

מאי 2026

השלכות המלחמה על הנהיגה והבטיחות בדרכים: ממצאי מחקר בקרב נהגים בישראל שלאחר 'חרבות ברזל'

חוקר: יפתח גורדוני-לביא, חטיבת מידע ומחקר, רלב"ד

1. רקע למחקר

מאז אירועי ה-7/10/2023 נתונים אזרחי ישראל במלחמה מתמשכת. בו בעת, מאז שנת 2024 חלה עליה חריגה במספר ההרוגים בתאונות דרכים בישראל, שהגיעה לשיאה בשנת 2025. מצב דומה התרחש במדינות שונות ברחבי העולם, אשר במקביל למצב מלחמה או טרור חוו גם הרעה במצב הבטיחות בדרכים.



2. שאלות המחקר

המחקר המוצג להלן בא לבחון את הקשר בין מצב המלחמה לתאונות הדרכים, באמצעות 3 שאלות מרכזיות:

1. האם בישראל שלאחר מלחמת 'חרבות ברזל' קיים קשר בין מידת החשיפה של נהגים לאירועי המלחמה ובין המידה שהם נוהגים בצורה מסוכנת?
2. אם קיים קשר בין חשיפה למלחמה ונהיגה מסוכנת - האם זהו קשר ישיר, או קשר עקיף הנובע ממצוקה נפשית ועייפות עקב חשיפה למלחמה?
3. אם קיים קשר בין מצוקה נפשית ועייפות עקב המלחמה ובין נהיגה מסוכנת - האם זהו קשר ישיר, או קשר עקיף עקב שחיקת העמדות והמוטיבציה כלפי נהיגה בטוחה (שחיקת תרבות הנהיגה)?
4. האם נהיגה בשעת חירום (התראה/אזעקה) היא נהיגה מסוכנת יותר?

שאלות המחקר:



1. חשיפה למלחמה קשורה לנהיגה מסוכנת?

המחקר בוחן האם קיים קשר בין מידת החשיפה לאירועי מלחמה ובין המידה שנהגים בצורה מסוכנת.



2. מצוקה נפשית ועייפות כגורמים לקשר בין חשיפה למלחמה ונהיגה מסוכנת?

המחקר בוחן האם חשיפה למלחמה מיצרת עייפות ומתח נפשי שמתורגמים לנהיגה פחות בטוחה.



3. שחיקת תרבות הנהיגה כגורם לקשר בין חשיפה למלחמה ונהיגה מסוכנת?

המחקר בוחן האם חשיפה למלחמה שוחקת את העמדות והמוטיבציה כלפי שמירת החוק, וגורמת לנהיגה מסוכנת יותר.



4. האם נהיגה בשעת חירום (התראה/אזעקה) היא נהיגה מסוכנת יותר?

3. הליך המחקר

איסוף הנתונים למחקר בוצע באמצעות העברת שאלון עמדות ודיווח עצמי על אופן הנהיגה למדגם מייצג של 564 נהגים מהחברה היהודית ו-157 נהגים מהחברה הערבית בישראל. הדגימה והתשאול בוצעו בקרב פאנל אינטרנטי של משיבים.

721 נהגים לקחו חלק במחקר



564 נהגים
מהחברה היהודית



157 נהגים
מהחברה הערבית

דיווח עצמי על אופן הנהיגה



איסוף הנתונים בוצע באמצעות שאלון עמדות מקיף.

דגימה באמצעות פאנל אינטרנטי



4. ממצאי המחקר

• חשיפה למלחמה ולחץ נפשי בקרב הנהגים

98.2% מהנהגים נחשפו למלחמה מרחוק (בעיקר דרך התקשורת או עקב ריצה למרחב מוגן), ובממוצע חשו לחץ נפשי בינוני עד רב עקב כך.

69% מהנהגים נחשפו למלחמה דרך אדם קרוב (בעיקר קרוב ששירת בכוחות הביטחון), ובממוצע חשו לחץ נפשי רב עקב כך. בקרב נהגים מהחברה היהודית הלחץ רב יותר בשל כך, לעומת נהגים מהחברה הערבית.

19.7% מהנהגים נחשפו למלחמה מקרוב (בעיקר עקב שירות בכוחות הביטחון), ובממוצע חשו לחץ בינוני עד רב עקב כך. בקרב גברים, בקרב צעירים, ובקרב נהגים מהחברה היהודית, קיים לחץ רב יותר בשל כך.

