

דפוסי השימוש בזמן, העדפות של שימוש בזמן והבדלים בין גברים לנשים: ממצאים מהקשר הישראלי

ליהיא להט¹, חן שרוני² ואיתי סנר³

לאופן שבו אנחנו מחלקים את זמננו השפעה קריטית על הרווחה הנפשית (well-being) שלנו. ואף על פי כן, בהקשר הישראלי אין די עיסוק בדפוסי החלוקה של זמן ובקשר שלהם למדיניות. מדינות שונות אוספות מידע בנושא, אך בישראל בחינה מקיפה של חלוקת זמן נעשתה לאחרונה בראשית שנות ה-90 של המאה ה-20. המחקר הנוכחי בוחן את האופן שבו האוכלוסייה בישראל מחלקת את זמנה, שכן ממצאים בהקשר זה עשויים לתרום לעיצוב מדיניות. המאמר מתמקד בשלוש שאלות: (1) כיצד המרוויינים מחלקים את זמנם, לפי ארבע קטגוריות: שינה, עבודה בתשלום, עבודה שלא בתשלום וזמן אישי? (2) האם קיימים הבדלים בין גברים לנשים באופן ניצול הזמן? (3) כיצד המרוויינים מעדיפים לנצל את זמנם בקטגוריות הללו? שיטת המחקר היתה כמותית, והתבססה על סקר בקרב מדגם מייצג של 671 איש באוכלוסייה הבוגרת בישראל. ממצאי המחקר מלמדים על הבדלים בין גברים לנשים ובין מגזרים. מרבית המרוויינים העדיפו להקדיש יותר זמן לשינה ולזמן אישי, ופחות זמן לעבודה בתשלום ולא בתשלום. גברים עדיין נוטים להקדיש לעבודה בתשלום יותר זמן מנשים, ואילו נשים מקדישות לעבודה שלא בתשלום יותר זמן מגברים. נוכח מיעוט המידע על שימושי זמן בישראל, למחקר תרומה אמפירית המתבססת על אומדנים של חלוקת זמן בישראל. המחקר מצביע על החשיבות הרבה של קידום סקר לאומי למדידת זמן בישראל.

מילות מפתח: זמן, מדיניות, מגדר, מגזר, סקר

המחקר מומן על ידי קרן המחקרים של המוסד לביטוח לאומי

- 1 דוקטור, המחלקה למנהל ומדיניות ציבורית, והתוכנית לתואר שני בחדשנות ויזמות בארגונים, המכללה האקדמית ספיר
- 2 דוקטור, המחלקה לניהול ומדיניות ציבורית, אוניברסיטת בן-גוריון בנגב, והמחלקה למנהל ומדיניות ציבורית המכללה האקדמית ספיר
- 3 פרופסור, הפקולטה למדעי החברה, אוניברסיטת תל-אביב

מבוא

זמן הוא משאב משמעותי, ומחקרים מצביעים על כך שהאופן שבו פרטים מנצלים את זמנם משפיע על רווחתם הנפשית (well-being) (Gershuny, 2011; Lahat & Sened, 2020). יתרה מזו, אצל רבים תביעות היום-יום מובילות לתחושה של מחסור בזמן, ואילו אחרים עשויים לטעון שיש להם יותר מדי זמן פנוי. מגפת הקורונה יצרה בקרב מרבית האוכלוסייה שינויים מהותיים באופן החלוקה של הזמן, ועוררה באנשים שאלות מהותיות בדבר האופן שבו היו רוצים לחלק את זמנם. המחקר הנוכחי מציג ממצאים על דפוסי חלוקת זמן בישראל מתקופת טרום הקורונה, אך כאלה שלא הוצגו בהקשר הישראלי זה שנים רבות. במדינות רבות בוחנים באמצעות סקרים ויומנים באופן עקבי ולאורך שנים כיצד אנשים מחלקים את זמנם. פרט לשאלות ספציפיות שעסקו בסוגי זמן מסוימים – דוגמת עבודה, פנאי או שינה – בחינה מקיפה ביחס לאופני חלוקת זמן נעשתה בישראל לאחרונה בראשית שנות ה-90.

דפוסי ניצול הזמן קשורים קשר אינהרנטי לתרבות, לנורמות, להיסטוריה ולמוסדות בחברות שונות. לשאלות בדבר האופן שבו קבוצות באוכלוסייה מנצלות את זמןן יש השפעה חשובה על מדיניות, שכן לצד בחירות שעושה הפרט עצמו, ניצול הזמן מושפע גם מצעדי מדיניות (Lahat & Sened, 2020). מחקרים שונים מתייחסים להשפעה של מדיניות רווחה, ובעיקר מדיניות משפחה (family policy), על דפוסי חלוקת הזמן, ומתמקדים בבחינת ההשתלבות בשוק העבודה אל מול עבודה בבית או עבודה שלא בתשלום. למשל, למכשירי מדיניות דוגמת חופשת לידה, רגולציה של שעות עבודה, גמישות בעבודה, ימי חופשה והסדרים לטיפול בילדים יש השפעה מכרעת על האופן שבו אנשים בכלל, ונשים בפרט, מחלקים את זמנם (Gornick & Meyers, 2006; Korpi, 2000; Korpi et al., 2013; Lee, 2011, 33; Lewis et al., 2008; Stier & Lewin-Epstein, 2003, 2007).

אך למרות חשיבותו של הזמן והקשר שלו למדיניות, בזירת המדיניות עוסקים רק מעטים בשאלת חלוקת הזמן המיטבית. פעמים רבות הנטייה היא לחשוב על זמן בהקשר המצומצם של כסף. רבים מכלי המדיניות מכוונים להגדלת הכנסה ולהשתלבות בשוק העבודה, ואינם עוסקים די באפשרות לעודד שימושים אחרים בזמן (Ferrant et al., 2014). המחקר הנוכחי קורא להסתכלות על הזמן כמטרה ולא כאמצעי, מפנה את הזרקור אל חשיבות הלמידה על דפוסי השימוש בזמן ככלי חשוב לעיצוב מדיניות, ובעיקר על הצורך לאסוף נתונים על שימושי הזמן בישראל. המחקר מתמקד בשלוש שאלות: (1) כיצד המרוואיינים בישראל מחלקים את זמנם לפי ארבע קטגוריות של זמן: שינה, עבודה בתשלום, עבודה שלא בתשלום וזמן אישי? (2) האם קיימים הבדלים בין גברים לנשים באופן ניצול הזמן? (3) כיצד המרוואיינים מעדיפים לנצל את זמנם בקטגוריות הללו?

כדי לבחון שאלות אלה ערכנו סקר טלפוני בקרב האוכלוסייה הבוגרת בישראל, ובאמצעותו בחנו את חלוקת הזמן בין ארבע קטגוריות: זמן אישי, זמן עבודה בתשלום, זמן עבודה שלא בתשלום וזמן המוקדש לשינה. למרות הקושי להשוות את הממצאים לסקרים קודמים, ועל

אף התקדמות מסוימת, הממצאים מלמדים על פערים בין גברים לנשים ועל הבדלים בין מגזרים – הן בחלוקת הזמן הן בהעדפות באשר לחלוקת הזמן. החלק הראשון של המאמר מציג סקירת ספרות שעניינה הגדרות של קטגוריות של זמן וממצאי מחקרים שעסקו בזמן בהקשר הישראלי. החלק השני מפרט את שיטת המחקר. החלק השלישי מציג את ממצאי הסקר. בחלק הרביעי מתקיים דיון בממצאים. המאמר מצביע על החשיבות שיש לאיסוף נתונים על השימוש בזמן בקרב האוכלוסייה בישראל.

סקירת ספרות

העיסוק בזמן הוא רחב ומולטי-דיסציפלינרי. מקצת הספרות עוסקת בפיתוח תאוריה פוליטית של זמן כמשאב מרכזי שחלוקתו נושאת משמעות פוליטית וחברתית. ספרות זו שמה דגש, לדוגמה, על חלוקת הזמן כמקור לצדק חלוקתי, למשמעות העמוקה של מעמד העבודה בחיי הפרט והחברה, ולמעמדן של נשים בהקשר הפוליטי של חלוקת זמן (Bryson, 2007; Fitzpatrick, 2004; Goodin et al., 2008; Gorz, 1999). רבים מהמחקרים בוחנים דפוסי של חלוקת זמן לפי קבוצות חברתיות, ומוצאים קשרים שונים בין מאפיינים דוגמת מגדר, השכלה, סטטוס תעסוקה ומצב משפחתי לבין האופן שבו אנשים מחלקים את זמנם.

במחקר זה נתמקד בהבדלי מגדר בנושא חלוקת זמן. ההבדל בין נשים לגברים הוא משתנה מרכזי המשפיע על חלוקת הזמן, והוא נבחן במחקרים רבים. החוקרים מתארים מגמות דומות, ומהן עולה כי למרות העלייה בזמן שמקדישות נשים לעבודה בתשלום, ואף שנמצאה עלייה קלה בזמן שגברים מקדישים לעבודה שלא בתשלום בבית, עדיין יש הבדלים בין גברים לנשים, ועבודות הטיפול בבית – בעיקר תחזוקת הבית, יותר מאשר טיפול בילדים – נותרו ברובן בקרב נשים (Bianchi et al., 2012; Bryson, 2007; Craig, 2006; Craig & Mullan, 2011; Offer & Schneider, 2011; Hochschild & Machung, 2003). מחקרים שעסקו בעוני בזמן מאפיינים אוכלוסיות הסובלות ממנו, ומראים כי למגדר, למצב חברתי-כלכלי ולמצב משפחתי יש השפעה על היקלעות למצבים אלה (Harvey & Mukhopadhyay, 2007; Warren, 2003). עם זאת, במחקר אחר נמצא – בניגוד לגישת עוני בזמן – כי לא היה הבדל משמעותי בין נשים נשואות לבין נשים חד-הוריות בזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום. דווקא אימהות חד-הוריות נהנו מיותר זמן פנאי ושינה. נשים נשואות הקדישו לעבודות בית יותר זמן מכל הקבוצות האחרות. ברגרסיה נמצא כי לסטטוס האם (חד-הורית/גרושה/ נשואה) אין השפעה על הזמן שהקדישה לעבודה שלא בתשלום (Pepin et al., 2018). נוכח המוקד של המחקר הנוכחי בישראל, ובשל קוצר היריעה, נתמקד בממצאי מחקרים מההקשר הישראלי, אך ראשית נציג כמה הגדרות אופרטיביות המיושמות בנוגע לקטגוריות שונות של זמן.

