

פעילויות ייעוציות בנושאים שונים בהקשר לאינטרנט

ד"ר מירן בוניאל-נסים

meyranbn@gmail.com

<http://tinyurl.com/meyranbn>

*פעילויות נבחרות שנבנו בהנחיית ד"ר מירן בוניאל-נסים סטודנטים לתואר שני בייעוץ חינוכי, אוניברסיטת חיפה, תשע"ג

תוכנית התערבות בנושא "העצמי הווירטואלי"

מטרת הפעילות: הגברת המודעות לגבי הפער בין "האני האמיתי" לאופן שבו אני מציג את עצמי בעולם הווירטואלי. בגלל שהמרחב האינטרנט הינו אנונימי הוא מאפשר לכל אדם להציג את עצמו כפי שהוא רוצה, בין אם המידע המוצג הינו אמיתי או שקרי. תנאים אלה מאפשרים לילדים ומבוגרים החווים קשיי תקשורת של מופנמות או ביישנות "בעולם האמיתי" להביע את עצמם בצורה יותר חופשית וללא עכבות במרחב האינטרנטי.

קהל יעד: בית ספר יסודי.

אופן העברת הפעילות:

1. נבחר 4 מתנדבים: בן 1 ו-3 בנות.
- הבן ישמש כ"רווק" בתוכנית שידוכים והבנות יהיו המועמדות לזכייה במשחק ובליבו.
- הבן ישב עם הגב אל המועמדות וישאל אותן שאלות מבלי לראותן.
- המועמדות יענו על השאלות בתורן לפי הנחיות שניתנו להן מראש: על מועמדת מס' 1 לענות באופן שקרי ולהציג את עצמה כאדם אחר (דוגמנית בלונדינית). מועמדת מס' 2 תענה על השאלות באופן כנה ואמיתי ומועמדת מס' 3 תענה על השאלות בכנות חלקית המייפה את המציאות ומגבירה את תכונותיה החיוביות. המועמדות ישבו מול הכיתה כאשר נתונה ה"אמיתיים" יוצגו על שלטים בפניה.
4. לאחר שהמועמדות יענו על השאלות, יבחר הרווק את המועמדת המועדפת עליו והיא תיחשף בפניו.

ציוד נדרש:

- 4 כסאות, כאשר כיסא אחד עם הגב אל הכיסאות האחרים
- 3 שלטים המתארים את המאפיינים ה"אמיתיים" של המועמדות:

1. בן 40, מובטל, גרוש עם 3 ילדים

2. "דוברת אמת"

3. "מגזימנית"

דף שאלות לרווק:

1. איך את נראית?
2. במה את עוסקת?
3. מה התחביבים שלך?

4. מה הדייט האידאלי בעיניך?

ההנחיות עבור 3 המועמדות:

הינך משתתפת בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו.

מועמדת מס' 1- הנך איש בן 50, מובטל, גרוש עם 3 ילדים ועלייך להתחזות לאישה בלונדינית דוגמנית בת 22. להלן התשובות שעליך לענות לפיהן.

תשובה לשאלה מס' 1: אני בלונדינית, גבוהה, עם עיניים כחולות, יש לי שיער ארוך גולש וחזה גדול.

תשובה לשאלה מס' 2: אני דוגמנית צמרת ולומדת רפואת ילדים.

תשובה לשאלה מס' 3: אני מאוד ספורטיבית, אוהבת ספינינג, טניס, סקי, רכיבה על סוסים, יש לי רישיון טייס וזכיתי בתואר מלכת היופי של 2011 ומתנדבת בשעות הפנאי בצער בעלי חיים.

תשובה לשאלה מס' 4: ארוחה לאור נרות שאני אבשל בשבילך, טיול לאור ירח על החוף ובקבוק יין.

מועמדת מס' 2- הינך משתתפת בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו. עלייך לענות על השאלות בכנות.

מועמדת מס' 3- הינך משתתפת בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו. עלייך לענות על השאלות בצורה מוגזמת, כלומר לייפות מעט את המציאות.

שני פרטים בנוגע לגילך, הופעתך ובילוייך.

חלק ג'

יועצת המעונוינת להעביר פעילות מסוג זה צריכה שיהיה לה ידע טכנולוגי בסיסי אשר יאפשר שיח בנושא

"העצמי הוירטואלי". בנוסף, רצוי שתהיה בעלת פתיחות להתמודד עם שאלות בנוגע להיכרויות

באינטרנט ודייטים בכלל. חשוב שהיועצת תהיה רגישה למצב החברתי בכיתה ותבחר את התלמידים

המתאימים לכל "תפקיד" בפעילות, כלומר לבחור ילד בעל דימוי עצמי גבוה לתפקיד הרווק ומנגד לא

לבחור תלמידה עם בעיות של ביטחון עצמי לתפקידי המועמדות לשידוך. שיקול הדעת בבחירת המועמדים

צריכה להיות מחושבת ומכוונת להעצמת התלמידים המשתתפים. חשוב לשמור על אווירה של צחוק וכיף

אך למנוע זלזול ולעג כלפי המשתתפים מצד חבריהם לכיתה.

העלאת הנושא של התחזות באינטרנט לאדם אחר יכולה לעודד תופעה זו ולהביא למצב של בלבול הגדרה

עצמית וזהות. מעבר לכך, הורים עלולים להתנגד לתוכנית עקב העידוד בשימוש במחשב כערוץ

לתקשורת חברתית, כמו כן עלולה לעלות התנגדות בקרב ההורים בנוגע לעניין ההתחזות. תופעת

ההתחזות עשויה לעודד ילדים להתחזות לחבריהם וכך לנצל את מעמד זה לרעה.

סיכום

בעבודה זו בחרנו לבחון את ההשפעה שיש לאינטרנט על התנהגות חברתית של יחידים עם קושי חברתי.

מושג נוסף שבחרנו להציג הוא העצמי הוירטואלי, זהות שנוצרה בשל התנאים של המרחב הוירטואלי.

קיימים ממצאים ממחקרים המעידים כי לשימוש באינטרנט כערוץ חברתי עלול להיות תוצאות שליליות

כגון דיכאון וחוסר שליטה. למרות עדויות אלו, מחקרים אחרים מראים כי ישנם יתרונות לשימוש באינטרנט כערוץ ליצירת קשרים חברתיים. לכן, בזיקה לעולם הייעוץ בבית הספר, ישנם ילדים מופנמים או בעלי קשיים חברתיים שיכולים לבטא את האני האמיתי שלהם דרך ערוץ זה ולפתח יחסים חברתיים. בעיקר ילדים בעלי רמה גבוהה של חברתיות ורמה גבוהה של מופנמות יכולים להפיק תועלת רבה משימוש באינטרנט.

אנו חושבות כי כתור יועצות בבית ספר אשר תפקידנו בעיקר להיות ערות לסכנות של האינטרנט ולהרתיע עליהם יש לנו תפקידים נוספים. בעבודה זו למדנו שתפקיד לא פחות חשוב הוא להכיר ולדעת את החוזקות שיש בשימוש באינטרנט כערוץ חברתי ולנתב זאת לילדים המתאימים לכך. ישנם ילדים רבים אשר סובלים מבעיות חברתיות בבית הספר ומגיעים אלינו. עלינו להעלות למודעות את הנושא של כיצד אני מבטא את עצמי באופן אותנטי ויוצר קשרים חברתיים למען שילוב מיטבי של ילדים אלו.

נספח 1- דף הנחיות למועמדת מספר 1

הנך איש בן 50, מובטל, גרוש עם 3 ילדים ועלייך להתחזות לאישה בלונדינית דוגמנית בת 22. הינך משתתף בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו.

להלן התשובות של השאלות-

תשובה לשאלה מס' 1 : אני בלונדינית, גבוהה, עם עיניים כחולות, יש לי שיער ארוך גולש וחזה גדול. תשובה לשאלה מס' 2: אני דוגמנית צמרת ולומדת רפואת ילדים. תשובה לשאלה מס' 3 : ארוחה לאור נרות שאני אבשל בשבילך, טיול לאור ירח על החוף ובקבוק יין.

נספח 2- דף הנחיות למועמדת מספר 2

הינך משתתפת בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו.

עלייך לענות על השאלות בכנות.

נספח 3- דף הנחיות למועמדת מספר 3

הינך משתתפת בתוכנית שידוכים ומטרתך היא לענות על השאלות שהרווק ישאל אותך על מנת לזכות בסוף בליבו.

עלייך לענות על השאלות בצורה מוגזמת, כלומר לייפות מעט את המציאות.

שני במעט פרטים בנוגע לגילך, הופעתך ובילוייך

נספח 4

אנו מצרפות רשימה של כמה מאפיינים אשר יעזרו ליועצת לקבוע אם האדם העומד מולה ביישן:

מעדיף שיחה של אחד על אחד מאשר פעילות קבוצתית

- *מעדיף להביע עצמו בכתיבה
- * פחות מתעניין מאחרים במעמד חברתי או תהילה
- * שונא סמול טוק אבל אוהב שיחות עומק
- * אומרים עליו שהוא מקשיב טוב
- * לא לוקח סיכונים
- * שונא עימותים
- * מעדיף לדעת שיש לו זמן של פנאי מאשר הרבה אירועים מתוכננים
- * מעדיף לחגוג יום הולדת בהרכב מצומצם
- * מרגיש סחוט אחרי אירוע חברתי, גם אם היה מהנה
- * מתואר על ידי הסביבה כנעים הליכות ושקט
- * לא אוהב מולטי טאסקינג
- * מתרכז בקלות
- * חושב לפני שמדבר
- * בכיתה, מעדיף שיעורים פרונטליים מפעילויות קבוצתיות

זרים באינטרנט

מטרת על: העלאת המודעות לסכנות הטמונות בהיכרויות עם זרם באינטרנט

מטרות אופרטיביות (יעדים):

- (1) המחשת תחושת החשיפה
- (2) המחשת תחושת הבגידה
- (3) התבוננות עצמית תוך קישור בין עולם המציאות לעולם האינטרנט
- (4) העלאת המודעות לסיכונים ביצירת קשרים עם זרים באינטרנט.

ציוד נדרש:

- (1) חבילת סוכריות
- (2) אבנים
- (3) 3 קופסאות ממוספרות 1-3
- (4) פתקי שאלות בדרגת חשיפה עולה
- (5) לוח וטושים מחיקים.

קהל היעד: מערך שיעור זה עשוי להתאים לילדים בטווח רחב, תוך התאמת השאלות והסרטון לגיל. אנו בחנו להתמקד בגילאי חטיבת הביניים.

משך השיעור: 90 דקות

פתיחה (20 דקות):

על שולחן המורה מונחות שלוש קופסאות זהות הממוספרות מאחת עד שלוש. בכל קופסא מונחים פתקים כאשר מידת החשיפה עולה בהדרגתיות מקופסא לקופסא (1- חשיפה נמוכה ביותר). בנוסף, על השולחן מונחת חבילת סוכריות, כאשר בחלקן אלו סוכריות אמיתיות וחלקן האחר הן אבנים עטופות בעטיפת הסוכרייה, ללא ידיעת התלמידים.

על כל תלמיד לבחור קופסא על פי דרגת החשיפה שהוא בוחר ולענות על שאלה שהוציא מהקופסא. כאשר רק תלמידים שיענו על שאלות מקופסא מספר 3 יקבלו את הפרס. לאורך המשחק רושמים על הלוח את שמות הילדים תוך חלוקה למספר הקופסא שבחרו ובנוסף מצוין אם ענו על השאלה או סרבו לענות. לבסוף על פי הרישום על הלוח מחולקות הסוכריות לתלמידים "הזוכים" כך שחלק מהם להפתעתם מגלים אבן במקום סוכרייה.

