



הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות  
Faculty of Social Welfare & Health Sciences  
الكلية لعلوم الرفاه والصحة

# כיצד נתמודד עם דפוסי התנהגות הציבור הישראלי ביחס לפסולת-

## תובנות מתחום בריאות הציבור

פרופ' אורנה בראון אפל  
בית הספר לבריאות הציבור

אוניברסיטת חיפה

27 לנובמבר 2024

# החלטות שלנו המשפיעות על ההתנהגות שלנו וכך על הסביבה שלנו

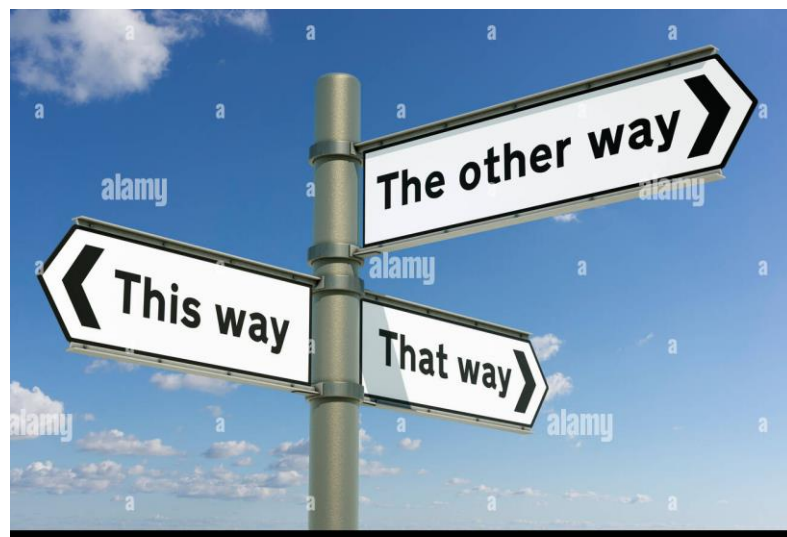




# כל פעולה שלנו דורשת קבלת החלטה

- אבל עד כמה קבלת ההחלטות שלנו תלויה רק בנו?
- האם אנחנו בוחרים לזהם? למחזר?

- מה הגורמים שמשפיעים על ההתנהגות שלנו?





# לדוגמא: פעילות גופנית

• מהן ההחלטות שצריך לעשות כדי לבצע פעילות גופנית?

• לקום מהכורסא

• מה לעשות?

• היכן?

• מתי?

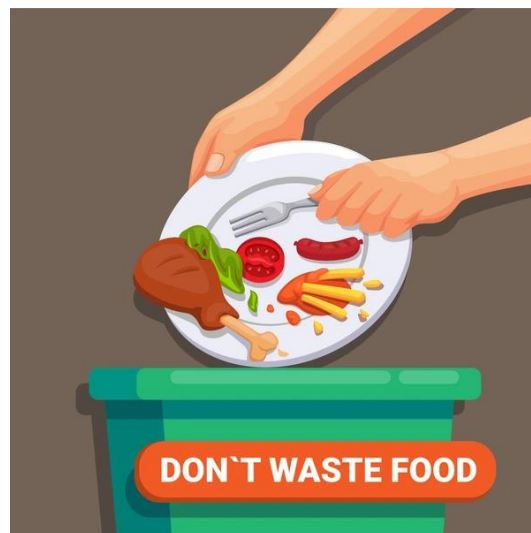
• כמה?

• עם מי?

