

## דוח מחקר

# גורמים המנבאים חוסן לאומי וחוסן אישי בשבוע הראשון למבצע 'שאגת הארי'

אפריל 2026

<sup>1</sup> פרופסור שאול קמחי  
<sup>2</sup> ד"ר הדס מרציאנו  
<sup>3</sup> פרופסור יוחנן אשל  
<sup>4</sup> אריאל קאים  
<sup>5</sup> פרופסור ברוריה עדיני

## מבוא

יום לאחר פתיחת מבצע 'שאגת הארי', בו החלו לתקוף חילות האויר של ישראל וזרה"ב את איראן, הועבר שאלון אחיד למדגם של ישראלים בוגרים (מגיל 18 ומעלה) דוברי עברית. איסוף הנתונים נמשך בין 1 – 9 למרץ 2026. השאלון הועבר באמצעות חברת סקרים אינטרנטית (חברת סקרנט) והשיבו עליו 1,331 משתתפים. מטרת הדוח הנוכחי הייתה לבחון מהם המשתנים, מתוך אלו שנבדקו במחקר הנוכחי, מנבאים במידה מובהקת חוסן לאומי וחוסן אישי, בשבוע הראשון של מבצע 'שאגת הארי' (ראו מאפיינים דמוגרפיים של המדגם בלוח 1), והאם יש מנבאים משותפים ו/או נפרדים.

**חוסן לאומי** National resilience (המכונה גם **חוסן חברתי** Societal Resilience) הינו מדד כמותני שפותח בשנים האחרונות (Kimhi & Eshel, 2019). מדד זה מאפשר להעריך את יכולת העמידה בהווה בעקבות משבר ברמה לאומית או גלובלית (כמו מגפת הקורונה, רעידת אדמה קשה, או מלחמה וטרור), כמו גם לאפשר ניבוי של יכולת העמידה במשברים בעתיד. מדד החוסן הלאומי ששימש במחקר הנוכחי, מבוסס על שאלון שכולל 16 פריטים. המשיבים התבקשו לסמן את מידת הסכמתם עם עשרה היגדים, על גבי סולם בן 6 דרגות (מ-1=לא מסכים כלל, עד 6=מסכים במידה רבה מאד). דוגמא להיגד: "בשעת משבר לאומי תעמוד כל החברה הישראלית מאחורי החלטות הממשלה והעומד בראשה". בנוסף, המשיבים התבקשו לסמן את מידת האמון שלהם במוסדות מדינה שונים, בהתייחס לשישה מוסדות מרכזיים (הכנסת, מערכת המשפט, מערכת החינוך, התקשורת, המשטרה וצה"ל), על גבי סולם בן 6 דרגות (מ-1=כלל לא מאמין, עד 6=מאמין במידה רבה מאד).

<sup>1</sup> פרופסור שאול קמחי - Reswell - שיתוף פעולה בין לאומי לחקר החוסן וה-well-being, בית הספר לבריאות הציבור, הפקולטה למדעי הרפואה והבריאות ע"ש גריי, אוניברסיטת תל אביב, ופרופסור אמריטוס, תל חי אוניברסיטת קריית שמונה בגליל.  
<sup>2</sup> ד"ר הדס מרציאנו, המרכז לחקר הדחק והחוסן, החוג לפסיכולוגיה, תל חי אוניברסיטת קריית שמונה בגליל, והמכון לעיבוד מידע וקבלת החלטות (מעמק"ה), אוניברסיטת חיפה.  
<sup>3</sup> פרופסור יוחנן אשל, המרכז לחקר הדחק והחוסן, תל חי אוניברסיטת קריית שמונה בגליל, ופרופסור אמריטוס, אוניברסיטת חיפה.  
<sup>4</sup> אריאל קאים, Reswell, סטודנטית לתואר שלישי, החוג לניהול מצבי אסון וחירום, בית הספר לבריאות הציבור, הפקולטה למדעי הרפואה והבריאות ע"ש גריי, אוניברסיטת תל אביב.  
<sup>5</sup> פרופסור ברוריה עדיני, Reswell, החוג לניהול מצבי אסון וחירום, בית הספר לבריאות הציבור, הפקולטה למדעי הרפואה והבריאות ע"ש גריי, אוניברסיטת תל אביב.

לוח 1: מאפיינים דמוגרפיים ומידת התמיכה בממשלה של המשיבים לשאלון המחקר בשבוע הראשון למבצע 'שאגת הארי' (N=1,331)

קבוצה	משיבים	%	ממוצע	סטיית תקן
קבוצת גיל	18-30	16.3	48.22	16.01
	31-40	20.6		
	41-50	19.0		
	51-60	17.7		
	61-85	26.4		
מגדר	1. גברים	51.4	-	-
	2. נשים	48.6	-	-
מידת דתיות	1. חילוני	51.5	-	-
	2. מסורתית	27.1	-	-
	3. דתי	11.9	-	-
	4. דתי מאד (חרדי)	9.5	-	-
הכנסה ממוצעת למשפחה, ביחס לממוצע בישראל	1. הרבה יותר נמוכה	20.4	2.75	1.20
	2. נמוכה	18.6		
	3. ממוצע	35.2		
	4. גבוהה	17.5		
	5. הרבה יותר גבוהה	8.3		
השכלה	1. יסודית	1.6	-	-
	2. תיכונית	20.0		
	3. על-תיכונית	26.6		
	4. תואר ראשון (והנדסאי)	32.3		
	5. תואר שני ומעלה	19.5		
מצב משפחתי	1. רווק/ה	22.2	-	-
	2. נשוי/אה	60.2		
	3. גרוש/ה	10.1		
	4. אלמן/ה	2.3		
	5. חיה/ה בזוגיות	5.2		
מידת התמיכה בממשלה	1. מתנגד/ת מאד	31.5	מספר (אחוז)	מספר
	2. מתנגד/ת	16.3		
	3. לא תומך/ת ולא מתנגד/ת	19.0		
	4. תומך/ת	18.0		
	5. תומך/ת מאד	15.2		
מתנגדים	47.8	636		
ניטרליים	19.1	254		
תומכים	33.1	441		

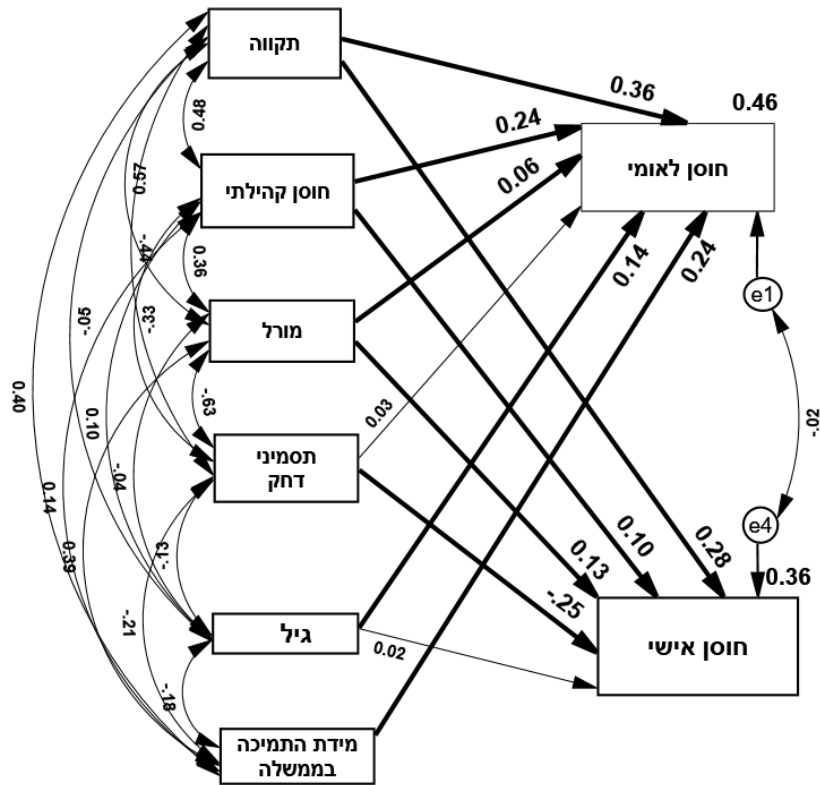
**חוסן אישי** Individual resilience מתייחס ליכולתו של הפרט להתמודד בהצלחה עם משבר או אסון מכל סוג, ולאחר מכן להתאושש ולחזור לתפקוד ברמה דומה (או אף גבוהה יותר) לזו שלפני המשבר, במהירות האפשרית. מחקרים בנושא חוסן אישי, שנעשו בעולם, הראו כי עד כשנתיים לאחר אסון עדיין נצפים שינויים בתפקוד של אדם או בתסמיני הדחק שלו (Kuntz, 2021). החוסן האישי במחקר הנוכחי נמדד בהסתמך על שאלון בן 10 פריטים (Connor & Davidson, 2003). טווח התשובות נע מ-0=לא נכון בכלל' עד 4=נכון כמעט כל הזמן'. לצורך עיבוד הנתונים והשוואתם למדדים הנוספים שנבדקו, שונה הסולם ל 1-5.

