



מדינת ישראל  
משרד החינוך



# מערכת שידורים לאומית

## פיתוח אחריות אישית וחברתית ברשת שיעור לכיתות ד-ה

נושא השיעור: קידום התנהלות חיובית  
וצמצום בריונות ברשת

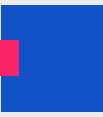
עם היועצת החינוכית: לימור פרילינג  
מדריכה ארצית בשירות הפסיכולוגי הייעוצי

# רגע לפני שאנחנו מתחילים...

- שיעור כישורי חיים מרחוק שיאפשר לכם להרגיש קרוב!
- שגרה חדשה – איך אתם מסתדרים?
- לכולנו יש כישורי חיים: הכוחות והיכולות שיש לנו בפנים

**יוצאים לדרך!!!**





# מה נלמד היום?

- התנהלות מכבדת וחיובית ברשת
- מהי בריונות ומהי בריונות ברשת?
- תפקיד "העומדים מהצד"
- כיצד נוכל לסייע למי שחווה בריונות ברשת?
- למי ניתן לפנות במקרה של פגיעה?



---



# מה להביא לשיעור?



00:30

# נתחיל עם משחק ילדות: מי שעומד מאחורי, מלפני ומצדדי... הוא העומד!

1

2

3

אייל המלך



דו



אייל המלך



דו



לילוש



שי



מיכל (!!!)



# מיכל וחבריה מדברים בווטס-אפ:

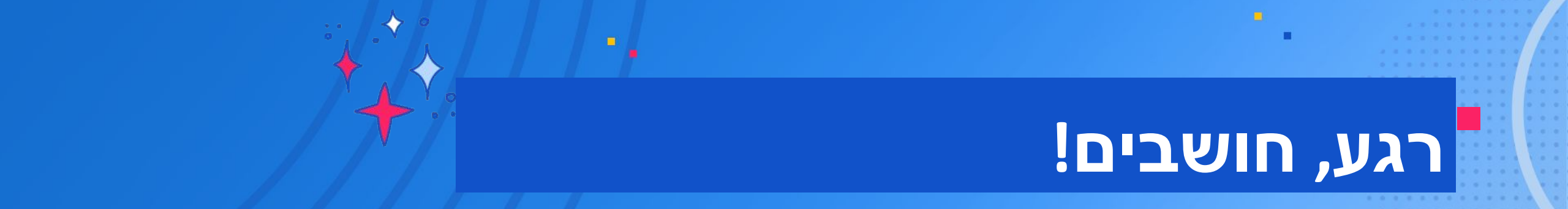








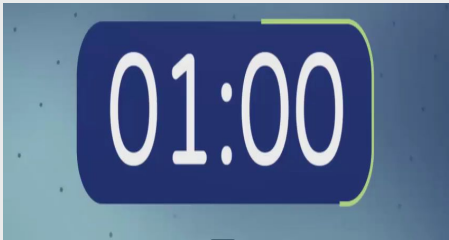
מי זה שעומד מלפני, מצדדי  
ומאחורי?



**רגע, חושבים!**

❖ מה היו התגובות של המשתתפים לכינוי  
הגנאי ולרעיון להוציא את דן מהקבוצה?

