



התנהלות בטוחה ברשת

ליווי מקצועי ופיתוח מודל מוג"ן ברשת:

מרכז הורשת



פיתוח תוכן:

המרכזיה החינוכית הארצית - ילדים בסיכוי ומרכז הורשת



תכנית "מרחב בטוח" עוסקת בסוגיות השייכות, לעולם הדיגיטלי, לאינטרנט, האפשרויות והאתגרים שהוא פורש בפני ילדי הפנימיות. באורח פלא אני מוצאת ממשק גדול בין הערכים שנפרשו במדיניות החדשה של המשרד ובין סוגיה זו. במדיניות שנכתבה בשנה האחרונה ובערכים המובילים שנבחרו נמצא בראש ובראשונה ערך טובת הילד המורכב מארבעה יסודות:

שייכות, מוגנות, רציפות, שיפור.

בבואנו לבחון את האתגרים שהעידן הדיגיטלי מעמיד בפנינו בעולם הפנימיות אנו נדרשים לבחינה של אותם ערכים.

אנו נדרשים להתמודד עם הסיכוי מול הסיכון הקיימים בחשיפה לטכנולוגיה של ימינו. מחד סיכויים והזדמנויות חברתיות, מאידך סיכונים של ניכור והטרדה. מחד סיכוי לתחושת שייכות (פורומים ורשתות חברתיות), מאידך סכנה לחשיפה לתכנים שאינם תואמי גיל. מחד הזדמנות להצלחה והעצמה באמצעות קבלת סיוע וקבוצות תמיכה, מאידך סיכון להעצמת קשיים חברתיים.

הרשת היא חלק מהחיים, הילדים ובני הנוער כיום מתנהלים בו זמנית הן בסביבה הפיזית והן ברשתות החברתיות.

חשוב להדגיש כי הרשת היא אינה שלילית או חיובית, הפעולות שאנו עושים בה הן הקובעות את תוצאותיה. לפיכך תפקיד המבוגר האחראי הינו כפי שאנו מכירים גם בזירות אחרות של חיי ילדינו. המבוגר מתווך, מווסת, מתצפת ומבקר. המבוגר פורש את מערך ערכיו כפי שנדרש ממנו לעשות לגבי מרבית תכני חייו של הילד/ נער בפנימייה.

כשם שאנשי הטיפול והחינוך בפנימייה מייצרים לחניכים מרחב בטוח מחוץ לרשת בהתאם לגילם וצרכיהם ההתפתחותיים, כך מוטלת עלינו האחריות לבחון את הכלים וללמוד את השיח המקביל בעולם הדיגיטלי. התחום מאתגר אותנו המבוגרים מאחר והילדים והנוער תמיד יימצאו צעד אחד קדימה אולם הצעד קדימה הינו טכני, אין בו את הבשלות, התבונה והאחריות הנדרשת. לפיכך המרחב הווירטואלי, כבשאר התחומים, דורש מאתנו המבוגרים האחראים, לפתח את הכלים ולהפוך עצמנו רלוונטים.

עלינו לרכוש את הידע שיאפשר לנו לדבר את השפה בה מדברים חניכנו.

בתוך שיח זה איש הטיפול/ איש החינוך, יקבע את הגבולות ויבסס את סמכותו. ידע לזהות מצבי סיכון ובעיקר יהפוך למחנך לילד על פי דרכו ונוכח בחייו גם ברשת בכדי לסייע לו לשמור על עצמו.

תודות לשותפנו במהלך חינוכי חשוב זה:

לקרן ילדים ונוער בסיכון בהובלתה של אפרת בן חורין, השותפה לפריצת דרך בתשומות ופעולות למען קידום נושאים נוספים לטובת ילדי הפנימיות בשנים הקרובות.

לאורנה היילינגר, מנהלת נטיקה באיגוד האינטרנט הישראלי ומיזם מרחב בטוח מטעם הקרנות, מאגר הידע הרחב שלה, נועם ההליכות וכיווני הפעולה המגוונים מלמדים אותנו רבות.

לשרון קייזר הלר ומרכז הורשת על הליווי והפיתוח המקצועי.

לשותפנו בתחומים רבים "ילדים בסיכוי" שמסייעים בידנו תמיד להרחבה, העשרה ותמיכה בכל נושא הדורש פיתוח בעולם הפנימיות.

לכל צוותי הפנימיות, מנהלים, אנשי החינוך והטיפול שמפתחים את החשיבה היצירתית, תהליכי למידה ומנגנוני עבודה רלוונטיים ובייחוד השגחה אין סופית ביצירת מרחב בטוח לילדי הפנימיות.

בברכה,

רקפת בן גיא

ס.ראש מנהל שח"א

משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים

כיום, קשה להיות משמעותיים בעולם של ילדים בני נוער וצעירים, ללא היכרות מעמיקה עם אותם מרחבים בהם מצויים... מרחבים אשר להם יתרונות וחסרונות, אתגרים והזדמנויות.

ההתפתחות הטכנולוגית המהירה, השימוש המורחב במכשירים חכמים, הזירות החדשות אליהם אנו חשופים, מציבים בפני כולנו את הצורך ללמוד, להבחין בין טוב לרע, ולסייע בהתמודדות עם תופעות חדשות, שלא תמיד באו לידי ביטוי בעולמות שבחוץ.

הקצב בו קורים הדברים, הופך כל דור בתורו ל"מהגר דיגיטלי" ביחס לדור הצעיר ממנו. השינויים, המעברים ממדיה אחת לאחרת, מרשת חברתית אחת לאחרת נעשים בקצב מהיר הרבה ממה שמרביתנו מסוגלים לקלוט.

כדי להדביק את הקצב, אנו מחויבים, להכיר לעומק, לזהות ולהבין, לדעת לשאול את השאלות הנכונות ולכוון למציאת התשובות המתאימות.

אז מה בין פייסבוק, אינסטגרם, טוויטר ועוד? מה בין בריונות, אלימות ושימוש מושכל ברשת, איך בכלל ניתן להכיל את כל הידע הרב, והמידע החדשני הנרחב? ואיך ניתן להתמודד עם אותן סוגיות המצויות בחיי היום יום, ולעיתים במחשכים, בהם שוהים אותם ילדים, בני נוער וצעירים.

כטבען של מהפכות, גם זו הדיגיטלית, מייצרת לעיתים אי נוחות, חשש ומבוכה, אך אנו מאמינים כי מודעות, תודעה ומוטיבציה ללמידה, עשויה לחולל את השינוי המתבקש, לצמצם את הפערים, ולהפוך את כולנו להרבה יותר משמעותיים.

משמח ומרגש לדעת כי נרתמתם לאתגר, ואין ספק כי המהלך המשותף אותו אתם מובילים, צוותי פנימיות ילד ונוער במשרד הרווחה והשירותים החברתיים וצוות עמותת ילדים בסיכון, הוא זה שיפרוץ את הדרך לביסוס מציאות עדכנית, הנותנת את התשובות לכל אותן שאלות שבדרך...

איחולי הצלחה, והערכה רבה,

אורנה היילנר

אפרת בן חורין

מנהלת מיזם "מרחב בטוח"
איגוד האינטרנט הישראלי
וקרנות הביטוח הלאומי

מנהלת קרן ילדים ונוער בסיכון,
קרנות לביטוח לאומי



לעתים אני מדמה את הפנימייה לקדרה מבעבעת ההולכת וצוברת חום.

החיים בה אינטנסיביים, כולם נמצאים עם כולם כמעט 24 שעות ביממה, גרים באותם מתחמים, מסתובבים באותן חצרות אוכלים, ישנים ונושמים זה את זה כמעט ללא הפוגה.

גם בעולם רוחש וגועש זה יכולת פעם לתפוס פינה, להיות עם עצמך, לשים ראש על הכרית, לקחת אוויר ולאסוף קצת שקט.

כיום בעידן הדיגיטאלי אפילו אפשרות זו נעלמה כמעט לחלוטין. הטוטאליות המוחלטת והחשיפה שהיא מייצרת, יוצרת מעגל אינסופי של נוכחות, היעדר פרטיות וחרדה שלא להיות נוכח ולו לרגע במקום הזה.

היכולת שלנו לשמור ולהגן על הילדים ובני הנוער מפני הסכנות הרבות הטמונות שם הפכו קשות ומורכבות פי כמה מאשר ידענו בעבר.

לתוך העולם המורכב הזה נכנסנו עם תכנית "מרחב בטוח".

בתוך העולם המשתנה כל הזמן, בהיעדר מערכת הורית, משפחתית מגינה ויציבה ולעתים אף מזיקה, בעולם הפנימיות על מורכבותו, המתמודד עם אוכלוסיית ילדים ובני נוער בסיכון על קצה הרצף במציאות של תחלופת צוות גבוהה, חובה עלינו לנסות להיות כל הזמן במקומות המועדים לפורענות עבור חניכי הפנימיות.

אני גאה מאד בצוות המרכזיות החינוכיות של עמותת ילדים בסיכוי שיודע לזהות את המקומות הללו, לסמן מטרות ויעדים, לחבר שותפים ולהוציא לפועל תכניות מורכבות וחשובות.

אני גאה מאד בשותפות המתהווה בראש ובראשונה עם משרד הרווחה, השירות לילד ונוער. בשותפות עם קרן ילדים ונוער בסיכון של הביטוח הלאומי המובילה את מיזם מרחב בטוח ברחבי הארץ, עם איגוד האינטרנט הישראלי ומרכז הורשת על השותפות המקצועית ועם מנהלי וצוותי הפנימיות על מנת להוביל ביחד תכנית שמטרתה לשמור ולדאוג לשלומם של אותם ילדים שגורלם לא יצר עבורם בסיס בטוח יציב ומיטיב לחייהם.

ירון בראון

מנכ"ל עמותת "ילדים בסיכוי – המועצה לילד החוסה"

"המרחבים הווירטואליים קוראים תיגר על המונחים המוכרים לנו בהקשר של התנהלות אנושית בינאישית. הם שואבים אותנו לזירות חברתיות סוערות ולא מוגנות, שפעמים רבות מותירות את הילדים ואת המבוגרים האחראים בחייהם חשופים ופגיעים".

("החיים שמתחת לפני הרשת", קייזר-הלר, פסיכולוגיה עברית)

היום כבר אפשר להגיד בביטחון שבעקבות השינויים הטכנולוגיים שעברו על כולנו בשנים האחרונות: **העולם שלנו השתנה**. מבחינה טכנולוגית רובנו מקבלים את השינוי ומצטיידים במסכים מתקדמים המסייעים לנו לתקשר עם בני משפחה וחברים במגוון דרכים ואופנים, בכל שעה משעות היום והלילה ובכל נקודה על מפת העולם.

העולם החדש מאפשר לנו להגיע למאגרים עצומים של ידע ללא מאמץ, לייעל את חיינו ולצרוך תכנים המעסיקים אותנו מבחינה אישית, מקצועית ותרבותית.

לצידם של היתרונות הרבים אנו ניצבים בפני אינספור אתגרים בעולם הדיגיטלי החדש. ביניהם אתגרים שעלולים לפגוע באופן ממשי בתחושת הביטחון האישי והנפשי שלנו.

על אף שמדובר במהפכה דיגיטלית של ממש, מהפיכה המשפיעה על חיי היומיום של כולנו, לרוב איננו עוצרים בכדי לתת את הדעת לחשיבות השינוי שעובר על כולנו ולהשלכות שיש לשינוי זה על חיינו.

דרכי התקשורת האישיים והקבוצתיים של ילדים ובני נוער השתנו. כמו גם המיומנויות החברתיות שלהם. ההשפעה על חיי הנפש וחיי החברה של צעירים בעקבות השינויים הדיגיטליים עצומה: עוד בטרם נרכשו המיומנויות החברתיות הבסיסיות כדי לתפקד באופן עצמאי בחברה, ילדים נדרשים לתפקד בקבוצות חברתיות שונות ללא רכישת מיומנויות תקשורתיות ורגשיות מותאמות, לרוב ללא פיקוח ובקרה **וברוב המקרים ללא אף אדם מבוגר שמלווה ושומר עליהם**.

ככל שעובר הזמן ברור לחלוטין כי דרכי התקשורת האישיים והקבוצתיים ברשת הן כאן כדי להישאר, ואנחנו כמי שאמונים על שלומם של חניכי הפנימיות חייבים להתעורר, להוריד את העיניים למסך ולהנכיח את עצמנו גם בזירה הווירטואלית כמבוגרים אחראים המלווים אותם לתפקוד אישי וחברתי בריא ובטוח.

אם נלמד את השפה שלהם ונהיה איתם שם, נוכל לפתח מעורבות, הנכחה וסמכות גם ברשת. מעורבות כזו תאפשר לנו קשר ודיאלוג מסוג אחר עימם ולא פחות חשוב מכך, היא תסייע להם להתנהל במרחבים הווירטואליים בצורה נעימה, מאפשרת ובטוחה יותר.

אנו מודעים לכך שלא קל למצוא את הדרך לדיאלוג אמיתי על המתרחש בחיים הווירטואליים של צעירים ברשת. אך עלינו להבין כי הדרך היחידה לפתח בקרבם מודעות והתנהלות בטוחה במרחבים אלה היא באמצעות דיאלוג, קשר והנכחה של הערכים והכללים המנחים אותנו בחיי היומיום, גם ברשת.

עוד חשוב לזכור כי רק מעט ממה שקורה ברשת נחשף ומגיע אלינו ויותר מזה, אנו כמבוגרים משמעותיים בחייהם של החניכים בפנימייה, מחזיקים בעמדות שונות בנוגע למתרחש ברשת. חלקנו נמנעים מכניסה לחלק מהזירות הווירטואליות ונותרים באזורי הנוחות המוכרים לנו ואלה מאתנו הנמצאים שם לעתים כבר פיתח סוג של קהות רגשית אל מול המתרחש בו.

ערכה מקצועית זו, הרקע האקדמי והתיאורטי המפורט בה והפעילויות המוצעות לעבודה עם החניכים פותחו במיוחד עבורכם, צוותי החינוך והטיפול בפנימיות בישראל. אנו מאמינים כי ניתן וצריך להיות נוכחים בהתנהלותם של החניכים במרחב הווירטואלי, בשיח האישי, הקבוצתי או בחדרי הטיפול.

עלינו לקחת חלק בשינוי השפה ובשינוי דפוסי ההתנהלות הקיימים אולם כדי ששינוי כזה יקרום עור וגידים ולא ירצד על מסך המחשב כרקע תיאורטי, נצטרך תחילה אנו, המבוגרים האחראים, ללמוד את השפה, לרכוש את הכלים ולהיות סובלניים לתהליך הדרגתי של שינוי דפוסי ההתנהלות של כולנו ברשת.

בברכת דרך צלחה ובטוחה (גם) ברשת!

אביבה עזר ולילך מגנאג'י
תכנית המרכזיות החינוכיות
עמותת ילדים בסיכוי

שרון קייזר-הלר ורוני מרץ
פסיכולוגיות חינוכיות
מייסדות מרכז הורשת

תוכן העניינים:

9	מבוא
10	מטרות התכנית
11	מודל מוג"ן ברשת (הורשת, 2016)
13	יחידות לימוד:
13	מודעות
45	ויסות
61	גבולות
91	נוכחות המבוגר והקבוצה
121	פגיעות ברשת

התנהלות בטוחה ותקשורת חיובית גם ברשת. אז איך מתחילים?

המטרה המרכזית בפיתוח ערכה זו היא לאפשר לכם אנשי החינוך והטיפול בפנימיות, לבסס תקשורת טובה עם החניכים בהקשר לשימוש שלהם באינטרנט.

כשאנו מבקשים לקיים איתם דיאלוג על חייהם ברשת, ראשית עלינו להביט פנימה אל עצמנו ולהבין מה **אנחנו** מרגישים ובאילו עמדות **אנו** מחזיקים.

רק אחרי שנבין את עמדותינו שלנו ונהיה מודעים יותר לערכים החשובים לנו בכל הנוגע לשימוש במסכים, רק אז נוכל להתחיל לקיים תהליך אמיתי עם החניכים לקראת שימוש חיובי ותקשורת בטוחה גם ברשת.

השלב הראשון אם כך יהיה העלאת המודעות וביסוס היכרות מעמיקה יותר שלנו כמבוגרים עם העולם הווירטואלי בו נמצאים החניכים בחלק ניכר משעות הערות שלהם.

בשלב הבא נרכוש כלים מתאימים לביסוס של מעורבות נכונה, סמכות, שליטה עצמית, ויסות וגבולות ברשת ולסיום נסקור סוגים שונים של פגיעות ברשת ודרכים אפשריות להתערבות וטיפול בהן.

אז בואו נתחיל!

מטרות התכנית

- ♦ פיתוח תכנית עבודה מותאמת לצרכי הפנימיות בכדי לקיים מרחב וירטואלי בטוח יותר עבור החניכים (על פי מודל **מוג"ן ברשת**, מרכז הורשת, 2016).
- ♦ הכשרת צוותי הפנימיות, הקניית כלים חינוכיים וטיפוליים לחיזוק יכולות ההתמודדות גם במרחב הווירטואלי.
- ♦ מתן כלים לזיהוי סכנות, הימנעות ולמידת דרכי התמודדות יעילות עם מצבים שונים ברשת.
- ♦ חיזוק הכוחות ליצירת אקלים קבוצתי אמפתי, המעודד תחושות של מעורבות ושייכות.
- ♦ תמיכה בצוות החינוכי בפנימייה ויצירת מרחב בטוח להתנסות לקראת הפעילות עם החניכים.

מודל "מוג"ן ברשת" פותח על ידי צוות הפסיכולוגים של מרכז הורשת עבור הורים, מחנכים ואנשי טיפול. המודל מתבסס על ארבעה עקרונות יסוד הלקוחים מעולם הפסיכולוגיה החינוכית ומכוונים להתנהלות בטוחה ומוסתת של צעירים ברשת האינטרנט, תוך כדי תמיכה ומעורבות של המבוגרים המשמעותיים בסביבתם.

המודל עוסק בהגברת המודעות למאפייני החיים ברשת, הגברת הפתיחות לנוכחות המבוגר, הצבת גבולות ברורים ומוסכמים מראש ופיתוח אמון ביכולת שלנו לנהל דיאלוג פתוח ולא שיפוטי עם בני הנוער סביב השימוש שלהם ברשת. נקודת המוצא מתבססת על קבלה והבנה של תהליכי השינוי שכולנו עברנו ביחס למרחב הווירטואלי. חשוב לזכור שהעבודה עם קבוצות החניכים בפנימייה סביב השימוש במסכים מאפשרת לנו דיאלוג אמיתי וכן עימם וזהו הכלי המרכזי לעבודה גם בנושאי ההתנהלות ברשת.

במלים אחרות כדי להיות מבוגרים משמעותיים בחיי הרשת של החניכים בפנימיות ראשית עלינו ללמוד את השפה ואת כללי המשחק החדשים ולהישאר קרובים אליהם כך שנוכל לסייע בחינוך והכוונה להתנהלות בריאה, מווסתת ומוגנת במרחבי הרשת.

מודל מוג"ן ברשת מורכב מארבעה שלבים, כל שלב מהווה יחידת לימוד בפני עצמה וסדר הלימוד חשוב. בכל שלב יובא לפניכם רקע תיאורטי והסבר על השלב ומערך פעילויות ליישום מול החניכים והצוות בפנימייה.

הרעיון המרכזי במודל זה הוא חיבור בין עולמות במטרה לגשר על הפערים ולאפשר לצוותים חינוכיים וטיפוליים להיות נוכחים בחיי החניכים באופן מיטבי.

חשוב לזכור כי השלבים מתבססים באופן היררכי על הידע והניסיון שנרכש במהלך שלב הקודם ולא ניתן לדלג על אף אחד מהשלבים.

1. מודעות:

המפגש עם החניכים הוא למעשה מפגש עם עצמנו, ולכן בראש ובראשונה חשוב להיות מודעים לעמדות ולערכים שלנו ביחס להתנהלות ברשת ולהבין את השפעתם על דרכי התגובה שלנו. בשלב זה חשוב ללמוד ולהכיר את העולמות הווירטואליים בהם נמצאים החניכים, להפחית שימוש בביטויים של התנגדות וביקורת, ולשאוף לקיים דיאלוג פתוח ומקבל המסייע ביצירת קשר משמעותי ומיטיב.



2. איסות רגשי:

המרחב הווירטואלי מוביל פעמים רבות לתחושות של ניכור וריחוק בין הכותב למכותביו ונראה כי הלחץ החברתי בקבוצת השווים שנע בין העולם הממשי והעולם שברשת מייצר סיטואציות מורכבות מאד מבחינה חברתית עימן מתמודדים החניכים. האנונימיות, חוסר הנראות והיעדר קשר העין שמשני צידי המקלדת עלולים להוביל לביטויי תוקפנות מילולית והתנהגויות פוגעניות שונות הנובעים מקשיים בויסות הרגשי הבאים לידי ביטוי בתגובות החניכים ברשת.



3. גבולות:

המרחבים הווירטואליים יוצרים אשליה של חופש ביטוי והתנהלות ללא פיקוח והכונה. חניכי הפנימיות זקוקים להתוויית גבולות ברורים ומוגדרים על מנת שיוכלו להתנהל באופן בטוח **גם במרחב זה**. כשאנו מסייעים להם לבנות גבולות עלינו בראש ובראשונה להוות מודל לחיקוי עבורם ולסייע להם בחשיבה ובפיתוח מנגנונים של שיפוט ובקרה עצמית, כללים ונהלים ברורים לשימוש ברשת.



4. נוכחות:

על מנת להפוך למבוגרים משמעותיים ומתווי דרך גם במרחבי הרשת, עלינו להיות נוכחים גם שם ולהתנהל עימם שם בצורה מכבדת המנכיחה את הערכים, הויסות והגבולות שהוצבו בשלבים הקודמים. אלמנט ייחודי נוסף בפנימיות הוא נוכחות הקבוצה שמהווה כוח משמעותי עבור החניכים וערך מוסף חזק מאד לביסוס תחושת השייכות שלהם ויכולת ההימצאות אחד עבור השני גם ברשת.



כאמור, מבנה התכנית מתייחס לכל אחד מעקרונות המודל הבנויים נדבך על גבי נדבך. השילוב בין כולם הוא זה היוצר הזדמנות ליצירת מרחב מוג'ן לחניכים ברשת!



"ככל שעובר הזמן נראה כי דרכי התקשורת והקבוצות החדשות כאן כדי להישאר, ואנחנו כהורים, כאנשי טיפול וכאנשי חינוך נהיה חייבים להתעורר, להוריד את העיניים למסך ולהנכיח את עצמנו גם שם. בסופו של דבר צריך לחזור לאותה נוסחה ישנה ומנצחת: אם נלמד את השפה שלהם ונהיה איתם שם נוכל לפתח מעורבות, הנכחה וסמכות גם ברשת. מעורבות כזאת תאפשר לנו קשר ודיאלוג מסוג אחר עם הילדים, ולא פחות חשוב מכך – היא תסייע להם להתנהל במרחבים הווירטואליים בצורה נעימה, מאפשרת ובטוחה יותר עבורם".

(קייזר-הלר, "החיים שמתחת לפני הרשת", 2016).

1.1 רקע תיאורטי: פיתוח מודעות ומעורבות בחיי הרשת של החניכים

בין אם אנחנו מדריכים, מחנכים, מטפלים או ילדים. בין אם הילדים בני חמש, עשר או חמש עשרה, זמן גלישה ומסכים, אפליקציות ורשתות חברתיות, הפכו לחלק אינטגרלי מהחיים שלנו והגיע הזמן שנכיר בכך.

קבלת השימוש במסכים כחלק מחיינו, מאפשרת לנו לעבור לשלב מתקדם יותר של דיאלוג עם החניכים. אנחנו מאמינים כי רק מתוך היכרות ומודעות לתהליכים שכולנו עוברים, נוכל להימנע מהתנהלות שיפוטית וביקורתית שלא מאפשרת הנכחה אמיתית של ערכים, מעורבות וסמכות שלנו כאנשי חינוך בחיי הרשת של החניכים.

חינוך לשימוש נכון מתחיל במודעות לשימוש הקיים, ממשיך במעורבות ובהנכחה של חיי הרשת בחיי היומיום, ומסתיים ביכולתנו ליהנות מהיתרונות הרבים שיש לאמצעים הטכנולוגיים העכשוויים מחד ולהישאר בטוחים מסכנות ומצריכה מופרזת מאידך.

בחלקה הראשון של תכנית המוג"נות שלנו אנחנו מזמינים אתכם להפוך את חוויות השימוש באינטרנט בפנימייה לחלק אינטגרלי משגרת החיים הקבוצתית באופן חיובי, ערכי ומבוקר יותר על ידי הגברת המודעות לתכנים לזמנים ולעיסוקים השונים של החניכים והצוות ברשת.

חשוב כמובן לזכור שאין תשובה אחת נכונה או נוסחה אחת המתאימה לשימוש חיובי ברשת. אנחנו מציעים לכם ללמוד, לקרוא וליישם את התכנים שמתאימים לכם, לסגנון ההדרכה שלכם ולאופייה המיוחד של כל אחת מהקבוצות אותן תדריכו.

בכל דרך בה תבחרו להגביר את המודעות שלכם לחיי הרשת של החניכים, חשוב לזכור שכשאנחנו באים לשוחח עם החניכים על השימוש שלהם ברשת, עלינו לבוא ממקום פתוח, מכבד ומקבל. עמדה ראשונית שתתפרש כשיפוטית או ביקורתית כלפי החניכים לא תאפשר קיומו של דיאלוג אמיתי.

1.2 המשימה המרכזית

המשימה המרכזית שלנו בנושא מודעות הינה למידה של המרחבים הווירטואליים בהם נמצאים החניכים בפנימייה, הפחתת השימוש בביטויי התנגדות וביקורת מצד הצוות וקיום דיאלוג יומיומי עם החניכים מתוך כוונה אמיתית ללמוד ולהכיר את מרחב המחיה שלהם (גם) באינטרנט.

1.3 איך עושים את זה נכון?

מודעות אם כן תגיע רק ממקום של דיאלוג, התעניינות והקשבה יומיומית לחניכים על חיי הרשת שלהם: מה הם אוהבים לעשות? איך עבר עליהם היום בווטסאפ? זכרו שמדובר בשיחה, לא בחקירה משטרתית.

