

מערכות יחסים בריאות באינטרנט

המשתתפים יגלו את האיכויות שמרכיבות מערכות יחסים בריאות וחיוניות, וכיצד התנהגויות באינטרנט ממלאות תפקיד הן במערכות יחסים בריאות והן במערכות יחסים מזיקות. המשתתפים יבחנו גם את ההזדמנויות והאתגרים הקשורים בהצטלבות בין המדיה החברתית לבין מערכות היחסים בקבוצת השווים וילמדו איך לקדם את ההבנה בקרב חבריהם.

הצגת מונחים בנושא מערכות יחסים

חלק ראשון

אינטראקציה בכיתה

הושב את המשתתפים במעגל.

ספר לתלמידים שלך

היום אני רוצה לדבר על האופן שבו מה שאנחנו עושים באינטרנט משפיע על בריאות מערכות היחסים שלנו. נדבר על מה שאפשר לעשות כדי להיות אדם שמתערב למען האחר, ולזהות מתי החברים שלנו זקוקים לעזרה בבעיות הקשורות למערכות יחסים.

שאל את התלמידים שלך

מי שמע על הביטויים "צופה מהצד" או "מתערב"? מה משמעות הביטויים האלה בשבילכם?

אינטראקציה בכיתה

הקשב ל-2-3 תשובות.

ספר לתלמידים שלך

כמו שאמרתי, צופה מהצד הוא מישהו שצופה בפעולה שמתרחשת. בתרגיל של היום, נדבר על פעולות שקשורות למערכות יחסים מזיקות/שליליות. מתערב הוא מישהו שעושה משהו חיובי בתגובה - על ידי תמיכה בקרבן, ניסיון למנוע את המעשה או בדרכים אחרות - בהתאם למצב.

חלק שני

ספר לתלמידים שלך

עכשיו, בואו נדבר על מערכות יחסים: תחילה, כדאי שנכיר בכך ש"מערכת יחסים" היא מושג רחב למדי. למטרה שלנו, נגדיר את המושג "מערכת יחסים" ככל חיבור בין חברי קבוצת השווים. לדוגמה, ייתכן שאתה מחובר לחברי קבוצת השווים כחברים, חברים לספסל הלימודים או חברים לפעילות מחוץ לבית הספר (לדוגמה, מועדון סרטים). כשאנחנו מדברים על מערכות יחסים בריאות, תמיד עולה השאלה הקשה: "מהי בדיוק מערכת יחסים בריאה?" לכל אחד יש רעיונות אחרים בנושא זה, וישנן תשובות טובות רבות.

כדי לוודא שכולנו מתכוונים לאותו הדבר, בואו נחשוב יחד על מילים שמתארות מערכות יחסים בריאות - חברויות, חברים לספסל הלימודים ומגוון מערכות יחסים! אנחנו יודעים שדברים עלולים להשתבש לעתים בכל סוגי מערכות היחסים, אז בואו נדבר על התנהגויות בריאות שייחודיות לסוגים השונים.

בואו נשחק משחק קטן. נעבור מאחד לשני במעגל, וכל אחד יגיד מילה שמתארת מערכות יחסים בריאות. אני אתחיל. לדעתי מערכות יחסים יכולות להיות _____ (תומכות,

אכפתיות, נדיבות וכדומה).

אינטראקציה בכיתה

רשום את דברי המשתתפים על הלוח.

ספר לתלמידים שלך

נהדר! תודה שתרמתם! בואו נביט במילים האלה.

שאל את התלמידים שלך

האם אנחנו מסכימים לגביהן?

האם יש לכם מה להוסיף?

על בסיס המילים האלה, האם מישהו יכול להגדיר במשפט אחד מהי מערכת יחסים בריאה?

הדרך את הקבוצה בפיתוח הגדרה משותפת של מערכת יחסים בריאה.

סיור בגלריה

חלק ראשון

אינטראקציה בכיתה

חלק את המשתתפים לזוגות.

