

המחלקה למדעי ההתנהגות  
בית הספר למדעי החברה והרוח  
המכללה האקדמית כנרת שמחים להזמין אתכם

# ברוכים הבאים לכנס כנרת השנתי למוגנות ילדים

היבטים מחקריים ומעשיים  
של תופעת ההצקה והבריונות בקרב  
ילדים ונוער

כ"ד באייר תשע"ה,  
13 במאי 2015



המחלקה למדעי ההתנהגות  
בית הספר למדעי החברה והרוח  
המכללה האקדמית כנרת שמחים להזמין אתכם

13/5/2015

09:00–16:00

בית גבריאל,  
במכללה האקדמית כנרת

## תכנית הכנס המדעי: כנס כנרת השנתי למוגנות ילדים היבטים מחקריים ומעשיים של תופעת ההצקה בקרב ילדים ונוער

גב' <b>דנה אבירם</b> , סופרת ילדים ונוער – על ספרה החדש "סלפי אחד יותר מדי"	12:10–12:20
<b>הפסקת צהרים</b>	12:20–13:15
<b>מושב 2: כיצד ניתן להבטיח את מוגנות ילדינו?</b> מנחה: פרופ' עמוס רולידר	13:00–14:10
הכרזת בי"ס הזוכה בתחרות סרטוני ילדים האומרים "לא לבריונות!"	13:00–13:10
<b>פאנל מערכתי</b> חברי הפאנל: עו"ד איתן גורני, הרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול	13:10–14:10
גב' <b>לימור מזרחי</b> , אמא של דוד-אל ז"ל ד"ר <b>נאוה כהן-אביגדור</b> , מנהלת תחום שיווק והסברה באגף מצילה במשרד לביטחון הפנים רפ"ק <b>חגית זמיר</b> , ראש שלוחת תביעות פלילי נצרת רפ"ק <b>גלית וינוגרד</b> , ראש מחלקת סייבר מחוז צפון גב' <b>היפא טועמה</b> , עו"ס מחוזית לעניין חוק הנוער – משרד הרווחה	14:10–14:25
<b>הפסקת קפה</b>	14:10–14:25
<b>מושב 3: כלים להתמודדות עם תופעת הבריונות</b> מנחה: ד"ר מירן בוניאל-נסים	14:25–16:00
גב' <b>עינב לוק</b> , מנהלת אגף תכניות סיוע ומניעה, שפ"י, משרד החינוך – מובילים יוזמה לגלישה בטוחה	14:25–15:00
גב' <b>קרן אדמון</b> , גב' <b>בת-אל נחמיה</b> , ד"ר <b>כרמית כץ</b> – "קהילות חזקות" – ילדים בטוחים	15:00–15:20
מר <b>עדי זוטא</b> , ממייסדי עמותת הכפתור אדום, "תופסים את האלימות ברשת"	15:20–15:40
פרופ' <b>עמוס רולידר</b> , ראש המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת, תופעת ההצקה: כיצד ניתן למנוע סבל מיותר מילדינו – עצות חשובות להורים ואנשי חינוך	15:40–16:00

<b>התכנסות</b>	9:00–9:30
<b>ברכות</b>	9:30–10:00
מנחה פרופ' <b>עמוס רולידר</b> , ראש המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת פרופ' <b>שמעון גפשטיין</b> , נשיא המכללה האקדמית כנרת פרופ' <b>סיבל היילברון</b> , דיקאנית בית הספר למדעי החברה והרוח, המכללה האקדמית כנרת ד"ר <b>אורנה שמחון</b> , מנהלת מחוז צפון במשרד החינוך עו"ד <b>איתן גורני</b> , סמנכ"ל ומנכ"ל בפועל של הרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול מר <b>דרור ללוש</b> , סגן ראש עיריית טבריה	
<b>הרצאת פתיחה</b>	10:00–10:45
פרופ' <b>חיים עומר</b> , החוג לפסיכולוגיה, אוניברסיטת תל אביב. "עקרונות הסמכות החדשה בהתמודדות עם אלימות במסגרת בית הספר"	
<b>מושב 1: פנייה השונים של תופעת הבריונות</b> מנחה: מר אמיר נבון	10:45–12:20
ד"ר <b>מירן בוניאל-נסים ופרופ' עמוס רולידר</b> – המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת – תמונת מצב עדכנית: נתוני סקר הבריונות הארצי לשנת 2015	10:50–11:10
ד"ר <b>דורית אולניק-שמש</b> וד"ר <b>טלי היימן</b> , המחלקה לפסיכולוגיה וחינוך, האוניברסיטה הפתוחה מעורבות בני נוער וילדים בהצקות ובריונות במרחב הווירטואלי – סקירת ממצאי מחקר בישראל	11:10–11:30
גב' <b>דנה דמרי</b> , החוג לפסיכולוגיה, אוניברסיטת חיפה ADHD כגורם לסיכון לבריונות במרחב הפיזי והווירטואלי	11:30–11:50
ד"ר <b>סימה ניסלבאום</b> , מנהלת אגף החינוך, יקנעם – צאו להפסקה: הנחות, מיתוסים ותהיות על הזמן מחוץ לכיתה בבית הספר	11:50–12:10

במהלך הכנס תוצג בבית גבריאל תערוכת פוסטרים של ילדי בית הספר אבדאע ללקויי שמיעה, יפיע, במסגרת שבוע מניעה והסברה בנושא סמים, אלכוהול ואלימות ביוזמת משטרת ישראל – מחלקת נוער ותחנת נצרת

הכנס פתוח לקהל הרחב

מתומלל בזמן אמת ומוגש לאנשים בעלי צרכים מיוחדים | חנייה חינם: בית גבריאל

המכללה האקדמית

**כנרת**  
בעמק הירדן

50  
שנה למכללת כנרת



לכל באי הכנס שלום רב,

אנו מברכים אתכם על שהגעתם לכנס חשוב זה המעלה על סדר היום את נושא המוגנות של ילדינו במרחבים השונים.