זמן: הגדרות וסוגים

דרך אחת לבחון את מושג הזמן היא להתמקד בסוגים שונים של זמן, וכך עושים חוקרים רבים העוסקים בדפוסי חלוקת זמן בקרב אוכלוסיות (Bittman & Bianchi et al., 2012; Folbre, 2004; Bittman & Wajcman, 2004; Budig & Folbre, 2004; Craig, 2006; Hilbrecht, 2009; Kan et al., 2011; Sullivan & Gershuny, 2001; Zuzanek & Hilbrecht, 2019). ממחקרים אלה עולות שלוש קטגוריות מרכזיות של זמן: הקטגוריה הראשונה מתייחסת לזמן שמקדישים **לעבודה בתשלום**, לרוב כשכירים או כעצמאים. מעניין כי קטגוריה זאת, שכל כך מקובלת במחוזותינו, התגבשה מאוחר יחסית (Polanyi, n.d.). הקטגוריה השנייה מתייחסת **לעבודה הנעשית בבית**, או **עבודה שלא בתשלום**, וכוללת רכיבים דוגמת טיפול בילדים, במטלות הבית ובקרובי משפחה. יש המתייחסים באופן ספציפי יותר ל**זמן טיפול**. הקטגוריה השלישית מכונה **זמן פנוי** (free time) או **פנאי** (leisure time), ובהגדרתה נכללות פעילויות של טיפול הפרט בעצמו ופעילויות של פנאי. כך, למשל, מגדיר זאת ה-OECD:

[זמן פנוי כולל את] מספר השעות (דקות) ליום בממוצע שעובד במשרה מלאה מבלה בפעילויות פנאי ובפעילות של טיפול אישי. בפנאי נכללות פעילויות דוגמת הליכה, ספורט, בילוי, פעילות תרבות, בילוי עם חברים ומשפחה, התנדבות, נמנום ומשחק, צפייה בטלוויזיה, שימוש במחשב, גינון להנאה וכדומה. זמן המוקדש לפעילויות של טיפול אישי כולל שינה, שתייה ואכילה, פעילויות אחרות בבית לטיפול ובריאות של הפרט (OECD, 2015, 4).

הגדרות אחרות כוללות פעילויות פנאי בלבד, ללא טיפול עצמי (Bittman & Wajcman, 2004). בהקשר זה הציעו גודין ואח' (Goodin et al., 2008) הגדרה מעניינת: "זמן הנתון לשיקול דעת" (discretionary time). החוקרים רצו לבחון את מושג הצדק הנובע מדפוסים של חלוקת זמן בחברות שונות, ולשם כך בחנו כמה זמן נותר לאנשים לאחר שהם מקדישים מזמנם לשלושה סוגים של פעילויות הכרחיות: (1) הזמן המוקדש להשגת הכנסה מינימלית מעל קו העוני; (2) הזמן הנדרש להבטחת ניהול בסיסי של הבית, כולל לדוגמה הטיפול בילדים; (3) הזמן הנדרש להבטחת תפקוד תקין של הפרט (פיזי/גופני), וכולל פעילויות דוגמת שינה, אוכל וכדומה. לאחר שחושב הזמן הנדרש לביצוע מטלות אלה, נותר לפרט זמן שניצולו נתון לשיקול דעתו.

בהמשך להגדרות אלה נאמץ במחקר הנוכחי ארבע קטגוריות של זמן: זמן עבודה בתשלום, זמן עבודה שלא בתשלום, זמן אישי וזמן שינה. **זמן עבודה בתשלום** (work time) זהה להגדרות המקובלות, ומתייחס לשעות שהפרט מקדיש לצורכי הכנסה בשוק העבודה, כשכיר או כעצמאי. **זמן עבודה שלא בתשלום** כולל את כל הפעילויות שהפרט עושה למען אחרים,

ולא למען עצמו במישרין (אף שיש בעשייה זו גם תועלת עבורו).⁴ במובן זה מדובר בזמן המוקדש, לדוגמה, לטיפול בבית, במשפחה, בילדים, בחברים קרובים וגם לפעילויות בקהילה. את הקטגוריה השלישית, זמן פנוי, אנו מעדיפים לכנות בשם **זמן אישי** (personal time). הגדרה זו מבוססת על הגדרות ה-OECD, למעט העובדה שבהגדרה שלנו למידה נכללת בזמן האישי ולא בזמן עבודה. לטעמנו, למידה היא פעילות התורמת להעשרת הפרט, ומטרתה היא לא רק לבסס את יכולתו להשתלב בשוק העבודה. את **זמן השינה** הגדרנו כקטגוריה נפרדת, בשל הזמן הרב, יחסית, המוקצה לה. קטגוריה נפרדת תאפשר לבחון טוב יותר את המשמעות של חלוקת הזמנים.⁵

חלוקת זמן והעדפות של חלוקת זמן: ההקשר הישראלי

באופן עקרוני אפשר לטעון כי ישראל היא מקרה מעניין לבחינה של חלוקת הזמן ולהשוואתה למדינות מערביות אחרות, היות שרמת ה-well-being בה גבוהה למדי, לפי נתוני ה-European Social Survey (ESS, 2015). אף על פי כן, בהשוואה למדינות אחרות, העיסוק בדפוסי חלוקת זמן בהקשר הישראלי מועט למדי (גרס וסבירסקי, 2002; למ"ס, 1995). מאגרים דוגמת MTUS⁶ ו-HETUS⁷, וסקרי זמן במדינות ספציפיות, דוגמת American Time Use Survey, נעשים שכיחים יותר בעולם, אך ישראל, למיטב ידיעתנו, ערכה איסוף נתונים מקיף בנושא חלוקת זמן רק בשנים 1991–1992. מאז כמעט אין נתונים עדכניים על העדפות ועל שימוש כולל בסוגי הזמן, פרט לשאלות ספציפיות בסקרים. לדוגמה, שאלה על זמן פנוי מופיעה בהקשר של סקרים מסוימים דוגמת International Social Survey Programme (ISSP, 2007), ונתונים על שעות עבודה מופיעים במחקרים שנערכו ובסקרים שנערכים דוגמת ESS, הסקר החברתי, או במסגרת נתוני ה-OECD. ההבדלים בין מחקרים ובין שיטות המדידה השונות מקשים להשוות את הנתונים לשימושי זמן בהקשר הישראלי. כך, לפי חלק מהממצאים, למשל בסקרי זמן משנות ה-90 בישראל, נשים מקדישות 4.5 שעות בממוצע ביום לעבודות הבית, ואילו נתונים אחרים מצביעים על כך שנשים בישראל מקדישות לעבודות הבית כ-7.2 שעות ביום (אנדבלד והלר, 2017). למרות הקושי החוזר בהבדלים בשיטות מדידה, מחקרים שבחנו שינה בישראל מורים כי מספר שעות השינה הממוצע בישראל – כ-6.5 שעות – נמוך ממספר שעות השינה הממוצע במדינות אחרות (Green et al., 2018; Lavie, 1981). עוד יש לציין כי מחקרים מצביעים על הבדלים בין נשים לבין גברים, ולפיהם גברים ישנים פחות, אך החוקרים מצביעים על הטיה חברתית וביולוגית,

4 לעיתים קשה להפריד בין הגדרת התרומה לאחרים לבין התועלת האישית, משני טעמים. ראשית, התרומה לסידור הבית, למשל, או להכנת אוכל, מיטיבה גם עם הפרט שמעורב בה. שנית, גם בטיפול באחרים יש תועלת שהפרט חווה מעצם התרומה (Roth et al., 2015). אף על פי כן, מקובל להפריד בין פעילויות שעיקר תרומתן הוא לאחר, לבין אלה שבעיקרן כוללות עשייה של הפרט למען עצמו.

5 לדוגמאות לפעילויות הנכללות בקטגוריות השונות ראו OECD, 2021

6 <https://www.timeuse.org/mtus>, The Multinational Time Use Study

7 <https://ec.europa.eu/eurostat/web/time-use-surveys>, Harmonized European Time Use Surveys

לדוגמה – נשים חוות יותר מגברים מצבים של התעוררות בלילה בשל טיפול בילדים קטנים (Jonasdottir et al., 2021).

כאמור, את המחקר המרכזי בישראל שעסק בחלוקת זמן ביצעה הלמ"ס בשנים 1991–1992. הממצא העיקרי שעלה במחקר זה הוא הבדלים משמעותיים בין גברים לנשים באשר לחלוקת הזמן בין עבודה בתשלום לעבודה שלא בתשלום. המחקר נערך בשיטת יומני זמן ושאלונים, וכלל 3,082 משתתפים בני 14 ומעלה.⁸ במחקר נמצא כי הישראלים מקדישים 13.3% מהזמן השבועי (22 שעות בממוצע) לעבודה בתשלום; 12.8% מהזמן השבועי (21 שעות) מוקדשים לעבודה שלא בתשלום – כולל עבודה בבית, טיפול בילדים, סידורים ופעולות התנדבות. 34.1% מוקדשים לשינה (8 שעות ביום בממוצע), ו-23% מהזמן מוקדשים לפעילות פנאי (38 שעות בשבוע). שאר הזמן מוקדש לפעילויות פיזיולוגיות דוגמת אכילה, רחצה ומנוחה (10.1%), ללימודים (4.7%) ולפעילות דתית (1.2%).

במחקר הלמ"ס נמצאו גם הבדלים ניכרים בין גברים לנשים. גברים הקדישו לעבודה בתשלום פי 2.5 יותר מנשים. נשים הקדישו פי 2.75 יותר מגברים לעבודה שלא בתשלום. כך למשל, למשק בית נשים מקדישות 11% מהיום, ואילו גברים מקדישים לכך 2% מהיום. לטיפול בילדים נשים מקדישות פי שלושה יותר מגברים. אי השוויון בין המינים משמעותי יותר באוכלוסייה הלא יהודית. הגבר הלא יהודי הקדיש לעבודה בתשלום 20% מהיום, ואילו האישה הלא יהודייה הקדישה לה 3% מהיום. לעבודה שלא בתשלום הקדיש הגבר הלא יהודי 4.3% מזמנו, ואילו האישה הלא יהודייה הקדישה לה 19.6% מזמנה (למ"ס, 1995).

במחקר מראשית שנות ה-2000 שבחן את הזמן המוקצה לעבודות הבית נמצא כי בישראל, בהשוואה לגרמניה, זוגות משקיעים פחות בעבודות בית, אך היחס בין השקעת הזמן של גברים לבין השקעת הזמן של נשים דומה בשתי המדינות: נשים משקיעות כ-3 שעות על כל שעה שבן הזוג משקיע בעבודות אלה – לא כולל טיפול בילדים (Lewin-Epstein et al., 2006, 1154).

