

כיצד הורים יכולים להגן על ילדיהם מפני פגיעה ברשת?

רויטל ריבלין,
מדריכה ארצית בתחום הורים ומשפחה, שפ"י



סרטונים מהחיים בריונות ושיימינג ברשת

מבוסס על
אירוע
במוקד 105



אנחנו מנסים להגן על הילדים

פעילות ההורים להגנה על ילדים ברשת

76%

עוקבים אחרי פעילות הילד ברשתות

61%

שיחות עם הילד על הסכנות ברשתות

53%

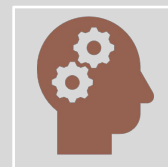
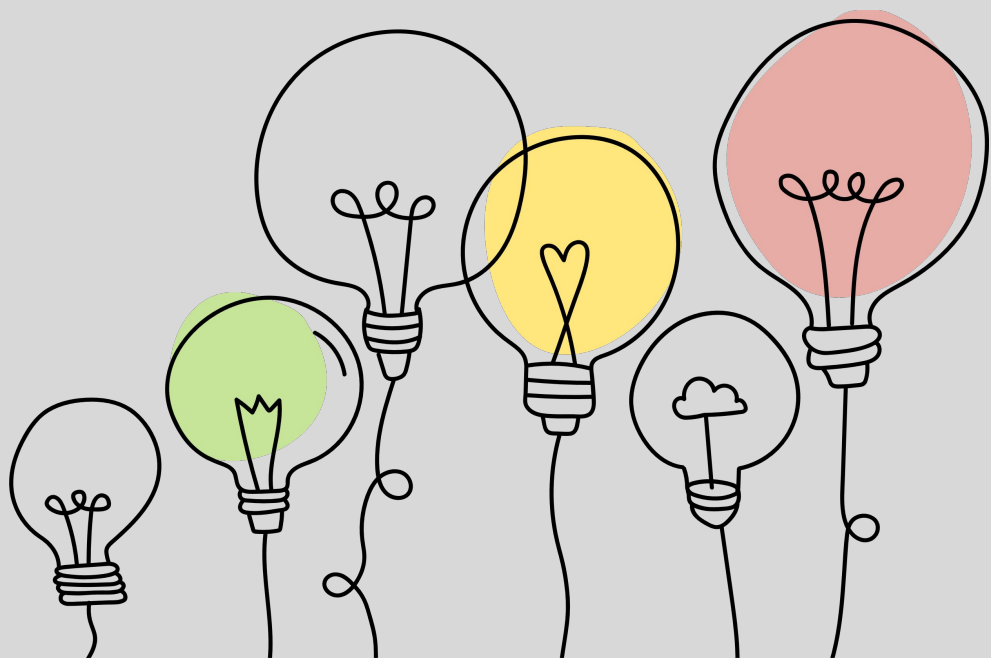
הנחיות לילד במקרה ונתקל בסיטואציה חריגה

21%

תוכנות מעקב אחר פעילות הילד



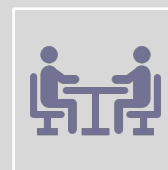
כלים להורים כמבוגרים משמעותיים



ידע



דוגמה אישית



דיאלוג הורה
ילד



גבולות וסמכות



דוגמה אישית

ההתנהלות שלנו ברשת משפיעה על הילדים שלנו!