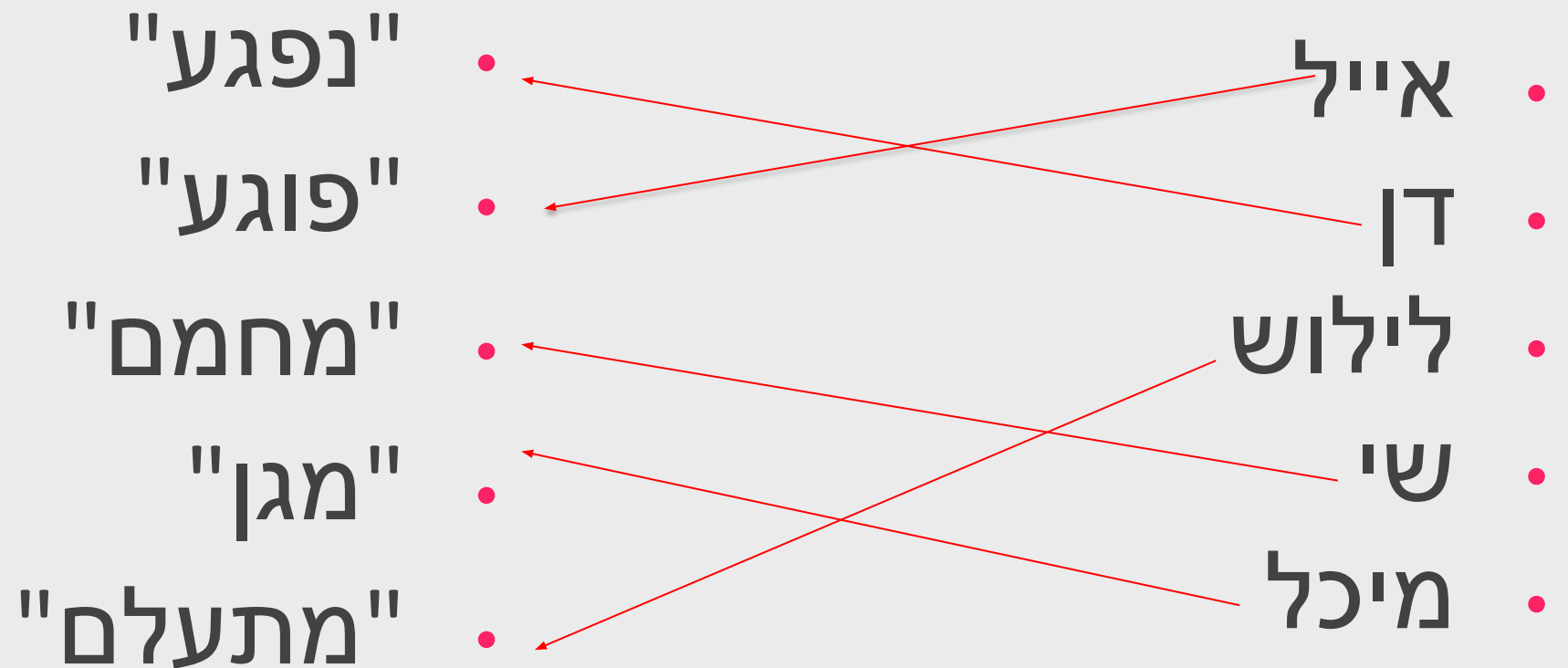
❖ כיצד השפיעה כל תגובה?



