



# הזדקנות מיטבית באוכלוסייה הערבית: פערים, צרכים ופתרונות

אלה אוסטרובסקי-ברמן<sup>1</sup>

שירלי רזניצקי<sup>1</sup>

נועם דוידוביץ'<sup>1</sup>

פרידה אבו-ראס<sup>2</sup>

<sup>1</sup> מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל

<sup>2</sup> המחלקה לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בן גוריון בנגב

עריכת לשון: סיגל אשכנזי  
עיצוב גרפי: אפרת ספיקר

עורכת ראשית: רויטל אביב מתוק

המחקר מומן בסיוע קרן באדר.

לציטוט (APA):

אוסטרובסקי-ברמן, א', רזניצקי, ש', דוידוביץ', נ' ואבו-ראס, פ' (2026). הזדקנות מיטבית באוכלוסייה הערבית: פערים, צרכים ופתרונות. דמ-071-26. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל.

**מכון מאירס ג'וינט ברוקדייל**

ת"ד 3886 ירושלים 9103702

טלפון: 02-6557400

[brook@jdc.org](mailto:brook@jdc.org) | [brookdale.jdc.org.il](http://brookdale.jdc.org.il)

## רקע

האוכלוסייה הערבית בישראל מתמודדת עם תהליך הזדקנות מואץ – שיעור בני 65+ בה צפוי לעלות מ-5.4% בשנת 2024 ל-11.3% עד שנת 2045. קצב הזדקנות זה מהיר מזה שבאוכלוסייה הכללית, ויש בו משום אתגר למערכות הבריאות, הרווחה והשירותים החברתיים. לצד זאת החברה הערבית חווה תהליכים של מודרניזציה, עיור והיחלשות מוסדות משפחתיים מסורתיים, ואלו שינו את מעמד הזקנים והשפיעו על תהליכי ההזדקנות. בעבר היו הזקנים דמויות מרכזיות במשפחה ובקהילה, ואילו כיום תפקידם מצטמצם, וגוברות תחושת הבדידות והירידה במעמד החברתי ונחלשות רשתות התמיכה המסורתיות.

זאת ועוד, יש עלייה ניכרת בשיעורי ההשכלה והתעסוקה באוכלוסייה הערבית, בעיקר בקרב נשים, והיא מובילה לשינויים במבנה המשפחתי – יותר נשים עובדות מחוץ לבית, וצעירים רבים עוזבים את הכפר ועוברים לעיר. שינויים אלו מצמצמים את הזמן הפנוי של בני המשפחה לטפל בזקנים כבעבר.

השילוב בין ההזדקנות המואצת, היחלשות מערכות התמיכה המשפחתיות והקהילתיות המסורתיות והפערים בין האוכלוסייה הערבית לאוכלוסייה היהודית בתחומי חיים מגוונים מדגיש את הצורך בהיערכות מקיפה לקראת המשך ההזדקנות הצפויה של אוכלוסייה זו.

## מטרות

מטרת העל של המחקר הייתה לבחון את ההזדקנות באוכלוסייה הערבית מתוך הסתכלות כוללת על מגוון תחומי חיים שהם חלק מן המדדים הלאומיים להזדקנות מיטבית, וזאת כדי לסייע לקובעי המדיניות לגבש המלצות לצמצום פערים בין קבוצות האוכלוסייה בישראל ולהנגיש שירותים למבוגרים ערבים (בני 50+). מטרת המחקר המפורטות הן:

- לבחון מהי הזדקנות מיטבית בחברה הערבית באמצעות אפיון וזיהוי פערים בין האוכלוסייה הערבית לאוכלוסייה היהודית על פי המדדים הלאומיים להזדקנות מיטבית
- לזהות סוגיות שנתפסות על ידי המבוגרים הערבים חשובות להזדקנות מיטבית ולדרגן לפי סדר חשיבותן
- לזהות חסמים לשימוש שוטף בשירותים קיימים, ולבחון אילו התאמות נדרשות לאוכלוסייה הערבית

