

הבנה ושיתוף רגשות של אחרים

תרחיש 1

שירה יצאה לאכול צהריים עם חברות, אך כשהלכה לשירותים היא השאירה את הטלפון שלה על השולחן. בזמן ששירה לא הייתה שם, חברתה סתיו לקחה את הטלפון שלה והתחילה להסתכל בהודעות. ההודעה הראשונה שהיא קראה הייתה הודעה כועסת מאמא של שירה, כי שירה נכשלה במבחן במתמטיקה.

- איך שירה מרגישה בגלל זה?
- למה שירה לא רצתה לספר לחברותיה על הציון הגרוע?
- האם הפעולות של סתיו מקובלות?
- מה החברות האחרות בארוחת הצהריים מרגישות לגבי הפעולות של סתיו?
- מה דעתכם על סתיו? האם היא התנהגה בצורה אתית? האם הייתם רוצים להיות חברים של סתיו?
- איך הייתם מרגישים אם מישהו היה עושה את זה לכם?
- האם יש מצבים שבהם זה בסדר לחטט? מה אם אתם מודאגים לגבי חבריכם?

תרחיש 2

דניאל מדבר עם טל, ופתאום הוא מחליק ונופל לבוץ. טל חושבת שהוא נראה ממש מצחיק ומצלמת אותו, אך דניאל לא צוחק ונראה נבוך.

- איזו סיבה יכולה להיות לטל לפרסם את התמונה באינטרנט?
- למה דניאל לא מרוצה?
- מה לדעתכם דניאל צריך להגיד לטל?
- איך הייתם מרגישים אם מישהו היה מצלם תמונה מביכה שלכם? האם הייתם רוצים שהיא תופיע באינטרנט?
- האם מצב זה הוא מקרה של בריונות?

תרחיש 3

ליהי היא תלמידה בת 15 ויש לה שני אחים, אמא והרבה חברים. ליהי ואביב לומדים יחד ועובדים על פרויקט משותף לשיעור מדעים. היה להם מבחן במדעים, וכשכולם קיבלו את הציונים אביב שם לב שליהי נראית עצובה מאוד. שבוע שלאחר מכן ליהי לא הגיעה לבית הספר במשך כמה ימים, ולכן אביב צריך היה לעבוד על הפרויקט במדעים לבדו. כשהיא חזרה היא

סיפרה לאביב שהייתה צריכה ללכת לרופא, אך לא פירטה מעבר.

- מי צריך לדעת את הציונים שלה בבית הספר? את ההיסטוריה הרפואית שלה? למה?

- עם מי ליהי יכולה לרצות לדבר על הנושאים האלה?

- בחיים שלכם, האם יש דוגמאות למידע שאתם רוצים שההורים/האנשים שדואגים לכם יראו אך לא חברים, או להיפך?

הבנה ושיתוף רגשות של אחרים: עותק למדריך

תרחיש 1

שירה יצאה לאכול צהריים עם חברות, אך כשהלכה לשירותים היא השאירה את הטלפון שלה על השולחן. בזמן ששירה לא הייתה שם, חברתה סתיו לקחה את הטלפון שלה והתחילה להסתכל בהודעות. ההודעה הראשונה שהיא קראה הייתה הודעה כועסת מאמא של שירה, כי שירה נכשלה במבחן במתמטיקה.

• איך שירה מרגישה בגלל זה?

- שירה עשויה להרגיש שפרטיותה נפגעה ולהפסיק לסמוך על חברתה.

• למה שירה לא רצתה לספר לחברותיה על הציון הגרוע?

- ייתכן ששירה חושבת שהציונים שלה הם מידע פרטי.

• האם הפעולות של סתיו מקובלות?

- המשתתפים צריכים לחשוב על הנורמות שלהם לגבי פרטיות, גם בקשר לציונים וגם בקשר לטלפון שלהם, וכן על הציפיות שלהם מחבריהם.

• מה החברות האחרות בארוחת הצהריים מרגישות לגבי הפעולות של סתיו?

- המשתתפים צריכים לחשוב איך היו פועלים אם היו רואים התנהגות שעשויה להיות בלתי הולמת.

• מה דעתכם על סתיו? האם היא התנהגה בצורה אתית? האם הייתם רוצים להיות חברים של סתיו?

- איך הייתם מרגישים אם מישהו היה עושה את זה לכם?

- האם יש מצבים שבהם זה בסדר לחטט? מה אם אתם מודאגים לגבי חבריכם?

- המשתתפים צריכים לחשוב על הנורמות שלהם לגבי פרטיות וקשרים אישיים.

תרחיש 2

דניאל מדבר עם טל, ופתאום הוא מחליק ונופל לבוץ. טל חושבת שהוא נראה ממש מצחיק ומצלמת אותו, אך דניאל לא צוחק ונראה נבוך.

• איזו סיבה יכולה להיות לטל לפרסם את התמונה באינטרנט?

- המשתתפים צריכים לזהות את המניעים של טל: קבלת צחוקים או לייקים היא בדרך כלל גורם קביל לפרסום דברים באינטרנט, כל עוד זה לא נעשה על חשבון אדם אחר.

• למה דניאל לא מרוצה?

- המשתתפים צריכים לחשוב איך להתייחס לרגשות של אחרים בעת שימוש במדיה חברתית.

• מה לדעתכם דניאל צריך להגיד לטל?

- המשתתפים צריכים למצוא אסטרטגיות להתמודדות עם התנהגות כזו.

• איך הייתם מרגישים אם מישו היה מצלם תמונה מביכה שלכם? האם הייתם רוצים שהיא תופיע באינטרנט?

- המשתתפים צריכים לחשוב על הנורמות שלהם לגבי דברים שהם רוצים שאחרים ישתפו באינטרנט.

• האם מצב זה הוא מקרה של בריונות?

- המשתתפים צריכים לחשוב מה מהווה בריונות ולדון בפרטים של מצב ספציפי זה.

תרחיש 3

ליהי היא תלמידה בת 15 ויש לה שני אחים, אמא והרבה חברים. ליהי ואביב לומדים יחד ועובדים על פרויקט משותף לשיעור מדעים. היה להם מבחן במדעים, וכשכולם קיבלו את הציונים אביב שם לב שליהי נראית עצובה מאוד. שבוע שלאחר מכן ליהי לא הגיעה לבית הספר במשך כמה ימים, ולכן אביב צריך היה לעבוד על הפרויקט במדעים לבדו. כשהיא חזרה היא סיפרה לאביב שהייתה צריכה ללכת לרופא, אך לא פירטה מעבר.

• מי צריך לדעת את הציונים שלה בבית הספר? את ההיסטוריה הרפואית שלה? למה?

- המשתתפים צריכים לחשוב איך למידע שונה יש רמות פרטיות שונות. הציונים של ליהי בבית הספר הם מידע רגיש שהיא לא מעוניינת שחבריה, ילדים בכיתה או הציבור כולו יידעו. עם זאת, זה אינו מידע פרטי מבחינת הוריה/האנשים שדואגים לה. כך גם לגבי ההיסטוריה הרפואית שלה, אם כי מידע זה הרבה יותר רגיש.

• עם מי ליהי יכולה לרצות לדבר על הנושאים האלה?

- ייתכן שליהי רוצה לשמור על פרטיות המידע שלה. יש לכבד החלטה זו. היא יכולה גם לבחור לשתף חלק מהמידע הפרטי, אך לא את כולו. לדוגמה, היא יכולה לשתף את הקשיים שלה לגבי הציונים בבית הספר עם הוריה/האנשים שדואגים לה, אך לא עם חבריה.

• בחיים שלכם, האם יש דוגמאות למידע שאתם רוצים שההורים/האנשים שדואגים לכם יראו אך לא חברים, או להיפך?

- המשתתפים צריכים לחשוב על בחירות הפרטיות שלהם.