קופסא מס' 1- דרגה נמוכה	קופסא מס' 2- דרגה בינונית	קופסא מס' 3- דרגה גבוהה
מהו הצבע האהוב עליך?	מהי כתובת מגוריך?	מהו צבע התחתונים שלך?
מהו המאכל האהוב עליך?	מהו שמו של בית הספר בו אתה לומד?	עם מי ומתי היתה הנשיקה הראשונה שלך?
מהו התחביב המועדף עליך?	מיהו חברך הטוב?	האם אתה צופה בפורנוגרפיה?
מהו תאריך הלידה שלך?	מה הכי מרגיז אותך?	מהו מס' חשבון הבנק שלך?
מהו השיר האהוב עליך?	כמה אחים יש לך?	מהי מידת החזייה שלך?

מהו בעל החיים האהוב עליך?	האם התנסית בעישון סמים?	ספר על התנסות מינית ראשונה
מהו צבע עיניך?	מהו מס' תעודת הזהות שלך?	
מהו משקלך?		

גוף השיעור:

במסגרת הכיתתית מקיימים דיון אודות הפעילות שהתקיימה בתחילת השיעור באמצעות השאלות המנחות הבאות (30 דק):

- 1) למה בחרתם דווקא את הקופסא בדרגת החשיפה הזו?
- 2) איך הרגשתם שנאלצתם לחשוף את עצמכם ולענות על השאלות?
- 3) מה הייתה ההרגשה כשגיליתם שבמקום סוכריה קיבלתם אבן עטופה?
- 4) האם תחושת החשיפה שחשתם פה דומה לחשיפה באינטרנט?
- 5) האם שמעתם או נתקלתם בסיפור שבו האדם ששוחחתי איתו באינטרנט הוא לא בדיוק הסוכרייה שלה ציפתם?

צפייה בסרטון הממחיש באופן קומי את נושא היכרות עם זרים באינטרנט - "[מפגש תיאטרון- סכנות באינטרנט](#)". ולאחר מכן מקיימים דיון במסגרת הכיתתית ומאפשרים לתלמידים לשתף בחוויות אישיות או בסיפורים ששמעו ממכרים או בתקשורת אודות הנושא היכרויות עם זרים באינטרנט (20 דק). לבסוף עוסקים בסכנות הטמונות בקשר עם זרים באינטרנט, מהם הגבולות ומהם הסימנים שיעוררו את החשד שלנו שהזר הוא לא סוכריה, אלא אבן שעשויה לשבור לנו את השיניים. וכמובן למי ניתן לפנות כאשר אנו חוששים שהאדם שאיתו יצרנו קשר מסוכן עברנו. את כל המידע שהתלמידים מעלים בשיעור כותבים על הלוח תוך חלוקה מסודרת לנושאים הללו. (15 דק)

סיכום שיעור:

בסופו של השיעור יש לקיים תזכורות לתחושות שעלו בהפעלה בפתיחת השיעור, לסכנות הטמונות בהיכרות עם זרים באינטרנט וגורמים שעשויים לסייע במקרים הללו (5 דק).

זרים באינטרנט

מטרות על:

1. ליצור מודעות לסכנות שביצירת קשר עם זרים באינטרנט ולהשלכות של מסירת פרטים אישיים ברשת.
2. הקניית מיומנויות התמודדות במצבי סיכון של קשר עם זרים באינטרנט.

קהל היעד: תלמידי כיתות ד'-ו' בבית ספר יסודי (פעילות כיתתית).

משך הפעילות: שיעור בודד (45 דקות)

ציוד נדרש:

- מחשב ומקרן
- מצגת (מצורפת)
- ספר ילדים "עמי ותמי" (וינשטיין, 2000)
- קומיקס "עמי ותמי"

אופן הפעילות:

משך הזמן	הערות למורה	אופן הפעילות	
2 דקות		הצגת שקף ראשון במצגת: תמונה של חנות ממתקים. שאילת התלמידים: מי היה רוצה להיכנס לחנות?	פתיחה
8 דקות		הצגת שקף 2 במצגת: "עמי ותמי- הסיפור". לאחר מכן, הקראת הסיפור "עמי ותמי" בקול רם בכיתה עד החלק בו האישה הזקנה מתגלה כמכשפה.	
15 דקות	המשבצות ברות השינוי הן: יצירת שיחה עם האישה הזרה והכניסה לביתה. על המורה לכוון למציאת התנהגויות חלופיות, למשל: להתעלם מהמכשפה ולסרב להיכנס לביתה	חלוקת "קומיקס" של הסיפור לכל אחד מהתלמידים וקריאתו יחד בכיתה על ידי התלמידים. לאחר הקריאה נציג את השקף ה-3 במצגת ובו תופיע שאלה לתלמידים: מה יכלו עמי ותמי לעשות אחרת? תבצע עבודה עצמית: כל תלמיד מתבקש לסמן על דף הקומיקס שקיבל את המשבצת שבה עמי ותמי יכלו להתנהג אחרת, ולכתוב באותה המשבצת דרך התנהגות חלופית. לאחר מכן, יתקיים דיון בכיתה בו התלמידים יציגו את תשובותיהם.	ליבת הפעילות

2 דקות	המורה נדרשת להוביל את הדיון למרחב האינטרנטי	הצגת שאלה לכיתה: עמי ותמי פגשו אישה זרה ביער. איפה עוד אנו יכולים לפגוש אנשים זרים?	
15 דקות	המורה מסבירה לכיתה שאת ההודעה קיבלה אלמוג, ילדה בת 11 לאחר שהעלתה שיר שלה ליוטיוב והוסיפה את המייל בבקשה לקבלת תגובות. בדיון יש להתייחס לדרכי הפיתוי של הסוכן (מחמאות) ולזיהוין, ולקשר זאת לדרכי הפיתוי של המכשפה בסיפור "עמי ותמי". כמו כן, למצוא דרכי התמודדות (למשל: לספר לאדם מבוגר או להתעלם).	הצגת שקף 4 במצגת: "הודעה שהתקבלה במייל" וקריאתו יחד עם התלמידים. לאחר הקריאה תוצג שאלה לדיון: "האם הייתם נותנים את מספר הפלאפון? מדוע?"	
3 דקות		שאלת הכיתה: מה לקחתם מהפעילות? סיכום המורה: במצבים לא ברורים ולא בטוחים באינטרנט, יש להיות זהירים, על ידי כך שנשתף אדם מבוגר או נתעלם מאנשים זרים שמנסים ליצור עימנו קשר באינטרנט.	סיכום

קבוצות תמיכה מקוונות

מטרות הפעילות:

1. יצירת מודעות לקיומן של קבוצות תמיכה מקוונות באינטרנט
2. חיזוק היכולת האמפתית ויכולת ההזדהות בקרב התלמידים, דרך הבעה בכתב.
3. לייצר תובנה לגביי היתרונות לצד הקשיים והסיכונים הטמונים בהשתתפות בקבוצות תמיכה מקוונות, תוך עידוד לשימוש נכון.

קהל היעד:

- תלמידי כיתות י'-י"ב (קיימת אפשרות להתאים את הסדנא לכיתות ט').
- קבוצה של עד 15 משתתפים (רצוי 10 משתתפים). ניתן לחלק למספר מעגלים (5 בכל מעגל).
- הפעילות מועברת לקבוצה בכלולתה.

ציוד נדרש:

- חדר/כיתה + כיסאות כמספר המשתתפים
- 3-5 דפי A4, כשעל כל אחד מהם רשום משפט בהקשר לנושא מסוים, לדוגמא:
 - יוסי 12: "זה שוב קרה היום... אני מתחרט שבאתי לבית ספר... אני לא מבין מה הילדים בשכבה רוצים ממני, הם חיים בסרט שכולם צריכים להיות בדיוק כמוהם. אני לא יכול לסבול אותם יותר... נמאס לי להרגיש שאני לא בסדר, הם לא בסדר! נמאס לי כבר להתחבא מהם... מי הם חושבים שהם... מחר אני לא הולך לבית ספר!"
 - פינקי 1616- "זהו, אני מתחילה דיאטה! איך אני אמורה לבוא למסיבת סיום בבגד ים? כל השומנים נשפכים ממני, ביחוד בבטן, זה פשוט מגעיל, אני לא יכולה לראות את זה במראה! אבל אני גם לא מצליחה לסגור את הפה! כולן חוץ ממני כל כך רזות, אין מצב שאני מגיעה ככה למסיבה, אולי יש למישהי רעיון לדרך מהירה להוריד כמה קילו? - יש לי שבוע..."
 - ג'יפסי - "שוב נכשלתי במבחן, ההקלות האלה לא באמת עוזרות, אני לא מצליח להתרכז. ברור לי שגם בפעם הבאה אני אלמד שבוע למבחן ולא אצליח, אז בשביל מה לנסות???? המורים פשוט לא מבינים, הם חושבים שאני עצלן, הם לא מבינים שאני לא מצליח להתרכז, כל עיפרון שנפל מוציא אותי מהריכוז... בשביל מה להתאמץ?"
 - אבי - "אני לא יודע מה לעשות... פשוט חרא לי! למה הדברים לא יכולים להיות פשוטים יותר? למה אנשים לא יכולים לקבל דברים אחרים? אולי אני כבר אחשוף את עצמי וזהו, גם ככה כולם קוראים לי הומו, עדיף כבר לצאת מהארון... רק שההורים שלי לא יגלו, אבא שלי לא ידבר איתי... מקווה שלפחות אמא שלי תבין, אני בטוח שהיא תתגבר על זה, אבל אבא לי אין סיכוי"
- 10 דפי A4 ריקים.

אופן הפעילות:

הכנה מוקדמת:

- סידור הכיתה במעגל כיסאות, כאשר פני התלמידים מופנים כלפי חוץ.
- חשוב לדאוג למרווח מספק (כ- חצי מטר) בין כיסא לכיסא במעגל.
- ניתן להחליט מראש לבקש מ- 1-2 מהתלמידים לשחק תפקיד, ולהגיב לדוגמא באופן שלילי או באופן שמעורר דאגה...

* מהרגע בו התלמידים מתיישבים במעגל, יש להדגיש כי לשם הצלחת הפעילות, עליהם להמנע מתקשורת זה עם זה (מילולית או בלתי מילולית).

שלבי הפעילות:

1. כל אחד מהתלמידים מתבקש להחליט על שם/כינוי (יכול להיות שם של בן אדם/ חיה/ מספר...), ולא לחשוף זאת בפני אף אחד.
 2. מסבירים לתלמידים כי בו זמנית יועברו במעגל 3-5 דפי A4 לבנים (כתלות במספר התלמידים), כאשר על כל דף רשומה פסקה קצרה שנכתבה כביכול על ידי אדם כלשהו בנושא מסוים (הנושאים יכולים להשתנות בהתאם לשכבת הגיל ולתחומי העניין של התלמידים, לדוגמא: נטייה מינית, שימוש בסמים, קשיים בלימודים...). כל אחד מהתלמידים שמקבל לידו דף, רשאי לקרוא את מה שרשום בו ולהגיב במידה והוא מעוניין, על ידי רשימת הכינוי שלו + התגובה שלו. לאחר כמה דקות ניתן להוסיף דפים ריקים למעגל, ולאפשר לתלמידים להחליט על נושא חדש בעצמם.
 - הערה: חשוב כי הנושאים יהיו מגוונים ושכל אחד מהדפים יעסוק בנושא אחר, על מנת לאפשר לכמה שיותר תלמידים להתחבר לפעילות.
 - משך שלב זה בפעילות אמור להמשך כ- 20 דקות, כתלות בשיתוף הפעולה של התלמידים.
 3. דיון- התלמידים מסובבים את הכיסאות כך שיפנו לפנים המעגל, ומתנהל דיון על הנושא של קבוצות תמיכה מקוונות. במהלך כל הדיון יש להקפיד שלא להתייחס באופן ישיר לשום דבר ממה שנכתב על הדפים, אלא באופן כללי על אופן התנהלות התקשורת.
- נקודות לדיון:
- האם התחברתם לנושאים שהועלו? (שאלה חשובה בהתחלה על מנת לוודא שהפעילות תאמה לעולמם של התלמידים)
 - איך זה היה בשבילכם לדבר על כמה נושאים בו זמנית? אם לדעתכם זה יתרון/ חיסרון?
 - האם הרגשתם בנוח לכתוב תגובות?
 - האם הגיבו לדברים שאתם כתבתם? איך הרגשתם?
 - האם כתבתם תגובות שלא הייתם אומרים במידה והדיון היה מתנהל בעל פה באופן בו יושבים כרגע?
 - האם העובדה שהשתמשם בכינוי ולא בשמכם האמיתי הייתה משמעותית? האם זה השפיע על תגובותיכם?