אנו מוקירי תודה על שיתוף הפעולה הנרחב שהיה לצורך הפקת הכנס. ראשית החסות הנדיבה שסיפקה הרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול. תמיכה ושיתוף פעולה מלא ניתן גם ממשרד החינוך, מן המשטרה (מחלקת הסייבר ומחלקת מניעה), מהפרקליטות, ממשרד הרווחה, מהמשרד לביטחון פנים (מצ"ה), ועוד רבים וטובים מעמותות ופרויקטים (ביניהם הכפתור האדום, קהילות חזקות) וחברי סגל ממוסדות אקדמיים שונים. אנו מעריכים את הליווי הווירטואלי שהכנס קיבל במסגרת הרשת החברתית לבתי-ספר יסודיים ניפגש. תודתנו לכל המרצים, המשתתפים בפאנל, ולכם הקהל הרחב שהגיע מכל קצוות הארץ.



לעיונכם רוכזו תקצירי כל ההרצאות בכנס.  
נשמח לראותכם בכנס הבא!

בברכה,

צוות הכנס מן המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת

פרופ' עמוס רולידר

ד"ר מירן בוניאל-נסים

גב' שירה כלימור-ממן

גב' הגר עידו

מר אמיר נבון

## עקרונות הסמכות החדשה בהתמודדות עם אלימות במסגרת בית הספר

פרופ' חיים עומר

אוניברסיטת ת"א

פיתח וחקר את גישת הסמכות החדשה לעבודה עם הורים ועם מורים של ילדים עם בעיות התנהגות מכל הגילאים. הגישה גובתה במחקרים רבים וזכתה להד רב. בין ספריו של פרופ' עומר :

- שיקום הסמכות ההורית. הוצאת מודן, 2000
- המאבק באלימות ילדים: התנגדות לא אלימה. הוצאת מודן, 2002
- פחדים של ילדים: איך לתמוך במקום לגונן. ספרים הוצאה לאור, 2007
- הסמכות החדשה: במשפחה בבית הספר ובקהילה. הוצאת מודן, 2008
- עולם של פיתויים: איך נשמור על ילדינו בעידן השפע. הוצאת מודן, 2013

אלו תורגמו לשבע שפות. כיום ישנן עשרות קבוצות ומכונים אשר מתמחים בלימוד, יישום והדרכה של שיטתו בארץ, ובארצות אחרות, בעיקר גרמניה, שווייץ, אוסטריה, בלגיה, הולנד, אנגליה וצרפת.

**תקציר ההרצאה:** מודל הסמכות החדשה בבית הספר עוסק בדרך לחזק מורים באופן קביל ולגיטימי. חיזוק על פי גישה זו מתבטא בכך ש: המורים יהיו פחות מבודדים, יותר נתמכים, יותר מוגנים, ועם יותר כלים זמינים כדי להתמודד עם בעיות ההתנהגות בכיתה ובבית הספר. בהרצאה יודגשו עקרונות אלה בהתמודדות עם אלימות ועם בולינג.

## תמונת מצב עדכנית: נתוני סקר הבריונות הארצי לשנת 2015

ד"ר מירן בוניאל-נסים ופרופ' עמוס רולידר

המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת



ד"ר מירן בוניאל-נסים הינה מרצה בכירה במחלקת למדעי ההתנהגות במכללה האקדמית כנרת. מומחית בתחום הפסיכולוגיה של האינטרנט. פרופ' עמוס רולידר הינו ראש המחלקה למדעי ההתנהגות במכללה האקדמית כנרת. מומחה לניתוח וטיפול התנהגותי לילדים. מחזיק במחקרים רבים בנושא בריונות והצקה בקרב ילדים.

לפניות: [meyranbn@gmail.com](mailto:meyranbn@gmail.com)

### תקציר ההרצאה:

בהרצאה הוצגו מספר ממצאים מסקר מקיף ונרחב אשר נערך בקרב מדגם מיצג של 1295 ילדים, בכיתות ג-ט, באמצעות מכון שריד, במהלך החודשים פברואר-מרץ 2015, בנוגע לחשיפה לבריונות בבית הספר ובמרחבים הווירטואליים.

כלי המחקר כללו:

### פרטי רקע של הילד

**שאלון בריונות במרחב הפיזי**, הכולל את היבטים השונים של ההצקה - דחייה, פגיעה פיזית, מילולית (העלבה, האשמה), אימים וכפייה (מבוסס על השאלון דחייה חברתית של לב-ויזל 2013 ושאלון הצקה של רולידר 1999).

מהימנות השאלון במחקר הנוכחי נמצאה מהימנות גבוהה ( $\alpha=0.96$ )

**שאלון בריונות במרחב הווירטואלי**, הכולל את ההיבטים השונים של בריונות מקוונת - השפלה פומבית, רשעות, הולכת שולל, הטרדה, שליחת תוכן לא רצוי (מבוסס על שאלון של Doane, 2013).

מהימנות השאלון במחקר הנוכחי נמצאה כגבוהה ( $\alpha=0.92$ )

**שאלון תגובות הילד לבריונות כלפיו** בביה"ס ("מה אתה עושה כאשר מציקים לך בביה"ס) ובמרחב הווירטואלי ("מה אתה עושה כאשר מציקים לך במרחבים הווירטואליים"). בפני התלמידים הוצגה רשימה של אפשרויות פעולה כמו: פונה למישהו מבי"ס, פונה להורים, פונה לאחד החברים, מחזיר, מתעלם.

**שאלון תחושת ביטחון אישי** ("איך אתה מרגיש בכל אחד מהמקומות הבאים?"), תחושת ביטחון באזורי מעבר, תחושת ביטחון בביה"ס, תחושת ביטחון באינטרנט (מבוסס על שאלון של רולידר 2000).

