



#מוגנים - שבוע מערכת החינוך בנושא פגיעות מיניות ברשת – מניעה, זיהוי והתמודדות

”יש ספק? אין ספק!” – לומדים להישאר אפני פגיעות מיניות ברשת

שיעור כישורי חיים לחטיבת הביניים

מטרות

1. התלמידים ילמדו אודות מצבי פגיעה מינית ברשת
2. התלמידים יפתחו כלים לזיהוי אינטואיטיבי ומעשי של פגיעות אפשריות ברשת
3. התלמידים ירכשו מידע וכלים אודות מניעת פגיעות מיניות ברשת, עצירתן והתמודדות עמן.

פעילות פתיחה

- באילו רשתות חברתיות אתם פועלים? (וואטסאפ, פייסבוק, אינסטגרם, סנאפצ'אט, דיסקורד) מי מכם חבר בכמה..?
- מה יש ברשת שפוגע אנוש, ילדים ואנשים נוצר? (באמצעות השאלות הללו נוכל למפות את הכיתה, להבין עד כמה הם מעורים ברשתות וחשוב מכך לתת תוקף לצרכים הפסיכולוגיים המקבלים מענה ברשת - שייכות, הערכה, הוקרה, סקרנות, ריגוש).

- מי מכח זוכר מקרה בו הוא היה הרשת ומשהו שט זרט לו לחוש חוסר נוחות וצורך בו ספק. (צפה ב-story, קרא פוסט, קיבל מויל, קיבל תשובה, מישהו בקש לעקוב אחריו וצוד.) אף תשתפו כמה שקרה אלא נסו להיזכר בהתלבטות, בספק שהתצורך בכח. נסו לשחזר זאת בצורת eife אלות:

1. איזו הרגשה התעוררה בכם?
2. אילו מחשבות עלו בכם?
3. ואיזו תחושה גופנית?

- המורה תרכז את התשובות על הלוח ותזמין את התלמידים לנסות ולהבין את השדרים הפנימיים שאנחנו משדרים לעצמנו כשאנחנו יודעים משהו לפני שאנחנו מבינים שאנחנו יודעים זאת. בתום השיח היא תסכם את דבריהם ותדגיש את המסר שלספק ולאינטואיציה יש תפקיד חשוב בחיינו בכלל וברשת בפרט.
- המורה תכתוב על הלוח את הביטוי - **יש ספק? אין ספק!** ותזמין את התלמידים לנסות להסביר את משמעותו מבחינתם (לעזרתך המורה בלחיצה על הביטוי יש קישור להסבר אודותיו).

בשיח עם התלמידים חשוב להדגיש –

1. רוב מצבי החיים הם נורמטיביים וככאלה לא כדאי לתת לחששות ולפחדים שלנו לנהל את קבלת ההחלטות שלנו. יחד עם זאת, במפגש שלנו היום אנו מדברים מדובר על מצבים בהם אנו עלולים להקלע לקושי, לסיכון או לפגיעה. מצבים בהם חשוב שנשתמש במנגנון ההתרעה של הספק, נעצור לחשיבה ולהתייעצות ונשתף מבוגר משמעותי בהתלבטות.

2. במצבי קושי, איום או סכנה, הספק הוא מנגנון התרעה חשוב וחכם. יחד עם זאת לעיתים קשה לנו להקשיב לספק מסיבות שונות, כגון:

- יש ונוצר בתוכנו מאבק בין האינטואיציה להגיון – "הוא נשמע לי חנפן ולא אמין, אבל למה לי לחשוף דווקא במישהו שמחמיא לי ומתלהב ממני?"

- יש ונוצר בתוכנו מאבק בין הראש לבין הלב – היא נשמעת ממני אישה מצניינת ובא לי להמשיך את הקשר איתה, אבל קצת מלחיץ אותי הצניין שאישה בת 30 מתלהבת ככה מנצח בן 16."

- לעיתים קולו של הספק מעורר אותנו לפעולה אך הוא מושתק על ידי קולות אחרים שעולים בנו, כגון – "מה יטירו עלי? מה יחטמו עלי? כולס יאמרו *אני פחדן...*"

כאשר עולה בנו ספק בזמן חשיפה לרשת, זה סימן שמנגנוני ההגנה הבריאים והחכמים שלנו פועלים וכדאי לנו להקשיב להם, להקשיב לעצמנו.

