עידוד האוכלוסייה להיערכות למצבי חירום

ראיות להתערבויות, התאמה לאוכלוסיות ומדידת היערכות בפועל

נובמבר 2026 | סקירה השוואתית | הבית ערוך

תמצית מנהלים

היערכות של משקי בית למצבי חירום אינה תלויה רק במודעות לסיכונים ובהיכרות עם ההנחיות. סקירה זו בוחנת אילו דרכים עשויות להביא אנשים לבצע פעולות היערכות, אילו חסמים מקשים על קבוצות שונות באוכלוסייה וכיצד ניתן למדוד את ההיערכות שהושלמה בפועל.

הממצאים מצביעים על יתרון אפשרי להתערבויות הכוללות הדרכה מעשית, התנסות וליווי, בהשוואה להפצת מידע כתוב בלבד. נמצאו גם עדויות לתועלת של תמריצים כספיים ושל הדרכה המותאמת לצורכיהן של אוכלוסיות מסוימות. לעומת זאת, לא הוכחה עדיפות עקבית לסגנון מסוים של מסרי אזהרה. קמפיינים ציבוריים רחבים יכולים להגיע למספר רב של משקי בית ולעודד שימוש בכלים להכנת תוכנית חירום, אך אין בכך הוכחה שהמשתמשים השלימו את ההכנות הנדרשות.

המחקר מזהה הבדלים בהיערכות בין קבוצות אוכלוסייה וחסמים מסוגים שונים: קושי להתחיל ולתכנן, מחסור בידע או בתחושת מסוגלות, מגבלות זמן ותקציב והיעדר פתרונות מיגון נגישים. מכאן שיש להתאים את המענה לחסם שמונע פעולה, ולא להסתפק בהפצת הנחיות אחידות. עם זאת, עדיין חסרים מחקרים המאפשרים לקבוע איזו התערבות יעילה ביותר לכל אוכלוסייה.

מן הסקירה עולות שלוש המלצות מרכזיות למדיניות בישראל:

ראשית, לשלב בהסברה הזדמנויות לביצוע פעולות היערכות, ובמיוחד הדרכה פעילה במסגרות קיימות.

שנית, לבחון מענים שונים בהתאם לחסמים שזוהו, לרבות ליווי אישי וסיוע חומרי כאשר הסברה אינה מספקת.

שלישית, להעריך את ההתערבויות לפי פעולות שהושלמו ונשמרו לאורך זמן, ולא רק לפי חשיפה למידע או מספר התוכניות שהופקו. לשם כך מוצע להפעיל תוכניות ניסיוניות, שיכללו מדידה לפני ההתערבות ואחריה, מעקב ובדיקת הכנות בפועל במדגם של משקי בית, ולהשוות ביניהן.

המלצות אלה מאפשרות להתקדם מהפצת מידע למדיניות הנבחנת לפי תרומתה להיערכות ממשית, תוך הבחנה בין דרכי פעולה שכבר נתמכות בראיות לבין מענים שעדיין נדרש לבחון את יעילותם בישראל.

1. שאלות הסקירה ושיטת ההשוואה

הסקירה בוחנת שלוש שאלות:

(1) אילו התערבויות הביאו להיערכות רבה יותר מהסברה פסיבית;

(2) אצל אילו קבוצות ואילו חסמים נמצא פער, ומה ידוע על דרכים להתמודד עמו;

(3) כיצד אפשר למדוד היערכות שנעשתה בפועל ונשמרה לאורך זמן.

היערכות ביתית כוללת, בין היתר, רכישת מלאי ציוד ותחזוקתו, יצירת תוכנית קשר עם בני משפחה בעת חירום, הסדרים לפינוי יזום, ומוכנות לשיבוש שירותים והפחתת מפגעים [4–6, 9].

ניתנה עדיפות לניסויים עם קבוצות השוואה ולמחקרים שעקבו אחר פעולות מוגדרות. סקרים, נתוני שימוש ותיאורי תוכניות נכללו כאשר הם מוסיפים מידע על חסמים למעורבות של הציבור, על פערים בין אוכלוסיות במידת ההיענות לפנייה להיערך למצבי חירום, או על דרכי הפצה של המידע.

2. מה נמצא יעיל יותר מהפצת מידע בלבד?

2.1 ישראל: תמריץ כספי נמצא מועיל בניסוי קצר; ניסוח מאיים לא הוכח כעדיף

מחקר על קמפיין רעידות אדמה שנערך בישראל בשנת 2011 מצא כי כשלושה רבעים מהנחשפים דיווחו שלא ביצעו בעקבותיו פעולת היערכות. זאת למרות שרק רבע מהנחשפים דיווחו שהקמפיין שיפר את מודעותם. מכאן שהיקף חשיפה (והיקף מודעות קודמת לסיכון או מודעות בעקבות חשיפה) אינם מדדים מספיקים לביצוע פעולות היערכות בפועל [1].

