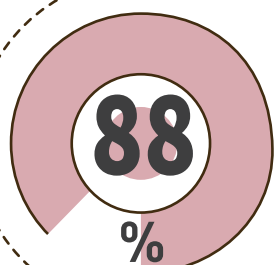


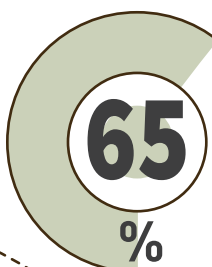
השפעת המלחמה על בריאותן של נערות

ירידה בתחושת ביטחון ושינויים הנוגעים לגוף

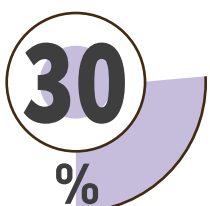


מרגישות פחות בטוחות מחוץ לבית

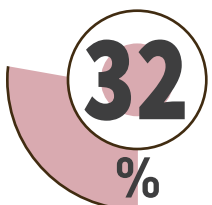
מרגישות פחות בטוחות בבית



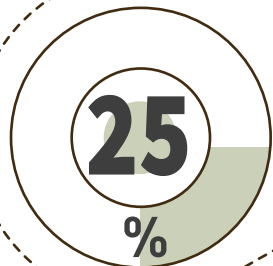
מרגישות פחות בנוח עם הגוף שלהן



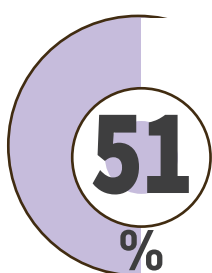
מרגישות שינויים במחזור החודשי



שינוי את האופן בו הן מתלבשות



שינוי את הרגלי האכילה (בעיקר יותר מתוקים ופחמימות)



מאז פרוץ המלחמה נשים ונערות בישראל חשופות לתכנים קשים בחדשות וברשתות החברתיות. התכנים עוסקים, בין היתר, בפגיעות מיניות שהתרחשו ומתרחשות מאז ה-7.10. ובהכחשה שלהן מצד גופים בינלאומיים. במחקר בחנו את השפעת החשיפה לתכנים אלו על הבריאות, הרווחה והבטחון של נערות ונשים צעירות בישראל ועל מיניותן. המחקר נערך, בעברית ובערבית, בקרב 1001, יהודיות וערביות, בגילאי 16-26.

עליה במצוקה הרגשית עקב עליה בצריכת חדשות ושימוש ברשתות החברתיות



90%

דיווחו כי החשיפה למידע על ה-7.10 והמלחמה גרמו להן למצוקה רגשית, חששות או אי-נוחות. ככל שהחשיפה גבוהה יותר, כך עלתה אצלן תחושת המצוקה.

77%

מרגישות שהחשיפה לעדויות / סרטונים / שיח אודות הפגיעות המיניות גרמה להן למצוקה רגשית.

השפעה על מערכות יחסים ועל החשק המיני



68%

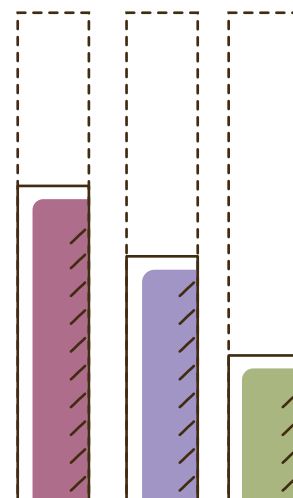
חשו שינוי בפערים בחשק המיני בין לבין בן.ת הזוג

44%

העידו שהמלחמה השפיעה על מערכת היחסים שלהן.

28-36%

העידו על שינויים ברצון באינטימיות או על שינוי בחשק המיני.



מהצעירות ששמעו על ההכחשות של פגיעות מיניות מרגישות שהחשיפה להכחשות גרמה להן למצוקה רגשית

80%



74%



צורכות יותר מידע חדשותי

68%



נחשפות לתכנים שלא מעוניינות לצפות בהם ברשתות החברתיות

30%



מרגישות שאין להן שליטה על מידת החשיפה שלהן למידע על הפגיעות המיניות שהתבצעו

מסקנות והמלצות



מומלץ לדבר עם נערות וצעירות על יכולתן "לחנך את האלגוריתם", גם אם במידה מוגבלת - בחלק מהרשתות נוכל להחליט אחרי מי לעקוב ועל איזה סוג של מסרים להתעכב. נוכל לבחור תוכן שגורם לנו להרגיש טוב יותר, ו"להעיק" תוכן שאנו לא מעוניינות לצפות בו.

מומלץ לדבר עם נערות וצעירות על כך שהשיח ברשתות לרב קוטבי ומפלג, לעומת המורכבות שבמציאות.

חשוב שהמבוגרים.ות ואנשי.ות מקצוע יהיו ערניים לכמות ולאופי התכנים אליהם נערות וצעירות נחשפות ויפתחו ערוץ תקשורת פתוח עמן, סביב שינויים בדפוסי יחסים, אכילה ומצוקה רגשית.

עיבוד הרגשות בסביבה סדנאית ובהנחיה מקצועית יכול לסייע בהתמודדות ובנירמול עם וביחס לקבוצת השוות.