



משרד החינוך



השבוע הלאומי לגלישה בטוחה ברשת תשע"ט

מ'נשמע?

שיעור כישורי חיים בנושא פיתוח גבולות בעת שימוש ביישומון ווטסאפ לתלמידי חטיבת הביניים והחטיבה העליונה בחמ"ד (ז'-י"ב)

הקדמה:

החיים בעידן הדיגיטלי מזמנים עבור הילדים ובני הנוער סביבה התפתחותית ייחודית ומאתגרת. הרשתות החברתיות הפכו למקום המרכזי לעדכן ולהתעדכן, מובילי הדעה המשפיעים על הילדים ובני הנוער צומחים מתוכן (יוטיוברים), תופעת הגיימרים (חובבי משחקי מחשב ורשת) מתרחבת, זמן השימוש במסך עולה וגיל השימוש באמצעים אלקטרוניים יורד.

במציאות היומיומית המורכבת השימוש במסכים הולך וגובר, במקביל לירידה בתקשורת פנים אל פנים. הילדים ובני הנוער נחשפים למגוון תכנים, שבחלקם אינם תואמי גיל, ובתוך כך עולות שאלות בנוגע לאחריות האישית והחברתית ברשת. לכן, השנה בחרנו לייחד את השבוע הלאומי לגלישה בטוחה ברשת לשאלה **היכן עובר הגבול ברשת?** וכן להעביר מסר כי **גם ברשת יש גבול**. גבול בשני מובנים: בהקשר של זמן ומקום - התבוננות על משך זמן החשיפה מול מסך, ועל המקום - האתרים והיישומים אליהם נחשפים. כפי שנאמר, **"לכל זמן וזמן ולכל חפץ תחת השמים"** (קהלת ג א), לכל דבר בעולם יש את הזמן והמקום המתאים והנכון בשבילו ועבורו.

גבולות חשובים בחיי כולנו ובמיוחד בחיי ילדים ובני נוער. בעולם עם גבולות ברורים הם חשים ביטחון ורוגע, ברור להם מה מצופה מהם, מה מתאים, מה נכון ומה אינו מטיב עמם. הפנמת גבולות וסדר חשובה ומסייעת בפיתוח הזהות האישית והיכולת להשתלב בחברה ומעניקה תחושת יציבות, עקביות ושייכות. כאנשי חינוך אנו שואפים לסייע לתלמידינו לבסס גבולות פנימיים, כמו גם להכיר בגבולות חיצוניים במגוון תחומי חיים ובכללם, הרשת. זאת ועוד, הנהגות והלכות בין אדם לחברו המופיעות בתורה ובדברי חז"ל מסייעות לנו לבסס גבולות פנימיים הרלוונטיים גם להתנהלות ברשת. כך לדוגמא: "ואהבת לרעך כמוך" (נדרים, ט, ד) "מה ששנא עליך אל תעשה לחברך" (שבת, לא, א) "יהי כבוד חברך חביב עליך כשלך" (אבות ב, י). הנהגות אלו מעודדות אותנו להתבונן פנימה על מה שאני אוהב, מה ששנא עלי, מה מכבד אותי ומה פוגע



משרד החינוך

בכבודי ומתוך כך לזהות מהו הגבול הפנימי שלי אותו אני מציב לעצמי ודרכו אני פועל במרחב האישי והבין אישי, **הן הפיזי והן הווירטואלי**. זאת לצד גבולות חיצוניים הבאים לידי ביטוי בהנהגות ובהלכות המתייחסות לאופי השיח ולתוכן המדובר "כל המלבין פני חברו ברבים – כאילו שופך דמים" (אבות ג, יד), "לא תלך רכיל בעמך" (ויקרא יט, טז), "והווי דן את כל האדם לכף זכות" (אבות א, ו).

