

## להשתיק את הטיק טוק!?

### רקע:

באפליקציית טיק-טוק ישנו תרגיל שמשגע את בני הנוער ברחבי העולם ומופץ ברשתות החברתיות. בתרגיל עומדים שלושה ילדים, ושלושתם קופצים בבת אחת במקום. שני הקופצים הקיצוניים מנסים להפיל באמצעות הכשלת הרגליים את הקופץ האמצעי. בתרגיל זה הקופץ האמצעי מאבד את שיווי המשקל ונופל לאחור. ברחבי העולם דווח כבר על בני נוער שסבלו מפגיעות ראש, צוואר וגב. מומחים מזהירים שהתרגיל עלול לגרום גם לדימומים מוחיים, קריעה של עמוד השדרה ונכות.

### מטרות:

1. הפעלת שיקול דעת עצמאי וברור מול החברה.
2. תרגול תגובה והבנת יכולת ההשפעה של כל אחד.

### המלצה:

חשוב לא להגיב לדברים בסערת רוח והיסטריה. מתבגרים רבים יודעים להפעיל שיקול דעת, רגישים לסכנות ופועלים באופן מודע, מיטיב ואחראי כמעט באופן יומיומי. מומלץ מאוד לתת מקום לכוחות חיוביים, להחלטות נבונות ומעשים אחראיים.

1. **משחק** - בוחרים תלמיד אחד שיצא מהכיתה, ושאר התלמידים מחליטים לחזור ביחד על תנועה מסוימת (למחוא כף, לגרד בראש..), כאשר התלמיד נכנס אל הכיתה, התלמידים לא יפסיקו עד שהוא יחזור אחרי כולם בעצמו.

2. **סרטון** - "השפעה של קבוצה על האדם" ("ניסוי מדהים - השפעה של קבוצה על האדם")  
<https://www.youtube.com/watch?v=gCZDLKZ2oGU#action=share>

#### שאלות לדיון

\* אילו דברים עשיתם ללא מחשבה\רצון, כי השאר עשו? מה הרגשתם?  
\* האם פעם הכרחתם מישהו לעשות דבר מסוים ללא רצונו?

3. **הצגת האתגר** <https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5676725,00.html> -  
הערה: כדאי להפעיל שיקול דעת אם הכרחי להראות את הסרטון או פשוט להסביר את התופעה ולחסוך עוד חשיפה. במידה ולא מקרינים את הסרטון מומלץ לשתף את המשתתפים בהתלבטות ובהחלטה.

#### שאלות לדיון

\* מה הניע את הילדים לעשות את האתגר על מישהו אחר?  
\* מה הילד הרגיש באותם רגעים שנפל? ואחרי שהתאושש?  
\* מה מרגיש/חושב/עושה מי שראה את זה קורה מהצד?  
\* מה מרגיש/חושב/עושה מי שצופה בזה?

\*מתי אנחנו "הולכים עם הזרם" ומתי אנו מעדיפים "להיות אנחנו"?  
\*איזה מחיר אנו משלמים כשאנו משתפים פעולה - משפיעים או מושפעים?  
\* מתי מנעתי מצב מסוכן/ ראיתי חבר/ה שמנעו פגיעה/הקדימו תרופה למכה?

\* אלו אתגרי רשת אחרים אנחנו מכירים מקרוב ומרחוק? מה האחריות שלנו מול זה? מה אפשר לעשות ולא לעשות כשנתקלים בזה?

**סיכום** - כולנו עושים מאמצים רבים, חלקם אף לא מודעים, כדי להשתלב בסביבה ולהתאים את עצמנו לסובבים אותנו. ריצוי הסביבה והרצון להשתלב הם חשובים אבל לא בכל מחיר. יש דרכים לעשות את זה ויש שאלות שצריך לשאול לפני שמשתלבים.  
בואו נסכם ב- 5 שאלות או סימנים לפני שמשתפים פעולה. מומלץ לתת למשתתפים להציע בעצמם את השאלות או תמרורי האזהרה.

סימני אזהרה וסל שאלות לדוגמה:

האם זה מסוכן?

האם זה פוגע?

איך הייתי מרגיש/ה אם היו עושים את זה לי?

האם זה משהו שאשמח לספר עליו להורים שלי? למחנכים? לילדים שלי כשאגדל?

האם זה חוקי?

לסיכום נדגיש את הכח שיש לכל אחד להשפיע לטובה, לתקן ולהוסיף אור.

באותה מידה שיש כח לקלקל יש גם כח לתקן.