



לפניכם חוברת מלווה למצגת אותה אתם עומדים להציג בפני הילדים.
בחוברת ישנן הרחבות והתייחסויות לתוכן השקופיות. מומלץ לעבור על המידע טרם הגעתכם
למפגש.

מטרות המפגש:

- הכרות עם המטה הלאומי - מוקד 105
- כלים להתמודדות עם אירועי פגיעה
- עידוד התלמידים לפנות לעזרה- הורים, מורים, חברים ומוקד 105
- חיזוק מסרים להתנהלות מיטבית ברשת



המנחה יאמר לתלמידים שלפניהם שקופית ובה מספרים. כל מספר הינו כרטיסיה ובה שאלה הקשורה לרשת.

המנחה יבקש מתנדב שיבחר מספר. המנחה יבקש מהתלמיד לשאול את השאלה המופיעה בעקבות הלחיצה על המספר. התלמיד המתנדב יענה על השאלה ולאחר מכן המנחה יפנה את השאלה לתלמידים נוספים בכיתה.

לחיצה על התמונה בכל כרטיסיה מחזירה למסך הראשי עם המספרים.

אין צורך לשאול את כל השאלות (מומלץ לקיים 3 שאלות), בכל שלב ניתן לעבור להמשך המצגת ע"י לחיצה על החץ של תיאור האירוע

שימו לב, שאלות 1, 3, 6- אלו שאלות שתחילה מופיעה השאלה. מקיימים דיון ולאחר מכן, בלחיצת כפתור, תופיע התשובה הנכונה השאלות המופיעות (עפ"י המספרים):

1. מהו לדעתכם אחוז בני הנוער ששומרים בטלפון שלהם תמונות אינטימיות ומיניות?

2. מה לדעתך טוב ברשת?

3. מהו חוק הסרטונים?

4. נפגעת ברשת, למי תפנה לעזרה?

5. אם היו חוסמים בארץ את הגישה לאינטרנט בטלפונים ניידים. כיצד החיים שלך היו נראים?

6. מהו סקסטורשן?

7. נניח שאתם משתתפים בתכנית "הישרדות" ויכולים לקחת איתך את הטלפון הנייד ובו

אפליקציה אחת בלבד. באיזו אפליקציה הייתם בוחרים?

8. מה אתם יכולים לעשות כדי שמרחב הרשת יהיה מקום שנעים ובטוח להיות בו?

9. מה הדבר הראשון שאתם עושים כשאתם מתעוררים בבוקר?

← عودة

ما هي برأيكم نسبة أبناء الشبيبة الذين يحتفظون بصور شخصية وجنسية في هواتفهم؟



أكثر
 من 50%

105
 الهيئة الوطنية
 لحماية الأولاد في الشبكة
www.105.gov.il

© الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة

יש להזמין את התלמידים לענות על השאלה, לשמוע את תשובותיהם ורק לאחר מכן,
 בלחיצה על העכבר, התשובה תופיע : 50%



הרשת מאפשרת מגוון רחב של פעולות: חשיפה למידע רחב ומגוון המאפשר הרחבת הידע בתחומים שונים, השתתפות במפגשי למידה מקוונים, משחקים, שמירה על קשרים חברתיים, התנדבות, שיתוף במידע, התייעצות עם אנשי מקצוע, צפייה בסרטים ועוד

ما هو قانون الفيديوهات؟

عودة

ينص القانون أن نشر أو
رفع فيديوهات وصور ذات طابع جنسي
يُعتبر تحرّش جنسي
تصل عقوبته حتى 5
سنوات في السجن

105
الهيئة الوطنية
لحماية الأولاد في الشبكة
www.105.gov.il



© الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة

חוק הסרטונים, קובע כי כל הפצה או פרסום של **סרטונים** ותמונות בעלות אופי מיני, ללא קבלת אישור מפורש של האנשים המופיעים בהם, ייחשבו כעוולה של הטרדה מינית, וכן עבירה של פגיעה בפרטיות לפי חוק הגנת הפרטיות, שדינה הוא עד חמש שנות **מאסר**. התיקון אושר בכנסת ב-6 בינואר 2014