לשאלון נמצאה מהימנות גבוהה במחקר הנוכחי ( $\alpha=0.94$ )

**שאלון תגובות הילד לבריונות כלפי ילדים אחרים** בביה"ס ("כאשר אתה רואה שמציקים לילד בבי"ס, כיצד אתה פועל?") ובמרחב הווירטואלי (כאשר אתה רואה שמציקים לילד במרחבים הווירטואליים כמו באינטרנט, פייסבוק, רשתות חברתיות, אפליקציות, פלאפונים חכמים, ווטסאפ). בפני התלמידים הוצגה רשימה של אפשרויות פעולה כמו: פונה למישהו מביה"ס, פונה להורים, פונה לאחד החברים, מנסה לסייע לנפגע באופן אישי, מתעלם. כאשר התלמיד סימן אם יפעל כך או לא או תלוי במידת ההכרות עם הקורבן.

סיכום הממצאים מראה כי 69% מהילדים מדווחים שמציקים להם בבית הספר. חלוקה לסוגי מעשי בריונות מעלה את הממצאים הבאים:

#### **דחייה חברתית**

- 26% מהילדים סבלו מדחייה חברתית במהלך שנת הלימודים.
- 23% מהילדים דיווח שנמנעה מהם גישה לפעילויות או למשחקים במהלך שנת הלימודים.
- 17% מהילדים דיווחו שנמנעה מהם הגישה לחברים אחרים שלהם במהלך שנת הלימודים.
- מ- 19% מהילדים נמנעה האפשרות לקבל מידע חשוב במהלך שנת הלימודים.
- 14% מהילדים חוו סילוק ממפגשים חברתיים במהלך שנת הלימודים.
- 15% מהילדים דיווחו שחבריהם עודדו את מי שדחה אותם להמשיך בכך, במהלך שנת הלימודים.

#### **בריונות מילולית**

- 37% מהילדים דיווחו על קורבנות לקללות במהלך שנת הלימודים.
- 28% מהילדים היו קורבנות ללעג במהלך שנת הלימודים.
- ל- 37% מהילדים קראו בשמות גנאי במהלך שנת הלימודים.
- 25% מהילדים דיווחו על השפלה על ידי חבריהם במהלך שנת הלימודים.

#### **איומים וכפייה**

- 18% מהילדים היוו קורבנות לאיומים במהלך שנת הלימודים.
- 15% מהילדים דיווחו שציוו עליהם לעשות דברים בניגוד לרצונם במהלך שנת הלימודים.

#### **בריונות פיזית**

- 23% מהילדים סבלו מתקיפה פיזית במהלך שנת הלימודים.
- 26% מהילדים נצבטו, הוכו ונדחפו במהלך שנת הלימודים.

באשר לקורבנות לבריונות במרחב הווירטואלי: 47% מהילדים מדווחים שמציקים להם באמצעות פלאפונים חכמים, רשתות חברתיות, מרחבי אינטרנט שונים.

#### **דחייה והשפלה:**

- 29% מהילדים נדחו באמצעות קבוצה ווירטואלית (וואטסאפ, פייסבוק) במהלך שנת הלימודים.
- נגד 10% מהילדים הוקמה קבוצה ווירטואלית במהלך שנת הלימודים.

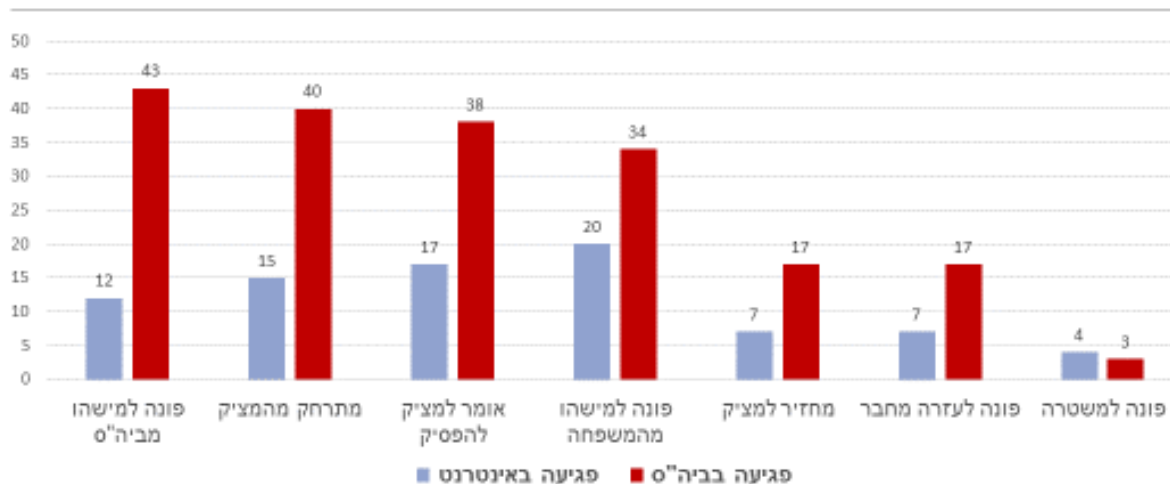
□ על 22% מהילדים כתבו הודעות פוגעניות במהלך שנת הלימודים.

### פגיעה מילולית:

- 37% מהילדים היוו קורבן ללעג וצחוק באמצעים אלקטרוניים במהלך שנת הלימודים.
- 35% מהילדים דיווחו שכינו אותם בשמות מעליבים באמצעים אלקטרוניים במהלך שנת הלימודים.
- 40% מהילדים דיווחו שקיללו אותם באמצעים אלקטרוניים במהלך שנת הלימודים.

