שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

מרחב חיובי ובטוח ברשת: אמפתיה ו«עומדים לצד»

דף עבודה

1 השלימו מן המחסן.

אמפתיה	לצד	מהצד	טון	פרטי	

א. _____ היא היכולת להבין מה מרגיש מישהו אחר.

ב. מי שרואה לעג ושותק עומד _____ .

ג. מי שתומך בנפגע עומד _____ .

ד. בהודעה כתובה לא שומעים את ה _____ .

ה. אפשר לשלוח לנפגע הודעת חיזוק ב _____ .

2 התאימו לכל מושג את ההסבר שלו.

טור א	טור ב
1. אמפתיה	☐ שמירת תמונה של מה שמופיע על המסך
2. עומד מהצד	☐ רואה פגיעה ולא עושה דבר
3. עומד לצד	☐ להבין את הרגש של האחר
4. חסימה	☐ מניעת הודעות מחשבון מסוים
5. צילום מסך	☐ פועל כדי לעזור לנפגע

3 נכון או לא נכון? תקנו את המשפטים הלא נכונים.

א. אם כתבתי «סתם צוחק», ההודעה לא יכולה לפגוע. נכון / לא נכון

ב. סימון «אהבתי» על הודעה פוגעת מחזק את הפגיעה. נכון / לא נכון

ג. לעמוד לצד זה תמיד להתעמת עם הפוגע. נכון / לא נכון

ד. הודעה שנשלחה לקבוצה יכולה להישמר ולהגיע לאנשים רבים. נכון / לא נכון

4 מיינו את המעשים ברשת: בונים מרחב חיובי, או פוגעים.

לפרגן על עבודה של חבר	להוציא ילד מהקבוצה בלי סיבה	לשלוח מדבקה מצחיקה ולא פוגעת	
להעביר צילום מביך של ילד	לשאול בפרטי «הכול בסדר?»	לכתוב כינוי מעליב	

בונים מרחב חיובי	פוגעים

5 **השלימו: מה מרגיש הנפגע, ואיך אפשר לעמוד לצידו?**

מה קרה ברשת?	מה הוא עשוי להרגיש?	איך עומדים לצידו?
כולם התעלמו מההודעה של נועם בקבוצה		
מישהו כתב תגובה מעליבה על השיר שאורי העלה		
הזמינו את כל הכיתה למשחק מקוון חוץ מאיתי		

6 **בחרו את התשובה הנכונה.**

א. איזו שאלה כדאי לשאול לפני ששולחים הודעה?

○ כמה אנשים יצחקו? ○ האם הייתי אומר את זה פנים אל פנים? ○ האם יש לי מספיק מדבקות?

○ מי יענה ראשון?

ב. עומר ראה שמעליבים את דניאל בקבוצה. מה פירוש «לעמוד לצד»?

○ לצאת מהקבוצה ולא להגיד כלום ○ להעביר את ההודעה לחברים

○ לכתוב לדניאל מילה טובה ולספר למבוגר ○ להעליב בחזרה את הפוגע

7 **קראו את התגובות בקבוצת הכיתה. ליד כל אחת כתבו «מכבדת» או «פוגעת».**

א. «איזה יופי של פרויקט, איך עשיתם את זה?»

ב. «רק אתה יכול להיות כל כך איטי»

ג. «לא הבנתי את השאלה, מישהו יכול להסביר?»

ד. «מי שלא מסכים איתי הוא טיפש»

ה. «מזל טוב ליום ההולדת, נועה!»

ההודעה של יואב

ביום שישי העלתה תמר לקבוצת הכיתה סרטון שבו היא מנגנת בפסנתר. אחרי כמה דקות כתב מישהו: «אוי, זה צורם לאוזניים», והוסיף פרצופים צוחקים. עוד שני ילדים סימנו שהם אוהבים את התגובה.

יואב ראה את ההודעות והרגיש לא נעים. הוא חשב: «אם אני הייתי מעלה סרטון, הייתי רוצה שמישהו יגן עליי». הוא כתב בקבוצה: «לדעתי זה מרשים שתמר מנגנת. בואו נהיה נחמדים». אחר כך שלח לתמר בפרטי: «ניגנת יפה, אל תתייחסי לזה».

אחרי רגע הצטרפו עוד ילדים ופרגנו לתמר. מי שכתב את התגובה הראשונה מחק אותה.

9 **בחרו לפי הסיפור «ההודעה של יואב».**

א. מה גרם ליואב לפעול?