במחקר שפורסם בישראל בשנת 2019 חולקו כארבע מאות משתתפים לשלוש קבוצות התערבות ושתי קבוצות ביקורת. כאשר הוצע תגמול כספי על היערכות למלחמה, הסיכוי לדווח על שיפור היה גבוה פי שניים כמעט מזה שבקבוצת ביקורת. לעומת זאת, מסרים שהתמקדו באיום או במוטיבציה פנימית לא השיגו יתרון מובהק דומה, על פני קבוצות הביקורת. המדידה הייתה קצרת טווח ובהסתמך על דיווח עצמי [2].

במחקר ישראלי משנת 2023 הושוו מסרים מעוררי פחד ומסרים המדגישים מסוגלות עצמית בהיערכות לרעידת אדמה. לאורך תקופת המחקר תועד שיפור בהיערכות המדווחת, אך לא נמצא הבדל בין שני סוגי המסרים. החוקרים שיערו שגם המסר מעורר הפחד נתפס כמחזק מסוגלות משום שכלל הוראות יישומיות. מאחר שהמדידה האחרונה נערכה לאחר 7 באוקטובר 2023, לא ניתן לתלות את השיפור בהיערכות במסרים בלבד [3].

2.2 ארה"ב: דיון מודרך מול חומר מותאם שנשלח בדואר

בניסוי אקראי בקרב כ-250 משתתפים בלוס אנג'לס, בהובלת מדריכות בריאות קהילתיות, הושווה מפגש של דיון קבוצתי בן כשעה שנגע להיערכות למצב חירום לחומר בנושא שהונגש בכתב. בשני המקרים המידע היה מותאם תרבותית לאוכלוסייה שקיבלה אותו. כעבור שלושה חודשים, כמעט כל המשתתפים מקבוצת ההדרכה, שלא החזיקו בתחילת המחקר מלאי מים, דיווחו שהצטיידו במים, לעומת כשני שלישים מאלו שלא החזיקו בתחילת המחקר במים, מקרב הקבוצה שקיבלה מידע כתוב. גם בהצטיידות במזון ובהכנת תוכנית קשר משפחתית נמצא יתרון מובהק לקבוצת ההדרכה, על בסיס דיווחי המשתתפים. ההבדלים היו מובהקים סטטיסטית [4].

הממצא תומך בשילוב הדרכה קבוצתית מתווכת בהסברה, במיוחד כאשר מבקשים לעודד השלמת פעולות היערכות מוגדרות.

2.3 Fix-it: שיפור בפעולות שנצפו לאורך שנה - והקושי לבודד את מנגנון השינוי

בתוכנית Fix-it, המעודדת היערכות לרעידות אדמה ושריפות, התקיימה בעיר בתורכיה ובעיר בארה"ב. במסגרתה נערכו שני מפגשי הדרכה מעשיים בני כשלוש שעות כל אחד. המפגשים כללו הדגמות ותרגול של פעולות להפחתת סיכוני רעידת אדמה ושריפה. בנוסף, נבדקו פעולות שנערכו בבתי המשתתפים כגון קיבוע פריטים כבדים, התקנת גלאי עשן ומניעת חסימות של דלתות יציאה, לפני ההתערבות ועד 12 חודשים אחריה. בקבוצות ההתערבות נמצא שיפור בפעולות שנבדקו בבתים לאורך שנה, אך שיפור מסוים נצפה גם בקבוצות ההשוואה. החוקרים העלו את האפשרות שעצם הביקורים והבדיקות עודד פעולה, ולכן אי אפשר לייחס את מלוא השינוי להדרכה [5].

זהו מקרה חשוב במיוחד למדיניות מדידה: אפשר לבדוק מעשים בבית לאורך זמן, אך יש להביא בחשבון שהמדידה עצמה היא מגע שעשוי לשנות התנהגות. לכן במחקר הערכה יש לקבוע מראש רשימת בדיקה אחידה ולתת לקבוצות ההשוואה תנאי מדידה דומים.

2.4 הדרכה מותאמת: חונכות עמיתים ומשפחות עם צרכים מסוימים

בניסוי בתורכיה השתתפו 78 אימהות לילדים עם מוגבלות פיזית בהדרכה מותאמת לרעידות אדמה. על פי דיווח עצמי של הנבדקות, ההדרכה שיפרה מדדים של מוכנות ושל חוסן פסיכולוגי שלהן [7].

במחקר על היערכות לרעידות אדמה שנערך בלוס-אנג'לס הוקצו באקראי 82 מבוגרים עם מוגבלות שכלית או התפתחותית, החיים בקהילה, לקבוצת התערבות או לקבוצת ביקורת. ההתערבות כללה ארבעה מפגשים בני שעתיים שהעבירו איש מקצוע וחונכים עמיתים. שיעור פעולות ההיערכות במדד המחקר בקרב מקבלי ההתערבות עלה מ־56% ל־75% לאחר חודש. בקבוצת ההשוואה נרשם שיפור קטן יותר [6].

