

משרד החינוך יקדם תוכנית להגן על ילדים מפני תכנים פוגעניים ברשת

עמותת 'נתיבי רשת' מזהירה שכתוצאה משימוש תכוף במחשב ובטלפון החכם, הדור הצעיר אינו מסוגל לפתח חברות או לחוש אמפתיה

שירית אביטן כהן

השמנה, אוסטיאופורוזיס, פגיעה במערכת החיסונית, עקמת, לחץ דם גבוה, בעיות ראייה, תסמינים אוטיסטיים והתקפי זעם: זו רק רשימה חלקית של הפגיעות הנגרמות לילדים ונוער בשנים האחרונות כתוצאה מעלייה בזמן המסך ומגלישה לא בטוחה – כך עולה מנתונים של עמותת 'נתיבי רשת', הפר עלת להגברת המודעות לנושא ומציעה פתרונות לשימוש נכון באינטרנט.

לפי העמותה, הבעיה מתחילה אצל ההורים, שאינם מודעים לפגעי עות האפשריות בילדיהם ולנזק לטווח הארוך שגורמת ההתמכרות למסך. "מדובר במגפה. יש היום צונמי של זמן חשיפה ארוך למסכים, שפוגע בהתפתחות של הילדים", הזהיר יונה פרסי בורגר, מנכ"ל העמותה.

"הפגיעה הראשונה נוצרת כתוצאה מעודף זמן מסך שמשפיע באופן בריאותי, פסיכולוגי והתפתחותי על ילדים", הוא אמר. "בנוסף לכך נוצרות בעיות תקשורת עמוקות שנגרמות גם מכך שההורים נמצאים בטלפון החכם

שלהם כל הזמן. כתוצאה מכך יש פחות שיח בבית, גם כי הילדים מרוכזים במסך ולכן לא מעבדים נכון חוויות ותסכולים. הם לא מסוגלים לפתח חברות עמוקה ושיח, ויש אצלם ירידה באמפתיה".

לפי העמותה, בעוד המבוגרים חוו ילדות ללא המכשיר הסלולרי ביד, המאפשרת התפתחות תקינה, גדל כיום דור של ילדים בעלי בעיות בריאות, שאינם מסוגלים לתקשר עם הסביבה באופן תקין. לפי נתוני סקרים שנערכו בישראל בשנים האחרונות, הטלפון צמוד לידיהם של ילדים כבר מגיל תשע, בני נוער גולשים ברשת יותר מארבע שעות ביממה, שניים מכל שלושה ילדים מתחת לגיל 13 נחשפו לתכנים פורנוגרפיים, וכל ילד רביעי נפגע מאלימות ברשת.

ר"ד גדי ליסק, ראש תחום רפואה התינוקות בעמותה, תיאר את הנוקמים הנגרמים לילדים ברוד האינטרנט. "חוסר התנועה המתלווה לשיבה ארוכה מול המסך גורם להשמנת יתר, או מהצד השני לחירוש ראייה. בנוסף נגרמת פגיעה בצפיפות העצם כי הם לא מספיק בתנועה, וכתוצאה מכך הוקדם גיל האוסטיאופורוזיס לנשים בעשרים שנה", הוא הסביר.



פרסבורגר צילום באדיבות המצלום

נפגעת המערכת החיסונית של הילדים, וגרל הסיכוי שלהם לחלות בסרטן ומחלות נוספות. חוסר שינה כרוני גם גורם לסימפטומים של הפרעת קשב".

התיאור מבעית: בזו אחר זו מנה ר"ד ליסק הפרעות, מחלות ובעיות שמהן סובלים ילדי הדור הצעיר ועוד יסבלו מהן בעתיד. הוא ציין גם שילדים ונער סובלים היום יותר מבעיות ראייה

ומבעיות אורתופדיות כמו עקמת. לדבריו, המסכים יוצרים מתח כרוני, שגורם אף הוא להפרעות השינה, וכן ללחץ דם גבוה – תופעה שלא הייתה בעבר אצל ילדים.

"לפעמים", הזהיר ר"ד ליסק, "הוד שיפה הארוכה למסכים והשימוש התכוף בתקשורת ברשת מביאים להתנהגות על הרצף האוטטיסטי – קושי בקריאת הזולת, אי יצירת קשר עם חברים, אמפתיה ירודה והיעדר הנאה מפעילויות. מבחינה לימד רית נגרמות בעיות זיכרון וריכוז, וירידה בהישגים. גם אפשר לראות אצל הילדים יותר אגרסיה ואימפולסיביות, התקפי זעם ומצבי רוח קיצוניים".

בעמותה הגישו השבוע את המידע לשר החינוך נפתלי בנט, וזה הודיע שיפעל לקידום תוכנית למוגנות ילדים ברשת במוסדות החינוך – החל בגני הילדים ועד לבתי הספר. הצעד הזה, הם טוענים, יכול לחולל שינוי משמעותי לטווח הרחוק באמצעות חינוך מחדש לשימוש נכון ולא פוגעני ברשת ובמסכים.

העמותה גם פועלת עם ח"כ שולי מועלם ואיגוד האינטרנט הישראלי להגדרה בחוק של סיון תכנים פוגעניים.



עד גיל שבע מותרת רק שעה של "זמן מסך" בכל יום צילום: אופיר דוד

"אנחנו רוצים שעד גיל ההתבגרות יהיו לילדים מודעות והדגלים בריאים לשימוש במסכים", אמר פרסבורגר, "הם נחשפים כיום מגיל צעיר מאוד לתכנים פוגעניים כמו אלימות קשה ולתכני מין ופורנוגרף. זו מגפה חברתית שפוגעת גם במדעניות טובות וגם בציבור הדתי-לאומי".

לדבריו, שני המקרים האחרונים שבהם פנו אליו הורים להתייעצות ולקבלת עזרה היו דווקא במשפחות דתיות. "פנתה אלינו אם לילדה בת שמונה שגלשה באופן קבוע באתרים פורנוגרפיים, והסברנו לה כיצד לשרח אתה ולטפל בכך. היה גם ילד בן 13 שגנב זהות של נערה ושידל ילדה לעשות מעשים חמורים מאוד. אמו פנתה אלינו לעזרה, ולא הייתה מודעת לעובדה שבמשך שנים הוא היה חשוף

לשעתיים עד גיל 16. בפועל, כמוכח, זמן המסך גדול הרבה יותר. "הצענו לשר תוכנית חינוכית שתתחיל כבר בגני ילדים, שבה גם ההורים וגם הילדים יקבלו את כל המידע המתאים על השימוש במסכים באופן בריא ומוגן – באמצעות שיח פתוח עם הילדים, הגבית לת זמן שימוש ופיקוח", ציין פרסבורגר. "הכי חשוב שהילד ידע לשלוט במסך, ולא שהמסך ישלוט בו".

לתכנים מיניים ואיבד את הגבולות לג' מרי". פרסבורגר הזהיר עוד ש"כשאין שיח ומעורבות הורית ולא דואגים לסינון יעיל, זה יכול לקרות בכל בית".

בעמותה מתייחסים גם למצבים של ביוש (שיימינג) וחרמות חברתיים שעדיין שויים להוביל לדיכאון. "בעבר היה קשה לארגן חרם והוא היה נוצר לאט יותר, ואילו היום בוואטסאפ מארגנים חרם תוך דקות", אמר ר"ד ליסק. "ילד שמדקבל הודעות ב-11 בלילה שהוא בחרם, למי הוא פונה? כיצד הוא הולך לישון?"

לפי הנחיות איגוד רופאי הילדים הישראלי, אסור לתת זמן מסך לתינוקות עד גיל שנתיים, ועד גיל שבע מותרת שעה ביום בלבד, שמתארכת לשעתיים עד גיל 16. בפועל, כמוכח, זמן המסך גדול הרבה יותר. "הצענו לשר תוכנית חינוכית שתתחיל כבר בגני ילדים, שבה גם ההורים וגם הילדים יקבלו את כל המידע המתאים על השימוש במסכים באופן בריא ומוגן – באמצעות שיח פתוח עם הילדים, הגבית לת זמן שימוש ופיקוח", ציין פרסבורגר. "הכי חשוב שהילד ידע לשלוט במסך, ולא שהמסך ישלוט בו".