○ הוא פחד מהמורה ○ הוא דמיין איך היה מרגיש במקומה של תמר ○ הוא רצה להיות מפורסם

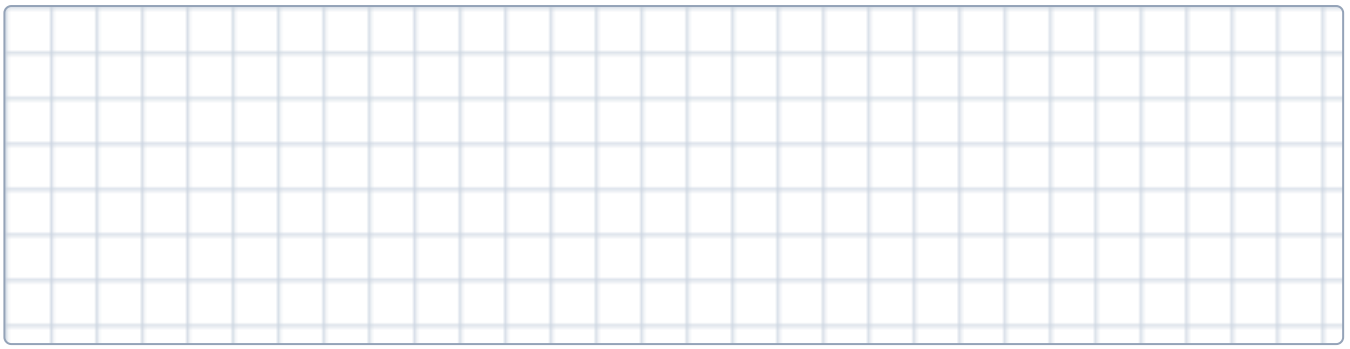
○ תמר ביקשה ממנו

ב. מה קרה אחרי שיואב כתב בקבוצה?

○ ילדים נוספים פרגנו לתמר ○ תמר יצאה מהקבוצה ○ כולם צחקו על יואב ○ הקבוצה נסגרה

10 **יואב עשה שני דברים כדי לעמוד לצד תמר. מה הם, ולמה כל אחד מהם חשוב?**

11 ציירו רצועת קומיקס של שלוש משבצות: הודעה פוגעת בקבוצה, ילד שעומד לצד, והסוף הטוב. הוסיפו בועות דיבור.



12 מה הייתם עושים אם הייתם רואים בקבוצה צילום מביך של ילד מהכיתה? כתבו שני צעדים.

13 אתגר: מיכל אומרת: «מה שקורה ברשת זה לא באמת, אז זה לא כל כך פוגע». כתבו לה תשובה עם שני נימוקים.

תשובות – מרחב חיובי ובטוח ברשת: אמפתיה ו«עומדים לצד»

1 השלימו מן המחסן.

א. **אמפתיה** היא היכולת להבין מה מרגיש מישהו אחר.

ב. מי שרואה לעג ושותק עומד **מהצד**.

ג. מי שתומך בנפגע עומד **לצד**.

ד. בהודעה כתובה לא שומעים את ה**טון**.

ה. אפשר לשלוח לנפגע הודעת חיזוק ב**פרטי**.

2 התאימו לכל מושג את ההסבר שלו.

טור א	טור ב
1. אמפתיה	**5** שמירת תמונה של מה שמופיע על המסך
2. עומד מהצד	**2** רואה פגיעה ולא עושה דבר
3. עומד לצד	**1** להבין את הרגש של האחר
4. חסימה	**4** מניעת הודעות מחשבון מסוים
5. צילום מסך	**3** פועל כדי לעזור לנפגע

3 נכון או לא נכון? תקנו את המשפטים הלא נכונים.

א. אם כתבתי «סתם צוחק», ההודעה לא יכולה לפגוע. **לא נכון** – גם הודעה «בצחוק» יכולה להכאיב

ב. סימון «אהבתי» על הודעה פוגעת מחזק את הפגיעה. **נכון**

ג. לעמוד לצד זה תמיד להתעמת עם הפוגע. **לא נכון** – אפשר גם לתמוך בפרטי או לספר למבוגר

ד. הודעה שנשלחה לקבוצה יכולה להישמר ולהגיע לאנשים רבים. **נכון**

4 מיינו את המעשים ברשת: בונים מרחב חיובי, או פוגעים.