ממצאים עדכניים מהסקר החברתי של ישראל לשנת 2019 מחזקים את קיומם של פערים בין גברים לנשים גם בשנים אלה. בסקר נבחנה חלוקת העבודה בבית, ונמצא כי ברוב מטלות הבית נשים לוקחות חלק גדול יותר. כך למשל ב-68.8% ממשקי הבית רק האישה מטפלת בכביסה, ב-52.2% ממשקי הבית רק האישה אחראית לניקיון, ב-63.6% ממשקי הבית רק האישה אחראית לבישול ולהכנת האוכל, וב-23.9% רק האישה אחראית לטיפול בילדים (למ"ס, 2020, לוח 35).

8 אי-אפשר להשוות את הממצאים בסקר של הלמ"ס לממצאים במחקר זה גם בשל גיל המרואיינים: המשתתפים בסקר הלמ"ס היו בני 14 ומעלה, ואילו במחקר הנוכחי השתתפו בני 18 ומעלה. עוד קושי בהשוואה נובע מהבדלים בקטגוריות המדידה. למשל, בסקר הלמ"ס השינה כלולה בקטגוריית הטיפולים האישיים, ואילו במחקר הנוכחי השינה נמדדת כקטגוריית זמן נפרדת.

לפיכך נשער כך :

1H : נשים ייטו להקדיש יותר זמן מגברים לעבודות שאינן בתשלום, וגברים ייטו להקדיש יותר זמן מנשים לעבודה בתשלום.

2H : ההבדלים בין גברים לנשים יהיו בולטים בקרב המגזר הערבי יותר מאשר במגזר היהודי.

אשר להעדפות בדבר חלוקת הזמן, במחקר שהתבסס על נתונים של ה-ISSP משנת 1997 ונערך ב-22 מדינות נמצא כי בהשוואה למדינות אחרות הישראלים רוצים לעבוד יותר (Stier & Lewin-Epstein, 2003). מחקר ישראלי אחר לא עסק אומנם בחלוקת זמן, אך בחן נושא דומה: המרכזיות של תחומים שונים בחיי הישראלים. מדובר במחקר אורך שנערך בשנים 1981 ו-1992-1993. במחקר נמצא כי אף שבתקופה זו חלה עלייה בחשיבות שישראלים מייחסים לפנאי, חלה עלייה גם בחשיבות שהם מייחסים לעבודה. שלא כמו במדינות אחרות, בישראל לא נמצאו הבדלים בין צעירים למבוגרים או הבדלים בין-דוריים בחשיבות המיוחסת לעבודה. בדומה למדינות אחרות, מדרג העדיפויות של ישראלים היה (בסדר יורד) משפחה, עבודה, פנאי, דת, קהילה. עם זאת, החשיבות של משפחה ופנאי בישראל היתה גבוהה מחשיבותם ברוב המדינות המערביות (Sharabi & Harpaz, 2007).

כאשר בוחנים את עמדות הציבור הישראלי רואים כי גם נשים וגם גברים מסכימים כי חלוקת העבודה בבית צריכה להיות שוויונית. 73.6% מהמשיבים הסכימו עם האמירה כי בני זוג שעובדים צריכים לשאת באופן שווה בנטל עבודות הבית (73.3% מהגברים ו-73.8% מהנשים) (למ"ס, 2020א, לוח 40). מהסקר החברתי של ישראל עולה גם כי הישראלים מתקשים באיזון בין עבודה למשפחה. מצד אחד, בסקר נמצא כי 29% מהנשאלים מרגישים שאינם מקדישים די זמן לילדים (35.5% מהגברים ו-23.5% מהנשים), וכי 34.2% מהנשאלים התקשו לתפקד במשפחה בגלל מחויבויות לעבודה (35.5% מהגברים ו-32.6% מהנשים). מצד אחר, 23.2% התקשו לתפקד בעבודה בגלל מחויבות למשפחה (23.3% מהגברים ו-23.0% מהנשים) (למ"ס, 2020א, לוח 36). קפלן וכרכבי-סבאח (2017) מצאו במחקרן כי גברים היו מעדיפים להקדיש פחות זמן לעבודה ויותר למשפחה, ואילו נשים חשו שאין להן די זמן אישי.

לפיכך נשער כך :

3H : יימצאו הבדלים בין גברים לנשים בהעדפות של קטגוריות הזמן השונות.

3H(א) נשים ייטו להעדיף זמן אישי יותר מגברים.

3H(ב) גברים, יותר מנשים, יעדיפו להקדיש פחות זמן לעבודה בתשלום.

3H(ג) לא נצפה להבדלים מגדריים בהעדפות באשר לזמן שינה.

3H(ד) נשים יעדיפו להקדיש פחות זמן לעבודה שלא בתשלום מאשר גברים.

נזכיר כי מאז ראשית שנות ה-90 לא נערך מחקר מקיף למדידת דפוסי ניצול הזמן בהקשר הישראלי, ולכן יש לשער כי בתקופה זו חלו שינויים בדפוסי חלוקת הזמן. עוד נציין, בהתייחס לתקופה האחרונה, כי נתוני המחקר מתייחסים לחלוקת הזמן לפני הקורונה, אז שיעור העובדים מהבית בישראל היה נמוך ועמד על 9% בלבד (אבירם-ניצן וזקן, 2020).

המחקר

שיטה

המחקר הנוכחי הוא מחקר כמותי אשר התבסס על סקר טלפוני בקרב הציבור בישראל. הממצאים המובאים כאן הם חלק ממחקר רחב יותר שעסק בזמן ובמדיניות. במאמר זה נתמקד בהיבט אחד: בחלוקת זמן בפועל ובחלוקת זמן רצויה, בדגש על הבדלי מגדר ומגזר. המאמר מתבסס על מחקר גישוש-תיאורי, ותרומתו העיקרית היא בממצאים האמפיריים על חלוקת זמן בישראל ובהצבעה על חשיבותם.

הליך הדגימה

הסקר בוצע בחודשים מרץ-מאי 2018, עוד טרום תקופת הקורונה, ואיסוף הנתונים נערך על ידי מכון יי כהן למחקרי דעת קהל באוניברסיטת תל-אביב.⁹ למרואיינים ניתן מידע ראשוני על מטרת המחקר וזהות מבצעיו, והראיונות בוצעו בשפה העברית ובשפה הערבית. השאלון קיבל את אישורה של ועדת האתיקה של הפקולטה למדעי החברה באוניברסיטת תל-אביב. למרואיינים הובטחה אנונימיות, והובטח להם כי המידע ישמש לצורכי מחקר בלבד.

הדגימה התבצעה מתוך מאגר בתי האב בישראל. בכל בית אב רואיין נדגם מרואיין אחד מעל גיל 18, בדרך כלל המשיב, עם העדפה לגברים ולגילי הביניים, בשל נטייה לייצוג חסר. תהליך בניית המדגם כלל שני שלבים: (1) בניית מדגם אקראי של בני 18 ומעלה מתוך מאגר בתי האב; (2) קיוב: איתור מספרי טלפון של הנדגמים. שיעור ההיענות עמד על 52% מהמדגם – שיעור היענות רגיל לסקרים מסוג זה. כך למשל, ב-ESS מ-2018 שיעורי ההיענות נעו בין 27.6% ל-69.4%, וברוב המדינות הם עמדו על כ-50% (ESS, 2018). ב-ISSP ב-2015 שיעור ההיענות הכולל היה 48.1% (ISSP, 2015).

תיאור המדגם

המדגם כולל 671 מרואיינים, 558 מהמגזר היהודי ו-113 מהמגזר הערבי. בנספח מפורטים המאפיינים העיקריים של המרואיינים. כמחצית מאוכלוסיית המדגם היא גברים וכמחצית

9 מכון יי כהן למחקרי דעת קהל באוניברסיטת תל-אביב הוא מכון אוניברסיטאי המשלב פיתוח אקדמי של תאוריה ומתודולוגיה של סקרים עם ביצוע מחקרי דעת קהל בלתי תלויים, ברמה מדעית גבוהה ביותר. המכון פועל במסגרת הפקולטה למדעי החברה באוניברסיטת תל-אביב בשיתוף עם המעבדה לסטטיסטיקה, הפועלת בחסות החוג לסטטיסטיקה וחקר ביצועים. במסגרת שיתוף הפעולה עם המעבדה לסטטיסטיקה נבנים מדגמי האוכלוסייה עבור הסקרים השונים.

נשים, ויש בה ייצוג יתר קל לגברים (הלמ"ס, 2020).¹⁰ אשר לגיל המרואיינים, הממוצע עומד על 47.5. התפלגות הגילים כמעט זהה בין הקבוצות, וקבוצת הגיל הגדולה ביותר, כ-30% מהמרואיינים, הם בגילים 40–54. יש ייצוג יתר לגילי +65, שהם כ-17.2 אחוזים מהמדגם, ואילו באוכלוסייה הכללית שיעורם עומד על 11.1% (הלמ"ס, 2017). משתנה ההכנסה נבנה בהתאם לתפיסתו הסובייקטיבית של המרואיין, ונראה כי מבין 5 הקטגוריות, הקבוצה הגדולה ביותר, כ-23% מהמרואיינים, תפסו עצמם כבעלי הכנסה נמוכה במידה ניכרת מהממוצע. 16% מן המרואיינים, הקבוצה הקטנה ביותר, תפסו עצמם כבעלי הכנסה גבוהה בהרבה מהממוצע. חלק הארי של המדגם, כ-45%, הם שכירים שעובדים במשרה מלאה, וכ-11.5% – פנסיונרים. כ-40% מהמרואיינים הם ישראלים שאביהם נולד בישראל, כ-30% ממוצא אסיה-אפריקה, כ-20% ממוצא אירופה-אמריקה, ומיעוטם, כ-10%, עולים מברית המועצות לשעבר. 83% מהמרואיינים יהודים ו-17% ערבים, מעט פחות משיעורם באוכלוסייה, העומד על 20.8% (הלמ"ס, 2017). 75% מהמרואיינים ציינו כי הם חילוניים או מסורתיים, וכרבע מהם הגדירו עצמם דתיים או חרדים. כ-70% מהמרואיינים נשואים עם ילדים, כצפוי לאור השיעור הגבוה של נישואין ופריון המאפיין את החברה הישראלית (הלמ"ס, 2013).