• ועוד



# מרכיבי התנהגות



סוג ➤

כמות ➤

משך ➤

תדירות ➤

עוצמה ➤

ועוד?? ➤



# התנהגות וסביבה, פסיכולוגיה סביבתית

פסיכולוגיה סביבתית כוללת שני נושאים מרכזיים:

כיצד הסביבה משפיעה על האדם, התנהגותו ובריאותו  
זיהוי הגורמים המשפיעים על התנהגות שמשמעותית לסביבה ופרו-סביבתית

• התנהגויות משמעותיות לסביבה - significant environmental behavior

כולל התנהגויות המשפיעות על הסביבה לטוב ולרע

• התנהגות פרו-סביבתית Pro-environmental behavior

התנהגויות שתורמות לסביבה



# למה הכוונה בהתנהגות תומכת קיימות?



לסרב

לצמצם

שימוש חוזר

חידוש

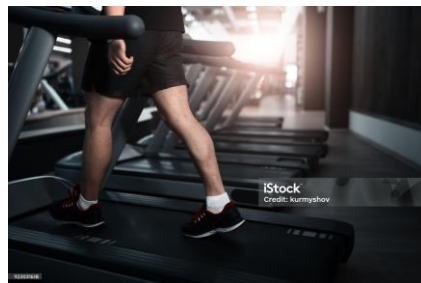
מיחזור

מיחדוש

- Refuse •
- Reduce •
- Reuse •
- Repurpose •
- Recycle •
- Rot ריקבון •

# ההחלטות שלנו תלויות בעוד גורמים מהם?

## הסביבה הפיזית



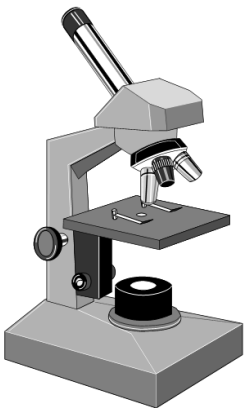
## הסביבה החברתית





# המודל הסוציואקולוגי





# קצת היסטוריה

- במאות ה-19-20 המדע והרפואה התפתחו,
- ותוחלת החיים עלתה בצעדי ענק
- התפתח מקצוע חדש בשם **בריאות הציבור**
  