2.5 מה מלמדים מחקרי התערבות במבט כולל?

בסקירה שיטתית של 17 מחקרי התערבות, שבהם השתתפו יותר מ־6,000 איש, נמצא כי התערבויות המשלבות הדרכה, תמיכה חברתית ואמצעים לשינוי התנהגות עשויות לשפר את ההיערכות המעשית של משקי בית. בניתוח משולב של שישה ניסויים אקראיים נמצא שיפור מתון במדדי התנהגות. תוצאות ברורות יותר נמצאו בפעולות מוגדרות, ובהן רישום פרטי קשר, הכנת תוכנית תקשורת והכנת תיק חירום. לעומת זאת, לא נמצא שיפור מובהק ועקבי במדדי ההצטיידות הכלליים או בידע. מכאן עולה שהתערבויות מעשיות עשויות לסייע במיוחד בהשלמת משימות היערכות מוגדרות, אך לא ניתן לקבוע איזה מרכיב בהתערבות אחראי לשיפור. עם זאת, ודאות הראיות לשיפור ההתנהגות נמוכה מאוד, ושישה מתוך 17 המחקרים עסקו באלימות בין בני זוג ולא בהיערכות לאסונות טבע, למלחמה או לשיבושי שירותים [8].

המסקנה הכוללת היא שיש סימנים לתועלת של התערבות פעילה, ותמונה לא אחידה בין פעולות, אוכלוסיות ומחקרים.

3. מי מתקשה להיערך — ולאיזה חסם יש להציע מענה?

3.1 מדדים מפורטים לפי קבוצה: הולנד ופינלנד

בהולנד נבחנה ההיערכות של משקי בית לפני קמפיין ההסברה הארצי Denk Vooruit ולאחר תחילתו. הקמפיין, שהחל בסתיו 2025, שילב פרסום בטלוויזיה, ברדיו וברשתות החברתיות, המחשה ציבורית של הפסקות חשמל ומשלוח חוברת היערכות ליותר משמונה מיליון כתובות.

בסקר הולנדי חוזר שנערך בתחילת 2026 נבדק שיעור הביצוע של 30 התנהגויות היערכות בקרב קבוצות אוכלוסייה שונות, בהשוואה למדידה משנת 2024. בקרב בני 65 ומעלה עלה שיעור הפעולות המדווחות מ־52% ל־58%, ובקרב אנשים הזקוקים לסיוע בחיי היומיום מ־48% ל־55%. שתי העליות היו מובהקות סטטיסטית. לעומת זאת, בקרב צעירים בני 18–27 נרשמה עלייה מ־42% ל־44%, ובקרב בעלי הכנסה נמוכה מ־47% ל־51%; עליות אלה לא היו מובהקות. הממצאים מצביעים על כך שפערי ההיערכות בין קבוצות האוכלוסייה לא הצטמצמו בתקופת המחקר [9].

באותו מחקר, נמצא מתאם חיובי בין תחושת מסוגלות ותחושת אחריות כלפי אחרים לבין הכנת תוכנית למצב חירום. כמו כן, נמצא בו מתאם שלילי בין התפיסה שהיערכות גוזלת זמן רב לבין הכנת תוכנית חירום. מחקר איכותני נלווה, שהתמקד מראש באנשים שדיווחו על רתיעה, תיאר ספק בתועלת ההיערכות ותחושה שהאחריות מועברת מן המדינה אל הפרט [9, 11].

בפינלנד פועל מערך הסברה מתמשך סביב המלצת "72 השעות". בסקר של כאלף מבוגרים בשנת 2025, כמחצית העריכו שהם ערוכים להמלצת 72 השעות (לעומת כשליש בשנת 2023). עם זאת, רק כשליש מהמשיבים דיווחו על מלאי מים המספיק לשלושה ימים. צעירים, בעלי הכנסה נמוכה ותושבי ערים דיווחו על מוכנות נמוכה יותר בממוצע. הנתונים מחדדים כיצד תשובה כללית על ״מוכנות״ עשויה להסתיר חוסר בפריט חיוני [14].

3.2 חסמים בישראל: דחיפות, משאבים ומיגון

במחקר שפורסם בשנת 2018, שהתבסס על סקר של כחמש מאות משיבים מן האוכלוסייה היהודית הבוגרת בישראל, נבחנו חסמים להיערכות לעימותים מזוינים. בין החסמים הבולטים נמצאו העדיפות הנמוכה שניתנה להיערכות והתעלמות מהנחיות ההתגוננות בשגרה. נמצא גם קשר שלילי בין התעלמות מהנחיות לבין רמת

ההיערכות המדווחת. החוקרים הצביעו על חשיבותה של החשיפה המתמשכת לאיום הביטחוני להבנת התנהגות הציבור [16].