- האם היו תגובות שגרמו לכם להרגיש טוב במיוחד?
- האם היו תגובות שפגעו בכם? (אפשר להגיב באופן כללי מבלי לפרט)
- האם ההתנסות מוכרת לכם מעולם האינטרנט? פורומים? קבוצות תמיכה?
- האם התנסיתם בפורומים מסוג זה? (שאלה שמתאימה יותר בקבוצה קטנה)
- מה היתרונות בקבוצות תמיכה באינטרנט, מתוך החוויה שחוויתם היום?
- מה לדעתכם יכול להיות בעייתי בקבוצות תמיכה באינטרנט? (אנונימיות, גורמים שליליים, קשיים טכניים, סודיות, האם מתאים לכולם?....), מה יכול להדליק עבורכם נורה אדומה?
- במידה ובסוף הפעילות ישנה תחושה כי הנושא לא הועבר בצורה מספקת, ניתן לקיים מפגש נוסף, בו אפשר לחשוף את התלמידים לקבוצות תמיכה שונות המתקיימות באינטרנט.

סכנות בפייסבוק

מטרות על:

- לעורר מודעות והרתעה על הסכנות הטמונות ברשת החברתית 'פייסבוק'
- לעורר מודעות למסירת פרטים אישיים ברשת החברתית 'פייסבוק'
- לזהות אילו תלמידים 'מועדים לפורענות', שאינם מודעים או חוששים לסכנות ברשת

קהל יעד:

- תלמידים בכיתות ד'-ו'

ציוד נדרש:

- לוח כיתה, טוש מחיק
- מחשב ומקרן, הכנת מספר שקופיות מראש במצגת POWER POINT: כרטיס פייסבוק של נער תמים; הודעה של הנער אל הבת; תמונה של מבוגר מפוקפק.
- כרטיסיות בשני צבעים שונים ומנוגדים (למשל אדום וירוק) שאחת מהן תבטא הסכמה והשנייה אי הסכמה.

אופן הפעילות:

חלק א

תחילה מציגים פרופיל של נער מתבגר בדף הפייסבוק שלו לתלמידים בכיתה באמצעות מחשב ומקרן. הפרופיל הוא של ילד אמיתי אך הדמות שמסתרת מאחוריו היא של אדם מבוגר כבן 50 שהתחזה לנער צעיר. בשלב זה הילדים עדיין לא יודעים שרוני הוא בעצם גבר בן 50. לאחר מכן מציגים לילדים הודעה שהתקבלה בפייסבוק מאותו נער צעיר לילדה אחרת: "היי זה אני רוני מאורט מוצקין, תאשרי אותי ☺". המנחה ישאל את התלמידים האם לאשר את רוני או לא. המנחה: "כל מי שחושב שצריך לאשר את רוני שירים את הכרטיס הירוק, וכל מי שאינו חושב שצריך לאשר את נופר שירים את הכרטיס האדום" (מחכים לתגובות התלמידים).

בשלב השני קוראים לתלמיד/ה מהכיתה ומבקשים ממנו לדבר עם רוני (המתחזה כביכול) בשיחת צ'ט בפייסבוק על הלוח מול התלמידים בכיתה. המנחה יתכתב בשם רוני וינסה לדובב את התלמיד למסור פרטים אישיים ולמשוך את השיחה לנושאים הקשורים לנושא מיני או על דברים שרומזים על כך.

בחלקים מסוימים של השיחה המנחה (לפי שיקול דעתו) ישאל את התלמידים האם להמשיך את השיחה עם רוני או לא? (המנחה יחכה לתגובות התלמידים בעזרת הכרטיסיות).

חלק ב

בשלב זה מספרים לתלמידים סיפור:

"מורן היא תלמידה בכיתה ה' שמידי יום הולכת לביה"ס וחוזרת ממנו לבדה באוטובוס. יום אחד כאשר עלתה על האוטובוס בחזרה הביתה מביה"ס, ניגש אליה בחור מבוגר כבן 45 ושאל אותה אם אפשר לשבת בספסל לידה שהיה ריק מנוסעים."

בשלב זה עוצרים ושואלים את תלמידי הכיתה: האם הייתם מסכימים שישבו לידכם באוטובוס?"
ברגע שרואים קלף אחד שמעיד על הסכמה (צבע ירוק) ממשיכים את הסיפור.

"מורן הסכימה והבחור התיישב לידה. לאחר נסיעה של 10 דק' הוא שאל אותה: איפה את יורדת?"

עוצרים בשלב זה ומבקשים מהתלמידים להרים את אחד הקלפים. גם כאן ברגע שיש קלף אחד שמעיד על הסכמה ממשיכים בסיפור.

"לאחר מכן שאל אותה: בת כמה את?"

"איפה את גרה?"

כאן אנו מצפים שקלפי ההסכמה לא יורמו יותר ואז אנו שואלים: האם קיים הבדל בין שיחה באינטרנט עם אדם זר לבין שיחה ברחוב עם אדם זר?
לאחר מכן מראים לילדים את התמונה האמיתית של האדם שהתכתב איתנו בשמו של רוני. על התמונה להיות מרתיעה כדי להראות לילדים את הסכנה העומדת מאחורי ההתכתבות עם אדם שאנו לא בטוחים בזהותו למרות שהוא הציג את עצמו בתור רוני, תלמיד מבית הספר. מראים לתלמידים כי פרטים שהם מוסרים בקלות במרחב הפייסבוק הם לא היו חושבים להגיד לאדם זר ברחוב. בכך להראות להם כי כאשר הם מוסרים פרטים אישיים לאדם שהם כביכול מכירים בפייסבוק, ייתכן והם מעבירים מידע לאדם שהם כלל לא מכירים, אלא למתחזה.

לבסוף מעלים נקודות לדיון בכיתה:

- ברחוב אני יכול להגן על עצמי ולברוח מה אני עושה כשזה מגיע לפייסבוק?

- מה עושים אם אותו אדם ממשיך לשלוח הודעות ואנו לא מעוניינים להמשיך איתו בשיחה?
- האם נותנים פרטים אישיים במרחב הווירטואלי?

חשיפה עצמית באינטרנט

מטרת ההפעלה

להמחיש כיצד האנונימיות ואי הנראות משפיעה על מידת החשיפה העצמית באינטראקציה המתקיימת באינטרנט וכן על הסכנות הפוטנציאליות העלולות לנבוע מכך. ההפעלה מנסה להמחיש למשתתפים את מאפייני התקשורת ברשת, השונים מאלו הנמצאים במפגש פנים אל פנים (למשל העדר קשר עין, טון דיבור, מידת התרגשות, זהות האדם), אשר בכוחם להוביל לתחושה של שחרור, חופש ופורקן וכן להתנהגות חסרת עכבות, אשר אמנם עשויה להניב התנהגויות חיוביות, אך גם עלולה להביא להתנהגויות פחות רצויות ואף מסוכנות.

ציוד נדרש

כיתת לימוד.

4 זוגות של כרטיסיות עם תיאורי תפקידים עבור 4 סימולציות.

קהל יעד

תלמידים בגילאי 11-14 (כיתות ו' עד ח'). מומלץ לבצע את הפעילות לכיתה שלמה בכדי ליצור דיון רחב יותר. ניתן להתאים את ההפעלה גם למבוגרים, כגון: הורים, צוות הוראה, יועצות חינוכיות וכדומה באמצעות שינוי תיאורי התפקידים בכרטיסיות ההפעלה.

אופן הפעילות

יש להדגיש לפני כל סימולציה, כי על כל הנוכחים לשמור על השקט ולא לדבר ביניהם או להגיב לאחרים, על מנת לדמות כמה שיותר צ'ט באינטרנט. עבור כל סימולציה יזומנו שני מתנדבים/ות. כל אחד/אחת מהם יקבל כרטיס עם פרטים לגבי תפקידו/ה (נספח 1). יש לתת לכל אחד לקרוא את הכרטיס שלו בנפרד ובפרטיות ולא לגלות לצד השני את תוכן ההנחיה שקיבל. בסימולציה הזוגות ידמו צ'ט באינטרנט על פי תיאורי התפקידים שקיבלו, כשהם עומדים גב אל גב. שאר המשתתפים יחולקו לשתי קבוצות כאשר כל קבוצה תתמקד באחד מהמציגים בסימולציה, ותמלא דף צפייה בזמן ההצגה על פי קטגוריות שונות (נספח 2). בסיום ההצגה ייערך במליאה דיון קצר בו יועלו נקודות שונות הנוגעות לתחושות של המציגים ושל הקהל, איזה תפקיד מילא כל אחד מהמציגים, דיון בקריטריונים השונים ועוד. כך יש לערוך את ארבע הסימולציות אשר משקפות רמות שונות של אנונימיות, ורמות סיכון פוטנציאליות.

חשוב כי היועצת לא תסיים את הפעילות עם מסר ברור של מסוכנות או הצורך להישמר, אלא תאפשר לתלמידים להגיע בעצמם לתובנות בנוגע להבדלים בין תקשורת פנים מול פנים לעומת

תקשורת באינטרנט ויעמדו על היתרונות והחסרונות של מאפייני התקשורת באינטרנט (אנונימיות, אי נראות, חוסר קשר עין ועוד) ועל הסכנות האפשריות העוללות להתעורר במצבים כגון אלו שהודגמו בסימולציות.

נספח מספר 1 – כרטיסיות הפעלה

סיטואציה 1:

משתתף 1: במשחק תפקידים זה את מגלמת את עצמך. היום בבית הספר החזירו את המבחנים שעשיתם בשבוע שעבר וקיבלת ציון גרוע אחרי שהתכוננת המון המון זמן. הגעת הביתה, נכנסת לפייסבוק ואת רואה שעוד כמה ילדים מהכיתה מחוברים. את פותחת צ'ט עם ילד מהכיתה שלך. משתתף 2: במשחק תפקידים זה אתה מגלם את עצמך. היום בבית הספר החזירו את המבחנים שעשיתם בשבוע שעבר וקיבלת ציון מעולה. הגעת הביתה, נכנסת לפייסבוק ואחת הבנות מהכיתה פונה אליך בצ'ט.

סיטואציה 2:

משתתף 1: במשחק תפקידים זה אתה מגלם ילד בן גילך שקוראים לו אורי. הגעת הביתה אחרי בית-ספר ואחיך הגדול השתלט על המחשב. אתה רב איתו והוא צועק עליך ולא נותן לך להשתמש במחשב. אחרי שעתיים הוא סוף סוף יוצא מהבית. אתה נכנס לפייסבוק ורואה שילדה בשם אלה אישרה את בקשת החברות ששלחת לה, ושהיא גם מחוברת. אלה היא חברה טובה של תמר, שלומדת אתך בכיתה וגם ידידה טובה שלך. אלה לא לומדת אתכם באותו בית ספר אבל ראית אותה במסיבה לפני שבועיים. אתה פונה לאלה דרך הצ'ט בפייסבוק ואתם מתחילים להתכתב. בדיוק אחיך נכנס הביתה כי שכח את הפלאפון, ושוב יוצא מהבית. משתתף 2: במשחק תפקידים זה את מגלמת ילדה בת גילך שקוראים לה אלה. אלה היא חברה טובה של תמר אך הן לא לומדות באותו בית ספר. אורי, ידיד טוב של תמר מהכיתה שלח לך בקשת חברות בפייסבוק. אתם לא כל כך מכירים אבל ראית אותו במסיבה לפני כשבועיים. את מאשרת אותו ורואה שהוא גם מחובר. אורי פונה אלייך בצ'ט בפייסבוק ואתם מתחילים להתכתב.