قانون الفيديوهات ينص على أنّ أيّ نشر أو إعلان فيديوهات وصور ذات طابع جنسيّ، دون موافقة صريحة من الأشخاص الذين يظهرون في الفيديو، يُعتبر جريمة تحرّش جنسيّ، وأيضًا انتهاكًا للخصوصيّة بحسب قانون حماية الخصوصية، والتي تصل عقوبتها حتى خمس سنوات في السجن الفعليّ. تمّت المصادقة على تعديل القانون في 6 كانون الثاني 2014.

لو تمّ حظر إمكانيّة استخدام الإنترنت من
الهواتف النقّالة في البلاد

عودة

!?!?

كيف ستكون
حياتك؟

105
الهيئة الوطنية
لحماية الأولاد في الشبكة
www.105.gov.il

© الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة



אם נפגעת ברשת, למי תפנה לעזרה? שאלה שאפשר לעשות ממנה סקר ביתי המנחה ירשום על הלוח את תוצאות הסקר הכיתתי וישתף את התלמידים בתוצאות בנושא ממחקרים שונים שנערכו בארץ. המנחה יאמר לתלמידים אם התוצאות שהתקבלו בביתה נמצאות בהלימה לתוצאות המחקרים: 38% פונים להורים, 26% פונים לחברים, 12% פונים לצוות החינוכי, 18% בחרו לא לשתף אף אחד

לתלמידי היסודי אין צורך לציין אחוזים אלא לומר לתלמידים אם תוצאות הסקר הכיתתי נמצאות בהלימה לתוצאות המחקרים.

תוצאות הסקר של בזק:

66% מבני הנוער ציינו שהם לא פנו לאף גורם מקצועי כאשר חוו בריונות ברשת או שיימינג. בני הנוער כן רואים בבית הספר גורם מקצועי להתמודדות עם המצב ו-32% מהם פנו לגורם חינוכי בבית הספר.

ומי מכם שמע? על מוקד 105?

הנתונים בשקף הם מסקר שערך המשרד לביטחון פנים בשנת 2016 "תופעת השיימינג בקרב בני הנוער בישראל" בקרב 624 בני נוער (12-18).

לעיתים קרובות אנשים נמנעים מלפנות לעזרה שכן היא נתפסת אצל רבים כסוג של הודאה בתלותיות וחוסר מסוגלות להתמודד עם קשיים באופן עצמאי וכרוכה בסטיגמה חברתית ומחירים פסיכולוגיים של "להיות נזקק". מתבגרים נרתעים מלבקש עזרה מהצוות החינוכי בבית הספר בשל החשש שפניה לא תעזור ואף תחמיר את המצב. במיוחד נמצאה נטייה כזו בקרב ילדים בסיכון לדיכאון, אובדנות ושימוש בסמים וכן בקרב מתבגרים עם נטיה לפרפקציוניזם, שלהם קבלה עצמית נמוכה ושיפוט עצמי שלילי לגבי פניה לעזרה.

בהקשר לכך אנחנו כבר רואים שהילדים הנפגעים ברשת הם נפגעים גם בזירות אחרות כגון אלימות במשפחה, ונפגעים מסוגי אלימות שונים גם פנים אל פנים. חשוב לומר שהנטייה

לפנות לעזרה אינה סטטית, אלא קשורה לשינויים באדם ובסביבה, בנסיבות, בחזרתיות, בסוג הפגיעה וכו'. סקר המשרד לבטחון פנים, [תופעת השיימינג בקרב בני הנוער בישראל](#), 2017 . בני נוער ברשת- מסוכנות והזדמנות לטיפול.

