

פיתוח והטמעה של תכנית התערבות להתמודדות תלמידים עם בריונות ברשת הממוקדת במעורבות עדים

דורית אולניק-שמש
האוניברסיטה הפתוחה
doritol@openu.ac.il

טלי היימן
האוניברסיטה הפתוחה
talihe@openu.ac.il

יעל צור
האוניברסיטה הפתוחה
yaelzu@openu.ac.il

Development and Implantation of Cyberbullying Intervention Program for Students, Focusing on Bystander Involvement

Yael Zur
The Open University of Israel
yaelzu@openu.ac.il

Tali Heiman
The Open University of Israel
talihe@openu.ac.il

Dorit Olenik-Shemesh
The Open University of Israel
doritol@openu.ac.il

Abstract

As use of social media increased, the cyberbullying phenomenon is expanding. There are three types of participants in cyberbullying events: cyberbullies, victims and bystanders. To each cyberbullying event, there are many potential bystanders, but most of them won't interfere and sometimes will even help the bully (Mason, 2008). Bystanders tend to intervene when they believe the event is severe, when they're friends of the victim and when they believe that they are able to help, they abstain interfering when they are afraid from the bully, when they assume someone else will help or when they lack the knowledge how to help and support (Olenik-Shemesh, Heiman & Eden, 2015).

Most intervention programs nowadays are focusing on cyber-victims and cyber-bullies (Cross et al, 2015; DeSmet et al, 2015). The current research will study the contribution of an intervention program that will focus on motivating bystanders to help the victims. The program was developed according to Wong-Lo & Bullock's model (2014). In line with the model, the program includes six steps: 1. Recognize the cyberbullying event; 2. Identifying the event as emergency; 3. Accepting responsibility; 4. Imparting knowledge about effective interventions methods; 5. Interfering in actual cyberbullying event; 6. Summary.

On this research, an educational program, applied to 418 eighth graders students.

According to the research findings following the program there was a decrease in the percentage of cyber-victims reports, there was a change in the feelings and behaviors of those victims and there was improvement in the bystander's reactions.

Keywords: Cyberbullying, Intervention Program, Bystander, Adolescents, Teachers.

תקציר

בבריונות ברשת מעורבים שלושה סוגי משתתפים: תוקפים, קורבנות ועדים. אופיין של רשתות חברתיות ותפוצתן הוא כזה שמספר העדים הפוטנציאליים בהן רב, יחד עם זאת, מרביתם אינם מסייעים לקורבן ולעתים אף מצטרפים לתוקף (Mason, 2008). מחקרים מראים כי עדים נוטים יותר להתערב כאשר הם מעריכים את אירוע הבריונות כחמור, כאשר הם חברים של הקורבן וכשהם מאמינים שהם מסוגלים לעזור לקורבן. יחד עם זאת, עדים נמנעים מהתערבות כאשר הם חוששים מהתוקף, כאשר יש עדים רבים או כאשר אין להם ידע כיצד ניתן לסייע (Olenik-Shemesh, Heiman & Eden, 2015).

מרבית התכניות החינוכיות מתמקדות במניעה, הרתעה וטיפול בבריונים (C ross at el, 2015; DeSmet at el, 2015) או בתמיכה בקורבנות (כורס, 2016). מחקר זה מתמקד במטרה להניע את העדים להתערב לטובת הקורבן.

לצורך כך פותחה והועברה תכנית התערבות, שמיקודה הוא בעדים והיא כוללת שישה שלבים על בסיס המודל שהציעו Wong-Lo & Bullock (2014) 1. הבחנה באירוע הבריונות; 2. פירוש האירוע כמצב חירום; 3. קבלת אחריות על האירוע; 4. ידע אודות דרכי התערבות יעילות; 5. התערבות בפועל של העד לטובת הקורבן; 6. סיכום. במסגרת המחקר, נדגמו 418 תלמידים מכיתות ח' בבית ספר במרכז הארץ, כאשר למחציתם הועברה התכנית. מניתוח דיווחי התלמידים נראה כי בעקבות התכנית חלה ירידה בדיווח על פגיעה מבריונות ברשת, חל שינוי ברגשות הנפגעים וחל שיפור בתגובות העדים לפגיעה.

מילות מפתח: בריונות ברשת, תכנית התערבות, עדים, מתבגרים, מורים.

מבוא

צעירים רבים מתייחסים לאינטרנט ככלי רב עוצמה המאפשר תקשורת עם אחרים וגישה למידע חיוני (Ybarra & Mitchell, 2004), מרביתם חברים ברשתות חברתיות שונות, משתתפים בפורומים, חדרי צ'ט, פעילים בבלוגים, משחקים ברשת, מחפשים מידע ועוד (ברק, 2006).

במקביל לגידול בתפוצת השימוש ברשתות חברתיות וטלפונים סלולריים, התפתחה וגדלה תופעת הבריונות ברשת. מרבית התכניות להתמודדות עם בריונות ברשת מתמקדות במניעה, הרתעה וטיפול בבריונים (C ross at el, 2015; DeSmet at el, 2015) או בתמיכה בקורבנות (כורס, 2016). התכנית המוצגת במחקר זה, מתמקדת בתפקידם של העדים בזיהוי מעשי בריונות ברשת, בזיהוי הקורבנות ובדרכי הגשת עזרה לקורבנות וחיזוק מעגל התמיכה בהם. זאת, מתוך הנחה כי תכנית כזו עשויה לשפר את הסיכוי לעזרה לקורבנות בזמן אמת (Olenik-Shemesh, Heiman & Eden., 2015).