כלי המחקר

לאחר ניסוח גרסה ראשונית של השאלון בוצע פיילוט ראשון. הכותבת הראשונה ערכה ראיונות על בסיס השאלון עם שלושה מרואיינים שהכירה כדי לקבל משוב על השאלון, ובעיקר על השאלות העוסקות בזמן. השאלון שונה לאור המשובים, ובפברואר 2018 ביצע מכון המחקר פיילוט שני, שכלל 15 ראיונות טלפוניים. על בסיס תוצאות שני הפיילוטס הותאם ועובד השאלון לגרסתו הסופית. השאלון כלל שאלות מארבעה סוגים: (1) שאלות הבוחנות את חלוקת הזמן בין קטגוריות שהוגדרו מראש, ובהן שינה ועבודה בתשלום; (2) שאלות שעסקו בהעדפות של דפוסי חלוקת הזמן – איך המרואיינים היו רוצים לחלק את זמנם; (3) תמיכה בהיגדים/תפיסות מדיניות ובתפיסות הנוגעות לזמן (בחלק זה לא נעשה שימוש במאמר הנוכחי); (4) משתנים סוציו-דמוגרפיים, כולל מצב תעסוקה. לצורך פיתוח השאלון נבחנו והותאמו גם שאלות מסקרים שעסקו בנושאים דומים, דוגמת סקרי ISSP, ESS ו-SF-36. נוסף על שאלות מתוקפות שהותאמו מסקרים קודמים נוסחו גם שאלות חדשות.

10 על פי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2020), שיעור הגברים באוכלוסייה ב-2019 עמד על 49.6%, ושיעור הנשים עמד על 50%. במדגם שלנו, שיעור הגברים עמד על 51% ושיעור הנשים על 49% – הבדל קטן של אחוז אחד.

משתני המחקר

חלוקת זמן מצויה: משתנה זה מתבסס על שאלות באשר לזמן שמקדישים המרואיינים לארבע קטגוריות של זמן: זמן שינה, זמן עבודה בתשלום (כולל זמן הנסיעות לעבודה), זמן עבודה שלא בתשלום וזמן אישי. שאלות לבחינת חלוקת זמן נבחנו בסקרים שונים בארץ ובעולם, דוגמת Third European Quality of Life Survey (EQLS, 2012) ושאלון של ה-ISSP (2012) במסגרת סקר דעת קהל בנושא משפחה. בסקרים אלה חלק מהשאלות עוסקות בתפיסות הנוגעות לזמן ולהעדפות הנוגעות לשימושי זמן, ואחרות עוסקות במדידת מספר השעות בקטגוריות של זמן. כך למשל, בנוגע למדידת זמן הוצגה בסקר השלישי של ה-EQLS השאלה: "בממוצע, כמה שעות בשבוע אתה מעורב בפעילויות הבאות מחוץ לעבודה בתשלום? טיפול בילדיך או נכדיך [X]; בישול ועבודות בית [X]; טיפול במבוגרים או בקרובים בעלי מוגבלויות [X]". בסקרים אלה ההתייחסות היא לרוב לסוג אחד של זמן וביחס לשבוע, קרי מספר שעות טיפול בילדים בשבוע, מספר שעות עבודה בשבוע (ראו גם בסקרי ה-ESS). מחקרים אחרים בוחנים מספר שעות יומיות – למשל של שינה, או של פעילויות ספציפיות דוגמת צפייה בטלוויזיה או שימוש באינטרנט (ראו לדוגמה ESS, 2016 ו-Lauderdale et al., 2016).

האתגר בסקר הנוכחי היה לבחון שימוש בזמן בהקשר של מגוון סוגים של זמן ביום רגיל (באמצע השבוע), ולא רק של סוג זמן אחד (לדוגמה עבודה, או שינה), ולאמוד את חלוקת הזמן באמצעות סקר טלפוני. לפיכך, ולאחר הפקת לקחים מהפיילוטים, השתמשנו בשאלות אלה, שכללו ארבע קטגוריות רחבות של זמן:

ביום רגיל, באמצע השבוע, מתוך 24 שעות, נסה להעריך כמה זמן אתה מקדיש לכל אחת מהפעילויות הבאות: שינה [X], עבודה בתשלום, כולל נסיעות לעבודה ו/או חיפוש עבודה [X]. אם אני מסכם את מה שאמרת, ביום רגיל אתה ישן [X] שעות ועובד בתשלום [X] שעות. מתוך [X] השעות הנוותרות, כמה זמן אתה מקדיש לדברים כמו עבודות הבית: קניות, בישול, כביסה, טיפול בילדים או במבוגרים, התנדבות וכו'? זה אומר שנתרו לך כ-[X] שעות שאתה מקדיש לעצמך: לפנאי, ללימודים, לספורט, למפגשים חברתיים, לטיפול אישי – מקלחת, אכילה, שתייה, למנוחה.

הקטגוריות הללו הובילו לפיכך לארבעת הקטגוריות: שינה, עבודה בתשלום, עבודה שלא בתשלום, וזמן אישי (שמוקדש לטיפול אישי ולפנאי). בסך הכל עמד מניין השעות על 24 שעות. השימוש בקטגוריות רחבות אפשר למרואיינים לאמוד את חלוקת הזמן.

חלוקת זמן רצויה: מחקרים וסקרים – אם כי לא רבים – עוסקים גם בחלוקת הזמן הרצויה. חלקם מתייחסים להעדפות, למשל "הייתי נהנה מעבודה בתשלום גם אם לא הייתי זקוק לכסף" (מתוך סקר ISSP, 2015). המאמר הנוכחי מתייחס למספר השעות שהמרואיינים היו רוצים להשקיע בארבעת קטגוריות הזמן. לשם כך שאלנו:

נניח שהיתה לך האפשרות לחלק את הזמן שלך ביום רגיל באמצע השבוע כמו שאתה היית רוצה. כמה מהזמן היית רוצה להקדיש ל: שינה [X], לעבודה בתשלום [X],

לדברים כמו ביצוע עבודות הבית, טיפול בילדים או במבוגרים, התנדבות וכו' [X], לעצמך, להנאה, לפנאי, ללימודים לספורט [X].

ניתוח נתונים

ניתוח הנתונים התבסס על סטטיסטיקה תיאורית של דפוסי חלוקת הזמן, וניתוחי Manova לבחינת ההבדלים בין גברים לנשים. ניתוחים אלה נבחרו בשל התלות בין המשתנים התלויים (משתני הזמן). בדיווח הנתונים התייחסנו למדגם של 650 אנשים. 21 נשאלים הושמטו משום שמספר השעות שדיווחו עליהן לא הסתכם ב-24. לצורך ניתוח הנתונים השתמשנו בתוכנת SPSS.

מגבלות המחקר

שימוש בסקר טלפוני לבחינת חלוקת זמן מעמיד בפני החוקרים אתגר, כיוון שהוא מבקש מהמרוואיינים לערוך חישובים ולהיזכר בפעילויותיהם (Juster et al., 2003). לכן התייחסנו לקטגוריות רחבות, אשר דרכן המרוואיינים יכולים להתייחס ל-24 שעות, והממצאים מתבססים על קטגוריות אלה. יש לציין כי המחקר מתמקד בנקודת זמן אחת, ולכן יש בו מגבלות בהשוואה למתודולוגיית היומנים – לדוגמה הערכת יתר של פעילויות שכחות יותר, והערכת חסר של פעילויות שכחות פחות (Dotti Sani, 2014; Geurshuny, 2011). זאת ועוד, שיטת הדיווח העצמי נחשבת אומנם מהימנה פחות משיטות אחרות, עקב הטיה לדיווח יתר, אבל יש המציינים דווקא את יתרונותיה: יכולת השחזור שלה (replicability) טובה יותר, ובמקרים מסוימים היא יכולה להיות אף מתאימה יותר מיומני זמן – למשל במצבים שבהם מנסים לזהות מגמות היסטוריות. במחקר שבחן שעות עבודה באמצעות יומני זמן ודיווח עצמי נמצא כי התוצאות היו כמעט זהות, כלומר, לא היתה הטיה בדיווח עצמי (Juster et al., 2003). מחקר אחר מצא ששיטת הדיווח העצמי מוטה יותר לטעויות, אך הראה כי היא בעייתית פחות כאשר השימוש בזמן הוא המשתנה התלוי (Kan & Pudney, 2008). לסיכום, אף שמחקרים מצביעים על מגבלות הדיווח העצמי באשר לזמן, גם לשיטות אחרות יש מגבלות מתודולוגיות (Juster et al., 2003).

מגבלות נוספות נוגעות לשיטת הדגימה: כאמור, המדגם כלל משקי בית, ובתוך משק הבית נבחר לרוב המשיב – דבר שעשוי להטות מעט את המדגם. נוסף על כך, במדגם יש ייצוג יתר קל לגברים וייצוג יתר למבוגרים. היות שאין מדובר בהבדלים משמעותיים לא יושמו משקלות כדי לתקן את ההטיה, ומכאן שהמדגם אינו מייצג במדויק את האוכלוסייה הישראלית.

אף על פי כן, ולאור מטרות המחקר, אנו מאמינים כי הצעדים שננקטו – דוגמת הישענות על שאלות מתוקפות, פיילוט לבחינת שאלות המחקר, שילוב שאלות מסוגים שונים וטיוב

המדגם – חיזקו את המהימנות ואת התוקף של המחקר. זאת ועוד, מחקרים אחרים בעולם בוחנים שימושי זמן על בסיס שאלות דומות (ראו לדוגמה Samuel & Dotti Sani, 2014; Kanji, 2020), וממצאים ממחקר שנערך בישראל על שינה מחזקים את הממצאים שנמצאו במחקר הנוכחי (Green et al., 2018).¹¹ לבסוף נציין שהמחקר מצביע על אומדנים של המרואיינים ביחס למדידת זמן, ומטרתו להצביע על החשיבות שיש לבחינת דפוסי חלוקת זמן בשיטות נוספות ועל תרומתה לעיצוב מדיניות חברתית.

ממצאים

ניצול הזמן

כאשר בוחנים את ארבע הקטגוריות של הזמן – זמן המוקדש לשינה, זמן המוקדש לעבודה בתשלום, זמן המוקדש עבודה שלא בתשלום (עבודות בית וטיפול בילדים או במבוגרים), וזמן אישי (הכולל טיפול ופנאי המוקדשים למרואיין עצמו) – נמצא כי ביום רגיל באמצע השבוע המרואיינים מקדישים לעבודה בתשלום חלק ניכר משעות היממה. העבודה ניצבת במקום הראשון, והזמן הממוצע המוקדש לה הוא 6.9 שעות (סטיית תקן 4.4); לשינה מקדישים המרואיינים 6.6 שעות בממוצע (סטיית תקן 1.4); לעבודה שלא בתשלום – 5.3 שעות בממוצע (סטיית תקן 3.6), ולזמן אישי – 5.2 שעות בממוצע (סטיית תקן 3.6). כאשר בוחנים את ממוצע השעות של המרואיינים העובדים בלבד, עולה כי הם מקדישים 8.6 שעות בממוצע לעבודה.