<https://www.btl.gov.il/Funds/kolotkorim/Documents/skiratsafrotcyberbulling.pdf>

לקט נתונים מהמועצה לשלום הילד 2017

<http://go.ynet.co.il/pic/news/shnaton2017.pdf>

בני נוער ברשת- מסוכנות והזדמנות לטיפול

<https://www.btl.gov.il/Funds/kolotkorim/Documents/skiratsafrotcyberbulling.pdf>

ما هو الـ sextortion؟

عودة



تופעת הסקסטורשן, סחיטה מינית, הולכת ומתעצמת בתקופה האחרונה גם בישראל. גורמים עבריינים פועלים לפתות גברים ונשים לחשוף את עצמם באפליקציות היכרויות, בפייסבוק ובאפליקציות אחרות, ואז מאיימים להפיץ את תמונותיהם אם לא יקבלו סכומי כסף גדולים.

בשנייה אחת, הבחורה הנחמדה שדיברתם איתה נעלמת ומתגלה כגבר סוחט. המלכודת היא חובקת עולם, בה מתקיימת רשת מתוחכמת של סוחטים על זרועות במדינות רבות.

تنفاقم ظاهرة السكستورشن، الابتزاز الجنسي، في إسرائيل في الفترة الأخيرة. تحاول جهات إجرامية إغراء الرجال والنساء ليكشفوا أنفسهم في تطبيقات التعارف وفي الفيسبوك وفي التطبيقات الأخرى، ومن ثم يهدّدون بنشر الصور في حال لم يحصلوا على مبالغ مالية كبيرة. فجأة، تختفي الفتاة اللطيفة التي كنتم تتحدّثون معها للتوّ ليظهر أمامكم رجل مبتزّ. هذا الفخ منتشر في جميع أنحاء العالم حيث توجد شبكات محنّكة من المبتزّين الذين لديهم أذرع في عدّة دول.

لنفترض أنّكم تشاركون في برنامج "التاجي الوحيد"، وبإمكانكم أن
تأخذوا معكم هواتفكم النقال وفيه تطبيق واحد فقط

عودة

أيّ تطبيق كنتم
ستختارون؟

105
الهيئة الوطنية
لحماية الأرواح في الشبكة
www.105.gov.il

مستخدمة الأرواح في الشبكة





عودة

ما هو أول شيء
تقومون به عندما
تستيقظون
في الصباح؟

105
الهيئة الوطنية
لحماية الأرواح في الشبكة
www.105.gov.il

© الهيئة الوطنية لحماية الأرواح في الشبكة

قصة تعتمد على حدث وصل إلى مركز 105؟



כמו שראינו רבע מהילדים נפגעים ברשת. כלומר, אם בכיתה יש 36 תלמידים, 9 מהם נפגעו ברשת.

במפגש זה נרצה לספר לכם על מוקד 105 – שהינו חלק ממטה לאומי להגנה על ילדים ברשת.

לפני שנספר לכם בהרחבה על המוקד, נציג בפניכם סיפור מקרה מתגלגל. האירוע מבוסס על אירוע פגיעה שהגיע למוקד- המנחה ינהל דיון בהתאם להתפתחות האירוע.

כמו ראינו, בתערוכת ריב האולאד ללإساءة عبر الشبكة. بكلمات أخرى، إذا كان في الصف 36 طالباً، تعرّض منهم للإساءة عبر الشبكة.

نودّ في هذا اللقاء أن نخبركم عن خطّ الطوارئ 105 الذي يُعتبر جزءاً من الهيئة الوطنية لحماية الأرواح في الشبكة.

قبل أن نتوسّع حول خطّ الطوارئ، سنستعرض أمامكم حادثة إساءة وصلت إلى خطّ الطوارئ. يختار الموجه إحدى الحوادث المعروضة: فيديو أو حادثة، وينقر على الاختيار ويدير نقاشاً في الصف بحسب الأسئلة المقترحة.

الإمكانيات:

حادثة واقعية (للإعدادية أو الثانوية- بحسب الطبقة التي يحاضر لها): تُضيف للحادثة في كلّ مرة مقطعاً نصّياً للقصّة التي يتم تداولها في الصف.

قصّة حادثة في الفيديو: يُعرض الفيديو بمقاطع، ويُجرى نقاش بين كلّ مقطع ومقطع. من المهم الانتباه للتعليمات وإيقاف الفيديو بحسب الدقائق الموصى بها.