## שיטה

המחקר נערך בשנים 2021-2024 והתבסס על שילוב של שיטות מחקר כמותיות ואיכותניות:

- 1. ניתוח נתונים קיימים** – שימוש בנתוני הסקר החברתי של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (להלן: ה"למ"ס), בנתוני המוסד לביטוח לאומי ובנתוני משרד הבריאות.
- 2. ראיונות עומק** – נערכו ראיונות עומק חצי מובנים עם 35 מבוגרים ערבים בני 50+ ועם 15 אנשי מקצוע (עובדים סוציאליים, רופאים, מנהלי אגפי רווחה ברשויות מקומיות ונציגי עמותות). הראיונות סיפקו תובנות מעמיקות על תפיסות הזקנה, על תמיכה משפחתית, על שימוש בשירותים ועל חסמים לשימוש בהם.
- 3. סקר טלפוני** – נערך סקר בקרב 800 מבוגרים ערבים בני 50+ כדי לבחון את מצבם במגוון תחומי חיים, את צורכיהם, את מערכות התמיכה שלהם, את דפוסי השימוש בשירותים פורמליים ובלתי פורמליים ואת היערכותם לזקנה.

## ממצאים

### א. מאפיינים ושינויים בחברה הערבית

החברה הערבית עוברת שינויים מהותיים בדפוסי החיים, והם משפיעים במישורין על איכות ההזדקנות. העלייה בשיעור ההשכלה והתעסוקה בקרב נשים, תהליכי עיור והיחלשות המשפחה המורחבת שינו את תפקיד המבוגרים. בעבר הם שימשו מקור סמכות וקיבלו תמיכה רחבה, ואילו כיום ירד מעמדם ופחתה מידת הכבוד אליהם. שינויים אלו מובילים לתחושות ניכור ובדידות בקרבם ומערערים את תחושת הרווחה שלהם.

### ב. תפיסת הזקנה

הזקנה נתפסת תהליך טבעי שאין צורך להיערך אליו. המבוגרים מסתמכים על ילדיהם שיתמכו בהם בתהליך ההזדקנות ויסייעו לענות על צורכיהם. נוסף על כך הסתמכות בקרב אוכלוסייה זו על כוח עליון מצמצמת את האחריות האישית ואת הרצון לפעול לשיפור איכות החיים. התוצאות של תפיסת הזקנה הן היעדר תכנון מוקדם מבחינה כלכלית ומבחינה בריאותית, דחינות והיעדר טיפול בסוגיות שמתעוררות בתקופת הזקנה.

### ג. היערכות לזקנה

חוץ מן ההסתמכות על כוח עליון, יש חוסר מודעות לחשיבות ההיערכות לזקנה. כך לדוגמה בהיבט החברתי של צריכת פנאי יש חוסר מודעות לתחושת הבדידות שזקנים סובלים

ממנה וחוסר הבנה שלה, ולכן אין היערכות מוקדמת כגון תכנון פנאי לאחר הפרישה, פיתוח תחביבים חדשים ותחזוקת קשרים חברתיים מחוץ למעגל המשפחתי. בהיבט הכלכלי מבוגרים ערבים רבים לא חסכו לעת זקנתם בגלל הדעה הרווחת כי ההוצאות של הזקנים נמוכות ומיועדות לצורכי מחיה בסיסיים. לכן בהגיעם לגיל הזקנה הם סובלים ממצוקה כלכלית, בייחוד בקרב נשים שרבות מהן לא עבדו מחוץ לבית.

#### **ד. מישור הבריאות**

תוחלת החיים בחברה הערבית נמוכה מזו שבאוכלוסייה הכללית, ושיעור התחלואה הכרונית גבוה יותר. בקרב האוכלוסייה הערבית יש חסמים בגישה לשירותים רפואיים, מחסור ברופאים דוברי ערבית, קושי בניידות ומעמד כלכלי נמוך שמונע צריכת שירותי בריאות.