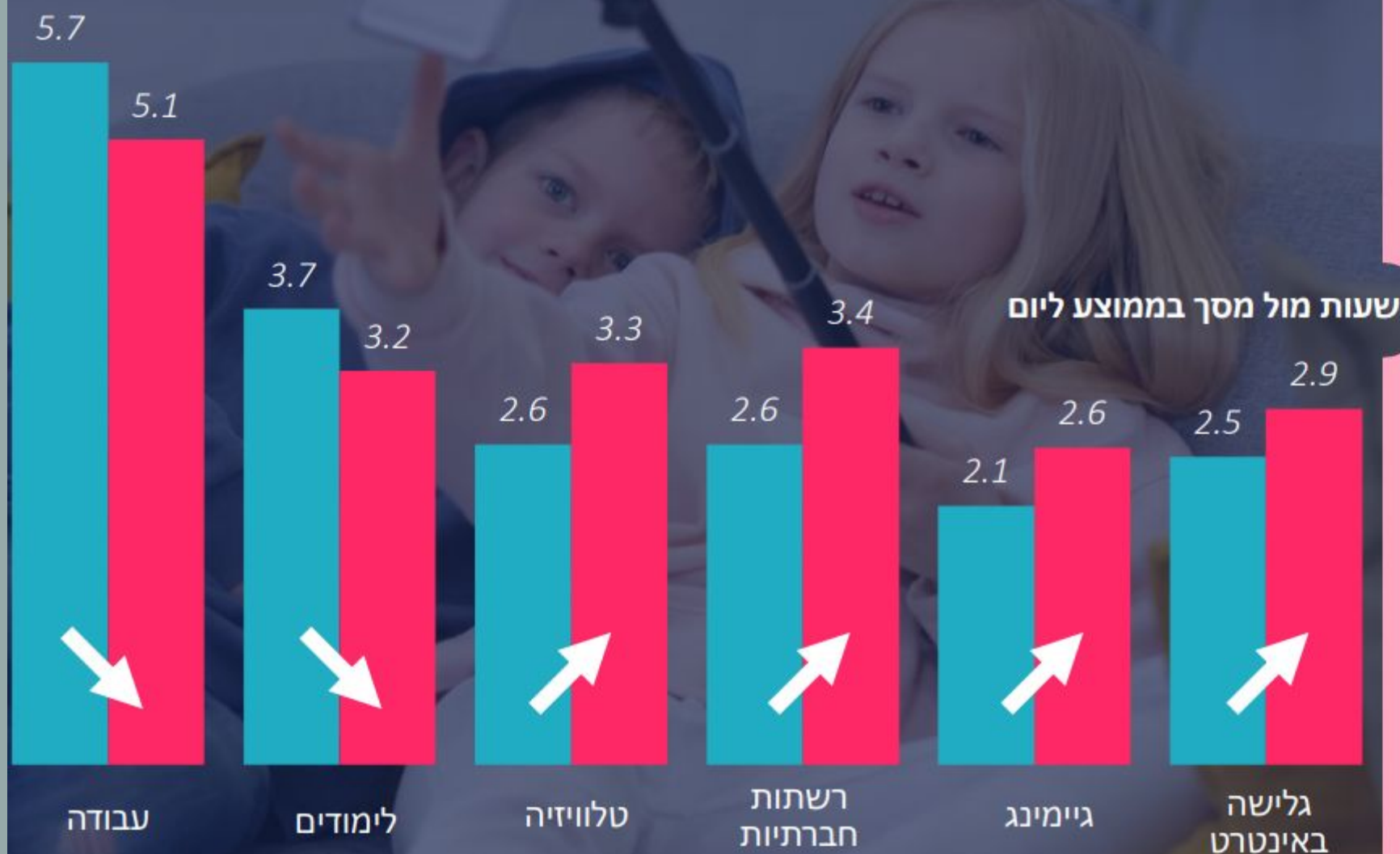
בדקו עם עצמכם:

ניהול זמן מסך ומחוץ למסך ✓

שיתוף תכנים ברשת ✓

שיח ברשת ✓

יותר במסכים בזמן הפנוי



2020

2022

"כמה זמן אתה מבלה במהלך יום שגרתי בממוצע בפעילויות הבאות?"



אבל אנחנו מחוברים לא רק פיסית. מחוברים גם רגשית

77%
נכנסים למדיות מתוך
הרגל או שיעמום

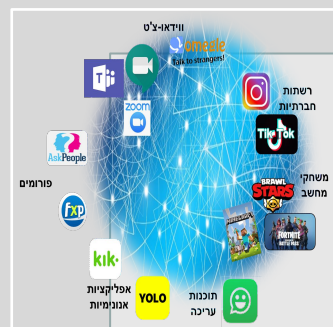
83% מהבוגרים והנוער
מרגישים שצריכים לקרוא
מיד הודעות וואטסאפ כשהן
נכנסות

84% מהנוער
70% כשנכנסים לנייד כדי
לבצע פעולה, מוסחים
מהרשתות ומהוואטסאפ

63% מהבוגרים
מרגישים שמצפים מהם לענות
מיד להודעות בוואטסאפ
שמקבלים



ידע



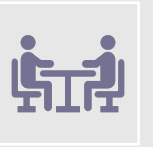
ידע על הרשת



ידע על הילדים



ידע הורי



דיאלוג הורה ילד



על מה
נשוחח?

איך נשוחח?

