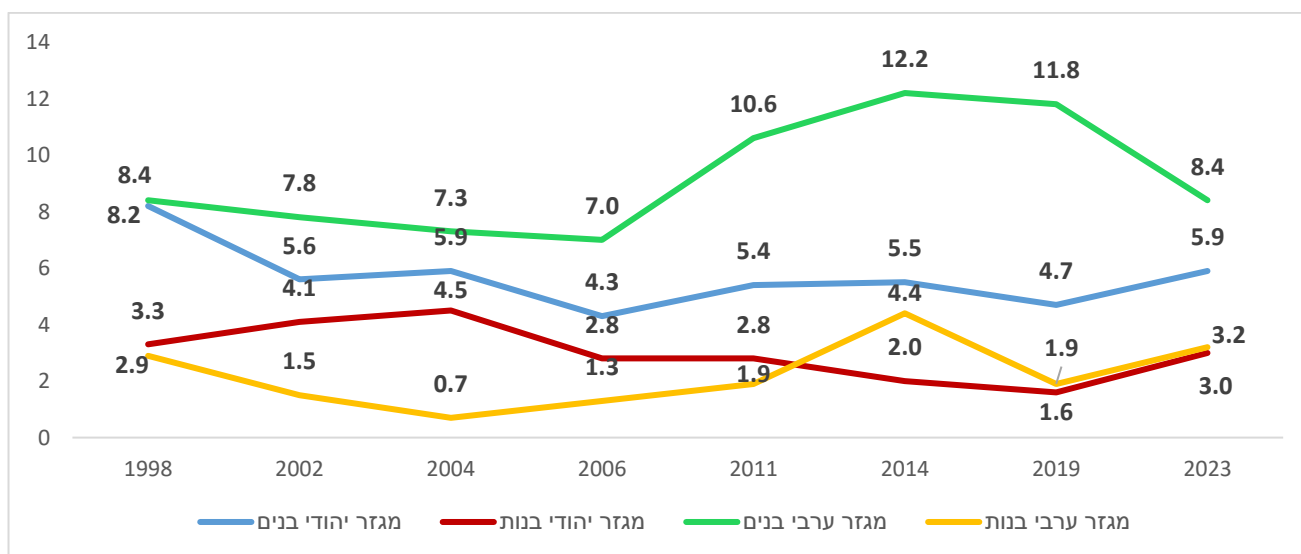
תרשים 4.3: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו, ח' ו- י' בלבד):



תרשים 4.4: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו- י' בלבד):



תרשים 4.5: אחוז התלמידים שמעשנים סיגריות רגילות לפחות פעם ביום, לפי מגזר, מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו- י' בלבד):



### עישון סיגריות אלקטרוניות אי פעם

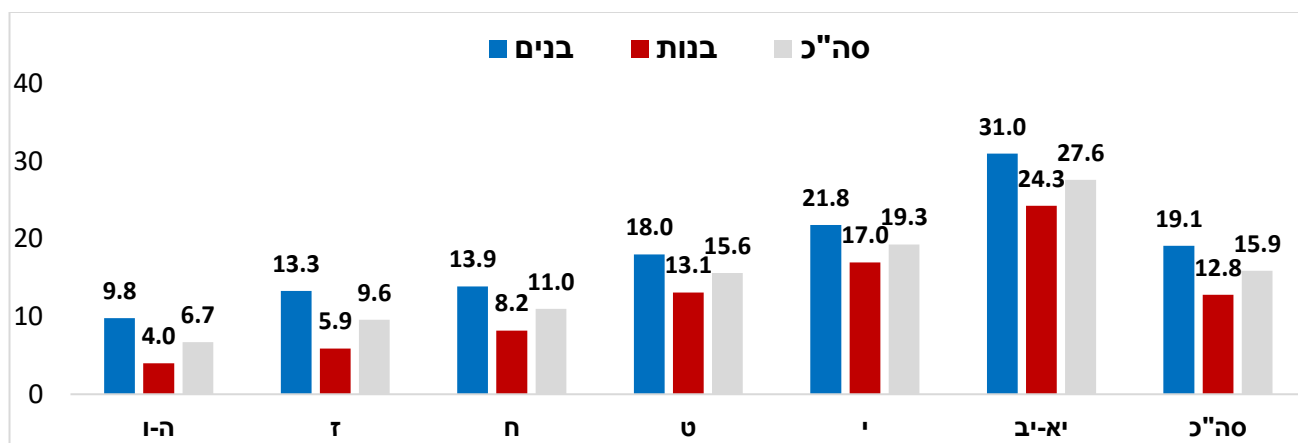
התלמידים נשאלו בכמה ימים אי פעם הם השתמשו בסיגריות אלקטרוניות (לדוגמה, ווייפ או סיגריה אלקטרונית חד פעמית). סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "30 ימים או יותר". הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם התנסו בסיגריות אלקטרוניות לפחות פעם אחת.

בלוח 5 מוצג כי כ- 16% מהתלמידים התנסו אי פעם בסיגריה אלקטרונית. בנים התנסו יותר מבנות (כ-19% בנים לעומת כ-13% בנות). בנים במגזר הערבי התנסו יותר בסיגריה אלקטרונית לעומת בנים במגזר היהודי (כ-23% לעומת כ-18% בהתאמה). הפער בולט במיוחד בשכבות הגיל י"א-י"ב (כ-40% בנים מהמגזר הערבי לעומת כ-28% בנים מהמגזר היהודי).

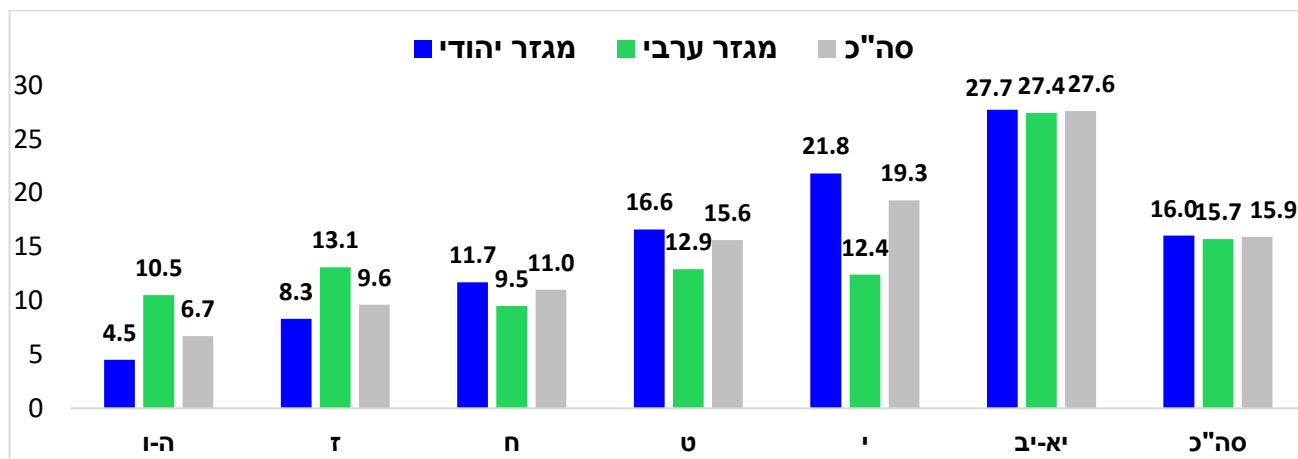
לוח 5: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריה אלקטרונית לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	7.1%	2.3%	4.5%	14.3%	7.0%	10.5%	9.8%	4.0%	6.7%
ז	11.2%	5.4%	8.3%	18.6%	7.5%	13.1%	13.3%	5.9%	9.6%
ח	13.8%	9.5%	11.7%	14.0%	5.3%	9.5%	13.9%	8.2%	11.0%
ט	17.8%	15.4%	16.6%	18.6%	7.5%	12.9%	18.0%	13.1%	15.6%
י	22.1%	21.5%	21.8%	20.7%	5.6%	12.4%	21.8%	17.0%	19.3%
יא-יב	27.5%	27.9%	27.7%	39.6%	15.4%	27.4%	31.0%	24.3%	27.6%
סה"כ	17.6%	14.5%	16.0%	22.8%	9.0%	15.7%	19.1%	12.8%	15.9%
סה"כ משיבים	5,426	5,902	11,328	2,626	4,451	7,077	8,052	10,353	18,405

תרשים 5.1 אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריה אלקטרונית לפי מגדר וכיתה:



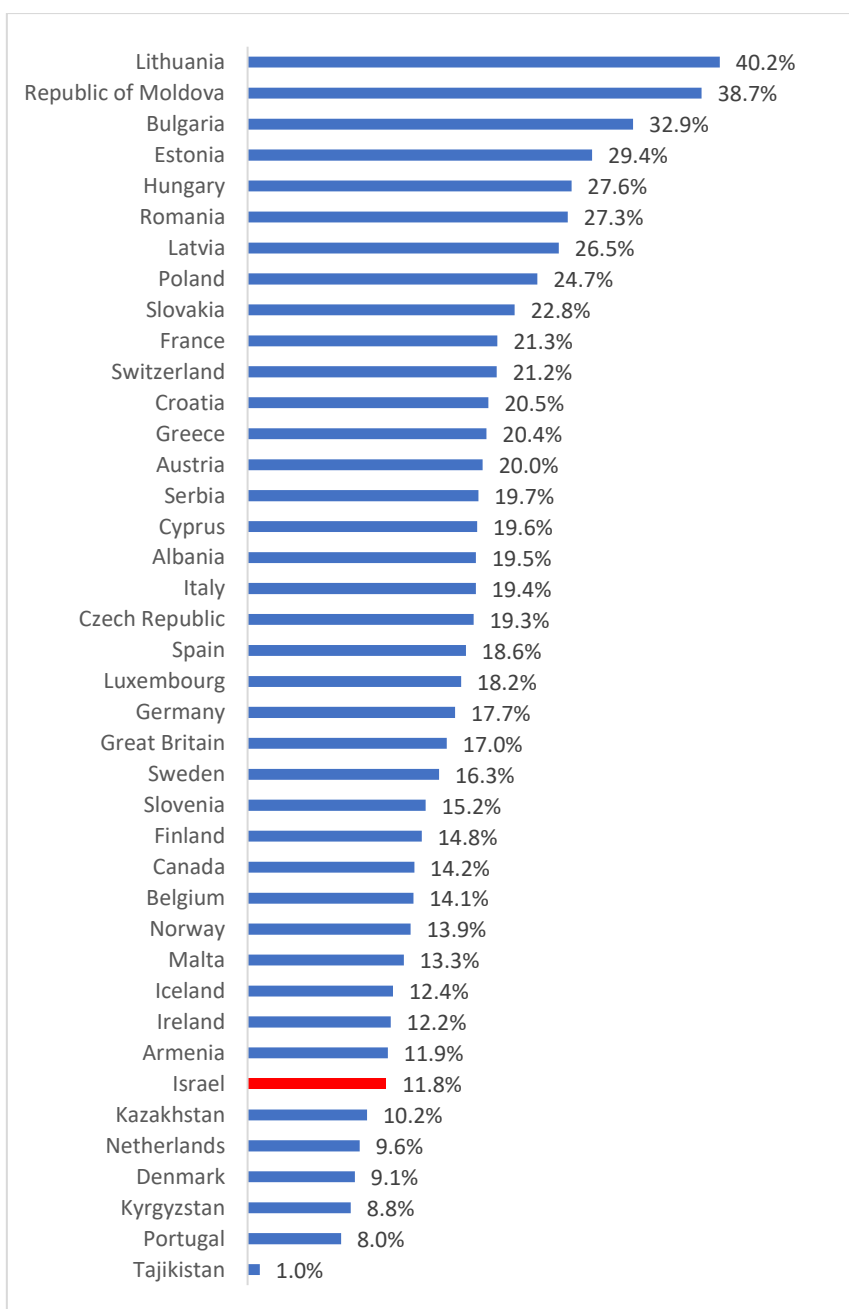
תרשים 5.2 אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון סיגריה אלקטרונית לפי מגדר וכיתה:



## השוואה בין-לאומית

תרשים 5.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על התנסות בעישון סיגריה אלקטרונית. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-7 לפני האחרון מבין 40 מדינות עם כ-12% אחוזים מהתלמידים המדווחים כי התנסו אי פעם בעישון סיגריה אלקטרונית.

תרשים 5.3: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שהתנסו אי פעם בעישון סיגריה אלקטרונית, לפי מדינה:



**עישון סיגריות אלקטרוניות לפחות פעם אחת בחודש האחרון**

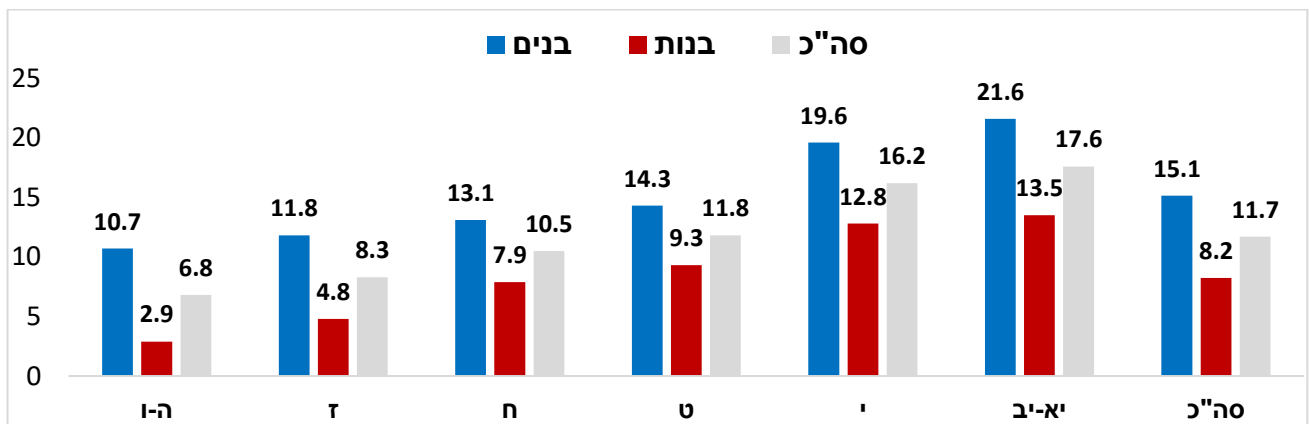
התלמידים נשאלו בכמה ימים ב- 30 הימים האחרונים הם השתמשו בסיגריות אלקטרוניות (לדוגמה, ווייפ או סיגריה אלקטרונית חד פעמית). סולם המענה נע מ אף פעם ל- 30 ימים או יותר. הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתמשו בסיגריות אלקטרוניות לפחות פעם אחת בחודש האחרון.

בלוח 6 מוצג כי כ- 12% מהתלמידים התנסו בסיגריה אלקטרונית בחודש האחרון. עוד עולה כי אחוז הבנים גבוה יותר מאחוז הבנות (כ- 15% לעומת כ- 8% בהתאמה). מגמה זו עקבית לאורך כל שכבות הגיל ובשני המגזרים.

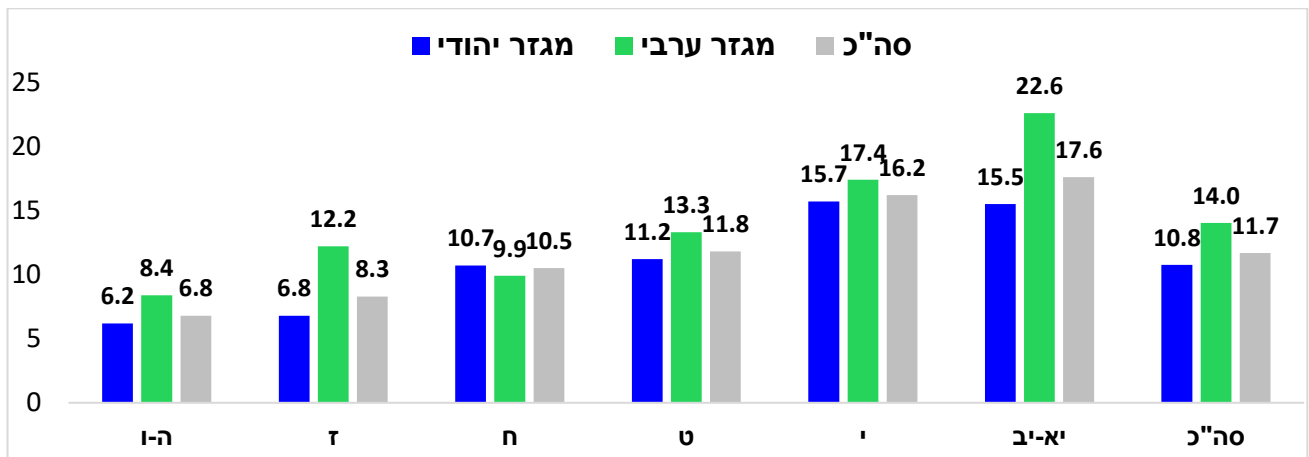
לוח 6: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	10.3%	2.0%	6.2%	11.6%	5.2%	8.4%	10.7%	2.9%	6.8%
ז	9.1%	4.5%	6.8%	18.6%	5.7%	12.2%	11.8%	4.8%	8.3%
ח	12.2%	9.2%	10.7%	15.2%	4.7%	9.9%	13.1%	7.9%	10.5%
ט	12.4%	9.9%	11.2%	19.0%	7.7%	13.3%	14.3%	9.3%	11.8%
י	17.1%	14.3%	15.7%	25.9%	9.0%	17.4%	19.6%	12.8%	16.2%
יא-יב	16.2%	14.8%	15.5%	35.2%	10.4%	22.6%	21.6%	13.5%	17.6%
סה"כ	12.8%	8.7%	10.8%	21.0%	7.1%	14.0%	15.1%	8.2%	11.7%
סה"כ משיבים	6,668	7,012	13,680	3,133	5,012	8,145	9,801	12,024	21,825

תרשים 6.1: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגזר וכיתה:

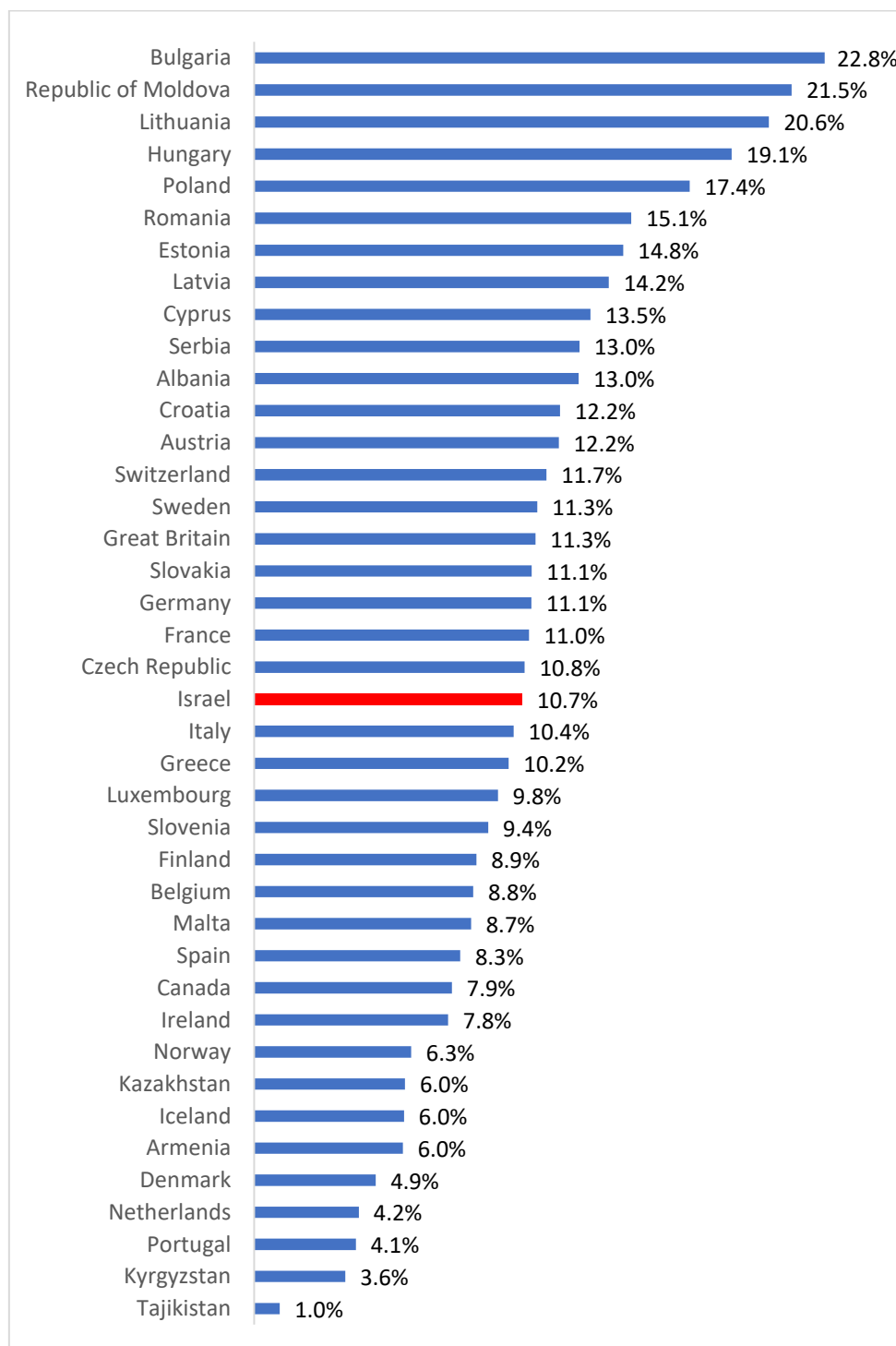


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 6.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על עישון סיגריה אלקטרונית בחודש האחרון. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-21 מבין 40 מדינות עם כ-11% אחוזים מהתלמידים המדווחים כי עישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון.

תרשים 6.3: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15 שעישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי

מדינה:



**עישון סיגריה אלקטרונית או רגילה לפחות פעם אחת בחודש האחרון**

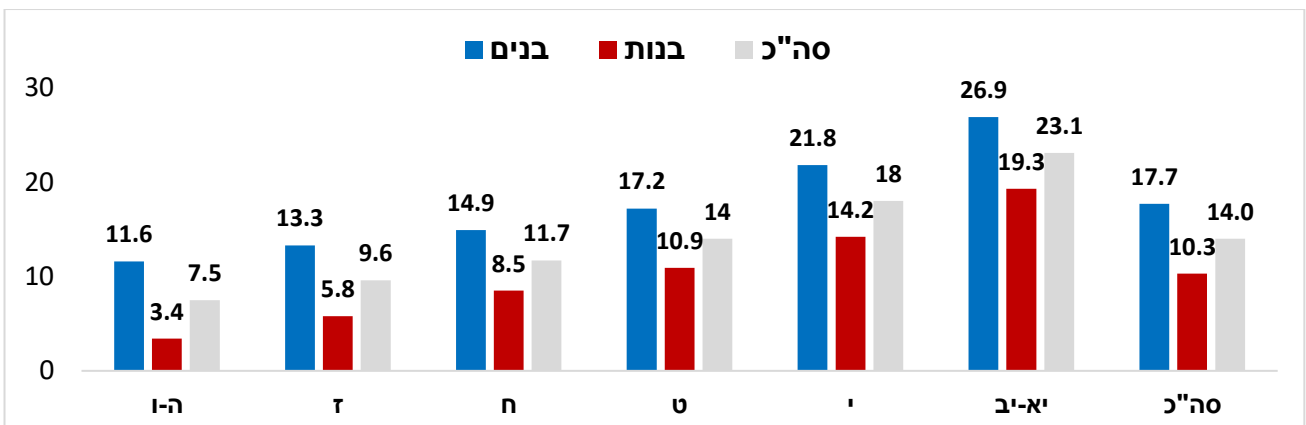
מדד זה חושב מתוך השאלות על עישון סיגריה רגילה ועישון סיגריה אלקטרונית בחודש האחרון. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם עישנו סיגריה רגילה ו/או עישנו סיגריה אלקטרונית לפחות פעם אחת בחודש האחרון.

בלוח 7 מוצג כי כ- 14% מהתלמידים התנסו בסיגריה אלקטרונית או רגילה לפחות פעם בחודש האחרון.

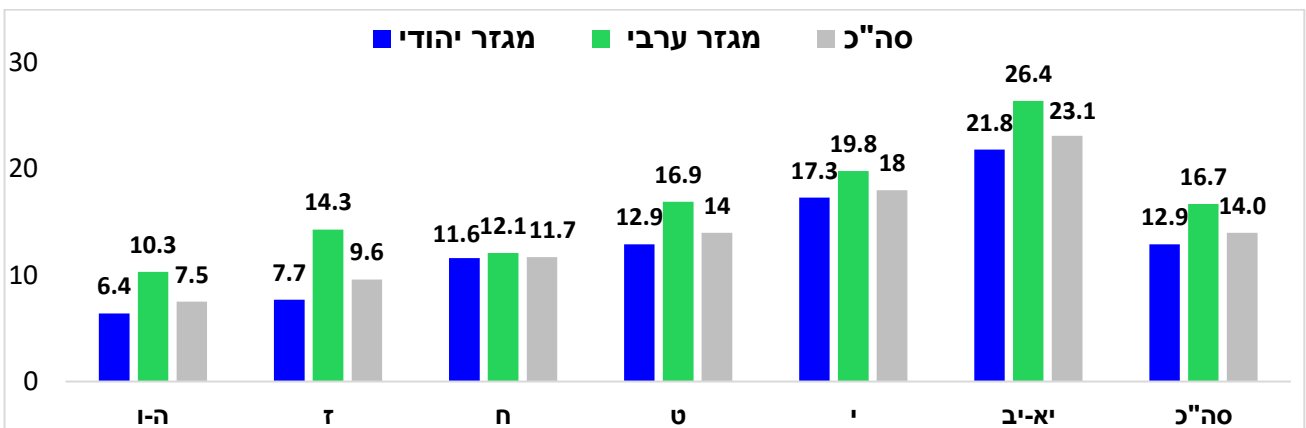
לוח 7: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית או רגילה לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	10.4%	2.3%	6.4%	14.5%	6.2%	10.3%	11.6%	3.4%	7.5%
ז	10.6%	4.9%	7.7%	20.2%	8.3%	14.3%	13.3%	5.8%	9.6%
ח	13.5%	9.7%	11.6%	18.5%	5.8%	12.1%	14.9%	8.5%	11.7%
ט	14.1%	11.7%	12.9%	24.9%	9.1%	16.9%	17.2%	10.9%	14.0%
י	18.8%	15.8%	17.3%	29.5%	10.1%	19.8%	21.8%	14.2%	18.0%
יא-יב	21.2%	22.4%	21.8%	41.3%	11.9%	26.4%	26.9%	19.3%	23.1%
סה"כ	14.8%	11.0%	12.9%	25.0%	8.5%	16.7%	17.7%	10.3%	14.0%
סה"כ משיבים	6,676	7,018	13,694	3,139	5,021	8,160	9,815	12,039	21,854

תרשים 7.1: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית או רגילה לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 7.2: אחוז התלמידים שעישנו סיגריה אלקטרונית או רגילה לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגזר וכיתה:





## עישון נרגילה אי פעם

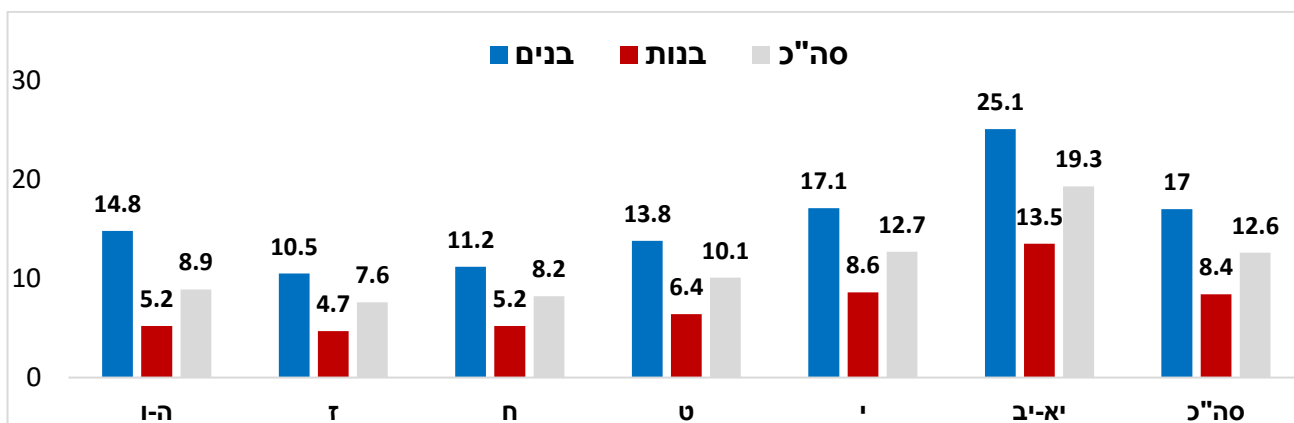
התלמידים נשאלו בכמה ימים אי פעם הם עישנו נרגילה. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "30 ימים או יותר". **הממצאים שיוצגו במדד זה כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי התנסו בעישון נרגילה לפחות פעם אחת.**

בלוח 8 מוצג כי כ- 13% מהתלמידים התנסו אי פעם בעישון נרגילה. ניכר כי בנים מדווחים פי שניים (17%) על עישון נרגילה לעומת בנות (כ- 8%). אחוז המדווחים על התנסות בעישון נרגילה גבוה יותר במגזר הערבי (כ- 17%) מאשר במגזר היהודי (כ- 11%), כאשר הפערים הגדולים ביותר הם בכיתות י"א-י"ב. אחוזי הדיווחים במדד זה גבוהים במיוחד בקרב בנים מהמגזר הערבי (כ- 37%). השוואה בין השנים מלמדת כי בהשוואה לשנת 2014, ניתן לראות ירידה בשיעורי הדיווח על מדד זה.

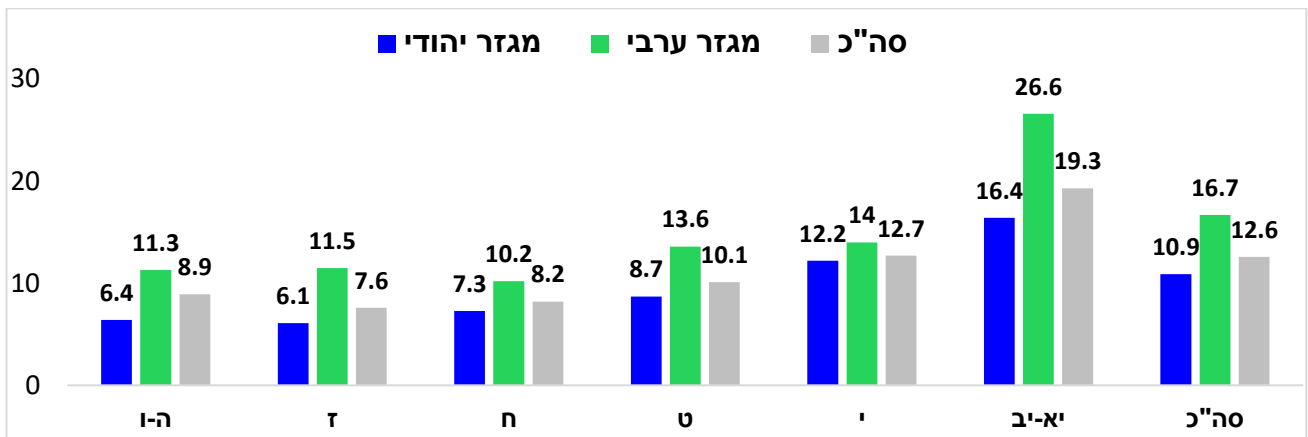
לוח 8: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון נרגילה, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	11.3%	1.4%	6.4%	20.5%	7.5%	11.3%	14.8%	5.2%	8.9%
ז	8.4%	3.7%	6.1%	15.7%	7.3%	11.5%	10.5%	4.7%	7.6%
ח	10.6%	4.0%	7.3%	12.7%	7.8%	10.2%	11.2%	5.2%	8.2%
ט	11.8%	5.6%	8.7%	18.9%	8.5%	13.6%	13.8%	6.4%	10.1%
י	15.8%	8.8%	12.2%	21.0%	8.3%	14.0%	17.1%	8.6%	12.7%
יא-יב	20.6%	12.1%	16.4%	36.5%	16.9%	26.6%	25.1%	13.5%	19.3%
סה"כ	14.4%	7.4%	10.9%	23.6%	10.6%	16.7%	17.0%	8.4%	12.6%
סה"כ משיבים	5,049	5,479	10,528	2,152	3,942	6,094	7,201	9,421	16,622

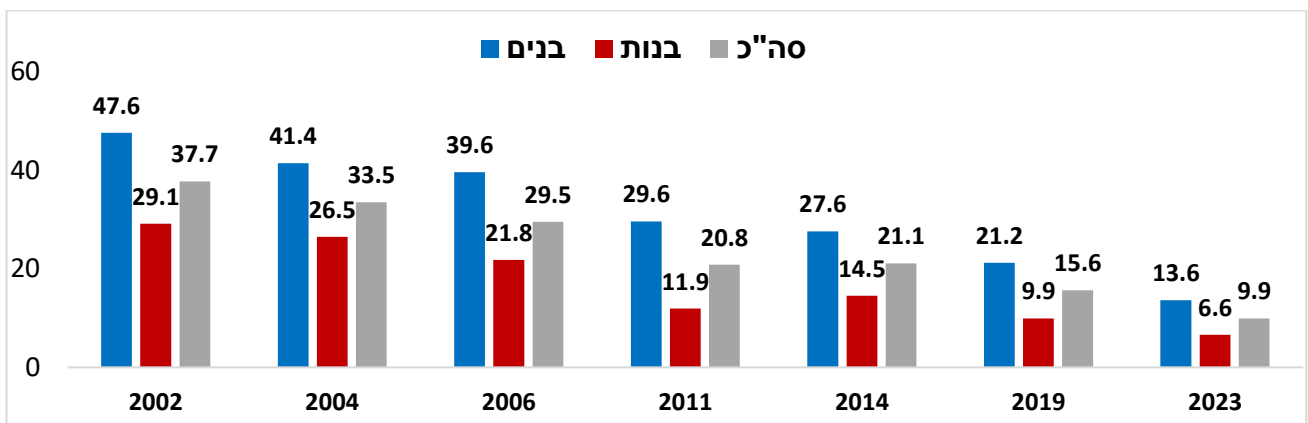
תרשים 8.1: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון נרגילה, לפי מגדר וכיתה:



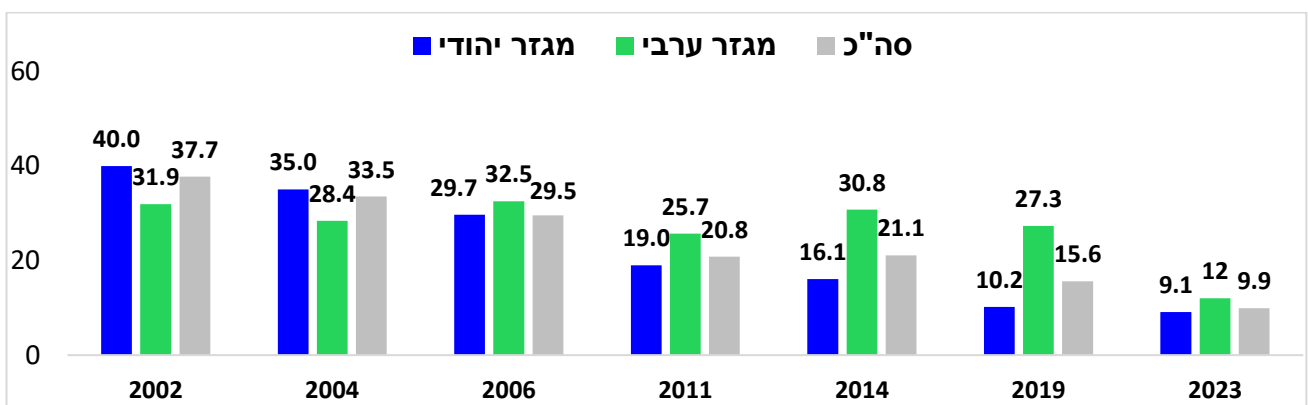
תרשים 8.2: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון נרגילה, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 8.3: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון נרגילה, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 8.4: אחוז התלמידים שהתנסו אי פעם בעישון נרגילה, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



### עישון נרגילה לפחות פעם בשבוע

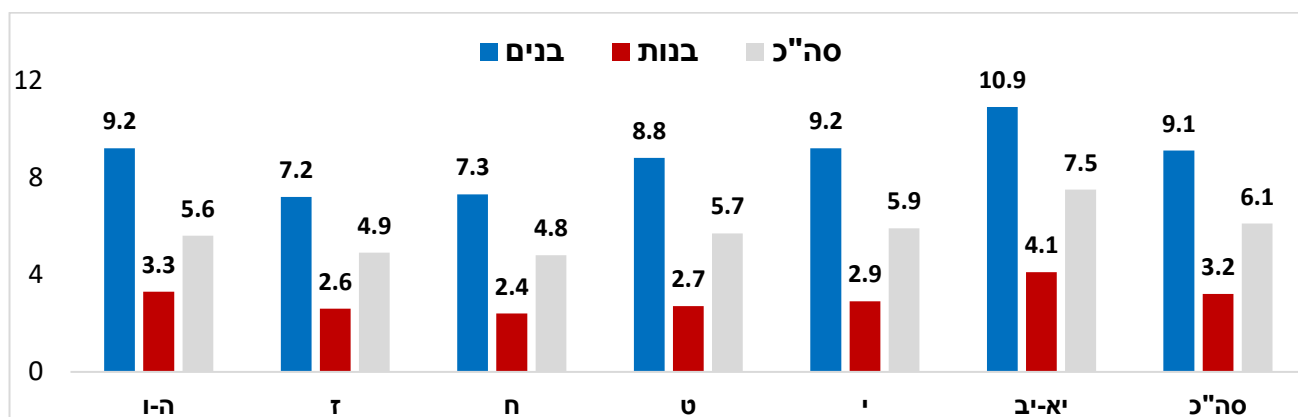
התלמידים נשאלו בכמה ימים, ב- 30 הימים האחרונים, הם עישנו נרגילה. סולם המענה נע מ"אף פעם" ל- 30 ימים או יותר. הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווח כי הוא עישן נרגילה לפחות 3-5 פעמים ב 30 הימים האחרונים.

מלווה 9 ניתן לראות כי כ- 6% מבין התלמידים מדווחים על כך שהם מעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, כאשר האחוז גבוה יותר בקרב בנים (כ- 9%) בהשוואה לבנות (כ- 3%) ובמגזר הערבי (כ- 9%) בהשוואה למגזר היהודי (כ- 5%). בנוסף, ישנה מגמת ירידה במדד זה בהשוואה לסקר 2014, ירידה שהחלה בסקר 2002 ונעצרה בסקר 2014 שבו הייתה עלייה משמעותית במדד זה. בהפרדה בין המגזרים רואים דווקא עליה קלה במגזר היהודי (מכ- 4% בשנת 2019 לכ- 5% בשנת 2023) לעומת ירידה משמעותית במגזר הערבי (מכ- 15% בשנת 2019 לכ- 6% בשנת 2023).

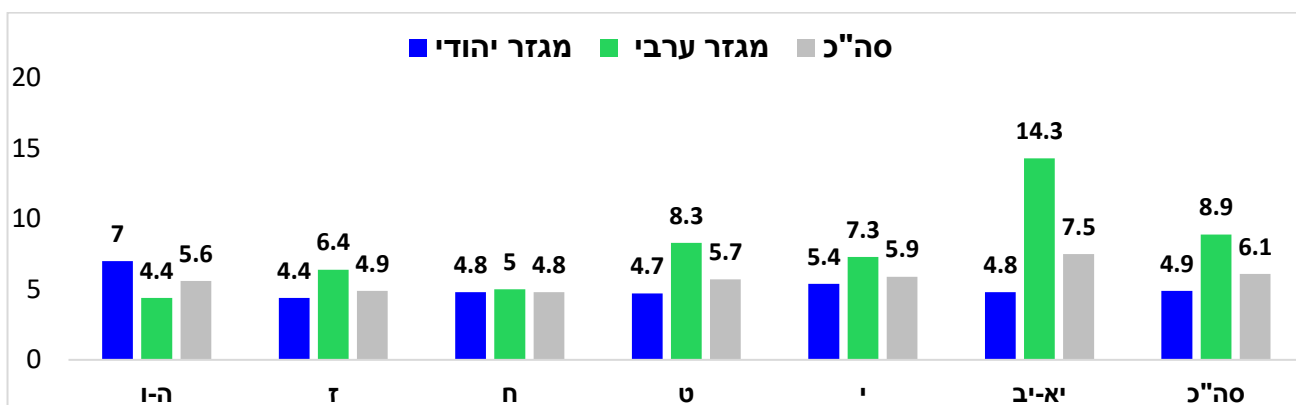
לוח 9: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגדר, מגזר וכיתה

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	11.3%	2.6%	7.0%	6.0%	3.8%	4.4%	9.2%	3.3%	5.6%
ז	6.4%	2.4%	4.4%	9.5%	3.2%	6.4%	7.2%	2.6%	4.9%
ח	7.2%	2.2%	4.8%	7.4%	2.7%	5.0%	7.3%	2.4%	4.8%
ט	7.3%	2.1%	4.7%	12.7%	4.1%	8.3%	8.8%	2.7%	5.7%
י	8.4%	2.5%	5.4%	11.5%	3.9%	7.3%	9.2%	2.9%	5.9%
יא-יב	6.7%	2.8%	4.8%	21.5%	7.2%	14.3%	10.9%	4.1%	7.5%
סה"כ	7.2%	2.5%	4.9%	13.7%	4.7%	8.9%	9.1%	3.2%	6.1%
סה"כ משיבים	5,049	5,479	10,528	2,152	3,942	6,094	7,201	9,421	16,622

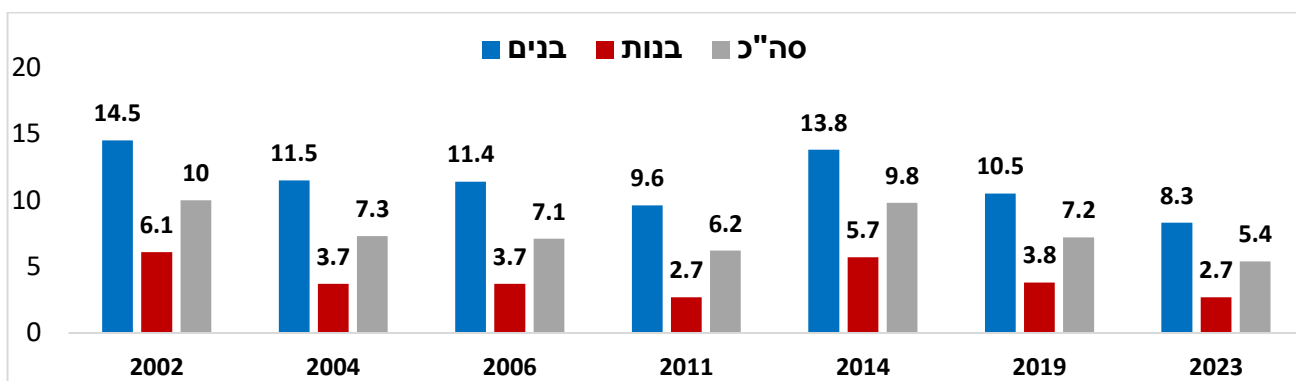
תרשים 9.1: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



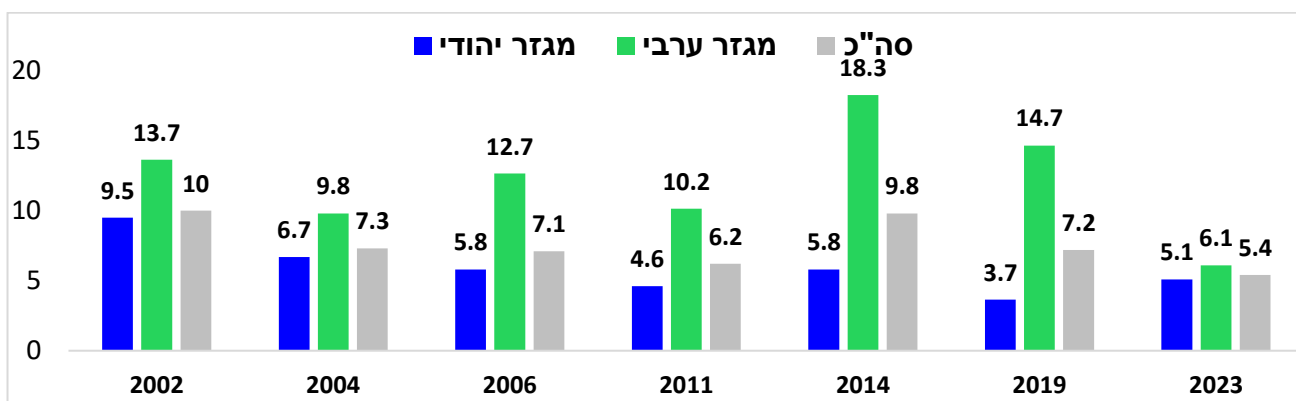
תרשים 9.2: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



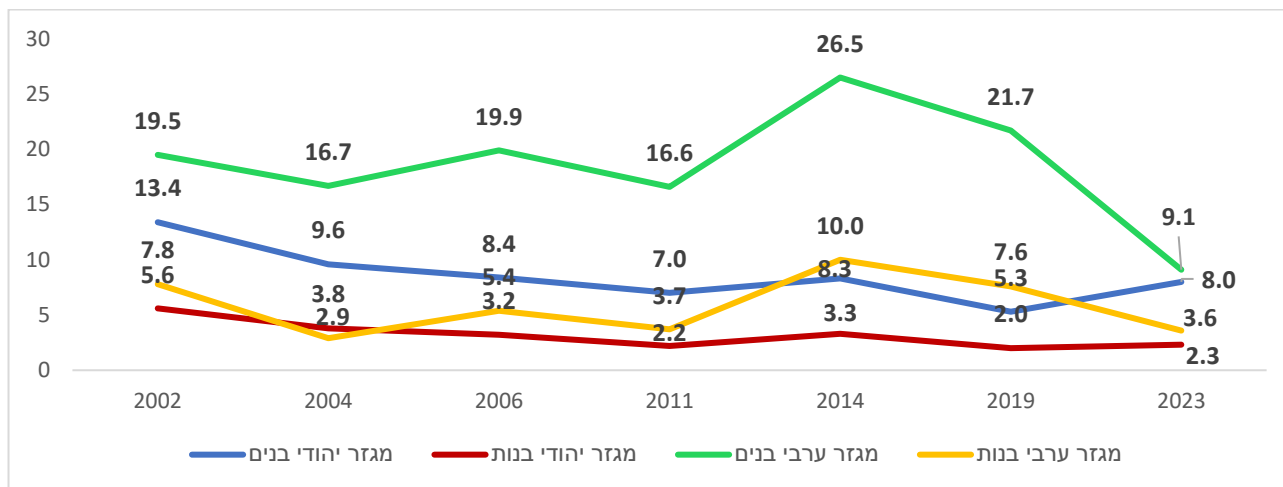
תרשים 9.3: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 9.4: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגזר, ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 9.5: אחוז התלמידים שמעשנים נרגילה לפחות פעם אחת בשבוע, לפי מגדר, מגזר, ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



### גיל התנסות במוצרי טבק או ניקוטין

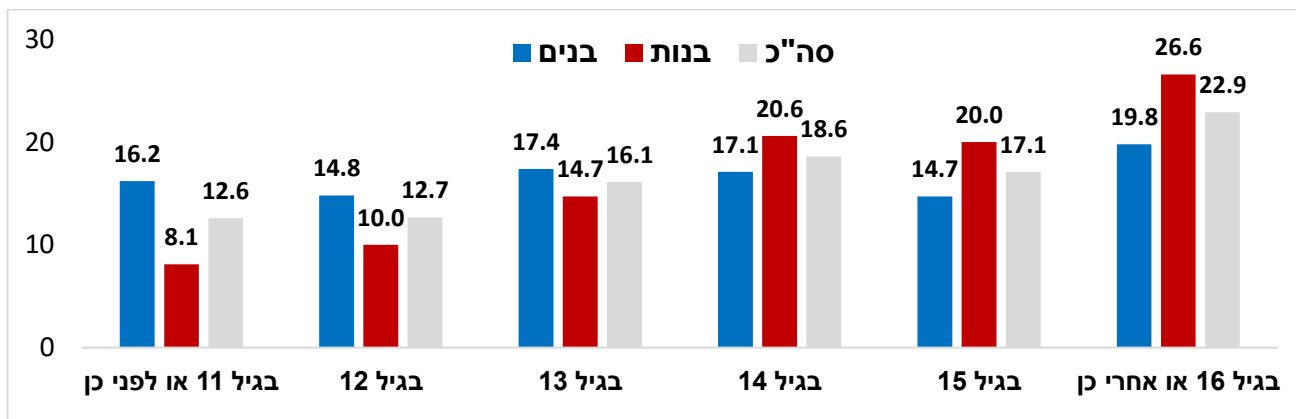
התלמידים נשאלו באיזה גיל הם ניסו לראשונה מוצרי טבק או ניקוטין (לדוגמה סיגריות, נרגילות, סיגריות אלקטרוניות). סולם המענה נע מ- "אף פעם ל- "גיל 16 או אחרי כן". **הממצאים להלן כוללים את ההתפלגות של גיל התנסות לראשונה במוצרי טבק, בקרב תלמידים שציינו כי הם התנסו במוצר טבק כלשהו.**

לוח 10 מציג את גיל ההתנסות הראשונה במוצרי טבק או ניקוטין (מבין אלו שהתנסו). על-פי לוח זה, כ-13% התנסו בגילאי 12 או לפני כן. וכ-23% מהתלמידים התנסו בגילאי 16 או אחרי כן. בגילאי 11,12,13 יותר בנים דיווחו על התנסות ראשונה מאשר בנות, לעומת זאת בגילאי 14,15,16 הבנות מדווחות על התנסות ראשונה יותר מבנים כאשר הפער הכי משמעותי הוא בגיל 16 ומעלה (כ-27% בנות לעומת כ-20% בנים). בהבדל בין המגזרים נראה כי בגילאי 11,12 מהמגזר הערבי דיווחו יותר על התנסות ראשונה (כ-21% מהמגזר הערבי לעומת כ-11% מהמגזר היהודי). לעומת זאת בגיל 16 ומעלה דיווחו יותר מהמגזר היהודי (כ-25% מהמגזר היהודי לעומת כ-14% מהמגזר הערבי).

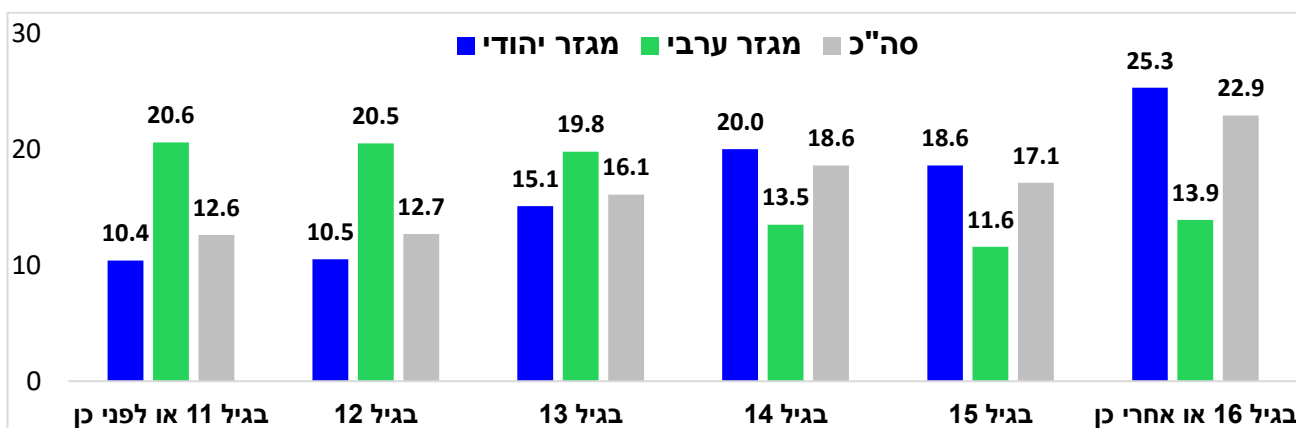
לוח 10: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה במוצרי טבק או ניקוטין (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר ומגזר:

גיל התנסות לראשונה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
בגיל 11 או לפני כן	14.2%	6.2%	10.4%	22.1%	17.9%	20.6%	16.2%	8.1%	12.6%
בגיל 12	12.3%	8.6%	10.5%	22.2%	17.4%	20.5%	14.8%	10.0%	12.7%
בגיל 13	16.5%	13.7%	15.1%	19.9%	19.5%	19.8%	17.4%	14.7%	16.1%
בגיל 14	18.6%	21.6%	20.0%	12.6%	15.2%	13.5%	17.1%	20.6%	18.6%
בגיל 15	16.3%	21.1%	18.6%	9.9%	14.8%	11.6%	14.7%	20.0%	17.1%
בגיל 16 או אחרי כן	22.1%	28.9%	25.3%	13.2%	15.2%	13.9%	19.8%	26.6%	22.9%
סה"כ משיבים	864	798	1,662	414	363	777	1,278	1,161	2,439

תרשים 10.1: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה במוצרי טבק או ניקוטין (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר:



תרשים 10.2: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה במוצרי טבק או ניקוטין (מבין אלו שהתנסו), לפי מגזר:



כאמור, עישון מוצרי טבק וניקוטין בגיל צעיר מהווה את אחד מדפוסי ההתנהגות המסוכנים ביותר לבריאות, בהיותו הגורם העיקרי למוות מוקדם ולתחלואה וככזה הקשור בהתנהגויות סיכון נוספות. ממצאי המחקר הנוכחי מצביעים על כך שכ-13%-16% מן הילדים בישראל, בכיתות ה' עד י"ב, התנסו אי-פעם בעישון סיגריות רגילות, שימוש בסיגריות אלקטרוניות ועישון נרגילה. שכיחות השימוש עולה עם הגיל ונפוצה יותר בקרב בנים, ובקרב תלמידי המגזר הערבי.

בהסתכלות תוך מגזרית, שימוש קבוע במוצרי טבק שכיח הרבה יותר בקרב בנים במגזר הערבי לעומת בנים במגזר היהודי, פער הנשמר כמעט לאורך כל שכבות הגיל. ישנה שכיחות גבוהה יותר של בנות מן המגזר היהודי אשר מעידות על שימוש במוצרי טבק, למעט עישון נרגילה, שם השימוש נפוץ יותר בקרב בנות במגזר הערבי לעומת בנות במגזר היהודי. ניתן לשייך ממצאים אלו להיבט תרבותי המתייחס לעישון נרגילה כחלק מנורמות חברתיות מקובלות.

בעשרים השנים האחרונות חלה ירידה משמעותית באחוז התלמידים אשר התנסו אי פעם בעישון סיגריות ונרגילה, ירידה אשר ניתן לזקוף, בין השאר, לריבוי תוכניות מניעה והתערבות וקידום המודעות לנזקי העישון. תוכניות שכאלו, בכוחן לייצר הרתעה ולמנוע מעבר מהתנסות חד פעמית בעישון לכדי עישון רציף. עם זאת, מגמת הירידה מתונה יותר בקרב תלמידים אשר מעשנים בקביעות סיגריות או נרגילה, דבר אשר יכול להעיד כי התערבות לעצירת עישון בקרב אלו אשר מעשנים באופן שבועי או יום-יומי, הינה מאתגרת יותר. יתר על כן, התבוננות בתמונת הנתונים של סקרי 2014 ו-2019, מלמדת כי מגמת הירידה באחוז התלמידים אשר מעשנים באופן קבוע בולטת יותר במגזר הערבי, ואילו בקרב המגזר היהודי לא חל שינוי ואף חלה עליה קלה בחלק ממדדי העישון הקבוע. העלייה נראית גם במיקומה של ישראל בהיבט הבין-לאומי בשכיחות העישון על בסיס שבועי. הנתונים הללו מאירים את החשיבות בהמשך קיום תוכניות מניעה והתערבות, תוך רגישות תרבותית ומגזרית, כדי לאתר את אוכלוסיות הסיכון.

הגיל הראשוני להתנסות במוצרי טבק הינו משמעותי ביותר שכן הוא נמצא כקשור בהמשך שימוש במוצרים כאלו. ככל שמתחילים בגיל צעיר יותר הסיכון גדל. ממצאי הסקר מלמדים, כי מבין התלמידים שהתנסו במוצרי טבק, כ-25% עשו זאת לראשונה בגיל 12 או קודם לכן. אחוז זה גבוה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי בהשוואה לתלמידי המגזר היהודי (כ-41% לעומת כ-21% בהתאמה). נתונים אלו מצביעים על ההכרח בהעברת תוכניות מניעה והתערבות כבר במהלך בית הספר היסודי. כמו כן, ישנה חשיבות רבה בחיזוק הרגולציה סביב הנגשת מוצרי ניקוטין וטבק לקטינים.

- Akl, E. A., Gunukula, S. K., Aleem, S., Obeid, R., Jaoude, P. A., Honeine, R., & Irani, J. (2011). The prevalence of waterpipe tobacco smoking among the general and specific populations: a systematic review. *BMC public health, 11*(1), 244.
- Alikaşifoğlu, M. et al. (2004). Alcohol drinking behaviors among Turkish high school students. *The Turkish Journal of Pediatrics, 46*(1), 44–53.
- Botello-Harbaum, M., Haynie, D. L., Murray, K. W., & Iannotti, R. J. (2011). Cigarette smoking status and recurrent subjective health complaints among US school-aged adolescents. *Child: care, health and development, 37*(4), 551-558.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2007). Cigarette smoking among adults--United States, 2006. *MMWR. Morbidity and mortality weekly report, 56*(44), 1157.
- Cobb, C., Ward, K. D., Maziak, W., Shihadeh, A. L., & Eissenberg, T. (2010). Water-pipe tobacco smoking: an emerging health crisis in the United States. *American Journal of Health Behavior, 34*(3), 275–285.
- Cook, P. J., & Hutchinson, R. (2007). Smoke signals: adolescent smoking and school continuation. In *The Evolution of Consumption: Theories and Practices* (pp. 157-186). Emerald Group Publishing Limited.
- El-Zaatari, Z. M., Chami, H. A., & Zaatari, G. S. (2015). Health effects associated with waterpipe smoking. *Tobacco control, 24*(1), i31-i43.
- Evans, D., O'Farrell, A., Sheridan, A., & Kavanagh, P. (2018). *Youth Smoking in Ireland: A special analysis of the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study*.
- Fuller, E. (2011). *Smoking, drinking and drug use among young people in England in 2011*. Health and Social Care Information Centre.
- Godeau, E., Vignes, C., Duclos, M., Navarro, F., Cayla, F. & Grandjean, H. (2008). Factors associated with early sexual initiation: French data from the international survey Health Behavior in School-aged Children (HBSC)/WHO. *Gynecol Obstet Fertile, 36*(2), 176-182.



- Hartmann, S. A., Hayes, T., Sutherland, M. T., & Trucco, E. M. (2023). Risk factors for early use of e-cigarettes and alcohol: Dimensions and profiles of temperament. *Development and Psychopathology*, 35(2), 481-493.
- Han, G., & Son, H. (2022). A systematic review of socio-ecological factors influencing current e-cigarette use among adolescents and young adults. *Addictive Behaviors*, 107425.
- Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., & Kraus, L. (2009). The 2007 ESPAD report. *Substance use among students in*, 35.
- Hublet, A., De Bacquer, D., Valimaa, R., Godeau, E., Schmid, H., Rahav, G., & Maes, L. (2006). Smoking Trends among Adolescents from 1990 to 2002 in Ten European Countries and Canada. *BMC Public Health*, 6, 280.
- Koren, L., Harel-Fisch, Y., & Amitai, G. (2008). Social and behavioural determinants of nargila (water-pipe) smoking among Israeli youth: Findings from the 2002 HBSC survey. *Journal of Substance Use*, 13(4), 225-238.
- Lariscy, J. T. (2019). Smoking-attributable mortality by cause of death in the United States: An indirect approach. *SSM-population health*, 7, 100349.
- Martinasek, M. P., McDermott, R. J., & Martini, L. (2011). Waterpipe (hookah) tobacco smoking among youth. *Current problems in pediatric and adolescent health care*, 41(2), 34-57.
- Moffitt, T.E. (2006). A review of research on the taxonomy of life-course persistent versus adolescence-limited antisocial behavior. In: Cullen FT, Wright JP, Blevins KR, eds. *Taking stock: the status of criminological theory*. New Brunswick, NJ, Transaction Publishers, 277–312.
- Office of the Surgeon General (2018). *Surgeon general’s advisory on e-cigarette use among youth*. Atlanta, GA, United States: Public Health Service.
- Pickett, W., Schmid, H., Boyce, W., Simpson, K., et al. (2002). Multiple risk behaviors and injury: an international study of young people. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156(8), 786–793.
- Raad, D., Gaddam, S., Schunemann, H. J., Irani, J., Jaoude, P. A., Honeine, R., & Akl, E. A. (2011). Effects of water-pipe smoking on lung function: a systematic review and meta-analysis. *CHEST Journal*, 139(4), 764-774.

- Ribera-Osca, J. A., Carrion-Valero, F., Martin-Gorgojo, V., Rando-Matos, Y., Martin-Cantera, C., & Martin-Moreno, J. M. (2023). Characteristics of tobacco use among secondary school students: a cross-sectional study in a school in Valencia, Spain. *Frontiers in Public Health*, 11, 1069294.
- Shahab, L., & West, R. (2012). Differences in happiness between smokers, ex-smokers and never smokers: cross-sectional findings from a national household survey. *Drug and alcohol dependence*, 121(1), 38-44.
- Sun, R., Mendez, D., & Warner, K. E. (2022). Use of electronic cigarettes among cannabis-naive adolescents and its association with future cannabis use. *JAMA Network Open*, 5(7), e2223277-e2223277.
- Vieno, A., Gini, G., & Santinello, M. (2011). Different forms of bullying and their association to smoking and drinking behavior in Italian adolescents. *Journal of School Health*, 81(7), 393-399.

## צריכת אלכוהול

### מבוא

צריכת אלכוהול על ידי בני נוער הנה סוגיה מדאיגה לבריאות הציבור (Sznitman et al., 2016). על אף מגמות כלליות של ירידה בשכיחות צריכת אלכוהול בקרב צעירים בשנים האחרונות, צריכת אלכוהול כבדה ומסוכנת נותרה הסיבה העיקרית למוות ולפגיעה בתפקוד התקין בקרב בני 15-19 ברחבי העולם (Esser et al., 2022; Scott et al., 2019). שתיית אלכוהול, כמו עישון וצריכת חומרים ממכרים אחרים, הינה חלק ממגוון של התנהגויות סיכון בהן מתנסים בני נוער והיא פעמים רבות תוצאה של לחץ חברתי או של רצון להשתייך לקבוצת השווים. לרוב, ההתנסות הראשונה בשתיית אלכוהול מתרחשת בתחילת גיל ההתבגרות ובמסגרות חברתיות. תדירות השתייה עולה עם הגיל במהלך גיל ההתבגרות ואף עלולה להמשיך אל תוך הבגרות (Creswell et al., 2022; Fuller, 2011).

מאחר שגיל ההתבגרות הוא שלב מכריע בהתפתחות הפיזית, הפסיכולוגית והחברתית, קיימות השלכות חמורות ביותר לצריכת אלכוהול (MacArthur et al., 2012; Shapiro et al., 2022). ואכן, צריכת אלכוהול בקרב מתבגרים נמצאה קשורה בקשת רחבה של סיכונים בריאותיים והתנהגותיים שעלולים לפגוע ישירות במצב הפיזי, הנפשי, החברתי והכלכלי (Scott et al., 2019). מחקרים מצביעים על קשר הדוק ביותר בין צריכה בעייתית של אלכוהול לבין מעורבות בהתנהגויות סיכון שונות (Sznitman et al., 2016), כגון שילוב של שתיית אלכוהול ונהיגה, אלימות בין-אישית, עבריינות, בריונות, אגרסיביות ופשע, יחסי מין לא מוגנים, צריכת סמים, התנהגויות אנטי-חברתיות, גרימת נזק לרכוש, פציעות והישגים אקדמיים נמוכים (Boden & Fergusson, 2011; Cook et al., 2010; Danielsson et al., 2012; McCambridge et al., 2011; Moss et al., 2014; Spoth et al., 2001; Werch et al., 2003).

מתוך כך שהמודעות לשתיית אלכוהול מתפתחת עוד בטרם ההתנסות בפועל ולאור ההשלכות השליליות הרבות שיש לתופעה על בני נוער, עיצוב התפיסות בהקשר זה בשלב מוקדם עשוי להשפיע ישירות על מועד ואופי צריכת האלכוהול בעתיד ומכך גם על השלכותיה (McCambridge et al., 2011).

### מדדי צריכת אלכוהול

1. שתייה מופרזת (שתיית אביסה)
2. התנסות בשכרות
3. גיל התנסות ראשונה בשתיית אלכוהול (שלא למטרות קידוש)

**שתייה מופרזת**

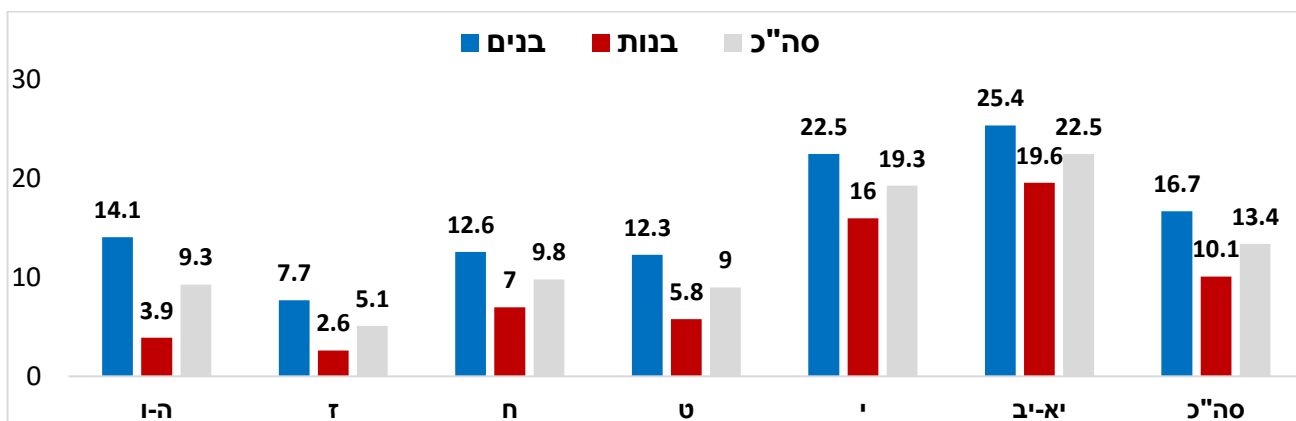
התלמידים נשאלו בכמה ימים ב- 30 הימים האחרונים, הם שתו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות. סולם המענה כלל את התשובות: "מעולם לא שתיתי 5 משקאות אלכוהוליים או יותר תוך מספר שעות"; "לא שתיתי 5 משקאות אלכוהוליים או יותר תוך מספר שעות"; "שתיתי פעם אחת"; "שתיתי פעמיים"; "שתיתי 3 פעמים"; "שתיתי 4 פעמים או יותר". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים ששתו חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת בשלושים הימים האחרונים.