قصة حدث



ذهبت الصديقتان رلى وعدن للمجمع التجاري لشراء فساتين لحفلة نهاية السنة، و"على الطريق" اشترت الصديقتان أيضًا ملابس داخلية. التقطت كل من رلى وعدن صورًا لهما وهما ترتديان الملابس الداخلية وأرسلتا الصور إلى مجموعة الصديقات على الواتساب.



يسأل الموجّه التلاميذ:

ما رأيكم بتصرف رلى وعدن؟

قد يجيب التلاميذ أن تصرفهما كان على ما يرام لأنّهما أرسلتا الصور برسالة إلى مجموعة واتساب مغلقة. من المهم التشديد أمام التلاميذ أنّ أي معلومة تصبح رقميّة (على سبيل المثال: صورة/فيديو) قد تخرج عن السيطرة وتكفّ عن أن تكون ملكيّتهم الخاصة. بكلمات أخرى، من السهل أن تنتشر هذه المعلومات في الشبكة، وبذلك أن يفقدوا السيطرة على المعلومات.







1. ما هو برأيكم شعور رلى وعدن بعد نشر صورهن
المحرجة على الشبكات الاجتماعية؟

2. هل برأيكم هناك أهمية لكونهن صَوَّرن الصور بأنفسهن
وأرسلها على مجموعة الواتساب؟

© الوحدة الوطنية لحماية الأثر في الشبكة

نقاش في الصف:

سؤال للنقاش:

كيف تشعر رلى وعدن برأيكم بعد أن تمّ نشر صورتهم المحرجة على الشبكات الاجتماعية؟
للموجه: وصلت الصورة لفتيان والفتيات، وفقدت الفتاتين السيطرة على الجمهور المسموح له بأن يطلع على الصور.

الأحاسيس التي ممكن أن تشعر بها كلّ من رلى وعدن: الخجل، الشعور بالذنب (هنّ من حوّل الصورة أوّل مرّة، ومع ذلك، من المهمّ التشديد على أنّها لم تقصدا بأن تصل الصورة إلى أيّ شخص عدا صديقاتهما المقربات)، غضب تجاه أنفسهنّ وصديقاتهن، الحرج، العجز، الوحدة والاعتراب، عدم الانتماء.

هل برأيكم هناك أهمية لكونهما من صوّر الصورة وأرسلها أوّل مرّة؟

للموجه: كون رلى وعدن من صوّر الصور وأرسلها لصديقاتها لا يعني أنّهما وافقتا على نشرها وتعميمها في الشبكات الاجتماعية، وخصوصًا حيث أنّ الحديث يدور عن صور فاضحة.

كيف يجب أن تتصرّف الفتاتان؟

للموجه: من المهم إتاحة إمكانيّة التعبير عن كلّ طيف الأحاسيس. بالإضافة إلى ذلك، من المهم التطرّق لإمكانيّة المشاركة والتوجّه طلبًا للمساعدة.

ماذا سيعزّز من شعورهما برأيكم؟

للموجه: الحوار الداخلي وضبط المشاعر، رفض المقولات المسيئة، التعزيز بسبب المقولات الإيجابية،

محدوديّة توقيت الإساءة، اختيار الوتيرة الصحيحة للحضور في الشبكة، يمكن إيجاد حلّ دائمًا، نفاؤل.

من المهم أن نتذكّر أنّ هناك أشخاص سيقفون إلى جانبنا: العائلة والأصدقاء وآخرين.

التوجّه طلبًا للمساعدة والقدرة على تلقّي المساعدة هي شهادة على قوّتي النفسيّة وعلى شجاعتي، وهي ليست

نقطة ضعف!

سؤال إضافي للنقاش:

هناك عدّة خطوات ذُكرت في قصّة الحادثة/الفيديو التي تمّ عرضها في الصف التي أدّت إلى حالات إساءة وخطر مختلفة. تمّ اختراق الحدود في القصّة التي استعرضناها. "الحدود" هي عبارة عن الخطّ الفاصل بين الممكن والمسموح، وبين غير المرغوب به والممنوع أو الخطر.

