

דבוקים למסך

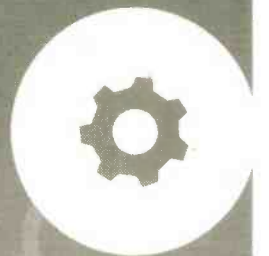
« סקר שבוצע על ידי איגוד האינטרנט הישראלי באמצעות חברת "זטה טולס" בקרב 300 בני נוער בגילאי 13-18, המבוסס על מחקר שא" לון אינטרנטי, מעלה כי בכל הנוגע לפייסבוק, אחוז המשתמשים בקרב הבנים (97%) יותר גבוה מהבנות (85%). ככל שעולה הגיל, יש עלייה באחוז המשתמשים בשני המינים. 67% משתמשים באינסטגרם (72% בנות לעומת 62% בנים). 32% משתמשים בסנאפצ'אט, וגם כאן בנות מובילות עם 37% לעומת 26% בנים, וישנה ירידה באחוז עם עלייה בגיל (מ-38% ל-25%).

היקף השימוש הוא פרק מטריד בפני עצמו: 84% ישתמשו ברשתות החברתיות ובאינטרנט, כאשר רבע מצהירים שהשימוש יגדל עד 20%. עוד רבע אומרים שיגדל עד 30%, כלומר כמעט מבני הנוער אומרים שהשימוש באינטרנט בזמן החופש יגדל בין 20% ל-30%. 49% מבני הנוער (52% מהבנות לעומת 47% מהבנים) מקבלים למעלה מ-100 הודעות ווטסאפ ביום. 75% מתעוררים בנעשה עד שעה מהזמן שהם מתעוררים, מתוכם 48% ברבע השעה הראשונה של היום.

רבע מבני הנוער קיבלו תמונות חושפניות של מישהו שהם מכירים (במיל, בווטסאפ, או במסרון). בגילאי 16-18 הנתון עולה לשליש, ובעיקר בנים (32%) לעומת בנות (17%). 3% מורים שהפיצו תמונות חושפניות, כאשר הבנים מובילים - 4% לעומת 1% בבנות. ●

ללא עכבות

החופש הגדול בעיצומו, ואיתו גם משך הזמן הפנוי שעומד לרשות בני הנוער, והחשיפה המרובה לתכנים פורנוגרפיים ● אז איך והאם אפשר בכלל להציג גבולות בעידן שבו אנו חיים, מאיזה גיל כדאי לדבר איתם על מין, ומי מועד לפורענות ועלול להידרדר להתנהגות חריגה? כרמית ספיר ויץ



התנהגות מינית חריגה בקרב בני נוער: הראשון - נער שאינו לומד או מתפקד כתוצאה מהתנהגותו המינית. זה יכול להתבטא בכך שהוא יושב שעות מול פורנוגרפיה באינטרנט במהלך הלילה או בשוטטות בלילות אחר הרפתקאות מיניות. השני - התנהגות מינית חסרת שליטה ובה הנער מספר שאינו יכול לשלוט על רחפיו המיניים והתנהגותו. השלישי - קושי בניהול רגש. למעשה, הנער נורה להתנהגות מינית כאסטרטגיה לא נכונה של התמודדות עם כאב או קשיים בחיים. הרביעי - הנער חווה תחושות שליליות כמו בושה או אשמה סביב התנהגותו המינית.

למה כל כך קשה לזהות מתבגר עם התנהגות היפר-מינית? "כיוון שלרוב אנו אומרים 'טוב, הוא מתבגר, זה יעבור לו. גם אני עשיתי שטויות בגיל הזה'. זה משפט מסוכן מאוד. רוב המכורים איתם אני עובר סיפור כי התנהגותם ההתמכרותית התחילה כבר בשלהי גיל ההתבגרות המוקדמת".

מי מועדים לפורענות? "ישנם היבטים השייכים לאישיותו של הנער, כאילו משפחה או חברה הוא גדל, האם הוא עבר טראומה או התעללות בילדותו, מהן האסטרטגיות הקוגניטיביות שהוא מפעיל מול תחושות שליליות ואירועי חיים שהוא עבר. ממחקרי עולה כי התנהגות מוערת

משפריץ מין. הרשת רוויה מין וגם מגזינים המיועדים לילדים ונוער לא סובלים מעודף שיקול דעת.

מאיזה גיל כדאי לדבר עם ילדים על מין? "אני חושב שכדי לענות על השאלה הזו צריך ללכת אחורה בזמן", אומר ד"ר אפי רתי. "השאלה היא כיצד מיניות מדוברת או נתפסת בבית ההורים. למעשה, מגיל אפס הורים 'מדברים' על מין, גם כשאננם שמים לב לכך. ילדים שמים לב כיצד אנו כהורים מתלכשים, מכבדים את בן או בת הזוג ואנו אהבים את המראה שלנו ומקבלים את עצמנו כפי שאנו".