שתפו אותם גם בחוויות מהחיים שלכם.

ספרו על מקרים בהם הייתם עדים להתנהגויות שלא אהבתם, מה מרגש אתכם ומה מצער.

תתפלאו לגלות כמה החניכים שלכם צמאים לסוג כזה של דיאלוג אתכם.

אנו ממליצים לאמץ עקרונות אלו לא רק סביב פעילויות של תכנית חינוכית כזו או אחרת אלא כאורח חיים. החליטו כי מהיום חלק משגרת החיים והשיח עם החניכים יהיה גם בנושאים הקשורים לחייהם ברשת.

בשלב זה אנו מכוונים ללמידת העולם הווירטואלי של החניכים ולהיכרות מעמיקה יותר עם התכנים, הזמנים והאופנים בהם הם משתמשים באינטרנט.

אנו מאמינים כי היכרות עצמית והיכרות עם מרחבי הרשת בהם נמצאים החניכים היא הצעד הראשון והבסיס לתקשורת מקדמת ביניהם.

בכדי לבסס מודעות להרגלי צריכת המסכים אנו מזמינים אתכם לעצור את הזמן **ולפנות חמש**

דקות ביום במשך שבוע לחשיבה על אופני צריכת המסכים שלכם ועל השימוש שאתם

כמבוגרים עושים ברשת.

הכירו את הרגלי צריכת המסך שלכם וסביבתכם הקרובה: מה אתם אוהבים לעשות באינטרנט?

מה מפריע לכם ברשת? בהמשך חשבו על נושאים אלה גם עם החניכים והקדישו מספיק זמן להיכרות עם האפליקציות, המשחקים וההנהלות החברתית שלהם ברשת.

חשוב לוודא שלא מדובר בשיחה חד פעמית אלא בהכנסת הדיאלוג על חיי הרשת של הילדים והמבוגרים בפנימייה לחיי היומיום שלכם.

1.4 פעילויות עם החניכים בנושא מודעות

♦ אינטרנט בשבילי זה - עמ' 15

♦ הטוב, הרע והלא נודע - עמ' 23

♦ הרשת ואני - עמ' 29

♦ חיים ברשת - עמ' 37

♦ לכודים ברשת - עמ' 43



מחשבות ותפיסות על הרשת פעילות לצוות

מטרות:

- ♦ בחינת תפיסות ועמדות הצוות ביחס לרשת האינטרנט.
- ♦ הכרה בעובדה שתפיסות ועמדות הצוות עשויות להיות שונות מאלה של החניכים.
- ♦ הבנת החשיבות שיצירת שיח פתוח ומכיל בנושא תאפשר הקניית דרכי התנהלות נכונים ובריאים ברשת.

עזרים:

- ♦ סרטון "תראו אותנו": <https://goo.gl/9zXhTr>
- ♦ נייר דבק רחב להדבקה על הרצפה (מסקינטייפ)
- ♦ כרטיסי היגדים (בנספח)
- ♦ פתקי POST IT
- ♦ מחשב, ברקו ומסך (לשימוש ב-mentimeter למעוניינים)

הכנה לפעילות:

מדביקים במרכז החדר 9 רצועות נייר דבק באורך של 1 מטר ובמרחק של 10 ס"מ אחת מתחת לשניה.

מהלך הפעילות:

שלב א' - סרטון

מקרינים את הסרטון "תראו אותנו" ומבקשים מהמשתתפים להתייחס לנקודות הבאות:

- א. צבעים בסרטון (שחור לבן רוב הזמן, צל על הדמויות)
- ב. מוסיקה (מלנכולית, עצובה)
- ג. שפת הגוף של הדמויות (כפופות, הראש בתוך הטלפון, דמויות עצובות, עייפות)

ד. תכנים בסרטון (מירוץ תמידי בלי עצירה, שיימינג, בריונות, ניסיונות למצוא אהבה, משחקים אלימים, עולם וירטואלי דמיוני)

ה. הבעת רגשות אצל הדמויות (אצל הילד הקטן - היחיד בלי טלפון, אצל הכלב, אצל הדמויות רק באמצעות הטלפון - תוך כדי צפייה בו או תוך כדי צילום)

ו. חוסר יכולת להתנתק מהטלפון

ז. תגובת הדמויות למצוקות ולכאבים (מצלמים בטלפון וממשיכים הלאה)

ח. האם אנחנו מתנהגים כמו הדמויות בסרטון? במה אנחנו דומים להם? במה אנחנו שונים מהם?

ט. תנו שם לסרטון.

י. נסו לחשוב על סיום אופטימי לסרטון.

שלב ב' - שיקוף עמדות

אפשרות ראשונה - גרף על רצפת החדר

מחלקים למשתתפים את פתקי ה- POST IT.

המנחה שולף בכל פעם זוג היגדים מתוך ערמת הכרטיסים (נספח 2: מסוכן - בטוח, מעניין - משעמם, מזיק - מועיל, לא אמין, מסכים מאד - לא מסכים בכלל), מניח אותם בשני קצות רצועת נייר הדבק המתוחה על הרצפה ומבקש מהמשתתפים למקם את תשובותיהם על גבי הקו באמצעות פתקי ה- POST IT במקום המתאים לפי דעתם.



אפשרות שנייה - שימוש בכלי ה"מנטימטר" מוקרן על גבי מסך

ה"מנטימטר" הוא אתר ידידותי וקל לשימוש לבניית מצגות אינטראקטיביות, לשימוש בבדיקת עמדות, תעדוף משימות ועוד....

בפעילות זו נשתמש בו לבדיקת עמדות הצוות באמצעות טלפונים סלולריים והקרנת הממצאים על גבי מסך מרכזי. **ההנחיות להכנת המצגת - בנספח 3**

עם סיום הקראת ההיגדים מזמינים את המשתתפים להביט על תמונת המצב שהתקבלה שלמעשה מייצגת את תפיסות ועמדות הצוות ביחס לרשת.

מקיימים שיח ומתייחסים לנקודות הבאות:

- ◆ מה דעתכם על תמונת המצב שהתקבלה?
- ◆ אילו תשובות היו מתקבלות אם החניכים שלנו היו עונים על החלק הראשון של השאלות? האם תמונת המצב הייתה שונה?
- ◆ האם קיים אצלנו שיח פתוח עם החניכים על נושאים הקשורים לרשת?
- ◆ ספרו על מקרים בהם חניכים פנו אליכם לשיתוף, התייעצות או בקשת עזרה בנוגע לנושאים הקשורים לרשת.

דגשים למנחה:

- ◆ חשוב שנקודת המוצא שלנו ביחס לרשת תתבסס על קבלה ועל הבנה של תהליכי השינוי הטכנולוגי שכולנו חווים. אנו לוקחים חלק בשינוי תרבותי-היסטורי באופני התקשורת האנושית.
- ◆ החניכים שלנו גדלים לתוך העולם המשתנה והם לא יכירו את מה שהיה קודם לכן.
- ◆ עלינו ללמוד את השפה בה הם מדברים על מנת להישאר רלוונטיים ומשמעתיים עבורם.
- ◆ אם נלמד את השפה הטכנולוגית של החניכים נוכל לפתח מעורבות, הנכחה, השפעה וסמכות גם ברשת.
- ◆ עמדה ביקורתית כלפי עולמם רק תרחיק אותנו מהמטרה המרכזית שהיא ללמוד את כללי המשחק החדשים ולהנכיח את עצמנו באופן שיסייע לנו ולהם לשמור על התנהלות בריאה, מווסתת ומוגנת ברשת.
- ◆ מעורבות כזו תאפשר לנו קשר ודיאלוג מסוג אחר עם הילדים, ולא פחות חשוב מכך – היא תסייע להם להתנהל במרחבים הווירטואליים בצורה נעימה, מאפשרת ובטוחה יותר עבורם.

הערה:

מומלץ להעביר את פעילות בדיקת העמדות פעם נוספת לאחר סיום הפעלת תכנית "מרחב בטוח" כדי לבדוק אם חל שינוי בעמדות הצוות, אם יש שיפור בשיח עם החניכים ועוד.

נספח 1 - רשימת ההיגדים:

♦ אינטרנט בעיני הוא...

מסוכן _____ בטוח

מעניין _____ משעמם

מזיק _____ מועיל

אמין _____ לא אמין

♦ אני מפחד לדבר עם החניכים שלי על מה שקורה ברשת.

מסכים מאד _____ לא מסכים בכלל

♦ אני מכיר היטב את הרגלי הגלישה של החניכים שלי (מבחינת תכנים, משחקים, אפליקציות)

מסכים מאד _____ לא מסכים בכלל

♦ אני מרגיש חסר אונים ביחס להשתלטות האינטרנט על חיינו.

מסכים מאד _____ לא מסכים בכלל

♦ אני נוהג להתעניין בתכנים שהחניכים שלי צורכים ברשת (סרטונים, משחקים, רשתות

חברתיות)

מסכים מאד _____ לא מסכים בכלל

♦ אני מרגיש שאני מהווה גורם משפיע בהתנהלות החניכים שלי ברשת.

מסכים מאד _____ לא מסכים בכלל

אינטרנט בעיני הוא...

**אני מפחד לדבר עם החניכים
שלי על מה שקורה ברשת**

**אני מכיר היטב את הרגלי הגלישה של
החניכים שלי**

(מבחינת תכנים, משחקים, אפליקציות)

**אני מרגיש חסר אונים ביחס
להשתלטות האינטרנט על חיינו**

**אני נוהג להתעניין בתכנים שהחניכים
שלי צורכים ברשת**

(סרטונים, משחקים, רשתות חברתיות)

**אני מרגיש שאני מהווה גורם משפיע
בהתנהלות החניכים שלי ברשת**

מסוכן	בטוח
מעניין	משעמם
מזיק	מועיל
אמין	לא אמין

מסכים מאד	לא מסכים בכלל
מסכים מאד	לא מסכים בכלל
מסכים מאד	לא מסכים בכלל
מסכים מאד	לא מסכים בכלל
מסכים מאד	לא מסכים בכלל

נספח 3: הנחיות להכנת המנטימטר

שלבים להכנת המצגת

1. הכנסו לאתר מנטימטר: www.mentimeter.com (בגוגל: מנטימטר)
2. הרשמו לאתר ב- log in

התחילו בבניית המצגת

מצגת חינוכית מכילה בין 2-3 שקופיות (שקופית 3 מתאפשרת לאחר המלצה על המנטימטר לחבר). מעבר לכך, יש לרכוש מנוי לאתר.

1. בחרו באופציה: new presentation
 2. הכניסו שם: מרחב בטוח – אינטרנט בשבילי זה... וליחצו על כפתור create presentation
 3. מבין אפשרויות השקופיות מימין, ביחרו את: scale
 4. מצד ימין, ב- dimensions רשמו את העמדות הקיצוניות של הסקאלה: מסכים מאוד, לא מסכים בכלל.
- הכניסו את 5 ההיגדים הרלוונטיים ב-statements:
- א. אני מפחד לדבר עם החניכים שלי על מה שקורה ברשת.
 - ב. אני מכיר היטב את הרגלי הגלישה של החניכים שלי (מבחינת תכנים, משחקים, אפליקציות).
 - ג. אני מרגיש חסר אונים ביחס להשתלטות האינטרנט על חיינו.
 - ד. אני נוהג להתעניין בתכנים שהחניכים שלי צורכים ברשת (סרטונים, משחקים, רשתות חברתיות)
 - ה. אני מרגיש שאני מהווה גורם משפיע בהתנהלות החניכים שלי ברשת.
5. הוסיפו שקופית – בחרו אחד מבין ההיגדים הראשונים והכניסו ע"פ ההנחיות בסעיף 4-5.
 6. לצפיה במצגת יש ללחוץ על כפתור ה- present הכחול מימין למעלה.
- כדי להכנס למצגת ולהצביע, יש להכנס לאתר מנטימטר (לבחור את אופציית Mentimeter Voting), להכניס במקום המיועד את קוד המצגת, להצביע ולהשפיע.





כתבו: גליה כהן וליילך מגנאג'י

הטוב, הרע והלא נודע

מחשבות ותפיסות על רשת האינטרנט

מטרות:

- ♦ הצפת תפיסות נפוצות בנוגע לרשת האינטרנט
- ♦ בחינת היתרונות והחסרונות ברשת

עזרים:

- ♦ קלפי תמונות

רקע:

- ♦ לרשת האינטרנט צדדים חיוביים ויתרונות רבים, כדאי לדעת לנצל אותם בחכמה.
- ♦ רשת האינטרנט אינה גורמת או מדיחה למעשים שליליים, אלא מנוצלת לרעה כשהיא ניתנת בידי אנשים שמטרתם שלילית.
- ♦ הכוח לשלוט בשימוש ברשת נמצא בידיים שלנו.
- ♦ לקבוצה יש כוח, שלילי וחיובי בהתנהלות ברשת.

מהלך הפעילות:

מחלקים את המשתתפים לזוגות או שלשות.

נותנים לכל צוות קלף תמונה.

מבקשים מהמשתתפים להתבונן בקלף ולכתוב מה לדעתם הוא מתאר, מה דעתם על המופיע בו, האם הוא מייצג יתרון או חסרון בשימוש ברשת האינטרנט?

במליאה, מקיימים שיח על יתרונותיה, חסרונותיה והצדדים הבלתי ידועים של רשת האינטרנט בהמשך לשיתוף על תיאור הקלפים.

הרחבה וסיכום למנחה הפעילות:

רשת האינטרנט היא עולם ומלואו, שבו אנו משיגים מידע, יוצרים קשרים ובונים עולמות וקהילות וירטואליות.

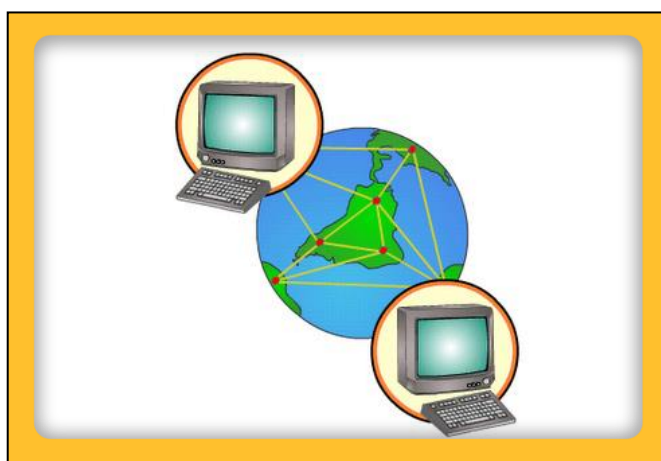
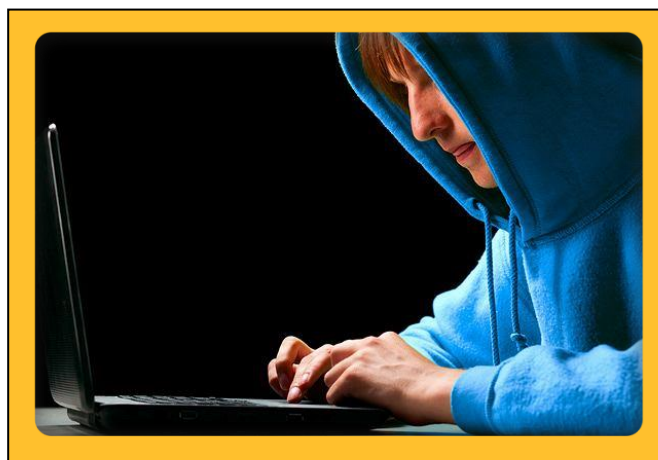
מצד אחד הרשת, על אפשרויותיה הבלתי מוגבלות:

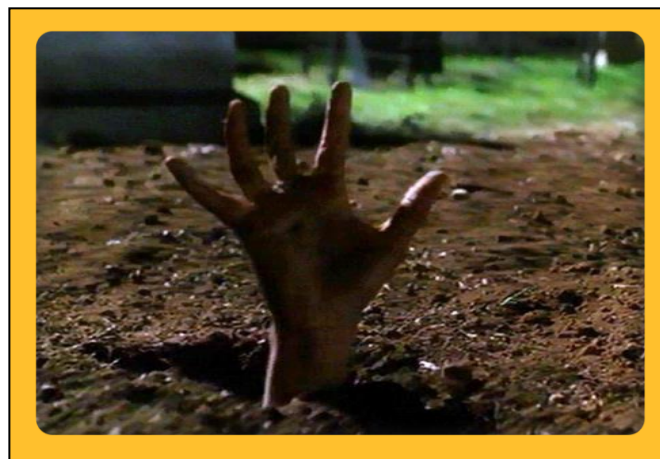
- ◆ משפרת את איכות החיים של החברה האנושית המודרנית.
- ◆ משמשת לצורכי למידה, יצירה וביטוי עצמי, התנסות בגיבוש זהות.
- ◆ מאפשרת בניית קשרים חברתיים, יצירת תחושת שייכות והערכה חברתית.

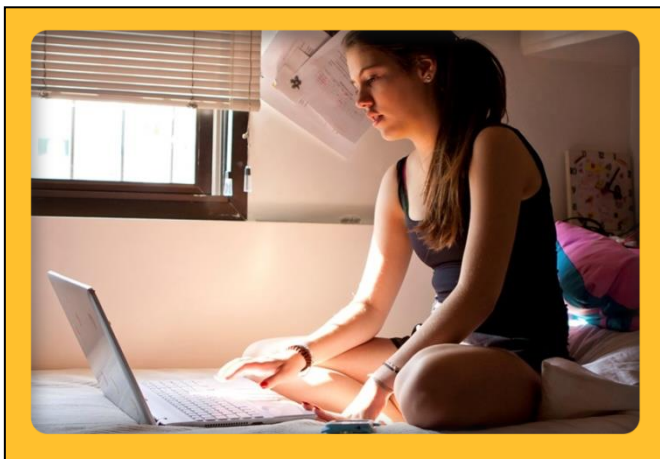
אך מצד שני... האפשרויות הבלתי מוגבלות עלולות ליצור בעיות וסכנות:

- ◆ חשיפה לתכנים לא ראויים.
- ◆ חשיפה לתכנים מסוכנים ופוגעניים.
- ◆ התקשרות עם אנשים שכוונתם להזיק (כוונות מיניות, לאומניות, פליליות) בחסות האנונימיות והשימוש בזהויות בדויות.
- ◆ שיימינג, השמצות, הפצת מידע ותמונות פרטיות ללא רשות.
- ◆ בלוגים וקהילות המעודדים לתופעות שליליות ומסוכנות, כגון אנורקסיה, התאבדות, שימוש בסמים, שנאה והסתה על רקע לאומני, אנטישמי וגזעני.











יצירת פרופיל דיגיטלי קבוצתי

פעילות לצוות

מטרות:

- ◆ הכרות עם הרגלי הגלישה וההתנהלות ברשת.
- ◆ יצירת פרופיל דיגיטלי קבוצתי

עזרים:

- ◆ טלפונים אישיים
- ◆ קלפי רשת (נספח א')
- ◆ שאלון "בחן את עצמך" (נספח ב')
- ◆ כלי כתיבה
- ◆ תבנית "פרופיל דיגיטלי" (נספח ג')
- ◆ לוח וטוש

מהלך הפעילות:

שלב א':

אפשרות ראשונה:

מבקשים מהמשתתפים להוציא את הטלפונים האישיים שלהם ולהציג את עצמם באמצעות תמונה, אפליקציה, משחק, קבוצת וואטסאפ או כל דרך אחרת הקשורה לרשת.

אפשרות שניה:

מפזרים על הרצפה קלפים (נספח א') המייצגים אפליקציות, משחקים או מושגים הקשורים לשימוש ברשת ומבקשים מהמשתתפים לבחור קלף אחד הקרוב לליבם. בסבב משתתפים ומספרים מדוע נבחר קלף זה, אפשר להציע למשתתפים לספר סיפור אמיתי שקשור למתואר בקלף.

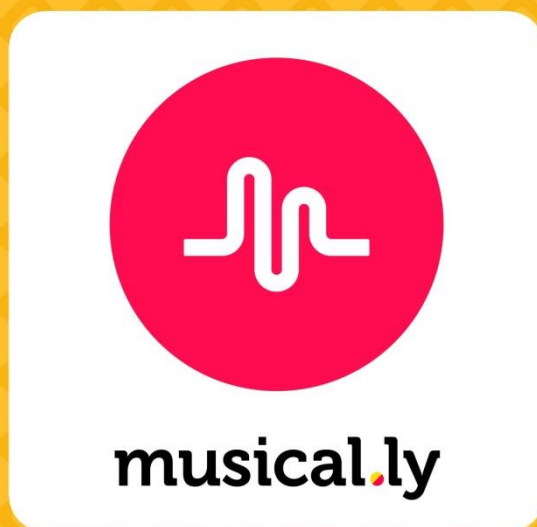
שלב ב':

מחלקים למשתתפים את שאלון "בחן את עצמך" (נספח ב') ומבקשים מהם למלא אותו באופן אישי. בסבב משתתפים בתוצאות השאלון.

שלב ג':

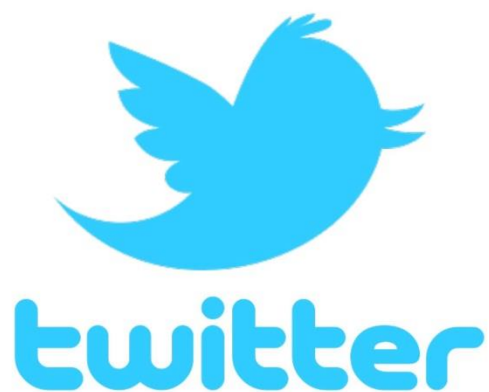
יוצרים פרופיל דיגיטלי קבוצתי (נספח ג') וכותבים אותו על הלוח.
מנהלים שיח על הרגלי הגלישה של המשתתפים ודרכי השימוש שלהם בטלפונים החכמים לפי תמונת המצב המתוארת בפרופיל.
לסיכום, מבקשים מכל משתתף לציין דבר אחד שהיה רוצה לשנות או לשמר בדרכי ההתנהלות שלו ברשת.

נספח א' - קלפי רשת







The Google logo, consisting of the word "Google" in its characteristic multi-colored font (blue, red, yellow, blue, green, red).

השתק התראות למשך...

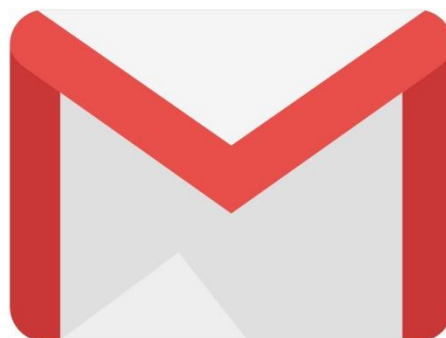
8 שעות ☐

שבוע ☐

שנה ☒

הצג התראות ☐

ביטול אישור



בחנו את עצמכם:

עד כמה הטכנולוגיה שיבשה את חיינו?

(מתוך מוסף "ממון", ידיעות אחרונות, 5.4.2018)

6 עד כמה אתם זוכרים מספרי טלפון?

- רק את שלי. לכל השאר דואג הטלפון
- את המספרים החשובים: של בת/בן הזוג ושל ההורים/הילדים
- זוכרים בערך 15 מספרי טלפון של קרובים וחברים
- זוכרים את מספרי הטלפון של חברים מהתיכון

7 אתם משלמים את החשבון במסעדה וצריך להוסיף טיפ. אתם:

- מבקשים מהמלצר להוסיף 15%, לא רוצים לשבור את הראש
- מחשבים בטלפון הנייד את הסכום
- מחשבים בערך, בעיקר בסכומים עגולים
- מחשבים בראש על השקל. אנחנו רואי החשבון בחברה

8 קיבלתם התראה לטלפון ואתם בחדר השני. תוך כמה זמן תיגשו לבדוק אותו:

- מיד, מה השאלה
- בדקה הקרובה
- בחמש הדקות הקרובות
- כשנגיע אל הטלפון

9 נכנסה הודעת ווטסאפ כשאתם באמצע פעולה שדורשת ריכוז. אתם:

- מתקשים להתרכז. חייבים לבדוק את ההודעה
- מנסים להתרכז, נשברים אחרי חצי דקה
- לקראת סוף הפעולה נשברים וניגשים לבדוק
- שום דבר לא בוער. ההודעה תחכה

10 אתם צריכים לשבת על עבודה שמצריכה ריכוז גבוה. תוך כמה זמן תעברו להתעסק במשהו אחר?

- זה עניין של שניות עד שנזכרים שצריך לשתוף כלים/לבדוק את המייל/להיכנס לפייסבוק
- חמש דקות עבודה מצריכות הפוגה בטוויטר
- בין רבע שעה לחצי שעה ואז חייבים חילוף עצמות למוח
- נשב כמה שצריך לשבת. קשה להסיח את דעתנו

11 כמה זמן אתם יכולים לשרוד בלי להיכנס לפייסבוק או לאינסטגרם?

- לא יכולים בלי זה
- חייבים להיכנס אחת לשעה, אחרת אין נדע מה קורה
- יכולים להסתדר יום בלי
- מבחינתנו אפשר להתנתק לגמרי/אנחנו לא שם בכלל

1 מתי לאחרונה קראתם ספר?

- שלושים שנה, לך תזכור...
- לפני כמה חודשים
- קוראים ספר במשך כמה חודשים טובים
- קוראים ספר לפחות אחת לחודש

2 התחלתם לקרוא ספר מומלץ והוא מתגלה כמאתגר לקריאה. אתם:

- מפסיקים לקרוא אותו אחרי 2-3 עמודים
- מנסים פעם נוספת ואם לא תצליחו תזרקו אותו
- מתעקשים לקרוא לפחות 30 עמודים לפני שמוותרים עליו
- לא מוותרים, ההמלצות עליו טובות

3 מתי לאחרונה כתבתם בכתב ידכם?

- זה מעייף, חותמים על החשבונית של כרטיס האשראי רק כשמתעקשים איתנו
- מדי פעם במסגרת העבודה/הלימודים
- כותבים באופן קבוע
- מעדיפים כלי כתיבה של פעם על פני המקלדת

4 נוסעים הביתה בסוף היום. אתם:

- ברור, שמים WAZE
- יכולים להסתדר בלי אבל שמים WAZE בשביל הפקקים
- מאתגרים את עצמנו מדי פעם בלי WAZE
- אין לי WAZE ולא יהיה לי

5 עד כמה אתם זוכרים תאריכי יום הולדת?