חשיפה למלחמה כאירוע מלחיץ בקרב נהגים



98.2%

מהנהגים נחשפו
למלחמה מרחוק
(בעיקר דרך
התקשורת או
ריצה למרחב מוגן),
וחשו לחץ
בינוני-רב עקב כך.

69%

מהנהגים נחשפו
למלחמה דרך
אדם קרוב
(בעיקר קרוב
המשרת בכוחות
הביטחון),
וחשו לחץ
רב עקב כך.

19.7%

מהנהגים נחשפו
למלחמה מקרוב
(בעיקר עקב
שירות בכוחות
הביטחון),
וחשו לחץ
בינוני-רב עקב כך.

• מצוקה נפשית בקרב הנהגים

הפרעת דחק (לחץ) פוסט-טראומטית

90.1% מהנהגים דיווחו על תסמין אחד או יותר של הפרעת לחץ (דחק) פוסט-טראומטית (לדוגמא "הרגשת מצוקה כאשר משהו הזכיר לך את החוויה הטראומטית"), ו- 25.5% מתוכם אובחנו כבעלי חשש להפרעת דחק.

הפרעת חרדה כללית

76.8% מהנהגים דיווחו על תסמין אחד או יותר של הפרעת חרדה (לדוגמא "הרגשת עצבני, חרד או מתוח מאד"), ו- 20.5% מתוכם אובחנו כבעלי חשש להפרעה זו.

נהגים במלחמה



90.1%

מהנהגים מדווחים
על תסמיני
פוסט-טראומה

מעל רבע מהנהגים
(25.5%) נמצאים
בסיכון גבוה לאבחנה
של הפרעת דחק
פוסט-טראומטית.



76.8%

מהנהגים חווים
תסמיני חרדה

כ-20.5% מהנהגים
אובחנו כבעלי חשש
ממשי להפרעת
חרדה.



- עייפות בקרב הנהגים: תחושת ישנוניות במהלך שעות היום
57.5% מהנהגים דיווחו כי קיים סיכוי שיירדמו במהלך היום במצבים הדורשים מהם ערנות (לדוגמא "מה הסיכוי שתירדם כאשר אתה יושב ומשוחח עם מישהו"), ו- 21.5% מהנהגים אובחנו כישנוניים במידה חריגה.

עייפות בדרכים: הסכנה השקטה של הנהגים



**57.5% מהנהגים דיווחו
כי הם עלולים להירדם
במצבים הדורשים ערנות.**

נהגים אלו דיווחו על סיכוי להירדמות אפילו
בזמן שיחה עם אדם אחר.



סובלים מעייפות חריגה.

כחמישית מהנהגים אובחנו עם רמת
עייפות שאינה נורמלית.

• **דיווח עצמי על נהיגה**

נהיגה תוקפנית (אגרסיבית)

71.2% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם נוהגים באופן תוקפני (אגרסיבי) (לדוגמא "צפרת כדי להראות לנהג אחר שאתה עצבני").

ביצוע עבירות תנועה

- 78% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם מבצעים עבירות 'התקדמות מהירה' (לדוגמא "התעלמת מהגבלת המהירות בכביש מהיר או בינעירוני").
- 71.6% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם מבצעים עבירות לא מכוונות (לדוגמא "בזמן עקיפה, לא הערכת נכון את מהירות הרכב הנוסע בנתיב הנגדי").
- 48.6% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם עושים שימוש אסור בטלפון הנייד (לדוגמא "קראת הודעות בזמן הנהיגה").
- 50.7% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם נוהגים במצב לא כשיר (לדוגמא "נהגת כשאתה כל כך עייף ומתקשה לשמור על עיניים פקוחות").

ביצוע טעויות בנהיגה

- 82.6% מהנהגים דיווחו על מידה כלשהי של טעויות שביצעו במהלך הנהיגה (לדוגמא "נכנסת לנתיב הלא נכון בעת התקרבות לצומת").
- 76.7% מהנהגים דיווחו על מידה כלשהי של כשלים בזכירה ובחשיבה שחוו בזמן הנהיגה (לדוגמא "קלטת שאתה לא זוכר את הדרך בה נסעת זה עתה").

נהיגה חברתית (אלטרואיסטית)

96.2% מהנהגים דיווחו כי, במידה כלשהי, הם נוהגים נהיגה חברתית (אלטרואיסטית) (לדוגמא "השתמשת פחות באורות גבוהים, בכדי להקל על נהגים הבאים ממולי").

