

## תקציר

ללחץ השלכות שליליות רבות, והוא גורם נזקים לגוף ולנפש. כתוצאה מכך, עלותו הכלכלית לחברה גבוהה ועומדת על מיליארדי שקלים בשנה. על אף זאת, לא קיים איסוף נתונים בינלאומי אודות רמת הלחץ של הפרט ולכן כמעט ואין מחקרים העוסקים במגמות בדיווחי הלחץ ובפערים בין קבוצות שונות לאורך זמן. הבנת המגמות העכשוויות בדיווחי הלחץ עשויה לשפוך אור על ההתערבות הנדרשת לצמצום הלחץ באוכלוסייה.

באמצעות שימוש בנתוני הסקר החברתי של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, מחקר זה בוחן את מגמות הלחץ באוכלוסייה הבוגרת בישראל בין השנים 2003-2020, באמצעות מדגם של 45,729 אינדיבידואלים בגילאי 20-64 מהאוכלוסייה היהודית בישראל. בנוסף, נבדק הקשר בין גורמים חברתיים ברמת הפרט, כדוגמת מאפייני העבודה והמשפחה, לבין דיווחי הלחץ על מנת לזהות פערים בין אוכלוסיות שונות ומכניזמים להתערבות. האסטרטגיה האמפירית במחקר כוללת ניתוחים רב משתניים באמצעות רגרסיה לוגיסטית ורגרסיות מולטי-נומינליות.

ממצאי המחקר מעלים כי רמת הלחץ נותרה קבועה יחסית לאורך השנים, וב-2020 היא נמוכה במעט מרמתה ב-2003. עם זאת, בניתוח לפי קוהורטת לידה עולה כי קוהורטות מאוחרות יותר מדווחות על לחץ גבוה יותר, דבר שידרוש את התייחסותן של מערכות ממשל שונות הקשורות לתחום הבריאות והתעסוקה, לדוגמא, עם התבגרותן של קוהורטות צעירות אלה וכניסתן של קוהורטות צעירות יותר לשוק העבודה, למערכת ההשכלה ולמוסדות הבריאות.

## Abstract

Stress has many negative consequences which damage the body and the mind. As a result, the economic cost of stress to society is high and amounts to billions of dollars per year. Despite this, there is no international data collection about the individual's stress level, and therefore there are few studies dealing with trends from stress reports and gaps between different groups over time. Understanding the current trends in these stress reports may shed light on the intervention required to reduce stress in the population.

Utilizing the social survey data of the Central Bureau of Statistics, the current study examines the stress trends in the adult population in Israel between the years 2003-2020 using a sample of 45,729 individuals aged 20-64 from the Jewish population in Israel. In addition, the relationship between social factors at the individual level, such as work and family characteristics, and stress reports were examined to identify gaps between different populations and mechanisms for intervention. The empirical strategy in the current study used multivariate analyses using logistic regression and multinomial regressions.

Research findings reveal that the level of stress has remained relatively constant over the years, and in 2020 was slightly lower than the level in 2003. However, the analysis by birth cohort shows that later cohorts report higher stress and will require the consideration of various government systems related to the field of health and employment. Therefore, government systems should be aware and prepared with the coming of age of these young cohorts and the entry of younger cohorts into the labor market, the education system and the health institutions.