#אני שומר המסך של עצמי

פעילות שנייה – הקרנת הסרטון¹ – "היזהרו ממתחזים ברשת"

הסרטון שנקרין מיד הופק על ידי המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת. במטה הלאומי פועל מוקד 105. המוקד, שפועל בשיתוף משרד החינוך, מציע ייעוץ, טיפול והדרכה לילדים ובני נוער שנחשפים לפגיעות ברשת כגון: אלימות, הפצת תמונות וסרטונים, פגיעה מינית, התחזות ועוד.

שאלה טרום צפייה – נסו לזהות בסרטון רגעים בהם הנערה או אמה עשויות היו לחוש ספק וחשד שמתקיימת כאן פגיעה מינית.

צפייה בסרטון – [היזהרו ממתחזים ברשת](#)

שיחה:

- איזו חוויה התעוררה בכם במהלך הצפייה בסרטון?
- אילו רגעי ספק וחשד זיהיתם?
- אלו מצבי סיכון זיהיתם בסרטון?
- מה לדעתכם קרה שם?
- מה הנערה חיפשה? מה הייתה הציפיה שלה ומה באמת קרה?
- למי הנערה יכולה לפנות במצב כזה?
- כיצד האמא צריכה היתה לפעול לדעתכם?

¹ על המורה לצפות בסרטון טרם הקרנתו ולוודא שאין בו תכנים או צילומים שאינם מתאימים לכיתה. במידה וקיימים כאלו ניתן לוותר על הצפייה בו או לבחור רק להשמיע את הסרטון או רק חלק ממנו.

פעילות שלישית – הקרנת הקליפ² - "לא לעזוב ידיים - חדר משלי 2018" - ארקדי
דוכין, איתי לוי, אגם בוחבוט, עדן פינס ואדם – המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת.
(כדאי במקביל גם לחלק את מילות שירו של ארקדי דוכין לתלמידים או להקרין על הלוח)

² על המורה לצפות בקליפ טרם הקרנתו ולוודא שאין בו תכנים או צילומים שאינם מתאימים לכיתה. במידה וקיימים כאלו ניתן לוותר על הצפייה בו או לבחור רק להשמיע את הקליפ או רק חלק ממנו.

אם תשאל אותי מדוע זה עמוק בפנים.	לכולנו מותר להיות חלשים לא לאטום אוזניים לא לעצום עיניים לא לעזוב ידיים גם בימים קשים אפילו בימים קשים.	יש לי חדר משלי ובחדר יש אור זה כרגע לא אני או אני בשחור.
תתגבר תתגבר... והחדר מנותק ריק ושחור. הם צחקו כל כך עד שכיביתי ת'אור קו הרשת נמחק נחצו הגבולות זה בכלל לא משחק, זה למות או לחיות.	יש לי חדר משלי ובו אני נח כמה כל זה ימשך כמה שמוכרח. בינתיים זה שבוע או כבר כמה ימים	זה נמשך כמעט שבוע או כבר כמה ימים אם תשאל אותי מדוע זה עמוק בפנים.
		תתגבר תתגבר כך אומר לי הקול להיפגע וליפול כל אחד יכול

שיחה:

1. איזו חוויה התעוררה בכם במהלך הצפייה בקליפ?
2. בשיר נאמר כי "כל אחד יכול להיפגע וליפול", תנו דוגמאות למצבים בהם בני נוער עלולים להיפגע מינית ברשת. (למורה, ראי נספח מס. 1)
3. תנו דוגמאות למצבים בהם הגבולות נפרצים ברשת.
4. כיצד ניתן לזהות את סימני האזהרה? (למורה, ראי נספח מס. 2)
5. הקול בשיר אומר "תתגבר, תתגבר" – מה יכול לסייע לנער או לנערה, נפגעי פגיעה מינית ברשת להתגבר?
6. האם גם אתם מוצאים סוג של "נחמה" ברשת בימים קשים?
7. איזו משמעות אתם מוצאים עבורכם בשורה – "לכולנו מותר להיות חלשים, רק לא לעזוב ידיים"?
8. איך נכון לפעול במצבים בהם נפגענו מינית ברשת או שאנו חושדים שנחשפנו לפגיעה מינית ברשת?
9. איך נכון לפעול כשאנו עדים לפגיעה מינית ברשת במישהו אחר?
10. איך נכון לפעול כשאנו מזהים שמישהו שקרוב אלינו בוחר בהתנהגויות שעלולות להגיע לכדי פגיעה מינית ברשת במישהו אחר, או שמא הוא עלול לפול קורבן לפגיעה מינית ברשת?