נהיגה בשעת חירום (בזמן אזעקות, נפילת טילים, קרוב הנמצא במצוקה, במסגרת שירות בכוחות הביטחון)

- 51.5% מהנהגים דיווחו כי נהגו במצב חירום עקב המלחמה, מהם 27.8% שנהגו פעם אחת במצב כזה ו- 23.7% שנהגו פעמיים ויותר במצבי חירום.
- בקרב הנהגים שדיווחו כי נהגו בשעת חירום:
 - 70.6% דיווחו כי נאלצו לעצור את רכבם בשול הדרך (לא במפרץ עצירה).
 - 42.2% דיווחו כי נאלצו לנהוג מעבר למהירות המותרת.
 - 23% דיווחו כי נאלצו לקרוא הודעות בטלפון הנייד ולהתעדכן בחדשות בזמן הנהיגה.
 - 16.7% דיווחו כי נאלצו לנהוג תוך שהם מתקשים לשמור על עיניים פקוחות.
 - 9.3% דיווחו כי נאלצו לחצות צומת באור אדום.



המציאות שמאחורי ההגה: נהיגה ישראלית במספרים (ינואר-פברואר 2026)



96% מהנהגים נוהגים מידה כלשהי של אדיבות וחברתיות

כמעט כל הנהגים מבצעים ברמה כלשהי פעולות אלטרואיסטיות, כמו הימנעות מסינוור נהגים אחרים.



83% מבצעים, בתדירות כלשהי, טעויות בזמן הנהיגה

רוב הנהגים מבצעים טעויות בתדירות כלשהי, כגון כניסה לנתיב לא נכון בצמתים



78% מבצעים, בתדירות כלשהי, עבירות "התקדמות מהירה"

רוב הנהגים מבצעים, בתדירות כלשהי, עבירות שנועדו לקצר את זמן הנסיעה.



71% נהגים נוהגים בתוקפנות בכביש

נהגים רבים מעידים כי, בתדירות כלשהי, הם נוהגים באגרסיביות, לדוגמה עושים שימוש עצבני ומופרז בצופר.



49% משתמשים בטלפון בזמן נהיגה

קרוב למחצית הנהגים עושים, בתדירות כלשהי, שימוש אסור בטלפון הנייד.



למעלה מ-50% נוהגים, בתדירות כלשהי, כשהם במצב לא כשיר



עייפות



שכרות



תחת השפעת תרופות

76.7% מהנהגים חווים מידה כלשהי של "חורים" בזמן נהיגה ובחשיבה

מתקשים לזכור את הדרך



חווים קשיי חשיבה



נהיגת חירום: הסכנות שבדרך

למעלה מ-51% מהנהגים בישראל דיווחו כי נאלצו לנהוג במצבי חירום בעקבות המלחמה.



70.6%

נאלצו לעצור בשולי הדרך

עצירה בשול הדרך היא פעולה נפוצה ביותר של נהגים בזמן אזעקות או נפילות.



42.2%

נהגו במהירות מופרזת

הלחץ להגיע ליעד או למרחב מוגן מוביל לחריגה מהמהירות המותרת.



23%

קראו חדשות תוך כדי נהיגה

הצורך בעדכונים שוטפים יוצר הסחת דעת קריטית ומסוכנת מאחורי ההגה.



16.7%

נהגו במצב של עייפות קיצונית

המלחמה גורמת לנהגים להתמודד עם קושי פיזי לשמור על עיניים פקוחות בדרכים.

סכנת האור האדום



9.3%

כמעט אחד מכל עשרה נהגים שנקלעו למצב חירום דיווח על ביצוע עבירה מסוכנת זו

- הקשר בין חשיפה למלחמה ובין נהיגה מסוכנת
- א. קשר מרכזי: אפקט שלילי של חשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה
- חשיפה למלחמה והלחץ הנלווה לה מגבירים אצל הנהגים תחושות מצוקה נפשית וישנוניות.
- תחושות של מצוקה נפשית וישנוניות מעודדות נהיגה מסוכנת – הן באופן ישיר, והן עקב שחיקה של תרבות הנהיגה ופגיעה בעמדות הנהגים כלפי שמירת החוק (הערכת התוצאות, לחץ חברתי, חובה מוסרית, ותחושת מסוגלות) ובמוטיבציה שלהם לשמור על החוק.

האפקט השלילי של חשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה

חשיפה למלחמה מעוררת לחץ שמשנה לרעה את האופן שבו אנו מתנהגים מאחורי ההגה.