أين برأيكم يمرّ الحدّ الفاصل بين التصرف الحكيم والمسؤول وبين التصرف الذي يؤدي إلى المخاطر أو الإساءة؟ (للمعلّم: يتمّ اختراق الحدود عندما نشعر بعدم الارتياح والبلبلّة ونخشى مشاركة الأهل أو بالغ آخر، ونشعر بالحرج والخوف، ما أريد أن أشارك به قد يؤدي الآخرين، وغيرها).

كيف علينا أن نتصرّف عندما نكون في الشبكة لتجنّب حالات الخطر/الإساءة التي عرضناها في قصّة الحادثة؟



نقاش في الصف: أنظر التعليمات في شريحة رقم 21

قصّة حدث

ماذا ينصّ
"قانون
الفيديوهات"؟

لنمن يمكن التوجّه
طلباً للمساعدة؟

سيتمّ اعتبار نشر صورة، فيديو
أو تسجيل يركّز على جنسانية
شخص، في ظروف من شأنها أن
تؤدي إلى إذلال أو تحقير
الشخص، ودون موافقته على
النشر، تحرّشاً جنسياً

نشر الصور والفيديوهات المسيئة هو أمر مسيء حتّى إذا لم يكن مخالفاً للقانون.

105
المنصة الرقمية
للمنحازة على يديك بخدمات
www.105.gov.il

© الهيئة الوطنية لحماية الأرواح في الشبكة

חוק הסרטונים מדבר כי הפצת תמונה, סרטון או הקלטה חושפני או מיני, ייחשב לעבירה פלילית, כלומר, עבירה על החוק. יש להסביר את גיל האחריות הפלילית, כלומר, מעל גיל 12, כל ילד/ה, נושאים באחריות פלילית, וזה אומר, שאם מוגשת תלונה, ייפתח תיק פלילי. חשוב לזכור:

יש פגיעה ממשית



המנחה יאמר לילדים: אחת הפעולות שתמיד יכולות לחזק כל אחד מאיתנו בעת מצוקה היא- **פניה לעזרה.**

פניה לעזרה מעידה על כך שהקורבן הוא בעל כוחות נפשיים רבים, יודע לקחת אחריות ונוקט בפעולות בכדי לסייע לעצמו **חשוב לציין שהגורם הטבעי שאליו כדאי לפנות לעזרה הוא ההורים ו/או הצוות החינוכי, ויחד איתם לקבל החלטה למי לפנות, ובכל מקרה, הם יכולים לפנות למוקד 105 למנחה:**

מתוך המידע שעלה במשחק הפתיחה עולה כי ילדים ונוער עושים שימוש רב באפליקציות שונות, כרבע מבני נוער חווים פגיעה ברשת ואלו שחוו פגיעה או שנחשפו לפגיעה לא תמיד פונים לעזרה.

ילדים ובני נוער נמנעים מלבקש עזרה במצבי סיכון ואף במצבי חיים יום יומיים. פעמים רבות הם עונים "הכל בסדר", לשאלה "מה שלומך?" לא אחת הם מבטלים בקלות הצעת עזרה ועונים "אני מסתדר לבד, לא צריך עזרה". לעיתים, הם לא מאמינים שהם ראויים לעזרה, ולפעמים הם פשוט מתביישים לבקש אותה.

על כן, חשוב לעודד ילדים לפנות לעזרה ולחזק בקרבם את ההבנה כי הם אינם לבד בסיטואציה הפוגענית.

מכלל ההיבטים שציינו ממשלת ישראל החליטה להקים מטה לאומי להגנה על ילדים ברשת המהווה כתובת לאומית עבור הציבור הרחב (ילדים והורים) בנושא האלימות והפשעה נגד ילדים ובני נוער במרחב המקוון.