- זיהו את נושא ההיגיינה כבעיית התנהגות



הבינו שמערכת הרפואה אינה יכולה לטפל בבעיות הבריאות לבד

## 4 סיבות עיקריות לתמותה (1974)

1. שירותי בריאות לא מספקים
2. גורמים התנהגותיים
3. סביבה
4. איפיונים ביופיזיים

# הצהרת אלמה אטה, שינוי קונספציה ארגון הבריאות העולמי WHO

## 1978- Alma Ata Declaration-I.

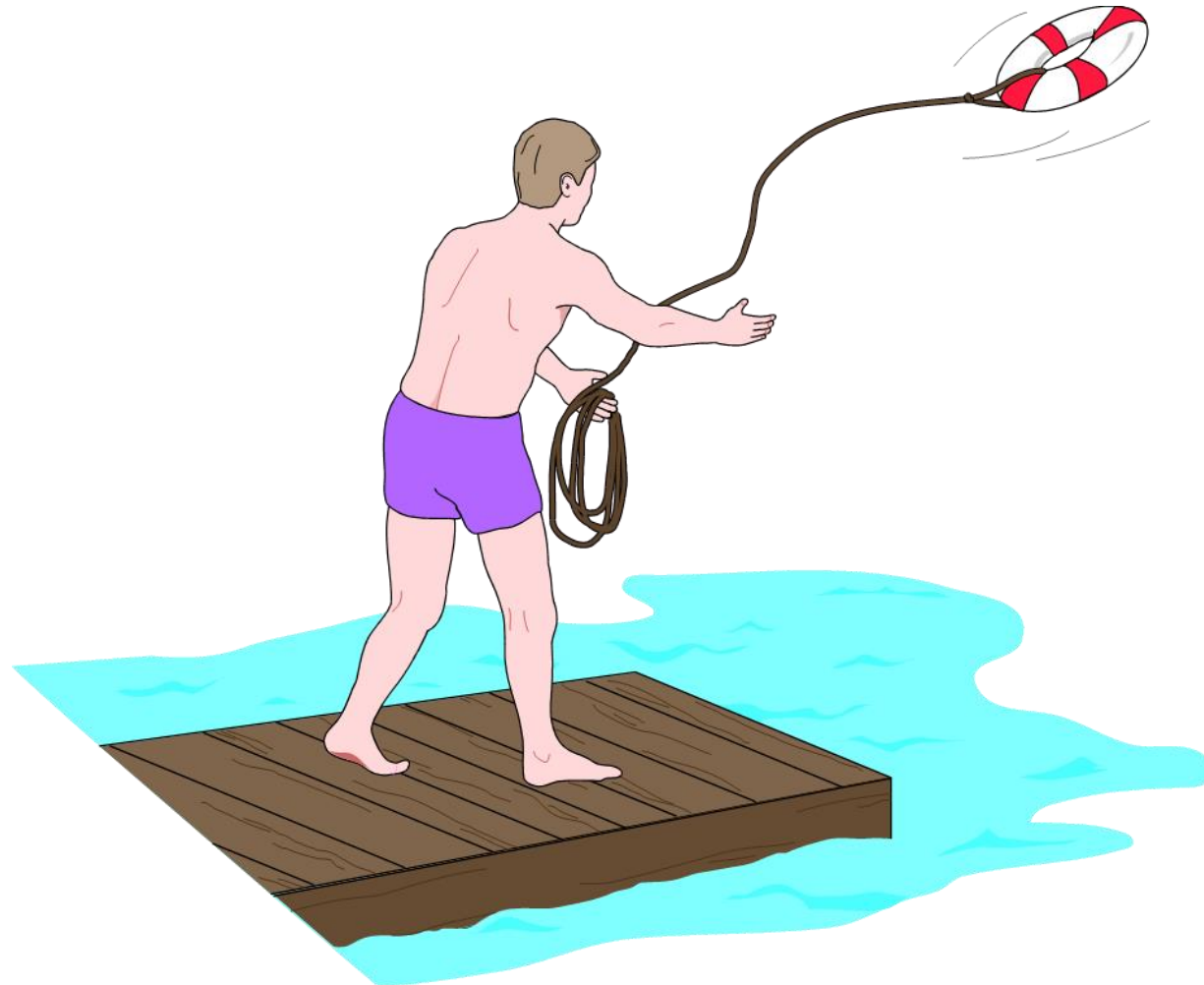


- Health for All
- Primary Health Care
- Health a Fundamental Human Right
- Equity
- Appropriate Technology
- Inter-sectoral Development
- Community Participation.

### Alma Ata, 1978:

The International Conference on Primary Health Care calls for urgent action by all governments, all health and development workers, and the world community to protect and promote the health of all the people of the world by the year 2000.

# התמקדות במעלה הזרם



# קידום בריאות

• תהליך המאפשר לאנשים להגדיל את שליטתם במצב בריאותם  
ולשפרו... "WHO

**"לעשות את הבחירה הבריאה הבחירה הקלה"**

**ובמשמעות שלנו:**

**"לעשות את הבחירה הקלה הבחירה בת הקיימא"**

# אז איך עושים את זה??

## שטחי פעילות בקידום בריאות



- .1 פיתוח מיומנויות אישיות
- .2 בניית מדיניות ציבורית בריאה
- .3 יצירת סביבה תומכת
- .4 חיזוק פעילות קהילתיות
- .5 שינוי ההכוון של מערכת הבריאות

אמנת אוטווה 1986



## פיתוח מיומנויות אישיות

- הקניית ידע, מוטיבציה ומיומנויות
- פיתוח מיומנויות התמודדות
- שינוי התנהגות אישית

• ידע אינו בהכרח מבטיח אימוץ התנהגות





# בניית מדיניות ציבורית בריאה

• מדיניות בריאות Health Policy

• בריאות בכל מדיניות health in all policies

• אכיפה





# יצירת סביבה תומכת



- סביבות פיזיות
- סביבות חברתיות



# חיזוק פעילות קהילתיות



- לאפשר לאנשים לזהות את הבעיות
- לאפשר לאנשים למצוא פתרונות
- לבנות התארגנויות לפעילות

# שינוי הכוון מערכת הבריאות

לארגן מחדש את המערכת כדי  
שהדגש יהיה על המניעה לא רק על  
טיפול



- בהקשר שלנו: דגש על קיימות
- שינוי ההכוון של הארגונים היכולים לטפל בבעיה: משרדי ממשלה, רשויות מקומיות, ארגונים הקשורים לניהול הקהילה והסביבה, חברות מסחריות ותעשיות ועוד
- יצירת שיתוף פעולה רחב המשלב את כל הפעילים בנושא

