



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

את ברשת לא מדברים עם לריט!

שיעור כישורי חיים לתלמידי כיתות ה' – ו'

השימוש באינטרנט הפך בשנים האחרונות לחלק בלתי נפרד מהחיים בכלל ומחיייהם של ילדים ובני נוער בפרט. האינטרנט כמרחב חיים נוסף, מספק הזדמנויות להתפתחות אישית וחברתית ולמידה. הוא מספק סקרנות ועניין, מפיג בדידות ומאפשר שייכות. מנגד, הוא גם מגביר את החשיפה והסיכון לאלימות ולפגיעה.

בשנים האחרונות התפתחה זירה חדשה וייחודית של פגיעות מיניות ברשת. האוכלוסייה החשופה ביותר לפגיעות אלה הינה באופן טבעי ילדים ובני נוער אשר מרבים להימצא בה. התנהגות של פגיעה מינית ברשת מסוגים שונים עלולה לעיתים להתפשט על ידי ילדים ומתבגרים כנורמטיבית למרחב המקוון. כמבוגרים משמעותיים תפקידנו חשוב מתמיד - לתווך את מציאות הרשת. עלינו להעניק לתלמידינו כלים לזיהוי מצבי איום, פיתוי וסיכון ברשת. בעזרת השיח בכיתות עלינו לציידם בהבנה שביכולתם לפנות לעזרה ולהתייעץ עמנו המבוגרים גם לגבי התמודדויות שהם חווים ברשת, בין אם זה במהלך משחק, במהלך התכתבות או ברשת החברתית. נרצה ללמד אותם לשתף בחוויות הרשת. ברגעי גלוי, עניין והנאה כמו גם ברגעי ספק וסכנה.

מטרות

- התלמידים יקיימו שיח בנושא מוגנות אישית ברשת
- התלמידים ילמדו מהי פגיעה ברשת – איום, סיכון, פיתוי ועוד.
- התלמידים ירכשו כלים לזיהוי מצבי פגיעה, פיתוי וסיכון ברשת

- התלמידים ירחיבו את דרכי ההתמודדות עם מצבי פגיעה ובכללם פנייה לעזרת מבוגר

שימו לב

- עם תלמידי כיתות ה' – ו' נשוחח על מוגנות אישית ברשת ("אני שומר על עצמי ברשת"). נדבר על הימנעות מיצירת קשר עם אנשים זרים ברשת (בדיוק כמו במרחב הפיזי) ונעזור לתלמידים לפתח מנגנוני התרעה אישיים בפני הצעות, התנהגויות ברשת ופיתויים שעלולים לסכן אותם. בגילאים אלו נשתדל להימנע משימוש במושג "פגיעות מיניות" ונעדיף ביטויים כגון - "פגיעה בפרטיות", "פגיעה בגוף", "הצעות אסורות" "שקר" וכדומה.
- שימרו על גבולות השיחה: השיחה תתקיים תוך שמירה על פרטיות, וההתייחסות למקרים פרטניים במידה ויעלו, תעשה באופן אישי.

פתיחה - שאלות למליאה, שיאפשרו להכיר טוב יותר את עולם הרשת של תלמידי הכיתה:

- *מה מהנה וכיף ברשת? מה אתם אוהבים לצפות בט?*
- *מה אינכם אוהבים בכל הקשור לאישה ולרשת?*
- *באיזו אפליקציות אתם משתמשים? באיזו מחקי רשת אתם מחקים?*
- *היכן אתם אוהבים לאלף באמצעות הטלפון שלכם?*
- *כמה שעות ביום, בצדק, אתם נוכחים ברשת?*

שלב א': בירור כללי

המורה תמפה על הלוח יחד עם התלמידים את השימושים שהתלמידים עושים ברשת. אם וכאשר יוצג למורה שימוש באפליקציה או משחק או אתר שהיא לא מכירה, רצוי מאוד לברר על מה המשחק - מי הדמויות? מה הוא אוהב במשחק/אפליקציה וכו'. מה מטרת המשחק/אתר/אפליקציה? הבירור שיערך יכול לסייע בידי המורה להבין האם המשחק/אפליקציה תואמים לגיל התלמידים, האם יש מקום לתת את הדעת על משחקים "תמימים" אשר משלבים תכנים פוגעניים וכו'.

שלב ב': שאלות ממוקדות המאפשרות שיח על מצבי פגיעה אפשריים:

שיח בזוגות או בקבוצות קטנות: (ראה נספח כרטיסיות שיח)

- ספרו על מקרה בו גלשתם ברשת וקרה משהו שגרם לכם למבוכה.
- ספרו על מקרה בו גלשתם ברשת וראיתם משהו שלא מתאים לגילכם.
- ספרו על מקרה בו מישהו פנה אליכם ברשת וביקש מכם לעשות משהו שלא רציתם.

ספרו על מקרה בו מישהו שאתם לא מכירים פנה אליכם ברשת והתחיל להתכתב אתכם?

- ספרו על מקרה בו ראיתם ברשת דברים שהפחידו אתכם?
- מה אתם חושבים כשאתם שומעים על מצבים שבהם ילדות וילדים בגילכם נמצאים בקשר ברשת עם אנשים זרים שהם מעולם לא פגשו?
- ספרו על מקרה בו מישהו פגע/ הציק לכם או לחברים שלכם דרך הרשת האינטרנט? מה עשיתם?
- מה צריך לעשות כשפונה אליך ברשת מישהו זר שאינך מכיר?

שלב ג': שוב במליאה -

- באילו קבוצות הצלחתם להיזכר במקרים מטרידים, מחזיקים או מביכים שקרו לכם ברשת?
- איך הרגשתם באותם מקרים?
- איך פעלתם באותם מקרים?
- איך אפשר לפגוע בילדים דרך הרשת?

שלב ד':

המורה תציג בפני התלמידים את שאלות שמסייעות להבין האם במצב מסוים הם מתמודדים עם פגיעה ברשת?

דרכים לזיהוי פגיעה מינית אפשרית ברשת:

1. האם מה שמציעים לי מביך אותי?
 2. האם מה שמציעים לי מבלבל אותי?
- האם אני מתבייש לספר על זה למישהו אחר, אפילו להורים?
3. האם מבקשים ממני לשמור על השיחה בסוד ומבקשים ממני לא לספר להורים?
 4. האם מבקשים ממני לשלוח תמונות פרטיות ואישיות שלי?
 5. האם מפעילים עלי לחץ לעשות משהו בניגוד לרצוני?

שאלה למליאה - איך נשמור על עצמנו ברשת? המורה מסכמת את הצעות התלמידים על הלוח.

לסיכום חלק זה, המורה תעביר את המסרים הבאים:

- לא מוסרים פרטים אישיים לילדים וילדות ולמבוגרים שהכרנו דרך הרשת.

- לא שולחים תמונות אישיות לילדים וילדות, למבוגרים ולמבוגרות שהכרנו דרך הרשת.
- לא קובעים פגישות עם ילדים וילדות, מבוגרים או מבוגרות שהכרנו דרך הרשת.
- אם אנחנו מזהים שאולי מישהו מנסה לפגוע בנו חשוב לפנות להורים, לאח גדול, למורה, ליועצת או לכל מבוגר עליו אנחנו סומכים ולבקש עזרה.
- אפשר לעצור פגיעות ברשת! גם אם טעינו בהתחלה והיינו קצת בקשר עם מי שפגע בנו, תמיד אפשר לעצור, להפסיק להתכתב אתו ולספר על זה להורים.
- מי שפוגע בכם ברשת עובר על החוק, הוא עושה משהו אסור. הוא פוגע בפרטיות שלכם ובביטחון שלכם.
- ילד או ילדה שנתקלים בפגיעה ברשת אינם אשמים! מי שאשם זה מי שמנסה לפגוע בהם או מי שחושף אתכם לתכנים שאינם מתאימים לגילם.
- אתם יודעים לשמור על עצמכם ברשת. כמו בחיים האמיתיים: אתם חזקים ולא מתפתים, אתם משתפים את ההורים והמורים כי אתם חכמים וזהירים

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 לקבל שתוכלו לקבל תמיכה ועזרה וכדי למנוע מאותו אדם לפגוע בבני נוער אחרים.

לסיכום השיעור, לשיקול דעת המורה, ניתן להשתמש בסרטונים הבאים: פרטיות ברשת

סרטון האנימציה מציג את הסוגיה של פרטיות ברשת ומעביר את המסר של אי מסירת פרטים אישיים לאדם שהכרנו ברשת. הילדים אינם תופסים את השיח עם אדם ברשת כשיח עם אדם זר. זאת מכיוון שהם מתכתבים אתו בנושאים משותפים וחווים אותו כמוכר, אפילו כחבר.

על המורה לחדד את המסרים הבאים לסיכום הצפייה בסרטון:

1. לעיתים האדם עמו אנו משוחחים ברשת, אינו האדם שהוא מציג ועלול להיות מתחזה.
2. כשמישהו שטרם פגשנו פנים מול פנים מבקש מאתנו פרטים אישיים אנחנו לא נענים לבקשתו ולא מוסרים פרטים אישיים, כחלק מכללי גלישה בטוחה.
3. שיתוף ההורים הוא חשוב כי יש להם יכולת להגן עלינו בעת הצורך.

הפצת תמונה

סרטון זה ממחיש באמצעות העולם האמיתי את המתרחש בעולם הווירטואלי: הוא מציג לתלמידים איך העלאת תמונה, עניין שהוא שבשגרת יומם, הופכת מחוץ לשליטתך – הן מבחינת כמות הנמענים והן מבחינת זהותם. כשתלמידים מצלמים את עצמם, התמונה נמצאת ב"ענן" ברשת, היא ניתנת להשגה והפצה.

על המורה לחדד את המסרים הבאים לסיכום הצפייה בסרטון:

1. יש לחשוב על צילום עצמי, "סלפי", ולהימנע מצילום במצבים אינטימיים או עירום.
2. להיות מודע להעברה של תמונה- שלי או של אחר – והפגיעה הטמונה בה.
3. לגלות אחריות ולדווח על אירוע של צילום או הפצה של תמונות שאינן מתאימות או סרטונים שאינם מתאימים.

הפצת תמונה, הפצת תמונה, הפצת תמונה

סרטונים מסדרת "תשמור על האצבע שלך" המסבירים לתלמידים את משמעות ההפצה של תמונות לא מתאימות.

המורה תחדד את המסרים העיקריים המופיעים בהם:

1. אל תעביר תמונה, מסר, סרטון בעלי תוכן פוגעני או אינטימי. הפגיעה של המצולם מהעברת תמונותיו היא קשה.
2. שתף מבוגר שאתה סומך עליו - מורה, מחנך/ת, יועץ/ת ותדווח על המקרה.

אפשרות נוספת לסיכום השיעור היא פעילות יצירתית :

לצייר על דף/ להדביק גזרי עיתונים/ לכתוב משפט קצר/ חמשיר קטן/ סלוגן/ סיפור קצר/אמנה כיתתית, על אחד מהמסרים הבאים:

- שמרו על פרטיותכם ואל תמסרו פרטים מזהים (שם+ שם משפחה + כתובת+ טלפון+ סיסמה+ שם בית הספר+ תמונה שלכם) למי שלא פגשתם.
- הגדירו מי יכול לראות את מה שאתם מעלים ברשת.

- אם הכרתם ברשת מישהו שנשמע או נראה נחמד, אל תפגשו אתו ללא ידיעת ההורים והסכמתם.
- אם תרגישו ששיחה שאתם מנהלים לא נעימה או מבלבלת אתכם - באפשרותכם להתנתק ולחסום
- תכנים ברשת המכילים תמונות או סרטים שיש בהם אלימות, הפחדה, איברים פרטיים של אנשים או כל דבר שגורם לכם להרגיש לא בנוח כדאי להימנע מלצפות בהם ולספר לאדם מבוגר. הם אינם מתאימים לצפייה.
- אנשים שאינם מוכרים לכם עלולים להיות מתחזים.
- אנשים שהכרתם ברשת עשויים לפגוע בכם לאחר שרכשו את האמון שלכם.
- כשפרופיל מעלה הרבה "stories" ונראה פעיל או כשפרופיל יש הרבה עוקבים, זה לא בהכרח מעיד עליו שהוא פרופיל אמיתי ואמין (לעיתים אנשים מתחזים עושים זאת בצורה מתוחכמת וכך מיצרים עוקבים רבים).
- כשמגיעה הצעת עבודה לילדים ובני נוער ברשת לצורך הופעה או פרסום כגון דוגמנות- זה מצריך אישור הורים על פי חוק. אם אין בקשה לאישור הורים מצד המציע או אם יש מצדו הפצרה להתחיל לעבוד ללא ידיעת הורים- זה צריך להדליק נורה אדומה שמדובר אולי בניסיון פגיעה.
- חשוב לא לשמור בנייד תמונות וסרטונים אינטימיים, ולא לשלוח אותם לאף אחד, גם לא לחברים טובים. כך נמנע אפשרות להפצת תיעוד פרטי ללא הסכמה.
- במקרה של פגיעה חשוב לתעד את המידע הפוגעני (צילום מסך)
- שיתוף ההורים הוא חשוב. אפשר לשתף גם מורה/יועצת/מנהלת או כל מבוגר שאתם סומכים עליו. גם אם אתם חוששים מתגובת המבוגר לו החלטתם לספר, זכרו שאתם חשובים לו והוא יסייע ויגן עליכם כשתזדקקו לכך.
- 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.

ספרו על מקרה בו
גלשתם ברשת וראיתם
משהו שלא מתאים
לגילכם.

ספרו על מקרה בו
גלשתם ברשת וקרה
משהו שגרם לכם
למבוכה.

ספרו על מקרה בו
מישהו שאתם לא
מכירים פנה אליכם
ברשת והתחיל
להתכתב אתכם?

ספרו על מקרה בו
מישהו פנה אליכם
ברשת וביקש מכם
לעשות משהו שלא
רציתם.

ספרו על מקרה בו ראיתם
ברשת דברים שהפחידו
אתכם?

מה אתם חושבים
כשאתם שומעים על
מצבים שבהם ילדות
וילדים בגילכם נמצאים
בקשר ברשת עם אנשים
זרים שהם מעולם לא
פגשו ?

ספרו על מקרה בו
מישהו פגע/ הציק לכם
או לחברים שלכם דרך
הרשת. מה עשיתם?

מה צריך לעשות
כשפונה אליך ברשת
מישהו זר שאינך
מכיר?

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? אולי 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 תאנה להורית?
3. האם מחמיאים לך ואומרים לך שאתה ממש מיוחד?
4. האם מציעים לך להיפגש ללא ידיעת הורית?
5. האם מבטיחים לך פרסום, כסף, פאישה 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 להוריך, למורה או ליועצת
אין כמוך! אתה יודע לשמור על עצמך!