במרחב המקוון בו מתמודדים הילדים ובני הנוער לא אחת עם חוסר בהירות ושטחים "אפורים" נושא הגבולות הופך לחשוב עד מאוד. ברשת, מעצם הגדרתה, נפרצים גבולות, נובעת יצירתיות ומתפתחת חדשנות אשר נושאת את תלמידינו אל אופק מיטבי ומקדם. בה בעת, היא גם מאתגרת אותם עם הסיכון הטמון בפריצת גבולות. מתוך החיברות הדיגיטלית, הסקרנות, העניין וההנאה עלולים תלמידינו להיקלע למצבי סיכון ואף לפגיעה. במסגרת השבוע הלאומי נעודד את **תלמידינו לשאול שאלות אודות גבולות בהיבטים שונים הקשורים לרשת וכן לפתח יכולת להתנהל מתוך שיקול דעת, באופן מכבד ורגיש כלפי עצמם וכלפי אחרים.**

מטרות:

1. התלמידים יבחנו אילו גבולות אישיים ובינאישיים מנחים אותם בעת התנהלות ברשת ככל וביישומון (אפליקציה) ווטסאפ בפרט.
2. התלמידים יזהו את הגבולות הנדרשים בעת שימוש ביישומון ווטסאפ, כיצד הם נשמרים והיכן הם נפרצים.
3. התלמידים יפתחו כישורים ומיומנויות שיסייעו להם להקשיב לקול הפנימי שלהם, להתנהל ביישומון ווטסאפ מתוך שיקול דעת, בהתאם לערכים אישיים וברגישות כלפי עצמם וכלפי הזולת.

קהל יעד: תלמידי חטיבת ביניים (כיתות ז'-ט')

משך המפגש: 45 דקות (שיעור אחד)

מהלך השיעור:

שלב א': צפייה בסרטון

1. המורה תזמין את התלמידים לצפות בסרטון "[להישאר בחוץ](#)" המופיע באתר "בין הצלצולים" (מט"ח), הסתדרות המורים, הסתדרות המורים בישראל- הקרן לקידום מקצועי).
2. בתום הצפייה בסרטון תזמין המורה את התלמידים לשתף:

✓ אילו רגשות ומחשבות עלו בכם בזמן הצפייה?



משרד החינוך

✓ מה חשבתם על השיח הגלוי והנסתר שהתקיים בין תלמידי הכיתה? באיזה אופן הוא בא לידי ביטוי? (למורה- חלק מהתכנים בשיח דוברו ישירות בין התלמידים, אחרים הועלו בשיחה בעל פה אך המסרים עברו באופן עקיף וחלק מהשיח התקיים באמצעות היישומון ווטסאפ, בו היו שותפים כלל התלמידים, פרט לרוני).

שלב ב': דיון במליאה

1. המורה תציין בפני התלמידים כי מסקר שנערך לאחרונה¹ עלה כי 95% מבני הנוער בגילאים 13-17 משתמשים ביישומון ווטסאפ. לאחר מכן, תשאל את התלמידים:

- ✓ מהם השימושים העיקריים שלכם ביישומון ווטסאפ?
- ✓ מי יכול לשתף בדוגמה להיבט חיובי שיש ליישומון ווטסאפ מבחינתו?
- ✓ מתי אתם מעדיפים להשתמש בשליחת הודעות (כתובות או קוליות) על פני דרכי תקשורת אחרות (שיחת טלפון, שיח פנים אל פנים)?
- ✓ בכמה קבוצות אתם חברים? האם בכולן יש לכם עניין? בכמה מהן אתם פעילים?
- ✓ איך אתם פועלים כשאתם רוצים לעזוב קבוצה?
- ✓ האם גם אתם, בדומה למה שראינו בסרטון, משתמשים ביישומון ווטסאפ כדי לתקשר עם חברים/בני משפחה, גם כשאתם נמצאים ביחד באותו המרחב? באילו נסיבות?
- ✓ האם לדעתכם השימוש בהודעות כתובות/מוקלטות/וויזואליות (תמונות) משפיע על דרך התקשורת שלנו עם אחרים? באיזה אופן?
- ✓ בני נוער מספרים כי הם מקבלים מאות עד אלפי הודעות ווטסאפ אישיות/קבוצתיות לאורך כל שעות היממה. האם אתם מכירים את התופעה? מה דעתכם עליה? איך אתם מתמודדים עימה?
- ✓ עד כמה אתם מפעילים שיקול דעת בעת כתיבה והקלטת הודעה/שליחת תמונות/תכנים נוספים ביישומון ווטסאפ בהשוואה לשיח פנים אל פנים? האם קרה לכם ששלחתם הודעות באופן מידי ולאחר מכן התחרטתם?
- ✓ כיום ניתן למחוק הודעה שנשלחה אל אדם פרטי/בקבוצה. מה דעתכם על אפשרות זו? מה היא מקדמת? האם היא עלולה לעכב או ליצור מצבים מורכבים?
- ✓ לעתים נשלחות הודעות באמצעות יישומון ווטסאפ שמכילות שמועות. מה אתם עושים במקרים מסוג זה? עד כמה אתם מעבירים הודעות כאלו? האם אתם בודקים את אמינות התוכן לפני השיתוף?