# אסטרטגיות לביצוע



- **סינגור** - (לובי) להביע עמדה על סוגיה מסוימת וליזום פעולות אשר יביאו לשינוי הרצוי  
Advocacy



- **איפשר** - ליצור שיוויון אפשרויות לדאגה לבריאות - Enable



- **תיווך** - ליצור שיתוף פעולה בין כל הגורמים היכולים לשפר בריאות כולל הקהילה. Mediate

# מי אחראי?

## שתי גישות מרכזיות שונות

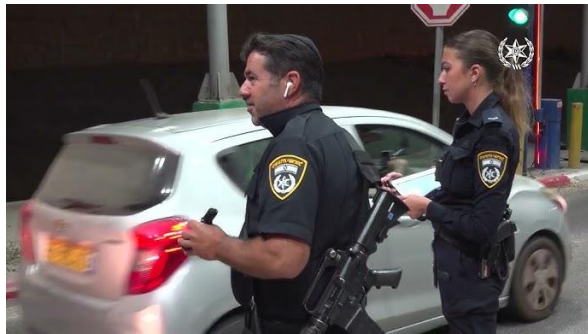


➤ אחריות אישית

➤ אחריות שלטונית

➤ שילוב בין השניים

➤ בעיות אתיות??





**DON'T  
DRINK  
AND  
DRIVE**

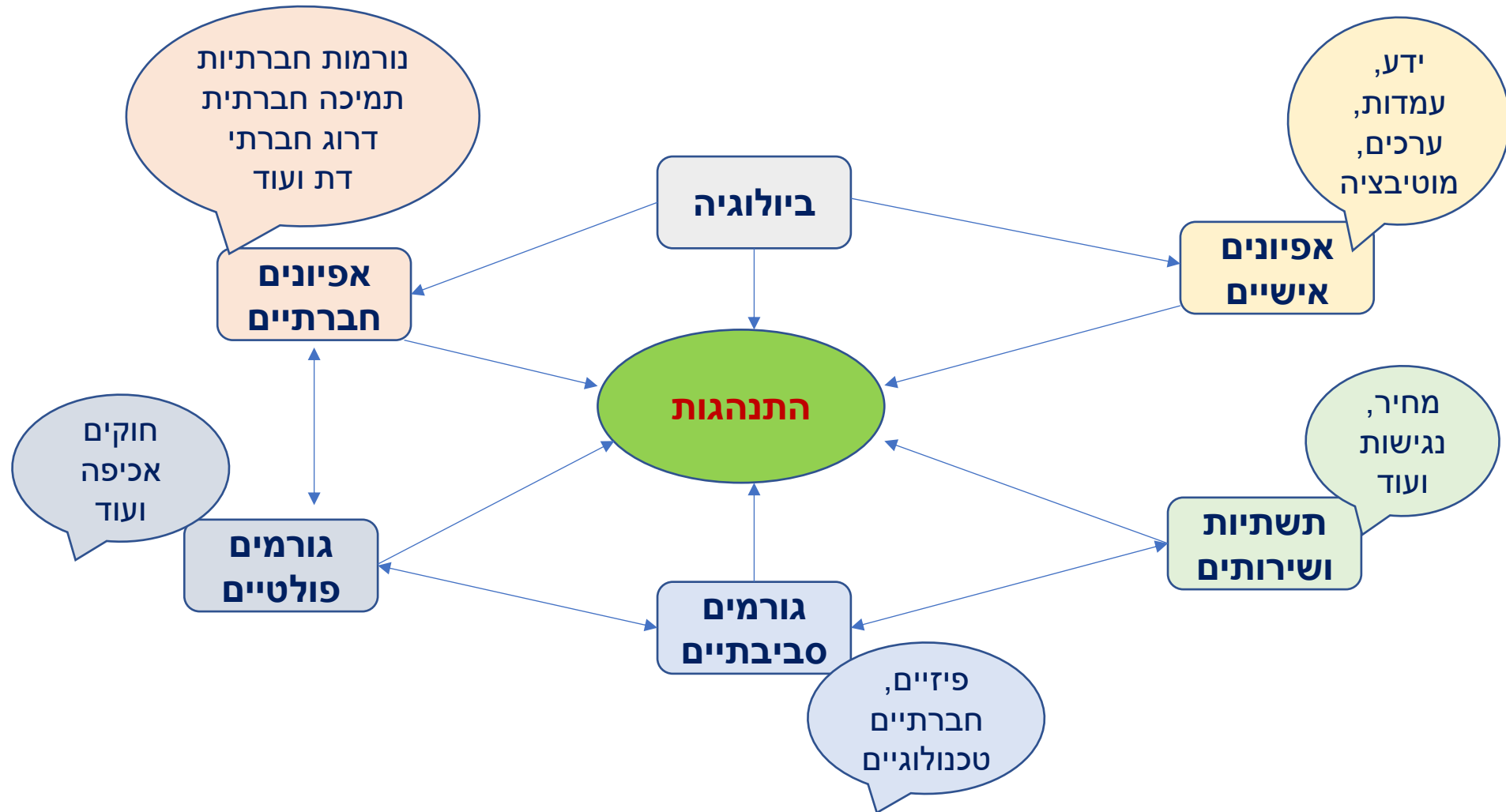
## דוגמא: נהיגה בשכרות

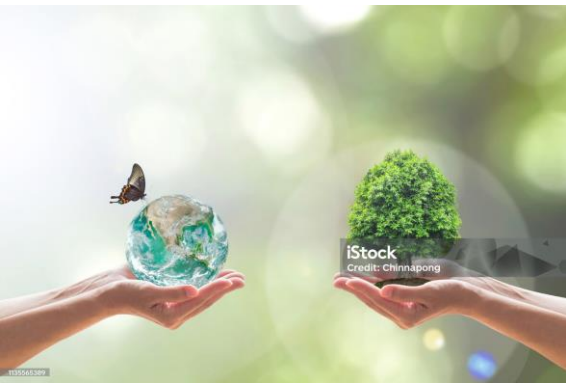
כיצד הביאו לשינוי החברתי?



- מדיניות
- אכיפה וקנסות
- קמפיינים להעברת מסרים (חינוך)
- הקניית מיומנויות (חינוך)
- פיתוח תשתית תחבורתית חלופית
- פיתוח טכנולוגיות למניעת נהיגה לאחר שתיה

# גורמים שמשפיעים על התנהגות





# אפיונים אישיים: עמדות אמונות ודעות

- מה אנחנו חושבים ומאמינים לגבי הסביבה,