מסרים חשובים לתלמידים:

- לפגיעה מינית מקוונת השלכות חמורות על הנפגע. הוא עלול לחוות מצוקה דוגמת תסכול, דיכאון, כעס ופגיעה בהערכה עצמית.
- תמונות שעולות לרשת עלולות לעבור הלאה. ברגע שהפצנו אותן, אין לנו שליטה על המקומות אליהם הן יגיעו. לכן יש לשקול לפני מעשה. חשוב לשים לב גם לתמונות שאני מצלמים ושומרים בנייד. גם תמונה שלא שלחנו לאף אחד ו"רק" נמצאת ב"ענן" עלולה

- להגיע לידיים הלא נכונות, לכן חשוב לשים את הגבול כבר בשלב הצילום והשמירה, עוד לפני השליחה וההפצה.
- לכל אדם זכות לפרטיות. אל תפגע/י בזכותו של אדם אחר בגלל סקרנות טבעית. אל תבקש/י תמונות אינטימיות ואל תשלח/י תמונות שלך.
 - קשר בריא הוא קשר שיש בו מחויבות והדדיות. ברגע שתמונה/סרטון נשלחים הם אינם במרחב הפרטי יותר. כאשר מבקשים ממך לשלוח תמונה אינטימית ברשת – זוהי נורה אדומה ואזהרת סכנה!
 - הפצת תמונות שיש בהן עירום או יחסי מין היא עבירה פלילית. זה אינו מעשה קונדס או חלק מחיזור תקין.
 - על פי חוק הסרטונים החדש (הרחבה לחוק למניעת הטרדה מינית) – פרסום תצלום, סרטון או הקלטה של אדם המתמקד במיניותו, בנסיבות שבהן הפרסום עלול השפיל את האדם או לבזותו ולא ניתנה הסכמתו לפרסום, מהווה הטרדה מינית. האיסור לפרסם או להפיץ תמונות בעלי אופי מיני אינם חלים רק על מי שצילם אותם, אלא גם על מי שקיבל אותם לידי.
 - המבוגרים לא תמיד נמצאים ברשת. מי שנמצא שם ויכול לזהות מצבים של פגיעה זה אתם עצמכם. לכן, נסו לפתח מודעות ומימונות של שומרי סף, היו ערניים ודעו לזהות מצבי פגיעה בכם ובחבריכם. דיווח על פגיעה אינו הלשנה אלא הצלה.
 - פנייה לעזרה יכולה להיות קריטית עבור מי שנפגע ומי שפוגע כאחד. שניהם זקוקים לעזרה לשם הפסקת ההתנהגות הפוגעת.
 - במקרה של הטרדה או פגיעה מינית חשוב מאד לפנות למבוגר שניתן לסמוך עליו: להורים או קרוב משפחה בוגר אחר למחנכת או למורה ליועצ/ת למנהל/ת
 - יש להימנע מכניסה לקבוצות ווטסאפ פתוחות (כניסה לקבוצה באמצעות לינק). בקבוצות אלו יתכן ונמצאים אנשים שאנחנו לא מכירים שעלולים לקיים תקשורת פוגענית עמנו, כגון: שליחת תמונות פורנוגרפיות. אנשים אלה אוספים מידע אישי של פרטי ההתקשרות שלנו ועלולים ליצור עמנו קשר אישי ולהמשיך בתקשורת הפוגענית.
 - ניתן ומומלץ לפנות למטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת להיוועצות וקבלת עזרה במקרי פגיעה.

כל זמן הוא הזמן הנכון להתלונן על הפגיעה!

אפשר וצריך לפנות לעזרה, בכל שלב בתהליך הפגיעה:

אם הצלחתם לזהות מראש שזו פגיעה ומנעתם אותה – חשוב לשתף כדי לקבל עידוד ותמיכה וכדי לוודא שאותו אדם לא יפגע בבני נוער אחרים.