ספר לתלמידים שלך

עכשיו, כשיש לנו רשימה מוצלחת למדי של הדברים שעליהם אנחנו חושבים כשאנחנו מדברים על 'מערכות יחסים בריאות', הגיע הזמן לשנות מעט את המיקוד ולהתבונן בחוויות שלנו עם מערכות יחסים באינטרנט.

אינטראקציה בכיתה

כתוב שאלה אחת מהרשימה האפשרית שבהמשך על פוסטר ותלה פוסטרים ברחבי החדר.

שאלות אפשריות לפוסטרים:

1. עם מי אתם מקיימים אינטראקציה באמצעות טכנולוגיה?
2. באילו פלטפורמות, שירותים או אתרים אתם משתמשים כדי לקיים אינטראקציה עם אנשים?
3. כיצד האינטרנט וטכנולוגיות המכשירים הניידים (כמו טאבלטים או טלפונים ניידים) נתנו לכם הזדמנויות ליצור מערכות יחסים בריאות או לשמור עליהן?
4. כיצד אפשר לשמור על קשר עם אנשים הודות למכשירים ניידים ולמחשבים?
5. אילו אתגרים מציבים האינטרנט וטכנולוגיות המכשירים הניידים ליצירה/שמירה על מערכות יחסים בריאות?
6. אילו סוגים של דרמות בין חברים ראיתם או חוויתם כתוצאה מדברים שפורסמו באינטרנט?

ספר לתלמידים שלך

אתן לכל זוג פתקים דביקים ועט. על הפוסטרים ברחבי החדר מופיעות שאלות שונות. כשאתן לכם את החומרים, תוכלו לגשת אל הפוסטרים. כתבו את התשובות שלכם על הפתקים הדביקים והצמידו אותם לפוסטרים. אם יש לכם יותר מתשובה אחת לשאלה, כתבו כל תשובה על פתק דביק נפרד והדביקו את הפתקים על הפוסטרים. יעמדו לרשותכם 8 דקות. תיהנו!

אינטראקציה בכיתה

אסוף את הפוסטרים בסוף הפעילות וכנס שוב את הקבוצה.

שאל את התלמידים שלך

מהן התשובות הנפוצות לכל אחת מהשאלות?

האם יש דברים שחסרים לדעתכם?

האם יש מגמות שאתם מבחינים בהם?

כיצד שינתה הטכנולוגיה את מערכות היחסים שלכם עם חבריכם?

האם הטכנולוגיה הפכה את הדברים לקלים יותר או לקשים יותר? למה?

דיון בתרחיש

דיון

ספר לתלמידים שלך

עכשיו נדון בתרחיש הקשור לטכנולוגיה ומערכות יחסים שנקרא "הצפה בהודעות טקסט".

האם מישהו יודע מה זה "הצפה בהודעות טקסט"?

אינטראקציה בכיתה

הקשב ל-2-3 תשובות.

ספר לתלמידים שלך

"הצפה בהודעות טקסט" מתרחשת כאשר מישהו שולח הרבה הודעות טקסט לאחד אחר, עד שאותו אדם נהיה מוצף.

שאל את התלמידים שלך

האם חוויתם פעם מצב כזה?

אם הייתם האדם שמקבל את הודעות הטקסט, מה הייתם עושים? למה?

אם אחד מהחברים שלכם היה מספר לכם שהוא מתמודדים עם מצב כזה, איזו עצה הייתם נותנים לו? הייתם נוקטים בפעולה כלשהיא? באילו סוגים שונים של פעולות אתם יכולים לנקוט?

1. מעקב: נקיטה בפעולות אלו כדי לעזור לחברים שלכם נקראת גם "התערבות לטובה".

שאל את התלמידים שלך

מה יכול למנוע ממישהו להתערב לטובת חבר?

בואו נדמיין שאחד מהחברים שלכם מבקש מחבר להפסיק לשלוח לו כל דך הרבה הודעות טקסט. מה יקרה אם החבר שלהם יתחיל להגיע לבית שלהם כל הזמן, ויבקש לראות אותו? נראה שהבעיה החמירה, וניתן להגדיר את המצב כ"הסלמה". איזו עצה הייתם נותנים לחבר שלכם אם הכעיה היתה מסלימה?