מחקר ישראלי משנת 2024, שנערך במהלך מלחמת "חרבות ברזל", מצביע על שני חסמים אפשריים להיערכות להפסקת חשמל ממושכת: תחושת מסוגלות נמוכה ותפיסת ההיערכות כאחריות מוסדית. אף ש־80% מהמשיבים הכירו את התרחיש ושני שלישים הביעו דאגה מפניו, רק כרבע מהמשיבים העריכו שיוכלו להתמודד עמו במידה רבה או רבה מאוד. נוסף על כך, כ-60% ייחסו את האחריות למוכנות ולמענה לארגוני החירום, כ-20% לממשלה, ורק 9% לאזרחים. הממצאים מעלים את האפשרות שהיערכות אישית נמוכה קשורה לא רק למחסור במידע, אלא גם לתחושת חוסר מסוגלות ולציפייה שההתמודדות עם האירוע מוטלת על הרשויות. עם זאת, המחקר לא בדק אם תפיסות אלה אכן מפחיתות פעולות היערכות של משקי בית [18].

כמו כן, בדוח הלמ״ס על הסקר החברתי 2025, שפורסם ביולי 2026, 15% ממשקי הבית (9% ממשקי הבית היהודיים ו-46% ממשקי הערביים) דיווחו שאין להם ממ״ד, מיגונית או מקלט נגישים. נתונים אלו מדגישים שישנם חסמים שלא ניתנים לפתרון באמצעות הסברה בלבד [19].

3.3 גורמים פסיכולוגיים המעודדים ומעכבים היערכות

סקירה שיטתית של 35 מחקרים על היערכות משקי בית לאסונות טבע זיהתה כמה גורמים פסיכולוגיים וחברתיים הקשורים להתנהגות ההיערכות. תחושת מסוגלות לבצע את ההכנות ואמונה בתועלתן נמצאו קשורות לרמת היערכות גבוהה יותר. גם תפיסת סיכון גבוהה נמצאה בדרך כלל קשורה להיערכות רבה יותר, אך הקשר לא היה עקבי. ממצאים נוספים נוגעים לאמון ברשויות ולתפיסת האחריות: אמון עשוי להיות קשור להיערכות רבה יותר, אך ציפייה שהרשויות יישאו במלוא האחריות עלולה להיות קשורה להיערכות אישית נמוכה יותר. גם תמיכה קהילתית ונורמות חברתיות נמצאו קשורות להתנהגות ההיערכות. לבסוף, זיקה חזקה לבית נמצאה קשורה לעיתים לפעולות להגנה עליו, אך גם לנכונות נמוכה יותר להתפנות. ממצאים אלה מסייעים לזהות חסמים אפשריים ולהציע מענים ממוקדים, אולם מרביתם מבוססים על קשרים סטטיסטיים ולא על ניסויים המוכיחים כי שינוי הגורמים הפסיכולוגיים מוביל לשינוי בהתנהגות [17].

3.4 התאמת ההתערבויות לחסמי ההיערכות

המחקרים שנבחנו מצביעים על חסמים שונים להיערכות, ובהם קושי לתרגם מידע לפעולה, תחושת חוסר מסוגלות, תפיסות בדבר חלוקת האחריות בין הרשויות למשקי הבית, השפעות חברתיות ומחסור במשאבים. חלק ממחקרי ההתערבות מצביעים על יתרונות של הדרכה מעשית ומותאמת, ואילו מחקרים תצפיתיים מסייעים לזהות חסמים נוספים. הטבלה שלהלן מציגה לכל חסם את הממצאים הרלוונטיים ואת דרכי ההתערבות שמוצע לבחון בישראל. אין לראות בהצעות אלה שיטות שיעילותן הוכחה בכל אוכלוסייה.

חסם או קבוצת אוכלוסייה	מה נמצא במחקרים	מה כדאי לבחון בישראל
קושי לתרגם הנחיות לתוכנית מעשית	בלוס אנג׳לס הדרכה קבוצתית הובילה להכנת יותר תוכניות קשר מחומר כתוב (70.4% לעומת 42.3%). בהולנד נמצא שהיערכות נתפסת כמשימה הגוזלת זמן קשורה להיערכות נמוכה [4, 9].	להשוות הדרכה שבה מכינים תוכנית קשר ובודקים מלאי להפצת מידע כתוב, ולמדוד את השלמת ההכנות.