מרכז 105 لحماية الاولاد في الشبكة وصل حدث لمركز 105, ما هي الخطوات المتبعة؟



המנחה יאמר לילדים: אסביר לכם מה קורה כאשר מגיע אירוע למוקד לדוגמא:

הורה מתקשר למוקד בעקבות פגיעה שחוווה הילד שלו.
מוקדן שהוא שוטר עונה בטלפון להורה ומברר את פרטי האירוע. שואל שאלות לגבי הילד והאירוע: באיזו אפליקציה התרחשה הפגיעה, מה נכתב/ הופץ, מי מעורב וכד'.
המוקדן מבקש מההורה לשלוח למייל של המוקד תצלומי מסך המתעדים את הפגיעה.

לאחר קבלת פרטי האירוע, האירוע מועבר למומחים לפגיעות ברשת, ויחד עם השוטרים במוקד מקבלים החלטה על אופן הטיפול באירוע.
האירוע מטופל במוקד ובמידת הצורך ובהסכמת ההורים מועבר להמשך הטיפול ביישוב: משטרה, בית ספר ורווחה.
כאשר הפגיעה מופסקת והאירוע טופל, מסתיים הטיפול במוקד. יש פעמים שהטיפול ימשיך ע"י ביה"ס או גורמי סיוע אחרים בקהילה.



המנחה יציג לתלמידים אירועי פגיעה שונים וידגיש את המסר- אל תישארו עם חוויות הפגיעה לבד, יש למי לדווח- למוקד 105.
ישנן 2 בועות ריקות וניתן לומר לתלמידים:
השארנו בועות ריקות, כי ייתכן ויש לכם דוגמא לאירוע פגיעה שאינו מופיע פה....

في كل حالة تشعرّون بها بضائقة أو
تتعرّضون بها للإساءة عبر الشبكة لا
تكتُموا الأمر!

بإمكان أي شخص التوجّه إلى

مركز 105

للاستشارة، للحصول على معلومات،
لتقديم بلاغ وتلقّي المساعدة



كيف يمكن لمركز 105 أن يساعدكم؟

- حذف الصور والأفلام القصيرة الجارحة من الشبكة قدر الإمكان.
- تقديم الاستشارة والعلاج في حالات الإيذاء في الشبكة
- تقديم المساعدة عندما تكون هوية المعتدي أو المعتدى عليه غير معروفة
- تنسيق العلاج في الحالات المركبة (مدني وجنائي)
- المساعدة في حالات الطوارئ والضائقة
- التوجيه إلى عناوين للحصول على الدعم في المدرسة والمجتمع.
- توفير المعلومات



© الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة

הרחבה למנחה אודות המענים שהמוקד נותן:

מוקד 105 עומד לשירות הציבור בעיקר בהיבטים הבאים:

כשיש צורך בהסרת תכנים, המוקד ייתן מענה מ-2 סוגים:

תוכן פלילי - כגון: הפצת תמונה/סרטון חושפניים והפצת תכנים בעלי אופי מיני, איומים, חשש לפגיעה בחיי אדם.

תוכן שאינו פלילי - כמעט בכל אפליקציה ניתן לדווח על תוכן פוגעני באמצעות לחיצה על אייקון עזרה/גלגל שיניים/3 נקודות.

חשוב לדעת כי למנהלי האפליקציה יש אינטרס שהמשתמשים בה ימשיכו לעשות שימוש באפליקציה ושירגישו בטוחים ומוגנים. כמו כן, ישנה אפשרות לדווח על פוסט ספיציפי על ידי לחיצה על שלוש הנקודות משמאל לפוסט

ייעוץ וסיוע לגבי טיפול באירוע פגיעה:

ייעוץ וסיוע להורים, צוותי חינוך, תלמידים במגוון אירועים כגון: פתיחת דף אינסטגרם מתחזה, שיימינג וכד'.

סיוע במצבים בהם הזהות לא ידועה זהות הנפגעים או הפוגעים (השם שלו ומיקומו) במקרים הבאים:

- ככלל, כשהאירוע בעל אופי פלילי או באירוע בו יש חשש לחיי אדם (למשל איום באובדנות).