מספר כה גבוה של שעות עבודה ביום עולה גם מנתוני ה-OECD: בשנת 2020 מספר שעות העבודה השבועי הממוצע בישראל היה 40.6, ואילו הממוצע ב-OECD היה 37.0 (OECD, 2022). בישראל 86% מהגברים ו-60.4% מהנשים עובדים יותר שעות מהממוצע ב-OECD. גם בהונגריה, אסטוניה, קרואטיה, לטביה ורומניה שיעור גבוה יותר של גברים ונשים עובדים יותר מהממוצע ב-OECD. באיטליה, יפן, ניו זילנד, ספרד ושווייץ גברים עובדים יותר שעות מהממוצע ב-OECD, ונשים פחות. באוסטרליה, קנדה, צרפת, גרמניה, שוודיה ונורבגיה גם נשים וגם גברים עובדים פחות שעות מהממוצע ב-OECD (מך, OECD, 2019a, 2019b; 2020).

בחינת ההבדלים בדפוסי חלוקת הזמן על פי מאפיינים סוציו-דמוגרפיים של המרואיינים מאפשרת להציג תמונה מפורטת יותר. היות שבמסגרת מאמר זה אי-אפשר לתאר בפירוט

11 החוקרים מצאו כי ישראלים ישנים בממוצע 6.59 שעות, ובמחקר הנוכחי נמצא כי הזמן הממוצע המוקדש לשינה הוא 6.6 שעות.

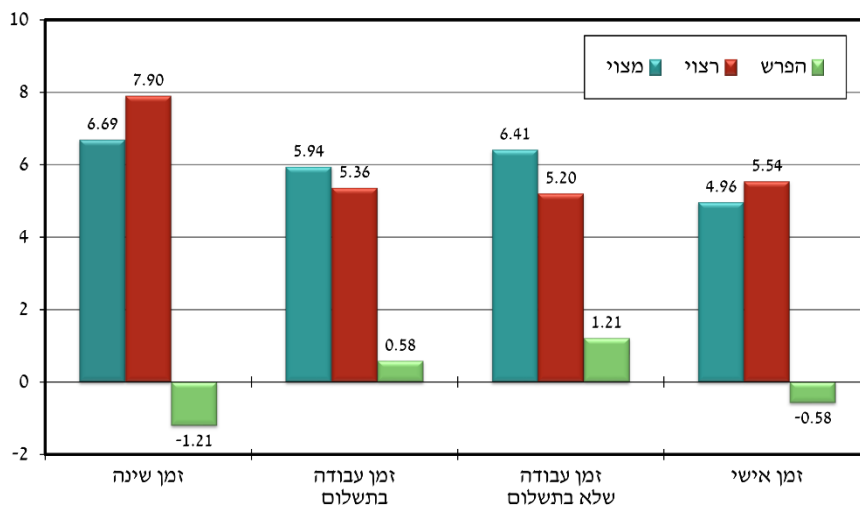
את כל המאפיינים שנבחנו, בחרנו להתמקד במגדר – בשל מרכזיותו בספרות המחקר ובשל ההשלכות של הנושא על מדיניות.

הבדלים בין נשים לגברים: חלוקת זמן מצויה ורצויה

נשים

נשים מקדישות בממוצע 4.96 שעות לזמן אישי (Sd.=3.53), והיו מעוניינות להקדיש לקטגוריה זאת יותר – 5.54 שעות (Sd.=3.14). עם זאת, ההפרש בין הרצוי למצוי בקטגוריה זאת אינו גדול (0.58)¹². הפרש דומה נמצא בין הרצוי למצוי בזמן עבודה בתשלום. נשים מקדישות לקטגוריה זאת 5.94 שעות בממוצע (Sd.=4.10), והיו מעוניינות להקדיש לה מעט פחות – 5.36 שעות (Sd.=2.92). הפרשים משמעותיים יותר בין הרצוי למצוי בקרב נשים נמצאו בקטגוריות זמן שינה וזמן עבודה שלא בתשלום: נשים מקדישות לשינה 6.69 שעות בממוצע (Sd.=1.36), אך מעוניינות לישון יותר – 7.90 שעות (Sd.=1.65). לעבודה שלא בתשלום נשים מקדישות בממוצע 6.41 שעות (Sd.=3.83), אך היו מעדיפות להקדיש לה הרבה פחות – 5.20 שעות (Sd.=2.75). תרשים 1 מציג את ממוצעי הרצוי והמצוי לפי קטגוריות הזמן השונות עבור נשים.

תרשים 1: חלוקת זמן – הבדלים בין מספר השעות הרצוי למצוי: נשים (ממוצע)

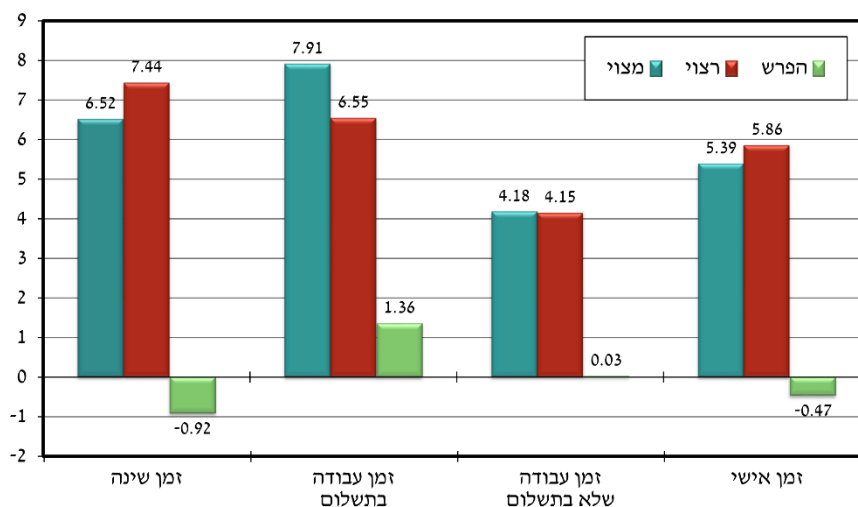


12 ההפרש בין הזמן הרצוי לזמן המצוי חושב על פי הזמן המצוי פחות הזמן הרצוי. כך, ערך שלילי משמעותו היא שהמרוואיינים מבקשים להקדיש לקטגוריה זאת יותר זמן (למשל, מרואיין שישן 6 שעות ורוצה לישון 7 שעות, יקבל ערך של -1).

גברים

בקרב גברים כמעט לא נמצא הבדל בין הרצוי למצוי בזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום: הם מקדישים לקטגוריה זאת 4.18 שעות בממוצע (Sd.=3.03), והיו מעוניינים להקדיש לכך 4.15 שעות (Sd.=2.67) – הפרש של 0.03. לקטגוריית הזמן האישי גברים מקדישים 5.39 שעות בממוצע (Sd.=3.65), והיו מעוניינים להקדיש לה מעט יותר – 5.86 שעות (Sd.=3.89), הפרש של 0.47. לשינה גברים מקדישים בממוצע 6.52 שעות (Sd.=1.41), אך היו מעוניינים להקדיש לה יותר זמן – 7.44 שעות (Sd.=2.05), הפרש של 0.92. הפער המשמעותי ביותר בין המצוי לרצוי נמצא בקטגוריית זמן העבודה בתשלום. גברים מקדישים 7.91 שעות בממוצע לעבודה בתשלום (Sd.=4.41), אך היו מעוניינים להקדיש לה הרבה פחות – 6.55 שעות (Sd.=3.11), הפרש של 1.36. תרשים 2 מציג את ממוצעי הרצוי והמצוי לפי קטגוריות הזמן השונות עבור גברים.

תרשים 2: חלוקת זמן – הבדלים בין מספר השעות הרצוי למצוי: גברים (ממוצע)



נשים וגברים: הבדלים בחלוקת הזמן

ההבדלים בין נשים לגברים בדפוסי חלוקת הזמן נמצאו מובהקים בזמן המוקדש לעבודה בתשלום ($F=34.607$, $P<0.001$), ובזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום ($F=66.557$, $P<0.001$). למרות שיעורן הגבוה יחסית של נשים בשוק העבודה בישראל (בעיקר באוכלוסייה היהודית), נמצא כי גברים עובדים בממוצע יותר שעות ביממה (Mean=7.91, Sd.=4.41) מנשים (Mean=5.94, Sd.=4.10). נראה כי מאפייני התרבות, המסורת והמשפחה של החברה הישראלית באים לידי ביטוי בשיעור הזמן שנשים מקדישות לעבודה

שלא בתשלום לעומת עבודה בתשלום, והן מקדישות יותר שעות ביממה לעבודה שלא בתשלום (Mean=6.41, Sd.=3.83) מאשר גברים (Mean=4.18, Sd.=3.05). אף שפערים בין גברים לנשים בזמן עבודה שלא בתשלום קיימים גם בחברות מערביות אחרות, נראה כי בהקשר הישראלי הפער בולט יותר. לא נמצאו הבדלים מובהקים בין נשים לגברים בזמן המוקדש לשינה ובזמן אישי.

בשנים האחרונות הושם בשיח המדיניות דגש על שילובן של נשים מהמגזר הערבי בשוק העבודה, ולכן מעניין לברר את ההבדל בין נשים לגברים במגזר הערבי והיהודי. לשם כך נבחנו חלוקה מגזרית ומגדרית יחדיו.

כפי שעולה מלוח 1 להלן, במגזר היהודי נמצא הבדל בין גברים לנשים בשלוש קטגוריות של זמן: שינה, עבודה שלא בתשלום ועבודה בתשלום. ההבדל המשמעותי ביותר הוא בזמן העבודה שלא בתשלום – בקרב נשים 6.08 שעות בממוצע, ובקרב גברים 4.2 שעות בממוצע. במגזר הערבי נמצאו הבדלים מובהקים ודרמטיים עוד יותר בין נשים לגברים בזמן העבודה בתשלום ובזמן העבודה שלא בתשלום: נשים משקיעות כמעט פי שניים שעות בממוצע יותר מגברים בעבודה שלא בתשלום. בהשקעת זמן בעבודה בתשלום היחס מתהפך, וגברים משקיעים פי 1.8 מנשים.