חסם או קבוצת אוכלוסייה	מה נמצא במחקרים	מה כדאי לבחון בישראל
תחושת חוסר מסוגלות או ספק בתועלת ההיערכות	בסקירת Ni ובמחקר ההולנדי נמצא קשר בין תחושת מסוגלות ואמונה בתועלת ההיערכות לבין ביצוע הכנות בפועל [9, 17].	להשוות הדרכה הכוללת הדגמה ותרגול להסברה רגילה, ולמדוד פעולות שבוצעו בפועל.
תפיסה שהאחריות להיערכות מוטלת על הרשויות	סקירת Ni מצאה שציפייה מהרשויות לשאת באחריות עשויה לעכב היערכות אישית. בישראל ובהולנד נמצאו תפיסות דומות של אחריות מוסדית [11, 18, 17].	לבחון אם הבהרת חלוקת האחריות בין המדינה למשק הבית מעודדת השלמת הכנות אישיות.
חשש מהאירוע או הימנעות מעיסוק בו	סקירת Ni מצאה קשר לא עקבי בין תפיסת סיכון להיערכות. בניסוי ישראלי לא נמצא יתרון מובהק למסרי פחד לעומת מסרי מסוגלות [3, 17].	להשוות מסר המציג סיכון לצד פעולה ברורה למסר אזהרה כללי, לפי ההכנות שבוצעו.
השפעת נורמות חברתיות והיעדר תמיכה	סקירת Ni מצאה קשר בין תמיכה קהילתית להיערכות. בניסוי בלוס אנג׳לס נמצא יתרון להדרכה קבוצתית, אך לא בודדה השפעת הקבוצה עצמה [4, 17].	להשוות הכנת תוכנית בקבוצה בהנחיית מדריך או חונך להכנה עצמאית, ולבדוק השלמה והתמדה.
צרכים תפקודיים המחייבים התאמה או סיוע	בניסוי בקרב מבוגרים עם מוגבלות שכלית או התפתחותית השתפר ביצוע פעולות היערכות בעקבות הדרכה וחונכות עמיתים. בניסוי בטורקיה השתפרו מדדי מוכנות של אימהות לילדים עם מוגבלות פיזית בעקבות הדרכה מותאמת [6, 7].	לבחון הדרכה וחונכות מותאמות ולמדוד השלמת הכנות ויכולת לקיימן לאורך זמן.
מחסור בכסף, בציוד או במיגון נגיש	בישראל ובפינלנד דווח על מחסור במשאבים, ובישראל נמצאו גם פערים בנגישות למיגון [14, 16, 19].	לבחון אם סיוע חומרי והפניה לפתרונות מיגון ציבוריים מאפשרים השלמת הכנות שנעצרו בשל מחסור במשאבים.
צעירים ומשקי בית בעלי הכנסה נמוכה	בסקרים בהולנד ובפינלנד נמצאו רמות היערכות נמוכות יחסית בקרב צעירים ובעלי הכנסה נמוכה [9, 14].	להשוות דרכי הגעה והדרכה בקרב קבוצות אלה ולמדוד השלמת הכנות בכל קבוצה בנפרד.

חסם או קבוצת אוכלוסייה	מה נמצא במחקרים	מה כדאי לבחון בישראל
זיקה חזקה לבית העלולה להקשות על החלטת פינוי	סקירת Ni מצאה שזיקה לבית עשויה לעודד הגנה עליו, אך גם להקשות על נכונות להתפנות [17].	לבחון תכנון פינוי מודרך המתייחס לקושי לעזוב את הבית, ולמדוד הכנת תוכנית ותרגולה.

4. מה אפשר ללמוד מקמפיינים ומכלים ציבוריים?

בהולנד שולבו בקמפיין Denk Vooruit מסרים בתקשורת, המחשה ציבורית של השבתת שירותים ומשלוח חוברת לכל כתובות המגורים במדינה. בין מדידות 2024 ל-2026 עלה שיעור המדווחים על הכנת ערכת חירום מ־30% ל־44%, ועל הכנת תוכנית חירום – מ-5% ל-12%, ועל שמירת בקבוקי מים ל"תרחיש עלטה" מ-28% ל־49%. כמעט כל הנבדקים ציינו שקיבלו את החוברת וכשני שליש ממקבליה דיווחו שקראו אותה. הנתונים מעידים על שינוי בתקופת הקמפיין, אך אינם מאפשרים לקבוע באיזו דרך השפיע הקמפיין. [9–11].

בקווינסלנד שבאוסטרליה, בשבוע היערכות באוקטובר 2025 דווח על יותר מ-21 אלף אנשים שיצרו תוכנית בכלי מקוון ועל יותר מ-47 אלף צפיות בדף הכלי באותו שבוע. בסקר שלאחר הקמפיין שני שלישים מהמשיבים במדינה דיווחו שיש להם תוכנית [12, 13]. יש לציין שהקמפיין האוסטרלי הפיץ את הכלי דרך פרסום המוני, רשויות מקומיות וערכה של קישורים ומידע שהופצה למעסיקים.

