

הערכה עצמית של נערות בישראל

דוח מחקר מעקב כמותני

מוגש ל: עמותת שוות
נובמבר 2025

מטרת המחקר

עמותת שוות מעוניינת להמשיך ולעקוב באופן בסיסי, עדכני ומדויק אחר ההערכה העצמית של הנערות בישראל, לרבות בחינת השלכות תקופת המלחמה בשנתיים האחרונות.

מתודולוגיה



איסוף הנתונים בוצע
בין ה-9 ל-14 בנובמבר,
2025



הפנייה לתלמידות
כיתות ט'-ו'
נעשתה דרך ההורים*



מדגם אקראי, ארצי ומייצג
של נערות בכיתות ט'-יב',
המחוברות לאינטרנט



סקר אינטרנטי
בקרב
400 משיבות

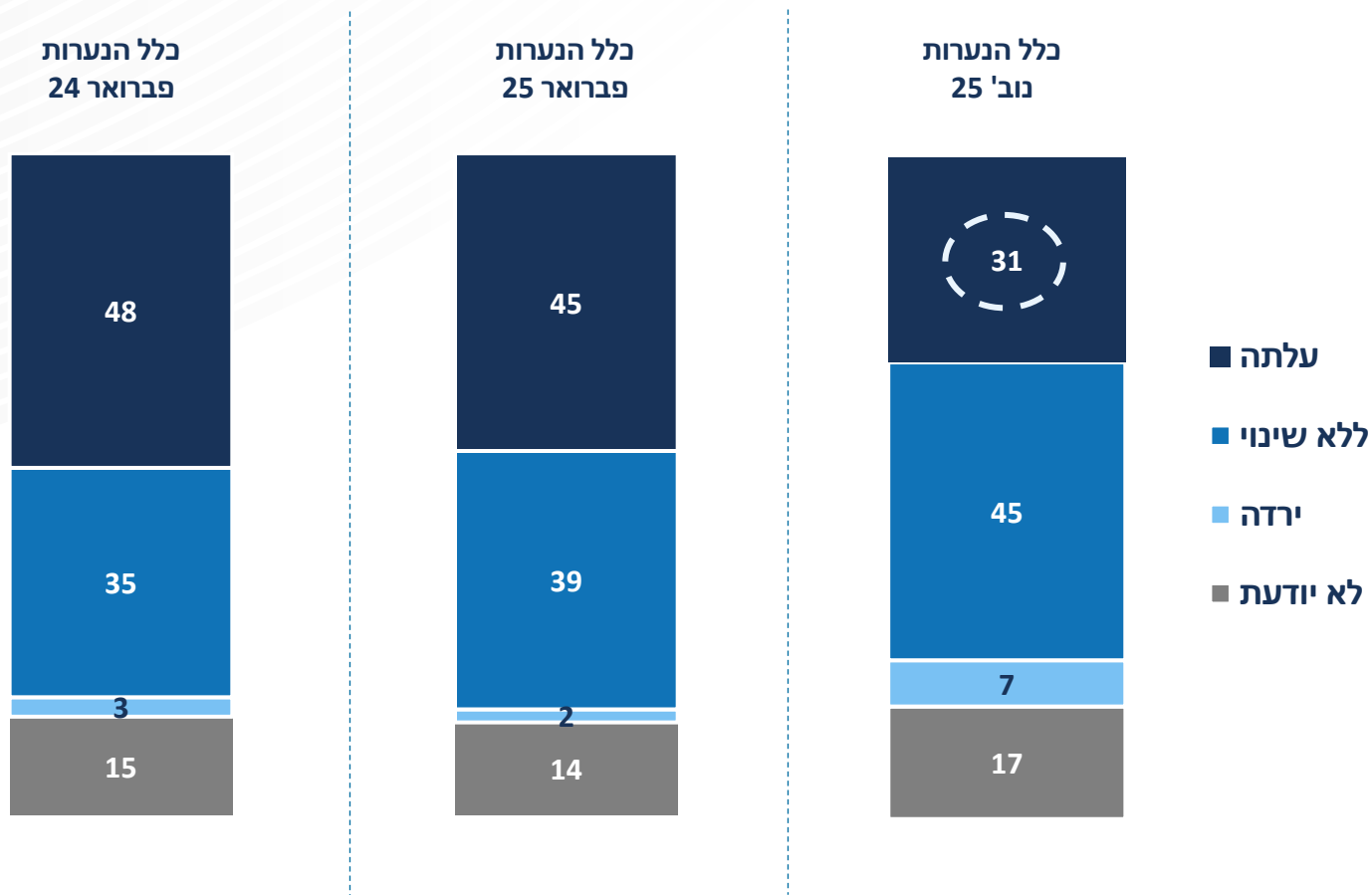
*הפנייה לנערות בכיתות ט'-ו' וחלק מכיתות יא', התבצעה באמצעות ההורים, בשעות אחה"צ והערב.
ההורים אישרו שהנערה נמצאת איתם כרגע בבית, והתבקשו לאפשר לה להשיב על השאלון, באופן עצמאי.

בעיניי נערות רבות,
תקופת המלחמה

חיזקה את ההערכה

כלפי נשים בישראל

כשליש מהנערות חושבות כי ההערכה כלפי נשים עלתה בשנתיים האחרונות לעומת כ-7% בלבד שלדעתן הערכה זו נחלשה

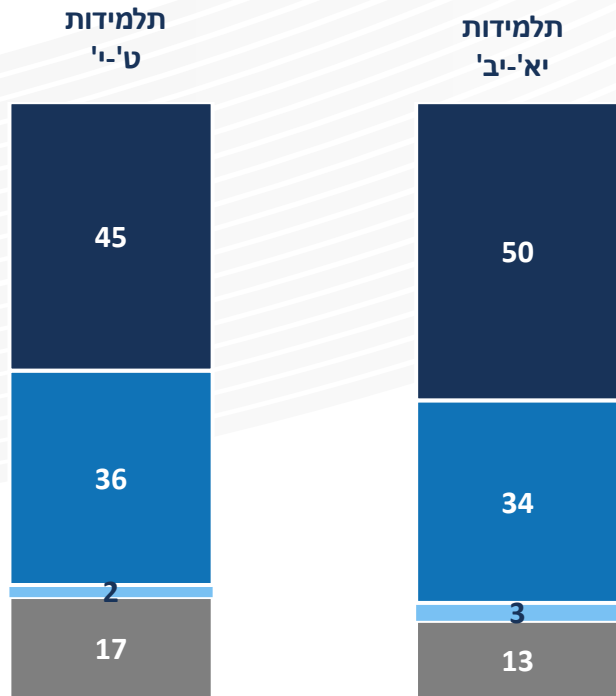


האם לדעתך, ההערכה כלפי נשים השתנתה בשנה האחרונה-שנתיים האחרונות, במהלך תקופה המלחמה? (שאלה סגורה)

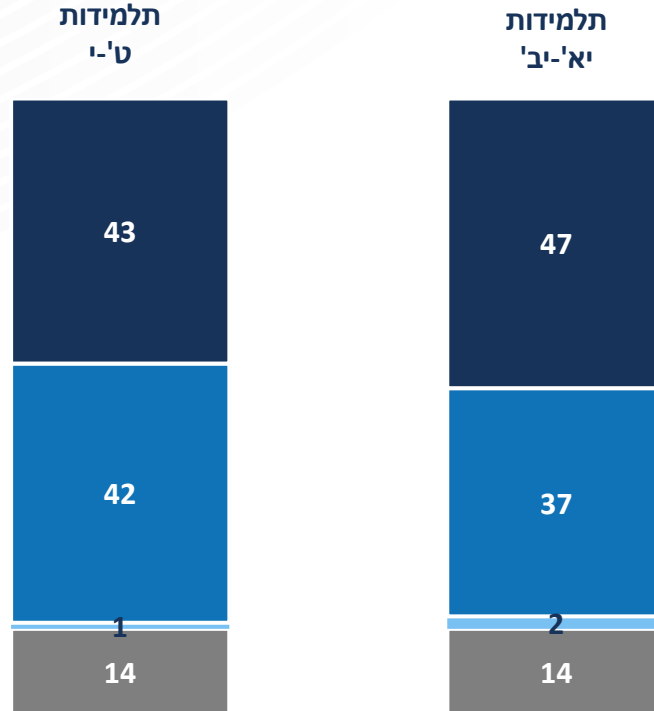


התפיסה שהערכה כלפי נשים התחזקה במהלך המלחמה דומה בקרב תלמידות יא'-יב', ביחס לתלמידות ט'-י'