סיטואציה 3:

משתתף 1: במשחק תפקידים זה את/ה מגלם/ת את עצמך. סיפרת לשני חברים מהכיתה, שאתמול קיבלת איזה 120 לייקים תוך שעה לתמונה שהעלית

בפייסבוק.

שחר, אחד המקובלים בכיתה, בדיוק עבר לידכם, התחיל לצחוק עליך ואמר "אבל איך יש לך כזה הרבה, אתה לא מקובל".

אתה מגיע הביתה ונכנס לפייסבוק, ומתחיל אתך צ'ט מישהו בשם אייל, הוא אח של נעמה, ילדה מהכיתה שלך.

משתתף 2: במשחק תפקידים זה אתה מגלם נער בן 17, קוראים לך אייל ואתה DJ במסיבות.

ל אחותך הקטנה קוראים נעמה וכמה ילדים מהכיתה שלך חברים שלך בפייסבוק. אתה רואה שאחד מהכיתה שלה מחובר ואתה מתחיל איתו צ'ט בפייסבוק.

ב מהלך משחק התפקידים:

אתה מספר לו שאתה יכול להשיג לו את משחק המחשב החדש שכולם מדברים עליו בכלום כסף.

אתה מוכן להביא לו אותו לבית הספר, וזה יעלה לו 100 ש"ח במקום 500 ש"ח. אתה מעדיף שהוא יתן לך מספר כרטיס אשראי ולא כסף מזומן.

סיטואציה 4:

משתתף 1: במשחק תפקידים זה את מגלמת את עצמך.

חזרת היום הביתה בבאסה אחרי שרבת עם החברה הכי טובה שלך. היא היתה ממש מגעילה אליך היום וכל ההפסקה הסתובבה עם 'מלכת הכיתה' ולא התייחסה אלייך. הגעת הביתה מבית הספר וניסית לספר לאמא שלך אבל היא אמרה שהיא עסוקה ולא יכולה עכשיו.

את נכנסת לפייסבוק ורושמת סטאטוס שמביע את ההרגשה שלך מכל היום שעברת.

(תאמרי בקול רם מה פרסמת בפייסבוק כשתקבלי סימן, לפני שאתם מתחילים את משחק התפקידים).

מישהו שאת לא מכירה שולח לך הודעה מקסימה בפרטי (הוא יאמר בקול רם, אחרי שתאמרי מה פרסמת בפייסבוק).

משתתף 2: במשחק תפקידים זה אתה מציג את עצמך באינטרנט כילד בן 13, שקוראים לו אלמוג, אבל בעצם אתה גבר בן 30 וקוראים לך בני (תסתיר את זהותך האמיתית).

אתה רואה שהיא פרסמה סטאטוס בפייסבוק שלה (היא תאמר אותו בקול רם בתחילת משחק התפקידים).

ב מהלך משחק התפקידים:

אתם לא חברים בפייסבוק אז אתה שולח לה הודעה מאוד תומכת בפרטי (אחרי שהיא תאמר מה הסטאטוס שהיא פרסמה בפייסבוק, יגיע תורך לומר מה כתוב בהודעה שכתבת לה).

אחר כך, תתעניין איך היא מרגישה ומה עבר עליה היום.

תציע לה שתאשר אותך בפייסבוק כדי שתוכלו להתכתב בצ'ט (כי זה יותר קל, יותר מהיר..)
 כדי ליצור איתה קשר, אתה מתעניין ברגשות שלה, תומך בה, מתעניין בתחביבים שלה..
 בהמשך, אתה מחמיא לה על התמונות שלה בפייסבוק.
 אתה מספר לה שדודה שלך מפיקה בערוץ 2 ושהיא מחפשת ילדים לתוכנית חדשה. אותך כבר
 הזמינו לאודישן ונראה לך שהיא בדיוק מה שהם מחפשים.
 תבקש שהיא תשלח לך תמונות, אבל כאלה ש"ממש אפשר לראות שהיא נראית טוב" ואתה תעביר
 לדודה שלך.

נספח מספר 2 – דף הנחייה לצפייה (יחולק לשתי קבוצות)

סמן/י עד כמה התקיים כל אחד מהקריטריונים הבאים במשחק התפקידים שבו צפית:
 אני צופה ב: _____

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

1. עד כמה היה קשר עין בין שני התלמידים המציגים?

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

2. עד כמה התלמיד/ה יצר קשר עין עם הקהל?

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

3. עד כמה היה מגע פיזי בין שני התלמידים המציגים?

איפה היה מגע פיזי? (לדוגמה: יד/כתף/רגל..)

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

4. עד כמה התלמיד/ה פנה לקהל?

פרט את סוג הפניה לקהל (מבט, צחוק, קריצה...):

5. עד כמה התלמיד/ה חשף/ה פרטים אישיים?

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

6. עד כמה התלמיד/ה הבין/ה את רגשות הדמות השנייה?

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

7. עד כמה התלמיד/ה מתרגש/ת או נבוך/ה?

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

8. עד כמה התלמיד/ה מבולבל/ת?

9. מה את/ה יודע/ת על הדמות שבה צפית?

בריונות ברשת

תכנית התערבות בנושא "בריונות בפייסבוק" - תכנית מערכתית המורכבת מארבעה מערכי-שיעור ומיועדת לשכבת ז'. מטרת התכנית הן העלאת ההמודעות של הילדים, ההורים וצוות החינוך לנושא של בריונות בפייסבוק, העלאת הרגישות לנושא ומתן כלים להתמודדות.
 תתבקשי לנקוט במספר צעדים לפני ביצוע התכנית:

1. בחירת מנהיגי דיעה, 2 תלמידים לכל קבוצה שילמדו ויעבירו את התכנית.
 2. ביצוע שעת הדרכה למורים. רצוי להסביר על התכנית ופרטיה, המהות של [פגיעה מקוונת](#) וחשיבות הסדנא.
 3. בחירת מורה מתנדב/ת, אשר התלמידים וההורים יוכלו לפנות אליו על-פי הצורך בנושא בריונות בפייסבוק (יש צורך לבחור באדם אשר מכיר את הרשת וידע לענות גם על שאלות טכניות).
 4. ארגון מפגש שכבתי, בו רכז/ת השכבה/ מנהל/ת בית הספר תודיע על קיום הסדנא וחשיבותה.
 5. שליחת מכתב להורי השכבה (נספח 4).
- חשוב שיהיה לבית-הספר פורום יועצות אליו יוכלו התלמידים לפנות בנושא (בצורה אנונימית אם ירצו).
בהצלחה

מפגש 1- הכרות

מטרות: הכירות עם התכנית, הצגה של מנהיגי דיעה, יצירת סקרנות אצל התלמידים ובניית נורמות עבודה בקבוצה.

הפעילות:

את הפעילות הראשונה יפתח המבוגר האחראי בקבוצה (יועצת/ מחנכת) ולאחר מכן יעביר את הנחיית הקבוצה למנהיגי דיעה.

המבוגר האחראי בקבוצה (מחנכת/ יועצת) מציג את מנהיגי דיעה (גם אם חלקם מהכיתה). הוא מציג אותם בשמם ומציין כי הם למדו הרבה על הנושא של "בריונות בפייסבוק" והם יעבירו את הנושא לקבוצה.

לאחר הצגת מנהיגי דיעה, ישאל המבוגר האחראי את הקבוצה: **"מה לדעתכם צריך לקרות בקבוצה בכדי שנוכל לשמור על אווירה מכבדת ונעימה בכיתה? מה יאפשר לחבריכם להעביר את השיעור ללא הפרעות?"**

בשלב זה יבחר מתנדב שירשום חוזה על בריסטול. לדוגמה: כבוד, הקשבה לדברי השני, לא להתרפץ לדברים של אחרים וכדומה.

את השלב האחרון של המפגש יעבירו מנהיגי דיעה:

אחד ממנהיגי הדיעה יחלק את הקבוצה לשלוש תתי-קבוצות. כל קבוצה תקבל כרטיסייה (נספח מספר 1). מנהיגי הדיעה השני יבקש מהחברים בקבוצות לקרוא את הכרטיסיות ולדון בהן. לאחר מכן, כל קבוצה בתורה תספר על הכרטיסייה שקיבלה ועל הדברים שנאמרו בקבוצה. מנהיגי הדיעה יסכמו את המפגש בכך שנושא הבריונות בפייסבוק הוא נושא שקרוב לכולנו, גם אם בחיים האמיתיים אנחנו לא "בריונים". הוא יוסיף שבמפגשים הבאים נדבר על "מהי בריונות בפייסבוק", מיהם הבריונים, האם ומה ניתן לעשות נגד זה, איך אפשר להיות מודעים ולעזור גם לאחרים.

בסוף המפגש הקבוצה תדביק את הכרטיסיות על הבריסטול של החוזה ותתלה את הבריסטול בפינה שהקוצתה לכך בכיתה (בסוף כל מפגש נצרף עוד בריסטול).
ציוד נדרש: בריסטול, טוש, הדפסת כרטיסיות (נספח מספר 1), סלוטייפ, נעצים.

מפגש 2- בריונות ברשת

מטרות: הכירות עם ההגדרה "בריונות ברשת", מה זה אומר?, מה ההבדל בין "בריונות ברשת" ל"בריונות מסורתית".

הפעילות:

מנהיגי דיעה יבקשו מהקבוצה לשבת במעגל קטן. בתוך המעגל יפזרו את התמונות שהדפיסו וגזרו מראש (נספח מספר 2). חברי הקבוצה יתבקשו לבחון את התמונות ולהסביר מי לדעתם בריון מסורתי, מי בריון ברשת ומי בטוח אינו בריון. מנהיגי דיעה יבקשו מהקבוצה לנסות לגבש דיעה לגבי הגדרת "בריונות מסורתית" ו"בריונות ברשת", ולחשוב איזו אופי יש לבריון המסורתי ולבריון ברשת.

לאחר מכן מנהיגי דיעה יסבירו:

בריוניות ברשת היא התנהגות שמבוצעת באמצעות מדיה אלקטרונית או דיגיטלית (לדוגמה, בפייסבוק, אימייל, סמסים) על-ידי יחידים/ קבוצות השולחים מסרים עוינים או תוקפניים בכוונה לגרום נזק או אי-נוחות לאחרים.
קורבנות של בריונות(מסורתית או ברשת) סובלים מבטחון עצמי נמוך, דכאון, וחווים הרבה קשיים אחרים.

בניגוד למה שאנחנו יכולים לחשוב, מסתבר שתלמידים שלא מתאים להם להתנהג בבריונות, כן עושים זאת ברשת.

מנהיגי דיעה ישאלו את הקבוצה למה הם חושבים שיותר קל להיות "בריון" ברשת? הם יסכמו את דברי הקבוצה ויסבירו שברשת יש אנונימיות, כלומר אפשר לעשות דברים בלי שאף אחד ידע מי אתה, ואתה יכול להיות בריון או להתנהג בצורה תוקפנית בלי שאף אחד ידע שזה אתה. מנהיגי דיעה יוסיפו שמה שהופך את הבריונות ברשת לקשה כל-כך, הוא שבניגוד לבריונות רגילה, ההתנהגות התוקפנית יכולה להתבצע גם בבית הספר וגם בבית דרך האינטרנט, האימייל והטלפונים הניידים.

נסכם את המפגש בכך שכל אחד מהילדים בתמונות יכול להיות בריון ברשת או קורבן. התופעה הזו חמורה ביותר ובמפגשים הבאים נחשוב מה אפשר לעשות לגבי כך.