ביפן מפעילה ממשלת מטרופולין טוקיו אתר אינטרנט שנועד לסייע לתושבים לחשב את מלאי החירום הנדרש למשק הבית שלהם. הכלי, Tokyo Stockpiling Navi, מציג באמצעות שלוש שאלות רשימת פריטים וכמויות המותאמת להרכב משק הבית, לסוג המגורים ולהימצאות חיות מחמד. המשתמשים יכולים להזין את המלאי הקיים ולזהות חוסרים. עם זאת, לא נמצאה ראיה מחקרית לכך שהשימוש בכלי הגדיל את ההצטיידות בפועל [15].

5. איך מודדים היערכות שהושלמה — ולא רק חשיפה ותוצרים?

מדידה של היערכות מחייבת להגדיר מראש את הפעולות הרצויות ואת המכנה הרלוונטי. משק בית שיצר תוכנית קשר אך לא תיאם אותה עם איש הקשר אינו שקול למשק בית שבו התוכנית תורגלה; גם חשבון משתמש אינו משק בית ערוך. לא כל פעולה ניתנת לאימות מלא, ולפיכך ראוי לשלב תצפית במדגם, הדגמה בהסכמה ודיווח עצמי מוגדר ומסויג [5, 8, 9].

מה נמדד	מדד בר־ביצוע	אופן הבדיקה ומגבלה
הגעה והתחלה	מספר משקי בית שקיבלו פנייה / התחילו בדיקה	מערכת הפצה; ספירת דפים או ביקורים אינה ספירת אנשים
ציוד ומלאי	שיעור משקי הבית שבהם פריטים נדרשים קיימים, נגישים ותקינים	רשימת בדיקה בדגימה מוסכמת או הדגמת פריט; התאמה לצרכים
תוכנית קשר	שיעור משקי הבית שהגדירו איש קשר חלופי ותיאמו עמו	שאלון מובנה והדגמה; אין צורך לשמור מספרי טלפון אצל הגוף המודד
הפחתת מפגעים	מספר מפגעים שנבדקו ותוקנו מתוך מפגעים רלוונטיים	בדיקת בית מדגמית, בהסכמה ובידי בודק שהוכשר לכך
התמדה ותפקוד	שיעור פעולות שנותרו תקינות כעבור שלושה ושישה חודשים	מדידה חוזרת; תרגול קצר אינו שקול לתפקוד באסון אמיתי

הצעת הערכה ליישום: לבחור מראש שלוש עד חמש פעולות לפי תרחיש ותנאי משק הבית; לבדוק נקודת מוצא; להקצות בהגרלה, במידת האפשר, משפחות או קבוצות להדרכה פעילה לעומת חומר כתוב; למדוד לאחר חודש ושוב לאחר חצי שנה; ובמדגם מסכים לאמת ציוד, קשר ומפגעים. יש לרשום כל מגע עם

המשתתף, משום שגם ביקור הבדיקה עלול לגרום לפעולה, ולהשתמש בתנאי מדידה שווים בקבוצות. יש לדווח בנפרד על ביצוע ראשוני, על שימור הפעולה ועל נשירה מן המעקב [5, 8].

המדד העיקרי המוצע אינו ״כמה אנשים נכנסו לכלי״ או ״כמה תוכניות הופקו״, אלא שיעור משקי הבית שהשלימו פעולות שהוגדרו מראש ושמרו עליהן. אפשר לאסוף נתונים מצרפיים, להסתפק במדגם הסכמה לצורך האימות, ולא לדרוש את שמירת התוכנית האישית או פרטים רפואיים בגוף המפעיל.

6. המלצות מדיניות לעידוד היערכות של משקי בית בישראל

6.1 להתאים את אופן הפנייה לחסמים ולקבוצות אוכלוסייה

אין להסתפק במסר הסברה אחיד לכל משקי הבית. המחקרים מצביעים על חסמים שונים, המחייבים דרכי פעולה שונות. בקרב אנשים המכירים את ההנחיות אך מתקשים ליישמן, מומלץ להציע הדרכה מעשית שבמהלכה משלימים הכנות. לצעירים ולמשפחות צעירות אפשר להציע פעולות קצרות באמצעות מקומות עבודה, מסגרות לימוד וערוצים דיגיטליים. למשקי בית בעלי הכנסה נמוכה יש להציע גם דרך לזהות חוסרים ולפנות לסיוע חומרי, ולא להסתפק בהנחיות לרכישת ציוד.

ההתאמות לקבוצות אוכלוסייה הן כיוונים ליישום המבוססים על ממצאים בדבר חסמים ועל מחקרי התערבות באוכלוסיות מסוימות. טרם הוכח איזה ערוץ פנייה הוא היעיל ביותר לכל קבוצה [4, 9, 14, 17].