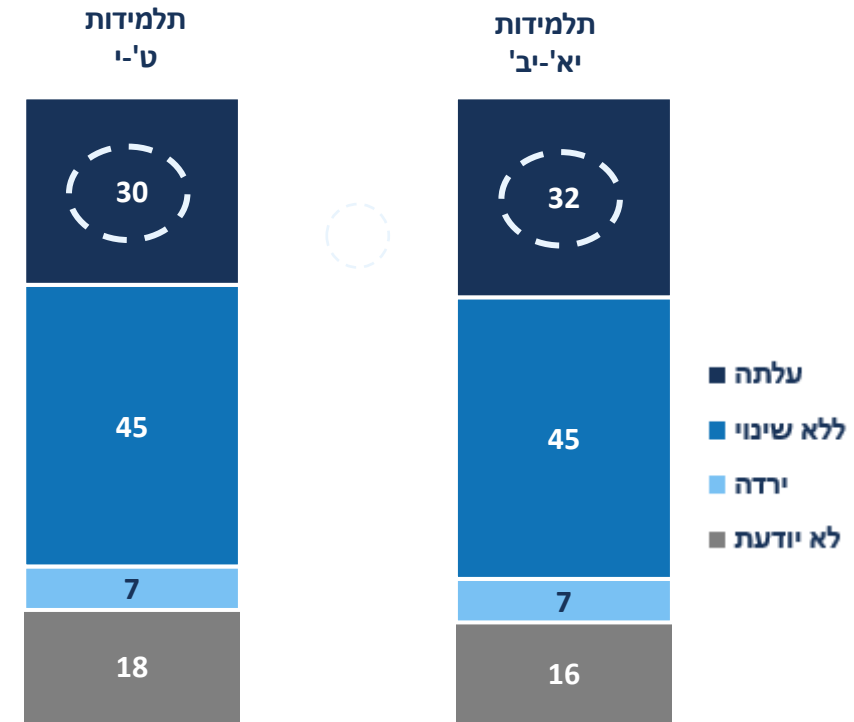
פברואר 2024



פברואר 2025

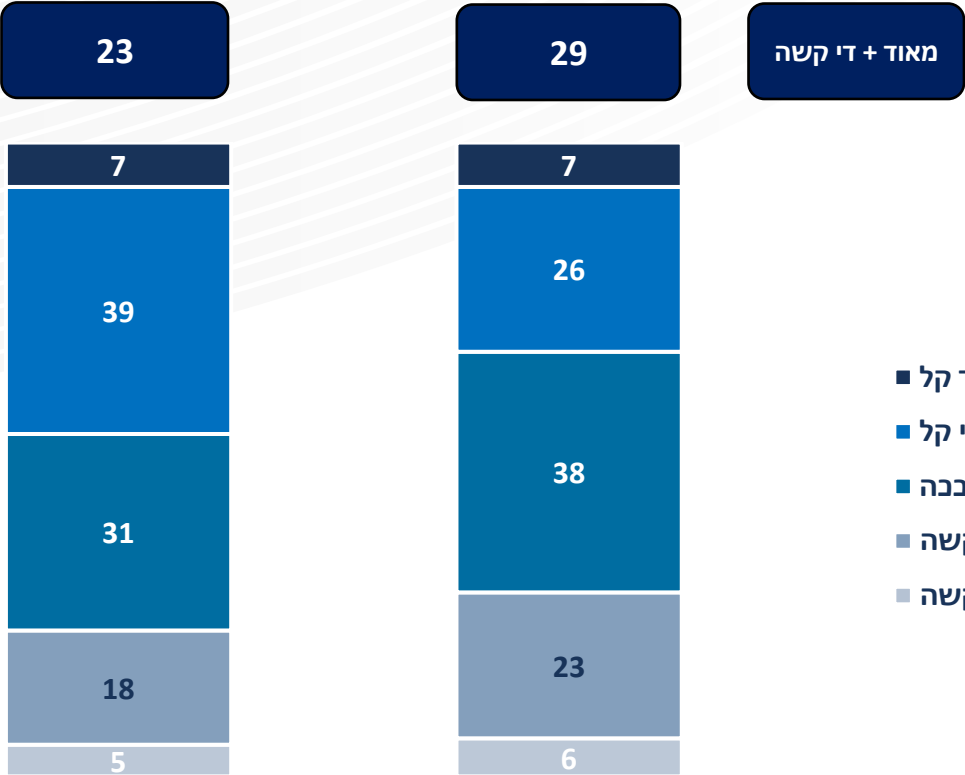


נובמבר 2025



כ- 26% בלבד מדווחות, שקשה להן לחזור לשגרה

נובמבר 2025



תלמידות ט'י'

תלמידות יא'יב'

- מאוד קל
- די קל
- ככה ככה
- די קשה
- מאד קשה

נובמבר 2025



כלל המדגם

- מאוד קל
- די קל
- ככה ככה
- די קשה
- מאד קשה

באיזו מידה קל או קשה לך בשבועות האחרונים, לחזור לשגרה? (שאלה סגורה)



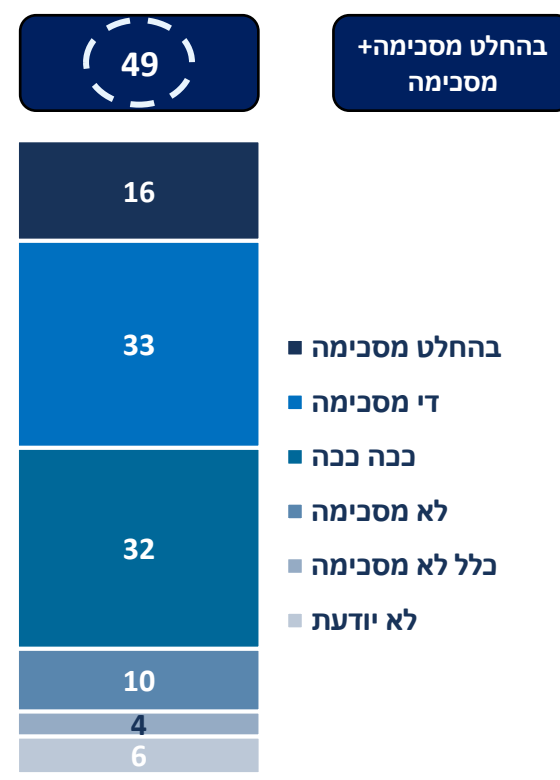
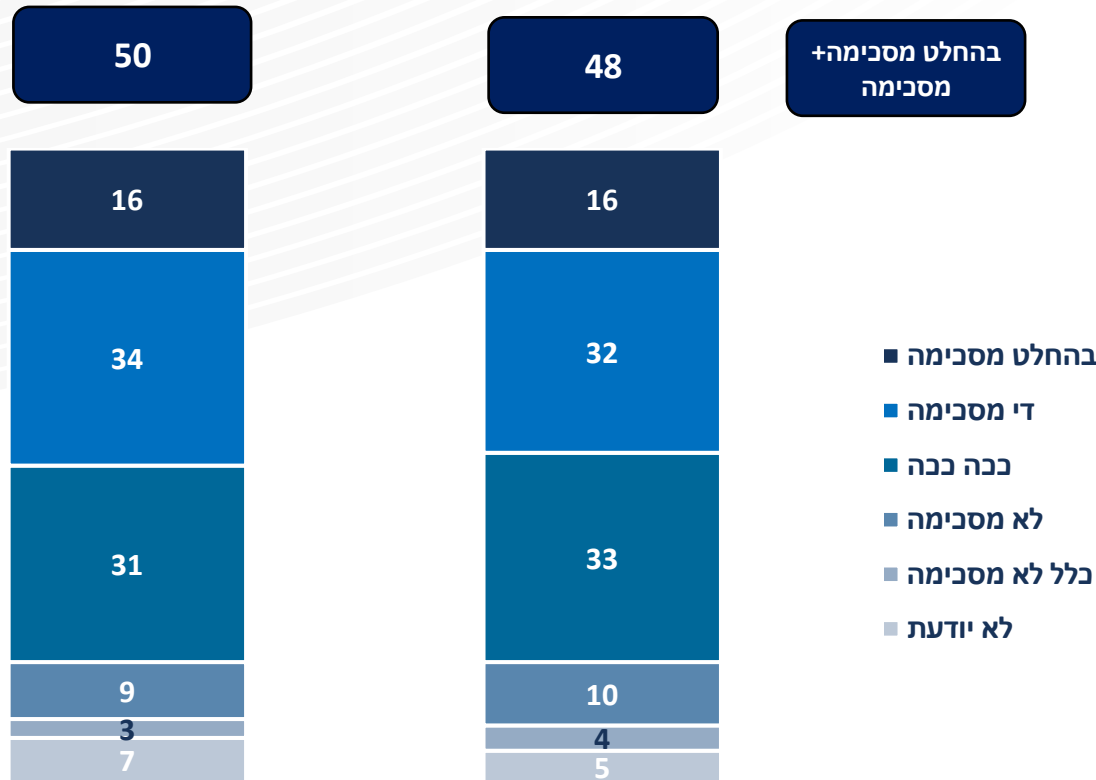
נערות רבות חוות
תחושת מסוגלות
חזקה יותר,
ומתוסכלות מכך
שיכולת השפעתן מוגבלת

כמחצית מדווחות שבמהלך המלחמה גילו כוחות, שלא ידעו על קיומן

מאז תחילת המלחמה, גיליתי בעצמי כוחות שלא ידעתי שהם קיימים בי'

נובמבר 2025

נובמבר 2025



תלמידות
ט'י'

תלמידות
יא'יב'