מה אמור לכלול שיח פתוח בין ילדים להורים? אני מניחה שהסברים לבן תשע אינם בהסברים לבן 12 או 15. "שיח פתוח כולל שני מדדים: הראשון הוא הגדרה עצמית, כלומר איך המתבגר תופס את מיניותו מבחינת דימוי גוף, קבלת מחזור... האם אני עומד מול המראה ומקבל את עצמי? השני הוא יחסים בינאישיים: איך המינית תבגר תופס את האחר, כסובייקט או כאובייקט. התנהגות חריגה באה לידי ביטוי בהתנהגות היפר-מינית ועלולה להתפתח לכדי הפרעה".

ויסות הרגשות

במסגרת מחקריו בנושא, הגדיר ד"ר אפרתי ארבעה מדדים אפשריים לזיהוי

נוער נמצאים מרבית שעות היום במסגרות, עכשיו מדובר בזמן מת למכביר שכולל כילוי עד שעות הלילה הקטנות. תוסיפו את השעמום ואת האלכוהול הז'מין, והנה מתכון מסוכן שעלול להוליד חשיפה מוגברת לפורנו, קיום יחסי מין בקלות דעת או תחת השפעת אלכוהול והפצת סרטוני סקס ברשת ובווטסאפ.

צריך לסייג: על פי ד"ר טליה אתגר, מנהלת תחום פגיעות מיניות בעמותת עלם, אנשי העמותה אומנם לא יודעים לנקוט במספרים מדויקים, אבל אין להסיק מכך שיש פחות פגיעות, אלא פחות דיווח. גנים וכתבי ספר סגורים, חלק מלשכות הרווחה בחופש, כך שיש פחות מקורות לדיווח".

אז מהם הסימנים להתנהגות חריגה שרורשת טיפול מיוחד? ד"ר יניב אפרתי, מומחה למיניות ולהתמכרויות בקרב בני נוער, טוען כי בשנים האחרונות אנו עדים לסקסואליזציה מוקדמת של ילדים ובני נוער, כך שהערכים של ילדים והדבר מתבטא בהופעתם החיצונית. מחקר קרים מעלים שהפנמה של סקסואליזציה בהתפתחות המינית של בנות מתבגרות משפיעה על הערך עצמי שלהן ושביעות צדן מגופן באופן שלילי. מחקרים נוספים מסבידים את העלייה הזו עקב החשיפה הרבה לכך במדיה ובהלך הרוח התרבותי הכללי. כמעט כל פרק בסדרה המוגדרת "קומדיה לכל המשפחה"

הנה הגיע החופש הגדול, ועדיין בת ה-13 יצאה לשופינג עם החברות. "אני הולכת לקנות מכ"נסיים", בישרה בחדווה לאמא שלה. הבנות הסתובבו בקניון, ועדי חזרה עם שלל: שני זוגות תחתונים. "לא אמרנו שאת קונה מכנסיים?" שאלה אותה אמא שלה בתמיהה. "הנה. מכנסיים!", ענתה עדי. "לא ממי, אלה תחתונים כמעט חיר מופקע", העמידה אותה אמא שלה על טעותה. לעדי זה נראה מכנסיים, לאמא שלה תחתונים. "חוף מזה חם", חיפשה עדי צידוק נוסף, והוסיפה: "ואת עתיקה".

על המתירנות המינית דובר לא מעט. כל דור רואה בדור שאחריו פרוץ וחסר עכבות. אבל עם תחילתו של החופש הגדול, הפרשות שמסעירות את השיח הציבורי אורבות בפתח. החופש הגדול מביא איתו משאב בעייתי - זמן רב ללא השגחה או פיקוח. אם במהלך השנה בני

אורנה היילינג, מנהלת "המרכז לאינטרנט בטוח": "ככל שאתה נמצא במרחב הדיגיטלי יותר, אתה נחשף יותר. זה עולם שלם, עם ערים ומדינות משל עצמו"

27.76x35.89	2/2	9 עמוד	המגזין	מעריב סופהשבוע - המגזין	14/07/2014	43358001-4
אורנה היילינג - 89690						



▲ בקלות קורים דברים שיורדים מתחת לרדאר של ההורים. ילדים בחופש ילדים: אינג אימג'

בך, תפנה אלי או אל כל מי שאתה סומך עליו. מעת לעת, לשאול: 'הכל בסדר?' ולגרות את הדיאלוג לאו דווקא בצורה ישירה. בכל מקרה, אסור לוותר או להשאיר את הדברים פתוחים".



צילום: מהאלבום האישי

נמצא במרחב הדיגיטלי יותר, אתה נחשף יותר. זה עולם שלם, עם ערים ומדינות משל עצמו". היילינגר סבורה כי את ההרגלים צריך להקנות מהרגע שהילד לוקח את הטלפון הסלולרי של ההורה ועושה את תנועת האצבע שרוכנו אוהבים להיקסם ממנה. "כאן צריך להקנות את הבסיס. אחר כך עוברים לקבוצת גיל יותר מבוגרת - ילדים בכיתה א', ב', ג', שמגלים את המרחב הבלתי נגמר של הרשת כשהם בשיא התמימות. הם יכולים ליהנות ממנו, אבל חייבים לפתוח איתם ערוץ ולהגיד שיכולים לקרות דברים לא נעימים כי בקלות קורים דברים שיורדים מתחת לרדאר של ההורים".