6.2 לשלב ביצוע פעולות בהסברה ובהדרכה

מחקרים מצביעים על יתרון אפשרי להדרכה פעילה על פני הפצת מידע כתוב בלבד. לפיכך מומלץ לשלב במסגרות חינוך, עבודה וקהילה מפגשים שבהם המשתתפים מכינים תוכנית קשר, בודקים את הציוד שבביתם ומזהים הכנות שטרם הושלמו. גם חומרי הסברה המופצים לציבור צריכים להפנות ישירות לפעולה מוגדרת, ולא רק למידע נוסף.

בקרב אנשים עם מוגבלות הזקוקים לתיווך, מומלץ להציע הדרכה מותאמת, הדגמה וחונכות באמצעות שירותים וארגונים שכבר מלווים אותם. להתערבויות אלה נמצאה תמיכה במחקרים מבוקרים, אם כי יש לבחון את התאמתן לאוכלוסיות נוספות בישראל [4, 6, 7].

6.3 להתאים את תוכן המסר לחסם המעכב פעולה

כאשר אנשים חוששים שלא יצליחו להיערך או מטילים ספק בתועלת ההכנות, מומלץ להציג פעולות אפשריות ולהמחיש את תועלתן, במקום להסתפק בתיאור חומרת האיום. למשל, מסר על הפסקת חשמל ממושכת יכול להציע בדיקה של אמצעי תאורה וקשר חלופיים ולהסביר באילו נסיבות הם עשויים לסייע.

כאשר החסם הוא דחיינות או קושי להתחיל, כדאי להציע פעולה קצרה שניתן לבצע מיד. לעומת זאת, אין להניח שהגברת תחושת האיום לבדה תוביל לפעולה. המלצות אלה נשענות על מחקרים שזיהו קשרים בין תחושת מסוגלות, תועלת נתפסת והיערכות; יעילותם של נוסחי המסרים המסוימים עדיין דורשת בדיקה [3, 9, 17].

6.4 להפיץ הנחיות באמצעות מסגרות שמוכרות לציבור

לצד קמפיינים רחבים, מומלץ לשלב פעולות היערכות בשירותים קיימים: מסגרות חינוך המעבירות משימת היערכות למשפחה, מקומות עבודה המציעים זמן להכנת תוכנית, ארגונים קהילתיים ושירותים חברתיים המסייעים למי שזקוקים לתיווך.

הפנייה צריכה לאפשר פעולה במסגרת המפגש או להפנות ישירות לכלי שמסייע להשלימה. הניסיון הבין-לאומי מדגים את היכולת להגיע לציבור באמצעות כמה ערוצים, אך אינו מוכיח איזה ערוץ הוא היעיל ביותר [10, 12, 13].

6.5 להסיר חסמים חומריים להיערכות

כאשר היערכות מתעכבת בשל מחסור בכסף, בציוד חיוני או במיגון נגיש, הסברה אינה מענה מספק [19,16,14]. מומלץ שרשויות וארגוני סיוע יאפשרו לתושבים לזהות חוסרים ויציעו מידע על פתרונות ציבוריים וסיוע חומרי בהתאם לצורך ולזמינות המשאבים.

6.6 להבהיר את חלוקת האחריות בין משקי הבית לרשויות

מחקרים מצביעים על קשר אפשרי בין תפיסת האחריות להתמודדות עם מצבי חירום לבין ההיערכות האישית [11, 18, 17]. לפיכך, מומלץ להבהיר במסרים לציבור אילו פעולות יכולים משקי הבית לבצע בעצמם ואילו משימות נותרות באחריות הרשויות.

6.7 לבחון תמריצים ממוקדים להשלמת פעולות

הניסוי הישראלי של Bodas ועמיתיו מצא שתמריץ כספי עשוי לעודד שיפור בהיערכות המדווחת. לפיכך יש מקום לבחון תגמול מוגבל עבור השלמת פעולות מוגדרות, במיוחד כאשר אפשר לאמת את ביצוען. אין עדיין בסיס להמליץ על תגמול גורף, בטרם ייבחנו עלותו, השפעתו על קבוצות אוכלוסייה שונות וההתמדה לאחר סיומו [2].

6.8 לבסס מדיניות על מדידת היערכות שהושלמה

מומלץ שכל תוכנית ציבורית לעידוד היערכות תקבע מראש אילו פעולות היא מבקשת לקדם ותבחן את ביצוען ואת שימורן לאורך זמן. יש לנתח את התוצאות בנפרד לפי קבוצות אוכלוסייה וערוצי הפצה, ולהשתמש בהן לשיפור ההתערבויות. דרכי המדידה וההערכה מפורטות בפרק 5.