סיוע במצבי חירום ומצוקה

מתן מידע להורים, צוותי חינוך ותלמידים והפנייה לגורמי סיוע בקהילה, לדוגמא:
- שיחות הסברה, מתן חומרי הסברה, ו/או פעילויות וסדנאות לתלמידים ולצוותי חינוך.

كيف نتجنب حالات الإساءة؟

هل يمكن أن تسيئ هذه المعلومات لي أو للآخرين؟

هل المعلومات حقيقية أو مفيدة؟

هل سأشعر بارتياح إذا انكشف أهلي أو إخوتي أو جدتي على هذه المعلومات؟

نحکم عقلنا- نفكر 30 ثانية قبل المشاركة والنشر

نسأل أنفسنا:



© الهيئة الوطنية لحماية الأرواح في الشبكة

המנחה יאמר לילדים: במהלך המפגש סקרנו את מרחבי הרשת בהם אתם נמצאים, ומה אתם אוהבים לעשות בהם. בנוסף, במהלך המפגש נחשפנו למצבי סיכון ופגיעה מהם כדאי לנו להימנע. על כן, להלן נסכם את המפגש במספר מסרים שחשוב לנו להעביר אליכם. אתם מוזמנים להתייחס ולהגיב

كيف نتجنب حالات الإساءة؟

نحافظ على لغة محترمة

نقف إلى جانب أصدقائنا في حال تمت الإساءة إليهم

نتخيّل أنّ من نكتب له/ا يقف/تقف أمامنا الآن

نتوجّه للبالغين طلباً للمساعدة

نكون
حساسين
ونهتم بالآخرين



كيف نتجنّب حالات الإساءة؟

لا نعطي الآخرين تفاصيلنا الشخصية، كرقم الهاتف أو عنواننا أو اسم مدرستنا

لا نعطي كلمات السرّ للآخرين، ولا حتّى لأصدقائنا المقربين

نهتمّ بأن لا نصوّر صوراً أو فيديوهات قد تسبّب لنا الإحراج، ولا نرسلها إلى الآخرين



نحافظ
على
الخصوصيّة

كيف نواجه الإساءة؟

نقول
لأنفسنا

"سيكون كل شيء على ما يرام"، "سأواجه
المشكلة"، "من الممكن أن يحدث ذلك لأي
شخص"، "لست مذنبًا/مذنبه"

"الإساءة مؤقتة وسوف تنتهي"

"يوجد حل لكل مشكلة"،
"سأجد من يساعدني"



© الهيئة الوطنية لحماية الأرواح في الشبكة

למנחה:

כל מה שאמרנו בשלושת השקפים הקודמים יאפשר לנו להימנע ממצבים בהם אתם עלולים להיפגע.

במידה ונפגעתם, איך תתמודדו:
בשקופית זו מופיעים ראשית האמירות לצורך דיבור והרגעה עצמית.
יש להדגיש את החשיבות של הדיבור העצמי לצורך התמודדות

كيف نواجه الإساءة؟

نبتعد عن الشاشات- نمتنع عن مشاهدة المحتوى المسيء

نقوي أنفسنا من خلال ترديد أقوال إيجابية

للا نردّ، نقوم بحظر المعتدي ونقوم بتصوير الشاشة لتوثيق الإساءة

نبلغ أحد البالغين- الأهل، المعلمين، مركز 105

سنقوم بحظر
وفصل الاتصال
والإبلاغ إذا
تعرّضنا للإساءة



كيف نواجه الإساءة؟

لا نقف جانبا- نوقف الإساءة ونقدّم المساعدة
للمُساء إليه/ا من خلال ترديد الأقوال الإيجابية
والداعمة

لا نحوّل المعلومات لشخص آخر

نقوم بتصوير الشاشة لتوثيق الإساءة

نُبلغ أحد البالغين- الأهل،
المعلمين، خطّ 105



نتوقّف لتقديم
المساعدة، ونقدّم
بلاغًا في حال
تعرّض الآخرون
للإساءة

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن الهيئة الوطنية في:



המנחה יציג לילדים את היישומים בהם ניתן להכיר את המטה הלאומי