בצעד מקדים, בדקנו את המתאם בין שני המשתנים המנובאים: חוסן לאומי וחוסן אישי. הממצא הראה, כצפוי, שקיים מתאם חיובי מובהק, אך נמוך, בין שני המשתנים ( $r=.30, p=.001$ ), קרי, ככל שהפרט מדווח על חוסן לאומי גבוה יותר, כך הוא מדווח גם על חוסן אישי גבוה יותר, ולהיפך. ממצא זה

דומה לממצאי מחקרים קודמים שבדקו את המתאם בין חוסן לאומי ואישי (לדוגמה Kimhi, 2016) שמצביעים על כך שמדובר על מתאם חיובי מובהק אך קטן.

**ניתוח סטטיסטי** – נעשה בשלבים: (1) בשלב ראשון הכנסנו למשוואת הניבוי את כול המשתנים שנבדקו במחקר הנוכחי. משתנים מנבאים אלה כללו: (א) שני משתנים תלויים: חוסן לאומי וחוסן אישי. (ב) שלושה משתנים פסיכולוגיים חיוביים: חוסן קהילתי, תקווה, ומורל. (ג) שלושה משתנים פסיכולוגיים שליליים: תסמיני דחק, תפיסות איומים ותחושות ייאוש. (ד) חמישה משתנים דמוגרפיים: רמת הדתיות, הכנסה ממוצעת למשפחה, רמת ההשכלה, גיל, ומגדר. (ה) בהסתמך על מחקרים קודמים בישראל, הוספנו משתנה מידת התמיכה בממשלה כמנבא לחוסן לאומי בלבד (Kimhi et al., 2021), ראו מידע מפורט על המשתנים בדוח קודם: <https://bit.ly/3BMCB0o>). (2) בשלב שני הרצנו ניתוח נתיבים המאפשר לבחון מודל שבו נבדק האם המשתנים הנ"ל מנבאים מובהק את שני המשתנים המנובאים, כאשר כלל המשתנים המנבאים "מפקחים" זה על זה (כלומר, לוקחים בחשבון את הקשרים בינם לבין עצמם) ושני המנובאים מפקחים הדדית. (3) בשלב שלישי, הוצאנו מהמשוואה את המשתנים הבאים: (א) שני משתנים פסיכולוגיים (תפיסות איומים ותחושות ייאוש), (ב) ארבעה משתנים דמוגרפיים (הכנסה, השכלה, ומגדר, ורמת דתיות). משתנים אלה לא ניבאו באופן מובהק אף אחד משני המנובאים. הוצאנו מהמשוואה את המשתנה *רמת הדתיות*, מסיבות טכניות. ההסבר להוצאת משתנה הדתיות נובע מכך שהממצאים הראו שקיים דפוס מורכב בין רמת הדתיות לבין החוסן. בנייתו מתאם זוגי, דתיות גבוהה יותר נמצאה כקשורה ברמת חוסן גבוהה יותר, כפי שנמצא במחקרים קודמים רבים (Schwalm et al., 2021). עם זאת, כאשר מביאים בחשבון את כלל המשתנים