איך נכיר את
עולמם ברשת

**היו כתובת לילדיכם
העבירו מסר שלא משנה מה קרה, אתם לרשותם בכל בעיה
ובמידת הצורך ניתן לפנות 24/7 למוקד 105**



גבולות וסמכות

אנחנו בוחרים איך להתנהל ברשת, הרשת לא מנהלת אותנו

שימוש מאוזן במסכים

איכות זמן מסכים

צריכה מותאמת לשלב התפתחותי

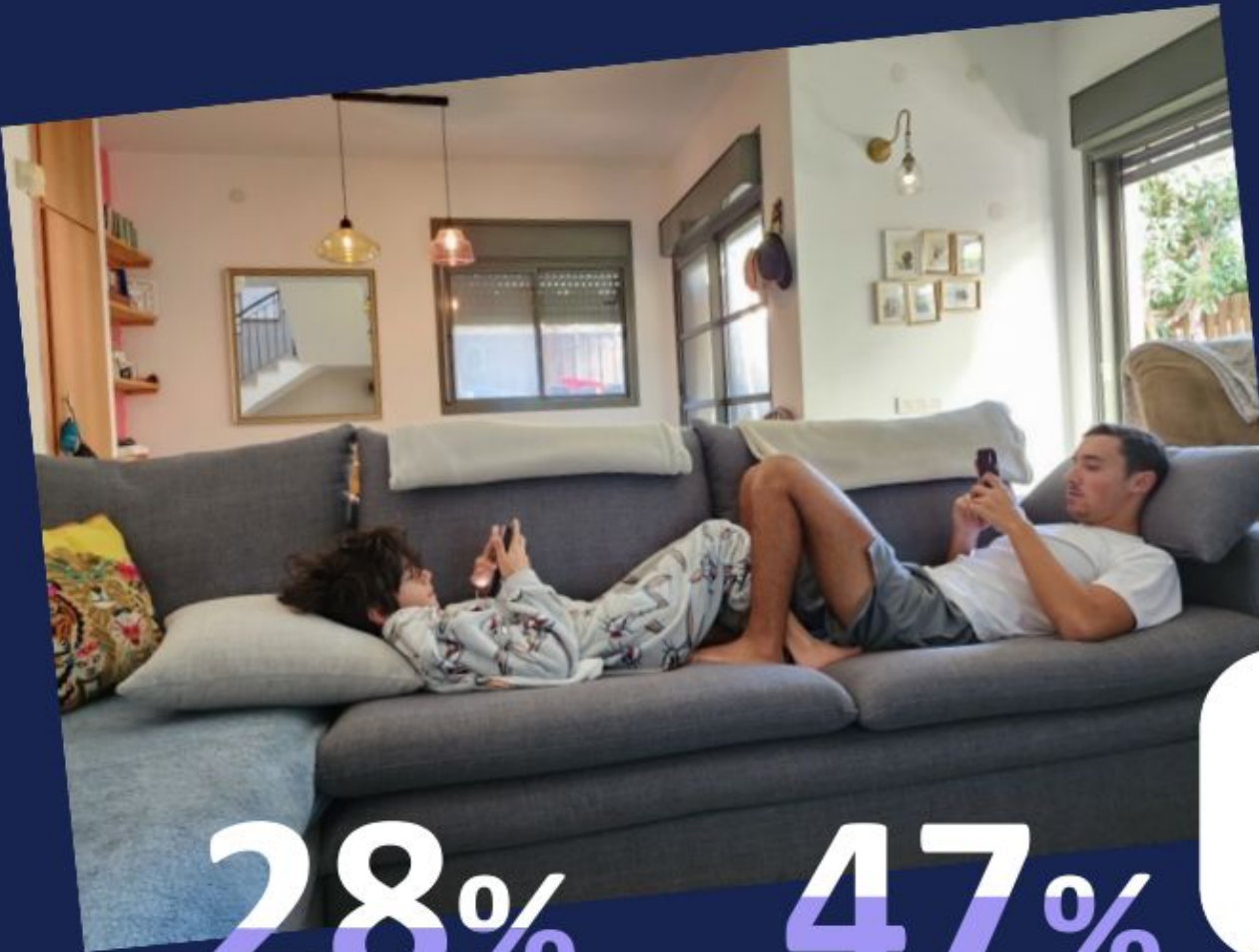
התקנת אפליקציות שהילדים משתמשים בהן באישורכם