בונים מרחב חיובי	פוגעים
לפרגן על עבודה של חבר, לשלוח מדבקה מצחיקה ולא פוגעת, לשאול בפרטי «הכול בסדר?»	להוציא ילד מהקבוצה בלי סיבה, להעביר צילום מביך של ילד, לכתוב כינוי מעליב

5 השלימו: מה מרגיש הנפגע, ואיך אפשר לעמוד לצידו?

מה קרה ברשת?	מה הוא עשוי להרגיש?	איך עומדים לצידו?
כולם התעלמו מההודעה של נועם בקבוצה	**בודד, לא חשוב**	**לענות לו ולהתייחס להודעה**
מישהו כתב תגובה מעליבה על השיר שאורי העלה	**נעלב, מבויש**	**לכתוב לו תגובה מפרגנת ולבקש למחוק את העלבון**
הזמינו את כל הכיתה למשחק מקוון חוץ מאיתי	**דחוי, עצוב**	**להזמין אותו להצטרף ולהגיד למארגנים שזה פוגע**

6 **בחרו את התשובה הנכונה.**

א. איזו שאלה כדאי לשאול לפני ששולחים הודעה?

○ כמה אנשים יצחקו? ● **האם הייתי אומר את זה פנים אל פנים?** ○ האם יש לי מספיק מדבקות?

○ מי יענה ראשון?

ב. עומר ראה שמעליבים את דניאל בקבוצה. מה פירוש «לעמוד לצד»?

○ לצאת מהקבוצה ולא להגיד כלום ○ להעביר את ההודעה לחברים

● **לכתוב לדניאל מילה טובה ולספר למבוגר** ○ להעליב בחזרה את הפוגע

7 **קראו את התגובות בקבוצת הכיתה. ליד כל אחת כתבו «מכבדת» או «פוגעת».**

א. «איזה יופי של פרויקט, איך עשיתם את זה?» ← **מכבדת**

ב. «רק אתה יכול להיות כל כך איטי» ← **פוגעת**

ג. «לא הבנתי את השאלה, מישהו יכול להסביר?» ← **מכבדת**

ד. «מי שלא מסכים איתי הוא טיפש» ← **פוגעת**

ה. «מזל טוב ליום ההולדת, נועה!» ← **מכבדת**

9 **בחרו לפי הסיפור «ההודעה של יואב».**

א. מה גרם ליואב לפעול?

○ הוא פחד מהמורה ● **הוא דמיין איך היה מרגיש במקומה של תמר** ○ הוא רצה להיות מפורסם

○ תמר ביקשה ממנו

ב. מה קרה אחרי שיואב כתב בקבוצה?

● **ילדים נוספים פרגנו לתמר** ○ תמר יצאה מהקבוצה ○ כולם צחקו על יואב ○ הקבוצה נסגרה

10 **יואב עשה שני דברים כדי לעמוד לצד תמר. מה הם, ולמה כל אחד מהם חשוב?**

תשובה אפשרית: כתב בקבוצה תגובה מפרגנת וקרא לכולם להיות נחמדים – זה עצר את הלעג והראה שיש מי שמתנגד; שלח לתמר הודעת תמיכה בפרטי – זה עזר לה להרגיש שהיא לא לבד.

11 **ציירו רצועת קומיקס של שלוש משבצות: הודעה פוגעת בקבוצה, ילד שעומד לצד, והסוף הטוב. הוסיפו בועות דיבור.**

תשובה אפשרית: שלוש משבצות ברצף הגיוני: פגיעה, תגובה של עומד לצד (תמיכה, «זה לא בסדר», פנייה למבוגר) ותוצאה חיובית.

12 **מה הייתם עושים אם הייתם רואים בקבוצה צילום מביך של ילד מהכיתה? כתבו שני צעדים.**

תשובה אפשרית: לא להעביר ולא לסמן «אהבתי»; לבקש ממי שהעלה למחוק; לכתוב לילד מילה טובה; לספר להורה או למחנך.

13 **אתגר: מיכל אומרת: «מה שקורה ברשת זה לא באמת, אז זה לא כל כך פוגע». כתבו לה תשובה עם שני נימוקים.**

תשובה אפשרית: מאחורי המסך יש אדם אמיתי עם רגשות אמיתיים; הודעה ברשת מגיעה להרבה אנשים, נשמרת ואפשר לחזור אליה, ולכן הפגיעה יכולה להיות אפילו גדולה יותר.