#### **ה. המישור הרגשי**

תחושת הבדידות באוכלוסייה הערבית רבה מזו שבאוכלוסייה היהודית, בייחוד בקרב נשים ואלמנים. רבים דיווחו על דיכאון ועל ירידה בתחושת האופטימיות בנוגע לעתידם.

#### **ו. המישור החברתי**

אומנם המשפחה עדיין נחשבת למרכז חיי הזקן, אולם הקשרים הבין-דוריים נחלשים. רבים מן המבוגרים הערבים מבלים פחות עם ילדיהם ונכדיהם מבעבר.

#### **ז. שירותים**

באוכלוסייה זו ניכר תת-ניצול של שירותים ציבוריים בשל חסמי שפה, חוסר מודעות להם והיעדר נגישות אליהם. רבים מן המבוגרים אינם מודעים לזכויותיהם או נמנעים משימוש בשירותים קיימים בשל מחסומים כלכליים ותרבותיים. המחסור בשירותים ייעודיים בשפה הערבית ותוכניות מותאמות תרבותית הוא מכשול גדול במיציא זכויות.

#### **ח. המישור הכלכלי**

קשיים כלכליים הם בעיה רחבה בקרב מבוגרים ערבים, וחלקם אף מתקשים לכסות הוצאות בסיסיות, כגון מזון ותרופות. לרבים מן המבוגרים הערבים אין חיסכון פנסיוני או שהוא חלקי, ולכן רווחתם הכלכלית מועטה. זאת ועוד, חוסר תכנון פיננסי מוקדם ואי-מיציא זכויות סוציאליות מחמירים את המצב.

## ט. המישור התעסוקתי

שיעורי הפרישה המוקדמת גבוהים, בעיקר בשל מצב בריאותי ירוד או קושי פיזי. רבים הביעו עניין בהמשך עבודה במשרה חלקית אך מתקשים למצוא תעסוקה מותאמת לגילם. תופעה זו נפוצה בעיקר בקרב נשים ערביות – כ-30% מהן דיווחו כי היו מעוניינות לקבל סיוע במציאת עבודה בגיל זקנה.

## י. סיוע בתוך המשפחה

הקשרים המשפחתיים נותרו חזקים, אך התמיכה במבוגרים הולכת ומתמעטת. רבים עדיין מסייעים לכלית לילדיהם ולנכדיהם ומקריבים את צורכיהם האישיים. מקצת המבוגרים מטפלים בנכדיהם יום-יום, ואילו אחרים נמנעים מבקשת עזרה מחשש ליפול למעמסה. רבים מן המבוגרים היו מעדיפים להפחית את הסיוע לילדיהם ולנכדיהם הן במונחי זמן הן במונחי כסף, אך אינם עושים זאת לנוכח המחויבות שהם מרגישים לבני המשפחה.

## יא. כישורים דיגיטליים

השימוש באמצעים דיגיטליים בקרב מבוגרים ערבים מצומצם ומתרכז בעיקר בטלפון חכם לצרכים יום-יומיים בסיסיים. מרבית המבוגרים אינם מעוניינים בהדרכות דיגיטליות בשל תפיסת חוסר רלוונטיות או הסתמכות על בני משפחה. עם זאת בקרב מבוגרים צעירים יותר ניכרת פתיחות גבוהה יותר ללמידה דיגיטלית ולהשתלבות במרחב המקוון.