סיכום

המחקרים שנבחנו בסקירה מלמדים כי אפשר לעודד משקי בית להיערך למצבי חירום, אך הפצת מידע והגברת המודעות אינן מספיקות בהכרח כדי להביא לביצוע הכנות. נמצאו עדויות לכך שהדרכה מעשית, חונכות ותמריצים כספיים עשויים להגביר את ההיערכות. לעומת זאת, לא נמצאה עדיפות ברורה לסוג מסוים של מסרי אזהרה. עוד נמצא כי חסמים פסיכולוגיים, חברתיים וחומריים משפיעים על ההיערכות, וכי רמת ההיערכות שונה בין קבוצות אוכלוסייה.

מן הממצאים עולה שכדי לעודד היערכות יש להתאים את דרך הפעולה לחסמים ולצורכי משקי הבית: לסייע בתכנון ובביצוע הכנות, להציע הדרכה מותאמת למי שזקוקים לה ולהסיר חסמים חומריים כאשר מידע והדרכה אינם מספקים. הפצה באמצעות מסגרות ציבוריות, קהילתיות ותעסוקתיות יכולה להרחיב את ההגעה לציבור, אך יש לחבר אותה לאפשרות לבצע פעולות מוגדרות.

לבסוף, הסקירה מדגישה את החשיבות של מדידת ההיערכות עצמה: לא רק חשיפה להנחיות, השתתפות בהדרכה או הכנת תוכנית, אלא השלמת פעולות ושמירתן לאורך זמן. שילוב בין דרכי הפצה, מענים המותאמים לאוכלוסיות שונות ומדידת התוצאות עשוי לסייע בבניית מדיניות יעילה יותר לעידוד היערכות משקי בית בישראל.

מקורות

[1] Shenhar, G., et al. (2015). The Impact of a National Earthquake Campaign on Public Preparedness: 2011 Campaign in Israel as a Case Study. Disaster Medicine and Public Health Preparedness, 9(2), 138–144. — Source

[2] Bodas, M., Siman-Tov, M., Kreitler, S., & Peleg, K. (2019). Evaluation of the Efficacy of Psychological Interventions in Promoting Preparedness to Armed Conflicts — A Randomized Controlled Study. Disaster Medicine and Public Health Preparedness, 13(4), 713–723. — Source

[3] Levy, L., & Bodas, M. (2025). Risk messaging style and its effect on public preparedness for earthquakes: longitudinal intervention-based study. Journal of Public Health Policy, 46, 87–109. — Source

[4] Eisenman, D. P., et al. (2009). Improving Latino Disaster Preparedness Using Social Networks. American Journal of Preventive Medicine, 37(6), 512–517. — Source

[5] Joffe, H., et al. (2019). The Fix-it face-to-face intervention increases multihazard household preparedness cross-culturally. Nature Human Behaviour, 3, 453–461. — Source

[6] Eisenman, D. P., et al. (2014). Peer-mentored preparedness (PM-Prep): a new disaster preparedness program for adults living independently in the community. Intellectual and Developmental Disabilities, 52(1), 49–59. — Source

[7] Adıyaman, A., Can, V., & Sarman, A. (2025). The impact of earthquake preparedness training on mothers with physically disabled children: a randomized controlled study. Scientific Reports, 15, 9554. — Source

[8] Amberson, T. A., et al. (2024). Social support, educational, and behavioral modification interventions for improving household disaster preparedness: a systematic review and meta-analysis. Frontiers in Public Health, 11, 1257714. — Source

[9] Behavior Change Group / NCTV (2026). Rapportage Herhaalanalyse Rasch weerbaarheid. — Source

[10] CommunicatieRijk (2026, June 4). Mensen bereiden zich voor op noodsituaties: Denk Vooruit campaign evaluation. — Source

[11] NCTV (2026, September 2). In-depth study of resistance to emergency preparedness. — Source

[12] Get Ready Queensland (2025). Get Ready Queensland Week 2025: Communities across the state step up. — Source

[13] Queensland Reconstruction Authority (2026). Get Ready Queensland Week 2025: Evaluation Report. — Source

[14] SPEK (2025, October 28). One in two Finnish households have taken self-preparedness measures to cope for 72 hours. — Source

[15] Tokyo Metropolitan Government. Tokyo Stockpiling Navi — Find out the adequate stockpiling for you; Site Policy. — Source

[16] Bodas, M., Siman-Tov, M., Kreitler, S., & Peleg, K. (2018). The Role of Victimization in Shaping Households' Preparedness for Armed Conflicts in Israel. Disaster Medicine and Public Health Preparedness, 12(1), 67–75 - Source

[17] Ni, M., et al. (2025). Psychological influences and implications for household disaster preparedness: a systematic review. Frontiers in Public Health, 13, 1457406. — Source

[18] אוניברסיטת חיפה (31.10.2024). מוכנים להפסקת חשמל ממושכת? דיווח על ממצאי מחקר בישראל. — למקור

[19] הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (16.7.2026). לקט נתונים מתוך הסקר החברתי 2025: מיגון אזרחי — מרחבים מוגנים. — למקור