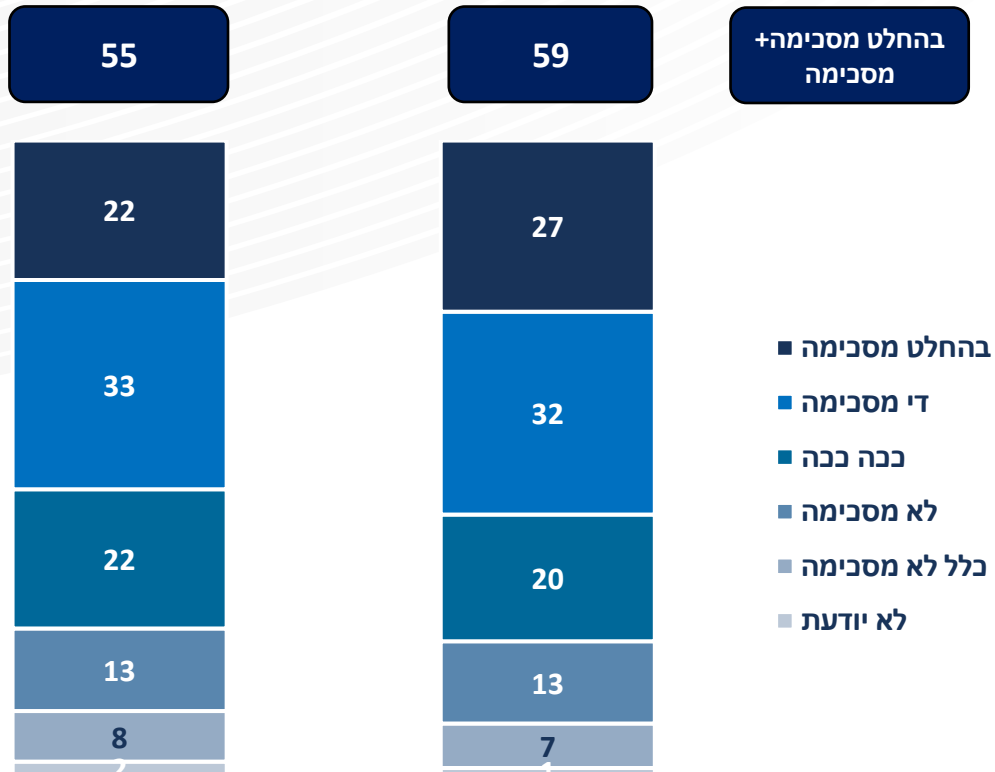
כלל המדגם



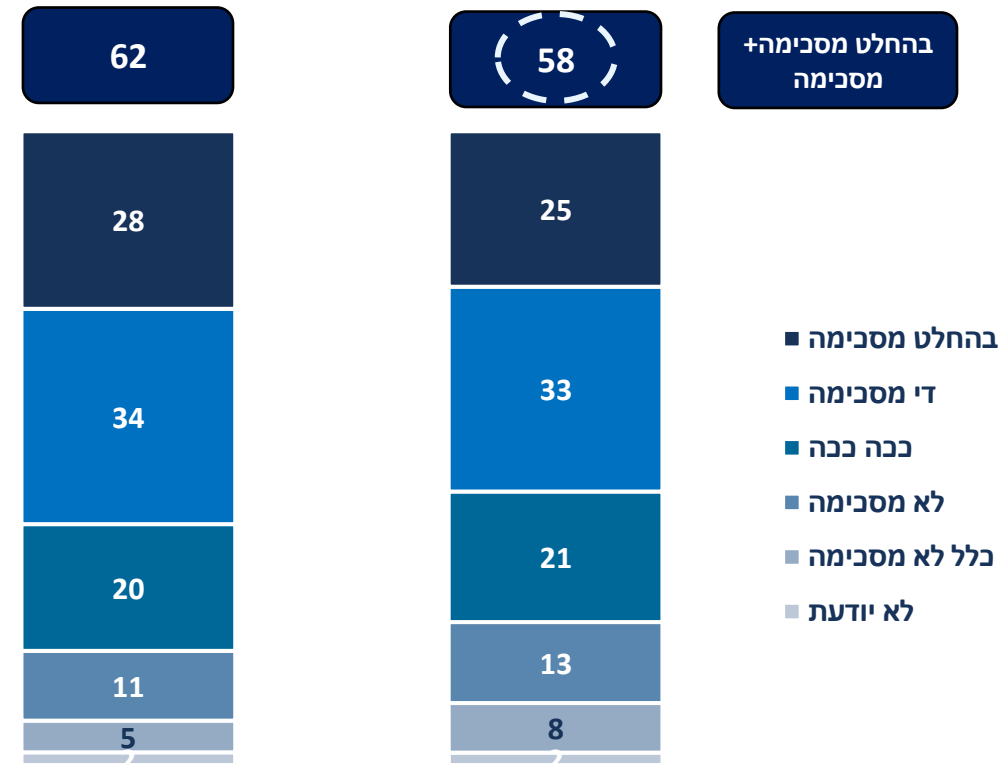
כ-58% מהנערות מתוסכלות שמבוגרים בסביבה שלי מתייחסים אליהן אחרת, רק בגלל שהן נערות

מתסכל אותי שמדי פעם מבוגרים בסביבה שלי מתייחסים אלי אחרת, רק בגלל שאני נערה

נובמבר 2025



פברואר 2025



תלמידות ט"ו'

תלמידות יא'-יב'

כלל המדגם

כלל המדגם

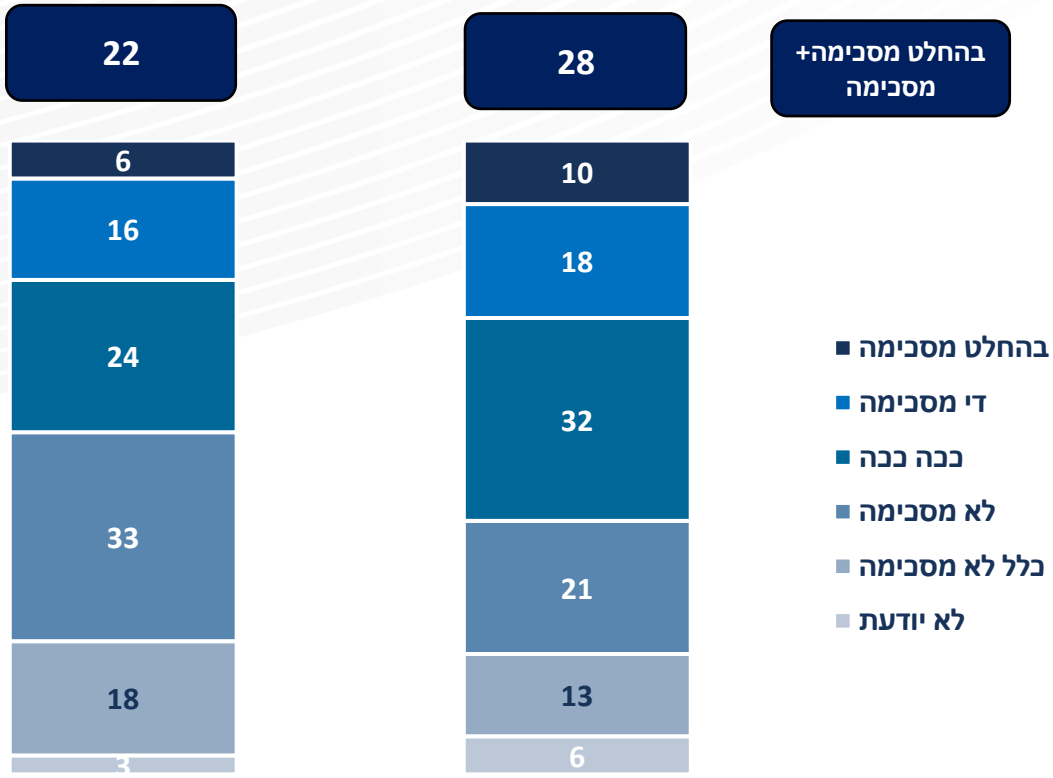
באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא:
(שאלה סגורה)



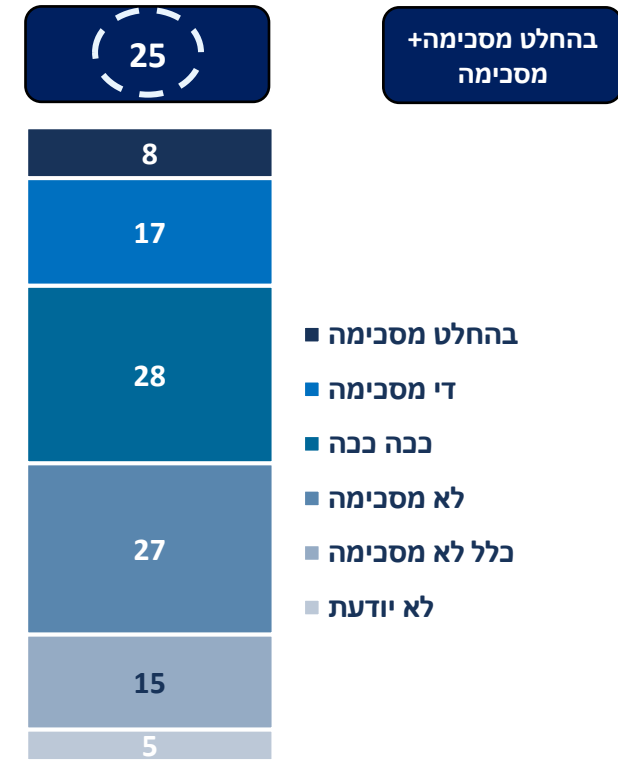
רק אחת מכל ארבע נערות מסכימה, שביכולתה להשפיע על מה שקורה במדינה

אני מרגישה שיש לי יכולת, להשפיע על מה שקורה במדינה'

נובמבר 2025



נובמבר 2025



תלמידות
ט'ו'

תלמידות
יא'יב'