לוח 1: דפוסי חלוקת זמן, לפי מגדר ומגזר (מספר שעות ממוצע)

T	מגזר ערבי				T	מגזר יהודי					
	גברים		נשים			גברים		נשים			
	df=109	סטטיית תקן	ממוצע	סטטיית תקן		ממוצע	df=537	סטטיית תקן	ממוצע	סטטיית תקן	ממוצע
											שינה
		1.63	6.95	1.74	6.83	-2.076*	1.35	6.42	1.28	6.66	
		3.56	8.26	4.01	4.49	4.310**	4.58	7.83	4.06	6.23	עבודה בתשלום
		3.25	4.13	5.00	8.08	-6.745**	3.01	4.20	3.48	6.08	עבודה שלא בתשלום
		3.76	4.66	3.55	4.59	1.677	3.61	5.55	3.53	5.03	אישי

* p<.05
** p<.01

נשים וגברים: הבדלים בהעדפות של חלוקת זמן

שאלה נוספת שעניינה אותנו היא האופן שבו אנשים רוצים לנצל את זמנם. בין גברים לנשים לא נמצאו הבדלים מובהקים בשאיפה ליותר זמן אישי, אך כן נמצאו ביניהם הבדלים

מובהקים בהעדפות בנוגע לזמן המוקדש לשינה ($F=10.145, P<0.05$), לעבודה בתשלום ($F=25.362, P<0.001$) ולעבודה שלא בתשלום ($F=24.143, P<0.001$). אף שגם נשים וגם גברים ביקשו לישון יותר, נשים ($Mean=7.90, sd.=1.65$) רצו באופן מובהק יותר שעות שינה מגברים ($Mean=7.44, sd.=2.05$). מספר השעות שגברים ביקשו להקדיש לעבודה היה רב במובהק ממספר השעות שנשים ביקשו להקדיש לה ($Mean=6.55, sd.=3.11$), אך פחות שעות מכפי שהם מקדישים בהווה. הזמן שנשים העדיפו להקדיש לעבודה שלא בתשלום ($Mean=5.20, sd.=2.75$) היה רב במובהק מהזמן שגברים ביקשו להשקיע בה ($Mean=4.15, sd.=2.67$), אך פחות מכפי שהן מקדישות לה בפועל.

בחינה של הבדלים בין גברים לנשים במגזר היהודי והערבי מעלה הבדלים בין המגזרים. במגזר היהודי נשים ביקשו יותר שעות שינה ועבודה שלא בתשלום, וגברים ביקשו יותר שעות עבודה בתשלום. במגזר הערבי נמצאו הבדלים מובהקים בין גברים לנשים רק בזמן העבודה – גברים ביקשו יותר שעות עבודה בממוצע מנשים. מעניין לציין כי נשים במגזר היהודי ובמגזר הערבי הצביעו על מספר שעות רצוי זהה גם בהקשר של שעות העבודה שלא בתשלום וגם בהקשר של שעות עבודה בתשלום (ראו לוח 2).

לוח 2: הבדלים בדפוסי חלוקת הזמן הרצוי, לפי מגדר ומגזר (מספר שעות ממוצע)

T	מגזר ערבי				T	מגזר יהודי				
	גברים		נשים			גברים		נשים		
	df=109	סטטיית תקן	ממוצע	סטטיית תקן		ממוצע	df=534	סטטיית תקן	ממוצע	סטטיית תקן
-1.086	2.85	8.12	2.18	8.65	** -3.297	1.81	7.28	1.49	7.76	שינה
** 3.636	2.91	7.28	2.72	5.33	** 3.909	3.13	6.39	2.97	5.36	עבודה בתשלום
-1.654	3.02	4.26	2.90	5.19	** -4.665	2.60	4.13	2.72	5.20	עבודה שלא בתשלום
-0.851	2.95	4.33	3.13	4.82	1.823	3.39	6.19	3.13	5.68	אישי

* p<.05
** p<.01

דיון

בשל חשיבותו של הזמן לאיכות החיים, והעניין באופן חלוקת הזמן, מדינות שונות עורכות מחקרי זמן. בישראל לא נאספים די נתונים מקיפים בנושא, והמחקר הנוכחי ביקש לתרום

בנקודה זו ולהצביע באמצעות מחקר גישוש תיאורי על חלוקת הזמן המצויה והרצויה בקרב האוכלוסייה. נציין שוב כי הסקר מצביע על אומדנים של זמן כפי שתופסים אותם המרואיינים, וחשוב להשלים ולהצליבם עם מדידות המבוססות על מתודולוגיות נוספות, דוגמת מתודולוגיית היומנים (Dotti Sani, 2014; Kan & Pudney, 2008).

ממצאי המחקר מלמדים כי העבודה תופסת מקום מרכזי בחיי הישראלים. גם בהשוואה למדינות ה-OECD, ישראלים עובדים שעות רבות יחסית (OECD, 2019a, 2019b). עם זאת, מצאנו כי יש הבדלים בין קבוצות שתעסוקתן שונה. לדוגמה, שכירים במשרה מלאה עובדים הכי הרבה שעות (7.30), ואחריהם עצמאים (6.50), ושכירים במשרה חלקית (5.83). ההשוואה לסקר הלמ"ס מ-1995 היא בעייתית עקב השוני בדרכי המדידה, בגילי המדגם ובקטגוריות, אך התבוננות בדפוסיים כלליים (באחוזים) מלמדת כי ישראלים מקדישים כיום יותר מזמנם לעבודה בתשלום (28.7% לעומת 13.3% ב-1995) ולעבודה שלא בתשלום (22% בסקר הנוכחי לעומת 12.8% בסקר הקודם), ופחות זמן לשינה (27.5% לעומת 34.1%) ולפנאי (21.6% לעומת 23%).

בחינה של השערות המחקר מגלה כי מרביתן אוששו, אך לעיתים רק בחלקן. ההשערה הראשונה (H1), ולפיה נשים ייטו להקדיש יותר זמן מגברים לעבודות שאינן בתשלום וגברים ייטו להקדיש יותר זמן מנשים לעבודה בתשלום – אוששה. נמצא כי גברים עדיין משקיעים בעבודה בתשלום יותר זמן מנשים, ונשים משקיעות בעבודה שלא בתשלום יותר זמן מגברים. נציין שוב כי קשה להשוות את הממצאים למחקרי עבר בישראל מפאת הבדלים בדרכי המדידה ובאוכלוסיות שנבחנו, בעיה שעולה גם במחקרים אחרים בעולם (Bianchi et al., 2012). אולם נראה שהמגמות שנמצאו, ולפיהן הישראלים עובדים הרבה שעות, ולצידן הבדלים בעבודה שלא בתשלום על בסיס מגדר ומגזר, מחזקים ממצאים קודמים (אנדבלד והלר, 2017; Lewin-Epstein et al., 2006). השוואה לסקר הלמ"ס מ-1995 מלמדת כי נשים יהודיות מקדישות כיום הרבה יותר זמן לעבודה בתשלום (22.3% לעומת 8%) ומעט יותר זמן לעבודה שלא בתשלום (21.6% לעומת 18.2%). אלה באים בעיקר על חשבון זמן שינה (32.3% לעומת 34.1%), ואילו מספר השעות המוקדשות לזמן האישי נשאר כמעט זהה (23.6% כעת לעומת 23.2% בעבר). בקרב גברים יהודים ניכרות עלייה משמעותית במספר שעות העבודה שלא בתשלום (17.2% לעומת 7.1%), עלייה גם בזמן העבודה בתשלום (26.6% לעומת 19.4%) ובזמן האישי (25.8% לעומת 22.9%), ולצידן ירידה במספר השעות המוקדש לשינה (30.3% לעומת 33%). כלומר, גם גברים וגם נשים עובדים יותר וישנים פחות מבעבר, אבל לאורך השנים חלו שינויים בזמן העבודה שלא בתשלום, וגברים לוקחים בה חלק משמעותי יותר (אם כי הגידול במספר השעות שהם מקדישים לעבודה שלא בתשלום הפחית רק במעט את הזמן שנשים מקדישות לה).

ההשערה השנייה (H2), ולפיה ההבדלים בין גברים לנשים יהיו בולטים יותר במגזר הערבי מאשר במגזר היהודי – אוששה. נמצא כי במגזר הערבי ההבדלים בין נשים לגברים בנוגע לעבודה בתשלום ולעבודה שלא בתשלום היו משמעותיים יותר מאשר באוכלוסייה היהודית.

מעניין לציין כי נשים בשני המגזרים, היהודי והערבי, רוצות להשקיע מספר שעות דומה בעבודה בתשלום ובטיפול. באופן כללי, ממצאי המחקר מלמדים כי באוכלוסייה הערבית מקדישים יותר זמן לשינה ולעבודה שלא בתשלום. מהשוואה לסקר הלמ"ס מ-1995 עולה כי בקרב נשים ערביות חלו גידול ניכר בזמן המוקדש לעבודה בתשלום (22.2% לעומת 2.9%), וגידול קל בזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום (21.6% לעומת 19.6%). לעומת זאת חלה ירידה קלה בזמן המוקדש לשינה (36% לעומת 38.4%), ולזמן אישי (20% לעומת 21.6%). בקרב גברים ערבים עולה מגמה דומה לזו שבקרב גברים יהודים: הקדשת זמן רב יותר לעבודה בתשלום (30.3% לעומת 20.1%) וזמן רב יותר לעבודה שלא בתשלום (17.7% לעומת 4.3%) – זאת על חשבון ירידה בזמן המוקדש לזמן האישי (18% לעומת 23.1%) ולשינה (33.8% לעומת 36.8%).

ההשערה השלישית (H_3) התמקדה בהבדלים מגדריים בהעדפות זמן, ואוששה חלקית. שיערנו כי נשים ייטו להעדיף זמן אישי יותר מאשר גברים (AH_3), אך השערה זו לא אוששה. לא נמצאו הבדלים מובהקים בין המינים בשאיפה לזמן אישי. שיערנו גם כי גברים יעדיפו להקדיש פחות זמן לעבודה בתשלום מאשר נשים (BH_3), ומצאנו כי דווקא גברים רוצים להקדיש יותר זמן לעבודה בתשלום מנשים, אך פחות מכפי שהם מקדישים לכך בפועל. באופן כללי, רבים ביקשו לצמצם את שעות העבודה. בעיקר נכון הדבר לשכירים במשרה מלאה ולעצמאים. זהו שינוי בהשוואה לממצאים מלפני שני עשורים, שהצביעו על כך שישראלים, בהשוואה לאחרים, רוצים לעבוד יותר (Stier & Lewin-Epstein, 2003). אשר להשערה (GH_3), ולפיה לא יהיו הבדלים מגדריים בהעדפות של הזמן המוקדש לשינה – דווקא כאן נמצא הבדל מובהק בין גברים לנשים: נשים ביקשו יותר שעות שינה. הממצא הנוגע לזמן המוקדש לשינה מעניין ביותר, היות שלמראית עין מדובר בזמן יחסית קבוע, ואולם ייתכן שדווקא הנטל העודף של השקעה בפעילויות האחרות, דוגמת עבודה בתשלום ושלא בתשלום, מצמצם את הזמן המופנה לשינה, מה שמייצר שאיפה ליותר שינה – בעיקר בקרב נשים. ידוע כי מחסור בשינה פוגע בהיבטים שונים בבריאות, והוא בעל חשיבות גם ברמת המדיניות (Hafner et al., 2017; Lahat & Sened, 2023), ולכן מעניין לייחד תשומת לב לנושא.