- מהו הערך שאנחנו מיחסים לסביבה שלנו, גבוה או נמוך
- האם אנחנו מאמינים שהסביבה משפיעה על הבריאות שלנו
- האם אנחנו מאמינים שאנחנו יכולים להשפיע על הבריאות והסביבה שלנו
- ועוד





# אפיונים חברתיים



## • נורמות חברתיות

Descriptive norms- מה רוב האנשים עושים

Injunctive norms- מה אנשים חושבים שמצפים מהם לעשות

• תמיכה חברתית

• הון חברתי



• מודל החלונות השבורים (מעולם הקרימינולוגיה)

*סימני אי סדר מובילים ליותר אי סדר*

# הקמפיין המוצלח ביותר בישראל

- בשנות החמישים העבירו חוק להגנת פרחי הבר
- פעלו באמצעות מורים וגננות ללמד ילדים לא לקטוף, והילדים לימדו את ההורים
- יחסית שינוי קל, מעט מחסומים





# Choice architecture ארכיטקטורת בחירה

## The nudge theory תאוריית הדחיפות



עיצוב הסביבה לעידוד התנהגות מסוימת,

פיתוח של כלכלה התנהגותית

הקפידו ש:

• יהיה קל לביצוע (ללא מחסומים)

• ימשוך תשומת לב

• יתאים חברתית

• מתאים בזמן



# דוגמא ל- Nudge



בקנית כוס קפה איזו אפשרות תוריד את שימוש בחד פעמי?