כלל המדגם

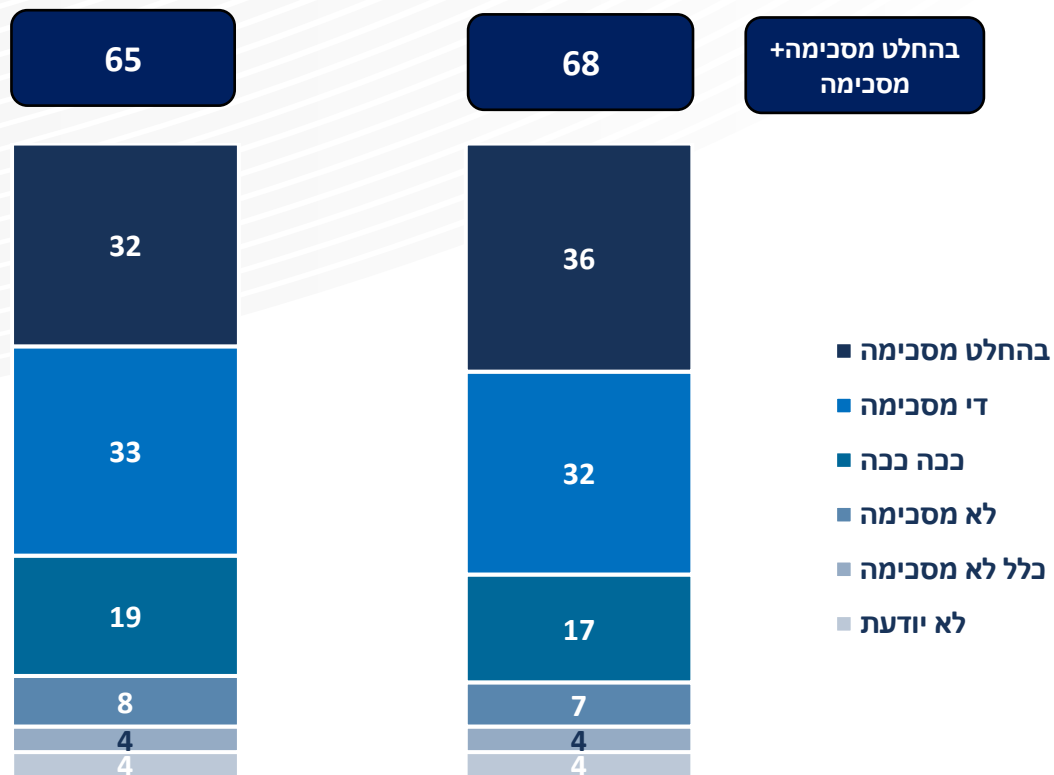
באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא:
(שאלה סגורה)



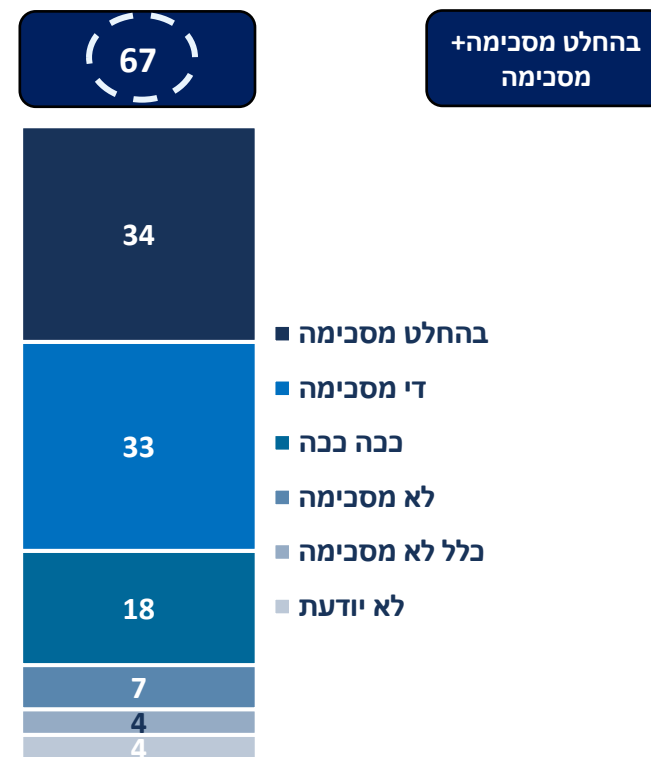
הרוב מאמינות, כי היו יכולות להוביל יוזמה חברתית/קהילתית, אם הייתה ניתנת להן הזדמנות

אם הייתי מקבלת הזדמנות, להוביל יוזמה חברתית או יוזמה קהילתית, הייתי יכולה לעשות את זה!

נובמבר 2025



נובמבר 2025



תלמידות
ט'י'

תלמידות
יא'יב'

כלל המדגם

באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא:
(שאלה סגורה)