- מי זוכר? הודות לצוקרברג אנחנו הכי חברתיים בעולם
- זוכרים של בן/בת הזוג ואת ימי הנישואים
- זוכרים של המשפחה הקרובה ושל כמה חברים
- זוכרים את ימי ההולדת של החברים מהתיכון ודואגים לסמס להם "מזל טוב" יום לפני

סיכום:

15-11 נקודות: אתם מחוברים לטכנולוגיה 24/7 והיא למעשה שולטת בכם. ייתכן מאוד שאתם סובלים מהפרעת קשב טכנולוגית.
25-16 נקודות: אתם אנשים טכנולוגיים וקל לכם להישאב לתוך המסך הקטן, אבל מצליחים להשתחרר ממנו מדי פעם.
36-26 נקודות: אתם מודעים לטכנולוגיה אך נעזרים בה רק כשבאמת צריך ולא נותנים לה להשתלט עליכם.
44-37 נקודות: אתם אנשים אנלוגיים בעולם דיגיטלי. הסמארטפון עובדכם הוא רק טלפון להוצאת וקבלת שיחות ואפשר רק לקנא בכם על כך.





פרופיל דיגיטלי קבוצתי

שם הקבוצה: _____

מספר חניכים: _____ טווח גילאים: _____

רשתות חברתיות בשימוש: _____

משחקים בשימוש: _____

דירוג קשיי ההתמודדות שלנו בקבוצה (דרגו בין 1-5):

שעות שימוש ארוכות _____

חשיפה לתוכן פוגעני _____

פגיעה באחרים _____

תקשורת עם זרים _____

חשיפה עצמית _____

מקרים שקרו לילדים באינטרנט: _____

עמדתכם בנוגע לקריאת הודעות במסכים של הילדים: _____

מה לא מקובל לעשות באינטרנט: _____

שליטה בהגדרות חיפוש ומנועי חיפוש מוגנים: _____

זמנים ללא מסכים בקבוצה: _____





דיון באמצעות מתודת דף גמרא

מטרות:

- ◆ הגברת המודעות להשפעות המהפכה האינטרנטית על חיינו.
- ◆ הבנת הפערים הקיימים בין החיים שברשת לבין החיים שמחוצה לה.
- ◆ חשיבה ותרגול של היכולת שלנו לעשות שינוי מודע בהתנהלותנו ברשת.

עזרים:

- ◆ כרטיסי תמונות (נספח)
- ◆ דפים לבנים בגודל A3 או בריסטולים כמספר הכרטיסים
- ◆ כלי כתיבה

הכנה לפעילות:

מדביקים כל כרטיס במרכזו של דף A3 או על חצי בריסטול ומניחים את הדפים לתצוגה בחדר - אפשר להניח על גבי שולחנות או לתלות על הקירות כתערוכה.

מהלך הפעילות:

שלב א'

כל משתתף מצויד בכלי כתיבה עובר בין הדפים, מתבונן בתמונה המופיעה בו ומגיב אליה בכתב מסביב לכרטיס על גבי הדף הלבן.

שלב ב'

חוזרים למליאה, מתבוננים יחד בתמונות ומקריאים את התגובות הכתובות בדפים.

מקיימים דיון חופשי, מתייחסים לנקודות הבאות:

- ◆ העולם השתנה – אנחנו עסוקים בלתעד כל דבר ולא חווים את הרגע.
- ◆ יש עדות כתובה ועדות צילומית על כל מעשה שנעשה, הטלפון הופך לכלי נשק ועלול לשמש כראייה נגדנו.
- ◆ מי שלא מצלם ומפרסם לא קיים, לא נחשב.
- ◆ אנחנו עסוקים בלתעד כדי להראות כמה החיים שלנו מושלמים ומעניינים.
- ◆ אנחנו מפרסמים הכל ברשתות החברתיות כדי לקבל פידבקים חיוביים (לייקים, עוקבים, סאבים) מה שמחזק את הדימוי העצמי שלנו אך מכניס אותנו למלכוד ולתלות ברשת.
- ◆ כל צילום עובר עריכה, ליטוש, פוטושופ, פילטרים ומציג מצג שווא על מה שקורה באמת (פייק).
- ◆ מחקרים מראים שאנשים רבים חווים דכאון בעקבות מה שהם רואים אצל אחרים ברשתות החברתיות, משווים הכל לחיים המשעממים שלהם.
- ◆ הכל אינסטנט, כאן ועכשיו אבל אנחנו לא חיים כאן, אנחנו עסוקים בלתעד.

◆ FOMO - FEAR OF MISSING OUT

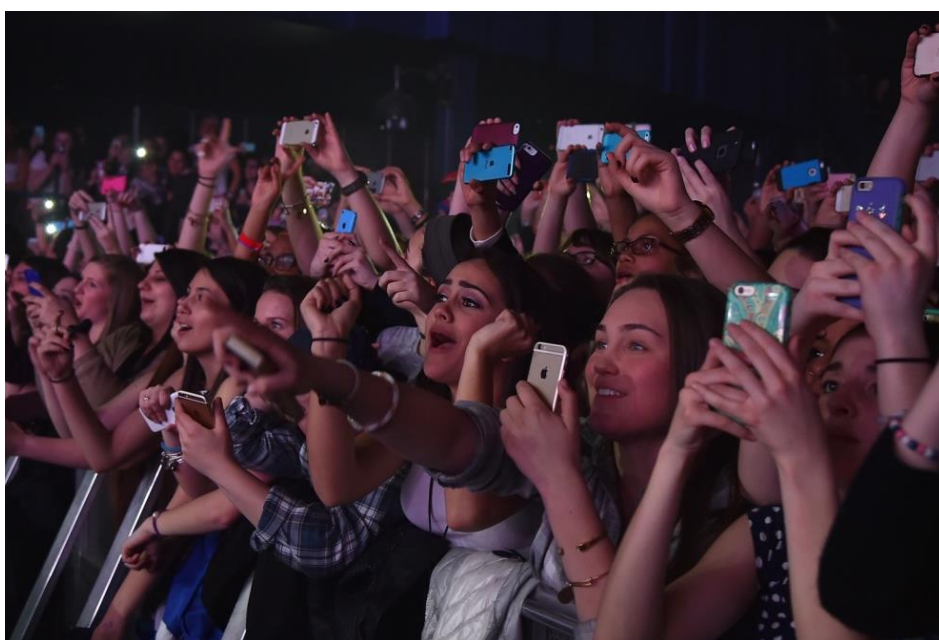
חרדה חברתית שבה משהו חושש להחמיץ חוויות שאחרים חווים. חרדה זו מאופיינת ברצון לשמור על קשר רציף עם אחרים, ודאגה כפייתית מהחשש להחמיץ הזדמנות לאינטראקציה חברתית, רומנטית, עסקית או אירוע מספק אחר. עם התפתחותה של הטכנולוגיה, חוויות חברתיות ותקשורתיות הורחבו ממפגשים פנים אל פנים לאינטראקציות באינטרנט. מצד אחד, טכנולוגיות מודרניות כמו רשתות חברתיות וטלפונים חכמים מאפשרים לאנשים להיות מעורבים חברתית בקלות, אך מצד שני מצב זה יוצר תלות פסיכולוגית באינטרנט, העלולה לגרום לחרדה כאשר אדם מרגיש מנותק. לחרדת ההחמצה השפעות שליליות על הבריאות הנפשית של האדם, והיא עלולה לגרום למצבי רוח שליליים והרגשת דיכאון. (מתוך הוויקיפדיה)

שלב ג'

מבקשים מהמשתתפים לחשוב על נקודה משמעותית עבורם שהיו רוצים לעשות בה שינוי בהקשר להשפעת הרשת על חייו.

נספח - תמונות לדפי הגמרא











היכרות עם דרכי ההתנהלות שלנו ברשת האינטרנט

מטרות:

- ◆ הכרות עם דרכי ההתנהלות שלנו ברשת
- ◆ המחשת החיבור האנושי שרשת האינטרנט יוצרת

עזרים:

- ◆ סליל של חוט צמר
- ◆ כרטיס שאלות

מהלך הפעילות:

יושבים במעגל.

המנחה מחזיק בידו סליל של חוט צמר, שואל את אחד המשתתפים שאלה הקשורה להתנהלות ברשת (דוגמאות מופיעות בהמשך) וזורק את הסליל לעברו תוך שהוא ממשיך להחזיק בקצה החוט. המשתתף שנשאל את השאלה עונה עליה, מפנה שאלה למשתתף אחר וזורק את הסליל אליו תוך שגם הוא ממשיך להחזיק בחוט.

ממשיכים כך עד שהחוט עובר בין כל המשתתפים ונוצרת רשת המחברת את כולם.

שואלים: "האם הרשת הזאת מזכירה לנו רשת אחרת?"

שימו לב לדימוי הויזואלי לרשת האינטרנטית שמחברת את כולנו, מהם היתרונות שלה? מהם החסרונות שלה?

כדי להתיר את הקשר שנוצר, שואלים שוב שאלות והפעם בסדר הפוך, המשתתף שנשאל שואל את המשתתף ששאל אותו שאלה, וכן הלאה עד שהסליל מגיע למנחה.

ניתן לשאול שאלות מתוך הכרטיסיות או לאפשר למשתתפים לשאול שאלות לפי רצונם.

שאלות לדוגמא:

- ◆ אפליקציה שאני לא יכול בלעדיה?
- ◆ בכמה קבוצות וואטסאפ אני פעיל?
- ◆ מה אני הכי אוהב ברשת?
- ◆ מהו הדבר הכי טוב שקיים ברשת?
- ◆ מהו הדבר הכי מסוכן שקיים ברשת?
- ◆ איזו פעילות אני עושה פחות מאז שיש לי טלפון חכם?
- ◆ כמה שעות ביום אני מחובר לטלפון שלי?
- ◆ כמה עוקבים יש לי באינסטגרם / חברים בפייסבוק?
- ◆ שם מקורי של קבוצת וואטסאפ שאני חבר בה.
- ◆ האם הייתי רוצה ללמוד משהו חדש הקשור לרשת?
- ◆ משהו שלא הייתי יכול לעשות בלי להשתמש באינטרנט
- ◆ משהו שכתבתי ברשת והתחרטתי עליו.
- ◆ האם הייתי רוצה לשנות משהו בהתנהלות שלי ברשת?





2. ייסות:

"הפעילות בכיתה עוררה תגובות סוערות שכללו השתלחות המונית קשה באותו תלמיד דמיוני ואומלל והמצב יצא מהר מאוד משליטה. התגובות הלכו ונעשו קיצוניות, עד שנאלצתי לעצור את הדיון... אני חייבת להודות שגם בתור מנחה מנוסה היה לי קשה להכיל את ההתלהמות ואת התגובות בתרגיל. בתהליך מקביל חוויתי את מה שהם חווים כמעט מדי יום: הצפה, היסחפות, אובדן שליטה וחשיפה למילים ולביטויים קשים. אחרי סיום התרגיל אפשר היה לשקף את הקולות, לעצור ולחשוב מה קורה בהתגלגלות התגובות ברשת, ועד כמה החוויה יכולה להציף ולאיים על ההרגשה ועל ההתנהלות שלנו ברשת".

(קייזר-הלר, "החיים שמתחת לפני הרשת", 2016).

2.1 רקע תיאורטי: "ויסות רגשי ברשת"?

לאחר שלמדנו על חיי החניכים והצוות ברשת והגברנו את רמת המודעות שלנו להתנהלותם במרחב הווירטואלי, אנו יכולים לעבור לשלב השני במודל המוג"נות של הורשת: שלב הויסות. עצם קבלת השימוש בזמן מסך כחלק אינטגרלי משגרת החיים שלנו והיכרות עם החיים במרחב זה מאפשרת התחלה של שינוי החוקים וכללי המשחק ברשת. בשלב הויסות נעבוד יחד על יכולות הויסות והשליטה שלנו בכל הקשור להתנהלות של חניכים ואנשי צוות במרחב הווירטואלי.

בשלב זה ננסה להפוך יחד את חוויות הגלישה שלנו לחלק משגרת החיים באופן חיובי ומבוקר יותר על ידי ביסוס מיומנויות של עצירה, איפוק, חשיבה טרם פעולה, סינון תגובה ובחירת הפלטפורמה והעיתוי המתאימים. במקביל נעבוד על היכולת לרסן תגובות תוקפניות והתלהמות אישית וסביבתית בנושאים שונים המעסיקים אותנו.

ויסות רגשי היא מיומנות חשובה שמתפתחת בגילאי מוקדמים באמצעות הקשר של ילדים עם הוריהם. בהמשך החיים יכולת הויסות הרגשי חשובה לנו בכל סיטואציה בינאישית וחברתית. חיי הרשת מזמנים לנו אינספור הזדמנויות לאינטראקציות אישיות, בינאישיות ורגשיות שלא אחת מייצרות תגובות אימפולסיביות יותר, מיידיות ופחות מווסתות מהאופן בו אנו מגיבים בחיים הממשיים. אחת המשימות החשובות שלנו תהיה אם כך ללמד ולתרגל את החניכים להתנהל באופן מווסת יותר ברשת.

2.2 המשימה המרכזית

כשאנו מנסים ללמד את החניכים להתנהל בצורה מווסתת ברשת נראה כי המשימה המרכזית שלנו היא לסייע בפיתוח מנגנוני בקרה לויסות רגשי, השהיית תגובה ואינהיביציות (מעצורים) מול המקלדת. כל זאת במטרה ללמוד יחד תוך כדי הדגמה אישית, איך להתנהל בצורה נבונה ברשת, לקדם תהליך חינוכי המעודד פיתוח מנגנוני חשיבה מוסרית ואמפתיה לאחר הנמצא בצד השני של המקלדת ולהקנות מנגנוני ויסות כגון:

- ♦ למידה משותפת המבוססת דוגמא אישית של המבוגר להתנהלות ברשת.
- ♦ ביסוס מיומנויות של עצירה, איפוק, חשיבה טרם פעולה, סינון תגובה ובחירת הפלטפורמה והעיתוי המתאימים.
- ♦ ריסון תוקפנות והתלהמות אישית וסביבתית.

2.3 איך עושים את זה נכון?

5 חוקי אצבע בשיטת הורשת (2017) להתנהלות מווסתת רגשית (גם) ברשת:

1. **היכרות עם ההתנהלות הרגשית של החניכים ברשת ומחוצה לה וזיהוי "מלכודות" (מצבים קשים לויסות):** חשיבה משותפת על מצבים בהם אני מאבד שליטה על התגובה שלי ומצבים בהם אני מצליח להגיב באופן מווסת.
2. **צמצום תכנים ותקשורת עם אנשים ומצבים שמוציאים אותי מויסות:** ניסיון להיות פחות מוצפים רגשית ברשת. הימנעות מתגובות, כתיבה ושימוש אינטנסיבי ברשת כשאני מרגיש מוצף.
3. **מענה ותיקוף רגשי רק עם אנשים שאני יכול לסמוך עליהם:** מהו תיקוף רגשי? למה אנו זקוקים לו? איך יודעים על מי אפשר לסמוך? תנו מקום לפעילות עם החניכים סביב התנהלות ויסות עם מצבים רגשיים עוצמתיים.
4. **למידה ותרגול של מצבים בהם חשוב להתרחק מהמסך ולא להגיב עד שנגעם:** זיהוי רגשות שליליים בכדי למנוע תגובות מתלהמות, ללמוד לא להצטרף למריבות ולא להגיב בזמן של רגש עוצמתי.
5. **תרגול טקטיקות של הרגעה עצמית (גם ברשת):** עוצרים, חושבים ונושמים לפני שמקלידים. דברו עם החניכים על התנהגות פוגענית, התנהגות בזמן פגיעה וחשיבותה של השהיית התגובה ופנייה לסיוע של מבוגר או חבר בעת הצורך.

2.4 פעילויות עם החניכים בנושא ויסות

- ♦ פיימינג במקום שיימינג – עמ' 47
- ♦ מילים על הקיר - עמ' 55
- ♦ איך שאתה מדבר – זה מה שאתה – עמ' 58



מטרות:

- ◆ הבנת עוצמת הפגיעה הנגרמת בעקבות "שיימינג" ברשת
- ◆ הבנת הסיבות לתופעת ה"שיימינג"
- ◆ הקניית דרכי תגובה חיוביות והוגנות לאמירות פוגעניות ברשת

עזרים:

- ◆ תמונות אינסטגרם / שיחות וואטסאפ עם מקום ריק לכתיבת תגובות
- ◆ כלי כתיבה
- ◆ קטע מתכנית "הצינור" <https://goo.gl/YKa4nG>
- ◆ סרטון "how to stop bullying": <https://goo.gl/nF2DnX>

רקע לפעילות:

שיימינג - ביוש (באנגלית: Shaming, מהמילה Shame – בושה) הוא פרסום התנהגות שלילית של אדם או מותג על מנת לביישו, בעיקר באמצעות האינטרנט והרשתות החברתיות.

פיימינג - ההיפך משיימינג, פרסום התנהגות חיובית, פרגון וכתיבת שבח על מנת לפאר אדם ולתת לו את הכבוד הראוי לו. (באנגלית: Faming, מהמילה Fame - תהילה)

מהלך הפעילות:

תולים על קירות החדר פוסטרים עם הדמיה של הודעות אינסטגרם או שיחות וואטסאפ ובהן הודעות פוגעניות ומקום ריק לכתיבת הודעות חדשות. (מצורף בנספח)

מזמינים את המשתתפים לעבור בין הפוסטרים ולהוסיף תגובות משל עצמם. עוברים בין הפוסטרים וקוראים את התגובות שנכתבו.

במליאה מקיימים דיון על פי הנקודות הבאות:

- ◆ האם תופעת ה"שיימינג" היא תופעה מוכרת לכם? האם אתם מכירים חברים שנפגעו מתגובות שנכתבו עליהם ברשת?
- ◆ מי לדעתכם עלול להיפגע מתגובות ברשת? מי יכול להיות הצד הפוגע? (כולנו עלולים להיפגע וכולנו עלולים גם לפגוע)
- ◆ מהן הסיבות לתופעה לדעתכם? (האנונימיות שברשת, כותבים אל המסך ולא אל האדם, רצון להרגיש פופולריים, חוסר מודעות להשלכות של מה שנכתב)

עוצרים לרגע ומקרינים קטע מתכנית "הצינור" העוסק בטוקבקים שנכתבו על הדוגמנית טהוניה רובל.

מבקשים מהמשתתפים להגיב באופן חופשי לקטע מהתכנית וממשיכים את הדיון :

- ◆ איך מרגיש הצד שנפגע מתגובות פוגעניות ברשת?
- ◆ מה עלולות להיות התוצאות של "שיימינג" ברשת?
- ◆ מה אנו יכולים לעשות על מנת להפחית ולצמצם את התופעה? (לעצור ולחשוב לפני שכותבים, לדמיין את עצמנו במקום הצד השני- איך היינו מרגישים אם היו כותבים זאת עלינו?)
- ◆ מה אפשר לעשות אם נפגענו מתגובה ברשת? (לשמור על קור רוח, לא למהר "להשיב אש", לענות בהומור, לשתף ולהתייעץ)

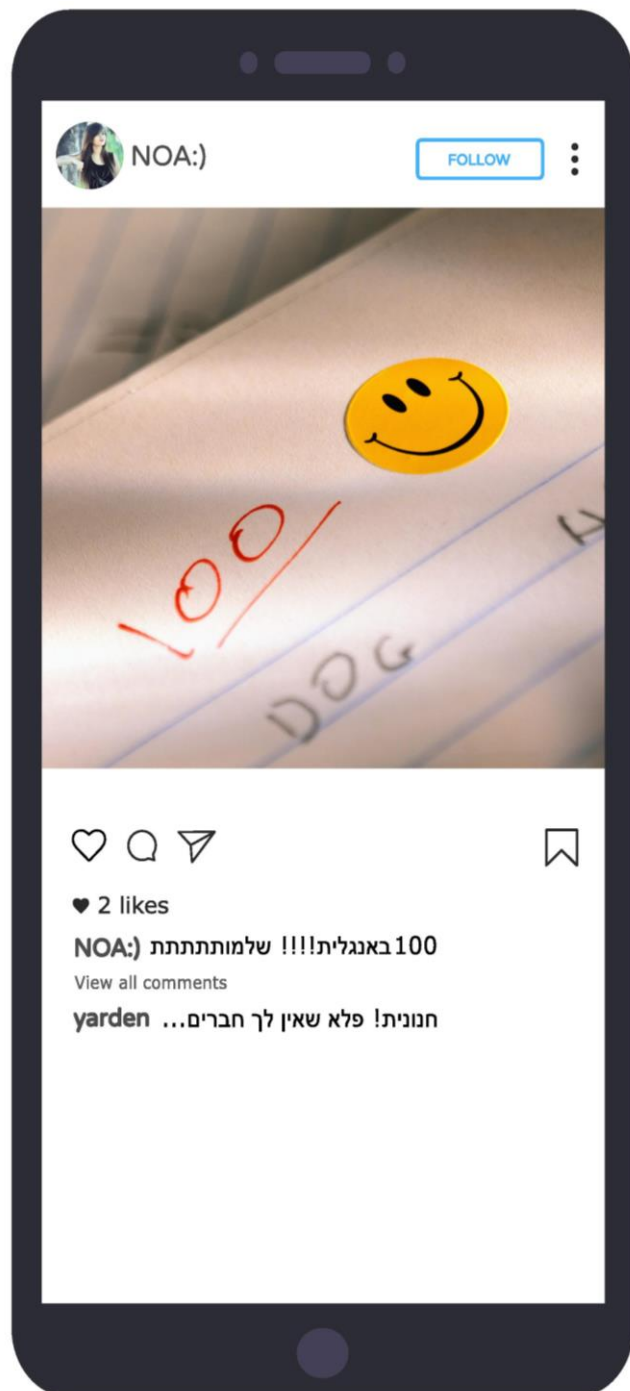
מקרינים את סרטון HOW TO STOP BULLYING שממחיש כיצד ניתן לעצור דו שיח שעלול להסלים ולהיות אלים.

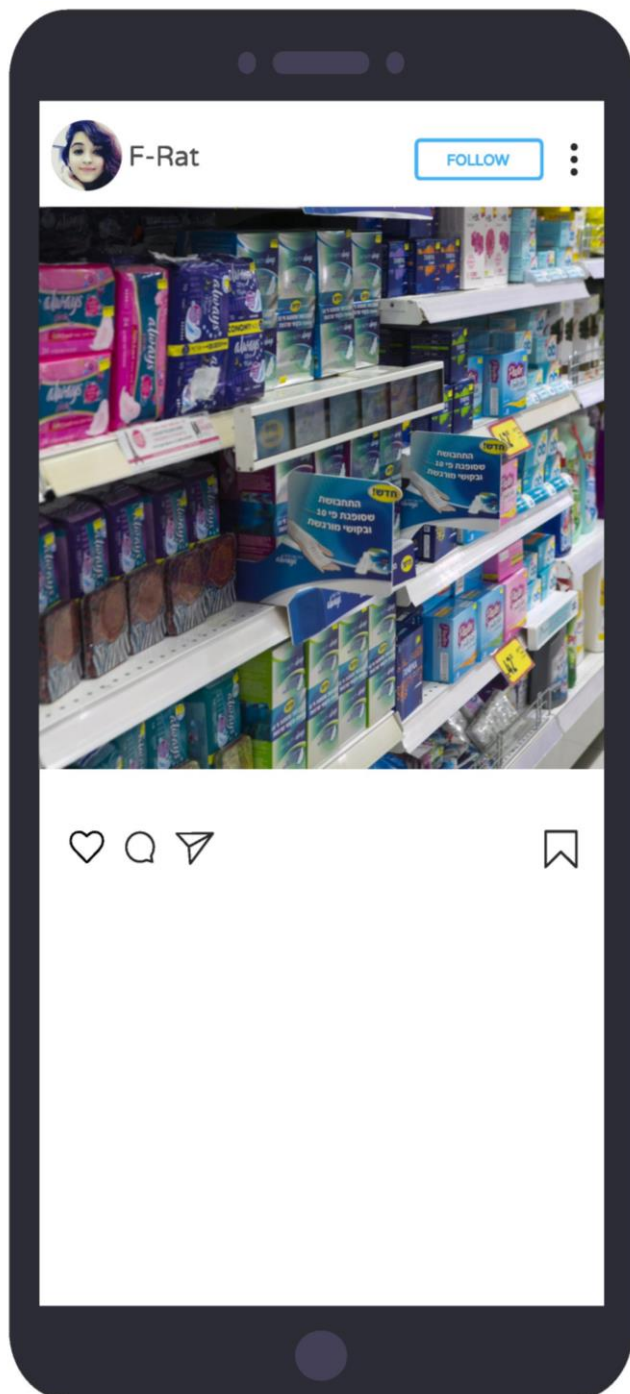
הסכם קבוצתי – מה אנחנו יכולים לעשות?