בסוף המפגש הקבוצה תדביק את הכרטיסיות של התמונות על הבריסטול תחת הכותרת "מיהו הבריון?" ותתלה את הבריסטול בפינה שהוקצתה לכך בכיתה.

ציוד נדרש: כרטיסיות תמונות (נספח 2), בריסטול, טוש, סלוטייפ, נעצים.

מפגש 3- סטטיסטיקה ודוגמאות

מטרות: הבנה של גודל התופעה.

הפעילות:

נפתח את המפגש בסטטיסטיקה על בריונות ברשת:

מנהיגי דיעה יחשפו את הבריסטול שהוכן מראש ויציגו את הנתונים:

☒ בשנת 2011 דווח על כמיליון ילדים אשר חוו הצקות, אימים או סוגים אחרים של בריונות בפייסבוק.

☒ כ-20% מהתלמידים מדווחים שחוו בריונות ברשת במהלך חייהם.

☒ הסוגים הנפוצים ביותר של בריונות ברשת הינם כתיבת מסרים פוגעניים (13.7%) והפצת שמועות זדוניות (12.9%).

☒ נערות חוות בריונות ברשת יותר מנערים (25.8% לעומת 16%).

☒ בריונות ברשת מתרחשת בעיקר ברשתות חברתיות (כמו פייסבוק) ובתוכנות לשליחת מסרים מיידיים (כמו מסנג'ר, איי.סי.קיו).

☒ רב הקורבנות לבריונות ברשת מדווחים על תחושות של כעס, עלבון ומבוכה נוכח הפגיעה. לאחר קריאת הבריסטול, תצפה הקבוצה בסרטון "[זה קורה ברשת](#)", ובסרטון "[אלימות ברשת האינטרנט](#)" (דקה 3:08 עד 4:40).

בתום הצפייה יפתח דיון בקבוצה ומנהיגי דיעה יעלו מספר שאלות לקבוצה:

1. האם מישוהו רוצה לשתף במקרה שהוא היה שותף או עד לבריונות בפייסבוק? האם חשב בזמנו שאלו דברים חמורים? מה הוא חושב עכשיו?
 2. אילו סוגי בריונות ראינו שקיימים בפייסבוק?
 3. האם בריונות בפייסבוק היא מצחיקה, או שהיא פגיעה של ממש בקורבנות?
 4. מה אתם חושבים שיכולה להיות ההשפעה של בריונות בפייסבוק?
- מנהיגי דיעה יסכמו את דברי הקבוצה תוך הדגשה על הפגיעה האמיתית בקורבנות, ועל כך שאנחנו צריכים לשים לב אם דברים כאלה קורים מסביבנו.
- לסיום יקרינו את הסרטון "[אותי זה לא מצחיק](#)" כחומר למחשבה.
- בסוף המפגש, מתנדב מהקבוצה ירשום על הבריסטול עם הסטטיסטיקה בגדול: "אותי זה לא מצחיק", וכל חברי הקבוצה יכתבו בעט מסביב "אותי זה לא מצחיק". הקבוצה תתלה את הבריסטול בפינה שהקוצתה לכך בכיתה.
- ציוד נדרש:** מחשב ומקרן עם חיבור לרשת, בריסטול עם סטטיסטיקה, סלוטייפ, נעצים, טוש, עטים.

מפגש 4- מהאידיאלי לריאלי

מטרות: חיבור בין המודעות של התלמידים למה שהם יכולים לעשות בפועל.

הפעילות:

מנהיגי דיעה יושיבו את הקבוצה במעגל, יחלקו טושים ויניחו בריסטול על הרצפה באמצע המעגל.

הכרטיסיות (נספח מספר 4) יונחו במרכז החדר כשהן הפוכות (הכתוב על הרצפה).
בכל פעם יבחר מתנדב, אשר ירים כרטיסייה ויוסיף את חלקה לבריסטול.
לאחר סיום הפעילות מנהיגי דיעה יסכמו את הדברים שנאמרו/ נכתבו, ומתנדב יתלה את הבריסטול
בפינת הכיתה שהוקדשה לנושא, ליד שאר הבריסטולים.
את הסיכום למפגש האחרון יעשה המבוגר האחראי (מחנכת/ יועצת).
התלמידים ישאלו מה הם לקחו מהסדנא, איך הם מרגישים עם הנושא והאם יש להם שאלות נוספות
שנותרו ללא מענה.

לאחר הדיון, המבוגר האחראי יסכם את המפגש האחרון ויודה לתלמידים על השתתפותם.

ציוד נדרש: בריסטול, כרטיסיות (נספח 4), טושים לכל הקבוצה, סלוטייפ, נעצים.

נספחים:

נספח מספר 1-

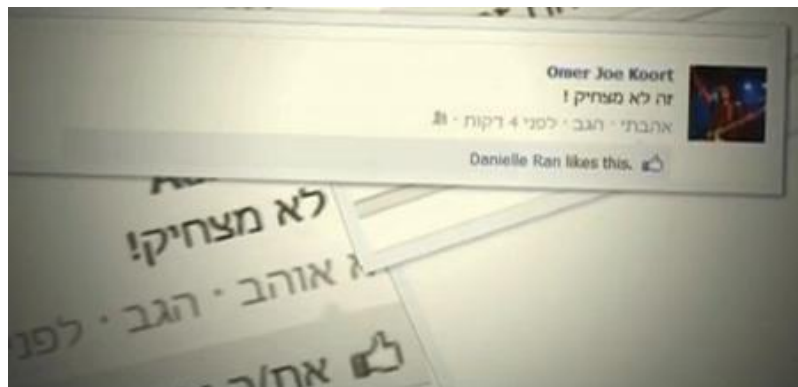
כרטיסיה מספר 1

לירז, תלמיד כיתה ז' בבית ספר בצפון הארץ נכנס לפייסבוק וראה שכמה מהחבר'ה שלו עשו 'לייק'
בתגובה לבדיחה מעליבה שכתבו על העמוד של ילד לא מקובל מהכיתה.

לאחר מחשבה הוא כתב בתגובה: "אותי זה לא מצחיק".

האם בדיחה מעליבה הינה בריונות?

האם הייתם מתנהגים כמו לירז, ומדוע? מדוע לירז הגיב כפי שהגיב?



כרטיסיה מספר 2

2 בנות נאסרו מכיוון שזייפו עמוד של חברה בפייסבוק.

2 בנות מפלורידה זייפו עמוד של בת כיתתם ונאסרו. הן פתחו עמוד פייסבוק מזויף על-שמה, פרסמו
תמונות חושפניות שלהן והגיבו עליהן. הן גם כתבו הערות גסות בשם חברתן לכיתה.

העמוד נסגר רק לאחר שאמא של חברה אחרת מהכיתה ראתה את העמוד בפייסבוק והודיעה
לרשויות.

הבנות פרסמו תמונות מזויפות של חברתן והוסיפו 189 תלמידים מבתי ספר שונים. כשנתפסו טענו

שעשו זאת רק משום שחשבו שזו תהיה "בדיחה מצחיקה".
חוקר ממשטרת פלורידה סיפר שהבנות חשבו שהן עושות משהו מצחיק, אך הן טעו- זהו פשע.
האם לדעתכם זוהי בריונות ברשת? מה ניתן לעשות כשרואים שדבר כזה קורה למישהו שמכירים?
איך אתם חושבים שהתנהגותן של הבנות השפיעה על חייה של חברתן לכיתה?



החשודות:

כרטיסיה מספר 3

שתי בנות שהיו קורבנות בריונות בפייסבוק יצאו כנגד האנונימיות של תוקפיהן, כאשר מחקר חדש מראה שבריונות ברשת השפיעה על שליש מבני הנוער.
אחת הבנות אשר נפגעה קשות מהבריונים שהטרידו אותה, עד כדי הסתגרות בבית והתנתקות מכל חברה.

אותה נערה שפעם היתה חסרת בטחון וכמעט שנשברה, היא כבר בת 15 והפכה ללוחמת נחושה כנגד בריונות ברשת. היא מעודדת בני נוער אחרים לעמוד ולהאבק נגד הבריונים שמטרידים אותם.
מהי בריונות ברשת? מיהם אותם בריונים שמטרידים ברשת? האם אני גם עלול להיות חלק?





<p>רשום בכותרת הבריסטול "מה אפשר לעשות"??</p>
<p>רשום על הבריסטול בגדול: "דווח/ חסום" או "REPORT/ BLOCK" ולאחר מכן הקרא לכיתה: כשמישהו מציק לי בפייסבוק, או שאני רואה בריונות בפייסבוק, אני יכול בלחיצת עכבר, לדווח על כך. יש אפשרות לדווח או לחסום.</p>
<p>הראה לחבריך לקבוצה כיצד מגיעים לאפשרות לביצוע חסימה של אדם לפי התמונה המצורפת. לאחר מכן הדבק את התמונה על הבריסטול.</p>
<p>הקרא: לירז, תלמיד כיתה ז' בבית ספר בצפון הארץ נכנס לפייסבוק וראה שכמה מהחבר'ה שלו עשו 'לייק' בתגובה לבדיחה מעליבה שכתבו על העמוד של ילד לא מקובל מהכיתה. לאחר מחשבה הוא כתב בתגובה: "אותי זה לא מצחיק." אנא כתוב על הבריסטול: "אותי זה לא מצחיק!!!"</p>
<p>הקרא: בבית הספר שלנו, המורה X אחראית השנה על הנושא של בריונות בפייסבוק. אפשר לפנות אליה בכל שאלה בנושא. כתוב על הבריסטול: "אפשר לפנות אל X, להורים או ליועצת".</p>

כתוב על הבריסטול: "אפשר להתייעץ עם חבר טוב ולהחליט יחד מה לעשות"..

כתוב על הבריסטול: "באתר בית הספר קיים פורום של היועצת. אפשר לכתוב לה שם בעילום שם!"
כתוב בגדול על הבריסטול: "והכי חשוב- לא לקחת חלק!!"

נספח מספר 4- מכתב להורים

נדון: בריונות בפייסבוק

הורי שכבת ז' היקרים,

כולנו מכירים היטב את תופעת הבריונות, הקיימת מימים עברו. בעידן זה אנו נוכחים לסוג חדש של בריונות- בריונות מקוונת. הכוונה היא להצקה, הפחדה, או הטרדה שמתבצעת באמצעים המקוונים כגון דוא"ל, מסרים מידיים ברשת, קבוצות דיון, צ'אט, רשתות חברתיות (כמו פייסבוק), טלפונים ניידים ועוד רבים אחרים.

בני נוער רבים חווים בריונות בפייסבוק או עדים לה, פעמים רבים נפגעים ולא משתפים, או חושבים שמדובר בהלצה.

בימים אלו ילדכם משתתף בסדנה בנושא "בריונות בפייסבוק". מטרת הסדנה היא העלאת המודעות לתופעה זו, פיתוח רגישות ורכישת כלים להתמודדות עם הנושא.

כצוות החינוך בבית הספר, חשוב לנו שגם אתם תהיו מעורבים. אנא, דברו עם ילדכם על הנושא ועודדו אותו לשתף אם הוא נתקל במקרים של בריונות בפייסבוק או ברשת.

באתר בית הספר קיימת אפשרות לפנייה אנונימית דרך פורום היועצות. תוכלו לפנות בצורה שמית או אנונימית ולקבל עזרה בנושא. בנוסף, המורה X אחראית השנה על הנושא, ותוכל לתת מענה לילדכם בכל עניין הקשור לבריונות בפייסבוק.

בתודה על שיתוף הפעולה,

צוות בית הספר.