מלוח 1 ניתן לראות כי כ- 13% מהתלמידים מדווחים כי הם שתו חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים. בניס מדווחים על שתייה מופרזת בשכיחות גבוהה יותר מבנות: כ- 17% וכ- 10%, בהתאמה. עוד ניתן לראות, כי תלמידים במגזר היהודי מדווחים על שתייה מופרזת בשכיחות גבוהה יותר ממקביליהם במגזר הערבי (כ-17% לעומת כ-6%, בהתאמה). ישנה עליה משמעותית בשתיית אביסה בקרב תלמידים במגזר היהודי בשנת 2023 (כ-16%) לעומת שנת 2019 (כ-7%). לעומת זאת, במגזר הערבי חלה ירידה קלה בשתיית אביסה מכ- 8% בשנת 2019 ל- 6% בשנת 2023.

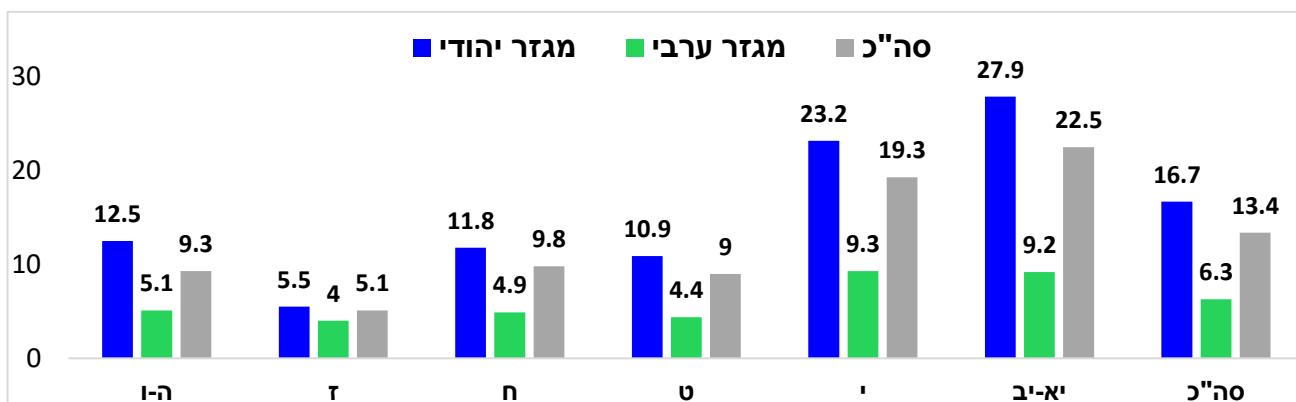
לוח 1: אחוז התלמידים ששתו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר, תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	18.4%	5.1%	12.5%	7.8%	2.5%	5.1%	14.1%	3.9%	9.3%
ז	8.3%	2.8%	5.5%	6.0%	2.0%	4.0%	7.7%	2.6%	5.1%
ח	14.8%	8.8%	11.8%	7.4%	2.4%	4.9%	12.6%	7.0%	9.8%
ט	14.0%	7.7%	10.9%	7.9%	1.1%	4.4%	12.3%	5.8%	9.0%
י	25.6%	20.8%	23.2%	14.9%	3.6%	9.3%	22.5%	16.0%	19.3%
יא-יב	29.6%	26.2%	27.9%	14.9%	3.7%	9.2%	25.4%	19.6%	22.5%
סה"כ	19.6%	13.6%	16.7%	10.0%	2.6%	6.3%	16.7%	10.1%	13.4%
סה"כ משיבים	6,263	6,564	12,827	3,054	4,900	7,954	9,317	11,464	20,781

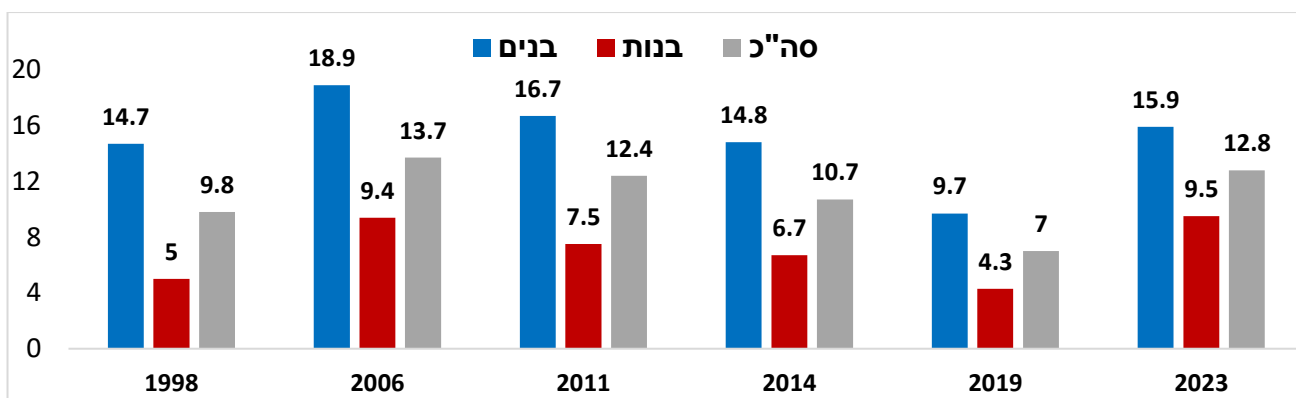
תרשים 1.1: אחוז התלמידים ששטו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר, תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



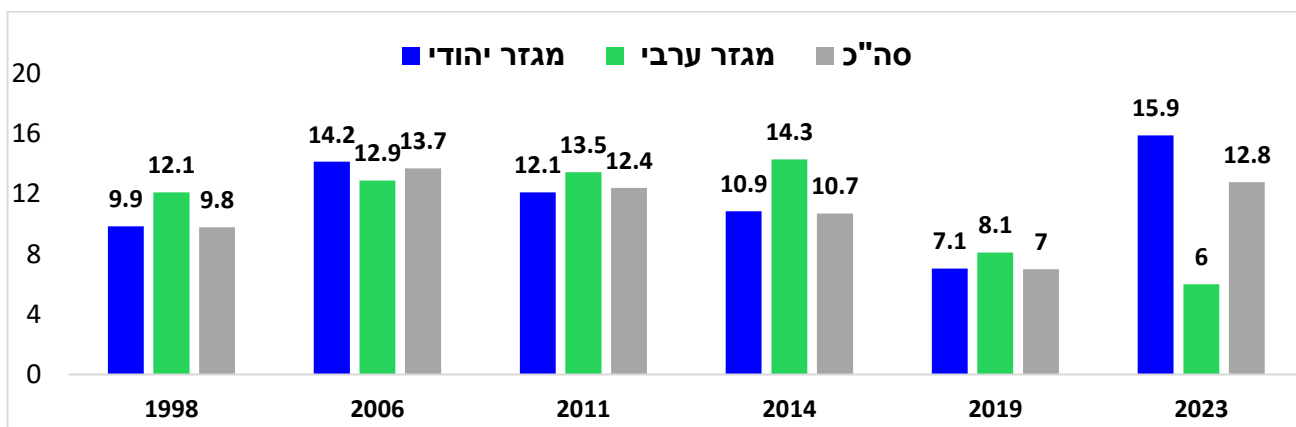
תרשים 1.2: אחוז התלמידים ששטו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר, תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 1.3: אחוז התלמידים ששטו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר, תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 1.4: אחוז התלמידים ששטו 5 מנות משקה אלכוהולי או יותר, תוך מספר שעות, לפחות פעם אחת ב-30 הימים האחרונים, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



### התנסות בשכרות

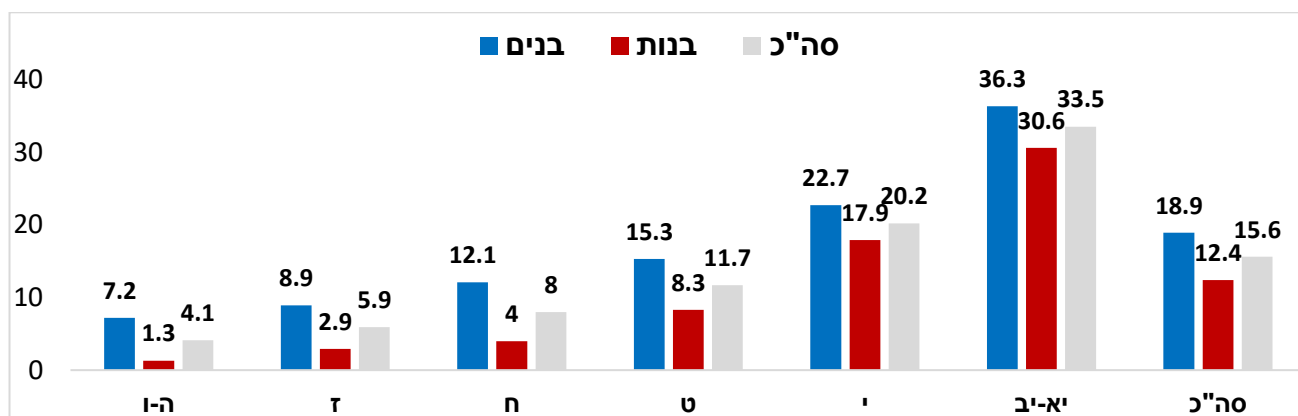
התלמידים נשאלו האם קרה להם אי פעם שהם שתו כל כך הרבה אלכוהול שהיו ממש שיכורים. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "יותר מ- 10 פעמים". הממצאים המוצגים להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם התנסו בשכרות לפחות פעם אחת.

כ- 16% מהתלמידים מדווחים כי הם השתכרו אי פעם (לווה 2). הדיווח על כך עולה עם הגיל: כ- 4% בכיתות ה'-ו', לכ- 34% בכיתות י"א-י"ב. בנים מדווחים על השתכרות אי פעם יותר מבנות (כ- 19% וכ- 12%, בהתאמה). עוד עולה, כי באופן כללי, תלמידים מהמגזר היהודי מדווחים על השתכרות אי פעם בשכיחות גבוהה באופן משמעותי מתלמידים במגזר הערבי: כ- 19% ו- 8%, בהתאמה. ישנה עלייה קלה באחוז התלמידים שהתנסו בשכרות אי פעם מכ- 8% בשנת 2019 לכ- 10% בשנת 2023. העלייה בקרב הבנות גבוהה יותר (מכ- 5% לכ- 7%) לעומת העלייה בקרב הבנים (מכ- 12% לכ- 13%).

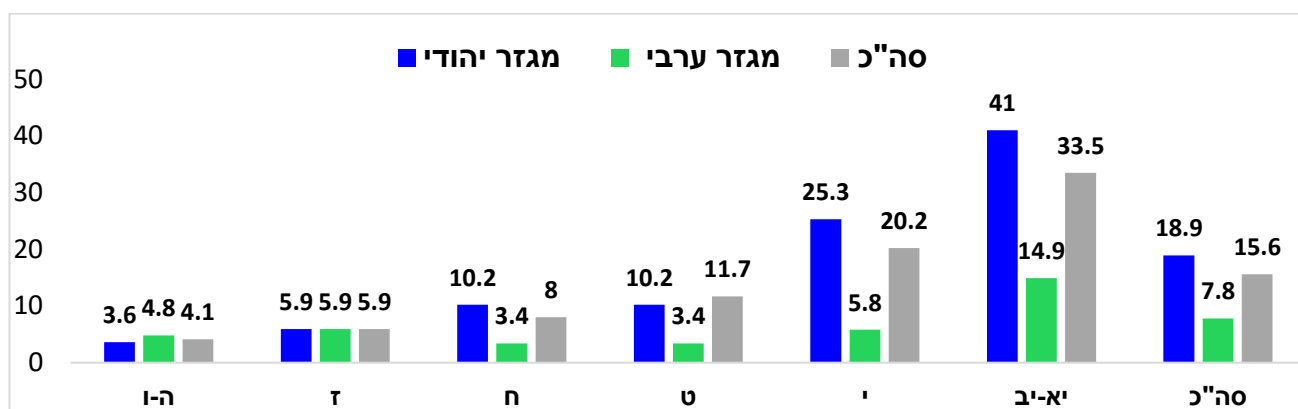
לווה 2: אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	6.9%	0.8%	3.6%	7.6%	2.3%	4.8%	7.2%	1.3%	4.1%
ז	8.6%	3.2%	5.9%	9.8%	2.0%	5.9%	8.9%	2.9%	5.9%
ח	14.8%	5.4%	10.2%	5.9%	1.1%	3.4%	12.1%	4.0%	8.0%
ט	17.0%	10.6%	10.2%	10.9%	2.5%	3.4%	15.3%	8.3%	11.7%
י	26.4%	24.3%	25.3%	11.3%	1.4%	5.8%	22.7%	17.9%	20.2%
יא-יב	40.5%	41.4%	41.0%	25.7%	4.3%	14.9%	36.3%	30.6%	33.5%
סה"כ	21.2%	16.7%	18.9%	13.3%	2.6%	7.8%	18.9%	12.4%	15.6%
סה"כ משיבים	5,391	5,871	11,262	2,602	4,433	7,035	7,993	10,304	18,297

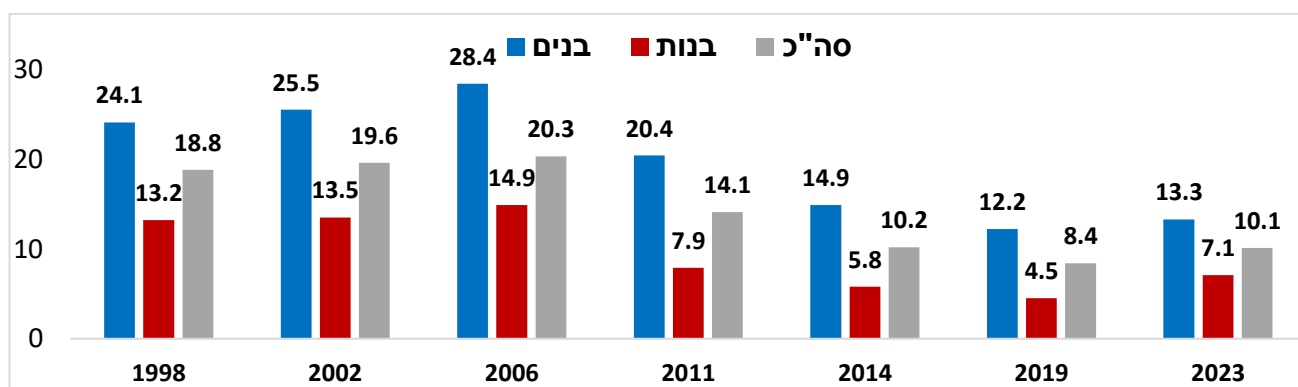
תרשים 2.1: אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מגדר וכיתה:



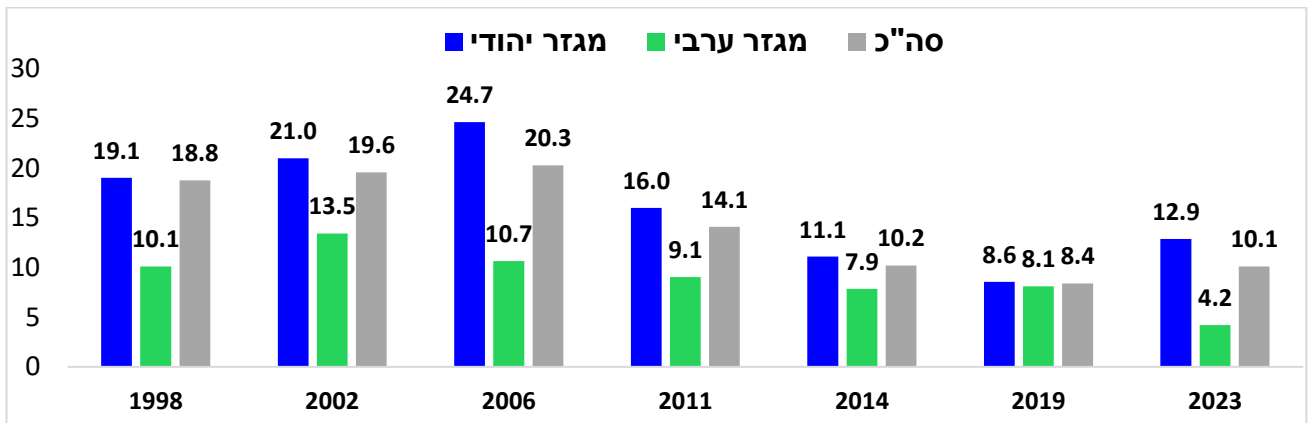
תרשים 2.2: אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.3: אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 2.4: אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):

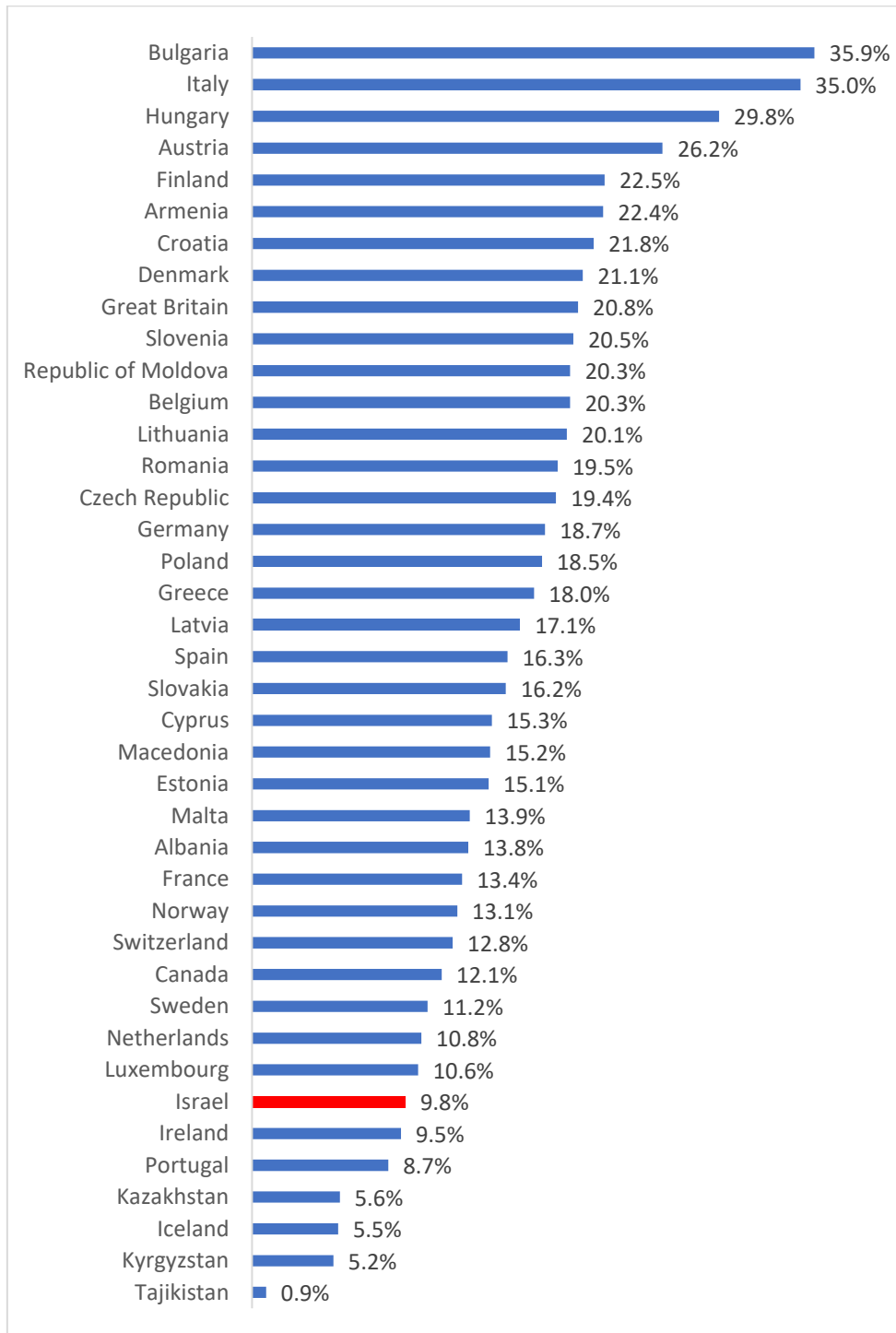


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 2.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על השתכרות אי פעם. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו- 15 מדורגים במקום ה- 7 לפני האחרון מבין 40 מדינות עם 9.8% אחוזים מהתלמידים המדווחים על השתכרות אי פעם. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) התלמידים הישראלים דורגו במקום הרביעי לפני האחרון עם כ- 7% תלמידים שדיווחו על השתכרות אי פעם.



**תרשים 2.5 אחוז התלמידים שהשתכרו אי פעם, לפי מדינה:**



**תלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים**

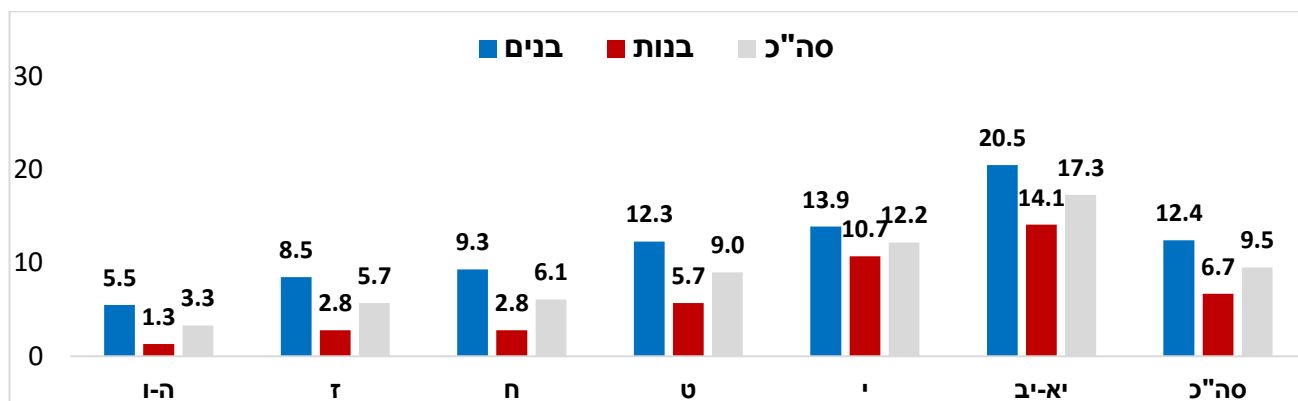
התלמידים נשאלו האם קרה להם, ב- 30 הימים האחרונים, שהם שתו כל כך הרבה אלכוהול שהיו ממש שיכורים. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "יותר מ- 10 פעמים". הממצאים המוצגים להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתכרו לפחות פעם אחת ב- 30 הימים האחרונים.

כ- 10% מהתלמידים מדווחים כי הם השתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון (לוח 3). הדיווח על כך עולה עם הגיל: כ- 3% בכיתות ה'-ו', לכ- 17% בכיתות י"א-י"ב. בנים מדווחים על השתכרות יותר מבנות (כ- 12% וכ- 7%, בהתאמה). עוד עולה, כי באופן כללי, תלמידים מהמגזר היהודי מדווחים על השתכרות לפחות פעם בחודש האחרון בשכיחות גבוהה מתלמידים במגזר הערבי: כ- 11% ו- 7%, בהתאמה.

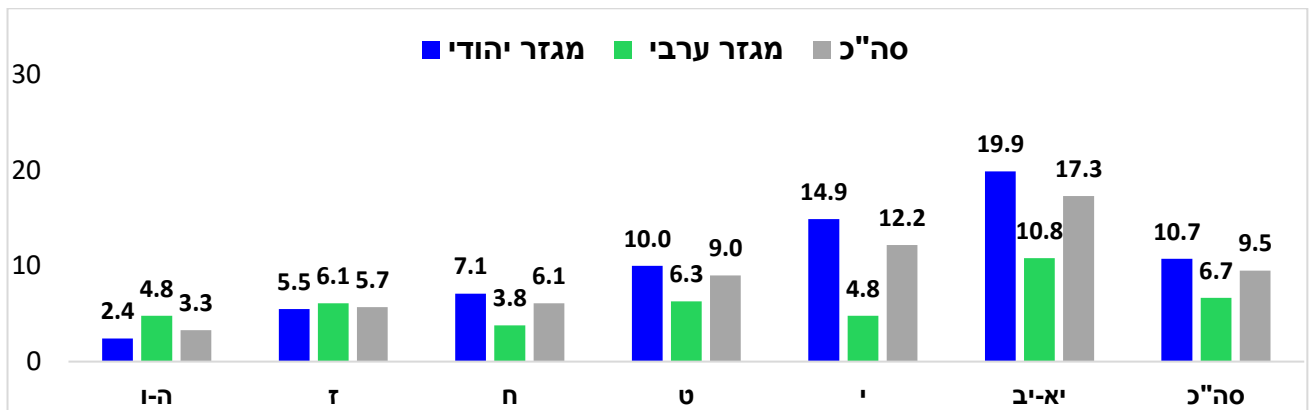
לוח 3: אחוז התלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	4.5%	0.6%	2.4%	7.2%	2.6%	4.8%	5.5%	1.3%	3.3%
ז	8.2%	2.8%	5.5%	9.3%	2.8%	6.1%	8.5%	2.8%	5.7%
ח	10.6%	3.6%	7.1%	6.4%	1.3%	3.8%	9.3%	2.8%	6.1%
ט	13.3%	6.8%	10.0%	9.8%	3.0%	6.3%	12.3%	5.7%	9.0%
י	15.5%	14.3%	14.9%	8.9%	1.4%	4.8%	13.9%	10.7%	12.2%
יא-יב	21.2%	18.6%	19.9%	18.6%	3.1%	10.8%	20.5%	14.1%	17.3%
סה"כ	13.0%	8.5%	10.7%	11.0%	2.6%	6.7%	12.4%	6.7%	9.5%
סה"כ משיבים	5,391	5,871	11,262	2,602	4,433	7,035	7,993	10,304	18,297

תרשים 3.1: אחוז התלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגדר וכיתה:



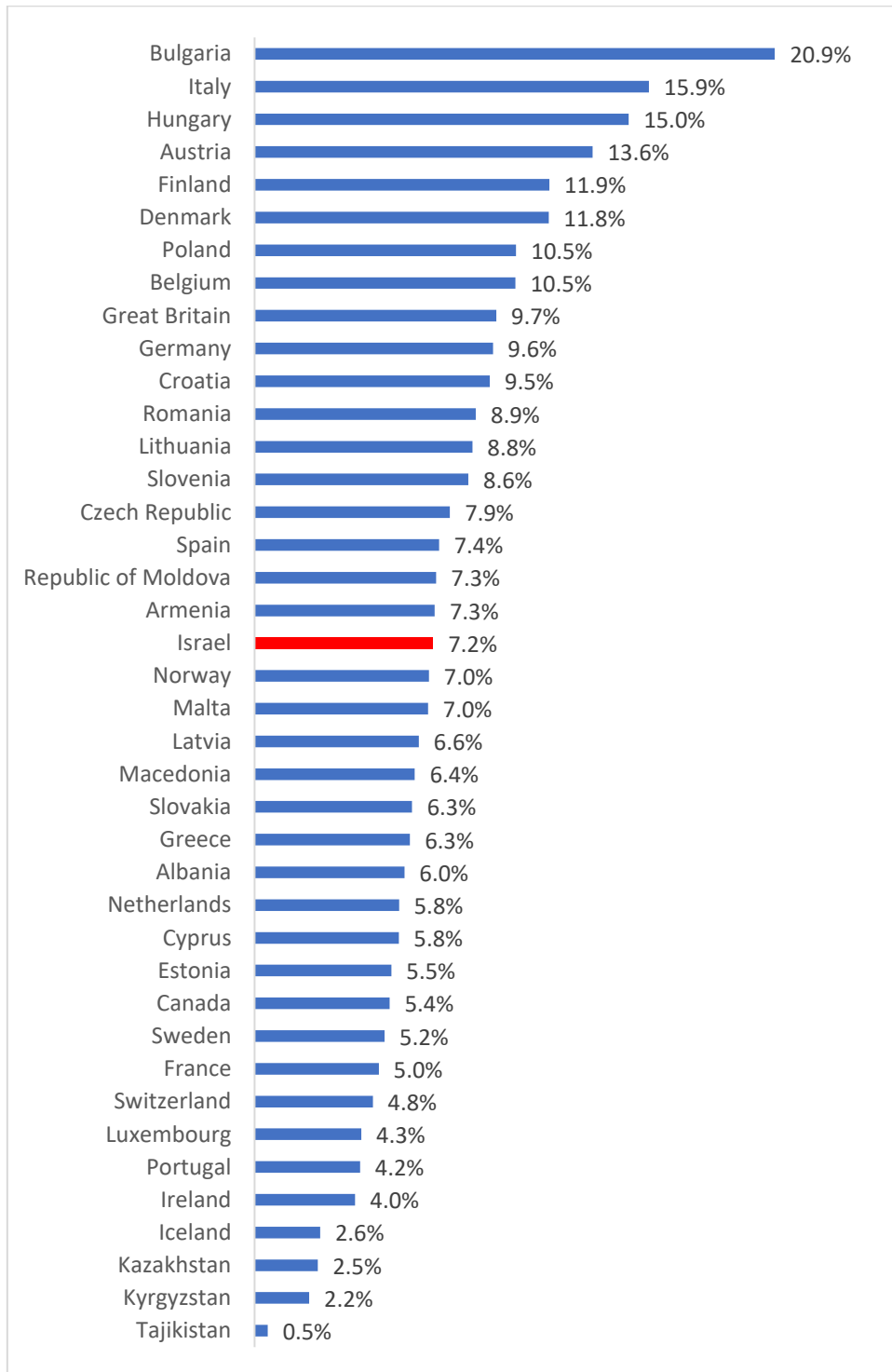
תרשים 3.2: אחוז התלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון, לפי מגזר וכיתה:



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 3.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על השתכרות בחודש האחרון. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-29 מבין 40 מדינות עם כ-7% אחוזים מהתלמידים המדווחים על השתכרות לפחות פעם אחת בחודש האחרון.

תרשים 3.3: אחוז התלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת בתודש האחרון, לפי מדינה:



### גיל התנסות ראשונה בשתיית אלכוהול (שלא למטרות קידוש)

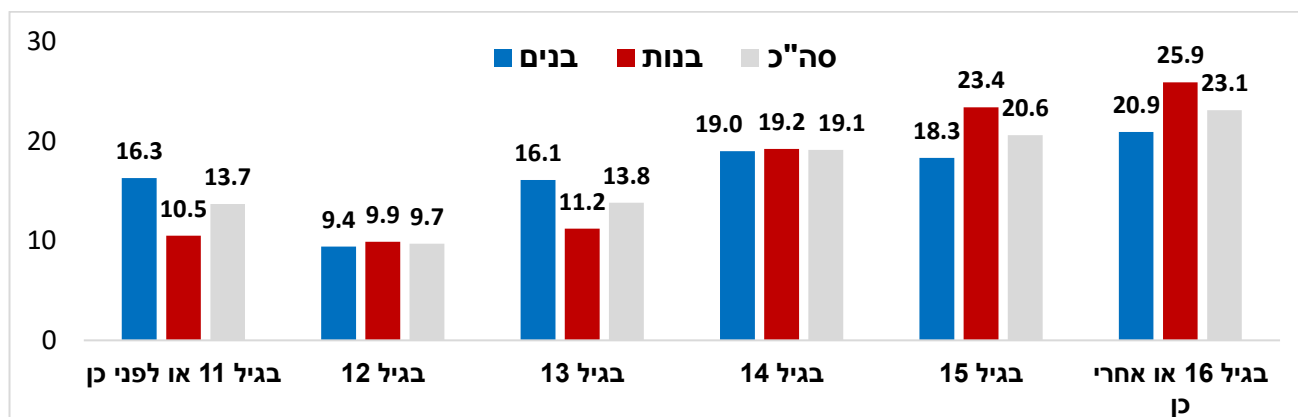
התלמידים נשאלו באיזה הגיל הם שתו לראשונה אלכוהול שלא למטרות קידוש. סולם המענה נע מ- "אף פעם ל- "גיל 16 או אחרי כן". הממצאים להלן כוללים את ההתפלגות של גיל התנסות לראשונה באלכוהול, בקרב התלמידים שציינו כי הם התנסו באלכוהול.

מלוח 4 ניתן לראות כי כ-14% מהתלמידים דיווחו כי התנסו לראשונה בשתיית אלכוהול בגיל 11 או לפני כן. תלמידים במגזר הערבי דיווחו בשכיחות גבוהה יותר על התנסות מוקדמת (גיל 11 או קודם לכן) בשתיית אלכוהול בהשוואה למגזר היהודי (כ-32% לעומת כ-12%, בהתאמה). מרבית התלמידים (כ-63%) התנסו לראשונה בשתיית אלכוהול בגיל 14 או לאחר מכן.

לוח 4: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בשתיית אלכוהול שלא למטרות קידוש (מבין אלו שהתנסו), לפי מגזר ומגזר:

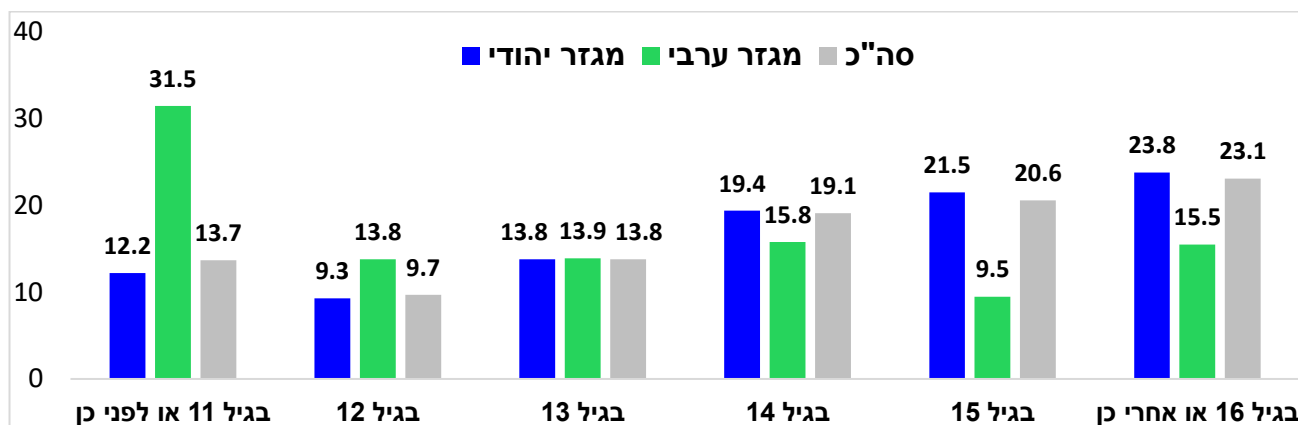
גיל התנסות לראשונה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
בגיל 11 או לפני	15.3%	8.6%	12.2%	24.7%	48.2%	31.5%	16.3%	10.5%	13.7%
בגיל 12	8.8%	9.9%	9.3%	14.9%	11.0%	13.8%	9.4%	9.9%	9.7%
בגיל 13	16.1%	11.2%	13.8%	15.4%	10.0%	13.9%	16.1%	11.2%	13.8%
בגיל 14	19.2%	19.6%	19.4%	17.5%	11.7%	15.8%	19.0%	19.2%	19.1%
בגיל 15	19.3%	24.1%	21.5%	9.6%	9.2%	9.5%	18.3%	23.4%	20.6%
בגיל 16 או אחרי	21.2%	26.7%	23.8%	17.8%	10.0%	15.5%	20.9%	25.9%	23.1%
סה"כ משיבים	1,740	1,561	3,301	275	166	441	2,015	1,727	3,742

תרשים 4.1: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בשתיית אלכוהול שלא למטרות קידוש (מבין אלו שהתנסו), לפי מגזר:



תרשים 4.2: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בשתיית אלכוהול שלא למטרות קידוש (מבין אלו שהתנסו),

לפי מגזר:



כאמור שתיית אלכוהול, הינה חלק ממגוון של התנהגויות סיכון בהן מתנסים בני נוער, פעמים רבות כתוצאה של לחץ חברתי או של רצון להשתייך לקבוצת השווים. שתיית אביסה או שתייה מופרזת של משקאות אלכוהוליים כוללת שתייה של חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות. כ- 13% מן התלמידים, בכיתות ה' עד י"ב, דיווחו על שתיית אביסה לפחות פעם אחת בחודש האחרון. התנהגות זו הרבה יותר שכיחה בקרב המגזר היהודי לעומת הערבי, והכי פחות נפוצה בקרב בנות המגזר הערבי (כ-3%). עוד יצוין כי כיתות ה'-ו' מהוות אוכלוסיית סיכון בשל שכיחות גבוהה יחסית של שתיית אביסה לעומת כיתות ז' עד ט', בעיקר במגזר היהודי. יתרה מזאת, חלה עלייה בהתנהגות זו בקרב תלמידי המגזר היהודי בין השנים 2019 (אז שכיחות התופעה עמדה על 7%) לבין 2023 (כ-16%), בעוד שבקרב תלמידי המגזר הערבי נצפתה ירידה קלה בשכיחות התופעה בשנים האחרונות. ממצאים אלו מחזדים את החשיבות בהתערבות באשר לסיכוני שתיית אביסה, תוך שימת דגש על תוכניות מניעה כבר בגילאי בי"ס יסודי.

בהשוואה לממצאים בנוגע לשתיית אביסה, אחוז התלמידים אשר התנסו אי פעם בשכרות עומד על כ-16% ואחוז התלמידים שהשתכרו לפחות פעם אחת בחודש האחרון עומד על כ-10%. שכיחות ההתנסות עולה עם הגיל בהתאמה, וכן גבוהה יותר בקרב הבנים לעומת הבנות. עם זאת, שכיחות התופעה בקרב בנות מהמגזר היהודי עולה משמעותית עם הגיל ודומה לשכיחות התופעה בקרב הבנים מהמגזר היהודי בגילאי כיתות יא-יב (כ-41%). חיזוק לממצא זה ניתן לזהות גם במגמות בין השנים, כאשר העלייה בהשתכרות בין שנת 2019 לשנת 2023 במגזר היהודי, נעוצה בעיקר בעלייה בשכיחות התופעה בקרב הבנות. ממצא זה מציף את הרגישות בגילאים אלו דווקא בקרב בנות מן המגזר היהודי, ומחייב התייחסות לכך במסגרת התערבויות חינוכיות.

גיל ההתנסות הראשוני של צריכת משקה אלכוהולי הינו משמעותי לזיהוי אוכלוסיות סיכון. הנתונים מלמדים שאחוז גבוה (כ-32%) מבין התלמידים במגזר הערבי אשר התנסו בשתיית אלכוהול, עשו זאת לראשונה בגיל 11 או קודם לכן. לעומת זאת, מרבית התלמידים במגזר היהודי (כ-65%) שהתנסו בשתיית אלכוהול, דיווחו כי עשו זאת לראשונה בגיל 14 או מאוחר יותר. לאור האמור לעיל, נראה כי ישנה חשיבות בהעלאת המודעות לצריכת אלכוהול כבר בגילאי בית הספר היסודי ולאורך כל שנות הלימוד, לצורך חידוד הסיכונים והעמידה בלחץ חברתי. כמו כן, ישנה חשיבות בהגברת האכיפה והרגולציה סביב מכירת משקאות אלכוהולים לקטינים וחשיפה אליהם בתכני תקשורת המיועדים לצעירים.

- Boden, J. M., Fergusson, D. M., & FRSNZ, F. H. (2011). The short and long-term consequences of adolescent alcohol use. *Young People and Alcohol*, 16, 32-46.
- Cook, P. A., Harkins, C., Morleo, M., et al. (2010). *Contributions of Alcohol Use to Teenage Pregnancy and Sexually Transmitted Infection Rates*. Liverpool: Liverpool John Moores University,.
- Creswell, K. G., Terry-McElrath, Y. M., & Patrick, M. E. (2022). Solitary alcohol use in adolescence predicts alcohol problems in adulthood: A 17-year longitudinal study in a large national sample of US high school students. *Drug and alcohol dependence*, 238, 109552.
- Danielsson, A. K., Wennberg, P., Hibell, B., & Romelsjö, A. (2012). Alcohol use, heavy episodic drinking and subsequent problems among adolescents in 23 European countries: does the prevention paradox apply?. *Addiction*, 107(1), 71-80.
- Esser, M. B., Leung, G., Sherk, A., Bohm, M. K., Liu, Y., Lu, H., & Naimi, T. S. (2022). Estimated deaths attributable to excessive alcohol use among US adults aged 20 to 64 years, 2015 to 2019. *JAMA network open*, 5(11), e2239485-e2239485.
- Fuller, E. (2011). *Smoking, drinking and drug use among young people in England in 2011*. Health and Social Care Information Centre.
- MacArthur, G. J., Smith, M. C., Melotti, R., Heron, J., Macleod, J., Hickman, M., & Lewis, G. (2012). Patterns of alcohol use and multiple risk behaviour by gender during early and late adolescence: the ALSPAC cohort. *Journal of public health*, 34(suppl 1), i20-i30.
- McCambridge, J., McAlaney, J., & Rowe, R. (2011). Adult consequences of late adolescent alcohol consumption: a systematic review of cohort studies. *PLoS medicine*, 8(2), e1000413.
- Moss, H. B., Chen, C. M., & Yi, H. Y. (2014). Early adolescent patterns of alcohol, cigarettes, and marijuana polysubstance use and young adult substance use outcomes in a nationally representative sample. *Drug and alcohol dependence*, 136, 51-62.
- Scott, S., Elamin, W., Giles, E. L., Hillier-Brown, F., Byrnes, K., Connor, N., ... & Ells, L. (2019). Socio-Ecological Influences on Adolescent (Aged 10–17) Alcohol Use and Unhealthy Eating Behaviours: A Systematic Review and Synthesis of Qualitative Studies. *Nutrients*, 11(8), 1914.



- Shapiro, O., Tesler, R., Barak, S., Ben-Meir, L., Giladi, A., Nissanholtz-Gannot, R., Green, G., Zwillig, M., Zigdon, A., & Harel-Fisch, Y. (2022). A Biopsychosocial Approach to Examining Alcohol Consumption among Youth during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 14(22), 15035. <https://doi.org/10.3390/su142215035>
- Spoth, R., Redmond, C., & Shin, C. (2001). Randomized trial of brief family interventions for general populations: Adolescent substance use outcomes 4 years following baseline. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 627-642.
- Sznitman, S. R., Zlotnick, C., & Harel-Fisch, Y. (2016). Normalisation theory: Does it accurately describe temporal changes in adolescent drunkenness and smoking?. *Drug and alcohol review*, 35(4), 424-432.
- Werch, C. E., Owen, D. M., Carlson, J. M., Diclemente, C. C., Edgemon, P., & Moore, M. (2003). Effects of a stage-based alcohol preventive intervention for inner-city youth. *Journal of Drug Education*, 31, 138-123.

## צריכת סמים

### מבוא

מרבית האנשים המשתמשים בחומרים ממכרים, ביניהם סמים, מתחילים להשתמש לפני שמלאו להם 18 שנים. בני נוער וצעירים, אשר מוחם עדיין מתפתח, פגיעים יותר להשפעות של חומרים אלו וקיימת ספרות ענפה העוסקת בהשפעות ובהשלכות השליליות שיש לצריכת סמים על התפתחותם של בני נוער. כך, למשל, מחקרים מלמדים כי עישון מריחואנה בגיל ההתבגרות קשור להפחתה של יכולות קוגניטיביות, מוטיבציה, שביעות רצון מהחיים והישגיות, במקביל לעלייה בשיעור ההפרעות הנפשיות, כמו דיכאון, חרדה וסכיזופרניה (Chadiet et al., 2019; Sumbe et al., 2022). בדומה לכך, שימוש בסמים בגיל צעיר עלול להביא להשלכות שליליות, כגון בריונות ושתיית אלכוהול מופרזת (Priesman et al., 2018), התנסות בחומרים קשים יותר, תלות פיזית ופסיכולוגית בסם (Chen et al., 2009; Botvin & Griffin, 2007), ליקויים קוגניטיביים (Chadi et al., 2019), קיום יחסי מין לא מוגנים (Bachman et al., 2008), נשירה מלימודים וסיכוי נמוך יותר להמשיך ללימודים מתקדמים ולרכוש השכלה גבוהה בעתיד (Green et al., 2017).

נתונים עדכניים ברחבי העולם מלמדים כי צריכת מריחואנה עדיין נמצאת במגמת עלייה בקרב בני נוער וכי תפיסת המסוכנות של שימוש בקנאביס בקרב הנוער פוחתת (Sarvet et al., 2018; Yockey et al., 2019). כאמור, לצריכה זו יש השפעות שליליות ניכרות בהיבטים רבים בחייהם של בני הנוער. בני נוער משתמשים בסמים מסיבות שונות כגון שיפור מצב הרוח, שחרור ממתחים וקונפורמיות חברתית (Lee et al., 2007), אך כפי שהוזכר לעיל, שימוש בסמים עלול להביא לתוצאות ההפוכות מן הרצוי כגון סימפטומים של אגרסיביות, דיכאון וחרדה (Griffith-Lendering et al., 2011; Sumbe et al., 2022). חלק ניכר מן החולי ומהתמותה בקרב צעירים במדינות מפותחות מיוחס אל שימוש בעייתי בסמים. דפוסי השימוש בסמים בקרב בני נוער מנבאים שימוש כרוני, תמותה ומחלות בהמשך החיים. הפרעת שימוש בחומרים ממכרים (Substance Use Disorder) שכיחה בקרב בני נוער וכוללת לרוב שימוש מסוכן, בעוד שהתמכרות לסמים שכיחה יותר בקרב ההתבגרות המאוחרת (Toumbourou & Catalano, 2005).

### מדדי צריכת סמים

השאלות אשר דנו בנושא זה התמקדו בשימוש בחומרים ממכרים לא חוקיים ובמדדים נוספים הקשורים לשימוש בקנאביס. השאלות נשאלו בקרב תלמידי כיתות ז' ומעלה בלבד.

1. שימוש בקנאביס

2. שימוש בחומרים ממכרים שלא למטרות רפואיות (קנאביס, הרחת חומרים אחרים וסמי פיצוציות)

השאלות הבאות נשאלו בקרב תלמידי כיתות י'-י"ב בלבד.

3. שימוש בחומרים המכרים שלא למטרות רפואיות: (משככי כאבים, רטלין, אקסטזי או L.S.D.; קראק, קוקאין, אופיום, הרואין או קוק פרסי).

4. גיל התנסות ראשונה בקנאביס ובסמי פיצוציות.

## ממצאים עיקריים

### שימוש בקנאביס אי פעם

התלמידים (כיתות ז-יב) נשאלו אם הם השתמשו אי פעם בקנאביס (חשיש/מריחואנה).. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "30 ימים או יותר". הממצאים להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם התנסו לפחות פעם אחת בשימוש בקנאביס.

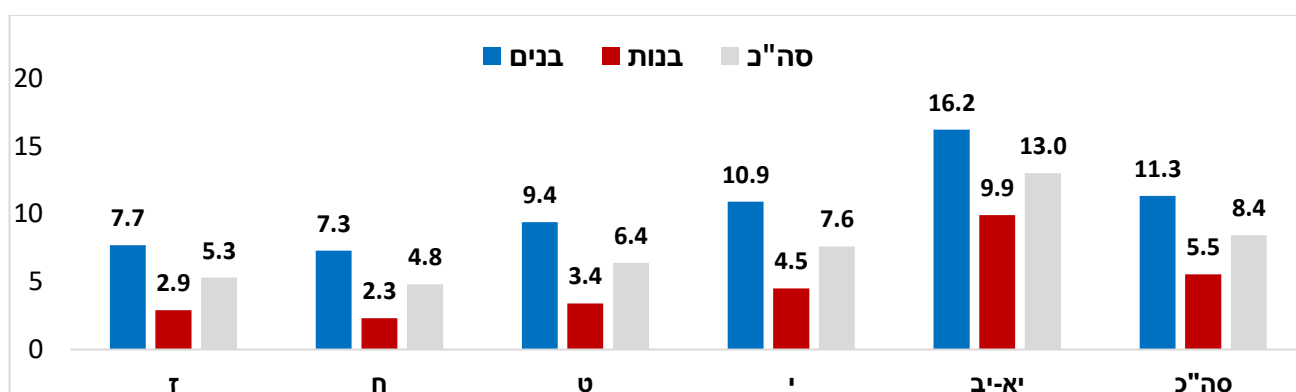
מלוח 1 ניתן לראות כי כ-8% מהתלמידים דיווחו שהשתמשו בקנאביס אי פעם. בנים מדווחים על שימוש יותר מבנות (כ-11% לעומת כ-6% בהתאמה). במגזר היהודי מדווחים על שימוש גבוה יותר לעומת המגזר הערבי (9% לעומת 7% בהתאמה), כאשר הפער המשמעותי הוא בעיקר בשכבת ח' (כ-6% לעומת 3% בהתאמה) שכבת י' (כ-9% לעומת כ-4% בהתאמה) ובשכבות י"א-י"ב (כ-14% לעומת כ-10% בהתאמה).

ישנה מגמת עליה בהתנסות בקנאביס אי פעם בקרב הבנות מכ-7% בשנת 2019 לכ-9% בשנת 2023. לעומת זאת, בקרב הבנים חלה ירידה בהתנסות אי פעם בקנאביס מכ-17% בשנת 2019 לכ-15% בשנת 2023.

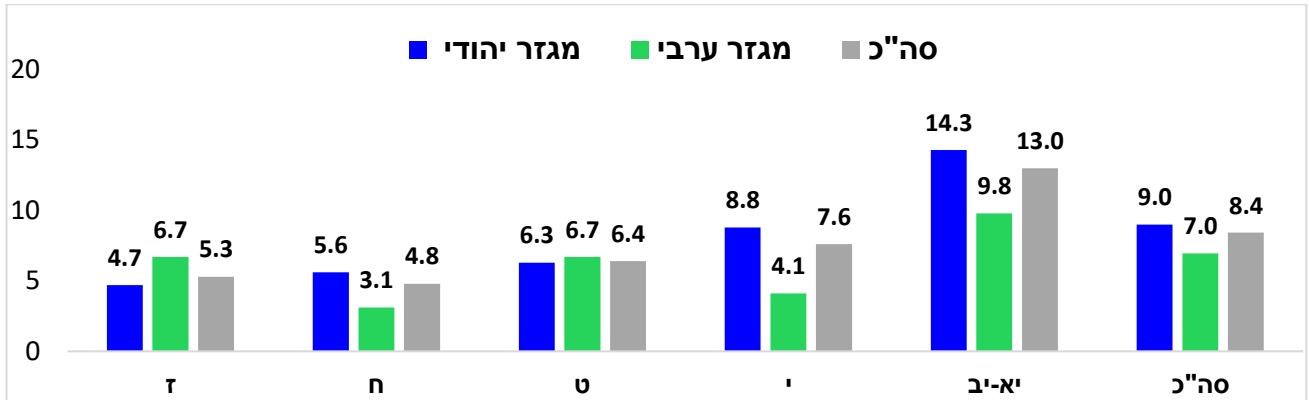
לוח 1: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	6.8%	2.6%	4.7%	9.9%	3.5%	6.7%	7.7%	2.9%	5.3%
ח	8.2%	2.9%	5.6%	5.2%	1.1%	3.1%	7.3%	2.3%	4.8%
ט	8.7%	3.9%	6.3%	11.2%	2.3%	6.7%	9.4%	3.4%	6.4%
י	11.6%	6.1%	8.8%	8.6%	0.5%	4.1%	10.9%	4.5%	7.6%
יא-יב	16.1%	12.6%	14.3%	16.5%	3.3%	9.8%	16.2%	9.9%	13.0%
סה"כ	11.2%	6.8%	9.0%	11.6%	2.5%	7.0%	11.3%	5.5%	8.4%
סה"כ משיבים	4,913	5,356	10,269	2,011	3,506	5,517	6,924	8,862	15,786

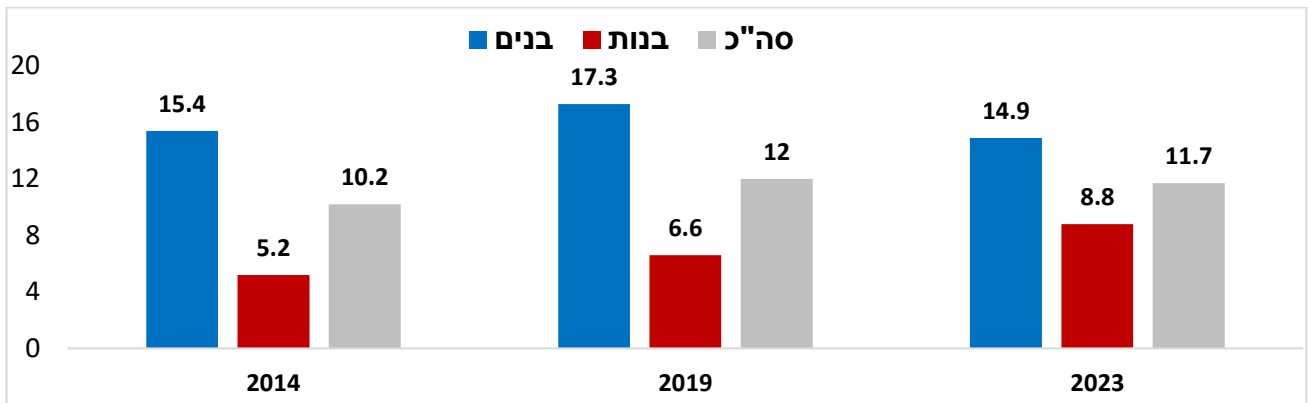
תרשים 1.1: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מגדר וכיתה:



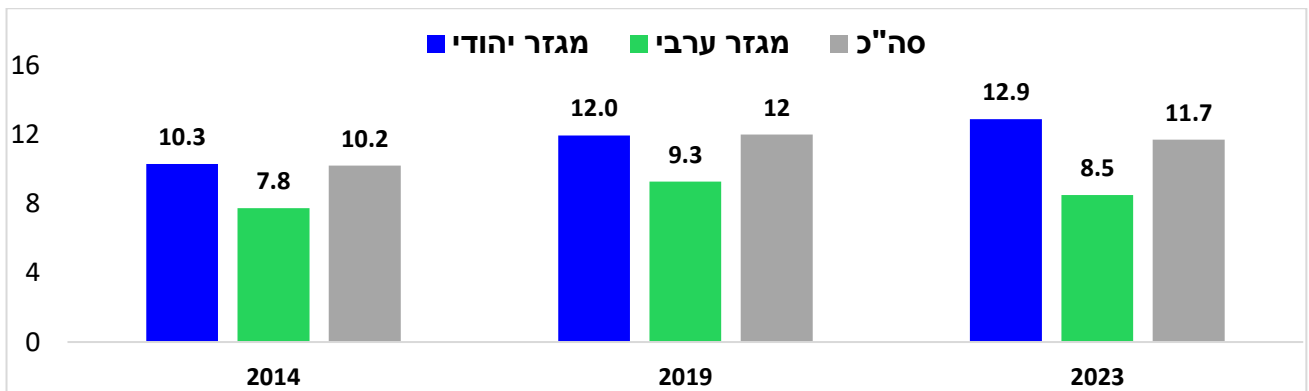
תרשים 1.2: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 1.3: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מגזר וכיתה (כיתות י-יב בלבד):



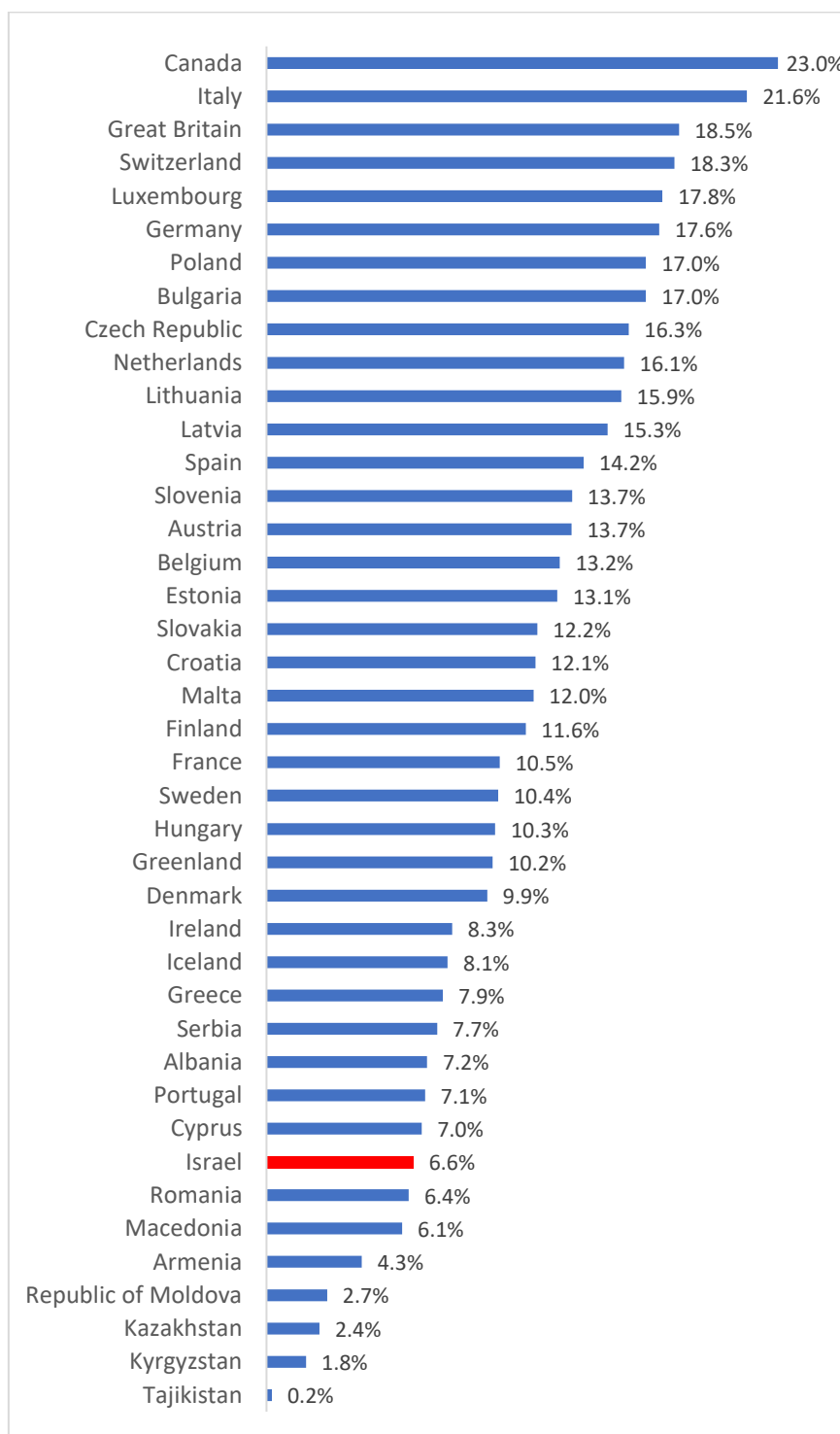
תרשים 1.4: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מגזר וכיתה (כיתות י-יב בלבד):



## השוואה בין-לאומית

תרשים 1.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על שימוש בקנאביס אי פעם. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 15 מדורגים במקום ה-8 לפני האחרון מבין 41 מדינות עם כ-6.6% אחוזים מהתלמידים בגילאי 15 המדווחים על שימוש אי פעם בקנאביס.

תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 15 שהשתמשו בקנאביס אי פעם, לפי מדינה:



**שימוש בקנאביס בחודש האחרון**

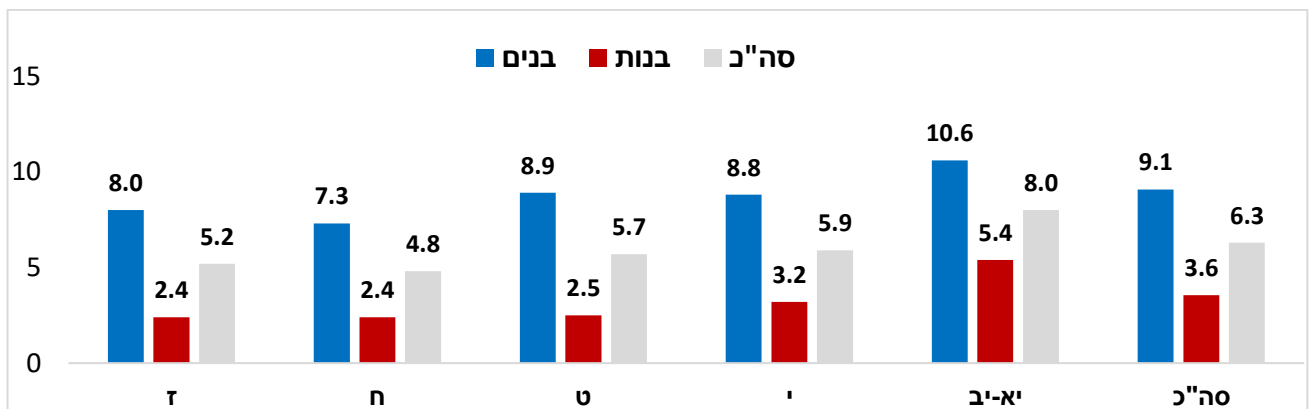
התלמידים (כיתות ז- יב) נשאלו אם הם השתמשו בקנאביס (חשיש/מריחואנה). ב- 30 הימים האחרונים. סולם המענה נע מ "אף פעם" ל "30 ימים או יותר". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתמשו בקנאביס לפחות יום אחד ב 30 הימים האחרונים.

מלוח 2 ניתן לראות כי כ-6% מהתלמידים דיווחו שהשתמשו בקנאביס בחודש האחרון. בנים מדווחים על שימוש יותר מבנות (כ-9% לעומת כ-4% בהתאמה). ישנה עליה קלה בהתנסות בקנאביס בחודש האחרון בקרב הבנות מכ- 4% בשנת 2019 לכ 5%- בשנת 2023. לעומת זאת, בקרב הבנים חלה ירידה בקנאביס בחודש האחרון מ- 12% בשנת 2019 לכ- 10% בשנת 2023.

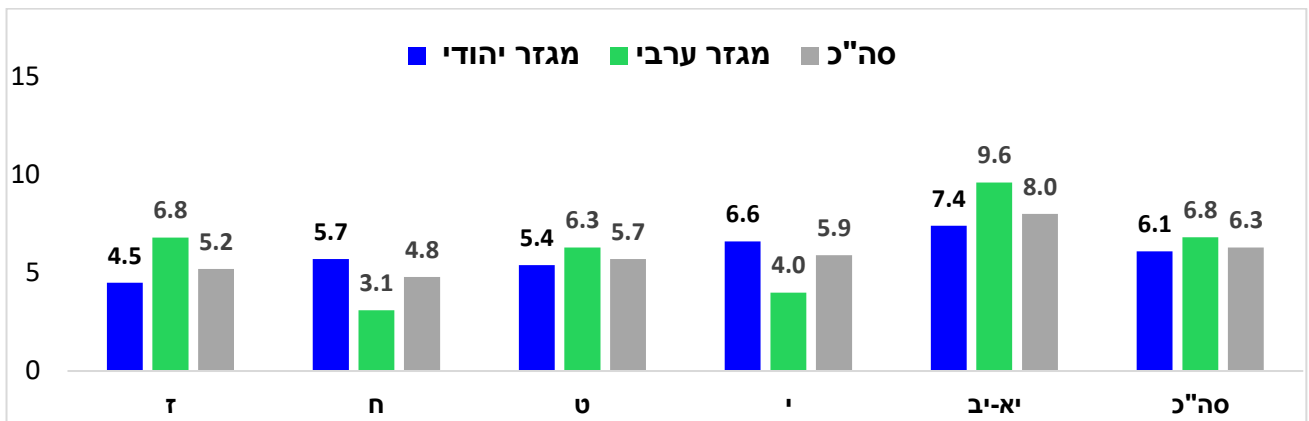
לוח 2: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	6.9%	2.2%	4.5%	10.7%	2.9%	6.8%	8.0%	2.4%	5.2%
ח	8.3%	3.0%	5.7%	4.9%	1.3%	3.1%	7.3%	2.4%	4.8%
ט	8.3%	2.6%	5.4%	10.5%	2.3%	6.3%	8.9%	2.5%	5.7%
י	9.0%	4.2%	6.6%	8.2%	0.5%	4.0%	8.8%	3.2%	5.9%
יא-יב	8.4%	6.4%	7.4%	16.3%	3.1%	9.6%	10.6%	5.4%	8.0%
סה"כ	8.1%	4.1%	6.1%	11.5%	2.3%	6.8%	9.1%	3.6%	6.3%
סה"כ משיבים	4,913	5,356	10,269	2,011	3,506	5,517	6,924	8,862	15,786

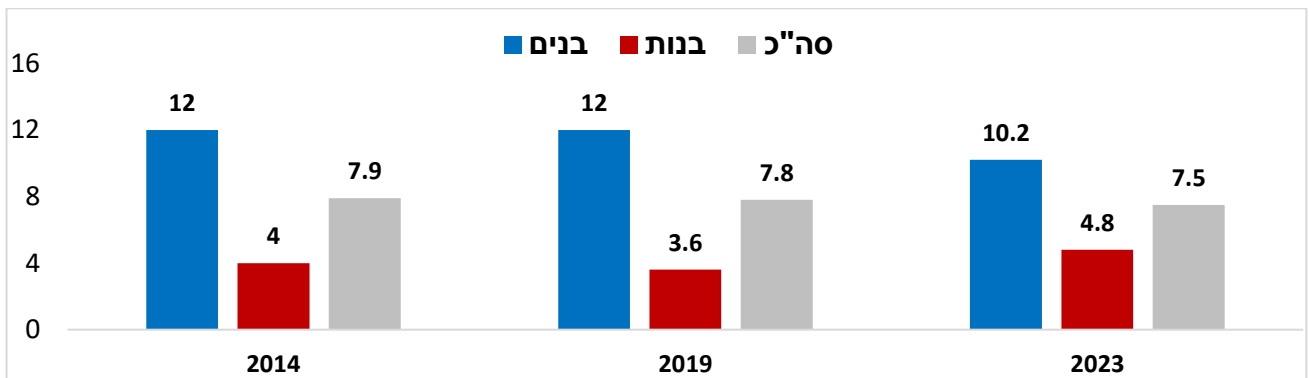
תרשים 2.1: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



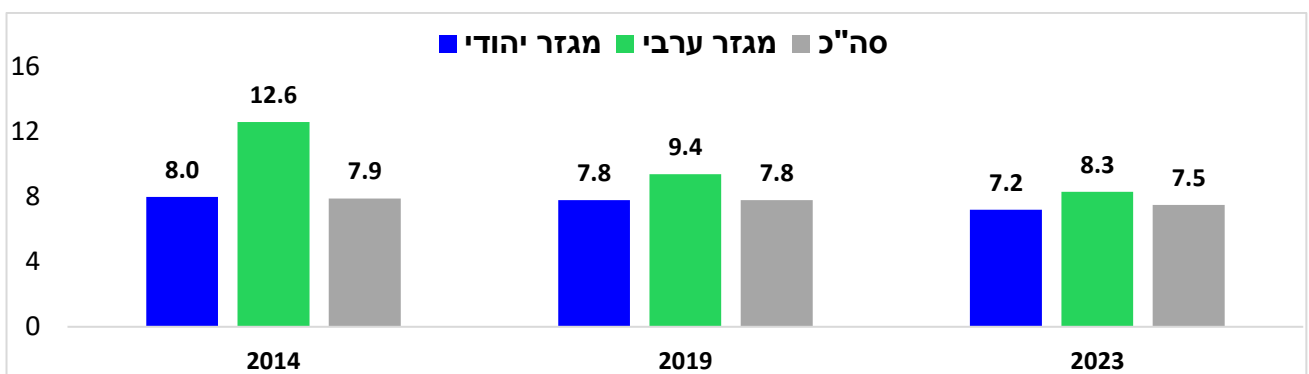
תרשים 2.2: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.3: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים לפי מגזר ושנה (כיתות י-יב בלבד)



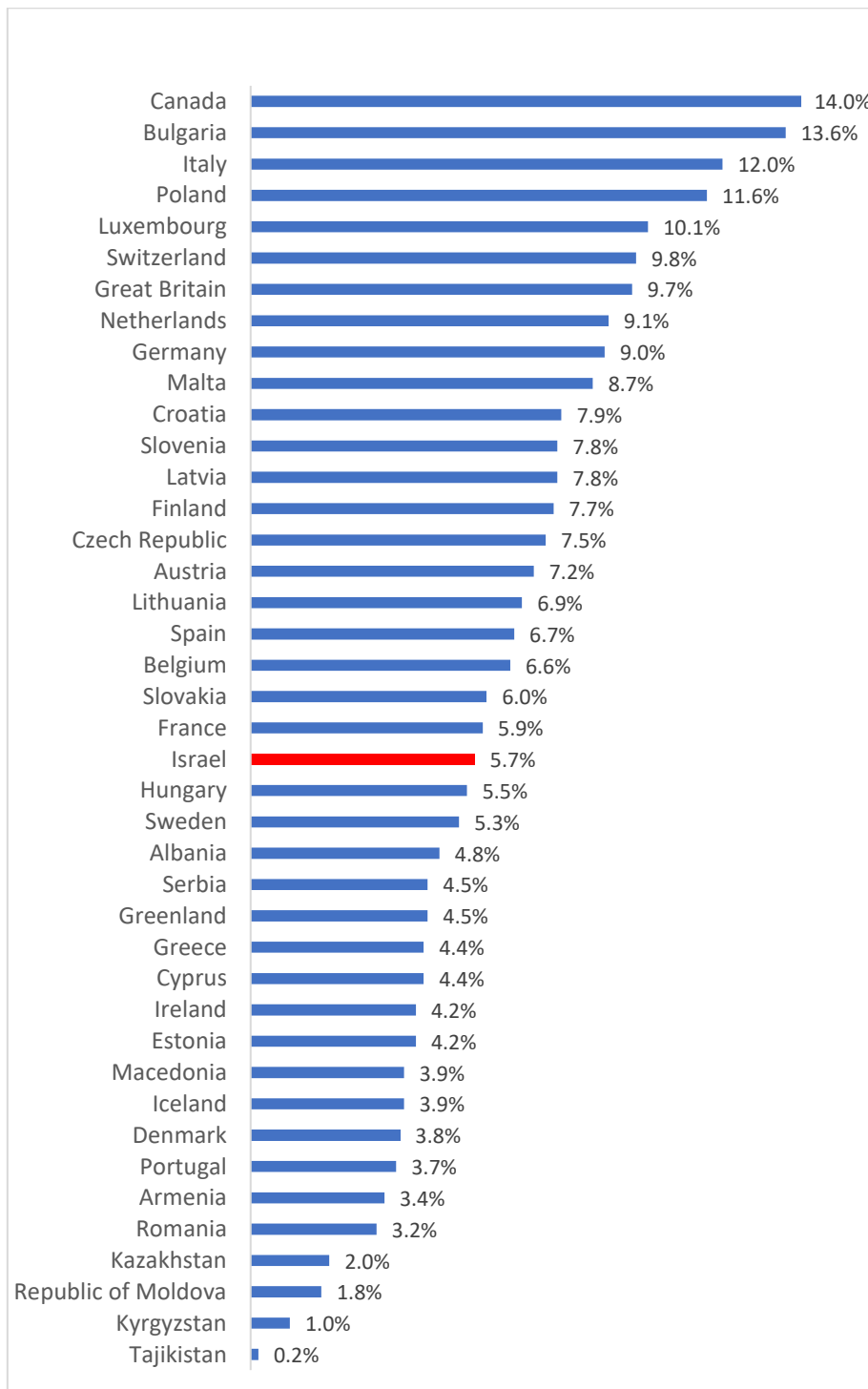
תרשים 2.4: אחוז התלמידים שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים לפי מגזר ושנה (כיתות י-יב בלבד)



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 2.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על שימוש בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים. הממצאים מראים שהתלמידים בישראל בגילאי 15 מדווחים במקום ה- 22 מבין 41 מדינות עם כ 5.7% אחוזים מהתלמידים בגילאי 15 המדווחים על שימוש בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019), אחוז המדווחים במדד זה עמד על 10%.