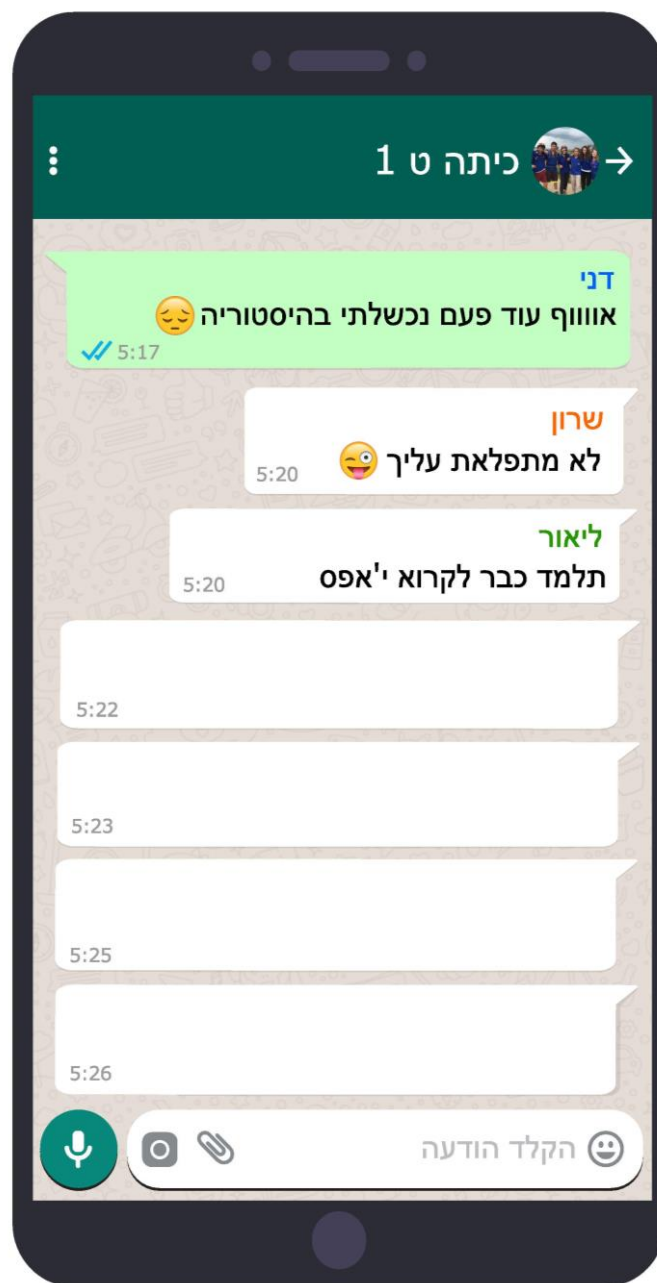
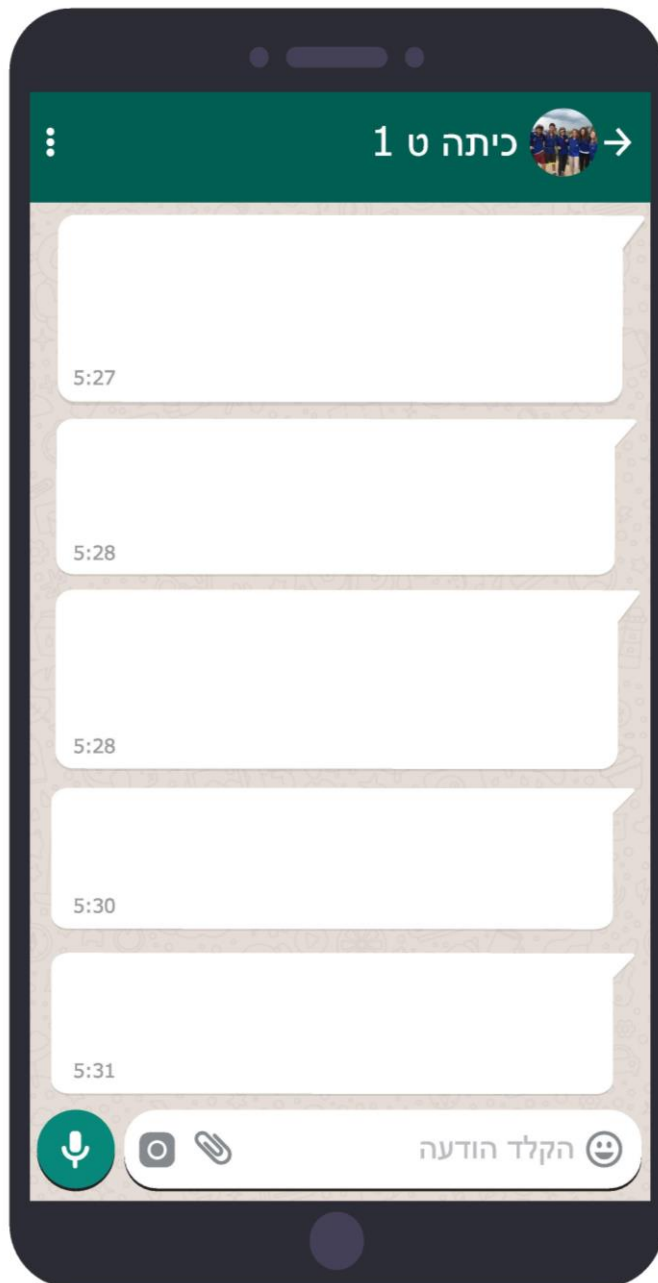
מנסחים יחד עם המשתתפים אמנה קבוצתית שכותרתה: **עוברים ל FAMILING!**

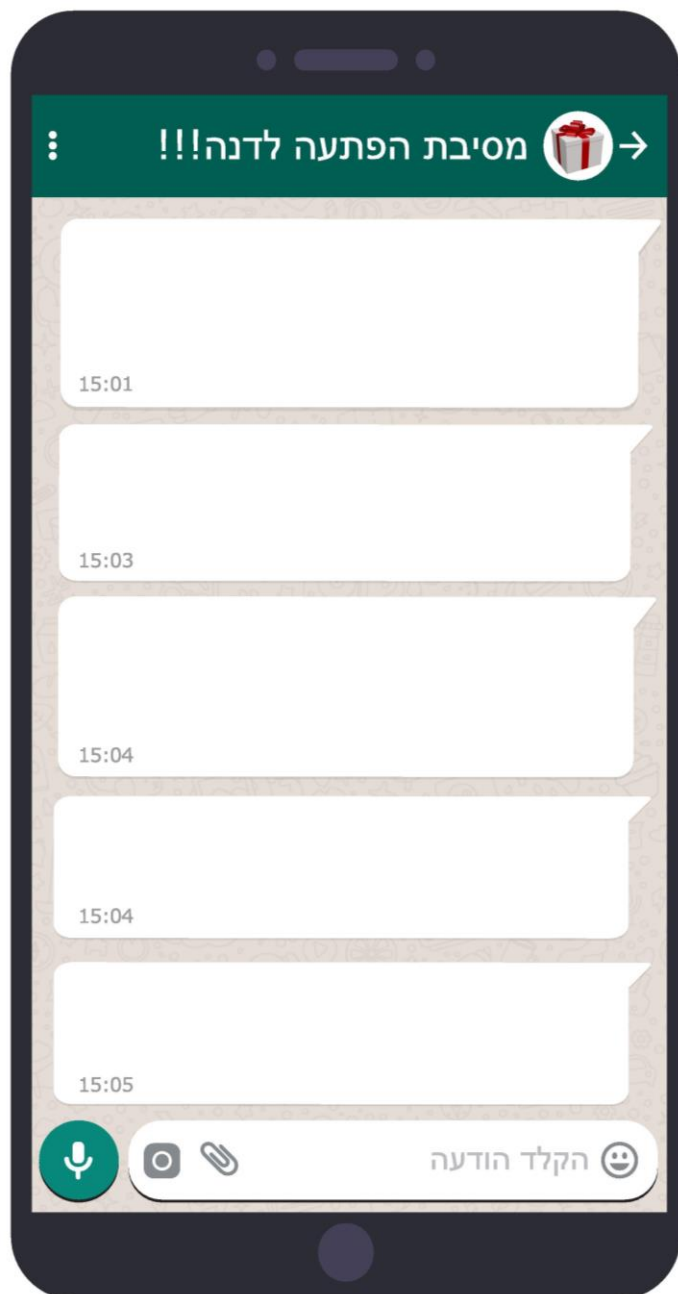
סרטונים נוספים העוסקים בנושא:

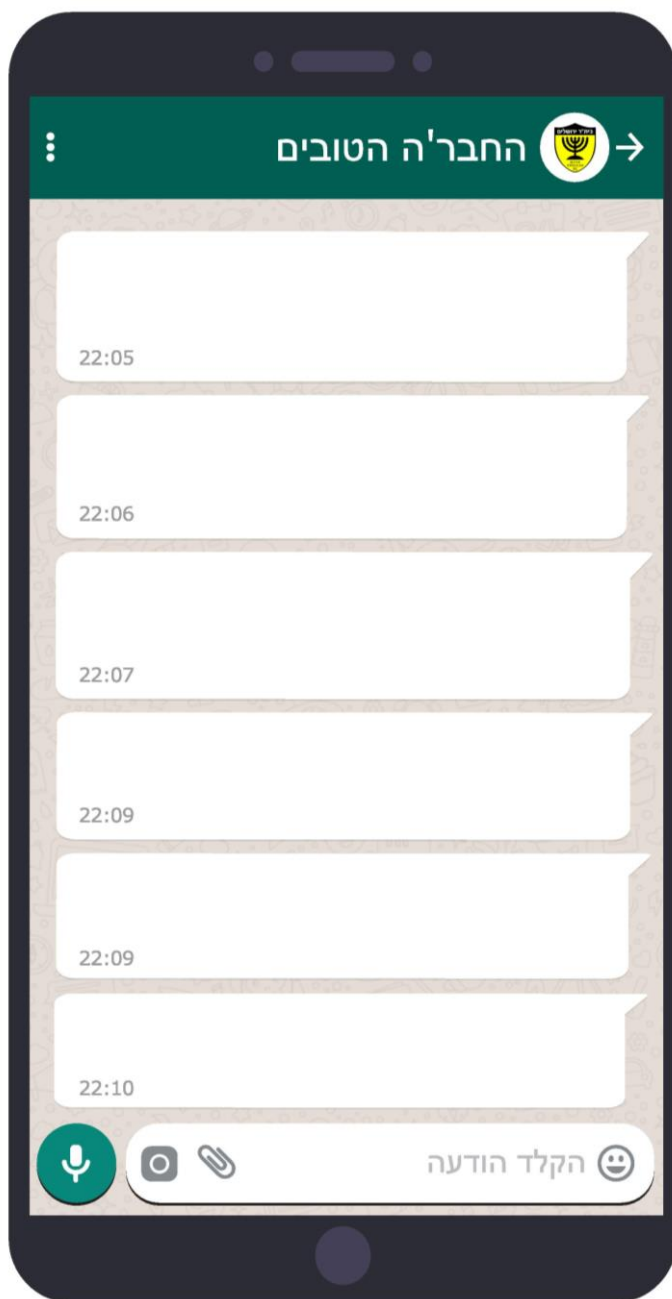
- ◆ שומרים על הילדים גם ברשת: <https://goo.gl/2XrpqN>
- ◆ זה מה שמחכה לילדים ברשת: <https://goo.gl/DX1cyW>
- ◆ לשון הרע לא מדבר אלי: <https://goo.gl/KLMJQk>
- ◆ אל תשתפו אל תשתפו: <https://goo.gl/TC3zm3>
- ◆ איך לעצור שיימינג: <https://goo.gl/337TRL>
- ◆ כמה שווים הצחוקים שלכם בחיי אדם? <https://goo.gl/D2Mgbm>
- ◆ שיימינג בואו נעצור את זה: <https://goo.gl/ezNFus>













פעילות גרפיטי בנושא אלימות מילולית

מטרות:

- ◆ המחשת המושג אלימות מילולית בדרך ויזואלית
- ◆ הבנת עוצמת ההשפעה של מילים כתובות
- ◆ שיח על רגשות שעולים בעקבות המילים הפוגעניות
- ◆ יצירת רפרטואר מילים חלופי למילים פוגעניות

עזרים:

- ◆ ניילון חממות בכמות גדולה (שיכסה את קירות חדר הפעילות)
- ◆ טושים לא מחיקים עבים צבעוניים
- ◆ מסקינטייפ עבה (שיחזיק את כובד הניילון על הקיר)
- ◆ סלוטייפ (לתליית הדפים על הניילון)
- ◆ דפי A4 כמס' הילדים לפחות
- ◆ טושים דקים צבעוניים

הכנה לפעילות:

- ◆ מדביקים על קירות המועדון את הניילון כך שיכסה את כל הקירות
- ◆ מניחים במרכז החדר:
 - סלסלת טושים עבים לא מחיקים
 - סלסלה עם הטושים הדקים
 - דפי A4

מהלך הפעילות:

שלב א'

המשתתפים נכנסים לחדר, כל אחד בוחר טוש.

מנחה הקבוצה מקריא סיטואציות (מתוך הנספח) והמשתתפים כותבים על הניילון את תגובתם לנאמר, בלי סינון, מהבטן.

אפשר ומומלץ לכתוב מספר רב של תגובות.

שלב ב'

מנהלים דיון על פי הנקודות הבאות:

- ◆ איך אתם מרגישים עכשיו – אחרי שהוצאתם את הרגשות שלכם כלפי חוץ?
- ◆ מי מרגיש טוב יותר? למה?
- ◆ מי מרגיש פחות טוב? למה?
- ◆ למישהו מפריע משהו?
- ◆ איזה מילים הכי בולטות לכם? למה?
- ◆ איזה מילים הכי פוגעות בעינכם? למה?
- ◆ מה באמת רציתם להביע באמצעות המילים שכתבתם?

שלב ג'

מזמינים את המשתתפים לבחור תגובה אחת מתוך מה שנכתב על הקיר.

מבקשים מכל אחד לכתוב על דף לבן משפט אחר מסוגנן באופן שאינו מעליב או בוטה.

- מנחה הקבוצה עובר בין המשתתפים, מסייע, מדייק ומכוון במידת הצורך.
- חשוב להדגיש שהדפים יתלו על הקירות.

כל מי שסיים מראה את מה שכתב למנחה ולאחר אישורו תולה את הדף שלו על הקיר במקום התגובה שבחר.

שלב ד'

לאחר שכל הדפים תלויים על הקירות, מזמינים את המשתתפים לקרוא את מה שכתוב על הדפים הלבנים ולהוסיף בכתב רעיונות חיוביים שעולים להם.

- ◆ איך אתם מרגישים עכשיו? האם משהו השתנה בהרגשה שלכם?
- ◆ מה קרה למה שנכתב על הקירות?
- ◆ האם קיבלתם רעיונות שלא חשבתם עליהם בעבר?

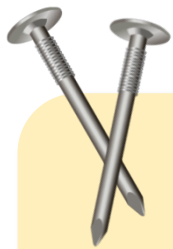
לסיום

מקריאים את 'משל המסמרים בגדר' (נספח)

נספחים

סיטואציות למנחה

- ◆ חבר הבריז לי מיציאה משותפת.
- ◆ מנהל הפנימייה לא משחרר אותי לחוג האהוב עלי.
- ◆ מישהו מהשכבה מקלל אותי בווטסאפ.
- ◆ המורה הוציאה אותי מהכיתה באמצע השיעור.
- ◆ מישהו מהקבוצה צחק על מה שאני לובש.



משל המסמרים

היו היה פעם ילד בעל מזג רע מאד. אביו נתן לו שקית של מסמרים ואמר לו לתקוע מסמר בגדר הגינה בכל פעם שהוא יאבד את סבלנותו או שהוא יריב עם מישהו. ביום הראשון, הוא תקע 37 מסמרים בגדר. בשבועות הבאים, הוא למד לשלוט בעצמו ומספר המסמרים פחת בגדר מיום ליום: הוא גילה שיותר קל לשלוט בעצמו מאשר לתקוע מסמרים. לבסוף, היגיע היום בו הילד לא תקע אף מסמר בגדר. הוא הלך לאביו ואמר לו שבאותו יום הוא לא תקע אף מסמר. אז אביו אמר לו להוציא מסמר מהגדר עבור כל יום שהוא לא איבד את סבלנותו. הימים עברו ולבסוף הילד היה יכול לבשר לאביו כי הוא הסיר את כל המסמרים מהגדר. האב הוביל את בנו לגדר ואמר לו: "בני, התנהגת למופת, אבל תסתכל על כל החורים שיש בגדר. היא לא תהיה אף פעם יותר כמו קודם. כשאתה רב עם משהו ואומר לו משהו רע, אתה משאיר לו פצע כזה. אתה יכול לתקוע סכין באדם ואחר כך להוציא אותו, אבל תמיד יישאר פצע. לא חשוב כמה פעמים תתנצל, הפצע יישאר. פגיעה מילולית מכאיבה בדיוק כמו פגיעה פיזית. חברים הם תכשיטים יקרי ערך, הם גורמים לך לחייך ומעודדים אותך. הם מוכנים להקשיב לך כשאתה זקוק לך, הם תומכים בך ופותחים בפניך את ליבם. הראה לחבריך כמה אתה אוהב אותם."



פעילות בעקבות "שיר השיימינג"

מטרות:

- ♦ הבנת המושג "שיימינג" ו"מילים פוגעניות"
- ♦ הבנת משמעות הפגיעה של מילים אלה בנו ובחברים

עזרים:

- ♦ שיר ה"שיימינג" מתוך פסטיגל 2015 – מילים פוגעניות:
<https://www.youtube.com/watch?v=0lyWmXjEqqw>
- ♦ מצגת להקרנה עם מילות השיר: <https://goo.gl/jJy1qu>
- ♦ לוח
- ♦ פתקי POST IT
- ♦ כלי כתיבה וטושים
- ♦ בריסטולים

מהלך הפעילות:

חלק א'

מקרינים לקבוצה את קליפ שיר ה"שיימינג".

מקיימים דיון קצר בעקבות הצפייה בקליפ:

- ♦ באיזה נושא עוסק השיר?
- ♦ האם נתקלתם בעצמכם בשימוש במילים פוגעניות בסביבתכם? כלפיכם?
- ♦ האם נתקלתם במילים פוגעניות שנכתבו ברשתות החברתיות? כיצד הגבתם?
- ♦ האם כתבתם פעם משהו פוגעני על מישהו?
- ♦ מה לדעתכם מרגיש מי שכתבו עליו תגובה פוגענית ברשת?
- ♦ האם כתבו עליכם תגובה פוגענית?
- ♦ מה הייתם רוצים לספר או לומר לקבוצה? מה הייתם רוצים לומר למי שכתב עליכם?

חלק ב'

מגדירים ביחד "מילים פוגעניות" - מהן המילים שפוגעות בנו ואין לומר אותן גם "בצחוק".

- כל משתתף מקבל מספר פתקים ומתבקש לרשום עליהם מילים פוגעניות.
- מרכזים את הפתקים בסלסלה. שולפים פתק אחרי פתק, מקריאים ומדביקים על הלוח. מילים זהות מדביקים אחת ליד השנייה.
- מסבים את תשומת הלב למילים שחוזרות על עצמן בתדירות גבוהה.
- מסכמים חלק זה באמירה ברורה כי "אצלנו כל המילים האלה נחשבות פוגעניות. ההתייחסות אליהן תהיה כאלימות מילולית, והתגובה אליהן תהיה כאל כל התנהגות פוגענית או אלימה."

חלק ג'

מקרינים את המצגת עם מילות שיר השיימינג.

מחלקים את המשתתפים לזוגות או לשלוש.

כל קבוצה מקבלת בריסטול וטושים ומתבקשת לעצב כרזה שבה יופיע משפט שבחרה מתוך הקליפ.

כל הכרזות יוצגו במרחב הקבוצה או הפנימייה.

הצעות ליחידות נוספות שניתן לשלב בפעילות

♦ מילים טובות

על כל פתק התלוי על הלוח ועליו מילה פוגענית, מניחים מילה טובה ומחזקת.

♦ מלחמה ושלוש עם נייר

חומרים:

דפי נייר, כלי כתיבה, צבעים, סלוטייפ, מדבקות צבעוניות, סרטים וחומרי יצירה שונים.

מהלך הפעילות:

- א. מבקשים מהמשתתפים להיזכר במריבה קשה עם חבר שהיה בה כעס גדול, עלבונות ואולי גם מכות. עליהם לקחת את דף הנייר ולהוציא עליו את כל הכעס שעולה בהם כשהם נזכרים במריבה.
- ב. לאחר שכלו את חמת הזעם בנייר, מבקשים מהמשתתפים להתייחס לכך שעבר זמן מאז המריבה. הכעס נרגע, קיימת תחושת אי נוחות מהפגיעה ההדדית. אולי יש צורך לומר סליחה, להתפייס, לנסות לתקן את מה שהיה ולחזור להיות חברים. מבקשים מכל אחד לנסות ולשקם את הדף. ליישר, להדביק את הקרעים. אולי אפילו לייפות ולקשט.
- ג. מבקשים מכולם להראות את הדפים ה"משוקמים" והמקושטים. מסבים את תשומת ליבם לכך שהדפים אמנם מאד מושקעים אך הם לא חזרו להיות בדיוק מה שהם היו. ניתן עדיין לראות את הקמטים והקרעים שהתרחשו בזמן הכעס.
- ד. זה הזמן לשוחח על משמעות הפגיעה. עד כמה היא נשאת חקוקה גם אחרי התפייסות ובקשת סליחה. מילים פוגעניות אינן נעלמות. הן נשארות כצלקות. זוכרים אותן, כואבים אותן גם אחרי שממשיכים הלאה. הן אינן נעלמות ואי אפשר להחזירן לשלום.



3. גבולות:

"בבואנו לעצב את דמות הסמכות החדשה, מוסר הדגש מתגובות הילד ומושם על פעולותיה של דמות הסמכות. שאיפתה של הסמכות של פעם הייתה השגת ציות מידי ומלא. ציות על תנאי, ציות מהורהר או ציות חלקי נחשבו לסממניה של סמכות חלשה. בימינו הפך דווקא הציות האוטומטי לסממן של כישלון בחינוך.

בעל הסמכות צריך לחוות שסמכותו איננה תלויה בשליטה על הילד וחוויה זו מבשילה בהדרגה. ההבנה כי השליטה איננה רצויה ואיננה אפשרית מולידה שינוי הדרגתי בתגובותיו הגופניות של בעל הסמכות".

(חיים עומר, "הסמכות החדשה", 2008)

3.1 רקע תיאורטי: משמעות של ביסוס גבולות וסמכות בחיי הרשת של החניכים

סמכות וגבולות הם נושאים המוכרים לנו מתחומים רבים בחיי הפנימייה.

גבולות פנימיים בהתנהגות שומרים ומגנים עלינו בדיוק כשם שגבולות מדיניים נועדו להגן על מקום מגורינו.

החשיבה על גבולות ברורים בתחום השימוש של ילדים ובני נוער ברשת חשובה לאין ערוך. הורים ומחנכים רבים חוששים להציב גבולות ברורים לשימוש הילדים באינטרנט מסיבות שונות. נקודת המוצא שלנו צריכה להיות ההבנה שאין אנו מענישים את החניכים כשאנו מבססים גבולות ברורים לשימוש ברשת, אלא מסייעים להם ללמוד איך לשמור על תחושת בטחון פיזי ונפשי גם במרחב הווירטואלי.

אך עוד לפני שנעמיק בנושא הגבולות ברשת, חשוב להבין כי לא ניתן יהיה לבסס גבולות אמיתיים ללא קשר סמכותי ואמין בעיני החניכים, וכפי שידוע לכל מי שעוסק במלאכת החינוך זוהי משימה לא פשוטה בפני עצמה.

על מנת לבסס סמכות נכונה, כזו שתאפשר בניית גבולות שימוש בטוחים וחיוביים עבור החניכים ברשת, יש לחשוב תחילה על היבטיה השונים של הסמכות של אנשי החינוך בחיי החניכים.

משמעות המילה סמכות היא בראש ובראשונה להיות סמוך – להיות בקשר, להיות קרוב. את הקירבה לחניכים חיזקנו עוד בשלב המודעות דרך ההיכרות המעמיקה שלנו עם חיי הרשת שלהם.

בשלב זה אנו מבקשים להעמיק את היכולת שלנו לביסוס גבולות לשימוש האישי והקבוצתי במרחבי הרשת.

הורים ואנשי חינוך רבים חוששים מתגובות של התנגדות וכעס של ילדים ובני נוער אל מול אמירות והחלטות סמכותיות בנושא השימוש ברשת. אולם חשוב לזכור כי מדובר בתגובות טבעיות

והאופן שבו אנו המבוגרים נגיב להתנגדות ולכעס של החניכים הוא זה שיכריע את הכיוון להמשך הטמעת הגבולות.

בתפיסה שלנו בהורשת ישנן שתי תגובות רווחות למפגש עם הכעס וההתנגדות של החניכים: עלבון מצד המבוגר ונסיגה מהגבול או התייבבות ל"קרב על הרשת" והתעמתות קשה איתם סביב הנושא. שתי התגובות הללו עלולות לגרום להתבצרות של כל אחד מהצדדים בעמדתו והתרחקות מהצבת הגבולות לשימוש נכון ברשת.

בהורשת אנו מאמינים בגבולות הנגזרים ממקום ערכי ואמיתי של המבוגר המציב אותו. לשם כך עלינו תחילה לחשוב בינינו לבין עצמנו מהם הערכים החשובים לנו כמבוגרים סביב השימוש של החניכים ברשת, ורק מנקודת מבט זו נצא לדרך של התווית גבולות שימוש ברורים, מווסתים ועקביים בקרב קהילת החניכים בפנימייה.

3.2 המשימה המרכזית:

המשימה המרכזית שלנו בנושא גבולות וסמכות הינה ביסוס גבולות ברורים ועקביים לשימוש באינטרנט הנגזרים ממערכת הערכים של הפנימייה.

חשוב לזכור כי קיימת אשליה של חופש ברשת. החניכים צריכים לשמוע ולהבין שלא הכול מותר ופרוץ במרחב הווירטואלי וכי תהליך של ביסוס ערכים, סמכות וגבולות הוא הכרחי לכל חברי הקהילה בפנימייה.

3.3 איך עושים את זה נכון?

המטרה שלנו בשלב זה הינה ביסוס סמכותם של אנשי הצוות בפנימייה והתוויית גבולות לשימוש נכון ברשת.

אנו לא רוצים להגיע לצייתנות מלאה ועיוורת מצד החניכים, אלא לעבור יחד איתם תהליך של חשיבה על הגבולות הפנימיים ומשמעותם, שהרי רק בדרך זו נצליח להטמיע את אותם הגבולות בשימוש האישי והקבוצתי של החניכים ברשת.

כשאנו מתחילים בפעילות של ביסוס גבולות תחילה עלינו לשאול את עצמנו מספר שאלות:

- ◆ מה הם הערכים שחשוב לנו להנכיח סביב פעילות החניכים ברשת?
- ◆ מה נכון או "בסדר" לעשות ברשת, ומה פחות?
- ◆ איך אנחנו מצפים מהחניכים להתנהל ברשת? למה?
- ◆ מהם הזמנים והמקומות בהם השימוש ברשת מותר או אסור?
- ◆ מהן ההתנהגויות המקובלות ומהם הגבולות האדומים?
- ◆ מה לא מקובל להגיד?
- ◆ איך מצופה מאיתנו לנהוג ברשת כשמישהו אחר נפגע?