❖ מקבלים הנחה של שני שקלים אם מביאים כוס אישית רב פעמית

❖ הצרכן משלם שני שקלים יותר אם רוצה כוס חד פעמית

מה עדיף?

רוב האנשים יבחרו את התשובה הראשונה, אך המצב הפוך, ניסוי מסוג זה

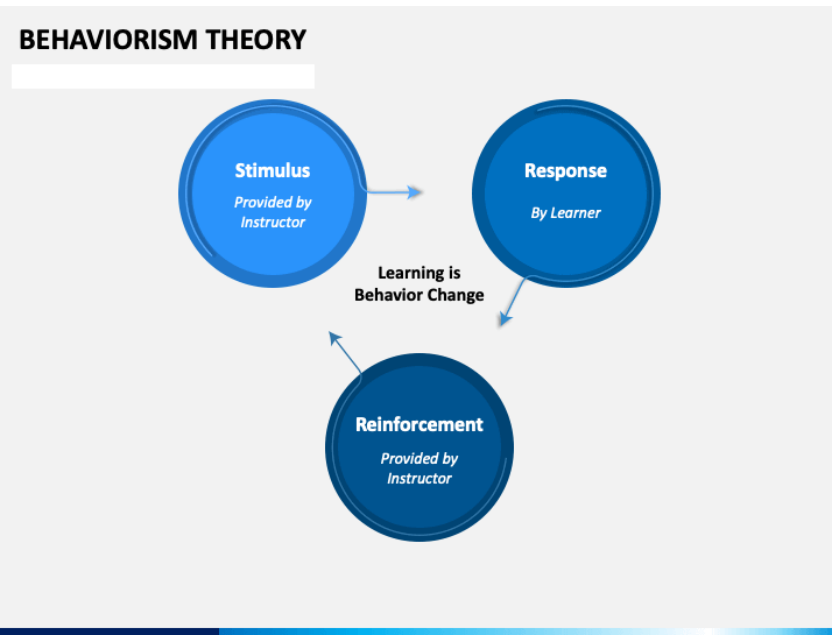
הוריד את שימוש בחד פעמי ב-50%

אנשים לא אוהבים להפסיד כסף....