במהלך ההרצאה הוצגו האסטרטגיות השמישות בקרב נפגעי הצקה לצורך קבלת עזרה:

## השוואה בין אסטרטגיות הפעולה כאשר הפגיעה בביה"ס לעומת האינטרנט



מנתונים אלו ניתן לראות למשל, שבעוד ביה"ס מצליח להיות משמעותי עבור הנפגעים בין כותליו, כאשר מדובר בפגיעה באינטרנט, הנפגע פחות נוטה לפנות לעזרת הסגל החינוכי.

המחקר התייחס גם לעומדים מן הצד, היינו אלו הנחשפים למקרי בריונות. בפני העונים הוצגה רשימת אפשרויות פעולה במקרה של חשיפה למקרה בריונות, כאשר המענה היה: כן, לא, תלוי עד כמה אני מכיר את הנפגע. ממצאי המחקר הראו בין השאר, כי 46% מהתלמידים תולים את מתן הסיוע במידי במקרה של בריונות בבית הספר בטיב ההכרות עם הקורבן.

לאור הכרות עם מחקרים משמעותיים, רבי משתתפים (ראה: בנבנישתי ועמיתיו 2006, הראל-פיש ועמיתיו, 2013, ראמ"ה, 2013, היימן, אולניק-שמש ועדן, 2014), ניתן להבחין בהבדלים בממצאים. מקור ההבדלים בממצאים נובע בין השאר משימוש במדדים שונים ומשימוש בטרמינולוגיה שונה (בריונות קשה לעומת מתונה, בריונות חברתית, בריונות מילולית/פיזית/עקיפה) יחד עם זאת, ניתן להבחין במספר ממצאים עקביים:

- אין עוררין על כך שיש בריונות בביה"ס וברשת
- ככל שעולים בגיל הבריונות פוחתת
- הדיווחים על בריונות במרחב הפיזי גבוהים מאלו במרחב הווירטואלי



## מעורבות בני נוער וילדים בהצקות ובריונות במרחב הווירטואלי - סקירת ממצאי מחקר בישראל

ד"ר דורית אולניק-שמש וד"ר טלי היימן

המחלקה לחינוך ופסיכולוגיה, האוניברסיטה הפתוחה



ד"ר דורית אולניק-שמש וד"ר טלי היימן מהמחלקה לחינוך ולפסיכולוגיה, באוניברסיטה הפתוחה בישראל מתמקדות בשנים האחרונות בחקר רחב-היקף של תופעת אלימות ובריונות ברשת בקרב ילדים ובני נוער. מחקריהן בוחנים את היקף התופעה, מאפייניה, היבטים רגשיים וחברתיים, דרכי התמודדות וקווי דמיון ושוני אל מול אלימות פנים אל פנים. החוקרות גם שותפות לפרויקטים שונים של האיחוד האירופי בתחומים אלו.

**תקציר ההרצאה:** בריונות במרחב הווירטואלי המכונה גם בריונות ברשת (cyberbullying) מוגדרת כפעילות תוקפנית, מכוונת וגלויה שמטרתה לפגוע באדם אחר באמצעות האינטרנט ואמצעי תקשורת אלקטרוניים נוספים (Smith, 2008) לבריונות מסוג זה מאפיינים ייחודיים והיא קשה לאיתור, לזיהוי ולהתמודדות. מחקרים בעולם מצביעים על כך שבשנים האחרונות, לצד השימוש המואץ באינטרנט, היא נמצאת בעלייה מתמדת (Patchin & Hunjuda, 2014).

ההרצאה הציגה סיכום ממצאי צבר מחקרים שנערכו בנושא בריונות ברשת בקרב ילדים ובני נוער ע"י החוקרות בשנים 2008-2015. במחקרים נבחנה התופעה לעומקה בקרב כ-2500 ילדים ומתבגרים בישראל, תוך התמקדות בארבעה ממדים עיקריים: 1. היקף התופעה בארץ, דפוסיא ואפיוניה בהתייחס לקורבנות, בריונים, עדים והבדלים מגדריים; 2. קשרים עם היבטים חברתיים- רגשיים; 3. תגובות קורבנות ברשת; 4. אסטרטגיות התמודדות.

ממצאים עיקריים: 27% מהמשתתפים דיווחו כי היו קורבנות לבריונות ברשת ונצפתה עלייה לאורך השנים. נמצא כי בנות נפגעות יותר במרחב הווירטואלי מבנים וכי בנים פוגעים יותר מבנות. עם זאת, לעומת אלימות פנים-אל-פנים (פא"פ), נמצאו אחוזים גבוהים יותר של פגיעות ברשת שמבצעות בנות ואחוזים גבוהים יותר של בנים שהם קורבנות. 17% ממשתתפי המחקר דיווחו כי הטרידו ברשת (בריונים) וכמעט כמחצית המשתתפים (46%) היו עדים לבריונות ברשת. נמצא כי התלמידים הצעירים יותר, תלמידי בי"ס יסודי, מדווחים במידה הרבה ביותר על היותם קורבנות ברשת, לאחר מכן, תלמידי חט"ב והנפגעים פחות - תלמידי תיכון. לא נמצאו הבדלים מובהקים בין קבוצות ממדד חברתי-כלכלי שונה בקורבנות ברשת. קשר מובהק נמצא בין בריונות ואלימות ברשת לבין אלימות פנים אל פנים. בבחינת הקשרים בין קורבנות ברשת לבין משתנים חברתיים- רגשיים נמצא כי קורבנות ברשת קשורה באופן מובהק למצב רוח דכאוני, לרמות גבוהות של בדידות ולרמות נמוכות של תמיכה חברתית.

מסוגלות עצמית ורווחה אישית (well being). בנוסף, יוצגו התגובות הרגשיות וההתנהגותיות השכיחות ביותר בקרב קורבנות ברשת כלפי הפגיעה. הממצאים מצביעים על צורך בפיתוח שיטות ואמצעים ייחודיים להתמודדות עם סוג חדש זה של בריונות. אחת מן הדרכים הייחודיות המוצעות שתוצג היא שימוש במרחב הווירטואלי עצמו להתמודדות עם התופעה.