חשיפה באינטרנט

רציונל לפעילות: העולם הווירטואלי נעדר את גבולות ומגבלות העולם האמתי, ועל כן מושך ומעודד אותנו לתקשר, ליצור קשרים, לחשוף ולהעז. באינטרנט אנחנו מרשים לעצמנו להיחשף במהירות ובקלות רבה יותר, מבלי להרגיש כמעט שאנחנו נחשפים. אנחנו יושבים מול המסך ולא מול האנשים איתם אנו מתקשרים, ועל כן מרגישים מרוחקים ומוגנים מההשלכות של דברינו או מעשינו ומהסכנות הטמונות בהם. איננו רואים את הסכנה פנים אל פנים ולכן גם פחות מודעים אליה.

מטרות על: להמחיש לתלמידים את ההבדלים בין חשיפה במציאות לעומת חשיפה באינטרנט, ועל

ידי כך להגביר את רמת המודעות שלהם להשלכות ולסכנות האפשריות הכרוכות בחשיפה

באינטרנט.

ציוד נדרש: כרטיסיות שהוכנו מראש עם שאלות ותגובות בהתאם לגיל המשתתפים, דפים חלקים

וכלי כתיבה, כיתה עם מרחב לנוע בו.

קהל היעד: הפעילות יכולה להתאים לתלמידים בכל שכבות הגיל, וכן למבוגרים, שכן כל משתמשי

האינטרנט לצורכי תקשורת ויצירת קשרים (כגון רשתות חברתיות, צ'טים וכדומה) נחשפים באינטרנט וחשופים לסכנות. מכיוון שמתבגרים ובני נוער בגילאי החטיבה והתיכון, הם המשתמשים העיקריים באינטרנט לצורכי תקשורת, היכרויות ויצירת חברויות, נראה כי מתאים יותר להתמקד בהם כקהל היעד של הפעילות, אך עם זאת, ניתן להעביר את הפעילות גם למורים ולהורי התלמידים.

כלים שחיוני שיהיו ליועצת על מנת להעביר את הפעילות: הפעילות יוצאת מנקודת הנחה

שהעברת המסר בצורה חווייתית תאפשר לתלמידים להזדהות עם החוויה המועברת בפעילות ולהתחבר אליה מתוך ניסיונם האישי. על כן יש חשיבות רבה להיכרות היועצת עם השפה בה מדברים התלמידים במסגרת התקשורת באינטרנט ומחוץ לה, כמו גם לאופן בו הם יוצרים חברויות וקשרים. מומלץ שהיועצת תכיר מתוך התנסות ישירה את הרשתות החברתיות, הבלוגים והצ'טים וכך גם את עולמם החברתי ושפתם של התלמידים.

חשוב שהיועצת תגיע מוכנה עם חומר רקע בנוגע לנושא, הרציונל והמטרות שמאחורי הפעילות. זאת על מנת שתוכל לקיים דיון עם התלמידים לאחר הפעילות כדי לוודא את הבנת הסיטואציות והעברת המסר הנכון.

בעיות אתיות: התקשורת באינטרנט לצורך יצירת קשרים וחברויות מייצרת עבור תלמידים רבים עולם של הזדמנויות חיוביות, מעשירות ומתקנות ולא רק של סכנות. המסר המועבר דרך הפעילות, מתרכז בעיקר בהגברת המודעות כלפי הסכנות הטמונות בחשיפה הבינאישית. יחד עם זאת מטרת הפעילות אינה למנוע מהתלמידים להשתמש באינטרנט לצרכי תקשורת בינאישית וחשוב לציין בפניהם גם את היתרונות והרווחים שבה.

הפעילות מדמה התפתחות שיחה באינטרנט לעומת שיחה פנים-מול-פנים על ידי שימוש בכרטיסיות של שאלות ותגובות. חשוב לגלות רגישות ולהתאים את הכרטיסיות ותכני השיחה לגיל ולשלב ההתפתחותי של הילדים על מנת שלא לגרום לבהלה ורתיעה מיותרת מהאינטרנט, וכדי שהם אכן יוכלו להבין ולהתמודד נכון עם התכנים. כמו כן, חשוב להתאים את מידת ההיכרות האישית של התלמידים עם החוויות והתכנים המועברים בפעילות. כך למשל במקרה בו בוחרים לכלול כרטיסיות עם רמזים או הצעות מיניות. ייתכן ושיחה מוקדמת עם הכיתה על הרגלי השימוש, חוויותיהם וחברויותיהם באינטרנט תעזור ליועצת לכוון את תכני הפעילות לצרכי התלמידים בצורה רגישה ויעילה יותר.

קשיים צפויים: יתכן קושי מצד היועצת בהתאמת השפה של הפעילות לשפת המתבגרים אשר יקשה עליה לדבר אליהם 'בגובה העיניים'. במידה בה התלמידים יתקשו להזדהות ולשתף פעולה עם התכנים המוצעים בכרטיסיות, אפשר לבקש מהם לרשום בעצמם את הכרטיסיות, מתוך ניסיונם האישי עם היכרות באינטרנט.

מטרת הפעילות היא להעביר מסר חווייתי לפיו במהלך מפגש באינטרנט, לעומת מפגש בחיי היומיום, אנו מתקרבים ונחשפים הרבה יותר ועושים זאת מבלי להרגיש. ייתכן והמשתתפים בפעילות יתנהגו

באופן שדווקא נוגד הנחה זו ויגיבו על השאלות הפוך מהאופן בו אנחנו מצפים שיגיבו. במקרה שכזה אפשר לפתוח את הנושא לדיון, לשאול את שאר כל תלמידי הכיתה מה הם היו עונים ולהעלות בפניהם את המקרה שרצינו להעביר להם.

אופן הפעילות:

חלק ראשון

בוחרים מתנדבת. מבקשים ממנה לעמוד בקרבת הקיר עם פניה כלפיו. נותנים למתנדבת דפים וכלי כתיבה ומבקשים ממנה למלא אחר ההוראות הבאות:

את כרגע נמצאת במרחב הווירטואלי- פייסבוק, צ'ט וכדומה. את מתבקשת לא להסתובב. מנחת הפעילות תציג בפנייך כרטיסיות שעליהן הערות או שאלות. עלייך לענות ולהגיב על השאלות או ההערות שיוצגו לך בכתב, ללא מילים, כפי שעושים במרחב הווירטואלי. לאחר שתסיימי לרשום את תגובתך, מנחת הפעילות תיקח ממך את הדף. עלייך להמתין עד שמנחת הפעילות תציג בפנייך כרטיסיה נוספת ולהמשיך למלא אחר ההוראות הקודמות. הפעילות תסתיים כאשר המנחה תורה לך על כך.

בוחרים מתנדבת נוספת. מבקשים ממנה לעמוד בקרבת הקיר בדיוק ממול למתנדבת השנייה כשגבה אל הקיר. נותנים לה כרטיסיות ומבקשים ממנה למלא אחר ההוראות הבאות:

את כרגע נמצאת במרחב הווירטואלי- פייסבוק, צ'ט וכדומה. את מתבקשת לא להשתמש במילים, כיאה למרחב הווירטואלי. עליך להרים את הכרטיסיה הראשונה בחבילה ולהציגה בפני הכיתה. על הכרטיסיה רשומה הערה או שאלה. מנחת הפעילות תיקח את הכרטיסיה מידייך ותציג אותה בפני המתנדבת השנייה שעומדת עם גבה אלייך. המתנדבת השנייה תגיב לתוכן הכרטיסיה בכתב ומנחת הפעילות תציג את דף התגובה בפני הכיתה ולאחר מכן בפנייך. לאחר שיוצג בפנייך דף התגובה, עלייך להתקדם לעבר המתנדבת השנייה בהתאם לתשובתה או תגובתה בדף. אם הייתה תגובה התקדמי צעד אחד. אם לא הייתה תגובה הישארי במקום. הפעילות תסתיים כאשר המנחה תורה לך על כך.

סדר הכרטיסיות:

1. (כרטיסיה עליה מודבקת תמונה של מישהו חתיך) ולצידה הכיתוב "היי".
2. איך קוראים לך?
3. בת כמה את?
4. מאיפה את?
5. איפה את לומדת?
6. ראיתי את התמונות שלך מהמסיבה. את ניראת ממש חמודה. איפה את מבלה בדרך כלל?
7. ראיתי שכתבת בסטאטוס שאת מבואסת. אבל איך מישהי יפה כמוך עצובה???
8. יש מצב שבא לך שנמשיך לדבר...?

מהלך הפעילות: ככל שהמתנדבת העומדת עם פניה אל הקיר תגיב ותענה, כך המתנדבת השנייה תמשיך להתקדם לעברה, כל פעם צעד אחד בהתאם לתגובה, עד שתהיה ממש צמודה אליה. בתגובה

המתנדבת השנייה תרגיש בנוכחותה, מאחורי גבה, תסתובב ותבין עד כמה חדרו אל המרחב הפרטי שלה ועד כמה הסכימה להיחשף והרשתה לעצמה להתקרב, ושיתקרבו אליה מבלי ששמה לב.

חלק שני (לשם ההשוואה)

מזמינים שני מתנדבים אחרים - בן ובת.

אומרים להם- אתם שני אנשים זרים, שמעולם לא נפגשו, שנפגשים ברחוב באופן מקרי. תהיו עצמכם. הבן מקבל כרטיסיות עם אותן השאלות של חלק א', עם השינויים הבאים כדי שיתאימו לעולם האמיתי:

1. היי.
2. איך קוראים לך?
3. בת כמה את?
4. מאיפה את?
5. איפה את לומדת?
6. איפה את גרה?
7. יש לך חבר?
8. יש מצב שבא לך שנמשיך לדבר...?

הבת צריכה פשוט לענות או להגיב לשאלות שלו בטבעיות. אם היא לא מוכנה לענות או להגיב, או שהיא עונה באופן מתחמק או לא משתף פעולה כמו למשל- לא יודעת, לא חושבת שזה עניינך וכן הלאה, על בן לקחת צעד אחורה.

מהלך הפעילות: 'בעולם האמיתי' הבת תסרב או תהסס לשתף פעולה עם זר, שלא כמו המתנדבת הקודמת ב'עולם הווירטואלי'. כתוצאה מכך, בניגוד לחלק הראשון של הפעילות, המתנדבים ילכו ויתרחקו זה מזו.

במהלך החלק הראשון של הפעילות ישנה חשיבות לשמירה על תנאים המדמים את המרחב הווירטואלי כמו העדר קשר עין ושימוש בדיבור. תנאים אלו חשובים גם על מנת לשמור על מוטיב ההפתעה של המתנדבת שאינה מודעת לנעשה מאחורי גבה ולהתקרבות של המתנדבת השנייה לעברה. תנאי נוסף המדמה את המרחב הווירטואלי בניגוד למציאות היומיומית, הוא האפשרות להשהות את התגובה. על כן מנחת הפעילות צריכה למסור את הכרטיסיות, למתנדבת המגיבה עליהן, בטווחי זמן שונים. (כך למשל כרטיסייה אחת למסור לה ישר וכרטיסייה אחרת לאחר מספר דקות).

בתום הפעילות ניתן יהיה לקיים דיון ולהתייחס להשפעה של תנאים אלו על התגובות והתחושות של המתנדבת.

פישנינג

מטרות על:

- המטרה של הפעילות היא לעורר את המודעות של התלמידים לגבי תופעת הפישנינג, ולהקנות להם כלים איך לזהות דפי אינטרנט מפוברקים, תוך הדגשת הצורך באימוץ גישה סקפטית בעת החשיפה לחומרים מקוונים.

קהל היעד:

- היות ותופעת הפישנינג צוברת תאוצה ברשתות החברתיות המקוונות, אחד ממקומי הבילוי הפופולריים של הנוער המתבגר, יש להעביר את הפעילות בקרב תלמידים בחטיבת ביניים, בכיתות של עד 30 תלמידים, כשהעברה שלה תתקיים בצורה כיתתית. המורה איננה צריכה ציוד מעבר להדפסת הנספחים. במידה והמורה תרצה להחליף את הנספחים הקיימים בעדכניים יותר, יש להקפיד שהתוכן מבחינה גרפית ומילולית מתאים ולא פוגעני.