בריונות ברשת הינה סוג חדש יחסית של בריונות, שעברה מהמימד הפיזי למימד הווירטואלי (Mason, 2008). זוהי פעולה אלימה מכוונת, שמבצעים יחיד או קבוצה, תוך שימוש באמצעים אלקטרוניים, באופן חוזר ולאורך זמן, כלפי קורבן שלא יכול להגן על עצמו. זוהי בריונות שמתרחשת בכל זמן ובכל מקום (Smith et al., 2008). זוהי התנהגות אנטי-חברתית, שעלולה לערער את האווירה בבית הספר, להשפיע על ביצועיהם החברתיים והלימודיים של המעורבים בה, לגרום לטראומה נפשית לקורבנות, ובמקרים קיצוניים מאוד גם להוביל להתאבדות (Mason, 2008).

לבריונות ברשת מספר מאפיינים ייחודיים: אנונימיות אפשרית של התוקף, תפוצה לקהל רחב, נגישות גבוהה בשל הזמינות והנגישות של רשת האינטרנט ויחסים לא שוויוניים בהם יתרונו של התוקף יכול לבוא לידי ביטוי בידע טכנולוגי. נמצא קשר במחקרים בין בריונות ברשת לבין בריונות מחוץ לרשת וישנו קושי בגילוי ובדיווח הבריונות ברשת, בשל נטייה של הקורבנות לדווח פחות על הפגיעה לעומת קורבנות מחוץ לרשת.

שלושה סוגי משתתפים מעורבים בבריונות ברשת: התוקפים, הקורבנות והעדים (אולניק-שמש והיימן, 2012). הבריונים ברשת מרגישים עליונות וזכות להציק לאחרים, לפגוע בהם, או לבוא אליהם בדרישות. הם יטרדו, יעליבו או ישמיצו את הקורבן (Mason, 2008). הם יכולים להיות גם חלשים יותר מבחינה פיזית מהאדם אותו הם תוקפים, לרוב הם שומרים על אנונימיות ומכיוון שהם לא מתמודדים מול הקורבן פנים אל פנים, הם לא חשים חרטה, סימפטיה או חמלה כלפיו (Storm & Strom, 2005). מרבית הבריונים הם מאותה שכבת גיל של הקורבן ומיעוטם משכבות גבוהות יותר. לא נמצא הבדל משמעותי מספרי במגדר הבריונים, בנים ובנות נוטים לבריונות ברשת במידה דומה (Smith et al., 2008). תופעת הבריונות חוצה מגזרים וקבוצות גיל, יחד עם זאת יש להתייחס באופן מיוחד לבריונים בגיל ההתבגרות. לדעת אנג, בני-נוער עדיין לא מסוגלים לתפוס באופן מלא את הקשר שבין התנהגות להשפעותיה, ולכן נוטים יותר להתנהגויות מסוכנות, ביניהן גם התנהגויות של בריונות (Ang, 2015).

הקורבנות ברשת נתפסים על-ידי הבריונים כשונים או נחותים, ניתן למצוא בקרבם מאפיינים כגון: תפיסה עצמית נמוכה, הישגים לימודיים ירודים, תחושות דיכאון, מצוקה רגשית ובמקרים מסויימים תוקפנות או נטייה אובדנית (Mason, 2008). הקורבנות לא מוגנים מפגיעה גם בביתם. לרוב הם מתחברים לרשת עם החזרה מבית-הספר ואז מגלים כי הותקפו באיומים, שמועות ושקרים וזאת מבלי לדעת מי פגע בהם, או איך ניתן לעצור את הפגיעה. למרות חומרת הפגיעה, הקורבנות נמנעים מלדווח למבוגרים, מתוך חשש שהוריהם ימנעו מהם את השימוש באינטרנט, מה שיובייל לבידוד חברתי (Storm & Strom, 2005).

העדים לבריונות ברשת הם הצופים מהצד במסרים המועברים בין התוקף לקורבן, ולעתים בשל הימנעות הקורבנות משיתוף מבוגרים במתרחש, הם היחידים שמודעים למתרחש (Olenik-Shemesh et al., 2015). מייסון מבחין בין שני סוגי עדים: עדים שהם חלק מהבעיה (עדים-תוקפים) ועדים שהם חלק מהפתרון (עדים-מסייעים) (Mason, 2008). לעדים שתומכים בקורבן, יש השפעה רבה: תמיכתם בקורבן מאיימת על מעמדם של התוקפים, לעתים עד כדי עצירת מעשה הבריונות ובנוסף, תמיכתם בקורבן מחלישה את עוצמת הפגיעה בו (Olenik-Shemesh et al., 2015).

בבריונות ברשת, עלולים להיות למעשה הבריונות, תוך זמן קצר, עדים רבים, ובכל זאת מרביתם לא עוזרים לקורבן (Mason, 2008). ניתן להסביר התנהגות זאת בשל "אפקט העדים", כפי שהגדירו זאת (Latane & Darley, 1970): ככל שמספר העדים גדול יותר, כך קטן הסיכוי שאחד העדים יחליט לקחת אחריות על האירוע, בשל העברת האחריות ורגשות האשמה לאחרים (Wong-Lo & Bullock, 2014).