מהמחקר עולה

קריאה של הנערות

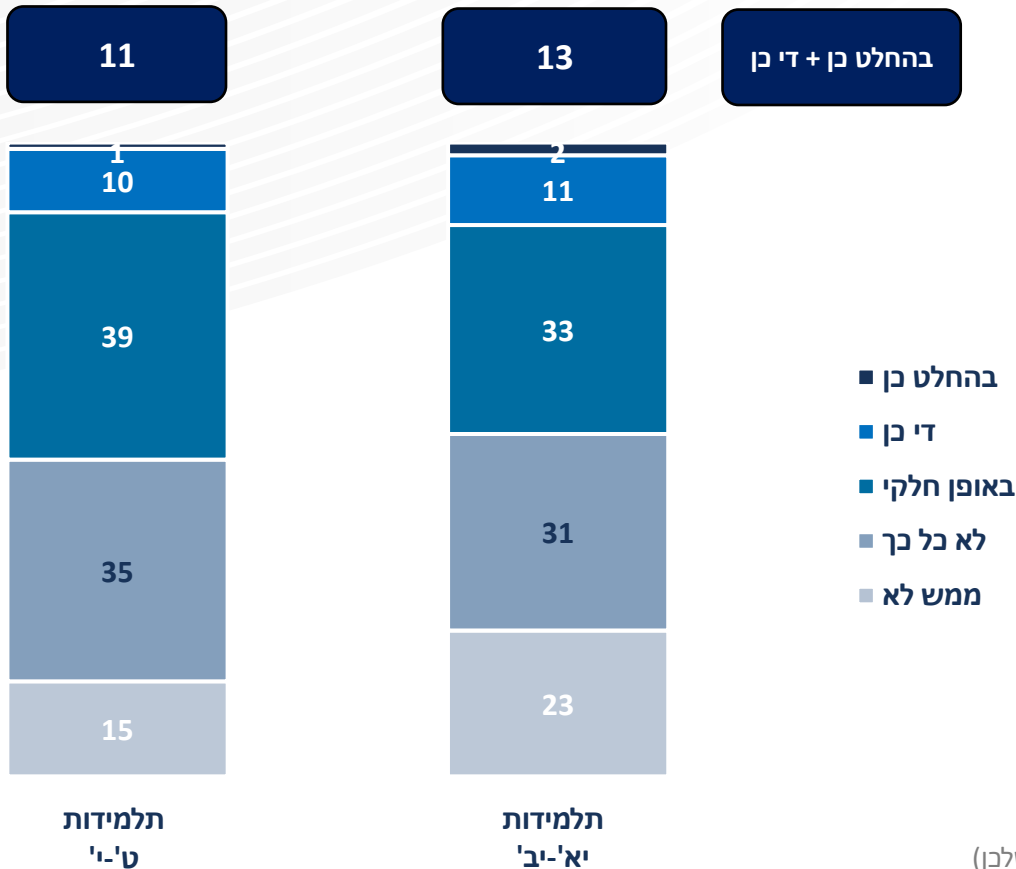
לשינוי חברתי

שיחזק את ההערכה

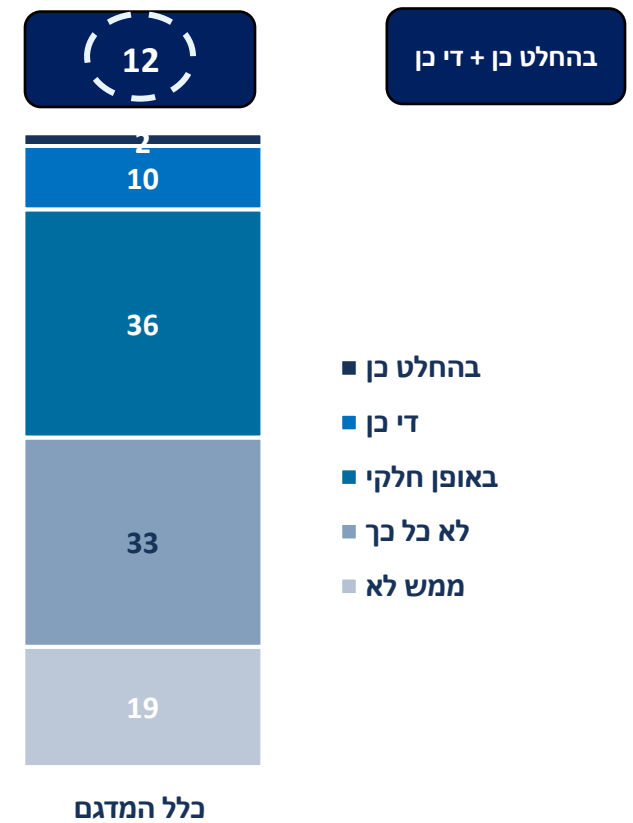
כלפי נשים

כ- 12% בלבד מרגישות, שקולן נשמע בשיח הציבורי

נובמבר 2025



נובמבר 2025



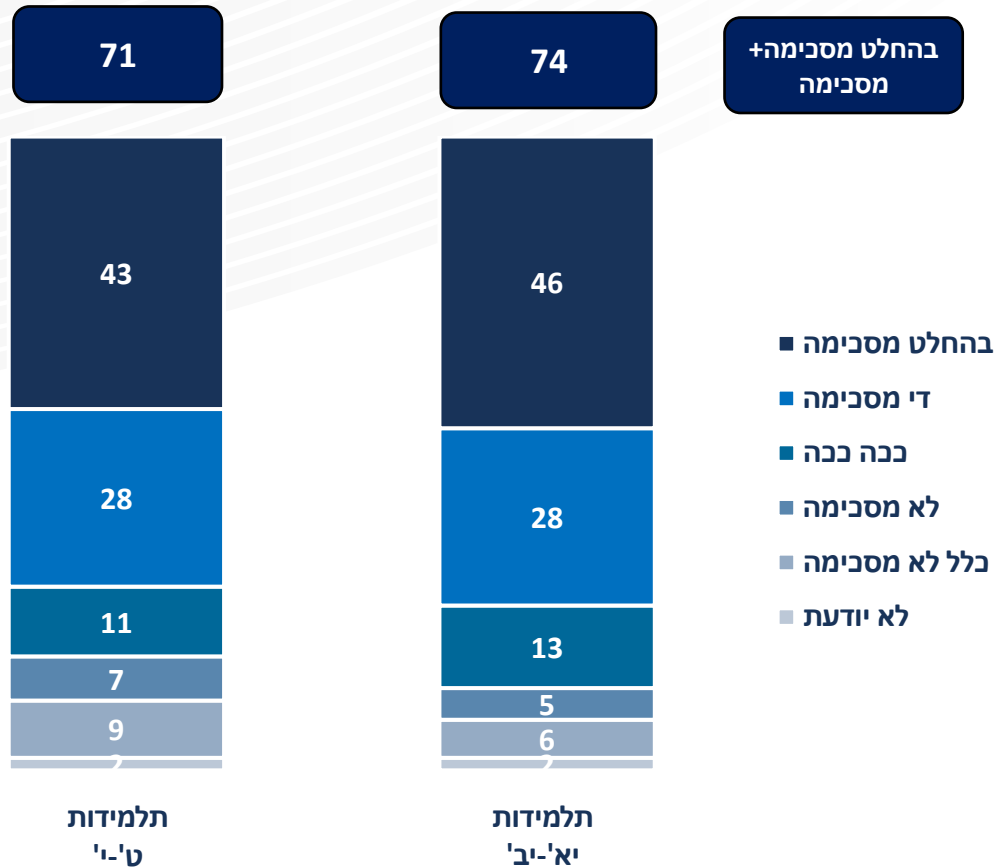
לפי דעתך, באיזו מידה בשיח הציבורי בישראל, הקול שלך ושל בנות בגילך (הצרכים שלכן, הדעות שלכן) נשמעים בשיח הציבורי בישראל? (שאלה סגורה)



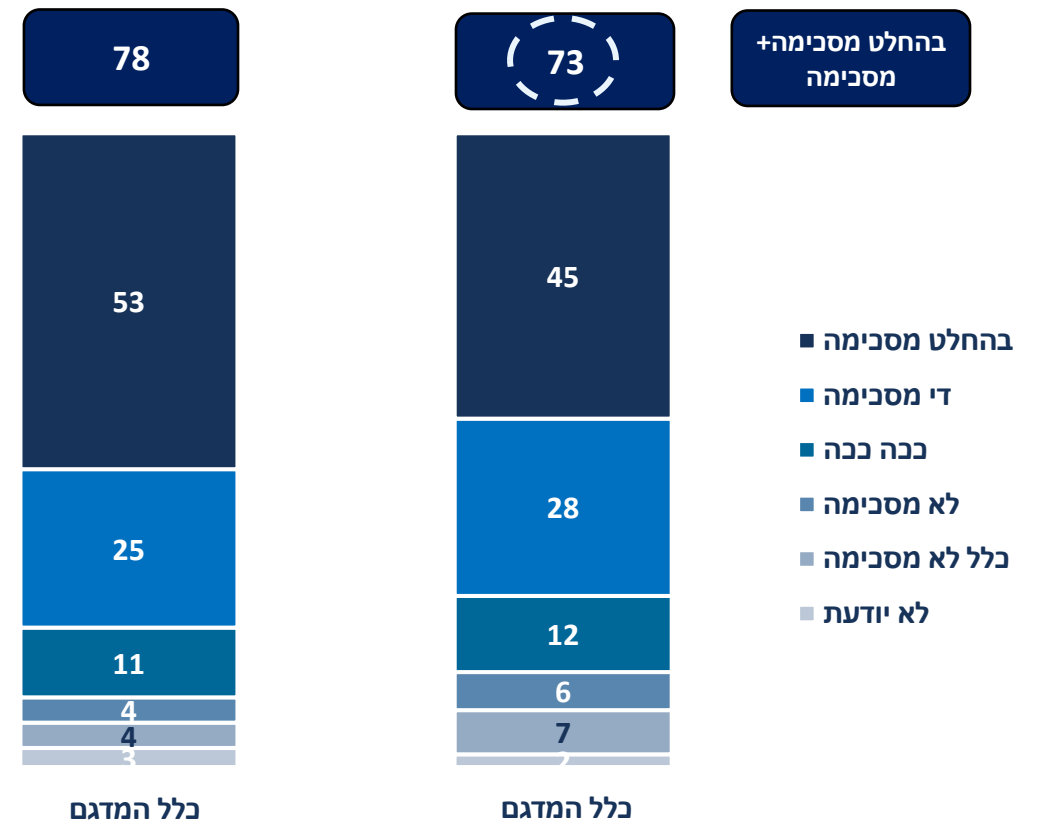
לדעת הרוב, חייבים להעביר בצורה חזקה יותר את המסר, שנערות מסוגלות להגיע בעתיד לתפקידים בכירים בקריירה

בחברה הישראלית ובמערכת החינוך חייבים להעביר בצורה הרבה יותר חזקה את המסר, שנערות מסוגלות להגיע בעתיד לתפקידים בכירים בקריירה

נובמבר 2025



פברואר 2025



באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא: (שאלה סגורה)



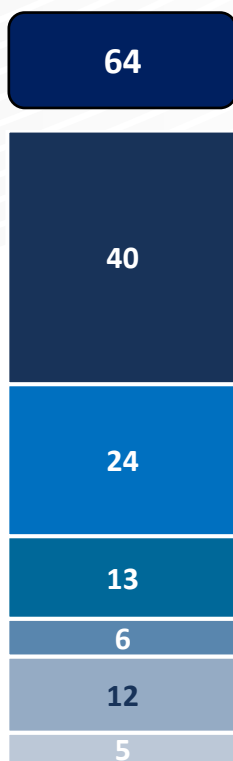
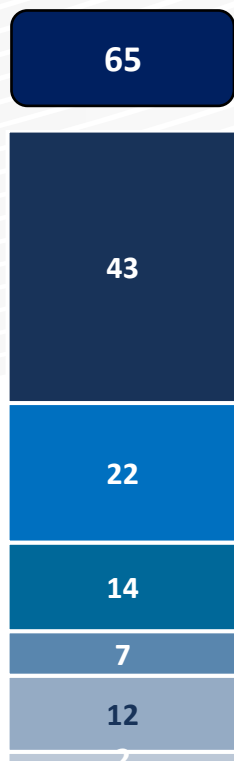
רוב הנערות (כ- 64%) מסכימות, כי אישה יכולה להיות רמטכ"לית מצוינת או שרת ביטחון מצוינת

אישה יכולה להיות רמטכ"לית מצוינת או שרת ביטחון מצוינת

נובמבר 2025

פברואר 2025

נובמבר 2025

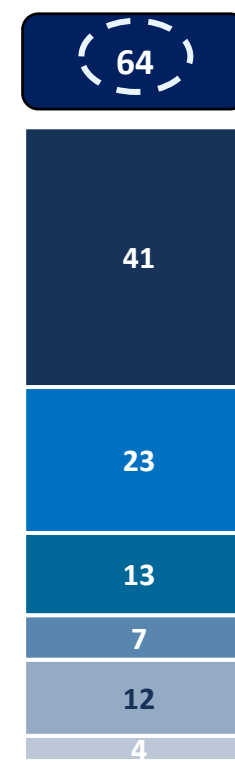
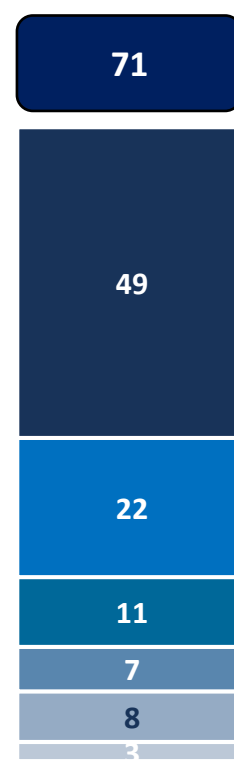