אופן הפעילות:

- פותחים את הפעילות בשמש אסוציאציות. המורה תצייר על הלוח שמש ותכתוב בתוכה Facebook, ולאחר מכן תבקש מהתלמידים לזרוק בצורה חופשית כל מה שעולה להם לראש. את המילים הטעונות חיובית תקיף במעגל כחול, ואת הטעונות שלילית תקיף במעגל אדום. המורה אוספת את תשובות התלמידים, ומוצאת בהן כרש קפיצה לנושא הפעילות- מתקפות פישנינג.
- לאחר הצגה קצרה של הנושא והגדרת המונח פישנינג כ"שימוש בדפי אינטרנט מפוברקים והודעות כוזבות (לגבי סלבס למשל) לשם גניבה ופריצה לחשבון המשתמש האישי" כל זוג יקבל עותק של נספח 1, ויהיה עליו למצוא כמה שניתן הבדלים תוך 2 דקות. כדי ליצור מתח, על המורה לציין מדי פעם כמה שניות נותרו עד תום הזמן. בתום שתי הדקות המורה תפנה את השאלה הבאה ותפתח דיון סביבה? מה הייתם צריכים לעשות כדי לזהות את ההבדלים? אילו היה לכם יותר זמן הייתם מצליחים למצוא עוד?
- המורה כעת תרחיב בהסברים: לא כל מה שרץ באינטרנט אוטנטי, האקרים למיניהם בונים ומפיצים אתרים מפוברקים הדומים במידה משכנעת מאוד לאתרים פופולאריים דוגמת פייסבוק וזה במטרה לגנוב פרטי חשבון משתמש, מה שמצריך יכלת זיהוי הבדלים. פה המורה עוצרת ושואלת איך תדעו שאתר הפייסבוק או כל אתר אחר הוא מפוברק או אוטנטי? על מה תסתמכו? איך תגיעו להחלטה לגבי אוטנטיות?
- לאחר דיון קצר המורה תיתן עותק של נספח 2 ותשאל: האם דף הפייסבוק הזה אוטנטי או לא? למה? היא תפרט למה האתר לא אמתי ותציין את שני הסימנים התמוהים (כתובת האתר וריבוי סימני השאלה בסרגל השפות). לאחר מכן היא תסביר שכמעט ולא בודקים עד כמה אמתי דף הלוגין, ושלרב מזינים את הפרטים שלנו כהרף עין ובפזיזות יתרה, ושבתח לא מתבוננים בו במשך דקות ואפילו לא 10 שניות כפי שעשו במשחק מצא את ההבדל.
- בשלב אחרון המורה תסביר איך מגיעים לדפי הלוגין המזויפים ותתייחס להודעות העסיסיות הכוללות תוכן סוטה, ביזארי כלשהוא שיש בהן כדי לזעזע ולהביא לידי פעירת פיות (פה תחלק נספח

- 3). תסביר כי בדרך כלל ההודעות הללו כוללות לינק כשמקליקים עליו מופנים לאתר מפוברק הדומה לפייסבוק והדורש התחברות מחדש להמשך צפייה. פה תעצור ותשאל: האם נתקלתם בהודעות מהסוג הזה? תנו דוגמאות? היא תדגיש כי יש שני סימני היכר למתקפת פשינג: (1) קריאות כגון OMG, Shocking וכו', (2) סקנדלים כוזבים של סלבס.
- המורה פה סוגרת את הפעילות עם סיכום בעזרת שאלות ווידאו הבנה, מהו פשינג, איך מזהים אותו, והעלאת המסקנות יתנהל כך שהחניכים יפנימו למה לא מקליקים על כל מה שזז! **כלים נדרשים:** תמונות להמחשה.

נספחים:

נספח 1 :



נספח 2:



נספח 3:



חשיפה לפורנוגרפיה במגזר הערבי

קהל היעד: הורים לילדים בגילאי 8 עד 12.

מטרות על: הגברת המודעות ותמיכה קבוצתית להורים בהתמודדותיהם עם ילדיהם הנחשפים לתכנים מיניים באינטרנט ומתן כלים אפשריים לטיפול יעיל בנדון בין ההורה והילד.

ציוד נדרש: מצגת או שיחולק בסוף הסדנה, אשר מכילים מידע ראשוני אודות התופעה, כמו שימוש באינטרנט, אחוזים, מניעים לשימוש, סכנות, השלכות ונקודות חשובות בהתמודדות.

אופן הפעילות: הצגת הנושא והרציונל לקיום הסדנה. נחלק את ההורים לזוגות, ונבקש לדמיין שכל זוג הוא הורה וילד. הסיטואציה מבוססת על שיחה בין שניהם בה נפתח נושא חשיפה לתכנים פורנוגרפיים באינטרנט. לאחר מכן, נבקש ממתנדבים לספר על החוויה ונשאל שאלות מכוונות, כמו: "מה עמדתך כלפי פורנוגרפיה? מה היה לך הכי קשה בשיחה עם ילדך? האם לדעתך יש לך את הכלים להתמודד עם בנך או בתך שנחשפו לפורנוגרפיה? תאר לנו איפה זה פוגש אותך?". מפני שאנחנו יודעות שאין להורים את כל המידע הנחוץ להבנת המניעים לחשיפת ילדיהם לפורנוגרפיה, אנחנו חושבות שבשלב שאחרי שאילת שאלות אלו, נפרוס בפניהם נקודות חשובות ועובדתיות. נשאל אותם: האם יש שינוי בדעותיהם? ולבסוף, נדון בדרכי התמודדות אפשריות ונסכם את הנקודות החשובות.

אלימות ברשת סדנה להורים

מטרות על-

- העלאת המודעות לתפקיד והמקום של האינטרנט בחיי הילדים.
- העלאת המודעות לתופעת האלימות ברשת ומאפייניה הייחודיים.
- חשיפה לעקרונות ומתן כלים בהתמודדות הורים עם מקרים של אלימות ילדים ברשת.

ציוד נדרש-

לפעילות "קופסאת המשאלות" - קופסא צבעונית גדולה ובתוכה תמונות ופתקי מילים המביעים משאלות כגון: כסף, בית, נסיכה, אוכל טוב, מסיבה, עננים, נוף, אהבה, חברות וכו'. בין הפתקים יש להשאיר גם פתקים ריקים בצורות וצבעים שונים. על יד הקופסא יש להכין טוש לכתיבה, פח, וכפתור X אדום וגדול (עשוי מקרטון). בנוסף ניתן להוסיף לשדרוג: מוסיקה מתאימה, מסיכות וגלימות בסגנונות שונים.

לפעילות "התמודדות עם פגיעה באינטרנט- הענשה" - מטפחות לעיניים ולידיים, לוח וטושים מתאימים ללוח, דפים ועטים לעבודה בקבוצות.

קהל היעד-

הורים לתמידי בית ספר.

אופן הפעילות-

פתיחה- "בדיקת דופק עם ההורים"-

הצגת שאלה להורים- האינטרנט ואתם: האם אתם גולשים? אילו אתרים? קוראים? מצ'וטטים?

מטקבקים? מעלים תמונות? באיזו תדירות?

פעילות: צרכים שהאינטרנט ממלא עבור הילדים

רציונל הפעילות- העלאת המודעות לצרכים שהאינטרנט ממלא עבור הילדים והמשמעות שלו בחייהם.

מהלך הפעילות- "קופסאת המשאלות": מכינים קופסא צבעונית וגדולה ובה תמונות ופתקים של משאלות מסוגים שונים (כסף, בית, נסיכה, אוכל טוב, מסיבה, עננים, נוף, אהבה, חברות, הקשבה וכו'...). ביניהם מניחים גם פתקים ריקים בצורות וצבעים שונים. המתנדב יכול לבחור כמה משאלות שירצה וקופסאת הקסמים מבטיחה לו את התגשמותן בפרק זמן קצר. המתנדב יכול אף להוסיף בפתקים הריקים משאלות נוספות כיד הדימיון. לאחר שהוא כותב על הפתקים הריקים הוא יכול לשמור אותם אצלו או להשמיד אותם ולזרוק לפח הסמוך. אין דאגה- הקופסא תמלא את המשאלה גם לאחר השמדת הראיות. אם המתנדב בוחר בכך הוא יכול גם רק לדמיין את המשאלה ולהתרכז בה למספר שניות. אם למשאלה תוצאות לוואי לא רצויות, יכול המתנדב גם לאחר התגשמות המשאלה להתחרט וללחוץ על כפתור X, ובכך הקופסא תשמיד את קיומה של המשאלה. *ניתן להוסיף מוסיקת רקע מתאימה. *להגברת האנונימיות ותחושת הקסם: המתנדב יכול ללבוש גלימת קסמים שחורה המסתירה את גופו ו/או מסכה צבעונית המסתירה את פניו. לשדרוג: ניתן להביא מגוון גלימות/ מסכות לבחירת המתנדב.

לאחר הפעילות- המתנדב חוזר למקום ומשתף את הקהל בחוויה שעבר במהלך הפעילות. במהלך הדיון חשובה ההדגשה של החוויה המרגשת של סיפוק הצרכים המידי, של השחרור והחופש לרצות כל דבר ללא מגבלה, של תחושת המוגנות- ניתן לחזור אחורה בכל עת ללא לקיחת אחריות על ההשלכות, של האנונימיות- השמדת ראיות מיידית, גלימה ומסכה. להקביל את כל העקרונות הללו לחוויות האינטרנט.

דיון: האינטרנט והילדים-

על אילו צרכים השימוש באינטרנט עונה? איך ההורים מרגישים עם סגנון השימוש של הילדים באינטרנט והתדירות שבה הם משתמשים? מה ידוע לנו על הסכנות והאתגרים שעומדים בפניהם?

מה החששות של ההורים בהקשר הזה?

דיון: מה קורה כשהילד שלי נפגע?

העלאת הסוגיה כי אחת הסכנות היא שיפגעו בילד שלי- יציקו, יעליבו, ישפילו-

איך אני מרגיש עם זה? איפה זה פוגש אותי? (תסכול, חוסר אונים, העדר שליטה) איך זה שונה

מפגיעה בעולם הפיזי?

לתת להורים לדבר אך להדגיש כי התחושה לא שונה מאוד בחוויה, מילים כתובות כואבות לא פחות מאלו הנאמרות. יתירה מכך, התחושה היא שאין מפלט מהפגיעה גם לא בבית, האינטרנט והפלאפון חודרים לכל פינה בחיינו. ההשפלה לעיתים גדולה יותר מהעולם הפיזי היות והקהל באינטרנט הוא אינסופי. כאשר הפגיעה וההעלבות בעלות אופי מיני, מה שקורה בלא מעט מהמקרים, מצטרפת לכך גם המבוכה והחשש לבקש עזרה.

האם אתה מכיר מישהו שזה קרה לו? סיפור כזה או דומה?

סיכום- חוויה קשה להורה כשהילד קשור לאירוע כזה- בין אם פוגע, נפגע או רק "צופה".

פעילות: התמודדות עם פגיעה באינטרנט- הענשה

רציונל הפעילות- כאשר הורים מגלים כי ילדם נפגע באינטרנט, הנטייה הטבעית היא להעלים את מקור הפגיעה- האינטרנט. הם בדרך כלל אוסרים עליו להשתמש באינטרנט או בפלאפון בכדי למגר את התופעה. נקיטת פעולה זו בד"כ אינה יעילה מכמה סיבות. האינטרנט ממלא תפקיד חברתי וצרכים משמעותיים אחרים בחייהם של ילדים, והניתוק ממנו כמוהו כפגיעה נוספת. בנוסף, הילדים ברוב המקרים מוצאים דרכים עקיפות להמשיך את השימוש באינטרנט ובצורה כזו גם הפגיעה נמשכת וגם השיח עם ההורה חסום והילד נשאר בודד במצוקה.