## סיכום

האוכלוסייה הערבית מזדקנת במהירות, אך אינה ערוכה לכך. באוכלוסייה זו מתרחשים תהליכים תרבותיים וחברתיים, כגון עיור, מודרניזציה ואינדיווידואליזציה, ויש להם השפעה ניכרת על איכות החיים של האוכלוסייה הערבית המבוגרת. במחקר זה נבחן נושא ההזדקנות באוכלוסייה הערבית מתוך הסתכלות כוללת על מגוון תחומי חיים. בתוך כך התמקד המחקר בנושאים האלה: (א) תפיסה של הזדקנות מיטבית בחברה הערבית באמצעות אפיון וזיהוי פערים בין המבוגרים הערבים לבני גילם באוכלוסייה הכללית על פי מפת המדדים להזדקנות המיטבית; (ב) זיהוי סוגיות שנתפסות על ידי המבוגרים הערבים קריטיות להזדקנות מיטבית ודירוג לפי חשיבותן; (ג) זיהוי חסמים לשימוש בשירותים בקרב מבוגרים ערבים ובחינת התאמות נדרשות כדי להגביר שימוש בהם בחיי היום-יום.

מן הממצאים עלה כי המאפיינים של הזדקנות מיטבית באוכלוסייה הערבית כוללים את המאפיינים האוניברסליים להזדקנות מיטבית, כגון בריאות טובה, ניצול יעיל של פנאי, משמעות חברתית

ורוחה כלכלית המאפשרת חיים בכבוד. הייחודיות שלה מתבטאת בתחום המשפחתיות הן במתן כבוד למבוגרים במשפחה הן במעורבות ובמרכזיות המבוגר בחיי המשפחה, וכן בהשפעות הכלכליות של ההשקעה בילדים ובמשפחה. מן המחקר עלה כי בכל מדדי ההזדקנות המיטבית שנבדקו יש פערים בין הזקנה המיטבית ובין הזקנה בפועל באוכלוסייה זו. תוצאות אלו עקביות ועלו הן בראיונות הן בבחינות כמותיים של הנתונים המנהליים והסקר.

אפשר להבחין בין שני סוגי סיבות לפערים שנמצאו:

## 2. "פערים מסיבות חיצוניות" –

מקורם בפערים בתשתיות, בהקמת מסגרות מתאימות ובשירותים. צמצום פערים אלו אפשרי על ידי התערבות ממוקדת וטיפול על ידי המדינה והרשויות

## 1. "פערים מסיבות פנימיות" –

פערים הנובעים מנורמות תרבותיות ודתיות ומאורח חיים. ההערכה היא כי הפערים הללו מושפעים מן השינויים שעוברת החברה הערבית ולא דווקא יהיו רלוונטיים באותה המידה עבור הדור הבא של המבוגרים הערבים

## המלצות עיקריות

### שינוי בתפיסת הזקנה

#### והיערכות בהתאם:

העלאת המודעות להזדקנות מיטבית ועידוד היערכות מוקדמת, באמצעות חינוך, הסברה וליווי קהילתי מותאם תרבותית, בשיתוף אנשי מקצוע, מנהיגים מקומיים ובני משפחה.

### המישור הבריאותי:

חיזוק הקשר והאמון בין מבוגרים למערכת הבריאות, שיפור הנגישות השפתית והתרבותית לשירותים רפואיים ועידוד אורח חיים פעיל ומונע לאורך הזקנה.

### המישור הרגשי והחברתי:

פיתוח והרחבה של מסגרות חברתיות ופעילויות פנאי מותאמות, בדגש על צמצום בדידות, חיזוק רשתות תמיכה קהילתיות ומתן מענים ייעודיים לאוכלוסיות בסיכון.

### המישור הכלכלי והתעסוקתי:

עידוד היערכות כלכלית לזקנה, מיצוי זכויות וליווי תהליכי פרישה והשתלבות בתעסוקה מותאמת גיל לצד התחשבות בצורכי שוק העבודה ובחזקת המבוגרים.

### קשרים בתוך המשפחה:

חיזוק עצמאות המבוגרים לצד מעורבות תומכת של בני המשפחה, ושילוב מבוגרים בפעילויות בין-דוריות לשימור מעמד החברתי והעברתם של ידע וניסיון.

### כישורים דיגיטליים:

פיתוח מענים ממוקדים לשיפור אוריינות דיגיטלית בקרב אוכלוסיות מתאימות, והתאמתם לרמת הידע, לצרכים היום-יומיים ולהעדפות המבוגרים.