שירותים לסינון אתרים ואפליקציות לניטור ובקרת הורים



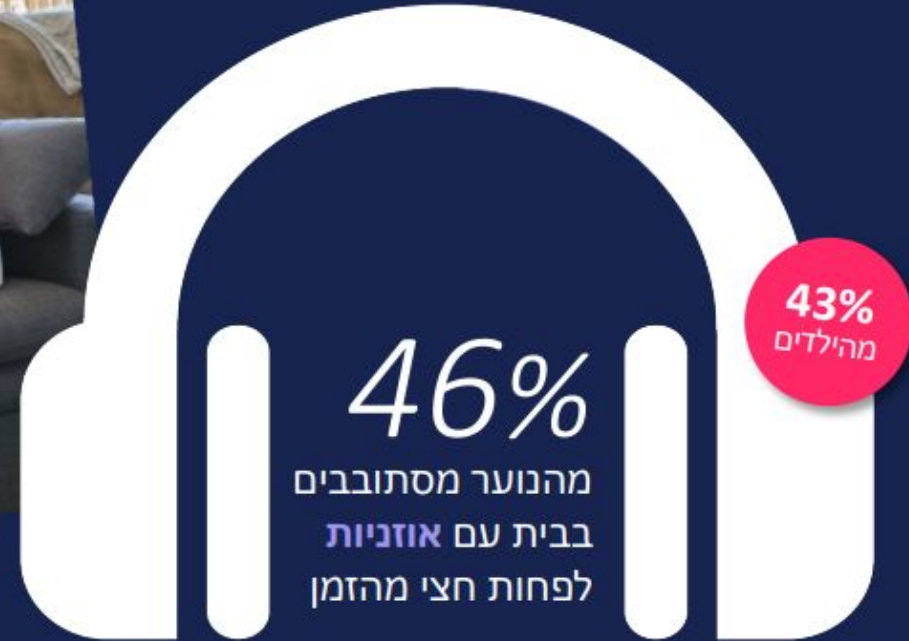
גבולות ברורים בתוך קשר רציף ומכבד ישמרו על הילדים ברשת

גם בתוך הבית,
נוצרו יקומים מקבילים
ריחוק מרצון



מהילדים
28%
כשהמשפחה בבית ביחד בסלון,
כל אחד צופה במסך משלו

מהנוער
47%
כשהמשפחה בבית צופה בתוכן,
צופים בחדרים נפרדים



46%
מהנוער מסתובבים
בבית עם אוזניות
לפחות חצי מהזמן

43%
מהילדים



גם *Phubbing

כבר עשו לכם.
רק לא ידעתם

82%
משתדלים לעשות
את זה כמה שפחות



82%
מעצבן אותם
בשעושים להם
Phubbing



52%
קשה להם
להפסיק לעשות
Phubbing



22%
רוב הזמן עושים
Phubbing כשהם
עם חברים או
משפחה



– Phubbing*

כשאדם מתעלם מהסביבה החברתית בה נמצא לטובת הטלפון החכם שלו

8 "באיזה מידה אתה מסכים עם המשפטים הבאים"

דוגמה ל-phubbing





משפחה בדשא

פרק 2
הרשת
החברתית



סימנים שיכולים לעורר חשש שהילד נפגע או פגע ברשת

- ✓ שינויים בהתנהגות – הרגלי שינה, אכילה, עצבנות, אי שקט, הסתגרות, לבוש, תחומי עניין
- ✓ כשהשימוש ברשת הופך לתלות או להתמכרות
- ✓ הימנעות ממפגשים חברתיים ומשפחתיים
- ✓ עימותים ומאבקים
- ✓ ירידה בתפקוד הלימודי והיעדרות מהלמידה מרחוק

איך תוכלו לסייע במקרה של פגיעה ברשת?

זכרו שהפגיעה זמנית

והיא תסתיים. אמרו זאת לעצמכם וגם לילד



הבינו עם ילדיכם **מהי הפגיעה**, והחליטו ביחד **כיצד להתמודד**. בתור התחלה הציעו להם להתנתק זמנית מהמרחב הפוגעני



תעדו – צלמו את המסך לתיעוד הפגיעה, דווחו וחסמו את דרכי ההתקשרות של הפוגע עם ילדיכם



היו אופטימיים, זכרו – לילדיכם ולכם יש כוחות להתמודד, להתגבר ולהמשיך הלאה



חזקו את ילדיכם ושבחו אותם על כך שפנו אליכם לעזרה – פניה לעזרה היא עדות לכוחות ולאומץ ולא לחולשה



נהלו שיחה רגועה, היו קשובים ולא שיפוטיים, שדרו שאתם איתם גם אם טעו בשיקול הדעת



בכל מקרה של פגיעה ברשת ניתן לפנות לצוות החינוכי בבית הספר ולמוקד 105 של המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת, אשר זמין עבורכם 24/7



סדנה: סיפורים מהכורסא

א. שתפו בסיפור חוייתי, אישי ועוצמתי
ברשת

ב. מהן נקודות המפגש בין ההרצאה
ששמעתן לסיפור האישי?