בהחלט מסכימה + מסכימה

- בהחלט מסכימה
- די מסכימה
- ככה ככה
- לא מסכימה
- כלל לא מסכימה
- לא יודעת

תלמידות ט"ו

תלמידות יא'-יב'



בהחלט מסכימה + מסכימה

- בהחלט מסכימה
- די מסכימה
- ככה ככה
- לא מסכימה
- כלל לא מסכימה
- לא יודעת

כלל המדגם

כלל המדגם

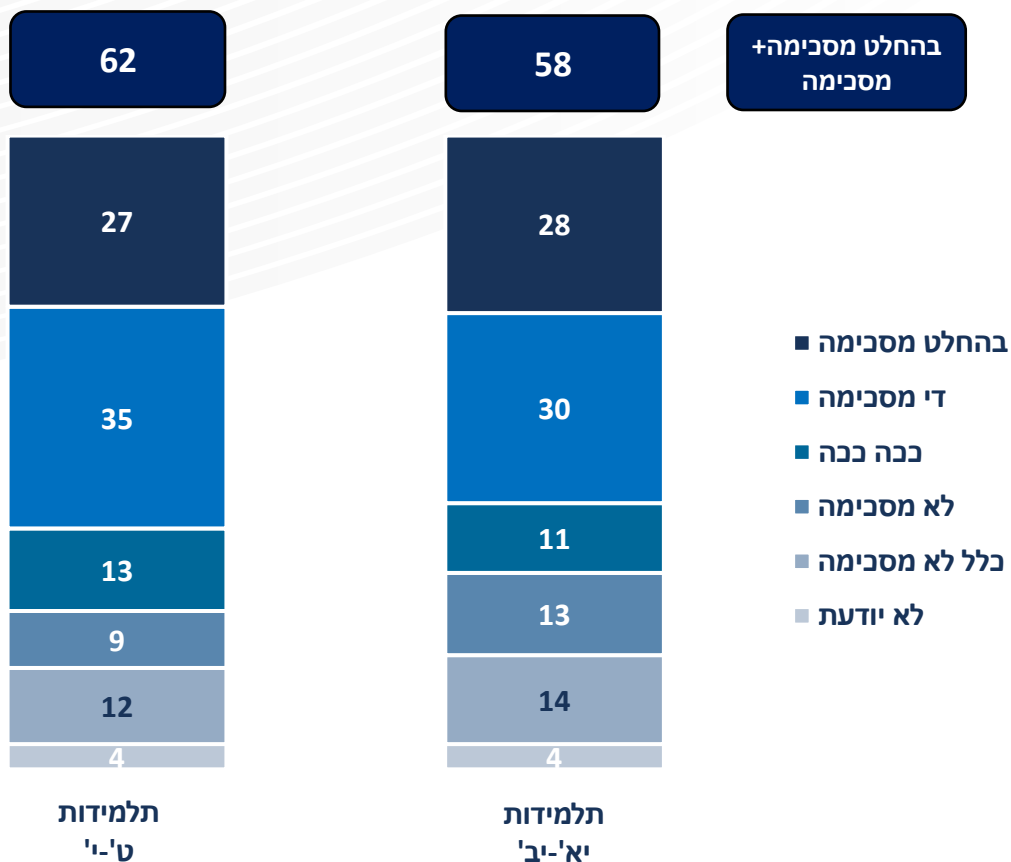
באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא: (שאלה סגורה)



לדעת רוב הנערות (כ- 60%) שירות של תפקידים קרביים בצבא, יכול לשבור סטיגמות על נשים

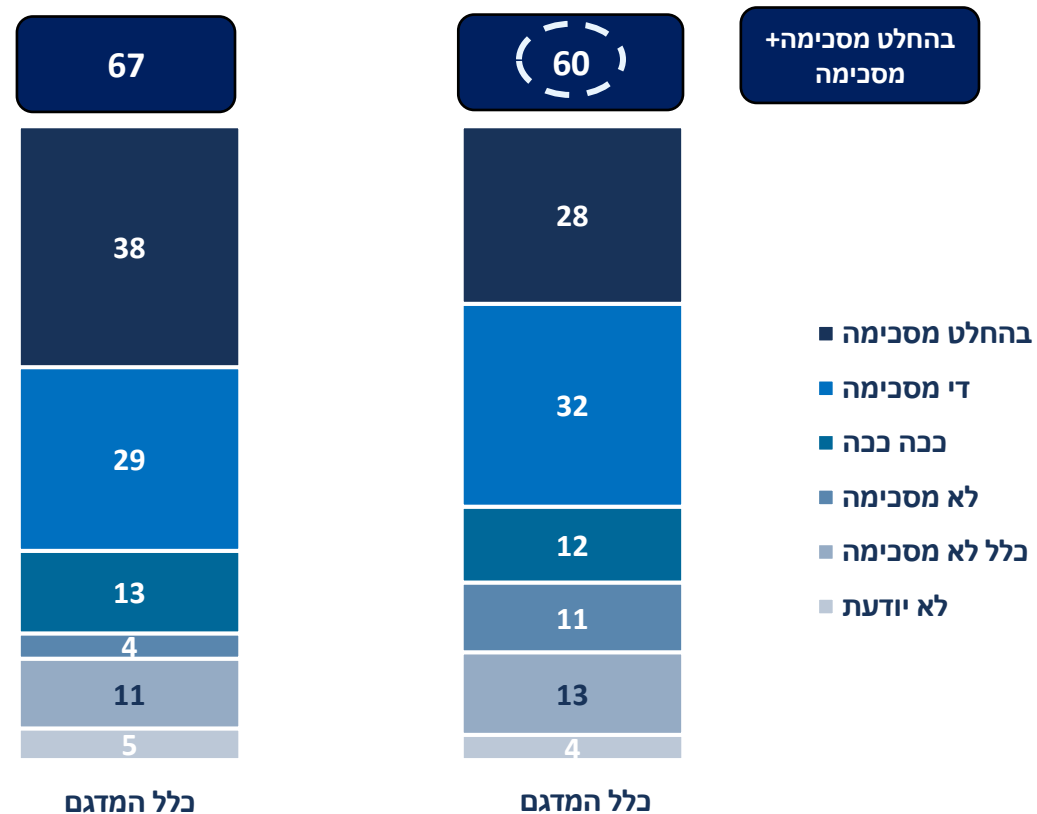
שירות של נשים בתפקידים קרביים בצבא, יכול לשבור סטיגמות על נשים

נובמבר 2025



פברואר 2025

נובמבר 2025



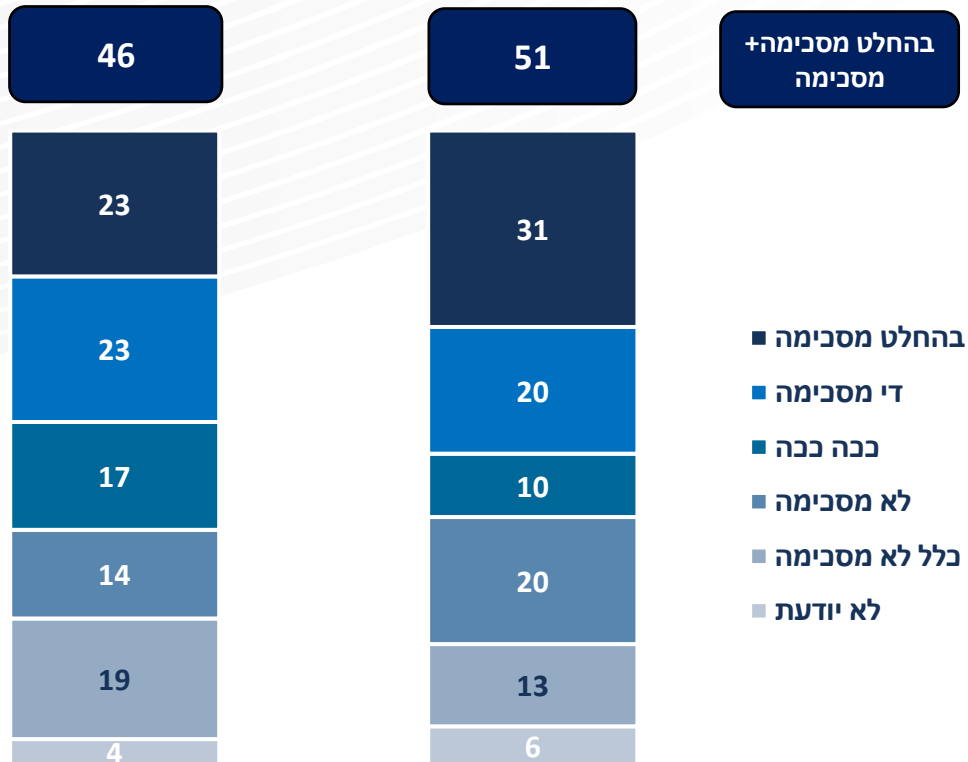
באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא: (שאלה סגורה)



לדעת כ-48% מהנערות, חייבים בעתיד שבכל ממשלה, מספר השרות הנשים יהיה שווה למספר השרים הגברים

חייבים בעתיד שבכל ממשלה בישראל, מספר השרות הנשים יהיה שווה למספר השרים הגברים

נובמבר 2025

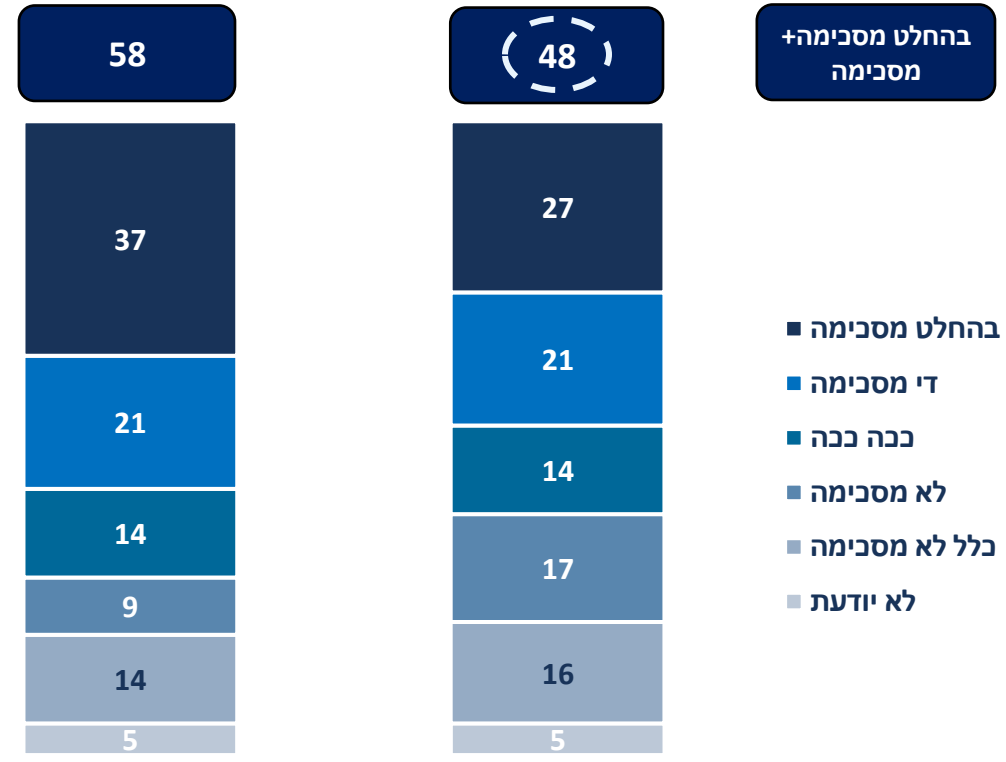


תלמידות
ט'י'

תלמידות
יא'יב'

פברואר 2025

נובמבר 2025



כלל המדגם

כלל המדגם

באיזו מידה את מסכימה/לא מסכימה, עם המשפט הבא:
(שאלה סגורה)



זוהה קשר מובהק

בין חשיפה תקשורתית לנשים מובילות/ חזקות

לבין רמה חיובית יותר

של הערכה עצמית ותחושת מסוגלות

כ- 40% מדווחות שנחשפו בחודשים האחרונים, לדמויות נשיות חזקות/מובילות

נובמבר 2025

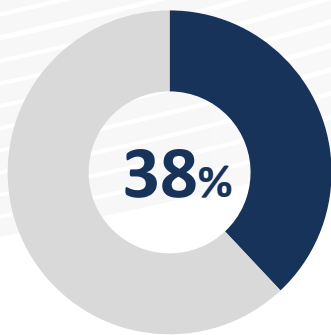
פברואר 2024

פברואר 2025

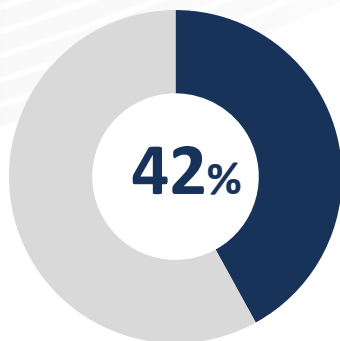
נובמבר 2025

תלמידות
ט"ו'

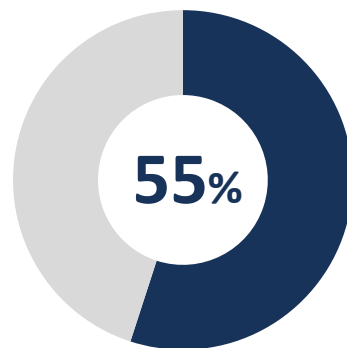
תלמידות
יא'-יב'



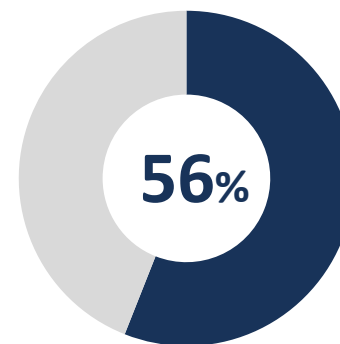
■ כן



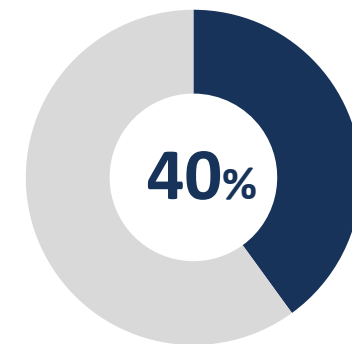
■ כן



■ כן



■ כן



■ כן

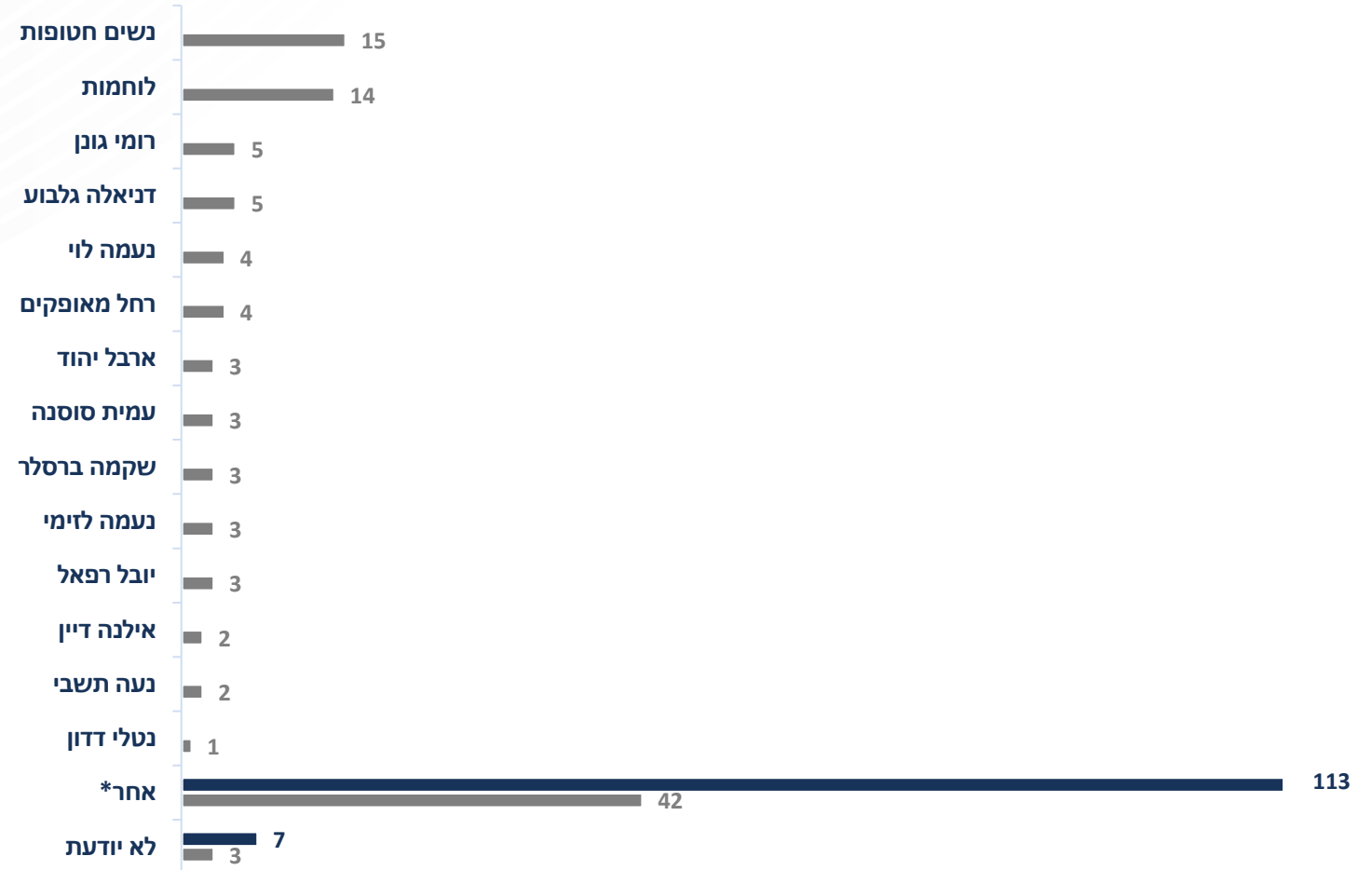
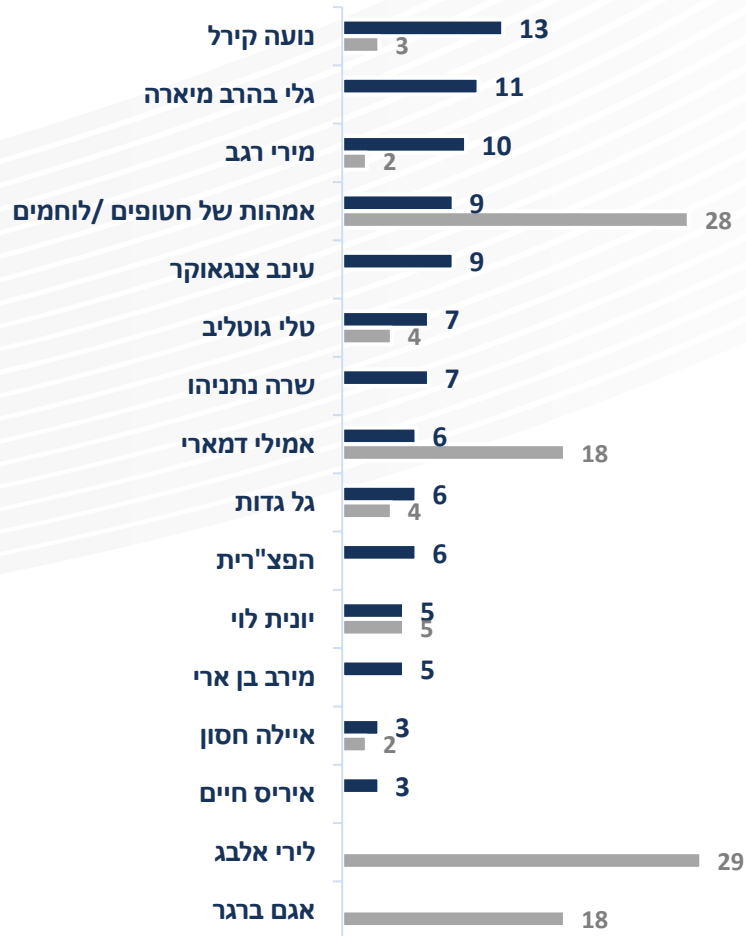


N=159 נובמבר '25

N=229 פברואר '25

הדמויות הבולטות:

נועה קירל, גלי בהרב מיארה, מירי רגב ואימהות חטופים



צייני שמות של נשים חזקות/מובילות, שיצא לך לראות לאחרונה בתקשורת/ברשתות (שאלה פתוחה)

*אחר – כולל תשובות שצוינו בשכיחות הנמוכה מ-1%

**הסה"כ גבוה מ-100% מאחר והיה ניתן לציין יותר מתשובה אחת



זוהה קשר מובהק בין חשיפה תקשורתית לנשים חזקות, לבין הערכה עצמית ותחושת מסוגלות, חיוביות יותר

שאר הנערות	נחשפו בתקשורת/ברשתות, לנשים חזקות/מובילות	
237	159	N – מספר המשיבות
28%	35% ★	סבורות שהערכה כלפי נשים עלתה
55%	62% ★	מתסכל שמדי פעם מבוגרים בסביבה מתייחסים אחרת, רק בגלל שהן נערות
63%	73% ★	מאמינות שהיו יכולות להוביל יוזמה חברתית/קהילתית, אם הייתה ניתנת להן הזדמנות
22%	30% ★	מאמינות שמסוגלות להשפיע על מה שקורה במדינה
44%	55% ★	מדווחות שגילו במהלך המלחמה, כוחות פנימיים שלא ידעו על קיומן

מצוין יתרון סטטיסטי מובהק ★

ברוב הפרמטרים אין הבדל מובהק בתחושות ההערכה העצמית והמסוגלות, בין נערות מאזור המרכז לבין נערות בפריפריה

פריפריה	מרכז	
106	294	N – מספר המשיבות
33%	30%	סבורות שהערכה כלפי נשים עלתה
53%	59% ★	מתסכל שמדי פעם מבוגרים בסביבה מתייחסים אחרת, רק בגלל שהן נערות
67%	66%	מאמינות שהיו יכולות להוביל יוזמה חברתית/קהילתית, אם הייתה ניתנת להן הזדמנות
26%	24%	מאמינות שמסוגלות להשפיע על מה שקורה במדינה
49%	48%	מדווחות שגילו במהלך המלחמה, כוחות פנימיים שלא ידעו על קיומן

מצוין יתרון סטטיסטי מובהק ★

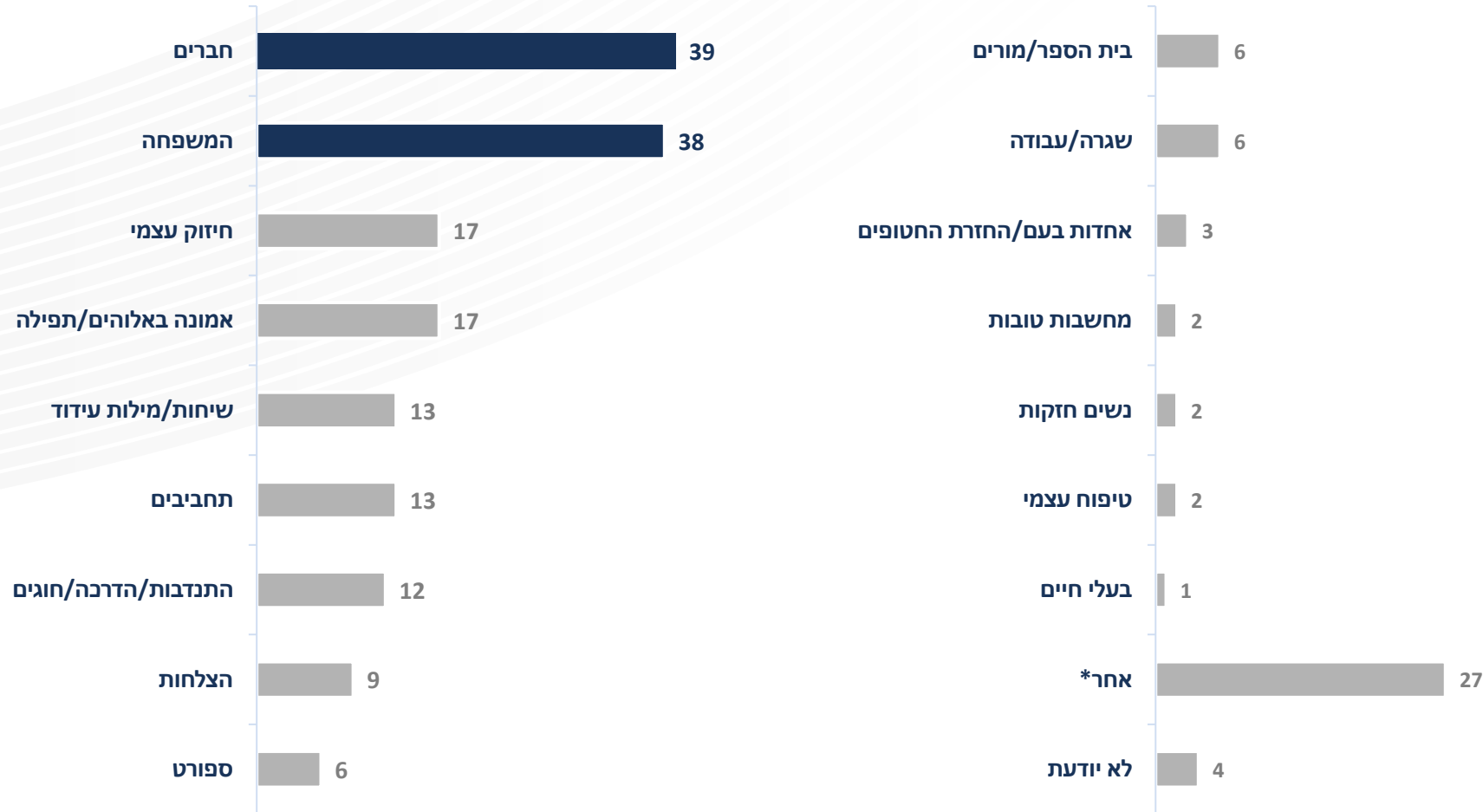
בקרב הנערות החרדיות, זהו שיעורים נמוכים יחסית של הערכה עצמית ותחושת מסוגלות

חרדיות	דתיות	חילוניות-מסורתיות	
112	57	231	N – מספר המשיבות
14% ★	54%	33%	סבורות שהערכה כלפי נשים עלתה
40% ★	54%	66%	מתסכל שמדי פעם מבוגרים בסביבה מתייחסים אחרת, רק בגלל שהן נערות
63% ★	68%	68%	מאמינות שהיו יכולות להוביל יוזמה חברתית/קהילתית, אם הייתה ניתנת להן הזדמנות
21% ★	25%	26%	מאמינות שמסוגלות להשפיע על מה שקורה במדינה
44% ★	58%	48%	מדווחות שגילו במהלך המלחמה, כוחות פנימיים שלא ידעו על קיומן

מצוין חיסרון סטטיסטי מובהק ★

חברים/משפחה: הגורמים העיקריים המחזקים את הביטחון העצמי

כלל הנערות – נוב 25



מה עוזר לך לחזק את הביטחון העצמי בימים אלה? מה עוזר לך להרגיש חזקה יותר? (שאלה פתוחה)
*אחר – כולל תשובות שצוינו בשכיחות הנמוכה מ-1% ** הסה"כ גבוה מ-100% מאחר והיה ניתן לציין יותר מתשובה אחת