תרשים 2.5 : אחוז התלמידים בגילאי 15 שהשתמשו בקנאביס ב- 30 הימים האחרונים, לפי מדינה



**שימוש בחומרים ממכרים**

התלמידים נשאלו כמה פעמים ב- 12 החודשים האחרונים הם השתמשו בחומרים הבאים שלא למטרות רפואיות : א) קנאביס (מריחואנה/חשיש); ב) משככי כאבים (אופיאטים); ג) ריטלין (ללא מרשם); ד) הרחת חומרים אחרים (כמו גז צחוק, גז קצפות, דבק); ה) סמי פיצוציות (כמו חגיגת, מבסוטון, נייס גאי); ו) אקסטזי או LSD; ז) קראק, קוקאין, אופיום, הירואין או



קוק פרסי. סולם המענה נע מ "אף פעם" ל "30 ימים או יותר". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתמשו בחומרים הבאים לפחות יום אחד ב – 12 החודשים האחרונים.

לוח 3 מציג את אחוז התלמידים בכיתות ז'-יב' שהשתמשו לפחות פעם אחת ב-12 החודשים האחרונים בחומרים הממכרים הבאים: קנאביס, הרחת חומרים, וסמי פיצוציות. ניתן לראות כי החומר הממכר הנפוץ ביותר לשימוש על פי דיווחם של התלמידים בשנת 2023 מבין החומרים הנ"ל הוא קנאביס (כ- 9%), יותר בקרב בנים (כ- 11%) בהשוואה לבנות (כ- 6%). גם ביתר החומרים הממכרים שנבדקו נמצא דיווח גבוה יותר של בנים לעומת הבנות.

לוח 3: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים השתמשו לפחות פעם אחת בחומרים הממכרים הבאים שלא למטרות רפואיות, לפי מגדר ומגזר (כיתות ז'-יב') :

סה"כ משיבים	כל המדגם			מגזר ערבי			מגזר יהודי			
	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	
10,153	6.1%	11.4%	8.8%	7.3%	12.3%	9.3%	7.5%	11.0%	קנאביס	
10,153	3.9%	8.6%	6.3%	8.3%	12.4%	5.5%	3.7%	7.2%	הרחת חומרים	
10,153	2.4%	7.0%	4.7%	7.3%	11.6%	3.7%	2.0%	5.3%	סמי פיצוציות	

לוח 4 מציג את אחוז התלמידים בכיתות י'-יב' שהשתמשו לפחות פעם אחת ב-12 החודשים האחרונים בחומרים הממכרים הבאים: משככי כאבים (אופיאטים); ריטלין; אקסטזי או LSD; קראק, קוקאין, אופיום, הירואין, או קוק פרסי. ניתן לראות כי החומר הממכר הנפוץ ביותר לשימוש על פי דיווחם של התלמידים בשנת 2023 מבין החומרים הנ"ל הוא משככי כאבים (אופיאטים) (כ- 19%), יותר בקרב בנות (כ- 20%) בהשוואה לבנים (כ- 17%). ביתר החומרים הממכרים שנבדקו נמצא דיווח הפוך כאשר יותר בנים דיווחו על שימוש לעומת הבנות. בכל החומרים הממכרים שנבדקו נמצא כי אחוז התלמידים גבוה יותר בקרב המגזר הערבי מאשר ביהודי.

לוח 4: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים השתמשו לפחות פעם אחת בחומרים הממכרים הבאים שלא למטרות רפואיות, לפי מגדר ומגזר (כיתות י'-יב') :

סה"כ משיבים	כל המדגם			מגזר ערבי			מגזר יהודי			
	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	
5,973	18.5%	20.4%	16.5%	27.1%	29.3%	24.7%	15.2%	16.9%	13.4%	משככי כאבים (אופיאטים)
5,973	6.6%	4.9%	8.4%	8.2%	4.1%	12.5%	6.1%	5.2%	6.9%	ריטלין
5,973	4.3%	1.8%	6.8%	7.1%	2.5%	12.1%	3.2%	1.6%	4.8%	אקסטזי או LSD
3,655	4.6%	2.3%	6.8%	6.9%	2.9%	10.8%	3.2%	1.9%	4.4%	קראק, קוקאין, אופיום, הירואין, קוק פרסי

#### גיל התנסות לראשונה בקנאביס

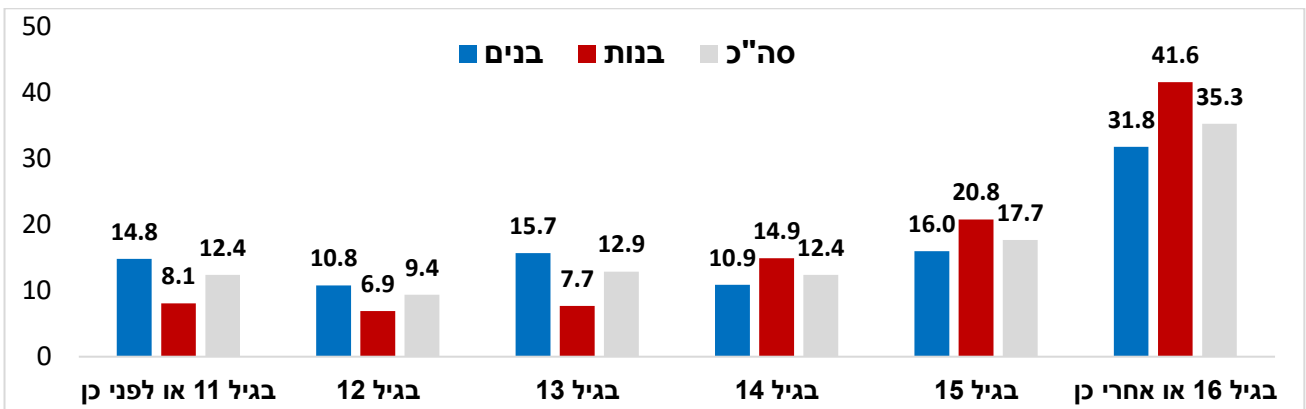
התלמידים נשאלו באיזה הגיל הם השתמשו לראשונה בקנאביס (חשיש/מריחואנה). סולם המענה נע מ "אף פעם ל- "גיל 16 או אחרי כן". הממצאים להלן כוללים את ההתפלגות של גיל התנסות לראשונה בקנאביס, בקרב תלמידים שציינו כי הם התנסו בקנאביס.

לוח 5 מציג את אחוז התלמידים בכיתות י'-יב' שהתנסו לראשונה בקנאביס (מבין אלה שהתנסו). ניתן לראות כי מבין התלמידים אשר התנסו בקנאביס, כ-35% התנסו לראשונה בגיל 13 או לפני כן. עוד עולה כי גיל ההתנסות לראשונה בקנאביס בקרב תלמידי המגזר הערבי נמוך משמעותית מגיל ההתנסות לראשונה בקרב תלמידי המגזר היהודי, כאשר כ- 67% מתלמידי המגזר הערבי אשר התנסו בקנאביס מדווחים על התנסות לראשונה בגיל 13 או קודם לכן, לעומת כ- 30% בקרב תלמידי המגזר היהודי.

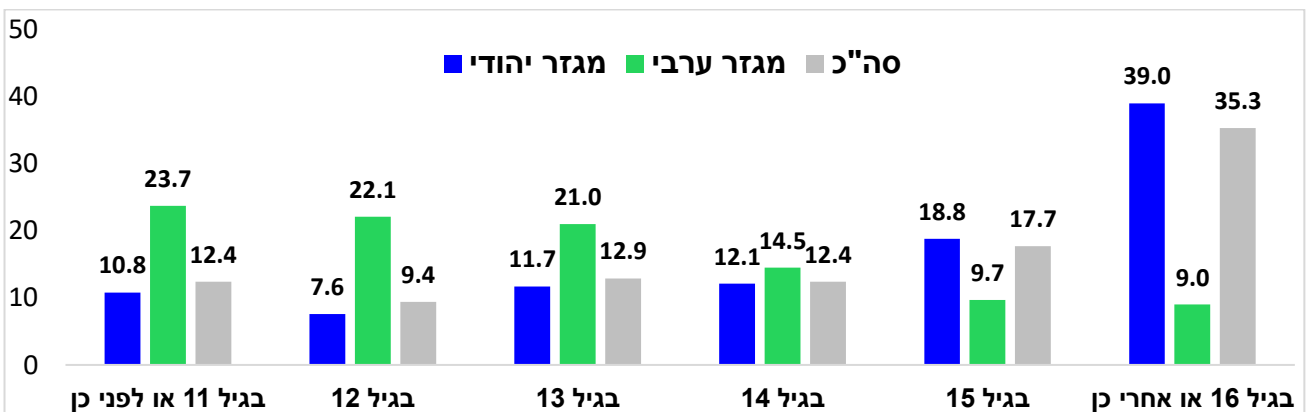
לוח 5: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בקנאביס (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר ומגזר (כיתות י' - יב'):

גיל התנסות לראשונה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
בגיל 11 או לפני כן	12.9%	7.4%	10.8%	25.0%	18.1%	23.7%	14.8%	8.1%	12.4%
בגיל 12	9.5%	4.5%	7.6%	17.6%	41.5%	22.1%	10.8%	6.9%	9.4%
בגיל 13	14.5%	7.2%	11.7%	22.1%	15.9%	21.0%	15.7%	7.7%	12.9%
בגיל 14	9.9%	15.6%	12.1%	16.6%	5.4%	14.5%	10.9%	14.9%	12.4%
בגיל 15	17.2%	21.4%	18.8%	9.3%	11.7%	9.7%	16.0%	20.8%	17.7%
בגיל 16 או אחרי כן	35.9%	44.0%	39.0%	9.4%	7.3%	9.0%	31.8%	41.6%	35.3%
סה"כ משיבים	347	209	556	104	38	142	451	247	698

תרשים 5.1: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בקנאביס (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר (כיתות י' - יב'):



תרשים 5.2: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בקנאביס (מבין אלו שהתנסו), לפי מגזר (כיתות י' - יב'):



**גיל התנסות לראשונה בסמי פיצוציות**

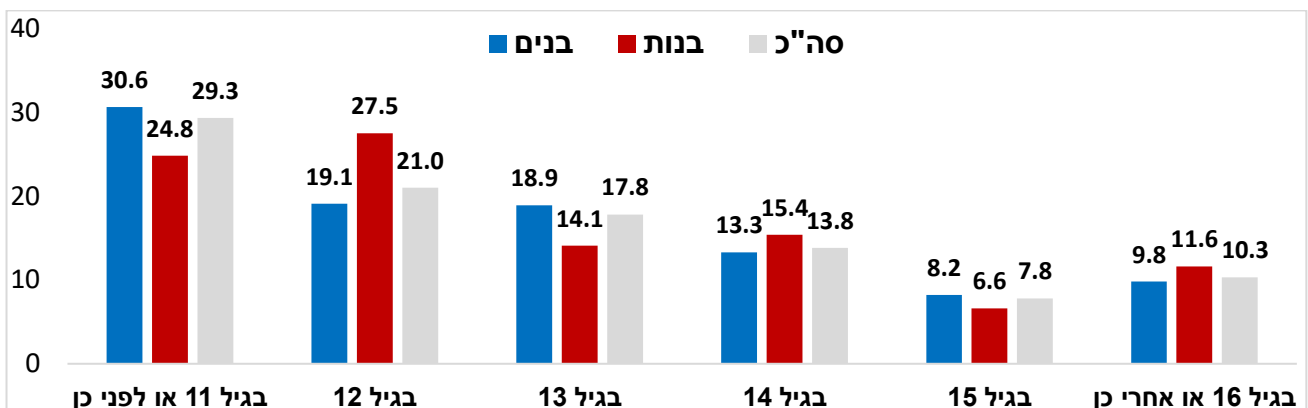
התלמידים נשאלו באיזה הגיל הם ניסו לראשונה פיצוציות (לדוגמה חגיגת, מבסוטון, נייס גאי וכד'). סולם המענה נע מ- "אף פעם ל- "גיל 16 או אחרי כן". הממצאים להלן כוללים את ההתפלגות של גיל התנסות לראשונה בסמי פיצוציות, בקרב תלמידים שציינו כי הם התנסו בעבר בסמי פיצוציות.

לוח 6 מציג את אחוז התלמידים בכיתות י'-יב' שהתנסו לראשונה בסמי פיצוציות (מבין אלו שהתנסו). ניתן לראות כי כ- 50% מהתלמידים אשר התנסו בסמי פיצוציות, עשו זאת בגיל 12 או קודם לכן.

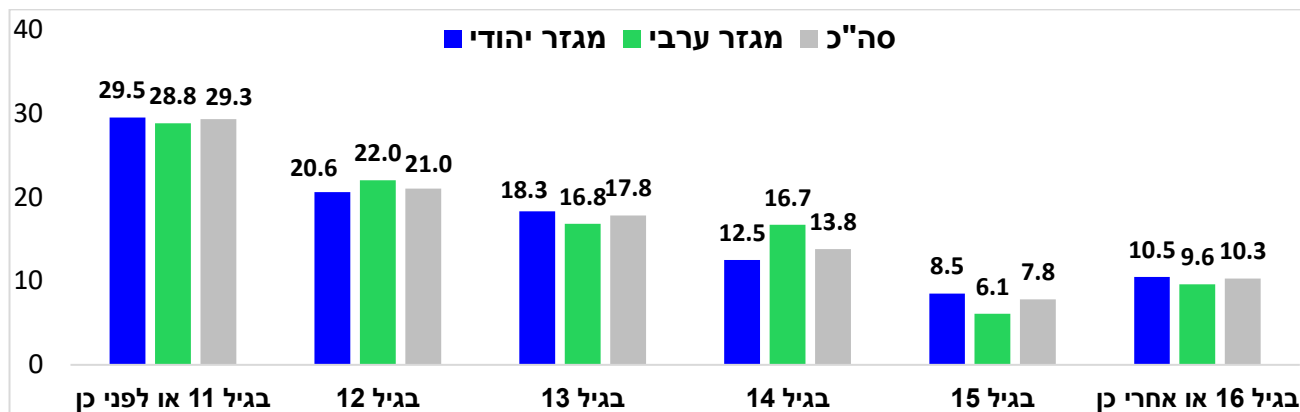
לוח 6: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בסמי פיצוציות (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר ומגזר (כיתות י'-יב'):

גיל התנסות לראשונה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
בגיל 11 או לפני כן	31.6%	22.7%	29.5%	28.4%	30.7%	28.8%	30.6%	24.8%	29.3%
בגיל 12	18.3%	28.2%	20.6%	21.1%	25.5%	22.0%	19.1%	27.5%	21.0%
בגיל 13	20.7%	10.3%	18.3%	14.7%	24.7%	16.8%	18.9%	14.1%	17.8%
בגיל 14	10.9%	17.8%	12.5%	18.8%	8.9%	16.7%	13.3%	15.4%	13.8%
בגיל 15	8.7%	7.9%	8.5%	6.9%	2.8%	6.1%	8.2%	6.6%	7.8%
בגיל 16 או אחרי כן	9.7%	13.2%	10.5%	10.1%	7.4%	9.6%	9.8%	11.6%	10.3%
סה"כ משיבים	209	68	277	105	45	150	314	113	427

לוח 6.1: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בסמי פיצוציות (מבין אלו שהתנסו), לפי מגדר (כיתות י'-יב'):



לוח 6.2: התפלגות (באחוזים) של גיל התנסות לראשונה בסממי פיצוציות (מבין אלו שהתנסו), לפי מגזר (כיתות י'-יב'):



שימוש בסמים מסוגים שונים, הינו בעל השפעות קצרות וארוכות טווח על מתבגרים. ממצאי הסקר מצביעים על שכיחות התנסות בקנאביס של כ- 8% בקרב תלמידים בגילאי כיתות ז' עד יב'. שכיחות ההתנסות בקנאביס בחודש האחרון גבוהה יותר באופן משמעותי בקרב בנים בכיתות יא-יב מהמגזר הערבי. יתרה מזאת, גיל ההתנסות לראשונה בקנאביס בקרב תלמידי המגזר הערבי נמוך משמעותית מגיל ההתנסות לראשונה בקרב תלמידי המגזר היהודי, כאשר כ- 67% מתלמידי המגזר הערבי אשר התנסו בשימוש בקנאביס, דיווחו כי התנסו לראשונה בגיל 13 או מוקדם יותר, לעומת כ- 30% בקרב מקביליהם במגזר היהודי. עוד עולה כי ההתנסות בגילאים צעירים בסמי פיצוציות אף נפוצה יותר בהשוואה לקנאביס. שכיחות התנסות והשימוש בקנאביס נותרה יציבה בשנים האחרונות, עם זאת, ניתוח המגמות מצביע כי בעוד שבקרב הבנים נצפתה ירידה קלה, בקרב הבנות במגזר היהודי חלה עליה קלה. בחינת שכיחות השימוש בחומרים ממכרים מעלה כי, למעט אופיאטים, החומר הממכר הנפוץ ביותר הוא הקנאביס ושכיחות השימוש הנפוצה ביותר היא בקרב בנים במגזר הערבי. על פי תיאורית השער (Gateway Theory), הקנאביס משמש "סם מעבר" להתנסות בחומרים ממכרים קשים יותר, ומכאן החשיבות הגוברת בקיום תוכניות התערבות למניעת התנסות בקרב תלמידים החל מגילאי בית הספר היסודי תוך מתן מענה הולם לאור תמונת הממצאים העולים מן הסקר.

- Bachman, J. G., O'Malley, P. M., Schulenberg, J. E., Johnston, L. D., Freedman-Doan P., & Messersmith, E. E. (2008). *The Education – Drug Use Connection: How Successes and Failures in School Relate to Adolescent Smoking, Drinking, Drug Use, and Delinquency*. New York: Lawrence Erlbaum Associates / Taylor & Francis.
- Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2007). School-based programmes to prevent alcohol, tobacco and other drug use. *International Review of Psychiatry*, 19, 607-615.
- Chadi, N., Schroeder, R., Jensen, J. W., & Levy, S. (2019). Association between electronic cigarette use and marijuana use among adolescents and young adults: a systematic review and meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 173(10), e192574-e192574.
- Chen, C. Y., Storr, C. L. & Anthony, J. C. (2009). Early-onset drug use and risk for drug dependence problems. *Addictive Behaviors*, 34, 319–322.
- Green, K. M., Doherty, E. E., & Ensminger, M. E. (2017). Long-term consequences of adolescent cannabis use: Examining intermediary processes. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 43(5), 567-575.
- Griffith-Lendering, M. F. H., Huijbregts, S. C. J, Mooijaart, A., Vollebergh, W. A. M & Swaab, H. (2011). Cannabis use and development of externalizing and internalizing behaviour problems in early adolescence: a TRAILS study. *Drug and Alcohol Dependence*, 116(1–3), 11–17.
- Lee, C. M., Neighbors, C., & Woods, B. A. (2007). Marijuana motives: young adults' reasons for using marijuana. *Addictive Behaviors*, 32(7), 1384–1394.
- Priesman, E., Newman, R., & Ford, J. A. (2018). Bullying victimization, binge drinking, and marijuana use among adolescents: results from the 2013 National Youth Risk Behavior Survey. *Journal of psychoactive drugs*, 50(2), 133-142.
- Sumbe, A., Wilkinson, A. V., Clendennen, S. L., Bataineh, B. S., Sterling, K. L., Chen, B., & Harrell, M. B. (2022). Association of tobacco and marijuana use with symptoms of depression and anxiety among adolescents and young adults in Texas. *Tobacco Prevention & Cessation*, 8.

- Sarvet, A. L., Wall, M. M., Keyes, K. M., Cerdá, M., Schulenberg, J. E., O'Malley, P. M., ... & Hasin, D. S. (2018). Recent rapid decrease in adolescents' perception that marijuana is harmful, but no concurrent increase in use. *Drug and alcohol dependence*, 186, 68-74.
- Toumbourou, J. W., & Catalano, R. F. (2005). Predicting developmentally harmful substance use. In: T, Stockwell, P, Gruenewald, J. W, Toumbourou & W, Loxley, (eds). *Preventing harmful substance use: the evidence base for policy and practice* (53–66). London: Wiley.
- Yockey, R. A., King, K. A., & Vidourek, R. A. (2019). PARENTING BEHAVIORS ASSOCIATED WITH PAST-YEAR TRANQUILIZER USE AMONG A NATIONAL SAMPLE OF ADOLESCENTS: RESULTS FROM THE 2017 NATIONAL SURVEY ON DRUG USE & HEALTH. *American Journal of Health Studies*, 34(3).



## הימורים

בדוח זה נבדקה שאלה הנוגעת להימורים. בלוח 1 ניתן לראות את אחוז התלמידים בכיתות י'-י"ב שב- 30 הימים האחרונים עשו לפחות פעם אחת את הדברים הבאים: שיחקו במשחקי הגרלות של מפעל הפיס (כמו לוטו, צ'אנס, חיש גד), שיחקו במשחקי הגרלות או משחקי מזל אחרים, או ביצעו הימורים באמצעות האינטרנט.

הממצאים בלוח 1 מראים כי כ-11% מהתלמידים דיווחו כי הם שיחקו במשחקי הגרלות או משחקי מזל אחרים, 10% דיווחו ששיחקו במשחקי הגרלות של מפעל הפיס וכ-7% דיווחו שביצעו הימורים באמצעות האינטרנט. אחוז זה גבוה יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות, כאשר שכיחות הימורים הגבוהה ביותר נרשמת בקרב בנים במגזר הערבי.

לוח 1: אחוז התלמידים בכיתות י'-י"ב שב- 30 הימים האחרונים עשו לפחות פעם אחת את הדברים הבאים, לפי מגזר ומגדר:

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי					
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ			
10.0%	4.6%	15.6%	12.3%	4.8%	20.2%	9.1%	4.5%	13.8%	שיחקו בהגרלות של מפעל הפיס (לוטו, טוטו, צ'אנס וכיו"ב)
11.4%	6.2%	16.7%	13.8%	7.7%	20.3%	10.5%	5.5%	15.4%	שיחקו במשחקי הגרלה אחרים
6.9%	2.5%	11.4%	8.2%	3.3%	13.4%	6.4%	2.2%	10.6%	ביצעו הימורים באינטרנט
<b>5,915</b>	<b>3,665</b>	<b>2,250</b>	<b>2,690</b>	<b>1,886</b>	<b>804</b>	<b>3,225</b>	<b>1,779</b>	<b>1,446</b>	סה"כ משיבים

## מעורבות באלימות

### מבוא

אלימות בין-אישית בקרב בני נוער מאופיינת במעורבות או בהשתתפות בריבים או מאבקים פיזיים וכן בקורבנות לפגיעה פיזית, מינית או רגשית מצד אחרים (Sousa et al., 2010). התנהגות אלימה בקרב בני נוער נחשבת לבעיה כלל עולמית והיא בעלת השלכות פיזיות ופסיכולוגיות (Markkanen et al., 2019; Walton et al., 2009). אלימות היא תופעה מעגלית, כך שישנה סבירות גבוהה כי בני נוער שהיו קורבנות לאלימות, ינהגו באלימות כלפי אחרים בעצמם לעומת אלו שלא חוו אלימות, ובכך ינציחו את מעגל האלימות (Ttofi, et al., 2012). אלימות פיזית כוללת לעתים אירועי אלימות קיצוניים, כגון מעשי שוד, רצח ואונס. יחד עם זאת, ניכר כי מעשי האלימות שבני נוער חווים, לרוב אינם מעשי אלימות קיצוניים. החשיפה היום-יומית לאלימות והמעורבות במעשי אלימות בדרגות חומרה שונות, היא זו המשפיעה בצורה חמורה על הבריאות הפיזית והנפשית של בני הנוער (Bjärehed et al., 2020; Juvonen, et al., 2003).

ישנם שלושה מדדים עיקריים לאלימות בקרב בני נוער: בריונות בבית הספר, קטטות פיזיות ונשיאת נשק. התנהגויות אלימות אלו נמצאו קשורות עם מספר השלכות התנהגויות ונפשיות שליליות אשר יכולות להמשיך גם אל תוך הבגרות (Ttofi et al., 2012): חוסר שביעות רצון מהחיים, מערכות יחסים דלות עם בני משפחה ובני קבוצת השווים, תחושות של דחייה ובדידות ותפיסות שליליות בנוגע לבית הספר. אלימות ובריונות בקרב צעירים היא בעיה קשה במדינות רבות ברחבי העולם (הראל-פיש ועמיתיו, 2014). התנהגויות ומצבי סיכון כגון שימוש בחומרים ממכרים וקשרים רופפים עם המשפחה ועם קבוצת השווים, נמצאו כקשורים למעורבות באלימות ובבריונות.

מהדו"ח השנתי שפורסם בשנת 2022 על ידי עמותת על"ם (עמותה המסייעת לבני נוער במצבי סיכון ומצוקה בישראל) עלה, כי חלה עלייה בדפוסי התנהגות וחשיבה אלימים בקרב בני נוער. דפוסים אלו כוללים: אלימות קשה ועבריינית (שימוש בנשק, סכינים, אגרופנים וכדומה ומקרי בריונות וונדליזם), אלימות קבוצתית (הנעשית בחבורות) ואלימות ברשת (הכוללת חרמות, הצקות, תכנים פוגעניים ושיתוף תמונות וסרטונים בעלי אופן מיני). בנוסף, בבחינת המאפיינים הדמוגרפיים, החברתיים והתרבותיים הקשורים להתנהגות אלימה, נמצא כי בני מעורבים יותר בקטטות מאשר בנות, ללא הבדלי גילאים (Perlus et al., 2014). דיווחים על התעללות רגשית עולים ככל שעולה הגיל, והם נפוצים יותר בקרב בני נוער להורים בעלי השכלה גבוהה. נוסף על כך, דיווחים על קורבנות לאלימות פיזית שכיחים יותר בקרב מעמדות סוציו-אקונומיים נמוכים (Sousa et al., 2010). עם זאת, נמצא קשר בין אלימות לבין שתיית אלכוהול, שימוש בסמים והישגים אקדמיים, ללא הבדלים בין בני נוער בעלי מאפיינים דמוגרפיים-חברתיים שונים (Smith-Khuri et al., 2004).

במחקר מטה-אנליזה מקיף שנערך בין 21 מדינות לבחינת הקשר בין אלימות בילדים לבין השלכות חינוכיות נמצא כי חוויה של בריונות בילדות קשורה באופן משמעותי לשיעורים גבוהים יותר של נשירה מבית הספר והיעדרות. בנוסף, בריונות נמצאה קשורה לירידה באחוזי סיום הלימודים וכן בהישגים לימודיים נמוכים באופן כללי (Fry et al, 2018; Laith et al., 2022). במחקרים שבדקו את השפעות האלימות בקרב מבוגרים שנפגעו מאלימות בגיל ההתבגרות נמצאה שכיחות

גבוהה יותר של דכאון, שימוש בסמים, פשע, השכלה נמוכה ואלומות בהשוואה למבוגרים שלא נפגעו מאלומות (Turanovic & Pratt, 2015; Schaefer et al., 2018).

קורבנות על ידי קבוצת השווים מהווה בעיה חמורה אף היא, ויש לה השלכות התנהגותיות ורגשיות בקרב בני נוער. בשנים האחרונות ישנו עיסוק רב בפגיעה עצמית ובאובדנות על רקע קורבנות לבריונות בקרב ילדים ובני נוער. קורבנות במסגרת בית הספר שכיחה בקרב תלמידים רבים ונחווית על בסיס יומיומי דרך אינטראקציות שליליות עם תלמידים ומורים. על כן, היא עלולה להיות בעלת השלכות בלתי הפיכות (Klomek et al., 2007). כתוצאה מחשיפה לבריונות, הקורבנות עלולים לחוות קשיי הסתגלות הכוללים דיכאון וחרדה חברתית (Calvete et al., 2016; Drake et al., 2016; Finkelhor et al., 2013; He et al., 2022).

### מדדי מעורבות באלומות

השאלות נפתחו בהקדמה לנבדק, המגדירה את הכוונה ב"הטרדות, הצקות ובריונות": כאשר תלמיד אחד או קבוצת תלמידים עושים או אומרים דברים לא נעימים שפוגעים בתלמיד אחר, וכן כאשר מרגיזים תלמיד בכוונה שוב ושוב, בצורה שפוגעת בו, כולל דחיפות ומכות, או כאשר עושים עליו "חרם".

1. מדדי השתתפות בהטרדות, הצקות ובריונות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר.
2. מדדי השתתפות בהטרדות ספציפיות בשטח בית הספר.
3. מדדי קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר.
4. מדדי קורבנות להטרדות ספציפיות בתוך שטח בית הספר.
5. מדדים בנושא קטטות פיזיות.
6. מדדים בנושא נשיאת נשק בתוך שטח בית הספר או מחוץ לשטח בית הספר.
7. סוג הנשק שהתלמידים נשאו.
8. מדד חשיפה לאלומות פיזית או מילולית בקשר זוגי.

**בריונות בשטח בית הספר**

התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם השתתפו בהטרדה או בהצקה לתלמיד/ה אחר/ת בשטח בית הספר בחודשיים האחרונים. סולם המענה נע מ-"לא הצקתי לאחרים בבית הספר בחודשיים האחרונים" עד ל-"מספר פעמים בשבוע". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתתפו בהטרדה או הצקה כלפי ילד אחר בשטח בית הספר לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים, וכך את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם השתתפו בהטרדה או בהצקה כלפי ילד אחר בשטח בית הספר לפחות 3 פעמים.

מלוח 1 ניתן לראות כי כ-20% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-27% לעומת 12% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהשתתפו במעשי בריונות דווח בכיתות ה'ו' (כ-26%) והנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-13%).

לוח 1: אחוז התלמידים שהשתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	35.5%	17.6%	26.6%	31.2%	18.9%	25.1%	34.2%	18.0%	26.1%
ז	26.0%	12.0%	19.0%	27.2%	19.3%	23.3%	26.3%	14.0%	20.2%
ח	31.9%	12.7%	22.4%	26.6%	17.9%	22.2%	30.3%	14.2%	22.3%
ט	27.5%	6.8%	17.2%	29.4%	17.2%	23.3%	28.1%	9.8%	18.9%
י	22.4%	7.6%	15.0%	23.0%	10.5%	16.8%	22.6%	8.4%	15.5%
יא-יב	18.9%	4.9%	11.9%	21.7%	8.6%	15.1%	19.7%	5.9%	12.8%
סה"כ	27.3%	10.7%	19.0%	26.7%	15.2%	21.0%	27.1%	12.0%	19.6%
סה"כ משיבים	6,810	7,156	13,966	3,235	5,130	8,365	10,045	12,286	22,331

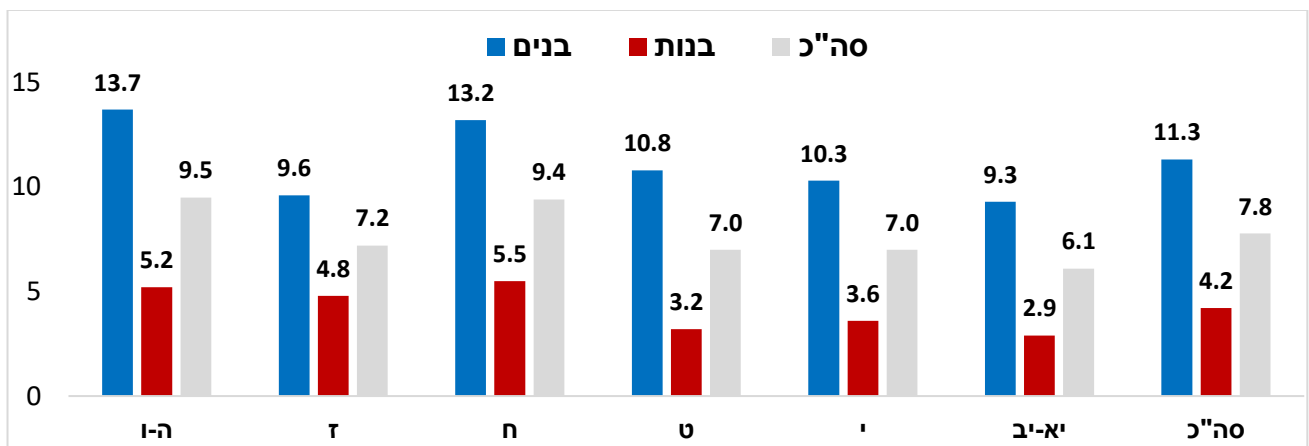
מלוח 2 ניתן לראות כי כ-8% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-11% לעומת כ-4% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהשתתפו במעשי בריונות דווח בכיתות ה'ו', ו'ח' (9.5% ו-9.4% בהתאמה) והנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-6%). במגזר הערבי ישנו דיווח גבוה יותר של השתתפות במעשי בריונות מאשר במגזר היהודי (כ-9% לעומת 7% בהתאמה).

עוד ניתן לראות כי חלה עליה במגזר היהודי באחוז התלמידים שדיווחו כי השתתפו במעשי בריונות משנת 2019 (כ-6%) לשנת 2023 (כ-8%), לעומת מגמת ירידה במגזר הערבי (מ-15% בשנת 2019 ל-9% בשנת 2023).

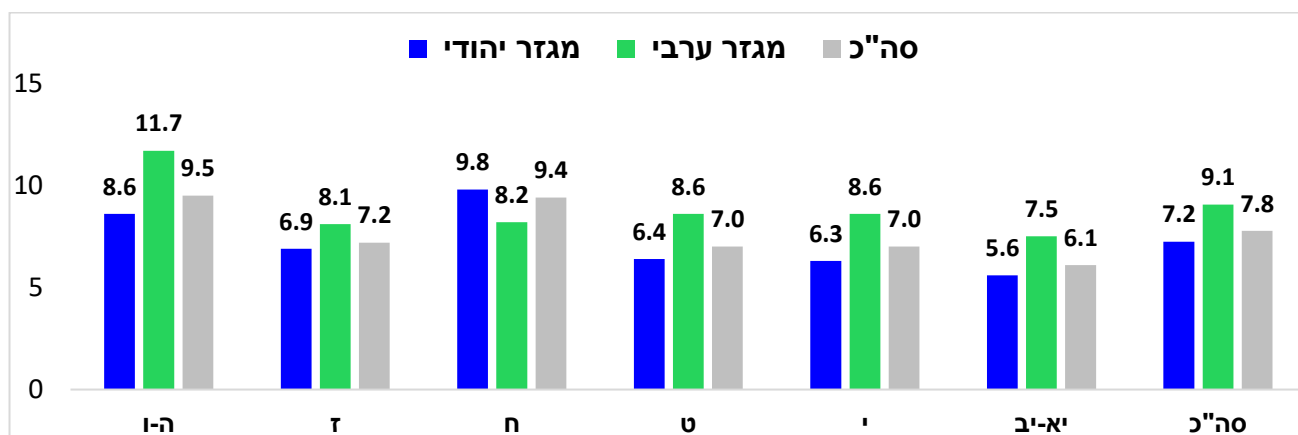
לווח 2: אחוז התלמידים שהשתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	12.8%	4.3%	8.6%	15.9%	7.6%	11.7%	13.7%	5.2%	9.5%
ז	9.5%	4.2%	6.9%	10.0%	6.2%	8.1%	9.6%	4.8%	7.2%
ח	14.0%	5.7%	9.8%	11.4%	5.0%	8.2%	13.2%	5.5%	9.4%
ט	10.4%	2.3%	6.4%	11.9%	5.4%	8.6%	10.8%	3.2%	7.0%
י	9.3%	3.3%	6.3%	12.8%	4.3%	8.6%	10.3%	3.6%	7.0%
יא-יב	8.2%	2.8%	5.6%	12.0%	3.0%	7.5%	9.3%	2.9%	6.1%
סה"כ	10.7%	3.7%	7.2%	12.8%	5.3%	9.1%	11.3%	4.2%	7.8%
סה"כ משיבים	6,810	7,156	13,966	3,235	5,130	8,365	10,045	12,286	22,331

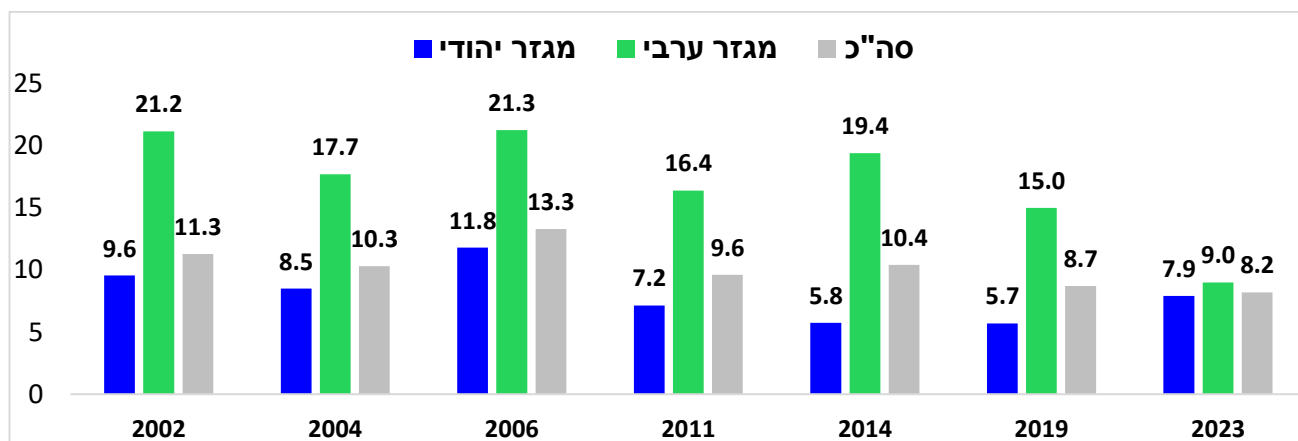
תרשים 2.1: אחוז התלמידים שהשתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שהשתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



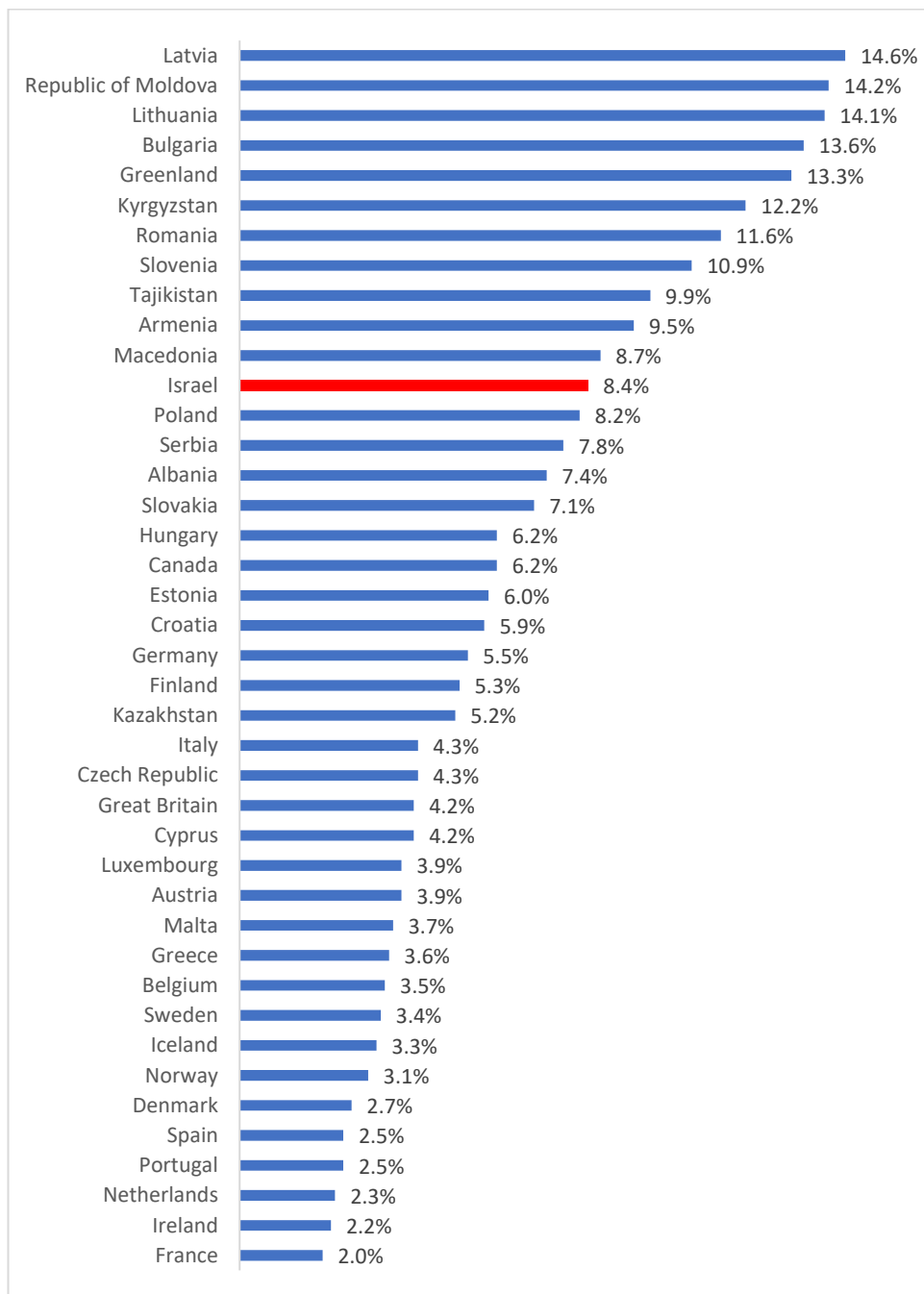
תרשים 2.3: אחוז התלמידים שהשתתפו במעשי בריונות, הטרדות או הצקות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 4.4 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על השתתפות במעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-12 במדד זה מבין 41 מדינות, עם כ-8% תלמידים המדווחים כי היו שותפים למעשי בריונות בשטח ב"ס שלוש פעמים או יותר בחודשיים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) ישראל הייתה מדורגת במקום ה-11 עם אחוזי דיווח דומים (9%).

תרשים 4.4: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15, שהשתתפו במעשי אלימות בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מדינה:



### השתתפות בסוגי בריונות שונים

לוח 3 מציג את אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בהטרדות הבאות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר: א) קראו לתלמיד אחר בשמות גנאי או צחקו עליו בצורה מעליבה; ב) היכו, בעטו, דחפו או נעלו בחדר תלמיד אחר; ג) הפיצו שקרים או שמועות על תלמיד וניסו לגרום לאחרים לא לחבב אותו; ד) צחקו על תלמיד בגלל הצבע או

המוצא שלו; ה) צחקו על תלמיד בגלל הדת שלו; עשו חרם על מישהו, התעלמו ממישהו בכוונה והוציאו אותו מהחבורה; ו) העירו הערות מיניות פוגעות או עשו תנועות מיניות פוגעות כלפי תלמיד אחר.

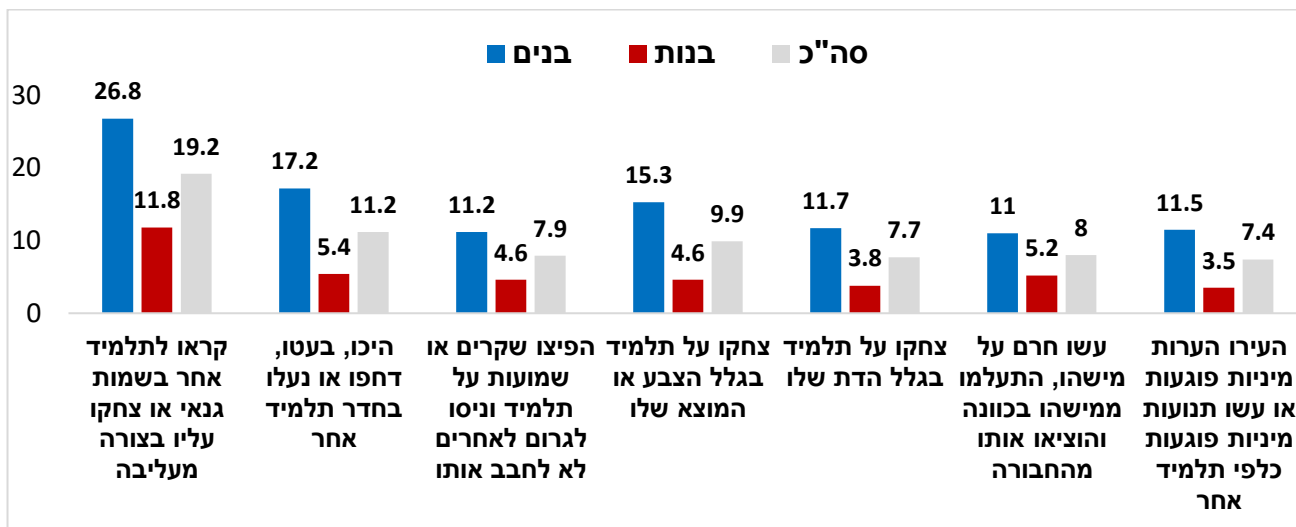
לוח 3 מציג את אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בהטרדות הבאות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר. ניתן לראות כי סוג ההטרדה הנפוץ ביותר שתלמידים השתתפו בו הינו קריאה בשמות גנאי או צחקו על תלמידים אחרים בצורה מעליבה (כ-19%). לעומת זאת סוג ההטרדה עם האחוז הנמוך ביותר הינו הערות מיניות פוגעות או תנועות מיניות פוגעות עם כ-7%. בכל סוגי ההטרדות שנשאלו בנים דיווחו על השתתפות גבוהה יותר מאשר הבנות. במגזר הערבי אחוז גבוה יותר של תלמידים דיווחו על הטרדה מסוג חרם, התעלמות והוצאה מחבורה מאשר במגזר היהודי (כ-14% לעומת כ-6% בהתאמה).

**לוח 3: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בהטרדות הבאות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפי מגדר ומגזר:**

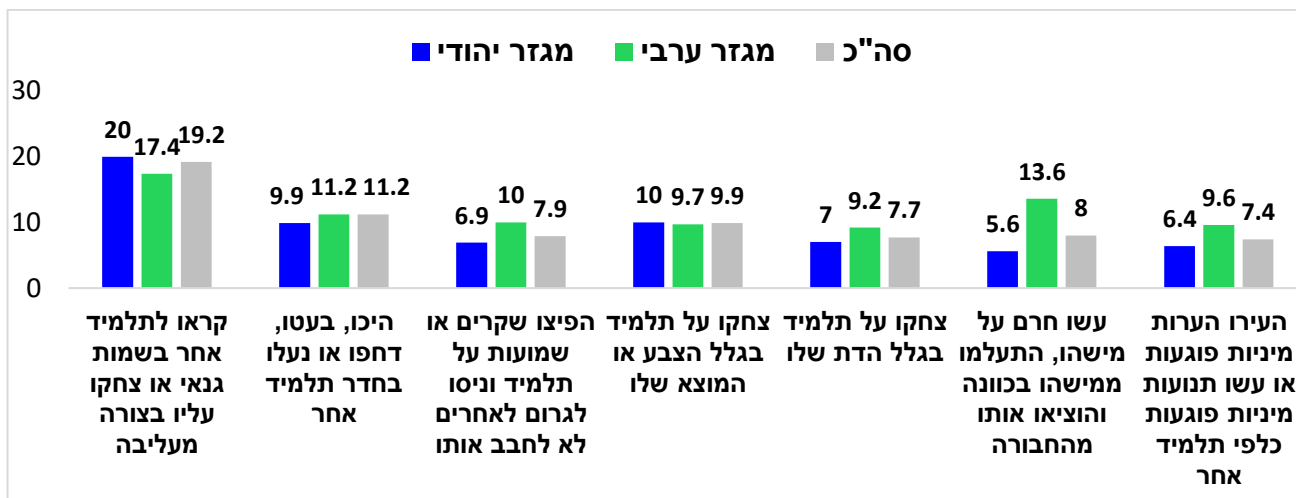
סוגי הטרדות בשטח ב"ס	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
קראו לתלמיד אחר בשמות גנאי או צחקו עליו בצורה מעליבה	28.4%	11.8%	20.0%	23.2%	11.8%	17.4%	26.8%	11.8%	19.2%
היכו, בעטו, דחפו או נעלו בחדר תלמיד אחר	15.4%	4.4%	9.9%	21.1%	7.6%	11.2%	17.2%	5.4%	11.2%
הפיצו שקרים או שמועות על תלמיד וניסו לגרום לאחרים לא לחבב אותו	9.7%	4.3%	6.9%	14.7%	5.5%	10.0%	11.2%	4.6%	7.9%
צחקו על תלמיד בגלל הצבע או המוצא שלו	15.6%	4.4%	10.0%	14.7%	5.0%	9.7%	15.3%	4.6%	9.9%
צחקו על תלמיד בגלל הדת שלו	10.5%	3.4%	7.0%	14.0%	4.6%	9.2%	11.7%	3.8%	7.7%
עשו חרם על מישהו, התעלמו ממישהו בכוונה והוציאו אותו מהחבורה	8.3%	3.0%	5.6%	17.2%	10.2%	13.6%	11.0%	5.2%	8.0%
העירו הערות מיניות פוגעות או עשו תנועות מיניות פוגעות כלפי תלמיד אחר	10.1%	2.9%	6.4%	14.6%	4.8%	9.6%	11.5%	3.5%	7.4%



תרשים 3.1: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בהטרדות הבאות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפי מגדר:



תרשים 3.2: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בהטרדות הבאות כלפי ילד אחר בשטח בית הספר, לפי מגזר:



### קורבנות לבריונות בשטח בית הספר

התלמידים נשאלו באיזו תדירות הטרידו אותם או הציקו להם בשטח בית הספר בחודשיים האחרונים. סולם המענה נע מ- "לא הציקו לי בבית הספר בחודשיים האחרונים" עד ל- "מספר פעמים בשבוע". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם היו קורבנות להטרדה או להצקה בשטח בית הספר לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים, וכך את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם היו קורבנות להטרדה או להצקה בשטח בית הספר לפחות 3 פעמים.

מלוח 4 ניתן לראות כי כ-25% מהתלמידים היו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים, , אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-29% לעומת כ-21% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות דווח בכיתות ה'ו' (כ-35%) והנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-15%). במגזר היהודי ישנו דיווח גבוה יותר של קורבנות למעשי בריונות מאשר במגזר הערבי (כ-28% לעומת 18% בהתאמה) במיוחד בכיתות הנמוכות ה'ו' (כ-39% לעומת כ-24% בהתאמה).

**לוח 4: אחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים, לפי מגזר, מגזר וכיתה:**

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	42.2%	35.9%	39.1%	26.8%	21.4%	24.1%	37.6%	31.6%	34.7%
ז	39.6%	27.2%	33.4%	23.6%	10.0%	16.9%	35.1%	22.3%	28.7%
ח	38.6%	28.2%	33.4%	17.5%	10.8%	14.2%	32.5%	23.1%	27.8%
ט	31.7%	18.5%	25.1%	18.6%	11.4%	15.0%	28.0%	16.4%	22.2%
י	26.2%	19.8%	23.0%	14.8%	7.5%	11.2%	22.9%	16.4%	19.7%
יא-יב	17.4%	11.2%	14.3%	21.0%	13.4%	17.2%	18.4%	11.8%	15.1%
סה"כ	32.4%	23.9%	28.1%	21.4%	13.8%	17.6%	29.2%	20.9%	25.1%
סה"כ משיבים	6,814	7,164	13,978	3,240	5,133	8,373	10,054	12,297	22,351

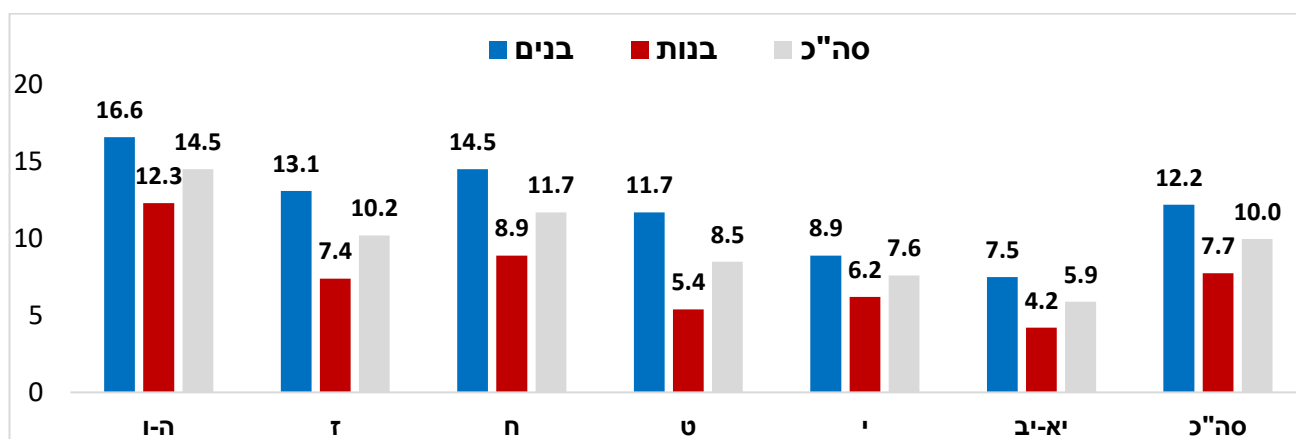
מלוח 5 ניתן לראות כי 10% מהתלמידים דיווחו כי היו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-12% לעומת כ-8% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות דווח בכיתות ה'ו' (כ-15%) והנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-6%). במגזר היהודי ישנו דיווח גבוה יותר של קורבנות למעשי בריונות מאשר במגזר הערבי (כ-11% לעומת 7% בהתאמה).

עוד ניתן לראות כי חלה עליה באחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות במגזר היהודי משנת 2019 (כ-9%) לשנת 2023 (13%), לעומת מגמת ירידה במגזר הערבי (מכ-15% בשנת 2019 לכ-7% בשנת 2023).

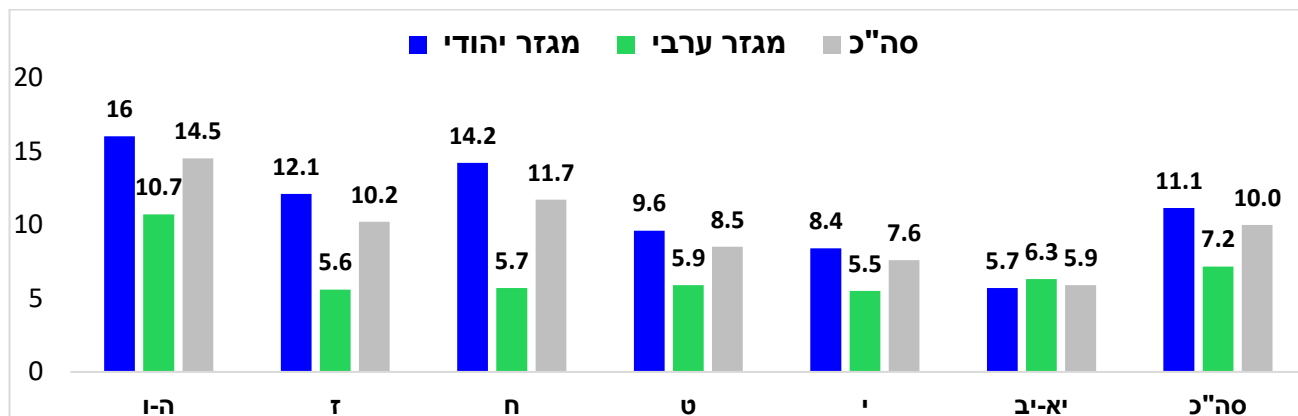
לוח 5: אחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	17.7%	14.3%	16.0%	13.8%	7.6%	10.7%	16.6%	12.3%	14.5%
ז	15.0%	9.2%	12.1%	8.2%	2.9%	5.6%	13.1%	7.4%	10.2%
ח	17.1%	11.3%	14.2%	8.3%	3.2%	5.7%	14.5%	8.9%	11.7%
ט	12.9%	6.3%	9.6%	8.7%	3.1%	5.9%	11.7%	5.4%	8.5%
י	9.1%	7.7%	8.4%	8.5%	2.5%	5.5%	8.9%	6.2%	7.6%
יא-יב	7.3%	4.1%	5.7%	7.9%	4.6%	6.3%	7.5%	4.2%	5.9%
סה"כ	13.2%	9.0%	11.1%	9.7%	4.6%	7.2%	12.2%	7.7%	10.0%
סה"כ משיבים	6,814	7,164	13,978	3,240	5,133	8,373	10,054	12,297	22,351

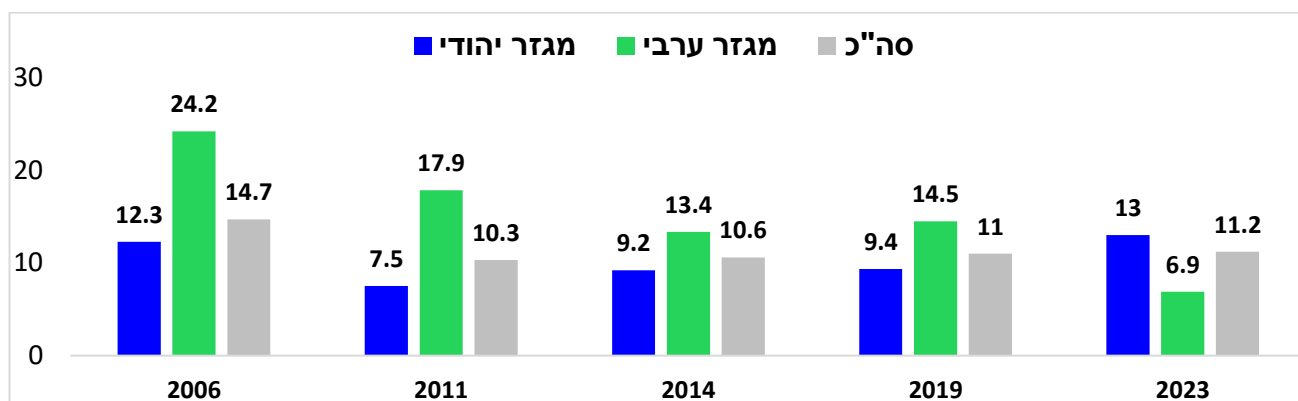
תרשים 5.1: אחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 5.2: אחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



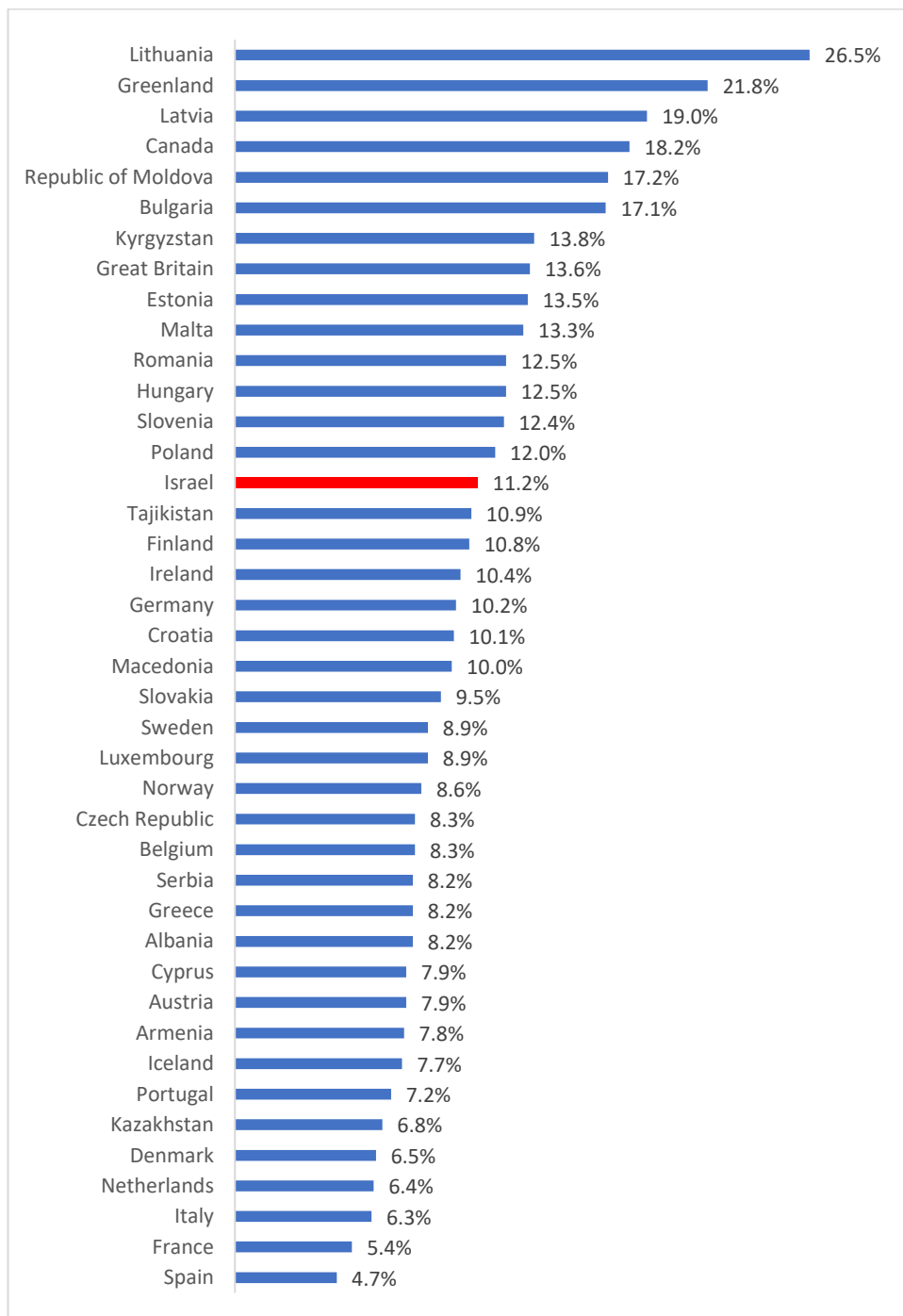
תרשים 5.3: אחוז התלמידים שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 5.4 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על קורבנות למעשה בריונות. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-15 במדד זה מבין 41 מדינות, עם כ-11.2% תלמידים המדווחים כי היו קורבנות לבריונות בבי"ס שלוש פעמים או יותר בחודשיים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) ישראל הייתה מדורגת במקום ה-17 עם אחוזי דיווח דומים (10.6%).