אם הבעיה אכן מסלימה, האם עדיין תוכלו להגיב כמתערבים לטובה באותו אופן כמו מקודם? אילו פעולות תוכלו לנקוט עכשיו כדי להתערב לטובה?

ספר לתלמידים שלך

"הצפה בהודעות טקסט" היא רק דוגמה אחת למצב שבו טכנולוגיה יכולה לעמוד בדרכה של

מערכת יחסים בריאה.

שאל את התלמידים שלך

אילו עוד דוגמאות קיימות?

מהם חלק מהפתרונות לבעיות אלו?

מה למדנו מהדיון עד כה לגבי התפקיד של הטכנולוגיה במערכות יחסים?

אינטראקציה בכיתה

הדרך את הדיון על ההשפעות החיוביות והשליליות של טכנולוגיה על מערכת יחסים.

פעילות רצף

חלק ראשון

ספר לתלמידים שלך

בואו נתבונן בהתנהגויות ספציפיות במערכות יחסים בריאות ובמערכות יחסים מזיקות ונראה מה מיקומן על הרצף בין בריא למזיק.

אתן לכל אחד מכם פתק דביק. על הפתק מופיעה פעילות שמתרחשת במערכות יחסים, כמו "לשלוח לבן/בת הזוג הודעות טקסט בכל שעות היממה" או "להחליף זה עם זה סיסמאות במדיה חברתית". לאחר שאתן לכם פתק דביק, אבקש שתקומו ותלכו אל קדמת החדר. בצד אחד של החדר נמצאת ההתנהגות הבריאה ביותר במערכת יחסים, ובצד השני ההתנהגות המזיקה ביותר.

כשתגיעו לקדמת החדר, חשבו עד כמה ההתנהגות על הפתק בריאה או מזיקה, ועמדו בשורה. לדוגמה, אם לדעתכם ההתנהגות "לשלוח לבן/בת הזוג הודעות טקסט בכל שעות היממה" פחות בריאה מ"לסמן לייק ולבצע שיתוף מחדש בכל מה שהחברים שלך מפרסמים", עמדו קרוב יותר אל הצד המזיק.

אינטראקציה בכיתה

הצעות לנושאים בכרטיסים:

1. לשלוח לבן/בת הזוג הודעות טקסט בכל שעות היממה
2. להחליף זה עם זה סיסמאות במדיה חברתית
3. לקרוא את הודעות הטקסט של חבר ללא רשותו
4. לשוחח עם זרים/אנשים שאינך מכיר היטב באינטרנט
5. לפרסם תגובות גסות רוח בפוסט של מישהו במדיה חברתית
6. לשלוח הודעת טקסט "לילה טוב" או "בוקר טוב" (אולי מדי יום) למישהו שחשוב לך
7. לדבר על ויכוח שהיה לך עם חבר באופן ציבורי בפלטפורמה של מדיה חברתית
8. לסמן לייק ולבצע שיתוף מחדש בכל מה שהחברים שלך מפרסמים
9. לפרסם תוכן במדיה חברתית באמצעות חשבון של חבר (בשמו)
10. לתייג את החברים שלך בתמונות ממסיבה
11. להפיץ רכילות על חבר לספסל הלימודים במדיה חברתית

בזמן שהמשתתפים יגיעו ויתארגנו, שאל אותם למה הם עומדים במקום שבו הם עומדים, ועודד את המשתתפים לשנות מיקום אם הם מרגישים צורך בכך.

לאחר שהמשתתפים יסיימו להסתדר ברצף, בקש מהם למקם את הפתקים הדביקים על הקיר בקדמת החדר ולזוז אחורה כדי שיוכלו לראות את הרצף במלואו.

אינטראקציה בכיתה

אם המשתתפים יבחרו לעשות זאת, הם יכולים להשיב על שתי השאלות הראשונות המופיעות בהמשך דרך דיון, או לכתוב אותן על פתקים דביקים ולמקם אותם על הקיר בקדמת החדר.

שאל את התלמידים שלך

האם אתם יכולים לחשוב על התנהגויות מזיקות נוספות?