האחרים, לרבות רמת התקווה ומידת התמיכה בממשלה, מתברר כי עיקר הקשר החיובי בין דתיות לחוסן, מתווך למעשה דרך משתנים אלו. פירוש התיווך הוא שמישיבים בעלי רמת דתיות גבוהה יותר מדווחים על רמת תקווה גבוהה יותר ועל תמיכה רבה יותר בממשלה, ואלה משמשים כמשאבים קוגניטיביים וחברתיים מרכזיים המקדמים חוסן. בנייתו נתיבים, לאחר נטרול תרומתם של שני משתנים אלו, האפקט הישיר של הדתיות על החוסן הוא שלילי קטן, מה שעשוי להעיד על כך שבהיעדר רמת תקווה גבוהה ותמיכה במערכת הפוליטית, דתיות כשלעצמה אינה בהכרח גורם מגן, ואף יכולה להימצא בקשר שלילי עם החוסן. לאחר הרצת מודל הניבוי בו נכללו כלל המנבאים, הקשר בין התמיכה בממשלה לחוסן האישי נהפך לשלילי וזאת לאור הקשרים הקרובים הקיימים בין משתנה זה למנבאים האחרים (ראו את ניתוח הנתיבים הסופי בתמונה 1).

**תוצאות**



**תמונה 1:** ניתוח נתיבים לניבוי חוסן לאומי וחוסן אישי (נתיב עבה מסמן נתיב מובהק)

**שלושה משתנים ניבאו באופן מובהק את שני סוגי החוסן:**

א. **מידת התקווה** המהווה את המנבא החיובי והמובהק הטוב ביותר לחוסן לאומי ואישי: ככול שהמשתתפים דיווחו על תקווה רבה יותר, כך הם דיווחו על חוסן לאומי וחוסן אישי גבוהים יותר, ולהיפך.

ב. **חוסן קהילתי** מנבא באופן חיובי ומובהק (אך בעוצמה קטנה) חוסן לאומי וחוסן אישי: ככול שהמשתתפים מדווחים על חוסן קהילתי יותר גבוה, כך הם דיווחו על חוסן לאומי וחוסן אישי גבוהים יותר, ולהיפך.

ג. **מורל** מנבא באופן חיובי ומובהק (אך בעוצמה נמוכה) חוסן לאומי ואישי: ככול שהמשתתפים דיווחו על מורל גבוה יותר, כך הם דיווחו על חוסן לאומי ואישי גבוהים יותר, ולהיפך.

**שני משתנים ניבאו באופן מובהק את החוסן הלאומי בלבד:**

א. **מידת התמיכה בממשלה** מנבאת באופן חיובי ומובהק חוסן לאומי: ככול שהתמיכה בממשלה הנוכחית גבוהה יותר, כך המשתתפים דיווחו על חוסן לאומי גבוה יותר, ולהיפך.

ב. **גיל** מנבא באופן חיובי ומובהק חוסן לאומי: ככול שגיל המשתתפים גבוה יותר, כך הם דיווחו על חוסן לאומי גבוה יותר, ולהיפך.

## משתנה אחד ניבא באופן מובהק את החוסן האישי בלבד:

ג. **תסמיני דחק** (חרדה ודיכאון) מנבאים באופן מובהק ושלילי חוסן אישי: ככל שהמשתתפים דיווחו על יותר תסמיני דחק, כך הם דיווחו על חוסן אישי נמוך יותר, ולהיפך. ששת המשתתפים המנבאים גם יחד מסבירים 46% מהשונות של חוסן לאומי, ו-36% מהשונות של חוסן אישי.

## דיון

תקווה נמצאה במחקר זה כגורם המשמעותי ביותר לניבוי, הן של חוסן אישי והן של חוסן לאומי. ממצא זה מחזק ממצאי מחקרים קודמים שנערכו בישראל, כמו גם במדינות נוספות, שהראו קשר בין חוסן אישי ותקווה (Kimhi et al., 2024) וקשר בין חוסן לאומי לתקווה (Kaim et al., 2025). תקווה משלבת מרכיבים קוגניטיביים, מוטיבציוניים ורגשיים המקדמים התמודדות אדפטיבית בזמן משברים. ברמה האישית, תקווה כוללת תחושת מסוגלות לפעול להשגת מטרות לצד היכולת לזהות דרכים להשגת מטרות אלו, ועל כן הינה קשורה לרמות נמוכות יותר של מצוקה נפשית ולרמות גבוהות יותר של יכולת התאוששות ממשברים. תקווה גם פועלת כמשאב קולקטיבי המחזק לכידות, אמון ושיתוף פעולה ומסייעת לעצב נרטיבים המדגישים אפשרות לשינוי ולהתקדמות. לאור זאת, היא תורמת לחיזוק החוסן הלאומי/חברתי וההתמודדות של החברה עם משברים.

חוסן קהילתי נמצא כמנבא מובהק לחוסן לאומי ולחוסן אישי כאחד. הממצא אודות קשר חיובי בין חוסן אישי לבין חוסן קהילתי דווח גם במחקרים קודמים (למשל, Banyard et al., 2025), כמו גם הקשר בין חוסן קהילתי לבין מיטביות (Quinn et al., 2020; well being). במחקר קודם שבוצע בישראל נמצאו ממצאים שתומכים בקשר זה. למשל, נמצא קשר חיובי בין חוסן קהילתי לבין שביעות רצון מהחיים, ובמקביל נמצא גם קשר שלילי בין חוסן קהילתי לבין תגובות דחק (Kimhi & Shamai, 2006). הקשר בין חוסן קהילתי לבין חוסן אישי הוא בעל חשיבות יישומית רבה, והסיבה לכך היא שחוסן קהילתי ניתן לטיפוח ולחיזוק. טיפוח מנהיגות מקומית, תהליכי קבלת החלטות, רשתות תמיכה, אמון הדדי, עזרה הדדית ותחושת שייכות מחזקים חוסן קהילתי ובריאות נפשית (Hall et al., 2023). לדוגמא, ניתן לראות שפיתוח החוסן הקהילתי בישראל מהווה חלק מהכנת האוכלוסייה למצבי חירום (Eshel et al., 2020).

המורל נמצא כמנבא מובהק (אך קטן יחסית) לחוסן לאומי ואישי ומחזק ממצאי מחקרים קודמים (Koubova & Kimhi, 2024). ניתן להגיד כי מורל ותחושת תקווה ומשמעות מחזקים במיוחד את החוסן החברתי-קהילתי, וכל רמות החוסן קשורות לרווחה נפשית ולהתמודדות טובה יותר עם טראומה לאומית (Russo-Netzer, et al., 2025). יחד עם זאת, הקשרים אינם חזקים מאוד, כך שכל רמת חוסן היא ממד עצמאי יחסית שיש לטפח במקביל.

מידת התמיכה בממשלה נמצאה כמנבא נוסף לחוסן הלאומי. התומכים בממשלה דיווחו על חוסן לאומי גבוה יותר, בהשוואה למתנגדים לממשלה. הממצא ביחס לחוסן הלאומי נמצא בהלימה לממצאי מחקר אורך בו נמצא קשר בין מידת התמיכה בממשלה לרמות חוסן לאומי. אחד ההסברים האפשריים הוא

שמידת האמון בממשלה מהווה מרכיב משמעותי ביכולת להתמודד עם קשיים ואסונות ( Kaim et al., 2025). יש צורך במחקר נוסף בתחום זה.

## References

- Banyard, V., Rousseau, D., McCarthy, K., Stavola, J., Xu, Y., & Hamby, S. (2025). Community-Level Characteristics Associated With Resilience After Adversity: A Scoping Review of Research in Urban Locales. *Trauma, Violence, & Abuse, 26*, 356 - 372.
- Choi, K., Jung, J., & Kim, H. (2022). Political Trust, Mental Health, and the Coronavirus Pandemic: A Cross-National Study. *Research on Aging, 45*, 133 - 148.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety, 18*(2), 76-82.
- Eshel, Y., Kimhi, S., & Marciano, H. (2020). Predictors of National and Community Resilience of Israeli Border Inhabitants Threatened by War and Terror. *Community Mental Health Journal, 1*-9.
- Hall, C., Wehling, H., Stansfield, J., South, J., Brooks, S., Greenberg, N., Amlôt, R., & Weston, D. (2023). Examining the role of community resilience and social capital on mental health in public health emergency and disaster response: a scoping review. *BMC Public Health, 23*.
- Kaim, A., Tov, M., Kimhi, S., Marciano, H., Eshel, Y., & Adini, B. (2025). Predictors of societal and individual resilience across two and a half years of varied adversities. *Scientific Reports, 15*.
- Kimhi, S. (2016). Levels of resilience: Associations among individual, community, and national resilience. *Journal of health psychology, 21*(2), 164-170.
- Kimhi, S. & Shamai, M. (2006). Community resilience as a buffer of stress reaction – a northern community response to Israel's withdrawal from Lebanon. *Social Issues in Israel, 1*, 152-170 [Hebrew].
- Kimhi, S., & Eshel, Y. (2019). Measuring national resilience: A new short version of the scale (NR-13). *Journal of community psychology, 47*(3), 517-528.
- Kimhi, S., Eshel, Y., Marciano, H., & Adini, B. (2021). Fluctuations in National Resilience during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*.
- Kimhi, S., Marciano, H., Eshel, Y., & Adini, B. (2024). Measuring national resilience: Israel in the first week of the Gaza war. *International Journal of Intercultural Relations, 102*, 102018.
- Kuntz, J. C. (2021). Resilience in times of global pandemic: Steering recovery and thriving trajectories. *Applied psychology= Psychologie appliquée, 70*(1), 188.
- Koubová, A., & Kimhi, S. (2024). Prediction of individual, community and societal resilience in the Czech Republic compared to Slovakia during the war in Ukraine. *BMC Public Health, 24*.
- Oh, J., & Lee, D. (2022). Role of trust in government and collaboration in building disaster resilience. *Social Science Quarterly, 103*(7), 1647-1658..
- Quinn, T., Adger, W., Butler, C., & Walker-Springett, K. (2020). Community Resilience and Well-Being: An Exploration of Relationality and Belonging after Disasters. *Annals of the American Association of Geographers, 111*, 577 - 590.
- Russo-Netzer, P., Tarrasch, R., Saar-Ashkenazy, R., & Guez, J. (2025). Meaning and resilience in war-affected populations during crisis. *Frontiers in Psychiatry, 16*.
- Sgarbossa, J., Lúcio, A., Da Silva, J., Caron, B., Diel, M., Olivoto, T., Nardini, C., Alessi, O., & Lambrecht, D. (2024). Multivariate assumptions and effect of model parameters in path analysis in oat crop. *Crop and Pasture Science, 75*.