

"מי יודע למה? מי יודע כמה?"

מיועד לתלמידי חט"ב

הקדמה

"החופש הגדול" מהווה עבור כל אחד מאיתנו "חופש מ...". הרבה זמן פנוי כשהשאלה הנשאלת היא מה עושים בזמן שנוצר, בין היתר, כמה מהזמן מוקדש לבילוי מול מסכים: למשחק, לתקשורת ואינטראקציה חברתית, צפייה בתכניות או כל פעילות אחרת.

השאלה מה האיזון בין הפעילויות השונות במרחבים השונים, מודגשת בחופשה, והינה סוגיה המהווה אתגר למבוגרים, ילדים ונוער.

אנו מאמינים ששיח מקדים ליציאה לחופשה המתמקד בפנאי, צריך להתייחס גם לסוגיית השימוש במסכים. שיח זה יכול להגדיל את המודעות האישית של כל אחד מהתלמידים לזמן המוקדש לפעילות מסכים ולצורך למצוא את האיזונים להתנהלות במרחבים השונים.

במציאות העכשווית, השימוש המגוון במכשירי המדיה השונים יצרו התנהלות חברתית חדשה (במרחב המקוון) ושונה מההתנהלות הפיזית. תהליך שינוי זה מעלה שאלות רבות בנוגע ל- מהו השימוש המאוזן במכשירים הן מבחינת התנהלות במרחבים השונים שהם מייצרים והן מבחינת משך הזמן שאנו מוצאים את עצמנו מול המסך (מרחב וירטואלי) ולא מול אנשים (מרחב פיזי). שאלה זו מועצמת במיוחד בתקופות של חופשה ובפרט "בחופש הגדול". מעבר ליתרונות והחסרונות שיש לשימוש במכשירים אלו חשוב לאפשר לתלמידים לתמרן בין שני עולמות אלו באופן מיטבי, לברר לעצמם "מתי, למה וכמה" הם רוצים לבחור להשתמש במכשירי המדיה ו-"מתי, כמה ולמה" ירצו להיות נוכחים בעולם חברתי- הפיזי.

ממחקרים, עולה תמונה מורכבת בנוגע לשימוש במכשירי המדיה השונים, המציגה יתרונות וחסרונות גם יחד. לכן, במפגש זה נעודד התבוננות אישית שתעורר התחלה של מודעות ואולי יכולת בקרה ושליטה של הילדים ב- "מתי, למה וכמה" אקדיש את הזמן שלי למסך.

מטרת המפגש:

1. להעלות למודעות התלמידים את משך השימוש שהם עושים במכשירי המדיה השונים במיוחד בתקופות של חופשה (כמה)
2. לסייע לתלמידים לברר לעצמם מה נכון להם לחפש ולהגיב במכשירי המדיה ומה נכון יהיה עבורם לומר פנים מול פנים או לחפש מידע במקורות נוספים. (למה)

מהלך המפגש:

הכנה: התלמידים ישבו בקבוצות קטנות

שלב א': צפייה בסרטון מכורים לסלולאר: אחד מכל 4 בני נוער בישראל

(הסרטון שודר בטלוויזיה לפני שנה)

שלב ב': לאחר הצפייה בסרטון :

המנחה תאפשר למשתתפים להגיב, באופן ספונטני, מבלי לפתח דיון, ותציין לעצמה מהם הדברים שעולים בשיתוף זה.

שלב ג'- כל תלמיד מקבל את האמירות השונות שנאמרו בכתבה, (מצ"ב) ומתבקש להתייחס.

1. רשום/י לעצמך - אמירה שנאמרה בכתבה שאת/ה מסכים/ה איתה מאוד או אמירה שאת/ה לא מסכים/ה איתה בכלל. מה התחדש/ה לך מהכתבה?

2. להלן כל מיני אמירות שנאמרו בכתבה. רשום לעצמך ליד כל אמירה - האם היא נכונה לגביך? או

פעם היינו מנצלים את הזמן להסתכל בנוף (בחוץ), היום הנוף שלנו השתנה ל- מסך הטלפון

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

אני לא מסוגלת להתנתק מהטלפון שלי לא לשעה, אפילו לא לדקה

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

אני כל הזמן בפלאפון, גם אם אין מה לעשות ..

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

קם בבוקר.. ומיד בטלפון- בודק איפה כולם.. מה קורה..

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

אתה יושב וקורא (בסמארטפון) וזה בעצם מעסיק אותך כל כך הרבה שאתה לא שם לב כמה הודעות אתה קורא וכמה שמן אתה שקוע בזה..

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

במוצע משתמשים בסמארטפון 5 שעות ביום

_____ גם אני / בכלל לא אני ✍

30 מהישראלים, וזו עליה פי 2 משנות ה-80, מגדירים עצמם בודדים, ולא מתבודדים, ז"א כן היו רוצים יותר קשרים משמעותיים

מדינת ישראל

משרד החינוך

מינהל פדגוגי

אגף א' שרות פסיכולוגי ייעוצי

אגף תכניות סיוע ומניעה- היחידה למניעת שימוש בסמים, אלכוהול וטבק- תשע"ו

גם אני / בכלל לא אני ✍

כל הזמן כשאני בטלפון, אני מרגישה רע כי זה בזבוז זמן

גם אני / בכלל לא אני ✍

אני לא רוצה סמארטפון, ככה אני לא צריכה לענות ל200 הודעות.

גם אני / בכלל לא אני ✍

הקשרים החברתיים דרך המכשירים האלקטרוניים מסתכם בקשר ביננו לבין המכשיר
ואנחנו לא באמת מצליח לשמש אמצעי לקשר משמעותי ואמיתי

מסכים / בכלל לא מסכים ✍

בקבוצות, דונו יחד בשאלות הבאות:

1. למה לדעתכם התכוונו בכתבה שאמרו "שימוש מותאם" במסכים?
2. מתי לדעתכם המכשירים האלקטרוניים (מחשב וסמרטפון) יכולים לשמש אתכם לקיים קשר אמיתי ומשמעותי עם אחרים ומתי תעדיפו שיחה של פנים מול פנים? האם זה משתנה ואיך זה משתנה בחופשות.
3. בכתבה מציגים מקומות בעולם כמו קוריאה וסין שמדברים על התמכרות למסכים. איך לדעתכם התנהגות של התמכרות למסכים באה לידי ביטוי? מה לדעתכם חשוב שאתם תשימו לב כדי שלא תגיעו למצב של "התמכרות למסכים"?
4. עד כמה חשוב לכם לא להיגרר לכל מצב חברתי שקורה בוואטסאפ או ברשתות החברתיות האחרות?
5. בחופש הגדול הפיתוי להיות מחובר למסך גדול מאוד. מה יסייע לכם לשמור על איזון בין המרחבים השונים ולעשות שימוש מותאם במסכים?