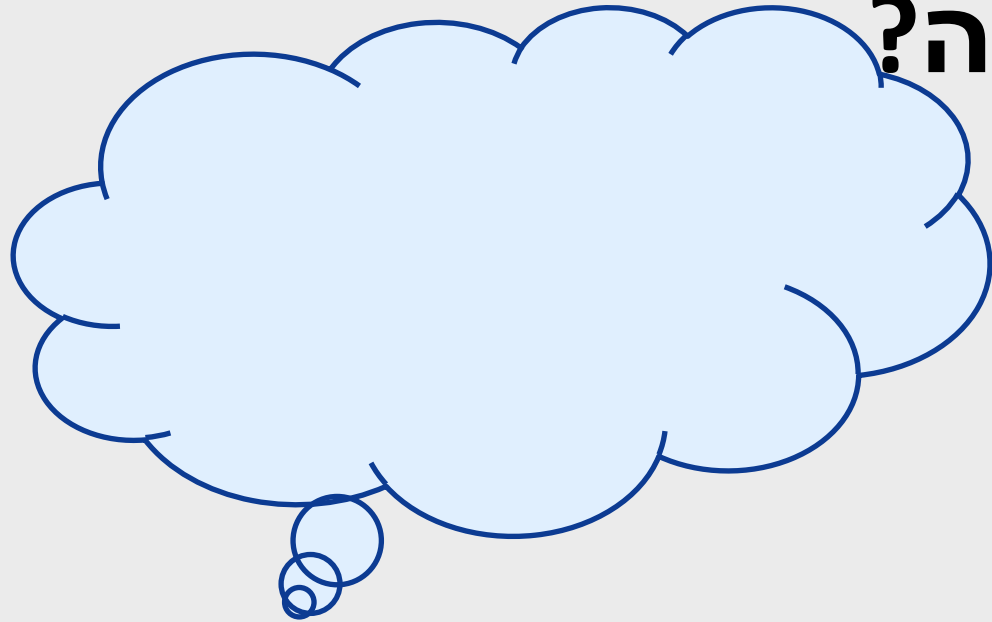
01:00



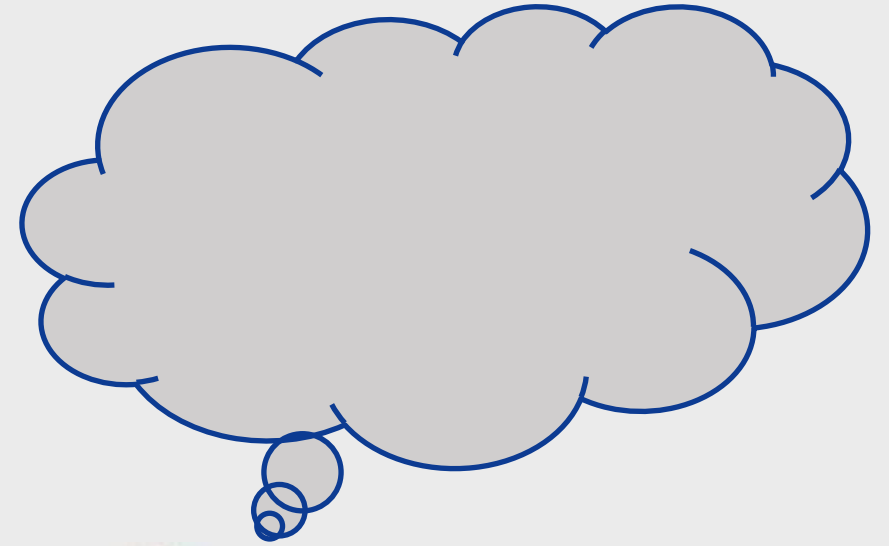
# איזה תפקיד לקחו חברי הקבוצה בשיחה?



# מה לדעתכם חשבה והרגישה כל דמות במהלך השיחה?



לילוש

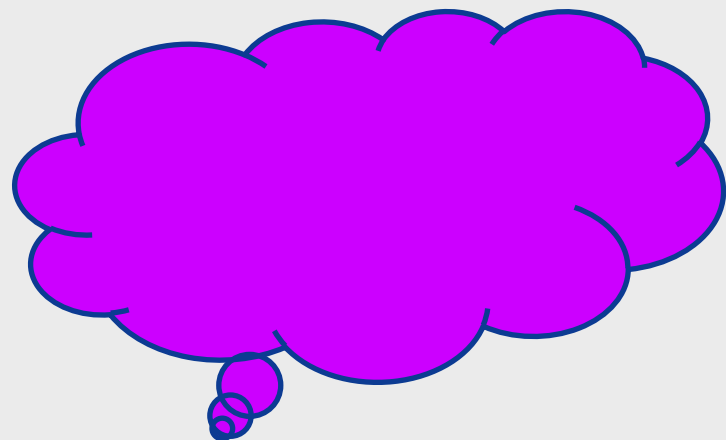


שי

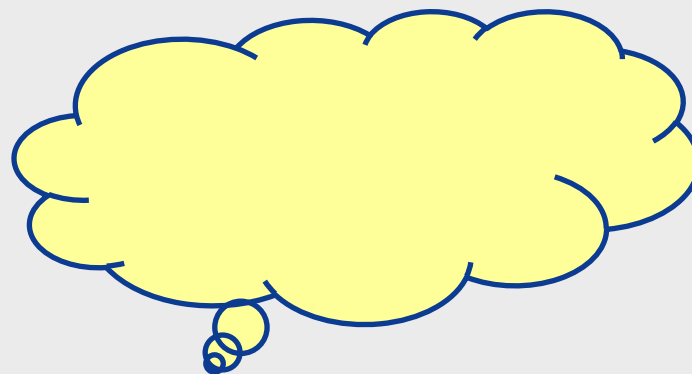
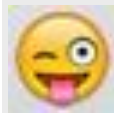