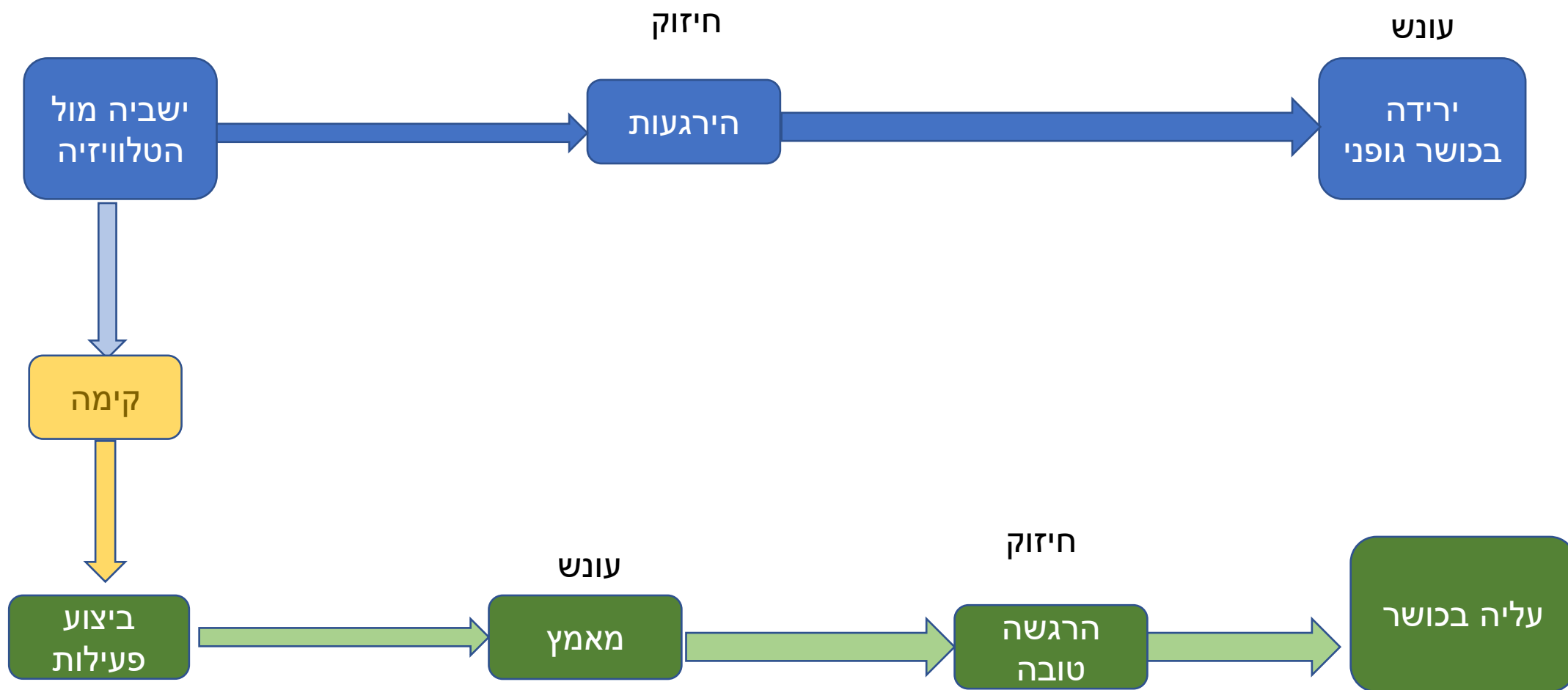


# Behaviorism התנהגותניות

- התנהגות מתרחשת בסביבה מסוימת (גירוי)
- לכל התנהגות יש תוצאה או תגובה
- תגובה שנתפסת כחיובית תגביר את ההתנהגות (חיזוק)
- תגובה שנתפסת כשלילית תוריד את ההתנהגות (עונש)
- אנחנו לומדים אלו גירויים מביאים אילו תגובות



# תחרות בין שתי התנהגויות



# אז מה צריך לעשות היום לצמצום הנזק הסביבתי של המיקרופלסטיק?

- **בנית קונצנזוס ומטרות ברורות לשינוי**, המוסכמות על ידי הגורמים המובילים
- **אמוץ ההנחיות והמטרות על ידי כל הגופים**
- **שיתוף פעולה** בין כל הגורמים להשגת המטרות משותפות
- **יצירת מדיניות תומכת בצמצום צריכה**, שימוש חוזר ומיחזור ואכיפה
- **בנית סביבה שמעודדת צמצום צריכה**, שימוש חוזר ומיחזור (הנגשה והורדת מחסומים)
- **יצירת נורמה חברתית באמצעות העברת המסרים ברורים לציבור**



# היכן אנחנו עומדים היום?

- יש חוסר מידע לגבי מהם ההתנהגויות שחושפות אותנו למיקרופלסטיק?
- חוסר מידע לגבי מה ניתן לעשות כדי להוריד חשיפה?
- האם אנחנו יודעים כיצד לשנות את התנהגות הציבור?
- מה הציבור חושב ועושה היום בנושא?
- אנחנו בתחילת הדרך ומגששים באפלה כרגע



# לסיכום



- התנהגות בני אדם מרכזית להתמודדות עם בעיות הזיהום, וספציפית למיקרופלסטיק
- יש הרבה ידע מעולמות תוכן אחרים שניתן ללמוד מהם.
- אבל עדין חסר לנו הרבה מידע כדי ליעל את התערבויות לשינוי המצב

• אפשר להצליח!!





הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות  
Faculty of Social Welfare & Health Sciences  
الكلية لعلوم الرفاه والصحة

# תודה!

פרופ' אורנה בראון אפל  
אתר אישי:

<https://oba.welfare.haifa.ac.il/>



אוניברסיטת חיפה  
University of Haifa  
جامعة حيفا