חשוב לזכור שאנו כמחנכים הופכים להיות מתווכי משמעות לילד. אנחנו רוצים לסייע לחניכים להגיע למצב בו הדרך שלהם ברשת תהיה ברורה ויציבה עבורם, מצב בו הם יבינו בעצמם מהם גבולות השימוש הנכונים עבורם, ידעו מהם הערכים המובילים אותם ובהתאם לכל אלה יסללו את הדרך להתנהגות נבונה ועקבית ברשת.

תחושת ההגנה שמוענקת לנו על ידי אחר משמעותי מסייעת לנו בשמירה ובויסות עצמי. הפנמת תחושה זו תעזור לנו להמשיך להרגיש מוגנים גם בלעדיו.

בהורשת אנו מאמינים כי לפני שמדברים על גבולות בינאישיים חשוב לבסס את הגבולות האישיים שלנו לשימוש נכון באינטרנט ולכן כדאי לפעול לפי מספר שלבים פשוטים:

1. מתן תשומת לב מיוחדת לזמני השימוש של החניכים במסכים ולתכנים אותם הם צורכים: איפה עוברים גבולות השימוש של הקהילה בפנימייה.
2. למידה משותפת של הגדרות הבטיחות והפרטיות ברשת.
3. ביסוס וקביעת חוקים וגבולות להתנהגות נכונה במצבים שונים כמו - מה עושים כשנשלח אליי סרטון פוגעני? מה אפשר לעשות כשמישהו פוגע בחבר ברשת?
4. דיון, למידה, תרגול והדגמה של סיטואציות שונות והרחבת אופניי התגובה והאפשרויות להתנהלות מול חברים וקבוצות ברשת.

טיפ קטן לדרך: זכרו. כעס הוא חלק ממנעד הרגשות של כולנו. נסו להכיל את הכעס שלכם ושל החניכים שלכם בשלב זה ולא להיבהל ממנו... קשה? חזרו לשלב הויסות!

3.4 פעילויות עם החניכים בנושא גבולות

- ♦ הקו האדום שלי – עמ' 64
- ♦ מי מסתתר מאחורי המסכה – עמ' 69
- ♦ פרטיות ברשת – עמ' 85



הקו האדום שלי

כתבו: שרון קייזר-הלר ולילך מגנאג'י

בטיחות ברשת

מטרות:

- ♦ הבנת הגבולות הפרטיים שלנו בהתנהלות ברשת.
- ♦ הבנת המשמעויות וההשלכות של התנהלות ללא גבולות ברשת.
- ♦ הכרה ביכולת השליטה שלנו בשימוש בטלפונים, בשיתוף ברשתות החברתיות ובמשחקי רשת.

עזרים:

- ♦ סרטון UNDO: <https://goo.gl/EZ4Pdr>
- ♦ סרט הדבקה אדום
- ♦ כרטיסי "אמת או חובה" (נספח)
- ♦ בקבוק ריק

מהלך הפעילות:

שלב א'

מקרינים את סרטון UNDO
משתפים באופן חופשי במחשבות ובתובנות שעלו מהסרטון.

שלב ב' – שיקוף עמדות

מסמנים קו אדום על הרצפה בעזרת סרט ההדבקה.
מזמינים את המשתתפים לשבת במעגל סביב הקו האדום.
מסובבים את הבקבוק (כמו במשחק "אמת או חובה") עד שהוא נעצר מול אחד המשתתפים.
משתתף שפקק הבקבוק נעצר מולו נשאל שאלה על ידי המשתתף שממולו.
את השאלות בוחרים מתוך ערמת הכרטיסיות.
בסיום כל סיבוב הקבוצה מגיעה להסכמה היכן למקם את הכרטיס - לפני או אחרי הקו האדום.

שאלות לדיון:

- ♦ מי מחליט היכן נמצא הקו האדום בהתנהלות ברשת?
- ♦ מה עלולות להיות התוצאות של התנהלות ללא גבולות ברשת?
- ♦ איך נוכל לשלוט בהתנהלות שלנו ברשת?

הגיל הכי צעיר של אישה שאנה מכיר שפגש באינסטגרם חובה עליך לספור על...	אמת עבר את הגבול או לא? אחמי בה - 10 פגשה חשבון אינסטגרם
---	---

מה גילן לקרא מהגבריה לם מתודה הישג חובה עליך לספור על...	אמת עבר את הגבול או לא? נכסתי למשחק הישג לם פריטים מסויימים על לצמי
---	--

מקרה מהין שהעפוסם הישג חובה עליך לספור על...	אמת עבר את הגבול או לא? חברי הקלה גמורה מהיכה שלן לקרצו הוואטסאפ של הקרצו
---	--

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

נשמחה קהוצה וואטסאפ קהוצה
הלי אחז החניכים

מקרה הו משהו נפל
מהגבהה קהוצה וואטסאפ

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

אני אורה וג לצהר הסיטונים
היוטיוה הדין האוכל

דין שארה יוצה להמין
למתי מחסכים

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

חשיה למספי לא מוזהה
שהקשי אלי מספי פלחים

חשי מזה שהכיר דין היש

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

חבריה העלמה לאינסטגרם
המונה שאני מופיעה בה
היא נקראת ממני אישור

סיפור אישי שהעפרים הישג
לא אישור

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

פוסטאמו המונה שלי בהלד ים
החשבונו האינסטגרם שלי

מקרה שמישהו העלה
המונה חושפניו שלו איש

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

חבריה העלמה ליוטיווה סרטון
של כל הקהוצה יוקדג המיוסדלי

מקרה שבו גילו אמן הממונה או
סרטון מהלי שיצג שצה יעפרים

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

אני מעבירה כהר מוצש עם אישה
הגילוי שנאלי מקסימה ויחזק שנישגש

מקרה הו אישהו העוצה
למישהו אחי האנטינט

חובה
עליך
לספר
על...

אמת
עבר את
הגבול
או לא?

שלחתי בקהוצה של הכינה
סיטון מפחיד שקיהלי

סיטון לא נלח שיהא הישג
וההחלטת שצפיה הו קד הסול

חובה
עליך
לספר
על...



מי מסתתר מאחורי המסכה כתבו: שרון קייזר-הלר ולילך מגנאג'י

בטיחות ברשת

מטרות:

- ♦ הבנה כי האינטרנט מהווה מרחב פרוץ ליצירת פרופילים מזוייפים.
- ♦ הבנת העובדה שיכול להיות שוני בין האופן שבו אנשים תופסים את עצמם לבין האופן שבו הם מציגים את עצמם ברשת.
- ♦ פיתוח מגננונים של שליטה עצמית כדי להימנע ממצבי פגיעה ברשת.

עזרים:

- ♦ קטע מתוך הסדרה "נבסו": <https://goo.gl/fmreCr>
- ♦ מסכות (מצורף בנספח)
- ♦ קלפי מקרים (מצורף בנספח)
- ♦ סרטון "נוכלים ברשת": <https://goo.gl/FNeFWn>
- ♦ סרטון "בטיחות ברשת" מתוך אתר "בריינפופ" לחניכים צעירים: <https://goo.gl/8R1UDn>
- ♦ סרטוני הדרכה מתוך אתר "הענן החינוכי" של משרד החינוך: <https://goo.gl/e4Pjdd>

רקע למנחה:

רשת האינטרנט פתוחה לכולם, כל אחד יכול לבחור איך להציג את עצמו ולא תמיד יש לנו דרך לדעת מי נמצא מולנו במרחב הווירטואלי.

קל יותר לפגוע ברשת מהסיבות הבאות:

- ♦ אפשר להשתמש בזהות בדויה, ולהתחזות לנער שלומד איתנו בבית הספר או גר בשכונה שלנו.
- ♦ ברשתות חברתיות ובאתרים דומים אנחנו נמצאים לבד, ואז אנחנו מוגנים פחות. יש הרבה מידע אישי באינטרנט: שמות, כתובות ומספרי טלפון. לפעמים עבריינים יכולים לעשות שימוש לרעה בנתונים אלה.
- ♦ אנשים רבים כותבים ומפרסמים פרטים אישיים על עצמם, משתפים באירועים שקרו להם, בתמונות ובסרטונים וישנם כאלה שמנצלים עובדות אלה למטרות שליליות.
- ♦ יש להבחין בין פרופיל מזוייף לפרופיל מתחזה, פרופיל מזוייף מציג אדם שאינו קיים ומשתמש בזהות בדויה, ואילו פרופיל מתחזה עושה שימוש בפרטיו של אדם אמיתי אחר, ומבצע פעולות ברשת תחת שמו של אותו האדם.

התחזות היא עבירה פלילית.

כיצד אפשר לדעת אם פרופיל הוא מזויף?

- ◆ תמונת הפרופיל בד"כ נראית מקצועית ובאיכות גבוהה מהרגיל
- ◆ פרופיל שפעילותו דלה – ממעט באינטראקציות עם משתמשים אחרים
- ◆ מעט מאוד נתונים אישיים
- ◆ מספר רב מדי או מועט מדי של חברים
- ◆ מאגר דל של תמונות ו/או סרטונים
- ◆ תיוג יתר של תמונות

ועדיין חשוב לזכור שתמיד יכולים להיות זיופים מקצועיים שגם לאנשים מבוגרים ומיומנים יהיה קשה לזהות אותם ולכן צריך להיות ערניים ולשים לב, כדי שלא ניפול ברשת...

מהלך הפעילות:

רשת האינטרנט פתוחה לכולם, כל אחד יכול לבחור איך להציג את עצמו ולא תמיד יש לנו דרך לדעת מי נמצא מולנו במרחב הווירטואלי.

שלב א'

מקרינים את הקטע מתוך הסדרה "נבסו"

נבסו היא קומדיה ישראלית על משפחה מעורבת המורכבת מאב אתיופי, אם אשכנזייה, בתם הקטנה ומשפחתם המורחבת על כל הסיטואציות המצחיקות - מרירות שכרונות במצב זה.

הקטע המדובר מציג באופן קומי קבוצת וואטסאפ של בן המשפחה שבה כל אחד מן המשתתפים בוחר לעצמו כינוי מזויף, כשהקשר בין הכינוי שנבחר לדמות האמיתית מנותק לגמרי מהמציאות.

שואלים את החניכים אם הם מכירים סיטואציות דומות מחייהם? מעודדים לתת דוגמאות.

שלב ב'

מניחים מסכות של דמויות שונות על השולחן ומבקשים מכל משתתף לבחור לעצמו שתי מסכות של דמויות שונות.

1. מחליטים על סבב וכיוון וכל אחד בתורו בוחר קלף מערימת הקלפים המונחת על השולחן: הקלף מתאר מצב של פגיעה או דילמה ברשת. המשתתף שהרים קלף בוחר להפנות את הדילמה לאחד המשתתפים או למסכה שנבחרה על ידו.
2. המשתתף או המסכה שנבחרו עונים לדילמה שהוצגה בפניהם.

3. נקודות לדיון לאחר המשחק:

- ◆ למה אנשים מציגים את עצמם באופן שונה ברשת? מה הרווח שמתקבל מכך? (תחושת השליטה שמתקבלת כשאתה מסתתר מאחורי מסכה, הרצון לשמירה על אנונימיות מול רצון לחשיפה ולשיתוף, תחושת מיאוס מהחשיפה שברשת)
- ◆ האם קל להיכנס לראש של דמות אחרת? האם קשה? מדוע?
- ◆ איך מרגיש הצד השני? האם מרגיש בטוח ברשת? האם מרגיש מוגן? האם הוא יודע מי עומד מולו? (תחושת חוסר שליטה, חוסר מוגנות, חוסר בטחון)
- ◆ למה גורמות תחושות אלה? (רצון להגן על עצמי, גם אני משחק את אותו משחק ומסתתר מאחורי מסכה)
- ◆ מדוע לדעתכם קל לפגוע בקלות רבה יותר באמצעות האינטרנט מאשר בעולם האמיתי?
- ◆ לאילו סכנות חשופים ילדים בגלישה באינטרנט? (הטרדה, סחיטה ואיומים, גניבה ואף פגיעה ממשית)
- ◆ מומלץ להקריין את הסרטון "נוכלים ברשת" המציג מקרים אמיתיים בהם אנשים מבוגרים נפלו קרבן להתחזות ברשת.

4. מסכמים באמצעות סרטון "בטיחות ברשת" מתוך האתר "בריינפופ" או מתוך מגוון סרטוני ההדרכה שבאתר "הענן החינוכי" של משרד החינוך.

נספח - מסכות:

















נפתחה קבוצת שנאה עם
השמצות והעלבות על
אחד מחבריך

**איך היית
מגיב/ה?**

"ירדו עלייך" על סרטון
שצילמת במיוזיקלי

**איך היית
מגיב/ה?**

הפסדת 300 ₪ לחבר
במשחק רשת. אין לך דרך
לשלם לו והוא מאיים
עלייך שישגור איתך
חשבון בדרך אחרת

**איך היית
מגיב/ה?**



קיבלת שמונה הודעות
שרשרת ואתה ממש
מפחד שיקרה לך משהו
אם לא תעביר אותן
הלאה

**איך היית
מגיב/ה?**

מישהו שאת
מתכתבת איתו באינסטגרם
רוצה לפגוש אותך במוצ"ש
בחוץ הים בתל אביב

**איך היית
מגיב/ה?**

קיבלת דרישה להכניס
פרטי כרטיס אשראי
במשחק רשת, אחרת לא
תוכל להמשיך לשחק

**איך היית
מגיב/ה?**

איך היית מגיב/ה?

אתה מקבל גיפים ותמונות מעצבנות בווטסאפ ממישהו שאתה לא מכיר

איך היית מגיב/ה?

צורפת לקבוצה שאתה לא מכיר בה אף אחד ואתה לא רוצה להיות חבר בה

איך היית מגיב/ה?

בזמן צפיה בסרטון קופצות לך שוב ושוב פרסומות לאתרים פורנוגרפיים





הזכות לפרטיות ברשת האינטרנט

מטרות:

- ◆ העלאה למודעות שהאינטרנט מכיל מידע עצום אודותינו.
- ◆ הבנה כי בידינו האפשרות לשלוט בשיתוף מידע אישי ופרטי על עצמנו.
- ◆ ביסוס חוקים וכללים להתנהגות בטוחה ברשת

עזרים:

- ◆ סרטון ניסוי חברתי: <https://goo.gl/FzXRQC>
- ◆ סרטון "קורא המחשבות": <https://goo.gl/WwocNk>
- ◆ כרטיסי תמרורים לפי מספר המשתתפים (נספח 1)
- ◆ כרטיסי היגדים (נספח 2)
- ◆ דף "כללי בטיחות ברשת" (נספח 3)

רקע למנחה:

האינטרנט והרשתות החברתיות, תופסים חלק גדול יותר ויותר בחיינו האישיים והחברתיים. דברים רבים בחיינו שפעם היו פרטיים וידועים רק לנו, חשופים כעת לכולם והיכולת שלנו לשמור על פרטיותנו, הולכת וקטנה.

הפרטים האישיים שלנו נאספים, מנותחים ואף נמכרים על ידי בעלי אינטרסים, ואין חוקים ותקנות המגנים במידה מספקת על הפרטיות שלנו.

מהלך הפעילות:

שלב א' – סרטון פתיחה

מקרינים את סרטון הניסוי חברתי או סרטון "קורא המחשבות" ומזמינים את המשתתפים לשתף באופן חופשי את מחשבותיהם בעקבות הצפייה.

שלב ב' – היגדים ותמורים

מחלקים למשתתפים שלושה כרטיסי תמורים. (בנספח)

תמור עצור - תמור "עצור" מסמל דברים שאני משתף רק עם עצמי



תמור חד סטרי - תמור "נתיב חד סטרי" מסמל דברים שאני משתף רק את האנשים הקרובים אלי



תמור 'סע' - מסמל דברים שכל אחד יכול לדעת עלי



מקריאים למשתתפים היגדים ומבקשים מהם להרים את כרטיס התמור המתאים בעיניהם להיגד ולנמק את בחירתם.

שלב ג' – דיון

מקיימים דיון על פי הנקודות הבאות:

- ♦ אילו פרטים אנשים משתפים ברשתות החברתיות?
- ♦ למה יש לנו צורך לשתף?
- ♦ מה הרווחים שיש לנו מהשיתוף?
- ♦ מה המחירים שאנו משלמים על כך?
- ♦ האם אנחנו מודעים לעובדה שדברים שאנו מפרסמים תמיד יישארו חשופים לעיני כל?
- ♦ האם היינו רוצים שהבוס שלנו יראה מה שפרסמנו? המפקד בצבא? סבא או סבתא? הילדים שלנו בעוד עשרים שנה...?

שלב ד' – סיכום

מחלקים למשתתפים את דף "כללי בטיחות ברשת" ועוברים על הכללים המופיעים בו.

נספח 1: תמורים





- ♦ חוויות שקרו לי בבית הספר
- ♦ סיפורים משעשעים מהווי הפנימייה
- ♦ דברים שקשורים למשפחה שלי
- ♦ מקצועות שאני לא אוהב ללמוד
- ♦ תחביבים וחוגים שאני משתתף בהם
- ♦ דברים שאני חושב על החברים שלי
- ♦ תמונות מהטיול השנתי
- ♦ תמונות שלי מהבריכה
- ♦ סרטון שצילמנו במסיבה עם החבר'ה
- ♦ דברים שאני מתכנן לעשות בחופשה

נספח 3: כללי בטיחות ברשת - מתוך אתר המכון הישראלי לדמוקרטיה

מאת: עו"ד רחל ארידור הרשקוביץ, ד"ר תהילה שוורץ אלטשולר

1. האם בעת התקנת האפליקציה מוסברת מדיניות הפרטיות שלה?

על מנת לאסוף עלינו מידע אישי יש לקבל את הסכמתנו. הסכמה זו צריכה להתקבל רק לאחר שהוסבר לנו מהי הפגיעה הצפויה בפרטיות – כלומר, מה המידע האישי שנאסף עלינו ולשם מה.

מה עושים?

אם האפליקציה לא מבקשת את הסכמתנו לאיסוף מידע בעת ההתקנה - עדיף להימנע מהתקנתה. חפשו אפליקציה אחרת המכבדת את זכותכם לפרטיות.

2. מה המידע האישי הנאסף עלינו ולאילו מטרה?

יש אפליקציות המבקשות לאסוף מידע שאינו דרוש לביצוע מטרת האפליקציה. כך למשל, אפליקציית פנס המבקשת גישה לאנשי קשר, למיקום או לתמונות המצלמה - בלי קשר בכלל לכך שהיא בסך הכל אמצעי תאורה.

מה עושים?

לפני התקנת האפליקציה מוצג פירוט מהו המידע אותו מתכוונת האפליקציה לאסוף או מהן הרשאות הגישה המבוקשות. אם אתם רואים שהאפליקציה מבקשת לאסוף מידע אישי רב או הרשאות גישה לתכנים שכלל אינם קשורים למטרתה - עדיף להימנע מהתקנתה. חפשו אפליקציה המכבדת יותר את זכותכם לפרטיות.

3. ברירת מחדל לא בהכרח מתאימה לכולללם

לא כדאי להיות אדישים ולהשאיר את רמת ההגנה על פרטיותכם המוצעת כברירת המחדל.

מה עושים?

בדקו מהן הגדרות הפרטיות (בד"כ תחת "הגדרות" - חפשו "פרטיות") ושנו אותן כך שתינתן הגנה חזקה יותר על פרטיותכם. למשל, אפשר למנוע העברת נתוני מערכת ותוכן עמודים למטרות זיהוי כשלים טכניים למפעילת השירות.

4. שגר ושכח? אז זהו שלא...

כל פוסט, טוויט, ביקורת צרכנית או מסר אחר שאנחנו מפרסמים באינטרנט לא נשכח. ניתן לשלוח אותו שוב ושוב ולקהל רחב יותר ויותר. המסר גם עלול לצוץ כל פעם בתגובה לשאלות חפוש שונות.

למשל, פוסט צוהל בפייסבוק "נוסע לברלין לשבוע! כנס מהעבודה אבל אני הולך לעשות חיים ולשתות הרבה הרבה בירה!" מגלה הרבה מידע אישי: גנבים יכולים ללמוד שעכשיו הבית פנוי ואפשר לפרוץ ולגנוב ללא הפרעה, הבוס הנוכחי ומקומות עבודה בעתיד יכולים להסיק שהכותב מזלזל בתפקידו, וניתוח הפרופיל ההתנהגותי עשוי ללמד שמדובר באדם פזיז, בזבזן ולא אחראי. ואז... כבר יותאמו פרסומות מתאימות ואולי ניסיונות שכנוע לתמוך בהשקפה פוליטית מסוימת.

מה עושים?

חושבים לפני שמפרסמים: לא צריך לגלות הרבה מידע. וגם דואגים לשנות מראש את העדפות הפרטיות על מנת לצמצם את מספר האנשים הנחשפים למידע המפורסם.

5. להמעיט במתן פרטים אישיים שלא לצורך...

לא צריך לתת לכל אתר, אפליקציה, משחק ילדים אינטראקטיבי או בובה מדברת את הפרטים האמתיים שלכם - האי-מייל, הטלפון, שמות הילדים ובני כמה הם במסגרת הליך הרישום.

מה עושים?

מלאו רק את הפרטים הנדרשים לצורך ביצוע העסקה שבכוונתכם לבצע (בדרך כלל מדובר באילו המסמנים בכוכבית אדומה). ומה לגבי שאר הפרטים? השאירו ריק. אם חובה למלא פרטים שונים על אף שאינם דרושים לביצוע העסקה – תמציאו

6. התנתקו!

בסיום השימוש בדואר אלקטרוני או רשת חברתית רובינו נוטים רק לסגור את הדפדפן דרכו גלשנו... להמשיך בדרכינו. אבל, כל מי שייכנס למחשב אחריו, חבר לספסל הלימודים או הבוס בעבודה, יבחר להיכנס לאותו ספק דואר אלקטרוני או רשת חברתית יוכל ללא כל מגבלה לגלוש הישר לחשבון ולפרופיל שלנו. לקרוא את המיילים שלנו, ואף לפרסם פוסטים או לשלוח מיילים בשמנו.

מה עושים?

בסיום הגלישה בשירות הדואר האלקטרוני או בחשבון ברשת החברתית התנתקו בצורה מסודרת. כן, זה יצריך מכם לזכור את הסיסמא אבל זו דרך מצוינת להגן על פרטיותכם.

7. סיסמא, ולא זהה לכולם

הגנו על המכשירים הדיגיטליים שלכם בסיסמא, ועדיף לא סיסמא זהה לכל המכשירים הדיגיטליים, לחשבון הדואר האלקטרוני, לחשבון הרשת החברתית ולאתר הבנק. בחרו סיסמאות רנדומליות שאינן כוללות פרטים קלים לזיהוי, כמו השם שלכם ושל בני זוגכם או ילדכם ותאריך הלידה. את הפרטים האלו הניתן לגלות לפי חשבון הפייסבוק שלכם...

8. לעדכן, לעדכן, לעדכן

פרקטיקה ידועה של מפתחי תוכנה היא לשווק אותה בשוק ובהמשך מפעם לפעם לפרסם עדכוני תוכנה. פעמים רבות עדכונים אלו באים לפתור פרצות אבטחה שנתגלו בתוכנה. מרגע פרסום העדכון דבר קיומה של פרצת האבטחה נעשה גלוי להאקרים.

מה עושים?

אפשרו עדכון אוטומטי של התוכנה או האפליקציה אם קיימת אפשרות כזו בהגדרות התוכנה בשלבי התקנתה או להתקין עדכוני תוכנה מיד עם פרסומם.

9. כסו את מצלמת הרשת

לכל מחשב נייד כיום יש מצלמה מובנית בראש המסך. בלא מאמץ גדול מידי יכול מי שמעוניין בכך לצפות בכם באמצעות המצלמה הזו.

מה עושים?

כסו את המצלמה במדבקה או פלסטר פשוט, או כמו שעושה מארק צוקרברג, כסו גם את המצלמה וגם את המיקרופון בנייר דבק אטום.



4. נוכחות:

"כשביון כתב בשנות השישים של המאה הקודמת על תהליכים מודעים ולא מודעים בחייהן של קבוצות, לא ניתן היה לדמיין לאן תגיע הסצנה הקבוצתית של המאה ה-21. העידן הטכנולוגי מכתיב שפה וחוקים חדשים, ובעיקר הרבה קבוצות חברתיות שנפתחות ונסגרות בהינף של לחיצה אחת על המקלדת. הקבוצות הווירטואליות מאפשרות למשתתפים בהן לפעול באופן לא מודע, ובדומה לקבוצת ההנחה הבסיסית של ביון הן משפיעות בתורן גם על החיים בקבוצת העבודה שמחוץ לרשת (בכיתה ובבית הספר). מה שבטוח הוא שההתנהלות בקבוצות השונות משפיעה באופן יום-יומי על הדינמיקה החברתית בכיתה ובבית הספר, כמו גם על המפגש והדיאלוג עם הצוות החינוכי".

(קייזר-הלר, "החיים שמתחת לפני הרשת", 2016)

4.1 רקע תיאורטי: "נוכחות המבוגר והקבוצה ברשת"

כשאנו מדברים על נוכחות בחיי הרשת של החניכים, תחילה עלינו לשאול את עצמנו מספר שאלות. כיצד ניתן לאפשר לחניכים מרחב אישי, שמור והכרחי להתפתחות תקינה, גם בחיי הרשת שלהם מחד, ולהישאר מעורבים ונוכחים במידה מספקת מאידך? המושגים "נוכחות אנשי צוות" ו"פרטיות" לכאורה עומדים בסתירה זה מול זה.

מושג הנוכחות מתייחס לקיומה של דמות משמעותית לצד הילד, דמות שמלווה אותו ונמצאת שם עבורו. לעומתו מושג הפרטיות, מזמן עבורנו אתגרים ומורכבויות ברשת לאור העובדה שכל בני האדם, ובייחוד בני נוער בגיל ההתבגרות, זקוקים למרחב פרטי משל עצמם על מנת לבנות ולבסס זהות עצמית ייחודית.

אז איך אפשר להיות נוכחים ועדיין לכבד את המרחב הפרטי ההכרחי להתפתחות? נראה כי אנו חיים בעידן בו מושג הפרטיות משתנה וממשיך לעבור שינויים כל הזמן, אולם עדיין מוטלת עלינו החובה הבסיסית של מעורבות ונוכחות אמיתית בחיי החניכים כחלק מתהליכי הסוציאליזציה (חיברות) שלהם והכנתם להתנהלות עצמאית בעולם החברתי.

בעקבות השינויים הטכנולוגיים והחשיפה העצמית ברשתות החברתיות נראה כי המאה ה-21 יוצרת שינויים של ממש במושג הפרטיות. כולנו חשופים יותר וקנאים קצת פחות מבעבר לפרטיות שלנו, יחד עם זאת, כולנו עדיין זקוקים לה.

חשוב לנסות ולמצוא את האיזון העדין בין הנכחה שלנו כאנשי צוות בחיי הרשת שלהם לבין שמירה על היכולת שלהם להתנהל באופן עצמאי כחלק מתהליכי ביסוס וגיבוש הזהות העצמית שלהם.

4.2 המשימה המרכזית

המשימה שלנו היא למצוא את הדרך להיות נוכחים גם בחיי הרשת של החניכים: עלינו לחשוב איך אפשר להטמיע את נוכחותנו כצוות חינוכי גם במרחב הווירטואלי. בדיוק כפי שאנו שואלים אותם איך עבר עליהם היום בבית הספר כך מצופה שנתעניין ונהיה נוכחים גם בחיי הרשת שלהם. חשוב לזכור: לא מדובר בחדירה לפרטיות אלא במימוש חובתנו כמבוגרים האחראיים על חייהם. בנוסף חיי הקבוצה בפנימייה הם כוח משמעותי בחיי הילדים ועשויים לספק תחושה ממשית של חוסן. חלקה השני של המשימה שלנו הוא להפוך את הקבוצה לכוח חיובי בחיי הרשת של החניכים.

4.3 איך עושים את זה נכון?

היכולת שלנו להצליח להיות מבוגר נוכח בחיי הרשת של החניכים מבלי להחיות כחודרני ופוגע בפרטיותם טמונה גם כאן ביכולת שלנו ליצור קשר טוב איתם כקבוצה וכפרטים. לאחר שביססנו היכרות מעמיקה ורציפה עם חיי הרשת שלהם, הגדרנו גבולות ברורים ונתנו דגש להתנהלות מווסתת מבחינת תכנים וזמני השימוש, הגיע השלב לדיאלוג עם החניכים על אופני המעורבות שלנו בחיי הרשת שלהם.

כלל האצבע שילווה אותנו בשלב זה הוא דיאלוג פתוח והסבר על הערכים והחשיבות שיש להטמעת הנוכחות של אנשי הצוות גם בחיי הרשת של החניכים.

אין הדבר אומר שנחכה ל"אישור" שלהם על מידת המעורבות ההכרחית בעניינו. אולם בין אם מדובר בשיחה יומית או שבועית, דיון אישי או קבוצתי או עיון משותף בתכנים ובקבוצות שונות, הדבר החשוב ביותר היה ונתר האופן בו נבסס את הנוכחות שלנו.

דיאלוג, שיחה המסבירה את עמדתנו והחלטה משותפת יאפשרו נוכחות תומכת בחיי הרשת של החניכים.

4.4 פעילויות עם החניכים בנושא נוכחות

- ◆ קחו צד – עמ' 93
- ◆ להישאר מחובר – עמ' 97
- ◆ חוזה גלישה לשימוש בטוח ברשת – עמ' 101
- ◆ מסביב לשולחן – עמ' 107



העומדים מן הצד ברשת

מטרות:

- ◆ היכרות עם תופעת ה"עמידה מהצד" (Bystander Effect), הבנת השיקולים בעדה ונגדה.
- ◆ מציאת פתרונות אפשריים להתערבות במצבי פגיעה ברשת.

עזרים:

- ◆ רשימת היגדים (נספח)
- ◆ סרטון הצופה מהצד: <https://goo.gl/A4T2Fd>
- ◆ סרטון: קחי צד, אל תעמדי מהצד: <https://goo.gl/udZx6f>
- ◆ סרטון המשך לבנות "קחי צד": <https://goo.gl/6iarJA>
- ◆ סרטון anti-bullying ad: <https://goo.gl/Zpeote>

רקע לפעילות:

מהי "עמידה מהצד"?

העמידה מהצד היא מצב שבו אדם נוכח במקום שבו מתרחש מעשה לא חברי, לא מוסרי, פוגעני, והוא איננו נוקט בעמדה או בפעולה כלשהי כדי לעצור. עצם העמידה מהצד איננה עמדה פאסיבית אלא בחירה אקטיבית של הצופה לא לפעול ולא לעצור את המתרחש.

עמידה מהצד במרחב הווירטואלי

בשנים האחרונות ישנה עליה במספר מקרי האלימות ברשתות החברתיות. בהמשך לכך עלה למודעות נושא העמידה מהצד ברשתות החברתיות. למעשה, בכל פעם שאדם נחשף ברשת לתוכן אלים כלפי אדם או קבוצה ובוחר להתעלם מכך - הוא בעצם נוקט עמדה של מי שעומד מהצד, לא מתערב ולא מביע את דעתו באופן אקטיבי. עצם ההימנעות מהתערבות אקטיבית מאפשרת להתנהגות האלימה להמשיך ולהתקיים.

סיבות להתרחשות תופעת העמידה מהצד

ברשת, קל יותר להיות העומד מהצד, שכן למעשה איש אינו יודע שאתה נמצא שם ויכול להגיב לנעשה. עובדה זו גורמת לכך שתחושת האחריות כלפי המתרחש נמוכה יותר.

בנוסף, מכיוון שברשת מצויים אנשים רבים שערים לתגובות של אלימות ובריונות, מטרחת תופעה של **פיזור האחריות** בין כל הצופים, שלמעשה מקטינה את הסיכוי להתערבות ולעצירת הפגיעה.

רוב הצופים מהצד משלימים עם ההצקות באופן פאסיבי, ואינם עושים דבר. לרוב הם עושים זאת בלי להיות מודעים לכך. צופים אלה תורמים גם הם להתרחשות. לעתים הצופים הפאסיביים הם הקהל שהפוגע זקוק לו, והם מהווים את ההשלמה השקטה המאפשרת לפוגע להמשיך בהתנהגותו הפוגענית.

מה נוכל לעשות כדי לא לעמוד מן הצד?

נוכל להתערב בצורה ישירה, על ידי הגנה על הנפגע או על ידי הסטת תשומת הלב מהאירוע המתרחש לאירוע אחר.

נוכל לפנות באופן אישי לנפגע, לתמוך בו ולעודד חברים נוספים לעשות כמונו.

נוכל לבקש עזרה, אם באמצעות ארגון תמיכה מחברים ואם באמצעות פנייה למבוגרים.

(מעובד מתוך אתר "בין הצלולים")

מהלך הפעילות:

שלב א' – פתיחה באמצעות סרטון

מקרינים את סרטון "הצופה מן הצד".

שואלים את המשתתפים:

- ◆ מהי לדעתכם "עמידה מן הצד"?
- ◆ על מה אנחנו חושבים כשאנחנו שומעים את צירוף המילים "עמידה מהצד"?
- ◆ שתפו בסיפור אמיתי ששמעתם או חוויתם הקשור לנושא.

שלב ב' – משחק ההיגדים

מבקשים מהמשתתפים לעמוד במעגל.

המנחה מקריא היגד מתוך כרטיסיות ההיגדים (מופיעים בנספח)

משתתף שמסכים עם ההיגד צועד צעד אחד פנימה, משתתף שלא מסכים עם ההיגד צועד צעד אחד אחורה.

שלב ג' - שיח

מקיימים שיח בנושא ומתייחסים לנקודות הבאות:

- ◆ מדוע לדעתכם ילדים או בני נוער מעדיפים "לעמוד מן הצד" בזמן הצקה ברשת ולא לנקוט עמדה?
- ◆ מה הרווח שיש לעמידה מן הצד?
- ◆ מה המחיר שלה?
- ◆ מדוע התופעה היא תופעה שלילית? למה היא עלולה לגרום?

שלב ד' – "אל תעמדו מן הצד"

אפשרות א' – מותאמת לקבוצות של בנות או לקבוצות מעורבות

מקרינים את סרטון "אל תעמדי מן הצד". הסרטון מדמה מצב של הצקה ומאפשר לצופים לקחת חלק פעיל במתרחש על מנת לגרום להפסקת הסיטואציה הפוגענית. מזמינים מתנדבת מהקבוצה לשבת מול המסך ולהקריא את התפקיד שלה תוך הקרנת הסרטון. (כמו בסרטון קריוקי). מומלץ להקריין את הסרטון פעם נוספת עם משתתפת אחרת. אפשר לקיים משחק תפקידים סביב אותו מקרה ולהציע דרכי תגובה נוספות להפסקת ההצקה. לסיכום חלק זה של הפעילות מקרינים את סרטון ההמשך המתאר את הניסוי שנעשה בתל אביב באמצעות משקפי מציאות מדומה.

אפשרות ב' – מותאמת לקבוצות של בנים

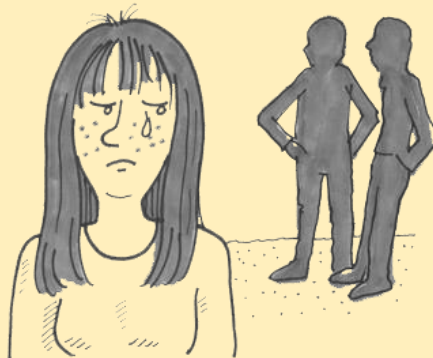
מקיימים משחק תפקידים על פי המקרה הבא- אתם חוזרים מטורניר כדורגל נגד קבוצה מפנימייה אחרת. שחר שיחק ממש גרוע ובגללו הפסדתם במשחק. החברה עצבנים ומבאסים. תומר מתחיל להתעמת עם שחר ונוצר ביניהם ויכוח מול שאר חברי הקבוצה. תומר שולף את הפלאפון כדי לצלם את שחר ולכתוב עליו הודעה פוגענית. מזמינים את המשתתפים לשחק את תפקידי תומר, שחר, חברי הקבוצה ומשתתפים הצופים מן הצד. מעודדים את המשתתפים למצוא מספר אפשרויות להפסקת ההצקה.

שלב ה' - סיכום

מקרינים את סרטון: anti-bullying ad.

- ◆ מה המסר העולה מהסרטון שראינו?
- ◆ על אילו דרכים יצירתיות נוספות אתם יכולים לחשוב כתגובה למצב פגיעה ברשת? מומלץ לכתוב את הצעות המשתתפים ולתלות על הקיר במועדון הקבוצה.

- ◆ עמידה מהצד היא תופעה נפוצה בחיים אך פחות נפוצה ברשת.
- ◆ ילדים ובני נוער מעדיפים לעמוד מן הצד ולא להגיב במקרה של פגיעה ברשת.
- ◆ עמידה מן הצד מחמירה את מצב הפגיעה.
- ◆ מי שעומד מן הצד צודק בהתנהגותו.
- ◆ מי שלא עומד מן הצד ימצא את עצמו בצד הנפגע.





פעילות לצוות

מטרות:

- ♦ פיתוח נקודות ראייה מרובות והסתכלות מזוויות שונות על אותה סיטואציה
- ♦ פיתוח יכולות של קבלה וחוסר שיפוטיות כלפי עמדות החניכים ביחס לרשת
- ♦ הבנה כי עקרונות אלה יסייעו לקשר טוב עם החניכים ויעודדו פניה לעזרה במצבי מצוקה

עזרים:

- ♦ מחשב וברקו
- ♦ שקפי תמונות (נספח א') מוקרנים על מסך.
<https://goo.gl/JtXwZN> להורדת המצגת:
- ♦ קטע קריאה מתוך הפוסט של ד"ר אייל דורון (נספח ב')
<https://goo.gl/KsZaCb> סרטון "ארוחת ערב":

מהלך הפעילות:

1. מקרינים את שקפי התמונות, כל אחת בנפרד ומבקשים מהמשתתפים להגיב לתמונה, על פי השאלה המופיעה בה. מעודדים את המשתתפים לחשוב על תגובות רבות ושונות ככל האפשר.
2. מקריאים את הפוסט של ד"ר אייל דורון העוסק בנושא זמן מסך מומלץ ושואלים: מה דעתכם על הנאמר? האם אתם מסכימים עם הטענה המופיעה בו?
3. מקרינים את סרטון "ארוחת ערב", משתפים בתובנות ובדעות.
4. בסבב, כל משתתף מציין עקרון מנחה בהתייחסות הצוות להתנהלות החניכים ברשת.

נספח א' – התמונות להקרנה (מתוך המצגת)

להורדת המצגת: <https://goo.gl/JtXwZN>



מה הייתם אומרים להם?



**תארו את הסיטואציה.
מה קורה בתמונה?**



**מי זאת הדמות מאחור?
מה היא חושבת? מה היא תעשה?**



**מה דעתכם על מה
שמופיע בתמונה?**

נספח ב' – פוסט של אייל דורון



ד"ר אייל דורון
January 25, 2017 · 🌐

מסכים טובים לילדים שלנו, ויש גם כמות זמן מומלצת. מחקר בריטי מדובר מדד החודש יותר מ-120 אלף בני נוער לגבי זמן המסכים שלהם, ובמקביל, את מצב האושר שלהם, שביעות הרצון מהחיים, את התפקוד הפסיכולוגי ואת התפקוד חברתי שלהם. המחקר מצא כמות זמן מסך שהיא "אידאלית" לתחושה החיובית של בני הנוער. תחזיקו חזק, מדובר ב: 4 שעות ו-17 דקות של זמן מסכים מצטבר ביום. שימוש במסכים ובמשחקים נקשר לתקשורת, אפשרויות של יצירת קשרים חברתיים, פיתוח יצירתיות, גילוי וסקרנות (מעבר ל-4.5 שעות ביום מתחילה הידרדרות).

לכל ההורים שממהרים להזדעזע, קחו בחשבון שבני 18 ומעלה משתמשים בנייד יותר מילדים עד גיל 18! מחקר אמריקאי מצא לאחרונה שהורים מבלים אותה כמות של זמן מול מסכים כמו בני נוער. מבוגרים ממהרים להסביר שזמן המסכים שלהם הוא זמן שמוקדש ברובו לעבודה, אבל 1,800 ההורים שנבדקו הקדישו רק 1.5 שעות של זמן מסך לעבודתם. רוב הזמן הוקדש להודעות טקסט, משחק במשחקי וידאו, צפייה בתכניות, גלישה באתרים ומדיה חברתית. כדאי לזכור את כל זה בפעם הבאה שיריבו על התמכרות ילדים למסכים בכנסת.



 162

27 Comments 48 Shares

 Like

 Comment

 Share



כותב הפוסט הוא ד"ר אייל דורון - חוקר, מרצה ומפתח חשיבה יצירתית ומוכנות למאה ה-21, ראש החטיבה לפסיכולוגיה ומדעי הרוח בבית הספר החדש לפסיכולוגיה במרכז הבינתחומי וראש המסלול Creativity in Action בבית הספר להכשרת מנהלים במרכז הבינתחומי.



כתבה: גליה כהן

חוזה גלישה לשימוש בטוח ברשת

מעובד מאתר איגוד האינטרנט הישראלי

האינטרנט הוא אחד מכלי העבודה והלימוד הטובים ביותר שעומדים כיום לרשותנו. אולם, ככל שנחשפים ליתרונות, מגלים גם את החסרונות: הגולשים - בעיקר הצעירים והפחות מנוסים שבהם - נתקלים גם באלומות, הסתה, מסרים מפתים ועוד. כמחנכים עלינו לתת כלים להתמודד עם תופעות אלו ולסייע לדור הצעיר לעשות שימוש נכון באינטרנט.

להלן הצעה לערוך "חוזה גלישה" בין החניכים לבין המדריכים בקבוצה.

לקראת יום החתימה על החוזה יש לשוחח עם החניכים באופן פתוח על נושא הגלישה ברשת, במטרה להבהיר את החשיבות של שמירה על כללי בטיחות.

החוזה כולל מספר כללי זהירות ובטיחות בגלישה, ובמסגרתו מתחייבים המדריכים להיות סבלניים כלפי החניכים ולקיים עימם דיאלוג פתוח בנוגע להצבת גבולות בשיטוט ברשת, מתוך אמון וללא חרדה מיותרת.

מצורף:

- ♦ חוזה אישי לכל חניך. החוזה הוא הדדי בין החניך לבין קבוצתו. על כל חוזה יחתום החניך ומדריכי הקבוצה.
- ♦ הסכם קבוצתי שנערך ונוסח ע"י הקבוצה לאחר קיום דיאלוג פתוח עם כל חברה.

חוזה הגלישה של

הקבוצה שלי ואני אוהבים ומעריכים את השימוש באינטרנט. אנחנו יודעים שבאינטרנט אפשר ללמוד, לשחק וליהנות. אנחנו גם יודעים שכשגולשים ברשת חשוב להיות זהירים וערניים. הסכם זה יעזור לנו לשמור על הכללים כדי להיות בטוחים שאנחנו בטוחים.

אני _____ מתחייב:

✓ לשמור על עצמי ועל הפרטיות שלי

לא אמסור מידע אישי עליי או על אחרים לזרים, ללא הסכמת הוריי.
לפני שאעשה שימוש באפליקציות או משחקים או אסמן V במקומות המיועדים לכך, אקרא את הנחיות השימוש (אם הן באנגלית, אבקש ממבוגר לסייע לי) ואשים לב לסוג המידע שהרשתות והאפליקציות עשויות לאסוף בקשר אליי.
לא אסמן V, במקומות המיועדים לכך, מבלי להבין את המשמעות ומבלי שאבקש אישור הורה או בן משפחה מבוגר.
הרשת היא מקור להנאה ולמידה. אם יש משהו שגורם לי לחוש איום, לא בנוח, אם מישו מבקש ממני לעשות דברים שלא נראים לי או מתייחס אליי באופן לא מכובד, אתנתק מיד ואדווח למבוגר קרוב.

✓ להתנהג בכבוד ואחריות

אנסה תמיד לנהוג באופן אדיב ברשת. לא אנהג בבריונות, לא אשפיל או אציק למישהו ברשת או בטלפון הנייד – באמצעות הפצת צילומים, צילומי מסך, הפצת שמועות או פתיחת פרופילים מזויפים.
אעמוד בתוקף מול מי שכן ינהג בבריונות ואספר למדריכים.
אני יודע שצילומים וסרטונים שאשתף, וכל דבר שאני כותב על עצמי ועל אחרים ברשת – יכול להיות מופץ ללא ידיעתי. לכן, לא אשתף ברשת שום דבר שלא הייתי רוצה שהמשפחה שלי, המורים או החברים שלי יראו.
כשאני מפיץ, משתמש או מתייחס ליצירה כלשהי שנוצרה על ידי אדם אחר, תמיד אציין את שם היוצר או האמן. אני מודע לכך שאחרים חייבים לציין את שמי, כאשר הם משתמשים או מפיצים משהו שאני יצרתי.

✓ להבין

אני יודע שלא כל מה שאני קורא, רואה או שומע ברשת הוא אמת. בכל פעם מחדש אשקול אם המידע או המקור הם אמינים. כשאכתוב, אעשה מאמץ למסור מידע אמין ואחראי. אספר את האמת בקשר לזמן שאני מבלה בתקשורת סלולרית ובאינטרנט, ואוכיח שאני עושה שימוש אחראי בטלפון הנייד וברשת. אחליט עם הקבוצה והמדריכים כמה זמן ובאיזה אופן אשתמש בטלפון הנייד ואגלוש ברשת, ואעמוד בהחלטות אלו. אהיה ער לכמות הזמן שאני מבלה מול מסכים, ואמשיך להקדיש זמן גם לפעילויות ולאנשים מחוץ לעולם הווירטואלי.

אנחנו (המדריכים) _____ מתחייבים:

- ✓ להיות סבלניים כשתספר לנו על מקרה ברשת.
- ✓ לדבר אתך על מה שמטריד אותנו, ונסביר למה – לפני שנאמר לך "לא".
- ✓ לדבר אתך, ולכבד את הנושאים שמעניינים אותך.
- ✓ לאפשר לך לטעות ולעזור לך ללמוד מהטעויות שלך.
- ✓ לכבד את הפרטיות שלך – ולדבר אתך אם משהו מדאיג אותנו.

הקבוצה שלי ואני אוהבים ומעריכים את השימוש באינטרנט. אנחנו יודעים שבאינטרנט אפשר ללמוד, לשחק וליהנות. אנחנו גם יודעים שכשגולשים ברשת חשוב להיות זהירים וערניים. כתיבת ההסכם תעזור לנו לשוחח ותעזור לנו לשמור על הכללים כדי להיות בטוחים שאנחנו בטוחים!

חתימת המדריכים: _____ חתימה שלי: _____

תאריך: _____ ההסכם של קבוצת: _____

הסכם קבוצתי מותאם אישית

היעזרו בנקודות הבאות כבסיס לשיחה. לאחר מכן, השתמשו בטופס המותאם אישית לניסוח הסכם שמתאים לקבוצה שלכם.

איפה, מתי ולכמה זמן?

- ♦ החליטו על המקומות שבהם מותר להשתמש במכשיר. האם רק באזורים הכלליים, כמו הסלון או המטבח? האם מותר להם להשתמש בו בזמן הארוחות?
- ♦ שימו לב להבדל בין שימוש במכשיר למטרות לימודיות לבין השימוש בו לפנאי.
- ♦ שוחחו על המשמעות של "איזון" בין השימוש בטכנולוגיה ותקשורת ובין פעילויות אחרות. האם ברצונכם לקבוע שבשעת ארוחת הערב יש איסור על מכשירים – גם לילדים וגם למבוגרים? או לקבוע שעה שלאחריה לא ייעשה שימוש במכשירים?

נוכחות המדריכים

- ♦ דברו על תפקידכם כמדריכים, לשמור ולהדריך את החניכים ברשת. זהו דרכים בהן תוכלו לקיים תקשורת פתוחה וכנה באשר לשימוש במכשירים.
- ♦ שוחחו על מעורבות הפנימייה בשימוש החניכים במכשיר. האם המדריך יפקח על פעילות הילדים ברשת? אם כן, איך? האם יתבקשו החניכים להעניק למדריכים גישה חופשית לחשבון הפייסבוק שלהם ולהודעות בטלפון שלהם?
- ♦ דברו על סוגי האפליקציות בהן ישתמשו החניכים ועל והחשבונות שיפתחו. עברו יחד על האפליקציות האהובות על החניכים, ולימדו כיצד משתמשים בהן, למה הן משמשות ומה מגניב בהן.

הגדרות פרטיות

- ♦ תרגלו ביחד יצירת סיסמא חזקה. השתמשו בלפחות שמונה תווים – אותיות, מספרים וסימנים – והימנעו משימוש במידע פרטי כלשהו – שמות, כתובות או תאריכי לידה. דאגו לשמור את כל הסיסמאות ושמות המשתמש במקום בטוח.
- ♦ שוחחו על החשיבות של אי מסירת סיסמאות לאנשים אחרים והחליטו האם למדריכים תהיה גישה לחשבונות אלה.
- ♦ עברו ביחד על הגדרות פרטיות ומדיניות פרטיות. דאגו לכך שהילדים מבינים את המידע שהחברות והרשתות עשויות לאסוף אודותם. החליטו ביחד מהי מידת הציבוריות הרצויה לשיתוף צילומים ותכנים אחרים.

שימור ואחזקה

- ◆ שוחחו על מה נתפס בעיניכם כשמירה ותחזוקה אחראית של המכשירים, שלעיתים הם יקרים ביותר. מה יהיה מיקום המכשיר והיכן יוטען. מדוע חשוב לשמור על המכשיר ולא לזרוק אותו סתם לתוך התיק.
- ◆ שוחחו על עניין האחריות. כדאי להבהיר היכן האחריות ומה יקרה אם המכשיר ייגנב, ייאבד או יישבר – אפילו אם זה יקרה בטעות.

תקשורת אחראית ברשת

- ◆ שוחחו על ההבדל בין שימוש במכשיר לתקשורת עם בני הכיתה למטרות לימודיות, והשימוש במכשיר לתקשורת חברתית.
- ◆ שוחחו על חוקי המשפחה לשימוש לתקשורת ברשתות חברתיות ובהודעות – כיצד לתקשר עם אנשים שמכירים היטב, עם אנשים שבקושי מכירים ועם אנשים בלתי מוכרים. מה המשמעות של תקשורת מכבדת? איך זה נראה ונשמע? השתמשו בדיון הזה כמקפצה לשיחה על בריונות, פרטיות ובטיחות.

ההסכם של קבוצת _____

הסכם זה מגדיר את הציפיות שלנו באשר לשימוש בטלפון/מחשב/טאבלט בקבוצה.

הסכמנו על הנקודות הבאות:

איפה, מתי ולכמה זמן?

שוחחנו על המשמעות של שימוש מכובד ומתאים של המכשיר. הסכמנו ש...

נוכחות המדריכים

שוחחנו כיצד אנחנו, כצוות, נהיה מעורבים בפיקוח על השימוש במכשיר. הסכמנו ש...

הגדרות פרטיות

שוחחנו על סוגי החשבונות שאפתח והאופן שבו אשמור על מידע אישי. הסכמנו ש...

שימור ואחזקה

שוחחנו כיצד לשמור על המכשיר, ומה יקרה אם הוא ייגנב, ייאבד או יישבר. הסכמנו ש...

תקשורת אחראית ברשת

שוחחנו על הדרכים השונות בהן אתקשר עם אנשים תוך כדי שימוש במכשיר, ואיך נראית תקשורת מכבדת, אחראית ובטוחה. הסכמנו ש...

חתימת המדריכים _____ חתימה שלי: _____



דיון בדילמות מן הרשת וניסוח כללי התנהגות ברשת

"מסביב לשולחן" היא מתודה שמטרתה לדון בנושא נתון, מזוויות ראייה שונות. הקבוצה מתחלקת לקבוצות דיון סביב שולחנות. בכל שולחן יושב מנחה המנהל את הדיון. על השולחן מונחים קטעי קריאה ועיתונות, תמונות, שירים, טאבלט / טלפונים סלולריים עם קטעי סרטים ועוד. הפעילות מודולארית, ניתן לבחור את כל הפריטים המוצעים או חלק מהם ולהוסיף פריטים מתאימים נוספים לבחירתכם.

מטרות:

- ♦ דיון בדילמות בנושאים שונים הקשורים לרשת מזוויות ראייה שונות
- ♦ פיתוח יכולת חשיבה עצמאית, רחבה ורב-מימדית
- ♦ פיתוח כישורי דיון ושיח
- ♦ ניסוח כללי התנהלות ברשת

עזרים:

- ♦ קטעי עיתונים (מופיעים בנספח)
- ♦ סרטונים (מופיעים בנספח)
- ♦ כרטיסיות משימה לקבוצה
- ♦ טאבלטים / מחשב נייד / סמארטפון לכל שולחן
- ♦ כלי כתיבה ודפים

מהלך הפעילות:

מכינים מראש ארבעה שולחנות וסביבם כסאות. מזמינים את המשתתפים להתיישב סביב השולחנות, וכך מתקבלות ארבע קבוצות. כל שולחן עוסק בנושא אחר. הקבוצה קוראת את קטעי העיתונים, צופה יחד בסרטונים המצורפים ועונה על המשימה הכתובה בכרטיסיה. יש להקציב כרבע שעה לדיון בכל נושא ולאחר מכן להחליף את הכרטיסיות בין הקבוצות כך שכל הקבוצות ידונו בארבעת הנושאים. מומלץ לצרף לכל קבוצה איש צוות שיסייע בהפריית הדיון. במליאה, מזמינים את המשתתפים לשתף במהלך הדיון, בתובנות שעלו בקבוצה ובכללי ההתנהלות שניסחו.

שולחן מס' 1 - המילים שלך יוצרות מציאות

קראו את הכתבות, צפו בסרטונים ונסחו שלושה כללי התנהלות ברשת שמטרתם לשמור על כבודכם ועל כבוד חברים.

סרטון "המילים שלך יוצרות מציאות": <https://goo.gl/4iN5Xf>



סרטון "עיר ללא אלימות פתח תקווה": <https://goo.gl/3B6q5z>



סרטון "כוכבות הרשת מתמודדות בדרך מקורית עם הבריונות שעברו": <https://goo.gl/wk5zpF>



מנהל קבוצת פייסבוק לא הסיר פוסט מכפיש - ויפצה

גולש בקבוצת "תושבי מוצקין" ייחס גניבה לעובד עירייה. המנהל התבקש להסיר את הפרסום אבל התמהמה. הפיצוי בגין לשון הרע: 15 אלף שקל

בית משפט השלום בחיפה חייב לאחרונה את מנהל דף הפייסבוק "תושבי מוצקין" בפיצויים של כ-20 אלף שקל בגין לשון הרע כלפי אחד מחבריה, משום שהתמהמה בהסרת פוסט מכפיש על אודותיו. השופט אבישי רובס הטיל עליו את האחריות **אף שלא הוא זה שכתב את הפוסט**, בין השאר משום שהגדיל את תהודתו כשיזם עליו דיון בדף.

לפני כשנתיים פורסם בקבוצת הפייסבוק פוסט שבו נטען כי התובע פוטר מעבודתו בעירייה עקב גניבה. התובע פנה למנהל הקבוצה, טען שמדובר ב"טרול" שמפיץ עליו שקרים וביקש להסיר את הפוסט. מנהל הקבוצה השיב כי הוא מתכוון "לפעול נגד התופעה הנפסדת", אך למרות זאת לא הסיר את הפוסט בטענה שהוא עורך בירור משפטי. בהמשך, לאחר שהתובע התריע שיפנה להליכים משפטיים, העלה מנהל הקבוצה פוסט שבו ביקש לעורר דיון על הנושא, וצירף אליו את הפרסום המשמץ.

שני הפוסטים הוסרו לבסוף רק לאחר שעות רבות, ובעקבות זאת הגיש התובע תביעה באמצעות עו"ד אילן גולדנברג ובה דרש פיצויים על פגיעה בשם הטוב. מנהל הקבוצה, שיוצג על ידי עו"ד יניב לנקרי, טען בתגובה שמדובר בתביעת "השתקה" ושהסיר את התוכן תוך זמן סביר.

<https://www.ynet.co.il/articles/0.7340.L-5366205.00.html>

חוק הסרטונים - איסור הפצת תמונות, סרטונים או הקלטות בעלי אופי מיני של אדם ללא הסכמתו

אסור להפיץ תמונות, הקלטות או סרטונים בעלי אופי מיני ללא הסכמתו של האדם המצולם ופרסום כזה יכול להוות עבירה של הטרדה מינית ופגיעה בפרטיות. האיסור על הפצה (כולל שיתוף ברשתות חברתיות) חל גם על מי שקיבל אותם לידי מחד שלישי. אדם שתמונתו או סרטונו הופצו יכול לפנות אל אתרי האינטרנט ולבקש להסירם, להגיש תלונה במשטרה, ובמקרה של בני נוער הלומדים במערכת החינוך ניתן לפעול במסגרת מוסדות החינוך עצמם. ניתן להגיש תביעת פיצויים בבית המשפט נגד מי שהפיץ את הסרטים, התמונות או ההקלטות.



איך אינסטגרם תעצור בריונות ברשת?

הרשת החברתית ממשיכה במאבקה בתופעת השיימינג: חשפה טכנולוגיה שתצליח לאתר עצמאית תכנים פוגעניים ברשת החברתית - ולסנן אותם בזמן אמת.

הטכנולוגיה החדשה של אינסטגרם לאיתור בריונות ברשת נחשפת: הרשת החברתית הציגה אמש סוג של טכנולוגיה שתצליח לאתר בריונות בתמונות וגם בתיאור שלהן – וכל זה בזמן אמת וללא התערבות אנושית.



על פי החברה, הטכנולוגיה תיכנס לשימוש כבר בשבועות הקרובים ותצליח באופן אקטיבי לזהות מקרים של הצקות והתנכלויות לאדם על סמך המראה או האופי שלו, וכן אם יקבל איומים על שלומו. כך, היא תזהה ביטויים שונים של בריונות, כמו השוואה מעליבה ומזלזלת של אדם שתמונתו מוצגת לצד תמונה של אדם אחר. עם זאת, עדיין לא ברור כיצד הטכנולוגיה תאתר תכנים פוגעניים גם בתיאורי התמונות.

https://www.mako.co.il/news-money/tech-q4_2018/Article-d3123634f7c5661004.htm

שיימינג בפייסבוק: אישה שכונתה גנבת וקלפטומנית תקבל פיצויים בגין לשון הרע

תביעת לשון הרע שהגישה אישה עקב פרסום פוגעני בפייסבוק שכלל את תמונתה, שמה ופרטים מזהים רבים, תוך התייחסות אליה כגנבת ועבריינית נמלטת, התקבלה בבית משפט השלום בבאר שבע. האישה תפוצה ב-55 אלף שקלים

אישה שפרסמה בפייסבוק צילום של אישה וכן תמונת תקריב של קעקוע על גופה מכיוון שהאמינה כי היא סוחטת את אחיה, ציינה את שמה המלא, כינתה אותה קלפטומנית, פורצת ושוודדת, והוסיפה פרטים אישיים נוספים ורבים כגון מקום עבודתה הקודם והעיר שבה היא מתגוררת - תשלם לה פיצויים בסכום של 55 אלף שקלים בגין לשון הרע. שופטת בית משפט השלום בבאר שבע אשר קבעה את גובה הפיצוי בפסק דין שניתן לאחרונה, ציינה בין היתר את חומרת מעשיה של הנתבעת, לרבות ייחוס מעשים פליליים לתובעת, העובדה שפרסמה את הפוסט הכולל פרטים רבים דווקא בפייסבוק, העובדה שמעולם לא התנצלה על כך וכן העובדה שפרסמה את הדברים במטרה לפגוע בה. מנגד שקלה השופטת לטובת הנתבעת את העובדה שלא מדובר בפרסומים רבים אלא באירוע בודד, את העובדה שאחיה התמוטט נפשית והיא האמינה כי מדוברת באשמת התובעת, וכן את השפה הנמוכה שהתובעת עצמה השתמשה בה כשהתכתבה איתה בוואטסאפ עוד לפני אותו פרסום. לבסוף נקבע כי עליה לשלם גם את שכר טרחת עורכי דינה של התובעת והוצאות המשפט בסכום נוסף של 12 אלף שקלים.

הפרסום בפייסבוק הזהיר את הציבור מפני התובעת והתייחס אליה כאל עבריינית מסוכנת

בפסק הדין הקודם שבו נקבעה אחריותה של הנתבעת לשיימינג שביצעה בשל הפרסום בפייסבוק, נקבע כי האמירות שייחסה לה משפילות את התובעת באופן קשה, ויש בהן משום לשון הרע. הפרסום נפתח באזהרת הציבור מפני התובעת אשר גונבת תכשיטים וכסף ואף פורצת לבתים.

מלבד זאת הוזמנה הנתבעת את קוראי הפוסט להפיץ את תמונתה ושמה של התובעת ברשתות החברתיות ולמסור פרטים נוספים על מקום מגוריה ועבודתה הנוכחיים. מדובר בפרסום מכפיש ובוטה, כך נקבע בפסק הדין. בדף הפייסבוק של הנתבעת היו 700 חברים במועד שבו פרסמה את האמירות הבוטות, והפוסט גרר שתי תגובות. מדובר בתפוצה רחבה, כאשר הפרסום הגיע גם לחברים של חברי עמוד הפייסבוק. הפרסום נותר ברשת במשך שעותיים לכל הפחות.

הפרסום לא התבצע בתום לב אלא רק מתוך מטרה לפגוע בתובעת ולהכפיש אותה

עוד נקבע בפסק הדין כי הנתבעת לא פעלה בתום לב כשפרסמה את הפוסט המכפיש. ההתרשמות הייתה כי לא מדובר בפרסום שנבע מחובה חברתית להזהיר את הציבור מפני התובעת, ולא נעשה מתוך הגנה על עניין אישי, אלא רק במטרה להכפיש ולהשפיל את התובעת. שתי הנשים התכתבו ביניהן בוואטסאפ עוד לפני הפרסום בפייסבוק, ומחילופי הדברים ביניהן ובעיקר היות שהנתבעת איימה על התובעת, ניתן היה ללמוד כי הנתבעת תכננה לפרסם את הפוסט המדובר ולא העלתה אותו בצורה ספונטנית או מתוך החלטה של רגע, אלא מתוך כוונה לפרוק את כעסה.

בפסק הדין צוין ששתי הנשים התנהלו באופן מביש ומבזה בהתכתבות הוואטסאפ. אמנם התברר כי הנתבעת האמינה שהתובעת גרמה להתמוטטות הנפשית של אחיה עקב סחיטתו, אולם עובדה זו אינה מצדיקה את פרסום לשון הרע שביצעה או מספקת לה הגנה מתשלום פיצויים בעקבות זאת. מלבד זאת, התובעת האמינה באותו מועד כי האח הוא זה שגנב ממנה.

פרסום התמונה והפרטים האישיים בפייסבוק שבר את כללי המשחק באופן שלא היה לו מקום

לאחר שנקבע כי מדובר בלשון הרע, התייחסה השופטת אל סוגיית קביעת הפיצויים בתביעות דיבה ולשון הרע בבתי המשפט. בנושא זה קבע בית המשפט העליון כי הפיצויים נועדו להשיב את המצב לקדמותו, להעניש את מי שחטא בלשון הרע וכן כדי להרתיע את הציבור מלהתנהג באופן דומה.

בכל הנוגע לקביעת גובה הפיצוי הראוי, נקבע כי יש להביא בחשבון את מידת הנזק שנגרם, את כוונותיו של מי שפרסם את לשון הרע - האם מדובר בחוסר שיקול דעת או בכוונת זדון, האם המפרסם התנצל על מעשיו ועוד. במקרה זה ייחסה הנתבעת לתובעת ביצוע עבירות פליליות, צירפה לדברים אלו את תמונתה ופרטים רבים נוספים, ביצעה את הפרסום המכפיש בפייסבוק - רשת חברתית עם תפוצה רחבה, עשתה זאת במטרה לפגוע ומעולם לא התנצלה על מעשיה. עם זאת, השופטת הביאה בחשבון גם את העובדה שמדובר בפרסום בודד, ושהנתבעת הייתה תחת הרושם שאחיה התמוטט בשל מעשי התובעת. לבסוף קבעה כי סכום הפיצויים הנכון יעמוד על סך של 55 אלף שקלים. כמו כן חויבה הנתבעת לשאת בהוצאות המשפט בסכום של 12 אלף שקלים.

שולחן מס' 2 – פרטיות ברשת

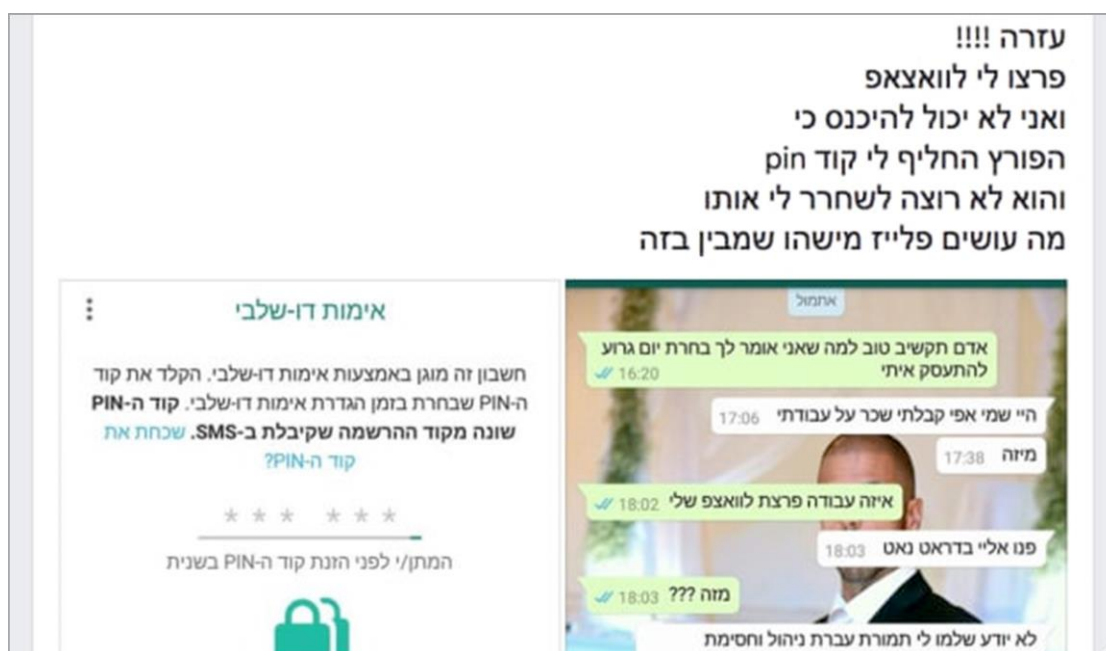
קראו את הכתבות, צפו בסרטון ונסחו שלושה כללי התנהלות ברשת שמטרתם להגן על פרטיותכם.

סרטון של משרד החינוך "הגנה על פלאפונים": <https://goo.gl/8VWGw5>



יש לכם תא קולי? הוואטסאפ שלכם בסכנה

פירצה פשוטה עלולה לאפשר לתוקף להשתלט על החשבון שלכם בעזרת טכנולוגיה שרובכם כבר לא זוכרים איך נכנסים אליה



<https://www.haaretz.co.il/captain/software/1.4447768>

לרגל יום הפרטיות הבינלאומי (28.1) אסף איגוד האינטרנט הישראלי נתונים על מצב הפרטיות ברשת בישראל:

בני הנוער שומרים על הפרטיות בסמארטפון: 79% מהם אבטחו את המכשיר באמצעות סיסמא או טביעת אצבע, לעומת 41% בלבד מבני ה-18 ומעלה. ועדיין, תמונות הן נקודת התורפה העיקרית של הישראלים: 55% מבני הנוער שומרים תמונות מביכות על הסמארטפון; רק 27% מקרב בני ה-18-34 ו-19% בקרב בני ה-35-54 שומרים תמונות כאלו במכשיר.

שמירה על הפרטיות

הנה כמה כללים מרכזיים שיסייעו לכם לשמור על הפרטיות ברשת:

- הימנעו ממסירת פרטים אישיים מזהים כגון: מספר טלפון, כתובת, מקום עבודה או לימודים.
- אשרו רק אנשים מוכרים כחברים ברשתות חברתיות.
- תמונות או תצלומים יכולים לשמש כמקור למידע, וודאו כי התמונות אין מגלות את כתובתכם, או פרטים אחרים.
- הגדירו את רמת הפרטיות בכל חשבון ובעיקר בפייסבוק וקבעו מי יכול לצפות במה.
- כבו את מצלמת הרשת בכל עת שאינכם זקוקים לה. יש המחמירים ומציעים לכסות אותה כשאינה בשימוש.
- בתום השימוש, חשוב לצאת בצורה מלאה מכל היישומים. בעיקר אם השתמשתם במקומות ציבוריים ולא במחשב/סמארטפון הפרטי שלכם.
- הסיסמאות שלכם, ושלכם בלבד, לעולם אל תתנו את הסיסמה שלכם לאיש.

מי ישמור על ילדי הגן? הסייעת פרסמה תמונה של בן 3 באינסטגרם: "שנאה גדולה כלפי הילד הזה"

צעירה העובדת כסייעת בצהרון בבאר יעקב העלתה לסטורי תמונה של ילד מהצהרון כשהוא בוכה וכתבה: "פיתחתי כלפי הילד הזה שנאה גדולה, הוא רק בוכה כל היום". אם הילד: "הייתי בשוק. איך אדם מסוגל לעשות דבר כזה?"



סייעת בצהרון בבאר יעקב העלתה שלשום (יום ג') לסטורי באינסטגרם תמונה שבה מצולם ילד מהצהרון, בן 3 בלבד, רוחץ את ידיו כשהוא בוכה. על התמונה היא כתבה משפט שלא ניתן להישאר אדישים אליו: "פיתחתי כלפי הילד הזה שנאה גדולה #רק בוכה כל היום". למשפט הכל כך בעייתי הוסיפה הסייעת, צעירה בת 21, אימוג'י כועס. אחד מעוקביה של הסייעת לא הצליח להתעלם מהסטורי המרושע ודיווח למשטרה. שם, איתרו את אם הילד, יצרו איתה קשר וביקשו ממנה להגיע לתחנת המשטרה.

"הקצין שהתקשר אליי אמר לי שהסייעת של הבן שלי פרסמה תמונה לא נעימה שלו, ושהוא בתור אבא לא היה רוצה שזה מה שיעשו לבן שלו", אמרה האם ל-ynet "הוא ביקש שאגיע לתחנה. הגעתי וראיתי את התמונה, היא אפילו לא טרחה לטשטש את הפנים של הבן שלי. אני לא יכולה לתאר איך הרגשתי. הייתי בשוק, התחלתי לרעוד. עד עכשיו לא הצלחתי להתאושש, אני בסערת רגשות."

האם ציינה כי איננה מכירה את האזרח שגילה אחריות חברתית וניגש לתחנת המשטרה. היא מדגישה שאם לא היה עושה זאת, ייתכן שהיא כלל לא הייתה נחשפת לסטורי הזה, מפני שאינה עוקבת אחרי הסייעת באינסטגרם. "התקשרתי מיד למועצה וסיפרתי להם על המקרה, ובהמשך נמסר לי שהיא תזומן לשימוע לפני פטורים. בנוסף היא קיבלה צו הרחקה ל-15 ימים. פניתי גם למנהלת הצהרון ולגננת. הן היו בהלם."

האם הוסיפה: "מי שלא יכול להתמודד עם ילדים, שלא יעסוק במקצוע. איך היא מסוגלת להעלות תמונה כזו ולכתוב שהיא שונאת את הילד? זה משהו שהוא כבד מידי. קשה לי להאמין שאדם מסוגל לעשות דבר כזה. הוא בסך הכל ילד תמים בן 3 וחצי." עורך הדין של האם, דרור דיין, אמר כי "פרסום התמונה נועד להשפיל את הילד ולבזותו. מדובר בתמונה שמהווה הפרה של חוק הגנת הפרטיות ולשון הרע."

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5373413,00.html>

שולחן מס' 3 – הכוח בידיים שלנו

קראו את הכתבות, צפו בסרטון והציעו שלושה רעיונות לשימוש חיובי ברשתות החברתיות בפנימייה.

<https://goo.gl/oNJUpV> סרטון "בזכות פוסט בפייסבוק עשרות חלקו כבוד אחרון לניצול השואה":



בעקבות יוזמה של בני 16: חשוד בעבירות מין נתפס על חם

שני נערים בני 16, שהתחזו לבני 14, ביקשו לאתר מיוזמתם פדופילים ברשת. הם קבעו פגישה עם צעיר מנתיבות שניהל עמם שיחות בעלי אופי מיני מובהק, ובהמשך דיווחו למוקד 100 על עיכובו בגינה ציבורית ברעננה. החשוד נעצר

שני נערים בני 16 הביאו למעצר של תושב נתיבות בן 23 שחשוד בביצוע עבירות מין. השניים התקשרו אתמול למוקד 100 של המשטרה, ומסרו כי הם מעכבים בגינה ציבורית ברעננה את החשוד, שהגיע למפגש בעל אופי מיני עמם.

כוחות משטרה שהגיעו למקום עצרו את החשוד, והיום הוארך מעצרו ביממה בבית משפט השלום בפתח תקווה.

החקירה העלתה כי שני הנערים ביקשו מיוזמתם לאתר פדופילים באינטרנט. מיד עם כניסתם לאחת מהרשתות החברתיות, יצר עמם החשוד קשר והחל לנהל עמם שיחות בעלות אופי מיני מובהק. בהמשך, כך עלה בחקירה, קבע החשוד עם שני הנערים את הפגישה ברעננה. עוד עלה כי השניים התחזו בפני החשוד לבני 14.

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5320160,00.html>

עיריית רחובות פיטרה מנקה רחוב בעקבות פוסט בפייסבוק שבו התלונן אחד מתושבי העיר על איכות העבודה של המנקה. העירייה העלתה פוסט לפייסבוק שבו הודיעה על הפיטורים ועוררה את זעם התושבים שמחו על הצעד הדרסטי. בעקבות הביקורת החליטו בעירייה להחזיר את המנקה

התגובה הציבורית ל"שיימינג" לעובד המבוגר הפכה את ההחלטה: עובד ניקיון מבוגר שמועסק בעיריית רחובות תועד על ידי אחד התושבים כשהוא יושב בזמן ההפסקה שלו ושותה בירה. תושב העיר העלה את התמונה לדף הפייסבוק של העירייה והתלונן על התנהגותו של העובד, שלדבריו ישב ושתה ולא עשה את עבודתו כראוי. זמן קצר לאחר מכן העובד פוטר - אך ההחלטה לא האריכה ימים.

"הבוקר בשעה 09:13 כמו בכל בוקר ראיתי את עובד הניקיון יושב בפסגת השקם", כתב התושב בפוסט שפורסם בשבוע שעבר. "מקובל עליי שגם לאדון מגיע הפסקה, אבל זה שהוא שותה בירה בעייתי בעיניי, וזה קורה כל יום. יש לציין שהרחוב רחוק מלהיות נקי."

בעיריית רחובות הגיבו לתושב בתוך זמן קצר ופנו למנהלו של המנקה בחברת הקבלן שמעסיקה אותו. בעקבות פניית העירייה העובד פוטר. בדף הפייסבוק של העירייה ענו לתושב, הודו לו על הפנייה ובישרו לו שהעובד ננזף וסיים את העסקתו בעירייה, מבלי שזומן לשימוע. "תודה רבה שהסבת את תשומת ליבנו", הגיבו בעירייה. "ההתנהלות כפי שתוארה חמורה מאוד בעינינו ומיד פנינו לקבלן. העובד ננזף ושוחרר מעבודתו בשירות עיריית רחובות."



עיריית רחובות

מני שלום רב. תודה רבה שהסבת את תשומת ליבנו! ההתנהלות כפי שתוארה חמורה מאוד בעינינו, ומיד פנינו לקבלן. העובד ננזף, ושוחרר מעבודתו בשירות עיריית רחובות.

2d Like Reply



התגובות הזועמות של תושבי העיר לא איחרו לבוא ורבים התלוננו על כך שהעובד פוטר. "עצוב מאוד שזה הפתרון", כתבה גולשת. "אבוי לעירייה", ציינה גולשת אחרת. "קחו אחריות, תחזירו את האיש לעבודה", כתב גיא, תושב העיר שהוסיף: "פיגוע התאבדות יחצ"ני לעירייה. במקום להבין שעשו לאיש שיימינג בפייסבוק ולגלות רגישות, הם העדיפו לדווח עליו למעסיק שלו שפיטר אותו."

בעקבות התגובות בעמוד הפייסבוק של העירייה, הפוסט המקורי של הגולש שהתלונן נמחק - והעובד הוחזר לעבודה. בעיריית רחובות מסרו בתגובה: "משהובא הדבר לידיעת ראש העיר, ביקש מהקבלן שלא לשחרר את העובד מעבודתו. הקבלן ערך עם העובד שיחה לחידוד הנהלים, והוא נשאר בעבודתו"

https://www.mako.co.il/news-israel/local-q3_2018/Article-d6df1d310c6e461004.htm



בעקבות מודעה בפייסבוק: עשרות התייצבו ושיפצו בית של אדם חולה

צעיר שסייע למבוגר שנפל ברחוב להגיע לביתו, נדהם מהתנאים העלובים בדירה, והחליט לעשות מעשה: "תוך שלוש שעות כולם הגיעו וסיידו עד שתיים בלילה, הוא אמר שהם מלאכים" צעיר שנתקל באדם מבוגר שנפל ברחוב וסייע לו להגיע בחזרה לביתו, נדהם לגלות באילו תנאים מחפירים מתקיים אותו אדם ערירי, שעבר השתלת מוח עצם שבוע בלבד לפני כן. הצעיר לא היסס ופנה למפעל החסד של לילך לסטר, שבאמצעות מודעה בפייסבוק הצליחה להביא לכך שתוך שלוש שעות בלבד עשרות מתנדבים הגיעו לדירה וביצעו בה מהפך של ממש.

"הבחור סיפר שכשהוא הגיע לדירה של עובדיה חשכו עיניו, הוא ראה מזבלה עירונית בתוך הדירה", סיפרה לסטר, שמנהלת מזה כארבע שנים עמוד פייסבוק המקשר בין אלפי תורמים ומתנדבים לבין אנשים שצריכים עזרה בשלל תחומים.

"זה היה בערב יום שישי, ואנשים פשוט עזבו את הבית והגיעו לנקות את הדירה הזאת עד שתיים בלילה", סיפרה, ושיתפה גם בתגובתו של עובדיה: "הוא היה בהלם מהניקיון, אני לא חושבת שהוא ראה דבר כזה עשר שנים. הוא לא הפסיק להגיד שאנחנו מלאכים ושהצלנו את החיים שלו". בנוסף היא מבטיחה כי "הניקיון הוא רק התחלה", ומספרת: "ב-24 השעות האחרונות עשינו המון מהלכים, מתיקוני אינסטלציה וחלונות שבורים, ועד פנייה לרווחה, וביצוע מאמצים להשגת מטפלת עבורו - אנחנו ממשיכים לסייע לו."



הדירה במצבה הראשוני

<https://www.10.tv/news/165833>

TheMarker

חברות מעידות:

פייסבוק ישראל אוסרת על פרסום סיגריות ועישון

במקביל לדיון על זליגת פרסום סמוי לעישון לרשתות החברתיות, והגדרת שימוש של נוער בארה"ב בסיגריות אלקטרוניות כ"מגיפה", פייסבוק מקשיחה את מדיניות פרסום הטבק והניקוטין. ראש FDA: "ניקוטין עלול להעמיד קטינים בסיכון להפרעות במצב הרוח ובשליטה בדחפים"

ל-TheMarker הגיעו דיווחים כי פייסבוק מחמירה את מדיניותה בנוגע לאיסור על פרסום תוכן ממומן שקשור לעישון סיגריות וסיגריות אלקטרוניות - כך מסרו באחרונה גופים שונים שניסו להעלות פוסטים ממומנים הנוגעים לעישון. השינוי המרכזי הוא הרחבת הפירוט של סוגי מוצרי העישון שייאסרו לפרסום, והחלת האיסור על סיגריות אלקטרוניות, מכשירי אידוי ונרגילות, מקטרות טבק, מקטרות וניירות גלגול. בעבר היו ההוראות מטעם החברה כלליות יותר, והתייחסו באופן כללי ל"עישון" או "טבק".

<https://www.themarker.com/consumer/health/.premium-1.6509554?utm>



עברתי הרבה חרמות":

דנה זרמון נרתמת לטובת נפגעי בריונות רשת

כוכבי רשת ובידור מתגייסים למיזם "אחים גדולים", שמסייע לבני נוער שחוו בריונות ואלימות ברשת. אחד מהם מספר: "היו פעמים שרציתי לסיים הכל, לא לסבול יותר"

"החליפו לי את סוכריות הטיקטק בכדורי אקמול, כדי שלא אהיה שם יותר. חשבתי כבר לסיים את החיים, לא להיות שם יותר." הוידיו הזה, של נער שעבר בריונות, הוא חלק מתופעה איומה. אבל הוא לא לבד - אפילו לדנה זרמון המפורסמת זה קרה. "עברתי ניידים וחרמות ואת הצד הלא סימפטי שילדים עוברים", היא מספרת. "לצערי זה קורה המון - ויותר מדי."

כ-70% מהילדים עברו בריונות בבתי ספר, כמחצית סבלו מבריונות רשת. מהנתונים העגומים האלה נולד מיזם סטודנטיאלי שצמח להרבה מעבר לכך. "המיזם מאפשר לסטודנטים, מתנדבים, 'אחים גדולים', לסייע לנערים וילדים שעברו בריונות רשת", מספרת פז, סטודנטית לעיצוב חזותי בשנקר שעומדת מאחורי המיזם, "אני מעלה לשם סרטונים שהילדים שולחים לנו עם מה שהילדים חוו, ותמונות של המתנדבים שעוזרים מאחורי הקלעים."



הפרויקט "אחים גדולים" נותן מענה לעובדה שהילדים הסובלים לא ממהרים לפנות לגורם שיסייע להם, וחווים את המצוקה לבד. המתנדבים הגיעו דרך הרשת והם עצמם חוו בריונות. עם הדף משתפים פעולה גורמי ממסד כמו פסיכולוגים, עורכי דין, משרד הבריאות והמשטרה.

העמוד נפתח לפני חודשיים אבל צובר תאוצה ועוד ועוד מתנדבים - כולל כוכבי רשת, כמו זרמון ויערה בנבנישתי, שתורמים מנסיונם. "המטרה היא להיות שם בשבילם, קצת מרחוק", אומרת זרמון, "ואם זה חמור יותר, אז גם מקרוב."

<https://www.10.tv/celebs/171873>

<http://menakim.org> **אמנת השיח הישראלי**

משנים את השיח הפוליטי למען הילדים שלנו

משהו רע קורה בשיח הישראלי.

במקום תרבות דיון של שני צדדים שונים המכבדים זה את דעתו של זה, עברנו לשיח מפלג ומסית שמעמיד בסכנה את המכנה המשותף שהופך את כולנו, בסופו של דבר, לחברה אחת. זה מתחיל מעל בימת הכנסת ומחלחל אל הרשתות החברתיות, הרחוב ושולחן השבת. הגיעה השעה לשנות את השיח. אם לא בשבילנו אז בשביל הילדים שלנו, כדי שנוכל להעניק להם ולדורות הבאים שיח ציבורי ענייני, נקי ומכבד. חתמו עוד היום על העצומה וקראו לנבחרי הציבור ולכלל האזרחים:



● **כן לדיון, לא לפילוג**
● **כן לביקורת, לא לשפה פוגענית**
● **כן לוויכוח, לא לשנאה**

קראו את הכתבות, צפו בסרטון והציעו שלושה כללי התנהלות ברשת בבתי הספר.

סרטון " הורים חכמים קונים טלפונים טיפשים": <https://goo.gl/32onN6>



תקדים: צרפת אוסרת שימוש בסלולרי בביה"ס

צרפת היא המדינה הראשונה בעולם המטילה איסור גורף על ילדים להשתמש בטלפונים ניידים בבתי ספר יסודיים ובחטיבות הביניים

חברי הבית התחתון של הפרלמנט בצרפת אישרו ביום חמישי השבוע חוק האוסר על ילדים שטרם הגיעו לגיל תיכון להשתמש בטלפונים סלולריים בבתי ספר ציבוריים. חוק זה היה אחת מהבטחות הבחירות של נשיא צרפת עמנואל מקרון. מבקרי החוק אומרים כי הוא לא יתרום תרומה גדולה לניסיון למנוע הפרעות בכיתה או להיאבק בבריונות הרשת. אף שבמדינות רבות בעולם כבר הוטלו הגבלות על השימוש בטלפון סלולרי בבתי הספר, צרפת היא המדינה הראשונה בעולם המטילה איסור מוחלט על השימוש בו. האיסור יחול על בתי ספר יסודיים ועל חטיבות הביניים, והוא יכנס לתוקפו בספטמבר, עם תחילתה של שנת הלימודים החדשה.

הצעת החוק נועדה להפחית את דאגתם של הורים רבים בנוגע למשך הזמן שילדיהם מבזבזים דבוקים למסכי הטלפון ובנוגע להתרחבות התופעה של הטרדות ושיימינג ברשת. מתנגדי החוק טוענים כי הוא חסר תועלת, והם מציינים כי בצרפת קיים כבר משנת 2010 חוק שלפיו אסור להשתמש בטלפון סלולרי בשיעור. עוד הם מדגישים כי כמחצית מחטיבות הביניים בצרפת אוסרות כבר כיום את השימוש בטלפון נייד.

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5282650,00.html>



היום שבו יתחילו ללמוד פורטנטי בבית ספר

אתם מתווכחים עם הילדים על ההתמכרות שלהם למשחקי מחשב אבל אולי בעצם תחום הגיימינג הוא העתיד וכדאי להכניסו לתוכנית הלימודים? נשמע לכם מופרך? יש כבר מדינות שהתחילו להשקיע בתוכניות ומסלולי מלגה מיוחדים לגיימרים מקצועיים

אולי בעידן המאה העשרים ואחת דווקא משחקי מחשב הם העתיד, ולא רק מקצועות הלימוד שהורגלנו אליהם עד כה כגון: המרוץ סביב מתמטיקה, תנ"ך ועברית? אולי הגיע הזמן שאנחנו, הורים ומורים, נתעורר, נשנה גישה ונדביק את הקצב של הילדים שלנו? שנבין כי בהשוואה למה שקורה בעולם הגישה שלנו מיושנת למדי, ושהגיע הזמן להכניס את הגיימינג כחלק ממערכת הלימודים בבתי הספר.

אם תחשבו על זה לרגע, הרי שמטרתה של מערכת החינוך, מרגע הקמתה, היה לא רק ללמד את הילדים קרוא וכתוב אלא בעצם להכין את הילדים לחיים בעתיד. ואם בעבר, נדרשו מהילדים כישורים מסוימים הרי שכיום נדרשים מהילדים כישורים אחרים, כאלו שמתאימים לעידן החדש.

באנגליה, למשל, הבינו כי מערכת הלימוד אינה עדכנית, ולכן הכניסו את משחקי המחשב לתוכנית הלימודים בבתי הספר. כיום מדובר ב-1,000 בתי ספר יסודיים המלמדים שחמט, ומדברים על יתרונות השחמט כמשחק חינוכי המעניק למשחקים בו יתרון היות והוא המפתח מיומנויות חשיבה חשובות, כגון: פתרון בעיות, תכנון מוקדם, כיצד לזהות דפוסים ומיומנויות נוספות. כאשר לצד אלו מציינים גם יכולות ריכוז גבוהות ויצירת מוטיבציה בקרב הילדים.

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5358437,00.html>

המורים ילמדו לזהות ולטפל בבריונות רשת

סטודנטים להוראה יעברו קורס שיכשיר אותם להתמודד עם פגיעות בילדים כתוצאה מבריונות ברשת. הקורס מיועד למורים לעתיד, 13 אלף סטודנטים הלומדים בסמינרים השונים וצפויים לעבור קורס שבו ירכשו כלים יישומיים.

במסגרת הקורס ילמדו למשל כיצד לנהל קבוצות וואטסאפ במרחב הכיתתי, כיצד לזהות מצוקה ברשת בדגש על פלטפורמות שבהן תלמידים עושים שימוש, דוגמת פייסבוק ואינסטגרם, ויקבלו כלים חינוכיים לעודד התנהגות מכבדת ברשתות החברתיות. הקורס, בן שש שעות לימוד, יהיה קורס חובה ללא קשר לגיל התלמידים או למקצוע ההוראה של הסטודנט החל משנת הלימודים הבאה. בימים אלה משלימים באקדמיה את כתיבת תוכני הקורס, ובעתיד הוא יהיה תנאי להסמכתו של כל מורה. מדובר ביוזמה משותפת של איגוד האינטרנט הישראלי, ד"ר מיכל דולב־כהן ממכללת אורנים ובתמיכת ח"כ יפעת שאשא־ביטון, יו"ר הוועדה לזכויות הילד.

היוזמה בנושא היא של מרכז "נטיקה" - כלים להתנהלות חברתית ברשת. לדברי אורנה היילינגר, מנהלת נטיקה, "אחד הכלים החשובים להתמודדות עם בריונות ברשת הוא תגובה מהירה ועניינית. החשיבות שיש למורה כמבוגר האחראי וכסוכן השינוי הקרוב ביותר לתלמידים היא עצומה. חובה לצייד את המורים בכלים ובידע שיאפשרו להם לזהות אירועי בריונות. תגובה נכונה יכולה להציל נפשות."

<https://www.israelhayom.co.il/article/599131>

התלמידים נלחמים באלימות

פרויקט חדש בחטיבות הביניים ובתיכונים בראשון לציון יאפשר לתלמידים לדווח באופן אנונימי על מקרי אלימות בבית הספר • ההוגה הוא תלמיד כיתה ח', אסף נגה, שהצהיר: "מנהלים לא יוכלו לטאטא את הבעיה ולהעלים עין"

אם נפגעים יקבלו יום וטיפול. מערכת החינוך מתמודדת לאורך שנים רבות עם בעיות אלימות קשות. לפי דיווחי התלמידים, כ-8% מהתלמידי מידים בתיכונים היו מעורבים באירוע אלימות בשנת הלימודים תשע"ז - נתון זהה לשנת תשע"ו. כלומר, במשך החינוך לא הצליחו להוריד את מספר אירועי האלימות. מנתוני משרד החינוך לתשע"ז עוד עולה כי 5% מהתלמידים ריווחו שהם נחשבו באימים, 5% איימו על ידי תלמיד אחד שיפגע בהם, 6% ציינו כי תלמיד השתמש בחפץ לפגיעה בהם, 11% טענו כי תלמיד אחד הפיץ עליהם שמועות ר-15% ריווחו כי תלמיד דחף אותם. בדבר, 30% בלבד מתלמידי מידים ריווחו כי הם ירגישו בנוח לדבר עם המורה כשהם עצובים. במקביל להצלחת הזכאות לבגרות נראה שתלמידי העלייסורי מרגיזים ריווחו מהצוות החינוכי. יותר מ-70% מתלמידי התיכון לא ירגישו בנוח לדבר עם המורה שלהם כשהם עצובים. במסגרת משרד החינוך נגה אף עולה כי יותר מ-60% מהתלמידים לא חושבים שלמורים חשוב לדעת כיצד הם מרגישים.

הוגה הרעיון, אסף נגה, ויו"ר פורמנט הנוער של ראשון לציון, אביב דר צילום: יושע יוסף



דיווחי תלמידים על קרבה ואכפתיות של המורים

השיב בחיוב	ההיגד שהוצג לתלמידים
65%	יחסים קרובים וטובים עם המורים
29%	כשעצוב ארגיש נוח לדבר עם מורה
39%	למורים אכפת ממני מעבר ללימודים

אביב דר, יו"ר פורמנט הנוער של ראשון לציון, סיפרה כי "חשוב לנו ליצור הורמנות שבה כל נער או נערה שפוגעים

מדובר בתוצר של השתתפות עירונית ראשון לציון (והחירה בישראל) במיזם של האו"ם, הקורא להביא לידי ביטוי את זכויותיהם של הילדים והנוער.

נועם (דבול) דביר

ציון בלתי מספיק למחצית בא ליטות: במשרד החינוך לא הצליחו להוריד את המעורבות של תלמידי מידים באירועי אלימות - סוגיה שממרידה את הנוער ואף את ההורים, שילדיהם הפכו לקורבן. יוזמה חדשה של בני נוער מראשון לציון תציב תלם משנת הלימודים הקרובה בחטיבות הביניים ובתיכונים בעיד תיבת "מצילון" - שבחן יוכלו התלמידי רים לדווח באופן אנונימי על מקרי אלימות. לצורך שמירת הפרטיות, הם לא יהיו חייבים לציין את שמם, אלא רק את שמות התלמידים הנפגעים והפוגעים. על התיבות יופיע גם מספר טלפון של איש מקצוע, שיוכל לתת מענה מידי. הוגה הרעיון הוא אסף נגה, תלמיד כיתה ח' במסגרת ב' בעיר, שהסביר כי הרעיון נולד מחבריו שחזו אלימות. לרוביה, "החלטתי לפעול. את הפתקים בתיבה יקרא לא רק המנהל, אלא גם מורידי מונגות, כך, אף מנהל לא יוכל לטאטא את בעיית האלימות ולהעלים עין".

פרויקט הריווח על אלימות בבתי הספר הוא פרי יוזמה של פורמנט הנוער העירוני, שבמסגרתו הוגו התלמידים את הרעיון שיעודד את חבריהם לדווח.



מתוך אמנת בית ספר

אמנת שימוש בניידים תשע"ט

1. חטיבת הראשונים ממליצה להשתמש בטלפונים ניידים באופן מושכל.
2. בזמן ההפסקות חל איסור להשתמש במכשירים הניידים. אנו מזמינים את התלמידים לפתח תקשורת בינאישית שאינה תלויה בשימוש במכשיר הנייד.
3. בית הספר אינו אחראי בכל מקרה של אובדן, פגיעה או חשד להעלמות של המכשיר.
4. אין לעשות שום שימוש במכשירים אלו במהלך השיעורים, אלא אם מועברת פעילות חינוכית מתוקשבת המצריכה שימוש במכשירים הניידים.
5. במהלך השיעורים המכשיר יהיה מונח בתיק במצב כבוי.
6. במידה ותלמיד/ה י/תעסק עם המכשיר במהלך ההפסקות המכשיר יימסר למורה המלמד / המורה התורן בחצר, ויועבר למזכירות בית הספר. המכשיר יוחזר לתלמיד בסוף היום (בשעה 15:15).
7. בפעם השנייה בה יילקח המכשיר, עקב שימוש במהלך שיעור/בהפסקה, המכשיר יועבר למזכירות ביה"ס, ויימסר אך ורק להורי התלמיד/ה.
8. אין לצלם ולהקליט תלמידים ואנשי צוות ללא רשות מפורשת.
9. אין להפיץ תמונות של תלמידים ואנשי צוות ללא רשות מפורשת, על פי חוק.
10. בשיח קבוצתי יש לנהוג בכבוד ובאדיבות ואין להשתמש בבמה זו לפגיעה, ביטויים גזעניים, חרמות וקבוצות שנאה. אין להעלות תכנים שאינם הולמים.

הפרה של אחד מהסעיפים תגרור תגובה חינוכית ומשמעתית.

חתימת ההורים: _____ חתימת התלמיד: _____

5. פגיעות ברשת

זיהוי וטיפול בסוגים שונים של פגיעות במרחב המקוון

"בשנים האחרונות אנו נחשפים כמעט מדי יום להורים, לילדים ולאנשי חינוך המתמודדים עם מגוון רחב של פגיעות ברווחה הנפשית המתרחשות במרחב הווירטואלי. פגיעות אלו נובעות לעתים מהתנהלות לא מודעת לסכנות ולמורכבות של קשרים חברתיים ברשת, אך פעמים רבות הן אינן קשורות כלל להתנהלות האישית של האדם אלא לאינטראקציה שלו עם סביבתו או לתכנים פוגעניים שאליהם הוא נחשף. כמו ההגדרות המתבוננות במושגים אלה באור חיובי ומתייחסות ליכולת של האדם לתפקד ולהכיל מנעד רחב של רגשות וחוויות חיוביות ושליליות בחייו, גם ברשת חשוב להקפיד להתמקד בצדדים החזקים והטובים של ההתנהלות שלנו לצד ההתנהלות מול הקשיים והאתגרים הווירטואליים. גם כאן חשוב לנסות ולבחון את מונח הרווחה הנפשית ברשת באופן חיובי, המאפשר התמקדות בכוחות, בחוסן וביכולת שלנו לנתב את כל קשת הרגשות והחוויות שהרשת מזמנת לנו לאורך הדרך, לווסת אותם ולהתמודד עמם".

(מתוך המאמר: "צליל מקוון", שרון קייזר-הלר, 2018)

מהי אם כן פגיעה נפשית ברשת? מתי צריך לפנות לייעוץ והאם הטיפול בילדים ובני נוער שנפגעו במרחב המקוון שונה מטיפול בפגיעות אחרות?

ביחידה זו אנו מבקשים להרחיב את ההתבוננות על פגיעות ברווחה הנפשית במרחב הווירטואלי ולסקור מאפיינים ייחודיים לפגיעות נפשיות ברשת. כשאנו רוצים לברר אם חניך "נפגע ברשת" תחילה חשוב להבין את מהות הפגיעה.

במאמר "צליל מקוון" (קייזר-הלר, 2018) נסקרו סוגים שונים של פגיעות בילדים ובנוער במרחב הווירטואלי ודרכי הטיפול בהם. אל לנו לשכוח כי פגיעה היא תמיד עניין סובייקטיבי ופגיעה בתחושות של אדם אחד אינה בהכרח פגיעה בתחושותיו של חברו, ולהיפך. בעבר היה מקובל לחשוב כי פגיעה ברשת מתייחסת בעיקר לביוש (שיימינג) או מעשה בריונות/אלימות המתרחש ברשת.

במרכז הורשת הוגדרו לאחרונה מאפיינים ייחודיים לפגיעות ברשת וסוגים שונים של פגיעות ברווחה הנפשית ברשת, ביניהם גם חשיפה לתכנים לא מותאמים לגיל או למאפיינים של החניכים, חשיפה לתכנים אלימים או מיניים, הוצאה מכוונת מקבוצות חברתיות, ועוד. הגורמים השונים המשפיעים על תחושת הרווחה הנפשית של ילדים ונוער באינטרנט משתנים מאדם לאדם וכך גם דרכי ההתערבות והטיפול המומלצים. המאפיינים הייחודיים של פגיעות ברשת מוסיפים נדבך נוסף לעוצמה ולמהות הפגיעה באדם כשהיא מתרחשת דווקא במרחב הווירטואלי.

חמשת המאפיינים הייחודיים לפגיעה ברשת

(מתוך המאמר "צליל מקוון", קייזר-הלר, פסיכולוגיה עברית, 2018):

א. תחושת האנונימיות: בשונה מפגיעה ברווחה הנפשית של האדם המתרחשת מחוץ לרשת, חוסר הנראות והריחוק שבין הפוגע לנפגע במרחב הווירטואלי מאפשרים לפוגע ליהנות מתחושת אנונימיות שפעמים רבות מובילה לפגיעה בעוצמה חזקה ביותר, לתגובות מתלהמות ולקושי בראיית האחר. בנוסף לכך, מיעוט מנגנוני הפיקוח ברשת מעצימים גם הם את היכולת לפגוע ללא עכבות וללא אמפתיה לתחושות הקורבן.

ב. תחושה של חודרנות ופגיעה במרחב האישי והפרטי: מושג הפרטיות ברשת מורכב ביותר, וכשאנו מפרסמים מידע, תמונה או מחשבה פרטית במרחב הווירטואלי, אנו לא מודעים תמיד למחיר הנפשי הכרוך בחשיפתם ברשת למעגלים רחבים של אנשים. כך, פעמים רבות נמצא עצמנו מופתעים מתחושת חילול הפרטיות והחדירה למרחב האישי שלנו לאחר פרסומם של סיפור מרגש, פוסט או תמונה והפיכתם לנחלת הכלל, חשופים לציבור הרחב ונגישים לעיני כל.

ג. פגיעה מתמשכת: בשונה מאירוע פגיעה שאינו מתקיים ברשת ושאפשר להגדיר לו זמן התחלה וסיום (בין אם נקודתי או מתמשך), לא תמיד יש "סוף" לפגיעה ברשת. גם אחרי שהטיפול בפגיעה תם והנפגע השתקם וחזר לתפקוד, עלולה הפגיעה לצוץ ולהתעורר מחדש דרך אנשים חדשים שנחשפים אליה או באמצעות הדים של תגובות חדשות, באופן זה יכול להיווצר מצב של פגיעה נוספת.

ד. תחושה של חוסר שליטה וחוסר אונים לנוכח הפצת הפגיעה או המידע הפוגעני: לעתים קרובות, מידע אישי ששיתפנו או השפלה ועלבון שחווינו מתפשטים ברשת כאש בשדה קוצים, בלי שנוכל לדעת מי נחשף אליהם, מי מעורב בהפצתם ומי עושה בהם שימוש, מה שמעצים מאוד את תחושת הפגיעה. חוסר הידיעה וכן חוסר השליטה בכמות ובסוג האנשים הנחשפים לפגיעה האישית יוצרים בתורם פגיעה עוצמתית בתחושת הרווחה הנפשית שלנו ומלווים בתחושה של חוסר שליטה וחוסר אונים ממשי.

ה. פגיעה מקוונת יכולה להתרחש בכל עת ובכל מקום: ביום ובלילה, בבית ובית הספר, בתנועת הנוער או בחדר השינה הפרטי. אין זמן או מקום מוגדרים לפגיעה. עובדה זו הופכת את הפגיעות המקוונות לאיום תמידי ומתמשך שעשוי להטמיע תחושות של חרדה בחיינו ו"לרדוף אותנו" לאורך כל שעות היום והלילה.

מה עושים כשיש חשד לפגיעה בחניך בפנימייה ברשת?

קודם כל הקשיבו לחניך, נסו להבין מה הוא מרגיש ולתקף את רגשותיו. זכרו להיות אמפתיים גם אם הוא טעה.

אחד הדברים החשובים ביותר בנושא הפגיעות ברשת הוא הפניה לקבלת סיוע. בכל שיחה שלכם עם החניכים הדגישו כמה חשוב לא להישאר לבד עם פגיעה בהם או פגיעה באחרים שהם היו נוכחים בה או חלק ממנה. הציגו בפניהם אפשרויות שונות של סיוע בזמן משבר, החל מחברים ובני משפחה ועד לסיוע מקצועי זמין ופנו בעצמכם לקבלת יעוץ ותמיכה בזמן משבר או פגיעה ברשת.

אם נפגעים – לא נשארים לבד (גם) ברשת!

לנוחיותכם צרפנו מספר קישורים יעילים לטיפול בפגיעות ברשת:

https://www.police.gov.il/join/unit-105	105 – המטה הלאומי להגנה על ילדים ונוער ברשת	 המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת
https://www.horeshet.co.il/ 052-2875878	מרכז הורשת – טיפול בנפגעי רשת, תמיכה ויעוץ מקצועי לקידום התנהלות בטוחה ברשת	 מחברים עולמות ברשת
https://www.isoc.org.il/	איגוד האינטרנט הישראלי	 איגוד האינטרנט הישראלי ISOC-IL
https://www.isoc.org.il/safe	נטיקה - מציעים לכם תמיכה	 netica
http://www.eran.org.il/	ער"ן - עזרה ראשונה נפשית	 עזרה ראשונה נפשית
https://www.elem.org.il	עלם - עמותה לנוער במצבי סיכון	 עלם ELEM העמותה לנוער במצבי סיכון (ע"מ) עמותה ח"ח
https://www.1202.org.il/	איגוד ומרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית	 איגוד מרכזי הסיוע לנפגעות תקיפה מינית ולנפגעי תקיפה מינית בישראל
https://www.lgbt.org.il/yesh	האגודה למען הלהט"ב בישראל - קו הקשב	 האגודה
https://sahar.org.il/	סה"ר - סיוע והקשבה ברשת	 סיוע והקשבה ברשת ע"י المساعدة والاستماع على الإنترنت
https://www.askpeople.co.il/	Ask people - אתר הייעוץ הישראלי	 AskPeople ייעוץ לכל שלב בחיים
https://www.minamin.org/	מידע אמין על מין	 מידע אמין על מין