צאו להפסקה-הנחות , מיתוסים ותהיות על הזמן מחוץ לכיתה בבית הספר.

ד"ר סימה ניסלבאום

אגף חינוך יקנעם



ד"ר סימה ניסלבאום הינה אשת חינוך, מייסדת בית חינוך "דליות" וכיום מנהלת אגף החינוך ביוקנעם

**תקציר:** זמן ההפסקה על המתחולל בו (מבחינה חברתית, תרבותית, חינוכית ולימודית) הוא מיקרוקוסמוס של החברה ומשקף תהליכים סוציאליים בהיקפים רחבים יותר. למרות זאת פעמים רבות נתפס זמן הפסקה, והמתרחש בחצר בית הספר במהלכו, כמנותק מהעשייה החינוכית וכהוויה חוץ אקדמית.

הרצאה זו עסקה בשאלה המרכזית: מהו מקומה והשפעתה של ההפסקה על התהליך החינוכי הכולל?

מאז שנות השמונים המאוחרות עלה העניין בזמן ההפסקה. העובדה שהחצר מאפשרת לבחון את תרבות הילדים כשהיא מבודדת וכמעט נטולת השפעות הנובעות מנוכחות מבוגרים, הביאה מספר חוקרים להתבונן בנעשה בחצר במהלך ההפסקה. המחקר שהצטבר בנושא באנגליה, ארצות הברית וישראל (Bilton, 2010; Blatchford & Baines, 2006; Pellegrini & Blatchford, 2002; Blatchford, 1998; Kellert, 2005; Lillard, 2005; Nabors et al, 2001; Schneider, 2001) מראה שההשגחה בזמן זה והאינטראקציות בין המורים לתלמידים בזמן ההפסקה הינן בעלי משמעות רבה. הילדים סופגים בסיטואציה זו, באופן בלתי אמצעי את הערכים והמסרים של המוסד החינוכי. הילדים מצדם מייחסים חשיבות רבה למסרים אלה, לא פחות מהנאמר בין כותלי הכיתה. כמו כן, רוב הדיווחים בנושא אלימות קשורים לחצר (Epshteun, 2008; Blatchford and Baines, 2006; Behre et al., 2001; Astor et al., 1999; Slee, 1995). ברמת המורות, נמצא שלעתים קרובות הן מגלות תסכול בנוגע למילוי חובת ההשגחה בתורנות בהפסקה.

עם זאת, זמן ההפסקה נחקר מעט יחסית לאורך ההיסטוריה של המחקר החינוכי, על אף שהוא מהווה כר נרחב ומסקרן לגבי הרווחים החברתיים, התרבותיים, הרגשיים והלימודיים שהתלמיד קונה במהלכו. חוקרים טוענים שזהו החלק היחיד ביום הלימודים שאינו מתוכנן ומתוקצב כנדרש ולא נערכו בו השינויים הנדרשים כתוצאה מהתמורות שחלו בעולם בעשורים האחרונים. עד היום טרם התפתחה תפיסה קוהרנטית לגבי מקומו של זמן ההפסקה בתהליך החינוכי.

ייחודיות המחקר, שנערך במסגרת הלימודים לתואר שני ושלישי היא בחלוציות ההתמקדות בנקודת מבט הוליסטית הבוחנת כיצד נתפס זמן ההפסקה בעיני מורות, מנהלות, תלמידים וקובעי מדיניות. המחקר הינו מחקר משולב (כמותני ואיכותני) שנערך במשך מספר שנים בבתי ספר יסודיים. נסקרו כל חוזרי המנכ"ל העוסקים בזמן ההפסקה והשתתפו מעל 200 משתתפים במענה לשאלונים, ראיונות וקבוצות מיקוד.

## ADHD כגורם לסיכון לבריאות במרחב הפיזי והווירטואלי

גב' דנה דמרי

אוניברסיטת חיפה

דנה דמרי הינה סטודנטית לתואר שני בפסיכולוגיה חברתית, באוניברסיטת חיפה.

ליצירת קשר: [danadamari84@gmail.com](mailto:danadamari84@gmail.com)

**תקציר ההרצאה:** ADHD, הינה ההפרעה הרגשית, קוגניטיבית והתנהגותית השכיחה ביותר בקרב בני נוער. על פי ה- DSM-V, ADHD הינה הפרעה נזירה התפתחותית אשר מוגדרת על פי שלושה מופעים:

(1) inattentive presentation -ADHD/I, מאופיינים בקושי במיקוד קשב, חולמנות ומעבר תכופ מפעילות אחת לשנייה. (2) hyperactive/ impulsive presentation -ADHD/HI, מאופיינים בפעילות יתר- מוטורית או קולית, ואימפולסיביות- קושי באיפוק תגובה, התפרצויות, אי הקשבה להוראות ועוד. (3) combined presentation -ADHD/COM, הינה הפרעה משולבת. מידע ממורים, הורים ומדיווחים עצמיים, חושף בעיות עם קבוצת השווים, התנהגות אגרסיבית והתדרדרות המוטיבציה להישגים. ככל שעולה הגיל, עולות בעיות רגשיות, אשר בהרבה מקרים נובעות מדחייה חברתית, מאבקים תכופים עם המורים ומן ההרגשה של "להיות שונה". ההבנה שילדים עם ADHD סובלים רבות מקשיים חברתיים ומבעיות רגשיות, הובילו חוקרים רבים לבחון את אוכלוסיית המחקר הזו בהקשר לתופעת הבריאות. מתוך הספרות בתחום עולה תמונה מובהקת לפיה ADHD הינם קבוצת סיכון, ובעלי אחוזי מעורבות גבוהים יותר לעומת קבוצת השווים ללא ADHD, בכל הקשור לתופעת הבריאות במרחב הפיזי. הקשר בין ADHD לבריאות במרחב הווירטואלי הוכח גם כן, על ידי שני אספקטים: ראשית, בהסתמך על מחקרים בהם נמצא כי מעורבות בבריאות במרחב הפיזי הינה אחד המנבאים למעורבות בבריאות ברשת, וכן על מחקר אשר מצא כי ADHD הינו מנבא התמכרות לאינטרנט בקרב מתבגרים, ניתן להניח כי מתבגרים עם ADHD עלולים לבלות יותר זמן באינטרנט מאשר מתבגרים ללא ADHD ולכן להיות בסיכון גבוה יותר למעורבות בבריאות ברשת. שנית, מחקרים אשר בחנו באופן ישיר את הקשר בין ADHD לבריאות במרחב הווירטואלי מצאו קשר מובהק בין השניים. על אף ריבוי המחקרים הגובר בתחום, קיים פער אודות תפקידם של ילדים ובני נוער עם ADHD בתופעת הבריאות במרחב הווירטואלי, שכן מחקרים אחדים מצביעים על היותם קורבנות בשכיחות גבוהה יותר, ואחרים מצביעים על היותם בריונים בשכיחות גבוהה יותר. מחקרי המשך בתחום חשובים לבחינת הגורמים המשפיעים על ילדים עם ADHD להיותם קורבנות לעומת בריונים, וכיצד יש להתייחס לקבוצת סיכון זו על מנת למנוע את מעורבותם בתופעת הבריאות.

## מובילים יוזמה לגלישה בטוחה

גב' עינב לוק

שפ"י, משרד החינוך



עינב לוק הינה מנהלת אגף תכניות סיוע ומניעה, שפ"י, משרד החינוך. שותפה בכתיבת חוזרי המנכ"ל.

**תקציר:** התמודדות עם אלימות מחייבת התערבות מערכתית כוללת המקדמת אקלים מיטבי ברמה הבית-ספרית. חוקרים מסכימים כי למשתנים כמו מצב סוציאקונומי, שכונה, קהילה, משפחה, חשיפה של הילד לאלימות במשפחה וכדומה, יש השפעה רבה גם על תופעות האלימות והבריונות במוסד החינוכי, אולם מחקרים רבים מוכיחים כי תכניות התערבות בית ספריות יכולות להשפיע ולשפר את המצב.

עבודה לטווח ארוך על קידום אקלים בטוח יוצרת שכבת הגנה ומאפשרת לפרט להתמודד טוב יותר עם אירועי בריונות על ידי יצירת תחושת בטחון בסיסית, תחושת שייכות ותחושה שיש למי לפנות בשעת צרה. על פי תפיסה זו, התמודדות עם תופעת האלימות היא משימה משותפת של כל באי המוסד החינוכי והקהילה שבה הוא ממוקם.

מדידת תופעת האלימות והבריונות נעשית במשרד החינוך על ידי סקרים המועברים הן ברמה ארצית והן ברמה בית ספרית.

פעולות משרד החינוך לקידום אקלים מיטבי והתמודדות עם אלימות ובריונות: משרד החינוך מפעיל תכנית מערכתית, המקדמת אקלים חינוכי מיטבי, רווחה נפשית והפחתה של אלימות. התכנית כוללת מרכיב של טיפול בתלמידים עם בעיות התנהגות ובתלמידים שנפגעים מאירועי אלימות.

בשעות החינוך מפעילים היועצים והמורים את תכנית "כישורי חיים" הכוללת פרק בנושא: "לקיחת אחריות אישית וחברתית והתמודדות עם בריונות, כולל בריונות ברשת".

התכנית נקראת תלמידים למען תלמידים – כולנו "גיבורי אל" ומתמקדת לא רק בפוגע ובנפגע אלא בכוח שיש בידי העומדים מן הצד להפסיק את הפגיעה ולמנוע אותה. המסר המועבר הוא להיות: "גיבורי אל" – אל תפגעו, אל תשתקו, אל תעמדו מן הצד.

התכנית מדגישה את מנהיגות הנוער כמובילי דעה, כשומרי סף ובעלי יכולת לקחת אחריות אישית וחברתית במציאות משתנה ובמרחבי החיים השונים נושא הגלישה הבטוחה ברשת מטופל על ידי משרד החינוך בדרכים ובאמצעים שונים.

בחודש פברואר התקיים השבוע הלאומי לגלישה בטוחה המהווה פעילות שיא בנושא ובו מקדישים בתי הספר זמן ללמידה מעמיקה של מגוון סוגיות הקשורות לשימוש ברשת.

ב 1.4.15 התפרסם חוזר מנכ"ל חדש "אקלים חינוכי מיטבי והתמודדות מוסדות חינוך עם אירועי אלימות וסיכון" בחוזר זה הנחיות מפורטות בנוגע לתכנית החינוכית ולדרכי התגובה במקרים של בריונות. חשוב לציין כי בחוזר זה יוחד פרק חדש לפגיעה ווירטואלית, הכולל הנחיות מפורטות לתגובה במקרה של פגיעה ברשת. ([לחץ לקישור לחוזר המנכ"ל](#))

## קהילות חזקות-ילדים בטוחים קרן אדמון ובת אל נחמיה



קרן אדמון - בוגרת תואר שני בעבודה סוציאלית באוניברסיטה העברית בירושלים, רכזת המחקר ב"קהילות חזקות", אוניברסיטת תל אביב  
בת אל נחמיה- סטודנטית לתואר שני בעבודה סוציאלית באוניברסיטת תל אביב, רכזת היוזמה "קהילות חזקות" אוניברסיטת תל אביב  
ד"ר כרמית כץ- מרצה בכירה בבית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש בוב שאפל, אוניברסיטת תל אביב,  
מנהלת יוזמת קהילות חזקות ישראל  
פרטים ליצירת קשר ולקבלת מידע נוסף:  
ד"ר כרמית כץ או בת אל נחמיה - 03-6406366  
strong.community2014@gmail.com  
דף הפייסבוק של היוזמה בישראל:

<https://www.facebook.com/strongcommunities>

### תקציר ההרצאה:

היוזמה קהילות חזקות גובשה במטרה לקדם את ביטחונם של ילדים על ידי חיזוק הקהילה והיא מתוכננת כך שתשמור על הילדים בטוחים במערכות השונות בסביבה בה הם חיים. היוזמה מבוססת על פרספקטיבה אקולוגית ויוצאת מנקודת ההנחה כי מניעה יעילה של הזנחה והתעללות חייבת להתייחס לרמות השונות בחיי הילד ומשפחתו, כאשר מרכיב מרכזי הינו הקהילה. יוזמה זו פותחה ויושמה בארה"ב, שם ממצאי הערכה הצביעו על תרומתה הרבה למניעת התעללות ועל שיפור רווחתם של ילדים ומשפחות. בתחילת השנה נערך הפיילוט הראשון בשכונת נווה עופר בתל אביב ובימים אלה היוזמה מתחילה גם בשכונת חליסה בחיפה.

יוזמת קהילות חזקות נועדה לבנות תחושת מסוגלות קהילתית תוך התמקדות בארבעה ממדים מרכזיים:

1. יצירה של קהילה דואגת, כאשר חברי הקהילה יהיו קשובים ויענו לצרכיהם של חברי הקהילה.
2. אוניברסליות- לכל המשפחות בקהילה יש נגישות.
3. אופטימיות- חברי הקהילה יאמינו כי מעשיהם יהיו יעילים עבור הקהילה ושדברים טובים קורים למשפחות בשכונה.
4. הפעילויות מכוונות ליצירת נורמות של עזרה הדדית ושכונת טובה.



חשוב להדגיש כי ילדים חשופים להתעללות והזנחה במקומות שונים בחייהם, ביניהם גם במערכת הבית ספרית, שם בין היתר הם חווים אלימות ובריונות מצד קבוצת השווים שלהם או ילדים אחרים בבית הספר. ילדים החווים התנהגות בריונות, או אשר נוקטים בהתנהגות זו, חיים בתוך הקהילה ונראים על ידי חבריה, ביניהם עוברי אורח וצוותים חינוכיים. ממצאי מחקר ההערכה בארה"ב מראים כי חיזוק המרקם הקהילתי תרמו לתחושת הביטחון של ילדים בבית הספר ומחוצה לו, הן מדיווחי הילדים, הן מדיווחי המורים והן מדיווחי ההורים.

הפעילות במסגרת היוזמה מכוונת להגדיל את מעגל האחריות כלפי ילדים ולהעמיק אותה. מעבר לחיבורים ולקשרים, היוזמה של קהילות חזקות מבקשת לחזק את התקשורת בין גורמים שונים בסביבת הילד, מתוך ההבנה כי שיתוף פעולה בין גורמים שונים בקהילה עשוי לסייע למניעת התנהגות בריונית ולשיפור תחושת הביטחון של ילדים.

## תופסים את האלימות ברשת

מר עדי זוטא

הכפתור האדום



עדי זוטא, ממייסדי הכפתור האדום.

הכפתור האדום הינה עמותה ללא מטרת רווח שחרטה על דגלה את המאבק באלימות ברשת. הכפתור האדום הוא סטארט-אפ חברתי המאפשר לכל גולש וגולשת לדווח באופן אנונימי על ביטויי אלימות ברשת באמצעות תוסף הכפתור האדום.



**תקציר ההרצאה:** מאז הושק הסטארט-אפ הכפתור האדום - מגיעים אליו אלפי דיווחי אלימות ובריונות ברשת. ההרצאה סיפקה הצצה מרתקת ונדירה לבריונות ברשת בישראל, כולל דוגמאות מצמררות, תוצאות פעילות העמותה והצגת כלי הכפתור האדום לצמצום הבריונות ברשת.

לאתר הכפתור האדום - [www.redbutton.org.il](http://www.redbutton.org.il)

## תופעת ההצקה: כיצד ניתן למנוע סבל מיותר מילדינו-עצות חשובות להורים ואנשי חינוך

פרופ' עמוס רולידר

ראש המחלקה למדעי ההתנהגות, המכללה האקדמית כנרת



**תקציר ההרצאה:** תופעת ההצקות בקרב ילדים במסגרות חינוכיות, מטרידה לא מעט הורים בישראל. לא פשוט להגן על הילד כשהוא נמצא בגן או בבית הספר. כיצד ניתן להגביר את מוגנות של ילדינו בזמן שהותם במערכת החינוך?

לא פחות מרבע מילדי הגנים, וכמחצית מתלמידי בתי הספר היסודיים בישראל, חשופים להצקות פוגעות (פיסיות, מילוליות ועקיפות), כך עולה מסקרים ומחקרים שונים שנערכו באקדמיה ומנתונים שנאספו בעשור האחרון יל ידי חוקרים מטעם משרד החינוך. אלה הם אחוזים בלתי נסבלים המעידים על כי מספר רב של ילדים סובל מידי יום בהגיעם לגן או לבית הספר. יש לזכור כי ההצקה, היא בעצם התנהגות בריונית ותוקפנית כלפי ילדים שלרוב אינם שהם מסוגלים להתגונן מפניה. מדובר במציאות עגומה חלק גדול מהילדים כבר בקומם חושש להגיע לסביבה החינוכית. החשש הזה כאמור מלווה אותם למעשה מהרגע שהם קמים בבוקר ומשפיע עליהם לאורך כל היום, וכמובן על רצונם לחזור ליום לימודים נוסף.