מה אנחנו אמורים לעשות בשאנחנו חושדים שהילד נחשף לתכנים מיניים? "לספור עד 10 ולא להתרגז, כי ברגע שמתרגזים, זה נועל אותו לפעם הבאה. זו הודמנות להזהיר מאנשים שעלולים לגיגוע בו. לגיליים הצעירים אני ממליצה בחום על תוכנות סינון. אפשר לקבל אותן ללא תשלום מספק האינטרנט. אצל נערים ונערים אי אפשר לשים תוכנת סינון כי הם יידעו להדוף אותה, כך שאיתם נשאר דבר אחד: הדיאלוג. אני חושבת שיש מקום לשיחה כנה. לומר: 'אני פוחדת מפרופילים ברשת ורוצה להאמין שאתה לא לוקח חלק בפגיעה בחברים שלך. חשוב לי שתדע שאם משהו קורה ומישהו פוגע

חום ותמיכה, אך בד בבד לדרוש מהם תבגר לשמור על גבולות ברורים כדי לא לפגוע בעצמו ובאחרים סביבו. בכך אנו בונים אצל הנער כוחות אגו המאפשרים לו שליטה עצמית ויכולת ויסות העצמי".

מפתח הדיאלוג

סל הסכנות שהנוער חשוף להן בתקופת החופש הגדול מלא "כל טוב": סקסטינג (שליחת הודעות טקסט או וידאו קצרות בעלות תוכן מיני), סנאפצ'אטים (אפליקציה שמעלימה את ההודעה מקץ 10 שניות), מיתוג עצמי מוגזם שנועד לסחוט לייקים ומסירת פרטים מזהים בצ'אטים לגורמים נצלניים. הנה סיפור אמיתי: נערה מתבגרת הצטלמה בחזה חשוף כשהייתה בת 15 ושליחה את התמונה בפייסבוק לכן זוגה באותה עת. שנתיים לאחר מכן צצה התמונה לפתע והחלה להיות מופצת בווטסאפ, ולמתבגרת המסכנה לא היה איך להתמודד עם זה.

"יש קפיצה של 20%-30% בפניות שמגיעות אלינו בקיץ - גם של ילדים וגם של הורים", אומרת אורנה היילינג, מנהלת "המרכז לאינטרנט בטוח" באיגוד האינטרנט הישראלי, "צריך לתת את הדעת על החיים במרחב הדיגיטלי ביומיום, לא כל שכן כשיש לילדים הרבה שעות פנויות. ככל שאתה

כוללת אישיות הרפתקנית ומוחצנת, יש לך קשיים בנייהול רגשותיו והוא מרבה להתפרץ, כך שבפועל התנהגות מינית לא תקינה משמשת כמקום נעים ומרגיע ולכאורה 'בטוח' מהמציאות המורכבת". לדברי ד"ר אפרתי, היצר המיני המפותח אינו עולה בקנה אחד עם היכולת של המוח והרגש. השכל, מה לעשות, נותר שכל של בני 12, וכפי הנראה הפער הזה הוא שיוצר את האכזריות. "באופן מפתיע, מערכת החינוך משקיעה רבות בנגעי הפורנוגרפיה והשלכותיה ופחות בשאלה מדוע ילד או נער מרגיש צורך לראות פורנוגרפיה או להתנהגות כהיפר מיניות. הצעתי למערכת החינוך היא לעסוק באופן מאסיבי יותר בנייהול רגשותיו של הילד וביכולותיו לווסת את רגשותיו. על המורים ללמוד כיצד הם יכולים להיות דמויות משמעותיות כמה שיותר עבור הילד - לייצר דיאלוג, הכלה ומקום בטוח עבור הילד, לייצר משמעות ותחושה של חשיבות בעולם".

כיצד ניתן להציב גבולות? זה אפשרי בכלל?

"אין מנוס מדיאלוג נכון ויעיל בין מתבגר להורה. דיאלוג זה כולל מצד אחד את היכולת לאפשר אוטונומיה כדי שהמתבגר יוכל להתמודד עם זהותו והגדרותיו העצמיות, ומצד שני לפתח יכולת להקשיב לעצמו אך גם לאחר. כך גם ביצירת גבולות בנושא מיניות. מצד אחד על ההורים להיות מגיבים ולשרד

ד"ר יניב אפרתי (בתמונה): "ביצירת גבולות בנושא מיניות, מצד אחד על ההורים להגיב ולשדר חום ותמיכה, אך בד בבד לדרוש מהמתבגר לשמור על גבולות ברורים - כדי לא לפגוע בעצמו ובאחרים סביבו"