אשר לזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום, שיערנו כי נשים – יותר מגברים – יעדיפו לצמצמו (TH_3), אולם מצאנו כי נשים – יותר מגברים – מעוניינות דווקא ביותר זמן עבודה שלא בתשלום. באופן כללי, רבים ביקשו לצמצם את הזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום – אפילו אלה המקדישים לה זמן רב, ובהשוואה לקבוצות אחרות רוצים להקדיש לה יותר. חשוב לציין כי בקרב קבוצת הגיל 30–40 לא עלתה בקשה דומה. במובן זה, אנשים בגילים אלה, שבדרך כלל מטפלים בילדים, וייתכן שגם בהורים מבוגרים, התייחסו לצורך להקדיש זמן לעבודה שלא בתשלום. ככלל, גברים לא רצו להקדיש לעבודה שלא בתשלום יותר זמן מכפי שהם מקדישים כעת.

גם בקרב ערבים וגם בקרב יהודים ניכרת מעורבות רבה יותר של גברים בזמן המוקדש לעבודה שלא בתשלום, אם כי היא לא הפחיתה בהרבה את הזמן שנשים מקדישות לכך.

המחקר הנוכחי מחזק טענות העולות מהספרות, ולפיהן למרות העלייה בהשתלבותן של נשים בשוק העבודה, והירידה היחסית בעבודת הטיפול בבית בקרב נשים עובדות, המדיניות שנקטה עד כה לא הובילה לשינוי מהותי באיזון בית-עבודה, בחלוקת התפקידים המסורתית בין גברים לנשים, או במעמדן של נשים בשוק העבודה. המחקר מחזק גם ממצאים אחרים בהקשר הישראלי (מן, 2020; קפלן וכרכבי-סבאח 2007). נשים נותרו האחראיות העיקריות לטיפול, לא רק בישראל אלא גם במדינות אחרות (Bianchi et al., 2012; Bünning & Hipp, 2021; Hochschild & Machung, 2003; Lewin-Epstein et al., 2006; Mandel & Semyonov, 2005; Offer & Schneider, 2011; Pascall & Lewis, 2004; Rimalt, 2018). מצב זה מעורר בנשים תחושה של עומס יתר וחוסר בזמן אישי (קפלן וכרכבי-סבאח, 2007), וסביר כי הוא פוגע ברווחתן הנפשית. יתרה מזאת, במחקרן האיכותני של קפלן וכרכבי-סבאח (2007) נמצאו דפוסי דומים בקרב נשים יהודיות ונשים ערביות, כלומר מדובר במצב החוצה מגזרים.

טענות בדבר ההשפעה המעטה של המדיניות, ולצידן הפערים בין גברים לנשים, הפלייתן של נשים בשוק העבודה והתפקיד המרכזי שהן ממלאות בטיפול בילדים, רלוונטיות גם להקשר הישראלי (אנדבלד וגוטליב, 2013; Herbst-Debby & Benjamin, 2018). יתרה מזו, אף שיש שמצביעים על החשיבות שיש לעבודה של נשים במשרה מלאה ליכולת שלהן לנהל משא ומתן על משאבים ולמעמדן בבית ומחוצה לו (Hochschild, 1997/2007; Stier & Lewin-Epstein, 2007), ממצאי מחקר שנערך באוסטרליה מורים כי נשים המרוויחות יותר מגברים מפצות על מעמדם באמצעות ביצוע יותר עבודות בבית מאשר בני זוגן (Bittman et al., 2003). המחקר הנוכחי מצביע על כך שנשים משקיעות יותר זמן מגברים בעבודה שלא בתשלום וציינו כי הן רוצות להשקיע בכך יותר זמן מכפי שציינו הגברים, אך פחות מכפי שהן משקיעות כעת. ממצאים אלה מתיישבים עם מחקרים אחרים (Bünning & Hipp, 2021). גברים, לעומת זאת, אינם רוצים להשקיע בעבודה שלא בתשלום יותר זמן מכפי שהם משקיעים. אולם מחקרים מראים גם כי בעידן הנוכחי הם חשים יותר מנשים את הקונפליקט עבודה-משפחה, ורוצים לקדם אבהות פעילה יותר (קוליק ואח', 2017). עוד נמצא כי ניסיונות של נשים וגברים לקדם יעילות ולפעול בדרך של ביצוע עבודות במקביל (multitasking) מעוררים מתחים ולחצים נפשיים שליליים בעיקר אצל נשים, שכן הן נוהגות לעשות זאת יותר (Offer & Schneider, 2011).

אי-אפשר להתעלם מהנורמות החברתיות בישראל – ובהן מספר גדול של ילדים, החשיבות המיוחסת להשקעה בהורות טובה, או מערך התמריצים הכלכליים בשוק העבודה – המשמרות את חלוקת התפקידים המסורתית בין גברים לנשים. הסדרים מבניים שימצמו את שעות העבודה בתשלום, יקדמו מסגרות טיפול איכותיות וייצרו מאזן תמריצים המאפשר יכולת כלכלית לצד השקעה בזמן עבודה שלא בתשלום, עשויים לייצר פלטפורמה טובה יותר לבחירה של הורים בין טיפול לבין עבודה, תוך הגדלת אפשרויות הבחירה (Hakim, 2006). מדיניות שתאפשר יותר בחירה בין קטגוריות הזמנים עשויה להוביל בהמשך גם לשינוי

בהעדפות של זמן. ממצאי המחקר הנוכחי מצביעים בעיקר על התרומה שעשויה להיות לסקר שבוחן את חלוקת הזמן של הישראלים על עיצוב המדיניות, ומצטרפים לקריאות ולכוונות לקדם סקר מקיף ומתמשך בנושא חשוב זה.

מקורות

- אבירם-ניצן, ד' וזקן, ר' (2020). **סקר מאפייני העבודה מהבית בתקופת משבר הקורונה**. המכון הישראלי לדמוקרטיה, המרכז לממשל וכלכלה.
- אנדבלד, מ' וגוטליב, ד' (2013). **מעמדן הכלכלי-חברתי של נשים בישראל 1997–2011**. מחקרים לדיון, 113. המוסד לביטוח לאומי.
- אנדבלד, מ' והלר, א' (2017). **הערך הכספי של עבודת הבית**. מחקרים לדיון, 126. המוסד לביטוח לאומי.
- גרוס, ג' וסברסקי, ב' (2002). **סקרי תקצוב זמן ושוויון בין מגדרי**. מרכז אדוה.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (1995). **דפוסי השימוש בזמן בישראל: סקר תקצוב זמן 1991/2**. פרסומים מיוחדים מס' 996.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2013). **נשים וגברים 1990–2011**. סטטיסטיקל, פרסום 132.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2017א). **מבוגרים בני 55 ומעלה, 2014–2015**. נתונים מתוך דוח פני החברה מספר 9. סטטיסטיקל, פרסום 160.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2017ב). **שנתון סטטיסטי לישראל 2017**.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2020א). **הסקר החברתי 2019: שילוב חיי משפחה ועבודה וחלוקת תפקידים בין בני הזוג בבית**.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2020ב). **אוכלוסייה: שנתון סטטיסטי לישראל, 2020, 71**. מן, י' (2020). **בין עבודה למשפחה: כיצד להקל על העומס הרגשי והכלכלי של הורים עובדים בישראל**. דרך, קרן ברל כצנלסון.
- קוליק, ל', לוי, ש' וליברמן, ג' (2017). **ריבוי תפקידים, קונפליקט תפקידים ותחושת משמעות בחיים בקרב הורים עובדים. חברה ורווחה, לז, 285–316**.
- קפלן, ע' וכרכבי-סבאח, מ' (2017). **עבודות שקופות בישראל: דוח מחקר למוסד לביטוח לאומי**. מכון ון ליר בירושלים ושוות.
- Bianchi, S. M., Sayer, L. C., Milkie, M. A., & Robinson, J. P. (2012). Housework: Who did, does or will do it, and how much does it matter? *Social Forces*, 91, 55–63. <https://doi.org/10.1093/sf/sos120>

- Bittman, M., England, P., Sayer, L., Folbre, N., & Matheson, G. (2003). When does gender trump money? Bargaining and time in household work. *American Journal of Sociology*, 109, 186–214. <https://doi.org/10.1086/378341>
- Bittman, M., & Folbre, N. (2004). *Family time: The social organization of care*. Routledge.
- Bittman, M. & Wajcman, J. (2004). The rush hour: The quality of leisure time and gender equity. In N. Folbre & M. Bittman (Eds.), *Family time: The social organization of care* (pp. 171–193). Routledge.
- Bryson, V. (2007). *Gender and the politics of time: Feminist theory and contemporary debates*. Policy Press.
- Budig, M. J., & Folbre, N. (2004). Activity, proximity, or responsibility? measuring parental childcare time. In N. Folbre & M. Bittman (Eds.), *Family time: The social organization of care* (pp. 51–68). Routledge.
- Bünning, M., & Hipp, L. (2022). How can we become more equal? Public policies and parents' work–family preferences in Germany. *Journal of European Social Policy*, 32(2) 182–196. <https://doi.org/10.1177/09589287211035701>
- Craig, L. (2006). Does father care mean fathers share? a comparison of how mothers and fathers in intact families spend time with children. *Gender & Society*, 20(2) 259–281. <https://doi.org/10.1177/0891243205285212>
- Craig, L., & Mullan, K. (2011). How mothers and fathers share childcare a cross-national time-use comparison. *American Sociological Review*, 76(6), 834–861. <https://doi.org/10.1177/0003122411427673>
- Dotti Sani, G. M. (2014). Men's employment hours and time on domestic chores in European countries. *Journal of Family Issues*, 35(8), 1023–1047. <https://doi.org/10.1177/0192513X14522245>
- ESS (European Social Survey). (2015). *Measuring and reporting on Europeans' wellbeing: Findings from the European Social Survey*.
- ESS (European Social Survey). (2016). *ESS 8 – 2016 – Welfare attitudes, attitudes to climate change*.
- ESS (European Social Survey). (2018). *ESS9 – 2018-notes on data and fieldwork*. <https://ess-search.nsd.no/en/study/bdc7c350-1029-4cb3-9d5e-53f668b8fa74>
- Ferrant, G., Pesando, L. M., & Nowacka, K. (2014). *Unpaid care work: The missing link in the analysis of gender gaps in labour outcomes*. Centro de Desarrollo de la OCDE, 5.
- Fitzpatrick, T. (2004). Time, social justice and UK welfare reform. *Economy and Society*, 33(3), 335–358. <https://doi.org/10.1080/0308514042000225699>