ההשלכות לטווח ארוך על אותם ילדים שחווים הצקות כאלה:

הספרות המחקרית והטיפולית מצביעה בבירור על ההשלכות הבריאותיות והנפשיות החמורות על ילדים הגדלים בסביבות בהן קיימת אווירה הכוללת הצקה, מעשי בריונות ואלימות. חלק מקורבנות ההצקה בגנים ובבתי הספר היסודי גדלים להיות מתבגרים חסרי ביטחון ואמון בסביבתם אשר לעיתים גם מפתחים תסמינים של דיכאון ועד למחשבות אובדניות. חלק נכבד מהילדים האלימים הופכים בבגרותם לעבריינים הפועלים בניגוד לחוק ואינם מהססים להשתמש בחומרים מסוכנים.

והילדים העומדים מן הצד ורואים את מעשי ההצקה לרוב אינם מסייעים לקורבן ולעיתים קרובות שומרים על קשר שתיקה ואינם מיידעים את המבוגרים. אז מה ניתן לעשות? כיצד נחנך את ילדינו לאכפתיות, לרגישות לסבלו של החבר ולסיוע בעת צרה עצות להורים ומחנכים

**הגדירו לילדיכם כיצד לנהוג כאשר הם עדים למעשי הצקה:** הבהירו לילדיכם כי למרות הקושי והסיכון (לטווח קצר) של היותם "לא מקובלים", התגובה הנכונה שלהם צריך שתכלול לגשת אל המציק ולבקש ממנו בקול תקיף ונחוש להפסיק מיד את הפגיעה בחבר, במידה והדרישה המפורשת הזו לא עוזרת בקשו מהילדים שלכם לדווח מיידית למבוגר (הורה/מורה) כי חברם סובל מהצקה וזקוק לסיוע מידי. הבהירו כי הדיווח הזה הוא מעשה אמיץ ואינו מהווה הלשנה וכי הלשנה ודיווח על סבלו של האחר אינם היינו הך.

**היו מעורים בחייו החברתיים של ילדכם:** הראו התעניינות ושאלו את הילדים כעניין של שגרה האם יש ילדים שסובלים מהצקה והתעללות מצד חבריהם, הקשיבו בתשומת לב, עודדו אותם לא לעמוד מן הצד, נצלו הזדמנויות שאתם נמצאים בחברתו של ילדכם (כגון ארוחה משפחתית, צפייה משותפת ב TV, נסיעה במכונית) ונהלו איתו שיחת חולין על אשר מתרחש בחייו החברתיים ואל תהססו לשאול באם הם עדים (או שותפים) למעשי הצקה.

**היו ערים לטיב האינטראקציות של ילדכם ברשת החברתית:** חלק ניכר מתופעות ההצקה מתרחשות כיום באמצעות הרשתות החברתיות. מידי פעם בקשו מילדיכם (אל תוותרו) להראות לכם את היסטורית הגלישה וטיבה ברשת החברתית. זוהי לא רק זכותכם, זוהי גם חובתכם! טפחו ועודדו התנהגויות של סיוע לזולת: חשוב לטפח מגיל צעיר רגישות לזולת הזקוק לסיוע. הסבירות כי ילדים אשר לומדים לסייע לסבא וסבתא, לזקנים בכלל, להשתתף בפעולות התנדבות ולצפות בהתנהגויות אלה גם אצל הוריהם, יסייעו גם לחבריהם הסובלים מהצקה, גבוהה יותר מאשר אלה החווים הורים אדישים לצרכיו לזולת הנזקק לעזרה.

**מורים והורים חייבים להפגין אפס סובלנות להצקה ובריונות:** אין סיכוי רב שנצליח לחנך את ילדינו לצאת לעזרת קורבנות ההצקה באם אנחנו המבוגרים לא נהיה ברורים ולא נפעל נמרצות ליצירת סביבות חינוך בהם כל הילדים בטוחים. רק בסביבות חינוכיות בהם המבוגרים (הורים ומורים) משלבים ידיים מגדירים לילדים ציפיות בבהירות להתנהגות ראויה ומכבדת את הזולת ומפרטים באותה רמה של חדות ובהירות מהן ההתנהגויות שהסביבה לא תקבל בשום פנים ואופן. רק בסביבה בה המבוגרים אינם מתעלמים מההצקה המתרחשת סביבם, נמצאים במקומות השהיה של הילדים, מגלים רגישות, פוקחים עיניים ושמים לב לכל ניסיון פגיעה בזולת והחשוב מכל מגיבים מיידית בתקיפות ובנחישות לכל רמז לפגיעה באחר ומענישים את הילד המציק והפוגע על מעשיו. רק בסביבה כזו יש סיכוי שאותו רוב שקט ודומם הנוהג לעמוד מן הצד ולהביט בשלוות נפש ולא לעמוד לצדו של חברם הקורבן, יקום ויעמוד לצדו של החלש, כי אז יודע המביט מן הצד כי יש לו את הגיבוי של חברת המבוגרים התומכים בו ומעריכים את עובדת היחלצותו לטובת הסובל.

היכרות עם הספר "סלפי אחד יותר מידי"

גב' דנה אבירם

סופרת ילדים ונוער

ליצירת קשר: [/http://dana-aviram.co.il](http://dana-aviram.co.il)



## תלמידים אומרים לא לבריונות!

בחודש דצמבר 2014 התפרסם קול קורא בבתי ספר בארץ להשתתפות בתחרות סרטונים המופקים על ידי ילדים האומרים "לא לבריונות". הסרטונים שהתקבלו היו מרגשים.

### במקום ראשון זכה בית הספר ברנקו וייס גולן קצרין.

בני סויסה - מנהל בית הספר

דורון יניב - המורה לצילום וקולנוע שבהנחייתו הופק הסרטון

בימוי: אריאל מזיג ואביה קיקוס

תסריט: אריאל מזיג

צילום: זוהר מגן ודני באנוביץ

### [קישור לסרטון](#)