האם אתם יכולים לחשוב על התנהגויות בריאות נוספות?

האם יש רק סדר אחד נכון לרצף הזה? למה/למה לא? האם כולם מסכימים?

שאל את התלמידים שלך

סידרנו את ההתנהגויות הספציפיות האלה על רצף מבריאות למזיקות. אך האם יכולים להיות מצבים שבהם התנהגות בריאה הופכת למזיקה? או להפך? מתי זה עשוי לקרות?

אם X היא התנהגות מזיקה [בחר התנהגות ספציפית שהמשתתפים מיקמו קרוב יותר לצד ה'מזיק' של הרצף], מה הייתם עושים כדי לפתור אותה?

איך היית מדבר עם מישהו אם הוא היה עושה משהו שלא מוצא חן בעיניך?

משימה

חלק ראשון

ספר לתלמידים שלך

היום דיברנו הרבה על טכנולוגיה ומערכות יחסים. עכשיו, כשהתחלתם לחשוב על זה, איך תוכלו לשתף את מה שלמדתם עם אחרים? איזה סוג של פעילויות תוכלו ליצור כדי לעודד את חבריכם להתערב אם הם יהיו עדים להתנהגות מזיקה במערכות יחסים?

משימה

חלק את המשתתפים לקבוצות של 3 או 4.

ספר לתלמידים שלך

יש לנו שתי הצעות עכשיו, אבל אם יש לכם רעיון אחר, אתם מוזמנים להשתמש בו! יש לכם 30 דקות:

1. הצעה 1: פתחו תכנית לאירוע אפשרי לחברי בית הספר או הקהילה בנושא תפקיד הטכנולוגיה במערכות יחסים. האירוע הזה יכול להיות הקרנה של סרט תיעודי/דיון, קמפיין כמו "שבוע האהבה", או אפילו מצגת! ספקו דוגמאות לאופן שבו ניתן להשתמש במדיה החברתית, כגון פייסבוק או Twitter, כדי לפרסם את האירוע. אל תהססו ליצור עזרים חזותיים בנוסף לתכנית (לדוגמה, ציורים, מם וכדומה).
2. הצעה 2: צור סיפור על מערכת יחסים (לדוגמה, מערכת יחסים בין אחים, או מערכת יחסים בין חברים בבית הספר) וכיצד המדיה החברתית עשויה להשפיע עליה. אפשר להציג מחזה קצר, ליצור עזרים חזותיים (לדוגמה, קומיקס) או לכתוב ניוז פיד היפותטי של פייסבוק או שיחת Twitter. . . . בואו נהיה יצירתיים!

חלק שני

משימה

לאחר 30 דקות, בקש מהקבוצות לשתף את מה שיצרו ונהלו דיון על השאלות הבאות.

שאל את התלמידים שלך

באיזה נושא אתם מטפלים? מה אתם רוצים שאנשים ילמדו מהרעיון שלכם?

כיצד יועיל הרעיון לבית הספר/לקהילה/לחברים?

מיהו קהל היעד?

איך תפרסמו את הרעיון לקהל היעד שלכם?

איך לדעתכם הקהל יגיב?

מחשבות לסיכום

מחשבות

ספר לתלמידים שלך

אנחנו מקווים שכולכם חשבתם על מערכות יחסים בריאות בצורה מעמיקה קצת יותר, ובעיקר על האופן שבו הטכנולוגיה שינתה דברים. רצינו גם שתחשבו על דרכים לעודד את חבריכם "להתערב", או לעמוד על שלהם בשביל עצמם ובשביל אחרים כשהם רואים משהו שלא נוח להם איתו או משהו שפוגע באחרים.

שאל את התלמידים שלך

אילו דברים למדתם?

מה היתה הפעילות המועדפת עליכם? למה?

מה היתה הפעילות הפחות מועדפת עליכם? למה?

איך תוכלו לקחת את מה שלמדתם או עיבדתם וליישם זאת בחייכם?

איך הייתם מתארים לחברים את מה שעשיתם?

מה היה חדש או מפתיע?

האם יש לכם עוד שאלות על מערכות יחסים בריאות או מזיקות?