מלחמה מגבירה מצוקה נפשית

- המצוקה הנפשית עקב המלחמה מתורגמת לנהיגה מסוכנת.



מלחמה גורמת לעייפות ותחושת ישנוניות

- תחושת הישנוניות עקב המלחמה מובילה לנהיגה מסוכנת.



מלחמה שוחקת את המוטיבציה לשמור על חוקי התנועה

- המצוקה הנפשית והישנוניות עקב המלחמה פוגעות בתרבות הנהיגה ובנכונות לציית לחוק.

ב. קשר משני: אפקט חיובי של חשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה

- נוסף לאפקט השלילי של חשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה, יש לה גם אפקט חיובי מסוים, שכן:
 - תחושה של מצוקה נפשית עקב חשיפה למלחמה מערערת את תחושת הביטחון במהלך הנהיגה, מחזקת את הדאגה של הנהגים מתאונות דרכים, ומפחיתה את הסיכוי שינהגו בצורה מסוכנת.
 - חשיפה למלחמה מרחוק מחזקת את הדאגה מתאונות דרכים ואת החובה המוסרית שחשים הנהגים לשמור על החוק, ומפחיתה את הסיכוי שינהגו בצורה מסוכנת.
 - חשיפה למלחמה דרך אדם קרוב מחזקת את הדאגה מתאונות דרכים ואת תפיסת הסכנה בקרב הנהגים, מפחיתה את הסיכוי שינהגו בצורה מסוכנת, ומעודדת אצלם נהיגה חברתית (אלטרואיסטית).



עלייה ברמת הדאגה מתאונות

חשיפה למלחמה מרחוק או דרך אדם קרוב מחזקת את החשש מתאונות דרכים.

חיזוק החובה המוסרית לציית לחוקי התנועה

חשיפה למלחמה מרחוק מעוררת תחושת חובה מוסרית לנהוג כחוק.



תפיסת סכנה חדה יותר

חשיפה למלחמה דרך אדם קרוב מתדדת לנהגים את הסכנה הקיימת בביצוע עבירות תנועה.



ערעור תחושת הביטחון בזמן נהיגה

מצוקה נפשית עקב חשיפה למלחמה פוגעת בתחושת הביטחון של הנהגים במהלך הנהיגה.



5. סיכום והמלצות

ממצאי המחקר מצביעים על קשר מובהק בין חשיפה למלחמה ובין נהיגה מסוכנת:

- **שיעור משמעותי מקרב הנהגים בישראל חווה לחץ נפשי עקב חשיפה למלחמה, ולחץ זה מגביר תחושות של מצוקה נפשית ושל ישנוניות** לכדי שיעורים מדאיגים.
- מצוקה נפשית וישנוניות עקב חשיפה למלחמה **מעודדות נהיגה מסוכנת**, באופן ישיר או עקב **שחיקת תרבות הנהיגה**.
- יחד עם זאת, לחשיפה למלחמה מרחוק או דרך אדם קרוב ולמצוקה נפשית יש גם **אפקט חיובי המעודד נהיגה חברתית ובטוחה**, וממתן את האפקט השלילי הדומיננטי של המלחמה על הנהיגה. לאור ממצאי המחקר, ניתן להמליץ על מספר פעולות שעשויות לצמצם את האפקט השלילי של החשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה, ולחזק את האפקט החיובי שלה:
 - א. הפעלת תוכנית בין-משרדית (רווחה, בריאות, חינוך, בט"ל) אשר תטפל במצוקה הנפשית שחווים נהגים בישראל עקב החשיפה למלחמה, מהם רבים שכנראה סובלים מהפרעת לחץ (דחק) פוסט-טראומטית ו/או הפרעת חרדה.
 - ב. סיוע לנהגים הרבים שסובלים מהפרעות שינה וקושי לשמור על ערנות בזמן הנהיגה - בין אם באמצעות שיפור איכות השינה, ובין אם על ידי מתן כלים להתמודד עם חוסר ערנות במהלך הנהיגה.
 - ג. הפעלת כלים של חינוך, הסברה ואכיפה לשם חיזוק תרבות הנהיגה הנשחקת עקב המלחמה, כדי שזו תשמש חסם אפקטיבי יותר כנגד האפקט השלילי של חשיפה למלחמה על בטיחות הנהיגה.
 - ד. תוכניות חינוך והסברה לחיזוק האפקט החיובי שיש לחשיפה למלחמה על הנהיגה הבטוחה, בכדי למתן את האפקט העיקרי השלילי של המלחמה על הנהיגה.