01:00

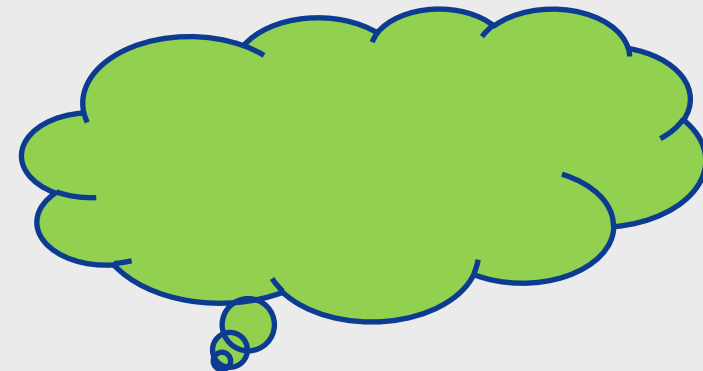
# מה לדעתכם חשבה והרגישה כל דמות במהלך השיחה?



אייל המלך



מיכל (!!!)



דן



01:00

# מהי בריונות ומהי בריונות ברשת?

## בריונות ברשת

פגיעה מכוונת בקורבן  
שאינו יכול להתגונן בקלות  
תוך שימוש בכלים  
דיגיטאליים (לדוגמא:  
דוא"ל, קבוצות דיון,  
רשתות חברתיות, ווטס-  
אפ).

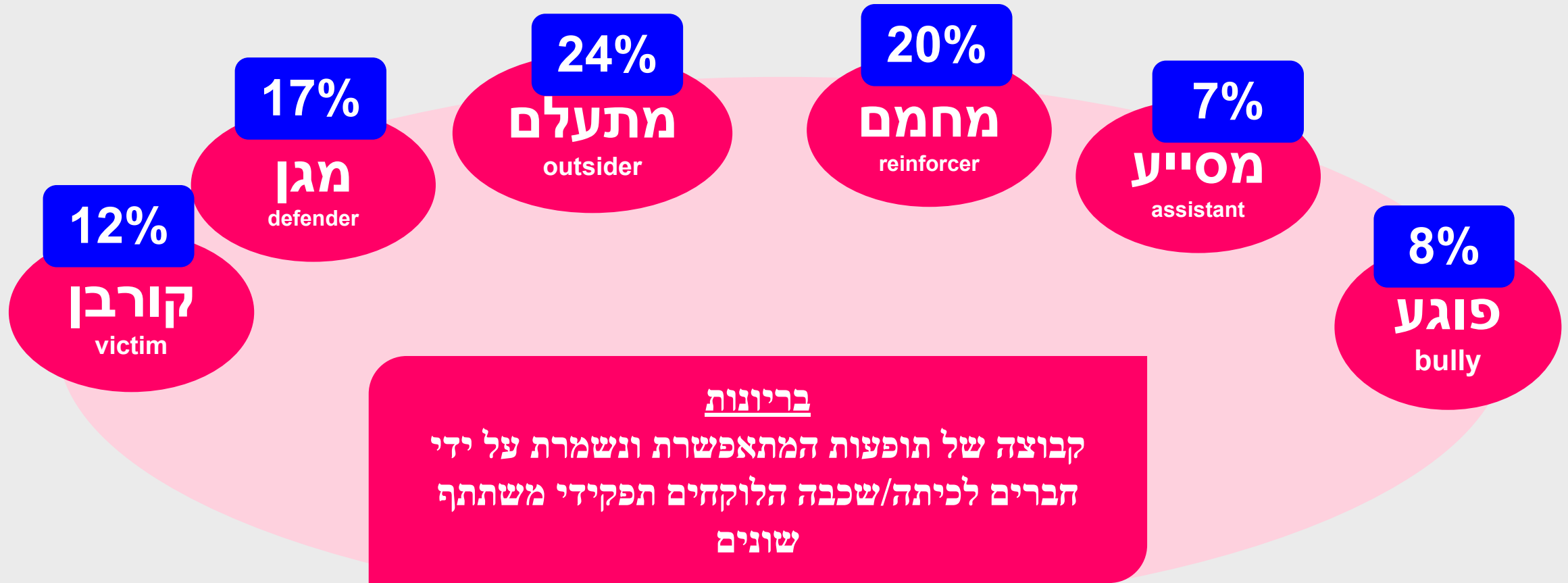
## בריונות

פגיעה מכוונת לאורך זמן  
של יחיד או קבוצה נגד  
קורבן שאינו יכול להתגונן  
בקלות (פגיע יותר מבחינה  
'פיזית, חברתית וכו