- Gershuny, J. (2011). *Time-use surveys and the measurement of national well-being*. Centre for Time-use Research, Department of Sociology, University of Oxford.
- Goodin, R. E., Rice, J. M., Parpo, A., & Eriksson, L. (2008). *Discretionary time: A new measure of freedom*. Cambridge University Press.
- Gornick, J. C., & Meyers, M. K. (2006). Welfare regimes in relation to paid work and care: A view from the United States on social protection in the European countries. *Revue française des affaires sociales*, 5, 167–188.
<https://doi.org/10.3917/rfas.en605.0167>
- Gorz, A. (1999). *Reclaiming work: Beyond the wage-society*. Polity Press.
- Green, A., Dagan, Y., & Haim, A. (2018). Exposure to screens of digital media devices, sleep, and concentration abilities in a sample of Israel adults. *Sleep and Biological Rhythms*, 16, 273–281.
<https://doi.org/10.1007/s41105-018-0150-1>
- Hafner, M., Stepanek, M., Taylor, J., Troxel, W. M., & van Stolk, C. (2017). Why sleep matters: The economic costs of insufficient sleep: A cross-country comparative analysis. *Rand Health Quarterly*, 6(4), 11.
- Hakim, C. (2006). Women, careers, and work-life preferences. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(3) 279–294.
<https://doi.org/10.1080/03069880600769118>
- Harvey, A. S., & Mukhopadhyay, A. K. (2007). When twenty-four hours is not enough: Time poverty of working parents. *Social Indicators Research*, 82, 57–77. <https://doi.org/10.1007/s11205-006-9002-5>
- Herbst-Debby, A., & Benjamin, O. (2018). Low-income mothers in an Israeli welfare-to-work program: Symbolic violence and its limitations. *International Sociology*, 33, 45–63. <https://doi.org/10.1177/0268580917742001>
- Hilbrecht, M. J. (2009). *Parents, employment, gender and well-being: A time use study*. (Doctoral dissertation, University of Waterloo)
- Hochschild, A. R. (2007). When work becomes home and home becomes work. In J. M. Henslin (Ed.), *Life in society: Readings to accompany sociology, a down-to-earth approach* (2nd ed., pp. 169–178). Pearson. (Original work published 1997)
- Hochschild, A. R., & Machung, A. (2003). *The second shift* (2nd ed.). Penguin book.
- ISSP (International Social Survey Programme). (2007). *Leisure time and sports – ISSP 2007*.

- ISSP (International Social Survey Programme). (2015). *Work orientation – ISSP 2015*.
- Jonasdottir, S. S., Minor, K., & Lehmann, S. (2021). Gender differences in nighttime sleep patterns and variability across the adult lifespan: A global-scale wearables study. *Sleep, 44*, zsaa169. <https://doi.org/10.1093/sleep/zsaa169>
- Juster, F. T., Ono, H., & Stafford, F. P. (2003). An assessment of alternative measures of time use. *Sociological Methodology, 33*(1), 19–54. <https://doi.org/10.1111/j.0081-1750.2003.t01-1-00126.x>
- Kan, M. Y., & Pudney, S. (2008). Measurement error in stylized and diary data on time use. *Sociological Methodology, 38*(1), 101–132. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9531.2008.00197.x>
- Kan, M. Y., Sullivan, O., & Gershuny, J. (2011). Gender convergence in domestic work: Discerning the effects of interactional and institutional barriers from large-scale data. *Sociology, 45*(2), 234–251. <https://doi.org/10.1177/0038038510394014>
- Korpi, W. (2000). Faces of inequality: Gender, class, and patterns of inequalities in different types of welfare states. *Social Politics: International Studies in Gender, State & Society, 7*(2), 127–191. <https://doi.org/10.1093/sp/7.2.127>
- Korpi, W., Ferrarini, T., & Englund, S. (2013). Women's opportunities under different family policy constellations: Gender, class, and inequality tradeoffs in western countries re-examined. *Social Politics: International Studies in Gender, State & Society, 20*(1), 1–40. <https://doi.org/10.1093/sp/jxs028>
- Lahat, L., & Sened, I. (2020). Time and well-being, an institutional, comparative perspective: Is it time to explore the idea of a time policy? *Journal of European Social Policy, 30*(3), 275–292. <https://doi.org/10.1177/0958928719891339>
- Lahat, L., & Sened, I. (2023). The politics and policies of sleep? Empirical findings and the policy context. *Policy Studies, 44*(3) 308–430. <https://doi.org/10.1080/01442872.2022.2057460>
- Lauderdale, D. S., Chen, J. H., Kurina, L. M., Waite, L. J., & Thisted, R. A. (2016). Sleep duration and health among older adults: Associations vary by how sleep is measured. *Journal of Epidemiology and Community Health, 70*(4), 361–366. [doi:10.1136/jech-2015-206109](https://doi.org/10.1136/jech-2015-206109)
- Lavie, P. (1981). Sleep habits and sleep disturbances in industrial workers in Israel: Main findings and some characteristics of workers complaining of excessive daytime sleepiness. *Sleep, 4*(2), 147–158. <https://doi.org/10.1093/sleep/4.2.147>

- Lee, Y. S. (2011). *Family policy, family resources, and children's educational achievement: A comparative study of 18 rich countries*. (Doctoral dissertation, Washington University)
- Lewin-Epstein, N., Stier, H., & Braun, M. (2006). The division of household labor in Germany and Israel. *Journal of Marriage and Family*, 68(5), 1147–1164. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00320.x>
- Lewis, J., Campbell, M., & Huerta, C. (2008). Patterns of paid and unpaid work in Western Europe: Gender, commodification, preferences and the implications for policy. *Journal of European Social Policy*, 18(1), 21–37. <https://doi.org/10.1177/0958928707084450>
- Mandel, H., & Semyonov, M. (2005). Family policies, wage structures, and gender gaps: Sources of earnings inequality in 20 countries. *American Sociological Review*, 70(6), 949–967. <http://www.jstor.org/stable/4145401>
- OECD. (2015). *Better life index: Definitions and metadata*.
- OECD. (2019a). *Hours worked (indicator)*.
- OECD. (2019b). *Labour force participation rate (indicator)*.
- OECD. (2021). *OECD gender data portal: Time-use across the world*.
- OECD. (2022). *Average usual weekly hours worked on the main job*.
- Offer, S., & Schneider, B. (2011). Revisiting the gender gap in time-use patterns: Multitasking and well-being among mothers and fathers in dual-earner families. *American Sociological Review*, 76, 809–833. <https://doi.org/10.1177/0003122411425170>
- Pascall, G., & Lewis, J. (2004) Emerging gender regimes and policies for gender equality in a wider Europe. *Journal of Social Policy*, 33, 373–394. <https://doi.org/10.1017/S004727940400772X>
- Pepin, J. R., Sayer, L. C., & Casper, L. M. (2018). Marital status and mothers' time use: Childcare, housework, leisure, and sleep. *Demography*, 55, 107–133. <https://doi.org/10.1007/s13524-018-0647-x>
- Polanyi, K. (n.d). *The study of human institutions: Economic and social*. Karl Polanyi archive: Container 15–10.
- Rimalt, N. (2018). The maternal dilemma. *Cornell Law Review*, 103(4), 977.
- Roth, D. L., Fredman, L., & Haley, W. E. (2015). Informal caregiving and its impact on health: A reappraisal from population-based studies. *The Gerontologist*, 55, 309–319. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu177>

- Samuel, R., & Kanji, S. (2020). Valuing creativity, feeling overworked and working hours: Male workers and the new spirit of capitalism. *Time & Society*, 29, 51–73. <https://doi.org/10.1177/0961463X18820730>
- Sharabi, M., & Harpaz, I. (2007). Changes in work centrality and other life areas in Israel: A longitudinal study. *Journal of Human Values*, 13, 95–106. <https://doi.org/10.1177/097168580701300203>
- Stier, H., & Lewin-Epstein, N. (2003). Time to work: A comparative analysis of preferences for working hours. *Work and Occupations*, 30, 302–326. <https://doi.org/10.1177/0730888403253897>
- Stier, H., & Lewin-Epstein, N. (2007). Policy effects on the division of housework. *Journal of Comparative Policy Analysis*, 9, 235–259. <https://doi.org/10.1080/13876980701494657>
- Sullivan, O., & Gershuny, J. (2001). Cross-national changes in time-use: Some sociological (hi)stories re-examined. *The British Journal of Sociology*, 52, 331–347. <https://doi.org/10.1080/00071310120045015>
- Warren, T. (2003). Class and gender-based working time? time poverty and the division of domestic labour. *Sociology*, 37, 733–752. <https://doi.org/10.1177/00380385030374006>
- Zuzanek, J., & Hilbrecht, M. (2019). Enforced leisure: Time use and its well-being implications. *Time & Society*, 28, 657–679. <https://doi.org/10.1177/0961463X16678252>

נספח: מאפייני אוכלוסיית המדגם באחוזים ובמספרים מוחלטים

N	%	
מגדר		
326	48.6	נשים
345	51.4	גברים
גיל		
118	17.6	29–18
113	16.9	39–30
199	29.7	54–40
125	18.7	64–55
115	17.2	+65
השכלה		
153	22.9	ללא תעודת בגרות (1–3)
257	38.4	בגרות מלאה והשכלה על-תיכונית (4–6)
259	38.7	תואר אקדמי (7–8)
הכנסה		
143	23.1	הרבה מתחת למוצע
122	19.7	מעט מתחת למוצע
128	20.7	ממוצע
128	20.7	מעט מעל ממוצע
97	15.7	הרבה מעל הממוצע
סטטוס תעסוקה		
296	44.4	שכיר עובד במשרה מלאה
96	14.4	שכיר עובד במשרה חלקית
106	15.9	עצמאי
18	2.7	לא עובד ומחפש עבודה
77	11.5	גמלאי/פנסיונר
28	4.2	אחראי לעבודות הבית ולטיפול בילדים או בבני משפחה אחרים
2	0.3	בשירות לאומי
16	2.4	תלמיד או סטודנט, גם אם כרגע בחופש מהלימודים
28	4.2	אחר

N	%	
מוצא		
200	29.9	יליד אסיה-אפריקה ¹³
140	21.0	יליד אירופה-אמריקה
65	9.7	יליד ברית המועצות לשעבר
264	39.5	יליד ישראל
דת		
558	83.2	יהודי
113	16.8	ערבי
מידת דתיות¹⁴		
173	25.9	חרדי-דתי
205	30.7	מסורתי
289	43.3	חילוני
מצב משפחתי		
23	3.4	נשוי ללא ילדים
458	68.3	נשוי עם ילדים
108	16.1	לא נשוי ללא ילדים
82	12.2	לא נשוי עם ילדים
מצב בריאותי		
12	1.8	גרוע
43	6.4	לא כל כך טוב
175	26.2	טוב
204	30.5	טוב מאוד
235	35.1	מצוין

13 ילידי אסיה-אפריקה או שאביהם יליד אסיה-אפריקה; אותו חיבור בין קטגוריות המוצא נעשה גם בשאר הקטגוריות.

14 אוחדה ל-3 קטגוריות.