¹ דו"ח החיים הדיגיטליים של בזק (2018)



משרד החינוך

- ✓ ישנם מקרים בהם מועברות הודעות שאינן תואמות את גיל המשתמשים (למשל, תכנים מיניים, אלימים, תכנים שעלולים לעורר פחד/לחץ ועוד). האם יצא לכם להיתקל בתוכן מסוג זה? מה בחרתם לעשות במקרה כזה?
- ✓ כיום ניתן להזמין אנשים לקחת חלק בקבוצות ווטסאפ פתוחות באמצעות לחיצה על קישור. האם התנסיתם בהצטרפות לקבוצה מסוג זה? לאיזה צורך? לעתים המזמין לקבוצה הוא אנונימי ואיננו מכירים אותו. מה לדעתכם גורם לבני נוער להצטרף לקבוצה כזו, מבלי לדעת מה ומי עומדים מאחוריה? מה עלול להיות הסיכון בהצטרפות לקבוצה מסוג זה?
- ✓ לא פעם אנחנו שומעים על התבטאויות מעליבות ופוגעניות בקבוצות ווטסאפ. מה לדעתכם מוביל בני נוער להתבטא בצורה כזו? האם חוויתם התנהלות כזו בעצמכם? כיצד התמודדתם? מה תמליצו לבני נוער אחרים שחוו פגיעה כזו? מה תמליצו למי שהיה עד לפגיעה כזו לעשות?

שלב ג': סיכום במליאה

1. המורה תזמין את התלמידים לעיין ב**עלון מידע לתלמידים** ולאחר מכן, תבקש מהם לשתף מה בין העלון לבין השיח שהתנהל קודם לכן לגבי התנהלות באמצעות היישומן ווטסאפ? מה עורר בהם סימני שאלה? מה הדליק נורות אדומות? מה היווה מבחינתם גבול בל יעבור?

2. המורה תסכם את מגוון הסוגיות שעלו במהלך השיעור ותדגיש כי **גם ברשת (וביישומן ווטסאפ) יש גבול:**

- ✓ גם כשאנחנו מצויים בהתכתבות מהירה, אחת מיני כמה (בו זמנית) עלינו להיות מודעים לכל מילה שאנו כותבים ולקחת אחריות על כל מסר. לעיתים מיידיות ובו זמניות של שיחות מורידים את רמת הערנות שלנו ואנו עלולים להתבטא באופן פחות מודע ושקול, לפיכך, עלינו ללמוד להציב לעצמנו גבולות במצבי תגובה מיידית ומהירה.
- ✓ חשוב שנהיה ערים ומודעים למצבים בהם אנחנו מצליחים לשים גבול ולנהל את עצמנו ברשת (ובווטסאפ בפרט) אל מול מצבים שבהם קשה לנו לשים גבול והרשת "מנהלת" אותנו.
- ✓ עלינו להבחין בין הגבולות הפנימיים (שאנו קובעים לעצמנו) לבין הגבולות החיצוניים (שנקבעים על ידי סמכות חיצונית, כגון: הורים, בית הספר, החוק) באשר להתנהלות ברשת.
- ✓ במידה וקשה לנו להציב את הגבול באופן אישי, חשוב שנפנה לעזרה ונסתייע באחרים.
- ✓ במידה ונתקלנו במקרה מורכב/פוגעני חשוב שנפנה לעזרה ונסתייע באחרים. זוהי הזדמנות לרשת את מערך הסיוע שלנו מחדש.



משרד החינוך

נשמח אם תשלחו אלינו תוצרים בהמשך לשבוע הלאומי
לגלישה בטוחה ברשת. את התוצרים יש לשלוח למייל:

shefinet@education.gov.il

אגף תכניות סיוע ומניעה, שפ"י