נמצא כי עדים נוטים יותר להתערב במעשי בריונות כשהם מעריכים כי האירוע חמור וכשהם חברים של הקורבן, משתנה משמעותי נוסף הוא האמונה של העד שהוא מסוגל להתמודד עם האירוע בהצלחה (מסוגלות עצמית). אולם, עדים נמנעים מהתערבות כאשר הם חוששים מהתוקף, כאשר יש עדים רבים (פיזור אחריות) או כשאין לעדים את הידע כיצד הם יכולים לסייע (Olenik-Shemesh, Heiman & Eden, 2015).

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לקדם התמודדות יעילה עם בריונות ברשת שמתמקדת בעדים לבריונות. וונג-לו ובלוק, הציעו לפתח תכנית שתתבסס על מודל ההתערבות לעדים, שייעודה להפוך את העדים לאירוע, למתערבים למען הקורבנות. על-פי המודל, העדים יעברו תהליך בו ילמדו לזהות מקרי בריונות ברשת בהם נדרשת התערבות וילמדו דרכי התערבות יעילות. מטרת המודל היא לגרום לעדים לקבל על עצמם אחריות על האירוע, ליישם את דרכי ההתערבות שהם למדו ולהתערב בפועל לטובת הקורבן (Wong-Lo & Bullock, 2014).

התכנית החינוכית

בהתאם למודל פותחה תכנית חינוכית במסגרתה עברו התלמידים תהליך שתואם את שלבי מודל ההתערבות והכינו תוצרים ששיקפו את הנלמד. התכנית כללה שישה מפגשים חווייתיים: 1. הבחנה באירוע הבריונות: משחק ועבודה שיתופית בקבוצות בנושא הגדרת המושג "בריונות ברשת"; 2. פירוש האירוע כמצב חירום: עבודה בקבוצות על מקרה בריונות תוך זיהוי והדגשת הפגיעה בקורבן; 3. קבלת אחריות על האירוע: עבודה בקבוצות, משחק תפקידים בפנטומימה; 4. ידע אודות דרכי התערבות יעילות: עבודה עם סיפורי מקרה אותנטיים והצעת דרכי פיתרון בקבוצות; 5. התערבות בפועל של העד לטובת הקורבן: דיון בקבוצות ובמליאה: דרכי התערבות, יתרונות וחסרונות; 6. סיכום: הכנת תערוכה מסכמת בנושא: "בריונות ברשת – אנחנו נעצור את זה!". תכנית ההתערבות העברה לתלמידים על-ידי מחנכי הכיתות, לאחר שעברו הכשרה בנושא.

מתודולוגיה

מטרת המחקר

המטרה העיקרית של המחקר היא לקדם התמודדות יעילה עם בריונות ברשת. לצורך כך פותחה והועברה תכנית התערבות שמתמקדת בעדים לבריונות ברשת.

שאלות המחקר

1. מהי מידת הפגיעה בבריונות ברשת בקרב התלמידים לפני ואחרי ההשתתפות בתכנית?
2. האם חל שינוי בתגובה הרגשית ובמעשים של הנפגעים מהבריונות ברשת לפני ואחרי השתתפותם בתכנית?
3. האם יש שינוי בהתנהגות העדים לבריונות ברשת, לפני ואחרי השתתפותם בתכנית ההתערבות?

שיטת המחקר

משתתפים

המחקר התבסס על נתונים שנאספו באמצעות שאלונים שהועברו ל-418 תלמידים בכיתות ח', בחטיבת ביניים באיזור השרון, מחציתם עברה את תכנית ההתערבות ומחציתם לא (קבוצת ניסוי וקבוצת ביקורת).

מעריך המחקר

המחקר התבסס על נתונים שנאספו באמצעות שאלונים שהועברו ל-418 תלמידים בכיתות ח', בחטיבת ביניים באיזור השרון, מחציתם עברה את תכנית ההתערבות ומחציתם לא (קבוצת ניסוי וקבוצת ביקורת).

המחקר כלל ארבעה שלבים:

1. העברת שאלונים לכל המשתתפים במחקר (תלמידים בכיתות הניסוי ובכיתות הביקורת).
2. השתלמות קצרה למורים: הקניית ידע אודות בריונות ברשת, דרכי התמודדות, השפעות, לצד פעילות חווייתית כהכנה למערכי השיעור אותם העבירו בכיתות.
3. העברת תכנית ההתערבות: בכיתות הניסוי, כאשר מחנכי הכיתות העבירו את תכנית ההתערבות לתלמידיהם (6 מפגשים שאורכם שעה וחצי), בהתאם למערכי השיעור שקיבלו.
4. העברת שאלונים לאחר סיום העברת תכנית ההתערבות.

כלי המחקר

במסגרת המחקר הועבר לתלמידים שאלון אינטרנט ואלימות ברשת (Smith et al., 2008), שכולל שאלות אודות פגיעה בקורבנות, תגובת הנפגע, עדות לפגיעה באינטרנט ותגובת עד לפגיעה באינטרנט.

השאלון כולל 73 פריטים, על סולם של 5 דרגות, המתייחסים לשלוש קטגוריות: א. שימוש באינטרנט – 13 פריטים שמתייחסים למשך הזמן המוקדש לפעילויות באינטרנט לפי סוגי פעילות. ב. פגיעה דרך האינטרנט – 14 פריטים המתייחסים לתדירות פגיעה באינטרנט מסוגים שונים; מהימנות: אלפא קורנבך: 0.89; ו-28 פריטים המתייחסים לתדירות רגשות ומעשים לאחר פגיעה מאלימות באינטרנט. מהימנות: אלפא קורנבך 0.91. ג. עדות לאלימות ברשת – 18 פריטים המתארים עדות לאלימות ברשת (מצד הנבדק) ואת תגובתו לכך. מהימנות: אלפא קורנבך 0.90.

שיטת ניתוח הנתונים

הנתונים הכמותיים שהתקבלו עובדו ונותחו בשיטות סטטיסטיות תיאוריות וכן נערך ניתוח מתאמי ונבדקו הבדלים בין הקבוצות.

תוצאות

במחקר השתתפו 418 נבדקים, 6 כיתות ניסוי ו-6 כיתות ביקורת, 219 בנים ו-199 בנות (גיל ממוצע: 13.2 ס.תקן: 0.43). בחלקו הראשון של השאלון, נשאלו התלמידים אודות מאפייני השימוש שלהם באינטרנט. בבדיקת השימושים באינטרנט נמצא שמרבית התלמידים (358 נבדקים) דיווחו שיש להם טלפון נייד (85.6%), רק שני תלמידים דיווחו שאין להם כלל גישה לאינטרנט. בחלקו השני של השאלון, נשאלו התלמידים האם נפגעו מבריונות ברשת וכיצד.

בטבלה 1 מוצגים נתוני הדיווח על פגיעה מבריונות ברשת, לפני ואחרי העברת התכנית.

טבלה 1. סוגי הפגיעה ברשת (N=418)

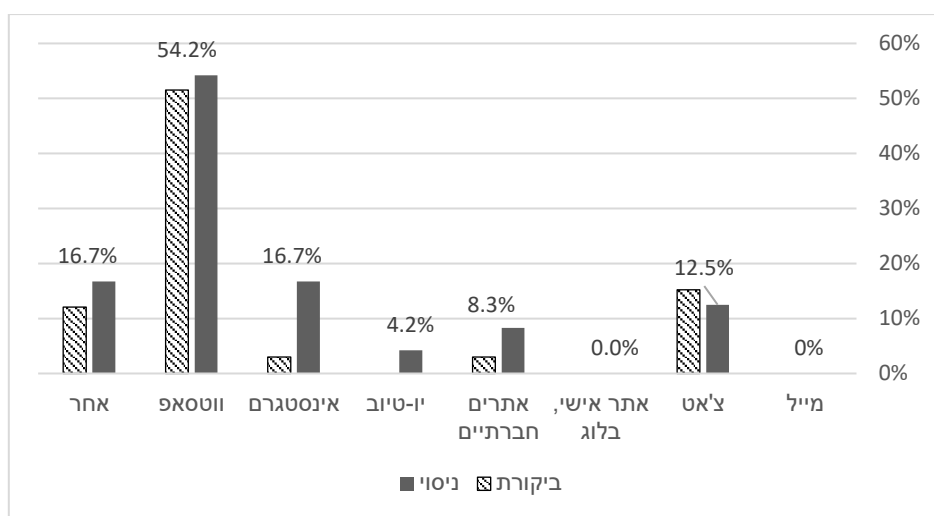
χ^2 קבוצה זמן X	χ^2 זמן (לפני/ אחרי)	χ^2 קבוצה (ניסוי/ ביקורת)	ביקורת n=203		ניסוי n=215		סוג פגיעה
			ממוצע (ס.ת.קן)				
			אחרי	לפני	אחרי	לפני	
.04	14.06***	.12	.38 (.04)	.48 (.04)	.36 (.04)	.47 (.04)	נפגע – סיכום
1.2	1.4	.07	.28 (.03)	.29 (.03)	.24 (.04)	.31 (.03)	קרא לך בשמות
.538	.604	.01	.13 (.03)	.14 (.03)	.12 (.03)	.16 (.02)	הפיץ עליך שמועות
.51	.34	.59	.2 (.03)	.23 (.03)	.19 (.03)	.19 (.03)	לגלג על איך שאתה נראה
.41	.71	.48	.11 (.02)	.11 (.02)	.12 (.03)	.15 (.02)	ניסה לגרום לחברידך לא לאהוב אותך
.25	1.11	.20	.22 (.03)	.26 (.03)	.25 (.03)	.26 (.03)	ניסה לפגוע בכבודך
.72	9.19***	.27	.23 (.03)	.34 (.04)	.23 (.03)	.29 (.03)	ניסה לגרום לך להרגיש רע עם עצמך
5.17*	1.63	.09	.04 (.01)	.11 (.02)	.07 (.02)	.05 (.02)	הפיץ צילומים/ וידאו שלך
.69	1.39	.01	.07 (.02)	.11 (.02)	.09 (.02)	.09 (.02)	איים לפגוע בך
1.32	3.51	.37	.10 (.02)	.17 (.03)	.14 (.03)	.16 (.02)	הציק/ הטריד אותך
.98	.05	.29	.02 (.01)	.03 (.01)	.04 (.02)	.02 (.01)	איים לפגוע פיזית בחברידך/משפחתך
.25	.04	1.21	.06 (.02)	.06 (.02)	.08 (.02)	.09 (.02)	ניסה להתחיל איתך באופן מיני
1.23	1.78	.00	.05 (.02)	.09 (.02)	.07 (.02)	.07 (.02)	שלח לך תמונות גסות
1.56	.21	.33	.06 (.02)	.08 (.02)	.07 (.02)	.05 (.01)	שלח מסרים שליליים כאילו הוא זה אתה
.00	.31	.95	.05 (.02)	.06 (.02)	.03 (.01)	.04 (.01)	החרים אותך

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 0-1: טווח התשובות

מניתוח הנתונים בטבלה 1, עולה כי בשתי הקבוצות חלה ירידה באחוז התלמידים שדיווחו כי בשנה האחרונה נפגעו ברשת בדרך כלשהי ובתדירות כלשהי: בקבוצת הניסוי ירידה של 11% (47% לעומת 36%) ובקבוצת הביקורת ירידה של 10% (48% לעומת 38%).

במבחן χ^2 נמצא הבדל מובהק בהשוואת הפגיעה לפני ואחרי העברת התכנית, גם בקרב קבוצת הניסוי וגם בקרב קבוצת הביקורת: $\chi^2(2,416)=13.9, p<0.001$. לא נמצאו הבדלים מובהקים באינטראקציות. בהתמקד בקבוצת הניסוי, הירידה הגדולה ביותר בפגיעה חלה בסוגי הפגיעה הבאים: קרא לך בשמות (31% לעומת 24%); ניסה לגרום לך להרגיש רע עם עצמך (29% לעומת 23%); הפיץ עליך שמועות (16% לעומת 12%) וניסה לגרום לחברך לא לאהוב אותך (15% לעומת 12%). בשאר סוגי הפגיעה לא נמצא שינוי משמעותי מובהק.

מניתוח שכיחות סוגי הפגיעה בטבלה 1, עולה כי סוגי הפגיעה השכיחים ביותר הם: קרא לך בשמות (31%), ניסה לגרום לך להרגיש רע עם עצמך (29%) וניסה לפגוע בכבודך (26%). סוגי הפגיעה הכי פחות שכיחים הם: החרים אותך (4%) ואיים לפגוע פיזית בחברך או משפחתך (2%). בתרשים 1, מוצגת התפלגות של אמצעי הפגיעה ברשת, בקרב התלמידים שדיווחו על שנפגעו ברשת לפני הפעלת התכנית החינוכית. ($n=214$), לפני הפעלת התכנית החינוכית.



תרשים 1. אמצעי פגיעה ברשת (באחוזים)

מעיון בתרשים 1 ניכר כי אמצעי הפגיעה השכיח ביותר, הוא האמצעי הזמין ביותר – WhatsApp, 54.2% – תלמידים מהנפגעים בקבוצת הניסוי דיווחו שנפגעו ברשת זו ו-51.5% תלמידים מהנפגעים בקבוצת הביקורת. על מנת לבחון את השינוי ברגשות והתנהגויות התלמידים תלמידים שדיווחו שנפגעו נשאלו על תחושותיהם. בטבלה 2, מוצגים נתוני הדיווח על רגשות והתנהגויות של התלמידים שדיווחו כי נפגעו מבריונות ברשת (באחוזים).

טבלה 2. רגשות והתנהגויות הנפגעים מבריונות ברשת (N=219)

χ^2 קבוצה X זמן	χ^2 זמן (לפני/ אחרי)	χ^2 קבוצה (ניסוי/ ביקורת)	ביקורת n=118		ניסוי n=101		רגש/התנהגות
			ממוצע (ס.תקן)				
			אחרי	לפני	אחרי	לפני	
.00	3.84*	1.86	.60 (.07)	.46 (.06)	.69 (.08)	.57 (.06)	מודאג
1.10	3.99*	.09	.62 (.07)	.44 (.06)	.58 (.08)	.53 (.06)	מתוח
.69	3.25	.22	.82 (.06)	.67 (.05)	.75 (.07)	.69 (.06)	כועס, זועם
4.22*	14.18***	.06	.78 (.06)	.43 (.06)	.65 (.08)	.54 (.06)	מתוסכל
2.47	.26	.01	.31 (.07)	.20 (.05)	.23 (.07)	.29 (.06)	מאבד תיאבון
13.39***	.05	.02	.67 (.07)	.44 (.06)	.47 (.08)	.67 (.06)	מצוברח
.37	2.46	1.75	.29 (.08)	.24 (.05)	.42 (.07)	.30 (.06)	נוצרו בעיות הקשורות ללימודים
.76	1.83	.96	.32 (.06)	.30 (.05)	.34 (.06)	.43 (.07)	קשה לישון ולהירדם בלילה
.75	7.32***	.28	.50 (.07)	.39 (.06)	.59 (.08)	.39 (.06)	מתנהג שונה עם חברי
.77	9.22***	.03	.43 (.07)	.31 (.05)	.50 (.08)	.28 (.06)	מתנהג שונה בבית
4.38*	4.95*	.99	.31 (.07)	.30 (.05)	.51 (.08)	.26 (.05)	לא רוצה ללכת לביה"ס

טווח התשובות: 0-1, *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

מניתוח רגשות והתנהגויות הנפגעים ברשת (טבלה 2), עולה כי לאחר העברת תכנית ההתערבות ישנה עליה במרבית המדדים. בקבוצת הניסוי בעיקר בתגובות הבאות: לא רוצה ללכת לבית הספר (26% לעומת 51%); מתנהג שונה בבית (28% לעומת 50%); מתנהג שונה עם חברי (39% לעומת 59%) וברגשות הבאים: מודאג (57% לעומת 69%) ומתוסכל (54% לעומת 65%). בקבוצת הביקורת ישנה עליה בעיקר ברגשות הבאים: מתוסכל (43% לעומת 78%); מצוברח (44% לעומת 67%); ומתוח (44% לעומת 67%) ובהתנהגויות: מתנהג שונה בבית (31% לעומת 43%); ומתנהג שונה עם חברי (39% לעומת 50%).
 בחלקו השלישי של השאלון, נשאלו התלמידים האם היו עדים לבריונות ברשת ואם כן, כיצד הגיבו. בטבלה 3, מוצגים הדיווחים על עדות לבריונות ברשת לפי סוגי הפגיעה שהעדים היו עדים לה.

טבלה 3. עדות לבריונות ברשת לפי סוגי פגיעה (N=418)

χ^2 קבוצה X זמן	χ^2 זמן (לפני/ אחרי) (אחרי)	χ^2 קבוצה (ניסוי/ ביקורת) (ביקורת)	ביקורת n=203		ניסוי n=215		סוג פגיעה
			ממוצע (ס.תקן)				
			אחרי	לפני	אחרי	לפני	
2.65	12.38***	1.81	.60 (.04)	.76 (.03)	.60 (.04)	.66 (.03)	היה עד – סיכום
2.35	7.54***	1.03	.56 (.04)	.70 (.03)	.57 (.04)	.61 (.03)	קרא לו בשמות
6.16*	7.43***	.17	.33 (.04)	.50 (.04)	.39 (.04)	.40 (.03)	הפיץ עליו שמועות
.04	6.28*	1.58	.48 (.04)	.57 (.04)	.44 (.04)	.51 (.03)	לגלג על איך שהוא נראה
.34	9.69***	.203	.42 (.04)	.54 (.04)	.42 (.04)	.50 (.03)	ניסה לפגוע בכבודו
3.1	.07	2.31	.19 (.03)	.25 (.03)	.19 (.03)	.15 (.02)	הפיץ צילומים/ וידאו שלו
.93	1.36	.26	.28 (.03)	.35 (.04)	.29 (.04)	.30 (.03)	הציק לו/ הטריד אותו
1.08	4.57*	4.75*	.16 (.03)	.24 (.03)	.26 (.04)	.29 (.03)	איים לפגוע בו
4.56*	2.60	.03	.12 (.02)	.21 (.03)	.16 (.03)	.15 (.02)	החרים אותו

טווח התשובות: 0-1, $p < .001$, $p < .01$, $p < .05$

מניתוח נתוני העדות בטבלה 3, עולה כי בקבוצת הניסוי חלה ירידה של 6% באחוז התלמידים שדיווחו כי בשנה האחרונה היו עדים לבריונות ברשת (66% לעומת 60%) ובקבוצת הביקורת ירידה של 17% (50% לעומת 33%). בהתמקד בקבוצת הניסוי הירידה הגדולה ביותר היו בעדות לסוגי הפגיעה: ניסה לפגוע בכבודו (50% לעומת 42%) ולגלג על איך שהוא נראה (51% לעומת 44%).

במבחן χ^2 נמצא הבדל מובהק בהשוואת הפגיעה לפני ואחרי העברת התכנית גם בקרב קבוצת הניסוי וגם בקרב קבוצת הביקורת: $\chi^2(2,416)=12.19, p < 0.001$. לא נמצאו הבדלים מובהקים באינטראקציות.

בטבלה 4 מוצגים נתוני הדיווח על מעשי התלמידים כעדים לבריונות ברשת.

טבלה 4. תגובות העדים לפגיעה ברשת (N=314)

χ^2 קבוצה X זמן	χ^2 זמן (לפני/ אחרי)	χ^2 קבוצה (ניסוי/ ביקורת)	ביקורת n=159		ניסוי n=155		תגובת העד
			ממוצע (ס.תקן)				
			אחרי	לפני	אחרי	לפני	
.16	1.4	.46	.03 (.02)	.06 (.02)	.05 (.02)	.07 (.02)	שיתפתי את הפרסום
0.3	1.22	.00	.04 (.02)	.07 (.02)	.05 (.02)	.07 (.02)	סימנתי לייק
.40	.41	.62	.52 (.04)	.58 (.04)	.59 (.05)	.59 (.04)	ביקשתי להפסיק
.05	2.56	.89	.71 (.04)	.64 (.04)	.66 (.05)	.60 (.04)	התעלמתי
1.10	2.74	.60	.32 (.05)	.43 (.04)	.32 (.05)	.35 (.04)	תקפתי בחזרה
.01	2.14	.00	.55 (.05)	.62 (.04)	.55 (.05)	.60 (.04)	יידעתי את החבר שפגעו בו
.68	.71	1.61	.23 (.04)	.29 (.04)	.32 (.05)	.32 (.04)	אמרתי להורי
3.82*	.06	.52	.14 (.03)	.21 (.04)	.23 (.04)	.17 (.03)	אמרתי למורה
.42	1.94	.74	.21 (.04)	.24 (.03)	.15 (.04)	.13 (.03)	צחקתי על זה
.32	.29	2.42	.03 (.02)	.03 (.02)	.09 (.03)	.06 (.02)	רשמתי את המקרים

טווח התשובות: 0-1, $p < .001$, $p < .01$, $p < .05$ *

מניתוח תגובות העדים בטבלה 4, עולה כי בקבוצת הניסוי חלה עלייה באחוז העדים שדיווחו על הפגיעה למורים (17% לעומת 23%) ובאחוז העדים שהתעלמו (60% לעומת 66%), כמו-כן חלה ירידה ביידוע החבר שנפגע (60% לעומת 55%), בתקיפה חזרה (35% לעומת 32%) ובשיתוף פרסום פוגעני וסימון לייק (7% לעומת 5%). בקבוצת הביקורת ישנה עלייה באחוז העדים שהתעלמו (64% לעומת 71%) וישנה ירידה באחוז שידעו את החבר על המקרה (43% לעומת 32%), שתקפו בחזרה (21% לעומת 14%) ושיתפו את הפרסום (62% לעומת 55%).

בנוסף, נבדק הקשר בין נפגעים מבריונות ברשת לבין עדות לבריונות ברשת. נמצא קשר חיובי מובהק בין המשתנים. בקבוצת הניסוי ($r = .396$, $p < .005$) ובקבוצת הביקורת ($r = .332$, $p < .005$) 82.8% מהנפגעים בקבוצת הניסוי היו גם עדים לפגיעה ו-87.5% מקבוצת הביקורת.

דיון ומסקנות

המטרה המרכזית של המחקר הנוכחי הייתה לקדם בקרב תלמידים מתבגרים תכנית להתמודדות יעילה עם בריונות ברשת. במחקרים קודמים נמצא שכשליש מתלמידי חטיבות הביניים ייפגעו מבריונות ברשת, כן נמצא שאחוז הנפגעים הולך וגדל משנה לשנה (Wong-Lo & Bullock, 2014). במחקר הנוכחי נמצא כי למעלה ממחצית מהתלמידים (53.2%) דיווחו שנפגעו בדרך כלשהי מבריונות ברשת, לפני הפעלת ההתערבות, מכאן עולה חשיבות רבה במתן מענה חינוכי לבעיה וזאת על-ידי הרחבת ושיפור תכניות הלימודים שעומדות לרשות צוות ההוראה.

בשאלה מהי מידת הפגיעה בבריונות ברשת בקרב התלמידים לפני ואחרי ההשתתפות בתכנית? עולה מניתוח הנתונים כי, לאחר הפעלת התכנית חלה ירידה של 12.4% במספר התלמידים שנפגעו ברשת. הירידה הגדולה ביותר הייתה בסוגי הפגיעה: קריאה בשמות גנאי, לגלוג על המראה וניסיון לגרום לקורבן להרגיש רע עם עצמו, פריטים אלו נדונו וטופלו במסגרת תוכנית ההתערבות. (למשל במסגרת פעילות סביב כתבות המדגימות תיאורי מקרה), יחד עם זאת ישנם סוגי פגיעה בהם חל שינוי קטן או לא חל שינוי כלל, כגון פגיעה בכבוד ואיומים.

בשאלה האם חל שינוי בתגובה הרגשית ובמעשים של הנפגעים מהבריונות ברשת לפני ואחרי ההשתתפות בתכנית? עולה מניתוח הנתונים כי אמנם נראה שינוי בשתי הקבוצות, אך השינוי הינו בגורמים שונים: בקרב קבוצת הניסוי, לאחר הפעלת התכנית, דווח שינוי בהתנהגות בבית ובבית הספר ודווחה ירידה ברצון ללכת לבית הספר. בנוסף, חלה עליה במרבית התגובות הרגשיות כגון: דאגה, מתח, תסכול וכעס. בקבוצת הביקורת דווחה בעיקר עליה בתגובות הרגשיות: תסכול, מתח וכעס. נתונים אלו יכולים להצביע על עליה במודעות התלמידים בקבוצת הניסוי לחומרת מעשי הבריונות ברשת, עליה בדאגה ובתסכול שלהם כתוצאה מהפגיעה ורצון שלהם להתרחק מאלו שפגעו בהם (ולכן כנראה ירידה ברצון ללכת לבית הספר).

בשאלה האם יש שינוי בהתנהגות העדים לבריונות ברשת, לפני ואחרי ההשתתפות בתכנית ההתערבות? עולה מניתוח נתוני העדים כי חלה ירידה בדיווח הכללי על עדות למעשי בריונות, אם כי ירידה פחותה מזו של הירידה באחוז הדיווח על הפגיעה ברשת (6.2% לעומת 12.4%). ניתן להסביר את הירידה בעדות בכך שבעקבות הירידה בנפגעים ברשת, יש גם פחות עדים לבריונות ברשת, יחד עם זאת הירידה בעדות נמוכה יותר ולכן ניתן לראות בכך מגמה של עליה מסויימת במודעות ובכמות המדווחים כי היו עדים לבריונות ברשת.

מניתוח תגובות העדים נראה כי ישנו שיפור בהתנהגות העדים: ישנה ירידה בהתנהגויות פוגעניות של העדים: ירידה בשיתוף ובסימון לייק ועלייה בהתעלמות מהפגיעה (התעלמות היא התנהגות שמחלישה את התוקף ומפחיתה את הפגיעה בקורבן). כמו-כן חלה עלייה באחוז הדיווח למורים.

לאור תוצאות המחקר, נראה כי ישנה ירידה בפגיעה, שינוי בתחושות הנפגעים ושינוי בהתנהגות העדים ולכן נראה כי תכנית ההתערבות השיגה את מרבית מטרותיה. יש מקום במחקרי המשך להרחיב את מגוון ההתנהגויות הפוגעניות שהתכנית מתייחסת אליהן (לדוגמה, התייחסות לאיומים בפגיעה, הצקות ופגיעה מינית).

בנוסף, כדי להמשיך ולהעמיק את ההשפעה על התנהגויות העדים, יש מקום לבחון העברת תכניות ארוכות יותר, כגון תכניות שמלוות את כל שנת הלימודים או תכניות רב-שנתיות, ולבדוק את תרומתן לתלמידים, לצוות החינוכי ולאקלים הבית הספרי. כמו-כן מומלץ לבחון במחקרי המשך, שילוב התייחסות למשתתפים שנמצאו כמנבאים התנהגות של בריונות בית-ספרית, כדוגמת אווירה בית ספרית, מצב חברתי, מצב משפחתי ועוד (Brighi et al, 2012).

כמו-כן, מכיוון שנמצא קשר חיובי ומובהק בין פגיעות ברשת לבין עדות לבריונות ברשת (82.8% בקבוצת הניסוי ו-87.5% בקבוצת הביקורת הם גם נפגעים וגם עדים ברשת), יש מקום למחקר המשך לצורך הבנת קשר זה ומשמעותו בהמשך בהטמעת התכנית.

לסיכום, מניתוח הנתונים, עולה כי בחלק מהממדים ניכר שיפור בשתי הקבוצות, הן בקבוצת הניסוי והן בקבוצת הביקורת (אם כי בקבוצת הביקורת השיפור קטן יותר). ישנם שני גורמים מרכזיים שיכולים להסביר את השיפור שדווח בקבוצת הביקורת: ראשית, הכשרת המורים הועברה לכלל מחנכי השכבה. ייתכן שהכשרת המורים השפיעה על אופן התנהגות המורים גם בכיתות הביקורת; שנית, בשל המאפיינים החברתיים של שכבת הגיל, לא ניתן ליצור הפרדה מוחלטת בין קבוצת הניסוי והביקורת. פעולות של בריונות ברשת ותגובות עדים לבריונות מתקיימות לעתים קרובות ברמה שכבתית ולא ברמה הכיתתית, ומכאן ההסבר לשיפור שקל בשתי הקבוצות.

יתרונותיה וייחודה של תכנית ההתערבות שהוכנה במסגרת המחקר הם שהתכנית התמקדה בהשפעה על העדים, שעשויים להיות משמעותיים ובעלי עמדת מפתח בהפחתה ובמניעה של בריונות ברשת. כמו-כן ייחודה של התכנית בכך נמשכה לאורך שלושה חודשים, והועברה על-ידי מחנכי הכיתות (המכירים את התלמידים),

שעברו הכנה מתאימה לכך, ולא על-ידי גורם חיצוני וכך תכנית כזו תוכל להמשיך ולהתקיים גם בסיוע המחקר, בזכות הידע והמיומנויות שהוקנו לצוותי ההוראה.

מקורות

- אולניק-שמש, ד., והיימן, ט. (2012). אלימות ובריונות ברשת – תמונת מצב. *הד החינוך*, פ"ו, 32-35.
- ברק, ע. (2006). נוער ואינטרנט: הפסיכולוגיה של היכאילוי וה'כזה'. *פנים – תרבות חברה וחינוך*, 37, 48-58.
- כורם, ע. (2016). פיתוח הכשירות החברתית של התלמידים להתמודד עם הקנטות בבית הספר ובזירת האינטרנט. *במעגלי חינוך: מחקר, עיון ויצירה*, 6, 204-215.
- Ang, R.P., (2015). Adolescent cyberbullying: A review of characteristics, prevention and intervention strategies. *Aggression and Violent Behavior*, 25, 35-42
- Ang, R. P., & Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry & Human Development*, 41, 387-397.
- Brighi, A., Guarini, A., Melotti, G., Galli, S., & Genta, M. L. (2012). Predictors of victimisation across direct bullying, indirect bullying and cyberbullying. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 17(3-4), 375-388.
- Cassidy, W., Brown, K., & Jackson, M. (2012). 'Under the radar': Educators and cyberbullying in schools. *School psychology International*, 33(5), 520-532.
- Cross, D., Lester, L., Barnes, A., Cardoso, P., & Hadwen, K. (2015). If it's about me, why do it without me? Genuine student engagement in school cyberbullying education. *International Journal of Emotional Education*, 7(1), 35-51.
- DeSmet, A., Aelterman, N., Bastiaensens, S., Van Cleemput, K., Poels, K., Vandebosch, H., Cardon, G., & De Bourdeaudhuij, I. (2015). Secondary school educators' perceptions and practices in handling cyberbullying among adolescents: A cluster analysis. *Computers & Education*, 88, 192-201.
- Espelage, D. L., Hong, J. S., Kim, D. H., & Nan, L. (2017). Empathy, attitude towards bullying, theory-of-mind, and non-physical forms of bully perpetration and victimization among us middle school students. In *Child & Youth Care Forum* (pp. 1-16). Springer: U.S.A
- Latané, B., & Darley, J. M. (1970). *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?*. Appleton-Century-Crofts. 341-344.
- Mason, K. L., (2008). Cyber Bullying: A preliminary assessment for school personnel. *Psychology in the Schools*, 45(4), 323-348.
- Mehrabian, A., & Epstein, N. (1972). A measure of emotional empathy. *Journal of Personality*, 40(4), 525-543.
- Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and behavioral Assessment*, 23(3), 145-149.
- Olenik-Shemesh, D., Heiman, T., & Eden, S. (2015). Bystanders' behavior in cyberbullying episodes: active and passive patterns in the context of personal-socio-emotional factors. *Journal of interpersonal violence*, 32(1), 23-48.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N., (2008). Cyberbullying: It's nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376-385.
- Strom, P. S., Strom, R. D. (2005). When teens turn cyberbullies. *Education Digest*, 71(4), 35-41.
- Wong-Lo, M. & Bullock, L. M. (2014). Digital metamorphosis: Examination of the bystander culture in cyberbullying. *Aggression and Violent Behavior*, 19, 418-422.
- 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, 1308-1316.