

הקשר בין חשיפת בני נוער ערבים בישראל לתכנים הקשורים במלחמה וחרדה להתנהגות בריונית ברשתות החברתיות

דנה וימן זקס ואסלאם עאבד

תקציר

המחקר הנוכחי נעשה בעיצומה של מלחמת חרבות ברזל שפרצה באוקטובר 2023 בישראל. המחקר מבקש לבחון את הקשר בין חשיפת תלמידים לתכנים הקשורים במלחמה ומידת החרדה שלהם להתנהגות בריונית ברשתות החברתיות. המחקר נערך בקרב 176 משתתפים (תלמידים ותלמידות) בכיתות ה'–י"ב בגילי 11–18, מהציבור הערבי בלבד שנמצא במשבר זהות תמידי שמועצם בעיתות מלחמה. איסוף הנתונים נעשה באמצעות שאלון מקוון. נמצא כי קיים קשר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה לרמת חרדה. כמו כן נמצא קשר בין חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת. עוד נמצא כי חרדה מתווכת את הקשר בין חשיפת בני הנוער לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת. לפיכך ככל שהחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עולה, כך עולה רמת החרדה וככל שעולה רמת החרדה, כך עולה שכיחות ההתנהגות הבריונית. ממצאים אלו מדגישים את ההשפעה המורכבת של חשיפת בני נוער לתכנים אלימים במלחמה, ועומדים על הצורך בהתערבויות חינוכיות וטיפוליות ממוקדות. הממצאים מעלים את החשיבות של פיתוח אסטרטגיות מותאמות לתלמידים מהציבור הערבי בישראל להתמודדות עם חרדה ולמניעת בריונות ברשת, מתוך התחשבות בתרבותה של החברה הערבית בישראל. המחקר מדגיש את הצורך בתוכניות לחיזוק החוסן הנפשי, שיפור האוריינות הדיגיטלית והעצמת מערכות התמיכה בבני הנוער. ממצאים אלו משמשים בסיס חשוב למחקרי המשך ולפיתוח מדיניות מעוגנת ראיות בתחום החינוך והרווחה הנפשית של בני נוער בעיתות משבר ומלחמה.

מילות מפתח: מלחמה; רשתות חברתיות; החברה הערבית; בריונות ברשת.

מבוא

מלחמת חרבות ברזל שפרצה ב־7 באוקטובר 2023, משמשת נקודת מפנה בעלת משמעות בסכסוך הישראלי–פלסטיני. המערכה הצבאית שהחלה בתגובה על התקפת טרור חסרת תקדים של חמאס על ישראל, התאפיינה בלחימה עצימה (אינטנסיבית) ברצועת עזה (חייק ואחרים, 2024) וגרמה ליותר מ־1,600 אירועי מוות מדווחים וגם מאות חטיפות ואילפי פצועים. נאסר ואחרים (2023) מצאו כי המלחמה משפיעה על אזרחי ישראל, ערבים ויהודים, שחווים תהליכים פסיכולוגיים חברתיים משותפים ולצד זה כל קבוצה מתמודדת עם המצב בדרך אחרת וייחודית לה. מחקר זה מתמקד בבני נוער ערבים בישראל ובהתמודדות הייחודית של קבוצה זו עם המלחמה והשפעותיה. בזמנים קיצוניים כמו זמן המלחמה בני נוער נחשפים יום־יום לתקשורת מקומית ובין־לאומית, מסורתית ומקוונת, המדווחת בהרחבה על אירועי טרור, עימותים צבאיים, תקיפות של רקטות

וסיפורי גבורה של חיילים ושל חטופים. הם לא רק צורכים מידע, אלא גם משתתפים השתתפות פעילה ביצירת תוכן ובהפצתו, מצלמים, מקליטים, כותבים ומשתפים את החוויות ואת התובנות שלהם בזמן אמת (Debrael et al., 2021; Castro Seixas, 2021).

סקר של הרשות השנייה (2024) שנעשה בקרב 503 בני נוער יהודים בישראל בגילים 14–18 באמצע ינואר 2024, מצא כי 75% מהמרואיינים מתעניינים בחדשות ובאקטואליה בפרק זמן זה. נוסף על כך נמצא כי כלי התקשורת העיקרי שהם פונים אליו הוא האפליקציות והרשתות החברתיות ולאחר מכן ערוצי הטלוויזיה הישראליים ואפליקציות ואתרים של חברות החדשות של ערוצים אלה.

בסקר אחר שעשה המשרד לביטחון לאומי באמצעות המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת (נגר ואחרים, 2024), נמצא כי 65% מבני הנוער הערבים (גילי 12–17) נחשפו ל"תוכן קשה" הקשור למלחמה ברשתות החברתיות לעומת 37% מכלל המדגם (ערבים ויהודים). ממצאי המחקר מלמדים על חשיפה רבה יותר של בני הנוער הערבים ושונה מזו של בני הנוער היהודים לתכנים הקשורים במלחמה ועל כן מצדיקים לעשות מחקר נפרד על השפעות של חשיפה זו על תחושותיהם והתנהגותם.

בדרך כלל חשיפת יתר למידע, בייחוד בזמן מלחמה, עלולה להעלות במידה ניכרת את רמת החרדה והפחד אצל הציבור הערבי בכלל ואצל בני הנוער בפרט. חשיפה זו עלולה לגרום להתנהגויות שליליות, בין השאר התנהגויות בריוניות ממשיות ומקוונות ברשתות החברתיות. התנהגויות אלו עשויות לכלול הטרדה, השמצה, הפצת שמועות וניסיונות לפגוע בבני גילם ברשתות החברתיות (Kurniawan et al., 2022). מחקר זה מבקש ללמוד על ההשפעות שיש לחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה על בני נוער בחברה הערבית, מתוך התחשבות במציאות התקשורתית העשירה והמורכבת שבה הם נדרשים לנווט בין מקורות מידע לסוגיה, להתמודד עם כמויות עצומות של מידע ולעבד רגשית את החוויות ואת המידע שהם נחשפים אליהם.

סקירת ספרות

חשיפה לתקשורת בעיתות מלחמה

מתקפת הטרור של השבעה באוקטובר והמלחמה שהחלה בעקבותיה פגעו בתושבי מדינת ישראל באופן חסר תקדים. האירוע גרם למאות אירועי מוות מדווחים וגם חטיפות ואלפי פצועים. מתקפת הטרור שודרה בשידור חי ברשתות החברתיות וכן באמצעי התקשורת המסורתיים בכל רחבי העולם (Feingold et al., 2024).

המושג 'תיאטרון הטרור' (Theatre of terror) : Weimann, 1983, 1987; Weimann & Winn, 1994, pp. 17–50 מתאר את האופן שהתקשורת משתתפת במעשה הטרור, ולמעשה משרתת אותו באמצעות הכיסוי התקשורתי שהיא מעניקה לו. על פי תאוריה זו, יעילותו של מעשה הטרור תלויה בעשיית פעולות גדולות ומרשימות כדי להבטיח תשומת לב נרחבת והשפעה על אוכלוסייה רחבה יותר מלבד על הקורבנות הישירים. כדי לזכות בחשיפה תקשורתית רצויה, על התקפות הטרור להיות מרעישות משום שהתקשורת נוטה להתעלם מאירועים שגרתיים וחסרי חשיבות. כדי להשיג את מטרתם, ארגוני הטרור מפריים את חוקי המשחק ועושים פיגועים סדרתיים, מעשי רצח והרס בדרכים רבות

ומגוונות. קורבנותיהם אינם מובחנים ואין אדם מסוים שמשמש מטרה, אך גם איש אינו מוגן ובטוח. לא הקורבנות הישירים ולא הקורבנות העקיפים שצופים מהבית במעשי הזוועה (Wilkinson, 1986).