אם הפגיעה מתרחשת כעת ואתם נתונים עכשיו לאיום, סחיטה, פיתוי או פגיעה פיזית –

חשוב לשתף כדי לעצור את הפגיעה, לשמור עליכם ולמנוע מהפוגע להמשיך לפגוע.

אם הפגיעה הסתיימה – חשוב לשתף כדי שתוכלו לקבל תמיכה ועזרה וכדי למנוע מאותו

אדם לפגוע בבני נוער אחרים.

לסיכום

בסבב – למי אני יכול לפנות כשעולה בי ספק לגבי תקינות קשר מסוים ברשת וכשאני חש שאני זקוק לעצה ואולי אפילו לעזרה? מנו 3 כתובות משמעותיות עבורכם (מהמשפחה, החברים, צוות חינוכי, מכרים, צוות רפואי ועוד)

חשוב מאוד להזכיר כאן את אופציית ההגנה ברשת ובטלפון של מוקד 105, בהקשר של פנייה לעזרה. (למורה, ראי נספח מספר 3).

נספח מספר 1 – סוגי פגיעות מיניות ברשת:

- א. צילום תמונות/סרטונים אינטימיים ללא ידיעת המצולם ו/או ללא הסכמתו**
- ב. הפצת תמונות/סרטונים אינטימיים ללא ידיעת המצולם ו/או ללא הסכמתו**
- ג. צילום עצמי והפצה עצמית של תמונות או סרטונים בעלי תוכן אינטימי**
- ד. הפצת תמונות/סרטונים בעלי תוכן פורנוגרפי של אנשים זרים/לא מוכרים ללא רשות המקבל.**
- ה. החזקה והפצה של חומרים פורנוגרפיים בהם מצולמים קטינים.**
- ו. הפצה עצמית ביוזעין של תמונות וסרטונים בעלי גוון מיני/פורנוגרפי ללא אישור המקבל.**
- ז. סקסטורשין – סחיטה באיומים על בסיס תמונות, סרטונים או טקסטים בעלי אופי מיני.**
- ח. פדופיליה ברשת – יצירת קשר עם קטינים בפרופיל מזויף, תוך פיתוי ושכנוע להצטלם/ לשלוח צילומים/ לבצע בעצמם מעשים מיניים למול מצלמה.**
- ט. קביעת מפגשים עם קטינים דרך הרשת בעזרת פרופיל מזויף לצורך פגיעה מינית ממשית בהם.**
- י. עבירות אינוס/ מעשה סדום/ מעשה מגונה ברשת – (החוק בנושא אונוס, מעשה סדום ומעשה מגונה תקף גם לגבי פגיעה ברשת)**
- יא. שידול לזנות דרך הרשת**

נספח מספר 2 – מידע על המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת - מוקד 105

נספח מספר 3 – איך נזהה את סימני האזהרה לפגיעה מינית ברשת?

איך אפשר לדעת שמנסים לפאז בנו דרך הרשת? #האצבעות_יודעות

קיבלת הצעה ברשת ממישהו שאינך מכיר באופן אישי, מישהו שאינו חבר או חברה.
אתה מתלבט: אולי זו הצעה שווה וטובה?
ואולי לא. אולי זאת הצעה שעלולה לפתות אותך, לשקר לך ולגרום לך להיפגע.
איך תדע? #האצבעות_יודעות

הבט על כף ירך וסגור את אצבעותיך לאגרוף.
כעת ענה על 5 שאלות, אחרי כל תשובה פתח אצבע אחת:

1. האם בקש ממך לכתוב פרטים אישיים או לפזח תמונות אישיות?
2. האם בקש ממך לשמור זאת בסוד וללא תאגף להוריות?
3. האם מחמיאים לך ואומרים לך שאתה ממש מיוחד?
4. האם מציעים לך להיפגש ללא ידיעת הוריות?
5. האם מבטיחים לך פרסום, כסף, פאיסה עם מפורסמים או מתנות?

הבט על היד שלך... היא אומרת לך "עצור"
כל אצבע ביד שלך מסמנת לך – אל תקליד, אל תענה, אל תשלח
אל תמשיך להיות בקשר עם האדם הזה, הוא עלול לפגוע בך.
ספר עליו מיד להוריות, למורה או ליועצת
אין כמוך! אתה יודע לשמור על עצמך!