בפעילות זו יש נסיון להמחיש להורים מהי החוויה של הניתוק מהאינטרנט עבור הילדים- מגבלה ממש, כמו קשירת הידיים. כמו גם להעלות את המודעות לנטייה הטבעית הזו והשלכותיה כפעילות מקדימה לפני הנסיון לספק דרכי התמודדות חלופיים.

מהלך הפעילות- מתחלקים לקבוצות: כחמישה אנשים בכל קבוצה. מנחות הקבוצה בוחרות באופן אקראי אדם אחד מכל קבוצה וקושרות את ידיו ועיניו. כל קבוצה מקבלת משימה: לדון בדרכי התמודדות עם מקרי אלימות ברשת של ילדים. כל קבוצה מקבלת דפעם וכלי כתיבה על מנת לסכם את העקרונות שהועלו בדיון.

לשאול במליאה איך הרגישו ה"קשורים"- איך הם חוו את הדיון הקבוצתי? כמה הם הצליחו להביא את עצמם לידי ביטוי בקבוצה? האם עובדת היותם קשורים השפיעה על היכולת שלהם לבטא את עצמם בקבוצה ולקחת חלק פעיל בקבוצה? אם כן- מה היה חסר להם? מה הם הרגישו שנלקח מהם? (היכולת לזהות את התקשורת הבינאישית בקבוצה ולהגיב בהתאם, המשוב הלא מילולי מאחרים- איך הם נתפסים בעיניהם ואיזה רושם מותירים הדברים שהם אומרים או עושים על חברי הקבוצה) להקביל את החוויה לענישה באמצעות ניתוק מהאינטרנט: הילד חווה ניתוק מחלק גדול מחייו החברתיים, הוא נדרש להמשיך לתפקד באופן רגיל כשלמעשה חסרה לו דרך משמעותית של תקשורת. בנוסף, הוא אינו יכול לדעת כעת דבר על הפגיעה שממשיכה להתנהל אודותיו ועל הדברים שכותבים עליו ברשת.

דיון- התמודדות עם פגיעה בילד

יש לנו נטייה להעלים את מקור הפגיעה- חיבור לאינטרנט, את הטלפון הנייד. זו תחושה, עבור הילד, המקבילה לתחושת הידיים + עיניים קשורות בתפקודי יום-יום.

מה עוד, אחר, אפשר לעשות?

כלים מעשיים: ישנם כמה סימנים המזהירים כי ייתכן והילד חווה תקיפה ברשת או קשיים דומים, כמו למשל: הילד נעשה מדוכדך לאחר שימוש באינטרנט או צפייה במסרון אלקטרוני, מגלה הימנעות מאינטראקציות חברתיות או ממפגשים חברתיים ו/או מגלה ירידה בהישגיו הלימודיים.

כאשר הילד אכן חווה פגיעה אלימה ישנם כמה המלצות להורים ולאנשי בית הספר:

1. שמירת עדות, כגון להדפיס את כל ההתכתבות המאיימת או הפוגעת.

2. לימוד טכניקות הכוללות מידע מתי להתעלם, לחסום או לפעול תוך מודעות לשפה שנעשה בה שימוש ולהגיב בהתאם.
3. אסטרטגיות מעקב, כגון מיילים או מסרונים עוקבים, והיכרות טובה עם אפשרויות החסימה והמעקב.
4. אפשרויות בקרה, כגון בקשה מהאתר או מהרשת החברתית להסיר מידע פוגעני.
5. שיטות דיווח, אשר כוללות התקשרות עם הורי הפוגע ואנשי סמכות מתאימים אחרים. בנוסף, מומלץ להורים לנקוט בגישה פרו-אקטיבית על ידי יידוע גורמים בבית הספר לגבי נפגעים מאלימות אינטרנטית. הם יכולים לדוגמא לספק לבית הספר העתקים של עדויות הפגיעה ולשתף בכך את יועצי בית הספר ו/או ההנהלה. אומנם ישנם מגבלות מסוימים אשר ימנעו מצוות בית הספר לפקח על תוצאות אלימות אשר מתרחשת מחוץ גבולות בית הספר, אך יהיה זה הכרחי לבחון מחדש את עקבות האלימות האינטרנטית ו/או הגלויה שכן מתרחשת בבית הספר.

הפער בין מיניות בחשיפה לפורנוגרפיה

קהל היעד:

פעילות בקבוצות קטנות המיועדת לתלמידי כתות יא'-יב'.

מטרות הפעילות:

- ✓ התלמידים יבטאו מהי מיניות עבורם.
- ✓ התלמידים יבינו כי אתרי הפורנוגרפיה מספקים מידע לקוי בנוגע למיניות.

ציוד נדרש:

1. בלונים כמספר התלמידים בכתה.
2. טושים לכתיבה על הבלונים, כמספר התלמידים בכתה (ארט-ליין).
3. סיכה אחת לפיצוץ הבלונים.

מהלך הפעילות:

המורה תחלק את הכיתה לקבוצות קטנות (5-6) תלמידים בקבוצה, התלמידים ישבו ליד שולחנות. המורה תחלק בלון לכל תלמיד ותבקש מכולם לא לנפח את הבלונים עדיין, אלא לשמור עליהם עד שתבקש מהם אחרת.

המורה תכתוב במרכז הלוח: "מיניות". המורה תאמר: "כאשר אתם חושבים על מיניות, מהם המושגים, התחושות, הרגשות, המילים שעולות בכם?".

המורה תכתוב, באמצעות שמש אסוציאציות, את דברי התלמידים. כעת, המורה תבקש מן התלמידים לנפח את הבלונים שלהם ותחלק להם טושים לכתיבה על גבי הבלונים.

המורה: "כתבו על גבי הבלון את הכותרת 'פורנוגרפיה'".

המורה תאמר: "כתבו על גבי הבלון, מתחת לכותרת 'פורנוגרפיה', את כל המושגים, הרגשות, התחושות, המילים שעולות בראשכם כאשר אתם חושבים על המילה הזו".

* יכול להיות שבשלב זה יחוו התלמידים מבוכה ויהיו צחקוקים בכתה. חשוב לאפשר לתלמידים

לדבר ביניהם, לשתף, לצחקק. זה מאפשר שחרור של המבוכה.

כעת, המורה תעבור למליאה ותשאל: "האם יש מי שרוצה לשתף מה הוא/היא כתבו על הבלון שלהם בקשר לפורנוגרפיה?"

המורה תפעל באופן הבא: תלמיד שהתנדב, יספר מה כתב על הבלון שלו. לאחר מכן, המורה תבקש ממנו: "הבט בשמש האסוציאציות שכתובה על הלוח. האם זה דומה למה שכתבת על הבלון?" התלמיד: "לא". המורה תזמין את התלמיד לפוצץ לעצמו את הבלון, וחז"ח.

במידה ואין מתנדבים המעוניינים לספר, המורה תאפשר לכל קבוצה למנות מציג שיאמר 4-5 מילים שנאמרו בקבוצה, מבלי לציין שמות (אפשרות נוספת: כל נציג מקבוצה ימסור למורה פתק אנונימי עם המילים שכתבו חברי הקבוצה).

המורה תסכם את הפעילות ותעביר את המסר הבא: "הפורנוגרפיה מנפחת, כמו הבלון, את המושג מיניות ומוסרים לכם מידע לקוי ביחס למיניות. המסר בסרטים פורנוגרפיים, ביחס למיניות, הינו מסר מוטעה כי מה שרואים שם אינו נכון לגבי מיניות כפי שהיא במציאות." למקרה שיעלו שאלות או ייאמרו אמירות בקשר לדברים הטובים שיש בפורנוגרפיה, המורה תוכל להשיב:

1. זו תעשייה לכל דבר שמפרנסת הרבה.
2. חופש הביטוי = תרומה לדמוקרטיה ומעודדת את החברה לעסוק בערכיה ומידותיה.
3. פורנוגרפיה = משקפת פנטזיות (גם אם הן לא ברות מימוש), ואינה בהכרח חייטית ומשחיתה.
4. סיוע לקהילה החד-מינית (ניתן להיחשף ליחסים חד מיניים ולהחשיבם ללגיטימיים).

פורנוגרפיה באינטרנט

מטרות על:

1. העלאת מודעות לנושא של חשיפת ילדיהם לתכנים מיניים באינטרנט וההשלכות של חשיפה זו. (פרוש לא נכון של ילדים לתכנים אלו ובעקבות כך תפיסת זוגיות ויחסי מין בצורה שגויה)
2. מתן מידע על התופעה והיקפיה ונורמליזציה של התופעה.
3. מתן כלים למניעה ולהתמודדות עם התופעה.

ציוד נדרש:

1. תמונות ומילים שניתן לפרשן גם באופן מיני (תמונות "איברי גוף" מעוממות והמילים - מצורפות בקבצים ניפרדים).
2. מקרן, מחשב המחובר לאינטרנט ובתוכו מצגת המראה את התמונות האמתיות בגודל טבעי (מצורף בקובץ נפרד).
3. דף מידע על הנושא.
4. לוח וטוש.

קהל היעד:

מורים והורים לילדים בגילאי יסודי, ניתן להתאים גם לחטיבות ביניים. הסדנא תועבר בעת אסיפת הורים או ערב עיון בנושא התמודדות עם האינטרנט.

הפעילות הייעוצית:

פתיחה: הקרנת סרטון קצר בו נראית אצבע "מחטטת" בעור. חלק זה מביך במיוחד משום שסצנה זו נראית כמינית. לקראת סוף הסרטון המצלמה מתרחקת ורואים כי הבחור מחטט בבית השחי שלו. קישור לסרטון: <http://www.youtube.com/watch?v=hV3GLE1mq5g>

מהלך הפעילות:

- א. הקהל יושב במעגל. באמצע המנחה מפזר מס' תמונות ומילים דו משמעיות. הקהל מתבקש להתרשם מהפריטים למשך 2 דקות.
 - ב. המנחה מרים כל תמונה בנפרד ושואל "מה מופיע בתמונה?", לאחר קבלת התשובות, המנחה חושף במצגת את התמונה המקורית.
 - ג. לאחר חשיפת כל התמונות המנחה שואל את הקהל כיצד הרגיש בתחילת הסרט ולאחריו ובמהלך ההתבוננות על התמונות.
 - ד. המנחה חושף את הנושא ושואל שאלות על התופעה ועל היקפה (את תשובותיהם של המשתתפים רושם המנחה על הלוח). לאחר כל שאלה המנחה חושף את המידע הסטטיסטי המעודכן באמצעות המצגת (כדי למשוך את תשומת לב ההורים/מורים).
 - ה. פעילות של בעד ונגד דיבור ההורה ם הילד על חשיפתו לאתרים מיניים. פעילות זו נעשית בעזרת שאלות מפורום "סטיפס": <http://www.stips.co.il/singleask.asp?stipid=67928>
- נשאלת השאלה מה עושים כאשר מגלים שילדי הסתכל בפורנוגרפיה? בכדי לעורר דיון המנחה נותן לשני הורים דף עם תגובות המכילות הצעות קוטביות להתמודדות מסוימת (טוקבקים אמיתיים) ולאחר הצגת שני הצדדים על ידי המתנדבים, מעודד דיון על הסוגיה במליאה.
- לאחר מתן המידע על התופעה והפעילות המנחה מסביר להורים/מורים שהתופעה נפוצה מאוד וזוהי אינה סטייה מן הנורמה.
- ו. המנחה מסביר מה ההשפעות וההשלכות האפשריות לחשיפת ילדים לפורנוגרפיה ותכנים מיניים מרצון ולא מרצון וכן, כיצד ניתן להתמודד עם התופעה ולנסות למזער את החשיפה. (הקשבה, מתן לגיטימציה לחקירה, אפשרות להתייעץ / שאלת שאלות...)
 - ז. המנחה ישאיר זמן בסוף בכדי לאפשר להורים/מורים להתבטא ולשאול שאלות.