החברה הערבית בישראל בעת מלחמה

מחקר זה מתמקד בבני נוער מהחברה הערבית בישראל, חברה שנמצאת במשבר זהות תמידי. זהותם של ערביי ישראל מורכבת מרכיב אזרחי מעצם היותם 'אזרחי מדינת ישראל', ומרכיב לאומי מעצם שיוכם לעולם הערבי ולעם הפלסטיני (שפרמן, 2008). לפי מדד JPPI לחברה הישראלית (המכון למדיניות העם היהודי, 2024) המוסלמים שהם הרוב של המיעוט הערבי, בוחרים כמעט שווה בשווה בהגדרה העצמית "ערבי" ו"ערבי-ישראלי". עם זה כשליש מהם (30%) בוחרים בהגדרה "פלשתינאי" או "פלשתינאי-ישראלי". לפי נאסר ואחרים (2023) ההיסטוריה של היחסים בין יהודים וערבים בישראל מלמדת כי ישנם מתחים, רגשות קשים והתנגשות בין שתי הקבוצות וכי אירועים הקשורים לסכסוך הישראלי-פלסטיני עלולים לערער יחסים אלו. עוד נמצא כי מפרוץ המלחמה הנוכחית האזרחים הערבים בישראל חווים אתגר בזהות הפלסטינית שלהם. לצד משבר זהות זה החברה הערבית עוברת גם שינויים מהותיים ממעבר מחברה מסורתית לחברה מודרנית וליברלית (Jomana, 2024). שינויים אלו משפיעים על כל הגילים, בייחוד על בני הנוער שעדיין חוקרים את זהותם המסורתית ונאלצים בו בזמן להתמודד עם המודרניות והשינויים שהיא מביאה עימה. לפי מחקרה של ג'ומאנה (2024) הסכסוך הישראלי-פלסטיני משפיע ישירות על חייו בני הנוער הערבים בישראל, שכן כבר זהו הגיל שבו מתנהלים שינויים פסיכולוגיים-חברתיים כמו גיבוש זהות נפרדת מההורים והשפעת קבוצת החברים. גם לפי ידגר (Yadgar, 2020) משבר הזהות משפיע במידה ניכרת על בני הנוער הערבים בישראל, הנמצאים בעיצומו של תהליך גיבוש זהותם האישית והקולקטיבית. ידגר (Yadgar, 2020) מציין כי בני הנוער הערבים חיים במציאות שבה מדינת ישראל מוגדרת מדינה יהודית, בעוד הם עצמם משתייכים למיעוט לאומי בעל זהות ערבית-פלסטינית מובחנת. הצרימה (דיסוננס) הזהותית שנוצרת בשל המדיניות הממשלתית והאתוס הציוני המתמקד בשימור עליונותה של הזהות היהודית, גורמים לתחושת ניכור והדרה בקרב צעירים ערבים (רגב, 1989). הכרה במורכבות זו ובהתנגשות הזהותית שהיא יוצרת היא חיונית לפיתוח מדיניות ציבורית שתאפשר לבני נוער אלו לגבש זהות עצמית שתהיה יציבה ומלאה יותר בתוך המארג החברתי הישראלי (Yadgar, 2020). במחקרם של שולט וטריין (Schulte & Trinn, 2024) נמצא כי אירועים של משברי זהות תרבותית, בהם קבוצות אתניות או דתיות נלחמות נגד קבוצות אתניות אחרות (סכסוכים בירקהילתיים), לעיתים קרובות מתפתחים למצבים נפצים, המאופיינים בהתפרצות פתאומית של התנהגות המונית אלימה.

כאמור בני הנוער חשופים יום-יום להשפעות חיצוניות. חשיפה זו מוגברת בעיקר בשל חדירתם של אמצעי התקשורת לחיי הצעירים (בשאהר, 1999). בימי המלחמה משבר הזהות מוקצן. השילוב של חשיפה להשפעות חיצוניות ולא תמיד מותאמות לחברה שבאו ממנה וההתמודדות של בני הנוער עם משימות התפתחותיות לקראת כניסה לעולם המבוגרים, כמו תהליך גיבוש זהות אישית ונפרדת מהוריו עלולים להביא קבוצה זו לידי גניעה וטראומה במצבי אסון. הפחד והחרדה לנוכח האסון עלולים להעצים את העימותים

והמשברים המאפיינים את השנים הקריטיות של גיל ההתבגרות, והטראומה עלולה להפריע לתהליך גיבוש הזהות ולגרום לכניסה לא בשלה לעולם המבוגרים (חרגל, 2016). מחקר שנעשה לאחר מלחמת לבנון השנייה (אבו פנה, 2012) הראה כי גם בחלוף חמש שנים מן המלחמה שיעור גבוה של מתבגרים ערבים בישראל דיווחו על תסמינים ניכרים כמו תסמונת פוסט-טראומטית וחרדה. משבר הזהות ותחושת ההדרה הם חלק מהמציאות הפוליטית והחברתית המורכבת של אזרחי ישראל הערבים בכלל ובעת מלחמה בפרט. משבר הזהות והמורכבות המתוארת עלולה להשפיע על רווחתם הנפשית של בני הנוער ועל התנהגותם.

השימוש ברשתות חברתיות בקרב בני נוער

רשתות חברתיות הן פלטפורמות דיגיטליות המאפשרות לאנשים לתקשר, לשתף וליצור קשרים באמצעות המרשתת עם אנשים אחרים מכל רחבי העולם (Aichner et al., 2021). הן מספקות כלים לשיתוף ולתקשורת בין האנשים, כמו צ'אט, הודעות פרטיות, קבוצות ועוד (Chen & Wang, 2021). עם השנים עולה מספר פלטפורמות הרשתות החברתיות ומספר המשתמשים הפעילים גדל במידה ניכרת, בייחוד בקרב בני נוער, מה שהופך את הרשתות החברתיות לאחד מיישומי המרשתת החשובים ביותר (Aichner et al., 2021; Marciano et al., 2022).

צעירים מצויים בסיכון רב לשימוש יתר ומעורבות בהתנהגויות סיכון ברשתות החברתיות מאשר מבוגרים (Valkenburg & Peter, 2011). לצעירים זמן פנוי רב יותר, והם מושפעים ביתר קלות מלחץ חברתי ומאופיינים בצורך להישען על מגמות חברתיות (טרנדים) ובשינויים הנובעים מגיל ההתבגרות, הגורמים להם לפעול בקיצוניות רבה יותר (בוניאל-ניסים, 2017). מחקרים מלמדים כי יש קשר בין רמת השימוש ברשתות חברתיות להתנהגויות בריוניות מקוונת בקרב בני נוער. שימוש גובר של בני נוער ברשתות החברתיות, הפצת תמונות מביכות והפצת שמועות שקריות נמצא קשור לעלייה בהטרדות מילוליות, אימים והתנהגות בריונות כלפי האחר (Hamm et al., 2015; Patterson et al., 2017).

נוסף על כך מחקרים שבחנו יותר מ-15,000 בני נוער במדינת ספרד גילו כי בני נוער שהשתמשו ברשתות החברתיות תדיר, היו במצב סיכון גבוה יותר להיות מעורבים בהתנהגויות לא רצויות (Núñez-Gómez et al., 2021). החוקרים מסבירים את תוצאות המחקר בגורמים כמו היעדר מיומנויות חברתיות ותקשורתיות מתאימות, חשיפה של בני נוער לנורמות חברתיות המעודדות התנהגויות לא רצויות, כמו התנהגות בריונית מקוונת, וכן קושי בוויסות רגשי בקרב בני נוער המשתמשים הרבה ברשתות החברתיות.

מחקרים אלו מדגישים את ההכרח להקנות כישורים חברתיים ותקשורתיים לבני נוער כדי לשפר את יכולותיהם בוויסות רגשי ובתקשורת חיובית עם בני גילם. כמו כן נדרשת מעורבות והשגחה של ההורים על ילדיהם ברשתות החברתיות כדי למנוע התפתחות של התנהגויות בריוניות ברשתות החברתיות וחשיפת ילדיהם לבריונות מקוונת (Rega et al., 2022).

בריונות מסורתית ומקוונת

מאז שנות התשעים של המאה הקודמת, הוגדרה הבריונות התנהגות תוקפנית חריגה מהנורמה. בשני העשורים האחרונים נחשבת תופעה זו רחבה מכפי שחשבו בעבר ותופעה הדורשת יחס (Salmon et al., 2018). בריונות נעשית בידי אדם או קבוצה כלפי אדם אחר, מאופיינת בחוסר איזון כוחות בין התוקף לקורבן, והתנהגות זו חוזרת על עצמה כמה פעמים (Kennedy, 2021). יש ארבעה תת־סוגים עיקריים של בריונות: בריונות פיזית, בריונות מילולית, בריונות רגשית ובריונות ברשת (Gladden et al., 2014).

בריונות פיזית מוגדרת התנהגות אלימה ישירה הכוללת הפעלת אלימות על אדם אחר הנחשב חלש יותר מבחינה פיזית וחברתית, זוהי התנהגות קיצונית של התעללות והטרדה. בריונות פיזית כוללת פגיעה גופנית, כמו מכות, בעיטות, דחיפות, צביטות או פגיעה ברכוש או כל פגיעה אחרת בגופו של הקורבן. בריונות פיזית עלולה להשפיע לרעה על הבריאות הנפשית והפיזית של הקורבן בטווח הקצר ובטווח הארוך, וגם לגרום לחרדה, דיכאון ובדידות חברתית. פעמים מסוימות היא עלולה אף לכלול אלימות מינית כלפי הקורבן (Estévez et al., 2020).

בריונות מילולית מתאפיינת בהתנהגויות הכוללות שימוש במילים פוגעניות, משפילות ומעליבות כלפי הקורבן. התנהגויות אלו כוללות שיחות משפילות, איומים, השמצות והערות גזעניות. בריונות מילולית יכולה להתנהל בסביבה פיזית או מקוונת, וגורמת לנזק נפשי ורגשי חמור לקורבן, כגון חרדה, דיכאון ובעיות בדימוי העצמי. היא נחשבת לדרך חמורה של בריונות, על אף היעדר אלימות פיזית (Estévez et al., 2020).

בריונות רגשית היא לרוב קשה לזיהוי, מכיוון שהיא מתנהלת בדרך כלל בסתר, מבלי שהקורבן מודע למה שנאמר עליו מאחורי גבו. מטרתה של התנהגות בריונית זו היא לפגוע בכוונה בקורבן מסוים, בעיקר במעמדו החברתי, ולגרום להשפלתו. בריונות רגשית מאופיינת בהתבדחות פוגענית על חשבון הקורבן, חיקוי מזלזל, הדרה חברתית, הסתה של אחרים כלפי הקורבן והפצת שמועות שקריות עליו (Estévez et al., 2020).

עם ההתפתחות וההתקדמות הטכנולוגית החלה תופעת הבריונות לחרוג ממסגרת בית הספר והתפתחה דרך חדשה של בריונות – בריונות ברשתות החברתיות (Lee et al., 2018). בריונות מקוונת המכונה גם בריונות ברשת מוגדרת פעילות תוקפנית מכוונת וגלויה שמטרתה לפגוע באדם אחר באמצעות המרשתת או באמצעי תקשורת אחרים (Ybarra & Mitchell, 2004). בריונות ברשת מתארת פגיעה מכוונת וחוזרת באדם אחר הכוללת התנהגויות תוקפניות או מזיקות המתנהלות באמצעים טכנולוגיים, כגון מחשבים, טלפונים סלולריים ומכשירים אלקטרוניים או באפליקציות כמו ווטסאפ, פייסבוק, טיקטוק (TikTok) ואינסטגרם (Pozzoli & Gini, 2020).

בריונות זו יכולה להתנהל מחוץ לכיתות הלימוד, לאחר שעות הלימודים, ולמעשה בכל מקום ובכל זמן. מחקרים מראים שבריונות ברשת היא תופעה בינלאומית המתגברת במהירות ברחבי העולם (Salmon et al., 2018).

בריונות ברשת חושפת את בני הנוער למגוון פגיעות, כגון השפלה, לעג, הפצת מידע אישי, איומים, סחיטה, שימוש בשמות גנאי פוגעניים וכן הפצת שמועות במרשתת (Abaido, 2020). לבריונות ברשת יש תוצאות חמורות בשל המאפיינים הייחודיים של הרשתות

החברתיות, כמו האלמוניות היחסית שלהן, מיעוט מנגנוני הבקרה והפיקוח של מבוגרים וכן היכולת להפיץ מידע בקלות ובזמן קצר, וזאת בלי ידיעת הקורבן (אוונגר, 2018). זמנים של משבר, כמו מלחמות, מגפות וכדומה, עלולים לגרום לשימוש מוגבר של ילדים ושל מתבגרים ברשתות החברתיות (Depoux et al., 2020). בזמנים אלה מספר האנשים המשתמשים ברשתות החברתיות עולה במידה ניכרת. הם מחפשים מידע ורוצים להישאר בקשר עם אחרים, על אף קיומה של התרחקות חברתית פיזית. בזמנים אלה אפשר להבחין בשימוש ברשתות החברתיות לשם תמיכה באחרים. אך כנגד זה גם התנהגויות חברתיות שליליות, חוסר נימוס ואלימות מילולית מתגברות בזמנים כאלה (Depoux et al., 2020).

חשיפת בני נוער ערבים לתכנים "קשים" ברשתות החברתיות בזמן המלחמה

מחקרן של למיש ופיק־אלוני (Lemish & Pick-Alony, 2014) מצא כי החשיפה לתקשורת של בני הנוער הערבים בישראל שונה מזו של היהודים, הם חשופים למקורות ולסיפורים אחרים ולכל מיני פרשנויות והם מפרשים אחרת את המציאות הנשקפת מאמצעי התקשורת. חשיפת בני נוער ערבים בישראל לתכנים "קשים" ולא מצונזרים בתקשורת הערבית ממלאת תפקיד עיקרי בעיצוב עמדותיהם הפוליטיות והחברתיות. במחקרן של דולב־כהן וריקון (Dolev-Cohen & Ricon, 2022) נבחנה החשיפה לתכנים מיניים אצל בני נוער יהודים לעומת בני נוער ערבים והן מצאו כי על אף שכיחות התופעה נראה שהורים בחברה הערבית מתקשים לדבר על התנהגות זו עם ילדיהם, אף שילדיהם חשופים לתכנים מיניים במרשתת (Gesser-Edelsburg & Abed Elhadi Arabia, 2018). בן־אשר (Ben-Asher, 2016) מצאה במחקרה כי ילדים בדואים בכיתות ג'–ד' בונים את המציאות כך שתהלוך את עולם האמונות של החברה שהם גדלים בה. אומנם מדובר בקבוצה אחרת מזו שנבחנה במחקר זה אך נראה כי הבניית המציאות בהתאם לחברה ולתרבות חשובה גם אצל בני נוער ערבים. במחקרה, שנערך בזמן מבצע צוק איתן (2014), נמצא כי צעירים ערבים בישראל נחשפו לתקשורת הערבית ולנרטיב הערבי. ממצאי מחקרה משקפים את הכאוס שחווים צעירים ערבים בעת מבצעים צבאיים ומלחמות – חשש מהאלימות, חרדה מביטחונם והזדהות עם תושבי עזה וסבלם.

בני נוער מושפעים בעקיפין מחוויות מלחמה באמצעות הטלוויזיה והרשתות החברתיות. הם חשופים כל הזמן לתזכורות של המלחמה באמצעות טלוויזיה, דיווחים בחדשות, פוסטים ברשתות חברתיות ושיחות עם אחרים שעלולים להעלות כמה רגשות שליליים בילדים, כגון חרדה, פחד ולחץ. חשיפה לתכנים קשים ואלימים בעת מלחמה עלולה להשפיע על רווחתם הפיזית והפסיכולוגית של צעירים ולהשפיע על איכות חייהם ולהשפיע ארוכות טווח על התפתחותם (Bürgin et al., 2022). פוסטמן (1986/1982) כתב בספרו עוד בשנות השמונים של המאה הקודמת כי הטלוויזיה היא אמצעי המאפשר יכולת הבנה וקליטה של מסרים בדרך קלה יחסית לאמצעי תקשורת אחרים, ולכן מאפשרים לצפות בתכנים ובנושאים המיועדים למבוגרים בלבד בלי צנזורה. על אחת כמה וכמה הרשתות החברתיות בימים אלו.

סקר שבחן הרגלים של צעירים ערבים (בני 18–34) והסתמך על נתונים מן השנתון הסטטיסטי לישראל (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2023), מקבצי אוכלוסייה ומן הסקר החברתי של הלמ"ס וכן על נתונים מן הסקר שעשו באגודת הגליל בשנת 2020 בקרב צעירים ערבים (קונסטנטינוב ואחרים, 2023) מצא כי צעירים ערבים מקבלים את עיקר

המידע שלהם בעיקר ברשתות החברתיות. 85% מהצעירים הערבים דיווחו כי הם משתמשים במרשתת לצורך חיפוש מידע. הרשתות החברתיות זמינות לבני נוער בכל זמן ובכל רחבי העולם, והן מאפשרות הפצת תכנים ומידע באופן שאינו מוגבל. בין שאר התכנים שמופצים ברשתות נמצאים תכנים אלימים בשכיחות גבוהה. תכנים אלימים הם תכנים המכילים אלמנטים של איום, אלימות פיזית, מילולית, רגשית או נפשית וחברתית, שפעולתם גורמת לחרדה או פחד אצל הצופים (Verheijen et al., 2021). הפצת תכנים אלימים משפיעה על הדעות, על הרגשות, על הגישות או על ההתנהגות של האנשים בדרך ישירה או עקיפה (Delhove & Greitemeyer, 2021). חשיפת בני נוער לתכנים אלימים ברשתות החברתיות עלולה לגרום להם לחקות התנהגויות תוקפניות ופוגעניות, מבלי להבין את התוצאות של פעולותיהם. לפי תאוריית הלמידה החברתית של בנדורה (Bandura, 1977), חשיפה עקיפה של בני נוער לתכנים אלימים עלולה לעצב את תפיסת עולמם, ולגרום להם לראות בסביבתם מקום מאיים ומסוכן יותר (Gentile et al., 2011). תפיסה זו עשויה להשפיע על החלטותיהם של בני הנוער, על מערכות היחסים החברתיות שלהם ואפילו על הבחירות העתידיות בחייהם.

ברשתות החברתיות התכנים זמינים לצפייה ולהפצה כמעט מיידית ובלא צנזורה או פיקוח של מבוגרים. לפיכך משתמשי הרשתות החברתיות, ובעיקר בני נוער בגיל בית ספר, חשופים בעקיפין לאירועי טרור ומלחמה המתנהלים בעולם. תלמידים הגרים באזורי סכסוך ולחימה מתעדים לפעמים אירועים אלימים ומפיצים אותם ברשתות החברתיות (Franco & Boniel-Nissim, 2024).

מכאן נראה כי חשיפת בני נוער לתכנים אלימים באמצעות רשתות החברתיות וכן באמצעות טלוויזיה, סרטים, משחקי וידאו וטלפונים מגדילה את הסיכון להתנהגות אלימה מצד הצופים, בדיוק כמו שגדלו בסביבה מלאה בהתנהגות אלימה שמגבירה את הסיכון שהם יתנהגו באלימות. כלומר לחשיפה לתכנים אלימים ברשתות החברתיות יש השפעות מזיקות, והיא מגבירה אצל בני נוער התנהגות אלימה ולעיתים מעוררת אצלם חרדה (Li et al., 2021).

חשיפה לתכנים אלימים, רשתות חברתיות וחרדה

מלחמה ואירועים אלימים מעוררים חרדה אצל הנחשפים אליהם. חרדה היא תחושה של דאגה, פחד או חשש הנוצרת בתגובה לאירועים או מחשבות שנראים מסוכנים או מאיימים. חרדה יכולה להיות תגובה רגשית נורמלית לאירועים מסוימים, אך כאשר היא מופיעה בקיצוניות או מונעת את היכולת לתפקד בחיי היומיום, היא עלולה להפוך לחרדה נפשית מוגברת. חרדה היא תופעה שכיחה ונפוצה, והיא יכולה להשפיע על תחושת האושר הכללית ועל איכות החיים (Kenwood et al., 2022). בני נוער הנתקלים בתכנים אלימים ברשתות החברתיות עלולים לחוות חרדה ופחד שעשויים להשפיע לרעה על יכולותיהם הלימודיות והחברתיות בבית הספר. הם עלולים להרגיש מבודדים או אינוחות בקרב בני גילם (Livingstone & Smith, 2014). במחקרים שבחנו תגובות של בני נוער למצבי מלחמה, נמצא כי המצוקה הרגשית של בני נוער נוטה להתבטא באחת מן ההתנהגויות האלה: התנהגות מופנמת-דיכאונית, הגברה של רמת הפעילות החברתית כאמצעי לניהול חרדה והתנהגויות סיכון או נטייה להן (Joshi & O'Donnell, 2003).

מחקרים אחרים בחנו את ההשפעות השליליות של הרשתות החברתיות על בריאות הנפש של בני נוער. בני נוער משתמשים בטלפונים סלולריים ובאפליקציות אחרות בתדירות גבוהה, ועקב כך ישנה פגיעה באיכות השינה שמשפיעה לרעה על היכולת הקוגניטיבית, על הישגיהם בבית הספר וכן על התפקוד החברתי-רגשי שלהם. על פי נתונים מכמה מחקרים השימוש בטלפונים חכמים וברשתות החברתיות בקרב בני נוער קשור לעלייה בחרדה, בהתנהגויות סיכון, בפגיעה עצמית ובאובדנות (Keles et al., 2020). עוד נמצא כי שימוש ממושך באפליקציות כמו פייסבוק עשוי להיות קשור לביטויים שליליים ותסמינים של דיכאון, חרדה ומתח. נוסף על כך גורמי סיכון כמו בעיות משפחתיות, בריונות ובידוד חברתי זמינים בקלות בפרק זמן זה מכיוון שהוא מובהק וחשוב בחייהם של בני נוער – גיל ההתבגרות, ולכן חיוני לשמור על צמיחה חברתית ורגשית תקינה (Shannon et al., 2022).

הצמיחה של הטכנולוגיה הדיגיטלית השפיעה על תחומים רבים בחייהם של בני נוער. כיום השימוש של בני נוער ברשתות החברתיות הוא אחד המאפיינים הבולטים שלהם. קשר חברתי עם אנשים אחרים הוא תופעה אופיינית בבית או בבית הספר. בני הנוער נמצאים כל הזמן בקשר עם חבריהם בכיתה באמצעות אפליקציות מגוונות ברשתות החברתיות. בני הנוער נמשכים לאתרי רשתות חברתיות מכיוון שהם מאפשרים להם לפרסם תמונות, פוסטים וסרטונים בפלטפורמות שלהם. זה גם מאפשר להם ליצור קשרים עם חברים, לדון ברעיונות, לגלות תחומי עניין חדשים ולנסות סוגים חדשים של ביטוי עצמי (Marciano et al., 2022).

בני הנוער המשתמשים בפלטפורמות האלה יכולים לאהוב ולהגיב על פוסטים בחופשיות וכן לשתף את חבריהם בלי הגבלות כלשהן. כיום בני נוער רבים מפרסמים הערות מעליבות ונחשפים לבריונות ברשתות החברתיות. רבים גולשים ברשתות החברתיות מכיוון שהם משועממים מבלי להכיר בהשפעות העלולות להזיק להם (Marciano et al., 2022). גלישה בפלטפורמות האלה מתמקדת בין השאר בביוש (שיימינג), בהשוואת יכולות אישיות, בשפה ובאורחות חיים. ההשפעות עלולות לגרום לחרדה, לתסמיני דיכאון, למתח, לתחושות בידוד ולמחשבות אובדניות (Shannon et al., 2022).

כאמור השימוש במרשתת הולך וגובר במהירות בחברה הערבית בישראל ובייחוד בקרב בני נוער (גנאיים ואחרים, 2009), ומכאן עולה חשיבות רבה להכיר את אופי השימוש שלהם במרשתת בכלל וברשתות החברתיות בפרט. אולם נמצא כי עדיין יש פער דיגיטלי בארץ בין החברה הערבית לחברה היהודית בפתיחות לשימוש ברשת ובמידת העצימות בשימוש בה (גנאיים ואחרים, 2009). מסקירת הספרות בתחום נמצא כי אוכלוסייה זו כמעט שאינה נחקרת והכללת ממצאי המחקרים שנעשו על בני הנוער בחברה היהודית לעיתים לא מדויקת ולא מלמדת על אוכלוסייה חשובה זו.

מתוך סקירה זו מחקר זה מבקש לבחון את המשמעות של צריכת תכנים הקשורים במלחמה על בני הנוער בחברה הערבית מתוך בחינת השערות המחקר האלה:

1. יימצא קשר חיובי בין חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה לחרדה, כלומר ככל שהחשיפה לתכנים שקשורים במלחמה עולה, כך עולה רמת החרדה ולהפך.
2. יימצא קשר חיובי בין חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשתות, כלומר ככל שהחשיפה לתכנים שקשורים במלחמה עולה, כך עולה התנהגות בריונות.

3. חרדה תתווך את הקשר בין חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת, כלומר ככל שהחשיפה לתכנים שקשורים במלחמה תעלה, כך תעלה רמת החרדה והיא תגרום לעלייה בהתנהגות בריונית.

השיטה

משתתפים

המחקר נעשה באופן מקוון בקרב תלמידי בתי הספר מכיתה ה' עד י"ב מכל רחבי הארץ. במדגם השתתפו 176 משתתפים (תלמידים ותלמידות) מהמגזר הערבי בלבד, בגילי 11–18 בכיתות ה'–י"ב ($M = 15.45$, $SD = 3.46$). מרבית בני הנוער היו מכיתה י'–י"ב (56.5%). במדגם השתתפו 124 בנות (70.5%) ו-52 בנים (29.5%). מרבית המשתתפים היו מוסלמים (92.6%) והשאר נוצרים (לוח 1).

לוח 1: מאפיינים סוציודמוגרפיים של משתתפי המחקר

משתנה	N%	M	SD
גיל		15.45	3.45
מין			
זכר	29.5%		
נקבה	70.5%		
מגזר			
מוסלמי	92.6%		
נוצרי	7.4%		
שכבת לימוד			
ה'–י'	12.4%		
ז'–ט'	27.1%		
י'–י"ב	56.5%		

כלים

במחקר זה נעשה שימוש בשאלון דיווח עצמי. השאלון הועבר ביד למשתתפי המחקר למילוי עצמי (לאחר חתימת אישור הורים וחתימה על הסכמה מדעת). השאלון מדד את המשתנים האלה:

שאלון דמוגרפי: גיל, מין, דת, כיתה.

מידת חרדה: השאלון מסתמך על שאלון קיים ומתוקף (Plummer et al., 2016). השאלון כולל שבעה היגדים הנוגעים לתסמיני חרדה בילדים/מתבגרים, מסתמך על דיווח עצמי שהמשתתפים התבקשו לסמן בו עד כמה הם חשים את התחושה המתוארת (1 = בכלל לא עד 4 = כמעט כל יום) לדוגמה: "אני מרגיש חרד", "אני מרגיש חוסר יכולת לעצור או לשלוט בדאגה". מהימנות של סולם החרדה $\alpha = .834$.

חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה: השאלון נוסח לצורך המחקר הנוכחי והוא כולל שבעה היגדים הנוגעים לחשיפת בני הנוער לתכנים אלימים ברשת בזמן המלחמה. המשתתפים התבקשו לסמן את מידת ההסכמה עם ההיגדים (מ' = 1 כלל לא ועד 5 = במידה רבה מאוד). לדוגמה: "אני צופה בסרטים או בתמונות הקשורות למלחמה

ברשתות החברתיות", "אני צופה במהדורות החדשות במהלך המלחמה". המהימנות הפנימית של הפריטים $\alpha = .894$.

בריונות ברשתות החברתיות: השאלון מסתמך על שאלון קיים (Schultze-Krumbholz et al., 2016) עם התאמות קלות למחקר זה. השאלון כולל שבעה היגדים הנוגעים לסולם בריונות המקוונת הנשען על דיווח עצמי. הסולם מדורג לפי מידת הסכמה עם ההיגדים ($M = 1$ = אף פעם ועד 5 = יותר מפעם אחת בשבוע). לדוגמה: "פרסמתי או נחשפתי לתמונות או סרטונים מביכים במרשתת", "התעלמתי או נחשפתי להתעלמות או השפלה ממישהו ברשתות חברתיות". מהימנות המשתנה $\alpha = .784$.

הליך

את המחקר אישרו ועדת האתיקה של המוסד שבו נעשה המחקר ולשכת המדען הראשי במשרד החינוך (אישור מס' 13834). השאלון הופץ לתלמידים ולתלמידות בתפוצה מקוונת בקישור שהועבר להורי בני הנוער וגם לתלמידים עצמם וכן בפנייה פנים אל פנים בבתי ספר. להורים שאישרו את השתתפות ילדיהם הועבר קישור מקוון למענה על השאלון. הובהר למשתתפים כי ההשתתפות במחקר היא התנדבותית ואפשר להפסיקה בכל שלב של מילוי השאלון. כמו כן הוסבר למשתתפים כי השאלונים בעילום שם, הם ישמשו לצורכי המחקר בלבד והתוצאות יישמרו בסודיות. לאחר חתימת התלמיד על הסכמתו להשתתפות, הוא התבקש לענות על השאלון בסגנון דיווח עצמי.

משך מילוי השאלון היה 10 דקות בערך, ולא נצפו קשיים מיוחדים בעת מילוי. השאלון הופץ לתלמידים ולתלמידות בבית ספר יסודי, חטיבת ביניים ובית ספר תיכון בחודש מאי 2024. איסוף הנתונים הסתיים בסוף אותו חודש כדי להימנע מפגיעה בתוקף הממצאים.

ניתוח הנתונים

לצורך ניתוח הממצאים עשינו מבחנים לבדיקת קשרים בין משתנים – מבחן ספירמן ומבחן פירסון וכן בחינת הבדלים באמצעות מבחני t למדגמים בלתי תלויים. מודל התיווך נבחן בניתוח תיווך באמצעות הליך PROCESS של הייס (Hayes, 2018).

ממצאים

נמצא כי ממוצע רמת החרדה עמד על 1.94 עם סטיית תקן של 0.72 וכן ממוצע החשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עמד על 1.80 עם סטיית תקן של 0.85. ממוצע החשיפה לבריונות ברשת עמד על 1.19 עם סטיית תקן של 0.36.

לוח 2: ממוצעים, סטיות תקן ומינימום ומקסימום של משתני המחקר

מנימום	מקסימום	ממוצע	סטיות תקן
MIN	MAX	M	SD
1.00	4.00	1.94	0.72
1.00	5.00	1.80	0.85
1.00	5.00	1.19	0.36

חרדה
חשיפה לתכנים שקשורים
במלחמה
התנהגות בריונות ברשת

לבדיקת ההשערה הראשונה כי יימצא קשר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה לרמת חרדה, נעשה מבחן פירסון. נמצא כי יש קשר חיובי, חזק ומובהק בין המשתנים ($r = .66, p < .001$). כלומר ככל שהחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עולה, כך עולה רמת החרדה ולהפך. ההשערה אוששה.

לבדיקת ההשערה השנייה כי יימצא קשר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת, נעשה גם כן מבחן פירסון. נמצא כי יש קשר חיובי, חזק ומובהק בין המשתנים ($r = .20, p < .01$), כלומר שככל שהחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עולה, כך מתגברת ההתנהגות הבריונית. גם השערה זו אוששה.

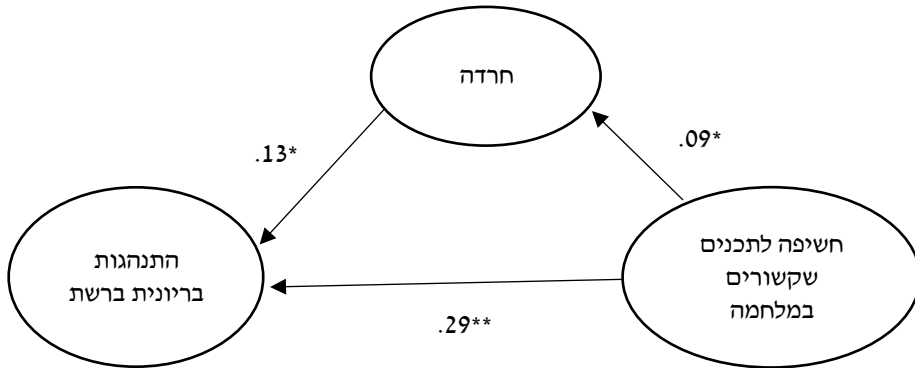
לוח 3: קשרים בין משתני המחקר			
התנהגות בריונית	חשיפה לתכנים קשורים במלחמה	חרדה	התנהגות בריונית
		.66***	חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה
	.23**	.20**	התנהגות בריונית ברשתות החברתיות
.08	.19*	.036	גיל

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

לבדיקת ההשערה השלישית כי רמת חרדה מתווכת את הקשר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה ובין התנהגות בריונית ברשת, נעשה ניתוח תיווך באמצעות פרוצדורת PROCESS של הייס (Hayes, 2018). הניתוח הסתמך על 5,000 מדגמים אקראיים בדגימות חוזרות מתוך המדגם המקורי (Bootstraps). במודל זה החשיפה לתכנים הקשורים במלחמה שימשה משתנה בלתי תלוי, החרדה שימשה משתנה מתווך והתנהגות הבריונית ברשתות החברתיות שימשה משתנה תלוי.

על פי ההשערה ב־5,000 המדגמים נמצא כי רווח סמך (CI – Confidence Interval) של 95% לקשר הלא ישיר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת באמצעות חרדה לא כלל את הערך אפס [$CI = (.022), (.079)$], ומודל התיווך נמצא אפוא מובהק סטטיסטית [$F(2, 497) = 19.27, p < .001, Rsqr = .072$]. המודל מוצג בתרשים 1. כלומר ככל שהתלמיד נחשף לתכנים רבים הקשורים במלחמה, כך רמת החרדה שלו גבוהה יותר ולפיכך הוא מביע התנהגות בריונית רבה יותר ברשת.

תרשים 1: מודל התייחוד של הקשר בין חשיפה לתכנים שקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת באמצעות המשתנה החרדה



* $p < .05$. ** $p < .01$.

עוד נמצא כי המשתנה גיל קשור בקשר חיובי ומובהק רק לחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה ($r_p = .36, p < .05$) ולא נמצא קשר מובהק בין המשתנה גיל למידת החרדה והתנהגות בריונית. כלומר ככל שגיל התלמיד עלה, כך עלתה רמת החשיפה לתכנים הקשורים במלחמה, אך לא נמצאה עלייה דומה ברמת החרדה או בחשיפה להתנהגות הבריונות.

דיון

מחקר זה נעשה בעיצומה של מלחמת חרבות ברזל שהחלה בחודש אוקטובר 2023. המחקר בחן את המשמעות של חשיפת בני נוער ערבים בישראל לתכנים הקשורים במלחמה על מידת החרדה שלהם ועל התנהגותם הבריונית ברשתות החברתיות בפרק זמן זה. המחקר מתמקד בבני הנוער הערבים בישראל, שכן הספרות מלמדת כי החשיפה התקשורתית שלהם שונה מזו של היהודים וכי הם מפרשים אחרת את המציאות (Lemish & Pick-Alony, 2014). שאלת המחקר המרכזית הייתה האם יש קשר בין חשיפת בני נוער ערבים בישראל לתכנים הקשורים במלחמה ומידת החרדה שלהם להתנהגותם הבריונית ברשתות החברתיות?

במחקר זה נמצא קשר חיובי חזק בין חשיפת בני נוער ערבים בישראל לתכנים הקשורים במלחמה לרמת החרדה, כלומר ככל שהחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עולה, כך עולה רמת החרדה ולהפך. השערה זו אוששה וממצאי המחקר הראו על קשר חיובי, חזק ומובהק בין המשתנים. הממצאים מדגישים את ההשפעות השליליות של חשיפת תלמידים לתכנים אלימים הקשורים למלחמה באמצעות אמצעי התקשורת. ממצא זה עולה בקנה אחד עם הספרות בנושא. חשיפה לאירועים טראומטיים, כמו דחקים ומשברים, מגבירה את הסיכון לפתח הפרעות חרדה בקרב בני נוער (Tedeschi et al., 2018). במחקר אחר נמצא קשר חיובי ומובהק בין שעות צפייה ממושכות בחדשות לתסמינים של חרדה ודיכאון אצל בני נוער. כמו כן נמצא כי צפייה ממושכת בתכנים אלימים וטרור בחדשות מעלה את רמת החרדה בקרב בני נוער (Huddy et al., 2021).

נוסף על כך במחקר זה נמצא גם שיש קשר מובהק בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת. ממצא זה עולה בקנה אחד עם מחקרים קודמים המראים שחשיפה לתכנים אלימים קשורה להתנהגותם של בני נוער ברשתות החברתיות. חשיפה זו עלולה להביא לידי הטרהדה, השפלה והתנהגויות בריוניות ברשתות החברתיות (Anderson et al., 2017). נוסף על כך חשיפה ממושכת של בני נוער לתכנים "קשים" עלולה להשפיע על התנהגותם באמצעות חיקוי ותהליכי למידה. אפשר להסביר תופעה זו באמצעות תאוריית הלמידה החברתית של אלברט בנדורה (Bandura, 1977), שלפיה אנשים לומדים התנהגויות חדשות באמצעות צפייה והערכת דפוסי התנהגות. עוד נמצא כי חשיפת בני נוער לתכנים אלימים בסרטונים ברשתות החברתיות, במשחקי וידאו או בתוכניות טלוויזיה עשויה לחזק את השקפת האלימות שלהם כאמצעי לגיטימי לפתרון בעיות (Zulficar, 2020).

במחקר זה נמצא כי חרדה מתווכת את הקשר בין חשיפת בני הנוער לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשת. כלומר ככל שהחשיפה לתכנים הקשורים במלחמה עולה, כך עולה רמת החרדה הגורמת לעלייה בהתנהגות בריונית. על פי השערת המחקר נמצא כי לחרדה יש תפקיד מתווך בקשר בין חשיפה לתכנים הקשורים במלחמה להתנהגות בריונית ברשתות החברתיות. ממצא זה עלה בקנה אחד עם מחקרים של פת'הורנצ'יק ואחרים (2016) שמצאו כי חוויות טראומטיות מייצרות מצבי חרדה וצורך בפורקן רגשי, הגורמים להתנהגויות אנטי-חברתיות ולאלימות. יתר על כן, מחקר זה הציג השפעות לטווח ארוך של חשיפת בני נוער לתכנים של טרור ואלימות הקשורים במלחמה, ומצא שחשיפת בני נוער לתכנים אלימים וטראומטיים בגיל צעיר עשויה להטביע חותם על התנהגותם ועל מחשבותיהם של בני הנוער בבגרותם.

במחקר זה לא נמצא קשר בין גיל המשתתפים לרמת החרדה או מידת חשיפתם לתכנים הקשורים במלחמה. ממצאים אלו עלים בקנה אחד עם מחקרים של זאנג ואחרים (Zang et al., 2018) שבחנו את ההשפעות הפסיכולוגיות של חשיפת בני נוער לתוכני טרור ואלימות במלחמות. החוקרים מצאו כי לא היה הבדל מובהק ברמות החרדה או בהשפעות פסיכולוגיות שליליות בין קבוצות גיל מסוימות שנחשפו לתכנים אלימים. הם הציעו כי גורמים אחרים, כגון חוסן נפשי אישי ותמיכה משפחתית וחברתית, עשויים להשפיע על התגובות מאשר הגיל (Zang et al., 2018).

על פי הספרות גם במחקר זה נמצא כי בזמן זה של מלחמה המדגישה את הסכסוך הישראלי-פלסטיני, הזהות של אזרחי ישראל הערבים עומדת במשבר וכי ישנם מתחים שעלולים לערער יחסים אלו (נאסר ואחרים, 2023). נוסף על כך בדומה למחקרים קודמים (Schulte & Trinn, 2024) גם במחקר זה נמצא כי בזמן המלחמה שבה משבר הזהות מועצם, לעיתים קרובות מתפתחת התנהגות שלילית ואלימה, הלוא היא הבריונות ברשת. מחקר זה מאשש עוד ממצאים קודמים (Bürgin et al., 2022) כי החשיפה לתכנים קשים ואלימים בעת מלחמה בקרב בני הנוער הערבים גוברת והיא משפיעה במידה ניכרת על רווחתם הפיזית והפסיכולוגית של צעירים ועל איכות חייהם ומשפיעה השפעות ארוכות טווח על תחושתיהם (החרדה) ועל התנהגותם (הבריונות ברשת). לסיכום, ממצאי מחקר זה מחזקים את הספרות בעניין המשמעות של חשיפת בני נוער ערבים לתכנים קשים בנושא המלחמה על משתנים רגשיים כמו חרדה ועל משתנים התנהגותיים כמו התנהגות בריונית ברשתות החברתיות בקרב בני הנוער. משבר הזהות ותחושת ההדרה הם חלק מן

המציאות הפוליטית והחברתית המורכבת של אזרחי ישראל הערבים בכלל ובעת מלחמה בפרט. מחקר זה מלמד כי חשיפת בני נוער ערבים לתכנים לא מווסתים הקשורים במלחמה, במשבר הזהות ובמורכבות המתוארת, גורמת להשפעה שלילית על רווחתם הנפשית של בני הנוער ועל התנהגותם.

על פי המלצות מחקר אחר שעסק בחשיפה לתכנים מיניים קשים של בני הנוער הערבים במרשתת (Dolev-Cohen & Ricon, 2020), גם כאן יש הצעה כי יש להנחות את בני הנוער בחינוך ביקורתי ובשיח מונחה שיאפשר לבני הנוער להתמודד עם המידע הרב שהם נחשפים אליו ולבחון אותו בחינה רחבה יותר מתוך פיתוח חשיבה ביקורתית ומושכלת. גם ממצאי המחקר הנוכחי מראים על הצורך בהתערבויות חינוכיות וטיפוליות ממוקדות לבני נוער בחברה הערבית בעניין החשיפה לתכנים "קשים" בנושא המלחמה. היועצים החינוכיים בבתי הספר יכולים להפיק תועלת ממצאים אלה, מתוך ההבנה כי בני נוער בחברה הערבית נחשפים לתכנים אלימים וקשים במלחמה במגוון אמצעי תקשורת כמו כל הציבור בישראל. ואולם ראוי כי תהיה התייחסות מיוחדת לבני הנוער בחברה הערבית שסביבתם ומאפייניהם שונים מאלו של היהודים בישראל ועל כן השפעת המלחמה על נפשם מצד אחד ועל התנהגותם מצד אחר היא אחרת. הממצאים מעלים את החשיבות של פיתוח תוכניות להתמודדות עם חרדה ולמניעת בריונות ברשת, מתוך התחשבות בקשר התרבותי של החברה הערבית בישראל. תוכניות אלו ראוי שיכללו הדרכת הורים ומורים (גם כן תוך בחינה היותם שייכים לציבור הערבי על המורכבות שבה) בניהול ובתיווך של חשיפת בני הנוער לתכנים קשים. דבר זה עשוי לסייע להפחית את רמת החרדה אצל בני הנוער וכן להגביר את הנגישות של בני הנוער לשירותי תמיכה נפשית בתוך בית הספר כדי לעזור להם לווסת את הרגשות שמתעוררים בהם לאחר החשיפה לתכנים הקשים (פת'הורנצ'יק ואחרים, 2016). נוסף על כך חשוב כי ההורים יהיו מעורבים בתיווך ובהגבלה של צריכת התכנים באמצעות התקשורת המקוונת והממוסדת. לפי פוסטמן (1986/1982) התפקיד של החינוך בעידן שלנו צריך להיות מכוון בראש ובראשונה לצריכה נבונה של תקשורת ולו רק בשל הטענה שלאמצעי התקשורת יש השפעה חזקה על הברות של הילדים שלנו.

מגבלות המחקר

למחקר זה יש כמה מגבלות: המגבלה הראשונה נוגעת לאופן המענה על שאלון המחקר – שאלון המחקר הסתמך על דיווח עצמי של הנבדקים באמצעות שאלונים מקוונים. אף שזוהי השיטה הנפוצה ביותר במחקרי התנהגויות, היא טומנת בחובה מגבלות רציניות. הנבדקים עשויים להטות את תשובותיהם לכיוון הרצוי מבחינה חברתית, או להימנע ממתן תשובות כנות ואותנטיות, או לחוש אינוחות בדיווח על חוויות רגישות. שיטות איסוף נתונים אובייקטיביות יותר, כמו תצפיות, עשויות לשפר את תוקף הממצאים (Mazza et al., 2021); המגבלה השנייה נוגעת לייצוגיות המדגם – המדגם במחקר זה מוגבל מבחינה דמוגרפית ואינו מייצג את כלל אוכלוסיית בני הנוער בישראל. מחקרי המשך ראוי שיכללו נבדקים מרקע תרבותי וסוציאקונומי מגוון יותר, ומתוך כך יספקו תמונה מקיפה יותר של התופעה הנחקרת (Azzopardi et al., 2021); המגבלה השלישית קשורה למסגרת הזמן של המחקר – המחקר נעשה כשבעה חודשים לאחר תחילת מלחמת חרבות ברזל בישראל. לפיכך מומלץ לבחון את שאלת המחקר גם בנקודת זמן מאוחרת מפרוץ המלחמה כדי ללמוד על ההשפעות ארוכות הטווח של חשיפת בני הנוער לתוכני

טרור ואלמנטים הקשורים במלחמה (פת'הורנצ'יק ואחרים, 2016). מחקרים לטווח ארוך עשויים לספק נתונים חשובים בעניין ההשפעות של חשיפת בני הנוער לתכנים אלימים הקשורים במלחמה. מחקר כזה יאפשר ללמוד כיצד השפעות אלו משתנות כעבור זמן והמשך החשיפה וכן להעריך את ההשפעה הכוללת במרוצת השנים. מחקר המשך נוסף יכול להסתמך על מדגם רחב וגדול יותר של נבדקים, ולכלול אזורים דמוגרפיים רבים. מחקר מסוג זה עשוי להציג ממצאים אחרים מעמיקים ומהותיים יותר, מעצם הקביעה שאוכלוסיית המחקר והמדגם עצמם הם גדולים ורחבים הרבה יותר מהמחקר הנוכחי.

רשימת מקורות

אבו פנה, א' (2012). **הקשר בין הערכה עצמית, תמיכה חברתית ומשפחתית, קונפליקט בין ההורים ומשאבים לבין תסמיני פוסט טראומה, חרדה וסומטיזציה בקרב מתבגרים מהמגזר הערבי חמש שנים לאחר מלחמה** [עבודת מוסמך]. אוניברסיטת חיפה.

אונגר, י' (2018). **הטלת אחריות פלילית או אזרחית על מעשי בריונות ברשת – רקע תיאורטי וסקירה משווה**. הלשכה המשפטית, תחום חקיקה ומחקר משפטי, הכנסת.

בוניאלניסים, מ' (2017). שימוש יתר ברשת או היתר לשימוש ברשת ללא גבולות: כלים לשימוש מאוזן ברשת. **אפשר, 28**, 5–7.

בשארה, ע' (1999). מבוא: עניינים שבזהות. בתוך ע' בשארה (עורך), **בין האני לאנחנו: הבניית זהויות וזהות ישראלית** (עמ' 7–15). מכון ון ליר; הקיבוץ המאוחד.

גנאיים, א', רפאלי, ש' ועזאיוזה, פ' (2009). פער דיגיטלי: השימוש באינטרנט בחברה הערבית בישראל. **מגמות, מו(1–2)**, 164–196.

חייק, י', שהם, י', טפר, ק' וחרץ, מ' (2024). הצד ה"פלסטי" של מלחמת חרבות ברזל – תפקידו של המומחה לכירורגיה פלסטית ואסתטית. **הרפואה, 163**(1), 12–16.

חרגל, ש' (2016). **התמודדות בית ספרית במצבי משבר וחירום**. האגף להכשרה מקצועית ופיתוח כוח אדם, משרד הכלכלה והתעשייה. https://www.gov.il/BlobFolder/dynamiccollectorresultitem/school-coping-in-emergency/he/mea_school-coping-in-emergency.pdf

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. (2023). **שנתון סטטיסטי לישראל 2022**. <https://www.cbs.gov.il/he/publications/DocLib/2022/shnaton2022.pdf>

המכון למדיניות העם היהודי. (2024). **מדד JPPI לחברה הישראלית**. <https://jpji.org.il/wp-content/uploads/2024/04/%D7%A2%D7%91%D7%A8.pdf>

נאסר, י', עוידה מ', אלדר, ל' וחסון, י' (2023). **מגמות ביחסי יהודים וערבים בישראל בעקבות מלחמת חרבות ברזל**. מכון אקורד.

- נגר, ג', כהן אביגדור, נ', קצב, א' ופרישמן, ג' (2024). **חשיפת בני נוער לתכנים קשים במהלך "חרבות ברזל" ונתונים נוספים על פגיעות רשת בקרב בני נוער** (2024). המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת. https://www.isoc.org.il/sts-data/iron_swords_105_01-2024
- פוסטמן, נ' (1986). **אבדן הילדות** (י' כפרי, מתרגמת). ספרית פועלים. (המקור פורסם ב-1982)
- פתהורנצ'יק, ר', אחיטוב, מ', אסולין-פרץ, ל', קמינר, ח', קפלנסקי, נ', רוזנבלט, א' ובורם, ד' (2016). השלכות של מלחמה וטרור מתמשך על ילדים צעירים ועל אימהותיהם: שלוש קהילות תחת אש. **מגמות**, 50(2), 29–54.
- קונסטנטינוב, ו', זוהר, ל', שורק, י', בן סימון, ב', חדאד חאג'יחיא, נ' ובדראן, א' (2023). **צעירים ערבים בישראל: תמונת מצב 2023**. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל. <https://brookdale.jdc.org.il/publication/arab-young-adults-in-israel/>
- רגב, א' (1989). **ערביי ישראל – סוגיות פוליטיות**. מכון ירושלים לחקר ישראל.
- הרשות השנייה לטלוויזיה ורדיו. (2024). **סקר הרגלי צריכת חדשות בקרב בני נוער 2024**. <https://did.li/rdUTY>
- שפרמן, ק"ת (2008). זהות ערבית במדינה יהודית ודמוקרטית. **פרלמנט**, 58. <https://www.idi.org.il/parliaments/10290/10291>
- Abaido, G. M. (2020). Cyberbullying on social media platforms among university students in the United Arab Emirates. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 407–420. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1669059>
- Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O., & Jegeni, D. (2021). Twenty-five years of social media: A review of social media applications and definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 215–222. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>
- Anderson, C. A., Bushman, B. J., Bartholow, B. D., Cantor, J., Christakis, D., Coyne, S. M., Donnerstein, E., Brockmyer, J. F., Gentile, D. A., Green, C. S., Huesmann, R., Hummer, T., Krahé, B., Strasburger, V. C., Warburton, W., Wilson, B. J., & Ybarra, M. (2017). Screen violence and youth behavior. *Pediatrics*, 140(Supplement 2), S142–S147. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758T>
- Azzopardi, L. (2021). Cognitive biases in search: A review and reflection of cognitive biases in Information Retrieval. In *CHIIR '21: Proceedings of the 2021 conference on human information interaction and retrieval* (pp. 27–37). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3406522.3446023>

- Bandura, A. (1977). Social learning theory. *Englewood Cliffs*.
- Ben-Asher, S. (2016). Bedouin children and their reality perceptions of the war Between Israel and Gaza. *Journal of Muslim Minority Affairs*, 36(4), 484–501. <https://doi.org/10.1080/13602004.2016.1248177>
- Bürgin, D., Anagnostopoulos, D., Vitiello, B., Sukale, T., Schmid, M., Fegert, J. M., & the Board and Policy Division of ESCAP. (2022). Impact of war and forced displacement on children's mental health-multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 31(6), 845–853. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z>
- Castro Seixas, E. (2021). War metaphors in political communication on COVID-19. *Frontiers in Sociology*, 5, Article 583680. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.583680>
- Chen, J., & Wang, Y. (2021). Social media use for health purposes: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 23(5), Article e17917. <https://doi.org/10.2196/17917>
- Debrael, M., d'Haenens, L., De Cock, R., & De Coninck, D. (2021). Media use, fear of terrorism, and attitudes towards immigrants and refugees: Young people and adults compared. *International Communication Gazette*, 83(2), 148–168. <https://doi.org/10.1177/174804851986947>
- Delhove, M., & Greitemeyer, T. (2021). Violent media use and aggression: Two longitudinal network studies. *The Journal of Social Psychology*, 161(6), 697–713. <https://doi.org/10.1080/00224545.2021.1896465>
- Depoux, A., Martin, S., Karafillakis, E., Preet, R., Wilder-Smith, A., & Larson, H. (2020). The pandemic of social media panic travels faster than the COVID-19 outbreak. *Journal of Travel Medicine*, 27(3), Article taaa031. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa031>
- Dolev-Cohen, M., & Ricon, T. (2022). Talking about sexting: Association between parental factors and quality of communication about sexting with adolescent children in Jewish and Arab society in Israel. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 48(5), 429–443. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2021.2002489>
- Estévez, E., Cañas, E., Estévez, J. F., & Povedano, A. (2020). Continuity and overlap of roles in victims and aggressors of bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), Article 7452. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207452>

- Feingold, D., Neria, Y., & Bitan, D. T. (2024). PTSD, distress and substance use in the aftermath of October 7th, 2023, terror attacks in Southern Israel. *Journal of Psychiatric Research*, 174, 153–158. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.04.022>
- Franco, L., & Boniel-Nissim, M. (2024). Adolescents' exposure to violent content related to conflict on social media: Qualitative research. In J. Višňovský & J. Majerová (Eds.), *Social media and modern society – How social media are changing the way we interact with the world around* (Ch. 13). IntechOpen. <http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.1005821>
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319–e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Gesser-Edelsburg, A., & Abed Elhadi Arabia, M. (2018). Discourse on exposure to pornography content online between Arab adolescents and parents: Qualitative study on its impact on sexual education and behavior. *Journal of Medical Internet Research*, 20(10), Article e11667. <https://doi.org/10.2196/11667>
- Gladden, R. M., Vivolo-Kantor, A. M., Hamburger, M. E., & Lumpkin, C. D. (2014). *Bullying surveillance among youths: Uniform definitions for public health and recommended data elements, Version 1.0*. National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention and U.S. Department of Education.
- Hamm, M. P., Newton, A. S., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Sundar, P., Ennis, H., Scott, S. D., & Hartling, L. (2015). Prevalence and effect of cyberbullying on children and young people: A scoping review of social media studies. *JAMA Pediatr*, 169(8), 770–777. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2015.0944>
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication monographs*, 85(1), 4–40. <https://doi.org/10.1080/03637751.2017.1352100>
- Huddy, L., Smirnov, O., Snider, K. L., & Perliger, A. (2021). Anger, anxiety, and selective exposure to terrorist violence. *Journal of Conflict Resolution*, 65(10), 1764–1790. <https://doi.org/10.1177/00220027211014937>

- Jomana, K. (2024). Life skills importance for arab adolescents in Israel. In *Abordări psiho-pedagogice, lingvistico-literare, istorice și didactice în științele educației* (pp. 154–161).
- Joshi, P. T., & O'Donnell, D. A. (2003). Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical child and family psychology review*, 6, 275–292. <https://doi.org/10.1023/B:CCFP.0000006294.88201.68>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kennedy, R. S. (2021). Bullying trends in the United States: A meta-regression. *Trauma, Violence, & Abuse*, 22(4), 914–927. <https://doi.org/10.1177/1524838019888555>
- Kenwood, M. M., Kalin, N. H., & Barbas, H. (2022). The prefrontal cortex, pathological anxiety, and anxiety disorders. *Neuropsychopharmacology*, 47(1), 260–275. <https://doi.org/10.1038/s41386-021-01109-z>
- Kurniawan, L., Sutanti, N., & Nuryana, Z. (2022). Symptoms of post-traumatic stress among victims of school bullying. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 11(1), 263–273. <http://doi.org/10.11591/ijphs.v11i1.20997>
- Lee, J. M., Hong, J. S., Yoon, J., Peguero, A. A., & Seok, H. J. (2018). Correlates of adolescent cyberbullying in South Korea in multiple contexts: A review of the literature and implications for research and school practice. *Deviant Behavior*, 39(3), 293–308. <https://doi.org/10.1080/01639625.2016.1269568>
- Lemish, D., & Pick-Alony, R. (2014). Inhabiting two worlds: The role of news in the lives of Jewish and Arab children and youth in Israel. *International Communication Gazette*, 76(2), 128–151. <https://doi.org/10.1177/1748048513504165>
- Li, L., Novillo-Ortiz, D., Azzopardi-Muscat, N., & Kostkova, P. (2021). Digital data sources and their impact on people's health: A systematic review of systematic reviews. *Frontiers in Public Health*, 9, Article 645260. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.645260>

- Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635–654. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12197>
- Marciano, L., Driver, C. C., Schulz, P. J., & Camerini, A. L. (2022). Dynamics of adolescents' smartphone use and well-being are positive but ephemeral. *Scientific Reports*, 12(1), Article 1316. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-05291-y>
- Mazza, G. L., Smyth, H. L., Bissett, P. G., Canning, J. R., Eisenberg, I. W., Enkavi, A. Z., Gonzalez, O., Kim, S. J., Metcalf, S. A., Muniz, F., Pelham, W. E. III, Scherer, E. A., Valente, M. J., Xie H., Poldrack, R. A., Marsch, L. A., & MacKinnon, D. P. (2021). Correlation database of 60 cross-disciplinary surveys and cognitive tasks assessing self-regulation. *Journal of Personality Assessment*, 103(2), 238–245. <https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1732994>
- Núñez-Gómez, P., Larrañaga, K. P., Rangel, C., & Ortega-Mohedano, F. (2021). Critical analysis of the risks in the use of the internet and social networks in childhood and adolescence. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 683384. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.683384>
- Patterson, L. J., Allan, A., & Cross, D. (2017). Adolescent perceptions of bystanders' responses to cyberbullying. *New Media & Society*, 19(3), 366–383.
- Plummer, F., Manea, L., Trepel, D., & McMillan, D. (2016). Screening for anxiety disorders with the GAD-7 and GAD-2: A systematic review and diagnostic metaanalysis. *General Hospital Psychiatry*, 39, 24–31. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2015.11.005>
- Pozzoli, T., & Gini, G. (2020). Behavior during cyberbullying episodes: Initial validation of a new self-report scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(1), 22–29. <https://doi.org/10.1111/sjop.12517>
- Rega, V., Gioia, F., & Boursier, V. (2022). Parental mediation and cyberbullying: A narrative literature review. *Marriage & Family Review*, 58(6), 495–530. <https://doi.org/10.1080/01494929.2022.2069199>
- Salmon, S., Turner, S., Taillieu, T., Fortier, J., & Afifi, T. O. (2018). Bullying victimization experiences among middle and high school adolescents: Traditional bullying, discriminatory harassment, and cyber victimization. *Journal of Adolescence*, 63, 29–40. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.005>

- Schulte, F., & Trinn, C. (2024). Collective emotions, triggering events, and self-organization: The forest-fire model of cultural identity conflict escalation. *Aggression and Violent Behavior*, 78, Article 101954. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2024.101954>
- Schultze-Krumbholz, A., Schultze, M., Zagorscak, P., Wölfer, R., & Scheithauer, H. (2016). Feeling cybervictims' pain – the effect of empathy training on cyberbullying. *Aggressive behavior*, 42(2), 147–156. <https://doi.org/10.1002/ab.21613>
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: Systematic review and meta-analysis. *JMIR Mental Health*, 9(4), Article e33450.
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic growth: Theory, research, and applications*. Routledge.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- Verheijen, G. P., Burk, W. J., Stoltz, S. E. M. J., van den Berg, Y. H., & Cillessen, A. H. N. (2021). A longitudinal social network perspective on adolescents' exposure to violent video games and aggression. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(1), 24–31. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0776>
- Weimann, G. (1983). The theater of terror: Effects of press coverage. *Journal of Communication*, 33(1), 38–45. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1983.tb02372.x>
- Weimann, G. (1987). Media events: The case of international terrorism. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 31(1), 21–39. <https://doi.org/10.1080/08838158709386643>
- Weimann, G., & Winn, C. (1994). *The theater of terror: Mass media and international terrorism*. Longman.
- Yadgar, Y. (2020). *Israel's Jewish identity crisis: State and politics in the Middle East* (Vol. 11). Cambridge University Press.
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1308–1316. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00328.x>

- Zang, Y., Gay, N. G., Kaczurkin, A. N., McLean, C. P., Wachen, J. S., Yarvis, J. S., Litz, B. T., Yadin, E., Mintz, J., Roache, J. D., Young-McCaughan, S., Peterson, A., L., Foa, E. B., Resick, P. A., & STRONG STAR Consortium. (2018). Factor structure and psychometric properties of the Peritraumatic and Posttraumatic Emotions Questionnaires among active duty military personnel with posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress*, 31(6), 826–836. <https://doi.org/10.1002/jts.22350>
- Zulfiqar, S. H. (2020). *Does media violence cause violence? Can exposure to violent TV shows, movies and video games turn people aggressive and desensitized to violence?* SSRN. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3749565>