# ביטויי בריונות ברשת

|                                                                                     |                                                                                       |                       |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| העלבה והשמצה                                                                        |    | הפחדה, איום<br>וסחיטה | הפצת שמועות                                                                         |
|  | הטרדה                                                                                 | הפצת סרטונים          |    |
| התחזות                                                                              |  | חרם                   |  |

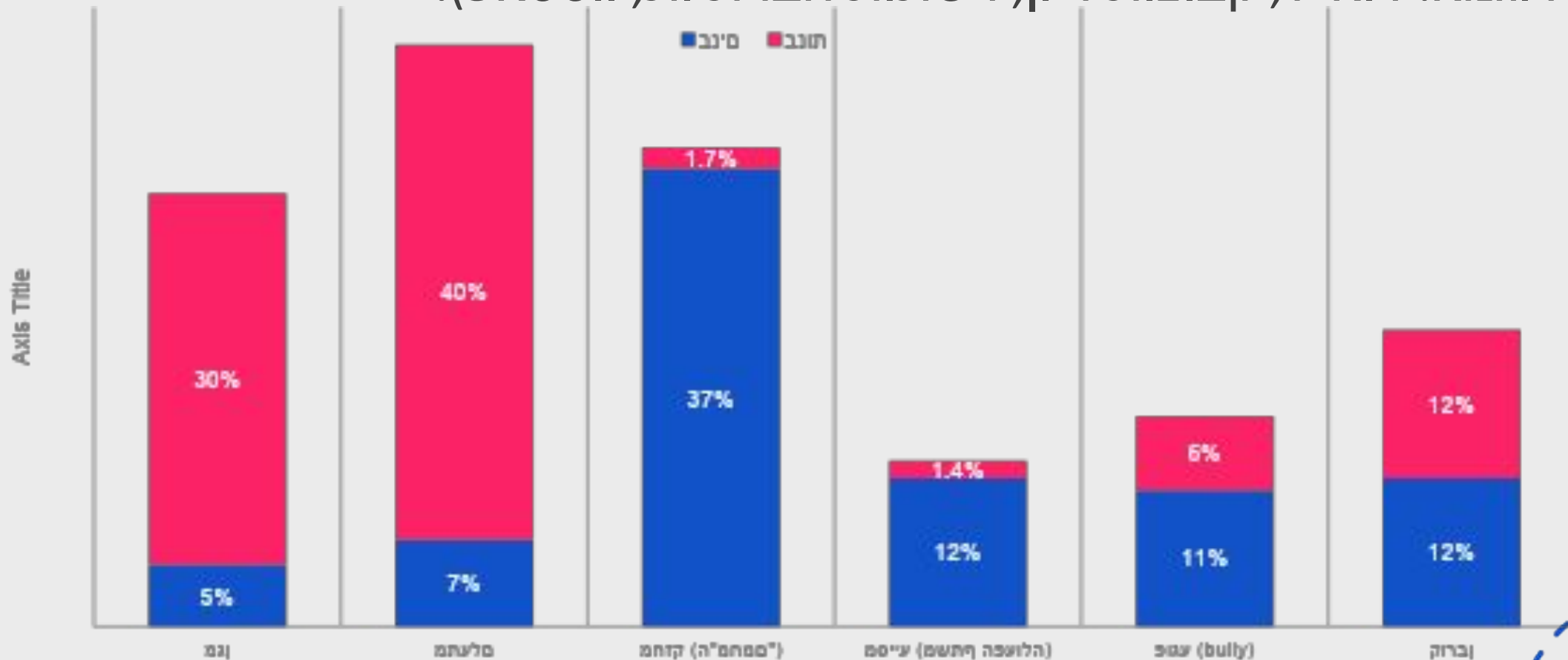
# התפלגות תפקידים באירוע בריונות



מופץ 88% מאוכלוסיית התלמידים במדגם (Salmivalli: from 1996 to 2013)

# מיפוי התפקידים: הבדלים מגדריים

- פגיעה מכוונת בקורבן שאינו יכול להתגונן בקלות תוך שימוש בכלים דיגיטליים (לדוגמא: דוא"ל, קבוצות דיון, רשתות חברתיות, ווטסאפ).