תרשים 5.4: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13 ו-15, שהיו קורבנות למעשי בריונות, הטרדות או הצקות בשטח בית הספר, לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים, לפי מדינה:



#### סוגי קורבנות פנים מול פנים

לוח 6 מציג את אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים היו קורבנות לפחות פעם אחת להטרדות הבאות מצד ילד אחר, בתוך שטח בית הספר: (א) קראו להם בשמות גנאי או צחקו עליהם בצורה מעליבה; (ב) הכו, בעטו, דחפו אותם או נעלו אותם בחדר; (ג) תלמידים אחרים הפיצו עליהם שקרים או שמועות וניסו לגרום לאחרים לא לחבב אותם; (ד) צחקו עליהם בגלל

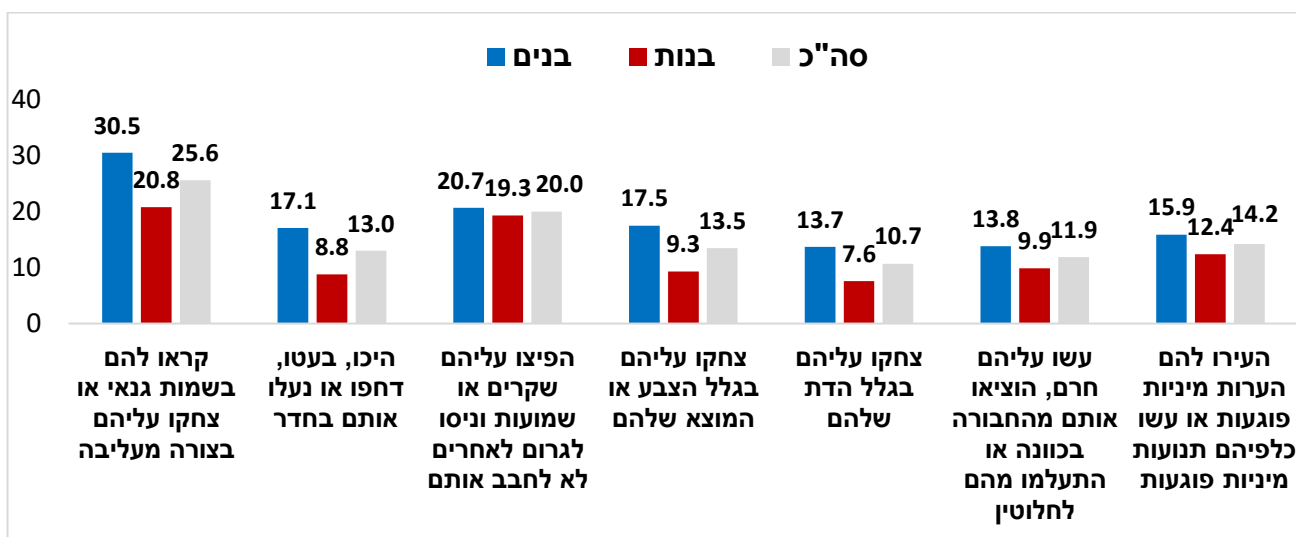
הצבע, המוצא או הדת שלהם; ה) תלמידים אחרים עשו עליהם חרם, הוציאו אותם בכוונה מהחבורה או התעלמו מהם לחלוטין; (ו) העירו להם הערות מיניות פוגעות או עשו כלפיהם תנועות מיניות פוגעות.

מלוח 6 ניתן לראות כי סוג ההטרדה הנפוץ ביותר שתלמידים דיווחו שהיו קורבן לו הינו קריאה בשמות גנאי או שצחקו עליהם בצורה מעליבה (כ-26%) ושהפיצו עליהם שקרים ושמעות (20%). לעומת זאת סוג ההטרדה עם האחוז הנמוך ביותר הינו שצחקו עליהם בגלל הדת שלהם (כ-11%). בכל סוגי ההטרדות שנשאלו בנים דיווחו על קורבנות יותר מאשר הבנות. במגזר היהודי אחוז גבוה יותר של תלמידים דיווחו על קורבנות מסוג קריאה בשמות גנאי או שצחקו עליהם בצורה מעליבה מאשר במגזר הערבי (כ-29% לעומת כ-18% בהתאמה).

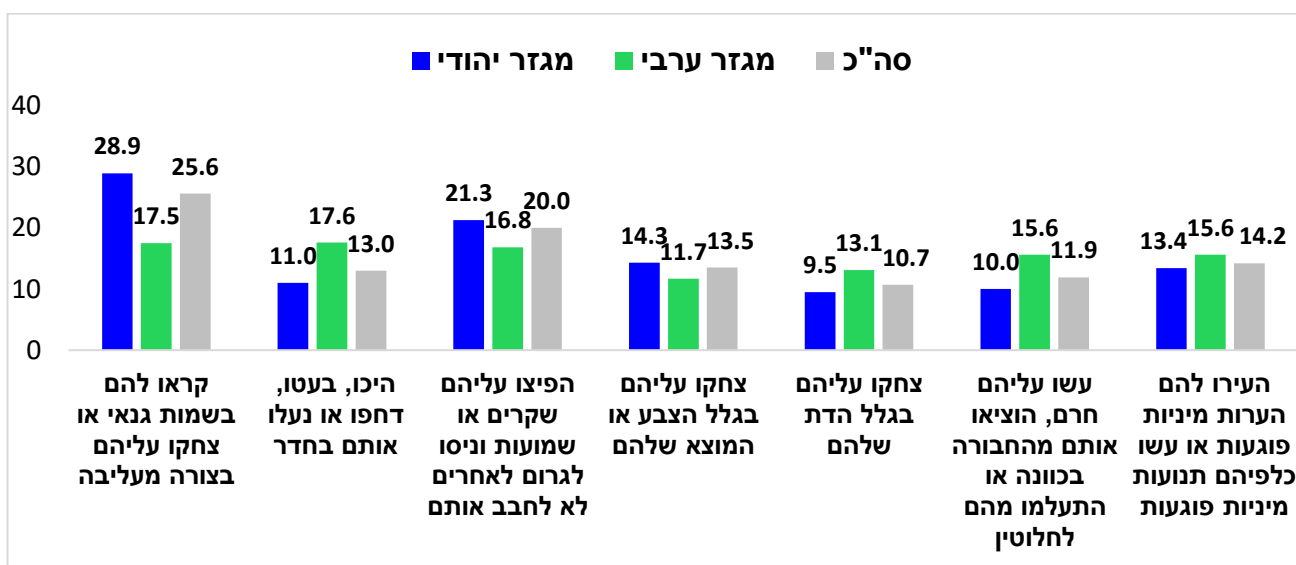
לוח 6: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים היו קורבנות לפחות פעם אחת להטרדות הבאות מצד ילד אחר, בתוך שטח בית הספר, לפי מגזר ומגזר:

סוגי קורבנות בשטח ב"ס	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
קראו להם בשמות גנאי או צחקו עליהם בצורה מעליבה	33.8%	24.2%	28.9%	22.8%	12.1%	17.5%	30.5%	20.8%	25.6%
היכו, בעטו, דחפו או נעלו אותם בחדר	15.7%	6.5%	11.0%	20.6%	14.6%	17.6%	17.1%	8.8%	13.0%
הפיצו עליהם שקרים או שמעות וניסו לגרום לאחרים לא לחבב אותם	20.8%	21.7%	21.3%	20.3%	13.2%	16.8%	20.7%	19.3%	20.0%
צחקו עליהם בגלל הצבע או המוצא שלהם	18.2%	10.5%	14.3%	16.2%	7.1%	11.7%	17.5%	9.3%	13.5%
צחקו עליהם בגלל הדת שלהם	12.4%	6.7%	9.5%	16.4%	9.7%	13.1%	13.7%	7.6%	10.7%
עשו עליהם חרם, הוציאו אותם מהחבורה בכוונה או התעלמו מהם לחלוטין	11.1%	8.9%	10.0%	19.0%	12.1%	15.6%	13.8%	9.9%	11.9%
העירו להם הערות מיניות פוגעות או עשו כלפיהם תנועות מיניות פוגעות	14.1%	12.8%	13.4%	19.5%	11.6%	15.6%	15.9%	12.4%	14.2%

תרשים 6.1: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים היו קורבנות לפחות פעם אחת להטרדות הבאות מצד ילד אחר, בתוך שטח בית הספר, לפי מגדר:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים שבמהלך החודשיים האחרונים היו קורבנות לפחות פעם אחת להטרדות הבאות מצד ילד אחר, בתוך שטח בית הספר, לפי מגזר:



### קטטות פיזיות

התלמידים נשאלו כמה פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים הם השתתפו בקטטות (מכות). סולם המענה נע מ- "לא השתתפתי בקטטה במהלך 12 החודשים האחרונים" עד ל- "4 פעמים או יותר". הממצאים שמוצגים להלן כוללים את אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטות פיזיות לפחות פעם אחת, וכן את אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטות פיזיות לפחות 3 פעמים בשנה האחרונה.

מלוח 7 ניתן לראות כי כ-30% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים. אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-43% לעומת כ-17% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית דווח בכיתות ה'-ו' (כ-45%) ויורד עם הגיל בהתאמה כאשר הנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-18%). במגזר הערבי ישנו דיווח גבוה יותר של השתתפות בקטטות מאשר במגזר היהודי (38% לעומת 27% בהתאמה).

**לוח 7: אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:**

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	59.5%	24.9%	42.2%	61.0%	38.9%	49.9%	59.9%	29.0%	44.5%
ז	43.9%	16.2%	30.1%	53.3%	28.2%	40.9%	46.6%	19.6%	33.2%
ח	44.6%	13.9%	29.3%	50.6%	26.7%	38.6%	46.4%	17.7%	32.1%
ט	36.4%	8.3%	22.4%	53.1%	19.4%	36.3%	41.2%	11.5%	26.4%
י	29.6%	9.5%	19.5%	38.4%	16.3%	27.4%	32.1%	11.4%	21.8%
יא-יב	21.5%	5.2%	13.4%	42.6%	14.5%	28.6%	27.6%	7.9%	17.8%
<b>סה"כ</b>	<b>40.1%</b>	<b>13.8%</b>	<b>27.0%</b>	<b>50.8%</b>	<b>25.1%</b>	<b>38.0%</b>	<b>43.2%</b>	<b>17.1%</b>	<b>30.2%</b>
<b>סה"כ משיבים</b>	<b>6,810</b>	<b>7,151</b>	<b>13,961</b>	<b>3,233</b>	<b>5,128</b>	<b>8,361</b>	<b>10,043</b>	<b>12,279</b>	<b>22,322</b>

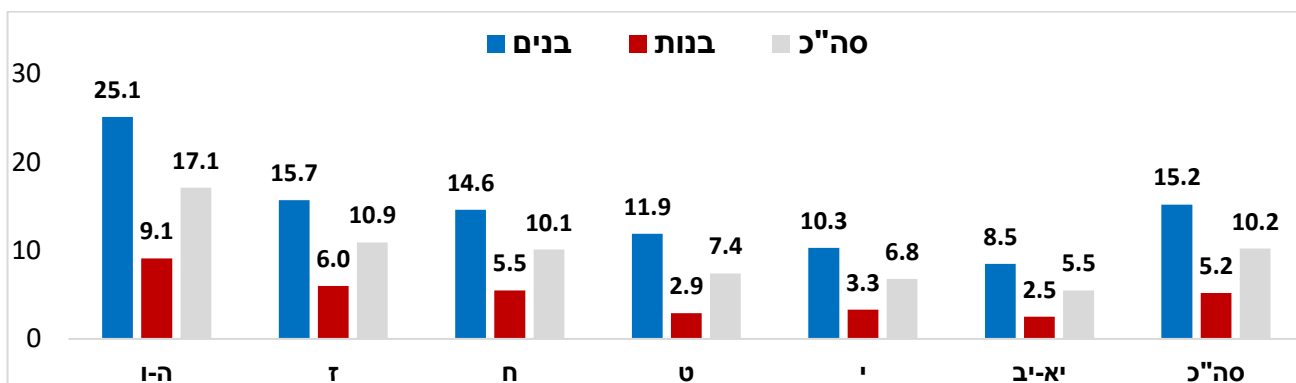
מלוח 8 ניתן לראות כי כ-10% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים. אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-15% לעומת כ-5% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית דווח בכיתות ה'-ו' (כ-17%) ויורד עם הגיל בהתאמה כאשר הנמוך ביותר בכיתות יא'-יב' (כ-6%). במגזר הערבי ישנו דיווח גבוה יותר של השתתפות בקטטות לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים מאשר במגזר היהודי (כ-13% לעומת כ-9% בהתאמה).



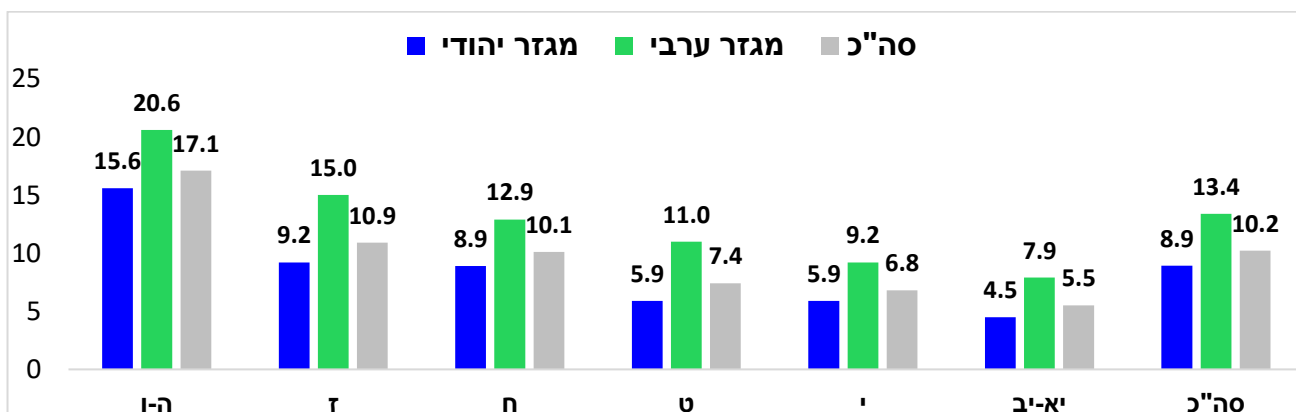
לוח 8: אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	23.4%	7.8%	15.6%	29.2%	12.1%	20.6%	25.1%	9.1%	17.1%
ז	13.5%	4.9%	9.2%	21.0%	8.9%	15.0%	15.7%	6.0%	10.9%
ח	13.0%	4.7%	8.9%	18.4%	7.4%	12.9%	14.6%	5.5%	10.1%
ט	9.9%	2.0%	5.9%	16.9%	5.0%	11.0%	11.9%	2.9%	7.4%
י	8.9%	2.8%	5.9%	13.8%	4.6%	9.2%	10.3%	3.3%	6.8%
יא-יב	6.9%	2.1%	4.5%	12.3%	3.4%	7.9%	8.5%	2.5%	5.5%
סה"כ	13.5%	4.3%	8.9%	19.4%	7.3%	13.4%	15.2%	5.2%	10.2%
סה"כ משיבים	6,810	7,151	13,961	3,233	5,128	8,361	10,043	12,279	22,322

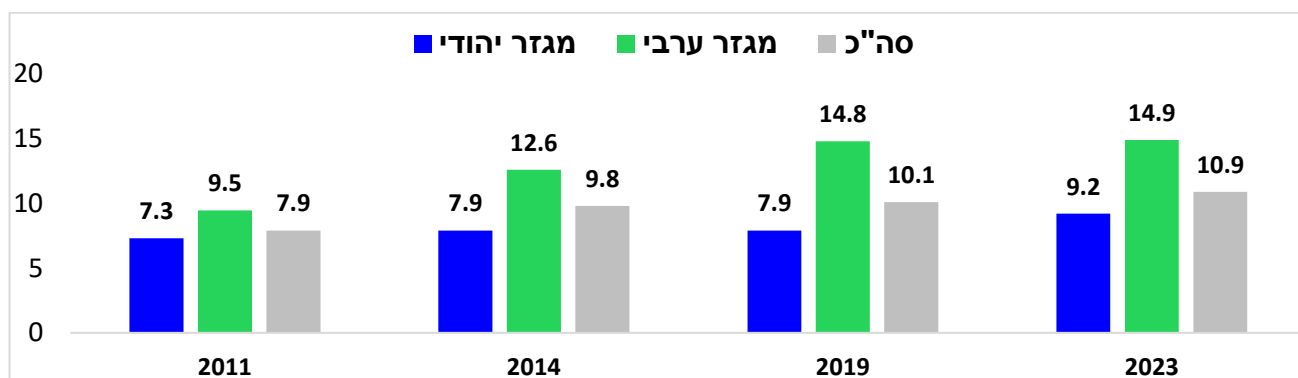
תרשים 8.1: אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 8.2: אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



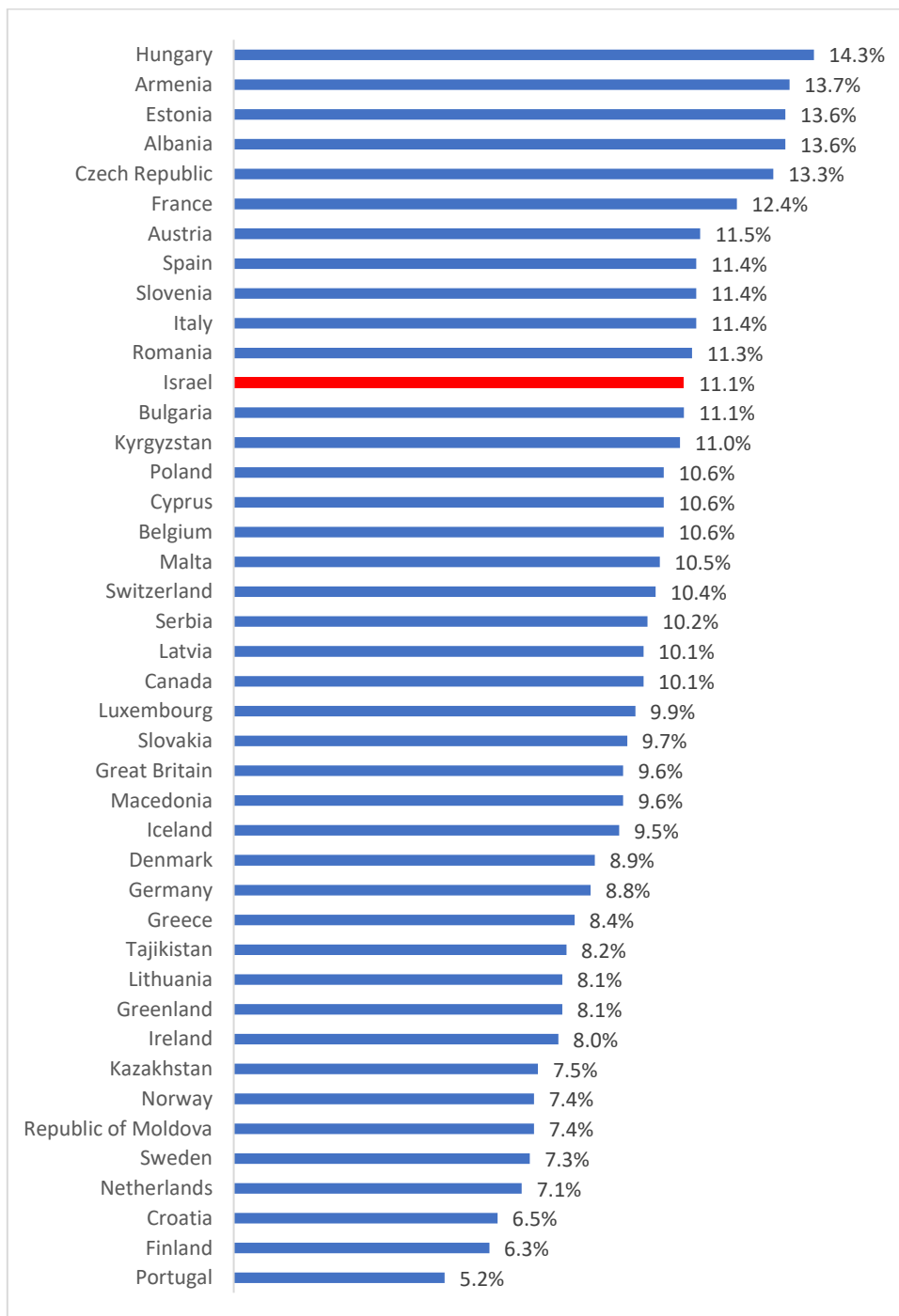
תרשים 8.3: אחוז התלמידים שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח' ו- י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 8.4 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על השתתפות בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-12 במדד זה מבין 42 מדינות, עם כ-11% תלמידים המדווחים כי השתתפו בקטטות פיזיות לפחות שלוש פעמים ב-12 החודשיים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) ישראל הייתה מדורגת במקום ה-23 עם 10% תלמידים אשר דיווחו על השתתפות בקטטה פיזית שלוש פעמים או יותר במהלך 12 החודשים האחרונים.

תרשים 8.4: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שהשתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מדינה:



### **נשיאת נשק**

התלמידים נשאלו בכמה ימים בחודש האחרון הם נשאו עמם נשק כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדח בשטח בית הספר ומחוץ לשטח בית הספר. התשובות כללו "לא נשאתי נשק בחודש האחרון"; "יום אחד"; "2-3 ימים"; "4-5 ימים"; ו-"6 ימים או יותר". הממצאים שמוצגים להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם נשאו נשק כלשהו לפחות יום אחד

**בחודש האחרון בשטח בית הספר, ואת אחוז התלמידים שדיווחו כי הם נשאו נשק כלשהו לפחות יום אחד בחודש האחרון מחוץ לשטח בית הספר.**

מלוח 9 ניתן לראות כי כ-9% מהתלמידים דיווחו כי נשאו עמם נשק, כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדה בתוך שטח בית הספר ב-30 הימים האחרונים. אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-14% לעומת כ-5% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שדיווחו כי נשאו נשק הוא בכיתה ט' (כ-10%). במגזר הערבי ישנו דיווח גבוה יותר של נשיאת נשק בשטח בית הספר מאשר במגזר היהודי (כ-11% לעומת כ-9% בהתאמה).

בנוסף, ניתן לראות ירידה משמעותית בנשיאת נשק במגזר הערבי משנת 2019 לשנת 2023 (מכ-18% לכ-8% בהתאמה) לעומת עלייה במגזר היהודי בשנים אלו (מכ-6% לכ-10% בהתאמה).

**לוח 9: תלמידים שב-30 הימים האחרונים נשאו עמם נשק, כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדה בתוך שטח בית הספר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:**

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	12.7%	5.2%	8.9%	18.5%	6.0%	12.3%	14.3%	5.4%	9.9%
ח	14.3%	5.5%	9.9%	16.5%	2.5%	9.4%	15.0%	4.6%	9.8%
ט	14.3%	4.8%	9.5%	19.5%	4.7%	12.1%	15.8%	4.7%	10.3%
י	12.7%	6.2%	9.4%	10.2%	2.6%	6.0%	12.1%	5.2%	8.5%
יא-יב	9.5%	4.9%	7.2%	17.1%	4.7%	10.9%	11.7%	4.8%	8.3%
סה"כ	12.1%	5.2%	8.6%	17.1%	4.4%	10.7%	13.5%	4.9%	9.2%
סה"כ משיבים	5,094	5,534	10,628	2,605	4,150	6,755	7,699	9,684	17,383

מלוח 10 ניתן לראות כי 11% מהתלמידים דיווחו כי נשאו עמם נשק, כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדה מחוץ לשטח בית הספר ב-30 הימים האחרונים. אחוז הבנים גבוה מאחוז הבנות (כ-16% לעומת כ-6% בהתאמה). האחוז הגבוה ביותר של תלמידים שדיווחו כי נשאו נשק הוא בכיתה ט' (כ-13%). במגזר הערבי ישנו דיווח מעט גבוה יותר של נשיאת נשק מחוץ לשטח בית הספר מאשר במגזר היהודי (כ-11% לעומת כ-10% בהתאמה).

לוח 10: תלמידים שב-30 הימים האחרונים נשאו עמם נשק, כגון סכין, אולר, מקל (אלה) או אקדח מחוץ לשטח בית הספר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	15.0%	5.9%	10.5%	19.0%	5.6%	12.4%	16.2%	5.8%	11.0%
ח	16.7%	6.3%	11.5%	20.1%	3.2%	11.5%	17.8%	5.3%	11.5%
ט	18.2%	6.7%	12.4%	22.1%	4.9%	13.5%	19.3%	6.2%	12.7%
י	15.3%	7.6%	11.4%	13.8%	3.1%	7.9%	15.0%	6.3%	10.5%
יא-יב	13.8%	5.9%	9.9%	16.4%	4.8%	10.6%	14.6%	5.5%	10.1%
סה"כ	15.5%	6.3%	10.9%	18.4%	4.5%	11.3%	16.3%	5.8%	11.0%
סה"כ משיבים	5,091	5,533	10,624	2,603	4,149	6,752	7,694	9,682	17,376

#### סוגי הנשק

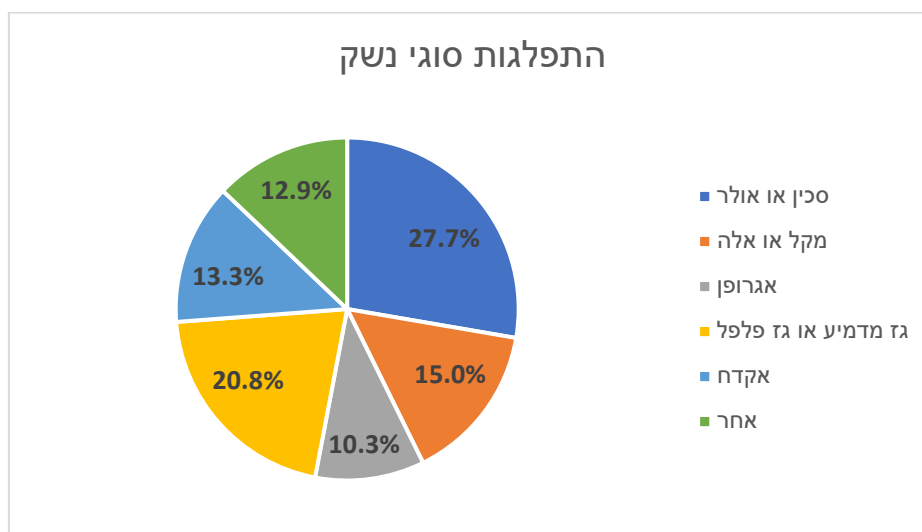
התלמידים נשאלו לגבי סוג הנשק שהם נשאו בפעם האחרונה, ב-30 הימים האחרונים. אפשרויות המענה כללו "לא נשאתי נשק ב-30 הימים האחרונים"; "סכין או אולר"; "מקל או אלה"; "אגרופן"; "גז מדמיע או גז פלפל"; "אקדח"; או "אחר". הממצאים להלן כוללים את התפלגות סוגי הנשק שהתלמידים נשאו (מבין אלה שנשאו נשק).

לוח 11 מציג את סוגי הנשק שהתלמידים נשאו ב-30 הימים האחרונים (מבין אלו שנשאו נשק). ניתן לראות כי סוג הנשק הנפוץ ביותר בקרב התלמידים הינו סכין או אולר (כ-28%) ולאחריו גז מדמיע או גז פלפל (כ-21%). בנות מדווחות על נשיאת גז מדמיע או גז פלפל יותר מבנים (39% לעומת 13% בהתאמה), לעומת כל שאר סוגי הנשק שנשאלו בהם אחוז הבנים הינו יותר גבוה.

לוח 11: סוג הנשק שהתלמידים נשאו ב-30 הימים האחרונים (מבין אלו שנשאו נשק), לפי מגדר ומגזר:

סוגי נשק	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
סכין או אולר	36.5%	21.9%	17.7%	25.3%	31.5%	19.2%	29.8%	22.6%	27.7%
מקל או אלה	13.4%	8.9%	19.4%	32.0%	11.9%	21.9%	15.5%	13.8%	15.0%
אגרופן	11.3%	6.0%	12.9%	9.7%	9.5%	12.3%	11.9%	6.8%	10.3%
גז מדמיע או גז פלפל	11.7%	46.6%	15.4%	10.8%	23.7%	14.4%	13.0%	39.0%	20.8%
אקדח	14.1%	7.2%	18.7%	9.0%	11.7%	16.7%	15.7%	7.6%	13.3%
אחר	13.1%	9.3%	16.0%	13.2%	11.8%	15.4%	14.1%	10.1%	12.9%
סה"כ משיבים	930	492	508	213	1,422	721	1,438	705	2,143

תרשים 11.1: התפלגות סוג הנשק שהתלמידים נשאו ב-30 הימים האחרונים (מבין אלו שנשאו נשק):



### אלימות בקשר זוגי

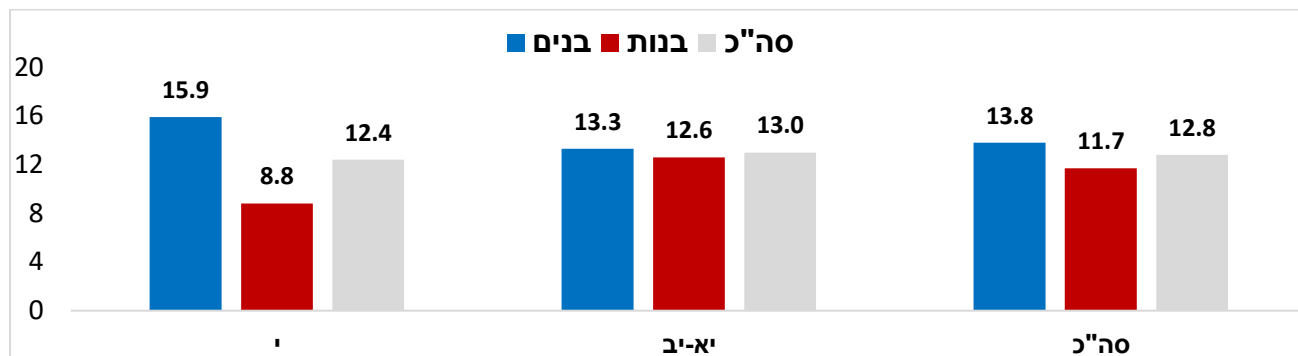
התלמידים (כיתות י' ומעלה) נשאלו אם הם חוו במהלך 12 החודשים האחרונים אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי. אפשרויות המענה כללו "לא הייתי בקשר זוגי"; "אף פעם"; "פעם או פעמיים"; ו- "שלוש פעמים או יותר". **הממצאים המוצגים כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם חוו לפחות פעם אחת אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי, במהלך 12 החודשים האחרונים.**

מלוח 12 ניתן לראות כי כ-13% מהתלמידים מכיתות י' ומעלה דיווחו כי חוו אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי (מבין אלו שהיו בקשר זוגי) לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים. אחוזי הדיווח הגבוהים ביותר במדד זה נרשמים בקרב בנים במגזר הערבי (כ-17%).

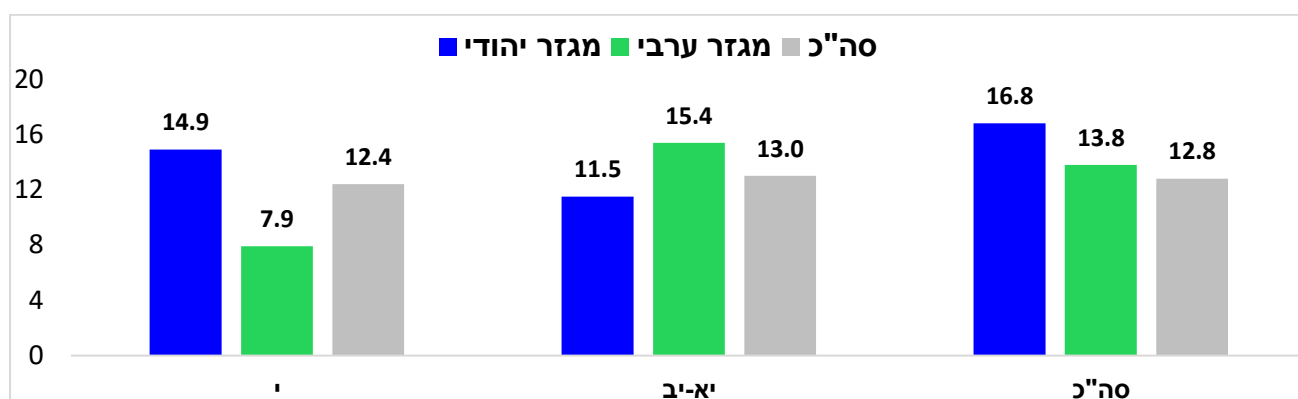
לוח 12: אחוז התלמידים שחוו אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי (מבין אלו שהיו בקשר זוגי) לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים, לפי מגזר ומגזר (כיתות י' ומעלה):

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
י'	18.6%	11.2%	14.9%	11.1%	4.6%	7.9%	15.9%	8.8%	12.4%
יא-יב	9.5%	13.3%	11.5%	18.1%	11.0%	15.4%	13.3%	12.6%	13.0%
סה"כ	11.7%	12.9%	12.3%	16.8%	9.3%	13.8%	13.8%	11.7%	12.8%
סה"כ משיבים	357	402	759	245	406	651	602	808	1,410

תרשים 12.1: אחוז התלמידים שחוו אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי (מבין אלו שהיו בקשר זוגי) לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים לפי מגדר (כיתות י' ומעלה):



תרשים 12.2: אחוז התלמידים שחוו אלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי (מבין אלו שהיו בקשר זוגי) לפחות פעם אחת במהלך 12 החודשים האחרונים לפי מגזר (כיתות י' ומעלה):



להתנהגות אלימה בקרב בני נוער יש השלכות פיזיות ופסיכולוגיות רבות. לאור הממצאים המדווחים על עלייה בדפוסי התנהגות וחשיבה אלימים בקרב בני הנוער, יש חשיבות מכרעת לזיהוי הדפוסים והביטוי הפיזי שלהם. ממצאי המחקר הנוכחי עוסקים במדדי אלימות הבאים לידי ביטוי במרחב בית הספר, ובמרחב הווירטואלי (האחרונים מובאים בהמשך בפרק נפרד). מניתוח הנתונים עולה כי שכיחות התלמידים שנהגו בבריונות בבית הספר לפחות פעם אחת עומדת על כ-20%, ושכיחות התלמידים בעלי דפוס חוזר של בריונות בבית הספר (התנהגו בבריונות כלפי תלמיד אחר לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים) עומדת על כ-8%. התנהגות זו מאפיינת בעיקר בנים בשכבות הגיל הנמוכות יותר ושכיחותה יורדת עם העלייה בגיל. ההתנהגות המאפיינת ביותר של בריונות הינה קריאה בשמות גנאי ולעג כלפי ילדים אחרים. במגזר הערבי ישנה שכיחות גבוהה בהשוואה למגזר היהודי, של התנהגות בריונות מסוג חרם והוצאה מקבוצה חברתית. ניתוח המגמות מצביע על עלייה של כ-2% בדיווח על השתתפות בבריונות במגזר היהודי בשנת הסקר הנוכחי, בהשוואה ל-2019, בעוד שבמגזר הערבי חלה דווקא ירידה משמעותית של כ-6% בשכיחות התופעה.

ניתוחי מדדי הקורבנות מציירים תמונה משלימה: שכיחות התלמידים שנפלו קורבן לבריונות בבית הספר לפחות פעם אחת עומדת על כ-25%, ושכיחות התלמידים שחוו מספר הטרדות בבית הספר (לפחות שלוש פעמים בחודשיים האחרונים) עומדת על כ-10%. סוג ההטרדה הנפוץ ביותר שתלמידים דיווחו עליו הינו קריאה בשמות גנאי או לעג (כ-26%) והפצת שקרים ושמועות (20%). בדומה לתופעת הבריונות, שכיחות התלמידים שחוו הטרדות גבוהה יותר בכיתות הנמוכות ויורדת עם העלייה בשכבת הגיל. יתרה מזאת, שכיחות התופעה גבוהה יותר במגזר היהודי לעומת הערבי, ובהשוואה לשנת 2019, חלה עלייה של כ-4% בקרב המגזר היהודי וירידה משמעותית של כ-8% בקרב המגזר הערבי.

במדדי הקטטות ממצאי הסקר מעלים כי כ-30% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות פעם אחת בשנה האחרונה, וכ-10% מהתלמידים דיווחו כי השתתפו בקטטה פיזית לפחות שלוש פעמים בשנה האחרונה. גם במדד זה השכיחות גבוהה יותר בקרב בנים ובקרב תלמידי כיתות ה-ו, ויורדת עם העלייה בשכבת הגיל. בניגוד למדדי הבריונות וקורבנות שדווחו לעיל, במדד זה שכיחות התופעה בקרב תלמידי המגזר הערבי גבוהה יותר ממקביליהם במגזר היהודי, וכן לא נרשם כל שינוי משמעותי בהשוואה לשנים קודמות.

ניתוח מדדי נשיאת נשק מעלה כי כ-9% תלמידים נשאו נשק כלשהו בשטח ב"ס בחודש האחרון, וכ-11% עשו זאת מחוץ לשטח בית הספר. סוג הנשק הנפוץ ביותר בקרב התלמידים הינו סכין או אולר (כ-28%). גם במדד זה שכיחות התופעה גבוהה יותר בקרב בנים ובקרב המגזר הערבי. יחד עם זאת, הממצאים מראים כי, בהשוואה לשנת 2019, בקרב המגזר הערבי נצפתה ירידה משמעותית של כ-10% בשכיחות נשיאת נשק בבית הספר, בעוד שבמגזר היהודי חלה עלייה של 4%.

ניתן אולי לייחס את ההבדלים המגזריים הנצפים במדדי האלימות להיבטים השונים של ביטויי האלימות: בעוד שקטטה ונשק מבטאת מדד אלימות בעל ביטוי פיזי ברור, מדדי הבריונות וקורבנות לבריונות מבטאים בעיקר פגיעה חברתית ורגשית. יתרה מזאת, יתכן והעלייה הנצפית במדדי האלימות בקרב המגזר היהודי, במקביל לירידה במגזר הערבי, קשורה לשכיחות הגוברת של שימוש ברשתות חברתיות וזליגת הפגיעה המתרחשת במרחב הווירטואלי למרחב הפיזי. עלייה מדאיגה זו מחייבת התייחסות ומתן מענה מערכתי על מנת לצמצם את התופעה והשלכותיה.

ממצא מעניין נוסף קשור לאלימות פיזית או מילולית בקשר זוגי. מבין תלמידי התיכון אשר התנסו בקשר זוגי, כ-13% מדווחים על אלימות פיזית או מילולית בקשר. מעניין לראות כי בעוד שבמגזר היהודי יותר בנות מדווחות על אלימות בקשר



זוגי, ישנה מגמה הפוכה בקרב המגזר הערבי: כ- 17% מהבנים אשר התנסו בקשר זוגי בחברה הערבית מזווחים על אלימות. סיבה אפשרית לכך, היא שהנערים המחזרים בחברה הערבית חשופים יותר למעשי התנכלות ואלימות מצד משפחות הנערות, אשר שומרות על כבוד המשפחה ואינן רואות בעין יפה את הקשר בין הנער לבתם הצעירה.

הראל-פיש, י., וולש, ס., שטיינמץ, נ., לובל, ש., רייז, י., טסלר, ר., וחביב, ג. (2014). נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית ודפוסי התנהגות סיכון בקרב בני נוער בישראל. סיכום ממצאי המחקר הארצי השביעי 2014 וניתוח מגמות בין השנים 1994-2014 והשוואה בינלאומית. תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני-נוער. בית-הספר לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.

עלם – עמותה לנוער במצבי סיכון [על"ם] (2022). דוח שנתי 2022. נדלה מתוך <https://www.elem.org.il/wp-content/uploads/2023/06/elem2022b.pdf>

Bjärehed M, Thornberg R, Wänström L, Gini G (2020) Mechanisms of moral disengagement and their associations with indirect bullying, direct bullying, and pro-aggressive bystander behavior. *Journal of Early Adolescence*. 40(1), pp. 28-55.

Calvete, E., Fernández-González, L., Orue, I., & Little, T. D. (2018). Exposure to family violence and dating violence perpetration in adolescents: Potential cognitive and emotional mechanisms. *Psychology of violence*, 8(1), 67.

Drake, K. E., Sigfusdottir, I. D., Sigurdsson, J. F., & Gudjonsson, G. H. (2016). Investigating the interplay between the reported witnessing and experiencing of physical violence within the home, the death of a parent or sibling, stress-sensitivity, and reported false confessions in males. *Personality and individual differences*, 88, 114-119.

Finkelhor, D., Turner, H. A., Shattuck, A., & Hamby, S. L. (2013). Violence, crime, and abuse exposure in a national sample of children and youth: An update. *JAMA pediatrics*, 167(7), 614-621.

Fry, D., Fang, X., Elliott, S., Casey, T., Zheng, X., Li, J., ... & McCluskey, G. (2018). The relationships between violence in childhood and educational outcomes: a global systematic review and meta-analysis. *Child Abuse & Neglect*, 75, 6-28.

He, Y., Chen, S. S., Xie, G. D., Chen, L. R., Zhang, T. T., Yuan, M. Y., ... & Su, P. Y. (2022). Bidirectional associations among school bullying, depressive symptoms and sleep problems in adolescents: A cross-lagged longitudinal approach. *Journal of affective disorders*, 298, 590-598.

- Juvonen, J., Graham, S., & Schuster, M. A. (2003). Bullying among young adolescents: The strong, the weak, and the troubled. *Pediatrics*, *112*(6), 1231-1237.
- Klomek, A. B., Marrocco, F., Kleinman, M., Schonfeld, I. S., & Gould, M. S. (2007). Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *46*(1), 40-49.
- Laith, R., & Vaillancourt, T. (2022). The temporal sequence of bullying victimization, academic achievement, and school attendance: A review of the literature. *Aggression and violent behavior*, *64*, 101722.
- Markkanen I, Välimaa R, Kannas L (2019) Forms of bullying and associations between school perceptions and being bullied among Finnish secondary school students aged 13 and 15. *International Journal of Bullying Prevention*. 3, pp. 24-33.
- Perlus, J. G., Brooks-Russell, A., Wang, J., & Iannotti, R. J. (2014). Trends in bullying, physical fighting, and weapon carrying among 6th-through 10th-grade students from 1998 to 2010: Findings from a national study. *American journal of public health*, *104*(6), 1100-1106.
- Schaefer, J. D., Moffitt, T. E., Arseneault, L., Danese, A., Fisher, H. L., Houts, R., ... Caspi, A. (2018). Adolescent victimization and early-adult psychopathology: Approaching causal inference using a longitudinal twin study to rule out noncausal explanations. *Clinical Psychological Science*, *6*, 352–371.
- Smith-Khuri, E., Iachan, R., Scheidt, P. C., Overpeck, M. D., Gabhainn, S. N., Pickett, W., & Harel, Y. (2004). A cross-national study of violence-related behaviors in adolescents. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, *158*(6), 539-544.
- Sousa, S., Correia, T., Ramos, E., Fraga, S., & Barros, H. (2010). Violence in adolescents: social and behavioural factors. *Gaceta Sanitaria*, *24*(1), 47-52.
- Ttofi, M. M., Farrington, D. P., & Lösel, F. (2012). School bullying as a predictor of violence later in life: A systematic review and meta-analysis of prospective longitudinal studies. *Aggression and Violent Behavior*, *17*(5), 405-418.

Turanovic, J. J., & Pratt, T. C. (2015). Longitudinal effects of violent victimization during adolescence on adverse outcomes in adulthood: A focus on prosocial attachments. *Journal of Pediatrics, 166*, 1062–1069.

Walton, M. A., Cunningham, R. M., Goldstein, A. L., Chermack, S. T., Zimmerman, M. A., Bingham, C. R., ... & Blow, F. C. (2009). Rates and correlates of violent behaviors among adolescents treated in an urban emergency department. *Journal of Adolescent Health, 45*(1), 77-83.

## אלימות ברשת

### מבוא

מאז ומעולם ילדים ונוער היו חשופים לאלימות, אך העידן המודרני הביא עמו אספקטים חדשים של אלימות בשל הסביבה הטכנולוגית המשתנה במהירות. אחד הנושאים שהפכו עם השנים לדאגה ממשית הוא השימוש התוקפני באינטרנט, המכונה בריונות ברשת (Donnerstein, 2012; Santre, 2022). בריונות ברשת מוגדרת כפעולה אגרסיבית, מכוונת ומתמשכת הנעשית על ידי אדם בודד או קבוצה, תוך שימוש באמצעים אלקטרוניים, כגון אינטרנט או כלים דיגיטליים אחרים, באופן חוזר ונשנה ולאורך זמן כנגד קורבן שאינו יכול להגן על עצמו (Smith et al., 2008). קורבנות ההצקה ברשת לרוב סובלים מהטרדות, השמצות, איומים, השפלות, פגיעות אישיות, התגרות ושימוש בשפה קשה.

לבריונות ברשת מאפיינים דומים לאלו של הבריונות המתרחשת במרחב הפיזי, כגון שימוש באלימות פסיכולוגית ומעשית הנובע מכוונה תחילה (בוניאל-נסים, 2010). עם זאת, קיימים מספר הבדלים בולטים בין שני סוגי הבריונות הללו, הנובעים בעיקר ממאפייני המרחבים בהם הם מתרחשים. ראשית, במרחב הווירטואלי ישנה אנונימיות ואי-נראות ישירה של הקורבן, תהליכים אשר עלולים להעצים את המוטיבציה לפעול בבריונות. שנית, הבריונות המתרחשת במרחב הווירטואלי אינה מוגבלת לזמן או למקום מסוימים, לכן היא מתאפשרת ביום וגם בלילה, בבית הקורבן, בבית הספר ואף בין מדינות שונות. כמו כן, לרוב ישנו חוסר פיקוח במרחב הווירטואלי. לבסוף, ישנה נגישות; ניתן להגיע לקורבן באמצעות מספר דרכים אלקטרוניות כמו טלפון סלולרי, מחשב, דואר אלקטרוני, רשתות חברתיות והודעות מיידיות, מסביב לשעון ובכל רחבי העולם (Donnerstein, 2012).

לרוב, מעשי הבריונות באים לידי ביטוי באמצעות שליחת הודעות פוגעניות שהינן בעלות תוכן מילולי ו/או ויזואלי (באמצעות תמונות חושפניות של הקורבן או אנשים הקרובים אליו). עקב האנונימיות הקיימת במרחב הווירטואלי, הבריונים לא לוקחים אחריות על המעשים שלהם וטוענים לשווא כי לא הם אלו שכתבו את ההודעות הפוגעניות. בשל כך רמת הפחד מלהיתפס ולהיענש נמוכה יחסית, כמו גם תחושת החמלה והחרטה כלפי קורבנותיהם.

לתופעת הבריונות שותפים שלושה גורמים עיקריים: בריון, קורבן וקבוצת עומדים מן הצד אשר מורכבת מקבוצת אנשים המתארגנת באופן ספונטני וצופה במעשי הבריונות. מאפייני הבריון במרחב הווירטואלי כוללים גורמים התנהגותיים כמו מעורבות קודמת בבריונות וקורבנות במרחב הפיזי; מספר רב של שעות מול מסכים ונטייה לאי-ציות לחוקים (Hamer & Konijn, 2015; Sticca et al., 2013; You & Lim, 2016; Zhang et al., 2022); מאפיינים משפחתיים כמו חוסר תמיכה הורית, קונפליקטים וחוסר תקשורת בין בני המשפחה וסגנון הורות נוקשה-סמכותני (Smith, 2015); מאפיינים פסיכולוגיים כמו העדר אמפתיה, התנתקות מוסרית, העדר שליטה עצמית ואגרסיביות (Smith, 2015; You & Lim, 2016).

בבחינת השלכותיה של תופעת הבריונות ברשת נמצא כי כל המעורבים בה – הבריון, הקורבן והצופה מן הצד – הינם בגדר קורבנות (Bolton & Graeve, 2005; Fabris et al., 2022). **באשר לבריון**, בטווח הקצר, מחקרים מראים קשר בין הצקה לבין התנהגות בעייתית כמו עישון או שתיית אלכוהול, כמו גם להישגים אקדמיים דלים (Olweus, 1993). בטווח

הארוך, נמצא קשר בין הצקה לבין התנהגות עבריינית. במחקר שעקב אחר מי שנחשבו ל"מציקים כרוניים" בין כיתות ט' ל- י', נמצא כי 60% מהם הורשעו בפלילים לפחות פעם אחת לפני גיל 24 וכי יותר מ-30% מהם הורשעו יותר משלוש פעמים (Olweus, 1993; Ttofi & Farrington, 2011).

**באשר לקורבנות**, נמצא כי אלו נמצאים בסיכון לסבול מדיכאון, חרדה, מחשבות אובדניות ואף אובדנות (Hinduja & Patchin, 2010; Maurya et al., 2022). מחקר מטא-אנליזה אשר כלל 28 מחקרים מצא כי הסיכוי לסבול מדיכאון גבוה בקרב מי שהיו קורבנות להצקה גם 36 שנים לאחריה (Ttofi & Farrington, 2011). בנוסף, קורבנות להצקה אשר אינם סובלים מנטיות אובדניות, סובלים מפגיעה בהערכה עצמית אשר עלולה להמשיך וללוות אותם בבגרותם ולהאפיל על מערכות היחסים שלהם (Bolton & Graeve, 2005).

**באשר לצופים מן הצד**, הצופים מן הצד לרוב שרויים בחשש כבד באם לפעול או לא פן יהפכו הקורבן הבא (Bolton & Graeve, 2005; Hong & Lee, 2022). במסגרת מחקרם סודרמן ועמיתיו (Suderman et al., 1996) מצאו כי עקב חשיפתם למעשי הבריונות, הצופים מן הצד חווים פחד וחרדה. כמו כן, החוקרים טענו כי במקרים בהם הצופים מן הצד רואים כי מעשי הבריונות לא מובילים לכך שהסביבה נוקטת כלפי הבריונים בסנקציות אברסיביות, עולה הסבירות לכך שבעתיד הם יחקו את ההתנהגות הבריונית וכתוצאה מכך יסבלו מההשלכות השליליות מהן סובלים הבריונים.

#### **מדדי מעורבות באלימות ברשת**

1. מדדי השתתפות בהטרדות, הצקות ובריונות ברשת כלפי ילד אחר
2. מדדי קורבנות להטרדות, הצקות ובריונות ברשת
3. קורבנות לסוגי הטרדות שונים ברשת

**השתתפות בהטרדות, הצקות ובריונות ברשת**

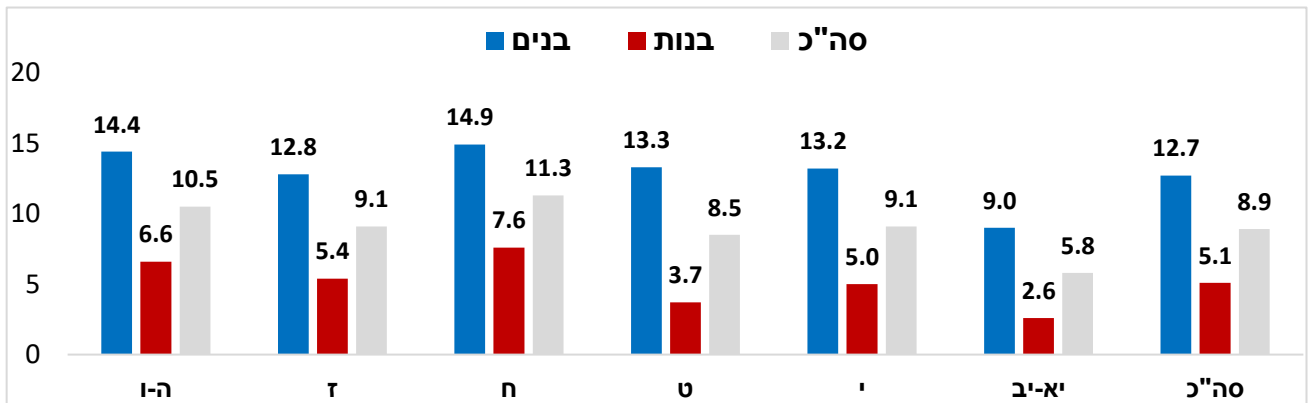
התלמידים נשאלו כמה פעמים בחודשיים האחרונים הם השתתפו בבריונות ברשת כלפי ילד אחר (למשל, שלחו הודעות פוגעניות באמצעות מסרים מידיים, דואר אלקטרוני או וואטסאפ; פרסמו בפיד באינסטגרם, יצרו אתר אינטרנט שלעג למישהו; פרסמו תמונות לא מחמיאות או לא נאותות ברשת בלי רשות או שיתפו אותן עם אחרים). סולם המענה כלל "לא ביצעתי בריונות ברשת כלפי אדם אחר"; "זה קרה פעם או פעמיים"; "פעמיים או שלוש בחודש"; בערך פעם בשבוע", או "מספר פעמים בשבוע". הממצאים להלן כוללים את אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר.

מלוח 1 עולה כי כ-9% תלמידים מדווחים כי הם השתתפו לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים בבריונות ברשת כלפי ילד אחר. יותר בנים מדווחים על בריונות ברשת (כ-13%) בהשוואה לבנות (כ-5%). כמו כן, אחוז הדיווח מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת המגזר היהודי (כ-11% בהשוואה ל-8%, בהתאמה). עם העלייה גיל חלה ירידה קלה בדיווח על בריונות ברשת מכ-11% בכיתות ה-ו לכ-6% בכיתות יא-יב.

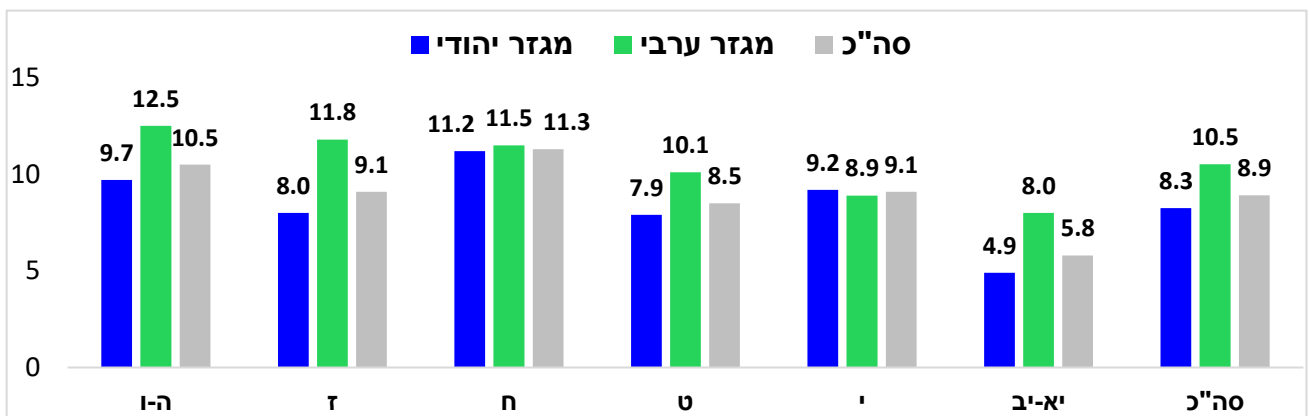
לוח 1: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	13.1%	6.2%	9.7%	17.4%	7.6%	12.5%	14.4%	6.6%	10.5%
ז	11.4%	4.7%	8.0%	16.3%	7.2%	11.8%	12.8%	5.4%	9.1%
ח	14.4%	8.0%	11.2%	16.3%	6.8%	11.5%	14.9%	7.6%	11.3%
ט	12.1%	3.7%	7.9%	16.4%	3.8%	10.1%	13.3%	3.7%	8.5%
י	13.4%	5.0%	9.2%	12.8%	5.0%	8.9%	13.2%	5.0%	9.1%
יא-יב	7.3%	2.4%	4.9%	13.1%	3.0%	8.0%	9.0%	2.6%	5.8%
סה"כ	11.6%	4.9%	8.3%	15.5%	5.6%	10.5%	12.7%	5.1%	8.9%
סה"כ משיבים	6,776	7,121	13,897	3,205	5,110	8,315	9,981	12,231	22,212

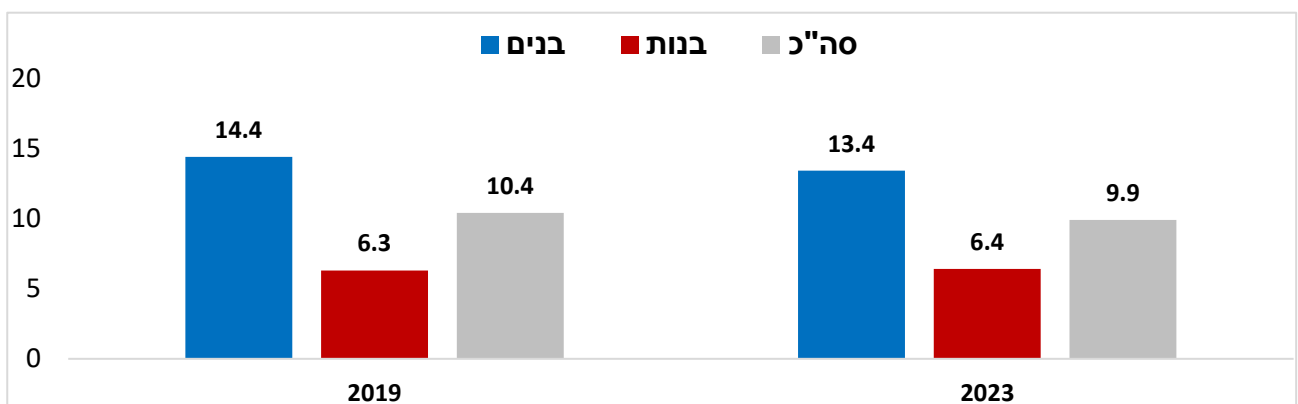
תרשים 1.1: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.2: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, לפי מגדר וכיתה:

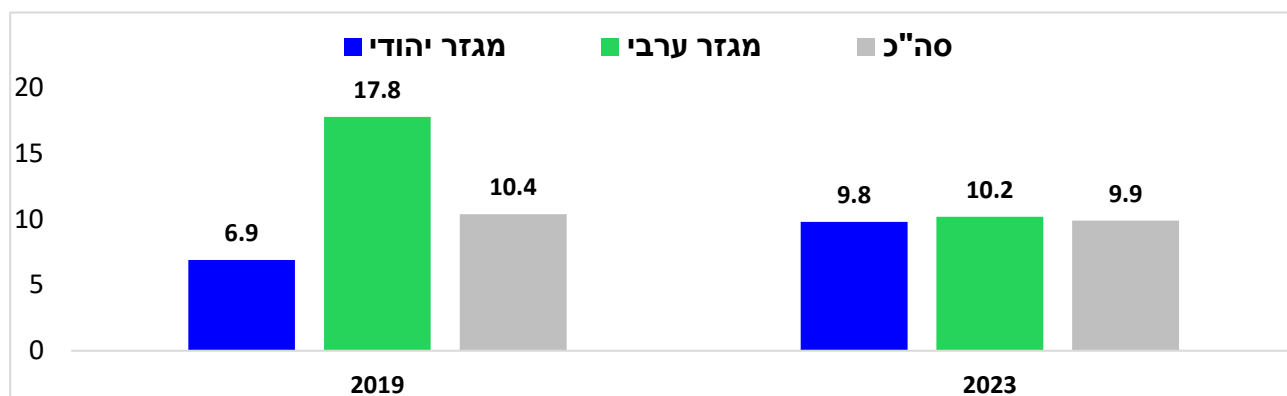


תרשים 1.3: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):





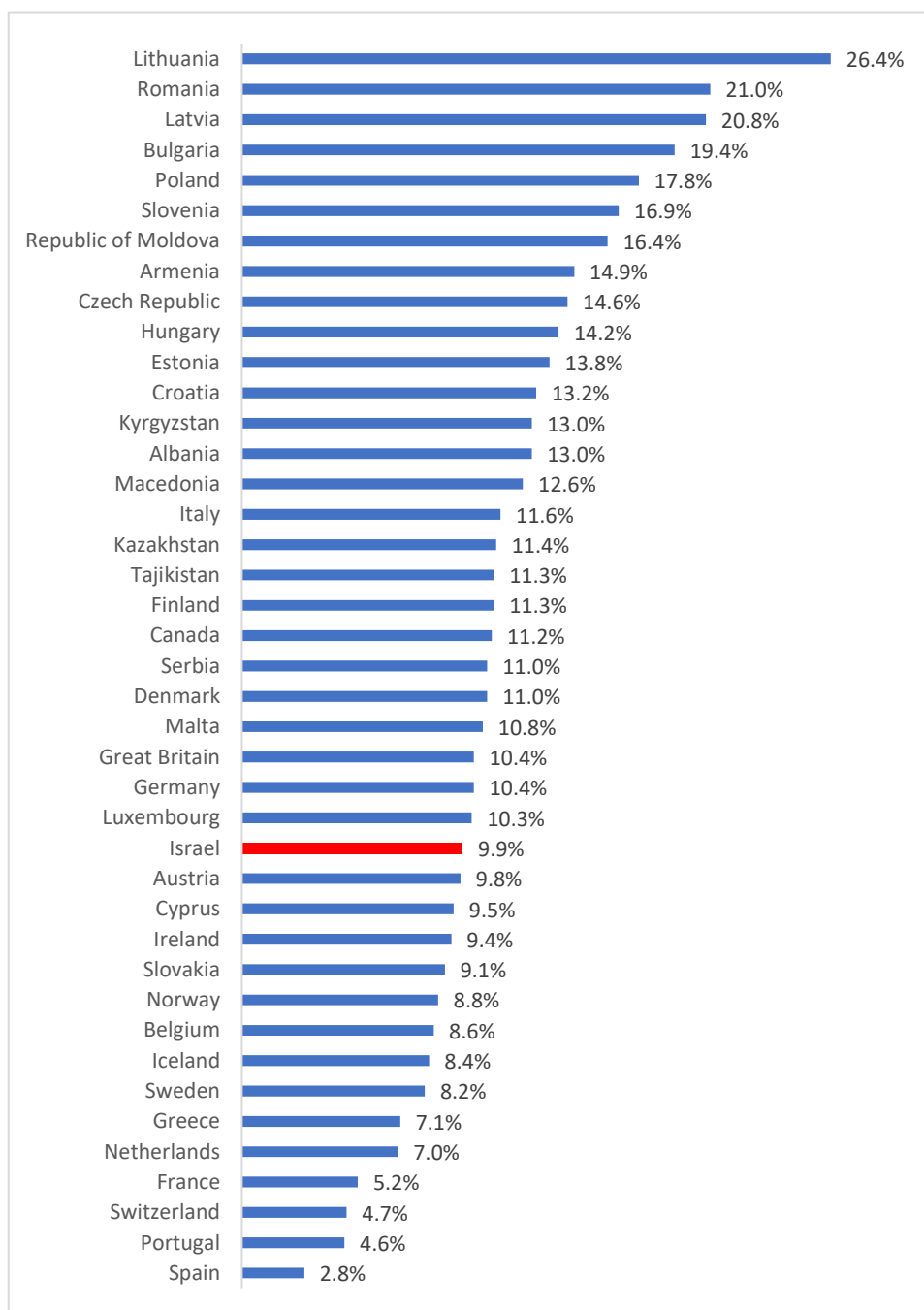
תרשים 1.4: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים השתתפו לפחות פעם אחת בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על השתתפות בבריונות ברשת. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-15 לפני האחרון במדד זה מבין 41 מדינות, עם כ-10% תלמידים המדווחים כי השתתפו בבריונות ופגיעה ברשת לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) ישראל הייתה מדורגת גם כן במקום ה-15 מתוך 45 מדינות עם כ-11% תלמידים אשר דיווחו על השתתפות בבריונות ופגיעה ברשת.

תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שבחודשיים האחרונים השתתפו בבריונות והטרדות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מדינה:



### קורבנות לבריונות ברשת

התלמידים נשאלו באיזו תדירות בחודשיים האחרונים הם היו קורבנות לבריונות ופגיעה ברשת (למשל, מישהו שלח להם הודעות פוגעניות באמצעות מסרים מידיים, דואר אלקטרוני או וואטסאפ; פרסמו בפייד שלהם באינסטגרם; יצרו אתר אינטרנט שלועג להם; פרסמו תמונות לא מחמיאות או לא נאותות שלהם ברשת בלי רשות או שיתפו אותן עם אחרים). אפשרויות המענה כללו "לא הייתי קורבן לבריונות רשת בחודשיים האחרונים"; "זה קרה פעם או פעמיים"; "פעמיים או שלוש בחודש";

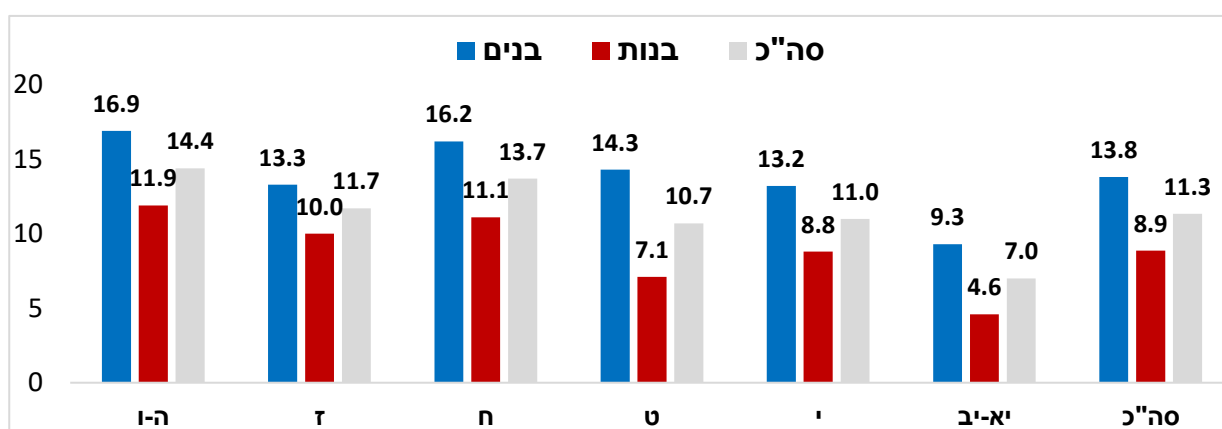
בערך פעם בשבוע", או "מספר פעמים בשבוע". הממצאים להלן כוללים את אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבן לפחות פעם אחת לבריכות ברשת.

על פי נתוני לוח 2 ניתן לראות שכ 11% תלמידים מדווחים כי הם היו קורבנות לבריכות ברשת לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב בנים (כ- 14%) בהשוואה לבנות (כ- 9%). גם במדד זה חלה ירידה בדיווח עם העלייה בגיל מכ 14% בקרב כיתות ה-ו, ל 7% בקרב תלמידי כיתות יא-יב. אין הבדל משמעותי בין המגזר היהודי לערבי בדיווח על קורבנות לבריכות ברשת.

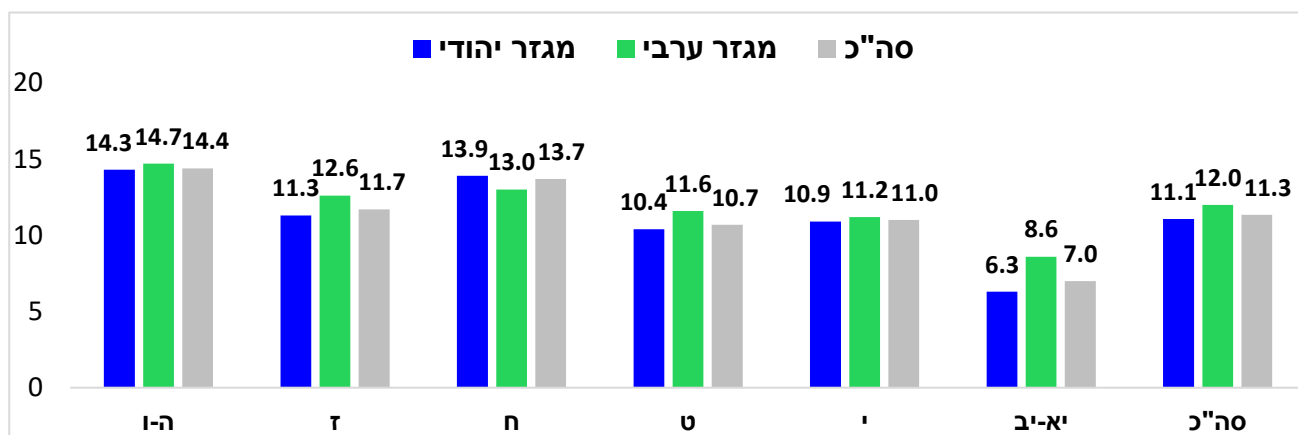
לוח 2: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריכות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	16.4%	12.2%	14.3%	18.3%	11.2%	14.7%	16.9%	11.9%	14.4%
ז	12.2%	10.4%	11.3%	16.1%	9.0%	12.6%	13.3%	10.0%	11.7%
ח	16.3%	11.5%	13.9%	15.9%	10.0%	13.0%	16.2%	11.1%	13.7%
ט	13.5%	7.3%	10.4%	16.5%	6.8%	11.6%	14.3%	7.1%	10.7%
י	12.5%	9.3%	10.9%	14.8%	7.6%	11.2%	13.2%	8.8%	11.0%
יא-יב	8.0%	4.6%	6.3%	12.5%	4.8%	8.6%	9.3%	4.6%	7.0%
סה"כ	13.0%	9.1%	11.1%	15.7%	8.3%	12.0%	13.8%	8.9%	11.3%
סה"כ משיבים	6,773	7,117	13,890	3,202	5,104	8,306	9,975	12,221	22,196

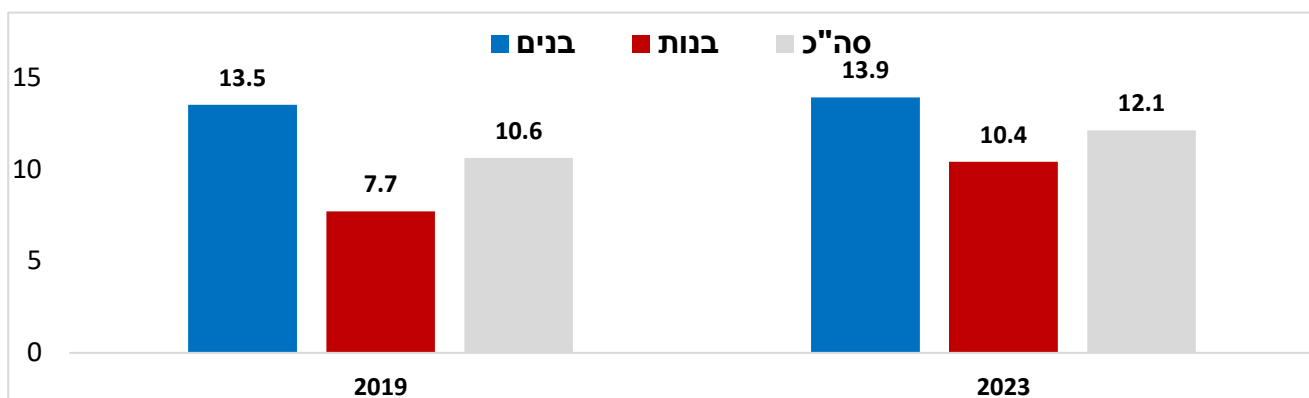
תרשים 2.1: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריכות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מגדר וכיתה:



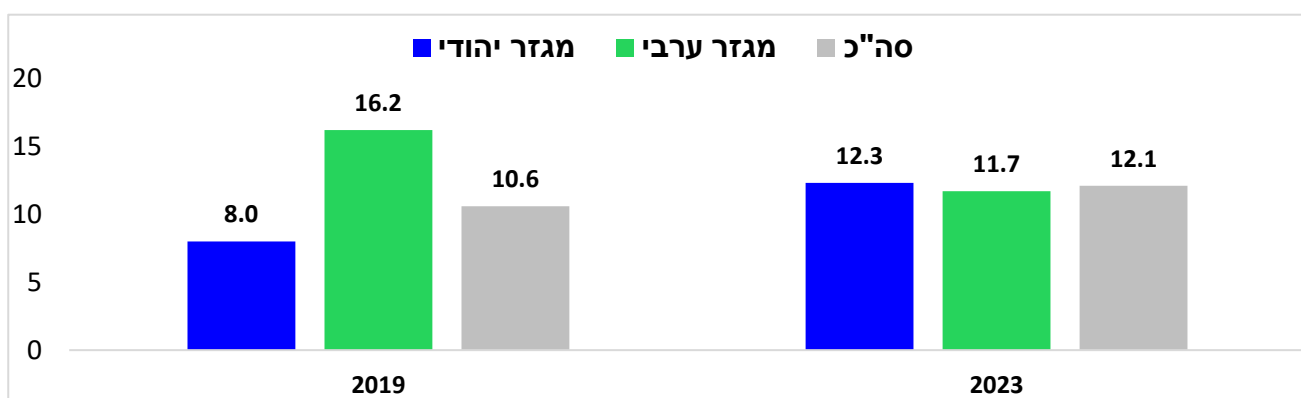
תרשים 2.2: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריונות והטרדות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 2.3: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריונות והטרדות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מגדר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):

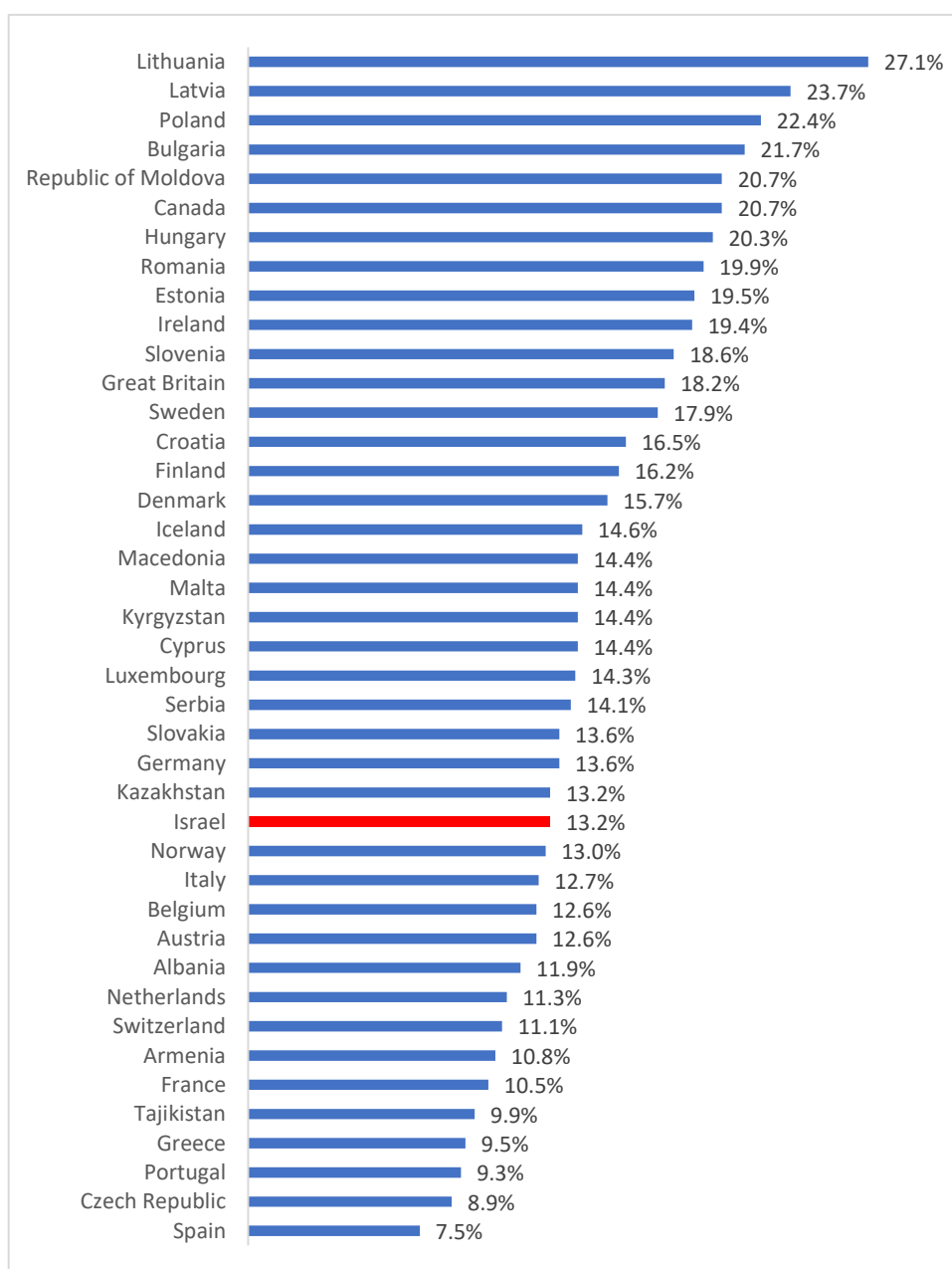


תרשים 2.4: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריונות והטרדות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מגזר ושנת סקר (כיתות ו', ח', ו- י' בלבד):



תרשים 2.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על קורבנות לבריונות ברשת. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-15 לפני האחרון במדד זה מבין 41 מדינות, עם כ-13% תלמידים המדווחים כי היו קורבנות לבריונות ופגיעה ברשת לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) ישראל הייתה מדורגת במקום ה-25 מתוך 45 מדינות עם כ-11% תלמידים אשר דיווחו על קורבנות לבריונות ופגיעה ברשת.

**תרשים 2.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לבריונות והטרדות ברשת לפחות פעם אחת, לפי מדינה:**



### **סוגי קורבנות לברינות ברשת**

התלמידים נשאלו באיזו תדירות, במהלך החודשיים האחרונים, הם היו קורבנות להטרדות הבאות ברשת (באינטרנט, וואטסאפ, אינסטגרם וכדומה): (א) שלחו להם הודעות או מסרים פוגעים כולל קללות, עלבונות וכדו'; (ב) שלחו להם הודעות או מסרים הכוללים איומים או הפחדות; (ג) הפיצו עליהם שקרים בכדי להשמיץ, או לפגוע בהם; (ד) קראו להחרים אותם או להוציא אותם מקבוצות חברתיות; (ה) מישהו הציק להם או הטריד אותם בצורה מינית על ידי הערות, הצעות או תמונות בעלות אופי מיני; (ו) מישהו התחזה להם או הפר את הפרטיות שלהם על ידי פרסום פרטים אישיים או גניבת סיסמה; (ז) צילמו אותם ללא ידיעתם באופן בלתי הולם ו/או פרסמו תמונות וסרטונים שלהם ברשת או בוואטסאפ וכו' ללא הסכמתם. אפשרויות התשובה כללו "זה לא קרה לי בחודשיים האחרונים"; "1-2 פעמים בלבד"; "3 פעמים או יותר".

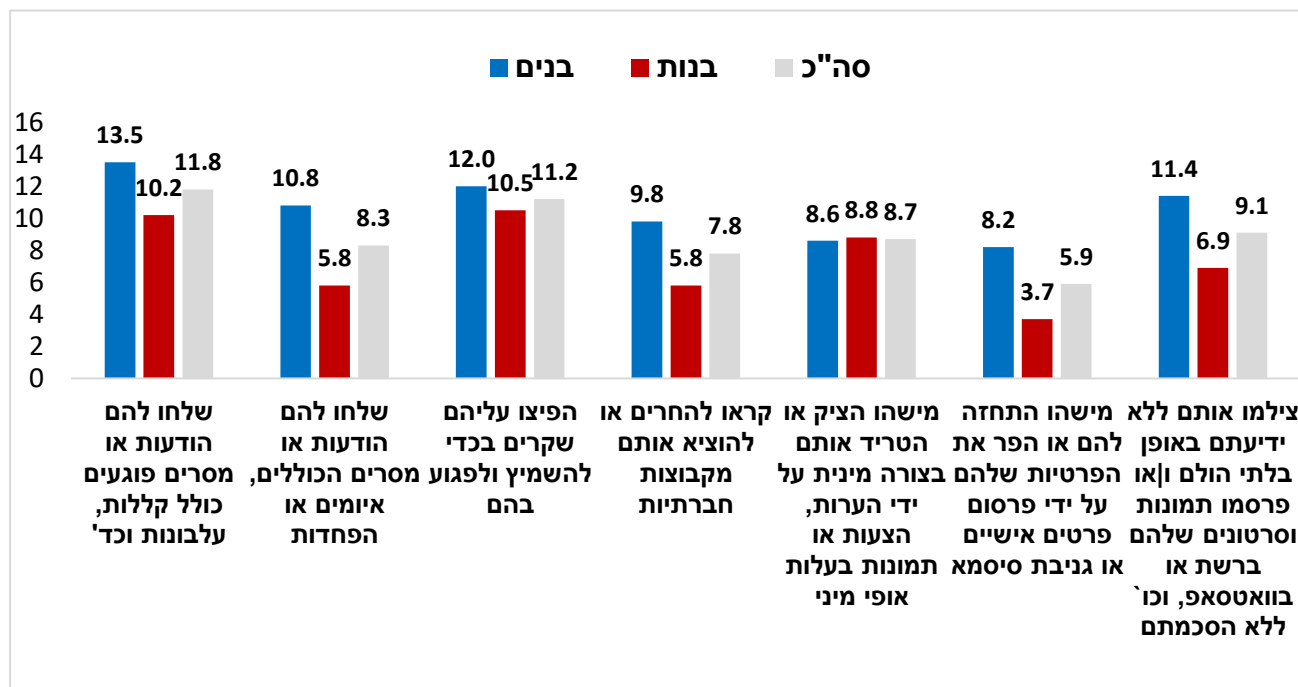
**הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לסוגים שונים של ברינות ברשת לפחות פעם אחת.**

נתוני לוח 3 מעלים כי אחוזי הדיווח על קורבנות לסוגים שונים של הטרדות ברשת נעים בין כ- 6% לכ- 12%. עוד עולה כי קיימים הבדלים מגדריים ומגזריים באחוזי הדיווח על סוגי הקורבנות השונים. כך למשל, בעוד שבמרבית סוגי הקורבנות, אחוזי הדיווח גבוהים יותר בקרב הבנים בהשוואה לבנות, בדיווח על הטרדות או הצקות בעלות אופי מיני אחוז הדיווח במגזר היהודי גבוה יותר בקרב בנות (כ- 11%) בהשוואה לבנים (כ- 8%). כמו כן, הודעות ומסרים פוגעניים נפוצים יותר בקרב תלמידי המגזר היהודי (כ- 13%) בהשוואה לתלמידי המגזר הערבי (כ- 9%) ואילו הדיווח על הטרדה באמצעות קריאה לחרם/הוצאה מקבוצות חברתיות נפוץ יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ- 11%) בהשוואה למגזר היהודי (כ- 6%), כמו גם הדיווח על קורבנות להתחזות וגניבת פרטים אישיים (כ- 7% בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת כ- 5% במגזר היהודי).

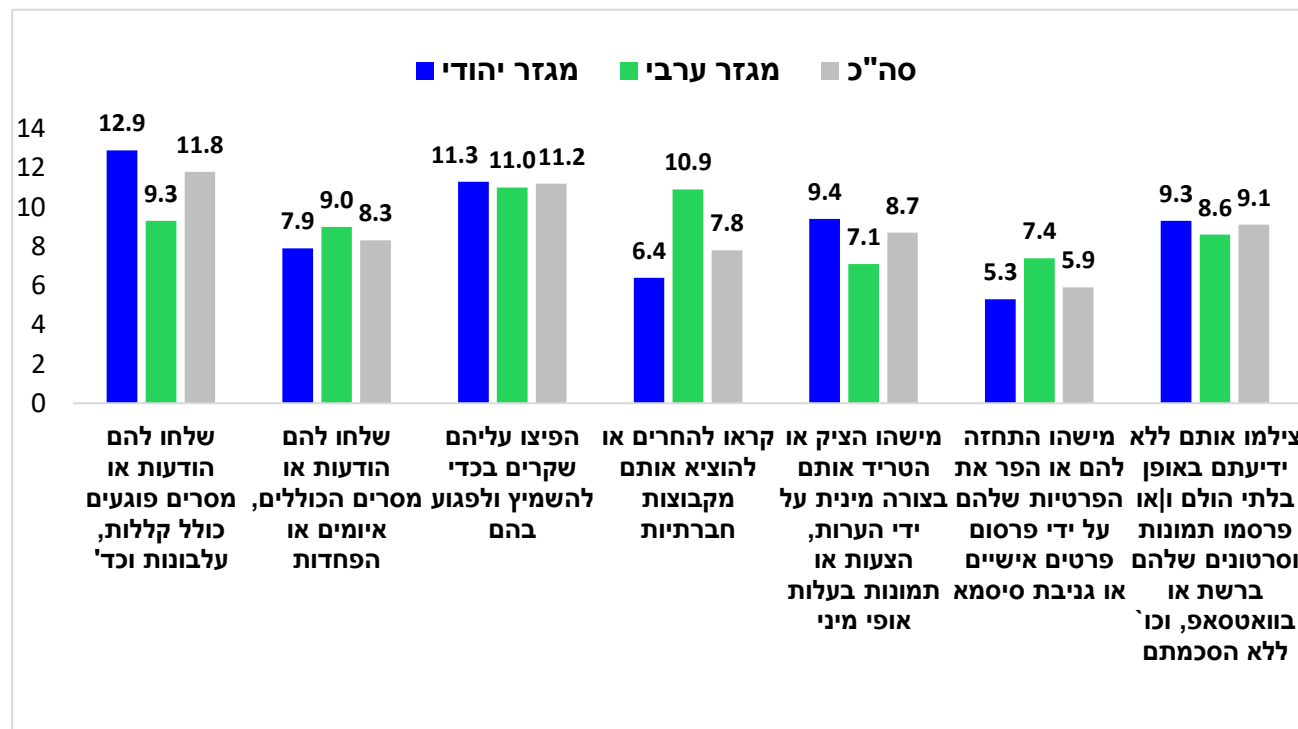
לוח 3: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לסוגים הבאים של בריונות והטרדות ברשת, לפחות פעם אחת, לפי מגדר ומגזר:

סוגי קורבנות והטרדות ברשת	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
שלחו להם הודעות או מסרים פוגעים כולל קללות, עלבונות וכד'	14.3%	11.5%	12.9%	11.7%	7.0%	9.3%	13.5%	10.2%	11.8%
שלחו להם הודעות או מסרים הכוללים, איומים או הפחדות	10.3%	5.7%	7.9%	12.2%	6.0%	9.0%	10.8%	5.8%	8.3%
הפיצו עליהם שקרים בכדי להשמיץ ולפגוע בהם	11.2%	11.5%	11.3%	13.8%	8.3%	11.0%	12.0%	10.5%	11.2%
קראו להחרים או להוציא אותם מקבוצות חברתיות	8.3%	4.5%	6.4%	13.4%	8.6%	10.9%	9.8%	5.8%	7.8%
מישהו הציק או הטריד אותם בצורה מינית על ידי הערות, הצעות או תמונות בעלות אופי מיני	7.8%	10.9%	9.4%	10.4%	4.1%	7.1%	8.6%	8.8%	8.7%
מישהו התחזה להם או הפר את הפרטיות שלהם על ידי פרסום פרטים אישיים או גניבת סיסמא	7.1%	3.6%	5.3%	10.8%	4.1%	7.4%	8.2%	3.7%	5.9%
צילמו אותם ללא ידיעתם באופן בלתי הולם ו/או פרסמו תמונות וסרטונים שלהם ברשת או בוואטסאפ, וכו' ללא הסכמתם	11.0%	7.8%	9.3%	12.3%	5.0%	8.6%	11.4%	6.9%	9.1%

תרשים 3.1: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לסוגים הבאים של בריונות והטרדות ברשת, לפחות פעם אחת, לפי מגדר:



תרשים 3.2: אחוז התלמידים שבחודשיים האחרונים היו קורבנות לסוגים הבאים של בריונות והטרדות ברשת, לפחות פעם אחת, לפי מגדר:





בריונות ברשת היא תופעה נרחבת הנובעת מהשימוש הגובר ברשתות החברתיות, והקלות היחסית של הפגיעה במרחב הווירטואלי. ממצאי הסקר מלמדים כי כ- 9% תלמידים השתתפו לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים בבריונות ברשת כלפי ילד אחר, וכ- 11% תלמידים היו קורבנות לבריונות ברשת, לפחות פעם אחת בחודשיים האחרונים. שכיחות התופעות גבוהה יותר בקרב בנים בהשוואה לבנות, וגבוהה יותר בקרב בנים במגזר הערבי בהשוואה לבנים במגזר היהודי. ההשוואה הבין-לאומית מלמדת כי לא חל שינוי משמעותי בדיווח על בריונות ברשת, ואילו בדיווח על קורבנות לבריונות ברשת חלה ירידה קלה, בהשוואה לשנת 2019. עם זאת, ניתוח השוואת מגמות מעלה כי בעוד שלא חל שינוי משמעותי בהיקף התופעות, ישנם פערים מגזריים: במגזר הערבי חלה ירידה של כ- 8% בשכיחות של בריונות ברשת, וירידה של כ- 4% בשכיחות קורבנות ברשת, ואילו במגזר היהודי חלה עלייה בהיקף התופעות (עליה של כ- 3% בשכיחות בריונות ברשת, ועליה של כ- 4% בשכיחות קורבנות ברשת, האחרון בעיקר בקרב בנות). נתונים אלה עולים בקנה אחד עם הממצאים שדווחו לעיל על עלייה במדדי האלימות בחברה היהודית והירידה במדדים אלה בחברה הערבית. ממצאים אלו יכולים ללמד, כי על אף הפעולות הרגולטוריות ותוכניות ההסברה למניעת אלימות ברשת שננקטו בשנים האחרונות, השימוש הגובר ברשתות חברתיות בקרב בני הנוער, בייחוד במגזר היהודי, כרוך בעלייה בהיקף התופעות. מכאן עולה שיש להגביר את פעולות האכיפה מחד והמניעה מאידך בקרב כלל התלמידים, וביתר שאת בקרב תלמידים מן המגזר היהודי.

- בוניאל-נסים, מ' (2010). רוצה להיות חבר שלי? על חברות ואלימות צעירים בפייסבוק. *עת השדה*, 5, 21-27.
- בוניאל-נסים, מ' ודולב-כהן, מ' (2012). ילדים כותבים על קירות: תרבות הפייסבוק. *עיון ומחקר בהכשרת מורים*, 13, 207-231.
- Bolton, J., & Graeve, S. (Eds.). (2005). *No room for bullies: From the classroom to cyberspace*. Boys Town Press.
- Donnerstein, E. (2012). Internet bullying. *Pediatric Clinics*, 59(3), 623-633.
- Fabris, M. A., Longobardi, C., Morese, R., & Marengo, D. (2022). Exploring multivariate profiles of psychological distress and empathy in early adolescent victims, bullies, and bystanders involved in cyberbullying episodes. *International journal of environmental research and public health*, 19(16), 9871.
- Hamer, A. H., & Konijn, E. A. (2015). Adolescents' media exposure may increase their cyberbullying behavior: a longitudinal study. *Journal of Adolescent Health*, 56, 203-208.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of Suicide Research*, 14, 206-221.
- Hong, Y. J., & Lee, K. (2022). Adolescent bystanders' moral emotions in cyberbullying. *School psychology international*, 43(3), 271-295.
- Maurya, C., Muhammad, T., Dhillon, P., & Maurya, P. (2022). The effects of cyberbullying victimization on depression and suicidal ideation among adolescents and young adults: a three year cohort study from India. *BMC psychiatry*, 22(1), 1-14.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Cambridge, MA: Blackwell.
- Santre, S. (2022). Cyberbullying in adolescents: A literature review. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 35(1), 1-7.
- Smith, P. K. (2015). The nature of cyberbullying and what we can do about it. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 15, 176-184.

- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *49*, 376–385.
- Sticca, F., Ruggieri, S., Alsaker, F., & Perren, S. (2013). Longitudinal risk factors for cyberbullying in adolescence. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, *23*, 52-67.
- Sudermann, M., Jaffe, P., & Schieck, E. (1996). *Bullying: Information for parents and teachers*. Retrieved April 21 ,2019, from:  
[http://www.aldine.k12.tx.us/cms/file\\_process/download.cfm?docID=B4DD4A88F39E3CA8](http://www.aldine.k12.tx.us/cms/file_process/download.cfm?docID=B4DD4A88F39E3CA8)
- Ttofi, M. M., & Farrington, F. D. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, *7*, 27-56.
- You, S., & Lim, S. A. (2016). Longitudinal predictors of cyberbullying perpetration: Evidence from Korean middle school students. *Personality and Individual Differences*, *89*, 172-176.
- Zhang, W., Huang, S., Lam, L., Evans, R., & Zhu, C. (2022). Cyberbullying definitions and measurements in children and adolescents: summarizing 20 years of global efforts. *Frontiers in public health*, *10*, 1000504.

## דפוסי היפגעות

### מבוא

מעורבות של ילדים ובני נוער בפציעות הנה סוגיה בינלאומית מדאיגה. היפגעות כוללת מגוון פציעות ובכללן תאונות דרכים, טביעה, נפילות, הרעלה וכוויות. לפי דו"ח של ארגון בטרם (2020), בשנת 2016 ישראל דורגה במקום ה-21 בין מדינות ה-OECD בתמותת ילדים בגילאי 0-14 כתוצאה מפציעות, כאשר שיעור התמותה מהיפגעות בגילאים אלו היה גבוה במעט משעורי התמותה החציוני בכלל מדינות ה-OECD. בשנים האחרונות חלה בישראל ירידה הדרגתית במספר הילדים שמתו כתוצאה מפציעות ובמספר הילדים שפנו למיון ו/או אושפזו עקב היפגעות. עם זאת, הפער בין ילדים מהמגזר הערבי למגזר היהודי גדל. הסיכון של ילד בחברה הערבית להיהרג כתוצאה מהיפגעות בלתי מכוונת גבוה פי 2.4 לעומת הסיכון של ילד יהודי, והסיכון של ילד ממעמד סוציאקונומי נמוך לתמותה מהיפגעות בלתי מכוונת גבוה פי 2.6 מהסיכון של ילד ממעמד סוציאקונומי גבוה. בשנת 2022, מרבית מקרי ההיפגעות הם עקב תאונות דרכים (47%), טביעה (18%) והרעלה/כוויה כתוצאה משריפה (6%). בשנה זו חלה גם עלייה יחסית של תמותה כתוצאה מדקירה או היפגעות מכדורים תועים בקרב ילדים ובני נוער באוכלוסייה הערבית (5%). כמו כן, בנים נפגעים יותר בהשוואה לבנות ופער זה גדל עם הגיל, כאשר בקרב בני נוער בגילאי 15-17 שיעורי התמותה של בנים גבוהים יותר מפי 8 משיעורי התמותה של בנות (בטרם, 2020).

הסיכון להיפגעות, דהיינו, לתאונות ולפציעות, גובר בגיל ההתבגרות. לפי דו"ח עדכני של ארגון בטרם (2022) הסיכון של בן נוער בגילאי 15-17 להיהרג כתוצאה מהיפגעות בלתי מכוונת גבוה פי 3 מהסיכון של ילד בקבוצת הגיל 5-9. בני הנוער נמצאים בסיכון גבוה להיפגעות שכן הם מעורבים לעתים קרובות יותר בהתנהגויות סיכון, כגון שתיית אלכוהול, שימוש בחומרים ממכרים, נהיגה תחת השפעת אלכוהול ואלומות. מחקרים מראים כי שימוש בסמים הוא הן גורם סיכון להיפגעות והן גורם ישיר להיפגעות בקרב בני נוער (Marinoni et al., 2022; Pickett et al., Pickett et al., 2005).

מעורבות בפציעות הנה לעיתים כתוצאה מאורח חיים בריא, למשל עקב מעורבות בפעילות גופנית (Molcho et al., 2017; Street & Jacobsen, 2017; al., 2006), קשורה גם להשתתפות בפעילות פנאי מאורגנת (Badura et al., 2017) וכתוצאה מהתנסות טבעית של גיל ההתבגרות. יחד עם זאת, מעורבות בפציעות קשורה למעורבות בהתנהגויות סיכון מרובות אחרות שאינן כרוכות באורח חיים בריא (כי אם להפך), כגון שימוש בחומרים ממכרים, מעורבות בקטטות ובריונות (Pickett et al., 2002a; 2002b; Walsh et al., 2013; World Health Organization, 2022). בנוסף, מחקרים מצאו כי מעורבות בפציעות גם קשורה לרמה סוציו-אקונומית עם יותר פציעות ספורט בקרב בני נוער ממשפחות ברמה סוציו-אקונומית גבוהה (Simpson et al., 2005).

## מדדי היפגעות

שאלון המחקר כלל 4 שאלות בנוגע לדפוסי היפגעות. החלק שעסק בכך בשאלון נפתח בהקדמה המסבירה לתלמידים את הכוונה ב"פגיעה". הקדמה זו פירטה מקומות שכיחים שבהם ילדים נפגעים בתאונות (כגון הבית, הרחוב, בית הספר), או פעילויות אשר במסגרתן ניתן להיפגע (כגון פעילות ספורטיבית או קטטה).

חלק זה בשאלון נפתח בשאלה על מספר הפגיעות שחוה הנבדק ושדרשו טיפול בידי רופא, חובש או אחות ב- 12 החודשים שקדמו למילוי הסקר. נבדקים שדיווחו על פגיעה אחת בלבד נתבקשו לענות בנוגע לפגיעה זו, ואילו נבדקים שדיווחו על יותר מפגיעה אחת, נתבקשו להתרכז בפגיעה החמורה ביותר ולענות על השאלות הנוספות ביחס אליה. מתוך ארבע השאלות חושבו שלושה מדדים בנושא היפגעות:

1. תלמידים שב- 12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי על ידי רופא, חובש או אחות
2. תלמידים שב- 12 החודשים האחרונים טופלו בגבס או תפרים, נותחו או אושפזו ללילה אחד לפחות, בעקבות הפגיעה החמורה ביותר
3. מקום ההתרחשות והפעילות בזמן הפגיעה החמורה ביותר.

**פציעות**

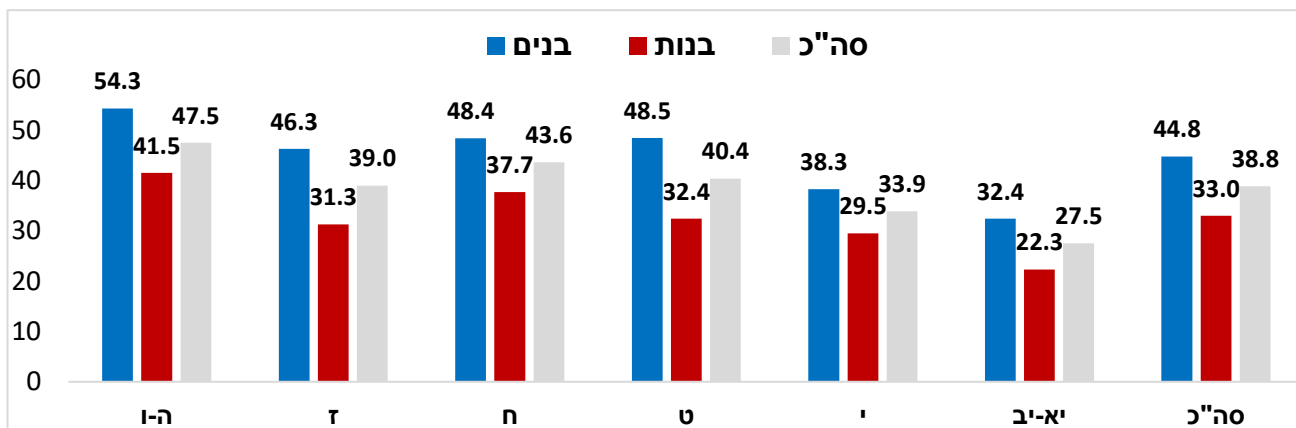
התלמידים נשאלו כמה פעמים בשנה האחרונה הם נפצעו ונזקקו לטיפול רפואי על ידי רופא, אחות או חובש. אפשרויות המענה כללו: "לא נפצעתי"; "פעם אחת"; "פעמיים"; "3 פעמים"; ו- "4 פעמים או יותר". הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שנפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי.

מלוח 1 עולה כי כ-40% תלמידים דיווחו כי הם נפצעו בשנה החולפת ונזקקו לטיפול רפואי. אחוז הדיווח על הפציעות שטופלו רפואית גבוה יותר באופן משמעותי בקרב בנים (כ-45%) בהשוואה לבנות (33%), וכן גבוה משמעותית יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי בהשוואה לערבי (כ-43% בהשוואה לכ-30%, בהתאמה). עם הגיל חלה ירידה ניכרת באחוז הדיווח, מכ-48% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ-28% בקרב תלמידי יא-יב. כמו כן, מתרשימים 1.3 ו-1.4 ניכר שבשנת הסקר הנוכחית חלה ירידה באחוז הפציעות המדווח בהשוואה לשנים קודמות. עוד עולה, שבהשוואה לשנת 2019, בשנת הסקר הנוכחית חלה ירידה של כ-15% באחוז המדווח של פציעות בקרב תלמידי המגזר הערבי, לעומת ירידה של כ-5% בקרב תלמידי המגזר היהודי.

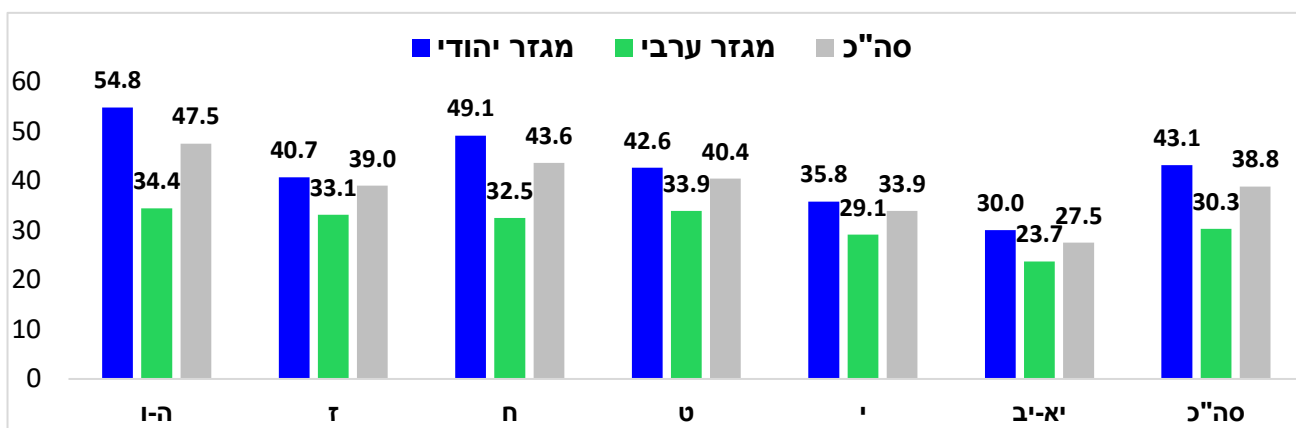
לוח 1: אחוז התלמידים שב-12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	63.4%	47.6%	54.8%	39.0%	30.2%	34.4%	54.3%	41.5%	47.5%
ז	47.7%	33.7%	40.7%	41.9%	22.4%	33.1%	46.3%	31.3%	39.0%
ח	52.9%	44.3%	49.1%	39.1%	24.2%	32.5%	48.4%	37.7%	43.6%
ט	49.4%	35.3%	42.6%	45.5%	24.8%	33.9%	48.5%	32.4%	40.4%
י	39.8%	32.1%	35.8%	35.0%	22.1%	29.1%	38.3%	29.5%	33.9%
יא-יב	35.7%	24.0%	30.0%	27.4%	20.0%	23.7%	32.4%	22.3%	27.5%
סה"כ	49.4%	37.1%	43.1%	35.7%	25.0%	30.3%	44.8%	33.0%	38.8%
סה"כ משיבים	2,860	3,027	5,887	1,692	2,845	4,537	4,552	5,872	10,424

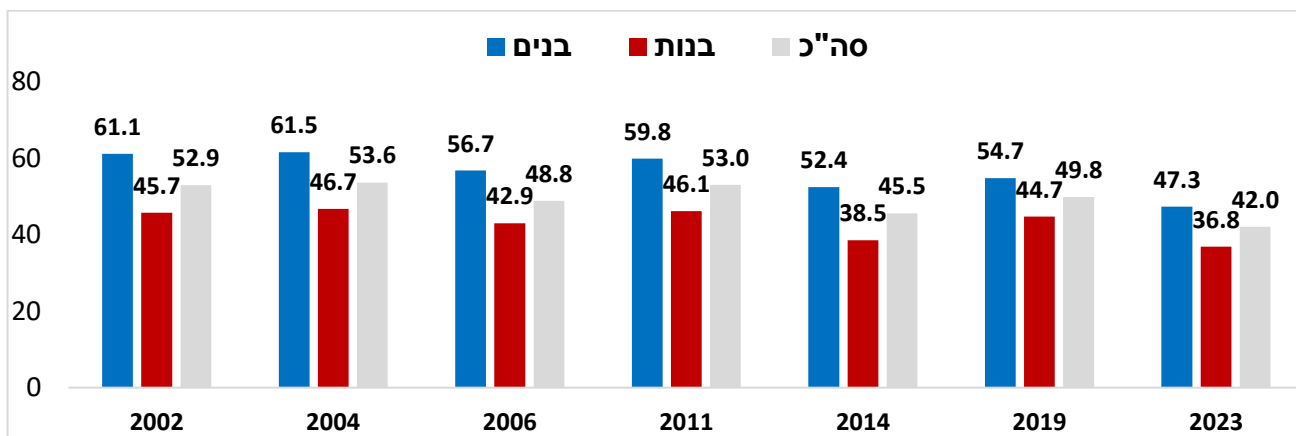
תרשים 1.1: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מגדר וכיתה:



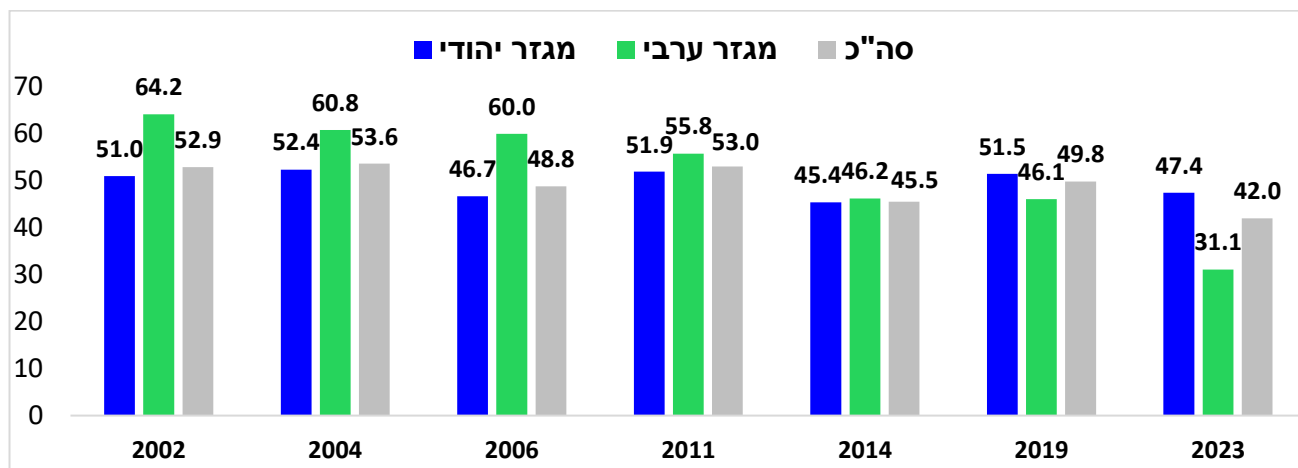
תרשים 1.2: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.3: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מגדר ושנת הסקר:



תרשים 1.4: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מגזר ושנת הסקר:

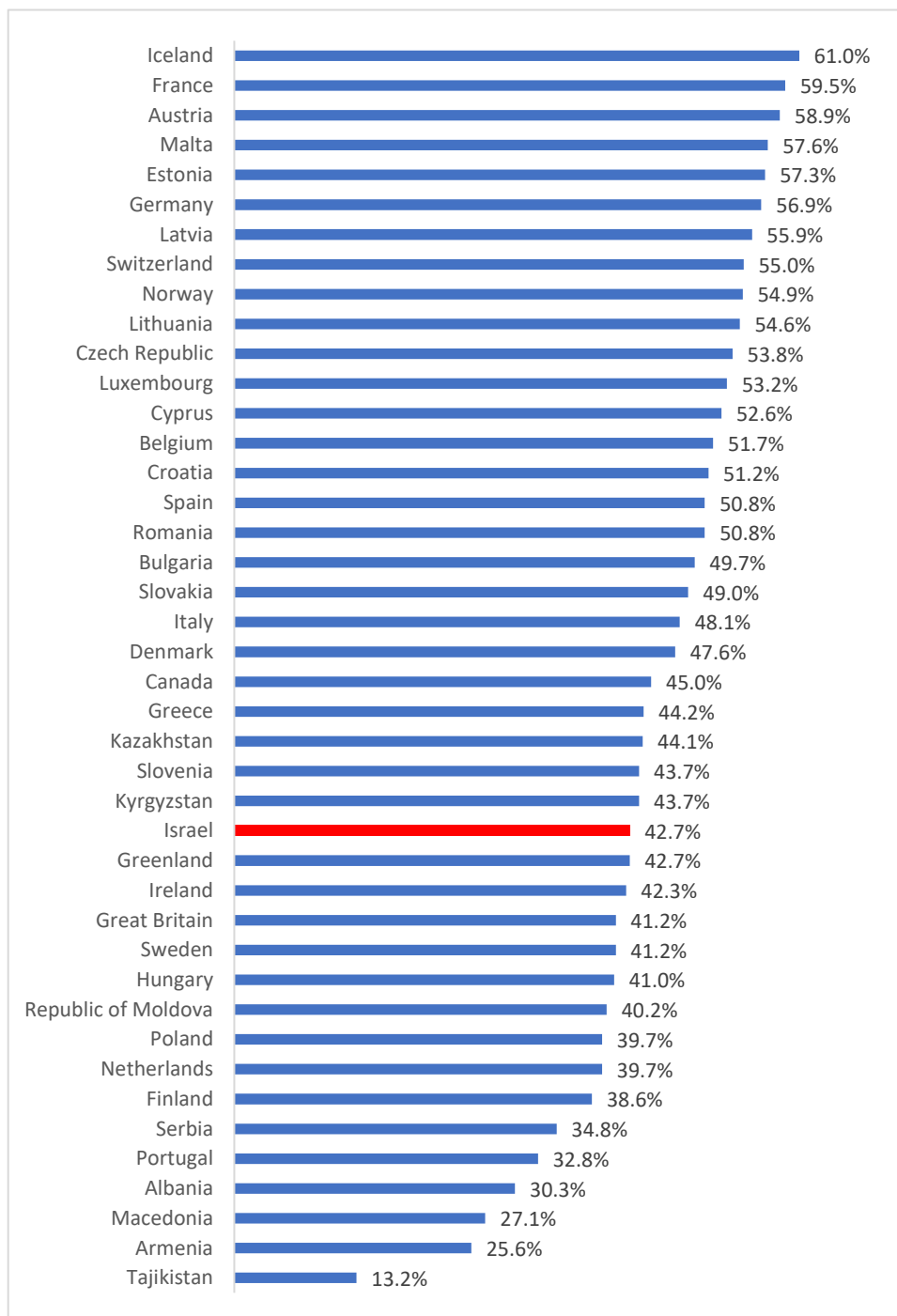


#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על פציעות. הממצאים מראים כי התלמידים הישראליים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-16 לפני האחרון במדד זה מבין 42 מדינות, עם כ-43% תלמידים המדווחים כי נפצעו לפחות פעם אחת ב-12 החודשים האחרונים ונזקקו לטיפול רפואי.



תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15, שב-12 החודשים האחרונים נפצעו לפחות פעם אחת ונזקקו לטיפול רפואי, לפי מדינה:



#### טיפול רפואי בעקבות הפציעה

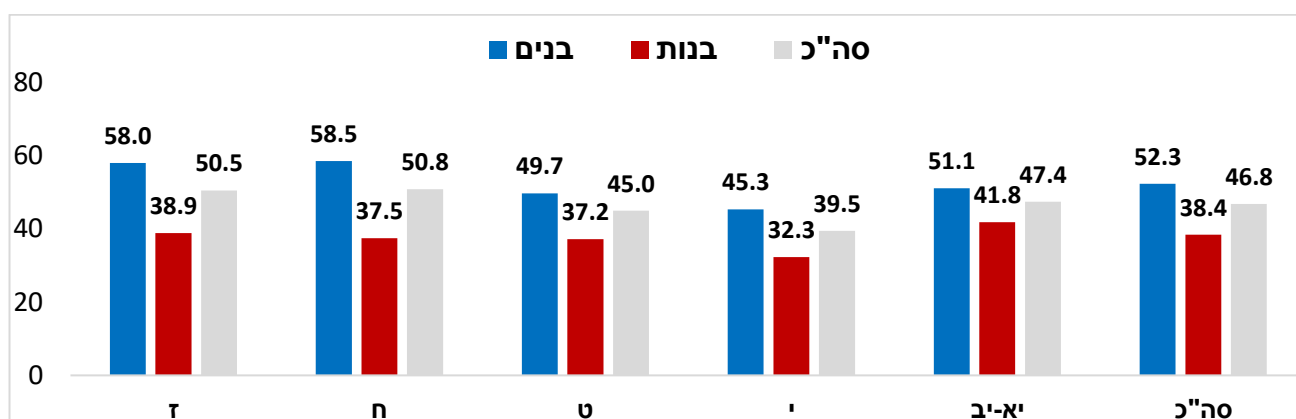
התלמידים נשאלו האם בעקבות הפציעה החמורה ביותר שלהם הם נזקקו לטיפול רפואי (גבס, תפרים, ניתוח או אשפוז ללילה אחד לפחות). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים, מבין התלמידים שנפצעו, שנזקקו לטיפול בגבס, תפרים, ניתוח או אשפוז.

לפי לוח 2 ניתן לראות שכ 47% מבין התלמידים שנפצעו נזקקו לטיפול רפואי שכלל גבס, תפרים, ניתוח או אשפוז ללילה אחד לפחות. אחוז הדיווח במדד זה גבוה בקרב בנים לעומת בנות (כ- 52% בהשוואה לכ- 38%, בהתאמה), וכן גבוה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי בהשוואה למגזר היהודי (כ- 56% בהשוואה לכ- 43%).

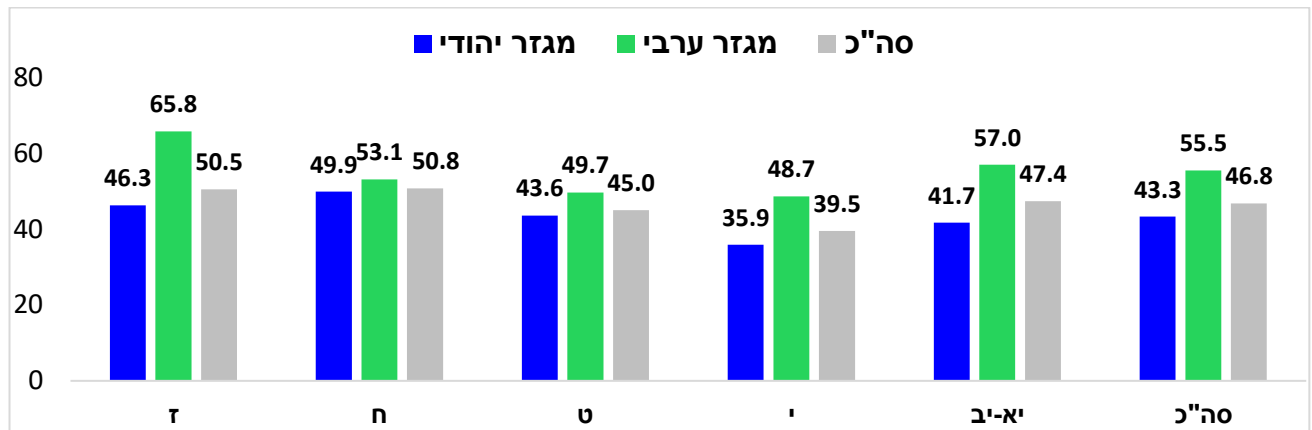
לוח 2: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים טופלו בגבס או תפרים, נותחו או אושפזו ללילה אחד לפחות, בעקבות הפציעה החמורה ביותר (מבין אלו שנפצעו), לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	53.0%	36.4%	46.3%	74.1%	50.0%	65.8%	58.0%	38.9%	50.5%
ח	59.6%	34.1%	49.9%	55.9%	47.4%	53.1%	58.5%	37.5%	50.8%
ט	49.5%	33.7%	43.6%	50.8%	48.2%	49.7%	49.7%	37.2%	45.0%
י	38.6%	32.9%	35.9%	60.0%	30.6%	48.7%	45.3%	32.3%	39.5%
יא-יב	42.3%	40.8%	41.7%	67.4%	43.3%	57.0%	51.1%	41.8%	47.4%
סה"כ	48.0%	36.2%	43.3%	63.2%	43.8%	55.5%	52.3%	38.4%	46.8%
סה"כ משיבים	879	636	1,515	351	381	732	1,230	1,017	2,247

תרשים 2.1: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים טופלו בגבס או תפרים, נותחו או אושפזו ללילה אחד לפחות, בעקבות הפציעה החמורה ביותר (מבין אלו שנפצעו), לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.2: אחוז התלמידים שב- 12 החודשים האחרונים טופלו בגבס או תפרים, נותחו או אושפזו ללילה אחד לפחות, בעקבות הפציעה החמורה ביותר (מבין אלו שנפצעו), לפי מגזר וכיתה:



כאמור, מעורבות בפציעות ובתאונות הינה תופעה הקשורה לתמותה בגיל צעיר, ובגיל ההתבגרות ישנו סיכון גובר להיפגעות. נתוני הסקר מלמדים שכ- 40% תלמידים נפצעו בשנה החולפת ונזקקו לטיפול רפואי. שכיחות התופעה גבוהה יותר באופן משמעותי בקרב בנים ובקרב תלמידים מן המגזר היהודי. בשנת הסקר הנוכחית חלה ירידה באחוז הפציעות המדווח בהשוואה לשנים קודמות, כאשר הירידה בקרב המגזר הערבי גבוהה יותר בהשוואה למגזר היהודי. נתון מפתיע זה עולה בקנה אחד עם הממצאים על ירידה במדדי האלימות בקרב תלמידים בחברה הערבית. עם זאת, שכיחות הפציעות החמורות (שנזקקו לטיפול רפואי שכלל גבס, תפרים, ניתוח או אשפוז ללילה אחד לפחות) בקרב כלל הנפגעים גבוהה יותר במגזר הערבי (כ- 56%) בהשוואה למגזר היהודי (כ-43%).

ארגון בטרם (2020). *דו"ח לאומה. נדלה מתוך:*

<https://www.beterem.org/%d7%97%d7%95%d7%9e%d7%a8%d7%99%d7%9d-%d7%9e%d7%a7%d7%a6%d7%95%d7%a2%d7%99%d7%99%d7%9d/%d7%93%d7%95/%d7%97-%d7%9c%d7%90%d7%95%d7%9e%d7%94>

ארגון בטרם (2022). *דו"ח הפגעות שנת. נדלה מתוך:*

<https://www.beterem.org/%d7%97%d7%95%d7%9e%d7%a8%d7%99%d7%9d-%d7%9e%d7%a7%d7%a6%d7%95%d7%a2%d7%99%d7%99%d7%9d/%d7%93%d7%95/d7%97-%d7%94%d7%a4%d7%92%d7%a2%d7%95%d7%aa-%d7%99>

Badura, P., Sigmundova, D., Sigmund, E., Geckova, A. M., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2017). Participation in organized leisure-time activities and risk behaviors in Czech adolescents. *International journal of public health, 62*(3), 387-396.

Marinoni, M., Parpinel, M., Gasparini, A., Ferraroni, M., & Edefonti, V. (2022). Risky behaviors, substance use, and other lifestyle correlates of energy drink consumption in children and adolescents: a systematic review. *European Journal of Pediatrics, 1-13*.

Molcho, M., Harel, Y., Pickett, W., Scheidt, P. C., Mazur, J., Overpeck, M. D., & On Behalf of The Hbsc Violence and Injury Writing Group. (2006). The epidemiology of non-fatal injuries among 11-, 13-and 15-year old youth in 11 countries: findings from the 1998 WHO-HBSC cross national survey. *International journal of injury control and safety promotion, 13*(4), 205-211.

- Pickett, W., Garner, M. J., Boyce, W. F., & King, M. A. (2002a). Gradients in risk for youth injury associated with multiple-risk behaviours: a study of 11,329 Canadian adolescents. *Social science & medicine*, 55(6), 1055-1068
- Pickett, W., Schmid, H., Boyce, W. F., Simpson, K., Scheidt, P. C., Mazur, J., ... & Aszmann, A. (2002b). Multiple risk behavior and injury: an international analysis of young people. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156(8), 786-793.
- Pickett, W., Molcho, M., Simpson, K., Janssen, I., Kuntsche, E., & Mazur, J. (2005) Cross national study of injury and social determinants in adolescents. *Injury Prevention*, 11(4), 213–218.
- Pickett, W., Dostaler, S., Craig, W., Janssen, I., Simpson, K., Shelley, S. D., & Boyce, W. F. (2006). Associations between risk behavior and injury and the protective roles of social environments: An analysis of 7235 Canadian school children. *Injury Prevention*, 12(2), 87-92.
- Simpson, K., Janssen, I., Craig, W. M., & Pickett, W. (2005). Multilevel analysis of associations between socioeconomic status and injury among Canadian adolescents. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 59(12), 1072-1077.
- Street, E. J., & Jacobsen, K. H. (2017). Prevalence of sports injuries among 13-to 15-year-old students in 25 low-and middle-income countries. *Journal of community health*, 42(2), 295-302.
- Walsh, S. D., Molcho, M., Craig, W., Harel-Fisch, Y., Huynh, Q., Kukaswadia, A., ... & Pickett, W. (2013). Physical and emotional health problems experienced by youth engaged in physical fighting and weapon carrying. *PLoS One*, 8(2).
- World Health Organization. (2022). Preventing injuries and violence: an overview.

# חלק ה': בריאות נפשית וגופנית

## בריאות נפשית וגופנית

### מבוא

ממצאים רבים מצביעים על כך שלבריאות הנפשית ולבריאות הפיזית יש השפעה הדדית זו על זו. כאשר ישנה בעיה פיזית או מחלה, תחושת הרווחה, שביעות הרצון ומצב הרוח נפגעים (Christiansen et al., 2021; Pinquart & Shen, 2011). בדומה לכך, שיפור במצב הפיזי יכול להוביל לשיפור המצב הרגשי. לדוגמה, נמצא שתוכניות התערבות אשר נועדו להתמודד עם בעיות עודף משקל בקרב בני נוער, משפרות גם מדדים רבים של בריאות נפשית ודימוי עצמי (Hoare et al., 2015).

ישנם מספר גורמים אישיים וסביבתיים בעלי השפעה על הבריאות אשר יכולים לנבא מצב בריאותי תקין. גורמים אלו כוללים גנטיקה, התנהגות, קשרים חברתיים וקהילתיים, מצב חברתי-כלכלי ועוד (Schreier & Chen, 2013). יחד עם זאת, אחד הגורמים המנבאים החזקים ביותר לבריאות פיזית ונפשית טובה הוא תחושת רווחה חיובית. תחושת הרווחה כוללת מערך של רגשות חיוביים וציפיות לעתיד, תפיסה חברתית חיובית והערכה עצמית גבוהה (Kong et al., 2023; Manderscheid et al., 2010). תחושת אושר, רגשות חיוביים והערכה העצמית משחקים תפקיד חשוב בכל הנוגע לתפקוד הפיזי, הנפשי, ההתנהגותי והחברתי. כך למשל, קיים קשר חזק בין תחושת רווחה חיובית לבין תפקוד מערכת החיסון, הלב וכלי הדם וכן המערכת הנורולוגית לאורך זמן (Steptoe et al., 2005). כמו כן, תחושת רווחה חיובית נמצאה קשורה לירידה בהתנהגויות סיכון ולעלייה בפעילות גופנית ובאיכות השינה (Dockray & Steptoe, 2010; Marconcin et al., 2022).

שביעות הרצון הכללית מהחיים הנה אחד המדדים לאיכות החיים ומהווה היבט חשוב בתחושת הרווחה הנפשית והגופנית (Oberle et al., 2011). תחושת שביעות רצון מהחיים מושפעת בעיקר מחוויות וממערכות יחסים. גורמי חוסן חשובים בהקשר זה הם תחושה של מחוברות חברתית ומשפחתית, תמיכה מקבוצת השווים ומהמשפחה, אקלים בית ספרי חיובי והצלחה בלימודים (Levin & Currie, 2010; Shapiro et al., 2022). גורמים הקשורים ברמות נמוכות של שביעות רצון מהחיים בקרב בני נוער כוללים קשיי הסתגלות פסיכו-סוציאליים (Gobina et al., 2008; Piko, 2006), חשיפה לאירועי חיים יוצרי לחץ (Lyons 2016) והתמודדות עם מעשי בריונות (Moore et al., 2017). שביעות הרצון לעיתים מסבירה את הקשר בין אירועי משבר וירידה בתחושת הרווחה. למשל, לאחר פגיעה ביחסים משפחתיים (כגון ניתוק קשר, גירושי הורים וכדומה) חלה ירידה בשביעות הרצון הכללית, אשר מנבאת עלייה בסימפטומים של דיכאון וירידה בדימוי העצמי בקרב בני נוער (Lin & Yi, 2019).

כאשר תחושת הרווחה ושביעות הרצון נמוכות ויש לחץ ומתח נפשי, התגובה הגופנית יכולה לבוא לידי ביטוי בסימפטומים פיזיים שונים, כגון כאבי ראש ובטן ואף במחלות כרוניות ומתמשכות. בעיות נפשיות כגון דיכאון וחרדה נמצאו קשורות בספרות לבעיות בריאותיות בקרב ילדים ובני נוער, כגון השמנת יתר, אסטמה או סכרת וכן להרגלים מסוכנים כגון עישון ושתיית אלכוהול, אשר עלולים להימשך אל תוך החיים הבוגרים (Keenan-Miller et al., 2007). בריאות נפשית וחוסן רגשי בתקופת גיל ההתבגרות, לעומת זאת, נמצאו קשורים לדיווח על בריאות פיזית טובה בבגרות (Hoyt et al., 2012). ילדים ובני נוער המדווחים על קשיים רגשיים, כגון תסמיני דיכאון, חרדה, לחץ או בדידות, נוטים לעסוק פחות בפעילות בריאותית ומבלים בכל יום בין שעתים לשלוש יותר בצפייה במסכים בהשוואה לבני גילם (Hoare et al., 2016).



ירידה בפעילות הגופנית בעקבות תסמיני דיכאון מנבאת גם פגיעה בהישגים הלימודיים בתקופת התיכון ( Xiang et al., 2017).

על רקע דברים אלו ניכרת חשיבותה של תחושת הרווחה לאורך מעגל החיים, אך במיוחד בתקופת גיל ההתבגרות בשל המעברים ההתפתחותיים (Oberle et al., 2011). גיל הנעורים מהווה תקופה של שינויים המאופיינים על ידי הגברת האוטונומיה והבחירה של בני הנוער וכן על ידי קבלת החלטות עצמאיות בכל הנוגע להרגלי בריאות. על כן, למאפיינים פסיכולוגיים, כגון תחושת רווחה חיובית, תפקיד חשוב בעיצוב הבריאות הפיזית וכן ביכולת להתגבר על האתגרים שמציב שלב חיים ייחודי זה (Hoyt et al., 2012). כמו כן, בשלב זה מבליים בני הנוער חלק ניכר מזמנם במסגרות חינוך פורמליות, ואכן מחקרים רבים מצאו כי מאפייני הסביבה הבית-ספרית, מצבם הנפשי של בני הנוער, תחושת הרווחה, תהליכי הלמידה והישגיהם הלימודיים תלויים זה בזה באופן ניכר (Osher 2019).

### **מדדי בריאות נפשית וגופנית**

התלמידים נשאלו שאלות בנוגע לבריאותם הנפשית והגופנית. מתוך השאלות הללו נבנו מדדים במספר תחומים מרכזיים:

#### **מדדי הרגשה כללית ושביעות רצון:**

1. דיווח בריאות.
2. שביעות רצון מהחיים.
3. תחושת (היעדר) אושר.

#### **מדדי רווחה נפשית:**

1. סימפטומים בריאותיים מרובים.
2. סימפטומים נפשיים.
3. סימפטומים גופניים.
4. רווחה נפשית.
5. מתח וחרדה
6. מדד חששות ותחושות עצב.
7. מדד תחושת בדידות.

#### **מדדי ערך עצמי ומסוגלות עצמית:**

1. ערך עצמי.
2. מדד מסוגלות עצמית.

#### **מדדי ציפיות עתידיות חיוביות**

### **מדדי שינה:**

1. ממוצע שעות שינה.
2. תחושת ישנוניות בבית ספר.

### **מדדי דימוי גופני:**

1. דימוי גופני רזה מדי.
2. דימוי גופני שמן מדי.

**מדד בריאות:**

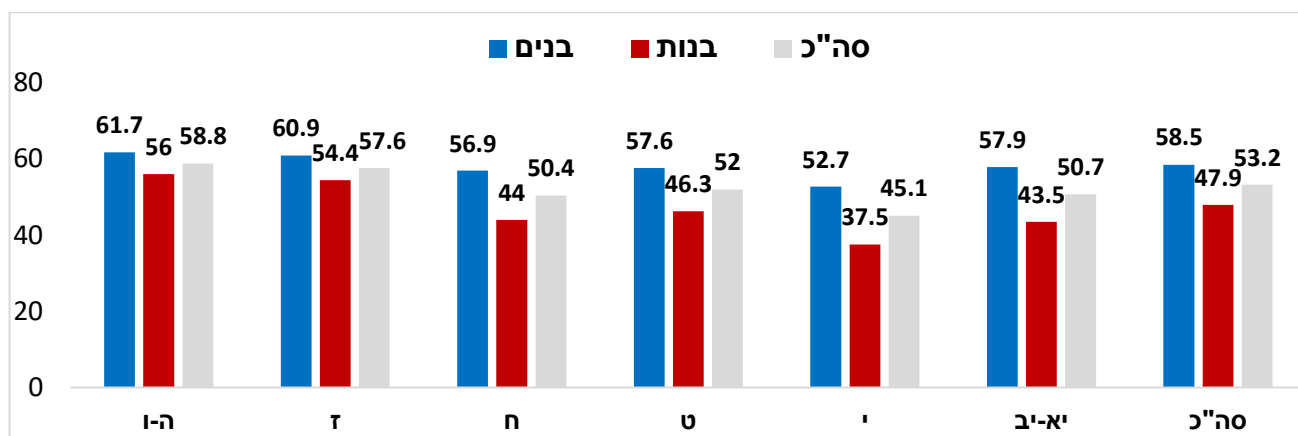
התלמידים נשאלו איך הם מתארים את מצבם הבריאותי. אפשרויות המענה כללו: "מצוין"; "טוב"; "סביר"; ו- "לא טוב". הממצאים שיוצגו להלן כוללים אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין.

נתוני לוח 1 מלמדים שכ 53% תלמידים מדווחים כי מצב הבריאות שלהם מצוין. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי לעומת היהודי (כ- 60% לעומת כ- 50% בהתאמה), וכן גבוה יותר בקרב בנים לעומת בנות (כ-59% בהשוואה לכ- 48% בהתאמה). עם הגיל ניכרת ירידה מסוימת באחוז התלמידים שמדווחים כי מצב בריאותם מצוין מכ- 59% בקרב תלמידי כיתות ה-ו לכ-45% בקרב תלמידי כיתות י', כאשר בקרב תלמידי כיתות יא-יב חלה התאוששות במדד זה (כ-51%). בנוסף, הירידה עם הגיל באחוז התלמידים המדווחים כי מצב בריאותם מצוין גדולה יותר בקרב בנות (מ- 56% בכיתות ה-ו לכ-38% בקרב כיתות י'). נתוני השוואת מגמות (תרשימים 1.3 ו-1.4) מלמדים כי בשנת 2023 חלה ירידה האחוז התלמידים שמדווחים שמצב בריאותם מצוין לעומת שנים קודמות (מכ- 58% ב 2019 לכ- 51%). הירידה גדולה יותר בקרב בנות (ירידה של כ- 11%) לעומת הבנים (ירידה של 4%), וכן גדולה ביותר בקרב תלמידי המגזר הערבי (ירידה של כ- 11%) לעומת המגזר היהודי (ירידה של כ- 6%).

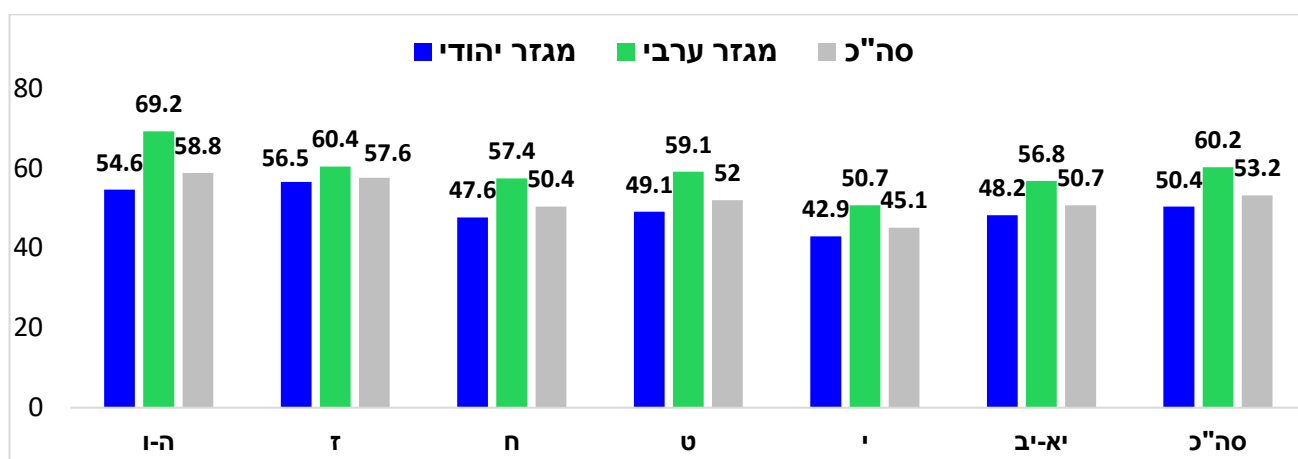
לוח 1 : אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	58.4%	50.8%	54.6%	69.7%	68.6%	69.2%	61.7%	56.0%	58.8%
ז	58.9%	54.1%	56.5%	65.7%	55.1%	60.4%	60.9%	54.4%	57.6%
ח	54.0%	41.1%	47.6%	63.8%	51.0%	57.4%	56.9%	44.0%	50.4%
ט	55.2%	43.0%	49.1%	63.6%	54.6%	59.1%	57.6%	46.3%	52.0%
י	50.4%	35.4%	42.9%	58.4%	42.9%	50.7%	52.7%	37.5%	45.1%
יא-יב	55.0%	41.4%	48.2%	64.8%	48.8%	56.8%	57.9%	43.5%	50.7%
<b>סה"כ</b>	<b>55.8%</b>	<b>45.0%</b>	<b>50.4%</b>	<b>65.2%</b>	<b>55.2%</b>	<b>60.2%</b>	<b>58.5%</b>	<b>47.9%</b>	<b>53.2%</b>
<b>סה"כ משיבים</b>	<b>6,903</b>	<b>7,288</b>	<b>14,191</b>	<b>3,290</b>	<b>5,227</b>	<b>8,517</b>	<b>10,193</b>	<b>12,515</b>	<b>22,708</b>

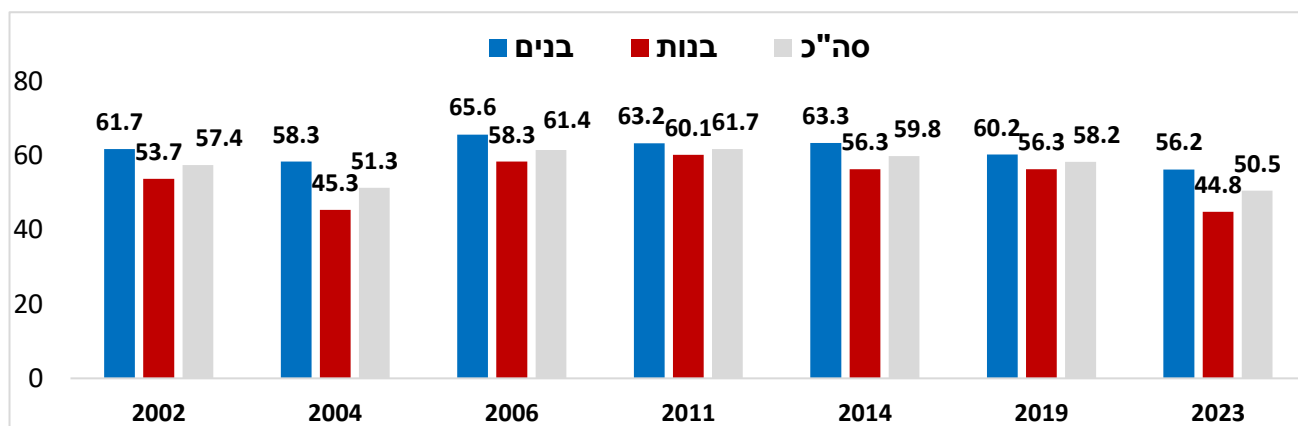
תרשים 1.1 : אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מגדר וכיתה:



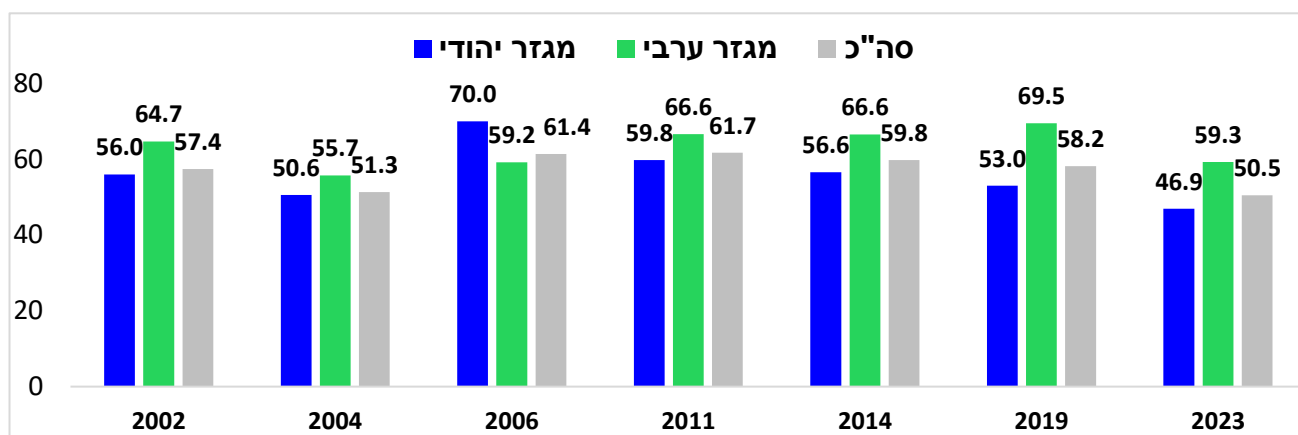
תרשים 1.2 : אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 1.3 : אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו' י' בלבד):



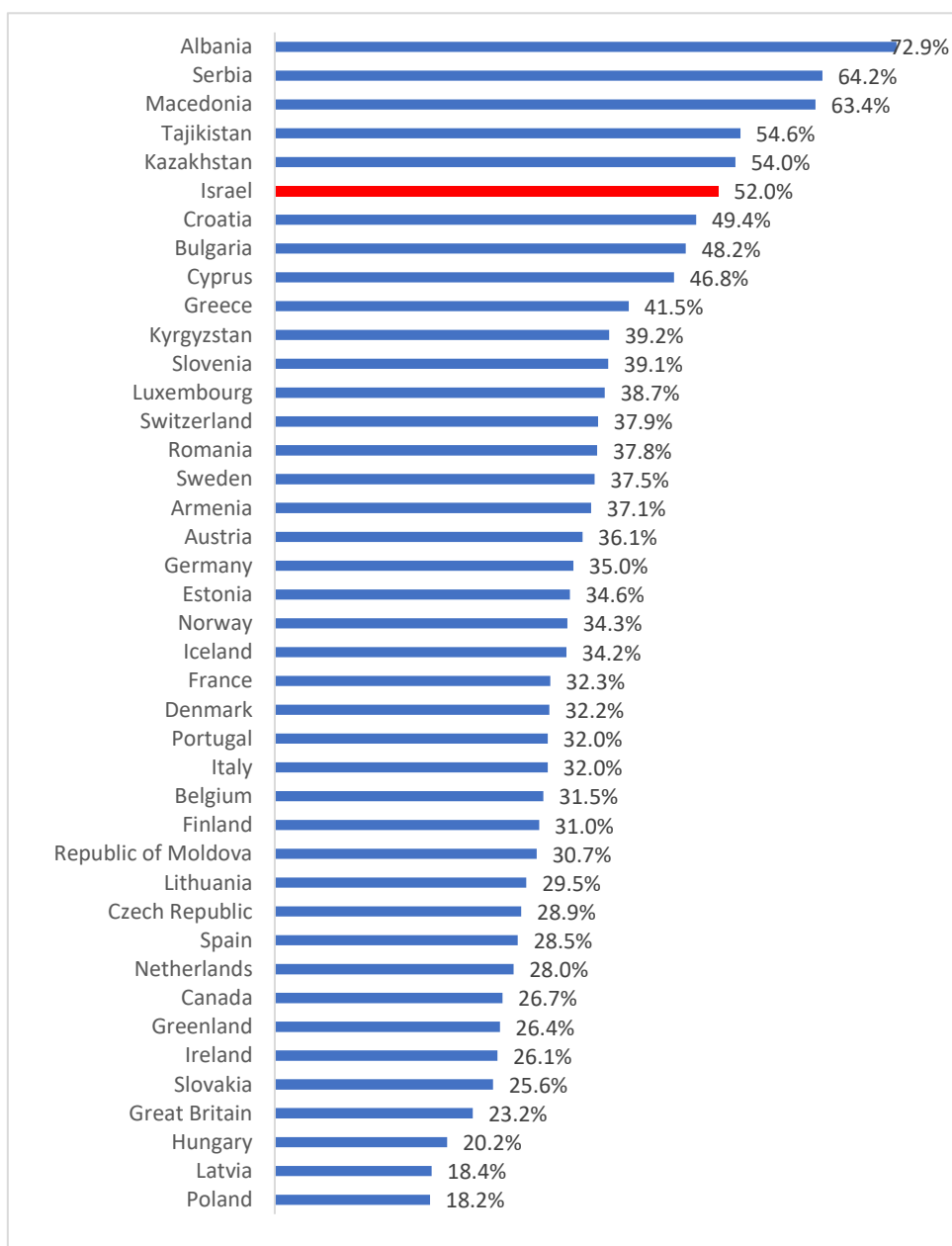
תרשים 1.4: אחוז התלמידים שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו', ח', ו' בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 1.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על מצב בריאות. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-6 במדד זה מבין 42 מדינות, עם 52% תלמידים המדווחים כי מצב בריאותם מצוין.

תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שדיווחו כי מצב בריאותם מצוין, לפי מדינה:



**מדד שביעות רצון מהחיים:**

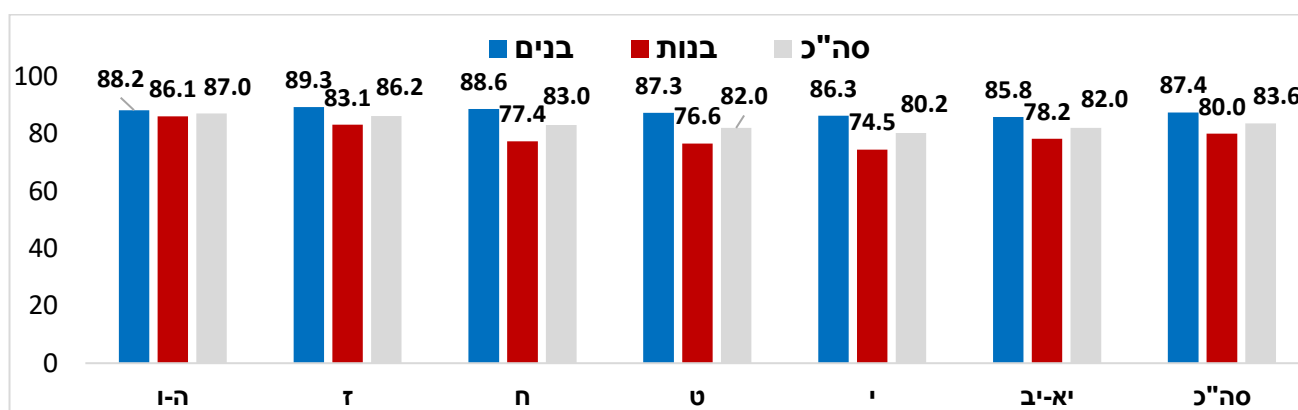
התלמידים נשאלו כיצד הם מרגישים כרגע על גבי סולם מענה שנע מ-0 (החיים הגרועים ביותר) ל-10 (החיים הטובים ביותר). הממצאים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שהם שבעי רצון מהחיים (ציון 6 ומעלה בסולם שביעות רצון מהחיים).

מלוח 2 עולה שכ-84% תלמידים שבעי רצון מהחיים. נתון זה גבוה יותר בקרב בנים (כ-87%) בהשוואה לבנות (80%). בדומה למדד דיווח בריאות עצמי, גם במדד שביעות הרצון חלה ירידה עם העלייה בגיל, בייחוד בקרב הבנות (מ-86% תלמידות בכיתות ה-1, לכ-75% תלמידות בכיתות י').

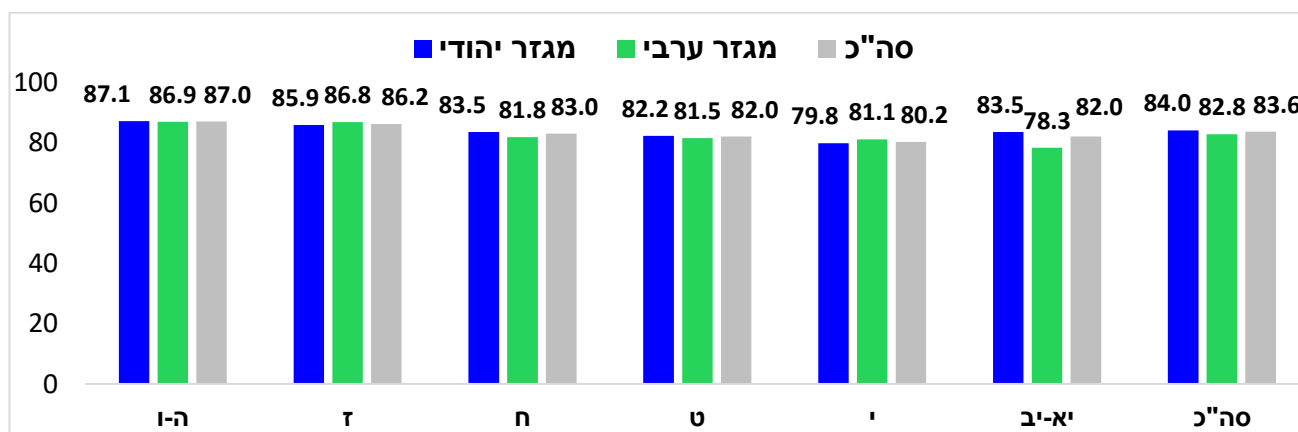
לוח 2 : אחוז התלמידים שציינו כי הם שבעי רצון מהחיים , לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	88.3%	86.2%	87.1%	88.0%	85.9%	86.9%	88.2%	86.1%	87.0%
ז	89.9%	82.0%	85.9%	87.8%	85.8%	86.8%	89.3%	83.1%	86.2%
ח	89.6%	77.4%	83.5%	86.2%	77.4%	81.8%	88.6%	77.4%	83.0%
ט	88.8%	75.5%	82.2%	83.6%	79.4%	81.5%	87.3%	76.6%	82.0%
י	84.8%	75.0%	79.8%	90.5%	73.2%	81.1%	86.3%	74.5%	80.2%
יא-יב	86.5%	80.5%	83.5%	83.9%	72.7%	78.3%	85.8%	78.2%	82.0%
סה"כ	87.9%	80.2%	84.0%	86.2%	79.5%	82.8%	87.4%	80.0%	83.6%
סה"כ משיבים	5,609	6,112	11,721	2,769	4,651	7,420	8,378	10,763	19,141

תרשים 2.1 : אחוז התלמידים שציינו כי הם שבעי רצון מהחיים (ציון 6 ומעלה בסולם "תחושת שביעות הרצון מהחיים"), לפי מגדר וכיתה:

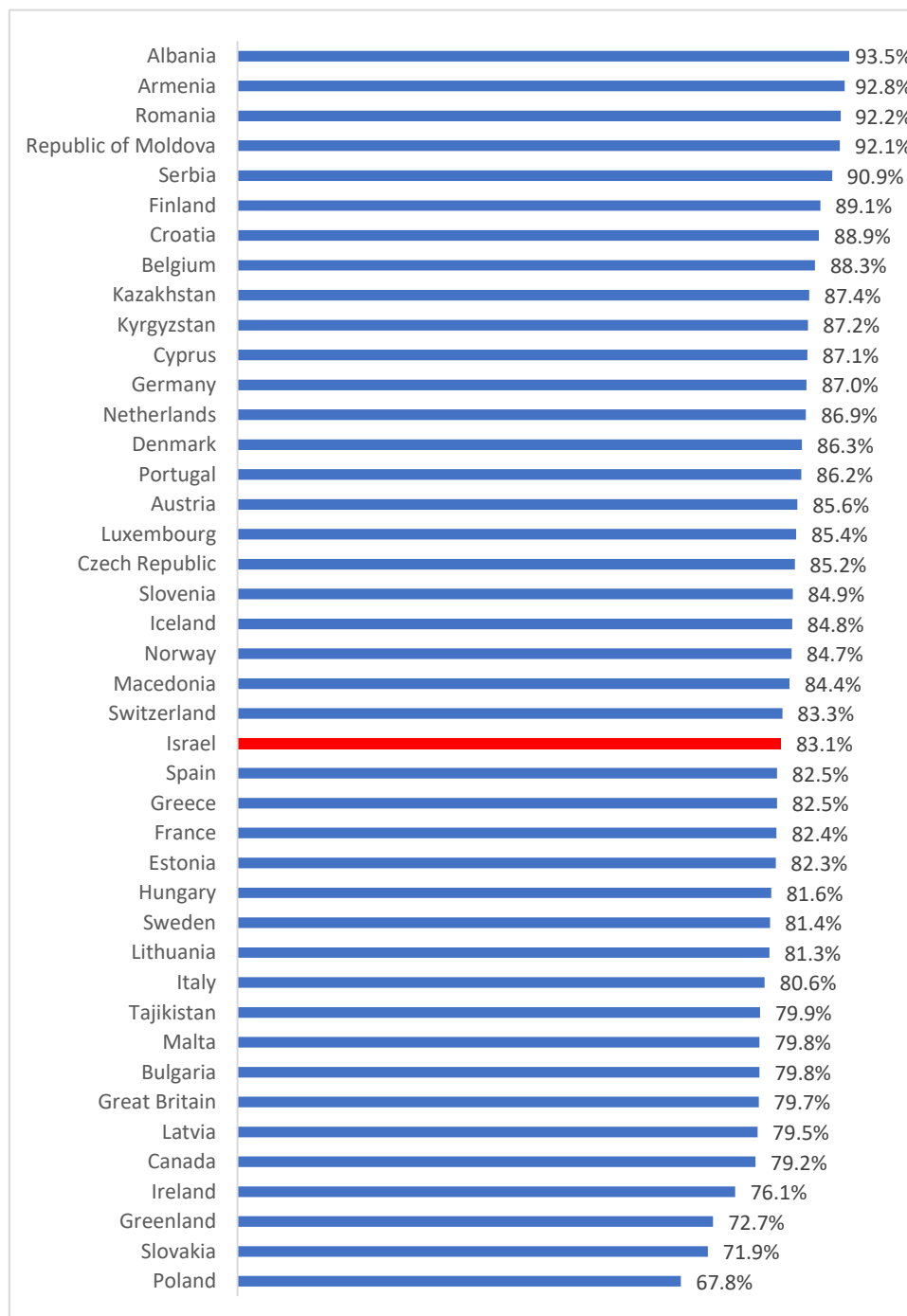


תרשים 2.2 : אחוז התלמידים שציינו כי הם שבעי רצון מהחיים (ציון 6 ומעלה בסולם "תחושת שביעות הרצון מהחיים"), לפי מגדר וכיתה:



תרשים 2.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על שביעות רצון מהחיים (ציון 6 ומעלה בסולם 0-10). הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-24 במדד זה מבין 42 מדינות, עם 83.1% תלמידים המדווחים הם שבעי רצון מהחיים. יש לציין כי בסקר הקודם (2019) אחוזי הדיווח של שביעות רצון מהחיים בקרב התלמידים הישראלים היו דומים (83.2%), אך אז ישראל דורגה במקום ה-5 לפני האחרון במדד זה.

תרשים 1.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שדיווחו כי הם שבעי רצון מהחיים, לפי מדינה:





**מדד אושר:**

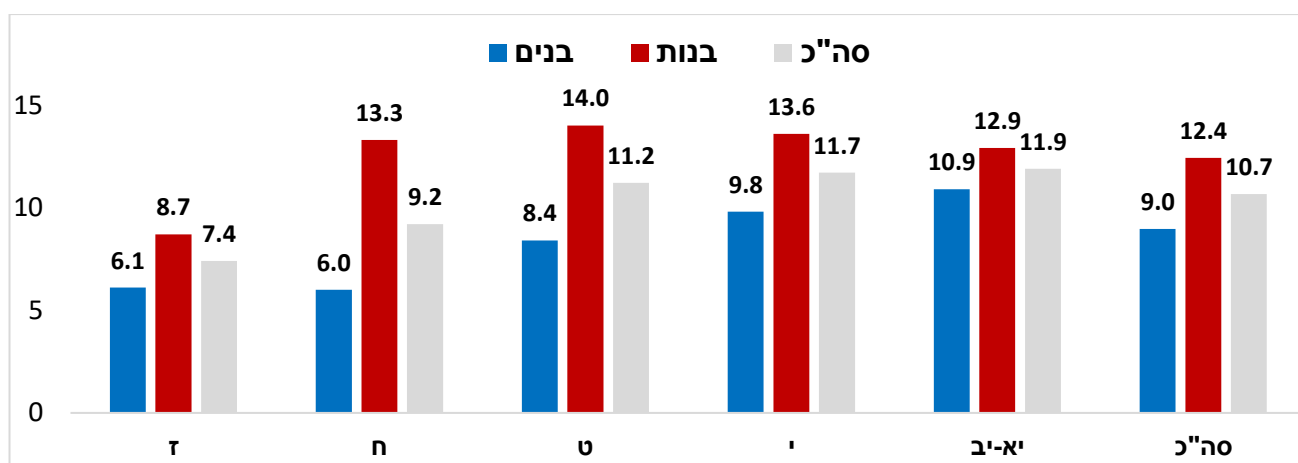
התלמידים נשאלו עד כמה הם מרגישים מאושרים בדרך כלל. סולם המענה כלל 5 תשובות שנעו מ- "מאושר מאוד" ל- "לא מאושר כלל". הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם אינם מאושרים (לא מאושרים בכלל או לא מאושרים כל כך).

מלוח 3 עולה שכ- 11% תלמידים מדווחים כי הם אינם מאושרים. נתון זה מעט גבוה יותר בקרב בנות (כ- 12%) בהשוואה לבנים (9%). בנוסף, עם הגיל חלה עליה באחוז התלמידים שמדווחים כי הם אינם מאושרים מ-כ- 7% בכיתות ה-ו, ל-כ- 12% בכיתות י-יב.

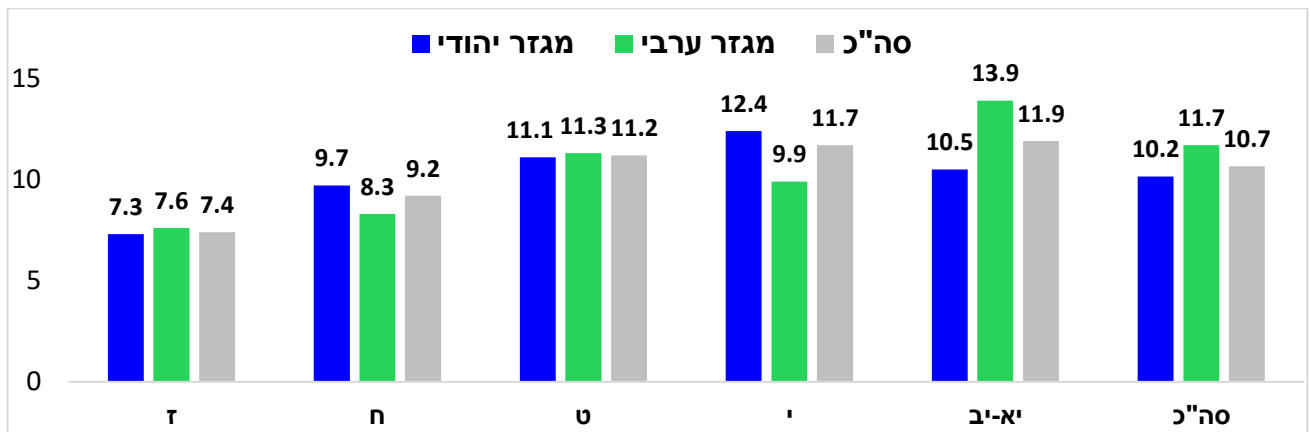
לוח 3 : אחוז התלמידים שדיווחו כי הם אינם מאושרים לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ז	6.6%	8.0%	7.3%	4.8%	10.8%	7.6%	6.1%	8.7%	7.4%
ח	6.2%	14.0%	9.7%	5.6%	11.7%	8.3%	6.0%	13.3%	9.2%
ט	8.0%	14.4%	11.1%	9.5%	12.8%	11.3%	8.4%	14.0%	11.2%
י	9.9%	14.8%	12.4%	9.7%	10.2%	9.9%	9.8%	13.6%	11.7%
יא-יב	9.5%	11.5%	10.5%	12.8%	14.9%	13.9%	10.9%	12.9%	11.9%
סה"כ	8.4%	12.0%	10.2%	10.2%	13.3%	11.7%	9.0%	12.4%	10.7%
סה"כ משיבים	2,481	2,639	5,120	1,178	2,027	3,205	3,659	4,666	8,325

תרשים 3.1 : אחוז התלמידים שדיווחו כי הם אינם מאושרים לפי מגדר וכיתה



תרשים 3.2 : אחוז התלמידים שדיווחו כי הם אינם מאושרים לפי מגזר וכיתה:



### סימפטומים מרובים:

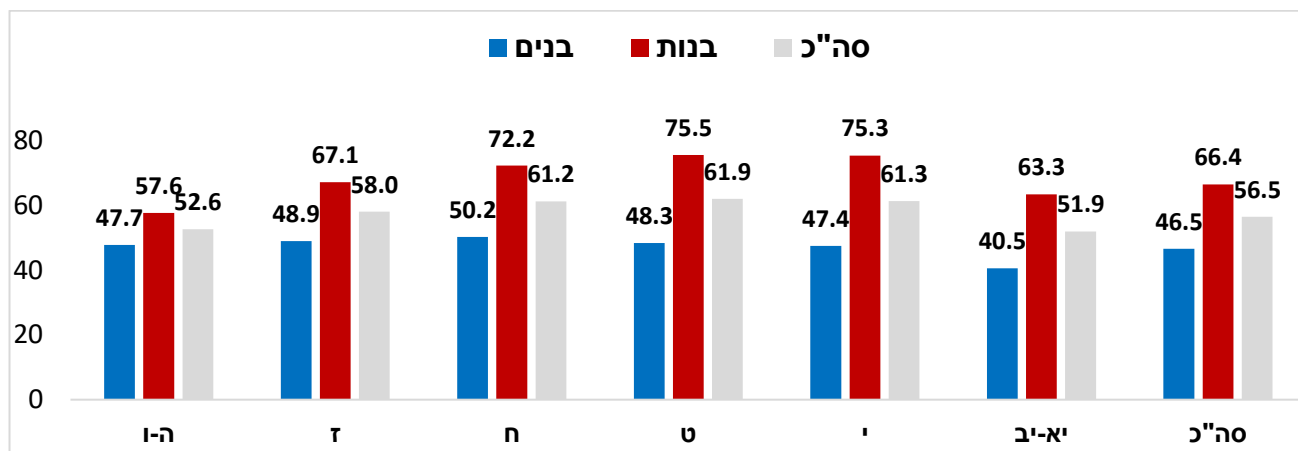
התלמידים נשאלו באיזו תדירות בששת החודשים האחרונים הם חשים את שמונת הסימפטומים הבאים: (א) כעס; (ב) עצבנות; (ג) מצב רוח רע; (ד) כאב ראש; (ה) כאב בטן; (ו) כאב גב; (ז) סחרחורת; (ח) קשיי הירדמות. סולם המענה נע מ- "כמעט כל יום" עד ל- "לעיתים רחוקות או אף פעם". מתוך סולם זה חושבו שלושה מדדים שיוצגו להלן: (א) מדד סימפטומים בריאותיים מרובים: אחוז התלמידים שחוו לפחות שניים מבין הסימפטומים הנפשיים והגופניים (כעס, עצבנות, מצב רוח רע, כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת או קשיי הירדמות), מספר פעמים בשבוע או כמעט כל יום בששת החודשים האחרונים; (ב) מדד סימפטומים נפשיים: אחוז התלמידים שדיווחו כי בששת החודשים האחרונים הם חוו כמעט כל יום לפחות סימפטום נפשי אחד מבין שלושת הסימפטומים הנפשיים הבאים: כעס, עצבנות, מצב רוח רע (מצוברח או מדוכא); (ג) מדד סימפטומים גופניים: אחוז התלמידים שדיווחו כי בששת החודשים האחרונים הם חוו לפחות פעם בשבוע סימפטום גופני אחד מבין ארבעת הסימפטומים הגופניים הבאים: כאב בטן, כאב גב, סחרחורת.

מלוח 4 עולה כי אחוז התלמידים שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים או גופניים יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים עומד על כ-57%. נתון זה גבוה הרבה יותר בקרב בנות (כ-66%) בהשוואה לבנים (כ-46%). בנוסף, אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב תלמידי חטיבות הביניים וכיתות י' (כ-58%-62%) בהשוואה לתלמידי כיתות ה-ו ותלמידי כיתות יא-יב (כ-52%-53%). אין הבדל משמעותי בין תלמידים במגזר היהודי לערבי במדד זה.

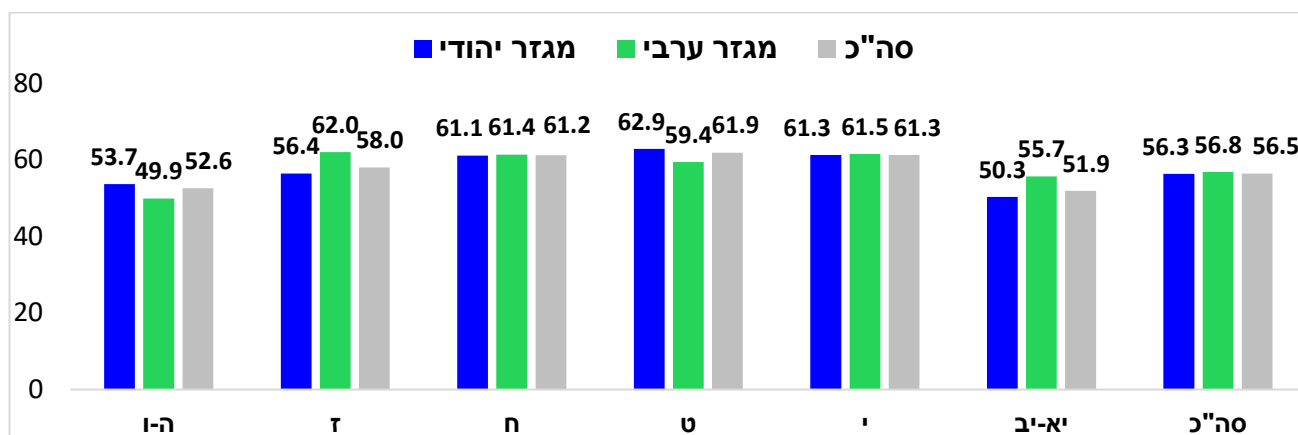
לוה 4 : אחוז התלמידים שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים ו/או גופניים (כעס, עצבנות, מצב רוח רע, כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת או קשיי הירדמות), יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	48.6%	58.9%	53.7%	45.3%	54.5%	49.9%	47.7%	57.6%	52.6%
ז	47.2%	65.6%	56.4%	53.3%	70.8%	62.0%	48.9%	67.1%	58.0%
ח	48.7%	73.5%	61.1%	53.8%	68.9%	61.4%	50.2%	72.2%	61.2%
ט	47.7%	78.2%	62.9%	49.8%	69.1%	59.4%	48.3%	75.5%	61.9%
י	46.7%	75.8%	61.3%	49.1%	74.2%	61.5%	47.4%	75.3%	61.3%
יא-יב	38.6%	62.1%	50.3%	45.1%	66.3%	55.7%	40.5%	63.3%	51.9%
סה"כ	45.8%	66.9%	56.3%	48.4%	65.3%	56.8%	46.5%	66.4%	56.5%
סה"כ משיבים	6,894	7,279	14,176	3,287	5,224	8,511	10,181	12,503	22,684

תרשים 4.1 : אחוז התלמידים שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים ו/או גופניים (כעס, עצבנות, מצב רוח רע, כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת או קשיי הירדמות), יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגדר וכיתה:



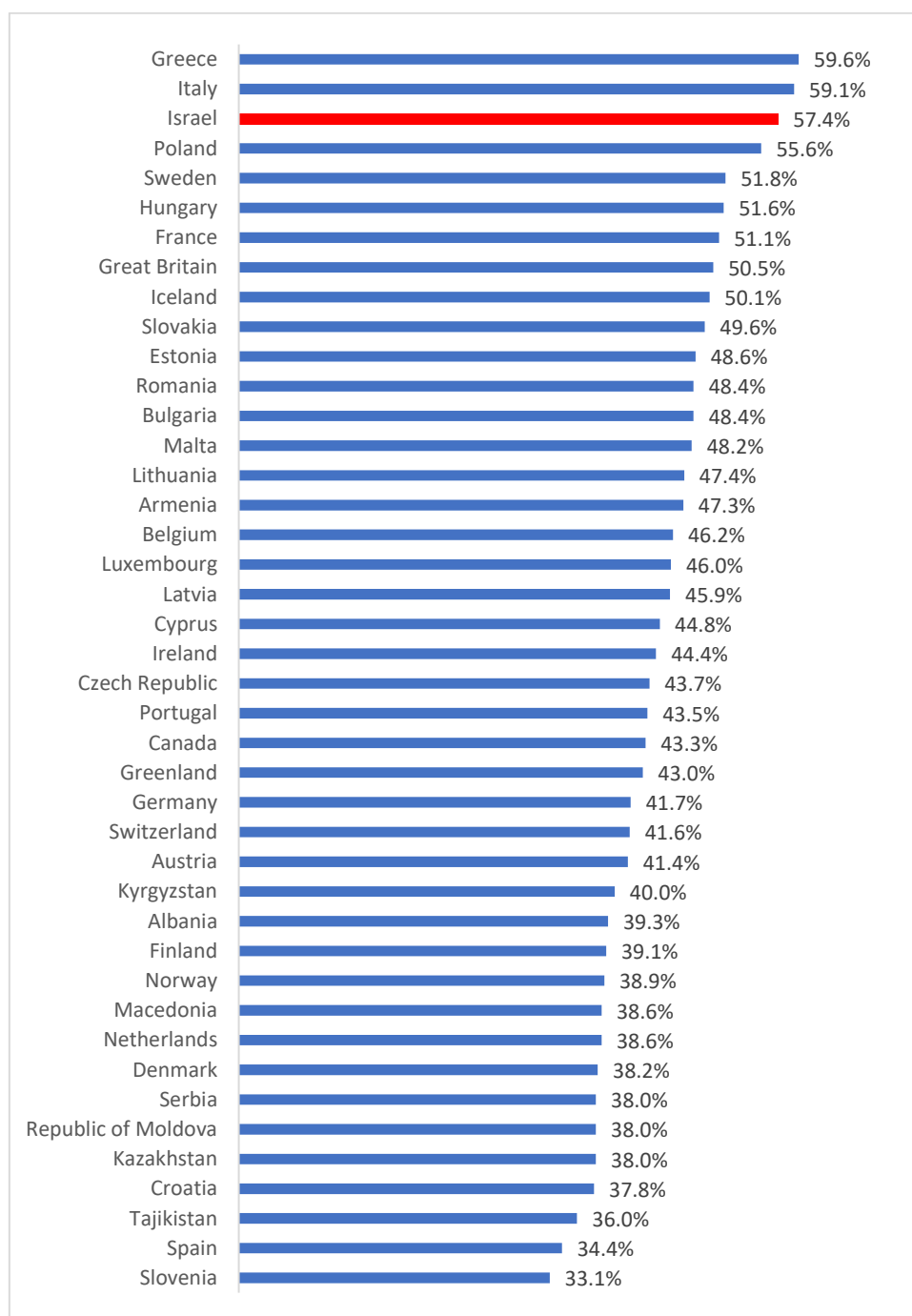
תרשים 4.2 : אחוז התלמידים שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים ו/או גופניים (כעס, עצבנות, מצב רוח רע, כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת או קשיי הירדמות), יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגזר וכיתה:



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 4.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על סימפטומים מרובים. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-3 במדד זה מבין 42 מדינות, עם כ-57% תלמידים המדווחים כי הם חוו לפחות שני סימפטומים נפשיים ו/או גופניים יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים. יש לציין, כי בסקר הקודם (2019) ישראל דורגה גם כן במקום השלישי, עם זאת אחוזי הדיווח על סימפטומים מרובים היו נמוכים יותר באופן משמעותי (כ-46%).

תרשים 4.5 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שחוו לפחות שני סימפטומים נפשיים ו/או גופניים (כעס, עצבנות, מצב רוח רע, כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת או קשיי הירדמות), יותר מפעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מדינה:



### סימפטומים נפשיים

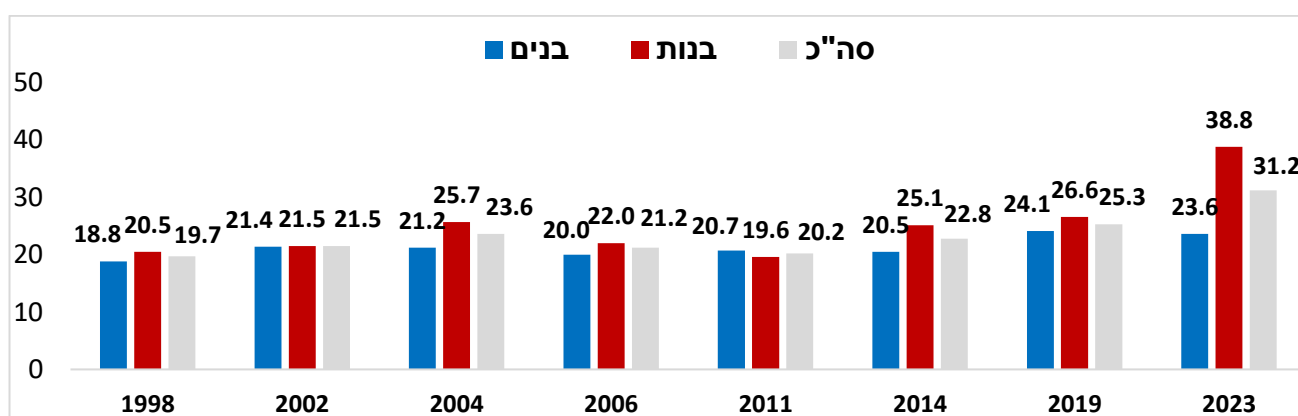
נתוני לוח 5 מעלים כי כ- 30% תלמידים מדווחים כי הם חשים לפחות סימפטום נפשי אחד מבין שלושה (כעס/עצבנות/מצב רוח רע) כמעט כל יום. גם במדד זה אחוז הבנות שמדווחות עם סימפטומים נפשיים יומיומיים גבוה משמעותית מאחוז הבנים (כ- 37% בהשוואה לכ- 24% בהתאמה). כמו כן, אחוז התלמידים במגזר הערבי שמדווח על סימפטומים נפשיים יומיומיים

גבוה מאחוז התלמידים במגזר היהודי (כ- 36% בהשוואה לכ- 28% בהתאמה). תרשימים 5.1 ו- 5.2 מלמדים כי בשנת 2023 חלה עליה באחוז התלמידים שמדווחים על סימפטומים נפשיים, מכ- 25% בשנת 2019, לכ- 31% בשנת 2023. עם זאת, העלייה במדד זה חלה רק בקרב בנות (מכ- 27% בשנת 2019 לכ- 39% בשנת 2023), אך לא בקרב הבנים. כמו כן, העלייה בולטת יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (מכ- 22% לכ- 30%).

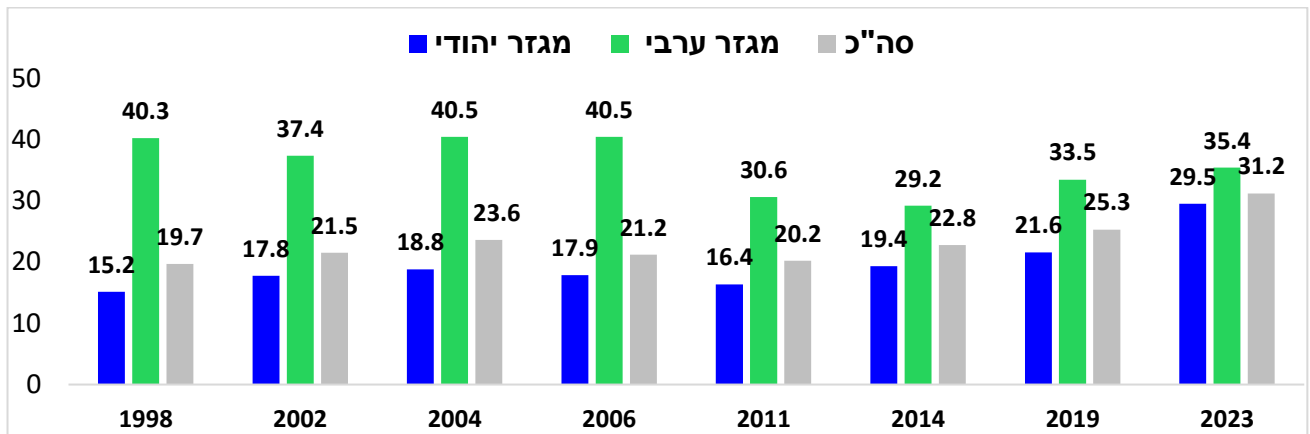
**לוח 5 : אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום נפשי אחד מתוך שלושה (כעס / עצבנות / מצב רוח רע), כמעט כל יום בששת החודשים האחרונים, לפי מגדר, מגזר וכיתה**

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	24.0%	30.8%	27.4%	31.5%	35.6%	33.6%	26.2%	32.2%	29.2%
ז	22.2%	37.6%	29.9%	34.0%	47.2%	40.6%	25.5%	40.3%	32.9%
ח	21.3%	43.9%	32.6%	31.3%	49.6%	40.5%	24.2%	45.6%	34.9%
ט	22.8%	41.2%	32.0%	29.1%	42.1%	35.6%	24.6%	41.4%	33.0%
י	20.7%	41.8%	31.3%	25.1%	43.0%	34.0%	22.0%	42.1%	32.0%
יא-יב	16.3%	29.4%	22.9%	26.6%	37.4%	32.0%	19.3%	31.8%	25.5%
סה"כ	21.1%	35.7%	28.4%	29.6%	41.0%	35.3%	23.5%	37.2%	30.4%
סה"כ משיבים	6,894	7,279	14,176	3,287	5,224	8,511	10,181	12,503	22,684

**תרשים 5.1: אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום נפשי אחד מתוך שלושה (כעס / עצבנות / מצב רוח רע), כמעט כל יום בששת החודשים האחרונים, לפי מגדר ושנת הסקר:**



תרשים 5.2: אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום נפשי אחד מתוך שלושה (כעס / עצבנות / מצב רוח רע), כמעט כל יום בששת החודשים האחרונים, לפי מגזר ושנת הסקר:



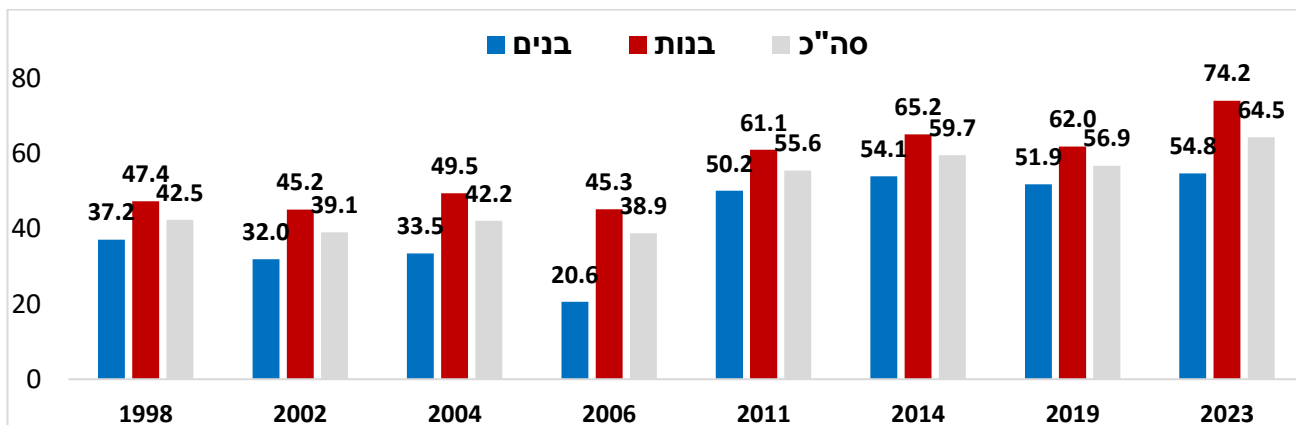
### סימפטומים גופניים

מלוח 6 ניתן ללמוד שכ- 64% תלמידים מדווחים על לפחות סימפטום גופני אחד מתוך ארבעה (כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת), לפחות פעם בשבוע. גם במדד זה האחוז המדווח בקרב הבנות גבוה משמעותית המדווח בקרב הבנים (74% בהשוואה לכ- 55%). עם הגיל חלה עליה בדיווח על סימפטומים גופניים מכ- 57% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 71% בקרב תלמידי כיתות י'. אין הבדל משמעותי בין המגזרים במדד זה. מהשוואת המגמות (תרשימים 6.3 ו- 6.4) ניתן לראות כי שנת 2023 מסמנת עליה באחוזי הדיווח על סימפטומים גופניים מכ- 57% בשנת 2019 לכ- 65% בשנת 2023. עוד עולה מהתרשימים, שבקרב הבנות חלה עלייה גבוהה בדיווח במדד זה (מ- 62% בשנת 2019 לכ- 74% בשנת 2023), ואילו בקרב הבנים חלה עליה קטנה יותר (מכ- 52% בשנת 2019, לכ- 55% בשנת 2023). בשני המגזרים חלה עליה דומה בדיווח על סימפטומים גופניים.

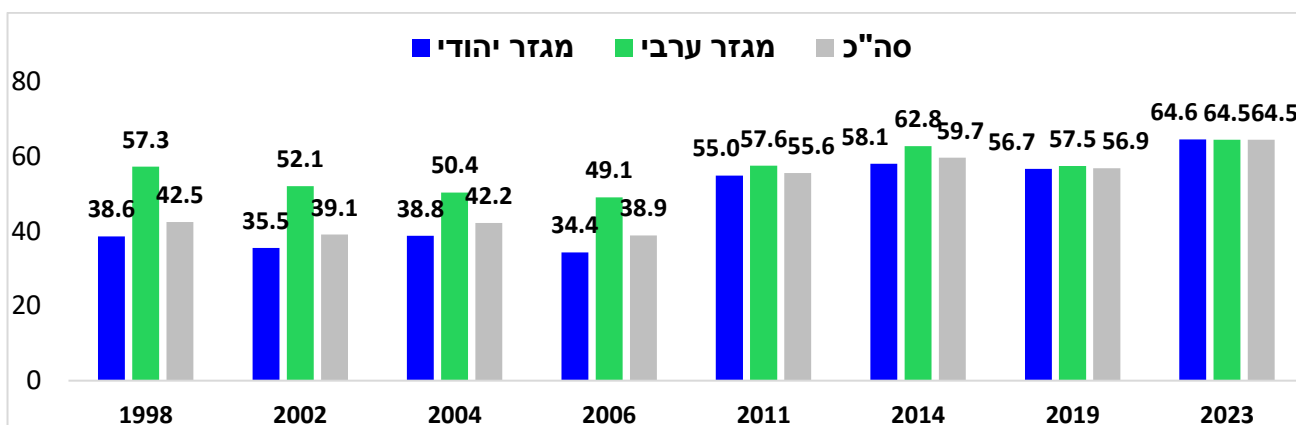
לוח 6: אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום גופני אחד מתוך ארבעה (כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת), לפחות פעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגזר, וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	49.5%	62.8%	56.1%	56.3%	62.6%	59.5%	51.5%	62.7%	57.1%
ז	53.3%	72.1%	62.7%	60.9%	72.3%	66.6%	55.5%	72.1%	63.8%
ח	56.5%	81.9%	69.2%	62.6%	74.7%	68.6%	58.3%	79.8%	69.0%
ט	60.1%	83.9%	72.0%	60.6%	75.8%	68.2%	60.3%	81.5%	70.9%
י	58.1%	83.9%	71.0%	59.2%	81.1%	70.0%	58.4%	83.1%	70.8%
יא-יב	49.8%	75.3%	62.6%	53.3%	76.3%	64.8%	50.8%	75.6%	63.2%
סה"כ	53.4%	74.6%	64.0%	57.9%	72.4%	65.1%	54.7%	74.0%	64.3%
סה"כ משיבים	6,894	7,279	14,176	3,287	5,224	8,511	10,181	12,503	22,684

תרשים 6.1: אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום גופני אחד מתוך ארבעה (כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת), כמעט בכל יום לפחות פעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגדר ושנת הסקר:



תרשים 6.2: אחוז התלמידים שחוו לפחות סימפטום גופני אחד מתוך ארבעה (כאב ראש, כאב בטן, כאב גב, סחרחורת), לפחות פעם בשבוע בששת החודשים האחרונים, לפי מגזר ושנת הסקר:



### רווחה נפשית ירודה

התלמידים התבקשו לתאר את הרגשתם בשבועיים האחרונים על סולם תדירות הנע בין "אף פעם" ל- "כל הזמן" באופנים הבאים: (א) הרגשתי שמח ובמצב רוח טוב; (ב) הרגשתי שליו ורגוע; (ג) הרגשתי פעיל ונמרץ; (ד) התעוררתי בתחושת רעננות ונינוחות (ה) חיי היומיום שלי מלאים בדברים שמעניינים אותי. מתוך היגדים אלו הושב סולם רווחה נפשית הנע בין ציון 0 (ללא רווח נפשית) לציון 25 (רווחה נפשית גבוהה מאוד). **הנתונים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה (ציון 12 ומטה) ואחוז התלמידים שנמצאים בסיכון לדיכאון (ציון 6 ומטה).**

מלוח 7 עולה כי אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה עומד על כ- 31%. נתון זה גבוה משמעותית יותר בקרב בנות (כ- 38%) לעומת בנים (כ-24%), וכן בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 33%) לעומת המגזר הערבי (כ- 24%). אחוזי

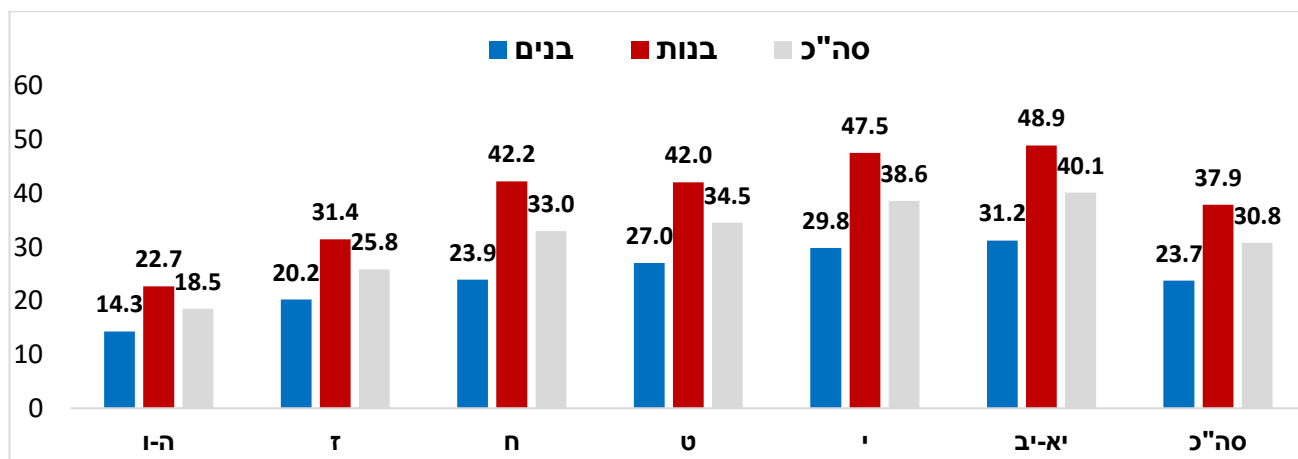


הדיווח הגבוהים ביותר על רווחה נפשית ירודה נרשמו בקרב בנות במגזר היהודי (כ- 42%), וביחוד בקרב תלמידות כיתות יא-יב (כ- 51%). עם הגיל חלה עליה משמעותית באחוזי הדיווח על רווחה נפשית ירודה, מכ- 19% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 40% בקרב תלמידי כיתות יא-יב.

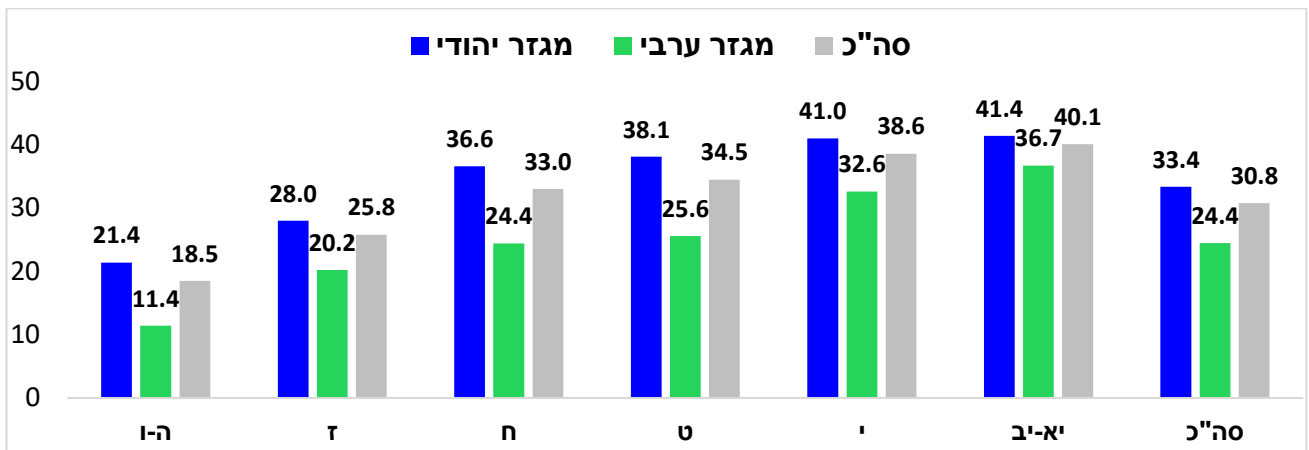
לוח 7 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	15.9%	26.9%	21.4%	10.5%	12.4%	11.4%	14.3%	22.7%	18.5%
ז	20.8%	35.3%	28.0%	18.8%	21.7%	20.2%	20.2%	31.4%	25.8%
ח	25.4%	47.9%	36.6%	20.2%	28.6%	24.4%	23.9%	42.2%	33.0%
ט	28.5%	47.7%	38.1%	23.3%	27.8%	25.6%	27.0%	42.0%	34.5%
י	31.7%	50.4%	41.0%	25.3%	40.2%	32.6%	29.8%	47.5%	38.6%
יא-יב	32.0%	50.8%	41.4%	29.1%	44.4%	36.7%	31.2%	48.9%	40.1%
סה"כ	25.0%	41.7%	33.4%	20.6%	28.3%	24.4%	23.7%	37.9%	30.8%
סה"כ משיבים	6,889	7,270	14,159	3,286	5,222	8,505	10,175	12,492	22,667

תרשים 7.1 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה, לפי מגדר וכיתה:



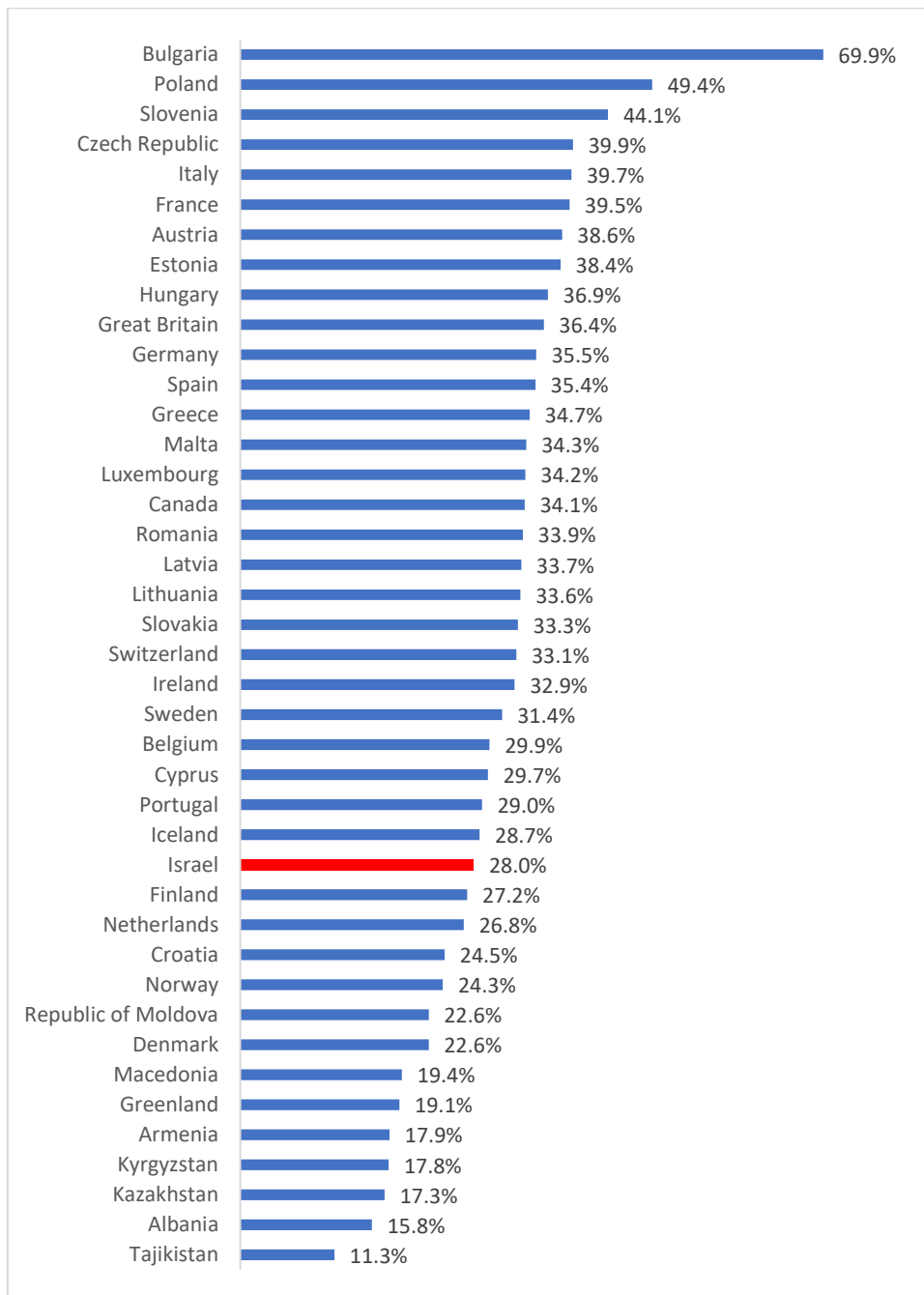
תרשים 7.2 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה, לפי מגזר וכיתה:



השוואה בין-לאומית

תרשים 7.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על רווחה נפשית. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-28 מבין 41 מדינות, עם 28% תלמידים המדווחים על רווחה נפשית ירודה.

תרשים 4.5 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שיש להם רווחה נפשית ירודה, לפי מדינה:



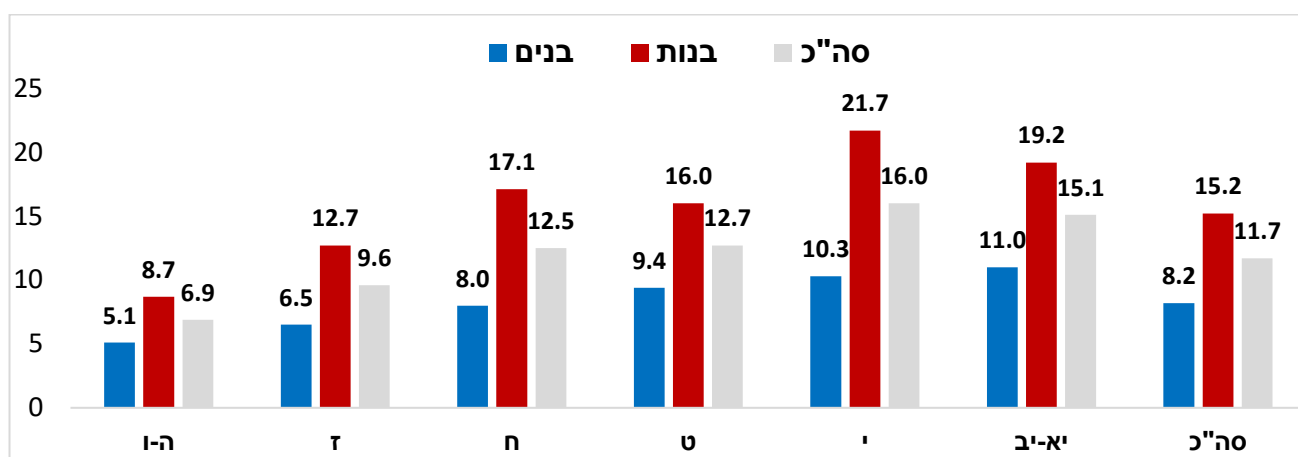
### רווחה נפשית ירודה מאוד – סיכון לדיכאון

לוח 8 מלמד שכ- 12% תלמידים מדווחים על רווחה נפשית ירודה מאוד ונמצאים בסיכון לדיכאון. גם במדד זה אחוזי הדיווח גבוהים יותר בקרב בנות (כ- 15%) בהשוואה לבנים (כ- 8%). כמו כן, עם הגיל חלה עליה בדיווח במדד זה מכ- 7% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 16% בקרב תלמידי כיתות י', כאשר אחוזי הדיווח הגבוהים ביותר נרשמים בקרב בנות בכיתות י-ב (כ- 19%-22%). ההבדלים בין המגזרים במדד זה קטנים.

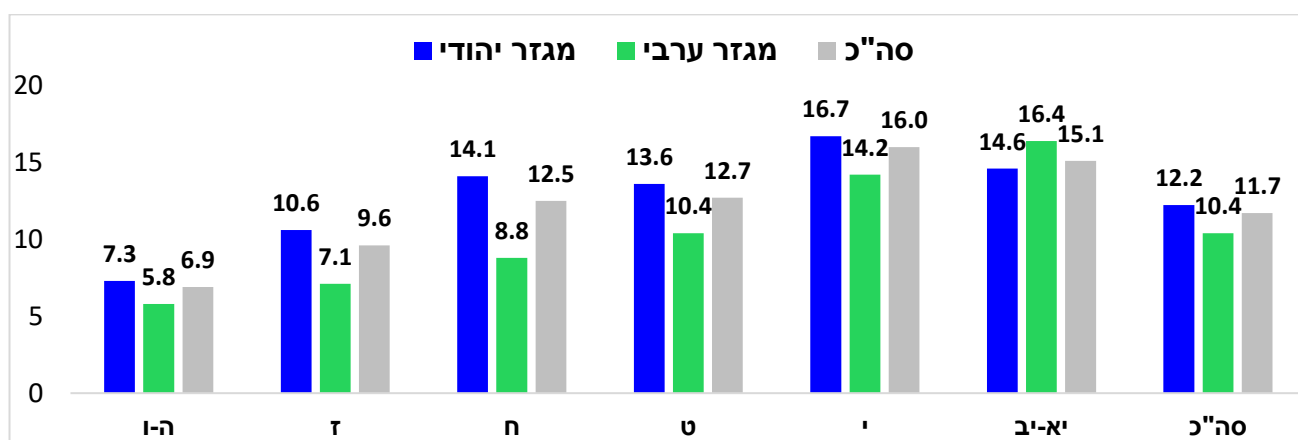
לוה 8 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה מאוד ואשר נמצאים בסיכון לדיכאון, לפי מגדר, מגזר וכיתה

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	4.9%	9.8%	7.3%	5.4%	6.2%	5.8%	5.1%	8.7%	6.9%
ז	6.3%	14.9%	10.6%	6.9%	7.4%	7.1%	6.5%	12.7%	9.6%
ח	8.6%	19.6%	14.1%	6.6%	10.9%	8.8%	8.0%	17.1%	12.5%
ט	9.3%	18.0%	13.6%	9.7%	11.2%	10.4%	9.4%	16.0%	12.7%
י	10.7%	22.6%	16.7%	9.2%	19.2%	14.2%	10.3%	21.7%	16.0%
יא-יב	10.6%	18.6%	14.6%	12.1%	20.6%	16.4%	11.0%	19.2%	15.1%
סה"כ	8.1%	16.3%	12.2%	8.3%	12.5%	10.4%	8.2%	15.2%	11.7%
סה"כ משיבים	6,889	7,270	14,159	3,286	5,222	8,505	10,175	12,492	22,667

תרשים 8.1 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה מאוד ואשר נמצאים בסיכון לדיכאון, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 8.2 : אחוז התלמידים שיש להם רווחה נפשית ירודה מאוד ואשר נמצאים בסיכון לדיכאון, לפי מגזר וכיתה:



**מתח וחרדה**

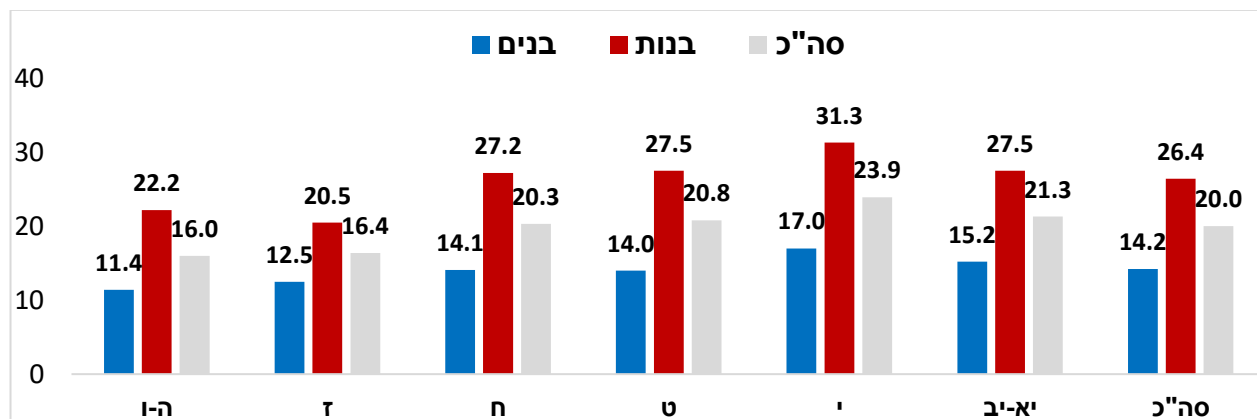
התלמידים נשאלו עד כמה בחודש האחרון: (1) הם מרגישים שהם לא מצליחים לשלוט בדברים החשובים בחיים שלהם; (2) הם בטוחים ביכולת שלהם להתמודד עם בעיות אישיות (קידוד הפוך); (3) הם הרגישו שדברים מתנהלים כרצונם (קידוד הפוך); (4) הם הרגישו שהקשיים נערמים עד כדי כך שלא יוכלו להתגבר עליהם. סולם המענה נע מ"אף פעם" ל"לעיתים קרובות מאוד": מתוך היגדים אלה חושב סולם מתח וחרדה הנע בין ציון 0 (ללא חרדה) ל- 16 (חרדה גבוהה מאוד). **הנתונים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שהם בעלי חרדה גבוהה (ציון 9 ומעלה).**

מלוח 9 עולה כי 20% תלמידים מדווחי מעל חרדה גבוהה. נתון זה גבוה משמעותית יותר בקרב בנות (כ- 26%) בהשוואה לבנים (כ- 14%), וכן גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 22%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 16%). ישנה עליה עם הגיל באחוז התלמידים המדווחים על חרדה מ- 16% בקרב תלמידי כיתות ה-ו לכ- 24% בקרב תלמידי כיתות י'. אחוזי הדיווח הגבוהים ביותר נרשמו בקרב תלמידות כיתה י' במגזר היהודי (35%).

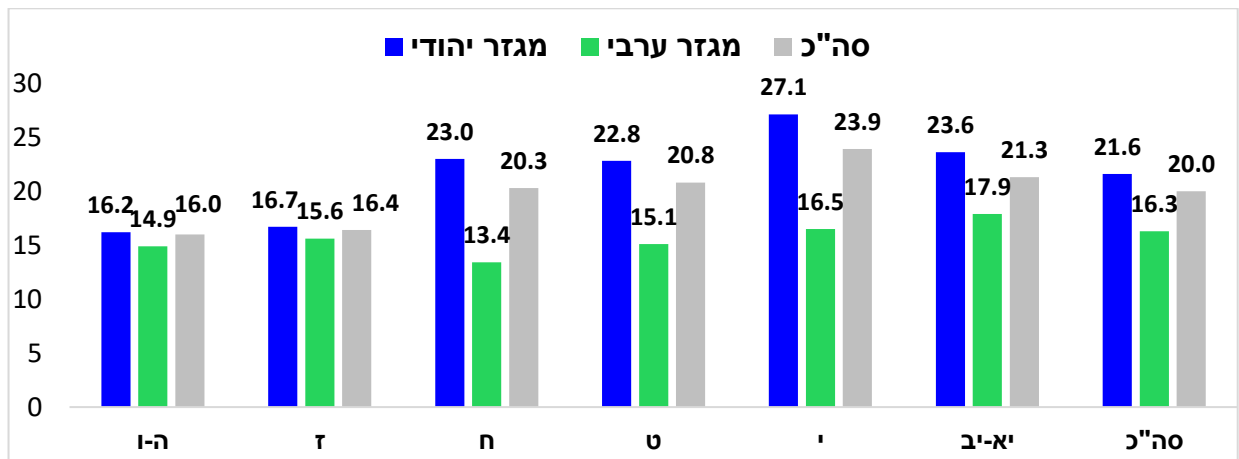
לוח 9 : אחוז התלמידים שיש להם חרדה גבוהה (ציון 9 ומעלה), לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	11.5%	22.4%	16.2%	10.5%	20.9%	14.9%	11.4%	22.2%	16.0%
ז	11.8%	21.4%	16.7%	14.6%	16.8%	15.6%	12.5%	20.5%	16.4%
ח	15.6%	31.2%	23.0%	10.5%	16.8%	13.4%	14.1%	27.2%	20.3%
ט	13.8%	32.5%	22.8%	14.9%	15.2%	15.1%	14.0%	27.5%	20.8%
י	19.1%	35.0%	27.1%	12.5%	21.7%	16.5%	17.0%	31.3%	23.9%
יא-יב	17.0%	30.6%	23.6%	12.8%	23.1%	17.9%	15.2%	27.5%	21.3%
סה"כ	14.8%	28.9%	21.6%	12.6%	20.3%	16.3%	14.2%	26.4%	20.0%
סה"כ משיבים	3,749	3,779	7,528	1,694	2,594	4,288	5,443	6,373	11,816

תרשים 9.1 : אחוז התלמידים שיש להם חרדה גבוהה, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 9.2 : אחוז התלמידים שיש להם חרדה גבוהה, לפי מגזר וכיתה:



### חששות ותחושות עצב

התלמידים נשאלו עד כמה במהלך 12 החודשים האחרונים הם חשו את התחושות הבאות: (א) היו להם חששות שהלימודים שלהם יפגעו; (ב) היו להם חששות לגבי המצב הכלכלי של המשפחה שלהם; (ג) הרגישו שהם הולכים ומתנתקים מהחברים שלהם; (ד) הרגישו עצב עמוק. סולם המענה כלל את התשובות "אף פעם"; "פעם או פעמיים"; או "מספר פעמים". הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שציינו כי הם חשו מספר פעמים בשנה האחרונה את כל התחושות הללו.

מלוח 10 עולה כי כ-35% תלמידים מדווחים שהיו להם חששות שהלימודים שלהם יפגעו, 27% תלמידים מדווחים שהרגישו עצב עמוק, כ-21% תלמידים מדווחים שהם הרגישו שהם הולכים ומתנתקים מהחברים שלהם, ועוד כ-12% דיווחו שהיו להם חששות לגבי המצב הכלכלי של משפחתם. עוד עולה כי הדיווח על התחושות הללו גבוה יותר באופן גורף בקרב בנות בהשוואה לבנים. כמו כן, למעט החששות לגבי המצב הכלכלי, גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת תלמידים במגזר הערבי.

לוח 10: אחוז התלמידים שדיווחו על חששות ותחושות עצב מספר פעמים בשנה האחרונה, לפי מגזר ומגזר:

חששות ותחושות עצב	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
היו לי חששות שהלימודים שלי יפגעו	30.2%	49.6%	39.7%	19.0%	33.2%	25.9%	26.5%	44.2%	35.2%
היו לי חששות לגבי המצב הכלכלי של המשפחה שלי	8.6%	15.1%	11.8%	9.9%	12.5%	11.2%	9.0%	14.3%	11.6%
הרגשתי שאני הולך ומתנתק מהחברים שלי	16.3%	30.7%	23.4%	13.7%	20.5%	17.0%	15.4%	27.4%	21.3%
הרגשתי עצב עמוק	20.1%	37.2%	28.5%	17.3%	30.9%	23.9%	19.2%	35.2%	27.0%
סה"כ משיבים	2,481	2,639	5,120	1,178	2,027	3,205	3,659	4,666	8,325

## תחושת בדידות

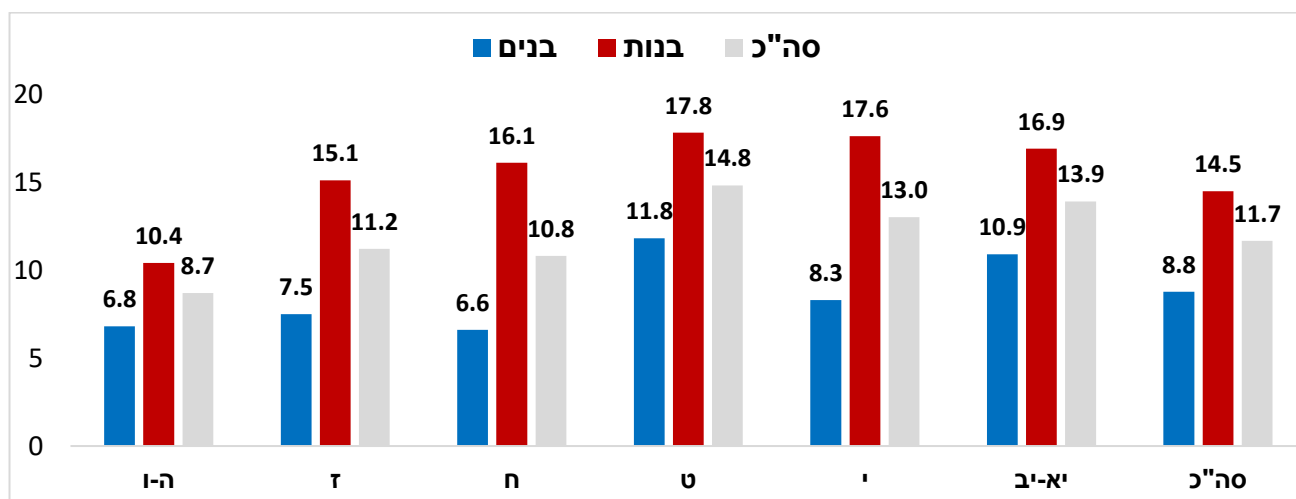
התלמידים נשאלו באיזו תדירות, במהלך 12 החודשים האחרונים, הם חשו בודדים. סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "תמיד".  
הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שדיווחו כי הם חשו בודדים רוב הזמן או תמיד.

מלוח 11 עולה כי כ-12% תלמידים מדווחים על תחושת בדידות רוב או כל הזמן. אחוז הדיווח בקרב בנות גבוה יותר מאחוז הדיווח בקרב בנים (כ-15% בהשוואה לכ-9%). כמו כן, עם הגיל חלה עליה בדיווח על תחושת בדידות מכ-9% בכיתות ה-ו, ל-14% בכיתות יא-יב. אין הבדל משמעותי בין המגזרים במדד זה.

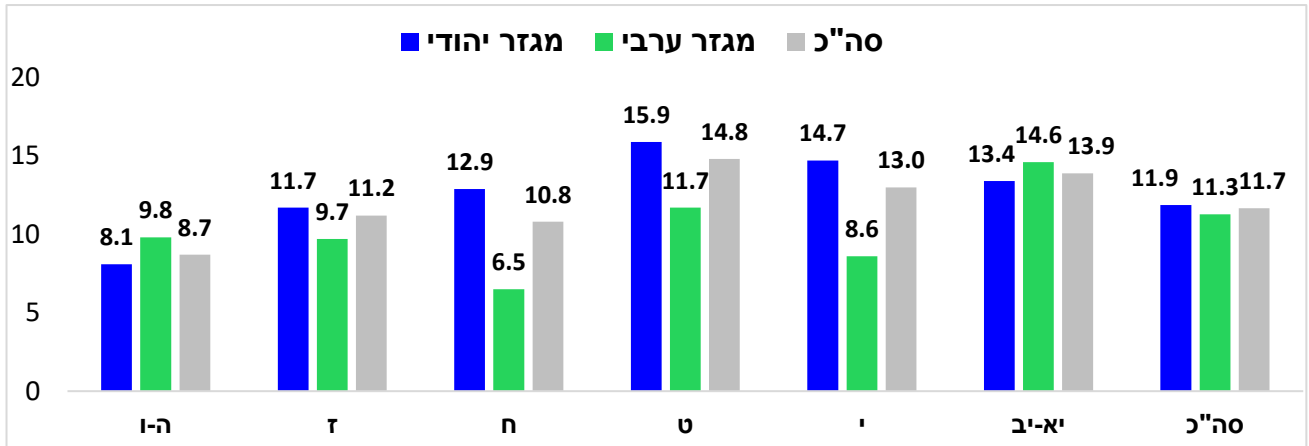
לוח 11 : אחוז התלמידים שחשו בודדים רוב הזמן או תמיד, לפי מגדר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	5.9%	10.0%	8.1%	8.3%	11.2%	9.8%	6.8%	10.4%	8.7%
ז	8.0%	15.4%	11.7%	6.1%	13.9%	9.7%	7.5%	15.1%	11.2%
ח	7.7%	19.3%	12.9%	4.3%	9.3%	6.5%	6.6%	16.1%	10.8%
ט	12.5%	19.4%	15.9%	9.5%	13.6%	11.7%	11.8%	17.8%	14.8%
י	8.6%	20.3%	14.7%	7.6%	9.9%	8.6%	8.3%	17.6%	13.0%
יא-יב	9.7%	17.3%	13.4%	12.7%	16.5%	14.6%	10.9%	16.9%	13.9%
סה"כ	8.5%	15.1%	11.9%	9.4%	13.2%	11.3%	8.8%	14.5%	11.7%
סה"כ משיבים	2,950	3,147	6,097	1,778	2,967	4,745	4,728	6,114	10,842

תרשים 11.1 : אחוז התלמידים שחשו בודדים רוב הזמן או תמיד, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 11.2 : אחוז התלמידים שחשו בודדים רוב הזמן או תמיד, לפי מגזר וכיתה:

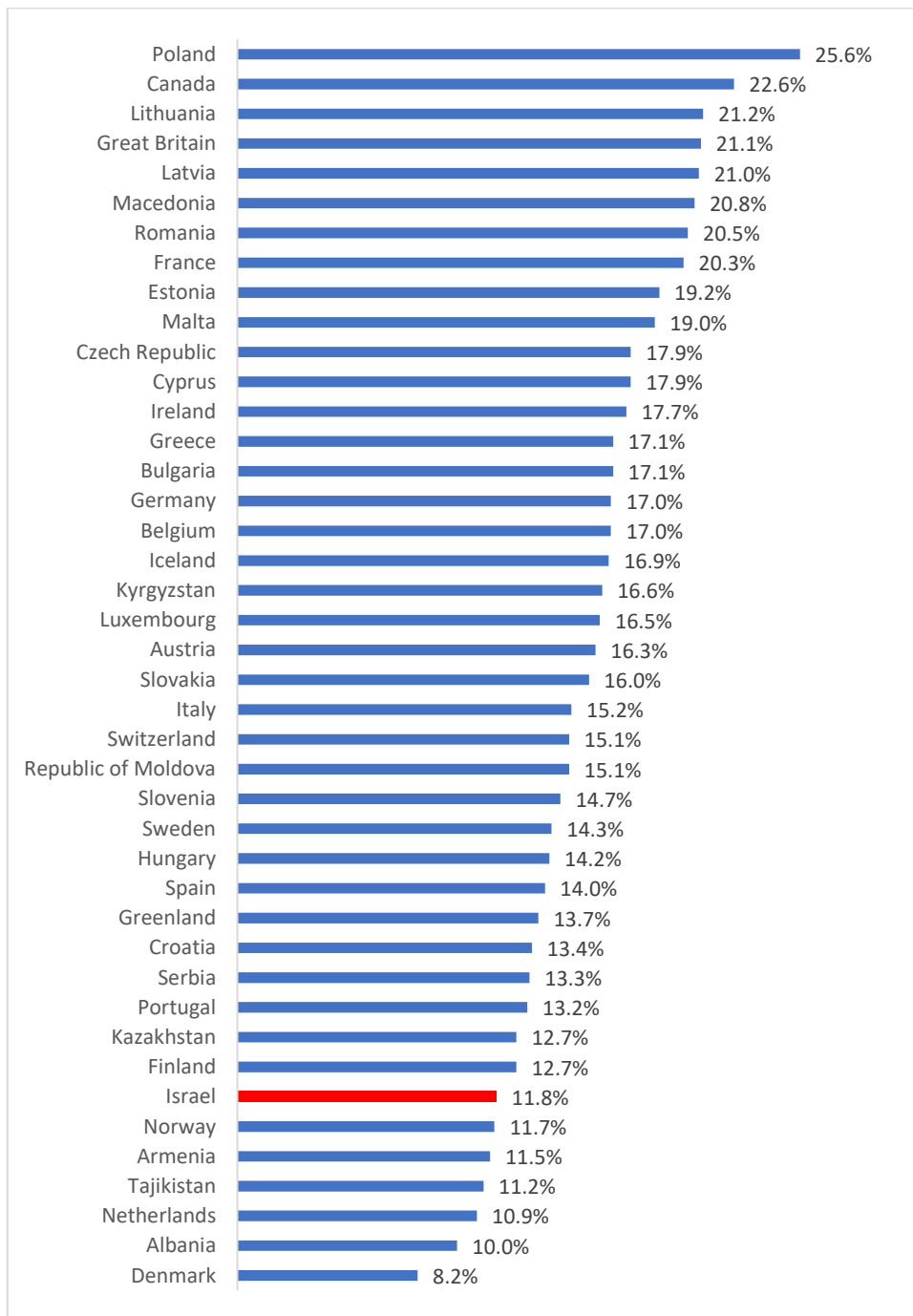


השוואה בין-לאומית

תרשים 11.3 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על בדידות. הממצאים מראים כי התלמידים הישראלים בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-8 לפני האחרון מבין 42 מדינות, עם כ- 12% תלמידים המדווחים על תחושת בדידות.



תרשים 11.3 : אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 המדווחים על בדידות, לפי מדינה:



**ערך עצמי**

התלמידים נשאלו עד כמה הם מסכימים עם המשפטים הבאים לגבי עצמם: (א) "בסך הכל אני מרוצה מעצמי"; (ב) "אני מסוגל לעשות דברים באותה מידת הצלחה כמו רוב האנשים"; (ג) "אני חושב שאני אדם בעל ערך לפחות כמו רוב האנשים". סולם המענה נע בין "מאוד מסכים" ל- "מאוד לא מסכים". מתוך סולם זה חושב מדד "ערך עצמי גבוה" הכולל

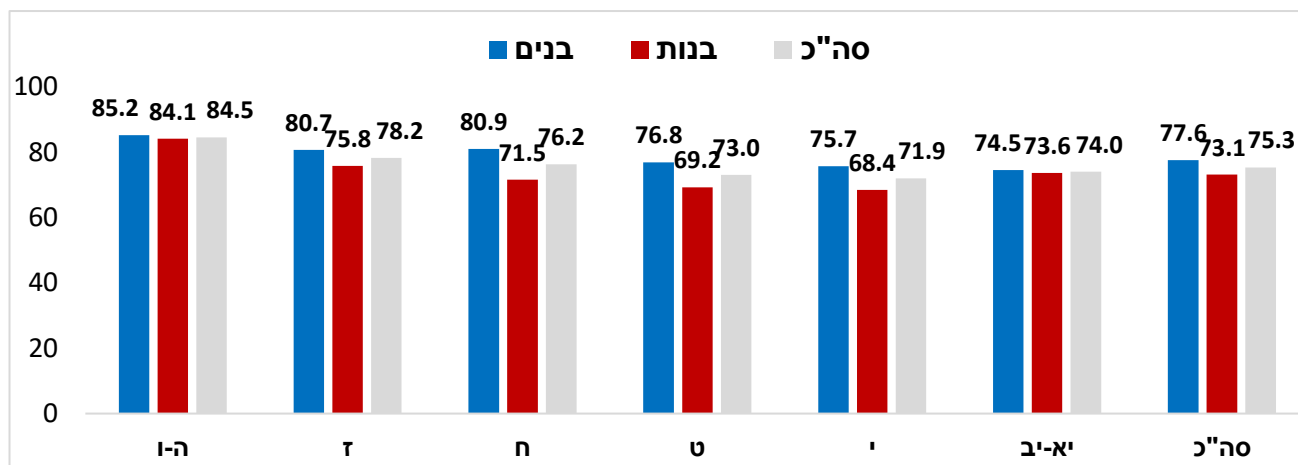
את אחוז התלמידים אשר מסכימים או מסכימים מאוד עם כל שלושת ההיגדים. הנתונים שיוצגו להלך כוללים את אחוז התלמידים שיש להם ערך עצמי גבוה (מסכימים עם כל שלשת ההיגדים).

מלוח 12 עולה כי כ-75% תלמידים בעלי תחושת ערך עצמי גבוה. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-82%) בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי (כ-73%). עוד עולה כי במגזר היהודי, אך לא בערבי, אחוז גבוה יותר של בנים בעלי ערך עצמי גבוה לעומת בנות (כ-77% בהשוואה לכ-69% בהתאמה). בקרב המגזר הערבי, המגמה הפוכה: אחוז גבוה יותר של בנות בהשוואה לבנים בעלי ערך עצמי גבוה (83% לעומת כ-80% בהתאמה). כמו כן, עם השנים חלה ירידה חוצת מגדר ומגזר באחוזי הדיווח על תחושת ערך עצמי גבוה, מכ-85% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, ל-74% בקרב תלמידי כיתות יא-יב.

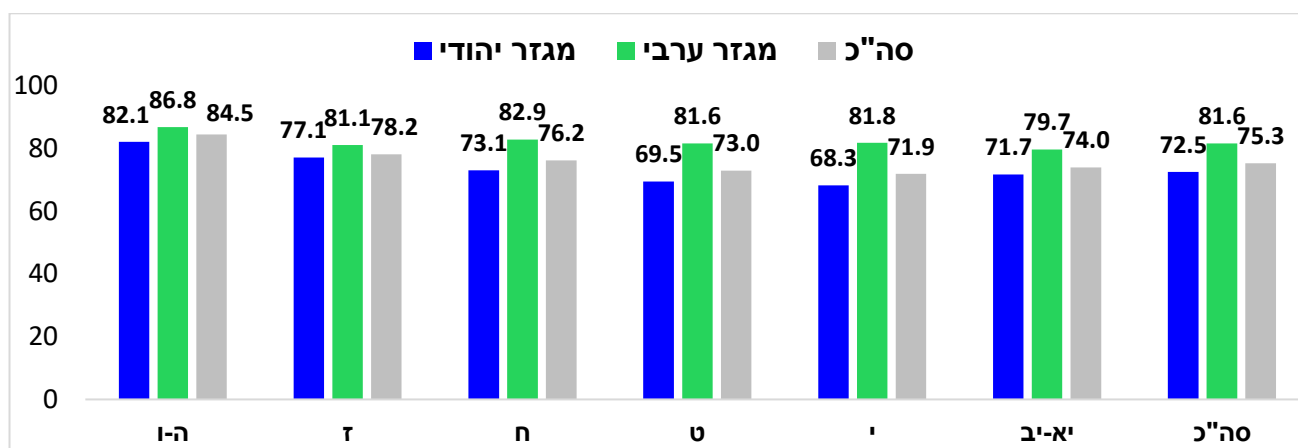
לוח 12 : אחוז התלמידים שיש להם ערך עצמי גבוה, לפי מגדר, מגזר וכיתה

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	82.3%	81.9%	82.1%	89.9%	85.5%	86.8%	85.2%	84.1%	84.5%
ז	81.7%	72.5%	77.1%	78.2%	84.0%	81.1%	80.7%	75.8%	78.2%
ח	79.7%	66.5%	73.1%	83.4%	82.4%	82.9%	80.9%	71.5%	76.2%
ט	75.5%	63.5%	69.5%	80.0%	83.3%	81.6%	76.8%	69.2%	73.0%
י	72.8%	63.9%	68.3%	84.2%	79.8%	81.8%	75.7%	68.4%	71.9%
יא-יב	73.5%	69.9%	71.7%	76.9%	82.5%	79.7%	74.5%	73.6%	74.0%
סה"כ	76.5%	68.6%	72.5%	80.1%	83.0%	81.6%	77.6%	73.1%	75.3%
סה"כ משיבים	5,237	5,692	10,929	2,286	4,129	6,415	7,523	9,821	17,344

תרשים 12.1 : אחוז התלמידים שיש להם ערך עצמי גבוה, לפי מגדר וכיתה



תרשים 12.2 : אחוז התלמידים שיש להם ערך עצמי גבוה, לפי מגזר וכיתה



**מסוגלות עצמית**

התלמידים התבקשו להשיב על שתי השאלות הבאות בנוגע לאופן בו הם מתמודדים עם דברים: (א) "באיזו תדירות אתה מוצא פתרון לבעיה אם אתה מנסה חזק מספיק"; (ב) "באיזו תדירות אתה מצליח לעשות את הדברים שהחלטת לעשות". סולם המענה נע מ- "אף פעם" ל- "תמיד". הנתונים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים אשר השיבו "תמיד" או "רוב הזמן" לכל אחד מההיגדים.

על פי לוח 13 עולה כי כ- 75% תלמידים מדווחים שהם רוב הזמן או תמיד מצליחים למצוא פתרון לבעיה אם הם מנסים חזק מספיק. אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 70%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 51%). כמו כן, בקרב המגזר היהודי, אך לא הערבי, אחוזי הדיווח במדד זה גבוהים יותר בקרב בנים (כ- 73%) בהשוואה לבנות (כ- 67%). עם הגיל, חלה עלייה במדד זה מכ 59% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 72% בקרב תלמידי כיתות יא-יב.

לוח 13 : אחוז התלמידים שתמיד או רוב הזמן מצליחים למצוא פתרון לבעיות לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	66.3%	63.6%	64.9%	45.3%	46.3%	45.8%	60.1%	58.5%	59.3%
ז	71.3%	67.0%	69.1%	44.7%	52.5%	48.6%	63.7%	62.8%	63.2%
ח	69.2%	62.6%	65.9%	46.2%	51.5%	48.8%	62.5%	59.4%	60.9%
ט	76.3%	66.1%	71.2%	53.0%	54.5%	53.7%	69.6%	62.8%	66.2%
י	73.1%	66.8%	70.0%	53.8%	54.9%	54.3%	67.5%	63.5%	65.5%
יא-יב	80.8%	75.2%	78.0%	59.9%	56.3%	58.1%	74.7%	69.7%	72.2%
סה"כ	72.8%	67.3%	70.1%	50.7%	52.2%	51.4%	66.4%	62.9%	64.7%
סה"כ משיבים	6,883	7,258	14,141	3,285	5,218	8,503	10,168	12,476	22,644

על פי לוח 14 עולה כי כ- 65% תלמידים מדווחים שהם רוב הזמן או תמיד מצליחים לעשות את הדברים שהחליטו לעשות. אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 67%) בהשוואה לתלמידים במגזר הערבי (כ- 58%). כמו כן, בקרב המגזר היהודי, אך לא הערבי, אחוזי הדיווח במדד זה גבוהים יותר בקרב בנים (כ- 70%) בהשוואה לבנות (כ- 65%). לא ניכר שינוי משמעותי במדד זה עם הגיל.

לוח 14 : אחוז התלמידים שתמיד או רוב הזמן מצליחים לעשות את הדברים שהחליטו לעשות לפי מגזר, מגדר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	68.7%	65.9%	67.3%	52.3%	55.5%	53.9%	63.9%	62.8%	63.4%
ז	69.8%	67.1%	68.5%	57.1%	59.8%	58.5%	66.2%	65.0%	65.6%
ח	68.8%	61.6%	65.2%	53.0%	57.6%	55.3%	64.2%	60.4%	62.3%
ט	71.5%	61.8%	66.7%	63.1%	59.1%	61.1%	69.1%	61.1%	65.1%
י	68.5%	60.1%	64.3%	59.7%	58.2%	59.0%	66.0%	59.5%	62.8%
יא-יב	70.6%	68.3%	69.5%	65.2%	54.6%	59.9%	69.0%	64.3%	66.7%
סה"כ	69.6%	64.9%	67.3%	58.3%	56.9%	57.6%	66.3%	62.6%	64.5%
סה"כ משיבים	6,883	7,258	14,141	3,285	5,218	8,503	10,168	12,476	22,644

### ציפיות עתידיות חיוביות

התלמידים העריכו מה הסיכויים שלהם בעתיד: א) שהם ימשיכו ללימודים אקדמיים או מקצועיים; ב) שיהיו להם הרבה חברים שיוכלו לסמוך עליהם; ג) שתהיה להם עבודה שהם נהנים לעשותה; ד) שתהיה להם זוגיות מצליחה; ו-ה) שהם יתנדבו במתן עזרה וסיוע לאנשים אחרים. סולם המענה כלל 5 תשובות שנעו מ "נמוך מאוד" ל "גבוה מאוד". **הנתונים שיוצגו כוללים את אחוז התלמידים שהשיבו כי הסיכויים שלהם גבוהים או גבוהים מאוד בכל היגד.**

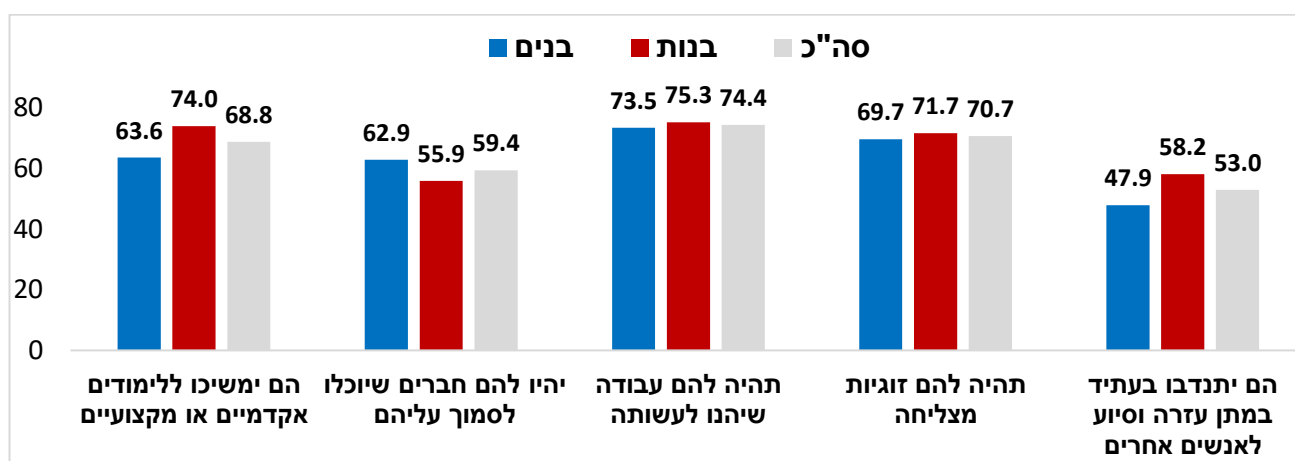
על פי לוח 15 ניתן לראות שכ- 74% תלמידים מעריכים שתהיה להם עבודה שהם ייהנו לעשותה, כאשר אחוז הדיווח במדד זה מעט גבוה יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי (כ- 77%) בהשוואה למגזר היהודי (כ- 73%). כמו כן, כ- 71% מעריכים שתהיה להם זוגיות מוצלחת, כאשר לא ניכר הבדל בין המגזר היהודי לערבי במדד זה. עם זאת, בקרב המגזר היהודי יותר בנות מעריכות שתהיה להן זוגיות מצליחה לעומת בנים (כ- 73% בהשוואה ל 68% בהתאמה) ואילו במגזר הערבי, אוז הדיווח במדד זה מעט יותר גבוה בקרב בנים לעומת בנות (כ- 72% בהשוואה לכ- 69% בהתאמה). כ- 69% תלמידים מעריכים כי יש להם סיכויים גבוהים או גבוהים מאוד להמשיך ללימודים אקדמיים או מקצועיים, כאשר אחוז זה גבוה משמעותית יותר בקרב תלמידי המגזר הערבי (76%) בהשוואה ליהודי (כ- 64%), וכן בקרב בנות (74%) בהשוואה לבנים (כ- 64%). כ- 59% מעריכים שיהיו להם חברים שיוכלו לסמוך עליהם. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת הערבי (כ- 65% בהשוואה לכ- 50%), וכן בקרב בנים בהשוואה לבנות (כ- 63% בהשוואה ל 56% בהתאמה).

לבסוף, 53% מעריכים כי הם יתנדבו בעתיד במתן עזרה וסיוע לאנשים אחרים, כאשר מדד זה גבוה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידי המגזר הערבי (כ- 67%) בהשוואה לתלמידי המגזר היהודי (כ- 44%), וכן גבוה יותר בקרב בנות (כ- 58%) בהשוואה לבנים (כ-48%).

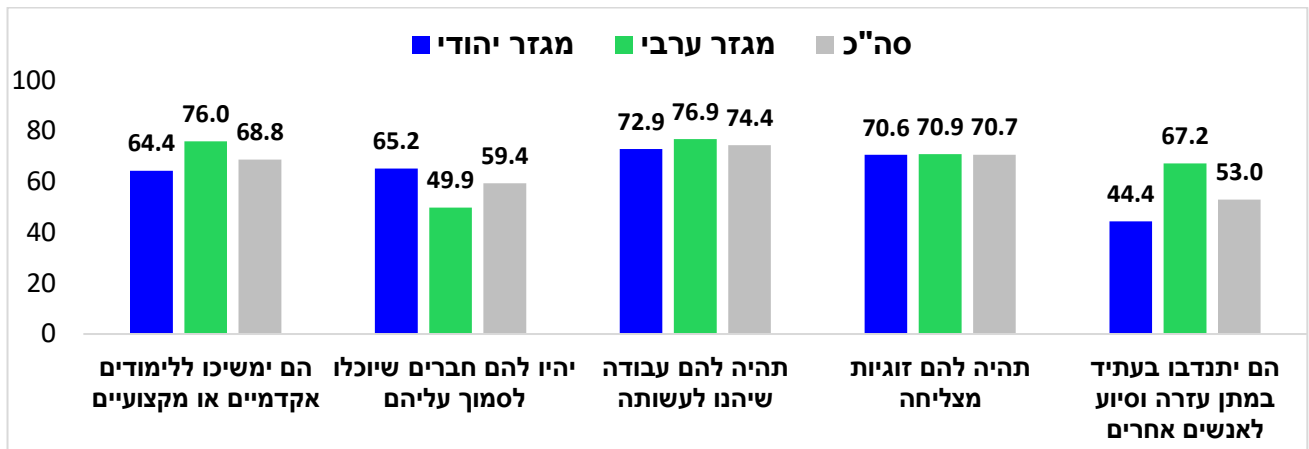
לוח 15 : אחוז התלמידים שמעריכים שיש להם סיכויים גבוהים או גבוהים מאוד להצליח בעתיד בהיבטים הבאים, לפי מגדר ומגזר (כיתות י-יב בלבד):

כל המדגם	מגזר ערבי			מגזר יהודי			סיכוי גבוה או גבוה מאוד...		
	בנות	בנים	סה"כ	בנות	בנים	סה"כ			
68.8%	74.0%	63.6%	76.0%	79.9%	72.2%	64.4%	70.5%	58.3%	שהם ימשיכו ללימודים אקדמיים או מקצועיים
59.4%	55.9%	62.9%	49.9%	44.8%	54.8%	65.2%	62.6%	67.9%	שיהיו להם הרבה חברים שיוכלו לסמוך עליהם
74.4%	75.3%	73.5%	76.9%	78.3%	75.6%	72.9%	73.5%	72.2%	שתהיה להם עבודה שהם נהנים לעשותה
70.7%	71.7%	69.7%	70.9%	69.3%	72.4%	70.6%	73.2%	68.0%	שתהיה להם זוגיות מצליחה
53.0%	58.2%	47.9%	67.2%	69.5%	65.0%	44.4%	51.4%	37.4%	שהם יתנדבו במתן עזרה וסיוע לאנשים אחרים
3,895	2,401	1,494	2,051	1,386	665	1,844	1,015	829	סה"כ משיבים

תרשים 15.1 : אחוז התלמידים שמעריכים שיש להם סיכויים גבוהים או גבוהים מאוד להצליח בעתיד בהיבטים הבאים, לפי מגדר (כיתות י-יב בלבד):



תרשים 15.2 : אחוז התלמידים שמעריכים שיש להם סיכויים גבוהים או גבוהים מאוד להצליח בעתיד בהיבטים הבאים, לפי מגזר (כיתות י-יב בלבד):



### שעות שינה

התלמידים התבקשו לציין באיזו שעה עם הולכים לישון בערב כשלמחרת יום לימודים, וכן באיזו שעה הם קמים בבוקר יום הלימודים. מתוך תשובותיהם, הושב משתנה שעות שינה. הנתונים שיוצגו להלן כוללים את ממוצע שעות השינה של התלמידים.

לוח 16 מלמד כי שעות השינה הממוצעות של תלמידים באמצע השבוע הינם 7:44. עם הגיל ישנה ירידה במספר שעות השינה הממוצעות מ- 8 וחצי שעות בקירוב בכיתות ה-1 לכ 7 שעות בקירוב בכיתות י'. עוד עולה כי בקרב המגזר היהודי בנים מדווחים על יותר שעות שינה בהשוואה לבנות, ואילו בקרב המגזר הערבי המגמה היא הפוכה.

לוח 16 : ממוצע שעות שינה לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-1	8:36	8:16	8:11	8:03	8:26	8:07	8:33	8:13	8:23
ז	8:02	7:45	7:45	7:33	7:54	7:40	7:58	7:42	7:50
ח	7:44	7:16	7:34	7:32	7:31	7:33	7:41	7:20	7:31
ט	7:28	7:09	7:16	7:04	7:19	7:10	7:25	7:07	7:16
י	7:10	6:54	7:14	6:54	7:02	7:05	7:11	6:54	7:03
יא-יב	7:26	7:04	6:52	7:20	7:15	7:11	7:24	7:06	7:15
סה"כ	7:57	7:37	7:35	7:31	7:47	7:33	7:53	7:36	7:44
סה"כ משיבים	4,227	4,300	1,452	2,282	8,527	3,734	5,679	6,582	12,261

**תחושת ישנוניות בבית הספר**

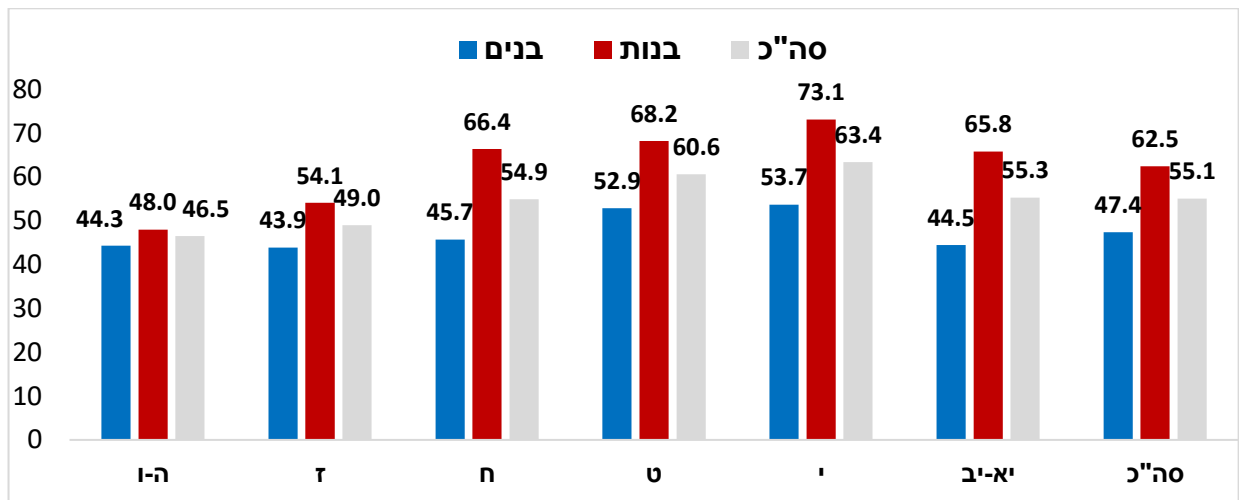
התלמידים נשאלו באיזו תדירות הם מרגישים ישנוניים בבית הספר, ובאיזו תדירות הישנוניות מקשה על התפקוד שלהם בבית הספר. סולם המענה נע מ- "כל יום או כמעט כל יום" ל- "לעולם לא". הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שמרגישים ישנוניים יותר מפעם בשבוע (כל יום או מספר פעמים בשבוע) ואת אחוז התלמידים שמרגישים שהישנוניות מקשה על התפקוד שתהם בבית הספר יותר מפעם בשבוע (כל יום או מספר פעמים ביום).

מלוח 17 עולה כי כ- 55% תלמידים מדווחים כי הם מרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע. אחוז גבוה יותר של בנות בהשוואה לבנים מדווח על תחושת ישנוניות (כ- 63% לעומת כ- 48% בהתאמה). כמו כן, אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי לעומת המגזר הערבי (כ- 58% בהשוואה לכ- 46% בהתאמה). ישנה עליה בדיווח על תחושת ישנוניות עם הגיל, מכ- 47% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 63% בקרב תלמידי כיתות י'. האחוז הגבוה ביותר של תחושת ישנוניות מדווח בקרב תלמידות כיתה י' במגזר היהודי (כ-78%).

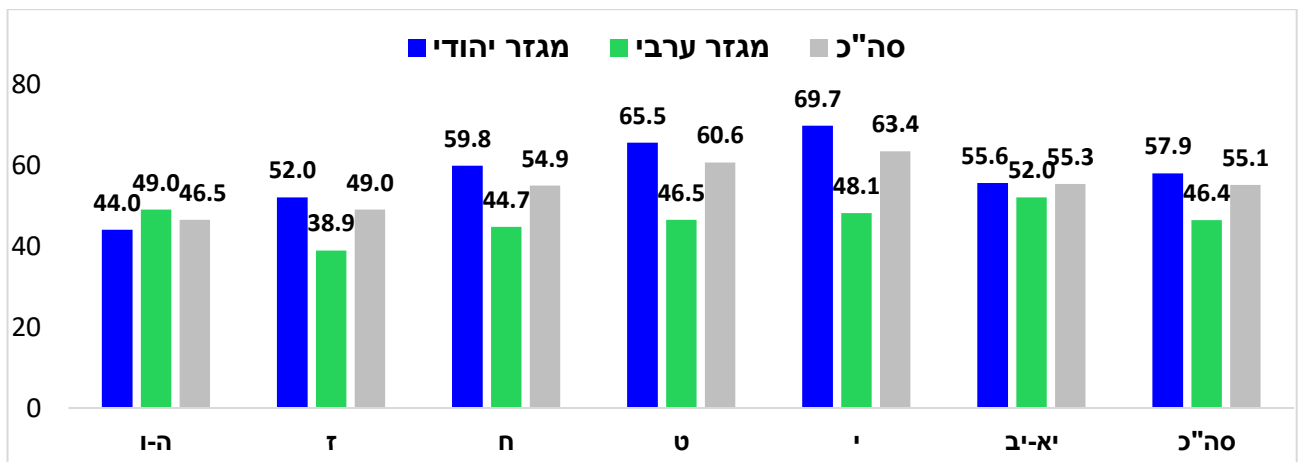
לוח 17: אחוז התלמידים שמרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	42.7%	45.3%	44.0%	47.1%	49.8%	49.0%	44.3%	48.0%	46.5%
ז	47.4%	56.6%	52.0%	33.3%	45.4%	38.9%	43.9%	54.1%	49.0%
ח	49.0%	73.3%	59.8%	39.1%	51.9%	44.7%	45.7%	66.4%	54.9%
ט	56.8%	74.7%	65.5%	40.2%	51.6%	46.5%	52.9%	68.2%	60.6%
י	61.1%	77.5%	69.7%	37.8%	60.5%	48.1%	53.7%	73.1%	63.4%
יא-יב	44.7%	66.9%	55.6%	40.5%	58.0%	52.0%	44.5%	65.8%	55.3%
סה"כ	49.7%	66.4%	57.9%	39.2%	52.0%	46.4%	47.4%	62.5%	55.1%
סה"כ משיבים	2,578	2,727	5,305	934	1,713	2,647	3,512	4,440	7,952

תרשים 17.1: אחוז התלמידים שמרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגדר וכיתה:



תרשים 17.2: אחוז התלמידים שמרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



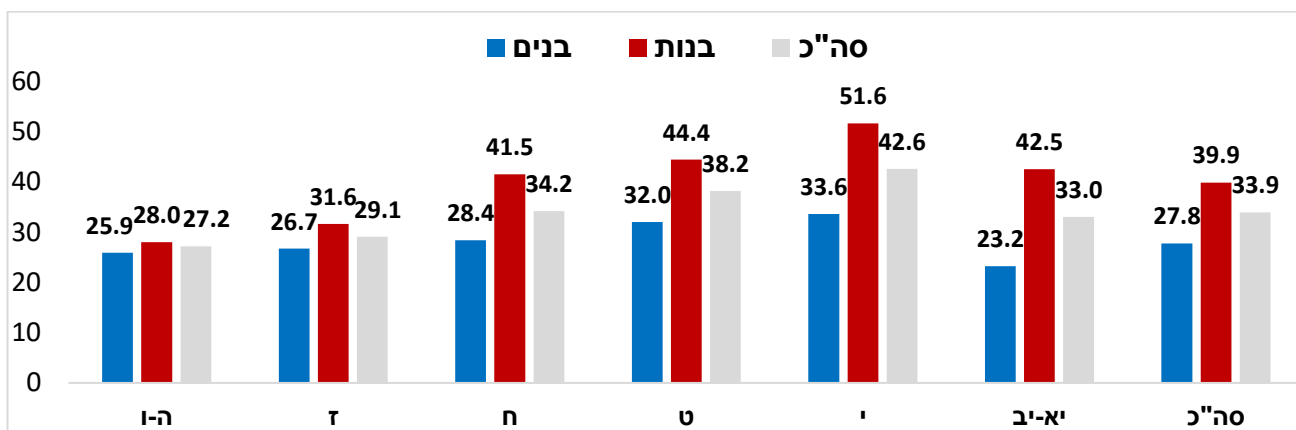
לוח 18 מלמד שכ-34% תלמידים מדווחים כי תחושת הישנוניות שלהם פוגעת בתפקודם הלימודי יותר מפעם בשבוע. אחוז הדיווח גבוה יותר בקרב בנות (כ-40%) בהשוואה לבנים (כ-28%), וכן גבוה מעט יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ-35%) בהשוואה למגזר הערבי (כ-32%). גם במדד זה ניכרת עלייה הדרגתית עם הגיל בדיווח על פגיעה בתפקוד הלימודי בעקבות תחושת ישנוניות, מכ-27% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ-43% בקרב תלמידי כיתות י'.



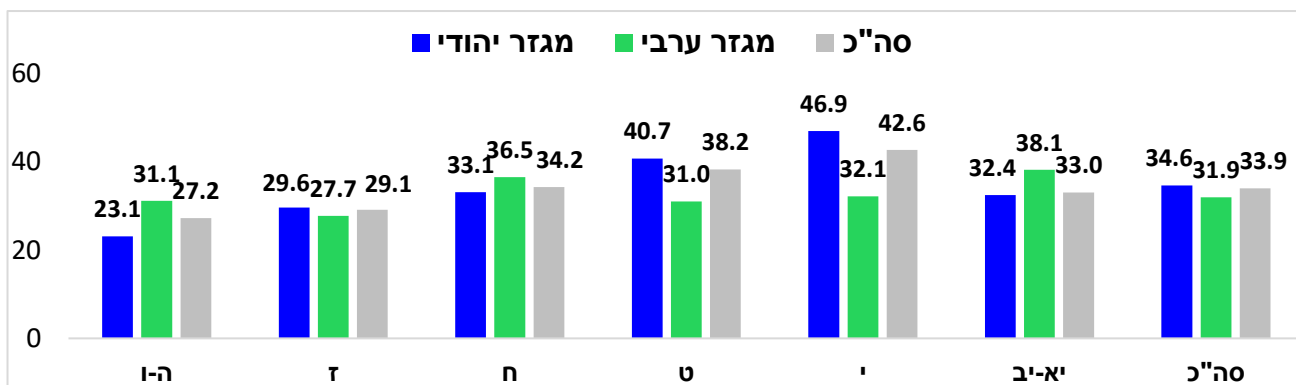
לווח 18: אחוז התלמידים אשר דיווחו כי הישגיהם הקשחה על תפקודם בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	20.0%	26.2%	23.1%	36.0%	29.2%	31.1%	25.9%	28.0%	27.2%
ז	28.5%	30.7%	29.6%	21.2%	35.1%	27.7%	26.7%	31.6%	29.1%
ח	25.5%	42.5%	33.1%	34.2%	39.5%	36.5%	28.4%	41.5%	34.2%
ט	34.4%	47.4%	40.7%	24.0%	36.6%	31.0%	32.0%	44.4%	38.2%
י	37.8%	55.2%	46.9%	24.4%	41.4%	32.1%	33.6%	51.6%	42.6%
יא-יב	23.1%	42.2%	32.4%	24.3%	45.4%	38.1%	23.2%	42.5%	33.0%
סה"כ	28.0%	41.4%	34.6%	27.0%	35.9%	31.9%	27.8%	39.9%	33.9%
סה"כ משיבים	2,578	2,727	5,305	934	1,713	2,647	3,512	4,440	7,952

תרשים 18.1: אחוז התלמידים שדיווחו כי הישגיהם הקשחה על תפקודם בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 18.2: אחוז התלמידים שדיווחו כי הישגיהם הקשחה על תפקודם בבית הספר יותר מפעם בשבוע, לפי מגזר וכיתה:



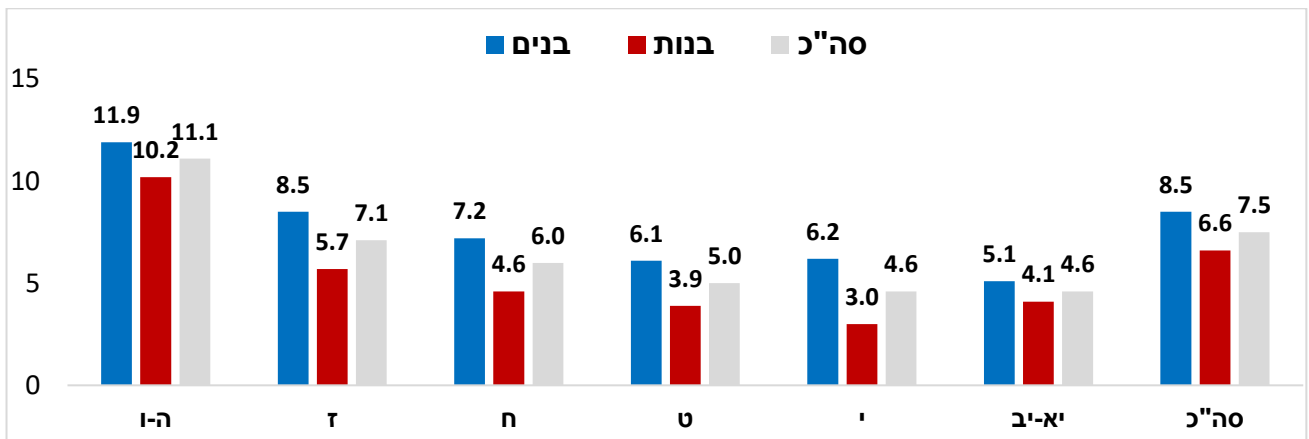
התלמידים נשאלו האם הם חושבים שגופם: יותר מדי רזה; מעט רזה; בערך במידה הנכונה; מעט שמן; יותר מדי שמן. הנתונים שיוצגו להלן כוללים את אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי ואת אחוז התלמידים שחושבים שגופם יותר מדי שמן.

מלוח 19 עולה כי כ- 8% תלמידים חושבים שגופם רזה מדי. נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי (כ-11%) בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי (6%). כמו כן, במגזר היהודי, אך לא בערבי, ישנו פער בין בנים לבנות במדד זה כאשר אחוז הבנים במגזר היהודי שחושב שגופו רזה מדי מעט גבוה מאחוז הבנות (כ- 7% בהשוואה לכ- 5%). עוד עולה כי עם הגיל, ישנה ירידה באחוז התלמידים שסבורים שגופם רזה מדי מכ- 11% בקרב תלמידי כיתות ה-ו, לכ- 5% בקרב תלמידי כיתות יא-יב. תרשימים 19.3 ו- 19.4 מלמדים כי אין שינוי משמעותי במדד זה בשנת הסקר הנוכחית בהשוואה לשנים קודמות.

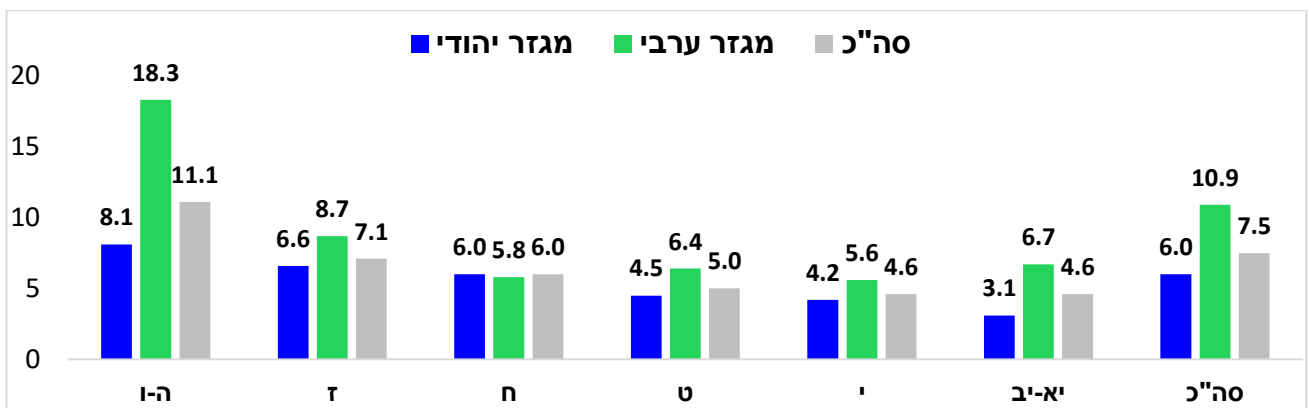
לוח 19 : אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי, לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	9.3%	6.8%	8.1%	18.2%	18.6%	18.3%	11.9%	10.2%	11.1%
ז	8.5%	4.8%	6.6%	8.4%	9.0%	8.7%	8.5%	5.7%	7.1%
ח	7.9%	4.0%	6.0%	5.4%	6.3%	5.8%	7.2%	4.6%	6.0%
ט	5.7%	3.2%	4.5%	8.0%	5.6%	6.4%	6.1%	3.9%	5.0%
י	6.4%	2.0%	4.2%	5.8%	5.1%	5.6%	6.2%	3.0%	4.6%
יא-יב	3.9%	2.5%	3.1%	6.9%	6.5%	6.7%	5.1%	4.1%	4.6%
סה"כ	7.4%	4.6%	6.0%	10.8%	11.0%	10.9%	8.5%	6.6%	7.5%
סה"כ משיבים	4,262	4,350	8,612	2,306	3,556	5,862	6,568	7,906	14,474

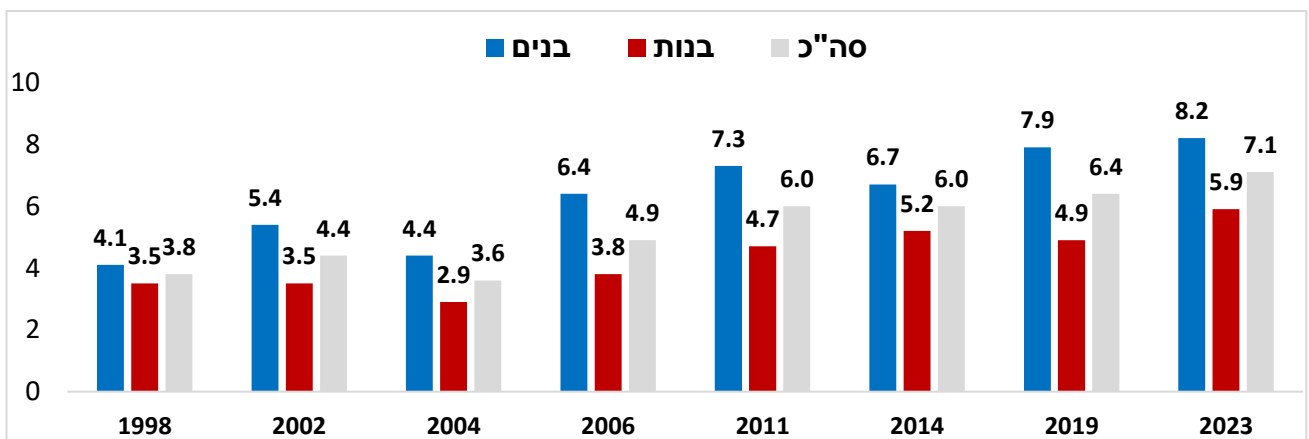
תרשים 19.1: אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי, לפי מגדר וכיתה:



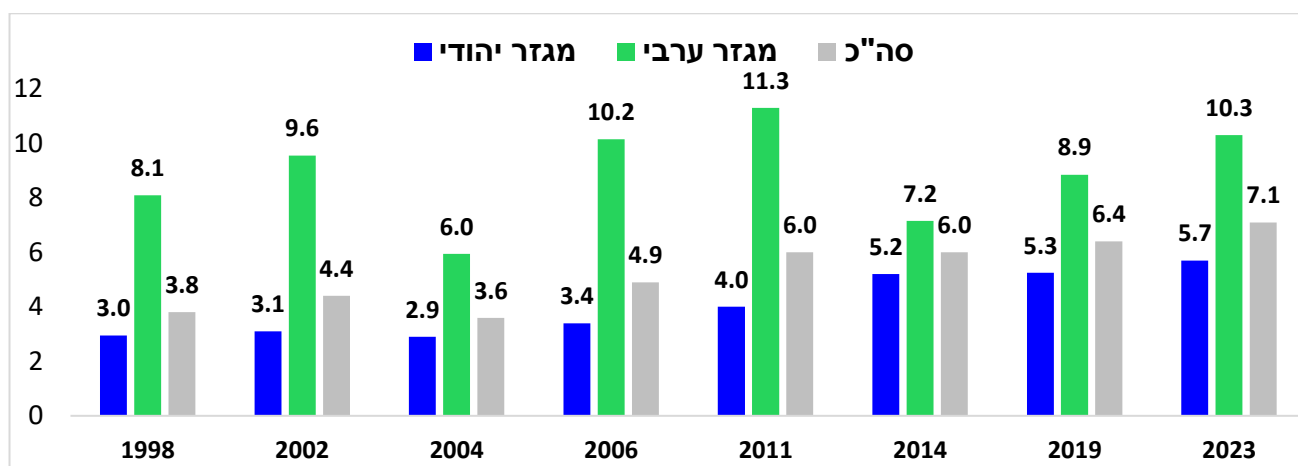
תרשים 19.2: אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 19.3: אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו, ח, ו-י בלבד):



תרשים 19.4 : אחוז התלמידים שחושבים שגופם רזה מדי לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו, ה, ו-י בלבד):

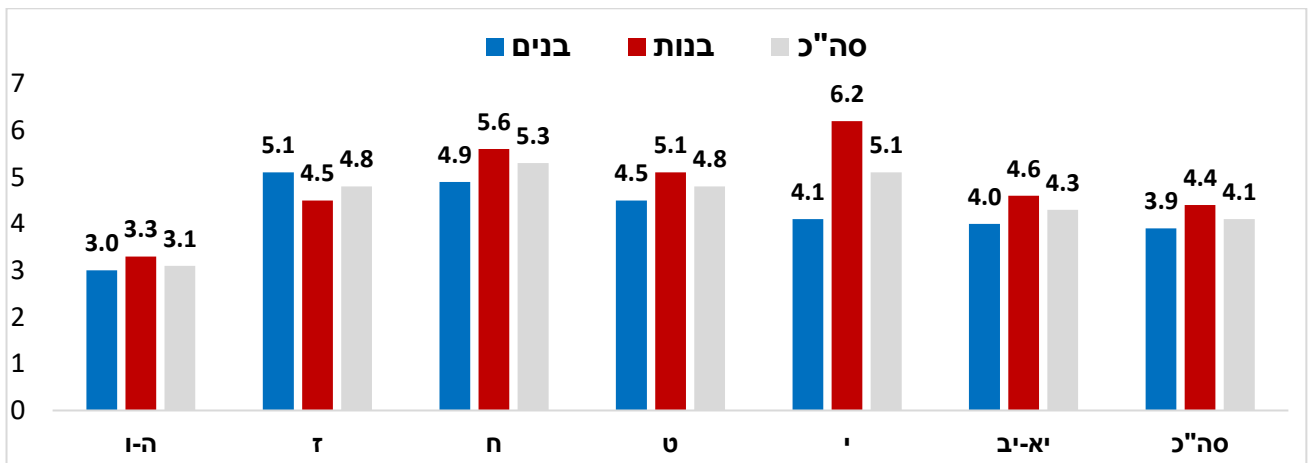


לפי לוח 20, כ- 4% תלמידים סבורים שגופם שמן מדי. אין הבדל משמעותי במדד זה בין בנים לבין בנות, עם זאת אחוז הדיווח מעט גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר היהודי (כ- 5%) בהשוואה למגזר הערבי (כ-3%). תרשימים 20.3 ו- 20.4 מלמדים שאין שינוי משמעותי במדד זה בשנת הסקר הנוכחית בהשוואה לשנים קודמות.

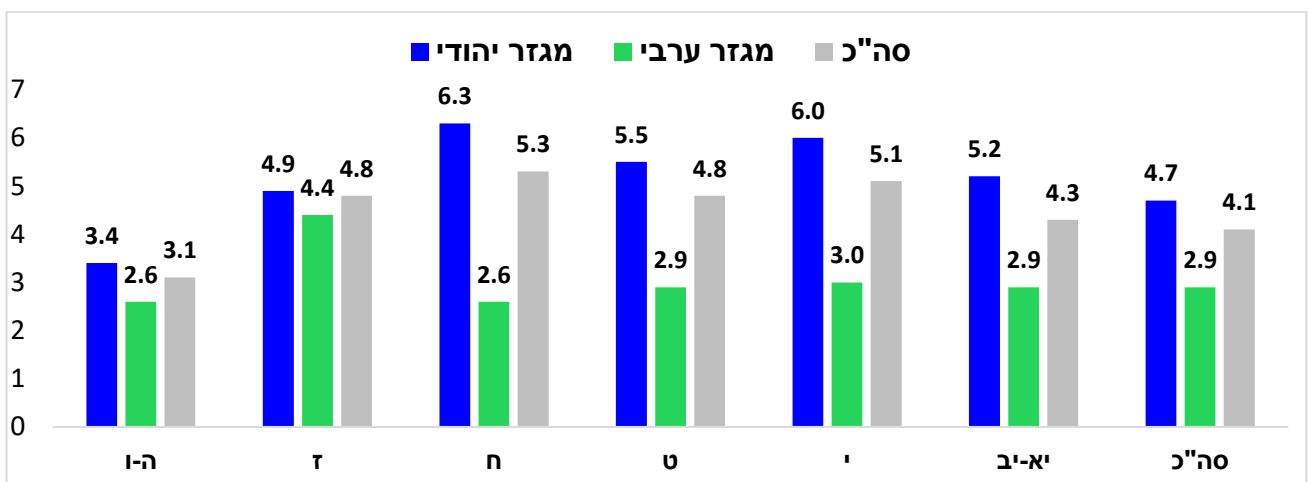
לוח 20 : אחוז התלמידים שחושבים שגופם שמן יותר מדי לפי מגזר, מגזר וכיתה:

כיתה	מגזר יהודי			מגזר ערבי			כל המדגם		
	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ	בנים	בנות	סה"כ
ה-ו	2.9%	3.8%	3.4%	3.2%	2.0%	2.6%	3.0%	3.3%	3.1%
ז	4.8%	5.0%	4.9%	6.1%	2.6%	4.4%	5.1%	4.5%	4.8%
ח	5.3%	7.3%	6.3%	4.0%	0.9%	2.6%	4.9%	5.6%	5.3%
ט	4.9%	6.1%	5.5%	3.4%	2.6%	2.9%	4.5%	5.1%	4.8%
י	4.9%	7.1%	6.0%	2.5%	3.6%	3.0%	4.1%	6.2%	5.1%
יא-יב	4.0%	6.5%	5.2%	3.9%	1.9%	2.9%	4.0%	4.6%	4.3%
סה"כ	4.0%	5.4%	4.7%	3.6%	2.2%	2.9%	3.9%	4.4%	4.1%
סה"כ משיבים	4,262	4,350	8,612	2,306	3,556	5,862	6,568	7,906	14,474

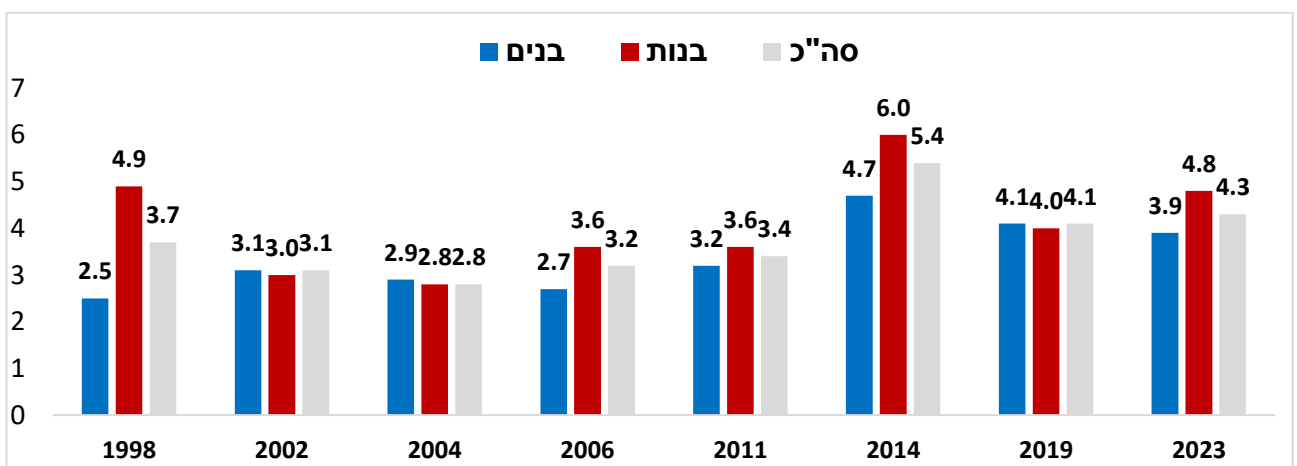
תרשים 20.1: אחוז התלמידים שחושבים שגופם שמן יותר מדי, לפי מגדר וכיתה:



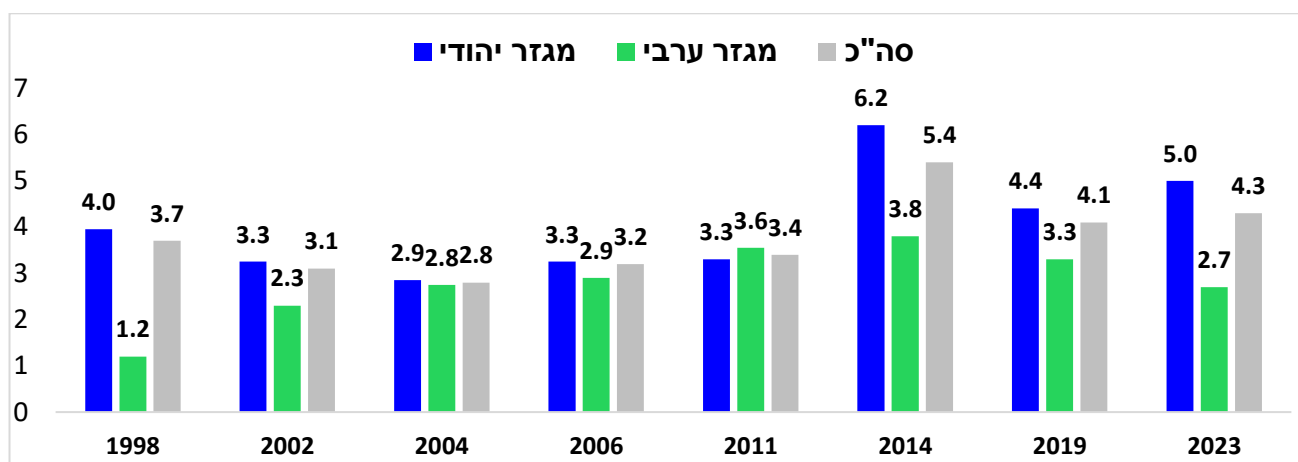
תרשים 20.2: אחוז התלמידים שחושבים שגופם שמן יותר מדי, לפי מגזר וכיתה:



תרשים 20.3: אחוז התלמידים שחושבים שגופם שמן יותר מדי, לפי מגדר ושנת הסקר (כיתות ו, ח, ו-י בלבד):



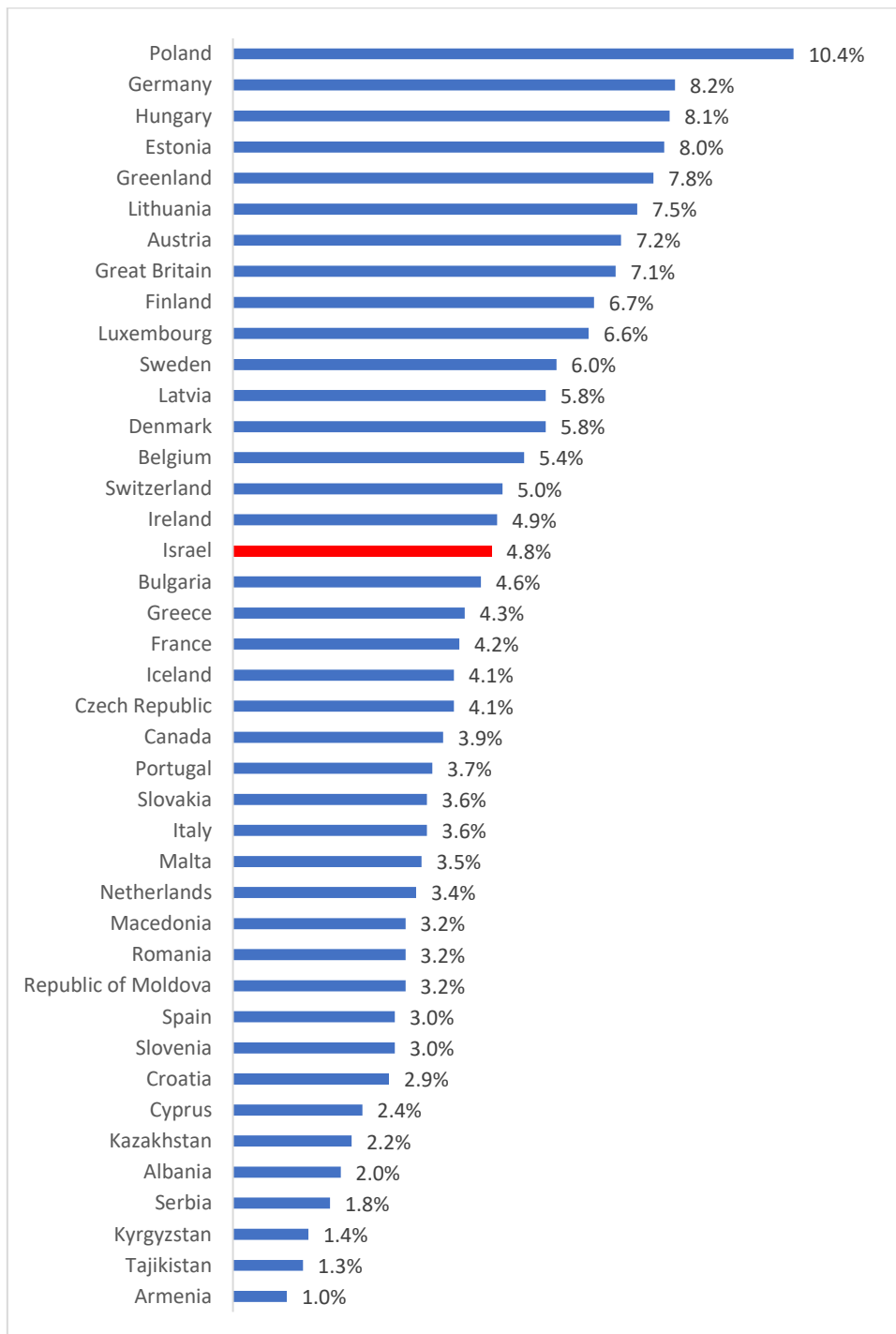
תרשים 20.4 : אחוז התלמידים שחושבים שגופם שמן יותר מדי לפי מגזר ושנת הסקר (כיתות ו, ה, ו-י בלבד):



#### השוואה בין-לאומית

תרשים 20.5 מציג השוואה בין התלמידים מישראל לבין התלמידים משאר המדינות השותפות במחקר, במדד הדיווח על דימוי גוף שמן. הממצאים מראים כי התלמידים בישראל בגילאי 11, 13 ו-15 מדורגים במקום ה-17 מבין 41 מדינות, עם 4.8% תלמידים אשר חושבים כי הגוף שלהם שמן יותר מדי.

תרשים 20.5: אחוז התלמידים בגילאי 11, 13, ו-15 שחושבים שהגוף שלהם שמן יותר מדי, לפי מדינה:



לבריאות הנפשית יש חשיבות גוברת בתקופת גיל ההתבגרות והיא משליכה הן על בריאותם הפיזית של המתבגרים והן על יכולתם להתמודד עם האתגרים הלימודיים, החברתיים והרגשיים בשלב חיים ייחודי זה. ממצאי הסקר מלמדים כי בשנת 2023 חלה ירידה משמעותית במדדי הבריאות הנפשית של בני הנוער בהשוואה לשנות הסקר הקודמות. כך למשל, שכיחות התלמידים אשר מדווחים כי מצב בריאותם "מצוין" עומדת על 53%, כאשר חלה ירידה של כ- 7% במדד זה לעומת שנים קודמות, בייחוד בקרב בנות ובקרב תלמידי המגזר הערבי. כמו כן, שכיחות סימפטומים גופניים ונפשיים עומדת על כ- 57% וגבוהה יותר באופן משמעותי בקרב הבנות. בהשוואה בין-לאומית ניתן לראות כי התלמידים בישראל מדורגים במקום השלישי מבין המדינות המשתתפות בסקר. השכיחות של סימפטומים נפשיים יומיומיים עומדת על כ- 30%, כאשר ישנה עלייה של כ- 12% בשכיחות התופעה בקרב בנות, בייחוד במגזר היהודי, בהשוואה לשנת 2019. באופן דומה, שכיחות סימפטומים גופניים אחת לשבוע עומדת על כ- 64%, כאשר נתון זה גבוה יותר בקרב בנות. גם במדד זה חלה עלייה משמעותית (כ- 12%) בדיווח לעומת שנת 2019, בעיקר בקרב בנות.

בשנת הסקר הנוכחית נעשה שימוש במספר רב של מדדי רווחה נפשית חדשים, ואף כי לא ניתן להשוות אותם לשנים קודמות, ניתן ללמוד מהם על היקף התופעה באוכלוסיות מסוימות. למשל, כ- 11% תלמידים מדווחים כי הם אינם מאושרים כלל, כ- 31% תלמידים מסווגים כבעלי רווחה נפשית ירודה, ועוד כ- 12% תלמידים בעלי רווחה נפשית ירודה מאוד, ונמצאים בסיכון לדיכאון. שכיחות תחושת החרדה והמתח עומדת על כ- 20%, וכ- 12% תלמידים מדווחים על תחושת בדידות. בכל המדדים הללו, שכיחות התופעה גבוהה יותר בקרב בנות בהשוואה לבנים, ובקרב תלמידים מן המגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי. כמו כן, עם העלייה בשכבת הגיל חלה ירידה בתחושת הרווחה הנפשית. ממצאים מדאיגים אלה קוראים ליישום תוכניות התערבות והקצאת אנשי מקצוע בתחום הרווחה למתן סיוע נפשי, תוך דגש על האוכלוסיות הרגישות.

הממצאים הנוגעים להערכה עצמית ותחושת מסוגלות מעלים כי כ- 75% תלמידים בעלי הערכה עצמית גבוהה, כאשר נתון זה גבוה יותר בקרב תלמידים במגזר הערבי בהשוואה לתלמידים במגזר היהודי. עם השנים חלה ירידה בתחושת ההערכה העצמית. בנוגע למסוגלות עצמית עולה כי בין 65% ל- 75% תלמידים מדווחים על מסוגלות עצמית גבוהה. מעניין לראות כי בניגוד למדדי הרווחה הנפשית האחרים, תפיסת מסוגלות עצמית גבוהה יותר בקרב תלמידי המגזר היהודי בהשוואה למקביליהם במגזר הערבי. מדד חדש נוסף הוא מדד השינה. ממצאי הסקר מעלים כי ממוצע שעות השינה של תלמידי ישראל באמצע השבוע עומד על 7 שעות ו- 44 דקות. עם הגיל ישנה ירידה במספר שעות השינה הממוצעות. עוד עולה, כי רוב (כ- 55%) התלמידים מדווחים כי הם מרגישים ישנוניים בבית הספר יותר מפעם בשבוע, וכ- 34% מדווחים כי תחושת הישנוניות פוגעת בתפקוד הלימודי שלהם, כאשר שני מדדים אלה גבוהים יותר בקרב בנות לעומת בנים, ובקרב המגזר היהודי בהשוואה למגזר הערבי.



- Cárdenas, D., Lattimore, F., Steinberg, D., & Reynolds, K. J. (2022). Youth well-being predicts later academic success. *Scientific reports*, 12(1), 2134.
- Christiansen, J., Qualter, P., Friis, K., Pedersen, S. S., Lund, R., Andersen, C. M., ... & Lasgaard, M. (2021). Associations of loneliness and social isolation with physical and mental health among adolescents and young adults. *Perspectives in public health*, 141(4), 226-236.
- Dockray, S., & Steptoe, A. (2010). Positive affect and psychobiological processes. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(1), 69-75.
- Gobina, I., Zaborskis, A., Pudule, I., Kalnins, I., & Villerusa, A. (2008). Bullying and subjective health among adolescents at schools in Latvia and Lithuania. *International journal of public health*, 53(5), 272-276.
- Hoare, E., Fuller-Tyszkiewicz, M., Skouteris, H., Millar, L., Nichols, M., & Allender, S. (2015). Systematic review of mental health and well-being outcomes following community-based obesity prevention interventions among adolescents. *BMJ open*, 5(1), e006586 .
- Hoare, E., Milton, K., Foster, C., & Allender, S. (2016). The associations between sedentary behaviour and mental health among adolescents: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13(1), 108.
- Hoyt, L. T., Chase-Lansdale, P. L., McDade, T. W., & Adam, E. K. (2012). Positive youth, healthy adults: does positive well-being in adolescence predict better perceived health and fewer risky health behaviors in young adulthood?. *Journal of Adolescent Health*, 50(1), 66-73.
- Katsantonis, I. (2022). The mediating role of school and sibling bullying in the relationship between subjective well-being and mental health symptoms. *Psych*, 4(2), 258-268.
- Keenan-Miller, D., Hammen, C. L., & Brennan, P. A. (2007). Health outcomes related to early adolescent depression. *Journal of Adolescent Health*, 41(3), 256-262.
- Kong, F., Li, W., Wang, Q., & Zhen, Z. (2023). Incremental Well-being Beliefs and Well-being in Adolescents: The Mediating Role of Self-esteem and Optimism. *Child Indicators Research*, 16(2), 533-549.

- Levin, K. A., & Currie, C. (2010). Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction. *Health Education*.
- Lin, W.-H., & Yi, C.-C. (2019). The Effect of Family Cohesion and Life Satisfaction During Adolescence on Later Adolescent Outcomes: A Prospective Study. *Youth & Society*, *51*(5), 680-706 .
- Lyons, M. D., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2016). Relations among personality characteristics, environmental events, coping behavior and adolescents' life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, *17*(3), 1033-1050.
- Manderscheid, R. W., Ryff, C. D., Freeman, E. J., McKnight-Eily, L. R., Dhingra, S., & Strine, T. W. (2010). Peer reviewed: evolving definitions of mental illness and wellness. *Preventing chronic disease*, *7*(1).
- Marconcin, P., Werneck, A. O., Peralta, M., Ihle, A., Gouveia, É. R., Ferrari, G., ... & Marques, A. (2022). The association between physical activity and mental health during the first year of the COVID-19 pandemic: a systematic review. *BMC Public Health*, *22*(1), 1-14.
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: a systematic review and meta-analysis. *World journal of psychiatry*, *7*(1), 60-76.
- Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2011). Life satisfaction in early adolescence: Personal, neighborhood, school, family, and peer influences. *Journal of youth and adolescence*, *40*(7), 889-901.
- Osher, D., Cantor, P., & Caverly, S. (2019). The Relational, Ecological, and Phenomenological Foundations of School Safety, Mental Health, Wellness, and Learning. In D. Osher, M. J. Mayer, R. J. Jagers, K. Kendziora, & L. Wood (Eds.), *Keeping Students Safe and Helping Them Thrive: A Collaborative Handbook on School Safety, Mental Health, and Wellness* (pp. 29). Santa Barbara, CA, USA: Praeger.
- Piko, B. F. (2006). Satisfaction with life, psychosocial health and materialism among Hungarian youth. *Journal of health psychology*, *11*(6), 827-831.
- Pinquart, M., & Shen, Y. (2011). Behavior problems in children and adolescents with chronic physical illness: a meta-analysis. *Journal of pediatric psychology*, *36*(9), 1003-1016.

- Shapiro, O., Gannot, R. N., Green, G., Zigdon, A., Zwillig, M., Giladi, A., Ben-Meir, L., Adilson, M., Barak, S., Harel-Fisch, Y., & Tesler, R. (2022a). Risk Behaviors, Family Support, and Emotional Health among Adolescents during the COVID-19 Pandemic in Israel. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3850. <https://doi.org/10.3390/ijerph19073850>
- Schreier, H., & Chen, E. (2013). Socioeconomic status and the health of youth: a multilevel, multidomain approach to conceptualizing pathways. *Psychological bulletin*, 139(3), 606.
- Steptoe, A., Wardle, J., & Marmot, M. (2005). Positive affect and health-related neuroendocrine, cardiovascular, and inflammatory processes. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 102(18), 6508-6512.
- Xiang, M., Gu, X., Jackson, A., Zhang, T., Wang, X., & Guo, Q. (2017). Understanding adolescents' mental health and academic achievement: Does physical fitness matter? *School Psychology International*, 38(6), 647-663.

**חלק ו': מחקר איכותני**

## מחקר איכותני: ראיונות עומק וקבוצות מיקוד

מבוא

במחקר האיכותני בוצעו סדרה של ראיונות עומק עם מנהלים וקבוצות מיקוד עם תלמידים במטרה לבחון את משמעות הממצאים המרכזיים של המחקר מתוך נקודת מבטם של מנהלי בתי ספר ובני נוער. ממצאי המחקר האיכותני מאפשרים השלמה חשובה לתובנות המדעיות והיישומיות העולות מהמחקר. נערכו 14 קבוצות מיקוד שבהם השתתפו בראיונות עומק חצי מובנים 57 תלמידים בגילאי 11-17 מאזורים שונים בארץ מרמת הגולן, גליל תחתון, מרכז הארץ ועד הנגב מכל סוג יישוב (קיבוץ, כפר, ישוב קהילתי, עיר) ומקשת זרמי החינוך השונים: פנימיות, בתי ספר חקלאיים, ממלכתיים וממלכתי דתי. בנוסף, נערכו ראיונות עומק חצי מובנים ל-10 מנהלים ומנהלות (4 מנהלים ו-6 מנהלות) אשר מנהלים בין 4 ל-9 שנים, מבתי ספר יסודיים, חטיבות ביניים ותיכונים ומזרמי חינוך שונים: ממלכתיים, ממלכתי-דתי, חקלאי-התיישבותי, ומונטסורי.

### קבוצות מיקוד תלמידים

מניתוח קבוצות השיחה חולצו ארבע תמות עיקריות:

**התמה הראשונה:** "המורים לא מקשיבים לנו, אין טעם שאספר למורה שלי כי הוא גם ככה לא יאמין לי": תחושת חוסר האמון בקרב התלמידים כלפי הצוות החינוכי. תמה זו כוללת את תפיסות התלמידים לגבי תחושות ביטחון, אמון ואכפתיות מהצוות החינוכי.

**התמה השנייה:** "יש מקומות בבית ספר שאני מפחדת ללכת בהם כי אולי ירביצו לי": תחושת המוגנות והביטחון של התלמידים בנוגע למקרי אלימות המתרחשים בבתי הספר. תמה זו עוסקת בחוויות חוסר המוגנות של התלמידים בכל הנוגע למקרי אלימות פיזית ומילולית המתרחשים בבתי הספר, ועד כמה הם מרגישים מוגנים ובטוחים להגיע לבית הספר.

**התמה השלישית:** "כולנו באותה הסירה": תחושת חיבור ושייכות של התלמידים אחד כלפי השני. תמה זו מתמקדת בתפיסתם של התלמידים את הממד החברתי ואת האופן שבו ניתן לקדם ולסייע לתלמידים אחרים החווים קושי חברתי.

**התמה הרביעית:** "הבית ספר ממש מוזנח, בשירותים תמיד מלוכלך": תפיסתם של בני הנוער את איכות התנאים הסביבתיים. תמה זו מתארת את תחושותיהם של בני הנוער כלפי איכות התנאים הסביבתיים והארגוניים הקיימים בבית הספר תוך התייחסות להשפעתם על הפן הלימודי והחברתי.

### ראיונות עומק מנהלים

מניתוח הראיונות חולצו חמש תמות עיקריות:

**התמה הראשונה:** "הצוות החינוכי נותן הרבה מעצמו ונלחם על כל תלמיד": תחושת אמון והערכה כלפי הצוות החינוכי. תמה זו כוללת את תפיסות המנהלים לגבי המאמץ וההערכה כלפי המורים על השקעתם הרבה בליווי התלמידים.

**התמה השנייה:** "יש הרבה פרויקטים והרבה פעילויות. למעט פעילויות בנושא קידום בריאות באופן ישיר": תחושת האינטנסיביות בנוגע לתוכניות חינוכיות וחברתיות המתקיימות בבית הספר. תמה זו עוסקת בחוויות המנהלים את המגוון והעומס בכל הנוגע לפעילויות פדגוגיות ופרויקטים חברתיים המתקיימים בבתי הספר, ועד כמה הם מרגישים מובחנות בין כל התוכניות ואת תרומתן לתלמידים ולצוות החינוכי.

**התמה השלישית:** "אנחנו מאוד רוצים את הקשר עם ההורים. הם שותפים טבעיים שלנו בחינוך הילד": **הצורך בקשר וחיבור לאוכלוסיית ההורים של בית הספר.** תמה זו מתמקדת בתפיסתם של המנהלים את החשיבות של הקשר עם ההורים ואת האופן שבו ניתן לטפח את הקשר עם ההורים.

**התמה הרביעית:** "הקשר עם הקהילה מוסיף לתחושת השייכות והחיבור לבית הספר": תפיסתם של המנהלים את **איכות הקשר עם הרשות המקומית והקהילה בה מתקיים בית הספר.** תמה זו מתארת את תפיסתם של המנהלים כלפי מהות ואיכות הקשר הקיים והמצופה בין בית הספר לבין הקהילה שבסביבת בית הספר, תוך התייחסות להשפעות ההדדיות בין סביבות אלו. **התמה החמישית:** "אין שימוש בסמים, אלכוהול וסיגריות בבית הספר. ואם יש כאלה שאני יודע שהם מעשנים או שותים מחוץ לשעות בית הספר אני ישר לוקח אותם לשיחה": **תפיסת המנהלים את השימוש בחומרים ממכרים והתנהגויות סיכון בקרב התלמידים.**

#### ממצאים עיקריים

#### קבוצות מיקוד תלמידים

התלמידים נשאלו לגבי החוויות והתחושות שלהם בבית הספר לגבי מספר נושאים עיקריים: תחושת ביטחון ומוגנות התרחשותם של אירועי אלימות והתנהגויות סיכון (למשל, שימוש באלכוהול וסמים, בריונות בבי"ס וברשת), תחושת שייכות, פעילויות בנושאי בריאות ופעילות גופנית, תשתיות ותנאים פיזיים ללמידה, ומעורבות בקהילה. כמו כן, התלמידים נשאלו לגבי תפיסתם את מידת זמינותו הרגשית של הצוות החינוכי לסייע במצבי מצוקה ומידת הצלחתו של הצוות החינוכי להתמודד ולטפל במצבי אלימות וסיכון.

#### פירוט התמות:

**תמה ראשונה:** "המורים לא מקשיבים לנו, אין טעם שאספר למורה שלי כי הוא גם ככה לא יאמין לי": תחושת חוסר האמון בקרב התלמידים כלפי הצוות החינוכי.

במהלך הראיונות, מרבית מהתלמידים שיתפו בחוויה של ניכור מצד הצוות החינוכי בדגש על מחנך/ת כיתתם. הם מתארים שאינם יכולים לפנות בעת מצוקה וחוסר ביחס אישי, כאשר השיח השולט הוא של השוואות לעומת שאר התלמידים בכיתה. חלקם אף תיארו כיצד המחנך/ת משווה בינם לבין תלמידים והם מרגישים כי אינם מסוגלים לסמוך עליהם בחשיפת פרטים אישיים, שמא יחשפו מידע זה בקרב תלמידים אחרים מהכיתה.

"חוק מהמחנכת כולם מקבלים אותי, דואגים לי. תמיד אומרים לי גם וואו זכית בבית ספר טוב. כאילו המחנכת גורמת לי להרגיש שלא זכיתי אבל אז שאני מדברת עם הרכזת או המנהלת אז הן גורמות לי להרגיש טוב" (רעות, 14).  
"הוא נותן לי הערות וכאילו יוצא שהוא מספר פרטים אישיים על בנות אחרות, ממך ציפיתי יותר לא כמו זאתי... הוא עושה ממש השוואה. אני לא רוצה לשמוע את זה בכלל כי זה לא נעים לי לדעת דברים על אחרות שזה לא קשור אליי. ומאז אני לא מספרת לו כלום" (אלכס, 14).

"המחנך לא מקשיב אף פעם. גם הרכזת לא מקשיבה לנו. השנה החליפו לנו רכזת אז היא כן מקשיבה. אבל אני מצפה שהמחנך שלי יקשיב לי. מחנכים אחרים מקשיבים לי והוא לא. הם צעירים אז אמורים להבין אותנו איכשהו, אני מרגישה שיש לו עדיפויות לתלמידים אחרים והוא גם ממש מראה את זה" (ליאור, 14).

מעבר לתחושות הללו, מרביתם שיתפו כי הם מרגישים ריחוק רגשי ממחנך/ת כיתתם. בשיתופם הם מתארים את התנהגותם של צוות המחנכים הכוללים זלזול, חוסר אמפתיה ובעיקר חוסר הקשבה. הקול הנשמע ביותר מצדם היה, "אין מי שיאמין בי". עוד הם מספרים, כי כאשר פונים למחנך/ת הכיתה הם לא מקבלים מענה ומרגישים כי רצונם אינו נחשב ונאלצים לערב את הוריהם על מנת שיקשיבו להם. התלמידים חווים מצוקה גדולה אל מול צוות המחנכים, הם מרגישים שקולם אינו חשוב דיו ולכן מוותרים מראש בפנייה אל המחנך/ת במצב מצוקה, מכיוון שהם יודעים שיוותרו ללא מענה או התייחסות למצבם.

"המחנכת שלי אף פעם לא מעצימה אותי היא רק באה אליי בתלונות ואני מרגישה שהיא מזלזלת בי. נגיד עשיתי בעבר טעות, היא תדאג כל פעם להזכיר לי את זה. אבל הבנתי שעשיתי טעות את לא צריכה להזכיר לי את זה כל הזמן, יש לי זיכרון" (דנה, 14).

"עד שההורים שלי לא התערבו, לא הקשיבו לי גם לא המחנכת שלי. אני כמה פעמים דיברתי עם המחנכת שלי ביקשתי ממנה לעבור הקבצה כי לא היה לי טוב שם והיא פשוט לא הקשיבה לי, וכשההורים שלי דיברו איתה היא פתאום כן הקשיבה והעבירו אותי תוך כמה ימים" (לירי, 16).

בנוסף לזאת, בני הנוער התייחסו גם למורים המקצועיים אשר משרים תחושה דומה למחנכי כיתתם. הם הביעו חוסר בתקשורת אל מול המורים המקצועיים, אשר לא נאותים להבין את הקשיים שהם חווים, בעיקר בעת תקופת המלחמה המתוארת מצדם כתקופה של חוסר וודאות וחששות מה יוליד יום. התלמידים הרגישו שהמורים המקצועיים מתמקדים במשימות ובביצועי התלמידים, וכי אין מקום לגמישות ולהתייחסות לעולם הרגשי שהם זקוקים לו יותר מתמיד בעת הזו. חוסר האמפתיה מצד המורים המקצועיים מעורר התנגדות, כעס וחוסר אונים מצד התלמידים שמרגישים שמצבם הרגשי אינו חשוב מספיק לעומת השלמת החומר הלימודי המהווה עבור המורים המקצועיים ערך עליון.

"אני חושב שאם המורים היו יותר ניגשים ויותר מנסים להבין מה אנחנו מרגישים ומה עוברים בעקבות התקופה הם היו מבינים את הקושי שלנו. אבל הם לא מנסים להבין אותנו בכלל. בזום אי אפשר היה בכלל ללמוד ישר חזרנו ללמידה בבית ספר והפילו עלינו מבחנים" (מייקל, 16).

"המורים מוזרים.. היינו בשיעור ביולוגיה והמורה מוציאה לב של כבשה, אמרנו לה שזה לא נעים לנו לראות את זה והיא ענתה: בעיה שלך. היינו בהלם לא הבנו מאיפה פתאום היא הביאה את זה ולמה לא הכינה אותנו לזה?" (יערה, 16).

בהתייחסות לנקודת מבטן של בנות הנוער אשר לחלקן יש מחנך כיתה הן התייחסו לחשש גדול שמציף אותן לאורך כל השנה. הן תיארו את התנהגותם של המחנכים כ-לא מותאמת וגורמת להן להרגיש אי נוחות ואף הביעו חשש להיות עמם לבד, שמה מה עלול לקרות להן. אותן בנות נוער מרגישות חוסר ביטחון ובעיקר קיים פחד תמידי שהמחנכים עשויים לפגוע בהן בהיבט המיני. אותן תחושות גורמות להן להימנע עד כמה שניתן מאינטראקציה עמם וכתוצאה מכך נוצר משבר אמון עמוק ומשמעותי. בנוסף למשבר האמון אין להן דמות חינוכית שהן מרגישות בנוח לשתף ולהציף את תחושותיהן. הן סיפרו

כי חשבו בהתחלה לשתף אנשי צוות אחרים בתחושתיהן אך מיד התחרטו כי הרגישו שאם יספרו על כך לצוות החינוכי לא יאמינו להן ובכך יתנכלו אליהן יותר. לבסוף, הן נותרות בתחושת בדידות ומצוקה.

"אני די תפסתי ממנו מרחק ולמזלי אין לי את הרבה שיעורים חוץ משיעורי חינוך, מעדיפה כמה שפחות לדבר אתו" (דנה, 14).  
"אני רוצה שיעיפו את המחנך שלי כי יש דברים שלא אומרים לאף אחד. אני לא מספרת לצוות כי פשוט לא יאמינו לי. לדוגמה בטיול השנתי חברה שלי חוותה- היא הייתה לפני המחנך שלי והחובשת והיא שמעה אותם מדברים על תנועות בעת קיום יחסי מין. ו...זה לא מתאים בכלל. אני מפחדת ממנו! נגיד שהוא לוקח אותי לשיחות אישיות אני מפחדת שיגע בי" (אורנית, 15).

מנגד, חלק מועט מהתלמידים תיארו כי הם חווים יחסים טובים אל מול צוות המחנכים והמורים. השיח בין הצוות החינוכי לתלמידים פתוח וכנה ומאפשר לתלמידים להתייעץ בכל נושא מתוך ידיעה שיקבלו מענה וסיוע עד כמה שניתן. עוד הוסיפו כי הצוות החינוכי מהווה עבורם עוגן של ביטחון, שישנו "מבוגר אחראי" שנמצא שם עבורם ופחות יש דגש על שמירת גבולות בין מורה לתלמיד. דבר התורם להעלאת תחושת הרווחה הרגשית ונפשית בקרב התלמידים.  
"יש חיבור חברתי חינוך סביבתי אני מרגיש שהמורים מאוד מחוברים לבית הספר. נגיד מורה למתמטיקה גם יצא איתך לטיול של"ח" (עידו, 17).

"כל מה שאני אומר זה שאנחנו בקשר מאוד צמוד עם המורים, יש קרבה בינינו לבין המורים ואין דיסטנס. גבולות זה דבר גמיש פה וזה כייף כי אני יכול לדבר עם המורה שלי על הכל" (גבי, 16).

ממצאים אלו מתארים את החשיבות וההשפעה הרבה שיש למחנכים ולצוות החינוכי כולו על תחושת הרווחה הרגשית בקרב התלמידים. מתוך דבריהם עלו חוויות מורכבות אשר התמקדו בחוסר אמון שהם מרגישים, חשש, פחד וזלזול מצד המחנכים והצוות החינוכי אשר משליך על תחושותיהם כאשר הם מגיעים לבית הספר. במצב זה, שהתלמידים מרגישים שאין מבוגר שמאמין להם ולא מגלה אכפתיות למצוקותיהם, הם חווים ירידה בערך העצמי ותחושת ניתוק רגשי אשר בסופו של דבר גורם להם להרגיש בודדים בבית הספר וחסרי מוגנות. רק חלקם יפנו למבוגר אחראי אחר בבית הספר על מנת לפתור את הקשיים שלהם ומעטים תיארו את הקשר עם המחנכים והצוות החינוכי כקשר מיטבי, בו הם מרגישים מספיק בנוח לשתף בפתיחות בחוויות או בקשיים מתוך ידיעה שיקבלו מענה הולם ומותאם שיענה על צרכיהם.

**תמה שנייה: "יש מקומות בבית ספר שאני מפחדת ללכת בהם כי אולי ירביצו לי": תחושת המוגנות והביטחון של התלמידים בבתי הספר.**

מרבית מבני הנוער שהשתתפו במחקר תיארו כי בבתי ספר שהם לומדים מתרחשים אירועי אלימות, הן אלימות מילולית והן אלימות פיזית תוך שימוש לעיתים באלכוהול ועישון סיגריות. אותם בני נוער שמטילים אימה בבית הספר גורמים ליתר התלמידים להרגיש מפוחדים. ישנם תלמידים ששיתפו כי יש מקומות בבית הספר שהם מעדיפים לא לעבור לידם מתוך מחשש עמוק להיפגע. זאת ועוד, התלמידים דיווחו על אלימות המתרחשת גם בתוך הכיתה ולא רק בזמן ההפסקות דבר המעצים את תחושת חוסר הביטחון.

"אין רק אלימות פיזית יש גם אלימות מילולית. נגיד, הייתה ילדה שהתעצבנה על חברה שלה וכתבה לה הודעה מגעילה בוואטסאפ ואז אותה ילדה שקיבלה את ההודעה החברה באה לבית ספר וממש קיללה אותה והשפילה אותה ליד כמה אנשים שעמדו שם. לא האמנתי שזה קרה עמדת בצד עם כמה חברות" (אור, 14).

"יש לי תלמיד הומו בכיתה, מסכן. שלפעמים יש ילד אחר בכיתה שצועק לו בקללות גנאי וכאלה.. " (שירלי, 16).



"כשאני הולכת לאולם ספורט זה קצת יותר מפחיד.. אני מפחדת כי אולי ירביצו לי. לפעמים עומדים שם הערסים. יש סיפור שאחד התלמידים שתה והוא הגיע קצת שיכור לבית ספר והתחיל לעשות בלגן, הייתי שם. אני רואה אותם מעשנים ומציעים לי סיגריה ואני ברחתי" (ליאור, 14).

מעבר לאלימות הפיזית והמילולית עלו גם תיאורים של אלימות ברשת החברתית, בעיקר בקבוצות הוואטסאפ הכיתתיות. רבים דיווחו כי כאשר ישנה אלימות פיזית בין תלמידים, מתפרסמות תמונות וקטעי וידאו של האירוע ואתם סרטונים מופצים בקבוצות הוואטסאפ החברתיות. כאשר אותם סרטונים מופצים, האירוע הופך לעיסוק העיקרי של כלל התלמידים בבית הספר באותם ימים.

"כשיש מקרה אלימות בבית הספר האווירה היא שונה, תמיד מתחילים לדבר כמו "שמעת מה היה?" יש על זה ממש שיח בהפסקות וגם בשיעור, אי אפשר לנהל שיעור כי רק מדברים על זה כל הזמן ויש את התחושה שכל אחד רוצה להוכיח שהוא יודע יותר, יש קצת אווירה של דרמה" (דן, 15.5).

לעומת זאת, היו בני נוער אשר העידו כי הם מרגישים תחושת מוגנות וביטחון בבית הספר וכי אין חשש להגיע לבית הספר כיוון שלא מתרחשים בו אירועי אלימות מכל סוג שהוא. הם תיארו את בית הספר כמקום רגוע ושליט שהם נהנים להיות בו.

"אין אצלנו בכלל מקרי אלימות, האמת יש מצלמות אז אם יש משהו ישר רואים ופותרים את זה, אין איזה שהוא פחד להגיע לבית הספר, אני מרגישה במקום בטוח" (טל, 15.5).

כאשר התלמידים נשאלו לגבי אופן ויעילות הטיפול במקרי אלימות בבית ספר מצד הצוות הבית ספרי, הדעות היו חלוקות. חלק מבני הנוער שיתפו כי הם מרגישים שהצוות הבית ספרי אכן מטפל במקרי אלימות.

"למשל, בכל שכבה יש מורה שמשגיח במהלך ההפסקות וזה נותן תחושה של שמירה, ככה שגם אם יש משהו אני יודעת שיש מורה שמשגיח ואנחנו לא לבד" (לירי, 16).

"עוצרים את המקרה, עושים שיחות, משהים לפעמים, תמיד מוודאים שאין סרטונים וכזה אבל גם לפעמים מגזימים ולוקחים את זה רחוק מידי כי אנחנו ילדים בסך הכל" (רעות, 14).

וחלק אחר אשר הרגישו כי הצוות הבית ספרי לא עושה מספיק על מנת לעצור את מקרי האלימות בבית הספר. כתוצאה מכך הם אינם מרגישים מספיק מוגנים כפי שהם מצפים, חלקם שיתפו כי הם מרגישים שאם היו לומדים בחינוך ביתי היו מרגישים יותר בטוחים. התחושה של להגיע לבית הספר ואי הידיעה כיצד יסתיים היום גורמת להם להצפה רגשית ואי שקט פנימי מדי יום.

"מרוב שלא מטפלים באלימות, יש לילדים אומץ לעשות מה שהם רוצים כי יודעים שלא באמת יעשו להם משהו. אי אפשר להרגיש בנוח בבית הספר" (ליאל, 13).

"אני מעדיף חינוך ביתי כי יש ילד בכיתה שאוהב בכוונה להציק לי והוא עושה לי כינויי שם ולצחוק עליי בלי שום סיבה, אותו ילד מציק לכולם והמורה פשוט לא עושה עם זה כלום וככה זה קורה כל הזמן, זה נמאס. למה אני צריך לחוות את זה כל פעם?" (נהוראי, 12).

בנוסף לזאת, מרבית התלמידים דיווחו כי לאחר שמתרחש אירוע אלימות בבית הספר המורים אינם עורכים בירור, אוספים פרטים אודות האירוע או שואלים את התלמידים שהיו בסביבת האירוע מה התרחש. התלמידים מרגישים שהמורים

לא סומכים עליהם וממהרים לשפוט את המקרה ולהסיק מסקנות על פי דעתם בלבד. כתוצאה מכך, התלמידים שוב מרגישים שלא מקשיבים להם וכי דעתם אינה חשובה או משמעותית בבית הספר ובמיוחד לגבי מצבי אלימות. "אחרי מקרה אלימות אני חושבת שצריך לתת לכל מי שהיה באירוע הזה לדבר, המורים לא יודעים בכלל מה באמת קרה. המורים פשוט שופטים אותנו כי לא מקשיבים לנו" (אורנית, 15).

ממצאים אלו מלמדים על ההשלכות הרבות של מקרי האלימות השונים המתרחשים בבתי הספר. מרבית מהתלמידים תיארו את הקשיים שהם חווים בעקבות מקרי האלימות כמו, הרצון לעבור ללימודים ביתיים, החשש לעבור במקומות מסוימים בבית הספר ואף אי רצון להגיע לבית ספר לאחר מקרי אלימות. תחושות אלו מלוות אותם ופוגעות בתחושת החוסן. תלמידים אחרים אשר שיתפו כי אין מקרי אלימות בבית הספר בו הם לומדים, מדווחים על תחושת מוגנות גבוהה ושקט פנימי. עוד עלה כי לאחר אירועי אלימות התלמידים מצפים שהצוות החינוכי יערוך בירור ויבקש לשמוע מהתלמידים פרטים אודות האירוע. לתפיסתם, המורים בוחרים שלא לפנות אליהם. מצב זה גורם לתלמידים להרגיש שדעתם אינה חשובה דיה וכי מעורבותם או מצבם בהקשר לאירוע אינה משמעותית או חשובה למורים.

#### **תמה שלישית: "כולנו באותה הסירה": תחושת חיבור ושייכות של התלמידים לבית הספר והאחד כלפי השני.**

כאשר בני הנוער נשאלו לגבי תחושת השייכות שלהם בבית הספר, מרביתם ענו כי הם מרגישים חלק בלתי נפרד מבית הספר וזאת בעיקר בזכות חבריהם הקרובים אשר מאפשרים להם להרגיש זאת. תחושת השייכות מאפשרת ומעודדת את בני הנוער ליצור קשרים חברתיים ולהרגיש בעלי ערך משמעותי ותורמת להעצמת ושימור הרווחה הנפשית. מעבר לזאת, חלקם ציינו את תחושת ההדדיות והאכפתיות הקיימת בין התלמידים גם אם הם לא בהכרח חברים, דבר המצביע על המחויבות החברתית שיש להם אחד כלפי השני.

"האווירה בבית ספר מאוד טובה אם רואים מישהו שפחות בטוב ישר ניגשים אליו, יש תחושה של ממש כאילו כולנו אחים אחד של השני, ככל שעובר הזמן אנחנו נהיים כמו משפחה" (גבי, 16).  
"אני מרגישה תחושה של שייכות כי באתי עם חברות שלי וזה יותר קל. כשאנחנו ביחד זה יותר קל ללכת ולהתחבר לאחרות וככה יותר קל להכיר וזה עוזר לי להרגיש שייכת" (שירלי, 16).

מנגד, ישנם תלמידים אשר ציינו כי תחושת השייכות שלהם לבית הספר נמוכה, בשל יחס ביקורתי ושיפוטי של הצוות החינוכי כלפיהם. התלמידים ציינו, כי יחס זה משפיע על התחושה הכללית שלהם בבית הספר לאורך יום הלימודים כולו. הם מתארים תחושה של חוסר שייכות ובידוד עד כי חלקים הדגישו שהם כמהים ליחס חם ורגיש יותר והדגישו את הצורך שיש להם בקשר יותר קרוב עם המורים.

"מאחד עד עשר אני מרגיש אפס בכל הקשור לתחושת שייכות. אני מרגיש שכאילו מבטלים אותי, לא נותנים לי הזדמנות. אי אפשר להרגיש בנוח בבית ספר כשאתה מרגיש שרק מאשימים אותך" (ליאל, 13).

מרבית התלמידים ציינו את התחום החברתי כתחום שהיו רוצים שבית הספר יסייע להם בו. הם ציינו כי יש צורך בחיזוק הקשרים החברתיים בין התלמידים וגם ציינו שחלק מבני גילם מבלים את ההפסקות לבדם ואינם מחוברים חברתית כלל. "יש נגיד בבית ספר תלמידים שהם בודדים שיותר קשה להם להתחבר אז אפשר לעשות פעילויות מגבשות בבית ספר. כי רואים שיש כאלה שפחות מתחברים והם לא חלק" (טל, 15.5).

"אממ, אני חושבת שכל הנושא החברתי, כי לא כולנו מספיק מגובשים. איך אני אסביר את זה? יש ילדים ששונאים אותם. אולי יש ילדים שיש להם חברים אבל אולי חושבים שלא אוהבים אותם" (אורנית, 15).

חלק מועט מהתלמידים ציינו ששימוש בסמים ואלכוהול הוא הנושא שעל בית הספר לסייע ולטפל בו. התלמידים דיווחו כי לא נעשו מספיק פעילויות על מנת להעלאות נושא זה למודעות ולשיח. הם תיארו כי הם זקוקים להדרכה כיצד לנהוג בסיטואציות חברתיות שיש בהן שימוש באלכוהול ובחומרים מסוכנים. "בכללי אני חושב שכל הקטע של שימוש באלכוהול צריך להתחיל בגיל יותר מוקדם. אבל לא מדברים איתנו כל כך" (אורן, 17).

"אממ, כל הקטע של העישון ואלכוהול, כי יש הרבה תלמידים בבית ספר שמעשנים אז אולי צריך יותר לדבר על זה שיבינו כמה שזה מזיק ובעיניי זה רלוונטי לכולם" (לירי, 16).

לסיכום, מרבית התלמידים התייחסו לתחושת השייכות והקשר ההדדי שיש בינם לבין חבריהם כעוגן רגשי עבורם. מנגד, היו תלמידים אחדים אשר לא הרגישו בתחושת שייכות לבית הספר והדגישו את הצורך במענה הרגשי שהם זקוקים לו מצד המורים שלהם. יחד עם זאת, בני הנוער הצביעו על הקושי החברתי אשר נוגע כמעט במרבית כל בתי הספר ובהם יש תלמידים החווים קושי יומיומי וכי עולה הצורך לקיום פעילויות מגבשות לטובת סיוע לאותם תלמידים החווים בדידות באופן תמידי.

### **תמה רביעית: "הבית ספר ממש מוזנח, בשירותים תמיד מלוכלך": תפיסתם של בני הנוער את התנאים הסביבתיים של בית הספר.**

במהלך הריאיון נשאלו התלמידים לגבי איכות מבנה הכיתות, המבנה הבית ספרי והתנאים הסביבתיים בהם הם לומדים. הדעות היו אחידות. מרבית התלמידים שיתפו, כי הם מרגישים שהם נמצאים במבנה מוזנח אשר אינו עונה על צרכיהם הבסיסיים בתור תלמידים, במיוחד ציינו את השירותים שאינם מספיק נקיים, דבר המקשה עליהם בשמירה על היגיינה במהלך יום הלימודים. הם מבלים שעות רבות במסגרת הבית ספרית והציפייה שהתנאים יהיו טובים יותר. עוד הוסיפו, כי לעיתים מטילים עליהם משימות של ניקיונות. זה מעורר בהם כעס, תסכול וחוסר הבנה להחלטות מסוג זה.

"התיכון לומד במבנה מבטון ואנחנו במין צריף כזה.. הבעיה היא כל מי שעובר בשביל ליד הכיתה, שומעים מה הוא אומר וזה ממש מפריע. כי נגיד מי שלומד במבנה בטון אין להם את ההפרעה הזאת" (גבי, 16).

"יש תקלות מדי פעם, הבית ספר ישן ממש בן 80 שנה. השירותים לרוב לא נקיים ולפעמים גם יש סתימות בשירותים אז צריך ללכת לשירותים בקומה אחרת או בבניין אחר" (אור, 14).

"הבית ספר מתוחזק אבל לא מטופח, הכיתה שלנו זוועה. יש מנקה שאמורה לנקות אבל מבקשים מאיתנו לנקות את הכיתה ויוצא שאנחנו מנקים את הכיתה והמנקה רק נכנסת לבדוק שבאמת נקי. אני לא חושבת שזה התפקיד שלי בתור תלמידה לנקות. ברור שצריך לשמור על כיתה נקיה אבל לא פיזית לנקות" (דנה, 14).

בנוסף, התלמידים התייחסו לחלוקת הכיתות במבנים השונים שבבית הספר ולציוד שנמצא ברשות הכיתה. מרביתם דיווחו, כי לכיתה אין מספיק אמצעים טכנולוגיים ושיטות לימוד חדשניות אשר יכולות לסייע בתהליך הלמידה ולהפוך אותו ליותר חווייתי ומעניין. באשר לחלוקת הכיתות, חלקם שיתפו כי הכיתות בשכבה לא לומדות בסמיכות והן מפוזרות ברחבי בית

ספר, דבר המשפיע על הקשרים החברתיים עם יתר הכיתות בשכבת גילם. הם תיארו כי דבר זה גורם לאותם תלמידים שנמצאים מרוחקים משכבתם להרגיש מנוודים ולא חלק מהשכבה. היו תלמידים שפנו לצוות החינוכי בבקשה לשנות החלטה זו, אך נענו בשלילה כיוון שאין מספיק כיתות לאכלס שכבה אחת באותו מקום.

"אני חושבת שצריך להתאים את הכיתה כמו טאבלטים, טלוויזיה במקום לוח שיהיה יותר מעניין... הכיתה לא מתאימה לצרכים של כולם. אני שונאת שיש מלא מדרגות בבית ספר" (רעות, 14).

"אנחנו מפוזרים ושאר הכיתות של השכבה ביחד, אנחנו מרגישות מנוודות לא יודעות מה קורה וצריכות כל הפסקה ללכת לכיתות של חברות שלנו. אין להם כיתה אחרת לשים אותנו כי שאר הכיתות קטנות ואנחנו 30 ומשהו תלמידים" (אורנית, 13).

במהלך הריאיון, התלמידים התייחסו לכך שאין להם מקום לאחסן את ספרי הלימוד וכי עליהם לסחוב ציוד רב מדי יום. דבר המקשה עליהם מאוד. בחלק מבתי הספר צוין כי ניתן לאחסן את הציוד בלוקר אך התלמידים התבקשו לשלם עליו, דבר אשר לא מתאפשר לכלל התלמידים מבחינה כלכלית. כתוצאה מכך תלמידים שיתפו שהציוד תופס מקום רב על שולחנות הלימוד שלהם והם חווים תחושה של חוסר ארגון. כאשר התייחסו לשטח בית הספר בהפסקות הם סיפרו כי הם מרגישים שמזלזלים בהם, לא דואגים למספיק מקומות ישיבה ורכיבים מהם מוצאים את עצמם חוזרים לשבת בכיתה בעקבות חוסר במקומות ישיבה בחצר.

"מי שקנה לוקר יש לו מקום לשים את הדברים, אבא אמר לי אנחנו לא נשלם על לוקר. אני נגיד יושבת ליד מישהו שגם לו אין לוקר וכל הדברים שלו על השולחן וזה תופס המון מקום גם ככה השולחן לא גדול" (יערה, 16).  
"יש בעיה אחת, בהפסקות לקחו כל מיני חתיכות עץ ואמרו קחו מתקן, בתכלס זה לא באמת מתקן. יש לנו מגרש רק בימי שלישי ואז שאר השבוע אין לנו מה לעשות בהפסקות... כי גם אין איפה כל כך לשבת" (נהוראי, 12).

לסיכום, תמה זו התייחסה לתפיסתם של התלמידים את התנאים הסביבתיים בבית ספרם. מדבריהם עולה, כי בית הספר אינו מתוחזק ברמת המבנה וברמת הניקיון ואינו מספק מענה לצרכיהם, דבר אשר פוגע בתפקודם בתור תלמידים באופן יומיומי. מעבר לצורך ללמוד בכיתה המאפשרת למידה מגוונת, עולה הצורך מבני הנוער שיתייחסו גם למרחבים המשמשים אותם בהפסקות ובעיקר לפעילות ספורטיבית. הצורך בשינוי ניכר ביותר, אך הם מרגישים חוסר התייחסות מצד הצוות החינוכי כי השינוי המיוחל לא עתיד להגיע, ולכן תחושת התסכול ממשיכה להתעצם.

## **ראיונות מנהלים**

במחקר השתתפו 10 מנהלים ומנהלות (4 מנהלים ו-6 מנהלות) מבתי ספר יסודיים, חטיבות ביניים ותיכונים מזרמי חינוך שונים: ממלכתיים, ממלכתי-דתי, חקלאי- התיישבותי, ומונטסורי.

הנושאים שהמנהלים נשאלו לגביהם בראיון התייחסו לאתגרים החינוכיים איתם ב"ס מתמודד ברמת התלמידים, הצוות החינוכי, ההורים והקהילה בה מתנהל בית הספר. היוזמות והתוכניות שפועלות בבית הספר בכלל ובפרט בנושאי קידום בריאות, מניעת התנהגויות סיכון ואלומות ומעורבות בקהילה. באופן ממוקד נשאלו המנהלים לגבי תפיסתם את האקלים הבית הספרי ומידת תחושת השייכות של המורים והתלמידים, תפיסת הקשרים מורים-מורים, מורים-תלמידים, וכיצד בית הספר מתמודד ומטפל בהתנהגויות סיכון של תלמידים (שימוש בחומרים ממכרים, בריונות פיזית וברשת וכיוב').

## פירוט התמות:

**תמה ראשונה:** "הצוות החינוכי נותן הרבה מעצמו ונלחם על כל תלמיד".

מהראיונות עולה באופן גורף הערכה והתפעלות של המנהלים מההשקעה, המסירות והמאמץ של המורים החל מהעשייה הפדגוגית ועד השקעה בקשר האישי והליווי האישי את התלמידים. כל המנהלים תיארו את המאמצים הרבים שהמורים עושים מעל ומעבר לקשר עם התלמידים במסגרת הלמידה בכיתה.

"הצוות שלי ממש נלחם על כל תלמיד. אין דבר כזה שמורה לא יכיר באופן אישי תלמיד" (ראובן, מנהל תיכון)

"הצוות כולו מסור באופן מלא לעבודה עם התלמידים. זו הרוח החיה בצוות שלי" (חנה, מנהלת חטיבת ביניים)

"אין דבר כזה שמורה לא ישוחח עם תלמיד. אנחנו חייבים לדעת איפה הקושי ולהתמודד" (ענת, מנהלת תיכון)

עוד עולה בראיונות הערכה נבדלת בין הצוות המחנכים למורים המקצועיים. רוב המנהלים מציינים שהמחנכים נמצאים בקשר קרוב יותר עם התלמידים, במיוחד בכיתות היסודי ובחטיבת הביניים, אך הציפייה שלהם כי המחנכים יעדכנו את המורים המקצועיים ואלו בתורם יהיו מעורבים בנעשה בכיתה מבחינה רגשית-חברתית, גם אם הם לא פועלים או מסייעים באופן ישיר לתלמידים. ניכר, כי ככל שבית הספר גדול ואזורי ומספר התלמידים בו רב, מצד אחד יש צוות מורים גדול יותר, אך האפשרות להיכרות קרובה עם התלמידים פוחתת. עם זאת, המנהלים לא מוותרים על הציפייה ועידוד הצוות להיות מעורבים בחיי התלמידים ולהיות איתם בקשר מעבר לתהליכי הלמידה. מנהל אחד ציין, כי מה שחשוב לו בקשר עם התלמידים זו הדוגמה האישית: "חשוב לי שהתלמידים ישמעו מהמורים את הערכים שחשובים להם, שהם חיים לאורם. לא רק להגיד מה לא לעשות, אלא גם להגיד מה מצופה, מה יכבד אותו כאדם כשמחר הוא יסיים את בית ספר". מנהלים אחרים ציינו, כי הקשר הקרוב הוא בעיקר סביב בעיות וקשיים התנהגותיים שבאים לידי ביטוי בבית ספר. אחרים תיארו כי הקשר הקרוב שנוצר עם התלמיד קשור לקשר הקרוב שנוצר עם הוריו.

"אצלנו המורים נגישים לתלמידים, כל הזמן יש שיחות וקשר קרוב עם התלמידים. המורים מגסים להכיר גם את הילד דרך ההורים. להבין ממנו מאיפה מתחיל הקושי ואיך אפשר לעזור לו" (יהודית, מנהלת יסודי).

**תמה שנייה:** "יש הרבה פרויקטים והרבה פעילויות. למעט פעילויות בנושא קידום בריאות באופן ישיר".

כל המנהלים שהשתתפו במחקר תיארו כי בבתי הספר מתקיימים הרבה מאוד פרויקטים לימודיים-חברתיים ותוכניות התערבות רבות בנושאים מגוונים. חלק מהתוכניות קשורות להרחבת הידע בתחומי הלימוד השונים וחלק מהתוכניות הינן תוכניות ייעוציות הקשורות לפיתוח הממדים הרגשיים-חברתיים של התלמידים. באף אחד מבתי הספר לא מתקיימת פעילות לקידום הבריאות באופן ישיר. למעט, בבית ספר לחינוך מיוחד, ששם מתקיים פרויקט בנושא היגיינה אישית שקשור לקידום הבריאות האישית.

"יש תוכניות קבועות שרצות כבר שנים בכל שכבה ולזה מתווספות תוכניות ייחודיות שבכל שנה היועצת והרכזת החברתית מוסיפות עוד תוכניות" (עדנה, מנהלת תיכון)

"יש שבועות שכמעט והמערכת לא יציבה כי עושים הרבה תוכניות, טיולים, פעילויות. זה מערך שלם לנהל את הדבר הזה" (חדוה, מנהלת חטיבה)

"יש ילדים שיוצאים לפעילות העשרה בנושא חלל, יש ילדים שנמצאים בפרויקט קיימות וסביבה, וכל שאר הכיתה יוצאת לטיול של של"ח. רגע, ויש עוד קבוצה שהיא בתוכנית "שאר רוח" (הילה, מנהלת חטיבה)

חלק מהמנהלים ציינו, כי בעבר התקיימו תוכניות בנושא "קידום הבריאות" אבל כיום אף מנהל לא מכיר תוכנית כזו או הזמין תוכנית כזו. זאת ועוד, מאז הקמת מערכת הגפ"ן המנהלים מציינים שיש שפע של תוכניות, אבל הם לא תמיד בטוחים באיכות של הפעילות וזה מגביר בהם את התחושה של לקיחת סיכון. בנוסף, מגוון התוכניות והאינטנסיביות שלהם בשילוב המערך הפדגוגי מגביר את המאמץ של ניהול המערכת ומגדיל את העיסוק בארגון הצוות, התלמידים והכיתות כל פעם בהתאמה לפעילויות השונות. הם מציינים, כי האחראיים על המערכת עושים עבודה מאוד מאומצת בניהול וביצוע הפרויקטים והפעילויות השונות.

### **תמה שלישית: "אנחנו מאוד רוצים את הקשר עם ההורים. הם שותפים טבעיים שלנו בחינוך הילד".**

כאשר המנהלים נשאלו לגבי הקשר עם ההורים כולם הביעו נכונות ורצון לקיים קשר טוב ורציף עם ההורים. הם רואים את הקשר עם ההורים נדבך מרכזי בעבודה החינוכית והמנהלים מרכזים מאמצים ויצירתיות כיצד לקיים את הקשר באופנים שונים מרמת שיתוף וידוע עד פעילויות של קבוצות הדרכה ותמיכה והתכנסויות במועדים מיוחדים. הקשר עם ההורים נחלק לשני היבטים עיקריים: פעילויות משותפות עם ההורים (בעיקר בבתי הספר היסודיים ובחינוך המיוחד) וקשר סביב קשיי למידה והתנהגות של התלמיד.

"כבר שש שנים שאנחנו עושים קבוצת הדרכה ותמיכה לאימהות ולאבות. הם באים משתפים בהתמודדות שלהם, בקשיים לגדל ילד עם צרכים מיוחדים, יש הרבה דמעות בקבוצות האלו.... אני גם מגיעה למפגשים איתם. אני מרגישה איתם כבר כמו משפחה" (ענת, מנהלת יסודי).

"יש אצלינו קבוצה של הורים. אבל זו לא קבוצה קבועה, זו קבוצת רכבת כזאת. אנחנו מציעים לכל מי שמתמודד עם ילד מתבגר והוא מרגיש שאין לו את הכלים הנכונים להתמודד. כמו למשל, מה אני עושה אם הוא לא קם בבוקר לבית ספר וההורה חייב לצאת כבר לעבודה. שנינו מרווחים מזה. כי ככה ההורים ואנחנו דואגים ביחד לביקור הסדיר של הילד" (שלי, מנהלת תיכון).

"אמא אחת אמרה לי איך אני עכשיו אפרד מכך, אני כבר מרגישה תחושה של שייכות כי באתי עם הרבה קשיים של הילד בהתחלה ועד שהצלחנו ביחד להבין אותו ולעזור לו. אני לא יודעת אם יבינו אותו בתיכון" (נתן, מנהל חטיבת ביניים).

"אנחנו פוגשים הרבה הורים ומי שלא יכול להגיע אז מדברים בטלפון. אבל תמיד עדיף שיגיעו לפחות פעם פעמיים בשנה לשיחות עם המחנכות ואם צריך אז גם יועצת נכנסת לתמונה" (ענת, מנהלת חטיבה).

חלק מועט מהמנהלים, בעיקר בבתי ספר תיכוניים גדולים ואזוריים ציינו כי הקשר עם ההורים הוא רופף בכל הקשור להתכנסויות וקבוצות הורים, כך שהקשר מתמקד בעיקר בדיווח של קשיי למידה ובעיות התנהגות. מנגד, מנהלים מבתי ספר קטנים שנמצאים בלב הישוב בו הם פועלים מתארים גם מצבים של התערבות יתר של ההורים ואת הדחיפות שלהם בהתערבות בנושאי הלימוד בכיתה וניהול כיתה עד עניינים חברתיים.

לסיכום, מרבית המנהלים עושים מאמצים באופן עקבי כדי לקיים קשר רצוף, קבוע וקרוב עם ההורים. הם מציינים, כי זה חשוב להם וזה בסדר עדיפות עליון אצלם וכך הם מעודדים גם את הצוות החינוכי לקיים זאת. עוד הם מציינים, כי זה דורש התארגנות מאומצת גם מצד הצוות החינוכי והשקעה הרבה מעבר לשעות העבודה, וגם דורש התארגנות מאומצת מצד ההורים שעוסקים במורכבות החיים של עבודה וגידול הילדים.

**תמה רביעית: "הקשר עם הקהילה מוסיף לתחושת השייכות והחיבור לבית הספר".**

במהלך הריאיון המנהלים נשאלו לגבי הקשר בין בית הספר לבין הקהילה. רב המנהלים תיארו קשר טוב שהוא תוצאה של תהליך רב שנים של שיתוף בחשיבה לגבי אינטרסים משותפים בין הקהילה לבית הספר והתמקדות בתרומות ההדדיות ברמה החברתית-קהילתית מקשר זה.

"למשל המבוגרים בקהילה מאוד בודדים. ראינו את זה בעיקר בתקופת הקורונה. התלמידים הולכים לבקר אותם, עוזרים להם עם הכיוון של הטלוויזיה אם צריך וגם לפעמים מביאים להם תרופות מהמרפאה. לחלק מהתלמידים יש סבים וסבתות בגילאים האלו אז זה מאוד משמעותי עבורם" (ענת, מנהלת חטיבה)

"יש אצלינו סבתא-רבתיא שהיא היתה פעם מורה והיום היא כבר בת 95. היא מגיעה לשיר לנו שירי ארץ ישראל כפי שהיא לימדה את התלמידים שלה לפני 70 שנה ומספרת לנו איך היה ללמוד בבית ספר בתקופה ההיא" (הילה, מנהלת יסודי)

"הרבה סבתות שהיו מורות ויצאו לפנסיה באות להתנדב אצלינו. יש הרבה תלמידים עם קשיים לימודיים שסוחבים פערים עוד מתקופת הקורונה. זה ממש עוזר לי שיש כאן עוד כח אדם. הן מוציאות את הילדים המתקשים לפרטני. יושבות איתם בסבלנות ומלמדות אותם לקרוא ולכתוב. זה חוזק של קהילה... אנחנו עושים למתנדבות הרבה כבוד ואני רואה שזה ממלא אותן. הן באות בבוקר עם חיוך והרבה אנרגיה. זה גם מעודד את הצוות שלי... הצעירות מתייעצות עם הפנסיונריות. זה כל כך יפה ומרגש. כולם נתרמים מזה" (חנה, מנהלת יסודי)

"אצלינו יש רב תרבותיות בבית ספר. אז הקשר עם הקהילה עוזר לנו להעמיק את החוויה הרב-תרבותית שקיימת ממילא בבית הספר. אנחנו נוסעים לכפר של הצ'רקסים, הם מארחים את התלמידים ומכינים להם מאכלים מיוחדים, מראים להם מנהגים תרבותיים. אחר כך מתחלפים – התלמידים הצ'רקסים מתארחים אצלינו" (עדנה, מנהלת תיכון)

חלק קטן מהמנהלים ציין, כי הקשר עם הקהילה הוא מאוד חלש ורופף. עד כי המנהל היטיב לתאר זאת "כחומה גבוהה ביננו לבין החוץ". הקהילה לא מתעניינת בבית הספר ולבית הספר אין כמעט קשר עם הקהילה. לשאלה האם המצב טעון שיפור התשובה הייתה כי אין צורך בקשר הזה מכיוון שאת רב צרכי התלמידים ממלא בית הספר ולדעתו הקשר הזה לא יתרום להם משהו. מנהל אחר, אשר בית הספר ממוקדם בתוך קהילה קטנה, ציין כי קווי הפעולה והחזון החברתי של בית הספר נגזרים מהחזון החברתי של הקהילה. בית הספר והקהילה כרוכים אחד בשני. לגרסתו, התלמידים חווים רצף חינוכי איכותי מבית הספר עד פעילויות אחר הצהריים ובכלל בתוך הקהילה, אך הוא מציין שיש לכך קשיים בעיקר סביב הצורך "ליישר קו" עם הקהילה כל הזמן עד כי לעיתים הוא חש כי האוטונומיה שלו כמנהל מצטמצמת עד מאוד וזה מאוד מתסכל.

"הועד המנהל של הישוב מחזיק בסמכויות חינוכיות והוא בעצם קובע איך יראה החינוך בקהילה. הציפייה ממני שאני אשתלב גם בפעילות של אחר הצהריים, למרות שבעיני זה לא המנדט שלי. חשוב להם שיבנה רצף חינוכי הגיוני וטוב לתלמידים. אבל אני מרגיש שאין לי say כשהקהילה מחליטה. הציפייה שאני איישר איתם קו וזה לא תמיד בא לי בקלות" (יפתח, מנהל יסודי)

**תמה חמישית: "אין שימוש בסמים או אלכוהול בבית הספר. ואם יש כאלה שאני יודע שהם מעשנים או שותים מחוץ לשעות בית הספר אני ישר לוקח אותם לשיחה".**

רב המנהלים תיארו כי בבית ספרם אין שימוש בסמים, אלכוהול או סיגריות באופן משמעותי. בבתי הספר של חטיבות הביניים והתיכון המנהלים סבורים כי הם יודעים בוודאות מי מהתלמידים כן משתמש. ובמידה ויש להם מידע מוצק על כך הם לוקחים את התלמידים הללו לשיחה ולעיתים גם את החברים שלהם.

"אני רואה שהוא מגיע (התלמיד) עם עיניים אדומות, בקושי מצליח לשבת בכיתה ולהתרכז. אז אני לוקח אותו לשיחה... הוא כבר יודע שאני יודע. מדברים על מה קורה לו, עם מי מסתובב" (אייל, מנהל תיכון)

"התלמידים שלנו אולי חשופים לזה (סמים ואלכוהול) אבל לא ידוע לי שיש תלמידים שבעצמם שותים או מעשנים" (רבקה, מנהלת ביסודי)

לגבי התנהגויות סיכון נוספות כמו אלימות ברשת, במדיה החברתית רב המנהלים השיבו כי לא היו אירועים חריגים אצלם בבית הספר. לא היה מצב של חרם או השתלחות בתלמיד בקבוצות. ניכר היה כי המנהלים בבתי הספר היסודי יותר מעורבים ומבטאים שליטה במה שקשור לשיח של התלמידים במדיה. מנהלים של חטיבות הביניים והתיכון הביעו הסכמה כי זו זירה שעשויים להיות בה פגיעות והם מניחים שאם היו כאלו הם היו יודעים. בנוסף, בגילאי החטיבה והתיכון נעשות פעילויות והתערבויות לצמצום התנהגות אלימה ברשתות.

"אני לא חושב שיש משהו פוגעני שם... (ברשתות, בקבוצות וואטסאפ) אחרת הייתי כבר בטח יודע על זה" (אייל, מנהל תיכון)

"תראי, הם ילדים גדולים... אני לא יכולה באמת לדעת מה קורה שם (ברשתות) אבל אין ספק שזה "אזור עיוור" בשבילינו. מאמינה שאם היה משהו בעייתי זה היה מגיע למחנכים, ליועצות. אנחנו מניחים שאחרי הפעילויות בכיתות יצופו דברים (עדנה, מנהלת תיכון).

לסיכום, התפיסה של המנהלים לגבי התנהגויות סיכון ושימוש בחומרים ממכרים הינה שזה כמעט ולא קיים בבית ספרם. הם כן מניחים שיש תלמידים שחשופים לזה או מתנסים אבל לתפיסתם הם מעטים ביותר ומכיוון שניתן לראות את זה על התלמיד אז המקרה מטופל מיידית.



מטרת המחקר האיכותני הייתה לבחון באופן מעמיק ויסודי תפיסות מנהלים ותלמידים לגבי החוויות והרגשות שלהם בבית הספר באופן כללי בהקשר לאקלים החינוכי, ובאופן ממוקד לתחושת מוגנות, תחושת שייכות, והתנהגויות סיכון ואליומות. מניתוח הממצאים האיכותניים עולים מספר מסקנות מרכזיות:

- **פער בתפיסות החוויה בבית הספר בין התלמידים למנהלים.** ישנו פער משמעותי בין החוויה של התלמידים לבין המנהלים. חוסר האמון בקרב התלמידים כלפי הצוות החינוכי לגבי תחושות ביטחון, אמון ואכפתיות מהצוות החינוכי, לעומת תחושת אמון והערכה של המנהלים כלפי הצוות החינוכי על השקעתם הרבה בליווי התלמידים.
- **פער בתחושת חוסר המוגנות של התלמידים מול תפיסת המנהלים שאין אירועים חריגים בבית הספר.** ישנו פער בחוויות חוסר המוגנות של התלמידים בכל הנוגע למקרי אלימות פיזית ומילולית המתרחשים בבתי הספר, לעומת תפיסת המנהלים לגבי התנהגויות סיכון כאשר רוב המנהלים השיבו כי לא היו אירועים חריגים אצלם בבית הספר.
- **פער באמונה של המנהלים שאין סמים ואלכוהול מול חווית התלמידים שהתופעה קיימת.** תפיסת המנהלים את השימוש בחומרים ממכרים והתנהגויות סיכון בקרב התלמידים, כאשר לדעתם אין שימוש בסמים, אלכוהול וסיגריות בבית הספר, לעומת תפיסת התלמידים שיש שימוש בחומרים אלו בבית הספר.
- **מיקוד המנהלים בפרויקטים ותוכניות חינוכיות מול הצורך של התלמידים בתנאים פיזיים ללמידה.** המנהלים מדווחים על תחושת אינטנסיביות בנוגע לתוכניות חינוכיות וחברתיות המתקיימות בבית הספר, ומצד שני התלמידים מדווחים על חוסר בתנאים פיזיים ראויים ללמידה (מבנה בית הספר מוזנח, שירותים מלוכלכים, אין מגרש תקין), תוך התייחסות להשפעה זאת על הפן הלימודי והחברתי.

ממצאי סקר 2023 הן הכמותי והן האיכותני מצביעים על מספר מגמות חשובות. ניכר הצורך של התלמידים לקבל **יחס רגשי** מהמחנכים והמורים. התלמידים דיווחו על פער בין הצורך הרגשי שלהם לבין המענה מהצוות החינוכי. ישנה התאמה לממצאים הכמותיים בהם ראינו עליה משמעותית של מצוקות נפשיות בקרב בני הנוער בהשוואה לשנים קודמות. עליה זו בולטת יותר בקרב בנות, ובמגזר היהודי. הצרכים הרגשיים של התלמידים גבוהים, הם חווים קשיים ויש צורך לשים יותר דגש על נושא זה בקרב הצוות החינוכי ולתת מענה לתלמידים. חלה גם עליה בדיווח על תחושת בדידות חברתית, בעיקר בקרב המגזר היהודי ובקרב בנות. כמו כן, ישנה עליה ניכרת בשכיחות תופעת שימוש בעייתי ברשתות החברתיות בהשוואה לשנת 2019. בנוסף, אנו רואים ירידה משמעותית בתחושות החיוביות של בית הספר לעומת שנים קודמות.

מרכזיות תחושת **האלימות וחוסר המוגנות** בחוויה הבית ספרית של התלמידים. ישנה התאמה לממצאים הכמותיים בה ראינו עליה במדדי האלימות. תמונת הממצאים מצביעה על עליה בשיעורי מדדי התוקפנות והקורבנות בקרב המגזר היהודי מחד, ומאידך על מגמת ירידה במדי האלימות בקרב המגזר הערבי. תמונה זהה עולה גם במדדי האלימות ברשת.

**תפיסות ותחושות התלמידים כלפי בית הספר.** הממצאים הכמותיים מראים כי חלה ירידה משמעותית בתפיסות החיוביות ועלייה בתחושת לחץ מהלימודים בהשוואה לשנים קודמות, מגמות אלה בולטות יותר בקרב בנות. ישנה ירידה בתחושת הבטחון בבית הספר, ירידה זו בולטת יותר בקרב בנות ובמגזר היהודי. ממצאים אלו עולים בקנה אחד עם העלייה

במדדי האלימות ובתחושת חוסר המוגנות. **תנאים פיזיים של בית הספר**. התלמידים מדווחים על חוסר בתנאים פיזיים ראויים ללמידה. יש צורך בחשיבה ארגונית המסייעת ללומדים ומספקת אקלים בית ספרי מיטבי.

**שימוש בחומרים ממכרים**. ממצאי הסקר הכמותי מעלים תמונה מדאיגה של מגמת עליה בשכיחות תופעת שתיית אביסה ושכרות בעיקר במגזר היהודי ובקרב הבנות. בנוסף, נצפתה עליה בשכיחות השימוש במוצרי טבק ובקנאביס בקרב בנות במגזר היהודי. יש לציין שממצאי המחקר האיכותני עולה כי מנהלי בתי הספר אינם מודעים להיקף התופעה וזאת בניגוד לדיווח התלמידים. על כן יש צורך להעלות את המודעות בקרב המנהלים על מגמה מדאיגה זו ולספק כלים ואמצעים חינוכיים להתמודדות.

בהיבטים של **הרגלי תזונה ובריאות**, עולה כי שכיחות צריכה יומיומית של מזונות לא בריאים בקרב התלמידים בישראל היא גבוהה, יחסית, וגבוהה יותר באופן משמעותי בקרב תלמידי המגזר הערבי. נתונים אלה עולים בקנה אחד עם הממצאים המלמדים על עליה בהיקף של השמנת היתר בהשוואה בין-לאומית ובהשוואה לשנים קודמות, בעיקר בקרב המגזר הערבי. זאת ועוד, נתוני הסקר על פעילות גופנית מצביעים על ירידה בשיעור העוסקים בפעילות גופנית יומיומית בעיקר בקרב בנות ובקרב תלמידי המגזר הערבי. עם זאת, מראיונות המנהלים ניכר כי למרות מגוון התוכניות והפעילויות החינוכיות המתקיימות בבית הספר, באף אחד מבתי הספר לא מתקיימת פעילות לקידום הבריאות באופן ישיר. לאור תמונת המצב של הרגלי התזונה והבריאות של הנוער העולה מהממצאים הכמותיים, יש צורך בחיזוק הנושא והטמעתו בבתי הספר.