# לכל תפקיד יש תפקיד: צפייה בסרטון



יוצרת: אסנת אפשטיין  
מנחה: דנה בן דוד  
המכון הטכנולוגי חולון



**רגע, חושבים!**

❖ מה ניתן לומר על הבחירה של המתבגר שצפה  
באירוע הפגיעה?

❖ מדוע לדעתכם זו הייתה הבחירה שלו?

01:00

# מה כדאי לזכור להמשך הדרך?

בחרו את התכנים אליהם אתם נחשפים. במידה ונחשפתם לתוכן שגרם לכם להרגיש לא בנוח, דווחו למבוגר ואל תעבירו את התוכן הלאה. לאחר הדיווח, מחקו את התוכן מהמכשיר הדיגיטלי.



ברשת חשוב להתנהל מתוך שיקול דעת, הכרת הגבולות, לצד רגישות ואכפתיות כלפי עצמי והזולת.

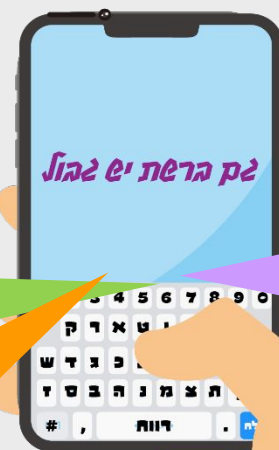
חשוב לשמור על שימוש מאוזן במסכים. שימו לב באילו מצבים אתם מצליחים לשים גבול ולנהל את עצמכם ברשת ובאילו מצבים קשה לכם לשים גבול.



# מה כדאי לזכור להמשך הדרך?

במידה וחוויתם/ ראיתם  
אירוע מסוכן/ פוגעני  
המתרחש ברשת, פנו  
לעזרה והסתייעו  
באחרים. זכרו - זהו דיווח  
ולא הלשנה!

תכנים שונים שאנחנו משתפים  
ברשת יוצרים את התדמית  
הדיגיטלית שלנו. חשוב לשים לב  
מה אנחנו משתפים וכיצד אנחנו  
שומרים על הפרטיות ברשת.



זכרו שגם ברשת יש  
– לכם גבולות  
אל תפגעו באחרים  
פנו לעזרה אם פגעו  
בכם,  
אל תעמדו מהצד  
כשפוגעים במישהו  
אחר

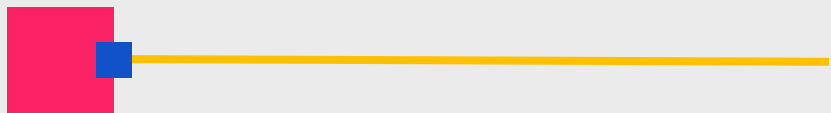
# לאן ניתן לפנות במקרה של פגיעה ברשת?

- הורים / מחנכת הכיתה / יועצת בית הספר / מנהלת בית הספר
- בכל מקרה של פגיעה בילדים ובני נוער ברשת ניתן לפנות 24/7 למוקד 105 של המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת



**מהיום, כשנחשוב לעצמנו –  
"אבל אני לא עשיתי כלום..."**

**נבין, שלא לעשות כלום,  
זה בעצם לעשות מעשה!**



# מי שעומד

מאחורי

מלפני

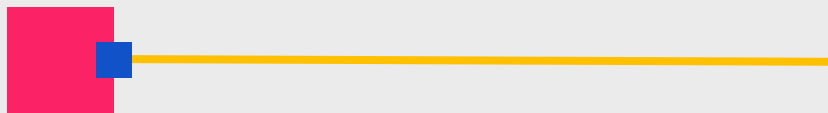
ומצדדי...

יותר לא צריך לחפש, כי אני העומד (לצדך)!

# לסיום...

- גם מרחוק אפשר לכם להרגיש קרוב
- לא נשארים לבד
- שומרים על קשר, משתפים במה שעובר עלינו ומתעניינים באחרים

**ניפגש בשיעור כישורי חיים הבא!**





מדינת ישראל  
משרד החינוך

# תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח